

శనివారం
3 ఆగస్టు 2024ఎడిటర్:
నాగచ్చ చంద్రబేహర్సంపుటి: 8
సంచిక: 90
పేజీలు: 6
వెల: 3/-

శ్రీమతి కె.ఎస్.ఎస్. కృష్ణరావు

ఉన్నది ఉన్నట్టుగా రాసే తెలుగు దినపత్రిక

మెడ్యూల్

Circulated at Hyderabad, Rangareddy, Warangal, Karimnagar, Khammam, Nalgonda, Nizamabad, Medak, Adilabad, Mahaboobnagar

జాబ్ క్యాలెండర్ వచ్చింది



- 2025 ఆగస్టు వరకు నియమక పరీక్షల విపరాలు
- ఆసంబ్లీలో విడుదల చేసిన డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమర్చు.
- అభోబరులో గ్రూప్-1 మెయిన్స్, మరో నోటిఫికేషన్ జారీ.
- సవంబరు, ఏప్రిల్లో టెట్, ఫిబ్రవరిలో టీఎస్.. ఏప్రిల్లో ఎప్పు, కానిసేబుల్ పోస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్లు
- కొత్తగా 13,505 ఉద్యోగాల భర్తీకి అనుమతులు

శ్రౌదరాబాద్, పథ తెలంగాణ

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిరుద్యోగులకు కుభార్త చెప్పియి. ఎప్పుడైనా అని నిరుద్యోగుల ఎదురుచునిన జాబ్ క్యాలెండర్ ఎన్బెక్కల అనుమతి చేసింది. వచ్చే విధాది ఆగస్టులోపు ఏయో ప్రభుత్వ ఉద్యోగ నియమకాలకు నోటిఫికేషన్లు వెలువుచేయాలి, అయి ఉద్యోగాల భర్తీకి పరీక్షల ఎప్పుడు నిర్వహిస్తురు అనే సమాచారంతో క్యాలెండర్ ను ఇచ్చింది. రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మహిలల భట్టి విక్రమర్చు విడుదల చేసిన ఈ జాబ్ క్యాలెండర్ ద్వారా ప్రభుత్వం గ్రూప్-1 అభోబరులకు తీవ్రికాలు చెప్పింది. జాబ్ క్యాలెండరులో పేర్కొన్న ప్రకరంం. ఈ విధాది పిబ్లువరిలో జారీ అయిన గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్ సంబంధించిన మెయిన్స్ పరీక్షలకు అభోబరులో నిర్వహిస్తారు. అలాగే, అభోబరు, మెయిన్స్ పరీక్షలో ఎప్పుడు మెయిన్స్ పరీక్షలకు అభోబరులో నోటిఫికేషన్ జారీ చేసి 2025 ఫిబ్రవరిలో టీఎస్.. జాబ్లలో మెయిన్స్ నిర్వహిస్తారు. అలాగే, దీనంచిరులో గ్రూప్-2 పరీక్షల జరగున్నాయి. ఇక. - మిగ్రా3లో



బీమా ప్రీమియంపై జీవెన్టీ

2

- నిర్మలా సీతారామన్‌కు ముమత లేఖ
- బీమా పాలనీల ప్రీమియంపై 18 శాతం జీవెన్టీ విధించడం ప్రజా వ్యతిరేక చర్య
- లైఫ్, హెల్చ్ బీమాల ముఖ్య ఉద్దేశం ప్రజలకు ఆర్థిక భద్రత కల్పించడం, ఊహించని అరోగ్య సమస్యలు, ప్రమాదాలు, మరణాలు సంబించినప్పుడు వారికి అండగా నిలబడటం
- బీమా ప్రీమియంలు పెంచడం వల్ల సామాన్య ప్రజాసేకంగా ఆర్థిక భారం పడుతుంది



త్వరలో డిజిటల్ యూనివరిటీ

ఐటీ శాఖ మంత్రి దుద్దిక్ష శ్రీధర్బాబు వెల్లుడి
శాసనమందలి సమావేశాలు నిరవధిక వాయిదా

ఉపాధ్యాయుల చేతిలో తెలంగణ భవిష్యత్తు



- ప్రభుత్వ ఒడ్డులో చదువుకునే నేను ఈ స్థాయికి..
- తెలంగాణ ఉద్యమంలో టీచర్లకి డ్రిమ్యాలీక పాత్ర
- తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన పోరాటంలో ఉపాధ్యాయుల పాత్ర ముందువేసిది
- 30వేల ప్రభుత్వ పార్శవాల్లో 26లక్షల మంది విద్యార్థులు ఉన్నారు
- తెలిదండుల వారి భవిష్యతీను ఉపాధ్యాయుల చేతుల్లో పెట్టారు
- “అమ్మ ఆద్ధు పార్శవాలల పేరుతో మహిళలకు బాధ్యత అప్పించాం
- ప్రభుత్వ పార్శవాల్లో ఉచిత విద్యుత్ అందించాలని అభికారులను అరేశించాం.
- గుర్తుపెంట టీచర్లు చెప్పిన చదువుతో...

ముఖ్యమంత్రి స్థాయికి ఎదిగా: సీఎం రేవం రెడ్డి మైన్యు అసెంబ్లీ ఒకాయన మాట్లాడుతూ తాను ప్రభుత్వ ఒడ్డులో చదువుకుని తాను ఈ స్థాయికి వహ్నాని ముఖ్యమంత్రి రేవం రెడ్డి వాగ్యానించి, తస్క గొప్పగప్ప చదువులు వచ్చునని వెప్పే ప్రయత్నం చేశారని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవం తస్క మాజీ మంత్రి కీటీర్మణు ఉరైంచి అన్నారు. నువ్వు ఎవ్వడ చదివావ అంటు ఆ వ్యక్తి నస్సు వెటుకారగా మారుపంలో ఎల్లి స్టైల్మెంట్ ఉండిని ఉన్నారు. కానీ నేను కొండా రెడ్డిప ర్షిద్ అంగులు అందించాం చారు. ఎల్లి స్టైల్మెంట్ ఉండిని ఉన్నారు. కానీ నేను కొండా రెడ్డిప ర్షిద్ అంగులు అందించాం చారు. ఈ సంరక్షంగా సీఎం రేవం రెడ్డి ప్రసంగించారు. పార్శవాల్లో 26లక్షల మంది విద్యార్థులు - మిగ్రా3లో



క్రీడా పోలీసీ తెస్తం

శాసనసభలో సీఎం రేవంతెర్డి

శ్రౌదరాబాద్

రాష్ట్రంలో త్వరలోనే క్రీడాపాలనీని తీవ్రుకువస్తామని, దానికిసం పలు రాష్ట్రంల పాలనీలను అధ్యయనం చేసుకున్నారు సీఎం రేవంతెర్డి అసెంబ్లీలో వెల్లుడించారు. 2024 పర్షియలు నియమకాల - మిగ్రా3లో



వయనాద్ లో వందకు పైగా ఇండ్స్ నిర్మిస్తాం

- బాధితులకు రాహుల్ గాంధి భరోసా... వయనాద్ ఘటన హృదయ విదారకం
- తాము ఎలాంటి సాయం చేసేందుకైనా వెనుకాడం
- జక్క్స్ ఉండి సహా కార్బూక్సమాలను పర్యవేష్టిస్తే
- కాంగ్రెస్ కుటుంబం ఇక్కడ 100కుపైగా ఇండ్స్ బాధితులకు నిర్మించి ఇస్తుంది

2

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పెట్టిన లక్షు కేసు విషయంలో హైకోర్టును అత్యుయంచిన భీఅర్వెన్ నేత మన్సుక్రిశాంక....

