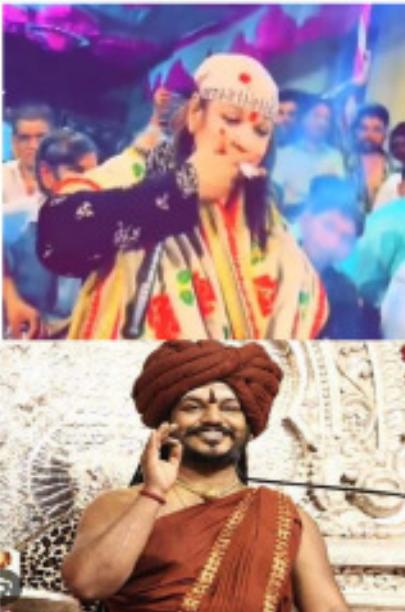
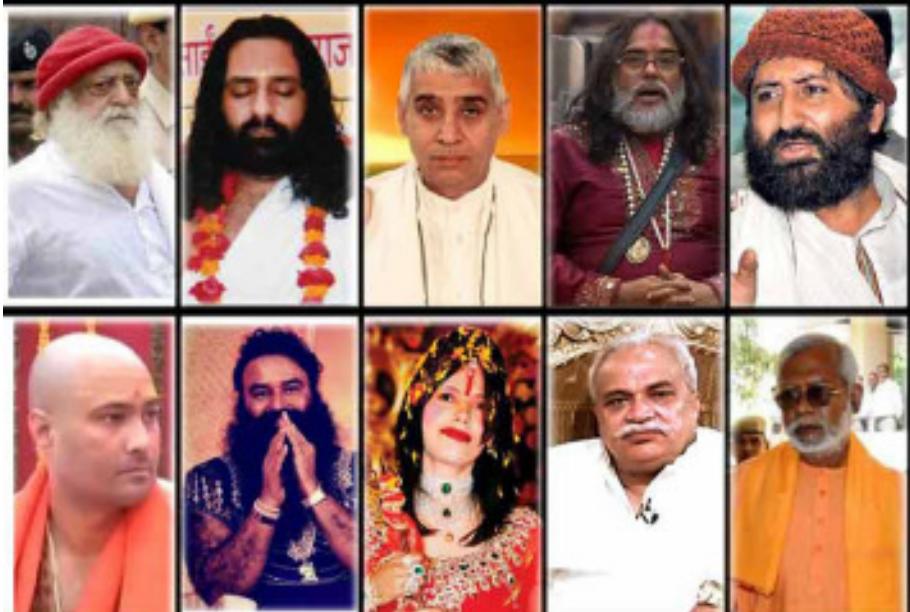


ఆధివారం 07-07-2024 పేజీలు : 10

CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRA PRADESH STATES

సంపుటి : 20 సంచిక : 82 రూ. 6.00



## బంబంలు కాదు...



# భద్రాష్ట్ర గాథ!

న్యాములు కాదు సన్నాసులు.

జనం బలహీనతలే బాబాలకు పెట్టుబడి.



» ఆధ్యాత్మిక ముసుగులో కొండరు బాబాల తిక్క వేశాలు.

» కొత్త బాబా వచ్చిండంటే చాలు పరుగెత్తుతారు వెప్రి జనాలు.

» బాబాల పాద దూళి కోసం పాకులాటలా... » సిగరెట్ కాల్వితే వచ్చే బూడిద కోసం పడిగాపులా...

» సన్యాసి చింతనలో సన్యాసి వేశాలా! » బాబాలు ఎక్కడ పడితే ఆక్కడ తడిమితే ఆరోగ్యమా!

» మహిళల మీద నుంచి నడిస్తే పిల్లలు పుడతారా! » స్వామీజీలు తినగా మిగిలిన ఎంగిలే మహా ప్రసాదమా!

» ఆధ్యాత్మిక ముసుగులో అరాచకాలు చేస్తున్నారు. » బాబాలుగా మారి అత్యాచారాలు చేస్తున్నారు.

» దైవ దూతల ముసుగులో దుర్మార్గాలు చేస్తున్నారు. » దేవుడు కనిపించాడని లేనిపోనిని చెప్పి మోసాలు చేస్తున్నారు.

» అలాంటి దొంగ స్వాములే ప్రజాదరణ పొందుతున్నారు. » దొంగ బాబాలను నమ్మి నాయకులు పరుగెత్తున్నారు.

» వారి ఆశీస్సుల కోసం ఆరాటపడుతున్నారు. » కనికట్టు విద్యలు చూసి చలించిపోతారు.

