క్రైం కౌంటర్

ప్రజా సంక్షేమమే అంతిమ లక్ష్యం తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 01 సంచిక : 58 ప్రకాశం, గురువారం 27- 11 - 2025 పేజిలు : 4 వెల. 2 /-

రిపోర్టర్లు కావలెను

క్రైం కౌంటర్

తెలుగు దిన పత్రికలో పనిచేయుటకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో

- జిల్లా బ్యూరోలు
- జిల్లా ఇన్‌చార్జీలు
- నియోజక వర్గ ఇన్‌చార్జీలు

కావలెను.

సంప్రదించవలసిన మా ఫోన్ నంబరు

98497 07349

కేంద్రమంత్రి సర్బానందని ఒంగోలు ఎంపీ మాగుంట

ఒంగోలు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, ఢిల్లీ లో కేంద్ర ఓడరేవులు, షిప్పింగ్, జలమార్గాల శాఖమంత్రి సర్బానంద సోనోవాల్ ని ఒంగోలు ఎంపీ మాగుంట శ్రీనివాసులురెడ్డి రెడ్డి ఒంగోలు పార్లమెంట్ సభ్యులు మాగుంట శ్రీనివాసులు రెడ్డి మర్యాద పూర్వకముగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా సాగర్ మాల ప్రాజెక్ట్ కింద %వి%21.00 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో "కొత్తపట్నం మండలంలోని గుండమాల నుండి మడనూరు (వయా) కె. పల్లిపాలెం మరియు ఈతముక్కల వరకు బీచ్ రోడ్డు నిర్మాణం" పనులకు అనుమతి ఇవ్వాలని కోరినారు.

మెనూ ప్రకారం ఆహారాన్ని అందించాలి..

క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి పోకూరి మాల్యాద్రి వలేటివారిపాలెం,మండలంలోని చుండి మోడల్ పాఠశాలలో మధ్యాహ్నం భోజనం పథకం అమలు తీరు తెన్నులను ఎంఈఓ 2 మల్లికార్జున బుధవారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మెనూ ప్రకారం ఆహారాన్ని విద్యార్థులకు అందించాలని చెప్పారు. విద్యార్థులకు నాణ్యమైన, రుచికరమైన ఆహారాన్ని విద్యార్థులకు అందించాలని చెప్పారు. పరిశుభ్రత వాతావరణంలో ఆహార పదార్థాలను తయారుచేయలని భోజనం పథకం నిర్వహకులను ఆదేశించారు. ఆయన వెంట పలువురు ఉన్నారు.

జిల్లా కలెక్టర్ రాజాబాబును మర్యాద పూర్వకంగా కలిసిన బెజవాడ సురేష్

ఒంగోలు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి,ప్రకాశం జిల్లా కలెక్టర్ రాజా బాబు ని వారి కార్యాలయంలో బెజవాడ సురేష్ రెడ్డి బుధవారం మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయనను డిసెంబర్ 1 వ తేదీన స్వర్గీయ మాగుంట సుబ్బరామ రెడ్డి 30 వ వర్ధంతి సందర్భంగా ప్రత్యేకంగా ఆహ్వానించారు.

నూతన దేవాలయ శంకుస్థాపన కార్యక్రమం.. ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు

క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి గుడ్లూరు, మండలం లోని గుండ్లపాలెం గ్రామంలో శ్రీ భ్రమరాంబిక మల్లికార్జున స్వామి దేవస్థానం పునర్నిర్మాణ శంకుస్థాపన కార్యక్రమం బుధవారం వైభవంగా జరిగింది. గ్రామస్తుల ఆహ్వానం మేరకు ఈ కార్యక్రమానికి విచ్చేసిన ఎం ఎల్ ఏ ఇంటూరి నాగేశ్వరరావుకు గ్రామ ప్రజలు, మహిళలు, పార్టీ నాయకులు మేళతాళాలతో ఘన స్వాగతం బుధవారం పలికారు.తదుపరి నిర్వహించిన శంకుస్థాపన కార్యక్రమంలో ఆయనతో పాటు గ్రామ పెద్దలతో కలిసి పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ అత్యంత పురాతనమైన భ్రమరాంబ మల్లికార్జున స్వామి వారి దేవస్థాన పునర్నిర్మాణ కార్యక్రమంలో భాగస్వామ్యులు కావడం నాకు ఎంతో ఆనందంగా ఉందని, ఆది దంపతులైన పార్వతీ పరమేశ్వరుల ఆశీస్సులు గుండ్లపాలెం గ్రామ ప్రజలందరిపై ఎల్లప్పుడూ ఉండాలని, ఆలయ పునర్నిర్మాణం నిర్విఘ్నంగా, విజయవంతంగా కొనసాగాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జొన్నలగడ్డ వెంకటేశ్వర్లు గుడ్లూరు మండల పార్టీ అధ్యక్షులు జనిగర్ల నాగరాజు, గ్రామ పార్టీ

అధ్యక్షుడు జొన్నలగడ్డ రమేష్, బొబ్బూరి నాగేశ్వరరావు, గ్రామ పెద్దలు మహిళలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

జక్కేపల్లి గూడూరులో 'రైతన్నా -మీకోసం' కార్యక్రమం! ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి

కావలి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి,బోగోలు మండలం లోని జక్కేపల్లి గూడూరులో బుధవారం జరిగిన 'రైతన్నా %–% మీకోసం' కార్యక్రమంలో కావలి నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి గారు పాల్గొన్నారు. ప్రాంతంలోని ప్రతి రైతును వ్యక్తిగతంగా కలుసుకుని వారి సమస్యలు, అవసరాలు, అభిప్రాయాలను తెలుసుకోవడం ఈ కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి గ్రామంలో ముఖ్యమంత్రి సందేశ పత్రాలను రైతులకు అందజేశారు. రైతులతో నేరుగా మాట్లాడిన సందర్భంగా, కూటమి ప్రభుత్వం వ్యవసాయ రంగాన్ని బలోపేతం చేయడానికి చేపడుతున్న పథకాలు, సబ్సిడీలు, సహాయ కార్యక్రమాలపై రైతులకు వివరంగా తెలియజేశారు.

రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఆశీస్సులతో రైతులు ఈసారి ఎంతో సంతృప్తిగా, ఆనందంగా ఉన్నారు. సోమశిల ప్రాజెక్ట్ నుంచి నీరు పుష్కలంగా అందడం రైతులకు గొప్ప అదృష్టం" అని ఆయన అన్నారు.రైతులకు అన్ని విధాలుగా అండగా ఉంటాం. కావలి నియోజక వర్గంలో యూరియాకి ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ప్రభుత్వం పూర్తిగా పర్యవేక్షణ చేస్తోంది. రైతుల అభివృద్ధే మా లక్ష్యం" అని స్పష్టం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు, టిడిపి పార్టీ నాయకులు, స్థానిక కార్యకర్తలు, గ్రామస్థులు, రైతులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. రైతులు ఆయన పర్యటనపై సంతోషం వ్యక్తం చేస్తూ, తమ ప్రాంతానికి మరింత అభివృద్ధి చర్యలు కొనసాగించాలని కోరుకున్నారు.

