జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక

POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా

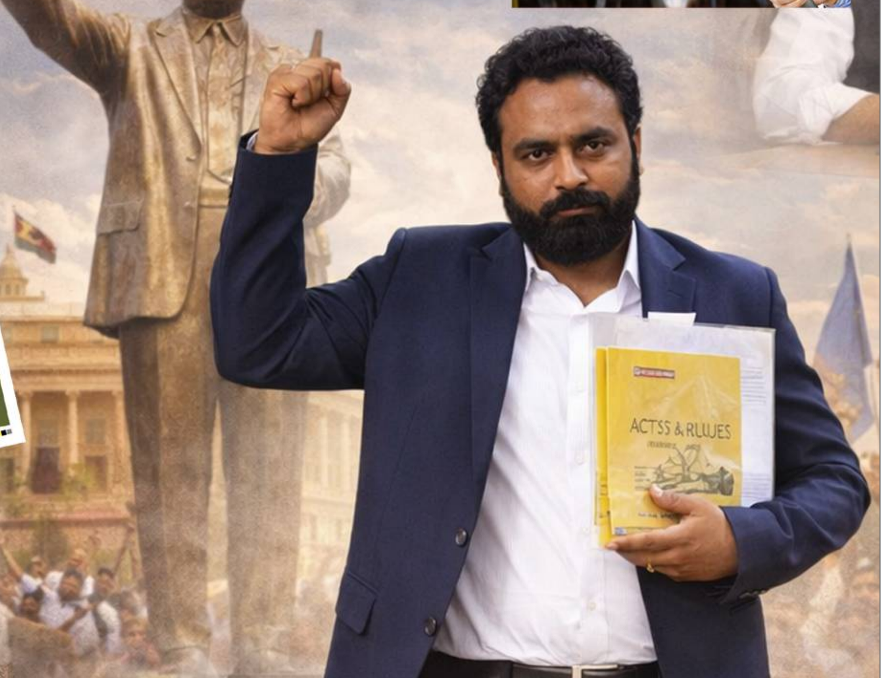
Jai Bheem TV STRUGGLE FOR JUSTICE

సామాన్యుడి ఆయుధంగా

సంపుటి - 07 | సంచిక 40 | ఎడిటర్ : బరిగెల శివ | శనివారం 10, జనవరి 2026 | పేజీలు 8 | వెల రూ. 5

పబ్లిషర్స్ తెలంగాణ : హైదరాబాద్, ఆంధ్రప్రదేశ్ : విజయవాడ, ఢిల్లీ, కర్ణాటక, బెంగళూరు, తమిళనాడు, చెన్నై, మహారాష్ట్ర, ముంబై, గోవా, కేరళ, ఉత్తరప్రదేశ్, పజాజ్, పశ్చిమబెంగాల్, అమెరికా, లండన్, ఆస్ట్రేలియా, దుబాయ్, మస్కట్

ఎంతగా శ్రమిస్తే.. అంతగా ఎదుగుతాం !



ఉన్నత సేవకు అత్యున్నత హోదాలు లభిస్తాయి
శ్రమజీవుల కష్టాలకు ఉన్నత విలువలు దక్కుతాయి
ఆశయం గొప్పదైతే కష్టతరమైనది ఏది ఉండదు
ప్రభుత్వాలకు వ్యతిరేకంగా పోరాడాలంటే కావాల్సిన గట్స్ ఉండాలి
దేశంలో రాజకీయాలు పదునెక్కుతూ భ్రష్టుపడుతున్నాయి
యువత ఆనందాలకు అలవాటు పడకుండా సమాజ సేవ కొరకు శ్రమించాలి
వ్యక్తిగత అభివృద్ధి కన్నా సమాజ బాగోగులే వెయ్యి రేట్లు మేలు
కష్టాన్ని నమ్ముకుంటే ఎదుగుదలకు ఫలితాలు వాటంతట అవే లభిస్తాయి
జై భీమ్ సంస్థను నిర్మించాను కాబట్టే దేశవ్యాప్తంగా గుర్తింపు లభిస్తుంది
జర్నలిజంలో దేశానికి సేవ చేసే ప్రాతినిధ్యం లభించినందుకు
గర్వంగా ఉంది : డాక్టర్ బరిగెల శివ

హైదరాబాద్ (జై భీమ్ డెస్క్)

ఆల్ ఇండియా సంపాదక్ సంగ్ ఎడిటర్స్ అసోసియేషన్ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షునిగా జై భీమ్ సంస్థల అధినేత డాక్టర్ బరిగెల శివ నియామకం కావడం ప్రత్యేకతను సంతరించుకుంది.నేటి దినాల్లో సమాజంలో నిలబదొక్కకోవాలంటేనే ఎంతో కష్టతరమవుతుండగా జాతీయ ఎడిటర్స్ సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షునిగా ఎన్నిక కావడం గౌరవంగా భావిస్తున్నారన్నారు. ఏ రంగంలోనైనా ఉన్నతంగా పోరాడుతూ కష్టపడితేనే ఉజ్వల భవిష్యత్తు లభిస్తుందని తెలపడానికి తనకు లభించిన ఇంత గొప్ప అవకాశం చక్కటి ఉదాహరణగా భావిస్తాను అన్నారు.నేటి సమాజంలో నిలదొక్కుకోవాలంటే పిరికితనాన్ని పూర్తిగా విడమరుస్తూ మర్చిపోవాలన్నారు.వ్యక్తిగత ఎదుగుదలపై అణిచివేత అనేది ఎక్కడైనా ఎదురుదాడిలా ఉంటుందని దాన్ని భరిస్తూ తట్టుకొని నిలబడగల శక్తిని యువత అలవర్చుకోవాలన్నారు.అదృశ్య శక్తులు

- మిగతా 2లో..

తెలంగాణ డీజీపీ శివధర్‌రెడ్డికి హైకోర్టులో ఊరట

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్ :

తెలంగాణ డీజీపీ శివధర్ రెడ్డికి హైకోర్టులో ఊరట లభించింది. డీజీపీ నియామక ఉత్తర్వులను సస్పెండ్ చేయాలన్న పిటిషన్‌ను న్యాయస్థానం కొట్టివేసింది. సుప్రీంకోర్టు మార్గదర్శకాలకు విరుద్ధంగా శివధర్‌రెడ్డిని డీజీపీగా నియమించారంటూ హైదరాబాద్‌కు చెందిన సామాజిక కార్యకర్త టి.మదన్‌గోపాల్ దాఖలు చేసిన పిటిషన్‌పై ఈరోజు విచారణ జరిగింది. ఇరువర్గాల వాదనలు విన్న న్యాయస్థానం డీజీపీ నియామక ఉత్తర్వులపై స్టే విధించడానికి నిరాకరించింది. రెగ్యులర్ ప్రాసెస్‌ను 4 వారాల్లో పూర్తిచేయాలని హైకోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. పూర్తిస్థాయి డీజీపీ నియామకం కోసం యూనియన్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ ప్రక్రియను నాలుగు వారాల్లో పూర్తి చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించింది. యూపీఎస్సీకి పంపిన తర్వాత కౌంటర్ దాఖలు చేయాలని ప్రభుత్వానికి సూచిస్తూ.. తదుపరి విచారణఅబశ్రీశ్రీను హైకోర్టు ఫిబ్రవరి 5కు వాయిదా వేసింది.

ఏపీలో సంక్రాంతి హడావిడి

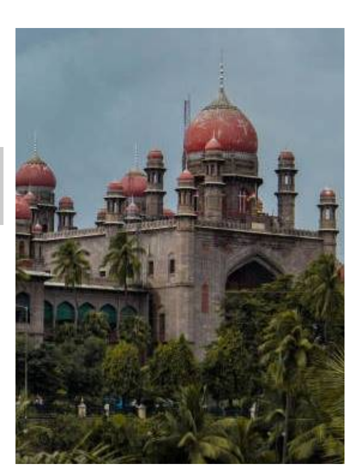
2

అత్యంత రద్దీగా బస్టాండ్లు, రైల్వే స్టేషన్లు

పట్టణాల నుంచి స్వగ్రామాలకు బయలుదేరుతున్న పెద్ద సంఖ్యలో పల్లె ప్రజలు

ప్రయాణికులతో కిటకిటలాడుతున్న రైల్వే స్టేషన్లు, బస్టాండ్లు

వృద్ధులు, పిల్లలతో ప్రయాణిస్తున్న వారు బస్టాండ్లలో తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్న వైనం



డీజీపీ నియామకాన్ని సవాల్ చేస్తూ పిటిషన్

- డిస్మిస్ చేసిన తెలంగాణ హైకోర్టు - శివధర్ రెడ్డికి తెలంగాణ హైకోర్టులో ఊరట

నాలుగు వారాల్లో డీజీపీ నియామక ప్రక్రియ పూర్తి చేయాలని యూపీఎస్సీకి ఆదేశం

ఫిబ్రవరి 5లోగా కౌంటర్ దాఖలు చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి సూచన

సుప్రీంకోర్టు మార్గదర్శకాలకు విరుద్ధంగా నియామకం జరిగిందని పిటిషన్ దాఖలు

2

ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు.. తెలంగాణ ప్రభుత్వం శుభవార్త

ఉద్యోగులకు రూ.1.02 కోట్ల ప్రమాద బీమా అందించనున్నట్లు వెల్లడి

ప్రభుత్వం నిర్ణయంతో 5.14 లక్షల మంది ఉద్యోగుల కుటుంబాలకు ప్రయోజనం

సింగరేణి, విద్యుత్ సంస్థల్లో ఇప్పటికే రూ.1 కోటికి పైగా బీమా

2

సంక్రాంతి రద్దీకి చెక్..

హైదరాబాద్-విజయవాడ హైవేపై కొత్త ప్రయోగం..

ఆగకుండానే టోల్ చెల్లింపు!

సంక్రాంతి రద్దీని తగ్గించేందుకు పంతంగి టోల్ ?

ప్లాజా వద్ద కొత్త టెక్నాలజీ

శాటిలైట్, కెమెరాలతో ఆటోమేటిక్‌గా టోల్ వసూలుపై ట్రయల్ రన్

ట్రయల్స్‌లో కొన్ని సాంకేతిక సమస్యలు గుర్తింపు..

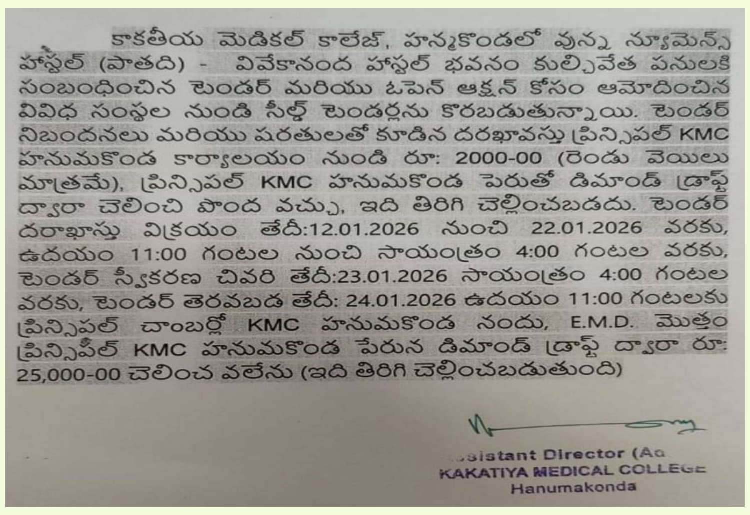
పరిష్కారంపై అధికారుల దృష్టి

హైవేపై టోల్ ఫీజు మినహాయింపునకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నిరాకరణ

రద్దీ దృష్ట్యా అదనపు కౌంటర్లు ఏర్పాటు చేసే యోచన

వివరాలు 2లో

కాకతీయ మెడికల్ కాలేజ్‌లో పనుల టెండర్‌కు నోటీసు



కాకతీయ మెడికల్ కాలేజ్, హన్మకొండలో వున్న న్యూమెన్స్ హాస్టల్ (పాతది) - వివేకానంద హాస్టల్ భవనం కుల్చివేత పనులకి సంబంధించిన టెండర్ మరియు ఓపెన్ ఆక్షన్ కోసం ఆమోదించిన వివిధ సంస్థల నుండి సీల్డ్ టెండర్లను కొరబడుతున్నాయి. టెండర్ నిబందనలు మరియు షరతులతో కూడిన దరఖావస్తు ప్రిన్సిపల్ KMC హనుమకొండ కార్యాలయం నుండి రూ: 2000-00 (రెండు వెయిలు మాత్రమే), ప్రిన్సిపల్ KMC హనుమకొండ పెరుతో డిమాండ్ డ్రాఫ్ట్ ద్వారా చెలించి పొంద వచ్చు, ఇది తిరిగి చెల్లించబడదు. టెండర్ దరాఖాస్తు విక్రయం తేదీ:12.01.2026 నుంచి 22.01.2026 వరకు, ఉదయం 11:00 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4:00 గంటల వరకు, టెండర్ స్వీకరణ చివరి తేదీ:23.01.2026 సాయంత్రం 4:00 గంటల వరకు, టెండర్ తెరవబడ తేదీ: 24.01.2026 ఉదయం 11:00 గంటలకు ప్రిన్సిపల్ చాంబర్లో KMC హనుమకొండ నందు, E.M.D. మొత్తం ప్రిన్సిపీల్ KMC హనుమకొండ పేరున డిమాండ్ డ్రాఫ్ట్ ద్వారా రూ: 25,000-00 చెలించ వలేను (ఇది తిరిగి చెల్లించబడుతుంది)

Assistant Director (Ad
KAKATIYA MEDICAL COLLEGE
Hanumakonda

హన్మకొండ, జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండలోని కాకతీయ మెడికల్ కాలేజ్ (కేఎంసీ) పరిధిలో పలు మరమ్మతులు, అభివృద్ధి పనుల నిర్వహణకు సంబంధించి టెండర్ నోటీసు జారీ చేశారు. వివిధ విభాగాలకు అవసరమైన పనుల కోసం అనుభవం కలిగిన కాంట్రాక్టర్ల నుంచి దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఈ పనుల అంచనా వ్యయం సుమారు రూ. 2,000 (రెండు వేల రూపాయలు మాత్రమే)గా నిర్ణయించినట్లు నోటీసులో పేర్కొన్నారు. టెండర్ డాక్యుమెంట్ల విక్రయం 12-01-2026 నుండి 22-01-2026 వరకు ఉదయం 11.00 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4.00 గంటల వరకు కొనసాగుతుందని తెలిపారు. టెండర్ స్వీకరణ చివరి తేదీ 23-01-2026 సాయంత్రం 4.00 గంటల వరకు ఉండగా, టెండర్ తెరవడం 24-01-2026 ఉదయం 11.00 గంటలకు జరుగుతుందని స్పష్టం చేశారు. టెండర్ దాఖలు చేసే కాంట్రాక్టర్లు తప్పనిసరిగా ఎఎండి చెల్లించాల్సి ఉంటుందని, విజేత కాంట్రాక్టర్ పనుల నిర్వహణకు సంబంధించి నిబంధనలను పాటించాల్సి ఉంటుందని అధికారులు పేర్కొన్నారు. ఈ టెండర్‌కు సంబంధించిన పూర్తి వివరాలు మరియు షరతులు కేఎంసీ హనుమకొండ కార్యాలయంలో పొందవచ్చని, ఆసక్తి గల కాంట్రాక్టర్లు నిర్ణీత గడువులోగా దరఖాస్తు చేసుకోవాలని కళాశాల అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ (అడ్మిన్) కార్యాలయం సూచించింది.

సంక్రాంతి రద్దీకి చెక్..

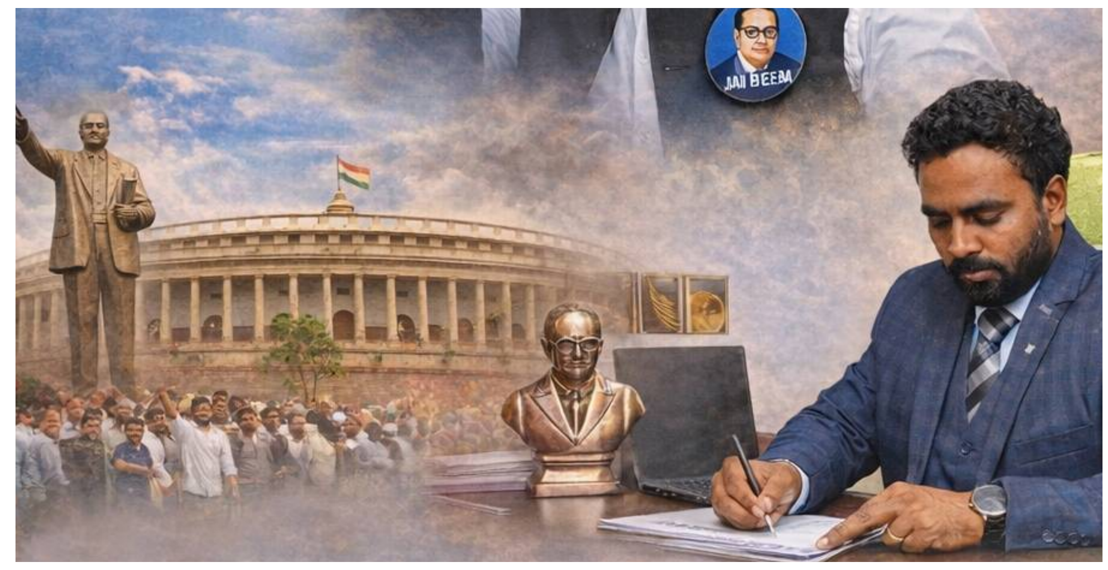
హైదరాబాద్-విజయవాడ హైవేపై కొత్త ప్రయోగం..
ఆగకుండానే టోల్ చెల్లింపు!
సంక్రాంతి రద్దీని తగ్గించేందుకు పంతంగి టోల్ ప్లాజా వద్ద కొత్త టెక్నాలజీ
శాటిలైట్, కెమెరాలతో ఆటోమేటిక్‌గా టోల్ వసూలుపై ట్రయల్ రన్
ట్రయల్స్‌లో కొన్ని సాంకేతిక సమస్యలు గుర్తింపు..
పరిష్కారంపై అధికారుల దృష్టి
హైవేపై టోల్ ఫీజు మినహాయింపునకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నిరాకరణ
రద్దీ దృష్ట్యా అదనపు కౌంటర్లు ఏర్పాటు చేసే యోచన

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

సంక్రాంతి పండుగ ప్రయాణాలు మొదలవడంతో హైదరాబాద్-విజయవాడ జాతీయ రహదారిపై వాహనాల రద్దీ పెరుగుతోంది. ముఖ్యంగా పంతంగి టోల్ ప్లాజా వద్ద ఏటా కిలోమీటర్ల మేర నిలిచిపోయే ట్రాఫిక్ కష్టాలకు చెక్ పెట్టేందుకు నేషనల్ హైవే అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా (చీనాూ×) ఈసారి ఒక నూతన టెక్నాలజీని ప్రయోగాత్మకంగా అమలు చేస్తోంది. వాహనాలు ఆగకుండానే, కేవలం మూడు సెకన్లలో టోల్ వసూలు చేసేందుకు వీలుగా శాటిలైట్ ఆధారిత ఆటోమేటిక్ విధానాన్ని పరీక్షిస్తోంది. ఇందులో భాగంగా యాదాద్రి జిల్లా పంతంగి టోల్ ప్లాజా వద్ద నిన్న సాయంత్రం ట్రయల్ రన్ నిర్వహించారు. విజయవాడ వైపు వెళ్లే 8 టోల్ బూత్‌లలో ఈ ట్రయల్ రన్ చేపట్టారు. ఈ విధానంలో కెమెరాలు వాహనం నంబర్ ప్లేట్‌ను గుర్తించగానే, సెన్సార్లు ఫాస్టాగ్‌ను స్కాన్ చేసి ఆటోమేటిక్‌గా టోల్ రుసుమును వసూలు చేస్తాయి. ఈ పరీక్షల సమయంలో కొన్ని వాహనాలకు టోల్ ఫీజు సరిగ్గా కట్ కాకపోవడం వంటి సాంకేతిక సమస్యలను అధికారులు గుర్తించారు. పండుగ రద్దీ ప్రారంభమయ్యేలోపు ఈ సమస్యలను పూర్తిస్థాయిలో పరిష్కరించేందుకు ఎన్‌హెచ్‌ఏఐ, టోల్ ప్లాజా సిబ్బంది ప్రయత్నిస్తున్నారు. సంక్రాంతికి ఊహించిన దానికంటే ఎక్కువ రద్దీ ఉండే అవకాశం ఉన్నందున, విజయవాడ మార్గంలో అదనంగా మరో రెండు టోల్ బూత్‌లను తెరవాలని అధికారులు యోచిస్తున్నారు. ఈ కౌంటర్లలో మాత్రం హ్యాండ్‌గన్‌లతో ఫాస్టాగ్‌లను స్కాన్ చేసి టోల్ వసూలు చేస్తారు. ఈ విధానాన్ని కూడా ట్రయల్ రన్‌లో పరీక్షించారు. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్-విజయవాడ హైవేపై కేవలం పంతంగి వద్ద మాత్రమే ఈ కొత్త టెక్నాలజీని అమలు చేస్తున్నారు. ఇదిలా ఉంటే... పండుగ సందర్భంగా జనవరి 9 నుంచి 18 వరకు హైదరాబాద్-విజయవాడ హైవేపై టోల్ ఫీజు రద్దు చేయాలని తెలంగాణ ఆర్ అండ్ బీ శాఖ కేంద్రాన్ని కోరింది. అయితే, ఈ అభ్యర్థనను కేంద్ర ప్రభుత్వం తిరస్కరించినట్లు సమాచారం. టోల్ మినహాయింపు సాధ్యం కాదని తెలియజేసినట్లు తెలుస్తోంది.

