సూర్యోదయ వార్త

తెలుగు దినపత్రిక

ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం...

తెలంగాణ, ఆంధ్ర ప్రదేశ్ | సంపుటి: 2 | సంచిక : 48 | శుక్రవారం 13.11. 2026 | పేజీలు :4 | వెల: 2

కోర్టు మెట్లెక్కిన సీఎం రేవంత్

పాత కేసు కోర్టుకు సీఎం



హైదరాబాద్ సూర్యోదయ వార్త తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గురువారం హైదరాబాద్ నాంపల్లిలోని ప్రజాప్రతినిధుల ప్రత్యేక కోర్టుకు హాజరయ్యారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో తనపై నమోదైన పాత కేసుల విచారణ ప్రక్రియలో భాగంగా ఆయన న్యాయస్థానం ఎదుట హాజరయ్యారు. 2021లో నాగార్జున సాగర్ శాసనసభ నియోజకవర్గానికి జరిగిన ఉపఎన్నికల ప్రచార సమయంలో కోవిడ్ నిబంధనలను ఉల్లంఘించారనే ఆరోపణలపై రేవంత్ రెడ్డిపై ఒక కేసు నమోదైంది. అప్పట్లో ఆయన తెలంగాణ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ (టీపీసీసీ) అధ్యక్షుడిగా బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఆ సమయంలో, 2021 ఏప్రిల్ 11న నల్గొండ జిల్లా పెద్దవూర మండలంలోని చలకుర్తి గ్రామంలో నిర్వహించిన ఉపఎన్నిక ప్రచారంలో రేవంత్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఆ సందర్భంలో మాస్క్ ధరించలేదని, ఇతర కోవిడ్ మిగతా 2లో..

విస్తృత వైద్య సేవలు

- వచ్చే జూన్ 2 నాటికి పూర్తిస్థాయిలో అందుబాటులోకి..
- వైద్య, ఆరోగ్యశాఖ సమీక్షలో సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి
- ఏడాదిలో ఉస్మానియా నూతన ఆస్పత్రి ప్రారంభం
- వైద్యులు, సిబ్బంది నియామకాలకు ఏకీకృత విధానం



తొలి సమయం హైదరాబాద్

ప్రభుత్వ ఆస్పత్రుల్లో పడకల కొరత, శస్త్రచికిత్సల కోసం నిరీక్షణ, వైద్యులు--సిబ్బంది కొరత వంటి సమస్యలకు పరిష్కారం చూపే దిశగా వైద్యారోగ్య శాఖను సమాయత్తం చేయాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్‌రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. వచ్చే ఏడాది జూన్ 2 నాటికి అల్వాల్, ఎల్‌బీనగర్ టిమ్స్ ఆస్పత్రులతోపాటు వరంగల్ సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి, నిమ్స్ విస్తరణ పనులను పూర్తి చేసి ప్రజలకు పూర్తిస్థాయి వైద్య సేవలు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని స్పష్టం చేశారు.ఉస్మానియా నూతన ఆస్పత్రి నిర్మాణాన్ని వచ్చే ఏడాది డిసెంబర్ నాటికి పూర్తి చేసి సేవలు ప్రారంభించాలని నిర్దేశించారు. నిర్మాణాలు పూర్తయిన తర్వాత వైద్యులు, సిబ్బంది, వైద్య పరికరాల కోసం ఎదురుచూడకుండా అన్ని ఏర్పాట్లను సమాంతరంగా పూర్తి చేయాలని సూచించారు. రేవంత్ గురువారం ఎంసీఆర్‌హెచ్‌ఆర్డీలో వైద్య, ఆరోగ్య శాఖపై మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ, రాజ్యసభ సభ్యులు వేం నరేందర్ రెడ్డితో కలిసి సమీక్ష నిర్వహించారు.

సనత్‌నగర్, అల్వాల్, ఎల్‌బీనగర్ టిమ్స్ ఆస్పత్రుల్లో వైద్యులు, ఇతర సిబ్బంది నియామకాలకు ఏకీకృత విధానం అమలు చేయాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ఆదేశించారు. వైద్య సేవల అవసరాలకు అనుగుణంగా మూడు ఆస్పత్రుల మధ్య వైద్యులు, సిబ్బందిని బదిలీ చేసుకునే వెసులుబాటు ఉండాలన్నారు. దీనివల్ల ఏ ఆస్పత్రిలోనైనా వైద్యుల కొరత ఏర్పడినప్పుడు మరో ఆస్పత్రి నుంచి సిబ్బందిని సర్దుబాటు చేసుకునే అవకాశం ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.ఆస్పత్రుల నిర్వహణ, పారిశుద్ధ్య పనుల కోసం అవసరమైన సిబ్బందిని ఔట్‌సోర్సింగ్ విధానంలో నియమించాలని సూచించారు. టిమ్స్‌ల పర్యవేక్షణకు గ్రూప్--1 అధికారులను నియమిస్తామని, పారిశుధ్య సిబ్బంది పనితీరును పర్యవేక్షించేందుకు విశ్రాంత సైనికాధికారుల సేవలను వినియోగించుకుంటామని తెలిపారు. నిమ్స్‌లో శస్త్రచికిత్సలకు ఎక్కువ సమయం పడుతున్న నేపథ్యంలో సనత్‌నగర్ టిమ్స్ ఆస్పత్రిని పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకోవాలని చెప్పారు. నిమ్స్‌లో పడకలు అందుబాటులో లేకపోయినా, శస్త్రచికిత్సలకు ఎక్కువ సమయం పడుతున్నా రోగులకు సనత్‌నగర్ టిమ్స్‌లో వైద్య సేవలు అందించాలని సూచించారు. ఇందుకోసం వైద్యారోగ్య శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి, నిమ్స్, టిమ్స్ డైరెక్టర్లు నిరంతరం సమన్వయం చేసుకోవాలని చెప్పారు. టిమ్స్‌లలో పూర్తిస్థాయి వైద్యుల నియామకాలు జరిగే వరకు అవసరమైన వైద్యులను బయట నుంచి నియమించుకోవాలని, ఇందుకయ్యే నిధులను వెంటనే విడుదల చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

కొత్తగా నిర్మిస్తున్న 79 డయాలసిస్ కేంద్రాల పనులను సాధ్యమైనంత త్వరగా పూర్తి చేసి ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ఆదేశించారు. ప్రభుత్వ ఆస్పత్రుల్లో వైద్యులు, సిబ్బంది విధులకు హాజరయ్యే సమయం, విధుల నుంచి వెళ్లే సమయాన్ని కచ్చితంగా నమోదు చేయాలని చెప్పారు.

రోజువారీ ఓపీ వైద్య సేవలు పొందుతున్న రోగుల సంఖ్య 7 లక్షల నుంచి 9 లక్షలకు, ఆస్పత్రుల్లో చేరి చికిత్స పొందుతున్న వారి సంఖ్య 23 లక్షల నుంచి 24.30 లక్షలకు పెరిగినట్లు అధికారులు చెప్పగా, దీనిపై ముఖ్యమంత్రి సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ప్రజారోగ్యానికి ప్రాధాన్యమిస్తూ వైద్యారోగ్య శాఖకు అవసరమైన నిధులను ఎంత మొత్తమైనా విడుదల చేస్తామని చెప్పారు.

ఖాకీ శాఖలో భారీ ప్రక్షాళన

పోలీసు పగ్గాలు కొత్త చేతుల్లో

ఒకేసారి 21 మంది బదిలీ

వీసీ సజ్జనార్‌కు కొత్త పోస్టు

తెలంగాణలో భారీగా ఐపీఎస్ అధికారుల బదిలీ

హైదరాబాద్ నూతన సీపీగా మహేష్ భగవత్

ఫైర్ సర్వీసెస్ డీజీగా వీసీ సజ్జనార్ బదిలీ

లా అండ్ ఆర్డర్ అదనపు డీజీపీగా అకున్ సబర్వాల్

పోలీస్ శాఖలో సమూల మార్పులు



హైదరాబాద్ సూర్యోదయ వార్త

తెలంగాణ పోలీస్ శాఖలో భారీ స్థాయిలో ఐపీఎస్ అధికారుల బదిలీలు జరిగాయి. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 21 మంది సీనియర్ అధికారులను బదిలీ చేస్తూ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ మేరకు ప్రభుత్వ ప్రధాన మిగతా 2లో..

అప్పులు... తిప్పలెన్నున్నా ఆగని ఇందిరమ్మ ఇళ్లు!

వచ్చే దీపావళికి టవర్స్ పూర్తి

మరో మూడు విడతల్లో ఇళ్ల మంజూరు

రాజేంద్రనగర్, మహేశ్వరం లబ్ధిదారులకు ప్లాట్ల కేటాయింపు ప్రారంభం

మైలార్‌దేవుపల్లిలో ఇందిరమ్మ టవర్స్‌కు శంకుస్థాపన



హైదరాబాద్ సూర్యోదయ వార్త : ఇందిరమ్మ ఇళ్ల మంజూరు నిరంతర ప్రక్రియగా కొనసాగుతుందని రాష్ట్ర రెవెన్యూ, గృహనిర్మాణ, సమాచార పౌరసంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి స్పష్టం చేశారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం లక్షల కోట్ల రూపాయల అప్పులు మిగిల్చినా, ఎల్‌నినో వంటి మిగతా 2లో..

జియో బాటలో గ్రీన్ ఎస్ఎమ్!

డ్రైవర్ల ఉపాధిపై గుత్తాధిపత్య దెబ్బ

ఫ్రీ ఆఫర్లతో ఎంట్రీ.. తర్వాత బాదుడేనా?

ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్



హైదరాబాద్, లక్ష్మీదత్తప్రతినిధి : హైదరాబాద్‌లో కొత్తగా కార్యకలాపాలు ప్రారంభించిన 'గ్రీన్ ఎస్ఎమ్' ఎలక్ట్రిక్ క్యాబ్ సంస్థ తీరుపై బీఆర్ఎస్ ప్రధాన కార్యదర్శి ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ తీవ్రస్థాయిలో మండిపడ్డారు. తెలంగాణ భవన్‌లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ... ఒక కంపెనీ తన వ్యాపార విస్తరణ కోసం స్థానిక ఆటో, క్యాబ్ డ్రైవర్ల పొట్ట కొట్టాలని చూస్తోందని ఆరోపించారు. గ్రీన్ ఎస్ఎమ్ వ్యాపార వ్యూహాన్ని గతంలో టెలికాం రంగంలో జియో ప్రవేశంతో ఆయన పోల్చారు. "2016లో జియో అనే కంపెనీ మిగతా 2లో..

సాగుకు సాంకేతిక సాయం

రైతు ముంగిట ఏఐ సలహా

మంత్రి తుమ్మల



రాష్ట్రంలోని రైతులకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం గుడ్ న్యూస్ చెప్పింది. ఇక తెలుగులోనే ఏఐ ఆధారిత వ్యవసాయ సలహాలను వారికి ఇవ్వనుంది. అందుకోసం తెలంగాణలో భారత్ విస్తార్ సేవల అమలుకు వ్యవసాయ శాఖ, ఎన్ఐఏఎస్‌జీ మధ్య అవగాహన ఒప్పందం కుదిరిందని ఆ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు వెల్లడించారు. దీంతో రైతు ముంగిటకే ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం తీసుకెళ్తామని అన్నారు. ఏఐతో ముందుగానే పంట సమస్యల గుర్తింపు.. తద్వారా నష్టాల నివారణ సాధ్యమవుతుందని తెలిపారు. ఈ మిగతా 2లో..

సమ్మిట్ పేరుతో కుట్రలు

భారత్ సమ్మిట్‌పై బీజేపీ ఫైర్!

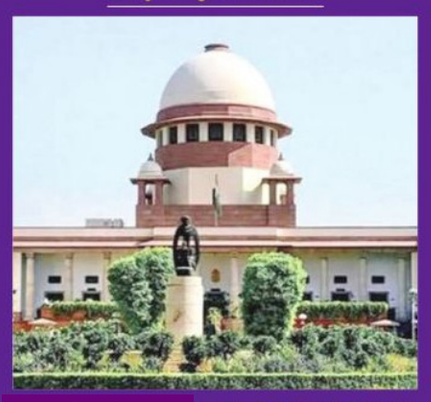
కిషన్ రెడ్డి



తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం హైదరాబాద్‌లో నిర్వహిస్తున్న ప్రతిష్టాత్మక 'భారత్ సమ్మిట్'పై కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. ప్రభుత్వ నిధులతో కాంగ్రెస్ కార్యక్రమమైన భారత్ సమ్మిట్‌ను ఎలా నిర్వహిస్తారో సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. అంతేకాదు దేశంపై విషం చిమ్మే వ్యక్తులకు వేదిక కల్పించడం దురదృష్టకరమని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ఇది భారత వ్యతిరేక సమ్మిట్ అని, కాంగ్రెస్ పార్టీ తన వైఫల్యాలను కప్పిపుచ్చుకునేందుకే ఈ కార్యక్రమాన్ని మిగతా 2లో..

తండ్రి ఆస్తిపై కొడుకుకు జన్మహక్కు లేదు!

తండ్రి ఆస్తిలో కొడుకుకు జన్మహక్కు ఉంటుందా?



హైదరాబాద్ సూర్యోదయ వార్త తండ్రికి చెందిన ఆస్తిలో కొడుకు జన్మహక్కు కింద వాటా కోరలేడని సుప్రీంకోర్టు స్పష్టం చేసింది. తాత నుంచి వారసత్వంగా వచ్చిన ఆస్తి పంపకాల తర్వాత తండ్రికి ప్రత్యేక ఆస్తిగా మారితే, అందులో కొడుకుకు పుట్టుకతోనే హక్కు ఏర్పడదని పేర్కొంది. ఈ మేరకు ఆస్తిలో సగం వాటా కోరుతూ దాఖలైన అప్పీల్‌ను కొట్టివేసింది.

ఈ కేసు 1997లో దాఖలైన ఆస్తి విభజన వ్యాజ్యానికి సంబంధించినది. 1,811 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉన్న ఆస్తి తొలుత తన తాతకు చెందిందని, వారసత్వంగా తనకు జన్మహక్కు వచ్చిందని ఓ మైనర్ బాలుడు కోర్టును ఆశ్రయించాడు. తల్లి ద్వారా ఈ పిటిషన్ దాఖలు చేయించి ఆస్తిలో సగం వాటా కోరాడు. అయితే, ఆ బాలుడు పుట్టకముందే తాత మరణించారని, వారసత్వ ప్రక్రియ ప్రారంభమైందని సుప్రీంకోర్టు మిగతా 2లో..

కేరళలో షిగెల్లా కలకలం!

కాచి చల్లార్చిన నీరు తాగాలని, పరిశుభ్రమైన ఆహారం తీసుకోవాలి



కేరళం, నవంబర్ 12 : కేరళంలోని మలప్పురం జిల్లాలో షిగెల్లా బ్యాక్టీరియా కలకలం రేపుతోంది. జిల్లాలోని మూడు ప్రాంతాల్లో ఈ ఇన్ఫెక్షన్ నిర్ధారణ కావడంతో ఆరోగ్యశాఖ అప్రమత్తమైంది. ఈ ఏడాది ఇప్పటివరకు జిల్లాలో 75 కేసులు నమోదయ్యాయి. వీరిలో ఎనిమిది మంది బాధితులతో సన్నిహిత సంబంధాలు ఉన్నవారికి కూడా ఇన్ఫెక్షన్ సోకినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. వ్యాధి వ్యాప్తిని అడ్డుకునేందుకు నిఘా పెంచడంతో పాటు పలు నివారణ చర్యలు చేపట్టారు. మలప్పురం జిల్లాలోని అరీకోడ్, పుల్పట్ట, ఎడవన్న ప్రాంతాల్లో తాజాగా షిగెల్లా కేసులు వెలుగు చూశాయి. దీంతో మిగతా 2లో..



పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలు

ఓటరు జాబితా పరిశీలకులుగా సీనియర్ ఐపీఎస్‌లు

హైదరాబాద్, సూర్యోదయ ప్రతినిధి వార్త పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ నియోజక వర్గాల్లో ఓటరు జాబితా తయారీ ప్రక్రియ పరిశీలకులుగా సీనియర్ ఐపీఎస్ అధికారులను కేంద్ర ఎన్నికల కమిషన్ నియమించింది. హైదరాబాద్, రంగారెడ్డి, మేడ్చల్ జిల్లాలకు పురపాలక శాఖ కార్యదర్శి టి.కె.శ్రీదేవి, వికారాబాద్, మహబూబ్‌నగర్, నారాయణపేటకు ప్రణాళిక శాఖ కార్యదర్శి గౌరవ్ ఉప్పల్, వనపర్తి, జోగులాంబ గద్వాల్, నాగర్‌కర్నూల్‌కు రవాణ శాఖ కార్యదర్శి కె.ఇలంబరితి పరిశీలకులుగా నియమితులయ్యారు. జనగామ, సిద్దిపేట, యాదాద్రి భువనగిరి, సూర్యాపేట, నల్గొండ జిల్లాలకు మిగతా 2లో..

ఉద్యోగులపై చేయి వేస్తే ఖబడ్దార్!

సిబ్బందిపై దాడులు చేస్తే సహించేది లేదు

మంత్రి పొన్నం హెచ్చరిక



: ఆర్టీసీ ఉద్యోగులపై భౌతిక దాడులకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని రవాణా శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ హెచ్చరించారు. ఉద్యోగులు ఎక్కడైనా తప్పుగా ప్రవర్తిస్తే ఉన్నతాధికారులకు ఫిర్యాదు చేయాలే తప్ప దాడులకు దిగవద్దని ప్రజలకు సూచించారు. ప్రయాణికులకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించడం ఆర్టీసీ బాధ్యత అయితే, ఉద్యోగులను కాపాడుకోవడం ప్రజల బాధ్యత అని పేర్కొన్నారు. మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం వల్ల పెరిగిన రద్దీకి అనుగుణంగా అదనపు బస్సులు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని, కొత్త బస్సుల కొనుగోలు, బస్టాండ్ల ఆధునికీకరణకు చర్యలు తీసుకుంటున్నామని వెల్లడించారు. నర్సంపేట ఆర్టీసీ డిపోలో డ్రైవర్‌గా పనిచేసి ఆత్మహత్య చేసుకున్న శంకర్ గౌడ్ కుటుంబానికి ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీని నిలబెట్టుకుంది. ఆయన కుమారుడు హేమంత్ గౌడ్‌కు మిగతా 2లో..

ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న సీపీఐ నేత తోగటి కుమార్

- ఎన్నికల్లో ఓడిపోయినా ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీని నెరవేర్చిన నేత
- బొడ్డు వారి బజార్‌లో రోడ్డుకు మరమ్మతు



పినపాక, నవంబర్ 12, (సూర్యోదయం న్యూస్) :

ఎన్నికల సమయంలో ఎన్నో హామీలు ఇచ్చి, గెలిచాక ప్రజల మొఖం కూడా చూడని నాయకులు ఉన్న ఈ రోజుల్లో ఓడిపోయినప్పటికీ తాను ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకుని ఆదర్శంగా నిలిచారు సీపీఐ పినపాక మండల కార్యదర్శి తోగటి కుమార్. గత పంచాయతీ ఎన్నికల్లో 11వ వార్డు నుంచి పోటీ చేసిన తోగటి కుమార్, ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా బొడ్డు వారి బజార్‌లో పర్యటించారు. ఆ సమయంలో స్థానికులు తమ బజార్‌లో రోడ్డు దాటడానికి సరైన దారి లేక తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నామని ఆయన దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. దీనికి స్పందించిన కుమార్.. “నేను ఈ ఎన్నికల్లో గెలిచినా, ఓడిపోయినా సరే ఈ సమస్యను కచ్చితంగా పరిష్కరిస్తాను” అని ప్రజలకు హామీ ఇచ్చారు.ఎన్నికల ఫలితాల్లో ఆయన ఓటమి పాలైనప్పటికీ, ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీని మాత్రం మరువలేదు. అన్నట్టుగానే తాజాగా బొడ్డు వారి బజార్‌లో ప్రజలు రోడ్డు దాటేందుకు వీలుగా సిమెంట్ పైపులు వేయించి, దానిపై గ్రావెల్ నింపించి రాకపోకలకు శాశ్వత సౌకర్యం కల్పించారు.గెలిచిన ప్రజాప్రతినిధులు కనీసం తమ వైపు కన్నెత్తి చూడకపోయినా, ఓడిపోయిన కుమార్ తమ కష్టాన్ని తీర్చడం పట్ల బొడ్డు వారి బజార్ ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రజాసేవకు పదవులతో పనిలేదని నిరూపించిన తోగటి కుమార్‌కు స్థానికులు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలుపుతూ అభినందించారు.

