

నినాదం

నిఖార్సేన జర్నలిజం

గురువారం, మార్చి 5, 2026

సంపుటి - 22

సంచిక 158

వెల - 7

పేజీలు - 12 - 8

Published from Hyderabad, Vijayawada Circulated from TS and AP. Hyderabad, Karimnagar, Khammam, Mahabubnagar, Nalgonda, Nizamabad, Warangal, Vijayawada, Guntur, Ongole, Nellore, Tirupathi, Kadapa, Ananthapur, Kurnool, Tadepalligudem, Rajahmundry, Visakhapatnam, Srikakulam



భారత్ చేరుకున్న ఫిన్లాండ్ అధ్యక్షుడు

విమానాశ్రయంలో స్టేజీకు ఘనంగా స్వాగతం

న్యూఢిల్లీ, నినాదం:

ఫిన్లాండ్ అధ్యక్షుడు అలెగ్జాండర్ స్టబ్ భారత్ విచ్చేశారు. నాలుగు రోజుల పర్యటనలో భాగంగా బుధవారం మద్యాహ్నం ఆయన ఢిల్లీ చేరుకున్నారు. విమానాశ్రయంలో ఆయనకు కేంద్ర విదేశీ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి కీర్తి చర్లన్ సింగ్ అధ్యక్షులలోని బృందం ఘన స్వాగతం పలికింది. గార్ ఆఫ్ ఆన్ లభించింది. స్టబ్తోపాటు ఫిన్లాండ్కు చెందిన పలువురు కీలక నేతలు, అధికారులు కూడా ఇందియా చేరుకున్నారు.

ప్రాజెక్టుల భూసేకరణకు

రూ.5000 కోట్లు

జూన్ 2 నాటికి భూసేకరణ పూర్తి

- సింగూర్ డ్యామ్ భద్రతకు కట్టుదిట్టమైన చర్యలు
- త్వరలోనే న్యూంగా డ్యామ్ను సందర్శిస్తా
- పాలెం వాగు ప్రాజెక్ట్ గేట్లు, రెగ్యులేటర్లను సమస్యలను పరిష్కరిస్తా
- ప్రాజెక్ట్ పరిస్థితిని క్షేత్రస్థాయిలో వెళ్లి సమీక్షించండి
- అధికారులకు మంత్రి ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి ఆదేశాలు

సంగారెడ్డి జ్యూన్ 4 (నినాదం): సింగూర్ డ్యామ్ భద్రత ప్రభుత్వానికి అత్యున్నత ప్రాధాన్యమని రాష్ట్ర సీనియర్లకు, పౌర సరఫరాల శాఖామంత్రి కె.ఎస్.ఎస్. ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. హైదరాబాద్ మహానగరానికి ప్రాణాధారంగా నిలిచిన సింగూర్ ప్రాజెక్టు పరిరక్షణకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఘోరిస్తోంది. చర్యలు తీసుకుంటుంది ఆయన తెలిపారు. న్యూంగా డ్యామ్ సింగూర్ ప్రాజెక్టును సందర్శించి పరిస్థితిని ఘోరిస్తోంది సమీక్షిస్తానని ఆయన ప్రకటించారు. **→వినోద్ 4లో..**



ఇదోరోజూ దాడులు

ఇజ్రాయిల్ దాడులకు దీటుగా ఇరాన్ బాంబులు

ఇరాన్ రహస్య భూగర్భ అణు ప్రాజెక్ట్ ధ్వంసం : ఇజ్రాయిల్ రక్షణ దళం ప్రకటన

ఇరాన్ నేతగాఖమేనీ కుమారుడు ముజ్జబా? అధికార మార్పిడి జరిగిందని ప్రచారం

- అధికారికంగా వెల్లడించడమే తరువాయి
- శ్రీలంక తీరంలో ఇరాన్ నౌకపై దాడి
- 101 మంది గల్లంతయినట్లు సమాచారం
- హార్మజ్ జలసంధిలో సడలింపులు
- చైనా చమురు నౌకలకు ఇరాన్ అనుమతి
- టెహ్రాన్ ప్రార్థనా మందిరంలో ఖమేనీ మృతదేహం
- మూడోజూల పాటు ప్రజల సందర్శనకు అనుమతి
- మోడీ పర్యటనలకు దాడులకు లింకేంటి
- యుద్ధం అన్నది మా ప్రణాళికలో భాగం
- విమర్శలకు దీటుగా స్పందించిన ఇజ్రాయిల్

ఇరాన్, అమెరికా ఇజ్రాయిల్ సంయుక్త కూటమి మధ్య యుద్ధం ఐదోరోజైన బుధవారం నాడు మరింత తీవ్రమైంది. దీంతో మధ్యప్రాచ్యంలో ఉద్రిక్తతలు అంతకంతకూ పెరుగుతున్నాయి. ఇరాన్ క్షిప్రణి లాంచర్లు, ఆయుధ ప్యాకెట్లను టారెట్ చేస్తూ ఇజ్రాయిల్ దాడులు జరుపుతోంది. సుప్రీం లీడర్ ఆయతుల్ అలీ ఖమేనీ మరణించడంతో ఇరాన్ తదుపరి నాయకత్వంపై ఎవరు పగ్గాలు అందుకుంటారన్న చర్చలో ఖమేనీ కుమారుడే ముందువరసలో ఉన్నట్లు సమాచారం. ఇప్పుడు పాలనా పగ్గాలను ఖమేనీ కుమారుడు ముజ్జబా హాజ్ సేనీ ఖమేనీకి అప్పగించినట్లు వార్తలు వెలువడుతున్నాయి. గతంలో ప్రభుత్వం పదవని నిర్వహించిన అనుభవమేదీ లేని ముజ్జబా.. త్వరలోనే సుప్రీంలీడర్ గా బాధ్యతలు చేపట్టనున్నట్లు సమాచారం. ఆయతుల్లా అలీ ఖమేనీ రెండో కుమారుడే ముజ్జబా.



ఇరాన్ యుద్ధ నౌకను మేమే ముంచేశాం

అమెరికా రక్షణశాఖ మంత్రి పీట్ హెగ్నెట్ టెహ్రాన్పై ఇజ్రాయిల్ వైమానిక దాడులు

ఇరాన్కు చెందిన యాక్ 130 యుద్ధ విమానం కూల్చివేత

భారీగా పతనమైన రూపాయి విలువ

ఇరాన్ యుద్ధ సంక్షోభమే కారణం..

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 4 (నినాదం):

శ్రీలంక తీరంలో ఇరాన్ యుద్ధ నౌక 'ఇఆరబెన్ దేనా' ను తామే ముంచేశామని అమెరికా ప్రకటించింది. హిందూ మహాసముద్రంలో ఆ నౌకపై జలాంతర్రామి టార్పెడోలతో దాడి చేసినట్లు అమెరికా రక్షణశాఖ మంత్రి పీట్ హెగ్నెట్ ప్రకటించారు. రెండో ప్రపంచ యుద్ధం తర్వాత శత్రుదేశంపై ఈ తరహా దాడి ఇదే మొదటిదని తెలిపారు. పెంటాగన్లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు.

6 లక్షల మంది మహిళల హెల్త్ ప్రొఫైల్ తయారీ

- ఈ నెల 8 నుంచి స్క్రీనింగ్ ప్రారంభం
- టీ డయాగ్నోస్టిక్స్ ద్వారా ఒక్కొక్కరికీ 30 రకాల పరీక్షలు
- 4 దశల్లో ఆరోగ్యశాఖ కార్యక్రమాలు
- అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం కానుక
- ప్రజాపాలన ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమాలపై మంత్రి దామోదర్ రాజనర్సింహ సమీక్ష

హైదరాబాద్, మార్చి 4 (నినాదం): సెక్టోరియల్లో మంత్రి దామోదర్ రాజనర్సింహ బుధవారం సమీక్ష చేశారు. ఈ సమావేశంలో ఆరోగ్య శాఖ ప్రొఫైల్ సెక్టర్ కమిషనర్ సంగీత సత్యనారాయణ, ఆరోగ్యశ్రీ సీఈఓ ఉదయ్ కుమార్, డ్రగ్ కంట్రోల్ అథారిటీ డైరెక్టర్ జనరల్ షానవాజ్ ఖాన్, డీఎంఈ సరేంద్ర కుమార్, టీవీపీ కమిషనర్ ఆర్యశాఖ మంత్రి దామోదర్ రాజనర్సింహ అధికారులకు సూచించారు. ప్రజాపాలన ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా ఆరోగ్యశాఖ నిర్వహించాల్సిన కార్యక్రమాలపై **→తరువాయి 2లో..**

హిందూ పండగలంటే చిన్న చూపుతున్నా

సిఎం రేవంత్ను ప్రశ్నించిన రాజాసింగ్



హిందూ పండగలు, ముస్లిం పండగల మధ్య తెలంగాణ ప్రభుత్వం తేడాలు ఎందుకు చూపిస్తోందిని గోపామహాలి ఎమ్మెల్యే రాజాసింగ్ ప్రశ్నించారు. అలాగే హిందూ పండగలపై చిన్న చూపుతున్నారని అన్నారు. ఈ మేరకు ఆయన ఓ ప్రకటన విడుదల చేశారు.

ఇది మనిషి స్వస్థించిన పెను విషాదం

ఇరాన్లో పాఠశాల బాలికల మృతిపై కెటిఆర్



కొనుగోళ్లు లేక రైతుల ఆందోళన

అన్ని ప్రాంతాల్లో మక్కలు కొనాలి మాజీమంత్రి హరీష్ రావు



హోంమంత్రి అమిత్ షాతో సీఎం భేటీ

ఇటీవల నక్సల్స్ లొంగుబాటు తదితర విషయాల ప్రస్తావన సీఎంను, డిజిపి బృందాన్ని అభినందించిన అమిత్ షా న్యూఢిల్లీ, మార్చి 4 (నినాదం): తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి న్యూఢిల్లీ పర్యటన బిజీ బిజీగా సాగుతోంది. బుధవారం రాత్రి కేంద్ర హోం శాఖ మంత్రి అమిత్ షాతో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి భేటీ అయ్యారు. అందుకోసం అమిత్ షా నివాసానికి ఇప్పటికే సీఎం రేవంత్ రెడ్డి చేరుకున్నారు. ఈ సమావేశంలో పలు కీలక అంశాలు చర్చించినట్లు తెలుస్తోంది. సీఎం వెంట తెలంగాణ డిజిపీ శివధర్ రెడ్డి, ఎన్ఐటీఐ సుమతి, ఇంటెలిజెన్స్ అడనల్ డైరెక్టర్ విజయ్ కుమార్ ఉన్నారు. **→తరువాయి 2లో..**



మండలిని కుడిపెసిన తిరుమల లడ్డూ వ్యవహారం

- మంత్రి అచ్చన్న క్లిస్టియన్ వ్యాఖ్యలపై మండిపడ్డ వైసిపి
- స్పీకర్ పోడియం వద్ద ఆందోళనకు దిగిన వైసిపి సభ్యులు
- అచ్చన్న క్షమాపణలు చెప్పాలని డిమాండ్
- స్పీకర్ మోషెస్ రాజుకు మంత్రి అచ్చన్న క్షమాపణలు
- గందరగోళం మధ్య వాయిదా.. తిరిగి నేటికి సభ వాయిదా

ఆగివున్న కారును వేగంగా ఢీకొన్న కారు

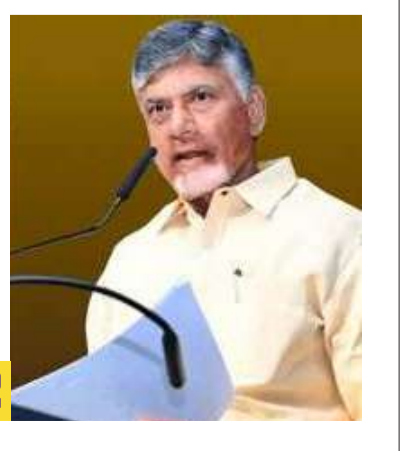
- నుజ్జునుజ్జు అయిన కారు.. బదుగురు దుర్మరణం
- బధితులంతా బెంగళూరు వాసులుగా గుర్తింపు



చిత్తూరు, మార్చి 4 (నినాదం): చిత్తూరు జిల్లాలోని పలమనేరు శివారులో బుధవారం ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. ఈ ప్రమాదంలో ఐదుగురు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. జాతీయ రహదారిపై ఆగి ఉన్న లారీని వెనుక నుంచి కారు బలంగా ఢీకొట్టడంతో ఈ దుర్ఘటన చోటుచేసుకుంది.

