



అనంత జనశక్తి

జనం కోసమే మా అక్షరం

12.08.2026
బుధవారం | రంగారెడ్డి
సంపుటి : 01 | సంచిక : 43
పేజీలు : 08 | వెల: రూ.5

AJS
అనంత జనశక్తి
జనం కోసమే మా అక్షరం

ఢిల్లీలో భద్రత కట్టుదిట్టం

- రెడ్ ఫోర్డ్ నుంచి మెట్రో స్టేషన్ల వరకు నిఘా
- 19 మంది ఉగ్రవాదుల పోస్టర్లు విడుదల

6లో..

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్ట్ 11, అనంతజనశక్తి న్యూస్ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల నేపథ్యంలో దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో భద్రతను మరింత కట్టుదిట్టం చేశారు. పాకిస్తాన్ కు చెందిన ఉగ్రవాద సంస్థలు, ఖలిస్తానీ మూకల నుంచి ముప్పు ఉండొచ్చన్న నిఘా పథకాల సమాచారంతో పోలీసులు విస్తృత భద్రతా చర్యలు చేపట్టారు. ఆకస్మిక నిరసనలు లేదా ఆందోళనలు వేడుకలకు అంతరాయం కలిగించే అవకాశం ఉందన్న అంచనాతోనూ భద్రతను పెంచారు. ఈ క్రమంలో ఇండియన్ ముజాహిదీన్, అల్ ఖైదా, ఖలిస్తానీ గ్రూపులతో సంబంధం ఉన్నట్లు పేర్కొంటున్న 19 మంది మోస్ట్ వాంటెడ్ ఉగ్రవాదుల ఫోటోలు, పోస్టర్లను ఢిల్లీలోని పలు ప్రాంతాల్లో పోలీసులు ఏర్పాటు చేశారు.



రఘునందన్ రావు సంచలన ఆరోపణలు

- 40 వేల ఇళ్లలో గోల్ మాల్?
- సబ్సిడీ నిధుల మళ్లంపుపై విమర్శలు
- తెలంగాణలో 200 కోట్ల సోలార్ సౌకాం?
- కేంద్ర మంత్రికి రఘునందన్ ఫిర్యాదు



హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 11, అనంతజనశక్తి న్యూస్ తెలంగాణలో రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీవ్రస్థాయిలో ఆరోపించారు. ఈ వ్యవహారంపై సమగ్ర విచారణ జరిపించాలని కోరుతూ ఆయన కేంద్ర పునరుత్పాదక ఇంధన వనరుల శాఖ మంత్రి ప్రహ్లాద్ జోషికి ఫిర్యాదు చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అంటేనే మోసం, ప్రజలను వంచించడమని మండిపడ్డ ఆయన, ఉచిత విద్యుత్ పేరిట కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇస్తున్న సబ్సిడీ నిధులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పక్కదోచి పట్టిస్తోందని ధ్వజమెత్తారు.

సబ్సిడీ సాము మళ్లంపు.. ఒక పథకంలో రూ.200 కోట్ల గోల్ మాల్

‘హర్ ఘర్ బిజిల్ ముక్త యోజన’ పథకం కింద రాష్ట్రంలో 200 యూనిట్ల వరకు ఉచిత విద్యుత్ వినియోగించుకునే 40 వేల ఇళ్లను గుర్తించి, వారి ఇళ్లపై సోలార్ ప్యానెల్ల అమర్చేందుకు ప్రభుత్వం బెండ్రు పిలిచిందని రఘునందన్ రావు వివరించారు.

ఈ బెండ్రులో ఒక ఇంటిపై 2 కిలోవాట్ల సోలార్ ప్యానెల్ అమర్చేందుకు ఒక కంపెనీకి రూ.1,36,000లకు కాంట్రాక్ట్ కట్టబెట్టారని, అయితే ఆ కంపెనీ సబ్ కాంట్రాక్టర్ను కేవలం రూ.86,000లకే మరొకరికి ఇప్పించి బయట పెట్టారు. దీనిపై ఒక్కో ఇంటిపై ఏకంగా రూ.50 వేలు మిగులుతోందని తెలిపారు.

2లో..

- నా ఓటు తొలగించి, ఆట మొదలుపెట్టారు
- సర్పై ప్రకాష్ రాజ్ వార్షింగ్
- ప్రకాష్ రాజ్ ఓటు తొలగింపు



2లో..

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్ట్ 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్

ప్రముఖ నటుడు ప్రకాష్ రాజ్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ప్రక్రియలో తన ఓటును తొలగించారని పేర్కొన్నారు. బెంగళూర్ నియోజకవర్గం ఓటర్ల జాబితా నుంచి తన పేరు తొలగించడంపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. తాను బెంగళూర్లోనే ఉన్నట్టి, పెరిగానని, ఇక్కడే చదువుకున్నానని అన్నారు. ఎంపీగా కూడా పోటీ చేశానని, తొలగించిన 65 లక్షల ఓటర్లలో తాను కూడా ఒకడినని అన్నారు.

పాతబస్ మెట్రోకు వేగం

ఎంజీబీఎస్ చాంద్రాయణగుట్ట మెట్రో పనులకు.. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గ్రీన్ సిగ్నల్



హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 11, అనంతజనశక్తి న్యూస్ హైదరాబాద్ మెట్రో విస్తరణలో కీలకమైన పాతబస్ కారిడార్ పనుల్లో కదలిక వచ్చింది. హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్-2లో భాగంగా ఎంజీబీఎస్ నుంచి చాంద్రాయణగుట్ట వరకు ప్రతిపాదించిన 7.5 కిలోమీటర్ల మెట్రో మార్గం పనులను వేగవంతం చేయాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి.. సంబంధిత అధికారులకు ఆదేశించారు. హైదరాబాద్ మెట్రో రైల్ లిమిటెడ్ ఉపాధ్యక్షులతో మంగళవారం నిర్వహించిన సమీక్షలో పాతబస్ మెట్రోతో పాటు ప్రయాణికుల రద్దీకి అనుగుణంగా తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

ఎంజీబీఎస్ నుంచి చాంద్రాయణగుట్ట వరకు 7.5 కిలోమీటర్ల వేర నిర్మించనున్న మెట్రో కారిడార్ కు సంబంధించిన పనులను త్వరితగతిన ముందుకు తీసుకెళ్లాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధికారులకు సూచించారు. ఈ మార్గంలో పెండింగ్లో ఉన్న భూసేకరణ ప్రక్రియను వీలైనంత త్వరగా పూర్తి చేయడంతో పాటు మెట్రో నిర్మాణ పనులకు సంబంధించిన బెండర్ ప్రక్రియను త్వరగా ప్రారంభించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. రోడ్డు విస్తరణ, భూసేకరణ, బెండర్ల ప్రక్రియలను సమన్వయం చేసుకుంటూ పనుల్లో ఎలాంటి జాప్యం లేకుండా ముందుకు వెళ్లాలని అధికారులకు సీఎం దిశానిర్దేశం చేశారు. పాతబస్ ప్రాంతానికి మెట్రో సేవలు అం

దుబాటులోకి వస్తే అక్కడి ప్రజలకు ప్రజా రవాణా మరింత సులభతరం కావడంతో పాటు నగరంలోని ట్రాఫిక్ రద్దీని తగ్గించేందుకు కూడా ఉపయోగపడే అవకాశం ఉందని పేర్కొన్నారు. పాతబస్ కారిడార్ నిర్మాణంలో ప్రస్తుత సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని సమర్థంగా వినియోగించాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. ఇందుకోసం ఢిల్లీ మెట్రో రైల్ కార్పొరేషన్ అధికారులను సంప్రదించి అవసరమైన సాంకేతిక సలహాలు, సూచనల తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఆధునిక టెక్నాలజీని ఉపయోగించడంతో పాటు నిర్మాణం, నిర్వహణ, ప్రయాణికుల సౌకర్యాలకు అనుగుణంగా ప్రణాళికలు రూపొందించాలని సూచించారు.

2లో..

- 7.5 కిమీ పాతబస్ కారిడార్ పనులు వేగవంతం
- భూసేకరణ, బెండర్లను త్వరగా పూర్తి చేయాలి
- సమన్వయంగా మెట్రో పనులు చేపట్టాలని దిశానిర్దేశం
- పాతబస్ కి మెట్రోతో ప్రజా రవాణా సౌకర్యం
- మరింత మెరుగవుతుందని సీఎం వ్యాఖ్య
- ఢిల్లీ మెట్రో సాంకేతిక సలహాలు తీసుకోవాలి
- మెట్రో రద్దీ తగ్గించేందుకు అదనపు కోచ్ లు



మారుమూల గ్రామాలకు రహదారి సౌకర్యం

- ప్రధాన మంత్రి గ్రామ సడక్ యోజన కింద
- రూ.422.10 కోట్లతో మరో 158 ఆవాసాలకు
- డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్
- తొలిసారి రోడ్డు సౌకర్యం కల్పించనున్నారు

2లో..



హెచ్ఐవీ రహిత రాష్ట్రంగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యం

- మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ
- నేడు భారీ ర్యాలీ నిర్వహిస్తాం..

హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ హెచ్ఐవీ, ఎయిడ్స్ పై అవగాహన కల్పించేందుకు బుధవారం భారీ ర్యాలీని నిర్వహించనున్నట్లు మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ తెలిపారు. ఆగస్ట్ 12 నుంచి రెండు నెలల పాటు విస్తృత ప్రచార కార్యక్రమాలు చేపట్టనున్నట్లు చెప్పారు. హెచ్ఐవీ, ఎయిడ్స్, సిఫిలీస్ ని యంత్రణే లక్ష్యంగా అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. రేపు ఉదయం 7 గంటలకు హైదరాబాద్ లో భారీ ర్యాలీ చేపట్టనున్నట్లు చెప్పారు. ఐమాక్స్ పక్కన ఉన్న హెచ్ఐవీ డిఎంసీ గ్రౌండ్ నుంచి నెక్లెస్ రోడ్ రైల్వే స్టేషన్ వరకు ర్యాలీ కొనసాగుతుందని మంత్రి తెలిపారు. సుమారు 1500 మంది ర్యాలీలో పాల్గొనున్నట్లు వెల్లడించారు.

2లో..