- మన్సుక్రిశాంక తరపున వాదనలు వినిపించిన న్యాయవాచులు రమణ రాపు, జక్కుల లక్షుణ....
- క్రిశాంక కు 41(ఏ) సీఅర్పిసి. అలాగే 35(3) బీఎస్ ఎన్ ఎన్ ప్రకారం అరెస్టు చేయకుండా నోటిసులు ఇవ్వాలని తీర్చు సుజన..
- టీట్టర్ మాట్లాడుం ద్వారా బీఅర్వెన్ లీగ్ టీమ్ కు అలాగే కేటీఆర్ కి కృతజ్ఞతలు తెలిపిన మన్సు క్రిశాంక.

2

రెండు లక్షల ఉద్యోగాలు ఏమయ్యాయి

- దమ్ముంటే అశోక్ నగర వచ్చి.. సువ్విచ్చిన జాబ్ క్యాలెండర్ కర్కె అని చెప్పు..
- రేవంతెర్డికి కేటీఆర్ సహా తా 8 నెలల్లో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఒక్క ఉద్యోగం ఇచ్చిందని అక్కడ ఉన్న నిరుద్యోగులతో చెప్పించారు.
- మీరిచ్చిన జాబ్ క్యాలెండర్ ఓగ్గెన్ అని తెలుసు..

శ్రౌదరాబాద్, పథ తెలంగాణ



క్యాలెండర్ కర్కె అని చెప్పుమని రాహుల్ గాంధి, రేవంతెర్డికి పరీక్షల విసిరారు. ఈ 8 నెలల్లో కాంగ్రెస్ ప్రభ

కడుపులో మంట తగ్గాలంట



సాధారణంగా కడుపులో మంట మనం తీసుకునే ఆహారాల వల్లే ఎక్కువగా వస్తుంది. కారం, మనసాలాలు ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారాలను తినడం లేదా పులుపు ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారాలను తింటే అసిద్ధి వస్తుంది. అలాగే టీ, కాఫీ ఎక్కువగా తాగినా, వీటిని భాళీ కడుపుతో ఎక్కువగా తాగినా కూడా అసిద్ధి వస్తుంది. అయితే ఈ సమస్య నుంచి బయట వడెండుకు మనకు కొన్ని చిట్టాలు బాగా పని చేస్తాయి. అవేమీటో ఇప్పుడు మనం పూర్తిగా తెలుసుకుండా. కొత్తమీర ఆకులను తీసుకొని వాటిని నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్ళను తాగుతున్నా కూడా కడుపులో మంట నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. కొత్తమీర జీర్జీ సమస్యలకు చక్కగా పనిచేస్తుంది. ఇది అజ్ఞితి, గ్యాన్స్, కడుపు ఉభయరం, అసిద్ధి నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. అందువల్ల కొత్తమీర నీళ్ళను కూడా తాగవచ్చు. కడుపులో మంట ఉన్నస్వారు 4-5 పుట్టినా ఆకులను అలాగే నవమి మింగాలి. అనంతరం గోరు వెళ్ళని నీళ్ళను తాగాలి. దీంతో పొట్టకు రెస్ట్ లభిస్తుంది. వెంటనే రీఫ్రెష్ అయినట్లు ఫీలవుతారు. అలాగే జీర్జీ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. సోంపు గింజలతో తయారు చేసిన డికాప్సన్ తాగడం వల్ల కూడా కడుపులో మంట నుంచి బయట వడవచ్చు, సోంపు గింజలను నీళ్ళలో వేసి మరిగించి నీరు రంగు మారగానే వడకట్టి గోరు వెళ్గా ఉండగానే తాగేయాలి. ఈ నీళ్ళను రాత్రి తాగితే నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. ఇంకా అలాగే జీలకర్ నీళ్ళను తాగడం వల్ల గ్యాన్స్, అసిద్ధి నుంచి సత్కరమే ఉపశమనం లభిస్తుంది. అలాగే జీర్జీకియ కూడా మెరుగు పడుతుంది. జీలకర్ నీళ్ళను తాగడం వల్ల అభిక బరువు కూడా తగ్గుతారు. ఇందుకు గాను ఒకపాత్రలో నీళ్ళను తీసుకుని అందులో జీలకర్ ఒక టీస్పూన్ వేసి మరిగించాలి. నీళ్ళ రంగు మారే వరకు మరిగించిన తరువాత నీళ్ళను వడకట్టి గోరు వెళ్గా ఉండగానే తాగేయాలి. దీంతో కడుపులో మంట నుంచి ఈటీగా ఉపశమనం లభిస్తుంది. కాబట్టి కచ్చితంగా పైన తెలిపిన టీపు పాటించండి. కడుపులో మంట చాలా ఈటీగా తగ్గుతుంది.

ఉబకాయం తగ్గలంటే ఇలా చెయ్యండి?



