PRGI: APTEL/25/A2478

క్రైం కౌంటర్

webisite:www.crimecounter.in ప్రజా సంక్షేమమే అంతిమ లక్ష్యం తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 02 సంచిక : 284 గుంటూరు సోమవారం 29- 06 - 2026 పేజీలు : 4 వెల. 2/-

దాహంపై దందా..!

- వాటర్ మాఫియా వలలో ప్రజలు
- చుక్క నీళ్లకూ చుక్కలు చూపిస్తున్న ప్రైవేట్ ట్యాంకర్లు
- అక్రమ బోర్లే ఆదాయం.. ధరల అరాచకం
- వాటర్ మాఫియాకు వరంగా మారిన నీటి ఎద్దడి
- పర్యావరణానికి పొంచి ఉన్న ప్రమాదం

క్రైం కౌంటర్, సబ్ ఎడిటర్ : ప్రకృతి ప్రసాదించిన అమూల్యమైన వనరు నీరు.. కానీ నేడు అది కొందరి చేతుల్లో కాసులు కురిపించే బంగారంగా మారింది.. రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాల్లో నీటి కొరతను ఆసరాగా చేసుకుని, ప్రజల అవసరాలను పెట్టుబడిగా మార్చుకుంటూ కోట్లకు పడగెత్తుతోంది ఒక అదృశ్య సామ్రాజ్యం.. అదే 'వాటర్ మాఫియా'.. ?ప్రభుత్వాల అలసత్వం, ప్రణాళిక లేని పట్టణీకరణ, భూగర్భ జలాలు అడుగంటిపోవడం వంటి కారణాలతో ఈ మాఫియా రోజురోజుకూ బలపడుతోంది.. అధికారుల పర్యవేక్షణ లేకపోవడం, అక్రమ బోర్లు, అనుమతి లేని ట్యాంకర్లతో నీటి వ్యాపారం మూడు పువ్వులు ఆరు కాయలుగా సాగుతోంది..

క్రైం కౌంటర్, సబ్ ఎడిటర్

చుక్క నీళ్లకే చుక్కలు.. అక్రమ బోర్లే ఆదాయం

రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం అపార్ట్మెంట్ కల్చర్ వస్తున్న నేపథ్యంలో ఇంటింటికీ నీటి సరఫరా సక్రమంగా లేకపోవడంతో ప్రజలు తప్పనిసరిగా ప్రైవేట్ ట్యాంకర్లను ఆశ్రయిస్తున్నారు. సాధారణ రోజుల్లో రూ.500--700 ఉండే ట్యాంకర్ ధర.. అవసరాన్ని బట్టి రూ.1500 నుంచి రూ.3 వేలు వరకు పెంచుతున్నా అడిగేవారు లేరు. అవసరాన్ని ఆసరాగా చేసుకుని ఇష్టారాజ్యంగా వసూళ్లు చేస్తున్నారు. ఇక వ్యవసాయ భూముల్లో, ఖాళీ స్థలాల్లో అనుమతులు లేకుండానే లోతైన బోర్లు వేసి భూగర్భ జలాలను విచ్చలవిడిగా తోడేస్తున్నారు. ఒకవైపు రైతులకు నీరు లేక పంటలు ఎండిపోతుంటే.. మరోవైపు ట్యాంకర్ల ద్వారా అదే నీటిని భారీ ధరలకు విక్రయిస్తున్నారు. పట్టణ శివార్లలోని వ్యవసాయ భూములు, చెరువులు, ప్రభుత్వ స్థలాలను గుర్తించి, అక్కడ ఎలాంటి అనుమతులు లేకుండా వందల అడుగుల లోతుకు బోర్లు వేస్తున్నారు. వందలాది ప్రైవేట్ వాటర్ ట్యాంకర్ల ద్వారా ఈ నీటిని రాష్ట్రంలోని ఐటీ కారిడార్లు, అపార్ట్‌మెంట్లు, హాస్పిటళ్లు, హోటళ్లకు తరలిస్తున్నారు.

ప్రభుత్వ సరఫరా లైన్లలో లీకేజీలు సృష్టించడం లేదా అధికారులతో కుమ్మక్కై సక్రమంగా నీరు అందకుండా చేయడం ద్వారా ప్రైవేట్ ట్యాంకర్లకు డిమాండ్ పెంచుతున్నట్లు ఆరోపణలు వినవస్తున్నాయి.

పర్యావరణానికి పొంచి ఉన్న ప్రమాదం

వాటర్ మాఫియా కేవలం ఆర్థిక దోపిడీకే పరిమితం కాలేదు, పర్యావరణాన్ని నిలువునా ముంచేస్తోంది.

నిరంతరాయంగా, పరిమితికి మించి నీటిని తోడేయడం వల్ల భూగర్భ జలమట్టం పాతాళానికి పడిపోతోంది. భూమి లోపల ఖాళీలు ఏర్పడి లాంగ్ రన్‌లో భూమి కుంగిపోయే ప్రమాదం ఉందని పర్యావరణ వేత్తలు హెచ్చరిస్తున్నారు. ట్యాంకర్లలో సరఫరా చేసే నీటి నాణ్యతను ఎవరూ పరీక్షించరు. శుద్ధి చేయని ఈ నీటి వల్ల కలరా, టైఫాయిడ్,

చర్మ వ్యాధులు సంభవిస్తున్నాయని చెబుతున్నారు.

అధికారుల మౌనం.. మాఫియాకు బలం

నీటి వ్యాపారం ఎక్కడ జరుగుతోందో, ఎవరు నిర్వహిస్తున్నారో అధికారులకు తెలియదనడం నమ్మశక్యం కాదు. అయినా అక్రమ బోర్లపై, అనుమతి లేని ట్యాంకర్లపై చర్యలు లేకపోవడంతో వాటర్ మాఫియా మరింత బలపడుతోందనే విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. నీటి కొరతతో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతుంటే.. అదే కొరతను కొందరు కోట్ల రూపాయల వ్యాపారంగా మార్చుకోవడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. నీరు జీవన హక్కు.. కానీ అది కొందరికి వ్యాపార వస్తువుగా మారిపోవడం బాధాకరం.

చర్యలు శూన్యం..?

వాటర్ మాఫియాకు అడ్డుకట్ట వేయడం కేవలం చట్టాల వల్ల మాత్రమే సాధ్యం కాదు. దీనికి వ్యవస్థాగతమైన మార్పులు అవసరం. నీరు అనేది వ్యాపార వస్తువు కాదు, అది మానవ హక్కు. ప్రజల దాహాన్ని దోచుకునే వాటర్ మాఫియాపై ఉక్కుపాదం మోపాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది. ఈ మాఫియా దోపిడీని ఇప్పుడే అరికట్టకపోతే, భవిష్యత్తులో మూడో ప్రపంచ యుద్ధం నీటి కోసమే వస్తుందన్న నిపుణుల హెచ్చరికలు నిజమవ్వడానికి ఎంతో కాలం పట్టదు. అధికారులు ఇప్పటికైనా మేల్కొని అక్రమ నీటి వ్యాపారానికి అడ్డుకట్ట వేయకపోతే.. భవిష్యత్తులో "నీరు" కూడా సామాన్యుడికి అందని ఆస్తిగా మారే ప్రమాదం ఉంది.

సీషెల్స్‌లో భారత్ 'మహాసాగర్' సంకల్పం

జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్): విక్టోరియా(సీషెల్స్), సీషెల్స్ పర్యటనలో ఉన్న భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, హిందూ మహాసముద్ర ప్రాంతంపై తనదైన ముద్ర వేశారు. ద్వైపాక్షిక సంబంధాలను మరింత బలోపేతం చేసే లక్ష్యంతో, ఆయన కీలకమైన 'మహాసాగర్' సంకల్పాన్ని ముందుకు తీసుకొచ్చారు. భారత్-సీషెల్స్ మధ్య దౌత్య సంబంధాలు, సీషెల్స్ స్వాతంత్ర్యం పొంది 50 ఏళ్లు పూర్తవుతున్న తరుణంలో ఈ పర్యటన అత్యంత ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది. ఈ చరిత్రాత్మక సందర్భంలో ప్రధాని మోదీకి సీషెల్స్ దేశ అత్యున్నత పురస్కారం ప్రదానం చేసింది

ప్రపంచ రోయింగ్ కప్:

భారత్‌కు స్వర్ణం

జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్):భారత రోయింగ్ చరిత్రలో ఎన్నడూ లేని ఘనత నమోదైంది. స్విట్జర్లాండ్ వేదికగా జరుగుతున్న 2026 వరల్డ్ రోయింగ్ కప్-3లో భారత ఆర్మీకి చెందిన లక్ష్య, ఉజ్వల్ కుమార్ సింగ్ స్వర్ణ పతకం సాధించి చరిత్ర సృష్టించారు. ప్రపంచ రోయింగ్ కప్ చరిత్రలోనే భారత్‌కు ఇది తొలి స్వర్ణం కావడం విశేషం. లైట్ వెయిట్ మెన్స్ డబుల్ స్కల్స్ ఫైనల్‌లో భారత్ జోడీ 6:26.09 నిమిషాల్లో రేస్‌ను పూర్తి చేసి అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. హాంకాంగ్ (6:27.14), నెదర్లాండ్స్ (6:27.36) తర్వాత స్థానాల్లో నిలిచాయి. చివరి వరకు ఉత్కంఠభరితంగా సాగిన ఈ పోటీలో భారత జోడీ ఆధిక్యాన్ని నిలబెట్టుకుని చారిత్రక విజయాన్ని అందుకుంది.

ఏపీ డిజిటల్ ప్రగతిపై ఫోకస్

అమరావతి, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్): అమరావతిలో సునీల్ భారతి మిత్తల్‌తో సీఎం చంద్రబాబు భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా డిజిటల్ మౌలిక వసతుల అభివృద్ధిపై చర్చించారు. ఈ సమావేశంలో ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో భవిష్యత్తు అవసరాలకు అనుగుణంగా డిజిటల్ మౌలిక వసతుల అభివృద్ధిపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు, భారతి ఎంటర్‌ప్రైజెస్ చైర్మన్ సునీల్ భారతి మిత్తల్‌తో చర్చించారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా డిజిటల్ కనెక్టివిటీని మరింత బలోపేతం చేయడంతో పాటు గ్రామీణ ప్రాంతాలకు లాస్ట్-మైల్ ఇంటర్నెట్ సేవలను విస్తరించే అంశంపై ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించారు. అలాగే రాష్ట్రంలో మొబైల్ టవర్ కనెక్టివిటీని పెంచేందుకు చేపట్టాల్సిన కార్యాచరణ, డేటా సెంటర్ల ఏర్పాటుకు పెట్టుబడులను ప్రోత్సహించే అవకాశాలు, సముద్రగర్భ ఇంటర్నెట్ కేబుల్ ల్యాండింగ్ స్టేషన్ ఏర్పాటు వంటి కీలక అంశాలపై ఇరువురు చర్చించారు. మొబైల్ సేవల సంస్థలకు ఈజ్ ఆఫ్ డూయింగ్ బిజినెస్‌ను మరింత మెరుగుపరిచే చర్యలపై కూడా అభిప్రాయాలు పంచుకున్నారు.రాష్ట్రంలో ప్రపంచ స్థాయి డిజిటల్ మౌలిక వసతుల కల్పనకు ప్రభుత్వం పూర్తిస్థాయిలో

కట్టుబడి ఉందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు స్పష్టం చేశారు. ప్రతి పౌరుడికి నాణ్యమైన ఇంటర్నెట్, మెరుగైన కమ్యూనికేషన్ సేవలు అందించడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని ఆయన తెలిపారు. ఈ సమావేశం రాష్ట్రంలో డిజిటల్ రంగ అభివృద్ధి, పెట్టుబడుల ఆకర్షణకు కొత్త అవకాశాలను తెరచే దిశగా కీలక అడుగుగా భావిస్తున్నారు.

పేద ప్రజలకు గుడ్ న్యూస్.. కొత్త పింఛన్లు మంజూరు..

జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్): ఎన్టీఆర్ భరోసా పింఛన్లకు సంబంధించి ఏపీ ప్రభుత్వం ముఖ్యమైన నిర్ణయం తీసుకుంది. స్పౌజ్ కేటగిరి కింద 7792 మందికి కొత్తగా పింఛన్లు మంజూరు చేసింది. వీరికి జూలై నెలలో పింఛన్లు అందించనున్నట్లు మంత్రి కొండపల్లి శ్రీనివాస్ తెలిపారు. జూలై ఒకటో తేదీన పింఛన్ల పంపిణీ కార్యక్రమం ఉంటుందని తెలిపారు. అలాగే జులై నెల పింఛన్ల కోసం రూ.2711.79 కోట్ల నిధుల్ని విడుదల చేసినట్లు మంత్రి కొండపల్లి శ్రీనివాస్ ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు.

గుంటూరు, ప్రకాశం, విజయవాడ, కాకినాడ, అనంతపూర్, కడప ఎడిషన్లతో ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ వ్యాప్తంగా వెలువడుతున్న క్రైం కౌంటర్ దినపత్రికలో వ్యాపార ప్రకటనలకు సంప్రదించండి. 9849707349

మేకలు మేపుతుండగా పిడుగు పడి రైతు మృతి

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ దుర్గి పులిమెల మాణిక్యం పల్నాడు జిల్లా,దుర్గి మండలం కేంద్రంలో ఆదివారం ఘోర విషాదం చోటుచేసుకుంది.దుర్గి గ్రామానికి చెందిన చిన్న వెంకటేశ్వర్లు అనే రైతు మేకలను మేపేందుకు పొలానికి వెళ్లారు.మధ్యాహ్నం ఒక్కసారిగా వర్షం ప్రారంభం కావడంతో రక్షణ కోసం ఆయన సమీపంలోని ఒక చెట్టు కిందకు వెళ్లారు.అదే సమయంలో ఆ చెట్టుపై పిడుగు పడటంతో చిన్న వెంకటేశ్వర్లు అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయారు. మృతుడికి భార్య పిల్లలున్నారు.ఈ ఘటనతో దుర్గి గ్రామంలో తీవ్ర విషాదం నిండింది.

వర్షాకాలానికి ముందే కుందేరు శుభ్రపరిచే పనులు

చీరాల డ్రైనేజీ వ్యవస్థ మెరుగుదలకు చర్యలు

చీరాల, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): రానున్న వర్షాకాలాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని బాపట్ల జిల్లా చీరాల పట్టణంలోని ప్రధాన డ్రైనేజీ కాలువ అయిన కుందేరులో మరమ్మత్తులు, శుభ్రపరిచే పనులు వేగంగా కొనసాగుతున్నాయి. పట్టణంలో వర్షపు నీరు సాఫీగా వెళ్లేందుకు అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టారు. కాలువలో పేరుకుపోయిన గుర్రపు డెక్కలు, జమ్ము చెట్లు, పూడిక, చెత్తాచెదారాన్ని యంత్రాల సహాయంతో తొలగిస్తూ నీటి ప్రవాహానికి ఆటంకం లేకుండా చేస్తున్నారు. కాలువ సామర్థ్యాన్ని పెంచేలా పూడిక తొలగింపు, మరమ్మత్తు పనులు చేపడుతున్నారు. వర్షాల సమయంలో నీటి నిల్వ, మురుగునీటి సమస్యలు తలెత్తకుండా ముందస్తు చర్యల్లో భాగంగా ఈ పనులు నిర్వహిస్తున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. పనులు పూర్తయితే చీరాల పట్టణంలో డ్రైనేజీ వ్యవస్థ మరింత మెరుగుపడి, ప్రజలకు ఇబ్బందులు తగ్గే అవకాశం ఉందన్నారు. స్థానికులు కూడా కుందేరు కాలువను నిరంతరం పరిశుభ్రంగా ఉంచాలని కోరుతున్నారు.

ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి పోలియో నిర్మూలన అవసరం: డాక్టర్ రమాదేవి

రెంటచింతల (క్రైమ్ కౌంటర్):ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణంలో భాగంగా పోలియో మహమ్మారి నిర్మూలనకు ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా భాగస్వామ్యం కావాలని స్థానిక ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం వైద్యాధికారిణి డాక్టర్ రమాదేవి పిలుపునిచ్చారు. ఆదివారం మండల వ్యాప్తంగా నిర్వహించిన 'పల్స్ పోలియో' వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని ఆమె పర్యవేక్షించి, అధికారికంగా ప్రారంభించారు.?ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ రమాదేవి మాట్లాడుతూ... పోలియో రహిత సమాజాన్ని స్థాపించేందుకు ప్రభుత్వం పకడ్బందీ చర్యలు తీసుకుంటోందని స్పష్టం చేశారు. ఐదేళ్ల లోపు వయసున్న ప్రతి చిన్నారికీ తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాల్సిన బాధ్యత తల్లిదండ్రులపైనే ఉందని, ఇందులో ప్రతి ఒక్కరూ చొరవ చూపాలని కోరారు.?మండల వ్యాప్తంగా ముమ్మరంగా వ్యాక్సినేషన్.. 18 పోలియో చుక్కల కేంద్రాల్లో,85 మంది నిర్వహణ సిబ్బందితో 3,642 మంది ఐదేళ్ల లోపు పిల్లలకు పోలియో చుక్కలు వేసినట్లు తెలిపారు. ?మండలంలో ఏ ఒక్క చిన్నారి కూడా పోలియో చుక్కలు వేసుకోకుండా ఉ ండిపోకూడదనే లక్ష్యంతో సిబ్బంది క్షేత్రస్థాయిలో విస్తృతంగా సేవలందించినట్లు వైద్యాధికారిణి వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆరోగ్య శాఖ సిబ్బంది నల్లపు కోటేశ్వరరావుతో పాటు పలువురు ఆశా కార్యకర్తలు, అంగన్‌వాడీ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

చిన్నారుల ఆరోగ్య రక్షణ ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత

ఐదేళ్లలోపు ప్రతి బిడ్డకు పోలియో చుక్కలు వేయించాలి: ఎమ్మెల్యే మద్దులూరి మాలకొండయ్య

చీరాల, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): చిన్నారుల ఆరోగ్య రక్షణ ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని, ఐదేళ్లలోపు ప్రతి బిడ్డకు తప్పనిసరిగా పల్స్ పోలియో చుక్కలు వేయించాలని చీరాల ఎమ్మెల్యే మద్దులూరి మాలకొండయ్య పిలుపునిచ్చారు.

ఆదివారం పల్స్ పోలియో నిర్మూలన కార్యక్రమంలో భాగంగా చీరాల బస్టాండ్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక శిబిరాన్ని ఎమ్మెల్యే ప్రారంభించి, చిన్నారులకు స్వయంగా పోలియో చుక్కలు వేశారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ, పోలియో మహమ్మారిని దేశం నుంచి పూర్తిగా నిర్మూలించేందుకు ప్రభుత్వం ప్రతి విడతలో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహిస్తోందన్నారు. గతంలో పోలియో చుక్కలు వేసినప్పటికీ, ప్రతి పల్స్ పోలియో విడతలో ఐదేళ్లలోపు పిల్లలందరికీ మళ్లీ చుక్కలు వేయించడం సురక్షితమే కాకుండా రోగనిరోధక శక్తిని మరింత పెంచుతుందని వివరించారు.

తల్లిదండ్రులు ఎలాంటి అపోహలకు లోనుకాకుండా తమ పిల్లలకు తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాలని కోరారు. గ్రామాలు, వార్డుల్లో ఆశా వర్కర్లు, అంగన్‌వాడీ సిబ్బంది, ఆరోగ్యశాఖ సిబ్బంది సమన్వయంతో పనిచేసి ఒక్క చిన్నారిని కూడా మిస్ కాకుండా వంద శాతం లక్ష్యాన్ని సాధించాలని సూచించారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నాణ్యమైన వైద్య సేవలందించేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ఎండలు, వానలను లెక్కచేయకుండా సేవలందిస్తున్న ఆరోగ్య సిబ్బందిని అభినందిస్తూ, ప్రయాణాల్లో ఉన్నవారు బస్టాండ్లు, రైల్వే స్టేషన్లు తదితర ప్రాంతాల్లో ఏర్పాటు చేసిన మొబైల్ పోలియో కేంద్రాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్డీఓ, ఆరోగ్యశాఖ అధికారులు, సిబ్బంది, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు పాల్గొన్నారు.

ప్రతి చిన్నారికి పోలియో చుక్కలు తప్పనిసరి.డాక్టర్ సుదర్శన్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ దుర్గి. పులిమెల మాణిక్యం. పల్నాడు జిల్లా,దుర్గి మండలంలో ముటుకూరు గ్రామం ఎస్సీ కాలనీ ఎంపీపీ ఎస్ స్కూల్ నందు ఐదేళ్ల లోపు ప్రతి చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాలని తల్లిదండ్రులకు ముటుకూరు లూథరన్ క్రీస్తు దేవాలయం పాస్టర్ యేసుదానం స్కూల్ నందు ఆదివారం నిర్వహించిన పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి ప్రారంభించారు.పోలియో రహిత సమాజాన్ని స్థాపించేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వామ్యం కావాలని మెడికల్ ఆఫీసర్ డాక్టర్ సుదర్శన్ కోరారు.పోలియో రహిత రాష్ట్రం లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం కట్టుబడి పనిచేస్తుందని డాక్టర్ పూజిత భాయ్ తెలిపారు.రెండు పోలియో చుక్కలతో పిల్లలను అంగవైకల్యం నుంచి కాపాడుకోవచ్చని వివరించారు.ఇంటింటికి వెళ్లి చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు నూరు శాతం వేయించాలని సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో మెడికల్ ఆఫీసర్ డాక్టర్ సుదర్శన్,డాక్టర్ పూజిత భాయ్,హెల్త్ సూపర్వైజర్ శ్రీనివాసరావు,వెంకటేశ్వర్లు,రామాంజినేయులు,ఫార్మసిస్ట్ విమల,ఏఎన్ఎం అన్నమ్మ,పద్మ భాయ్,అంగన్వాడీ వర్కర్స్,ఆశ వర్కర్స్, హాస్పటల్ సిబ్బంది మరియు సంఘ కాపరి రేవ.కటికల యేసుదానం కాలనీ వాసులు,గ్రామ పెద్దలు తదితరులు పాల్గొన్నారు .

