రిపోర్టర్లు కావలెను
తొలి సమయం
తెలుగులో రాయగల సమర్థత, సమాజం పట్ల అవగాహన ఉంటే చాలు.
తెలుగు రాష్ట్రాలలో సంచలనాలు సృష్టిస్తున్న 'తొలి సమయం' మీకు సరైన వేదిక.. అన్ని జిల్లాల, మండలాల మరియు నియోజకవర్గాల పరిధిలో పనిచేసేందుకు అవకాశం కల్పిస్తోంది. రిపోర్టర్లు కావాలి.
ఇంకెందుకు ఆలస్యం...
9000689544, 7569944360 నంబర్లకు వాట్సాప్‌లో మీ బయోడేటాను పంపండి.

దిన పత్రిక
# తొలి సమయం
వాస్తవమే గమ్యం! గమనం!!

సంపుటి : 02 సంచిక : 256 ఆదివారం 28-09-2025 ఎడిటర్ వేముల అయోధ్య రాములు పేజీలు : 6 వెల : 5/-

# బయ్యారం లో
# ముగిసిన ఆదివాసి జోడో యాత్ర..

- రాజకీయ, సాంస్కృతిక, ప్రజాఉద్యమ రూపాల్లో లంబాడీలను ఎస్టీ జాబితా నుంచి తొలిగించాలనే ఎజెండా తో జోడోయాత్ర సాగినట్టు తెలియ జేసిన జాక్
- కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు 2017, నుండి తెలియ జేస్తున్నాం,ఇప్పటికైన వాస్తవాలు తెలుసుకొని ప్రభుత్వాలు చర్యలు తీసుకోవాలి
- జాక్ చైర్మెన్ చుంచు రామకృష్ణ

5

"చట్టబద్ధత లేకుండా లంబాడాలు ఎస్టీలుగా కొన సాగుతున్న విధానంవలన, 50 సంవత్సరాలుగా ఏజెన్సీలో మూల వాసులమైన 9తెగల ఆదివాసీకు చెందవలసిన విద్య ఉద్యోగ సంక్షేమ పథకాలు కోల్పోతున్నాము. పైగా ఏజెన్సీలో అన్ని రంగాల్లో బలోపేతమై లంబాడాలు ఆదివాసీల భూములు భూములను కూడా కోనేస్తున్నారని, చివరకు మా సంస్కృతిని కూడా విద్వాంసం చేసే పనిలో పడ్డారని వివరిస్తూ సాగిన జోడో యాత్ర బయ్యారం తో విజయ వంతం అయ్యిందని, ఆదివాసి జాబ్ చైర్మన్ చుంచు రామకృష్ణ, తుడుం దెబ్బ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మై పతి అరుణ్ కుమార్ అన్నారు

## ఉగ్రరూపం దాల్చిన మూసీ...

- 60 ఏళ్ల తర్వా ఉస్మాన్ సాగర్‌కు భారీ వరద.. గేట్లు ఎత్తి మూసీలోకి నీరు విడుదల చేశాం: జలమండలి ఎండీ
- గంటల్లోనే గండిపేటకు 16 వేల క్యూసెక్కుల వరద నీరు వచ్చిందని వెల్లడి
- శంకర్ పల్లి వంతెన నీటిమట్టం 16.5 అడుగులకు చేరిందని వెల్లడి
- ఎగువ ప్రాంతాల్లో పరిస్థితిని అంచనా వేస్తున్నట్లు తెలిపిన ఎండీ
- ఆరు దశాబ్దాల అనంతరం ఉస్మాన్ సాగర్‌కు భారీ వరద వచ్చిందని జలమండలి ఎండీ అశోక్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ మహానగరాన్ని ప్రకృతి విపత్తు కమ్మేసింది. ఎడతెరిపి లేకుండా కురుస్తున్న భారీ వర్షాల కారణంగా, చారిత్రక మూసీ నది దాదాపు మూడు దశాబ్దాలలో ఎన్నడూ చూడని విధంగా ఉగ్రరూపం దాల్చింది. జంట జలాశయాలైన హిమాయత్‌సాగర్, ఉస్మాన్‌సాగర్ (గండిపేట) గేట్లను తెరవడంతో, నగరంలోకి వరద నీరు వేగంగా ప్రవేశించింది. పురానాపూల్ బ్రిడ్జి వద్ద మూసీ నది ఏకంగా 13 అడుగుల ఎత్తులో ప్రవహిస్తుండటం

మిగతా 2లో

## విజయ్ ప్రచార సభ తొక్కిసలాట..

- 36కి చేరిన మృతులు, ప్రధాని మోదీ సంతాపం
- మృతుల్లో ఆరుగురు చిన్నారులు, 16 మంది మహిళలు
- 40 మందికి పైగా గాయపడి ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నారని మంత్రి వెల్లడి
- కరూర్ ప్రమాద ఘటనపై ప్రధానమంత్రి దిగ్భ్రాంతి
- గుండె పగిలింది: కరూర్ ఘటనపై విజయ్
- తమిళనాడు కరూర్ లో నటుడు విజయ్ పార్టీ సభలో తీవ్ర అపశ్రుతి

చెన్నై: తమిళనాడులో శనివారం ఘోర సంఘటన చోటు చేసుకుంది. తమిళగ వెట్రి కళగం (టివికె) అధ్యక్షుడు విజయ్ శనివారం కరూర్‌లో నిర్వహించిన సభలో తీవ్ర తొక్కిసలాట జరిగి ఇప్పటివరకు 36 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయినట్టు సమాచారం. మరికొందరి పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. వీరిలో పార్టీ కార్యకర్తలతోపాటు ఆరుగురు చిన్నారులు కూడా ఉన్నారు. కరూర్ ర్యాలీకి విజయ్ అనుకున్న సమయానికి ఆరు గంటలు ఆలస్యంగా రావడంతో అభిమానులు ఆయనను చూడడానికి, దగ్గరికి వచ్చి ప్రసంగం వినడానికి పోటీపడ్డారు. ఆయన వేదిక దగ్గర దాదాపు 30

మిగతా 2లో

## చెక్ బౌన్స్ కేసుల్లో కొత్త రూల్స్..

దేశవ్యాప్తంగా కోర్టుల్లో పేరుకుపోయిన లక్షలాది చెక్ బౌన్స్ కేసుల సత్వర పరిష్కారం కోసం సుప్రీంకోర్టు కీలక మార్గదర్శకాలను జారీ చేసింది. నిందితులు చెక్ మొత్తాన్ని చెల్లించడం ద్వారా కేసులను వివిధ దశల్లో ముగించుకునేందుకు వీలుగా, జరిమానాలతో కూడిన ఒక స్పష్టమైన విధానాన్ని ప్రకటించింది. జస్టిస్ మన్మోహన్, జస్టిస్ ఎన్వీ అంజారియాలతో కూడిన ధర్మాసనంఈ మేరకు ఆదేశాలు వెలువరించింది.కొత్త మార్గదర్శకాల ప్రకారం, చెక్ బౌన్స్ కేసులో నిందితులు తమ వాంగ్మూలాన్ని కోర్టులో నమోదు చేయడానికి ముందే చెక్‌పై ఉన్న పూర్తి మొత్తాన్ని చెల్లిస్తే, వారిపై ఎలాంటి జరిమానా విధించకుండానే కేసును కొట్టివేయాలని ట్రయల్ కోర్టులకు ధర్మాసనం స్పష్టం చేసింది. ఒకవేళ వాంగ్మూలం నమోదు చేసిన తర్వాత, కానీ తీర్పు వెలువడక ముందే డబ్బు చెల్లిస్తే, చెక్ మొత్తంపై 5 శాతం జరిమానాగా విధించి కేసును ముగించవచ్చని తెలిపింది. ఈ జరిమానా మొత్తాన్ని న్యాయ సేవా ప్రాధికార సంస్థకు జమ చేయాల్సి ఉంటుంది.ఈ కేసులు పై కోర్టులకు వెళ్లినప్పుడు జరిమానా శాతం పెరుగుతుందని సుప్రీంకోర్టు పేర్కొంది. కేసు సెషన్స్ కోర్టు లేదా హైకోర్టు దశలో ఉన్నప్పుడు రాజీ కుదిరితే చెక్ మొత్తంపై అదనంగా 7.5 శాతం చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. అదే కేసు సుప్రీంకోర్టు వరకు వస్తే, ఈ జరిమానా 10 శాతానికి పెరుగుతుందని ధర్మాసనం వివరించింది. దేశంలోని ప్రధాన నగరాల జిల్లా కోర్టుల్లో చెక్ బౌన్స్ కేసులు భారీగా పెరిగిపోవడంపై ఆందోళన వ్యక్తం చేసిన ధర్మాసనం, 15 ఏళ్ల నాటి నెగోషియబుల్ ఇన్‌స్ట్రుమెంట్ (ఎన్ఐ) చట్టంలోని నిబంధనలను సవరిస్తూ ఈ కొత్త విధానాన్ని రూపొందించింది.

## ఉగ్రవాదాన్ని కీర్తించడమే మీ పని..
## ఐరాసలో పాక్‌ను ఏకిపారేసిన భారత్

2లో

## హైదరాబాద్ కమిషనర్‌గా సజ్జనార్

- హైదరాబాద్ కమిషనర్‌గా సజ్జనార్
- సిటీపై పట్టు రాకముందే అధికారుల మార్పు

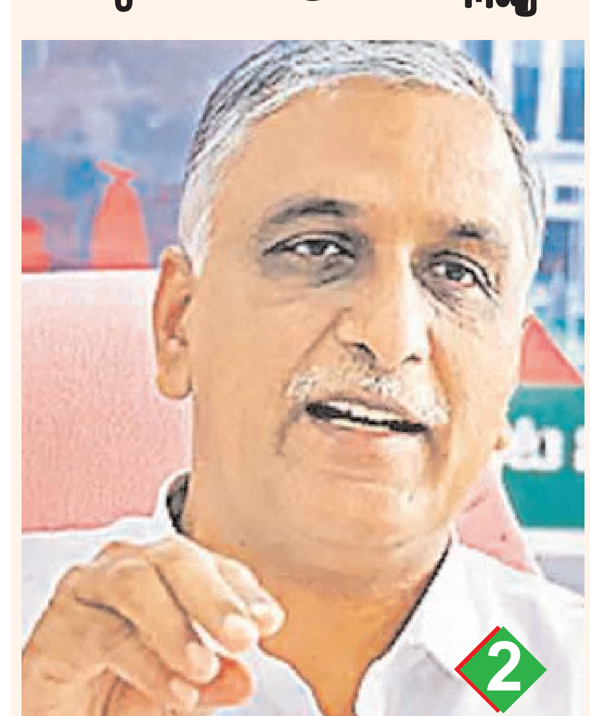
2లో

## ప్రజల చేతికి..
## కాంగ్రెస్ బాకీకార్డు!

హైదరాబాద్: అధికారం కోసం అడ్డమైన హామీలిచ్చి, గద్దెనెకిన తర్వాత వాటిని గాలికొదిలేసిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ మోసాలపై బీఆర్ఎస్ పార్టీ తీసుకొచ్చిన 'కాంగ్రెస్ బాకీ కార్డు' ప్రజల చేతిలో పాశుపతాస్త్రం అని బీఆర్ఎస్ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కే తారకరామారావు పేర్కొన్నారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన గ్యారెంటీలను తుంగలో తొకిన కాంగ్రెస్ సరార్ రాష్ట్రంలోని ఏ వర్గానికి ఎంతెంత బాకీ పడిందో లెకలతో సహా ప్రజల ముందుంచేందుకు తాము

మిగతా 2లో

## సర్కారుది నేరపూరిత నిర్లక్ష్యం!



2

దిన పత్రిక
తొలి సమయం
ఆదివారం 28 సెప్టెంబర్ 2025

# తల్లిదండ్రులను పట్టించుకోకపోతే జీతం కట్

చేశారు. గంజాయి కేసుల్లో అధికంగా ఇంజినీరింగ్ విద్యార్థులే పట్టుబడటం దురదృష్టకరమని ఆయన విచారం వ్యక్తం చేశారు. గంజాయికి బానిసలై విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులకు బాధ కలిగించవద్దని హితవు పలికారు.గ్రూప్-1 ఉద్యోగాలను తాను 2కోట్లు, 3కోట్లకు అమ్ముకున్నట్లు కొందరు దుష్ప్రచారం చే శారని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి మండిపడ్డారు. గ్రూప్ 1 ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన అభ్యర మన తెలంగాణ/హైదరాబాద్: గ్రూప్-1 ఉద్యోగాలను తాను 2కోట్లు, 3కోట్లకు అమ్ముకున్నట్లు కొందరు దుష్ప్రచారం చే శారని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి మండిపడ్డారు. గ్రూప్ 1 ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన అభ్యర్థులతో కనీసం తాను ఛాయ్ అయి నా తాగానా? అని అడిగారు. కుట్రపూరితంగా తప్పుడు ప్రచారం చేసినా, కేసు లు వేసినా తట్టుకున్నామన్నారు. కడుపు నిం డా విషం పెట్టుకొని నిరుద్యోగులను దెబ్బతీయాలని చూశారని చెప్పారు. అ యినా నిరుద్యోగుల భవిష్యత్ కోసం తాము కొట్లాడామని చెపారు. అర్జునుడికి చేప కన్ను మాత్రమే కనిపించినట్లు తనకు అభ్యర్థుల భవిష్యత్ మాత్రమే కనిపించిందని తెలిపారు.గ్రూప్-1 విజేతలకు శనివారం శిల్పాకళా వేదికలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నియామకపత్రాలు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా సిఎం మాట్లాడుతూ, 3 లక్షల మందితో పోటీ పడి... 562 మందిలో ఒకరిగా మీరంతా నిలిచారని విజేతలను కొనియాడారు. మీరే తెలంగాణ భవిష్యత్ అని విజేతలను ఉద్దేశిస్తూ వ్యాఖ్యానించారు. తెలంగాణ భవిష్యత్ నిర్మాణం చేసే బాధ్యత ఎంపికైన అభ్యర్థుల చేతుల్లో ఉదని వ్యాఖ్యానించారు. అధికారులుగా మారిన అభ్యర్థులు నవ్విన వాడి ముందు జారిపడ్డట్టు చేయొద్దని, బాధ్యతతో వ్యవహరించాలని సూచించారు. మనమంతా కలిసి దేశానికి తెలంగాణ మోడల్ చూపిద్దామని పిలుపునిచ్చారు. గ్రూప్ 1కు ఎంపికైన అభ్యర్థులు తెలంగాణ రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణంలో మీరు భాగస్వాములు కావాలని, తెలంగాణ భవిష్యత్ నిర్మాణం చేసేందుకు సహకారం అందించాలని కోరారు.ఇక నుంచి మీరు తెలంగాణ యంత్రాంగాన్ని నడిపించే ఆఫీసర్స్ అంటూ ఎంపికైన అభ్యర్థులను ఉద్దేశిస్తూ వ్యాఖ్యానించారు. ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు కలిసి తెలంగాణ పునర్‌నిర్మాణంలో భాగస్వాములవుదామని పిలుపునిచ్చారు. మహారాష్ట్ర, గుజరాత్ మోడల్ కాదు.. తెలంగాణ మోడల్ సృష్టించాలని పిలుపునిచ్చారు. కొందరు కారణజన్ములమని భావించారు తెలంగాణకు వీరోచిత చరిత్ర ఉందని సిఎం రేవంత్‌రెడ్డి చెప్పారు. సామాజిక న్యాయం, సమాన అవకాశాల కో సం తెలంగాణలో ఎన్నో పోరాటాలు జరిగాయని అన్నారు. తెలంగాణ గడ్డకు ఒక చరిత్ర, పౌరుషం ఉన్నాయని, ఏ మారుమూల పల్లెకు, గూడెంకు వెళ్లినా ఆ స్ఫూర్తి కనిపిస్తుందని వ్యాఖ్యానించారు. కానీ, కొందరు కారణజన్ములమని, వారి కుటుంబమే తెలంగాణ అని భావించారని విమర్శించారు. తెలంగాణ ప్రజలు నమ్మి వారికి బాధ్యతలు అప్పగిస్తే నమ్మక ద్రోహం చేశారని, నమ్మకద్రోహులుగా తెలంగాణ చరిత్రలో నిలిచిపోయారని అన్నారు. కాలం కలిసొచ్చి రెండుసార్లు గెలిస్తే కారణజన్ములు అనుకున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. పదేళ్లు గ్రూప్- 1 నిర్వహించలేదు, వాళ్లు ఉద్యమకారులా..? అని ప్ర శ్నించారు. తెలంగాణ స్ఫూర్తి వారిలో లేదని పేర్కొన్నా రు. పదేళ్లుగా గ్రూప్ 1 పరీక్షలు నిర్వహించలేదంటే ఎం త బాధ్యతారాహిత్యమో ఆలోచించాలని కోరారు. తెలంగాణ కోసం త్యాగాలు చేసిన యాదయ్య, శ్రీకాంతాచారి, ఇషాన్ రెడ్డి లాంటి వాళ్ల త్యాగాలను అపహాస్యం చేశారని అన్నారు. గత ప్రభుత్వంలో అర్హత లేని వారిని పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్‌లో సభ్యులుగా నియమించారని, ఆర్‌ఎంపి డాక్టర్లు, టీచర్లు కూడా పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్‌లో సభ్యులుగా ఉన్నారని పేర్కొన్నారు. ఫలితంగా ప్రశ్న పత్రాలు జిరాక్స్ సెంటర్‌లో కనిపించాయని చెప్పారు. అందుకే తాము అధికారంలోకి రాగానే పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్‌ను ప్రక్షాళన చేసి, ఉన్నతాధికారులను, ప్రొఫెసర్లను పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ సభ్యులుగా నియమించామని తెలిపారు. అందుకే సమర్థవంతంగా పరీక్షలు నిర్వహించామని, ఇది కొంతమందికి నచ్చలేదని అన్నారు. గ్రూప్ 1 నియామకాలు ఆలస్యం కావడంలో కోచింగ్ సెంటర్ల కుట్ర ఉందని ఆరోపించారు. ఏళ్ల తరబడి నిరుద్యోగులు తీసుకునే కోచింగ్‌లు సెంటర్లకు ఆదాయ వనరుగా మారిందని మండిపడ్డారు. గత గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్ పూర్తికావడానికి ఏడేళ్లు పట్టిందని.. కానీ, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం 19 నెలల్లో గ్రూప్-1 నియామకాలు పూర్తి చేయడం ఒక రికార్డు అని వ్యాఖ్యానించారు. తల్లిదండ్రులను గుండెల్లో పెట్టుకుని చూసుకోవాలి గ్రూప్ 1 ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన అభ్యర్థులు తమ తల్లిదండ్రులను గుండెల్లో పెట్టుకుని చూసుకోవాలని సిఎం రేవంత్‌రెడ్డి సూచించారు. మీ భవిష్యత్తు కోసం శ్రమించిన తల్లిదండ్రుల బాధ్యత మీదే అని విజేతలను ఉద్దేశిస్తూ వ్యా ఖ్యానించారు. తల్లిదండ్రుల విషయంలో నిర్లక్ష్యం వహిస్తే ఉద్యోగుల జీతాల్లోంచి 10 శాతం కట్ చేసి వారి ఖాతా ల్లో వేసామని చెప్పారు. త్వరలోనే ఈ చట్టం తీసుకురానున్నట్లు సిఎం వెల్లడించారు. ఉద్యోగ నోటిఫికేషన్లు వస్తూనే ఉంటాయి: భట్టి విక్రమార్క కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పాటైన తర్వాత టిజిపిఎస్‌సిని ప్రక్షాళన చేశామని ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. కూలీలు, పారిశుద్ధ్య కార్మికుల పిల్లలు అనేకమంది గ్రూప్ 1 సాధించారని అన్నారు. గ్రూప్-1 విజేతలు కొత్త జీవితం ప్రారంభించబోతున్నారని, రాష్ట్ర ప్రగతిలో కీలకపాత్ర పోషించబోతున్నారని పేర్కొన్నారు. గత ప్రభుత్వం పదేళ్లుగా గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్ ఇవ్వలేదని.. కానీ, తాము ప్రభుత్వం ఇప్పటికే 60 వేల ఉద్యోగాలు ఇ చ్చామని తెలిపారు ఆది ఆరంభం మాత్రమే అని, ఉద్యోగ నోటిఫికేషన్లు నిరంతరం వస్తూనే ఉంటాయని తెలిపారు. కొందరికి చెంపదెబ్బ కొట్టినట్లుగా ఈ కార్యక్రమం ఉం దన్నారు. ఎవరి దయాదాక్షిణ్యాలతోనో మీరు విజేతలు కాలేదు, మీ విజయాలను కూడా అపహాస్యం చేసే ప్రయత్నం గత పాలకులు చేశారని విజేతలను ఉద్దేశిస్తూ భట్టి విక్రమార్క వ్యాఖ్యానించారు. %

