

ప్రజాభూమి

Prajabhoomi Telugu Daily
www.prajabhoomi.com



పాఠకులకు,
ప్రకటన కర్తలకు,
శ్రేయోభిలాషులకు
విజయదశమి
శుభాకాంక్షలు
-చీఫ్ ఎడిటర్,
ప్రజాభూమి

తెలంగాణ ఎడిటర్ : విప్పల చంద్రశేఖర్

శనివారం

12.10.2024 | పేజీలు: 08

వెల : అముల్యం



2 హైద్రా టార్గెట్.. బడా బాబులే

- హైద్రాపై ప్రతిపక్షాలు అనవసరంగా నిందలు వేస్తున్నాయ్
- ఎంఐఎంతో పాతు ఉండదు
- స్నేహపూర్వక సంబంధం మాత్రం ఉంటుంది
- త్వరలో కాంగ్రెస్ లో మరొక చీలికలు ఉంటాయ్
- టీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్



నిర్వాసితులను ఒప్పించాకే కూల్చివేతలు చేపట్టాలి

గతంలో అక్రమ నిర్మాణాలను జీహెచ్ఎంసీ కూల్చేది ఇప్పుడు దానికి హైద్రా పేరు పెట్టి కూలుస్తున్నారు బీఆర్ఎస్ తో పొత్తుపెట్టుకునే ప్రసక్తేలేదు మీడియాతో చిట్ చాట్ లో కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి

ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : హైద్రా కొత్తది ఏమీ కాదని అక్రమంగా చేపట్టే నిర్మాణాలను గతంలో జీహెచ్ఎంసీ కూల్చివేసేదని ఇప్పుడు దానికి పేరు మార్చి హైద్రా పేటలని కేంద్ర మంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కిషన్ రెడ్డి అన్నారు. హైద్రాపై తొందరపాటు నిర్ణయాలు తగదని దుందుడుకు నిర్ణయాలు సరికావని హెచ్చరించారు. డీపీఆర్ లేకుండా కూలగొడితే ఎలా? కూలగొట్టిన వాటికి బ్యాంక్ ఈఎంఐలు ఎవరు కట్టాలని నిలదీశారు. పేద ప్రజల ఇల్లు కూల్చమని మా ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు ఎవరు చెప్పలేదన్నారు. హైద్రా ఏమైనా భూతమా? అని నిలదీశారు. మూసీ పరివాహక ప్రాంతంలో 40 ఏళ్లగా మిగతా 2లో..

కేసీఆర్ 5వేల స్కూళ్లు మూసేసిండు

పేదలు చదువుకోవద్దని కుట్ర పన్నిండు

కానీ బీఆర్ఎస్ కు మాత్రం 33 జిల్లాల్లో పార్టీ ఆఫీసులు కట్టిండు

విద్యార్థులను కేసీఆర్ కులాల వారీగా విభజించిండు పేదలంతా గొర్రెలు, బర్రెలు, చేపలు పెంచాలని చూసిండు

మేము అలా కాదు.. ప్రతి విద్యార్థికి నాణ్యమైన విద్య అందిస్తం

అందుకే రూ.25 కోట్లతో ఇంటి గ్రేటెడ్ స్కూలు నిర్మిస్తున్నం కొందుర్లు సభలో తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్



ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : బీఆర్ఎస్ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ తన హయాంలో 5 వేల స్కూలు బదులు మూసీ వేసిండుని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. కానీ, తెలంగాణలో ఉన్న ప్రతి విద్యార్థికి నాణ్యమైన విద్య అందించడమే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ లక్ష్యమన్నారు. వైద్య సదుపాయాలను మెరుగుపరిచి ఆరోగ్య తెలంగాణను అభివృద్ధిపెట్టామన్నారు. శుక్రవారం రంగారెడ్డి జిల్లా షాద్ నగర్ నియోజకవర్గ పరిధిలోని కొందుర్లలో యంగ్ ఇండియా సమీకృత గురుకుల పాఠశాల నిర్మాణానికి సీఎం శంకుస్థాపన చేశారు. ఒక్కో స్కూల్ భవనాన్ని రూ.25 కోట్లతో 150 ఎకరాల్లో నిర్మిస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఈ సందర్భంగా కొందుర్లలో ఏర్పాటు చేసిన సభలో మిగతా 2లో..

జీఎస్టీ స్కామ్ పై ఈడీ కేసు

- కోట్ల రూపాయల అవకతవకలు జరిగినట్లు గుర్తింపు
- గతంలోనే కేసు నమోదు చేసిన సీసీఎస్ పోలీసులు
- ఇప్పుడు రంగంలోకి ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ డైరెక్టరేట్
- మాజీ సీఎస్ సోమేశ్ కుమార్ పై ఆరోపణలు



ఆ పిల్లలు గొర్రెలు, బర్రెలు కాయకపోతే ఏం చేస్తారు?

- సీఎం రేవంత్ రెడ్డిపై ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ సెటైర్



రతన్ టాటా వారసుడిగా నోయల్ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్న బిల్లు



వైద్యారోగ్య శాఖలో 371 పోస్టులు

- నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసిన ప్రభుత్వం
- గత పోస్టులకు అనుబంధ ప్రకటన
- నవంబర్ 17న పరీక్ష నిర్వహణ
- 99 ఫార్మసిస్టుల ఉద్యోగాలు పెంపు

విద్యా విధానంలో విప్లవాత్మక మార్పులు

కాంగ్రెస్ పాలనలో విద్య, వైద్యానికి పెద్దపీట రూ.5 వేల కోట్లతో ఇంటి గ్రేటెడ్ గురుకులాల వాటిలో సకల సౌకర్యాలు ఏర్పాటు చేస్తాం డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ఖమ్మం జిల్లాలో సమీకృత గురుకులానికి శంకుస్థాపన



తెలంగాణకు గుండు సున్న

- గోదావరి పుష్కరాలకు నిధులు తేవడంలో బీజేపీ, కాంగ్రెస్ ఫెయిల్
- ఏపీకి రూ.100 కోట్లు ఇచ్చిన కేంద్రం, తెలంగాణకు ఎందుకివ్వలే?
- 16 మంది ఎంపీలు ఉన్నా.. ఒక్క రూపాయి తీసుకురాలేదు
- మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు ఫైర్



ఎస్సీ వర్గీకరణపై ఏకసభ్య కమిషన్ ఉత్తర్యులు జారీ చేసిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సమగ్ర ఇంటింటి కుటుంబ సర్వే 60 రోజుల్లో సర్వే పూర్తి చేయాలని నిర్ణయం కమిషన్ చీఫ్ గా రిటైర్డ్ జడ్జి జస్టిస్ పమీమ్ అక్తర్

కేసీఆర్ 5వేల స్కూళ్లు మూసేసిండు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

సీఎం పూట్లారా. చదువుకున్న విద్యార్థుల కొలుపుల గురించి కేసీఆర్ ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? అని ప్రశ్నించారు. పేదలంతా గొర్రెలు, బర్రెలు, చేపలు పెంచుకుంటూ బతకాలని కేసీఆర్ భావించారని విమర్శించారు. "కాంగ్రెస్ పార్టీ అందరి పార్టీ, ఇది పేదల ప్రభుత్వం. లోకసభ ఎన్నికల్లో భారాసకు సున్నా సీట్లు వచ్చినా.. వారి ఆలోచనా విధానం మారలేదు. కేసీఆర్ గురుకుల పాఠశాలలకు ఎక్కడా సరైన భవనాలు నిర్మించలేదు. పేద విద్యార్థులు, చదువుకునే బడులు, హాస్టళ్లు, గురుకుల పాఠశాలలను పట్టించుకోలేదు. బీఆర్ఎస్ కు మాత్రం 33 జిల్లాల్లో పార్టీ కార్యాలయాలు నిర్మించుకున్నారు. చదువుకునే విద్యార్థులను కూడా కేసీఆర్ కులాల వారీగా విభజించారు. ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, మైనార్టీ అంటూ వేర్వేరుగా గురుకులాలు పెట్టారు. గత ప్రభుత్వం 5 వేల ప్రభుత్వ పాఠశాల



లను మూసేసింది. దీంతో గ్రామీణ ప్రాంత విద్యార్థులు విద్యకు దూరం అవుతున్నారు. కొన్నేళ్లుగా బదిలీలు, పదోన్నతులు లేకపోవడంతో టీచర్లలో

రత్నన్ టాటా వారసుడిగా నోయల్



ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : ప్రజాభూమి, నేషనల్ బ్యూరో : టాటా ట్రస్ట్ చైర్మన్ రత్నన్ టాటా నియమించుకుంది. రత్నన్ టాటా తుదిశ్వాస విడిచిన నేపథ్యం

నిమోన్ టాటా కుమారుడు. ఆయన ఇప్పటికే టాటా గ్రూపులోని పలు కంపెనీల్లో వివిధ కీలక హోదాల్లో బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. ట్రైబిల్, హోల్డింగ్, టాటా ఇన్వెస్ట్ మెంట్ కార్పొరేషన్, టాటా ఇంటర్నేషనల్ కంపెనీలకు చైర్మన్ గా బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. టాటా స్టీల్, బైటాన్ కు వైస్ చైర్మన్ గానూ ఉన్నారు. శ్రీ రత్నన్ టాటా ట్రస్ట్ లోను నోయల్ సభ్యుడిగా ఉన్నారు. టాటా గ్రూప్ హోల్డింగ్ కంపెనీ అయిన టాటా సెన్సెస్ టాటా ట్రస్ట్ లోనే అత్యధికంగా 66% వాటా ఉంది. అందువల్ల టాటా ట్రస్ట్ లోని వైర్మన్ హోదాలో ఉన్న వ్యక్తి.. గ్రూపు కంపెనీల కార్యకలాపాలు, వృద్ధి నిర్ణయాలలో కీలక పాత్ర పోషిస్తారు. ఇప్పటివరకు టాటా ట్రస్ట్ చైర్మన్ గా రత్నన్ టాటా ఉన్నారు. ఆయన మరణంతో టాటా ట్రస్ట్ చైర్మన్ పదవి ఖాళీ అయింది. ఇప్పుడు ఈ బాధ్యతలను నోయల్ టాటాకు అప్పగిస్తూ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ పదవి విషయంలో తొలుత వేర్వేరు పేర్లు వినిపించినప్పటికీ.. నోయల్ టాటాకే ఘోషా అప్పగించడం విశేషం.

