

PUBLISHED FROM : HYDERABAD, CIRCULATED TO HYDERABAD, WARANGAL,NALGONDA, KHAMMAM,RANGAREDDY, KARIMNAGAR, AMARAVATI,KADAPA  
సంపుటి:01 సంఛిక:306 ఎడిటర్ : దువ్వల శేఖర్ యాదవ్ పేజీలు:04 తెలంగాణ,ఆంధ్రప్రదేశ్ గురువారం 26-03-2026 వేల రూ.4.00

# 'వందేమాతరం' పాడటం తప్పనిసరి కాదు

**2**  
సుప్రీంకోర్టు కీలక వ్యాఖ్యలు

'వందేమాతరం' సర్కులర్ను సవాలు చేసిన పిటిషన్ల కొట్టివేత ఆదేశాలు కేవలం సలహా మాత్రమేనని, తప్పనిసరి కాదని చెప్పిన సుప్రీంకోర్టు ప్రభుత్వ సర్కులర్లో శిక్షార్హమైన చర్యలు లేవని స్పష్టం చేసిన ధర్మాసనం పరోక్ష ఒత్తిడి ఉంటుందన్న పిటిషనర్ వాదనలు ఊహాజనితమన్న కోర్టు దేశభక్తిని బలవంతం చేయలేదని వాదించిన సీనియర్ న్యాయవాది



# అందుకే పెట్రోల్ బంకుల్లో 'నో స్టాక్' బోర్డులు

**2**

ట్యాంకర్లు సకాలంలో రాకపోవడం వల్ల బోర్డులు వెలిశాయన్న ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి పెట్రోల్, డీజిల్ లభ్యత విషయంలో అపాహాలు వద్దని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి తెలంగాణలో రెండు నెలలకు సరిపడా నిల్వలు ఉన్నాయన్న మంత్రి

తెలుగుజ్యోతి, హైదరాబాద్

ఎలాంటి ఇబ్బందిలేదని తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి అన్నారు. పెట్రోల్, డీజిల్ లభ్యత విషయంలో ప్రజలు అపాహాలను నమ్మవద్దని కోరారు. చమురు



# దమ్ముంటే నాపై పోటీకి రావాలి

**2**

ముక్త సీఎం అవుతానని రేవంత్ కలలు కంటున్నారని హారీష్ ఎద్దేవా బీఆర్ఎస్ సత్తా ఏంటో చూపిస్తుమని వ్యాఖ్య కాంగ్రెస్ పార్టీ అందరినీ మోసం చేసేందని విమర్శ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన వల్ల బీఆర్ఎస్ కే మేలు జరుగుతుందన్న హారీష్

తెలుగుజ్యోతి, హైదరాబాద్

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ నేత హారీష్ రావు విమర్శల వర్షం కురిపించారు. రేవంత్ రెడ్డి మళ్లీ ముఖ్యమంత్రి అవుతానని పగటి కలలు

# 40 ఏళ్ల అనుబంధానికి స్వస్తి..

**2**

రేవంత్ పై ద్వేషమెత్తుతూ.... కాంగ్రెస్ కు జీవన్ రెడ్డి రాజీనామా

కాంగ్రెస్ ప్రాథమిక సభ్యత్వానికి జీవన్ రెడ్డి రాజీనామా గత 20 నెలలుగా పార్టీలో తీవ్రమైన మానసిక క్షోభకు గురియ్యారన్న జీవన్ రెడ్డి రావల్ విధానాలకు విరుద్ధంగా ఫిరాయింపులను ప్రోత్సహిస్తున్నారని మండిపాటు తమను ఇబ్బంది పెట్టిన వారికి పెద్దపీట వేస్తున్నారని విమర్శ ఇక్కడ తన పోరాటం రేవంత్ విధానాలపైనే అని వెల్లడి



**2**

ఎల్పీజీ రీఫిల్ నిబంధనల్లో మార్పులు లేవు

బుకింగ్ పై వదంతులు నమ్మొద్దు: పెట్రోలియం శాఖ

ఎల్పీజీ రీఫిల్ బుకింగ్ నిబంధనలు మార్చారన్న వార్తలను ఖండించిన కేంద్రం ప్రస్తుత నిబంధనలే కొనసాగుతాయని పెట్రోలియం శాఖ స్పష్టీకరణ దేశవ్యాప్తంగా తగినన్ని గ్యాస్ నిల్వలు ఉన్నాయని భరోసా ఆందోళనతో బుకింగ్ చేసుకోవద్దని ప్రజలకు ప్రభుత్వ సూచన పెట్రోల్, డీజిల్ కొరత లేదని బిపీసీఎల్ ప్రకటన

# ఇంధనం నింపుకుంటే చర్యలు తీసుకుంటాం

**2**

తెలంగాణలో పెట్రోల్, డీజిల్, గ్యాస్ కొరత లేదన్న మంత్రి ఉత్తమ్ వచ్చే 2 నెలలకు సరిపడా ఇంధన నిల్వలు అందుబాటులో ఉన్నాయని స్పష్టం ప్రజలు ఆందోళన చెందవద్దని విజ్ఞప్తి

తెలుగుజ్యోతి, హైదరాబాద్

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో పెట్రోల్, డీజిల్, వంట గ్యాస్ కొరత ఏర్పడుతోందనే ఆందోళనలపై పౌరసంఘాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి స్పందించారు. పెట్రోల్, డీజిల్, వంట గ్యాస్కు కొరత లేదని, తప్పదు ప్రచారాలను నమ్మవద్దని కోరారు. హైదరాబాద్లో మంగళవారం కొన్ని బంకులు పెట్రోల్ లేక మూసివేయడంతో జనం



**2**

భయపడొద్దు.. ఆ రోజులు పోయాయి

అధిక నియోజకవర్గ వైసిపి నేతలతో జగన్ సమావేశం ప్రతి విషయంలో కెడిట్ చోరీ చేస్తున్నారని విమర్శ మిట్టల స్టీల్ ప్లాంట్ మన హయాంలోనే రాష్ట్రానికి వచ్చేందని వ్యాఖ్య

# రాజకీయాలను పక్కనపెట్టి..

**2**

భట్టి విక్రమార్కుతో కేటీఆర్ భేటీ

సిరిసిల్ల నేతన్నల కోసం మల్లు కలిసిన కేటీఆర్ రూ. 38 కోట్ల విద్యుత్ బకాయిలను మాఫీ చేయాలని విన్నపం పాత బకాయిలతో సంబంధం లేకుండా నేతన్నలకు వెసులుబాటు కల్పించాలన్న కేటీఆర్ సానుకూలంగా స్పందించిన మల్లు భట్టి విక్రమార్కు

తెలుగుజ్యోతి, హైదరాబాద్

సిరిసిల్ల ప్రస్తుత పరిశ్రమను వట్టిపీడిస్తున్న సంక్షోభం నుంచి నేతన్నలను గట్టెక్కించేందుకు బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ చొరవ



# నిజాయతీ గల నాయకుడు కాదు

**2**

దేవాదుల ప్రాజెక్టు కోసం శ్రీవారి చేసింది ఏమీ లేదన్న పల్లె శ్రీవారికి కేసీఆర్ ఎన్సీ అవకాశాలు ఇచ్చారని వెల్లడి బినామీ పేర్లతో భారీగా ఆస్తులు కూడబెట్టారని ఆరోపణ