కర్రెగుట్టల భూములకు పట్టాలు ఇవ్వాలి..

ఏ ఎన్ ఎస్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు కంతి విజయ్..



వెంకటాపురం నూగూరు. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయవార్త.)

పాలకులు ఆదివాసీ చట్టాలను, ఆదివాసీలను విస్మరిస్తున్నారని ఆదివాసీ నవనిర్మాణ సేన జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు కంతి విజయ్ ఆరోపించారు. శతా బ్దాలుగా ఆదివాసీలు డోలి జెల్లా చెలిమల, తడపల, పాముసూరు, ముకునూరు గ్రామాల్లో ఆదివాసీలు జీవించినట్టు ఆయన తెలిపారు. గురువారం ఆదివాసీ నవనిర్మాణ సేన ములుగు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు కంతి వెంకటాపురం లోని ప్రభుత్వ రోడ్డు భవనాల విశ్రాంతి భవనం లో జరిగిన కార్యకర్తల సమావేశం లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వందల ఏళ్లుగా సాగులో ఉన్న ఆదివాసీల భూములను ఆన్లైన్ నుండి తొలిగించడం అన్యాయం అన్నారు. ఎల్ టి ఆర్, పెసా చట్టాలను ఉల్లంఘించి ఆదివాసీల పట్టా భూములను ఆన్లైన్ నుండి తొలిగించడం సరికాదు అన్నారు. ప్రభుత్వ భూముల్లో అక్రమంగా ఉన్న గిరిజనేతరులను ఎందుకు తొలిగించడం లేదని ప్రశ్నించారు. ఎల్ టి ఆర్ చట్టాన్ని ఉల్లంఘించిన గిరిజనేతరులకు రక్షణ కల్పిస్తూ, గిరిజన గ్రామాలను నిబంధనలకు విరుద్ధంగా డిజైట్టెడ్ గ్రామాలుగా ప్రకటించడం పైన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమం లో మండల అధ్యక్షులు వాసం నారాయణ, మడకం ప్రకాష్, నక్క నారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు..

విద్యార్థులు ఓటు విలువ రాజ్యాంగ విలువలు తెలుసుకోవాలి..

తాడ్వాయి మండల విద్యాశాఖ అధికారి - గడ్డి శ్రీనివాస్..



తాడ్వాయి. ములుగు జిల్లా. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

ములుగు జిల్లా తాడ్వాయి మండల విద్యాశాఖ అధికారి.గడ్డి శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో గురువారం మండలంలోని అన్ని ఉన్నత పాఠశాలల నుండి ఎలక్ట్రోరల్ లిటరసీ కమిటీల ఆధ్వర్యంలో ఓటు నమోదు,ప్రక్రియ దాని విలువ,రాజ్యాంగం యొక్క విలువల గురించిన అంశాలతో వ్యాసరచన – స్పీచ్ కాంపిటీషన్స్ మండల స్థాయిలో నిర్వహించడం జరిగింది . ఈ కార్యక్రమానికి వివిధ పాఠశాలల నుంచి విద్యార్థులు ఉపాధ్యాయులు హాజరయ్యారు అందులో కేజీబీవీ విద్యార్థిని ఐశ్వర్య స్పీచ్ లో మొదటి స్థానం అలాగే ఇంద్రానగర్ విద్యార్థి ధరమ్ సింగ్ వ్యాసరచనలో మొదటి స్థానం పొందారు ఈ కార్యక్రమంలో జడ్పిహెచ్ఎస్ ఇంద్రనగర్ హెడ్మాస్టర్ రేణుక ఉపాధ్యాయులు లక్ష్మయ్య విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు..

విద్యార్థులు అత్యంత చైతన్యవంతులు

విద్యార్థులు అత్యంత చైతన్యవంతులని మల్కాజిగిరి ఎంపీ ఈటల రాజేందర్ అన్నారు. కాంగ్రెస్ హయంలో ఉన్న బాంబుల మోతలు, అవమానాలు ఇప్పుడు లేవని అత్యంత వేగంగా దేశం అభివృద్ధి చెందుతుందన్నారు. బిజేవైఎం జాతీయ అధ్యక్షుడు హేమంత్ జోషితో కలిసి నాగోల్ లో బీజేవైఎం ఆధ్వర్యంలో జరిగిన వికాసిత్ భారత్ యువ కాంక్లేవ్ సమావేశంలో ఆయన పాల్గొని మాట్లాడారు. చనిపోయిన, వలస వెళ్లిన వారి ఓట్లు తీసేస్తుంటే కాంగ్రెస్ రాజకీయం చేస్తుందని దానిని మీరు తిప్పికొట్టాలని పిలుపునిచ్చారు.

నల్గొండలో జరిగే రైతు సంఘం జాతీయ మహాసభలను జయప్రదం చేయండి

- బహిరంగ సభ పోస్టర్లు ఆవిష్కరించిన సిపిఎం నాయకులు

చర్ల, 2026నవంబర్ 12,సూర్యోదయవార్త న్యూస్

నవంబర్ 15వ తేది నుండి 18వ తేది వరకు నల్గొండలో నిర్వహించనున్న అఖిల భారత కిసాన్ సభ (ఏఐకేఎస్) జాతీయ మహాసభలను విజయవంతం చేయాలని సీపీఎం జిల్లా కార్యదర్శి మచ్చ వేంకటేశ్వర్లు పిలుపునిచ్చారు. గురువారం నాడు మండల కేంద్రంలో ఏఐకేఎస్ జాతీయ మహాసభల పోస్టర్ ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ .. తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాటానికి చారిత్రక నేపథ్యమున్న నల్గొండ గడ్డపై జాతీయ మహాసభలు నిర్వహించడం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత కలిగి ఉందన్నారు. నవంబర్ 15తేది నాడు లక్షలాది మంది రైతులతో మహా ప్రదర్శన, బహిరంగ సభ నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. దేశవ్యాప్తంగా నాలుగు వేలకు పైగా ప్రతినిధుల ు ఈ మహాసభల్లో పాల్గొంటున్నారని అన్నారు. దేశంలో రైతులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై సమరశీల పోరాటా లకు రూపకల్పన జరుగుతోందన్నారు. కేంద్రంలో బిజేపి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత స్వేచ్చా వాణిజ్య ఒప్పందాలు చేసుకుని వ్యవసాయ రంగాన్ని విదేశీ కార్పొరేట్లకు అప్పగిస్తున్నారని విమర్శించారు.రైతులు పండించిన పంటలకు గిట్టుబాటు ధరల చట్టం చేయాలంటే మాత్రం మోడీ ప్రభుత్వం అంగీకరించడం లేదన్నారు.ఈ నేపథ్యంలో తెలంగాణ రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న జాతీయ మహాసభలలో వ్యవసాయ రంగాన్ని రక్షించుకోవడం రైతుల ప్రయోజనాలను కాపాడుకోవడం కోసం అఖిల భారత రైతు సంఘం మహాసభలలో తీర్మానాలు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం సీనియర్ నాయకులు చింతూరి వెంకటరావు, జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు కే బ్రహ్మచారి, రేపాకుల శ్రీనివాస్,మండల కార్యదర్శి మచ్చ రామారావు, మండల కమిటీ సభ్యులు బండెల చంటి,పొడుపుగంటి సమ్మక్క,దొడ్డి హరినాగ వర్మ,బి నవీన్,వరలక్ష్మి, శ్యామల చంద్రం,కొట్టే నవీన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఓటరుగా నమోదు సామాజిక బాధ్యత...!

స్వీప్ నోడల్ అధికారి - డిడబ్ల్యుఓఇపి - ప్రేమలత.

ములుగు. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

ములుగు ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో గురువారం “ఓటరు నమోదు మరియు ఓటు యొక్క ప్రాముఖ్యత “ పై ప్రత్యేక అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి స్వీప్ ములుగు జిల్లా నోడల్ ఆఫీసర్ – జిల్లా సంక్షేమ అధికారి ఇ పి ప్రేమలత ముఖ్య అతిథిగా హాజరై మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా స్వీప్ అనే కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసిన ఉద్దేశ్యం, దాని ప్రాముఖ్యత ను వివరించారు. 18 సం.లు నిండిన ప్రతీ ఒక్కరూ ఓటరుగా నమోదు చేసుకోవాలని, ఓటరుగా నమోదైన ప్రతీ ఒక్కరూ తప్పకుండా తమ ఓటును వినియోగించుకోవాలని, ఎందుకంటే ఓటు హక్కు మాత్రమే కాదు, ఓటరుగా నమోదైన ప్రతీ ఒక్కరికీ సామాజిక బాధ్యత అన్నారు.