తమిళం నేర్పలేనిది కైస్తవ మతం నేర్పింది

- విజయ్ మంత్రి వ్యాఖ్యల కలకలం
- మేరీ విల్సన్ వ్యాఖ్యలపై రాజకీయ దుమారం



2లో..



కాంగ్రెస్ నిజస్వరూపం బయటపడింది

- విద్యార్థుల జీవితాలతో ఆడుకున్నది
- బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పీవీఎస్ మాధవ్
- జార్ఖండ్ లో ఎస్ఎస్సీ పేపర్ లీక్
- ఎంతో మంది యువత జీవితం రోడ్డుపాలవుతోంది

2లో..

ఆక్సా రైతులకు మళ్ళీ తీపి కబురు

- రైతులపై విద్యుత్ భార భారాన్ని తగ్గించే లక్ష్యంతో..
- యూనిట్ విద్యుత్ ను కేవలం రూ. 1.50కే
- ఇంధన శాఖ అధికారికంగా జీవో

2లో..



అమెరికాలో ఏపీ టెక్నీ మృతి

- ఉద్యోగంలో చేరిన కొన్ని రోజులకే..
- కారు ప్రమాదంలో మరణించిన బిలిష్ కుమార్

2లో..



ఆస్తుల విషయంలో ప్రజలు ఆందోళన వద్దు

- అర్హులందరికీ న్యాయం చేస్తాం
- నిషేధిత భూములు, ఆస్తులపై
- మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆదేశాలు

హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 11, అనంతజనశక్తి న్యూస్ తెలంగాణలో 22వ రోజు నిషేధిత ఆస్తుల జాబితాలో ఉన్న భూములు, ఆస్తుల విషయంలో ప్రజలు ఎలాంటి ఆందోళన పడవద్దని అవసరం లేదని రాష్ట్ర రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి భరోసా ఇచ్చారు. చట్టబద్ధంగా అర్హత ఉన్న ప్రతి ఒక్కరికీ న్యాయం చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. గత ప్రభుత్వం నుంచి కొనసాగుతున్న సాంకేతిక, చట్టపరమైన సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటోందని తెలిపారు.

2లో..



ఈ జాబ్బిలు గేయాన్ని పాడనున్నారు. 2047 నాటికి "వికసిల్వ భారత్" లక్ష్య సాధనలో యువత భాగస్వామ్యమే ప్రధాన ధీమేగా ఈ ఏడాది వేడుకలను నిర్వహించనున్నారు.

ఇటీవలే వందేమాతరన్నా అవమానించడాన్ని నేరంగా పరిగణిస్తూ పార్లమెంటు ఒక బిల్లును ఆమోదించింది. అలాగే ప్రభుత్వ ఆధికారాన్ని పాల్గొందల ప్రాంగంలో ప్రాధాన్యతగా వందేమాతరం కావాలని కేంద్రం ఆదేశించడమే కాకుండా పలు రాష్ట్రాలు పాతకలలో దీనిని సర్వత్రా వేయించే వేయాయి. అయితే అంతలోనే కొన్ని సందర్భాల తరువాత పలు పోరాటకావ్య విరుద్ధంగా ఉన్నాయని పోరాటకావ్య ముస్లిం సంస్థలు హాగ్రిగితాన్ని ఆలంబించడంపై ఆభ్యంతరం వ్యక్తం చేశాయి.

‘వికనీస్ భారత్ 2047’.. యువతకి కేవల కాతే!

2047 నాటి భారత్ అయిన అభివృద్ధి చెందిన దేశంగా తీర్చిదిద్దడంలో యువత అభివృద్ధి సహకారాన్ని గౌరవిస్తూ ఉదాహరణ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి లక్షకే ధీమనీ ఖరారు చేశారు. జీవితం ప్రభుత్వ ప్రత్యేకతలపై జలంతర ముఖతర చేశారు. సువర్ణ వాణిజ్య ధారీ నిరసనల నేపథ్యంలో ఉద్ధిమ ఎందుకున్నారా అని ఉద్ధిగిగిత ప్రభుత్వ రక్షణ కార్యకర్తల సువర్ణ ఉద్యమం. జలంతర ముఖతర అందరినీ కలవే ఉండే యువత పాత్రను వేడుకల్లో ప్రముఖంగా చాటాలనే ప్రణాళిక నిర్వహించిన యువన తెలివారు. 2047 నాటి వికనీస్ భారత్ లక్ష్యం వారితో యువత భాగ్యవంతుల, వారి పూర్వకం వారితో లక్షమనీ. అందుకే ఉద్ధిమన రూపొందించామని వెల్లడించారు. భద్రతా ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసి, ప్రధాని మోడీ నాయకత్వంలో 80వ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించేందుకు ఆదికాలం నరసింహ వేద్యున్నారు.

వందేమాతరం పాటలో కొన్ని చరణాలపై ముస్లిం సంస్థలు ఆభ్యంతరం సమర్పించే అని మీరు భావిస్తూన్నారా? మీ అభిప్రాయాన్ని కామెంట్ బాక్స్లో పంచుకోండి.



నీట్ రద్దు చేయాలి: అసెంబ్లీలో

విజయ్ ప్రభుత్వం తీర్మానం



పార్లమెంట్ ఎదుట పోటాపోటీ నిరసనలు..



కేరళం.. పేరు మార్పు బిల్లుకు

లోక్సభ ఆమోదం

కేరళ రాష్ట్రం పేరును కేరళంగా (Keralam) మార్చేందుకు తీసుకొచ్చిన చట్ట సవరణ బిల్లుకు లోకసభ ఆమోదం తెలిపింది. దీంతోపాటు నేషనల్ కేఆఫర్ టోటివ్ డివలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ చట్టసవరణ బిల్లుకు కూడా సభ ఆమోదం లభించింది. దీల్లో నిరసనకారణాలపై పోలీసులు గాఢ గురించి పోలీసుమంత్రి అమిత్ షా పార్లమెంటుకు వచ్చి సమాధానం ఇవ్వాలని సభలో విపక్ష సభ్యులు నిరాధారాలు చేశారు. ఈ నిరాధారల మధ్యే ఈ రెండు బిల్లులను ఆమోదం పైవేసిపెట్టాగా... ఎటువంటి చర్చ లేకుండానే మూజుబిట్టే జీటుబిట్టే అవి ఆమోదం పొందాయి. అనంతరం సభ మధ్యాహ్నానికి వాయిదా వడింది.

రణరంగమైన రాంచీ

A large crowd of people, many wearing Indian military uniforms, gathered outdoors for a protest or rally. Several Indian national flags are visible in the crowd.

గొంతు నాక్కెందుకు ప్రదుత్తిస్తున్నా ప్రభుత్వం తో ప్రస్తుత చర్యలు జరపబోమని మమతో స్పష్టం చేశారు. రాబోయే అనంతరం ఆయన ఆరోగ్య పరిస్థితి క్షీణించడంతో ఆసుపత్రిలో చేర్పించారు. ఉద్ధిక్తతల కారణంగా ఆ సెంట్రీ మధ్యాహ్నమే వాయిదా పడింది. జేపీఎన్ఎస్ మాజీ చైర్మన్ శ్రీనివాసరావుగారి ఆరోగ్యం

**‘పర్సన్’ అంటే పిల్లలే కాదు:
మిస్సింగ్ కేసులపై సుప్రీం దిగ్భ్రాంతి**

సంబంధం లేకుండా అదృశ్యమైన వ్యక్తి విషయంలో తక్షణమే స్పందించాలని తేల్చిచెప్పింది. తాము గతంలో ఇచ్చిన ఆదేశాల్లో పేర్కొన్న 'పర్సన్' అనే

పంజాబ్‌లో రాజకీయ

దుమారంరేపుతోన్న 'జాంబీ డ్రగ్'..!



జాంబీద్గ్రేడ్...ఈ మహాసంజాబ్ (Punjab) రాజ్య క్రియాల్లో దుమారం చేస్తోంది. ఖాజాపా రాజ్యాధిపతి అనిపిస్తే, మోజీ క్రికెట్ బూర్జుని సింగ్ చేసిన పోస్టుపై ఆదికారు వాటి అడ్డొచ్చినందుచుకున్నాడు అని చెబుతున్నాడు.

మహాజబ్ యువతరు మహాకథనవాల్ వ్యవసాయదారి పడబంపై హుటొచ్చిన తీవ్ర ఆరోపణ వ్యవస్థచేసారు రాష్ట్ర యువతరు వ్యవసాయ చట్టముబద్ధమని, వారిని కాపాడాలని బిల్లు ఎక్స్ ప్రిజ్ చేశారు కోర్టు.

“మన మహాజబ్ పరికర కన్నో పడింది. ఇంతకాలం రాష్ట్రాన్ని పాలించిన ప్రభుత్వాలు వారిని నాకనం చేశాయి” అంటూ చరకుండా వంగిని సీనిలిర్ వ్యవస్థ ఇదరు వ్యవస్థ దృశ్యాలు షేర్ చేసారు. దీనిపై మహాజబ్ పోలీసులు వెంటనే స్పందిచారు.

ఆ దృశ్యాలను రాజాస్థానలోని శ్రీ గంగానగరలో చిత్రీకరించానని స్పష్టం చేశారు. వెనక పంజాబీ హాట వినిపిస్తే.. అది ఆ నదీదానం పంజాబీలోనిది అవుతుందా..? ఇలా తప్పదేవ పట్టింపే కంటెంట్ ను పేర్ చేసేముందు, దోచోలి అని ట్యాగ్ చేసేముందు సరసాను పోషకాలని సెన్సల్ బిడ్డగా ఖాతాదారుల్ని కోరుతున్నాం..” అని ఫ్యాక్ట్ చేశారు.

జైలర్స్, పశువులకు ఉష్ణనా చికిత్స చేసినప్పుడు వాడే ఒక పరివర్తన లి మత్తుమందు. మనుషులు ఉపయోగించడానికి లభింతు లిదు. జైలర్స్, ఫెలి తీసుకున్నాారు శారీరకంగా నియంత్రిత కోరిల్స్ తారు. ఎలా కలెక్ట్ చేసి స్థితి లి ఒక్కోసారి విడుదల కనిపిస్తుంటారు. ఈ జాంబి డ్రగ్స్ మిగుగులు లిదు పని చేయవు. మామూలు డ్రగ్స్ ఒకే దోస్ లిదు లిదున్నప్పుడు నాల్కోర్స్ ఇస్తుంటారు. కానీ జైలర్స్ లిదు పని చేయదు. కానీ ఫెలి తిల్ ప్రభావాన్ని మూత్రం కాన్ ఆగ్నిస్తుంది. నాతో స్వాస్ ఆది ప్రాణాలు పులుస్తారు. వైద్యులు చెప్పినా.