ఊబకాయం చాలా దేంజర్. ఇది కచ్చితంగా అనేక రకాల సమస్యలని తెస్తుంది. కాబట్టి కచ్చితంగా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఊబకాయం నిద్రను ప్రఖావితం చేస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి కచ్చితంగా కనీసం 7 నుంచి 8 గంటల పాటు గాఢ నిద్ర అవసరం. మీకు తగినంత నిద్రకు కనుక లేకపోతే, అది మీ జీవక్రియను నెప్పుదిస్తుంది. దీంతో బరువు తగ్గడం చాలా కష్టంగా మారుతుంది. అందుకే మంచి నిద్ర కేసం రాత్రి పుకునే మందు పసుపు పాలు తాగడం అలవాటు చేసుకోంది. ఈ పసుపు పాలు బలువు తగ్గడానికి, మంచి నిద్రకు ఎంతగానీ సహాయపడుతుంది. ఎందుకంటే పసుపులో కొప్పును కాల్పుడానికి సహాయవహే ధర్కోజెనిక్ లక్షణాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. ఇంకా దీనికి పాటు, ఇది జీవక్రియను కూడా ఈచీగా పెంచుతుంది. కాబట్టి ప్రతిరోజు కూడా రాత్రి పడుకునే మందు కచ్చితంగా ఒక గ్లూను పసుపు పాలు తాగండి. ఇంకా ఊబకాయం తగ్గడానికి డిస్ట్రోల్ ప్రోటీన్, పైబర్ల్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని కచ్చితంగా తీసుకోవాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా రాత్రిపూట మీరు పచ్చి కూరగాయలు, సూప్ సలాడ్, పప్పు తినప్పు. మీకు అర్థాత్రి ఆకలిగా అనిపిస్తే, కీర్దోస్కాయ లేదంటే యాపిల్ వంటి పండ్సును తినాచ్చు. మనం త్వరగా నిద్రపోవడం వల్ల మెలటోనిన్ అనే హర్టోన్ మన శరీరంలో బ్రాస్టిఫ్యూటని స్పృష్టించి కేలరీలను బర్చు చేయడంలో సహాయపడుతుందనో నిపుణులు చెబుతున్నారు. రాత్రి బాగా నిద్రపోవడం వల్ల శరీరంలో మెలటోనిన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది, ఇది వేగంగా బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. ఊబకాయం తగ్గాలంటే కచ్చితంగా రాత్రి భోజనానికి నిద్రకు మధ్య దాదాపు 3 గంటల గ్లూష్ ఉండాలంటున్నారు ఆర్గోగ్రో నిపుణులు. రాత్రిపూట భోజనం చేయడం వల్ల జీర్జం సరిగా జరగడు దీంతో జీవక్రియ ప్రభావితం అవుతుంది. దీని కారణంగా శరీరంలో కొప్పు పేరుకపోతుంది. కాబట్టి మీరు బరువు తగ్గాలనుకుంటే సాయంత్రం త్వరగా తినడం అలవాటు చేసుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. అలాగే, రాత్రిపూట ఎల్లప్పుడూ లైట్ ప్ర్యూడ్ తీసుకోవటం మంచిది అంటున్నారు. మీరు సులభంగా బరువు తగ్గాలనుకుంటే రాత్రి 7 గంటలపై తినడం అలవాటు చేసుకోండి.



బ్రాన్ రైట్

ఆరీంగాయనికి చేసే మేలు!

చాలా మంది కూడా పైట్ రైన్ ఎక్కువగా తింటూ ఉంటారు. కానీ ఇది ఆరోగ్యానికి ఏమాత్రం మంచిది కాదు. దీన్ని రోజుా ఎక్కువగా తింటే ప్రయోజనాల కంటే నష్టశీల్సె చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. అయితే పైట్ రైన్ కంటే బ్రోన్ రైన్ తింటనం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ముడి బియ్యుం అని కూడా పిలువబడే బ్రోన్ రైన్ శరీరానికి అవసరమైన ఎన్నో పోషకాలతో నిండి ఉంటుంది. దీన్ని తక్కువగా ప్రాసెన్ చేయబడటం వల్ల బ్రోన్ రైన్ లో పైబర్, విటమిన్సు, మినరల్స్ వంటివి చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. నిజానికి బ్రోన్ రైన్ అనేది తక్కువగా ప్రాసెన్ చేయబడుతుంది. ఇందులో పైబర్ కంపెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. పైగా ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. బ్రోన్ రైన్ అనేది ఒక పోషకమైన, ఆరోగ్యకరమైన అపోర ఎంపిక. ఇది మీ ఆపోరలో చేర్చడానికి మంచి మార్గం. ఇది మీ శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్సు ఇంకా పైబర్ను అందిస్తుంది. ఇది మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని బాగా మెరుగుపరుస్తుంది. అంతేగాక చర్చానికి చాలా మంచిది. ఈ బ్రోన్ రైన్ లోని విటమిన్స్ % ఇంచి, జా% చర్చాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి ఇంకా అలాగే మొట్టమిలను నివారించడానికి సహాయపడతాయి. అయితే బ్రోన్ రైన్ ను అన్నం, వులుసు, సలాడ్ లు వంటి విధి వంటకాలలో ఉపయోగించవచ్చు. అయితే పైట్ రైన్ కు బదులుగా బ్రోన్ రైన్ ను ఉపయోగించవచ్చం వల్ల మీ ఆపోరానికి తగిన పోషకాలను జోడించవచ్చు. ఈ బ్రోన్ రైన్ కు సలాడ్లు, సూప్సులు, కర్లెంలు లేదా వేయించిన వంటకాలకు జోడించుకొని తినవచ్చు. లేదా ఇట్లీ, రోసె, ఉప్పు వంటి వంటకాల తయారీకి కూడా ఈ రైన్ ని ఉపయోగించవచ్చు. అలాగే పావ్కార్న్ లాగా కూడా తినవచ్చు. ఇందులోనే పైబర్ కొన్ని రకాల క్యాస్టర్లు, ముఖ్యంగా కొలన్ క్యాస్పర్ బ్రుమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. బ్రోన్ రైన్ లోని గ్రైసెమిక్ ఇండెంట్ తక్కువగా ఉండటం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది దయాబెట్టిన ఉన్నపారికి మంచిది. బ్రోన్ రైన్ లోని విటమిన్ బి, జారోగ్యంగా ఉంచడానికి మొట్టమిలను నివారించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి మంచిది.