తెలుగుజ్యోతి, జనగామ

స్టేషన్ ఫున్ ఫూర్ కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరిపై జనగామ బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే పల్లె



**2**

ఇరాన్పై 15,000 బాంబులు వేశాం... 3 వేల లక్షలపై దాడులు: ఇజ్రాయెల్

**2**

ఆ పేరుతో ఇంకెన్నాళ్లు రాజకీయం చేస్తారు

ప్రాంతీయ అసమానతల పేరుతో దేశాన్ని విభజించాలని చూస్తున్నారని ఆర్షాం దేశభక్తి, జాతీయవాదం మీలో మచ్చుకైనా కనిపిస్తేనే కాదు అని ప్రశ్న రేవంత్ రెడ్డికి, కాంగ్రెస్ పార్టీకి మహిళలంటే డ్యేషన్లు బండి సంజయ్



# దమ్ముంటే నాపై పోటీకి రావాలి

మొదటి పేజీ రువాయి

కంటున్నారని, ఆయన తల్లికిందులుగా తపస్సు చేసినా అది అసాధ్యమని ఎద్దేవా చేశారు. తమ పార్టీకి ఎప్పుడు, ఎలా గోల్ కొట్టాలో బాగా తెలుసని, సమయం వచ్చినప్పుడు బీఆర్ఎస్ నత్తా ఏంట్ చూపిస్తామని అన్నారు. రేవంత్ రెడ్డికి దమ్ముంటే వేరే వాళ్లను పంపడం కాకుండా, నేరుగా సిద్దిపేటలో తనపై పోటీకి రావాలని బహిరంగ సవాల్ విసిరారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ విజయం ఖాయమని, కేసీఆర్ మళ్లీ ముఖ్యమంత్రి అవుతారని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనారిటీలతో పాటు రైతులను కూడా దారుణంగా మోసం చేసిందని హారీశ్ రావు ధ్వజమెత్తారు. ఎన్నికల హామీలను అమలు చేయడంలో విఫలమైన రేవంత్ సర్కారుపై ఇప్పటికే ప్రజల్లో తీవ్ర వ్యతిరేకత మొదలైందని ఆయన విశ్లేషించారు. ఇదే సమయంలో నియోజకవర్గాల పునర్విభజన, మహిళా రిజర్వేషన్ల అంశాలపై స్పందిస్తూ, తాము ఈ మార్పులను స్వాగతిస్తున్నామని తెలిపారు. పునర్విభజన వల్ల భవిష్యత్తులో బీఆర్ఎస్ పార్టీకే రాజకీయంగా మేలు జరుగుతుందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. అయితే, కుటుంబ నియంత్రణను పక్కాగా పాటించినందుకు దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు సీట్ల కేటాయింపులో, నిధుల్లో అన్యాయం జరగడంపై ఆయన తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. మరోవైపు కాంగ్రెస్‌కు రాజీనామా చేసిన సీనియర్ నేత జీవన్ రెడ్డి బీఆర్ఎస్ పార్టీలోకి వస్తారనే ప్రచారంపై హారీశ్ రావు ఆసక్తికరంగా స్పందించారు. ఆయన వస్తారా లేదా అనేది ఇప్పుడే చెప్పడం కంటే, వేచి చూస్తేనే బాగుంటుందని వ్యాఖ్యానించారు.

# అందుకే పెట్రోల్ బంకుల్లో 'నో స్టాక్' బోర్డులు

మొదటి పేజీ రువాయి

కంపెనీలు కూడా సరిపడా నిల్వలు ఉన్నట్లు చెబుతున్నాయని అన్నారు. అసెంబ్లీలో ఆయన మీడియాతో పిచ్చాపాటిగా మాట్లాడారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో 2 నెలలకు సరిపడా ఇంధన నిల్వలు ఉన్నాయని మంత్రి తెలిపారు. వదంతుల కారణంగా పెట్రోల్, డీజిల్ ఎక్కువగా కొనుగోలు చేయడంతో బంకుల్లో రద్దీ నెలకొందని అన్నారు. క్యాన్సు, కంటైనర్లలో ఇంధనాన్ని తీసుకువెళ్లడం చట్టవిరుద్దమని, అలా చేస్తే చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. గృహ అవసరాలకు గ్యాస్ కొరత లేదని స్పష్టం చేశారు. అదే సమయంలో హాస్పిటల్, ఆసుపత్రులకు గ్యాస్ కొరత లేకుండా పర్యవేక్షిస్తున్నట్లు చెప్పారు. హైదరాబాద్ నగరంలో 596 పెట్రోల్ బంకులు పూర్తిగా పని చేస్తున్నాయని మంత్రి వెల్లడించారు. ఏ బంకును కూడా మూసివేయడానికి ఆసుపతించలేదని అన్నారు. కమర్షియల్ సిలిండర్ విషయంలో కేంద్రంతో మాట్లాడుతున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు. చట్టవిరుద్దంగా నింపిన 2,952 కమర్షియల్ సిలిండర్లను అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు.

# 40 ఏళ్ల అనుబంధానికి స్వస్తి..

మొదటి పేజీ రువాయి

కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేత, మాజీ మంత్రి తాటిపర్తి జీవన్ రెడ్డి పార్టీ ప్రాథమిక సభ్యత్వానికి రాజీనామా చేశారు. జగిత్యాలలో కార్యక్రమ సమక్షంలో తన రాజీనామా లేఖను విడుదల చేసిన ఆయన, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, పార్టీ హైకమాండ్ తీరుపై తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. గత 20 నెలలుగా పార్టీలో తీవ్రమైన మానసిక క్షోభకు గురవుతున్నానని, గౌరవం లేని చోట ఉండలేక రాజీనామా నిర్ణయం తీసుకున్నానని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాహుల్ గాంధీ విధానాలకు విరుద్ధంగా తెలంగాణలో ఫిరాయింపులను ప్రోత్సహిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ముఖ్యంగా జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్‌ను పార్టీలోకి తీసుకోవడం, ఆయనకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడంపై జీవన్ రెడ్డి తీవ్ర ఆసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. పదేళ్ల పాటు కష్టపడి పార్టీని అధికారంలోకి తెచ్చిన అసలైన కార్యకర్తలను పక్కన పెట్టి, ఇన్సైడ్ మేన్ ఇబ్బంది పెట్టిన వారికే పెద్దపీట వేస్తున్నారని ధ్వజమెత్తారు. తన వెన్నులో ఉన్న కీలక నాయకుడు పనిపోతే సీఎం కేసీఆర్ పరామర్శించలేదని, రేవంత్ రెడ్డి తనకు అందగా నిలబడలేదని ఆరోపించారు. ఇకపై రేవంత్ రెడ్డి విధానాలపైనే తన పోరాటం ఉంటుందని ప్రకటించారు. మరోవైపు, జీవన్ రెడ్డిని బుజ్జగించేందుకు మంత్రులు శ్రీధర్ బాబు, పొన్నం ప్రభాకర్, టీసీసీసీ అధ్యక్షులు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ చివరి వరకు చేసిన ప్రయత్నాలు ఫలించలేదు. జీవన్ రెడ్డి తన నిర్ణయానికే కట్టుబడ్డారు. జగిత్యాల నియోజకవర్గంలో జీవన్ రెడ్డికి ఉన్న బలమైన కేడర్ ఇప్పుడు ఆయన వెంటే నడిచే అవకాశం ఉంది.

