



శనివారం 05-09-2026 పేజీలు : 08 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES సంపుటి : 22 సంచిక : 145 రూ॥ 6.00



పేదరికం కష్టాల నుంచి... బలియనీర్ స్థాయి వరకు...

మై హోమ్స్ రామేశ్వరరావు విజయ ప్రస్థానం



- చదువుకోసం మైళ్ళ కొద్దీ నడిచిన బాల్యం
- హోమియో డాక్టరుగా చాలీచాలని జీవనం
- రిస్క్ తీసుకొని కొన్న భూమి దశనే మార్చేసింది
- రియల్ ఎస్టేట్ రంగంలో ప్రవేశం
- మై హోమ్స్ స్థాపన
- మహా సిమెంట్ పరిశ్రమ స్థాపన
- శ్రీశ్రీశ్రీ చినజీయర్ స్వామితో పరిచయం
- ఆధ్యాత్మిక చింతన వైపు అడుగులు
- చిన్న జీయర్ స్వామికి అనుంగు శిష్యుడు

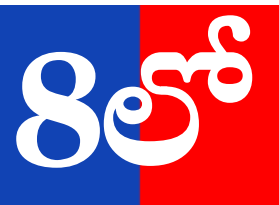
- పేద విద్యార్థుల కోసం స్కూళ్ళ ఏర్పాటు
- అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో 'మెరు ఇంటర్నేషనల్ స్కూల్' స్థాపన
- జిమ్మీ మెడికల్ సైన్సెస్ సంస్థ ఏర్పాటు
- ముచ్చింతల్లో 216 అడుగుల శ్రీ రామానుజాచార్యుల విగ్రహం ఏర్పాటు
- సీఎస్ఆర్ కింద సామాజిక సేవ
- మీడియా రంగంలో ప్రవేశం
- మై హోమ్స్ రామేశ్వరరావు జీవితం స్ఫూర్తిదాయకం

హైదరాబాద్, నేటిభాతి:
మై హోమ్ గ్రూప్ అధినేత డాక్టర్ జూపల్లి రామేశ్వరరావు ఒక సాధారణ హోమియోపతి డాక్టర్ స్థాయి నుండి నేడు తెలంగాణలోనే అత్యంత ధనవంతులలో ఒకరిగా, వేల కోట్ల సామాజ్యానికి అధిపతిగా ఎదిగిన ప్రస్థానం ఎందరికో స్ఫూర్తిదాయకం. ప్రస్తుతం ఆయన నికర ఆస్తి విలువరూ. 20,000 కోట్లకు పైగా ఉంటుందని అంచనా. ఆయన విజయ ప్రస్థానం మొదటి నుండి ఎలా సాగిందో ఇక్కడ చూద్దాం.

ఆయన ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లా (ప్రస్తుతం నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా) కల్వకుర్తి మండలానికి చెందిన కుద్దిల్ల గ్రామంలో ఒక సాధారణ వ్యవసాయ కుటుంబంలో జన్మించారు. కుద్దిల్ల గ్రామం నల్లమల అడవుల ప్రాంతానికి సమీపంలో ఉండేది. ఆ రోజుల్లో అక్కడ కనీస వసతులు, రోడ్లు, రవాణా సౌకర్యాలు అప్పులు వుండేవి కావు. ఆయన చిన్న వయసులోనే తండ్రి మరణించారు. దాంతో కుటుంబ భారం, వ్యవసాయ పనులు తల్లిపై పడ్డాయి. అధికంగా ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు. కుద్దిల్ల

గ్రామంలో ప్రాథమిక విద్య పూర్తి చేసిన తర్వాత, పైనచువుల కోసం ఆయన ప్రతిరోజూ కల్వకుర్తి పట్టణానికి సుమారు 7 నుండి 8 కిలోమీటర్లు నడిచి వెళ్లేవారు. నరేన రవాణా సౌకర్యాలు, చెప్పులు కూడా లేని ఆ రోజుల్లో... తీవ్రమైన ఎండను, వానను లెక్కచేయకుండా చదువుపై ఉన్న పట్టుదలతోనే ఆయన రోజూ అంత దూరం ప్రయాణించారు. ఆ పల్లెటూరి క్రమశిక్షణ ఆయనను జీవితంలో అంతటి ఎత్తుకు ఎదిగేలా చేసింది. తండ్రి లేకపోవడంతో కుటుంబానికి స్థిరమైన ఆదాయం ఉండేది

కాదు. కేవలం వ్యవసాయంపైనే ఆధారపడటం వల్ల పుస్తకాలు, ఫీజుల కోసం చాలా ఇబ్బందులు పడ్డారు. కానీ, చదువుపై ఉన్న విపరీతమైన ఆసక్తి వల్ల ఆయన ఎప్పుడూ వెనకడుగు వేయలేదు.



మీ కట్టా శివ సుబ్రహ్మణ్యం
సీఈఓ నేటిభాతి డిజిటల్ మీడియా
8520007444

“నేటిభాతి” 22వ వేసేంతేప్పి తోరణం

చరిత్రను చెప్పాలన్నా, ఆ చరిత్రను నిక్షిప్తం చేయాలన్నా కావాల్సింది “అక్షరం”

“నేటిభాతి” అక్షర ప్రయాణంలో “21 మైలు రాళ్లు” దాటుకొని ముందుకు సాగుతూ, తెలుగు రాష్ట్రాల గుండెను నింపుకొని, తడి ఆరని అక్షరాలు వెనుకంటూ పత్రికా ప్రయాణం సాగిస్తూ “22 వ వసంతం” లోకి దిగ్విజయంగా అడుగుడుతుందని సగర్వంగా చెబుతున్నాము.

“నేటిభాతి” అక్షర ప్రయాణంలో మీరు ఇప్పటివరకు ఆందించిన, అందిస్తున్న సహాయ, సహకారాలు మునుముందు కూడా ఇలాగే కొనసాగాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటూ...

మీ కట్టా రాఘవేందర్ రావు
సీఈఓ నేటిభాతి దివ్యపత్రిక
9908658888, 8297779999



శనివారం 05-09-2026 పేజీలు : 08 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES సంపుటి : 22 సంచిక : 145 రూ॥ 6.00



From the hardships of poverty to billionaire status...

The successful journey of My Home's Rameswar Rao



Hyderabad , NetiDhatri :
The journey of Dr. Jupally Rameswar Rao—head of the My Home Group—from an ordinary homeopathic doctor to one of the wealthiest individuals in Telangana and the leader of a multi-thousand-crore empire is truly inspiring. His net worth is currently estimated to exceed ₹ 20,000 crore. Let us look at how his journey to success unfolded. He was born into an ordinary farming family in Kudkilla village, located in the Kalwakurthy Mandal of the erstwhile Mahabubnagar district (now Nagarkurnool district). Kudkilla village was situated near the Nallamala forest region. In those days, the area lacked basic amenities, proper roads, and transport facilities. He lost his father at a young age, placing the burden of the family and agricultural work on his mother; they faced significant financial hardships. After completing his primary education in Kudkilla village, he used to walk about 7 to 8 kilometers daily to Kalwakurthy town for higher studies. In an era devoid of adequate transport or even footwear, he made this long journey every day—undeterred by scorching heat or heavy rain—driven solely by his determination to study. It was the discipline instilled by village life that enabled him to rise to such great heights later in life. With his father gone, the family lacked a steady income; relying solely on agriculture meant struggling to afford books and fees. Yet, his immense passion for education ensured he never wavered.

Arrival in Hyderabad
Having completed his schooling with determination, he came to Hyderabad with the goal of becoming a doctor. He secured a seat at the Government Potti Sriramulu Nehru Homeopathy Medical College and successfully completed his graduation in Homeopathy (BHMS). Initially, upon arriving in Hyderabad, he lacked proper accommodation and stayed in the college hostel while pursuing his studies. With limited funds, he had to live very frugally, even for basic necessities. It was during his college days that his leadership qualities began to emerge. He rose to prominence as a student union leader by championing causes related to student issues and hostel facilities, leading numerous strikes and protests. His involvement in student politics enabled him to build connections with various politicians and businesspeople in Hyderabad—relationships that would later serve as the foundation for his business career. Moreover, the hardships and struggles he endured during his college years instilled in him a profound understanding of life and honed the management skills necessary to helm a vast business empire. Having personally faced significant challenges in his own education, he now places great importance on the educational sector; he established the 'Meru International School'—which meets international standards—to provide quality education to thousands of children.

Starting a Clinic in a Small Room
Upon completing his medical education in homeopathy, he rented a small room near the Dilusukhnagar crossroads in Hyderabad and opened a clinic. At that time, the Dilusukhnagar area was not as developed as it is today. Because he provided quality medical care at an affordable cost, patients from surrounding villages and localities flocked to his clinic. He quickly earned a reputation as a trustworthy doctor. However, despite his professional acclaim, the income generated from his homeopathy practice was quite limited; his family had to make ends meet with a monthly income that was a few thousand rupees (less than ₹ 15,000). His patients included not only the general public but also local land developers and real estate businessmen. While administering treatment, Rameswar Rao would inquire about the land trade and the growth of the real estate sector in Hyderabad. These interactions

sparked his interest in the real estate industry. He realized that while a doctor could only cure ailments, the business world offered the right path to achieve financial stability and create large-scale employment opportunities for others.
A Single 'Bold Move' That Changed His Path!
During the time he was running the clinic, a friend—who was also a patient—advised him that land prices on the outskirts of Hyderabad were rising and suggested it would be a good investment. At that point, however, Rameswar Rao did not have the substantial capital required for such an investment. However, anticipating the city's expansion, he worked hard to mobilize ₹ 50,000. With those funds, he purchased a small plot of land in the eastern part of Hyderabad (in the vicinity of Dilusukhnagar or Hayathnagar). Shortly after the purchase, the area witnessed unexpected development, causing land prices to skyrocket; the value of his land appreciated threefold (300%). This initial success instilled in him the confidence and courage to pursue the real estate sector. Encouraged by the profits from this first deal, he decided to venture into real estate on a large scale rather than limiting himself to his clinic. Thus, the foundation for "My Home Constructions" was laid in 1981. At that time, the real estate sector was plagued by issues such as poor quality and delayed project deliveries. Rameswar Rao adopted "quality, punctuality, and customer trust" as the guiding principles of his business. He began his journey with small apartment projects in the Dilusukhnagar and Sarooranagar areas. Impressed by the quality of the homes built, customers began to place their trust in My Home. He foresaw the impending rise of the IT sector in Hyderabad during the late 1990s and early 2000s. Consequently, he acquired land in West Hyderabad (Gachibowli, Madhapur, and Miyapur) and developed massive "MindSpace" projects and mega gated communities. "My Home Jewel", constructed in Miyapur with over 2,000 flats, set a record at the time as one of Hyderabad's largest gated communities. Subsequent projects like Vihanga, Avatar, Bhooja, and Krishé cemented the "My Home" brand as a byword for luxury.

In-house Cement Plant
While constructing massive apartment complexes and gated communities through My Home Constructions, cement shortages and price fluctuations emerged as major challenges. He believed that owning a cement plant was essential to maintaining quality in construction—a business strategy known as 'backward integration,' where a company produces its own raw materials. In 1998, after identifying high-quality limestone reserves at Mellacheruvu in Nalgonda district (now in Suryapet district), he established My Home Industries Private Limited (MHIL) and launched the product under the brand name 'Maha Cement.' By refusing to compromise on quality, the brand quickly earned the trust of both builders and the general public. Observing the growth of Maha Cement, CRH plc—an international cement giant based in Ireland—acquired a 50% stake in My Home Industries in 2008 through a significant investment. Through this partnership, the integration of world-class technology and management practices has boosted Maha Cement's production capacity fivefold. Starting with an annual capacity of a few hundred thousand tonnes, the company has grown to produce over 10 million tonnes of cement annually through its plants in Andhra Pradesh, Telangana, and Tamil Nadu. Today, Maha Cement stands as one of the top-selling cement brands, not only in the Telugu states but also in Tamil Nadu, Karnataka, Kerala, and Odisha.

Focus on the Media Sector
After establishing undisputed dominance in the real estate and cement sectors, Dr. Jupally Rameswar Rao turned his attention to the highly influential media and entertainment industry. As part of its strategy to enter the media space, My Home Group initially invested in '10TV', a prominent Telugu news channel. Subsequently, the group acquired a majority stake and assumed full management control of the channel. In August 2018, My Home Group made a major splash in the media industry; jointly with Megha Engineering (MEIL), it acquired a majority stake (over 90%) in Associated Broadcasting Company Private Limited (ABCL), the parent company of the TV9 network. This partnership brought the country's largest news network—comprising channels in Telugu, Kannada, Marathi, Gujarati, and Bengali, as well as TV9 Bharatvarsh' (the nation's number one Hindi news channel)—into My Home Group's portfolio.
Launch of 'aha' OTT Platform in Partnership with Geetha Arts

My Home Group foresaw the surging demand for digital entertainment during the COVID-19 pandemic. In 2020, the group partnered with renowned producer Allu Aravind's 'Geetha Arts' to launch 'aha', an OTT platform dedicated exclusively to Telugu content. My Home Group has invested heavily in this joint venture. Currently, 'Aha' is expanding beyond Telugu into Tamil and is surging ahead in the regional OTT sector with millions of subscribers. Thus, My Home Group has achieved success not only in home construction but also in the news sector—influencing public thought—and the entertainment sector, where it engages audiences.
Venturing into Social and Spiritual Spheres
Beyond his role as a businessman, Dr. Jupally Rameswar Rao is actively involved in social and spiritual spheres. Spirituality holds a place of great importance in his life; notably, he is a devoted follower of the renowned Vaishnava guru, Sri Sri Sri Tridandi Chinna Jeeyar Swamy. Rameswar Rao and My Home Group played a pivotal role in the construction of the 216-foot 'Statue of Equality' (depicting Sri Ramanujacharya) at Muchintal (Sri Ramanagaram) on the outskirts of Hyderabad. This center was established to propagate the message of the 11th-century social reformer Ramanujacharya—specifically, the concept of equality among all people—to the world. For this project, My Home Group not only donated hundreds of crores of rupees but also personally supervised the entire construction process.