ఎంతగా శ్రమిస్తే అంతలా ఎదుగుతాం

మొదటి పేజీ తరువాయి



మనల్ని ఎంతో అణిచివేయాలని చూస్తారన్నారు.అలాంటి సమయంలోనే నిజాయితీ నిబద్ధతతో కూడిన వ్యక్తిగత జీవితాలను అలవర్చుకొని సమాజంలో మనం ఏంటో నిరూపించుకొని నిలదొక్కుకోవాలన్నారు. తనతోపాటు యువత సమాజంలో జరుగుతున్న ప్రతి దుర్మార్గాలపై పోరాటం చేయాల్సిన అవసరం ఎంతో ఉందన్నారు.సుమారు రెండు దశాబ్దాల పాటు కనివిని ఎరగని ఉద్యమాలు పోరాటాలు చేస్తూనే జై భీమ్ సంస్థ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షునిగా వందలాది మందికి ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పిస్తూ సమాజం పట్ల అంకిత భావంతో పనిచేసే మార్గదర్శకాలను బలపరుస్తున్నానని గర్వంగా చెప్పగలనన్నారు.ఆశయం గొప్పదైతే కష్టసాధ్యమైనది ఏదీ లేదనే విధంగా ముందుకు సాగడంలో ఎంతో ఆత్మ గౌరవం దాగి ఉంటుందన్నారు.సమస్యలను అలుముకొని జీవిస్తేనే ఏ వ్యక్తి అయినా దృఢంగా ధైర్యవంతంగా తయారవ్వగలరని గర్వంగా చెప్పారు.ప్రస్తుతం దేశంలో అట్టడుగు స్థాయి వర్గాలే తన్నుకు చస్తున్నారని దేశవ్యాప్తంగా యువత ప్రతి అంశంపై లోతైన జ్ఞానాన్ని పెంపొందించుకోవాలన్నారు.దేశ రాజకీయాల్లో రాష్ట్ర రాజకీయాలలో పెద్ద... పెద్ద...శత్రువులైన రాజకీయ నాయకుల మధ్య కూడా సమయానుకూలంగా చక్కటి ,సమన్వయాలు, సయోధ్యలు కుదురుతున్నాయని అలాంటప్పుడు రాజకీయాలంటూ యువత జీవితాలను పాడు చేసుకోవద్దన్నారు.భారతదేశంలో రాజకీయాలు పదునైన కత్తిలా తయారవుతూ భ్రష్టుపడుతున్నాయని దానికి తోడు దేశాన్ని నాశనం చేసే చట్టాలు ముందుకు వస్తున్నాయని అవి పకడ్బందీగా అమలవుతున్న సందర్భాల్లో దేశానికి ప్రాతినిధ్యం వహించే అవకాశం జాతీయ ఎడిటర్ సంఘం తరఫున లభించినందుకు దేశంలో జరుగుతున్న దుర్బలమైన సంఘటనలపై మరింతగా పోరాటం చేస్తూ సేవ చేయగలనని గర్వపడుతూ చెబుతున్నానన్నారు.ఏ వ్యక్తికైనా క్షేత్రస్థాయి విమర్శలలోకెళ్లే అధికమైన పరిజ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవాలనే అవకాశాలు కల్పించబడతాయని పేర్కొన్నారు.గ్రామస్థాయి నుండి వచ్చిన నేను రాజ్యాంగ రక్షణపై పట్టు పెంచుకున్నానని సంవత్సరాల తరబడి ప్రయాసపడి జై భీమ్ సంస్థ నిర్మించుకున్నారని గర్వంగా చెప్పగలనన్నారు.అందరి ఆశయం డబ్బు సంపాదించడమైతే నా ఆశయం భారత రాజ్యాంగాన్ని రక్షించుకోవడం కోసం బ్రతుకుతానని ఆత్మవిశ్వాసంగా చెప్పగలనన్నారు.డబ్బు అనేది మనిషికి అవసరాన్ని బట్టి సంపాదించుకోవాలిగాని పైస సంపాదన కోసమే మనుషులు బ్రతుకుతున్నట్లుగా నేటి సమాజంలో జరుగుతున్న ఎన్నో వ్యాపారాలను గమనించగలమన్నారు.డబ్బే ముఖ్యమని జీవించాలి అనుకుంటే ఇంతటి నిజాయితీగా బ్రతకాల్సిన అవసరం లేదన్నారు.నాకు చదువు నేర్పిన గురువులు గర్వపడేలా జీవిస్తున్నందుకు ఆనందంగా ఉందన్నారు.పదవులు వస్తుంటాయి పోతూ ఉంటాయి గానీ సమాజంలో చెరగని ముద్ర వేసుకోగలిగినప్పుడే మనిషి జీవితానికి అర్థం ఉంటుందన్నారు.సమాజంలో పెను మార్పులు సంభవిస్తుండగా మార్పులకు అనుగుణంగా మన జీవన విధానాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సూచించారు.ఎంత ఎదిగితే అంత ఒదిగి ఉండాలనే సిద్ధాంతలపై మాత్రమే యువత ఆధారపడి జీవించాలన్నారు.నిజాయితీగా బ్రతుకుతున్న వ్యక్తుల చుట్టూ నిండు రాక్షసుడు లాంటి శక్తులు తిరుగుతూనే ఉంటాయని వారిని తట్టుకుని నిలబడగలిగినప్పుడే సమాజంలో మనం అంటే ఒక ప్రత్యేకమైన గుర్తింపు ఉంటుందన్నారు.సమాజంలో సామాజికతను సుమానత్వాన్ని ఐకమత్యాన్ని పెంపొందించడం కోసం నిరంతరం ఉద్యమిస్తూనే ఉంటానని తెలుపడానికి ఎక్కడ వెనకాడబోనని చెప్పారు.తనతోపాటు తోటి జర్నలిస్టు సోదరులు కూడా ఎంతో ఉన్నతమైన స్థాయికి ఎదగాలని సమాజంలో జర్నలిజం విలువలు బలపడాలని ప్రభుత్వాలకు అతీతంగా ప్రభుత్వ యంత్రాంగాలకతీతంగా ప్రతిపక్షాలకు అతీతంగా మంచిని మంచి చెడును చెడు అంటూ ముందుకు సాగడం కోసం జర్నలిజం సాధ్యమైనంతవరకు ఒక శక్తిల పనిచేయాలని కోరుకుంటానన్నారు.తనపై ఎంతో నమ్మకంతో తెలంగాణ రాష్ట్ర ఎడిటర్స్ సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షునిగా నియమించిన ఆల్ ఇండియా సంపాదక్ సంగ్ సంస్థకు సంస్థ యాజమాన్యానికి ప్రత్యేకమైన కృతజ్ఞతభి వందనాలు తెలిపారు.

డీజీపీ నియామకాన్ని సవాల్ చేస్తూ పిటిషన్

డిస్మిస్ చేసిన తెలంగాణ హైకోర్టు
శివధర్ రెడ్డికి తెలంగాణ హైకోర్టులో ఊరట
నాలుగు వారాల్లో డీజీపీ నియామక ప్రక్రియ పూర్తి చేయాలని యూపీఎస్సీకి ఆదేశం
ఫిబ్రవరి 5లోగా కౌంటర్ దాఖలు చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి సూచన
సుప్రీంకోర్టు మార్గదర్శకాలకు విరుద్ధంగా నియామకం జరిగిందని పిటిషన్ దాఖలు

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ డీజీపీగా బి. శివధర్ రెడ్డి నియామకాన్ని సవాల్ చేస్తూ దాఖలైన పిటిషన్‌ను తెలంగాణ హైకోర్టు కొట్టివేసింది. దీంతో ఆయనకు తాత్కాలికంగా ఊరట లభించింది. అదే సమయంలో, డీజీపీ నియామక ప్రక్రియను నాలుగు వారాల్లోగా పూర్తి చేయాలని యూనియన్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ (యూపీఎస్సీ)ని ఉన్నత న్యాయస్థానం ఆదేశించింది. సామాజిక కార్యకర్త టి. ధనగోపాల్ రావు ఈ వ్యాజ్యాన్ని దాఖలు చేశారు. 'పూర్తి అదనపు బాధ్యతల'తో డీజీపీని నియమించడం సుప్రీంకోర్టు 'ప్రకాశ్ సింగ్ కేసు'లో ఇచ్చిన మార్గదర్శకాలకు విరుద్ధమని ఆయన తన పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నారు. శివధర్ రెడ్డి నియామకాన్ని నిలిపివేసి, నిబంధనల ప్రకారం రెగ్యులర్ డీజీపీని నియమించేలా ఆదేశాలు ఇవ్వాలని కోరారు. గత ఏడాది సెప్టెంబర్ 26న డీజీపీ జితేందర్ పదవీ విరమణ చేయడంతో, 1994 బ్యాచ్ ఐపీఎస్ అధికారి అయిన శివధర్ రెడ్డికి ప్రభుత్వం డీజీపీగా 'పూర్తి అదనపు బాధ్యతలు' అప్పగించింది. ఈ నియామకంపై గురువారం విచారణ జరిపిన జస్టిస్ పుల్ల కార్తీక్, శుక్రవారం తీర్పును వెలువరించారు. విచారణ సందర్భంగా, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 2017 నుంచి డీజీపీ నియామకానికి సంబంధించిన సీనియర్ ఐపీఎస్ అధికారుల జాబితాను పంపలేదని యూపీఎస్సీ కోర్టుకు తెలిపింది. అయితే, తాము పంపిన ప్రతిపాదనలను యూపీఎస్సీ తిప్పి పంపుతోందని అడ్వకేట్ జనరల్ ఎ. సుదర్శన్ రెడ్డి వాదించారు. వాదనలు విన్న న్యాయస్థానం, డీజీపీ నియామక ప్రక్రియపై ఫిబ్రవరి 5లోగా కౌంటర్ అఫిడవిట్ దాఖలు చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశిస్తూ పిటిషన్‌ను కొట్టివేసింది.

ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం శుభవార్త

ఉద్యోగులకు రూ.1.02 కోట్ల ప్రమాద బీమా అందించనున్నట్లు వెల్లడి
ప్రభుత్వం నిర్ణయంతో 5.14 లక్షల మంది ఉద్యోగుల కుటుంబాలకు ప్రయోజనం
సింగరేణి, విద్యుత్ సంస్థల్లో ఇప్పటికే రూ.1 కోటికి పైగా బీమా

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ సర్కారు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు సంక్రాంతి కానుకను ప్రకటించింది. ప్రభుత్వ ఉద్యోగులందరికీ రూ.1.02 కోట్ల ప్రమాద బీమాను అందించనున్నట్లు వెల్లడించింది. ఈ నిర్ణయం ద్వారా రాష్ట్రంలోని 5.14 లక్షల మంది ఉద్యోగుల కుటుంబాలకు ప్రయోజనం చేకూరనుంది. ఇదివరకే సింగరేణి, ట్రాన్స్‌కో, జెన్‌కో ఉద్యోగులకు రూ.1 కోటికి పైగా బీమా అందుతోంది. సింగరేణిలో 38 వేల మంది, విద్యుత్ సంస్థల్లో 71 వేల మందికి పైగా ఉద్యోగులు ఈ పథకం ద్వారా లబ్ధి పొందుతున్నారు. అదే తరహాలో ప్రభుత్వ ఉద్యోగులందరికీ ప్రమాద బీమాను అందజేయాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ప్రమాద బీమా అమలు కోసం ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టివిక్రమార్క ప్రముఖ బ్యాంకర్లతో చర్చలు జరిపారు. ఉద్యోగుల సంక్షేమమే ధ్యేయంగా ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందని ఆయన అన్నారు. ప్రభుత్వ పథకాలను ఇంటింటికి చేర్చే ఉద్యోగులు తమ కుటుంబ సభ్యులేనని ఆయన పేర్కొన్నారు.

ఏపీలో సంక్రాంతి హడావిడి

అత్యంత రద్దీగా బస్టాండ్లు, రైల్వే స్టేషన్లు
పట్టణాల నుంచి స్వగ్రామాలకు బయలుదేరుతున్న పెద్ద సంఖ్యలో పల్లె ప్రజలు
ప్రయాణికులతో కిటకిటలాడుతున్న రైల్వే స్టేషన్లు, బస్టాండ్లు
వృద్ధులు, పిల్లలతో ప్రయాణిస్తున్న వారు బస్టాండ్లలో తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్న వైనం

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

సంక్రాంతి పండుగను స్వగ్రామాల్లో జరుపుకునేందుకు ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో ప్రయాణాలు చేస్తుండటంతో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని బస్ స్టేషన్లు, రైల్వే స్టేషన్లు ప్రయాణికులతో కిటకిటలాడుతున్నాయి. రెండో శనివారం, ఆదివారం కలిసి రావడంతో పండుగకు నాలుగైదు రోజుల ముందే ఉద్యోగాలు, ఉపాధి నిమిత్తం పట్టణాల్లో నివసిస్తున్న వారు కుటుంబ సమేతంగా ఊర్లకు బయలుదేరడంతో బస్టాండ్లు, రైల్వే స్టేషన్లకు ప్రయాణికుల తాకిడి పెరిగింది. ముఖ్యంగా హైదరాబాద్, విజయవాడ, విశాఖపట్నం, తిరుపతి, గుంటూరు వంటి ప్రధాన నగరాల్లోని బస్ స్టాండ్ల వద్ద ఎప్పుడూ లేనంత రద్దీ నెలకొంది. బస్సుల సంఖ్యతో పోల్చితే ప్రయాణికుల రద్దీ ఎక్కువగా ఉండటంతో అనేక మంది గంటల తరబడి బస్ స్టేషన్లలో వేచి ఉండాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. లగేజీతో పాటు పిల్లలు, వృద్ధులతో ప్రయాణించే కుటుంబాలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నాయి. ప్రయాణికులు బస్సులు ఎక్కే సమయంలో తోపులాటలు, గందరగోళ పరిస్థితులు నెలకొనడంతో పోలీసులు, ఆర్టీసీ సిబ్బంది పరిస్థితిని అదుపులోకి తీసుకొచ్చేందుకు కృషి చేస్తున్నారు. సంక్రాంతి రద్దీని దృష్టిలో పెట్టుకుని ఆర్టీసీ ప్రత్యేక బస్సులను నడుపుతున్నప్పటికీ రద్దీ కారణంగా ప్రయాణికులు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. పండుగ రద్దీ దృష్ట్యా రోజు నడిచే రెగ్యులర్ సర్వీసులకు అదనంగా 8,432 ప్రత్యేక బస్సులను ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని ఏపీఎస్ ఆర్టీసీ అధికారులు ప్రకటించారు. బస్ స్టేషన్లలో ప్రయాణికులకు మార్గనిర్దేశం చేసేందుకు ప్రత్యేక సిబ్బందిని నియమించారు. రవాణా శాఖ అధికారులు, పోలీసులు సమన్వయంతో ట్రాఫిక్ నియంత్రణ చర్యలు చేపట్టారు. బస్ స్టేషన్ల పరిసరాల్లో వాహనాల రాకపోకలను క్రమబద్ధీకరించి, భద్రతా ఏర్పాట్లు పెంచారు. ఈ నెల 18 వరకు పండుగ రద్దీ కొనసాగనున్న నేపథ్యంలో ప్రయాణికులు సహనం పాటిస్తూ అధికారుల సూచనలను పాటించాలని రవాణా శాఖ అధికారులు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

చంద్రబాబుకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నా: వివాదాలపై రేవంత్ రెడ్డి కీలక సూచన

జల వివాదాలను మనమే పరిష్కరించుకుందామన్న రేవంత్ రెడ్డి
రాజకీయాలకు అతీతంగా నీళ్ల సమస్యను పరిష్కరించుకుందామని వ్యాఖ్య
కోర్టుల్లో కాకుండా మన సమస్యలు మనమే పరిష్కరించుకుందామని స్పష్టీకరణ
ఏపీ ఒక అడుగు వేస్తే, తెలంగాణ పది అడుగులు వేస్తుందన్న రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కీలక సూచన చేశారు. జల వివాదాలను పరస్పరం కూర్చుని మాట్లాడుకోవడం ద్వారా పరిష్కరించుకుందామని అన్నారు. రంగారెడ్డి జిల్లా రావిర్యాలలో సుజెన్ మెడికేర్ ప్రారంభోత్సవంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, రెండు రాష్ట్రాల మధ్య వివాదాలు ఉండకూడదనే కాంగ్రెస్ తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని ఇచ్చిందని గుర్తు చేశారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా నీటి సమస్యను పరిష్కరించుకోవాలని ఆయన సూచించారు. కోర్టుల ద్వారా కాకుండా మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకుందామని విజ్ఞప్తి చేశారు. జల వివాదం విషయంలో రాజకీయ ప్రయోజనం పొందాలని తమ ప్రభుత్వం ప్రయత్నించడం లేదని స్పష్టం చేశారు. పంచాయితీ కావాలా, నీళ్లు కావాలా అని నన్ను అడిగితే తెలంగాణకు నీళ్లు కావాలని చెబుతానని, అదే సమయంలో వివాదాలు కావాలా, పరిష్కారం కావాలా అని అడిగితే పరిష్కారం కావాలని స్పష్టంగా చెబుతానని ఆయన అన్నారు. ఏపీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు ఈ వేడుక ద్వారా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నానని, కృష్ణా నదిపై ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో ఉన్న ప్రాజెక్టుల అనుమతులకు అడ్డంకులు సృష్టించవద్దని కోరారు. అలా అడ్డంకులు కలిగిస్తే కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి నిధులు రావడం లేదని, దీనివల్ల రాష్ట్రంపై ఆర్థిక భారం పడుతోందని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. తాము వివాదాలు కోరుకోవడం లేదని, పరిష్కారం మాత్రమే కోరుకుంటున్నామని ఆయన స్పష్టం చేశారు. తమకు కావలసింది రాజకీయ ప్రయోజనాలు కాదని, ప్రజల ప్రయోజనాలని అన్నారు. తెలంగాణకు పోర్టు కనెక్టివిటీ ఉండాలంటే పక్క రాష్ట్రం సహకారం ఉండాల్సిందే అన్నారు. రెండు రాష్ట్రాలు పరస్పరం సహకరించుకుంటేనే సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయని వ్యాఖ్యానించారు. జల వివాదాల విషయంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ ఒక్క అడుగు ముందుకు వేస్తే తాము 10 అడుగులు ముందుకు వేస్తామని ఆయన అన్నారు. ఇంకా ఆయన మాట్లాడుతూ, పెట్టుబడులకు తెలంగాణ అనుకూలమైన రాష్ట్రమని అన్నారు. పెద్ద పెద్ద కంపెనీలకు మన దేశానికి చెందిన వారే సీఈవోలుగా ఉన్నారని ఆయన తెలిపారు.