తెలంగాణకు గుండు సున్న

ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : తెలంగాణకు రావాల్సిన నిధుల కోసం పోరాడడంలో బీజేపీ, కాంగ్రెస్ పార్టీలు ఘోరంగా విఫలమయ్యాయని మాజీ మంత్రి హాజీక్ రాఫ్ విమర్శించారు. గోదావరి పుష్ప రాజకు తెలంగాణకు కేంద్రం మొండి చెయ్యి చూపడంపై ఎక్స్ వేదికగా ఆయన స్పందించారు. గోదావరి పుష్ప రాజ్ కేంద్రం ఆంధ్రప్రదేశ్ కి రూ.100 కోట్ల నిధులు ఇచ్చింది. కానీ తెలంగాణకు గుండు సున్న ఇచ్చింది. మన రాష్ట్రంలో 8 మంది బీజేపీ ఎంపీలు, ఇద్దరు కేంద్ర మంత్రులు ఉన్నా.. ఒక్క రాహులు కూడా కేంద్రం తెలంగాణకు ఇవ్వలేదని మండిపడ్డారు.ఆంధ్రప్రదేశ్ కు ప్రత్యేక నిధుల కింద రూ. 15 వేల కోట్ల మంజూరు కాగా.. తెలంగాణకు మాత్రం దక్కించి గుండు సున్నా అన్నారు. లోకసభలో బీఆర్ఎస్



రక్షణ కవచం అన్నారు. తెలంగాణకు జరిగిన అన్యాయంపై ఇప్పటికైనా ఆ పార్టీలు స్పందించాలని డిమాండ్ చేశారు

వైద్యారోగ్య శాఖలో 371 పోస్టులు

ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : తెలంగాణలో వైద్యారోగ్య శాఖలో 371 పోస్టుల భర్తీకి మెడికల్ రిక్రూట్ మెంట్ బోర్డు నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. గత నెలలో విడుదల చేసిన పోస్టుస్, సర్టింగ్ ఆఫీసర్ పోస్టుల భర్తీ నోటిఫికేషన్ కి అనుబంధంగా ఈ నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసినట్లు బోర్డు తెలిపింది. గత నెలలో 2,050 సర్టింగ్ ఆఫీసర్ పోస్టులకు ఇచ్చిన నోటిఫికేషన్ కు ఇప్పుడు అదనంగా మరో 272 పోస్టులను జతచేసింది. దీనితో మొత్తం భర్తీ చేయనున్న సర్టింగ్ ఆఫీసర్ పోస్టులు 2,322కి చేరాయి. ఈ నెల 14లోగా సర్టింగ్ ఆఫీసర్ పోస్టులకు దరఖాస్తు చేసుకోవాలని బోర్డు సూచించింది. నవంబర్ 17న కంప్యూటర్ విధానంలో పరీక్ష నిర్వహించనున్నట్లు పేర్కొంది. అదేవిధంగా గతంలో ప్రకటించిన 633 ఫార్మసిస్ట్ పోస్టులకు అదనంగా



మరో 99 పోస్టులను కలుపుతూ తాజాగా మరో నోటిఫికేషన్ జారీ చేసింది. దీంతో మొత్తం ఫార్మసిస్ట్ పోస్టుల సంఖ్య 732కి చేరింది. ఫార్మసిస్ట్ పోస్టులకు సంబంధించి ఈ నెల 21 వరకు దరఖాస్తులు స్వీకరించి నవంబర్ 30న పరీక్ష నిర్వహిస్తామని బోర్డు ప్రకటించింది.

నిర్వాసితులను ఒప్పించాకే కూల్చివేతలు చేపట్టాలి

(మొదటి పేజీ తరువాయి) నివాసం అంటున్న వారికి ప్రభుత్వం అన్ని వసతులు కల్పించి ఇప్పుడు కూల్చివేస్తామని సరికాదని మండిపడ్డారు. మూసీ పరివాహక ప్రాంతంలో ధనవంతులు వివర ఉండరని అంతా పేదవారే ఉన్నారన్నారు. శుక్రవారం నాంపల్లిలోని పార్టీ స్టేట్ ఆఫీస్ లో మిడియాతో నిర్వహించిన చిట్ చాట్ లో ఆయన కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. మూసీ నిర్వాసితుల ఇండ్లను కులగొట్టడం అనేది అంత తేలిక కాదని దానికి పెద్ద సాహసమే చేయాలి వస్తదన్నారు.నిజానికి కాంగ్రెస్ హయాంలోనే మూసీ పరివాహక ప్రాంతంలో ఎక్కువ శాతం నిర్వాసితులు జరిగాయన్నారు. మూసీ నిర్వాసితులతో సీఎం ప్రజాదరకార్మి పెట్టి అక్కడి ప్రజలను ఒప్పించాకే కూల్చివేతలు చేపట్టాలన్నారు. ప్రస్తుతం డ్రైనేజీ వ్యవస్థ అంతా మూసీలోనే కలుస్తుంది. డ్రైనేజీ ప్రశ్నలూయం లేకుండా సుందరీకరణ ఎంపీని నిర్వహించారు. రిజినింగ్ వాలే కట్టి మూసీ సుందరీకరణ చేయవచ్చన్నారు. గంగా సుందరీకరణ

స్పందించారు. విగ్రహం కూల్చడం సరికాదన్నారు. ఈ ఘటనను తాము ఖండిస్తున్నామని దీనిపై బీజేపీ పోరాటం చేస్తుందని చెప్పారు. బీఆర్ఎస్ తో పాతుకు అవకాశం లేదు.. బీఆర్ఎస్ త్వరలోనే బీజేపీతో జతకట్టబోతున్నదనే ప్రచారం జరుగుతున్న వేళ కిషన్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. బీఆర్ఎస్ తో కాంప్రమైజ్ అయ్యే అవకాశం లేదన్నారు. ఒక్క ప్రెసిడెంట్ గా చెప్పానని బీఆర్ఎస్ తో పాతుకు అవకాశం లేదని స్పష్టం చేశారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో బీఆర్ఎస్ గడ్డుపెట్టింది ఎదుర్కొంటుందనే ప్రచారం జరుగుతున్నది. దీంతో తిరిగి స్టేట్ పాలిటిక్స్ లో స్ట్రెంట్ ఆన్ అయ్యేందుకు బీఆర్ఎస్ కమలం పార్టీతో కలిసి పని చేయబోతున్నదని కాంగ్రెస్ నేతలు విమర్శలు గుప్పిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో గులాబీ పార్టీతో తమకు పాతుకు ఛాన్స్ లేదని స్పష్టంగా కిషన్ రెడ్డి ప్రకటన చేయడం ఆసక్తికరమైంది.



విద్యా విధానంలో విప్లవాత్మక మార్పులు

ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : కుల, మతాలకు అతీతంగా అందరినీ సమస్యను పరుచుకుంటూ ముందుతెచ్చామని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు తెలిపారు. ఖమ్మం జిల్లాలోని లక్ష్మీపురంలో యంగ్ ఇండియా సమీకృత గురుకుల పాఠశాలకు శంకుస్థాపన సందర్భంగా విద్యాలు చేసిన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. అన్ని వర్గాల వారి కోసం విద్యా బుద్ధులు నేర్పేందుకు నాంది పలికామన్నారు. చదువు, వైద్యాలికి ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యం ఇస్తోందని చెప్పారు. విద్యా విధానంలో విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకొస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. ప్రపంచంలో పోటీపడే విధంగా తీర్చిదిద్దుతున్నట్లు తెలిపారు. "ఈ ఏడాది సమీకృత గురుకులాలకు రూ.5 వేల కోట్లు ఖర్చు చేస్తున్నాం. సంకల్పం, చిత్ శుద్ధి ఉంటే సాధ్యం కానిదేదీ లేదు. వచ్చే విద్యా సంవత్సరానికి గురుకుల భవనాలు పూర్తి కావాలి. వీటిలో సకల సౌకర్యాలు పొందవలసి ఉన్నాయి. ప్రభుత్వ విద్యావిధానం నిర్దిష్టంగా కాకుండా చర్యలు తీసుకుంటున్నాం. విద్యాసంస్థల విద్యుత్ బిల్లులను ప్రభుత్వం చెల్లిస్తుంది" అని భట్టి విక్రమార్కు తెలిపారు.

