

గీతానీడిజల్స్

హైదరాబాద్, విశాఖపట్నం, రాజమండ్రి, ఒంగోలు, తిరుపతి

కాంప్యూటర్ ప్రింట్ మెంట్ ఇంట్
కేజీ కేసుల 2800/- మాత్రమే

150 మీటర్ల 60 సెం.ఎం. మాట్ల పైబ్
64 కేసుల 800/- మాత్రమే

మరిన్ని వివరాలకు: 93948 55244, 9059465965

ఎన్ పవర్

తెలుగు దిన పత్రిక ప్రశ్నించడం మన హక్కు

మంగళకాళి పీఠం

హారమోగ... రాజమోగ... క్రితమోగ...

దేశ మన హక్కు! దేశ ప్రజల హక్కు! దేశ ప్రజల హక్కు! దేశ ప్రజల హక్కు!

కాళి - కాల్పానిక - ప్రభువీరా దేవాలయం, హైదరాబాద్, తెలంగాణ

పరిమళాన్ని, శివశక్తిని పోషించుకోండి

దీక్షాపాదన - మంగళకాళి పీఠం

(ఈ పీఠము ప్రస్తుత క్రింద ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నరేంద్ర మోదీగారి ఆధ్వర్యంలో)

అధ్యక్షుడు : శ్రీ బాబుగౌడ్ | అధ్యక్షిణి : శ్రీమతి బాబుగౌడ్

సంస్కృత విభాగం : శ్రీమతి బాబుగౌడ్

శిష్యులు : 628 100 7676, 70923 97231

సంపుటి : 1 సంచిక : 88 పేజీలు : 12 సంపాదకులు : జి.ఎ.రావు (ఆనంద్ గంట్వాడ) ప్రచురణ : హైదరాబాద్ ఆదివారం 8 ఫిబ్రవరి 2026 వెల : 1/- రూ ||

VOLUME :1 ISSUE : 88 PAGES : 12 EDITOR : G. A. RAO (ANAND GANTYADA) PUBLISHED : HYDERABAD SUN 8 FEBRUARY 2026 PRICE : 1/- RS

Simultaneously Published form : Hyderabad, Thadepalligudem, Dr. B.R. Ambedkar Konasema Dist, Narasarao Peta, Bapatla, Visakhapatnam, Kakinada, Ongole, Kadapa, SPSR Nellore, Circulated by : Srikakulam, manyam, Vizianagaram, East Godavari, Eluru, Guntur, Tirupati, Chittoor, Kurnool, Anantapur



జాతర ముగింపు.. టన్నుల కొద్దీ చెత్త, జంతు వ్యర్థాలతో...

మురికి కూపంలా మేడారం

- మేడారం మహాజాతర ముగింపుతో భారీగా పేరుకుపోయిన వ్యర్థాలు
- సుమారు 3 వేల టన్నుల చెత్త పోలీస్ లు అధికారుల అంచనా
- శుభ్రం చేసేందుకు రంగంలోకి దిగిన 6 వేల మంది పారిశుధ్య కార్మికులు
- జంతు వ్యర్థాలు చూసి వాంతులాస్తున్నారని కార్మికుల ఆవేదన
- వ్యర్థాల్లో 48 శాతం ప్లాస్టిక్, గాజు సీసాలు ఉండటంపై ఆందోళన

- మిగతా 2లో

ఫోరెన్సిక్ ల్యాబ్ లో అగ్నిప్రమాదం

ఫోరెన్సిక్ ల్యాబ్ లో అగ్నిప్రమాదంపై అనుమానాలు



- నాంపల్లిలోని ఫోరెన్సిక్ ల్యాబ్ లో అగ్నిప్రమాదం
- ఓటుకు నోటు కేసు వాయిస్ రికార్డింగులను నాశనం చేసే ప్రయత్నంగా కనిపిస్తోందన్న కేటీఆర్
- ఫాక్ట్ సర్క్యూట్ కారణంగా ప్రమాదం జరిగిందని అంచనా వేస్తున్న అధికారులు



- బల్డింగ్ ను కమ్మేసిన పాగ
- బయటకు పరుగులు పెట్టిన సిబ్బంది
- మంటలు అర్ధేసిన అగ్నిమాపక శాఖ సిబ్బంది
- ఫోరెన్సిక్ ల్యాబ్ లోని సీజ్డ్ ప్రావర్తన గదిలో అగ్ని ప్రమాదం
- 1980ల నాటి భవనమని వెల్లడించిన ఫైర్ డీజీ విక్రమ్ సింగ్
- చివరి గదిలో స్పెష్ బోర్డు వద్ద పాక్ సర్క్యూట్ అయినట్లు వెల్లడి

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: నాంపల్లిలోని ఫోరెన్సిక్ సైన్స్ ల్యాబ్ లో జరిగిన అగ్ని ప్రమాదంపై ఫైర్ డీజీ విక్రమ్ సింగ్ స్పందించారు. ఈ ప్రమాదానికి పాక్ సర్క్యూట్ కారణమని భావిస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. ఫోరెన్సిక్ ల్యాబ్ లోని సీజ్డ్ ప్రావర్తన గదిలో అగ్నిప్రమాదం జరిగింది. ఈ గది పూర్తిగా దగ్ధమై నష్టం అధికారులు వెల్లడించారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే ఫైర్ డీజీ విక్రమ్ సింగ్ సంఘటన స్థలానికి చేరుకుని పరిస్థితిని సమీక్షించారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ఈ ఫోరెన్సిక్ భవనం చాలా పాతదని, దీనిని 1980లలో నిర్మించారని తెలిపారు.

