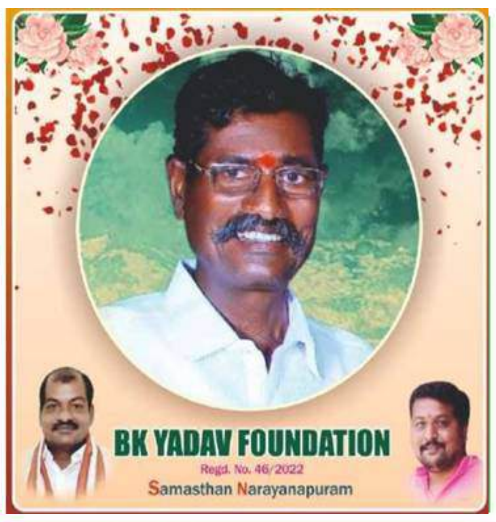


www.manavaarthamirror.com
మన
వార్త మిర్రర్
తెలుగు దినపత్రిక
శనివారం
15 ఆగస్టు 2026
సంపుటి : 10 సంచిక :14 రంగారెడ్డి ఎడిటర్ బి. శ్రీధర్ యాదవ్ పేజీలు 8 వెల 4/-

వాళ్లది డీఎస్సీ.. వీళ్లది ఏపీపీఎస్సీ.. పరీక్షలను రౌండప్ చేసిన పాలిటిక్స్

ఏ ఫర్ ఆంధ్రా, పీ ఫర్ పాలిటిక్స్. పాలిటికల్లీ మాంచి డెన్సిటీ ఉండే రాష్ట్రంగా ఏపీకి ప్రత్యేక క్రెడిట్టే ఉంది.

ఇక్కడ పార్టీలకు బీపీలు రైజవ్వడం ఎప్పుడూ కొత్తకాదు.

కానీ, ఎప్పటికప్పుడు కొత్తగానే ఉంటుంది ఏపీలో రాజకీయ చదరంగం.

ఏ పార్టీ ఎప్పుడు ఏ పాచిక వేస్తుందో ఏ పార్టీకీ తెలీదు. ఎగస్పార్టీల్ని అనుక్షణం అణువణువూ చదువుతుండాల్సిందే.

ఇక్కడ ప్రతీ ఇయరూ ఎలక్షన్ ఇయరే. ఓటుబ్యాంకులకు కన్నమెయ్యడం మీదే పార్టీలకు కన్ను.

రాబోయే స్థానిక ఎన్నికలకు నగారా మోగకముందే, మందుగుండు సిద్ధం చేసుకుంటున్నాయి పార్టీలు.

