www.hamsakalam.com

PRGI TGTEL/26/A3129

హంస కలం వార్త

సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

HAMSAKALAM VARTHA

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి | సెప్టెంబర్ 18 శుక్రవారం 2026 | సంపుటి : 1 | సంచిక : 119 | పేజీలు : 8 | వెల రూ. 4.00/- | ఎడిటర్ : వడ్ల మధుసూదన్ చారి

MEDCHAL ,MALKAJGIRI | FRIDAY AUGUST 18 2026 | VOL:1 | ISSUE: 119 | PAGES:8 | Rs. 4:00 | EDITOR:VADLA. Madhusudan chary

తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో పబ్లిక్ గార్డెన్స్‌లో ప్రజాపాలన దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. తెలంగాణ హక్కులు, ఆత్మగౌరవం కోసం పోరాడినవారికి ఘన నివాళులర్పించారు. నిరంకుశ పాలనపై పోరాడిన యోధులకు పుట్టినిల్లు తెలంగాణ అని సీఎం చెప్పుకొచ్చారు. తెలంగాణ నేల ఎప్పటికప్పుడు ప్రజాచైతన్యాన్ని రగిలించిందన్నారు. సుదీర్ఘ పోరాట చరిత్రలో సెప్టెంబర్ 17కు ప్రత్యేక స్థానం ఉందన్నారు. నిజాం పాలనలో హైదరాబాద్ ప్రపంచస్థాయి గుర్తింపు సాధించిందని గుర్తుచేశారు. అదే సమయంలో దోపిడీ, వెట్టిచాకిరి, అణచివేతలు పెరిగాయని తెలిపారు. చివరిదశలో రజాకారుల దౌర్జన్యాలు మితిమీరిపోయాయన్నారు. 1948 సెప్టెంబర్ 17న సైనిక చర్యతో భారత్‌లో హైదరాబాద్ విలీనమైందని సీఎం వెల్లడించారు. సెప్టెంబర్ 17ను ప్రజాపాలన దినోత్సవంగా జరుపుకుంటున్నామని చెప్పారు. ప్రజాపాలన అంటే ప్రజల హక్కులను కాపాడటమన్నారు. ప్రజల ఆత్మగౌరవానికి పట్టం కడుతూ పాలన సాగిస్తున్నామని చెప్పుకొచ్చారు. కోటి మంది మహిళలను కోటీశ్వరులను చేసే దిశగా పనిచేస్తున్నామన్నారు. తెలంగాణ తలసరి ఆదాయం రూ.4,18,931కు చేరిందని తెలిపారు. రూ.2 లక్షల వరకు పంట రుణమాఫీ చేశామని.. దీని ద్వారా 25.35 లక్షల మంది రైతు కుటుంబాలకు లబ్ధిచేకూరినట్లు చెప్పారు. రైతు భరోసా కింద రూ.36 వేల కోట్లకు పైగా రైతుల ఖాతాల్లో జమ చేశామన్నారు. వ్యవసాయం, రైతు సంక్షేమానికి 32 నెలల్లో రూ.1.72 లక్షల కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు తెలిపారు. 53 లక్షలకు పైగా కుటుంబాలకు 200 యూనిట్ల వరకు ఉచిత విద్యుత్ అందిస్తున్నామన్నారు. 43 లక్షల కుటుంబాలకు రూ.500కే వంటగ్యాస్ సిలిండర్ ఇస్తున్నామని అన్నారు. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ల బిల్లులు రాష్ట్రపతి ఆమోదానికి పంపామని వెల్లడించారు. దేశంలోనే తొలిసారిగా ఎస్సీ వర్గీకరణ చేపట్టినట్లు ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. ప్రతి నియోజకవర్గంలో యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లను నిర్మిస్తున్నామన్నారు. 72 వేలకుపైగా ప్రభుత్వ ఉద్యోగ నియామకాలను పూర్తి చేశామని.. యువత కోసం యంగ్ ఇండియా స్కిల్స్ యూనివర్సిటీ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. రూ.38,595

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

సెప్టెంబరు 17 చరిత్రకు మతం రంగు పులిమే ప్రయత్నం జరుగుతోంది: కవిత

సెప్టెంబర్ 17 సందర్భంగా జెండా ఆవిష్కరించిన కవిత

తెలంగాణ పోరాట స్ఫూర్తిని గుర్తుచేసిన తెలంగాణ రక్షణ సేన అధినేత్రి

కాంగ్రెస్, బీజేపీలపై కవిత విమర్శలు

విలీన చరిత్రను వక్రీకరిస్తున్నాయని ఆరోపణ

మతాలకు అతీతంగా ప్రజలు పోరాడారని వెల్లడి

తెలంగాణ విలీన పోరాట యోధుల స్ఫూర్తితో రాష్ట్రంలో రాజ్యమేలుతున్న అరాచక శక్తులను గద్దె దించుతామని తెలంగాణ రక్షణ సేన చీఫ్ కల్వకుంట్ల కవిత అన్నారు. సెప్టెంబర్ 17ను పురస్కరించుకుని బంజారాహిల్స్‌లోని పార్టీ కార్యాలయంలో గురువారం ఆమె జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా కవిత మాట్లాడుతూ.. సెప్టెంబర్ 17 తెలంగాణ పౌరుషానికి, పోరాట పటిమకు, త్యాగాల చరిత్రకు నిదర్శనమన్నారు. అయితే ఈ చారిత్రక రోజును కాంగ్రెస్, బీజేపీలు తమ రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం వక్రీకరిస్తున్నాయని విమర్శించారు. తెలంగాణ విలీనానికి స్టేట్

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

ప్రతీ ఆశీర్వాదం నా సంకల్పాన్ని మరింత బలపరుస్తుంది : ప్రధాని మోదీ

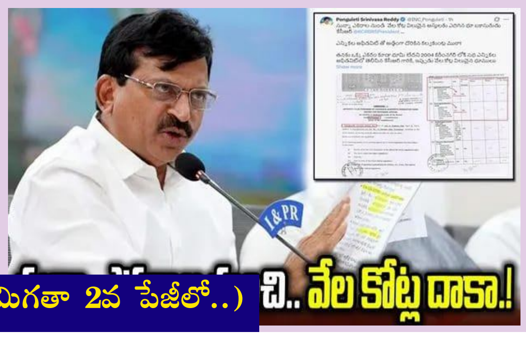
న్యూఢిల్లీ : దేశవ్యాప్తంగా అందుతున్న విషెష్‌పై ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ స్పందించారు. తన 76వ పుట్టినరోజు సందర్భంగా వెల్లువెత్తుతున్న శుభాకాంక్షలకు ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. బీజేపీ చేపట్టిన 'ఆశీర్వాద్ కా దియా' కార్యక్రమంపై ఆయన మాట్లాడుతూ.. ప్రజల ప్రేమాభిమానాలు తనను ఎంతగానో ఆకట్టుకున్నా యన్నారు. ప్రజల నుంచి అందుతున్న ఆశీర్వాదాలు దేశసేవ పట్ల తన సంకల్పాన్ని మరింత బలోపేతం చేస్తాయని చెప్పుకొచ్చారు. మోదీ పుట్టిన రోజును పురస్కరించుకుని

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

ఎన్నికల అఫిడవిట్‌తో అడ్డంగా దొరికిన కల్వకుంట్ల ముఠా!: మంత్రి పొంగులేటి

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 17

తెలంగాణ రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో ఎన్నికల అఫిడవిట్లు మరోసారి తీవ్ర చర్చనీయాంశమయ్యాయి. బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ సమర్పించిన అధికారిక ఎన్నికల అఫిడవిట్ల ఆధారంగా ఆయన ఆస్తుల వృద్ధిపై తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. 2004 కరీంనగర్ లోక్‌సభ ఎన్నికల సమయంలో సమర్పించిన అఫిడవిట్లో



(మిగతా 2వ పేజీలో..)

కేసీఆర్, కుటుంబ ఆస్తులపై రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలు.. తీవ్రంగా స్పందించిన కేటీఆర్

కేసీఆర్‌కు 1,000 ఎకరాల ఫామ్‌హౌస్ ఉందనడంపై కేటీఆర్ ఆగ్రహం

మాజీ సీఎంకు ఉన్నది 67 ఎకరాలేనని స్పష్టం

పుట్టుక నుంచి తమ ఆస్తులపై విచారణకు సిద్ధమని ప్రకటన

మీ ఆస్తులపైనా విచారణకు సిద్ధమా అంటూ రేవంత్‌కు సవాల్

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి క్షమాపణ చెప్పాలని డిమాండ్

మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్, ఆయన కుటుంబ ఆస్తులపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చేసిన ఆరోపణలను బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్రంగా

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

పోలీసు ఉద్యోగాల రాత పరీక్షల తేదీలను ప్రకటించిన పోలీస్ రిక్రూట్మెంట్ బోర్డ్

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో పోలీస్ శాఖలో ఖాళీల భర్తీకి సంబంధించి నిర్వహించనున్న ప్రాథమిక రాత పరీక్షల తేదీలను తెలంగాణ రాష్ట్ర స్థాయి పోలీస్ నియామక మండలి ఛైర్మన్ వి.వి. శ్రీనివాసరావు గురువారం ఒక ప్రకటనలో వెల్లడించారు. ఎస్సై

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

హంస కలం వార్త

కేసీఆర్, కుటుంబ ఆస్తులపై రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలు.. తీవ్రంగా స్పందించిన కేటీఆర్

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఖండించారు. కేసీఆర్‌కు 1,000 ఎకరాల ఫామ్‌హౌస్ ఉందంటూ ముఖ్యమంత్రి విషప్రచారం చేస్తున్నారని, ఇందుకు ఆయన తక్షణమే క్షమాపణ చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. గురువారం హైదరాబాద్‌లోని తెలంగాణ భవన్‌లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో కేటీఆర్ మాట్లాడారు. కేసీఆర్‌కు ఉన్నది 1,000 ఎకరాలు కాదని, కేవలం 67 ఎకరాలు మాత్రమేనని కేటీఆర్ స్పష్టం చేశారు. ఈ విషయాన్ని స్వయంగా ముఖ్యమంత్రే అసెంబ్లీ వేదికగా అంగీకరించారని ఆయన గుర్తుచేశారు. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ ముఖ్యమంత్రికి ఓ సవాల్ విసిరారు. "కేసీఆర్ పుట్టినప్పటి నుంచి ఇప్పటివరకు మా కుటుంబం ఆస్తులపై పూర్తిస్థాయి విచారణకు మేము సిద్ధం. మరి పుట్టినప్పటి నుంచి మీ ఆస్తులపై విచారణకు మీరు సిద్ధమా?" అని రేవంత్ రెడ్డిని ఆయన సూటిగా ప్రశ్నించారు. కేసీఆర్ వ్యవసాయాన్ని ప్రేమించే నిజమైన రైతు అని, ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్న సమయంలోనూ ఆయన సాగు చేశారని కేటీఆర్ గుర్తుచేశారు. కొందరు భూమిని ఒక వ్యాపార వస్తువుగా చూస్తే, కేసీఆర్ మాత్రం దానిని ఎంతో పవిత్రంగా భావిస్తారని పేర్కొన్నారు. చట్టబద్ధంగా కొనుగోలు చేసిన భూములపై అనవసర రాద్ధాంతం చేస్తూ రేవంత్ రెడ్డి 'సెల్ఫ్ గోల్' చేసుకుంటున్నారని ఆయన విమర్శించారు. కేసీఆర్ తండ్రికి వందల ఎకరాల ఆస్తి ఉండేదని, చింతమడకలోని తమ పాత ఇంటిని ప్రభుత్వ పాఠశాల కోసం విరాళంగా ఇచ్చారని కేటీఆర్ గుర్తుచేశారు. 22ఏ బాధితులకు బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఎప్పుడూ అండగా ఉంటుందని, ప్రభుత్వ వైఫల్యాలను ప్రజల ముందు ఎండగడతామని ఆయన పునరుద్ఘాటించారు.

ప్రజల ఆత్మగౌరవానికి పట్టం కడుతూ ప్రజా పాలన : సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

కోట్లతో 122.9 కి.మీ. మెట్రో విస్తరణకు ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేసినట్లు చెప్పారు. 55 కి.మీ. పరిధిలో మూసీ పునరుజ్జీవన ప్రాజెక్టు చేపట్టామన్నారు. 2047 నాటికి తెలంగాణను 3 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా తీర్చిదిద్దుతామని స్పష్టం చేశారు. దేశ జీడీపీలో తెలంగాణ వాటా 10 శాతానికి పెంచడమే లక్ష్యమన్నారు. 30 వేల ఎకరాల్లో భారత్ ఫ్యూచర్ సిటీని నిర్మిస్తున్నామని తెలిపారు. డిసెంబర్‌లో ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్–2026లో ఫ్యూచర్ సిటీ మాస్టర్ ప్లాన్ ఆవిష్కరిస్తామని అన్నారు. 'చరిత్రను మరిచిపోం.. చరిత్ర దగ్గరే ఆగిపోం. పోరాట స్ఫూర్తితో ఆధునిక తెలంగాణను నిర్మించుకుందాం' అని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

గన్‌పార్క్ వద్ద అమరవీరుల స్థూపానికి నివాళులు

ప్రజాపాలన దినోత్సవం సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గన్‌పార్క్ వద్ద అమరవీరుల స్థూపానికి నివాళులర్పించారు. అనంతరం తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో పబ్లిక్ గార్డెన్స్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ప్రజాపాలన దినోత్సవ వేడుకల్లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, వివిధ కార్పొరేషన్ చైర్మన్లు, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు, డీజీపీ సీవీ ఆనంద్, ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. అటు తెలంగాణ అసెంబ్లీలోనూ ప్రజాపాలన దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. శాసనసభ స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్, మండలి చైర్మన్ గుత్తాసుఖేందర్ రెడ్డి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. అనంతరం జాతిపిత మహాత్మా గాంధీ, అంబేద్కర్, తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాలకు నివాళులర్పించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, అధికారులు హాజరయ్యారు.