- మిగతా 2లో



గుర్తు పెట్టుకోండి.. తెలంగాణలో మళ్లీ గెలిచేది కాంగ్రెస్

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖర్ రావు, కల్వకుంట్ల కిషన్ రావు గుర్తు పెట్టుకోండి తెలంగాణలో మళ్లీ గెలిచేది కాంగ్రెస్ పనిని సీఎం రేపంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఐదేళ్ల కోసం ఎన్నికైన.. మరో ఐదేళ్లు వదలిపో ఉంటామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. వదేళ్లు పవర్ లో ఉన్న బీఆర్ఎస్.. 12 ఏళ్లుగా అధికారంలో ఉన్న బీజేపీ ఏనాడు మన సమస్యలని పట్టించుకోలేదని విమర్శించారు. శనివారం (ఫిబ్రవరి 7) ప్రజా పాలన ప్రగతి బాటు కార్యక్రమంలో భాగంగా వికారాబాద్ జిల్లా పరిగి మండలం నారాయణపూర్ లో పలు అభివృద్ధి పనులకు సీఎం రేపంత్ రెడ్డి శ్రీకారం చుట్టారు. అనంతరం బహిరంగ సభలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. కాంగ్రెస్ ను ఓడించే దుకు బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ చీకటి ఒప్పందాలు చేసుకుంటున్నాయని ఆరోపించారు. మూసీ నది ప్రక్షాళన చేస్తామంటే బీఆర్ఎస్, బీజేపీ అడ్డుకుంటున్నాయని..

- మిగతా 2లో

భారత వ్యాక్సిన్లు రాకపోవడం మా ఆర్థిక వ్యవస్థకు భారంగా మారింది

- భారత్ నుంచి అందుబాటు ధరలో లభించే వ్యాక్సిన్ల సరఫరా నిలిచిపోయిందని వెల్లడి
- వ్యాక్సిన్ల దిగుమతి కోసం వందల మిలియన్ డాలర్లు ఖర్చవుతున్నాయన్న మంత్రి
- కరోనా సమయంలో భారత్ నుంచి కొవిడ్ వ్యాక్సిన్లు వచ్చినట్లు వెల్లడి

- మిగతా 2లో

మున్సిపల్ ఎన్నికలు క్లీన్ స్వీప్ చేయబోతున్నారని

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: త్వరలో జరగనున్న మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికలలో క్లీన్ స్వీప్ చేయబోతున్నామని మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి ధీమా వ్యక్తం చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా శనివారం (ఫిబ్రవరి 7) జగిత్యాల జిల్లాలో మంత్రి ఉత్తమ్ ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ..

- మిగతా 2లో



నమ్మకమే మనకు అతి పెద్ద కరెన్సీ

మలేషియాలో ప్రధాని మోదీ

- మలేషియా పర్యటనలో మోదీకి ఘన స్వాగతం
- భారత్-మలేషియా బంధానికి 'ఇంపాక్ట్' మార్గదర్శి అని వెల్లడి
- మలేషియాలోని భారత సంతతి సేవలను కొనియాడిన ప్రధాని
- మలయా యూనివర్సిటీలో తిరువళ్లువర్ సెంటర్ ఏర్పాటుకు హామీ

- మిగతా 2లో



ముఖ్యమంత్రికి చేతకాక నిందలు వేస్తున్నారు

- కేసీఆర్ ను కాపాడుతున్నారన్న రేపంత్ రెడ్డి... తీవ్రంగా స్పందించిన కిషన్ రెడ్డి
- కేసీఆర్ పై చర్యలు తీసుకుంటామంటే ఎవరు అడ్డుకుంటారని ప్రశ్న
- మోదీని అడ్డుకోవడం కోసం సోనియా, కేసీఆర్ కుటుంబం కలిసిందన్న కిషన్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్, బీఆర్ఎస్ నాయకులు కేటీఆర్, హరీష్ రావులను ఎప్పుడూ అరెస్టు చేస్తారని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేపంత్ రెడ్డి ఇటీవల ప్రశ్నించడం తెలిసిందే. వారిని కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి కాపాడుతున్నారని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ ఆరోపణలపై కిషన్ రెడ్డి స్పందించారు.

- మిగతా 2లో

ఎలాన్ మస్క్ స్పేస్ఎక్స్ లో చైనా పెట్టుబడులు.. అమెరికా భద్రతకు ముప్పుంటూ సెనేటర్ల ఆందోళన

- స్పేస్ఎక్స్ పై సమీక్ష జరపాలని అమెరికా సెనేటర్ల డిమాండ్
- కంపెనీలో చైనా రహస్యంగా పెట్టుబడులు పెట్టిందని ఆరోపణ
- ఇది అమెరికా జాతీయ భద్రతకు ముప్పు అని తీవ్ర ఆందోళన
- విషయంపై రక్షణ శాఖకు లేఖ రాసిన ఇద్దరు డెమోక్రాటిక్ సెనేటర్లు

- మిగతా 2లో

‘అరెస్ట్’ ఎప్పుడు చేయాలంటే.. పోలీసులకు సుప్రీం కీలక ఆదేశాలు



- ప్రశ్నించాలనే కారణంతో అరెస్ట్ చేస్తానంటే కుదరదని హెచ్చరిక
- ఏదేళ్లలోపు శిక్ష పడే కేసుల్లో ఇష్టానుసారం అరెస్టులు సరికాదని వ్యాఖ్య
- దర్యాప్తుకు తప్పనిసరి అని భావించినప్పుడే అరెస్ట్ చేయాలని సూచన