మాగుంట సుబ్బరామిరెడ్డికి ఘన నివాళులు ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి

కావలి కంచర్ల మల్లికార్జునరావు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి,ఒంగోలు మాజీ పార్లమెంట్ సభ్యులు, దివంగత నేత మాగుంట సుబ్బరామిరెడ్డి జయంతి సందర్భంగా, కావలి ఆర్ టీసీ బస్టాండ్ ఎదురుగా ఉన్న మాగుంట పార్వతమ్మ రోడ్‌లోని కాంశ్య విగ్రహం వద్ద ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి పూలమాల వేసి ఘన నివాళు లర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు, మాగుంట అభిమానులు భారీగా పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ "బడుగు బలహీన వర్గాల సంక్షేమమే తన ధ్యేయంగా, జీవితాన్ని ప్రజల సేవకే అంకితం చేసిన మహానుభావుడు మాగుంట సుబ్బరామిరెడ్డి ఆయన ఆశయాలను ముందుకు తీసుకువెళ్లడం మా బాధ్యత. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు సహకారంతో కావలి ట్రంకు రోడ్డుకి మాగుంట పార్వతమ్మ ట్రంక్ రోడ్డుగా నామకరణం చేయడం మా గౌరవం. నన్ను రాజకీయంగా ఉన్నత స్థాయిలో నిలబెట్టిన మాగుంట కుటుంబానికి ఎప్పటికీ రుణపడి ఉంటాను. అలాంటి మహోన్నత నాయకుడి జయంతిని జరుపుకోవడం ఎంతో ఆనందంగా ఉంది." అని పేర్కొన్నారు.కావలిలో మాగుంట ఆశయాలను ముందుకు తీసుకువెళుతున్న గుంటుపల్లి రాజకుమార్ చౌదరిని ఎమ్మెల్యే కావ్య కృష్ణారెడ్డి

ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి నాయకులు, మాగుంట అభిమానులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని నాయకునికి నివాళులు అర్పించారు.

అన్న ప్రసాద వితరణ చేసిన..పువ్వాడి రాంబాబు దంపతులు

పామూరు, నవంబర్ 26, క్రైం కౌంటర్ కనిగిరి నియోజకవర్గం పామూరు మండల మాజీ వైస్ ఎంపీపీ పువ్వాడి రాంబాబు ధర్మపత్ని సింగిల్ విండో మాజీ అధ్యక్షులు వెంకట సుజాత దంపతులు, కుమార్తె డాక్టర్ తేజస్వి బుధవారం పామూరు పట్టణంలో వెలసి ఉన్న శ్రీ శ్రీ శ్రీ హరిహరపుత్ర అయ్యప్ప స్వామి దేవస్థానంలో కుమారులు స్వర్గీయ వెంకట సాయి కార్తీక్ జ్ఞాపకార్థం మాలధారణ స్వాములకు అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా దేవస్థానం ప్రధాన అర్చకులు చిమట పట్టాభి స్వామి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి పువ్వాడి

రాంబాబు దంపతులను ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవస్థానం చైర్మన్లు గుత్తి వెంకటరాజా, కావిటి వెంకటసుబ్బయ్య లు పువ్వాడి రాంబాబు కు స్వామివారి తీర్థప్రసాదాలు స్వామివారి చిత్రపటాన్ని బహుకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కంబాల రోశయ్య స్వామి, ఓగూరి నరసింహారావు, పోశం శ్రీనివాసులు, అయ్యప్ప స్వాములు, భవానీ స్వాములు, గోవింద స్వాములు, శివ స్వాములు, ఆంజనేయ స్వాములు భారీ సంఖ్యలో అన్నదాన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

బాలికల విద్యకు పెద్దపీట

ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు

వలేటివారిపాలెం క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి పోకూరి మాల్యాద్రి,బాలికల విద్య ప్రభావశీలంగా ఉండాలనే దృఢ సంకల్పంతో మండలం లోని, చుండి గ్రామంలోని ఆంధ్రప్రదేశ్ మోడల్ స్కూల్ లో బాలికల హాస్టల్ భవనాన్ని ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు బుధవారం పునః ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులను ఉద్దేశించి దేశ అభివృద్ధి బాలికల విద్యతో ముడిపడి ఉందన్నారు. బాలికలు అన్ని రంగాల్లో రాణించడానికి తమ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తున్న ట్లు ఆయన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి నాయకులు మాదాల లక్ష్మి నరసింహం, చెరువుపల్లి మాల్యాద్రి, ఎంపీడీవో వైశంకర రావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భక్తి ప్రపత్తులతో శ్రీ గిరి ప్రదక్షిణ

శ్రీరామ్ సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్స్ సిబ్బందిచే వైద్య పరీక్షలు

ఒంగోలు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి,శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి వారి జన్మ నక్షత్రం "శ్రవణా నక్షత్రం" శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య స్వామి జన్మ తిది "శుద్ధ షష్టి" ఈ రెండు ఒకే రోజు రావడం ఎంతో శుభదాయకమైన రోజు, ఇట్టి రోజున శ్రీ గిరి గిరిప్రదక్షిణ చేసి శ్రీవారిని దర్శించుకోవడంతో స్వామివారి కరుణాకటాక్షాలు మెండుగా లభిస్తాయని, అదీ సామూహికంగా స్వామిని దర్శించుకోవడం శుభకరం, సౌభాగ్యకరం, ఆరోగ్యకరమని శ్రీ గిరి గిరిప్రదక్షిణ కమిటీ అధ్యక్షులు రాధా రమణ గుప్తా జంధ్యం తెలిపారు.

నంబర్ 26 బుధవారం శ్రవణా నక్షత్రమును పురస్కరించుకుని శ్రీ గిరి గిరిప్రదక్షిణ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక బాపూజీ గోశాల వద్ద నుండి గోపూజ నిర్వహించుకుని భక్తులు గోవింద నామస్మరణ చేస్తూ గిరిప్రదక్షిణ కు బయలుదేరారు. శ్రీ లక్ష్మీ పద్మావతి సమేత శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామివారిని పల్లకిలో ప్రతిష్టించి, తమ భుజస్కందాలపై భక్తులు మోస్తూ శ్రీవారి దండం, శంకు చక్ర నామాలు గరుడ హనుమాన్ కాషాయ ధ్వజమును పట్టుకొని భక్తిప్రపత్తులతో గిరిప్రదక్షిణ పూర్తిచేసి శ్రీగిరి పై కొలువైయున్న అఖిలాండకోటి బ్రహ్మాండ నాయకుడు శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామిని దర్శించి శ్రీవారి ఆశీస్సులు పొందారు.

గిరిప్రదక్షిణ కార్యక్రమంలో తొలిసారి స్థానిక శ్రీరామ్ సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ వారి సౌజన్యంతో చేసిన భక్తులకు బీపీ మరియు షుగర్ వ్యాధి పరీక్షలు నిర్వహించారు. శ్రీ గిరి గిరిప్రదక్షిణ కమిటీ అధ్యక్షులు మాట్లాడుతూ ప్రతినెలా శ్రవణా నక్షత్రం రోజున శ్రీరామ్ సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ వైద్యుడు డాక్టర్ చేపల వంశీకృష్ణ, మరియు వారి సమూహ డాక్టర్లందరూ గిరిప్రదక్షిణ భక్తులకు వైద్య సేవలు అందిస్తారని తెలిపారు.

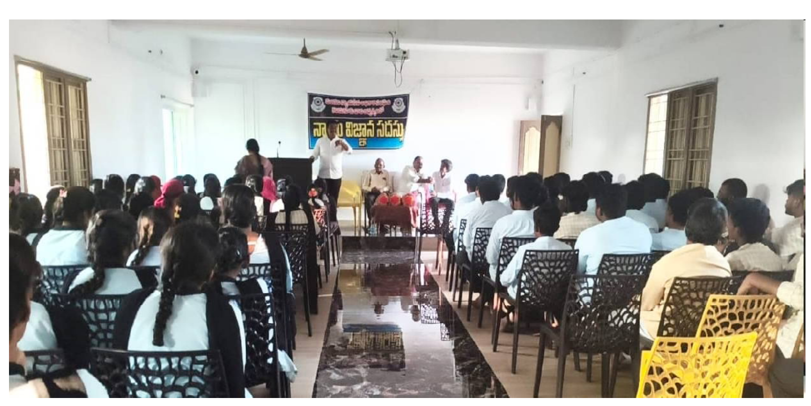
శ్రీగిరి గిరి ప్రదక్షిణ మార్గంలో వేప అంకమ్మ తల్లి దేవస్థానం వద్ద నవంబర్

