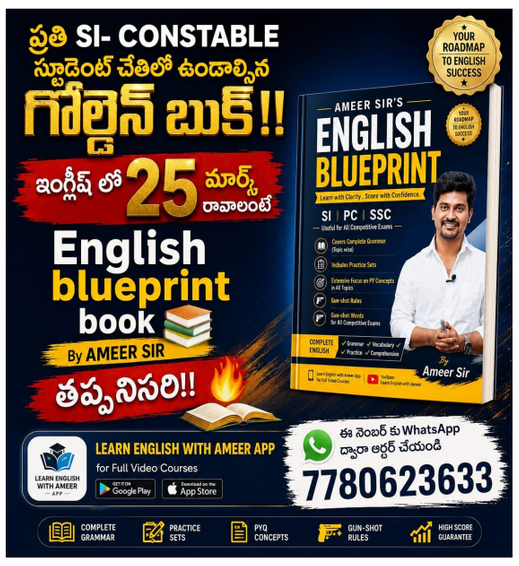


WWW.VIJAYAKERATAM.COM

RNI: APTEL/2010/34724

తెలుగు దినపత్రిక

విజయకెరటం

నిజం మా ధ్యేయం - ప్రజలే మా లక్ష్యం

VIJAYA KERATAM TELUGU DAILY



సెప్టెంబర్ 21 సోమవారం 2026 | సంపుటి : 18 | సంచిక : 228 | పేజీలు : 4 | వెల రూ. 1.00/- | ఎడిటర్ : యం.డి.మక్సూద్ అహ్మద్

MONDAY SEPTEMBER 21 2026 | VOL:18 | ISSUE: 228 | PAGES:4 | Rs. 1:00 | EDITOR:MD. MaKsood Ahmed

దళిత, గిరిజనులకు భూములు పంచిన చరిత్ర కాంగ్రెస్‌దే : మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి

దళితుల భూమి ఒక్క అంగుళం తీసుకోం

ఆ భూములకు సంపూర్ణ రక్షణ కల్పిస్తాం

విషప్రచారాన్ని నమ్మొద్దు

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 20

దళిత, గిరిజనుల భూములను లాక్కోవడం ప్రజా ప్రభుత్వ విధానం కాదని రాష్ట్ర రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి స్పష్టం చేశారు. దళితులకు సంబంధించిన అంగుళం భూమిని కూడా ప్రభుత్వం తీసుకోబోదని భరోసా ఇచ్చారు. దళితుల భూములకు ప్రజా ప్రభుత్వం సంపూర్ణ రక్షణ కల్పిస్తోందని తెలిపారు. ఈ విషయంలో ఎవరూ ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని మంత్రి ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో విజ్ఞప్తి చేశారు. సామాజిక న్యాయం, పేదల సంక్షేమం, అణగారిన వర్గాల అభ్యున్నతి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం లక్ష్యమని పునరుద్ఘాటించారు. పేదలు, దళితులు, బడుగు, బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతి కోసం దేశ వ్యాప్తంగా కాంగ్రెస్ ఎన్నో



చారిత్రాత్మక మైన నిర్ణయాలను తీసుకుందని గుర్తు చేశారు. భూ సంస్కరణలు, భూ పంపిణీ వంటి కార్యక్రమాల ద్వారా భూమిలేని దళితులకు భూములిచ్చి ఆ భూమిపై హక్కులు కల్పించిన చరిత్ర కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాలకు ఉందని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో ఇందిరమ్మ ప్రభుత్వ హయాంలో దళితులకు సుమారు 25 లక్షల ఎకరాల భూపంపిణీ, సుమారు రెండు లక్షల ఎకరాల పోడు భూములపై గిరిజనులకు హక్కులు కల్పించిన ఘనత కూడా కాంగ్రెస్‌దేనని తెలిపారు. (మిగతా 3వ పేజీలో..)

పాలమూరును దోచుకొని కేసీఆర్, కేటీఆర్ ఫామ్‌హౌస్‌లు కట్టుకున్నారు : మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి

రైతుల గోసకు కేసీఆర్ కారణం

అసెంబ్లీలో ప్రాజెక్ట్ ల నిర్మాణం గురించి అడుగుతామనే కేసీఆర్ అసెంబ్లీకి రావడం లేదు

కేటీఆర్ తండ్రి చాటు బిడ్డ అని ఎద్దేవా

7, 8 నెలల్లో కరివేన రిజర్వాయర్‌ను నీటితో నింపుతాం : బహిరంగ సభలో హామీ

వచ్చే ఎన్నికల్లో మధుసూదన్ రెడ్డిని 50 వేల మెజారిటీతో గెలిపించాలని పిలుపు

మహబూబ్ నగర్, సెప్టెంబర్ 20

గత పదేళ్ల బిఆర్ఎస్ పాలనలో కేసీఆర్, ఆయన కుమారుడు కేటీఆర్ లు తెలంగాణ సంపదను దోచుకొని ఫామ్‌హౌస్‌లు కట్టుకున్నారని, పాలమూరు ప్రాజెక్టులను నిర్వీర్యం చేసి రైతుల కడుపు కొట్టారని రోడ్లు, భవనాలు, సినిమాటోగ్రఫీ శాఖ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. దేవరకద్ర నియోజకవర్గ పరిధిలో మంత్రి వాకిటి శ్రీహరి,స్థానిక ఎమ్మెల్యే జి. మధుసూదన్ రెడ్డిలతో కలిసి ఆదివారం ఆయన విస్తృతంగా పర్యటించారు. దాదాపు రూ. 200 కోట్ల వ్యయంతో చేపడుతున్న హ్యామ్ రోడ్లు,హై లెవల్ బ్రిడ్జి (హెచ్‌ఎల్‌బి) పనులకు శంకుస్థాపనలు, 6కోట్ల వ్యయంతో ఊక వాగుపై నిర్మించిన హై లెవల్ బ్రిడ్జ్ పనులను ప్రారంభించారు. అనంతరం మదనాపురం వ్యవసాయ మార్కెట్‌లో ఏర్పాటు చేసిన భారీ బహిరంగ సభలో మాట్లాడారు. (మిగతా 2వ పేజీలో..)



మాస్కోపై డ్రోన్ల వర్షం కురిపించిన ఉక్రెయిన్ ... దాడుల మధ్యే ముగిసిన రష్యా ఎన్నికలు

మాస్కో : రష్యా పార్లమెంటరీ ఎన్నికల చివరి రోజున రాజధాని మాస్కో, దాని పరిసర ప్రాంతాలపై ఉక్రెయిన్ తన చరిత్రలోనే అత్యంత భారీ డ్రోన్ దాడులకు పాల్పడింది. రష్యా వ్యాప్తంగా 1,000కి పైగా డ్రోన్లతో విరుచుకుపడింది. ఈ ఘటనలో ఇద్దరు మరణించగా, మాస్కోలోని ప్రధాన చమురు రిఫైనరీ తీవ్రంగా దెబ్బతింది. రష్యా ఎన్నికలను భగ్నం చేసేందుకు పక్కా ప్రణాళికతోనే ఉక్రెయిన్ ఈ దాడికి ఒడిగట్టిందని, అయితే శత్రువుల యత్నాలు ఫలించలేదని మాస్కో మేయర్ సెర్గీ సోబ్యానిన్ పేర్కొన్నారు. రష్యాకు బిలియన్ల కొద్దీ డాలర్ల ఆదాయాన్ని తెచ్చిపెడుతున్న ఆస్తులపైనే తమ సుదూర శ్రేణి దాడులు జరిగాయని ఉక్రెయిన్ అధ్యక్షుడు వ్లాదిమిర్ జెలెన్స్కీ ప్రకటించారు. (మిగతా 3వ పేజీలో..)



కోదాడలో త్వరలో టాస్క్ కేంద్రం

కోదాడలో మెగా జాబ్‌మేళా ప్రారంభం

ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్‌బాబు

350 కంపెనీల ద్వారా 5,725 మంది అభ్యర్థుల ఎంపిక

దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులకు ఉద్యోగం వచ్చే వరకు అండగా ఉంటాం: మంత్రి ఉత్తమ్

కోదాడ, సెప్టెంబర్ 20

కోదాడలో త్వరలో తెలంగాణ అకాడమీ ఫర్ స్కిల్ అండ్ నాలెడ్జ్'టాస్క్' కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయనున్నట్టు ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్‌బాబు ప్రకటించారు. సూర్యాపేట జిల్లా కోదాడలో శనివారం నిర్వహించిన భారీ మెగా జాబ్‌మేళాను ఆయన మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డితో కలిసి ప్రారంభించారు.



ఎంపికైన అభ్యర్థులకు మంత్రులు ఎన్.ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి, కోమటిరెడ్డి వెంకట్‌రెడ్డి, అడ్లూరి లక్ష్మణ్‌కుమార్‌తో కలిసి ఉద్యోగ నియామక పత్రాలను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి శ్రీధర్‌బాబు మాట్లాడుతూ.. స్థానిక యువతకు పరిశ్రమల అవసరాలకు అనుగుణంగా నైపుణ్య శిక్షణ ఇచ్చి, మెరుగైన ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించడమే ఈ కేంద్రం లక్ష్యమని తెలిపారు. నైపుణ్యాభివృద్ధి, ఉపాధి కల్పనకు ప్రజా ప్రభుత్వం అత్యధిక ప్రాధాన్యం ఇస్తోందన్నారు. జాబ్‌మేళాలో పాల్గొన్న 350కి పైగా కంపెనీలు (మిగతా 3వ పేజీలో..)

