

ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో బ్రేక్ ఫాస్ట్ పథకం: సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

- 1 విద్యార్థుల శారీరక, విద్యా పురోగతిపై ప్రత్యేక నిఘా
- 2 ప్రాంతీయ అలవాట్లకు అనుగుణంగా బ్రేక్ ఫాస్ట్ మెనూ
- 3 క్యాలరీల లెక్కింపుకు ప్రత్యేక యాప్ వినియోగం
- 4 నవంబర్ 30లోగా సెంట్రల్ కిచెన్ నిర్మాణం పూర్తి
- 5 డిసెంబర్ 9న రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సెంట్రల్ కిచెన్ ప్రారంభం
- 6 నాగర్ కర్నూల్ కిచెన్ కు రూ. 5.17 కోట్ల విరాళం
- 7 వికారాబాద్ సెంట్రల్ కిచెన్ కు రూ. 4 కోట్ల ఆర్థిక సహాయం
- 8 బ్రేక్ ఫాస్ట్ పథకానికి సంస్థలతో ఒప్పందాలు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 02

ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుకునే విద్యార్థుల ట్రాక్ రికార్డును నిర్వహించాలని, విద్యార్థుల శారీరక పెరుగుదల, విద్యా పురోగతి వంటి అంశాలను ఎప్పటికప్పుడు రికార్డు చేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. ఆహారంలో ఇచ్చే పదార్థాల క్యాలరీలను లెక్కించడానికి యాప్ లను ఉపయోగించుకోవాలన్నారు. బ్రేక్ ఫాస్ట్ వల్ల విద్యార్థులు సమయానికి పాఠశాలకు చేరుకుంటారని ఆహార నాణ్యత విషయంలో జాగ్రత్తలు పాటించాలని సీఎం సూచించారు. ప్రాంతాల వారీగా అక్కడి అలవాట్లకు అనుగుణంగా బ్రేక్ ఫాస్ట్ తయారు చేయాలని ఆయన ఆదేశించారు. సెంట్రల్ కిచెన్ లను కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్ కు అనుసంధానం చేస్తామని సీఎం తెలిపారు. జీవితకాలం కొనసాగే కార్యక్రమం ఇది అని, కాబట్టి అత్యంత జాగ్రత్త వహించాలని ఆయన సూచించారు. నవంబర్ 30లోగా సెంట్రల్ కిచెన్లు పూర్తి అయ్యేలా చూడాలని, డిసెంబర్ 9న రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఒకేసారి సెంట్రల్ కిచెన్ లను ప్రారంభించాలని ఆయన ఆదేశించారు.

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

ఆటో ఛార్జీల బాదుడు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 02 :

తెలంగాణలో ఆటో మీటర్ ఛార్జీలను పెంచుతూ రవాణా శాఖ శుక్రవారం ఈ మేరకు జీవో నెం 46 విడుదల చేసింది. ఈ జీవో ప్రకారం మొదటి 1.6 కిలో మీటర్లకు కనీస ఛార్జీ రూ.30 గాను తర్వాత ప్రతి కిలో మీటర్ కు రూ.14 నిర్ణయించారు. వెయిటింగ్ ఛార్జీ 75 పైసలకు పెరిగింది. నిబంధనలకు లోబడి అదనపు లగేజీ ఒక్కో ప్యాకేజీ మీద 50 పైసలు వసూలు చేయనున్నారు. రాత్రి 11 గంటల నుంచి ఉదయం 5 గంటల వరకు సాధారణ ఛార్జీకి అదనంగా 1.5 రెట్లు చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. కొత్త రేట్లకు అనుగుణంగా మీటర్ల నవరించు కునేందుకు ఆటో డ్రైవర్లకు 3 నెలలు గడువు ఇచ్చింది. గతంలో 1.6 కిలో మీటర్ కు రూ.20 అదే విధంగా ప్రతి కిలో మీటర్ కు రూ.11 ఛార్జీలు వసూలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ప్రస్తుతం పెరిగిన ఛార్జీలతో పోలిస్తే ప్రతి 1.6 కిలో మీటర్ రూ.9 ప్రతి కిలో మీటర్ కు రూ. 3 పెరిగినట్లైంది. గ్రేటర్ హైదరాబాద్ లో సుమారు 1.30 లక్షల ఆటోలు నగర వ్యాప్తంగా తిరుగుతూ ఆర్థికీ తర్వాత రెండో స్థానాన్ని ఆక్రమించిన సంగతి తెలిసిందే. అయితే ఈ పెంచిన ఆటో ఛార్జీల ప్రభావం ప్రయాణికుల మీద తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుందని ఆందోళన వ్యక్తమవుతుంది. గతంలో 2 నుంచి మూడు కిలో మీటర్ల దూరానికి రూ.50 తీసుకునే ఆటో డ్రైవర్లు, ప్రస్తుతం పెరిగిన ఛార్జీల నేపథ్యంలో రూ.80 నుంచి రూ.100 తీసుకునే అవకాశం ఉంటుందంటున్నారు. ఇదిలా ఉండగా 2014 తర్వాత ఆటో ఛార్జీలు పెంచడం మొదటిసారి



రైతాంగానికి వ్యవసాయ విశ్వ విద్యాలయం వెన్ను దన్నుగా ఉండాలి

రైతాంగానికి కొత్త టెక్నాలజీలని అందించి నవ భారతానికి నాంది పలకాలి

అగ్రి వర్సిటీలో జరిగిన మహాత్మాగాంధీ జయంతి వేడుకల్లో వ్యవసాయ మంత్రి తుమ్మల ఆకాంక్ష

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 02 :

రాజేంద్రనగర్ లోని ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ తెలంగాణా వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ఆడిటోరియం లో మహాత్మా గాంధీ 157 వ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. ముఖ్య అతిథిగా రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు హాజరయ్యారు. జాతీయ పిత

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

హైదరాబాద్ అభివృద్ధికి రూ.52 వేల కోట్ల పనులు : డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క

ప్రజా పాలనలో భవిష్యత్ అవసరాలకు అనుగుణంగా మౌలిక వసతుల విస్తరణ

గత పదేళ్లలో నగరానికి ఒక్క చుక్క అదనపు తాగునీరు తీసుకురాలేదు

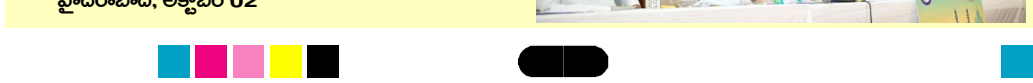
కార్యక్రమానికి హాజరైన మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, వివేక్ వెంకటస్వామి, అజారుద్దీన్,

రేపు ఉదయం 11 గంటలకు బేగంపేట మెట్రో రైల్వే స్టేషన్ నుంచి ప్రయాణం చేయనున్న మంత్రులు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 02

ప్రజా పాలనలో హైదరాబాద్ నగర అభివృద్ధికి రూ.52 వేల కోట్ల విలువైన మౌలిక వసతుల పనులు శరవేగంగా కొనసాగు తున్నాయని ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క తెలిపారు. రోడ్లు, ఫ్లైఓవర్లు, బ్రిడ్జిలు, అండర్ పాస్ లు, తాగునీటి వసతులు తదితర రంగాల్లో భారీగా పనులు

(మిగతా 2వ పేజీలో..)



