



శుక్రవారం 20-02-2026 పేజీలు : 12 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES సంపుటి : 21 సంచిక : 277 రూ॥ 6.00



విజేతల విశ్వరూపం.. ఎన్నికలన్నీ ఘన విజయం!



- రాజకీయ ఉక్కు సంకల్పం..రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వం.
- కాంగ్రెస్ కు కంచు కవచం..ఈ ఇద్దరి నాయకత్వం.
- సీఎం. రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వపాలనకు నిదర్శనం.
- కాలానికి ఎదురీదిన రేవంత్ రాజకీయ పోరాటం.
- రాజకీయంగా అలుపెరుగని ఆత్మ విశ్వాసం.
- సమర్థ నాయకత్వానికి సీఎం రేవంత్ చిహ్నం.
- ఒడిదొడుకులెన్ని ఎదురైనా మొక్కువోణి ధైర్యం.
- ఎప్పటికైనా ఏదో ఒక రోజు తనదొతుందన్న నమ్మకం.
- ఏకలవ్య రాజకీయాలతో రేవంత్ ఎదురు లేకుండా ఎదిగిన వైనం.
- రాజకీయ సమరంలో విజేయుడై నిలిచిన అభినవ సామ్రాజ్యం.
- తెగింపు తో రేవంత్ కు విజయాలు దాసోహం.

- కడుపు నిండా కత్తులు పెట్టుకున్న వారిని ఓడించిన చాణక్యం.
- తోడేవరు లేకున్నా తానే కోట్లమంది బలవంతులకు సమానం.
- కాంగ్రెస్ లో నెగ్గుకు రావడం అంత సులువు కానీ వ్యవహారం.
- అన్నింటినీ అధిగమిస్తూ కుర్చీ ఎక్కిన సీఎం రేవంత్ సామర్థ్యం.
- తెలంగాణ రాజకీయాలలో ఎదురు లేని రాజకీయ శక్తికి నిలువెత్తు సాక్ష్యం.
- తిరుగు లేని నాయకత్వానికి తెలంగాణ సమర నాదం.
- పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి తోడుతో ఐక్యతకు నిదర్శనం.

- ఖమ్మం నుంచి పొంగులేటి, పాలమూరు నుంచి సీఎం రాజకీయ వేట గెలుపుకు సంకేతం.
- పంచాయతీ ఎన్నికలతో మరింత పటిష్టంగా నాయకత్వ ద్వయం.
- మున్సిపల్ ఎన్నికలలో ఇద్దరి తిరుగు లేని విజయం.

కాంగ్రెస్ కు రెండు కళ్లుగా సాగుతున్న ప్రయాణం.

హైదరాబాద్, నేటికాత్రి: కృషి ఫుట్ మనుషులు రుషిలోతారు. మహా పురుషులారా అన్నట్టి ఈ ఇద్దరూ ఇద్దరే. ఇద్దరూ తమ చట్టదలతో ఎదిగిన వారే. అనుకున్న లక్ష్యాన్ని చేరుకున్నవారే. చట్టదలకు మారు పేరుగా నిలిచిన వారే. ఈ ఇద్దరూ ఎవం సహాకారంతో ఎదిగిన వారు కాదు. ఎవరో నిజానికి తెలియని వారు కాదు. ఎవరికి వారు, తమ స్వంత శక్తియుక్తులతో రాజకీయంలోకి వచ్చినవారు. ఎదిగిన వారు. తమ శక్తి యుక్తులు ప్రదర్శించిన వారు. ఇప్పుడు రాష్ట్ర రాజకీయాలను శాసిస్తున్నారు. ఆ ఇద్దరూ సీఎం. రేవంత్ రెడ్డి, రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి. ఈ ఇద్దరి రాజకీయాల్లో కొన్ని సారూప్యతలున్నాయి. ఇద్దరూ స్వయం కృషితో ఎదిగిన నాయకులు. తాము నాయకులుగా ఎదగాడానికి ఎవరి దగ్గర సాగిలపడిన వారు కాదు. ఎవరినో సీట్లు కోసం ప్రార్థించడంవల్లనే అవసరాలు వచ్చిన వారు కాదు. వారి తమ శక్తి సామర్థ్యాలను నిరూపించుకొని నాయకులుగా ఎదిగినవారు. ఎదిగి నిలబెట్టుకున్నవాళ్లు. రాష్ట్ర రాజకీయాల చరిత్రను మార్చినవారు. తెలంగాణ రాజకీయ కొత్త చరిత్రను లిఖించిన వారు. అవును. ఈ ఇద్దరి రాజకీయ ప్రస్థానం అంత సాఫీగా సాగలేదు. ఎత్తులు, పల్లాలు చూడాలి వచ్చినా అది వారి పల్ల జరగలేదు. వారు నాలు దేలదానికి జరిగిందనే చెప్పాలి. వారి స్వయంకృతాపరాధం ఏమీ లేదు. కాని నమ్మించి మోసం చేయాలనుకున్నారు. కాని మోసం చేయాలనుకున్న వారు ఆఖరుకు ఆగమయ్యారు. ఈ ఇద్దరు నాయకులు తెలంగాణలో హీరోలయ్యారు. రాష్ట్ర రాజకీయాలను శాసిస్తున్నారు. పాలన సాగిస్తున్నారు. పార్టీని పట్టిస్తూ పరుస్తున్నారు. పార్టీకి మరింత బలమైన పునాదులు వేస్తున్నారు. ఏ ఎన్నిక వచ్చినా పార్టీని విజయ తీరాలకు చేర్చుతున్నారు. ఎవరికి వారు తమను తాము రుజువు చేసుకుంటున్నారు. సిఎం. రేవంత్ రెడ్డి మొత్తం తెలంగాణలో తమ ప్రాభావాన్ని చూపిస్తున్నారు. ఎదురులేని నేతలుగా ఎదుగుతున్నారు. తిరుగులేని రాజకీయ శక్తులుగా మారుతున్నారు. ఎవరి నోట ఎన్నా అదే మాట అంటున్నారు. ఇద్దరి విజయ ప్రస్తావనలు ఒకసారి చూసుకుంటే ఒంటరి రాజకీయ ప్రయాణం మొదలుపెట్టిన నాయకుడు సిఎం. రేవంత్ రెడ్డి.

ఎవరి తోడు కోసం చూడలేదు. ఎవరి అంద కోసం ఆరాటపడలేదు. ఎవరో టికెట్ ఇవ్వాలని కోరుకోలేదు. తనను తాను స్వయం ప్రకాశ శక్తిగా ఎదిగారు. ముందు ఇండిపెండెంటుగా జడ్పీటీసీగా గెలిచి తెలంగాణ రాజకీయాల్లో ఒక సంవత్సరం నమోదు చేశారు. అలా జడ్పీటీసీగా ఎన్నికైన కొద్ది కాలానికే ఏకంగా స్థానిక సంస్థల ఎమ్మెల్యేగా ఎన్నికై అందరి దృష్టిని ఆకర్షించారు. ఏ పార్టీ అంద లేకుండా, రాజకీయ పార్టీలకు దీర్ఘిన రాజకీయం అనాడే చేశారు. బలమైన పార్టీలను అనాడే డీకొన్నారు. ఎవరూ ఊహించని విజయం సాధించారు. సహజంగా పట్టభద్రులు ఎన్నికలో ఇండిపెండెంటుగా విజయం సాధించడం ఒక వేరు. కాని పార్టీ సభ్యులు తమ పార్టీలకు కాదని, ఇండిపెండెంటుగా పోటీ చేసిన రేవంత్ రెడ్డిని గెలిపించడం అంటే మాటలు కాదు. ఆ విజయం అంత సాహసమైంది కాదు. అలా గెలిచిన రేవంత్ రెడ్డిని అప్పటి తెలుగుదేశం పార్టీ ఆహ్వానించింది. పార్టీలో చేర్చుకున్నది. ఆ తర్వాత 2009లో అసెంబ్లీ టికెట్ ఇచ్చింది. అతి తక్కువ సమయంలో జడ్పీటీసీ, ఎమ్మెల్యే, ఆ వెంటనే ఎమ్మెల్యే అయిన ఏకైక నాయకుడు రేవంత్ రెడ్డి. జడ్పీటీసీగా పూర్తి కాలం పనిచేయాలని అనవరం రాలేదు. ఎమ్మెల్యేగా పూర్తి కాలం అనవరం రాలేదు. ఎమ్మెల్యే అయ్యే ఛాన్సు వచ్చింది. ఇలా అవకాశాలు అయినను వెతుక్కుంటూ వచ్చాయి. అతి చిన్న వయసులోనే ఆయన రాష్ట్ర స్థాయి నాయకుడిగా ఎదిగారు. చంద్రబాబుకు సన్నిహితుడయ్యాడు. పార్టీలో సీనియర్లను దాటిపోయాడు. అలా తన రాజకీయ ప్రస్థానాన్ని ఒక్కో మెట్టు ఎంచుకుంటూ, ఎక్కుకుంటూ ముందుకు వెళ్లారు. రాష్ట్ర విభజన తర్వాత ఆయన కొంత కాలానికి కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. కాంగ్రెస్ లో చేరుతూనే పార్టీ వర్క్ లో ప్రెసిడెంటు అయ్యారు. పార్లమెంటు సభ్యుడిగా వుంటూ, పార్టీ ప్రెసిడెంటు అయ్యారు. పార్టీకి వెయ్యేసగల బలం తెచ్చారు. ఆఖరుకు పార్టీని అధికారంలోకి తీసుకొచ్చిన నాయకుడయ్యారు. రాష్ట్రానికి రెండో సిఎం. అయ్యారు. తన లక్ష్యాన్ని చేరుకున్నారు. రాష్ట్ర ప్రజలకు ముఖ్య పాలకుడుగా తన సేవ అందిస్తుందిస్తున్నారు. తాను మండలో అడుగుపెట్టిన తొలి రోజు మీరు ఏమన్నావని రాజకీయాల్లోకి వచ్చారని మరో ఎమ్మెల్యే అడిగితే సిఎం.

అవుతానని అన్నారు. అప్పుడే తదాస్తు దేవతలు తదాస్తు అన్నట్లున్నారు. అందుకే అతి తక్కువ సమయంలో రాష్ట్ర నేతగా సిఎం. రేవంత్ రెడ్డి ఎదిగారు. అయినా ఆ సీటు ఊకాకనే రాలేదు. అనేక అవరోధాలను దాటుకుంటూ వచ్చారు. అడుగుడుగునా అటు సొంత పార్టీలోనూ, అప్పటి పాలకులతోనూ ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు. అయినా గుండె ధైర్యం చెదరలేదు. ఆయన ఎంచుకున్న మార్గం మార్చుకోలేదు. తన దారిని మరింత రహదారి చేసుకున్నారు. ఆరు గ్యారంటీలతో రాష్ట్రమంతా ప్రచారం చేసి, ప్రజల విశ్వాసం చూరగొని తెలంగాణ ప్రజా ప్రభుత్వ రాజ్యానికి రాజయ్యారు. ఇక మరో నాయకుడు పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి. తెలంగాణ రాజకీయాలలో ఉత్తమ తరంగంలా దూసుకువచ్చారు. వస్తూ వస్తూనే తన రాజకీయ భవిష్యత్తుకు బలమైన పునాదులు వేసుకుంటూనే వచ్చారు. తొలి రాజకీయ అనుభవం, ప్రజా ప్రతినిధిగా ప్రస్తానం ఏక కాలంలో జరిగిపోయాయి. రాష్ట్రం విడిపోయిన తర్వాత జరిగిన తొలి ఎన్నికల్లోనే ఆయన ఎంపీగా ఎన్నికయ్యారు. తన అనుచరులను కొంత మందిని ఎమ్మెల్యేలను చేశారు. తెలంగాణవైసిపి పార్టీకి అద్భుత బాధ్యతలు మోశారు. ఖమ్మం జిల్లాలో బలమైన నాయకుడిగా తన ప్రస్తానం తొలి రోజు నుంచే మొదలు పెట్టారు. అలా ఎంపీగా ఎన్నికైన పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి కొంత కాలానికి అప్పటి పాలకుడు కేసిఆర్ కోరిక మేరకు, వైసిపి అధినేత ఆలోచన మేరకు బిఆర్ఎస్ లో చేరారు. ఇక్కడ సిఎం. రేవంత్ విషయంలోనూ, మంత్రి పొంగులేటి రాజకీయంలోనూ ఒకే విధమైన అనుభవం వుంది. ఇద్దరు నాయకులు వారి వారి అప్పటి అధినేతలను ఒప్పించి, పార్టీ మార్చారని, ఏనాడు ఆ అధినేతలపై ఏనాడు రాజకీయ విమర్శలు చేయలేదు. అప్పటికి ఇప్పటికీ అదే మాట నిలబడి రాజకీయాలు చేస్తుంటారు. రాజకీయ పార్టీలకు కొత్త ఒరవడి నేర్పారు. సహజంగా పార్టీలు మార్చానే ఆ పార్టీల అధినేతలను తూర్పారపడుతూ రాజకీయాలు చేస్తుంటారు. కాని ఈ ఇద్దరు నేతలు అందుకు భిన్నం. వారి రాజకీయాలే వేరు. వారు వేసే అడుగులే వేరు. వారిద్దరూ వేసే ఎత్తుగడలే వేరు. ఎవరికీ అందని రాజకీయ పుష్కల రచించడంలోనూ ఈ