తెలంగాణలో గత బీఆర్ఎస్ పాలనలో ఫామ్‌హౌస్‌ల సంస్కృతి విపరీతంగా పెరిగింది : కాంగ్రెస్ నాయకులు

అజీజ్‌నగర్ అసైన్డ్ భూమిలో అక్రమ నిర్మాణాలు

కేటీఆర్ లీజు డ్రామాలు, బినామీ ఆస్తుల బాగోతం

కాంగ్రెస్ క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలు..రాజకీయ ఉద్రిక్తతలు

మొయినాబాద్, సెప్టెంబర్ 20

తెలంగాణలో గత బీఆర్ఎస్ పాలనలో ఫామ్‌హౌస్‌ల సంస్కృతి విపరీతంగా పెరిగిపోయిందని, అజీజ్‌నగర్‌లోని పైలట్ రోహిత్ రెడ్డి ఫామ్‌హౌస్‌లో అనేక అక్రమాలు,



నేను బహుజనుల బాణాన్ని, యువకుల యుద్ధ నినాదాన్ని : కల్వకుంట్ల కవిత

బహుజన రాజ్యం రావాలంటే కాంగ్రెస్ ను గద్దె దించాల్సిందే

ప్రజలు నన్ను ఆశీర్వదిస్తే రేవంత్ రెడ్డి, కేసీఆర్, మోడీతో పోరాడుతా

ఈ ముఖ్యమంత్రి బలవంతుడినని దురహంకారంతో వీర్రవీగుతున్నాడు

తెలంగాణ రక్షణ సేన చీఫ్ కల్వకుంట్ల కవిత

కొడంగల్, సెప్టెంబర్ 20 :

"నేను బహుజనుల బాణాన్ని.. యువజనుల యుద్ధ నినాదాన్ని.. అంబేడ్కర్ వాదాన్ని. పూలే గారి ఆత్మగౌరవ నినాదాన్ని.. సాయిత్రి భాయ్ పూలే ఆశయాలను నింపుకొని నిటారుగా నిలబడి మగమహారాజులకు ఛాలెంజ్ విసురుతున్న వీరవనితను నేను" అని తెలంగాణ రక్షణ సేన చీఫ్



కల్వకుంట్ల కవిత అన్నారు. తనను బీఆర్ఎస్ వదిలిన బాణమని కొంతమంది, కాంగ్రెస్ బాణం అంటూ మరికొంతమంది చేస్తున్న విమర్శలకు కొడంగల్ వేదికగా గట్టి కౌంటర్ ఇచ్చారు. కొడంగల్ నియోజకవర్గం కోస్గీలో (మిగతా 3వ పేజీలో..)



విజయకేరళం
తెలుగు దినపత్రిక

మాస్కోపై డ్రోన్ల వర్షం కురిపించిన ఉక్రెయిన్ ... దాడుల మధ్యే ముగిసిన రష్యా ఎన్నికలు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

రష్యాలోనే అతిపెద్ద చమురు శుద్ధి కర్మాగారాలే లక్ష్యంగా ఈ దాడి జరిగినట్లు ఉక్రెయిన్ ఆర్మీ ధృవీకరించింది. మాస్కో రీజియన్ గవర్నర్ ఆండ్రీ వోరోబ్యోవ్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఈ దాడిలో ఇద్దరు ప్రాణాలు కోల్పోగా.. ముగ్గురు పిల్లలు సహా 20 మంది గాయపడ్డారు. అనేక డ్రోన్లను కూల్చివేసినప్పటికీ, కొన్ని డ్రోన్లు రిఫైనరీని, నివాస భవనాన్ని తాకాయి.ఉక్రెయిన్‌పై రష్యా దాడి మరోవైపు ఉక్రెయిన్‌పై రష్యా కూడా వైమానిక దాడులను కొనసాగించింది. కైవ్‌పై జరిగిన దాడిలో ముగ్గురు పిల్లలు సహా నలుగురు ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఈ ఒక్క వారంలోనే రష్యా 2,000కు పైగా డ్రోన్లు, 1,700 బాంబులు, 19 మిస్సైల్లతో ఉక్రెయిన్‌పై విరుచుకుపడినట్లు సమాచారం.రష్యా 2022లో ఉక్రెయిన్‌పై పూర్తిస్థాయి యుద్ధం ప్రారంభించిన తర్వాత జరుగుతున్న మొదటి పార్లమెంటరీ ఎన్నికలు మొన్నటి నుంచి ప్రారంభమై ఇవాళ్టితో ముగిశాయి. పుతిన్ నేతృత్వంలోని యునైటెడ్ రష్యా పార్టీనే ఈ ఎన్నికల్లో విజయం సాధిస్తుందని అంచనాలు ఉన్నాయి. కాగా, రష్యా పార్లమెంట్ దిగువ సభ అయిన 'స్టేట్ డ్యూమా' లోని 450 సీట్లకు సంబంధించి ఈ ఎన్నికలు జరిగాయి. దీనివల్ల పార్లమెంటులో పార్టీల బలాబలాలు మాత్రమే మారతాయి గానీ, అధ్యక్షుడి పదవి మారదు. రష్యా రాజ్యాంగం ప్రకారం అత్యున్నత అధికారాలన్నీ అధ్యక్షుడి (పుతిన్) చేతిలోనే ఉంటాయి. ఒకవేళ పార్లమెంటులో అధికార 'యునైటెడ్ రష్యా' పార్టీకి మెజారిటీ తగ్గినా, పుతిన్ ప్రెసిడెంట్‌గా కొనసాగుతారు. పార్లమెంటును రద్దు చేసే అధికారం కూడా అధ్యక్షుడికే ఉంటుంది. వ్లాదిమిర్ పుతిన్ చివరిసారిగా 2024 మార్చిలో జరిగిన అధ్యక్ష ఎన్నికల్లో విజయం సాధించారు. ఆయన పదవీకాలం 2030 వరకూ ఉంటుంది.

తెలంగాణలో గత బీఆర్ఎస్ పాలనలో ఫామ్‌హౌస్‌ల సంస్కృతి విపరీతంగా పెరిగింది : కాంగ్రెస్ నాయకులు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

రేవ్ పార్టీలు జరిగాయని భువనగిరి ఎంపీ చామల కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి ఆరోపించారు. రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం 'ఫామ్‌హౌస్ ఫైల్స్' నడుస్తున్నాయని, రంగనాయక సాగర్ నుంచి మొదలుపెట్టి ఎర్రవెల్లి, జన్వాడ, అజీజ్‌నగర్ వరకు ఉన్న ఫామ్‌హౌస్‌ల బాగోతాలను ప్రజల ముందుంచుతున్నామని తెలిపారు. ఆదివారం కాంగ్రెస్ నేతలు రంగారెడ్డి జిల్లా మొయినాబాద్ మండలం అజీజ్‌నగర్‌లో పర్యటించి, ఫామ్‌హౌస్‌లను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ.. అజీజ్‌నగర్‌లోని ఆ ఫామ్‌హౌస్ అసైన్డ్ భూమి అని, 111 జీఓ పరిధిలో ఉన్న ఆ భూమిలో ఫామ్‌హౌస్ కట్టుకునే అధికారం రోహిత్ రెడ్డికి ఎవరిచ్చారని ప్రశ్నించారు. కేటీఆర్ తీరుపై తీవ్ర స్థాయిలో ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఒకరోజు ఆగర్భ శ్రీమంతులం అంటారని, మరొక రోజు తమకు హైదరాబాద్‌లో ఇల్లు కూడా లేదని డ్రామాలు ఆడుతున్నారని ఆరోపించారు. కేటీఆర్.. సత్యం రామలింగరాజు కంపెనీ భూముల్లో ఫామ్‌హౌస్ కట్టుకున్నారని, నార్సింగిలో ఉంటున్నానని చెబుతూ ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని తెలిపారు. కేటీఆర్ బామ్మర్ది రాజ్ పాకాల ఫామ్‌హౌస్‌లో ఈగల్ ఫోర్స్ దాడులు చేసి ఏం జరిగిందో అందరికీ తెలుసని, అమెరికాలో చదువుకుని వచ్చి కేటీఆర్ తెలంగాణలో నేర్పిన సంప్రదాయం ఇదేనా అని ప్రశ్నించారు. ఈ ఏడాది మార్చిలో పైలట్ రోహిత్ రెడ్డి ఫామ్‌హౌస్‌లో పోలీసులు జరిపిన తనిఖీల్లో డ్రగ్స్ వ్యవహారం బట్టబయలైందని తెలిపారు. అక్కడ పోలీసులు తనిఖీలు నిర్వహించిన సమయంలో డ్రగ్స్ తాగినట్టు తేలిందని, పైలట్ రోహిత్ రెడ్డి తమ్ముడు రితేష్ రెడ్డి అంతర్జాతీయ డ్రగ్స్ ముఠాకు చెందిన కేదార్ అనే వ్యక్తికి రూ.25 లక్షలు చెల్లించారని ఆరోపించారు. ఆ తర్వాత ఆ కేదార్ 2025లో దుబాయ్‌లో డ్రగ్ ఓవర్ డోస్‌తో మరణించాడని తెలిపారు. నార్త్ ఇండియాకు చెందిన ఆ వ్యక్తులతో వారికి ఉన్న సంబంధం ఏంటని ప్రశ్నించారు. ఫామ్‌హౌస్‌లను డ్రగ్స్, రేవ్ పార్టీలకు అడ్డాలుగా మార్చుకున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కేటీఆర్ తన ఫామ్‌హౌస్‌ను ప్రదీప్ రెడ్డి పేరు మీద రాయించి, ఆ భూములను తన భార్య, అత్త కుటుంబ సభ్యుల పేర్ల మీద మార్చుకున్నారని ఆరోపించారు. ఫామ్‌హౌస్ దందాల అసలు బాగోతం తెలంగాణ ప్రజలకు తెలియాలనే తాము క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలకు వచ్చామని స్పష్టం చేశారు. ప్రజాధనాన్ని దోచుకుని ఫామ్‌హౌస్‌ల పేరుతో ఇష్టానుసారంగా వ్యవహరించిన బీఆర్ఎస్ నాయకుల అసలు బండారం త్వరలోనే ప్రజల ముందు పూర్తిగా బయటపడుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు, తదితరులు ఉన్నారు.