బాపట్ల జిల్లా సీనియర్ మెన్ & విమెన్ ఫుట్‌బాల్ సెలెక్షన్స్

చీరాల, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): ఆంధ్రప్రదేశ్ ఫుట్‌బాల్ అసోసియేషన్ ఆదేశాల మేరకు బాపట్ల జిల్లా ఫుట్‌బాల్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో సీనియర్ మెన్ మరియు ఉమెన్ ఫుట్‌బాల్ జట్ల ఎంపికలు జూలై 1, 2026 (బుధవారం) సాయంత్రం 3.30 గంటలకు చీరాలలోని ఎన్.ఆర్ & పి.ఎం హైస్కూల్ క్రీడా మైదానంలో నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా ఫుట్‌బాల్ అసోసియేషన్ ప్రకటించింది.

జిల్లా స్థాయి నుంచి ప్రతిభావంతులైన క్రీడాకారులను గుర్తించి రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలకు ఎంపిక చేయడం ఈ సెలెక్షన్స్ ప్రధాన ఉద్దేశమని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఫుట్‌బాల్‌పై ఆసక్తి ఉన్న పురుష, మహిళా క్రీడాకారులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.

సెలెక్షన్స్‌కు హాజరయ్యే క్రీడాకారులు జనన ధ్రువీకరణ పత్రం, ఆధార్ కార్డు జిరాక్స్ ప్రతులు, రెండు పాస్‌పోర్ట్ సైజు ఫోటోలు తప్పనిసరిగా తీసుకురావాలని సూచించారు.

ఈ కార్యక్రమాన్ని బాపట్ల జిల్లా ఫుట్‌బాల్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షురాలు జి. వంశీ కిరణ్, ఉపాధ్యక్షురాలు ఎం. ప్రభావతి,ట్రెజరర్ పి. హనుమంతరావు, సమ్మర్ ఫుట్‌బాల్ క్యాంప్ ఇన్‌చార్జి బోనిగల ప్రేమయ్య పర్యవేక్షిస్తున్నారు.

అసోసియేషన్ కమిటీ సభ్యులు బి. అంకినీడు గోపి, పి.తేజస్వి, జి. విజయ రోసిలిన్, బోనిగల క్రాంతి కుమార్, యు. ప్రసన్న కుమార్, వి. హేమంత్ కుమార్, ఎన్. బాల శౌరి, ఎం. రాజుతో పాటు క్రీడా సభ్యులు రంగనాథ్, నరేష్ పి. మాధవరావు, పి. ప్రీతి ఈ కార్యక్రమ నిర్వహణలో పాల్గొంటున్నారు. సెలెక్షన్స్‌కు సంబంధించిన పూర్తి వివరాల కోసం జిల్లా ఫుట్‌బాల్ అసోసియేషన్ కార్యదర్శి 9966770817, ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ 9291345448 నంబర్లను సంప్రదించాలని నిర్వాహకులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

పీవీ నరసింహారావు 105వ జయంతి..
చంద్రబాబు, పవన్, లోకేశ్ నివాళులు

క్రైమ్ కౌంటర్ గుంటూరు జిల్లా బ్యూరో(కట్టా నాగరాజు)భారత మాజీ ప్రధాని, దివంగత పీవీ నరసింహారావు 105వ జయంతి సందర్భంగా దేశవ్యాప్తంగా పలువురు ప్రముఖులు నివాళులర్పిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్, విద్య, ఐటీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ ఎక్స్ వేదికగా స్పందించారు. పీవీ నరసింహారావుకు ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా దేశానికి ఆయన చేసిన సేవలను ప్రశంసించారు. క్లిష్ట సమయంలో దూరదృష్టితో ఆలోచించి దేశాభివృద్ధికి తోడ్పడ్డారని, భావి తరాలకు ఆదర్శంగా నిలిచారని కొనియాడారు

పీవీ నరసింహారావు మహానేత: సీఎం చంద్రబాబు

భారత మాజీ ప్రధాని పీవీ నరసింహారావు 105వ జయంతి సందర్భంగా ఘన నివాళి అర్పిస్తున్నా. దేశం క్లిష్ట పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటున్న సమయంలో ప్రధానిగా బాధ్యతలు స్వీకరించి, దూరదృష్టితో ఆర్థిక సంస్కరణలకు శ్రీకారం చుట్టారు. భారత అభివృద్ధి దిశను మార్చిన మహానేతగా ఆయన చిరస్మరణీయులు. పీవీ దార్శనిక నాయకత్వం, దేశాభివృద్ధికి చేసిన సేవలు తరతరాలకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తాయి. ఆ మహనీయుడి పుణ్యస్మృతికి మరొకసారి వినమ్ర నివాళులు' అంటూ ఎక్స్ వేదికగా నివాళులర్పించారు

ఆర్థికవేత్తగా ఎన్నో సంస్కరణలు: మంత్రి లోకేశ్

ప్రధానమంత్రిగా, ఆర్థికవేత్తగా ఎన్నో సంస్కరణలను అమలులోకి తీసుకువచ్చి దేశాభివృద్ధికి విశేష కృషి చేసిన భారతరత్న పీవీ నరసింహారావు జయంతి సందర్భంగా నివాళులు అర్పిస్తున్నా. రాజనీతిజ్ఞుడిగా, బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలిగా పేరుగాంచిన పీవీ నరసింహారావు తెలుగువారు కావడం మనందరికీ గర్వకారణం. పీవీ జయంతి సందర్భంగా రాష్ట్రానికి, దేశానికి ఆయన అందించిన సేవలను స్మరించుకుందాం' అంటూ ఎక్స్‌లో పోస్టు పెట్టారు.

పీవీ గొప్ప రాజనీతిజ్ఞుడు: పవన్ కల్యాణ్

భారతరత్న పీవీ నరసింహారావు జయంతి సందర్భంగా నా హృదయపూర్వక నివాళులు అర్పిస్తున్నా. భారతదేశపు అత్యంత దార్శనిక రాజనీతిజ్ఞులలో ఒకరు, అసాధారణ పండితుడు పీవీ నరసింహారావు. ఆయన నాయకత్వం మన దేశ చరిత్ర గమనాన్ని మార్చేసింది. కీలక సమయంలో ఆయన ధైర్యం, దూరదృష్టి, చారిత్రాత్మక ఆర్థిక సంస్కరణలు భారతదేశ వృద్ధికి, ప్రపంచ స్థాయిలో దాని స్థానానికి కొత్త మార్గాలను తెరిచాయి. పీవీ అద్భుతమైన మేధస్సు, పరిపాలనా నైపుణ్యం, జాతీయ ప్రగతి పట్ల అచంచలమైన నిబద్ధత శాశ్వత స్ఫూర్తిగా నిలుస్తున్నాయి. ఆయన స్ఫూర్తి ప్రతి భారతీయుడిని నిబద్ధతతో దేశానికి సేవ చేయడానికి ప్రేరేపిస్తూనే ఉండాలని ఆశిస్తున్నా' అని పవన్ కల్యాణ్ పేర్కొన్నారు.

అమరావతిపై వైసీపీ ద్వంద్వ వైఖరిని గమనిస్తున్న ప్రజలు: మంత్రి రాంప్రసాద్

క్రైమ్ కౌంటర్ గుంటూరు జిల్లా బ్యూరో(కట్టా నాగరాజు) ఐదేళ్ల పాటు రాజధాని అమరావతిని నిర్వీర్యం చేసిన వైసీపీ నేతలు ఇప్పుడు ప్రజలను రెచ్చగొట్టే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా శాఖ మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి మండిపడ్డారు. రాజధానిగా అమరావతిని అంగీకరించని వైసీపీ నేతలకు ఇప్పుడు అక్కడ పర్యటించే నైతిక హక్కు లేదని స్పష్టం చేశారు. ఆదివారం అమరావతిలో మంత్రి రాంప్రసాద్ విలేకర్లతో మాట్లాడుతూ.. ప్రజల రాజధాని అమరావతిని అడ్డుకోవడం వైసీపీ రాజకీయ అజెండాగా మారిందని అన్నారు. అభివృద్ధి కోసం కాదు, అలజడి సృష్టించడం కోసమే వైసీపీ నేతలు అమరావతిలో పర్యటిస్తున్నారని విమర్శించారునిర్మాణాలు జరిగే ప్రాంతంలో ఘర్షణలకు కారణం వైసీపీ నేతల రెచ్చగొట్టే వైఖరే అని మంత్రి రాంప్రసాద్ పేర్కొన్నారు. అమరావతి అభివృద్ధిని ప్రజలు స్వాగతిస్తుంటే.. వైసీపీ మాత్రం అడ్డంకులు సృష్టించే ప్రయత్నం చేస్తోందని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. అమరావతిపై వైసీపీ ద్వంద్వ వైఖరిని ప్రజలు గమనిస్తున్నారని తెలిపారు. రాజకీయ లబ్ధి కోసమే వైసీపీ నేతలు అమరావతి వేదికగా మరో డ్రామా ప్రారంభించారని ఆరోపించారు.కూటమి ప్రభుత్వం అమరావతి అభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉందని రవాణా శాఖ మంత్రి పునరుద్ఘాటించారు. ఎలాంటి కుట్రలు చేసినా రాజధాని అమరావతి నిర్మాణాన్ని ఆపలేరని వైసీపీ నేతలకు స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్రాభివృద్ధిని అడ్డుకునే రాజకీయాలను ప్రజలు స్వాగతించారని.. ఈ విషయాన్ని గ్రహించాలంటూ వైసీపీ నేతలకు మంత్రి రాంప్రసాద్ సూచించారు.

అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరూ ఓటరుగా నమోదు కావాలి:

- ఎమ్మెల్యే మద్దులూరి మాలకొండయ్య

చీరాల, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): ప్రత్యేక సమగ్ర ఓటరు జాబితా పునఃపరిశీలన (ఎస్ఐఆర్) కార్యక్రమాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ సద్వినియోగం చేసుకుని, అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరూ ఓటరుగా నమోదు కావాలని చీరాల ఎమ్మెల్యే మద్దులూరి మాలకొండయ్య పిలుపునిచ్చారు.చీరాల పట్టణంలోని పద్మశాలి కళ్యాణ మండపంలో క్లస్టర్, యూనిట్, బూత్ ఇన్‌చార్జిలతో నిర్వహించిన నియోజకవర్గ స్థాయి అవగాహన సమావేశంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడారు.

భారత ఎన్నికల సంఘం 24 సంవత్సరాల తర్వాత ప్రత్యేక సమగ్ర ఓటరు జాబితా పునఃపరిశీలన చేపట్టడం చారిత్రాత్మక నిర్ణయమని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ఈ అవకాశాన్ని వినియోగించుకుని ఎలాంటి పొరపాట్లు లేని సమగ్ర ఓటరు జాబితాలను రూపొందించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.జూన్ 15 నుంచి జూలై 14 వరకు బూత్ లెవల్ అధికారులు (బీఎల్ఓలు) ఇంటింటికీ వెళ్లి ఓటర్ల వివరాలను సేకరిస్తారని, ఈ ప్రక్రియలో పార్టీ బూత్ లెవల్ ఏజెంట్లు, నాయకులు, కార్యకర్తలు చురుకుగా పాల్గొని ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. కొత్త ఓటర్ల నమోదు, వివరాల సవరణ, మరణించిన లేదా అర్హత కోల్పోయిన వారి పేర్ల తొలగింపు వంటి అంశాల్లో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని కోరారు.జూలై 21న ముసాయిదా ఓటరు జాబితాలు విడుదల కానుండగా, ఆగస్టు 20 వరకు అభ్యంతరాలు స్వీకరిస్తారని, సెప్టెంబర్ 22న తుది ఓటరు జాబితాలు ప్రకటిస్తారని తెలిపారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు అత్యంత విలువైనదని, అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరి పేరు ఓటరు జాబితాలో ఉండేలా నాయకులు, కార్యకర్తలు, బూత్ లెవల్ ఏజెంట్లు సమష్టిగా కృషి చేయాలని ఎమ్మెల్యే పిలుపునిచ్చారు.ఈ సమావేశంలో చిలకలూరిపేట ఏఎంసీ చైర్మన్ షేక్ కరీముల్లా, బాపట్ల జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షుడు సలగల రాజశేఖర్ బాబు, చీరాల ఏఎంసీ చైర్మన్ కౌతరపు జనార్ధన్, పార్టీ నాయకులు, క్లస్టర్, యూనిట్, బూత్ ఇన్‌చార్జిలు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

వేటపాలెంలో 105 శాతం లక్ష్యంతో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం విజయవంతం

వేటపాలెం, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): వేటపాలెం మండల ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం నిర్వహించిన పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసింది. మండల పరిధిలో ఏర్పాటు చేసిన 20 పోలియో బూతులు, రెండు ట్రాన్సిట్ పాయింట్లు, ఒక మొబైల్ బృందం ద్వారా నిర్దేశించిన 3,326 మంది ఐదేళ్లలోపు చిన్నారులకు బదులుగా మొత్తం 3,505 మంది చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి 105 శాతం లక్ష్యాన్ని సాధించారు.మండల ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన పోలియో బూత్‌ను వైద్యాధికారిణి డాక్టర్ ఎం. ప్రియాంక తన కుమారుడికి తొలి పోలియో చుక్కలు వేయించి ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆమె మాట్లాడుతూ, నిర్దేశించిన లక్ష్యాన్ని మించి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేసిన ఆరోగ్యశాఖ క్షేత్రస్థాయి సిబ్బంది, సూపర్‌వైజర్లు, ఐసీడీఎస్ సిబ్బంది, ఆశా కార్యకర్తలు, అలాగే సహకరించిన తల్లిదండ్రులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఇంకా పోలియో చుక్కలు వేయించుకోని చిన్నారులు ఎవరైనా ఉంటే, సోమవారం మరియు మంగళవారం నిర్వహించే ఇంటింటి సందర్శనల్లో వారికి కూడా పోలియో చుక్కలు వేసి వంద శాతం కవరేజీ సాధించాలని సిబ్బందికి సూచించారు. పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం విజయవంతం కావడంలో ఆరోగ్యశాఖ సిబ్బంది సమిష్టి కృషి, తల్లిదండ్రుల సహకారం కీలక పాత్ర పోషించాయని డాక్టర్ ప్రియాంక పేర్కొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాద బాధితుడు మృతి

రెంటచింతల క్రైమ్ కౌంటర్ రెంటచింతల సమీపంలో ఇటీవల చోటుచేసుకున్న రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన మరో వ్యక్తి చికిత్స పొందుతూ ఆదివారం మృతి చెందాడు. ?వివరాల్లోకి వెళ్తే.. ఈ నెల 25వ తేదీన రెంటచింతల పరిసర ప్రాంతంలో ఓ ఆటోను ఓ వాహనం బలంగా ఢీకొట్టిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ ప్రమాదంలో రెంటాల గ్రామానికి చెందిన వడ్రంగి కార్మికుడు, అవివాహితుడైన అనుముల వీరాంజనేయచారి (51) తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. ప్రమాద సమయంలో ఆయన వృత్తిరీత్యా గురజాలకు ఆటోలో ప్రయాణిస్తున్నాడు. ?ప్రమాదం అనంతరం ఆయనను మెరుగైన వైద్యం కోసం గుంటూరు ప్రభుత్వ సర్వజన ఆసుపత్రికి తరలించారు. అక్కడ ఐదు రోజులుగా మృత్యువుతో పోరాడుతూ, పరిస్థితి విషమించడంతో ఆదివారం తుదిశ్వాస విడిచాడు.?మృతుల సంఖ్య రెండుకు చేరిక.. ?కాగా ఇదే ప్రమాదంలో వీరాంజనేయచారి తమ్ముడు సత్యనారాయణాచారి కూడా తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. ప్రస్తుతం ఆయన నరసరావుపేటలోని ఒక ప్రైవేట్ ఆసుపత్రిలో అత్యవసర చికిత్స పొందుతున్నారు. వీరాంజనేయచారి మృతితో ఈ ప్రమాదంలో మరణించిన వారి సంఖ్య రెండుకు చేరింది. ఒకే కుటుంబానికి చెందిన ఇద్దరు ప్రమాద బారిన పడటం, అందులో ఒకరు మృతి చెందడంతో రెంటాల గ్రామంలో విషాదం అలుముకుంది.

శ్రీ వేణుగోపాల స్వామి దేవస్థాన 9వ వార్షికోత్సవ వేడుకలు

- ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన నరసరావుపేట ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు

క్రైం కౌంటర్, చిలకలూరిపేట నాదెండ్ల మండలం సాతులూరు గ్రామంలోని శ్రీ వేణుగోపాల స్వామి వారి దేవస్థాన 9వ వార్షికోత్సవ వేడుకలు ఆదివారం భక్తిశ్రద్ధలతో వైభవంగా జరిగాయి. ఈ వేడుకల్లో నరసరావుపేట శాసనసభ్యులు డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. వార్షికోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ఆలయంలో ఉదయం నుంచి గోపూజ, గణపతి పూజ, స్వామివారికి స్నపన తిరుమంజనం తదితర విశేష పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. అనంతరం భక్తులకు తీర్థప్రసాద వితరణ చేశారు. సాయంత్రం స్వామివారి తిరువీధి ఉత్సవం కన్నులపండువగా సాగింది. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు మాట్లాడుతూ ఆలయాల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని, భక్తుల సౌకర్యార్థం అవసరమైన అన్ని చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. గ్రామాల్లో ఆధ్యాత్మిక వాతావరణం పెంపొందేలా ఇలాంటి ఉత్సవాలు దోహదపడతాయని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో ఆలయ ధర్మకర్తలు, కమిటీ సభ్యులు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, గ్రామ పెద్దలు, పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు.

పోలియో రహిత సమాజమే లక్ష్యం: సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్.

జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్): రామన్నపేట మండలంలోని ఎల్లంకి గ్రామంలో ఆదివారం పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని గ్రామ సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ ప్రారంభించారు. గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయం ఎదుట ఏర్పాటు చేసిన కేంద్రంలో 0 నుంచి 5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు.ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ, ప్రతి చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించి పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి తల్లిదండ్రులు సహకరించాలని కోరారు. ఒక్క చిన్నారిని కూడా వదిలిపెట్టకుండా పోలియో చుక్కలు వేయించేందుకు అధికారులు, సిబ్బంది కృషి చేయాలని సూచించారు.కార్యక్రమంలో ఉపసర్పంచ్ మిర్యాల రాజ్‌కుమార్, వార్డు సభ్యులు లింగయ్య, చిన్నారుల తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ నిదానంపాటి శ్రీ లక్ష్మీ అమ్మవారిని దర్శించుకొన మాజీ ఎమ్మెల్యే పిన్నెల్లి రామకృష్ణారెడ్డి

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ దుర్గి. పులిమెల మాణిక్యం. పల్నాడు జిల్లా,దుర్గి మండలం అడిగోప్పల గ్రామంలో వెలిసియున్న శ్రీ నిదానంపాటి శ్రీ లక్ష్మీ అమ్మవారి దేవస్థానం నందు మాచర్ల పట్టణానికి చెందిన అన్నెం అనంతరావమ్మ మనుమరాలు తేజ సాత్విక రెడ్డి పుట్టు వెంట్రుకల కార్యక్రమంలో పాల్గొని చిన్నారిని ఆశీర్వదించిన పల్నాడు జిల్లా వై.యస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు,మాచర్ల నియోజకవర్గ మాజీ ఎమ్మెల్యే శ్రీ పిన్నెల్లి రామకృష్ణారెడ్డి,మరియు పిన్నెల్లి రామా,ఈ కార్యక్రమంలో వైయస్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ నాయకులు,కార్యకర్తలు, అభిమానులు,మహిళలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

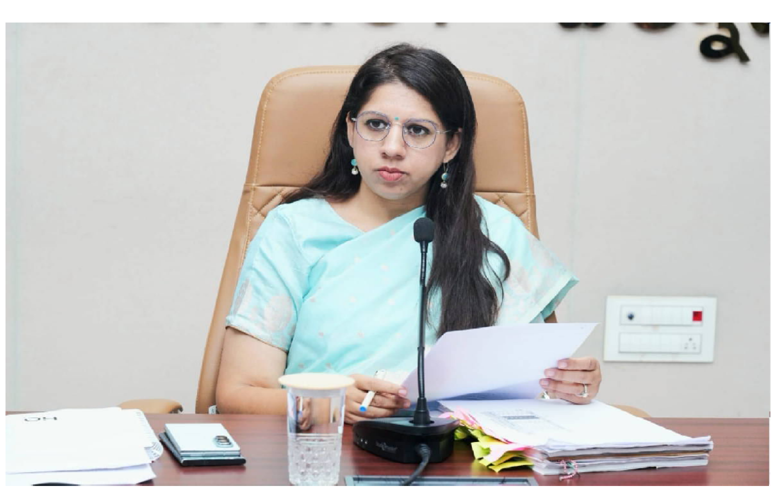
బీసీల జోలికి వస్తే సహించేది లేదు

- నరసరావుపేట ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు
- రజక అరామ క్షేత్రానికి శంకుస్థాపన
- కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణానికి సహకార హామీ

క్రైం కౌంటర్, నరసరావుపేట బీసీల జోలికి వస్తే సహించేది లేదు. బీసీలకు చెందిన భూములను ఆక్రమించినా, వారి హక్కులకు భంగం కలిగించినా కఠిన చర్యలు తప్పవు అని నరసరావుపేట శాసనసభ్యులు డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు హెచ్చరించారు. ఆదివారం నరసరావుపేట పట్టణంలోని బరంపేట పీహెచ్‌సీ ఆసుపత్రి వెనుక రజక సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్మించనున్న రజక అరామ క్షేత్రంకు ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ కార్యక్రమం రజక సంఘాల ఆధ్వర్యంలో స్థానికులతో ఉత్సాహంగా పండుగలాగా సాగింది. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ మాజీ శాసనసభ స్పీకర్ స్వర్గీయ డాక్టర్ కోడెల శివప్రసాద్ రావు రెండు దశాబ్దాల క్రితం రజక సంఘానికి కేటాయించిన భూమి ఆక్రమణకు గురైందన్నారు. ఉమ్మడి కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ సహకారంతో ఆ భూమిని ఆక్రమణల నుంచి విముక్తి చేసి రజక సంఘానికి తిరిగి అందించినట్లు తెలిపారు. బీసీల సంక్షేమం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కట్టుబడి పనిచేస్తోందని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్, నరసరావుపేట ఎంపీ లావు శ్రీకృష్ణదేవరాయలు బీసీల అభివృద్ధికి అండగా నిలుస్తున్నారని చెప్పారు. రజక అరామ క్షేత్రంతో పాటు కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణానికి కూడా అవసరమైన సహకారం అందిస్తామని, చట్టపరమైన ప్రక్రియలు పూర్తి చేసి నిధులు సమకూర్చేందుకు కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. బీసీ సంఘాలు ఐక్యంగా ఉంటేనే సమాజాభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని, విభేదాలను సృష్టించే శక్తులను తిప్పికొట్టాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమంలో బీసీ సంఘాల రాష్ట్ర నాయకుడు బాడుగన్నల శ్రీను, ఉమ్మడి కూటమి నాయకులు, రజక సంఘం ప్రతినిధులు, స్థానిక నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు. ఎమ్మెల్యేకు రజక సంఘం నాయకులు ఘన స్వాగతం పలికి సన్మానించారు.