క్రీడా ప్రతిభతో పాటు విద్యలోనూ రాణించాలి

- కలెక్టర్ అంకిత్
- పాఠశాలల్లో నాణ్యమైన పాష్టికాహారం అందించాలి
- పల్లె దవాఖానల్లో మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించాలి

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం బ్యూరో, ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ :

విద్యార్థులు క్రీడా ప్రతిభతోపాటు విద్యలోనూ ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించేలా తీర్చిదిద్దాలని జిల్లా కలెక్టర్ అంకిత్ అన్నారు. పాఠశాలల్లో నాణ్యమైన పాష్టికాహారం, పల్లె దవాఖానల్లో మెరుగైన వైద్య సేవలు అందేలా అధికారులు నిరంతరం పర్యవేక్షించాలని ఆదేశించారు. మంగళవారం పాల్వంచ మండలం కిన్నెరసాని, యానం బైలు, రాజాపురం ప్రాంతాల్లోని పాఠశాలలు, పల్లె దవాఖాన, అంగన్వాడీ కేంద్రాలను కలెక్టర్ అకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు.

కిన్నెరసాని గిరిజన సంక్షేమ ఆదర్శ క్రీడా పాఠశాలలో తరగతి గదులు, వసతి గృహాలు, వంటశాల, గ్రంథాలయం, క్రీడా ప్రదేశాలు, పాఠశాల పరిసరాలను పరిశీలించారు. వసతి గృహాల్లో విద్యార్థులకు అందుతున్న పాకెట్లూ, తాగునీరు, మరుగుదొడ్డు, పారిశుధ్యం, భవనాల పరిస్థితి తదితర అంశాలను పరిశీలించి అధికారులను వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థులతో నేరుగా మాట్లాడి వసతి గృహంలో సమస్యలు ఉన్నాయా, సదుపాయాలు సక్రమంగా అందుతున్నాయో అని అరా తీశారు. తరగతి గదుల్లో విద్యార్థులతో మాట్లాడిన కలెక్టర్ వారి విద్యా ప్రగతిపై అరా తీశారు. పాఠశాలలకు, యూనిఫార్డులు, ఇతర విద్యా సామగ్రి అందాయా, తరగతులు సక్రమంగా జరుగుతున్నాయో, ఉపాధ్యాయులు బోధనపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపుతున్నారా అని తెలుసుకున్నారు. అనంతరం వంటశాలను పరిశీలించి విద్యార్థులకు వడ్డించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్న ఆహారాన్ని స్వయంగా పరిశీలించారు. ఆహారపదార్థాల నాణ్యత, తయారీ విధానం, వంటశాల పరిశుభ్రత, మేసూ



అమలు తదితర అంశాలను పరిశీలించారు. ప్రతిరోజూ మేసూ ప్రకారం నాణ్యమైన, రుచికరమైన, పాష్టికాహారం అందించాలని సిబ్బందికి సూచించారు. క్రీడా పాఠశాలలో విద్యార్థులకు అందుతున్న క్రీడా శిక్షణపై కూడా కలెక్టర్ అరా తీశారు. విద్యార్థులు ఏయే క్రీడల్లో శిక్షణ పొందుతున్నారో, వివిధ స్థాయి పోటీల్లో పాల్గొంటున్నారా, అవసరమైన క్రీడా సామగ్రి అందు పాటులో ఉందా అని వివరాలను తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థుల్లోని క్రీడా ప్రభుత్వ గుర్తించి మెరుగైన శిక్షణ అందించాలని సూచించారు. విద్య, క్రీడలకు సమాన ప్రాధాన్యతనిస్తూ విద్యార్థుల సమగ్ర అభివృద్ధికి ఉపాధ్యాయులు, క్రీడా శిక్షకులు ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని అన్నారు. అనంతరం యానం బైలు జిల్లా పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాలను కలెక్టర్ తనిఖీ చేశారు. మద్యాహ్న భోజనం చేస్తున్న విద్యార్థులతో మాట్లాడి భోజనం నాణ్యత, రుచి, మేసూ అమలుపై వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఆరోజు నిర్ణయించిన మేసూ ప్రకారం అహారం అందించకపోవడంపై కలెక్టర్ అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన మేసూ ప్రకారం ప్రతిరోజూ నాణ్యమైన, రుచికరమైన, పాష్టికాహారం తప్పనిసరిగా అందించాలని ఆదేశించారు. ఆహార

నాణ్యత విషయంలో ఎలాంటి రాజీ ఉండకూడదని, నిర్దక్షం చేసానే బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. పాఠశాల తరగతి గదులు, అవరణ, పరిసరాలను పరిశీలించిన కలెక్టర్ ప్రాంగణాన్ని పరిశుభ్రంగా, అభోదకరంగా ఉంచాలని సూచించారు. విద్యార్థుల ఆరోగ్యం, భద్రతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని, తాగునీరు, పారిశుధ్య, సదుపాయాలను ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించాలని ఆదేశించారు. యానం బైలు పల్లె దవాఖానను తనిఖీ చేసిన కలెక్టర్ ప్రజలకు అందుతున్న ప్రాథమిక వైద్య సేవలు, సిబ్బంది పనితీరు, రోగగుర్తు కల్గిస్తున్న సదుపాయాలను పరిశీలించారు. రక్త పరీక్షల సమూహాలు, ఔషధ నిల్వలు, మందుల పంపిణీ వివరాలను సిబ్బందిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. మందుల గదుల తేదీలను పరిశీలించి గదులకు ముగిసిన మందులు వినియోగంలోకి రాకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. అవసరమైన మందులు ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉండేలా ముందస్తు చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. రోగుల వివరాలు, వైద్య సేవలు, రక్త పరీక్షలు, మందుల నిల్వలు, పంపిణీ తదితర వివరాలను సంబంధిత రిజిస్టర్లలో ఎప్పటికప్పుడూ సక్రమంగా

నమోదు చేయాలని సిబ్బందికి సూచించారు. గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలకు నాణ్యమైన ప్రాథమిక వైద్య సేవలు సకాలంలో అందేలా బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వహించాలని అన్నారు. ఆరోగ్య పరిరక్షణ, వ్యాధుల నివారణపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. కిన్నెరసాని గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని రాజాపురం అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని కూడా కలెక్టర్ అకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. తనిఖీ సమయంలో చిన్నారులు నిద్రిస్తున్న నేపథ్యంలో వారికి అహారకర్మ కలగకుండా కేంద్రంలో అందుతున్న సదుపాయాలు, పాష్టికాహారం, విద్యా కార్యకలాపాల వివరాలను అంగన్వాడీ ఉపాధ్యాయురాలిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. చిన్నా రుల హాజరు, రోజువారీ ఆహార మేసూ, పాష్టికాహారం, గుడ్ల పంపిణీ తదితర అంశాలపై అరా తీశారు. చిన్నారలకు వడ్డించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్న ఆహారాన్ని కలెక్టర్ స్వయంగా పరిశీలించారు. ఆహార నాణ్యత, తయారీ విధానం, వంటశాల పరిశుభ్రతను పరిశీలించి చిన్నారలకు నాణ్యమైన, ఆరోగ్యకరమైన పాష్టికాహారం అందేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. గుడ్లు, ఇతర పాష్టికాహార పదార్థాల నిల్వలను పరిశీలించారు. అద్భుతైన ప్రతి చిన్నారికి ప్రభుత్వం అందిస్తున్న పాష్టికాహారం సక్రమంగా అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ అంకిత్ మాట్లాడుతూ పాఠశాలలు, క్రీడా పాఠశాలలు, అంగన్వాడీ కేంద్రాలు, పల్లె దవాఖానల్లో ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సేవలు క్షేత్రస్థాయిలో ప్రజలకు వూర్తిస్థాయిలో అందేలా అధికారులు నిరంతరం పర్యవేక్షించాలని అన్నారు. విద్యార్థులు, చిన్నారులు, గ్రామీణ ప్రజలకు అందించే భోజనం, పాష్టికాహారం, విద్య, వైద్యం, మందులు, వసతి తదితర అంశాల్లో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని స్పష్టం చేశారు. అధికారులు తమ పరిధిలోని సంస్థలను తరచూ సందర్శించి పరిస్థితులను స్వయంగా పరిశీలించాలని, రోపాలు గుర్తించిన వెంటనే పరిష్కార చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. ఈ ఆశీర్వాద తనిఖీలలో తహసీల్దార్లు ధారా ప్రసాద్, ప్రసాద్, సంబంధిత శాఖల అధికారులు, ఉపాధ్యాయులు, క్రీడా శిక్షకులు, అంగన్వాడీ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వాలీబాల్ నందు ప్రథమ స్థానంలో ఉన్నత పాఠశాల విద్యార్థులు



యాడికి, ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ :

అనంత స్పోర్ట్స్ ఛాంపియన్స్ అందర్ 14 క్రీడల తాడిపత్రి నియోజకవర్గ స్థాయిలో జరిగిన క్రీడల పోటీలలో యాడికి జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలకు చెందిన విద్యార్థులు ప్రథమ స్థానంలో నిలిచారని ప్రధానోపాధ్యాయుడు సీతారామాంజనేయులు మంగళవారం తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధానోపాధ్యాయుడు సీతారామాంజనేయులు, పీడీఎ చంద్రకళ, శివశంకర్ లు మాట్లాడుతూ బాలరు విభాగంలో వాలీబాల్ సందు ప్రథమ స్థానంలో విజయం సాధించారని, బాలికల విభాగంలో జరిగిన కబడ్డీ ఫైనల్ పోటీలో రన్నర్స్ గా ద్వితీయ స్థానం సాధించారని తెలిపారు. ఈ విజయం పట్ల ప్రధానోపాధ్యాయుడు సీతారామాంజనేయులు, ఉపాధ్యాయ సిబ్బంది వాళ్లం వ్యక్తం చేసి అభినందించారు.