ప్రతీ ఆశీర్వాదం నా సంకల్పాన్ని మరింత బలపరుస్తుంది : ప్రధాని మోదీ

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

గాయని స్నేహా శంకర్, కళాకారుడు అమన్ పంత్ రూపొందించిన 'ఆశీర్వాద్ కా దియా' ప్రత్యేక గీతాన్ని విడుదల చేశారు. మోదీ జన్మ దినంతో పాటు ఆయన 25 ఏళ్ల ప్రజా జీవితాన్ని గుర్తుచేస్తూ ఈ పాటను అంకితం చేశారు. దీనిపై స్పందించిన ప్రధాని.. తనకు లభిస్తున్న ప్రజల ఆశీర్వాదాలు దేశానికి సేవ చేయాలన్న తన నిబద్ధతను మరింత పెంచుతాయని పేర్కొన్నారు. కాగా.. మోదీ బర్త్‌డే సందర్భంగా నేడు దేశవ్యాప్తంగా ప్రజలు 'ఆశీర్వాద్ కా దియా(ఆశీర్వాద దీపం)' కార్యక్రమం చేపట్టాలని బీజేపీ పిలుపునిచ్చింది. సాయంత్రం 6 నుంచి 7 గంటల మధ్య ఇళ్లలో దీపాలు వెలిగించి మోదీ ఆయురారోగ్యాలు, విజయాన్ని ఆకాంక్షించాలని పార్టీ జాతీయధ్యక్షుడు నితిన్ నబీన్ విజ్ఞప్తి చేశారు. తానూ ఆశీర్వాద దీపం వెలిగిస్తానన్న ఆయన.. ప్రజలు కూడా ఈ కార్యక్రమంలో భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రజాసేవే దేశసేవ అన్న సూత్రంతో మోదీ పనిచేస్తున్నారని నితిన్ నబీన్ పేర్కొన్నారు. ప్రధానిగా బాధ్యతలు చేపట్టినప్పటి నుంచి ఎన్నో సవాళ్లను ఎదుర్కొంటూనే కొత్త విధానాలు, కార్యక్రమాలు, పథకాలను తీసుకొచ్చారన్నారు. ఇక మోదీ పుట్టినరోజు సందర్భంగా 'సేవా సంకల్ప్ అభియాన్' పేరుతో నెల రోజుల ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని కూడా చేపట్టింది బీజేపీ. నేటి నుంచి అక్టోబరు 17 వరకు ఈ కార్యక్రమం కొనసాగనుంది. రక్తదాన శిబిరాలు, పరిశుభ్రత కార్యక్రమాలు, ప్రదర్శనలు, సదస్సులు, ప్రజా సంబంధ కార్యక్రమాలు వంటివి ఇందులో భాగం కానున్నాయి.

సెప్టెంబరు 17 చరిత్రకు మతం రంగు పులిమే ప్రయత్నం జరుగుతోంది: కవిత

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

కాంగ్రెస్ పోరాటమే కారణమని సీఎం చెబుతున్నారని, అది వాస్తవం కాదని కవిత అన్నారు. సంస్థానాల్లో పోరాటం చేయడం తమ విధానం కాదని అప్పట్లో మహాత్మా గాంధీ చెప్పిన విషయాన్ని ఆమె గుర్తుచేశారు. నిజాం ప్రభుత్వం పేదలకు ఇచ్చిన 10 లక్షల ఎకరాల భూమిని భారత యూనియన్‌లో విలీనం తర్వాత కాంగ్రెస్ తిరిగి జమీందార్లకు అప్పగించిందని ఆరోపించారు. బీజేపీ తీరుపైనా కవిత మండిపడ్డారు. ముస్లిం రాజుపై హిందువులు చేసిన పోరాటంగా ఆనాటి చరిత్రకు మతం రంగు పులిమేందుకు బీజేపీ ప్రయత్నిస్తోందని విమర్శించారు. ఆ పోరాటం జరిగిన సమయంలో బీజేపీ, ఆర్ఎస్ఎస్ ఉనికిలోనే లేవని అన్నారు. జాగీర్దార్లు, జమీందార్ల దాష్టీకాలకు వ్యతిరేకంగా మతాలకు అతీతంగా ప్రజలే స్వచ్ఛందంగా పోరాటం చేశారని కవిత తెలిపారు. వట్టికోట ఆళ్వార్ స్వామి, సురవరం ప్రతాపరెడ్డి, రావి నారాయణరెడ్డి వంటి వారు సైకిళ్లపై తిరుగుతూ ప్రజల్లో చైతన్యం తీసుకొచ్చారని గుర్తుచేశారు. కాళోజీ, దాశరథి, షోయాబుల్లాఖాన్, మగ్దూం మొయినుద్దీన్ వంటి కవులు, రచయితలు తమ రచనలతో ప్రజల్లో పోరాట స్ఫూర్తిని నింపారని చెప్పారు. వారి స్ఫూర్తితో దొడ్డి కొమురయ్య, చాకలి ఐలమ్మ, షేక్ బందగీ, మల్లు స్వరాజ్యం, ఆరుట్ల కమలాదేవి వంటి వారు పోరాటంలో ముందుకు వచ్చారని పేర్కొన్నారు. అదే స్ఫూర్తితో తెలంగాణ రక్షణ సేన కూడా కులమతాలకు అతీతంగా ప్రజల హక్కుల కోసం పోరాడుతుందని కవిత అన్నారు. రాష్ట్రంలో అరాచక పాలనకు అంతం పలికే వరకు తమ పోరాటం కొనసాగుతుందని స్పష్టం చేశారు.

ఎన్నికల అఫిడవిట్‌తో అడ్డంగా దొరికిన కల్వకుంట్ల ముఠా!: మంత్రి పొంగులేటి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

తనకు ఒక్క ఎకరం భూమీ లేదని కేసీఆర్ పేథ?క్నారు. కానీ తెలంగాణ ఉద్యమ కాలంలో.. ఆ తర్వాత పదేళ్ల బీఆర్ఎస్ పాలనలో కేసీఆర్ కుటుంబానికి చెందిన భూములు, ఆస్తులు ఊహించని రీతిలో పెరిగాయని రికార్డుల ద్వారా తెలుస్తోందని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి 'ఎక్స్' వేదికగా పేర్కొన్నారు. తనకు ఒక్క ఎకరం కూడా భూమిలేదని 2004 కరీంనగర్ లోక్‌సభ ఎన్నికల అఫిడవిట్‌లో తెలిపిన కేసీఆర్‌కు, ఇప్పుడు వేల కోట్ల విలువైన భూములు ఎలా వచ్చాయి? తెలంగాణ ఉద్యమ సమయంలో, ఆ తరువాత అధికారంలో ఉన్న పదేళ్లలో కేసీఆర్‌కు భూములు భారీగా పెరిగిన విషయం.. స్వయంగా ఆయన సమర్పించిన ఎన్నికల అఫిడవిట్ల ద్వారా స్పష్టమవుతోంది. బీఆర్ఎస్ పాలనలో తెలంగాణ ఉద్యమకారులకు అప్పులే మిగిలాయి. కానీ కేసీఆర్ కుటుంబానికి లక్షల కోట్ల విలువైన ఆస్తులు ఎలా వచ్చాయి.? ప్రభుత్వ, పేదల, దళితుల అసైన్డ్ భూములను దోచుకోవడం ద్వారానే కదా.! ఉద్యమకారుల త్యాగాల పునాదుల మీద లక్షల కోట్ల ఆస్తులను అక్రమంగా సంపాదించుకున్న కల్వకుంట్ల కుటుంబం.. పుట్టుకతోనే కేసీఆర్‌కు వందల ఎకరాలు ఉన్నాయని బొంకుతున్న డ్రామారావు' అని పొంగులేటి 'ఎక్స్'లో రాసుకొచ్చారు. ఈ విషయమై ఎన్నికల అఫిడవిట్లో తప్పులు రాసి మోసం చేశారా? లేక ప్రజలకు అబద్ధాలు చెప్తున్నారా.? అని ఏఖు=దీ=ాను ట్యాగ్ చేస్తూ నిలదీశారు.

పోలీసు ఉద్యోగాల రాత పరీక్షల తేదీలను ప్రకటించిన పోలీస్ రిక్రూట్మెంట్ బోర్డ్

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

స్థాయి పోస్టుల ప్రాథమిక రాత పరీక్షను నవంబరు 29న, కానిస్టేబుల్ స్థాయి పోస్టుల పరీక్షను డిసెంబరు 20న నిర్వహించేందుకు బోర్డు ఏర్పాట్లు చేస్తోందని ఆయన తెలిపారు. పోలీస్, స్పెషల్ ప్రొటెక్షన్ ఫోర్స్, అగ్నిమాపక–విపత్తు స్పందన, జైళ్ల శాఖల్లో ఖాళీగా ఉన్న 7,437 పోస్టుల భర్తీకి గత జులై 29న నాలుగు నోటిఫికేషన్లు జారీ చేసినట్లు ఛైర్మన్ పేర్కొన్నారు. విభాగాల వారీగా పోలీస్ శాఖలో 200 ఎస్సై/ఏఎస్సై, 4,800 కానిస్టేబుల్; స్పెషల్ ప్రొటెక్షన్ ఫోర్స్‌లో 44 ఎస్సై, 1,380 కానిస్టేబుల్; అగ్నిమాపక శాఖలో 39 ఎస్సై, 751 కానిస్టేబుల్; జైళ్ల శాఖలో 15 ఎస్సై, 208 కానిస్టేబుల్ పోస్టులు భర్తీ చేయనున్నట్లు వివరించారు. అభ్యర్థుల విజ్ఞప్తి మేరకు ప్రభుత్వం గరిష్ఠ వయోపరిమితిపై ఎస్సై, ఏఎస్సై, డ్రైవర్ పోస్టులకు 7 ఏళ్లు, ఇతర కానిస్టేబుల్ పోస్టులకు 10 ఏళ్ల సడలింపు నివ్వడం ద్వారా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుమారు 1.13 లక్షల మంది నిరుద్యోగులకు లబ్ధి చేకూరిందని ఆయన తెలిపారు. ఆగస్టు 19 నుంచి సెప్టెంబరు 16 వరకు 28 రోజుల పాటు బోర్డు వెబ్‌సైట్ ద్వారా ఆన్‌లైన్ దరఖాస్తులను స్వీకరించగా, ప్రక్రియ అత్యంత సమర్థవంతంగా పూర్తయిందని తెలిపారు. మొత్తం 4,29,000 మంది అభ్యర్థుల నుంచి 5,77,064 దరఖాస్తులు వచ్చాయని, సగటున ఒక్కో అభ్యర్థి 1.34 దరఖాస్తులు చేసినట్లు లెక్క తేలిందని శ్రీనివాసరావు వెల్లడించారు. మొత్తం దరఖాస్తుదారుల్లో 68.45 శాతం మంది ఒకే పోస్టుకు దరఖాస్తు చేసుకోగా, 28.88 శాతం మంది రెండు పోస్టులకు, 2.423 శాతం మంది మూడు, 0.2 శాతం మంది నాలుగు, 0.046 శాతం మంది ఐదు పోస్టులకు దరఖాస్తు చేసుకున్నారని వివరించారు. ఒకటి కంటే ఎక్కువ పోస్టులకు దరఖాస్తు చేసుకున్న 1,35,359 మంది అభ్యర్థులకు ఉమ్మడి శారీరక పరీక్షల వల్ల కలిగిన పొదుపు ఆధారంగా ఫీజు రాయితీ అందజేసినట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. సామాజిక వర్గాల వారీగా అందిన దరఖాస్తులను పరిశీలిస్తే 49.19 శాతం బిసి, 43.60 శాతం ఎస్సీ/ఎస్టీ (వీరు 50% ఫీజు రాయితీ పొందారు), 7.20 శాతం ఓసీ దరఖాస్తులు ఉన్నాయని తెలిపారు. ఓసీల కేటగిరీలో 3.45 శాతం దరఖాస్తులు ఇతర రాష్ట్రాల అభ్యర్థుల నుంచి వచ్చాయని చెప్పారు. అలాగే మొత్తం దరఖాస్తుల్లో పురుషుల నుంచి 4,30,844 (74.66%), మహిళల నుంచి 1,46,220 (25.33%) దరఖాస్తులు నమోదైనట్లు వెల్లడించారు. నియామక ప్రక్రియలో పారదర్శకత పెంచేందుకు, నకిలీ దరఖాస్తులను అరికట్టేందుకు ప్రవేశపెట్టిన ఆధార్ ఫేస్ అథెంటికేషన్‌ను 97.4 శాతం మంది అభ్యర్థులు తమ మొబైల్స్ ద్వారా విజయవంతంగా పూర్తి చేశారని, సాంకేతిక సమస్యల వల్ల పూర్తి చేయలేకపోయిన మిగిలిన 2.6 శాతం మందికి ఈ నెల 30 వరకు గడువు పొడిగించినట్లు బోర్డు ఛైర్మన్ తెలిపారు. వారు ఆన్‌లైన్ లాగిన్‌లో ఫేస్ అథెంటికేషన్ పూర్తి చేసిన తర్వాత మాత్రమే అప్లికేషన్ పీడీఎఫ్ డౌన్‌లోడ్ అవుతుందని స్పష్టం చేశారు. ఎస్సై సివిల్, కానిస్టేబుల్ సివిల్ పోస్టులకు ప్రాథమిక పరీక్షతో ప్రారంభమయ్యే 3 దశల ఎంపిక విధానం ఉంటుందని, ఏఎస్సై ఎఫ్‌పీబీ (11,992 దరఖాస్తులు), డ్రైవర్ పిసి (12,495 దరఖాస్తులు), మెకానిక్ పిసి (2,465 దరఖాస్తులు) వంటి పోస్టులకు శారీరక పరీక్షలతో మొదలయ్యే 2 దశల ప్రక్రియ ఉంటుందని వివరించారు. పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించి 56.84 శాతం మంది తెలుగును, 43.02 శాతం మంది ఇంగ్లీషును, 0.12 శాతం మంది ఉర్దూను పరీక్ష మాధ్యమంగా ఎంచుకున్నారని తెలిపారు. నవంబరు 29న జరిగే ఎస్సై ప్రాథమిక పరీక్షను ఉమ్మడి 10 జిల్లాల కేంద్రాల్లో, డిసెంబరు 20న జరిగే కానిస్టేబుల్ ప్రాథమిక పరీక్షను 15 నుంచి 18 ప్రాంతాల్లో నిర్వహించడానికి తగిన ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు తెలంగాణ పోలీస్ రిక్రూట్మెంట్ బోర్డు ఛైర్మన్ వి వి శ్రీనివాస రావు వివరించారు.

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల ఓటరు జాబితా షెడ్యూల్ విడుదల

గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల ఓటరు జాబితా షెడ్యూల్ విడుదలైంది. మహబూబ్‌నగర్– రంగారెడ్డి–హైదరాబాద్‌తో పాటు వరంగల్–ఖమ్మం–నల్గొండ నియోజికవర్గాల ఓటరు జాబితాను ఈసీ విడుదల చేసింది. పట్టభద్రుల ఓట్ల నమోదు కోసం ఈ నెల 20న పబ్లిక్ నోటీసు జారీ చేయబడుతుంది. నవంబర్ 6 వరకు ఓటరు దరఖాస్తులు స్వీకరించి, నవంబర్ 25న ముసాయిదా ఓటరు జాబితా విడుదల చేస్తారు. తెలంగాణ గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలు -- ఓటర్ల జాబితా షెడ్యూల్. 2027 మార్చిలో ఖాళీ కానున్న మహబూబ్‌నగర్--రంగారెడ్డి--హైదరాబాద్, వరంగల్--ఖమ్మం--నల్గొండ గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ నియోజకవర్గాలకు కొత్త ఓటర్ల జాబితా సిద్ధం చేయనున్నారు. సెప్టెంబర్ 28: ప్రజా నోటీసు అక్టోబర్ 15: తొలి పునఃప్రచురణ. అక్టోబర్ 25: రెండో పునఃప్రచురణ. నవంబర్ 6: ఫ.ా ం - 18 దరఖాస్తులకు చివరి తేదీ. నవంబర్ 25: ముసాయిదా ఓటర్ల జాబితా. నవంబర్ 25 -- డిసెంబర్ 10: క్లెయిమ్‌లు, అభ్యంతరాలు. డిసెంబర్ 25: క్లెయిమ్‌లు, అభ్యంతరాల పరిష్కారం. డిసెంబర్ 30: తుది ఓటర్ల జాబితా. ప్రస్తుత జాబితాలో పేరు ఉన్న గ్రాడ్యుయేట్లు కూడా కొత్త ఫారం–18లో మళ్లీ దరఖాస్తు చేయాలి. అవసరమైన ధ్రువపత్రాల ధృవీకరించిన కాపీలు సమర్పించాలి. ఆన్‌లైన్‌లో సీఈఓ తెలంగాణ వెబ్‌సైట్ ద్వారా లేదా సంబంధిత ఎన్నికల అధికారుల వద్ద ఫారం–18తో అవసరమైన ధృవపత్రాలను సమర్పించవచ్చు.