# విజయ్ ప్రచార సభ తొక్కిసలాట..

వేల మంది అభిమానులు ఆయన ప్రసంగం వినడానికి మూకుమ్మడిగా ఉండడం కనిపించింది. ఆయన ప్రసంగిస్తున్న సమయంలో జనాన్ని అదుపు చేయడం కష్టంగా మారింది. దీంతో తొక్కిసలాట పరిస్థితి ఏ ర్పడింది. అనేక మంది స్పృహతప్పి పడిపోయారు. పరిస్థితి గమనించిన విజయ్ తన ప్రసంగాన్ని మధ్యలోనే ఆపేశారు. స్పృహతప్పిన వారి వద్దకు చేరుకునేలా వాటర్ బాటిళ్లను తన వాహనంపై నుంచే జనంలోకి విసిరారు. ఎమర్జెన్సీ అంబులెన్సులకు దారి ఇవ్వాల్సిందిగా తన మద్దతుదారులకు విజ్ఞప్తి చేశారు. భారీ సమూహంలో అతికష్టం మీద అక్కడికి చేరుకున్న అంబులెన్సుల్లో బాధితులను ఆస్పత్రులకు తరలించారు. %శాశ్రీంశీ =ఝుం% - స్వదేశీ 4జి నెట్‌వర్క్ వచ్చేసింది ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్ దిగ్భ్రాంతి ఈ విషాద సంఘటన సమాచారం తెలియగానే ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్ దిగ్భ్రాంతి చెందారు. “ కరూర్ నుంచి వస్తోన్న సమాచారం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఆస్పత్రుల్లో చికిత్స పొందుతున్న బాధితులకు అన్ని విధాలా సాయం అందించాలని ఆ రోగ్యశాఖ మంత్రి, కలెక్టర్‌కు సూచించా. కరూర్ లో సాధారణ పరిస్థితులు తీసుకు వచ్చేందుకు అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని పోలీసు ఉన్నతాధికారులను ఆదేశించా. డాక్టర్లకు, పోలీసులకు సహకరించాలని కరూర్ పౌరులకు విజ్ఞప్తి చేస్తు న్నా” అని సిఎం ఎక్స్ వేదికగా పేర్కొన్నారు. ప్రధాని మోడీ దిగ్భ్రాంతి న్యూఢిల్లీ: తమిళనాడు లోని కరూర్‌లో టివికె అధినేత, నటుడు విజయ్ ర్యాలీలో జరిగిన తొక్కిసలాటలో 36 మంది మృతి చెందడంపై ప్రధాని మోడీ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. తొక్కిసలాట సం ఘటన తీవ్ర దురదృష్టకరమని పేర్కొన్నారు. మృ తుల కుటుంబాలకు సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. గా యపడిన వారు త్వరగా కోలుకోవాలని, మృతుల కుటుంబాలకు అండగా ఉంటామన్నారు. గుండె పగిలింది: కరూర్ ఘటనపై విజయ్‌తమిళనాడులో తీవ్ర విషాదం చోటుచేసుకుంది. ప్రముఖ నటుడు, తమిళగ వెట్రి కళగం (టీవీకే) అధినేత విజయ్ నిర్వహించిన ప్రచార సభలో జరిగిన తొక్కిసలాటలో 36 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. మరో 60 మందికి పైగా తీవ్ర గాయాలపాలయ్యారు. ఈ దుర్ఘటన శనివారం సాయంత్రం కరూర్ పట్టణంలో జరిగింది.వివరాల్లోకి వెళితే... టీవీకే పార్టీ తరఫున విజయ్ రాష్ట్రవ్యాప్త ప్రచారంలో భాగంగా కరూర్ లో ఏర్పాటు చేసిన సభకు అభిమానులు, కార్యకర్తలు భారీ సంఖ్యలో తరలివచ్చారు. విజయ్ వేదికపై ప్రసంగిస్తున్న సమయంలో సభా ప్రాంగణంలోని ఇరుకైన ప్రాంతంలో ఒక్కసారిగా జనం ముందుకు తోసుకురావడంతో తీవ్ర గందరగోళం చెలరేగింది. ఈ క్రమంలో జనం ఒకరిపై ఒకరు పడిపోవడంతో ఊపిరాడక, కిందపడి నలిగిపోయి 36 మంది అక్కడికక్కడే మరణించారు. మృతుల్లో మహిళలు, చిన్నారులు కూడా ఉన్నారు.సమాచారం అందుకున్న వెంటనే పోలీసులు, సహాయక బృందాలు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టాయి. క్షతగాత్రులను హుటాహుటిన సమీప ఆస్పత్రులకు తరలించారు. గాయపడిన వారిలో పలువురి పరిస్థితి విషమంగా ఉన్నట్లు వైద్యులు తెలిపారు. ముగ్గురు చిన్నారులు ఇంటెన్సివ్ కేర్ యూనిట్ లో చికిత్స పొందుతున్నారు.దన వ్యక్తం చేశారు. “నా గుండె పగిలిపోయింది. మాటలకు అందని, వర్ణించలేని బాధతో కుమిలిపోతున్నాను. కరూర్ లో ప్రాణాలు కోల్పోయిన నా సోదర సోదరీమణుల కుటుంబాలకు నా ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తున్నాను. ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న వారు త్వరగా కోలుకోవాలని ప్రార్థిస్తున్నాను” అని ఆయన ‘ఎక్స్’ (ట్విట్టర్) వేదికగా పేర్కొన్నారు. తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి ఎం.కె. స్టాలిన్ ఈ దుర్ఘటనపై తీవ్ర విచారం వ్యక్తం చేశారు. మృతుల కుటుంబాలకు తక్షణమే రూ. 10 లక్షలు, గాయపడిన వారికి రూ. లక్ష చొప్పున పరిహారం ప్రకటించారు. క్షతగాత్రులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఘటనకు గల కారణాలను తెలుసుకోవడానికి, భవిష్యత్తులో ఇలాంటివి పునరావృతం కాకుండా ఉండేందుకు తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై సిఫార్సులు చేయడానికి న్యాయ విచారణకు ఆదేశించారు. ప్రధాని మోదీ, ఉపరాష్ట్రపతి సి.పి. రాధాకృష్ణన్, కాంగ్రెస్ నేత రాహుల్ గాంధీ సహా పలువురు జాతీయ నాయకులు ఈ విషాదం పట్ల సంతాపం ప్రకటించారు.

# ఉగ్రరూపం దాల్చిన మూసీ...

ఈ పరిస్థితి తీవ్రతను తెలియజేస్తోంది. ఈ మహా ప్రవాహం కారణంగా నగరంలో జనజీవనం పూర్తిగా స్తంభించిపోయింది. లోతట్టు ప్రాంతాలు పూర్తిగా నీట మునిగాయి, దీంతో ప్రజలు తీవ్ర ఆందోళనలో ఉన్నారు.గ్రేటర్ హైదరాబాద్ నగరంపై ప్రకృతి కన్నెర్రచేసింది. ఓవైపు భారీ వర్షాలు.. మరోవైపు మూసీనది వరదలు.. మహానగరాన్ని వణికించాయి. లోతట్టు ప్రాంతాల ప్రజలను కంటిమీద కునుకుల హైదరాబాద్ నగరంపై ప్రకృతి కన్నెర్రచేసింది. ఓవైపు భారీ వర్షాలు.. మరోవైపు మూసీనది వరదలు.. మహానగరాన్ని వణికించాయి. లోతట్టు ప్రాంతాల ప్రజలను కంటిమీద కునుకులేకుండా చేశాయి. వేల మందిని పునరావాస కేంద్రాలకు తలదాచుకునేందుకు కారణమయ్యాయి. మూసీనది వదరలతో అక్కడి జనజీవనం పూర్తిగా స్తంభించిపోయింది. నదిపై ఉన్న పలు బ్రిడ్జీలపై నుండి వాహన రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి. ఎంజీబిఎస్ నుండి పూర్తిగా వరదనీరు నిండిపోయింది. బస్సులు బస్‌డిపోలకే పరిమితమయ్యేలా మూసీవరద చేసింది. అయితే, మూసీనదీ వెడల్పు 700 అడుగులుగానే కనిపిస్తుంది. కానీ, వరదలు వస్తే మాత్రం కిలోమీటర్ మేర విస్తరిస్తున్నది. ఫలితంగా నదీ వెంటుండే బస్తీలు నీట మునుగుతున్నాయి. మహానగరంతో పాటు శివారు ప్రాంతాల్లో ఎడతెరిపి లేకుండా కురుస్తున్న భారీ వర్షాలతో చారిత్రక మూసీ నది ఉగ్రరూపం దాల్చింది. దాదాపు మూడు దశాబ్దాలలో ఎన్నడూ చూడని విధంగా తీర ప్రాంతాలను మూసీనది ముంచెత్తింది. నదీ వెంబడి ఉన్న లోతట్టు ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న 1000 మందికిపైగా ప్రజలను తాత్కాలిక పునరావాస కేంద్రాలకు అధికారులు తరలించారు. - మూసీ ముంచెత్తడం వెనక రేవంత్ కుట్ర నదిలోకి 14,000 క్యూసెక్కుల నీరు.. హైదరాబాద్ శివారులోని జంట జలాశయాలైన హిమాయత్‌సాగర్, ఉస్మాన్‌సాగర్ (గండిపేట)ల 17 గేట్లను తెరవడంతో 14,000 క్యూసెక్కుల నీరు మూసీలోకి వదులుతున్నారు. హిమాయత్ సాగర్ 6 గేట్లు ఎత్తి 6,000 క్యూసెక్కుల నీటిని మూసీనదిలో చేరుతుంది. ఉస్మాన్‌సాగర్ 11 గేట్లు ఎత్తి 8,000 క్యూసెక్కుల నీరు మూసీనదిలోకి వదులుతున్నారు. ఈ 14 వేల క్యూసెక్కుల నీటితో పాటు భారీ వర్షాలతో నగరంలోని వరదనీరంతా మూసీలోకి చేరుతుంది. దీంతో వరద ప్రవాహం ప్రమాదకరంగా మారింది. నగరంలోని పురానాపూల్ శివాలయంలో

వరద నీటిన చిక్కుకుపోయిన నలుగురు ఆలయ సిబ్బందిని హైడ్రా డీఆర్‌ఎఫ్ సిబ్బంది కాపాడింది. శివాలయంపైనే పూజారి కుటుంబం ఉండిపోగా, వారికి టిఫిన్స్, భోజనాలు అందించారు. మూసీ వరద ఉధృతికి మహాత్మా గాంధీ బస్ స్టేషన్ (ఎంజీబీఎస్) పూర్తిగా నీట మునిగింది. పురానాపూల్ వంతెన వద్ద 13 అడుగులమేర ప్రమాదకరంగా మూసీ ప్రవహిస్తోంది. చాదర్‌ఘాట్‌లోని లెవల్ వంతెన, మూసారాంబాగ్ వంతెనపై నుంచి కొన్ని అడుగుల మేర వరద నీరు ప్రవహించింది. దీంతో అధికారులు ముందుగానే ఆ వంతెనల పై నుంచి రాకపోకలను నిలిపివేశారు. మూసారాంబాగ్ బ్రిడ్జి పక్కనే నిర్మిస్తున్న హై లెవెల్ బ్రిడ్జిని సైతం వరద ముంచెత్తడంతో నిర్మాణ సామాగ్రి కొట్టుకుపోయింది. చాదర్‌ఘాట్ వంతెన వద్ద భారీగా ట్రాఫిక్ జామ్ ఏర్పడింది. చిన్న బ్రిడ్జి మూసివేయడంతో, పెద్ద బ్రిడ్జి పైనుంచి వాహనాలు రాకపోకలు కొనసాగించాయి. అంబర్‌పేట్, - దిల్‌సుఖ్‌నగర్ రహదారి పూర్తిగా మూసివేశారు. తెలంగాణ మోడల్ సృష్టిద్దాం నీటమునిగిన ఎంజీబిఎస్.. శుక్రవారం అర్ధరాత్రి వేళ మూసీ వరదనీరు ఎంజీబీఎస్ ప్రాంగణంలోకి చేరడంతో బస్సుల రాకపోకలను అధికారులు తాత్కాలికంగా నిలిపివేశారు. ఎంజీబీఎస్ బస్ స్టేషన్‌కు వెళ్లే రెండు ప్రధాన బ్రిడ్జిలు నీట మునిగాయి. వరద ఎంజీబీఎస్‌లోకి చేరిన తక్షణమే, డీఆర్‌ఎఫ్ సిబ్బంది యుద్ధ ప్రాతిపదికన స్పందించారు. డిఆర్‌ఎఫ్ సిబ్బంది తాళ్ల సాయంతో ప్రయాణికులను సురక్షితంగా బయటకు తీసుకెళ్లారు. ప్రయాణికులకు ఇబ్బంది కలగకుండా, ఎంజీబీఎస్ నుంచి బయలుదేరే బస్సులను నగరంలోని ఇతర ప్రాంతాల నుంచి మళ్లించారు. %శాశ్రీంశీ =ఝుం% - ఏ క్షణమైనా షెడ్యూల్? పునరావాస కేంద్రాల్లో నిర్వసితుల తరలింపు మూసీనది వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లోని కుటుంబాలను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించి, పునరావాస కేంద్రాల్లో అవసరమైన సౌకర్యాలు కల్పిస్తున్నారు. శంకర్‌నగర్ ప్రాంతంలోని దాదాపు 500 మంది నిర్వాసితులు షాజాదీ మసీదులో వసతి పొందుతున్నారు. మలక్‌పేట్ సర్కిల్‌లోని మూసానగర్ కమ్యూనిటీ హాల్‌లో 150 మంది వసతి పొందుతున్నారు. దుర్గా నగర్, అంబేద్కర్ నగర్ నిర్వాసితులు (దాదాపు 45 కుటుంబాలు) మూసారాంబాగ్ వంతెనకు సమీపంలో ఉన్న ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో వసతి పొందుతున్నారు. - ఫ్యూచర్ సిటీకి నేడు పునాదిరాయి అంబేద్కర్ నగర్ బస్తీలోనీ ఇళ్లలోకి వరద నీరు రావడంతో జనాలు బయటకు వెళ్లి ఎత్తైన ప్రదేశంలో ఏం చేయాలో తోచని పరిస్థితుల్లో చూస్తున్నారు. కృష్ణనగర్ కమ్యూనిటీ హాల్‌కు 32 మందిని తరలించి ఆహారపదార్థాలు అందిస్తున్నారు. భూలక్ష్మీ ఆలయం నుంచి 55 మందిని గోడే-కి-ఖబర్ కమ్యూనిటీహాల్‌కు తరలించారు. నార్సింగి మంచిరేవుల మధ్య సర్వీసు రోడ్డుపై వరద పారింది.