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: కేసు విచారణలో భాగంగా ఎవరినైనా ప్రశ్నించేందుకు అరెస్టు చేయడం సరికాదని దేశ అత్యున్నత న్యాయస్థానం అభిప్రాయపడింది. ముఖ్యంగా ఏదేళ్ల లోపు శిక్ష పడే అవకాశం ఉన్న కేసుల్లో ఎడాపెడా అరెస్టులు కుదరవని స్పష్టం చేసింది. కేవలం ప్రశ్నించాలనే కారణంతో అరెస్టు చేయడాన్ని తప్పుబట్టింది. దర్యాప్తులో భాగంగా తప్పనిసరి అని భావించినప్పుడు ముందస్తుగా నోటీసు జారీ చేశాక అరెస్టు చేయాలని పోలీసులకు సూచించింది. భారత న్యాయ సంహిత ప్రకారం నోటీసులు జారీ చేసినప్పటికీ అరెస్టు తప్పనిసరి కాదని తేల్చిచెప్పింది.

- మిగతా 2లో



తెలంగాణ, మహారాష్ట్ర మధ్య నీటి గొడవలు లేవు

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: గోదావరి జలాల విషయంలో తెలంగాణ, మహారాష్ట్ర మధ్య ఎలాంటి గొడవలు లేవన్నారు మహారాష్ట్ర సీఎం దేవేంద్ర ఛద్దవీస్. మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా కాగజ్ నగర్ లో జరిగిన సభలో పాల్గొన్న ఛద్దవీస్.. గోదావరి జలాలను ఇచ్చేందుకు నిర్ధారించామని, మేం నీళ్లు ఇవ్వడం వల్లే తెలంగాణ సస్యశ్యామలంగా ఉంది. మాకు నష్టం జరిగినా నీళ్లు ఇస్తున్నామన్నారు. అందరూ

- మిగతా 2లో

రాష్ట్రాల మధ్య సత్సంబంధాలు కోరుకునే వ్యక్తిని విమర్శించడం సరికాదని పార్టీ నేతలు హితవు పలికారు. కేవలం రాజకీయ చేష్టపాలనం రెచ్చికొట్టడానికే ప్రతిపక్షాలు ఇలాంటి విమర్శలు చేస్తున్నాయని మండిపడ్డారు. ఇక ఈ విమర్శల వల్లే ప్రభుత్వం ఆగిపోయిందా అన్న చర్చపై రాజకీయ పార్టీల్లో భిన్నాభిప్రాయాలు ఉన్నాయి. విమర్శలు రావడం సహజమే అయినా, అవే ప్రచారం చేయకుండా ప్రధాన కారణం రాజకీయనేననే వర్గాలు అంటున్నాయి. రద్దులో పాలనాపరమైన ఒడిబిడి, భద్రతా కారణాలు, హత్యలో భాగంగా క్షేత్రస్థాయిలో బీజేపీ-జనసేన క్వారంటైన్ వద్ద సమస్యలు ఏర్పడటం వంటి అంశాలే వర్గులనే రద్దుకు దారితీసినట్లుతెలుస్తోంది. రోల్స్ వంటి అంశాలే వర్గులనే రద్దుకు దారితీసినట్లుతెలుస్తోంది. ప్రత్యర్థుల విమర్శలకు భయపడి వెనక్కి తగ్గి నాయకుడు పవన్ కల్యాణ్ కాదని, కేవలం అనివార్య కారణాల వల్లే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారని పార్టీ వర్గాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి. మొత్తానికి పవన్ ప్రచారం మాత్రం ఆగిపోయింది.

నాయకులు స్వతంత్రులుగా బరిలోకి దిగడం అన్ని పార్టీలకూ తనదేనొక్క మారింది. ఓట్లు లీలితే అది ఎవరికి లాభిస్తుందనేది అంచనాలకు అందడం లేదు. ఈ మున్సిపల్ ఎన్నికలు కేవలం స్థానిక నవ్వలకు పరిమితం కాకుండా, రాష్ట్రంలో బలమైన ప్రాజెక్టులూ ఎవరు అనే ప్రశ్నకు సమాధానం ఇవ్వటోకు న్నాయి. ఉత్తర తెలంగాణలో బీజేపీ తన పట్టును నిరూపించు కుంటే, రాష్ట్ర రాజకీయంలో కాంగ్రెస్‌కు ప్రధాన ప్రతర్థిగా నిలుస్తుంది. లేకపోతే బీఆర్‌ఎస్‌ తన స్థానాన్ని కాపాడుకుంటుంది. అందుకే హోరాహోరీ ప్రయత్నాలు చేస్తోంది.