ఓటరుగా నమోదైన ప్రతీ ఒక్కరూ తప్పకుండా ఓటు వేస్తే అది సమాజ అభివృద్ధికి దోహదపడుతుందని, కావున మనమంతా బాధ్యతగా ఓటు నమోదు శాతాన్ని పెంచాలని సూచించారు. చివరగా ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వారితో భారత ఎన్నికల సంఘం నియమావళిని అనుసరించి ఓటు ప్రాముఖ్యతను అందరికీ వివరిస్తామని, ఓటు శాతం పెంచడానికి మావంతు ప్రయత్నం చేస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేయించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల లెక్చరర్లు, సఖి (ఓ ఎస్ సి) సీ ఏ – లావణ్య, డీసీపీ యు పిఓ (ఎన్ ఐ సి) ఎన్ . హరికృష్ణ, చల్ సూపర్వైజర్ వి . సుదర్శన్, చల్ కేసు వర్కర్ వై . చంటి, కళాశాల విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వినూత్న ఆలోచనలకు నిపుణుల మార్గదర్శకత్వం..

- ములుగులో విజయవంతంగా ముగిసిన ఇన్నోవేషన్ పంచాయతీ
- జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ జనరల్ మేనేజర్ సిద్ధార్థ రెడ్డి..

ములుగు. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

గ్రామీణ ఆవిష్కర్తలు, ఔత్సాహిక పారిశ్రామికవేత్తలు తమ వినూత్న ఆలోచనలను వ్యాపార అవకాశాలుగా తీర్చిదిద్దుకునేందుకు ఇన్నోవేషన్ పంచాయతీ కార్యక్రమాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ జనరల్ మేనేజర్ సిద్ధార్థ రెడ్డి సూచించారు.గురువారం ములుగు జిల్లాలో తెలంగాణ ఇన్నోవేషన్ సెల్ (టీజీ ఐసీ) ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఇన్నోవేషన్ పంచాయతీ కార్యక్రమానికి జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ జనరల్ మేనేజర్ సిద్ధార్థ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని ఆవిష్కర్తలు, యువత, విద్యార్థులు, స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళలు తమ సృజనాత్మక ఆలోచనలకు ఆచరణ రూపం కల్పించేందుకు





తెలంగాణ ఇన్నోవేషన్ సెల్ అందిస్తున్న అవకాశాలను వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. ములుగు, జయశంకర్ భూపాలపల్లి, మహబూబాబాద్ జిల్లాలకు చెందిన ఆవిష్కర్తలు, ఔత్సాహిక పారిశ్రామికవేత్తలు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. 40 మందికి నిపుణులు ముఖాముఖి మార్గదర్శకత్వం అందించారు.రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 33 జిల్లాలను కలుపుతూ తొమ్మిది విడతల్లో నిర్వహించిన ఇన్నోవేషన్ పంచాయతీ ద్వారా 800కు పైగా ముఖాముఖి సంప్రదింపులు నిర్వహించడంతో పాటు 70 మందికి పైగా స్థానిక మెంటార్లను గుర్తించి అనుసంధానం చేశారు. ములుగులో నిర్వహించిన తొమ్మిదో విడతతో ఈ కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసింది.ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ ఇన్నోవేషన్ సెల్ హెడ్ ఆఫ్ ఇన్నోవేషన్స్ సోహెల్ ఖాన్, గ్రాస్‌రూట్ ఇన్నోవేషన్స్ విభాగం లీడ్ రమేష్ గౌడ్, అదనపు డీఆర్డీఓ శ్రీనివాస్, ఈ-డిస్ట్రిక్ట్ మేనేజర్ దేవేందర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు...

రామప్ప శిల్పకళను తిలకించిన అమెరికా పర్యాటకుడు..

వెంకటాపూర్. ములుగు జిల్లా. నవంబర్ 12(సూర్యోదయ వార్త. ప్రతినిధి)

ములుగు జిల్లా వెంకటాపూర్ మండల కేంద్రంలోని పాలంపేటలోని ప్రపంచ వారసత్వ రామప్ప ఆలయాన్ని గురువారం అమెరికాకు చెందిన మార్క్ పిస్కర్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ అర్చకులు హరీష్ శర్మ ఉమా శంకర్ ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు. గైడ్ గోరంట్ల విజయ్ కుమార్ కాకతీయుల చరిత్ర . ఆలయ శిల్పకళ విశిష్టతను వివరించారు. అనంతరం రామప్ప చెరువులో బోటింగ్ చేశారు. ఈవో ఇమ్మడి భాస్కర్. టూరిస్ట్ పోలీసులు పాల్గొన్నారు.



చల్వాక ఉపసర్పంచ్ కుటుంబానికి కాంగ్రెస్ నాయకుల పరామర్శ..

- ప్రగాఢ సానుభూతి.
- మృతుడి కుటుంబానికి కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుంది..
- స్వర్గీయ కుర్సం రామయ్య పార్థివదేహానికి నివాళులర్పించిన కాంగ్రెస్ నాయకులు..

ఏటూరునాగారం, ములుగు జిల్లా నవంబర్ 12: (సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

– ములుగు జిల్లా ఏటూరు నాగారం మండలం చల్వాక గ్రామ ఉపసర్పంచ్ కుర్సం భూమయ్య తండ్రి స్వర్గీయ కుర్సం రామయ్య మృతి చెందిన విషయం తెలుసుకున్న కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు మంత్రి దనసరి అనసూయ సీతక్క , డీసీసీ అధ్యక్షులు పైడాకుల అశోక్. మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు దేవులపల్లి విజయ్ కుమార్. అధ్యక్షతన గురువారం ఆయన నివాసానికి వెళ్లి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు. ఈ సందర్భంగా స్వర్గీయ



కుర్సం రామయ్య పార్థివదేహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తూ, ఈ కష్టకాలంలో ధైర్యంగా ఉండాలని, కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎల్లప్పుడూ కుటుంబానికి అండగా ఉంటుందని భరోసా కల్పించారు. మృతుడి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి గుడ్ల దేవేందర్, టౌన్ ప్రెసిడెంట్ రంజిత్, వైస్ ప్రెసిడెంట్ వాసం రాంబాబు, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ డొంగిరి మధు, చల్వాక సర్పంచ్ అట్టం రాంబాబు, సీనియర్ నాయకులు, వివిధ విభాగాల అధ్యక్షులు, కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, గ్రామ పెద్దలు, గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు..ఖ

నా బాధ్యతను రెట్టింపు చేసిన నాయకత్వానికి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు..

- మండల వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్‌గా పార్టీ బలోపేతానికి అంకితభావంతో కృషి చేస్తా:
- తూడి భగవాన్ రెడ్డి..



మంగపేట. ములుగు జిల్లా నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త.)

ములుగు జిల్లా మంగపేట మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్‌గా తనను నియమించినందుకు తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి డాక్టర్ ధనసరి అనసూయ సీతక్క జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు పైడాకుల అశోక్ , తెలంగాణ రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్ డైరెక్టర్ గుమ్మడి సోమయ్య.మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు చెట్టిపెల్లి వెంకటేశ్వర్లు ..,ప్రత్యక్షంగా,పరోక్షంగా నా నియామకానికి సహకరించిన నాయకులకు తూడి భగవాన్ రెడ్డి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.మొదటి నుంచి మంత్రి సీతక్క అడుగుజాడల్లో నడుస్తూ,పార్టీ అభివృద్ధికి,నాయకత్వాన్ని బలోపేతం చేయడానికి తన వంతుగా నిరంతరం కృషి చేస్తున్నానని తెలిపారు.పార్టీ పట్ల తనకున్న నిబద్ధతను,సేవాభావాన్ని గుర్తించి మండల పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్‌గా అవకాశం కల్పించడం తన బాధ్యతను మరింత రెట్టింపు చేసిందన్నారు.తనపై నమ్మకంతో అప్పగించిన ఈ బాధ్యతను తూచా తప్పకుండా నిర్వహిస్తూ,కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతానికి,పార్టీ సిద్ధాంతాలు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లేందుకు నాయకులు,కార్యకర్తలను సమన్వయం చేసుకుంటూ అంకితభావంతో కృషి చేస్తానని ఈ సందర్భంగా తూడి భగవాన్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు..

వెంకటాపురం డిప్యూటీ తహసిల్దార్‌గా నేతాజీ నియామకం..

బాధ్యతలు స్వీకరించిన డిప్యూటీ తహసిల్దార్..

వెంకటాపురం. నూగూరు. ములుగు జిల్లా. నవంబర్12(సూర్యోదయ వార్త)



ములుగు జిల్లా వెంకటాపురం మండలం నూతన డిప్యూటీ తహసిల్దార్ గా.టీ. నేతాజీ నియమితులయ్యారు.. ఈ మేరకు ములుగు కలెక్టరేట్ నుంచి ఉత్తర్వులు జారీ అయ్యాయి. ఏటూరు నాగారం రెవిన్యూ కార్యాలయంలో విధులు నిర్వహిస్తున్న నేతాజీని వెంకటాపురం డిప్యూటీ తహసిల్దార్ గా నియమించారు. గురువారం ఆయన నూతన బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఇంతకుముందు ఇక్కడ డిప్యూటీ తహసిల్దార్ గా పనిచేసిన మహేందర్ ములుగు ఆర్డిఓ కార్యాలయానికి బదిలీ అయ్యారు. నూతనంగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నేతాజీకి కార్యాలయ సిబ్బంది శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ స్వాగతం పలికారు..

పాకాల సరస్సు తీరాన.. బంగారు సంధ్య వేళ..!



ములుగు. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

ములుగు నియోజకవర్గ పరిధిలోని కొత్తగూడ మండల కేంద్రంలోని పర్యాటక ప్రాంతం పాకాల సరస్సు తీరంలో వేకువ జామున ఆవిష్కృతమైన పసిడివర్ణ సంధ్య వేళ మంత్ర ముగ్ధులను చేసింది . సుదూర చిలకల గట్టు వెనకనుంచి భానుడు. ఉదయిస్తూ. సరస్సు జలాలపై బంగారు వర్ణపు కిరణాల వర్షం కురిపించగా ఆ ప్రతిబింబం అలల దోసిలలో మెరుస్తూ పర్యాటకులను కనువిందు చేసింది..