# ఇరాన్‌పై 15,000 బాంబులు వేశాం..

మొదటి పేజీ రువాయి

యుద్ధం ప్రారంభమైన పిల్లవరి 28వ తేదీ నుంచి ఇరాన్‌పై 15,000 బాంబులు వేశామని ఇజ్రాయెల్ ప్రకటించింది. ఈ మేరకు మంత్రి ఇజ్రాయెల్ కాట్స్ మాట్లాడుతూ, గత ఏడాది జూన్ నెలలో పోలిస్ నాలుగు రెట్లు ఎక్కువ బాంబులు వేశామని తెలిపారు. ఫిబ్రవరి 28వ తేదీన ఇరాన్‌పై అమెరికాతో కలిసి ఇజ్రాయెల్ యుద్ధం ప్రారంభించిన విషయం తెలిసిందే. యుద్ధం ప్రారంభమైంది నుంచి తమ సైన్యం 15 వేల బాంబులను ఇరాన్‌పై ప్రయోగించింది కాట్స్ వెల్లడించారు. గత ఏడాది జూన్‌లో 12 రోజుల పాటు జరిగిన సంఘర్షణ సమయంలో కంటే నాలుగురెట్లు బాంబులు ఉపయోగించినట్లు తెలిపారు. ఇరాన్‌లోని 3,000 లక్షలపై దాడులు చేసినట్లు తెలిపారు. అయితే ఇరాన్‌పై దాడిని ఐదు రోజుల పాటు నిలిపివేస్తున్నట్లు అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ రెండు రోజుల క్రితం సంచలన ప్రకటన చేశారు. ఈ ప్రకటనతో తమకు సంబంధం లేదని ఇజ్రాయెల్ చెబుతోంది.

# ఎల్పీజీ రీఫిల్ నిబంధనల్లో మార్పులు లేవు

మొదటి పేజీ రువాయి

ఎల్పీజీ గ్యాస్ సిలిండర్ రీఫిల్ బుకింగ్ గడువును మార్చారంటూ వస్తున్న వార్తలను కేంద్ర ప్రభుత్వం తీవ్రంగా ఖండించింది. ఇవి పూర్తిగా నిరాధారమైన, తప్పుదోవ పట్టించే కథనాలని స్పష్టం చేసింది. ఎల్పీజీ కనెక్షన్లకు సంబంధించి రీఫిల్ బుకింగ్ నిబంధనల్లో ఎలాంటి మార్పులు చేయలేదని కేంద్ర పెట్రోలియం, సహజవాయువు మంత్రిత్వ శాఖ బుధవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపింది. కొన్ని మీడియా సంస్థలు, సోషల్ మీడియాలో ప్రధాన మంత్రి ఉజ్వల యోజన లబ్ధిదారులకు 45 రోజులు, ఇతరులకు 25 నుంచి 35 రోజుల గడువు విధించినట్లు ప్రచారం జరిగింది. ఈ వార్తల్లో ఏమాత్రం నిజం లేదని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. ప్రస్తుతం అమల్లో ఉన్న నిబంధనల ప్రకారమే రీఫిల్ బుకింగ్ ప్రక్రియ కొనసాగుతుందని వివరించింది. పట్టణ ప్రాంతాల్లో 25 రోజుల తర్వాత, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో 45 రోజుల తర్వాత వినియోగదారులు మరో సిలిండర్‌ను బుక్ చేసుకోవచ్చు. ఇలాంటి తప్పుడు సమాచారాన్ని సమ్మవద్దని, అనవసరంగా ఆందోళనతో సిలిండర్లను బుక్ చేసుకోవద్దని ప్రజలకు ప్రభుత్వం సూచించింది. దేశవ్యాప్తంగా సరిపడా ఎల్పీజీ నిల్వలు ఉన్నాయని, ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని భరోసా ఇచ్చింది. దేశంలోని అన్ని రైఫైన్‌రీలు పూర్తి సామర్థ్యంతో పనిచేస్తున్నాయని, పెట్రోల్, డీజిల్ నిల్వలు కూడా పుష్కలంగా ఉన్నాయని పేర్కొంది. ఇదే సమయంలో పెట్రోల్, డీజిల్ కొరత ఉందన్న వదంతులను భారత్ పెట్రోలియం కార్పొరేషన్ కూడా ఖండించింది. ఇరాన్ యుద్ధం కారణంగా ఆర్థిక వ్యవస్థపై పడే ప్రభావాన్ని ఎదుర్కొనేందుకు చదురు, గ్యాస్, సరఫరా వ్యవస్థలపై దృష్టి సారించేందుకు కేంద్రం ఏడు ఉన్నతస్థాయి బృందాలను ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపింది.

# రాజకీయాలను పక్కనపెట్టి..

మొదటి పేజీ రువాయి

తీసుకున్నారు. సచివాలయంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కును కలిసిన ఆయన, సిరిసిల్ల నియోజకవర్గంలోని పవర్ లామ్ పరిశ్రమ ఎదుర్కొంటున్న ఆర్థిక ఇబ్బందులను వివరించారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా జరిగిన ఈ భేటీ అందరినీ ఆకట్టుకుంటోంది. సిరిసిల్ల వస్త్ర పరిశ్రమపై ఉన్న సుమారు రూ. 38 కోట్ల విద్యుత్ బకాయిలు, పేరుకుపోయిన బ్యాంక్ బిల్లింగ్, సర్‌కార్లను తక్షణమే మాఫీ చేయాలని కేటీఆర్ ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ సీఎంను కోరారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో ఉన్న విధంగానే పరిశ్రమకు నిరంతర విద్యుత్ సబ్సిడీ ప్రయోజనాలు అందేలా చూడాలని, పాత బకాయిలతో సంబంధం లేకుండా నేతన్నలకు వెసులుబాటు కల్పించాలని విన్నవించారు. పరిశ్రమ సంక్షోభంలో ఉండటంతో నేతన్నలు మళ్లీ ఆత్మహత్యల బాట పట్టే ప్రమాదం ఉందని, వారికి తక్షణమే భరోసా ఇవ్వాలని అవసరం ఉందని కేటీఆర్ తెలిపారు. కేటీఆర్ వివరించిన సమస్యలపై డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు సానుకూలంగా స్పందించారు. నేతన్నల సంక్షేమం ప్రభుత్వ ప్రాధాన్యత అని, విద్యుత్ బకాయిల అంశాన్ని లోతుగా పరిశీలించి కార్యకలకు మేలు జరిగేలా నిర్ణయం తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. సంక్షోభ నివారణకు అవసరమైన చర్యలు చేపడతామని తెలిపారు.