ప్రకటన చేశారు. భవిష్యత్ ప్రణాళికలో కఠినంగర్, వంగంగర్ జంటనగరాలుగా మారాలని ఆశాంక్షించారు. జెబర్ రింగ్ రోడ్ నిర్మాణం, మామనుసరంగా విమానాశ్రయం అభివృద్ధిపరచుకోవాలి, రోడ్లకు ప్రాంతాల్లో వచ్చు పెద్ద విద్యుత్ ఉత్పత్తి కేంద్రం ఏర్పాటు చేయాలనే ఆలోచన ఉన్నట్లు తెలిపారు. ఇది మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకోసామి నిర్మిస్తున్న అభివృద్ధికి మార్గం సుగమం చేస్తుందని తెలిపారు.వంగంగర్, కఠినంగర్ వచ్చులో భాగి దంపింగ్ యార్డు నిర్మించి, అక్కడ నగర వ్యర్థాలను విద్యుత్గా మార్చి ప్రణాళిక కిందజాప్తంగా మార్గదర్శకంగా మారుతున్నదని సీఎం తెలిపారు, ఇలాంటి వేర్వేరునగర్ ప్రాజెక్టులు నీటి సమస్యలను తగ్గించి, విద్యుత్ను పెంచుతాయి. మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ అభివృద్ధికోసామి, ఈ చొరవ గ్రీన్ ఎనర్జీ మార్డల్గా పనిచేస్తూ, ఇతర రాష్ట్రాలకు నుర్మాణా నిలుస్తుంది. ఫలితంగా, స్థానిక సహకారకు శుభ్రత, ఉష్ణి అవకాశాలు పెరుగుతాయి.విమానాశ్రయం, రింగ్ రోడ్లలో కలిసి ఈ జంట నగరాలు ఆకర్షణీయ పెట్టుబడి కేంద్రాలుగా మారతాయి. వ్యాపారం, పర్యాటకం, ఉత్పాదక రంగాలు ఊపందుకుని, ఉద్యోగాలు సృష్టించే అవకాశం ఉంది. అయితే, భూమి సేకరణ, అక్కడ భారం వంటి సవాళ్లను అధిగమించాలి. విజయం కోసం ప్రభుత్వం, ప్రైవేటు భాగస్వామ్యాలు అవసరం. దీర్ఘకాలంలో, తెలంగాణ పట్టణాలలో అభివృద్ధి అసమానతలు తగ్గుతాయి.ప్రభుత్వ బడ్జెట్, కేంద్ర సహాయం, స్థానిక సహకారం ఈ ప్రాజెక్టుల మేనిని నిర్మలుస్తాయి. ఇప్పటికే విజయవంతమైన హైదరాబాద్ జెబర్ రింగ్ రోడ్ అధారంగా, ఇక్కడ కూడా సామర్థ్యవంతమైన ప్రణాళికలు ఫలిస్తాయి. మొత్తంగా, ఈ చొరవ తెలంగాణను అభినిక రాష్ట్రంగా రూపొందిస్తూ, గ్రామీణపట్టణ సమతుల్యతను సాధిస్తుంది.

ఈద్గా మేదానం కోసం ముస్లింల అందోళన

హైదరాబాద్ షెన్ పవర్: బంజారాహిల్స్ రోడ్ నెంబర్ 10 లోని బిఎస్ బిఎస్ క్వార్టర్స్ లోని ఆనుకు ఉన్న ప్రభుత్వ స్కూలును కాశా మైదానంగా ప్రకటించినా మైనారిటీలు పెద్ద పనులు ఆందోళన నిర్వహించారు. తాము ప్రభుత్వం ఈ స్కూల్ను రిజిస్ట్రేషన్ పాలనాపై, విద్యుత్ శాఖకు కేటాయించింది. ప్రభుత్వ శాఖలకు ఈ స్కూల్ను కేటాయించడంతో తమకు ప్రాధాన్యత చేసుకోవడానికి, స్థానికంగా ఉండి యువతకు క్రీడామైదానం పోతుందని వారు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వం తమ నిర్ణయాన్ని వెంటనే వెనక్కి తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు.

**అభివృద్ధి కోసం కాంగ్రెస్
పార్టీ కట్టుబడి పనిచేస్తుంది**



నల్గొండ పైన చపలం నల్గొండ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమంలో భాగంగా రాష్ట్ర పోటీ పోటీ భవనాలు, సినిమాటోగ్రఫీ కళా మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి 11వ డివిజన్ నుంచి సీట్ పోటీ చేస్తున్న కారెన్ పార్క్ కార్పొరేటర్ అభ్యర్థి దండమంటి నాగేశ్వలయ్య పరతప మామిడి మర్చంట్ కి మద్దతుగా విస్తృతంగా ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. గుండపల్లి ఎక్స్ ప్రెస్ రోడ్ మామిళ్ళగుడిండ్ల, కతాల్ గుడిండ్ల ప్రాంతాల్లో నిర్వహించిన రోడ్ షోలో ప్రజలను ఉద్దేశించి మామిళ్ళమతూ, నల్గొండ అభివృద్ధి కోససాంసాలంటే కారెన్ పార్క్ అభ్యర్థిని భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలని కోరారు.ప్రజల సమస్యల పరిష్కారం, మౌలిక సదుపాయాల మెరుగుదల, నమగర్ అభివృద్ధి కోసం కారెన్ పార్క్ కట్టుబడి చనిచేసేదని మంత్రి పేర్కొన్నారు.

బెల్లంపల్లి పుడ్ పాయిజన్ ఘటనపై..

ఎమ్మెల్సీ మల్కొకొమరయ్య సీరియస్



హైదరాబాద్ పెన్ పవర: మంచిలూ జిల్లా బెల్లంపల్లి గురుకుల పాఠశాలలో పుణ్ణి పాపాజన్
 పుటనపై ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీ ఎమ్మెల్సీ మల్కొ కొమరయ్య మండిపడ్డారు. విషయం
 తెలుసుకొని శనివారం హుటాహుటిన బెల్లంపల్లి ప్రభుత్వ అన్నతికి వెళ్లి విద్యార్థినిలను
 పరామర్శించారు.