నేడు పల్నాడు జిల్లాలో ఘనంగా 'ఏరువాక పౌర్ణమి'వేడుకలు.

కొమెరేపాడులో ఖరీఫ్ సీజన్ ప్రారంభించనున్న కలెక్టర్ కృతిక శుక్లా.



క్రైమ్ కౌంటర్ :నరసరావుపేట. (ప్రతినిధి,జి.ఎం.కె. గాంధీ.)–జిల్లా వ్యవసాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో రైతుల పండుగగా ప్రసిద్ధి చెందిన 'ఏరువాక పౌర్ణమి'వేడుకలను ఈనెల 29వ తేదీ సోమవారం ఉదయం ఘనంగా నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా కలెక్టర్ కృతిక శుక్లా తెలిపారు. సత్తెనపల్లి మండలం కొమెరేపాడు గ్రామంలో నిర్వహించే ఈ ప్రధాన కార్యక్రమంలో ప్రజాప్రతినిధులు, రైతులు,వ్యవసాయ అనుబంధ శాఖల అధికారులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొంటారని పేర్కొన్నారు.ఈ వేడుకల్లో భాగంగా శాస్త్రోక్తంగా, సంప్రదాయ పద్ధతిలో నాగలి పూజ, భూమాత పూజలు నిర్వహించనున్నారు. అనంతరం ప్రతీకాత్మకంగా పొలంలో దుక్కి దున్నడం ద్వారా జిల్లాలో ఖరీఫ్–2026 వ్యవసాయ సీజన్‌కు అధికారికంగా శ్రీకారం చుట్టనున్నట్లు కలెక్టర్ వివరించారు.ప్రస్తుత ఖరీఫ్ సీజన్‌కు అవసరమైన విత్తనాలు,ఎరువులు మరియు ఇతర వ్యవసాయ ఇన్పుట్లు జిల్లాలో తగినంత పరిమాణంలో అందుబాటులో ఉంచామని కలెక్టర్ కృతిక శుక్లా స్పష్టం చేశారు.రైతులు ఎవరైనా సరే ప్రభుత్వ అనుమతి పొందిన అధికారిక ఎరువులు, విత్తనాల విక్రయ కేంద్రాల (ఆర్బీకేలు/లైసెన్స్ డీలర్లు) నుంచే కొనుగోలు చేయాలి. కొనుగోలు చేసిన ప్రతిసారీ తప్పనిసరిగా రసీదు (బిల్లు) తీసుకోవాలని రైతులకు ఆమె సూచించారు. జిల్లాలోని రైతులందరూ తమ తమ గ్రామాలకు సమీపంలో నిర్వహించే ఏరువాక పౌర్ణమి కార్యక్రమాలకు హాజరుకావాలని కలెక్టర్ విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ వేడుకల వేదికగా వ్యవసాయ అధికారులు అందించే ఖరీఫ్ సాగుకు సంబంధించిన ఆధునిక శాస్త్రీయ వ్యవసాయ సాంకేతికతలను తెలుసుకొని ఈ ఏడాది సాగును లాభసాటిగా మార్చుకోవాలని ఆమె తెలిపారు.

ఓటరు జాబితా పరిశీలనలో నిర్లక్ష్యానికి తావివ్వొద్దు

–:ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సవరణపై నరసరావుపేట ఎమ్మెల్యే ఫీల్డ్ విజిట్

క్రైం కౌంటర్, నరసరావుపేట ప్రత్యేక ఇంటెన్సివ్ రివిజన్ (ఎస్ఐఆర్) కార్యక్రమంలో భాగంగా కొనసాగుతున్న ఓటరు జాబితా ఎన్యూమరేషన్ ప్రక్రియను నరసరావుపేట శాసనసభ్యులు డాక్టర్ చదలవాడ అరవిందబాబు ఆదివారం క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. నరసరావుపేట మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 32, 33, 2, 10వ వార్డులతో పాటు 10వ వార్డులోని సెయింట్ ఆన్స్ స్కూల్ పరిసర ప్రాంతాల్లో జరుగుతున్న బీఎల్ఓలు, బీఎల్ఏల ఇంటింటి సర్వేను పరిశీలించి అధికారులతో పాటు పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలతో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఓటరు జాబితా పరిశీలనలో ఎలాంటి పొరపాట్లకు తావివ్వకుండా ప్రతి ఇంటిని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించాలని ఎమ్మెల్యే సూచించారు. అర్హులైన ప్రతి ఓటరు పేరు జాబితాలో ఉండేలా చూడాలని అన్నారు. మరణించిన వారు, శాశ్వతంగా ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్లిన వారు, అనర్హుల వివరాలను నిబంధనల ప్రకారం నమోదు చేయాలని తెలిపారు. ప్రతి వివరాన్ని సంబంధిత ఆధారాలతో ధృవీకరించి మాత్రమే నమోదు చేయాలని బీఎల్ఓలు, బీఎల్ఏలకు సూచించారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఎన్నికల సంఘం నిర్వహిస్తున్న ప్రత్యేక ఇంటెన్సివ్ రివిజన్ కార్యక్రమం ఓటరు జాబితాను మరింత పారదర్శకంగా, ఖచ్చితత్వంతో రూపొందించేందుకు ఇది కీలకమైన ప్రక్రియ అని అన్నారు. ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ఓటరు జాబితా అత్యంత ప్రాముఖ్యమైనదని, అర్హులైన ఒక్క ఓటరు కూడా జాబితా నుంచి తొలగిపోకుండా, అనర్హులు చోటు దక్కించుకోకుండా ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతతో వ్యవహరించాలని పిలుపునిచ్చారు.

పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు బీఎల్ఓలకు పూర్తిస్థాయిలో సహకరించి ఇంటింటి సర్వే సజావుగా జరిగేలా చూడాలని అన్నారు. ప్రజలకు అవసరమైన అవగాహన కల్పించాలని ఎమ్మెల్యే సూచించారు. ఎన్నికల సంఘం నిర్దేశించిన మార్గదర్శకాలను కచ్చితంగా అమలు చేస్తూ ఎన్యూమరేషన్ ప్రక్రియ విజయవంతం కావడానికి ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని ఆయన కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఉమ్మడి కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

పోలియో రహిత సమాజమే లక్ష్యం: సర్పంచ్ గంగాపురం వసంత నగేష్ గౌడ్

జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్): పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ నడుం బిగించాలని, తల్లిదండ్రులు బాధ్యతగా తమ పిల్లలకు పోలియో చుక్కలు వేయించాలని నేలపట్ల గ్రామ సర్పంచ్ గంగాపురం వసంత నగేష్ గౌడ్ పిలుపునిచ్చారు. ఆదివారం నేలపట్ల పరిధిలోని మండల పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాల ఆవరణలో ఏర్పాటు చేసిన పల్స్ పోలియో కేంద్రాన్ని ఆమె సందర్శించారు. అనంతరం చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి ఈ కార్యక్రమాన్ని అధికారికంగా ప్రారంభించారు.

యూపీఎస్సీ సివిల్ సర్వీసెస్‌లో విశిష్ట ర్యాంక్ సాధించిన డాక్టర్ కట్ట ప్రత్యూషకు ఘన సన్మానం

- అభినందన సభలో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే

క్రైం కౌంటర్, నరసరావుపేట పెదనందిపాడు మండలం వరగాని గ్రామంలోని శ్రీనివాస కాటన్ మిల్ యూనిట్––2లో యూపీఎస్సీ సివిల్ సర్వీసెస్ పరీక్షలో జాతీయస్థాయిలో విశిష్ట ర్యాంక్ సాధించిన డాక్టర్ కట్ట ప్రత్యూషకు ఆదివారం అభినందన సభ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి నరసరావుపేట శాసనసభ్యులు డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. డాక్టర్ కట్ట ప్రత్యూష, డాక్టర్ కట్ట నందకిషోర్ ఆహ్వానం మేరకు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు యూపీఎస్సీ సివిల్ సర్వీసెస్‌లో విశిష్ట ర్యాంక్ సాధించి వరగాని గ్రామానికి గర్వకారణంగా నిలిచిన డాక్టర్ కట్ట ప్రత్యూషను ఘనంగా సన్మానించి అభినందనలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ యూపీఎస్సీ వంటి అత్యంత ప్రతిష్ఠాత్మక పరీక్షలో విజయాన్ని అందుకోవడం కఠోర శ్రమ, పట్టుదల, అంకితభావానికి నిదర్శనమని అన్నారు. డాక్టర్ కట్ట ప్రత్యూష సాధించిన విజయం గ్రామీణ ప్రాంత యువతకు ఆదర్శంగా నిలుస్తుందని, ఆమె భవిష్యత్తులో ప్రజాసేవలో మరింత ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.ఈ కార్యక్రమంలో కుటుంబ సభ్యులు, ప్రజాప్రతినిధులు, ప్రముఖులు, గ్రామ పెద్దలు, యువత, అభిమానులు తదితరులు పాల్గొని డాక్టర్ కట్ట ప్రత్యూషకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

Published by katikala Vara Prasad. Owned by katikala Vara Prasad. Sub Editor. Gunturu Ramesh, Printed at Sunday printing press 3_4297 Saraswati complex SVN colony. guntur.ap 522006.published at D.no465 Le out no2“.Dodleru Road.Ysr Jagananna colony.Krosuru. Guntur AP. 522410. Editor. Katikala Vara Prasad.RNI APTEL/25/A2478. Ph:9849707349 . email:kvp6858@gmail.com.

PRGI: APTEL/25/A2843

క్రైం కౌంటర్

webisite:www.crimecounter.in ప్రజా సంక్షేమమే అంతిమ లక్ష్యం తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 02 సంచిక : 203 ప్రకాశం, సోమవారం 29- 06 - 2026 పేజిలు : 4 వెల. 2

రామాలయంలో ప్రత్యేక ప్రజలు

వలేటివారిపాలెం క్రైశీ కౌంటర్ ప్రతినిధి పోకూరి మాల్యాద్రి మండలపరిధిలోని అత్తింటివారి పాలెంలో కొలువై ఉన్న శ్రీ సీతారాముల వారి కళ్యాణ మహోత్సవ కార్యక్రమం ఆదివారం జరిగింది. ఎమ్మెల్సీ, ప్రభుత్వ విప్ డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్ ప్రత్యేక పూజలను నిర్వహించడం ఎంతో ఆనందంగాఅనిపించిందన్నారు.శ్రీ సీతారాముల వారి దివ్య అనుగ్రహంతో రాష్ట్ర ప్రజలందరూ సుఖసంతోషాలతో, ఆయురారోగ్యాలతో, సుభిక్షంగా ఉండాలని స్వామివారిని ప్రార్థించారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు వారి కుటుంబ సభ్యులు ఆయురారోగ్యాలతో, మరింత ప్రజాసేవ చేసే శక్తిని, విజయాలను పొందాలని, శ్రీ సీతారాముల వారి ఆశీస్సులు ఎల్లప్పుడూ వారిపై ఉండాలని ప్రార్ధించారు.

చంద్రబాబునుకలిసిన ఎంఎల్ సి ప్రభుత్వ విప్ డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్

క్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు,మార్కాపురం జిల్లా, గిద్దలూరు మండలం, కృష్ణం శెట్టి పల్లె గ్రామపంచాయతీలో నిర్వహించిన సంజీవిని కార్యకమానికి రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడును ఎమ్మెల్సీ ప్రభుత్వ విప్ డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి స్వాగతం పలికారు.అనంతరం ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు తో కలిసి సంజీవని కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.తదుపరి రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రినారా చంద్రబాబునాయుడు తో కలిసి పార్టీ క్యాడర్ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు.

మొక్కలు నాటిన ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి

కావలి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు క్రైశీ కౌంటర్ ప్రతినిధి,పట్టణం 10వ వార్డు మున్సిపల్ స్కూల్ లో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే దగుమాటి వెంకట కృష్ణారెడ్డి హాజరయ్యారు. ఆయనతో పాటు ఆర్టీవో డి. ఎలీషా,మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రావణ్ కుమార్,వైద్య సిబ్బంది,పార్టీ నాయకులతో కలిసి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు.0--5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పల్స్ పోలియో చుక్కలను ఆయనవేశారు.ప్రతి చిన్నారికి పల్స్ పోలియో చుక్కలను వేయించాలని తల్లిదండ్రులకు విజ్ఞప్తి చేశారు.

పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని పిలుపు.చిన్నారుల ఆరోగ్యమే ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు.మున్సిపల్ స్కూల్ ప్రాంగణంలో మొక్కలను నాటి పర్యావరణ పరిరక్షణకు శ్రీకారం చుట్టారు ఒక్క చిన్నారి మిస్ కాకూడదు" అంటూ అవగాహన కల్పించారు
ప్రజలు పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

చిన్నారికిపోలియో చుక్కలను వేయించాలి! ఎం ఎల్ సి డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్

వలేటివారిపాలెం క్రైశీ కౌంటర్ ప్రతినిధి పోకూరి మాల్యాద్రి రెండు చుక్కలతో పోలియో రహిత సమాజ స్థాపనకు నాంది పలకాలని ఎం ఎల్ సి డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్ అన్నారు.వలేటివారిపాలెం మండలంలోనిఅత్తింటివారిపాలెంలో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమంలో పాల్గొని, ఐదు సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలనువేయించారు. పోలియో రహిత సమాజం కోసం పల్స్ పోలియో కార్యక్రమంలో పాల్గొనడం సంతోషాన్ని కలిగించిందన్నారు.

సమాజంలో ఐక్యతను పెంపొందించాలి! పలువురు వక్తలు

ఒంగోలు క్రైశీ కౌంటర్ ప్రతినిధి,నగరంలోని ఎస్ జి వి ఎస్ కన్వెన్షన్ హాల్ లో ప్రకాశం జిల్లా కమ్మవారి సేవా సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన విద్యార్థుల ఫీజుల చెల్లింపు కార్యక్రమం కమ్మ కుటుంబ సభ్యుల ఆత్మీయ సమావేశం ఆదివారం జరిగింది. సమాజంలో ఐక్యతను పెంపొందిస్తూ, సేవా కార్యక్రమాల్లోనూ, విద్యాభివృద్ధిలోనూ భాగస్వామ్యులవుతున్న ప్రతి ఒక్కరికీ నా హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలను పలువురు వక్తలు తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఒంగోలు నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు దామచర్ల జనార్దన్ రావు, ఎమ్మెల్సీ ప్రభుత్వ విప్ డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్ సంతనూతలపాడు నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు డాక్టర్ బి.ఎన్. విజయకుమార్ , రాష్ట్ర కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ నాదెండ్ల బ్రహ్మం చౌదరి , ఆంధ్రప్రదేశ్ మారిటైమ్ బోర్డు చైర్మన్ దామచర్ల సత్య , ప్రకాశం జిల్లా కమ్మ సంఘం అధ్యక్షులు మండవ మురళీకృష్ణ , 20 సూత్రాల అమలు కమిటీ చైర్మన్ లంక దినకర్ , ఇతర ప్రముఖులతో కలిసి పాల్గొన్నారు.

ఐదేళ్లలోపు చిన్నారులకు డ్రాప్స్ వేయించండి..ఏమ్మెల్యే నాగేశ్వరరావు

క్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి కందుకూరుటౌన్ ,పట్టణంలోని క్లబ్ రోడ్డులో గల, అర్బన్ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని ఎం ఎల్ ఏ ఇంటూరి నాగేశ్వర రావు ఆదివారంప్రారంభించారు. పలువురు చిన్నారులకు ఆయన స్వయంగా పోలియో చుక్కలను వేశారు. పోలియో నిర్మూలనకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని, ఐదేళ్ల లోపు చిన్నారులందరికీ పోలియో చుక్కలను వేయించాలని తల్లిదండ్రులకు ఆయనవిజ్ఞప్తి చేశారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 30 వేల కేంద్రాలలో, సుమారు 50 లక్షల మంది చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలను వేసే కార్యక్రమం జరుగుతోందని అన్నారు. కందుకూరు అర్బన్ పరిధిలో 4,067 మంది చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ కొర్రపాటి అనూష, డిప్యూటీ డిఎంఅండ్ హెచ్ ఓ ఊర్మిళాదేవి, డాక్టర్ బ్యులాగ్రేస్, ఏఎన్ఎం ఇంటూరి పద్మావతి, పట్టణ టిడిపి అధ్యక్షుడు దామా మల్లేశ్వరరావు, ఆసుపత్రి అభివృద్ధి కమిటీ సభ్యులు కొచ్చెర్ల శ్రీను, కాకుమాని మాల్యాద్రి, సీనియర్ నాయకులు ఉప్పుటూరి శ్రీనివాసరావు, నియోజకవర్గ తెలుగు మహిళా అధ్యక్షురాలు కల్లూరి శైలజ, అన్న క్యాంటీన్ చైర్మన్ కొండలరావు, నెల్లూరు పార్లమెంట్ అధికార ప్రతినిధి చదలవాడ కొండయ్య, కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి షేక్ రూబీ, పార్టీ నాయకులు జియావుద్దీన్, మూసా, జయకృష్ణ, పలువురు నేతలు, ఏఎన్ఎంలు, ఆశావర్కర్లు అంగన్వాడీ సిబ్బంది, పాల్గొన్నారు.

పల్స్ పోలియో చుక్కల కార్యక్రమం

వలేటివారిపాలెం క్రైశీ కౌంటర్ ప్రతినిధి పోకూరి మాల్యాద్రి, వివి పాలెం ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో జాతీయ పల్స్ పోలియో చుక్కల కార్యక్రమం లో భాగంగా 0-5 సంవత్సరాల చిన్నారులకు 4010 మంది పిల్లలు ఉన్నారు వారికి గాను 3789 డోసులు పోలియో చుక్కలను వేసారు .మొబైల్ టీం కింద 19 పోలియో చుక్కలను మొత్తం గా 3808 పిల్లలకుపోలియో చుక్కలను వేసామని వైద్య సిబ్బంది పేర్కొన్నారు.కాబట్టి ఇందుకుగాను నాలుగు సూపర్వైజర్లుగా ఒక మొబైల్ సూపర్వైజర్ గా వెహికల్స్ ను ఏర్పాటు చేసామని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమశీ లో 144 మంది వైద్య సిబ్బంది ఐసీడీఎస్ సిబ్బంది వాలంటీర్లుడాక్టర్ మంజు భార్గవి డాక్టర్ చందన సిహెచ్ఓ శివరామయ్య, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సిరిపురంలో 'సిరి కన్స్ట్రక్షన్స్' ప్రారంభం.