# ఆ పేరుతో ఇంకెన్నాళ్లు రాజకీయం చేస్తారు

మొదటి పేజీ రువాయి

ప్రాంతీయ అసమానతల పేరుతో ఇంకెన్నాళ్లు రాజకీయం చేస్తారని కేంద్ర సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఈరోజు ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ప్రాంతీయ అసమానతల పేరుతో దేశాన్ని విభజించాలని చూస్తున్నారా అని మండిపడ్డారు. దేశభక్తి, జాతీయవాదం మీలో మచ్చుకైనా కనిపిస్తోందా అని ప్రశ్నించారు. తమిళనాడు, కేరళ రాష్ట్రాల్లో కాంగ్రెస్ కూటమి ఓడిపోతుందనే ఆందోళన వారిలో మొదలైనట్లుగా ఉందని అన్నారు. త్వరలో అసెంబ్లీ ఎన్నికలు జరగనున్న రాష్ట్రాల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్ని జిమ్మిక్కులు చేసినా పారదం లేదని ఎద్దేవా చేశారు. అందుకే దక్షిణాదికి అన్యాయం అంటూ కాంగ్రెస్ వారు కొత్త ద్రామా ఆడుతున్నారని ధ్వజమెత్తారు. రేవంత్ రెడ్డికి, కాంగ్రెస్ పార్టీకి మహిళలంటే ద్వేషమని బండి సంజయ్ ఆరోపించారు. అందుకే దేశాన్ని సుదీర్ఘంగా పాలించిన కాంగ్రెస్ మహిళలకు 33 శాతం సీట్లు కేటాయించలేదని అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్ని కుట్రలు చేసినా మహిళలకు రిజర్వేషన్లు అమలు చేస్తామని అన్నారు. మహిళలకు 33 శాతం సీట్లు ఇస్తే ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి వచ్చిన సభ్యమేమిటని ప్రశ్నించారు.

# ఇంధనం నింపుకుంటే చర్యలు తీసుకుంటాం

మొదటి పేజీ రువాయి

ఆందోళనకు గురయ్యారు. దీంతో సాయంత్రం నుంచి బంకుల ముందు క్యూ కట్టారు. ఉదయం నుంచి ఇదే పరిస్థితి కనిపించడం, దీనికి తోడు పలు బంకులు మూతపడడంతో ఉత్తమ స్పందించారు. తెలంగాణలో పెట్రోల్, డీజిల్, ఎల్పీజీ కొరత లేదని ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్రంలో వచ్చే 2 నెలలకు సరిపడా ఇంధన నిల్వలు అందుబాటులో ఉన్నాయని అన్నారు. ఈరోజు డిమాండ్ 17,246 కిలోలీటర్లు కాగా, 17,898 కిలోలీటర్లు సరఫరా చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. సోషల్ మీడియాలో జరిగిన ప్రచారం కారణంగా డిమాండ్ 25 శాతం పెరిగినప్పటికీ, సరఫరా సగటుకు మించి 22 శాతం అధికంగా కొనసాగుతోందని, అదనంగా 16,000

# ‘వందేమాతరం’ పాడటం తప్పనిసరి కాదు

మొదటి పేజీ రువాయి

ప్రభుత్వం అధికారిక కార్యక్రమాల్లో జాతీయ గేయం ‘వందేమాతరం’ పాడాలంటూ కేంద్ర ప్రభుత్వం జారీ చేసిన సర్క్యులర్‌ను సవాలు చేస్తూ దాఖలైన పిటిషన్‌ను విచారించేందుకు సుప్రీంకోర్టు నిరాకరించింది. ఆ సర్క్యులర్ కేవలం సలహా పూర్వకమైనదే తప్ప, తప్పనిసరి కాదని స్పష్టం చేసింది. అందులో ఎలాంటి శిక్షార్థమైన చర్యలు పేర్కొననందున, ఈ పిటిషన్‌పై విచారణ తొందరపాటు అవుతుందని అభిప్రాయపడింది. భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి సూర్యకాంత్, జస్టిస్ జాయ్‌మాల్‌యా బాగ్చి, జస్టిస్ విప్లవ్ ఎం. పంచోలితో కూడిన ధర్మాసనం ఈ పిటిషన్‌పై విచారణ జరిపింది. ఈ ఏడాది జనవరి 28న కేంద్రం జారీ చేసిన నోటిఫికేషన్ కేవలం సలహా మాత్రమేనని, దాన్ని పాటించకపోతే శిక్షలు ఉంటాయని ఎక్కడా చెప్పలేదని ధర్మాసనం పేర్కొంది. “ఒకవేళ శిక్షార్థమైన చర్యలు తీసుకుంటే లేదా దీన్ని తప్పనిసరి చేస్తే అప్పుడు విచారించాలి. ప్రస్తుతానికి ఇందులో అలాంటివి లేవు” అని కోర్టు వ్యాఖ్యానించింది. పిటిషన్ తరఫున వాదనలు వినిపించిన సీనియర్ న్యాయవాది సంజయ్ హెగ్డే, సర్క్యులర్‌లో శిక్షలు లేకపోయినా ఇది పరోక్ష ఒత్తిడికి దారితీస్తుందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. వందేమాతరం పాడటానికి లేదా గౌరవ సూచకంగా నిలబడటానికి నిరాకరించే వారు

# నిజాయతీ గల నాయకుడు కాదు

మొదటి పేజీ రువాయి

రాజేశ్వర్ రెడ్డి తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. అసెంబ్లీ లాబీల్లో మీడియాతో చిట్‌చాట్ చేసిన పల్లా... దేవారు ఎత్తివేతల పథకం సృష్టికర్తను తానేనని కడియం చెప్పుకోవడం హాస్యాస్పదమని ఉన్నారు. 2004 నుండి 2014 వరకు ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్న సమయంలో దేవారుల ప్రాజెక్టు కోసం కడియం శ్రీహరి చేసింది ఏమీ లేదని పల్లా ఆరోపించారు. అప్పట్లో ఎలాంటి పాత్ర పోషించని వ్యక్తి, ఇప్పుడు తానే సృష్టికర్తనని చెప్పుకోవడం సిగ్గుచేటని మండిపడ్డారు. మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ కడియం శ్రీహరికి ఎన్నో అద్భుతమైన అవకాశాలు ఇచ్చారని పల్లా గుర్తు చేశారు. డిప్యూటీ సీఎం, ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే, ఎమ్మెల్యే వంటి కీలక పదవులతో పాటు స

# భయపడొద్దు.. ఆ రోజులు పోయాయి

మొదటి పేజీ రువాయి

వైసీపీ అధినేత జగన్ ప్రకాశం జిల్లా అడ్డంకి నియోజకవర్గం పార్టీ నేతలతో కీలక సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కూటమి ప్రభుత్వంపై, ముఖ్యంగా సీఎం చంద్రబాబుపై ఆయన నిప్పులు చెరిగారు. పాలనలో అంతా తనదే అన్నట్లుగా చంద్రబాబు వ్యవహరిస్తున్నారని, ప్రతి చిన్న విషయంలో ‘క్రెడిట్ చోరీ’ చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ఆర్.ఎల్.ఎం మిట్టల్ స్టీల్ ప్లాంట్ మన హయాంలోనే రాష్ట్రానికి వచ్చిందని, కానీ ఇప్పుడు తన వల్లే వచ్చినట్లుగా చంద్రబాబు ‘బిల్టె’ ఇస్తున్నారని జగన్ ఎద్దేవా చేశారు. గూగుల్ విషయంలోనూ ఇదే జరిగిందని, మాటలు కోటలు దాటుతున్నా చేతల్లో ఏమీ