మాజీ మంత్రి జగదీశ్‌రెడ్డి ఫామ్‌హౌస్ వద్ద పోలీసుల బందోబస్తు

షాబాద్ మండలం మద్దూర్ గ్రామ శివారులోని మాజీ మంత్రి, ఎమ్మెల్యే జగదీశ్‌రెడ్డి ఫామ్‌హౌస్ వద్ద పోలీసులు ఆదివారం భారీ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన నేతలు అక్కడికి వస్తారన్న సమాచారంతో ఇన్‌స్పెక్టర్ లక్ష్మి ఆధ్వర్యంలో పోలీసులు ఫామ్‌హౌస్ వద్ద భద్రతా ఏర్పాట్లు చేపట్టారు. ఉదయం 11 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 3 గంటల వరకు పోలీసులు అక్కడే విధులు నిర్వహించారు. అయితే ఈ సమయంలో కాంగ్రెస్ నేతలు ఎవరూ అక్కడికి రాకపోవడంతో పోలీసులు తిరిగి షాబాద్ పోలీస్‌స్టేషన్‌కు వెళ్లారు.

పాలమూరును దోచుకొని కేసీఆర్, కేటీఆర్ ఫామ్‌హౌస్‌లు కట్టుకున్నారు : మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

దేవరకద్రలో అభివృద్ధి పనుల వివరాలు

మీనుగోనిపల్లి గ్రామంలో రూ. 158.36 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో చేపట్టనున్న హ్యామ్ (హైబ్రిడ్ యాన్యుటీ మోడల్) రోడ్డు నిర్మాణ పనులకు భూమిపూజ చేశారు.ఊకచెట్టు వాగుపై హెచ్‌ఎల్‌బి నిర్మాణం: కౌకుంట్ల మండలం ఫర్దీపూర్ -- ముచ్చింతల్ గ్రామాల మధ్య ఊకచెట్టు వాగుపై రూ. 40 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో నిర్మించనున్న హై లెవల్ బ్రిడ్జి పనులకు శంకుస్థాపన చేశారు.మదనాపూర్‌లోని ఊకచెట్టు వాగుపై రూ. 6 కోట్ల వ్యయంతో పూర్తయిన హై లెవల్ బ్రిడ్జిని ప్రారంభించి ప్రజలకు అంకితం చేశారు. ఎమ్మెల్యే మధుసూదన్ రెడ్డి పట్టుబట్టి రూ. 110 కోట్లతో సాధించుకున్న కురుమూర్తి దేవాలయ ఘాట్ రోడ్డు పనులను వచ్చే జులై నాటికి పూర్తి చేస్తామని స్పష్టం చేశారు.అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన సభలోనూ,విలేకరుల సమావేశంలోనూ బిఆర్ఎస్ నాయకులపై మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసారు. "ఓ బచ్చాగాడు, తండ్రి చాటు నాయకుడైన కేటీఆర్ నిన్న పెబ్బేరు వచ్చి అడ్డగోలుగా మాట్లాడుతున్నాడు. నేను,ముఖ్యమంత్రి కేటీఆర్ లాగా తండ్రి పేరు చెప్పుకొని ఎమ్మెల్యే కాలేదు. జూరాల, నెట్టంపాడు ప్రాజెక్టులు కాంగ్రెస్ హయాంలోనే పూర్తయ్యాయి. కమిషన్ల కోసమే కేసీఆర్ కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టును నిర్మించి కూల్చేశారు తప్ప, పాలమూరు - రంగారెడ్డి ప్రాజెక్టును పూర్తి చేయలేదు" అని ధ్వజమెత్తారు. స్వయంగా కేసీఆర్ అసెంబ్లీలో సోనియా గాంధీని దేవత అని కొనియాడిన విషయాన్ని గుర్తుచేశారు.కృష్ణా జలాల దోపిడీకి కేసీఆర్ యే కారణం

వైఎస్ జగన్‌కు ప్రగతి భవన్‌లో బిర్యానీ తినిపించి, రాయలసీమకు 90 వేల క్యూసెక్కుల నీటిని తరలించుకుపోయేలా పోతిరెడ్డిపాడుకు అనుమతులిచ్చింది కేసీఆర్ కాదా అని ప్రశ్నించారు. మహబూబ్ నగర్, నల్లగొండ జిల్లాలో ఎల్ నినో ప్రభావం వల్ల వర్షాలు లేవు తీవ్ర కరువు పరిస్థితులు కనబడుతున్నాయన్నారు. బిఆర్ఎస్ నాయకులు రైతుల పొలాల్లోకి పోయి మొసలి కన్నీరు కారుస్తున్నారని ధ్వజమెత్తారు.

7, 8 నెలల్లో కరివేనకు నీళ్లు.. సంక్షేమ పాలనే కాంగ్రెస్ ధ్యేయం

ఉద్దండపూర్ భూసేకరణ కోసం కలెక్టర్ ఖాతాలో రూ. 560 కోట్లు జమ చేశామని, రాబోయే 7, 8 నెలల్లో కరివేన రిజర్వాయర్‌ను నీటితో నింపి ఈ ప్రాంతాన్ని సస్యశ్యామలం చేసే బాధ్యత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానిదేనని భరోసా ఇచ్చారు.ఇందిరమ్మ ఇండ్ల పథకం కింద ఒక్కో ఇంటికి రూ. 5 లక్షలు అందిస్తున్నామని, పేద పిల్లలకు నాణ్యమైన విద్యనందించేందుకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ స్కూళ్లను తెస్తున్నారని కొనియాడారు. 80 వేల పుస్తకాలు చదివాననే కేసీఆర్, పేద పిల్లలకు చదువు ఎందుకు అందించలేదని ప్రశ్నించారు. మహిళా సంఘాలకు వడ్డీ లేని రుణాలు, ఆర్టీసీ బస్సులు, సూపర్‌మార్కెట్లు, పెట్రోల్ బంకుల నిర్వహణ బాధ్యతలు అప్పగిస్తూ ఆర్థిక స్వాలంబన చేకూరుస్తున్నామని చెప్పారు.నియోజకవర్గానికి అత్యధికంగా నిధులు తెచ్చి డిగ్రీ కాలేజ్, 100 పడకల ఆసుపత్రి, కోర్టు భవనం సాధించిన స్థానిక ఎమ్మెల్యే మధుసూదన్ రెడ్డిని వచ్చే ఎన్నికల్లో 50 వేల మెజారిటీతో గెలిపించాలని ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు.

కోదాడలో త్వరలో టాస్క్ కేంద్రం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

దాదాపు 5,725 మంది అభ్యర్థులను ప్రాథమికంగా ఎంపిక చేయడం గొప్ప విషయమని చెప్పారు. ఈ భారీ కార్యక్రమం విజయవంతం కావడానికి వారం రోజులుగా నిరంతరం శ్రమించిన అధికారులు, కంపెనీల ప్రతినిధులు, సుమారు 700 మంది వాలంటీర్ల సేవలను ప్రశంసించారు. ప్రభుత్వం ఒక్కటే ప్రతి ఒక్కరికీ ఉద్యోగాలు కల్పించడం సాధ్యం కాదని, ప్రయివేటు రంగం కూడా ముందుకొచ్చి ఉపాధి అవకాశాల కల్పనలో కీలక పాత్ర పోషించాలని కోరారు. డిగ్రీ, ఇంజినీరింగ్, పీజీ, డిప్లొమా, ఐటీఐ, ఫార్మసీ తదితర విద్యార్హతలు కలిగిన యువతకు పరిశ్రమలు విస్తృత అవకాశాలు కల్పించాలన్నారు.? ఎమ్మెల్యే పద్మావతిరెడ్డి విజ్ఞప్తి మేరకు కోదాడలో వీలైనంత త్వరగా 'టాస్క్' కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

జాబ్‌మేళాకు కంపెనీల స్పందన : మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి

మెగా జాబ్‌మేళాకు దాదాపు 365 కంపెనీలను ఆహ్వానించగా, సుమారు 350 కంపెనీలు స్పందించి కోదాడకు వచ్చాయని నీటిపారుదల, పౌర సరఫరాల శాఖల మంత్రి కెప్టెన్ ఎన్.ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి తెలిపారు. గ్రామీణ యువతకు ఉద్యోగ అవకాశాలను నేరుగా అందుబాటులోకి తీసుకురావడం తనకు ఎంతో సంతృప్తినిచ్చిందన్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఐఫోన్లను తయారు చేసే తైవాన్‌కు చెందిన ఫాక్స్‌కాన్ వంటి బహుళజాతి సంస్థలు హైదరాబాద్‌లో కార్యకలాపాలు నిర్వహిస్తున్నాయన్నారు. అయితే కోదాడ, హుజూర్‌నగర్, నడిగూడెం, మునగాల వంటి ప్రాంతాలకు చెందిన ఇంజినీరింగ్ పట్టభద్రులు ఆ సంస్థలను నేరుగా సంప్రదించే అవకాశం లేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని వివరించారు. ?తాను, కోదాడ ఎమ్మెల్యే ఎన్.పద్మావతిరెడ్డి దశాబ్దాలుగా ఏర్పరచుకున్న పరిచయాలను ఉపయోగించి వివిధ కంపెనీల ప్రతినిధులతో మాట్లాడామని చెప్పారు. పరిశ్రమల శాఖ, సింగరేణి కాలరీస్‌తోపాటు ఇతర ప్రభుత్వ సంస్థలు కూడా కంపెనీలను కోదాడకు తీసుకురావడంలో సహకరించాయని వివరించారు. ఎమ్మెల్యే ఉత్తమ్ పద్మావతి రెడ్డి ప్రత్యక్ష పర్యవేక్షణలో ఈ మెగా జాబ్ మేళా నిర్వహించారు. శాసనసభా పతి గద్దం ప్రసాద్ కుమార్, శాసనమండలి చైర్మెన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి, ప్రభుత్వ విప్ బీర్ల ఐలయ్య యాదవ్, ఎమ్మెల్సీ శంకర్ నాయక్, భువనగిరి ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి, జిల్లా కలెక్టర్ తేజస్ నందలాల్ పవార్, ఎస్పీ కె. నరసింహ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దళిత, గిరిజనులకు భూములు పంచిన చరిత్ర కాంగ్రెస్‌దే : మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