2029కి ఇప్పటినుంచే వామప్ మ్యాచ్‌లకు ప్యాడ్లు కట్టుకుంటున్నాయి టీడీపీ-వైసీపీ. ఎలాగో డీటెయిల్డ్‌గా చూద్దాం. స్వర్ణాంధ్ర, సుగుణాంధ్ర, సౌభాగ్యాంధ్ర సంగతేమో గాని, పెనం మీద అట్టులా ఉడికిపోతోంది పొలిటికలాంధ్ర. టీడీపీ అండ్ వైసీపీ. కత్తులు కటార్లూ కొత్తకొత్తగా నూరుకుంటున్నాయి. బ్రాండ్‌న్యూ ఆస్త్రాలతో రాష్ట్రాన్ని వార్‌జోన్‌గా మార్చేస్తున్నాయి. ఒక పార్టీ ఎత్తువేస్తే, దానికి ముందే పైఎత్తు రెడీ చేసుకుంటోంది ఇంకో పార్టీ. ఎవ్వరికెవరూ తీసిపొయ్యేలా లేరు. సడన్‌గా ఎందుకింతగా వేడెక్కింది ఏపీలో రాజకీయం? ఏదైనా ప్రత్యేక కారణం ఉందా? ఏపీలో రెండు పవర్‌ఫుల్ వెపన్స్‌తో పందెంకోళ్లలా ఢీకొడుతున్నాయి ప్రభుత్వం అండ్ విపక్షం. ఒకటి- మెగా డీఎస్సీ నిర్వహణలో లోపాలు, రెండోది- అమరావతి నిర్మాణానికి అవుతున్న ఖర్చు. నిన్నటిదాకా రోడ్డుమీదే నల్లజెండాలతో వాళ్లు, ప్రెస్‌మీట్లలో పచ్చజెండాల వెనుక వీళ్లు.. కౌంటర్లు - ఎన్‌కౌంటర్లతో తెగ బాదేసుకున్నారు. ఆగస్టు 17 నుంచి మొదలయ్యే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో కూడా ఇవే చర్చకు రాబోతున్నాయా? త్వరలో రాబోయే స్థానిక ఎన్నికలకూ తూటాలు-తపంచాలు సిద్ధమైనట్టేనా? రాజధానికి తొలిమెట్టు పడింది.. ఇక అమరావతిని ఎవ్వరూ ఆపలేరు అని కూటమి ప్రభుత్వం దండోరా వాయిస్తోంది. సీడ్ యాక్సెస్ రోడ్డును, ప్రజాప్రతినిధుల రెసిడెన్షియల్ కాంప్లెక్స్‌ను అట్టహాసంగా ప్రారంభించి, అదరహో రేంజ్‌లో సౌండిచ్చింది కూటమి ప్రభుత్వం. వెంటనే సీన్‌లోకి వచ్చేశారు వైసీపీ ఫైర్‌బ్రాండ్ లీడర్లు. ఒక రోడ్డేసి, నాలుగు టవర్లు కట్టి, దాన్నే రాజధాని అంటారేంటి, మరీ విడ్డూరం కాకపోతే అని తిరగమాత పెట్టేస్తున్నారు. పని తక్కువ-ప్రచారం ఎక్కువ అని తమతమ స్టైల్లో సెటైర్లు దంచికొడుతున్నారు. అటు, అమరావతిలో నిర్మాణాలకయ్యే ఖర్చు కూడా పొలిటికల్ కంటెంట్‌గా మారిపోయింది. మరీ విడ్డూరం కాకపోతే అని తిరగమాత పెట్టేస్తున్నారు. పని తక్కువ-ప్రచారం ఎక్కువ అని తమతమ స్టైల్లో సెటైర్లు దంచికొడుతున్నారు. అటు, అమరావతిలో నిర్మాణాలకయ్యే ఖర్చు కూడా పొలిటికల్ కంటెంట్‌గా మారిపోయింది.

గోదావరి పుష్కరాలకు భారీ ఏర్పాట్లు..

రూ.1000 కోట్లు కేటాయించిన తెలంగాణ ప్రభుత్వం

గోదావరి పుష్కరాలపై రేవంత్ సర్కారు ఫోకస్

సెప్టెంబర్ మొదటి వారం నుంచి పనులు ప్రారంభించాలని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ఆదేశం

రద్దీ ఎక్కువగా ఉండే ప్రాంతాల్లో ప్రత్యేక అధికారుల నియామకం

పనుల పురోగతిని పర్యవేక్షించేందుకు ప్రత్యేక డాష్‌బోర్డ్

పనుల్లో నిర్లక్ష్యం వహిస్తే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరిక

2027లో జరగనున్న గోదావరి పుష్కరాలను అత్యంత వైభవంగా, భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా నిర్వహించేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఇప్పటి నుంచే సన్నాహాలు ప్రారంభించింది. ఈ పుష్కరాల పనుల కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రూ.1000 కోట్లు కేటాయించినట్లు ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు వెల్లడించారు. సెప్టెంబర్ మొదటి వారంలోనే పనులు ప్రారంభించి, ఆగస్టు నెలాఖరు నాటికి టెండర్ల ప్రక్రియ పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. నేడు డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ తెలంగాణ సచివాలయంలో 'గోదావరి పుష్కరాలు-2027'పై ఏర్పాటు చేసిన కేబినెట్ సబ్ కమిటీ సమావేశానికి మంత్రి శ్రీధర్ బాబు అధ్యక్షత వహించారు. ఈ సమావేశంలో మంత్రులు

(మిగతా 2వ పేజీలో)