# చేశారు. డౌమెంట్ ఎల్పీజీ సిలిండర్లు కూడా పుష్కలంగా ఉన్నాయని, కమర్షియల్ సిలిండర్ల విషయంలోనే కేంద్రంతో మాట్లాడుతున్నామని ఉత్తమ తెలిపారు. చట్టవిరుద్దంగా నింపిన 2,952 కమర్షియల్ సిలిండర్లను అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నారని గుర్తు చేశారు. ప్రాటజెక్ట్ పెట్రోలియం రిజర్వలు 60 నుండి 65 రోజులకు సరిపడా ఉన్నాయని, ఓఎస్సీసీ అంతరాయం లేకుండా సరఫరా కొనసాగేలా చూస్తోందని తెలిపారు. కొరత గురించి వస్తున్న అన్ని వదంతులు పూర్తిగా అవాస్తవం అని, అలాంటి ప్రచారాలు విని ప్రజలు ఆందోళన చెందవద్దని మంత్రి ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు.



జమాతే ఇస్లామీ హింద్ ఆధ్వర్యంలో ఈద్ మిలాప్



నియోజకవర్గంలో కులమతాలకు అతీతంగా హిందువులైన, ముస్లింలైన క్రైస్తవులైన కులసమలని పండుగలు జరుపుకొని సోదరా భావంతో ఉంటారని తెలియజేశారు. కుల మతాల తారతమ్యం లేకుండా అందరూ కలిసిమెలిసి సోదరా భావంతో ముందుకెళ్లాలని తెలియజేశారు. ముస్లిం మైనార్టీ మత పెద్దలు శాంతియుతమైన వాతావరణంలో అన్నదమ్ముల కలిసిమెలిసి ఉండాలని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీరయ్య యాదవ్ బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి, నేటివ్ ఇండియన్ ఫోరం చైర్మన్, ఎంపి హాకీమ్ బి ఆర్ ఎస్ రాష్ట్ర నాయకులు, జమాతే ఇస్లామీ హింద్ నాయకులు అన్వర్ ఖాన్, మరియు క్రైస్తవ దైవ సేవకులు పాస్టర్లు పాల్గొన్నారు, కున వేణు యువజన సంఘాల రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పాల్గొని మాట్లాడుతూ ఏ మత గ్రంథమైన భగవద్గీతలో, బైబిల్ లో, కురాన్ లో, ఏ గ్రంథం



చదివిన ఒకరినొకరు ప్రేమించమని, ఒకరినొకరు క్షమించమని, మనుషులందరికీ క్షమాగుణం కలిగి సోదరా భావం కలిగి ఉండాలని ఉన్నది అన్నారు. సంగారెడ్డి వట్టణ పోలీస్ అధికారులు పాల్గొన్నారు. బీరయ్య యాదవ్ సమావేశానికి వచ్చిన నాయకులతో సమావేశంలో పాల్గొన్న వారందరితో మనమంతా భారతీయులం, మనమంతా కలిసి మెలిసి ఉండాలని ఒకరిపై ఒకరం ప్రేమానురాగాలతో సోదరా భావంతో మెలగాలని ప్రతిజ్ఞ చేయించారు.

25 మార్చి తెలుగు జ్యోతి దినపత్రిక స్టాఫ్ రిపోర్టర్ సంగారెడ్డి జిల్లా కేంద్రమైన సంగారెడ్డి వట్టణంలో జమాతే ఇస్లామీ హింద్ ఆధ్వర్యంలో, ఈద్ బిల్ ఆఫ్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ ప్రజా సంఘాల నాయకులు వివిధ పార్టీలకు చెందిన నాయకులు, కుల సంఘాల నాయకులు పాల్గొన్నారు. పట్టు మాణిక్యం దిసిసిబి ఉమ్మడి మెడక జిల్లా వైస్ చైర్మన్ బిఆర్ఎస్ రాష్ట్ర నాయకులు మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో సంగారెడ్డి

నిరసన తెలియజేసిన రిటైర్డ్ పోలీస్ అధికారులు



25 మార్చి తెలుగు జ్యోతి దినపత్రిక సంగారెడ్డి స్టాఫ్ రిపోర్టర్. ఈరోజు తేదీ 25 3 2026 నాడు భారత పార్లమెంట్ లోక్సభలో ప్రవేశపెట్టిన వాలిడేషన్ యాక్ట్ 2025ను పెన్షన్స్ నర్స్ కు వ్యతిరేకంగా బిల్లును పెట్టినందుకు దానికి నిరసనగా సంగారెడ్డి జిల్లా కలెక్టరేట్ ఆఫీస్ వద్ద రిటైర్డ్ పోలీస్ ఆఫీసర్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ సంగారెడ్డి జిల్లా తరపున అధ్యక్షులు బి ఎల్లయ్య ప్రధాన కార్యదర్శి ఎం మహేష్, ఆధ్వర్యంలో సంగారెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు నల్ల బ్యాడ్జిలు ధరించి నిరసన వ్యక్తం చేశారు. తదనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ఏవో కు మొరందం సమర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సంగారెడ్డి జిల్లా రిటైర్డ్ పోలీస్ ఆఫీసర్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు,తో పాటు కార్యవర్గం సభ్యులు పాల్గొన్నారు. ఎం మహేష్, జాంగిర్, మల్లికార్జున్, జీవన్, ప్రభాకర్ రెడ్డి, మాణిక్ రెడ్డి, ఈశ్వరయ్య, యాదవ్ గౌడ్ సిహెచ్ విటల్, నర్సింలు, యాదవ రెడ్డి ఎండ్ షాబుద్దీన్, సురేష్ ధర్మదాస్ విశ్వనాథం, కుర్రపేటి జేపీసీ నాయకులు నర్సారెడ్డి ప్రెసిడెంట్, చంద్రశేఖర్ కార్యదర్శి, మరియు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అరికేపూడి గాంధీ చే ఉచిత అంబులెన్స్ సేవలు ప్రారంభం..



రామప్రభు మియాపూర్ ప్రజల ఆరోగ్యరీత్యా ఏర్పాటు చేసిన ఉచిత అంబులెన్స్ను బుధవారం రోజు శేరిలింగంపల్లి ఎమ్మెల్యే అరికేపూడి గాంధీ రిబ్బన్ కట్ చేసి ప్రారంభించారు. స్థానిక ప్రజలకు అత్యవసర సమయాల్లో వైద్య సాయం త్వరితగతిన అందాలనే ఉద్దేశంతో ఈ అంబులెన్స్ను అందుబాటులోకి తెచ్చారు. ప్రజల ఆరోగ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించి ఈ ఏర్పాట్లు చేసిన రామప్రభును ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హైదర్ నగర్ మాజీ కార్పొరేటర్ నార్సే శ్రీనివాసరావు శేరిలింగంపల్లి కాంగ్రెస్ కోఆర్డినేటర్ రఘునాథ్ రెడ్డి అట్టేపల్లి పురుషోత్తం శర్మ



నాయుడు ఏ ఆర్ పి టీం సభ్యులు కాలనీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