ఇద్దరిని మించిన వారు లేరు. నమ్మించి మోసం చేసిన వారిని ఈ ఇద్దరూ పదిలిపెట్టారు. శవధం చేసి మరీ వారిని ఎదుర్కొంటారు. 2014లో బిఆర్ఎస్ లో ఒక్క మాటతో చేరిన పొంగులేటిని 2018 ఎన్నికల్లో అసెంబ్లీకి కేసిఆర్ అవకాశమివ్వలేదు. తర్వాత పార్లమెంటు ఎన్నికల్లోనూ అవకాశం కల్పించలేదు. అయినా ఎంతో ఓపికతో తన పార్టీకి సేవ చేశారు. కాని అడుగుడుగునా ఆయనను అవమానాలకు గురి చేస్తూ వచ్చారు. ఆయన ప్రాధాన్యత తగ్గిస్తూ వచ్చారు. మొత్తానికి పొంగులేటిని రాజకీయాలకే దూరం చేయాలన్న ఆలోచన కేసిఆర్ చేశారు. కాని పొంగులేటి మంచి తనం కేసిఆర్ గుర్తించలేదు. నమ్మిన సిద్ధాంతానికి కట్టుబడి వుండే పొంగులేటిని కట్టుబానిసను చేసుకోవాలనుకున్నారు. కాని సింహంలా రాజకీయాల్లోకి వచ్చిన పొంగులేటిని బోసులో బంధించాలని చూశారు. కాని కుదరలేదు. ఎక్కుడున్నా సింహం, సింహంలానే వుంటుంది. అది బిఆర్ఎస్ గుర్తించలేదు. పొంగులేటి రాజకీయ శక్తిని తక్కువగా అంచనా వేశారు. బిఆర్ఎస్ నుంచి బైటకు వచ్చిన పొంగులేటిని మరింత ఇబ్బంది పెట్టాలని చూశారు. దాంతో సింహం జూలు విడిచిస్తే ఎలా వుంటుందో బిఆర్ఎస్ కు చూపించారు. 2023 ఎన్నికల్లో బిఆర్ఎస్ ను ఖమ్మం నుంచి అసెంబ్లీ గేటు తాకనివ్వనని శవధం చేశారు. అటు ఖమ్మంలోనూ, మొత్తం తెలంగాణలో బిఆర్ఎస్ ను మట్టికరింపించారు. ఖమ్మంలో మాత్రం బిఆర్ఎస్ ను జీరో చేశారు. తెలంగాణ రాజకీయాల్లో తన ప్రస్తానాన్ని పొంగులేటి పదిలం చేసుకున్నారు. తర్వాత జరిగిన అన్ని ఎన్నికల్లో సిఎం. రేవంత్ తో కలిసి బిఆర్ఎస్ ను నాశనం చేయాలని లేకుండా చేస్తున్నారు.

మీ కట్టా శ్రీమంతులరావు పేరు మీద నేటికాత్రి పేజీలో మీరు 8520007444

21st ANNIVERSARY 2004-2023 మనం తెలుగు అక్షరాల ద్వారా

మీ కట్టా శ్రీమంతులరావు పేరు మీద నేటికాత్రి పేజీలో మీరు 9908658888, 8297779999



శుక్రవారం 20-02-2026 పేజీలు : 12 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES సంపుటి : 21 సంచిక : 277 రూ॥ 6.00

దూసుకు వస్తున్న ఎఐ... అప్రమత్తతే ముఖ్యం!

యువత భవిష్యత్తుపై ప్రపంచం
అలోచించాల్సిన సమయం
డెస్క్ నేటిధాత్రు:
ఆర్థికపీడియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఎఐ)

12 తో



26 నుంచి తెలంగాణ బడ్జెట్ సమావేశాలు

- తొలిరోజు గవర్నర్ ప్రసంగంతో ప్రారంభం
- 28న బడ్జెట్ ప్రవేశ పెట్టనున్న భట్టి

హైదరాబాద్, నేటిధాత్రు:
తెలంగాణ అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాలు తేదీ ఖరారైంది. ఈనెల

12 తో

ఉచిత పథకాలపై మరోమారు సుప్రీం సీరియస్



- ప్రజల సొమ్మును దుబారా చేయడంపై ఆగ్రహం
- పేదలకు విద తదితర కనీస అవసరాలు కల్పించాల్సిందే
- చీఫ్ జస్టిస్ సూర్యకాంత్ ధర్మాసనం వ్యాఖ్యలు

12 తో

న్యూఢిల్లీ, నేటిధాత్రు:
దేశంలో రాజకీయ పార్టీలు అందిస్తున్న ఉచిత పథకాలపై సుప్రీంకోర్టు మరోసారి తీవ్రస్థాయిలో స్పందించింది.

వచ్చే మేలో పార్టీని ప్రకటిస్తా



- ప్రధాన ప్రతిపక్షంగా ఎదుగుతాం
- అధికారంలోకి రావడం ఖాయం
- తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కవిత

హైదరాబాద్, నేటిధాత్రు:
తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత తన కొత్త రాజకీయ

12 తో

దేవజీ లక్ష్యంగా కూంబింగ్



- కరెగ్రెట్టల్లో భారీ ఎన్కోంటర్
- ఐదుగురు మావోలు మృతి చెందినట్లు గుర్తింపు

రాయపూర్, నేటిధాత్రు:
ఫత్తీగడ్డలో మల్టీ భారీ ఎన్కోంటర్ జరిగింది. భద్రతా బలగాల కాల్పుల్లో ఐదుగురు మావోయిస్టులు మృతిచెందారు. మావోయిస్టు అగ్రనేత, ఆ పార్టీ

12 తో

మన ఆలోచనలకు అందనంతగా ఏవి



న్యూఢిల్లీ, నేటిధాత్రు:
ఆర్థికపీడియల్ ఇంటెలిజెన్స్ సామర్థ్యం మన ఆలోచనలకు అందనంత దూరంలో ఉందని ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీ అన్నారు. ఏఐ వినియోగం చట్టబద్ధంగా, పునఃసమీక్షించేలా ఉండాలని చెప్పారు. దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో జరుగుతున్న 'ఇండియా ఏఐ ఇంపాక్ట్ సదస్సు' లో గురువారం ప్రధాని ప్రసంగించారు. మానవ అభివృద్ధిలో ఏఐ కీలక భూమిక పోషిస్తోందని ప్రధాని తెలిపారు. మేకీన్ ఇండియా, భారత ఆవిష్కరణ సామర్థ్యాన్ని ఈ సదస్సు చాటుతోందని పేర్కొన్నారు. ప్రపంచంలో ఆరోపంతు జనాభా భారత్ లోనే ఉందని, కొత్త సాంకేతికతను అందిపుచ్చుకుంటోందని చెప్పారు. కృత్రిమ మేధస్సు ఉపయోగించుకోవడంలో దేశ యువత ఆసక్తి కనబరుస్తోందని తెలిపారు. భారత్ లో ఏఐ పురోభివృద్ధి ఒక చరిత్రగా నిలుస్తుందన్నారు. కృత్రిమ మేధకు పరివర్తన శక్తి ఉందని ప్రధాని చెప్పారు. దాన్ని దుర్వినియోగం చేస్తే విధ్వంసానికి దారితీస్తుందని, అదే ఆవిష్కరణ సామర్థ్యాన్ని ఈ సదస్సు చాటుతోందని పేర్కొన్నారు.

- మానవ అభివృద్ధిలో ఏఐ కీలక భూమిక
- భారత్ లో ఏఐ పురోభివృద్ధి చరిత్రగా నిలుస్తుంది
- ఇండియా ఏఐ ఇంపాక్ట్ సదస్సు లో ప్రధాని మోదీ

అన్నారు. మనుషులు, సాంకేతికత కలిసి అభివృద్ధి పరుచునం సాగించే శక్తిలో మనం ఉన్నామని తెలిపారు. భవిష్యత్తులో ఏఐ ఏం చేయగలదో కాదు.. ప్రస్తుతం కృత్రిమ మేధస్సు ఉపయోగించి మనం ఏం చేయగలమనేదే అసలు ప్రశ్న అని అన్నారు. ప్రజా సంక్షేమం, శ్రేయస్సే ఏఐకి మన బెంచ్మార్క్ అని, మానవ కేంద్రీకృత ఏఐ నిర్మాణం మన లక్ష్యం అవ్వాలని ప్రధాని అన్నారు. కృత్రిమ మేధ మనలను శాసించకూడదని, మనమే ఏఐని శాసించాలని మోదీ చెప్పారు. కృత్రిమ మేధ వినియోగంలో 'మానవ్ విజిన్' ఉండాలని ప్రధాని మోదీ ఈ సందర్భంగా పిలుపునిచ్చారు. ఈ విజన్ అర్థం, ఫ్రేమ్వర్క్ అని ఆయన వివరించారు.



- సామాజిక సంక్షేమం, ఆర్థిక సాధికారత, ప్రతి పౌరుడికి న్యాయం
- స్థానిక ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ విజయంపై సీఎం, మంత్రులకు అభినందన
- తెలంగాణ కాంగ్రెస్ నేతల సమావేశంపై ఎక్స్ వేదికగా ఖర్చే వెల్లడి
- కాంగ్రెస్ అగ్రనేతలతో రెండుగంటలపాటు సీఎం, మంత్రుల భేటీ
- మేడారం జాతర నిర్దించినందుకు మంత్రి సీతక్కకు ప్రత్యేక అభినందనలు

ప్రజల తెలంగాణ లక్ష్యాన్ని సాధించే దిశగా కార్యాచరణ



న్యూఢిల్లీ, నేటిధాత్రు:
సమానత్వంతో కూడిన తెలంగాణ నిర్మాణం కోసం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని, 'ప్రజల తెలంగాణ' లక్ష్యాన్ని సాధించే దిశగా కార్యాచరణను రూపొందించినట్లు బీజేపీ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే పేర్కొన్నారు. సామాజిక సంక్షేమం, ఆర్థిక సాధికారత, ప్రతి పౌరుడికి న్యాయం అందించడం తమ ప్రధాన సంకల్పమని ఆయన వెల్లడించారు. ఢిల్లీలోని మల్లికార్జున ఖర్గే

నివాసంలో తెలంగాణ కాంగ్రెస్ సంబంధించిన కీలక సమీక్ష సమావేశం జరిగింది. పార్టీ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ కూడా పాల్గొన్నారు. ఈ



నివాసంలో తెలంగాణ కాంగ్రెస్ సంబంధించిన కీలక సమీక్ష సమావేశం జరిగింది. పార్టీ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ కూడా పాల్గొన్నారు. ఈ

04 తో

ఇచ్చిన హామీల మేరకు ఈసారైనా బడ్జెట్ లో కేటాయింపులు చేయాలి



రెడ్డి కి బహిరంగలేఖ రాశారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలో వచ్చి దాదాపు సగం కాలం పూర్తవుతున్నా, ఇప్పటికీ హామీల్లో 95 శాతం పెండింగ్ లోనే ఉన్నాయని ఆరోపించారు. ఈ సారైనా బడ్జెట్ లో కేటాయింపులు చేయాలని లేనిపక్షంలో తెలంగాణ సమాజం ఇంకా ఓషికపట్టే

ప్రసక్తి లేదని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ గుర్తుచేశారు.ఆరు

04 తో



ప్రజాస్వామ్యాన్ని ఖానీ చేస్తున్న రేవంత్ సర్కార్

బాల్క సుమన్ అరిస్టెస్టేషన్ మండిపాటు -క్యాబినెట్ లో దౌర్జన్యాలు ఆక్షేపణీయం : హరీష్ రావు

జాతిపిత గాంధీతో కేసీఆర్ కు పోలికా



జనగామ, నేటిధాత్రు:
తెలంగాణ రాజకీయాల్లో 'జాతిపిత' అనే పదం ఇప్పుడు పెను దుమారం రేపుతోంది. బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ ను ఆయన పార్టీ నేతలు 'తెలంగాణ జాతిపిత'గా అభివర్ణించడాన్ని కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి తీవ్రంగా తప్పుబట్టారు. భారతదేశానికి జాతిపిత ఒక్కరేనని, ఆయన మహాత్మా గాంధీ అని.. అలాంటి మహనీయుడితో కేసీఆర్ ను పోల్చడం గాంధీజీని అవమానించడమేనని ఆయన మండిపడ్డారు. అసలు కెసీఆర్ కు జాతిపిత అని చెప్పుకోవడానికి సిగ్గుండాలని తప్పు, ఆయన అత్యంత ఘాటుగా విమర్శించారు.