బాధిత విద్యార్థినులతో మాట్లాడి ఘడ్ ఫైడ్ పాయిజన్ ఫుటనపై ఆరా తీసారు. విద్యార్థినుల క్షేమ సమాచారం తెలుసుకుని.. వారికి మెరుగైన వైద్యం అందుంచాలని ఆస్పత్రి సూపరింటెండెంట్ నాథుదాక్షర్ణి ఆస్పత్రి నిబ్బందిని ఆదేశించారు. ప్రతిరోగి గరురుకులాల్లో పై పుష్పయాలజీ ఎందుకు వస్తుందని గుర్రతోంది. ఆకారాల వర్షవేక్షణ ఎందుకు కొర్రువతోంది? పై విషయాలపై పూర్తి స్థాయి విచారణ చేసి నమగ్గ రిపోర్ట్ ఇవ్వాలని ఆదేశించారు. ఈ ఫుటనకు బాధ్యులు ఎవరో నిగ్గు తెచ్చాలి, మట్టి ఇలాంటివి జరగకుండా చూడాలని ఆదేశించారు. ఘడ్ పాయిజన్ ఎందుకు వస్తుందని జరిగింది, విద్యార్థినులు ఇలాంటి ఘడ్ తీసుకోవడం వాళ్ళ ఆశ్చర్యకు గురయ్యారు... ఇలాంటివిమెదప్పు జరగకుండా ఇలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి రిపోర్ట్ పాల్తే డ్రెక్టర్లు కు పంపించాలి అనే ఆదేశించారు.ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ గురుకుల పాఠశాలలో ఘడ్ పాయిజన్ జరగడం బాధాకరం. ఇది పూర్తిగా గురుకులాలపై ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్య వైఖరికి నిదర్శనం . పిల్లల ప్రాణాలంటే మీకు రెక్కలేదా..? ఎన్ని సార్లు రివీట్ అవుతాయని అన్నారు. గురుకులాలపై పుష్పవేక్షణ లేకపోవడం వల్లే తరువాత ఇలాంటి ఘటనలు . ఈ ఘడ్ పాయిజన్ ఫుటనపై నమగ్గ రిపోర్ట్ విచారణ జరిపింది, బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలి. ఇలాంటి ఫుటనల పునరావృతం కాకుండా చూసుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వానిదేనని అన్నారు.

ఈ నెల 13 నుంచి జ్యువెల్స్ షో

హైదరాబాద్ పైన ఉపయోగ ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహించే జ్యూలైలో డిఫ్ 2026 ఈనెల 13వ తేదీ నుండి హైద్రాద్ సీటీలోని ఏ పిఎస్ సిటీలో నిర్వహిస్తున్నట్లు నిర్వాహకులు వెల్లడించారు. దీనికి సంబంధించి వినవసరమును బంజారాహిల్స్ లో జరిగింది. సీన్ సీడ్ మాఫియాకు పాటు, పలువురు మోడల్స్ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొని ట్రోచర్ ఆవిష్కరించారు. అనేకతరం ఈ ఆరోమా జ్యూలైలో ఎక్కడా ప్రదర్శించనున్న ఆభరణాలను మోడల్స్ ద్వారా ఆకట్టుకున్నారు. మూడు రోజులపాటు నిర్వహించే ఈ ఎగ్జిబిషన్ మళ్ళీ చేపట్టడంగా ప్రసిద్ధిగాంచి దక్షిణపు రాష్ట్రానికిదిని ఆభరణాలు ప్రదర్శించనున్నట్లు నిర్వాహకులు వెల్లడించారు.

**మహాశివరాత్రి ఏర్పాట్లపై
శ్రీకాళహస్తీశ్వర ఆలయంలో సమీక్ష**

దేవాదారాబాదీ పెనె పవర: అనునాశివరాధికి వర్మదినాన్ని పురస్కరించుకొని రాష్ట్రపతి దేవాదారులు శాఖ మంత్రి ఆనంద నారాయణ్మరిత్రీకాహవేళిష్టర ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి నిర్వహించారు. అంతకుముందు ఆలయాలను విచ్చేసిన మంత్రి ఆనంద కు ఆలయ అధికారులు, దేవాదారు శాఖ అధికారులు పూన స్వాగతం పలికారు. మంత్రి ఆనంద కు ప్రత్యేక దర్శన ఏర్పాట్లు చేసి ఆశీర్వాదనం చేద వందీతులు అందించారు.

మహాశివరాత్రి పర్వదినం రోజున లక్షలాది భక్తులు తరలివచ్చి నేపథ్యంలో ఎలాంటి ఆసౌకర్యం కలగకుండా విస్తృత ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులను న మంత్రి ఆనంది ఆదేశించారు.

భక్తుల కూర్చోనీ నిర్వహణ, దర్శన వేగపంతుం, ప్రసాద పంపిణీ, తాగునీరు, మరుగుదొడ్లు, పారిశుధ్య ఏర్పాట్లపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని సూచించారు.

అలయ పరిసరాల్లో ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, వాహనాల పార్కింగ్, భక్తుల భద్రత కోసం పోలీసు శాఖతో సమన్వయం చేయాలని స్పష్టం చేసారు. ఉ అత్యవసర వైద్య సేవలు, అంబులెన్సులు, ఫైర్ సేఫ్టీ చర్యలు సిద్ధంగా ఉంచాలని సంబంధిత శాఖలను సూచించారు.

మహిళలు, వృద్ధులు, దివ్యాంగ భక్తులకు ప్రత్యేక దర్శన సౌకర్యాలు కల్పించాలని మంత్రి ఆదేశించారు.