ప్రతి విద్యార్థికీ ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్

ఈ విద్యా సంవత్సరం నుంచే పూర్తి రీయింబర్స్‌మెంట్

ఏటా రూ.2,400 కోట్ల నిధులు ముందుగానే సిద్ధం

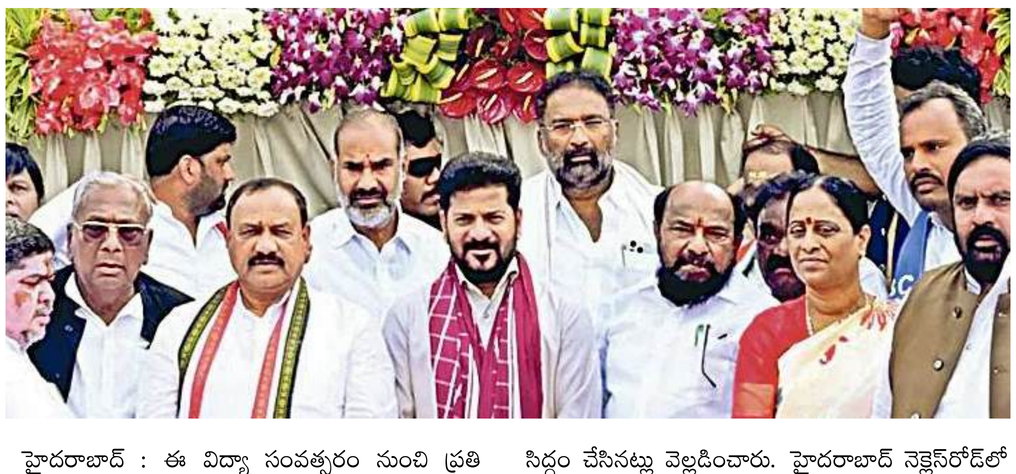
విద్యార్థుల ఖాతాల్లో నేరుగా జమ చేస్తామని సీఎం హామీ

చదువుతోనే జీవితాల్లో మార్పు.. ఫులె స్ఫూర్తితో ముందుకు

విద్యతో పాటు సాంకేతిక నైపుణ్యాలు పెంచుకోవాలని సూచన

క్రీడల్లో పతకాలు సాధిస్తే నగదు ప్రోత్సాహకాలు, ఉద్యోగాలు

బీసీల సామాజిక, ఆర్థిక అభ్యున్నతే లక్ష్యమన్న రేవంత్‌రెడ్డి



హైదరాబాద్ : ఈ విద్యా సంవత్సరం నుంచి ప్రతి విద్యార్థికి ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ మొత్తాన్ని సంపూర్ణంగా అందిస్తామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి ప్రకటించారు. విద్యార్థులు ఎవరి వద్దా చేయి చాచాల్సిన అవసరం లేకుండా ప్రతి సంవత్సరం ముందుగానే నిధులు సిద్ధం చేసి నేరుగా వారి ఖాతాల్లో జమ చేస్తామని తెలిపారు. ఇందుకోసం ఏటా రూ.2,400 కోట్లను ముందస్తుగానే సిద్ధం చేసినట్లు వెల్లడించారు. హైదరాబాద్ నెక్లెస్‌రోడ్‌లో హెచ్‌ఎండీఏ మైదానం సమీపంలో శుక్రవారం మహాత్మా జ్యోతిబా ఫులె, సావిత్రీబాయి ఫులె విగ్రహాలను సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి, ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క కలిసి ఆవిష్కరించారు. అనంతరం నిర్వహించిన బహిరంగ సభలో

(మిగతా 2వ పేజీలో)

డిసెంబర్‌లో 'ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ'!

పెట్టుబడుల అవకాశాలను ప్రపంచానికి చాటేలా 'గ్లోబల్ సమ్మిట్ 2.0'

డిసెంబర్ 7, 8, 9 తేదీల్లో సదస్సు నిర్వహణకు కేబినెట్ నిర్ణయం

రక్షణ, ఏరోస్పేస్, ఫార్మా రంగాలపై ప్రత్యేక దృష్టి

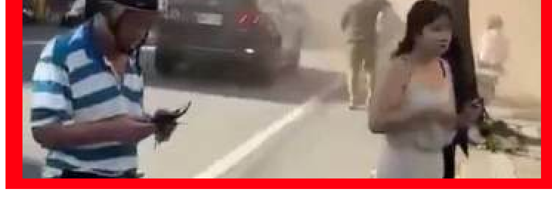
ఫ్యూచర్ సిటీ ప్రణాళిక ఆవిష్కరణ.. ఆవిష్కరణలతో ప్రత్యేక ప్రదర్శనలు

నేటి నుంచి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా స్మార్ట్ రేషన్ కార్డుల పంపిణీ

హైదరాబాద్: తెలంగాణలో పెట్టుబడులకు ఉన్న అపార అవకాశాలను ప్రపంచానికి చాటిచెప్పేలా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరో భారీ పారిశ్రామిక సదస్సుకు సిద్ధమవుతోంది. గత ఏడాది నిర్వహించిన 'తెలంగాణ రైజింగ్ గ్లోబల్ సమ్మిట్'కు కొనసాగింపుగా ఈ ఏడాది 'ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ' థీమ్‌తో డిసెంబర్ 7, 8, 9 తేదీల్లో

(మిగతా 2వ పేజీలో)

ఇండోనేషియాలో 7.7 తీవ్రతతో భారీ భూకంపం.. సునామీ హెచ్చరికలు జారీ!