## హైదరాబాద్ కమిషనర్‌గా సజ్జనార్

: ఆయన కమిషనర్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టి కేవలం ఏడాదే పూర్తయింది.. తెలంగాణ సర్కార్ ఆయనను బదిలీ చేస్తూ కీలకమైన హైదరాబాద్ సిటీకి పోలీస్ కమిషనర్‌ను మారుస్తూ ఉత్తర్వులు జారీచేసింది. సీపీ సీవీ.ఆనంద్ స్థానంలో వీసీ సజ్జనార్‌ను నియమించింది. రాష్ట్రంలోనే కీలకమైన హైదరాబాద్ పోలీస్ కమిషనరేట్‌కు కేవలం 20నెలల్లో ముగ్గురు సీపీలను బదిలీ చేయడం ప్రస్తుతం పోలీసుశాఖలో చర్చనీయాంశమైంది.రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడిన 20నెలల్లో కీలకమైన హైదరాబాద్ సిటీ పోలీస్ కమిషనరేట్‌కు ముగ్గురు కమిషనర్లను మార్చింది. ప్రభుత్వం ఏర్పడిన కొత్తలో సాధారణ బదిలీల్లో భాగంగా అప్పటి సీపీ సందీప్ శాండిల్యను బదిలీ చేసి ఆయన స్థానంలో కొత్తకోట శ్రీనివాసరెడ్డిని నియమించారు. గతేడాది సెప్టెంబర్ మొదటివారంలో హైదరాబాద్ సిటీ పోలీస్ కమిషనర్‌గా సీవీ ఆనంద్‌ను నియమించిన ప్రభుత్వం ఏడాది గడిచిందో లేదో ఆయన స్థానంలో ఆర్టీసీ ఎండీగా ఉన్న సజ్జనార్‌ను హైదరాబాద్ సీపీగా నియమిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీచేశారు. ‘కాంగ్రెస్ బాకీకార్డు’ ఉద్యమాన్ని మొదలుపెట్టినట్టు తెలిపారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నిక, స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల ప్రచారానికి వచ్చే కాంగ్రెస్ నేతలను బాకీకార్డు చూపించి నిలదీయాలని ప్రజలకు విజ్ఞప్తిచేశారు. రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటి తలుపుతట్టి, కాంగ్రెస్ బాకీల బండారాన్ని ప్రజలకు వివరిస్తామని స్పష్టంచేశారు.

## ప్రజల చేతికి.. కాంగ్రెస్ బాకీకార్డు! అధికారం కోసం

కాంగ్రెస్ ఇచ్చిన గ్యారెంటీ కార్డుకు విరుగుడే ఈ ‘బాకీ కార్డు’ అని స్పష్టంచేశారు. తెలంగాణభవన్‌లో శనివారం మాజీ మంత్రులతో కలిసి ‘బాకీ కార్డు’పోస్టర్‌ను కేటీఆర్ విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. కాంగ్రెస్ చేసిన మోసాలే నేడు ప్రజల చేతిలో పాశు పతాస్త్రాలుగా మారాయని అన్నారు. రాబోయే పంచాయతీ, జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికల్లో ఆ పార్టీకి తగిన బుద్ధి చెప్పాలని ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు. కాంగ్రెస్ దోఖాకు బదులు తీర్చుకునే సరైన మోకా ప్రజలకు వచ్చిందని అన్నారు. ఏ వర్గానికి కాంగ్రెస్ ఎంత బకాయి పడ్డదో నిలదీసి నిగ్గదీసి అడగడానికే ఈ బాకీకార్డు ఉద్యమాన్ని ప్రారంభిస్తున్నట్టు చెప్పారు. రాష్ట్రస్థాయి నాయకుల నుంచి గ్రామస్థాయి కార్యకర్తల వరకు ప్రతిఒకరూ ఈ కార్డును ఇంటింటికీ తీసుకెళ్లాలని పిలుపునిచ్చారు. వంద రోజుల్లో హామీలన్నీ అమలు చేస్తామని మోసం చేసిన కాంగ్రెస్‌కు ప్రజలు తగిన బుద్ధి చెప్పాలని కోరారు.మోసపోతే గోస పడతామని ఎన్నికల ముం దు కేసీఆర్ పదేపదే చెప్పారని, ఇవాళ అదే నిజమైందని కేటీఆర్ వాపోయారు. మొదటి క్యాబినెట్ సమావేశంలోనే కాంగ్రెస్ ఇచ్చిన హామీలకు చట్టబద్ధత కల్పిస్తామని రాహుల్‌గాంధీ చెప్పారని కానీ, ఇప్పటివరకు 30కి పైగా క్యాబినెట్ సమావేశాలు జరిగినా ఆ ఊసే లేదని విమర్శించారు. బాండ్ పేపర్లు, ప్రామిసరీ నోట్లపై సంతకాలు పెట్టిన రేవంత్‌రెడ్డి, భట్టివిక్రమార నేడు మాట దాటవేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ఒకవేళ పొరపాటున కాంగ్రెస్‌కు ఓటేస్తే రైతుబంధును కూ‘అన్నదాతల ఓట్లతో గెలిచిన కాంగ్రెస్ ప్రభు త్వం వారిని అడుగడుగునా దగా చేస్తున్నది. ఎకరానికి రూ. 15,000 ఇస్తామన్న హామీ ఏమైం ది? అది బాకీ. రూ. 2 లక్షల రుణమాఫీ ఊసేలేదు, అది బాకీ. వరికి రూ. 500 బోనస్ ఇస్తామని చెప్పి చేతులెత్తేశారు. అది కూడా బాకీనే. ఇక కౌలు రైతులు, రైతు కూలీల కన్నీళ్లను పట్టించుకునే నాథుడే లేడు. వారికి ఇస్తామన్న రూ.15,000, రూ.12,000 ఏ గంగలో కలిపారు? ఇవన్నీ బాకీ కాదా? మా తమ్ముళ్లు, చెల్లెళ్ల ఆశలపై కాంగ్రెస్ నీళ్లు చల్లింది. 2 లక్షల ఉద్యోగాల హామీ బాకీ. నెలకు రూ. 4,000 నిరుద్యోగ భృతి ఇస్తామని చెప్పి 22 నెలలుగా ప్రతి నిరుద్యోగికి వేలల్లో బాకీ పడింది. ఈ మోసానికి కాంగ్రెస్ ఏం సమాధానం చెప్తుంది?’ అని కేటీఆర్ ప్రశ్నించారు. ‘మహాలక్ష్మి పథకం పేరుతో ఆడబిడ్డలను ఇంత దారుణంగా మోసం చేసిన ప్రభుత్వం మరొకటి లేదు. నెలకు 2,500 ఇస్తామని చెప్పి, ఈ రోజు వరకు ఒకో మహిళకు దాదాపు 55,000బాకీ పెట్టారు. ఈ ప్రభు త్వం వచ్చాక పెళ్లయిన 8 లక్షల మంది ఆడబిడ్డలకు 8 లక్షల తులాల బంగారం బాకీ.?’ అని కేటీఆర్ మండిపడ్డారు.‘వృద్ధులు, వితంతువుల ఉసురు ఈ ప్రభుత్వానికి తగలకుండా పోదు. నెలకు రూ. 4,000 పెన్షన్ ఇస్తామని చెప్పి 22 నెలలుగా ఒకొకరికీ రూ. 44,000 బాకీ పడ్డారు. దివ్యాంగుల విషయంలో మరీ దారుణం. నెలకు రూ. 6,000 ఇస్తామని హామీ ఇచ్చి, కేసీఆర్ పెంచిన రూ. 4,000 మాత్రమే ఇస్తున్నారు. అంటే ప్రతి నెలా రూ. 2,000 కోత పెడుతూ, ఒకో దివ్యాంగుడికి రూ. 44,000 బాకీ ఉన్నారు. పేదలకు ఇందిరమ్మ ఇండ్లు బాకీ. తెలంగాణ కోసం కొట్లాడిన ఉద్యమకారులకు 250 గజాల స్థలం బాకీ. విద్యార్థినులకు సూటీలు, యువతకు రూ.5 లక్షల విద్యా భరోసా కార్డులు, ఆటో అన్నలకు రూ. 24,000.. అన్నీ బాకీలే. గృహజ్యోతి పథకం కూడా సరిగా అమలు కావడం లేదు. చెప్పుకుంటూ పోతే కాంగ్రెస్ బాకీల చిట్టా చాంతడంత ఉన్నది. ఈ మోసాలను ప్రజల ముందు ఎండగడతాం’ ప్రజల తరఫున గొంతు విప్పుతున్న తమపై కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కక్ష సాధింపు చర్యలకు పాల్పడుతున్నదని కేటీఆర్ మండిపడ్డారు. తమపై ఎన్ని అక్రమ కేసులు పెట్టినా, ఎంత వేధించినా భయపడే ప్రసక్తే లేదని స్పష్టంచేశారు. ఓ వైపు న్యాయపరంగా పోరాడుతూనే, మరోవైపు ప్రధాన ప్రతిపక్షంగా ప్రజల తరఫున ప్రభుత్వాన్ని నిలదీస్తామని చెప్పారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన ప్రతి హామీని అమలు చేసేదాకా వదిలిపెట్టే ప్రసక్తే లేదని హెచ్చరించారు. కాంగ్రెస్ నయవంచనను ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకెళ్లేందుకు తెలుగు, ఉర్దూ, ఇంగ్లిషు భాషల్లో ఈ బాకీ కార్డులను ముద్రించామని, ఈ ప్రచారానికి మీడియా కూడా సహకరించాలని కేటీఆర్ విజ్ఞప్తి చేశారు.చీఫ్ మినిస్టర్ రేవంత్‌రెడ్డి కటింగ్ మాస్టర్ అయ్యారని మాజీ మంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీశ్‌రావు విమర్శించారు. బీఆర్‌ఎస్ ప్రారంభించిన పనులు, ప్రాజెక్టులు, భవనాలకు రిబ్బన్ కటింగ్ చేస్తూ, కేసీఆర్ అమలు చేసిన పథకాలకు కటింగ్ (కోత) పెడుతున్నారని, అయితే రిబ్బన్‌కటింగ్ లేదంటే సంక్షేమ పథకాలకు కటింగ్ అని ఎద్దేవా చేశారు. ‘అభయహస్తం అన్నరు, బాండ్ పేపర్లు పంచారు. ఇది అభయహస్తం కాదు. అచేతన హస్తం అని ప్రజలకు అర్థమైంది. ఆనాడు గాంధీ టోపీలు పెట్టి, ఇంటింటికీ గ్యారెంటీ కార్డులు పంచారు. గ్యారెంటీ కార్డు గాసిప్ కార్డు అయిపోయింది. వంద రోజుల్లోనే అమలు చేస్తాం.. అసెంబ్లీలో చట్టబద్ధత తెస్తాం అన్నారు. రేవంత్ మాటలు ప్రజలు నమ్మరని గాంధీలతో ప్రచారం చేయించారు. ఆ గాంధీలు ఈ రోజు హైదరాబాద్‌కు రాని పరిస్థితి. ఎకడ నిలదీస్తారో అని వారికి భయం. రాహుల్‌గాంధీ, ప్రియాంకగాంధీ ఎందుకు ముఖం చాటేస్తున్నారు. మీ ముఖ్యమంత్రి అమలు చేయడం లేదు. ఎందుకు ప్రశ్నించడం లేదు’ అని నిలదీశారు. తెలంగాణలోని అన్ని వర్గాలను రేవంత్‌రెడ్డి సర్కారు మోసం చేసిందని, అందుకే ప్రధాన ప్రతిపక్షంగా ఈ ప్రభుత్వాన్ని నిలదీయడంలో భాగంగా బాకీ కార్డు విడుదల చేశామని చెప్పారు. కాంగ్రెస్ మెడలు వంచేందుకే బాకీకార్డు ఉద్యమాన్ని ప్రతి ఇంటికీ తీసుకెళ్తామని చెప్పారు.

వ్యక్తులనే కాదు తన మాయమాటలతో రాష్ట్రం మొత్తాన్ని కాంగ్రెస్ మోసం చేసిందని శాసన మండలిలో ప్రతిపక్ష నేత సిరికొండ మధుసూదనాచారి విమర్శించారు. గ్యారెంటీల పేరుతో రాష్ట్రంలో చేసిన మోసం దేశంలో మరెవ్వరూ చేసి ఉండరని చెప్పారు రాష్ట్రానికి సీఎంగా ఉన్నారని విమర్శించారు. ప్రజలకు కాంగ్రెస్ మోసాలు అర్థం అయ్యాయని, హస్తం పార్టీకి గుణపాఠం చెప్పే అవకాశం కోసం ప్రజలు ఎదురు చూస్తున్నారని చెప్పారు.కేసీఆర్ ప్రభుత్వాన్ని ఎలాగైనా దించాలని ఆరు గ్యారెంటీల పేరుతో కాంగ్రెస్ పార్టీ అలవికాని హామీలు ఇచ్చిందని మాజీ మంత్రి, సనత్‌నగర్ ఎమ్మెల్యే తలసాని శ్రీనివాస్‌యాదవ్ విమర్శించారు. అలీబాబా 40 దొంగల్లా కాంగ్రెస్ నేతలు ప్రజలను మోసం చేశారని అన్నారు. కేసీఆర్ హయాంలో తెలంగాణ సస్యశామలంగా మారిందని, ఎవరూ ఊహించని పథకాలు కేసీఆర్ తెచ్చారని గుర్తుచేశారు. ఈ ప్రభుత్వం హైడ్రా భూతాన్ని పేదలపై వదిలిందని అన్నారు. కాంగ్రెస్‌కు స్థానిక ఎన్నికల్లో ఓటేస్తే ఉన్న పథకాలు కూడా ఊడుతాయని హెచ్చరించారు. కాంగ్రెస్ మోసాల పట్ల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు.మోసానికి ప్రతిరూపం కాంగ్రెస్ అని మాజీ డిప్యూటీ సీఎం మహమూద్ అలీ విమర్శించారు. ఈ ప్రభుత్వం నుంచి ఎప్పుడు విముక్తి లభిస్తుందోనని ప్రజలు ఎదురు చూస్తున్నారని, కాంగ్రెస్ మళ్లీ గెలిచే పరిస్థితి లేదని తెలిపారు. మైనారిటీలకు కాంగ్రెస్ మంత్రివర్గంలో చోటే దకలేదని, మైనారిటీలు కాంగ్రెస్‌కు గుణపాఠం చెప్తారని హెచ్చరించారు. కాంగ్రెస్ ఇచ్చిన హామీలతో ప్రజలకు ఇప్పటివరకు ఎంత మొత్తం బాకీ ఉన్నదో, హామీల వైఫల్యంతో ప్రజలకు ఎంత బాకీ పడిందో బాకీ కార్డుల్లో వివరించినట్టు చెప్పారు.