ఈ సమీక్ష సమావేశంలో స్థానిక శాసనసభ్యులు బొజ్జల సుధీర్ రెడ్డి, దేవాదాయ శాఖా ఐన్స్పెక్టర్ నీత్రెటిలి హరి జవహర్లాల్, దేవాదాయ శాఖ కమిషనర్ రామచంద్ర మోహన్, తిరుపతి జిల్లా పరిషత్ కోర్డినేటర్ నాయు, కార్య నిర్వహణ అధికారి బాపిరెడ్డి , తదితర ఉన్నతాధికారులు, వివిధ శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పెక్కివాడం. కాని ఇప్పుడు ఆ అవసరం లేకుండానే మన చేతికి ఉన్న స్పార్ట్ రింగ్, స్పార్ట్ వాచ్ మన శరీరంలోని ప్రతి కణికలకలను గమనిస్తోంది. ఇది కేవలం అడుగులను, లేత్కించడమే కాకుండా, రక్తంలోని గ్లూకోజ్ స్థాయిలను, గుండె వేగంలోని హెచ్చుతగ్గులను, నిద్ర నాణ్యతను సెక్స్ వ్యవధిలో విశ్లేషిస్తున్నాయి. ఈ డేటాను ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ సహాయంగా, మన శరీర తత్వానికి తగ్గట్టుగా పరస్పరైజ్ చేసువలసిన అందిస్తున్నాయి. అభివృద్ధి తో పోటీ పడవచ్చునని సమయంలో మనం తీసుకునే ఆహారం, మనస్త్రు ని అంతా ప్రభావం చూపుతుంది. ఈ క్రమంలో ప్రతి ఒక్కరి శరీరం మేటబాలిజం ఒకేలా ఉండదు. అందుకే ఆందరికీ ఒకే క్రమం ద్వారే ఫైట్ ఫైనల్ పని చేయదు. ఏమి కాన్వల్యుషన్ లోకి వెళ్తున్నారో, రైస్, క్యాలరీ బర్నింగ్ రేటును బట్టి, మాకు ఆ రోజు ఏ ఆహారం అవసరమో సూచిస్తాయి. ఉదాహరణకు, మిర్రు వ్యాయం చేసేన తర్వాత ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోమని, రక్తంలో పుగన్ పెరిగితే ఆర్గానిక్ డిటెక్ట్ ప్రసంగం చేసుకుంటే ఇది మనకు నలభయ అందిస్తాయి. పోటీ ప్రపంచంలో పని ఒత్తిడి, ఆర్థిక, కుటుంబ కారణాల వల్ల అంతా మంచి మానసిక ఆరోగ్యం దెబ్బతిలింది. ఇది నేటి తరం ఎదుర్కొంటున్న అతిపెద్ద సమస్యగా మిగిలిపోయింది. మన ఎప్పుడు ఆందోళనకు గురవుతున్నారో మీ నాడి వేగం బట్టి ఏమి గుర్తిస్తుంది. వెంటనే మీ ఫోన్లో ఒక చిన్న మెడిటేషన్ సెషన్, ప్రశాంతంగా ఉండి చీపురునే ఎక్కువైజ్ చేయమని నిమైతరద్దు పంపుతుంది. తద్వారా తీవ్రమైన మానసిక ఒత్తిడికి గురి కాకముందే మిమ్మల్ని అల్టర్ ఇది చేస్తుంది.

శింబుంది. నిపుణుల సూచనల ప్రకారం, రోజుకు 1 నుంచి 2 మధ్యతరహా సమీక్షలు తీసుకువచ్చు. ధర్మాదితినీ ఉన్నవారు కూడా వదిలితే మోహదలో, వైద్యుల సలహాతో సమీక్షాను తీసుకోవచ్చు. మైత్రానీకి, తక్కువ ఖర్చుతో సులభంగా లభించే సమీక్షా ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. కాబట్టి, మో రోజువారీ అవశరంతో ఈ పోషక విలువల పండును తప్పక చేర్చుకోండి.

నచి తగిలివచ్చుదు తుమ్ములు వస్తుంటే చాలామంది ఆందోళన కనిపిస్తాడని చెబుతుంటారు. కొందరు ఒకేసారి అనేకసార్లు తుమ్ములు తత్కులు తుమ్ముతుంటారు. దీంతో వారిలో “నాకు రోగనిరోధక శక్తి జలుబులు (ఇమ్యూనిటీ) బలహీనంగా?” అనే సందేహం చాలామందిలో రావచ్చును. అనిపించినప్పుడు తుమ్ములు రావడం విలపిస్తున్నారని రోగనిరోధక శక్తి వృద్ధులకు సంకేతమేనా? నిపుణులు చెబుతున్నారా? కాకుండా పూర్తి వివరాలు తెలుసుకుందాం. తుమ్ము అనేది మన శరీరంలోని అందరినీ

అది కొంతవరకు నిజమే. తరచూ తుమ్మదండ అనేది ఎక్కువగా ఆర్థిక లేదా పర్యావరణ కారణాల వల్లే జరుగుతుంది. బలహీనమైన ఇమ్మ్యూనిటీ ఉన్నవారికి సాధారణంగా.. తరచూ జలుబులు, అనేకక్షుణ్ణ తప్పక రావడం, గాయలు మానదానికి ఎక్కువ సమయం పడటం, నిరంతర అలలలు వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.కేవలం తుమ్మలే ఉన్నాయంటే అది ఇమ్మ్యూనిటీ లక్షక్కుగా ఉందని చెప్పలేం. కానీ, తరచుగా తుమ్మదండ, పుసరావృత బలము, గొంతు నొప్పి, అలలలు లేదా తరచుగా అనారోగ్యాలు జరుగడం అది బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థకు సంతకాలు. రోగనిరోధక బలహీనంగా ఉన్నప్పుడు, శరీరం బాహ్య ఆర్థిక కారకాలు, వైరస్లతో సమర్థవంతంగా పోరాడలేకపోతుంది. అందువల్ల, లక్షణాలు వడచేద సందభిస్తాయి.