హైద్రా టార్గెట్.. బడా బాబులే



ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : కాంగ్రెస్ పార్టీలో త్వరలో మద్దతు చేరికలు ఉంటాయని టీడీపీ సీనియర్ బి.హెచ్.కె. కుమార్ గౌడ్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. శుక్రవారం ఆయన మిడియాతో చిట్ చాట్ లో మాట్లాడారు. ఇప్పటికే కొంత మంది బీఆర్ఎస్ నుంచి కాంగ్రెస్ లో చేరిన వారు ఉన్నారని గుర్తు చేశారు. ఎంఐఎం తో కాంగ్రెస్ ఎలాంటి పాత్ర లేదని కుండబద్దలు కొట్టారు. అక్టోబర్ 15వ తేదీన రెండు జిల్లాల, 16వ తేదీన రెండు జిల్లాల పర్యటిస్తామని అన్నారు. పూర్తి పర్యటన తర్వాత టీడీపీ కమిటీలు ఏర్పాటు చేస్తామని వెల్లడించారు. బడా బాబులే హైద్రా టార్గెట్.. హైద్రాబాద్ అసంపరంగా నిండులు వేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. హైద్రా టార్గెట్ పేదలు కాదని తెలిపారు. ప్రభుత్వ భూములు ఆక్రమించిన బడాబాబులే హైద్రా టార్గెట్ అని అన్నారు. అసలు మూసీ ప్రక్షాళన అంశాన్ని తెరవైకి తీసుకొచ్చింది కేసీఆర్ అని గుర్తుచేశారు. ఇప్పుడు అసంపరంగా బీఆర్ఎస్ నేతలు రాధాంతం చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మూసీ ప్రక్షాళన, ప్రజల బాగోగులు చూడటం ప్రభుత్వ బాధ్యత అని అన్నారు. స్థానిక ఎన్నికల్లో రావడమేనే ఆరోపించారు. బీఆర్ఎస్ బీజేపీ కి లోపాలవారి ఒప్పందం ఉందన్నారు. ఇరువురు కలిసి మమ్మల్ని ఎదురుకోవడం వారిద్దరి టార్గెట్ అని తెలిపారు. దసరా లోపు నామినేటెడ్ పోస్టుల ప్రకటితాం అనుకున్నామని, కానీ హర్యానా, జమ్మూ ఎన్నికల వల్ల దసరా లోపు నామినేటెడ్ పదవులు సాధ్యం కాదన్నారు. ఈ క్రమంలోనే నెల లోపు కార్యవర్గాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోబోతున్నామన్నారు. అక్టోబర్ 15వ తేదీన రెండు జిల్లాల, 16వ తేదీన రెండు జిల్లాల పర్యటిస్తామని అన్నారు. పూర్తి పర్యటన తర్వాత టీడీపీ కమిటీలు ఏర్పాటు చేస్తామని వెల్లడించారు.

జీఎస్టీ స్కామ్ పై ఈడీ కేసు



ప్రజాభూమి, తెలంగాణ బ్యూరో : జీఎస్టీ ఇన్పుట్ ట్యాక్స్ డ్రెడిట్ చెల్లింపుల లావాదేవీల్లో దాదాపు రూ.1000 కోట్ల స్కామ్ చేశారని ఆరోపణలు జరిగాయి. ఓ సంవత్సరం ముగియ వచ్చుతే కలిసి ఈ స్కామ్ చేసినట్లు ప్రధాన ఆరోపణ. దీనిపై హైదరాబాద్ పోలీసులు క్రిమినల్ కేసు కూడా నమోదు చేశారు. పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. మాజీ సీఎస్ నేతృత్వంలో జీఎస్టీ స్కామ్ జరిగినట్లు నిర్ధారించిన ఈడీ అసెస్మెంట్ జీఎస్టీ పేపర్లలో చేసినట్లు గుర్తించింది. తెలంగాణ ప్రభుత్వ స్కామ్ పై చీఫ్ సెక్రటరీగా, సోమేశ్ కుమార్ బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్న తరుణంలో



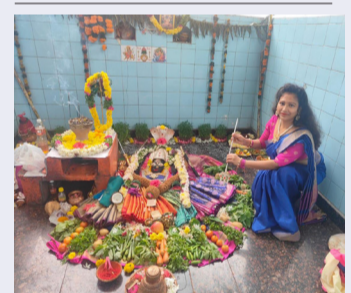
బీసీ ఆజాది యూత్ ఫెడరేషన్ జిల్లా కన్వీనర్ గా కాసర్ల అరుణ్

ప్రజా భూమి ప్రతినిధి వేములవాడ : బీసీ ఆజాది యూత్ ఫెడరేషన్ జిల్లా కన్వీనర్ గా వేములవాడ అర్చన మండలం రుద్రవరం గ్రామానికి చెందిన కాసర్ల అరుణ్ కుమార్ ను నియమిస్తూ జాతీయ అధ్యక్షులు జక్కుని సంజయ్ కుమార్ ఉత్తరాలు జారీ చేశారు. జిల్లా కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ఈ నియామకం చేపట్టినట్లు వారు తెలిపారు. గ్రామ గ్రామాన బీసీలను చైతన్య పరుస్తూ ఉద్యమాన్ని బలోపేతం చేయాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా బాధ్యతలు అప్పగించిన వారికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.



అనారోగ్యంతో హెడ్ మాస్టర్ మృతి

ప్రజా భూమి ప్రతినిధి వేములవాడ : అనారోగ్య కారణాలతో హెడ్ మాస్టర్ మృతి చెందారు. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా వేములవాడ పట్టణంలోని జిల్లా పరిషత్ వారికి కల అన్నత పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు పి. సుహానిని గత కొంతకాలంగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతోంది. చుక్కవారం ఆరోగ్య పరీక్షిణి క్షీణించడంతో మృతి చెందినట్లు తెలుస్తోంది. ఆమె మృతి పట్ల ఉపాధ్యాయ సంఘ నాయకులు, టీచర్స్ ప్రగాఢ పక్తం చేశారు.



సంగారెడ్డి లోని పోపవత్తు తల్లి దేవాలయం లో మహిళాసంఘ మద్దతి లభించడంతో ఉన్న అమ్మవారి దాకర్ శిల్ప దర్శించుకున్నారు. అనేక రకాల కాయగురలతో అలంకరణ చేసిన అమ్మ వారిని దర్శించుకొని తీర్థ ప్రసాదాలు పుచ్చుకున్నారు.

లంబాడిపల్లె కనకదుర్గ మండపం వద్ద హోమం పూజలు

భక్తులకు మహా అన్నప్రసాదం ఏర్పాటు.. చిగురుమామిడి ప్రతినిధి, ప్రజాభూమి:

కరీంనగర్ జిల్లా చిగురుమామిడి మండలం లంబాడిపల్లె గ్రామంలో స్నేహ మిత్ర యూత్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో శ్రీ భవానీ మాత మండపం వద్ద శుక్రవారం హోమం పూజ కార్యక్రమాన్ని అర్చకులు నాగయ్య శర్మ చేతుల మీదుగా అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. దుర్గ మాత అమ్మవారి ఆశీస్సులతో ప్రజలంతా సుఖ సంతోషాలతో ఉండాలని, వర్షాలు సమృద్ధిగా కురిసి పంటలు బాగా పండాలని భక్తులు అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మహిళల హోమం పూజ చేస్తే కలిగే ప్రయోజనాలను అర్చకులు నాగయ్య శర్మ భక్తులకు వివరించారు. అనంతరం భక్తులకు నాగేళ్లి కలపై వారి కుటుంబ సభ్యులు మహా అన్నప్రసాద కార్యక్రమాన్ని పెద్ద ఎత్తున నిర్వహించారు. దుర్గ మాత సమరాలి ఉత్సవాలకు సహకరిస్తున్న భక్తులకు గ్రామప్రజలకు స్నేహ మిత్ర యూత్ అసోసియేషన్ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. గత 22 సంవత్సరాలుగా స్నేహ మిత్ర యూత్ అసోసియేషన్ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు గ్రామస్థులు అభినందిస్తున్నారు. యూత్ సభ్యులు భవిష్యత్తులో ఇలాంటి కార్యక్రమాలు మరెన్నో చేయాలని గ్రామస్థులు పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇసుగాల కిషోర్రెడ్డి, ఐరెడ్డి సత్య నారాయణరెడ్డి, నాగేళ్లి లక్ష్మారెడ్డి, స్నేహ మిత్ర అసోసియేషన్ కమిటీ సభ్యులు నక్క నాగరాజు, ఇసుగాల సుమంత రెడ్డి, గంజి శ్రీకాంత్, ఐరెడ్డి సరదార్ రెడ్డి, మహేందర్ రెడ్డి, ఎలగందుల రాజు, కిరణ్, నక్క పరశురాములు, నక్క రా



జేందర్, నక్క ఓడలు, హరిష్, హరిష్ కిషన్, శివ రేవంత్, హరిష్, సతీష్, రాజశేఖర్, ప్రశాంత్, అఖి కాటమ్ రత్న, నాగేళ్లి వెంకటరమణ, కమిటీ ప్రసాద్, నల్లాల లవన్, కిషన్ రెడ్డి, చందబోయిన ల్, రాజేష్ యాదవ్, గంజి శివప్రసాద్, శ్రీకాంత్ సభ్యులు భక్తులు పాల్గొన్నారు.

వృద్ధులకు, పేదలకు దోవతుల పంపిణీ



ప్రజా భూమి, ప్రతినిధి వేములవాడ మై వేములవాడ వారిటబుల్ ట్రస్ట్ దాతల సహకారంతో ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో 1265 రోజులుగా నిర్వహిస్తున్న అన్న దాన కార్యక్రమంలో భాగంగా చుక్కవారం రోజున లక్ష్మీ గణపతి కాంప్లెక్స్ ముందు రాజన్న భీమేశ్వర ఆలయం వద్ద ఉన్న పేదలకు, అన్యాయాలకు అన్నదాన కార్యక్రమం, సందగిరి కృష్ణవేణి భాసు శర్మ అందించిన దోవతులు పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగిందని నేటి అన్న



దాతలుగా కూతురు పిట్టల సక్లత్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా పిట్టల రాజ్ కుమార్ వచిత దంపతులు శాశ్వత దాతలుగా జవాబ్ స్నేహలత వెంకటేశ్వర రావు దంపతులు, ప్రతాప స్వప్న సంజీవ్ దంపతులు, నగబోతు రవీందర్ జ్యోతి దంపతులు, గణాచారి మరం శైలజ సాంబశివు దంపతులు, దేవరాజు ఉమ బాలచందర్ రాజు దంపతులు, రామడుగు శ్రీలత, కుమారులు కోడళ్లు రామడుగు ప్రజ్ఞ శర్మ చంద్ర దంపతులు, రామడుగు శిరీష సాయిచంద్ర దంపతులు, రామడుగు శర్వాణి రవిచంద్ర దంపతులు ఉన్నారు. అన్నదానానికి శాశ్వత సభ్యత్వం పొందాలి అనుకునే దాతలు ట్రస్టు సభ్యులను గాని, ట్రస్టు ఫోన్ నం. 92469 39388 నంబర్ ద్వారా సంప్రదించాలని ట్రస్టు నిర్వాహకులు మహేష్ కోరాని, నేటి అన్నదాన కార్యక్రమం లో ట్రస్టు సభ్యులు మధు మహేష్ డాక్టర్, బెజ్జంకి రవీందర్, పొనూరు రాజేందర్, చల్లా సత్యయ్య, నక్క వెంజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనాభాలో అధికం అవకాశాలలో అత్యల్పం