16న వివాహం చేసుకున్న నూతన వధూవరులకు శ్రీ గిరి గిరిప్రదక్షిణ కమిటీ తరఫున శ్రీవారి శేషవస్త్రము అందించి "శ్రీవారి ఆశీస్సులు" అందించారు. శ్రీ గిరి గిరి ప్రదక్షిణతో గిరి ప్రదక్షిణ మార్గమంతా ఆధ్యాత్మిక దీప్తి వెల్లివిరుస్తుందని, ఇంతటి అద్భుతమైన భక్తియుత కార్యక్రమంలో అందరూ పాల్గొనాలని, శ్రీగిరి వెంకటేశ్వర స్వామి వారిని దర్శించుకునే భక్తులందరూ శ్రీ గిరి గిరిప్రదక్షిణ పూర్తిచేసుకుని స్వామివారిని దర్శిస్తే మరింత పుణ్యఫలం లభిస్తుందని తెలిపారు. శ్రీగిరి గిరిప్రదక్షిణ కమిటీ అధ్యక్షులు రాధా రమణ గుప్తా జంధ్యం, సహకార్యదర్శి నేరెళ్ల శ్రీనివాస రావు, ధనిశెట్టి రాము నాయుడు, చేవూరి వాసు, దేసు కృష్ణారావు, సుధీర్, సెనిగేపల్లి నాగాంజనేయులు, కటకం అనంతనారాయణ గుప్తా, ఇలింద్ర శ్రీనివాసులు, తదితరులు కార్య నిర్వహణ చేశారు. గిరిప్రదక్షిణలో పెద్ద సంఖ్యలో మహిళా భక్తులు పాల్గొన్నారు.

చెనికల వారి వివాహ వేడుకల్లో పాల్గొన్న దారపనేని

పామూరు, నవంబర్ 26, క్రైం కౌంటర్ కనిగిరి నియోజకవర్గం పామూరు మండలం తూర్పుకోడిగుడ్లపాడు గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని జంగాలపల్లె గ్రామానికి చెందిన చెనికల వెంకటేశ్వరరావు కుమార్తె శ్రావణి, పామూరు మండలం మార్కొండపురం గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని భూమి రెడ్డి పల్లి బాలే బోయిన మాలకొండ రాయుడు కుమారుడు ప్రవీణ్ కుమార్ ల వివాహ వేడుకలు బుధవారం విజయవాడలో నిర్వహించారు. ఈ వివాహ వేడుకల్లో కనిగిరి మాజీ ఏఎంసీ చైర్మన్ దారపనేని చంద్రశేఖర్ కు అత్యంత సన్నిహితులైన చెనికల వెంకటేశ్వరరావు కుమార్తెను ఆశీర్వదించారు. ఈ వివాహ వేడుకల్లో చెనికల చినమాల కొండయ్య (బొజ్జయ్య) మక్కా నాగరాజు, బొడ్డు వెంకటేశ్వరరావు, చెనికల నాగేశ్వరరావు, చెనికల శ్రీనివాసరావు, బొడ్డు సుధాకర్, బొడ్డు రవి, బొడ్డు పెద దానమయ్య, చిన్నదానమయ్య, మానం నాగేశ్వరరావు, మానం సాయి, మానం కిరణ్, చెనికల రామయ్య చెనికల బ్రదర్స్, మానం బ్రదర్స్, బొడ్డు బ్రదర్స్, బంధుమిత్రులు శ్రేయోభిలాషులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొని వధూవరులను అక్షింతలతో ఆశీర్వదించారు.

న్యాయ సేవలు పొందే హక్కు రాజ్యాంగం కల్పించింది.



క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు,న్యాయ సేవలు పొందే హక్కు రాజ్యాంగం కల్పించింది. లా డే సందర్భంగా జరిగిన న్యాయవిజ్ఞాన సదస్సులో వక్తలు అభిప్రాయపడ్డారు. మండల న్యాయ సేవ అధికార సంఘం ఆధ్వర్యంలో న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సు న్యాయ దినోత్సవం సందర్భంగా న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సు శ పట్టణంలోని గాయత్రి డిగ్రీ కళాశాల లో మండల న్యాయ సేవా అధికార సంఘం వారి ఆధ్వర్యంలో న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సు బుధవారం జరిగి%శీ%ది. ఈ న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సులో న్యాయవాదులు పోకూరి కోటయ్య, ముప్పవరపు కిషోర్, పండిత్ సంపత్ కుమార్, షేక్ జమీర్ పాల్గొని మాట్లాడుతూ భారతదేశానికి అత్యున్నత రాజ్యాంగం ఆమోదించబడిన రోజునే లాడేగా జరుపుకుంటారని న్యాయ సేవలు పొందే హక్కు రాజ్యాంగం ప్రజలందరికి కల్పించిందని అన్నారు . భారత రాజ్యాంగం ప్రాథమిక హక్కులు, పౌరులకు విధులుతోపాటు బాధ్యతలను అందించిందని అన్నారు. స్వేచ్ఛ, సమానత్వం, సౌభ్రాతృత్వం, లౌకిక, సామ్యవాద ప్రజాస్వామ్యాన్ని రాజ్యాంగం పౌరులకు కల్పించింది విద్యార్థులు చదువులతోపాటు రాజ్యాంగం కల్పించిన హక్కులు విధులను, సమాజాన్ని అధ్యయనం చేసి క్యారెక్టర్ తో ఉత్తమ పౌరులుగా మెలగాలని సూచించారు. ఈ న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సులో గాయత్రి కళాశాల చైర్మన్ సిహెచ్. రామకృష్ణా రావు, డైరెక్టర్ సిహెచ్ భరద్వాజ్, ప్రిన్సిపల్ గీతా శ్రీనివాసులు, అధ్యాపకులు తుమ్మా. చెన్నయ్య, అక్షరాజ్, కె నవీన్, ప్రకాష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

న్యాయవాదులందరికీ లాడే శుభాకాంక్షలు!

సీనియర్ సివిల్ జడ్జి ఎమ్.శోభ

క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి టి. నాగ బ్రహ్మం కందుకూరు రూరల్ ,లా డే సందర్భంగా సీనియర్ సివిల్ జడ్జి , మండల సేవాధికార సంఘం చైర్మన్ ఎం శోభ మాట్లాడుతూ భారత పౌరులందరికీ సమాన న్యాయం అందాలనే ఉద్దేశంతోనే రాజ్యాంగం రూపొందించబడిందని అన్నారు. మండల న్యాయ సేవాధికార సంఘం ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న న్యాయవాదులందరికి లాడే శుభాకాంక్షలను ఆయన తెలియజేశారు. అడిషనల్ మున్సిఫ్ మెజిస్ట్రేట్ ఎన్. నిఖిల్ రెడ్డి న్యాయవాదుల అందరికీ శుభాకాంక్షలను తెలిపి కేసులు త్వరితగతిన పూర్తి చేయడానికి ప్రయత్నించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో బార్ అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ వి.శ్రీధర్ నాయుడు సీనియర్ న్యాయవాదులు టి. తిరుమలరావు, షేక్ జమీర్ కోర్టు సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాజ్యాంగం అంటే పుస్తకం కాదు: ఎంఈవో అబ్దుల్ సత్తార్

క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్ ...ప్రకాశం జిల్లా... కంభం: రాజ్యాంగం అంటే కేవలం ఒక పుస్తకం మాత్రమే కాదని, భరత జాతి మస్తకమని,భారతీయులను నడిపించే ఇంధనమని ఎంఈవో టి.అబ్దుల్ సత్తార్ వ్యాఖ్యానించారు. బుధవారం స్థానిక ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో రాజ్యాంగ దినోత్సవ సంబరాలను స్ఫూర్తిదాయకంగా నిర్వహించారు. ముందుగా అంబేద్కర్ చిత్ర పటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు ఉపాధ్యాయులు మాట్లాడుతూ హక్కులు, స్వేచ్ఛ, స్వాతంత్ర్యాల సమాహారమే భారత రాజ్యాంగమని, రాజ్యాంగం ద్వారా మనం ప్రత్యేక భద్రతను పొందగలిగామని, రాజ్యాంగం అమలు ద్వారా ఏటా నవంబర్ 26వ తేదీని రాజ్యాంగ దినోత్సవంగా జరుపుకోవడం మన రాజ్యాంగ విశిష్టతను వివరిస్తుందంటూ రాజ్యాంగం గొప్పదనాన్ని విద్యార్థులకు వివరించారు. ఎన్సిసి మహిళా స్టూడెంట్ రాజ్యాంగ యొక్క గొప్పతనం గురించి ప్రసంగించింది. విదఈ సందర్భంగా పాఠశాలలో నిర్వహించిన వ్యాసరచన,వక్తృత్వ పోటీల్లో, గెలిచిన విజేతలకు బహుమతులను అందించారు. కార్యక్రమంలో ఎంఈఓ-2 శ్రీనివాసులు, ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థినీ విద్యార్థులు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.....