జ్ఞానేశ్ కుమార్ రాజీనామా చేయాలి

ఉద్రిక్తంగా మారిన జంతర్ మంతర్

న్యూఢిల్లీ : ఎన్డెఆర్ అవకతవకల ఆరోపణలపై చీఫ్ ఎలక్షన్ కమిషనర్ జ్ఞానేశ్ కుమార్ రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ సీజిపి చేపట్టిన ఆందోళన ఉద్రిక్తంగా మారింది. రాజధాని ఢిల్లీ, ఆర్థిక రాజధాని ముంబైలో నిరసనలు వెల్లువెత్తాయి. దీంతో తీవ్ర ఉద్రిక్త పరిస్థితులు తలెత్తాయి. నిరసనకా రులను పోలీసులు పెద్దఎత్తున అరెస్టులు చేశారు. జ్ఞానేశ్ కుమార్ రాజీనామా చేయాలనే డిమాండ్ పై ప్రతిపక్ష పార్టీలు, విద్యార్థి సంఘాలు శుక్రవారం

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

మనీలాండరింగ్ కేసులో మమతా బెనర్జీ: ఈడీ ప్రకటనతో రాజకీయ కలకలం!

మనీలాండరింగ్ కేసులో మమత పేరును ప్రస్తావించిన ఈడీ మాజీ మంత్రి ఇంద్రనీల్ సేన్ సంస్థ నుంచి మమత ఖాతాలోకి రూ. 30 లక్షల బదిలీ

ఈ సొమ్మును రాయల్టీ రూపంలో చెల్లించినట్లు ఇంద్రనీల్ సేన్ వాదన

రూ. 85 కోట్ల బెండర్ల అక్రమాలపై ఈడీ దర్యాప్తు ముమ్మరం

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 02

మనీలాండరింగ్ కేసులో మమతా బెనర్జీ: ఈడీ ప్రకటనతో రాజకీయ కలకలం! మనీలాండరింగ్ కేసులో మమత పేరును ప్రస్తావించిన ఈడీ మాజీ మంత్రి ఇంద్రనీల్ సేన్ సంస్థ నుంచి మమత ఖాతాలోకి రూ. 30 లక్షల బదిలీ ఈ సొమ్మును రాయల్టీ రూపంలో చెల్లించినట్లు ఇంద్రనీల్ సేన్ వాదన రూ. 85 కోట్ల బెండర్ల అక్రమాలపై ఈడీ దర్యాప్తు ముమ్మరం

(మిగతా 2వ పేజీలో..)



జర్నలిస్టులకూ క్యాష్ లేస్ హెల్త్ కార్డులు ఇవ్వాలి



- ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల తరహాలోనే జర్నలిస్టులు సైతం సేవలశీదిస్తున్నారు
- పోస్టు కార్డు ఉద్యమ కార్యక్రమంలో టీయూడబ్ల్యుజే143 అధ్యక్షుడు జయశంకర్ గౌడ్

నల్లగొండ అక్టోబర్ 2 నేటి వెలుగు ప్రతినధి:

అక్రిడిటేషన్ అర్రత కలిగిన జర్నలిస్టులందరికీ ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు అందిస్తున్న మారిరి క్యాష్ లేస్ హెల్త్ కార్డుల మంజూరు చేయడంతో పాటు జర్నలిస్టుల న్యాయమైన సమస్యలను పరిష్కరించాలని డిమాండ్ చేస్తూ టీయూడబ్ల్యుజే143 ఆధ్వర్యంలో ఉత్తరాల ఉద్యమాన్ని ప్రారంభించారు.రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 8 రోజులపాటు ఈ నిరసన కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని యూనియన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు అల్లం నారాయణ, ప్రధాన కార్యదర్శి అస్సాని మారుతీ సాగర్ పిలుపు మేరకు మహాత్మా గాంధీ జయంతిని పురస్కరించుకుని నల్లగొండ జిల్లా కేంద్రంలోని రామగిరి చౌరస్తాలో ఉన్న గాంధీ జీ వి గ్రహం వద్ద కార్యక్రమం నిర్వహించారు.ముందుగా జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాల నుంచి తరలివచ్చిన జర్నలిస్టులు ర్యాలీగా గాంధీ విగ్రహం వద్దకు చేరుకున్నారు. అనంతరం మహాత్మా గాంధీ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షుడు గుండగనేని జయశంకర్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ జర్నలిస్టుల సమస్యలను పరిష్కరించాలని, ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించాలని నివాదాలు చేశారు.అనంతరం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి పోస్టుకార్డుల ద్వారా తమ డిమాండ్లను తెలియజేసేలా ఉత్తరాల ఉద్యమాన్ని ప్రారంభించమన్నారు. ప్రతి జర్నలిస్టు పోస్టుకార్డుపై తమ సమస్యలు,

ప్రజాసేవే గాంధీజీకి నిజమైన నివాళి



రక్తదాన ప్రతిజ్ఞ.. అన్నదానం.. ఎమ్మెల్సీ సారయ్యతో సేవా కార్యక్రమాలపై చర్చ
రెడ్ క్రాస్ ఆధ్వర్యంలో సేవా కార్యక్రమాలను విస్తృతం చేస్తాం: బేతి అశోక్ బాబు

వరంగల్ ప్రతినధి , అక్టోబర్ 2,(నేటి వెలుగు ప్రతినధి):