ముదిరాజ్ లను బీసీ డీ నుంచి బీసీ ఏ లోకి మార్చాలి... రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో ముదిరాజ్ నేతల డిమాండ్



బస్నీలాల వేట్ ప్రతినిధి, ప్రజా భూమి: ముదిరాజ్ ల చిరకాల వాంఛ అయిన బీసీ డీ నుంచి బీసీ ఏ లోకి మార్చే ప్రక్రియను వెంటనే ప్రభుత్వం అమలు పరచాలని రాష్ట్ర ముదిరాజ్ నేతలు డిమాండ్ చేశారు. సోమాజిగూడ ప్రెస్ క్లబ్ లో ఏర్పాటు చేసిన రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో పాల్గొన్న రాష్ట్ర ముదిరాజ్ సంక్షేమ సమితి అధ్యక్షులు అల్లం దుర్గం సురేష్ ముదిరాజ్ మాట్లాడుతూ... ఎన్నికల్లో రాష్ట్రంలోని అత్యధిక జనాభా కలిగిన ముదిరాజ్ లకు రేవంట్ రెడ్డి ఇచ్చిన హామీని అధికారంలోకి వచ్చి ఎమ్మిడి నెలలు గడిచినా అమలు చేయకపోవడం విచారకరమన్నారు.

రాష్ట్ర జనాభాలో అత్యధిక సంఖ్యలో ఉన్న ముదిరాజ్ లు రాజకీయ, ఆర్థికంగా, సామాజికంగా ఇలా అనేక రంగాల్లో వెనకబడి ఉన్నారు. ముదిరాజ్ బిడ్డలు భవిష్యత్ లో బాగుపడాలంటే బీసీ ఏ లోకి మార్చడం ఒకటే మార్గమన్నారు. ఇంకా ఎలాంటి జాప్యం చేయకుండా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంట్ రెడ్డి ముదిరాజ్ ల దీర్ఘకాలిక సమస్యగా మిగిలిన బీసీ ఏ డిమాండ్ ను పరిష్కరించాలని కోరారు. సమావేశంలో రాష్ట్ర ముదిరాజ్ నాయకులు పొట్లకాయల వెంకటేశ్వర్లు, కనకయ్య, శ్రీనివాస్, సంజయ్, డాక్టర్ మూర్తి, మధు, పాల్గొన్నారు.

గుండ్లపల్లిలో పనిచేయని ఎస్ బి ఐ ఏటీఎం ఇబ్బందులు పడుతున్న ప్రజలు..

నిర్లక్ష్యం వహిస్తున్న అధికారులు



గన్నేరువరం ప్రతినిధి, ప్రజాభూమి:

గన్నేరువరం మండల పరిధిలోని గుసుకులకోండూర్ ట్రాంప్ స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా వారు గుండ్ల పల్లి స్టేజి వద్ద ఎస్ బి ఐ ఏటీఎం ను ఏర్పాటు చేశారు. ఈ ఏటీఎం చాలా రోజుల నుండి సరిగా పనిచేయడం లేదని, దీనివలన డబ్బులు డ్రా చేసుకునేందుకు వచ్చిన ఖాతాదారులు చాలా రకాలుగా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని మరియు పండుగ సెలవులు ఉండడం వలన ఏటీఎం పనిచేయకపోవడం వలన ఖాతాదారులు చాలా

ఇబ్బంది పడుతున్నారు. బ్యాంక్ అధికారులను అడిగితే నిర్లక్ష్యంగా సమాధానం చెబుతున్నారని, పలువురు ఖాతాదారులు మండి పడుతున్నారు. సంబంధిత అధికారులు ఇప్పటికైనా వెంటనే స్పందించి ఏటీఎం ను త్వరగా మరమ్మత్తులు చేయించాలని ఖాతాదారులు కోరుతున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ మండల సహాయ కార్యదర్శి చోక్కల శ్రీశైలం, యువజన నాయకులు మొలుగూరి అంజనేయులు, స్థానికులు కురుమెల్లి రమేష్, ఎలగోల వెంకన్న పాల్గొన్నారు.

విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు మా కస్టమర్లకు, మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు.

JAS Bakery & Sweets Karimnagar

విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు మిత్రులకు, అధికారులకు అసభ్యులకు శ్రేయోభిలాషులకు విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు. గంట శంకరయ్య మాజీ సర్పంచ్, చామన్ పల్లి కరీంనగర్ సహకార సంఘం డైరెక్టర్

విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు మనోజ్ కె. సుధాకర్ రాజశేఖర్ గౌతు గారు ఎమ్మెల్యే, తిమ్మారెడ్డి సుధాకర్ గారు సీఎంపీ, తిమ్మారెడ్డి సుధాకర్ గారు సీఎంపీ, తిమ్మారెడ్డి సుధాకర్ గారు సీఎంపీ. మ్యాకల లత మల్లేశం మాజీ సర్పంచ్, తిమ్మారెడ్డి

విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు It's time to give We create Environment to change your Destiny. The only college bagged highest no. of University Ranks & more no. of 10/10 GPAs. Highly Qualified, Experienced and Committed Faculty.

VIVEKANANDA DEGREE & P.G. COLLEGE Karimnagar Cell: 8712228124, 8885522358

మా విలువైన కస్టమర్లకు, మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు రమేష్ రెడ్డి సెల్: 9603878279 త్రినాథ్ ఇంటిరియర్ i-LERF జీవితకాలం చెదలు పట్టని తలుపులు, కిటికీలు మంచు ఇంటిరియర్ కబెట్స్. TESA PANELS | FLOORING | DOOR SRING. # 2-10-1648, చైతన్యపురి కాలనీ, స్పెన్సర్, డగ్గర్, మీ సేవ ప్రక్కన, కరీంనగర్. Our Branches: * SIDDIPET * NIZAMABAD



అన్నార్తుల ఆకలి తీర్చి.. ఆదర్శంగా నిలుస్తున్న హెల్పింగ్ హాండ్స్

సమాజ సేవే పరమావధిగా
హెల్పింగ్ హాండ్స్ యూత్
చేయిచేయి కలిపినువకులు
ఆకలి, ఆపదగొన్నవారికి కొండంత భరోసా
విద్యార్థుల చదువులకు చేయూత



ప్రజాభూమి ప్రతినిధి వేములవాడ

'ప్రార్థించే పెదవులకన్నా.. సాయం చేసే చేతులు మిన్న' అన్న సూక్తిని అక్షరాలా పాటిస్తున్నారు. ఈ యువకులు. 'మానవ సేవే... మాదవ సేవ' అని నమ్మి మనసూర్తిగా సాటిస్తూ అందరికీ ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారు. అభాగ్యులకు అండగా ఉంటూ... ఆపదగొన్నవారికి ఆభయపాత్ర అందిస్తూ తమ జీవితాలనే సమాజ సేవకు అంకితం చేశారు. ఒక్క పిలుపుతో 'నే నున్నానంటూ వారి అత్యవసర సమయంలో ఆదుకుంటున్నారు. ఆకలితో అలమటిస్తున్నవారి కడుపులు నింపుతూ.. విద్యార్థుల చదువులకు చేయూతనిస్తూ.. పలువురికి స్ఫూర్తినిస్తున్నారు. వీరిని ఆదర్శంగా తీసుకున్న వందలాది మంది తమ పెళ్లి పుట్టినరోజుల సందర్భంగా వీరిద్వారా తమకు తోలిన సాయాన్ని నిరుపేదలకు అందిస్తున్నారు. సమాజ సేవలోనే సంతృప్తి ఉన్నదని తెలుసుకున్న యువకులు రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా వేములవాడ కేంద్రం గా మహిష్ ఆధ్వర్యంలో హెల్పింగ్ హాండ్స్ యూత్ సమాజ సేవలో తనవంతు పాత్ర ఉండాలని విశిష్ట సేవలు అందిస్తున్నారు. ఆకలితో అలమటిస్తున్న ఎంతో మంది అభాగ్యులకు అన్నదానం చేస్తూ స్ఫూర్తినిస్తున్నాడు. దాతలు అందించిన సాయంతో రుచికరమైన భోజనాన్ని వండించి దాతల ఘోషాలను ప్యాకెట్ల పై అతికించి నిరుపేదలకు దగ్గరుండి అందజేసే వారి ఆకలి తీరుతున్నారు. ఈ సేవ కార్యక్రమాన్ని సోషల్ మీడియాలో పంచుకోవడం ద్వారా మరింత మంది స్ఫూర్తిపొంది ముందుకు వస్తున్నారు. పెళ్లి రోజు, పుట్టినరోజు సందర్భంగా అన్నదానం చేస్తున్నారు. ఈ సంప్రదాయం నయా ట్రెండ్ గా నశిస్తోంది. అంతేకాకుండా చరిత్రకాలంలో పేదలకు దుప్పట్లు అందజేస్తున్నారు. విద్యార్థులు, మహిళలకు ప్రోత్సాహం పేదరికంలో మగ్గుతూ చదువుకోవడాన్ని విద్యార్థులకు ఏటా పుస్తకాలు, బైలు, బెల్టులు అందజేస్తున్నారు. ఎక్కడ అవసరాలు ఉన్నాయో గుర్తించి అక్కడికి వెళ్లి మరీ సాయం చేస్తున్నారు.