ఇన్ సర్వీసు టీచర్లకు టెట్ నుంచి మినహాయింపు ఇచ్చేలా చూడండి



- ఎమ్మెల్సీ రామచంద్రా రెడ్డికి పి.ఆర్.టి.యూ నేతల వినతి అనంతపురం ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్

ఇన్ సర్వీస్ ఉపాధ్యాయులకు టెట్ నుంచి మినహాయింపు ఇవ్వేలా చట్ట సవరణ కోసం ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తీసుకురావాలని పి.ఆర్.టి.యూ రాష్ట్ర అసోసియేట్ అధ్యక్షుడు చంద్రశేఖర్ రెడ్డి, అనంతపురం జిల్లా అధ్యక్షుడు విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి విన్నవించారు. ఈ మేరకు ఎమ్మెల్సీ రామచంద్రారెడ్డిని మంగళ వాడం మర్యాదపూర్వకంగా కలసి వివరించడం అందజేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో విధులు నిర్వహిస్తున్న ఇన్ సర్వీస్ ఉపాధ్యాయులు టెట్ కు సంబంధించి ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను అందులో ప్రస్తావించారు. ఇప్పటికే అనేక సంవత్సరాలుగా విద్యారంగంలో సేవలందిస్తూ, విద్యార్థులకు బోధనా బాధ్యతలను సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తున్న ఇన్ సర్వీస్ ఉపాధ్యాయుల ప్రయోజనాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని, వారికి ప్రత్యేకంగా టెట్ పరీక్ష నుంచి వెనుదిరుగుతూ కల్పించాల్సిన అవసరం ఉందని పేర్కొన్నారు. ఈ అంశాన్ని కేంద్ర విద్యాశాఖ మంత్రి దృష్టికి తీసుకువెళ్లి, సమస్య పరిష్కారానికి కృషి చేయాలని కోరారు.

డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలో ఓ.వ్యక్తికి 10,000/- జరిమానా

అమడగూరు ఆగస్టు 11 (అనంత జనశక్తి న్యూస్)

అమడగూరు మండలంలోని మహమ్మదాబాద్ గ్రామం, టి జంక్షన్

శ్రీ సత్యసాయి జిల్లా పోలీస్ పరిధిలో, జిల్లా ఎస్.ఐ. మరియు, డి.ఎస్.పి, ఆదేశాల మేరకు, నల్లమాడ సి.ఐ. ఆధ్వర్యంలో అమడగూరు ఎస్సై, గోపాలకృష్ణ మరియు సిబ్బంది 1008 2026 తనకి నిర్వహిస్తుండగా, సాయంకాలం, మహమ్మదాబాద్ టి జంక్షన్ వద్ద డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలు నిర్వహించారు. తనిఖీలలో టిఎస్, 18 బాక్స్, 8840 సంబర్ గల మహేంద్ర, బుల్డో, ఎక్స్, 40 టుమ్మలు ట్రక్కు, డ్రైవర్ హేసర్ ఇబినిజాల్ అల్లెగొండర్ జయరాజ్ (34) మద్యం సేవించి వాహనం సదుప్రతిపత్తు గుర్తించి, పెట్టి, చి.సీ.నో. 48/2026 U/శ 185 ఎం, వి. ఎ.సి.టి.సమాధు చేశారు. నిందితుడిని గౌరవ న్యాయస్థానంలో హాజరుపరచగా, రూ. 10,000/ జరిమానా విధించారు. మద్యం సేవించి వాహనాలు సడిపి వారిపై చట్టప్రకారం కఠిన చర్యలు తీసుకోవడమే.



ఎన్ ఎం ఎం ఎస్ కు ఉన్నత పాఠశాల విద్యార్థులు ఎంపిక



యాడికి, ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ గత సంవత్సరం డిసెంబర్ లో జరిగిన నేషనల్ మీన్స్ మెరైట్ స్కాలర్షిప్ పోటీ పరీక్షల్లో మండల

అర్హు లైన చేనేత కార్మికులకు న్యాయం జరగాలి



యాడికి, ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేసిన నేతన్న సేవలో పథకంలో అర్హులైన చేనేత కార్మికులకు న్యాయం జరగాలని చేనేత జాగ్ శాఖ ఎడి.ఎడి.ఓ. శ్రీనివాసులు కు చేనేత కార్మికులు, తెదేపా నాయకులు తెలిపారు. ఎమ్మెల్యే జెని అస్మిత్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు మండల కేంద్రంలో ఉన్న ఎంపిడిఓ కార్యాలయంలో మంగళవారం సమావేశం ను నిర్వహించారు. రూ. 25వేల చాలా మంది నేతస్థల ఖాతాలో జమ అయ్యాయని, అయితే కొద్దిమంది నిజమైన చేనేత కా

ర్మికుల ఖాతాల్లో నేతన్న సేవ డబ్బులు జమ కాలేదని తెలిపారు. ఈ విషయం దృష్టిలో ఉంచుకొని మన ఎమ్మెల్యే జెని అస్మిత్ రెడ్డి జాగ్ శాఖ ఎడి. శ్రీనివాసులను యాడికి వెళ్లి అర్హులైన లబ్ధిదారులందరికీ డబ్బులు అందేట్లు చూడాలని ఆదేశించారు. నిజమైన లబ్ధిదారులందరికీ నేతన్న సేవ డబ్బు పంపిట్లు చూస్తామని తెలిపారు. అనంతరం సచివాలయ వెళ్లి అధికారులు, సిబ్బందితో ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహించి, త్వరితగతిన నిజమైన లబ్ధిదారులను ఎంపిక చేసి డబ్బులు అందేట్లు చూడాలని ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి సీనియర్ నాయకులు గొర్రి రుద్రమ నాయుడు, రూపునేని రాజశేఖర్, కృష్ణర్ ఇంకా చూయకుంట్ల నారాయణస్వామి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కూటమి ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలను వెంటనే నెరవేర్చాలి

- ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు పెండింగ్లో ఉన్న డి.ఓ, సరెండర్ లీవులు ఇవ్వాలి.
- రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షులు వి.బి.భాస్కర్ రెడ్డి, ధర్మవరం ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్:

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సంఘం శ్రీ సత్యసాయి జిల్లా ధర్మవరం తాలూకా కార్యవర్గ సమావేశమునకు ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన జిల్లా ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షులు వి.బి.భాస్కర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ... ఎన్నికలకు ముందు ఎన్నిమి కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే ఇంటిరియర్ లిఫ్ట్ ఫండ్ అసామని, అలాగే మీ పిఆర్డీ మీరు ఊహించినంత ఇసామని, మీకు పెండింగ్ లో ఉన్న డి ఎ మరియు సరెండర్ లీవులు ఇస్తామని చెప్పిన రాష్ట్ర ముఖ్యమం



త్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఎన్నిమి కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడి రెండు సంవత్సరములు దాటిిన కూడా తమ ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చలేదని కాసి

ఇప్పటికైనా తాను ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చసారిన ఆశతో ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు ఎంతో ఆశతో ఎదురుచూస్తున్నారు అని, కాసి ప్రభుత్వంలో మాత్రం ఎటువంటి

చలనం కూడా లేదని, కాపున ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు ఇచ్చిన హామీలపై తక్షణమే స్పందించి మాకు రా వాలిని పిఆర్డీ డివిలు సరెండర్ లీవులు వెంటనే విడుదల చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నామని, అట్లు ఇవ్వని ఎడల ఉద్యోగస్థులందరూ చాలా భారీ ఎత్తున అందోళనకు దిగుతారని ప్రభుత్వానికి ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సంఘం తరపున హెచ్చరిస్తున్నామని, తొందరలోనే మా సంఘం పక్షాన కార్యాచరణ కూడా ప్రకటిస్తామని ప్రభుత్వానికి తెలియజేస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ సమావేశమునకు ధర్మవరం తాలూకా అధ్యక్షులు బి. సాయి ప్రకాష్, ధర్మవరం తాలూకా కార్యకర్త ఎస్. ఓ.బులేసు, మరియు కార్యవర్గ సభ్యులు మహిళా విభాగం జిల్లా అధ్యక్షులు శ్రీమతి శ్యామలమ్మ, మహిళా విభాగం ధర్మవరం తాలూకా అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి రమణమ్మ, మహిళా సంఘం నాయకురాళ్లు మరియు అన్ని శాఖల ఉద్యోగస్థులు కూడా పాల్గొనడం జరిగిందని తెలిపారు.

ప్రజలకు మంచి సేవలు అందిస్తున్న ప్రభుత్వాన్ని ఆదరించండి

- రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో కూటమి జెండా రెపరపలాదాలి
- క్షేత్రస్థాయిలో సమష్టిగా పనిచేసి కూటమి అభ్యర్థుల విజయానికి కృషి చేయాలి
- కొత్తచెరువు మండలంలో నిర్వహించిన ఇంటింటికి తెలుగుదేశం ప్రచార కార్యక్రమంలో
- టిట్లపల్లి ఎమ్మెల్యే శ్రీమతి పల్లె సింధూర రెడ్డి

కొత్తచెరువు: ఆగస్టు 11: అనంత జనశక్తి న్యూస్

ప్రజలకు మెరుగైన పాలన, సంక్షేమం, అభివృద్ధి అందిస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వానికి ప్రజలు అండగా నిలవాలని పట్టపర్తి ఎమ్మెల్యే శ్రీమతి పల్లె సింధూర రెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. మంగళవాంం కొత్తచెరువు మండలంలో నిర్వహించిన ఇంటింటికి తెలుగుదేశం కార్యక్రమంలో పాల్గొని ప్రజలతో సమన్వయ అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే శ్రీమతి పల్లె సింధూర రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి, సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేస్తున్నామన్నారు. ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను ఒక్కొక్కటిగా అమలు చేస్తూ, ప్రతి కుటుంబానికి ప్రభుత్వం అండగా నిలుస్తోందని తెలిపారు. గత వైసీపీ పాలనలో రాష్ట్ర అభివృద్ధి పూర్తిగా కుంటుపడిందని, ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను విస్మరించి రాష్ట్రాన్ని