మాక్ అసెంబ్లీలో అదరగొట్టిన రమ్యశ్రీ

గిద్దలూరు టౌన్, నవంబరు 26 : అమరావతిలో జరిగిన రాష్ట్రస్థాయి మాక్ అసెంబ్లీలో గిద్దలూరుకు చెందిన ఎన్.రమ్యశ్రీ హెూంమంత్రి పాత్ర పోషించింది. తనదైన శైలిలో అదరగొట్టింది. పట్టణంలోని జిల్లా పరిషత్ బాలికోన్నత పాఠశాలలో 9వ తరగతి చదువుతున్న రమ్యశ్రీ రాజ్యాంగ దినోత్సవం సందర్భంగా బుధవారం ప్రభుత్వం రాష్ట్రస్థాయిలో నిర్వహించిన మాక్ అసెంబ్లీలో పాల్గొంది. ఆ విద్యార్థినికి హెూంమంత్రిగా బాధ్యతలు ఇచ్చారు. ప్రతిపక్ష సభ్యులు అడిగిన పలు ప్రశ్నలకు రమ్యశ్రీ తనదైన శైలిలో సమాధానాలు ఇచ్చి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, ఇతర మంత్రులను అబ్బురపరిచింది. గంజాయి, వివిధ రకాల డ్రగ్స్ కారణంగా కళాశాలల్లోని విద్యార్థులు బానిసలుగా మారి జీవితాలను నాశనం చేసుకుంటున్నారని, దీనిపై ప్రభుత్వం ఏమి చర్యలు తీసుకుంటున్నదని ప్రతిపక్ష సభ్యులు నిలదీయగా హెూంమంత్రిగా రమ్యశ్రీ దీటైన సమాధానాలను చెప్పింది. గంజాయి, డ్రగ్స్‌ను ఎంత స్థాయిలో పట్టుకున్నదని, ఎంత మందిని అరెస్టు చేసింది వివరించింది. రాబోయే పదేళ్లలో రాష్ట్రాన్ని డ్రగ్స్ రహితంగా తీర్చిదిద్దుతామని బదులిచ్చింది. మరో ప్రశ్నకు సమాధానంగా ప్రత్యేక టీమ్‌లను ఏర్పాటు చేసి గంజాయి, డ్రగ్స్ తీసుకుంటే కలిగే నష్టాలపై విద్యా సంస్థలు, ప్రజల్లో అవగాహన కల్పిస్తామని సభకు హామీ ఇచ్చింది.

రాజ్యాంగ దినోత్సవం వేడుకలు

క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు,జిల్లా పరిషత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాల లో భారత రాజ్యాంగ దినోత్సవం సందర్భంగా వేడుకలు ఘనంగా బుధవారం నిర్వహించారు.
ఈ సందర్భంగా, పాఠశాల ఆవరణలో రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ చిత్రపటానికి ఇంచార్జి ప్రధానోపాధ్యాయులు ఉపాధ్యాయ/ఉపాధ్యాయిని బృందం పూలమాలలనువేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఉపాధ్యాయులందరూ చిత్రపటం ముందు పూలు ఉంచి, ఆయనకు నమస్కరించి, ఘనంగా గౌరవం తెలియజేశారు.
ఈ కార్యక్రమం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశాన్ని విద్యార్థులకు వివరిస్తూ, ఇన్చార్జి ప్రధానోపాధ్యాయులు ఎం రమణయ్య మాట్లాడుతూ రాజ్యాంగం గొప్పతనాన్ని, డా. బి.ఆర్. అంబేద్కర్ కృషిని, ప్రతి పౌరుని హక్కులు, బాధ్యతలు రాజ్యాంగం ద్వారా ఎలా రక్షించబడుతున్నాయో వివరించారు. స్టాఫ్ సెక్రటరీ మరియు సోషల్ టీచర్లు మాట్లాడుతూ భారతదేశం ఒక సార్వభౌమ, సామ్యవాద, లౌకిక, ప్రజాస్వామ్య, గణతంత్ర రాజ్యంగా ఎలా ఏర్పడిందో తెలియజేశారు.
తరువాత, ఈ పండుగ వాతావరణంలో విద్యార్థులకు కేక్స్ పంపిణీ చేశారు.
ఉదయం 11 గంటలకు, పాఠశాల విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులందరూ కలిసి రాజ్యాంగం పట్ల తమ నిబద్ధతను తెలియజేస్తూ, రాజ్యాంగ ప్రవేశిక ప్రతిజ్ఞను నిర్వహించారు.
ఈ కార్యక్రమంలో ఇంచార్జి ప్రధానోపాధ్యాయులు ఎం రమణయ్య స్టాఫ్ సెక్రటరీ చిత్తూరు వెంకటేశ్వర్లు , సోషల్ టీచర్లు పి ప్రసాద్ రావు , డి సుధాకర్ రావు ఉపాధ్యాయులు/ఉపాధ్యాయనీమణులు పాఠశాల విద్యార్థులందరూ పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమం విద్యార్థులలో రాజ్యాంగం పట్ల అవగాహన గౌరవాన్ని పెంపొందించడంలో విజయం సాధించింది.

గిద్దలూరు ను రెవిన్యూ డివిజన్ చేయాలని సాధన సమితి డిమాండ్

క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్... ప్రకాశం జిల్లా.... ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ప్రకటించిన మార్కాపురం జిల్లాను స్వాగతిస్తున్నప్పటికీ, గిద్దలూరును రెవెన్యూ డివిజన్గా ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో గిద్దలూరు డివిజన్ సాధన సమితి ఆధ్వర్యంలో స్థానిక తహసీల్దార్ కార్యాలయం వద్ద నిరసన తెలిపి, తమ అభ్యర్థనకు న్యాయం చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు.....

శ్రీగిరిలో శాస్త్రోక్తంగా శ్రవణా నక్షత్ర పూజలు

ఒంగోలు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి,నగరంలో కుర్తాళం శ్రీ సిద్దేశ్వరీ పీఠ పాలిత శ్రీగిరి శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి వారి దేవస్థానంలో శ్రీవారి ఆస్థానం కార్యక్రమాన్ని భక్తి శ్రద్ధలతో సంప్రదాయబద్ధంగా నిర్వహించారు. శ్రీగిరి దేవస్థానం అర్చకులు వేద పండితులు శ్రీవారికి ప్రత్యేక పూజలు, అభిషేకాలు బుధవారం నిర్వహించారు. నాద నీరాజనం.. చతుర్వేద పారాయణ.. విష్ణు సహస్ర నామ పారాయణతో పాటు భారత భాగవత భగవద్గీత రామాయణ శ్లోకాలను గానం చేసారు. గాయని ఫణిదీప్తి అన్నమయ్య సంకీర్తనలను మృదు మధురంగా ఆలపించి భక్తులను అలరించారు.శ్రీగిరి దేవస్థానం ధర్మకర్తల మండలి చైర్ పర్సన్ ఆలూరు ఝాన్సీ రాణి, ఆర్జిత సేవల ధర్మకర్త ఆలూరు సుశీలా దేవి, కార్య నిర్వహణ ధర్మకర్త సి వి రామకృష్ణారావు, ధర్మకర్తలు ఆలూరు వేంకటేశ్వర రావు, ఆలూరు లక్ష్మీ కుమారి తదితరులు పర్యవేక్షించారు. శ్రీగిరి దేవస్థానం నిర్వాహకులు భక్తులకు శ్రీవారి తీర్థ ప్రసాదాలను అందజేశారు.