## సర్కారుది నేరపూరిత నిర్లక్ష్యం!

‘రేవంత్‌రెడ్డీ..బురద రాజకీయాలు మానుకో.. వరద బాధితులను ఆదుకో..’ అంటూ మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు ఫైర్ అ య్యారు. కాంగ్రెస్ నిర్లక్ష్యపు పాలన వల్లే హైదరాబాద్ జల దిగ్బంధమైందని శనివారం ఎక్స్ వేదికగా మండిపడ్డారు. రాష్ట్రంలో తీవ్ర స్థాయి లో వర్షాలు ఉంటాయని వెదర్ రిపోర్ట్ వచ్చి నా, వాతావరణ శాఖ హెచ్చరించినా ప్రభు త్వం మొద్దునిద్ర వీడకపోవడం నిర్లక్ష్యానికి నిదర్శనం కాదా? అని దుయ్యబట్టారు. ఎలాంటి ముందస్తు చర్యలకు ఉపక్రమించపోవడం దుర్మార్గమని, ఇది క్రిమినల్ నెగ్లిజెన్స్ అని నిప్పులు చెరిగారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్య వైఖరి వల్లే హైదరాబాద్ జల దిగ్బంధంలో చిక్కుకున్నదని మండిపడ్డారు. ప్రభు త్వ పట్టింపులేని తనం వల్ల ఎంజీబీఎస్‌లో ప్రయాణికులు వరద నీటిలో చికుకోవాల్సిన దుస్థితి దాపురించిందని ఆగ్రహం వ్యక్తంచేశారు.

## ఉగ్రవాదాన్ని కీర్తించడమే మీ పని.. ఐరాసలో పాక్‌ను ఏకిపారేసిన భారత్

ఐక్యరాజ్యసమితి వేదికగా పాకిస్థాన్ ప్రధాని షెహబాజ్ షరీఫ్ చేసిన వ్యాఖ్యలపై భారత్ తీవ్రస్థాయిలో మండిపడింది. పాక్ ప్రధాని ప్రసంగం ఓ ‘అసంబద్ధమైన నాటకం’ అని, ఉగ్రవాదాన్ని కీర్తించడం వారి విదేశాంగ విధానంలో భాగమని భారత్ ఘాటుగా బదులిచ్చింది.శనివారం ఐక్యరాజ్యసమితి సర్వసభ్య సమావేశంలో పాక్ ప్రధాని షెహబాజ్ షరీఫ్ కశ్మీర్ అంశాన్ని, సింధు జలాల ఒప్పందాన్ని ప్రస్తావించారు. కశ్మీర్ ప్రజల స్వీయ నిర్ణయాధికారానికి తమ మద్దతు ఉంటుందని, ఐరాస ఆధ్వర్యంలో నిష్పాక్షిక ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ జరగాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. సింధు జలాల ఒప్పందాన్ని భారత్ ఉల్లంఘించడం యుద్ధ చర్యతో సమానమని హెచ్చరించారు.పాక్ ప్రధాని ప్రసంగం అనంతరం భారత్ తన ‘రైట్ ఆఫ్ రిప్లై’ హక్కును వినియోగించుకుంది. భారత దౌత్యవేత్త పెటల్ గహ్లోట్ మాట్లాడుతూ పాక్ వాదనలను తీవ్రంగా తిప్పికొట్టారు.

# స్వచ్ఛమైన జర్నలిజానికి నాంది

తొలి సమయం, వనపర్తి, సెప్టెంబర్ 27వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి.టి యు డబ్ల్యూ జే ( ఐ జే యు) నూతన కమిటీ సభ్యులకు ఘన సన్మానం చేసిన వనపర్తి శాసనసభ్యులు..స్వచ్ఛమైన జర్నలిజానికి నాంది పలకాలని వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి అన్నారు.శనివారం వనపర్తి జిల్లా కేంద్రంలోని ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో తెలంగాణ స్టేట్ యూనియన్ ఆఫ్ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ (ఐజేయు) వనపర్తి జిల్లా నూతన అధ్యక్షుడు డి మాధవరావు ఆధ్వర్యంలో నూతన కమిటీ సభ్యులను వనపర్తి శాసనసభ్యులు తూడి మేఘారెడ్డి శాలువాలతో ఘనంగా సన్మానించారు.

ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ నైతిక విలువలతో కూడిన జర్నలిజాన్ని ప్రజలకు అందించాలని సూచించారు. ప్రభుత్వానికి ప్రజలకు మధ్య వారధిగా ఉంటూ ప్రజల సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకురావాలని సూచించారు. నిజాయితీ నిబద్ధతతో వార్తలను సేకరించాలని ప్రలోభాలకు లొంగకుండా స్వచ్ఛమైన జర్నలిజానికి నాంది పలకాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి రాజు, జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు నా కొండ యాదవ్,కమల్ రెహ్మాన్, సహాయ కార్యదర్శి చిన్న రాజు, కోశాధికారి మన్యం, జిల్లా కమిటీ సభ్యులు రమేష్,బాలరాజు, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా జిల్లా

అధ్యక్షుడు చీర్ల ఆంజనేయులు సాగర్, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి నరసింహ రాజ్, కోశాధికారి అరుణ్, సంయుక్త కార్యదర్శి ఈశ్వర్ సాగర్, ప్రచార కార్యదర్శి ముంత రవి, అలీమ్, ఫారుక్ పటేల్, ముక్తార్, విష్ణు, చంద్రమౌళి, మన్యం, జియా, నియోజకవర్గ ఉపాధ్యక్షులు దాచా హరీష్ కుమార్ పట్టణ అధ్యక్షుడు తైలం అరుణ్ రాజ్, ఉపాధ్యక్షులు మహేష్ సింగ్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు

# లంబాడీలు వలసవాదులు కాదు- ములవాసులు.

### మానుకోటలో జరిగే లంబాడీల ఆత్మగౌరవ ర్యాలీ-సభకు వేలాదిగా తరలివచ్చి విజయవంతం చేయండి

తొలి సమయం, ఇల్లందుసెప్టెంబర్, 27. సేవాలాల్ సేన ఇల్లందు మండల అధ్యక్షులు రమేష్ పవార్ నాయక్ మాట్లాడుతు లంబాడీలు వలసవాదులు కాదు, ఈ నేల మూలవాసులే అని లంబాడీ . గిరిజన తెగలకు కవాల్సిన హక్కుల సాధన కోసం లంబాడీ సమాజం ఐక్యంగా పోరాడాల్సిన అవసరం ఉందని పిలుపునిచ్చారు.లంబాడీలను ఎస్టీ జాబితా నుండి తొలగించాలంటూ కొంతమంది ఆదివాసులు సుప్రీంకోర్టులో వేసిన కేసు పట్ల తీవ్ర ఆక్షేపం వ్యక్తం చేశారు. లంబాడీలు ఈ నేల అసలైన మూలవాసులని. మన హక్కులను మనమే కాపాడుకోవాలని రమేష్ పవర్ నాయక్ పేర్కొన్నారు.ఈ నేపథ్యంలో 28న ఆదివారం మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలో లంబాడీల ఆత్మగౌరవ సింహ గర్జన సభను ఘనంగా నిర్వహించనున్నట్లు వారు తెలిపారు. లంబాడీ సమాజం మొత్తానికి ఈ సభ గర్వకారణమై, ఐక్యతకు ప్రతీకగా నిలుస్తుందని అన్నారు.

మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని తహసీల్దార్ కార్యాలయం వద్ద వేలాదిగా లంబాడీలతో భారీ ర్యాలీ అనంతరం భాహిరంగ సింహ గర్జన సభ జరగనుంది. కావున ఈ కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర నలుమూలల నుండి బంజారా ప్రతినిధులు, సంఘ నాయకులు, యూవతి యువత పెద్ద సంఖ్యలో హాజరుకానున్నారు.

ప్రతి లంబాడీ బిడ్డా ఈ సభలో పాల్గొని తమ హక్కుల కోసం పిలుపునిచ్చారు గొంతెత్తాలని. లంబాడీ సమాజం ఐక్యంగా నిలబడితే ఎవరూ మన గౌరవాన్ని దెబ్బతీయలేరని సేవాలాల్ సేల్ ఇల్లందు మండల అధ్యక్షులు రమేష్ పవార్ నాయక్ పిలుపునిచ్చారు.

# అడ్వాన్స్ టెక్నాలజీ సెంటర్ ను ప్రారంభించిన. డాక్టర్ జిల్లెల చిన్నారెడ్డి గారు రాష్ట్ర ప్రణాళిక సంఘం ఉపాధ్యక్షులు.

తొలి సమయం, వనపర్తి, సెప్టెంబర్ 27.వనపర్తి జిల్లా లో రాజపేట సమీపంలో అడ్వాన్స్ టెక్నాలజీ సెంటర్ ప్రారంభోత్సవానికి ముఖ్యఅతిథిగా రాష్ట్ర ప్రణాళిక సంఘం ఉపాధ్యక్షులు డాక్టర్ జిల్లెల చిన్నారెడ్డి గారు. వనపర్తి నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులుతూడి మేఘారెడ్డి గారు, వనపర్తి జిల్లా ఆదర్శ సురభి కలిసి ప్రారంభించారు.చిన్నారెడ్డి గారు మాట్లాడుతూ

రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గారు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 65 అడ్వాన్స్ టెక్నాలజీ సెంటర్లకు మంజూరు చేయగా వనపర్తిలో చదువుకున్నందుకు వనపర్తి కి కూడా మొదటి విడతలోనే అడ్వాన్స్ టెక్నాలజీ సెంటర్ ని మంజూరు చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. డిసెంబర్ 3 తేదీ నా ప్రజా ప్రభుత్వం ఏర్పడిన మొదటి నుంచి విద్యకు పెద్దపీట వేస్తూ, పలుమార్పులు చేస్తూ, నాణ్యత మైన విద్యను విద్యార్థులకు అందించాలని లక్ష్యంతో పని చేస్తుందని అన్నారు. వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి ఉన్న సమయంలో ఆయన క్యాబినెట్ లో మంత్రిగా ఉన్న సమయంలో వనపర్తి నియోజకవర్గంలో ఐటిఐ కాలేజీని మంజూరు చేయించుకొని పాలిటెక్నిక్ కాలేజ్ ఆవరణంలోనే ఐటిఐ తరగతులను ప్రారంభించుకున్నామని అన్నారు.2014 లో ఎమ్మెల్యేగా ఉన్న సమయంలో ఐటిఐ కాలేజ్ నీ రాజపేట సమీపంలో నిర్మించుకున్నాము అని తెలిపారు. ఏ టి సి సెంటర్ ను టాటా కంపెనీ వాళ్ళ ప్రభుత్వ సహకారంతో నిర్వహిస్తున్నారని తెలిపారు. టాటా మోటార్స్, వస్తువులలో నాణ్యత ఉంటుందని అన్నారు. ఏటీసీ సెంటర్లో చదువుకున్న విద్యార్థులకు చదువు పూర్తి అయిన తర్వాత వారి మెరిట్ ఆధారంగా వారి కంపెనీలో జాబ్స్ ఇచ్చే విధంగా ఏటీసీ సెంటర్లో పనిచేస్తాయని అన్నారు. ఐటిఐ చదువుకున్న విద్యార్థులు చదువు పూర్తి అయిన తర్వాత జాబ్స్ కోసం తిరుగుతూ సమయం వృధా చేసేవారని ఐటిసి సెంటర్ల పుణ్యాన సమయం వృధా కాకుండా ఉద్యోగాలు వస్తాయని అన్నారు. వనపర్తి ఐటిసి సెంటర్ ను 6 కోట్ల ఆర్థిక వ్యయంతో నిర్మించుకున్నామని, ఐటిసి చదువుకున్న విద్యార్థులు ఉద్యోగాల్లో స్థిరపడిన తర్వాత వనపర్తి జిల్లా అభివృద్ధికి సహకరించాలని తెలిపారు.

అతి తక్కువ కాలంలో ఐటీసీ సెంటర్ నిర్మాణం చేసిన ఇంజనీర్ అనిల్ ను అభినందిస్తూ శాలువ కప్పి సన్మానించారు. ఐటీసీ సెంటర్ వనపర్తి జిల్లాకు మంజూరు చేసినందుకు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గారికి, రాష్ట్ర ఐటి మంత్రి శ్రీధర్ బాబు గారికి ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు.కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర పిసిసి ప్రధాన కార్యదర్శి నందిమల్ల యాదయ్య, రాష్ట్ర మైనార్టీ నాయకులు కమర్ మియా, వనపర్తి జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి చీర్ల జనార్ధన్ , వనపర్తి మండల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు నారాయణ, పెద్దమందడి మండల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు పెంటన్న యాదవ్, వనపర్తి పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి బాబా, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొనడం జరిగింది.

## స్వస్త్ నారీ .స్వశక్త్ పరివార్ అభియాన్ పోస్టర్ అందజేత కార్యక్రమం

తొలి సమయం, ఇల్లందుసెప్టెంబర్, 27.సెప్టెంబర్ 17 నుంచి అక్టోబర్ 2 వరకు మహిళల ఆరోగ్యం కోసం స్వస్త్ నారీ-స్వశక్తి పరివార్ అభియాన్ కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన పోస్టర్ని ఇల్లందు మండలం హనుమంతులపాడు గ్రామంలోని పల్లె దవాఖాన ఆయుష్మాన్ ఆరోగ్య మందిరములో ఆశ వర్కర్లు శంకరమ్మ , ధనమ్మ, లకు అందజేసిన ఏకల్ అభియాన్ ఫ్రెండ్స్ ట్రైబల్ సొసైటీ జిల్లా అధ్యక్షుడు గాయత్రి పరివార్ డాక్టర్ సతీష్ ఖండేల్వాల్. ఈ సందర్భంలో వారితో మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం మహిళల గురించి ఆలోచించి ఇంత మంచి కార్యక్రమం మొదలు పెట్టినారన్నారు. ఆరోగ్య మహిళ శక్తివంతమైన కుటుంబం అనే కార్యక్రమ పోస్టర్ను ఇల్లందు మండలంలోని ఆయుష్మాన్ ఆరోగ్య మందిరాలలో ఏకల్ అభియాన్ పాఠశాలల ఆచార్యుల ద్వారా అందజేసి వారితో కలిసి ప్రజలకు సేవలు అందిస్తామన్నారు.

## ఇనుగుర్తి మండల ఇంచార్జి ఎంపీడీఓ గా పార్ధసారధి.

తొలి సమయం :ఇనుగుర్తి,సెప్టెంబర్ 27:ఇనుగుర్తి మండల ఎంపీడీఓగా విధులు నిర్వహిస్తున్న హరిప్రసాద్ ప్రమోషన్ పై బదిలీ కావడంతో మహబూబాబాద్ ఎంపీవో గా విధులు నిర్వహిస్తున్న పార్ధసారధి ఇనుగుర్తి మండల ఇంచార్జి ఎంపీడీఓ గా శనివారం అదనపు బాధ్యతలు చేపట్టారు.ఇంచార్జ్ ఎంపీడీఓను వివిధ గ్రామపంచాయతీలకు చెందిన పంచాయతీ కార్యదర్శిలు మర్యాద పూర్వక%శీ%గా కలిసి శాలువాతో సన్మానం చేసి పుష్పగుచ్చాముఇచ్చిఅభినందనలు తెలియచేసారు. ఈ కార్యక్రమంలో పంచాయతీ కార్యాదర్శిలు గోపు లక్ష్మికాంత్, గండు వినోద్, గండు అనిల్ కుమార్, బొమ్మెరవాణి, రాజేష్, అశోక్, మరియు కార్యాలయ సిబ్బంది వివేక్, ప్రణీత్,సతీష్ పాల్గొన్నారు.

## పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారంతోనే ఆరోగ్యం

## అమ్మ పాలు బిడ్డకు అమృతం లాంటివి

తొలి సమయం, కామేపల్లిసెప్టెంబర్, 27.కామేపల్లి హరిజనవాడ అంగన్వాడీ సెంటర్లో పోషణ మాసం సందర్భంగా తల్లులకు పోషక ఆహారంపై అవగాహన కల్పించారు.రెండు సంవత్సరాల లోపు పిల్లల పోషణ ,వారి అభివృద్ధి ,రెండు సంవత్సరాల వరకు తల్లిపాలు కొనసాగించాలని తల్లులకు ఈ సందర్భంగా కామేపల్లి ఐసిడిఎస్ సర్కిల్ సూపర్వైజర్ పారుపల్లి లక్ష్మి అవగాహన కల్పించారు. అనంతరం ఆమె మాట్లాడుతూ పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారాన్ని తీసుకొని ఆరోగ్యంగా ఉండాలని కోరారు. తల్లిపాలే బిడ్డకు అమృతం అన్నారు, తల్లూలు పిల్లలకు రెండేళ్ల పాటు పాలు అందించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో అంగన్వాడీ టీచర్ పిడమర్తి ఉపేంద్రమ్మ, గర్భిణీలు, తల్లులు, మహిళలు పాల్గొన్నారు. గోపాలపురం అంగన్వాడి సెంటర్ లో అక్షరాభ్యాస కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఆర్.బి.ఎస్.కె డాక్టర్ అంగన్వాడీ టీచర్ వై జ్ఞానమ్మ, సిబ్బంది, ఆశ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

## లలితాదేవి అలంకరణలో శ్రీ వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి మాత

తొలి సమయం పెబ్బేరు సెప్టెంబర్ 27పెబ్బేరు మండలంలోనిదసరా నవరాత్రి ఉత్సవాలు పెబ్బేరు పట్టణంలోని శ్రీశ్రీశ్రీ వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి అమ్మవారి ఆలయంలోఅంబరాన్నంటాయి. శనివారం అమ్మవారు లలితా త్రిపుర సుందరి దేవి అలంకరణలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఉదయం నుంచే పంచామృతాభిషేకాలు, ప్రత్యేక పూజలు, భక్తుల తాకిడితో ఆలయ ప్రాంగణం అంతా ఆధ్యాత్మిక శోభను సంతరించుకుంది. పట్టణానికి చెందిన ఆర్యవైశ్య దంపతులు పూజలో కూర్చుకున్నారు. మహిళలు, చిన్నారులు చిన్నమ్మవారి వద్ కుంకుమార్చన, తదితర పూజలు చేశారు. సాయంత్రం మహిళలు లలితా పారాయణాన్ని పఠించి కుంకుమార్చన చేశారు. అమ్మవారి ఉత్సవ విగ్రహంతో పురుషులు, మహిళలు పల్లకీసేవ నిర్వహించారు. అనంతరం తీరొక్క పూలతో బతుకమ్మలను తయారు చేసి మహిళలు, చిన్నారులు బతుకమ్మ ఆడారు. అనంతరం ఆలయ అర్చకులు మహా మంగళహారతి నీరాజనం ఇచ్చి భక్తులకు తీర్థ, ప్రసాదాలను అందజేశారు. అదేవిధంగా దాతల సహకారంతో ఆర్యవైశ్య సంఘం సభ్యులు అన్నప్రసాదం, అల్పాహారం వితరణ చేశారు.

# కుల నిర్మూలన పోరాటాలను తీవ్రతరం చేద్దాం!

### సిపిఐ ఎంఎల్ ప్రజాపంథా ఆధ్వర్యంలో

### పోలారంలో సహ పంక్తి పనికి భోజనాలు

తొలి సమయం, ఇల్లందుసెప్టెంబర్, 27.వేల సంవత్సరాలుగా జ్ఞానాన్ని తనకు అనుకూలంగా మలుచుకుని అణచివేతను అధికారాన్ని సమర్ధించుకుంటూ ఆదిపత్యాన్ని కొనసాగిస్తున్న మనువాద హిందుత్వ భావజాలానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడి కుల,దోపిడి వ్యవస్థ నిర్మూలనకు సత్యశోధక్ సమాజ్ ను ఏర్పాటు చేసిన జ్యోతిరావు పూలే స్ఫూర్తితో ఉద్యమించాలని సిపిఐ ఎంఎల్ ప్రజాపంథా రాష్ట్ర నాయకులు చంద్ర అరుణ, నాయిని రాజు పిలుపునిచ్చారు. సిపిఐ ఎంఎల్ ప్రజాపంథా రాష్ట్ర కమిటీ పిలుపులో భాగంగా కుల నిర్మూలన వారోత్సవాల సందర్భంగా ఇల్లందు మండలం పోలవరం గ్రామంలోని దళితవాడలో కులాలకు మతాలకు అతీతంగా శనివారం సహపంక్తి భోజన కార్యక్రమాలను ప్రజాపంథా పార్టీ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటుచేసిన సదస్సుకు తెలే లక్ష్మయ్య అధ్యక్షత వహించగా వారు పాల్గొని మాట్లాడారు. దేశంలో కుల అనిచివేత, అంటరానితనం,మహిళల అసమానత్వం, వర్గ దొంతరులు, జాతి వివక్షతల మధ్య విడదీయరాని అంత సంబంధాలను జ్యోతిరావు పూలే గుర్తించి అణగారిన వర్గాలకు విద్య మానవ హక్కులు, స్త్రీ,పురుష సమానత్వం, రైతులు వ్యవసాయం కార్మికులు, అంటరానితనం,విధవల హక్కులకై పోరాటం జరిపి సామాజిక విప్లవానికి నాంది పలుకుతూ సిద్ధాంతికరించాడని అన్నారు. అణగారిన వర్గాల తరఫున నిలబడి మట్టి మనుషుల మేధావిగా సామాజిక విప్లవకారుడిగా పూలే ఆలోచనలను విస్తృతపరిచి సామాజిక చైతన్యాన్ని రగిలించేందుకు అనేక పుస్తకాలనీ రచించి సమాజానికి పరిచయం చేశారని అన్నారు. నేడు భారతదేశంలో బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చి పుక్కిడి పురాణాలే జ్ఞానంగా అభివర్ణించి పూలే,అంబేద్కర్ సామాజిక ఆలోచనలపై దాడులకు పోనుకుంటుందని అందులో భాగంగానే కులం మతం పేరుతో ఓట్లు దండుకుంటూ ప్రజల మధ్య అనైక్యతను సృష్టించి అధికారంలోకి వచ్చి ఆర్థిక, రాజకీయాలపై పెత్తనాన్ని కొనసాగిస్తూ ప్రజాస్వామిక వాదులపై, రచయితలపై

దాడులు చేస్తూ అహంకారంతో పరిపాలన కొనసాగిస్తుందని తెలిపారు. ఈ సదస్సులో సిపిఐ ఎంఎల్ ప్రజాపంథా జిల్లా నాయకులు బుర్ర వెంకన్న, ఆర్ఎస్సి బోస్,అజ్మీర బిచ్చ,పి డి యస్ యూ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కాంపాటి పృథ్వీ సిపిఎంఎల్ ప్రజాపంథా ఇల్లందు మండల కార్యదర్శి పూనెం కుమార్,కొమరారం ప్రాంతీయ కమిటీ కార్యదర్శి బుర్ర రాఘవులు, పి ఓ డబ్ల్యు జిల్లా అధ్యక్షురాలు యదళ్ళపల్లి సావిత్రి,శ్రీరామ్ కోటయ్య,తదితరులు పాల్గొని ప్రసంగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జూకంటి గాంధీ

## ఇల్లందు జగదాంబ సెంటర్ లో మానవ హారం నిర్వహించిన హాస్టల్ వర్కర్లు

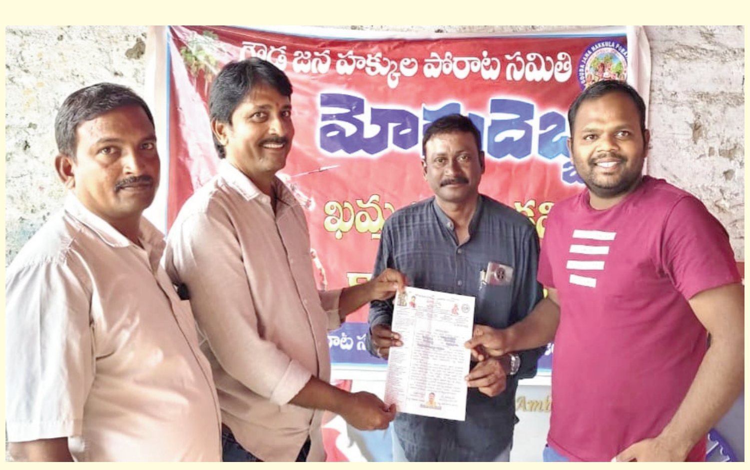
తొలి సమయం, ఇల్లందుసెప్టెంబర్, 27. గత 16 రోజుల నుండి నిరవదిక సమ్మె చేస్తున్నఆశ్రమ పాఠశాలు, హాస్టల్లు, పీ ఎం హెచ్ హాస్టల్ లలో పనిచేస్తున్న డైలీ వేజ్ ఔట్ సోర్సింగ్ వర్కర్లు తమ న్యాయమైన డిమాండ్ సాధన కోసంనిరసనలు చేస్తున్నారు. ప్రభుత్వం ఆదివాసి, గిరిజన ఇతర పేద వర్కర్ల తో వెట్టిచాకిరి చేయించుకుంటున్నదని ప్రభుత్వం నుండి వారికి ప్రతి నెల 35 వేల రూపాయలు చెల్లించాలని, డ్యూటీలో చనిపోయిన వర్కర్స్ కు 5 లక్షల రూపాయలు నష్టపరిహారం చెల్లించాలని సీఐటీయు జిల్లా నాయకులు అబ్దుల్ నబీ, తాళ్లూరి కృష్ణ లు డిమాండ్ చేశారు .
గత సంవత్సరం నుండి జీతాలు రాక వంట కుక్కు లు అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఇపుడు ప్రభుత్వం కొత్త జీ ఓ లు తెచ్చి వారికి వచ్చే జీతం మొత్తం లో సగం కన్నా ఎక్కువ కోత విధిస్తున్నది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం,ఐటిడిఏ పిఓ స్పందించి పాత వేతనాలు వెంటనే చెల్లించాలని, టైం స్కేల్ అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేసారు. ప్రభుత్వం గత పక్షం రోజులుగా నిరవదిక సమ్మె చేస్తున్న విషయం తెలిసినా ఏమాత్రం పట్టించుకోకుండా నిమ్మకు నీరెత్తినట్లుగా వ్యవహరిస్తుందని ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో ఉన్న ఆశ్రమ పాఠశాలల్లో ఆదివాసులే ఎక్కువగా వంట పని చేస్తున్నారని ప్రభుత్వం ఆదివాసి,ఇతర పేద వంటకుక్కుల పట్ల చిన్నచూపు చూస్తుందని దుయ్యబట్టారు.
గత సంవత్సర కాలం గా అనేక ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటూ కుటుంబ బరువుని మోస్తూ అనారోగ్యం పాలైతే ఇబ్బందులు పడుతూ తెల్లవారుజామున వంటకు వెళ్లి మరల రాత్రి 7 గంటల సమయం వరకు హాస్టల్లోనే పనిచేస్తున్నారని, ఈ దసరా పండగ కూడా పిల్లలకు బట్టలు తీసుకుని పరిస్థితి లేదని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారన్నారు. ఈ పరిస్థితిని ప్రభుత్వం అర్థం చేసుకొని జీతాలు చెల్లించాలని లేనిపక్షంలో భారీ ఎత్తున ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడతామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పద్మ రామ కల, లక్ష్మయ్య, లక్ష్మీ నారాయణ, జయ పాయం ముత్తయ్య, నాగేశ్వరరావు,స్వామి మంగ,స్వరూప, అంజమ్మ, అనిత,డైలీవేజ్ , ఔట్ సోర్సింగ్ వర్కర్లు పాల్గొన్నారు.

%ళి8:02 ాగీ, 9/27/2025రి% ం91 97010 39969: ఇల్లందు జగదాంబ సెంటర్ లో మానవ హారం నిర్వహించిన హాస్టల్ వర్కర్లు

తొలి సమయం, ఇల్లందుబీ
సెప్టెంబర్, 27.

గత 16 రోజుల నుండి నిరవదిక సమ్మె చేస్తున్న
ఆశ్రమ పాఠశాలు, హాస్టల్లు, పీ ఎం హెచ్ హాస్టల్ లలో పనిచేస్తున్న డైలీ వేజ్ ఔట్ సోర్సింగ్ వర్కర్లు తమ న్యాయమైన డిమాండ్ సాధన కోసంనిరసనలు చేస్తున్నారు. ప్రభుత్వం ఆదివాసి, గిరిజన ఇతర పేద వర్కర్ల తో వెట్టిచాకిరి చేయించుకుంటున్నదని ప్రభుత్వం నుండి వారికి ప్రతి నెల 35 వేల రూపాయలు చెల్లించాలని, డ్యూటీలో చనిపోయిన వర్కర్స్ కు 5 లక్షల రూపాయలు నష్టపరిహారం చెల్లించాలని సీఐటీయు జిల్లా నాయకులు అబ్దుల్ నబీ, తాళ్లూరి కృష్ణ లు డిమాండ్ చేశారు .
గత సంవత్సరం నుండి జీతాలు రాక వంట కుక్కు లు అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఇపుడు ప్రభుత్వం కొత్త జీ ఓ లు తెచ్చి వారికి వచ్చే జీతం మొత్తం లో సగం కన్నా ఎక్కువ కోత విధిస్తున్నది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం,ఐటిడిఏ పిఓ స్పందించి పాత వేతనాలు వెంటనే చెల్లించాలని, టైం స్కేల్ అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేసారు. ప్రభుత్వం గత పక్షం రోజులుగా నిరవదిక సమ్మె చేస్తున్న విషయం తెలిసినా ఏమాత్రం పట్టించుకోకుండా నిమ్మకు నీరెత్తినట్లుగా వ్యవహరిస్తుందని ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో ఉన్న ఆశ్రమ పాఠశాలల్లో ఆదివాసులే ఎక్కువగా వంట పని చేస్తున్నారని ప్రభుత్వం ఆదివాసి,ఇతర పేద వంటకుక్కుల పట్ల చిన్నచూపు చూస్తుందని దుయ్యబట్టారు.
గత సంవత్సర కాలం గా అనేక ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటూ కుటుంబ బరువుని మోస్తూ అనారోగ్యం పాలైతే ఇబ్బందులు పడుతూ తెల్లవారుజామున వంటకు వెళ్లి మరల రాత్రి 7 గంటల సమయం వరకు హాస్టల్లోనే పనిచేస్తున్నారని, ఈ దసరా పండగ కూడా పిల్లలకు బట్టలు తీసుకుని పరిస్థితి లేదని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారన్నారు. ఈ పరిస్థితిని ప్రభుత్వం అర్థం చేసుకొని జీతాలు చెల్లించాలని లేనిపక్షంలో భారీ ఎత్తున ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడతామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పద్మ రామ కల, లక్ష్మయ్య, లక్ష్మీ నారాయణ, జయ పాయం ముత్తయ్య, నాగేశ్వరరావు,స్వామి మంగ,స్వరూప, అంజమ్మ, అనిత,డైలీవేజ్ , ఔట్ సోర్సింగ్ వర్కర్లు పాల్గొన్నారు.

## 9: మోకుదెబ్బ భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా అధ్యక్షులుగా కందుల ఆనంద్ గౌడ్ నియామకం




తొలి సమయం, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం సెప్టెంబర్, 27. ఖమ్మం జిల్లా కేంద్రంలోని గౌడజన హక్కుల పోరాట సమితి మోకుదెబ్బ జిల్లా కార్యాలయంలో ముఖ్య నాయకుల సమావేశం జరిగింది.
ఈ సమావేశంలో భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా అధ్యక్షులుగా భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా ములకలపల్లి మండల కేంద్రానికి చెందిన కందుల ఆనంద్ గౌడ్ ని రాష్ట్ర కమిటీ ఆదేశాల మేరకు రాష్ట్ర కార్యదర్శి భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా ఇంచార్జి బండి నాగేశ్వరావు గౌడ్ నియామక పత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బి ఐ ఎల్ ఎఫ్ రాష్ట్ర నాయకులు పొడకంటి రాంబాబు, తెలంగాణ గౌడ యువజన సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పంది రాజు గౌడ్, మోకుదెబ్బ జిల్లా నాయకులు గుణగంటి రామారావు గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

## పేదల భరోసాగా , ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి

తొలి సమయం దంతాలపల్లి సెప్టెంబర్ 27: పేద మరియు మధ్యతరగతి వర్గాలకు వైద్య సహాయం అందించడానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి ద్వారా నిరంతర కృషి చేస్తోంది.
ఈ దిశగా, డోర్నకల్ నియోజకవర్గ ప్రభుత్వ విప్ మరియు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ జాటోత్ రామచందర్ నాయక్ ప్రత్యేక ప్రయత్నాలతో, మహబూబాబాద్ జిల్లా డోర్నకల్ నియోజకవర్గం దంతాలపల్లి మండలం వాల్య తండాకు చెందిన బర్మావతి మంగతికి వైద్య చికిత్స కోసం ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి నుండి రూ. 2,50,000 (రెండు లక్షల యాభై వేల రూపాయలు) మంజూరయ్యాయి. ఈ ఆర్థిక సహకారంతో బర్మావతి మంగతి హైదరాబాద్‌లోని నిజామ్స్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్ (నిమ్స్) ఆసుపత్రిలో అవసరమైన చికిత్స పొందనున్నారు. పేదల సంక్షేమం కోసం ఈ పథకం నిరంతరంగా పనిచేస్తుండటం పట్ల, అలాగే సత్వర చర్యలు తీసుకుని సహాయం అందించిన డోర్నకల్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ జాటోత్ రామచందర్ నాయక్కి స్థానిక ప్రజలు మరియు కుటుంబ సభ్యులు హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. అదేవిధంగా, మరో ఎల్‌ఓసీ కూడా అందించామని ప్రభుత్వ విప్ %ు% ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ జాటోత్ రామచందర్ నాయక్ గారు వెల్లడించారు.