భూమిలేని పేదలకు హక్కులు కల్పించాం

భూమిలేని పేదలకు భూమి, హక్కులు లేని వారికి హక్కులు కల్పించడమే కాంగ్రెస్ పార్టీ విధానమని స్పష్టం చేశారు. దళిత, గిరిజనుల భూ హక్కులను కాపాడుతూ ప్రజా ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతున్నదని తెలిపారు. అధికారంలోకి వస్తే దళితులకు మూడెకరాల భూమి ఇస్తామంటూ బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ హామీ ఇచ్చి, అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఆ హామీని విస్మరించారని విమర్శించారు. 'దళితులకు సంబంధించిన ఒక అంగుళం భూమి కూడా ప్రభుత్వం లాక్కోదు. మీ భూమిని తీసుకునే ఆలోచన కూడా ఈ ప్రభుత్వానికి లేదు. మీ భూముల విషయంలో మీరు ఎలాంటి భయాందోళనలకు గురికావాల్సిన అవసరం లేదు. ప్రజా ప్రభుత్వం మీకు అండగా ఉంటుంది' మంత్రి భరోసా ఇచ్చారు. భూములకు సంబంధించిన రికార్డుల పరిశీలన, సర్వేలు, భూ సమస్యల పరిష్కారం వంటి ప్రక్రియలను ప్రజల భూములను లాక్కోవడానికి చేస్తున్న చర్యలుగా చూడటం సరికాదని స్పష్టం చేశారు. భూములపై ప్రజలకు ఉన్న హక్కులను స్పష్టంగా నమోదు చేయడం, భూ వివాదాలను పరిష్కరించడం, భూ హక్కులకు రక్షణ కల్పించడమే ప్రభుత్వ ఉద్దేశమని తెలిపారు.భూముల రీ-సర్వే ద్వారా భూముల వాస్తవ పరిస్థితులను గుర్తించి దళితులకు, గిరిజనులకు హక్కులు కల్పిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. సూర్యాపేట జిల్లా నూతనకల్, మద్దిరాల ప్రాంతంలోని 15 రెవెన్యూ గ్రామాల్లో, మహబూబాబాద్ జిల్లా కేసముద్రం మండలం నారాయణపురం గ్రామంలో దశాబ్దాల భూ సమస్యలకు పరిష్కారం చూపించామని వివరించారు. భూమిపై హక్కులు కల్పించడం ద్వారా వారికి ప్రభుత్వ పథకాలు, ఇతర ప్రయోజనాలు అందేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని తెలిపారు. దళితుల భూముల విషయంలో కొంతమంది దొరలు కావాలనే భయాందోళనలు సృష్టిస్తూ... విషప్రచారం చేస్తున్నారని విమర్శించారు. తమ స్వార్థ ప్రయోజనాల కోసం దళితులను రెచ్చగొట్టే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. అలాంటి ప్రచారాల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

నేను బహుజనుల బాణాన్ని, యువకుల యుద్ధ నినాదాన్ని : కల్వకుంట్ల కవిత

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఆదివారం నిర్వహించిన పాంచజన్య సంకల్ప సభలో కవిత మాట్లాడారు. తాను బహుజనుల బాణాన్ని అని చెప్పారు. తెలంగాణ ప్రజలు ఆశీర్వదిస్తే రేవంత్ రెడ్డి, కేసీఆర్, మోడీలతో వ్హోరాటం చేసి చూపిస్తానన్నారు. ఎవరి మద్దతు లేకుండా ఒక మహిళ రాజకీయంగా ఎదగగలదని నిరూపిస్తానన్నారు. ఇన్నాళ్లు అయ్యాల పాలనలో ఒరిగిందేమీ లేదని ఇక తెలంగాణలో మాతృస్వామ్యం తెచ్చుకోవాల్సిన అవసరముందన్నారు. తెలంగాణ తెచ్చుకున్న తర్వాత బీఆర్ఎస్ కు, కాంగ్రెస్ అవకాశం ఇస్తే చేసేందేమీ లేదన్నారు. తనకు అవకాశం ఇస్తే ఒక తల్లిలాగా ఆలోచించి పాలన సాగిస్తానన్నారు.

ప్రజల కోసమే పార్టీ పెట్టా

తెలంగాణలో మాతృస్వామ్యాన్ని తెచ్చుకోవాల్సిన అవసరముందని కవిత అన్నారు. ఇన్నాళ్లు అయ్యాలు చేసిన పాలనలో మన బతుకులు ఏం మారాయో ఒక్కసారి ప్రజలు ఆలోచన చేయాలని కోరారు. తెలంగాణ రాకముందు జరిగిన అన్యాయానికి ఆంధ్రోళ్లు బాధ్యులని అనుకున్నామని కానీ తెలంగాణ వచ్చిన 12 ఏళ్లలో మన బతుకులు ఏం మారాయని ప్రశ్నించారు. రైతులు, యువత, మహిళలు, ఉద్యోగులు, నిరుద్యోగులు ఇలా అన్ని వర్గాల ప్రజలు వంచనకు గురయ్యారన్నారు. బాధ్యతలేని పార్టీలు, నాయకుల కారణంగానే ఈ పరిస్థితి వచ్చిందని చెప్పారు. ఇప్పుడు తెలంగాణ ప్రజల కోసం కదనరంగంలో యుద్ధం చేసే నాయకుల అవసరముందన్నారు. అందుకోసం తాను పార్టీ పెట్టి మీ ముందుకు వచ్చానని చెప్పారు. తనకోసమో, కొంతమంది నాయకుల కోసమో పార్టీ పెట్టలేదని, తెలంగాణ ప్రజల జీవితాలను మార్చేందుకే తెలంగాణ రక్షణ సేన పెట్టానని చెప్పారు. కోస్గికి తాను 2009 లో టీడీపీతో పొత్తులో భాగంగా చంద్రబాబు నాయుడు, రేవంత్ రెడ్డిలతో కలిసి వచ్చానని అన్నారు.

పాంచజన్యంతో ప్రజల జీవితాల్లో వెలుగులు

సమాజంలో ఆధర్మం పెరిగిపోయినప్పుడు శ్రీకృష్ణుడు పాంచజన్యం ఊది ధర్మపోరాటాన్ని చేస్తారని....తాము కూడా తెలంగాణ రక్షణ సేన ద్వారా అదే పనిచేయబోతున్నామని చెప్పారు. తెలంగాణ ప్రజలు విద్య కోసం రూపాయి కూడా ఖర్చు చేయాల్సిన అవసరం లేదన్నారు. జనంబాటలో నాగర్ కర్నూల్ ప్రభుత్వ హాస్పిటల్ కు వెళ్తే అక్కడి పరిస్థితిని ఓ మహిళ తనకు చెబుతుంటే ఎంతో ఆవేదన చెందానన్నారు. తన బిడ్డకు పుట్టిన బిడ్డను చూడాలంటే వెయ్యి రూపాయలు లంచం అడిగారని ఆమె చెప్పిందన్నారు. ఇదేనా మనం కోరుకున్న తెలంగాణ అని ప్రశ్నించారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చాక ఎంత పెద్ద జబ్బైనా సరే ఒక్క రూపాయి కూడా ప్రజలు ఖర్చు చేయాల్సిన అవసరం లేదన్నారు. తాను ఇవ్వన్నీ చెబుతుంటే కొంతమంది చిన్నపిల్ల, ఆడబిడ్డ అంటూ నవ్వుతున్నారని కవిత అన్నారు. కానీ తాను ఒక తల్లిని అని తల్లి హృదయంతో ఆలోచిస్తానని చెప్పారు. విద్య, వైద్యం కోసం లక్ష కోట్లు ఖర్చు అయినా పర్వాలేదన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి యూత్ ను నమ్మోద్దు అంటున్నాడు. మరి ఆయన బూతులను నమ్మాలా అని ప్రశ్నించారు. మన యువతను నమ్మి వారి బిజినెస్ ఐడియాలను ప్రోత్సహించేందుకు 2 లక్షల నుంచి 20 కోట్ల వరకు రుణాలు ఇస్తామన్నారు.