మహాత్మా గాంధీజీ జయంతిని పురస్కరించుకొని ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, వరంగల్ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం పలు సేవా, సామాజిక కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. అబ్బునీకుంటలో గాంధీజీ విగ్రహానికి నివాళులర్పించడంతో పాటు రక్తదాన ప్రతిజ్ఞ, లేబర్ కాలనీలో అన్నదానం, ఎమ్మెల్సీ, మాజీ మంత్రి బస్వరాజు సారయ్యను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. అబ్బునీకుంటలో గాంధీజీకి ఘన నివాళులు అబ్బునీకుంటలోని మహాత్మా గాంధీజీ విగ్రహానికి ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, వరంగల్ చైర్మన్ బేతి అశోక్ బాబు, డీ ఎన్ జి ఓ ఎస్ హనుమకొండ అధ్యక్షులు, జేపీసీ చైర్మన్ ఆకుల రాజేందర్, వైస్ చైర్మన్ శాసనోయిన రాజ్ కుమార్, పాలక మండలి సభ్యులు పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా గాంధీజీ చూపిన సత్త, అహింస, సేవా మార్గాలను స్ఫూర్తిగా తీసుకుని రక్తదానాన్ని ప్రోత్సహించాలనే ఉద్దేశంతో కార్యక్రమానికి హాజరైన వారితో రక్తదాన ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. అత్యవసర సమయాల్లో రక్తం అందుబాటులో ఉండేలా ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడం, రక్తదాన కార్యక్రమాల్లో ప్రజలను భాగస్వామ్యం చేయడం రెడ్ క్రాస్ ప్రధాన లక్ష్యాలే భాగమని నిర్వాహకులు తెలిపారు. లేబర్ కాలనీలో అన్నదానం అనంతరం చేయూత గౌరవ సభ్యులు కుడికాల శ్యామ్ ఆధ్వర్యంలో లేబర్ కాలనీలో



నిర్వహించిన అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, వరంగల్ చైర్మన్ బేతి అశోక్ బాబు ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా కుడికాల శ్యామ్ ఆధ్వర్యంలో చైర్మన్ బేతి అశోక్ బాబు, వైస్ చైర్మన్ శాసనోయిన రాజ్ కుమార్, పాలక మండలి సభ్యులను ఘనంగా సన్మానించారు. ఎమ్మెల్సీ బస్వరాజు సారయ్యతో రెడ్ క్రాస్ పాలక మండలి భేటీ అనంతరం ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, వరంగల్ నూతన పాలక మండలి సభ్యులు తెలంగాణ శాసన మండలి సభ్యులు, మాజీ మంత్రి బస్వరాజు సారయ్యను మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా సారయ్య పాలక మండలి సభ్యులను సన్మానించి అభినందించారు.రెడ్ క్రాస్ ఆధ్వర్యంలో భవిష్యత్తులో చేపట్టనున్న సేవా కార్యక్రమాలు, రక్తదాన శిబిరాలు, వివత్తుల సమయంలో సహాయక చర్యలు, పేదలు, నిరుపేదలకు అందించే సేవలపై ఈ సందర్భంగా చర్చించారు. గాంధీజీ ఆశయాలను ఆవరణలో పెట్టాలి ఈ సందర్భంగా ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, వరంగల్ చైర్మన్ బేతి అశోక్ బాబు మాట్లాడుతూ.. గాంధీజీకి నివాళి కేవలం పూలమాలలు వేయడంతో ముగియకూడదని, ఆయన చూపిన సేవా మార్గాన్ని ఆచరణలో పెట్టడం ద్వారానే నిజమైన నివాళి అర్పించినట్లవుతుందని అన్నారు.ప్రజల్లో సేవాభావాన్ని మరింత పెంపొందిస్తూ రక్తదానం, వివత్తుల సమయంలో సహాయక చర్యలు, పేదలు, నిరుపేదలకు సహాయం వంటి కార్యక్రమాలను రెడ్ క్రాస్ ఆధ్వర్యంలో మరింత విస్తృతంగా నిర్వహిస్తామని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమాల్లో ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, వరంగల్ చైర్మన్ బేతి అశోక్ బాబు, వైస్ చైర్మన్ శాసనోయిన రాజ్ కుమార్, పాలక మండలి సభ్యులు కుసుమ సత్యనారాయణ, మామిడాలు రమేష్ బాబు, తోట సంపత్ కుమార్, మండల పర్యవ రామలు, పుల్లారా ప్రవీణ్ కుమార్, ఆకుల రాజేందర్, జైరి సోమన్న, కుడికాల వేణు, లక్ష్మీ ప్రసాద్, మాడెడ్ల సతీష్, బేతి రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు. అబ్బునీకుంట వాస్తవ్యులు గడ్డమిడి రాజేష్, బంక కుమారస్వామి, లకుం రవి, అనుముల జూలారెడ్డి, అధ్యక్షతే సురేష్, సాగర్, ఆదేవు రవి, అరుణ్ తదితరులతో పాటు స్థానిక ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

ఎర్రబొడ అంగన్వాడీ కేంద్రంలో అగ్నిప్రమాదం.

రంగారెడ్డి అక్టోబర్ 2 నేటి వెలుగు ప్రతినధి:
ఎర్రబొడ అంగన్వాడీ కేంద్రంలో ఈరోజు అగ్నిప్రమాదం చోటు చేసుకుంది. అగ్నిప్రమాదం జరిగిన విషయాన్ని అంగన్వాడీ ఉపాధ్యాయురాలు అధికారుల దృష్టికి తీసుకురావడంతో, వెంటనే జిల్లా మహిళా, శిశు సంక్షేమ శాఖ అధికారికి సమాచారం అందించారు. జిల్లా కలెక్టర్, జిల్లా మహిళా, శిశు సంక్షేమ శాఖ అధికారి ఆదేశాల మేరకు సీడీపీఓ కవిత, సూపర్వైజర్ శారద ఎఱ్ఱబొడ అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని సందర్శించి పరిస్థితిని పరిశీలించారు. అనంతరం స్థానికులతో మాట్లాడి అగ్ని ప్రమాదానికి సంబంధించిన వివరాలను సేకరించారు. అగ్నిప్రమాదంలో అంగన్వాడీ కేంద్రంలోని బరువు తూచే పరికరాలు, ఆట వస్తువులు, పాత రిజిస్టర్లు, 90 గుడ్లు, 50 కీలోల బియ్యం డెబ్బతిన్నట్లు అధికారులు గుర్తించారు. జరిగిన సప్తానికి సంబంధించిన పూర్తి వివరాలతో జిల్లా మహిళా, శిశు సంక్షేమ శాఖ అధికారికి నవేదిక సమర్పించారు. జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు అగ్నిప్రమాద ఘటనపై అత్రాఫూర్ పోలీస్ స్టేషన్లో కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. అగ్నిప్రమాదానికి గల కారణాలపైపోలీసులువిచారణ కొనసాగిస్తున్నారు.



గాంధీ, శాస్త్రి ఆశయాలను ఆచరించాలి...మున్సిపల్ చైర్పర్సన్ మొరిశెట్టి నివేదిత లక్ష్మి, కమిషనర్ హన్మంత రెడ్డి...