కూచిపూడి కళారంగంలో రాణిస్తున్న చిన్నారి అరుషి కృష్ణ ప్రతిభకు వయస్సు అడ్డంకి కాదని నిరూపణ

హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

సాంప్రదాయ నాట్యకళల్లో అగ్రస్థానంలో నిలిచిన కూచిపూడి నృత్యంలో చిన్న వయస్సులోనే విశేష ప్రతిభను ప్రదర్శిస్తూ హన్మకొండ జిల్లా బాలసముద్రంకు చెందిన ఐదేళ్ల చిన్నారి అరుషి కృష్ణ కళాభిమానుల మనసులు దోచుకుంటోంది. అతి చిన్న వయస్సులోనే వేదికపై నిలబడి శాస్త్రీయ నాట్యానికి అవసరమైన లయ, భావం, అభినయాన్ని సమపాళ్లలో ప్రదర్శిస్తూ ప్రశంసలు అందుకుంటున్న అరుషి, "ప్రతిభకు వయస్సు అడ్డంకి కాదు" అన్న మాటను నిజం చేస్తోంది. గత ఏడాది నుంచి హన్మకొండలోని ప్రతిష్ఠాత్మక సద్గురు శ్రీ శివానంద నృత్యమాల డాన్స్ స్కూల్ (ఎస్ఎస్ఎన్ఎం)లో ప్రముఖ కూచిపూడి గురువు సుదీర్ రావు వద్ద అరుషి శాస్త్రీయ నాట్యశిక్షణను అభ్యసిస్తోంది. గురువు మార్గదర్శనంలో నాట్యంలోని మౌలికాంశాలైన అంగశుద్ధి, హస్తముద్రలు, భావప్రకటన, లయబద్ధతలను క్రమంగా అవలంబిస్తూ అరుషి వేగంగా ఎదుగుతోంది. ఈ నెల విశాఖపట్టణంలో 2 నుంచి 4 తేదీల వరకు జరిగిన అంతర్జాతీయ సంప్రదాయ నాట్య కాంగ్రెస్ (ఐటీడీసీ 2026)లో పాల్గొని సబ్-జూనియర్ కేటగిరీలో మొదటి బహుమతి సాధించడం ద్వారా రాష్ట్రంతో పాటు జాతీయ స్థాయిలోనూ తన ప్రతిభను చాటుకుంది. దేశ విదేశాల నుంచి వచ్చిన నాట్య గురువులు, కళాభిమానుల సమక్షంలో ప్రదర్శించిన అరుషి నృత్యం ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచిందని నిర్వాహకులు ప్రశంసించారు. ఇదే విధంగా, ఎస్ఎస్ఎన్ఎం అకాడమీ వార్షికోత్సవం2025 సందర్భంగా హన్మకొండలోని కాళోజీ కళాక్షేత్రం వేదికగా అరుషి తన కాళారాధనను తొలిసారిగా ప్రారంభించింది. శాస్త్రీయ సంప్రదాయాలకు అనుగుణంగా జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో ఆమె ప్రదర్శనకు ప్రేక్షకుల నుంచి విశేష స్పందన లభించింది. అనంతరం జూన్2025లో హైదరాబాద్‌లోని రవీంద్రభారతిలో నిర్వహించిన నృత్యోత్సవంలో పాల్గొని నిపుణుల ప్రశంసలను అందుకుంది. అలాగే నవంబర్2025లో గుంటూరులో వివిఐటియూ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన "బాలోత్సవ్2025" నృత్య పోటీలో పాల్గొని బహుమతి సాధించడం ద్వారా అరుషి తన ప్రతిభను మరింత విస్తృతంగా చాటుకుంది. వరుస విజయాలతో ఆమె భవిష్యత్తులో కూచిపూడి కళారంగంలో ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహిస్తుందనే ఆశాభావాన్ని కళాభిమానులు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. కూచిపూడి వంటి శాస్త్రీయ కళలో శిక్షణ ఇవ్వడమే కాకుండా, పిల్లల ప్రతిభను గుర్తించి జాతీయ అంతర్జాతీయ వేదికలపై నిలబెట్టేలా ప్రోత్సహిస్తున్న సుదీర్ రావు కృషి నిజంగా అభినందనీయం. పిల్లలు వారు ఎంచుకున్న కళారంగంలో సమగ్ర అభివృద్ధి సాధించేలా పోటీలు, ప్రదర్శనల ద్వారా అవకాశాలు కల్పిస్తున్న ఆయన సేవలకు ఆరుషి కుటుంబ సభ్యులు హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.

పేదల ఆరోగ్యానికి ప్రభుత్వం అండ బాలసముద్రలో సీఎం సహాయనిధి చెక్కుల పంపిణీ

హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

హన్మకొండ జిల్లా బాలసముద్రంలోని వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో సీఎం సహాయనిధి చెక్కుల పంపిణీ కార్యక్రమం గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో శాసన సభ్యులు నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి పాల్గొని, మొత్తం 81 మంది లబ్ధిదారులకు రూ.25,86,500 విలువైన సీఎం సహాయనిధి చెక్కులను స్వయంగా అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రజల ఆరోగ్యం విషయంలో అత్యంత బాధ్యతతో వ్యవహరిస్తూ, అవసరమైన ప్రతి సందర్భంలోనూ ప్రజలకు అండగా నిలుస్తున్నారని స్పష్టం చేశారు. అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నవారికి రాజకీయాలు, పార్టీ భేదాలు ఏమాత్రం అడ్డుకావని పేర్కొంటూ, సహాయం కోసం వచ్చిన ప్రతి అర్హుడికి సీఎం సహాయనిధి అందేలా ప్రభుత్వం కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకుంటుందని తెలిపారు.గత పాలకుల కాలంలో సీఎం సహాయనిధి పొందాలంటే దళారీ వ్యవస్థ రాజ్యమేలేదని, చెక్కులు అందుకోవడానికి ప్రజలు అనవసరంగా డబ్బులు ఖర్చు చేయాల్సిన పరిస్థితి ఉండేదని ఎమ్మెల్యే విమర్శించారు. అయితే ప్రస్తుత తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో అలాంటి అవకతవకలకు పూర్తిగా తెరదించామని చెప్పారు. ఎవరికీ నయాపైసా ఖర్చు లేకుండా, నేరుగా లబ్ధిదారుల చేతుల్లోకి చెక్కులు అందేలా వ్యవస్థను మరింత సరళీకృతం చేసినట్లు వివరించారు. ప్రజల సమస్యలను ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకుని, వేగంగా పరిష్కారం అందించడమే ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు. వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గంలో ఒక్క అర్హుడూ సహాయం లేకుండా మిగలకుండా చూస్తామని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, లబ్ధిదారుల కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

ఎన్నికల హామీకి నిబద్ధత ఆడబిడ్డ జన్మకు రూ.5,016 అందజేసిన మల్లికుదుర్ల సర్పంచ్

వేలేరు, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

సమాజంలో ఆడబిడ్డల పట్ల గౌరవం, ఆదరణ పెంపొందించాలనే ఉద్దేశంతో ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీని వాస్తవంగా అమలు చేసి చూపిన సర్పంచ్‌గా మల్లికుదుర్ల గ్రామ సర్పంచ్ జక్కుల మౌనిక ప్రశంసలు అందుకుంటున్నారు. ఇటీవల జరిగిన సర్పంచ్ ఎన్నికల సమయంలో గ్రామంలో ఎవరికైనా ఆడబిడ్డ జన్మిస్తే రూ.5,016 నగదు ప్రోత్సాహకంగా అందజేస్తాను అని ఆమె బహిరంగంగా హామీ ఇచ్చారు. ఆ హామీని కేవలం మాటలకే పరిమితం చేయకుండా, ఆచరణలో పెట్టి చూపడం విశేషం. గ్రామానికి చెందిన బట్టు అఖిల మనోజ్ దంపతులకు ఇటీవల ఆడబిడ్డ జన్మించడంతో, సర్పంచ్ జక్కుల మౌనిక వారి ఇంటికి వెళ్లి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. అనంతరం ఆమె తమ సొంత ఖర్చులతోనే రూ.5,016 నగదును అందజేసి, బాలికకు ఆరోగ్యం, ఆయుష్షు, భవిష్యత్తు ఉజ్వలంగా ఉండాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మౌనిక మాట్లాడుతూ, "ఆడబిడ్డ భారం కాదు, కుటుంబానికి మరియు సమాజానికి గర్వకారణం. బాలికల పట్ల వివక్ష లేకుండా సమాన అవకాశాలు కల్పించాల్సిన బాధ్యత మన అందరిదే. గ్రామంలో ఆడబిడ్డల జననాన్ని పండుగలా జరుపుకోవాలనే ఉద్దేశంతోనే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నాను" అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని చూసిన గ్రామస్తులు సర్పంచ్ నిర్ణయాన్ని అభినందించారు. ఎన్నికల హామీలను అమలు చేయడంలో నాయకులు చూపాల్సిన నిబద్ధతకు ఇది మంచి ఉదాహరణగా నిలిచిందని వారు పేర్కొన్నారు. అలాగే, ఈ చర్య వల్ల గ్రామంలో ఆడబిడ్డల పట్ల సానుకూల దృక్పథం మరింత బలపడుతుందని అభిప్రాయపడ్డారు. మొత్తంగా, మాటకు కట్టుబడి నిలిచిన ప్రజాప్రతినిధిగా సర్పంచ్ జక్కుల మౌనిక గ్రామంలో ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందారని స్థానికులు వెల్లడించారు.

ఇక షోరూం వద్దే వాహన రిజిస్ట్రేషన్

స్పీడ్ పోస్టులో నేరుగా ఇంటికే ఆర్‌సీ కార్డు

రవాణా శాఖ కమిషనర్ ఉత్తర్వులు

(హైదరాబాద్ జై భీమ్ న్యూస్)

కొత్తగా వాహనం కొనుగోలు చేసే వారు ఇకపై వాహన రిజిస్ట్రేషన్‌కు రవాణా శాఖ కార్యాలయానికి వెళ్లాల్సిన అవసరం లేదు. వాహనం కొనుగోలు చేసిన షోరూం వద్దనే రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ పూర్తి కానుంది. వాహన రిజిస్ట్రేషన్ కార్డు(ఆర్‌సీ) నేరుగా యజమాని ఇంటికి స్పీడ్ పోస్టులో వచ్చేస్తుంది. నూతన విధానం అమలు కోసం రవాణా శాఖ కమిషనర్ ఇలాంబర్తి గురువారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం అమల్లోకి తెచ్చిన వాహన్, సారథి పోర్టళ్లను పూర్తి స్థాయిలో అమల్లోకి తీసుకొచ్చే చర్యల్లో భాగంగా ఇకపై షోరూంలోనే వాహన రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకునే సదుపాయం కల్పించారు. రాష్ట్రంలో సగటున ఏటా 6 లక్షల ద్విచక్ర వాహనాలు, 1.75 లక్షల కార్లు రిజిస్టర్ అవుతున్నాయి. కొత్త వాహనం కొనుగోలు చేసినప్పుడు తాత్కాలిక రిజిస్ట్రేషన్ నంబరు(టీఆర్) షోరూంలోనే ఇస్తున్నారు. ఇక నుంచి రిజిస్ట్రేషన్ సైతం అక్కడే పూర్తి కానుంది. వాహనాన్ని విక్రయించిన డీలరే..వాహన శాశ్వత రిజిస్ట్రేషన్ కోసం ఆన్‌లైన్‌లో దరఖాస్తు చేస్తారు. అవసరమైన పత్రాల(ఇన్వాయిస్, ఫారం-21, ఫారం-22, బీమా, చిరునామా రుజువు, వాహన ఫొటోలు)ను అప్‌లోడ్ చేశాక.. రవాణా శాఖ అధికారి నంబరు కేటాయిస్తారు. అవసరమనుకుంటే రవాణా శాఖ అధికారులు డీలర్ వద్ద షోరూంలోనే వాహనాన్ని తనిఖీ చేస్తారు. వాహనదారులు కోరుకున్న ఫ్యాన్సీ నంబరు కావాలంటే మాత్రం రవాణా శాఖ అధికారులు ఆ సిరీస్ విడుదల చేసే వరకు వేచి ఉండాలి. ప్రజలకు మెరుగైన, సులభమైన సేవలు అందించాలనే ఉద్దేశంతో ప్రభుత్వం ఈ నిర్ణయం తీసుకుందని, ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు నూతన విధానం అమల్లోకి తెచ్చినట్లు రవాణా శాఖ అధికారులు తెలిపారు. నూతన విధానంతో రవాణా శాఖ కార్యాలయంలో స్లాట్ బుకింగ్, క్యూ లైన్‌లో వెయిటింగ్, కార్డు కోసం తిప్పలు తప్పనున్నాయి. వాహన రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ వేగంగా, పారదర్శకంగా పూర్తి కానుంది. కాగా, వాణిజ్య వాహనాలకు మాత్రం ప్రస్తుతం అమల్లో ఉన్నట్టుగానే రవాణా శాఖ కార్యాలయానికి వెళ్లి రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

సమాజాన్ని చైతన్యపరచడంలో టి.ఎస్.జే.యూ పాత్ర అభినందనీయం : జిల్లా కలెక్టర్ సత్య శారద

వరంగల్, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

సమాజాన్ని చైతన్యపరచడంలో తెలంగాణ స్టేట్ జర్నలిస్ట్స్ యూనియన్ (టి.ఎస్.జే.యూ) కీలకమైన పాత్ర పోషిస్తోందని వరంగల్ జిల్లా కలెక్టర్ సత్య శారద అన్నారు. ప్రభుత్వ, సామాజిక, ప్రజా చైతన్య కార్యక్రమాల నిర్వహణలో టి.ఎస్.జే.యూ ప్రత్యేకతను చాటుతూ ఇతర యూనియన్లకు ఆదర్శంగా నిలుస్తోందని ఆమె ప్రశంసించారు. జాతీయ రోడ్డు భద్రతా మాసోత్సవాల సందర్భంగా టి.ఎస్.జే.యూ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం వరంగల్ చౌరస్తా నుంచి పోచమ్మ మైదాన్ సెంటర్ వరకు నిర్వహించిన అవగాహన ర్యాలీ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ సత్య శారద ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. టి.ఎస్.జే.యూ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పురుషోత్తం నారగోని ఆదేశాల మేరకు, వరంగల్ జిల్లా కమిటీ అధ్యక్షుడు కందికొండ మోహన్ నేతృత్వంలో ఈ ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక ఆహ్వానితులుగా వరంగల్ డీటీఓ శోభన్, ట్రాఫిక్ సీఐ సుజాత, జాతీయ యువజన అవార్డు గ్రహీత సామాజికవేత్త మండల పరశురాములు, వరంగల్ ఎంఆర్ఓ శ్రీకాంత్, ఎన్‌సీసీ కెప్టెన్ సతీష్, ఇంతేజార్ గంజ్ సీఐ షుక్రు, మాట్టేవాడ సీఐ కర్ణాకర్, ఎస్సైలు సందీప్, వెంకటేశ్వర్లు, రవికిరణ్, కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ సత్య శారద మాట్లాడుతూ, ప్రతి ఒక్కరూ రోడ్డు భద్రతను బాధ్యతగా పాటించాలని, ట్రాఫిక్ నిబంధనలను నిర్లక్ష్యం చేయరాదని సూచించారు. ద్విచక్ర వాహనదారులు మాత్రమే కాకుండా వెనుక కూర్చునే వారు కూడా తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని చెప్పారు. నిర్లక్ష్యంగా వాహనాలు నడపడం వల్ల వ్యక్తిగత ప్రాణాలతో పాటు ఇతరుల ప్రాణాలకు కూడా ప్రమాదం వాటిల్లే అవకాశముందని హెచ్చరించారు. కుటుంబాల భవిష్యత్తును దృష్టిలో పెట్టుకుని ప్రతి ఒక్కరూ రోడ్డు భద్రత నియమాలను కచ్చితంగా పాటించాలని ఆమె కోరారు. డీటీఓ శోభన్ మాట్లాడుతూ రోడ్డు ప్రమాదాలను నివారించేందుకు ప్రజలే ముందుగా బాధ్యత తీసుకోవాలని, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించడం ద్వారా ప్రాణ నష్టాన్ని తగ్గించవచ్చని తెలిపారు. ట్రాఫిక్ సీఐ సుజాత, ఇంతేజార్ గంజ్ సీఐ షుక్రు మాట్లాడుతూ వాహనాలు నడిపేటప్పుడు పూర్తి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, మీ భద్రతే ప్రభుత్వాల లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. ఈ ర్యాలీలో కార్ డ్రైవర్స్ యూనియన్ సభ్యులు, టి.ఎస్.జే.యూ రాష్ట్ర నాయకులు తోకల అనిల్, నాగపురి నాగరాజు, నరేష్, వరంగల్ జిల్లా కమిటీ సభ్యులు బత్తుల సత్యం, కందికొండ గంగరాజు, ఈద శ్రీనాథ్, లింగ బత్తిని కృష్ణ, అడుప అశోక్, నాగపూరి అవినాష్, కౌడగాని మోహన్, నీరుటి శ్రీహరి, మంతెన సురేష్, రావుల నరేష్, 28వ డివిజన్ అధ్యక్షుడు సంపత్ కుమార్, ఎన్ఎస్ఎస్ కోఆర్డినేటర్ శ్రీనివాస్, మోటివేటర్ బరుపాటి గోపి, ఎన్‌సీసీ విద్యార్థులు, ధ్రువ, పద్మావతి కళాశాలల విద్యార్థులు తదితరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. జాతీయ రోడ్డు భద్రత మాసోత్సవాల సందర్భంగా నిర్వహించిన ఈ అవగాహన ర్యాలీ ప్రజల్లో రోడ్డు భద్రతపై చైతన్యం తీసుకురావడంలో కీలకంగా నిలిచిందని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

షెట్పల్లి గ్రామ సర్పంచ్ మంత్రి గోపీకృష్ణ ఆసుపత్రిలో పరామర్శ

చెన్నూర్, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

చెన్నూరు నియోజకవర్గం, కోటపల్లి మండలం షెట్పల్లి గ్రామ సర్పంచ్ మంత్రి గోపీకృష్ణ గ్రామానికి చెందిన మాసు రామక్క ఈ నెల 1వ తేదీన బైక్‌పై నుంచి పడిపోవడంతో ముఖానికి గాయాలై వరంగల్ ఎంజిఎం ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న విషయం తెలుసుకున్నారు. ఈ విషయం తెలిసిన వెంటనే సర్పంచ్ స్వయంగా ఆసుపత్రికి వెళ్లి రామక్కను పరామర్శించారు. ఆమె ఆరోగ్య పరిస్థితి గురించి వైద్యులను అడిగి తెలుసుకొని, ఎల్లప్పుడూ తన పూర్తి సహాయ సహకారాలు ఉంటాయని భరోసా ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్‌తో పాటు గ్రామానికి చెందిన ఇథా తిరుపతి రెడ్డి, తోటపల్లి సుధాకర్ రెడ్డి, చల్లా రమేష్ రెడ్డి, అయితిమాలుల రాజేష్, తోడే లక్ష్మా రెడ్డి, కొతపల్లి రంజిత్ కూడా ఆసుపత్రికి వెళ్లి రామక్కను పరామర్శించారు. దీనికి ప్రతిగా, రామక్క తన భర్తతో కలిసి ఆసుపత్రికి వచ్చి పరామర్శించి, అన్ని విధాలుగా సహాయంగా నిలిచిన సర్పంచ్‌కు హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. గ్రామ ప్రజలందరికీ ఎప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటూ, వారి కష్టసుఖాల్లో తోడుగా నిలుస్తానని షెట్పల్లి గ్రామ సర్పంచ్ మంత్రి గోపీకృష్ణ మరోసారి భరోసా ఇచ్చారు.