## సీఎం , ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం

తొలి సమయం, ఇల్లందుసెప్టెంబర్, 27.ఇల్లందు పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ కమిటీ/ ఇల్లందు మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ కమిటీల ఆధ్వర్యంలో,దొడ్డ డానియల్,ఇల్లందు పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే , సింగరేణి క్యాంప్ ఆఫీస్ లో .రాష్ట్రంలో ఎన్నికల సమయంలో బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ అమలు చేస్తామని హామీ ఇచ్చిన నేపథ్యంలో, రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ అమలు చేయడానికి హర్షిస్తూ, శనివారం ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే సింగరేణి క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య ఆదేశాల మేరకు సీఎం ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం కార్యక్రమమును నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగ భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేత, కోరం సురేందర్ , ఇల్లందు పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు దొడ్డ డానియల్ , డి సి సి బి డైరెక్టర్ మేకల మల్లిబాబు యాదవ్ ,కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేతలు మడుగు సాంబమూర్తి , బొల్ల సూర్యం , చిల్ల శ్రీనివాసరావు ,ఎండి జాఫర్ ,కల్తీపద్మ తదితరులు మాట్లాడుతూ ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన ప్రతి ఒక్క హామీని కాంగ్రెస్ పార్టీ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తప్పనిసరిగా అమలు చేయడం జరుగుతుందన్నారు, గతంలోనే మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం, గృహ లక్ష్మీ పథకంలో, భాగంగా 200 యూనిట్ల ఉచిత విద్యుత్తు, రూ 500 గ్యాస్ సిలిండర్, రైతు భరోసా, రుణమాఫీ, అర్హులైన పేదలందరికీ ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, వంటి ఎన్నో అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలకు శ్రీకారం చుట్టడం జరిగిందని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో అన్ని వర్గాల శ్రేయసే కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వ లక్ష్యమన్నారు. త్వరలో జరగనున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో రాష్ట్రంలో ప్రజలందరూ కాంగ్రెస్ పార్టీకి పట్టంకటేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నారని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ నాయకులు, ఇల్లందు వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బానోతు రాంబాబు నాయక్, కల్తీ పద్మ, పాల్గొన్నారు.

## కొండ లక్ష్మణ్ బాపూజీ కి ఘన నివాళి

తొలి సమయం, ఇల్లందుసెప్టెంబర్, 27
స్థానిక తెలంగాణ తల్లి జగదాంబ సెంటర్లో ప్రముఖ స్వాతంత్ర సమరయోధుడు తెలంగాణ ఉద్యమ నాయకుడు కొండ లక్ష్మణ్ బాపూజీ జయంతి సందర్భంగా భారత రాష్ట్ర సమితి వ్యవస్థాపక నాయకులు దిండిగాల రాజేందర్ నాయకత్వంలో ఘన నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా రాజేందర్ మాట్లాడుతూ తెలంగాణలో పురుడు పోసుకున్న అన్ని ప్రజా ఉద్యమాలకు ఆయన ప్రత్యక్ష సాక్షి. తెలంగాణ ప్రాంతానికి జరుగుతున్న అన్యాయాన్ని ఎదిరించి ఎలుగెత్తి చాటిన అతి తక్కువ మంది నాయకులు కొండా లక్ష్మణ్ బాపూజీ. ఉద్యమ వారిది బాపూజీ దేశ స్వాతంత్రం కోసం ,విముక్త తెలంగాణ కోసం, ప్రత్యేక తెలంగాణ అవతరణ కోసం నినదించిన నిప్పుల గొంతుక. ఆయన 96 ఏళ్ల వయసులోనూ ప్రత్యేక రాష్ట్ర ఉద్యమంలో పోరాడారు. తెలంగాణ గడ్డమీద పుట్టి దేశ చరిత్ర పూటలకెక్కిన మహానుభావులలో ఒకడిగా బాపూజీ స్మరణీయులు అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ జనరల్ సెక్రెటరీ సుదర్శన్ రంగనాథ్ ఇల్లందు టిఆర్ఎస్ పార్టీ టౌన్ ఉపాధ్యక్షుడు , వసంత్ కుమార్ , మహిళా నాయకులు

బిబి, నూర్జహాన్, మదర్ బి, ఉమా, గోపి భాగ్య ,మౌనిక తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## భారత ఇంధన రంగంలో కీలక పరిణామం..

### అండమాన్ తూర్పు తీరానికి 17 కి.మీ. దూరంలో గ్యాస్ జాడలు
### వెలికి తీసిన గ్యాస్‌లో 87 శాతం మీథేన్ ఉన్నట్టు నిర్ధారణ
### ఈ ప్రాంతంలో భారీగా నిక్షేపాలు ఉంటాయని నిపుణుల అంచనా

భారత ఇంధన రంగంలో మరో కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. అండమాన్ సముద్ర గర్భంలో సహజ వాయువు నిక్షేపాలను కనుగొన్నట్లు ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ ఆయిల్ ఇండియా లిమిటెడ్ (ఓఐఎల్) అధికారికంగా ప్రకటించింది. అండమాన్ దీవుల తూర్పు తీరానికి సుమారు 17 కిలోమీటర్ల దూరంలో చేపట్టిన అన్వేషణలో ఈ గ్యాస్ జాడలు లభ్యమయ్యాయి.
ఓఐఎల్ తవ్విన ఒక అన్వేషణాత్మక బావిలో 295 మీటర్ల లోతులో గ్యాస్ ఉన్నట్లు కంపెనీ గుర్తించింది. ఈ బావి నుంచి సేకరించిన నమూనాలను ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని కాకినాడ లేబొరేటరీలో పరీక్షించగా, ఇందులో 87 శాతం వరకు మీథేన్ వాయువు ఉన్నట్లు తేలిందని ఓఐఎల్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపింది. అయితే, ఈ బావి నుంచి రోజుకు ఎంత గ్యాస్ వెలికితీయవచ్చనే దానిపై స్పష్టత రావాల్సి ఉంది. నిర్దేశించిన ప్రకారం మొత్తం 2,650 మీటర్ల లోతు వరకు తవ్వకాలు పూర్తి చేస్తేనే ఉత్పత్తి సామర్థ్యంపై ఒక అంచనాకు రాగలమని అధికారులు విశ్లేషిస్తున్నారు.
అండమాన్ దీవులకు సమీపంలో ఉన్న మయన్మార్, ఇండోనేషియా దేశాల సముద్ర తీరాల్లో ఇప్పటికే భారీ స్థాయిలో చమురు, గ్యాస్ నిక్షేపాలు వెలుగుచూశాయి. ఈ నేపథ్యంలో అండమాన్, నికోబార్ ప్రాంతంలో కూడా గణనీయమైన హైడ్రోకార్బన్ నిల్వలు ఉంటాయని నిపుణులు చాలాకాలంగా అంచనా వేస్తున్నారు. 'ఇండియా హైడ్రోకార్బన్ రిసోర్స్ అసెస్‌మెంట్ స్టడీ' నివేదిక ప్రకారం, ఈ ప్రాంతంలో దాదాపు 37.1 కోట్ల టన్నుల చమురుకు సమానమైన నిక్షేపాలు ఉండే అవకాశం ఉంది. ఈ అంచనాల నేపథ్యంలోనే ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలైన ఓఎన్‌జీసీ, ఓఐఎల్ కలిసి రూ. 3,200 కోట్ల పెట్టుబడితో ఈ ప్రాంతంలో విస్తృత అన్వేషణ కార్యక్రమాలను చేపట్టాయి. అండమాన్‌లో చమురు, గ్యాస్ నిక్షేపాలు భారీగా ఉండే అవకాశం ఉందని కేంద్ర పెట్రోలియం శాఖ మంత్రి హర్‌దీప్ సింగ్ పురి ఇటీవల వ్యాఖ్యానించిన విషయం తెలిసిందే. తాజా ఆవిష్కరణ ఈ అంచనాలకు మరింత బలాన్ని చేకూరుస్తోంది.

### నర్సింహులపేట మండల కేంద్రంలో ప్రజలకు ఇబ్బందికరంగా మరినా కుక్కలు ,కోతులు బెడద

తొలి సమయం నర్సింహులపేట సెప్టెంబర్ 27 : నర్సింహులపేట మండల కేంద్రంలో ఒక వైపు కోతులు,మరో వైపు కుక్కలు చాలా విపరితంగా పెరిగాయి, కుక్కలు ,కోతులు బాగా పెరిగి ప్రజలపై దాడి చేస్తున్నాయి, ఒంటరిగా నడవలేని పరిస్థితి, ఎక్కడ దాడి చేస్తావని భయపడుతున్న ప్రజలు, మండల కేంద్రంలో ఉండే అధికారులు మరియు ,ప్రజా ప్రతినిధులు ఈ యొక్క కుక్కల మరియు కోతులు బెడద లేకుండా చేయగలరని ప్రజలు ప్రభుత్వ న్నీ విన్నవించుకుంటున్నారు...

## మా తండా లో మా రాజ్యానికి ఐదు సంవత్సరాలలో పాడే కట్టిన కాంగ్రెస్

### యాభై శాతం కంటే ఎక్కువ గిరిజన ఓటర్లు ఉన్న స్థానిక సంస్థల యూనిట్ లను గిరిజనులకే కేటాయించాలి

### జాదవ్ రమేష్ నాయక్ లంబాడీల ఐక్య వేదిక రాష్ట్ర ముఖ్య సమన్వయ కర్త

తొలి సమయం మరిపెడ సెప్టెంబర్ 27: ఇరవై సంవత్సరాల లంబాడీల సుదీర్ఘ పోరాటం తరువాత మాజీ రాష్ట్ర ముఖ్య మంత్రి చంద్ర శేఖర్ గిరిజన ఆవాసాలను పంచాయతీ లను చేయడము జరిగింది, చేసిన సంతోషం ఐదు సంవత్సరాలు తిరగకుండానే 90 శాతం కంటే ఎక్కువ జనాభా ఉన్న తండా పంచాయతీ లను సర్పంచ్ ఎన్నికలలో వేరే వారికి కేటాయించడాన్ని లంబాడీల ఐక్య వేదిక తీవ్రముగా తప్పు పడుతున్నది.యాభై శాతం కంటే ఎక్కువగా జనాభా ఉన్న పంచాయతీ లను ప్రజాస్వామ్య బద్దంగా గిరిజనులకు గత ప్రభుత్వాలు కేటాయించడం జరిగింది.

రూరల్ జనాభా ఎక్కువ ఉన్న గిరిజనులకు వారి జనాభా దామాషా ప్రకారం స్థానిక సంస్థలు అయిన జడ్పీటీసీ లలో, జెడ్పీ చైర్మన్ లలో, ఎంపీటీసీ లలో, ఎంపీపీ లలో, సర్పంచ్ లలో, ఉప సర్పంచ్ లలో , వార్డు మెంబర్ లలో రిజర్వేషన్లు కేటాయించకుండా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఈ రోజు వెలువడిన రిజర్వేషన్ కేటాయింపులను చూస్తే అర్థమవుతుందని ధ్వజం ఎత్తారు.

జరిగిన తప్పును వారం లోగా సరి దిద్దు కొని యాభై శాతం కంటే ఎక్కువ జనాభా ఉన్న సీట్లను గిరిజనులకు కేటాయించాలని అలాగే, ఇతర స్థానాల్లో పది శాతం రిజర్వేషన్ లను కేటాయించాలని లంబాడీల ఐక్య వేదిక ద్వారా డిమాండ్ చేస్తున్నాము.

ఇటు మున్సిపల్ ఎలక్షన్స్ లలో, కార్పొరేషన్ ఎలక్షన్ లలో, అలాగే జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికలో కూడా ఇక్కడ జనాభా తక్కువ ఉంది అని మమల్ని విస్మరించి ఇవ్వాళ రూరల్ ప్రాంతాలలో జరిగే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలలో కూడా మా పై కుట్ర చేయడాన్ని తీవ్రముగా ఖండిస్తున్నాం అని చెప్పారు.

## బతుకమ్మ ఘాటు కోసం స్థలం లేక మహబూబాబాద్ నుండి మరిపెడ వైపు వెళ్లే 365 జాతీయ రహదారిపై వేడుకలు జరుపుకుంటున్న మహిళలు

తొలి సమయం బెతోలు సెప్టెంబర్ 27: మహబూబాబాద్ మున్సిపాలిటీ బేతోలు అర్బన్ 6వ వార్డుకు సంబంధించిన గ్రామంలో సుమారు వెయ్యి మంది మహిళలు తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అతి గొప్పగా నిర్వహించే మహిళలు సాంప్రదాయ బద్దంగా బేతోలు గ్రామంలో బతుకమ్మ ఉత్సవాలను నేషనల్ హైవే 365 రోడ్డు మీదనే పండుగ ఉత్సవాలు నిర్వహించుకోవాల్సి వస్తుంది. బతుకమ్మ స్థలం లేక ఆడపడుచులు ఎస్సీ కాలనీలో ఇండ్ల మధ్యన రోడ్డు మీదనే వేడుకలు జరుపుకుంటున్నారు. మరికొందరు మహిళలు ఆలయాల్లో కనీస సౌకర్యాలు దీప కాంతులు లైట్స్ లేకుండా వేడుకలు నిర్వహిస్తున్నారు. మరోవైపు ఆడపడుచులకు బతుకమ్మ ఆడుకునే స్థలం లేక 365 జాతీయ రహదారిపై ఈ రోడ్డుకు ఆనుకొని ఉన్న మైసమ్మ కుంట చెరువు వద్ద వేడుకలు నిర్వహించుకుంటున్నారు. ఈ రోడ్డు మీద ఆడటం వలన రోడ్డు ప్రమాదాలు మరోవైపు పొలాలలో విషపురుగులతో మహిళలు పిల్లలు భయభ్రాంతులకు గురవుతున్నారు. ఆడపడుచులు ఆడుకునే బతుకమ్మ చెరువు వద్ద కనీస సౌకర్యాలు లేక బతుకమ్మలను పొలాలలో గట్లల్లో వదిలేసి రావాల్సి పరిస్థితి ప్రతి సంవత్సరం జరుగుతుంది. కలెక్టర్ గారికి బతుకమ్మ ఘాటు ఏర్పాటు చేయాలని పలుసార్లు వినతి పత్రాలు ఇచ్చిన ఎలాంటి స్పందన లేదు. ఇప్పటికైనా మా బేతోలు గ్రామంలో బతుకమ్మ ఘాటు కోసం స్థలం కేటాయించి నిధులు మంజూరు చేసి మహిళల ఆనందం కోసం ఉత్సవాలని నిర్వహించుకోవడం కోసం బతుకమ్మ చెరువు వద్ద సౌకర్యాలు కల్పించాలని ఆడపడుచులు కోరుతున్నారు.