4 దశల్లో ఆరోగ్యశాఖ కార్యక్రమాలు

- కూటమి చచ్చాకనే పెట్టుబడుల రాక • ఉద్యోగాలు, మౌలిక సదుపాయాల కల్పన
- విద్యాశాఖలో ఐటీతో పాటు ఎబి వినియోగం • మధ్య తరగతి, పేదవారికి యూనివర్సల్ హెల్త్ సీమ్
- పేదల వైద్యం కోసం ఒక్కొక్కరికి 20లక్షల వరకు ఖర్చు • పిపి మోడల్లో కాలేజీల నిర్మాణం
- ప్రతి నియోజకవర్గంలో 100 పడకల ఆస్పత్రులు • చిన్న పరిశ్రమలకు పెద్ద ఎత్తున ప్రోత్సాహం
- 20లక్షల ఉద్యోగాల కల్పన హామీ దిశగా ప్రణాళిక • 30,500కు పైగా ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు ఇచ్చాం
- ఇప్పటివరకూ 6,28,327 మందికి ఉద్యోగాలు • టూరిజం అభివృద్ధి కోసం ఉద్యోగాల కల్పనకు కృషి
- రూ.9,03,562 కోట్ల పెట్టుబడులు వచ్చాయి • ఇప్పటికే 72 ప్రాజెక్టులకు శంకుస్థాపన
- విశాఖలో ఐటీ కంపెనీలు స్థాపన జరుగుతున్నాయి
- అసెంబ్లీలో పలు అంశాలపై సుదీర్ఘంగా మాట్లాడిన చంద్రబాబు



వందశాతం ఫలితాలతో జిల్లాకు పేరు తీసుకురావాలి

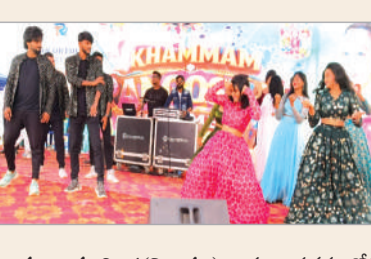


గదూరు ప్రతినిధి, మార్చి 4 (నాదం) పదవ తరగతి పరీక్షలో వంద శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించి జిల్లాకు మంచి పేరు తీసుకురావాలి జిల్లా కలెక్టర్ రిజావీ బాషా షేక్ విద్యార్థులకు ఫిలవాలిచ్చారు. బుధవారం జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో పదవ తరగతి పరీక్షల ఫలితాలను సాధించిన వివిధ అంశాలను తెలియజేస్తూ ప్రేరణ కలిగించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ రిజావీ బాషా షేక్ పలువురు విద్యార్థులతో ప్రత్యక్షంగా మాట్లాడి వారి అభ్యాసన సాధనను తెలుసుకున్నారు. పదవ తరగతి విద్యార్థుల భవిష్యత్తుకు ఎంతో ముఖ్యమని, ఇందులో మంచి మార్కులు సాధిస్తే భవిష్యత్తులో ఉన్నత చదువులకు మంచి అవకాశాలు లభిస్తాయని తెలిపారు. తల్లిదండ్రుల ఆకాంక్షలను నెరవేర్చేలా విద్యార్థులు ప్రణాళికాబద్ధంగా అధ్యయనం చేయాలని, ప్రస్తుతం పరీక్షల సమయం దగ్గర పడుతుండడంతో ప్రతిరోజూ సమయాన్ని సక్రమంగా వినియోగించుకొని చదువుపై ప్రాధాన్యత పెట్టాలన్నారు. అన్ని సబ్జెక్టుల్లో మంచి ఫలితాలు సాధించాలంటే వాటిని అర్థం చేసుకుని చదవాలన్నారు. ముఖ్యంగా గత ఐదు సంవత్సరాల పదవ తరగతి పరీక్షల పాఠ ప్రశ్నాపత్రాలను చదివి, వాటికి సమాధానాలను వ్రాయడం ద్వారా మంచి ప్రాక్టీస్ వస్తుందన్నారు. పరీక్షల్లో చేతివ్రాత సృష్టించి ఉండేలా సాధన చేయాలని సూచించారు. క్లిష్టంగా అనిపించే అంశాలపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టి, ఏదో ఏదో చదవడం వలన ముందు వ్రాయడం ద్వారా ఆయా సబ్జెక్టులపై పట్టు సాధించవచ్చని సూచించారు. వీసీఎస్ఆర్ మొదలు కావడంతో విద్యార్థులు ఎక్కువగా సిల్లీ తాగుతూ, మంచి ఆహారం తీసుకోవాలని సూచించారు. విద్యార్థులకు మెరుగైన విద్యార్థులను గుర్తించి వారికి ప్రత్యేక తరగతులు నిర్వహించి, ఆయా

కలెక్టర్ రిజావీ బాషా షేక్

సబ్జెక్టుల ముఖ్యంశాలను తెలియజేయాలని ఉపాధ్యక్షులకు సూచించారు. విద్యార్థులకు వచ్చే మార్కులను ఏ, బి, సి, డి తేటగిరిగా విభజించి ప్రణాళిక బద్ధంగా సాధన చేయాలన్నారు. అలోగ్యసమస్యలు ఉన్నాపరీక్షలకు గైరాజరు కాకుండా ప్రతిపరీక్షకు హాజరు కావాలని విద్యార్థులకు తెలిపారు. ప్రతిపరీక్షా కేంద్రంలో వైద్య సిబ్బంది అందుబాటులో ఉంటారని చెప్పారు. తాను 10తరగతిలో ఎలా ప్రీవీట్ అయ్యారో, ప్రతిసబ్జెక్టును వివిధంగా చదివి మంచి ఫలితాలు సాధించారో అనేది గత కలెక్టర్ విద్యార్థులతో పంచుకున్నారు. పరీక్షలను అభ్యవేశానంతో రాసి మంచి ఫలితాలు సాధించాలని ఆకాంక్షించి రాసి కలెక్టర్ స్వయంగా రాసిన "విజయోన్నతి" లెఖనం మెరుగైన విద్యార్థులకు అందించి, వారికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా విద్యా శాఖ అధికారి విజయలక్ష్మి, ప్రధానోపాధ్యాయులు రిజావీ డివి, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెవిలియన్ గ్రౌండ్లో రంగోత్సవం



భువ్వు, మార్చి 4(నినాదం): భువ్వు నగరంలోని సానిక్ పెవిలియన్ గ్రౌండ్లో ఆక్టివ్ కేర్ నిరాయకులు సంస్థల సహకారంతో భువ్వు రంగోత్సవం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కేరాలి మంది యువత యువకులు కలకత్తా పాఠశాల ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచిన జబర్నెస్ డీం తో కలిపి సంబరాలను ఆట పాటలతో తీర్చిదిద్దారు. రంగుల రంగుల ముందు బడినవారి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసుకుంటూ ఈ కార్యక్రమాన్ని ఉర్రూతలూగించారు. ఈ రోజు త్వవ్ హోల్ మేకాప్ ముఖ్యఅతిథిగా బిఆర్ఎస్ జిల్లా నాయకులు రోజు రామారావు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించి జిల్లా సైతం యువతతో రిం తల సమయం పాల్గొని సృష్టించే సున్నా హోల్ సంబరాలలో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి రామారావు మాట్లాడుతూ హోల్ రంగుల, ప్రేమ మరియు ఆనందం పండుగని, ఇది చెబు పై మంచి సాధించిన విజయాన్ని సూచిస్తుందిని ఈ పండుగలో ప్రజలు ఒకరిపై ఒకరు రంగుల చల్లుకుంటు కల మతాలకతీతంగా దాటిపోయాలని మంచి స్నేహంతో సంబరాలు చేసుకుంటూ భారతీయతను ఈ హోల్ పండుగ మన జీవితాల్లో కూడా సంతోషాలను రంగులను నింపాలని ఆశీర్వాదాలను తెలిపారు. ప్రత్యేక సిద్ధమైన రంగులతో సరక్ష్ణంగా ఆనందంగా హోల్ జరు పుకుందామని పిలుపునిచ్చి ఇంత మంది ఈవెంట్ మన భువ్వులో నిర్వహించడం చాలా గొప్ప శుభ పరిణామం అని నిరూపించుకుంటు ప్రత్యేక అభి, సందేశం శుభాకాంక్షలు తెలియజేసి కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ప్రతిఒక్కరికీ హోల్ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ జబర్నెస్ ప్రేమ తమ దాసులతో పాటలతో అలరించారు. ఈ వీట్లో యువత యువకులకు భువ్వు నగర ప్రజలకు ప్రత్యేక అభినందనలు తెలియజేసారు. కార్యక్రమంలో డాక్టర్ తోట లక్ష్మణ్, తోట రమేష్, కొలయ్య, కిషన్ నాయక్, మనోజ్ రవీందర్, బిరందర్, మాట్ కుమార్, ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.