31వ రోజుకు చేరిన ఎన్ హెచ్ఎం ఉద్యోగుల నిరసన..



ములుగు. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త.)

ఎన్ హెచ్ ఎం ఉద్యోగుల సమ్మె 31 వ రోజుకు చేరుకుంది . విధులను బహిష్కరించి. వేతనాలు కోల్పోతూ. జిల్లా కేంద్రంలోని గాంధీ విగ్రహం ఎదుట గురువారం ప్రకార్డులు పట్టుకొని నిరసన దీక్ష కొనసాగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైద్యులు. నరహరి. ప్రణీత్ విజయ్ తరుణ్. భాస్కర్. దివ్య. అనిత. లోకప్రియ. సుహానా. కిరణ్. శ్రావణ్. హరిదాసు. సతీష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు..

రైతుల సంక్షేమమే నూతన పాలకవర్గం లక్ష్యం కావాలి

మండల కేంద్రంలో గురువారం నిర్వహించిన ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘం (పీఏసీఎస్) నూతన చైర్మన్, డైరెక్టర్ల ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమానికి దేవరకద్ర ఎమ్మెల్యే జి. మధుసూదన్ రెడ్డి దంపతులు హాజరయ్యారు. నూతన చైర్మన్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించిన విజయమోహన్ రెడ్డితో పాటు డైరెక్టర్లకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ రైతులకు అండగా నిలుస్తూ, వారి సమస్యల పరిష్కారానికి నూతన పాలకవర్గం కృషి చేయాలని సూచించారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎల్‌నినో ప్రభావంతో కరువు పరిస్థితులు నెలకొన్నాయని, తెలంగాణతో పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్, కర్ణాటక తదితర రాష్ట్రాల్లోనూ కరువు పరిస్థితులు ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. అడ్డాకుల మండలం ఇప్పటికే కరువు మండలంగా ప్రకటించారని తెలిపారు. పంటలు ఎండిపోయినా, పంట నష్టం జరిగినా వ్యవసాయ అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి ప్రభుత్వానికి నివేదిక అందించాలని సూచించారు.

గిరిజన బాలికలు, గర్భిణుల ఆరోగ్య పరిరక్షణకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత

- ఐటీడీఏ పీఓ లెనిన్ వత్సల్ టోప్పో..
- 72 మంది బాలికలకు హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సినేషన్..
- ఏటూరునాగారం సీహెచ్‌సీలో వైద్య సేవలపై సమీక్ష





ఏటూరునాగారం, నవంబర్ 12:(సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

గిరిజన ప్రాంతాల్లో బాలికలు, మహిళలు, గర్భిణులకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించడంతో పాటు వ్యాధుల నివారణపై అవగాహన కల్పించేందుకు ఐటీడీఏ ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తోంది. ఐటీడీఏ పీఓ లెనిన్ వత్సల్ టోప్పో మార్గదర్శకత్వంలో ఆరోగ్య సేవల నాణ్యతను మెరుగుపరిచే దిశగా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ సమన్వయంతో పలు కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తోంది. ఈ క్రమంలో రొయ్యూరు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం పరిధిలోని ఏకే ఘనపూర్-1 ఉపకేంద్రం పరిధిలో ఉన్న తాళ్లగడ్డ గిరిజన సంక్షేమ బాలికల ఆశ్రమ పాఠశాలలో నిర్వహించిన హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని జిల్లా ఉప వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ సుధీర్ సందర్శించారు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ నివారణలో హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సిన్ ప్రాధాన్యతను వివరించారు. 14 సంవత్సరాలు నిండిన ప్రతి బాలికకు వ్యాక్సిన్ అందించాలని, దీనిపై తల్లిదండ్రులు, విద్యార్థుల్లో అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మొత్తం 72 మంది బాలికలకు వ్యాక్సినేషన్ చేశారు.అనంతరం డిప్యూటీ డీఎంహెచ్ఓ (ఐటీడీఏ) డాక్టర్ క్రాంతి కుమార్, జిల్లా ప్రోగ్రాం అధికారులతో కలిసి ఏటూరునాగారం కమ్యూనిటీ హెల్త్ సెంటర్‌ను సందర్శించారు. ఆసుపత్రిలోని ప్రసూతి గది, న్యూట్రిషన్ రిహాబిలిటేషన్ వార్డు, అసంక్ర మిక వ్యాధుల నియంత్రణ క్లినిక్, బ్లడ్ బ్యాంక్, టీ-హబ్‌లను పరిశీలించి, ఆయా విభాగాల పనితీరు, రికార్డులను సమీక్షించారు.గర్భిణులకు నిర్వహించే మూడవ, నాల్గవ ఆరోగ్య పరీక్షల వివరాలను ఎప్పటికప్పుడు ఎంసీహెచ్ పోర్టల్‌లో నమోదు చేయాలని వైద్య సిబ్బందికి సూచించారు. ప్రభుత్వ వైద్య సేవలు ప్రజలకు సకాలంలో, సమర్థవంతంగా అందేలా నిరంతర పర్యవేక్షణ చేపట్టాలని తెలిపారు.గిరిజన ప్రాంతాల్లో వ్యాధుల నివారణ, బాలికల ఆరోగ్య పరిరక్షణ, మాతా శిశు ఆరోగ్య సేవల మెరుగుదలకు వైద్య ఆరోగ్యశాఖ, ఐటీడీఏ అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని పీఓ లెనిన్ వత్సల్ టోప్పో లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా ఆరోగ్య సేవలను మరింత బలోపేతం చేయాలని అధికారులు పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రోగ్రాం అధికారులు డాక్టర్ శ్రీకాంత్, డాక్టర్ రవితేజ, మాస్ మీడియా అధికారి సంపత్, రొయ్యూరు కమ్యూనిటీ హెల్త్ ఆఫీసర్ వేణుగోపాల్, ఆరోగ్య కార్యకర్తలు జైలుబాబు, భాగ్యమ్మ, పావని, ప్రధానోపాధ్యాయులు ఈ. సత్యనారాయణ, ఆశా కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు..

గిరిజన విద్యార్థుల విద్యా ప్రమాణాల పెంపు,..

- ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలే లక్ష్యం:
- ఐటీడీఏ పీఓ లెనిన్ వత్సల్ టోప్పో
- రైనిగూడెం ఆశ్రమ పాఠశాల, ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించిన పీఓ..





ఏటూరునాగారం, ములుగు జిల్లా.నవంబర్ 12: (సూర్యోదయ వార్త. ములుగు ప్రతినిధి)

గిరిజన విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్య అందించడంతో పాటు, మారుమూల ప్రాంత ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలు చేరేలా నిరంతర పర్యవేక్షణ చేపడుతున్న ఐటీడీఏ పీఓ లెనిన్ వత్సల్ టోప్పో గురువారం రైనిగూడెంలోని ప్రభుత్వ గిరిజన సంక్షేమ బాలుర ఆశ్రమ పాఠశాల (ఏ హెచ్ ఎస్ బాయ్స్) ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని (పీహెచ్ సీ) సందర్శించి క్షేత్రస్థాయిలో పరిస్థితులను సమీక్షించారు.ముందుగా ఆశ్రమ పాఠశాలను సందర్శించిన పీఓ తరగతి గదుల్లో విద్యార్థుల అభ్యసన తీరును స్వయంగా పరిశీలించారు. విద్యార్థులతో నేరుగా మాట్లాడి వారి చదువు, పాఠ్యాంశాలపై అవగాహన, అభ్యసన స్థాయిని తెలుసుకున్నారు. పాఠ్యపుస్తకాలను పరిశీలిస్తూ విద్యార్థుల విద్యా ప్రగతిపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. ప్రతి విద్యార్థి పాఠ్యాంశాలను అర్థం చేసుకుని ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు సాగేందుకు ఉపాధ్యాయులు వ్యక్తిగత శ్రద్ధ తీసుకోవాలని సూచించారు.అనంతరం రైనిగూడెం ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని సందర్శించి వైద్య సేవల నిర్వహణను పరిశీలించారు. వైద్య సిబ్బందితో మాట్లాడి రోగులకు అందుతున్న సేవలు, మందుల లభ్యత, మందుల నిల్వల వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. గ్రామీణ, గిరిజన ప్రాంత ప్రజలకు అందుబాటులోనే నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందించడంలో వైద్య సిబ్బంది బాధ్యతాయుతంగా పనిచేయాలని సూచించారు.విడ్, వైద్యం వంటి కీలక రంగాల్లో క్షేత్రస్థాయి పరిస్థితులను స్వయంగా పరిశీలిస్తూ, సేవల నాణ్యతను మెరుగుపరిచేందుకు పీఓ చేపడుతున్న పర్యవేక్షణలో భాగంగా ఈ సందర్శన నిర్వహించారు....

ప్రజా రవాణాపై మూడు రోజులపాటు 'సైబరాబాద్ మూవ్స్'.

: వేగంగా విస్తరిస్తున్న సైబరాబాద్‌లో ప్రజా రవాణా వ్యవస్థను సమూలంగా మార్చేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం వినూత్న కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టింది. 'సైబరాబాద్ మూవ్స్' పేరుతో మూడు రోజుల పాటు ప్రత్యేక సిటీ మొబిలిటీ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించనుంది. నవంబర్ 26 నుంచి 28 వరకు హైదరాబాద్‌లోని టీ-హబ్ వేదికగా ఈ కార్యక్రమం జరగనుంది. ఉదయం 9 గంటల నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు జరిగే ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజా రవాణా భవిష్యత్తు, సుస్థిర ప్రయాణ విధానాలు, ట్రాఫిక్ సమస్యలు, పర్యావరణ పరిరక్షణ వంటి అంశాలపై చర్చించనున్నారు.