అప్పుల ఊబిలోకి నెట్టారని విమర్శించారు. రాష్ట్ర అభివృద్ధిని సర్వనాశనం చేసిన వైసీపీకి రాష్ట్రంలో ప్రజలు చరమగీతం పాడాలని ప్రకటించారు. రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో కూటమి జెండా ప్రతి గ్రామంలో రెండు రెండాడేలా టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు. క్షేత్రస్థాయిలో ప్రతి ఇంటికి వెళ్లి కూటమి ప్రభుత్వం చేపడుతున్న అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ప్రజలకు వివరించాలని కోరారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో కూటమి అభ్యర్థుల విజయమే లక్ష్యంగా ప్రతి కార్యకర్త సైనికుడిలా పనిచేయాలని ఎమ్మెల్యే పిలుపునిచ్చారు. గ్రామాల్లో ప్రజల సమన్వయం తెలుసుకుని వాటి పరిష్కారానికి నిరంతరం కృషి చేయాలని సూచించారు. ఇంటింటికి తెలుగుదేశం కార్యక్రమంలో భాగంగా ఎమ్మెల్యే ప్రజలను నేరుగా కలిసి ప్రభుత్వం అమలు చే

స్తున్న సంక్షేమ పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలపై వివరించారు. ప్రజల సమన్వయం అడిగి తెలుసుకుని వాటి పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల ఎంపీ టీ. నటరాజ్, ఇతర ప్రభుత్వ అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు టీడీపీ మండల కన్వీనర్ వడ్డెర్ల రేణుకావతి, డైరెక్టర్ టీనివాసులు, మండల టీడీపీ కన్వీనర్ రామకృష్ణ, టీడీపీ సీనియర్ నాయకులు సాలక్క గారి శ్రీనివాసులు కురణ కార్తీకేష్ రెడ్డి శ్రీనివాసులు, సహకార సొసైటీ అధ్యక్షులు హరిప్రసాద్ నాగేంద్ర ప్రసాద్, నాయకులు, కాంగ్రెస్ లక్ష్య నారాయణ, వెంకటేష్, శంకర్, మాధవ్, ముద్దుపాటి రవి, కిరణ్, సూర్య ప్రకాష్, పీవీ రమేష్, నాయుడు, కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



జూనియర్ లెక్కరర్లకు శిక్షణ తరగతులు

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం బ్యూరో, ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ :

గౌరవ కమిషనర్, ఇంటర్మీడియట్ విద్యాశాఖ, తెలంగాణ వారి ఆదేశాల మేరకు మంగళవారం కొత్తగూడెంలోని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో గణితం, రసాయన శాస్త్రం, వృక్షశాస్త్రం, ఆర్థిక శాస్త్రం సబ్జెక్టులకు సంబంధించిన జూనియర్ లెక్కరర్లకు స్పాకెల్లి డెవలప్‌మెంట్ కార్యక్రమంలో భాగంగా శిక్షణ తరగతులు నిర్వహించారు. ఈ శిక్షణ కార్యక్రమంలో 8 మంది జిల్లా రిసోర్స్ పర్సన్స్, 56 మంది జూనియర్ లెక్కరర్లు పాల్గొన్నారు. శిక్షణ తరగతులను జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారులు, కళాశాలల అధ్యాపకులు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అజ్ఞర్ గోపాల్, రీజినల్ జాయింట్ డైరెక్టర్ ఆఫ్ ఇంటర్మీడియట్ ఎడ్యుకేషన్ వరంగల్, హరి వెంకటేశ్వర్లు రావు, జిల్లా ఇంటర్మీడియట్ విద్యా అధికారి భద్రాద్రి కొత్తగూడెం, కె. రమేష్, జిల్లా కోఆర్డినేటర్, ట్రైనింగ్, ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలల అధ్యాపకులు, జూనియర్ లెక్కరర్లు పాల్గొన్నారు.

పాడైపోయిన స్ట్రాప్ మిషనరీ అమ్మకానికి

- ఆసక్తిగల వారు ఈ నెల 14న విస్తా కాంప్లెక్స్‌కు హాజరుకావాలి

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం బ్యూరో, ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ :

ఐటీడీఎ భద్రాచలం ఆడినంలోని విస్తా కాంప్లెక్స్‌లో పాడైపోయిన స్ట్రాప్ మిషనరీ అమ్మకానికి ఉన్నట్లు ఐటీడీఎ ప్రాజెక్టు అధికారి బి. రాహుల్ మంగళవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామివారి ఆలయ అభివృద్ధి సమితి భాగంగా పరిమర మెట్ల వద్ద ఉన్న విస్తా కాంప్లెక్స్‌లో ఐటీడీఎ పాడైపోయిన స్ట్రాప్ మిషనరీ, షాప్ నంబర్ 9లో రంగరాక్షకు సంబంధించిన సుమారు 2.50 టన్నుల పాడైపోయిన స్ట్రాప్ మిషనరీ, షాప్ నంబర్ 30లో సుమారు 1.50 టన్నుల పాడైపోయిన స్ట్రాప్ మిషనరీ ఉందన్నారు. మొత్తం సుమారు 4 టన్నుల స్ట్రాప్ అమ్మకానికి సిద్ధంగా ఉందని పేర్కొన్నారు. ఆసక్తి ఉన్నవారు ఈ నెల 14న సాయంత్రం 4 గంటలకు విస్తా కాంప్లెక్స్‌లో హాజరై స్ట్రాప్స్‌ను కొనుగోలు చేయాలని ఐటీడీఎ ప్రాజెక్టు అధికారి బి. రాహుల్ కోరారు.

ధిల్లలో భద్రత కట్టుదిట్టం

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

అనుమానాస్పద వ్యక్తుల కదలికలను గుర్తించేందుకు ప్రజల సహకారం కూడా తీసుకునేలా ఈ చర్యలు చేపట్టినట్లు అధికారులు తెలిపారు. **1,000కు పైగా AI రెమోడల్స్ నిఘా** స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు జరిగే రెడ్ ఫోర్స్ టో పాటు కీలక ప్రాంతాల్లో 1,000కు పైగా AI ఆధారిత వీడియో అనలిటిక్స్ కలిగిన CCTV కెమెరాలను ఏర్పాటు చేశారు. వీటి ద్వారా రియల్ టైమ్‌లో జనసమూహాల కదలికలు, అనుమానాస్పద కార్యకలాపాలను పర్యవేక్షించే అవకాశం ఉంటుంది. అనుమానాస్పద కదలికలు గుర్తించిన వెంటనే భద్రతా బలగాలు స్పందించేలా నిఘా వ్యవస్థను సిద్ధం చేశారు. **రెడ్ ఫోర్స్ వద్ద బహుళ అంచెల భద్రత** రెడ్ ఫోర్స్ పరిసరాల్లోకి వచ్చే అన్ని ప్రవేశ మార్గాల్లో మల్టీటేయర్ సెక్యూరిటీని అమలు చేస్తున్నారు. యాంటిసాబోటేజ్ తనిఖీలతో పాటు క్విక్ రియాక్స్ టీమ్స్ (QRTs)ను మోహరించనున్నారు. హ్యా హాత్యక ప్రాంతాల్లో స్పెషల్ ఫస్ నాల ఫైతవ్వలపై భద్రతా సిబ్బందిని కూడా ఏర్పాటు చేయనున్నారు. అదనంగా SWAT కమాండోలు, బాంబ్ డిస్ నాజల్ స్పాస్ థ్ట్, డాగ్ స్పాస్ థ్ట్లను భద్రతా విధుల్లో భాగం చేశారు. రెడ్ ఫోర్స్ లోకు వచ్చే సందర్భకులు, అహ్ నీతులను పలు దశల్లో తనిఖీ చేసేన తర్వాతే లోపలికి అనుమతిచనున్నారు. **వాహన తనిఖీలు.. నగరమంతా నిఘా** భద్రతా ప్రాంతాల్లో వాహన తనిఖీలను మరింత ముమ్మరం చేశారు. కీలక ప్రాంతాల్లో పోలీసులు విస్తృతంగా పెట్రోలింగ్ నిర్వహించడంతో పాటు లాఠీఛఙ్ఙ నిఘా కొనసాగించనున్నారు. ప్రభుత్వ భవనాలు, కీలక సంస్థలు, మార్కెట్లు, రైల్వే స్టేషన్లు, మెట్రో స్టేషన్లు, రవాణా కేంద్రాలు, ఇతర సున్నిత ప్రాంతాల్లోనూ భద్రతను పెంచారు. హోటళ్లు, గెస్ట్ హౌస్ లు, రద్దీగా ఉండే బహిరంగ ప్రదేశాలపై కూడా ప్రత్యేక నిఘా పెట్టారు. అనుమానాస్పద వ్యక్తులు లేదా కదలికలను గుర్తించేందుకు పోలీసులు, కేంద్ర భద్రతా సంస్థలు, నిఘా విభాగాలు సమన్వయంతో పనిచేస్తున్నాయి.

ఆకస్మిక నిరసనలపైగా దృష్టి ఉగ్రవాద ముప్పుతో పాటు ఎలాంటి ముందస్తు సమాచారం లేకుండా జరిగే ఆకస్మిక నిరసనలు, అందోళనలు స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలకు అంతరాయం కలిగించకుండా పోలీసులు ముందస్తు చర్యలు చేపట్టారు. తాజా నిఘా సమాచారాన్ని ప్రస్తుత ముప్పు పరిస్థితులను అంచనా వేసిన తర్వాతే భద్రతా ప్రణాళికను రూపొందించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. కేంద్ర భద్రతా సంస్థలు, నిఘా విభాగాలతో నిరంతరం సమన్వయం చేసుకుంటూ అనుమానాస్పద కదలికలపై నిఘా కొనసాగించనున్నారు. ఎలాంటి భద్రతా సవాలు ఎదురైనా వెంటనే స్పందించేలా ఢిల్లీ పోలీస్ విస్తృత ఏర్పాట్లు చేసోంది. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు ప్రశాంతంగా, సురక్షితంగా జరిగేలా రాజధానిలో బహుళ అంచెల భద్రతా వ్యవస్థను అమలు చేస్తున్నారు. రెడ్ ఫోర్స్ నుంచి కీలక ప్రభుత్వ ప్రాంతాలు, రవాణా కేంద్రాల వరకు విస్తృత నిఘా కొనసాగుతోంది.