A Sacred Guru-Disciple Bond
The Guru-disciple relationship between Dr. Jupally Rameswar Rao and Sri Sri Sri Tridandi Chinna Jeeyar Swamy is truly unique and sacred. The spiritual journey that transformed Rameswar Rao from an ordinary businessman into one of Swamy's closest confidants and principal disciples is fascinating. Their respective journeys began in Hyderabad during the late 1970s and early 1980s. While Rameswar Rao was transitioning from his homeopathy practice into the real estate sector (1981), Sri Chinna Jeeyar Swamy embraced "Sanyasa" (ascetic life) in 1980 and began propagating the Vaishnava tradition. Rameswar Rao had harbored a deep affinity for Vedic culture and spiritual activities since childhood; it was during a spiritual gathering that he first met Chinna Jeeyar Swamy. Swamy noticed that Rameswar Rao was devoid of the ego often found in businessmen. He was deeply impressed by Rameswar Rao's humility and devotion to his Guru—qualities rooted in the belief that his business success was entirely due to Divine grace. Swamy also admired the way Rameswar Rao treated his employees like members of his own family. As a homeopathic doctor, Rameswar Rao had long desired to use his earnings for the healthcare of the underprivileged. Drawn to Chinna Jeeyar Swamy's vision of social service, Rameswar Rao became a partner in Swamy's Jeeyar Educational Trust (JET). Through their collaboration, they established the JIMS Homeopathy Hospital and Medical College at the JIVA (Jeeyar Integrated Vedic Academy) Ashram near Shamshabad, initiating the provision of free medical care to thousands of underprivileged people. A historic testament

to this Guru-disciple bond is the 216-foot statue of Sri Ramanujacharya erected at Muchintal. It was Swamiji's resolve to install a statue of Ramanujacharya, a visionary who proclaimed as early as the 11th century that all individuals in society are equal. To realize his Guru's dream, Rameswar Rao offered 45 acres of his own highly valuable land at Muchintal as "Guru Dakshina" (an offering to the teacher). Leveraging the technical and financial resources of the My Home Group, and under Swamiji's supervision, this magnificent spiritual complex was constructed. Today, Rameswar Rao stands not merely as a businessman but as an exemplary disciple, remaining at the forefront of every spiritual journey and service initiative undertaken by Chinna Jeeyar Swamiji.

Netra Vidyalayam and Cancer Screening Camps
Under the guidance of Sri Sri Sri Tridandi Chinna Jeeyar Swamiji and in partnership with Dr. Jupally Rameswar Rao's My Home Group, two remarkable social service initiatives—Netra Vidyalayam and free cancer screening camps—are being conducted. An educational institution named 'Netra Vidyalayam' was established to bring the light of literacy and knowledge into the lives of visually impaired children. Moving beyond standard Braille, these children are provided with modern digital education using laptops and computers equipped with specialized software. Hundreds of visually impaired students studying here receive free education, quality meals, and hostel accommodation. The institution goes beyond school-level education by running a dedicated degree and postgraduate college for visually impaired students; consequently, these students now compete with their sighted peers in the field of technology.

Free medical camps are organized under the "Arogya Vikasa" program with the aim of saving lives by detecting cancers affecting women at an early stage. These camps are specifically designed for rural women vulnerable to cervical and breast cancers. With support from the My Home Group and various donations, specialized buses equipped with advanced medical technology—such as mammogram and screening machines—are deployed to rural areas to conduct examinations. If screening reveals signs of cancer, the Jeeyar Trust and the My Home organization provide financial assistance to support the patients with further treatment and necessary surgeries. By channeling business profits into vital sectors like education and healthcare, this mentor-protégé partnership is transforming thousands of lives. Mindful of the hardships faced during their own early education, they prioritize providing quality schooling to underprivileged students. They run schools for children in rural areas and in the vicinity of their cement factories. Having established educational institutions that meet international standards, they provide free or subsidized education to numerous talented, underprivileged students as part of their Corporate Social Responsibility (CSR) initiatives.

Free Medical Camps in Villages
Having started his career as a homeopath, he takes a keen interest in the healthcare sector. He regularly organizes free medical camps in the villages surrounding My Home Industries and construction sites. He has adopted several villages in Telangana—including his native village, Kudkilla—and provided essential amenities such

- **A childhood spent walking miles for education**
- **A modest livelihood as a homeopathic doctor**
- **A risk taken on a land purchase changed his destiny**
- **Entry into the real estate sector**
- **Founding of My Home**
- **Establishment of Maha Cement Industries**
- **Association with Sri Sri Sri Chinna Jeeyar Swamy**
- **Steps towards spirituality**
- **A close disciple of Chinna Jeeyar Swamy**
- **Setting up schools for underprivileged students**
- **Establishing 'Meru International School' with international standards**
- **Founding the JIMS Medical Sciences institution**
- **Erecting the 216-foot statue of Sri Ramanujacharya at Muchintal**
- **Social service through CSR initiatives**
- **Entry into the media sector**
- **The inspiring life of My Home Rameswar Rao**

as drinking water, roads, and drainage systems. High priority is given to greenery in every gated community developed by My Home. He strives to maintain environmental balance by planting thousands of saplings and implementing water conservation methods around his 'Maha Cement' factories. Dr. Jupally Rameswar Rao stands as an inspiring figure; starting as an ordinary homeopath and building a multi-billion rupee empire, he dedicates a significant portion of his earnings to divine causes and social service.

JIVA Institute of Medical Sciences
As a homeopath himself, and driven by the goal of providing high-quality medical care to the poor at an affordable cost, he established a massive hospital named the Jiva Institute of Medical Sciences (JIMS Homeopathy Medical Hospital) at Shamshabad (Muchintal) on the outskirts of Hyderabad. This is a 100-bed homeopathy hospital equipped with state-of-the-art medical equipment and laboratory facilities, rivaling any standard corporate allopathic hospital. Impoverished patients visiting the facility receive quality homeopathic medicines and medical tests either free of charge or for a nominal fee. In addition to medical services, the JIMS Homeopathic Medical College and Hospital operates here to provide quality homeopathic education to future generations. Students studying here regularly conduct medical camps in rural areas. A dedicated research wing also operates at the facility, working to find permanent homeopathic solutions for conditions such as chronic diseases, paralysis, and joint pain.

Rural Service Initiatives
The My Home Group has established free water plants at its own expense in numerous villages across Telangana affected by fluoride and other contamination issues, thereby providing residents with clean drinking water. They assist unemployed youth and women in rural areas by offering free training in tailoring, computer skills, embroidery, and other handicrafts, enabling them to become self-employed. Under Corporate Social Responsibility (CSR) initiatives, the group undertakes projects such as providing benches, constructing toilets, and setting up digital classrooms in government schools that lack basic amenities. When natural calamities like floods or droughts strike, 'My Home' volunteers are at the forefront of providing essential commodities, clothing, and temporary shelter to affected rural communities. Despite the vast expansion of his business empire, Dr. Jupally Rameswar Rao remains deeply connected to his roots and continuously contributes to the upliftment of rural areas.

An Exemplary and Disciplined Family
The family of Dr. Jupally Rameswar Rao, the head of the 'My Home' Group, is an exemplary and disciplined business family. He not only ensured his four sons received a high-quality education but also entrusted them with responsibilities across key sectors of the 'My Home' Group.

Dr. Jupally Rameswar Rao: Founder and Group Chairman of the 'My Home' Group. He oversees business strategies as well as spiritual and social service initiatives.

Smt. Jupally Sree Kumar: Dr. Rameswar Rao's wife. She serves as a Director of the 'My Home' Group while also managing family responsibilities.

Dr. Rameswar Rao has four sons. All of them completed their higher education abroad (notably at business schools in London and Manchester) and are currently successfully steering the 'My Home' Group's business empire.

Jupally Ranjith Rao: Managing Director of 'My Home' Constructions. He primarily oversees the real estate division. He played a pivotal role in the construction of landmark mega gated community projects in Hyderabad, such as My Home 'Bhujra'.

Jupally Shyam Rao: Director, My Home Group (formerly MD of My Home Constructions). He holds an MSc in Accounting and Finance from Manchester Business School, UK. He oversees the organization's financial affairs, strategic expansions, and the launch of new projects.

Jupally Ramu Rao: Executive Vice Chairman and Director, My Home Industries (Maha Cement). He holds a degree in Electrical Engineering and an MBA from Manchester Business School. In addition to the cement business, he oversees 'Abja Power' and operations in the power sector. He accompanied Rameswar Rao during a recent meeting with Prime Minister Narendra Modi.

Jupally Vinod Rao: Director, My Home Group. He also plays a key role in the management of various businesses within the My Home Group and serves on the Board of Directors.

Prioritizing equality within the family, Rameswar Rao has also involved his daughters-in-law in business operations.

Bhargavi (Wife of Ranjith Rao): Serves as Director of My Home Consultancy.

Rajitha (Wife of Ramu Rao): Oversees the Human Resources (HR) department of the My Home Group.

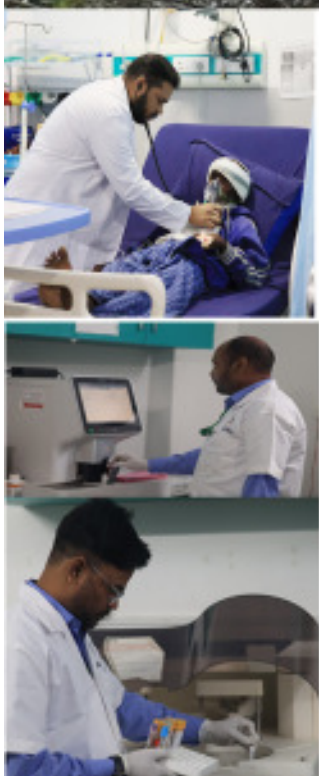
Meghana (Vinod Rao's wife): Serves as the Head of the organization's Marketing and Corporate Communications department.

Aishwarya (Shyam Rao's wife): She is planning to enter the business sector after completing her higher education.

In this manner, all the family members of Jupally Rameswar Rao are collectively managing the My Home Group businesses in an organized, corporate style.



శనివారం 05-09-2026 పేజీలు : 08 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES సంపుటి : 22 సంచిక : 145 రూ॥ 6.00



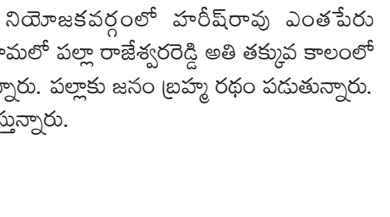
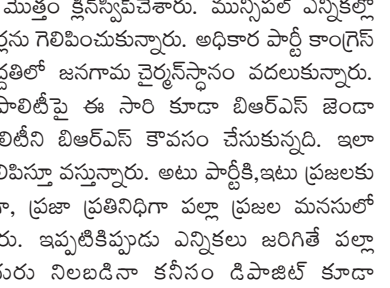
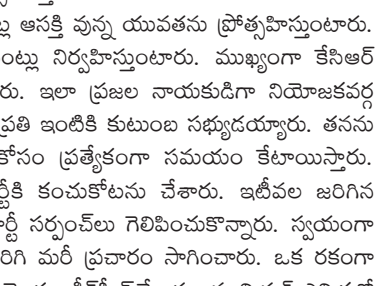
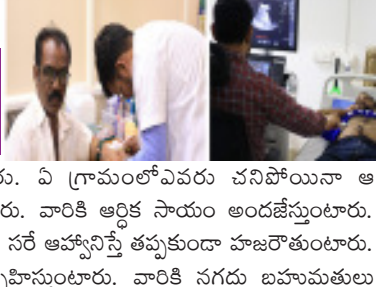
జనగామ ప్రజల ప్రాణదాత పల్లం

జనగామ నియోజకవర్గ ప్రజలు పల్లంను దేవుడిలా కొలుస్తున్నారు

పార్టీలకు అతీతంగా వైద్యం అందిస్తున్నారు

జనగామ నియోజకవర్గ ప్రజలైతే చాలు.. సిబ్బంది ఎదురు వచ్చి మరి డాక్టర్ల వద్దకు తీసుకెళ్తారు.