సూర్యాపేట పట్టణం అక్టోబర్ 2, నేటి వెలుగు ప్రతినధి:

జాతిపిత మహాత్మా గాంధీ, మాజీ ప్రధానమంత్రి లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి జయంతిల సందర్భంగా శుక్రవారం సూర్యాపేట మున్సిపల్ కార్యాలయంలో వారి చిత్రహలాలకు మున్సిపల్ చైర్పర్సన్ మొరిశెట్టి నివేదిత లక్ష్మి, మున్సిపల్ కమిషనర్ హన్మంత రెడ్డి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు.ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ.. మహాత్మా గాంధీ అహింస, సత్యాగ్రహం, పరిశుభ్రత వంటి విలువలను ప్రజలకు అందించారని, లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి దేశ సేవ, నిజాయితీ, క్రమశిక్షణకు ప్రతీకగా నిలిచారని పేర్కొన్నారు. దేశాభివృద్ధి కోసం వారు చూపిన మార్గాన్ని నేటి తరాలు అదర్శంగా తీసుకోవాలని సూచించారు.మహాత్మా గాంధీ జయంతిని పురస్కరించుకుని నిర్వహిస్తున్న ‘స్వచ్ఛతే సేవ’ కార్యక్రమాలను ప్రజల భాగస్వామ్యంతో విజయవంతం చేయాలని, పసరాల పరిశుభ్రతను ప్రతి ఒక్కరూ తమ బాధ్యతగా భావించాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ అధికారులు, సిబ్బంది,మున్సిపల్ ప్రజాప్రతినిధులు వైస్ చైర్మర్సన్ యం.డి.షఫీ ఉల్లాఖ్లాే లీదర్లు అంగరేకుల నాగార్జున,కుమ్మరి కుంట్ల వేణు,కొన్నిల గండూరి రమేష్,భూక్యా జ్యోతి,ధరవత విజయ,బండారా మంగమ్మ,కోడి శిరీష,నాగల వాసు,కొణతం రాజేష్ తదితరులు పాల్గొని గాంధీ, లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి చిత్రహలాలకు నివాళులర్పించారు.



హఫీజ్పేట్‌లో వీధి కుక్కల స్పైర విహారం - వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అవగాహన

హఫీజ్పేట్ అక్టోబర్ 2 నేటి వెలుగు ప్రతినధి

హఫీజ్పేట్ ప్రాంతంలో వీధి కుక్కల స్పైర విహారం ఎక్కువైంది. గత కొద్ది రోజులుగా చిన్న పిల్లలు, పెద్దవాళ్లను కుక్కలు కబుసున్న పుటసలు పెరుగుతున్నాయి. దీనివల్ల స్థానిక ప్రజలు తీవ్ర భయాందోళనకు గురవుతున్నారు. ఈ



నేపథ్యంలో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి డా. స్వర్ణకుమారి ఆదేశాల మేరకు వైద్య ఆరోగ్య శాఖ బ్లాండు హఫీజ్పేట్ లో పర్యటించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్ డా. రాజేష్, హెల్త్ సూపర్వైజర్లు, లోకల్ మెడికల్ ఆఫీసర్, ఆశా మరియు

ఆరోగ్య సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.జిహెచ్ఎస్ ఆధ్వర్యంలో వెంటనే అనిమల్ ఐర్ కంట్రోల్ (ఏపీసీ) కార్యక్రమం చేపట్టాలని, కుక్కలకు యూటీ రేటింగ్ వ్యాక్సినేషన్ చేయాలని కోరారు. కుక్క కరస్పె నిర్వహణ చేయకుండా వెంటనే దగ్గరలోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో యూటీ రేటింగ్ వ్యాక్సినేషన్ ఉచితంగా చేయించుకోవాలని సూచించారు.

నాన్‌వెజ్ వల్ల ఇన్ని సమస్యలు వస్తాయా?

ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ తింటే అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ ఐటెమ్స్ తినే వారిలో ఖచ్చితంగా కొన్ని వ్యాధులు వస్తాయట. ఆహార అలవాట్లు.. శరీర ఆరోగ్యం మీదనే కాకుండా.. మానసిక ఆరోగ్యం మీద కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంటాయి. రోజూ ఫ్రెష్ ఫ్రుట్స్, లేదా మాంసం తినే వారిలో సాధారణంగా దయాబెటీస్, బీపీ, క్యాన్సర్, ఊబకాయం, కొలెస్ట్రాల్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అంతేకాదు మతి మరుపు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉందట. ప్రతిరోజూ మాంసం తినే వారిలో వయసు పెరిగే కొద్దీ మతిమరుపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ ఉంటుంది. ఎలా అనుకుంటున్నారో? ఆస్టెలియాలోని బాండ్ యూనివర్సిటీలో 438 మంది వ్యక్తులపై పరిశోధన చేశారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఆహారపు అలవాట్లు జ్ఞాపకశక్తిపై ఎలా పని చేస్తున్నాయో తెలుసుకున్నారు. ఈ అధ్యయనం 438 మంది కొనసాగితే అందులో 108 మందికి అల్జీమర్స్ వ్యాధి వచ్చినట్టు తేలిందట. దీని ప్రకారం ఎక్కువగా నాన్ వెజ్ తింటే వయసు పెరిగే కొద్దీ మతిమరుపు వస్తుంది అంటున్నారు నిపుణులు. అంటే ఇంట్లో మనషులను కుడా గుర్తించలేని పరిస్థితి కూడా వస్తుందట. ప్రతిరోజూ మాంసం తినేవారిలో అధిక బరువు, హై కొలెస్ట్రాల్, దయాబెటీస్, బీపీ, ఫ్లావీ లివర్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం మరింత ఎక్కువ ఉంటుందట. ఈ సమస్యలు మాత్రమే కాదు ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వస్తాయట. రోజూ పండ్లు, కూరలు, గింజలు తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు అనలు కనిపించడం లేదని పరిశోధనలో తేలిందట. మాంసాహారాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటే నరాల సమస్యలు వస్తాయి సో స్క్రిమ్ చేయండి. ఎక్కువగా తినకుండా లిమిట్ గా తినడం వల్ల ఈ సమస్యలు నుంచి బయటపడవచ్చు. అతి సర్వత్రా వర్షయేత్. సో మితంగా తిని ఆరోగ్యంగా ఉండడని సహజే ఇస్తున్నారని నిపుణునలు.



పిల్లల్లో జింక్ లోపం నష్టాలు...

