batukammanews.com TEL/2019/78873

బతుకమ్మ

25 సెప్టెంబర్ 2026
శుక్రవారం

తాజా వార్తల సద్దిమూట

ట్యాంక్ బండ్ వద్ద

బైక్ ఢీకొని ఎస్సై మృతి

హైదరాబాద్ లో గణేష్ నిమజ్జనం విధుల్లో భాగంగా కొత్తగూడెం 2వ టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్ ఎస్సై వెంకన్నను బైక్ ఢీకొనడంతో మృతి చెందారు. ఎన్టీఆర్ మార్గ్ లోని క్రేర్ నంబర్ -2 వద్ద విధుల్లో ఉన్న ఆయనను బుధవారం తెల్లవారుజామున 2 గంటల సమయంలో బైక్ ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన వెంకన్నను అధికారుల సూచన మేరకు కొత్తగూడెంలోని నివాసానికి వెళ్లారు. ఒళ్ళునొప్పులు ఎక్కువ కావడంతో వరంగల్ ఎంజీఎం ఆసుపత్రిలో చేరారు. చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందారు.

– హైదరాబాద్, బతుకమ్మ

2 లో

బిగ్ బాస్ ఫేమ్

నటి వర్షిణి అరెస్టు

ఓ యువకుడిని బెదిరించి డబ్బులు దోచుకున్న కేసులో బిగ్ బాస్ ఫేమ్, నటి వర్షిణిని పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. షార్ట్ ఫిలిం తీయాలన్న పేరుతో పిలిపించి పెట్టుబడి పెట్టాలని వర్షిణి కోరింది. ఆ తర్వాత తను మోసపోయానని తెలుసుకొని డబ్బులు తిరిగి ఇచ్చెయ్యామని అడిగానని, గత నెల 22న ఇంటికి రమ్మని పిలిచి దాడి చేసి తన దగ్గర ఉన్న రెండు సెల్ ఫోన్లు, 50 వేల రూపాయలు నగదు కూడా తీసుకుందని తెలిపారు. ఆ తర్వాత ఫోన్ చేసి తన దగ్గర చాలా మెటీరియల్ ఉందని ఐదు లక్షలు ఇవ్వకపోతే ఇబ్బంది పడతావని చెప్పి మళ్ళీ ఐదు లక్షలు తీసుకొని మోసం చేసిందని తన ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు. దీంతో విచారణ జరిపిన పోలీసులు ఆమెపై కేసు పెట్టి అరెస్ట్ చేశారు.

– వెబ్ డెస్క్, బతుకమ్మ

ఖైరతాబాద్ ఉప ఎన్నిక

జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికకు
ఖైరతాబాద్ ఉప ఎన్నికకు పోలిక లేదు

అంత సులువు కాదు

ఖైరతాబాద్ ఉప ఎన్నిక అనివార్యమైంది. ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం నాగేంధర్ ను అనర్హుడిగా ప్రకటిస్తూ ఇచ్చిన హైకోర్టు తీర్పును సుప్రీంకోర్టు సమర్థించింది. దాంతో ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే స్థానం ఖాళీగా ఉందని, దానికి ఎన్నికలు నిర్వహించాలని స్పీకర్ తో పాటు ఎలక్షన్ కమిషన్ కు ఇది వరకే సమాచారం అందించింది. ఈ నేపథ్యంలో ఆరు నెలల్లో ఉప ఎన్నిక జరుగడం ఖాయ మైంది. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత ఖైరతాబాద్ ఉప ఎన్నిక మూడవది. గతంలో బీఆర్ఎస్ తరపున ఎన్నికైన సభ్యులు కంటోన్మెంట్, జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గాల్లో ఆకస్మిక మరణాల్లో ఉప ఎన్నికలు వచ్చిన విషయం తెల్సిందే.

– హైదరాబాద్, బతుకమ్మ

2 లో

అక్కడ సిట్టింగ్ స్థానాలను బీఆర్ఎస్ కోల్పోగా అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆ రెండు స్థానాలను కైవసం చేసుకుంది. అనర్హత వేటు పడ్డ దానం నాగేంధర్ కూడా బీఆర్ఎస్ తరపున ఖైరతాబాద్ నుంచి ఎమ్మెల్యే గా గెలిచి పార్టీ మారడని పదవి కోల్పోయాడు. పీజేఆర్ అనుచరుడిగా రాజకీయాల్లోకి వచ్చిన దానం నాగేందర్ కు 1989 లో తొలిసారి ఆసీఫ్ నగర్ టికెట్ దక్కింది. 1983 & 1985లో ఆసీఫ్ నగర్ నుంచి ఎంఐఎం గెలిచింది. 1989లో కూడా కాంగ్రెసుకు గెలుస్తామనే నమ్మకం లేదు. హైద్రాబాద్ సిటీలో పీజేఆర్ పెద్ద నాయకుడు కానీ ఆయన అంజయ్య శిష్యుడు కావటం, మర్రి చెన్నారెడ్డితో సఖ్యత ఉండేది కాదు. పీజేఆర్ మద్దతు లేకుండానే 1989 లో ఖైరతాబాద్ కు చెందిన దానం నాగేందర్ కు పక్క నియోజకవర్గం ఆసీఫ్ నగర్ టికెట్ చెన్నారెడ్డి ఇచ్చారు. ఆ ఎన్నికల్లో దానం ఓడిపోయి ఎంఐఎం గెలిచింది. ఓటమితో మొదలైన దానం రాజకీయ జీవితం 1994, 1999 గెలుపుతో వైఎస్సాఆర్ కు సన్నిహితు డయ్యారు.

2 లో

మల్కాజిగిరి – కామారెడ్డి మధ్య

కవచ్ 4.0

విజయవంతంగా

స్వదేశీ రైలు రక్షణ వ్యవస్థ

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రతిష్టాత్మక

ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్-2026 అవార్డు

2 లో

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి ప్రతిష్టాత్మక 'ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్-2026' అవార్డుకు ఎంపికయ్యారు. కేరళకు చెందిన దిగ్గజ నేత, మాజీ మంత్రి దివంగత ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్ స్మారకార్థం ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్ ఫౌండేషన్ ఈ పురస్కారాన్ని అందజేస్తోంది. ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్ నాలుగో వర్ధంతిని పురస్కరించుకుని కేరళలోని నిలంబూర్‌లో 25వ తేదీ శుక్రవారం జరిగే కార్యక్ర మంలో అవార్డును ప్రదానం చేయనున్నారు. తెలంగాణలో రైతులు, వెనుకబడిన వర్గాలు, సామాన్య ప్రజల సంక్షేమానికి రేవంత్‌రెడ్డి చేపట్టిన వినూత్న కార్యక్రమాలు, దూరదృష్టితో కూడిన నాయకత్వానికి గానూ ఉత్తమ ప్రజా సేవకుడు అవార్డుకు ఎంపిక చేసినట్లు ఫౌండేషన్ వర్కింగ్ ఛైర్మన్, నిలంబూర్ ఎమ్మెల్యే ఆర్యదాన్ షౌకత్ తెలిపారు.

– హైదరాబాద్, బతుకమ్మ

బతుకమ్మ
25 సెప్టెంబర్ 2026 శుక్రవారం

ఖైరతాబాద్ ఉప ఎన్నిక అంత సులభం కాదు

2004లో ఆసీఫ్ నగర్ టికెట్ ఇవ్వకుండా సికింద్రాబాద్ ఎంపీ టికెట్ ఇవ్వటంతో రెబల్ గా నామినేషన్ వేసిన దానంకు టీడీపీ బీ ఫార్మ్ ఇచ్చింది. దానం గెలిచారు కానీ ప్రమాణస్వీకారం రోజు నుంచే టీడీపీకి దూరంగా ఉండి వైఎస్సాఆర్ క్యాబినెట్ లో మంత్రి కావాలని ఎమ్మెల్యే పదవికి రాజీనామా చేసి ఉప ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ తరుపున పోటీ చేసి ఎంఐఎం చేతిలో ఓడిపోయారు. పీజేఆర్ వర్గం, అప్పటి మంత్రి ముఖేశ్ గౌడ్ వర్గం, టీడీపీ కలిసి దానం నాగేందర్ ను ఓడించాయి. 2007లో పీజేఆర్ మరణంతో జరిగిన ఉప ఎన్నికల్లో పీజేఆర్ కొడుకు విష్ణు ఎమ్మెల్యేగా గెలిచారు. 2009లో నియోజకవర్గాల పునః విభజనలో ఆసీఫ్ నగర్ రద్దయింది. ఖైరతాబాద్ వీడిపోయి ఖైరతాబాద్, కుత్బుల్లాపూర్, కూకట్ పల్లి, శేరిలింగంపల్లి, జూబ్లీహిల్స్ గా ఐదు నియోజకవర్గాలు ఏర్పడ్డా యి. 2009 ఎన్నికల్లో విష్ణు జూబ్లీహిల్స్ నుంచి దానం ఖైరతాబాద్ నుంచి గెలిచారు. వైఎస్సాఆర్ క్యాబినెట్ లో దానం నాగేందర్ మంత్రి కావటంతో ఆయన జీవిత కల నెరవేరింది. తెలంగాణ ఆవిర్భావం తరువాత 2014లో కాంగ్రెస్ తరుపున ఓడిపోయిన దానం 2018, 2023లో టీఆర్ఎస్, బీఆర్ఎస్ తరుపున గెలిచారు.2004లో సికింద్రాబాద్ ఎంపీ టికెట్ ను వద్దని టీడీపీ బి ఫారం పై తన సిట్టింగ్ స్థానం అసిఫ్ నగర్ నుంచి ఎమ్మెల్యేగా పోటీ చేసిన దానం, 2023 లో బీఆర్ఎస్ తరుపున ఎమ్మెల్యేగా గెలిచి, మొన్న 2024లో కాంగ్రెస్ నుంచి గతంలో వద్దనుకొన్న సికింద్రాబాద్ ఎంపీ టికెట్ తీసుకొని పోటీచేసి ఓడిపోయి, ఫైనల్ గా యాంటి డిఫెక్షన్ లా కింద హైకోర్టు తీర్పుతో ఎమ్మెల్యే గా అనర్హత వేటుకు గురయ్యాడు.ఆ విధంగా మళ్లీ ఉప ఎన్నికలు వస్తున్నాయి.దానం సుప్రీం కోర్టుకు వెళ్లారు కానీ అక్కడ ఆయనకు ఊరట దక్కకపోవచ్చు, ఉప ఎన్నిక అనివార్యం కావొచ్చు.