- వందేమాతరం నిినాదాలతో మార్చ్ గెిన పట్టణ వీధులు
 - ప్రతి ఇంటిపై జాతీయ జెండా ఎగరాలి:
 - బీజేపీ నేతలు
 - పార్టీలకతీతంగా దేశభక్తితో పాల్గొన్న ప్రజలు
 - జాతీయ సమైక్యతను చాటిచెప్పిన తిరంగా యాత్ర
- భద్రాద్రి కొత్తగూడెం బ్యూరో
- , ఆగస్టు 11, అనంత జనశక్తి న్యూస్ :

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని బీజేపీ అధ్యక్షులలో నిర్వహించిన 'హర్ ఘర్ తిరంగా' భారీ ర్యాలీతో ఇంటిపై త్రివర్ణ పతాకం ఎగురవేయాలనే ఉద్దేశంతో దేశ

బీజేపీ ఆధ్వర్యంలో భారీ తిరంగా ర్యాలీ

మార్చోగాయి. భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా బీజేపీ అధ్యక్షుడు బైరెడ్డి ప్రభాకర్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ ర్యాలీలో విద్యార్థులు, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, పట్టణ ప్రముఖులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. మాజీ కిసాన్ మోర్చా రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కొండపల్లి శ్రీధర్ రెడ్డి జాతీయ జెండాను ఊపి ర్యాలీని ప్రారంభించారు. ప్రకాశం స్టేడియం మైదానం నుంచి ప్రారంభమైన తిరంగా యాత్ర బస్తాండ్ నెంటర్, అందర్ గోండ్, సింగర్ జి సూపర్ బజార్ నెంటర్, గణేష్ టెంపుల్ నెంటర్, ఓల్డ్ డిపో నెంటర్, గోధుమవాగు వంతెన మీదుగా లక్ష్మీదేవిపల్లి వరకు కొనసాగింది. ఈ సందర్భంగా కొండపల్లి శ్రీధర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ప్రతి ఇంటిపై త్రివర్ణ పతాకం ఎగురవేయాలనే ఉద్దేశంతో దేశ

వ్యాప్తంగా 'హర్ ఘర్ తిరంగా' కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. దేశభక్తిని పునరుద్ధరించడంతో పాటు 'వినయ భారత్', 'ఏక భారత్' శ్రేష్ట భారత్' సంగతాన్ని ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడమే కార్యక్రమం ఉద్దేశమన్నారు. రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాలు, మండలాలు, నియోజకవర్గ కేంద్రాల్లో బీజేపీ, బీజేపీఎం శ్రేణుల ఆధ్వర్యంలో తిరంగా ర్యాలీలు, బైక్ యాత్రలు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. జిల్లా బీజేపీ అధ్యక్షుడు బైరెడ్డి ప్రభాకర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ 'హర్ ఘర్ తిరంగా' కార్యక్రమం ఏ ఒక్క రాజకీయ పార్టీకి పరిమితమైనది కాదన్నారు. పార్టీలకతీతంగా ప్రజలందరూ ఇందులో భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. కుల, మత, ప్రాంతీయ భేదాలను వక్రసెట్టి భారతీయులంతా ఐక్యంగా పాల్గొనాలని జాతీయ

కార్యక్రమమని పేర్కొన్నారు. త్రివర్ణ పతాకం భారతదేశ ఆత్మగౌరవానికి, దేశం కోసం ప్రాణాలర్పించిన అమర వీరుల త్యాగాలకు ప్రతీక అని అన్నారు. తిరంగా యాత్ర అనుభవం నమోదు కావాలన్న కోరికతో దేశభక్తి భావాలను చాటివెప్పడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జాలోక్ వెంకన్న నాయక్, భగీ కృష్ణ, బిక్షపతి, 'హర్ ఘర్ తిరంగా' కన్వీనర్ గోపి, కోకమ్మిసర్ కిల హరిష్, నరేష్, జిల్లా కార్యదర్శులు పుజ్జా నాయక్, మురళి, దురితెల్లి కుమార్, వీర మధుసూదన్, భీమశ్రేష్ట, జిల్లా కోశాధికారి ముకుందరెడ్డి, జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు చెరుకు భాగ్యలక్ష్మి, భూక్ష్మ దివ్యలక్ష్మి, బీజేపీఎం జిల్లా అధ్యక్షుడు మోహనకృష్ణ, మహిళా మోర్చా అధ్యక్షురాలు సముద్రాల గాయత్రి, ఎస్పీ మోర్చా అధ్యక్షురాలు భూక్ష్మ



స్వామి, కిసాన్ మోర్చా అధ్యక్షుడు దుర్గా శ్రీనివాసరావు, ఓటీసీ మోర్చా అధ్యక్షుడు జటంగి కృష్ణ, ఎస్పీ మోర్చా అధ్యక్షుడు చావలమడుగ రావేష్ ఖాన్, మైసూర్ మోర్చా అధ్యక్షుడు రహీం, మీడియా కన్వీనర్ రామారావు,

దార్శిక్ సెల్ కన్వీనర్ కస్తూరి సుధాకర్, లేబర్ సెల్ కన్వీనర్ గోమలూపురం సత్యనారాయణ, వివిధ మండలాల అధ్యక్షులు, బీజేపీ కార్యకర్తలు, అభిమానులు, విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



కార్పొరేట్ జాబ్లో వచ్చే వర్క్ టెన్షన్స్ని ఎలా మేనేజ్ చేయాలి, హ్యాపీగా ఏ భయం లేకుండా ఎలా జాబ్ చేయాలి

మనం జాబ్ చేసినప్పుడు సవాలక్ష టెన్షన్స్ ఉంటాయి. వాటన్నింటినీ చాలా మంది అలానే తీసుకుంటూ జాబ్ని కంటిన్యూ చేస్తారు. దీనికి కారణం నెలనెలా వచ్చే జీతం. చాలా మంది జాబ్ చేసేవారిని డగ్గరికి వెళ్ళి మందలిస్తే వారిలోని ఆందోళన అంతా ఒక్కసారిగా నేను బాగున్నాను అనే మాటలోనే కనిపిస్తుంది. మనకి అప్పగించిన పని గురించి బాస్ వచ్చి ఎలా ఉన్నాడు అనగానే... బాగున్నాను అనే మాట చెప్పడం కంటే ముందుగా మనకి అప్పగించిన పనే గుర్తుకొస్తుంది. దీంతో ఏదో అద్దె నవ్వుని ముఖాన పులుముకుని నేను బాగానే ఉన్నాను, మీరు ఇచ్చిన పనిని పూర్తి చేస్తాను. అని చెబుతుంటారు.



వరల్డ్ మెంటల్ హెల్త్ డే
బజ్జీ బజ్జీ ప్రపంచంలో ఈ కార్పొరేట్ యుగంలో ఏ ఉద్యోగికి కూడా మానసిక ప్రశాంతత లేకుండా పోయింది. ప్రతీ ఒక్కరూ నేను బాగున్నాను అని చెబుతున్నారు. కానీ, ఇది మాట వరకే, దీనిని అంతమొందించాలి. దానికోసం ప్రతీ ఒక్కరూ కూడా కొన్ని విషయాల్ని ఫోటో అవ్వాలి. ఎందుకంటే ఇలా చెబుతూనే ఉంటారు. కానీ, వారి మనసులోని బాధ అలానే పెరిగిపోయింది అది డిప్రెషన్లా మారే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి, జాగ్రత్తగా ఉండాలి. పని ఒత్తిడి పెరిగితే అదో రకమైన ఆందోళన ఉంటుంది. దీంతో రోజువారీ పనులు చేయడం కష్టంగా మారుతుంది. ఎనిమిది గంటల నిద్ర కరువైపోతుంది. మానసిక ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. శారీరకంగా అలసిపోతారు. వచ్చే సమస్యలు ఇలా నేను బాగున్నాను అంటూ పైకి చెప్పేవారు లోలోపలే కుమిలిపోతుండడాన్ని ఎవరు



గమనించరు. వారో నిరాశవాదిగా మారతారు. కుటుంబానికి, తల్లిదండ్రులకి, అందరికీ మానసికంగా దూరమైపోతారు. ఖర్చులు, ఒత్తిడి, నిరంతరాయంగా చేసే పనులు రిలేషన్స్ని కూడా దెబ్బతీస్తాయి. బాగున్నామనే మాట వెనుక ఏం దాచిపెడుతున్నాం హైబ్రైడ్ హ్యంగ్రివర్ : అంటే ఎంప్లాయిస్, హైబ్రైడ్ వర్క్ మోడల్కి మారేటప్పుడు

ఫేస్ చేసే ఛాలెంజెస్ అని అర్థం. దీని వల్ల సమస్యలోస్తాయని చెబుతుండడం ఇంప్రోవ్డ్ సిద్డ్రోమ్ : అంటే మీరు మీకున్న స్కిల్స్, సక్సెస్ని అనుమానించడం. ఇతరులు మిమ్మల్ని నమ్మనప్పటికీ మీకు టాలెంట్ లేదని వారిక్కడ అనుకుంటారని భయం. ఇది మానసిక సమస్య కానప్పటికీ, దీని వల్ల కాస్తా సమస్య వస్తుంది.



సైలెంట్ డుఃఖం : సమస్య ఉన్నప్పటికీ, ఇష్టమైన వారికోసం అలసిపోయినట్లుగా కనిపించకుండా ఉండడం బర్నౌట్ : ఎక్కువగా ఒత్తిడి వల్ల వచ్చే భావోద్వేగా, శారీరక, మానసిక అలసట. సరిగ్గా పనిచేయడం కోసం బాగున్నాను అనే మాటని నిజమైన అర్థం వచ్చేలా చేయాలి. దీనికోసం

ఎంప్లాయిస్ కొన్ని చేయాలి. వీకెండ్లో పూర్తిగా రీచార్జ్ అవ్వడానికి రీమ్ తీసుకోవడం. పనిభారాలని తగ్గించుకోండి. లక్ష్యాలను చేరుకోవడానికి మీరు కష్టపడుతున్నా చేరుకోవట్లేదంటే అవి బ్రైమ్ మేనేజ్మెంట్ ప్రాబ్లమ్ కాదు. అవాస్తవిక లక్ష్యాలు. మీరు మేనేజర్తో మాట్లాడండి. మీరు అలసిపోతే మీ మేనేజర్కి

తెలియజేయండి. దీంతో చాలా వరకూ మీ సమస్య నుండి బయటపడే అవకాశం ఉంటుంది. ముందుగా మీరు ఎలా ఫీల్ అవుతున్నారో తెలుసుకోవాలి. బాలేకపోవడాన్ని యాక్సెప్ట్ చేయాలి. మీరు మెంటల్ హెల్థిగా ఉన్నప్పుడే ఫిజికల్గా కూడా ప్రొడక్టివ్ వర్క్ చేస్తారు. ఈ విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి.