- జాతిపిత అని చెప్పుకోవడానికి సిగ్గుండాలి
- ప్రజల సమస్యలపై ఎందుకు మాట్లాడరు..
- ఎందుకు అసెంబ్లీకి రాకుండా ముఖం చాటేస్తారు
- కేసీఆర్ జాతిపిత ప్రకటనపై మండిపడ్డ కడియం శ్రీహరి

కప్పలను తీర్చే ఉద్దేశం కేసీఆర్ కు లేదని ఎద్దేవా చేశారు. గత పదేళ్ల బీఆర్ఎస్ పాలనలో కల్వకుంట్ల కుటుంబం చేసిన అవినీతి,

04 తో

కడియం శ్రీహరి..నోరు అదుపులో పెట్టుకో కుత్తుల్లాపూర్ బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే కేపీ వివేకనంద

హైదరాబాద్, నేటిధాత్రు:
స్టేషన్ ఘనపూర్ ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి నోరు అదుపులో పెట్టుకొని మాట్లాడాలని కుత్తుల్లాపూర్ బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే కేపీ వివేకనంద అన్నారు. కేసీఆర్ జాతిపిత ఎలా అవుతాడని కడియం చేసిన వ్యాఖ్యలపై ఆయన స్పందించారు. కడియం శ్రీహరి తన హోదాకు మించి మాట్లాడుతున్నారని, కడియం లాగ కేసీఆర్ ఎప్పుడూ అత్యగౌరవాన్ని తాకట్టు పెట్టుకొని, పదవుల కోసం పాకులాడి, బేరసారాలు చేయలేదన్నారు. తెలంగాణ కోసం

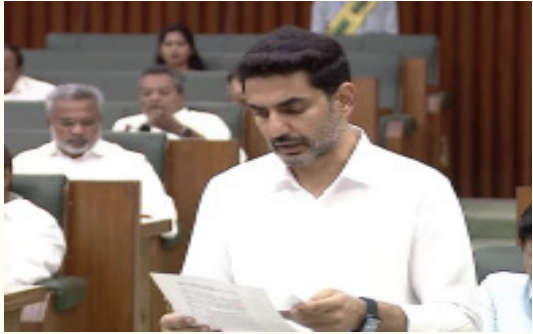


డిజిటల్ రంగంలో భారత్ విప్లవాత్మక మార్పులు

- కొత్త ఆవిష్కరణలు ఆర్థిక వ్యవస్థ వృద్ధికి తోడ్పాటు
- ఇండియా ఏఐ ఇంపాక్ట్ సమ్మిట్ లో టెక్ దిగ్గజాల వెల్లడి
- విశాఖ మీదుగా ఐఐటి ఖరగ్ పూర్ కు వెళ్లేవాడిని
- అదే విశాఖలో ఇప్పుడు గూగుల్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేస్తున్నాం
- ఏఐ సదస్సులో గూగుల్ సిఇవో సుందర్ పిచాయ్

న్యూఢిల్లీ, నేటిధాత్రు:
డిజిటల్ రంగంలో భారత్ విప్లవాత్మక మార్పులు

04 తో



కర్నూలు క్లస్టర్ విశ్వవిద్యాలయం కోసం

రూ.139 కోట్లు

- రూ.55 కోట్లు ఇప్పటికే ఖర్చు చేశాం
- అసెంబ్లీలో వెల్లడించిన మంత్రి తోకేశ్

అమరావతి, నేటిధాత్రు:
కర్నూలు క్లస్టర్ విశ్వవిద్యాలయం కోసం రూ.139 కోట్ల నిధులు మంజూరు చేశామని..

04 తో

తిరుమల లడ్గా కల్తీపై వైసిపి క్షమాపణలు చెప్పాలి

- కల్తీ జరిగిందని నాటి ఛైర్మన్లు సైతం అంగీకరించారు
- మండలిని తప్పు పట్టించిన వైసిపి సభ్యులు
- మంత్రి అచ్చన్నాయుడు ఆగ్రహం



అమరావతి, నేటిధాత్రు:
వైసిపి నేతలు క్షమాపణలు చెప్పిన తరువాతనే చర్యకు ప్రభుత్వం అంగీకరిస్తుందని మంత్రి

12 తో

అధికవడ్డీ రుణాలపై వడ్డీ తగ్గింపు



- ఏటా 2వేల కోట్లు ఆదా అయ్యేలా చర్యలు
- మైనింగ్ శాఖలో 33 శాతం ఆదాయం మెరుగు
- ఎవ్రెజ్ శాఖలో 24 శాతం ఆదాయం పెరుగుదల
- ఒక్క ఓటూతో ఎన్నో అభివృద్ధి, సంక్షేమాలను చేపట్టాం
- వైసీపీ నెవర్ ఎగైన్.. కూటమి వన్స్ ఎగైన్
- జగన్ రాష్ట్రానికి అతి ప్రమాదకరమని ప్రచారం జరగాలి
- అసెంబ్లీలో బెడ్జెట్ సమాధానంలో మంత్రి పయ్యపుల కేశవ్

12 తో

అమరావతి, నేటిధాత్రు:
అధిక వడ్డీతో తెచ్చిన రుణాలపై వడ్డీ రేట్లు తగ్గించేలా సంప్రదింపులు

అట్టడుగున ఆంధ్ర రాష్ట్ర పురోగతి

- వృద్ధిరేటులో దూసుకుపోతున్నట్లు ప్రకటనలు
- రాష్ట్ర ఆదాయాలు పక్కదోప పట్టాయి
- దోచుకో..పంచుకో..తినుకో
- ఇదే చంద్రబాబు విధానం అంటూ జగన్ విమర్శలు

04 తో



శుక్రవారం 20-02-2026 పేజీలు : 12

CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES

సంపుటి : 21 సంచిక : 277 రూ॥ 6.00



21వ వసంతోత్సవ తోరణం

చరిత్రను చెప్పాలన్నా , ఆ చరిత్రను నిక్షిప్తం చేయాలన్నా కావాల్సింది “అక్షరం”
“నేటిధాత్రి” అక్షర ప్రయాణంలో “20 మైలు రాళ్లు” దాటుకొని ముందుకు సాగుతూ ,
తెలుగు రాష్ట్రాల గుండెను నింపుకొని , తడి ఆరని అక్షరాలు మోసుకుంటూ
పత్రికా ప్రయాణం సాగిస్తూ “**21వ వసంతం**” లోకి దిగ్విజయంగా
అడుగిడుతుందని సగర్వంగా చెబుతున్నాము.

“నేటిధాత్రి” అక్షర ప్రయాణంలో

మీరు ఇప్పటివరకు అందించిన , అందిస్తున్న సహాయ ,
సహకారాలు మునుముందు కూడా ఇలాగే కొనసాగాలని
మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటూ....



మీ

కట్టా శివ సుబ్రహ్మణ్యం

సీఈఓ నేటిధాత్రి డిజిటల్ మీడియా

8520007444



వసంతాల అక్షరోద్యమం



మీ

కట్టా రాఘవేందర్ రావు

సీఈఓ నేటిధాత్రి దినపత్రిక

9908658888, 8297779999

Corporate Office Address :



Srinivasa Nilayam 3rd Floor UBI Colony Road no: 03
Near TV9 Office Banjara Hills Hyderabad Pin Code : 500034

న్యాయాల్ రిపోర్టర్ సిద్ధన్నకు సంగారెడ్డిలో ఉత్తమ జర్నలిస్టుగా సన్మానం

జహీరాబాద్, నేటిధాత్రి: న్యాయాల్ మండలానికి చెందిన జనం సాక్షి రిపోర్టర్ సిద్ధన్న హోతిని, బుధవారం సంగారెడ్డిలో ఉత్తమ జర్నలిస్టుగా సత్కరించారు. వార్తల సేకరణలో చురుకుదనం, ప్రత్యేక కథనాలు, ముఖాముఖి, క్లెమ్, స్పాట్ న్యూస్టలో వేగవంతమైన సమాచారం అందిస్తూ జిల్లాలో ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్నందుకు ఈ గౌరవం లభించింది. తెలంగాణ రాష్ట్ర జనం సాక్షి నెట్వర్క్ ఇంచార్జ్ రవితేజ, జిల్లా స్టాఫ్ మేజిస్ట్రేట్ ఆయనను శాలువాతో సన్మానించి, అభినందించారు. పత్రికారంగంలో నిష్పక్షపాతంగా పనిచేస్తూ ప్రజా సమస్యలను వెలుగులోకి తీసుకువస్తున్న వారితో సేవలు అభినందిస్తూమని, భవిష్యత్తులో మరింత ఉన్నత స్థానాలకు ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు. న్యాయాల్ జర్నలిస్టుకు జిల్లా స్థాయిలో ఈ గౌరవం దక్కడం స్థానికంగా ఆనందాన్ని కలిగించింది



ఉపాధ్యాయురాలిగా ప్రతిభ, గానంతో మన్ననలు పొందుతున్న స్వరూపరాణి



జహీరాబాద్, నేటిధాత్రి: ఝరాసంగం మండలం బిడేకన్న గ్రామ పాఠశాలలో ఉపాధ్యాయురాలిగా పనిచేస్తున్న కే. స్వరూపరాణి, బోధనలో తన ప్రతిభతో పాటు గాన మాధుర్యంతో అందరి మన్ననలు అందుకుంటున్నారు. ఇటీవల శ్రీ కేతకీ సంగమేశ్వర స్వామి దేవస్థానంలో విడుదలైన ఆదియో, వీడియో ఆల్బం లో ఆమె పాడిన పాటలు విశేష ప్రశంసలు పొందాయి. ఈదలపల్లి గౌరవ్ నాథ్ బృందం స్వరపరిచిన పాటలు ఆల్బంలో ఆమె గానానికి అలయ కార్యనిర్వాహకాధికారి, రాజకీయ నాయకులు ఘనంగా సన్మానించారు. తన అభిమాన అశీర్వాదాలతో రాష్ట్ర, జాతీయ స్థాయిలో రాణించి ప్రాంతానికి పేరు ప్రఖ్యాతులు తెస్తానని ఆమె ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు..

చత్రపతి శివాజీ ని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి



విగ్రహ అవిష్కరణలో మాజీ మంత్రి, మేడ్చల్ నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు చామకూర మల్లారెడ్డి

మేడ్చల్, నేటిధాత్రి: యువత చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జీవిత చరిత్రను ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని మాజీ మంత్రి, మేడ్చల్ నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు చామకూర మల్లారెడ్డి అన్నారు. చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి సందర్భంగా తుంకుంట మున్సిపాలిటీ మండయపల్లి గ్రామంలో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన చత్రపతి శివాజీ విగ్రహ అవిష్కరణ కార్యక్రమంలో పాల్గొని విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించడం జరిగింది. అనంతరం ఆంజనేయ స్వామి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కౌన్సిలర్లు ఉమా ఆంజనేయలు, రాజ్ కుమార్ యాదవ్, బిఆర్ఎస్ అధ్యక్షుడు పాముల శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మాజీ ఎంపీపీ నాలుక యాదగిరి, కృష్ణారెడ్డి, వేణుగోపాల్ రెడ్డి, మహిపాల్ రెడ్డి, మందాయపల్లి వాసులు, యువకులు పాల్గొన్నారు.

శివాజీ జయంతి వేడుకల్లో గజవాడ లావణ్య సత్కారం..



రామాయంపేట, నేటిధాత్రి: రామాయంపేట మున్సిపాలిటీ పరిధిలో గురువారం నిర్వహించిన చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి వేడుకలు చత్రపతి యువసేన అధ్యక్షుల్లో ఘనంగా జరిగాయి. పట్టణంలోని పలు ప్రాంతాల్లో శివాజీ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ చైర్మన్ గజవాడ లావణ్యకు నిర్వాహకులు సత్కారం నిర్వహించారు. జయంతి ఉత్సవాల్లో భాగంగా జరిగిన కార్యక్రమంలో చైన్మన్ చైర్మన్ నవనీతతో పాటు పలువురు కౌన్సిలర్లు, ప్రజాప్రతినిధులు, యువకులు పాల్గొన్నారు. శివాజీ మహారాజ్ ధైర్యసాహసాలు, దేశభక్తి, పరిపాలనా నైపుణ్యం నేటి తరానికి ఆదర్శమని వక్రలు పేర్కొన్నారు. సమాజంలో స్వాభిమానం, స్వాతంత్ర్య భావాలు పెంపొందించడంలో శివాజీ పాత్ర విరస్మరణీయమని అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ సందర్భంగా గజవాడ లావణ్య మాట్లాడుతూ, శివాజీ చూపిన స్ఫూర్తితో ప్రజాసేవలో ముందుకు సాగాలని విలుపునిచ్చారు. పట్టణాభివృద్ధి, ప్రజల సంక్షేమం కోసం మున్సిపాలిటీ కృషి చేస్తోందని తెలిపారు. యువత శివాజీ ఆదర్శాలను ఆచరణలో పెట్టాలని సూచించారు.కార్యక్రమం ముగింపులో శివాజీ విగ్రహానికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, మిఠాయిలు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు గజవాడ నాగరాజు, దేవుని రంజిత్, రవి శాస్త్రిలు, కాంగ్రెస్ పట్టణ అధ్యక్షుడు చింతల స్వామి, చింతల యాదగిరి, ఎన్సెడ్డి అశోక్, రాధా కీషన్ బొందుగుల రాజు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చత్రపతి శివాజీ విగ్రహానికి భూమి పూజ, శోభయాత్ర



నిజాంపేట, నేటిధాత్రి: చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి పురస్కరించుకొని నిజాంపేట మండలం సస్పల్ గ్రామంలో శివాజీ విగ్రహానికి భూమి పూజ , శోభయాత్ర కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ.. శివాజీ హిందూ మత స్థాపన కోసం పోరాటం చేసిన మహా యోధుడని కొనియాడారు. శివాజీ సేవలు మాటల్లో చెప్పలేనివని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ నాతి అంజమ్మ లక్ష్మి గౌడ్, ఉప సర్పంచ్ దేవరాజ్ యాదవ్, మాజీ ఎంపీపీ దేశ్మి సిద్ధరాములు, వార్డ్ సభ్యులు, చత్రపతి శివాజీ సభ్యులు, గ్రామ పెద్దలు యూత్ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

సమీప విజయమా... లేక చేజారిని అవకాశం

►రామాయంపేటలో బీజేపీకి ఓట్ల జోరు -- సీట్లలో మాత్రం చేదు అనుభవం..