ఉప ఎన్నికలో దానం నాగేందర్ కు కాంగ్రెస్ టికెట్ వస్తుందా?, గ్రౌండ్ లో ఈ చర్చ ఎక్కువగా ఉంది. దానం కు ఎమ్మెల్సీ ఇచ్చి మంత్రిని చేస్తారని ఆయన వర్గం చెబుతుంది కానీ అది అంత సులభం కాదు.ఒకవేళ దానం కు టికెట్ రాకుంటే, దానం ం రేవంత్ రెడ్డి ఇద్దరూ కూడా రోహిన్ రెడ్డికి మద్దతు ఇవ్వొచ్చు. పీజేఆర్ కుమార్తె విజయారెడ్డి , కెకె కుమార్తె, మాజీ మేయర్ విజయలక్ష్మీ కూడా రేసులో ఉంటారు. బీఆర్ఎస్ తరుపున గతంలో రెండుసార్లు పోటీచేసిన మన్నె గోవర్ధన్ రెడ్డి మళ్లీ ప్రయత్నం చేయొచ్చు కానీ గట్టి అభ్యర్థి కాడు. ఎమ్మెల్సీ దాసోజు శ్రవణ్ , పీజేఆర్ కుమారుడు విష్ణు బలమైన అభ్యర్థులు అవుతారు. తలసాని శ్రీనివాస్ యాదవ్ కొడుకు కూడా టికెట్ రేసులో ఉన్నారు.2014 లో టీడీపీ పొత్తుతో గెలిచిన బీజేపీ తరుపున మాజీ ఎమ్మెల్యే చింతల రామచంద్రారెడ్డికి మరోసారి టికెట్ దక్కొచ్చు కానీ గట్టి పోటీ ఇవ్వలేరు.ఖైరతాబాద్ నియోజకవర్గంలో బీజేపీ బలం తక్కువ. దాదాపు 60 వేల ముస్లిం ఓటర్లు ఉన్నారు కానీ ఎంఐఎం ప్రభావం కూడా తక్కువనే చెప్పాలి. ఫలితాన్ని ఏ ఒక్క కులం కూడా ప్రభావితం చేయలేదు, పూర్తిగా బస్తీల వారీగా జరిగే పోలింగ్ మీదనే ఫలితం ఆధారపడి ఉంటుంది.ఖైరతాబాద్ లో ఇప్పటికీ పీజేఆర్ అనే పేరుకు పది, పదిహేను వేల ఓట్లు ఉన్నాయి.

డీఏస్పీ భీమ్ రెడ్డి భీనామీ వద్ద 1.35 కోట్ల సీజ్

విదేశీ కరెన్సీ.. విదేశీ మద్యం స్వాధీనం

హైదరాబాద్, బతుకమ్మ : అదాయానికి మించి ఆస్తులు కూడబెట్టి చంచల్ గుడా జైలు లో ఉన్న డీఏస్పీ బీమ్ రెడ్డి ఆస్తులు మళ్ళీ బయట పడ్డాయి. గురువారం ఏసీబీ అధికారులు హైదరాబాద్, జహీరాబాద్ లలో సోదాలు నిర్వహించారు. బొమ్మకంటి వేంకటేష్ అనే బినామీ ఇంట్లో తనిఖీ లు చేసి రూ. 1.35 కోట్ల నగదు అందులో విదేశీ కరెన్సీ తో కలిపి గుర్తించి స్వాధీనం చేసుకున్నారు. 14 లీటర్ ల ఫారిన్ మద్యం కూడా సీజ్ చేసారు. డిజీపీ కార్యాలయం లో కంప్యూటర్ విభాగం లో డిఎస్పీ గా పని చేస్తున్న సంకినేని భీమ్ రెడ్డి పై జూన్ 26 న ఏసీబీ ఆదాయం కు మించి ఆస్తులు ఉన్నాయని కేసులు నమోదు చేసి అరెస్ట్ చేసిన విషయం తెలిసిందే. భీమ్ రెడ్డి వద్ద గుర్తించిన ఆస్తుల విలువ బహిరంగ మార్కెట్ లో రూ. 200 కోట్ల పై మాటే. హైదరాబాద్ చుట్టూ పక్కల ప్రాంతం లో ఎస్ఐ గా విధుల్లో చేరిన భీమ్ రెడ్డి డిఎస్పీ క్యాడర్ అయ్యే వరకు కోట్ల రూపాయలు పోగేసి చివరకు కట కటాల పాలయ్యారు.

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రతిష్ఠాత్మక

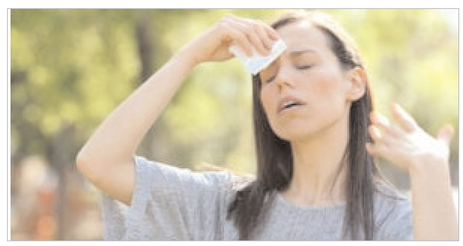
ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్-2026 అవార్డు

అవార్డు ఎంపికకు ఎంపీ బెన్నీ బెహనన్, కేరళ రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి అనిల్‌కుమార్, ప్రముఖ మేధావి కల్పేట్టా నారాయణన్ జ్యూరీగా వ్యవహరించారు. ప్రజాస్వామిక విలువలపై రేవంత్ రెడ్డికి ఉన్న నిబద్ధతను ఈ సందర్భంగా జ్యూరీ ప్రత్యేకంగా కొనియాడింది. వేడుకలో ఎంపీ కేసీ.వేణుగోపాల్ ఆర్యదాన్ ముహమ్మద్ స్మారక ఉపన్యాసం చేస్తారు.

మల్కాజిగిరి -కామారెడ్డి మధ్య కవచ్ 4.0

కామారెడ్డి, బతుకమ్మ :భారతీయ రైల్వే ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన స్వదేశీ రైలు రక్షణ వ్యవస్థ 'కవచ్' అమలులో తెలంగాణ మరో ఘనతను సాధించింది. ప్రయాణికుల భద్రతను మెరుగుపరిచే క్రమంలో దక్షిణ మధ్య రైల్వే పరిధిలోని మల్కాజిగిరి - కామారెడ్డి సెక్షన్ పరిధిలో 108 రూట్ కిలోమీటర్ల మేర అత్యాధునిక 'కవచ్ 4.0' వెర్షన్‌ను విజయవంతంగా అందుబాటులోకి తెచ్చారు. ఈ మార్గంలో రైళ్ల రాకపోకలను మరింత సురక్షితంగా నిర్వహించడానికి ఇది ఎంతగానో దోహదపడనుంది. ఆటోమేటిక్ ట్రైన్ ప్రొటెక్షన్ (ఏటీపీ) వ్యవస్థ అయిన కవచ్‌లో 4.0 వెర్షన్ అత్యంత ప్రామాణికమైనది. రీసెర్చ్ డిజైన్స్ అండ్ స్టాండర్డ్స్ ఆర్గనైజేషన్ (ఆర్‌డీఎస్‌ఓ) అభివృద్ధి చేసిన ఈ సాంకేతికత ద్వారా చాలా పనులు నిర్వహించవచ్చు. లోకో పైలట్ పొరపాటున సిగ్నల్ దాటి ముందుకు వెళ్తే కవచ్ వ్యవస్థ తక్షణమే స్పందించి రైలును ఆటోమేటిక్‌గా ఆపుతుంది. ఎదురెదురుగా లేదా ఒకే ట్రాక్‌పై రెండు రైళ్లు ప్రమాదకరంగా సమీపిస్తున్నప్పుడు ఘర్షణను నివారించడానికి ఆటోమేటిక్ బ్రేకింగ్ సిస్టమ్ యాక్టివేట్ అవుతుంది. దట్టమైన పొగమంచు, వర్షం లేదా ఇతర ప్రతికూల వాతావరణ పరిస్థితుల్లో సిగ్నల్స్ సరిగ్గా కనిపించకపోయినా లోకో పైలట్ క్యాబిన్ డిస్‌ప్లే యూనిట్ ద్వారా సిగ్నల్ సమాచారం స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. వంతెనలు, మలుపుల వద్ద నిబంధనల కంటే ఎక్కువ వేగంతో వెళ్తుంటే ఈ సిస్టమ్ స్వయంచాలకంగా వేగాన్ని వేగ పరిమితికి తగ్గిస్తుంది.

వేడిగా ఉన్న వాతావరణంలో ఎక్కువ సేపు ఉంటే కనిపించే లక్షణాలు ఇవే.. ఏం చేయాలంటే..?



వేడి వాతావరణంలో అధిక ఉష్ణోగ్రతలకు ఎక్కువసేపు గురికావడం వల్ల శరీర ఉష్ణోగ్రత ప్రమాదకర స్థాయికి పెరిగి వడదెబ్బకు దారితీస్తుంది. అయితే వడదెబ్బ తీవ్రమయ్యే ముందే శరీరంలోని జీర్ణవ్యవస్థపై వేడి ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉంది. అధిక వేడి కారణంగా శరీరాన్ని చల్లబరచేందుకు చర్మం వైపు రక్తప్రసరణ ఎక్కువగా మళ్లుతుంది. దీంతో పొట్ట, పేగులకు చేరే రక్తప్రసరణ తగ్గి జీర్ణక్రియపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితిని కొన్నిసార్లు థర్మల్ లీక్ గా పేర్కొంటారు. ఇది అధికారిక వైద్య నిర్ధారణ కాదు. తీవ్రమైన వేడి వల్ల పేగుల రక్షణ పొర దెబ్బతిని వాటి పనితీరులో మార్పులు వచ్చే పరిస్థితిని వివరించేందుకు ఈ పదాన్ని ఉపయోగిస్తారు. అధిక వేడి కారణంగా జీర్ణక్రియ మందగించడంతోపాటు పొట్ట, పేగుల అంతర్గత పొరపై కూడా ప్రభావం పడుతుంది. పేగుల రక్షణ వ్యవస్థ బలహీనపడడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థలో అసౌకర్యం, వాపు వంటి సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. వడదెబ్బకు ముందే ఆకలి తగ్గడం, వికారం, కడుపులో మంట లేదా నొప్పి, పొట్ట ఉబ్బరం, విరేచనాలు వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. తీవ్రమైన వేడి సమయంలో ఇలాంటి జీర్ణ సంబంధిత మార్పులను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా శరీరంలో వేడి ఒత్తిడికి సంబంధించిన సంకేతాలుగా గుర్తించడం అవసరం.