స్వయం ఉపాధి అవకాశాలను యువత సద్వినియోగం చేసుకోవాలి: ఎమ్మెల్యేలు

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28:రామన్నపేట మండలం సిరిపురం గ్రామంలో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన 'సిరి కన్స్ట్రక్షన్స్' సంస్థను ప్రభుత్వ విప్, నకిరేకల్ ఎమ్మెల్యే వేముల వీరేశం, భువనగిరి ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి ఆదివారం సంయుక్తంగా ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే వేముల వీరేశం మాట్లాడుతూ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఇలాంటి నూతన వ్యాపార సంస్థలు ఏర్పాటు కావడం శుభపరిణామమన్నారు. నిర్మాణ రంగంలో ఉన్న అవకాశాలను యువత సద్వినియోగం చేసుకొని స్వయం ఉపాధి దిశగా అడుగులు వేయాలని సూచించారు.భువనగిరి ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్, స్వయం ఉపాధి పథకాల ద్వారా యువతకు అండగా నిలుస్తోందన్నారు. సిరి కన్స్ట్రక్షన్స్ వంటి సంస్థలు స్థానిక యువతకు ఉపాధి కల్పించడంతో పాటు గ్రామ అభివృద్ధికి దోహదపడతాయని చెప్పారు. ఉద్యోగాల కోసం ఎదురు చూడకుండా పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదగాలని యువతకు పిలుపునిచ్చారు.సంస్థ యాజమాన్యాన్ని ఎమ్మెల్యేలు అభినందిస్తూ, నాణ్యమైన నిర్మాణ సామగ్రి, సేవలను ప్రజలకు అందించి సంస్థ మరింత అభివృద్ధి చెందాలని ఆకాంక్షించారు.

హెచ్ఎం శేషగిరిరావు సేవలు ఆదర్శము!
ఎమ్మెల్సీ ప్రభుత్వ విప్ డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్

క్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి టి నాగ బ్రహ్మం కందుకూరు రూరల్, కందుకూరులోనాకు పాఠాలు బోధించిన గురువు, ప్రధానోపాధ్యాయులు గుట్టపల్లి శేషగిరి రావు పదవీ విరమణ కార్యక్రమం ఆదివారం జరిగింది.నాతో పాటు ఎంతోమంది విద్యార్థులకు విద్యాబుద్ధులు నేర్పి, వారి జీవితాలలో వెలుగులు నింపిన గురువు పదవీ విరమణ చేయడం ఒకవైపు బాధగా ఉన్నప్పటికీ, ఆయన అందించిన సేవలు మార్గదర్శనం ఎప్పటికీ మాకు స్ఫూర్తిదాయకంగానే నిలుస్తాయనీ ఎమ్మెల్సీ ప్రభుత్వ విప్ డాక్టర్ కంచర్ల శ్రీకాంత్ అన్నారు.ఇకపై తన అనుభవంతో మరెందరో జీవితాల్లో వెలుగులునునింపాలని ఆకాంక్షిస్తూ, గురువుని ఘనంగా సన్మానించారు.గురువుకుఆరోగ్యంతో, ఆనందంతో కూడిన పదవీ విరమణ జీవితం కలగాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాననీ పేర్కొన్నారు.

శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామికి జేష్ఠాభిషేకం

క్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, పట్టణంలో ప్రసిద్ధి చెందిన శ్రీ జనార్ధన స్వామి వారి ఆలయంలో వేంచేసి ఉన్న శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయంలో జేష్ఠ పౌర్ణమి సందర్భంగా ఆలయ అర్చకులు కిషోర్ స్వామి ఆధ్వర్యంలో స్వామివారికి పంచామృతాభిషేకం, చందనాభిషేకం శాస్త్రోక్తంగా నిర్వహించి స్వామివారిని కన్నులు పండుగగా అలంకరించారు. ఆలయ అర్చకులు ఉభయ దాతలు కు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. స్వామి వారి అభిషేకంలో భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. మహిళా భక్తులు విష్ణు సహస్రనామ పారాయణంచేశారు. గోవింద నామ స్మరణతో ఆలయ ప్రాంగణం మార్మోగింది. అనంతరం విచ్చేసిన భక్తులకు తీర్థప్రసాదాలను అందజేశారు.

పెద్దవడుగూరు, ప్రమాదంలో గుర్తు తెలియని వ్యక్తి మృతి

పెద్దవడుగూరు, జూన్ 28:క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్ రాము రిపోర్టర్ పెద్దవడుగూరు మండలం రామరాజు పల్లి గ్రామ సమీపంలోని 44 హైవేపై శనివారం రాత్రి ఓ గుర్తు తెలియని వ్యక్తి రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందాడు. గుత్తి నుంచి పామిడి వైపునకు నడుచుకుంటూ వెళ్తున్న వ్యక్తిని గుర్తు తెలియని వాహనం ఢీకొంది. ఈ ప్రమాదంలో అతను అక్కడికక్కడే మృతి చెందాడు. మృతుడి వివరాలు తెలియాల్సి ఉంది. ఈ ఘటనపై పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు.

రేపు చలో విజయవాడ ఏపీ రైతు సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కె.వీరారెడ్డి

క్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, పొగాకు రైతులకు గిట్టుబాటు ధర కల్పించి వారిని ఆదుకోవాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రైతు సంఘం ఇచ్చిన పిలుపులో భాగంగా చలో విజయవాడ కార్యక్రమమును జయప్రదం చేయాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రైతు సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కే వీరారెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. ఆదివారం కందుకూరు మండలం లోని ఓగూరు గ్రామంలో రైతులను ఉద్దేశించి ఆయన మాట్లాడుతూ వర్జీనియా పొగాకు క్వింటా 20వేలకు ధర తగ్గకుండా కొనుగోలు జరపాలని, నో బిడ్స్ లేకుండా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు సైతం ఆదేశాలు జారీ చేసిన అధికారులు లెక్కచేయకుండా పొగాకు వ్యాపారులతో కలిసి పొగాకు రైతులను ఇబ్బందులు గురి చేస్తున్నారని ఆయన అన్నారు. ఈనెల 19వ తేదీన ఒంగోలులో జరిగిన రైతుల ట్రాక్టర్ ర్యాలీ నిరసన లో భారీ సంఖ్యలో రైతులు పాల్గొని తమ ఆవేదనను వ్యక్తం చేశారని అయినా రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి చీమకుట్టినట్లైనా లేదని ఆయన మండిపడ్డారు. ఇది ఇలాగే కొనసాగితే రైతులు ఆత్మహత్య చేసుకునే పరిస్థితి ఏర్పడుతుందని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు 1000 కోట్ల రూపాయలను కేటాయించి ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలైన ఎస్టీసీ, మార్క్ఫెడ్, పొగాకు ఉత్పత్తిదారుల సమైక్య ద్వారా కొనుగోలు చేసినప్పుడు మాత్రమే రైతులకు న్యాయం జరుగుతుందని అన్నారు. క్వింటా పొగాకు సరాసరి ధర 25 వేల రూపాయలు వచ్చే విధంగా ప్రభుత్వ రంగ సంస్థల ద్వారా కొనుగోలు జరపాలని వీరారెడ్డి అన్నారు. ఈనెల 18వ తేదీన ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం వద్దకు రాష్ట్ర వ్యవసాయ మంత్రి అచ్చం నాయుడు గారి ఆధ్వర్యంలో రైతు సంఘాల ప్రతినిధులను స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులను తీసుకువెళ్లి కేంద్ర వాణిజ్య మంత్రి తో సంప్రదింపులు జరిపి పొగాకు రంగ సమస్యలకు పరిష్కారం కనుగొనాలని సూచించిన పది రోజులు గడిచిన ఇప్పటికి ఆ వైపుగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆలోచించకపోవడం దుర్మార్గమని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి క్వింటాకు కాకును ఇరవై వేలకు తక్కువ లేకుండా కొనమని చెపితే మన జిల్లా కలెక్టర్ గారు కాదు 20వేల సరాసరి జరగక కొనమన్నారని మాట మార్చడం రైతుల్ని మోసం చేయటమే అని అన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తెచ్చేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ విజయవాడలో ధర్నా చౌక్ వద్దకు ఉదయం 10 గంటలకు రావాలని, అక్కడి నుండి ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం వద్దకు వెళ్లి తమ సమస్యను నేరుగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రికి దృష్టికి తీసుకెళ్లడం జరుగుతుందని ఆయన తెలిపారు. అప్పటికీ పొగాకు రైతుల సమస్యలు తీరకపోతే ఉద్యమ కార్యాచరణ ఉధృతం చేసి పొగాకు రైతులకు న్యాయం జరిగేలా పోరాడతామని ఆయన ప్రభుత్వాని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అల్లం రాఘవేంద్ర, ప్రభాకర్ రెడ్డి, చల్ల మాల కొండయ్య, మోహన్ రావు, వెంకట్రావు, సురేష్, నరసింహారావు, మహేంద్ర, గద్దం శ్రీను తదితర రైతులు పాల్గొన్నారు.

స్పష్టమైన ఉచ్చారణ భాషా జ్ఞానానికి పునాది ...

ప్రతి అక్షరాన్ని స్పష్టంగా పలకగలడం నిజమైన భాషా జ్ఞానానికి పునాది వంటిదని ఒంగోలు చిన్మయ మిషన్ నిర్వాహకులు స్వామి సత్యాత్మానంద పేర్కొన్నారు. నగరములోని కుర్లాళం శ్రీ సిద్ధేశ్వరి పీఠ పాలిత శ్రీగిరి శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి వారి దేవస్థానం చిన్మయ మిషన్ తోడ్పాటుతో శ్రీగిరి గో క్షేత్ర భవన్ లో నిర్వహించిన శ్రీగిరి చిన్మయ బాల విహార్ శిక్షణా తరగతులలో స్వామి సత్యాత్మానంద పాల్గొని విద్యార్థులకు తెలుగు వర్ణమాలలోని అక్షరాలను ఏది ఎలా పలకాలో స్పష్టంగా ఆదివారం తెలియజేశారు. స్పష్టమైన భాషా జ్ఞానం వల్ల శ్లోకాలు పద్యాలు ఇతర విషయాలు చక్కగా నేర్చుకోగలుగుతారని వివరించారు.
శ్రీగిరి దేవస్థానం ధర్మకర్తల మండలి చైర్ పర్సన్ ఆలూరు ఝాన్సీ రాణి కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించారు. శ్రీ గిరి దేవస్థానం నిర్వాహకులు ప్రసాదాలను అంద చేశారు. ఎస్ పద్మావతి,. ఎం వి ఎస్ శాస్త్రి నిర్వహణా సహకారం అంద చేశారు.

పెద్దవడుగూరులో చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు..!!

పెద్దవడుగూరు, జూన్ 28:క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్ రాము రిపోర్టర్పెద్దవడుగూరు మండలంలోని ఆసుపత్రిలో పిల్లలకు పల్స్ పోలియో చుక్కలు వేసి కార్యక్రమాన్ని డాక్టర్ పుష్పలత ప్రారంభించారు. ఐదేళ్లలోపు వయసు ఉన్న ప్రతి చిన్నారికి 2 పల్స్ పోలియో చుక్కలు వేయించాలని ఆమె అన్నారు. రెండు చుక్కల మందు నిండు జీవితాన్ని కాపాడుతుందని పేర్కొన్నారు. అది అంగ వైకల్యం నుంచి దూరంగా ఉంచుతుందని చెప్పారు. చిన్నారులకు అంగవైకల్యం వస్తే జీవితాంతం ఆ వ్యక్తి, కుటుంబం బాధపడాల్సి వస్తుందన్నారు.

మల్లెల వద్ద బోల్తా పడిన కోళ్ల మేత లారీ.. తప్పిన పెను ప్రమాదం

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: ఎన్టీఆర్ జిల్లా తిరువూరు మండలం మల్లెల గ్రామ సమీపంలో ఆదివారం పెను ప్రమాదం తృటిలో తప్పింది. మహారాష్ట్ర నుంచి హనుమాన్ జంక్షన్కు కోళ్ల మేతను తరలిస్తున్న లారీ అతివేగంతో వెళ్తుండగా అదుపు తప్పి రోడ్డుపక్కన బోల్తా పడింది. ప్రమాదం జరిగిన సమయంలో భారీ శబ్దం వినిపించడంతో స్థానికులు భయాందోళనకు గురయ్యారు. అయితే లారీ డ్రైవర్ స్వల్ప గాయాలతో సురక్షితంగా బయటపడటంతో అందరూ ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు వెంటనే ఘటనాస్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. ప్రమాదానికి గల కారణాలపై పోలీసులు విచారణ కొనసాగిస్తున్నారు.

పోలియో రహిత సమాజమే లక్ష్యం: సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్.

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామన్నపేట మండలంలోని ఎల్లంకి గ్రామంలో ఆదివారం పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని గ్రామ సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ ప్రారంభించారు. గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయం ఎదుట ఏర్పాటు చేసిన కేంద్రంలో 0 నుంచి 5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు.ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ, ప్రతి చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించి పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి తల్లిదండ్రులు సహకరించాలని కోరారు. ఒక్క చిన్నారిని కూడా వదిలిపెట్టకుండా పోలియో చుక్కలు వేయించేందుకు అధికారులు, సిబ్బంది కృషి చేయాలని సూచించారు.కార్యక్రమంలో ఉపసర్పంచ్ మిర్యాల రాజ్‌కుమార్, వార్డు సభ్యులు లింగయ్య, రాజలింగం, డాక్టర్ శివసాయి, ఏఎన్ఎం పావని, ఆశా వర్కర్ సుగుణ, అంగన్‌వాడీ టీచర్లు అలివేలు, భాగ్యలక్ష్మి, జీనుక శేఖర్, గ్రామ పంచాయతీ సిబ్బంది, గ్రామస్తులు, చిన్నారుల తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

రేజింతల్‌లో యువ రైతు మృతి..

కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించిన పోలీసులు

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: న్యాల్కల్ మండలంలోని రేజింతల్ గ్రామానికి చెందిన పొట్పల్లి పాండు (25) మృతి చెందిన ఘటన ఆదివారం చోటుచేసుకుంది. కుటుంబ సభ్యుల ఫిర్యాదు మేరకు పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు.పోలీసుల వివరాల ప్రకారం, వ్యవసాయం చేసుకునే పాండు శనివారం మొహర్రం పండుగ సందర్భంగా ఇంటి నుంచి బయటకు వెళ్లాడు. రాత్రి వరకు ఇంటికి తిరిగి రాకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు ఫోన్‌లో సంప్రదించగా, తాను కాశీంపూర్‌లో ఉన్నానని, ఉదయం ఇంటికి వస్తానని తెలిపినట్లు సమాచారం.ఆదివారం ఉదయం పాండు తల్లి బిచ్చమ్మ పొలం వద్దకు వెళ్లగా అతను మృతి చెందిన స్థితిలో కనిపించాడు. వెంటనే ఆమె పోలీసులకు సమాచారం అందించి ఫిర్యాదు చేశారు.ఫిర్యాదు ఆధారంగా కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించినట్లు హద్నూర్ ఎస్సై దోమ సుజిత్ తెలిపారు. మృతుడి మరణానికి గల కారణాలు తెలియాల్సి ఉందని, అన్ని కోణాల్లో విచారణ కొనసాగిస్తున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు

పోలియో కేంద్రాలు పరిశీలిస్తూ, చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసిన ఉప్పల్ మాజీ కార్పొరేటర్ రజిత పరమేశ్వర్ రెడ్డి

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: ఉప్పల్ డివిజన్ శాంతి నగర్ కమ్యూనిటీ హాల్ లో నిర్వహించిన పల్స్ పోలియో పలు కాలనీ లో ఏర్పాటు చేసిన పోలియో కేంద్రాలను సందర్శించి మాజీ కార్పొరేటర్ రజిత పరమేశ్వర్ రెడ్డి చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి మాట్లాడుతూ 5సంవత్సరాల లోపు పిల్లలకు తల్లిదండ్రులు తప్పకుండ రెండు పోలియో చుక్కలు వేయించాలని కోరారు. తద్వారా పోలియోను అంతమోదించి పోలియో రహిత దేశాన్ని నిర్మిద్దామని ఉప్పల్ మాజీ కార్పొరేటర్ రజిత పరమేశ్వర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.పోలియో చుక్కలు చిన్నారులకు జీవితాంతం రక్షణగా నిలుస్తాయని, వారి ఆరోగ్యవంతమైన జీవితానికి, బంగారు భవిష్యత్తుకు తోడ్పడుతాయని రజిత రెడ్డి పేర్కొన్నారు. పోలియో రహిత సమాజం కోసం ప్రతి ఒక్కరూ తమవంతు చేయాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని సూచించారు. తల్లిదండ్రులు సమయానికేటాయించి పిల్లలకు తప్పనిసరి పోలియో చుక్కలు వేయించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఉప్పల్ ఎస్ సి సెల్ అధ్యక్షుడు లింగంపల్లి రామకృష్ణ,సల్ల ప్రభాకర్ రెడ్డి,అలుగుల అనిల్ కుమార్,ప్రవీణ్ కుమార్ గణేష్, బాలరాజు,మహిళ నాయకులు రూతమ్మ ,జనగాం సరిత , జంగమ్మ సుశీల నతదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రతి చిన్నారి ఆరోగ్యమే మన భవిష్యత్తు-- మహమ్మద్ రఫీక్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామంతపూర్ డివిజన్ ఇంద్రానగర్ లో నిర్వహించిన పోలియో చుక్కల కార్యక్రమంలో రామంతపూర్ డివిజన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు మహమ్మద్ రఫీక్ పాల్గొని చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేయిస్తూ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. ఈ సందర్భంగా మహమ్మద్ రఫీక్ మాట్లాడుతూ ప్రతి చిన్నారికి పోలియో చుక్కలు వేయించడం ప్రతి తల్లిదండ్రి బాధ్యత అని, పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు."రెండు చుక్కలు... ప్రతి చిన్నారికి ఆరోగ్యకరమైన భవిష్యత్తు! అని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రామంతపూర్ డివిజన్ ప్రధాన కార్యదర్శి సందీప్, అబ్దుల్ మతిన్, వజీర్ బాబా, ఎన్ ఎస్ యు ఐ సాయి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ చెక్కును పంపిణీ చేసిన బిఆర్ఎస్ రాష్ట్ర నేత సాయి జన్ శేఖర్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: అనారోగ్య కారణాలతో ప్రైవేటు హాస్పిటల్ లో చేరి శస్త్ర చికిత్సలు చేయించుకున్న ఆశలత కి ఉప్పల్ శాసనసభ్యులు బండారి లక్ష్మారెడ్డి 60 వేల రూపాయల సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ ను ఇప్పించడం జరిగింది.
వచ్చిన సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కును బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు సాయిజెన్ శేఖర్ వారి కార్యాలయంలో లబ్ధిదారుల కు అందజేయడం జరిగింది. సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ మంజూరు చేయించిన ఎమ్మెల్యే బండారి లక్ష్మారెడ్డి, సహకరించిన సాయి జెన్ శేఖర్ కు బాధిత కుటుంబం కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో బారాస నాయకులు కట్ట బుచ్చన్న గౌడ్, వాసు, ప్లంబర్ కృష్ణ, అనిత తదితరులు పాల్గొన్నారు

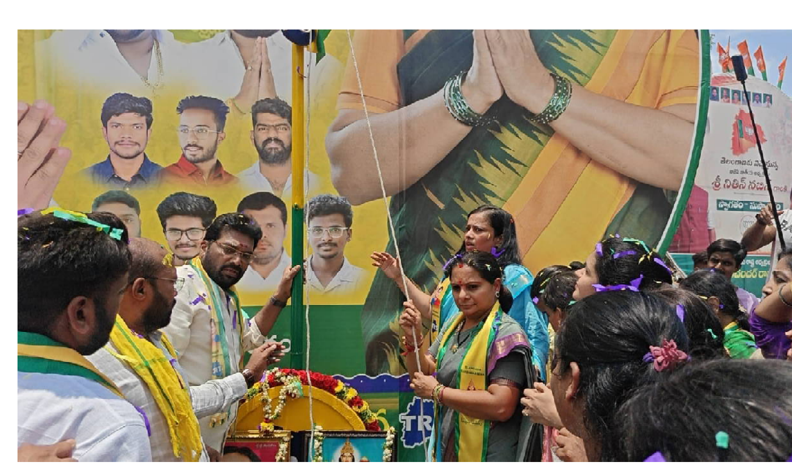
హబ్సీగూడలో దిగ్విజయంగా పోలియో చుక్కల కార్యక్రమం-మందుముల పరమేశ్వర్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు పోలియో కేంద్రాలను పరిశీలించి, చుక్కలు వేసిన కంది శ్రవణ్ రెడ్డి