తెలుగుజ్యోతి, మియాపూర్ మర్చి 25: మియాపూర్ 240 డివిజన్లో స్థానిక నాయకుడు అట్టేపల్లి

సమ్మెట ప్రసాద్ డాక్టర్ రవికుమార్ చౌదరి నరసింహారెడ్డి రాజేంద్రప్రసాద్ స్వామి అంజనేయులు ప్రసాద్

అక్రమ నిర్మాణాలపై పిర్యాదులు స్పందించిన జి హెచ్ ఎం సి 3 బిల్డింగుల సీజ్

తెలుగుజ్యోతి, శేరిలింగంపల్లి మర్చి 25: మియాపూర్ డివిజన్ లో బుధవారం రోజు 44 సర్వే నెంబర్ మక్త మహబూబ్ పేట్ లో పర్మిషన్ లేకుండా ఐదు ఫ్లోర్ బిల్డింగ్ లు కడుతున్న వారిపై ప్రజావాణిలో 16 కంప్లైంట్ ఇవ్వగా అందులో 3 బిల్డింగులు జి హెచ్ ఎం సి అధికారులు సీజ్ చేయడాన్ని అభినందిస్తున్నాం ఇంకా 13 బిల్డింగులు కన్స్ట్రక్షన్ లో ఉన్నందున పర్మిషన్ లేకుండా కట్టే బిల్డింగ్ లను తక్షణమే సీజ్ చేయాలని వారిని కోరుతూ హైకోర్టు 44 సర్వే నెంబర్లు పై ట్రిబ్యునల్ బెంచ్ ఎలాంటి నిర్మాణాలు చేయకూడదని 2016 లో ఆర్డర్ ఉన్నప్పటికీ అక్రమ దారులు ఎలాంటి అనుమతులు లేకుండా ఐదు ఫ్లోర్లు ఆరు ఫ్లోర్లు 100 గజాల్లో ఏడు ఫ్లోర్లు కూడా నిర్మిస్తూ నాణ్యత లేని బిల్డింగులు కడుతూ తక్కువ ధరకు అమ్మి ప్రజలను మోసం చేస్తున్నారని కాబట్టి కన్స్ట్రక్షన్ లో ఉన్న మిగతా బిల్డింగులు కూడా సీజ్ చేయవలసిందిగా కోరుతూ తౌట్ రెడ్డి సంతోష్ రెడ్డి బి ఆర్ ఎస్ సీనియర్ నాయకులు తెలియజేశారు.



Miyapur, Telangana, India 30, Bollaram Rd, Dr.reddy's Enclave, Miyapur, Telangana 500049, India Lat 17.519692° Long 78.3555° Wednesday, 25/03/2026 02:52 PM GMT +05:30

Miyapur, Telangana, India 99c3+4v6, Dr.reddy's Enclave, Miyapur, Telangana 500049, India Lat 17.520256° Long 78.354743° Wednesday, 25/03/2026 02:55 PM GMT +05:30

ఐపీఎల్ అభివృద్ధి అడ్డుతం.. ఎన్టీపి, ప్రీమియర్ లీగ్లతో సమానం: సౌరవ్ గంగూలీ

ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ (ఐపీఎల్) బ్రాండ్ విలువ అకాశాన్నంటుతోంది. తాజాగా రాజస్థాన్ రాయల్స్ (==) ప్రాంచైజీని ఏకంగా 1.63 బిలియన్ డాలర్లకు (సుమారు రూ. 15,286 కోట్లు) కొనుగోలు చేయడంపై భారత క్రికెట్ జట్టు మాజీ కెప్టెన్ సౌరవ్ గంగూలీ ఆశ్చర్యం, హర్షం వ్యక్తం చేశారు. కేవలం రెండు, మూడు నెలలు జరిగే లీగ్ కు ఈ స్థాయి విలువ రావడం అద్భుతమని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. ఐపీఎల్ ఇప్పుడు ప్రపంచంలోని దిగ్గజ స్పోర్ట్స్ లీగ్లైన నేషనల్ బాస్కెట్బాల్ అసోసియేషన్ (ఎన్బీఏ), ఇంగ్లీష్ ప్రీమియర్ లీగ్ (ఈపీఎల్) సరసన నిలిచిందని ప్రశంసించారు. తాజాగా రాజస్థాన్ రాయల్స్ ప్రాంచైజీని అమెరికాకు చెందిన పారిశ్రామికవేత్త కల్ సోమాని నేతృత్వంలోని కన్యార్డియం సొంతం చేసుకుంది. వాల్మార్ట్ కుటుంబానికి చెందిన రాల్ వాల్టర్, ఫోర్డ్ మోటార్ కంపెనీలో భాగస్వాములైన హ్యంప్ కుటుంబం ఈ కన్యార్డియంలో భాగస్వాములుగా ఉన్నారు. ఇదే క్రమంలో రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు (ఆర్సీబీ) ప్రాంచైజీని 1.78 బిలియన్ డాలర్లకు (సుమారు రూ. 16,000 కోట్లకు పైగా) అమ్ముడయింది. ఈ పరిణామాలపై ఎన్టీవీ అడిగిన ప్రశ్నకు గంగూలీ స్పందిస్తూ... “2008లో ఐపీఎల్ ప్రారంభమైనప్పుడు ఆర్సీబీ, కేకేఆర్ మధ్య జరిగిన తొలి మ్యాచ్లో మొదటి

బంతిని నేనే ఎదుర్కొన్నాను. అప్పటి నుంచి ఇప్పటి వరకు ఐపీఎల్ ఎదిగిన తీరు అసాధారణం. ఇది భారత క్రికెట్ ఎంతగా విస్తరించిందో చూపిస్తోంది. అమెరికా నుంచి కొనుగోలుదారులు రావడం, ప్రపంచవ్యాప్తంగా భారత క్రికెట్పై అసక్తి పెరగడం గొప్ప విషయం” అని అన్నారు. “ప్రసార హక్కులు విషయంలో ఐపీఎల్ ప్రపంచంలోని ఏ లీగ్ కు తీసిపోదు. కొన్నిసార్లు ఈపీఎల్ మ్యూవ్ కంటే ఐపీఎల్ మ్యూవ్ ప్రసార హక్కులు విలువే ఎక్కువగా ఉంటోంది. నవంబర్లో కేవలం రెండున్నర, మూడు నెలలు మాత్రమే ఆడే ఒక స్పోర్ట్స్ ప్రాంచైజీకి ఇంత భారీ



మొత్తంలో విలువ ఉండటం ఊహకు అందని విషయం” అని గంగూలీ తెలిపారు. ఈ రికార్డు స్థాయి ఒప్పుందాని ఐపీఎల్ను ప్రపంచ క్రీడా వేదికపై ఒక శక్తివంతమైన లీగ్ గా నిలబెట్టాయని విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ఈద్ మిలాప్ కార్యక్రమం