సీఎంఆర్ రెస్ డెవలప్ లో ఇబ్బందులు లేకుండా చర్చలు అదనపు కలెక్టర్ శ్రీనివాస రెడ్డి



సీఎంఆర్ రెస్ డెవలప్ లో ఇబ్బందులు లేకుండా చర్చలు చేపట్టాలని అదనపు కలెక్టర్ పి. శ్రీనివాస రెడ్డి తెలిపారు. అదనపు కలెక్టర్, కలెక్టర్ డి. లోనే కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో బుధవారం సీఎంఆర్ రెస్ డెవలప్ లో గోడావరి మేనేజర్ లు, ఎం.ఎల్.ఎస్. పాఠశాల ఇంచార్జి లతో సమావేశం నిర్వహించారు. అదనపు కలెక్టర్ పి. శ్రీనివాస రెడ్డి మాట్లాడుతూ రెస్ డెవలప్ లో, డబ్బా, నీ, లకు సరఫరా చేసే ఏసీకే సకాలంలో దింపేయడం అవసరం మేనేజర్ లు విద్యార్థులు చేయాలని అన్నారు. సీఎంఆర్ రెస్ డెవలప్ లో అలసత్తు కాకుండా రెస్ మిల్లర్లకు ఫ్యాసిలిటీలు సహకరించాలని అన్నారు. గోడావరి వద్దని స్టాక్ ప్రకారం రెస్ మిల్లర్లకు సరిగ్గా రిపేరులను పంపించే చేయాలని అదనపు కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా పౌర సంరక్షణ సంస్థ మేనేజర్ శ్రీలక్ష్మి, జిల్లా రెస్ మిల్ సంఘం అధ్యక్షులు బిమ్మ రాజేశ్వరరావు, గోడావరి మేనేజర్ లు, సంబంధిత అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థి ఆత్మహత్య ఘటనపై కలెక్టర్ సీరియస్ ఏకలవ్య మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ సహా నలుగురిపై సస్పెన్షన్ వేటు మోడల్ స్కూల్ను సందర్శించిన కలెక్టర్

నిజామాబాద్ ప్రతినిధి, మార్చి 4 (నినాదం): ఇంద్రలక్ష్మి లోని ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ లో రామ్ చరణ్ (15) అనే తొమ్మిదవ తరగతి విద్యార్థి ఆత్మహత్య చేసుకున్న సంఘటనపై కలెక్టర్ ఇలా తీవ్రంగా తీవ్రంగా పరిగణించారు. ఈ ఘటనపై ప్రాథమిక విచారణ జరిపించారు. గ్రాంఠాల నాయక్ నేతృత్వంలో ఇతర జిల్లాల నుండి వచ్చిన ఏకలవ్య మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ శ్రీనివాస స్వామి, డాక్టర్ సైదా జైసోదీ, ఫజీ కుమార్, డాక్టర్ జ్యోతి ప్రాథమిక విచారణ నివేదిక సమర్పించారు. వీరి నివేదిక ఆధారంగా ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ ను సందర్శించారు. అధ్యాపకులు, విద్యార్థుల విద్యార్థులతో ఫోటి అయి, రామ్ చరణ్ ఆత్మహత్య చేసుకున్న వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. రామ్ చరణ్ బలవంతపరచానని కలింపాలని పోతపు బంధి, క్రమశిక్షణతో ముందుకెళ్ల మంచి

ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ ఇండర్ స్కూల్ EKALAVYA MODEL RESIDENTIAL SCHOOL - INDALWAI NIZAMABAD - TELANGANA - 503164

గ్రంథాలయానికి రూ.40 వేల విరాళం



భువ్వు, ప్రతినిధి, ఫిబ్రవరి 4(నినాదం): భువ్వు రూరల్ మండలం ఆరంభం గ్రామంలో గ్రంథాలయ ఏర్పాటుకు గ్రామ నివాసులు ముందుకు వచ్చి రూ.40,000 అర్ధిక సహాయం అందించారు. మాజీ రూరల్ మండల సర్పంచ్ సంఘం అధ్యక్షులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా నాయకులు బండి జగదీశ్, సర్పంచ్ సంఘం సీనియర్, ఉపసర్పంచ్ దావద్ ఆధ్వర్యంలో ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. గ్రామ నివాసులు మీసూ నాగేశ్వర్ రావు (రాష్ట్ర చిత్ర కారుల సంఘం గౌరవ అధ్యక్షుడు), మేడ సతీష్ (పోలీస్ డిపార్ట్మెంట్) చెరో రూ.20,000 చొప్పున మొత్తం రూ.40,000 సర్పంచ్ బండి సతీష్, ఉప సర్పంచ్ సీట్ దావద్లకు చెక్కులు రూపంలో అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా బండి జగదీశ్ మాట్లాడుతూ, గ్రామ యువత చెడు వ్యసనాలకు లోనుకాకుండా చదువుపై దృష్టి పెట్టి కాంపిటెటివ్ పరీక్షలు, మొదలై, సీట్, గ్రామ్మి వంటి పరీక్షల్లో మెరిట్ సాధించే దుకు ఈ గ్రంథాలయం ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది అన్నారు. పుట్టిన తేదీ సేవ చేయడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని, భవిష్యత్తులో కూడా గ్రంథాలయ అభివృద్ధికి తాను ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటానని హామీ ఇచ్చారు. విద్యార్థుల భవిష్యత్తు దృష్ట్యా గ్రామంలోని అన్ని వర్గాల ప్రజలు గ్రంథాలయ అభివృద్ధికి సహకరించాలని కోరారు. విద్యార్థులు ఈ గ్రంథాలయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని గ్రామానికి మంచి పేరు తీసుకు రావాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శి కిరణ్, గ్రామ పెద్దలు వస్తుల సుబ్బల, పెరుమాళ్లపల్లి రమేష్ బాబు, ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు అమృతి సత్యనారాయణ, నాగర్ మీరా, సీనియర్ జర్నలిస్ట్ వస్తుల వేణుగోపాల్, శంకర్, ఫజీ కుమార్, ముక్తేశ్వర్, రవీందర్, ధర్మేంద్ర, కన్నె తదితర గ్రామస్థులు పాల్గొన్నారు.

అంబురాన్నింటిన హోలీ సంబురాలు



పాలేరు, మార్చి 4 (నినాదం): నేలకొండపల్లి మండలం లోని వివిధ గ్రామాలలో బుధవారం హోలీ సంబరాలు మనస్ఫూర్తిగా నిర్వహించారు. మండల కేంద్రంలో పంచాయతీ వారు సభ్యులు రామకృష్ణ రోహిత్ ఆధ్వర్యంలో అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు. రాజస్థానీ కలెక్షన్ యువత ఆట, పాటలతో సందడి చేశారు. రంగులు చల్లుకుంటూ కేరిం తోట ఉత్సాహం సమయం చేసుకుంటూ నిర్వహించారు. మంగళపురం, పైసంపల్లి, ఆజయతండా, రాజేశ్వరపురం, బోడుబండ తదితర గ్రామాలలో యువత, మహిళలు, చిన్నారులు హోలీ చేసుకుంటూ ఉత్సాహంతో నిర్వహించారు. యువత బైక్ విన్యాసాలు చేశారు. రంగులు చల్లుకుంటూ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. మండల ప్రజలకు మారితో కమిటీ చైర్మన్ చెన్నప్పూరి సీతారామయ్య, శాఖమూరి రమేష్, కోదారి గోపందాస్, బచ్చలకూరి నాగరాజు లు హోలీ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఏకలవ్యలో విద్యార్థి సూసైడ్ కలకలం

నిజామాబాద్ ప్రతినిధి, మార్చి 4 (నినాదం): నిజామాబాద్ జిల్లా ఇంద్ర లక్ష్మి మండలం కేంద్రంలోని గోడావరి గ్రామపంచాయతీ పరిధిలో ఉన్న ఏకలవ్య పాఠశాలలో ధర్మలకు చోటుచేసుకుంది. మంగళవారం సాయంత్రం పాఠశాలలో సెల్ ఫోన్ వినియోగంపై నిషేధం ఉన్నప్పటికీ విద్యార్థి రామ్ చరణ్ సెల్ ఫోన్ తీసుకు వచ్చి ఉపయోగించినట్లు సమాచారం, దీనిపై ఉపాధ్యాయులు అతనిని మందంించి కొంతసేపు సస్పెండ్ చేసినట్లు తెలిసింది. అనంతరం పిలిచి తిరిగి తరగతి గదిలోకి అనుమతించినా, రెండోసారి కూడా రామ్ చరణ్ ఫోన్ వాడుతూనే సమయంలో అతను పట్టుబడి, ఉపాధ్యాయులు.

పాఠశాలలో జరిగిన సంఘటనపై సానిక్ పెవిలియన్ లోని సమావేశం చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. పాఠశాల నిర్వహణ ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులను పోలీసులు విచారిస్తున్నారు. పాఠశాలలో తెలియని వ్యక్తి ఉండి, దీంతో విషయం తెలుసుకున్న పేదెమ్మ యూ జిల్లా అధ్యక్షులు కర్ప గణేష్ ఏకలవ్య పాఠశాలకు చేరుకొని అందో శన వ్యక్తం చేశారు. విద్యార్థి మరణానికి బాధ్యత వహించి పైస కలిపి చర్యలు తీసుకొని మృతి చెందిన రామ్ చరణ్ కుటుంబానికి న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. అందో శన చేస్తున్న పీడిఎస్ యూ నాయకులను సానిక్ పోలీసులు నిబంధించి, ఇంద్రలక్ష్మి మన్షి జి సీడిమ్, డిప్యూటీ ఎస్సెఆర్లును కల్పించుకొని అందో శనకారులను సమాధానించారు.

గద్దర్ విగ్రహ ఆవిర్భావం సభను విజయవంతం చేయాలి



కలకత్తా, మార్చి 4 (నినాదం) : కలకత్తా పట్టణంలో ఈనెల 8న ప్రజాస్వామ్య నాక గద్దర్ విగ్రహావిష్కరణ సందర్భంగా మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ రత్నమాల అనంద్ కుమార్ బుధవారం కరవత్రాలు ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ పీడిత ప్రజల హక్కుల కోసం నిరంతరం పోరాడిన గొప్ప వ్యక్తి గద్దర్ అని కొనియాడారు. మార్చి 8న జరిగే గద్దర్ ఆవిర్భావ సభను విజయవంతం చేయాలని బృందం కలకత్తా కుమార్ పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో అవిష్కరణ కమిటీ చైర్మన్ శర్మ, జేపీసీ చైర్మన్ సదానంద్ గాడ్, బొజ్జన్న గోపాల్, సంజీవ్, రజిత, నర్సింహులు, పడకంటి వెంకటేశ్, మహేశ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పుష్కరాలకు పటిష్ట బండ్ల బహుమతి ఏర్పాటు చేయాలి కందకుల్ వద్ద గల గోదావరి పుష్కరాల ఘాట్లను సందర్శించిన పోలీస్ కమిషనర్



నిజామాబాద్ ప్రతినిధి, మార్చి 4 (నినాదం): పుష్కరాలకు వచ్చే భక్తులకు ఎటువంటి పొర్రంక సమస్యలు, ఇతర అవరోధాలు కలగకుండా పటిష్ట బండ్ల బహుమతి ఏర్పాటు చేయాలని నిజామాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్ పి.సాయి చైతన్య అన్నారు. రెంజల్ పోలీస్ స్టేషన్ వద్ద గల కందకుల్ పుష్కర ఘాట్లను బుధవారం ఆయన పర్యవేక్షించారు. ఇందులో భాగంగా 2027 సంవత్సరాలలో రాబోయే గోదావరి పుష్కరాలను ఉద్దేశించి పుష్కర ఘాట్ల ఏర్పాటు, మహిళల దుస్తులు మార్చుకునే గదులు, పుష్కర ఘాట్లకు వచ్చే రోడ్డు, వెళ్లే దారుల్లో, పొర్రంక ప్రదేశాలలో ఎటువంటి సమస్యలు ఉండకూడదన్నారు. అలాగే ఎవరు కూడా నీళ్లలో మునిగి ప్రాణ నష్టం జరగకుండా పటిష్ట బండ్ల బహుమతి ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. గ్రామస్థులతో మాట్లాడి గతపుష్కరాల్లో ఏమిం లోటుపాట్లు ఉన్నాయో అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా బోధన ఎ.సి.పి శ్రీనివాస, బోధన బిరందర్ సర్టిఫైడ్ సీబి విజయ్ బాబు, రెంజల్ ఎస్.కె. చంద్రమోహన్, కందకుల్ సర్పంచ్, ఉపసర్పంచ్ నాగేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మీనవోలులో రోడ్డు నిర్మాణానికి రూ.5లక్షల నిధులు ఏర్పాటు చేసిన మాజీ కేంద్రమంత్రి రేణుకా చౌదరి



మధిర, మార్చి 4 (నినాదం): ఎరుపాలెం మండలం మీనవోలులో మాజీ కేంద్రమంత్రి, ప్రస్తుత రాజ్యసభ సభ్యురాలు రేణుకా చౌదరి నిధులతో మీనవోలులో గంగినేని శ్యాంప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలో సానిక్ సర్పంచ్ కోట కన్స్ట్రక్షన్, మాజీ సర్పంచ్ వేమెరెడ్డి అనురాధతో కలిసి కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు జవాబ్ ఆనంద్ రావు రేణుకా చౌదరి విధులను చేసిన నిధులతో రోడ్డు నిర్మాణానికి శంకు స్థాపన చేశారు. జవాబ్ ఆనంద్ రావు మాట్లాడుతూ గణేష్ కూడా మీనవోలు అభివృద్ధికి రేణుకా చౌదరి ఎంతో కృషిచేశారు. అలాగే ప్రస్తుతం



ప్రసాద్, బాధ సత్యనారాయణ రెడ్డి, లక్ష్మిరెడ్డి శ్రీనివాసరెడ్డి, కుమముల శ్రీనివాసరెడ్డి, మరీ పోకు జమయ్య, యద్దపల్లి భరత్, షేక్ బాజీ, వారు మంబర్లు, గ్రామపెద్దలు పాల్గొని మెంజర్ అఫ్ పాథ్ మెంట్ రేణుకాచౌదరికి, నిధుల ఏర్పాటు కోసం కృషిచేసిన జవాబ్ ఆనంద్ రావుకు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ కన్స్ట్రక్షన్, సానిక్ పెద్దలు కాంగ్రెస్ శ్యాంప్రసాద్, మాజీ సర్పంచ్ వేమెరెడ్డి అనురాధ, వీరందరూ గ్రామానికి సంబంధించిన

ఆంధ్రప్రదేశ్ వరద కాలువ గండి

మరమ్మతుల పనులు ప్రారంభించిన ఎస్సార్సీ ఈ.ఈ మే చివరివారంలో పనులు పూర్తి చేస్తాం వరద కాలువ 16.3.4 వద్ద వద్ద అకాల పులకం ఇందిరమ్మ వరద కాలువ కింది భాగంలో గండి పడింది. దీంతో రైతుల పంటల సాగుకు నీరు అందించేందుకు ప్రభుత్వం రైతుల సంక్షేమాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని ఎసిమిడి కోట్ల 50 లక్షల నిధులు మంజూరు చేయడంతో గండి (పునరుద్ధరణ) పనులను చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. ఒక ఏకైక ద్వారా ఈ పనులను చేపట్టి మే నెల చివరి వారం వరకు పనులు పూర్తిచేయాలనే నాణ్యతతో కూడిన పనులు పూర్తిచేయించి, తిరిగి రైతులకు సాగునీరు అందించడం జరుగుతుందని ఎస్ఆర్సీ ఈ.ఈ. లాల్ సింగ్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సానిక్ గాండ్లపేట సర్పంచ్ సుభాష్, ఎస్సార్సీ లక్ష్మణ్, తదితరులు, పాల్గొన్నారు.

హోలీ పండుగ మన సంస్కృతి.. సంప్రదాయాలకు ప్రతీక నిజామాబాద్ అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్ పాల్ సూర్య నారాయణ



నిజామాబాద్ ప్రతినిధి, మార్చి 4 (నినాదం) : హోలీ పండుగ మన భారతీయ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు ప్రతీక అని, ఈ పండుగ ద్వేపాలను దూరం

చేసి ప్రేమ, సఖ్యత, సౌభ్రాతృత్వాన్ని పెంపొందిస్తుందిని నిజామాబాద్ అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్ పాల్ సూర్య నారాయణ అన్నారు. బుధవారం నగరంలో హోలీ పండుగ సందర్భంగా నిర్వహించిన వివిధ సంబరాలలో అర్బన్ ఎమ్మెల్యే పాల్గొని ప్రజలతో కలిసి ఉత్సాహంగా వేడుకలు జరుపుకున్నారు. భారతీయ జనతా పార్టీ జిల్లా పార్టీ కార్యాలయంలో జరిగిన హోలీ సంబరాలలో పాల్గొన్నారు. తమపరి 34వ డివిజన్ లోని కుమార్ గల్లిలో మున్సిపల్ కార్యాలయంలో కలిసి సంబురాలు జరుపుకున్నారు. అనంతరం పట్టణ అర్బన్ స్టేషన్ సంఘం ఆధ్వర్యంలో జరిగిన వేడుకల్లో పాల్గొన్నారు. ఆయన మాట్లాడుతూ రంగుల మన జీవితాలు కూడా అనందంతో, బక్ష్మితో నిండిపోవాలని అన్నారు. నగర పరిపాలన కోసం కష్టపడుతున్న మున్సిపల్ కార్యాలయ నిజమైన సేవాధారులు, వారి కృషి వల్లనే నగరం పరిపాలనా ఉంటుందని, వారి సక్షేపం కోసం ఎల్లప్పుడూ కృషి చేస్తానని తెలిపారు. పండుగలు జవాబంతో అన్ని పథాలను ఒకే వేదికపైకి తీసుకువచ్చి పరస్పర బంధులను బలపరుస్తాయని, సహజ అభివృద్ధికి ప్రతి పథం సహకారం అవసరమని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో సానిక్ ప్రజాప్రతినిధులు, పార్టీ నాయకులు, కార్పొరేట్ టర్గు, కార్యకర్తలు, సంస్థ సభ్యులు, ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

అక్రమ ఇసుక రవాణా చేస్తే వాహనాలను సీజ్

యజమానులపై కేసులు నమోదు అక్రమ ఇసుక నిల్వలను సీజ్ చేసిన తాసిల్దార్ డం తాసిల్దార్ మల్లయ్య పేర్కొన్నారు. నిజామాబాద్ జిల్లా లోక్సభ నియోజకవర్గం ఏరుగల్లు మండలంలోని తాల్వార గ్రామ జిలవలలో గల గోదావర అక్రమంగా ఇసుక నిలువలను గుర్తించి, అక్కడే త్రాక్టర్ ఇసుక నింపి సిద్ధంగా ఉన్న త్రాక్టర్ సీజ్ చేశారు. అక్రమ ఇసుక ను నింపుకొని సిద్ధంగా ఉన్న త్రాక్టర్లను మండల సీజ్ చేయడం జరిగిందని ఏరుగల్లు మండల తాసిల్దార్ మల్లయ్య అధికారి బుధవారం విలేజరుల సమావేశంలో తెలిపారు. ఏర్పట్ల మండలంలో బుధవారం పరిపాలనా కార్యాలయంలో, పెద్ద వాగు తీర ప్రాంతాల గ్రామాలలో ఇసుక నియంత్రణపై పర్యటిస్తున్న సేవకాల్లో తడవకాల్ గ్రామంలో గల ప్రభుత్వ పాఠశాల వెనుక గల గోదావరి మండల అక్రమ ఇసుక నిల్వలను గుర్తించడం



చికెన్ స్కిన్ తింటే ఏమవుతుందో తెలుసా..?

చికెన్.. మటన్.. ఫిష్ అనగానే నాన్ వెజ్ట్ బ్రోయిలు లోట్లలోకుంటూ మరి లాగించేస్తారు.. అయితే.. కొడి, మేక మాంసం (చికెన్, మటన్) విషయంలో కొన్ని విషయాలను తప్పనిసరిగా తెలుసుకోవాలి.. ఎందుకంటే.. వీటిలో హై ప్రోటీన్ తోపాటు ఎన్నో పోషకాలు నిండి ఉంటాయి. చికెన్ విషయానికి వస్తే.. ఏ చికెన్ తినాలి..? బ్రాయిలరా..? నాట్యుకోదా.. ఒక వేళ స్కిన్ తో తింటే ఏమవుతుంది..? స్కిన్ మంచిదా..? కాదా..? అనే సందేహాలు వ్యక్తమవుతుంటాయి..



అయితే, కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం. చికెన్ చర్మాన్ని అతిగా తినడం మంచిది కాదు. ఒకవేళ స్కిన్ ఎక్కువ పరిమాణంలో తీసుకున్నట్లయితే అది శరీరంలో మంటుకు కారణం కావచ్చు. కాబట్టి తక్కువ మోతాదులో చికెన్ చర్మాన్ని ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం మంచిది. అలాగే, స్కిన్ తో చికెన్ ను ప్రై చేసుకోవాలని ఆహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ ప్రయోజనాలు చికెన్ స్కిన్ కు ఉన్న ప్రతికూల అపోహలను తొలగిస్తాయని చెప్పవచ్చు.

చికెన్ స్కిన్ తినడం ఆరోగ్యానికి హానికరం అనే ఒక సాధారణ అపోహ చాలా మందిలో వెంటాడుతుంటుంది. అందుకే చాలామంది చికెన్ షాపులకు వెళ్ళినప్పుడు స్కిన్ లెస్ చికెన్ ను మాత్రమే కొనుగోలు చేయడానికి మొగ్గు చూపుతారు. స్కిన్ తో చికెన్ తింటే ఏదో దేంజర్ ఉంటుందని వారు భావిస్తారు. అయితే, వాస్తవానికి స్కిన్ తో చికెన్ తినడం వల్ల హానికరం అన్నది కేవలం ఒక ఊహ మాత్రమేనని పరిశోధకులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. వారి అభిప్రాయం ప్రకారం, చికెన్ స్కిన్ వాస్తవానికి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. అయితే, దీనిని పరిమిత మోతాదులో తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఎక్కువ మొత్తంలో కాకుండా తక్కువ మోతాదులో చికెన్ స్కిన్ ను ఆహారంలో భాగంగా చేసుకున్నట్లయితే అది శరీరానికి మేలు చేస్తుందని వారు సూచిస్తున్నారు.

క్షుణ్ణంగా పరిశీలించిన నిపుణులు దీనిలో మోన్ అనే-శావరేటిడ్ కొవ్వు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ఈ రకమైన కొవ్వు మన శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా, ఇది హార్ట్ ను అనుకుతున్న నివారించడంలో కూడా తోడ్పడుతుందిని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ ప్రయోజనాలు చికెన్ స్కిన్ కు ఉన్న ప్రతికూల అపోహలను తొలగిస్తాయని చెప్పవచ్చు.



చికెన్ స్కిన్ లో కొవ్వు ఉంటుందని, అది గుండెకు హాని చేస్తుందని చాలాకాలంగా ప్రచారంలో ఉంది. కానీ, కొత్త విషయానికి వస్తే, వాస్తవ గణాంకాలు వేరేగా ఉన్నాయి. ఒక బెన్సు (దాదాపు 28 గ్రాములు) చికెన్ స్కిన్ లో కేవలం 8 గ్రాముల అనంతపు కొవ్వు, 3 గ్రాముల సంతృప్త కొవ్వు మాత్రమే ఉంటుంది. స్కిన్ చికెన్ ఆరోగ్యానికి మంచిదని నిపుణులు పేర్కొన్నారు. చికెన్ స్కిన్ ను



కాల్షిన్ కండెలు తింటే!

ఆరోగ్య నిపుణులు సాధారణంగా ఉప్పు లేకుండా ఉడకబెట్టిన కండెలు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచిస్తారు. అయితే, నిపుల మీద కాల్షిన్ మొక్కజొన్న కండెలను తినడం వల్ల కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నాయని శాస్త్రీయ అధ్యయనాలు వెల్లడిస్తున్నాయి.

