

రంగరాజన్‌కు

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఫోన్

దాడి కేసులో ఆరుగురి అరెస్ట్

హైదరాబాద్, 10 ఫిబ్రవరి (క్రాంతిస్వామి): చిలుకూరి బాలాజీ ప్రధాన అర్థకులు రంగరాజన్ దాడి ఘటనపై తాజాగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డితో సహా పలువురు స్పందించారు. సీఎం స్వయంగా ఫోన్ చేసి రంగరాజన్‌ను పరామర్శించారు. ఈ ఘటన గురించి ఆరా తీసిన సీఎం, దాడి చేసిన వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని పోలీసు ఉన్నతాధికారులను ఆదేశించారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచనల మేరకు దేవదాయ శాఖ మంత్రి కొందా సురేఖ అర్థకులు రంగరాజన్‌ను పరామర్శించారు.

అనిల్ విజ్‌కు

పోకాజ్ నోటీసు



చండీగడ్: హర్యానా మంత్రి అనిల్ విజ్ పొరుగు రాష్ట్రంలో (స్వాధీన) ఎన్నికల ప్రచారంతో బీజేపీ తలమునకను కల్గి ఉన్న సమయంలో అనిల్ విజ్ బహిరంగ వ్యాఖ్యలు చేసినట్లు ఆ నోటీసులో బందోబిష్టం పెట్టినారు. మంత్రి వ్యాఖ్యలు పార్టీ ఇమేజ్‌కు, ఐక్యతకు దెబ్బతీసేలా ఉన్నాయని, ఈ వ్యాఖ్యలు ఎంతమాత్రం ఆమోదయోగ్యం కావని తెలిపారు. దీనిపై మూడు రోజుల్లోగా వివరణ ఇవ్వాలని మంత్రిని ఆదేశించారు.

తెలంగాణ స్థానిక ఎన్నికల

రిజర్వేషన్లు ఖరారు!

హైదరాబాద్, 10 ఫిబ్రవరి (క్రాంతిస్వామి): తెలంగాణ ప్రభుత్వం స్థానిక ఎన్నికల రిజర్వేషన్లకు సంబంధించిన రిపోర్టు ఖరారుచేసింది. 700 పేజీలతో కూడిన రిపోర్టును డిజిటల్ కమిషన్ చీఫ్ బూసాని వెంకటేశ్వర్లు సీఎస్ శాంతి కుమారికి అందించారు. ఈ నివేదిక ఆధారంగా గ్రామవార్డు నుంచి జడ్చెలై వరకు దాకా సెగ్మెంటేషన్ ద్వారా రిజర్వేషన్లు పంచాయితీ రాజ్ శాఖ అమలు చేయనుంది.

ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలపై

అనర్హత కేసు..

రీజనబుల్ టైమ్ అంటే మూడు నెలలే

సుప్రీం కోర్టు ఆగ్రహం

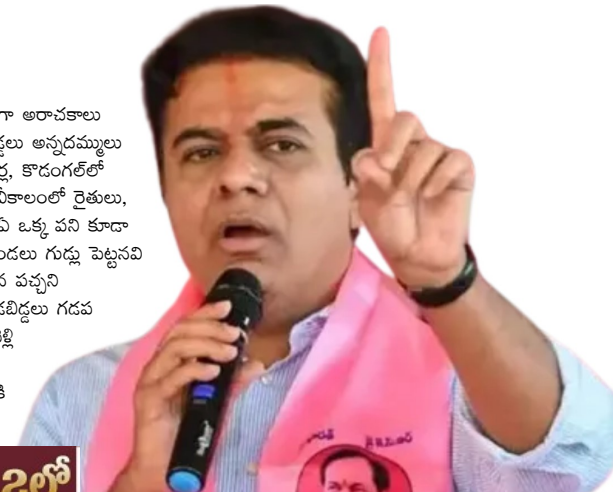


తెలంగాణలో పార్టీ ఫిరాయింపు నేతలపై బీఆర్ఎస్ పార్టీ దాఖలు చేసిన పిటిషన్‌పై సుప్రీం కోర్టులో సోమవారం (ఫిబ్రవరి 10న) విచారణ జరిగింది. బీఆర్ఎస్ పార్టీ తరపున పోటీ చేసే ఎమ్మెల్యేలుగా గెలిచి.. ఆ తరువాత కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన 10 మంది శాసనసభ్యులను అనర్హులుగా ప్రకటించాలని కోరుతూ.. బీఆర్ఎస్ వర్గింగ్ (ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్, ఎమ్మెల్యే పాడి కొరికే రెడ్డి సుప్రీంలో పిటిషన్ దాఖలు చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ పిటిషన్‌పై జస్టిస్ బీఆర్ గవాయి, జస్టిస్ వినోద్ చంద్రన్ ధర్మాసనం విచారణ చేపట్టింది. విచారణ సందర్భంగా ధర్మాసనం పలు కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది.

దుర్యోధనుడిలా

రేవంత్ అరాచకాలు

: కేటీఆర్



కొరవరాజు దుర్యోధనుడిలా సంవత్సర కాలంగా అరాచకాలు చేస్తున్న రేవంత్ రెడ్డికి ఎదురొడ్డి కొడంగల్ ఆడబిడ్డలు అన్నదమ్ములు పోరాడుతున్నారన్నారు. సంవత్సర కాలంగా లగచర్ల, కొడంగల్‌లో కురుక్షేత్ర యుద్ధం నడుస్తుందని.. 14 నెలల పదవీకాలంలో రైతులు, మహిళలు, వృద్ధులు, యువత కోసం రేవంత్‌రెడ్డి ఏ ఒక్క పని కూడా చేయలేదని మండిపడ్డారు. లగచర్ల భూములు తొందలు గుడ్డు పెట్టినవి అని రేవంత్ అబద్ధాలు చెప్పిందని.. ఎక్కడ చూసిన పచ్చని పంటపొలాలు ఉన్నాయని తెలిపారు. లంబాడి ఆడబిడ్డలు గడప దాటి బయటకు రారని.. అలాంటి వాళ్ళు ఢిల్లీకి వెళ్లి న్యాయం కోసం అడిగేంత దుర్మార్గంగా రేవంత్ వ్యవహరించాడని కేటీఆర్ ధ్వజమెత్తారు. ఎకరానికి రూ.70 లక్షలు విలువ చేసే భూములను రూ.10 లక్షలకే గుంజుకోవాలని చూశారని.. ఎదురు తిరిగిన రైతులపై అక్రమంగా కేసులు బనాయించారని మండిపడ్డారు.

పబ్లిక్ హాలిడే

ప్రకటించిన ఎల్జీ



సంత్ గురు రవిదాస్ జయంతి సందర్భంగా ఫిబ్రవరి 12వ తేదీని పబ్లిక్ హాలిడేగా ఢిల్లీ లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ వీత్ సత్నా సోమవారంనాడు ప్రకటించారు. గతంలో రవిదాస్ జయంతిని ఢిల్లీలో 'రిస్ట్రెయిన్డ్ హాలిడే'గా పాటించేవారు. ఆ ప్రకారం ఉద్యోగులు ఐచ్ఛికంగా పనిచేయడం కానీ, సెలవు తీసుకోవడం కానీ జరిగింది.

2008 డీఎస్సీ అభ్యర్థులకు గుడ్‌న్యూస్..

- 3 రోజుల్లోనే పోస్టింగ్..

- 1382 పోస్టులు భర్తీ..!



ఏళ్ల తరబడి నియామకాల కోసం ఎదురుచూస్తున్న 2008 డీఎస్సీ అభ్యర్థులకు ఎగిరిగంతేసే శుభవార్త వినిపించింది. మూడు రోజుల్లోనే నియామక ప్రక్రియ పూర్తి చేస్తామని పాఠశాల విద్యా కమిషన్ తెలిపింది. అయితే.. 2008 డీఎస్సీకి సంబంధించి 1382 పోస్టుల భర్తీ వ్యవహారంపై జస్టిస్ అభినంద్ కుమార్ షావలి, జస్టిస్ తిరుమల దేవితో కూడిన హైకోర్టు ధర్మాసనం సోమవారం (ఫిబ్రవరి 10న) రోజున విచారణ చేపట్టింది.

హైదరాబాద్‌లో

తగ్గిన భూగర్భ జలాలు..

ఈసారి నగరవాసులకు నీటి కష్టాలు తప్పవా..?



సమూర్త వచ్చిందంటే చాలు హైదరాబాద్ నగరవాసులను నీటి కష్టాలు వెంటాడుతాయి. భూగర్భ జలాలు అడుగంటి పోతుండటంతో ప్రతి ఏడాది ఇదే పరిస్థితి ఉంటుంది. ఆసారి కూడా సమూర్తలో నీటి కష్టాలు తప్పేలా లేవు. గ్రేటర్ హైదరాబాద్ పరిధిలోని అత్యధిక ప్రాంతాల్లో గత ఏడాదికంటే భూగర్భ జలాలు గణనీయంగా తగ్గాయి.