కార్యక్రమంలో మాట్లాడుతున్న చింతా సాయినాథ్

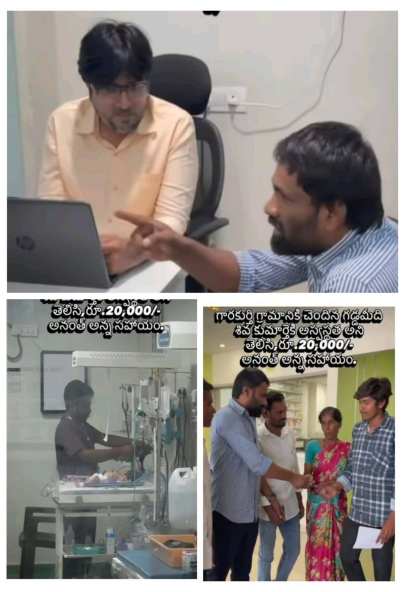


25 మార్చి తెలుగు జ్యోతి దినపత్రిక సంగారెడ్డి స్టాఫ్ రిపోర్టర్. సదాశివపేట వట్టణంలో, ఎస్.ఎ. గార్డెన్ ఫంక్షన్ హాల్లో ఈద్ ములాబ్ కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించబడింది. ఈ కార్యక్రమం స్నేహభావం, బహుత్వం, పెంపొందించే ఉద్దేశంతో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా చింతా సాయినాథ్ బి ఆర్ ఎస్ రాష్ట్ర యువ నాయకులు పాల్గొని ముస్లిం సోదరులకు ఈద్ మిలాఫ్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. సమాజంలో మంచి వాతావరణం నెలకొల్పడంలో ఇలాంటి కార్యక్రమాలు కీలకమని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈద్ ముబారక్ అనేది పండుగ అనంతరం అందరూ కలిసి శుభాకాంక్షలు చెప్పుకునే కార్యక్రమాన్ని ఇది మతసామరస్యానికి ప్రత్యేకంగా నిలుస్తుంది అని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముస్లిం పెద్దలు స్థానిక నాయకులు యువకులు, పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

వైద్య ఖర్చుల కొరకు

20 వేలు ఆర్థిక సాయం

25 మార్చి తెలుగు జ్యోతి దినపత్రిక సంగారెడ్డి స్టాఫ్ రిపోర్టర్. సంగారెడ్డి జిల్లా కొండాపూర్ మండలానికి చెందిన గారకుర్తి గ్రామ గడ్డమీది శివ కుమార్ అనారోగ్యంతో ఓ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న విషయం తెలుసుకొని గుంతపల్లి గ్రామ సర్పంచ్ పదమూటి అనంత్ రెడ్డి ఆసుపత్రికి వెళ్లి వారి కుమార్తె ఆరోగ్య పరిస్థితిని ఆసుపత్రి డాక్టర్లతో మాట్లాడి వారి వైద్య ఖర్చుల నిమిత్తం ఇరవై వేల రూపాయలు కుమార్తె తల్లిదండ్రులకు ఆర్థిక సహాయం చేశారు. గడ్డమీది శివ దంపతులు గుంతపల్లి సర్పంచ్ పదమూటి అనంత్ రెడ్డికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేసి నారు.



సంగారెడ్డి రామ్ మందిరంలో శ్రీరామ నవమి సందర్భంగా తూర్పు నిర్మల జగారెడ్డి పూజలు నిర్వహిస్తున్నారు



25 మార్చి తెలుగు జ్యోతి దినపత్రిక సంగారెడ్డి స్టాఫ్ రిపోర్టర్. సంగారెడ్డి జిల్లా సంగారెడ్డి పట్టణం రామ్ నగర్ ,రామ్ మందిర్లో శ్రీరామనవమి సందర్భంగా తూర్పు జయప్రకాశ్ రెడ్డి సంగారెడ్డి మాజీ శాసనసభ్యులు టిపిసిసి వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ ఆధ్వర్యంలో, బ్రహ్మశ్రీ డాక్టర్ మహేశ్వర్ శర్మ సిద్ధాంతి నిర్వహణలో ప్రత్యేక పూజలు జరిపిన టి జి ఐ సి చైర్మన్ నిర్మల జయప్రకాశ్ రెడ్డి.

అక్రమంగా తరలిస్తున్న గ్యాస్ సిలిండర్ల పట్టివేత..



తెలుగుజ్యోతి, మాచిపూర్ మర్చి 25: మాచిపూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని పత్రిక నగర్ లో అక్రమంగా తరలిస్తున్న 31 సిలిండర్ల వ్యాన్ ను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు. మాచిపూర్ ఇన్స్పెక్టర్ కృష్ణమోహన్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. అక్రమంగా సిలిండర్లను తరలిస్తున్నారని సమాచారం రావడంతో ఘటన స్థలానికి వెళ్లి తనిఖీ చేయగా 31 సిలిండర్లతో కూడిన ఒక వ్యాన్ ను స్వాధీనం చేసుకున్నాము. వ్యాన్ డ్రైవర్ తో పాటు మరో వ్యక్తి అరెస్టు చేశామని తెలిపారు. ఇలాంటి చర్యలకు పాలుపడితే కఠినమైన చర్యలు ఉంటాయని తెలిపారు. గ్యాస్ సిలిండర్ల బ్లాక్ మార్కెట్లో విక్రయించే ప్రయత్నం ఎవరు చేసిన వెంటనే పోలీసులు దృష్టికి తీసుకురావాలని ఆయన సూచించారు.



మీ పిల్లలు రాత్రిపూట సరిగా నిద్రపోవడం లేదా? కారణాలు తెలుసుకోండి

ఇంటర్నెట్ డెస్క్: పిల్లల ఆరోగ్యానికి మంచి ఆహారం ఎంత ముఖ్యమో, మంచి నిద్ర కూడా అంతే ముఖ్యమని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కానీ ప్రస్తుతం చాలా మంది పిల్లలు వివిధ కారణాల వల్ల రాత్రిపూట సరిగా నిద్రపోలేక ఇబ్బంది పడుతున్నారు. కొంతమంది పిల్లలు త్వరగా నిద్రపోతే, మరికొందరు రాత్రంతా మేల్కొని ఉంటారు. పిల్లలు నిద్రపోకపోవడానికి కొన్ని ముఖ్యమైన కారణాలు ఉంటాయి. వాటిని తల్లిదండ్రులు తెలుసుకోవడం అవసరం.. పగటిపూట ఎక్కువగా నిద్రపోవడం.. చిన్న పిల్లలు మధ్యాహ్నం ఎక్కువసేపు నిద్రపోతే, రాత్రిపూట నిద్ర రావడం కష్టం అవుతుంది. కాబట్టి పగటిపూట నిద్ర సమయాన్ని పరిమితం చేయడం మంచిది. అలాగే రోజూ ఒకే సమయానికి పడుకునేలా చేయాలి. అనారోగ్యం.. జలుబు, దగ్గు, అలెర్జీలు లేదా ఉబ్బసం వంటి సమస్యలు ఉన్నప్పుడు పిల్లలు సరిగ్గా నిద్రపోలేరు. అలాంటి సందర్భాల్లో వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది. మొబైల్, టీవీ వంటి గ్యాడ్జెట్ల వాడకం.. పడుకునే ముందు మొబైల్, టీవీ లేదా వీడియో గేమ్స్ ఉపయోగించడం వల్ల పిల్లల మెదడు చురుగ్గా ఉంటుంది. దీని వల్ల నిద్ర రావడం ఆలస్యం అవుతుంది.