## బయ్యారం లో ముగిసిన

# ఆదివాసి జోడో యాత్ర..

**"చట్టబద్ధత లేకుండా లంబాడాలు ఎస్టీలుగా కొన సాగుతున్న విధానంవలన, 50 సంవత్సరాలుగా ఏజెన్సీలో మూల వాసులమైన 9తెగల ఆదివాసీకు చెందవలసిన విద్య ఉద్యోగ సంక్షేమ పథకాలు కోల్పోతున్నాము. పైగా ఏజెన్సీలో అన్ని రంగాల్లో బలోపేతమై లంబాడాలు ఆదివాసీల భూములు భూములను కూడా కోనేస్తున్నారని, చివరకు మా సంస్కృతిని కూడా విద్వాంసం చేసే పనిలో పడ్డారని వివరిస్తూ సాగిన జోడో యాత్ర బయ్యారం తో విజయ వంతం అయ్యిందని, ఆదివాసి జాబ్ చైర్మన్ చుంచు రామకృష్ణ, తుడుం దెబ్బ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మై పతి అరుణ్ కుమార్ అన్నారు**

- రాజకీయ, సాంస్కృతిక, ప్రజాఉద్యమ రూపాల్లో లంబాడీలను ఎస్టీ జాబితా నుంచి తొలిగించాలనే ఎజెండా తో జోడోయాత్ర సాగినట్టు తెలియ జేసిన జాక్
- కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభత్వాలకు 2017, నుండి తెలియ జేస్తున్నాం,ఇప్పటికైన వాస్తవాలు తెలుసుకొని ప్రభత్వాలు చర్యలు తీసుకోవాలి
- జాక్ చైర్మెన్ చుంచు రామకృష్ణ
- తుడుం దెబ్బ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మైపతి అరుణ్ కుమార్

తొలి సమయం, మహబూబాబాద్ సెప్టెంబర్ 27:బయ్యారం ముగింపు జోడో యాత్ర సందర్భంగా జాక్ చైర్మెన్ చుంచు రామకృష్ణ తన మాతృమూర్తి ఆశీర్వాదం తీసుకునే సందర్భం అత్యంత ఆసక్తిని రేకెత్తించింది,కొడుకును తన జాతి మనుగడ కోసం అంకితం చేస్తున్నట్లు కంటనీరు ఒలికిస్తూ ఆలింగనం చేసింది,ఉద్వేగాన్ని దుఃఖాన్ని పంటిబిగువున అపుకుంటూ, ఆదివాసీ 9తెగల జాక్ చైర్మెన్ రామ కృష్ణకు ఆమె సంపూర్ణ మద్దతు తెలిపిన సందర్భం అక్కసారిగా నిష్శబ్దం ఆవరించింది

ఈ సందర్బంగా రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ.. ఆదివాసీలను ఐక్యం చేయడం, కోసం మూడు రూపాలను ఎంచుకున్నామని అన్నారు. అవి రాజకీయ సాంస్కృతిక ప్రజాఉద్యమాన్ని ముందుకు తీసుకొని పోతున్నాం అన్నారు ఆదివాసీల సంస్కృతి ధార్మిక సంప్రదాయాలను, ఇలవేల్పుల జాతరలను భలోపేతం చేస్తూ.. భద్రాచలం, ఆదిలాబాద్, ఆసీఫాబాద్, మహారాష్ట్ర చతిస్గడ్,మధ్యప్రదేశ్, రాష్ట్రాల తొమ్మిది తెగలను ఐక్యం చేస్తూ కాలుకు బలపం కట్టుకొని తిరిగామని అన్నారు. భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలోని కరక గూడెం మండలంలోని చిరుమల్ల సమ్మక్క తల్లి పుట్టు గద్దెల జాతరను భూమికగా చేసుకొని 124 ఆదివాసీలా ఇలవేల్పులను, భిన్న ఆదివాసీ తెగల సమ్మేళనం చేయడం ఓఅద్భుత గట్టం అన్నారు.. కాని ప్రభత్వం సహాయ సహకారాలు ఇవ్వడం లో ఆదివాసీలను వివక్షకు గురి చేస్తుంది అన్నారు..లంబాడాలు ఉత్తరభారత దేశానికి సంబందించిన దేవుళ్ళు కల్చర్ ను పట్టుకొస్తున్నారు అన్నారు. ప్రభుత్వం వారికి అడ్డగోలుగా నిధులు కేటాయించడాన్ని కొనసాగనివ్వం అని నిప్పులు చేరిగారు..

జోడో యాత్ర మొదట పస్రా లొట్టపిట్ట గండినుండి మొదలై వాజేడు, వెంకటాపురం, చెర్ల దుమ్ముగూడెం, బూర్గంపహాడ్, అశ్వాపురం, గుండాల ఇల్లందు బయ్యారం చేరుకున్నదని అన్నారు.ఓ ప్రక్కన వాతావరణం సహకరించక పోయినా వర్షం, చాలి గాలి ని లెక్క చేయకుండా జోడో యాత్ర కొనసాగింది అన్నారు సహకరించిన జాక్ అన్ని విభాగాలకు కృత్తతలు అన్నారు, ఛలో భద్రాచలం కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చెయ్యడం ద్వారా కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు కనువిప్పు కలగాలి అన్నారు. వాహనాలకు ప్రమాదం జరుగ కుండా జాగ్రత్త పడాలి అన్నారు

## బిఆర్ఎస్ హయంలో నిరుద్యోగులు ఉపాధికి దూరంగా వ్యసనానికి దగ్గరగా చేరారు.

### తియ్యరి కాదు ప్రాక్టికల్ విద్య

### ఏటిసి ప్రారంభోత్సవంలో ఎమ్మెల్యే మురళి నాయక్

తొలి సమయం మహబూబాబాద్ సెప్టెంబర్ 27: మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని ఎస్పీ క్యాంప్ కార్యాలయంలో ఏ టి సి ప్రారంభోత్సవంలో ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్న మహబూబాబాద్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ భూక్యా మురళి నాయక్ ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ సీఎం ఆధ్వర్యంలో మల్లె పెల్లి నందు ఐదు అడ్వాన్స్ ట్రైనింగ్ సెంటర్స్ ని ప్రారంభించమని, వీటితో పాటు రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాలలో 45 ఏటి సెంటర్లు ప్రారంభించారని అందులో భాగంగానే మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని ఎస్పీ గారి కార్యాలయం నందు ఏటీసీ కేంద్రాన్ని ప్రారంభించడం చాలా సంతోషంగా ఉంది అని అన్నారు, గతంలో ఐటిఐ సెంటర్ను ఏర్పాటు చేశారని గత బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో ఐటిఐ కాలేజీలు మూతపడ్డాయని గత ప్రభుత్వంలో నిరుద్యోగులు ఉపాధి లేక వ్యసనాలకు బానిసలు అయ్యారని తెలియజేశారు ,అంటే అది బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వమే నిరుద్యోగులను నట్టేట మంచిదని ,కానీ రేవంత్ సర్కార్ ప్రజా ప్రభుత్వం కొలువుదిరిన తర్వాత

నిరుద్యోగుల కోసం ఎన్నో ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పిస్తున్న దానికి సంతోషించాల్సింది పోయి ప్రజా ప్రభుత్వం పై బిఆర్ఎస్ నాయకులు హేళన చేయడం సిగ్గుచేటు అన్నారు, అంతేకాకుండా అడ్వాన్స్ ట్రైనింగ్ సెంటర్లో ప్రతి సంవత్సరానికి మానుకోట నుంచి 170 మంది నిరుద్యోగులకు ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పిస్తామని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు.

మానుకోటలో 63 కోట్ల రూపాయలతో ఏటీసీ సెంటర్ను ప్రారంభించడం జరిగిందని టాటా గ్రూప్ వారి సహకారంతో ఏర్పాటు చేసిన ఏటీసీ శిక్షణ కేంద్రాలలో శిక్షణ పొందిన వారికి పక్కా ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పిస్తామని చదువుకున్న నిరుద్యోగులకు ఉద్యోగ అవకాశాలు ఈ లక్ష్యంగా ఏంటి సెంటర్లను ఏర్పాటు చేశామని అంతేకాకుండా ఏటీసీలో శిక్షణ పొందిన నిరుద్యోగులకు ఉద్యోగ భద్రత కూడా ప్రభుత్వం కల్పిస్తుందిని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే అధికారులు,ఉపాధ్యాయులు, జిల్లా నాయకులు, పట్టణ నాయకులు, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

దిన పత్రిక తొలి సమయం

ఆదివారం 28 సెప్టెంబర్ 2025

# తాజా ఫ్రూట్స్‌తోనే వేసవిలో ఆరోగ్యం..

## మండే ఎండకు పండే రక్ష

## పండ్లు,పండ్ల రసాలతో శరీరానికి పోషకాలు

మండే కాలమ్‌లో.. పండే బలం..!! మరి ఈ పండ్లలో ఉన్న పోషకాలు ఏంటో తెలుసా..?వేసవి నుంచి ఈ పండ్ల ద్వారా ఎలా రక్షణ పొందవచ్చో తెలుసా..?ఫిట్‌నెస్ కోసం యోగా, వాకింగ్, జాగింగ్, జిమ్ చేయడం, ఫిట్‌నెస్ సెంటర్లకు పరుగులు తీయడం మాత్రమే కాదు. మండే కాలమ్‌లో.. పండే బలం..!! మరి ఈ పండ్లలో ఉన్న పోషకాలు ఏంటో తెలుసా..?వేసవి నుంచి ఈ పండ్ల ద్వారా ఎలా రక్షణ పొందవచ్చో తెలుసా..?ఫిట్‌నెస్ కోసం యోగా, వాకింగ్, జాగింగ్, జిమ్ చేయడం, ఫిట్‌నెస్ సెంటర్లకు పరుగులు తీయడం మాత్రమే కాదు.. ఆయా కాలాల్లో విరివిగా లభించే పండ్లను, పండ్ల రసాలనూ తీసుకోవడంతో ఆరోగ్యాన్ని ఫిట్‌గా ఉంచుకోవచ్చు. అంతేకాదు ఈ ఎండాకాలంలో 'పండంటి' ఆరోగ్యాన్ని మీ సొంతం చేసుకోవాలంటే 'మండే ఎండకు పండే రక్ష' అని మీరు తెలుసుకోక తప్పదు. అందుకే ఈ వేసవిలో లభించే పండ్లను, వాటిలో ఉండే పోషకాలను మీ కోసం అందిస్తున్నాం..

**పుచ్చకాయతో ఎంతో చలువ..**

వేసవిలో లభ్యమయ్యే పుచ్చకాయ శరీరాన్ని చల్లబరచడంలో బాగా ఉపకరిస్తుంది. అత్యధిక శాతం నీరు కలిగి ఉండే పుచ్చ ప్రధానంగా వేసవిలో ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ముదురు ఎరుపు లేక గులాబీ రంగు పుచ్చకాయ గుజ్జులో కెరోటినాయిడ్స్, బీటా కెరోటిన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిని శరీరం 'ఏ' విటమిన్‌గా మార్చుకుంటుంది. ఇంకా పుచ్చకాయలో బీ6, 'సీ', పీచు పదార్థాలు బాగా లభిస్తాయి. నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండటంతో శరీర ఉష్ణోగ్రతను తొందరగా తగ్గించి చల్లబరచడంలో ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తుంది. సుక్రోజ్, గ్లూకోజ్, ఫ్రక్టోజ్‌లు పుచ్చకాయలో ఎక్కువగా లభిస్తాయి.

**పోషకాల సపోట..**

సపోట మంచి పౌష్టికరమైనదని వైద్యులు చెబుతారు. కాల్షియం, ఐరన్‌లు ఈ పండు లో సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. బీ1, బీ6, బీ12తో పాటు విటమిన్ ఈ విటమిన్ కూడా సపోటలో లభిస్తుంది. ఈ పండులో నీటి నిల్వ ఎక్కువగా ఉండటంతో వేసవి తాపం తీర్చడంలో బాగా ఉపకరిస్తుంది. జీర్ణం అయ్యేందుకు కాస్త ఎక్కువ సమయం తీసుకున్నా శరీరానికి ఎంతో మేలు చేసే పండుగా సపోటకు పేరుంది.

**దానిమ్మతో రక్తహీనత దూరం..**

దానిమ్మ పండు రక్తహీనతను దూరం చేస్తుంది. రక్తం సరిపడ లేక ఇబ్బంది పడుతున్న వారు దానిమ్మ రసాన్ని ప్రతి రోజూ ఓగ్లాసు తాగితే రక్త హీనత నుంచి బయటపడొచ్చు. అలాగే ఈ పండు వేసవిలో వడ దెబ్బ నుంచి రక్షణ కల్పిస్తుంది. ఈ పండులో పొటాషియం 666 మిల్లీ గ్రాములు, పాస్ఫరస్ 102 మిల్లీగ్రా, మెగ్నీషియం 34 మిల్లీ గ్రా, కాల్షియం 28 మిల్లీ గ్రా ఉంటాయి.

**అరటితో జీర్ణం..**

అరటి పండు సులభంగా జీర్ణమై రక్తంలో కలుస్తుంది. ఇది మలబద్ధకాన్ని నివారించడంలో బాగా పని చేస్తుంది. శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించి అధిక రక్తపోటును కంట్రోల్‌లో ఉంచుతుంది. మినరల్స్, పొటాషియం అరటిలో ఎక్కువగా లభిస్తాయి. ఈ పండులో 70.1 గ్రాముల నీరు ఉంటుంది. ప్రోటీన్లు 1.2 గ్రాములు, కొవ్వు 0.3 గ్రాములు, పిండిపదార్థాలు 27.2 గ్రాములు, కాల్షియం 17 మిల్లీ గ్రాములు, ఇనుము 0.4 మిల్లీ గ్రాములు, సోడియం 37 మిల్లీ గ్రాములు, పొటాషియం 88మిల్లీ గ్రాములు, జింక్ 0.15 మి.గ్రాలు, క్రోమియం 0.004 మి.గ్రాలు, కెరోటిన్ 78 మైక్రోగ్రాములు, థయామిన్ 0.0.5 మిల్లీ గ్రాములు, శక్తి 116 కిలో కాలరీలు ఉంటాయి.

**పైనాపిల్‌లో ఎన్నో విలువలు..**

పైనాపిల్‌లో బోలెడన్ని విలువలున్నాయి. 100 గ్రాముల పైనాపిల్(అనాస) పండులో 87.8 శాతం నీరు ఉంటుంది. 0.4 గ్రాముల ప్రోటీన్లుంటాయి. కొవ్వు 0.1 గ్రాము మాత్రమే ఉంటుంది. పిండి పదార్థాలు 10.8 గ్రాములు, కాల్షియం 20 మిల్లీ గ్రాములు వంద గ్రాముల పైనాపిల్‌లో లభిస్తాయి. అలాగే పాస్ఫరస్ 9 మిల్లీ గ్రాములు, ఇనుము 2.4 మిల్లీగ్రాములు, సోడియం 34.7 మిల్లీ గ్రాములు, పొటాషియం 37 మిల్లీ గ్రాములు, మాంగనీస్ 0.56 మిల్లీ గ్రాములు, కెరోటిన్ 18 మైక్రో గ్రాములు, శక్తి 46 కిలో కాలరీలు ఉంటాయి. వేసవి కాలంలో చల్లదనాన్ని చేకూర్చే ఈ పండును ఎక్కువగా జ్యూస్ రూపంలోనే సేవిస్తారు.

**జామతో జీవకణాల వృద్ధి..**

జామ పండులో యాంటీ యాక్సిడెంట్లు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. జామ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇవి ఎంత ఎక్కువగా తింటే అంతమంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మనిషి వయసుతోపాటే శరీరంలో ఉండే కొన్నిరకాల జీవ కణాలు పాడిబారిపోతాయి. జామలో ఉండే యాంటీ యాక్సిడెంట్లు ఈ ప్రత్యేకమైన కణాలను పాడవకుండా కాపాడుతాయి. వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ ఏర్పడే డీ-జనరేటివ్ వ్యాధులను, క్యాన్సర్ వ్యాధిని, ముసలితనాన్ని దరిచేరకుండా చేస్తుంది. బాగా ఎక్కువగా యాంటీ యాక్సిడెంట్లు లభించే 100 గ్రాముల పండులో 496 మిల్లీ గ్రాముల యాంటీయాంటీ యాక్సిడెంట్లు లభిస్తాయి.

**శరీర వేడి తగ్గించే కర్బూజ..**

దోస జాతికి చెందిన ఈ పండు తినడం వల్ల వేసవిలో ఎంతో చలువ చేస్తుంది. శరీరంలో వేడిని గణనీయంగా తగ్గించడంలో కర్బూజ దిట్ట. కేలరీలు లేని తీపిదనం కర్బూజలో లభిస్తుంది. ఆకలి మందగించడం, బరువు తగ్గడం, మలబద్ధకం, మూత్రనాళ సమస్యలు, ఎసిడిటీ, అల్సర్‌లాంటి సమస్యలున్నవారు ఈ పండు గుజ్జును తగిన నీళ్లలో కలుపుకుని తాగితే ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఆకలి పెంచడంతో పాటు అలసటా తీరుస్తుంది. రక్తపోటు, గుండె పనితనం పెంచడంలో బాగా సహకరిస్తుంది. కిడ్నీల్లో రాళ్లు ఏర్పడకుండా నివారిస్తుంది. ఎముకలకు బలం చేకూర్చడంతో పాటు శరీరానికి విటమిన్ 'సీ', ఫోలిక్ ఆమ్లం ఎక్కువగా అందుతాయి.