ఐనవోలు మల్లన్న బ్రహ్మోత్సవాలకు రండి

మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి దయాకర్ రావుకు బిఆర్ఎస్ నాయకుల ఆహ్వానం

స్వామివారి చిత్రపటం,లడ్డూ ప్రసాదం అందజేత

ఐనవోలు : (జై భీమ్ న్యూస్)

ఐనవోలు మల్లికార్జునస్వామి బ్రహ్మోత్సవాలకు రావాలని మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి దయాకర్ రావును ఐనవోలు బిఆర్ఎస్ నాయకులు ఆహ్వానించారు.ఈ నెల 11నుంచి బ్రహ్మోత్సవాలు ప్రారంభం కానున్నాయి.ఈ నేపథ్యంలో శుక్రవారం దయాకర్ రావుని వారు కలిసి ఐనవోలు మల్లన్న స్వామివారి చిత్రపటంతో పాటు తీర్థ ప్రసాదాలను అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఐనవోలు గ్రామ సర్పంచ్ గడ్డం రఘువంశీ గౌడ్,మాజీ సర్పంచ్ పల్లకొండ సురేష్,గ్రామ ప్రధాన కార్యదర్శి కాటబోయిన అశోక్,మాజీ ఉపసర్పంచ్ అడ్డగూడి సతీష్,తండ వెంకన్న,వార్డ్ మెంబర్స్ దుపెల్లి రాజు , కొత్తూరు సరిత జాన్సన్ , మండల నాయకులు చింత అశోక్, పుల్యాల రాజిరెడ్డి, కొత్తూరు రాజు,మోలుగురి బాబు,బరిగల శివ, పురుషోత్తం, కాటబోయిన చందు, రవి, శివకృష్ణ, రాజు, బిఆర్ఎస్ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

చైల్డ్ పోర్న్... 24 మందిని అరెస్టు చేసిన తెలంగాణ సైబర్ సెక్యూరిటీ వింగ్

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ సైబర్ సెక్యూరిటీ పోలీసులు చైల్డ్ పోర్న్ చూస్తూ, అప్‌లోడ్ చేస్తున్న 24 మందిని అరెస్టు చేశారు. చైల్డ్ పోర్న్‌పై సైబర్ సెక్యూరిటీ బ్యూరో పోలీసులు ఈరోజు భారీ ఆపరేషన్ చేపట్టారు. చైల్డ్ పోర్న్ నిందితుల్లో నీటి పారుదల శాఖ అధికారి కూడా ఉన్నట్లు సమాచారం. అరెస్టైన 24 మందిలో ఎక్కువ మంది 18 నుంచి 48 ఏళ్ల వయస్సు కలిగిన వారుగా గుర్తించారు. నిందితులకు దేశవ్యాప్తంగా 37 సైబర్ క్రైమ్ కేసులతో సంబంధం ఉన్నట్లు గుర్తించారు. నిందితుల్లో పది మందికి మ్యూల్ ఖాతాలు ఉన్నట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. ఈ మ్యూల్ ఖాతాలా ద్వారా రూ.26 కోట్ల లావాదేవీలు జరిగినట్లు గుర్తించారు. నేరస్థులు అక్రమంగా సంపాదించిన తమ డబ్బును చట్టబద్ధమైన మార్గంలోకి మార్చడానికి ఉపయోగించే బ్యాంకు ఖాతాను మ్యూల్ ఖాతా అంటారు. కమిషన్ ఇస్తామని చెప్పి కొంతమంది ఖాతాలను నేరస్తులు ఉపయోగించుకుంటారు.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE

జాతీయ రోడ్డు భద్రత వార్షికోత్సవాల సందర్భంగా విద్యార్థులకు అవగాహన కార్యక్రమం

వరంగల్, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ క్రైమ్ న్యూస్)

ఎస్ఆర్ జూనియర్ కాలేజ్ ఆధ్వర్యంలో జాతీయ రోడ్డు భద్రత వార్షికోత్సవాలను పురస్కరించుకొని విద్యార్థులకు ట్రాఫిక్ నిబంధనలు, వాటి ప్రాముఖ్యతపై అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా సన్‌ప్రీత్ సింగ్, వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా అంకిత్ కుమార్ (ఈస్ట్ జోన్ డీసీపీ), రాయల ప్రభాకర్ (అడిషనల్ డీసీపీ), శుభం (ఏఎస్పీ), సత్యనారాయణ (ట్రాఫిక్ ఏసీపీ) మరియు కె. సుజాత (ట్రాఫిక్ ఇన్‌స్పెక్టర్) పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడుతూ వాహనం నడిపే ప్రతి వ్యక్తి తప్పనిసరిగా డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ కలిగి ఉండాలని, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటిస్తే ప్రమాదాలను చాలా వరకు నివారించవచ్చని తెలిపారు. ద్విచక్ర వాహనదారులు తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని, నాలుగు చక్రాల వాహనాలు నడిపే వారు సీట్‌బెల్ట్ వినియోగించాలని సూచించారు. మద్యం సేవించి వాహనం నడపరాదని, లైసెన్స్ లేని వారు, మైనర్లు వాహనాలు నడపకూడదని స్పష్టం చేశారు. ప్రతి వాహనానికి నెంబర్ ప్లేట్లు తప్పనిసరిగా ఉండాలని, ట్రాఫిక్ రూల్స్‌పై సరైన అవగాహన కలిగి ఉండటం ద్వారా ప్రాణాపాయాలను నివారించవచ్చని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా విద్యార్థినులు అన్ని రంగాల్లో ముందుండాలని, ఈవ్ టీజింగ్, ర్యాగింగ్ వంటి ఘటనలను ఉపేక్షించకుండా వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వాలని సూచించారు. మహిళల రక్షణ కోసం ప్రత్యేకంగా షీ టీమ్స్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలియజేస్తూ, వాటిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్ఆర్ జూనియర్ కాలేజ్ మేనేజ్‌మెంట్, సిబ్బందితో పాటు సుమారు 300 మంది విద్యార్థులు పాల్గొని రోడ్డు భద్రతపై అవగాహన పెంచుకున్నారు.

"ముగ్గుల్లో మేనేజ్‌మెంట్ నైపుణ్యాలు దాగి ఉన్నాయి" కే. అనితా రెడ్డి

హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

కాకతీయ యూనివర్సిటీ పాలకమండలి సభ్యురాలు కే. అనితా రెడ్డి ముగ్గుల్లో సమన్వయం, లక్ష్య సాధన, సృజనాత్మకత, నాయకత్వం, సమయ నిర్వహణ, నెట్‌వర్కింగ్ వంటి మేనేజ్‌మెంట్ నైపుణ్యాలు స్పష్టంగా ప్రతిఫలిస్తాయని అన్నారు. విశ్వవిద్యాలయ కామర్స్ కళాశాలలో ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య పి. అమరావేణి సారథ్యంలో నిర్వహించిన ముందస్తు సంక్రాంతి ముగ్గుల పోటీలు కార్యక్రమానికి ఆమె ముఖ్య అతిథిగా హాజరై విద్యార్థులను ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు రూపొందించిన ముగ్గులు ఎంతో అబ్బురపరిచాయని కొనియాడారు. ఈ పోటీల్లో విద్యార్థులు కళాత్మకతతో పాటు ఆధునిక పద్ధతులు, వినూత్న ఆవిష్కరణలతో తమ నైపుణ్యాలను ప్రదర్శించారని పేర్కొన్నారు. సంక్రాంతి ముగ్గుల ద్వారా "జెన్‌జి" తరం తమ భావాలు, ఆలోచనలను అద్భుతంగా వ్యక్తీకరించిందని ప్రశంసించారు. కార్యక్రమంలో న్యాయనిర్ణేతలుగా డాక్టర్ కే. మమత (కాంపస్ కాలేజీ వైస్ ప్రిన్సిపాల్), డాక్టర్ బి. ఎస్. ఎల్. సౌజన్య (మహిళా పీజీ కాలేజీ ప్రిన్సిపాల్) పాల్గొని, విద్యార్థుల సంస్కృతిసంప్రదాయాలపై అవగాహనను ప్రశంసించారు. ఈ పోటీల్లో 60 మందికి పైగా ఎం.కాం, ఎం.బి.ఏ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో కాలేజీ డెవలప్మెంట్ కౌన్సిల్ డీన్ ఆచార్య పి. వరలక్ష్మి, డాక్టర్ ప్రగతి, డాక్టర్ ఫణీంద్ర కుమార్, సహాయ రిజిస్ట్రార్ డాక్టర్ పృథ్వీ రాజు వల్లాల తదితర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

కేజీబీవీ విద్యాలయంలో కలెక్టర్ ఆకస్మిక తనిఖీ లోపాలపై కఠిన చర్యలు

వరంగల్, 09 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

జిల్లా కలెక్టర్ డా. సత్య శారద శుక్రవారం సంగెంలోని కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల విద్యాలయంను ఆకస్మికంగా సందర్శించి హాస్టల్‌లోని మరుగుదొడ్లు, కిచెన్, స్టోర్‌రూమ్‌లను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. తనిఖీ సందర్భంగా టాయిలెట్ల నిర్వహణ సక్రమంగా లేకపోవడం, మరమత్తు పనులు చేపట్టకపోవడం, కిచెన్ రూమ్ అపరిశుభ్ర వాతావరణంలో నిర్వహించడం, నిత్యావసర సరుకులు భద్రపరిచే స్టోర్‌రూమ్ శుభ్రంగా లేకపోవడం వంటి లోపాలను కలెక్టర్ గమనించారు. అలాగే వంట చేసే సిబ్బంది విద్యార్థినులతో అమర్యాదగా ప్రవర్తిస్తున్నారనే ఫిర్యాదులు కూడా వెలుగుచూశాయి. ఈ లోపాలపై తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేసిన కలెక్టర్, హెడ్ ఆఫ్ ది ఇన్‌స్టిట్యూషన్ (ప్రిన్సిపాల్)కు షోకాజ్ నోటీసు జారీ చేయాలని ఆదేశించారు. అదేవిధంగా వంట చేసే సిబ్బందిని తొలగించి వారి స్థానంలో కొత్త వారిని నియమించడంతో పాటు, మెస్ ఇన్‌చార్జిని సస్పెండ్ చేయాలని జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారిని ఆదేశించారు. ఈ తనిఖీలో జిల్లా బీసీ సంక్షేమ అధికారి పుష్పలతతో పాటు ఇతర అధికారులు కలెక్టర్ వెంట పాల్గొన్నారు. విద్యార్థినుల భద్రత, పరిశుభ్రత, ఆహార నాణ్యతపై ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం సహించబోమని కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు.

శీతాకాలపు ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు యాంటీబయాటిక్ దుర్వినియోగం: వైరల్ అంటే ఏమిటి? ఏది ప్రమాదకరం?

బెంగళూరు: శీతాకాలంలో జలుబు, దగ్గు, జ్వరం మరియు శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లు పెరుగుతున్నందున, సాధారణ ఇన్ఫెక్షన్లకు అనవసరంగా యాంటీబయాటిక్స్ వాడటం గురించి వైద్యులు తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంలో, "శీతాకాలపు ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు యాంటీబయాటిక్ దుర్వినియోగం: వైరల్ అంటే ఏమిటి? ఏది ప్రమాదకరం?" అనే అంశంపై విలేకరుల సమావేశం జరిగింది. ఈ విలేకరుల సమావేశంలో సీనియర్ కన్సల్టెంట్ ఫిజీషియన్ డాక్టర్ టి.జె. ప్రదీప్ కుమార్; సీనియర్ కన్సల్టెంట్ ఫిజీషియన్ మరియు డయాబెటాలజిస్ట్ డాక్టర్ రాజా సెల్వరాజన్; మరియు కన్సల్టెంట్ జనరల్ మెడిసిన్ ఫిజీషియన్ మరియు హాస్పిటల్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ మోపిదేవి రఘువర్మ ప్రసంగించారు. వైద్యుల ప్రకారం, శీతాకాలంలో సంభవించే జలుబు, దగ్గు, జ్వరం, గొంతు నొప్పి, ఫ్లూ మరియు శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లలో ఎక్కువ భాగం వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు యాంటీబయాటిక్స్ అవసరం లేదు. అయితే, స్వీయ-మందులు మరియు అవగాహన లేకపోవడం వల్ల, యాంటీబయాటిక్ దుర్వినియోగం పెరుగుతోంది. యాంటీబయాటిక్ నిరోధకత అనేది తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్య అని, ఇది భవిష్యత్తులో ఇన్ఫెక్షన్లకు చికిత్స చేయడం కష్టతరం చేస్తుందని డాక్టర్

రాజా సెల్వరాజన్ హెచ్చరించారు. ముఖ్యంగా మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు మరియు వృద్ధులలో ఈ ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని ఆయన అన్నారు. విశ్రాంతి, పుష్కలంగా ద్రవాలు మరియు రోగలక్షణ చికిత్సతో వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లు సాధారణంగా మెరుగుపడతాయని డాక్టర్ టి. జె. ప్రదీప్ కుమార్ అన్నారు. "యాంటీబయాటిక్స్ అనవసరంగా వాడటం వల్ల శరీర రోగనిరోధక శక్తి దెబ్బతింటుంది" అని ఆయన అన్నారు. బాక్టీరియల్ న్యుమోనియా, బాక్టీరియల్ గొంతు ఇన్ఫెక్షన్లు, సైనస్ ఇన్ఫెక్షన్లు, చెవి ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు తీవ్రమైన సెకండరీ ఇన్ఫెక్షన్ల సందర్భాలలో వైద్యుల సలహా మేరకు మాత్రమే యాంటీబయాటిక్స్ వాడాలని డాక్టర్ మోపిదేవి రఘువర్మ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆసుపత్రి చీఫ్ కృష్ణమూర్తి మాట్లాడుతూ.. "యాంటీబయాటిక్స్ యొక్క బాధ్యతాయుతమైన ఉపయోగం గురించి సమాజంలో అవగాహన కల్పించడం చాలా ముఖ్యం. వైద్యుడిని సంప్రదించకుండా మందులు తీసుకునే అలవాటును మానేయడం ద్వారా మాత్రమే భవిష్యత్తులో ఆరోగ్య ప్రమాదాలను నివారించవచ్చు. వైద్యుల మార్గదర్శకత్వాన్ని పాటించాలని మేము ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాము" అని ఆయన అన్నారు.

మీరు ఈ లక్షణాలను అనుభవిస్తే, మీరు వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి:

- ✓ అధిక లేదా నిరంతర జ్వరం
- ✓ శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది లేదా ఛాతీ నొప్పి
- ✓ 57 రోజుల కంటే ఎక్కువ కాలం ఉండే లక్షణాలు
- ✓ తీవ్రమైన బలహీనత లేదా నిర్జలీకరణం
- ✓ చికిత్స తర్వాత కూడా తీవ్రమయ్యే లక్షణాలు

స్వీయ మందులను నివారించాలని మరియు సకాలంలో వైద్యుడిని సంప్రదించాలని డాక్టర్ ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. సమాజ ఆరోగ్యానికి సరైన నిర్ణయం తీసుకోవడం మరియు యాంటీబయాటిక్స్ యొక్క బాధ్యతాయుతమైన ఉపయోగం చాలా అవసరమని ఆయన అన్నారు.