రామాయంపేట, నేటిధాత్రి: రామాయంపేట మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలు స్థానిక రాజకీయాల్లో కొత్త చర్చకు తెరలేపాయి. ఓట్ల శాతంలో గణనీయమైన పెరుగుదల సాధించినప్పటికీ, సీట్ల పరంగా అశించిన ఫలితం రాకపోవడం భారతీయ జనతా పార్టీ శిబిరంలో మిశ్రమ స్పందనకు దారితీసింది. రాజకీయ విశ్లేషకుల మాటల్లో ఇది ఓటమి కాదని, “సమీప విజయాల పరంపర”గా చూడాలని ఫలితమని అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది.

ఎక్కడ తప్పింది..... ప్రారంభం నుంచే నియోజకవర్గ ఏర్పాటు, రెవెన్యూ డివిజన్ హోదా, బస్ డిపో నిర్మాణం, పాలిటెక్నిక్, బడిబ వంటి అభివృద్ధి అజెండాలతో ముందుకు వచ్చిన బీజేపీ, ప్రజల్లో చర్చ రేకెత్తించడంలో విజయవంతమైంది. గత ఎన్నికల్లో 4-5 శాతం వద్ద నిలిచిన ఓటు బ్యాంకిన ఈసారి సుమారు 30 శాతానికి చేరుకోవడం చిన్న విషయం కాదు. కానీ ఆ ఓటు శాతం సీట్లుగా మారడంలో కీలక లోపం కనిపించింది. వడ్డే, రెండో, మాడో వార్డుల్లో కేవలం 16, 25, 35 ఓట్ల తేడాతో పరాజయం ఇవే ఫలితాన్ని మలిచిన మలుపులు. ఆ మూడు సీట్లు దక్కివుంటే మున్సిపల్ పాలకవర్గంలో నిర్ణయాత్మక శక్తిగా ఎదిగే ఏర్పడేది. కానీ చివరి నిమిషంలో మద్దతు సమీకరణాలు ఇండియా నేషనల్ కాంగ్రెస్, భారత రాష్ట్ర సమితి వైపు మళ్లడం బీజేపీకి గట్టి డెబ్బగా మారింది.



వ్యూహంలో లోటా... లేక సమీకరణాల్లో మార్పు..... పార్టీ నాయకత్వం సమిష్టిగా కృషి చేసినప్పటికీ, బూటీ స్థాయిలో ప్రత్యేక అనుసంధానం మరింత బలోపేతం కావాల్సిన అవసరం ఉందని పరిశీలకులు విశ్లేషిస్తున్నారు. అభివృద్ధి అంశాలు యువత, విద్యావంతులను ఆకర్షించినా, చివరి క్షణాల్లో ప్రతర్ధులు బూటీ మేనేజ్మెంట్ అధిక్త్యం ఫలితాన్ని తారుమారు చేసింది. ఓటు పెరిగింది... కానీ ఓటును సీట్లుగా మలిచే రాజకీయ గణితం పూర్తిగా కలిసిరాలేదు. రాష్ట్ర నాయకత్వం స్పష్టత నియోజకవర్గ పునర్వ్యభజన అంశంలో కేంద్ర మంత్రి + కిషన్ రెడ్డి కమిటీ చైర్మన్ గా ఉండటం, మెడక్ ఎంపీ పి. రఘునందన్ రావు బీజేపీకి చెందినవారే కావడం పార్టీకి మానసిక బలాన్నిస్తోంది. “నియోజకవర్గం సాధన” అజెండాను మరింత దూకుడుగా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లే అవకాశం బీజేపీకి ఉంది.

అయినా సవాలు విసిరిందే..... కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ బలంగా ఉన్న రామాయంపేటలో బీజేపీ ప్రతి వార్డులో పోరాట పటిమ ప్రదర్శించింది. సర్పంచులు, ఉపసర్పంచులు, వార్డు సభ్యులు కనిపిస్తే పనిసేసిన తీరు గమనార్హం. ఒకే సీటుతో సరిపెట్టుకున్నప్పటికీ, ఓట్ల శాతం గణనీయంగా పెరగడం రాబోయే రోజుల్లో పార్టీకి పునాది వేస్తుందనే విశ్లేషణ వినిపిస్తోంది.

ఇక ముందేమిటి..... నియోజకవర్గ ఏర్పాటు, రెవెన్యూ డివిజన్, బస్ డిపో నిర్మాణం --- ఈ మూడు అంశాలపై ఉద్యమరేఖ గీసుకుని ముందుకు వెళ్లాలని బీజేపీ వ్యూహరచన చేస్తున్నట్లు సమాచారం. అధికార పక్షాన్ని నిలదీయడంలో, ప్రజా సమస్యలపై క్షేత్రస్థాయిలో పోరాటం చేయడంలో పార్టీ మరింత దూకుడు ప్రదర్శించనుంది.

రామాయంపేట ప్రజల కల ప్రత్యేక నియోజకవర్గం..... దాన్ని ముందుగా సాధించేది ఏ పార్టీ సమాధానం రాబోయే రాజకీయ పరిణామాల్లో దాగి ఉంది. ఓట్లలో ఊపు తెచ్చుకున్న బీజేపీకి ఇది హెచ్చరిక... లేక హెచ్చరికతో కూడిన అవకాశమా రామాయంపేట రాజకీయాల ఇప్పుడు కొత్త దశలోకి అడుగుపెట్టాయి.



మున్సిపల్ కమిషనర్ ని కలిసిన నూతన బిఆర్ఎస్ మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ లు



జహీరాబాద్, నేటిధాత్రి: రంజాన్ మండగ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాణిక్ రావు గారి ఆదేశాల మేరకు ప్రజల సౌకర్యార్థం పట్టణంలో తగు ఏర్పాట్లు చేయాలని, ముఖ్యంగా ప్రాచీన మందిరాల వద్ద పరిశుభ్రత, స్ట్రీట్ లైట్ లు, రోడ్డు యొక్క మరమ్మత్తులు, ప్రతి రోజు త్రాగు నీరు సరఫరా, వండగ రోజు ఈడ్గా వద్ద భద్రత ఏర్పాట్లకు తగు చర్యలు తీసుకోవాల్సిందిగా ఈరోజు నూతన బిఆర్ఎస్ మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ లు మున్సిపల్ కమిషనర్ గారిని వారి కార్యాలయంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి విసిన పత్రం అందజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో కౌన్సిలర్ లు 4వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ స్వస్థ - ప్రవీణ్ కుమార్ , 5వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ ప్రేమలత శంకర్ రెడ్డి, 9వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ పాండు ముదిరాజ్, 11వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ గౌసీఉద్దీన్ గౌ 12 వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ తంజీమ్, 20వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ విజయ రాజు 24 వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ పర్వీన్ జహాన్ యాకూబ్ , 31 వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ జహీద్, 32 వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ సుజిత విశ్వేశ్వర్, 35 వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ పర్వీన్ బేగం అబ్దుల్లా, మైనారిటీ నాయకులు హంజా తదితరులు పాల్గొన్నారు..

ఘనంగా చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి వేడుకలు



జహీరాబాద్, నేటిధాత్రి: శ్రీ శ్రీ చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ యువజన సభ్యులకు శివాజీ విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపనకి కాళీ స్థలాన్ని ఇవ్వాలని కోరిన చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ యువజన సభ్యుల కోరికమేరకు గ్రామ సర్పంచ్ చింతలగట్టు శివరాజ్ గ్రామకంఠంలోని కొంత కాళీ స్థలాన్ని కొల్లారు గ్రామ పంచాయతీ అధ్యక్షుల లో ఇవ్వడం జరిగింది... ఈ రోజు శివాజీ మహారాజ్ జయంతి సందర్భంగా కాళీ స్థలంలో శివాజీ మహారాజ్ జెండాను ఎగురవేసి పూజ చేసి కాల్పరికాయలు కొట్టి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు... ఈ కార్యక్రమములో మాజీ ఎంపీటీసీ రాజ్ కుమార్, గ్రామ సర్పంచ్ చింతలగట్టు శివరాజ్, మాజీ వార్డు సభ్యులు ఎం విష్ణు గ్రామ పెద్దలు మంగలి మొగులయ్య, చింతలగట్టు మొగులయ్య, డప్పురం రాములు, డప్పురం బీర్లు మరియు శివాజీ మహారాజ్ యువజన సంఘ అధ్యక్షులు మరియు నాయకులు, సభ్యులు యువకులు పాల్గొని శివాజీయమహారాజ్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి పూజ చేసి కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు.

నల్లగండ్లలో ఘనంగా చత్రపతి శివాజీ జయంతి వేడుకలు



శివాజీ మహారాజ్ పరాక్రమం అందరికీ స్ఫూర్తిదాయకం: పల్లపు సురేందర్ శేరిలింగంపల్లి, నేటిధాత్రి: నల్లగండ్ల గ్రామంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు పల్లపు సురేందర్ అధ్యక్షులతో స్వయాస్థ స్థాపకుడు, చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామంలోని ప్రధాన కూడలి వద్ద శివాజీ మహారాజ్ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు.? ఈ సందర్భంగా పల్లపు సురేందర్ మాట్లాడుతూ.. హిందూ ధర్మ రక్షకుడిగా, ఆచార ధైర్య సాహసాలకు ప్రతీకగా నిలిచిన శివాజీ మహారాజ్ దేశభక్తి మనందరికీ ఆదర్శమని కొనియాడారు. ఆయన ఆతరు సాధన కోసం ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని, ముఖ్యంగా యువత శివాజీ జీవితం నుంచి స్ఫూర్తి పొంది సమాజ సేవలో ముందుదలాలని విలుపునిచ్చారు. క్రమశిక్షణ, ధైర్యం కలిగిన సమాజం కోసమే శివాజీ నిరంతరం శ్రమించారని ఆయన గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నల్లగండ్ల గ్రామ కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, గ్రామ పెద్దలు మరియు యువత అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



నాయకత్వం సమిష్టిగా కృషి చేసినప్పటికీ, బూటీ స్థాయిలో ప్రత్యేక అనుసంధానం మరింత బలోపేతం కావాల్సిన అవసరం ఉందని పరిశీలకులు విశ్లేషిస్తున్నారు. అభివృద్ధి అంశాలు యువత, విద్యావంతులను ఆకర్షించినా, చివరి క్షణాల్లో ప్రతర్ధులు బూటీ మేనేజ్మెంట్ అధిక్త్యం ఫలితాన్ని తారుమారు చేసింది. ఓటు పెరిగింది... కానీ ఓటును సీట్లుగా మలిచే రాజకీయ గణితం పూర్తిగా కలిసిరాలేదు. రాష్ట్ర నాయకత్వం స్పష్టత నియోజకవర్గ పునర్వ్యభజన అంశంలో కేంద్ర మంత్రి + కిషన్ రెడ్డి కమిటీ చైర్మన్ గా ఉండటం, మెడక్ ఎంపీ పి. రఘునందన్ రావు బీజేపీకి చెందినవారే కావడం పార్టీకి మానసిక బలాన్నిస్తోంది. “నియోజకవర్గం సాధన” అజెండాను మరింత దూకుడుగా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లే అవకాశం బీజేపీకి ఉంది.

అయినా సవాలు విసిరిందే..... కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ బలంగా ఉన్న రామాయంపేటలో బీజేపీ ప్రతి వార్డులో పోరాట పటిమ ప్రదర్శించింది. సర్పంచులు, ఉపసర్పంచులు, వార్డు సభ్యులు కనిపిస్తే పనిసేసిన తీరు గమనార్హం. ఒకే సీటుతో సరిపెట్టుకున్నప్పటికీ, ఓట్ల శాతం గణనీయంగా పెరగడం రాబోయే రోజుల్లో పార్టీకి పునాది వేస్తుందనే విశ్లేషణ వినిపిస్తోంది.



ప్రాణాలు పోయిన పట్టించుకోరా...