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: హబ్సీగూడ డివిజన్ గాంధీ గిరిజన బస్తీ, స్ట్రీట్ నంబర్- 1లోని బస్తీ దవాఖాన, జేఎస్ఎన్ కాలనీ కమ్యూనిటీ హాల్లో చిన్నారులకు పోలియో కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. ఉప్పల్ నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ మందుముల పరమేశ్వర్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ మాజీ అధ్యక్షులు, హబ్సీగూడ కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు కంది శ్రవణ్ కుమార్ రెడ్డి పోలియో కేంద్రాలను సందర్శించారు. అనంతరం చిన్నారులకు స్వయంగా పోలియో చుక్కలు వేశారు. కంది శ్రవణ్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. 5 సంవత్సరాలలోపు పిల్లలకు తల్లిదండ్రులు ఖచ్చితంగా రెండు పోలియో చుక్కలు వేయించాలని కోరారు. తద్వారా పోలియోను అంతమొందించి పోలియో రహిత సమాజాన్ని నిర్మిద్దామని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో డీసీసీ ఉపాధ్యక్షులు బొప్పనపల్లి సుధాకర్ రెడ్డి , హబ్సీగూడ డివిజన్ ప్రెసిడెంట్ గన్నారం విజయ్ కుమార్, జిల్లా ఎస్టీ సెల్ అధ్యక్షులు గణేష్ నాయక్, జనరల్ సెక్రటరీ ధర్మా నాయక్, మురళీ కృష్ణ ముదిరాజ్, చింతల బాబురావు, గుండు రాజన్న, మాలు నాయక్, రాజు నాయక్, వాసు నాయక్, సాయి కుమార్, సాయి కిరణ్, శివ, నర్సింగ్ రావు, రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వెంకట్ రెడ్డి నగర్ కాలనీలో పోలియో చుక్కల కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఉప్పల్ నియోజకవర్గ యువజన కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఆకారపు అరుణ్ పటేల్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: వెంకట్ రెడ్డి నగర్ డివిజన్ పరిధిలోని స్థానిక ఏరియా హాస్పిటల్‌లో ఆదివారం పోలియో చుక్కల కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఉప్పల్ నియోజకవర్గ యువజన కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు, యువ నాయకులు ఆకారపు అరుణ్ పటేల్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన హాస్పిటల్‌ను సందర్శించి, అక్కడ అందుతున్న వైద్య సేవలను పరిశీలించారు. అనంతరం డాక్టర్లతో మరియు స్థానిక ప్రజలతో మాట్లాడారు.ఈ సందర్భంగా అరుణ్ పటేల్ మాట్లాడుతూ "హాస్పిటల్‌కు వచ్చే ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా చూడాలని వైద్య సిబ్బందిని కోరడం జరిగింది. అలాగే, స్థానిక ప్రజలకు హాస్పిటల్‌లో ఎలాంటి సమస్యలు ఎదురైనా, వైద్య సేవల్లో ఏవైనా లోపాలు ఉన్నా వెంటనే నా దృష్టికి తీసుకురావాలి. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి మేము ఎల్లప్పుడూ ముందుంటామని పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక కాంగ్రెస్ నాయకులు మేడ్చల్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జలీల్ పాషా, సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకుడు రాజీవ్ రెడ్డి, మేడ్చల్ జిల్లా యువజన కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి చేవెళ్లి కిషోర్, రఘు, మహిళా నాయకురాలు లక్ష్మి, ధనలష్మి, పావని కార్యకర్తలు, హాస్పిటల్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఉప్పల్‌లో తెలంగాణ రక్షణ సేన జెండా ఆవిష్కరణ.. జూలై 2న భూపోరాటానికి కవిత పిలుపు



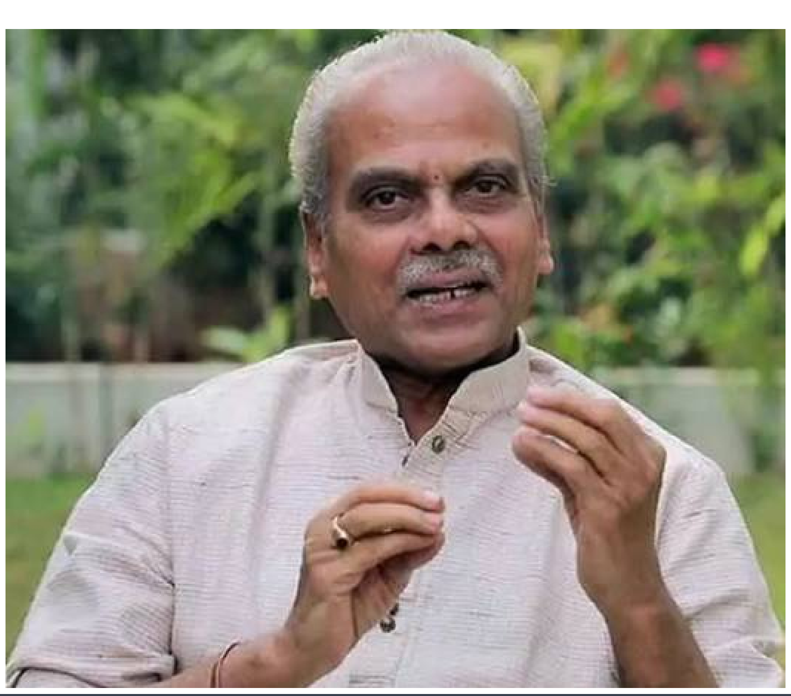
క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: తెలంగాణ రక్షణ సేన జెండా పండుగ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఉప్పల్‌లో జెండా ఆవిష్కరణ కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఉప్పల్ నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి గోపు సదానంద్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమంలో తెలంగాణ రక్షణ సేన అధినేత్రి కల్వకుంట్ల కవిత జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా కవిత మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం పోరాడిన ఉద్యమకారులకు ఇచ్చిన హామీలను ప్రభుత్వం వెంటనే అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ముఖ్యంగా ఉద్యమకారులకు 250 గజాల ఇంటి స్థలాల కేటాయింపు, ఇచ్చిన హామీలు విషయంలో ప్రభుత్వం స్పష్టమైన నిర్ణయం తీసుకోవాలని అన్నారు. ఉద్యమకారుల భూ హక్కుల సాధన కోసం జూలై 2న ఉప్పల్ బాగాయత్‌లో మిలియన్ మార్చ్ తరహాలో భారీ భూపోరాటం నిర్వహిస్తున్నామని ప్రకటించారు. ఈ పోరాటానికి తెలంగాణలోని అన్ని జిల్లాల నుంచి ఉద్యమకారులు ఉప్పల్ బాగాయత్‌కు తరలిరావాలని పిలుపునిచ్చారు. ఉప్పల్ బాగాయత్‌లోని ప్రభుత్వ భూములను ఉద్యమకారుల హక్కుల కోసం స్వాధీనం చేసుకునే దిశగా ఈ భూపోరాటం చేపడుతున్నామని కవిత స్పష్టం చేశారు. ప్రభుత్వం జూలై 2లోపు ఉద్యమకారులకు స్థలాల పంపిణీ, గుర్తింపు అంశాలపై స్పష్టమైన ప్రకటన చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.తెలంగాణ స్థానికత, ఆత్మగౌరవంపై దాడులు జరుగుతున్నాయని ఆరోపించిన కవిత.. తెలంగాణ ప్రయోజనాల పరిరక్షణకు రాజకీయ పార్టీలు, ప్రభుత్వం బాధ్యతగా వ్యవహరించాలని అన్నారు. స్థానిక ప్రజలకు ప్రయోజనం చేకూరేలా విద్య, వైద్యం, వ్యాపార రంగాల్లో విధానాలు ఉండాలని సూచించారు. హైడ్రా, మూసీ ప్రాజెక్టులపై కూడా ఆమె స్పందిస్తూ.. హైడ్రా పనితీరుపై విమర్శలు చేసిన కవిత.. ప్రజల సమస్యల పరిష్కారం కోసం పనిచేయాల్సిన వ్యవస్థలు రాజకీయ ప్రయోజనాలకు వాడకూడదన్నారు. వర్షాకాలంలో నగరంలో ముంపు సమస్యలు కొనసాగుతున్నా శాశ్వత పరిష్కారాలపై దృష్టి పెట్టాలని అన్నారు. మూసీ అభివృద్ధి ప్రాజెక్టుపై కూడా ప్రభుత్వం పూర్తి వివరాలు వెల్లడించాలని కోరారు. ప్రజల సొమ్మును ప్రజల ప్రయోజనాలకే వినియోగించాలని డిమాండ్ చేశారు. అవసరమైతే మూసీపై ప్రజల్లో అవగాహన కోసం పాదయాత్ర చేపట్టేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని తెలిపారు. ప్రజల ప్రయోజనాలకు విరుద్ధంగా నిర్ణయాలు తీసుకుంటే పోరాటాలు కొనసాగుతాయని హెచ్చరించారు. రాబోయే మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో గ్రేటర్‌ని హైదరాబాద్‌తో పాటు వరంగల్, ఖమ్మం, సిద్దిపేట తదితర ప్రాంతాల్లో తెలంగాణ రక్షణ సేన పోటీ చేస్తుందని, ప్రజల మద్దతు లభిస్తుందని కవిత ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజల సమస్యలను ప్రధాన అజెండాగా తీసుకుని ముందుకు వెళ్తామని తెలిపారు. జూలై 2న ఉప్పల్ బాగాయత్‌లో జరిగే భూపోరాటం తెలంగాణ ఉద్యమకారుల హక్కుల కోసం కీలక పోరాటంగా మారనుందని కవిత పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలోఅర్జున్,నవీన్ గోగికర్,శ్రమన్,వింధ్య రాణి,రంగు షేకర్, ఆటో యూనియన్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీధర్ విజయ,ఈగ సంతు,సాయి రాజేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సినిమా

మూవీస్ మానేసి షార్ట్ ఫిల్మ్ చేయడానికి కారణం చెప్పిన నటుడు ఎల్వీ శ్రీరామ్..

తెలుగు సినిమా రంగంలో సుదీర్ఘకాలం నటుడిగా, రచయితగా సేవలందించిన ఎల్.బి. శ్రీరామ్, తన కెరీర్‌లో ఎదుర్కొన్న విచిత్రమైన సవాళ్లను ఓ ఇంటర్వ్యూలో పంచుకున్నారు. ఆయన 500కు పైగా చిత్రాలలో నటించి, ఐదు ప్రతిష్ఠాత్మక నంది అవార్డులను గెలుచుకున్నారు. టాప్ కమెడియన్‌లలో ఒకరిగా నిలిచినప్పటికీ, పరిశ్రమ తనను కేవలం సెంటిమెంటల్ లేదా సానుభూతి కలిగించే పాత్రలకే పరిమితం చేస్తోందని ఆయన తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. "నేను టాప్ 10 కమెడియన్స్ లో ఒకడిని అయ్యుండి, నెంబర్ ఆఫ్ వెరైటీ క్యారెక్టర్స్ చేసి, అంత వెర్సటాలిటీ చూపించిన నేను, నన్ను చివర్లో ఒక గాడికి కట్టేశారు. ఒక సెంటిమెంటల్ క్యారెక్టర్ కి, సింపతీ క్యారెక్టర్ కి అయ్యో పాపం, అయ్యో పాపం అని," అంటూ శ్రీరామ్ తన బాధను తెలియజేశారు. తను చేసిన హాస్య సన్నివేశాలు, ఎమోషనల్ కొటేషన్లు రీల్స్‌లో తరచుగా కనిపిస్తున్నప్పటికీ, దర్శకులు, రచయితలు మాత్రం "నువ్వు చచ్చిపోవాలి సార్," "నువ్వు ఏడవాలి సార్" వంటి పాత్రలనే ఇస్తున్నారని ఆయన ఆశ్చర్యం వ్యక్తం చేశారు. ఇది కక్షతో చేస్తున్న పని కాదని, ఒక రకమైన "దౌర్భాగ్యం" అని అన్నారు.తాను హాస్యాన్ని పండించగలను, వైవిధ్యమైన పాత్రలను చేయగలను అని నిరూపించినప్పటికీ, "ఈ వేషం రక్తి కట్టించడానికి మీరు తప్ప ఎవరున్నారు" అని చెప్పడంపై పై ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇలాంటి పాత్రలు ఒప్పుకుంటే, గత ఆరు-ఏడేళ్లుగా ఎప్పుడూ బిజీగా ఉండేవాడినని, ఎందుకంటే అలాంటి పాత్రలకు పోటీ లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అయితే, తనలోని నటుడిని, కళాకారుడిని కేవలం ఒకే రకమైన భావోద్వేగాలకు పరిమితం చేయడం తనకు ఇష్టం లేదని ఆయన వివరించారు. సినిమా పరిశ్రమలో రంగులు ఎక్కువగా ఉంటాయని, రాజకీయాల కంటే, క్రికెట్ కంటే విపరీతమైన స్పందన ఇక్కడే ఉంటుందని శ్రీరామ్ చెప్పుకొచ్చారు. తన కోపాన్ని గురించి మాట్లాడుతూ, ఎంత కోపం వచ్చినా అది తాటాకు చప్పుడు లాగానే ఉంటుందని, తప్పు అవతలి వారిదైనా తానే ముందు పలకరిస్తానని తెలిపారు. ఇలాంటి విషయాలలో వైరాన్ని శాశ్వతం చేసుకోకుండా, పేజీ తిప్పేయాలని ఆయన తన జీవిత తత్వాన్ని వెల్లడించారు.

తన కెరీర్ తొలినాళ్లలో ఒక సినిమాకు డైలాగ్ రైటర్‌గా ఏడాది కష్టపడినా తన పేరు లేకుండా పోయిందని, అది తనను తీవ్రంగా బాధించిందని గుర్తు చేసుకున్నారు. ఈ సంఘటన కూడా తనను వ్యక్తిగతంగా ఎంతో కదిలించిందని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం, వైవిధ్యమైన కథలు, పాత్రల కోసం తాను షార్ట్ ఫిలిమ్స్ చేస్తున్నానని, వాటి ద్వారా తన నటనకు కొత్త కోణాలను అన్వేషిస్తున్నానని ఎల్.బి. శ్రీరామ్ వెల్లడించారు. సినిమా రంగం తనను మరో కోణంలో చూడాలని, తన బహుముఖ ప్రజ్ఞను గుర్తించాలని తెలిపారు.



బరువు తగ్గడంతోపాటు రక్తం పెరుగుతుంది..

ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి కోసం అనేక మార్గాలను అన్వేషిస్తున్న వారికి బార్లీ గింజలు ఒక అద్భుతమైన పరిష్కారం. ముఖ్యంగా ఉదయమే బార్లీ జావను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల అనేక దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలను నియంత్రించవచ్చంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.. బార్లీ కేవలం ఒక ధాన్యం మాత్రమే కాదు.. అది పోషకాల గని అని.. ప్రతిరోజూ బార్లీ జావ తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించవచ్చని పేర్కొంటున్నారు. వాస్తవానికి ఆధునిక జీవనశైలిలో చాలామంది ఎదుర్కొంటున్న ప్రధాన సమస్యలు షుగర్, బీపీ, కొలెస్ట్రాల్.. బార్లీ గింజలు ఈ మూడింటినీ అదుపులో ఉంచడంలో సమర్థవంతంగా పనిచేస్తాయి. వీటిలో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల రక్తపోటును సమర్థవంతంగా నియంత్రిస్తుంది. అధిక రక్తపోటుతో బాధపడేవారికి ఇది చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. అలాగే, బార్లీలోని పీచుపదార్థాలు (ఫైబర్) కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించి, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి.మధుమేహ నియంత్రణలో బార్లీ పాత్ర గణనీయమైనది. ఇందులో ఉండే పీచుపదార్థాలు రక్తంలో చక్కెరను నెమ్మదిగా విడుదలయ్యేలా చేస్తాయి. దీనివల్ల రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు ఆకస్మికంగా పెరగకుండా స్థిరంగా ఉంటాయి. ఇది మధుమేహం ఉన్నవారికి చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా, డయాబెటిస్ లేనివారిలో కూడా మధుమేహం రాకుండా నివారణకు తోడ్పడుతుంది.

బార్లీ జీర్ణవ్యవస్థకు కూడా మేలు చేస్తుంది. అధిక పీచుపదార్థాలు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి, మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తాయి. ఆరోగ్యకరమైన ప్రేగు కదలికలకు సహాయపడతాయి. ఉదయమే బార్లీ నీరు తాగడం వల్ల శరీరంలోని వ్యర్థ పదార్థాలు, విషపదార్థాలు మూత్రం ద్వారా బయటకు వెళ్లిపోతాయి. ఇది శరీరాన్ని శుభ్రపరచి, మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. పెద్దపేగును శుభ్రపరచడం ద్వారా కోలన్ క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులు రాకుండా కూడా రక్షణ కల్పిస్తుంది.బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి బార్లీ వాటర్ ఒక సహజసిద్ధమైన మిత్రుడు. ఇది శరీర మెటబాలిజంను క్రమబద్ధీకరిస్తుంది. పీచుపదార్థాలు ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉన్న అనుభూతిని కలిగించి, అతిగా తినకుండా నిరోధిస్తాయి. ఫలితంగా, బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. బార్లీలో కేవలం పీచు, పొటాషియం మాత్రమే కాకుండా విటమిన్ ఎ, ఐరన్, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు కూడా ఉన్నాయి. విటమిన్ ఎ కంటిచూపును దీర్ఘకాలం పాటు పదిలంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఐరన్ రక్తహీనతను నివారిస్తుంది, రక్తకణాల ఉత్పత్తికి తోడ్పడుతుంది. కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ ఎముకలను మరింత బలంగా చేస్తాయి. ఎముకల సాంద్రతను పెంచుతాయి. అంతేకాకుండా, బార్లీ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, శరీరాన్ని వివిధ వ్యాధుల నుండి కాపాడుతుంది. బార్లీ జావాను తయారు చేయడం చాలా సులభం. ఒక గుప్పెడు బార్లీ గింజలను ఒక లీటరు నీటిలో వేసి 10 నుండి 15 నిమిషాలు బాగా మరిగించాలి. ఆ తర్వాత ఆ నీటిని వడగట్టి ఒక గ్లాసులోకి తీసుకోవాలి. దీనికి సగం నిమ్మకాయ రసం, ఒక చెంచా తేనె కలిపి ప్రతిరోజూ ఉదయం పరగడుపున తాగాలి. లేదా బార్లీ పొడి.. రెండు స్పూన్లను నీటిలో కలిపి మరిగించి తీసుకోవచ్చు.. ఈ పానీయం శరీరాన్ని రిఫ్రెష్ చేయడమే కాకుండా పైన పేర్కొన్న అన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఈ సాధారణ అలవాటు మీ రోజువారీ ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైన మార్పును తీసుకువస్తుంది.

పనస గింజలను పారేస్తున్నారా..

ప్రకృతి మనకు ప్రసాదించిన అద్భుతమైన పండ్లలో పనస పండు ఒకటి. దీని ప్రత్యేకమైన రుచి, సువాసన , తీపి గుజ్జు వల్లే చాలా మంది దీనిని ఎంతో ఇష్టంగా తింటుంటారు. అయితే పనస పండు తిన్న తర్వాత చాలా మంది చేసే పొరపాటు ఏమిటంటే, దాని లోపల ఉండే గింజలను పనికిరానివిగా భావించి చెత్తబుట్టలో పారేస్తుంటారు. కానీ పనస తొనల్లో ఎంతటి పోషకాలు ఉంటాయో, వాటి గింజల్లో కూడా అంతే సమానమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే ఇటీవలి కాలంలో ఈ గింజలను ఒక "సహజ సూపర్‌ఫుడ్"గా పరిగణిస్తున్నారు. శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందించడంతో పాటు అనేక దీర్ఘకాలిక సమస్యల నుండి రక్షణ కల్పించే పనస గింజల వల్ల కలిగే ఆ అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు వివరంగా తెలుసుకుందాం.ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు... పనస గింజలలో ఉండే విభిన్న పోషకాలు శరీర రక్షణ వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. ఈ గింజలను క్రమం తప్పకుండా ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయో ఇక్కడ చూద్దాం.

జీర్ణ ఆరోగ్యం విషయానికి వస్తే, పనస గింజలు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. వీటిలో ఉండే సమృద్ధియైన పీచుపదార్థం ప్రేగుల పనితీరును వేగవంతం చేసి మలబద్ధకం సమస్యను తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా, ఇవి పేగులలో మేలు చేసే మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధికి దోహదపడతాయి, దీనివల్ల కడుపు ఆరోగ్యం మెరుగుపడి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు దూరమవుతాయి.

గుండె ఆరోగ్యం , రక్తపోటు నియంత్రణ. పనస గింజల్లో ఉండే పొటాషియం రక్తపోటు (బీపీ) స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. అలాగే ఇందులోని ఫైబర్ శరీరంలో పేరుకుపోయే చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి, గుండె పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. దీనివల్ల గుండె జబ్బుల ప్రమాదం చాలా వరకు తగ్గుతుంది.

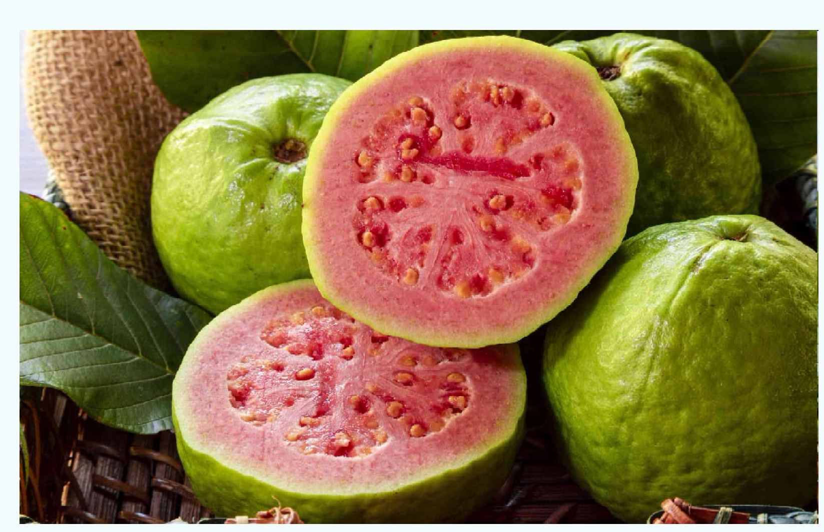
బరువు నియంత్రణ , రోగనిరోధక శక్తి. బరువు తగ్గాలని ప్రయత్నించే వారికి పనస గింజలు ఒక మంచి ఆహారం. వీటిలోని ప్రోటీన్, ఫైబర్ కంటెంట్ వల్ల ఇది తిన్న తర్వాత ఎక్కువ సేపు ఆకలి వేయకుండా ఉంటుంది. ఫలితంగా అతిగా తినడం తగ్గి బరువు సులభంగా అదుపులోకి వస్తుంది. అలాగే ఇందులో ఉండే ఇనుము, జింక్ వంటి ఖనిజాలు శరీర రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, వర్షాకాలంలో వచ్చే కాలానుగుణ ఇన్ఫెక్షన్లు , వ్యాధుల నుండి మనల్ని కాపాడతాయి.