హంస కలం వార్త

ఒక్క అడుగుతో మొదలై.. విశ్వరూపంగా ఎదిగిన ఖైరతాబాద్ వినాయకుడు

హైదరాబాద్ నగరానికి గణేష్ నవరాత్రుల సమయంలో ప్రత్యేక గుర్తింపు తీసుకొచ్చే ఖైరతాబాద్ మహాగణపతి

(సెప్టెంబర్-13 హంస కలంవార్త)

ఉత్సవాలకు ఏడు దశాబ్దాలకు పైగా చరిత్ర ఉంది. 1954లో సింగరి శంకరయ్య ఆధ్వర్యంలో ఖైరతాబాద్‌లో కేవలం ఒక అడుగు ఎత్తున్న వినాయక విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠించడంతో ఈ సంప్రదాయం ప్రారంభమైంది. బాల గంగాధర్ తిలక్ స్ఫూర్తితో ప్రజలను ఒకచోట చేర్చి ఐక్యతను పెంపొందించాలనే ఉద్దేశంతో ఈ ఉత్సవాలను ప్రారంభించినట్లు చారిత్రక కథనాలు పేర్కొంటున్నాయి. ప్రారంభంలో చిన్న విగ్రహంతో మొదలైన ఈ ఉత్సవం ఏటా మరింత వైభవంగా మారింది. ఒక అడుగు చొప్పున విగ్రహం ఎత్తు పెరుగుతూ 2014లో 60 అడుగులకు చేరింది. అనంతరం పర్యావరణ పరిరక్షణ, నిమజ్జనంలో ఎదురయ్యే ఇబ్బందులను దృష్టిలో ఉంచుకుని విగ్రహాల ఎత్తు, నిర్మాణ విధానంలో మార్పులు చేశారు. మట్టి విగ్రహాల వైపు కూడా నిర్వాహకులు దృష్టి సారించారు. 2024లో ఉత్సవాల 70వ సంవత్సరాన్ని పురస్కరించుకుని 70 అడుగుల మహాగణపతిని ప్రతిష్ఠించారు. ఈ విగ్రహం విశేష ఆకర్షణగా నిలిచింది. 2025లో 69 అడుగుల 'శ్రీవిశ్వశాంతి మహాశక్తి గణపతి' రూపంలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చిందిప్రతి సంవత్సరం ఖైరతాబాద్ గణపతిని దర్శించుకునేందుకు హైదరాబాద్‌తో పాటు తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ తదితర ప్రాంతాల నుంచి భారీ సంఖ్యలో భక్తులు తరలివస్తారు. భారీ విగ్రహం, ప్రత్యేక అలంకరణలు, వివిధ రూపాల్లో గణనాథుడి దర్శనం, ప్రసిద్ధ లడ్డూ ప్రసాదం ఈ ఉత్సవానికి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తాయి. నవరాత్రుల

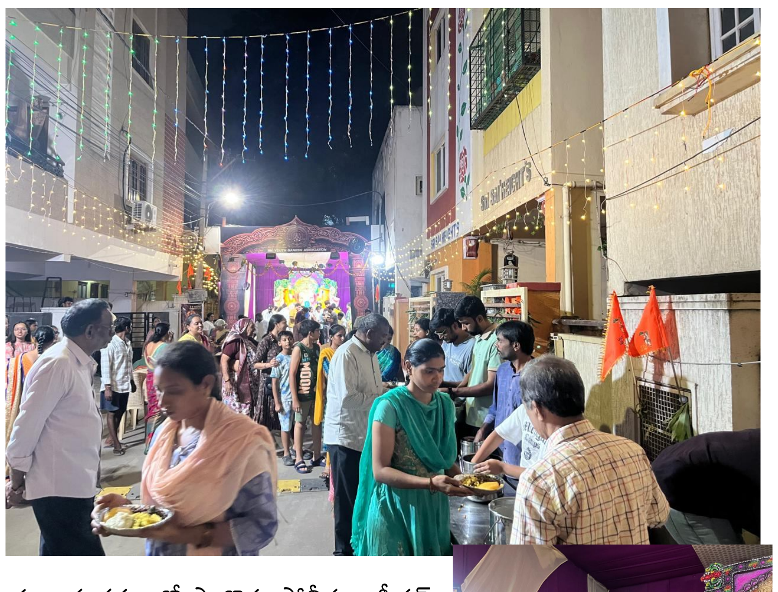
అనంతరం భారీ ఊరేగింపుతో హుస్సేన్‌సాగర్‌లో నిమజ్జనం చేయడం ఆనవాయితీగా కొనసాగుతోంది .2026లో ఖైరతాబాద్ గణేష్ ఉత్సవాలు 72వ సంవత్సరంలోకి ప్రవేశించాయి. నిర్వాహకుల ప్రకారం ఈ ఏడాది మహాగణపతి విగ్రహం 72 అడుగుల ఎత్తుతో ప్రతిష్ఠించబడుతోంది. చిన్న అడుగుతో ప్రారంభమైన ఈ గణపతి ఉత్సవం నేడు హైదరాబాద్ సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక గుర్తింపులో ఒక ముఖ్యమైన భాగంగా నిలిచింది.

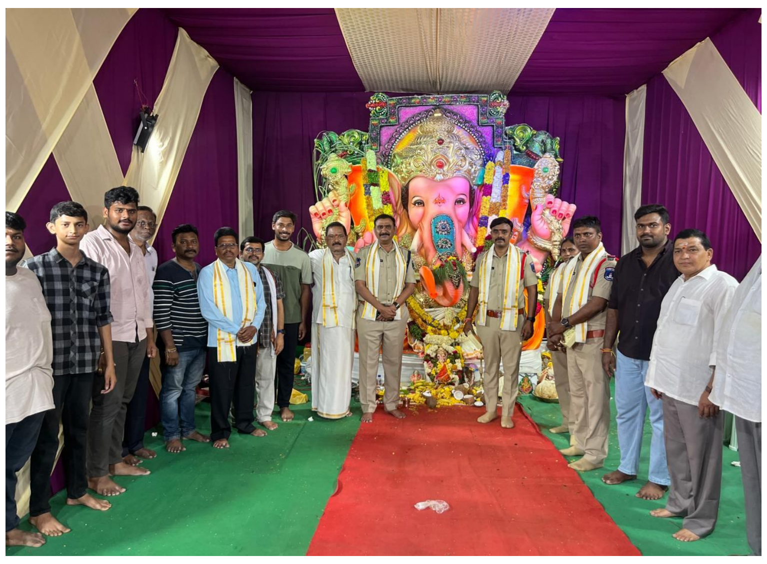
కూకట్ పల్లి వివేకానంద నగర్ డివిజన్లో రామకృష్ణ వీధిలో

రామకృష్ణ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ మరియు గణేష్ యూత్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో

(సెప్టెంబర్-17 హంస కలంవార్త)

ఏర్పాటుచేసిన భారీ గణనాథం దగ్గరికి ప్రత్యేక పూజలకు ఏసిపి నరేష్ రెడ్డి కూకట్ పల్లి సిఐ డి స్వామి గౌడ్ ఎస్సై చంద్రశేఖర్ నర్మదా మేడం విచ్చేసి భారీ గణనాథుని పూజ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు ఏసీ పి మరియు సిఐ మాట్లాడుతూ భక్తిశ్రద్ధలతో గణనాథం దగ్గర పూజా కార్యక్రమంలో భక్తులు మహిళలు పిల్లలు మరియు కమిటీ సభ్యులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొని గణనాథుని దగ్గర చక్కగా పూజా కార్యక్రమంలో నిర్వహిస్తున్నారు కాలనీవాసులకు కమిటీ సభ్యులకు ప్రత్యేక అభినందనలు ఏసీ పి తెలిపారు





ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న పోలీసు ఆఫీసర్స్ కు రామకృష్ణ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు జే పురంధర్ రెడ్డి మరియు యూత్ కమిటీ సభ్యులు కమిటీ సభ్యులు శాలువలతో సన్మానం చేసి సీట్లు అందజేయడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో యూత్ కమిటీ సభ్యులు నందు అశ్విత్ రిత్విక్ కళ్యాణ్ కమిటీ సభ్యులు వెంకటేశ్వరరావు లక్ష్మీనారాయణ సుధాకర్ ప్రసాద్ చంగల్ రెడ్డి కెవి రావు సూర్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు అధ్యక్షులు పురేందర్ రెడ్డి హృదయపూర్వకంగా నమస్కారాలు తెలియజేశారు

కూకట్‌పల్లి జనసేన కార్యాలయంలో ఘనంగా తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవ వేడుకలు

జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించిన ముమ్మారెడ్డి ప్రేమకుమార్

అమరవీరుల త్యాగాలను స్మరించుకున్న జనసేన నాయకులు, జనసైనికులు

కూకట్‌పల్లి, సెప్టెంబర్ 17 (హంస కలం వార్త):

తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవం (ప్రజా పాలనా దినోత్సవం) సందర్భంగా కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ జనసేన పార్టీ ఆధ్వర్యంలో వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. కేపీహెచ్‌బీ కాలనీ 5వ ఫేజ్‌లోని జనసేన పార్టీ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమానికి పార్టీ నాయకులు, జనసైనికులు, స్థానిక నాయకులు, కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ జనసేన పార్టీ కంటెస్టెడ్ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి ముమ్మారెడ్డి ప్రేమకుమార్ జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. అనంతరం జాతీయ జెండాకు గౌరవ వందనం సమర్పించారు. జాతీయ సమైక్యత, ప్రజాస్వామ్య విలువలను కాపాడుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందని నాయకులు పేర్కొన్నారు. అమరవీరులకు ఘన నివాళి తెలంగాణ విమోచన, విలీన పోరాటంలో ప్రాణత్యాగం చేసిన అమరవీరుల త్యాగాలను ఈ సందర్భంగా నాయకులు స్మరించుకున్నారు. స్వేచ్ఛ, ప్రజాస్వామ్యం కోసం పోరాడిన వారి సేవలను కొనియాడుతూ ఘనంగా నివాళులర్పించారు. వారి త్యాగాల స్ఫూర్తితో ప్రజా సంక్షేమం కోసం పనిచేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రజాస్వామ్య విలువలను కాపాడాలి ఈ సందర్భంగా ముమ్మారెడ్డి ప్రేమకుమార్ మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ప్రజల స్వేచ్ఛ, సమానత్వం, హక్కులు అత్యంత కీలకమైనవని అన్నారు. అమరవీరులు ఆశించిన ప్రజాస్వామ్య విలువలను కాపాడుతూ, వారి ఆశయ సాధనకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ అభివృద్ధి, ప్రజల సంక్షేమం కోసం జనసేన పార్టీ నిరంతరం ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. ప్రజా సమస్యలను గుర్తించి వాటి పరిష్కారానికి కృషి చేయడంతో పాటు, నియోజకవర్గ అభివృద్ధికి తమ వంతు బాధ్యతగా పనిచేస్తామని తెలిపారు. కార్యక్రమం సందర్భంగా నాయకులు, జనసైనికులు జాతీయ సమైక్యత, ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణకు కట్టుబడి పనిచేయాలని ప్రతిజ్ఞ చేశారు. అనంతరం కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న నాయకులు, కార్యకర్తలకు పరస్పరం శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ జనసేన పార్టీ నాయకులు, జనసైనికులు, స్థానిక నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

రూ.5 లక్షల లంచం తీసుకుంటూ కీసర ఎస్ఐ పట్టివేత

బెయిల్ కోసం భారీగా డిమాండ్ చేసినట్లు ఆరోపణలు.. సీఐపై కూడా కేసు

కీసర, సెప్టెంబర్ 17 (హంస కలంవార్త):

మేడ్చల్–మల్కాజిగిరి జిల్లా కీసర పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలో అవినీతి నిరోధక శాఖ (ఏసీబీ) అధికారులు నిర్వహించిన ట్రాప్‌లో ఎస్ఐ జ్ఞానేందర్ రెడ్డి రూ. 5 లక్షల లంచం తీసుకుంటూ రెడ్‌హ్యాండెడ్‌గా పట్టుబడ్డారు. ఈ వ్యవహారంలో కీసర ఇన్‌స్పెక్టర్ ఆంజనేయులు పాత్రపై కూడా ఏసీబీ కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టింది. పీడీఎస్ (రేషన్) బియ్యం కేసుకు సంబంధించి నిందితుడికి స్టేషన్ బెయిల్ ఇప్పించేందుకు డబ్బులు డిమాండ్ చేసినట్లు ఏసీబీ ప్రాథమిక దర్యాప్తులో వెల్లడైనట్లు సమాచారం. తొలుత రూ. 10 లక్షలు డిమాండ్ చేసినట్లు కొన్ని నివేదికలు పేర్కొనగా, అనంతరం మొత్తంపై బేరసారాలు జరిగినట్లు తెలుస్తోంది. చివరకు రూ. 5 లక్షలు చెల్లించేలా ఒప్పందం కుదిరినట్లు ఏసీబీకి అందిన ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నట్లు సమాచారం.

కీసర చెరువు వద్ద ఏసీబీ వల

ఏసీబీ సూచనల మేరకు బాధితుడు డబ్బులు అందించేందుకు సిద్ధమయ్యాడు. కీసర చెరువు సమీపంలో గణేశ్ నిమజ్జన విధుల్లో ఉన్న ఎస్ఐ జ్ఞానేందర్ రెడ్డి కారులో రూ. 5 లక్షలు స్వీకరిస్తుండగా ఏసీబీ అధికారులు దాడి చేసి పట్టుకున్నారు. ఏసీబీ అధికారులను గమనించిన ఎస్ఐ అక్కడి నుంచి పరుగెత్తేందుకు ప్రయత్నించినట్లు నివేదికలు వెల్లడించాయి. అనంతరం అధికారులు అతడిని అదుపులోకి తీసుకున్నారు. బాధితుడి ఫిర్యాదుతో రంగంలోకి ఏసీబీపోలీసుల వేధింపులు భరించలేక బాధితుడు ఏసీబీ అధికారులను ఆశ్రయించినట్లు సమాచారం. కేసుకు సంబంధించి ఇబ్బందులు సృష్టించడంతో పాటు కెమికల్ టెస్టుల విషయంలోనూ తనను ముప్పుతిప్పలు పెట్టినట్లు బాధితుడు ఆరోపించినట్లు వార్తా కథనాలు పేర్కొన్నాయి. అంతేకాకుండా కొన్ని రోజులుగా బిర్యానీలు, కూల్‌డ్రింక్స్ తీసుకురావాలని అడిగేవారని కూడా ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నట్లు సమాచారం.