►ప్రతినిత్యం ప్రమాదాలు చోటు చేసుకుంటున్నా

►పట్టించుకోని అధికారులు

జహీరాబాద్, నేటిధాత్రి:సంగారెడ్డి జిల్లా జహీరాబాద్ నియోజకవర్గం ఝరాసంగం మండలం మాచునూరు శివారులో గల నిమ్మి రోడ్డు పై ప్రతి రోజు ఏదో ఒక ప్రమాదం చోటు చేసుకుంటున్నా పట్టించుకోని అధికారులు అక్కడ ఎక్కె రోడ్డు ఉండడంతో స్పీడ్ బ్రేక్ లు వేయకపోవడంతో ప్రమాదాలు ప్రతిరోజు జరుగుతున్నాయి. అధికారులు చొరప తీసుకొని మనునూరు శివారులో గల కేంద్రయ విద్యాలయం సమీపంలో స్పీడ్ బ్రేకులు నిర్మించాలని పలువురు కోరుతున్నారు. బుధవారం ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. ఝరాసంగం మండలం మాచునూర గ్రామానికి చెందిన తండ్రి కొడుకులు జహీరాబాద్ కు ట్రెన్స్ వెళ్తున్న వారికి వెనుక నుంచి అతివేగంగా వచ్చిన కారు ఢీకొట్టింది. ఈ ఘటనలో యాదగిరి (55), వివేక్ (35)లకు తీవ్ర గాయాలై కాళ్లు విరిగాయి. 108 సిబ్బంది వారికి ప్రథమ చికిత్స అందించి జహీరాబాద్ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించారు. అక్కడి నుండి మెరుగైన వైద్యం కోసం సంగారెడ్డి లోని ప్రైవేట్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. ఇట్టి విషయములో పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

కామారెడ్డి డిక్లరేషన్ అమలు చేయాలి..

బీసీలకు రూ. 20,000 కోట్ల కేటాయింపే న్యాయం..

మెట్టు గంగారాం డిమాండ్..

రామాయంపేట, నేటిధాత్రి: వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరంలో తెలంగాణ బడ్జెట్లో కామారెడ్డి డిక్లరేషన్ ప్రకారం బీసీల సంక్షేమానికి రూ. 20,000 కోట్లు కేటాయించి చట్టబద్ధమైన బీసీ సబ్ ప్లాన్ అమలు చేయాలని బీసీ సంక్షేమ సంఘం మెడక్ జిల్లా గౌరవ అధ్యక్షులు పేట్టు గంగారాం ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు.కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి రాకముందు ప్రకటించిన కామారెడ్డి బీసీ డిక్లరేషన్లో భాగంగా మహాత్మా జ్యోతిబా ఫూలే పేరుతో చట్టబద్ధమైన బీసీ సబ్ ప్లాన్ ఏర్పాటు చేసామని, కాంక్రెట్టులో 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పిస్తామని, బీసీ ఉపాధి కోసం ప్రత్యేక బడ్జెట్ కేటాయిస్తామని హామీ ఇచ్చారని గుర్తు చేశారు. అయితే ఇప్పటివరకు ఆ హామీలు అమలు కాలేదని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరం బడ్జెట్లో బీసీల సంక్షేమానికి రూ. 9,200 కోట్లు, 2025-26 బడ్జెట్లో రూ. 11,405 కోట్లు కేటాయించినప్పటికీ, వాస్తవంగా ప్రతి ఏడాది సుమారు రూ. 300 కోట్లు మాత్రమే వినియోగించబడుతోన్నాయని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణలో సుమారు 60 శాతం జనాభా బీసీలే ఉన్నప్పటికీ, కేవలం మూడు శాతం నిధులు మాత్రమే కేటాయించడం, అందులోనూ ఒక్క శాతం కూడా పూర్తిస్థాయిలో అభివృద్ధి వినియోగించకపోవడం దురదృష్టకరమని విమర్శించారు.



ప్రభుత్వం బీసీ సంఘాలతో చర్చించి, రాసున్న బడ్జెట్లో కామారెడ్డి డిక్లరేషన్ కు అనుగుణంగా రూ. 20,000 కోట్లు కేటాయించి, చట్టబద్ధమైన బీసీ కార్పొరేషన్ ద్వారా అమలు చేయాలని కోరారు. కేటాయించిన ప్రతి రూపాయి కూడా బీసీల అభివృద్ధికి ఖర్చు అయ్యేలా పారదర్శక వ్యవస్థ ఏర్పాటు చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. బడ్జెట్లో భారీ కేటాయింపులు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించి, వాస్తవ ఖర్చుల్లో వెనుకబడటం సరికాదని, ఇప్పటికైనా బీసీలకు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చాలని మెట్టు గంగారాం ప్రభుత్వాన్ని కోరారు.

అభ్యర్థి ప్రయోజనం చేకూర్చేలా ఎన్నికల అధికారులు వ్యవహరించారని, ఇది ప్రజాస్వామ్య స్ఫూర్తికి విరుద్ధమని ఆమె పేర్కొన్నారు. ఎన్నికల ప్రక్రియలో పారదర్శకత లేకుండా ఉంది యుద్ధబట్టరు. తెలంగాణ మున్సిపాలిటీ చట్టం 2019, సెక్షన్ 14(3), రూల్ 4 నిబంధనలను లింగిరిగి అధికారి డిల్లెజియూచారని, తద్వారా ఈ ఎన్నిక ప్రక్రియ మొత్తం చట్టబద్ధంగా మారించింది ఆమె తన ఘోషానికి వివరించారు. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఎన్నికైన మొహమ్మద్ యూసుఫ్ ఎన్నికను తక్షణమే చెల్లనిదిగా ప్రకటించాలని పారదర్శక వర్గంలో మళ్ళీ కొత్తగా ఎన్నిక నిర్వహించాలని ఆమె పేర్కొన్నారు. న్యాయం జరిగే వరకు, ప్రజాస్వామ్య విలువలను కాపాడే వరకు తన పోరాటం కొనసాగుతుందని, ఈ విషయంలో ఉన్న సాధికారులు తక్షణమే స్పందించి విచారణ జరిపించాలని ప్రపంచి విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఆరే సంక్షేమ సంఘం గ్రామ కమిటీ ఎన్నిక పక్కగ్రీవం

సడికూడ, నేటిధాత్తి: మండలంలోని సర్దుకపల్లి గ్రామంలో ఆరే సంక్షేమ సంఘం గ్రామ కమిటీ ఎన్నికలు నిర్వహించారు. గ్రామ పెద్దలు, సంఘ సభ్యుల సమక్షంలో జరిగిన ఈ ఎన్నికలు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామ గౌరవ అధ్యక్షులు నాగార్జున ధర్మారావు గ్రామ అధ్యక్షుడిగా పరికెల రాజు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నిక కాగా, ప్రధాన కార్యదర్శిగా సురావ్ బాబురావు, కోకాడకొరిగా లోనే సతీష్ బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఉపాధ్యక్షులుగా మొకిడి రాజన్న, ఎర్రబాటి వెంకటేశ్వర్లు ఇటుకల నర్సింగరావు ఎన్నికయ్యారు. సహాయ కార్యదర్శిగా ఓరవాలా రాజేశ్వరరావు ఎంపికయ్యారు. కార్యవర్గ సభ్యులుగా



కానువాలా శ్యాంరావు, నాగార్జున అభినేష్, ఇటీకాల నాగరాజు, పుష్పారెడ్డి విజయ్ భాస్కర్ ఎన్నికయ్యారని కిషన్ రావు, సంతోష్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా నూతనంగా ఎన్నికైన కమిటీ సభ్యులకు హనుమకొండ జిల్లా సలహాదారు నాగార్జున సంతోష్ రావు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు పరికెల కిషన్ రావు గ్రామ ప్రజలు అభినందనలు తెలియజేస్తూ, సంఘ అభివృద్ధికి కృషి చేసి గ్రామ ప్రజలకు సేవ చేయాలని ఆకాంక్షించారు. నూతన కమిటీ గ్రామ అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాల అమలులో ముందుండి పనిచేస్తామని సభ్యులు తెలిపారు.

తంగళ్ళపల్లి ఎరువులదుకాణంలో అకస్మికతనికీ...

తంగళ్ళపల్లి, నేటిధాత్తి: తంగళ్ళపల్లి మండలంలో నీ ఎరువుల దుకాణంలో రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా ఇంచార్జ్ జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్ అకస్మిక ఆతనికి చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన పద్ధతిని, యాప్ డ్వారా ప్రవేశపెట్టిన ఎరువుల బుకింగ్ ను రైతులు వినియోగించుకోవాలని. యాప్ డ్వారా ఎందరు రైతులు ఎరువుల బుకింగ్ చేసుకున్నారని ఆరా తీస్తూ యాప్ డ్వారా ఎరువులు కొనుగోలు చేసిన రైతుల వివరాలను .రిజిస్టర్లు తనిఖీ చేశారు . షాపులోని, స్టాక్ వివరాలు ఈలో . వివరాలు ఉదయం స్టాకు వివరాలు వరి శీలించారు అలాగే గోదాములో ప్రస్తుతం ఉన్న ఎరువుల నిల్వలను అక్కడ ఉన్న సిబ్బందితో . లెక్చింపజేసి అనంతరం రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో రూపొందించిన , పెర్మిట్లైజర్ యాప్ రైతుల డౌన్లోడ్ చేసుకోవాలని ఎరువుల బుకింగ్ చేసుకోవాలని మన అన్ని . ఫెర్మిట్లైజర్ షాపులు ప్రాధమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘాల వద్ద రైతులకు సహాయం అందించేందుకు ఉంటారని తెలియజేస్తూ, జిల్లాలోని రైతులందరూ యాప్ లోడ్ యూరియా బుక్ చేసుకుని తీసుకోవాలని వ్యవసాయ అధికారులు నిశ్చయ తమ పరిధిలోని అన్ని ఎరువుల షాపులలో తనిఖీ చేయాలని సూచించారు. యాప్



డౌన్లోడ్ బుకింగ్ విషయంలో రైతులకు అందుబాటులో ఉండి సేవలు అందించాలని సూచిస్తూ, జిల్లాలోని ఈనెం. 1.వ. తేదీ నుండి ఈలోజా వరకు 92, 735. సంచల యూరియా వచ్చిందని యాప్ డ్వారా జిల్లాలోని 84 వేల. 68 మంది. రైతులు ఎరువుల కోసం బుకింగ్ చేసుకున్నారు. 79 వేల 948. మంది కొనుగోలు చేయగా. ఇంకా 11694 నిలువ ఉందని. ఇంకా 740. మంది రైతులు యూరియా కోసం బుకింగ్ చేసుకొని ఇంకా తీసుకు వెళ్లలేదని వివరించారు. జిల్లాలో ఎరువుల .కొరతేదని. జిల్లా ఇన్చార్జ్ కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్ తెలియజేశారు. అట్టి తనిఖీలో. నాణా. ప్రదీప్. త తంగళ్ళపల్లి ఎమ్మార్వో విజయ ప్రకాష్ రావు. పద్మిలైజర్ షాపు వారు సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

కాంగ్రెస్ పెద్దలను కలిసిన అలియాబాద్

మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ కంటం శిరీష కృష్ణారెడ్డి

మేడ్చల్, నేటిధాత్తి: అలియాబాద్ మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ గా నూతనంగా ఎన్నికైన కంటం శిరీష కృష్ణారెడ్డి కాంగ్రెస్ పెద్దలను మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. గురువారం మాజీ ఎమ్మెల్యే వైసవల్లి హనుమంతరావు,



డి సి సి మాజీ అధ్యక్షుడు హరివర్మ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ రాష్ట్ర నాయకులు నక్క ప్రభాకర్ గౌడ్ లను కలిసి పుష్ప గుచ్చాలను అందజేశారు. అనంతరం నూతనంగా ఎన్నికైన చైర్మన్ కంటం శిరీష కృష్ణారెడ్డి లను వారు శాలువాతో సన్మానించి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జీవితం ఆదర్శప్రాయం



ఎంఎల్ఎ గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి

హన్మచెరువు, నేటిధాత్తి: మరాఠా యోధుడు చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జీవితం ప్రతి ఒక్కరికీ ఆదర్శప్రాయమని తటానెర్ల శాసన సభ్యులు గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి అన్నారు. శివాజీ మహారాజ్ 396 వ జయంతి నిపురస్మరించుకొని.. తటానెర్ల మండలం భాసూరు గ్రామంలో, ఇంద్రేశం మున్సిపల్ పరిధిలోని ఐనోలు గ్రామంలో శివాజీ మహారాజ్ చిత్రపటకు పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ శివాజీ తన పరిపాలనలో లౌకికవాదానికి పెద్దపీట



వేశారని గుర్తు చేశారు. శివాజీ అనుసరించిన పరిపాలన విధానాలు, వ్యక్తిత్వం నేటి తరానికి ఆదర్శప్రాయమని అన్నారు. భవిష్యత్ తరాలకు శివాజీ ఆదర్శాలు అందించాలన్న లక్ష్యంతో నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా వివిధ గ్రామాలు, పట్టణాల పరిధిలో సొంత నిధులతో విగ్రహాలను ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో సీనియర్ నాయకులు దశరథ్ రెడ్డి, శంకర్ రెడ్డి, శ్యాంసుందర్ రెడ్డి, రాజ రెడ్డి, శివాజీ జయంతి ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు, గ్రామస్థులు పాల్గొన్నారు.