ఈ గింజల్లో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్లు, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ ప్రభావాన్ని తగ్గించి కణాల నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. ఇది చర్మంపై వృద్ధాప్య లక్షణాలు త్వరగా రాకుండా ఆలస్యం చేస్తుంది.

ఈ పనస గింజలను నేరుగా నీటిలో వేసి ఉడికించి తినడం గానీ, లేదా పెనంపై దోరగా వేయించుకుని గానీ స్నాక్స్‌లా తినవచ్చు. వేయించిన పనస గింజలు తింటుంటే ఓక్ గింజలు లేదా చెస్ట్‌నట్‌ల వంటి మంచి రుచిని ఇస్తాయి. ఇవే కాకుండా వీటిని రోజువారీ వండుకునే కూరల్లో, సూప్‌లలో కూడా ముక్కలుగా కట్ చేసి వాడుకోవచ్చు. కొందరు ఈ గింజలను బాగా ఎండబెట్టి పొడిగా పట్టుకుని కూడా నిల్వ చేసుకుంటారు. కాబట్టి ఇకపై పనస పండు తిన్నప్పుడు గింజలను పారేయకుండా, డైట్‌లో చేర్చుకుని ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోండి.

జామకాయ తిన్న వెంటనే వీటిని తీసుకుంటే డేంజర్..

ప్రకృతి మనకు అందించిన పండ్లలో జామపండు అత్యంత చౌకగా , సులభంగా లభించే ఒక అద్భుతమైన పండు. ఇందులో విటమిన్ సి, ఫైబర్ , యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి , చర్మ సౌందర్యాన్ని కాపాడటానికి జామపండు ఎంతో అద్భుతంగా సహాయపడుతుంది. అయితే ఎంతటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ, జామకాయను తినే విషయంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించడం తప్పనిసరి. ముఖ్యంగా జామపండు తిన్న వెంటనే కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలను అస్సలు తీసుకోకూడదని ప్రముఖ పోషకాహార నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వీటిని నిర్లక్ష్యం చేసి కలిపి తీసుకోవడం వల్ల తీవ్రమైన జీర్ణక్రియ సమస్యలు ఎదురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. జామకాయ తిన్న వెంటనే తీసుకోకూడని ఆ 4 ముఖ్యమైన ఆహారాల గురించి తెలుసుకుందాం.అవసరమైన జాగ్రత్తలు జామపండు తిన్న తర్వాత శరీరంలో ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ఉండాలంటే కొన్ని నిర్దిష్ట ఆహార పదార్థాలకు , అలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలి. నిపుణులు సూచిస్తున్న ఆ ముఖ్యమైన విషయాలు ఇవే. మొదటగా పాలు లేదా పాల ఉత్పత్తులను దూరం పెట్టాలి. జామపండు తిన్న వెంటనే పాలు తాగడం ఆరోగ్యానికి ఏమాత్రం మంచిది కాదు. జామకాయలో ఉండే ఆమ్ల గుణాలు (అసిడిక్ స్వభావం) పాలతో కలవడం వల్ల కడుపులో జీర్ణక్రియ ప్రక్రియ చాలా నెమ్మదిగా సాగుతుంది. దీనివల్ల కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ట్రైటిస్ , తీవ్రమైన అజీర్ణం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ముఖ్యంగా సున్నితమైన జీర్ణవ్యవస్థ ఉన్నవారు ఈ విషయంలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి. రెండవది చల్లటి నీరు తాగడం తగ్గించాలి. సాధారణంగా చాలా మందికి జామకాయ తిన్న వెంటనే నీళ్లు తాగే అలవాటు ఉంటుంది. కానీ జామపండు తిన్న వెంటనే చల్లటి నీటిని తాగడం వల్ల అది జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరుపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. దీనివల్ల కడుపు నొప్పి, గ్యాస్ వంటి సమస్యలు తలెత్తి తీవ్ర అసౌకర్యానికి గురిచేస్తాయి. అందుకే జామకాయ తిన్న తర్వాత కనీసం 20 నుండి 30 నిమిషాల వ్యవధి ఇచ్చి నీళ్లు తాగడం మంచిది. మూడవది అరటిపండు తీసుకోకూడదు. జామకాయతో పాటుగా లేదా అది తిన్న వెంటనే అరటిపండును తినడం వల్ల కొంతమందిలో జీర్ణ సంబంధిత ఇబ్బందులు



వస్తాయి. ఈ రెండు పండ్ల కలయిక వల్ల కడుపు ఉబ్బరం , గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు పెరుగుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి ఇప్పటికే జీర్ణ సమస్యలతో బాధపడేవారు ఈ రెండు పండ్లను కలిపి తీసుకోకపోవడమే ఉత్తమం.నాల్గవది అధిక మసాలాలు, వేయించిన ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. జామకాయలో పీచుపదార్థం (ఫైబర్) చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల జామకాయ తిన్న వెంటనే బరువైన, నూనెతో కూడిన వేపుళ్లు లేదా ఎక్కువ మసాలా ఉన్న ఆహారాలు తినడం వల్ల కడుపుపై అదనపు ఒత్తిడి పడుతుంది. ఇది గుండెల్లో మంట, అజీర్ణం , అసౌకర్యానికి దారితీస్తుంది.

అయితే అందరి శరీర తత్వం ఒకేలా ఉండదు కాబట్టి, ఈ సమస్యలు అందరిలోనూ ఒకేలా కనిపించకపోవచ్చు. అయినప్పటికీ, సున్నితమైన కడుపు లేదా గ్యాస్ సమస్యలు ఉన్నవారు జామకాయ తిన్న తర్వాత కొంత సమయం విరామం ఇచ్చి ఇతర ఆహారాలు తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.

Published by katikala Vara Prasad. Owned by katikala Vara Prasad. Printed at Sunday printing press 3_4297 Saraswati complex SVN colony. guntur.ap 522006.published at HNo:1-94 nekunampuram,pokur,Prakasam,andhrapradesh 523113Editor. Katikala Vara Prasad.RNI APTEL/25/A2843. Ph:9849707349 . email:kvp6858@gmail.com.

PRGI : APTEL/25/A2844

క్రైం కౌంటర్

webisite:www.crimecounter.in ప్రజా సంక్షేమమే అంతిమ లక్ష్యం తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 02 సంచిక : 207 క్రిష్ణా సోమవారం 29- 06 - 2026 పేజిలు : 4 వెల. 2

రిపోర్టర్లు కావలెను

క్రైం కౌంటర్

తెలుగు దిన పత్రికలో పనిచేయుటకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో

- జిల్లా బ్యూరోలు
- జిల్లా ఇన్‌చార్జీలు
- నియోజక వర్గ ఇన్‌చార్జీలు

కావలెను.

సంప్రదించవలసిన మా ఫోన్ నంబరు

98497 07349

పశ్చిమ ఇబ్రహీంపట్నంలో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం

జిల్లా పరిషత్ హైస్కూల్లో చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసిన రావి ఫణి

ఎన్టీఆర్ జిల్లా,ఇబ్రహీంపట్నం, జూన్ 28(క్రైం కౌంటర్ బ్యూరో చీఫ్ సల్మాన్):పశ్చిమ ఇబ్రహీంపట్నం ప్రాంతంలో పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కొండపల్లి మున్సిపాలిటీ ప్రధాన కార్యదర్శి రావి ఫణి పాల్గొన్నారు.ముందుగా పశ్చిమ ఇబ్రహీంపట్నం పశు వుల హాస్పిటల్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన పోలియో కేంద్రాన్ని సందర్శించి 5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి ప్రారంభించారు.అనంతరం జిల్లా పరిషత్ హైస్కూల్ నందు కూడా పిల్లలకు పోలియో చుక్కలు వేసి అవగాహన కల్పించారు.ఈ సందర్భంగా రావి ఫణి మాట్లాడుతూ ప్రతి తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాలని, పోలియో రహిత సమాజం కోసం అందరూ సహకరించాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో వైద్య సిబ్బంది, ఆశా వర్కర్లు,స్థానిక నాయకులు,జల్లి కాంతారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నాయనపల్లిలో 49వ గంధ మహోత్సవం వైభవంగా

వేటపాలెం, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): వేటపాలెం మండలంలోని నాయనపల్లి గ్రామంలో వెలసిన శ్రీ శ్రీ హజరత్ గాలిబ్ షరీఫ్ షా ఖాదరి, హజరత్ షంసుద్దీన్ షా ఖాదరి వారి 49వ గంధ మహోత్సవం ఆదివారం భక్తిశ్రద్ధలతో అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా దర్గాను విద్యుత్ దీపాలతో సుందరంగా అలంకరించగా, మేళతాళాల నడుమ గంధోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా సాగాయి. దర్గా ముజావర్ సుభాని ఆజాద్ అలీషా వారసి ఖాదరి, సాబిర్ అలీషా రఫాయిల్ ఖాదరి (సుబాని మష్ కురి) సలాం, ఫాతియా నిర్వహించి, ప్రజల సుఖశాంతులు, దేశాభివృద్ధి కోసం ప్రత్యేక దువా చేశారు.గంధ మహోత్సవంలో కులమతాలకు అతీతంగా హిందూ, ముస్లిం సోదరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని మత సామరస్యాన్ని చాటారు. అనంతరం భక్తులందరికీ అన్నసమారాధన ఘనంగా నిర్వహించారు. భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని తీర్థప్రసాదాలు స్వీకరించి, కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. ఈ వేడుకలు ఆధ్యాత్మిక వాతావరణంలో భక్తిశ్రద్ధలతో ముగిశాయి.

పోలియో రహిత సమాజమే లక్ష్యం: సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్.

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామన్నపేట మండలంలోని ఎల్లంకి గ్రామంలో ఆదివారం పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని గ్రామ సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ ప్రారంభించారు. గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయం ఎదుట ఏర్పాటు చేసిన కేంద్రంలో 0 నుంచి 5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు.

విజయవాడలో ఘనంగా దేవాంగ విద్యార్థులకు ప్రతిభా పురస్కారాలు

విజయవాడ, జూన్ 28 (క్రైమ్ కౌంటర్): ఏపీ దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్రంలోని 26 జిల్లాలకు చెందిన పదో తరగతిలో అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించిన విద్యార్థులకు ఆదివారం విజయవాడలో ఘనంగా ప్రతిభా పురస్కారాల ప్రదానోత్సవం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా 26 మంది ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులకు ఒక్కొక్కరికి రూ. 11,116 చొప్పున నగదు ప్రోత్సాహకాన్ని అందజేశారు. విద్యార్థులను ప్రోత్సహించడం, ఉన్నత విద్యాభ్యాసానికి తోడ్పాటు అందించడం ఈ కార్యక్రమం ముఖ్య ఉద్దేశమని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన మాజీ ఎంపీ నిమ్మల కృష్ణప్ప రూ. 1,04,000 విరాళం అందించగా, బొమ్మన దుర్గాప్రసాద్ రూ. 52,000 విరాళం అందించారు. బాపట్ల జిల్లా దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం తరఫున పసుమూర్తి మల్లికార్జున రూ. 5,116, జిల్లా అధ్యక్షుడు కూర్మా రాహుల్ రూ. 5,116, గుంటూరుకు చెందిన మధుసూదన్ రావు ఆమోదగిరి రూ. 5,116, వేటపాలేనికి చెందిన విజ్ఞేశ్వరరావు రూ. 5,116 చొప్పున నగదు విరాళాలు అందించారు.

రాష్ట్ర సంఘం పిలుపు మేరకు 26 జిల్లాలకు చెందిన దేవాంగ ప్రతినిధులు కూడా నగదు రూపంలో విరాళాలు అందించి విద్యార్థులను ప్రోత్సహించారు. విరాళాలు అందించిన దాతలు, సహకరించిన ప్రతినిధులకు బాపట్ల జిల్లా దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం తరఫున నిర్వాహకులు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర, జిల్లా స్థాయి దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం నాయకులు, ప్రతినిధులు, విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

"ఇడుపు కాయితం" రేపిన మంట..

చిప్పకూడు అర్థం చెప్పండి.. కవితకు జనసేన ఎమ్మెల్యే కౌంటర్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: ఇడుపు కాయితం సినిమా పేరు రేపిన వివాదం ఇప్పుడు తెలుగు రాజకీయాలను తాకింది. ఇడుపు కాయితం అర్థం ఏమిటంటూ సోషల్ మీడియాలో కొంతమంది పెట్టిన పోస్టులు వివాదాస్పదమయ్యాయి. మరికొందరు తెలంగాణ మాండలికాన్ని అవమానించవద్దంటూ ఈ పోస్టులకు కౌంటర్లు ఇవ్వటంతో.. వ్యవహారం సోషల్ మీడియా వార్‌గా మారింది. ఈ క్రమంలోనే టీఆర్ఎస్ అధినేత్రి కల్వకుంట్ల కవిత చేసిన వ్యాఖ్యలతో ఈ వివాదం కాస్తా పొలిటికల్ టర్న్ తీసుకుంది. ఇడుపు కాయితం అంటే అర్థం తెలియదంటూ కొంతమంది ట్రోలింగ్ చేస్తున్నారన్న కవిత.. అలాంటి వాళ్లు పవన్ కళ్యాణ్‌ను అడిగితే ఆయన అర్థం చెప్తారంటూ జనసేనానిపై సెటైర్లు వేశారు. పవన్ కళ్యాణ్‌కు ఇడుపు కాయితం అంటే అర్థం బాగా తెలుసంటూ ఎద్దేవా చేశారు. తెలంగాణ భాషను అవమానించినందుకే ప్రత్యేక రాష్ట్రం సాధించుకున్నామన్న కవిత.. మరోసారి ఇలాంటి వెకిలి ప్రయత్నాలు చేయడం మానుకోవాలని సూచించారు. భాషలను పరస్పరం గౌరవించుకుందామని.. అలా కాదని తెలంగాణ భాషను అవమానించాలని చూస్తే ఊరుకునేది లేదని వార్నింగ్ ఇచ్చారు. అయితే ఇడుపు కాయితం అంటే విడాకుల పత్రం అని అర్థం. ఈ నేపథ్యంలో పవన్ కళ్యాణ్ పెళ్లిళ్ల గురించి పరోక్షంగా ప్రస్తావిస్తూ కవిత ఇలాంటి సెటైర్లు వేశారనే కామెంట్లు సోషల్ మీడియాలో పేలుతున్నాయి. దీంతో పవన్ కళ్యాణ్ అభిమానులు, జనసేన నేతలు కవిత వ్యాఖ్యలపై భగ్గుమంటున్నారు. సందర్భం లేకుండానే పవన్ కళ్యాణ్ వ్యక్తిగత జీవితం గురించి

కామెంట్ చేస్తున్నారంటూ సోషల్ మీడియాలో ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

ఇక ఇడుపు కాయితం అర్థం ఏమిటో పవన్ కళ్యాణ్‌ను అడగాలంటూ కవిత చేసిన వ్యాఖ్యలపై జనసేన నేత, తాడేపల్లిగూడెం ఎమ్మెల్యే బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్ స్పందించారు.

రామన్నపేటలో పల్స్ పోలియోకు విశేష స్పందన.

94% లక్ష్యం పూర్తి.. 3,014 మంది చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు.

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామన్నపేట మండలంలో ఆదివారం నిర్వహించిన జాతీయ పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం విజయవంతంగా సాగింది. మండలంలోని వివిధ గ్రామాల్లో ఏర్పాటు చేసిన పోలియో బూత్‌లలో 0--5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు. రామన్నపేట ప్రధాన బూత్‌ను సర్పంచ్ గారికే సత్యనారాయణ ప్రారంభించగా, ఇతర గ్రామాల్లో ఆయా సర్పంచులు కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. మండలానికి నిర్దేశించిన 3,217 మంది చిన్నారుల లక్ష్యంలో, తొలి రోజే 3,014 మందికి పోలియో చుక్కలు వేసి 94 శాతం కవరేజ్ సాధించినట్లు మండల వైద్యాధికారి డా. అశ్విని కుమార్ తెలిపారు. వ్యాక్సిన్ తీసుకోని మిగిలిన చిన్నారులకు సోమవారం, మంగళవారం ఇంటింటికీ వెళ్లి పోలియో చుక్కలు వేస్తామని, ఒక్క చిన్నారి కూడా మిగలకుండా కార్యక్రమాన్ని పూర్తి చేస్తామని ఆయన పేర్కొన్నారు. తల్లిదండ్రులు ఈ కార్యక్రమానికి పూర్తి సహకారం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

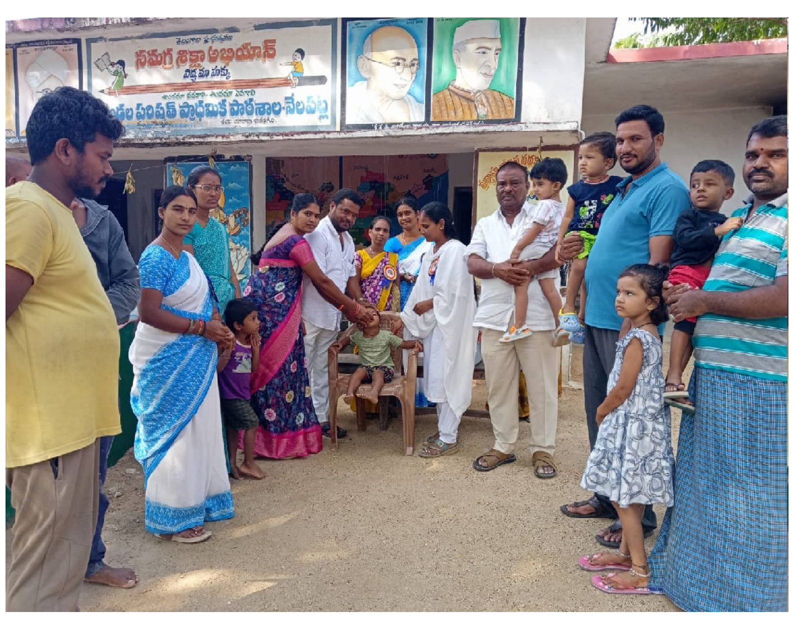
లయన్స్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో పేద విద్యార్థినులకు సైకిళ్ల పంపిణీ

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని పేద విద్యార్థినులు పాఠశాలలకు వెళ్లేందుకు పడుతున్న ఇబ్బందులను తొలగించి, వారి విద్యాభ్యాసాన్ని ప్రోత్సహించాలనే ఉద్దేశంతో చౌటుప్పల్ లయన్స్ క్లబ్ సేవా ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం సైకిళ్లను పంపిణీ చేశారు. స్థానిక లయన్స్ భవన్‌లో క్లబ్ సభ్యులు దాచేపల్లి రాజు ఆర్థిక సహకారంతో ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ?ఈ సందర్భంగా లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ చౌటుప్పల్ సేవ అధ్యక్షులు తిరందాసు జగన్నాథ్, ఇతర ప్రతినిధులు మాట్లాడుతూ.. దూర ప్రాంతాల నుంచి పాఠశాలలకు నడిచి వెళ్లే విద్యార్థినుల కష్టాలను గుర్తించి ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సైకిళు వారి చదువుకు ఎంతో దోహదపడతాయని ఆకాంక్షించారు. సైకిళ్లు అందుకున్న విద్యార్థినులు, వారి తల్లిదండ్రులు లయన్స్ క్లబ్ సభ్యులకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ?ఈ కార్యక్రమంలో లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ చౌటుప్పల్ సేవా చారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ దాచేపల్లి ప్రకాష్ గుప్తా, కార్యదర్శి అతహర్ పాషా, కోశాధికారి సిలివేరు మంగయ్య, జిల్లా కమిటీ సభ్యులు గోశిక కరుణాకర్, ఉప్పు ఆంజనేయులు, కాసుల వెంకటేశం, వేముల నరసింహ, చింతల ప్రభాకర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రామన్నపేటలో సౌర విప్లవానికి శ్రీకారం. పీఎం కుసుమ్‌తో రైతులకు సౌరశక్తి వరం.