» అబ్రకదబ్బ వేశాలు నిజం కాదని తెలినా గుడ్డిగా నమ్మేస్తారు. » కాల మహిమను నమ్మరు... కష్టపడి బతకాలనుకోరు.

» బాబాలను నమ్మి బాగుపడాలనుకుంటారు. » ఎంత మంది మోసపోతున్న మూడు నమ్మకాలు విడిచిపెట్టరు.

**దేవుని పేరు చెప్పి మండలే పెట్టి నిలువు దర్శిసే.**

**త్వరలో స్వినేటిధార్మ ఎక్స్‌క్రొస్‌లెస్ గా**



Scan QR  
to hear  
and read  
this news  
in our  
Netidhatri

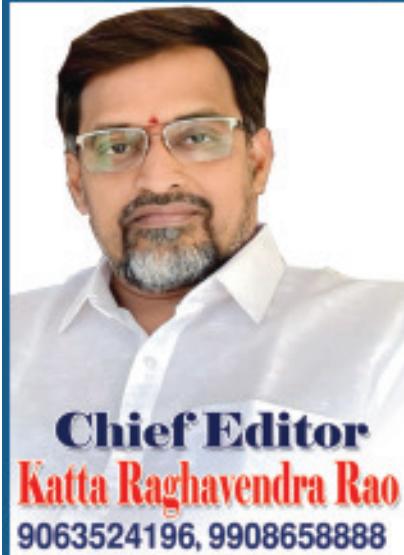


Sunday 07-7-2024 Page : 10 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRA PRADESH STATES Vol: 20 Issue: 73 Rs 6.00

## Chitrapuri Episode-9



# Culprits Escaped And Implicated Anil



**Chief Editor**  
**Katta Raghavendra Rao**  
9063524196, 9908658888



- Why land to elder people in Chitrapuri
- There is no permission for row houses
- As per G.O.No.658 only permission given to apartments
- How 14 acres land occupied and built row houses?
- In the place of row houses at least 2000 flats can be built
- Why 'Kadambari' unexpected departure to America?
- Who are behind in the attempt to put blame on Anil?
- Anil was not in chair when row houses allocated
- Anil has no relation with the issue of row houses
- Deceitful people shared the plots and constructed row houses
- No permission for special houses
- Cine workers remain victims in this fraudulent episode
- Since two decades who continued to be consider as elder people?
- Who played their role behind the screen keeping Anil in forefront?
- How it became possible to take ten plots each?
- Why fled away at the time of to give answer?
- Why there is no answer for the questions raised by Anil?
- Who are preventing the action to dismantle the row houses?

HYDERABAD,NETIDHATHRI:

It is general saying that even God can't catch the household thief. Those who continued as Society Secretaries in previous years had committed all sins whatever they like and withdraw themselves from the responsibilities. Unfortunately present secretay Vallabhaneni Anil has been facing allegations which are nowhere concerned to him. Those who are raising the issue of Chitrapuri don't have full knowledge on what had happened in previous years. They are making comments as they like without knowing the facts and raising criticisms as per their knowledge of understating. Unfortunately such people are not showing any interest to know the reality. Their comments are mainly concentrating on how best can embrace the society and wanting to create problems to Anil. Anil never said that there were no fraudulent practices took place in the society. Those who are making allegations must know the fact that Anil is not responsible for those illegal activities because he was not in Society Chairman Seat when these corrupt practices are said to be held. Now he has no power to alter them. He is working hard in dedication to make justice to cine workers but those who were indulged in fraudulent activities in previous now want to create controversy by making unnecessary allegations. At the same time they want to keep Anil in front and remain themselves behind the scene. They are not willing to make justice to cine workers and creating hurdles to Anil from moving forward in this direction. Such fraudulent hawks want Vallabhaneni Anil to be in this position to continue their activities in the way they want. For this purpose they are not hesitating to make him scape goat with their trick plays in the Chitrapuri episode. For this purpose they are inciting some people and making the society to lose its reputation. At the same time they are creating some insecurity among the cine workers which is a part of their political play. Their final goal is to keep all cine workers outside the society by allocating plots to their followers and near and dear. If it real that they have broad mind towards workers, might have kept themselves away from purchasing the plots and constructing the villas in such places. Row houses remain the best example for their Hippocratic nature. Really speaking construction of row houses is totally illegal. As per the G.O. 658 issued by the government only flats are allowed for the construction. There is no permission to build row houses. Even then, large number of cine 'elders' constructed row houses which is nowhere concerned to Vallabhaneni Anil. There is no society behind the construction of row houses. Those who are making allegations on Anil, don't know the real cause behind. Anil also making it clear that, he is not responsible for the row houses issue. Unfortunately those who are making allegations do not believe on what Anil said. Really speaking some row house owners are behind the people who are in forefront to create controversy with allegations. All the row houses shall be dismantled. This shall be the first and stern action taken by the government. Anil wants the same thing and he is totally against for 14acrs of land held in the hands of 200 persons. If these illegal row houses gets dismantled then in this same place 2000 flats can be built for cine workers. Anil is thinking in this way and strongly determined