6 యోగా భంగిమలతో అధిక యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలకు చెక్



కీళ్ల నొప్పులు, గొట్కు దారితిసీ అధిక యూరిక్ యాసిడ్ ను తగ్గించుకోవడానికి యోగా గురువు హిమాలయన్ సిద్ధ అక్షర్ 6 ప్రభావవంతమైన ఆసనాలను సిఫార్సు చేశారు. ఈ ఆసనాలు జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తాయి, రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తాయి, తద్వారా మూత్రపిండాలు, కాలేయ పనితీరును ఉత్తేజపరుస్తాయి, శరీరం నుండి విషపదార్థాలు, యూరిక్ యాసిడ్ను సమర్థవంతంగా బయటకు పంపడానికి తోడ్పడతాయి. రోజువారీ సాధనతో గొట్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చు.

యూరిక్ యాసిడ్ ఎందుకు పెరుగుతుంది? యూరిక్ యాసిడ్ అనేది మన శరీరం పురీన్లను (కార్బన్, నైట్రోజన్తో కూడిన రసాయన సమ్మేళనాలు) విచ్ఛిన్నం చేసినప్పుడు ఏర్పడే ఒక వ్యర్థ పదార్థం. పురీన్లు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకున్నప్పుడు, ఈ యూరిక్ యాసిడ్ నిశ్శబ్దంగా పెరిగిపోతుంది. స్థాయిలు అధికమైనప్పుడు, అది హైపర్యూరిసిమియాగా దారితీస్తుంది. దీనివల్ల యూరిక్ యాసిడ్ క్రిస్టల్స్గా మారి, కీళ్లలో పేరుకుపోయి, తీవ్రమైన నొప్పి, వాపుతో కూడిన గొట్కు కారణమవుతుంది. ఈ పరిస్థితికి మందులు ఉన్నప్పటికీ, యోగా అనేది సహజమైన మార్గం. "అధిక యూరిక్ యాసిడ్ వల్ల కీళ్లలో అసౌకర్యం, నొప్పి, వాపు, బిగుతు ఏర్పడతాయి. ఈ అసమతుల్యతను నిర్వహించడానికి యోగా అనేది సహజమైన, ప్రభావవంతమైన మార్గం. క్రమం తప్పకుండా సాధన చేయడం వల్ల యోగా జీవక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది, రక్త ప్రసరణను పెంచుతుంది. శరీరం నుండి విషపదార్థాలను సమర్థవంతంగా బయటకు పంపడానికి సహాయపడుతుంది" అని యోగా మరియు ఆధ్యాత్మిక గురువు హిమాలయన్ సిద్ధ అక్షర్ వెల్లడించారు.



యోగా రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడం, శరీరంలోని విషాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడడం, జీవక్రియను పెంచడం ద్వారా యూరిక్ యాసిడ్ను మరింత సమర్థవంతంగా ప్రాసెస్ చేయడానికి శరీరానికి సహాయపడుతుంది. 1. అర్థ మత్స్యేంద్రాసనం ఈ ఆసనం ఉదర అవయవాలకు మసాజ్ చేయడం ద్వారా, కాలేయం, మూత్రపిండాలను ఉత్తేజపరచడం ద్వారా శరీరంలోని విషపదార్థాలను

బయటకు పంపుతుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది, వెన్నెముకను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. 2. భుజాంగాసనం "ఈ భంగిమ వెన్నెముకను బలపరుస్తుంది. అలాగే, ఉదరం వైపు రక్త ప్రవాహాన్ని పెంచుతుంది. ఇది డిటాక్సిఫికేషన్కు సహాయపడుతుంది. ఇది బిగుతును తగ్గిస్తుంది, శరీరానికి శక్తినిస్తుంది, మానసిక స్థితిని మెరుగుపరుస్తుంది" అని అక్షర్ వివరించారు.



ఈ శక్తివంతమైన ఆసనం జీర్ణక్రియకు సహాయపడుతుంది. వాయువును తగ్గిస్తుంది. యూరిక్ యాసిడ్ నిర్వహణకు కీలకమైన మూత్రపిండాలు, కాలేయ పనితీరుకు తోడ్పడుతుంది. ఇది దిగువ వీపు, కీళ్లను కూడా రిలీక్స్ చేస్తుంది. 4. త్రికోణాసనం ఈ నిలబడి చేసే ఆసనం వశ్యతను పెంచుతుంది. రక్త ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. వెన్నెముకను

బలపరుస్తుంది. ఇది ఉదర అవయవాలను ఉత్తేజపరుస్తుంది. విషపదార్థాలను సమర్థవంతంగా తొలగించడానికి శరీరానికి సహాయపడుతుంది. 5. ఉత్తానాసనం "ఈ ప్రశాంతతను ఇచ్చే భంగిమ మెదడుకు రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. వెన్నెముక, తొడ కండరాలను సాగదీస్తుంది. అలాగే, డిటాక్సిఫికేషన్కు మద్దతు ఇస్తుంది" అని అక్షర్

వివరిస్తున్నారు. ఇది ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది, విశ్రాంతిని ప్రోత్సహిస్తుంది. 6. శవాసనం విశ్రాంతిని ఇచ్చే ఆసనం అయిన శవాసనం, యోగా ప్రయోజనాలను శరీరం గ్రహించడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. ఇది ఒత్తిడి హార్మోన్లను తగ్గిస్తుంది. నిద్రను మెరుగుపరుస్తుంది. శరీరం సహజంగా కోలుకోవడానికి సహాయపడుతుంది.





కలల గాలిలో తేలియాడనీ నన్ను!

మలయాళ కథానాయకుడు నివీన్ పౌలీ, మమితా బైజు ప్రధాన పాత్రలో రూపొందిన చిత్రం 'బెత్తెహం కుడుంబ యూనిట్'. గిరీష్ ఏడీ దర్శకత్వం వహించారు. భావన స్టూడియోస్ సంస్థ నిర్మించింది. ఈ సినిమా ఈ నెల 21న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రచారంలో భాగంగా 'ఇల్లే ఇల్లా' అనే పాటను సామాజిక మాధ్యమాల వేదికగా విడుదల చేసింది చిత్రబృందం. "లేడు, లేడు, లేడు.. అది కళ్లలో లేదు, మాటల్లోనూ లేదు.. ఎక్కడా లేదు. నా కళ్లముందు పసుపు రంగులో ఏదో వికసించింది. ఒక చల్లని చిన్న అద్భుతం కలల గాలిలో నన్ను తేలియాడనీ.." అంటూ సాగుతున్న ఈ గీతం సినిప్రియుల్ని ఆకట్టుకుంటుంది. సుహైల్ కోయా సాహిత్యమందించిన ఈ గీతాన్ని కపిల్ కపిలన్ ఆలపించారు. రొమాంటిక్ డ్రామాగా తీర్చిదిద్దుతున్న ఈ సినిమాలో సంగీత్ ప్రతాప్, సురేశ్ కృష్ణ తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషించారు.

'కొత్తలోక' రికార్డులు బ్రేక్ చేసిన మోహన్‌లాల్ కుమార్తె సినిమా..

మలయాళ యాక్షన్ థ్రిల్లర్ 'తుడక్కం'తో ఇండస్ట్రీలోకి అడుగుపెట్టారు మోహన్ లాల్ కుమార్తె విస్వయ జూడ్ ఆంటోనీ జోసెఫ్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన ఈ చిత్రం రికార్డులు సృష్టిస్తోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అత్యధిక ఓపెనింగ్స్ సాధించిన మహిళా ప్రొడ్యూసున్న మలయాళ చిత్రంగా నిలిచింది. బాక్సాఫీస్ నివేదికల ప్రకారం.. 'తుడక్కం' మొదటి రోజు ప్రపంచవ్యాప్తంగా రూ. 6.8 కోట్లు వసూలు చేసింది. భారత్‌లో 1100ల థియేటర్‌లలో దీన్ని విడుదల చేశారు. ఓవర్‌నైట్‌లోనూ దీనికి మంచి స్పందన రావడంతో రికార్డు నెలకొల్పింది. మొదటి రోజు భారత్‌లో రూ. 2.55 కోట్లు సొంతం చేసుకుంది. దీంతో అంతకుముందు కల్యాణి ప్రియదర్శన్ నటించిన 'కొత్తలోక' సినిమా తొలిరోజు (రూ. 6.63 కోట్లు) ప్రపంచ వ్యాప్త వసూళ్లను 'తుడక్కం' అధిగమించింది.





విస్వయ మోహన్‌లాల్, ప్రముఖ నిర్మాత ఆంటోనీ పెరుంబావూర్ కుమారుడు ఆశిష్ జోస్ ఆంటోనీలకు ఇది తొలి చిత్రం. 'మీను' పాత్రలో విస్వయ ఎంతో సహజంగా నటించగా, ఆశిష్ సైకో పాత్రలో తన నటనతో భయపెట్టారు. సమాజంలో మహిళలు ఎదుర్కొనే వేధింపులు, లైంగిక దాడులు, మనుగడ కోసం ఒక యువతి చేసే పోరాటం నేపథ్యంలో సాగే ఈ క్రిమ్ థ్రిల్లర్‌లో మోహన్‌లాల్ అతిథి పాత్రలో కనిపించి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు.