పాల్వంచ, నేటిదాటి: రాజకీయాల అందరూ చేస్తారు. కాని ప్రజా సేవ కొంత మంది నాయకులే చేస్తారు. అందులోనూ ప్రజల ప్రాణాలను కాపాడే సేవ చాలా తక్కువ మంది నాయకులు మాత్రమే చేస్తారు. రాజకీయాల్లో నాయకులు రకరకాల సేవలు చేస్తుంటారు. కాని వైద్యసాయం అందించే నాయకులు ప్రజలకు జీవిత కాలం గుర్తింపజేస్తారు. ఆకలి తీర్చితే ఆ రోజుకు వరకు గుర్తుంటుంది. ఆర్థిక సాయం చేస్తే కొంత కాలం గుర్తుంటుంది. వైద్య సాయం చేస్తే జీవితాంతం గుర్తుంటుంది. తమ ప్రాణాలు నిలిచాయంటే ఫలానా నాయకుడి పుణ్యమే అని ప్రతి క్షణం గుర్తుకు వస్తుంది. అలా తన నియోజకవర్గ ప్రజలకు ప్రాణదాతగా ఎమ్మెల్యే పల్లం రాజేశ్వరరాడ్డి నిలుస్తున్నారు. జనగామ నియోజకవర్గ ప్రజలు ఎవరైనా సరే ఆధార్ కార్డు వుంటే చాలు. ఫుల్ టైం సేవలో వున్న పల్లం రాజేశ్వరరాడ్డికి చెందిన నీలిమ మెడికల్ కాలేజీకి అనుబంధ ఆసుపత్రిలో ఉచిత వైద్యం అందిస్తున్నారు. తన నియోజకవర్గం నుంచి నిత్యం కనీసం 500 మంది ప్రజలు రకరకాల వైద్యం కోసం నీలిమ ఆసుపత్రికి వెళ్తుంటారు. జనగామ నుంచి ట్రైన్లు, బస్సులు, బస్సున పేట మండల కేంద్రం నుంచి వెళ్లే బస్సుల్లో చుట్టూపక్కల గ్రామాల ప్రజలు నీలిమా ఆసుపత్రికి చేరుకుంటారు. తాము వైద్యం చేయించుకోవాలంటే నీలిమా ఆసుపత్రికి చేరుకునేందుకు నేరుగా బస్సు సౌకర్యం లేని చేర్యాల ప్రజలు ఎమ్మెల్యే పల్లం దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. దాంతో ఆర్డీసీతో మాట్లాడి చేర్యాల మండల కేంద్రం నుంచి ఉప్పల్ కు ప్రత్యేకంగా ఆర్డీసీ బస్సు సౌకర్యం కల్పించిన నాయకుడు పల్లం రాజేశ్వరరాడ్డి. సహజంగా వల్లె ప్రజలకు వివక్ష జ్వరాలు ఎక్కువగా సోకుతుంటాయి. వాటికి వైద్యం చేయించుకోవాంటే ప్రైవేటు ఆసుపత్రులు వేల రూపాయలు వసూలు చేస్తారు. టెన్షన్ పేరుతో కూడా వేల రూపాయలు ఖర్చు చేయవల్సి వుంటుంది. అదే పల్లం రాజేశ్వరరాడ్డికి చెందిన నీలిమ ఆసుపత్రికి వెళ్తే చాలు టెన్షన్ లేకుండా పాటు పూర్తి వైద్యం అందించి పంపిస్తారు. సహజంగా ఏ ఆసుపత్రిలో పేదలు చేరాలన్నా ఆరోగ్య శ్రీ కార్డు వుండాలి. కాని జనగామ నియోజకవర్గ ప్రజలకు ఆరోగ్య శ్రీ కార్డు అవసరం లేదు. కేవలం ఆధార్ కార్డు వుంటే చాలు ఖరీదైన వైద్యం కూడా అందిస్తున్నారు. అలాగే పల్లెల్లో రైతులకు పాలం పసుల్లో ఎదురయ్యే సమస్యలు అనేకం వుంటాయి. కాళ్ళకు చేతులకు దెబ్బలు తగులుతుంటాయి. ఎండల్లో పని చేస్తే కొన్నిరకాల సమస్యలు వస్తాయి. పైగా ప్రమాదాల మారి పడుతుంటారు. వాళ్ళంతా నేరుగా నీలిమా ఆసుపత్రికి చేరుకుంటారు. ఉచిత వైద్యం పొందుతుంటారు. ఇలా జనగామ నియోజకవర్గంలోని ప్రతి గ్రామం నుంచి కనీసం ఇప్పటి వరకు వైద్యం అందుకున్నవారు వందల సంఖ్యలో వుంటారు. నీలిమా ఆసుపత్రిలో వైద్యం చేయించుకోని జనగామ నియోజకవర్గ పల్లె ఒక్కటి కూడా వుండదు. అలా ప్రతి గ్రామం నుంచి మేలైన, మెరుగైన రూపాయి ఖర్చు లేకుండా ఉచిత వైద్యం పొంది ఆరోగ్యం బాగు చేసుకున్న వాళ్ళు వేలల్లో వున్నారు. ఆ ఆసుపత్రిలో అందుబాటులో లేని వైద్యులకు కూడా నీలిమా ఆసుపత్రి నుంచి ఇదత ఆసుపత్రులకు పంపించి మరి వైద్యం అందిస్తున్నారు. ఇది చాలా మందికి తెలియని విషయం. ముఖ్యంగా కాన్సర్ కు సంబంధించిన వైద్యం నీలిమలో అందుబాటులో లేదు. కాని అక్కడి నుంచి నేరుగా బసవతారం ఆసుపత్రికి పంపించి వైద్యం అందేలా కృషి చేస్తున్నారు. బసవతారం ఆసుపత్రిలో ఎమ్మెల్యే పల్లం రాజేశ్వరరాడ్డికి చెందిన బంధువులు వైద్యులుగా వున్నారు. నీలిమ ఆసుపత్రి నుంచి జనగామ ప్రజలను నీలిమ నుంచి నేరుగా బసవతారం ఆసుపత్రికి పంపించి వైద్యం అందిస్తున్నారు. ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటున్నారు. సహజంగా ఏదైనా ఆసుపత్రిలో కొన్ని వైద్య సేవలు అందుబాటులో లేకుంటే ఇతర ప్రైవేటు ఆసుపత్రులకు పంపిస్తారు. చేతులు దులుపుకుంటారు. కాని జనగామ నియోజకవర్గ ప్రజలు అయితే చాలు





శనివారం 05-09-2026 పేజీలు : 08 CIRCULATED AT : TELANGANA and ANDHRAPRADESH STATES సంపుటి : 22 సంచిక : 145 రూ॥ 6.00



నిర్మాణాల నాణ్యతపై రాజీ వద్దు

- నిర్ణీత గడువులోగా పనులు పూర్తి చేయాలి
- కొడంగల్లో అభివృద్ధి పనులను పరిశీలించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

కొడంగల్, నేటిధాటి:
నిర్మాణ పనుల నాణ్యత విషయంలో ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ రాజీపడ్డాడని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధికారులను, కాంట్రాక్టర్లను ఆదేశించారు. నిర్ణీత గడువులోగా భవన నిర్మాణాలను పూర్తి చేసి ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని స్పష్టం చేశారు. కొడంగల్ నియోజకవర్గంలో శుక్రవారం పర్యటించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు. మద్దూరు ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలతో పాటు నిర్మాణంలో ఉన్న సాంఘిక సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల పనులను పరిశీలించారు. అనంతరం దౌలాబాద్ మండలం గోకర్ణనల్లాడిలో నిర్మాణంలో ఉన్న సాంఘిక సంక్షేమ గురుకుల భవన పనులను పరిశీలించారు. పనుల పురోగతిపై అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్న సీఎం, నాణ్యత ప్రమాణాలను కచ్చితంగా పాటించాలని నూచించారు. నిర్మాణాల్లో ఎక్కడా నిర్లక్ష్యానికి తావివ్వకుండా పర్యవేక్షణ పెంచాలని ఆదేశించారు. దౌలాబాద్ ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల పనులను కూడా పరిశీలించనున్న సీఎం, హాకీంపేట ఎడ్యుకేషన్ హబ్ అభివృద్ధి పనుల పురోగతిని సమీక్షించనున్నారు. అనంతరం కొడంగల్ నియోజకవర్గంలో కొనసాగుతున్న వివిధ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలపై అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించనున్నారు. రోడ్డు మార్గాల కొడంగల్ చేరుకున్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అక్కడే బస్ చేయనున్నారు. శనివారం కూడా కొడంగల్లోనే పలు అభివృద్ధి పనులపై సమగ్ర సమీక్ష నిర్వహించనున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు.

కొండా సురేఖ మాటతీరు మార్చుకోవాలి

- క్రమశిక్షణ చర్యల్లో భాగంగానే బర్తరఫ్
- పార్టీ లైన్ దాటితే ఎవరిపైనా చర్యలు తప్పవు: టీపీసీసీ చీఫ్ మహేష్ గౌడ్



వ్యాఖ్యలను సురేఖ ఖండించకపోవడాన్ని వివేచనీ తీవ్రంగా పరిగణించిందని తెలిపారు. క్రమశిక్షణ కమిటీ నమోదించిన నివేదిక ఆధారంగానే పార్టీ అధిష్టానం చర్యలు తీసుకుందని మహేష్ గౌడ్ పేర్కొన్నారు. అయితే పార్టీ క్రమశిక్షణను ఎవరూ అతిక్రమించరాదని, పార్టీ లైన్ దాటిన వారిపై చర్యలు తప్పవని స్పష్టం చేశారు. కొండా సురేఖ బర్తరఫ్ అంశంపై శుక్రవారం మీడియాతో మాట్లాడిన ఆయన, సురేఖ కుమార్తె సుస్మిత చేసిన వ్యాఖ్యలను మంత్రి ఖండించి ఉండాలని అభిప్రాయపడ్డారు. ఆ

వ్యాఖ్యలను సురేఖ ఖండించకపోవడాన్ని వివేచనీ తీవ్రంగా పరిగణించిందని తెలిపారు. క్రమశిక్షణ కమిటీ నమోదించిన నివేదిక ఆధారంగానే పార్టీ అధిష్టానం చర్యలు తీసుకుందని మహేష్ గౌడ్ పేర్కొన్నారు. అయితే పార్టీ క్రమశిక్షణను ఎవరూ అతిక్రమించరాదని, పార్టీ లైన్ దాటిన వారిపై చర్యలు తప్పవని స్పష్టం చేశారు. కొండా సురేఖ బర్తరఫ్ అంశంపై శుక్రవారం మీడియాతో మాట్లాడిన ఆయన, సురేఖ కుమార్తె సుస్మిత చేసిన వ్యాఖ్యలను మంత్రి ఖండించి ఉండాలని అభిప్రాయపడ్డారు. ఆ

సన్నబియ్యం అమ్మితే రేషన్ కార్డు తొలగిస్తాం

- పేదలందరికీ ఇందిరమ్మ ఇళ్లు.. పార్టీతో సంబంధం లేదు
- పోడు భూముల సమస్య పరిష్కారానికి హామీ : మంత్రి తుమ్మల కార్యక్రమాలకు ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ పోడు భూముల సమస్యను పరిష్కరిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. వ్యవసాయంపైనే ఆధారపడిన కుటుంబాలకు అండగా ఉంటామన్నారు.



ఖమ్మం, నేటిధాటి:
ప్రభుత్వం ఉచితంగా అందిస్తున్న సన్నబియ్యాన్ని విక్రయిస్తే రేషన్ కార్డులను తొలగిస్తామని వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు హెచ్చరించారు. గుడిసెల్లో నివసించే ప్రతి పేదవాడికీ ఇందిరమ్మ ఇల్లు అందించడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని, ఇందులో పార్టీతో సంబంధం లేదని స్పష్టం చేశారు. రఘునాథపాలెం మండలం పుటాని తండాలో శుక్రవారం పలు అభివృద్ధి

కార్యక్రమాలకు ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ పోడు భూముల సమస్యను పరిష్కరిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. వ్యవసాయంపైనే ఆధారపడిన కుటుంబాలకు అండగా ఉంటామన్నారు. ఈ ఏడాది వర్షాధార పరిస్థితులు ఏర్పడే అవకాశం ఉందని, రైతులు ప్రత్యామ్నాయ పంటలపై దృష్టి పెట్టాలని నూచించారు. పామాయిల్ సాగుకు ప్రభుత్వం ఉచితంగా అవసరమైన సహకారం అందిస్తుందని తెలిపారు. ఆర్.వీ.ఎఫ్.ఆర్ పట్టాలు ఉన్న వారికి రోడ్ల అనుమతులు ఇవ్వాలని దివంగుల సుబ్బం చేశారు. రఘునాథపాలెం మండలంలో రూ. 75 కోట్లతో 200 డొక రోడ్లు నిర్మిస్తామని, త్వరలో న్యూల్ ఆఫ్ ఎక్స్ ప్రెస్స్ పాఠశాలను కూడా ఏర్పాటు చేస్తామని మంత్రి తెలిపారు.