ఈ నీటిని తాగితే ప్రయోజనాలు



ఆల్లం ఆరోగ్యవినిషి చాలా రకాలుగా మేలు చేస్తుంది. ఎందుకంటే అల్లం నీటిలో విటమిన్ సి, జింక్ నమ్మిడ్చిగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. దీంతో సీజిసర్ దగ్గర్, జలబు, జ్వరం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అలాగే ఈ నీళ్ళను తాగితే శరీరంలోని ఏప, వ్యాధ పదార్థాలు అన్ని బయటకు వెళ్లిపోతాయి. దీంతో రోగాలు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. అల్లం నీళ్ళను తాగితే శరీరంలో రక్తసరఫరా మెరుగు పడుతుంది. దీంతో హైఫీ తగ్గుతుంది. అలాగే ఘర్గు లెవల్స్ కూడా తగ్గుతాయి. ఇది దయాబిలిస్ ఉన్నపారికి ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. అల్లం నీళ్ళను మహిళలు నెలసరి సమయంలో తాగితే ఆ సమయంలో వచ్చే నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభించడంతోపాటు అధిక రక్తప్రాపం కాకుండా చూసుకోవచ్చు. ఇలా భోజనం చేసిన అల్లం నీళ్ళను తాగడం వల్ల మనం చాలా రకాల ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. అల్లం నీళ్ళను తాగడం వల్ల గుండెల్లో మంట కూడా తగ్గుతుంది. కొంతమందికి తిన్న వెంటనే గ్యాస్ పైకి వస్తుంది. అలాంటి వారు కూడా అల్లం నీళ్ళను తాగడం వల్ల సమస్య నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. అల్లం నీళ్ళను తాగితే శరీర మెంటాలిజం పెరుగుతుంది. దీంతో క్యాలెరీలు వేగంగా ఖర్చువుతాయి. ఘలితంగా కొవ్వు కరుగుతుంది. అందువల్ల అధిక బిరువు తగ్గుతారు. ఇలా అధిక బిరువు తగ్గేందుకు అల్లం నీళ్లు ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. ఇంకా అలాగే అల్లంలో ఉండే జింజరాల్, ఛోగుల్ అనే సమేక్షనాలు వల్ల జీర్ణ ఎంజైమలను ఉత్పత్తి చేయడంలో సహాయ పడతాయి. దీంతో మనం తిన్న ఆపోరం నులభంగా జీర్ణపువుతుంది. ఘలితంగా కడువు ఉఱ్ఱరం, గ్యాస్, అజీర్ణం అనేవి ఉండవు. అలాగే భోజనం అనంతరం పొట్టలో ఉండే అసౌకర్యం కూడా తోలగిపోతుంది. ఇక కొండరు ఎల్లప్పుడూ వికారంగా ఉండని అంటుంటారు. అలాంటి వారు కూడా భోజనం చేసిన తరువాత అల్లం నీళ్ళను తాగాలి. దీంతో సమస్య నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. వికారం తగ్గుతుంది. అల్లంలో యాంటీ ఇంఫోమేటరీ గుణాలు పుపులంగా ఉంటాయి. అలాగే ఇది మంచి జీర్ణకారిగా పనిచేసుంది. దీంతో ఇమ్మూనిటీని పెంచే గుణాలు కూడా ఉంటాయి. అందువల్ల అల్లం నీళ్ళను తాగితే మనం ఎక్కువగా ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. అల్లం నీళ్ళను తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. వికారం తగ్గుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. అలాగే శరీరంలోని వ్యుతలు బయటకు వెళ్లిపోయి శరీరం అంతర్గతంగా క్లీన్ అవుతుంది

బోవ్పాయి తిన్న తర్వాత ఇలా చేస్తే?

చాలా మంది వ్యక్తులు బొప్పొయి పండును వారంలో ఒకబీ, రెండు సార్లు తీసుకుని అలవాటును కలిగి ఉంటారు. దానికి ప్రధాన కారణం ఆయుష్మేద శాస్త్రం ప్రకారం బొప్పొయి పండు అనేది చాలా రోగాలను ఎఱురోఫ్పడంలో అత్యంత శక్తి వంతంగా వని చేస్తూ ఉంటుంది. దానితో చాలా మంది హైత్రెక్ సమస్యలు ఉన్న వారు బొప్పొయి పండు ఎక్కుప్పగా తీసుకుంటూ ఉంటారు. బొప్పొయి పండు తీసుకోవడం చాలా హైట్రెక్ సమస్యలకు మంచిదే కానీ బొప్పొయి పండు తిన్న తర్వాత కొన్ని ఆహార పదార్థాలను తీసుకోవడం చాలా ప్రమాదకరం అలా చేసినట్లు అయితే వారికి దేంజర్ బెల్వీ మొగినట్లే. ఇక బొప్పొయి పండు తిన్న తర్వాత ఎలాంటి ఆహార పదార్థాలను తీసుకోకూడదు ... ఎలాంటి ఆహార పదార్థాలు తీసుకుంటే మన శరీరానికి ఎలాంటి ప్రమాదం జరిగే అవకాశాలు ఉన్నాయి అనే విపరాలను తెలుసుకుండాం. బొప్పొయి పండు తిన్న వెంటనే పాటు, పెరుగు, జున్న, పొల ఉత్సత్తులు తీసుకోకూడదు అని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. బొప్పొయి పండు తిన్న తర్వాత పాల పదార్థాలను తీసుకున్నట్లు అయితే జీర్జ వ్యవస్థ దెబ్బుతిని గ్రాస్, మల బడ్డకం, పొట్టలో వాపు పంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయి. అలాగే బొప్పొయి పండు తిన్న తర్వాత గుష్టును, గుడ్డుతో తయారుచేసిన ఆహారాన్ని తింటే జీర్జ సమస్యలు అట్టిర్చి పొట్ట సమస్యలు, వికారం, వాంతులు వచ్చే అవకాశం ఉండి అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బొప్పొయి పండులో పశ్వేన్ ఎంజాయ్ ఉంటుంది. ఇది ప్రోటీన్సు గ్రహించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది తెలుస్తోంది. ఇక హైట్రెక్ సమస్యల కారణంగా ఎక్కువ శాతం బొప్పొయి పండు తినేవారు బొప్పొయి పండు తిన్న తర్వాత ఈ ఆహార పదార్థాలను తినకుండా జూగ్రత్త పడడం వారి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది.



ప్రజల జీవనోపాధిని మెరుగుపర్చడానికి అధికారులు కృపి చేయాలి...