సైబరాబాద్‌లో ఉద్యోగ, నివాస ప్రాంతాలు వేగంగా విస్తరించడంతో ప్రైవేటు వాహనాల వినియోగం పెరుగుతోంది. అదే సమయంలో ప్రజా రవాణా, మౌలిక సదుపాయాలు పెరుగుతున్న అవసరాలకు అనుగుణంగా అభివృద్ధి చెందకపోవడంతో ట్రాఫిక్ రద్దీ, వాయు కాలుష్యం, ప్రయాణ సమయం వృథా వంటి సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో మెట్రో స్థాయి నుంచి వీధులు, కాలనీలు, నిత్య ప్రయాణాల వరకు రవాణా పరిస్థితులను సమగ్రంగా విశ్లేషించి, ప్రజలకు మెరుగైన రవాణా విధానాలను అందుబాటులోకి తీసుకురావడమే 'సైబరాబాద్ మూవ్స్' లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఈ మూడు రోజుల కార్యక్రమంలో భాగంగా భారీ మ్యాపులు, డేటా విజువలైజేషన్లు, ఇంటరాక్టివ్ ఎగ్జిబిట్లను ఏర్పాటు చేయనున్నారు. ప్రజా రవాణా నెట్‌వర్క్‌లు, ఉద్యోగాలు, జనాభా, బ్లూ-గ్రీన్ ప్రదేశాలు, ప్రయాణ విధానాలు, భవిష్యత్తు రవాణా ప్రణాళికలను వీటి ద్వారా వివరించనున్నారు. నాయకత్వ స్థాయి చర్చలు, నిపుణుల ప్రసంగాలు, డిబేట్లు, ప్రదర్శనలు, రౌండ్‌టేబుల్ సమావేశాలు కూడా నిర్వహించనున్నారు. పాఠశాలలు, కళాశాలలు, స్థానిక నివాసితుల నుంచి ఎంపిక చేసిన వినూత్న రవాణా ఆలోచనలను 'మొబిలిటీ ఇన్నోవేషన్ ఛాలెంజ్'లో ప్రదర్శించనున్నారు. నగర రవాణా వ్యవస్థలో మార్పులు తీసుకురాగల ఆలోచనలను గుర్తించి ప్రోత్సహించనున్నారు. ఐటీ, ఫార్మా సంస్థలు, బహుళజాతి కంపెనీల యాజమాన్యాలు, ఉద్యోగులు మరింత సుస్థిర ప్రయాణ విధానాలను అనుసరించేలా సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో కూడిన ప్రోత్సాహక చర్యలపైనా చర్చించనున్నారు. ప్రభుత్వ శాఖలు, మున్సిపల్ సంస్థలు, రవాణా రంగ సంస్థలు, విద్యా సంస్థలు, కార్పొరేట్ ప్రతినిధులు, పౌర సమాజ ప్రతినిధులు, విద్యార్థులు, నగరవాసులను ఈ కార్యక్రమంలో భాగస్వాములను చేయనున్నారు. సురక్షితమైన, అందరికీ అందుబాటులో ఉండే, వాతావరణ మార్పులను తట్టుకోగల రవాణా వ్యవస్థ నిర్మాణానికి అవసరమైన ఆలోచనలు, కార్యాచరణ ప్రణాళికలను రూపొందించడంపై దృష్టి సారించనున్నారు. సైబరాబాద్ పోలీస్, ఎస్‌సీఎస్‌సీ, సైబరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్(సీఎంసీ), షిఫ్ట్ ట్రాన్స్‌పోర్ట్‌తో పాటు పలు ప్రభుత్వ, రవాణా, పట్టణాభివృద్ధి సంస్థలు ఈ కార్యక్రమంలో భాగస్వాములుగా ఉన్నాయి. ప్రజా రవాణాపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంచడంతోపాటు నగర భవిష్యత్తు రవాణా నిర్ణయాల్లో పౌరుల భాగస్వామ్యాన్ని పెంపొందించడమే ఈ కార్యక్రమ ప్రధాన ఉద్దేశం.

పన్ను తగ్గింపు పై సాధ్య సాధ్యాలు పరిశీలిస్తాం..

ములుగు జిల్లా కలెక్టర్. హేమంత్ బోర్కడే.



ములుగు. నవంబర్ 12 (సూర్యోదయ వార్త.)

ములుగు మున్సిపాలిటీ లో వాణిజ్య భవనాల ఆస్తి పన్ను తగ్గింపునకు సంబంధించి ప్రభుత్వ నిబంధన మేరకు సాధ్య సాధ్యాలను పరిశీలిస్తామని కలెక్టర్ హేమంత్ బోర్క డే తెలిపారు. గురువారం ఐడిఓసిలో చైర్ పర్సన్. కౌన్సిలర్లు. అధికారులు. వాణిజ్య భవనాల యజమానులతో కలెక్టర్ సమావేశమయ్యారు. మునిసిపల్ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ . అర్బన్ డెవలప్మెంట్ కమిషనర్ నిబంధనలు జి వో నెం.230 ప్రకారం క్యాపిటల్ వాల్యూ నిర్ణయం జరిగిందని ఆయన పేర్కొన్నారు.ఖ

చేయూత పింఛన్ పత్రాలను పంపిణి చేసిన ఎమ్మెల్యే కూనంనేని



కొత్తగూడెం (సూర్యోదయ వార్త ప్రతినిధి)

జిల్లా కేంద్రంలోని కొత్తగూడెం క్లబ్ లో తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నూతనంగా మంజూరు చేసిన చేయూత పింఛన్ల మంజూరు పత్రాలను స్థానిక ఎమ్మెల్యే కూనంనేని సాంబశివరావు లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీనగర్ కాలనీ పంచాయతీకి చెందిన సర్పంచ్ బాణోత్ రాణి, లబ్ధిదారు కారెం ఆనంద్ తదితరులు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ప్రభుత్వం మంజూరు చేసిన పింఛన్లతో అర్హులైన లబ్ధిదారులకు ఆర్థిక భరోసా లభించనుందని పేర్కొన్నారు. పింఛన్ల మంజూరు పత్రాలను అందుకున్న లబ్ధిదారులు సంతోషం వ్యక్తం చేశారు

కూలీ పని పేరుతో నమ్మించి దోపిడీ.. ఇద్దరు అరెస్ట్



కూలీ పని పేరుతో నమ్మించి నిర్మానుష్య ప్రాంతానికి తీసుకెళ్లి దోపిడీకి పాల్పడిన ఇద్దరు నిందితులను కామారెడ్డి టౌన్ పోలీసులు అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్ కు తరలించారు. ఈ కేసు వివరాలను జిల్లా ఎస్పీ ఎం.రాజేష్ చంద్ర గురువారం వెల్లడించారు. నవంబర్ 10న మేస్త్రీ నీరడి భూమేష్ (40) కూలీల కోసం జేపీఎన్ చౌక్ కు వెళ్లగా కడమంచి లక్ష్మి అలియాస్ హైమద్ బీ పరిచయమైంది. కూలీ పనికి వస్తానని నమ్మించి ఉగ్రవాయి మైసమ్మ ఆలయానికి తీసుకెళ్లింది. ముందస్తు పథకం ప్రకారం అల్లం శివకుమార్ ఆటోలో అక్కడికి చేరుకొని ఇద్దరూ కలిసి భూమేష్ ను చంపేస్తామని బెదిరించి రూ.900 నగదు, మొబైల్ ఫోన్ లాక్కున్నారు.

బాధితుడు ఇచ్చిన ఫిర్యాదుతో కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు ఎస్పీ ఆదేశాల మేరకు డీఎస్పీ మధుసూదన్ పర్యవేక్షణలో, టౌన్ ఎస్ హెచ్ వో నరహరి ఆధ్వర్యంలో గాలింపు చేపట్టి నవంబర్ 11న జేపీఎన్ విగ్రహం వద్ద ఇద్దరిని పట్టుకున్నారు. నిందితులను కడమంచి లక్ష్మి (35), బీడీ వర్కర్స్ కాలనీ, కామారెడ్డి, అల్లం శివకుమార్ (25), ఆర్.బి.నగర్, కామారెడ్డిగా గుర్తించారు. వీరి పై గతంలోనూ దోపిడీ, దొంగతనం, హత్యాయత్నం కేసులు ఉన్నట్లు తెలిసింది. వీరి వద్ద నుంచి దోచుకున్న రూ.900, రెండు మొబైల్ ఫోన్లు, నేరానికి ఉపయోగించిన ఆటోను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. లేబర్ చౌక్, బస్టాండ్, కల్లు దుకాణాల వద్ద అమాయకులను గుర్తించి మాయమాటలతో నిర్మానుష్య ప్రాంతాలకు తీసుకెళ్లి దోచుకోవడం వీరి రివా అలవాటు అయిందని పోలీసులు తెలిపారు.

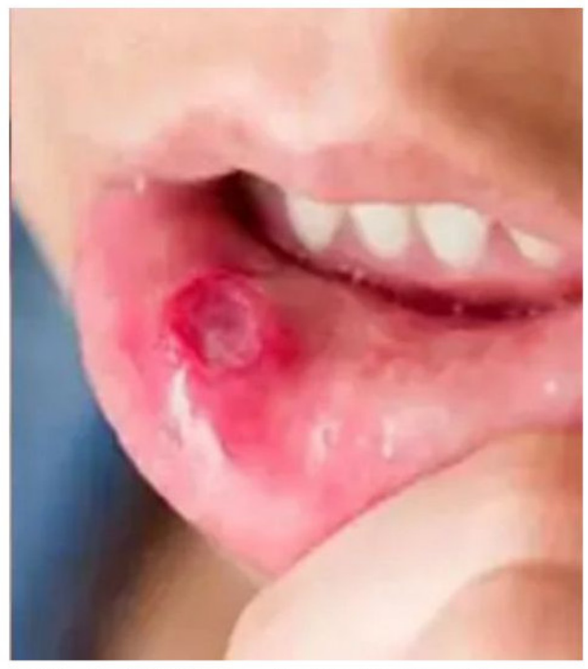
తెలుగు దినపత్రిక
సూర్యోదయ వార్త
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం...