గదిలో అసౌకర్యం.. గదిలో ఎక్కువ వెలుతురు, శబ్దం లేదా ఎక్కువ వేడి లేదా చలి ఉన్నప్పుడు పిల్లలకు నిద్ర సరిగా వట్టదు. గది ప్రశాంతంగా ఉండేలా చూడాలి. భయం లేదా ఆందోళన.. చీకటి భయం, ఒంటరిగా నిద్రపోవడంపై భయం లేదా చెడు కలలు కూడా పిల్లల నిద్రను ప్రభావితం చేస్తాయి. పిల్లలు ఆరోగ్యంగా ఎదగడానికి సరైన నిద్ర చాలా అవసరం. కాబట్టి తల్లిదండ్రులు పిల్లల నిద్ర అలవాట్లను గమనించి, సరైన వాతావరణం కల్పించాలి. అవసరమైతే వైద్యుల సలహా తీసుకోవడం మంచిది.

జిమ్కు వెళ్తున్నా బరువు తగ్గడం లేదా?

ఇంటర్నెట్ డెస్క్: ప్రతిరోజూ జిమ్కు వెళ్లి కనరత్తులు చేసినా బరువు తగ్గడం లేదని కొంతమంది బాధపడుతుంటారు. ఇది సాధారణ విషయం కాదు. దీని వెనుక జీవక్రియ మందగించడం(మెటబాలిక్ రెసిస్టెన్స్) ప్రధాన కారణం కావచ్చు. ఈ పరిస్థితిలో శరీరం క్యాలరీలను సరైన విధంగా ఖర్చు చేయదు. దీని వల్ల బరువు తగ్గడం కష్టమవుతుంది. జీవక్రియ మందగించినప్పుడు కనిపించే లక్షణాలు బరువు తగ్గకుండా అదే స్థాయిలో ఉండటం పొత్తికడుపు వద్ద కొవ్వు పెరగడం ఎప్పుడూ అలసటగా అనిపించడం వ్యాయామం చేసిన తర్వాత కూడా శక్తి లేకపోవడం తీవ్ర పదార్థాలు ఎక్కువగా తినాలనిపించడం ఉదయం లేవగానే అలసటగా అనిపించడం బాగా నిద్రపోయినా శక్తి లేకపోవడం ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం.. జీవక్రియ మందగించడానికి అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. ఎక్కువగా ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం, చక్కెర తీసుకోవడం, సరిపడా నిద్రలేకపోవడం, ఎక్కువ ఒత్తిడి ఉండటం, చాలా తక్కువ క్యాలరీల ఆహారం తీసుకోవడం, డైరాయిడ్ వంటి హార్మోన్ సమస్యలు.. శరీరంలో క్యాలరీలు ఖర్చయ్యే ప్రక్రియను తగ్గిస్తాయి. ఎక్కువసేపు కూర్చునే అలవాటు ఉన్నవారికి, కుటుంబంలో మధుమేహం లేదా ఊబకాయం ఉన్నవారికి, వ్యాయామం చేయనివారికి, క్రమం



తప్పకుండా ఆహారం తీసుకోని వారికి.. ఈ సమస్య వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎలా నివారించాలి? ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలి. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయాలి. రోజూ 7-8 గంటలు నిద్రపోవాలి. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవాలి. క్రమం తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. జిమ్కు వెళ్లినా బరువు తగ్గకపోతే, అది జీవక్రియ మందగించడం వల్ల కావచ్చు. సరైన ఆహారం, వ్యాయామం, నిద్ర, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి పాటిస్తే జీవక్రియ మెరుగుపడుతుంది. బరువు తగ్గడం సులభమవుతుంది.

ఎండాకాలంలో ఈ తప్పులు చేస్తున్నారా? మీ ఆరోగ్యం ప్రమాదంలో ఉన్నట్టే!

ఇంటర్నెట్ డెస్క్: ఎండాకాలం వచ్చిందంటే చాలు.. భానుడు తన ప్రతాపాన్ని చూపిస్తాడు. పెరిగే ఉష్ణోగ్రతల వల్ల వడదెబ్బ, డీహైడ్రేషన్ వంటి సమస్యలతో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడతారు. ఎండాకాలంలో ఆరోగ్యం విషయంలో ఏమాత్రం అజాగ్రత్త వహించినా వెంటనే అలసిపోతారు. అందుకే ఎండాకాలం ముగిసే వరకు ప్రతి ఒక్కరూ, కొన్ని విషయాలలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది. ఉదయం లేచింది మొదలు.. రాత్రి పడుకునే వరకు మనం తీసుకునే ఆహారం, తాగే నీరు, ధరించే దుస్తుల విషయంలో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. 1. ఫ్రీజ్ నీళ్లు: ఎండాకాలంలో చల్లని ఐస్ బాల్స్ తాగడం చాలా మందికి అలవాటు. ఇది శరీర ఉష్ణోగ్రతను ఒక్కసారిగా పడిపోయేలా చేస్తుంది. దీనివల్ల జీర్ణక్రియ మందగించడమే కాదు, గొంతునొప్పి,



గుండె సంబంధిత ఇబ్బందులూ రావచ్చు. మట్టికుండలో నీళ్లు తాగడం చాలా మంచిది. 2. దాహం వేసినప్పుడు నీళ్లు తాగడం: దాహం వేస్తుంటే మీ శరీరం అప్పటికే డీహైడ్రేషన్కు గురైందని అర్థం. కాబట్టి దాహం వేసినా వేయకపోయినా అరగటంకు ఒకసారి నీళ్లు తాగుతూ ఉండాలి. లేదంటే వడదెబ్బ తగిలే ప్రమాదం ఉంది. 3. కెఫీన్, కూల్ డ్రింక్స్: ఎండాకాలంలో మనం తీసుకునే ఆహారం చాలా ముఖ్యం. ఎండల సమయంలో జీర్ణక్రియ కొంచెం మందగిస్తుంది. అందుకే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్త అవసరం. మసాలాలు, వేపుళ్లకు దూరంగా ఉండాలి. చలువ చేసే పదార్థాలు తినేందుకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. పుచ్చకాయ, దోసకాయ, కర్బుజ వంటి నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండే పండ్లను తీసుకోవాలి. పెరుగు, మజ్జిగను భోజనంలో తప్పనిసరి చేసుకోవాలి. 4. చర్మ రక్షణ: ఎండాకాలంలో చెమటల వల్ల చర్మంపై దద్దుర్లు, ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే రోజూ రెండుసార్లు స్నానం చేయడం వల్ల శరీరం చల్లబడటమే కాదు.. బ్యాక్టీరియా నుంచి రక్షణ పొందుతుంది. 5. ఆహారం: ఎండాకాలంలో మనం తీసుకునే ఆహారం చాలా ముఖ్యం. ఎండల సమయంలో జీర్ణక్రియ కొంచెం మందగిస్తుంది. అందుకే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్త అవసరం. మసాలాలు, వేపుళ్లకు దూరంగా ఉండాలి. చలువ చేసే పదార్థాలు తినేందుకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. పుచ్చకాయ, దోసకాయ, కర్బుజ వంటి నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండే పండ్లను తీసుకోవాలి. పెరుగు, మజ్జిగను భోజనంలో తప్పనిసరి చేసుకోవాలి.