పోలీస్‌స్టేషన్‌లో సోదాలు

ట్రాప్ అనంతరం కీసర పోలీస్‌స్టేషన్‌తో పాటు సంబంధిత ప్రదేశాల్లో ఏసీబీ అధికారులు సోదాలు నిర్వహించారు. సీఐ ఆంజనేయులు, ఎస్ఐ జ్ఞానేందర్ రెడ్డిలపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నట్లు ఏసీబీ తెలిపింది. ఇద్దరినీ నాంపల్లి ఏసీబీ కోర్టులో హాజరుపరచనున్నట్లు అధికారులు వెల్లడించినట్లు సమాచారం. ఈ వ్యవహారంలో లంచం డిమాండ్ చేసిన తీరు, నగదు స్వీకరణ, సంబంధిత అధికారుల పాత్ర తదితర అంశాలపై ఏసీబీ అధికారులు పూర్తి స్థాయిలో దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. దర్యాప్తు పూర్తయ్యే వరకు ఆరోపణలకు సంబంధించిన అంశాలను ఏసీబీ దర్యాప్తు వివరాలుగానే పరిగణించాల్సి ఉంటుంది.

హంస కలం వార్త

విశ్వకర్మ జయంతి సందర్భంగా ప్రత్యేక కథనం

సృష్టి, శిల్పకళకు ఆద్యుడు విశ్వకర్మ

(సెప్టెంబర్ 17, హంస కలం వార్త)

హిందూ సంప్రదాయంలో శిల్పకళ, వాస్తుకళ, నిర్మాణ నైపుణ్యాలకు ప్రతీకగా భావించే విశ్వకర్మ జయంతిని ప్రతి సంవత్సరం భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహిస్తారు. దేవతల కోసం అద్భుతమైన నిర్మాణాలు, ఆయుధాలు, రథాలు, రాజభవనాలు రూపొందించిన దివ్య శిల్పిగా పురాణాలు విశ్వకర్మను వర్ణిస్తాయి. ఈ సందర్భంగా దేశవ్యాప్తంగా విశ్వకర్మ పూజలు, ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా వస్తోంది. పురాణ కథనాల ప్రకారం విశ్వకర్మను దేవశిల్పి, వాస్తుశిల్పిగా పిలుస్తారు. దేవతలకు అవసరమైన అనేక నిర్మాణాలు, దివ్య ఆయుధాలు, రథాలు ఆయన రూపొందించినట్లు పురాణాల్లో ప్రస్తావనలు ఉన్నాయి. అందుకే నిర్మాణ రంగం, శిల్పకళ, యంత్ర పరికరాలు, చేతివృత్తులు, సాంకేతిక పనులతో అనుబంధం ఉన్న వారు విశ్వకర్మను తమ ఆరాధ్య దైవంగా భావిస్తారు. విశ్వకర్మ జయంతి సందర్భంగా వర్క్‌షాప్‌లు, పరిశ్రమలు, మెకానికల్ సంస్థలు, నిర్మాణ రంగ సంస్థలు, కార్మికులు తమ పనిముట్లు, యంత్ర పరికరాలను శుభ్రపరిచి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహిస్తారు.

తమ వృత్తిలో నైపుణ్యం, అభివృద్ధి, భద్రత, ఆర్థిక సౌభాగ్యం కలగాలని విశ్వకర్మను ప్రార్థిస్తారు. శ్రమకు, నైపుణ్యానికి గౌరవంవిశ్వకర్మ జయంతి కేవలం ఆధ్యాత్మిక పండుగ మాత్రమే కాకుండా శ్రమ, నైపుణ్యం, సాంకేతిక పరిజ్ఞానానికి గౌరవం తెలిపే సందర్భంగా కూడా నిలుస్తోంది. సమాజ అభివృద్ధిలో కార్మికులు, శిల్పులు, మెకానిక్‌లు, ఇంజనీర్లు, నిర్మాణ రంగ నిపుణులు, చేతివృత్తుల కళాకారుల పాత్ర ఎంతో కీలకం. వారి కృషి వల్లే భవనాలు, పరిశ్రమలు, యంత్రాలు, మౌలిక వసతులు రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి. ప్రస్తుత ఆధునిక యుగంలో సాంకేతిక పరిజ్ఞానం వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్నప్పటికీ, నైపుణ్యం కలిగిన మానవ శక్తి ప్రాధాన్యత మాత్రం కొనసాగుతూనే ఉంది.

విశ్వకర్మ జయంతి సందర్భంగా వృత్తి నైపుణ్యాలను అభివృద్ధి చేసుకోవడం, యువతలో సాంకేతిక విద్యపై ఆసక్తిని పెంచడం, సంప్రదాయ చేతివృత్తులను పరిరక్షించడం అవసరమనే సందేశం కూడా వెలువడుతోంది. భక్తిశ్రద్ధలతో పూజలువిశ్వకర్మ జయంతి సందర్భంగా ఆలయాలతో పాటు వివిధ పరిశ్రమలు, వర్క్‌షాప్‌లు, వ్యాపార సంస్థల్లో ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తారు. పరికరాలకు పూజలు చేసి, కార్మికులు, ఉద్యోగులు పరస్పరం శుభాకాంక్షలు తెలుపుకుంటారు. కొన్ని ప్రాంతాల్లో అన్నదాన కార్యక్రమాలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు కూడా నిర్వహిస్తారు. విశ్వకర్మ ఆశీస్సులతో ప్రతి కుటుంబంలో సుఖసంతోషాలు, సిరిసంపదలు వెల్లివిరియాలని, కార్మికులు మరియు శిల్పకారులు ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా పనిచేస్తూ అభివృద్ధి సాధించాలని ఈ సందర్భంగా ప్రజలు ఆకాంక్షిస్తున్నారు. విశ్వకర్మ జయంతి సందేశం:"శ్రమకు గౌరవం.. నైపుణ్యానికి ప్రోత్సాహం.. సృజనాత్మకతకు గుర్తింపు.. ఇదే విశ్వకర్మ జయంతి స్ఫూర్తి."

ఘనంగా విశ్వకర్మ జయంతి వేడుకలు

కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణానికి 200 గజాల స్థలం కేటాయిస్తాం: కార్పొరేటర్ జగన్నాథ్

జగద్గిరిగుట్టలో విశ్వకర్మ జయంతి వేడుకలు

(సెప్టెంబర్-17, హంస కలంవార్త)

జగద్గిరిగుట్ట పరిధిలో విశ్వకర్మ జయంతి వేడుకలు గురువారం భక్తిశ్రద్ధలతో ఘనంగా నిర్వహించారు. జగద్గిరిగుట్ట విశ్వకర్మ, స్వర్ణకార సంఘం అధ్యక్షుడు ప్రభు చారి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ వేడుకలకు స్థానిక కార్పొరేటర్ కొలుకుల జగన్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా కార్పొరేటర్ జగన్ విశ్వకర్మ భగవానుడి చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ సృష్టి నిర్మాణంలోనూ, సమాజ అభివృద్ధిలోనూ విశ్వకర్మల పాత్ర ఎంతో కీలకమైందని కొనియాడారు. శిల్పకళ, వాస్తుకళ, లోహకళ తదితర రంగాల్లో విశ్వకర్మలు అందిస్తున్న సేవలు అభినందనీయమని పేర్కొన్నారు. విశ్వకర్మ, స్వర్ణకార సంఘం అభివృద్ధికి తన వంతు సహకారం అందిస్తానని జగన్ తెలిపారు. సంఘం ఆధ్వర్యంలో కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణం కోసం 200 గజాల స్థలాన్ని కేటాయించేలా చొరవ తీసుకుంటానని హామీ ఇచ్చారు. సంఘం సభ్యుల సమస్యలను తన దృష్టికి తీసుకువస్తే వాటి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘం అధ్యక్షుడు ప్రభు చారి, ఉపాధ్యక్షులు విజయ్ కుమార్ చారి, శ్రీనివాస్ చారి, లకోజు శివ, సాయి, సత్తిబాబు, చందు, రాఘవేంద్రం తదితర సంఘం ప్రతినిధులతో పాటు స్వర్ణకారులు, విశ్వకర్మ కులబాంధవులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. పూజా కార్యక్రమాల అనంతరం భక్తులకు తీర్థప్రసాదాలు పంపిణీ చేశారు.

ఆల్విన్ కాలనీలో ఘనంగా గణేష్ ఉత్సవాలు

ఆల్విన్ కాలనీలో భక్తిశ్రద్ధలతో గణేష్ ఉత్సవాలు

అన్నదాన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న పట్వారీ శశిధర్

ఆల్విన్ కాలనీ,

సెప్టెంబర్ 17 (హంస కలంవార్త):

ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్ పరిధిలో గణేష్ ఉత్సవాలు భక్తిశ్రద్ధలతో ఘనంగా కొనసాగుతున్నాయి. పీజేఆర్ నగర్ ఫేజ్-2లోని శ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ నల్ల పోచమ్మ దేవాలయం కమిటీ సభ్యులు, అలాగే ఆల్విన్ కాలనీ లాస్ట్ బస్టాప్ వద్ద టీం వారాహి కమిటీ సభ్యుల ఆహ్వానం మేరకు ఉమ్మడి ఆల్విన్ కాలనీ 124 డివిజన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు పట్వారీ శశిధర్, ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్ మాజీ కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్ గణేష్ ఉత్సవాల్లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా స్థానిక డివిజన్ సీనియర్ నాయకులు, కాలనీ పెద్దలు, యువత, భక్తులతో కలిసి గణనాథుడిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం కమిటీ సభ్యులు ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక అన్నదాన కార్యక్రమంలో పట్వారీ శశిధర్ పాల్గొని భక్తులకు, స్థానిక ప్రజలకు స్వయంగా భోజనం వడ్డించారు. గణేష్ ఉత్సవాలు ప్రజల్లో భక్తిభావాన్ని పెంపొందించడంతో పాటు ఐక్యత, సోదరభావం, సేవా స్ఫూర్తిని చాటుతున్నాయని ఈ సందర్భంగా పలువురు పేర్కొన్నారు. ఉత్సవాల్లో భాగంగా నిర్వహిస్తున్న అన్నదాన కార్యక్రమాలు భక్తులు, స్థానిక ప్రజలను పెద్ద సంఖ్యలో ఆకర్షించాయి. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు జి. రవి, జిల్లా గణేష్, నాగయ్య, కిట్టు, సుధాకర్, మహేష్, బాబ్జి, వెంకట్, కమిటీ సభ్యులు యాదగిరి, శ్రీనివాస్, దశరత్ గౌడ్, రాజు, నరేష్, మల్లేష్, సాయిలు, యువకులు అరవింద్, దేవా, వెంకటేష్, నరహరి, ఉదయ్, నవీన్ తదితరులతో పాటు మహిళలు, టీం పట్వారీ సభ్యులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ప్రజల సంక్షేమం, భద్రత, అభివృద్ధే ప్రజాపాలనకు ప్రధాన లక్ష్యం

ప్రజలకు పారదర్శకంగా, వేగవంతంగా, బాధ్యతాయుతంగా సేవలు అందించాలి: సైబరాబాద్ సీపీ డా. ఎం. రమేష్

సెప్టెంబర్-17, హంస కలంవార్త:

ప్రజల సంక్షేమం, భద్రత, అభివృద్ధిని కేంద్రంగా చేసుకుని ప్రభుత్వ యంత్రాంగం సమన్వయంతో పనిచేయడమే ప్రజాపాలనకు ప్రధాన లక్ష్యమని సైబరాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్ డా. ఎం. రమేష్ అన్నారు. ప్రజాపాలన దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని సైబరాబాద్ పోలీస్ శాఖకు చెందిన అధికారులు, సిబ్బందికి ఆయన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సీపీ డా. ఎం. రమేష్ మాట్లాడుతూ.. ప్రజలకు ప్రభుత్వ సేవలు, పోలీసు సేవలు పారదర్శకంగా, వేగవంతంగా, బాధ్యతాయుతంగా అందేలా ప్రతి అధికారి, సిబ్బంది కృషి చేయాలని సూచించారు. ప్రజల సమస్యలను సానుకూల దృక్పథంతో స్వీకరించి, వాటి పరిష్కారానికి అవసరమైన చర్యలు వేగంగా చేపట్టాలని తెలిపారు. ప్రజలకు అధికారులు, సిబ్బంది ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉండటం ద్వారా ప్రజల్లో ప్రభుత్వ వ్యవస్థపై విశ్వాసం మరింత పెరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. ప్రజల భద్రతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తూ సైబరాబాద్ పోలీస్ శాఖ నిరంతరం పనిచేస్తోందని సీపీ స్పష్టం చేశారు. శాంతిభద్రతల పరిరక్షణతో పాటు ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, నేరాల నివారణ, మహిళలు, బాలికలు, వృద్ధులు, వలస కార్మికుల భద్రతపై ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తున్నట్లు తెలిపారు. సమాజంలోని అన్ని వర్గాలకు రక్షణ కల్పించడం పోలీసుల ప్రధాన బాధ్యత అని పేర్కొన్నారు. పోలీసులు ప్రజలతో స్నేహపూర్వకంగా వ్యవహరిస్తూ వారి సమస్యలను తెలుసుకోవాలని, బాధితులకు న్యాయం జరిగేలా చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని సీపీ సూచించారు. ప్రజలు తమ సమస్యలను పోలీసుల దృష్టికి తీసుకువచ్చినప్పుడు వాటిని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా, నిబంధనల ప్రకారం పరిష్కరించేందుకు కృషి చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. అదేవిధంగా ప్రజలు కూడా చట్టాలను గౌరవిస్తూ పోలీసు శాఖకు సహకరించాలని సీపీ డా. ఎం. రమేష్ కోరారు. నేరాల నియంత్రణ, శాంతిభద్రతల పరిరక్షణ, ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరణ వంటి అంశాల్లో ప్రజల సహకారం ఎంతో అవసరమన్నారు. ప్రజలు--పోలీసుల మధ్య పరస్పర నమ్మకం, సహకారం మరింత బలోపేతం అయినప్పుడే సురక్షితమైన, ప్రశాంతమైన, అభివృద్ధి చెందిన సమాజాన్ని నిర్మించగలమని తెలిపారు. ప్రజాపాలన అంటే కేవలం ప్రభుత్వ కార్యక్రమాలను అమలు చేయడం మాత్రమే కాదని, ప్రజల అవసరాలను గుర్తించి వారికి మెరుగైన సేవలు అందించడం, వారి హక్కులు మరియు భద్రతను కాపాడటం కూడా అందులో భాగమేనని సీపీ పేర్కొన్నారు. ప్రజలకు మెరుగైన సేవలు అందించేందుకు పోలీస్ శాఖలోని ప్రతి విభాగం సమన్వయంతో పనిచేయాలని ఆయన సూచించారు. సైబరాబాద్ పరిధిలో ప్రజలకు మరింత సమర్థవంతమైన పోలీసింగ్ అందించేందుకు ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వినియోగించడంతో పాటు క్షేత్రస్థాయిలో పోలీసుల పనితీరును మరింత బలోపేతం చేస్తున్నామని సీపీ తెలిపారు. ప్రజల భద్రతే ప్రధాన కర్తవ్యంగా భావిస్తూ సైబరాబాద్ పోలీస్ శాఖ అంకితభావంతో పనిచేస్తుందని స్పష్టం చేశారు. ప్రజాపాలన దినోత్సవం సందర్భంగా పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది ప్రజాసేవలో మరింత బాధ్యతతో, నిబద్ధతతో పనిచేయాలని సీపీ డా. ఎం. రమేష్ ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అడ్మిన్ డీసీపీ అన్నపూర్ణ, ఎస్‌బీ డీసీపీ వై.వి.ఎస్. సుధీంద్ర, హెడ్‌క్వార్టర్స్ డీసీపీ సంజీవ్, అడిషనల్ డీసీపీ షమీర్‌తో పాటు పలువురు పోలీస్ ఉన్నతాధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మూసాపేట్‌లో ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియపై బీఆర్ఎస్ బూత్ స్థాయి ఏజెంట్ల సమావేశం