పేదల కడుపు నింపుతున్నానన్న ఆనందం
ఆకలితో ఉన్నవారికి అన్నం పెట్టడంలో ఉన్న సంతృప్తి మరెందులోనూ ఉండదు. అన్ని దానాలకన్నా అన్నదానం మిన్న అతిపెద్దలు అన్నది వాస్తవం. నిరుపేదలకు సేవచేసే భాగ్యం లభించినందుకు, భగవంతుడికి తజ్జతులు తెలుపుకొంటున్నా అన్నదానం చేసేందుకు పోటీపడుతున్నారు. వారి సాయంతో అనేకమంది ఉన్నాళ్లకు సమయానికి భోజనం పెడుతున్నది. హెల్పింగ్ హాండ్స్ యూత్ ద్వారా 300 మందికి దడపట్టు పంపిణీచేశా. దాతలు సహకారంతో అన్నదాన కార్యక్రమాలు నిర్వహించా. ప్రతిరోజూ ఏదో ఒకవేడుక సందర్భంగా అన్నదానం నాచేతులమీదుగా జరుగుతుండడం నాకెంతో గర్వంగా ఉంటుంది.
అధ్యక్షులు మహిష్ కాపల్ల



నిరుపేదలకు సేవ చేయడం నాకెంతో ఆత్మ సంతృప్తినిస్తున్నది
భాగ్యులకు సేవ చేసే భాగ్యం కలగడం చాలా ఆనందాన్నిస్తున్నది. ఆకలి, పేదరికంతో అలమటిస్తున్నవారికి హెల్పింగ్ హాండ్స్ యూత్ ద్వారా సహాయం అందినప్పుడు వారి కళ్లలో కనిపించే ఆనందం మాకు వెలకట్టలేని సంతృప్తినిస్తుంది.
రేగారి లక్ష్మణ్

దుర్గా దేవి ని దర్శించుకున్న ప్రభుత్వ విప్

ప్రజా భూమి ప్రతినిధి వేములవాడ :
దుర్గా దేవి సవరాత్రుల సందర్భంగా వేములవాడ పట్టణంలో భగవంతు రావు నగర్ లో అమ్మ భవని ఉత్సవ కమిటీ, బిజిఆర్ యూత్ సుభాష్ నగర్ లోని శ్రీ దేవి మహంకాళి యూత్ ట్రైగర్ యూత్, శివసేన నగర్ లో శివ సేన యూత్ రామ మందిర్ వీధిలో రామ మందిర్ బాయ్స్ యూత్, శాస్త్రి నగర్ లో వాసవి నగర్ లో లక్ష్మీ ఫ్రెండ్స్ యూత్ ఆనో సియేషన్ వారి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న దుర్గా దేవి శరన్నవరాత్రుల ఉత్సవాల్లో తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ వేములవాడ ఎమ్మెల్యే ఆది శ్రీనివాస్ పాల్గొని అమ్మవారిని దర్శించుకొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు, అర్చకులు అమ్మవారి తీర్థ ప్రసాదాలను అందజేసి శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించారు. అమ్మవారి దివ్య ఆశీస్సులతో ప్రజలంతా ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలని నకాలలో వచ్చిన సమృద్ధిగా కురవలని వేడుకున్నారు..



పారిశ్రామిక దిగ్గజం రతన్ టాటా కు ఘనంగా నివాళి

ప్రజాభూమి కూకట్ పల్లి :
ప్రముఖ పారిశ్రామికవేత్త టాటా గ్రూప్ చైర్మన్ రతన్ టాటా దేశానికి మంచి పేరు ప్రఖ్యాతి తెచ్చారని అకాంక్ష ఫౌండేషన్ చైర్మన్ చిట్టి వేంకట రామారావు అన్నారు. శుక్రవారం కూకట్ పల్లి మున్సిపల్ పరిషత్ వివేకానంద నగర్ డివిజన్ వివేకానంద నగర్ ప్రాంతంలోని వివేకానంద విగ్రహా ముందు ప్రముఖ పారిశ్రామికవేత్త రతన్ టాటా చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ జర్నలిస్టు ఎర్ర యాకన్న, రామోజీ సమీర్, స్టానికలు మణి, రాఘవేంద్ర, పలువురు అకాంక్ష కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.



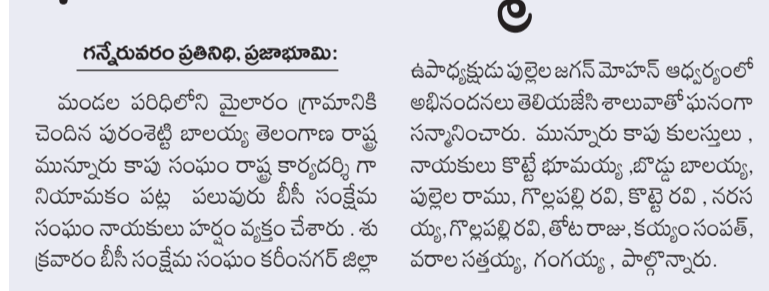
మున్నూరు కాపు సంఘం రాష్ట్ర కార్యదర్శి కి ఘనంగా సన్మానము

గన్నేరువరం ప్రతినిధి, ప్రజాభూమి:
ముందల పరిషత్లోని మైలారం గ్రామానికి చెందిన పుర్రెట్టి బాలయ్య తెలంగాణ రాష్ట్ర మున్నూరు కాపు సంఘం రాష్ట్ర కార్యదర్శి గా నియామకం పట్ల పలువురు బీసీ సంక్షేమ సంఘం నాయకులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. శుక్రవారం బీసీ సంక్షేమ సంఘం కరీంనగర్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు పుల్లెల జగన్ మోహన్ ఆధ్వర్యంలో అభినందనలు తెలియజేసి శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించారు. మున్నూరు కాపు కులస్తులు, నాయకులు కొట్ల భూమయ్య, షోభా బాలయ్య, పుల్లెల రామ, గొల్లపల్లి రవి, కొట్ల రవి, నరసయ్య, గొల్లపల్లి రవి, తోట రాజు, కయ్యం సంపత్, వరాల సత్యయ్య, గంగయ్య, పాల్గొన్నారు.

గ్రంధాలయ చైర్మన్ ను సన్మానించిన అంబేద్కర్ సంఘం నాయకులు

భీమవరం ప్రతినిధి ప్రజా భూమి:
హుస్సాబాద్ నియోజకవర్గ కేంద్రానికి చెందిన సీనియర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కేదం లింగ మూర్తిని సిద్దిపేట జిల్లా గ్రంధాలయ చైర్మన్ గా నియమించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కోటా అంబేద్కర్ సంఘం గ్రంధాలయ చైర్మన్ కేదం లింగమూర్తిని సన్మానించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కోటా లింగయ్య, కండే సుధాకర్, మామిగల సంపత్, సిద్ధమల్ల వెంకటేశ్, పాస్నాల ప్రాస్థ్, వేముల జగదీష్, ఎర్రకొత్క, కొడమంజు మల్లెష్, గంగాధర్ రవీందర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రఖ్యాత సినిండ్రాబాద్ శ్రీ ఉజ్జయిని మహాకాళి అమ్మవారికి సనత్ నగర్ నియోజక వర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జి డాక్టర్ కోట నీలమ ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కాంగ్రెస్ నియోజక వర్గ పబ్లిక్ అధ్యక్షుడు త్రిశాల మనోజ్ కుమార్ ముదిరాజ్ తో పాటు పలువురు కాంగ్రెస్ నాయకులు పాల్గొన్నారు



సినిండ్రాబాద్ ప్రతినిధి, ప్రజాభూమి

కరీంనగర్ లో బీసీనిం సీపి జీసీసీపి సీపి అకాడమీ కరీంనగర్ లో బ్రాంచ్ ఓపెనింగ్ గురించి అనుమాంద శేఖర్, వీరబాబులు కేంద్ర హోమ్ సహాయక మంత్రి, కరీంనగర్ ఎంపీ బండి కుమార్ ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. కరీంనగర్ లో ఈ సందర్భంగా వారు జీసీసీపి సీపి అకాడమీ బ్రాంచ్ ను కరీంనగర్ లో ఓపెనింగ్ గురించి చర్చించారు. హైదరాబాద్, వైజాగ్, విజయవాడ లో ఇప్పటికే బ్రాంచ్ లు ఉన్నాయని, త్వరలోనే కరీంనగర్ లో బ్రాంచ్ ఓపెన్ చేస్తామని వారు ఈ సందర్భంగా తెలిపారు.



కరీంనగర్, ప్రజాభూమి



ఆర్జిత సేవలు రద్దు: ఈవో ఎన్ డి రెడ్డి

ప్రజా భూమి ప్రతినిధి వేములవాడ :
శుక్రవారం (నేడు) మహారాష్ట్ర మిట్ పాటు శనివారం దసరా సందర్భంగా వేములవాడ శ్రీరాజరాజేశ్వర స్వామివారి గర్భాలయంలో జరిగే భక్తుల అభిషేకాలు, అన్న పూజలు, అకుల పూజలు, పల్లకి సేవపెద్ద సేవ, కుంకుమ పూజలు ఆర్జిత సేవలన్ని కూడా రద్దు చేసినట్లు ఈవో ఎన్ డి రెడ్డి ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. రాజన్న భక్తులు గమనించి సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

పూర్వ విద్యార్థుల ఆత్మీయ సమ్మేళనం



భీమవరం ప్రతినిధి ప్రజా భూమి:
పదవ తరగతి 20 ఏండ్లు పూర్తి చేసుకున్న పూర్వ విద్యార్థులు ఆత్మీయ సమావేశంలో తమ పాత స్నేహితులను కలుసుకున్నారు. ఈ ఆత్మీయ కలయిక హనుమ కొండ జిల్లా భీమవరంపల్లి మండలం గట్టనర్సంగి పూర్ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసారు. పూర్వ విద్యార్థులు వారు చదువుకున్న పాఠశాలను వేదికగా చేసుకుని ఆనాటి జ్ఞాపకాలను నెమరువేసుకున్నారు. చదువులు చెప్పిన గురువులకు సన్మానించి వారి ఆశీర్వాదం స్వీకరించారు. వివిధ ప్రాంతాలు, వివిధ వృత్తుల్లో స్థిరపడ్డ పూర్వ విద్యార్థులతో పాఠశాల సందడిగా మారింది. ఈ సందర్భంగా హాజరైన వారికి జ్ఞాపికలు అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు కిషన్ రెడ్డి, శ్రీనివాస్, రవీందర్ రెడ్డి, మల్లికార్జున్, అబ్దుల్ రహ్మాన్, రాజలింగం, కరుణాకర్, సత్యనారాయణ, విద్యాధిని, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

మిత్రునికి ఆర్థిక సహకారం
భీమవరం ప్రతినిధి ప్రజాభూమి:
హనుమకొండ జిల్లా భీమవరం రహస్య మండల కేంద్రంలో తమతో పదవ తరగతి చదువుకున్న స్నేహితుడు ఎర్ర రాజును తోటి మిత్రులు అతని తల్లి సుగుణ మరణించగా శుక్రవారం హుస్సాబాద్ లో ఈ కార్యక్రమం ఏర్పడింది. ఈ సందర్భంగా రూ. 13,500 ఆర్థిక సహకారం అందించారు. ఇటీవల తల్లిని కోల్పోయి ఇబ్బందుల్లో ఉన్న స్నేహితునికి కొంత చేయూత ఉంటుందని సహాయం చేసినట్లు వారు తెలిపారు. ఇందులో పోలు శ్రీకాంత్, రమేష్, మహేష్, అరుణ్, భాగ్యరాజు, శివ కుమార్ ఉన్నారు.

విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు
మా కస్టమర్లకు, మిత్రులకు శ్రేయోభిలాషులకు
విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు.
కౌశలమల్ల తిరుపతి
ఫోన్: 8897487888
9133852888, 9133853888
నాటిసీని మునిరాజ్
వర్ధంపూర్ 2వ డివిజన్ మాజీ సర్పంచ్
నాగపూరి శంకర్ గౌడ్
కాంగ్రెస్ పార్టీ గ్రామ శాఖ అధ్యక్షులు

కన్నుల పండువగా బతుకమ్మ వేడుకలు



బన్సీలార్ పేట్ ప్రతినిధి, ప్రజాభూమి:
పద్మావతి నగర్ సాయబాబా ఆలయ సమీపంలో మహిళలు బతుకమ్మ పండుగను ఘనంగా నిర్వహించారు. తీరొక్క రంగ, రంగుల పూలతో అలంకరించిన బతుకమ్మలను ఓ చోట పెట్టి వందలాది మంది మహిళలు సాంప్రదాయ దుస్తులు ధరించి, బతుకమ్మ పాటలతో ఆడి, పాదారు. అనంతరం జీహెచ్ఎమ్సీ ఏర్పాటు చేసిన వాటర్ పాండ్ లో బతుకమ్మలను నిమజ్జనం చేశారు.

గన్నేరువరం, బెజ్జంకి, ఇల్లంతుకుంటు మండల ప్రజలకు, మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు
బతుకమ్మ, విజయ దశమి శుభాకాంక్షలు..
సంపతి ఉదయ్ కుమార్
బిడ్డి జీవని చైర్మన్



ఆధ్యాత్మిక చింతన అలవరుకోవాలి

మెదక్ జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్

మెదక్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) : ప్రతి ఒక్కరు ఆధ్యాత్మిక చింతన అలవరుకోవాలని మెదక్ జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ అన్నారు. శుక్రవారం పాపన్నపేట మండలం నాగపానపల్లి గ్రామంలోని ప్రసిద్ధ పుణ్యక్షేత్రమైన ఏడుపాయల వనదుర్గామాతను జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్

కుటుంబ సమేతంగా దర్శించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ సిబ్బంది, అర్చకులు పూర్వార్థంతో ఘనస్వాగతం పలికారు. ఆలయ సిబ్బంది ఆలయ మర్యాదలతో సత్కరించి తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు. అనంతరం కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో ప్రజలు ఆయురారోగ్యాలతో

అపైశ్యాలతో ఉండాలని ఏడుపాయల వనదుర్గ అమ్మవారిని కోరుకున్నట్లు పేర్కొన్నారు. విజయదశమి నవరాత్రి ఉత్సవాలలో భాగంగా అమ్మవారు వివిధ అలంకరణలతో భక్తులకు దర్శనమిస్తారని, భక్తులు దర్శించుకుని పునీతులు కావాలని ఆకాంక్షించారు.



జిల్లా ప్రజలందరికీ దసరా శుభాకాంక్షలు

మాజీ ఎమ్మెల్యే పద్మాదేవేందర్ రెడ్డి

మెదక్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) :

మాజీ ఎమ్మెల్యే పద్మాదేవేందర్ రెడ్డి మెదక్ జిల్లా ప్రజలకు, బీఆర్ఎస్ పార్టీ శ్రేణులకు, నాయకులు, కార్యకర్తలకు దసరా పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ తెలంగాణ సాంస్కృతిక జీవన విధానంలో దసరాకు ప్రత్యేక స్థానం ఉన్నదన్నారు. విజయానికి చిహ్నంగా దసరా పండుగను విజయదశమి పేరుతో దేశవ్యాప్తంగా జరుపుకుంటారని తెలిపారు. దసరా రోజున కుటుంబంలోని సభ్యులందరూ ఒకే కోట గుమికూడి సామాపికంగా సంబురాలు జరుపుకోవడం తెలంగాణ సబ్బంద వర్ణల బిక్కతకు నిదర్శనంగా నిలుస్తుందన్నారు. శమిపూజ చేసి జమ్మి అకుసు బంగారంగా భావించి అలాంటి బిల్లు తీసుకోవడం పెద్దల ఆశీర్వాదం తీసుకోవడం శుభసూచకంగా భావించే పాల పిట్టను దర్శించుకోవడం తెలంగాణ ప్రాంతానికి ప్రత్యేకమన్నారు. మెదక్ జిల్లా నిత్య విజయాల



కలిగేలా దుర్గామాత కృపాకటాక్షాలు జిల్లా ప్రజలందరిపై ఉండాలని, ప్రజలందరికీ సుఖసంతోషాలను ప్రసాదించాలని దుర్గామాతను ప్రార్థించారు.

దసరా పండుగ విజయానికి ప్రతీక

-మేడ్చల్ జిల్లా కలెక్టర్ గౌతమ్

శామీర్పేట్, అక్టోబర్ (ప్రజా భూమి) :

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా ప్రజలకు మేడ్చల్ జిల్లా కలెక్టర్ గౌతమ్ దసరా పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. దసరా పండుగ విజయానికి ప్రతీకగా నిలుస్తుందన్నారు. దేవీ శరన్నవరాత్రులను పురస్కరించుకొని తొమ్మిది రోజుల పాటు దుర్గామాతను వివిధ అలంకరణలతో అలంకరించి, అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు చేస్తారని, అనంతరం విజయదశమి పండుగను జరుపుకోవడం ఎంతో శుభసూచకమన్నారు. ఈ దసరా పండుగను ప్రతి ఒక్కరూ ఆనందోత్సాహాలతో జరుపుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.



బాధిత కుటుంబానికి అండగా ఉంటాం

జగదేవ్ పూర్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) :

జగదేవ్ పూర్ మండలం పలుగుగడ్డ గ్రామానికి చెందిన గుర్తుకుల పరమేశ్వర్ (33) ఇటీవల అనారోగ్యంతో మృతిచెందాడు. ఈ విషయం తెలుసుకున్న బీఆర్ఎస్ గ్రామ శాఖ అధ్యక్షులు పిట్టల ను పరామర్శించి రూ.5వేలు ఆర్థికసాయం అందజేశారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ మృతుడి కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని హామీనిచ్చారు.

కార్యక్రమంలో మాజీ సర్పంచ్ రాజేశ్వరిరవి, వార్డు సభ్యులు సుజాతసాయిరాం, కో ఆర్డర్ సభ్యులు కనకయ్య, రమేష్, బీఆర్ఎస్ గ్రామ శాఖ ఉపాధ్యక్షులు కనకయ్య, బీఆర్ఎస్ మాజీ యూజీ అధ్యక్షులు కృష్ణ, కరుణాకర్, ఫిల్డ్ అసిస్టెంట్ సర్పంచులు, అంబయ్య శుక్రవారం మృతుడి కుటుంబ సభ్యులను సూచించారు. 5వేలు ఆర్థికసాయం అందజేశారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ మృతుడి కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని హామీనిచ్చారు.



బాధిత కుటుంబానికి ఆర్థికసాయం

దౌలాబాద్, అక్టోబర్ 9 (ప్రజా భూమి) :

అనారోగ్యంతో మృతి చెందిన హుమాలీ కార్మికుడి కుటుంబానికి తోటి హుమాలీ కార్మికులు ఆర్థిక సాయం అందజేశారు. రాయచోటి మండలం పద్మపల్లి గ్రామంలో హుమాలీ కార్మికుడు కొల్లూరు రామలు అనారోగ్యంతో మృతి చెందాడు. ఈ విషయం తెలుసుకున్న పద్మపల్లి హుమాలీ సంఘం కార్మికులు శుక్రవారం బాధిత కుటుంబాన్ని పరామర్శించి రూ.10వేలు ఆర్థికసాయం అందజేశారు. కార్యక్రమంలో హుమాలీ కార్మికులు శామ్సూద్, నర్సయ్య, మురారీ, కుమార్, సత్యయ్య, సుధాకర్, యాదయ్య, ఎల్లయ్య పాల్గొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో యువతి మృతి

శామీర్పేట్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) :