పదిలక్షల ఎకరాలకు నీళ్లు ఇవ్వకపోతే పేరు మార్చుకుంటా

రాష్ట్రంలో రైతుల పరిస్థితి పై కవిత ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. యూరియా, కరెంట్, నీళ్లు, రైతు భరోసా, మద్దతు ధర ఇలా ప్రతి దానికి రైతులు బాధపడే పరిస్థితి వచ్చిందని చెప్పారు. అధికారుల కాళ్లపై పడి రైతులు వేడుకుంటున్న సంఘటనలు హృదయాన్ని కలిచివేస్తున్నాయన్నారు. రైతులకు కనీసం సాగు నీళ్లు ఇవ్వటం కూడా ఈ ప్రభుత్వానికి చేతకావటం లేదని విమర్శించారు. జూరాల వద్ద రెగ్యులేటర్ ను పగలకొట్టి రైతులు నీళ్లు తీసుకునే పరిస్థితి వచ్చిందంటే ఈ ప్రభుత్వం ఎంత నిర్లక్ష్యంగా ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చన్నారు. జూరాల నుంచి రోజుకు 3 టీఎంసీలు ఎత్తిపోసే అవకాశం ఉన్న సరే చేయటం లేదని మండిపడ్డారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చాక జూరాల నుంచి నీటిని ఎత్తిపోసి కొడంగల్, మక్తల్, నారాయణ్ నుంచి ఇబ్రహీం పట్నం వరకు 10 లక్షల ఎకరాలకు నీళ్లిస్తామని భరోసా ఇచ్చారు. లేదంటే పేరు మార్చుకుంటానని సవాల్ విసిరారు.

కొడంగల్ లో ఇందిరమ్మ ఇళ్లకు కూడా డబ్బులు అడుగుతున్నారు

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నియోజకవర్గంలో ఇందిరమ్మ ఇళ్లకు కూడా డబ్బులు అడుగుతున్నారని కవిత చెప్పారు. ఇప్పటికీ నీళ్లు రాని ఎన్నో గ్రామాలు ఉన్నాయని, రైతులు ఇబ్బంది పడుతున్న పరిస్థితి ఉందని చెప్పారు. ఆయన తీసుకొచ్చిన ఇంజనీరింగ్ కాలేజ్ మళ్లీ వెనక్కి వెళ్లిందన్నారు. గట్టు, కేటిదొడ్డు మండలాల్లో అఫ్ఘనిస్తాన్ తో సమానంగా అక్షరాస్యత ఉందని...అందుకు సీఎం సిగ్గుపడాలన్నారు. విద్యా శాఖ మంత్రిగాను ఉన్న ముఖ్యమంత్రి రెండేళ్లలో పరిస్థితి మార్చాలని డిమాండ్ చేశారు. మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో ప్రజలు కాంగ్రెస్ కు 13 సీట్లు ఇస్తే ఎమ్మెల్యేలు ఇసుక, మట్టి, ఇందిరమ్మ ఇండ్లలో డబ్బుల దందా చేస్తున్నారని కవిత విమర్శించారు. ప్రజలకు ఇచ్చిన ఏ హామీని నిలబెట్టుకోని ఈ కాంగ్రెస్ పార్టీని గద్దె దించాలని కోరారు.

కవిత నోట గద్దర్ పాట

కోస్గి సభలో గద్దర్ పాటతో కవిత ఆకట్టుకున్నారు. అసెంబ్లీలో అధికార, ప్రతిపక్షాల తీరు గురించి చెబుతూ ఆమె గద్దర్ పాటను పాడారు. భలే గుంది అసెంబ్లీ అంటూ గద్దర్ గతంలో పాడిన పాటను పాడి వినిపించటంతో ప్రజలంతా పెద్ద ఎత్తున చప్పట్లతో హోరెత్తించారు.

చంద్రబాబు, రేవంత్ తర్వాత నేనే సీఎం

2009 అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఇదే కోస్గి కాలేజీ గ్రౌండ్ లో నిర్వహించిన ఎన్నికల ప్రచార సభలో తాను, చంద్రబాబు నాయుడు, రేవంత్ రెడ్డి మహా కూటమి తరపున ప్రకారం చేశామని గుర్తు చేశారు. ఆ రోజు కోస్గి సభలో పాల్గొన్న చంద్రబాబు, రేవంత్ రెడ్డి సీఎంలు అయ్యారని.. వచ్చే ఎన్నికల్లో గెలిచి తాను సీఎం అవుతానని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

విజయకెరటం
తెలుగు దినపత్రిక
సెప్టెంబర్ | సోమవారం | 21 | 2026

ఇందిరమ్మ కాలనీ అభివృద్ధి కమిటీకి శివపటేల్

బహిరంగ ఓటింగ్ ద్వారా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్న కాలనీ సభ్యులు



వరంగల్విజయ కెరటం సెప్టెంబర్ 20 :

గ్రేటర్ వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ 14వ డివిజన్ ఎనుమాముల ఇందిరమ్మ కాలనీ ఫేజ్--1 (ముసలమ్మకుంట)లో నూతన కాలనీ అభివృద్ధి కమిటీని ఏర్పాటు చేశారు. సుమారు 100 మంది కాలనీ సభ్యుల సమక్షంలో నిర్వహించిన సమావేశంలో కుంభం శివపటేల్ను కమిటీ అధ్యక్షుడిగా (చేతులెత్తి) బహిరంగ ఓటింగ్ ద్వారా ఆదివారం ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు.కాలనీ పెద్దలు, మహిళలు, యువత, స్థానికులు సమావేశానికి హాజరై శివపటేల్ ఎన్నికకు మద్దతు తెలిపారు. కాలనీలోని సమస్యలను గుర్తించి పరిష్కరించడంతో పాటు మౌలిక వసతుల కల్పనకు కృషి చేయాలని సభ్యులు ఆకాంక్షించారు. ప్రజలందరినీ సమన్వయం చేసుకుంటూ కాలనీ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ముందుకు తీసుకెళ్లాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా శివపటేల్ మాట్లాడుతూ



తనపై నమ్మకం ఉంచి అధ్యక్షుడిగా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్న కాలనీ సభ్యులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.కాలనీ ప్రజల సమస్యలను సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని, అందరి సహకారంతో కాలనీ అభివృద్ధికి నిరంతరం పాటుపడతానని తెలిపారు.

ఎంజీఎం ఆరోగ్యశ్రీ వార్డులో ప్రమాదం

స్లాబ్ పెచ్చులు ఊడి ముగ్గురికి గాయాలు.. --శిథిలావస్థలో ఆసుపత్రి భవనం

వరంగల్ విజయ కెరటం సెప్టెంబర్ 20:



వరంగల్ ఎంజీఎం ఆసుపత్రిలోని ఆరోగ్యశ్రీ వార్డులో శనివారం స్లాబ్ పైకప్పు పెచ్చులు ఒక్కసారిగా ఊడిపడటంతో ముగ్గురికి గాయాలయ్యాయి. దీంతో వార్డులోని రోగులు, వారి సహాయకులు ఒక్కసారిగా భయాందోళనకు గురయ్యారు. స్లాబ్ పెచ్చులు పడటంతో పెరాలసిస్తో చికిత్స పొందుతున్న మస్తాన్ (55)తో పాటు అటెండర్లు ఎల్లమ్మ (50), ఓంకార్ (33) గాయపడ్డారు. వీరంతా జఫర్గఢ్ మండలం ఉప్పుగల్కు చెందినవారిగా గుర్తించారు.

వైద్యుల పర్యవేక్షణలో చికిత్స

ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే వైద్య సిబ్బంది స్పందించి గాయపడిన వారికి చికిత్స అందించారు. బాధితులకు అవసరమైన వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి, వైద్యుల పర్యవేక్షణలో చికిత్స కొనసాగిస్తున్నారు. ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ రామ్కుమార్రెడ్డి ఘటనపై స్పందిస్తూ గాయపడిన వారికి అవసరమైన వైద్య సేవలు అందించాలని వైద్య సిబ్బందిని ఆదేశించినట్లు సమాచారం. ప్రస్తుతం బాధితుల పరిస్థితి నిలకడగా ఉన్నట్లు తెలిపారు.

శిథిలావస్థలో ఆసుపత్రి భవనం

ఎంజీఎం ఆసుపత్రి భవనం పాతబడటంతో పలు చోట్ల స్లాబ్ పెచ్చులు ఊడిపడుతున్నాయని రోగుల బంధువులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. 1954--55లో నిర్మించిన ఈ భవనం కాలక్రమేణా శిథిలావస్థకు చేరుకుందని, తరచూ పలు సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయని పేర్కొంటున్నారు. తాజా ఘటనతో రోగులు, వారి సహాయకుల్లో మరింత ఆందోళన నెలకొంది.



మౌలిక వసతులపై ఆందోళన

ఆసుపత్రిలో ఎలుకల సంచారం, తాగునీరు, మరుగుదొడ్ల సమస్యలతో పాటు కొన్ని ప్రాంతాల్లో శునకాలు, వానరాలు సంచరిస్తున్నాయని రోగుల బంధువులు ఆరోపిస్తున్నారు. గతంలో ఎలుకల కారణంగా రోగులకు ఇబ్బందులు ఎదురైన ఘటనలు కూడా చోటుచేసుకున్నాయని చెబుతున్నారు. ఆసుపత్రి భవనానికి పూర్తిస్థాయిలో మరమ్మతులు చేపట్టి, రోగులు, వారి సహాయకుల భద్రతకు చర్యలు తీసుకోవాలని వారు కోరుతున్నారు.పాత భవనానికి మరమ్మతులు చేపట్టడంతో పాటు అవసరమైన చోట్ల స్లాబ్లు, పైకప్పులను పరిశీలించి ప్రమాదకర పరిస్థితులను ముందుగానే గుర్తించాలని రోగుల బంధువులు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

మృతదేహాన్నీ వదలని ఎలుకలు!

వర్ధన్నపేట ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో దారుణం.. --మార్చురీలో కనీస వసతులేవీ?