ఇందిరమ్మ ఇండ్లకు

ఉచిత ఇసుక..

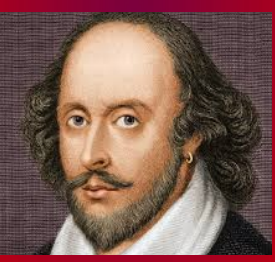
సీఎం రేవంత్ కీలక నిర్ణయం



తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఇందిరమ్మ ఇండ్లకు ఉచిత ఇసుకను అందించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం అధికారులను ఆదేశించారు. సామాన్య వినియోగదారులకు తక్కువ ధరకు ఇసుక లభించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అలాగే పెండింగ్ బిల్లులను వెంటనే చెల్లించాలని అధికారులను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. జిల్లాలవారీగా కలెక్టర్లు, ఎస్పీలకు బాధ్యతలు అప్పగించాలని ఆదేశించారు.

నేటిమాట

మనిషి కొంతకాలం పాటు కాలాన్ని వృథా చేస్తే, ఆ తర్వాత అంతవరకూ వృథా అయిన కాలమే ఆ మనిషి జీవితాన్ని అన్ని విధాలుగా నష్టపరుస్తుంది.



- షేక్స్పియర్

చిలుకూరు బాలాజీ ఆలయ అర్చకుడిపై దాడి..

వీడియోలున్నా ప్రభుత్వం ఏం చేస్తోంది?

: కేటీఆర్



హైదరాబాద్ శివారు చిలుకూరు బాలాజీ ఆలయ అర్చకుడు సీఎస్ రంగరాజన్‌పై దాడి జరిగిన విషయం తెలిసిందే. మూడ్రోజుల క్రితం దాడి జరగగా.. ఈ ఘటన అలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. దాడి విషయంపై రంగరాజన్ మొయినాబాద్ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయటంతో విషయం వెలుగులోకి వచ్చింది. ఈ దాడిపై బీఆర్ఎస్ వర్గింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ స్పందించారు. దాడి జరిగి రెండ్రోజులవుతన్నా ప్రభుత్వం స్పందించకపోవడం దారుణమన్నారు.

రంగరాజన్‌కు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఫోన్ - దాడి కేసులో ఆరుగురి అరెస్ట్

ఒకటి రెండు రోజుల్లో అందల్ని అరెస్టు చేస్తాం

ఈ ఘటనలో ఉన్న 26 మందిలో ఐదుగురిని రిమాండ్‌కి పంపినట్లు మంత్రి కొండా సురేఖ తెలిపారు. ఒకటి రెండు రోజుల్లో అందరిని అరెస్టు చేస్తామని, సీఎం ఆదేశాలతో ఇక్కడికి వచ్చి రంగరాజన్‌కి డైరెక్టు చెప్పినట్లు ఆమె స్పష్టం చేశారు. ప్రభుత్వం తరఫున అర్హులు రంగరాజన్‌కి అన్నివిధాలా అండగా ఉంటామని, దాడులు చేసిన వారిపై ప్రభుత్వం కఠిన చర్యలు తీసుకుంటుందని తెలిపారు.

ప్రధాన నిందితుడు సహా ఆరుగురి అరెస్ట్

రంగరాజన్‌పై దాడి కేసులో ఇప్పటి వరకు ఆరుగురుని అరెస్ట్ చేసినట్లు రాజేంద్రనగర్ డీసీపీ సీహెచ్ శ్రీనివాస్ తెలిపారు. ప్రధాన నిందితుడు వీరరాఘవరెడ్డి సహా మిగతా ఐదుగురుని ఆదుపులోకి తీసుకున్నట్లు వెల్లడించారు. వీర రాఘవరెడ్డి మహిళాకాండలో ఉంటున్నట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. వీరరాఘవరెడ్డి స్వస్థం తూర్పు గోదావరి జిల్లా అనపర్తి మండలంలోని కొప్పవరం.

ఈ కేసులో అరెస్ట్ చేసిన ఆరుగురిని రిమాండ్‌కు పంపామని డీసీపీ తెలిపారు. నిందితులు ఖమ్మం, నిజామాబాద్‌కు చెందిన వారన్నారు. 2022లో వీరరాఘవరెడ్డి రామరాజ్యంను ప్రారంభించి, సామాజిక మార్గమార్గ పోస్టులు పెడుతూ ప్రచారం చేస్తున్నారు. రామరాజ్యంలో చేరితే రూ. 20వేలు జీతం ఇస్తామని చెప్పాడని డీసీపీ వివరించారు.

సెప్టెంబర్ 1 నుంచి డిసెంబర్ 31 వరకు రామరాజ్యంలో చేరేవారికి 20 వేల జీతం ఇస్తానని వీర రాఘవరెడ్డి ప్రచారం చేశాడని తెలిపారు. ఈ ప్రచారానికి స్పందించిన సుమారు 25 మంది ఏపీలోని తణుకులో అతన్ని కలిశారని, అక్కడ నాలుగు రోజులు ఉన్న అనంతరం కోటప్ప కొండకు వెళ్లినట్లు చెప్పారు. అక్కడ ఒక్కొక్కరికి రూ.2 వేలు ఇచ్చి యూనిఫామ్ కట్టించుకోమని వీరరాఘవ్ రెడ్డి వారితో చెప్పినట్లు వివరించారు. యూనిఫామ్ సిద్ధమయ్యాక ఈనెల 6న హైదరాబాద్‌లోని యాప్రాల్‌లో ఓ ఇంట్లో అందరూ కలిసి రామరాజ్యం బ్యానర్‌తో ఫోటోలు వీడియోలు తీసుకుని సామాజిక మార్గమార్గ పోస్టు చేశారని తెలిపారు.

ఈ నెల 7న వీరంతా కలిసి మూడు వాహనాల్లో చిలుకూరుకు నల్ల దుస్తుల్లో వచ్చారని, రామరాజ్యంలో సభ్యుల్ని చేర్చించి తమకు ఆర్థికంగా సాయం చేయాలని రంగరాజన్‌ను డిమాండ్ చేయగా, ఆయన డిమాండ్లకు అంగీకరించలేదని, అందుకే దాడి చేసినట్లు డీసీపీ తెలిపారు.

ఖండించిన కేంద్రమంత్రి కిషన్‌రెడ్డి

మరోవైపు చిలుకూరి జాలాజీ ఆలయ పూజారిపై జరిగిన దాడిని కేంద్రమంత్రి కిషన్‌రెడ్డి ఖండించారు. అర్చక పృథ్విలో ఉన్న వ్యక్తిపై దాడి అమానుషమన్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ఇలాంటి దాడులకు స్థానం లేదని కిషన్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. సమాజంలోని ప్రతి ఒక్కరూ ఈ దాడిని తీవ్రంగా ఖండించాలన్నారు. బాధ్యులపై కఠినమైన చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. భవిష్యత్తులో ఇటువంటి సంఘటనలు పునరావృతం కాకుండా కట్టడి చేయాలన్నారు.

దురదృష్టకరమన్న పవన్ కల్యాణ్

అర్హులు రంగరాజన్‌పై దాడి జరిగిందని తెలిసి తీవ్ర ఆవేదనకు లోనైనట్లు పవన్ కల్యాణ్ తెలిపారు. ఈ ఘటనను దురదృష్టకరమన్న పవన్ ఈ చర్యను ఖండించారు. ఈ దాడిని ఒక వ్యక్తిపై జరిగింది కాకుండా ధర్మ పరిరక్షణపై జరిగిన దాడిగా భావించాలన్నారు.

వ్యక్తిపై దాడిగా చూడొద్దు

ఇది రంగరాజన్‌పై వ్యక్తిగతంగా జరిగిన దాడిగా చూడకూడదని, అర్చక, దేవాలయ వ్యవస్థలు, మొత్తం హిందూ సమాజంపై దాడిగా చూడాలని పేర్కొంది. ధర్మం ముసుగులో సార్వభౌమిత్వంగా వ్యవహరించేవారు చేసిన పనంటూ, ఇటువంటి సంఘ విద్రోహాల్ని పట్టుకొని చట్ట ప్రకారం విచారించాల్సిందే అని తెలిపింది.

ఇందిరమ్మ ఇండ్లకు ఉచిత ఇసుక..