నీరు, లవణాలు బయటకు..

వేడి వాతావరణంలో చెమట ద్వారా శరీరం నుంచి పెద్ద మొత్తంలో నీరు, లవణాలు బయటకు వెళ్లడం వల్ల నిర్జలీకరణం ఏర్పడుతుంది. దీంతో జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరు మరింత ప్రభావితమవుతుంది.
శరీరంలోని ఎలక్ట్రోలైట్ల సమతుల్యత దెబ్బతినడం కూడా పేగుల పనితీరుపై ఒత్తిడిని పెంచుతుంది. తీవ్రమైన వేడి వల్ల పేగుల రక్షణ పొర మరింత దెబ్బ తినే అవకాశం ఉండడంతో వాపు వంటి ప్రతిచర్యలు కూడా ఏర్పడతాయి. బయట ఎక్కువసేపు పనిచేసే వారు, క్రీడాకారులు, వృద్ధులు, దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలతో బాధపడేవారు, వేడి తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్న సమయంలో పిల్లలు ఈ ప్రభావాలకు ఎక్కువగా గురయ్యే అవకాశం ఉంది.

ద్రవాలను అధికంగా తీసుకోవాలి..

వేడి వాతావరణంలో జీర్ణవ్యవస్థను కాపాడుకోవాలంటే తగినంత నీరు తాగుతూ శరీరంలో ద్రవాల లోటు రాకుండా చూసుకోవాలి.
అవసరమైన సందర్భాల్లో ఎలక్ట్రోలైట్లను భర్తీ చేయాలి. తీవ్రమైన వేడి సమయంలో అధికంగా, భారంగా ఉండే ఆహారాన్ని తగ్గించి, నీరు ఎక్కువగా ఉండే పండ్లు, కూరగాయలను తీసుకోవడం ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. మద్యం తీసుకోవడాన్ని పరిమితం చేయడం కూడా అవసరం. నిరంతర వాంతులు, తీవ్రమైన నిర్జలీకరణం, గందరగోళం, శరీర ఉష్ణోగ్రత అధికంగా పెరగడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే పరిస్థితి అత్యవసరంగా మారే అవకాశం ఉన్నందున వెంటనే వైద్య సహాయం పొందాలి.

గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు రన్నింగ్ వర్సెస్ బాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్.. ఏవి ఉత్తమం..?

వ్యాయామం ఆరోగ్యానికి ఎంతో ముఖ్యమైనది. అయితే గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచుకోవడానికి ఏ వ్యాయామం ఎక్కువగా ఉపయోగపడుతుందనే సందేహం చాలామందికి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా బాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్, రన్నింగ్ రెండూ శరీరానికి మేలు చేసినప్పటికీ, వాటి ప్రయోజనాలు భిన్నంగా ఉంటాయి. రన్నింగ్ ప్రధానంగా ఏరోబిక్ వ్యాయామం కాగా, స్క్వాట్స్ కండరాల బలాన్ని పెంచే వ్యాయామంగా పనిచేస్తాయి. అందువల్ల గుండె ఆరోగ్యం కోసం ఈ రెండింటిలో ఏది ఎంచుకోవాలనేది వ్యక్తి వయసు, శారీరక సామర్థ్యం, ఆరోగ్య పరిస్థితి, వ్యాయామాన్ని తట్టుకునే సామర్థ్యంపై ఆధారపడి ఉంటాయి.

రన్నింగ్ చేస్తే..

రన్నింగ్ చేసే సమయంలో గుండె వేగం కొంతసేపు పెరిగి ఉంటుంది. గుండె, ఊపిరితిత్తులు పనిచేసే కండరాలకు నిరంతరం ఆక్సిజన్ అందించాల్సి రావడంతో కార్డియో సామర్థ్యం, శ్వాసకోశ సామర్థ్యం మెరుగుపడతాయి. క్రమం తప్పకుండా మితమైన స్థాయిలో రన్నింగ్ చేయడం రక్తపోటును నియంత్రించడంలో, ఆరోగ్యకరమైన శరీర బరువును కొనసాగించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. అయితే చాలాకాలంగా వ్యాయామం చేయని వారు ఒక్కసారిగా తీవ్రంగా పరుగెత్తడం కంటే ముందుగా నడక, వేగంగా నడక వంటి తక్కువ తీవ్రత కలిగిన వ్యాయామాలతో ప్రారంభించి క్రమంగా పరుగుకు వెళ్లడం మంచిది.

బాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్ అయితే..

మరోవైపు బాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్ ప్రధానంగా కాళ్లు, తొడలు, నడుము, పొత్తికడుపు కండరాలను బలోపేతం చేస్తాయి. కూర్చోవడం, నిలబడడం, మెట్లు ఎక్కడం, నడవడం వంటి రోజువారీ పనులను సులభంగా చేయడానికి అవసరమైన శారీరక సామర్థ్యాన్ని ఇవి పెంచుతాయి. స్క్వాట్స్‌ను వరుసగా లేదా వేగంగా చేస్తే గుండె వేగం కూడా పెరుగుతుంది. అయినప్పటికీ వాటిని రన్నింగ్‌కు సమానమైన ఏరోబిక్ వ్యాయామంగా పరిగణించలేం. కండరాల బలం, కండరాల సహనశక్తిని పెంచడం స్క్వాట్స్ ప్రధాన ప్రయోజనం కాగా, రన్నింగ్ నిరంతర కార్డియో వ్యాయామాన్ని అందిస్తుంది.

సత్యశోధక్ సమాజ్ స్ఫూర్తితో కుల నిర్మూలన కోసం పోరాడుదాం

కులాంతర వివాహాలను ప్రభుత్వాలు ప్రోత్సహించాలి

నిజామాబాద్ సిటీ, బతుకమ్మ : మహాత్మ జ్యోతిభాపూలే స్థాపించిన సత్యశోధక్ సమాజ్ 153వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా సీపీఐ(ఎంఎల్) మాస్ లైన్ (ప్రజాపంథా) పార్టీ ఆధ్వర్యంలో "కుల నిర్మూలన సదస్సు"ను కోటగల్లీలోని ఎన్.ఆర్ భవన్ లో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సీఎల్పీ జిల్లా కార్యదర్శి ఆల్గోట్ రవీందర్, మాస్ లైన్ పార్టీ నగర కార్యదర్శి ఎం.సుధాకర్ లు మాట్లాడుతూ మహాత్మ జ్యోతిభాపూలే కుల వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగాను, దాని నిర్మలనా లక్ష్యంగాను 1873 సెప్టెంబర్ 24న సత్యశోధక్ సమాజ్ ను ఏర్పర్చారన్నారు. మన దేశంలో కుల వ్యవస్థ సామాజిక ప్రజాస్వామ్యానికి, రాజకీయ ప్రజాస్వామ్యానికి ప్రత్యక్షంగా వ్యతిరేకంగానూ, ఆటంకంగాను ఉన్నదన్నారు.కులాంతర వివాహాల వల్లనే కుల నిర్మూలన లక్ష్యం సాకారమౌతుందన్నారు. కులాంతర, మతాంతర, ప్రేమ వివాహాలను ప్రభుత్వాలు, పౌర సమాజం ప్రోత్సహించాలన్నారు. కులాంతర, ప్రేమ వివాహాలు చేసుకున్న వారిపై పరువు పేరుతో హత్యలు, దాడులు చేయడం గత 13 సంవత్సరాలుగా తీవ్రమైందన్నారు. ఎందుకు ఆర్ఎస్ఎస్, బిజెపి శక్తుల కుల, మతోన్మాద రాజకీయాలే కారణమన్నారు. కులాంతర వివాహాలు చేసుకున్న జంటలకు రక్షణ కరువైందన్నారు. కులాంతర వివాహాలు చేసుకున్న జంటలకు ప్రోత్సాహకాలు అందించడంలో పాలకవర్గాలు తీవ్రమైన జాప్యాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నాయని ఆరోపించారు.కులాంతర, మతాంతర, ప్రేమ వివాహాలు చేసుకున్న జంటలకు ప్రభుత్వం, పోలీసులు రక్షణ కల్పించాలని, కనీసం 10 లక్షల రూపాయలు ప్రోత్సాహకం అందించాలని, ఉపాధి మార్గాలను చూపించాలని డిమాండ్ చేశారు. పరువు హత్యలు, దాడులు చేసిన వారిని కఠినంగా శిక్షించాలన్నారు.మహాత్మ జ్యోతిబాపూలే ఏ లక్ష్యం కోసం సత్యశోధక్ సమాజ్ ను ఏర్పాటు చేశారో, ఆ లక్ష్యం కోసం పనిచేయాల్సిన కర్తవ్యం

ప్రస్తుతం మరింత పెరిగిందన్నారు. సత్యశోధక్ సమాజ్ స్ఫూర్తితో కుల నిర్మూలన కోసం మరింత చైతన్యవంతంగా పోరాడాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీపీఐ(ఎం.ఎల్) మాస్ లైన్ జిల్లా నాయకులు డి.కిషన్, బి.మురళి, డివిజన్ నాయకులు గంగమల్లు, పీవోడబ్ల్యు జిల్లా కార్యదర్శి కే.సంధ్యారాణి, పి.డి.ఎస్.యు జిల్లా అధ్యక్ష కార్యదర్శులు కే.గణేష్, ఎల్.అనిల్, నాయకులు లింగం, భాస్కర స్వామి, నసీర్, అమూల్య, స్రుజన్, మనితేజ, మమత, రాజేశ్వర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎఐకెఎంఎస్ 4వ జాతీయ మహాసభల విజయవంతనికై బైక్ ర్యాలీ