- జిల్లా కలక్కర్ ప్రశ్నిక్ జైస్
వికారాబాద్, పుభ తెలంగాణ: శక్రవారం స్వచ్ఛదనం - పచ్చదనం కార్బూకమంలో చేపట్టాలిన పనులుపై కలక్కర్ సమావేశ మందిరంలో అధికారులతో జిల్లా కలక్కర్ సమావేశాన్ని విరుపొంచారు. ఈ సందర్భంగా కలక్కర్ మాట్లాడుతూ..అగస్టు 5 నట తేదీ నుండి 9 నట తేదీ పరక స్వచ్ఛదనం-పచ్చదనం కార్బూకమంలో ప్రజల అప్పనాలకు అస్సగణంగా పనులు చేపట్టాలన్నారు. ఐయి రోజుల పాటు రోజు వారిగా చేపట్టాలిన పచ్చలై ద్వారా సారింగాలని కలక్కర్ తెలిపారు. ఈ కార్బూకమంలో భాగంగా స్వచ్ఛం సహాయక సంఘాలతో సమావేశాలు నిర్వహించాలి. భాగస్వాములను చేసి కార్బూకమాన్ని విజయవంతం చేయాలని కలక్కర్ తెలిపారు. ఇందులో భాగంగా ప్యాగ్లిగ్ పరిషుభ్రత, సీసిఎస్ ప్యాగ్లాలు, షాస్క్యూల్ వాడకం వల్ల కలిగే దుపురొమాలాపై అపగాహన కల్పించాలన్నారు. ప్రథమ్త్వ సందర్భులు, పారశాలలు, అంగస్వామీలు, వసతి గృహాలు, ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలు, లౌ స్టోర్స్ పంచాల్లో అయిల్ బాస్ తని సంబుల్లో వేసినట్లుతే దోషల ప్రధాని నిరోధించవచ్చని కలక్కర్ తెలిపారు. విష జ్ఞానాలను గుర్తించి అవసరమైన చికిత్సలను అందించాలని కలక్కర్ ప్రైస్టాడికరులకు సూచించారు. గ్రాఫిష ప్రాంతాల్లో ప్యాగ్లిగ్ తుప్పిక మరుగులద్దు నిర్మించుకొనేందుకు ప్రజలకు అపగాహన కల్పించాలని కలక్కర్ తెలిపారు. గ్రామాల్లో గృహాల సుండి వేయి చేయబడిన వ్యాపారును నేకంిచి కంప్యూటర్ ఏరువును ఉత్సత్తి చేసి విరంగా అధికారులు చూస్తారు. అవస్థా ప్రాంతిష్టన్ నిమిత్తం అనుమతి స్థాలాలను గుర్తించాలని కలక్కర్ తెలిపారు. గ్రామాల్లో మున్సిపల్ పరిధిల్లో మనుషులమై దాడి చేసి వీధి కుక్కలను గుర్తించి స్టోర్లు చేసినందుకు అధికారులు చూస్తారు. అదేవిధంగా గోదలపై పయంలింగి పనులు చేపట్టాలన్నారు.

ప్రైదరాబాద్ లోని T-హాబ్లో AIRA ద్వారా పయనీలంగ్ రీబోటీక్ స్క్రైల్ లాంచ్....

ఈవెంట్లో నేమీ-ప్యామ్మనోయ్డ్ రోటోహెచ్ అందుకున్

MLR అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (MLRIT)

తుప్పరులో కలాశాలలో రోటోటీక్ శిక్ష పరిశోధన ప్రారంభిస్తాం : MLR అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (MLRIT) (పుభ తెలంగాణ / ప్రైదరాబాద్) అల్ ఇండియా రోటోటీక్ అసోసియేషన్ (పిపాల్వి) , తెలంగాణ అకాడమీ ఫర్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ అసోసియేషన్ (పిపాల్వి) , తెలంగాణ అకాడమీ ఫర్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ అసోసియేషన్ (పిపాల్వి) , తెలంగాణ అకాడమీ ఫర్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్ ను పుక్కవారం ప్రైదరాబాద్లోని ఈ - హాబ్లో స్థానంగా ప్రైరంచించి. భారతదేశంలో రోటోటీక్ విచ్చా రంగానికి ఒక వైలురాయి కావడం తో పాటు ఎం.ఎల్.అర్ అన్వేషిట్యూప్ అఫ్ ప్రైక్యాల్జీ (ఎం ఎల్ అర్ ఇ ఈ) . విషార్థి సుండి సెమీ ప్యామ్మనాయి రోటోటీక్ స్కూల్ అండ్ నాల్ట్ (టాస్ట్) సహకారంతో రోటోటీక్ స్కూల్ లాంచ్. ఈ ఈవెంట్

నూతన చట్టాలతో మహిళలకు మరింత రక్షణ

పోలీన్ కమిషనర్ డాక్టర్ బి. అనురాధ

సిద్ధిపేట, శుభ తెలంగాణ : మహిళలు వొనం వీడిటె విజయం సాధించినట్టే మహిళలు వొనం వీడి తైర్యంగా పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయండి..ర్యాగింగ్, ఇవిటిజింగ్, ఏడ్నా అవమానానికి గురి అయినట్లయితే వెంటనే జిల్లా పీటిమ్ వాటావ్ నెంబర్ 8712667434 కాల్ చేయాలి. వొనం వీడిటె మహిళా గెలిచినట్టే వొనంగా ఉండి కష్టాలు కోరి తెచ్చుకోవద్దు పైబర్ నేరాల పట్ల కూడా అప్రమత్తంగా ఉండాలని పోలీసు కమిషనర్ డాక్టర్ అనురాధ అన్నారు. సిద్ధిపేట జిల్లాలో పీటిమ్సుతో మహిళలకు, బాలికలకు భద్రత, భరోసా జిల్లాలోని హాట్స్టూట్ వద్ద పీటిమ్సుతో నిరంతరం నిఘూ.. తపెటీజర్సీ 15 మందిని పట్కుకొని కౌన్సిలింగ్ నిర్వహించడం జరిగింది. 15 ఈ పెట్టి కేసులు, నమోదు చేయడం జరిగిందిహట్టూట్ 32పీటిమ్సు బృందాలు హట్టూట్ 121 సార్లు నందబ్రించడం జరిగింది. పీటిమ్సు 25 వివిధ ప్రదేశాలలో కాలేజీలలో అవేర్ను కల్పించడం జరిగింది. సిద్ధిపేట జిల్లాలో సిద్ధిపేట, గజ్జెల్, హన్సుబూద్, దివిజన్స్ వారీగా పీటిమ్సు పనిచేయడం జరుగుతుంది. సిద్ధిపేట జిల్లాలో ఉన్న పీటిమ్సు బృందాలు ప్రథమంగా కళాశాలలో, ప్రథమంగా పారశాలల్లో, తెలంగాణ మోడల్ సుమార్లో, రెసిడెన్చులు సుమార్లో లలో కేటీచి సుమార్లో విద్యార్థులకు ర్యాగింగ్, ఇవిటిజింగ్, పోక్సీ, పీటిమ్సు యాంటీ హ్యామెన్ ట్రాఫికింగ్ సైబర్ నేరాలపై నూతన