ఓటర్లకు నోటీసులు అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలి: తూము శ్రావణ్‌కుమార్

(సెప్టెంబర్ 17, హంస కలంవార్త)

కూకట్‌పల్లి ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు ఆదేశాల మేరకు మూసాపేట్ డివిజన్‌లో బీఆర్ఎస్ బూత్ స్థాయి ఏజెంట్లతో ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియపై సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి మాజీ కార్పొరేటర్ తూము శ్రావణ్‌కుమార్ హాజరై ఏజెంట్లకు పలు సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా తూము శ్రావణ్‌కుమార్ మాట్లాడుతూ, డివిజన్ పరిధిలో ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియలో భాగంగా నోటీసులు అందుకున్న ఓటర్ల ఇళ్లకు బూత్ స్థాయి ఏజెంట్లు స్వయంగా వెళ్లి, సంబంధిత నోటీసులు వారికి సక్రమంగా అందేలా చూడాలని సూచించారు. నోటీసులు అందుకున్న ఓటర్లు తమ ఓటు హక్కుకు సంబంధించిన ప్రక్రియను సకాలంలో పూర్తి చేసుకునేలా వారికి అవసరమైన సహాయ సహకారాలు అందించాలని తెలిపారు. అదేవిధంగా నోటీసులకు సమాధానంగా సమర్పించాల్సిన అవసరమైన ధ్రువపత్రాలపై ఓటర్లకు అవగాహన కల్పించాలని, వాటిని సేకరించి నిర్ణీత సమయంలో సంబంధిత అధికారులకు అందజేసే ప్రక్రియలో బూత్ స్థాయి ఏజెంట్లు దగ్గరుండి సహకరించాలని సూచించారు. ఓటర్లకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ప్రక్రియపై పూర్తి అవగాహన కల్పిస్తూ సహకరించాలని ఆయన కోరారు. ఈ సమావేశంలో డివిజన్ మాజీ అధ్యక్షుడు అంబటి శ్రీనివాస్, మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి తిరుపతి, బీఆర్ఎస్ ముఖ్య నాయకులు, బూత్ స్థాయి ఏజెంట్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవ వేడుకల్లో వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు

(సెప్టెంబర్-17 హంస కలంవార్త)

తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని బాలానగర్ డివిజన్ పరిధిలోని శ్రీ శ్రీ నగర్ జాతీయ రహదారి వద్ద ఏర్పాటు చేసిన జాతీయ జెండాను బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు ఆవిష్కరించి, ప్రజలకు తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గానికి చెందిన బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలతో కలిసి సికింద్రాబాద్ పరేడ్ గ్రౌండ్స్‌లో నిర్వహించిన తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి భారత ఉపరాష్ట్రపతి సి.పి. రాధాకృష్ణన్ ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొనగా, రాష్ట్ర గవర్నర్ శివ ప్రతాప్ శుక్ల, కేంద్ర మంత్రివర్యులు జి కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్ మల్కాజ్గిరి పార్లమెంట్ సభ్యులు ఈటెల రాజేందర్ పలువురు సీనియర్ నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, ప్రముఖులు హాజరయ్యారు. కార్యక్రమంలో కేంద్ర సాయుధ పోలీసు బలగాలకు (జ్యూరాఖీ) చెందిన 10 కంటింజెంట్లు మార్చ్‌పాస్ట్‌లో పాల్గొని, తెలంగాణ విమోచన పోరాటంలో అమరులైన వీరులకు ఘనంగా నివాళులర్పించారు. 800 మందికి పైగా కళాకారులు బోనాలు, డప్పు, గుస్సాడి తదితర తెలంగాణ సాంప్రదాయ జానపద కళారూపాలను ప్రదర్శించారు. విమోచన పోరాటంలో నిజాం పాలనకు వ్యతిరేకంగా పోరాడిన స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు, అమరవీరుల కుటుంబ సభ్యులను ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా సామూహికంగా ఆలపించిన “వందే మాతరం” కార్యక్రమంలో వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు పాల్గొన్నారు, అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ...“తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవం మన చరిత్రలో అత్యంత కీలకమైన రోజు. నిజాం నిరంకుశ పాలన నుంచి తెలంగాణ ప్రజలకు విముక్తి లభించి, హైదరాబాద్ సంస్థానం భారతదేశంలో విలీనమైన చారిత్రక ఘట్టాన్ని మనం స్మరించుకుంటున్నాం. ఈ స్వేచ్ఛ కోసం ప్రాణాలను సైతం లెక్కచేయకుండా పోరాడిన అమరవీరుల త్యాగాలను ఎన్నటికీ మరచిపోకూడదు. సర్దార్ వల్లభభాయ్ పటేల్ దృఢమైన నాయకత్వం, ఆపరేషన్ పోలో ద్వారా హైదరాబాద్ సంస్థానం భారత యూనియన్‌లో విలీనమైంది. ఈ చారిత్రక ఘట్టాలను నేటి తరానికి, భావితరాలకు తెలియజేయాల్సిన బాధ్యత

మనందరిపై ఉందనీ,మన స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు, అమరవీరుల స్ఫూర్తితో దేశ సమగ్రత, ఐక్యతను కాపాడుతూ దేశ అభివృద్ధిలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలి.” అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ బీజేపీ నాయకులు, వివిధ మోర్చాల నాయకులు, డివిజన్ అధ్యక్షులు, కార్యకర్తలు, యువత, అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బస్ భవన్‌లో ప్రజాపాలనా దినోత్సవ వేడుకలు

జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించిన టీజీఎస్ ఆర్టీసీ వీసీ, ఎండీ వై. నాగిరెడ్డి

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 17 (హంస కలంవార్త):

తెలంగాణ ప్రభుత్వ ప్రజాపాలన వెయ్యి రోజుల ప్రస్థానాన్ని పురస్కరించుకొని హైదరాబాద్‌లోని బస్ భవన్‌లో ప్రజాపాలనా దినోత్సవ వేడుకలను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా టీజీఎస్ ఆర్టీసీ వైస్ చైర్మన్, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ వై. నాగిరెడ్డి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా నాగిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, రాష్ట్ర ప్రజలకు నిత్యావసరమైన రవాణా సేవలను అందించడంలో టీజీఎస్ ఆర్టీసీ కీలక పాత్ర పోషిస్తోందన్నారు. ప్రజల అవసరాలకు అనుగుణంగా ప్రజా రవాణా వ్యవస్థను ఆధునీకరించేందుకు సంస్థ పలు చర్యలు చేపడుతోందని తెలిపారు. ప్రయాణికులకు మెరుగైన సేవలు అందించేందుకు ఇప్పటివరకు 2,932 నూతన బస్సులను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చినట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా 1,024 ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను ఇప్పటికే నడుపుతున్నామని తెలిపారు. హైదరాబాద్ నగరంలో రవాణా అవసరాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని రానున్న రోజుల్లో మరో 2,200 ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను దశలవారీగా అందుబాటులోకి తీసుకురానున్నట్లు వెల్లడించారు. పర్యావరణహిత ప్రజా రవాణాకు ప్రాధాన్యత ఇస్తూ గ్రీన్ బస్సుల సంఖ్యను మరింత పెంచే దిశగా చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని ఎండీ తెలిపారు. అలాగే ప్రయాణికులకు మెరుగైన మౌలిక వసతులు కల్పించేందుకు హైటెక్ సౌకర్యాలతో 13 నూతన బస్ స్టేషన్లు, కొత్త బస్ డిపోల నిర్మాణ పనులను చేపడుతున్నట్లు వివరించారు. మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణాన్ని కల్పించే మహాలక్ష్మి పథకం ద్వారా రాష్ట్రంలో ప్రజా రవాణా వినియోగంలో గణనీయమైన మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయని నాగిరెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఈ పథకం అమలులో ఆర్టీసీ సిబ్బంది కీలకంగా పనిచేస్తున్నారని తెలిపారు. సంస్థ అభివృద్ధిలో ఉద్యోగుల సంక్షేమం, మహిళా సాధికారత, ఆధునిక ప్రజా రవాణా వ్యవస్థల ఏర్పాటుకు ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని చెప్పారు. ఆర్టీసీ సేవలను నిరంతరం ప్రజలకు అందిస్తున్న డ్రైవర్లు, కండక్టర్లు, అధికారులు, ఇతర సిబ్బందిని ఈ సందర్భంగా ఆయన అభినందించారు. భవిష్యత్తులో మరింత మెరుగైన సేవలు అందిస్తూ టీజీఎస్ ఆర్టీసీని ఆధునిక ప్రజా రవాణా సంస్థగా అభివృద్ధి చేసేందుకు సమష్టిగా కృషి చేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో టీజీఎస్ ఆర్టీసీ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్లు సీహెచ్. వెంకన్న, ఎం. రాజశేఖర్, ఎఫ్ఏ విజయపుష్ప, సీపీఎం ఉషాదేవి, సీసీఈ కవిత, సీఎంఈ జానీరెడ్డి, సీటీఎం శ్రీదేవి తదితర అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

వినాయక మండపాల్లో పూజల్లో పాల్గొన్న గొట్టిముక్కల వెంగళరావు

కూకట్‌పల్లి: (సెప్టెంబర్-17 హంస కలంవార్త)

వినాయక నవరాత్రుల సందర్భంగా కూకట్‌పల్లి డివిజన్‌లోని ఏవీబీ పురం, సంగీత్‌నగర్ ప్రాంతాల్లో ఏర్పాటు చేసిన పలు వినాయక మండపాలను కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ మాజీ కార్పొరేటర్ గొట్టిముక్కల వెంగళరావు సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొని, అనంతరం అన్నసమారాధన కార్యక్రమంలో భక్తులతో కలిసి పాల్గొన్నారు. ప్రజలందరూ సుఖసంతోషాలతో ఉండాలని, వినాయకుడి ఆశీస్సులు అందరిపై ఉండాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు.

తెలంగాణ చరిత్ర ప్రపంచానికే ఆదర్శం: కుమార్ యాదవ్

(సెప్టెంబర్-17 హంస కలంవార్త)

ఆల్విన్ కాలనీ: తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్‌లోని భూదేవి హిల్స్ కాలనీలో జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా బీజేపీ యువమోర్చా మాజీ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు కుమార్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ, సెప్టెంబర్ 17 తెలంగాణ చరిత్రలో ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత కలిగిన రోజని అన్నారు. 1947 ఆగస్టు 15న భారతదేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటికీ హైదరాబాద్ సంస్థానం అప్పట్లో నిజాం పాలనలో కొనసాగిందని ఆయన పేర్కొన్నారు. అనంతరం 1948 సెప్టెంబర్‌లో జరిగిన పరిణామాల నేపథ్యంలో హైదరాబాద్ సంస్థానం భారత యూనియన్‌లో విలీనమైందని తెలిపారు. ఈ క్రమంలో అప్పటి కేంద్ర హోంమంత్రి సర్దార్ వల్లభభాయ్ పటేల్ కీలక పాత్ర పోషించారని అన్నారు. తెలంగాణ ప్రజల పోరాటం, త్యాగాలు, చారిత్రక పరిణామాలు దేశ చరిత్రలో ప్రత్యేక స్థానాన్ని కలిగి ఉన్నాయని కుమార్ యాదవ్ పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కాలనీవాసులు, తెలంగాణ అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజాపాలనతోనే సమతుల్య అభివృద్ధి

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లాలో జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించిన ప్రభుత్వ సలహాదారు కె. కేశవరావు

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి, సెప్టెంబర్ 17 (హంస కలంవార్త):

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల సముదాయంలో గురువారం తెలంగాణ ప్రజాపాలన దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ప్రభుత్వ సలహాదారు కె. కేశవరావు జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. అనంతరం తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి నివాళులర్పించి, పోలీసుల గౌరవ వందనం స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మను చౌదరి, ఉప్పల్ డీసీపీ సురేష్ కుమార్, అదనపు కలెక్టర్లు ఫైజాన్ అహ్మద్, విజయేందర్ రెడ్డి తదితరులు ప్రజాపాలన దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. జిల్లా ప్రగతి, సెప్టెంబర్ 17 ప్రాముఖ్యతపై కేశవరావు ప్రజలనుద్దేశించి ప్రసంగించారు. కె. కేశవరావు మాట్లాడుతూ తెలంగాణ స్వేచ్ఛ, స్వాతంత్ర్యం కోసం ఎందరో మహనీయులు చేసిన అసమాన త్యాగాలు, పోరాట స్ఫూర్తి చిరస్మరణీయమన్నారు. వారి స్ఫూర్తితో మేడ్చల్--మల్కాజిగిరి జిల్లాను అభివృద్ధిలో ముందంజలో నిలిపేందుకు అధికారులు, ప్రజలు సమష్టిగా కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. పేదలకు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు అందించడంతోపాటు జిల్లాను అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేసేందుకు జిల్లా యంత్రాంగం కృషి చేస్తోందని తెలిపారు. మహిళల ఆర్థికాభివృద్ధి, అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల నిర్వహణ, రేషన్ కార్డుల పంపిణీ, అభయహస్తం, ఇందిరమ్మ ఇళ్లు, ఇందిరా మహిళా శక్తి, ఆరోగ్య కేంద్రాలు, రైతు భరోసా, మహిళలు, చిన్నారుల భద్రత కోసం టీ-సేఫ్ యాప్ వంటి పలు కార్యక్రమాలను ప్రభుత్వం అమలు చేస్తోందని వివరించారు. తెలంగాణ సాయుధ, రైతాంగ పోరాట యోధుల స్ఫూర్తితో సంక్షేమం, సమతుల్య అభివృద్ధి సాధనకు అందరూ కలిసికట్టుగా పనిచేయాలని ఆయన కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా మార్కెటింగ్ కమిటీ చైర్మన్ నర్సింహులు యాదవ్, గ్రంథాలయ కమిటీ చైర్మన్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, ఆర్టీఏ కమిటీ సభ్యులు జైపాల్ రెడ్డి, డీఆర్వో మాలతి, వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు, కలెక్టరేట్ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హంస కలం వార్త

సెర్వైకల్ నొప్పితో బాధపడుతున్నారా?