న్యాల్యల్ లో శివాజీ మహారాజ్ 396వ జయంతి వేడుకలు ఘనం

జహీరాబాద్, నేటిధాత్తి: సంగారెడ్డి జిల్లా న్యాల్యల్ గ్రామంలో చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ 396వ జయంతి వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. శివాజీ మహారాజ్ కూడలి వద్ద ప్రారంభమైన బోనాల ఊరేగింపు దప్పు చప్పుళ్ల మధ్య శ్రీ రామ్ నగర్ కాలనీ భవని అమ్మవారి ఆలయం వరకు కొనసాగింది. భవని మాతకు పట్టు వస్త్రాలతో బోనాలు సమర్పించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం భక్తులకు అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ జ్యోతిలక్ష్మి - ప్రదీప్ కుమార్, ఉప సర్పంచ్ అంజి, సహకార సంఘం మాజీ చైర్మన్ సిద్ధి లింగయ్య స్వామి, స్వప్న భాస్కర్, సతీష్ మహారాజ్, బొల్లి ఈరన్న, గౌరీ రాజు, కాశప్ప, సురేష్, గద నారాయణ, రామచందర్ వవర్, ఏకాద్ద బేబీట్, గొల్ల శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



చిత్రపటానికి పూలమాలలు సమర్పించి, యువకులు అటపాలలతో శోభావర్ణ చలనమన్నారు. ఈ వేడుకల్లో గ్రామ పెద్దలు, యువత, పిల్లలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని జయంతిని విజయవంతం చేశారు.

శేఖపూర్ లో ఘనంగా శివాజీ 396వ జయంతి వేడుకలు

సంగారెడ్డి జిల్లా, జహీరాబాద్ నియోజకవర్గం పరిధిలోని శేఖపూర్ గ్రామంలో శ్రీ చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ 396వ జయంతిని గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా శివాజీ మహారాజ్

396 చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి సందర్భంగా

జహీరాబాద్, నేటిధాత్తి: జహీరాబాద్ శాంతినగర్ శ్రీ శ్రీ భవని మాత మాణిక్ స్వామి చేతుల తుల్సా భవని తల్వార్ , చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ తుల్సా భవని మాత యొక్క పరమ భక్తుడు. ఆయన జీవితంలోని తీలక ఘట్టాలలో అమ్మవారి ఆశీస్సులు తీసుకున్నట్లు, అనేక చారిత్రక ఆధారాలు మరియు పురాణ కథనాలు ఉన్నాయి. కుటుంబ దేవత: తుల్సా భవని దేవి శివాజీ మహారాజ్ వంశమైన బోంస్లే వంశానికి ఆరాధ్య దైవం (కులదైవం). భవనీ ఖడ్గం: శివాజీ మహారాజ్ భక్తికి మెచ్చి అప్పవారు స్వయంగా ఆయనకు ఒక దివ్య ఖడ్గాన్ని ప్రసాదించిందని భక్తుల ప్రగాఢ సమ్మకం. దీనినే 'భవనీ తల్వార్' అని పిలుస్తారు. యుద్ధాలకు ముందు: ఏదైనా ముఖ్యమైన దండయాత్రకు లేదా యుద్ధానికి వెళ్లే ముందు శివాజీ మహారాజ్ తుల్వార్ ఆలయాన్ని సందర్శించి అమ్మవారి దేవేనలు తీసుకునేవారు. ప్రత్యాగఢ్ యుద్ధం: అష్టల్ ఖాన్తో యుద్ధానికి ముందు కూడా శివాజీ అమ్మవారి



ఆశీస్సులు పొందారని, ఆమె ఆయనకు విజయాన్ని ప్రసాదిస్తానని అభయమిచ్చిందని కథనాలు ఉన్నాయి. ఆలయ అభివృద్ధి: శివాజీ మహారాజ్ తల్లి జిజాబాయి మరియు తండ్రి హోజ్ పేర్తో తుల్వార్ ఆలయంలో ప్రవేశ ద్వారాలు కూడా ఉన్నాయి. ఈ ఆధ్యాత్మిక బంధం శివాజీ మహారాజ్ ధైర్యాన్ని, ధర్మాన్ని రక్షించే సచకల్పాన్ని మరింత బలపరిచింది. అనాటి నుండి ఈనాటి వరకు ఈ సాంప్రదాయం ఎక్కడో ఒకచోట కొనసాగుతుందని జహీరాబాద్ శాంతినగర్ మాజీజీ స్వామి తెలిపారు.

రాజావారి బంగ్లా లో చత్రపతి శివాజీ 396 వ జయంతి వేడుకలు



వనపర్తి, నేటిధాత్తి: వనపర్తి జిల్లా కేంద్రంలోని రాజావారి బంగ్లాలో బహుజన రాజ్య స్థాపకుడు చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ 396 వ జయంతి వేడుకలను మహానియుల స్ఫూర్తి వేదిక ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు . ఈసందర్భంగా ప్రజావాగ్దేయకారుడు రాజారాం ప్రకాష్ మాట్లాడుతూ మహారాష్ట్ర పరిపాలన మొట్టమొదటి జాతీయ ప్రభుత్వాన్ని నెలకొల్పిన పరిపాలనా దక్షుడు అన్న సూత్రాలను ప్రకటించిన 17 ఏళ్ల వయసులో మొట్టమొదటిసారి యుద్ధంచేసి బీజాపూర్ సామ్రాజ్యాన్ని సొంతం చేసుకున్న సహన వీరుడు భరతమాత ముద్దుబిడ్డ చత్రపతి వీర శివాజీ . మన వాదాన్ని దిక్కురించిన శివాజీ మనువాద నిబంధనలను కలిసంగా అమలు లో ఉన్న ఆ కాలంలో రాజ్యాధికారాన్ని చేపట్టి తన సామ్రాజ్య చక్రవర్తి సర్వ మత సహనం తో ఉన్న చక్రవర్తి అంటరాని కులాలకు ఆయుధం లిప్తి సైనికులుగా తీర్చిదిద్దాడు సమయస్ఫూర్తి పాలనాదక్షుడు సామాజిక రంగంలో మహోన్నతమైన గెరిల్లా పోరాట యోధుడు స్వతంత్ర రాజ్య స్థాపకుడు రైతుల కష్టపాతి రైతాన్ని విధానాన్ని ప్రవేశపెట్టిన గూడవారి వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసుకొని స్థానిక వ్యాపార అభివృద్ధి చేసి సమ సమాజ నిర్మాణం కోసం బాటలు వేసిన భారతీయ ముద్దుబిడ్డ దళిత వర్గాలకు స్ఫూర్తిప్రదాత చత్రపతి శివాజీ అని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో కవి పండితుడు భూలోభ గిరిరాజావారి కవి శ్రేష్టుడు వ్యాఖ్యాత డాక్టర్ నాయకంబినీరసింహ శర్మ గాయకుడు చింతకుంట కురుమయ్య, వాల్మీకి సంఘం ఉమ్మడి జిల్లా కన్వీనర్ మండ్ల దేవన్న నాయుడు. బోయ వాల్మీకి సంఘం రాష్ట్ర నాయకుడు కావలి బాలస్వామి నాయుడు విక్రాంత ఇంజనీర్ శ్రీనివాసులు శర్మి యుటిఎఫ్ నాయకుడు వెంకటేశ్ పి ఆర్ టి యు నాయకుడు వేటూరి రంగన్న ధర్మ తీవర్ణ యూనియన్ నాయకుడు కురుమూర్తి,డిడిఎఫ్ నాయకుడు నరసింహ తదితరులు పాల్గొన్నారు

చుక్క సత్యం నివాళులర్పించిన ఎమ్మెల్యే మున్సిపల్ చైర్మన్

వనపర్తి, నేటిధాత్తి: వనపర్తి మున్సిపల్ 1 వ వార్డు కౌన్సిలర్ చుక్క జయలక్ష్మి రాజు మామ కామేశ్వర్ సత్యం దశదినకర్త కార్యక్రమానికి వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మహారెడ్డి మున్సిపల్ చైర్మన్ మీడియాడి మాధవి రమేష్ దివంగత చుక్క సత్యం చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించారు ఈ కార్యక్రమంలో వైస్ చైర్మన్ మధుసూదన్ గౌడ్ బ్రహ్మం చారి పుష్పాకాకు మహేష్ మున్సిపల్



మాజీ వైస్ చైర్మన్ బి కృష్ణ, మాజీ ఎంపీపీ కిచ్చారెడ్డి, సింగిల్ వింజో అధ్యక్షులు మధుసూదన్ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

విద్యుత్ షాక్ తో కాడేడ్డు మృతి



రైతుకు రూ. 80 వేల రూపాయల నష్టం ప్రభుత్వం అధికంగా ఆదుకోవాలని రైతు విజ్ఞప్తి

మొగులపల్లి, నేటిధాత్తి: జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా మొగులపల్లి మండలంలోని మెట్టుపల్లి గ్రామానికి చెందిన మంద రాజేందర్ అనే రైతు కాడేడ్డు విద్యుత్ షాక్ తో గురువారం మృతి చెందింది. బాధిత రైతు, గ్రామస్థుల కథనం ప్రకారం మంద రాజేందర్ అనే రైతు తన కాడేడ్డును ఎడ్ల కొట్టంలో కట్టివేశాడు. దీంతో గురువారం ఉదయం సుమారుగా 5 గంటల సమయంలో తన కొట్లో అమ్మనైన ఫ్యాన్ విద్యుత్ వైర్లు తెగిపోవడంతో.. ఆ వైర్లు కాడేడ్డుకు తగిలి విద్యుత్ షాక్ కు గురై అక్కడికక్కడే ఆకాడేడ్డు మృతి చెందినట్లు వారు తెలిపారు. విద్యుత్ షాక్ తో మృతి చెందిన కాడేడ్డుతో ఆ రైతుకు రూ. 80 వేల రూపాయల నష్టం జరిగినట్లు గ్రామస్థులు తెలిపారు. ప్రభుత్వం స్పందించి అధికంగా ఆ రైతుకు సహకారాలు కృషి చేయాలని గ్రామ సర్పంచ్ మంద సుధాకర్ ఎమ్మెల్యే గండ్ల సత్యనారాయణ రావుకు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ సందర్భంగా కాడేడ్డు మృతి చెందగా పశు వైద్యాధికారి డాక్టర్ గుర్తికొండ రాకేష్ శర్మ సంఘటన స్థలానికి చేరుకొని, కాడేడ్డు మృతి చెందిన సంఘటన వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు.

బాలాజీ మహిళా కళాశాలలో మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ ఘన సన్మానం



ఘనంగా చత్రపతి శివాజీ జయంతి వేడుకలు

నర్సంపేట, నేటిధాత్తి: నర్సంపేట పట్టణంలోని బాలాజీ మహిళా డిగ్రీ మరియు పీజీ కళాశాలలో మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ లక్ష్మీ రామానంద్ దంపతులకు అపూర్వ సత్కారం చేశారు. బాలాజీ మహిళా డిగ్రీ అండ్ పీజీ కళాశాలలో చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జయంతి ఉత్సవాలు, రంజాన్ మాస ప్రారంభ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథులుగా నర్సంపేట మున్సిపాలిటీ చైర్ పర్సన్ శ్రీ లక్ష్మీ రామానంద్, కౌన్సిలర్ బాణాల ప్రసన్న శ్రీనివాస్, కౌన్సిలర్ మాదాని రవి హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా బాలాజీ విద్యాసంస్థల వైస్ చైర్మన్ డాక్టర్ రాజేంద్రప్రసాద్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ చత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ జీవన గమనాన్ని ఆదర్శంగా తీసుకుని సమాజహితం కోసం ప్రతి ఒక్కరూ పాటుపడాలని సూచించారు. శివాజీ మహారాజ్ తన పాలనలో మహిళలకు గౌరవం, మర్యాదలు అర్పించారని పేర్కొన్నారు. నర్సంపేట మున్సిపాలిటీ చైర్ పర్సన్ శ్రీ లక్ష్మీ రామానంద్ పట్టణాన్ని అభివృద్ధిపథంలో ముందుకు తీసుకెళ్లాలని ఆకాంక్షించారు. మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ శ్రీ లక్ష్మీ రామానంద్ విద్యార్థులకు రంజాన్ మాస ప్రారంభ వేడుకలు, చత్రపతి శివాజీ జయంతి ఉత్సవాలకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. మహిళలు స్వప్నమైన లక్ష్యాన్ని నిర్ణేతించుకుని దాని సాధనకు కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. వ్యక్తిగత లక్ష్య సాధన ద్వారానే కుటుంబం, సమాజం, రాష్ట్రం, దేశం అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని సెక్రటరీ డాక్టర్ రాజేశ్వర్ రెడ్డి, ట్రైజనర్ డాక్టర్ వనజ, బాలాజీ మహిళా డిగ్రీ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ మోరాల రామరాజు, బిల్డింగ్ సూపర్ ప్రిన్సిపాల్ జ్యోతి గౌడ్, అధ్యాపకులు బోనగిరి ప్రదీప్, రాజకుమార్, సురేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శివాజీ ఆదర్శంతో యువత ముందుకు సాగాలి