క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్...ప్రకాశం జిల్లా.... మార్కాపురం జిల్లా అయినందుకు సందర్భంగా తొమ్మిదవ బ్లాక్ టిడిపి నాయకులు కార్యకర్తలు అన్న క్యాంటీన్లో అల్పాహారము ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. బాలికల ఉన్నత పాఠశాల %ంఎ౩% చైర్మన్ పఠాన్ నాగూర్ మాట్లాడుతూ సీఎం చంద్రబాబు ఎన్నికలలో చెప్పినట్లుగానే మాట నిలబెట్టుకున్నారని అని అన్నారు ఈ ప్రాంత ప్రజలు రుణపడి ఉంటారని పేర్కొన్నారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు. మెడికల్ కాలేజీ పూర్తి చేయించేది మన నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే కందుల నారాయణరెడ్డి గారే అన్ని పేర్కొన్నారు. సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు కి. డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ కి. నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే కందుల నారాయణరెడ్డి గారికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.
ఈ కార్యక్రమంలో %ాఎ౩% బాలికల ఉన్నత పాఠశాల పఠాన్ నాగూర్. నూరుల్లా. కృష్ణం నాయుడు. బాలాజీ. షఫీ. రషీద్. తదితరులు కార్యకర్తలు అభిమానులు పాల్గొన్నారు......

నంద్యాల : నేడు శ్రీశైల దేవస్థానంలో కార్తీకమాస హుండీ లెక్కింపు.

క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్ ... హుండీ కానుకల ద్వారా దేవస్థానానికి మొత్తం రూ. 7,27,26,400/- ల రాబడి.
కార్తీకమాసంలో ఇంత అధిక మొత్తంలో హుండీ రాబడిగా లభించడం ఇదే మొదటిసారి కావడం విశేషం.కాగా, గత సంవత్సర కార్తీకమాసంలో రూ.5,96,92,376/- లు రాబడిగా లభించడం జరిగింది. గత సంవత్సర్వ%శీ% కార్తీకమాసం కంటే ఈ సంవత్సరం కార్తీకమాసంలో రూ. 1,30,34,024/- లు అధికంగా రాబడి లభించడం విశేషం....

మార్కాపురం పట్టణంలోని బస్టాండ్ లో, కార్గో డెలివరీ ఆఫీస్ లో.చాలా ఇబ్బందిలో..పడుతున్న ప్రజలూ,

క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్... ప్రకాశం జిల్లా... వివరాల్లోకి వెళితే. ...రిసీవింగ్ పాయింట్: బుకింగ్ పాయింట్ :సంబంధించి రిసీవింగ్ పాయింట్ లో, ఒకరు ఉండాలిబుకింగ్ పాయింట్ లో, ఒకరు ఉండాలి..కానీ ..ఇక్కడ చూసుకుంటే..ఆ, రెండూ చోట్ల , ఒక అతను ఉండటంతో, ఎగుమతులూ, దిగుమతుల సమయంల ప్రజలు ,అక్కడ చాలా సేపూ వరకూ తమ పనులు మానుకొని వెయిట్ చేయలేక పోతున్నారు, అక్కడ ఉన్న స్థానికుల వివరాల ప్రకారం చూసుకుంటే..కాంట్రాక్టు దారులూ కావలసినడెలివరీ బాయ్ లను కొందరినీ తీసేసి , ఒకరితోనే మానేజ్ చేసుకొని, డబ్బులు ఆదా చేసుకోనే, తరుణంలో.. ఉన్నట్టు ప్రజలు వాపోతున్నారు. ..ఈ పరిస్థితి ఇక్కడే కాదూ, లో ప్రతి చోట్ల ఇలానే, ఉండటంతో ప్రజలు పార్సిల్ ఏరియా దగ్గరి ఇబ్బందులు పడుతున్నారు ఇప్పటికైనా %క౩% యంత్రాంగం మేలుకోనిబుకింగ్ పాయింట్ డెలివరీ పాయింట్ దగ్గర డెలవరి బాయ్ లను, ఇద్దరిని గాని ముగ్గురురిని గానీ పెట్టి ఈ ఇబ్బందులు కాకుండా చూడాలనీ ప్రజలూ వాపోతున్నారు....

పిల్లల లో మానవత విలువైన పెంచాలి.. ఎం ఎల్ ఏ నాగేశ్వరరావు

క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు,పిల్లలకు చిన్నప్పటినుంచి మానవతా విలువలు నేర్పేందుకు తల్లిదండ్రులు ప్రయత్నించాలని ఎం ఎల్ ఏ ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు సూచించారు.వలేటివారిపాలెం మండలం చుండి, లింగసముద్రం మండలం తిమ్మారెడ్డిపాలెంలోని ఏపీ మోడల్ స్కూళ్లలో, బాలికల హాస్టల్ భవనాలను ఆయన బుధవారం ప్రారంభించారు.
ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఇటీవల బ్రహ్మశ్రీ చాగంటి కోటేశ్వరరావు ఆధ్వర్యంలో, విద్యార్థులకు మానవతా విలువల పట్ల అవగాహన పెంచేందుకు కార్యక్రమం జరిగిందని గుర్తు చేశారు. విద్యార్థులను అన్ని విధాలుగా తీర్చిదిద్దేలా, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ కృషి చేస్తున్నారని కొనియాడారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలో నాణ్యమైన మధ్యాహ్న భోజనం, డొక్కా సీతమ్మ పేరుతో ఇంటర్మీడియట్ విద్యార్థులకు మధ్యాహ్న భోజనం అందించడం వెనుక లోకేశ్ కృషి ఎంతో ఉందన్నారు. గత ప్రభుత్వాల మాదిరిగా కాకుండా, విద్యార్థులు పాఠశాలల్లో చేరిన రోజే బ్యాగులు, పుస్తకాలు అందించారని తెలిపారు. రాష్ట్ర విద్యా వ్యవస్థలో సమూల మార్పులు తెచ్చి, మిగిలిన రాష్ట్రాలకు ఆదర్శంగా నిలబెట్టిన ఘనత లోకేశ్ దని పేర్కొన్నారు. భవనాలకు రిపేర్లు, కొత్త భవనాలకు నిధులు విడుదల చేయడం, డీఎస్సీ ద్వారా కొత్తగా ఉపాధ్యాయుల నియామకం, ఇంకా మరెన్నో సంస్కరణలకు శ్రీకారం చుట్టారని తెలిపారు. పేరెంట్స్ టీచర్స్ సమావేశాలు ఒకేసారి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిర్వహించడం పెద్ద రికార్డుగా నమోదయిందని చెప్పారు. భారత రాజ్యాంగం పట్ల అవగాహన పెంచేందుకు ఇవాళ ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులతో మాక్ అసెంబ్లీ నిర్వహించడం పట్ల హర్షం వ్యక్తం చేశారు. విద్యార్థులంతా చాలా చక్కగా మాక్ అసెంబ్లీ నిర్వహించారని, కందుకూరు నియోజకవర్గం నుంచి కూడా ఇద్దరు విద్యార్థులు హాజరయ్యారని తెలిపారు. ప్రభుత్వ బాలికల హాస్టల్స్ లో చదివే విద్యార్థులకు రక్షణ విషయంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలని, హాస్టల్స్ పరిసర ప్రాంతాలపై నిఘా పెట్టాలని అన్ని మండలాల పోలీసు అధికారులకు సూచించారు.
తిమ్మారెడ్డిపాలెం మోడల్ స్కూల్ నందు శ్రీ సరస్వతి తల్లి విగ్రహానికి కొబ్బరికాయ కొట్టి పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం విద్యార్థులతో కలిసి ఆయన మధ్యాహ్న భోజనం చేశారు.విద్యార్థులతో మాట్లాడుతూ ప్రతిరోజు అందుతున్న ఆహార పదార్థాల నాణ్యత విషయాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు.