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామన్నపేట మండలంలోని ఇంద్రపాలనగరం గ్రామంలో పీఎం కుసుమ్ పథకం ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన సౌర విద్యుత్ ప్లాంట్‌ను ఆదివారం ట్రాన్స్‌కో ఎస్‌ఈ సురేష్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా స్లింకో ఎనర్జీ ఇంజినీరింగ్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ దీపక్ మనోడి మాట్లాడుతూ, సౌర విద్యుత్ ద్వారా రైతులకు ఆర్థిక ప్రయోజనం చేకూరుతుందని తెలిపారు. తెలంగాణలో తొలి సౌర విద్యుత్ ప్లాంట్‌ను రామన్నపేటలో ప్రారంభించడం ఆనందంగా ఉందన్నారు. రాబోయే రెండు వారాల్లో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మరో 10 నుంచి 15 సౌర విద్యుత్ ప్లాంట్లను ప్రారంభించనున్నట్లు వెల్లడించారు. ఈపీసీ భాగస్వామ్యంతో స్లింకో ఎనర్జీ ఇంజినీరింగ్ సంస్థ పూర్తి స్థాయి సాంకేతిక సహకారంతో ఈ ప్రాజెక్టులను అమలు చేసిందని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ప్లాంట్ యజమానులు జీవన్‌రెడ్డి, పద్మారావును అధికారులు అభినందించారు. కార్యక్రమంలో చౌటుప్పల్ డీఈ మల్లికార్జున్, ఎంఆర్టీ డీఈ విజయభాస్కర్, ఏడీఈ శ్రీకాంత్, ఏఈ కోటేశ్వరరావు, సబ్‌స్టేషన్ సిబ్బంది, ప్రాజెక్ట్ డెవలపర్లు, స్లింకో ఇంజినీర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలియో రహిత సమాజమే లక్ష్యం: సర్పంచ్ గంగాపురం వసంత నగేష్ గౌడ్



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ నడుం బిగించాలని, తల్లిదండ్రులు బాధ్యతగా తమ పిల్లలకు పోలియో చుక్కలు వేయించాలని నేలపట్ల గ్రామ సర్పంచ్ గంగాపురం వసంత నగేష్ గౌడ్ పిలుపునిచ్చారు. ఆదివారం నేలపట్ల పరిధిలోని మండల పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాల ఆవరణలో ఏర్పాటు చేసిన పల్స్ పోలియో కేంద్రాన్ని ఆమె సందర్శించారు. అనంతరం చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి ఈ కార్యక్రమాన్ని అధికారికంగా ప్రారంభించారు.

?ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. ఐదేళ్ల లోపు వయసున్న ప్రతి చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాలన్నారు. పోలియో మహమ్మారిని దేశం నుండి తరిమికొట్టేందుకు ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న ఈ కార్యక్రమాన్ని గ్రామంలో వంద శాతం విజయవంతం చేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ సర్పంచ్ గుండు మల్లయ్య గౌడ్, టీడీపి పార్టీ మాజీ గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు తడక కోటేశ్వర్, చౌట సంపత్ కుమార్, స్థానిక వైద్య ఆరోగ్య సిబ్బంది, ఆశా వర్కర్లు, చిన్నారుల తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

ఆహార పదార్థాల తయారీలో నాణ్యత పాటించాలి

-నూతనంగా 'ఆరాధ్య హోటల్' ప్రారంభం

-13వ వార్డు కౌన్సిలర్ బత్తుల వాణి విప్లవ్ కుమార్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: ఆహార పదార్థాల తయారీలో నాణ్యతా ప్రమాణాలు పాటిస్తూ, వినియోగదారుల మన్ననలు పొందాలని చౌటుప్పల్ మున్సిపాలిటీ 13వ వార్డు కౌన్సిలర్ బత్తుల వాణి విప్లవ్ కుమార్ సూచించారు. మున్సిపల్ కేంద్రంలోని 13వ వార్డు పరిధిలో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన 'ఆరాధ్య హోటల్'ను ఆదివారం ఆమె ప్రారంభించారు. ?ఈ సందర్భంగా కౌన్సిలర్ మాట్లాడుతూ.. హోటళ్లలో ఆహార పదార్థాల తయారీలో రుచితో పాటు శుభ్రతకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలన్నారు. వినియోగదారులకు నాణ్యమైన, స్వచ్ఛమైన ఆహారాన్ని అందించినప్పుడే వ్యాపారాలు విజయవంతమవుతాయని పేర్కొన్నారు. నూతన హోటల్ యజమాని సతీష్‌కు ఆమె ప్రత్యేకంగా శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం హోటల్ నిర్వాహకులు కౌన్సిలర్‌ను శాలువాతో ఘనంగా సత్కరించారు. ?ఈ కార్యక్రమంలో 14వ వార్డు కౌన్సిలర్లు ఊడుగు జ్యోతి రమేష్ గౌడ్, కొయ్యడ శేఖర్ గౌడ్, కో-ఆప్షన్ మెంబర్ సందగళ్ళ విజయ సతీష్ గౌడ్, మాజీ కౌన్సిలర్ పోలోజు శ్రీధర్ బాబు, కాంగ్రెస్ నాయకులు చెవగోని వెంకటేష్ గౌడ్, వర్కాల కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రేజింతల్‌లో యువ రైతు మృతి..

కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించిన పోలీసులు

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: న్యాల్కల్ మండలంలోని రేజింతల్ గ్రామానికి చెందిన పొట్పల్లి పాండు (25) మృతి చెందిన ఘటన ఆదివారం చోటుచేసుకుంది. కుటుంబ సభ్యుల ఫిర్యాదు మేరకు పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు.పోలీసుల వివరాల ప్రకారం, వ్యవసాయం చేసుకునే పాండు శనివారం మొహర్రం పండుగ సందర్భంగా ఇంటి నుంచి బయటకు వెళ్లాడు. రాత్రి వరకు ఇంటికి తిరిగి రాకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు ఫోన్‌లో సంప్రదించగా, తాను కాశీంపూర్‌లో ఉన్నానని, ఉదయం ఇంటికి వస్తానని తెలిపినట్లు సమాచారం.ఆదివారం ఉదయం పాండు తల్లి బిచ్చమ్మ పొలం వద్దకు వెళ్లగా అతను మృతి చెందిన స్థితిలో కనిపించాడు. వెంటనే ఆమె పోలీసులకు సమాచారం అందించి ఫిర్యాదు చేశారు.ఫిర్యాదు ఆధారంగా కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించినట్లు హద్నూర్ ఎస్సై దోమ సుజిత్ తెలిపారు. మృతుడి మరణానికి గల కారణాలు తెలియాల్సి ఉందని, అన్ని కోణాల్లో విచారణ కొనసాగిస్తున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు

దళితవాడల సమస్యలపై క్షేత్రస్థాయి సర్వే.

వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం ఆధ్వర్యంలో ప్రభుత్వానికి వినతులు.

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామన్నపేట మండలం లోని కక్కిరేణి గ్రామంలోని దళితవాడల్లో ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం క్షేత్రస్థాయి సర్వే నిర్వహించారు. జీవన పరిస్థితులు, సామాజిక వివక్ష, మౌలిక వసతులు, సంక్షేమ పథకాల అమలు తదితర అంశాలపై వివరాలు సేకరించారు.

ఈ సందర్భంగా సంఘం మండల అధ్యక్షుడు మేడి ముకుందం, మండల కార్యదర్శి కందుల హనుమంతు మాట్లాడుతూ.. ఎస్సీ కాలనీల్లో నెలకొన్న సమస్యలను ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామని తెలిపారు.

ప్రజల భద్రత కోసం ఎస్సీ కాలనీల్లో సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేయాలని, కమ్యూనిటీ హాలుకు ప్రహరీ గోడ నిర్మించాలని, అర్హులైన ప్రతి కుటుంబానికి ఇందిరమ్మ ఇళు, వృద్ధాప్య పింఛన్లు మంజూరు చేయాలని కోరారు. భూమిలేని పేద కుటుంబాలకు నెలకు రూ.12 వేల ఆర్థిక సాయం అందించాలని డిమాండ్ చేశారు.

దళితవాడల్లోని సమస్యలను గుర్తించి తక్షణమే పరిష్కరించి సామాజిక న్యాయం, సమాన అవకాశాలు కల్పించాలని ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘం మండల ఉపాధ్యక్షుడు వేముల సైదులు, అనిత, నరేష్, నీరజ, దేవేందర్, ముత్తమ్మ, మాతమ్మ, నరసింహ, కవిత తదితరులు పాల్గొన్నారు

ఇబ్రహీంపట్నం పోలీస్ స్టేషన్‌లో రౌడీషీటర్లు, గంజాయి వినియోగదారులకు కౌన్సిలింగ్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: ఇబ్రహీంపట్నం పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఆదివారం రౌడీషీటర్లు, సస్పెక్ట్ షీటర్లు మరియు గంజాయి సేవించే వ్యక్తులకు సీఐ సుబ్రహ్మణ్యం ప్రత్యేక కౌన్సిలింగ్ నిర్వహించారు. చట్టవిరుద్ధ కార్యకలాపాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. గంజాయి వినియోగం వల్ల కలిగే దుష్పరిణామాలను వివరించి, మత్తు పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలని సూచించారు. సమాజ శాంతి భద్రతలకు విఘాతం కలిగించే చర్యలను సహించబోమని స్పష్టం చేశారు. కార్యక్రమంలో ఎస్‌ఐలు చక్రదొర, రవివర్మ, సత్యవతి పాల్గొన్నారు.

మూసీ ప్రక్షాళన నా జీవిత లక్ష్యం ముఖ్యమంత్రి ఏ. రేవంత్ రెడ్డి..

ఎవరు అడ్డుపడినా వెనక్కి తగ్గేదే లేదు ఒట్టేసి చెబుతున్నా..
వచ్చే ఎన్నికల నాటికి ఎస్ఎల్బీసీ, డిండి పూర్తి.. కృష్ణా జలాలతో నల్గొండను తడుపుతాం..
రూ. 13,006 కోట్లతో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 441 రహదారుల విస్తరణ పనులకు శంకుస్థాపన..
కనగల్‌లో పైలాన్ ఆవిష్కరణ నల్గొండ ఎన్జీ కళాశాల మైదానంలో జనసందోహం..

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: నల్గొండ : మూసీ నది ప్రక్షాళన నా జీవిత లక్ష్యం. ప్రపంచం మొత్తం అబ్బురపడేలా, ఎవరైనా చూసి వెళ్లేలా మూసీని తీర్చిదిద్దుతాం. ఇందులో వెనకడుగు వేసే ప్రసక్తే లేదు. ఎవరు అడ్డుపడినా సరే.. ఒట్టేసి చెబుతున్నా.. ఈ యజ్ఞాన్ని పూర్తి చేసి తీరుతాం" అని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఏ. రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. నల్గొండ జిల్లా ప్రజల చిరకాల స్వప్నమైన ఎస్ఎల్బీసీ (గాాదీజ), డిండి ప్రాజెక్టులను వచ్చే ఎన్నికల నాటికి పూర్తి చేసి, కృష్ణా జలాలను జిల్లాలో పారిస్తామని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. ఆదివారం నల్గొండ జిల్లా కనగల్ మండల కేంద్రం సమీపంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా రూ. 13,006.27 కోట్ల వ్యయంతో 6,092 కిలోమీటర్ల పొడవునా చేపట్టనున్న 441 'హ్యాం' (నూావి) రహదారుల విస్తరణ, పటిష్ఠీకరణ పనుల పైలాన్‌ను ముఖ్యమంత్రి ఆవిష్కరించారు. అనంతరం నల్గొండ పట్టణ తాగునీటి అవసరాల కోసం రూ. 83 కోట్లతో చేపట్టే టీఎఫ్‌యూఐడీసీ నిధుల పథకానికి శంకుస్థాపన చేశారు. అనంతరం ఎన్జీ కళాశాల మైదానంలో జరిగిన భారీ బహిరంగ సభలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ముఖ్యఅతిథిగా ప్రసంగించారు.

రాష్ట్రాన్ని అప్పుల పాలు చేశారు.!

గత ప్రభుత్వంపై ముఖ్యమంత్రి తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. "తెలంగాణ ఏర్పడిన నాడు రూ. 69 వేల కోట్ల అప్పులు ఉంటే, గత పాలకుల పదేళ్ల విధ్వంసకర పాలన వల్ల అది రూ. 8 లక్షల కోట్లకు చేరింది. ప్రతిపక్షాలు ఎప్పుడు అడిగినా మేనిఫెస్టోలపై చర్చకు తాము సిద్ధం, ఇందుకోసం శాసనసభ ప్రత్యేక సమావేశాలు ఏర్పాటు చేస్తాం" అని సవాల్ విసిరారు. పేదవాడి గుర్తింపే రేషన్ కార్డు.. పేదవాడి ఆత్మగౌరవమే ఇందిరమ్మ ఇల్లు. గత ప్రభుత్వం పేదవాడికి ఒక్క ఇల్లు కూడా ఇవ్వలేకపోయింది. కానీ మా ప్రభుత్వం పేదరికం నిర్మూలనే ధ్యేయంగా పనిచేస్తోంది" అని సీఎం పేర్కొన్నారు.

30 నెలల్లో 70 వేల ఉద్యోగాలు..

తమ ప్రభుత్వ ప్రగతిని వివరిస్తూ.. రూ. 16 వేల కోట్లతో 3.28 కోట్ల మందికి 6 కేజీల సన్నబియ్యం అందిస్తున్నామని, రూ. 500లకే గ్యాస్ సిలిండర్, రైతు భరోసా, రైతు బీమా అమలు చేస్తున్నామని సీఎం చెప్పారు. కాళేశ్వరం లేకపోయినా కష్టపడి 80 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల వరి ధాన్యం పండించి దేశంలోనే నంబర్ వన్‌గా నిలిచామన్నారు. తెలంగాణ గురుకులాల్లో 1 నుండి 12వ తరగతి వరకు గుణాత్మక విద్య అందించి వందలాది మంది అంబేద్కర్లను తయారు చేస్తామన్నారు. కేవలం 30 నెలల కాలంలోనే 70,000 ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు ఇచ్చిన ఘనత తమ ప్రభుత్వానిదేనని చాటిచెప్పారు. ఈ సందర్భంగా మహిళా సంఘాలకు రూ. 172 కోట్ల బ్యాంకు లింకేజీ రుణాలను సీఎం పంపిణీ చేశారు.

రహదారుల విప్లవానికి నాంది.. డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క

రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి, ఆర్థిక శాఖ మంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క మాట్లాడుతూ.. దేశంలో ఏ రాష్ట్రంలో లేని విధంగా రూ. 13 వేల కోట్లతో రహదారుల అభివృద్ధి చేపడుతున్నామని, మరో రూ. 10 వేల కోట్ల పనులు త్వరలోనే మొదలవుతాయని చెప్పారు. జాతీయ రహదారులతో కలిపి మొత్తం రూ. 90 వేల కోట్లతో మౌలిక వసతులు కల్పిస్తున్నామన్నారు. నల్గొండ జిల్లాలోని ఎస్ఎల్బీసీ, డిండి, నక్కలగండి ప్రాజెక్టులను తమ హయాంలోనే పూర్తి చేస్తామని, ఐదేళ్లలో మహిళా సంఘాలకు లక్ష కోట్ల వడ్డీ లేని రుణాలు అందిస్తామని ప్రకటించారు.

వరి సేకరణలో దేశంలోనే నంబర్ వన్: మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి...

రాష్ట్ర నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి నల్లమాద ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. "మా ప్రభుత్వం వచ్చిన నాటి నుండి ఇప్పటివరకు రైతుల ఖాతాల్లో రూ. 79,886 కోట్లు జమ చేశాం. ఈ యాసంగిలో 81 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలు చేసి రూ. 19,313 కోట్లు ఇచ్చాం. వరి సేకరణలో తెలంగాణ దేశంలోనే, నల్గొండ జిల్లా రాష్ట్రంలోనే అగ్రస్థానంలో ఉన్నాయి" అని పేర్కొన్నారు. నాగార్జునసాగర్ ఆధునికీకరణతో పాటు కృష్ణా నదిపై పెండింగ్ ప్రాజెక్టులన్నీ పూర్తి చేస్తామన్నారు.

బుల్లెట్ ట్రైన్ డీపీఆర్ సిద్ధమవుతోంది మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి..

రాష్ట్ర రోడ్లు, భవనాల శాఖ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణలో గ్రీన్‌ఫీల్డ్ హైవేతో పాటు బుల్లెట్ ట్రైన్ కోసం డీపీఆర్ (ఛూ=) సిద్ధమవుతోందని కీలక ప్రకటన చేశారు. నల్గొండ అభివృద్ధికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి నిధుల వరద పారించాలని కోరుతూ.. అండర్ గ్రౌండ్ డ్రైనేజీకి రూ. 300 కోట్లు, షాదీఖానాకు రూ. 30 కోట్లు, ఏఎమ్ఆర్పీ లైనింగ్ పనులకు రూ. 500 కోట్లు మంజూరు చేయాలని సీఎంకు వేదికపైనే విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఇన్చార్జి మంత్రి అడ్లూరు లక్ష్మణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ.. రూ. 13 వేల కోట్లతో రోడ్ల విస్తరణ చేపట్టడం ఒక చారిత్రాత్మక ఘట్టమన్నారు.

నల్గొండ ఎంపీ కుందూరు రఘువీర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. సాగర్ నియోజకవర్గంలో హెచ్ఎల్‌సీ, ఎల్ఎల్‌సీ లింక్ కెనాల్ పూర్తి చేయాలని, ఎస్ఎల్బీసీ, డిండి పరిధిలోని భూసేకరణ సమస్యలను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని సీఎంను కోరారు. ఈ సభలో శాసనమండలి ఛైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి, భువనగిరి ఎంపీ చామల కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్సీలు శంకర్ నాయక్, నెల్లికంటి సత్యం, కోటిరెడ్డి, డైరీ డెవలప్‌మెంట్ ఛైర్మన్ గుత్తా అమిత్ రెడ్డి, ప్రభుత్వ విప్ బీర్ల ఐలయ్య, ఎమ్మెల్యేలు వేముల వీరేశం, బాలు నాయక్, బత్తుల లక్ష్మారెడ్డి, కుందూరు జైవీర్ రెడ్డి, మందుల సామేలు, కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి, పద్మావతి రెడ్డి, నేతి విద్యాసాగర్, మల్‌రెడ్డి రంగారెడ్డి, నల్గొండ మేయర్ బుర్రి చైతన్య, జిల్లా కలెక్టర్ బి. చంద్రశేఖర్ తదితర అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

న్యాల్కల్ మండలంలో ఘనంగా పల్స్ పోలియో కార్యక్రమం.. ఐదేళ్లలోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు

-వైద్యాధికారుల పర్యవేక్షణలో విజయవంతంగా కార్యక్రమం.. ప్రతి చిన్నారికి పోలియో చుక్కలు వేయాలని విజ్ఞప్తి

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: స్థానిక ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం వైద్యాధికారులు డాక్టర్ వైశాలి, డాక్టర్ అమృత్ రాజ్ ఆధ్వర్యంలో న్యాల్కల్ మండలవ్యాప్తంగా ఆదివారం పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించారు. డప్పూరు గ్రామంలోని పోలియో కేంద్రాన్ని రూట్ సూపర్వైజర్ గోపిరాజ్ సందర్శించి పోలియో చుక్కల పంపిణీని పరిశీలించారు. మండలంలోని అన్ని కేంద్రాల్లో కార్యక్రమం సజావుగా కొనసాగిందని అధికారులు తెలిపారు. మండల కేంద్రంతో పాటు చనిగేపల్లి, డప్పూరు గ్రామాల్లో ఏర్పాటు చేసిన పోలియో కేంద్రాల్లో ఐదేళ్లలోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు. న్యాల్కల్ మండల కేంద్రంలో గ్రామ సర్పంచ్ జ్యోతిలక్ష్మి--ప్రవీణ్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించగా, చనిగేపల్లి గ్రామంలో సర్పంచ్ సుధాకర్ పోలియో చుక్కల కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించి ప్రతి ఐదేళ్లలోపు చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాలని తల్లిదండ్రులకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైద్య సిబ్బంది, ఆశా కార్యకర్తలు, అంగన్‌వాడీ సిబ్బంది, గ్రామ పెద్దలు, తల్లిదండ్రులు, స్థానిక ప్రజలు పాల్గొన్నారు. ప్రతి ఐదేళ్లలోపు చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించి పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని వైద్యాధికారులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

చిన్నారి ఆరోగ్యమే.. దేశ భవిష్యత్తు!

ప్రతి చిన్నారికి పోలియో చుక్కలు తప్పనిసరి. సర్పంచ్ నారపాక మాధవి యాదయ్య

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా రామన్నపేట మండలం లోని నిదానపల్లి గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయం వద్ద ఆదివారం నిర్వహించిన పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని సర్పంచ్ నారపాక మాధవి యాదయ్య చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేసి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ, ఐదేళ్లలోపు వయస్సు గల ప్రతి చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించాలని, తల్లిదండ్రులందరూ ఈ కార్యక్రమాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణంలో భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆశా కార్యకర్త మాధవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలియో రహిత సమాజమే లక్ష్యం: సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్.