**యాపిల్‌కు సాటిలేదు..**

రోజుకో యాపిల్ తింటే అసలు డాక్టర్‌తో పనే ఉండదు. పెక్టిన్ అనే రసాయనం దండిగా లభించే ఈ పండు పేగులను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. క్రమం తప్పకుండా ఎక్కువ కాలం తింటే బ్యాక్టీరియా ఎక్కువగా వృద్ధి చెంది కొన్ని రకాల కొవ్వు ఆమ్లాల ఉత్పత్తిలో సాయం చేస్తుంది. యాపిల్ తినడం ద్వారా పేగులకు హాని చేసే సూక్ష్మక్రిముల నియంత్రణ జరుగుతుంది.

అంతేకాదు దేహాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు అవసరమైన బ్యూటీరేట్ రసాయనాన్ని యాపిల్ పండు ఉత్పత్తి చేస్తుందని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. రక్తాన్ని వృద్ధి చేయడంలో ఈ పండుకు మరేదీ సాటిరాదని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. వేసవిలోనూ చాలా ఉపయోగకరం.

**నిమ్మకు తిరుగులేదు..**

రోగ నిరోధక శక్తిని ఇనుమడింపజేయడంలో నిమ్మకు మరే పండూ సాటిరాదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఉండే యాంటీ యాక్సిడెంట్ గుణాలు వ్యాధికారక క్రిములతో పోరాడే శక్తిని పెంచుతాయి. జీర్ణక్రియను వృద్ధి చేయడంతో పాటు చర్మ సౌందర్యాన్ని పెంచుతుంది.

ఇందులో పిండి పదార్థాలు 9 గ్రా, చక్కెర 2.5 గ్రా, పీచు పదార్థాలు 2.8 గ్రా, కొవ్వు పదార్థాలు 0.3 గ్రా, మాంసకృత్తులు 1.1 గ్రా, నీరు 89 గ్రా, విటమిన్ సి 53 మిల్లీ గ్రాములు, సిట్రస్ యాసిడ్ 5 గ్రాములు ఉంటాయి.

ఎండా కాలంలో ప్రతీవ్యక్తికి నిమ్మ రసం ఎంతో ఉపశమనం ఇస్తుంది. శరీర ఉత్తేజానికి సహకరిస్తుంది.

**రక్త ప్రసరణ పెంచే ద్రాక్ష..**

ద్రాక్ష పండ్లలో రక్త ప్రసరణను పెంచే గుణముంది. శరీర వ్యవస్థల్లో కీలకమైన పాత్ర పోషించే మూత్ర పిండాల పనితనాన్ని పెంచడంతో పాటు కిడ్నీల్లో రాళ్లు రాకుండా ఈ పండ్లు కాపాడతాయి. అజీర్తి, మలబద్ధకం తగ్గించడంలో ద్రాక్ష పండ్లకు ఏవీ సాటిరావు. నోరు, గొంతు భాగాలకు ఈ పండ్లలో ఉండే అనేక విటమిన్లు, ఖనిజాలు రక్షణ కల్పిస్తాయి. వీటిలో ఉండే పాలిఫినాల్‌లు కొలెస్ట్రాల్‌ని అదుపు చేయడంలో, క్యాన్సర్‌ను ఎదుర్కోవడంలో సహకరిస్తాయి. సోడియం, ఉప్పు పదార్థాలు ద్రాక్షలో చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఈ ద్రాక్ష పండ్ల ద్వారా శరీరానికి విటమిన్ 'సీ'తోపాటు విటమిన్ 'కే' కూడా అందుతుంది.

**బొప్పాయిలో 'ఏ' విటమిన్ పుష్కలం..**

బొప్పాయిలో 'ఏ' విటమిన్ పుష్కలంగా లభిస్తుంది.

కెరోటిన్, ఏ, బీ, సీ, ఈ విటమిన్లు కూడా ఇందులో బాగానే లభిస్తాయి. ఇక ఖనిజాలు, ఫ్లేవోనాయిడ్లు, పొలేట్లు, పాంథోనిక్ ఆమ్లాలు, పీచు పదార్థాలు వంటి పోషకాలు బొప్పాయిలో దొరుకుతాయి. మామిడి తర్వాత అధికంగా 'ఏ' విటమిన్ బొప్పాయిలోనే లభిస్తుంది. బీ1, బీ2, బీ3, సీ విటమిన్, కాల్షియం, ఇనుము, భాస్వరంవంటి ఖనిజాలు బొప్పాయిలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉండే బిటాకెరోటిన్ కంటి సంబంధిత వ్యాధులు రాకుండా తోడ్పడుతుంది. అస్తమా, కీళ్ల వ్యాధులు రాకుండా కాపాడుతుంది.

**మామిడితో మజా..**

మామిడిలో క్యాన్సర్ కణాలను అరికట్టే గుణం ఉంది. ఇందులో ఉండే పాలీఫినోల్ ఇందుకు ఉపకరిస్తుంది. తాజా మామిడిలో 15శాతం చక్కెర, ఒక శాతం మాంసకృత్తులు, ఏ,బీ,సీ విటమిన్లు ఉంటాయి.

పిండి పదార్థాలు 17.00 గ్రాములు, చక్కెర 14.8 గ్రాములు, పీచు పదార్థాలు 1.8 గ్రాములు, కొవ్వు పదార్థాలు 0.27 గ్రా, మాంసకృత్తులు 51 గ్రా, థయామిన్ 0.058 గ్రా, సియాసిన్ 0.584 గ్రా, పాంటోథినిక్ ఆమ్లం 0.160 మిల్లీ గ్రా, విటమిన్ బీ6 0.134 మిల్లీ గ్రా, సీ విటమిన్ 27.7 మిల్లీ గ్రా, కాల్షియం 10 మిల్లీ గ్రా, ఇనుము 0.13 గ్రా, మెగ్నీషియం 9 గ్రా, బాస్వరం 11 మిల్లీ గ్రా, పొటాషియం 156 మిల్లీ మామిడి పండులో ఉంటాయి.

# కళ్ల గురించి ఏ మాత్రం నిర్లక్ష్యం వద్దు

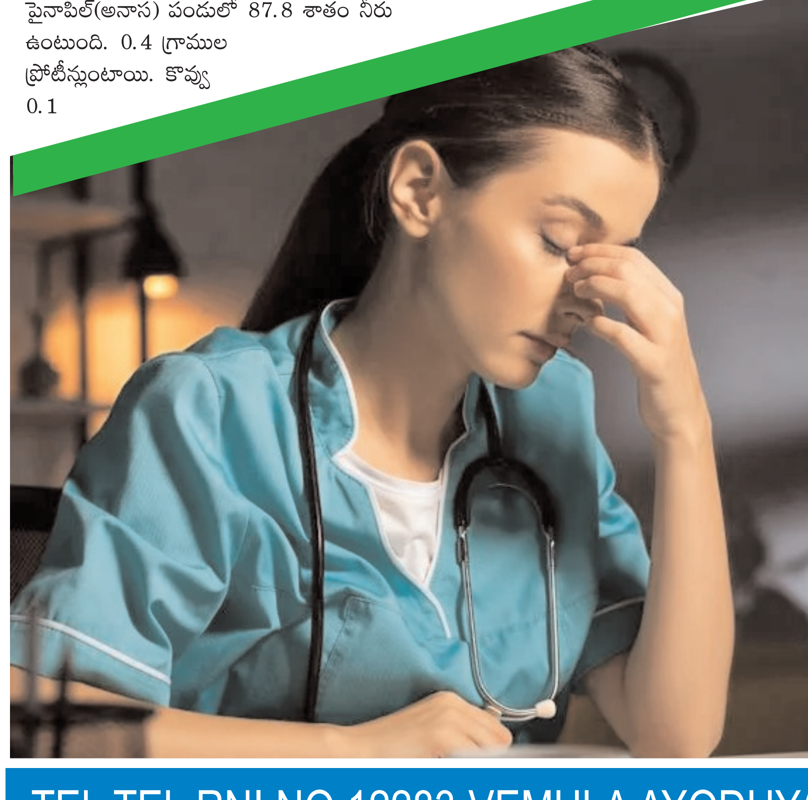
**చాలా మంది కేవలం చర్మం, జుట్టు పైనే ఎక్కువగా శ్రద్ధ పెడుతుంటారు. కానీ ముఖ్యమైన కళ్ల విషయంలో మాత్రం నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తుంటారు. ఉష్ణోగ్రత కారణంగా కళ్లపై ఎలాంటి ప్రభావం పడుతుంది? నేత్రాలను సంరక్షించుకోవడానికి ఎటువంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.**

కళ్లపై దుష్ప్రభావం : వడగాలులు కళ్లపై ఎక్కువ ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. తీవ్రంగా నీరు కారడం, దురద పెట్టడం, ఎర్ర బారడం వంటి అలర్జీలు ఎక్కువవుతాయి. ఒక్కోసారి రెటీనా, కంటి శుక్లం దెబ్బతినే పరిస్థితులు ఏర్పడతాయి. కళ్లపై ఒత్తిడి వంటి సీరియస్ సమస్యల వల్ల ఏకంగా కంటిచూపుపై ప్రభావం పడుతుంది. చివరికి చూపు కోల్పోయే ప్రమాదం తలెత్తుతుంది. భారత రెజ్లర్లకు వరల్డ్ రెజ్లింగ్ మద్దతు: రెజ్లింగ్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియాపై వేటుకు హెచ్చరిక గ్లాసెస్ పెట్టుకోవడం : సన్ గ్లాసెస్ హానికరమైన యూవీ కిరణాల నుంచి కళ్లను రక్షిస్తాయి. మంచి క్వాలిటీ ఉన్నవాటికే ఎక్కువ ప్రాధాన్యతనివ్వాలి. స్విమ్మింగ్ చేసే సమయంలో కూడా స్విమ్మింగ్ గాగుల్స్ పెట్టుకోవాలి. దీనివల్ల ఫూల్ లో ఉండే క్రిములు, క్లోరిన్ నుంచి కంటిని రక్షిస్తాయి. స్విమ్మింగ్ ఫూల్ లో దిగేటప్పుడు కాంటాక్ట్ లెన్స్ ఉంటే వాటిని తీసేయాలి. లేదంటే నేరుగా కార్నియాపై ప్రభావం పడి చూపు కోల్పోయే ప్రమాదం ఏర్పడుతుంది. కళ్లు ఎర్రబారిన, డిశ్చార్జి సమస్య ఉన్న వారు స్విమ్మింగ్ ఫూల్‌లోకి దిగకుండా ఉంటేనే మంచిది.

మీద ఆట మొదలు... డీ హైడ్రేషన్‌కు చెక్ : డీ హైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా ఉండాలి. ఎక్కువ సంఖ్యలో పానీయాలు తీసుకుంటుండాలి. తాజా పళ్లను, కూరగాయలను తినాలి. విటమిన్ కలిగిన ఫ్రూట్స్ తీసుకోవడంతోపాటు ప్రతిరోజు 7 నుంచి 8 గ్లాసుల నీరు తాగాలి. దీనివల్ల కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. పొడి బారడం, ఎర్రబారడం, దురద వంటి సమస్యలు తగ్గుముఖం పడతాయి. మధ్యాహ్న ప్రయాణాలు వద్దు : శరీరానికి, కళ్లకు క్రమంగా విశ్రాంతిని ఇస్తుండాలి. 8 గంటల గాఢ నిద్ర ఉండాలి. ఏసీల్లో పనిచేసే వారు, డిజిటల్ స్క్రీన్లను ఎక్కువ సేపు చూసేవారికి కళ్లు ఎప్పటికప్పుడు పొడిబారుతుంటాయి. తద్వారా దురద పెడతాయి. ఒక గంటలో కనీసం 5-10 నిమిషాల పాటు పనికి బ్రేక్ ఇచ్చి కళ్లకు విశ్రాంతి ఇవ్వాలి. అలాగే వేసవిలో మధ్యాహ్నం సమయంలో ప్రయాణాలు మానుకోవాలి. 12 గంటల నుంచి 2 గంటల మధ్యలో సూర్యకిరణాల ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంటుంది. వేడి ఎక్కువగా ఉండి చర్మం, కళ్లు దెబ్బతింటాయి. తప్పనిసరిగా వెళ్లాల్సి వస్తే గొడుగుకానీ, టోపీకానీ తీసుకువెళ్లాలి. వేసవిలో చర్మాన్ని రక్షించుకునేందుకు ముఖంపై సన్ స్క్రీన్ లోషన్స్ రాస్తుంటారు. కళ్లకు దగ్గరగా రాసేటప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కళ్లకు అంటితే ఎర్రగా మారి దురద వస్తుంది. కొన్నిరోజులపాటు ఈ సమస్య ఉంటుంది.

# నైట్ షిఫ్ట్ చేస్తున్నారా? ఆరోగ్యం కోసం కచ్చితంగా పాటించాల్సిన రూల్స్ ఇవే!!

**చాలామంది ఐటీ సంస్థల్లో పనిచేసే ఉద్యోగులు రాత్రిళ్లు పని చేస్తూ ఉంటారు. ఇక నైట్ షిఫ్ట్ డ్యూటీ చేసే వాళ్ళు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే అనారోగ్యం బారిన పడే అవకాశం ఉంటుంది. నైట్ షిఫ్ట్ చేసేవాళ్ళు ఏం చేయాలి? ఏం చేయకూడదు? ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. నైట్ షిఫ్ట్ డ్యూటీ చేసే వాళ్ళు నిద్ర ఆపుకోవటానికి ఏది పడితే అది తినటం, తాగటం చేస్తుంటారు. కానీ అది మంచిది కాదు. అర్ధరాత్రి దాటిన తర్వాత నిద్ర వస్తుందని కాఫీలు, టీలు తాగకూడదు . దీంతో ఉదయం నిద్ర పోవడానికి చాలా ఇబ్బందికరమైన పరిస్థితి ఉంటుంది. అంతేకాదు అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. నైట్ షిఫ్ట్ చేసేవాళ్ళు శరీరం డీహైడ్రేట్ కాకుండా నీరు ఎక్కువగా తాగాలి . మజ్జిగ, జావా ఇలాంటివి తీసుకోవాలి. దీంతో శరీరం అలసి పోకుండా ఉంటుంది. నైట్ డ్యూటీ చేసే వాళ్ళు రాత్రివేళ మసాలాలు, కొవ్వు అధికంగా ఉండే ఆహారాలు, కార్బోహైడ్రేడ్స్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలు తినకూడదు. ఒకవేళ రాత్రి సమయంలో తినాలి అనుకుంటే డ్రై ఫ్రూట్స్, ఫ్రూట్స్, సలాడ్స్ వంటివి తీసుకోవాలి. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయాలి.**



ఉదయం, సాయంత్రం కాసేపైనా వ్యాయామం యోగా వంటివి చేస్తే శారీరక, మానసిక సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉండదు.మద్యపానం అస్సలు మంచిది కాదు. నైట్ షిఫ్ట్ చేసేవాళ్ళు మద్యం సేవిస్తే పని సరిగా చేయలేక ఒత్తిడితో ఇబ్బంది పడతారు.కాబట్టి జాగ్రత్త. ప్రతిరోజూ కాసేపు ఎండ తగిలేలా చూసుకోవాలి. శరీరానికి ఎండ తగలకుండా ఉంటే ఆరోగ్యం పాడవుతుంది. ఇక నైట్ డ్యూటీ చేసే వాళ్ళు నిద్రపోయే సమయాన్ని విభజించుకోవాలి. వాళ్ళు నిద్ర పోవాలి ఉదయం పూట నాలుగు గంటలు, మళ్లీ డ్యూటీ సమయానికి ముందు మరో రెండు మూడు గంటలు నిద్ర పోవాలి. నిద్ర పోవడానికి వీలుగా ఇంట్లో బెడ్ రూమ్ సిద్ధం చేసుకొని, కుటుంబ సభ్యులకు సహకరించవలసిందిగా ముందే చెప్పి పెట్టుకోవాలి. నిద్ర సమయంలో సెల్ ఫోన్ మ్యూట్ పెట్టుకుంటే మంచిది. రాత్రివేళ డ్యూటీ చేసే వాళ్ళు ఇంట్లో పనులు చేయడానికి కూడా నిర్దిష్టమైన సమయాన్ని కేటాయించుకోవాలి. పక్కాగా షెడ్యూల్ చేసుకోవాలి.మధుమేహం, హైబీపీ ఉన్నవారు ఆరోగ్య విషయంలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి.