విలేకర్లు కావలెను
తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలో
అతి తక్కువ సమయంలో ప్రజాదరణ పొందుతున్న
మన ప్రజాశక్తి తెలుగు దినపత్రికలో
అనుభవం, ఆసక్తిగల విలేకర్లు కావలెను
ఎటువంటి టార్గెట్లు లేవు
జిల్లా స్టాఫ్ రిపోర్టర్
నియోజకవర్గ ఆర్.సి
మండల రిపోర్టర్
సంప్రదించండి : 9030320743

తెలుగు దినపత్రిక
# మన ప్రజాశక్తి
ప్రజాగళమే.. మా కలం
www. ManaPrajasakti.com
తెలంగాణ\ ఆంధ్రప్రదేశ్

నల్గొండ | బుధవారం,సెప్టెంబర్23,2026 | ఎడిటర్: మెరుగు. భరత్ కుమార్ | సంపుటి: 1 | సంచిక:346 | పేజీలు: 8 | వెల: రూ.4/-

## హర్మూజ్ జలసంధిలో కలకలం

- హర్మూజ్ జలసంధి సమీపంలో ఎల్‌పీజీ ట్యాంకర్‌పై దాడి
- అదే రోజు మరో ట్యాంకర్‌పైనా దాడి.. ఇద్దరికి గాయాలు

**ఇంటర్నెట్ న్యూస్,సెప్టెంబర్22**
ప్రపంచ వాణిజ్యానికి అత్యంత కీలకమైన హర్మూజ్ జలసంధిలో మరోసారి ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. ఈ సముద్ర మార్గం గుండా ప్రయాణిస్తున్న ఒక ఎల్‌పీజీ ట్యాంకర్‌పై గుర్తుతెలియని వస్తువులతో దాడి జరిగింది. ఈ ఘటనలో ట్యాంకర్‌ను కొన్ని శిథిలాలు తాకినట్లు యునైటెడ్ కింగ్‌డమ్ మారిటైమ్ ట్రేడ్ ఆపరేషన్స్ వెల్లడించింది.సోమవారం జరిగిన ఈ సంఘటనకు సంబంధించి, ట్యాంకర్ మాస్టర్ నుంచి సమాచారం కొంత ఆలస్యంగా అందింది.

# దళితులు, గిరిజనులకు సర్కార్ భరోసా

- ప్రభుత్వ పథకాలు.. కార్యక్రమాల్లో పెద్దపీట
- ఎస్సీ, ఎస్టీ అట్రాసిటీస్ బాధితులకు సత్వర న్యాయం

## హైలెవెల్ కమిటీ సమీక్షలో సీఎం రేవంత్ స్పష్టీకరణ

**హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 22**
దళితులు, గిరిజనులు ఆదివాసీల) అభివృద్ధే ప్రజా ప్రభుత్వ లక్ష్యమని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి పేర్కొన్నారు. వారి సంక్షేమం కోసం ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో పనిచేస్తున్నదని తెలిపారు. విద్య, ఉపాధి, నైపుణ్యాభివృద్ధి ద్వారానే సమాజంలో మార్పు సాధ్యమవుతుందని అన్నారు. ఎస్సీ, ఎస్టీలపై అణిచివేతను అరికట్టేందుకు రాజకీయాలకు అతీతంగా అందరూ కలిసి పనిచేయాలని సీఎం సూచించారు. చదువు ఒక్కటే జీవితాలను మారుస్తుందని అన్నారు. భారత రాజకీయాలువిద్య తోనే సమాజంలో అసమానతలకు, అణిచివేత రుగ్మతలకు శాశ్వత పరిష్కారం లభిస్తుందని సీఎం స్పష్టం చేశారు. పిల్లలను చదువుతోపాటు క్రీడలవైపు ప్రోత్స హించాలని అన్నారు. ఎస్సీ, ఎస్టీ అత్యాచారాల నిరోధక చట్టం-1989 అమలుపై మంగళవారం సచివాలయంలో సీఎం అధ్యక్షతన రాష్ట్రస్థాయి ఉన్నత నిఘా, పర్యవేక్షణ కమిటీ సమావేశం జరిగింది. రాష్ట్రంలో చట్టం అమలు, నమోదైన కేసులు, దర్యాప్తు పురోగతి, న్యాయస్థానాల్లో విచారణ, కేసుల పరిష్కారం, బాధితులకు అందుతున్న ఆర్థిక సహా యం, పునరావాస చర్యలపై సీఎం సమీక్షించారు.కేసుల విచారణ కోసం ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక న్యాయస్థానాలు, మొబైల్ కోర్టుల పనితీరు, చట్టంపై అవగాహన కోసం చేపడుతున్న కార్యక్రమా లపై చర్చించారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో 2013 ఫిబ్రవరి 11న అప్పటి సీఎం అధ్యక్షతన ఎస్సీ, ఎస్టీ అట్రాసిటీస్ నిరోధక చట్టం అమలుపై రాష్ట్ర స్థాయి విజిలె న్స్ అండ్ మానిటరింగ్ కమిటీ సమావేశం జరిగింది. తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన అనంతరం ఇప్పుడు ముఖ్యమంత్రి అధ్యక్షతన ఈ కమిటీ సమావేశం జరగడం ఇదే తొలిసారి.ఈ సమావేశంలో సీఎంతో పాటు డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క, మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్, ప్రభుత్వ సలహాదారు షబ్బీర్ అలీ, ఎంపీలు మల్లు రవి, బలరాంనాయక్, కడియం కావ్య, ఎమ్మెల్యేలు తోట లక్ష్మీకాంతరావు, మేడిపల్లి సత్యం, కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ, వేముల వీరేశం, మందుల సామేల్, మట్టా రాగమయి, వెడ్మ బొజ్జు, మురళీనాయక్, ఎమ్మెల్సీ గోరటి వెంకన్న, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు, డీజీపీ సీవీ ఆనంద్, రాష్ట్ర ఎస్సీ కమిషన్ చైర్మన్ బక్కి వెంకటయ్య, జాతీయ ఎస్సీ కమిషన్ డైరెక్టర్ సునీల్ బాబు, ఎస్సీ కమిషన్ సభ్యులు, ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

# అరెస్టులపై సుప్రీంకోర్టు సంచలన తీర్పు

- అరెస్టుకు కారణాలు రాతపూర్వకంగా చెప్పకపోతే అది చెల్లదన్న సుప్రీంకోర్టు
- నిబంధనలు మీరిన అరెస్టు అక్రమం, రాజ్యాంగ విరుద్ధమని స్పష్టీకరణ
- ఉల్లంఘనలకు పాల్పడిన పోలీసు అధికారులపై చర్యలు తప్పవని హెచ్చరిక
- మళ్లీ అరెస్టు చేయాలంటే కోర్టు అనుమతి తప్పనిసరన్న ధర్మాసనం

**న్యూఢిల్లీ,సెప్టెంబర్22**
వ్యక్తిగత స్వేచ్ఛ, పౌరుల హక్కుల పరిరక్షణకు సంబంధించి సుప్రీంకోర్టు సోమవారం (సెప్టెంబరు 21) ఒక చరిత్రాత్మక తీర్పు వెలువరించింది. ఏ వ్యక్తినైనా అరెస్టు చేసేటప్పుడు, అరెస్టుకు గల కారణాలను లిఖితపూర్వకంగా, ఆ వ్యక్తికి అర్థమయ్యే భాషలో తప్పనిసరిగా అందించాలని స్పష్టం చేసింది. అలా చేయని పక్షంలో ఆ అరెస్టు చట్ట విరుద్ధం, రాజ్యాంగ విరుద్ధం అవుతుందని తేల్చిచెప్పింది. ఇది రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 22(1), ఆర్టికల్ 21 కింద పౌరులకు లభించిన ప్రాథమిక హక్కు అని జస్టిస్ ఉజ్జల్ భూయాన్, జస్టిస్ అతుల్ ఎస్. చందూర్కర్ ధర్మాసనం పేర్కొంది.పంజాబ్‌కు చెందిన శిరోమణి అకాలీ దళ్ (ఎస్ఏడీ) నేత జస్కరన్ జీత్ సింగ్ డియోల్‌ను పోక్సో చట్టం కింద అరెస్టు చేసిన కేసులో ఈ తీర్పు వెలువడింది. 2026 మే 17న పంజాబ్ పోలీసులు ఆయనను అరెస్టు చేసినప్పుడు, కారణాలను లిఖితపూర్వకంగా ఇవ్వలేదు. దీనిపై విచారణ జరిపిన సుప్రీంకోర్టు, ఇది రాజ్యాంగ ఉల గా పరిగణించి అరెస్టును రద్దు చేసింది.

## నిమ్స్ వైద్యుడి నివాసంలో ఏసీబీ సోదాలు

- నిమ్స్ డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ లక్ష్మీభాస్కర్‌పై ఏసీబీ దాడులు

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22,**
హైదరాబాద్‌లోని ప్రతిష్టాత్మక నిమ్స్ ఆసుపత్రి డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ నోరి లక్ష్మీభాస్కర్ నివాసంలో భారీగా ఆస్తులు వెలుగుచూశాయి. ఆదాయానికి మించిన ఆస్తులు కలిగి ఉన్నారన్న ఆరోపణలతో అవినీతి నిరోధక శాఖ (ఏసీబీ) అధికారులు మంగళవారం ఏకకాలంలో ఆయన నివాసం, కార్యాలయంతో పాటు మరో ఏడు ప్రాంతాల్లో సోదాలు నిర్వహించారు.

## జూరాల కోసం బెంగళూరుకు తెలంగాణ మంత్రులు

- జూరాల ప్రాజెక్టుకు నీటి విడుదలపై కర్ణాటకతో చర్చలు
- ఆల్మట్టి, నారాయణపూర్ నుంచి నీరు కోరనున్న తెలంగాణ

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22)**
జూరాల ప్రాజెక్టుకు నీటిని విడుదల చేయాలని కోరేందుకు తెలంగాణ మంత్రుల బృందం మంగళవారం బెంగళూరుకు బయలుదేరనుంది. కృష్ణా బేసిన్‌లో నెలకొన్న నీటి కొరత నేపథ్యంలో, పొరుగు రాష్ట్రమైన కర్ణాటకతో చర్చల ద్వారా సమస్యను పరిష్కరించుకోవాలని తెలంగాణ ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.ఈ పర్యటనలో భాగంగా మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేల బృందం కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రి డీకే శివకుమార్‌తో సమావేశం కానుంది.

## వినాయకుడి మెడలో నోట్ల దండ చోరీ

- వేములవాడ వినాయక వేడుకల్లో ఆసక్తికర ఉదంతం
- వినాయకుడికి రూ. 50 వేల విలువైన నోట్ల దండను అలంకరించిన నిర్వాహకులు

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22,**
రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా వేములవాడ పట్టణంలో వినాయక చవితి వేడుకల వేళ ఒక ఆసక్తికర ఉదంతం చోటుచేసుకుంది. పట్టణంలోని బద్దిపోచమ్మ వీధిలో జీవైసీ యూత్ ఆధ్వర్యంలో నెలకొల్పిన వినాయకుని విగ్రహానికి రూ. 500 నోట్లతో రూపొందించిన రూ.50 వేల విలువైన భారీ నోట్ల దండను నిర్వాహకులు ఎంతో భక్తిశ్రద్ధలతో అలంకరించారు.

# గ్రాడ్యుయేట్లపై బీఆర్ఎస్ ఫోకస్

- పట్టభద్ర ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలపై కసరత్తు
- పార్టీ నేతలతో కేటీఆర్, హరీశ్‌రావు భేటీ
- ఓటర్ల ఎన్‌రోల్‌మెంట్‌పై దిశానిర్దేశం

**హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 22**
గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలపైబీఆర్ఎస్ ఫోకస్() పెట్టింది. ఎన్నికల సన్నద్ధతపై పార్టీ నేతలతో కేటీఆర్, హరీశ్‌రావు తెలంగాణభవన్‌లో మంగళవారం సమావేశమయ్యారు. హైదరాబాద్ ఉమ్మడి జిల్లాల మాజీ మంత్రులు హాజరయ్యారు. పట్టభద్ర ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో ఓటర్ల నమోదు, చేపట్టాల్సిన కార్యాచరణపై చర్చించారు. ఎన్నికల సన్నద్ధతపై నేతలకు కేటీఆర్, హరీశ్‌రావు(దిశానిర్దేశం చేశారు.ఎన్నికలు జరగనున్న ఉమ్మడి జిల్లాల ఎమ్మెల్యేలు, మాజీ ఎమ్మెల్యేలతో త్వరలో సమావేశం నిర్వహించాలని నిర్ణయించారు. ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలను ప్రతిష్టా త్మకంగా తీసుకోవాలని పార్టీ నేతలకు సూచించారు. పట్టభద్రుల ఓటర్ల ఎన్‌రోల్‌మెంట్‌పై ప్రత్యేక దృష్టిసారించాలని చెప్పారు. విద్యార్థులు, నిరుద్యోగులు, ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు, గ్రాడ్యుయేట్లలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై తీవ్ర వ్యతిరేకత ఉందన్నారు. ఆ వ్యతి రేకతను తమకు అనుకూలంగా మార్చుకునేం దుకు నేతలందరూ కృషి చేయాలని సూచించారు.గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్ని కల్లో బీఆర్ఎస్ విజ యం సాధిస్తుందన్న విశ్వా సం వ్యక్తం చేశారు. విజయం కోసం ఇప్పటి నుంచే పకడ్బందీగా పనిచేయాలని నిర్ణయించారు.

## అవకతవకలపై సీబీఐ విచారణ జరిపించాలి

- డిమాండ్లు నెరవేర్చే వరకు రాష్ట్రవ్యాప్త ఆందోళనలు ఆగవని హెచ్చరిక
- విజయవాడలో వైసీపీ నేతలపై లాఠీఛార్జ్ జరిగిందని ఆరోపణ

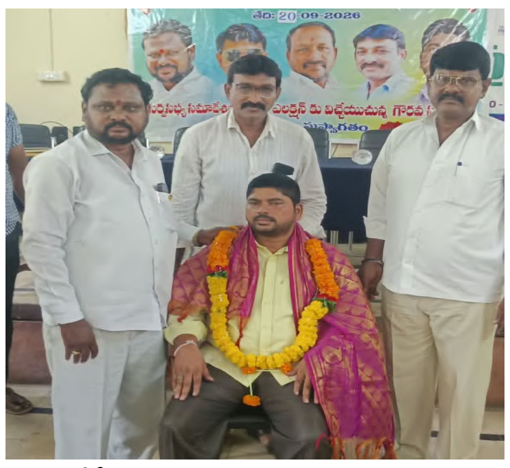
**అమరావతి,,**
డీఎస్సీ నియామకాల్లో అవకతవకలు జరిగాయని, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ వెంటనే రాజీనామా చేయాలని వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి డిమాండ్ చేశారు. లోకేశ్ తన పదవికి రాజీనామా చేసి, ఈ వ్యవహారంపై సీబీఐ విచారణకు ఆదేశించే వరకు రాష్ట్రవ్యాప్త ఆందోళనలు కొనసాగుతాయని స్పష్టం చేశారు. ఈ మేరకు ఆయన సామాజిక మాధ్యమం 'ఎక్స్' వేదికగా ప్రభుత్వానికి అల్టిమేటం జారీ చేశారు.

# ఏపీ పట్టణాలకు కొత్త కళ

- రాష్ట్రవ్యాప్తంగా రూ.11,359 కోట్ల పట్టణ అభివృద్ధి పనులకు శ్రీకారం
- హెచ్‌ఏఎం పద్ధతిలో తొలిసారిగా 123 మున్సిపాలిటీల్లో పనుల ప్రారంభం
- కుప్పం నుంచి లాంఛనంగా పనులను ప్రారంభించనున్న సీఎం చంద్రబాబు
- సుమారు 2,165 కిలోమీటర్ల రోడ్లు, 502 పార్కుల నిర్మాణం లక్ష్యం

**అమరావతి,సెప్టెంబర్22**
ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని పట్టణాల రూపురేఖలను సమూలంగా మార్చే లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం ఒక బృహత్తర కార్యక్రమానికి నేడు శ్రీకారం చుట్టనుంది. రాష్ట్ర చరిత్రలో తొలిసారిగా హైబ్రిడ్ యాన్యుటీ మోడల్ (హెచ్ఏఎం) విధానంలో రూ. 11,359 కోట్ల విలువైన అభివృద్ధి పనులను ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు తన సొంత నియోజకవర్గమైన కుప్పం నుంచి లాంఛనంగా ప్రారంభించనున్నారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా రాష్ట్రంలోని 26 జిల్లాల్లోని 106 నియోజకవర్గాల పరిధిలో ఉన్న 123 మున్సిపాలిటీల్లో ఏకకాలంలో పనులు మొదలు కానున్నాయి. ఈ మెగా ప్రాజెక్టులో భాగంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా రూ.7,469 కోట్లు, గ్రేటర్ విశాఖపట్నం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ (జీవీఎంసీ) పరిధిలో ప్రత్యేకంగా రూ.3,890 కోట్ల విలువైన పనులను చేపట్టనున్నారు. ఈ నిధులతో ప్రధానంగా మౌలిక సదుపాయాల కల్పనపై దృష్టి సారించారు. ఇందులో భాగంగా రోడ్ల నిర్మాణానికి రూ.4,656 కోట్లు, సెంట్రల్ మీడియన్ల ఏర్పాటుకు రూ.88 కోట్లు, కొత్త స్ట్రీట్ లైటింగ్ కోసం రూ.247 కోట్లు, పార్కుల అభివృద్ధికి రూ.509 కోట్లు కేటాయించారు. ఈ కార్యక్రమం పూర్తయితే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుమారు 2,165 కిలోమీటర్ల రోడ్లు, 502 పార్కులు, 210 కిలోమీటర్ల సెంట్రల్ మీడియన్లు, 391 కిలోమీటర్ల మేర స్ట్రీట్ లైటింగ్, 300 కిలోమీటర్ల సీవరేజ్ డ్రైనేజీ వ్యవస్థ అందుబాటులోకి వస్తాయి.

# హుజూర్‌నగర్ డివిజన్ పంచాయతీరాజ్ నాలుగో తరగతి ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షుడిగా ఉప్పల బోసుబాబు ఏకగ్రీవ ఎన్నిక



**నేరేడుచర్ల:- సెప్టెంబర్ 22 మన ప్రజాశక్తి**

తెలంగాణ పంచాయతీరాజ్ నాలుగో తరగతి ఉద్యోగుల సంఘం హుజూర్‌నగర్ డివిజన్ అధ్యక్షుడిగా ఉప్పల బోసుబాబు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు.

ఆదివారం నిర్వహించిన డివిజన్ స్థాయి సమావేశంలో ఈ ఎన్నిక జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు వంటపాక సోమేశ్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. జిల్లా అధ్యక్షుడు బొల్లంపల్లి నాగన్న, ఆఫీసు సూపరింటెండెంట్ రామకృష్ణ, తుంగతుర్తి సీనియర్ అసిస్టెంట్ రాజేందర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా నూతన అధ్యక్షుడు బోసుబాబును నాయకులు అభినందించారు. ఉద్యోగుల సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని ఆయన హామీ ఇచ్చారు.

# సహజ సాగు తక్కువ ఖర్చుతో నాణ్యమైన దిగుబడులు

**రైతులకు సహజ వ్యవసాయంపై అవగాహన**

**జ్యోతి రెడ్డి ఫౌండేషన్ చైర్మన్ డాక్టర్ దూడ్లపాల జ్యోతి రెడ్డి**

**నల్లగొండ/నెమ్మాని,సెప్టెంబర్ 22(మన ప్రజాశక్తి):**

ఎరువులు, పురుగుమందుల వినియోగాన్ని తగ్గించి సహజ వ్యవసాయ పద్ధతులను అవలంబించడం ద్వారా తక్కువ ఖర్చుతో నాణ్యమైన దిగుబడులు సాధించవచ్చని జ్యోతి రెడ్డి ఫౌండేషన్ చైర్మన్ డాక్టర్ దూడ్లపాల జ్యోతి రెడ్డి అన్నారు.

సోమవారం నెమ్మానిలో జ్యోతి రెడ్డి ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన రైతుల అవగాహన సమావేశంలో ఆమె మాట్లాడారు. సహజ వ్యవసాయంతో నేల సారాన్ని కాపాడటంతోపాటు పర్యావరణ పరిరక్షణకు దోహదపడుతుందని తెలిపారు. నేల ఆరోగ్యం, సేంద్రియ ఎరువుల వినియోగం, దేశీయ ఆవు ఆధారిత వ్యవసాయ పద్ధతులు, సహజ సాగు విధానాలపై రైతులకు అవగాహన కల్పించారు. రైతులు అధిక పెట్టుబడులు పెట్టకుండా అందుబాటులో ఉన్న సహజ వనరులను వినియోగించుకుని వ్యవసాయం చేసేలా కృషి చేయాలని సూచించారు. అనంతరం రైతులకు సహజ సేంద్రియ ఎరువులను పంపిణీ చేశారు. కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ కర్నాటి వెంకన్న, మందాడి సురేందర్‌రెడ్డి, వ్యవసాయ విస్తరణ అధికారి గౌతమ్, శిరీష, గోలి జయచంద్రారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# నల్లగొండకు సరికొత్త రూపు.. స్మార్ట్ నగరంగా అభివృద్ధి

**రూ.83 కోట్లతో నిరంతర తాగునీటి సరఫరా..రూ.900 కోట్లతో బాహ్య వలయ రహదారి**

**పరిశుభ్రతకు రూ.1.01 కోట్లతో అధునాతన యంత్రాలు ప్రారంభం:మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి**

**నల్లగొండ, సెప్టెంబర్ 22 (మన ప్రజాశక్తి):**

నల్లగొండ నగరానికి సమగ్ర మౌలిక వసతులు కల్పించి స్మార్ట్ నగరంగా అభివృద్ధి చేయడంతోపాటు రాష్ట్రంలోనే అత్యుత్తమ నగరపాలక సంస్థగా తీర్చిదిద్దేందుకు చర్యలు చేపడుతున్నట్లు రోడ్లు, భవనాలు, సినిమాటోగ్రఫీ శాఖల మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి తెలిపారు. నగర పరిశుభ్రతను మెరుగుపరిచే చర్యల్లో భాగంగా ఇందిరాభవన్ ప్రాంగణంలో రూ. 1.01 కోట్లతో కొనుగోలు చేసిన రెండు అధునాతన వీధి శుభ్రత యంత్రాలను మంగళవారం జెండా ఊపి ప్రారంభించారు. అనంతరం నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో మంత్రి మాట్లాడారు. 24 గంటలూ తాగునీరు నల్లగొండ నగరపాలక సంస్థ పరిధిలో ప్రజలకు నిరంతరం తాగునీరు అందించేందుకు రూ. 83 కోట్లతో చేపట్టనున్న పనులకు టెండర్లు పిలిచినట్లు మంత్రి తెలిపారు. 24 గంటలపాటు తాగునీటి సరఫరా అందుబాటులోకి తీసుకురావడం ద్వారా ప్రజలకు మెరుగైన సేవలు అందించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు.

రూ. 900 కోట్లతో బాహ్య వలయ రహదారి: నగర మౌలిక వసతులను విస్తరించే క్రమంలో రూ. 900 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో బాహ్య వలయ రహదారి నిర్మాణం చేపట్టనున్నట్లు మంత్రి వెల్లడించారు. ప్రత్యేక అభివృద్ధి నిధులతో నగరపాలక సంస్థ పరిధిలో ఇప్పటికే 63 కిలోమీటర్ల మేర సిమెంటు రహదారుల నిర్మాణం పూర్తయిందన్నారు. మిగిలిన ప్రాంతాల్లో రహదారులు, మురుగునీటి కాలువల నిర్మాణాన్ని త్వరితగతిన పూర్తి చేస్తామని చెప్పారు. నగరంలో మురుగునీటి శుద్ధి కేంద్రం పనులను మరో ఆరు నెలల్లో పూర్తి చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు తెలిపారు.

పరిశుభ్రతకు పెద్దపీట: నల్లగొండ నగరపాలక సంస్థ ఇటీవల పరిశుభ్రత అవార్డు సాధించడం అభినందనీయమని మంత్రి అన్నారు. నగరాభివృద్ధికి అవసరమైన నిధులు సమకూర్చి మౌలిక వసతులను మరింత బలోపేతం చేస్తామని తెలిపారు. నగరాన్ని పరిశుభ్రంగా, సుందరంగా తీర్చిదిద్దేందుకు ఆధునిక యంత్రాల వినియోగాన్ని విస్తరిస్తామని చెప్పారు. పారిశుధ్య నిర్వహణలో యంత్రాల వినియోగాన్ని పెంచి పరిశుభ్రత ప్రమాణాలను మరింత మెరుగుపరుస్తామని పేర్కొన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ బి. చంద్రశేఖర్, మేయర్ బుర్రి చైతన్య శ్రీనివాస్ రెడ్డి, ఉప మేయర్ అమీర్ అలీ, మాజీ మున్సిపల్ చైర్మన్ బుర్రి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ వంశీకృష్ణ, రోడ్లు, భవనాల శాఖ అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# కేజీ బీవి విద్యార్థి ని కర్రతో కొట్టి కంటికి గాయం చేసిన టీచర్ పై చర్యలు తీసుకోవాలి

**బాలల హక్కుల పరిరక్షణ వేదిక జిల్లా నాయకులు కొడారి వెంకటేష్**

**మన ప్రజాశక్తి యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా ప్రతినిధి**

**సెప్టెంబర్ 22.2026**

భువనగిరి పట్టణ శివారులోని కస్తూరిబా గాంధీ బాలికల పాఠశాల/ కళాశాల ( మైనారిటీ) లో 8వ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థిని, పాఠశాలకు చెందిన టీచర్ కర్రతో విపరీతంగా కొట్టడంతో, విద్యార్థిని తప్పించుకొనే ప్రయత్నంలో విద్యార్థి కంటికి కర్ర తగిలి గాయమైన సంఘటన ఆలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. సంఘటనకు బాధ్యులైన టీచర్ పై జిల్లా బాలికల అభివృద్ధి అధికారిణి ( జీసీడీఓ) అండాలు మేడం, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి( డీఈవో ) బిక్షపతి మరియు జిల్లా అడిషనల్ కలెక్టరేట్ భాస్కర్ రావులు కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని బాలల హక్కుల పరిరక్షణ వేదిక జిల్లా నాయకులు కొడారి వెంకటేష్ డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. కంటికి గాయమై ఏడుస్తున్న విద్యార్థిని వెంటనే ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్ళి చికిత్స చేయించకుండా నిర్లక్ష్యం చేసారని ఆయన ఆరోపించారు. మరుసటి రోజు విద్యార్థిని ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్ళి చికిత్స చేయించారని ఆయన అన్నారు. పాఠశాల/ కళాశాలలో చాలా కాలంగా పనిచేస్తున్న టీచర్లు, సిబ్బంది విధుల పట్ల, విద్యార్థుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారని ఆయన అన్నారు. విధులను, విద్యార్థులను నిర్లక్ష్యం చేసే టీచర్లను మరియు సిబ్బందిని వెంటనే బదిలీ చేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. విద్యార్థిని కర్రతో కొట్టి కంటికి గాయం చేసిన టీచర్ ను, పాఠశాలలో జరిగిన సంఘటన గురించి పై అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వని పాఠశాల ఇంఛార్జి స్పెషల్ ఆఫీసర్ ను, విద్యార్థిని పట్ల నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించిన ఏ.ఎన్. ఎం మరియు ఫిజికల్ డైరెక్టర్ లను సమగ్రంగా విచారించి వారిపై చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. గతంలో విద్యార్థుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించిన పాఠశాల/ కళాశాల స్పెషల్ ఆఫీసర్ మరియు జీసీడీఓ లపై జిల్లా కలెక్టర్ కు ఫిర్యాదు చేయగా కలెక్టర్ సమగ్ర విచారణ జరిపించి విద్యార్థుల పట్ల, విధుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించిన స్పెషల్ ఆఫీసర్ మరియు జీసీడీఓ లను విధుల నుంచి తొలగించారని ఆయన ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. అయినా భువనగిరి కేజీ బీవి పాఠశాల/ కళాశాలలోని టీచర్లలో, సిబ్బందిలో మార్పు రాలేదన్నారు. జిల్లా కలెక్టర్ సమగ్ర విచారణ జరిపించి బాధ్యులైన వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని కొడారి వెంకటేష్ డిమాండ్ చేశారు.

# గ్రామీణ ప్రాంతాలకు ఆయుష్ సేవల విస్తరణ

**దీర్ఘకాలిక వ్యాధులపై ఆయుర్వేదం, యునాని, హోమియోపతి సేవలపై అవగాహన కల్పించాలి**

**ఉప సంచాలకుడు డాక్టర్ రవి నాయక్ పిలుపు**

**నల్లగొండ, సెప్టెంబర్ 22 ( మన ప్రజాశక్తి) :**

ధన్వంతరి జయంతి సందర్భంగా ఆయుష్ శాఖ కార్యాలయంలో వేడుకలను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రాంతీయ ఉప సంచాలకుడు డాక్టర్ రవి నాయక్ ధన్వంతరి చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఔషధ మొక్కల తోటలో మొక్కలు నాటి నీరు పోశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఆయుష్ శాఖ సేవలను గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో మరింత విస్తృతంగా అందుబాటులోకి తీసుకురావాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ముఖ్యంగా దీర్ఘకాలిక వ్యాధులతో బాధపడుతున్న వారికి ఆయుష్ శాఖ ద్వారా అందిస్తున్న ఆయుర్వేదం, యునాని, హోమియోపతి వైద్య సేవలపై ప్రజలకు విస్తృతంగా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. సంప్రదాయ వైద్య విధానాల ద్వారా అందుతున్న సేవలను ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకునేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. అనంతరం శాఖలో ఉత్తమ సేవలు అందిస్తున్న సీనియర్ వైద్యాధికారి డాక్టర్ సుహాసిని సోలోమోనిని ఘనంగా సన్మానించారు. ఆయుష్ శాఖ కార్యాలయాన్ని పరిశీలించిన డాక్టర్ రవి నాయక్ సిబ్బంది అందిస్తున్న సేవలపై సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. కార్యక్రమంలో డాక్టర్ రుచిత, జిల్లా కార్యక్రమ నిర్వహణాధికారి కే. కళ్యాణ్, ఔషధ విక్రేతలు భుజంగరావు, విజయలక్ష్మి, మెర్సీ, యోగా శిక్షకులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

# రూ.21 కోట్లతో నందికొట్కూరు అభివృద్ధి పనులకు శ్రీకారం..

**ఎమ్మెల్యే గిత్త జయసూర్య..**

**నందికొట్కూరు (మన ప్రజాశక్తి):-**

పట్టణ మౌలిక వసతుల అభివృద్ధికి రూ. 21 కోట్లతో చేపట్టనున్న పనులకు మంగళవారం శ్రీకారం చుట్టారు. రాష్ట్రంలోని 123 మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్లలో అభివృద్ధి పనులను ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు కుప్పం నుంచి వర్చువల్‌గా ప్రారంభించగా, నందికొట్కూరు మిద్తూరు రోడ్డులోని ప్యారడైస్ ఫంక్షన్ హాల్‌లో ఎమ్మెల్యే గిత్త జయసూర్య వర్చువల్‌గా శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ.. మౌలిక వసతుల బలోపేతం, ప్రజలకు మెరుగైన సదుపాయాల కల్పనే లక్ష్యంగా అభివృద్ధి పనులు చేపడుతున్నట్లు తెలిపారు. నందికొట్కూరులో అభివృద్ధి పనులు జరుగుతుంటే వైసీపీ నాయకులకు కనిపించడం లేదా అని ప్రశ్నించారు. తాను స్థానికుడినని, ప్రజలతో కలిసి ఉంటూ వారి సమస్యలు తెలుసుకుంటున్నానన్నారు. వైసీపీ నాయకులు వ్యక్తిగత విమర్శలు చేయకుండా నోరు అదుపులో పెట్టుకోవాలని సూచించారు. డంప్‌యార్డ్ అంశాన్ని అడ్డుపెట్టుకుని రాజకీయాలు చేయడం సరికాదన్నారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నేపథ్యంలో అల్లర్లకు కుట్రలు చేస్తే సహించేది లేదని హెచ్చరించారు. కార్యక్రమంలో టీడీపీ నాయకులు మాండ్ర సురేంద్రనాథ్ రెడ్డి, వెంకటేశ్వర్లు యాదవ్, భాస్కర్ రెడ్డి, వీరం ప్రసాద్ రెడ్డి, ఖాతా రమేష్ రెడ్డి, మూర్తుజావాలి, జాకీర్ హుస్సేన్ తదితరులు, మున్సిపల్ అధికారులు, ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

## 20 రోజులుగా తాగునీటికి తిప్పలు..

జూటూరు రజక కాలనీ వాసుల ఆవేదన.

**పాములపాడు (మన ప్రజాశక్తి):-**

జూటూరు గ్రామ రజక కాలనీలో గత 20 రోజులుగా తాగునీరు అందక ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.త్రీఫేస్ విద్యుత్ లైన్ కోసం స్తంభం ఏర్పాటు చేసే సమయంలో తాగునీటి పైప్‌లైన్ దెబ్బతినడంతో నీరు వృథాగా పోతోందని గ్రామస్తులు తెలిపారు.సమస్యను విద్యుత్ కాంట్రాక్టర్ దృష్టికి తీసుకెళ్లినా పట్టించుకోవడం లేదని ఆరోపించారు. అధికారులు, కాంట్రాక్టర్ వెంటనే స్పందించి పైప్‌లైన్ మరమ్మతు చేసి నీటి సరఫరాను పునరుద్ధరించాలని కోరారు.అలాగే కాలనీలో సీసీ రోడ్లు,తాగునీటి సౌకర్యం కల్పించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

## రూ.4 లక్షలకు రాంబోట్ల దేవాలయం వినాయకుడి లడ్డూ..

**కర్నూల్ (మన ప్రజాశక్తి):-**

కర్నూలు నగరంలోని ప్రసిద్ధ రాంబోట్ల దేవాలయంలో వినాయక చవితి సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన వినాయకుడి లడ్డూ ప్రసాదానికి భారీ ధర పలికింది. వరుసగా ఆరోసారి కూడా నంద్యాల పార్లమెంట్ సభ్యురాలు, లోక్‌సభ టీడీపీ డిప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్, తెలుగుదేశం పార్టీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి డాక్టర్ బైరెడ్డి శబరి లడ్డూను సొంతం చేసుకున్నారు.ఈ సారి నిర్వహించిన లడ్డూ వేలంలో అక్షరాల నాలుగు లక్షల రూపాయలకు (రూ.4,00,000) డాక్టర్ బైరెడ్డి శబరి లడ్డూను దక్కించుకున్నారు. వరుసగా ఆరవసారి లడ్డూను సొంతం చేసుకోవడం విశేషంగా నిలిచింది. ఈ సందర్భంగా ఆలయ నిర్వాహకులు, భక్తులు ఆమెకు అభినందనలు తెలిపారు.

## ఏ.ఐ.కె.ఎం.ఎస్ జాతీయ మహాసభలను విజయవంతం చేయండి

ఎ.ఐ.కె.ఏం.ఎస్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మామిడాల బిక్షపతి
జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బేజాడి కుమార్

**మన ప్రజాశక్తి ఆలేరు మండలం సెప్టెంబర్ 22.2026**

ఖమ్మం లో సెప్టెంబర్ 28 నుంచి 30 వరకు జరుగు అఖిల భారత రైతు.కూలీ సంఘం(ఏ ఐ కె ఎం ఎస్)అఖిల భారత స్థాయి 4 వ మహాసభలను విజయవంతం చేయాలని ఏ ఐ కె ఎం ఎస్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మామిడాల భిక్షపతి, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బేజాడి కుమార్ రైతులను,కూలీలను కోరారు.మంగళవారం నాడు కొలనుపాక లో ఏ ఐ కె ఎం ఎస్ అఖిల భారత రైతు.కూలీ సంఘం(ఏ ఐ కె ఎం ఎస్)మహాసభలను విజయవంతం చేయాలని కోరుతూ గోడ ప్రతులను,కరపత్రాలను ఆవిష్కరించారు.ఈ సందర్భంగా భిక్షపతి,కుమార్ లు మాట్లాడుతూ,ఖమ్మంలో జరగనున్న ఏ ఐ కె ఎం ఎస్ అఖిల భారత స్థాయి 4 వ మహాసభలు,కేంద్రంలో బీ జే పీ మోడీ ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న రైతు,కార్మిక, ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలతో రైతాంగం,వ్యవసాయ రంగం అత్యంత ప్రమాదంలో పడిన ప్రతికూల పరిస్థితులలో ఈ మహాసభలు జరుగుతున్నాయని,బడా కార్పోరేట్ సంస్థలకు,సామ్రాజ్యవాద దేశాలు ముఖ్యంగా అమెరికా తో భారత ప్రభుత్వం చేసుకున్న వాణిజ్య ఒప్పందం వల్ల కలిగే నష్టాలు, దేశీయ వ్యవసాయ ఉత్పత్తులు గిరాకీ లేక, అమ్ముడుపోక సర్వం విదేశీ వస్తువులపైననే ఆధారపడే ఒక దుర్మార్గపు స్థితి రాబోతున్న క్లిష్ట పరిస్థితుల్లో ఈ జాతీయ మహాసభలను జరుపుకుంటున్నామని, ఈ మహాసభలలో కేంద్రంలోని బీ జే పీ మోడీ ప్రభుత్వం,వివిధ రాష్ట్రాల ప్రభుత్వాల రైతాంగ, ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలపై సంగ్రమైన చర్చలు జరుగుతాయని, అనంతరం భవిష్యత్ కార్యాచరణను ప్రకటించడం,రాబోయే కాలంలో ఒక బలమైన ప్రజా,రైతాంగ ఉద్యమాన్ని నిర్మించుటకు అడుగులు ముందుకు వేస్తుందని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఏ ఐ కె ఎం ఎస్ జిల్లా గౌరవాధ్యక్షుడు మామిడాల సోమయ్య, జిల్లా అధ్యక్షులు కల్లెపు అడివయ్య, సిపిఐ ఎంఎల్ న్యూ డెమోక్రసీ జిల్లా కార్యదర్శి ఆర్. జనార్ధన్, పీ ఓ డబ్ల్యూ జిల్లా అధ్యక్షురాలు ఆర్.సీత, ఏ ఐ కె ఎం ఎస్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు మామిడాల బాల మల్లేష్, జిల్లా నాయకులు బర్మ బాబు,ఐ ఎఫ్ టి యు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి గడ్డం నాగరాజు,నాయకులు యెర్రంబెల్లి అయిలయ్య, పైస రామదాసు,మామిడాల ప్రవీణ్,మామిడాల మహేష్, బాల్ నర్సయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# బోడుప్పల్లో వాలిబాల్ ఖో-ఖో క్రీడాకారుల సెలక్షన్స్ ప్రారంభం

### కృషి పట్టుదలతో జాతీయస్థాయి క్రీడాకారులుగా ఎదగాలి- సింగిరెడ్డి పద్మారెడ్డి

**మేడ్చల్ జిల్లా బోడుప్పల్ సెప్టెంబర్ 22, మన ప్రజాశక్తి**

మల్కాజ్గిరి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ బోడుప్పల్ సర్కిల్ పరిధిలోని బోడుప్పల్ జిల్లా పరిషత్ హై స్కూల్ ఆవరణంలో స్కూల్ గేమ్స్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా ఘట్కేసర్ జోన్ ఆధ్వర్యంలో అండర్--14, అండర్--17 బాలబాలికల వాలిబాల్, ఖో-ఖో క్రీడల సెలక్షన్స్, టోర్నమెంట్స్ ప్రారంభోత్సవం ఘనంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథులుగా బోడుప్పల్ సర్కిల్ డిప్యూటీ కమిషనర్ శైలజ, పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు జి. అశోక్ కుమార్, మాజీ కార్పొరేటర్ సింగిరెడ్డి పద్మారెడ్డి, కాంగ్రెస్ నాయకులు కొత్త కిరణ్ గౌడ్, క్రీడా పోటీలు ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా సింగిరెడ్డి పద్మారెడ్డి మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులకు విద్యతో పాటు క్రీడలు చాలా అవసరమని, ఆటలు ఆడడం వల్ల శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ప్రశాంతత, ఏకాగ్రత పెరుగుతాయని, విద్యార్థులకు ఆటలు నిత్యజీవితంలో ఒక భాగం కావాలని సూచిస్తూ, కృషి పట్టుదలతో క్రీడారంగంలో ఉన్నత స్థానానికి ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల బోడుప్పల్ ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఫిజికల్ డైరెక్టర్ విద్యాసాగర్, సీనియర్ ఉపాధ్యాయులు పి. వెంకటేశ్వర్, రాజిరెడ్డి, రాము, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# సర్పంచుల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడిగా బెజ్జం సాయి

### నల్లగొండ జిల్లా నూతన కార్యవర్గం నియామకం

**నల్లగొండ/హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 22 (మన ప్రజాశక్తి):**

నల్లగొండ జిల్లా సర్పంచుల సంఘం నూతన కార్యవర్గాన్ని నియమించారు. హైదరాబాద్ లకిడికాపూల్‌లోని తెలంగాణ పంచాయతీరాజ్ ఛాంబర్ ప్రధాన కార్యాలయంలో మంగళవారం జరిగిన కార్యక్రమంలో దామరచర్ల మండలం దిలావర్‌పూర్ గ్రామ సర్పంచ్ బెజ్జం సాయిని జిల్లా సర్పంచుల సంఘం అధ్యక్షుడిగా నియమిస్తూ నియామక పత్రాన్ని అందజేశారు. తెలంగాణ పంచాయతీరాజ్ ఛాంబర్ అధ్యక్షుడు చింపుల సత్యనారాయణ రెడ్డి ఈ నియామక పత్రాన్ని అందజేశారు. జిల్లా కార్యవర్గంలో భాగంగా

చింతలపూడి భాస్కర్ రెడ్డిని జిల్లా కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడిగా, చాట్ల చిరంజీవిని జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శిగా నియమించారు. ఈ సందర్భంగా చింపుల సత్యనారాయణ రెడ్డి మాట్లాడుతూ నల్లగొండ జిల్లాలో సర్పంచులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల పరిష్కారానికి నూతన కార్యవర్గం సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు. సర్పంచులకు ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటూ సంబంధిత అధికారులతో సమన్వయం చేసుకుని సమస్యలను పరిష్కరించే దిశగా కృషి చేయాలని అన్నారు. నూతనంగా నియమితులైన నాయకులు మాట్లాడుతూ జిల్లాలోని సర్పంచుల సంక్షేమంతో పాటు గ్రామాల అభివృద్ధికి సంఘం తరఫున సమన్వయంతో పనిచేస్తామని తెలిపారు. సర్పంచులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి వాటి పరిష్కారానికి నిరంతరం కృషి చేస్తామని పేర్కొన్నారు. తనను నల్లగొండ జిల్లా సర్పంచుల సంఘం అధ్యక్షుడిగా నియమించిన తెలంగాణ పంచాయతీరాజ్ ఛాంబర్ అధ్యక్షుడు చింపుల సత్యనారాయణ రెడ్డికి, తనపై విశ్వాసం ఉంచి మద్దతు తెలిపిన జిల్లా సర్పంచులందరికీ బెజ్జం సాయి హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సర్పంచుల హక్కులు, సంక్షేమం, గ్రామాల అభివృద్ధి కోసం తనకు అప్పగించిన బాధ్యతను సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తానని ఆయన తెలిపారు.

# నంద్యాల అభివృద్ధికి భారీ నిధులు..

### ఆరు పట్టణాలకు రూ.164 కోట్లు.. నంద్యాలకే రూ.63 కోట్లు.

**నంద్యాల (మన ప్రజాశక్తి):-**

జిల్లాలోని పట్టణాల రూపురేఖలు మార్చేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భారీగా నిధులు కేటాయించింది. ఆరు పట్టణాల్లో మౌలిక వసతుల అభివృద్ధి కోసం మొత్తం రూ.164 కోట్లను మంజూరు చేసినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ రాజకుమారి గణియా తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు వర్చువల్‌గా అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేశారు.ఈ నిధుల్లో అత్యధికంగా నంద్యాల పట్టణానికి రూ.63 కోట్లు కేటాయించారు. ధోన్, ఆళ్లగడ్డ, ఆత్మకూర్, నందికొట్కూరు పట్టణాలకు ఒక్కొక్కటికి రూ.21 కోట్లు, బేతంచెర్లకు రూ.17 కోట్లు మంజూరయ్యాయి.

నంద్యాల పట్టణానికి కేటాయించిన నిధులతో పాటు వివిధ ప్రభుత్వ పథకాల నిధులను సమన్వయం చేసి సుమారు రూ.550 కోట్లతో సమగ్ర అభివృద్ధి చేపట్టనున్నట్లు కలెక్టర్ వెల్లడించారు. పట్టణంలో మంచినీటి సరఫరా, రహదారుల అభివృద్ధి, డ్రైనేజీ వ్యవస్థ, మురుగునీటి శుద్ధి కేంద్రాలు, పార్కులు, పట్టణ సుందరీకరణ పనులకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వనున్నట్లు తెలిపారు.

పట్టణ అభివృద్ధితో పాటు పరిశుభ్రతకు కూడా ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని కలెక్టర్ సూచించారు. స్వచ్ఛ, ఆరోగ్యకర నంద్యాల నిర్మాణంలో ప్రజలు భాగస్వాములు కావాలని, ఇంటింటి చెత్త సేకరణకు సహకరించాలని

కోరారు. చేపట్టే అభివృద్ధి పనుల్లో నాణ్యతకు ఎలాంటి రాజీ లేకుండా నిర్ణీత గడువులో పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ బండి శేషన్న, మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు, వార్డు సభ్యులు, వివిధ శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

# కోడి చంద్రశేఖర్‌కు జిల్లా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయ అవార్డు

**అడవిదేవులపల్లి/ సెప్టెంబర్ 22 ( మన ప్రజాశక్తి)**

అడవిదేవులపల్లి మండలంలోని
చిట్యాల ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు కోడి చంద్రశేఖర్ జిల్లా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయ అవార్డు ను అందుకున్నారు.పాఠశాలను నిలబెట్టడంలో,క్రమశిక్షణతో కూడిన విద్యను అందిస్తూ,
ఈ విద్యాసంవత్సరంలో అధిక సంఖ్యలో విద్యార్థుల నమోదు (అడ్మిషన్లు) పెంచడంలో ఆయన విశేష కృషి చేశారు.?నల్లగొండలోని చినవెంకట్ రెడ్డి ఫంక్షన్ హాల్ లో నిర్వహించిన గురుపూజోత్సవ సన్మానోత్సవ సభలో జిల్లా కలెక్టర్
బడుగు.చంద్రశేఖర్,
జిల్లా ఎస్పీ శరత్ చంద్ర పవార్,
చేతుల మీదుగా ఆయన ఈ అవార్డును,సత్కారాన్ని అందుకున్నారు.ఉపాధ్యాయ శిక్షణ కార్యక్రమాలలోనూ, శాఖాపరమైన విధులలోనూ మండల విద్యాధికారికి,తోటి ఉపాధ్యాయులకు నిత్యం అందుబాటులో ఉంటూ అందరి మన్ననలు పొందారు. క్రమం తప్పకుండా పాఠశాలకు హాజరవుతూ,దాతల సహకారంతో విద్యార్థులకు ఉచితంగా నోట్‌బుక్స్,పఠనా సామగ్రిని పంపిణీ చేశారు. అంతేకాకుండా,పాఠశాలలో అన్ని రకాల క్రీడా సామగ్రిని అందుబాటులో ఉంచి విద్యార్థులను ఆటల్లో ప్రోత్సహిస్తూ వారి అశేష అభిమానాన్ని సంపాదించుకున్నారు.?కోడి చంద్రశేఖర్‌కు జిల్లా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయ అవార్డు లభించడం పట్ల చిట్యాల గ్రామస్తులు, విద్యార్థులు,తోటి ఉపాధ్యాయులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ అభినందనలు తెలిపారు.

# తిమ్మంపేట పంచాయతీలో ముమ్మరంగా దోమల నివారణ చర్యలు

**పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి**
**తిమ్మంపేట పంచాయతీ రాజీవ్ నగర్‌లో 'యాంటీ లార్వా' కార్యక్రమం**
**నిల్వ నీటిని తొలగించిన సర్పంచ్ తుర్రం శ్రీనివాసరావు**
**గ్రామంలో ఉచిత వైద్య శిబిరం నిర్వహణ**

**ములకలపల్లి, మనప్రజాశక్తి:**

ఇంటి పరిసరాల్లో నీరు నిల్వ ఉండకుండా చూసుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందని తిమ్మంపేట గ్రామ సర్పంచ్ తుర్రం శ్రీనివాసరావు తెలిపారు. మండల పరిధిలోని తిమ్మంపేట గ్రామ పంచాయతీ రాజీవ్ నగర్‌లో నిర్వహించిన యాంటీ లార్వా ఆపరేషన్ కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ?ఈ సందర్భంగా గ్రామాల్లోని నివాసాల మధ్య పర్యటించి పరిసరాలను పరిశీలించారు. ఇళ్ల ఆవరణలోని పాత కుండలు, తొట్లు, ఖాళీ డబ్బాల్లో నిల్వ ఉన్న నీటిని స్వయంగా ఒంపివేయించి తొలగించారు. అనంతరం సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. ఇళ్ల పరిసరాల్లో నీరు నిల్వ ఉంటే దోమల లార్వా చేరి, డెంగ్యూ, మలేరియా వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు ప్రబలే ప్రమాదం ఉందన్నారు. ప్రజలు వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతతో పాటు పరిసరాల పరిశుభ్రతకు ప్రాధాన్యమివ్వాలని, వారంలో కనీసం ఒక రోజు డ్రై డేగా పాటించాలని సూచించారు.

?వైద్య శిబిరానికి విశేష స్పందన:
ఈ సందర్భంగా గ్రామంలో వైద్యారోగ్య శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఉచిత వైద్య శిబిరం (హెల్త్ క్యాంప్) నిర్వహించారు. ఎంఎల్‌హెచ్‌పీ స్పందన, వైద్య సిబ్బంది గ్రామస్థులకు రక్తపోటు (బీపీ), మధుమేహం తదితర ఆరోగ్య పరీక్షలు నిర్వహించి ఉచితంగా మందులు పంపిణీ చేశారు. సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు.?ఈ కార్యక్రమంలో ఎంఎల్‌హెచ్‌పీ స్పందన, ఏఎన్ఎంలు, ఆశా కార్యకర్తలు, గ్రామ పంచాయతీ సిబ్బంది, గ్రామస్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# క్రీడలతోనే సమగ్ర వ్యక్తిత్వ వికాసం...

**క్రీడలు, సాంస్కృతిక రంగాలవైపు దృష్టి సారించాలి.**
**గెలుపోటములను సమానంగా స్వీకరించాలి.**
**క్రీడాప్రతిభను ప్రోత్సహిస్తున్న ఎస్జిఏ ఫౌండేషన్.**
**క్రీడా రంగ అభివృద్ధికి కృషి చేస్తున్నా.**
**కొత్తగూడెం శాసనసభ్యులు కూనంనేని సాంబశివరావు.**

**పాల్వంచ మన ప్రజాశక్తి:**

క్రీడలతోనే మానసిక ఉల్లాసం, శారీరక దృఢత్వంతో పాటు సమగ్ర వ్యక్తిత్వ వికాసం సాధ్యమవుతుందని కొత్తగూడెం శాసనసభ్యులు కూనంనేని సాంబశివరావు అన్నారు. పాల్వంచ పట్టణ పరిధిలోని శ్రీనివాస కాలనీలో శ్యామల గోపాలన్ ఎడ్యుకేషన్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో వారం రోజులపాటు నిర్వహించిన ఆల్ ఇండియా సీనియర్ టెన్నిస్ టోర్నమెంట్స్-2026 ముగింపు వేడుకలు మంగళవారం ఘనంగా జరిగాయి. ఈ కార్యక్రమానికి ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరై విజేతలకు బహుమతులు అందజేసి అభినందించారు. అనంతరం జరిగిన సభలో ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ చదువుతో పాటు ఆటలకు కూడా యువత ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని, అప్పుడే సమాజంలో ఆరోగ్యకరమైన పోటీతత్వం పెంపొందుతుందని పేర్కొన్నారు. క్రీడల్లో గెలుపోటములను సమానంగా స్వీకరిస్తూ ముందుకు సాగినప్పుడే ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించవచ్చని చెప్పారు. స్థానిక స్థాయి నుంచి జాతీయ స్థాయి టోర్నమెంట్లను నిర్వహించడం ద్వారా స్థానిక క్రీడాకారులకు మంచి అనుభవం, గుర్తింపు లభిస్తాయన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో దాగివున్న ప్రతిభను వెలికితీసేందుకు ఇలాంటి టోర్నమెంట్లు ఎంతగానో దోహదపడతాయని తెలిపారు. మారుమూల ప్రాంతాల్లోనూ క్రీడా మౌలిక వసతులు, మైదానాల అభివృద్ధిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన సూచించారు. యువత వ్యసనాలకు దూరంగా ఉంటూ క్రీడల వైపు మళ్లేలా ప్రోత్సహించాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందన్నారు. కార్యక్రమంలో కార్పొరేషన్ కమిషనర్ కె సుజాత, సీపీఐ జిల్లా కార్యదర్శి సాబీర్ పాషా మేయర్ మూడ్ గణేష్, డిప్యూటీ మేయర్ సిరిపురపు లలిత కుమారి, కాంగ్రెస్ నాయకులు నాగ సీతారాములు, సీపీఐ జిల్లా కార్యవర్గ అడుసుమిల్లి సాయిబాబా వీసంశెట్టి పూర్ణచంద్రరావు కార్పొరేటర్ గుర్రం వెంకటేశ్వర్లు నాయకులు డి సుధాకర్, శనగారపు శ్రీనివాసరావు, గిరి, ఆవుల సతీష్, కాకటి రవీందర్, భూతం కిరణ్, ఉపేందర్ రెడ్డి, ఆదినారాయణ, రామారావు, సంజీవరావు, అల్లి వెంకటేశ్వర్లు, ఫౌండేషన్ నిర్వాహకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, క్రీడాకారులు, పట్టణ ప్రముఖులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# టీచర్స్ కాలనీలో ఘనంగా అన్నదానం

**పాల్వంచ మన ప్రజాశక్తి:**

వినాయక చవితి ఉత్సవాల సందర్భంగా పాల్వంచ పట్టణంలోని టీచర్స్ కాలనీలో పట్టిపల్లి కళ్యాణ్‌రామ్--సరస్వతి ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. గణనాథుడి మండపం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన ఈ కార్యక్రమానికి భక్తులు, కాలనీ వాసులు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు.
ఈ సందర్భంగా సుమారు 1,800 మందికి పైగా భక్తులకు అన్నప్రసాదాన్ని వితరణ చేశారు. భక్తిశ్రద్ధలతో వంటకాలను సిద్ధం చేసి, భక్తులకు ఆప్యాయంగా అన్నప్రసాదాన్ని అందించారు. దీంతో టీచర్స్ కాలనీలో పండుగ సందడి నెలకొంది.
కార్యక్రమానికి భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ

ఎస్సీ సెల్ జనరల్ సెక్రటరీ దారా చిరంజీవి, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు కాపర్తి వెంకటాచారి, కాంగ్రెస్ నాయకులు పారిపత్తి వెంకటేశ్వర్లు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై అన్నదాన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ పర్వదినాల్లో భక్తులకు అన్నప్రసాదం అందించడం గొప్ప సేవా కార్యక్రమమని పేర్కొన్నారు. అన్ని దానాల్లో అన్నదానం విశిష్టమైనదని, ఆకలితో ఉన్నవారికి ఆహారం అందించడం ద్వారా మానవత్వాన్ని చాటుకోవచ్చన్నారు. కళ్యాణ్‌రామ్--సరస్వతి ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున అన్నదానం నిర్వహించడం అభినందనీయమన్నారు.
కార్యక్రమంలో కమిటీ లీడర్ దినేష్, విజయ, శ్రీదేవి, లలిత, నాని, ఉదయ్, మహేష్ తదితరులు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా నిర్వాహకులు ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేయడంతో అన్నదాన కార్యక్రమం సజావుగా సాగింది. భక్తిశ్రద్ధలు, సేవాభావంతో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమం టీచర్స్ కాలనీలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది.

# భారతీయ భాషల ప్రాధాన్యత చాటుతూ...
# ఘనంగా హిందీ సోషల్ అవుట్ రీచ్ కార్యక్రమం!

**పాల్వంచ మన ప్రజాశక్తి, సెప్టెంబర్ 22:**

స్థానిక స్టార్ చిల్డ్రన్ హై స్కూల్ వేదికగా ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల పాల్వంచ (అటానమస్) హిందీ విభాగం ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం 'హిందీ అవుట్ రీచ్' కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. సెప్టెంబర్ 14న హిందీ భారతదేశానికి రాజభాషగా గుర్తింపు పొందిన చారిత్రక దినాన్ని పురస్కరించుకుని చేపట్టిన ఈ వేడుకకు ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల హిందీ విభాగ అధ్యక్షురాలు డాక్టర్ టి. అరుణ కుమారి ప్రత్యేక అతిథిగా విచ్చేశారు. ఈ సందర్భంగా వక్తలు మాట్లాడుతూ హిందీ భారతదేశానికి ఒక జీవనాడి వంటిదని నేటి ఆధునిక ప్రపంచంలో ఈ భాష నేర్చుకోవడం ద్వారా అద్భుతమైన ఉద్యోగ అవకాశాలు లభిస్తాయని విద్యార్థులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులలో సృజనాత్మకతను వెలికితీసేందుకు వ్యాసరచన హ్యాండ్ రైటింగ్ పుస్తక పఠనం చార్ట్ పెయింటింగ్ ప్రముఖ కవులు మరియు రచయితల పరిచయాలు వంటి విభిన్న పోటీలు నిర్వహించి విజేతలైన విద్యార్థులకు బహుమతులు అందజేశారు. అనంతరం హిందీ భాషా ప్రాధాన్యతను తెలియజేస్తూ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. హిందీ భాషా విశిష్టతను చాటుతూ ప్లకార్డులతో పట్టణంలో ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల కరస్పాండెంట్ జి. భాస్కరరావు ప్రిన్సిపాల్ జి. శ్రీనివాసరెడ్డి హిందీ అధ్యాపకురాలు జి. రమాదేవి ఇతర అధ్యాపక బృందం మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

## పౌష్టికాహారంతోనే రక్తహీనత నివారణ

**చింతలపాడు అంగన్‌వాడీ కేంద్రంలో 'పోషణ మాసం'**

**ములకలపల్లి, మన ప్రజాశక్తి :**

మహిళలు, కిశోర బాలికలు పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం ద్వారానే రక్తహీనత సమస్యను అధిగమించవచ్చని ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్ వి. లలిత పేర్కొన్నారు. మండల పరిధిలోని సీతారాంపురం గ్రామపంచాయతీ చింతలపాడు, ధర్మాన నగర్ అంగన్‌వాడీ కేంద్రంలో మంగళవారం పోషణ మాసం కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు.?ఈ సందర్భంగా మహిళలకు రక్తహీనత రాకుండా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, ఆకుకూరలు, పప్పుధాన్యాలు, ఐరన్ అధికంగా ఉండే ఆహార పదార్థాల ప్రాధాన్యంపై అవగాహన కల్పించారు. అనంతరం కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన పోషకాహార ప్రదర్శన (ఎగ్జిబిషన్)ను పరిశీలించి, స్థానికంగా లభించే సహజ సిద్ధమైన ఆహారంతో కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను వివరించారు. ఈ ?కార్యక్రమంలో అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తలు సరస్వతి, జ్యోతి, ఉపేంద్ర, సుజాత, గర్భిణులు, బాలింతలు, చిన్నారుల తల్లులు పాల్గొన్నారు.

## ఘనంగా గణనాథుడి అన్నవితరణ

**ములకలపల్లిలో వైభవంగా వినాయక నవరాత్రులు**
**స్వామివారిని దర్శించుకున్న పాత్రికేయులు**

**ములకలపల్లి, మనప్రజాశక్తి :**

వినాయక నవరాత్రి ఉత్సవాలు భక్తిశ్రద్ధలతో, అత్యంత వైభవంగా కొనసాగుతున్నాయి. ఉత్సవాల్లో భాగంగా పలు మండపాల వద్ద చేపట్టిన అన్నదాన కార్యక్రమాలకు భక్తులు భారీగా తరలివచ్చారు.
మండల కేంద్రంలో గాడి తిరుపతి రెడ్డి, గాడి కేతన్ ఆధ్వర్యంలో కొలువుదీరిన వరసిద్ధి వినాయకుడిని విలేకరులు దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం వారు తీర్థప్రసాదాలు స్వీకరించారు. భక్తిభావంతో అన్నవితరణ చేపట్టడం అభినందనీయమని, ఇటువంటి సేవా కార్యక్రమాలు సమాజానికి ఎంతో ఆదర్శమని భక్తులు కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో విలేకర్లు గంటా వేంకటేశ్వర్లు, తన్నీరు పవన్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## అన్నదానాల్లో తుమ్మల అభిమానుల సందడి

**ములకలపల్లి, మన ప్రజాశక్తి :**

గణేశ్ నవరాత్రోత్సవాల్లో భాగంగా చేపట్టిన అన్నదాన కార్యక్రమాల్లో తుమ్మల నాగేశ్వరరావు అభిమానులు, సీనియర్ నాయకులు మంగళవారం ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. ములకలపల్లికి చెందిన గాడి తిరుపతిరెడ్డి, గాడి కేతన్ ఆధ్వర్యంలో ప్రతిష్ఠించిన గణపతిని వారు దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. అనంతరం భక్తులకు స్వయంగా అన్నదానం వడ్డించారు?ఉత్సవాల వేళ అన్నదాన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం అభినందనీయమని నాయకులు పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు పైడి వెంకటేశ్వర్లు, పర్వతనేని అమర్‌నాథ్, అడపా నాగేశ్వరరావు, వేముల నాగేశ్వరరావు, వల్లేపు మహేశ్, కొయ్యల అచ్యుతరావు, కాసాని నాగప్రసాద్, మంగపతి, పామర్తి కృష్ణ, నరాటి ప్రసాద్, ఈర్ల కిరణ్‌కుమార్, బాల అప్పారావు , పేటేటి నర్సింహారావు, ఈర్ల రాంబాబు, వేముల శ్రీను, జరుపుల బాలాజీ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# సుశీల భాగ్యమ్మకు బైరెడ్డి సిద్ధార్థరెడ్డి ఆప్యాయ పరామర్శ..

ఇంటికి వెళ్లి ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకున్న వైఎస్సార్‌సీపీ రాష్ట్ర యువజన విభాగం వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్.

**నందికొట్కూరు (మన ప్రజాశక్తి):-**

పట్టణంలోని సాయిబాబాపేటలో నివసిస్తున్న మున్సిపల్ మాజీ కో–ఆప్షన్ సభ్యురాలు దాసరి సుశీల భాగ్యమ్మ అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న విషయం తెలుసుకున్న వైఎస్సార్‌సీపీ రాష్ట్ర యువజన విభాగం వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ బైరెడ్డి సిద్ధార్థరెడ్డి మంగళవారం ఆమె నివాసానికి వెళ్లి పరామర్శించారు.ఆమె ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకుని, త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడి ధైర్యం చెప్పారు.ఈ కార్యక్రమంలో వైఎస్సార్‌సీపీ పట్టణ అధ్యక్షుడు మన్సూర్‌తో పాటు రమేష్,రావుఫ్, మధు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# భక్తిశ్రద్ధలతో గణనాథుని ఉత్సవాలు

**మేడ్చల్ /పెట్ బషీరాబాద్ సెప్టెంబర్ 22 (మన ప్రజాశక్తి)**

కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలోనీ అంగడిపేట సమీపంలో వినాయక నవరాత్రి ఉత్సవాలు వైభవంగా కొనసాగుతున్నాయి. గణనాథుని నవరాత్రులను పురస్కరించుకుని బి ఆర్ ఎస్ సీనియర్ నాయకులు బైరి అనిల్ గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో అంగడిపేట సమీపంలో ప్రతి సంవత్సరం లాగే ఘనంగా గణనాథుని మంటపం నిర్వహించి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ప్రజాశక్తి ప్రతినిధితో బైరి అనిల్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ గత పన్నెండు సంవత్సరాల నుండి ఆకర్షణీయంగా గణపతి మంటపం నిర్వహించి మంటపం వద్ద చిన్నారులతో ఉట్టి కార్యక్రమాలు ఆడించి విజేతలకు బహుమతులు పంపిణీ చేయడం తో పాటు భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రత్యేక పూజలు చేస్తున్నామని మరియు భక్తులకు అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించి సుమారు 15 వందల మందికి అన్న ప్రసాదం పంపిణీ చేస్తున్నట్లు ఆయన తెలియజేశారు. నవరాత్రుల సందర్భంగా కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గ దళిత సంఘాల ఐక్యవేదిక కమిటీ అధ్యక్షులు బేకు ఆనంద్ బాబు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సాధు గోపి ముదిరాజ్ , మల్లేష్ యాదవ్, చరణ్ ,లోకేష్ గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ఆరోగ్యకరమైన బిడ్డలను జన్మనిచ్చేందుకు గర్భిణీ స్త్రీలు పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలి

సూపర్వైజర్ పరిమి రజిని

**వేములపల్లి, ప్రజాశక్తి:**

వేములపల్లి మండల పరిధిలోని సలుకునూరు 1,2 రావుల పెంట 3 అంగన్వాడి కేంద్రముల లో పోషణ మాసం కార్యక్రమం నిర్వహించారు. సూపర్వైజర్ పరిమి రజిని...గర్భిణీలకు, బాలింతలకు పిల్లల తల్లులకు పోషకాహారం పై అవగాహన కల్పించారు. ప్రతి రోజు భోజనంలో చిరుధాన్యాలు,పప్పులు,ఆకుకూరలు,కూరగాయలు,పాలు,పండ్లు,గుడ్లు ఉండేలా తల్లులు పిల్లలు తీసుకోవాలని వివరించారు.గ్రామంలో బాల్య వివాహాలు,అక్రమ దత్తతలు జరగకూడదని తల్లులకు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో ప్రై మరీ స్కూల్ టీచర్ సైదిరెడ్డి అంగన్వాడీ టీచర్స్ జ్యోతి, సంజాత,శారద తల్లులు పిల్లలు పాల్గొన్నారు.

# మన సంస్కృతి ప్రతిబింబించాలి

**ఆదిలాబాద్, వరంగల్ విమానాశ్రాయాలు, ఢిల్లీలో తెలంగాణ భవన్ ప్రతీకలుగా నిలవాలి**

**సమగ్ర ప్రణాళికతో పనులు చేపట్టాలి**

**అధికారులకు సీఎం ఆదేశం**

**హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 22**

: ఆదిలాబాద్, వరంగల్ విమానాశ్రయాలు, ఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్ నిర్మాణాల్లో) తెలంగాణ సంస్కృతి(కి ప్రతీకలుగా నిలవాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ చరిత్ర, సంస్కృతికి ప్రతిరూపాలుగా ఉన్న కాకతీయ కళాతోరణం, రామప్ప ఆలయం, పిల్లలమర్రి దేవాలయం శిల్ప వాస్తుకళలను పరిశీలించి, అవి ప్రతిబింబించేలా నిర్మాణాలు చేపట్టాలని తెలిపారు. ఆదిలాబాద్, వరంగల్ విమానాశ్రయాలు, ఢిల్లీలో తెలంగాణ భవన్ నిర్మాణాలపై రాష్ట్ర సచివాలయంలో ముఖ్యమంత్రి మంగళవారం సమీక్ష నిర్వహించారు.ఆదిలాబాద్, వరంగల్ విమానాశ్రయాలు నిర్మించే ప్రాంతాల్లో ఉన్న విద్యుత్ లైన్ల మార్పు, వాగుల ప్రవాహం, రహదారుల మళ్లింపు, బీఎస్ఎన్ఎల్ లైన్లు, తాగునీటి పైపులైన్ల మార్పు అంశాలను అధికారులు సీఎంకు వివరించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులకు సీఎం పలు సూచనలు చేశారు. విమానాశ్రయాల కాంపౌండ్ వాల్ సమీపం నుంచి రహదారులు నిర్మించాలని, వాటిని సమీప జిల్లా, రాష్ట్ర, జాతీయ రహదారులకు అనుసంధానం చేయాలని సూచించారు. ఏ శాఖకు ఆ శాఖ విడివిడిగా పనులు చేపడితే, అనేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొవాల్సి వస్తుందన్నారు.విద్యుత్, ఆర్ అండ్ బీ, తాగు నీటి సరఫరా, నీటి పారుదల శాఖ అధికారులు సమావేశమై బీఎస్ఎన్ఎల్ అధికారులతో చర్చించి, ఏకకాలంలో పనులు సాగేలా చూడాలని సూచించారు. ప్రస్తుత అవసరాలనే కాకుండా భవిష్యత్ అవసరాలను పరిగణనలోకి తీసుకొని సమగ్ర ప్రణాళిక రూపొందించుకొని పనులు ముందుకు సాగేలా చూడాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. వాగులు, ఇతర నీటి ప్రవాహాలను మళ్లించాల్సి వస్తే, విమానాశ్రయాల ప్రాంగణం లేదా సమీపంలో చెరువులను నిర్మించి, అక్కడి నుంచి ప్రవాహాలను మళ్లించేలా చూడాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు.విమానాశ్రయాలకు వచ్చే, వెళ్లే రహదారులు విశాలంగా ఉండడంతో పాటు సమీపంలోని ముఖ్య రహదారులకు అనుసంధానించేలా నిర్మించాలని సీఎం ఆదేశించారు. నిర్దేశిత సమయంలో పనులు పూర్తయ్యేలా చూడాలని ఆదేశించారు. ఆదిలాబాద్, వరంగల్ విమానాశ్రయాలతో పాటు ఢిల్లీ తెలంగాణ భవన్ నిర్మాణాలకు సంబంధించిన డిజైన్లను ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి పరిశీలించారు. ప్రతి నిర్మాణంలోనూ తెలంగాణ సంస్కృతి, శిల్ప, వాస్తు కళలకు పెద్దపీట వేయాలని ఆదేశించారు.పలు ఆకృతుల్లో మార్పులను సీఎం సూచించారు. సమీక్షలో రాష్ట్ర ఆర్ అండ్ బీ శాఖ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి, ఎంపీలు వేం నరేందర్ రెడ్డి, చామల కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, విప్ బీర్ల అయిలయ్య, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు, సీఎం ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ ఎన్.శ్రీధర్, ఆర్ అండ్ బీ స్పెషల్ చీఫ్ సెక్రటరీ వికాస్ రాజ్, విద్యుత్ శాఖ ప్రత్యేక ముఖ్య కార్యదర్శి నవీన్ మిట్టల్, ప్రణాళిక శాఖ కార్యదర్శి డాక్టర్ గౌరవ్ ఉప్పల్, ఆర్ అండ్ బీ ప్రత్యేక కార్యదర్శి గంగాధర్, పవర్ గ్రిడ్ ఈడీ డొమన్ యాదవ్, టీజీ ఎస్పీడీసీఎల్ సీఎండీ వరుణ్ రెడ్డి, ఎయిర్ కమోడొర్ రాహుల్ శుక్లా, ఏవియేషన్ డైరెక్టర్ భరత్ రెడ్డి, స్థపతి ఈమని శివనాగిరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# తెలంగాణకు మరణశాసనం రాసిందే కేసీఆర్

**రాజకీయ లబ్ధికోసమే కృష్ణా జలాలపై బీఆర్ఎస్ రాద్ధాంతం**

**మంత్రులు వాకిటి శ్రీహరి, జూపల్లి**

**హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 22**

: కృష్ణా జలాల(విషయంలో తెలంగాణకు మరణ శాసనం రాసింది కేసీఆరేన మంత్రి వాకిటి శ్రీహరి ఆరోపించారు. జూరాలలో నీటి మట్టం, నిల్వ సామర్థ్యంపై హరీశ్‌రావు), కేటీఆర్), బీఆర్ఎస్ నాయకులకు అవగాహన లేదని విమర్శించారు. వచ్చే కాలంలో తాగునీరు ఎలా ఇవ్వాలన్న దానిపై మాట్లాడటం లేదన్నారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో కూడా జూరాల నీటిని తాగునీటి కోసం నిల్వ ఉంచితే.. తాము రాజకీయం చేయలేదని అన్నారు. రైతులు సమన్వయం పాటించాలని చేతులు జోడించి అడిగితే తన మాటలను బీఆర్ఎస్ నాయకులు వక్రీకరించారని అన్నారు.రైతులకు ద్రోహం చేసినందుకే గత ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్‌కు) ప్రజలు బుద్ధి చెప్పారని పేర్కొన్నారు. రైతు సంక్షేమానికి కాంగ్రెస్ కట్టుబడి ఉందన్నారు. పాలమూరు జిల్లా గురించి మాట్లాడే నైతిక హక్కు బీఆర్ఎస్‌కు లేదన్నారు. కుర్చీ వేసుకుని కూర్చొని పాలమూరు కడతానని కేసీఆర్.. నోరు తెరిస్తే అబద్ధాలేనన్నారు. ఎల్ నినోను ఎదుర్కోవడంపై బీఆర్ఎస్ సలహాలు, సూచనలు ఇవ్వాలి తప్ప రాజకీయం చేస్తే తగినశాస్తి జరుగుతుందని మంత్రి శ్రీహరి హెచ్చరించారు.

**కర్ణాటకతో సీఎం మాట్లాడారు: మంత్రి జూపల్లి**

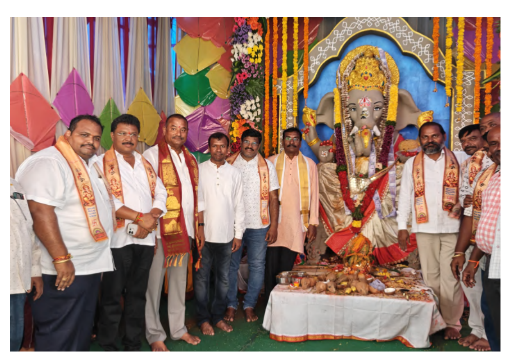
జూరాలకు నీటి కోసం కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రితో సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి, మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్ రెడ్డి ఇప్పటికే మాట్లాడారని, 20వ తేదీనే కర్ణాటక సీఎంకు లేఖ రాశారని మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావుతెలిపారు. జూరాలలో ప్రస్తుత పరిస్థితికి గత ప్రభుత్వమే కారణమన్నారు. జూరాలలో 2.5 టీఎంసీలు సిల్ట్ ఉంది. మరో మూడు టీఎంసీలు డెడ్ స్టోరేజ్. మరో 2.5 టీఎంసీలు తాగునీటి కోసం కేటాయించినవని, 1 టీఎంసీ ఆవిరిగా మారుతుందని తెలిపారు. మల్లన్నసాగర్, రంగనాయకసాగర్ రిజర్వాయర్లు కట్టిన కేసీఆర్.. 5.50 లక్షల ఎకరాల ఆయకట్టు ఉన్న జూరాల కోసం అదనంగా ఎందుకు రిజర్వాయర్లు కట్టలేదన్నారు.7 టీఎంసీలతో 6 లక్షల ఎకరాల సాగు ఎలా అవుతుందన్నారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో కృష్ణా జలాల్లో వాడుకున్న అత్యధిక వాటా 33 శాతమేనని, ఆంధ్రప్రదేశ్ 77 శాతం వాడుకుందన్నారు. తమ ప్రభుత్వ హయాంలో తెలంగాణ దాదాపు 45 శాతం వాటా వాడుకుంటోందన్నారు. కృష్ణా జలాల్లో తెలంగాణకు 299 టీఎంసీలు చాలని కేసీఆర్, హరీశ్‌రావు సంతకం చేస్తే.. ఇప్పుడు సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి కృష్ణా జలాల్లో 69 శాతం కోసం న్యాయపోరాటం చేస్తున్నారని తెలిపారు.

# గణనాధుని సన్నిధిలో పూజలు, అన్నదానాలు

**గణేష్ నవరాత్రుల్లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే బత్తుల లక్ష్మారెడ్డి**

**మిర్యాలగూడ,ప్రజాశక్తి:**

మిర్యాలగూడ నియోజకవర్గంలోని పలు ప్రాంతాల్లో గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాలు భక్తిశ్రద్ధలతో కొనసాగుతున్నాయి.ఉత్సవాల్లో భాగంగా 9వ రోజు నియోజకవర్గంలోని పలు ప్రాంతాల్లో ఏర్పాటు చేసిన శ్రీ గణనాథుల విగ్రహాలను మిర్యాలగూడ శాసనసభ్యులు బత్తుల లక్ష్మారెడ్డి దర్శించుకున్నారు.ఈ సందర్భంగా ఆయా గణేష్ మండపాల్లో నిర్వహించిన ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొని స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.అనంతరం నిర్వాహకులు, భక్తులతో మాట్లాడి గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాల నిర్వహణ గురించి వివరాలు తెలుసుకున్నారు.గణేష్ ఉత్సవాలు భక్తి,శాంతి,సోదరభావంతో కొనసాగాలని,ప్రజలందరికీ శ్రీ గణేశుడి ఆశీస్సులు లభించాలని ఆకాంక్షించారు.ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, సర్పంచ్ లు, కౌన్సిలర్లు, కాంగ్రెస్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



# హైదరాబాద్‌ను ముంచెత్తిన వర్షం..

**హైదరాబాద్‌లోని పలు ప్రాంతాల్లో కురిసిన భారీ వర్షం**

**వాయుగుండం ప్రభావంతో తెలంగాణకు రెండు రోజుల వర్ష సూచన**

**ఎనిమిది జిల్లాలకు ఆరెంజ్ అలర్ట్, 20 జిల్లాలకు భారీ వర్ష హెచ్చరిక**

**అధికారులను అప్రమత్తం చేస్తూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కీలక ఆదేశాలు**

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22**

బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన వాయుగుండం ప్రభావంతో హైదరాబాద్ నగరంలోని పలు ప్రాంతాల్లో మంగళవారం సాయంత్రం భారీ వర్షం కురిసింది. రానున్న రెండు రోజుల పాటు తెలంగాణ వ్యాప్తంగా భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ హెచ్చరించింది. ఈ నేపథ్యంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధికార యంత్రాంగాన్ని అప్రమత్తం చేశారు.మంగళవారం సాయంత్రం కురిసిన వర్షానికి కూకట్‌పల్లి, ఆల్వాల్, బాలానగర్, మల్కాజిగిరి, బోయిన్‌పల్లి, అంబర్‌పేట, కోఠి, లక్డీకాపూల్ వంటి అనేక ప్రాంతాలు జలమయమయ్యాయి. రహదారులపై వర్షపు నీరు భారీగా చేరడంతో పలుచోట్ల ట్రాఫిక్‌కు తీవ్ర అంతరాయం కలిగింది. ముఖ్యంగా షేక్‌పేట పరిసర ప్రాంతాల్లో వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడ్డారు.వాయుగుండం ప్రభావంతో మంగళ, బుధవారాల్లో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విస్తారంగా వర్షాలు కురుస్తాయని వాతావరణ శాఖ వెల్లడించింది. ఈ క్రమంలో పెద్దపల్లి, జయశంకర్ భూపాలపల్లి, ములుగు, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం సహా ఎనిమిది జిల్లాలకు 'ఆరెంజ్ అలర్ట్' జారీ చేయగా, మరో 20 జిల్లాలకు భారీ వర్ష సూచన జారీ చేసింది.భారీ వర్షాల హెచ్చరికల నేపథ్యంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఉన్నతాధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించి కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. లోతట్టు ప్రాంతాల్లో నీరు నిలవకుండా తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని, విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయం కలగకుండా చూడాలని సూచించారు. సహాయక బృందాలు, కంట్రోల్ రూమ్‌లు 24 గంటల పాటు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆదేశించారు. వాతావరణ పరిస్థితుల దృష్ట్యా ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

# హైదరాబాద్ ఓయోలో విశాఖ యువతి అనుమానాస్పద మృతి.. ప్రియుడు పరారీ!

**మాదాపూర్ ఓయో హోటల్‌లో యువతి అనుమానాస్పద మృతి**

**ప్రియుడితో కలిసి హోటల్‌కు రాగా, తెల్లారేసరికి శవంగా యువతి**

**మృతురాలి శరీరంపై గాయాలు, గదిలో రక్తపు మరకల గుర్తింపు**

**ఘటన జరిగిన తర్వాత ఆసుపత్రి నుంచి పరారైన ప్రియుడు**

**అనుమానాస్పద మృతిగా కేసు నమోదు..**

**ప్రియుడి కోసం పోలీసుల గాలింపు**

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22**

హైదరాబాద్‌లోని మాదాపూర్‌లో ఓ యువతి అనుమానాస్పద రీతిలో మృతి చెందడం కలకలం రేపుతోంది. సిద్దిఖీ నగర్‌లోని ఓ ఓయో హోటల్‌లో ఈ విషాద ఘటన చోటుచేసుకుంది. ప్రియుడితో కలిసి హోటల్‌కు వచ్చిన యువతి మరణించడం, అనంతరం అతను పరారీ కావడం పలు అనుమానాలకు తావిస్తోంది. ఈ ఘటనపై మాదాపూర్ పోలీసులు అనుమానాస్పద మృతిగా కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. విశాఖపట్నానికి చెందిన షారోన్ నిఖితా టోప్నో, తన ప్రియుడు శ్రీనివాస రవితేజతో కలిసి మాదాపూర్‌లోని ఓయో హోటల్‌లో రూమ్ నంబర్ 303 బుక్ చేసుకుంది. అయితే, అర్ధరాత్రి సమయంలో రవితేజ హోటల్ సిబ్బంది వద్దకు వచ్చి, తనతో ఉన్న నిఖితా అపస్మారక స్థితిలోకి వెళ్లిందని చెప్పాడు. సిబ్బంది సహాయంతో ఆమెను హుటాహుటిన కొండాపూర్‌లోని అపోలో ఆసుపత్రికి తరలించగా, అప్పటికే ఆమె మృతి చెందినట్లు వైద్యులు నిర్ధారించారు.ఈ ఘటనపై సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు రంగంలోకి దిగి విచారణ ప్రారంభించారు. మృతురాలి ముఖం, తల భాగంలో గాయాలు, వాపులు ఉండటంతో దీనిని అనుమానాస్పద మృతిగా కేసు నమోదు చేశారు. ఘటనా స్థలాన్ని పరిశీలించగా, వారు బస చేసిన గదిలోని గోడలు, బెడ్‌షీట్‌పై రక్తపు మరకలు కనిపించాయి. గదిలో ఖాళీ బీర్, విస్కీ బాటిళ్లు కూడా లభ్యం కావడంతో ఇద్దరి మధ్య గొడవ జరిగి ఉండవచ్చని పోలీసులు అనుమానిస్తున్నారు.నిఖిత మరణించిన విషయం తెలియగానే రవితేజ ఆస్పత్రి నుంచి పరారయ్యాడు. దీంతో అతనిపై అనుమానాలు మరింత బలపడ్డాయి. అతని ఆచూకీ కోసం పోలీసులు ప్రత్యేక బృందాలను ఏర్పాటు చేసి గాలిస్తున్నారు. రవితేజ ఫోన్ సిగ్నల్స్ చివరిసారిగా సికింద్రాబాద్ రైల్వే స్టేషన్ వద్ద నమోదై, ఆ తర్వాత స్విచ్ఛాఫ్ అయినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. ప్రస్తుతం క్లూస్ టీమ్ హోటల్ గదిలో కీలక ఆధారాలను సేకరిస్తోంది. హోటల్ పరిసరాల్లోని సీసీటీవీ ఫుటేజీని పోలీసులు విశ్లేషిస్తున్నారు.

# జూరాలకు నీళ్లివ్వండి.. కర్ణాటక సీఎంకు రేవంత్ ఫోన్

**జూరాలకు 5 టీఎంసీల నీరు ఇవ్వాలని కోరిన రేవంత్**

**నీటి విడుదలకు శివకుమార్ సానుకూలంగా స్పందించినట్లు సమాచారం**

**బెంగళూరులో శివకుమార్‌తో మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేల భేటీ**

**విడతల వారీగా నీటిని విడుదల చేయాలని విజ్ఞప్తి**

**జూరాల నీటి కోసం రైతుల ఆందోళన**

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22**

ఉమ్మడి పాలమూరు జిల్లాలో సాగునీటి సమస్యపై సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి స్వయంగా రంగంలోకి దిగారు. జూరాల ప్రాజెక్టుకు ఐదు టీఎంసీల నీటిని విడుదల చేయాలని కర్ణాటక సీఎం డీకే శివకుమార్‌ను కోరారు. మంగళవారం ఫోన్‌లో మాట్లాడిన రేవంత్‌రెడ్డి.. జిల్లాలో నెలకొన్న వర్షాభావ పరిస్థితులను ఆయనకు వివరించారు.జూరాల నుంచి సాగునీరు అందక ఇప్పటికే సాగు చేసిన పంటలు ఎండిపోయే పరిస్థితి ఉందని తెలిపారు. రైతుల పరిస్థితిని దృష్టిలో పెట్టుకుని ఐదు టీఎంసీల నీటిని జూరాలకు విడుదల చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. దీనిపై శివకుమార్ సానుకూలంగా స్పందించినట్లు సమాచారం.రేవంత్‌రెడ్డి ఆదేశాలతో మంత్రులు జూపల్లి కృష్ణారావు, శ్రీహరి, ఎమ్మెల్యేలు బండ్ల కృష్ణమోహన్‌రెడ్డి, మేగా రెడ్డి, జి. మధుసూదన్‌రెడ్డి మంగళవారం సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి, నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డిని కలిశారు. కర్ణాటక సీఎంతో చర్చించాల్సిన అంశాలపై వారితో మాట్లాడారు.అనంతరం మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు బెంగళూరుకు బయలుదేరారు. మంగళవారం రాత్రి 8 గంటలకు శివకుమార్‌తో భేటీ కానున్నారు. జూరాలకు నీరు ఇచ్చేందుకు సానుకూలంగా స్పందించినందుకు ఆయనకు కృతజ్ఞతలు చెప్పనున్నారు. ఐదు టీఎంసీల నీటిని ఒకేసారి కాకుండా విడతల వారీగా విడుదల చేయాలని కోరనున్నారు.జూరాలకు సాగునీరు విడుదల చేయాలని కోరుతూ రైతులు ఇప్పటికే ఆందోళనకు దిగారు. ఈ ఆందోళనలకు బీఆర్ఎస్ మద్దతు ప్రకటించింది. బీజేపీ కూడా ఈ అంశంపై స్పందించింది. దీంతో జూరాల నీటి వ్యవహారం రాజకీయంగానూ ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది.

# కొత్త పెన్షన్స్ ఇచ్చేందుకు ముహూర్తం ఫిక్స్!

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22**

తెలంగాణ ప్రభుత్వం అన్ని వర్గాల సంక్షేమానికి పెద్ద పీట వస్తుంది. ముఖ్యంగా నిరుపేదల జీవితాలలో వెలుగు నింపే ప్రయత్నం చేస్తుంది. అందులో భాగంగా చాలా కాలంగా కొత్త పెన్షన్ల కోసం ఎదురు చూస్తున్న లబ్ధిదారులకు శుభవార్త చెప్పింది. త్వరలో వారికి ఆర్థిక భరోసా కల్పించేందుకు పచ్చ జెండా ఊపింది.పేదలకు, అర్హులైన కుటుంబాలకు దసరా పండుగకు ముందే తీపి కబురు చెప్పింది. కొత్త పెన్షన్ల పంపిణీని అక్టోబర్ నెల నుంచే ప్రారంభించాలని నిర్ణయం తీసుకుంది. ఏళ్ల తరబడి ఎదురుచూస్తున్న అర్హులైన నిరుపేదలకు ఊరట కలిగించేలా వెరిఫికేషన్ ప్రక్రియను శరవేగంగా పూర్తి చేయాలని అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేసింది.ప్రజాపాలనలో వచ్చిన దరఖాస్తులు, వివిధ వర్గాల నుంచి అందిన అర్జీలను క్షేత్రస్థాయిలో త్వరగా పరిశీలించాలని కలెక్టర్లు, అధికారులను కోరింది. అవసరమైతే అదనపు సిబ్బందిని నియమించుకుని జాబితాలు సిద్ధం చేయాలని స్పష్టం చేసింది. దసరా నాటికి అర్హుల ఖాతాల్లో సొమ్ము జమ కావాలని లక్ష్యం పెట్టుకుంది.ఈ దఫాలో తెలంగాణా ప్రభుత్వం ఒంటరి మహిళలు, వితంతువులకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఇవ్వనున్నారు. ఏ ఒక్క అర్హురాలూ నష్టపోకుండా పారదర్శకంగా పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని ప్రభుత్వం సూచించింది. వృద్ధాప్య, వికలాంగ, చేనేత, గీత కార్మికుల వంటి వర్గాల అర్జీలను కూడా వేగంగా పరిశీలించనున్నారు. రాజకీయ జోక్యం లేకుండా కేవలం నిబంధనలు, అర్హతల ఆధారంగానే లబ్ధిదారులను ఎంపిక చేయాలని స్పష్టమైన మార్గదర్శకాలు ఇచ్చింది.జిల్లా కలెక్టర్లు మండలాల వారీగా సమీక్షలు నిర్వహిస్తూ పనులను ముమ్మరం చేస్తున్నారు. పండుగ వేళ పేద కుటుంబాల ముఖాల్లో చిరునవ్వులు తేవడమే లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇక ఈ విషయాన్ని మంత్రి సీతక్క వెల్లడించారు. రాబోయే దసరా పండుగకు ముందే ఒంటరి మహిళలు, వితంతువులకు కొత్త సామాజిక పింఛన్లు పంపిణీ చేసేలా క్షేత్రస్థాయి పరిశీలనను వేగవంతం చేయాలని పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి సీతక్క అధికారులను ఆదేశించారు. అవసరమైతే అదనపు సిబ్బందిని కేటాయించాలని సెర్ప్ సీఈఓ దివ్య దేవరాజన్‌ను ఆదేశించారు. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకంలో భాగంగా అర్హులైన అభ్యర్థులందరికీ త్వరలోనే పింఛన్లు అందుతాయని హామీ ఇచ్చారు.

# స్మార్ట్ సిటీగా నల్గొండ.. అభివృద్ధి పనులపై మంత్రి తీపికబురు!

**హైదరాబాద్,సెప్టెంబర్22**

స్మార్ట్ సిటీగా నల్గొండ మారుతుంది. నల్గొండ రూపురేఖలు మార్చటానికి సీఎం రేవంత్ సహకారంతో ఎంతో కృషి చేస్తున్నామని మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి తెలిపారు. నల్గొండ కార్పొరేషన్ లో అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించి స్మార్ట్ సిటీ గా తీర్చిదిద్దడమే కాక కేంద్రం నుంచి మరిన్ని బెస్ట్ కార్పోరేషన్ అవార్డులు కూడా అందుకుంటామని రాష్ట్ర రోడ్లు, భవనాలు ,సినిమాటోగ్రఫీ శాఖల మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి అన్నారు. హైదరాబాద్ తర్వాత ప్రపంచ స్థాయి ప్రమాణాలతో నల్లగొండ అభివృద్ధికి కృత నిశ్చయంతో ఉన్నామని మంత్రి తెలిపారు.నల్గొండ జిల్లా కేంద్రంలోనీ క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద నల్గొండ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ లో పరిశుభ్రతకు సంబంధించి కోటి రూపాయల వ్యయంతో ఏర్పాటు చేసిన రెండు వెట్టింగ్ మెషిన్లను మంత్రి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. కొత్తగా ఏర్పాటైన నల్గొండ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ లో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సహకారంతో పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపడుతూ నల్లగొండ ను ఆదర్శ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ గా తీర్చిదిద్దుతున్నామన్నారు.నగరంలో 24 గంటలు తాగునీరు అందించేందుకు 83 కోట్ల రూపాయలతో ఇప్పటికే టెండర్లు కూడా పిలవడం జరిగిందన్నారు. నల్గొండ కార్పొరేషన్లో ఎస్ డి ఎఫ్ నిధులతో 63 కిలోమీటర్ల సీసీ రోడ్లు వేశామని, అలాగే తక్కిన డివిజన్లలో కూడా రోడ్లతో పాటు, డ్రైన్లు నిర్మిస్తామని, 6 నెలల్లో ఎస్టిపి పూర్తి చేయనున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు. నల్గొండ కార్పొరేషన్ కు అన్ని రకాల నిధులను తీసుకువచ్చి అభివృద్ధి చేసి ఉత్తమ కార్పోరేషన్ అవార్డు కూడా తీసుకుంటామనే నమ్మకం తనకున్నట్టు మంత్రి తెలిపారు. నల్గొండ కార్పొరేషన్ ఇటీవల స్వచ్ఛ అవార్డు అందుకుందని మంత్రి తెలిపారు. నల్గొండ కార్పొరేషన్ ఇటీవల క్లీన్ ఎయిర్ ప్రోగ్రామ్ లో జాతీయ స్థాయిలో 2వ ర్యాంకు సాధించి కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి డిల్లీలో అవార్డు కూడా అందుకుందని ఇదే స్ఫూర్తితో ప్రజలకు సేవ చేస్తూ, పట్టణాన్ని చెత్త రహిత నగరంగా తీర్చి దిద్ది మరిన్ని జాతీయ స్థాయి అవార్డులు తీసుకుంటామని మంత్రి తెలిపారు.నల్లగొండ నగరంలో భారీ వాహనాల వచ్చే శబ్ద, వాయు కాలుష్యాన్ని తగ్గించడంతో పాటు ట్రాఫిక్ కు అంతరాయం కలగకుండా పట్టణ పరిధిలో 900 కోట్ల రూపాయలతో ఔటర్ రింగ్ రోడ్డు నిర్మాణం చేపట్టామని, అలాగే డ్రైనేజీ, ఎస్ టి పి పనులు చేపడుతున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు. ప్రయాణికుల రద్దీకి అనుగుణంగా జిల్లా కేంద్రంలో అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలు, ఆధునిక సదుపాయాలతో నల్లగొండ మోడరన్ ఆర్టీసీ బస్టాండ్ ఏర్పాటు చేస్తున్నామని వివరించారు.

# వేసవిలో చెరుకురసం..
# ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

ఇంటర్నెట్ డెస్క్: వేసవి కాలం వచ్చిందంటే ఎండ, వేడితో పాటు దాహం ఎక్కువగా ఉంటుంది. వేసవిలో శరీరాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచేందుకు కొబ్బరి నీళ్లు మంచివని అంటారు. ఈ సీజన్‌లో వరకు చల్లని పానియాలు.. అంటే కూల్ డ్రింక్స్, సోడాలు, పండ్ల రసాలు ఎక్కువగా తాగుతుంటారు. శరీరానికి చల్లదనాన్ని ఇచ్చే చెరుకు రసం కూడా వేసవి కాలంలో ఎక్కువగా అమ్ముడుపోయే పానీయం. దీనితో శరీరానికి అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందుతాయి.

. డీహైడ్రేషన్ నుంచి ఉపశమనం:ఎండల వల్ల మన శరీరంలోని నీరు, లవణాలు చెమట రూపంలో బయటకు పోతాయి. చెరకు రసంలో ఉండే మెగ్నీషియం, కాల్షియం, పొటాషియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్లు శరీరానికి తిరిగి శక్తినిచ్చి, డీహైడ్రేషన్ కాకుండా కాపాడతాయి.

## 2. తక్షణ శక్తి:

చెరకు రసంలో సహజసిద్ధమైన చక్కెరలు ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలో త్వరగా కలిసిపోయి, ఎండ వల్ల వచ్చే అలసటను తక్షణమే పోగొడతాయి.

## 3. కాలేయ ఆరోగ్యానికి మంచిది:

ఆయుర్వేదం ప్రకారం, చెరకు రసం కాలేయాన్ని బలపరుస్తోంది. ముఖ్యంగా కామెర్లు వంటి సమస్యలు ఉన్నప్పుడు కాలేయం పనితీరు మెరుగుపరచడానికి ఇది ఎంతో మేలు చేస్తుంది.

## . చర్మ సౌందర్యం:

ఇందులో ఉండే ఆల్ఫా హైడ్రాక్సి యాసిడ్స్ మొటిమలు తగ్గించి, చర్మాన్ని తాజాగా మెరిచేలా చేస్తుంది.

5. చెరుకు రసంలో కొంచెం అల్లం రసం, నిమ్మరసం, పుదీనా కలిపి తీసుకుంటే రుచికి రుచి, ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం

## తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు:

రోడ్డు పక్కన బండ్ల మీద తాగేటప్పుడు ఈగలు లేకుండా, గ్లాసులు శుభ్రంగా ఉన్నాయో లేదో చూసుకోవాలి. రసం తీయగానే తాగేయడం మంచిది. నిల్వ ఉంచితే అది త్వరగా ఆక్సీకరణం చెంది రంగు మారుతుంది. షుగర్ వ్యాధి ఉన్నవారు వైద్యుల సలహా మేరకు మాత్రమే తీసుకోవాలి. ఎందుకంటే ఇందులో చక్కెర శాతం ఎక్కువగా ఉంటుంది

# బాల్యం ఎందుకు ఆనందంగా వుండాలి?

పిల్లలు ఎందుకు ఆనందంగా ఉండాలి? ఎందుకు సంతోషంగా పెరగాలి? ఆనందం లేకుండా పెరిగిన పిల్లలు భవిష్యత్తులో ఎలాంటి వ్యక్తులుగా తయారవుతారు? అసలు బాల్యంలో ఆనందం అనేది ఎలా ఉంటుంది? పిల్లలపై ఎలాంటి హింస జరుగుతూ ఉంది? పిల్లల ఆనందం కోసం పెద్దలు ఏమి చేయాలి? ఈ విషయం గురించి వివరంగా తెలుసుకుందాం.

## బాల్యం గురించి ఏమీ తెలియని ప్రపంచం

ప్రపంచ మానవాళి ప్రకృతి గురించి, జీవుల గురించి ఎంతో విజ్ఞానం సంపాదించింది. శాస్త్రజ్ఞులు ఎన్నో ప్రయోగాలు వీటిపై చేశారు. కొత్త ఆవిష్కరణలు రూపొందించారు. చివరకు మానవుడి అవయవాలు ప్రయోగశాలలో పెంచే వరకు వచ్చారు. కానీ మనిషి బాల్యం గురించి, వారి పెరుగుదల గురించిన జ్ఞానాన్ని మాత్రం సంపూర్ణంగా సంపాదించలేదు. శిశు వు బాల్య దశలో ఎలాంటి వాతావరణంలో పెరిగితే ఎలాంటి వ్యక్తిగా తయారవుతాడు? గొప్ప కవులు, కళాకారులు, శాస్త్రవేత్తలు, స్వాములు, సన్యాసులు, ప్రజాసేవకులు, హంతకులు, దొంగలు, మంచివారు, చెడ్డవారు వీరంతా శిశు బాల్య దశల్లో ఎలాంటి వాతావరణంలో పెరిగారు? వారి తల్లిదండ్రులు ఎలాంటి వారు? కుటుంబ జీవనం ఎలాంటిది? కొందరు ప్రజల కోసం ఎందుకు ప్రాణాలు ఇస్తున్నారు? మరొకరు ఎందుకు ఇతరుల ప్రాణాలు తీస్తున్నారు? ఇలాంటి అన్ని విషయాలపై దీర్ఘకాలం సమగ్ర పరిశోధనలు ఏవీ జరగలేదు? జంతువులపై చేసిన ప్రయోగాలు మనుషులపై ప్రయోగిస్తున్నారు. బాల్యం అనేది వ్యక్తిగతం కాదు. అది కుటుంబ సమస్యో, ఒక దేశ సమస్యో కాదు. పేదరికానికి చెందిన సమస్య కూడా కాదు. అది ప్రపంచ మానవాళి సమస్య. మానవ సమాజం ఏ వైపు సాగాలో దిశా నిర్దేశం చేసే సమస్య. బాల్యం అనేది భవనానికి పునాది వంటిది. ఆ పునాది భద్రంగా ఉండాలి కదా! ఆ పునాది నిర్మాణం వైపా, విధ్వంసం వైపా ఆలోచించాలి.

## బాల్యంపై జరుగుతున్న హింస

బాలలపై జరుగుతున్న హింస గురించి ఎంత చెప్పినా తక్కువే. పిల్లల భవిష్యత్తు పేరుతోనో, వారి మేలుకోసమో, ఆనందం కోసమో అన్నట్టు జరిగే హింస సంగతి ముందుగా తెలుసుకోవాలి. ఇది చదువుల పేరుతోనూ, సమాజపు అంగీకారంతోనూ, అజ్ఞానంతోనూ జరుగుతున్న హింస. బాల్యం గురించి ప్రపంచానికి ఏమీ తెలియదని నేను మొదట చెప్పిన సంగతి అన్నిటికంటే ఈ చదువులకు ఎక్కువగా వర్తిస్తుంది. ఒక విషయం గురించిన జ్ఞానం పిల్లలు ఎలా సంపాదించుకుంటారు? వారి ఇష్టాయిష్టాలతో సంబంధం లేకుండా బలవంతంగా నేర్పడం సాధ్యమవుతుందా? భయంతో జ్ఞానాన్ని సంపాదించగలరా? పరీక్షల భయం, టీచర్ల భయం, తల్లిదండ్రుల భయం, గంటల తరబడి కూర్చుని వినడం, అనుభవంతో తెలుసుకోవలసిన విషయం కంఠస్థం చేయాల్సి రావడం, ఇతరులతో పోల్చడం, శిక్షలు, బహుమతులు ఇవన్నీ పిల్లలపై ఎలాంటి ప్రభావాన్ని కలిగిస్తాయి? బాలికలైనా, బాలురైనా పిల్లలపై జరిగే లైంగిక హింస సంగతి సమాజానికి తెలిసేది ఒక శాతమే. ఇళ్లల్లో, హాస్టళ్లలో, పనిచేసే ప్రదేశాల్లో, మత సంస్థల్లో చాలా రహస్యంగా ఇది జరిగిపోతూ ఉంటుంది. పైకి చెప్పుకోలేని హింస ఇది. ఆటల్ని అటకెక్కించి కథలనీ, కబుర్లనీ కంచికి పంపించి, నిరంతరం నీతులు చెబుతూ, తిట్లతో దబాయింపులతో బాల్యాన్ని నలిపేసి, నరకం చేస్తే, ఆ పిల్లలు కసి ద్వేషం పగలతో రగిలిపోతూ పెరిగితే వాళ్లు మనుషులుగా మిగులుతారా? మానవత్వంతో పెరుగుతారా? చుట్టూ ఉన్న నేర ప్రపంచం రారమ్మని ఆహ్వానిస్తుంటే ఏమి జరుగుతుందో మనకు తెలియదా?

## బాల్యం ఒక బంగారు కాలం

మనుషులు వయస్సును బట్టి ఒక్కో దశ దాటుకుంటూ భవిష్యత్తులోకి అడుగుపెడతారు. వీరు బాల్య కౌమార దశలు దాటి యవ్వనంలో ప్రవేశిస్తారు. నూతన ఉత్సాహంతో ఉరకలు వేస్తూ చదువులు పూర్తి చేసి, ఉద్యోగంలో చేరుతారు. పెళ్లి చేసుకుంటారు. పిల్లలు పుడతారు. సొంత ఇంటి కల నెరవేరుతుంది. పిల్లల చదువులు, ఉద్యోగ సమస్యలు, ఆర్థిక ఇబ్బందులు మరేవో సమస్యలు చుట్టుముట్టుకొంటాయి. జీవితం ఏదో తేడాగా కనిపిస్తుంది. ఆలోచిస్తూ మధన పడతారు. అప్పుడు గుర్తుకు వస్తుంది ఆనందంగా లేని సంగతి. గతాన్ని గుర్తు చేసుకుంటూ కాలంతో వెనక్కి వెళ్లి చూస్తాం. బాల్యంలోకి తొంగి చూస్తాం. ఒకసారి గుండెలు ఆనందంతో పొంగిపోతాయి. అది బంగారు కాలం. స్వర్గం. బాధ్యతలు బరువులు లేని బాల్యం. కుల మతాల అడ్డుగోడలు లేని స్వేచ్ఛా ప్రపంచం. ఆస్తులు, అంతస్తులు తేడాలు వొంటబట్టని వయస్సు. కల్లాకపటం లేని హృదయాలు. కొట్టుకుంటారు, తిట్టుకుంటారు అంతలోనే కలిసిపోయి ఆడుకుంటారు.ఆటలు, మాటలే వారికి ఆనందాలు. వారికి విలువైన ఆట వస్తువులు అవసరం లేదు. మట్టి, ఇసుక, రాళ్లు, కర్ర పుల్లలు, గాజు పెంకులతో ఆడుకుంటారు. చిన్న చిన్న విషయాలకి పగలబడి నవ్వుకుంటారు. కదిలే కుక్క తోకను చూసి కడుపుబ్బ నవ్వుతారు. తెరలు తెరలుగా అలసిపోయే వరకు నవ్వుతూనే ఉంటారు. బ్రహ్మానంద భరితులవుతారు. వారి శరీరంలో ప్రతి అణువు పులకించిపోతుంది. ఆనందమనేది ఇలా ఉంటుందని, స్వర్గం అనేది బాల్యమేననీ అర్థం చేసుకుంటాంమనుషులు జీవితంలో విజయం సాధించినప్పుడు, ఉద్యోగం వచ్చినప్పుడు, కొత్తబట్టలకు కొనుక్కున్నప్పుడు, కోరికలు తీరినప్పుడు పొందేవి ఆనందాలు కాదు. అది తీయటి మిఠాయిలను తిన్నప్పుడు కలిగే సంతృప్తి లాంటిది. అది కొద్దిసేపు ఉండి మరుగున పడిపోతుంది. కానీ బాల్యంలోని ఆనందం అంతరంగానికి చెందినది. బాల్యంలో పొందిన ఆనందం మరి దేని వల్ల కూడా పొందలేనిది.

### రాత్రి పూట తినే సమయాన్ని కాస్త మారిస్తే చాలు..
# ఎంతో మేలు జరుగుతుంది..

## కేవలం తినే సమయాన్ని మారిస్తే చాలు..

శరీరం సర్కేడియన్ రిథమ్ అనే సహజ జీవ గడియారాన్ని అనుసరిస్తుంది. ఇది నిద్ర, మెటబాలిజం, గుండె పనితీరు, హార్మోన్ విడుదల వంటి ప్రక్రియలను నియంత్రిస్తుంది. రాత్రి ఆలస్యంగా తినడం వల్ల ఈ వ్యవస్థ దెబ్బతింటుంది. ఎందుకంటే ఆ సమయంలో శరీరం విశ్రాంతి తీసుకుని మరమ్మత్తు పనులు చేయాలి. కానీ తినడం వల్ల జీర్ణక్రియ కొనసాగుతుంది. దీంతో రక్తపోటు పెరగడం, రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ తగ్గడం జరుగుతుంది. ఈ అధ్యయనంలో పాల్గొన్నవారిని నిద్రకు మూడు గంటల ముందు తినడం ఆపమని, లైట్లు తగ్గించాలని, రాత్రి 13 నుంచి 16 గంటల వరకు ఉపవాసం ఉండేలా సూచించారు. కేలరీలు తగ్గించకుండా కేవలం తినే సమయాన్ని మార్చడం ద్వారా గుండె, మెటబాలిక్ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని పరిశోధకులు గుర్తించారు. ముఖ్యంగా మధ్య వయస్సు, వృద్ధులలో ఇది ఎక్కువ

ప్రయోజనం చూపించింది. శరీరంలోని సహజ నిద్ర-జాగరణ రిథమ్‌కు అనుగుణంగా ఉపవాస సమయాన్ని అమలు చేస్తే గుండె, మెటబాలిజం, నిద్ర మధ్య సమన్వయం మెరుగుపడి గుండె ఆరోగ్యం కూడా రక్షించబడుతుందని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

## రక్తపోటు, హార్ట్ రేట్‌లలో మెరుగుదల..

ఈ పరిశోధనలో 36 నుంచి 75 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు ఉన్న అధిక బరువు లేదా ఊబకాయం ఉన్న 39 మంది పెద్దలను పాల్గొనేలా చేశారు. వీరికి డయాబెటిస్, గుండె సంబంధిత సమస్యల ప్రమాదం కూడా ఉంది. వీరిని రెండు గ్రూపులుగా విభజించి ఈ పరిశోధనలు చేశారు. ఒక గ్రూపు వారిని రాత్రి 13-16 గంటలు ఉపవాసం ఉండేలా, మరో గ్రూపు వారిని 11-13 గంటలు ఉపవాసం ఉండేలా చూశారు. రెండు గ్రూపుల వారూ నిద్రకు మూడు గంటల ముందు తినడం ఆపి, లైట్లు తగ్గించమని సూచించారు. ఈ పరిశోధనల ప్రకారం వారిలో రాత్రి సమయంలో రక్తపోటు 3.5% వరకు తగ్గింది. అలాగే రాత్రి సమయంలో హార్ట్ రేట్ 5% వరకు తగ్గింది. తద్వారా ఇది గుండెపై ఒత్తిడిని కూడా తగ్గించింది. వీటితో పాటు పరిశోధనల్లో పాల్గొన్న వారిలో రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ మెరుగుపడింది. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ పెరిగింది. రాత్రి సమయంలో కార్టిసాల్ హార్మోన్ తగ్గి మెటబాలిజం సమతుల్యం అయ్యింది.

## రాత్రిపూట తేలికైన ఆహారం తినాలి..

పరిశోధకుల ప్రకారం, నిద్రకు అనుగుణంగా ఉపవాస సమయాన్ని పెంచడం అనేది గుండె, మెటబాలిక్ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచే సులభమైన జీవనశైలి మార్పుగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇక ఈ అధ్యయనంలో 39 మంది మాత్రమే పాల్గొన్నారు. ఇది 7.5 వారాల పాటు మాత్రమే కొనసాగింది. పాల్గొన్నవారిలో ఎక్కువమంది మహిళలే ఉన్నారు. అందువల్ల మరింత పెద్ద స్థాయి పరిశోధనలు అవసరం. అలాగే షిఫ్ట్‌లో పనిచేసేవారు లేదా తినే అలవాట్ల సమస్యలున్నవారికి ఈ పద్ధతి సరిపోకపోవచ్చని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. ఇక 3 గంటల నియమాన్ని పాటించే విధానాన్ని కూడా నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

# బరువు తగ్గడానికి భలే బ్రేక్ ఫాస్ట్!

**బరువు తగ్గడానికి ఉదయం పూట పెరుగు, చియా గింజల మిశ్రమం**

**గంటల తరబడి ఆకలిని నియంత్రించే ఫైబర్, ప్రొబయోటిక్స్**

**ఢిల్లీ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ డాక్టర్ శుభమ్ వత్స్య సూచన**

**పరాఠాల వంటి వాటికి బదులుగా ఆరోగ్యకరమైన బ్రేక్‌ఫాస్ట్**

ఉదయం పూట మనం తీసుకునే ఆహారమే రోజంతా మనల్ని ఎలా ఉంచుతుందో నిర్ణయిస్తుంది. ఉత్సాహంగా ఉండాలా లేక నీరసంగా ఉండాలా అనేది మనం తీసుకునే బ్రేక్‌ఫాస్ట్‌పై ఆధారపడి ఉంటుంది. అయితే, చాలామంది సమయం లేకపోవడంతో అల్పాహారం మానేయడం లేదా అనారోగ్యకరమైన ఫాస్ట్ ఫుడ్ తినడం చేస్తుంటారు. కానీ, కొన్ని సులభమైన మార్గాలతో ఆరోగ్యకరమైన బ్రేక్‌ఫాస్ట్ సిద్ధం చేసుకోవచ్చు.బరువు తగ్గాలనుకునే వారు,

తరచూ ఆకలితో ఇబ్బందిపడేవారు ఉదయాన్నే మొదటి ఆహారంగా పెరుగులో చియా గింజలు లేదా సబ్జా గింజలు కలిపి తీసుకోవాలని ఢిల్లీకి చెందిన ప్రముఖ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ డాక్టర్ శుభమ్ వత్స్య సూచిస్తున్నారు. ఈ చిన్న మార్పుతో రోజంతా చాలా ఉత్సాహంగా ఉంటారని ఆయన తన ఇన్‌స్టాగ్రామ్ ఖాతాలో తెలిపారు. "ఇది చాలా సులభం, రుచికరమైనది, కొవ్వు తగ్గించడానికి అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది" అని ఆయన వివరించారు.

## ఎలా పనిచేస్తుంది?

పెరుగులో ఉండే ప్రొబయోటిక్స్ జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచి, మలబద్ధకం, ఉబ్బరం వంటి సమస్యలను నివారిస్తాయి. రోగనిరోధక శక్తిని కూడా పెంచుతాయి. మరోవైపు, చియా లేదా సబ్జా గింజల్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల ఎక్కువ సేపు కడుపు నిండుగా ఉన్న అనుభూతి కలుగుతుంది. దీంతో పదేపదే ఆకలి వేయదు. ఈ గింజలలో ఉండే ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, ప్రోటీన్లు కూడా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి.

### ఆవకాయ అంతకాలం ఎలా నిల్వ ఉంటుంది?
# ఐఐటీ ప్రొఫెసర్ మాటల్లో..

**ఉప్పు ముక్కల్లోని తేమను తగ్గిస్తుందని ప్రొఫెసర్ వివరణ**

**బ్యాక్టీరియా పెరగకుండా ఉప్పు అడ్డుకుంటుందని వెల్లడి**

**తడి తగిలితే పచ్చడికి బూజు వచ్చే అవకాశం**

**ఆవపొడి, కారం రక్షణగా నిలుస్తాయని సైన్స్ చెబుతోంది**

**నూనె గాలి తగలకుండా చూస్తుందని వివరణ**

వేసవి రాగానే తెలుగు ఇళ్లలో ఆవకాయ ఘుమఘుమలు మొదలవుతాయి. ఏడాది పొడవునా పాడవకుండా ఉండే ఈ పచ్చడి వెనుక కేవలం బామ్మల చేతి మహిమే కాదు.. అద్భుతమైన సైన్స్ దాగి ఉందని ఐఐటీ మద్రాస్ ప్రొఫెసర్ వివరించారు. ఆవకాయ అంతకాలం నిల్వ ఉండటం వెనుక ఉన్న శాస్త్రీయ రహస్యాలు ఆయన మాటల్లోనే..

## ఉప్పుతోనే అసలు యుద్ధం

పచ్చి మామిడి ముక్కల్లో నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది బ్యాక్టీరియా పెరగడానికి అనుకూలం. ముక్కలకు ఉప్పు చేర్చినప్పుడు 'ఆస్మాటిక్ డీహైడ్రేషన్' ప్రక్రియ జరుగుతుంది. ముక్కల్లోని తేమను ఉప్పు బయటకు లాగేస్తుంది. అయితే ముక్క

గట్టి పడకుండా అందులోని నీటి యాక్టివిటీని మాత్రమే ఉప్పు తగ్గిస్తుంది. సూక్ష్మజీవులు పెరగకుండా ఉప్పు ఇక్కడ ప్రధాన సైనికుడిలా పనిచేస్తుందని ప్రొఫెసర్ చెప్పారు.

## ఆవపొడి, నూనె రక్షణ

పచ్చడి తయారీలో తడి తగలకుండా చూసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. కొద్దిగా నీరు చేరినా బూజు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. పచ్చడిలో వాడే ఆవపొడి, కారం, మెంతులు రక్షణ వలయంగా మారి బ్యాక్టీరియాను అడ్డుకుంటాయి. ఇక నువ్వుల నూనె ముక్కలకు గాలి, తేమ తగలకుండా కోటింగ్‌లా పనిచేస్తుంది. నూనె కేవలం సువాసన కోసమే కాదు.. పచ్చడిని ఎక్కువ కాలం నిల్వ ఉండేలా చేస్తుందని వివరించారు. తరతరాల ప్రయోగాలతోనే ఈ అద్భుత సాంకేతికత పుట్టిందని ప్రొఫెసర్ పేర్కొన్నారు.

# జడల్ జర్నీలో లవ్ పార్టనర్‌గా కనిపిస్తా!

నేచురల్ స్టార్ నాని పాన్ ఇండియా పీరియడ్ యాక్షన్( ఎంటర్‌టైనర్ 'ది ప్యారడైజ్. శ్రీకాంత్ ఓదెల దర్శకత్వంలో, ఎస్‌ఎల్వీ సినిమాస్ బ్యానర్‌పై సుధాకర్ చెరుకూరి ఈ చిత్రాన్ని భారీ స్థాయిలో నిర్మించారు. ఈ చిత్రం సెప్టెంబర్ 24న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా హీరోయిన్ కయాదు లోహార్) విలేకరుల సమావేశంలో సినిమా విశేషాలని పంచుకున్నారు. 'డ్రాగన్' సినిమా చూసిన తర్వాత నేను ఈ క్యారెక్టర్ చేయగలనని శ్రీకాంత్ బిలీవ్ చేశారు. కథ చెప్పారు. తర్వాత లుక్ టెస్ట్ చేసి ఓకే చేశారు.ఇది నా కెరీర్‌లో చాలా పెద్ద ప్రాజెక్ట్. 'ప్యారడైజ్'లో సుబ్బలక్ష్మి పాత్రలో కనిపిస్తాను. తనని అందరూ సుబ్బు అని పిలుస్తుంటారు. ఇందులో చాలా సర్‌ప్రైజ్‌లు ఉన్నాయి. జడల్ జర్నీలో లవ్ పార్టనర్‌గా కనిపిస్తాను. అలాగే నాకంటూ ఒక జర్నీ ఉంటుంది. అది చాలా డిఫరెంట్‌గా ఉంటుంది. నాది చాలా పెర్ఫార్మెన్స్ స్కోప్ ఉన్న పాత్ర. కథలో చాలా కీలకమైన పాత్ర. నాని వెరీస్వీట్, హంబుల్ పర్సన్. ఆయన జర్నీ ఎంతో స్ఫూర్తిదాయకం. ఆయన నుంచి ఎన్నో విషయాలు నేర్చుకున్నాను. ఆయనతో కలిసి పనిచేయడం చాలా ఆనందాన్నిచ్చింది. శ్రీకాంత్ చాలా డిఫరెంట్ డైరెక్టర్.ఆయనలాంటి డైరెక్టర్లు చాలా అరుదుగా ఉంటారు. ఆయనకు గొప్ప విజన్ ఉంది. తనకి ఏం కావాలో చాలా క్లారిటీ ఉంటుంది. నాకు చాలా ఛాలెంజెస్ ఇచ్చారు. మేము పడిన కష్టానికి తగిన ఫలితం వస్తుందని నమ్ముతున్నాను. ఇందులో నాని క్యారెక్టర్ నా ఫేవరెట్. అలాగే మోహన్‌బాబు, రాఘవ్ క్యారెక్టర్స్ కూడా థియేటర్‌లో బ్లాస్ట్ అవుతాయి. నాకు యాక్షన్ సినిమాలు, స్పోర్ట్స్ సినిమాలు చేయాలని ఉంది. బయోపిక్ కూడా అవకాశం వస్తే చేయాలని ఉంది. ఇప్పుడు సూర్యతో ఒక సినిమా, మారి సెల్వరాజ్‌తో ఒక సినిమా చేస్తున్నాను' అని తెలిపింది.

'ఆదర్శ కుటుంబం' విడుదల

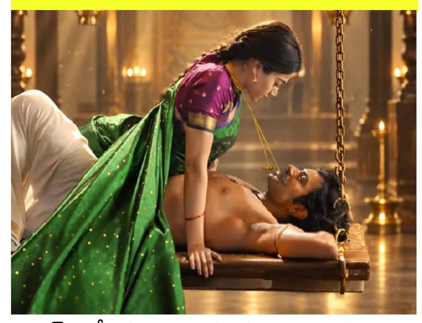
## వాయిదా..

వెంకటేశ్ కథానాయకుడిగా త్రివిక్రమ్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న చిత్రం 'ఆదర్శ కుటుంబం - హౌస్ నెం.47'. ఈ సినిమా విడుదల తేదీ మారింది. తొలుత అక్టోబరు 2న ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురావాలని చిత్రబృందం భావించింది. తాజాగా విడుదలను వారం రోజులు వాయిదా వేసింది. అక్టోబరు 9న సినిమాను థియేటర్లలో విడుదల చేయనున్నట్లు నిర్మాణ సంస్థ హారిక హాసిని క్రియేషన్స్ ప్రకటించింది.కుటుంబ అనుబంధాలకు యాక్షన్ అంశాలను జోడించి ఈ చిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నట్లు సమాచారం. ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రచార చిత్రాలు సినిమాపై ఆసక్తిని పెంచాయి.

## జాతీయ అవార్డు అందుకున్న 'కమిటీ కుర్రోళ్లు' టీమ్

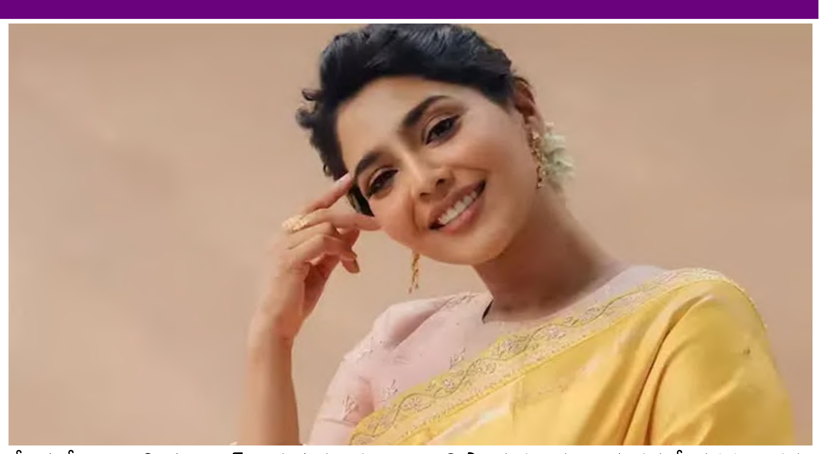
'కమిటీ కుర్రోళ్లు' చిత్రానికి మరో అరుదైన గౌరవం దక్కింది. 72వ జాతీయ చలనచిత్ర పురస్కారాల ప్రదానోత్సవంలో ఈ సినిమా టీమ్ అవార్డును అందుకుంది. గుజరాత్‌లోని ఏక్తానగర్‌లో జరిగిన ఈ వేడుకలో రాష్ట్రపతి ద్రౌపదీ ముర్ము విజేతలకు పురస్కారాలు అందజేశారు.'కమిటీ కుర్రోళ్లు' నిర్మాత నిహారిక కొణిదెల, దర్శకుడు యదు వంశీ, మేకప్ ఆర్టిస్ట్ రవి కుమార్ పసుపులేటి రాష్ట్రపతి చేతుల మీదుగా జాతీయ అవార్డును స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా పింక్ ఎలిఫెంట్ టీమ్ ఆనందం వ్యక్తం చేసింది. అవార్డు అందుకున్న క్షణాలను సోషల్ మీడియాలో పంచుకుంటూ.. ఇది తమ టీమ్‌కు గర్వకారణమైన, భావోద్వేగంతో కూడిన రోజని పేర్కొంది.ఇక 72వ జాతీయ చలనచిత్ర పురస్కారాల వేడుకలో పలువురు ప్రముఖులు అవార్డులు అందుకున్నారు. ఉత్తమ నటులుగా మమ్ముట్టి ('భ్రమయుగం'), కార్తిక్ ఆర్యన్ ('చందూ ఛాంపియన్') పురస్కారాలు అందుకున్నారు. ఉత్తమ నటిగా యామీ గౌతమ్ ('ఆర్టికల్ 370') అవార్డు దక్కించుకున్నారు.

## ఏందయ్యా సామీ ఫుల్ జోష్



విజయ్ దేవరకొండ, రశ్మిక మందన్న(జంటగా నటిస్తున్న భారీ పాన్ ఇండియా మూవీ) 'రణబాలి ఈ సినిమాకు రాహుల్ సాంకృత్యాన్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. నవీన్ యెర్నేని, వై రవిశంకర్ నిర్మిస్తున్నారు. అక్టోబర్ 16న విజయదశమి సందర్భంగా 'రణబాలి' సినిమా వరల్ వైడ్ థియేట్రికల్ రిలీజ్‌కు రెడీ అవుతోంది. మంగళవారం ఈ చిత్రం నుంచి 'ఏందయ్య సామీ' ఫుల్ లిరికల్ సాంగ్‌ను రిలీజ్ చేశారు. తెలుగుతో పాటు తమిళ, మలయాళ, కన్నడ, హిందీ.. ఐదు భాషల్లో ఈ పాటను విడుదల చేశారు'రణబాలి'లో విజయ్, రశ్మిక పెళ్లి వేడుక సందర్భంగా 'ఏందయ్య సామీ..' పాట చిత్రీకరించారు. పాటను అజయ్ అతుల్ మెలొడియస్‌గా కంపోజ్ చేశారు. రామజోగయ్య శాస్త్రి అద్భుతమైన లిరిక్స్ అందించగా, శ్వేతా మోహన్, అజయ్ గోగవలే మధురంగా పాడారు. '

## ఏడాదిగా సోషల్ మీడియాకు దూరంగా ఐశ్వర్య లక్ష్మి



దక్షిణాది చిత్ర పరిశ్రమలో తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న నటి ఐశ్వర్య లక్ష్మి గత ఏడాది కాలంగా సోషల్ మీడియాకు దూరంగా ఉంటున్నారు. సాధారణంగా సినీ తారలు తమ సినిమాల ప్రచారం, వ్యక్తిగత విషయాలు, అభిమానులతో అనుసంధానం కోసం సామాజిక మాధ్యమాలను విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే ఐశ్వర్య లక్ష్మి మాత్రం అందుకు భిన్నంగా సోషల్ మీడియాకు పూర్తిగా దూరంగా ఉండాలని నిర్ణయించుకున్నారు. తాజాగా తన నిర్ణయం వెనుక ఉన్న కారణాలను ఆమె వెల్లడించారు.సోషల్ మీడియాను పూర్తిగా వదిలేస్తానని తాను ఎప్పుడూ ఊహించలేదని ఐశ్వర్య లక్ష్మి తెలిపారు. మొదట కొంతకాలం మాత్రమే సామాజిక మాధ్యమాలకు విరామం తీసుకుని, ఆ తర్వాత మళ్లీ తిరిగి రావాలని భావించానని చెప్పారు.అయితే కాలం గడిచే కొద్దీ సోషల్ మీడియాలో చోటుచేసుకుంటున్న పరిణామాలను గమనించిన తర్వాత తిరిగి రావాలనే ఆలోచనను విరమించుకున్నట్లు వెల్లడించారు. ముఖ్యంగా ఏఐ ఆధారిత కంటెంట్ విపరీతంగా పెరగడం, దాన్ని ఉపయోగించి కొందరు చేస్తున్న అసభ్యకరమైన ఎడిటింగ్ తనను తీవ్రంగా ఇబ్బంది పెట్టిందని ఐశ్వర్య లక్ష్మి పేర్కొన్నారు. సోషల్ మీడియా వేదికల్లో ఇలాంటి కంటెంట్ పెరుగుతుండటం తనకు నచ్చలేదని, చివరకు మానసిక ప్రశాంతత కోసం పూర్తిగా దూరంగా ఉండాలని నిర్ణయించుకున్నట్లు తెలిపారు. సోషల్ మీడియాలో ఉన్న సమయంలో కామెంట్లు, పర్సనల్ మెసేజెస్ తాను చదివేదాన్నని ఐశ్వర్య లక్ష్మి తెలిపారు. అయితే వాటిని పదేపదే చదవడం వల్ల తనపై ప్రతికూల ప్రభావం పడేదని చెప్పారు. కొన్నిసార్లు ప్రపంచమంతా తనకు వ్యతిరేకంగా ఉందనే భావన కలిగేదని వెల్లడించారు.ముఖ్యంగా ప్రతికూల వ్యాఖ్యలు మనకు తెలియకుండానే మన ఆలోచనా విధానాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. ఒక దశలో తనను ఎవరూ ఇష్టపడరనే భావన కూడా కలిగిందని తెలిపారు. అందుకే సోషల్ మీడియా నుంచి దూరంగా ఉండటం తనకు ఎంతో ఉపశమనాన్ని ఇచ్చిందని చెప్పారు. సోషల్ మీడియాకు దూరంగా ఉండటం వల్ల తన జీవితంలో ఎంతో స్వేచ్ఛ లభించినట్లు అనిపిస్తోందని ఐశ్వర్య లక్ష్మి పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం తాను చాలా సంతోషంగా ఉన్నానని, సామాజిక మాధ్యమాల్లో ఉండకపోవడం వల్ల తనకు ఎలాంటి అసంతృప్తి లేదని తెలిపారు. తాను మళ్లీ సోషల్ మీడియాలోకి రావాలని తన నిర్వాహకులు సూచించిన విషయాన్ని కూడా ఆమె వెల్లడించారు.

## మహావీర్ కర్ణగా రాఘవ లారెన్స్..

ప్రముఖ నటుడు రాఘవ లారెన్స్, దర్శకుడు రమేశ్ వర్మ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న భారీ చిత్రం 'మహావీర్ కర్ణ' నుంచి ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్‌ను చిత్ర బృందం విడుదల చేసింది. ఇందులో కర్ణుడి పాత్రలో రాఘవ లారెన్స్ లుక్‌ను అభిమానులతో పంచుకున్నారు. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ పెన్ మూవీస్ తమ సోషల్ మీడియా ఖాతాల ద్వారా ఈ పోస్టర్‌ను విడుదల చేయడంతో సినిమాపై అంచనాలు ఒక్కసారిగా పెరిగాయి.పెన్ మూవీస్ అధినేత జయంతిలాల్ గడ, ఆర్‌వి స్టూడియోస్ మరియు శ్రీ నీలాద్రి ప్రొడక్షన్స్‌తో కలిసి ఈ చిత్రాన్ని అత్యంత ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు. సుమారు రూ.150 కోట్ల భారీ బడ్జెట్‌తో ఈ సినిమాను రూపొందిస్తున్నట్లు చిత్ర వర్గాలు తెలిపాయి. తెలుగు, తమిళం, హిందీ, కన్నడ, మలయాళం భాషల్లో పాన్ ఇండియా స్థాయిలో ఈ చిత్రాన్ని విడుదల చేసేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. రాఘవ లారెన్స్ తన కెరీర్‌లో మొదటిసారిగా ఒక పౌరాణిక పాత్రను పోషిస్తుండటంతో ఈ ప్రాజెక్ట్‌పై సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది.ఈ సినిమాను ప్రేక్షకులకు ఒక గొప్ప విజువల్ ఫీస్ట్‌గా అందించాలనే లక్ష్యంతో మేకర్స్ పని చేస్తున్నారని సమాచారం. ఇందుకోసం భారీ సెట్లు, ఆనాటి కాలాన్ని ప్రతిబింబించేలా ప్రత్యేక డిజైన్లు, కళ్లు చెదిరే యాక్షన్ సన్నివేశాలను చిత్రీకరిస్తున్నారు. అత్యాధునిక విఎఫ్ఎక్స్ హంగులతో కర్ణుడి ప్రపంచాన్ని అపూర్వమైన రీతిలో తెరపై ఆవిష్కరించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. గంభీరమైన రాజ్యాలు, పురాతన యుద్ధ క్షేత్రాలు, ఉత్కంఠభరితమైన పోరాట సన్నివేశాలతో ప్రేక్షకులకు సరికొత్త అనుభూతిని అందించాలని దర్శకుడు రమేశ్ వర్మ భావిస్తున్నారు.