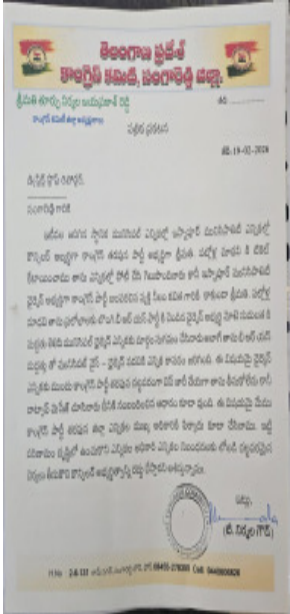


బజరంగ్ రెడ్డి అధ్యక్షుల రక్తదాన శిబిరం
ముత్తూరం, నేటిధాత్తి: చత్రపతి శివాజీని ఆదర్శంగా తీసుకొని యువత ముందుకు సాగాలని ముత్తూరం మండల వైద్యాధికారి డాక్టర్ అమరేందర్ రావు అన్నారు. చత్రపతి శివాజీ 396 జయంతి సందర్భంగా గురువారం మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ హాస్పిటల్ ఆవరణలో భజరంగ్ అధ్యక్షులలో ఏర్పాటుచేసిన రక్తదాన శిబిరంలో ఆయన పాల్గొని చత్రపతి శివాజీ చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన రక్తదాన శిబిరంలో 33 మంది యువకులు స్వచ్ఛందంగా రక్తదానం చేశారు. పెద్దలు మాట్లాడుతూ హిందూ ధర్మ పరిరక్షణకు శివాజీ మహారాజ్ చేసిన సేవలు ఎనలేనివిగా తన రాజ్యాంలో ఆదర్శాల్లు అందరినీ మరియు తన శత్రురాజ్య స్త్రీలను తన తోలుట్టువులుగా భావించి వసపట్ల, కుంకుమ, వీరలు ఇచ్చేవారని అలాంటి ధీరుడు భరతంధంలో జన్మించడం మన ఆదర్శంగా భావించాలని అన్నారు. దేశంలో అత్యధిక విగ్రహాలు కలిగిన మహారాజు శివాజీ ఒక్కరేనని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బజరంగ్ సభ్యులు కోటగిరి అంజి ప్రసాద్, అనంతల రజనీకాంత్, ఉమ్మల అనిల్ తేజ, యువత శ్రీకాంత్, దేవేందర్, శ్రీధర్, హరిష్ రావు, అలువోజా రాకేష్, కృష్ణ, ఉ మాశంకర్, వి.ఎస్.యూ.కె.ఆర్.శ్యామ్, నాగరాజు, పవన్, వార్డు వెంకట్రావు రామ స్వామి, కుక్కుల చంద్ర, మేదర్ శేఖర్ పెద్దలు గ్రామ ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పట్టోళ్ల మాధవి రెడ్డి అభ్యర్థిత్యం రద్దుకు కాంగ్రెస్ ఫిర్యాదు

పట్టోళ్ల మాధవి రెడ్డి అభ్యర్థిత్యం రద్దుకై చర్యలకు ఉపక్రమించిన కాంగ్రెస్ పార్టీ..

హన్మచెరువు, నేటిధాత్తి: తెలంగాణ పీసీసీ అధ్యక్షుడి ఆదేశాల మేరకు ఇన్సెప్టర్ మున్సిపాలిటీ 8 వ వార్డ్ కౌన్సిలర్ పట్టోళ్ల మాధవి రెడ్డిపై విప్ ధిక్కరణ చర్యలు తీసుకోవాలని, ఆమె అభ్యర్థిత్యం రద్దు చేయాలని ఎన్నికల అధికారికి లిఖితపూర్వకంగా కంపైంట్ ఇచ్చినట్లు పత్రికా ప్రకటన విడుదల చేసిన సంగారెడ్డి జిల్లా పీసీసీ అధ్యక్షురాలు నిర్మలా జగ్గారెడ్డి..



నాగేరకర్నూలు, నేటిభాట్ర:
బిజినెస్ పర్వ మండల కేంద్రంలో సంత సేవాలాల్ మహారాజ్ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా నాగేర కర్నూల్ ఎమ్మెల్యే రాజేష్ రెడ్డి గారు హాజరయ్యారు ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే గారు సేవాలాల్ మహారాజ్ చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు అనంతరం ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ సేవాలాల్ మహారాజు గారు సమాజ సేవకు అంకితభావంతో పనిచేసిన మహనీసుభావులని కొనియాడారు వారి బోధనలు ప్రతి ఒక్కరికి మార్గదర్శకంగా నిలుస్తాయని తెలిపారు సమాజంలో బిచ్చకర సేవా భావం పెంపొందించుకోవాలని యువత సేవాలాల్ మహారాజ్ ఆశయాలను ఆదర్శంగా తీసుకొని ముందుకు సాగాలని ఎమ్మెల్యే గారు పిలుపునిచ్చారు ఈ కార్యక్రమంలో మార్కెట్ చైర్మన్ రమణారావు స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు బంజారా సంఘం సభ్యులు ప్రజలు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు





తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల వ్యాప్తంగా
“నేటిధాత్రి 9” యూట్యూబ్ ఛానల్ లో పనిచేయుటకు
ఆసక్తి కలిగిన కెమెరామెన్లు, రిపోర్టర్లకు

ఆహ్వానం

పత్రికా రంగంలో “23 వసంతాల” అనుభవం
కలిగిన “నేటిధాత్రి” తెలుగు వార్త పత్రిక ఆధ్వర్యంలో
ఇప్పుడు “నేటిధాత్రి 9” యూట్యూబ్ ఛానల్ ని
“పాఠక దేవుళ్ళ కోసం” “శక్తి బ్రాడ్ కాస్టింగ్స్” ద్వారా
మీ ముందుకు తీసుకు వస్తున్నామని తెలుపుటక సంతోషిస్తున్నాము.

“నేటిధాత్రి” పత్రికను ఆదరించిన
విధంగానే “నేటిధాత్రి 9”
“యూట్యూబ్ ఛానల్” కూడా
ఆదరిస్తారని కోరుకుంటూ....

మీ

కట్టా శివ సుబ్రహ్మణ్యం

సీఈఓ నేటిధాత్రి డిజిటల్ మీడియా

8520007444

మీ

కట్టా రాఘవేందర్ రావు

సీఈఓ నేటిధాత్రి దినపత్రిక

8297779999

సంప్రదించవలసిన చిరునామా..

Srinivasa Nilayam 3rd Floor UBI Colony Road no: 03
Near TV9 Office Banjara Hills Hyderabad Pin Code : 500034



మీ
కట్టా శివ సుబ్రహ్మణ్యం
సీఈఓ నేటిధాత్రి డిజిటల్ మీడియా
8520007444



“నేటిధాత్రి” 21వ వేసేంతేప్పే తోరణం

చరిత్రను చెప్పాలన్నా, ఆ చరిత్రను నిక్షిప్తం చేయాలన్నా కావాల్సింది “అక్షరం”

“నేటిధాత్రి” అక్షర ప్రయాణంలో “20 మైలు రాళ్లు” దాటుకొని ముందుకు సాగుతూ, తెలుగు రాష్ట్రాల గుండెను నింపుకొని, శ్రద్ధి ఆరని అక్షరాల మోసుకుంటూ
పత్రికా ప్రయాణం సాగిస్తూ “21వ వసంతం” లోకి దిగిజయంగా అడుగుతుందని సగర్వంగా చెబుతున్నాము.

“నేటిధాత్రి” అక్షర ప్రయాణంలో మీరు ఇప్పటివరకు అందించిన, అందిస్తున్న సహాయం, సహకారాలు మునుముందు కూడా ఇలాగే కొనసాగాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటూ....



మీ
కట్టా రాఘవేందర్ రావు
సీఈఓ నేటిధాత్రి దినపత్రిక
9908658888, 8297779999

డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి అద్భుతంగా పనిచేసే మూలికలు..



మారిన జీవనవిధానం, ఆహారపు అలవాట్ల కారణంగా తర్రై దీర్ఘకాలిక అనారోగ్య సమస్యల్లో డయాబెటిస్ కూడా ఒకటి. చిన్నా, పెద్దా అనే తీదా లేకుండా అందరూ ఈ సమస్య బారిన పడుతున్నారు. డయాబెటిస్ బారిన పడితే జీవితాంతం మందులు మింగాల్సిందే. అంతేకాకుండా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అధికంగా ఉండడం వల్ల శరీరంలో ఇతర అవయవాల ఆరోగ్యం కూడా దెబ్బతింటుంది. కనుక డయాబెటిస్ ను ఎల్లప్పుడూ అదుపులో ఉంచుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. కొన్ని రకాల మూలికలను వాడడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను సహజంగా అదుపులో ఉంచుకోవచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ మెరుగుపడడంతో పాటు తీపి తినాలన్న కోరిక కూడా తగ్గుతుందని వారు చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా ఈ మూలికలను తీసుకోవడం వల్ల అదాప్టివ్ లైటిడి తగ్గడంతో పాటు జీవక్రియ కూడా

మెరుగుపడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను సహజంగా అదుపులో ఉంచే మూలికలు ఏమిటో.. ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. బ్లడ్ షుగర్ మానిటర్స్ **మెంతులు, దాల్చిన చెక్క.** రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో మెంతులు మనకు ఎంతో సహాయపడతాయి. వీటిలో కలిగే ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది చక్కెర శోషణను నెమ్మదిస్తుంది. మెంతులను తీసుకోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీలో పాటు ఫాస్టింగ్ గ్లూకోజ్ స్థాయిలు, శరీర జీవక్రియ కూడా మెరుగుపడుతుంది. క్రమం తప్పకుండా మెంతి నీటిని తీసుకోవడం, మెంతులను నానబెట్టి తీసుకోవడం, వంటల్లో మెంతులను వాడడం వల్ల డైట్ 2 డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది. రోజూ అర టీ స్పూన్ దాల్చిన చెక్క పొడిని తీసుకోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. భోజనం తరువాత వచ్చే గ్లూకోజ్ స్పైక్స్ తగ్గుతాయి. ఓటి మీల్, న్యూతీ, మసాలా టీ వంటి వాటితో

కలిపి తీసుకుంటే కష్టమే!



మాంసాహారం, పాలు ఒకేసారి తీసుకోవద్దని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆయుర్వేదం ప్రకారం మాంసాహారం-పాలను 'విరుద్ధ ఆహారంగా' పిలుస్తారు. అందుకే, ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకుంటే లేనిపోని ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఉన్నదని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇందుకు కారణాలు చెబుతా.. మాంసం వేడిచేసే గుణాన్ని కలిగి ఉంటుంది. పాలు చలువ చేస్తాయి. కాబట్టి, ఈ రెండు కలిపి తీసుకున్నప్పుడు జీర్ణ ప్రక్రియలో అసమతుల్యత ఏర్పడుతుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. అంతేకాకుండా.. పాలు, మాంసంలో ప్రోటీన్స్, పోషకాలు రెండూ అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. కాబట్టి, ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకోవడం వల్ల.. జీర్ణక్రియపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుందట. కడుపు ఉబ్బరం, అజీర్ణం, కడుపు నొప్పి, వికారం లాంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయని అంటున్నారు. కొందరితో గుండెల్లో మంట కూడా వస్తుందట. కాబట్టి, మాంసాహారం తిన్న తర్వాత కనీసం 2 నుంచి 3 గంటల విరామం ఇచ్చిన తర్వాతే పాలు తాగడం మంచిదని సలహా ఇస్తున్నారు. ఇక చేపలు తిన్న తర్వాత పాలు తాగితే.. తీవ్రమైన అలర్జిక్ వచ్చే అవకాశం ఉందని అంటున్నారు.

షుగర్, అధిక బరువు సమస్యలతో బాధపడుతున్నారా..? అయితే ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఈ ఆహారాలను తీసుకోండి..!

డయాబెటిస్ తో బాధపడే వారు ఆహార విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం చాలా అవసరం. వారు తీసుకునే ఆహారం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచేలా, శరీరానికి శక్తిని, పోషకాలను అందించేదిగా ఉండాలి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రితంలో ఉండాలంటే ఎక్కువగా ఫైబర్ ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవాలి. ఫైబర్ ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచవచ్చు. ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాల లాగా కాకుండా ఫైబర్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరగకుండా అడ్డుకుంటుంది. గ్లూకోజ్ శోషణ నెమ్మదించేలా చేస్తుంది. ఇక ఫైబర్ లో కూడా కలిగే ఫైబర్, కలిగిన ఫైబర్ రెండు రకాలు ఉన్నాయి. డయాబెటిస్ ఉన్న వారు రోజూ 22 నుండి 35 గ్రాముల ఫైబర్ ను తీసుకోవాలని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఫైబర్ ను తీసుకోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ మెరుగుపడుతుంది, శరీర బరువు కూడా అదుపులో ఉంటుంది. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు తీసుకోవడం ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

అవకాడో, బెర్రీ పండ్లు..