వెయ్యి రోజుల కాంగ్రెస్ పై గులాబీ గర్వం

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బీఆర్ఎస్ పోరుబాట.. మూడో రోజు మరింత ఉధృతం



- భూములు.. మహిళల హామీలు.. పింఛన్లు.. రైతు సమస్యలపై ప్రభుత్వాన్ని నిలదీత
- కాగజేనగర్ నుంచి దేవరకద్ర వరకు నిరసనల హోరు
- హరీశ్, ఎర్రబెల్లి, శ్రీనివాస్ గౌడ్, ఆర్ఎస్పీ ఆధ్వర్యంలో ఆందోళనలు
- బీఆర్ఎస్ శ్రేణుల పోరాటాన్ని అభినందించిన కేటీఆర్



కాగజేనగర్లో : 42,867 ఎకరాలు 22వో బండి అని హరీశ్ రావు ఆరోపణ

దేవరకద్ర, రాయపర్తి, తొర్రూరులో మహిళలతో పంటవార్డు.. కాంగ్రెస్ పై ఎర్రబెల్లి ధ్వజం



భూత్పూర్లో : 420 అడుగుల బ్యానర్తో భారీ రాల్చి



దేవరకద్రలో: బీఆర్ఎస్ నిరసనల్లో ఉద్రిక్తత కేటీఆర్ అభినందనలు



ఆర్ఎస్పీ ఆరోపణ -22వ టోల్ ఫ్రీ వివరాలతో ట్రోక్డర్ దండా జరుగుతోందని విమర్శ

హైదరాబాద్, నేటిధాటి:
కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి వెయ్యి రోజులు పూర్తయినా ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీలు అమలు చేయలేదంటూ బీఆర్ఎస్ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా చేపట్టిన పోరుబాట మూడో రోజు మరింత ఉధృతమైంది. రైతులు, మహిళలు, వృద్ధులు, యువత, నిరుద్యోగులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను ప్రధాన అస్త్రాలుగా చేసుకుని గులాబీ పార్టీ నాయకులు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. కుటుంబీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా సిర్సార్ కాగజేనగర్ నుంచి మహబూబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకద్ర వరకు, జనగామ, వరంగల్, మహబూబాబాద్ జిల్లాల్లో నిరసన కార్యక్రమాలు చేపట్టారు. 22వ నిషేధిత జాబితా, మహిళలకు ఇచ్చిన హామీలు, పెన్షన్ల పెంపు, కల్యాణలక్ష్మి, రైతుల సమస్యలు, ఆరు గ్యారంటీల అమలు వంటి అంశాలపై బీఆర్ఎస్ నేతలు ప్రభుత్వాన్ని నిలదీశారు. 22వపై హరీశ్ రావు గర్వం సిర్సార్ కాగజేనగర్ నియోజకవర్గంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే కోనెరు కోనప్ప ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన భారీ నిరసన కార్యక్రమంలో మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు పాల్గొన్నారు. ఒక్క నియోజకవర్గంలోనే 42,867 ఎకరాల రైతుల భూములను 22వ నిషేధిత జాబితాలో పెట్టారని ఆరోపించారు. భూములు నిషేధిత జాబితాలో చేరడంతో రైతులకు బ్యాంకు రుణాలు రావడం లేదని, భూముల అమ్మకాలు, రిజిస్ట్రేషన్లు నిలిచిపోయాయని, కటుంబాల్లో పెళ్లిళ్లు కూడా ఆగిపోతున్నాయని పేర్కొన్నారు. మహబూబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకద్ర నియోజకవర్గంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆల వెంకటేశ్వరరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో బీఆర్ఎస్ నిరసన కార్యక్రమాలు నిర్వహించింది. చిన్నచిన్నతనంలో జరిగిన ఆందోళనను ఆధునిక ప్రయత్నం చేయడంతో రాజకీయ ఉద్రిక్తత చోటుచేసుకుంది.

టోల్ ఫ్రీ పేరుతో ట్రోక్డర్ దండా?
అదే కార్యక్రమంలో బీఆర్ఎస్ నాయకుడు ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ మంత్రి పొంగలేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డిపై తీవ్ర ఆరోపణలు చేశారు. 22వ సమస్యపై టోల్ ఫ్రీ సరిబర్ ఏర్పాటు చేశామని ప్రభుత్వం చెబుతున్నప్పటికీ, బాధితుల వివరాలు ట్రోక్డర్ చేరుతున్నాయంటూ ఆరోపించారు. టోల్ ఫ్రీ సరిబర్కు ఫోన్ చేసిన బాధితులకు కొద్ది రోజుల తర్వాత మద్దతులు ఫోన్ చేసి భూమిలో వాటా ఇస్తే సమస్య పరిష్కరిస్తామని చెబుతున్నారంటూ మండిపడ్డారు. భూభారతి వ్యవస్థపై కూడా ఆయన ప్రశ్నలు లేవనెత్తారు. **మహిళలతో పంటవార్డు**
జనగామ జిల్లా దేవరకద్ర, వరంగల్ జిల్లా రాయపర్తి, మహబూబాబాద్ జిల్లా తొర్రూరు మండల కేంద్రాల్లో మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి దయాకర్ రావు ఆధ్వర్యంలో మహిళల భారీ పంటవార్డు కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. ఎర్రబెల్లి చారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ ఊషా దయాకర్ రావుతో కలిసి బీఆర్ఎస్ మహిళా నాయకులు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా నిరసన తెలిపారు. మహిళలకు నెలకు రూ.2,500, వృద్ధులకు రూ.4 వేల పింఛన్, వికలాంగులకు రూ.6 వేల పింఛన్, స్కూటీలు, ల్యాప్ టాప్లు వంటి హామీలు విమర్శించారు. ఎర్రబెల్లి ప్రశ్నించారు. కల్యాణలక్ష్మి, షాద్ ముబారక్, కేటీఆర్ కిట్ వంటి పథకాలపై కూడా ప్రభుత్వం స్పష్టత ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. **దేవరకద్రలో ఉద్రిక్తత**
మహబూబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకద్ర నియోజకవర్గంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆల వెంకటేశ్వరరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో బీఆర్ఎస్ నిరసన కార్యక్రమాలు నిర్వహించింది. చిన్నచిన్నతనంలో జరిగిన ఆందోళనను ఆధునిక ప్రయత్నం చేయడంతో రాజకీయ ఉద్రిక్తత చోటుచేసుకుంది.

ఈ ఘటనలో కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలకు ఆల వెంకటేశ్వరరెడ్డి డీటుగా సమాధానం ఇచ్చారు. బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు నిరసన కార్యక్రమాన్ని కొనసాగించారు. ఈ ఘటనకు సంబంధించిన వీడియో సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్ గా మారింది. దేవరకద్ర నియోజకవర్గంలో బీఆర్ఎస్ శ్రేణులు ప్రజల తరఫున పోరాడుతున్న తీరును బీఆర్ఎస్ వర్గం ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ అభినందించారు. ఆల వెంకటేశ్వరరెడ్డికి ఫోన్ చేసి పోరాటాన్ని కొనసాగించాలని నూచించారు. **420 అడుగుల బ్యానర్తో నిరసన**
భూత్పూర్లో మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆల వెంకటేశ్వరరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన భారీ రాల్చిలో మాజీ మంత్రి వి.శ్రీనివాస్ గౌడ్ పాల్గొన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వెయ్యి రోజుల పాలనలో ఆరు గ్యారంటీలు, 13 డిక్షరీషన్లు అమలు చేయడంలో విఫలమైందని ఆరోపించారు. ఈ సందర్భంగా 420 అడుగుల భారీ బ్యానర్లను విధర్మించారు. రైతులు, మహిళలు, వృద్ధులు, విద్యార్థులు, నిరుద్యోగులు సహా అన్ని వర్గాలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మోసం చేసిందని శ్రీనివాస్ గౌడ్ విమర్శించారు. **రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఒకే నినాదం**
హామీలు అమలు చేయాలి.. ప్రజలకు న్యాయం చేయాలి!
వెయ్యి రోజుల కాంగ్రెస్ పాలనలో ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయకుండా ప్రభుత్వం కాలయాపన చేస్తోందని బీఆర్ఎస్ నేతలు ఆరోపించారు. రైతుల భూముల నుంచి మహిళల సంక్షేమం వరకు, పెన్షన్ల నుంచి యువత ఉపాధి వరకు ప్రతి అంశంలో ప్రభుత్వం విఫలమైందని విమర్శించారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రజా సమస్యలపై తమ పోరాటం మరింత ఉధృతం చేస్తామని, రాల్చిలో రోజుల్లో ప్రభుత్వాన్ని అన్ని వేదికలపై నిలదీస్తామని బీఆర్ఎస్ నాయకత్వం స్పష్టం చేసింది.

పాలన కంటే ఢిల్లీ చక్కర్లే ఎక్కువ!

ఇబ్రహీంపేట, నేటిధాటి:
రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ పాలన పూర్తిగా కంట్రీహిట్ అయిందని, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, మంత్రులు పాలనపై దృష్టి పెట్టకుండా పడేపడే ఢిల్లీ చక్కర్లు కొట్టడానికి పరిమితమయ్యారని బీఆర్ఎస్ పార్లమెంటరీ పార్టీ నేత, ఎంపీ వర్షాదా రవిచంద్ర తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలో ఉన్నట్టుగానే అనిపించడం లేదని, ప్రతి చిన్న విషయానికీ ఢిల్లీ పెద్దల వైపు చూడాలని పరిస్థితి ఏర్పడిందన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం 1000 రోజుల పాలనా వైఫల్యాలను ఎండగడుతూ బీఆర్ఎస్ వర్గం ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ బిలుపు మేరకు శుక్రవారం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిర్వహించిన పంటవార్డు కార్యక్రమాల్లో భాగంగా ప్రజలు పాల్గొన్నారు. ఇబ్రహీంపేట మాజీ ఎమ్మెల్యే హరిప్రసాద్ నాయక్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమానికి ఎంపీ రవిచంద్ర ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. కొత్తగూడెం కలెక్టరేట్ ధర్మాచౌక్ వద్ద మాజీ మంత్రి వసంత వెంకటేశ్వరరావు ఆధ్వర్యతన జరిగిన పంటవార్డులో సుమారు నాలుగు వేల మంది పాల్గొన్నారు. కాంగ్రెస్ ఎన్నికల సమయంలో 420 హామీలు, ఆరు గ్యారంటీలు ఇచ్చి అధికారంలోకి వచ్చిందని, కానీ వాటిలో ఏ ఒక్క హామీని పూర్తిస్థాయిలో అమలు చేయలేదని రవిచంద్ర ఆరోపించారు. ప్రతి మహిళకు నెలకు రూ.2,500, పింఛన్ల పెంపు, యువతులకు స్కూటీలు, తులం బంగారం వంటి హామీలు అమలుకు హామీలేదన్నారు. కేటీఆర్ పాలనలో మహిళలు, విద్యార్థులు, రైతులు, వృద్ధులు సహా అన్ని వర్గాల



ప్రజల సంక్షేమ పథకాల పొందారని పేర్కొన్నారు. కల్యాణలక్ష్మి, షాద్ ముబారక్, కేటీఆర్ కిట్ వంటి పథకాలు పేద కుటుంబాలకు అందగా నిలిచాయని గుర్తు చేశారు. ప్రస్తుతం విద్యార్థుల ఫీజు బకాయిలు విడుదల కాక కాలేజీ రూజుమాన్యాల సర్టిఫికేట్లు ఇవ్వడం లేదని, విదేశీ విద్యా స్కాలర్షిప్లు నిలిచిపోవడంతో విద్యార్థులు ఇబ్బందులు పడుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్రంలో మహిళల సంక్షేమం పూర్తిగా విస్మరించబడిందని, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజల సమస్యల పరిష్కారంపై దృష్టి పెట్టకుండా రాజకీయ వ్యవహారాలకే

- 1000 రోజుల కాంగ్రెస్ పాలనపై బీఆర్ఎస్ పంటవార్డు పోరు
- 420 హామీలు.. 6 గ్యారంటీలు విమర్శించారు?
- మహిళలు, విద్యార్థులు, రైతులు తీవ్ర నిరాశలో ఉన్నారు
- వచ్చే ఎన్నికల్లో కేటీఆర్ ఘన విజయం ఖాయం : ఎంపీ వర్షాదా రవిచంద్ర

పరిమితమైందని మండిపడ్డారు. రాష్ట్రానికి ప్రత్యేక హోదాలో నిధులు, అభివృద్ధి తీసుకురావడంలో ప్రభుత్వం విఫలమైందని ఆరోపించారు. తెలంగాణ ఉధృత సమయంలో పంటవార్డు ద్వారా ప్రజలను ఏకం చేసేటట్లుగానే, ఇప్పుడు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజలను చైతన్యపరిచేందుకు ఈ కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. రాల్చిలో ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ ఘన విజయం సాధించి, కేటీఆర్ మూడోసారి ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టడం ఖాయమని ఢిమా వ్యక్తం చేశారు. పంటవార్డు కార్యక్రమాల్లో మహిళలు, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. ప్రభుత్వ వ్యతిరేక నినాదాలతో కలెక్టరేట్ వరసలూ హోరెత్తగా, గులాబీ శ్రేణులతో ప్రాంతమంతా సందడిగా మారింది. నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజల కలిసి నేలపై కూర్చోని భోజనం చేశారు.