to make justice to workers. For this purpose he wants to call for General Body meeting in the coming month August. He is expecting that all facts related to this issue will come out in this meeting. All fraudulent people became united and constructed row houses. In order to cover their hypocrisy and to show themselves as supporters of workers, such people are now inciting some people against the society. All these 'elders' knows well that these cine workers can't go against them. At the same time they are in full confidence that they can prevent any action of government against them, with their influence among political leaders. This is the reason till now either cine 'elders' or previous governments came forward to negotiate with cine workers on Chitrapuri issue. In previous governments some political leaders advised the cine workers who met them to explain their plights, not to go against such cine 'elders'. During conversations with cine workers political leaders came to know about the row houses and moved the pawns to get some among them and get succeeded. If new government initiate inquiry on this row houses issue, the real face of BRS leaders will also get exposed. Some influential persons purchased ten plots each by keeping the society in their hands. Doing like that they have made lot of injustice to workers. The hidden facts of such leaders will also come out. Kadambari Kirankumar always speaks about the welfare of the workers. It is the time now for him to expose how many row houses he has? Otherwise Vallabhaneni Anil will reveal all those facts during General body meeting in the month of August. At that time the hidden secrets of those who are moving outside with getting bail will also gets exposed. The role of BRS leaders behind them will also gets revealed. Those who are saying parrot words keeping 14acrs of land in their hands by constructing the row houses have to answer the questions raised by society members and workers at the time of the meeting. Then the workers only finalise what to do against these illicit activities.

Anil brought a proposal to build 2000 flats in this 14acres of land where row houses are present. This made so called cine 'elders' who own some of the row houses to get anger against Anil. Immediately they tried to threaten him and finally wanted to remove him from the post. They want to keep another person in the place of Anil. But Anil is determined to make it success to construct twin towers along with apartments in 14 acres. Now some people are in fear about Anil who came out on bail. They are in doubt that this issue may create storm and it is learnt that Kadambari Kiran who always incited some workers against society now left to America. Those who are in bail without court permission shall not leave the country. If he took the permission or not is clearly not known but some people alleging that he went US to escape the meeting. Recently Anil conducted press meet and revealed number issues. This made Kadambari Kiran to remain in dilemma and some people expressing doubt that this embracing situation compelled him to leave India. Now these people who have row houses kept themselves calm. Still there are some unanswered questions. One is who are obstructing the action against row houses? Second one is who are creating hurdles for not implementing the assurance given by Congress? If these questions get proper answer, the problem automatically gets solved.













## విష మంచి? విష చెడు?

పిండిపదార్థాలు ఆరోగ్యకరమైన పోషకాలే! శక్తిని సమకూర్చే శక్తి భాండాగారాలే! అయినా బరువు పెరుగుతామనే భయంతో తినడానికి వెనకాదుతా ఉంటాం. అయితే ఏ పిండిపదార్థాలు మంచియో, ఏవి చెడు తెలుకుని మనలుకోవాలి.

పిండిపదార్థాలు ప్రధాన పోషకాలు. మనం రోజు తీసుకునే అపరంలో 70% పిండిపదార్థాలే ఉంటాయి. జీర్ణవ్యవస్థ పిండిపదార్థాలను గూడోజ్గా మారుస్తుంది. శరీరం ఈ గూడోజ్ను కణబాలం, కణబాల, అవయవాల శక్తి కోసం వినియోగిస్తుంది. అత్యంత ముఖ్యమైన, కీలకమైన పిండిపదార్థాలు గూడోజ్. జీవరాహలన్నీ శక్తి కోసం వాడుకునే నులువైన వక్కెర (మోనోశాఖ్రద్దీ) ఇది. పిండిపదార్థాలు శరీర బరువును క్రితంగా పెంచుతాయి. అయితే అనవసరమైన చెడు పిండిపదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటా, అవసరమైన మంచి పిండిపదార్థాలను పరిమితంగా తీసుకునేవారికి ఈ నుస్స సహజం. కాలట్టి వారిలో ఏవి మంచి, ఏవి చెడు? అనే విషయం మీర అవగాహన ఏర్పరుచుకోవాలి.