ఇమ్మూనిటీ పవర్ ను పెంచి అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా చేస్తాయి. జలుబు, దగ్గుతో ఇబ్బంది పడే వారికి ఇది ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అంతేకాదు, ఇవి శరీరంలో ఉండే హానికరమైన బ్యాక్టీరియాను కూడా తొలగిస్తుంది. దీనిపల్ల క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక సమస్యలు కూడా రాకుండా ఉంటాయని నిపుణులు కూడా చెబుతున్నారు. ఈ మిర్చిలో ఉండే ఫైబర్ తిన్నప్పుడే ను జీర్ణం చేస్తుంది. అలాగే, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు కూడా రావు. ఇది అన్ని కూరగాయల్లో చిన్నది కానీ, దాని లాభాలను చూసి అందరూ ఆశ్చర్యపోవాల్సిందే. ఇతర అనారోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నట్లయితే మిరచి వైద్యున్ని సంప్రదించి తీసుకోవడం మంచిది. ౧

పసుపును మనం సహజమైన యాంటిబయాటిక్ అని, గొప్ప యాంటీ ఇన్‌ఫ్లేమటరీ అని నమ్ముతాం. కానీ, హైడ్రాడార్మిక్ చెందిన ప్రముఖ చర్మవ్యాధి నిపుణురాలు డాక్టర్ పూజా రెడ్డి వెల్లడించిన వివరాల ప్రకారం.. మనం పసుపును విడిగా తీసుకుంటే అందులోని ప్రయోజనాలు శరీరానికి 1% కూడా అందవు. పసుపులోని ప్రధాన సమృత్యమైన కర్కుమినోస్ గ్రూంపచే శక్తి మన శరీరానికి చాలా తక్కువగా ఉండుటనే దీనికి కారణం. మనం పసుపు తిన్న వెంటనే మన కాలేయం (ఓటిలపత్రి) దానిని రక్తంలోకి చేరకముందే విచ్ఛిన్నం చేసి బయటకు పంపిస్తుంది. పసుపు తన పూర్తి స్థాయి ప్రభావాన్ని చూపించాలంటే దానికి తోడుగా కొన్ని పదార్థాలు అవసరమని సైన్స్ చెబుతోంది. డాక్టర్ పూజా రెడ్డి తన ఇన్‌స్టాగ్రామ్ వీడియోలో పసుపు గ్రహాభిక్షిని పెంచే మార్గాలను వివరించారు. మన అమ్మమ్మల కాలం నాటి పసుపు, మిరియాల పొడి నెయ్యి కాంటిన్యూవేషన్ చేసుక ఉన్న అనిల రసాస్యం ఇప్పుడు ఆధునిక వైద్య పరిశోధనల్లో కూడా నిరూపితమైంది. కేవలం ఒక చిటికె మిరియాల పొడి చేర్చడం వల్ల పసుపు పనితీరు 20 రెట్లు పెరుగుతుందని ఆమె చెబుతున్నారు. ఆ వివరాలేంటి ఇప్పుడు చూద్దాం. మిరియాల పొడి : పసుపును మిరియాల పొడితో కలిపి తీసుకుంటే, శరీరంలో దాని గ్రహాభిక్షి ఏకంగా 100 శాతం పెరుగుతుంది. మిరియాల్లో ఉండే 'పైపెరిన్' అనే సేద్యక, లవణ కర్కుమినోస్ విచ్ఛిన్నం చేయకుండా ఆడ్డుకుంటుంది. దీనివల్ల పసుపు సేరుగా రక్తంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. కొవ్వు పదార్థాలు : కర్కుమినో నిదీలో కరగదు, కేవలం కొవ్వులో మాత్రమే కరుగుతుంది. కాబట్టి పసుపును నెయ్యి లేదా కొబ్బరి నూనె వంటి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులతో కలిపి తీసుకున్నప్పుడు మాత్రమే అది శరీరానికి అందుతుంది. ప్రాచీన వజ్రానందం: అందుకే మన పెద్దలు పసుపును కూరల్లో నూనెతో చేయించడం లేదా పాలలో నెయ్యి, మిరియాల పొడి వేసి ఇచ్చేవారు. ఈ మూడు కలిసినప్పుడు అది ఒకటే పదార్థమై జీర్ణమై మనకు అందుతుంది. ఇకపై పసుపు పాలు తాగినా లేదా కూరల్లో వేస్తేనూ, అందుకో ఒక చిటికె మిరియాల పొడి కొద్దిగా నెయ్యి ఉండలే మన కాలేయానికి అప్పుడే పసుపులోని అసలైన యాంటీ ఇన్‌ఫ్లేమటరీ గుణాలు మీ చర్మానికి, ఆరోగ్యానికి అందుతాయి.