సీఎం రేవంత్ కీలక నిర్ణయం

హైదరాబాద్ పరిసరాల్లో ఇసుక అక్రమ రవాణాకు అడ్డుకట్ట వేసే బాధ్యత హైద్రాబాద్ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అప్పగించారు. ఇసుక అక్రమ రవాణాపై విజిలెన్స్, ఎన్ఫోర్స్‌మెంట్ నిఘా ఏర్పాటు చేయాలని ఉన్నత అధికారులకు సూచించారు. ప్రతి ఇసుక రీస్ ల వద్ద 360 డిగ్రీల కెమెరాలు, సోలార్ లైట్స్ ఏర్పాటు చేయాలని చెప్పారు. ఇసుక స్టాక్ యార్డుల వద్ద కట్టుబట్టుమైన ఫెన్సింగ్ తో పాటు ఎంట్రీ, ఎగ్జిట్ లు ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. రవాణాకు సంబంధించి రిజిస్టర్డ్ లారీలను ఎంప్లాయ్ చేసేలా చర్యలు చేపట్టాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

ఇసుక బుక్ చేసిన 48 గంటల్లోగా వినియోగదారుడికి చేరేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఉన్నత అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రాంతాల వారీగా సమీప ఇసుక రీస్ ల నుంచి వినియోగదారుడికి ఇసుక చేరేలా నిర్ణయం ఉండాలని పేర్కొన్నారు. వినియోగదారుల సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక పోర్టల్ ఏర్పాటు చేయాలని తెలిపారు. సమస్య వచ్చిన వెంటనే పరిష్కారం జరిగేలా చూడాలని అన్నారు. నిర్ణీత ధరకు మాత్రమే ఇసుక అమ్మకాలు జరిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడించారు.

ఇసుక రవాణా చేసే వాహనాలకు ట్రాకింగ్ సిస్టమ్ ను ఏర్పాటు చేసి అక్రమ రవాణాను అడ్డుకట్ట చేయాలని అన్నారు. ఆన్ లైన్ బుకింగ్ విధానంలో పలు మార్పులను సీఎం ఉన్నత అధికారులకు సూచించారు. ఆఫీస్ టైమింగ్స్ లో బుకింగ్ చేసుకునేలా బుకింగ్ వేళల్లో మార్పు చేయాలని అని అన్నారు. అమెరికావణాశు సహకరించే అధికారులపై చేటు తప్పదున్నారు. అక్రమాల విషయంలో ఎంతవేలి వారు ఉన్నా.. ఎవ్వరిని అయినా ఉపక్షింపేదీ లేదని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. అవసరమైతే తానే స్వయంగా ఆకస్మిక తనిఖీలు చేస్తానన్న చెప్పారు. పారదర్శకంగా అక్రమాలకు తావులేకుండా పర్మినెంట్ ఉద్యోగులకు బాధ్యతలు అప్పగించాలని సీఎం తెలిపారు.

హైదరాబాద్‌లో తగ్గిన భూగర్భ జలాలు..

మొదటి పేజీ తరువాయి

గ్రేటర్ పరిధిలో అవుటర్ రింగ్ రోడ్డు వరకు 53 ప్రదేశాల్లో భూగర్భ జలాల వివరాలను తెలంగాణ ప్రభుత్వ భూగర్భజల వనరులశాఖ విశ్లేషించింది. ఈ విశ్లేషణలో గతేడాది జనవరి కంటే ఈ ఏడాది జనవరిలో భూగర్భ జల మట్టాలు 1.33 మీటర్లు తక్కువగా ఉన్నట్లు తేలింది.హైదరాబాద్ నగర వ్యాప్తంగా 53 ప్రాంతాల్లో విశ్లేషించగా.. 33 ప్రాంతాల్లో భూగర్భజలాలు తగ్గాయి. 2024 జనవరి కంటే జలాలు అడుగుంటిపోగా.. మరో 20 ప్రాంతాల్లో మెరుగ్గా ఉన్నట్లు వెల్లడించారు. జనవరి చివరి నాటికి నగరంలో నగలైన 9.46 మీటర్ల లోతున భూగర్భ జలాలు ఉన్నట్లు అధికారులు గుర్తించారు. శివారు ప్రాంతాల్లో మాత్రం భూగర్భ జలాలు పెరిగాయి. మొయి సీటీలో మాత్రం గణనీయంగా తగ్గాయి. 2024 డిసెంబరు, ఈ ఏడాది జనవరి చివరి నాటికి హైదరాబాద్ నగరంలో 0.58 మీటర్ల మేర భూగర్భ జలాలు తగ్గినట్లు గుర్తించారు. రికార్డు స్థాయిలో కూకట్‌పల్లి ప్రాంతంలో 25.9 మీటర్ల లోతుకు భూగర్భ జలాలు పడిపోయాయి. ఆ తర్వాత స్థానంలో 24.71 మీటర్ల లోతుతో మల్లాజిగిరి రెండో స్థానంలో ఉంది. 20.08 మీటర్లతో ఎస్సార్ నగర్ మూడో స్థానంలో ఉంది. ఈ ప్రాంతాలతో పాటుగా.. ఎర్రగడ్డ, యాప్రాల్, ఫతేనగర్, దూలపల్లి, శంభీపూర్, చెంగిచెర్ల, చాంద్రాయణగట్టు, మేడిపల్లి, హన్మంతపేట, గుండ్ల పోచంపల్లి, ఉప్పల్, పటాన్‌చెరు, రామచంద్రాపురం, మేడిపల్లి, జీడిమెట్ల, కుత్బుల్లాపూర్‌లో పదిమీటర్లు కంటే ఎక్కువ లోతున భూగర్భ జలాలు పడిపోయినట్లు తెలిపారు. ఫిబ్రవరి నెలలోనే ఇంత లోతున భూగర్భ జలాలు పడిపోయే అండ్.. ఎండలు ముదిరితే మరింత లోతుకు వెళ్తే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు అంటున్నారు. వీటిని బట్టి ఈ సారి నగరవాసులకు నీటి కష్టాలు తప్పేలా కనిపించటం లేదని చెబుతున్నారు.

తెలంగాణ స్థానిక ఎన్నికల రిజర్వేషన్లు ఖరారు! రాష్ట్రాన్ని ఓ యూనిట్‌గా..

మొదటి పేజీ తరువాయి

అయితే ఈ నివేదికను సీఎస్ శాంతకుమారి బీసీ సంక్షేమ శాఖకు పంపనున్నారు. కమిషన్ నివేదిక ఆధారంగా రిజర్వేషన్లను ఖరారు చేయనున్నారు. గ్రామం ఒక యూనిట్‌గా వార్డు సభ్యుల రిజర్వేషన్లను పరిగణలోకి తీసుకోనున్నారు. మండలం ఒక యూనిట్‌గా ఎంపీటీసీల రిజర్వేషన్లు వర్తిస్తాయి. జిల్లా ఒక యూనిట్‌గా జడ్పీటీసీల రిజర్వేషన్లు ఖరారు చేయనున్నారు. రాష్ట్రాన్ని ఓ యూనిట్‌గా తీసుకుని జడ్పీ చైర్మన్ రిజర్వేషన్ ను పంచాయితీరాజ్ శాఖ ఖరారు చేయనుంది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేయించిన సమగ్ర కుల గణనపై ఒకవైపు ప్రతిపక్షాలు, బీసీ కుల సంఘాలు ఆందోళన చేస్తున్న సమయంలోనే



2008 డిఎస్సీ అభ్యర్థులకు గుడ్‌న్యూస్..

అభ్యర్థులు ఏళ్ల తరబడి నియామకాల కోసం ఎదురు చూస్తున్నారు.. కోర్టు ఉత్తర్వులు ఇచ్చినా కూడా అమలు చేయరా అంటూ పాఠశాల విద్యార్థుల కమిషన్ నరసింహ రెడ్డిని హైకోర్టు ప్రశ్నించింది. మనుషులన్నప్పుడు చిన్నచిన్న తప్పులు జరుగుతుంటాయని.. కానీ వాటిని సరిదిద్దుకోవాల్సిన బాధ్యత ఉంటుందని ధర్మాసనం అభిప్రాయపడింది. కోర్టు దిక్కురణ కింద మీకు వ్యతిరేకంగా ఏదైనా వ్యాఖ్య రాస్తే ఉన్నత పదవుల్లో ఉన్న మీ భవిష్యత్తుకు ఇబ్బంది ఉంటుందని ధర్మాసనం హెచ్చరించింది.