నిజామాబాద్ సిటీ, బతుకమ్మ : ఈనెల 28, 29, 30 తేదీలలో ఖమ్మం పట్టణంలో జరిగే అఖిల భారత రైతు కూలీ సంఘం (ఏఐకేఎంఎస్) జాతీయ 4వ మహాసభలను విజయవంతం చేయాలని ఏఐకేఎంఎస్ నిజామాబాద్ డివిజన్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో గురువారం బైక్ ర్యాలీ నిర్వహించారు. నిజామాబాద్ నగరంలోని నీలం రామచంద్రయ్య భవన్ నుండి ప్రారంభమైన బైక్ ర్యాలీ న్యాల్ కల్, సిర్పూర్ మోపాల్ కంజర ముల్లంగి ఘనపూర్, సాంపల్లి అమృతాపూర్ మాణిక్ బండార్, బోర్గం కె, గ్రామాలలో బైక్ ర్యాలీ ద్వారా విస్తృతంగా కరపత్రాలు పంచుతూ ప్రచారం నిర్వహించడం అయినది. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు వేల్పూర్ భూమయ్య మాట్లాడుతూ భారత ప్రభుత్వం అమెరికా యూరోపియన్ దేశాలతో చేసుకున్న స్వేచ్ఛ వాణిజ్య ఒప్పందాలను రద్దు

చేయాలని అన్నారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు రైతు వ్యతిరేక చర్యలు చేపడుతున్నారని అన్నారు. రైతాంగ అప్పులను మాఫీ చెయ్యని మోదీ ప్రభుత్వం కార్పొరేటర్ల సంపన్న వర్గాలు చెల్లించాల్సిన 18 లక్షల కోట్ల రూపాయలను మాఫీ చేసిందని వారన్నారు. మోడీ కార్పొరేటర్ల కబంధహస్తలో ఉండి వారి సేవకి అంకితమయ్యారని అన్నారు. ఇప్పటికైనా రైతులను కాపాడుకునే విధంగా వారి చర్యలుండాలని, వ్యవసాయా అభివృద్ధికై వారి విధానాలు ఉండాలని వారన్నారు. ఖమ్మంలో జరిగే మహాసభల విజయవంతనికై ప్రజలు,రైతులు రైతు కార్మికులు అధిక సంఖ్యలో హాజరవ్వాలని వారు కోరారు. రైతు కూలీ సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సాయరెడ్డి మాట్లాడుతూ వ్యవసాయ రంగంపై ఆధారపడి జీవిస్తున్న రైతులు, కూలీల జీవితాల్లో అనేక సమస్యలు కొనసాగుతున్నాయని అన్నారు. పంటలకు సరైన ధర లేకపోవడం, సాగు ఖర్చులు పెరగడం, అప్పుల భారం, వ్యవసాయ కూలీలకు నిరంతర ఉపాధి లేకపోవడం వంటి సమస్యలు గ్రామీణ ప్రజలను తీవ్రంగా ప్రభావితం చేస్తున్నాయని తెలిపారు.రైతులు పండించిన పంటలకు స్వామినాథన్ కమిషన్ సిఫార్సుల ప్రకారం జ2ం50 శాతం కనీస మద్దతు ధరను కల్పించాలని, వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు గిట్టుబాటు ధర ఉండేలా ప్రభుత్వాలు చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ ప్రచార కార్యక్రమంలో ఏఐకేఎంఎస్ నిజామాబాద్ డివిజన్ అధ్యక్షులు అగ్గు ఎర్రన్న కార్యదర్శి బన్సీ, రైతు కూలీ సంఘం నాయకులు గంగాధర్, సాయన్న, సిర్పూర్ గంగాధర్, ఐఎఫ్టీయూ జిల్లా అధ్యక్షులు బీ. భూమన్న, నాయకులు దేవరాజు మల్లికార్జున్ ఏం శివకుమార్ యువజన సంఘం నాయకులు వనమాల సత్యం దాసు రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అమ్దాపూర్‌లో బాలకార్మిక వ్యవస్థ నిర్మూలనపై అవగాహన ర్యాలీ

ఆర్మూర్, బతుకమ్మ : ఆర్మూర్ మండలంలోని అందాపూర్ గ్రామంలో బాలకార్మిక వ్యవస్థ నిర్మూలన, బాలల విద్య హక్కు పరిరక్షణకు, బడిబయట ఉన్న పిల్లలను పాఠశాలలో చేర్పించే లక్ష్యంతో డ్రీమ్ స్వచ్ఛంద సంస్థ, అంతర్జాతీయ కార్మిక సంస్థ, చైల్డ్ లేబర్ ప్లాట్‌ఫారం సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో గురువారం అవగాహన ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామంలోని ప్రధాన వీధుల గుండా ర్యాలీ నిర్వహించి, బాలకార్మిక వ్యవస్థను నిర్మూలించడం ప్రతి ఒక్కరి సామాజిక బాధ్యత అని ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. పిల్లలను పనుల్లోకి కాకుండా పాఠశాలల్లో చేర్పించి వారి విద్యాభ్యాసానికి ప్రతి కుటుంబం సహకరించాలని, బాలల హక్కులను పరిరక్షించేందుకు గ్రామస్థులందరూ భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపిపిఎస్ స్థానిక ప్రధానోపాధ్యాయు శ్రీనివాస్, అమ్దాపూర్ సర్పంచ్ లింబద్రి, ఏఎన్ఎం, అంగన్‌వాడీ టీచర్ పాఠశాల విద్యార్థులు, గ్రామ పెద్దలు, యువకులు, మహిళలు, గ్రామ ప్రజలు పాల్గొని ర్యాలీని విజయవంతం చేశారు. డ్రీమ్ స్వచ్ఛంద సంస్థ ప్రతినిధులు శ్రీశైలం మాట్లాడుతూ బాలకార్మిక వ్యవస్థ నిర్మూలన కోసం గ్రామస్థాయిలో నిరంతరం అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ, బడిబయట ఉన్న ప్రతి చిన్నారిని తిరిగి విద్యా ప్రవాహంలోకి తీసుకురావడానికి కృషి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. బాలకార్మిక వ్యవస్థ నిర్మూలన, ప్రతి బాలుడికి విద్య హక్కు కల్పించడం, బాలల భవిష్యత్తును విద్య ద్వారానే నిర్మించవచ్చనే సందేశాలను ప్రజలకు విస్తృతంగా తెలియజేశారు. గ్రామస్థులు కూడా బాలకార్మిక

వ్యవస్థ నిర్మూలనకు తమ వంతు సహకారం అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమానికి సహకరించిన గ్రామ ప్రజలకు, ప్రజాప్రతినిధులకు, అధికారులు, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులకు సంస్థ తరపున కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

వైన్స్ షాపులు బంద్

నిజామాబాద్ క్రైం, బతుకమ్మ : గణేష్ నిమజ్జనం నేపథ్యంలో జిల్లా వ్యాప్తంగా శాంతిభద్రతలను దృష్టిలో ఉంచుకొని ముందస్తు చర్యలలో భాగంగా వైన్స్ షాప్ లు, కల్లు దుకాణాలు, బార్లు మూసివేయనున్నట్లు పోలీసు కమిషనర్ సాయిచైతన్య గురువారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. నిజామాబాద్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలోని నిజామాబాద్ , ఆర్మూర్ , బోధన్ డివిజన్ పరిధిలో 25వ తేది శుక్రవారం సాయంత్రం 6 గంటల నుండి 27న ఉదయం 6 గంటల వరకు మూసి వేయబడునని, ప్రజలందరూ గమనించాలని సీపీ తెలిపారు.

గొల్లపల్లి మండలంలో

ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయుడి ఆత్మహత్యాయత్నం

టిపిటిఎఫ్ అధ్యక్షులు వెనిగళ్ళ సురేష్ తీవ్ర ఖండన

నిజామాబాద్ అర్బన్, బతుకమ్మ : జగిత్యాల జిల్లా గొల్లపల్లి మండలంలో ఉన్నతాధికారుల వేధింపులు, ఒత్తిడి భరించలేక ఓ ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయుడు ఆత్మహత్యాయత్నం చేసిన వార్త తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి గురిచేసిందని టిపిటిఎఫ్ అధ్యక్షులు వెనిగళ్ళ సురేష్ అన్నారు. ప్రభుత్వ బడుల్లో అంకితభావంతో పనిచేస్తున్న ఉపాధ్యాయులపై అధికారుల వేధింపులు, బోధనేతర పనులు, యాప్ ల ఒత్తిడి రోజురోజుకీ పెరిగిపోతున్నాయన్నారు. ఈ ఘటనపై ఉన్నతస్థాయి విచారణ జరిపి, బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని, ఉపాధ్యాయులపై యాప్ లు, ఆన్ లైన్ ల ఒత్తిడి, బోధనేతర పనుల వేధింపులు వెంటనే ఆపాలని, ప్రతి ప్రాథమిక పాఠశాలలో 5 మంది టీచర్లు ం 1 హెడ్మాస్టార్ పోస్టును వెంటనే మంజూరు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. 1-2 మంది టీచర్లతో 5 తరగతులను నడపడం వల్లనే తీవ్ర మానసిక ఒత్తిడి పెరుగుతోందని, బాధిత ఉపాధ్యాయుడు త్వరగా కోలుకోవాలని కోరుకుంటున్నామని, వారికి టీపీటీఎఫ్ అండగా ఉంటుందన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదం లో పోలీసులకు గాయాలు

వెబ్ డెస్క్, బతుకమ్మ : ఖమ్మం జిల్లా తిరుమలాయ పాలెం ఎస్.ఐ జగదీష్ రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయపడ్డారు. బుధవారం రాత్రి తిరుమలాయపాలెం శివారులో ఎదురుగా వస్తున్న లారీని పోలీస్ పెట్రో కార్ ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదం లో ఎస్.ఐ జగదీష్ తో పాటు, డ్రైవర్ కు గాయాలయ్యాయి. గాయల పాలైన పోలీసులను చికిత్స నిమిత్తం అంబులెన్సు లో ఖమ్మంలోని స్తంభాద్రి ఆసుపత్రికి తరలించారు. జల్లేపల్లి లో వినాయక నిమజ్జనం బందోబస్తు కు వెళ్లి తిరిగి వస్తుండగా ఈ ఘటన జరిగిశీది.