ఈ డిజిటల్ యుగంలో చాలా మంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్, ల్యాప్‌టాప్ లేదా మొబైల్‌పై పని చేస్తారు. దీని వల్ల మెడ, భుజాలపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చాలా మంది సెర్వైకల్ స్పాండిలైటిస్ లేదా మెడ నొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. ఈ డిజిటల్ యుగంలో చాలా మంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్, ల్యాప్‌టాప్ లేదా మొబైల్‌పై పని చేస్తారు. దీని వల్ల మెడ, భుజాలపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చాలా మంది సెర్వైకల్ స్పాండిలైటిస్ లేదా మెడ నొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. మెడలో బిగుసుకుపోవడం, భుజాలలో ఒత్తిడి, తలనొప్పి, వీపు నొప్పి వంటివి సెర్వైకల్ లక్షణాలుగా ఉండవచ్చు. సెర్వైకల్ నొప్పిని తగ్గించడానికి మీరు కొన్ని వ్యాయామాల సహాయం తీసుకోవచ్చు. ఈ వ్యాయామం మెడ బిగుసుకుపోవడాన్ని తగ్గిస్తుంది. కండరాలను సడలిస్తుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడానికి నిటారుగా కూర్చోండి లేదా నిలబడండి. ఆ తర్వాత మెడను నెమ్మదిగా ముందుకు వంచండి. ఆపై వెనుకకు వంచండి. ఈ ప్రక్రియను 5 నుండి 10 సార్లు చేయండి. దీని వల్ల సెర్వైకల్ నొప్పి తగ్గవచ్చు. ఇది మెడ సౌలభ్యాన్ని పెంచుతుంది. రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడానికి తలను నెమ్మదిగా కుడి వైపుకు తిప్పండి. కొన్ని సెకన్ల పాటు ఆపండి. ఆ తర్వాత తలను ఎడమ వైపుకు తిప్పండి. రెండు దిశలలో ఒక్కొక్కటి 5 సార్లు చేయండి. ఇది మెడ పక్కని కండరాలకు ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. తలను నెమ్మదిగా కుడి వైపుకు వంచండి (చెవిని భుజం వైపు తీసుకురండి). 10 సెకన్ల పాటు ఆపండి. ఆపై ఎడమ వైపుకు పునరావృతం చేయండి. ఈ ప్రక్రియను 3-4 సార్లు చేయండి. ఈ భంగిమ మీ మెడ స్థానాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. సెర్వైకల్ నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. దీన్ని చేయడానికి మీ వీపు, మెడను నిటారుగా ఉంచండి. ఆపై గడ్డాన్ని మెడ వైపు నెమ్మదిగా లోపలికి లాగండి. 5 సెకన్ల పాటు ఆపి, ఆ తర్వాత సాధారణ స్థితికి తిరిగి వెళ్లండి. దీన్ని 10 సార్లు పునరావృతం చేయండి.

బీపీతో ఇబ్బందిపడుతున్నారా?

రక్తపోటు రోగులు తరచుగా బలహీనతను అనుభవిస్తారు. అలాంటి సమయాల్లో అరటిపండు శరీరానికి ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్ వంటి సహజ చక్కెర ద్వారా శక్తిని అందిస్తుంది. అరటిపండు.. ప్రతి సీజన్‌లో ప్రతిచోటా సులభంగా లభించే పండు. ఇది ఒక సూపర్ ఫుడ్. వైద్యుల నుండి డైటీషియన్ల వరకు అందరూ రోజూ తినాలని సిఫార్సు చేస్తారు. ముఖ్యంగా బిపి రోగులకు ఇది ఒక దివ్యౌషధం లాంటిది. బీపీ రోగులు రోజూ ఒక అరటిపండు తినాలని వైద్యులు సలహా ఇస్తారు. వైద్యులు ఇచ్చిన ఈ చిన్న సలహా అధిక రక్తపోటు రోగుల జీవితాన్ని మార్చగలదు. అయితే బీపీ ఉన్నవారికి అరటిపండు ఎందుకు అంత ప్రత్యేకమైనదో? అరటిపండులో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది సోడియంను సమతుల్యం చేస్తుంది. రక్తపోటును సహజంగా నియంత్రిస్తుంది. అధిక బీపీకి పొటాషియం సహజ శత్రువు అని వైద్యులు అంటున్నారు. ఒక మధ్య తరహా అరటిపండులో దాదాపు 422ఎస్త్ర పొటాషియం ఉంటుంది. అమెరికన్ జర్నల్ ఆఫ్ ఫిజియాలజీ-రీనల్ ఫిజియాలజీలో ప్రచురితమైన ఒక కొత్త అధ్యయనంలో అధిక పొటాషియం తీసుకోవడం అనుకరణ కాలియురేసిస్, నాట్రియురేసిస్, బీపీని గణనీయంగా తగ్గిస్తుందని కనుగొంది. ఎక్కువ సోడియంతో కూడా ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. రక్తపోటు రోగులు తరచుగా బలహీనతను అనుభవిస్తారు. అలాంటి సమయాల్లో అరటిపండు శరీరానికి ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్ వంటి సహజ చక్కెర ద్వారా శక్తిని అందిస్తుంది. అది కూడా ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా. అందుకే దీనిని సూపర్ ఫుడ్ అని పిలుస్తారు. బీపీ రోగులకు ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. అరటిపండును ఒక పరిపూర్ణ ఆరోగ్య చిరుతిండిగా పరిగణిస్తారు. అరటిపండు రుచికరమైనది మాత్రమే కాదు తక్కువ కేలరీలు, అధిక పోషకాలు కలిగిన పండు కూడా. మీరు దీన్ని ఉదయం ఎప్పుడైనా తినవచ్చు. స్నాక్స్ సమయంలో లేదా నడక తర్వాత. దీనివల్ల శరీరానికి మంచి శక్తి, పోషకాలు లభిస్తాయి. అరటిపండ్లలో ఉండే విటమిన్ బి6, మెగ్నీషియం రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తాయి. ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక అరటిపండు తినడం వల్ల మనసు కూడా రిలాక్స్‌గా ఉంటుంది. దీనివల్ల అనేక సమస్యల నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అరటిపండులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడటమే కాకుండా కొలెస్ట్రాల్‌ను సమతుల్యం చేస్తుంది. ఇది మీ గుండె ఆరోగ్యానికి బూస్టర్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది.

కూకట్‌పల్లి రైతు బజార్‌లో కూరగాయల ధరలు

కూకట్‌పల్లి, సెప్టెంబర్ 17 (హంస కలం వార్త):

కూకట్‌పల్లిలోని ఆధునిక రైతు బజార్‌లో గురువారం కూరగాయల ధరలను వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ ప్రకటించింది. మార్కెట్‌లో వివిధ రకాల కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, ఇతర ఉత్పత్తుల ధరలు ఇలా ఉన్నాయి.టమాటా కిలో రూ. 17, వంకాయ రూ. 28, బెండకాయ రూ. 35, పచ్చిమిర్చి రూ. 45, బజ్జీ మిర్చి రూ. 23, కాకరకాయ రూ. 32, బీరకాయ రూ. 32, క్యాబేజీ రూ. 15, ఫ్రెంచ్ బీన్స్ రూ. 60, క్యారెట్ రూ. 50, కాలీఫ్లవర్ రూ. 30, దొండకాయ రూ. 35, చిక్కుడుకాయ రూ. 40, గోరుచిక్కుడు రూ. 28, బీట్‌రూట్ రూ. 35, క్యాప్సికం రూ. 41, ఆలుగడ్డ రూ. 18, కీరా రూ. 23, దోసకాయ రూ. 28, సొరకాయ రూ. 15, పొట్లకాయ రూ. 28, కంద రూ. 35గా ఉన్నాయి. అలాగే ఉల్లిపాయ కాడ రూ. 45, ఎండు ఉల్లిపాయ రూ. 40, పచ్చి మామిడి రూ. 15--20, అరటి పండు ఒక్కటి రూ. 10--11, చామగడ్డ రూ. 28, ముల్లంగి ఒక్కటి రూ. 6--8, చిలగడదుంప రూ. 40, గుమ్మడికాయ రూ. 30గా మార్కెట్ ధరలు నమోదయ్యాయి. నిమ్మకాయలు డజన్ రూ. 80, మునగకాయ ఒక్కటి రూ. 8, పచ్చిబఠాణీకి ధర నిర్ణయించలేదు. బొప్పాయి రూ. 40, పుట్టగొడుగులు (200 గ్రాములు) రూ. 45, ఎండు మిర్చి రూ. 240, అల్లం రూ. 120, కొత్త అల్లం రూ. 220, వెల్లుల్లి రూ. 240, చింతపండు రూ. 160, ఎర్ర మిర్చి రూ. 80, ఉసిరికాయ రూ. 115, కరివేపాకు రూ. 50, వేరుశెనగ రూ. 50గా ఉన్నాయి. పర్వల్, లోబియా, ఆకాకరకాయలకు ధరలు ప్రకటించలేదు. ధరలు 17-09-2026 నాటి కూకట్‌పల్లి రైతు బజార్ ధరల జాబితా ప్రకారం ఉన్నాయి

మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే

శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ సమస్యలు ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్, కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధుల రూపంలో కనిపిస్తాయి. అధిక యూరిక్ యాసిడ్ కారణంగా జాయింట్లలో నొప్పులు, వాపులు మొదలవుతాయి. గ్రీన్ కలర్ ఫుడ్స్ దినచర్యలో భాగం చేస్తే ఈ సమస్యను సహజంగా నివారించవచ్చు. పాలకూరలో శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉన్న మెగ్నీషియం శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. పాలకూరను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి పుష్కలమైన పోషకాలు అందించడమే కాక.. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకు సహాయపడుతుంది.పచ్చి బఠానీలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇది శరీరానికి కావలసిన శక్తిని అందిస్తుంది. వీటిలో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేయడంలో తోడ్పడతాయి. గౌట్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడానికి ఈ బీన్స్ చాలా ఉపయోగపడతాయి.గ్రీన్ టీ శరీరంలోని హానికరమైన వ్యర్థాలను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ టీలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఆహ్లాదకరమైన రుచి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో తోడ్పడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చు. సెలరీలో ఉన్న పోషకాలు మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని వాపును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ఈ ఆకుకూర సహాయపడుతుంది. అవకాడోలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు అధికంగా ఉంటాయి. ప్యూరిన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోని హానికరమైన పదార్థాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి ఆస్పరాగస్ ను తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది.గ్రీన్ బీన్స్ లో ప్యూరిన్లు తక్కువగా ఉంటాయి.. అందుకే ఇవి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవాలంటే ఏం చేయాలో తెలుసా?

ఈ రోజుల్లో ఉద్యోగ రీత్యా లేదా ప్రేమ, డబ్బు లేదా ఫ్యామిలీ పరంగా ఏదయినా కారణం చేత చాలామంది టెన్షన్ లేదా ఒత్తిడికి గురవుతారు. దీని వలన మన మానసిక ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. ప్రతి చిన్న దానికి ఎక్కువగా ఆలోచించడం వలన కూడా టెన్షన్, ఒత్తిడి వంటివి పెరుగుతాయి. మనం ఇతరులతో ఎలా మాట్లాడాలి వారు మనకు ఎలా స్పందిస్తారో ముందుగా ఊహించుకొని మనం అనుకున్న అంచానాలు రీచ్ అవ్వకపోయినా ఒత్తిడికి గురవుతారు. కాబట్టి మనం ప్రతి విషయంలో ఎలా జరిగిన దానిని స్వీకరించగలగాలి అంతేగాని దాని గురించి ఆలోచిస్తూ ఉండకూడదు. మన మూడ్ సరిగ్గా లేకపోయిన ఆ సమయంలో మనం తీసుకునే నిర్ణయాలు చెడుగా ఉంటాయి. దీని వలన మనం అవతలివారిలో నెగిటివిటీ ని పెంచిన వారమవుతాము. తరువాత మనం వారు మన గురించి ఏమి ఆలోచిస్తున్నారో అని అనుకుంటూ ఉంటాము ఇలా ఆలోచనలతో ఒత్తిడికి గురవుతాము. కాబట్టి మన మూడ్ బాగోలేనప్పుడు ఎటువంటి నిర్ణయాలు తీసుకోకపోవడమే మంచిది. లావుగా ఉన్నామని లేదా సన్నగా ఉన్నామని లేదా ఏదయినా మానసిక, శారీరక సమస్య వచ్చినా కొందరు చాలా బాధపడుతుంటారు. అంతే కానీ సమస్యకు పరిష్కారం వెతకరు. కాబట్టి మనం ఏదయినా సమస్య వచ్చినప్పుడు బాధపడకుండా దానికి పరిష్కారం వెతకాలి. ఈ మధ్య చాలామంది దానిలోనే సినిమాలు, సీరియళ్లు, షోస్ చూస్తున్నారు కాబట్టి దీని వలన మనం ఎక్కువ సమయం స్క్రీన్ మీద గడుపుతున్నారు. దీని వలన మెంటల్ హెల్త్ ఇష్యూస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి మనం లో సినిమాలు, సిరీస్ లు చూసేటప్పుడు మద్యమద్యలో బ్రేక్ ఇస్తూ ఉండాలి దాని వలన మన ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఒత్తిడి వలన మనకు గుండె సమస్యలు, ఆస్తమా, హైపర్ టెన్షన్, జుట్టు రాలడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఒత్తిడిని, టెన్షన్ ను తగ్గించుకోవడానికి మనం మొదట ఎక్కువగా ఆలోచించడం తగ్గించు కోవాలి. ఇంకా యోగా, ధ్యానం వంటివి చేస్తూ ఉండాలి. వీటి వలన రిలీఫ్ గా ఉంటుంది.

హంస కలం వార్త

డయాబెటీస్‌తో బాధపడేవారికి గుడ్ న్యూస్..

ఈ మొక్క వాడితే ప్రయోజనాలే..!