మంచిమార్గాల, నీటిధారల: బీసీ సామాజిక వర్గానికి చెందిన మంత్రి కొండా సురేఖను మంచిమార్గ పవని నుంచి తొలగించడాన్ని బీసీ సమాజ్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి, ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఆశ్రమ వద్ద నెర్రపేటినివాసి ఖండించారు. గోమాయం మంచిమార్గాల పార్కుపై బీసీ సమాజ్ ఆశ్రమ వద్ద తీవ్రమైన మార్పులుతీశా... కుమార్తె కొండా సునీత చేసిన వ్యాఖ్యలకు మంత్రిని బాధ్యురాలిని చేయడం సరికాదన్నారు. కాంగ్రెస్ బీసీలకు సమీకృత న్యాయం, దిట్ట సామాజిక వర్గానికి మరో న్యాయం జరుగుతోందని ఆరోపించారు. బీసీలను రాజకీయంగా అణగారేస్తే ప్రభుత్వాలను సహించబోమని, బీసీలకు ఆత్మగౌరవం కాసేం ప్రజాసామాజిక వర్గానికి పోరాటం కాసేగానినామిన స్పష్టం చేశారు. ఆత్మగౌరవంలో బీసీ సమాజ్ మారుకులు పాటేస్తారు.

కాంగ్రెస్ ప్రజా పాలనకు వెయ్యి రోజులు విజయోత్సవ సంబరాలు

▶నేతన్న చౌక్ నుంచి గాంధీ చౌక్ వరకు కాంగ్రెస్ శ్రేణుల ర్యాలీ...
▶సంక్షేమ పథకాలతో అన్ని వర్గాల అభ్యున్నతి...
▶డీసీసీ అధ్యక్షుడు సంగీతం శ్రీనివాస్...

సిరిసిల్ల, నేటిదాటి: తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజా పాలన చేపట్టి వెయ్యి రోజులు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా కేంద్రంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులతో విజయోత్సవ సందరాలు నిర్వహించారు. నేతన్న చౌక్ నుంచి అంబేద్కర్ చౌక్ మీదుగా గాంధీ చౌక్ వరకు కాంగ్రెస్ శ్రేణులు ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నేతన్న విగ్రహానికి, మహాత్మా జ్యోతిబావాజీ, సావిత్రిబాయి ఫూలే, రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్, మహాత్మా గాంధీ విగ్రహాలకు డీసీసీ అధ్యక్షుడు సంగీతం శ్రీనివాస్ పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం గాంధీ చౌక్ వద్ద పటాకులు పేల్చి, కేక్ కట్ చేసి విజయోత్సవాలు నిర్వహించారు.

▶సంక్షేమమే లక్ష్యంగా ప్రజాపాలన... ఈ సందర్భంగా సంగీతం శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ... కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన నాటి నుంచి ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలతో పాటు ఎన్నికల హామీల్లో లేని పలు సంక్షేమ కార్యక్రమాలను నైతం అమలు చేస్తోందన్నారు. పేదలు, బడుగు, బలహీన వర్గాలు, కార్మికులు, రైతుల సంక్షేమాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని ప్రజాపాలన కొనసాగుతోందని తెలిపారు. మహిళలకు ఆర్టీసీ బస్సుల్లో ఉచిత ప్రయాణం, గృహజ్యోతి ద్వారా 200 యూనిట్ల ఉచిత విద్యుత్, రైతులకు రూ. 2 లక్షల రుణమాఫీ, పంటలకు గిట్టబాటు ధర కల్పించి ప్రభుత్వమే కొనుగోలు చేయడం, ధాన్యం విక్రయించిన వెంటనే రైతుల ఖాతాల్లో నగదు జమ చేయడం వంటి కార్యక్రమాలను ప్రభుత్వం అమలు చేస్తోందన్నారు.

▶రేషన్ కార్డులు, సన్నబియ్యం పంపిణీ...గత ప్రభుత్వం రెండు వర్షాలూ అధికారంలో ఉన్నప్పటికీ అర్హుల కొత్త రేషన్ కార్డులు ఇవ్వలేదని విమర్శించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధ్యులైన కుటుంబాలకు నూతన రేషన్ కార్డులు జారీ చేయడంతో పాటు సన్నబియ్యం పంపిణీ చేస్తోందన్నారు. మహిళా సంఘాలకు రుణాలు అందిస్తూ పావలా వట్టి పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నామని చెప్పారు.

▶సిరిసిల్ల వస్త్ర పరిశ్రమకు అండ...రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలో వేములవాడ ధార్మిక క్షేత్ర అభివృద్ధితో పాటు సిరిసిల్ల వస్త్ర పరిశ్రమ అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందన్నారు. గత ప్రభుత్వం వస్త్ర పరిశ్రమకు రూ. 300 కోట్లకు పైగా బకాయిలు పెట్టగా, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వాటిని చెల్లించి కార్మికుల సంక్షేమానికి పలు పథకాలు అమలు చేస్తోందని తెలిపారు.

▶బీఆర్ఎస్ పై విమర్శలు....బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన పలు హామీలు అమలు చేయలేదని సంగీతం శ్రీనివాస్ విమర్శించారు. దళితబిడి ముఖ్యమంత్రిని చేస్తామని, దళిత కుటుంబాలకు మూడు ఎకరాల భూమి ఇస్తామని, నిరుద్యోగులకు భృతి, ప్రతి ఇంటికి ఉద్యోగం వంటి హామీలు అమలుకు నోచుకోలేదన్నారు. తెలంగాణ ఉద్యమకారులను గుర్తించే కార్యక్రమాన్ని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపడుతోందని తెలిపారు.గత ప్రభుత్వ హయాంలో డీఎస్సీ నిర్వహణ సక్రమంగా జరగలేదని, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం డీఎస్సీ నిర్వహించి ఉద్యోగ నియామకాలు చేపట్టిందన్నారు. రాష్ట్రంలో 142 సంక్షేమ కార్యక్రమాలతో ప్రజాపాలన కొనసాగుతోందని తెలిపారు.

▶బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లకు మద్దతు...బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ల ప్రతిపాదనకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మద్దతు ఇచ్చిందన్నారు. బీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ ప్రతిపాదించిన రిజర్వేషన్ బిల్లుకు వేములవాడ ఎమ్మెల్యే ఆది శ్రీనివాస్ తొలుత మద్దతు తెలిపారని పేర్కొన్నారు. ఉమ్మడి జిల్లాకు చెందిన మంత్రులు శ్రీధర్బాబు, లక్ష్మణకుమార్ సహకారంతో జిల్లాను మరింత అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు తీసుకెళ్తున్నామని తెలిపారు.బీఆర్ఎస్ పార్టీ తెలంగాణ పట్ల చేసిన తప్పులను ప్రజలు క్షమించరని, ఆ పార్టీ ఇక అధికారంలోకి వచ్చే పరిస్థితి లేదని అన్నారు. ప్రజా పాలనను విత్సనిస్తున్న తెలంగాణ ప్రజలు కాంగ్రెస్ పార్టీని ఆదరిస్తున్నారని తెలిపారు.కార్యక్రమంలో గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ నాగుల సత్యనారాయణ, పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు సూర దేవరాజు, మున్సిపల్ ఛైర్మన్ బీరేడ్ ఆదేవు చంద్రశేఖర్, కోస్లిగల్లు, వివిధ మండలాల అధ్యక్షులు, జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు, ప్రజాప్రతినిధులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ఇందిరా మహిళా డెయిరీ పనులకు వేగం పెంచాలి

▶మహిళలను ఆర్థికంగా బలోపేతం చేయడమే లక్ష్యం..
▶నిర్మాణ ప్రాంతాన్ని పరిశీలించిన ఎమ్మెల్యే రేపూరి ప్రకాశ్ రెడ్డి...

పరకాల, నేటిదాటి: డామెర మండల కేంద్రంలో నిర్వహిస్తున్న పరకాల ఇందిరా మహిళా డెయిరీ నిర్మాణ పనులను పరకాల ఎమ్మెల్యే రేపూరి ప్రకాశ్ రెడ్డి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా డెయిరీ నిర్మాణానికి సంబంధించిన ప్రణాళిక, స్థల పరిస్థితులు, రవాణా సౌకర్యం తదితర అంశాలను అధికారులతో కలిసి పరిశీలించి పలు



నూచనలు చేశారు. మహిళలను ఆర్థికంగా బలోపేతం చేసి, కేసీ మంది మహిళలను కోట్ల శ్వరలంగా తీర్చిదిద్దాలనే లక్ష్యంతో ముఖ్యమంత్రి రేపంకెరెడ్డి కృషి చేస్తున్నారని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు. మహిళలకు రైతులకు పాడి పరిశ్రమ ద్వారా అదనపు ఆదాయ మార్గాలను కల్పించాలనే ఉద్దేశంతో ఇందిరా మహిళా డెయిరీని అభివృద్ధి చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. డెయిరీ నిర్మాణ పనులు నిర్ణీత ప్రణాళిక ప్రకారం కొనసాగాలని ఎమ్మెల్యే అధికారులను ఆదేశించారు. నిర్మాణంలో నాణ్యతా ప్రమాణాలను తప్పనిసరిగా పాటిస్తూ, పనులను వేగవంతంగా పూర్తి చేసేలా సంబంధిత శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు. డెయిరీ అందుబాటులోకి వచ్చే పాడి రైతులకు మరింత ప్రయోజనం చేకూరడంతో పాటు మహిళలకు ఉ పాడి, ఆదాయ అవకాశాలు పెరుగుతాయని ఎమ్మెల్యే రేపూరి ప్రకాశ్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

అక్రమంగా తరలిస్తున్న 57 పశువులు పట్టివేత

▶5 మహేంద్రా క్యాంపర్లు, 6 మొబైల్ ఫోస్లు స్వాధీనం.. 11 మంది అదుపులో...

మంచిర్యాల, నేటిదాటి: అక్రమంగా పశువులను తరలిస్తున్న మూఠాపై రామగుండం పోలీస్ కమిషనరేట్ టాన్సెఫోర్స్/నార్సేటిక్ టీమ్ సత్తాకర నిఘా ఏర్పాటు చేసి దాడులు చేసి, నలుగురు సహాయకుల కలిపి ఏడుగురిని అదుపులోకి తీసుకుని, మూడు వాహనాలు, నాలుగు మొబైల్ ఫోస్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. అదుపులోకి తీసుకున్న వారిలో చిల్కొడూర్ కు చెందిన నక్క రాజ్ కుమార్ (26), షేక్ అహ్మద్ (36), సుంకె కుమార్ (37) డ్రైవర్లుగా, షేక్ షఫీ (28), షేక్ షాహీద్ (21), ఒరంగంటి రాజ్ కుమార్ (26), తాండ్ర శ్రీనివాస్ (39) సహాయకులుగా ఉన్నారు.



మొత్తం 57 పశువులను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఈ ఘటనలకు సంబంధించి 11 మందిని అదుపులోకి తీసుకోగా, 5 మహేంద్రా క్యాంపర్ వాహనాలు, 6 మొబైల్ ఫోస్లు స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

▶మందమరి టోల్ ప్లాజా వద్ద 30 పశువులు..కౌటూల నుంచి జగిత్యాల జిల్లా రాజారాంపల్లి మార్కెట్ కు పశువులను అక్రమంగా తరలిస్తున్నారన్న సమాచారంతో మందమరి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని టోల్ ప్లాజా వద్ద టాన్సెఫోర్స్/నార్సేటిక్ టీమ్ సిబ్బంది తనిఖీలు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా పశువులతో వెళ్తున్న మూడు మహేంద్రా క్యాంపర్ వాహనాలను అడ్డుకుని తనిఖీ చేయగా 13 ఆవులు, 17 దూడలు కలిపి 30 పశువులు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ముగ్గురు డ్రైవర్లు, నలుగురు సహాయకుల కలిపి ఏడుగురిని అదుపులోకి తీసుకుని, మూడు వాహనాలు, నాలుగు మొబైల్ ఫోస్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. అదుపులోకి తీసుకున్న వారిలో చిల్కొడూర్ కు చెందిన నక్క రాజ్ కుమార్ (26), షేక్ అహ్మద్ (36), సుంకె కుమార్ (37) డ్రైవర్లుగా, షేక్ షఫీ (28), షేక్ షాహీద్ (21), ఒరంగంటి రాజ్ కుమార్ (26), తాండ్ర శ్రీనివాస్ (39) సహాయకులుగా ఉన్నారు.