ప్రతి తల్లిదండ్రులకి వారి పిల్లలే ఒక ప్రపంచంగా భావిస్తూ, వారు పడిన కష్టం వారి పిల్లలు పడకూడద అంటు,పారికి ఏమి ఇష్టమైతే ఆట వస్తువులు కొనివ్వడం,ఇష్టమైన ఆహారాలను అతిగా ఇవ్వడం, సరైన క్రమశిక్షణలో పెట్టకపోవడం వంటి వాటి వల్ల సమాజా నికి ఎంత హాని కలుగుతుందో అంత మోతాదులో వారి ఆరోగ్యం కూడా దెబ్బతింటుందని గ్రహించలేకపోతున్నారు. పిల్లలకు పోషకాహార లోపాలలో తలెత్తడం వాళ్ళ వారి ఆరోగ్యం రోజురోజుకీ క్షీణిస్తోందని వైద్య నిపుణులు కూడా హెచ్చరిస్తూ ఉన్నారు.మరి ముఖ్యంగా 10 మందిలో 6 మంది పిల్లలు జింక్ లోపాలతో బాధపడుతున్నారని,దాని వల్ల చాలా అనారోగ్యాలు కలుగుతాయని హెచ్చరిస్తున్నారు కూడా. రోగనిరోధక వ్యవస్థ దెబ్బ తినడం. : పిల్లలు తినే ఆహారాల్లో జింకు లోపం వల్ల,రోగాలకు కారణమైన బ్యాక్టీరియా మరియు వంగెన్ తో సైనికుడిలా పోరాడే రోగనిరోధక వ్యవస్థ దెబ్బతింటుందని చాలా పరిశీలనాల్లో కూడా తేలింది.కావున ఇమ్ప్యూన్ సిస్టమ్ సరిగా పని చేసేందుకు జింక్ అధికంగా ఉన్న గుమ్మడి కాయ,గుమ్మడి గింజలు,బాదాం,పాలు, అరటిపండు వంటి ఆహారాలను అధికంగా ఇవ్వడం అలవాటు చేయండి. బ్లడ్ క్లాటింగ్ అవకపోవడం...: పిల్లలు తరుచూ దెబ్బలు తగిలించుకుంటూనే ఉంటారు.కొంతమందికి బ్లడ్ కొంతసేపు వచ్చి,గాయం దగ్గర బ్లడ్ క్లాట్ అవుతుంది.కానీ జింక్ లోపం కలవారికి బ్లడ్ గడ్డ కట్టకుండా, చారాలంగా రక్తం వస్తూనే

ఉంటుంది. రక్తహీనత ఏర్పడే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.కావున పిల్లలకు బ్లడ్ క్లాటింగ్ సక్రమంగా జరగాలంటే జింకు ఉన్న ఆహారాలు ఎక్కువగా ఇవ్వడం చాలా అవసరం.



ప్రజా సాహిత్యానికి ప్రాణం పోస్తున్న

మంజీరా రచయితల సంఘం

మరసం 40 ఏళ్ల సభలో మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు



హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 2 నేటి వెలుగు

కవులు అంటే కవిత్వాన్ని వెలువరించేవారు మాత్రమే కాదని మాటకు , పాటకు , అటకు ప్రాణం పోసే వారని క్రియాశీలకంగా నిరూపిస్తున్న మంజీరా రచయితల సంఘం భావితరానికి దిక్సూచి అని మాజీమంత్రి, శాసనసభ ఉపనేత తనీష్ పూరి రావు అన్నారు. బహిర్ బాగ్ డ్రైన్ లోని సురవరం ప్రతాపరెడ్డి ఆదిటోరియంలో, గోపాల్ రెడ్డి వేదికపై శుక్రవారం జరిగిన మంజీరా రచయితల సంఘం 40 ఏళ్ల వార్షికోత్సవ మహాసభలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ కవిత్వం అంటే వేరుక కాదని ప్రజాపక్షంలో నిలబడడమని మరసం నిరూపించడం చారిత్రాత్మకమని చెప్పారు. 40 ఏళ్లు సాహిత్య సంస్థ నడిపించడం కత్తి మీద సాము లాంటిది చెప్పారు. నిర్బంధాలను, బెదిరింపులను, రాజ్య హింసను తట్టుకొని నిలబడిన మరసం సామాజిక సమస్యల పరిష్కారాన్ని భుజాల మీదికి ఎత్తుకున్నదని తెలిపారు .మంజీరా రచయితల సంఘం లేకుంటే తెలంగాణ ఉద్యమం ప్రజ్వరిల్లేది కాదన్నారు. కవులను, రచయితలను, కళాకారులను, జర్నలిస్టులను ఏకం చేసి ఉద్యమాన్ని మలుపుతిప్పిన ఘనత మరసం దని చెప్పారు. ప్రభుత్వం ప్రకటించిన కోటి రూపాయల నగదు, షాటును తిరస్కరించిన త్యాగశీలి, “నాగిటి సొల్ల నా తెలంగాణ” పాటతో ప్రజల్లో ఎనలేని చైతన్యం కల్పించిన కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ అవార్డు గ్రహీత నందిని సిద్ధారెడ్డి, మాట, అట,పాటలతో ఉద్యమాన్ని ఉక్తరేఖించిన దేశపతి శ్రీనివాస్ , 41 రోజుల సకల జనుల సమ్మె భేరితో పాఠకులను కదిలించిన దేవి ప్రసాద్, జర్నలిస్టులను ఉద్యమం లో భాగస్వాములను చేసిన విరాహాత్ అలీ కృష్ణ తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటుకు ప్రసాదించిన వివరించారు. మరసం సుదీర్ఘ ప్రస్థానానికి నిబద్ధతతో ప్రాణమన్నారు. భావితరానికి సరికొత్త న్యూస్ని అందించాలని పిలుపునిచ్చారు. సాహిత్యంలో ఏట ప్రవేశిస్తుందని అయినప్పటికీ హృదయం పెట్టి మట్టి వాసనలతో రాసిన కవిత్వం, సాహిత్యం మాత్రమే సజీవంగా ఉంటుందని విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు . పాశ్చాత్య దేశాల్లో అన్ని వర్గాల వారు పుస్తక పఠనం వైపు మరలుతుంటే మన దేశంలో ఉయ్యాలలుగో పిల్లల సైతం సెల్ ఫోన్లలో ఊగడం అందోళన కలిగిస్తుందని చెప్పారు. పుస్తక పఠనాన్ని పెంపొందించాలని కోరారు .కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి సాహిత్యం పై ప్రేమ లేదని ఆయన విమర్శించారు. తమ ప్రభుత్వం రాగానే తెలంగాణ అకాడమీ ఏర్పాటు చేయడం ,ప్రపంచ తెలుగు మహాసభలను నిర్వహించి తెలంగాణ ఖ్యాతిని ప్రపంచం నలుమూలల చాటడం జరిగిందని వివరించారు. కాగా మూడు సంవత్సరాల నుంచి ఈ ప్రభుత్వం తెలంగాణ అకాడమీ కి అజరిక చేయడం, వారి సాహిత్య నిర్వహణకి నిదర్శనం అని పేర్కొన్నారు. ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో మంజీరా నదిలోని చుక్క నీటిని వాడుకునే అవకాశం, ఒక్క చెక్ డాం ను నిర్మించే ప్రయత్నం జరగలేదని విమర్శించారు. తమ ప్రభుత్వం రాగానే మంజీరా నదిపై చెక్ డ్యామ్ లను నిర్మించిందని , ఉమ్మడి మెడక్ జిల్లాలోని బీడు వడ్ల భూములను పచ్చగా మార్చిందని వివరించారు. మరసం వ్యక్తి కేంద్రం కాదు..విషయ కేంద్రం