అనంతరంఆయన తిమ్మారెడ్డిపాలెం గ్రామంలో రైతు భరోసా కేంద్రాన్ని సందర్శించి అక్కడి స్టాక్ బోర్డును పరిశీలించారు. యూరియా నిల్వలు ఎంత మేరకు ఉన్నాయో, రైతులకు సరఫరా ఎలా జరుగుతోందో అధికారులను అడిగి వివరాలు సేకరించారు. రైతులకు ఎరువులు సరఫరాలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా, అవసరమైనంత మేరకు వెంటనే అందే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అసిస్టెంట్ ప్రాజెక్ట్ కమిషనర్ డి. వెంకటసుబ్బయ్య, జి సి డి ఓ మమత, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ బి వెంకటేశ్వర్, అసర్, లింగసముద్రం తాసిల్దార్ యం.వెంకటేశ్వర్లు, వలేటివారిపాలెం లింగసముద్రం మండలం ఎంపీడీవో శంకర్రావు, కట్టా శ్రీనివాసులు వలేటివారిపాలెం లింగసముద్రం ఎంఈఓ లు మాల్యాద్రి రెడ్డి మల్లికార్జున రావు, మాల్యాద్రి, శివ కుమార్, వలేటివారిపల్లె మండల పార్టీ అధ్యక్షులు మాదాల లక్ష్మీ నరసింహా లింగసముద్రం మండల పార్టీ అధ్యక్షులు పూరిమెట్ల గురునాథం మోడల్ స్కూల్ చైర్మన్ ఉప్పుటూరి మాధవ, వసంతరావు, చుండి గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు చొప్పర రాఘవులు తిమ్మారెడ్డి పాలెం గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు కేశంరెడ్డి మాల్యాద్రి, పార్టీ నాయకులు చెరువుపల్లి మాల్యాద్రి, కామినేని వీరయ్య, కామినేని అశోక్, మేకల అశోక్, కామినేని అనిల్ చెప్పరా బ్రహ్మయ్య, భాస్కర్, బద్దిపూడి శికామణి, నీలం బ్రహ్మారెడ్డి, నాగిరెడ్డి, పెద్దిరెడ్డి, మధు, అదపా రంగయ్య, గాలంకి ప్రసాద్, జంపాల శివ, బోయిళ్ళ కొండనాయుడు, సోంపల్లి మనోహర్, ఉట్లపల్లి మాధవరావు, నారిబోయిన నారాయణ, కొణిదెల శీను మరియు మండలంలోని అనుబంధ సంఘాల అధ్యక్షులు పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

సినిమా

ఫ్యాన్స్‌కి రకుల్ రిక్వెస్ట్

సోషల్ మీడియా వినియోగం పెరుగుతున్న కొద్దీ సైబర్ నేరగాళ్ల సంఖ్య పెరుగుతోంది. సెలబ్రిటీల పేరుతో ప్రజలను మోసం చేసే వ్యక్తుల నెట్‌వర్క్ పెరుగుతోంది. ఇటీవల, చాలా మంది నటీమణులు దీనిపై ఫిర్యాదు చేశారు. ఇప్పుడు టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ కూడా తన అభిమానులను హెచ్చరించింది. కొందరు కేటుగాళ్లు రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ పేరును ఉపయోగించి సందేశాలు పంపుతున్నారు. ఇది రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ దృష్టికి వచ్చింది. దీంతో అలెర్ట్ అయిన ఆమె వాటి స్క్రీన్‌షాట్‌తో పాటు సోషల్ మీడియాలో దాని గురించి సమాచారం పంచుకుంది. 8111067586 మొబైల్ నంబర్ కు రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ ఫోటోను వాట్సాప్ డీపీలో పెట్టారు. బయో వివరాలలో ఆమె సినిమా పేర్లు కూడా రాశారు. ఈ నంబర్ రుకుల్ ప్రీత్ సింగ్ దే అని చెప్పుకుంటూ చాలా మందికి సందేశాలు పంపారు. దీనిని గమనించిన రకుల్ వెంటనె అలెర్ట్ అయ్యింది. వెంటనే సోషల్ మీడియా వేదికగా తన ఫ్యాన్స్ కు ఒక స్పెషల్ రిక్వెస్ట్ పెట్టింది.

'హాయ్ ఫ్రెండ్స్.. ఎవరో నా పేరుతో ప్రజలకు వాట్సాప్ సందేశాలు పంపుతున్నారు. దయచేసి గమనించండి, ఇది నా నంబర్ కాదు. ఈ నంబర్ తో ఎవరూ ఛాటింగ్ చేయకండి.. దయచేసి దీన్ని బ్లాక్ చేయండి' అని రకుల్ ప్రీత్ సింగ్ అందరినీ హెచ్చరించింది.గతంలో హీరోయిన్ అదితి రావు హైదరి కూడా ఇలాంటి ఫేక్ ఐడీల బారిన పడింది. 'ఎవరో నా పేరుతో వాట్సాప్ చేస్తున్నారు. వారు నా ఫోటోను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఫోటోగ్రాఫర్లకు సందేశాలు పంపుతున్నారు. ఫోటోషూట్‌ల గురించి ఆరా తీస్తున్నారు. నేను ఎవరికీ ఇలాంటి సందేశాలు పంపను. ప్రతిదీ నా బృందం ద్వారా వస్తుంది. అందరూ జాగ్రత్తగా ఉండండి' అని అదితి రావు హైదరి హెచ్చరించింది. 'కాంతార: చాప్టర్ 1' సినిమాలో నటించిన నటి రుక్మిణి వసంత్ కు కూడా ఇలాంటి చేదు అనుభవమే ఎదురైంది. 9445893273 నంబర్ నుంచి కొందరు చాలా మందికి కాల్ చేశారు. ఈ విషయం రుక్మిణి వసంత్ దృష్టికి వచ్చింది. 'ఈ మొబైల్ నంబర్ నాది కాదు. దీని నుండి మీకు ఏదైనా సందేశం లేదా కాల్ వస్తే స్పందించకండి. అది నేను కాదని నేను స్పష్టం చేయాలనుకుంటున్నాను. దయచేసి అలాంటి సందేశాలకు స్పందించవద్దు లేదా వారితో సంభాషించవద్దు' అని రుక్మిణి వసంత్ తన ఫ్యాన్స్ ను అలెర్ట్ చేశారు.

జీలకర్ర నీళ్లు తాగితే అధిక బరువు సమస్యకు చెక్ పెట్టేయొచ్చని తెలుసా?