నామినేషన్ వేసిన జగన్ మోహన్ గౌడ్

నిజామాబాద్ సిటీ, బతుకమ్మ : అక్టోబర్ 4వ తేదిన జరిగే నిజామాబాద్ జిల్లా రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ మేనేజ్మెంట్ కమిటీ ఎన్నికల్లో ఎగ్జిక్యూటివ్ మెంబర్ గా పోటీ చేయడం కోసం గురువారం రెడ్ క్రాస్ జిల్లా కార్యాలయంలో న్యాయవాది మల్లెపూలు జగన్మోహన్ గౌడ్ నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రెడ్ క్రాస్ సేవలను జిల్లాలో ఇంకా మరింత పటిష్ఠం చేయడం కోసం, సేవా కార్యక్రమాలను విస్తృతం చేయడం తోపాటు ప్రజలకు ఎల్లవేళలా రక్తాన్ని అందించే విధంగా, జిల్లాలో అనేక సేవ నిర్వహించి ఇంకా అభివృద్ధి చేసే దిశగా ప్రయత్నం చేయడం కోసం ఈ ఎన్నికల్లో పోటీ చేస్తున్నాననీ తెలిపారు. రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ సభ్యులు మీ అమూల్యమైన ఓటును వేసి తనను గెలిపించలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

భజరంగ్ కర్షక యువజన గణేశ్ మండలిలో కార్పొరేటర్, సిఐలకు సన్మానం

ఇందూర్, బతుకమ్మ :నగరంలోని ఎల్లమ్మగుట్టలోని రత్నాల కళ్లం హనుమాన్ మందిరం భజరంగ్ కర్షక యువజన సంఘం ఆధ్వర్యంలో కార్పొరేటర్ న్యాలం సునీత రాజు, 4వ టౌన్ సిఐ సతీష్ లు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం భక్తులకు అన్నదాన కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేశారు. అనంతరం 4వ టౌన్ సిఐ సతీష్, కార్పొరేటర్ న్యాలం సునీత రాజు ఆలయ కమిటీ సభ్యులు సన్మానం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బజరంగ్ యూత్ సభ్యులు సురేష్, సాగర్, శేఖర్, మనోజ్, ఇంద్రాకర్, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

కామారెడ్డిలో ప్రారంభమైన గణేష్ నిమజ్జనం

ప్రారంభించిన కలెక్టర్ ఆశిష్ సంగ్వాన్, ఎస్పీ రాజేష్ చంద్ర

కామారెడ్డి, బతుకమ్మ :కామారెడ్డి లో తొమ్మిది రోజుల పాటు పూజలందుకున్న గణనాథు లు నిమజ్జనం ప్రారంభమైంది. బుధవారం రాత్రి కామారెడ్డి రైల్వే స్టేషన్ వద్ద గణేష్ నిమజ్జన కార్యక్రమం అంగరంగ వైభవంగా, భక్తిశ్రద్ధలతో సాగింది. ఈ వేడుకల్లో జిల్లా కలెక్టర్ ఆశిష్ సంగ్వాన్, జిల్లా ఎస్పీ రాజేష్ చంద్ర పాల్గొని కామారెడ్డి రైల్వే స్టేషన్ వద్ద గణనాథునికి కొబ్బరికాయ కొట్టి, ప్రత్యేక పూజలు చేసి నిమజ్జన శోభాయాత్రను ఘనంగా ప్రారంభించారు.అనంతరం నిమజ్జన ఊరేగింపులో పాల్గొని భక్తులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్, ఎస్పీ మాట్లాడుతూ నిమజ్జన కార్యక్రమాన్ని ప్రశాంత వాతావరణంలో జరుపుకోవడానికి జిల్లా యంత్రాంగం, పోలీసు శాఖ కలసి అన్ని పటిష్ట ఏర్పాట్లు చేశాయని చెప్పారు. ప్రజలంతా శాంతియుతంగా పాల్గొని అధికారులకు సహకరించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో కామారెడ్డి మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ ఇప్ప ఉమారాణి, అదనపు ఎస్పీ కే. నరసింహారెడ్డి, డీఎస్పీ ఎస్. మధుసూదన్, సీఐ నరహరి, ఇతర అధికారులు, సిబ్బంది, భక్తులు పాల్గొన్నారు

నిజాంసాగర్‌లో సంక్షేమ పథకాల సందడి

ఎమ్మెల్యే తోటలక్ష్మీకాంత్ రావుచే స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులు, సీఎంఆర్ఎఫ్, కళ్యాణ లక్ష్మి చెక్కుల పంపిణీ

జుక్కల్, బతుకమ్మ :జుక్కల్ నియోజకవర్గంలోని నిజాంసాగర్ మండలానికి చెందిన వివిధ గ్రామాల లబ్ధిదారులకు స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులను జుక్కల్ నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే తోట లక్ష్మీకాంతరావు, కామారెడ్డి జిల్లా డీసీసీ అధ్యక్షులు ఏలే మల్లికార్జున్ అందజేశారు. అనంతరం అర్హులైన లబ్ధిదారులకు సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కులు, కళ్యాణ లక్ష్మి -- షాది ముబారక్ చెక్కులను డీసీసీ అధ్యక్షులు ఏలే మల్లికార్జున్ తో కలిసి ఎమ్మెల్యే లక్ష్మీకాంత్ రావు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పిట్లం మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ చికోటి మనోజ్ కుమార్, నిజాంసాగర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు ప్రజా పండరి, వివిధ గ్రామాల సర్పంచులు, ఉపసర్పంచులు, గ్రామ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు, వార్డు సభ్యులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చిన్న పిల్లల ఆసుపత్రుల్లో భద్రతా ప్రమాణాలపై ప్రత్యేక దృష్టి

ప్రభుత్వ , ప్రైవేట్ ఆసుపత్రుల వైద్యులతో సీపీ సమావేశం

నిజామాబాద్ క్రైం, బతుకమ్మ : ఆదిలాబాద్ జిల్లా రిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చోటుచేసుకున్న సంఘటనను దృష్టిలో ఉంచుకొని నిజామాబాద్ జిల్లాలో చిన్నారులకు వైద్య సేవలు అందిస్తున్న ప్రభుత్వ , ప్రైవేట్ ఆసుపత్రుల్లో భద్రతా ప్రమాణాలను సమీక్షించేందుకు గురువారం ప్రత్యేక సమావేశం కామెంట్ కంట్రోల్ హాల్ లో నిజామాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్ సాయి చైతన్య, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి ఆధ్వర్యంలో సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సీపీ ఆసుపత్రుల్లో చిన్నారుల భద్రత , అత్యవసర పరిస్థితుల్లో తీసుకోవాల్సిన చర్యలు , అగ్ని ప్రమాదాల నివారణకు చేపట్టాల్సిన ముందస్తు చర్యలు తదితర అంశాలపై క్షుణ్ణంగా చర్చించారు. ప్రత్యేకంగా ఫైర్ సేఫ్టీకి సంబంధించిన అంశాలపై సమగ్రంగా సమీక్ష నిర్వహించారు. ఆసుపత్రుల్లో అగ్నిమాపక పరికరాల అందుబాటు , వాటి పనితీరు , అత్యవసర నిష్క్రమణ మార్గాలు , ఫైర్ అలారం వ్యవస్థ , విద్యుత్ భద్రత , సిబ్బందికి ఫైర్ సేఫ్టీపై అవగాహన , అత్యవసర సమయంలో రోగులను సురక్షితంగా తరలించే విధానం తదితర అంశాలను పరిశీలించారు. చిన్నారులు చికిత్స పొందుతున్న ప్రాంతాల్లో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు చోటుచేసుకోకుండా ఆసుపత్రుల యాజమాన్యాలు ముందస్తు భద్రతా చర్యలను తప్పనిసరిగా పాటించాలని అధికారులు సూచించారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో పోలీస్ , ఫైర్ సర్వీసెస్, వైద్య సిబ్బంది సమన్వయంతో వేగంగా స్పందించే విధంగా అవసరమైన ఏర్పాట్లు , మాక్ డ్రిల్ నిర్వహించాలి అని సూచించారు. ఆసుపత్రుల్లో భద్రతా ప్రమాణాల అమలులో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యానికి తావు లేకుండా సంబంధిత అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు పర్యవేక్షించాలని , లోపాలు గుర్తించినట్లయితే వెంటనే సరిదిద్దే చర్యలు చేపట్టాలని సమావేశంలో సూచించారు.చిన్నారులు , వారి తల్లిదండ్రులు మరియు ఆసుపత్రికి వచ్చే ప్రజలకు సురక్షితమైన వాతావరణం కల్పించడమే ప్రధాన లక్ష్యంగా , ప్రభుత్వ , ప్రైవేట్ ఆసుపత్రుల యాజమాన్యాలు పోలీస్ , వైద్య ఆరోగ్య శాఖ, ఫైర్ సర్వీసెస్ అధికారులతో సమన్వయంతో పనిచేయాలని పోలీస్ కమిషనర్ సూచించారు.ఈ సమీక్ష సమావేశంలో అదనపు డీసీపీ అడ్మిన్ శుభం ప్రకాష్ ,జిల్లా ఫైర్ అధికారి శ్రీ టి. పరమేశ్వర్ , ఎన్.ఎస్.సి ప్రెసిడెంట్ డాక్టర్ కవిత రెడ్డి , డిసిహెచ్ఎస్ డాక్టర్ శ్రీనివాస ప్రసాద్ , ఐ.ఎం.ఏ ప్రెసిడెంట్ డాక్టర్ విశాల్ , ఎలక్ట్రిసిటీ ఎస్.ఈ పి.వి రాజేశ్వర్ రావ్ , నిజామాబాద్ , ఆర్మూర్ , బోధన్ , ట్రాఫిక్ , సిసిఆర్.బి , ఎ.సి.పి లు ప్రకాష్ , వెంకటేశ్వర రెడ్డి , శ్రీనివాస్ , మస్తాన్ అలీ , గురునాయుడు , స్పెషల్ బ్రాంచ్ ఇన్స్పెక్టర్లు శ్రీధర్ రెడ్డి , మల్లేశం , జిల్లాలోని చిన్నపిల్లల సంబంధించిన డాక్టర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గిరిరాజ్ కళాశాలలో ఘనంగా ఎన్ఎస్ఎస్ ఆవిర్భావ దినోత్సవం