ఎమ్మెల్సీ దేశపతి శ్రీనివాస్ మంజీరా రచయితల సంఘం వ్యక్తి కేంద్రంగా పనిచేయలేదని వస్తువు , విషయము కేంద్రంగా పనిచేస్తుందని ఎమ్మెల్సీ దేశపతి శ్రీనివాస్ చెప్పారు. ఒక లక్ష్యంతో, ఆశయంతో నడుస్తుందని చెప్పారు. ఉద్యమాలకు అటగా , మాటగా, గొంతు గా మారిందని తెలిపారు.విభిన్న వ్యక్తులను, భావజాలాలను , సంస్థలను ఒక వేదికపై తీసుకువచ్చి నడిపించిన ఘనత మరసందని తెలిపారు. తన సాహిత్య, సాంస్కృతిక విశాసానికి మరసం పునాది పందిందని తెలిపారు .బెల్లీ లలిత లాంటి అద్భుత కళాకారులను మరసం వెలుగులోకి తీసుకొచ్చిందని తెలిపారు.

మరసం ఎప్పుడూ పీడిలకు పక్షమే కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ అవార్డు గ్రహీత నందిని సిద్ధారెడ్డి మంజీరా నది స్ఫూర్తితో ప్రారంభమైన మంజీరా రచయితల సంఘం ఎప్పుడు ప్రజల పక్షమే వహిస్తుందని కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ అవార్డు గ్రహీత, మరసం వ్యవస్థాపకులు, కవి రచయిత డాక్టర్ నందిని సిద్ధారెడ్డి స్పష్టం చేశారు. నిర్బంధాలను, అవరోధాలను ఎదుర్కొంటూ అన్ని వర్గాల వారికి వేదికగా నిలుస్తుందని తెలిపారు. సామాజిక, సాంస్కృతిక, రాజకీయ ఉద్యమాలకు మరసం ప్రేరణగా నిలిచిందన్నారు. అన్ని వర్గాల ప్రజలతో, పల్లెలతో మరసం మ మైకమైందని చెప్పారు. మరసం కవులకు, రచయితలకు, కళాకారులకు, జర్నలిస్టులకు స్ఫూర్తి నింపిందని తెలిపారు.

మాది తల్లి బిడ్డల అనుబంధం దేవియాదబ్బాజే అధ్యక్షులు విరాహాత్ అలీ మెతుకునీమలో మంజీరా రచయితల సంఘంతో జర్నలిస్టులకు తల్లి బిడ్డలకు ఉండే బంధం ఉందని తెలంగాణ రాష్ట్ర వర్సింగ్ జర్నలిస్టుల సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కె.విరాహాత్ అలీ తెలిపారు. మరసం కవుల రచనలు వార్తలుగా , జర్నలిస్టుల వార్తలు కవితలుగా మారిసట్టు పేర్కొన్నారు. ఎన్నో నిర్బంధాలను ఎదుర్కొని, ప్రజల గొంతుగా నిలబడి, మరసంతో కలిసి జర్నలిస్టుల సంఘం పోరు చేసినట్లు ఆయన తెలిపారు. మరసం అందించిన స్ఫూర్తి తోనే 25 ఏళ్లు క్రితం జర్నలిస్టుల బతుకులపై తాము “కలం రాగాలు” ఆడియో క్యాసెట్ ను నిర్మించినట్లు విరాహాత్ చెప్పారు. జిల్లాలో జర్నలిస్టులు నిర్బంధాలను ఎదుర్కొనడంలో మరసం అందగా నిలిచినట్లు చెప్పారు.

స్వల్పతమ బద్దలు కొట్టాలి టీఎస్ఎల్ సంఘం పూర్వ అధ్యక్షులు దేవి ప్రసాద్ సమాజంలో పెరుగుతున్న స్వల్పతమ కవులు, రచయితలు బద్దలు కొట్టాలని టీఎస్ఎల్ సంఘం పూర్వధ్యక్షులు దేవి ప్రసాద్ పిలుపునిచ్చారు. మేధావుల మోసం ప్రమాదకరమన్నారు. సంక్షోభాలను అధిగమించడానికి పోరాటాలు కావాలన్నారు. మరసం ప్రజా పోరాటాలకు మద్దతుగా నిలబడిందని తెలిపారు. మహాసభకు మరసశీ అధ్యక్షులు రంగాచారి అధ్యక్షత వహించారు. ప్రధాన కార్యదర్శి సిద్ధాంతి యాదగిరి నివేదిక సమర్పించారు. సమావేశంలో తెలంగాణ రచయితల సంఘం అధ్యక్షుడు నాగేశ్వరం శంకరం, సీనియర్ పాత్రికేయులు కే అంజయ్య, తోట అశోక్, కవులు పవన్లు రాజురెడ్డి, అలాజిఫార్ కిషన్, భగవాన్ రెడ్డి తదితరులు ప్రసంగించారు. అంతకుముందు డ్రైన్ క్లబ్ ముందు మరసం జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఎమ్మెల్సీ దేశపతి శ్రీనివాస్ ప్రార్థన గీతాన్ని ఆలపించారు. మహా కవులను, రచయితలను స్మరించారు. పెద్ద ఎత్తున నిద్రాటలు చేశారు. మహాసభకు తెలంగాణ నలుమూలల నుంచి కవులు, రచయితలు, కళాకారులు, జర్నలిస్టులు హాజరయ్యారవ్వడంతో బహిర్ బాగ్ డ్రైన్ క్లబ్ కిక్కిరిసిపోయింది.