తీరప్రాంత ప్రజలను ఖాళీ చేయాలని ఆదేశాలు

సముద్రంలో 10 కిలోమీటర్ల లోతులోనే భూకంప కేంద్రం

పొరుగు దేశాలను కూడా అప్రమత్తం చేసిన అధికారులు

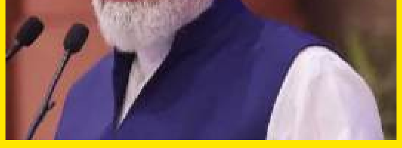
రాష్ట్రపతి ప్రసంగం దేశ బలానికి నిదర్శనం: ప్రధాని మోదీ

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ ప్రసంగంపై రాష్ట్రపతికి ప్రధాని మోదీ ప్రశంసలు

రాష్ట్రపతి ప్రసంగం దేశ సుస్థిరతను ప్రతిబింబిస్తోందన్న ప్రధాని

గత పదేళ్లలో సాధించిన అభివృద్ధిని ప్రస్తావించిన రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము

మహిళలు, యువత, పేదల సంక్షేమ పథకాలపై ప్రత్యేక ప్రస్తావన



హిందూ కుటుంబాలను వేధిస్తూ.. మైనారిటీలకు ఉచిత విద్యుత్ ఇస్తారా?: రాంచందర్‌రావు

పాతబస్తీలో 200 యూనిట్ల ఉచిత విద్యుత్ అందించామని రేవంత్ చెప్పారన్న రాంచందర్‌రావు

విద్యుత్ బిల్లులు చెల్లించని మైనార్టీలపై సానుభూతి ఎందుకని ప్రశ్న

ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాలు చేస్తున్నారని మండిపాటు

ఇటిక్యాల గ్రామ సేవా సమితి ఆధ్వర్యంలో బస్ షెల్టర్ నిర్మాణం

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 14

జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలం ఇటిక్యాల గ్రామంలో ప్రజల దీర్ఘకాలిక డిమాండ్ మేరకు గ్రామ సేవాసమితి ఆధ్వర్యంలో లక్ష రూపాయల నిధులతో ప్రభుత్వ హైస్కూల్ దగ్గర నూతనంగా నిర్మించిన బస్ షెల్టర్ ను శుక్రవారం సమితి అధ్యక్షులు అనుపురం చిన్న లింబాద్రిగౌడ్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గ్రామంలోని విద్యార్థులు, మహిళలు, వృద్ధులు ఎండ, వర్షాల్లో తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, ఈ సమస్యను పరిష్కరించేందుకు గ్రామ సేవా సమితి సభ్యులందరూ కలిసి నిర్ణయం తీసుకున్నామన్నారు. గ్రామ అభివృద్ధికి ప్రభుత్వ నిధులతో పాటు ప్రజా భాగస్వామ్యం కూడా అవసరమని ఆయన అన్నారు. భవిష్యత్తులోనూ గ్రామ అభివృద్ధికి ఇలాంటి సేవా కార్యక్రమాలు కొనసాగిస్తామని తెలిపారు. బస్ షెల్టర్ ప్రారంభంతో ఇకపై గ్రామస్తులు ఎలాంటి వాతావరణంలోనైనా సురక్షితంగా బస్సుల కోసం వేచి ఉండవచ్చని గ్రామస్తులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ నిరటి శ్రీనివాస్, ఆత్మ చైర్మన్ గంగారెడ్డి, ఉప సర్పంచ్ నాగిరెడ్డి సాయిరెడ్డి, వార్డ్ మెంబర్ నిగ భూమేష్, గ్రామ సేవా సమితి ఉపాధ్యక్షులు ఓరగంటి శేఖర్, కార్యదర్శి సిరికొండ రాజు, కోశాధికారి నాగిరెడ్డి మల్లారెడ్డి, సలహాదారుడు రొట్టె శ్రీనివాస్, కార్యవర్గ సభ్యులు, గ్రామ పెద్దలు, నాయకులు, వార్డు సభ్యులు, యువకులు, మహిళలు, విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని సమితి సభ్యులను అభినందించారు.