డయాబెటిస్ తో బాధపడే వారు అవకాడోను తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది. దాదాపు 100గ్రాముల అవకాడోలో 6.7 గ్రాముల ఫైబర్ ఉంటుంది. ఫైబర్ తో పాటు అవకాడోలో ఆరోగ్యకరమైన మోనోశాచరైడ్స్ కొవ్వులు కూడా ఉంటాయి. ఈ కొవ్వులు ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని పెంచడంలో, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో ఎంతో సహాయపడతాయి. మధుమేహంతో బాధపడే వారికి అవకాడో ఒక మంచి పండు అని చెప్పుచున్నా. ప్రాబెర్రీ, బ్లూబెర్రీ వంటి పండ్లల్లో చక్కెరలు తక్కువగా ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. 100గ్రాముల రాస్బెర్రీల్లో 6.5 గ్రాముల ఫైబర్ ఉంటుంది. వీటిని



తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి పెరగడంతో పాటు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు కూడా అదుపులో ఉంటాయి. అదేవిధంగా పియర్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల కూడా మంచి ఫలితం ఉంటుంది. వీటిని తాక్కుతో తీసుకోవడం వల్ల మనం మరిన్ని ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. మధుమేహం ఉండే ఒక పియర్ పండును తినడం వల్ల దాదాపు 6 గ్రాముల ఫైబర్ లభిస్తుంది. మధుమేహ నిర్వహణకు ఈ పండు ఎంతో సహాయపడుతుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. **బ్రోకలీ, పచ్చి బఠానీలు..** ఇక డయాబెటిస్ తో బాధపడే వారు బ్రోకలీని కూడా తీసుకోవచ్చు. ఒక కప్పు బ్రోకలీలో 2.2 గ్రాముల ఫైబర్ ఉంటుంది. దీనిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు కూడా అధికంగా ఉంటాయి. క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. కనుక బ్రోకలీని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు స్థిరంగా ఉంటాయి, శరీరానికి కావల్సిన పోషకాలు లభిస్తాయి. పచ్చిబఠాణిలో కూడా ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఒక కప్పు పచ్చిబఠాణిలో దాదాపు 8.8 గ్రాముల ఫైబర్ ఉంటుంది. కనుక భోజనంలో వీటిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగకుండా ఉంటాయి. అదే విధంగా డయాబెటిస్ ఉన్న వారు ఓట్స్ ను, బార్లీని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రితంలో ఉంటాయి. వీటిలో కలిగే ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది గ్లూకోజ్ శోషణను, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఒక కప్పు ఉడికించిన బార్లీలో 6 గ్రాముల, అరకప్పు ఓట్స్ లో 4 గ్రాముల ఫైబర్ ఉంటుంది. డయాబెటిస్ తో బాధపడే వారు ఈ ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరగకుండా ఉంటాయి. చక్కెర స్థాయిలలో వచ్చే హెచ్చితగ్గులు రాకుండా నివారించవచ్చు. ఈ ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి కావల్సిన పోషకాలు లభిస్తాయి. జీర్ణవృద్ధి ఆరోగ్యంతో పాటు మొత్తం శరీర ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుందని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు.

దాల్చినచెక్క పొడిని కలిపి తీసుకోవడం వల్ల రుచిగా ఉండడంతో పాటు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. అయితే దాల్చిన చెక్క ప్రతికూల ప్రభావాలను కూడా చూపేస్తుంది కనుక దీనిని తక్కువ మోతాదులో తీసుకోవడం చాలా అవసరం.

పొడపత్రి, కాకరకాయ..

అలాగే మధుమహిని అని పిలువబడే మూలికను తీసుకోవడం వల్ల తీపి తినాలనే కోరిక తగ్గుతుంది. దీనిని పొడపత్రి అని కూడా పిలుస్తారు. ఈ మొక్క ఆకులను సమలదం లేదా టీ లో వేసి తీసుకోవడం వల్ల చక్కెర శోషణ తగ్గుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో కాకరకాయ కూడా మనకు సహాయపడుతుంది. పరగడుపున కాకరకాయ జ్వస్ని తాగడం వల్ల డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది. తులసి ఆకులను నేరుగా సమలదం లేదా కషాయం చేసి తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. తులసి ఆకులను తీసుకోవడం వల్ల ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. కాలేరు పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. క్యాంసార్ స్థాయిలు కూడా అదుపులో ఉంటాయి. అలోవెరా జ్వస్ని ను తాగడం వల్ల ఫాస్టింగ్ గ్లూకోజ్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. పేగుల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. జ్వస్ని మాత్రమే కాకుండా అలోవెరా సప్లెమెంట్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల కూడా మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..

మనుషులను అనే మూలిక కూడా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించే శక్తివంతమైన బయోయాక్టివ్ సమ్మేళనాలను కలిగి ఉంటుంది. దీనిని దారుచారిద్ర అని కూడా పిలుస్తారు. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ మెరుగుపడుతుంది. వేపను తీసుకోవడం వల్ల కూడా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు సహజంగా తగ్గుతాయి. వేపను తీసుకోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ గ్రాహక శక్తి మెరుగుతుంది. ఈ విధమైన మూలికలను తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే ఈ మూలికలను తీసుకునే విషయంలో జాగ్రత్త అవసరమని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. ఈ మూలికలను తీసుకోవడం నెమ్మదిగా ప్రారంభించాలి. మొదటగా ఒక్క మూలికను మాత్రమే తీసుకోవాలి. మన సౌలభ్యాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని తాజాగా, పొడిగా లేదా టీ రూపంలో తీసుకోవాలి. వేప, కాకర వంటి వాటిని పరగడుపున తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితాలను చూడవచ్చు. డయాబెటిస్ కు ముందు నుండి మందులు వాడే వారు ఈ మూలికలను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది. సమతుల్య ఆహారాన్ని తీసుకుంటూ, రోజూ వ్యాయామం చేస్తూ ఈ మూలికలను తీసుకోవడం వల్ల మరిన్ని మంచి ఫలితాలను చూడవచ్చు.

ఓట్స్ ను రోజూ తింటే కలిగే అద్భుతమైన లాభాలు ఇవే.. మిస్ చేసుకోకుండా తినండి..!

మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే తృణ ధాన్యాలల్లో ఓట్స్ కూడా ఒకటి. వీటిలో బీటా గ్లూకాన్ అని పిలువబడే కలిగే ఫైబర్ తో పాటు అవెనాంత్రామైడ్స్ అని పిలువబడే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా అధికంగా ఉంటాయి. ఓట్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు కలుగుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో, షుగర్ ను అదుపులో ఉంచడంలో, బరువును తగ్గించడంలో, జీర్ణశక్తిని మెరుగుపరచడంలో ఇలా అనేక రకాలుగా ఓట్స్ మనకు సహాయపడతాయి. వీటిని తరచూ ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవడం వల్ల మనం అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఓట్స్ ను ఆహారంగా తీసుకోవడం వల్ల మనకు కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించుకు..

ఓట్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల వీటిలో ఉండే ఫైబర్ పేగుల్లో ఉండే కొలెస్ట్రాల్ ను బంధిస్తుంది. తద్వారా శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. వీటిని తరచూ తీసుకోవడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ దాదాపు 5 నుండి 10 శాతం వరకు తగ్గుతుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఓట్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల కార్బోహైడ్రేట్స్ రక్తంలోకి నెమ్మదిగా ప్రవేశిస్తాయి. దీంతో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వెంటనే పెరగకుండా ఉంటాయి. బైవ్ 2 డయాబెటిస్ తో బాధపడే వారు ఓట్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల్లో హెచ్చు తగ్గులు రాకుండా ఉంటాయి. అలాగే ఓట్స్ ను ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవడం వల్ల దీనిలో ఉండే ఫైబర్ ధమనల ఆరోగ్యానికి మద్దతును ఇస్తుంది. దీంతో సిస్టోలిక్ బిపి అదుపులో ఉంటుంది. ఓట్స్ ను 8 వారాల పాటు తీసుకోవడం వల్ల



సిస్టోలిక్ బిపి 2 నుండి 3 ఎమ్ఎమ్ హెచ్ఐ వరకు తగ్గుతుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

బరువు తగ్గాలంటే..

అధిక రక్తపోటుతో బాధపడే వారు ఓట్స్ ను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితాలను చూడవచ్చు. ఓట్స్ లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది కనుక వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. ఆకలి తగ్గగా వేరుకుండా ఉంటుంది. దీంతో మనం క్యాలరీలను తక్కువగా తీసుకుంటాం. తద్వారా శరీర బరువు అదుపులో ఉంటుంది. ఓట్స్ ను తీసుకోవడం వల్ల పేగులో మంచి బ్యాక్టీరియా శాతం పెరుగుతుంది. మలబద్దకం సమస్య తగ్గుతుంది. జీర్ణ వృద్ధి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. ఓట్స్ లో మెగ్నీషియం, బెరన్, ఫాస్ఫరస్, జింక్ వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీర రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఎముకల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. శరీరానికి కావల్సిన శక్తి లభిస్తుంది. ఇలా అనేక రకాలుగా ఓట్స్ మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని వీటిని తీసుకోవడం వల్ల మనం ఆహారోగ్య సమస్యల బారిన పడే అవకాశాలు తక్కువగా ఉంటాయని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు.విటమిన్ సప్లిమెంట్లు

చిలగడదుంపలను ఇలా తింటున్నారా..? అయితే షుగర్ లెవల్స్ పెరుగుతాయి జాగ్రత్త..!

మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే దుంప జాతి ఆహారాల్లో చిలగడదుంపలు కూడా ఒకటి. ఇవి మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి సహజంగానే తీపి రుచిని కలిగి ఉంటాయి. వీటిలో విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, మాంగనీస్ వంటి పోషకాలతో పాటు ఫైబర్ కూడా అధికంగా ఉంటుంది. చిలగడదుంపలను తీసుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. జీర్ణ సమస్యలు తగ్గుతాయి. క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు వచ్చే అవకాశం కూడా తక్కువగా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిని కాల్యుకుని, వేయించి, ఉడికించి అనేక రకాలుగా ఆహారంగా తీసుకుంటారు ఉంటారు. అయితే వీటిని వండే విధానమే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ప్రభావితం చేస్తుందని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. వాటిని ఎక్కువగా ప్రాసెసింగ్ చేయడంతో పాటు కొన్ని వంట పద్ధతుల కారణంగా చిలగడదుంపల గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ పెరుగుతుందని అలాంటి సమయంలో వాటిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

వేయిస్తే చక్కెరతో సమానం..

చిలగడదుంపను వండే విధానం గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ ను వివిధంగా ప్రభావితం చేస్తుందో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. చిలగడదుంపను కాల్చి వంట చేస్తూ ఉంటారు. తొక్క తీసి కాల్చడం వల్ల దీని గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ 94 వరకు చేరుకుంటుంది. తద్వారా ఇది అధిక గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఆహారాల్లో చేరిపోతుంది. కాల్చిన చిలగడదుంపలతో పాటు తెల్లదొంగ్లం, బంగాళాదుంపలు వంటి వాటిని కలిపి తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు మరింత పెరుగుతాయి. కాల్చిన చిలగడదుంపలు ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే అయినప్పటికీ షుగర్ వ్యాధి గ్రస్తులు వీటిని కాల్చి తీసుకోవడం మంచిది. అలాగే చిలగడదుంపలను వేయించడం కూడా మంచిది కాదు. వేయించడం వల్ల వాటిలో ఉండే స్టార్చ్ నిర్మాణం మారుతుంది. వేయించడం వల్ల ఇవి చక్కెరతో సమానంగా మారిపోతాయి. అంతేకాకుండా వేయించడం



వల్ల నూనె కారణంగా వచ్చే అధిక క్యాలరీలు కూడా శరీరంలోకి వెళ్తాయి. దీంతో ఆరోగ్యప్రయోజనాలు తగ్గుతాయి. రక్తంలో చక్కెర, బిరుపు పెరిగే అంశాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని వీటిని వేయించి తీసుకోకపోవడమే మంచిది. **ఉడికించి తినడం మంచిది..** చిలగడదుంపలను ఉడికించి తీసుకోవడం అన్నింటి కంటే మంచి పద్ధతిని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఉడికించడం వల్ల చిలగడదుంపలు సాధారణం నుండి మధ్యస్థ గ్లైసెమిక్ సూచికలోకి వస్తాయి. ఇవి గ్లూకోజ్ స్థాయిలను కూడా ఎక్కువగా ప్రభావితం చేయవు. ఎక్కువ సమయం ఉడికించడం వల్ల వాటి స్టార్చ్ నిర్మాణంలో మార్పులు వస్తాయి. అలాగే ఉడికించడం వల్ల ఇవి నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతాయి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నెమ్మదిగా పెరుగుతాయి. కనుక షుగర్ వ్యాధి గ్రస్తులతో పాటు ఇతరులు కూడా వీటిని ఉడికించి తీసుకోవడమే మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే వీటిని బేక్ చేసి కూడా తీసుకోవచ్చు. బేక్ చేయడం వల్ల ఇవి మధ్యస్థ గ్లైసెమిక్ సూచికలోకి వస్తాయి. వీటిని ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కూరగాయలు లేదా ప్రోటీన్ తో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరగకుండా ఉంటాయి. చిలగడదుంపలు ఆరోగ్యానికి మేలు చేసేనే అయినప్పటికీ వీటిని వండే విధానంలో వచ్చే తేడాలు వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. చిలగడదుంపలను కాల్చి, వేయించి తీసుకోవడానికి బదులుగా ఉడికించి, బేక్ చేసి తీసుకోవడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి మరింత మేలు కలుగుతుందని వారు సూచిస్తున్నారు.