ఆశా కార్యకర్తలకు అయోడిన్ లోప నివారణపై అవగాహన శిక్షణ కార్యక్రమం

వరంగల్, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి, జిల్లా వెల్ఫేర్ అధికారి వరంగల్ గార్ల అనుమతితో కమ్యూనిటీ రిసోర్స్ సెంటర్, ఉర్సు కరీమాబాద్, వరంగల్ నందు అయోడిన్‌పై శిక్షణఅవగాహన కార్యక్రమం సంయుక్తంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఇన్స్టిట్యూట్ ఫర్ గ్లోబల్ డెవలప్మెంట్ వారు ఐటీసీ సహకారంతో ఆశీర్వాద స్మార్ట్ ఇండియా కార్యక్రమం కింద నిర్వహించారు. ఈ శిక్షణలో ఆశా కార్యకర్తలు, ఆరోగ్య కార్యకర్తలు, మెక్మా ఆర్పీలకు అయోడిన్ లోపం వల్ల ఏర్పడే రుగ్మతలు మరియు అయోడైజ్డ్ ఉప్పు ప్రాముఖ్యతపై సమగ్ర అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా విచ్చేసిన జిల్లా డిప్యూటీ మాస్ మీడియా అధికారి ఈదురు అనిల్ కుమార్ మాట్లాడుతూఅయోడిన్ లోప నివారణ ప్రతి ఇంటి నుంచే ప్రారంభం కావాలని, ముఖ్యంగా మహిళలు చైతన్యవంతులై అవగాహన పెంపొందించుకోవాలని సూచించారు. అయోడిన్ లోపం వల్ల అలసట, బరువు తగ్గడం, మానసిక రుగ్మతలు, గర్భవతులకు గర్భస్రావం, చలికి తట్టుకోలేకపోవడం, గాయిటర్, హైపో థైరాయిడిజం, జుట్టు ఊడిపోవడం, జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం వంటి అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయని వివరించారు. ప్రభుత్వ ఆదేశాల ప్రకారం ప్రతి కుటుంబం తప్పనిసరిగా అయోడైజ్డ్ ఉప్పును వినియోగించాలని తెలిపారు. రిసోర్స్ పర్సన్ కార్తీక్ మాట్లాడుతూపాల ఉత్పత్తులు, కోడిగుడ్లు, సముద్ర ఆహారం, మాంసాహారం, కూరగాయలు, పండ్లు వంటి ఆహార పదార్థాల ద్వారా సహజంగా అయోడిన్ లభిస్తుందని, అదేవిధంగా అయోడైజ్డ్ ఉప్పు వినియోగం ద్వారా రోజువారీ అవసరాన్ని సులభంగా పూర్తి చేయవచ్చని వివరించారు. ఐజీడీ జిల్లా కోఆర్డినేటర్ నల్లబెల్లి రాజు మాట్లాడుతూసాధారణ ఉప్పు మరియు అయోడైజ్డ్ ఉప్పు మధ్య ఉన్న వ్యత్యాసాలను ప్రయోగాత్మక ఉదాహరణల ద్వారా గుర్తించే విధానాలను శిక్షణలో వివరించామని తెలిపారు. ప్రతి కుటుంబం సమతుల్య ఆహారం తీసుకుంటూ కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రోటీన్లు, కొవ్వులు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఫైబర్, ద్రవపదార్థాలు సరిపడా ఉండేలా చూసుకుంటే అయోడిన్ లోప సమస్యలను నివారించవచ్చని సూచించారు. శిక్షణ పొందిన వారు అయోడైజ్డ్ ఉప్పును సరైన మూతలతో నిల్వ చేసి అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే వినియోగించాలని, అయోడిన్ ప్రాముఖ్యతపై తెలుసుకున్న విషయాలను సమాజంలో ప్రజలకు తెలియజేసి అయోడిన్ లోప సమస్య రాకుండా జాగ్రత్తలు పాటించాలని సంకల్పం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో అసంక్రమిత వ్యాధుల సూపర్వైజర్ సోమేశ్వర్, ఆశా కార్యకర్తలు, ఆరోగ్య కార్యకర్తలు, రిసోర్స్ పర్సన్స్, సంబంధిత సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

డిజిటల్ లైబ్రరీలతో సమాచార సేకరణ సులభతరం

ప్రొఫెసర్ ఎం. మధుసూదన్, ఢిల్లీ యూనివర్సిటీ

హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

పింగిళి ప్రభుత్వ డిగ్రీ పీజీ మహిళా కళాశాల (స్వయం ప్రతిపత్తి), హన్మకొండలో "డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్ ఇన్ అకాడమిక్ లైబ్రరీస్: నావిగేటింగ్ ఛాలెంజెస్, లెవరేజింగ్ అపార్చునిటీస్" అనే అంశంపై నిర్వహించిన రెండు రోజుల జాతీయ సదస్సు శు క్రవారం ఘనంగా ముగిసింది. ఈ సదస్సును పీఎం - ఉషా (ప్రధానమంత్రి ఉచ్చతర్ శిక్ష అభియాన్), తెలంగాణ స్టేట్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ హయ్యర్ ఎడ్యుకేషన్ (టీజీ సిహెచ్ఈ), హైదరాబాద్ సహకారంతో కళాశాల లైబ్రరీ అండ్ ఇన్ఫర్మేషన్ సైన్స్ విభాగం నిర్వహించింది. కార్యక్రమానికి కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ లెఫ్టినెంట్ ప్రొఫెసర్ బి. చంద్రమౌళి అధ్యక్షత వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన ఢిల్లీ యూనివర్సిటీ ప్రొఫెసర్ ఎం. మధుసూదన్ మాట్లాడుతూ డిజిటల్ లైబ్రరీల వల్ల సమాచార సేకరణ మరింత సులభతరం అవుతుందని, పరిశోధన రంగంలో ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్‌ను నైతిక విలువలతో వినియోగించాల్సిన అవసరం ఉందని పేర్కొన్నారు. గౌరవ అతిథిగా హాజరైన సెంట్రల్ బ్యూరో అఫ్ కమ్యూనికేషన్, హైదరాబాద్ అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ జి. కోటేశ్వర్ రావు మాట్లాడుతూ డిజిటలైజేషన్ చేసిన గ్రంథాలయాలు తమ పూర్వ వైభవాన్ని తిరిగి పొందుతున్నాయని, విద్యార్థుల సంపూర్ణ జ్ఞానార్జనకు గ్రంథాలయాలు ప్రధాన ఆధారాలుగా నిలుస్తున్నాయని తెలిపారు. అతిథిగా పాల్గొన్న ద్రవిడ యూనివర్సిటీ, కుప్పం విశ్రాంత ప్రొఫెసర్ అంజయ్య డిజిటల్ గ్రంథాలయాల ప్రాముఖ్యతపై ఉపన్యాసం ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపాల్ బి. చంద్రమౌళి మాట్లాడుతూ, అత్యాధునిక డిజిటల్ గ్రంథాలయాల అవసరాన్ని ఈ రెండు రోజుల జాతీయ సదస్సు స్పష్టంగా చాటిందని, అధ్యాపకులు, పరిశోధకులు, విద్యార్థులు, ఔత్సాహికులకు ఈ సెమినార్ ఎంతో ఉపయోగపడిందని అన్నారు. సెమినార్ కన్వీనర్ డా. బి. యుగంధర్ జాతీయ సదస్సు లక్ష్యాలు, ఉద్దేశ్యాలు, ప్రాధాన్యతను వివరించి రెండు రోజుల సెమినార్ రిపోర్టును సమర్పించారు. వందకు పైగా పరిశోధనా పత్రాలు రావడం గర్వకారణమని పేర్కొంటూ, 75 పరిశోధనా పత్రాలతో కూడిన సావనీర్, 41 పూర్తి పరిశోధనా పత్రాలతో కూడిన జర్నల్ను ఆవిష్కరించినట్లు తెలిపారు. సదస్సు నిర్వహణకు మార్గదర్శనం చేసిన ప్రిన్సిపాల్‌కు, సహకరించిన వివిధ కమిటీలకు, బోధనబోధనేతర సిబ్బందికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. సదస్సుకు విచ్చేసిన అతిథులను శాలువా, జ్ఞాపిక, పుష్పగుచ్ఛాలతో ఘనంగా సన్మానించగా, వివిధ కళాశాలల నుండి వచ్చిన ఉపన్యాసకులు, పరిశోధకులు, విద్యార్థులు టెక్నికల్ సెషన్లలో పత్ర సమర్పణ చేయగా, వారికి అతిథుల చేతుల మీదుగా సర్టిఫికెట్లు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైస్ ప్రిన్సిపాల్ డా. జి. సుహాసిని, ఐక్యూఏసీ కోఆర్డినేటర్ డా. డి. సురేష్ బాబు, అకడమిక్ కోఆర్డినేటర్ డా. ఎం. అరుణ, అధ్యాపకులు, వివిధ విభాగాల అధిపతులు, బోధనబోధనేతర సిబ్బంది, ఇతర కళాశాలల అధ్యాపకులు, పరిశోధకులు, విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటిస్తూ క్షేమంగా గమ్యస్థానాలకు చేరడమే మనందరి లక్ష్యం

వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్ ప్రీత్ సింగ్

వరంగల్, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

ప్రతి వాహనదారుడు ట్రాఫిక్ నిబంధనలను తప్పనిసరిగా పాటిస్తూ సురక్షితంగా గమ్యస్థానాలకు చేరుకోవడమే మనందరి లక్ష్యంగా ఉండాలని వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్ ప్రీత్ సింగ్ పిలుపునిచ్చారు. జాతీయ రోడ్డు భద్రత మాసోత్సవాలను పురస్కరించుకొని నగర ప్రజలకు ట్రాఫిక్ నిబంధనలు, హెల్మెట్ ప్రాధాన్యతపై అవగాహన కల్పించే ఉద్దేశంతో వరంగల్ ట్రాఫిక్ పోలీసుల ఆధ్వర్యంలో భారీ బైక్ ర్యాలీని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన పోలీస్ కమిషనర్ ర్యాలీని ప్రారంభించి, స్వయంగా అధికారులు, సిబ్బందితో కలిసి హెల్మెట్ ధరించి బైక్ ర్యాలీలో పాల్గొన్నారు. ఈ ర్యాలీ వరంగల్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరేడ్ మైదానం నుండి ప్రారంభమై హనుమకొండ చౌరస్తా, ములుగు రోడ్, ఎంజీఎం, పోచమ్మమైదానం మీదుగా ఎస్.ఆర్. కళాశాల వరకు కొనసాగింది. అనంతరం విద్యార్థులతో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూదేశవ్యాప్తంగా రోడ్డు ప్రమాదాలు పెద్ద సమస్యగా మారాయని, ముఖ్యంగా వాహనదారులు ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించకపోవడమే ప్రధాన కారణమని తెలిపారు. హత్యల కంటే కూడా రోడ్డు ప్రమాదాల్లో మరణాల సంఖ్య అధికంగా ఉందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. పోలీసులు, ప్రభుత్వాలు చర్యలు తీసుకుంటున్నప్పటికీ, వాహనదారులు తమ వ్యక్తిగత బాధ్యతగా భావించి నిబంధనలు పాటించినప్పుడే ప్రమాదాలను గణనీయంగా తగ్గించగలమని అన్నారు. గత ఏడాది వరంగల్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదాల్లో 450కు పైగా మంది మృత్యువాత పడ్డారని, అలాగే హెల్మెట్ ధరించని కారణంగా లక్షల సంఖ్యలో వాహనదారులకు జరిమానాలు విధించాల్సి వచ్చిందని వివరించారు. మద్యం సేవించి వాహనం నడపడం వల్ల వాహనదారుడితో పాటు ఇతరుల ప్రాణాలకు కూడా ప్రమాదం ఏర్పడుతుందని హెచ్చరించారు. ప్రతి వాహనదారుడు తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని, మైనర్లకు వాహనాలు అప్పగించవద్దని, కారులో ప్రయాణించే సమయంలో సీట్‌బెల్ట్ వినియోగించడంతో పాటు ఇతర ట్రాఫిక్ నిబంధనలను పాటించాలని సూచించారు. అలాగే ప్రస్తుత కాలంలో మత్తుపదార్థాలు, సైబర్ నేరాలు కూడా తీవ్రమైన సమస్యలుగా మారాయని, యువత మత్తు పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలని, వాటి వినియోగం భవిష్యత్తును అంధకారంగా మార్చుతుందని హెచ్చరించారు. ఎవరైనా మత్తుపదార్థాల వినియోగం లేదా విక్రయానికి పాల్పడితే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని కోరారు. సైబర్ నేరాల విషయంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, తప్పుడు ప్రకటనలు, ఉచిత ఆఫర్లు, ఉద్యోగాలు, లక్కీడ్రాలు, డిజిటల్ అరెస్టులను నమ్మవద్దని సూచించారు. సైబర్ నేరానికి గురైన వెంటనే 1930 నంబర్‌కు ఫిర్యాదు చేయాలని తెలిపారు. అనంతరం విద్యార్థులచే ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటిస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఈస్ట్ జోన్ డీసీపీ అంకిత్ కుమార్, వరంగల్ ఏఎస్పీ శుభం, అదనపు డీసీపీలు ప్రభాకర్ రావు, శ్రీనివాస్, సురేష్‌కుమార్, ఏసీపీలు సత్యనారాయణ, ప్రశాంత్ రెడ్డి, సురేంద్ర, నాగయ్య, జాన్ నర్సింహా, ట్రాఫిక్ ఇన్‌స్పెక్టర్లు సీతారెడ్డి, వెంకన్న, సుజాత, నగర ఇన్‌స్పెక్టర్లు, ఆర్.ఐలు, ఆర్.ఎస్.ఐలు, ఎస్.ఐలు, పోలీస్ సిబ్బంది మరియు స్థానిక యువత పెద్ద సంఖ్యలో ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

సాధనతో విధుల్లో మరింత రాణించవచ్చు

ఈస్ట్‌జోన్ డీసీపీ అంకిత్ కుమార్

వరంగల్, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

నిత్యం సాధన చేయడం ద్వారా విధుల్లో మరింత రాణించగలమని ఈస్ట్‌జోన్ డీసీపీ అంకిత్ కుమార్ తెలిపారు. వరంగల్ పోలీస్ కమిషనరేట్ ఆర్మ్డ్ రిజర్వ్ పోలీసులకు పదిహేను రోజుల పాటు నిర్వహించనున్న పునశ్చరణ (రిఫ్రెషర్) శిక్షణ తరగతులను శుక్రవారం ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా సాయుధ పోలీసులు మార్చ్‌ఫాస్ట్ నిర్వహించారు. ఏడాదికి ఒకసారి నిర్వహించే ఈ పునశ్చరణ శిక్షణ తరగతుల్లో భాగంగా సిబ్బందికి పీటీ, యోగా, పరేడ్, ఆయుధ పరేడ్, మాబ్ డ్రిల్, ఫైరింగ్, మ్యాప్ రీడింగ్ వంటి అంశాల్లో శిక్షణ అందించనున్నట్లు తెలిపారు. అలాగే వ్యక్తిగత భద్రతతో పాటు అధికారులు నిర్వహించాల్సిన విధులు, బాధ్యతలపై కూడా సమగ్ర అవగాహన కల్పిస్తామని పేర్కొన్నారు. అనంతరం డీసీపీ మాట్లాడుతూవిధుల నిర్వహణలో నిబద్ధత ఎంతో ముఖ్యమని, కొన్ని సందర్భాల్లో సమయస్ఫూర్తితో వ్యవహరిస్తూ అప్పగించిన బాధ్యతలను సమర్థవంతంగా పూర్తి చేయాల్సి ఉంటుందని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఆర్ అదనపు డీసీపీలు సురేష్‌కుమార్, శ్రీనివాస్, ఏసీపీ సురేంద్ర, ఆర్.ఐలు స్పర్జన్‌రాజ్, శ్రీధర్, సతీష్, శ్రీనివాసులు, చంద్రశేఖర్తో పాటు ఆర్.ఎస్.ఐలు, ఇతర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సెంట్రింగ్ యూనిట్ల గ్రౌండింగ్‌కు జిల్లా కోఆర్డినేషన్ కమిటీ సమావేశం

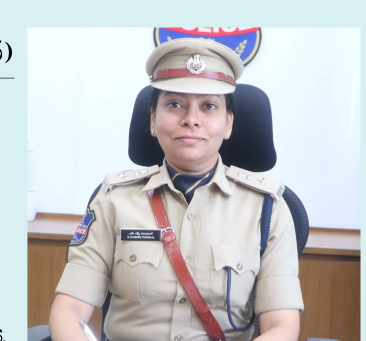
జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద

వరంగల్, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న ఇందిరమ్మ ఇండ్ల హౌసింగ్ కార్యక్రమంను వేగవంతం చేయడంతో పాటు, స్వయం సహాయక సంఘాల (ఎస్‌హెచ్‌జి) కుటుంబాలకు స్థిరమైన ఉపాధి, నైపుణ్యాభివృద్ధి అవకాశాలు కల్పించాలనే లక్ష్యంతో జిల్లా కోఆర్డినేషన్ కమిటీ సమావేశాన్ని శుక్రవారం జిల్లా కలెక్టర్ చాంబర్‌లో నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి కమిటీ చైర్మన్ అయిన జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద అధ్యక్షత వహించగా, జడ్పీ సీఈఓ ఇన్‌చార్జ్, డీఆర్‌డీఓ రామ్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూవరంగల్ జిల్లాలోని 43 మంది ఎస్‌హెచ్‌జి కుటుంబ సభ్యులకు జగిత్యాల లోని నేషనల్ అకాడమీ అఫ్ కన్స్ట్రక్షన్ (నాక్) ద్వారా ఆరు రోజుల సెంట్రింగ్ యూనిట్ శిక్షణ కార్యక్రమం నిర్వహించామని తెలిపారు. శిక్షణ పూర్తిచేసుకున్న లబ్ధిదారులకు ప్రతి సెంట్రింగ్ యూనిట్‌కు రూ.4 లక్షల వ్యయంతో, పీఎం జిఈపి పథకం కింద 35 శాతం సబ్సిడీతో బ్యాంకుల ద్వారా యూనిట్లు మంజూరు చేయనున్నట్లు జిల్లా కలెక్టర్ వెల్లడించారు. ఈ క్రమంలో వచ్చే సోమవారం లోపు లబ్ధిదారులందరూ పీఎం జిఈపి పథకం కింద ఆన్‌లైన్ నమోదు పూర్తి చేసి, ఈ నెల 13వ తేదీ లోపు సంబంధిత డీపీఆర్ లను బ్యాంకులకు సమర్పించి మంజూరు పొందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని జీఎం ఇండస్ట్రీస్ నరసింహ మూర్తిని జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశించారు. అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసి సెంట్రింగ్ యూనిట్లు త్వరితగతిన గ్రౌండింగ్ అయ్యేలా పర్యవేక్షణ చేపట్టాలని, ఇవి ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణ వేగాన్ని పెంచడమే కాకుండా స్థానికంగా ఉపాధి కల్పనకు కీలకంగా నిలుస్తాయని జిల్లా కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో జీఎం ఇండస్ట్రీస్ నరసింహమూర్తి, పీడీ ఇన్‌చార్జ్ హౌసింగ్ ఎన్. శ్రీవాణి, అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్, నాక్ జి. రమేష్, ఏఎల్‌డీఎం రవి, ఇతర జిల్లా కోఆర్డినేషన్ కమిటీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

సిద్దిపేట నూతన పోలీస్ కమిషనర్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించిన ఎస్. రష్మీ పెరుమాళ్, ఐపీఎస్

సిద్ధిపేట, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)



సిద్ధిపేట నూతన పోలీస్ కమిషనర్‌గా ఎస్. రష్మీ పెరుమాళ్, ఐపీఎస్. పోలీస్ గౌరవ వందనాన్ని స్వీకరించిన అనంతరం అధికారికంగా బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా అడిషనల్ డీసీపీ సి.హెచ్. కుశాల్కర్, ఏఆర్ అడిషనల్ డీసీపీ సుభాష్ చంద్రబోస్, సిద్దిపేట ఏసీపీ రవీందర్ రెడ్డి, గజ్వేల్ ఏసీపీ నరసింహులు, హుస్నాబాద్ ఏసీపీ సదానందం, ట్రాఫిక్ ఏసీపీ సుమన్ కుమార్ తదితర పోలీస్ అధికారులు, పోలీస్ కార్యాలయ సిబ్బంది కమిషనర్‌ను మర్యాదపూర్వకంగా కలసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ మొక్కలను అందజేశారు. అనంతరం కమిషనర్ కార్యాలయంలోని అన్ని విభాగాలను ఆయన సందర్శించారు. తదుపరి పోలీస్ కమిషనర్ కార్యాలయంలో పోలీస్ అధికారులతో ఇంటరాక్టివ్ సెషన్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడుతూఅందరూ కలిసికట్టుగా టీమ్‌వర్క్‌తో పనిచేయాలని, ప్రజలకు ఎల్లవేళలా అందుబాటులో ఉండి మరింత మెరుగైన, పారదర్శకమైన పోలీస్ సేవలు అందించాలని సూచించారు. ఈ సమావేశంలో అడిషనల్ డీసీపీ అడ్మిన్ కుశాల్కర్, ఏఆర్ అడిషనల్ డీసీపీ సుభాష్ చంద్రబోస్, ఏసీపీలు రవీందర్ రెడ్డి, సదానందం, నరసింహులు, సుమన్ కుమార్, ఇన్‌స్పెక్టర్లు, సీఐలు, ఎస్ఐలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కడియం శ్రీహరి, కడియం కావ్యలను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన టీఎన్‌జీవోస్ నేతలు

హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండ జిల్లా జేఏసీ చైర్మన్, టీఎన్‌జీవోస్ అధ్యక్షులు ఆకుల రాజేందర్ ఆధ్వర్యంలో ఉద్యోగ సంఘాల నేతలు, శాసనసభ్యులు కడియం శ్రీహరి, పార్లమెంట్ సభ్యురాలు కడియం కావ్యలను వారి స్వగృహంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి పుష్పగుచ్ఛం అందించి నూతన సంవత్సర, సంక్రాంతి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా పార్లమెంటులో జిల్లా సమస్యలను ప్రస్తావించినందుకు ఎంపీ కడియం కావ్యకు టీఎన్‌జీవోస్ నేతలు అభినందనలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కార్యదర్శి బైరీ సోమయ్య, అసోసియేట్ అధ్యక్షులు పుల్లూరు వేణుగోపాల్, కోశాధికారి పనికల రాజేష్, జిల్లా నేతలు రాజేష్ ఖన్నా, రాజేశ్వర్ రెడ్డి, పైడి రాజు, అనుప్, నవీన్, నిఖిల్, ఎర్ర ప్రగడ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కడారి గూడెంలో ఉచిత గర్భకోశ వ్యాధుల చికిత్స శిబిరం విజయవంతం

లింగ నిర్ధారణ వీర్యంతో కృత్రిమ గర్భధారణ చేస్తే ఆడ దూడలే జననం పశువైద్యులు

వరంగల్, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

వర్ధన్నపేట మండలంలోని కడారి గూడెం గ్రామంలో జిల్లా పశుగణాభివృద్ధి సంస్థ, పశుసంవర్ధక శాఖల ఆధ్వర్యంలో ఉచిత గర్భకోశ వ్యాధుల చికిత్స శిబిరాన్ని నిర్వహించారు. గ్రామ సర్పంచ్ పింగిలి నాగమణి (రాజమల్లారెడ్డి సతీమణి), ఉప సర్పంచ్ చెన్న ఎల్లయ్య, పంచాయతీ కార్యదర్శి ఇనుగాల రాజు ఈ శిబిరాన్ని ప్రారంభించారు. శిబిరానికి ధమ్మన్నపేట పశువైద్య అధికారి డా. మలోత్ రాజేందర్ నాయక్ హాజరై పాడి పశువులకు వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి ఉచితంగా మందులు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రైతులు గోపాలమిత్ర సేవలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. అలాగే లింగ నిర్ధారణ వీర్యంతో కృత్రిమ గర్భధారణ చేయించినట్లయితే ఆడ దూడలే పుట్టే అవకాశముందని రైతులకు అవగాహన కల్పించారు. శిబిరంలో మొత్తం 64 పశువులు పాల్గొనగా, ఎదకు రాని 24 దూడలకు నట్టల నివారణ మందులు అందించడంతో పాటు 6 గేదెలకు కృత్రిమ గర్భధారణ చేయగా, 9 గర్భకోశ వ్యాధులకు చికిత్సలు నిర్వహించారు. మిగిలిన పశువులకు అవసరమైన వైద్య సలహాలు కూడా అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పశు వైద్య సిబ్బంది గద్దల ఐలయ్య, పంజా శోభన్ బాబు, గోపాలమిత్ర సూపర్వైజర్ ఏంపటి రాజేశ్వర్ రావు, గోపాలమిత్రులు మల్లెపాక సంపత్, మైదం రజిత, సుదగోని గోపాల్, చెన్న పులి రాజు, పాడి రైతులు పాల్గొని శిబిరాన్ని విజయవంతం చేశారు.

కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో "తెలంగాణా హిస్టరీ కాంగ్రెస్ 9వ సెషన్"కు ఆహ్వానం

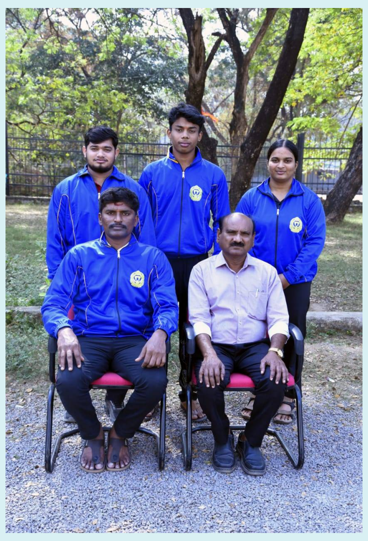
హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

ఫిబ్రవరి 1213 తేదీల్లో కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో నిర్వహించనున్న "తెలంగాణా హిస్టరీ కాంగ్రెస్ 9వ సెషన్"కు గాను, ఉన్నత విద్యా మండలి చైర్మన్ ఆచార్య బాలకిష్టా రెడ్డి, వైస్ చైర్మన్ ఆచార్య పురుషోత్తం, సెక్రటరీ ఆచార్య శ్రీ రామ్ వెంకటేష్లను ఈ నెల 9న హైదరాబాద్‌లోని తెలంగాణా కౌన్సిల్ ఆఫ్ హయ్యర్ ఎడ్యుకేషన్ కార్యాలయంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి ఆహ్వానించినట్లు విశ్వవిద్యాలయ హిస్టరీ విభాగాధిపతి డాక్టర్ సిహెచ్. రాజ్ కుమార్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సమావేశంలో డాక్టర్ ఎ. కుమార స్వామి, డాక్టర్ విక్రం పాల్గొన్నారు. తెలంగాణ చరిత్రపై పరిశోధనలు, చర్చలు, అకాడమిక్ వేదికగా ఈ 9వ సెషన్ ప్రాధాన్యత సంతరించుకోనుందని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem

భోపాల్‌లో సౌత్ జోన్ ఇంటర్ యూనివర్సిటీ వెయిట్‌లిఫ్టింగ్ పోటీలు

జనవరి 10 నుంచి 15 వరకు టీం ఎంపిక



హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

భోపాల్‌లోని సెజ్ యూనివర్సిటీలో జనవరి 10 నుంచి 15 తేదీల మధ్య జరగనున్న సౌత్ జోన్ ఇంటర్ యూనివర్సిటీ పురుషుల, మహిళల వెయిట్‌లిఫ్టింగ్ పోటీలు కోసం టీంను ఎంపిక చేసినట్లు యూనివర్సిటీ స్పోర్ట్స్ బోర్డు కార్యదర్శి ఆచార్య వై. వెంకయ్య ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. పురుషుల విభాగంలో ఖమ్మంలోని కవిత మెమోరియల్ డిగ్రీ కాలేజీకి చెందిన కే. అభిరాం, వి. హరీష్ ఎంపికయ్యారు. మహిళల విభాగంలో ఎం. అనుష చోటు దక్కించుకున్నారు. ఈ టీంకు మేనేజర్‌గా హనుమకొండలోని వాగ్దేవి డిగ్రీ అండ్ పీజీ కాలేజీ వ్యాయమ అధ్యాపకులు ఎస్. మోహన్ కృష్ణ వ్యవహరిస్తారని తెలిపారు. ఎంపికైన క్రీడాకారులు పోటీల్లో మెరుగైన ప్రతిభ కనబర్చి యూనివర్సిటీకి మంచి పేరు తీసుకురావాలని స్పోర్ట్స్ బోర్డు ఆకాంక్షించింది.

ఫిబ్రవరి 1213 తేదీల్లో కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో తెలంగాణ హిస్టరీ కాంగ్రెస్

హన్మకొండ, 9 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

ఫిబ్రవరి 12, 13 తేదీల్లో వరంగల్‌లోని కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో నిర్వహించనున్న "తెలంగాణ హిస్టరీ కాంగ్రెస్" కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకావాలని ఉన్నత విద్యా మండలి చైర్మన్ ఆచార్య బాలకిష్టా రెడ్డిని ఆహ్వానించినట్లు హిస్టరీ విభాగాధిపతి డాక్టర్ చ. రాజ్ కుమార్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. తెలంగాణ చరిత్ర, సంస్కృతి, సామాజికరాజకీయ పరిణామాలపై విస్తృతంగా చర్చించేందుకు ఈ హిస్టరీ కాంగ్రెస్‌ను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఈ సదస్సుకు రాష్ట్రంలోని వివిధ విశ్వవిద్యాలయాల నుంచి చరిత్ర పరిశోధకులు, అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు హాజరవుతారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా తెలంగాణ చరిత్రకు సంబంధించిన పరిశోధనలకు మరింత ప్రోత్సాహం లభిస్తుందని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

అత్యవసర సమయంలో రక్తదానం చేసి ప్రాణాలు కాపాడిన పోలీస్ సిబ్బంది

వరంగల్, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్):

హనుమకొండలోని శ్రీ బాలాజీ హాస్పిటల్లో చికిత్స పొందుతున్న కార్ పీసీ 795 డి. నాగేశ్ తండ్రికి అత్యవసరంగా పాజిటివ్ రక్తం అవసరం ఏర్పడింది. ఈ సమాచారాన్ని తెలుసుకున్న వెంటనే విధుల్లో ఉన్న పోలీస్ సిబ్బంది ఆలస్యం లేకుండా స్పందించి మానవత్వాన్ని చాటుకున్నారు. సిటీ గార్డ్స్‌లో విధులు నిర్వహిస్తున్న లిఎం. కిరణ్ (పీసీ 383), ఎం. బెల్సన్ (పీసీ 501), ఎస్. రవికుమార్ (పీసీ 3390)లితో పాటు, పీఎస్ఓ జీడీలో విధులు నిర్వహిస్తున్న ఏ. హరి బాబు (పీసీ 388), కన్స్యూమర్ స్టోర్‌లో విధులు నిర్వహిస్తున్న పీ. అశోక్ (పీసీ 1903) హనుమకొండలోని జీవన్ వాలంటరీ బ్లడ్ బ్యాంక్కు చేరుకుని వెంటనే రక్తదానం చేశారు. ఎమర్జెన్సీ సమయంలో బాధ్యతాయుతంగా స్పందించి రక్తదానం చేసిన ఈ సిబ్బంది సేవాభావాన్ని వైద్యులు, ప్రజలు ప్రశంసించారు. వారి సహకారంతో అవసరమైన రక్తం సమయానికి అందుబాటులోకి వచ్చి బాధితుని ప్రాణరక్షణ సాధ్యమైందని తెలిపారు.

'రాజాసాబ్' టిక్కెట్ ధరల పెంపు

సినిమా టిక్కెట్ ధరల పెంపుపై తెలంగాణ రాష్ట్ర హైకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ప్రభాస్ నటించిన 'ది రాజాసాబ్' సినిమా టిక్కెట్ ధరలను పెంచుకునేందుకు అధికారులు అనుమతించడాన్ని హైకోర్టు తప్పుబట్టింది. ధరల పెంపునకు అవకాశం కల్పిస్తూ తెలివిగా మెమోలు ఎందుకు ఇస్తున్నారని ప్రభుత్వం తరఫు న్యాయవాదిని హైకోర్టు ప్రశ్నించింది. సినిమా టిక్కెట్ ధరలను పెంచబోమని సినిమాటోగ్రఫీ మంత్రి స్వయంగా ప్రకటన చేశారని గుర్తు చేసింది. అయినప్పటికీ ధరలు పెంచుకోవచ్చని మెమోలు ఎందుకు ఇస్తున్నారని అసహనం వ్యక్తం చేసింది. ఎన్నిసార్లు చెప్పినా మీ ఆలోచన ఎందుకు మారడం లేదని హైకోర్టు నిలదీసింది. మెమో ఇచ్చే అధికారికి నిబంధనలు తెలియవా అని వ్యాఖ్యానించింది. 'ది రాజాసాబ్' సినిమా టిక్కెట్ ధరలు పెంచుకునేందుకు అధికారులు గురువారం అర్ధరాత్రి దాటిన తర్వాత ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. శుక్రవారం నుంచి ఈ నెల 11 వరకు సింగిల్ స్క్రీన్‌లలో రూ.105, మల్టీప్లెక్స్‌లలో రూ.132 పెంపునకు అనుమతి ఇచ్చింది.

సమానత్వ సమాజ స్థాపన కోసం జరిగే పోరాటాల్లో విద్యార్థులు క్రియాశీలక పాత్ర పోషించాలి

పి.డి.ఎస్.యు. పూర్వ ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కొత్తపల్లి రవి

వరంగల్, 9 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

దేశంలో కుల, మత, ఆర్థిక అసమానతలు లేని సమానత్వ సమాజ స్థాపన కోసం జరుగుతున్న పోరాటాల్లో విద్యార్థులు క్రియాశీలకంగా పాల్గొనాలని పి.డి.ఎస్.యు. పూర్వ ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి, సీపీఐ (ఎం.ఎల్) మాస్ లైన్ రాష్ట్ర నాయకులు కొత్తపల్లి రవి పిలుపునిచ్చారు. శుక్రవారం కాకతీయ యూనివర్సిటీలోని హ్యూమానిటీస్ బిల్డింగ్‌లో గల హిస్టరీ సెమినార్ హాల్‌లో ప్రగతిశీల ప్రజాస్వామ్య విద్యార్థి సంఘం (పీ.డి.ఎస్.యు.) వరంగల్‌హన్మకొండ జిల్లా 23వ మహాసభ జిల్లా అధ్యక్షులు అలువాల నరేష్ అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈ మహాసభకు ప్రారంభోపన్యాసం చేసిన కొత్తపల్లి రవి మాట్లాడుతూ, కేంద్రంలో నరేంద్ర మోడీ, రాష్ట్రంలో రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వాలు విద్యార్థి, యువతకు ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించడంలో పూర్తిగా విఫలమయ్యాయని విమర్శించారు. ప్రపంచంలోని అభివృద్ధి చెందిన దేశాలు విద్యార్థులను శాస్త్రసాంకేతిక రంగాల్లో నిపుణులుగా తీర్చిదిద్దుతుంటే, మోడీ ప్రభుత్వం మాత్రం కాలం చెల్లిన తిరోగమన భావాలను యువతలో నాటుతూ కుల, మత విభజనకు పాల్పడుతోందని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. బీజేపీఆర్ఎస్ఎస్ సంఘ్ పరివార్ శక్తులు పెంచిపోషిస్తున్న కుల, మతోన్మాద ఫాసిజాన్ని విద్యార్థులు అడ్డుకోకపోతే దేశ లౌకిక వ్యవస్థకు, భిన్నత్వంలో ఏకత్వ భావనకు తీవ్ర ముప్పుగా మారుతుందని హెచ్చరించారు. ఈ సందర్భంగా పీ.డి.ఎస్.యు. తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కాంపాటి పృథ్వి మాట్లాడుతూ కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ప్రభుత్వ విద్యారంగాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తూ ప్రైవేట్, కార్పొరేట్ యాజమాన్యాలకు విద్యను అప్పగిస్తున్నాయని విమర్శించారు. విద్యారంగ సమస్యలపై విద్యార్థులంతా సంఘటితంగా ఉద్యమించాలని పిలుపునిచ్చారు. మహాసభల ప్రారంభానికి ముందు పి.డి.ఎస్.యు. బిగిపిడికిలి జెండాను జిల్లా అధ్యక్షులు అలువాల నరేష్ ఆవిష్కరించగా, విద్యార్థి అమరవీరులను స్మరిస్తూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బి. నరసింహారావు సంతాప తీర్మానాన్ని ప్రవేశపెట్టారు. అనంతరం మహాసభ ప్రతినిధులు రెండు నిమిషాల మౌనం పాటించి అమరులకు ఘన నివాళులు అర్పించారు. తదనంతరం పి.డి.ఎస్.యు. వరంగల్‌హన్మకొండ జిల్లా నూతన కార్యవర్గాన్ని 23 మందితో ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. అలాగే పలు కీలక తీర్మానాలను మహాసభ ఆమోదించింది. ఈ కార్యక్రమంలో పి.డి.ఎస్.యు. రాష్ట్ర నాయకులు పి. అనూష, జిల్లా నాయకులు వినయ్, సంగీత, వంశీ, కార్తీక్, కాకతీయ యూనివర్సిటీ అధ్యక్షులు బి. బాలకృష్ణ, నాయకులు వెంకటేష్, యశ్వంత్, షరీఫా, ప్రసన్న, స్వాతి, లావణ్య, జ్యోతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఏపీకి పెట్టుబడులు రావడానికి 3 ప్రధాన కారణాలివే: పుణేలో మంత్రి నారా లోకేశ్

పుణే పబ్లిక్ పాలసీ ఫెస్టివల్ కు హాజరైన ఏపీ మంత్రి నారా లోకేశ్

రాష్ట్రాల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వాల కొనసాగింపు అత్యంత కీలకమని వెల్లడి

ఫిబ్రవరిలో ఆర్సెలర్ మిట్టల్ స్టీల్ ప్లాంట్ పనులకు శ్రీకారం

అమరావతిలో క్వాంటమ్ వ్యాలీ ఏర్పాటుకు వేగంగా అడుగులు

అమరావతి, జై భీమ్ న్యూస్

రాష్ట్రాల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వాల కొనసాగింపు ఎంతో కీలకమని, గత ప్రభుత్వ హయాంలో పవర్ పర్చేజ్ అగ్రిమెంట్ల (పీపీఏ) రద్దు వంటి నిర్ణయాల వల్ల చాలా కంపెనీలు భయపడి పొరుగు రాష్ట్రాలకు తరలివెళ్లాయని ఆంధ్రప్రదేశ్ ఐటీ, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ అన్నారు. సుస్థిర పాలన ఆవశ్యకతను ప్రజలు గుర్తించాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. పుణేలోని గోఖలే ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ పాలిటిక్స్ అండ్ ఎకనమిక్స్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన 'పబ్లిక్ పాలసీ ఫెస్టివల్'లో లోకేశ్ కీలకోపన్యాసం చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు గూగుల్, ఆర్సెలర్ మిట్టల్, టీసీఎస్ వంటి దిగ్గజ సంస్థలు క్యూ కట్టడానికి మూడు ప్రధాన కారణాలు ఉన్నాయని లోకేశ్ వివరించారు. "మొదటిది ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయకత్వం. రెండోది 'స్పీడ్ ఆఫ్ డూయింగ్ బిజినెస్'. పరిశ్రమలతో ఒప్పందం కుదిరిన తర్వాత, ఆ ప్రాజెక్టును మా సొంతదిగా భావించి వేగంగా అనుమతులు ఇస్తున్నాం. మూడోది రాష్ట్రంలో, కేంద్రంలో 'నమో' (నాయుడు, మోదీ) నేతృత్వంలోని డబుల్ ఇంజన్ బుల్లెట్ ట్రైన్ సర్కార్" అని తెలిపారు. జఆర్సెలర్ మిట్టల్ అధినేత ఆదిత్య మిట్టల్‌తో ఒకేఒక్క జూమ్ కాల్ మాట్లాడి, వారి సమస్యను 24 గంటల్లో పరిష్కరించడం వల్లే దేశంలోనే అతిపెద్ద స్టీల్ ప్లాంట్‌ను ఏపీకి తీసుకురాగలిగామని గుర్తుచేశారు. ఈ ప్రాజెక్టు పనులు ఫిబ్రవరిలో ప్రారంభమవుతాయని వెల్లడించారు. పరిపాలనలో టెక్నాలజీని వినియోగిస్తూ విప్లవాత్మక మార్పులు తెస్తున్నామన్నారు. "మనమిత్ర వాట్సాప్ గవర్నెన్స్ ద్వారా 36 శాఖలకు చెందిన వెయ్యి రకాల సేవలను అందిస్తున్నాం. ఏఐ టెక్నాలజీతో మంగళగిరిలో స్కిల్ సెన్సస్ పైలట్ ప్రాజెక్ట్ చేపట్టాం. త్వరలోనే భూ రికార్డులను కూడా బ్లాక్‌చైన్ టెక్నాలజీపైకి తీసుకొచ్చి, 24 గంటల్లో టైటిల్ మార్పు చేసేలా కసరత్తు చేస్తున్నాం" అని వివరించారు. ఐటీ పరిశ్రమలను ఆకర్షించేందుకు 'లిఫ్ట్' (గ్రా×ఖీ) పాలసీని తీసుకొచ్చామని లోకేశ్ తెలిపారు. ఒక ఎకరాకు 500 ఉద్యోగాలు కల్పించే కంపెనీలకు 99 పైసలకే భూమి కేటాయించేలా ఈ విధానాన్ని రూపొందించామని, కాగ్నిజెంట్ రాకతో పరిశ్రమల ప్రవాహం మొదలైందని చెప్పారు. పరిశ్రమలకు సంబంధించిన సమస్యలను తానే స్వయంగా 26 వాట్సాప్ గ్రూపుల ద్వారా పర్యవేక్షిస్తున్నానని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు క్వాంటమ్ వ్యాలీ అత్యంత ఇష్టమైన ప్రాజెక్ట్ అని లోకేశ్ అభివర్ణించారు. అమరావతిలో ఏర్పాటు కానున్న ఈ వ్యాలీ దేశానికే దిక్సూచిగా నిలుస్తుందన్నారు. ఐబీఎం, టీసీఎస్, ఐఐటీ మద్రాస్ వంటి సంస్థలను ఏకతాటిపైకి తెచ్చి ఈ ప్రాజెక్టుకు శ్రీకారం చుట్టినట్లు తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు విజన్‌ను అమలు చేసేందుకు యువ మంత్రుల బృందంతో కలిసికట్టుగా పనిచేస్తున్నామని, రాష్ట్రానికి భారీగా విదేశీ ప్రత్యక్ష పెట్టుబడులు (ఎఫ్‌డీఐ) ఆకర్షించడమే తమ లక్ష్యమని లోకేశ్ స్పష్టం చేశారు.