వరంగల్ విజయ కెరటం సెప్టెంబర్ 20 :



ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో వైద్యం కోసం వచ్చే రోగులకే కాదు.. మృతదేహాలకు కూడా భద్రత లేకపోవడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. వర్ధన్నపేట ప్రభుత్వ ప్రాంతీయ ఆసుపత్రిలో మార్చురీలో ఉంచిన మృతదేహాన్ని ఎలుకలు కొరికిన ఘటన తీవ్ర కలకలం రేపింది. ఆసుపత్రి నిర్వహణ, పారిశుద్ధ్యంపై తీవ్ర ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయి.వరంగల్ జిల్లాకు చెందిన గారె వీరయ్య శనివారం జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందారు. శవపంచనామా, పోస్టుమార్టం నిమిత్తం ఆయన మృతదేహాన్ని శనివారం రాత్రి వర్ధన్నపేట ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఆదివారం ఉదయం పోస్టుమార్టం కోసం కుటుంబ సభ్యులు ఆసుపత్రికి చేరుకోగా.. మార్చురీలో ఉన్న మృతదేహంపై ఎలుకలు కొరికిన ఆనవాళ్లు కనిపించడంతో వారు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి గురయ్యారు. కంటి భాగంలోనూ ఎలుకలు కొరికినట్లు కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు.

మార్చురీలో ఫ్రీజర్ ఎక్కడ?

మృతదేహాలను భద్రపరిచేందుకు అవసరమైన ఫ్రీజర్ సౌకర్యం లేకపోవడం, మార్చురీలో కనీస వసతులు కూడా అందుబాటులో లేకపోవడంపై మృతుడి కుటుంబ సభ్యులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మృతదేహాలను భద్రపరిచే గదిలోనే ఇలాంటి పరిస్థితి నెలకొనడం పట్ల తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

అధికారుల నిర్లక్ష్యంపై ప్రశ్నలు

ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో మౌలిక వసతులు, పారిశుద్ధ్య నిర్వహణపై తరచూ ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నా సంబంధిత అధికారులు ఎందుకు స్పందించడం లేదని స్థానికులు, ప్రజా సంఘాలు ప్రశ్నించాయి.



రోగుల చికిత్సకు అవసరమైన వసతులతో పాటు మృతదేహాలను గౌరవంగా, భద్రంగా భద్రపరిచే సౌకర్యాలు కల్పించాల్సిన బాధ్యత ఆసుపత్రి యంత్రాంగంపై ఉందని పేర్కొన్నారు.ఘటనపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ స్థానికులు, ప్రజా సంఘాల ప్రతినిధులు ఆసుపత్రి ప్రాంగణంలో ఆందోళన చేపట్టారు. ఆసుపత్రిలో తక్షణమే ఫ్రీజర్ ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు మార్చురీకి మరమ్మతులు చేపట్టి, పారిశుద్ధ్య చర్యలను పటిష్ఠం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఘటనకు బాధ్యులైన వారిపై విచారణ జరిపి, ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు.

తిప్పర్తి మండల అధ్యక్షులు బద్దం సుధీర్ గారికి హృదయపూర్వక జన్మదిన శుభాకాంక్షలు అన్నా అంటే నేనున్నానంటూ ముందుండే నాయకుడు అహర్నిశలు ప్రజ సమస్యలపై శ్రమించే శ్రమజీవి తిప్పర్తి మండలం లో అన్ని తానై అందరితో కలగలుపుగా ఉంటూ ఎవరినైనా చిరునవ్వుతో పలకరించే ప్రజల మనసులు గెలుచుకున్న నాయకుడు ప్రజా నాయకుడు బద్దం సుధీర్ గారు ఇంకా మరెన్నో జన్మదినాలు జరుపుకోవాలని మనసారా కోరుకుంటూ, ఎండి మక్సూద్,, ఎడిటర్ విజయ కెరటం తెలుగు దినపత్రిక



ట్రాన్స్ పోర్ట్ డ్రైవర్ లకు సంక్షేమ బోర్డు ఏర్పాటు చేయాలి

దండెంపల్లి సత్తయ్య నల్లగొండ సెప్టెంబర్ 20 విజయకేరటం ప్రతినిధి



ఆటో జీపు కారు లారీ ట్రాన్స్పోర్ట్ డ్రైవర్ల కు భవన నిర్మాణ కార్మికుల తరహాలో సంక్షేమ బోర్డు ఏర్పాటు చేయాలని సిఐటియు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు దండెంపల్లి సత్తయ్య ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఆదివారం దేవరకొండ రోడ్ లో ట్రాలీ ఆటో డ్రైవర్ ఉ వర్కర్స్ యూనియన్ (సిఐటియు) దేవరకొండ రోడ్డు అడ్డా సమావేశం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా సత్తయ్య మాట్లాడుతూ దేవరకొండ రోడ్డులో గల సిమెంటు, ఐరన్,బండలు, సామిల్, వివిధ కిరాణా షాపుల దగ్గర సరుకుల రవాణా వినియోగదారులకు అందిస్తూ ట్రాలీ ఆటో కార్మికులు జీవనం గడుపుకుంటున్నారని అన్నారు. పెరిగిన పెట్రోల్ డీజిల్ ధరల కారణంగా ట్రాన్స్పోర్ట్ చార్జీలు పెంచుకోవలసిన అవసరం ఏర్పడిందని అన్నారు. యూనియన్ గా సంఘటితమై చార్జీలు పెంచుకోవడం జరిగిందని తెలిపారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఎన్నికల మ్యానిఫెస్టోలో భవన నిర్మాణ కార్మికుల తరహాలో ట్రాన్స్పోర్ట్ కార్మికులకు అన్ని రకాల సౌకర్యాలు కల్పిస్తూ సంక్షేమ బోర్డు ఏర్పాటు చేస్తామని హామీ ఇచ్చిందని అన్నారు. అధికారంలోకి వచ్చి మూడు సంవత్సరాలు కావస్తున్న సంక్షేమ బోర్డు జాడ లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కార్పొరేట్ ఆన్లైన్ ఏజెన్సీలు ద్వారా సరుకుల రవాణా పెరగడంతో కూలి గిట్టుబాటు గాక కుటుంబాలు గడవని దుర్భర పరిస్థితి ఏర్పడిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. నల్లగొండ పట్టణంలో అద్దె ఇండ్లలో నివాసం ఉంటున్న ట్రాలీ ఆటో డ్రైవర్లకు ప్రభుత్వం నిర్మించే ఇందిరమ్మ టవర్స్ లలో ఇండ్లు ఇచ్చి ఆదుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు .అనంతరం కమిటీ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకోవడం జరిగింది గౌరవాధ్యక్షులు దండెంపల్లి సత్తయ్య, అధ్యక్షులు జడల సోములు, ఉపాధ్యక్షులు గంగనబోయిన నరసింహ, కార్యదర్శి ఈర్ల శ్రీశైలం సహాయ కార్యదర్శి పగిళ్ల చెన్నయ్య, కోశాధికారి ఈసం హుస్సేన్ లను ఎన్నుకోవడం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో శ్రీనివాస్ మహేందర్ అశోక్ నరసింహ మారయ్య లక్ష్మయ్య రవి యాదయ్య వెంకన్న క్రాంతి కరుణాకర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు

నిమజ్జన ఏర్పాట్లు పక్కాగా చేయాలి



దేవరకొండ: కొమ్ముతండాలోని భీమనపల్లి చెరువు వద్ద వినాయక నిమజ్జనానికి అవసరమైన అన్ని ఏర్పాట్లు పక్కాగా చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ బి. చంద్రశేఖర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఆదివారం జిల్లా ఎస్పీ శరత్ చంద్ర పవార్తో కలిసి చెరువు వద్ద నిమజ్జన ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు.నిమజ్జనం సందర్భంగా ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా లైటింగ్, క్రేన్లు, గజ ఈతగాళ్లను సిద్ధంగా ఉంచాలని సూచించారు. తాగునీరు, ప్రథమ చికిత్స, నిరంతర విద్యుత్ సరఫరా వంటి సౌకర్యాలను అందుబాటులో ఉంచాలని ఆదేశించారు. చెరువుకు వచ్చే వినాయక విగ్రహాలను రిజిస్టర్లో నమోదు చేయాలని, నిమజ్జనం పూర్తయిన వెంటనే పారిశుధ్య సిబ్బందితో చెత్తను తొలగించాలని తెలిపారు. చెత్త కోసం ప్రత్యేకంగా డస్ట్బిన్లు ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు.వైద్య ఆరోగ్యశాఖ, ఆర్డబ్ల్యూఎస్, విద్యుత్ శాఖ అధికారులు సమన్వయంతో ఏర్పాట్లు చేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. నిమజ్జన కార్యక్రమం ప్రశాంతంగా, ఎలాంటి అవాంఛనీయ ఘటనలు చోటుచేసుకోకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవరకొండ సబ్కలెక్టర్ కరోలిన్ చింగ్ థియాన్ మావి, డీఎస్పీ, ఇతర శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామస్థాయిలో వినాయక విగ్రహాల నిమజ్జనం చేసే చోట చీకటి పడకముందే నిమజ్జనం చేయాలి జిల్లా కలెక్టర్

నల్లగొండ సెప్టెంబర్ 20 విజయ కెరటం ప్రతినిధి



ఆదివారం అయన దేవరకొండ డివిజన్లోని నెరేడుగొమ్ము మండలం, పెద్ద మునిగాళ్ళలో వినాయక విగ్రహాల నిమజ్జనం చేసే ప్రదేశాన్ని జిల్లా ఎస్ పి శరత్ చంద్ర పవార్ తో కలిసి సందర్శించి నిమజ్జనం సందర్భంగా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై అధికారులకు సూచనలు



చేశారు. పెద్ద మునిగాళ్లకు మారుమూల ప్రాంతాల నుండి వినాయక నిమజ్జనానికి వచ్చే అవకాశం ఉన్నందున గ్రామాల నుంచి వచ్చే విగ్రహాలు ఎక్కువసేపు ఊరేగింపులో చీకటి పడే వరకు ఉండకుండా ముందుగానే నిమజ్జనం చేసుకోవాలని, తద్వారా ప్రమాదాలు సంభవించకుండా ఉంటాయని, ఈ విషయం వినాయక విగ్రహాలు ఏర్పాటు చేసిన నిర్వాహకులకు అవగాహన కల్పించాలని రెవెన్యూ ,పోలీస్ అధికారులకు సూచించారు. నిమజ్జనం చేసే చోట లైటింగ్ తో పాటు ,బారికేడ్లు ,క్రేన్లు, తాగునీరు,గజ ఈతగాళ్ళు, ఇతర అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించాలని, నిమజ్జనం సందర్భంగా ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు చోటు చేసుకోకుండా అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు.దేవరకొండ సబ్ కలెక్టర్ కరోలిన్ చింగ్ థియాన్ మావి,డి ఎస్ పి, వైద్య ఆరోగ్య,ఆర్ డబ్ల్యు ఎస్, రెవెన్యూ,పోలీస్ ,ఇతర శాఖల అధికారులు,తదితరులు ఉన్నారు.