ప్రభుత్వ న్యాయవాది వాదనలు వినిపిస్తూ.. డిఎస్సీ 2008కి సంబంధించి 1382 పోస్టులను కాంట్రాక్ట్ పద్ధతిలో భర్తీ చేసేందుకు ఎన్నికల కమిషన్ అనుమతి తీసుకున్నామని.. నియామకం చేపట్టే క్రమంలోనే ధర్మాసనం జోక్యం చేసుకుందని తెలిపారు. అయితే.. కోర్టు ఇచ్చిన ఉత్తర్వులు అమలు చేయాలని.. అలా కానీ పక్షంలో అధికారులు హాజరుకావాల్సి ఉంటుందని ఉత్తర్వులు ఇచ్చినట్లు ధర్మాసనం గుర్తుచేసింది. ఉత్తర్వులు అమలు చేయనప్పుడు ఉన్నతాధికారులు ఎందుకు హాజరుకాలేదని నిలదీసింది. నాన్ బెయిలుబల్ వారెంట్ జారీ చేస్తామని హెచ్చరించింది. దీంతో.. కాస్త సమయం ఇవ్వాలని ప్రభుత్వ న్యాయవాది కోరడంతో హైకోర్టు అనుమతించింది.

పాఠశాల విద్యార్థుల కమిషన్ నరసింహ రెడ్డి ధర్మాసనం ముందు హాజరై ఎన్నికల కమిషన్ అనుమతి మంజూరు చేసిందని.. నియామక ప్రక్రియ చేపట్టామని విన్నవించారు. మూడు రోజుల్లో నియమాక ప్రక్రియ పూర్తి చేస్తామని ధర్మాసనానికి స్పష్టం చేశారు. దీంతో.. ధర్మాసనం స్పందిస్తూ కోర్టు ఉత్తర్వులను గౌరవించాలని మరోసారి సూచించింది. ఏవేవో కారణాలతో నియమాకాలు జరగకపోవడంతో ఏళ్ల తరబడి వార్డు ఎదురుచూస్తున్నారంటూ ఉత్తర్వుల అమలు కోసం తదుపరి విచారణను ఈ నెల 17వ తేదీకి వాయిదా వేసింది.

ఇంతకూ ఏం జరిగిందంటే..?

2008లో 30 వేల ఎస్సీలో పోస్టుల భర్తీకి డిఎస్సీ నోటిఫికేషన్ జారీ అయ్యింది. అయితే.. ఇందులో డిఎడ్ అభ్యర్థులకు 30 శాతం రిజర్వేషన్ కల్పించడంతో అసలు విచారం మొదలైంది. 2008లో నోటిఫికేషన్ ప్రకారం డిఎడ్ అభ్యర్థులతో భర్తీ కాగా.. మిగిలిన 2367 పోస్టులకు అర్హత సాధించిన డిఎడ్ అభ్యర్థులను ఏపీలో లాగా కాంట్రాక్ట్ పద్ధతిని నియమించాలని హైకోర్టు గత ఏడాది ఫిబ్రవరిలో ఆదేశాలు జారీ చేసింది. 2367 మందికి గానూ 1382 మంది కాంట్రాక్ట్ పద్ధతిలో నియామకాలకు ఆసక్తి చూపినట్లు తెలిపారు. ఇక.. ఇదే సమయంలో ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల నియమావళి రావడంతో నియామక ప్రక్రియ పూర్తి చేసేందుకు కొంత గడువు కావాలని హైకోర్టును ప్రభుత్వం కోరింది. అయితే.. కోర్టు ఉత్తర్వుల అమలుకు ఎన్నికల నియమావళి అడ్డంకి కాదని వాటిని అమలు చేయాలిందేంటూ గత వారం తేల్చి చెప్పడంతో.. విచారణకు హాజరైన విద్యార్థుల కమిషన్ పోస్టులను భర్తీ చేస్తున్నట్లు స్పష్టం చేశారు.

అనిల్ విజ్ఞకు బీజేపీ పోకాజ్ నోటీసు

అనిల్ విజ్ ఏమన్నారు?

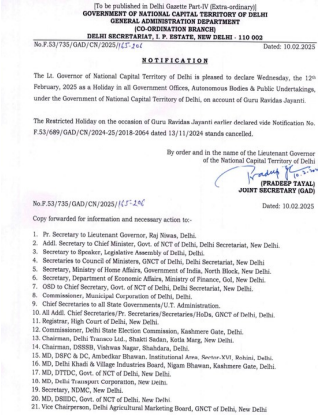
మొదటి పేజీ తరువాయి

ముఖ్యమంత్రి నయదీ సింగ్ సైన్ గత ఎన్నికల్లో తనను అంబాలా కంఠోన్మెంట్ సీటులో ఓడించేందుకు కుట్ర వన్నారని అనిల్ విజ్ ఇటీవల ఆరోపించారు. ఇండిమెండంట్ అభ్యర్థి చిత్ర సార్వరపై అనిల్ విజ్ 7 వేల ఆధిక్యంతో ఆ ఎన్నికల్లో గెలిచారు. దీంతో వరుసగా ఏడుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా గెలిచిన క్రిడెంటో అనిల్ విజ్ నిలబెట్టుకున్నారు. ఎన్నికల ప్రచారంలో ముఖ్యమంత్రి సన్నిహితుడికి చెందిన కొందరు కార్యకర్తలు చిత్ర సార్వరతో కనిపించారని, దీనిని బట్టి ముఖ్యమంత్రి సైన్ తనను ఓడించేందుకు ప్రయత్నించారనే విషయం స్పష్టమవుతుందని అన్నారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఫోటోలను కూడా అనిల్ విజ్ విడుదల చేశారు. హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో బీజేపీ గెలుపు అనంతరం కూడా అనిల్ విజ్ సీఎం పోస్టును క్లెయిమ్ చేసుకున్నారు. ఏడుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా ఎన్నికైన తనకు ముఖ్యమంత్రియ్యే అర్హత ఉందన్నారు.చిక్కుల్లో పడినట్లు కనిపిస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి నయదీ సింగ్ సైన్పై బహిరంగ వ్యాఖ్యలు చేసినందుకు వివరణ కోరుతూ ఆయనకు బీజేపీ షోకాజ్ నోటీసు ఇచ్చింది. హర్యానా బీజేపీ అధ్యక్షుడు మోహన్ లాల్ బదోలి ఈ నోటీసులు పంపారు.

పబ్లిక్ హాలిడే ప్రకటించిన ఎల్లీ

మొదటి పేజీ తరువాయి

కాగా, ఫిబ్రవరి 12వ తేదీని పబ్లిక్ హాలిడేగా లెక్కినెంట్ గవర్నర్ ప్రకటించడంతో ఢిల్లీలోని అన్ని ప్రభుత్వ కార్యాలయాలు, సంస్థలు ఆరోజు మాతవడతాయి. ఆధ్యాత్మిక ప్రార్థనాత్మక కలిగిన రోజుగా గురు రవిదాస్ అనుచరులు ఆయన జయంతిని ఏటా జరుపుతుంటారు. ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని వారణాసిలో 1377 సి ఈ ప్రాంతంలో జన్మించిన రవిదాస్ భక్తి ఉద్యమానికి నాయకత్వం వహించారు. సార్వభౌగా, కవిగా పలు సామాజిక సంస్కరణలు చేపట్టారు. కుల, లింగ ఆధారిత సామాజిక అడ్డంకులు తొలగించేందుకు పాటుపడ్డారు. రవిదాస్ భక్తి శ్లోకాలు నిక్కుల పవిత్ర గ్రంథమైన గురుగ్రంథ్ సాహిత్‌లో కూడా కనిపిస్తాయి. మీరాబాయికి ఆధ్యాత్మిక గురువుగా కూడా ఆయనను చెబుతారు. గురు రవిదాస్ జయంతి సందర్భంగా ఆయన అనుచరులు హారతులు, నగర సంతోర్నలు జరుపుతారు. నదుల్లో పవిత్ర స్నానాలు ఆచరిస్తారు.



దుర్యోధనుడిలా రేవంత్ అరాచకాలు : కేటీఆర్

కొడంగల్ ఎమ్మెల్యే పదవికి సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి రాజీనామా చేయాలని బీఆర్‌ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ల కల్యాణకుంట్ల తారక రామారావు డిమాండ్ చేశారు. నారాయణపేట జిల్లా కోస్లో నిర్వహించిన బీఆర్‌ఎస్ రైతు నిరసన దీక్షలో కేటీఆర్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా లగచర్ల, రోటిబండతండా, హాకీమ్‌పేట్, పోలేపల్లి, పులిచెర్లకుంటతండా రైతులను కేటీఆర్ కలిశారు. అంతకు ముందు కొడంగల్ నియోజకవర్గం బొంరాన్‌పేట మండలం తున్నిమెట్ల వద్ద బీఆర్‌ఎస్ శ్రేణులు కేటీఆర్‌కు ఘన స్వాగతం పలికాయి. రైతు దీక్షల్లో కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ.. రేవంత్‌రెడ్డి సర్కారు తెలంగాణలోని 25శాతం రైతులకు రుణమాఫీ ఇంకా జరుగలేదన్నారు. బీఆర్‌ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో రూ.73వేల కోట్లు రైతుల ఖాతాల్లో జమ చేశామన్నారు. రైతుల సంక్షేమానికి బీఆర్‌ఎస్ ప్రభుత్వం ఎంతో కృషి చేసిందన్నారు.

ఉప ఎన్నిక వస్తే నరేందర్‌రెడ్డి విజయం ఖాయం

ప్రస్తుత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఒక్కొక్కరికి రూ.17,500 బాకీ ఉందన్నారు. ఈ మొత్తం త్వరలోనే చెల్లించేలా చూస్తామని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు. కొడంగల్‌లో ఉప ఎన్నిక వస్తే బీఆర్‌ఎస్ అభ్యర్థి నరేందర్‌రెడ్డి గెలుపు ఖాయమన్నారు. ఎన్నికలు ఎప్పుడు వచ్చినా విజయం తథ్యమని దీమా వ్యక్తం చేశారు. కొడంగల్‌లో ఉప ఎన్నిక వస్తే రేవంత్‌ను ఓడిద్దామని ప్రజలు చూస్తున్నారన్నారు. రేవంత్‌రెడ్డి కొడంగల్ ఎమ్మెల్యే పదవికి రాజీనామా చేయాలిందేనన్నారు. ఉప ఎన్నికలు వస్తే తాము ప్రచారం చేయబోమన్నారు. బీఆర్‌ఎస్ అభ్యర్థి పట్నం నరేందర్ రెడ్డికి 50వేల ఓట్ల మెజారిటీ తక్కువగా వచ్చినా, తాను రాజకీయ సన్మానం చేసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నానన్నారు. తాను రైతు నిరసన దీక్షకు వస్తున్నట్లుగా లేదని.. కొడంగల్‌లో ఉప ఎన్నిక వచ్చి రేవంత్ రెడ్డి ఓడిపోయి పట్నం నరేందర్ రెడ్డి గెలిచాక చేసే విజయోత్సవ ర్యాలీకి వచ్చినా అన్నట్లుగా ఉందన్నారు. రేవంత్‌కు దమ్ముంటే రాజీనామా చేసి ఉప ఎన్నికకు రావాలని సహా వినిశారు.

రాజీనామా చేస్తా..

రేవంత్‌రెడ్డి సర్కారు వందశాతం రుణమాఫీ ఏ గ్రామంలోనైనా జరిగిందని రుజువు చేస్తే తన పదవికి రాజీనామా చేస్తానన్నారు. అనుమల అన్నదమ్ముల కోసం, అలానీ కోసం, అల్లుడి కోసమే కొడంగల్ నియోజకవర్గంలో సంపత్కరం నుంచి కురుక్షేత్ర యుద్ధాన్ని తలపించేలా రేవంత్ అరాచకాలు చేస్తున్నాడని మండిపడ్డారు. తన మనుషుల కోసం కోట్ల విలువైన భూములను దోచిపెట్టేందుకే లగచర్ల రైతులపై అక్రమ కేసులు బనాయించారన్నారు. అల్లుడికి కట్టం కింద ఇవ్వడానికే లగచర్ల భూములకు రేవంత్ సూదీ పెట్టిందడని విమర్శించారు.

శివంగిలా ఢిల్లీలో జ్యోతి లడాయి..

కొడంగల్ రైతుల కోసం పట్నం నరేందర్ రెడ్డి జైలుకు వెళ్లిందని.. అధ్యరాత్రి పోలీసులను ఊరు మీదికి పంపి లంబాడీ ఆడబిడ్డలను రేవంత్ రెడ్డి అవహనించాడన్నారు. లగచర్ల జ్యోతి శివంగిలాగా ఢిల్లీలో లడాయి చేసిందని.. బంజారా ఆడబిడ్డల పోరాటంతోనే లగచర్ల రైతులకు న్యాయం జరిగిందన్నారు. ఎన్నికలు ఎప్పుడొచ్చినా కాంగ్రెస్ పార్టీని బొంద పెట్టాలని తెలంగాణ సమాజం ఎదురు చూస్తుందన్నారు. ఆర్డీ మారి గుడ్ల దెబ్బలాగా రేవంత్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి అయ్యిందని.. రేవంత్‌ది రేవం లేని బతుకని.. లంకెబిందెలు ఉన్నాయి అనుకొని అడ్డమైన హామీలు ఇచ్చానని చెప్పుకుంటున్నాడని విమర్శలు చేశారు. ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన ఏ హామీని అమలు చేయలేదని మండిపడ్డారు. ఎకరానికి రూ.15 వేల సాయం చేస్తామని హామీ ఇచ్చి రూ.12 వేలు ఇస్తామంటున్నందుకు రేవంత్‌రెడ్డిపై చీటింగ్ కేసు పెట్టాలన్నారు.

రూ.5లక్షల పరిహారం ఇస్తాం..

రుణమాఫీపై తాను గతంలోనే ఇలాంటి చేశానని.. ఇప్పుడు కొడంగల్ గడ్డపై నుంచి సహాల్ చేస్తున్నారన్నారు. కలకత్తరై పక్షనే వెల్లడందలో ఉన్న రేవంత్ సొంత భూముల్లో ఫార్మా కంపెనీలు పెట్టాలని డిమాండ్ చేశారు. అలా చేస్తే ప్రభుత్వం ఇచ్చే స్వప్నపరిహారానికి తోడు బీఆర్‌ఎస్ ఒక్కో ఎకరానికి రూ.5లక్షల చొప్పున పరిహారం కలిపి ఇస్తుందన్నారు. తెలంగాణ నీ తాత జాగీర్ కాదని.. కేసీఆర్ ఉన్నంత కాంం ప్రజలకు అన్యాయం చేయాలని చూస్తే వాళ్ల పక్షాన కొట్టాడుతామన్నారు. దామరగిద్ద తండా రైతుల కోసం కూడా పోరాడుతామని.. రూ.4,350 కోట్లతో కొడంగల్‌కు నీళ్లు తెస్తానని చెప్పుకుంటున్నాడని.. ఆ ప్రాజెక్టు కాంట్రాక్టర్లు, కావాల్సిన మనుషులకు కమిషన్ ఇవ్వడానికి తప్ప కొడంగల్ ప్రజల కోసం ఏమాత్రం కాదన్నారు.

ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలపై అనర్హత కేసు..

రీజనబుల్ టైమ్ అంటే మూడు నెలలే

సుప్రీం కోర్టు ఆగ్రహం

మొదటి పేజీ తరువాయి

పార్లమెంటరీ ప్రక్రియను ప్రక్షేపనకు గురి చేయొద్దని.. ప్రజాస్వామ్యంలో పార్టీలకు హక్కులు ఉంటాయని సుప్రీం కోర్టు ధర్మాసనం వ్యాఖ్యానించింది. ఎమ్మెల్యేలు పార్టీలు మారి 10 నెలలు అయిందని గుర్తు చేసిన సుప్రీం కోర్టు.. ఇది రీజనబుల్ టైం కాదా అంటూ ఎమ్మెల్యేల తరపు లాయర్‌ను ధర్మాసనం ప్రశ్నించింది. తనకు వాదనలు వినిపించేందుకు రెండు మూడు రోజుల సమయం కావాలని ఎమ్మెల్యేల తరపున వాదించిన సీనియర్ న్యాయవాది ముకుల్ రోహిణి ఆడిగారు.

ఇదిలా ఉంటే.. సుప్రీంకోర్టు ఇచ్చిన గత తీర్పులను కోట్ చేస్తూ.. రీజనబుల్ టైమ్ అంటే మూడు నెలలు మాత్రమేనని.. ఇప్పుడు ఏకంగా 10 నెలలు గడిచిపోయాయని బీఆర్‌ఎస్ తరపు న్యాయవాది వాదించారు. రీజనబుల్ టైమ్ అంటే ఎంత సమయం కావాలో చెప్పండంటూ ధర్మాసనం ముకుల్ రోహిణిని ధర్మాసనం ప్రశ్నించింది. ఎమ్మెల్యేలపై చర్యలకు స్పీకర్‌ను అడిగి నిర్ణయం చెప్పతామని ముకుల్ రోహిణి తెలిపారు. ఇరు పక్షాల వాదనలు విన్న కోర్టు.. ఈ పిటిషన్‌పై విచారణను ఫిబ్రవరి 18కి వాయిదా వేసింది.