భారత్‌లో ప్రస్తుతం ప్రతి నలుగురిలో ఒకరు అధిక బరువు బారిన పడుతున్నారు. %ఔుూ% డేటా ప్రకారం, భవిష్యత్తులో 27 కోట్ల మంది భారతీయులు ఊబకాయం బారిన పడే అవకాశం ఉంది. జంక్ ఫుడ్, ఒత్తిడి, కదలిక లేని జీవితం, స్క్రీన్ టైమ్ పెరగడం.. ఇవే ప్రధాన కారణాలు. దీంతో డయాబెటిస్, గుండె జబ్బులు, ఒత్తిడి, జాయింట్ పెయిన్స్ వంటివి 30 ఏళ్లలోపే వస్తున్నాయి. అధిక బరువు సమస్యను తగ్గించుకోవడానికి జీలకర్ర బాగా పనిచేస్తుందని పలు అధ్యయనాల్లో వెల్లడైంది. బరువు నియంత్రణలో జీలకర్ర వాటర్? పాత్ర ఎలా ఉంటుందో తెలుసుకుందాం..జీలకర్ర నీళ్లను రోజూ తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. ఇది మెటబాలిజాన్ని యాక్టివేట్ చేస్తూ, వెయిట్ లాస్ జర్నీని సపోర్ట్ చేస్తుంది. జీలకర్ర వాటర్ హెల్తీ డైట్, ఎక్సర్‌సైజ్‌తో కలిపినప్పుడే ఎఫెక్టివ్?గా పనిచేస్తుంది. దీనిలోని యాంటీఆక్సిడెంట్స్ కొలెస్ట్రాల్‌ను కంట్రోల్ చేస్తాయి, బ్లడ్ షుగర్‌ను స్థిరంగా ఉంచుతాయి, డైజెస్టషన్‌ను ఇంప్రూవ్ చేస్తాయి. ఫలితంగా, మెటబాలిక్ హెల్త్ మెరుగుపడి, క్యాలరీ బర్నింగ్ పెరుగుతుంది. లో-క్యాలరీ మీల్స్‌లో ఫ్లేవర్ యాడ్ చేసి, కడుపు నిండిన ఫీల్ రావడానికి సహాయపడుతుంది.

ఎలా చేయాలి..

1-2 టీస్పూన్ల హోల్ జీలకర్రను 1-2 కప్స్ (250-500 మి.లీ.) నీళ్లు పోసి రూమ్ టెంపరేచర్ వాటర్‌లో 8-10 గంటలు నానబెట్టాలి. ఉదయాన్నే 5-10 నిమిషాలు మరిగించి ఆ నీటిని వడగట్టాలి. ఈ జీలకర్ర నీళ్లను గోరువెచ్చగా ఉండగా తాగితే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. రెండు చుక్కల నిమ్మరసం జోడించుకుంటే మరింత ప్రయోజనకరంగా ఉంది. పరగడపునే రోజుకు 1-2 గ్లాసుల జీలకర్ర నీళ్లు తాగితే మెటబాలిజం మెరుగవుతుంది.

జీలకర్ర వాటర్ అధిక బరువు తగ్గించుకోవడానికి మ్యాజిక్ డ్రింక్ కాదు, కానీ శాస్త్రీయంగా దీనివల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుందని నిరూపితమైంది. దీనిలోని థైమోక్వినోన్, యాంటీఆక్సిడెంట్స్ జీర్ణక్రియను వేగవంతం చేస్తాయి, మెటబాలిజాన్ని బూస్ట్ చేస్తాయి. ఉదయం ఖాళీ కడుపున ఒక గ్లాసు వెచ్చని జీలకర్ర వాటర్ తాగితే రోజంతా క్యాలరీ బర్నింగ్ రేటు పెరుగుతుంది.

భోజనానికి 20-30 నిమిషాల ముందు తాగితే ఆకలి నియంత్రణలో ఉంటుంది, ఎక్కువ తినే అలవాటు తగ్గుతుంది. ఇది బ్లడ్ షుగర్‌ను స్థిరంగా ఉంచి, ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్‌ను తగ్గిస్తుంది. రోజుకు 1-2 గ్లాసుల జీలకర్ర నీళ్లు, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంతో పాటు రోజూ 30 నిమిషాల వ్యాయామం చేస్తే మంచి ఫలితాలు కచ్చితంగా కనిపిస్తాయి. మీరూ ఓసారి ట్రై చేసి చూడండి!

రోజుకొకటి తింటే అమృతమే.

వేసవికాలంలో మామిడిపండ్ల కోసం ఎంతగా ఎదురు చూస్తారో.. శీతాకాలంలో లభించే సీతాఫలాల కోసం కూడా అంతే వేచి చూసే వారు ఉంటారు.. సీతాఫలాలు రుచిలోనే కాదు%శొ% ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. వీటిలోని పోషకాలు.. శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి.. అంతేకాకుండా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి.. సీతాఫలంలో విటమిన్ సి, ఫైబర్, ఐరన్, కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.. చర్మ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

అందుకే.. సీతాఫలాన్ని అమృత ఫలంగా పేర్కొంటారు. దీని రుచి మధురంగా ఉండటంతోపాటు.. దీనిలోని ఔషధగుణాలు పలు సమస్యలను నివారించేందుకు సహాయపడతాయి.. అయితే, సీతాఫలాన్ని అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, వాంతులు, ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. ముఖ్యంగా, దీని విత్తనాలు విషపూరితమైనవి.. కాబట్టి వినియోగంలో జాగ్రత్త అవసరం. కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు సీతాఫలాన్ని తినేటప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండాలంటున్నారు ఆరోగ్యనిపుణులు.. ఈ పండు తినడం ఎవరికి మంచిది కాదు.. దాని దుష్ప్రభావాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాం..

సీతాఫలాన్ని ఎవరు తినకూడదు?

అలెర్జీలు ఉన్నవారు: కొంతమందికి సీతాఫలం తిన్న తర్వాత దురద, దద్దుర్లు, చికాకు లేదా ఇతర అలెర్జీ లక్షణాలు కనిపించవచ్చు. అలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే, సీతాఫలం తినకుండా ఉండటం మంచిది.జీర్ణ సమస్యలు ఉన్నవారు: సీతాఫలంలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. కాబట్టి, దానిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల ఉబ్బరం, కడుపు నొప్పి, విరేచనాలు లేదా కడుపు నిండిన భావన వంటి జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి.

అధిక ఐరన్ సమస్యలు ఉన్నవారు: సీతాఫలం ఐరన్ కు మంచి మూలం. అయితే, అధికంగా తీసుకుంటే, అది శరీరంలో ఇనుము స్థాయిలను పెంచుతుంది.. ఇది కడుపు నొప్పి, వికారం, మలబద్ధకం, కడుపు పొర, వాపు, పూతలు వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

విషపూరిత విత్తనాల ప్రమాదం..

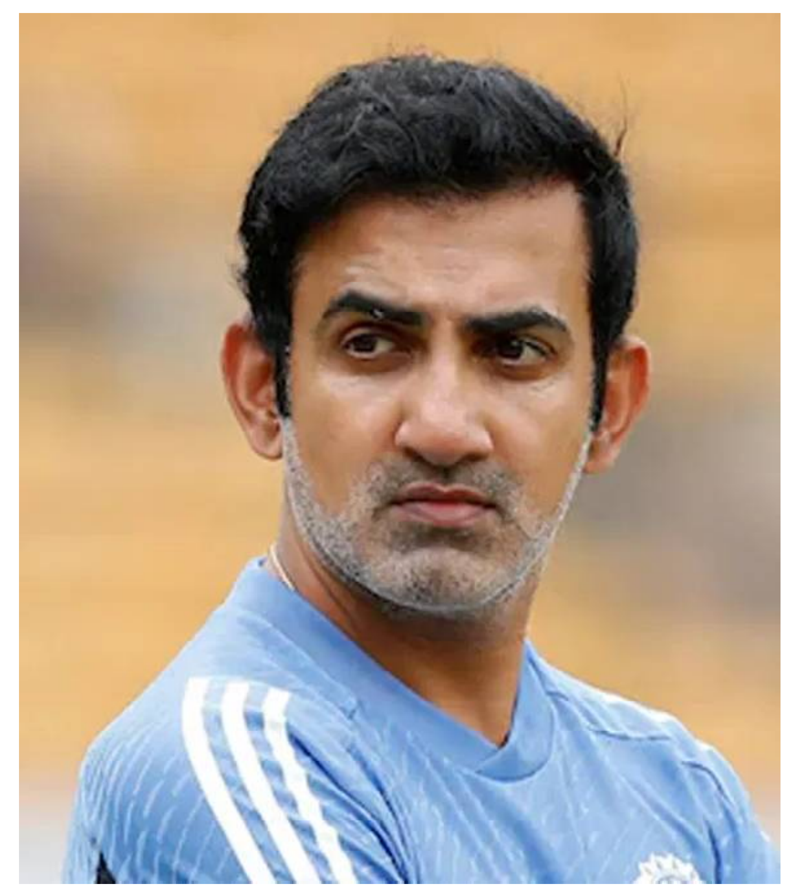
సీతాఫలం గుజ్జు ఆరోగ్యకరమైనదే అయినప్పటికీ, దాని విత్తనాలు విషపూరితమైనవి. అందువల్ల, పండ్లను తినేటప్పుడు, విత్తనాలను తొలగించి, వాటిని మింగకుండా జాగ్రత్త వహించండి.