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: రామన్నపేట మండలంలోని ఎల్లంకి గ్రామంలో ఆదివారం పల్స్ పోలియో కార్యక్రమాన్ని గ్రామ సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ ప్రారంభించారు. గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయం ఎదుట ఏర్పాటు చేసిన కేంద్రంలో 0 నుంచి 5 సంవత్సరాల లోపు చిన్నారులకు పోలియో చుక్కలు వేశారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ ఈడం రాధా శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ, ప్రతి చిన్నారికి తప్పనిసరిగా పోలియో చుక్కలు వేయించి పోలియో రహిత సమాజ నిర్మాణానికి తల్లిదండ్రులు సహకరించాలని కోరారు. ఒక్క చిన్నారిని కూడా వదిలిపెట్టకుండా పోలియో చుక్కలు వేయించేందుకు అధికారులు, సిబ్బంది కృషి చేయాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో ఉపసర్పంచ్ మిర్యాల రాజ్‌కుమార్, వార్డు సభ్యులు లింగయ్య, రాజలింగం, డాక్టర్ శివసాయి, ఏఎన్ఎం పావని, ఆశా వర్కర్ సుగుణ, అంగన్‌వాడీ టీచర్లు అలివేలు, భాగ్యలక్ష్మి, జీనుక శేఖర్, గ్రామ పంచాయతీ సిబ్బంది, గ్రామస్థులు, చిన్నారుల తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

మల్లెల వద్ద బోల్తా పడిన కోళ్ల మేత లారీ.. తప్పిన పెను ప్రమాదం

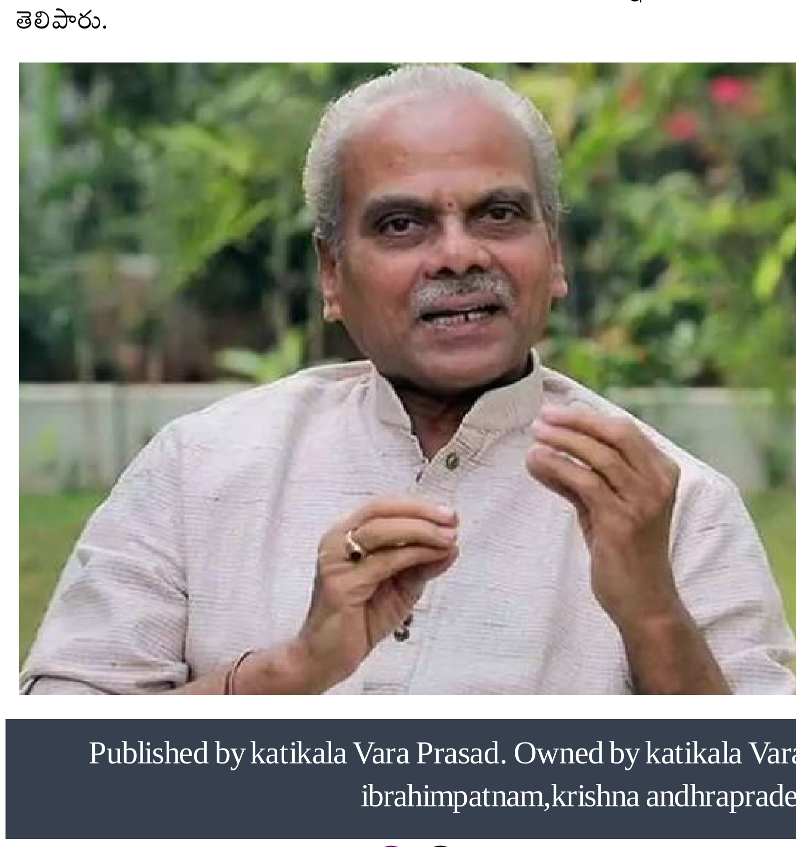
క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ జూన్ 28: ఎన్టీఆర్ జిల్లా తిరువూరు మండలం మల్లెల గ్రామ సమీపంలో ఆదివారం పెను ప్రమాదం తృటిలో తప్పింది. మహారాష్ట్ర నుంచి హనుమాన్ జంక్షన్‌కు కోళ్ల మేతను తరలిస్తున్న లారీ అతివేగంతో వెళుతుండగా అదుపు తప్పి రోడ్డుపక్కన బోల్తా పడింది. ప్రమాదం జరిగిన సమయంలో భారీ శబ్దం వినిపించడంతో స్థానికులు భయాందోళనకు గురయ్యారు. అయితే లారీ డ్రైవర్ స్వల్ప గాయాలతో సురక్షితంగా బయటపడటంతో అందరూ ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు వెంటనే ఘటనాస్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. ప్రమాదానికి గల కారణాలపై పోలీసులు విచారణ కొనసాగిస్తున్నారు.

సినిమా

మూవీస్ మానేసి షార్ట్ ఫిల్మ్స్ చేయడానికి కారణం చెప్పిన నటుడు ఎల్బీ శ్రీరామ్..

తెలుగు సినిమా రంగంలో సుదీర్ఘకాలం నటుడిగా, రచయితగా సేవలందించిన ఎల్.బి. శ్రీరామ్, తన కెరీర్‌లో ఎదుర్కొన్న విచిత్రమైన సవాళ్లను ఓ ఇంటర్వ్యూలో పంచుకున్నారు. ఆయన 500కు పైగా చిత్రాలలో నటించి, ఐదు ప్రతిష్ఠాత్మక నంది అవార్డులను గెలుచుకున్నారు. టాప్ కమెడియన్‌లలో ఒకరిగా నిలిచినప్పటికీ, పరిశ్రమ తనను కేవలం సెంటిమెంటల్ లేదా సానుభూతి కలిగించే పాత్రలకే పరిమితం చేస్తోందని ఆయన తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. "నేను టాప్ 10 కమెడియన్స్ లో ఒకడిని అయ్యుండి, నెంబర్ ఆఫ్ వెరైటీ క్యారెక్టర్స్ చేసి, అంత వెర్సటాలిటీ చూపించిన నేను, నన్ను చివర్లో ఒక గాడికి కట్టేశారు. ఒక సెంటిమెంటల్ క్యారెక్టర్ కి, సింపతీ క్యారెక్టర్ కి అయ్యో పాపం, అయ్యో పాపం అని," అంటూ శ్రీరామ్ తన బాధను తెలియజేశారు. తను చేసిన హాస్య సన్నివేశాలు, ఎమోషనల్ కొటేషన్లు రీల్స్‌లో తరచుగా కనిపిస్తున్నప్పటికీ, దర్శకులు, రచయితలు మాత్రం "నువ్వు చచ్చిపోవాలి సార్," "నువ్వు ఏడవాలి సార్" వంటి పాత్రలనే ఇస్తున్నారని ఆయన ఆశ్చర్యం వ్యక్తం చేశారు. ఇది కక్షతో చేస్తున్న పని కాదని, ఒక రకమైన "దౌర్భాగ్యం" అని అన్నారు.తాను హాస్యాన్ని పండించగలను, వైవిధ్యమైన పాత్రలను చేయగలను అని నిరూపించినప్పటికీ, "ఈ వేషం రక్తి కట్టించడానికి మీరు తప్ప ఎవరున్నారు" అని చెప్పడంపై పై ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇలాంటి పాత్రలు ఒప్పుకుంటే, గత ఆరు-ఏడేళ్లుగా ఎప్పుడూ బిజీగా ఉండేవాడినని, ఎందుకంటే అలాంటి పాత్రలకు పోటీ లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అయితే, తనలోని నటుడిని, కళాకారుడిని కేవలం ఒకే రకమైన భావోద్వేగాలకు పరిమితం చేయడం తనకు ఇష్టం లేదని ఆయన వివరించారు. సినిమా పరిశ్రమలో రంగులు ఎక్కువగా ఉంటాయని, రాజకీయాల కంటే, క్రికెట్ కంటే విపరీతమైన స్పందన ఇక్కడే ఉంటుందని శ్రీరామ్ చెప్పుకోచ్చారు. తన కోపాన్ని గురించి మాట్లాడుతూ, ఎంత కోపం వచ్చినా అది తాటాకు చప్పుడు లాగానే ఉంటుందని, తప్పు అవతలి వారిదైనా తానే ముందు పలకరిస్తానని తెలిపారు. ఇలాంటి విషయాలలో వైరాన్ని శాశ్వతం చేసుకోకుండా, పేజీ తిప్పేయాలని ఆయన తన జీవిత తత్వాన్ని వెల్లడించారు.

తన కెరీర్ తొలినాళ్లలో ఒక సినిమాకు డైలాగ్ రైటర్‌గా ఏడాది కష్టపడినా తన పేరు లేకుండా పోయిందని, అది తనను తీవ్రంగా బాధించిందని గుర్తు చేసుకున్నారు. ఈ సంఘటన కూడా తనను వ్యక్తిగతంగా ఎంతో కదిలించిందని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం, వైవిధ్యమైన కథలు, పాత్రల కోసం తాను షార్ట్ ఫిలిమ్స్ చేస్తున్నానని, వాటి ద్వారా తన నటనకు కొత్త కోణాలను అన్వేషిస్తున్నానని ఎల్.బి. శ్రీరామ్ వెల్లడించారు. సినిమా రంగం తనను మరో కోణంలో చూడాలని, తన బహుముఖ ప్రజ్ఞను గుర్తించాలని తెలిపారు.



బరువు తగ్గడంతోపాటు రక్తం పెరుగుతుంది..

ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి కోసం అనేక మార్గాలను అన్వేషిస్తున్న వారికి బార్లీ గింజలు ఒక అద్భుతమైన పరిష్కారం. ముఖ్యంగా ఉదయమే బార్లీ జావను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల అనేక దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలను నియంత్రించవచ్చంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.. బార్లీ కేవలం ఒక ధాన్యం మాత్రమే కాదు.. అది పోషకాల గని అని.. ప్రతిరోజూ బార్లీ జావ తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించవచ్చని పేర్కొంటున్నారు. వాస్తవానికి ఆధునిక జీవనశైలిలో చాలామంది ఎదుర్కొంటున్న ప్రధాన సమస్యలు షుగర్, బీపీ, కొలెస్ట్రాల్.. బార్లీ గింజలు ఈ మూడింటినీ అదుపులో ఉంచడంలో సమర్థవంతంగా పనిచేస్తాయి. వీటిలో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల రక్తపోటును సమర్థవంతంగా నియంత్రిస్తుంది. అధిక రక్తపోటుతో బాధపడేవారికి ఇది చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. అలాగే, బార్లీలోని పీచుపదార్థాలు (ఫైబర్) కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించి, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి.మధుమేహ నియంత్రణలో బార్లీ పాత్ర గణనీయమైనది. ఇందులో ఉండే పీచుపదార్థాలు రక్తంలో చక్కెరను నెమ్మదిగా విడుదలయ్యేలా చేస్తాయి. దీనివల్ల రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు ఆకస్మికంగా పెరగకుండా స్థిరంగా ఉంటాయి. ఇది మధుమేహం ఉన్నవారికి చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా, డయాబెటిస్ లేనివారిలో కూడా మధుమేహం రాకుండా నివారణకు తోడ్పడుతుంది.

బార్లీ జీర్ణవ్యవస్థకు కూడా మేలు చేస్తుంది. అధిక పీచుపదార్థాలు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి, మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తాయి. ఆరోగ్యకరమైన ప్రేగు కదలికలకు సహాయపడతాయి. ఉదయమే బార్లీ నీరు తాగడం వల్ల శరీరంలోని వ్యర్థ పదార్థాలు, విషపదార్థాలు మూత్రం ద్వారా బయటకు వెళ్లిపోతాయి. ఇది శరీరాన్ని శుభ్రపరచి, మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. పెద్దపేగును శుభ్రపరచడం ద్వారా కోలన్ క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులు రాకుండా కూడా రక్షణ కల్పిస్తుంది.బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి బార్లీ వాటర్ ఒక సహజసిద్ధమైన మిత్రుడు. ఇది శరీర మెటబాలిజంను క్రమబద్ధీకరిస్తుంది. పీచుపదార్థాలు ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉన్న అనుభూతిని కలిగించి, అతిగా తినకుండా నిరోధిస్తాయి. ఫలితంగా, బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. బార్లీలో కేవలం పీచు, పొటాషియం మాత్రమే కాకుండా విటమిన్

ఎ, ఐరన్, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు కూడా ఉన్నాయి. విటమిన్ ఎ కంటిచూపును దీర్ఘకాలం పాటు పదిలంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఐరన్ రక్తహీనతను నివారిస్తుంది, రక్తకణాల ఉత్పత్తికి తోడ్పడుతుంది. కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ ఎముకలను మరింత బలంగా చేస్తాయి. ఎముకల సాంద్రతను పెంచుతాయి. అంతేకాకుండా, బార్లీ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, శరీరాన్ని వివిధ వ్యాధుల నుండి కాపాడుతుంది. బార్లీ జావాను తయారు చేయడం చాలా సులభం. ఒక గుప్పెడు బార్లీ గింజలను ఒక లీటరు నీటిలో వేసి 10 నుండి 15 నిమిషాలు బాగా మరిగించాలి. ఆ తర్వాత ఆ నీటిని వడగట్టి ఒక గ్లాసులోకి తీసుకోవాలి. దీనికి సగం నిమ్మకాయ రసం, ఒక చెంచా తేనె కలిపి ప్రతిరోజూ ఉదయం పరగడుపున తాగాలి. లేదా బార్లీ పొడి.. రెండు స్పూన్లను నీటిలో కలిపి మరిగించి తీసుకోవచ్చు.. ఈ పానీయం శరీరాన్ని రిఫ్రెష్ చేయడమే కాకుండా పైన పేర్కొన్న అన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఈ సాధారణ అలవాటు మీ రోజువారీ ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైన మార్పును తీసుకువస్తుంది.

పనస గింజలను పారేస్తున్నారా..

ప్రకృతి మనకు ప్రసాదించిన అద్భుతమైన పండ్లలో పనస పండు ఒకటి. దీని ప్రత్యేకమైన రుచి, సువాసన , తీపి గుజ్జు వల్లే చాలా మంది దీనిని ఎంతో ఇష్టంగా తింటుంటారు. అయితే పనస పండు తిన్న తర్వాత చాలా మంది చేసే పొరపాటు ఏమిటంటే, దాని లోపల ఉండే గింజలను పనికిరానివిగా భావించి చెత్తబుట్టలో పారేస్తుంటారు. కానీ పనస తొనల్లో ఎంతటి పోషకాలు ఉంటాయో, వాటి గింజల్లో కూడా అంతే సమానమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే ఇటీవలి కాలంలో ఈ గింజలను ఒక "సహజ సూపర్‌ఫుడ్"గా పరిగణిస్తున్నారు. శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందించడంతో పాటు అనేక దీర్ఘకాలిక సమస్యల నుండి రక్షణ కల్పించే పనస గింజల వల్ల కలిగే ఆ అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు వివరంగా తెలుసుకుందాం.ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు... పనస గింజలలో ఉండే విభిన్న పోషకాలు శరీర రక్షణ వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. ఈ గింజలను క్రమం తప్పకుండా ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయో ఇక్కడ చూద్దాం.

జీర్ణ ఆరోగ్యం విషయానికి వస్తే, పనస గింజలు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. వీటిలో ఉండే సమృద్ధియైన పీచుపదార్థం ప్రేగుల పనితీరును వేగవంతం చేసి మలబద్ధకం సమస్యను తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా, ఇవి పేగులలో మేలు చేసే మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధికి దోహదపడతాయి, దీనివల్ల కడుపు ఆరోగ్యం మెరుగుపడి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు దూరమవుతాయి.

గుండె ఆరోగ్యం , రక్తపోటు నియంత్రణ. పనస గింజల్లో ఉండే పొటాషియం రక్తపోటు (బీపీ) స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. అలాగే ఇందులోని ఫైబర్ శరీరంలో పేరుకుపోయే చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి, గుండె పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. దీనివల్ల గుండె జబ్బుల ప్రమాదం చాలా వరకు తగ్గుతుంది.

బరువు నియంత్రణ , రోగనిరోధక శక్తి. బరువు తగ్గాలని ప్రయత్నించే వారికి పనస గింజలు ఒక మంచి ఆహారం. వీటిలోని ప్రోటీన్, ఫైబర్ కంటెంట్ వల్ల ఇది తిన్న తర్వాత ఎక్కువ సేపు ఆకలి వేయకుండా ఉంటుంది. ఫలితంగా అతిగా తినడం తగ్గి బరువు సులభంగా అదుపులోకి వస్తుంది. అలాగే ఇందులో ఉండే ఇనుము, జింక్ వంటి ఖనిజాలు శరీర రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, వర్షాకాలంలో వచ్చే కాలానుగుణ ఇన్ఫెక్షన్లు , వ్యాధుల నుండి మనల్ని కాపాడతాయి.

ఈ గింజల్లో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్లు, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ ప్రభావాన్ని తగ్గించి కణాల నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. ఇది చర్మంపై వృద్ధాప్య లక్షణాలు త్వరగా రాకుండా ఆలస్యం చేస్తుంది.

ఈ పనస గింజలను నేరుగా నీటిలో వేసి ఉడికించి తినడం గానీ, లేదా పెనంపై దోరగా వేయించుకుని గానీ స్నాక్స్‌లా తినవచ్చు. వేయించిన పనస గింజలు తింటుంటే ఓక్ గింజలు లేదా చెస్ట్‌నట్‌ల వంటి మంచి రుచిని ఇస్తాయి. ఇవే కాకుండా వీటిని రోజువారీ వండుకునే కూరల్లో, సూప్‌లలో కూడా ముక్కలుగా కట్ చేసి వాడుకోవచ్చు. కొందరు ఈ గింజలను బాగా ఎండబెట్టి పొడిగా పట్టుకుని కూడా నిల్వ చేసుకుంటారు. కాబట్టి ఇకపై పనస పండు తిన్నప్పుడు గింజలను పారేయకుండా, డైట్‌లో చేర్చుకుని ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోండి.

జామకాయ తిన్న వెంటనే వీటిని తీసుకుంటే డేంజర్..

ప్రకృతి మనకు అందించిన పండ్లలో జామపండు అత్యంత చౌకగా , సులభంగా లభించే ఒక అద్భుతమైన పండు. ఇందులో విటమిన్ సి, ఫైబర్ , యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి , చర్మ సౌందర్యాన్ని కాపాడటానికి జామపండు ఎంతో అద్భుతంగా సహాయపడుతుంది. అయితే ఎంతటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ, జామకాయను తినే విషయంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించడం తప్పనిసరి. ముఖ్యంగా జామపండు తిన్న వెంటనే కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలను అస్సలు తీసుకోకూడదని ప్రముఖ పోషకాహార నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వీటిని నిర్లక్ష్యం చేసి కలిపి తీసుకోవడం వల్ల తీవ్రమైన జీర్ణక్రియ సమస్యలు ఎదురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. జామకాయ తిన్న వెంటనే తీసుకోకూడని ఆ 4 ముఖ్యమైన ఆహారాల గురించి తెలుసుకుందాం.అవసరమైన జాగ్రత్తలు జామపండు తిన్న తర్వాత శరీరంలో ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ఉండాలంటే కొన్ని నిర్దిష్ట ఆహార పదార్థాలకు , అలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలి. నిపుణులు సూచిస్తున్న ఆ ముఖ్యమైన విషయాలు ఇవే. మొదటగా పాలు లేదా పాల ఉత్పత్తులను దూరం పెట్టాలి. జామపండు తిన్న వెంటనే పాలు తాగడం ఆరోగ్యానికి ఏమాత్రం మంచిది కాదు. జామకాయలో ఉండే ఆమ్ల గుణాలు (అసిడిక్ స్వభావం) పాలతో కలవడం వల్ల కడుపులో జీర్ణక్రియ ప్రక్రియ చాలా నెమ్మదిగా సాగుతుంది. దీనివల్ల కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ట్రైటిస్ , తీవ్రమైన అజీర్ణం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ముఖ్యంగా సున్నితమైన జీర్ణవ్యవస్థ ఉన్నవారు ఈ విషయంలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి. రెండవది చల్లటి నీరు తాగడం తగ్గించాలి. సాధారణంగా చాలా మందికి జామకాయ తిన్న వెంటనే నీళ్లు తాగే అలవాటు ఉంటుంది. కానీ జామపండు తిన్న వెంటనే చల్లటి నీటిని తాగడం వల్ల అది జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరుపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. దీనివల్ల కడుపు నొప్పి, గ్యాస్ వంటి సమస్యలు తలెత్తి తీవ్ర అసౌకర్యానికి గురిచేస్తాయి. అందుకే జామకాయ తిన్న తర్వాత కనీసం 20 నుండి 30 నిమిషాల వ్యవధి ఇచ్చి నీళ్లు తాగడం మంచిది. మూడవది అరటిపండు తీసుకోకూడదు. జామకాయతో పాటుగా లేదా అది తిన్న వెంటనే అరటిపండును తినడం వల్ల కొంతమందిలో జీర్ణ సంబంధిత ఇబ్బందులు

వస్తాయి. ఈ రెండు పండ్ల కలయిక వల్ల కడుపు ఉబ్బరం , గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు పెరుగుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి ఇప్పటికే జీర్ణ సమస్యలతో బాధపడేవారు ఈ రెండు పండ్లను కలిపి తీసుకోకపోవడమే ఉత్తమం.నాల్గవది అధిక మసాలాలు, వేయించిన ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. జామకాయలో పీచుపదార్థం (ఫైబర్) చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల జామకాయ తిన్న వెంటనే బరువైన, నూనెతో కూడిన వేపుళ్లు లేదా ఎక్కువ మసాలా ఉన్న ఆహారాలు తినడం వల్ల కడుపుపై అదనపు ఒత్తిడి పడుతుంది. ఇది గుండెల్లో మంట, అజీర్ణం , అసౌకర్యానికి దారితీస్తుంది.

అయితే అందరి శరీర తత్వం ఒకేలా ఉండదు కాబట్టి, ఈ సమస్యలు అందరిలోనూ ఒకేలా కనిపించకపోవచ్చు. అయినప్పటికీ, సున్నితమైన కడుపు లేదా గ్యాస్ సమస్యలు ఉన్నవారు జామకాయ తిన్న తర్వాత కొంత సమయం విరామం ఇచ్చి ఇతర ఆహారాలు తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.

Published by katikala Vara Prasad. Owned by katikala Vara Prasad. Printed at Sunday printing press 3_4297 Saraswati complex SVN colony. guntur.ap 522006.published at HNo:21-119 west ibrahimpatnam,krishna andhrapradesh 521456Editor. Katikala Vara Prasad.RNI APTEL/25/A2844. Ph:9849707349 . email:kvp6858@gmail.com.