పిండిపదార్థాలు లోపిస్తే?

పిండిపదార్థాలు లోపిస్తే ఆ లోపం ఈ లక్షణాల ద్వారా బయలుద్దుతుంది. అవేంటంటే....

నీరసం - నోటి దుర్మాణం

మలబద్రకం

వాంతులు

తలనొప్పిజి

పోషకాలోపం

మంచి పిండిపదార్థాలు (కాంఫ్లేక్స్ కార్బ్)

వీటిలోని రసాయన రూపం, పీచులను జీర్ణం చేసుకోవడానికి శరీరం ఎక్కువ శక్తిని భర్యుచేయ వసిలుస్తుంది. వీటి నుంచి అందే శక్తి శరీరానికి ఎక్కువ సమయంపాటు ఉ పయోగసహితుంది. మంచి పిండిపదార్థాలో....

పోషకాలు, శీచు ఎక్కువ

గైనిమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువ

తక్కువ క్యూలోలోనే కడుపు నిండుతుంది

శరీరం శక్తిని భర్యు చేసుకునే వేగం (మెటబలిజిం)

పెరుగుతుంది.

పొట్టు తీయని గోధుమలతో తయారైన బ్రైడ్, రోట్టెలు, తుంబధాన్యాలు, ఆకప్పుని కూరగాయలు, చిలకడుదుంపలు, తాజా పట్ట తోపుక చెందినవి.

చెడు పిండిపదార్థాలు (సింపుల్ కార్బోప్లాట్ట్స్)

ఇప్పనీ పొట్టు తీసి, పొల్పి చేసిన పదార్థాలు. వీటిలో నుహజిస్ట్ పోషకాలు, పీచు తక్కువ. చెడు



పిండిపదార్థాల్లో....

పీచు, పోషకాలు అతి స్వల్పం

గైనిమిక్ ఇండెక్స్ ఎక్కువ

క్యూలోలీ కొప్పుగా మారుతాయి

అత్యధిక గూడోజ్ స్టోర్యూలు (నీరసం తెప్పిస్తాయి)

చాట్లెట్లు, తీపి పదార్థాలు, తీపి జీడించిన తృణధాన్యాలు, సోడాలు, శీతల పానీయాలు, పాట్లు తీసిన పిండు తు పోపుక చెందినవి.

మేలురకం పిండిపదార్థాలు వీటిలో....

ఓట్లో తయారైన బిస్కిట్లు, నారింజ రసం, యూపిల్, కేరట్లు, ఉమేటాలు, ఎందురాక్, ద్రాక్ష అరబివంట్లు

ఓట్లోలీ: ఎక్కువ సమయంపాటు శక్తినీసే నిలకడైన పిండిపదార్థం ఇది. నీళ్ళ కలిపి తయారుచేసిన ఒక కప్పు ఓట్లోలీ ఉంటాయి. 4 గ్రాముల పీచు, 6 గ్రాముల మాంసక్తులు ఉంటాయి.

యూపిల్: భోజనానికి ఘోజనానికి మధ్య తీసుకోవలిన ఈ అల్పాపోర ఫలంలో చెడు కొలిప్పులోను తగ్గినే 4 గ్రాముల పీచు, పెక్కినులు ఉంటాయి. మాంసక్తులు పుష్టిలంగా ఉండే వేరుసెగగుప్పుతో తయారయ్యే వెన్నుతో కలిపి తీసుకుంటే ప్రయోజనకరం.

చిలకడుంపలు: ఇది జిజ్మైన సూపర్ ఫుడ్: కప్పు చిలకడుంప ముక్కల్లో 7 గ్రాముల పీచు, 6 గ్రాముల మాంసక్తులు ఉంటాయి.

మినుములు: ఒక కప్పు ఉడకట్టిన పొట్టు తీయని మినుముల్లో 15 గ్రాముల పీచు, అంతే పరిమాణంలో మాంసక్తులు ఉంటాయి. ఇంత పరిమాణంలో పోషకాలు మరే పదార్థంలోనూ ఉండవు.

టెంటాలు: వీటిలో విటమిన్లు, భిన్జిలవణల పుష్టులం. పీచుతో పాటు టైటోపీన్ అనే యాంటీఆక్సిడెంటు కూడా వీటిలో ఉంటాయి.

## బక్కోరంగుకు ఒక్కో బెనిఫిట్ ఉండని తెలుసా!



ఆక్రూషీయుపైన రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలో లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. వాటిలో ఉండే పైపోల్ కెమిక్లోను భర్యి పంపు.