ట్రాక్టర్ ను వింగర్ వ్యాన్ డి కొట్టడంతో యువతి మృతి చెందిన సంఘటన జిల్లా పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో చోటుచేసుకుంది. పోలీసుల కఠిన ప్రకారం శుక్రవారం ఉదయం శామీర్పేట మండలం తుర్కపల్లి పరిధిలోని యూనిట్ బయోటెక్ కంపెనీకి చెందిన 8 మంది ఉద్యోగులను వింగర్ వ్యాన్ లో ఎక్కించుకొని కంపెనీకి బయలుదేరాడు. వింగర్ వ్యాన్ డ్రైవర్ అతివేగంతో ముందు వెళ్తున్న ట్రాక్టర్ ను డి కొట్టాడు. దీంతో వింగర్ వ్యాన్ లో ముందు సీట్లో కూర్చున్న నగర్ లోని బెగంపేటకు చెందిన ఉద్యోగిని ఏవిల్స్ (31) అక్కడికక్కడే మృతి చెందింది. మరో ఇద్దరు వ్యక్తులకు గాయాలయ్యాయి. విషయం తెలుసుకున్న పోలీసులు హుటాహుటిన ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని క్షతగాతులను సమీపంలోని ఆస్పత్రికి తరలించారు. ఈ మేరకు కేసు నమోదు చేసుకొని దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

వైభవంగా దేవీ శరన్నవరాత్రులు

కిసర్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) :

దేవీ శరన్నవరాత్రుల సందర్భంగా శుక్రవారం నాగారం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని రాంపల్లి శ్రీమలకాళి దేవాలయంలో పురోహితులు ప్రధాన అర్చకులచే ఆలయ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక అభిషేక పూజలు నిర్వహించారు. 9వ రోజు శ్రీమహాకాళి దేవీ అలంకరణలో శ్రీమహాకాళి అమ్మవారు భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. అనంతరం నిత్య అన్నదాన కార్యక్రమంలో అన్నదాతలను సత్కరించారు. సాయంత్రం మహిళలచే కుంకుమార్చన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ పూజా కార్యక్రమంలో శ్రీమహాకాళి అమ్మవారు



రి ఆలయ కమిటీ, ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



మహిషాసురమర్ధినిగా దుర్గమ్మ దర్శనం



దౌలాబాద్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) :

తొమ్మిదవరోజు మహిషాసురమర్ధినిగా దుర్గామాత భక్తులకు దర్శనం ఇచ్చారు. శుక్రవారం దౌలాబాద్ మండల కేంద్రంలోని వెంకటేశ్వర ఆలయం, పాపమ్మ గడ్డ దుర్గమ్మ దేవాలయం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన దుర్గాదేవి నవరాత్రి ఉత్సవాలు వైభవంగా కొనసాగుతున్నాయి. మహిషాసురమర్ధినికి వేద పండితులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. వెంకట



శ్వర స్వామి దేవాలయం ఏర్పాటుచేసిన దుర్గామాత శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాల సందర్భంగా సామాజిక కుంకుమార్చన, యజ్ఞం నిర్వహించారు. అనంతరం భక్తులకు అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. పాపమ్మగడ్డ దుర్గమ్మ ఆలయం వద్ద ఏర్పాటుచేసిన దుర్గామాతకు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఉదయం సాయంత్రం అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించడంతో దేవీ శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు అత్యంత వైభవంగా నిర్వహిస్తున్నారు.

అంతర్ రాష్ట్ర దొంగల ముఠా అరెస్ట్



చిన్నశంకరపేట్, అక్టోబర్ 11 (ప్రజా భూమి) :

దేవాలయాలలో దొంగతనాలు చేస్తున్న అంతర్ రాష్ట్ర దొంగల ముఠాను పోలీసులు పట్టుకున్నారు. ఈ మేరకు ఎస్ఐ ఉదయ కుమార్ రెడ్డి మీడియాకు వివరాలు వెల్లడించారు. మెదక్ జిల్లాలోని నాగిరెడ్డి పేట్, హావేలీ ఘనపూర్, చిన్న శంకరపేట్, చేగుంటలోని ఆలయాల్లో గత నెలలో నాలుగు దొంగతనాలు జరిగాయని చెప్పారు. ఈ నేపథ్యంలో దర్యాప్తు వేగవంతం చేశామని, చిన్న శంకరపేట్ మండలం గవ్వలపల్లి వద్ద వాహనాలు తనిఖీ చేస్తుండగా కొందరు అనుమానస్పదంగా టాటామంజు కారులో తప్పించుకోనే ప్రయత్నం చేశారని ఏ

ర్కొన్నారు. వారిని చాకచక్యంగా పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారని చెప్పారు. పట్టుబడిన ముఠాలో మహారాష్ట్ర నాందేడ్ కు చెందిన అస్సాం, షేక్ ఇలియాస్, షేక్ సమీర్ గుర్తించిన అనుమానం ముగ్గురు పాత నేరస్థులే అని ఎస్ఐ తెలిపారు. అంతర్ రాష్ట్ర ముఠా నుంచి మూడు సెల్ ఫోన్లు, ఒక కారు, ఐదు లక్షల 50 వేల రూపాయల విలువచేసే బంగారు, వెండి ఆభరణాలు స్వాధీనం చేసుకున్నమని ఎస్ఐ వెల్లడించారు. నిందితులపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామన్నారు. దొంగల ముఠాను పట్టుకున్న పోలీస్ సిబ్బందిని ఎస్ఐ అభినందనందించారు.

అందరి మనస్తత్వాలు ఒకలా ఉండవు. కొంతమంది మనసులో ఉన్న విషయాలేవీ దాచుకోకుండా చెబుతే. మరికొంతమంది చెప్పాలనుకునేవి కూడా చెప్పలేరు. ఇలాంటివారిని ఇంట్రోవర్ట్స్ అంటారు. అయితే, వీరిలో కూడా కొన్ని హిడెన్ టాలెంట్స్ ఉంటాయి. అవేంటో తెలుసుకోండి.

తక్కువ మాట్లాడేవారు ఈ విషయాల్లో గ్రేట్

- సెల్ఫ్ అవేర్..**
 తక్కువగా మాట్లాడే వారు వారి గురించి వారి పాజిటివ్ అంశాల గురించి బాగా తెలిసి ఉంటుంది. దీంతో ఏ విషయంలోనైనా మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. ఆ పనులు చక్కగా పూర్తి చేస్తారు.
- క్రియేటివిటీ..**
 వేరేవారికంటే తక్కువగా మాట్లాడేవారు క్రియేటివిటీగా ఉంటారు. వారి లోన్లీనెస్, ఇమాజినేషన్, క్రియేటివిటీని మరింత డెవలప్ అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో మిగతావారికంటే చాలా క్రియేటివిటీగా ఉంటారు.
- సరిగ్గా మాట్లాడడం..**
 అదే విధంగా, తక్కువగా మాట్లాడేవారు.. మాట్లాడే కొన్ని విషయాలైనా సరిగ్గా ఆలోచించి
- మాట్లాడతారు. ఈ మాటలు మరింత పవర్ఫుల్ గా ఉంటాయి. పాయింట్ టూ పాయింట్ మాట్లాడతారు.
- ఎక్కువగా వినడం..**
 తక్కువగా మాట్లాడేవారిని మనం గమనిస్తే ఎక్కువగా వినతారు. ఏదైనా విషయం చెప్పాలనుకుంటే వీరికి చెప్పాచ్చు. వీరు పూర్తి వివరాలన్నీ తెలుసుకుని అర్థం చేసుకుంటారు. ఆ తర్వాత స్పందిస్తారు.
- వీటితో పాటు..**
 తక్కువగా మాట్లాడేవారికి ఓపిక ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఎలాంటి తప్పులు జరగకముందే వాటిని గుర్తించి సరిచేస్తారు. వారు ఇతరులతో కనెక్ట్ అవుతారు. అయితే మాత్రం చాలా బాగా కనెక్ట్ అవుతారు.



3 నెలలు ఇలా చేస్తే పొట్ట మాయం



ఇప్పుడు ఆడ మగ తేడా లేకుండా ప్రతి ఒక్కరు ఎదుర్కొంటున్న అతిపెద్ద సమస్య ఊబకాయం. పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు చేరి బాస కడుపుతో బయటకు వెళ్లాలంటే ఇబ్బంది పడుతున్న వారు బోలెడు మంది ఉన్నారు. ముఖ్యంగా మహిళల్లో కూడా ఈ పొట్ట సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది.

మహిళల్లో పొట్ట సమస్య
 శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, ఆఫీసులోనూ, ప్రయాణాలలోనూ గంటల తరబడి కూర్చోని ప్రయాణం చేయడం సరిగ్గా నిద్రపోకపోవడం, అనవసరపు టెన్షన్లు, ఆహారంలో ఎక్కువ మొత్తంలో కార్బోహైడ్రేట్లు తీసుకోవడం వల్ల ఈ పొట్ట సమస్యను మహిళలు ఎదుర్కొంటున్నారు. మహిళల్లో ఈ పొట్ట తగ్గాలంటే ఏం చేయాలి అనేది ప్రస్తుతం మనం తెలుసుకుందాం.

పొట్ట తగ్గాలంటే మహిళలు చెయ్యవల్సింది ఇదే మహిళల్లో పొట్ట తగ్గాలంటే ముందు లైఫ్ స్టైల్ చేంజ్ చేసుకోవాలి. ప్రతిరోజూ కనీసం ఒక అరగంట పాటు అయినా శారీరక శ్రమ ఉండాలి. ప్రతిరోజూ వ్యాయామం చేయడానికి సమయం కేటాయించుకోవాలి. కచ్చితంగా ప్రతిరోజూ 8 గంటల పాటు నిద్రపోవాలి. వారంలో మూడు రోజులపాటు ఏరోబిక్ ఎక్సర్సైజులు, మిగతా రెండు రోజులు బరువులు ఎత్తే, శక్తినిచ్చే శారీరక వ్యాయామాలు చేయాలి. ఆహారంలో ఇవి తినండి.. పొట్ట పెరుగుతుంది శారీరక వ్యాయామంతో పొట్ట చుట్టూ పేర్చుకోవచ్చు చాలా వరకు తగ్గుతుంది. ప్రతిరోజూ సమయానుకూలంగా నిద్రపోతే శరీరం లోని మెటబాలిజం పెరుగుతుంది. అన్నిటికంటే ముఖ్యంగా ఆహారం విషయానికి వస్తే స్వీట్లు, కేకులు, చక్కెర, బెల్లంతో తయారు చేసిన పదార్థాలు తీసుకోకూడదు. పెండి పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉండే పాలిష్ చేసిన బియ్యం, అటుకులు వంటి వాటిని ఆహారంలో తీసుకోవడం తగ్గించాలి.