బీఆర్‌ఎస్ పార్టీలో గెలిచిన కదియం శ్రీహరి, దానం నాగేందర్, తెల్లం వెంకట్రావు, గుండం పహిపాల్ రెడ్డి, కాలి యాదవ్లు, బండ్ల కృష్ణమోహన్ రెడ్డి, ప్రకాష్ గౌడ్, దాక్షర్ సంజయ్ కుమార్, ఆదిత్యూడి గాంధీ, పోచారం శ్రీనివాస్ రెడ్డి కాంగ్రెస్ కందువా కప్పుకున్న సంగతి తెలిసిందే. కాగా.. ఇప్పటికే ఈ పది మంది ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేల విషయంలో స్పీకర్‌పై రోహిణిజుకు ఒత్తిడి పెరుగుతోందని.. సుప్రీంకోర్టు జోక్యంతో వారిపై అనర్హత వేటు పడతే.. తెలంగాణలో ఉపఎన్నికలు వస్తాయని అంచనాలు వేస్తున్నారు.

చిలుకూరు బాలాజీ ఆలయ అర్చకుడిపై దాడి..

వీడియోలున్నా ప్రభుత్వం ఏం చేస్తోంది?: కేటీఆర్

రామరాజ్యం పేరుతో దాడి..

మొదటి పేజీ తరువాయి

మిత్రవారం ఉదయం ఇక్ష్వాకు వంశం వారసులుగా చెప్పుకొంటున్న రామరాజ్యం కోసం ఏర్పాటే తమ లక్ష్యమంటూ వీర రాఘవరెడ్డి ఓ ప్రైవేటు సైన్యాన్ని ఏర్పాటు చేసుకున్నాడు. చిలుకూరు ఆలయ పరిధిలో ఉన్న రంగరాజన్‌ను వారు కలిసి మాట్లాడారు. రామరాజ్య స్థాపనకు సహకరించాలని వీరరాఘవరెడ్డి ప్రతిపాదించారు. అందుకు రంగరాజ్య తిరస్కరించడంతో అక్కడ వాగ్వాదం చోటుచేసుకుంది. వీరరాఘవరెడ్డితో పాటు వచ్చినవారు ఆయనపై దాడి చేశారు. ఈ దాడిలో రంగరాజన్ తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. ఆయన కన్నుకు గాయమైంది.

అర్చకుడు రంగరాజన్‌పై దాడి.. ప్రభుత్వ వైఫల్యమే: మంత్రి కేటీఆర్ దాడి ఘటన అనంతరం వీరరాఘవరెడ్డి సోషల్ మీడియాలో ఈ విషయాన్ని పోస్టుచేశారు. అనంతరం రంగరాజన్ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. కేసు నమోదు చేసుకున్న మొయినాబాద్ పోలీసులు.. వీరరాఘవరెడ్డిని ఆదుపులోకి తీసుకున్నారు. దాడి ఘటనపై పలువులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. దాడిని అంద్రప్రదేశ్ అర్చక సమాఖ్య కూడా ఖండించింది. బాధ్యులపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేసింది. ఈ మేరకు అర్చక సమాఖ్య అధ్యక్షుడు అగ్నిమోక్షాత్రం ఆత్రేయబాబు ప్రకటన విడుదల చేశారు.

ఆరోగ్య క్రాంతి

epaper.krtvnews.com



కీళ్ల నొప్పులకు దివ్యోషధం.. రోజూ ఒక స్పూన్ ఈ గింజలు తినండి

హెల్త్ న్యూస్, 10

ఫిబ్రవరి(క్రాంతిన్యూస్):జనపనారతో సంచులు కుడతారు. ఈ నారతో తాళ్లు, అల్లీకలు అల్లుతారని తెలుసు. కానీ జనప విత్తనాలు తినొచ్చని మనలో చాలామందికి తెలీదు. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయని ఆరోగ్యానికి నిపుణులు చెబుతున్నారు. జనప విత్తనాలు, శాస్త్రీయ నామం కార్బోరస్ ఒలిటోరియస్. పోషకాలతో నిండి ఉన్నాయి. వీటిని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల కలిగే లాభాలను చూద్దాం.. పోషకాలతో సమృద్ధి: జనప విత్తనాలలో ఫైబర్, ప్రోటీన్, విటమిన్లు (ఏ,సి,ఈ,కే), ఖనిజాలు (కాల్షియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం), యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది: జనప విత్తనాలలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి, ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడతాయి. శరీరాన్ని ఇన్ఫ్లేక్షన్ నుండి రక్షిస్తాయి. జీర్ణక్రియకు తోడ్పాటు: జనప విత్తనాలలో అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ ఉంటుంది, ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను నివారిస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది: జనప విత్తనాలలో ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉంటాయి, ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి సహాయపడతాయి, చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తాయి. ఎముకలను బలపరుస్తుంది: జనప విత్తనాలలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి ఖనిజాలు ఉంటాయి, ఇవి ఎముకలను బలపరుస్తాయి, బోలు ఎముకల వ్యాధిని నివారిస్తాయి. కీళ్లనొప్పుల నుంచి బయటపడొచ్చు. తరచూ వీటిని తీసుకోవడం

వల్ల ఉపసమనం పొందవచ్చు.

చర్మ ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది: జనప విత్తనాలలో విటమిన్ ఇ, యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి, ఇవి చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. వృద్ధాప్య సంకేతాలను



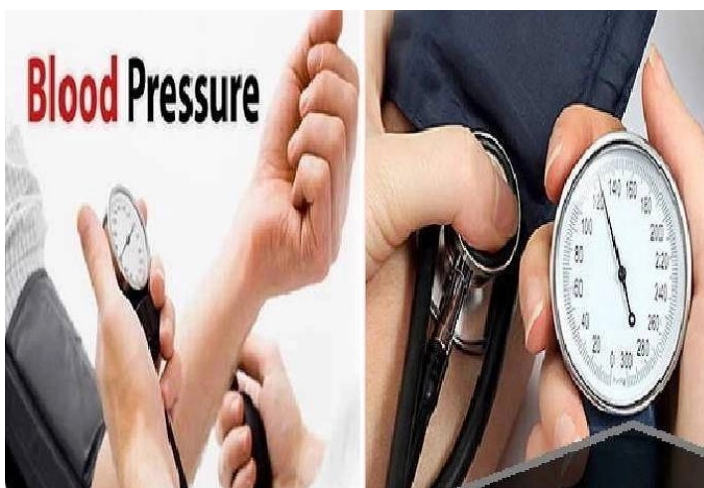
తగ్గిస్తాయి.

బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది: జనప విత్తనాలలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి, ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రిస్తుంది: జనప విత్తనాలలో ఫైబర్. మెగ్నీషియం ఉంటాయి, ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడానికి సహాయపడతాయి. డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. జనప విత్తనాలను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవడానికి అనేక మార్గాలు ఉన్నాయి. వాటిని సలాడ్లు, స్మూతీలు, పెరుగు లేదా ఓట్మీల్ తో కలుపుకోవచ్చు. వాటిని వేయించి స్నాక్స్ గా కూడా తినవచ్చు. జనప విత్తనాలు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి, కానీ వాటిని మితంగా తీసుకోవడం ముఖ్యం. అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల కొన్ని దుష్ప్రభావాలు కలుగుతాయి. గర్భిణీ స్త్రీలు, పాలిచ్చే తల్లులు జనప విత్తనాలను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

ఏ వేలు నొక్కితే రక్తపోటు తగ్గుతుంది?

హెల్త్ న్యూస్, 10

ఫిబ్రవరి(క్రాంతిన్యూస్):గుండె ఆరోగ్యానికి రక్తపోటును నియంత్రిణలో ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఇది ఆక్యుప్రెషర్ తో సాధ్యమవుతుంది. అది ఎలాగో తెలుసుకుందాము.



అక్యుప్రెషర్ అనేది ఒక ప్రత్యామ్నాయ వైద్య పద్ధతి. ఈ పద్ధతిలో శరీరంలోని ప్రత్యేక బిందువులపై ఒత్తిడిని వర్తింపజేయడం ద్వారా చికిత్స జరుగుతుంది. మధ్య వేలుపై తేలికగా నొక్కితే బిపిని నియంత్రించవచ్చని నమ్ముతారు. అక్యుప్రెషర్ పాయింట్లు నరాలను ఉత్తేజపరుస్తాయి, ఇది రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరిచి, ఒత్తిడిని కూడా తగ్గిస్తుంది. ఇందుకోసం ముందుగా హాయిగా కూర్చుని లోతైన శ్వాస తీసుకోండి. తర్వాత మధ్య వేలు కొనను 2-3 నిమిషాలు తేలికగా నొక్కండి. బిపిని నియంత్రించడానికి క్రమంతప్పకుండా వ్యాయామం, సరైన ఆహారం, ఒత్తిడి నిర్వహణ అవసరం.

మిక్సీలో పచ్చడి గ్రెండ్ చేస్తున్నారా?