పాపా మందికి రకరకాల సమస్యలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఆరోగ్య సమస్యలు. వీటిని నిర్లక్ష్యం చేసినట్లయితే తీవ్రమైన అనారోగ్యం బాధన వదే ప్రమాదం ఉంది. ఇక చాలా మందిలో ఫైల్డ్ సమస్య తీసుకొంటు ఉంది. ఇది కూడా పెద్ద సమస్యే. మూదరున్న గర్భిణీలలో సగ్రివిటి వికిరణ తీసుకుంటే భాగమందంటున్నారని నిపుణులు. పాపా మంది మలబద్ధ పెద్ద సమస్య కాదని భావిస్తారు. ప్రారంభ దశలో మారు దానిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే దీర్ఘకాలంలో మీకు మూలవ్యాధి వచ్చే అవకాశం ఉందని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. వ్యాధులు, పిల్లలు, గర్భిణీ స్త్రీలు మాత్రమే కాదు, అన్ని యువల వారికి మలబద్ధకం రావచ్చు. వారి ఆహారంలో దానికి ప్రధాన కారణం. దానిని సరిదిద్దకపోయినా ప్రారంభంలోనే మలబద్ధకం గురించకపోతే అది ఫైల్డ్గా మారే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంటున్నారని నిపుణులు. అందుగా లేదా ఎక్కువసేపు మలవిసర్జన జరగడం మలబద్ధకం ప్రధాన కారణం. వానానికి మూడు రోజు అంతకుంటే తక్కువ మలవిసర్జన జరగడం మలబద్ధకానికి సంకేతం. ఇది ఇలాగే కానసాగితే మలబద్ధకం వచ్చే అవకాశం ఉంది. మీకు తరచుగా మలవిసర్జనలు జరుగుతున్నాయే లేదా ప్రతిరోజూ మలవిసర్జనలు జరిగినా, మీ మలవిసర్జన మలబద్ధంగా జరగాలి. కానీ మీ మలవిసర్జన గద్దీగా, పొడిగా మారితే అది మలబద్ధకం. కాఫీ తాగితేనే మలవిసర్జన చేయగలం. మలవిసర్జన చేసే ముందు వేడినీరు తాగకపోతే అప్పులు మలవిసర్జన చేయలేరు. మలవిసర్జన చేసేటప్పుడు నొప్పి లేదా ఇబ్బంది లేకుండా చేయలేరు. ఇలాంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే ఇది ఖచ్చితంగా మలబద్ధకమేనంటున్నారని నిపుణులు. రోజూ మలవిసర్జన చేసిన తర్వాత కూడా (సైగులలో) వ్యర్థాలు ఉన్నప్పుడు, అజీర్ణం ఉన్నప్పుడు ఈ సమస్య వస్తుంది. సాధారణంగా మలవిసర్జన తర్వాత కడుపు ఖాళీగా, రిలాక్స్గా అనిపిస్తుంది. కానీ మలబద్ధకం సమస్య ఉంటే మలవిసర్జన తర్వాత కూడా కడుపు బరువుగా అనిపిస్తుంది. అది ఖాళీగా అనిపించదు. అసాధారణంగా అనిపిస్తుంది. ఇలా జరిగినట్లయితే మీకు ఫైల్డ్ వ్యాధి వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయంటున్నారని నిపుణులు.

శరీరానికి అవసరమైన మగ్గిషీయం, ఐరన్, వైటెన్ వంటి పోషకాలు లోపిస్తే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మందులు వాడకుండానే సహజంగా ఈ లోపాలను తగ్గించుకునేందుకు మెంతులు ఉపయోగకరమని వైద్యులు తెలిపారు. మెంతులను నానబెట్టి తాగడం, ఇంగువ, ఖర్జూరంతో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, పీరియడ్స్ నొప్పులు తగ్గడంతో పాటు చర్మ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని చెప్పారు. దయాబెటీస్‌కు మెంపి పోషిని తరచూ ఆహార నిర్వహణలో భాగంగా నిషాన్లు చేస్తారు. మెంతులు కాఫీపైచెట్టిలో తోపాటు నెమ్మదిగానే మరియి ఇన్సులిన్ సెన్సిటివైటీని పెంచుగుపరుస్తాయి. మెంపి గింజలు క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించడం వల్ల వైద్య మూలద్రవ్యతత్వంలో తీసుకుంటే ప్రీదయాబెటీస్ ఉన్నవారికి ప్రయోజనం చేకూరుతుంది.

ఆరోగ్యానికి ఈ నీరు ఒక వరప్రదాయనిలా పనిచేస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొబ్బరి నీళ్లో పాటాషియం, సోడియం, మెగ్నీషియం కాల్షియం వంటి ఖనిజాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో నీటి సమతుల్యతను కాపాడుతూ హైడ్రేటిడ్గా ఉంచుతాయి. ముఖ్యంగా జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో, రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహజమైన జీవ సౌందర్యాన్ని పెంచడంలో దీనికి సాటిలేదని. బరువు తగ్గటానికి వారికి వచ్చే ప్రయోజనం మెక్సోపాంటిన్ ఇది ఒక ఉత్తమమైన ప్రత్యామ్నాయం. సహజ ఎలక్ట్రోలైట్: వ్యాయామం చేసినప్పుడు లేదా ఎండలో తిరిగినప్పుడు శరీరం కోల్పోయిన ఖనిజాలను కొబ్బరి నీరు తీవ్రజ్వలమే తిరిగి నింపుతుంది. ఇది అలసటను తగ్గించి శక్తిని ఇస్తుంది. జీర్ణ వ్యవస్థకు మేలు: ఆమృత్యం, గ్యాస్ మరియు మలబద్ధకం వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారికి కొబ్బరి నీరు ఆమృతంగా పనిచేస్తుంది. ఇది పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. బరువు నియంత్రణ: ఇందులో కేరీలని చాలా తక్కువ. ఇది తాగడం వల్ల కడుపు నిండి అరుగటాతి కలిగి, ఆహారోగ్యకరమైన సాక్రెక్స్ వైపు మనసు వెళ్లకుండా చేస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం: పాటాషియం అధికంగా ఉండటం వల్ల రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గించి గుండెపై ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. కిన్నీ పంటిరు: ఇది ఒక సహజ మూత్రవిసర్జనకారి. శరీరం నుండి విషాలను బయటకు పంపి, కిడ్నీ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. చర్మ సౌందర్యం: ఇందులోని యూరేనిక్ ఆమ్లం చర్మాన్ని చర్మం నుండి సహజంగా కనిపించేలా చేసేయి.