వినాయక మండపాల్లో కేఆర్ నాగరాజు పూజలు

భక్తులకు అన్నప్రసాదం వడ్డించిన ఎమ్మెల్యే

వరంగల్, విజయ కెరటం సెప్టెంబర్ 20:

భక్తికార్యక్రమాల్లో యువత ముందడుగు వేయడం వల్ల సమాజంలో సేవాభావం పెరుగుతుందని వర్ధన్నపేట ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు పేర్కొన్నారు.గ్రేటర్ వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ 14వ డివిజన్ పరిధిలోని మణికంఠ కాలనీ, శ్రీనివాస కాలనీల్లో ఏర్పాటు చేసిన వినాయక మండపాలను ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు ఆదివారం సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా గణనాథుడికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, ప్రజలంతా సుఖసంతోషాలతో ఉండాలని ప్రార్థించారు.అనంతరం మండపాల వద్ద నిర్వహించిన అన్నదాన కార్యక్రమంలో పాల్గొని భక్తులకు అన్నప్రసాదాన్ని వడ్డించారు. భక్తిశ్రద్ధలతో ఉత్సవాలు నిర్వహిస్తున్న నిర్వాహకులను అభినందించారు.కార్యక్రమంలో టిపిసిసి ఎస్సీ సెల్ విభాగం జిల్లా అధ్యక్షులు చిలువేరు శ్రీనివాస్,డివిజన్ అధ్యక్షుడు సయ్యద్ ఇంతియాజ్,సీనియర్ నాయకులు స్టాలిన్, ఈర్ల రాజేందర్, సంతోష్, జానీ, శివపటేల్, శంకర్, శ్రీనివాస్, అశోక్, చంద్రశేఖర్, ఏనుమాముల సీఐ జి సురేష్ తో పాటు స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, భక్తులు పాల్గొన్నారు.



విజయ కెరటం
తెలుగు దినపత్రిక

విద్యానగర్ వినాయకుడి వద్ద అన్నదాన వితరణ

నల్లగొండ: సెప్టెంబర్ 20 విజయ కెరటం ప్రతినిధి





గణేష్ నవరాత్రి వేడుకలను భక్తిశ్రద్ధలతో ఘనంగా జరుపుకోవాలని నల్లగొండ మాజీ మున్సిపల్ చైర్మన్ బుర్రి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మాజీ జెడ్పిటిసి గుమ్ముల మోహన్ రెడ్డి లు అన్నారు. ఆదివారం నల్గొండ పట్టణంలోని 47 వ డివిజన్ విద్యానగర్ కాలనీ పార్కులో మాజీ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్, స్థానిక కార్పొరేటర్ అబ్బగోని రమేష్ గౌడ్-కవిత దంపతులు ఏర్పాటు చేసిన అన్నదాన వితరణ కార్యక్రమాన్ని వారు ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ గణేష్ మండపాల వద్ద మన సంస్కృతి, సాంప్రదాయాలను చాటే విధంగా కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని అన్నారు. గణేష్ విగ్రహాలను నిమజ్జనికి తరలించేటప్పుడు ఎవరికి ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా, ఎలాంటి ప్రమాదాలు జరగకుండా ప్రశాంత వాతావరణంలో నిర్వహించుకోవాలని సూచించారు. నిమజ్జనానికి సంబంధించి అధికారులు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో నల్గొండ డి.ఎస్.పి శివరాం రెడ్డి, టూ టౌన్ ఎస్సై సైదా బాబా, పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు ఎడ్ల శ్రీనివాస్ యాదవ్, కాలనీవాసులు పంతులు శ్రీనివాస్, వీరారెడ్డి,భూపాల్ రెడ్డి ,ఉదయ్ కుమార్ ,పద్మ గోవిందమ్మ ,వేణు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మూడు హం రహదారి రోడ్డు శంకుస్థాపన మంత్రి వెంకట్ రెడ్డి.



మహబూబ నగర సెప్టెంబర్ 20 విజయ్ కెరటం ప్రతినిధి

మహబూబ్నగర్ జిల్లా దేవరకద్ర నియోజకవర్గంలో రాష్ట్ర రోడ్లు, భవనాలు, సినిమాటోగ్రఫీ శాఖ మంత్రి శ్రీ కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి గారు, పశుసంవర్ధక శాఖ మంత్రి శ్రీ వాకిటి శ్రీహరి గారు, స్థానిక ఎమ్మెల్యే శ్రీ మధుసూదన్ రెడ్డి గారితో కలిసి రూ. 134.98 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టనున్న మూడు కీలక నాఅవీ రహదారి పనులకు శంకుస్థాపన చేశారు.

శ్రీ కురుమూర్తి స్వామి ఆలయ అనుసంధానంతో పాటు వర్నే వరకు డబుల్ రోడ్డు -- రూ. 103.54 కోట్లు

NH-44 నుంచి పొన్నకల్, డోకూర్ మీదుగా దేవరకద్ర రోడ్డు మరమ్మతులు -- రూ. 13.43 కోట్లు

భూత్పూర్ చౌరస్తా నుంచి భట్టుపల్లి తండా మీదుగా కర్వేన వరకు రహదారి విస్తరణ -- రూ. 18.01 కోట్లు

మంత్రి శ్రీ కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఈ రహదారుల నిర్మాణం పూర్తయితే రవాణా సౌకర్యాలు మరింత మెరుగుపడి, ప్రయాణ సమయం తగ్గడంతో పాటు కురుమూర్తి స్వామి ఆలయానికి వచ్చే భక్తులకు సౌకర్యాలు పెరుగుతాయి. అలాగే స్థానికంగా వ్యాపార, వ్యవసాయ రంగాల అభివృద్ధికి మరింత ఊతం లభిస్తుంది. ప్రజల సౌకర్యం, ప్రాంతీయ అభివృద్ధే లక్ష్యంగా దేవరకద్ర నియోజకవర్గంలో మౌలిక వసతుల బలోపేతానికి ప్రజా ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది అని అన్నారు.

గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో పాల్గొన్న ప్రముఖులు

నల్లగొండ సెప్టెంబర్ 20 విజయ కెరటం ప్రతినిధి



గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాల సందర్భంగా ఈరోజు 47 డివిజన్ కార్పొరేటర్ మరియు మాజీ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ అబ్బగోని కవిత రమేష్ దంపతులు విద్యానగర్ కాలనీ పార్క్ లో అన్న ప్రసాద వితరణ కార్యక్రమం చేయడం జరిగింది. ఇట్టి కార్యక్రమంలో నల్లగొండ డిఎస్పి శివరాం రెడ్డి గారు, మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ మేయర్ బుర్రి చైతన్య శ్రీనివాస్ రెడ్డి గారు, జిల్లా నాయకులుగుమ్మలమోహన్ రెడ్డి గారు మరియు మున్సిపల్ మాజీ వైస్ చైర్మన్ అబ్బ గోని రమేష్ గారు మరియు విద్యానగర్ కాలనీ గణేష్ ఉత్సవ కమిటీ అధ్యక్షులు పంతులు శ్రీనివాస్ గారు, కమిటీ అధ్యక్షుడు బుట్టడి వీరారెడ్డి గారు, కమిటీ సలహాదారులు డాక్టర్ వి. మనోహర్ గారు, ఉపాధ్యక్షులు పి.భూపాల్ రెడ్డి గారు, ఉపాధ్యక్షులు ఉదయ్ కుమార్ గారు, కోశాధికారి నవీన్ రెడ్డి గారు, పి.పద్మ గారు, గోవిందమ్మ గారు, సి.హెచ్ శ్రీరాములు గారు, మేడ మోహన్ రెడ్డి గారు, వదిన కాలనీవాసులు హాజరయ్యారు

సెలబ్రిటీల మెరుపు మీ సొంతం.. గ్లోయింగ్ స్కిన్ కోసం కొన్ని చిట్కాలు



సెలబ్రిటీలలా మెరిసిపోయే చర్మ సౌందర్యం పొందాలని చాలామంది మహిళలు కోరుకుంటారు. అయితే అది కేవలం కొందరికే సాధ్యమని అనుకుంటే పొరపాటే. సరైన జాగ్రత్తలు, కాస్త సమయం కేటాయిస్తే ఎవరైనా సరే సహజమైన, ఆరోగ్యకరమైన గ్లోయింగ్ స్కిన్ పొందవచ్చని సౌందర్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. డెర్మటాలజిస్టులు, మేకప్ ఆర్టిస్టులు మెరిసే చర్మం కోసం పాటించాల్సిన కొన్ని ముఖ్యమైన చిట్కాలను పంచుకున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన చర్మం కోసం ఒక్కటే మంత్రం అంటూ ఏదీ లేదని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. మంచి ఆహారం, తగినంత నిద్ర, ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడం, సరైన స్కిన్‌కేర్ రొటీన్ పాటించడం వంటివి చాలా అవసరం. ముఖ్యంగా కొన్ని అలవాట్లను దినచర్యలో భాగం చేసుకోవడం ద్వారా చర్మంలో స్పష్టమైన మార్పు చూడవచ్చని వారు వివరిస్తున్నారు.