కూరగాయలకు అయి రంగుల సమకూర్చాయి. అయితే ఒక్కో రంగుకు కొన్ని నీడ్స్ట్రోప్స్ పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

ఆక్రూషీయుపైన ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు, ఎల్లా మంచి పంపులు, అందులో ఉండగాలు, అందులో ఉండుటంది. రంగుల మంచి పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

అక్రూషీయుపైన ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. అయితే ఒక్కో రంగులతో కూడాసిన పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

ఎప్పుడు ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. అయితే ఒక్కో రంగులతో కూడాసిన పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

ఎప్పుడు ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. అయితే ఒక్కో రంగులతో కూడాసిన పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

అప్పుడు ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. అయితే ఒక్కో రంగులతో కూడాసిన పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

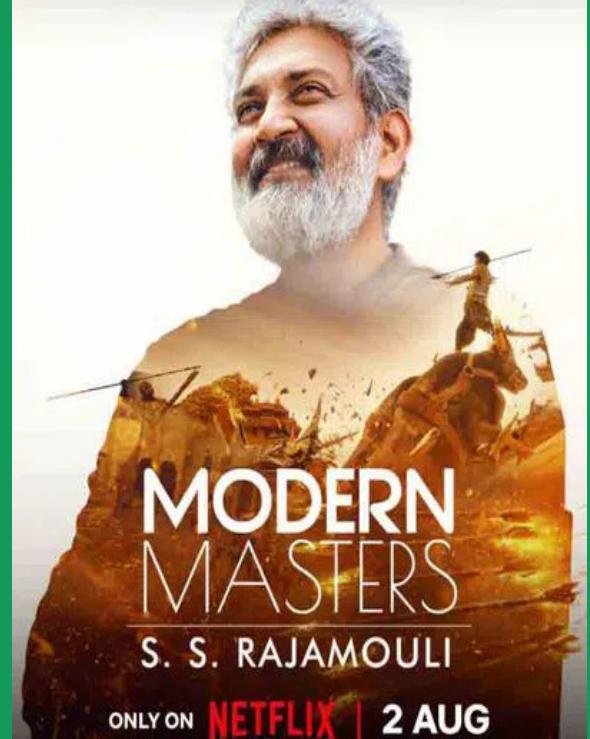
అప్పుడు ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. అయితే ఒక్కో రంగులతో కూడాసిన పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

అప్పుడు ఈ రంగులతో కూడాసిన పంపు, కూరగాయలు లీలాపైన పోషకాలుంటాయి. అయితే ఒక్కో రంగులతో కూడాసిన పంపులు, అందులో ఉండుటంది. రోగీలోడుక్కి పోషకాలు, పీచు తక్కువ.

అప్పుడు ఈ రంగులతో కూడా



## రాజమిళిపి నెట్‌ఫ్లిక్స్ డాక్యుమెంటరీ



బాలీవుడ్ రిగ్స్ దర్శకుడు ఎన్.ఎన్ రాజమాలి గురించి ప్రశ్నక పరియం అపసరు లేదు. వేత్తిఅర్ కథాయాకగిగా పచిన పూర్వాంగ సాంగిని పోషణ పరియం అందుల్లో వేత్తిన ఆమిత్తి సినిమాక్స్ ఎన్స్ పీరి య్యస్ పాండాలి. తక్కి లాండి నినిమాను తీసినదుకు దర్శకుడిగా గాగా గర్భస్థున్నాను. అమిత్తి, కమల్చస్సన్, ప్రభాన్, దీపిక పదుక్కనే పంచి సూపర్స్టార్స్ ని దైర్క్య వేయడం నా అంప్స్టార్' అంటూ అసందం వ్యక్త చేస్తారు దర్శకుడు నాగణియ్యే. ఆయన దర్శకుడిగా గత

కల్పి 2898 ఎస్. ఓ గొప్ప సినిమాక్స్ ఎన్స్ మియ్యు ఇంచిం దని అందరూ అంటున్నారు. నాటంటి మెక్కె ముఖ్య ఉపాశం కూడా అదే. థియేటర్స్ కి వెల్లిన ఆమియ్యు సినిమాక్స్ ఎన్స్ పీరి య్యస్ పాండాలి. తక్కి లాండి నినిమాను తీసినదుకు దర్శకుడిగా గాగా గర్భస్థున్నాను. అమిత్తి, కమల్చస్సన్, ప్రభాన్, దీపిక పదుక్కనే పంచి సూపర్స్టార్స్ ని దైర్క్య వేయడం నా అంప్స్టార్' అంటూ అసందం వ్యక్త చేస్తారు దర్శకుడు నాగణియ్యే. ఆయన దర్శకుడిగా గత