సరికాని ఆహారపు అలవాట్లు, దినచర్య కారణంగా మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా దీని బాధితుల సంఖ్య కోట్లలో ఉంది. మనం భారతదేశం గురించి మాట్లాడినట్లయితే.. అత్యధిక సంఖ్యలో మధుమేహ బాధితులు ఉన్నారు. ఇది రక్తంలో చక్కెర ఎక్కువగా, తక్కువగా ఉండే వైద్య పరిస్థితి. ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి మందగిస్తుంది లేదా ఆగిపోతుంది. దీని కారణంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరుగుతుంది. దాని నిరంతర అధిక స్థాయి డయాబెటిస్ బాధితులను చేస్తుంది. దీని కారణంగా వ్యక్తి అనేక ఇతర అవయవాలు కూడా ప్రమాదానికి గురవుతాయి. మీరు కూడా డయాబెటిస్‌తో బాధపడుతూ కొన్ని హోం రెమెడీ కోసం చూస్తున్నట్లయితే ఇన్సులిన్ ప్లాంట్ మీకు ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. దీని ఆకులు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. టైప్ 2 డయాబెటిస్ రోగులు దీనిని తీసుకోవచ్చు. ఈ ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులను తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను తెలుసుకుందాం. నిజానికి ఇన్సులిన్ మొక్క ఒక ఔషధ మొక్క. ఇది ఔషధాల తయారీలో కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ మొక్క ఆకులు అనేక లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. మీరు టైప్ టూ డయాబెటిస్ పేషెంట్ అయితే, షుగర్ లెవెల్ ఎక్కువగా ఉంటే మీరు ఇన్సులిన్ ఆకులను తీసుకోవచ్చు. ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే దీని ఆకులను నమలడం వల్ల షుగర్ అదుపులో ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను కరిగిస్తుంది. దాని అదనపు పరిమాణాన్ని గ్రహిస్తుంది. ఈ మొక్క శాస్త్రీయ నామం కాస్టస్ పిక్టస్. ఈ క్రేప్‌ను అడ్రాక్, కెముక్, క్యూ, కీకండ్, కుముల్, పత్రములు, పుష్కరములు వంటి పేర్లతో కూడా పిలుస్తారు. ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులు పుల్లని రుచిని కలిగి ఉంటాయి. హాయిగా తినొచ్చు. మధుమేహ రోగులకు ఇది ఔషధం కంటే తక్కువ కాదు. మీరు వాటిని ఉదయం నీటితో కూడా తీసుకోవచ్చు. దీని కోసం మొక్క రెండు ఆకులను కడగాలి. ఇప్పుడు దీన్ని ఒక గ్లాసు నీటిలో కరిగించి ఉదయం, సాయంత్రం క్రమం తప్పకుండా త్రాగాలి. దీని రెగ్యులర్ వినియోగం రక్తంలో చక్కెర పెరగడానికి అనుమతించదు. ఇన్సులిన్

ప్లాంట్‌లో డజనుకు పైగా పోషకాలు ఉంటాయి. ప్రొటీన్లు, ఫ్లేవనాయిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆస్కార్బిక్ యాసిడ్, బీటా కెరోటిన్, ఆల్ఫోలిక్ యాసిడ్, టెర్పెనాయిడ్లు దీని ఆకుల్లో పుష్కలంగా లభిస్తాయి. వాటి వినియోగం రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడమే కాదు. ఇది రక్తపోటును కూడా నియంత్రిస్తుంది. ఇది ప్రేగులు, గుండె, కళ్ళు కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్‌కు ఔషధంగా కూడా పనిచేస్తుంది.

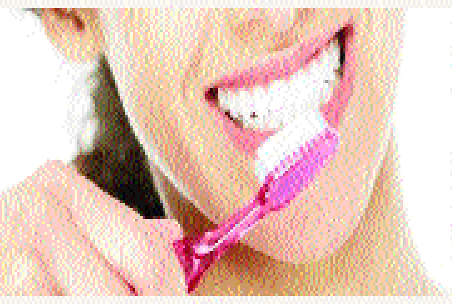
వంకాయను అవాయిడ్ చేస్తున్నారా..!

మన వంటింట్లో దొరికే కూరగాయలలో వంకాయ కూడా ఒకటి. కాగా మనలో చాలామంది వంకాయను తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. ఇంకొందరు మాత్రం లొట్టలు వేసుకొని మరీ తినేస్తూ ఉంటారు. మార్కెట్ లో కూడా మనకు రకరకాల వంకాయలు లభిస్తూ ఉంటాయి. వంకాయ తింటే అలర్జీ వస్తుందని చాలామంది వంకాయ తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. కానీ వంకాయ వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే మాత్రం తినకుండా అసలు ఉండలేరు అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మరి వంకాయ వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. వంకాయలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా లభిస్తాయి. మీ ఆహారంలో వంకాయను చేర్చడం వల్ల మీ శరీరానికి సహజ రక్షణను అందుతుంది. అలాగే దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. ఇది వృద్ధాప్య రూపాన్ని కూడా తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. వంకాయని తింటే యంగ్ గా కనిపిస్తారని కూడా చెబుతున్నారు. వంకాయలో ఫైబర్, పొటాషియం, విటమిన్ సి, బి విటమిన్లు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి మన గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతగానో తోడ్పడతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందని చెబుతున్నారు. అలాగే పొటాషియం కంటెంట్ అధిక రక్తపోటును నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుందట. ఇది గుండె పోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుందట. షుగర్ తో బాధపడుతున్న వారు వంకాయ తినడం వల్ల రక్తంలో షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంటాయట. వంకాయను ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు స్థిరంగా ఉంటాయని, ఇది జీవక్రియ సమతుల్యతను మెరుగుపరుస్తుందని చెబుతున్నారు. అలాగే మొత్తం ఆరోగ్యానికి మద్దతునిస్తుంది. వంకాయలోని ఫైబర్ జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుందని చెబుతున్నారు. దీనిలో ఉండే ఫైబర్ కంటెంట్ సాధారణంగా ప్రేగు కదలికలను ప్రేరేపిస్తుందట. అలాగు మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే ఆహారంలో వంకాయను చేర్చుకోవడం వల్ల మీ జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుందట. కాబట్టి ప్రతి ఒక్కరు కూడా వంకాయను ఎటువంటి భయం లేకుండా తినవచ్చు అని చెబుతున్నారు.

నాన్‌స్టిక్ పాత్రల్లో వంట చేస్తే ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదా?

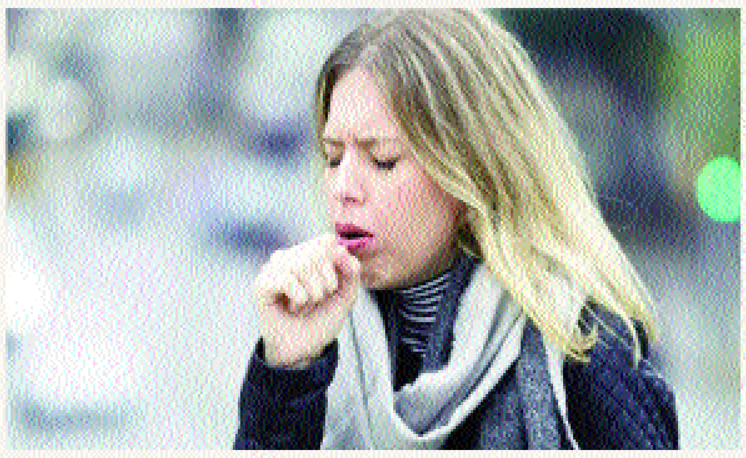
నాన్ స్టిక్ వంటసామాను వేడెక్కినప్పుడు విషపూరిత వాయువును విడుదల చేస్తుంది. ఈ విడుదలైన టెఫ్లాన్ వాయువు టెఫ్లాన్ జ్వరానికి కారణమవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. టెఫ్లాన్ జ్వరం లక్షణాలు జ్వరం, దగ్గు, తలనొప్పి, శ్వాస ఆడకపోవడం, తల తిరగడం, అలసట, వాంతులు, గొంతు నొప్పి, కీళ్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పి వంటివి తలెత్తుతాయి. టెఫ్లాన్ అనేది పాలిటెట్రాఫ్లోరోఎథిలిన్ అని పిలువబడే కార్బన్, ఫ్లోరిన్‌ల సింథటిక్ సమ్మేళనం. ఇది వంటలకు నాన్-స్టిక్ ఉపరితలం ఇస్తుంది. టెఫ్లాన్ అనే పదార్థంతో పూసిన నాన్‌స్టిక్ ప్యాన్‌లను సాధారణంగా ఉపయోగించడం సురక్షితమని నిపుణులు చెబుతారు. కానీ 250 డి %ఆ% కంటే ఎక్కువ వేడి చేసినప్పుడు, పాత్ర పూత పెళుసుగా మారుతుంది. ఈ ఆక్సిడైజ్డ్, ఫ్లోరినేటెడ్ పదార్థాలు గాలిలోకి మారుతాయి. ఈ విష వాయువును పీల్చే వ్యక్తులలో జ్వరం వస్తుంది. నాన్ స్టిక్ ప్యాన్లు త్వరగా వేడెక్కుతాయి కాబట్టి ఆహారం లేకుండా ప్యాన్‌లను వేడి చేయవద్దు. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలలో ఆహారాన్ని కలిపేందుకు ఉపయోగించే స్పూన్‌లు, ఇతర పాత్రలు చెక్కతో తయారు చేయడం మంచిది. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలను కడగడానికి, శుభ్రం చేయడానికి స్పాంజ్ లాంటి పదార్థాలను మాత్రమే ఉపయోగించండి. అల్యూమినియం, స్టీల్ స్క్రబ్బర్‌లను ఉపయోగించడం మానుకోండి. వంటగదిలో తగినంత గాలి ప్రసరణ ఉండేలా చూసుకోండి. నాన్ స్టిక్ పాత్రలను వాడకుండా పాతవి, పూత పోయినవి అయితే కొత్తవి కొనండి. నాన్‌స్టిక్ ప్యాన్‌ల స్థానంలో స్టెయిన్‌లెస్ స్టీల్, కాస్ట్ ఐరన్ వంటి పదార్థాలతో తయారు చేసిన ప్యాన్‌లను ఉపయోగించవచ్చు.

బ్రష్ చేయకపోతే ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో తెలుసా?



ప్రతిరోజు మనం ఉదయం నిద్ర లేవగానే చేసే మొట్టమొదటి పని బ్రష్ చేయడం. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ఉదయం లేచిన తర్వాత తప్పకుండా బ్రష్ చేయాలి. లేదంటే నోరు దుర్వాసన రావడంతో పాటు అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలు కూడా వస్తాయి. అయితే నిజానికి రోజు బ్రష్ చేయడం అన్నది ఒక మంచి అలవాటు. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ప్రతిరోజు బ్రష్ చేయాలి. కొందరు ఉదయం సాయంకాలం రెండు పూటలా బ్రష్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు కేవలం ఒకసారి మాత్రమే బ్రష్ చేస్తుంటారు. ఇంకొంతమంది ఉదయం ఆలస్యంగా నిద్ర లేవడం వల్ల బ్రష్ చేయడమే మరిచిపోతూ ఉంటారు. ఇలా తరచుగా బ్రష్ చేయడం మానేస్తే అది అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. మన నోట్లో చాలా బ్యాక్టీరియా ఉంటుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. అయితే అది ఎక్కువగా హానికరం కాదు. రోజువారీ బ్రషింగ్ ప్రోటోకాల్ బ్యాక్టీరియా స్థాయిని సరైన స్థాయిలో ఉంచుతుంది. కానీ బ్రష్ సరిగ్గా చేయకపోతేనే ఈ బ్యాక్టీరియా స్థాయిలు పెరుగుతాయి. దీంతో దంత క్షయం, చిగుళ్ల వ్యాధులు వస్తాయి. నోటి ఆరోగ్యం మన జీర్ణ, శ్వాసనాళంతో బలని ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మన నోట్లో అనారోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియా స్థాయిలు పెరగడం వల్ల అనేక గుండె జబ్బులు వస్తాయి. అలాగే ఉదర వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉందని చెబుతున్నారు. పళ్ళు శుభ్రం చేసుకోకపోతే ఏం నష్టం రాదు అని చాలామంది అంటూ ఉంటారు. కానీ అది ఆరోగ్యానికి అసలు మంచిది కాదని చెబుతున్నారు నిపుణులు. బ్రష్ చేయకపోతే టార్టార్ అని పిలువబడే గట్టి నిక్షేపాలుగా మారడానికి కేవలం 48 గంటలు పడుతుందట. పంటి ఉపరితలంపై టార్టార్ నిక్షేపాలు ఏర్పడిన తర్వాత వాటిని బ్రష్ తో తొలగించడం కష్టమవుతుంది. ఫలితంగా దంతాల ఉపరితలంపై ఎక్కువ నిక్షేపాలు పేరుకుపోతాయి. ఈ నిక్షేపాలు దంతాల నిర్మాణాన్ని బలహీనపరచడం ప్రారంభిస్తాయి. అలాగే నోట్లో నుంచి చెడు వాసన వస్తుంది. అలాగే అవి ఇతర చిగుళ్ల వ్యాధులకు కూడా కారణమవుతాయి. బ్రష్ చేయకపోతే పళ్ళపై పాచి పేరుకుపోయి పళ్ళు అందవిహీనంగా మారిపోయి నోటి దుర్వాసన ఎక్కువగా వస్తుంది. సరిగా అనారోగ్యకరమైన నోరు శరీరంలో మంటకు దారితీస్తుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి అస్సలు మంచిది కాదు. అలాగే ఇది మెదడు వాపు, మెదడు కణాల నష్టానికి దారితీస్తుంది. ఇది చిత్త వైకల్యానికి దారితీస్తుందని చెబుతున్నారు. నోరు శుభ్రం చేసుకోకపోతే జీర్ణ సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయట. కాబట్టి ప్రతిరోజు కనీసం రెండుసార్లు అయినా బ్రష్ చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు. అలాగే తిన్న తర్వాత నోరు పుక్కిలించడం అలవాటు చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు. తీపి పదార్థాలు చిన్న ఆహారం తిన్న నోరు పుక్కిలించడం వల్ల పంటి మధ్య ఇరుక్కున్న చిన్నచిన్న ఆహార పదార్థాలు వెళ్లిపోతాయని చెబుతున్నారు. ఇలా చేయకపోతే నోట్లో బ్యాక్టీరియా పెరిగే పంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు కూడా ఉంటాయని చెబుతున్నారు. కాబట్టి ప్రతి రోజు బ్రష్ చేయడం అన్నది తప్పనిసరి.

పొడి దగ్గుతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా..!



మామూలుగా చాలా మందికి సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా పొడి దగ్గు సమస్య ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. పొడి దగ్గు కేవలం చలికాలంలో మాత్రమే మనకు ఎక్కువగా వస్తూ ఉంటుంది.కానీ కొంతమందికి మాత్రం సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా ఈ పొడి దగ్గు సమస్య ఇబ్బంది పెడుతుంటుంది. ఈ పొడి దగ్గు కారణంగా సరిగ్గా నిద్ర పట్టక గొంతు మొత్తం ఇన్ఫెక్షన్ అయ్యి చాలా ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. అయితే ఈ పొడి తగ్గించుకోవడం కోసం రకరకాల మెడిసిన్స్ ని యూజ్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు హోమ్ రెమెడీస్ ని కూడా ఫాలో అవుతూ ఉంటారు. మీరు కూడా సింపుల్ చిట్కాలను ఉపయోగించి ఈ పొడి దగ్గు సమస్యకు చెక్ పెట్టండి. అందుకోసం ఏం చేయాలి అన్న విషయాన్ని వస్తే.. పొడి దగ్గును నయం చేయడానికి, పసుపు పాలు బాగా పనిచేస్తాయి. మరుగుతున్న పాలలో పసుపు పొడి, ఎండుమిర్చి, అల్లం తేనె కలపాలి. పొడి దగ్గును నయం చేయడానికి దీనిని గోరు వెచ్చని వేడిగా త్రాగడం మంచిది. ఈ పదార్థాల వార్మింగ్ లక్షణాలు పొడి దగ్గు వల్ల కలిగే అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే, పసుపులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇది నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. తేనెను తీసుకోవడం వల్ల పొడి, గొంతు ఉపశమన ప్రయోజనాలు కలిగిస్తాయి. మరొక రెమిడీ విషయానికొస్తే.. ఒక పాత్రలో నీటిని తీసుకుని, నిమ్మరసం,పుదీనా వేసి, ఈ మిశ్రమాన్ని మరిగించి బాగా వడకట్టాలి. తర్వాత తేనె వేసి బాగా కలపాలి. ఈ నీటిని తాగడం వల్ల గొంతులో మంటను తగ్గించడంతో పాటు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. నిమ్మ, లికోరైస్, నిమ్మ,తేనెలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు నొప్పిని తగ్గించి, నయం చేస్తాయని చెబుతున్నారు. అదేవిధంగా అల్లం నీరు కూడా గొంతు నొప్పిని, పొడి దగ్గుని తగ్గించడంలో ఎంతో బాగా ఉపయోగపడుతుందట. ఇందుకోసం అల్లం తులసి ఆకులను బాగా మరిగించి అందులో తేనె కలిపి గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడే తాగాలని చెబుతున్నారు. ఇది యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ , యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది గొంతు నొప్పిని నయం చేయడానికి , గొంతు చికాకును తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందట.