నిజామాబాద్ సిటీ, బతుకమ్మ :గిరిరాజ్ ప్రభుత్వ కళాశాలలో ఎన్ఎస్ఎస్ ఆవిర్భావ దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. గురువారం కళాశాలకు చెందిన ఏడు ఎన్ఎస్ఎస్ యూనిట్లకు చెందిన 200 మందికి పైగా ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు ఉత్సహంగా పాల్గొన్నారు. కళాశాల ప్రాంగణంలో అధ్యాపకులు, ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు కలిసి మొక్కలు నాటారు. అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ రామ్మోహన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు సేవాభావం, క్రమశిక్షణ, నాయకత్వ లక్షణాలు, సామాజిక బాధ్యత, సహానుభూతి వంటి విలువలను అలవర్చుకోవాలని సూచించారు. విద్యార్థులు నేటి సమాజ అవసరాలను అర్థం చేసుకుని భవిష్యత్తులో బాధ్యతాయుతమైన, సమర్థవంతమైన నాయకులుగా ఎదగడానికి ఎన్ఎస్ఎస్ కార్యక్రమాలు ఎంతో దోహదపడుతాయని ఆయన తెలిపారు. వైస్ ప్రిన్సిపాల్ రంగారత్నం మాట్లాడుతూ ఎన్ఎస్ఎస్ విద్యార్థుల్లో సేవా ధ-క్పథంతో పాటు వ్యక్తిత్వ వికాసం, నాయకత్వ లక్షణాలను పెంపొదిస్తుందని తెలిపారు. ఇటీవల ఆపదమిత్ర శిక్షణలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు తమ అనుభవాలను, అభిప్రాయాలను పంచుకున్నారు. ఎన్ఎస్ఎస్ ద్వారా నిర్వహిస్తున్న వివిధ సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనడం తమకు ఎంతో ఆనందాన్ని, సామాజిక బాధ్యత పట్ల అవగాహన కలిగిందని విద్యార్థులు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో కళాశాల అధ్యాపకులు, ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్లు, పాల్గొన్నారు.

భగత్ సింగ్ ఆశయాలను స్ఫూర్తిగా తీసుకోవాలి

పీడీఎస్ యూ జిల్లా కార్యదర్శి డా. ప్రగతి

నిజామాబాద్ సిటీ, బతుకమ్మ : భారత స్వాతంత్ర్య ఉద్యమ వీర కిషోరం కామ్రేడ్ భగత్ సింగ్ జయంతి సందర్భంగా నిజామాబాద్ నగరంలోని చంద్రశేఖర్ కాలనీ ఎస్సీ బాలికల హాస్టల్‌లో పీడీఎస్ యూ ఆధ్వర్యంలో భగత్ సింగ్ జయంతి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య వక్తగా మాజీ పీడీఎస్ యూ జిల్లా కార్యదర్శి, లెక్చరర్ డా. ప్రగతి హాజరై విద్యార్థినులనుద్దేశించి మాట్లాడారు. భగత్ సింగ్ జీవితం, ఆయన పోరాట స్ఫూర్తి, సమాజం పట్ల ఆయనకున్న బాధ్యతను విద్యార్థులు స్ఫూర్తిగా తీసుకోవాలన్నారు. భగత్ సింగ్ చిన్న వయసులోనే దేశంలోని సామాజిక పరిస్థితులను లోతుగా అధ్యయనం చేసి, అన్యాయం, దోపిడీ, అసమానతలకు వ్యతిరేకంగా ప్రశ్నించే ధైర్యాన్ని పెంపొందించుకున్నారని తెలిపారు. విద్యార్థులు కేవలం పాఠ్యపుస్తకాలకే పరిమితం కాకుండా సమాజాన్ని అధ్యయనం చేయాలని, తమ చుట్టూ జరుగుతున్న పరిణామాలను అర్థం చేసుకోవాలని, అన్యాయం జరిగినప్పుడు ప్రశ్నించే చైతన్యాన్ని పెంచుకోవాలని సూచించారు.విద్య అనేది కేవలం ఉద్యోగం కోసం మాత్రమే కాకుండా సమాజాన్ని అర్థం చేసుకునే జ్ఞానాన్ని, మంచి చెడులను విశ్లేషించే ఆలోచనా శక్తిని పెంపొందించేదిగా ఉండాలని అన్నారు. భగత్ సింగ్ జీవితంలో అధ్యయనం, ఆలోచన, ప్రశ్నించడం, ప్రజల కోసం నిలబడటం ఎంతో ముఖ్యమైనవని పేర్కొన్నారు.ప్రస్తుత విద్యార్థులు శాస్త్రీయ దృక్పథాన్ని పెంపొందించుకుని, మూఢనమ్మకాలకు దూరంగా ఉండాలని, సమానత్వం, స్వేచ్ఛ, సామాజిక న్యాయం కోసం కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. విద్యార్థి దశ నుంచే సామాజిక బాధ్యతను అలవర్చుకుంటేనే సమాజంలో మంచి మార్పు సాధ్యమవుతుందని తెలిపారు.భగత్ సింగ్‌ను కేవలం జయంతి రోజున స్మరించుకోవడం కాకుండా, ఆయన ఆశయాలను అధ్యయనం చేసి, ఆయనలోని ప్రశ్నించే తత్వాన్ని , సామాజిక చైతన్యాన్ని విద్యార్థులు తమ జీవితంలో ఆచరించాలని డా. ప్రగతి పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో పీడీఎస్ యూ జిల్లా అధ్యక్ష ప్రధాన కార్యదర్శులు కర్క గణేష్, ఎల్. అనిల్ కుమార్, నగర అధ్యక్ష కార్యదర్శులు ఎండి. నసీర్ , ఆల్గోట్ సృజన్, హాస్టల్ వార్డెన్ సుజన, నాయకులు, విద్యార్థినులు తదితరులు పాల్గొని భగత్ సింగ్‌కు ఘనంగా నివాళులర్పించారు.

బాన్సువాడలో జర్నలిస్టుల శిక్షణ ఏర్పాట్లను పరిశీలించిన మీడియా అకాడమీ బృందం.

ఎస్ఆర్ఎన్‌కే డిగ్రీ కళాశాలలో రెండు రోజుల శిక్షణా తరగతులు.

వర్క్‌షాప్‌ను జర్నలిస్టులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలి.

మీడియా అకాడమీ కార్యదర్శి వెంకటేశ్వర్లు.

బాన్సువాడ బతుకమ్మ : బాన్సువాడలో ఈ నెల 29, 30 తేదీల్లో నిర్వహించనున్న జర్నలిస్టుల రెండు రోజుల శిక్షణా తరగతుల ఏర్పాట్లను తెలంగాణ మీడియా అకాడమీ బృందం గురువారం పరిశీలించింది.తెలంగాణ మీడియా అకాడమీ, ఙఖౌజీ-×జీఖ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో దేశాయిపేటలోని ఎస్ఆర్ఎన్‌కే డిగ్రీ కళాశాలలో ఈ శిక్షణా తరగతులు నిర్వహించనున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో మీడియా అకాడమీ కార్యదర్శి వెంకటేశ్వర్లు, ఓఎస్డీ రెహమాన్, మేనేజర్, జిల్లా యూనియన్ అధ్యక్షుడు రజనీకాంత్ కళాశాలకు చేరుకుని ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు.సెమినార్ హాల్, లంచ్ హాల్, కంప్యూటర్ ల్యాబ్ తదితర ప్రాంతాలను పరిశీలించిన బృందం ఏర్పాట్లపై సంతృప్తి వ్యక్తం చేసింది. శిక్షణకు వచ్చే జర్నలిస్టులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేయాలని కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ ఇందూర్ గంగాధర్కు పలు సూచనలు చేశారు.

వర్క్‌షాప్‌ను సద్వినియోగం చేసుకోవాలి.

జర్నలిస్టుల వృత్తి నైపుణ్యాన్ని మరింత పెంపొందించేందుకు ఈ శిక్షణా తరగతులు ఎంతో ఉపయోగపడతాయని మీడియా అకాడమీ కార్యదర్శి వెంకటేశ్వర్లు తెలిపారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉన్న జర్నలిస్టులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.శిక్షణా కార్యక్రమంలో ఎడిటర్లు, సీనియర్ జర్నలిస్టులు పాల్గొని వివిధ అంశాలపై అవగాహన కల్పిస్తారని తెలిపారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా 120 మంది జర్నలిస్టులకు శిక్షణలో పాల్గొనే అవకాశం కల్పించామని, హాజరయ్యే వారికి శిక్షణా మెటీరియల్‌తో పాటు సర్టిఫికెట్లు అందజేస్తామని వెల్లడించారు.ఈ కార్యక్రమంలో వర్క్‌షాప్ నిర్వహణ కమిటీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

బస్వాపూర్‌లో పేరుకుపోయిన మురికి కాలువలు.. మూడు నెలలుగా శుభ్రం చేయలేదని ఆరోపణ

వార్డు మెంబర్ రామచంద్రం స్వయంగా శుభ్రం చేసి నిరసన

భిక్కనూరు,బతుకమ్మ:భిక్కనూరు మండలం బస్వాపూర్ గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని 8వ వార్డులో మురికి కాలువలు మూడు నెలలుగా శుభ్రం చేయడం లేదని వార్డు మెంబర్ రామచంద్రం గురువారం ఆరోపించారు.గ్రామపంచాయతీ అధికారులకు కు పలుమార్లు ఫిర్యాదు చేసినా పట్టించుకోవడం లేదని ఆయన వాపోయారు. కాలువల్లో పేరుకుపోయిన చెత్త, మురికి నీరు నిలిచిపోవడంతో దుర్వాసన, దోమల బెడద పెరిగి ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని తెలిపారు అధికారుల నిర్లక్ష్యానికి నిరసనగా వార్డు మెంబర్ రామచంద్రం స్వయంగా రంగంలోకి దిగి మురికి కాలువలను శుభ్రం చేశారు. గ్రామపంచాయతీ తక్షణమే స్పందించి కాలువల శుభ్రతపై చర్యలు తీసుకోవాలని గ్రామస్తులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

బాన్సువాడలో వినాయక నిమజ్జనానికి ఏర్పాట్లు పూర్తి

నిమజ్జన ఏర్పాట్లను పరిశీలించిన ఆర్డీవో,మున్సిపల్ కమిషనర్.