▶తాళ్లగురిజాలలో 27 పశువులు..బెజ్జూర్ గ్రామం నుంచి జగిత్యాల జిల్లా రాజారాంపల్లి మార్కెట్ కు పశువులను తరలిస్తున్నారన్న సమాచారంతో తాళ్లగురిజాల పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని తాళ్లగురిజాల గ్రామంలో టాన్సెఫోర్స్ బృందం దాడి నిర్వహించింది. ఈ సందర్భంగా రెండు మహేంద్రా క్యాంపర్ వాహనాలను తనిఖీ చేయగా 20 ఆవులు, 7 దూడలు కలిపి 27 పశువులు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ఇద్దరు డ్రైవర్లు, ఇద్దరు సహాయకులను అదుపులోకి తీసుకుని, రెండు వాహనాలు, రెండు మొబైల్ ఫోస్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. అదుపులోకి తీసుకున్న వారిలో చిల్కొడూర్ కు చెందిన ఎక్కి అయ్యాబీ (30), ఎన్ కే ఇర్వాన్ (30) డ్రైవర్లుగా, సయ్యద్ ఇర్వాన్ (35), సయ్యద్ ఫర్మాన్ (30) సహాయకులుగా ఉన్నారు.

▶కేసులు నమోదు...రెండు ఘటనల్లో పట్టుబడిన మొత్తం 11 మందిపై సంబంధిత పోలీస్ స్టేషన్లలో కేసులు నమోదు చేశారు. నిందితులు, స్వాధీనం చేసుకున్న వాహనాలు, మొబైల్ ఫోస్లు, పశువులను తదుపరి చట్టపరమైన చర్యల కోసం సంబంధిత పోలీస్ స్టేషన్ల ఎస్సాఫ్-సీలకు అప్పగించినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

విధ్వంసానికి చిరునామా.. రేవంత్ రెడ్డి వెయ్యి రోజుల పాలన

▶వచ్చేది మన ప్రభుత్వమే.. అన్ని సంక్షేమ పథకాలను పునరుద్ధరిస్తాం: ఎమ్మెల్యే గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి..
▶నిరుపేదల సొంతింటి కలను సాకారం చేసిన మహోన్నత వ్యక్తి కేసీఆర్..
▶నోటీసుల పేరుతో డబుల్ బెడ్రూం లబ్ధిదారులకు సరకయౌతన..
▶కొల్లూరు డబుల్ బెడ్రూం సముదాయంలో బీఆర్ఎస్ నిరసన గళం...

పాటన్ చేరు, నేటిదాటి: ప్రజలు నమ్మి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి అధికారం అప్పగిస్తే... పేద, మధ్యతరగతి ప్రజల సంక్షేమ పథకాలకు తూట్లు పొదుస్తూ విధ్వంస పాలన కొనసాగిస్తోందని వ టూన్ చెర్రు ఎమ్మెల్యే గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి విమర్శించారు. ముఖ్యంగా పేదల సొంతింటి కలను సాకారం చేసిన డబుల్ బెడ్రూం ఇళ్ల లబ్ధిదారులను నోటీసుల పేరుతో వేధించడం దారుణమన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ 420 మోసాలపై బీఆర్ఎస్ చేపట్టిన పోరుబాటలో భాగంగా శుక్రవారం తెల్లాపుర డివిజన్ పరిధిలోని కొల్లూరు కేసీఆర్ నగర్ డబుల్ బెడ్రూం షేజ్-2లో తాగునీరు, విద్యుత్, బస్ దవాఖానా తదితర సమస్యలపై నిరసన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై మాట్లాడారు. పటాన్ చేరు గురిచేయడం సరికాదని ఎమ్మెల్యే హెచ్చరించారు. పేద ప్రజలను అక్రమ కేసులతో ఇబ్బందులకు గురిచేస్తే కబర్డార్ అంటూ హెచ్చరించారు. ఎవరూ భయపడవద్దని, అవసరమైన సమయంలో ప్రజలకు అండగా ఉంటానని, అర్ధరాత్రి ఫోన్ చేసినా అందుబాటులో ఉండే కుటుంబ సభ్యుడిగా తనను భావించాలని భరోసా ఇచ్చారు.



▶నీటి బిల్లుల మాఫీకి కృషి...కొల్లూరు కేసీఆర్ నగర్ డబుల్ బెడ్రూం సముదాయంలో నెలకొన్న తాగునీటి సమస్యతో పాటు నీటి బిల్లుల సమస్య పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని ఎమ్మెల్యే హామీ ఇచ్చారు. నీటి బిల్లుల మాఫీ కోసం చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. కాలనీలో అవసరమైన కొత్త డ్రైనేజీ వ్యవస్థ, ఎన్టీసీ పనులలో సాగునీరు సరఫరా చేయడం, సంబంధించిన ప్రణాళికలను పునరుద్ధరించి మెరుగైన మౌలిక వసతులు కల్పిస్తామన్నారు. అతి త్వరలో అన్ని శాఖల అధికారులతో కలిసి ప్రతి బ్లాక్లో పర్యటించి సమస్యలను అక్కడిక్కడే పరిష్కరించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. రాలోయేటి బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వమేనని, అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే నిలిపివేసిన అన్ని సంక్షేమ పథకాలను పునరుద్ధరించి ప్రజలకు అండగా నిలుస్తామని చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. కాలనీలో అవసరమైన కొత్త డ్రైనేజీ వ్యవస్థ, ఎన్టీసీ పనులలో సాగునీరు సరఫరా చేయడం, సంబంధించిన ప్రణాళికలను పునరుద్ధరించి మెరుగైన మౌలిక వసతులు కల్పిస్తామన్నారు. అతి త్వరలో అన్ని శాఖల అధికారులతో కలిసి ప్రతి బ్లాక్లో పర్యటించి సమస్యలను అక్కడిక్కడే పరిష్కరించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. రాలోయేటి బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వమేనని, అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే నిలిపివేసిన అన్ని సంక్షేమ పథకాలను పునరుద్ధరించి ప్రజలకు అండగా నిలుస్తామని

గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి అన్నారు. నిరుపేదల సొంతింటి కలను సాకారం చేసిన కేసీఆర్ రుణం తీర్చుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందని, అవసరమైన సమయంలో తమ శక్తిని చూపించాలని ప్రజలను కోరారు. పేదల సంక్షేమాన్ని విస్తరించి ప్రజలను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తే బీఆర్ఎస్ చూస్తూ ఉరుకోదని, ప్రజల పక్షాన నిరంతరం పోరాటం కొనసాగిస్తామని స్పష్టం చేశారు. ఎలాంటి సమస్యలు ఎదురైనా తన దృష్టికి తీసుకురావాలని, అర్ధరాత్రి ఫోన్ చేసినా అందుబాటులో ఉంటానని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా తన వ్యక్తిగత ఫోన్ నంబర్లను నైతం ప్రజలకు అందించాడు. కార్యక్రమంలో స్థానికల ఫోరం మాజీ అధ్యక్షుడు సోమరెడ్డి, మాజీ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ రామలక్ష్మి గౌడ్, దేవేందర్, ఉషమ్, బుచ్చి రెడ్డి స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

సబ్బండ వర్గాల వీడర్ కొల్వ కృష్ణ స్వామి నీలం మధు ముదిరాజ్



▶ఆ వీరుడు గొప్ప స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు, పాత్రికేయుడు, రచయిత, విద్యావేత్త బహుముఖ ప్రజ్ఞాశీలి..

పాటన్ చేరు, నేటిదాటి: ఆ మహనీయుడి కృషితోనే హైదరాబాద్ మాస్టర్ ప్లాన్.. ఆయన ఆశయాలను ముందుకు తీసుకెళ్లం.. కలిసికట్టుగా ముందుకు కదిలి బలపడదాం: నీలం మధు ముదిరాజ్.. చిట్టూల్లో ఘనంగా కృష్ణస్వామి జయంతి వేడుకలు.. శుక్రవారం కొరవి కృష్ణస్వామి ముదిరాజ్ జయంతి పురస్కరించుకొని చిట్టూల్లోని ఎన్ఎంఆర్ క్యాంపు కార్యాలయంలో ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి ఘన నివాళులర్పించిన నీలం మధు. హైదరాబాద్ నగర మేయర్ గా పని చేసి ఆయన యందుచూపుతో చేసిన సగర్ మాస్టర్ ప్లాన్ చిరస్మాయిగా నిలిచిపోయింది అని మెడన్ పార్లమెంట్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ నీలం మధు ముదిరాజ్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బదుగుల మధుబ్ధిర్ మహానేత కాక కృష్ణస్వామి అని, ఆయన ఒక గొప్ప స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు, రచయిత, పాత్రికేయుడు, విద్యావేత్త, బహుముఖ ప్రజ్ఞాశీలి అని ఆయన బహుజనుల పక్షాన ఉండి వారి అభివృద్ధికి ఎంతో కృషి చేశాడన్నారు. ఆ మహానేత ఆశయాలను ఆయన స్ఫూర్తితో మనమంతా కలిసి ముందుకు తీసుకెళ్లం అని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు..

తెలంగాణ రాజున్ హుడ్ పండగ సాయన్న : నీలం మధు ముదిరాజ్.

▶నాగర్ కర్నూల్ లో పండుగ సాయన్న విగ్రహ ఏర్పాటుకు ఐదు లక్షల విరాళం ప్రకటించిన నీలం..

పాటన్ చేరు, నేటిదాటి: చిట్టూల్ క్యాంపు కార్యాలయంలో చెక్కని అందజేత.. తెలంగాణ రాష్ట్ర రాబిన్ హుడ్, పేద ప్రజల ఆకలి తీర్చిన మహాసభాపుడు పండగ సాయన్న అని మెడన్ పార్లమెంట్ కాంగ్రెస్ ఇంచార్జ్ నీలం మధు ముదిరాజ్ అన్నారు..



శుక్రవారం నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కేంద్రం నుంచి విచ్చేసిన నాయకులు, నాగర్ కర్నూల్ పట్టణంలో పండగ సాయన్న విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయాలనే ముదిరాజ్ సమాజం చిరకాల కోరికను ఆయన దృష్టికి తీసుకురాగా వెంటనే స్పందించిన ఆయన 5,00,000/- (ఐదు లక్షల) విరాళం ప్రకటించి ఈ రోజు రెండు లక్షల రూపాయల విలువచేసే చెక్కును నిర్వాహకులకు అందజేశారు.. ఈ సందర్భంగా నీలం మాట్లాడుతూ పండుగ సాయన్న ఆశయాల, పోరాట స్ఫూర్తిని ముందుకు తీసుకెళ్లేందుకు అందరూ కృషి చేశానని ఆయన పేర్కొన్నారు. అలాగే, ముదిరాజ్ సమాజం చిరకాలంగా కోరుతున్న బీసీ-ఎ పథికరణ సాధన కోసం అందరినీ ఒక్కరిగా కృషి చేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ముదిరాజ్ సమాజం న్యాయమైన డిమాండ్ల సాధనకు తన పూర్తి సహకారం ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని నీలం మధు ముదిరాజ్ హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రొఫెసర్ మల్లికార్జున్, సుంకెటోయిన మహమ్మద్, వాకిలి అజనీయులు, ధనంజయ్, తిరుపతయ్య, బాబు, సర్పయ్య, నిరంజన్, సరసింహ, లక్ష్మయ్య, రుద్రయ్య, శంకర్, చెనకేశువులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు..

104 ఉద్యోగులను ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించాలి



▶ఎమ్మెల్యే డా. చిన్నమైల్ అంజిరెడ్డి...

పాటన్ చేరు, నేటిదాటి: 104 ఉద్యోగులను ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించాలని ఎమ్మెల్యే డా. చిన్నమైల్ అంజిరెడ్డి డిమాండ్ చేశారు. ఇవాళ ?సంగారెడ్డి జిల్లా రామచంద్రపురంలోని నివాసంలో 104 ఉద్యోగుల సంఘం ప్రతినిధులు మార్గదర్శకంగా కలిసి వారి సమస్యలపై వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. గత 18 ఏళ్లుగా వైద్య ఆరోగ్య శాఖలో క్షేత్రస్థాయిలో నిష్పాత్రంగా సేవలు అందిస్తున్న 300 మంది 104 ఉద్యోగులను తక్షణమే ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించాలని వారు కోరారు. డిఎంఈ (డైరెక్టరేట్ ఆఫ్ మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్) పరిధిలో ఫార్మసిస్టులు, ల్యాబ్ టెక్నిషియన్లుగా సేవలందిస్తున్న వీరిని... నిబంధనల ప్రకారం జిల్లా సెలక్షన్ కమిటీ (జాబ్) ద్వారా ఎంపిక చేసినప్పటికీ, నేటికీ బెటింగ్లోని విధానంలోనే వేతనాలు అందుతుండటం బాధాకరమన్నారు. ఏళ్ల తరబడి సేవలందిస్తున్నప్పటికీ ఉద్యోగ భద్రత, కనీస వేతనాలు అందక ఇబ్బంది పడుతున్నారని తెలిపారు. అర్హత ఉండి, ప్రభుత్వ ప్రక్రియ ద్వారా ఎంపికైన ఉద్యోగులను బెటింగ్లోనితో కొనసాగించడం సరికాదన్నారు. ఉద్యోగుల న్యాయపరమైన డిమాండ్లపై సానుకూలంగా స్పందిస్తూ, వారి సమస్యలను రాలోయే తానవమండలి సమావేశాల్లో ప్రస్తావించమన్నట్లు హామీ ఇచ్చారు. ఈ అంశాన్ని ముఖ్యమంత్రి, రాష్ట్ర వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ మంత్రుల దృష్టికి నేరుగా తీసుకువెళ్లి, ఉద్యోగులందరికీ శాశ్వత ప్రాతిపదికన న్యాయం జరిగేలా ప్రభుత్వ స్థాయిలో పూర్తి కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘం నాయకుల కిరణ్ కుమార్, కల్పన, శివరాజ్, వివేంద్, సంతోష్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రోడ్డును అక్రమిస్తే ఊరుకునేది లేదు



▶ఎమ్మెల్యే డా. చిన్నమైల్ అంజిరెడ్డి...