వినాయక చవితి రోజున పొరపాటున కూడా ఈ తప్పులు చేయవద్దు ..

శ్రావణం మాసం ముగిసి త్వరలో భాద్రపద మాసంలో అడుగు పెట్టనున్నాం. దీంతో వినాయక చవితి సందడి మొదలైంది. పిల్లలు పెద్దలు ఇష్టంగా జరుపుకునే వినాయక చవితి కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. విఘ్నాలకధిపతి వినాయకుడు పుట్టినరోజును దేశంలోని ఢిల్లీ నుంచి గల్లీ వరకూ జరుపుకుంటారు. హిందూ మతం ప్రకారం గణనాయకుడు జ్ఞానానికి అధిపతి. భక్తి శ్రద్ధలతో పూజించినప్పుడు గణేశుడు చాలా సంతోషిస్తాడు. భక్తుని పూజకు సంతసించి పార్వతి పుత్రుడు వరాలను కురిపిస్తాడని విశ్వాసం. శివుడిలాగే వినాయకుడు కూడా చిన్న చిన్న పరిహారంతోనే సంతృప్తి చెందుతాడు. అయితే వినాయకుడిని పూజించే సమయంలో కొన్ని పనులు చేయడం మరిచిపోతే కోపం వస్తుంది. పూజ ఫలం లభించదు. మరోవైపు గణేశుడి వాహనం ఎలుక ఇంద్రియాలకు చిహ్నం. హిందూ మతంలో ప్రధాన దేవతలలో ఒకరు గణపతి. అయితే వినాయకుడిని పూజించేటప్పుడు తెలిసి తెలియక కూడా కొన్ని తప్పులు చేయవద్దు. ఈ పొరపాట్లు చేస్తే వినాయకుడికి ఆగ్రహం వస్తుంది. కష్టాలు ఎదుర్కోవాల్సి కూడా వస్తుందని పురాణాల కథనం. కనుక ఏ పొరపాట్లు చేయవద్దో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. తులసి దళాలు: పురాణాల ప్రకారం దేవాదిదేవ మహాదేవుడు పార్వతి దేవిల తనయుడు గణేశుని పూజలో తులసి దళాలను పొరపాటున కూడా ఉపయోగించవద్దు. పూజలో తులసి ఆకులను ఉపయోగించవద్దని గణేశుడు ఒకసారి తులసిని శపించాడని చెబుతారు. కనుక గణపతి పూజలో పొరపాటున కూడా తులసి దళాలను ఉపయోగించవద్దు. అయితే వినాయకుడి పూజలో దుర్వా గడ్డిని ఉపయోగించడం శ్రేయస్కరం. చంద్రుడు: గణేశుడికి.. చంద్రుడికి మధ్య సఖ్యత లేదు. శివుడి శిగలో ఉన్న చంద్రుడు ఒకసారి వినాయకుడి గజరూపాన్ని వెక్కిరించాడని చెబుతారు. అందుకే ఆ సమయంలో గణేశుడు చంద్రుడిని చూసిన వారు కష్టాలు పడతారని.. నీలాప నిందలకు గురవుతారని శపించాడు. వెండి వస్తువులు: వినాయక చవితి రోజున మాత్రమే కాదు గణేశ పూజలో వెండి పాత్రలు, తెల్లటి వస్తువులను ఎప్పుడూ ఉపయోగించకూడదు. తెల్ల గంధానికి బదులుగా పసుపు చందనం, పసుపు వస్త్రం, తెల్లని వస్త్రానికి బదులుగా పసుపు పూసిన దారం ఉపయోగించండి. అంతేకాదు వినాయక చవితి రోజున చంద్రుని దర్శనం శాస్త్రాలలో నిషిద్ధం. పగిలిన బియ్యంనూకాలను ధర్మం ప్రకారం వినాయకుని పూజలో పొరపాటున కూడా విరిగిన బియ్యాన్ని సమర్పించవద్దు. బదులుగా, మొత్తం బియ్యం ఉపయోగించండి. అయితే అక్షతలుగా ఉపయోగించే బియ్యంలో ముక్కలు ఉండవద్దు. అంతేకాదు వినాయకుని పూజలో పొడి బియ్యాన్ని ఉపయోగించవద్దు. మొగలి పువ్వులు: శివుడు వలెనే గణేశుడి పూజలో కూడా మొగలి పువ్వులు వాడటం నిషిద్ధం. శివుడు మొగలి పువ్వుని శపించాడు. కనుక ఈ దేశీయ పుష్పం శివుని కుమారుడైన వినాయకుడికి కూడా సమర్పించరాదు. ఎండిన పువ్వులు: వినాయకుని పూజలో పొరపాటున ఎండిన లేదా వాడిన పువ్వులను సమర్పించవద్దు. పూజ సమయంలో తాజా పువ్వులు అందుబాటులో లేకపోతే పువ్వులకు బదులు సమర్పించవద్దు. దుర్వను లేదా అక్షతలను సమర్పించినా చాలు. అంతేకాదు ఎండిపోయిన లేదా వాడిపోయిన పువ్వులతో పూజ చేయడం తప్పు, వినాయకుడికి కోపం వస్తుంది. వాస్తు దోషంతో పాటు ఇంట్లో ఆనందం, శాంతి లోపిస్తుంది. ప్రతికూల శక్తి కూడా పెరుగుతుంది.

హంస కలం వార్త

నా సినీ ప్రయాణంలో నా తండ్రి ప్రోత్సాహం మరువలేనిది: సీఎం విజయ్ కుమారుడు జేసన్

తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి విజయ్ వారసుడు జేసన్ సంజయ్ సినీ పరిశ్రమలోకి దర్శకుడిగా అడుగుపెడుతున్నాడు. టాలీవుడ్ హీరో సందీప్ కిషన్ కథానాయకుడిగా తెరకెక్కుతున్న ద్విభాషా చిత్రం 'సిగ్మా' ద్వారా అతడు మెగాఫోన్ పట్టాడు. లైకా ప్రొడక్షన్స్ పతాకంపై సుభాస్కరన్ నిర్మాణంలో రూపుదిద్దుకుంటున్న ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ప్రత్యేక మీడియా సమావేశం హైదరాబాద్‌లో ఘనంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి హాజరైన దర్శకుడు జేసన్ సంజయ్ మాట్లాడుతూ... విదేశాల్లో స్క్రీన్ రైటింగ్, డైరెక్షన్ కోర్సులు పూర్తి చేసి సినిమా నిర్మాణంలోని 24 క్రాఫ్ట్స్‌పై పూర్తి స్థాయిలో అవగాహన పెంచుకున్నట్లు వెల్లడించాడు. తన సినీ ప్రయాణంలో తండ్రి విజయ్ ప్రోత్సాహం మరువలేనిదని, 'మైఖేల్' సినిమాలో సందీప్ కిషన్ అభినయం బాగా నచ్చడంతోనే ఈ కథకు ఆయనను ఎంపిక చేసుకున్నానని చెప్పాడు. ఈ తొలి చిత్రాన్ని వెండితెరపై వీక్షించేందుకు తన తండ్రి ఎంతో ఆత్రుతగా నిరీక్షిస్తున్నారని జేసన్ హర్షం వ్యక్తం చేశాడు. ఈ చిత్రంలో సందీప్ కిషన్ సరసన కథానాయికగా నటిస్తున్న ఫరియా అబ్దుల్లా మాట్లాడుతూ, 'సిగ్మా' తన మొదటి తమిళ ప్రాజెక్ట్ అయినప్పటికీ పాత్ర ప్రాధాన్యత రీత్యా తన సొంత గొంతుతోనే డబ్బింగ్ చెప్పుకున్నట్లు స్పష్టం చేసింది. ఈ వైవిధ్యమైన చిత్రం ప్రేక్షకులను విశేషంగా అలరిస్తుందని హీరో సందీప్ కిషన్ ఆశాభావం వ్యక్తం చేశాడు.

చిరంజీవికి జోడీగా స్నేహ..?

'కాకా'పై భారీ అంచనాలు

చిరంజీవి, బాబీ కొల్లి కాంబినేషన్లో వస్తున్న 'కాకా'

చిరంజీవి భార్య పాత్రకు స్నేహను తీసుకుంటున్నట్లు వార్తలు

ఆక్వా పరిశ్రమలో పనిచేసే ఒక సాధారణ వ్యక్తి కథాంశంతో వస్తున్న చిత్రం

మెగాస్టార్ చిరంజీవి, దర్శకుడు బాబీ కొల్లి కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న భారీ యాక్షన్ డ్రామా చిత్రం 'కాకా'పై చుట్టూ ఇండస్ట్రీలో తీవ్ర ఆసక్తి నెలకొంది. ఇప్పటికే విడుదలైన గ్లింప్స్ ఈ సినిమాపై అంచనాలను పెంచాయి. ఈ చిత్రంలో సీనియర్ నటి స్నేహ చిరంజీవికి జోడీగా భార్య పాత్రలో కనిపించనున్నారనే వార్త సినీ వర్గాల్లో హల్‌చల్ చేస్తోంది. అధికారిక ప్రకటన రాకపోయినప్పటికీ, ఈ కాంబినేషన్ నిజమైతే టాలీవుడ్ సీనియర్ టాప్ స్టార్లయిన నాగార్జున, వెంకటేశ్, బాలకృష్ణలతో పాటు చిరంజీవితోనూ నటించిన అరుదైన మైలురాయిని స్నేహ సొంతం చేసుకుంటారు. మరోవైపు, చిత్ర నిర్మాణ సంస్థ కేవీఎన్ ప్రొడ్యూసర్లతో చిరంజీవి ఉన్న ఫొటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ కాగా, త్వరలోనే ఫస్ట్ సింగిల్ విడుదలకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. ఆక్వా పరిశ్రమలో పనిచేసే 'కె. సత్యం' అనే సాధారణ వ్యక్తి వెనుక ఉన్న భిన్నమైన యాక్షన్ కోణంతో సాగే కథలో నటి అనశ్వర రాజన్ 'అమ్ములు పాప'గా ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తోంది. శరవేగంగా షూటింగ్ జరుపుకుంటున్న ఈ చిత్రాన్ని సంక్రాంతి కానుకగా విడుదల చేసేందుకు మేకర్స్ వేగంగా అడుగులు వేస్తున్నారు.

ప్రెగ్నెన్సీతోనే కెమెరా ముందుకు..

సమంత కొత్త ప్రయాణం

మాతృత్వాన్ని ఆస్వాదించేందుకు సిద్ధమవుతున్న నటి సమంత.. మరోవైపు తన వృత్తిపరమైన ప్రయాణాన్ని కొనసాగిస్తున్నారు. తొలి బిడ్డ కోసం ఎదురుచూస్తున్న ఆమె 'సెలబ్రిటీ మాస్టర్‌చెఫ్ తమిళ్' షూటింగ్‌లో పాల్గొంటున్నారు. ఇందుకోసం చెన్నై వెళ్లినట్లు సమంత సన్నిహిత వర్గాలు తెలిపాయి. సమంతకు ప్రస్తుతం ఏడో నెల అని సమాచారం. ఈ ప్రత్యేక సమయంలోనూ ఆమె షూటింగ్‌లో పాల్గొనడం ఆసక్తిని పెంచుతోంది. ఈ కార్యక్రమంలో సమంత ఎలాంటి పాత్ర పోషించనున్నారనే దానిపై పూర్తి వివరాలు ఇంకా వెల్లడికాలేదు.కొత్త షోపై సమంత గతంలోనే తన ఉత్సాహాన్ని పంచుకున్నారు. తన కెరీర్‌లో ఇప్పటివరకు చేసిన కార్యక్రమాలకు ఇది పూర్తిగా భిన్నమైనదని చెప్పారు. ఆహారం మనుషులను దగ్గర చేస్తుందని.. కొత్త జ్ఞాపకాలను సృష్టిస్తుందని పేర్కొన్నారు."ఇప్పటివరకు నేను చేసిన వాటికి ఇది భిన్నమైన కార్యక్రమం. అందుకే ఈ అవకాశాన్ని కాదనలేకపోయా. ఆహారం మనుషులను కలుపుతుంది. జ్ఞాపకాలను సృష్టిస్తుంది. కెమెరాలకు సాధారణంగా కనిపించని మనలోని మరో కోణాన్ని బయటకు తీసుకొస్తుంది" అని సమంత చెప్పారు. తమ అభిమాన తమిళ సినీ తారలు వంటగదిలోకి అడుగుపెట్టి సాహసాలు చేయడం, తప్పులు చేయడం, తమను తాము ఆశ్చర్యపరచుకోవడం చూడాలని ఉందని ఆమె అన్నారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొనే సెలబ్రిటీల పేర్లను మాత్రం సమంత వెల్లడించలేదు. "ఇప్పుడే ఎవరు వంట చేస్తున్నారో చెప్పేస్తే సరదా ఏముంటుంది?" అంటూ ఆసక్తి పెంచారు. అంతర్జాతీయంగా గుర్తింపు పొందిన 'మాస్టర్‌చెఫ్' ఫార్మాట్ ఆధారంగా 'సెలబ్రిటీ మాస్టర్‌చెఫ్ తమిళ్' రూపొందుతోంది. తమిళ చిత్ర పరిశ్రమకు చెందిన ప్రముఖులు ఇందులో వంటల పోటీలో పాల్గొంటారు. తమిళ ప్రేక్షకులకు తగ్గట్టుగా స్థానిక అంశాలను జోడిస్తున్నారు.బనిజయ్ ఆసియా ఈ షోను నిర్మిస్తోంది. త్వరలో సోనీ విఛా, సోనీ లివ్‌లో ప్రసారం కానుంది. మరోవైపు సమంత తన భర్త, దర్శకుడు రాజ్ నిడిమోరుతో కలిసి తొలి బిడ్డ రాక కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు.

Edited, Printed,Published and Owned by **V. Madhusudan chary** , Lake view krishna residency.Flat no 102.Road no 4 Jaya nagarNear Ganesh Mandapam Kukatpally Telangana 500072, Printed at NALIVELLI EXPRESS, PUBLISHED FROM HNo1-1A9T-10,Main road, pattikonda kurnool, Andhrapradesh 518380, **PRGI TGTEL/26/A3129** Cell.No 9966555449