హెల్త్ న్యూస్, 10 ఫిబ్రవరి(క్రాంతిన్యూస్):మనలో చాలా మందికి ఇడ్లీ, దోశ, వడ వంటి టిఫిన్స్ లోకే కాకుండా.. భోజనంలోకి వివిధ రకాల పచ్చళ్లను తినడం అలవాటు ఉంటుంది. అయితే మిక్సీ, వెట్ గ్రెండర్ వంటివి వచ్చాక.. చాలా మంది రోటిలో నూరుకోవడం మానేశారు. కానీ ఇలాంటి ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాల్లో రుబ్బుకున్న పచ్చళ్లలో కంటే రోట్లో నూరుకున్న పచ్చడిలోనే ఎక్కువ పోషకాలు, రుచి ఉంటాయని పోషకాహార నిపుణులు అంటున్నారు. మరి, మిక్సీలో చేసిన పచ్చడి కంటే రోట్లో రుబ్బుకున్న పచ్చడికి ఎందుకంత రుచి వస్తుంది? దీంతో మన ఆరోగ్యానికి చేకూరే ప్రయోజనాలేంటి? ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

వారానికి మూడుసార్లు! మనం పచ్చళ్లలో వాడే పదార్థాల వల్ల ఫైబర్, ఫైటోన్యూట్రియంట్స్ వంటి పోషకాలన్నీ శరీరానికి అందుతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. అందుకే వారానికి కనీసం మూడుసార్లు ఏదో ఒక పచ్చడిని ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు. పచ్చళ్లను భోజనంలో ముఖ్యంగా లంచ్ తో తీసుకోవడం వల్ల మధ్యాహ్నం తిన్నాక వచ్చే ఒక రకమైన నిద్ర మత్తు, అలసటకు దూరంగా ఉండచ్చని వెల్లడిస్తున్నారు.

మిక్సీ/గ్రెండర్ లో ఎందుకు వద్దు?! మనలో చాలామంది చట్నీ అనగానే మిక్సీ, వెట్ గ్రెండర్ లో రుబ్బుతుంటారు. ఇందులో వేస్తే త్వరగా పని పూర్తవడంతో పాటు ఎలాంటి అసౌకర్యం లేకుండా సులభంగా చట్నీ చేయచ్చని అనుకుంటారు. కానీ, నిజానికి ఇలా మిక్సీలో చట్నీ చేయడం వల్ల వాటిలోని పోషకాలన్నీ నశించిపోతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మనం పచ్చడి కోసం వాడే పదార్థాల్లో ఉండే కొన్ని సూక్ష్మ పోషకాలు వేడికి తట్టుకోలేవని.. కాబట్టి మిక్సీ/గ్రెండర్ లో పచ్చడి చేసే క్రమంలో ఉత్పత్తయ్యే వేడి వల్ల ఇవన్నీ నశించిపోతాయని అంటున్నారు. అదే రోట్లో రుబ్బుకునే పచ్చళ్ల కోసం పచ్చడి బండను ఉపయోగిస్తుంటారు. ఇది ఉష్ణ నిరోధకం కాబట్టి పచ్చడి చేసే క్రమంలో వేడి పుట్టకుండా అందులోని పోషకాలన్నీ అలాగే నిక్షిప్తమై ఉంటాయని వివరిస్తున్నారు. ఇలా రోట్లో చేసే పచ్చడి వల్ల ఆయా పదార్థాల్లోని సుగుణాలన్నీ మన శరీరానికి అంది.. చక్కటి రుచినీ ఆస్వాదించవచ్చని వెల్లడిస్తున్నారు. 2015లో Journal of Food Science and Technologyలో ప్రచురితమైన

“Effect of Processing on the Antioxidant Activity of Chutneys” అనే అధ్యయనంలో ఈ విషయం తేలింది. ఇందులో దాక్టర్లు రేఖ సింఘల్, దాక్టర్ పుష్ప, దాక్టర్ అపర్ణ పాల్గొన్నారు.

ప్రయోజనాలెన్నో!

మనం సాధారణంగా చట్నీ కోసం ఉపయోగించే కొబ్బరి, పల్లీ, అల్లం, వెల్లుల్లి, నువ్వులు, ఆకుకూరలు, కాయగూరల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయని చెబుతున్నారు. అలాగే ఇందులో మంచి కొవ్వులు కూడా ఎక్కువగానే ఉంటాయని వివరిస్తున్నారు. ఫలితంగా కణాల దెబ్బతినడాన్ని నిరోధించడంతో పాటు క్యాన్సర్, డయాబెటిస్ వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల రాకుండా సహాయ పడుతుందని వెల్లడిస్తున్నారు. అయితే వీటిలో ఉప్పు కారాలు తగ్గించి.. మితంగానే తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

పచ్చడి తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ మెరుగుపడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఫలితంగా శరీరంలోని కణాలు రక్తంలోని గ్లూకోజ్ ను మరింత సమర్థంగా ఉపయోగించుకుంటాయని వివరిస్తున్నారు. ఇంకా థైరాయిడ్ సమస్యతో బాధపడే వారు విపరీతమైన అలసటకు గురవుతుంటారు. అలాంటి వారు రోజూ తప్పనిసరిగా చట్నీ తీసుకోవడం మంచిదని.. తద్వారా ఆ అలసటను దూరం చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. అజీర్తి వంటి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడే వారికి రోటి పచ్చళ్లు మంచి ప్రత్యామ్నాయం అని చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఇవి జీర్ణ వ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తాయని వివరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా డి, బి12 వంటి విటమిన్ లోపం ఉన్న వారు రోజూ తీసుకునే ఆహారంలో చట్నీని తప్పనిసరిగా భాగం చేసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

ప్రెగ్నెన్సీ కోసం ప్లాన్ చేసుకునే వారు, సంతాన సమస్యలతో బాధపడే వారు కూడా రోటి పచ్చళ్లను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల చక్కటి ఫలితం ఉంటుందని తెలిపారు. గుండె ఆరోగ్యానికి కూడా రోటి పచ్చళ్లు చక్కగా ఉపయోగపడతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. ముఖ్యంగా కొలెస్ట్రాల్ తో బాధపడే వారు కూడా రోటి పచ్చళ్లు నిరభ్యంతరంగా తినచ్చుంటున్నారు.

ನಿರೂಪಿಸ್ತೆ ಅಂಡ್‌ಷ್ಟೆ ವಬಲೆಸಿ ವೆಚ್ಚಿಪೊತಾ..

మూవీ న్యూస్, 10 ఫిబ్రవరి (పబ్లిక్ న్యూస్):
టాలీవుడ్ యంగ్ హీరో విశ్వక్ సేన్
నటించిన లేటెస్ట్ మూవీ లైలా. విభిన్నమైన
కథలను ఎంచుకుంటూ సినిమాలు చేస్తున్న
విశ్వక్ సేన్.. ఈసారి

వైలాగా ఆకట్టుకోవడానికి
రెడీ అవుతున్నారు. ఈ
సినిమాలో లేడీ గెటప్ లో
కనిపించనున్నాడు విశ్వక్
సేన్. ఈ సినిమా ఫిబ్రవరి
14న ప్రేమికుల దినోత్సవం
సందర్భంగా ప్రేక్షకుల
ముందుకు రానుంది. కాగా

ఈ సినిమా ఇప్పుడు చిక్కుల్లో పడింది. లైలా సినిమాను బాయ్ కాట్ చేయాలంటూ సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్ అవుతుంది. దానికి కారణం సినిమా ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ లో నటుడు పృథ్వి చేసిన కామెంట్స్.. సినిమా మొదలయ్యేటప్పుడు 150గొర్రెలు ఉన్నాయి. సినిమా చివరికి 11 గొర్రెలు అయ్యాయి అంటూ పృథ్వి చేసిన కామెంట్స్ ఇప్పుడు దుమారాన్ని రేపాయి. దాంతో సోషల్ మీడియాలో బాయ్ కాట్ లైలా అనే ట్యాగ్ ట్రెండ్ అవుతుంది. దీని పై హీరో విశ్వక్ సేన్, నిర్మాత సాహు క్లారిటీ ఇచ్చారు . ఈ మేరకు ఓ ప్రెస్ మీట్ ను ఏర్పాటు చేశారు. దాంట్లో హీరో విశ్వక్ సేన్ మాట్లాడుతూ.. ఆ పలన వ్యక్తి స్టేజి మీద ఏం మాట్లాడుతాడు అనేది మేము ఎలా కంట్రోల్ చేయగలుగుతాం. ఆయన స్టేజ్ మీద మాట్లాడుతున్నప్పుడు నేను, నిర్మాత సాహు గారు చిరంజీవి గారిని రిసీవ్ చేసుకోవడానికి బయటకి వెళ్ళాము. ఫంక్షన్ అయిపోయిన తర్వాత ఇంటికి వెళ్లి చూస్తే సోషల్ మీడియా అంతా బాయ్ కాట్ లైలా అని కనిపించింది. మ్యాటర్ ఏంటి అని ఆరా తీస్తే అప్పుడు విషయం మాకు