నిపుణులు సూచిస్తున్న కొన్ని ముఖ్యమైన చిట్కాలు:

ఎస్పీఎఫ్ తప్పనిసరి: చర్మానికి 90% నష్టం సూర్యరశ్మి వల్లే కలుగుతుంది. అందుకే వాతావరణంతో సంబంధం లేకుండా ప్రతిరోజూ బ్రాడ్ స్పెక్ట్రమ్ ఎస్పీఎఫ్ (స్రాఖీ) 50 ఉన్న సన్‌స్క్రీన్ వాడటం తప్పనిసరి. ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు కూడా కిటికీల నుంచి వచ్చే యూవీఏ కిరణాల నుంచి ఇది రక్షణ కల్పిస్తుంది. అసలు ఎస్పీఎఫ్ (స్రాఖీ) అంటే సన్ ప్రొటెక్షన్ ఫ్యాక్టర్. ఇది సూర్యుడి నుంచి వెలువడే హానికరమైన యూవీబీ కిరణాల నుంచి మన చర్మానికి ఎంత రక్షణ లభిస్తుందో సూచిస్తుంది. ఉదాహరణకు, ఎస్పీఎఫ్ 50 రాసుకుంటే, సాధారణం కంటే 50 రెట్లు ఎక్కువ సమయం చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుందని అర్థం. తేమ (మాయిశ్చర్) కీలకం: చర్మం పొడిబారినట్లు అనిపిస్తే, హైల్యూరోనిక్ యాసిడ్ ఉన్న సీరమ్ లేదా మాయిశ్చరైజర్ వాడాలి. ఇది నీటిని ఆకర్షించి చర్మాన్ని లోపలి నుంచి తేమగా, కాంతివంతంగా మారుస్తుంది. ఆహారం, వ్యాయామం: ఆహారంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే కూరగాయలు, పండ్లు చేర్చుకోవాలి. అలాగే, రోజూ చేసే వ్యాయామం రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరిచి చర్మానికి సహజమైన నిగారింపును ఇస్తుంది. మద్యపానానికి దూరంగా ఉండటం వల్ల చర్మం డీహైడ్రేట్ కాకుండా ఉంటుంది. యాక్టివ్ ఇంగ్రీడియంట్స్: చర్మం నిస్తేజంగా, డల్‌గా కనిపిస్తే రెటినాల్ (విటమిన్ ఎ) వాడకం మేలు చేస్తుంది. ఇది కొత్త కణాల ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహించి చర్మాన్ని తాజాగా మారుస్తుంది. అయితే, దీనిని నిపుణుల సలహా మేరకు తక్కువ మోతాదుతో ప్రారంభించాలి. ఈ చిట్కాలతో పాటు తగినంత నిద్ర, ఒత్తిడిని జయించడం వంటివి పాటిస్తే చర్మం సహజంగానే ఆరోగ్యంగా, కాంతివంతంగా మారుతుందని నిపుణులు భరోసా ఇస్తున్నారు.

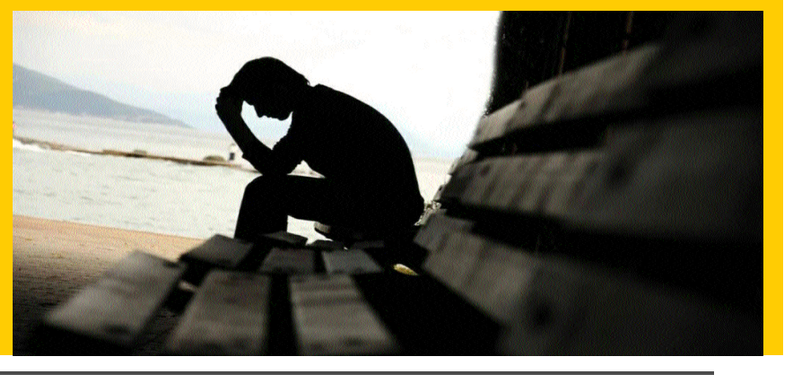
మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే



శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ సమస్యలు ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్, కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధుల రూపంలో కనిపిస్తాయి. అధిక యూరిక్ యాసిడ్ కారణంగా జాయింట్లలో నొప్పులు, వాపులు మొదలవుతాయి. గ్రీన్ కలర్ ఫుడ్స్ దినచర్యలో భాగం చేస్తే ఈ సమస్యను సహజంగా నివారించవచ్చు. పాలకూరలో శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉన్న మెగ్నీషియం శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. పాలకూరను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి పుష్కలమైన పోషకాలు అందించడమే కాక.. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకు సహాయపడుతుంది. పచ్చి బఠానీలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇది శరీరానికి కావలసిన శక్తిని అందిస్తుంది. వీటిలో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేయడంలో తోడ్పడతాయి. గౌట్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడానికి ఈ బీన్స్ చాలా ఉపయోగపడతాయి. గ్రీన్ టీ శరీరంలోని హానికరమైన వ్యర్థాలను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ టీలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఆహ్లాదకరమైన రుచి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో తోడ్పడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చు. సెలరీలో ఉన్న పోషకాలు మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని వాపును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ఈ ఆకుకూర సహాయపడుతుంది. అవకాడోలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు అధికంగా ఉంటాయి. ప్యూరిన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోని హానికరమైన పదార్థాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి ఆస్పరాగస్ ను తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది. గ్రీన్ బీన్స్ లో ప్యూరిన్లు తక్కువగా ఉంటాయి.. అందుకే ఇవి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవాలంటే ఏం చేయాలో తెలుసా?

ఈ రోజుల్లో ఉద్యోగ రీత్యా లేదా ప్రేమ, డబ్బు లేదా ఫ్యామిలీ పరంగా ఏదయినా కారణం చేత చాలామంది టెన్షన్ లేదా ఒత్తిడికి గురవుతారు. దీని వలన మన మానసిక ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. ప్రతి చిన్న దానికి ఎక్కువగా ఆలోచించడం వలన కూడా టెన్షన్, ఒత్తిడి వంటివి పెరుగుతాయి. మనం ఇతరులతో ఎలా మాట్లాడాలి వారు మనకు ఎలా స్పందిస్తారో ముందుగా ఊహించుకొని మనం అనుకున్న అంచానాలు రీచ్ అవ్వకపోయినా ఒత్తిడికి గురవుతారు. కాబట్టి మనం ప్రతి విషయంలో ఎలా జరిగిన దానిని స్వీకరించగలగాలి అంతేగాని దాని గురించి ఆలోచిస్తూ ఉండకూడదు. మన మూడ్ సరిగ్గా లేకపోయిన ఆ సమయంలో మనం తీసుకునే నిర్ణయాలు చెడుగా ఉంటాయి. దీని వలన మనం అవతలివారిలో నెగిటివిటీ ని పెంచిన వారమవుతాము. తరువాత మనం వారు మన గురించి ఏమి ఆలోచిస్తున్నారో అని అనుకుంటూ ఉంటాము ఇలా ఆలోచనలతో ఒత్తిడికి గురవుతాము. కాబట్టి మన మూడ్ బాగోలేనప్పుడు ఎటువంటి నిర్ణయాలు తీసుకోకపోవడమే మంచిది. లావుగా ఉన్నామని లేదా సన్నగా ఉన్నామని లేదా ఏదయినా మానసిక, శారీరక సమస్య వచ్చినా కొందరు చాలా బాధపడుతుంటారు. అంతే కానీ సమస్యకు పరిష్కారం వెతకరు. కాబట్టి మనం ఏదయినా సమస్య వచ్చినప్పుడు బాధపడకుండా దానికి పరిష్కారం వెతకాలి. ఈ మధ్య చాలామంది దానిలోనే సినిమాలు, సీరియళ్లు, షోస్ చూస్తున్నారు కాబట్టి దీని వలన మనం ఎక్కువ సమయం స్క్రీన్ మీద గడుపుతున్నారు. దీని వలన మెంటల్ హెల్త్ ఇష్యూస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి మనం లో సినిమాలు, సిరీస్ లు చూసేటప్పుడు మధ్యమధ్యలో బ్రేక్ ఇస్తూ ఉండాలి దాని వలన మన ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఒత్తిడి వలన మనకు గుండె సమస్యలు, ఆస్తమా, హైపర్ టెన్షన్, జుట్టు రాలడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఒత్తిడిని, టెన్షన్ ను తగ్గించుకోవడానికి మనం మొదట ఎక్కువగా ఆలోచించడం తగ్గించు కోవాలి. ఇంకా యోగా, ధ్యానం వంటివి చేస్తూ ఉండాలి. వీటి వలన రిలీఫ్ గా ఉంటుంది.



Printed, Published Edited and Owned by MAKSOOD AHAMED MOHAMED,H.No. 5-8-222/1, Shams Nagar, BTS Nalgonda - 508 001 (Telangana State) Printed at Shekhar Graphics & Printers H.No. 5-12-719, BTS, NALGONDA 508 001, (Telangana State), Published From: Shekhar Graphics & Printers H.No. 5-12-719, BTS, NALGONDA - 508 001 (A.P.), Editor: MAKSOOD AHAMED MOHAMED Cell: 9908408528