హైదరాబాద్ పోలీసులకు రెండు ప్రతిష్టాత్మక సేవా పతకాలు

సికింద్రాబాద్, వార్త మిర్రర్, ఆగస్టు 14: స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని హైదరాబాద్ పోలీసు విభాగానికి చెందిన ఇద్దరు అధికారులు ప్రతిష్టాత్మక సేవా పతకాలకు ఎంపికయ్యారు. అదనపు డీసీపీ జె. నరసయ్యకు రాష్ట్రపతి విశిష్ట సేవా పతకం, సైబర్ క్రైమ్ ఏసీపీ ఆర్. శివమారుతికి విశిష్ట సేవా పతకం లభించింది.పోలీసు విభాగంలో అందించిన విశిష్ట సేవలను గుర్తిస్తూ కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ సేవా పతకాలను ప్రకటించింది. ఈ సందర్భంగా హైదరాబాద్ పోలీసు కమిషనర్ సజ్జనార్ ఇద్దరు అధికారులను అభినందించి, పోలీసు శాఖకు వారు అందించిన సేవలను ప్రశంసించారు. వారి సేవలు పోలీసు విభాగంలోని సిబ్బందికి స్ఫూర్తిదాయకమని పేర్కొన్నారు.

ఒకే చోట ప్రముఖ బ్రాండ్లు.. పూర్తి షాపింగ్ అనుభవం

సికింద్రాబాద్,వార్త మిర్రర్ ఆగస్టు 14:

ప్రముఖ పాదరక్షలు, వస్త్ర ఉత్పత్తులను ఒకే చోట అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చే లక్ష్యంతో ఉప్పల్ టు తార్నాక రోడ్డులో లో గోవిన్ పాదరక్షలు, వస్త్రాల నూతన దుకాణాన్ని ప్రారంభించారు. జబర్దస్త్ ఫేమ్ హైపర్ ఆది ముఖ్య అతిథిగా హాజరై దుకాణాన్ని ప్రారంభించారు.ఇప్పటికే పలు ప్రాంతాల్లో దుకాణాలను నిర్వహిస్తున్న గోవిన్ సంస్థ వినియోగదారుల అభిరుచికి అనుగుణంగా వివిధ రకాల పాదరక్షలు, వస్త్రాలను ఒకే వేదికపై అందుబాటులో ఉంచింది. పురుషులు, మహిళలు, పిల్లల కోసం వివిధ నమూనాలు, రంగులు, డిజైన్లలో పాదరక్షలను ఏర్పాటు చేశారు. బూట్లు, స్లైడ్లు, శిక్షణకు ఉపయోగించే పాదరక్షలు, అధికారిక, సాధారణ, అర్ధ సాధారణ పాదరక్షలతో పాటు చెప్పులు, స్లిప్పర్లను అందుబాటులో ఉంచారు.అలాగే ప్రత్యేక నమూనాల్లో పాదరక్షలను కూడా అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చారు. పురుషుల కోసం సాధారణ, అధికారిక, అర్ధ సాధారణ, జీవనశైలి వస్త్రాల్లో వివిధ రకాల నమూనాలు, రంగులు, డిజైన్లను అందిస్తున్నట్లు సంస్థ ప్రతినిధులు తెలిపారు.ఒక్కో బ్రాండ్ కోసం వేర్వేరు దుకాణాలను సందర్శించాల్సిన అవసరం లేకుండా.. నచ్చిన రకం, నమూనా, డిజైన్, ధరలను ఒకే చోట పరిశీలించి ఎంపిక చేసుకునే విధంగా దుకాణాన్ని తీర్చిదిద్దామని సంస్థ చైర్మన్ తెలిపారు. పాదరక్షల నుంచి పురుషుల వస్త్రాల వరకు కుటుంబ సభ్యుల అవసరాలకు అనుగుణంగా ఒకే చోట కొనుగోలు చేసే అవకాశం కల్పిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు.హబ్సిగూడ, పరిసర ప్రాంతాల ప్రజలు నూతన దుకాణాన్ని సందర్శించి అందుబాటులో ఉన్న ఉత్పత్తులను పరిశీలించాలని సంస్థ ప్రతినిధులు కోరారు.