బాన్సువాడ బతుకమ్మ : బాన్సువాడ మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని కల్కి చెరువు వద్ద నిర్వహించనున్న వినాయక నిమజ్జన కార్యక్రమానికి సంబంధించిన ఏర్పాట్లను ఆర్డీవో రవీందర్ రెడ్డి,మున్సిపల్ కమిషనర్ గోవు గంగాధర్ పరిశీలించారు. నిమజ్జన కార్యక్రమానికి వచ్చే భక్తులు, ప్రజలకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా అవసరమైన ఏర్పాట్లు ముందస్తుగా పూర్తి చేశారు.కల్కి చెరువు నిమజ్జన ప్రాంతంలో లైటింగ్, తాగునీరు, కుర్చీలు, పారిశుధ్యం తదితర ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు.నిమజ్జన కార్యక్రమం సందర్భంగా భక్తులకు అవసరమైన సౌకర్యాలు అందుబాటులో ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని మున్సిపల్ సిబ్బందికి సూచించారు.అలాగే నిమజ్జనం అనంతరం వినాయక మండపాల వద్ద పూజా సామగ్రి, ఇతర వ్యర్థాలను రోడ్లపై లేదా చెరువు పరిసరాల్లో పడవేయకుండా పురపాలక సిబ్బందికి అప్పగించాలని మండపాల నిర్వాహకులకు సూచించారు. శోభాయాత్ర సమయంలో పారిశుధ్యాన్ని కాపాడుతూ పురపాలక సిబ్బందికి పూర్తి సహకారం అందించాలని కోరారు.వినాయక నిమజ్జన కార్యక్రమాన్ని ప్రశాంతంగా, పరిశుభ్రంగా, విజయవంతంగా నిర్వహించేందుకు మండపాల నిర్వాహకులు, భక్తులు, ప్రజలు పురపాలక సంఘానికి సహకరించాలని అధికారులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

108 రకాల వంటకాలతో గణనాథునికి నైవేద్యం...

రుద్రూర్, బతుకమ్మ : రుద్రూర్ మండల కేంద్రంలోని శ్రీ లక్ష్మి గణపతి ఆలయంలో కొలువుదీరిన గణనాథుడికి గురువారం భక్తులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. 108 రకాల వంటకాలతో నైవేద్యాలు సమర్పించారు. అనంతరం గణేష్ మండలి నిర్వాహకులు మండపం వద్ద భక్తులకు అన్నదాన కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో గణేష్ మండలి సభ్యులు, భక్తులు, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

హనుమాన్ మందిరం వ్యాయామశాలలో మహా అన్నదాన కార్యక్రమం

ముఖ్య అతిథులకు ఘనంగా సన్మానించిన ఆలయ కమిటీ సభ్యులు.

బాన్సువాడ బతుకమ్మ : బాన్సువాడ పట్టణంలోని హనుమాన్ మందిరం వ్యాయామశాలలో గురువారం మహా అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షుడు నార్ల సురేష్ అధ్యక్షతన, కార్యవర్గం ఆధ్వర్యంలో ఈ కార్యక్రమం వైభవంగా జరిగింది.ఈ సందర్భంగా సుమారు 1,000 మందికి అన్నదానం నిర్వహించారు. అన్నదాన కార్యక్రమంలో భాగంగా అమ్మవారి స్వాములతో ప్రత్యేకంగా కుంకుమార్చన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. అనంతరం కార్యక్రమానికి హాజరైన ముఖ్య అతిథులకు, అన్నదాతలకు, ఆలయ అర్చకులను ఆలయ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో బాన్సువాడ డీఎస్పీ విట్టల్ రెడ్డి, టౌన్ సీఐ శ్రీధర్, మున్సిపల్ కమిషనర్ గంగాధర్, మున్సిపల్ ఏఈ, కౌన్సిలర్ వెంకట్, 13వ వార్డు కౌన్సిలర్ నందకిషోర్ తదితరులను ఘనంగా సన్మానించారు.మహా అన్నదాన కార్యక్రమానికి పట్టణ ప్రజలు, ప్రముఖులు, అమ్మ స్వాములు, హనుమాన్ వ్యాయామశాల మాజీ అధ్యక్షులు, భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు. భక్తులకు అన్నప్రసాదం అందించి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.ఈ సందర్భంగా రుద్రంగి మురళి, ఆయన సతీమణి, కుటుంబ సభ్యులు అన్నదాతలుగా సేవలందించారు. వారిని ఆలయ కమిటీ ఘనంగా సన్మానించి ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలిపింది. మహా అన్నదాన కార్యక్రమానికి సహకరించిన ప్రతి ఒక్కరికీ ఆలయ కమిటీ తరఫున ధన్యవాదాలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ కమిటీ డైరెక్టర్లు సాగర్, సందే నార్ల ఉదయ్ కుమార్, సాయిరాం, గురజాల పాండురంగం, కొత్తకొండ భాస్కర్, గురు వినయ్ కుమార్, కాసూజి నరసన్న తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్మార్ట్ రేషన్ కార్డుల్లో తప్పుల తడక.. అడ్రస్ గందరగోళం

సిద్ధ రామేశ్వర గ్రామస్తుల కార్డుల్లో పెద్దమల్లారెడ్డి పేరు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్న ప్రజలు

భిక్కనూరు,బతుకమ్మ: భిక్కనూరు మండలం సిద్ధ రామేశ్వర గ్రామంలో నూతన స్మార్ట్ రేషన్ కార్డుల పంపిణీలో అధికారుల నిర్లక్ష్యం బయట పడింది. గ్రామస్తులకు జారీ చేసిన కార్డులపై గ్రామం పేరు తప్పుగా ముద్రించడంతో ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.సిద్ధరామేశ్వర నగర్ గ్రామానికి చెందిన లబ్ధిదారులకు గురువారం పంపిణీ చేసిన స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులపై గ్రామం పెద్ద మల్లారెడ్డిఅని, చిరునామాలో కూడా పెద్ద మల్లారెడ్డి, భిక్కనూరు మండలం కామారెడ్డి జిల్లా అని ముద్రించి వచ్చింది. దీంతో తమ సొంత గ్రామం సిద్ధ రామేశ్వర నగర్ కాకుండా వేరే గ్రామం పేరు రావడంపై లబ్ధిదారులు అయోమయానికి గురవుతున్నారు.ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా జారీ చేస్తున్న స్మార్ట్ కార్డుల్లో ఇలాంటి తప్పులు రావడం పట్ల గ్రామస్తులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. రేపు రేషన్ తీసుకోవడంలో, ఇతర ప్రభుత్వ పథకాలకు ఈ కార్డులు లింక్ చేయడంలో ఇబ్బందులు తలెత్తుతాయని ఆందోళన చెందుతున్నారు.కావున సంబంధిత అధికారులు వెంటనే స్పందించి తప్పుగా ముద్రించిన స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులను సరిచేసి, సిద్ధ రామేశ్వర నగర్ పేరుతో సరైన కార్డులను తిరిగి జారీ చేయాలని గ్రామస్తులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

ఘనంగా మాజీ సొసైటీ చైర్మన్ పత్తి రాము జన్మదిన వేడుకలు

– బోధన్ లయన్స్ క్లబ్‌లో అన్నదానం....

రుద్రూర్, బతుకమ్మ : లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ రుద్రూర్ వ్యవస్థాపక సభ్యులు, మాజీ సొసైటీ చైర్మన్ లయన్ పత్తి రాము జన్మదిన వేడుకలను రుద్రూర్ మండల కేంద్రంతో పాటు బోధన్ లయన్స్ కంటి ఆసుపత్రిలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆయన పుట్టినరోజును పురస్కరించుకుని బోధన్ లయన్స్ కంటి ఆసుపత్రిలో కంటి ఆపరేషన్లు చేయించుకున్న రోగులకు, వారి సహాయకులకు అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా లయన్ పత్తి రాము మాట్లాడుతూ.. తన పుట్టినరోజు సందర్భంగా క్లబ్ సభ్యులు ఇంతటి ఘనమైన సేవా కార్యక్రమాన్ని చేపట్టినందుకు క్లబ్ సభ్యులందరికీ హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా చైర్మన్ లయన్ కె.వి. మోహన్, జీఎస్టీ కో-ఆర్డినేటర్ లయన్ శ్యాంసుందర్ పహాడే, క్లబ్ కార్యదర్శి లయన్ గెంటీల గంగాధర్, క్లబ్ సభ్యులు గాండ్ల మధు, ఏఎంసి డైరెక్టర్ పార్వతి ప్రవీణ్, సాయికుమార్, బోధన్ క్లబ్ సభ్యులు లయన్ కటకం రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సకాలంలో విద్యార్థులకు అందించాలి

మోర్తాడ్ బతుకమ్మ:ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చదువుతున్న విద్యార్థులకు నాణ్యత ప్రమాణాలతో కొట్టిన ఏకరూప దుస్తులను సకాలంలో అందించాలని డిఆర్డిఏ పిడి సాయన్న అన్నారు. మోర్తాడ్ మండలం కేంద్రంలో గురువారం పాఠశాల విద్యార్థులకు కుంటుతున్న ఏకరూప దుస్తులు కుట్టుతున్న దుస్తులను ఆయన పరిశీలించారు. ఏటువంటి పొరపాటు జరగకుండా నిర్లక్ష్యం వహించకుండా తగు జాగ్రత్తలతో బట్టలను కుట్టి విద్యార్థులకు సకాలంలో అందించాలని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో ఏపిఎం పుప్పాల గంగాధర్, సీసీల జిల్లా అధ్యక్షులు తడకల శ్రీనివాస్, గాజుల శ్రీనివాస్, మహేందర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తప్పుడు కేసులతో వేదిస్తూ భయాందోళనలు సృష్టిస్తున్న వారిపై చర్యలు తీసుకోవాలి