କେଂପରୁଣ୍ଟେ ଏବାଯାଦୀଙ୍କ, ତୈଲରିଙ୍କ, ଫୋଷନ୍ ଡିଜେନିର୍
 ତଦିତର ହାତୀପୈ ଶିକ୍ଷଣ ଇମ୍ପ୍ରିଂଚଦଂ ଜରୁଗୁତୁଳନି ଅନ୍ତରୁ.
 ଜୀବୀ 1 ନଂଦୀ ଭାରତ ଦେଶ ବ୍ୟାପ୍ତିଗା ନୂଆତନ ଚଟ୍ଟାଲୁ
 ଅମଲୁ ଚେଯଦଂ ଜରୁଗୁତୁଳିବି ସଂବନ୍ଧିତ ବାଧୁତିଲକୁ
 ମହିଳାକୁ ପିଲାଲକୁ ନୂଆତନ ଚଟ୍ଟାଲୁ ଅଂଦଗା ମରିଯୁ
 ରକ୍ଷଣଗା ନିଲସ୍ତାଯିନି ତେଲିପାରୁ. ନୂଆତନ ଚଟ୍ଟାଲରେ
 ନେରସ୍ତୁଲକୁ କଲିନ ଶିକ୍ଷଣ ଅମଲୁ ଚେଯଦଂ ଜରୁଗୁତୁଳିବି.
 ମହିଳାକୁ ବାଲିକଲ ରକ୍ଷଣ ଗୁରିଂଚି ତେଲାଂଗାଣ ରାଷ୍ଟ୍ରପତ୍ରେ
 ପ୍ରତ୍ୟେକକଂଗା ପ୍ରିଣ୍ଟିମ୍ପ୍ ଏର୍ଗ୍ଯାଟୁ ଚେଯଦଂ ଜରିଗିଥିଲା. ମହିଳାକୁ,
 ବାଲବାଲିକଲ, ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କି, ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କିରୁକୁ, ରକ୍ଷଣଗା ନିଲସ୍ତା
 ନେଵଲୁ ଅଂଦିନଚଦଂ ଜରୁଗୁତୁଳିବି, ଏବେନା ଫୋନ୍ ପେନ୍
 ବେଂଟନେ ସଂଘୁଟନ ପ୍ଲାନିକି ଚେଯମୁଣ୍ଡାରୁ, ଗୁରୁତ୍ୱିତିନ
 ପୋଟାମ୍ପିଲ ପଦ୍ଧତ ମୁରିଂତ ନିଫ୍ରା ଉପଚଦଂ ଜରୁଗୁତୁଳିବି.
 ପୋଟାମ୍ପିଲ୍ ପ୍ରଦେଶାଲରେ ନୀତି କେମାରାଲୁ ପାନିତିରୁନୁ
 ଏପ୍ପାରୀକର୍ବୁଦୁ ସମାଜୀଂଚାଲନି, ପନିଚେଯକପୋତେ ବେଂଟନେ
 ସଂବନ୍ଧିତ ପୋଲିନ୍ ଅଧିକାରୁଲକୁ ରିପେର ଚେଯାଲନି
 ନୂଆଚିନଚଦଂ ଜରୁଗୁତୁଳିବି. ତେଲାଂଗାଣ ରାଷ୍ଟ୍ରପତ୍ରେ ପ୍ରିଣ୍ଟିମ୍ପ୍
 ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗୁରୁତ୍ୱ ପାଠିଦିନି ତେଲିପାରୁ. ମହିଳାକୁ ବାଲିକଲ
 ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କିଲା ପ୍ରିଣ୍ଟିମ୍ପ୍ ନେଵଲୁ ବିନିଯୋଗିମନକୋହାଲନି
 ନୂଆଚିନଚାରୁ. ଏଲ୍ଲାମେକଲା ଅଂଦୁବାଟୁଲୋ ଉଂଦି ନେଵଲୁ
 ଅଂଦିନ୍ଦାମୁନି ତେଲିପାରୁ. ମହିଳାକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତର ପରିସ୍ଥିତିଲ୍ଲୋ
 ଦର୍ଯ୍ୟ-100 କୁ କାର୍ତ୍ତ ଚେସି ତକ୍ଷଣ ପୋଲିନ୍ ସହୀଯଂ
 ପାଠିଦିନି ନୂଆଚିନଚାରୁ

మాధిగ అమరవీరుల త్వాగాల ఫలితం ఎన్ని వర్ణకరణ

పుష్టి తెలంగాణ : జడ్పు సెంటర్ అంబెద్కర్ విగ్రహం వద్ద తెలంగాణ మాదిగ హక్కుల దండోరా రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కొరిపథి శ్రీనివాస్ మాదిగ ఆ ధ్వయంలో సుప్రీంకోర్టు ఎస్ట్రీ వీటికరణకు సంబంధించి, వీటికరణ చేసే ఆధికారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు కూడా ఉంది అని తీర్పు ఇచ్చిన నేపథ్యంలో హరార్థం వ్యక్తం చేస్తూ కేక్ కట్ చేసి బాణసంచా కాల్యారు . వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు జన్ము కనకరాజు మాదిగ జాతీయ అధ్యక్షులు వేముల బలరామాదిగ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కొరిపథి శ్రీనివాస్ మాదిగ నాయకత్వంలో తెలంగాణ మాదిగ హక్కుల దండోరా ఆవరంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుప్రీంకోర్టు ఇచ్చిన తీర్పును స్వీకరిస్తూ వభాకారణక్కులు తెలియజ్ఞారు . గత 30 సంవత్సరాలుగా యావత్తే మాదిగ జాతి చేసిన ఉద్యమానికి ఫలితం . అలాగే మాదిగ అమరవీరుల త్యాగాల ఫలితంగా ఈలోజ్య ఎస్ట్రీ వీటికరణ కు చట్టబింబం కలిపించిందన్నారు . ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ మాదిగ హక్కుల దండోరా రాష్ట్ర మహిళా అర్థాత్తురాలు బెల్లంకొండ శ్యామల మాదిగ , ప్రచార కార్యదర్శి కనకపుడి వీరస్వామి మాదిగ , మధ్యర నియోజకవర్గ ఇశ్వార్జి బొడ్డు వెంకయ్య బాబు మాదిగ , ఆలేరు నియోజకవర్గ నాయకులు జంగం వెంకయ్య మాదిగ గర్జల చంద్రయ్య రిటైర్డ్ ఎంపిడివో సగ్గురి వంశి మాదిగ యువజన సంఘం నగర అర్థాత్తులు ఆటో యూనియన్ అధ్యక్షులు అన్ని పాక గురుమూర్తి మాదిగ , ఆటో యూనియన్ నగర అధ్యక్షులు పాట్టి వెంకపేట సుమన్ లక్ష్మీ రమేష్ , వెంకబేష్ మాదిగ రపి మాదిగ తడతరులు