పాటన్ చేరు, నేటిదాటి: సంగారెడ్డి జిల్లా బీహేచ్ఈఎల్ పరిధిలోని మాక్స్ సౌసైటీ రోడ్డు ఆక్రమణ వివాదంపై ఎమ్మెల్యే డా. చిన్నమైల్ అంజిరెడ్డి తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. 1999 సంవత్సరంలో బీహేచ్ఈఎల్ రెవెన్యూ ఉద్యోగులు ఏపీఐఐసీ నుంచి కొనుగోలు చేసిన ఇండ్ల స్థలాలకు సంబంధించి హెచ్ఎండిఎ అనుమతితో ప్రత్యేకంగా 60 అడుగుల రోడ్డును కేటాయించారు. అయితే, దశాబ్దాల పాటు సజావుగా ఉన్న ఈ మార్గంలో దాదాపు 30 ఏళ్ల తర్వాత బీహేచ్ఈఎల్ అధికారులు ఆకస్మాత్తుగా రోడ్డు మధ్యలో ఫెన్సింగ్ చేయడంతో స్థానికులకు రాకపోకల బీప్ర ఇబ్బందులు తలెత్తాయి. ఈ సమస్యను స్థానిక ప్రజలు ఎమ్మెల్యే అంజిరెడ్డి దృష్టికి తీసుకురావడంతో, ఆయన వెంటనే స్పందించి ఘటనా స్థలాన్ని పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా జీహెచ్ఎంసీ డీసీ ప్రదీప్ కుమార్తో ఫోన్ లో మాట్లాడి పరిస్థితిని సమీక్షించారు. ప్రజల రాకపోకలకు కేటాయించిన రహదారిని ఆక్రమించడం చట్టవిరుద్ధమని, ఇటువంటి చర్యలను ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ సహించేది లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. తక్షణమే రోడ్డు స్థలాన్ని స్వాధీనం చేసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అలాగే, రోడ్డు ఆక్రమణకు పాల్పడిన అధికారులపై వెంటనే పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేయాలని స్థానికులకు సూచించారు.

కృష్ణస్వామి ముదిరాజ్ సేవలు స్ఫూర్తిదాయకం



డుగ్గండి, నేటిదాటి: కొన్ని కృష్ణస్వామి ముదిరాజ్ 133వ జయంతి సందర్భంగా శుక్రవారం డుగ్గండి మండలం గిర్మిబావి సెంటర్లో ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. తెలంగాణ ముదిరాజ్ మహాసభ ఎన్నార్లె సెల్ రాష్ట్ర కన్వీనర్ శాసనోపయ రాజ్ కుమార్ ముదిరాజ్, వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షుడు పొన్నం మొగిలి ముదిరాజ్ ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ.. కృష్ణస్వామి ముదిరాజ్ విద్య, ఐక్యత, తత్వగౌరవం, సామాజిక ప్రైవేషం, ప్రజాసేవకు జీవితాన్ని అంకితం చేశారని కొనియాడారు. 1922లో ముదిరాజ్ సంఘాన్ని ఏర్పాటు చేసి సమాజాన్ని సంఘటింప చేసినందులో కీలక పాత్ర పోషించారని తెలిపారు. ఆయన ఆశయాలను నేటితరం కొనసాగించడమే నిజమైన నివాళి అన్నారు. కార్యక్రమంలో తెలంగాణ ముదిరాజ్ మహాసభ మండల అధ్యక్షుడు పల్లె రమేష్ ముదిరాజ్, డుగ్గండి మండల ఉపాధ్యక్షుడు ఓరంగంటి తిరుపతి, కోశాధికారి సారా రామలు ముదిరాజ్, పల్లె శ్యామ్ ముదిరాజ్, డుగ్గండి గ్రామ ఉపసర్పంచ్ పొన్నం వంశీ ముదిరాజ్, రేకుపల్లి గ్రామ ఉపసర్పంచ్ తోగ్రామ, మాజీ ఉపసర్పంచ్ తుమ్మలపల్లి మహేందర్ ముదిరాజ్, తొలి విజయ రవి ముదిరాజ్, వార్డు మెంబర్, మండల యువజన నాయకుడు జబితోయిన రాజు ముదిరాజ్, జీడికల్ మత్స్య పరిపాలిత సహకార సంఘం అధ్యక్షుడు గొర్రె రమేష్ ముదిరాజ్, మత్స్య సహకార సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి దండం రమేష్ ముదిరాజ్, గొర్రె రఘు ముదిరాజ్, గిర్మిబావి సహకార సంఘ కార్యదర్శి గొర్రె శ్రీను ముదిరాజ్, గొర్రె రాంబాబు ముదిరాజ్, తుమ్మలపల్లి రాజు ముదిరాజ్, గిర్మిబావి కుల పెద్దమనిషి గొర్రె సమ్మన్న ముదిరాజ్, మహిళా నాయకులు బొమ్మెరటోయిన యాదవ్వు, శాసనోపయ సరోజన, జగదాంబ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతు హామీలను కాంగ్రెస్ విస్తరించింది



▶బీజేపీ రాష్ట్ర నాయకుడు గురిజాల శ్రీరామ్ రెడ్డి...

పరకాల, నేటిదాటి: రైతులకు ఇచ్చిన హామీలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అమలు చేయడం లేదని బీజేపీ రాష్ట్ర నాయకుడు గురిజాల శ్రీరామ్ రెడ్డి విమర్శించారు. దావెరలో నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. రూ. 2 లక్షల రుణమాఫీ, రైతుభరోసా, సన్న వడ్డ లోననే హామీలను ప్రభుత్వం పూర్తిస్థాయిలో అమలు చేయలేదని ఆరోపించారు. అధ్యులైన ప్రతి రైతుకు ఎలాంటి అంక్షలు లేకుండా రుణమాఫీ అందించాలని డిమాండ్ చేశారు. రైతులకు గిట్టబాటు ధర, బోనస్, ప్రభుత్వ రాయితీలు సకాలంలో అందించాలని కోరారు. రైతుల సమస్యలపై బీజేపీ నిరంతరం పోరాడుతుందని శ్రీరామ్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రభోద్ సేవా సమితి ప్రతినిధులు, గ్రామ

ఆరోగ్యం కోసం స్త్రీలు ఈ 4 పనులు తప్పక చేయాలి

నెలరోజుల్లోనే తేడా కనిపిస్తుంది!



డెస్సినేటిడాట్రి: మహిళలు ఉదయం లేచిన నుంచి రాత్రి పడుకొనే వరకు ఇంటాబయట పనులతో పుల్ బిజీగా ఉంటారు. నిమిషం తీరిక లేకుండా పనుల్లో నిమగ్నమైపోతారు. అయితే గృహ బాధ్యతల కారణంగా మహిళలు తరచుగా తమ ఆరోగ్యాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తారు. కానీ ఏ వయస్సులోనైనా, వారి జీవనశైలిని కొద్దిగా మార్చడం ద్వారా, వారు తమ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు, వ్యాధులను నివారించవచ్చు పుష్కల ప్రక్రియను నెమరుదిస్తుంది. కాబట్టి మహిళలు గుర్తుంచుకోవడం ద్వారా తమ ఆరోగ్యాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోగల ప్రాథమిక విషయాల గురించి ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.

శారీరక శ్రమ: క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేసే స్త్రీలకు మెరుగైన రక్తపోటు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు ఉంటాయి. గుండె జబ్బులు, మధుమేహం , బీజీ వంటి వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. మహిళలు మెనోపాజ్ తకు చేరుకోవడం , శారీరకంగా చురుకుగా ఉండటం వలన, వారు అనేక సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి ప్రతి వారానికి 4-5 రోజులు 30-60 నిమిషాల పాటు వ్యాయామం చేయాలి.

చక్కగా నిద్రపోండి: ఆధునిక జీవనశైలి కారణంగా చాలా మంది మహిళలకు రాత్రిపూట నిద్రపోవడం కష్టంగా మారుతోంది. అయితే మీ ఇతర బాధ్యతల మాదిరిగానే నిద్రకు కూడా ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి తగినంత నిద్ర పొందడం వలన మీరు ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి , మీ శరీరాన్ని శక్తివంతంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. శారీరక పరీక్ష : ఏటా మీ ఆరోగ్యాన్ని పరీక్షించుకోవాలని నిర్ధారించుకోండి, ఇది మీకు ఏదైనా తీవ్రమైన అనారోగ్యం వచ్చే ప్రమాదం నుంచి వెంటనే బయటపడేలా చేస్తుంది. అటువంటి పరీక్షల్లో, వైద్యులు అధిక రక్తపోటు , అధిక స్థాయి అనారోగ్య కొలెస్ట్రాల్ వంటి ప్రాథమిక విషయాలను తనిఖీ చేస్తారు.

ఆహారంపై శ్రద్ధ వహించండి: మీరు తినే దానిపై శ్రద్ధ వహించండి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అంటే రుచి లేని ఆహారం కాదు. బదలుగా, ఇది ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు , కార్బోహైడ్రేట్ తో కూడిన భోజనం తినాలి . మీరు దీనికి రకరకాల కూరగాయలు , పండ్లను జోడించవచ్చు.

చలికాలంలో జలుబు, దగ్గు వేధిస్తోందా?

- “ఉసిరి టీ” తాగితే మంచిదట! - పైగా ఈ ప్రయోజనాలు కూడా! ఆయుర్వేదంలో ఉసిరి వినియోగం అధికం
- ఇండియన్ గూస్ బెర్రీతో బోలెడు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

హైదరాబాద్, నేటిదాట్రి: చలికాలంలో ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించాల్సిన అవసరం ఉంటుంది. ఈ సీజన్ లో శరీరం నిస్తేజంగా మారడమే కాదు.. వ్యాధి నిరోధకశక్తి తగ్గుతుంది. వైరస్ లు, బ్యాక్టీరియా వేగంగా శరీరంలోకి చేరి.. జలుబు, దగ్గు, జ్వరాలు ఇబ్బందిపెడుతుంటాయి. ఇలాంటి సమయంలో ఇమ్యూనిటీ పెంచే ఆహారాలు తీసుకోవాలి. తద్వారా ఎలాంటి రోగాలతో అయినా పోరాడే సామర్థ్యం లభిస్తుంది. అలా ఇమ్మ్యూనిటీ అందించే ఫుడ్స్ లో ఉసిరితో తయారయ్యే టీ కూడా ఒకటి. మరి దీని వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు, ఎలా తయారు చేసుకోవాలో ఈ స్టోరీలో తెలుసుకుందాం..

ఉసిరి టీ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు: రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది: ఉసిరిలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని బలపరుస్తుంది.. ఫలితంగా శరీరం బాక్టీరియా, వైరస్ లతో సమర్థవంతంగా పోరాడగలుగుతుంది ప్రముఖ న్యూట్రిషనిస్ట్ శుభాంగి తమ్మిస్వారీ అంటున్నారు. ఇందులోని యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ గుణాలు జలుబు వల్ల కలిగే గొంతు నొప్పి, వాపు వంటి లక్షణాలను తగ్గిస్తాయని అంటున్నారు.

జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది : ఉసిరి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణక్రియ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంటుంటున్నారు. ముఖ్యంగా మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుందని చెబుతున్నారు. అంతేకాదు.. ఉసిరి.. జీర్ణ రసాల ప్రావాన్సి ప్రేరేపించి పోషకాల శోషణను మెరుగుపరుస్తుందని.. ఫలితంగా అజీర్ణం, ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు తగ్గిపోతాయంటున్నారు.

కళ్ళ ఆరోగ్యానికి మంచిది: ఉసిరి కళ్ళ ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిదని అంటున్నారు. ఇది కంటి చూపును మెరుగుపరుస్తుంది, గ్లూకోమా వంటి కంటి సమస్యలను నివారిస్తుందని అంటున్నారు. అలాగే ఉసిరిలోని యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ గుణాలు కంటి వాపును తగ్గించి.. కంటి ఎరుపు, దురద వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు.

రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది: ఉసిరిలో యాంటీ-డయాబెటిక్ లక్షణాలు అధిక పరిమాణంలో ఉంటాయని.. రెగ్యులర్ గా తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు తగ్గుతాయని అంటున్నారు. 2020లో జర్నల్? ఆఫ్ ఆయుర్వేద అండ్ ఇంటిగ్రేటివ్ మెడిసిన్ లో ప్రచురితమైన అధ్యయనం ప్రకారం.. ఆమ్ల సారం గ్లూకోజ్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుందని, ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరుస్తుందని కనుగొన్నారు.

కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తుంది: ఉసిరిలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇతర పోషకాలు చెరు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరిగేలా చేస్తుందని అంటున్నారు. తద్వారా గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదాన్ని తగ్గుతుందని అంటున్నారు.



మీ జట్టుకు రక్షణ ఈ పాదులే!

ఆయుర్వేదంలో జట్టును సంరక్షించుకోవటానికి అనేక పద్ధతులు ఉన్నాయి. వీటిలో హయిర్ మాస్ట్రులను తయారుచేసుకోవటం ఒక ప్రధానమైన అంశం. ఈ హయిర్ మాస్ట్రును ఎలా తయారుచేసుకోవాలో చూద్దాం..

తయారీ విధానం మన జట్టును సంరక్షించే అనేక రకాల పాదపద్మ మనకు అందుబాటులో ఉ న్నాయి. వీటిని ఒక గిన్నెలోకి తీసుకొని.. వాటిని నీటితో కానీ.. పెరుగుతో కానీ.. కొబ్బరినూనెతో కానీ కలపాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని జట్టుకు వట్టించి 30 నిమిషాలు వదిలేయాలి. ఆ తర్వాత పాంపుతో జట్టును కడగాలి. ఇప్పుడు ఆ పాదపద్మ ఏమిటో చూద్దాం..

భృంగరాజు పొడి భృంగరాజును మూలికతో రారాజుగా పిలుస్తారు. ఇది జట్టును బలంగా చేస్తుంది. జట్టు ఊడిపోకుండా కాపాడుతుంది. కొందరిలో జట్టు తెల్లపడకుండా అడ్డుకుంటుంది.

ఉసిరి పొడి ఉసిరి పొడిలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది జట్టు నిగనిగలాడేలా చేస్తుంది. జట్టు బలంగా పెరగటానికి ఉపకరిస్తుంది.

వేప పొడి కొందరికి మాడుపై బాక్టీరియా చేసి రకరకాల సమస్యలు ఏర్పడుతూ ఉంటాయి. దురద పెడుతూ ఉంటుంది. ఈ సమస్యలకు వేప పొడి మంచి పరిష్కారమని చెప్పాలి.

మందార పొడి మందారంలో విటమిన్, అమినో యాసిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ఉంటాయి. ఇది జట్టు ఊడిపోకుండా రక్షిస్తూ ఉంటాయి.

మెంతి పొడి మెంతి పొడిలో ప్రోటీన్, నికోటిన్ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి జట్టు ఊడిపోకుండా రక్షణ కవచంలా పనిచేస్తాయి. మెంతి పొడిని పెరుగుతో కలిపి రాస్తే అనేక ప్రయోజనాలు ఉంటాయి.

కుంకుడు పొడి జట్టులో ఉండే దుమ్మును తొలగించటంలో కుంకుడు పొడి ప్రధానమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. దీని వల్ల జట్టులో సహజంగా ఉండే నూనెలను ఎటువంటి ప్రమాదం ఉండదు. షికాకాయ పొడి కూడా జట్టు ఆరోగ్యంగా పెరగటానికి ఉపకరిస్తుంది.



శ్రీ రాడికల్స్ నష్టం తగ్గుతుంది : ఉసిరిలోని విటమిన్ సి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్ గా పనిచేస్తుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అలాగే ఈ పండులో పాలిఫెనాల్స్, టానిన్, ఫ్లేవనాయిడ్లు ఉంటాయని.. ఇవన్నీ శరీరాన్ని ఆక్సిడెటివ్ డ్రైస్, శ్రీ రాడికల్ డ్యామేజ్ నుంచి రక్షించడంలో చాలా బాగా సహాయపడతాయంటున్నారు.

జుట్టు, చర్మ ఆరోగ్యానికి మేలు : ఉసిరిలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు జుట్టు, చర్మ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయంటున్నా నిపుణులు. ముఖ్యంగా వెంట్రుకల కుదుళ్లు బలంగా మారి జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గిస్తుందంటున్నారు. అలాగే, ఉసిరి యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు స్పైన్ ఇండిషన్, మోటిమలను తగ్గిస్తాయని.. పుష్కల ఛాయలను దూరం చేస్తాయంటున్నారు.

క్యాన్సర్ ను నిరోధించడం: ఉసిరిలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇతర పోషకాలు కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లను నిరోధించడంలో సహాయపడతాయని అంటున్నారు. ఇదే విషయాన్ని %పీ×ఎ% సభ్యుల బృందం కూడా స్పష్టం చేసింది.(రిపోర్ట్ కోసం ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి). ఉసిరి టీ ఎలా తయారు చేయాలంటే: గిన్నెలోకి ఓ గ్లాస్ నీళ్లు పోసి చెంచా ఎండబెట్టిన ఉ సిరి పొడి, కొద్దిగా అల్లం తరుగు, రెండు తులసి ఆకులు, చిలికెడు వేయించిన జీలకర్రపొడిని వేసి బాగా మరగబెట్టాలి. గోరువెన్నుగా ఉన్నప్పుడు తేనె, నిమ్మరసం చేర్చి తాగితే సరి. లేదంటే తాజా ఉసిరికాయను తురిచు మిక్సీలో పేస్తూలా చేసుకోవాలి. దాన్ని నీళ్లలో మరిగించి కూడా టీ రూపంలో తీసుకోవచ్చు.

NOTE : ఇక్కడ మీకు అందించిన ఆరోగ్య సమాచారం, సూచనలు అన్నీ మీ అవగాహన కోసం మాత్రమే. కాస్త పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు, పరీక్ష, ఆరోగ్య నిపుణుల సూచనల ప్రకారమే మేము ఈ సమాచారాన్ని అందిస్తున్నాం. కానీ, వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలు తీసుకోవడమే మంచిది.



బగిసడలిన అందాలకు అద్భుతమైన వ్యాయామాలు

అందానికి మగవలు ఇచ్చే ప్రాధాన్యం అంతాఇంతా కాదు. వివాహం జరిగి పిల్లలు పుట్టక వారలోని బిగుపు కొంత నడలుతుంది. దీంతో వారలో అందోళన మొదలవుతుంది. వక్షోజాలు వదలు కావడాన్ని చాలామంది జీర్ణించుకోలేరు. అయితే, ఇందుకు బోల్షన్ కారణాలు కూడా ఉండొచ్చు. అంటే జీవనశైలి, జెనెటిక్స్, ఆరోగ్యంపైనా ఇది ఆధారపడి ఉంటుంది. ఇలాంటి వారికి 20 ఏళ్ల వయసులోనే వక్షోజాల బిగుత నడలిపోయి సమస్యలు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంది. అయితే, ఈ మాత్రానికే కుంగిపోవాల్సిన అవసరం లేదు. బిన్నుచిన్న వ్యాయామాల ద్వారా వదులిన వక్షోజాలను బిగుతుగా చేసుకోవచ్చు. పూర్వ స్థితికి తీసుకురావచ్చుంటున్నారని నిపుణులు. అవేంటో ఇప్పుడు చూద్దాం.

వైట్ టు క్లోజ్ పుషప్ ఈ వ్యాయామం కోసం తొలుత పుషప్ పొజిషన్ తీసుకోవాలి. చేతులు సరిగ్గా మీ భుజాల కింద కాస్త ఎడంగా ఉండాలి. ఆ తర్వాత వ్యాయామం ప్రారంభించాలి. ఈ క్రమంలో వక్షోజాలు నేలకు తగిలేలా పుషప్ చేయాలి. ఆ తర్వాత మళ్ళీ పైకి లేవాలి. ఇలా కిందికిపైకి 15 రెప్స్ తో 3 సెట్లు పూర్తిచేయాలి.

డంబెల్ బెంచ్ పైస్ ఈ వ్యాయామంలో వెనక ఓ ఏటవాలు బెంచ్ లాంటిది ఉండాలి. దానికి ఆనుకుని రెండు చేతుల్లో రెండు డంబెల్స్ పట్టుకోవాలి. అరచేతులు పాదాలకు ఎదురుగా ఉండాలి. ఇప్పుడు కాళ్లను గాల్లోంచి నేలపైకి నెమ్మదిగా తీసుకొచ్చి ఊపిరి తీసుకోవాలి. ఇప్పుడు డంబెల్స్ ఉన్న చేతులను చాతీపైకి నిలుపుగా తీసుకురావాలి. ఈ క్రమంలో డంబెల్స్ రెండు ఒకదాన్ని ఒకటి నెమ్మదిగా తాకాలి. అంటే చేతులు ‘చె’ ఆకారంలో కదలాలన్నమాట. ఆ తర్వాత వేతులను నెమ్మదిగా కిందికి దించాలి. ఇప్పుడు శ్వాసను విడిచిపెట్టాలి. ఆ తర్వాత మళ్ళీ మునుపటిలా చేయాలి. ఇలా 15 రెప్స్ తో 3 సెట్లు చేయాలి.

ఇంకొక డంబెల్ పై డంబెల్ బెంచ్ పైస్ లానే దీనిని కూడా ఏటవాలు బెంచ్ పైనే చేయాలి. రెండు చేతుల్లో రెండు డంబెల్స్

పట్టుకుని చేతులను నిటారుగా లేపాలి. ఇప్పుడు చేతులను అలాగే వెనక్కి వంచాలి. అంటే సహంతరంగా తీసుకురావాలి. ఇప్పుడు ఒక క్షణం ఆగి శ్వాసను పడులుతూ చేతులను మళ్ళీ యథాస్థానంలోకి తెచ్చుకోవాలి. దీనిని కూడా మూడు సెట్లుగా చేయాలి. కేబిల్ క్రాసోవర్ ఇందులో మిషన్ పుట్టి ప్యూటిక్లను కిందకు లాగాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకోసం మొదట మిషన్ రెండు వైపులా పుట్టిలను హై లెవల్ కు సెట్ చేసుకోవాలి. అలాగే, బరువును సర్దుబాటు చేసుకోవాలి. తొలుత తేలికైన బరువుతో ప్రారంభించి ఆ తర్వాత సాకర్యంగా అనిపిస్తే బరువును పెంచుకుంటూ పోవచ్చు. మిషన్ మధ్యలో నిలబడి పాదాలను భుజం వేడల్పులో ఉ ండేలా చూసుకోవాలి. ఇప్పుడు కుడి కాలిని ఒక అడుగు ముందుకు వేసి పుట్టిలను లాగాలి. ఈ క్రమంలో నడుమును కూడా కొంచెం వంచి చాతీ కండరాలు సాగినట్లు అనిపించే వరకు చేతులను వాచాలి. ఊపిరి పీల్చుకుని తిరిగి యథాస్థానానికి రావాలి. ఇలా 15 రెప్స్ చేయాలి.

కోటా బోజ్ ఈ వ్యాయామంలో పొట్టును నేలకు ఆనించి వదుకోవాలి. ఆ తర్వాత అరచేతులను నేలకు ఆన్వాలి. ఆపై నేలను నెదుతూ తలను నెమ్మదిగా పైకి లేపాలి. అలా నడుమును కదపకుండా చాతీభాగం వరకు లేపాలి. ఈ క్రమంలో ఊపిరి పీల్చుకోవడం మర్చిపోకూడదు. తిరిగి ప్రారంభ స్థానానికి వచ్చే వరకు మూడు సెకన్ల పాటు అలాగే ఉండాలి. ఇవి కూడా మూడు సెట్స్ చేయాలి. ఈ వ్యాయామాలను క్రమం తప్పకుండా చేయడం ద్వారా వక్షోజాలను తిరిగి పూర్వస్థితికి తీసుకొచ్చుకోవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

MY HOME GROUP

Warangal-01.
Warangal State.



రామేశ్వరరావు స్వతహాగా హామీయోపశిల్ప దాక్తర్ కావడం వల్ల, పేద ప్రజలకు తక్కువ ఖర్చుతో అత్యుత్తమ వైద్యం అందించాలనే లక్ష్యంతో హైదరాబాద్ శివార్లలోని కంపాదాన్ (ముప్పింతలీ) జిల్లా ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మేడికల్ సైన్స్ పేరుతో (ఐమ్సీ) హోమీయోమెడికల్ మేడికల్ హాస్పిటల్, ఆంధ్ర భారీ అనువత్తిన స్థాపించారు. ఒక సాధారణ కార్పొరేట్ ఆలోచన అనువత్తిన ఏమారా తీసిపోని విధంగా, అన్ని రకాల అత్యాధునిక వైద్య పరికరాలు, ల్యాబ్ పనుతులతో కూడన వంద ధర్మల హోమీయోమెడికల్ అనువత్తిన ఇది. ఇక్కడికి వచ్చే నిరుపేద రోగులకు ఉచితంగా లేదా చాలా తక్కువ ఫీజులతో నాణ్యమైన హోమీయోమెడికల్ మందులు, వైద్య పరికరాలు అందిస్తారు. వైద్య సేవలతో పాటు