చాలామంది రుచి కోసం కాల్షిన్ కండెలను ఇష్టపడతారు. దీనికి కారణం ఉడకబెట్టినప్పుడు గింజలలోకి నీరు చేరి తీవ్రమైన తగ్గి చప్పగా మారడం. నిపుల మీద కాల్షిన్ కండెలను గింజలలోని నీరు తగ్గి, వేడికి అవి మెత్తబడి, మాడటం వల్ల ఒక ప్రత్యేకమైన తీవ్ర రుచి వస్తుంది. అందుకే కాల్షిన్ కండెలు ఎక్కువ ఆకర్షణీయంగా అనిపిస్తాయి. ఆరోగ్యవేత్తలు మొక్కజొన్న మంచి ఆహారం. ప్రయాణాల్లో ఉన్నప్పుడు లేదా బయట ఆహారం తినకూడదని అనుకున్నప్పుడు, మొక్కజొన్న కండెలు మంచి ఎంపిక. ఉప్పు లేకుండా ఉడకబెట్టిన కండెలు లేదా మాడకుండా కాల్షిన్ కండెలు తీసుకోవచ్చు.

వైసాలో జరిగిన ఒక పరిశోధనలో 405 మంది పిల్లలకు 16 రోజుల పాటు కాల్షిన్ కండెలను తినిపించి వారి దంతాలపై పడే ప్రభావాన్ని పరిశీలించారు. ఈ అధ్యయనం ప్రకారం, కాల్షిన్ కండెలు దంతాల ఎనామిల్ కు హాని చేసిన కలిగింది దెబ్బతీస్తాయి. టోగ్యుల మీద కాల్షిన్ కండెలు విడుదలయ్యే అధిక ఫోస్ఫేట్ కంటెంట్ (ఉడకబెట్టిన వాటి కంటే 35% ఎక్కువ) దీనికి కారణం. అధిక ఫోస్ఫేట్ ఎముకలను కూడా బలహీనపరుస్తుంది. రెండవ స్థలం ఏమిటంటే, కాల్షిన్ కండెల్లోని మాడిన్ నలుపు భాగంలో ఫ్రీ కార్బన్ డైఆక్సైడ్ అమైన్స్ అనే హానికర

రసాయనాలు ఏర్పడతాయి. ఇవి శరీరంలోకి వెళ్ళినప్పుడు ఎల్డిఎల్ (వెదు కొవ్వు), వీఎల్డిఎల్ స్థాయిలను పెంచడానికి కారణమవుతాయి. అంతేకాకుండా, ఈ రసాయనాలు క్యాన్సర్ కు ప్రేరణలుగా పనిచేస్తాయి. ఆరోగ్యకరమైన కణాలను కూడా క్యాన్సర్ కణాలు మార్చగల సామర్థ్యం వీటికి ఉంది. కొవ్వు కణాలు ఆక్సికరణం చెంది ఫ్రీ రాడికల్స్ అధికంగా విడుదల చేయడం వల్ల కూడా క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అందువల్ల, బాగా మాడిన్ కండెలను తినడం దీర్ఘకాలంలో

క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. మాడిన్ నలుపు రంగు భాగాలు గ్యాస్ట్రిక్ ఇరిటేషన్ కారణమవుతాయి. అస్యపాచిలోనూ, పొట్టలోనూ చికాకును కలిగించి, లోపలి పొరలను దెబ్బతీస్తాయి. దీనివల్ల గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు తలెత్తి అవకాశం ఉంది. ఈ సమస్యల ద్వారా ఉంచుకొని నిపుణులు కొన్ని సూచనలు చేస్తున్నారు.

వీలైనంత వరకు ఉప్పు లేకుండా ఉడకబెట్టిన మొక్కజొన్న కండెలను తినడానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. అప్పుడప్పుడు కాల్షిన్ కండెలను తినాలనిపించినప్పుడు, వాటిని మాడకుండా కాల్షిన్ కండెలు తినాలి. ముఖ్యంగా, కండె అకులను పూర్తిగా తీయకుండా, 2-3 పొరలను ఉంచి కాల్షిన్ కండెలు గింజలు నేరుగా నిపులకు తాకుకుండా, మాడకుండా ఉడుకుతాయి. ఇలా చేయడం వల్ల ఫోస్ఫేట్, హైట్రోసైక్లిక్ అమైన్స్, ఫ్రీ కార్బన్ గింజల్లోకి చేరి ప్రమాదం తగ్గుతుంది. ఇది రుచిని ఆస్వాదిస్తూనే ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించడానికి ఒక మంచి పరిష్కారం. బాగా మాడిన్ తినడం భవిష్యత్తులో క్యాన్సర్ కు దారితీసే ప్రమాదకర అలవాటుగా మారవచ్చని గుర్తుంచుకోవాలి.



ఒంట రోగాలను తరిమికొట్టే రామబాణం..

ఎండాకాలం డ్రై ఓగ్లాసు తాగారంటే ఈ సమస్యలే ఉండవు..

బార్లీలో ఎన్నో పోషకాలు, ఔషధ గుణాలు దాగున్నాయి.. అందుకే.. బార్లీ నీటిని తప్పనిసరిగా తాగాలని ఆయుర్వేద నిపుణులు పేర్కొంటారు. బార్లీలో ఫైబర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి.. మాంగనీస్, సెలీనియం, ఫాస్ఫరస్, రాగి, యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా బార్లీ ప్రసిద్ధి.. బార్లీ నీరు.. ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలకు సహజమైన పానీయం.. దీనిద్వారా.. రోగినరోధక శక్తి పెరగడంతోపాటు.. కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరిచి.. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుతాయి.. గుండె ఆరోగ్యానికి, హైడ్రేట్ గా ఇది అత్యంత ఉత్తమమైన ఆహారమని పేర్కొంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు..

బార్లీ, ఒక సురక్షితమైన, బహుముఖ ధాన్యం.. ఇది అనేక ఆరోగ్య సందేహాలకు పరిష్కారం మార్పులను సేర్పొందుతుంది. ఇది కేవలం బరువు తగ్గడానికి మాత్రమే కాకుండా, పలు కీలకమైన వైద్యపరమైన ప్రయోజనాలకు కూడా తోడ్పడుతుంది.



కణాలను గుర్తించి, వాటిని బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుందని నిరూపించబడింది. శరీరంలోని వ్యర్థ పదార్థాలను బయటకు పంపే దాని సహజ సామర్థ్యం క్యాన్సర్ కణాల తొలగింపుకు కూడా పరిష్కారం.

బార్లీని ఇలా తయారు చేసుకోండి..

బార్లీ గింజలు నలుపుగా, తక్కువ రేటుతో దొరకతాయి. కేజీ ధర రిటైల్ లో 150 వరకు ఉంటుంది. బార్లీని మీ రోజువారీ ఆహారంలో వివిధ రూపాల్లో చేర్చుకోవడం ద్వారా ఈ బహుముఖ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఇది సురక్షితమైన ధాన్యం కాబట్టి, చాలా మందికి ఇది అనుకూలంగా ఉంటుందంటున్నారు. ఇంకా బార్లీని ఉడకబెట్టి నీటిని తాగవచ్చు.. లేదా పౌడర్ చేసుకుని.. నీటిలో కలుపుకొని తాగవచ్చు.. అయితే.. ఏమైనా అనారోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతుంటే.. బార్లీని ఉపయోగించే ముందు వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది..

బరువు తగ్గడం - డిటాక్సిఫికేషన్: బార్లీ ప్రాథమిక ప్రయోజనాలలో ఒకటి దాని డిటాక్సిఫికేషన్ సామర్థ్యం. బార్లీలోని సమృద్ధిగా ఉండే కర్బం, కర్బని పీచు పదార్థం (ఫైబర్) శరీరంలోని వ్యర్థ పదార్థాలను సమర్థవంతంగా బయటకు పంపడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఈ ప్రక్రియ బరువు తగ్గడంలో సహాయపడటమే కాకుండా, శరీరంలోని విష పదార్థాలను తొలగిస్తుంది.

మెరుగైన జీర్ణక్రియ - గడ్డ ఆరోగ్యం: బార్లీలోని అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ గడ్డ ఆరోగ్యానికి అత్యంత ముఖ్యమైనది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచి, పెగు కదలికలను క్రమబద్ధీకరిస్తుంది. మలబద్ధింపడం ఒక సమస్యలతో బాధపడేవారికి ఇది ఒక అద్భుతమైన పరిష్కారం. బార్లీ ఉప్పు, బార్లీ జాన, బార్లీ కిరీడి లేదా బార్లీ సెంకి రూపాల్లో దీనిని తీసుకోవచ్చు. అయితే, పదేపదేగా వంటి ప్రాసెస్ చేయబడిన బార్లీ స్నాక్లను నివారించి, బార్లీ ధాన్యాలను మొలకెత్తించి (ప్రోటెయింగ్) తీసుకోవడం మరింత ఆరోగ్యకరమైన ఎంపిక.

ఉడ్లీ- గాల్ ఖాడర్ స్టాప్స్ నివారణ:



బార్లీ కిడ్నీ రాక్లను నివారించడంలో, వాటిని తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. పరిశోధన ప్రకారం, బార్లీని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీ రాక్ల పరిమాణం తగ్గి, చిన్న చిన్న ముక్కలుగా విడిపోయి, మూత్రం ద్వారా సులభంగా బయటకు వెళ్ళేలా చేస్తుందని పేర్కొంటున్నారు. ఇదే విధంగా, బార్లీ గాల్ ఖాడర్ స్టాప్స్ ఏర్పడటాన్ని నివారించడంలో కూడా ఉపయోగపడుతుంది. వేగంగా బరువు తగ్గి (రాపిడ్ వెయిట్ లాస్) సంధిరాలలో గాల్ ఖాడర్ స్టాప్స్ ఏర్పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అధిక ఫైబర్ కలిగిన బార్లీ ఆహారం గాల్

యాంటీ-క్యాన్సర్ డైట్ లక్షణాలు: బార్లీ యాంటీ-క్యాన్సర్ డైట్ లక్షణాలు కూడా ఉన్నాయి. క్యాన్సర్ కణాలపై జరిగిన పరిశోధనలలో, బార్లీలోని డిటాక్సిఫికేషన్ సహజం శరీరంలోని క్యాన్సర్ కారక



సుకన్య సమ్మద్ధి స్కీమ్ నెలకు రూ. 1,000 పెట్టుబడి మీకు ఎంత రాబడి వస్తుంది?

ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న చిన్న పొదుపు పథకాలలో సుకన్య సమ్మద్ధి యోజన ఒకటి. మహిళల కోసం ఉన్న కొన్ని పథకాలలో ఇది కూడా ఒకటి. చిన్న పొదుపు పథకాలలో అత్యధిక వడ్డీని అందించే పథకాలలో ఇది కూడా ఒకటి.

సుకన్య సమ్మద్ధి యోజనలో చేసిన పెట్టుబడి మెచ్చార్లీటికి చేరుకోవడానికి కనీసం 15 సంవత్సరాలు పడుతుంది. అందుకే ఇది దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడి కోసం రూపొందించిన పథకం.