అర్థమైంది. ఆయన మాట్లాడుతున్నప్పుడు మేము అక్కడే ఉంటే కచ్చితంగా అవేవాళ్ళు లేదంటే అక్కడే క్షమాపణ చెప్పే వాళ్ళము. ప్రతి ఒక్కరి ఇంటికి వెళ్లి చదువు సంస్కారం



నేను నేర్చియలేను కదా. స్టేజ్ మీద
మాట్లాడిన ఆ వ్యక్తి అనుభవం అంతా
వయసు లేదు నాకు. ఆయన అలా
ఎందుకు మాట్లాడారు అనేది మాకు
తెలియదు. సినిమాలో నటించాడు కాబట్టి
స్టేజి మీదకి పిలిచి మాట్లాడమని చెప్పాము
అంతేకానీ ఆయన ఏం మాట్లాడుతాడు
అనేది మేము కంట్రోల్ చేయలేము. ఎవరో
ఒకరు చేసిన తప్పుకు మా సినిమాను బలి
చేయొద్దు అని మిమ్మల్ని రిక్వెస్ట్ చేయడానికి
మీడియా ముందుకు వచ్చాము..

సినిమాలో ఎన్ని గొర్రెలు ఉంటాయో..
చివరకు వచ్చేసరికి కూడా అన్ని గొర్రెలు
మాత్రమే ఉంటాయి. మా సినిమా ఈవెంట్
లో జరిగింది కాబట్టి నేను సారీ చెప్తున్నాను.
దయచేసి మా సినిమాను చంపేయకండి.
మాది సినిమా ఈవెంట్ రాజకీయాలు
మాట్లాడకూడదు.. కానీ అనుకోకుండా అలా
జరిగింది. నాకు రాజకీయాలు మాట్లాడేంత
అనుభవం కూడా లేదు. ఆయన
మాట్లాడేటప్పుడు నేను ఎదురుగా ఉన్నానని
నిరూపిస్తే ఇండస్ట్రీ వదిలేసి వెళ్ళిపోతా.. అని
విశాక్ సేన్ అన్నారు.

సెన్సుబుల్ డైరెక్టర్ తో రవితేజ సినిమా ?

మూవీ న్యూస్, 10 ఫిబ్రవరి (పబ్లిక్ న్యూస్): ప్రస్తుతం 'మూన్ జాతర' ఘాటంగ్లో బిజీగా ఉన్నారు రవితేజ. కథానాయికగా శ్రీలీల సటిస్తున్న ఈ చిత్రం ద్వారా రచయిత భాను భోగవరపు దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నారు. నిర్మాణం తుదిదశకు చేరుకుంది. సినిమాను మేలో విడుదల చేసేందుకు మేకర్స్ సిద్ధమవుతున్నట్టు సమాచారం. ఇదిలావుంటే.. రవితేజ చేయబోయే సినిమాల లిస్ట్లో ఓ ఇంట్రస్టింగ్ ప్రాజెక్ట్ వచ్చి చేరినట్టు తెలుస్తున్నది. రామ్మో 'నేను శైలజ', సాయిదుర్గతేజ్ తో 'చిత్రలహరి' చిత్రాలను తెరకెక్కించి, విజయాలను అందుకున్న సెస్సిబుల్ డైరెక్టర్ కిశోర్ తిర సటింపనున్నారట. ఇటీవలే రవితేజకు కిషోర్ ఓ ఆసక్తి రవితేజకు కూడా ఆ కథ బాగా నచ్చిందని తెలుస్తున్నది సెట్స్ మీదకు వెళ్లనున్నట్టు ఫిల్మ్ వర్గాల టాక్. ఈ సిని ఇతర వివరాలు తెలియాల్సివుంది.



**సాయి పల్లవి ట్యాలెంట్
చూస్తే ఆశ్చర్యమేస్తోంది**

మూవీ న్యూస్, 10
ఫిబ్రవరి (పబ్లిక్ న్యూస్): లవ్
స్టోరీ తర్వాత నాగ చైతన్య,
సాయి పల్లవి జంటగా
నటించిన మరో చిత్రం
తండేల్. చందూ మొండేటి
తెరకెక్కించిన ఈ ప్రేమకథా
చిత్రం ఫిబ్రవరి 07న
థియేటర్లలో విడుదలైంది.
మొదటి షో నుంచే ఈ



మూవీకి పాజిటివ్ టాక్ వచ్చింది. నాగ చైతన్య కెరీర్ లోనే బెస్ట్ ఓపెనింగ్స్ సొంతం చేసుకుంది. ఇప్పటివరకు (మూడు రోజులకు గానూ) తందేల్ మూవీ రూ. 62 కోట్ల వసూళ్లు సాధించినట్లు చిత్ర బృందం అధికారికంగా ప్రకటించింది. కాగా తందేల్ గ్రాండ్ సక్సెస్ తో అక్కినేని అభిమానులు హ్యాపీగా ఫీలవుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే హీరో అక్కినేని నాగార్జున తందేల్ సక్సెస్ పై స్పందించారు. తన కొడుకు చైతూ విజయాన్ని గుర్తు చేసుకుంటూ ప్రశంసలతో ముంచెత్తాడు.

ప్రియమైన చైతూ.. నా కొడుకుగా నిన్ను చూసి గర్వపడుతున్నా. తండేల్ ఒక సినిమా మాత్రమే కాదు. ఇది నీ ఎనలేని అభిరుచికి, నీ కృషికి, పెద్ద కలలు కనే ధైర్యానికి నిదర్శనం. అక్కినేని అభిమానులందరూ ఓ కుటుంబంలా మాకు అండగా నిలిచారు. తండేల్ విజయం మనందరిదీ. మీ అంతులేని ప్రేమాభిమానాలు, మద్దతుకు ధన్యవాదాలు. అల్లుఅరవింద్, బన్నీ వాసుకు కృతజ్ఞతలు. సాయిపల్లవి అద్భుతమైన టాలెంట్ నన్ను ఆశ్చర్యానికి గురి చేస్తోంది. ఈ క్షణాలను మరిచిపోలేని విధంగా చేసిన ధైరెక్షర్ చందూమొండేటి, రాక్ స్టార్ దేవీ శ్రీ ప్రసాద్, అద్భుతమైన తండేల్ బృందానికి అభినందనలు' అని టీవీ చేశాడు నాగార్జున.

మనమే గొప్ప తెలివైనవాళ్ళం అనుకుంటాం

మూవీ న్యూస్, 10 ఫిబ్రవరి (పబ్లిక్ న్యూస్):
తాజాగా నటి కరీనా ఇన్స్టా వేదికగా కపూర్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. 'జీవితంలో మనం అనుకునే సిద్ధాంతాలు, ఊహలు ఏవీ నిజాలు కావు. ఇతరుల కంటే మనమే గొప్ప తెలివైనవాళ్లం అనుకుంటాం. సందర్భం వచ్చినపుడు జీవితం మన మెడలు వంచి గుణవారాలు చెబుతుంది' అని బాబీవుడ్ నటి కరీనా కపూర్ తన ఇన్స్టాగ్రాం స్టోరీలో హార్ట్ ఈమోజీతో పోస్టు చేశారు. తన భర్త సైఫ్ అలీ ఖాన్ పై ఇటీవల ఓ అగంతుకుడు కత్తితో దాడి చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో ఆమె పెట్టిన ఈ పోస్టులో ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారని తెలుస్తోంది.

‘ఈ పెళ్లిళ్లు, విదాకులు, అందోళనలు, పిల్లలు పుట్టడం, ఆత్మీయుల మరణాలు, పిల్లల పెంపకం.. ఇవన్నీ మనదాకా వస్తేనే పూర్తిగా అర్థమవుతాయి. గత నెల 16న సైఫ్‌పై దాడి జరిగిన రోజు లైఫ్ అంటే ఏంటో తెలిసింది. మా కుటుంబానికి ఎంతో సవాలుతో కూడిన రోజు అది. ఏమీ జరిగిందో ఇప్పటికీ మాకు పూర్తిగా అర్థం కావడం లేదు. ఈ కష్ట సమయంలో కనికరం లేని ఊహగానాలు, కథనాలకు దూరంగా ఉండాలని మీడియాకు, ఫోటోగ్రాఫర్లకు మనవి చేస్తున్నా” ఆమె వ్యాఖ్యానించారు.