చైతన్యాన్ని అందించిన వక్ర ప్రసంగాలు మరసం 40ఏళ్ల వార్షికోత్సవ సందర్భంలో అంతాపై నిర్వహించిన సాహిత్య సభలు సభికులను ఆకట్టుకున్నాయి. సాహిత్యం - మహిళా దృక్పథం అంశంపై సాహిత్య విమర్శకురాలు నెల్లూట్ల రమాదేవి, సాహిత్యం - దళిత దృక్పథం అంశంపై కోయి కోటేశ్వరరావు, సాహిత్యం - ద్రావిడ దృక్పథం అంశంపై జిలుకర శ్రీనివాస్ లు మాట్లాడారు. అనంతరం నిర్వహించిన కవి సమ్మేళనంలో 30మంది కవులు పాల్గొన్నారు.



గ్రామ స్వరాజ్యమే గాంధీజీ స్వప్నం

- ప్రజల భాగస్వామ్యంతోనే అభివృద్ధి: మార్కెట్ చైర్మన్ గంట సంజీవరెడ్డి, మున్సిపల్ చైర్మన్ సునీతావెంకన్న
- గాంధీజీ ఆశయాలును నిత్య జీవితంలో ఆచరించడమే ఆయనకిచ్చే నిజమైన గౌరవం: చిలువేరు సమ్మయ్య గౌడ్

కేసముద్రం ప్రతినిధి, అక్టోబర్ 2, నేటి వెలుగు ప్రతినిధి:

స్వాతంత్ర్య సమరంలో సత్యం, అహింస అనే ఆయుధాలతో దేశ ప్రజలను ఏకం చేసి, భారతదేశానికి స్వేచ్ఛా న్యూస్ని అందించిన జాతిపిత మహాత్మా గాంధీ 157వ జయంతి వేడుకలను కేసముద్రం మండల కేంద్రంలో అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. కేసముద్రం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు చిలువేరు సమ్మయ్య గౌడ్ అధ్యక్షంలో గాంధీ సెంటర్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో స్థానిక నేతలు, కార్యకర్తలు భారీగా పాల్గొని గాంధీజీ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళు లర్పించారు.ఈ కార్యక్రమానికి మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గంట సంజీవరెడ్డి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై గాంధీజీ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళు లర్పించారు. ఈ సందర్భంగా దేశ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో గాంధీజీ పోషించిన చారిత్రక పాత్రను, ఆయన అందించిన అమూల్యమైన సేవలను నాయకులు స్మరించుకున్నారు.ప్రజల కోసం రాజకీయాలు.. పదవుల కోసం కాదు: చిలువేరు సమ్మయ్య గౌడ్ ఈ సందర్భంగా మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు చిలువేరు సమ్మయ్య గౌడ్ మాట్లాడుతూ “గాంధీజీ దృష్టిలో రాజకీయాలు అంటే పదవులు, అధికారం కావు; అది ప్రజా సేవకు ఒక పరమ పవిత్రమైన సాధనం. సమాజంలో చివరి వరుసలో ఉన్న పేదవాడి కన్నీరు తుడవడమే నిజమైన ప్రజాసేవ అని గాంధీజీ తన జీవితాంతం ఆచరించి చూపారు. సత్యం, అహింస, సేవ అనే మూడు మూలస్థంభాలను ప్రతి ఒక్కరూ తమ జీవితంలో భాగం చేసుకోవాలి. గాంధీజీ ఆశయాలను కేవలం జయంతి రోజున స్మరించుకోవడంతో సరిపెట్టుకుండా, మన నిత్య జీవితంలో ఆచరణలో పెట్టడమే ఆయనకు మనం ఇచ్చే అనలైన నివాళి, గౌరవం” అని పిలుపునిచ్చారు. గ్రామ స్వరాజ్యమే గాంధీజీ స్వప్నం: మార్కెట్ చైర్మన్ గంట సంజీవరెడ్డి ముఖ్యఅతిథి, మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గంట సంజీవరెడ్డి మాట్లాడుతూ “భారతదేశ అత్య గ్రామాలేనని గాంధీజీ బలంగా విశ్వసించారు. ప్రతి గ్రామం స్వయం సమృద్ధి సాధించి అర్థికంగా, సామాజికంగా ఎదగాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. స్థానిక సమస్యలను స్థానిక ప్రజలే పరిష్కరించుకునేలా గ్రామ



పంచాయతీలకు పూర్తి అధికారాలు ఉండాలన్నదే గాంధీజీ కల. సమాజంలో అత్యంత వెనుకబడిన చివరి వ్యక్తికి సైతం నిర్ణయాధికారంలో భాగస్వామ్యం లభించినప్పటి ప్రజాస్వామ్యానికి నిజమైన అర్థం, సార్థకత చేకూరుతాయి” అని స్పష్టం చేశారు.గాంధీజీ కేవలం ఒక వ్యక్తి మాత్రమే కాదని.. ఆయనొక మహాత్మ అలోచన, సిద్ధాంతం, నిత్య న్యూస్ అని ఈ సందర్భంగా పలువురు వక్రలు కొనియాడారు. ఆయన చూపిన సత్యం, అహింస, స్వస్థత, సేవ, గ్రామ స్వరాజ్య మార్గాలు నేటి ఆధునిక సమాజానికి కూడా అత్యంత అవశ్యకమని పేర్కొన్నారు. పదవులు కోరని పాపసమూర్తిగా, కోట్లాది ప్రజల హృదయాలను గెలుచుకున్న మహనీయుడిగా గాంధీజీ చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయారని చెప్పారు. గాంధీజీని కేవలం విగ్రహాల్లో చూడటం కాకుండా, ఆయన ఆశయాలను మన ఆచరణలో చూపించడమే 157వ జయంతి సందర్భంగా ఆయనకు అర్పించే నిజమైన నివాళి అని కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న నాయకులు, కార్యకర్తలు ఏకగ్రీవంగా స్పష్టం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో గుర్రలోత్ దసనాయక్, వైస్ చైర్మన్ అంబటి మహేందర్ రెడ్డి, ఆర్ఎస్ మెంబర్ రావుల మురళీ,కొన్నిలర్లు తరాల వీరేష్,కిషోర్ నాయక్, భధ్రానాయక్,రాంబాబు,రదం వెంకన్న,రదం శ్రీనివాస్,బావోత్ లక్ష్మి బాలు,కొత్త ప్రభాకర్,ఆయూజ్ ఖాన్,దామరకొండ ప్రవీణ్,సామల నర్సయ్య,ముదిగిరి సాంబయ్య,వోలం రమేష్,వోలం రాజు,వోలం మురళీ,మార్కెట్ డైరెక్టర్ యాదగిరి,మాజీ ఎంపీటీసీ బాలు నాయక్,మాజీ ఎంపీటీసీ శ్రీనివాస్ గౌడ్,ఎంపీ రఘు,పోకల శ్రీనివాస్,సుధాకర్, శ్రీహరి,రాజేష్, రాపోలు శ్రీనివాస్,పార్వతి, ప్రభుధాని,ధనలక్ష్మి,పాస్టర్ వీరన్న, లక్ష్మన్ నాయక్,మిట్టగడ్డుపుల యాకుబ్,నాగేంద్ర చారి, వెంకన్న గౌడ్,రెయూజ్, ముజ్జు, రమీర్ ఇంకా మండలంలోని వివిధ గ్రామాల పార్టీ అధ్యక్షులు, ప్రజాప్రతినిధులు, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు,పార్టీ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు,పార్టీ అభిమానులు,యూత్ కాంగ్రెస్ నాయకులు, ఎస్ ఎస్ యు ఐ నాయకులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