సుకన్య సమ్మద్ధి యోజనలో ఎలా పెట్టుబడి పెట్టాలి? సుకన్య సమ్మద్ధి యోజన పథకాన్ని ఏదైనా బ్యాంకులో లేదా పోస్టాఫీసు లేదా బ్యాంకు నుండి పొందవచ్చు. మీకు 10 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న ఆడపిల్ల ఉంటే మీరు ఆమె పేరు మీద ఖాతా తెరవవచ్చు. సంవత్సరాలానికి కనీసం పెట్టుబడి రూ. 250 మాత్రమే. గరిష్ట పెట్టుబడి సంవత్సరానికి రూ. 1.5 లక్షలకు పరిమితం. పెట్టుబడి

కాలం 15 సంవత్సరాలు. అమ్మాయికి 21 సంవత్సరాలు నిండినప్పుడు ఈ పథకం మెచ్చార్లీటికి అవుతుంది. ఉదాహరణకు అమ్మాయికి 1 సంవత్సరం వయస్సు వచ్చినప్పుడు మీరు ఈ ఖాతాను తెరిచి 15 సంవత్సరాల చెల్లించాలి. ఆ తర్వాత చెల్లించాల్సిన అవసరం లేదు. అమ్మాయికి 21 సంవత్సరాల వయస్సు వచ్చినప్పుడు వచ్చే వరకు ఖాతాలోని డబ్బు వడ్డీ చెల్లించడం కొనసాగుతుంది. 21 సంవత్సరాల వయస్సు తర్వాత, డబ్బును పూర్తిగా ఖాతా నుండి ఉపసంహరించుకోవచ్చు.

అమ్మాయికి 18 ఏళ్లు నిండినప్పుడు ఆమె ప్రతి పక్కం రోజులకు ఒకసారి డబ్బును

ఉపసంహరించుకోవడానికి అనుమతిస్తారు. ఆమె చదువు లేదా వివాహం ఖర్చు కోసం 50% డబ్బును ఉపసంహరించుకోవచ్చు.

మీరు నెలకు రూ. 1,000 పెట్టుబడి పెడితే ఎంత రాబడి వస్తుంది? మీరు మీ సుకన్య సమ్మద్ధి యోజన ఖాతాలో నెలకు రూ. 5,54,206 అవుతుంది.



ఇమెరికా, ఇజ్రాయెల్ దారుల కారణంగా ఒకసారిగా పెరిగిన బంగారం, వెండి ధరలు మళ్ళీ క్రమంగా కిందకు దిగి వస్తున్నాయి. యుద్ధం కారణంగా ఈ లోహాల ధరలు మరింత భారీగా పెరిగే అవకాశముందని అంచనాలు వెలువడినప్పటికీ గోపాల వద్ద లాభాల స్వీకరణ జరగడంతో స్థిరీకరణకు గురవుతున్నాయి.

పసిడి ప్రియులకు గుడ్ న్యూస్.. ఈ రోజు ఎలా ఉన్నాయంటే..

ఈ రోజు (మార్చి 4) 24 క్యారెట్ల పసిడి గ్రాముల బంగారం ధర రూ. 1,67,610 గా ఉంది. ఇక, 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ. 1,53,640 ధరగ ఉంది (శ్రీజయ స్వీట్స్ లిమిటెడ్). ఇక, దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల పసిడి రేటు రూ. 1,67,760కి చేరుతో, 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల గోల్డ్ ధర

రూ. 1,53,790కి చేరుతుంది. మరోవైపు వెండి ధర కూడా తగ్గుదల సమాధి చేసింది. దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో కిలో వెండి ధర మూడు లక్షల రూపాయల దిగుతు వచ్చేసింది. ఈ నేపథ్యంలో ఈ రోజు పలు నగరాల్లో బంగారం, వెండి రేట్లు ఎలా ఉన్నాయో పరిశీలద్దాం..

ఇమెరికా- ఇజ్రాయెల్ సంయుక్త ఆపరేషన్ల ఐరోజుకు చేరింది. తాజాగా బ్రిజ్ నే, బీరుట్ లో దారుల బంధనలు. మరో నాలుగైదు మూలల పాప యుద్ధం కొనసాగుతున్నాయి. అంతకుంటే ఎక్కువ కాలం కొనసాగిన అయిదు నెలల పాటు పాప యుద్ధం ఇంకెంత కాలం కొనసాగుతుందోన్న భయాల నెలకొన్నాయి.

ముది చమురు సైకి పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న ఉద్రిక్త పరిస్థితుల కారణంగా ముది చమురు ధరలు పెరుగుతున్నాయి. బ్రెంట్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 82 డాలర్లకు చేరింది. భారత చమురు అవసరాలు 85 శాతం దిగుతుంటే వచ్చే తీరుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో చమురు ధరలు పెరగడంతో కలిపి ఖాతా లోటు, ప్రవృత్తి, పుష్పైత భయాల నెలకొన్నాయి.

వారణాసి: 10 లక్షల కోట్లు ఆవిరి! పశ్చిమాసియాలో యుద్ధ ప్రకటనల దలారా ఢిల్లీలోనూ తాకాలు. ప్రధాన మంత్రి సెన్సెక్స్, నిఫ్టీ భారీగా పతనమయ్యాయి. ప్రపంచ ఇండెక్స్ సున్నోరారు జీవనాడి అయిన హార్వాజ్ జలసంధి మాసివేత కారణంగా చమురు ధరలు పెరగడం, తాజా ఉద్రిక్తతల కారణంగా ప్రవృత్తి పెరుగుతున్న భయాల నెలకొన్నాయి. అది జరిగితే అమెరికా ఫెడ్, అంతర్జాతీయ ఫెడ్ రేట్లు తగ్గించకపోవచ్చు. అంచనాలు నెలకొన్నాయి. దీనికి తోడు ఎఫ్ఐఇలు అమ్మకాలు, రూపాయి విలువ క్షీణించడం కూడా మన మార్కెట్ పతనాన్ని శాసించాయి. ఓ డజన్లో సెన్సెక్స్ 1700 పాయింట్లకు పైగా పతనం కాగా.. చివరికి 1100 పాయింట్ల స్థాయిలో గణకెత్తింది. దీంతో ముదుపర్ల సంబంధ గావించే బీఎన్ఎల్లో నెహ్రూజీ కంపెనీల మొత్తం విలువ రూ. 10 లక్షల కోట్ల మేర ఆవిరి రూ. 456 లక్షల కోట్లకు చేరింది.

సెన్సెక్స్ ఉదయం 78,528.82 పాయింట్ల వద్ద (క్రీతం ముగింపు 80,238.85) వద్ద సెన్సెక్స్ ప్రారంభమైంది. ఇంట్లాడేలో 78,443.20 వద్ద కనిష్టాన్ని తాకింది. చివరికి 1122.66 పాయింట్ల స్వంతో 79,116.19 వద్ద ముగిసింది. నిఫ్టీ సెంట్ 385.20 పాయింట్ల స్వంతో 24,480.50 వద్ద స్థిరపడింది. డాలర్లతో రూపాయి మారకం విలువ 92.16గా ఉంది. సెన్సెక్స్ 30 నూత్రీల్లో భారతీ ఎయిర్లైట్, ఇస్కోన్, టెక్ మహింద్రా మినహా మిగిలిన కంపెనీల పెద్ద నష్టపోయాయి. టాటా స్టీల్, ఎల్ఆర్ఎడ్, బజాజ్ ఫైనాన్స్, అల్ట్రాటెక్ సిమెంట్, ఎస్ఎస్ఎల్, ప్రధానంగా నష్టపోయాయి. అంతర్జాతీయ విఫలీటీ పెద్ద ప్రధానంగా నష్టపోయాయి. అంతర్జాతీయ విఫలీటీ క్రాఫ్ట్ బ్యారెల్ ధర 82 డాలర్లకు చేరగా.. బంగారం బెన్సు 5185 డాలర్ల వద్ద ట్రేడింగ్లోంది.





మట్టి తవ్వకాలు వాస్తవమే...

కానీ మేమేం చేస్తాం!

స్థానిక రెవిన్యూ అధికారుల తీరు ఆశ్చర్యం.. తూతూ మంత్రంగా తనిఖీలు

మహాదేవపూర్ మార్చి 4, (నినాదం):

జయశంకర్ భూమిపల్లి జిల్లా మహాదేవపూర్ మండలంలోని సూరారం పరిధిలో భారీ ఎత్తున మట్టి తవ్వకాలు చేపడుతున్న తీరును నినాదం పత్రికలో వచ్చిన కథనానికి స్పందించిన రెవిన్యూ అధికారులు బుధవారం తనిఖీలు చేపట్టారు. స్థానిక తహసీల్దార్ రామారావు ఆదేశాల మేరకు ఆర్ ఐ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో జి పి ఓ లు సూరారం గ్రామంలో మట్టి తవ్వకాలు చేపడుతున్న ప్రదేశానికి వెళ్లి పరిశీలన చేశారు. కాగా మట్టి తవ్వకాలు చేపడే ప్రదేశంలో ఎలాంటి భారీ మిషన్లను లేకుండా మట్టి మాఫియా మండ్రులు జాగ్రత్త పడటం తో అధికారులు మట్టి తవ్వకాలు చేపట్టిన ప్రదేశాన్ని పరిశీలించి వెనుతిగిరి రావడం గమనార్వం.



పట్టా భూముల్లో మట్టి తవ్వకాలకు పరిష్కరణ అవసరం లేదా..?

పట్టా భూముల్లో భారీ ఎత్తున మట్టి తవ్వకాలు చేపడితే ఎలాంటి పరిష్కరణ అవసరం లేదా అని మండలంలో చర్చ కొనసాగుతుంది. అధికారులు నిరక్షం పల్లె జనులకు రివీ లకు భారీ ఎత్తున మట్టి తరలి వెళ్తుంది దీనిపై అధికారులు ఇప్పటికే సన్నం దించి కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని పలువురు కోరుతున్నారు.

మట్టి తవ్వకాలు వాస్తవమే

మండలంలోని సూరారం గ్రామంలో మట్టి తవ్వకాలు చేపడుతున్న వాస్తవమే కానీ మేమేం చేస్తామని అధికారులు ప్రవర్తనను తీరు ప్రశ్నార్థకంగా మారింది. పట్టా భూములు తవ్వకాలు చేపడుతున్నారని చెబుతూనే తామిమి చేయలే మంటూ తూతూ మంత్రంగా పరిశీలించటం గమనార్వం. పట్టా భూముల్లో భారీ ఎత్తున మట్టి తవ్వకాలు చేపట్టడం వల్ల ఇతర భూ యజమానులకు నష్టం కలుగడం అంటూ పలువురు ప్రశ్నిస్తున్నారు. పట్టా భూముల్లో మట్టి తవ్వకాలు చేపట్టి మట్టిని అమ్ముకోవచ్చా అనే ప్రశ్నలు వెలువెత్తుతున్నాయి. దీంతో పట్టింతుకోవాలని రెవిన్యూ అధికారుల తీరు పట్ల పలు విమర్శలు దారితీస్తున్నాయి.