గింజ గింజలో అందం..డయాబెటిస్ కూడా పరార్



ఈ విత్తనాలు చాలా పవర్ఫుల్. మీరు ఈ సీడ్స్ ను కప్పు తిన్నా చాలు. గుండె పని తీరు మెరుగుపడటానికి, ఇంకా కొలెస్ట్రాల్ కూడా ఇది తగ్గిస్తుంది. ఇంకా చర్మ సౌందర్యానికి కూడా ఇది ఎంతో హెల్ప్ చేస్తుంది. విటమిన్ ఇ, ప్రోటీన్లతో శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు ఉంటాయి. ఈ విత్తనాలు చాలా పవర్ఫుల్. అవి ఏవో కాదు పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు వీటిని సన్‌ఫ్లవర్ సీడ్స్ అంటారు. ఇవి గుండె ఆరోగ్యం పని తీరు మెరుగుపడటానికి, ఇంకా కొలెస్ట్రాల్ కూడా ఇది తగ్గిస్తుంది. ఇంకా చర్మ సౌందర్యానికి కూడా ఇది ఎంతో హెల్ప్ చేస్తుంది. విటమిన్ ఇ, ప్రోటీన్లతో శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు ఉంటాయి. గుండె ఆరోగ్యం: ఈ గింజల్లో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ఇంకా ఫైబర్ చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను కూడా తగ్గించి, గుండె పని తీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఈ రోజుల్లో హార్ట్ ఎటాక్ తో ప్రమాదంలో పడుతున్నారు. అలాంటి వాళ్ళు ఈ గింజలను తినడం అలవాటు చేసుకుంటే చాలు ఆ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం పొందుతారు. రోగనిరోధక శక్తి: విటమిన్ ఇ, సెలీనియం వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీర ఇమ్యూనిటీని పెంచుతాయి. ఇంకా ఇవి జీర్ణక్రియ పని తీరును కూడా ఇది మెరుగుపరుస్తుంది. ఇంకా దీనిలో ఉండే పీచు పదార్థం జీర్ణ వ్యవస్థను కూడా సక్రమంగా పనిచేసేలా చేస్తుంది. ఇలాంటి వాళ్ళు కూడా రోజూ కప్పు తింటే చాలు. చర్మం, జుట్టు: దీనిలో విటమిన్ ఇ అందాన్ని పెంచుతుంది. ఇంకా ఈ చర్మం కూడా కాంతివంతంగా మారుతుంది. ఇంకా జుట్టు రాలడం కూడా తగ్గుతుంది. మీరు నిత్య నూతనంగా కనపడాలంటే ఇవి తింటే చాలు. ఇంకా చెప్పాలంటే ఇది షుగర్ సమస్యకు కూడా ఇది చెక్ పెడుతుంది. కాబట్టి, మీరు ఉదయం తీసుకుంటే చాలు.

నోటి పూత తగ్గడం లేదా?



నోటి పుండ్లు (నోటి పూత) చాలామందికి అప్పుడప్పుడు వస్తుంటాయి. చెంప లేదా నాలుకను అనుకోకుండా కొరుక్కోవడం, వేడి పదార్థాలు తినడం, ఒత్తిడి, ఐరన్, విటమిన్ ఃఽ12, ఫోలేట్ లోపాలు వంటి కారణాలతో ఇవి ఏర్పడవచ్చు. సాధారణంగా నోటి పూత వారం లేదా రెండు వారాల్లో వాటంతట అవే తగ్గిపోతాయి. అయితే అదే పుండు ఎక్కువకాలం కొనసాగితే మాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. వైద్య నిపుణుల ప్రకారం సాధారణ నోటి పుండ్లు ఒకటి నుంచి రెండు వారాల్లో తగ్గిపోతాయి. అయితే రెండు నుంచి మూడు వారాలకంటే ఎక్కువగా పుండు కొనసాగితే దాన్ని వైద్యుడు లేదా దంత వైద్యుడితో పరీక్షించించుకోవాలి. పూత పరిమాణం క్రమంగా పెరగడం, సులభంగా రక్తస్రావం కావడం, అంచులు గట్టిగా లేదా మందంగా మారడం వంటి మార్పులు కనిపిస్తే మరింత జాగ్రత్త అవసరం. ఇలాంటి లక్షణాలు ఉన్నంత మాత్రాన అది క్యాన్సర్ అని అర్థం కాదు. కానీ, కారణాన్ని తెలుసుకోవడానికి వైద్య పరీక్ష అవసరం. నోటి పూత పదేపదే ఒకే ప్రాంతంలో వస్తుంటే దానికి సాధారణ కారణం కూడా ఉండవచ్చు. పదునైన పంటి అంచు, సరిగ్గా సరిపోని డెంటల్ ఫిల్లింగ్ లేదా డెంచర్ వల్ల ఒకే ప్రాంతంలో నిరంతరం రాపిడి ఏర్పడితే పుండు మానకపోవచ్చు. అందువల్ల పుండుకు మందు రాసుకోవడం మాత్రమే కాకుండా, దానికి కారణమవుతున్న రాపిడిని గుర్తించి సరిచేయడం కూడా ముఖ్యమే. నోటి పుండుతో పాటు కొన్ని ఇతర లక్షణాలు కనిపిస్తే వైద్యుడిని సంప్రదించడం మరింత ముఖ్యం. రెండు వారాలకు మించి తగ్గని పుండు, నోటిలో నిరంతర ఎరుపు లేదా తెల్లటి మచ్చ, కారణం తెలియకుండా రక్తస్రావం, నోటిలో లేదా మెడలో గడ్డ, మింగడంలో ఇబ్బంది లేదా నొప్పి, నాలుక కదల్చడంలో ఇబ్బంది, గొంతు బొంగురుపోవడం, నోటిలో తిమ్మిరి, కారణం తెలియకుండా బరువు తగ్గడం. ఈ లక్షణాలు ఉన్నంత మాత్రాన నోటి క్యాన్సర్ ఉందని భావించాల్సిన అవసరం లేదు. అయితే అవి కొనసాగితే వైద్య పరీక్ష తప్పనిసరిగా చేయించుకోవాలి.

పాప్‌కార్న్ తింటే శరీరంలో ఏం జరుగుతుంది?



ఓ పక్క ఆకలి తీరుస్తూనే మరోపక్క శరీరానికి మేలు చేసే చిరుతిళ్ల జాబితా తీస్తే..అందులో మొక్కజొన్న పాప్‌కార్న్‌దే అగ్రస్థానం. చాలా మంది దీన్ని కాలక్షేపం కోసమో, సినిమా చూస్తూ సరదాగానో నమిలేస్తుంటారు కానీ.. ఇందులో దాగి ఉన్న పోషక విలువలను మాత్రం పెద్దగా పట్టించుకోరు. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటం నుంచి పేగుల పనితీరును మెరుగుపరచడం దాకా పాప్‌కార్న్ అందించే వైద్యపరమైన ప్రయోజనాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

సినిమా థియేటర్‌కు వెళ్లినా, ఇంట్లో టీవీ చూస్తూ సేదతీరుతున్నా అందరికీ ఠక్కున గుర్తొచ్చే మొదటి స్నాక్ కార్న్. అయితే సరైన పద్ధతిలో తయారు చేసుకుని తింటే ఇది శరీరానికి బోలెడన్ని పోషకాలను అందించే అద్భుతమైన ఆరోగ్య సంరక్షణిగా మారుతుందని పోషకాహార నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. మొక్కజొన్న గింజలతో తయారయ్యే పాప్‌కార్న్‌లో ఫైబర్, ప్రొటీన్, మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్. మక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. జీర్ణవ్యవస్థకు కొండంత అండ: ప్రముఖ వైద్య పరిశోధనా సంస్థ 'క్లీవ్‌ల్యాండ్ క్లినిక్' నివేదికల ప్రకారం.. పాప్‌కార్న్‌లో పీచు పదార్థంసమృద్ధిగా ఉంటుంది.

పెరుగు తింటే జలుబు, దగ్గు వస్తాయా?