మన్నపల్ చైర్మన్, కాన్సిలర్సు

ఘనంగా సన్నానించిన ముదిరాజీ సంఘం నాయకులు

మంధని , శుభ తెలంగాణ : మంధని మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ పెండ్రి రఘు సురేష్ రెడ్డిని బోయిన్ పేట ముదిరాజ్ సంఘుం నాయకులు ఘనంగా శాలువాతో సన్నాచిని సత్కరించారు. శుక్రవారం మంధని మున్సిపల్ పరిధి బోయిన్ పేటలో ముదిరాజ్ సంఘుం నాయకులు ఆశ్చీర్య సన్నాచును కార్బూక్చమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ పెండ్రి రఘు సురేష్ రెడ్డిని, మంధని మున్సిపల్ పాలకవర్గం సభ్యులు కాయితి సమ్మయ్య, గుండా విజయ లక్ష్మి, సక్క నాగీంద్ర, వేముల లక్ష్మి లను వారు ఘనంగా సన్నాచినంచారు. అనంతరం ముదిరాజ్ సంఘుం నాయకులు పలు సమస్యల పైన ఆమెకు వినతిపత్రం సమర్పించారు. ఆమె సానుకూలంగా స్పందిస్తూ, ముదిరాజు సంఘుం నాయకుల సమస్యలును రాశ్చ లణి శాఖ మంత్రి దుద్దిల్ల శ్రీధర్ బాబు దృష్టికి తీసుకు వెళ్తానని, సమస్యలు పరిష్కారమయ్య దిగుగా కృష్ణ చేస్తానని ఆమె పోవించారు. ఈ సానుకూలత పట్ల ముదిరాజ్ సంఘుం నాయకులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ ఆమెకు కృత్స్ఫలాతలు తెలిపారు. ఈ కార్బూక్చమంలో అధ్యక్షులు సబ్బిని సమ్మయ్య,



పోలు కనక రాజు, నాయకులు పోలు శివ, గుండా రాజు, మాజీ వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిషన్ టైర్స్ న్యూ అజమ్ భాన్, పోతార వేణి క్రాంతి కుమార్, నరణ్ కిరణ్, అట్టెం రాజు ముదిరాజు సంఘం నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామస్నాయలో ఇన్నోవేషన్ ఆవిష్కరణను ప్రోత్సహించాలి

జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ గొత్తం రెడ్డి
జిగెత్తాలు , పుభు తెలంగాణ : ఇంటింటా ఇన్వోవేటర్ వేదికగా
నూతన ఆలోచనలకు ఆపోసినం పలుకుతూ, గ్రామస్థాయిల్
ఇన్వోవేషన్ ఆప్సర్చణ ను ప్రోత్సహించాలని జిల్లా అదనపు
కలెక్టర్ గొత్తమ్ కుమార్ అన్నారు. శుక్రవారం జిల్లా
కార్యాలయంలో ఇన్వోవేషన్ కార్బూక్యుమంపై గ్రామ పంచాయతీ
కార్బూద్ధులకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా
జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ అన్ని గ్రామాలలో
గ్రామసభలు నిర్వహించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని
తెలిపారు. ఇన్వోవేషన్ కార్బూక్యుమంలో భాగంగా సమస్యలకు
పరిపూరం,(ఇన్వోవేషన్) కొత్త పరికరాలు, యంత్రాలు, కొత్త
సమూహానా విధానాలు తయారుచేసి వాటి ఆవిష్కర్లు తమ
పేరు, ఆవిష్కరణ పేరు, స్టోన్ నెంబరు ఆవిష్కరణ వివరాలను
100 పదాలతో రాసి, ఆవిష్కరణ భోటోలు సాలుగు,
ఆవిష్కరణ వీడియో రెండు నిమిషాలు 9100678543
వాటావ్ నంబర్ కు పంపాలని తెలిపారు. ఆగస్టు 9, 2024



స్వచ్ఛదనం-పచ్చదనం పక్షందీగా నిర్వహించాలి
వనమహాత్మవంలో నిర్భేశించిన కార్యక్రమాలను పూర్తి చేయాలి
మునిషపల్ కౌర్ పర్సన్ అడువాల జ్యేష్ఠ -లక్ష్మిం



జగిత్తాల, పుభ తెలంగాణ : తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపడ్డిన స్వపుదనం-పచ్చదనం కార్బూక్యూమం పకడ్చుందిగా నిర్వహించాలని జగిత్తాల మునిపల్ కైరో పర్సన్ అదువాల జ్యోతి -లడ్జుట్ అన్నారు. శుక్రవారం స్టానిక మునిపల్ కార్బూలయంలో చైర్పర్సన్ మునిపల్, మునిపల్ కమిషనర్ సమ్మయ్య తోకలసి మెప్పా డికస, ఏకస, ఆర్పిలత్ ముఖ్య సమావేశం నిర్వహించారు.. ఈ సందర్భంగా మునిపల్ చైర్పర్సన్ జ్యోతి మాట్లాడుతూప్రభుత్వం ఈనెల 5 నుంచి 9వ తేది వరకు ఐదురోజులపాటు నిర్వహించతలపైటిన స్వపుదనం-పచ్చదనం కార్బూక్యూమాన్ని విజయవంతం చేయాలని సూచించారు. స్వపుదనం- పచ్చదనం కార్బూక్యూమా న్ని సమర్థవంతంగా నిర్వహించేలా అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. ఈ నెల 5 నుంచి జగిత్తాల మునిపల్ పరిధిలోని ఆన్ని వార్డుల్లో కార్బూక్యూమాన్ని ప్రొరంథించాలన్నారు. 6న తాగు నీటిసరఫరా ఇంకుడు గుంతల నిర్మాణం, 7న మురుగుకాలువలు నీటినిలువ ప్రాంతాలను శుభ్రంచేసి గుంతలనుపూర్చుడం, 8న సీజన్ల వ్యాఘల నియంత్రణపై అవాగాహన, వీధికుక్కల దాడుల నివా రథచేపట్టడం, 9న డైడ్, ప్రభుత్వ కార్బూలయాల శుభ్రం చేయడంపంటి కార్బూక్యూమాలను నిర్వహించాలన్నారు. ఇందుకోసం ప్రత్యేకబ్యంచాలను నియమించి క్లైటస్టాయలో కార్బూక్యూమాలు అమలు జరిగేలా పర్యవేక్షించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. వనమహోత్సవంలో భాగంగా నిర్దేశించిన కార్బూక్యూమాలను పూర్తి చేయాలన్నారు. ఈ కార్బూక్యూమంలో మునిపల్ కమిషనర్ సమ్మయ్య డికస యాదగిరి, ఏవ శ్రీనివాస్ గాడ్, డీఎంసీ సునీత, టీఎంసీ రజిత, మునిపల్ సిబ్బంది, ఆర్పిలు పాల్గొన్నారు.