మేకపోతు గంభీర్..

గౌహతి ఓటమి తర్వాత భారత క్రికెట్‌లో దుమారం మామూలుగా లేదు. కోల్‌కతా ఓటమి ఎల్లో అలర్ట్ అయితే గౌహతిలో ఓటమి రెడ్ అలర్ట్. పిచ్ బ్యాటింగ్‌కు అనుకూలంగా ఉన్నా భారత బ్యాటింగ్ పేకమేడలా కూలింది. జడేజా మినహా ఒక్కరు కూడా క్రీజులో దమ్ముచూపలేక సౌతాఫ్రికా బౌలింగ్ దుమ్ములో కొట్టుకుపోయారు..సిరీస్ ఆరంభం నుంచే గంభీర్ వ్యూహాలు గందరగోళం సృష్టించాయంటున్నారు మాజీలు. టెస్టు సిరీస్ అంటే బుద్ధి, బలం, ఓపికగా క్రీజులోపాతుకుపోయే నేర్పు ఉండాలి. కానీ భారత జట్టు ప్రదర్శించిన తీరును చూస్తే వీటిలో ఏదీ నిలబడలేదు. వ్యూహాలు రాయి మీద నీళ్లు పోసినట్టే వృధా అయ్యాయి. గంభీర్ బాధ్యతలు తీసుకున్న రోజునుంచి అభిమానుల్లో ఓ ఆశ, ఓ ఊపిరి, ఓ దమ్ము కనిపించింది. కానీ ఆస్థాయిలో జట్టును గంభీర్ నడపించలేకపోయాడు. దక్షిణాఫ్రికా లాంటి బలమైన జట్టుతో పోరాడుతూ కొత్త ఎక్స్‌పెరిమెంట్లు చేయడం ఆటగాళ్లను గందరగోళంలోకి నెట్టింది. బ్యాటింగ్ క్రమంలో సడెన్ మార్పులు జట్టుకు ప్రమాదకర స్థితిలోకి నెట్టింది.

గత రెండు దశాబ్దాల భారత క్రికెట్ చరిత్రను పరిశీలిస్తే.. ఎక్కువమంది కోచ్‌లు టీమ్‌ఇండియాకు మంచి ఫలితాలే అందించారు. గ్రెగ్ చాపెల్ మినహా, గ్యారీ కిర్‌స్టన్ , రవిశాస్త్రి, అనిల్ కుంబ్లే, రాహుల్ ద్రవిడ్ ఇలా ప్రతి కోచ్ మంచి ఫలితాలను రాబట్టారు. కొంతమంది కోచ్‌లకు కెప్టెన్లతో పొసగకపోయినా, జట్టు ప్రదర్శన మాత్రం దెబ్బ తినలేదు. కానీ గౌతమ్ గంభీర్ కోచ్ అయ్యాక టోటల్ పిక్చరే మారిపోయిందంటున్నారు మాజీ ఆటగాళ్లు.కానీ గంభీర్ మాత్రం మేకపోతు గాంభీర్యం ప్రదర్శిస్తూనే ఉన్నాడు

ఇప్పుడు గంభీర్‌ను సోషల్ మీడియా ఓ ఆట ఆడుకుంటోంది. మాజీ ఆటగాళ్లతో పాటు సోషల్ మీడియాలో కోచ్ రాజీనామా చేయాలంటూ లాంటి హ్యాష్‌ట్యాగ్‌లు వైరల్ అవుతున్నాయి. అంతేకాదు లెజెండరీ స్పిన్నర్ రవిచంద్రన్ అశ్విన్, రోహిత్ శర్మ, స్టార్ బ్యాటర్ విరాట్ కోహ్లి ల రిటైర్‌మెంట్ వెనుక గంభీర్ హస్తం ఉందన్న ఆరోపణలు కూడా ఉన్నాయి. మొత్తానికి దక్షిణాఫ్రికా చేతిలో వైట్ వాష్ పరాభవానికి ఎవరిని బాధ్యులను చేస్తారు.. ఎవరిపై వేటు పడుతుంది అనే చర్చ జరుగుతోంది. గంభీర్ కోచ్ అయ్యాకే ఈ రెండు పరాభవాలూ ఎదురయ్యాయి. మరి బీసీసీఐ ఎలాంటి డెసిషన్ తీసుకుంటుందో చూడాలి..



మరుగుజ్జు అంటూ విమర్శలు.

దక్షిణాఫ్రికా కెప్టెన్ టెంబా బావుమా అరుదైన ఘనత సాధించాడు. గత 25 ఏళ్లుగా ఏ దక్షిణాఫ్రికా కెప్టెన్‌కు సాధ్యం కాని రీతిలో, భారత గడ్డపై టెస్ట్ సిరీస్ గెలిచి చరిత్ర సృష్టించాడు. బావుమా నాయకత్వంలోని దక్షిణాఫ్రికా జట్టు భారత్‌ను క్లీన్ స్వీప్ చేసి ఈ సిరీస్‌ను కైవసం చేసుకుంది.

రికార్డు విజయం..

టెంబా బావుమా సారథ్యంలో దక్షిణాఫ్రికా జట్టు అద్భుత ప్రదర్శన కనబరిచింది. ఇటీవల వరల్డ్ టెస్ట్ ఛాంపియన్‌షిప్ (%ఔజ%) గెలిచిన ఆత్మవిశ్వాసంతో బరిలోకి దిగిన సౌతాఫ్రికా జట్టు, ఇప్పుడు భారత్‌ను సొంతగడ్డపైనే ఓడించింది. కోల్‌కతా, గౌహతి వేదికలుగా జరిగిన టెస్టుల్లో విజయాలు సాధించి సిరీస్‌ను క్లీన్ స్వీప్ చేసింది. 25 ఏళ్ల తర్వాత భారత గడ్డపై టెస్ట్ సిరీస్ గెలిచిన దక్షిణాఫ్రికా కెప్టెన్‌గా బావుమా రికార్డులకెక్కాడు.

అజేయ నాయకుడిగా..

టెస్ట్ క్రికెట్‌లో కెప్టెన్‌గా బావుమా రికార్డు అమోఘంగా ఉంది. ఇప్పటివరకు అతను సారథ్యం వహించిన 12 టెస్టుల్లో దక్షిణాఫ్రికా 11 విజయాలు సాధించింది. ఒక్క మ్యాచ్ కూడా ఓడిపోకుండా (ఒక డ్రా) బావుమా తన జైత్రయాత్రను కొనసాగిస్తున్నాడు. బావుమా ఎత్తు తక్కువైనా, అతని ఆటతీరు, నాయకత్వ పటిమ ఆకాశమంత ఎత్తులో ఉన్నాయని విశ్లేషకులు ప్రశంసిస్తున్నారు. కోల్‌కతా టెస్టులో జస్ప్రీత్ బుమ్రా వంటి బౌలర్లను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొని జట్టును విజయతీరాలకు చేర్చాడు.

Printed at Sunday printing press 3_4297 Saraswati complex SVN colony. guntur.ap 522006. Published by Katikala Vara Prasad. at H.No. 1-94, Nekunampuram, Pokur, Prakasam, Andhra Pradesh - 523113. Editor. Katikala Vara Prasad. RNI- 2015/62250, Reg No: APTEL/25/A2843. Ph:9849707349 email:kvp6858@gmail.com