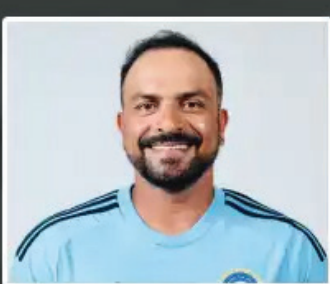
హాట్ టాపిక్‌గా మారిన 'టాక్సిక్' రన్‌టైమ్

ప్రస్తుతం సిని ప్రియులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న చిత్రాల్లో 'టాక్సిక్'. ఎ ఫెయిటీట్‌లో ఫర్ గ్రోన్‌అప్స్ ఒకటి. యశ్ ప్రధానపాత్రలో గీతూ మోహన్ దాస్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ సినిమా ఆగస్టు 26న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. తాజాగా ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ఓ ఆసక్తికర వార్త సోషల్ మీడియాలో చక్కర్లు కొడుతోంది. 'టాక్సిక్' రన్‌టైమ్ 3 గంటల 11 నిమిషాలంటూ ప్రచారం జరుగుతోంది. సినిమాలో అధికంగా రక్తపాతం, యాక్షన్ సన్నివేశాలు ఉన్నాయనే వార్తలు వస్తున్నాయి. గీతూమోహన్

దాస్ తన కథపై నమ్మకంతోనే ఈ నిడివితో సిన్సార్‌కు పంపారని సమాచారం ఇక, ఈ సినిమాను ఫైమ్ బిగ్ స్క్రీన్ ఫార్మాట్ అయిన ఐమాక్స్‌లో కూడా విడుదల చేయనున్నట్లు మేకర్స్ వెల్లడించారు. కన్నడ ఇండస్ట్రీ నుంచి ఐమాక్స్ ఫార్మాట్‌లో విడుదలవుతోన్న రెండో సినిమా ఇది కాగా.. రెండు ఐమాక్స్ చిత్రాలను (కేజీఎఫ్ 2, టాక్సిక్) తన ఖాతాలో వేసుకున్న ఏకైక కన్నడ స్టార్‌గా యశ్ రికార్డు సృష్టించారు. త్వరలోనే దేశవ్యాప్తంగా ఐమాక్స్ బుకింగ్స్ కూడా ప్రారంభం కానున్నాయి. కేపీఎస్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్‌పై భారీ స్థాయిలో విడుదల కానున్న ఈ సినిమాలో యశ్‌కు జోడీగా నయనతార, కియారా అడ్వానీ, రుక్మిణి వసంత్, హ్యూమా ఖురేషి, తారా సుతారియా నటించారు.



కోహ్లా ఆ విషయంలో రాజీపడడు.. నా బెస్ట్ మూమెంట్ అదే: మాజీ ఫీల్డింగ్ కోచ్



సోపర్న్ మ్యాన్

టీమ్‌ఇండియా స్టార్ బ్యాటర్ విరాట్ కోహ్లాపై భారత మాజీ ఫీల్డింగ్ కోచ్ టి.దిలీప్ ప్రశంసలు కురిపించాడు. అతడు ఫీల్డింగ్‌లో చూపించే ఎనర్జీ అద్భుతమని.. ప్రాక్టీస్‌లో చూపించే ఉత్సాహాన్ని మ్యాచ్‌లోనూ

ప్రదర్శిస్తాడని పేర్కొన్నాడు. విరాట్ ప్రభావం జట్టులోని మిగతా ఆటగాళ్లపై ఉంటుందని మాజీ ఫీల్డింగ్ కోచ్ తెలిపాడు. "కోహ్లా ఫీల్డింగ్‌లో రాజీపడడు. పవర్ ఫ్లీట్ కవర్స్, షాట్ మిడ్ వికెట్‌లో డైవ్‌లు చేస్తూ బంతిని ఆపే విధానం అద్భుతంగా ఉంటుంది. బంతి తనవైపు రానప్పుడు కూడా అతడి ఫీల్డింగ్ ప్రయత్నాలు ఆగవు. ఇది నన్ను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంది. టెస్టులు, టీ20లకు వీడ్కోలు పలికిన కోహ్లా.. ఈ దశలోనూ చివరి ఓవర్లలో లాంగ్రాన్‌లో ఫీల్డింగ్ చేస్తాడు. అక్కడి నుంచి పరుగెత్తుకొస్తాడు. కోహ్లాతో కలిసి ఫీల్డింగ్ చేస్తున్నప్పుడు.. అతడిని స్ఫూర్తిగా తీసుకుని తమ సామర్థ్యాలకు మించి రాణించిన ఆటగాళ్లు కూడా ఉన్నారు. అది విరాట్ లెవల్" అని దిలీప్ వివరించాడు. "నా కెరీర్‌లో అత్యుత్తమ క్షణం గురించి ఆలోచిస్తే 2024 టీ20 ప్రపంచ కప్ గుర్తుకొస్తుంది. కేవలం ఆ ట్రోఫీ మాత్రమే కాదు, ఆ తర్వాత డ్రెస్సింగ్ రూమ్‌లో నెలకొన్న వాతావరణం. గత నాలుగేళ్లుగా ఆ కుర్రాళ్లు పడ్డ కఠిన శ్రమను నేను గ్రహించగలిగాను. ఆ అనుభూతిని ఎప్పటికీ నా మనసులో భద్రపరుచుకుంటాను" అని దిలీప్ తెలిపాడు. నవంబర్ 2021లో భారత జట్టులో చేరిన దిలీప్ ఇటీవల కోచ్ పదవికి రాజీనామా చేశాడు. అతను ఫీల్డింగ్ కోచ్‌గా ఉన్నప్పుడు టీమ్‌ఇండియా రెండు టీ20 ప్రపంచ కప్‌లు (2024, 2026), ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ (2025), రెండు ఆసియా కప్‌లు (2023, 2025) సాధించింది. 2023 వన్డే ప్రపంచ కప్, డబ్ల్యూటీసీలో రన్నరప్‌గా నిలిచింది.

సిరాజ్ కాదు.. టీమ్‌ఇండియాకు అతనే ఎక్స్-ఫ్యాక్టర్: శ్రీలంక మాజీ ఆల్‌రౌండర్

శ్రీలంక, భారత్ మధ్య ఆగస్టు 15 నుంచి రెండు టెస్టుల సెరీస్ ప్రారంభంకానుంది. గాయం కారణంగా స్టార్ పేసర్ జస్ప్రీత్ బుష్రా అందుబాటులో లేకపోవడం టీమ్‌ఇండియాకు ఇబ్బందికరంగా మారింది. అయితే, గుర్నా్ బ్రూర్ భారత జట్టుకు ఎక్స్-ఫ్యాక్టర్ కాగలడని శ్రీలంక మాజీ ఆల్‌రౌండర్ ఫర్వేజ్ మహరూఫ్ అభిప్రాయపడ్డాడు. ప్రసిద్ధ కృష్ణ, లకిష్ నజీ, గుర్నాల్‌లతో కూడిన పేస్ దళానికి సిరాజ్ నాయకత్వం వహిస్తాడు. తుది జట్టులో గుర్నాల్‌కు చోటు దక్కుతుందా? లేదా అనేది ఆసక్తికరంగా మారింది. "బుష్రాకు రివర్స్ స్వింగ్ చేయగల సామర్థ్యం ఉంది. ముఖ్యంగా పాత బంతితో అద్భుతంగా రివర్స్ స్వింగ్ రాబడతాడు. అతను లేకపోవడం భారత్‌కు పెద్దలోటు కానుంది. సిరాజ్ మంచి బౌలర్. కానీ బుష్రాతో పోలి చూసినప్పుడు మాత్రం కొంత తేడా కనిపిస్తుంది. వార్మ్‌ప్ మ్యాచ్‌లో గుర్నాల్ బ్రూర్ బౌలింగ్ చేసిన తీరు ఆకట్టుకుంది. అతను టీమ్‌ఇండియాకు ఎక్స్-ఫ్యాక్టర్ అవుతాడని అనుకుంటున్నా. అతని బౌలింగ్‌లో మంచి వేగం, బౌన్స్ ఉన్నాయి. గుర్నాల్‌లో పోరాట పటిమ ఉంది. అవసరమైతే దూకుడును ప్రదర్శించగలడు. నేను గనుక భారత జట్టు వ్యూహాకర్తల బృందంలో ఉంటే ఉంటే గుర్నాల్‌కు కచ్చితంగా ఒక అవకాశం ఇవ్వాలనుకునేవాడిని. అతను భారత్ తరపున కేవలం వైట్‌బాల్ క్రికెట్ మాత్రమే ఆడాడని నాకు తెలుసు. కానీ, అతని బౌలింగ్‌లో ప్రత్యేకత ఉంది. బ్యాటర్ లయను దెబ్బతీయాల్సిన సందర్భాల్లో అతను వేసే చిన్నపాటి స్వెల్స్ అత్యంత ప్రమాదకరమైన ఆయుధంగా మారగలవు. రవీంద్ర జడేజా, కుల్‌దీప్ యాదవ్‌లకుతోడుగా మూడో స్పిన్నర్‌గా మానవ్ తీసుకొనే అవకాశముంది. రిషభ్ పంత్ విషయంలో శ్రీలంక జాగ్రత్తగా ఉండాలి" అని ఫర్వేజ్ మహరూఫ్ సూచించాడు.



ప్రశ్నించినందుకు బయటకు పంపించేశారు: హర్భజన్ సింగ్



భారత మాజీ స్పిన్నర్ హర్బజన్ సింగ్ ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడుతూ తన కెరీర్ తొలినాళ్లలో ఎదురైన ఓ చేదు అనుభవాన్ని గుర్తుచేసుకున్నాడు. 2000లో తనను బెంగళూరులోని నేషనల్ క్రికెట్ అకాడమీ నుంచి బయటకు పంపడానికి గల కారణాన్ని వెల్లడించాడు. సరైన ఆహారం అందించకపోవడంతో తాను ప్రశ్నించానని, అందుకే తనను ఎన్‌సీఏ నుంచి పంపించారని పేర్కొన్నాడు. ఎన్‌సీఏలో శిక్షణ పొందిన తొలి బ్యాచ్ ఆటగాళ్లలో హర్బజన్ కూడా ఉన్నాడు. "నన్ను ఎన్‌సీఏ నుంచి బయటకు పంపించారు. అది నా తప్పు కాదు. ఈ విషయాన్ని నేను ఇప్పటికీ బహిరంగంగానే చెబుతాను. ఆటగాళ్ల కోసం ప్రత్యేకంగా డైట్ ఏర్పాటు చేశారు. కానీ, దానికి అనుగుణంగా ఆహారం అందించేవారు కాదు. ఎన్నిసార్లు ఫిర్యాదు చేసినా ఎలాంటి మార్పు రాలేదు. అందుకే ఒక రోజు నేను ఆ చార్జీను చించేశాను. నేను చేసిన ఏకైక తప్పు అదే. దీంతో నన్ను ఎన్‌సీఏ నుంచి బయటికి పంపించేశారు. నేను నా హక్కుల కోసం పోరాడాను. నేను ప్రశ్నించకపోతే ఇప్పటికీ అదే డైట్ ప్లాన్ ఉండేది. అప్పట్లో జీసీసీఏలో తమ మాటకు ఎదురుచెప్పే వారిని సహించలేని వారు కొందరు ఉండేవారు" అని భజ్జీ పేర్కొన్నాడు.