కొల్లూరులో రూ.300 కోట్ల భూమి కబ్జాకు యత్నం..

200 మందితో అర్ధరాత్రి భూ మాఫియా వీరంగం

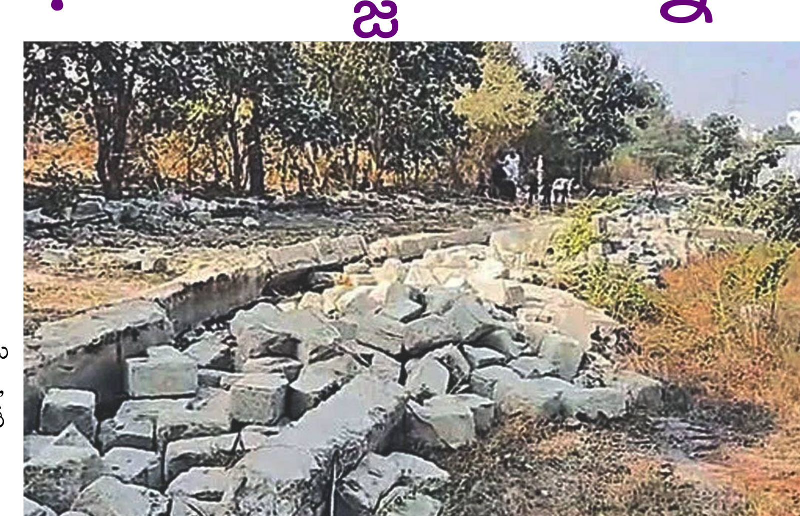
సెక్యూరిటీ గార్డులను కిడ్నాప్ చేసి, కార్మికులను చంపేస్తామని బెదిరింపులు

సర్వే నంబర్ 192లోని 5.12 ఎకరాల భూమిపై కబ్జాదారుల కన్ను

ప్రహరీ కూల్చివేత.. 26 మందిని అదుపులోకి తీసుకున్న పోలీసులు

సంగారెడ్డి, జై భీమ్ న్యూస్

సంగారెడ్డి జిల్లా కొల్లూరులో అత్యంత విలువైన భూమిని కబ్జా చేసేందుకు భూ మాఫియా చేసిన భారీ ప్రయత్నాన్ని పోలీసులు అడ్డుకున్నారు. కోకాపేట ప్రాంతంలో భూముల ధరలు రికార్డు స్థాయిలో ఎకరానికి రూ. 151 కోట్లు పలుకుతుండటంతో, సమీపంలోని కొల్లూరు భూములపై అక్రమార్కుల కన్ను పడింది. గురువారం రాత్రి సుమారు 200 మంది దుండగులు పక్కా ప్రణాళికతో వచ్చి రూ. 300 కోట్ల విలువైన స్థలాన్ని ఆక్రమించుకునేందుకు ప్రయత్నించారు. కొల్లూరులోని సర్వే నంబర్ 192లో ఉన్న 5.12 ఎకరాల భూమి వద్దకు రాత్రి 9:30 గంటల సమయంలో చేరుకున్న ముఠా సభ్యులు అర్ధరాత్రి వరకు వీరంగం సృష్టించారు. అక్కడ కాపలాగా ఉన్న సెక్యూరిటీ గార్డులపై దాడి చేసి వారిని బలవంతంగా వాహనంలో ఎక్కించి నార్సింగి వద్ద విడిచిపెట్టారు. అనంతరం రెండు డీసీఎం వ్యాన్లలో తెచ్చిన రేకులు, ఇతర సామగ్రితో కొత్తగా ప్రహారీ నిర్మించేందుకు యత్నించారు. అక్కడే పనిచేస్తున్న దంపతులను ప్రాణాలు తీస్తామని బెదిరించినప్పటికీ వారు భయపడకుండా పోలీసులకు సమాచారం అందించారు.



సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు తెల్లవారుజామున ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిస్థితిని అదుపులోకి తీసుకున్నారు. 1999లోనే తాను ఈ భూమిని కొనుగోలు చేశానని, దుండగులు ప్రహారీని కూల్చివేసి కబ్జాకు పాల్పడ్డారని బాధితురాలు మాధవి పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసినట్లు స్థానిక సీఐ గణేశ్ పటేల్ తెలిపారు. ప్రస్తుతం 26 మంది నిందితులను అదుపులోకి తీసుకున్నామని, ఘటనపై పూర్తిస్థాయి విచారణ చేపడుతున్నామని వివరించారు.

గర్భిణులు కాఫీ తాగొచ్చా?

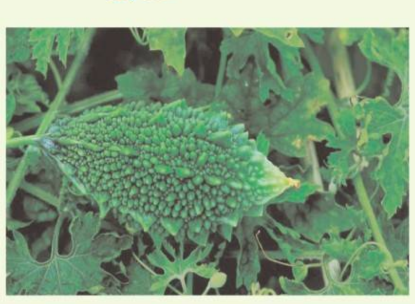
గర్భధారణ సమయంలో జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి. కాబోయే తల్లులలో తరచుగా తలెత్తే ప్రశ్న ఏమిటంటే కాఫీ తాగడం మంచిదేనా అని. ముఖ్యంగా కెఫీన్ కంటెంట్ కారణంగా వారి శిశువు మెదడు అభివృద్ధికి సురక్షితమేనా అనే ప్రశ్నలు కూడా తలెత్తుతుంటాయి. కెఫీన్ ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల పిండంపై ఎలాంటి ప్రభావం ఉంటుంది? కాఫీ అనేది కెఫిన్ ప్రసిద్ధ మూలం. ఇది కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థను ప్రభావితం చేస్తుంది. మితమైన మొత్తంలో కెఫిన్ చాలా మందికి సురక్షితంగా పరిగణిస్తుంటారు. గర్భధారణ సమయంలో తల్లి ఏది తిన్నా అది కడుపులో పెరుగుతున్న బిడ్డపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతుందని చెబుతున్నారు వైద్యులు. గర్భిణీ స్త్రీలు కెఫిన్ చాలా నెమ్మదిగా జీర్ణం కావడమే దీనికి కారణం. రక్తప్రవాహంలో ఎక్కువసేపు ఉంటుంది. కెఫీన్‌ను సమర్థవంతంగా విచ్ఛిన్నం చేయడానికి అవసరమైన ఎంజైమ్‌లు పిండంలో లేనందున బిడ్డపై ప్రభావం చూపుతుందంటున్నారు. కెఫీన్ వినియోగం పిండం మెదడు అభివృద్ధిని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుంది? గర్భధారణ సమయంలో అధిక కెఫిన్ శిశువు మెదడు అభివృద్ధికి ఆటంకం కలిగిస్తుంది. ఇది భవిష్యత్ పలు సమస్యలకు దారి తీసేలా ఉంటుంది. న్యూరోఫార్మకాలజీలో ప్రచురించిన పరిశోధన ప్రకారం.. చాలా కెఫిన్ మెదడు సర్క్యూట్లకు అంతరాయం కలిగిస్తుందని సూచిస్తుంది. కొన్ని అధ్యయనాలు గర్భంలో అధిక స్థాయిలో కెఫిన్‌కు గురయ్యే శిశువులకు అటెన్షన్ డిజార్డర్స్, హైపర్యాక్టివిటీ వంటి సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని సూచిస్తున్నాయి. అయినప్పటికీ, ఈ ప్రమాదాలు ప్రధానంగా అధిక కెఫిన్ వినియోగంతో ముడిపడి ఉన్నాయని డాక్టర్ విష్ణోయ్ చెబుతున్నారు.

ఉప్పు తినడం పూర్తిగా మానేశారా?

ఒక హెల్తీ అడల్ట్ రోజుకు 4 గ్రాముల కంటే ఎక్కువ ఉప్పు తినకూడదని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ నివేదిక తెలిపింది. అలాగని ఉప్పు పూర్తిగా మానేయకూడదు అంటున్నారు నిపుణులు. అయితే 30 రోజులు సాల్ట్ తినడం మానేస్తే ఏమవుతుందో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం. బరువు తగ్గుతారు : ఉప్పు తినడం ఆపేస్తే బరువు తగ్గుతారు అంటున్నారు నిపుణులు. ఒక నెల పాటు సాల్ట్ తినకపోతే శరీరం తక్కువ సోడియంకు అడ్జస్ట్ అవడం మొదలు అవుతుంది దీంతో సోడియం లెవెల్స్ డ్రాప్ అవుతాయి. ఆ పరిస్థితులకు శరీరం సర్దుకుంటుంది కూడా. సాధారణంగా సోడియం నీటి శాతాన్ని హోల్డ్ చేయడానికి సహాయపడుతుంది. శరీరంలో అది ఎక్కువ లేకపోతే నీటి శాతం తగ్గుతుంది కాబట్టి వెయిట్ లాస్ అవుతారు. సాల్టీ ఫుడ్స్‌లో చాలా కేలరీలు ఉంటాయి. వీటికి దూరంగా ఉంటే కేలరీల ఇన్‌టెక్ తగ్గి బరువు తగ్గుతారు. ఎందుకంటే సాల్టీ ఫుడ్స్ మానేస్తే హెల్తీ ఫుడ్స్ తింటాం కాబట్టి శరీరంలోని, ముఖ్యంగా కడుపు, నడుము చుట్టూ ఉన్న కొవ్వు తగ్గడానికి స్కోప్ ఉంటుంది. బ్లోటింగ్ వంటి సమస్యలకు గుడ్ బాయ్ చెప్పవచ్చు. అయితే, చాలా త్వరగా బరువు తగ్గితే ఆరోగ్యానికి హానికరం అని మాత్రం గుర్తు పెట్టుకోండి. జీర్ణ సమస్యలు : ఉప్పు డైజెషన్‌కు కూడా అవసరమే. ఉప్పులోని సోడియం స్టమక్ యాసిడ్ తయారు కావడానికి అవసరం. సడన్‌గా సాల్టిపుట్స్ మానేస్తే డైజెస్టివ్ సిస్టమ్ అడ్జస్ట్ అవదు. సాల్ట్‌కు బదులు ఫైబర్-రిచ్ ఫ్రూట్స్ వంటివి తింటే వాటిని అరిగించుకోవడానికి డైజెస్టివ్ సిస్టమ్‌కు కష్టమైపోతుంది. దీంతో కడుపు నొప్పి, ఇతర అజీర్తి సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. మానసిక ఆరోగ్యం: ఉప్పును పూర్తిగా మానేస్తే బ్రెయిన్ మీద ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంటుంది. ఇది ఒత్తిడి, ఆందోళన వంటి మానసిక సమస్యలకు దారితీస్తుంది. సోడియం శరీరంలోని ఫ్లూయిడ్స్ మెయింటెన్ చేయడానికి అవసరం. ఇది నాడీ వ్యవస్థ పనితీరుకు కూడా ముఖ్యం. సోడియం తక్కువైతే నాడీ కణాల మధ్య కమ్యూనికేషన్ సరిగ్గా జరగక మూడ్ పాడవుతుంది.

ఈ కాయతో బోలెడన్నీ ప్రయోజనాలు

చేదు ఆరోగ్యానికి మంచి అని తెలిసిన కూడా చాలా మంది తినడానికి ఇష్టపెట్టుకోరు. చేదుగా ఉండే పదార్థాల జోలికి అసలు దగ్గరగా ఉండరు. చేదుగా ఉండే పదార్థాలకు కిలోమీటరు దూరంలో ఉంటారు. అయితే కూరగాయాల్లో కాకరకాయ చేదుగా ఉంటుంది. అసలు దీనిని తినడానికి ఎవరూ ఇష్టపడరు. కాకరకాయను ఎలా వండిన కూడా చేదుగా ఉంటుంది. కనీసం ఏడాదికి కూడా ఒక్కసారి కూడా వీటిని తినరు. ఇందులోని పోషకాలు శరీర ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. ఈ కాకరకాయను వారానికి ఒకసారి అయిన తినడం వల్ల అనారోగ్య సమస్యలు బారిన పడకుండా ఆరోగ్యంగా ఉంటారని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనిని డైలీ తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో బాగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇవే కాకుండా వ్యాధికారక ప్రమాదాల నుంచి కాపాడటంలో కాకరకాయలు ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తాయని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనివల్ల ఇవే కాకుండా ఇంకా బోలెడన్నీ ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. మరి ఈ ప్రయోజనాలేంటో తెలియాలంటే ఆలస్యం చేయకుండా ఈ ఆర్టికల్‌పై ఓ లుక్కేయండి. కాకరకాయలో ఎక్కువగా పాలీపెప్టైడ్-పి అనే ఇన్సులిన్ వంటి సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో బాగా సహాయపడతాయి. కాకరకాయ మధుమేహం ఉన్నవారి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇందులో ఫైబర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది మలబద్దకం వంటి సమస్యల నుంచి కాపాడుతుంది. చేదు అనారోగ్య వ్యాధుల నుంచి కాపాడుతుంది. ఇందులోని పోషకాలు చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మేలు చేస్తాయి. అలాగే ఈ కాకరకాయ మొక్క ఆకులను పేస్ట్ చేసి తలకు అప్లై చేస్తే చుండ్రు తగ్గుతుంది. చేదు వల్ల తలలో పేలు వంటివి ఉన్న కూడా మాయమైపోతాయి. మీకు నచ్చిన విధంగా కాకరకాయను వండి తినడం వల్ల తలనొప్పి నుంచి విముక్తి పొందుతారు. దీనిని తినలేమని అనుకునేవారు జ్యూస్ చేసి కూడా తాగవచ్చు. దీని జ్యూస్ తాగితే కిడ్నీ సమస్యలు, మోకాలి నొప్పులు తొందరగా తగ్గుతాయి. ఎలాంటి ఆపరేషన్, మందులు వాడకుండా కిడ్నీలోని రాళ్ల సమస్యలను తగ్గించవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొందరు మైగ్రేన్ సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. ఎన్ని మందులు వాడిన ఈ సమస్య తగ్గదు. అలాంటి వారు కాకరకాయ ఆకలను మెత్తగా చేసి దానిని నుదిటిపై రాస్తే.. క్షణాల్లో తలనొప్పి నుంచి విముక్తి పొందుతారు.



మునగ స్త్రీలకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది

మన దేశంలో మునగ ప్రయోజనాలను పొందడంలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఉండవు..? ఇది అందరికీ తెలిసిన విషయమే.. సులువుగా లభించే మునగకాయలను అందరూ ఇష్టపడతారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ప్రతి ఇంట్లో మునగ చెట్టు ఉంటుంది. ఒక్కొక్కరు ఒక్కో రకంగా వాటి నుంచి లభించే మునగకాయలను తింటారు. మునగ రుచి, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ప్రజలను ఆకర్షిస్తాయి. అయితే.. మునగలో ఉండే విటమిన్ సి, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు దగ్గు, జలుబును నివారిస్తాయి. అంతేకాదు, క్యాల్షియం , ఐరన్ మునగలో పుష్కలంగా ఉంటాయి. మగవారికి మునగతో చేసిన వంటకాలు తినాలని చెబుతుంటారు. అయితే.. ఇది మగవారికే కాకుండా.. మహిళలకు కూడా ఎంతో ప్రయోజనాలను కల్గిస్తుంది. మునగలో గర్భిణీ స్త్రీలకు అవసరమైన నియాసిన్, రిబోఫ్లావిన్ , విటమిన్ బి12 వంటి బి విటమిన్లు కూడా ఉన్నాయి. మునగాలోని యాంటీబయాటిక్ ఏజెంట్లు రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే, మునగలో జింక్ ఉంటుంది, ఇది చర్మ సంరక్షణకు చాలా మంచిది. గ్లుటాతియోన్ చర్యను వేగవంతం చేసే లక్షణాలను కూడా మునగ కలిగి ఉంది. శరీరంలో మొటిమలు ఏర్పడటాన్ని తగ్గిస్తుంది.

మునగ ఆకు రసం చర్మాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. పాలిచ్చే తల్లులు పాల సరఫరాను పెంచడానికి మునగను ఉపయోగిస్తారు. అంతే కాకుండా మురిపంలో ఉండే పొటాషియం, ఐరన్, కాల్షియం, విటమిన్ సి, బి, బీటా కెరోటిన్ , అమినో యాసిడ్స్ తల్లి పాలను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. మునగ కొవ్వు తగ్గడానికి , బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. మునగలో ఫైబర్ , మోనోశాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి ఆకలిని అదుపులో ఉంచుతాయి. ఉసిరి ఆకులతో నీరు తాగడం వల్ల కూడా రుతు నొప్పి తగ్గుతుంది. ఉసిరికాయ ఆకులతో నీటిని మరిగించి రోజూ తాగడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ అదుపులో ఉంటుంది. ఇది కాకుండా, మునగా యొక్క హెపాటోప్రొటెక్టివ్ ఫంక్షన్ కాలేయాన్ని రక్షించడానికి , టాక్సిన్స్ నుండి రక్షించడానికి సహాయపడుతుంది. శరీరంలోని క్యాలరీల పరిమాణాన్ని తగ్గించడంలో కూడా మునగ మంచిది. మునగ లైంగిక ఉద్దీపనలో కూడా సహాయపడుతుంది. మునగలో ఉండే కామోద్దీపన సమ్మేళనం టెస్టోస్టెరాన్ స్థాయిలను పెంచుతుంది. ఆహారంలో మునగ పువ్వును చేర్చుకోవడం కూడా స్పెర్మ్ కౌంట్ పెంచడంలో సహాయపడుతుంది.