గోవింద నామస్మరణతో మార్చోగిన బ్రహ్మపుష్కరిణి



నేడు రాణాలో పూజలందుకోనున్న నృసింహుడు



ధర్మపురి మార్చి 5 (నినాదం):

గోవింద నామస్మరణలు, జానపద గీతాల నడుమ ధర్మపురి బ్రాహ్మపుష్కరిణికి భక్తి పరవశంతో మారోగింది. శ్రీ లక్ష్మీ నర సింహస్వామి వారికి బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా బుధవారం నిర్వహించిన ఉత్సాహాన్ని తెలిపే ప్రయత్నం, దోలోత్సవం వైభవంగా జరగడంతో క్షేత్రం భక్తులతో కిటకిటలాడింది. చంద్రగిరివారి కారణంగా అలయాన్ని మంగళవారం ఉదయం మూసివేశారు. బుధవారం ఉదయం అలయంలో గ్రహాల శుద్ధి సంప్రదేశిక కార్యక్రమాన్ని అలయ అధ్యక్షులు, వేదపండితులు శాస్త్రోక్తంగా నిర్వహించారు. అనంతరం స్వామివారికి నిత్యోపేక్షలు, ప్రత్యేక పూజలు, కైంకర్యాలు ముసంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు స్వామివారిని దర్శించుకున్నారు. బ్రహ్మోత్సవాల్లో ప్రధాన అకరణంగా నిలిచిన తెప్పోత్సవం సాయంత్రం బ్రహ్మపుష్కరిణిలో అరంగం వైభవంగా జరిగింది. ముందుగా శ్రీ ఉగ్ర నరసింహస్వామి ఉత్సవమూర్తులను సేవపై అసీనులుగా చేసి మేళతాళాలు, వేదమంత్రాల మధ్య ఉర్రేగింపుగా కోనకు తీసుకువచ్చారు. అనంతరం ప్రత్యేకంగా అలకరించిన హంసాహంసంపై స్వామివారిని అసీనులుగా చేసి పుష్కరిణిలో బదు ప్రదక్షిణలు చేస్తూ తెప్పోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. ఈ వేడుకను వీక్షించేందుకు పుష్కరిణి మెట్లపై వేలది మంది భక్తులు కూర్చోని భక్తిశబ్దంతో పాల్గొన్నారు. తెప్పోత్సవం

అనంతరం స్వామివారిని వెనుక దిశగా తీసుకెళ్లి పుష్కరిణి మధ్యస్థ మండపంలోని ఉయ్యలపై అసీనులుగా చేసి దోలోత్సవం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా భక్తులు బుక్కా, గులాలు చల్లి ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. "కోనేటి తానాలయ్య ఓ నర్మయ్య... కొద్దిరో బెల్లాలయ్య ఓ నర్మయ్య" అంటూ జానపద గీతాలు అలపిస్తూ గోవింద నామస్మరణతో స్వామివారిని దర్శించుకుని తరించారు. విద్యుత్ డిపాలతో అలకరించిన బ్రహ్మపుష్కరిణి రాత్రివేళ దేదీప్యమానంగా వెలుగొందుతూ భక్తులకు కనువిందు చేసింది. తెప్పోత్సవాన్ని వీక్షించేందుకు పుష్కరిణికి వచ్చిన భక్తులు మెట్లపై కూర్చుని విద్యుత్ వెలుగులతో తన్మయత్వం పొందారు.

నేడు దక్షిణ దిగాల్త్ర

బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా గురువారం నిర్వహించనున్న దక్షిణ దిగాల్త్ర కార్యక్రమం ప్రత్యేక ఆకరణగా నిలవనుంది. అనాదిగా కొనసాగుతున్న ఈ సంప్రదాయం ప్రకారం స్వామివారు దక్షిణ దిశగా యాత్ర సాగిస్తూ స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్ కు చేరుకుని ప్రత్యేక పూజలు అందుకుంటారు. దేశంలోనే అరుదుగా కనిపించే ఈ విశిష్ట ఆచారం ధర్మపురిలో కొనసాగడం విశేషంగా చెప్పుకోవాలి. ఈ యాత్రలో భాగంగా ఉత్సవమూర్తులను సేవపై అసీనులుగా చేసి మేళతాళాలు, వేదమంత్రాల నడుమ ఉర్రేగింపుగా పోలీస్ స్టేషన్ కు తీసుకువెళ్తారు. స్థానిక



పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బందితో పాటు జిల్లా సాయ అధికారులు కూడా ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొంటారు. స్వామివారి సేవను తమ భుజాలపై మోస్తూ పోలీస్ స్టేషన్ కు తీసుకెళ్లి అక్కడ ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించడం ఈ సంప్రదాయంలోని ముఖ్య విశేషం. సాయంత్రం పూట నిర్వహించుకున్న దక్షిణ దిగాల్త్ర, పోలీస్ రాజా పూజా కార్యక్రమాన్ని వీక్షించేందుకు



భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చే అవకాశం ఉంది. ఈ వేడుకను నేతలర్చుగా నిర్వహించేందుకు అలయ అధికారులు పోలీస్ అధికారులు ఏర్పాటు పూర్తి చేశారు. బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా సీబి రాం నర్సింహారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ధర్మపురివెనెబ మహేష్ తో పాటు సర్వో పరిధిలోని ఎవెబ లు సిబ్బంది బందోబస్తు చేపట్టారు. మున్సిపల్ చైర్మన్ వేముల నాగలక్ష్మి రాజా పర్యవేక్షణలో మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్, మున్సిపల్ ఎవెబ గంగాధర్ ఆధ్వర్యంలో సిబ్బంది పుర బిల్డర్ ఎప్పటికప్పుడు శానిట్రేషన్ పూర్తి సామగ్రి చేపట్టారు. ఈ తెప్పోత్సవం, దోలోత్సవ కార్యక్రమాల్లో అలయ ఈవో నంకంటా శ్రీనివాస్, అలయ చైర్మన్ జక్కం రవీందర్, ధర్మకర్తల మండలి సభ్యులు, మున్సిపల్ చైర్మన్ వేముల నాగలక్ష్మి రాజా, వైస్ చైర్మన్ ఇందారపు చామన్న, మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు సంగం భట్ల దినేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులు బాగా చదివి ఉన్నత శిఖరాలు అధిరోహించాలి

జిల్లా కలెక్టర్ దీపక్ తివారి

వికారాబాద్, మార్చి 4(నినాదం):

వికారాబాద్ జిల్లా కేంద్రం లోని కేజీబీపీ పాఠశాలను జిల్లా కలెక్టర్ దీపక్ తివారి బుధవారం ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. కిషోర్, వంబ గడి, బియ్యం, పప్పులు, గుడ్లు కూరగాయలు ఇతర ఆహార పదార్థాలను పరిశీలించారు. మెనూ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో మాట్లాడారు. మెనూ ప్రకారం భోజనం పెడుతున్నారా అని ఆరా తీశారు. ఎంత మంది విద్యార్థులు ఉన్నారో, ఉపాధ్యాయులు ఎంతమంది



ఉన్నారని, హాజరు రిజిస్టర్ ను వెరిఫై చేసి వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. రోజూ తింటున్న ఆహారంలో విటమిన్లు, ప్రోటీన్లు, కార్బోహైడ్రేట్స్ ఏమి ఉన్నాయోనని అడిగి తెలుసుకున్నారు. రోజూ ఎంత పరమా

నంవత్సరం పదవ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులను ప్రత్యేక అడిగి అన్వేషించారు. ఈ సందర్భం పదవ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులు బాగా చదివి 100 శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించాలని విద్యార్థులకు సూచించారు. పదో తరగతి, ఇతర తరగతుల విద్యార్థులు ప్రతి సబ్జెక్టు కు సుదీర్ఘంగా అన్ని పాఠాలు చదివి రాయాలని సూచించారు. సమయాన్ని నిర్దిష్టంగానే చేసుకోవాలని, లక్ష్యం నిర్దిష్టంగానే ముందుకు వెళ్లాలని పలువురు ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమం లో కే జిబివి ట్రైనింగ్ సెంటర్, ఎం ఇ ఓ, తదితరులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం ప్రత్యేకంగా అలకరించిన హంసాహంసంపై స్వామివారిని అసీనులుగా చేసి పుష్కరిణిలో బదు ప్రదక్షిణలు చేస్తూ తెప్పోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. ఈ వేడుకను వీక్షించేందుకు పుష్కరిణి మెట్లపై వేలది మంది భక్తులు కూర్చోని భక్తిశబ్దంతో పాల్గొన్నారు. తెప్పోత్సవం

పేదలకు అండగా పువ్వాడ పాండేషన్

ఖమ్మం, మార్చి 4 (నినాదం):

వెలుగుమట్ల బాదాన్ భూముల్లో జక్కం కోల్లయన వారికి ప్రతి రోజూ భోజనం, మంచి నీటి సౌకర్యాలు కల్పిస్తూ పువ్వాడ పాండేషన్ కార్యక్రమం ఉంటుంది. బుధవారం ముమత సంస్థల ధైర్యం పువ్వాడ నరేన్ రాజ్ పేదలపాటి భోజనం వేడుకరించారు. వారిలో పాటు బిల్డర్లను నాయకులు భోజన ఏర్పాటులో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సగర అధ్యక్షుడు



పగడాల నాగరాజు, మాజీ మార్కెట్ చైర్మన్ కృష్ణ షాన్, షాన్ లీడర్ కర్నాటి కృష్ణమాజీ సుదా చైర్మన్ బమ్మ విజయ కుమార్, కార్పొరేటర్ దండా జ్యోతి రెడ్డి, మహిళా నాయకులు కార్పొరేటర్లు పువ్వాడ నరేన్ రాజ్ పేదలపాటి భోజనం వేడుకరించారు. వారిలో పాటు బిల్డర్లను నాయకులు భోజన ఏర్పాటులో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సగర అధ్యక్షుడు

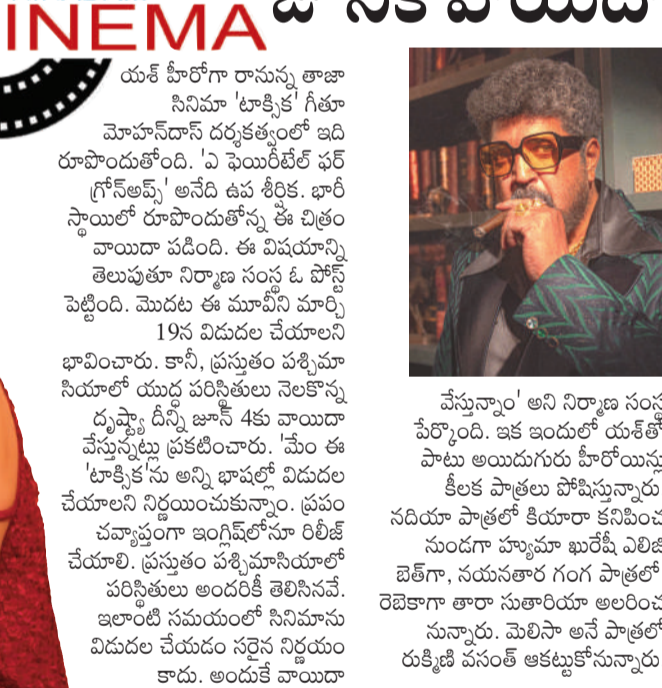
రికార్డులు సృష్టిస్తోన్న పెద్ది రైరే రారా



పాన్ ఇండియా స్టార్ రామ్ చరణ్ హీరోగా, బుబ్లికా సన దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న భారీ చిత్రం 'పెద్ది రైరే రా రా' అప్పటికే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. విలేజ్ బ్యాక్డ్రాఫ్ట్ ఎమోషన్, మాస్ ఎలిమెంట్స్ కలయికతో రాసిన దుతున్న ఈ సినిమా నుంచి వచ్చిన ప్రతి అవేడే అభిమానుల్లో ఆసక్తి పెంచుతోంది. తాజాగా విడుదలైన సికండ్ సింగిల్ 'రై రై రా రా' లిరికల్ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారి రికార్డులు సృష్టిస్తోంది. ఈ పాటకు అన్నార్ వజీత్ షా రెహమాన్ సంగీతం సమకూర్చి స్వయంగా అలపించడం విశేషం. అనంత శ్రీరామ్ అందించిన సాహిత్యం మాస్, మోటివేషన్ లతో టచ్ తో ఆకట్టుకుంటోంది. జానీ మాస్టర్ రాసిన పాటలను కొరియోగ్రాఫీ ఈ సాంగ్స్ మైల్స్ గా నిలిచింది. ముఖ్యంగా రామ్ చరణ్ వేసిన గ్రేస్ ఫుల్ స్టైలులు, ఫ్యాషి మూవ్మెంట్స్ అభిమానులను ఫిదా చేస్తున్నాయి. కొందరు అభిమానులు ఆయన డ్యాన్స్ 'లెరుక్'