వర్షాకాలం ప్రారంభమవగానే ఆహారం విషయంలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలని నిపుణులు సూచిస్తుంటారు. ముఖ్యంగా ఈ సమయంలో పెరుగు, మజ్జిగ వంటి పాల ఉత్పత్తులను తీసుకోవడం వల్ల జలుబు, దగ్గు లేదా కఫం పెరుగుతుందని చాలామంది భావిస్తారు. దీంతో కొందరు వర్షాకాలం మొత్తం పెరుగుకు దూరంగా ఉంటారు. అయితే వర్షాకాలంలో పెరుగు తినడం వల్ల అందరికీ జలుబు, దగ్గు వస్తుందనేది నిజంకాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అపోలో స్పెక్ట్రా హాస్పిటల్ క్రిటికల్ కేర్ సీనియర్ కన్సల్టెంట్ డాక్టర్ ఆశిష్ మెహ్రోత్రా ఏం చెబుతున్నారంటే.. వర్షాకాలంలో పెరుగు తినకూడదనే నియమం అందరికీ వర్తించదు. పెరుగు ఎంత తాజాగా ఉంది, ఏ ఉష్ణోగ్రతలో తీసుకుంటున్నారు, వ్యక్తి ఆరోగ్య పరిస్థితి ఎలా ఉంది వంటి అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని పెరుగును ఆహారంలో చేర్చుకోవచ్చని తెలిపారు. ఫ్రిజ్ నుంచి తీసిన వెంటనే బాగా చల్లగా ఉన్న పెరుగును తినడం వల్ల కొంతమందికి గొంతులో అసౌకర్యం కలగవచ్చు. ముఖ్యంగా ఇప్పటికే సైనస్, అలర్జీ లేదా తరచుగా జలుబు వంటి సమస్యలు ఉన్నవారిలో చల్లటి ఆహార పదార్థాల వల్ల ఇబ్బంది అనిపించవచ్చు. అయితే పెరుగు నేరుగా జలుబు లేదా దగ్గుకు కారణమవుతుందని చెప్పడానికి ఆధారాలు లేవని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అందువల్ల వర్షాకాలంలో పెరుగును పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదని చెబుతున్నారు. అయితే వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది. పెరుగులో ప్రోబయోటిక్స్ ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి మేలు చేసే సజీవ బ్యాక్టీరియా. ఇవి ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణ వ్యవస్థకు సహాయపడతాయి. జీర్ణ సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా తమ ఆహారంలో తగిన మోతాదులో తాజా పెరుగును చేర్చుకోవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా పెరుగును తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి మేలు కలగవచ్చు. అయితే ఏ ఆహారమైనా మితంగా తీసుకోవడం ముఖ్యం. ఫ్రిజ్ నుంచి తీసిన వెంటనే పెరుగు తినకుండా కొంతసేపు బయట ఉంచి సాధారణ ఉష్ణోగ్రతకు వచ్చిన తర్వాత తీసుకోవచ్చు. ఎప్పుడూ తాజాగా ఉన్న పెరుగునే తినాలి. రంగు, వాసన లేదా రుచి మారిన పెరుగును తీసుకోకూడదు. రుచికి తగినంత వేయించిన జీలకర్ర పొడి, నల్ల మిరియాల పొడి లేదా కొద్దిగా ఉప్పు కలుపుకోవచ్చు. పెరుగులో ఎక్కువగా మసాలాలు కలపాల్సిన అవసరం లేదు. పెరుగు తిన్న ప్రతిసారీ గొంతులో మంట, కఫం లేదా ఇతర అసౌకర్యాలు ఎదురైతే దాని వినియోగాన్ని తగ్గించడం మంచిది. అలాగే సైనస్, అలర్జీ వంటి సమస్యలు తరచుగా ఎదురయ్యేవారు తమ ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి ఆహారంలో మార్పులు చేసుకోవాలి. పాలు లేదా పాల ఉత్పత్తుల పట్ల అలెర్జీ లేదా అసహనం ఉన్నవారు పెరుగు తీసుకునే ముందు వైద్యుడు లేదా పోషకాహార నిపుణుడి సలహా తీసుకోవడం మంచిది. కాబట్టి వర్షాకాలంలో పెరుగు తింటే అందరికీ జలుబు, దగ్గు వస్తాయనే అపోహను నమ్మాల్సిన అవసరం లేదు.

మహిళలను బలిచేయకుండా నవ్వించలేరా!



సినిమాల్లో నవ్వులు పంచే కామెడీ జానర్‌పై బాలీవుడ్ నటి ఫాతిమా సనా షేక్ చేసిన వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్‌గా మారాయి. కామెడీ చిత్రాలకు ఎప్పుడూ మంచి క్రేజ్ ఉంటుందని, కానీ ఇందులో హీరోయిన్లకు మాత్రం ఇప్పటికీ సరైన ప్రాధాన్యత దక్కట్లేదని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. సినిమాల్లో హీరోయిన్ల నటనను చూపించడానికి పెద్దగా అవకాశం ఉండట్లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్న ఫాతిమా మాట్లాడుతూ..

కేవలం కామెడీ సినిమాలు తక్కువగా వస్తున్నాయని మాత్రమే కాకుండా, అసలు మహిళా పాత్రలను రాసే విధానమే సరిగ్గా లేదని స్పష్టం చేశారు. చాలా మూవీస్‌లో అమ్మాయిలను సొంత వ్యక్తిత్వం ఉన్న పాత్రలుగా చూపించకుండా, కేవలం జోకులు వేయడానికి లేదా ఇతరులు నవ్వుకోవడానికి మాత్రమే వాడుకుంటున్నారని అన్నారు. కేవలం అందం మీద, ఇబ్బంది పెట్టే అంశాల మీద జోకులు వేయడమే కామెడీ అనుకుంటున్నారని మండిపడ్డారు. ముఖ్యంగా మహిళలను ప్రతిదానికీ బలి చేయకుండా కూడా చక్కటి కామెడీ చేయవచ్చని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు.

ప్రస్తుతం ట్రెండ్ మారిపోయి కేవలం థ్రిల్లర్లు, భయపెట్టే డార్క్ సినిమాలే ఎక్కువగా వస్తున్నాయని, హీరోయిన్లకు ఎలాంటి ప్రయోగాలు చేసే స్వేచ్ఛ లేకుండా పోయిందని ఫాతిమా చెప్పారు. 90ల కాలంలో విద్యాబాలన్, జూహీ చావ్లా, మాధురి దీక్షిత్, ప్రీతి జింటా వంటి నటీమణులు తమకంటూ ఒక ప్రత్యేకమైన గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారని గుర్తుచేశారు.

'దొంగ నా కొడుకు' రిలీజ్ డేట్ ప్రకటించిన మేకర్స్



'లిటిల్ హార్ట్స్' సినిమాతో బాక్సాఫీసును షేక్ చేసిన మౌళి తనుజ్, ఇప్పుడు ఏకంగా టాలీవుడ్ అగ్ర నిర్మాణ సంస్థ మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ బ్యానర్‌లో క్రేజీ ఆఫర్ పట్టేశారు. శ్రీను కంబాల దర్శకత్వంలో రాబోతున్న వినోదాత్మక చిత్రం 'దొంగ నా కొడుకు'తో ఆయన మరోసారి ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమయ్యారు. రాబరీ, క్రైమ్, కామెడీ జోనర్‌లో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాపై టాలీవుడ్‌లో ఇప్పటికే మంచి అంచనాలు నెలకొన్నాయి. నిజానికి ఈ చిత్రాన్ని సెప్టెంబర్ 4నే థియేటర్లలో విడుదల చేయాలని మేకర్స్ ప్లాన్ చేశారు. కానీ, షూటింగ్ పూర్తి కాకపోవడంతో రిలీజ్ డేట్ వాయిదా పడింది. తాజాగా ఈ సినిమా కొత్త విడుదలకు సంబంధించిన తేదీని ప్రకటిస్తూ చిత్ర యూనిట్ సరికొత్త పోస్టర్‌ను సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేసింది. 'ఈసారి తన అత్యంత విచిత్రమైన కుటుంబంతో కలిసి, మిమ్మల్ని నవ్వించడానికి అతను వచ్చేస్తున్నాడు' అనే క్యాప్షన్‌తో ఈ చిత్రాన్ని నవంబర్ 13న థియేటర్లలోకి తీసుకురాబోతున్నట్లు అధికారికంగా వెల్లడించారు. ఈ పోస్టర్ ద్వారా సినిమాలోని మరో ఆసక్తికరమైన అంశాన్ని కూడా మేకర్స్ బయటపెట్టారు. ఇందులో సీనియర్ నటుడు అలీ.. మౌళికి తండ్రి పాత్రలో కనిపించబోతున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. మౌళి, అలీ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న ఈ కామెడీ ఎంటర్‌టైనర్ థియేటర్లలో ప్రేక్షకులకు కడుపుబ్బా నవ్వులు పంచడం ఖాయమని మేకర్స్ తెలిపారు.

కాపురాలను కూల్చేస్తున్నాయి...

టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ కాజల్ అగర్వాల్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడిన ఆమె, నేటితరం జంటల వైవాహిక జీవితాలు, మారుతున్న జీవనశైలిపై తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. నేటి డిజిటల్ యుగంలో మనుషుల మధ్య సహనం పూర్తిగా తగ్గిపోయిందని, ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకునే టైమ్ ఇవ్వకుండా చిన్న చిన్న కారణాలకే విడిపోవడానికి సిద్ధపడుతుండటం బాధాకరమని కాజల్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ముఖ్యంగా స్మార్ట్‌ఫోన్ల వాడకం మితిమీరిపోవడం భార్యాభర్తల బంధాలను తీవ్రంగా దెబ్బతీస్తోందని చెప్పారు. పక్కనే ఉన్న భాగస్వామితో మాట్లాడుకోవడం మానేసి, డిన్నర్ డేట్స్‌కి వెళ్లినా కూడా చేతుల్లో ఫోన్లు పట్టుకుని గంటల తరబడి సోషల్ మీడియాలో స్క్రోలింగ్ చేయడానికే ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని అన్నారు. భార్యాభర్తల మధ్య ఓపెన్ కమ్యూనికేషన్ లేకపోవడం, ఎదుటివారి అభిప్రాయాలను వినే ఓపిక లేకపోవడం వల్లే బంధాలు బలహీనపడి కోర్టులవరకు వెళ్లాల్సి వస్తోందని హెచ్చరించారు. స్మార్ట్‌ఫోన్లే చాలామంది కాపురాలను కూల్చేస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు. అలాగే వైవాహిక జీవితం గురించి కూడా కాజల్ కొన్ని ఆసక్తికర విషయాలు పంచుకున్నారు. తాను, తన భర్త గౌతమ్ కిచ్లూ ప్రతి వారం కచ్చితంగా ఒకరోజు డిన్నర్ కోసం బయటకు వెళ్తామని తెలిపారు. ఆ సమయంలో ఫోన్‌లను పూర్తిగా పక్కన పడేసి, కేవలం ఒకరితో ఒకరు ప్రశాంతంగా సమయాన్ని గడుపుతామని చెప్పారు. బలమైన అనుబంధానికి గాడ్జెట్లు కాకుండా, మనసు విప్పి మాట్లాడుకోవడమే అసలైన రహస్యం అని ఆమె స్పష్టం చేశారు. కాగా, కాజల్ – గౌతమ్ కిచ్లూ దంపతులు 2020లో వివాహం చేసుకున్న విషయం తెలిసిందే.

వీరికి ఒక కుమారుడు కూడా ఉన్నాడు. ప్రస్తుతం తల్లి అయ్యాక కూడా తన సెకండ్ ఇన్నింగ్స్‌ను విజయవంతంగా కొనసాగిస్తూ, వరుస సినిమాలతో కాజల్ దూసుకుపోతున్నారు.