జైలు నుంచి బయటకొచ్చాక గాంధీజీని ఆదర్శంగా తీసుకోండి



నల్గొండ జిల్లా అక్టోబర్ 2 నేటి వెలుగు ప్రతినిధి

జైలు జీవితం నుండి బయటికి వచ్చిన తర్వాత గాంధీజీని ఆదర్శంగా తీసుకొని జీవించాలని జిల్లా కలెక్టర్ బి. చంద్రశేఖర్ ఖైదీలకు పిలుపునిచ్చారు. మహాత్మా గాంధీ జయంతి సందర్భంగా శుక్రవారం నల్గొండ జిల్లా జైలులో నిర్వహించిన ఖైదీల సంక్షేమ దినోత్సవానికి ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఖైదీలు జైలు నుండి బయటకు వచ్చిన తర్వాత నవ సమాజ నిర్మాణం లో భాగస్వాములు కావాలని, ఇందుకు ఖైదీలలో మార్పు రావాల్సిన అవసరం ఉందని, ముందుగా ఆ మార్పు తనలోనే రావాలని, గతంలో పోలిస్తే సమాజంలో ప్రస్తుతం అనేక మార్పులు వచ్చాయని, ఒకప్పుడు చదువు అంతగా ఉండేది కాదని, ప్రస్తుతం అందరూ చదువుకోవాలని కోరుకుంటున్నారని, జైలులో చదువు రాని ఖైదీలు తప్పనిసరిగా చదువు నేర్చుకోవాలని, జిల్లా యంత్రాంగం తరఫున బోధకులను ఏర్పాటు చేస్తామని చెప్పారు. సమాజానికి తగ్గట్టుగా అందరూ నడవడికను మార్చుకోవాలని, చెడు అలవాట్లకు లోసు కాకుండా ఉండాలని చెప్పారు. “పాఠశాలలో ఎక్కువ మంది ఉండాలి, జైల్లో తక్కువ మంది ఉన్నప్పుడే” ఆ సమాజం బాగుపడుతుందని అన్నారు. ప్రభుత్వం ఖైదీలకు జైలులో అన్ని సౌకర్యాలను కల్పించడం జరుగుతున్నదని, వాటన్నిటినీ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, శిక్ష



అనుభవించి బయటికి వచ్చిన ఖైదీలు ఒక లక్ష్యంతో జీవించాలని, స్వయం ఉపాధి చూసుకోవాలని ,ప్రభుత్వం కూడా స్వయం ఉపాధి కల్పించేందుకు సహకరిస్తుందని తెలిపారు. జైల్లో మంచి అలవాట్లను నేర్చుకుని వచ్చి మనిషిగా బయటకు రావాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు . జిల్లా మొదటి అడిషనల్ సెషన్స్ జడ్జి కె. కవిత మాట్లాడుతూ జైల్లో ఖైదీలకు అనేక సౌకర్యాలు ఉన్నాయని, ఖైదీలు వాటిని సద్వినియోగం చేసుకుంటూ ఓపికగా ఉండి సంస్కారవంతులై జైలు నుండి బయటకు రావాలని పిలుపునిచ్చారు. జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ సెక్రటరీ ,సీనియర్ సివిల్ జడ్జి హిమబిందు మాట్లాడుతూ ఖైదీలు మానవతా విలువలు నేర్చుకోవాలని, వారిని వారి మార్పుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని, అలాగే అన్ని కాపాడుకోవాలని, చదువురాని వారు చదువుకోవాలని, జైల్లో ప్రభుత్వం కల్పిస్తున్న సౌకర్యాలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అన్నారు. అదనపు ఎస్ పి రమేష్ మాట్లాడుతూ చిన్న చిన్న తప్పుదాల వల్ల జైలు పాలైన వారు తప్పులు చేస్తే ఎలాంటి శిక్షలు ఉంటాయో చట్టాలను గురించి తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని, అలాగే సమాజాన్ని గురించి కూడా తెలుసుకోవాలని, జైలు జీవితం తర్వాత మంచి పౌరులుగా మెలగాలని చెప్పారు. జైలు సూపరింటెండెంట్ కే. ఆనందరావు, జిల్లా జైలు డాక్టర్ కిరణ్ మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ ,ఎడిజేలు వివిధ పోలీస్ గెలుపాం దిన ఖైదీలకు బహుమతులను పంపిణీ చేశారు.జైలర్ ఆచార్యులు,బాలకృష్ణ తదితరులు ఉన్నారు.

ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవాలంటే ఏం చేయాలో తెలుసా?

ఈ రోజుల్లో ఉద్యోగ రీత్యా లేదా ప్రేమ, దబ్బు లేదా ఫ్యామిలీ పరంగా ఏదయినా కారణం చేత చాలామంది టెన్షన్ లేదా ఒత్తిడికి గురవుతారు. దీని వలన మన మానసిక ఆరోగ్యం చెబ్బతింటుంది. ప్రతి చిన్న దానికి ఎక్కువగా ఆలోచించడం వలన కూడా టెన్షన్, ఒత్తిడి వంటివి పెరుగుతాయి. మనం ఇతరులతో ఎలా మాట్లాడాలి వారు మనకు ఎలా స్పందిస్తారో ముందుగా ఊహించుకొని మనం అనుకున్న అంచానాలు రీవ్ అవుకోవోయినా 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, సీరీయల్లు, షోస్ చూస్తున్నారా కాబట్టి దీని వలన మనం ఎక్కువ సమయం స్క్రీన్ మీద గడుపుతున్నార. దీని వలన మెంటల్ హెల్త్ ఇష్యూస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి మనం లో సినిమాలు, సీరీస్ లు చూసేటప్పుడు మధ్యమధ్యలో 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 తగ్గింపు కోవాలి. ఇంకా యోగా, ధ్యానం వంటివి చేస్తూ ఉండాలి. వీటి వలన రిలీఫ్ గా ఉంటుంది.