రోజుల్ని గుర్తు చేసేలా ఉందని సోషల్ మీడియాలో కామెంట్లు చేస్తున్నారు. ఈ పాటపై మెగాస్టార్ చిరంజీవి కూడా ప్రశంసలు కురిపించారు. 'రై రై రా రా' సాంగ్ ఎనర్జీ, ఎమోషన్, సినీమాటిక్ ట్రియస్కోప్ అద్భుతంగా ఉందని పేర్కొన్నారు. ఈ ప్రశంసలకు బుబ్లికా సనా భావోద్వేగంగా స్పందిస్తూ, మెగాస్టార్ నుంచి వచ్చిన మాటలు జీవితాంతం గుర్తుండితాయని తెలిపారు. రికార్డుల విషయానికి వస్తే, విడుదలైన 24 గంటల్లోనే 'రై రై రా రా' లిరికల్ వీడియో 46.1 మిలియన్ వ్యూస్ సాధించి టాప్ డ్రెడ్ లో అత్యధిక వ్యూస్ అందుకున్న లిరికల్ సాంగ్ గా నిలిచింది. మాస్ బీట్, ఎన్ లిటికల్ ట్యూన్, రామ్ చరణ్ డ్యాన్స్ అన్నీ కలిపి ఈ రికార్డు సాధించడంలో కీలక పాత్ర పోషించాయి. అయితే టాప్ లిరికల్ వ్యూస్ జాబితాలో రెండో స్థానంలో కూడా 'పెద్ది' చిత్రానికే చెందిన 'లికీరి పాట' 29.19 మిలియన్ వ్యూస్ తో నిలవడం విశేషం.

యశ్ టాక్సీస్ జూన్ కి వాయిదా



యశ్ హీరోగా రానున్న తాజా సినిమా 'టాక్సీ' గీతా మోహన్ దాస్ దర్శకత్వంలో ఇది రూపొందుతోంది. 'పె ఘెయిరేట్ ఫర్ గ్రేస్ అప్' అనేది ఉప శీర్షిక. భారీ స్టాయిల్ రూపొందుతోన్న ఈ చిత్రం వాయిదా పడింది. ఈ విషయాన్ని తెలుపుతూ నిర్మాణ సంస్థ షో షిట్ పెట్టింది. మొదట ఈ మూవీని మార్చి 19న విడుదల చేయాలని భావించారు. కానీ, ప్రస్తుతం పశ్చిమా సియాలో యుద్ధ పరిస్థితులు నెలకొన్న దృష్ట్యా దీన్ని జూన్ 4న వాయిదా వేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. 'మేం ఈ 'టాక్సీ'ను అన్ని భాషల్లో విడుదల చేయాలని నిర్ణయించుకున్నాం. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అంగ్లీషోను రిలీజ్ చేయాలి. ప్రస్తుతం పశ్చిమాసియాలో పరిస్థితులు అందరికీ తెలిసినవే. ఇలాంటి సమయంలో సినిమాను విడుదల చేయడం సరైన నిర్ణయం కాదు. అందుకే వాయిదా

కమల్, రజనీల మూవీపై సర్వత్రా ఆసక్తి

2027లో మాటింగ్ మొదలవుతుందని టాక్



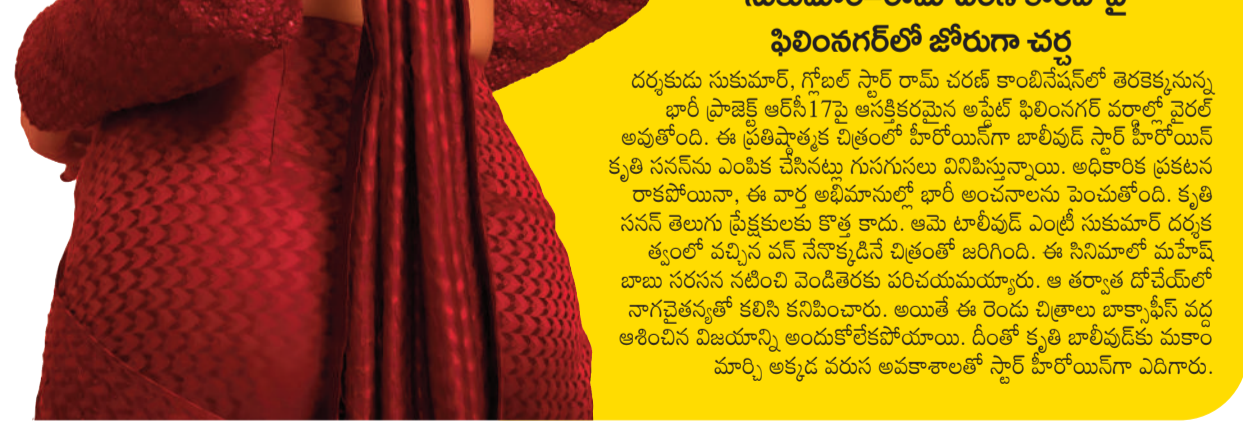
46 ఏళ్ల లాంగ్ గ్యాప్ తర్వాత రెండో యాక్చర్ కమల్ హాసన్, రజనీ కాంత్ కాంబోలో సినిమా వస్తున్న విషయం తెలిసింది. ఈ చిత్రానికి 'కైలర్' పేం నెల్సన్ దిలీప్ కుమార్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. అనిరుద్ రవి చందర్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నారు. ప్రతి రోజూ ఏదో ఒక అవేడే నెట్టింట్ వైరల్ అవుతూ సినిమాపై హైప్ పెంచుతోంది. తాజా హ్యాస్ ఓకే మావీ లవర్స్ తోపాటు అభిమానుల్లో క్యూరియాసిటీ రేకెల్లిస్తుంది. సినిమా మాటింగ్ ఎప్పుడెప్పుడు మొదలవుతుందా.. అని ఎదురు చూస్తున్న అభిమానుల కోసం అదిరిపోయే వార్త పేర్ చేశాడు మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ అనిరుద్ రవిచందర్. ఈ టూటెట్ కంపోజర్ ప్రకారం ఈ మూవీ ఏడవే వచ్చే ఏడాది మొదలు కానుంది చెప్పారు. ప్రస్తుతం రజనీకాంత్, కమల్ హాసన్ తమ కమిట్మెంట్స్ పూర్తి చేసుకున్న తర్వాత ఈ ప్రాజెక్ట్ మాటింగ్ లో చేరనున్నారని ఫిలింనగర్ సర్వో ఇన్ సైడ్ టాక్. భారీ బడ్జెట్ తో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రాన్ని రెడ్ జెయింట్ మూవీస్ నిర్మిస్తోంది. కాగా ఈ సినిమాని 80, 90లో ఉపయోగించిన ఫిల్మ్ కెమెరాతో మాట్ చేయనున్నారంటూ ఓ క్షేట్ అవేడేట్ నెట్టింట్ వైరల్ అవుతోంది.

మణిపురి బ్యాంక్ కు బ్రిటిష్ అకాడమీ అవార్డు



మణిపురి భాషలో తెరకెక్కిన 'బ్యాంక్' చిత్రం ప్రతిష్టాత్మకమైన బ్రిటిష్ అకాడమీ అవార్డ్ ఫిల్మ్ అండ్ టెలివిజన్ అర్ట్, 2026 అవార్డుల్లో సత్కా చాటిల్ సంగతి తెలిసింది. ఈ చిత్రం 'బెస్ట్ చిల్డ్రన్ అండ్ షార్ట్ ఫిల్మ్' కేటగిరీలో విజేతగా నిలవడమే కాకుండా గెలుపుకున్న తొలి భారతీయ సినిమాగా చరిత్ర సృష్టించింది. ఈ అద్భుత విజయం తర్వాత మేకర్లు, ఈ చిత్రాన్ని దేశ వ్యాప్తంగా భారీ స్టాయిల్ విడుదల చేసినట్లు సమాచారం. తాజాగా ఈ సినిమా విడుదల తేదీతో పాటు ట్రైలర్ ను విడుదల చేసింది చిత్ర యూనిట్. ప్రపంచ వేదికపై భారతీయ ప్రాంతీయ సినిమా సత్కాను చాటిల్ ఈ చిత్రం మార్చి 6న ఢియోట్రలోకి రాబోతుంది. ఎక్సెల్ ఎంటర్టైన్మెంట్ పతాకంపై ప్రముఖ నిర్మాతలు ఫర్మాన్ అక్తర్, రిశేట్ సిద్దాస్ ఈ ప్రాజెక్టును నిర్మించగా, లక్ష్మీప్రయో దేవి దర్శకత్వం వహించారు. ఈ సినిమా 'కర్ణ వి' యూనిట్ వస్తే, మణిఫూర్ లోని ఒక మారుమూల గ్రామానికి చెందిన 'బ్యాంక్' అనే చిన్నాని చుట్టూ కథ తిరుగుతుంది. తన తల్లి ముఖంలో చిరునవ్వు చూడాలని తపించే ఆ బాలుడు, ఆమెకు ఇచ్చే అత్యంత విలువైన బహుమతి తన తండ్రిని తిరిగి ఇంటికి తీసుకురావడమేనని బలంగా భావించాడు. ఈ క్రమంలో తన స్నేహితుడితో కలిసి తండ్రి కోసం అతడు చేసే అన్వేషణ, ఆ ప్రయాణంలో ఎదురయ్యే అనుభవాలు ప్రేక్షకులను కంటబడి పెట్టిస్తాయి.

సాంప్రదాయిని సుప్పిని సుద్ధిపూసని ఓ మంచి చిత్రం



శివాజీ, లయ మరోసారి నవ్వులు పంచేందుకు సిద్ధమయ్యారు. వారిద్దరూ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన సినిమా 'సాంప్రదాయిని సుప్పిని సుద్ధిపూసని' సుధీర్ త్రీరామ్ దర్శకత్వం. 'ఈటీవీ వీన్' ఒరిజినల్ మూసీగా రూపొందిన ఈ సినిమా ఢియోట్రలో ఈనెల 6న విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ ను నిర్వహించారు. అందులో శివాజీ మాట్లాడుతూ మన దేశంలో వినోదం అనగానే సినిమానే గుర్తుకొస్తుందన్నారు. ఈటీవీ వీన్ నుంచి సినిమా చప్పుడంటే ఆడియెన్స్ ఆసక్తి రెట్టింపు అవుతుంది. వారికి మరింత వినోదం ఇవ్వడం కోసం ఈటీవీ వీన్ ప్రత్యేక ఆఫర్ ను కూడా ప్రకటించింది. సింగిల్ స్క్రీన్ లో రూ.499కే నాలుగు టికెట్స్ తో పాటు లాల్ పావ్ కార్నీ, ఎంపిక చేసిన మల్టీప్లెక్స్ లో రూ.799కే నాలుగు టికెట్స్ తో పాటు లాల్ పావ్ కార్నీ అందించాలని నిర్ణయించుకుంది. సినిమా అందరికీ చేరువ కావాలనే ఈ ఆఫర్ ను ఈటీవీ వీన్ టీజిఎస్ హెడ్ సాయికర్ష ప్రకటించారు.