**ఓసిపి మట్టితోనే కుంగిపోతున్న బొగ్గు బావులు
పొచ్చఎందెన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రియాజ్ అహ్మాద్**



కమాన్ పూర్ కుభ తెలంగాణ : ఓసిపి మట్టి కవ్పలు గనులపై వేయడం వల్లనే బొగ్గులు కుంగి ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయని పోచ్చిఎవన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రియాస్ట్ అప్పాద్ అన్నారు. జీడికే 2 ఇంక్లిన్ లో గేటుమిటీంగ్ జిరిగింది. హెచ్ ఎం ఎవ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రియాస్ట్ అప్పాద్ , సింగరేచి విభాగం అధ్యక్షులు జక్కుల నారాయణ పాల్గొన్నారు. ఈ కార్బూకుమం లో రియాస్ట్ అప్పాద్ మాట్లాడుతూ జీడికే. 2 ఇంక్లిన్ గనిలో ప్రమాదాలు జరగడానికి ప్రధాన కారణం జీడికే నెంబర్ 5 0 ఓసిపి ఓచి మట్టిని జీడికే 2లు 20 గనులపై పోయి టం వలన భామి కుంగిపోయి ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయి. ఈ గనులు మూసివేయాలని మేనేజ్యూట్ ప్రయత్నిస్తా డిడిఎవన్ ద్వారా ఇమి మూసివేయాలని చెప్పించడం జరుగుతుంది. మేనేజ్యూట్ డిడిఎవన్ ఒక్కటి మూసివేతకు ప్రయత్నిస్తున్నాయి. ఈ బాయిలను సాక్షీ మైన్ గా మారిస్తే ఏడు నుంచి పదివేల వరకు కార్బూకులు పనిచేయటకు అవకాశం కలుగుతుంది. ఈ దంప్ యార్డ్ ను వేరే చోటికి మార్చాలని పోచ్చిఎవన్ డిమాండ్ చేస్తుంది. నాడు జరిగిన ప్రమాదంలో ముగ్గురు కార్బూకులు తీప్రంగా గాయపడిన దానికి కారణమైన అందర్ మేనేజర్ ను సస్పంచ్యేయలేదని కనీసం అతన్ని త్రాన్స్ఫర్ కూడా చేయలేదని కార్బూకులు వాపోతున్నారు. రేపు చేసిన వాడికి మర్దర్లు చేసిన వారికి శిక్క లు ఉంటాయి గాని సింగరేచిలో ఎంత మందిని కార్బూకులకు చంపితే మేనేజ్యూట్ అంత ఎక్కువ ప్రమాపసు ఇస్తారు, వారు దొరల లెక్కనే తిరుగుతారు.కానీ కార్బూకుడు చిన్న తప్పు చేసే చాజ్ పీట్, నస్పండ్ చే స్తారు మరియు అధికారులకు ఎందుకు శిక్కలు వేసేలేరని కార్బూకులు త్రిమిస్తున్నారు దీనికి వెంటనే మేనేజ్యూట్ స్పందించకుండాట్లయితే కార్బూకులు పోరాటం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని తెలియ చేస్తున్నారు. జీడికే. 2 ఇంక్లిన్ నుండి జీడికే 5 ఇంక్లిన్ ఓ సి పి కి కార్బూకులను త్రాన్స్ఫర్ చేసే సీనియార్డ్ ప్రకారం చేయాలని పోచ్చిఎవన్ డిమాండ్ చేస్తుంది. 3. సింగరేచిలో రాజకీయ జోక్కుం పెరిగిపోయిందని సింగరేచి ఒక ప్రతిపత్తి కలిగిన సంస్థకేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వంల యొక్క పెట్టుబడులు మాత్రమే ఉంటాయి కానీ పరిపాలన మొత్తం చైర్మన్ ఒ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్, బోర్డ్ ఆఫ్ డైరెక్టర్ మాత్రమే నపుపుతారు. ఎమ్ముల్చైర్ ఎంపీలకు ఎటువంటి సంబంధం లేదు. వని స్థలాలు,గాలి,నీరు ఏర్పాటు చేయవలసిన బాధ్యత మేనేజ్యూట్ దేనని రియాస్ట్ అప్పాద్ మేనేజ్యూట్లు పోచురించారు. సేష్టీ వర్షాలు సుక్రంగా మాడాలన్నారు. ఈ కార్బూకుమంలో ఆర్.జి.ఎ.వైన్ ప్రైసిడెంట్ ఖయ్యాం, ఆర్.జి. ఎ ప్రధాన కార్బూకుమంలో కొమురయ్య,జీడికే. 2 పిట్ సెక్రటరీ రామచంద్ర రెడ్డి, ఓవర్ మాన్ ప్రణథ్, జీడికే. 11 ఏ పిట్ సెక్రటరీ కుమారస్వామి పాల్గొన్నారు.

మాదిగల ఉనికిని చాటేన సుప్రిం కొర్చు తీర్పు
— ఎంతోద్దుల్ని విశ్వాసించి విషాటులు ఎందించి వారుపులు

- అంబద్వార విగ్రహసిక నివాళులు అర్పించిన నాయకులు పెత్తపటి . శుభ తేలందాణ : మాదిరుల ఉనికిని



లు అప్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సుప్రీమ్ కోర్టు ధర్మాస్థనానికి యావత్తు మాదిగ జాతి తరువున కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నారని అన్నారు. మాదిగలకు ఏ రాజీయపార్టీ చేయలేని వని సుప్రీం కోర్టు చేసిందన్నారు. ముఖ్య యేండ్ర కల సాకారం ఆయన వేళ, సుదీరంగా జరిగిన వర్గీకరణ సామాజిక ఉద్యమాలతో ఒక పక్క కృష్ణ మాదిగ కృష్ణ పట్టుటల మరోపక్క ఓమ్ముడి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర శాసనసభలో వర్గీకరణకు మద్దతు గా మాజీ మంత్రి వర్ములు మోత్తుప్రభ్యాసి నర్సింహాలు చూపిన తెగవ గొప్పవన్నారు. ఇవన్నీ ఒక ఎక్కుతే హర్షాన్, పంజాబు రాష్ట్రాలు ఎస్సి ఎఫ్సి వర్గీకరణ కేసును నడిపించిన తీరు, చంద్ర బాబు నాయుడు ఓమ్ముడి ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్య మంత్రి గా ఎలిసిడి వర్గీకరణకు చేయడం ఇవన్నీ కూడా ఈ రోజుల్లో సుప్రీం కోర్టు తీర్చు నకు దోహర పద్ధాయన్నారు. సుప్రీమ్ కోర్టు తీర్చు వల ఎన్నో సంవత్సరాలుగా ఆర్కింగా, సామాజికంగా, రాజకీయంగా, విద్య, ఉద్యోగ రంగాల్లో వెనకబడిన మాదిగ, మాదిగ ఉప కులాల ప్రజలు అభివృద్ధి బాటలో నడిచేందుకు ఈ తీర్చు దోహర పదుతుందన్నారు. అనెంబ్లీలో ముఖ్య మంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సుప్రీమ్ కోర్టు తీర్చును గౌరవిస్తూ మాదిగల పక్కాన మాట్లాడిన ప్రతి మాట కట్టబడి ఉండాలని వారికి మాదిగల పక్కాన కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నామని సురేందర్ మాదిగ అన్నారు.