పచ్చి ఉల్లిపాయల ప్రయోజనాలు

మన వంటింట్లో దొరికే కూరగాయలలో ఉల్లిపాయ కూడా ఒకటి. ఈ ఉల్లిపాయ వల్ల ఎన్నో రకాల లాభాలు ఉన్నాయి అన్న విషయం మనందరికీ తెలిసిందే. ఉల్లిపాయను తరచుగా తినడం వల్ల అనేక రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఉల్లి చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. అందుకే ఉల్లి చేసే మేలు తల్లి కూడా చేయదని అంటూ ఉంటారు. అయితే కొందరు పచ్చి ఉల్లిపాయలు తింటే మరి కొందరు కూరల్లో తినడానికి ఇష్టపడుతూ ఉంటారు. మనలో చాలామంది పచ్చి ఉల్లిపాయ తినడానికి అసలు ఇష్టపడరు. కానీ చాలా మందికి తెలియని విషయం ఏమిటంటే ఉల్లిపాయ వల్ల ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయట. మరి పచ్చి ఉల్లిపాయ తింటే ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో మన శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్ సి, విటమిన్ బీ6, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, పొటాషియం వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అలాగే పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో ఉండే ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి. అలాగే ఎన్నో రోగాల ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తాయని చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలలో యాంటి క్యాన్సర్ లక్షణాలు కూడా ఉంటాయి. అంటే వీటిని మోతాదులో తింటే క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుందని కొందరు ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే పచ్చి ఉల్లిపాయ డయాబెటిక్ పేషెంట్లకు కూడా ఎంతో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందట. ఎలా అంటే మధుమేహులు పచ్చి ఉల్లిపాయలను తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయని చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలను తింటే శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు నార్మల్ గా ఉంటాయట. దీంతో మీ గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుందని, శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ లెవెల్స్ నార్మల్ గా ఉంటే గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. ఉల్లిపాయల్లో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉంటాయి. అంటే వీటిని తినడం వల్ల మంట, నొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలుగుతాయట. ముఖ్యంగా చలికాలంలో కీళ్లనొప్పుల నొప్పుల నుంచి బయటపడాలంటే పచ్చి ఉల్లిపాయలను మోతాదులో తినడం చాలా మంచిదని చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు కూడా తలెత్తవట.

పళ్ళు తోమకుంటే ఏమవుతుంది..?

చాలా మంది తమ నోటిని దేవుని ఇల్లుగా భావిస్తారు. దానిలోని దంతాలు , ఆ ఒక్క నాలుక అన్ని విధాలుగా నీతిగా , శుభ్రంగా ఉంచబడతాయి. అక్కడ స్వేచ్ఛకు అనుమతి లేదు. అయితే కొన్ని ఉన్నాయి. వారి పొడవాటి నాలుకలను వదులుకోండి. దాంతో వారు గందరగోళానికి గురవుతారు. మరికొందరు పళ్లు తోముకోవడం, శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం వంటి పనుల జోలికి వెళ్లరు. కానీ ఆ ప్రాతిపదికన, బ్రషింగ్‌ను ఒకటి లేదా రెండు రోజులు దాటవేయడం పెద్ద విషయంగా అనిపించదు. అయినప్పటికీ, మీ దంత పరిశుభ్రతను చాలా కాలం పాటు నిర్లక్ష్యం చేయడం వలన మీ శరీరం యొక్క మొత్తం ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. నోరు మిలియన్ల బ్యాక్టీరియాలకు నిలయం. , మీరు మీ దంతాలను క్రమం తప్పకుండా బ్రష్ చేయకపోతే, బ్యాక్టీరియా సంఖ్య పెరుగుతుంది. ఇది నోటి దుర్వాసన లేదా తడిసిన దంతాల కంటే అనేక సమస్యలకు దారితీస్తుంది. బ్రష్ చేయని మొదటి కొన్ని రోజుల్లో నోటిలో తక్షణ మార్పులు సంభవిస్తాయి మీరు బ్రష్ చేయడం ఆపివేసినప్పుడు గుర్తించదగిన మొదటి మార్పు దంతాల మీద మృదువైన ఫలకం ఏర్పడటం. ఈ ఫలకం బ్యాక్టీరియాతో నిండిపోయి చిగుళ్లను చికాకుపెడుతుంది. ఇది మంటను కలిగిస్తుంది , ఈ ఎర్రబడిన చిగుళ్ళను తాకినప్పుడు లేదా సున్నితంగా బ్రష్ చేసినప్పుడు సులభంగా రక్తస్రావం అవుతుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, డెంటల్ ప్లేక్ డెంటిన్‌లో డీకాల్సిఫికేషన్‌ను ప్రారంభించే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. కాబట్టి ఈ వైవిధ్యం ఫలకం మీ దంతాలను నాశనం చేసే ముందు ఎనామెల్ కింద రక్షిత పొరపై 48 గంటలలోపు సంభవిస్తుంది.

జీరో ఆయిల్ కుకింగ్

ఎప్పుడైనా నూనె రుచి చూశారా? కచ్చితంగా నచ్చదు. కానీ నూనె వల్లే వంట రుచికరంగా ఉంటుందని నమ్ముతాం. అయితే ఆయిల్, నెయ్యి, వెన్నెకు సంబంధించిన ఒక్క చుక్క లేకుండా కూడా టేస్టీ ఫుడ్ ప్రిపేర్ చేయొచ్చని చెప్తున్నారు నిపుణులు. రుచిని త్యాగం చేయకుండా రుచికరమైన భోజనం వండొచ్చని వాగ్ధానం చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం జీరో ఆయిల్ కుకింగ్ ట్రెండ్ అవుతుండగా.. ఈ విప్లవాత్మక విధానం, ఉపయోగాల గురించి తెలుసుకుందాం. జీరో ఆయిల్ కుకింగ్ అనేది ఎటువంటి నూనెలు లేదా కొవ్వులను ఉపయోగించకుండా ఆహారాన్ని తయారు చేయడాన్ని సూచిస్తుంది. ఈ వంట పద్ధతి స్టీమింగ్, బాయిల్ చేయడం, గ్రిల్లింగ్, రోస్ట్ చేయడం లేదా ఆహారాన్ని అంటుకోకుండా నిరోధించడానికి నాన్-స్టిక్ కుక్‌వేర్‌లను ఉపయోగించడం వంటి ప్రత్యామ్నాయాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. సుగంధ ద్రవ్యాలు, మూలికలు, నిమ్మకాయ, ఇతర సహజ రుచులను టేస్ట్ మెరుగుపరచడానికి ఉపయోగిస్తారు. తద్వారా నూనె అవసరం లేకుండా ఆహారాన్ని పోషకమైనదిగా, రుచిగా మారుస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం : నూనెను తగ్గించడం, ముఖ్యంగా అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు, చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. గుండె జబ్బులు, రక్తపోటు, స్ట్రోక్స్ ప్రమాదాన్ని నివారిస్తుంది. నూనెలో సంతృప్త కొవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి గుండెకు చాలా అనారోగ్యకరమైనవి. కాబట్టి నూనెను వాడకుండా ఉండటం ద్వారా.. ఈ సంతృప్త కొవ్వులను కూడా వదిలించుకోవచ్చు. వెయిట్ మేనేజ్మెంట్ : నూనెలో కేలరీలు ఎక్కువగా ఉన్నందునా.. మీ ఆహారం నుంచి దానిని తొలగించడం మొత్తం కేలరీల తీసుకోవడం తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది కిలోల బరువు తగ్గడానికి, వెయిట్ మేనేజ్మెంట్ కు సహాయపడుతుంది. నూనెలో కొవ్వు ఉంటుంది. అధిక కొవ్వు అధిక బరువు పెరగడానికి దారితీస్తుంది. కాబట్టి జీరో ఆయిల్ కుకింగ్ బరువు నిర్వహణలో సహాయపడుతుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగు :భారీ, జిడ్డుగల ఆహారాలను జీర్ణం చేయడం కష్టం. అజీర్ణం, ఉబ్బరం, ఇతర జీర్ణ సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. నూనె లేకుండా వంట చేయడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. నూనె లేకుండా, నూనె రహిత వంటకాలు చేసేందుకు కూరగాయలు, ధాన్యాలపై ఎక్కువ దృష్టి పెట్టడం వలన ఎక్కువ ఫైబర్ తీసుకునేందుకు కారణమవుతుంది. దీనివల్ల జీర్ణక్రియ సులభమవుతుంది.

వీధి కుక్కల సమస్యను మగవారితో పోల్చిన సినీ నటి రమ్య

వీధి కుక్కలను ఆశ్రయ కేంద్రాల్లో ఉంచాలన్న సుప్రీంకోర్టు
కుక్కల్లో ఏది కాటేస్తుందో, ఏది కాటేయదో ముందుగా తెలుసుకోవడం కష్టమని వ్యాఖ్య
మగాళ్లు కూడా ఎవరు అత్యాచారం చేస్తారో, ఎవరు హత్య చేస్తారో తెలియదన్న రమ్య

కన్నడ చిత్ర పరిశ్రమలో స్టార్ హీరోయిన్‌గా గుర్తింపు పొందిన రమ్య... ఆ తర్వాత రాజకీయాల్లో సైతం తనదైన ముద్ర వేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీలో క్రియాశీలక పాత్ర పోషించారు. ప్రస్తుతం ఆమె యాక్టివ్ పాలిటిక్స్ కు దూరంగా ఉన్నారు. చిత్రరంగంలోకి తిరిగి వచ్చిన ఆమె ఒక సినిమా నిర్మాణ సంస్థను కూడా స్టార్ట్ చేశారు. రాజకీయాల నుంచి దూరమైనా సామాజిక అంశాలపై స్పందిస్తూ యాక్టివ్‌గా ఉంటున్నారు. ముఖ్యంగా జంతు ప్రేమికురాలైన రమ్య... మూగ జీవుల హక్కులు, వీధి కుక్కల సమస్యలపై తరచూ తన అభిప్రాయాలు చెబుతుంటారు. గత ఏడాది వీధి కుక్కల అంశంపై సుప్రీంకోర్టు కీలక ఆదేశాలు ఇచ్చింది. వీధి కుక్కలను ఆశ్రయ కేంద్రాల్లో ఉంచాలని సుప్రీం సూచించింది. ఈ సూచనపై రమ్యతో పాటు దేశవ్యాప్తంగా కుక్కల ప్రేమికులు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. పలు చోట్ల నిరసనలు కూడా జరిగాయి. తాజాగా ఇదే అంశంపై మరోసారి విచారణ చేపట్టిన సుప్రీంకోర్టు, వీధి కుక్కలను వాటి ప్రవర్తన ఆధారంగా వర్గీకరించడం సాధ్యం కాదని చెప్పింది. ఈ కుక్క కాటేస్తుంది, ఈ కుక్క కాటేయదు అని ముందుగా తెలుసుకోవడం అసాధ్యమని... అందుకే అన్ని వీధి కుక్కలను ఆశ్రయ కేంద్రాల్లో ఉంచడమే సరైనదని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేసింది. ఈ వ్యాఖ్యలపై రమ్య అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. సోషల్ మీడియాలో స్పందిస్తూ... మగాళ్లను కూడా అర్థం చేసుకోవడం చాలా కష్టమని, వారు ఎప్పుడు అత్యాచారం చేస్తారో, ఎప్పుడు హత్య చేస్తారో తెలియదని, అలాంటప్పుడు పురుషులందరినీ జైలులో పెట్టేయాలా అంటూ ఘాటుగా వ్యాఖ్యానించారు. ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలపై నెటిజన్లు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వీధి కుక్కల సమస్యను పురుషులతో పోల్చడం సరికాదని పలువురు మండిపడుతున్నారు.

ప్రెగ్నెన్సీ రూమర్లపై క్లారిటీ ఇచ్చిన హీరోయిన్ అవికా గోర్

'కొత్త ప్రారంభం' అనే క్యాప్షన్‌తో ఇటీవల పోస్ట్ పెట్టిన అవికా గోర్
తల్లి కాబోతున్నారంటూ సోషల్ మీడియాలో ఊహాగానాలు
ఈ ప్రచారంలో నిజం లేదన్న అవికా గోర్

ఇటీవల అవికా గోర్ సోషల్ మీడియాలో పెట్టిన ఒక చిన్న పోస్ట్ పెద్ద చర్చకు దారి తీసింది. 'కొత్త ప్రారంభం' అనే క్యాప్షన్‌తో ఆమె షేర్ చేసిన పోస్ట్‌ను చూసి, అవికా తల్లి కాబోతున్నారంటూ సోషల్ మీడియాలో రకరకాల ఊహాగానాలు మొదలయ్యాయి. కొందరు అభిమానులు శు భాకాంక్షలు చెప్పడం మొదలుపెట్టగా, మరికొందరు ఇది ఒక హింట్ అని భావించారు. అయితే ఈ ప్రచారంపై తాజాగా అవికా స్పష్టమైన క్లారిటీ ఇచ్చారు. తన గురించి వస్తున్న వార్తల్లో ఎలాంటి నిజం లేదని అవికా గోర్ ఖండించారు. తాను తల్లి కాబోతున్నానన్న ప్రచారం పూర్తిగా రూమర్స్ మాత్రమేనని చెప్పారు. అసత్యమైన విషయాలను ఎందుకు ఇంత వేగంగా షేర్ చేస్తున్నారో అర్థం కావడం లేదని ఆమె ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. చిన్న మాట లేదా పోస్ట్ చూసి అభిమానులు వెంటనే ఒక నిర్ణయానికి వచ్చేస్తున్నారని అన్నారు. ఇలాంటి వార్తలు తనను అసౌకర్యానికి గురిచేస్తున్నాయని కూడా తెలిపారు. అయితే, అదే సమయంలో ఒక విషయం మాత్రం ఆసక్తికరంగా మారింది. నిజంగానే తన జీవితంలో ఒక పెద్ద శుభవార్త ఉందని అవికా చెప్పారు. కానీ అది ఏంటన్నది మాత్రం ఇప్పుడే చెప్పలేనని, సరైన సమయంలో అధికారికంగా వెల్లడిస్తానని తెలిపారు. దీంతో నెటిజన్లు ఇది ఆమె కొత్త సినిమా లేదా కెరీర్‌కు సంబంధించిన అప్‌డేట్ అయి ఉండొచ్చని ఊహిస్తున్నారు. తెలుగు ప్రేక్షకులకు అవికా గోర్ గురించి ప్రత్యేకంగా పరిచయం అవసరం లేని పేరు. 'ఉయ్యాలా జంపాలా' సినిమాతో హీరోయిన్‌గా ఎంట్రీ ఇచ్చిన ఆమె, తొలి ప్రయత్నంలోనే మంచి విజయం అందుకున్నారు. ఆ తర్వాత 'సినిమా చూపిస్త మావ', 'ఎక్కడికి పోతావు చిన్నవాడా', 'రాజుగారి గది 3' వంటి సినిమాలతో తనకంటూ ఓ గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు. టీవీ సీరియల్స్ నుంచి సినిమాల వరకు తన ప్రయాణాన్ని విజయవంతంగా కొనసాగించారు. వ్యక్తిగత జీవితానికి వస్తే, గతేడాది సెప్టెంబర్ 30న తన ప్రియుడు మిలింద్ చద్వానీని అవికా వివాహం చేసుకున్నారు. అప్పటి నుంచి తన వ్యక్తిగత జీవితం కూడా తరచూ వార్తల్లో నిలుస్తోంది. ఇప్పుడు "కొత్త ప్రారంభం" అంటూ ఆమె చేసిన వ్యాఖ్యలతో మరోసారి ఆసక్తి పెరిగింది. అవికా చెప్పిన ఆ శుభవార్త ఏంటన్నది తెలుసుకోవాలంటే మరి కొన్ని రోజులు వేచి చూడాల్సిందే.

చీరకట్టులో యాక్షన్..

సమంత కొత్త సినిమా టీజర్ చూశారా?

కొంతకాలంగా వెండితెరకు దూరంగా ఉన్న స్టార్ హీరోయిన్ సమంత, పూర్తిస్థాయి యాక్షన్ అవతార్‌తో గ్రాండ్ రీఎంట్రీ ఇచ్చేందుకు సిద్ధమయ్యారు. ఆమె ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'మా ఇంటి బంగారం' టీజర్‌ను చిత్ర యూనిట్ శుక్రవారం విడుదల చేసింది. ఈ టీజర్‌లో సమంత మునుపెన్నడూ చూడని రగ్డ్, సీరియస్ లుక్‌తో, చీరకట్టులో బస్సులో ఫైట్ చేస్తున్న సన్నివేశాలు ప్రేక్షకులను ఆశ్చర్యపరుస్తున్నాయి. దీంతో ఈ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వేగంగా వైరల్ అవుతూ సినిమాపై అంచనాలను భారీగా పెంచుతోంది. 'మా ఇంటి బంగారం' అనే టైటిల్ వినడానికి సున్నితమైన కుటుంబ కథా చిత్రంగా అనిపించినా, టీజర్ చూశాక ఇది పక్కా యాక్షన్ థ్రిల్లర్ అని స్పష్టమవుతోంది. సమంత కెరీర్‌లో ఇది ఒక భిన్నమైన ప్రయత్నంగా నిలవనుంది. గతంలో వీరిద్దరి కాంబినేషన్‌లో వచ్చిన సూపర్ హిట్ చిత్రం 'ఓ బేబీ' తర్వాత దర్శకురాలు నందిని రెడ్డితో సమంత చేస్తున్న రెండో సినిమా కావడంతో సినీ వర్గాల్లో ఆసక్తి నెలకొంది. ఈ చిత్రానికి సమంత సహ నిర్మాతగా వ్యవహరించడం మరో విశేషం. త్రలాల మూవీంగ్ పిక్చర్స్ బ్యానర్‌పై రాజ్ నిడిమోరు, హిమాంక్ దువ్వూరుతో కలిసి సమంత ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. 'కాంతారా' ఫేమ్ గుల్షన్ దేవయ్య, కన్నడ నటుడు దిగంత్ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు సంతోశ్ నారాయణన్ సంగీతం అందిస్తుండగా, ఆయన నేపథ్య సంగీతం యాక్షన్ సన్నివేశాలకు మరింత బలాన్ని చేకూర్చనుంది. ఇప్పటికే 'ది ఫ్యామిలీ మ్యాన్ 2', 'సిటాడెల్' వంటి వెబ్ సిరీస్‌లలో యాక్షన్ పాత్రలతో మెప్పించిన సమంత, ఈ సినిమాలో డూప్ సహాయం లేకుండా సొంతంగా స్టంట్స్ చేస్తున్నట్లు సమాచారం. సుదీర్ఘ విరామం తర్వాత పూర్తిస్థాయి కథానాయిక ప్రాధాన్యమున్న చిత్రంతో సమంత వస్తుండటంతో, అభిమానులు ఈ సినిమా కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.