ఆహారంలో ఇవి ఉండేలా చూసుకోవాలి. పొట్ట తగ్గుతుంది తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. తాజా కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. అన్నం తక్కువ క్యాలరీలో తినాలి. దాని బదులు పప్పులు, తృణధాన్యాలు, సలాడ్లు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. ఆహారం తీసుకోవడానికి ఒక పూట తృణధాన్యాలతో తయారు చేసిన ఆహారాన్ని మరొక పూట పప్పు దినుసులతో కూడిన ఆహారాన్ని తీసుకుంటే పొట్ట బాగా తగ్గుతుంది.

మూడు నెలలు చేస్తే బెస్ట్ రిజల్ట్ మూడు నెలల పాటు ఈ విధానాన్ని పాటిస్తే మీ లైఫ్ స్టైల్ ను ఈ విధంగా చేంజ్ చేసుకుంటే పొట్ట చుట్టూ పేరుకు పోయిన కొవ్వు తగ్గడం మాత్రమే కాకుండా మీ ఆరోగ్యం కూడా బాగా ఉంటుంది శరీరంగా మీ ఉత్సాహం పెరుగుతుంది.



ఆరోగ్యమే కాదు అందం కూడా

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అంటారు. ఆరోగ్యంగా ఉండాలని ప్రతి ఒక్కరు కోరుకుంటారు. అటువంటి ఆరోగ్యం కోసం మనం మంచి ఆహారం అలవాట్లు చేసుకుంటే ప్రయోజనం కలుగుతుంది. ప్రతిరోజూ మనం మన ఆహారంలో కొన్ని రకాల జ్యూస్ లు తాగితే లాభం చేసుకుంటుంది. అలాంటి వాటిలో బీట్ రూట్ జ్యూస్ ఒకటి. బీట్ రూట్ దుంప రకానికి చెందినది.

బీట్ రూట్ తో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు
 ప్రతిరోజూ మనం బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగితే చాలా ఆరోగ్యంగా ఉంటామని డాక్టర్లు చెబుతున్నారు. బీట్ రూట్ లో ఉండే పోషకాలు మనకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయని సూచిస్తున్నారు. బీట్ రూట్ రంగు ఏ విధంగా ఉంటుందో దాని వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా అంతే బాగుంటాయి. బరువు తగ్గాలి అనుకున్నా, రక్తహీనత పోవాలన్నా, గుండె సమస్యలనుంచి బయటపడాలన్న ఆహారంలో భాగంగా చేసుకుంటే మంచిది.

అనేక ఆరోగ్య సమస్యల నుండి ఉపశమనం
 చాలామంది సెలబ్రిటీస్ ప్రతిరోజూ బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగుతారు. బీట్ రూట్ లో ఉండే పోషకాలు విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సి, క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం తో పాటు అనేక పోషకాలు మన శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగే వారిలో గుండె పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. బీట్ రూట్ జ్యూస్ గుండె సమస్యలను తగ్గించడమే కాకుండా, హైబీపీ తదితర సమస్యల నుంచి కూడా ఉపశమనం ఇస్తుంది.

చర్మ ఆరోగ్యానికి బీట్ రూట్
 ఎముకలను దృఢంగా ఉంచే శక్తి బీట్ రూట్ జ్యూస్ లో ఉంది. మన చర్మాన్ని కాంతివంతం చేయడానికి బీట్ రూట్ జ్యూస్ ఎంతో సహాయపడుతుంది. గోళ్ళు, వెంటుకలు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే కూడా బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగితే మంచిది. శారీరక దృఢత్వం కోసం బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగినట్లయితే మంచి ప్రయోజనం ఉంటుంది. దీని వల్ల రక్తహీనత సమస్య తగ్గుతుంది.

బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగితే బరువుకు చెక్
 రక్తంలో హిమాగ్లోబిన్ స్థాయి పెరుగుతుంది. మన కాలేయాన్ని డిటాక్సిఫై చేస్తుంది బీట్ రూట్ జ్యూస్. ప్రతిరోజూ ఒక గ్లాసు బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగితే శరీరంలో కొవ్వు కరుగుతుందని డైటీషియన్లు చెబుతున్నారు. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు కచ్చితంగా బీట్ రూట్ జ్యూస్ ను తాగటం అలవాటు చేసుకోవాలి. బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగడం వల్ల మలబద్ధకం కూడా తగ్గుతుంది.

బీట్ రూట్ తో జ్ఞాపకశక్తి
 మన శరీరానికి కావలసిన శక్తిని ఇస్తుంది. అలసట లేకుండా రోజంతా మనం ఉత్సాహంగా ఉండే విధంగా ఇది చేస్తుంది. బీట్ రూట్ జ్యూస్ తాగితే మన జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుందని చెబుతున్నారు. మెదడుకు రక్త సరఫరా బాగా జరిగి మెదడు షార్ప్ గా పని చేస్తుంది కూడా చెబుతున్నారు. మన చర్మం నిగారింపును సొంతం చేసుకోవడానికి కూడా బీట్ రూట్ ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందని ప్రతిరోజూ మన ఆహారంలో బీట్ రూట్ ను భాగంగా చేసుకోవడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు.



'విశ్వంభర' రాక...

ఓ వేడుక

అభిమానులు, సిని ప్రేయుల దసరా వేడుకల్లో 'విశ్వంభర' ఓ భాగం కానుంది. చిరంజీవి కథానాయకుడిగా తెరకెక్కుతున్న 'విశ్వంభర' టీజర్ శనివారం విడుదలవుతోంది. 'అందరూ ఎదురు చూస్తున్న అతని రాక ఓ వేడుక' అంటూ ఈ విషయాన్ని చిత్రబృందం శుభ్రవారం అధికారికంగా ప్రకటించింది.

వశిష్ట దర్శకత్వంలో, యు.వి.త్రియంపన్న వతాకంపై రూపొందుతున్న చిత్రమిది. చిరంజీవి సరసన త్రిప సటిస్తున్నారు. విక్రమ్, వంశీ, ప్రమోద్ నిర్మాతలు. నేడు విడుదలవుతున్న టీజర్ తోపాటు, విడుదల తేదీపై కూడా చిత్రబృందం స్పష్టతనిచ్చే అవకాశాలున్నాయి. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: ఎం.ఎం.కిరవాణి.

నాకు స్వాతంత్ర్యమే లేకుండా చేశారు!



అడపిల్ల ఇంటికి భారం అనుకునే తల్లిదండ్రులు ఎంతోమంది. ఆ జాబితాలో తన పేరెంట్ల కూడా ఉన్నారంటోంది బాలీవుడ్ బ్యూటీ మల్లికా పెరావల్. తన సోదరుడికి ప్రేమను వంచి తనపై మాత్రం వివక్ష చూపించారని చెప్తోంది. తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో ఆమె మాట్లాడుతూ.. "నా పేరెంట్ల ఎప్పుడూ నా సోదరుడిని ముద్దు చేసేవారు. అతి గారాబం చేసేవారు. నాపై మాత్రం వివక్ష చూపించేవారు."

రిషి.. ఓ మంచి రేసర్



నిఖిల్ సిద్ధార్థ్ కథానాయకుడిగా సుధీర్ వర్మ తెరకెక్కించిన చిత్రం 'అప్పడే ఇప్పడే ఎప్పుడే'. బీవీఎస్ ఎన్ ప్రసాద్ నిర్మించారు. రుక్మిణి వసంత్ కథానాయిక. దివ్యాంశ కౌశిక్, హర్ష తదితరులు ముఖ్య పాత్రలు పోషించారు. ఈ సినిమా నవంబరు 8న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే శుభ్రవారం ఈ చిత్ర టీజర్ విడుదల చేశారు. "వీడి పేరు రిషి. మనోడు లోకల్ లో మంచి రేసర్. లండన్ వెళ్లి తెల్ల పిల్లను పడేసి ప్రపంచం మొత్తం ఘోరంగా మనుకున్నాడు" అంటూ టీజర్ లో నిఖిల్ పాత్రను ఆసక్తికరంగా పరిచయం చేశారు. ఈ ప్రచార చిత్రాన్ని తీర్చిదిద్దిన తీరును బట్టి.. ఇదొక సస్పెన్స్ యాక్షన్ థ్రిల్లర్ గా ముస్తాబైనట్లు అర్థమవుతోంది.

సవీన్ చంద్ర హీరోగా లోకేష్ అక్షయ్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న చిత్రం 'లెవెన్'. అజ్మల్ ఖాన్, రేయా హరి నిర్మిస్తున్నారు. రేయా, శశాంక్, అభిరామి తదితరులు ముఖ్య పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. నిర్మాణానంతరం పనుల్లో ఉన్న ఈ సినిమా త్వరలో తెలుగు, తమిళ భాషల్లో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఇందులో నటి శ్రుతిహాసన్ పాడిన "ది డెవిల్ ఈజ్ వెయిటింగ్" అనే గీతాన్ని హీరో కమల్ హాసన్ విడుదల చేశారు. ఈ పాటకు డి.ఇమ్మాన్ స్వరాలు సమకూర్చగా.. దర్శకుడు లోకేష్ సాహి త్వమందించారు. "ఆసక్తికర కథాంశంతో తెరకెక్కిన ఇన్వెస్టిగేటివ్ థ్రిల్లర్ ఇది. ప్రిన్స్ ప్లే చాలా రేసిగా ఉంటుంది. త్వరలో విడుదల తేదీ ప్రకటిస్తాం" అని చిత్రవర్గాలు తెలిపాయి.



శ్రుతి.. ది డెవిల్ ఈజ్ వెయిటింగ్