తాళ్ళరాంపూర్ గ్రామప్రజలు

నిజామాబాద్ క్రైం, బతుకమ్మ : తాళ్ళరాంపూర్ గ్రామంలో కొందరు వ్యక్తులు తప్పుడు కేసులతో వేదిస్తూ భయాందోళనలు సృష్టిస్తున్న వారిపై తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతూ గ్రామస్తులు గురువారం పోలీసు కమిషనర్ కార్యాలయంలో వినతి పత్రం అందజేశారు. ఈ నెల 23న తాళ్ళరాంపూర్ గౌడ సంఘం వారు ఇచ్చిన గ్రామ కమిటీకి అని పలువురుపేర్లు పెట్టి వారిని బహిష్కరించమని చెప్పడంలో ఎవరి పాత్ర లేదన్నారు. ఎటువంటి వాస్తవం లేదన్నారు. మా ఊరిలో ఎటువంటి గ్రామ కమిటీ లేదని, బహిష్కరణ కూడా జరుగలేదన్నారు. గత కొన్ని నెలల క్రితం తాళ్లరాంపూర్ గ్రామంలో పీఏసీఎస్ ఫంక్షన్ హాల్ లో జిల్లా జడ్జి, పోలీసు కమిషనర్ ఆధ్వర్యంలో అవగాహన సదస్సు తర్వాత గ్రామ కమిటీ రద్దు చేయడం జరిగిందన్నారు. వ్యక్తిగతంగా కూడా ఎవరిని బహిష్కరించామని ఎవ్వరికి చెప్పలేదన్నారు. ఇప్పుడు అనవసరంగా వ్యక్తిగతంగా హింసించడానికి పలువురి కులాల 100 కుటుంబాలను కేసులో పేరుతో వేదించడం జరుగుతుందన్నారు. గౌడ సంఘం వేదిస్తున్న కుటుంబాలను అన్ని కులాలు, ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, ఓసీ అన్ని కులాల వారిని గౌడ సంఘం వేదిస్తుందని ఆరోపించారు. దీనిలో ప్రధానంగా కోటగిరి రామగౌడ్, కోటగిరి బల్లాన గౌడ్, లింగాల ప్రభాకర్ గౌడ్, పలువురు గ్రామంలోని చాలా కుటుంబాలను వేదించి భయభ్రాంతులకు గురి చేయడం జరుగుతుందన్నారు. వీరిపై చర్యలు తీసుకుని శాంతియుత వాతావరణం నెలకొల్పాలని తాళ్ళరాంపూర్ గ్రామ ప్రజలు కోరుతున్నారు.

సెలైన్ ఎక్కించుకుంటూనే

వైద్యం అందిస్తున్న డాక్టర్

రోగుల కోసం అనారోగ్యాన్నే లెక్కచేయని డాక్టర్.

ఒక చేతికి సెలైన్, మరో చేతితో రోగులకు చికిత్స.

బాన్సువాడ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో హృదయాన్ని కదిలించిన దృశ్యం.

బాన్సువాడ బతుకమ్మ : సాధారణంగా అనారోగ్యానికి గురైతే విశ్రాంతి తీసుకోవడం సహజం. కానీ కామారెడ్డి జిల్లా బాన్సువాడ ప్రభుత్వ ఏరియా ఆసుపత్రి వైద్యుడు డాక్టర్ శ్రీను నాయక్ మాత్రం తన ఆరోగ్యం కంటే రోగుల ప్రాణాలకే ప్రాధాన్యత ఇచ్చారు.తీవ్ర అస్వస్థతతో సెలైన్ ఎక్కించుకుంటూనే ఆసుపత్రికి చేరుకుని అత్యవసర విభాగంలో రోగులకు వైద్యం అందించిన తీరు ఇప్పుడు వైరల్‌గా మారింది.ఒక చేతికి సెలైన్ బాటిల్ మరోవైపు రోగుల పరీక్షలు తానే పేషెంట్‌గా చికిత్స తీసుకుంటూనే వైద్యుడిగా తన బాధ్యతను కొనసాగించిన ఆయన అంకితభావం రోగులు, వారి బంధువులను కదిలించింది. ప్రతిరోజూ భారీ సంఖ్యలో రోగులు వచ్చే ఆసుపత్రిలో అత్యవసర సేవలకు అంతరాయం కలగకూడదనే ఉద్దేశంతో ఆయన విధులకు హాజరైనట్లు సమాచారం.రోగుల కోసం తన అనారోగ్యాన్ని సైతం పక్కనపెట్టి విధి నిర్వహించిన డాక్టర్ శ్రీను నాయక్‌పై స్థానికులు, రోగులు, తోటి సిబ్బంది ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. వైద్యం ఉద్యోగం కాదు.. బాధ్యత అనే మాటకు తన సేవలతో నిదర్శనంగా నిలిచారని పలువురు అభినందిస్తున్నారు.

ప్రణాళికతో చేస్తే పనిలో విజయం

మోర్తాడ్, బతుకమ్మ : ఏ పని చేసిన ప్రతి పని ప్రణాళికతో చేస్తే విజ యం సాధ్యమైతుందని డిఆర్డిఏ పీ డీ అన్నారు. వీబీజీ రామ్ జీ ప్రణాళికాలో భాగంగా గురువారం మోర్తాడ్ మండలంలోని దొన్ పాల్ గ్రామం సామాజిక చిత్ర పటం మరియు మౌలిక వనరుల చిత్ర పటం మ్యాపింగ్ వేసి ఎలాంటి పనుల ఎప్పుడు చేయాలి గ్రామనికి ఉపయోగ పడే పనులు గురుంచి వివరించారు. రాబోయే 2026-27, 2027-28 ఆర్థిక సంవత్సరానికి పనుల గురించి వివరించి చెప్పడం జరిగినది. కార్యక్రమంలో మోర్తాడ్, ఏర్గట్ల, కమ్మర్ పల్లీ మండలాల ఎంపీడీఓలు, ఏ పీ వో లు, టీ ఏ లు గ్రామ సర్పంచులు, ఉపాధి హామీ క్షేత్ర సహాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా గౌస్-ఏ-పాక్ సందల్ మహోత్సవం...

రుద్రూర్, బతుకమ్మ : రుద్రూర్ మండలం అక్బర్ నగర్ గ్రామంలో గౌస్-ఏ-పాక్ సందల్ మహోత్సవాన్ని అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో వైభవంగా బుధవారం గంధోత్సవం నిర్వహించగా, గురువారం చీరాగ్ కార్యక్రమన్ని నిర్వహించారు. మొదట గందోత్సవంలో భాగంగా పవిత్రమైన చందనం (గంధం) కలిపిన మిశ్రమాన్ని, పువ్వుల చాదర్ ను దర్గా కు సమర్పించారు. దర్గాను రంగురంగుల విద్యుత్ దీపాలు, సాంప్రదాయ దీపాలతో సర్వాంగ సుందరంగా అలంకరించారు. అనంతరం దర్గా వద్ద ఖవ్వాలి కార్యమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ ఉత్సవాల్లో ముస్లింలతో పాటు ఇతర మతస్థులు కూడా పాల్గొని మొక్కులు తీర్చుకోవడం ఇక్కడి ప్రత్యేకత. నిర్వాహకులు భక్తులకు భారీగా 'తబర్రుక్' (ప్రసాదం), అన్నదానం పంపిణీ చేశారు.

తాళ్ల రాంపూర్ లో అర్హులైన వారికి

ఇందిరమ్మ ఇండ్ల మంజూరు

మంజూరు పత్రాలు అందజేసిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు

ఏర్గట్ల,బతుకమ్మ: తల్లా రాంపూర్ గ్రామంలో అర్హులైన లబ్ధిదారులకు, పార్టీలకు అతీతంగా ఇందిరమ్మ ఇండ్లు మంజూరు చేయడం జరిగిందని వారికి మంజూరు పత్రాలను కూడా ఇవ్వడం జరిగిందని గ్రామ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తెలిపారు.ఇట్టి కార్యక్రమం లో గ్రామ ఇంచార్జ్ సర్పంచ్ చాట్ల జనార్దన్,ఇందిరమ్మ జిల్లా కమిటీ మెంబర్, కాంగ్రెస్ నాయకులు ఆడెం గంగ ప్రసాద్,సోమ దేవా రెడ్డి, గ్రామపంచాయతీ వార్డు సభ్యులు, కారోబార్ సాయిరాం,గ్రామ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

సూపర్ బ్రెయిన్ యోగతో మెదడు చురుకుధనం పెరుగుతుంది

అంతర్జాతీయ గుంజిళ్ళ ప్రచారకులు అందె జీవన్ రావు

డిచ్ పల్లి, బతుకమ్మ :సూపర్ బ్రెయిన్ యోగ (గుంజిళ్ళు) ప్రతి దినం చేయడం వల్ల మనిషికి మెదడులో చురుకుధనం పెరుగుతుందని అంతర్జాతీయ గుంజిళ్ళ ప్రచారకులు అందె జీవన్ రావు అన్నారు. తెలంగాణా విశ్వవిద్యాలయం లో జాతీయ సేవా పథకం వ్యవస్థాపక దినోత్సవం సందర్భంగా " సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా" అంశంపై గురువారం ఆయన ప్రత్యేక ఆహ్వానితులుగా హాజరై అవగాహన కార్యక్రమమును నిర్వహించినారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా వలన మెదడు చురుకుదనం పెరిగి జ్ఞాపక శక్తి మెరుగుపడుతుందని పరిశోధనల ద్వారా తేలిందన్నారు. ఆ పరిశోధనా వివరాలను పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా వాలంటీర్లకు వివరించారు. సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా ప్రతినిత్యం చేయడం వలన విద్యార్థులలో జ్ఞాపక శక్తి, అభ్యసనం, సృజనాత్మకత, జ్ఞానం, ఏకాగ్రత, గుర్తుంచుకోవడం, సమస్యా పరిష్కారం, వ్యాధి నిరోధక శక్తి మొదలైనవి పెంపొంది తద్వారా సమస్యలు, ఆందోళనల నుండి ఉపశమనం కలుగుతుందన్నారు . ప్రతి నిత్యం ఉదయం 14 రౌండ్లు సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా చేయడం వలన రోజంతా పదునైన మనసుతో రోజువారీ కార్యక్రమములలో చురుకుగా పాల్గొనవచ్చునని తెలిపారు. సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా చేసే పద్ధతిని విపులంగా వివరించి వాలంటీర్లచే ప్రదర్శన నిర్వహించారు . జాతీయ సేవా పథకం సమన్వయకర్త ప్రొఫెసర్ అపర్ణ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా ను ప్రతి రోజు ఆచరిస్తూ మేధో సంపత్తిని, ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించుకోవాలని సూచించినారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణా విశ్వవిద్యాలం రిజిస్ట్రార్ యాదగిరి, ప్రిన్సిపాళ్లు ఆరతి, రాంబాబు, జిల్లా యువజన అధికారి రమేష్, ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.