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి ముందు త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎగురవేసిన చిన్నారి ప్రతిష్ఠత

సికింద్రాబాద్, వార్త మిర్రర్ ఆగస్టు 14: స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని నగరంలో నిర్వహించిన ముందస్తు వేడుకల్లో చిన్నారి ప్రతిష్ఠత ఉత్సాహంగా పాల్గొని జాతీయ జెండాను ఎగురవేసింది. త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఆవిష్కరిస్తూ చిన్నారి చూపిన ఆనందం అందరినీ ఆకట్టుకుంది.స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లో భాగంగా చిన్నారి ప్రతిష్ఠ ఎంతో ఉత్సాహంగా జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేసింది. ఆమె పాల్గొనడంతో కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక శోభ చేకూరింది. చిన్నారుల్లో చిన్ననాటి నుంచే దేశభక్తి, జాతీయ జెండాపై గౌరవభావం పెంపొందించాల్సిన అవసరాన్ని ఈ కార్యక్రమం చాటిచెప్పింది.ప్రతిష్ఠ ఆనందోత్సాహాలతో పాల్గొన్న తీరు వేడుకల్లో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచి, అందరికీ మధుర జ్ఞాపకంగా మిగిలింది.

శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి ఆలయ నూతన కమిటీ ప్రమాణ స్వీకారం

చైర్మన్‌గా బొబ్బిళ్ళ మురళీ గురుస్వామి బాధ్యతల స్వీకారం

వార్త మిర్రర్ చౌటుప్పల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 14

చౌటుప్పల్ మున్సిపల్ కేంద్రంలో ఉన్న భవానీ నగర్‌లోని శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి దేవాలయ నూతన పాలకమండలి ప్రమాణ స్వీకార మహోత్సవం వైభవంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి మునుగోడు శాసనసభ్యులు కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.?దేవాదాయ, ధర్మాదాయ శాఖ అధికారిణి వెంకటలక్ష్మి సమక్షంలో ఆలయ నూతన చైర్మన్‌గా బొబ్బిళ్ళ మురళీ గురుస్వామి, ధర్మకర్తలుగా వరకల రవి గౌడ్, ఆవుల యేసు యాదవ్, దాడి యశ్వంత్ రెడ్డి, గుగులోతు అరుణ నాయక్ ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి నూతన కార్యవర్గానికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ, ఆలయ అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని ఆకాంక్షించారు.?ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ మోగదాల పావని రమేష్ గౌడ్, వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ ఉబ్బు వెంకటయ్య, మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ గోశిక వినయ్ కుమార్, మార్కెట్ వైస్ చైర్మన్ ఆకుల

ఇంద్రసేనారెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ మున్సిపల్ అధ్యక్షుడు కాసర్ల శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మండల అధ్యక్షుడు బోయ దేవేందర్, స్థానిక కౌన్సిలర్ పిల్లలమర్రి మధుసూదన్, నాయకులు పబ్బు రాజు గౌడ్, వేన్‌రెడ్డి రాజు, మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు, వివిధ పార్టీల ప్రతినిధులు, వ్యాపార ప్రముఖులు మరియు పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు..

కస్టమర్లకు, మార్కెటింగ్ మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు 80 వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు

మన వార్త మిర్రర్ తెలంగాణ స్టేట్ బ్యూరో

మన దేశ స్వేచ్ఛ కోసం ప్రాణాలర్పించిన అమరుల త్యాగాలను స్మరిస్తూ, ఐక్యతతో దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపించుకుందాం, ఎందరో మహానుభావుల పోరాట ఫలితంగా దక్కిన ఈ స్వేచ్ఛను గౌరవిస్తూ మన త్రివర్ణ పతాకం ఎల్లప్పుడూ సగర్వంగా రెపరెపలాడాలని కోరుకుందాం, శాంతి, సమృద్ధి, సంతోషాలతో అందరం ఈ పండుగను ఆనందంగా జరుపుకుందాం జైహింద్

భారతీయులకు, బంధుమిత్రులకు, నా సేవా సమితి సభ్యులకు 80 వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు

మన వార్త మిర్రర్ తెలంగాణ స్టేట్ బ్యూరో

మన దేశ స్వేచ్ఛ కోసం ప్రాణాలర్పించిన అమరుల త్యాగాలను స్మరిస్తూ, ఐక్యతతో దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపించుకుందాం, ఎందరో మహానుభావుల పోరాట ఫలితంగా దక్కిన ఈ స్వేచ్ఛను గౌరవిస్తూ మన త్రివర్ణ పతాకం ఎల్లప్పుడూ సగర్వంగా రెపరెపలాడాలని కోరుకుందాం, శాంతి, సమృద్ధి, సంతోషాలతో అందరం ఈ పండుగను ఆనందంగా జరుపుకుందాం జైహింద్కృష్ణ గోపాల్ సేవా సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు, స్వర్ణ నంది అవార్డు గ్రహీత, గ్లోబల్ ఐకాన్ అవార్డు గ్రహీత, డాక్టర్ కపిల్ కుమార్ అగర్వాల్

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజలకు నా బంధుమిత్రులకు శ్రేయోభిలాషులకు 80 వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు

మన వార్త మిర్రర్ తెలంగాణ స్టేట్ బ్యూరో

మన దేశ స్వేచ్ఛ కోసం ప్రాణాలర్పించిన అమరుల త్యాగాలను స్మరిస్తూ, ఐక్యతతో దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపించుకుందాం, ఎందరో మహానుభావుల పోరాట ఫలితంగా దక్కిన ఈ స్వేచ్ఛను గౌరవిస్తూ మన త్రివర్ణ పతాకం ఎల్లప్పుడూ సగర్వంగా రెపరెపలాడాలని కోరుకుందాం, శాంతి, సమృద్ధి, సంతోషాలతో అందరం ఈ పండుగను ఆనందంగా జరుపుకుందాం జైహింద్స్ఫూర్తి ఫౌండేషన్ చైర్మన్, స్ఫూర్తి విద్యాసంస్థల చైర్మన్, రంగారెడ్డి జిల్లా డిగ్రీ ప్రైవేటు కళాశాలల కమిటీ చైర్మన్ రాపర్తి సురేష్ గౌడ్

మహాత్మా జ్యోతిబా ఫూలే, సావిత్రీబాయి ఫూలే దంపతుల విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించడం హర్షణీయం- రాపర్తి సురేష్ గౌడ్

యాదాద్రి మన వార్త మిర్రర్ ప్రతినిధి

విద్య, సమానత్వం, సామాజిక న్యాయం కోసం తమ జీవితాలను అంకితం చేసిన మహనీయులు జ్యోతిబా ఫూలే, సావిత్రీబాయి ఫూలే. అణగారిన వర్గాలకు విద్యను అందించడమే సమాజ అభివృద్ధికి మార్గమని నమ్మి, ఎన్నో అవరోధాలను ఎదుర్కొని వారు చేసిన పోరాటం తరతరాలకు స్ఫూర్తిదాయకం అని స్ఫూర్తి ఫౌండేషన్ చైర్మన్, స్ఫూర్తి విద్యాసంస్థల చైర్మన్ రాపర్తి సురేష్ గౌడ్

త్రివర్ణ పతాక ర్యాలీ కార్యక్రమం

వార్త మిర్రర్ చౌటుప్పల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 14

చౌటుప్పల్ మండల కేంద్రంలోని బస్టాండ్ నుండి ఎమ్మార్వో కార్యాలయం వరకు స్కూల్ విద్యార్థులు, కళాశాల విద్యార్థులు వివిధ పార్టీ నాయకులు, ఉపాధ్యాయులతో కలిసి త్రివర్ణ పతాక ర్యాలీ ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా చౌటుప్పల్ ప సీఐ జి. మన్మథ కుమార్ విద్యార్థులతో కలిసి ర్యాలీలో పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ జాతీయ జెండా పట్ల గౌరవం, దేశభక్తి, జాతీయ సమైక్యత మరియు ఐక్యతా భావాన్ని పెంపొందించేలా విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించారు. ర్యాలీని ఉత్సాహంగా, ప్రశాంత వాతావరణంలో నిర్వహించడం జరిగింది.

విద్యార్థులు చదువుతోపాటు సంస్కృతిక, క్రీడా ఇతర సహపాఠ్య కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనాలి- జిల్లా ఎస్పీ

విద్యార్థుల్లోని ప్రతిభను వెలికి తీసి ప్రోత్సహిస్తున్న పాఠశాల యాజమాన్యానికి- ఎస్పీ ప్రశంసలు

యాదాద్రి మన వార్త మిర్రర్ ప్రతినిధి

హైదరాబాద్ యాదగిరి టోల్‌వే ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ ఆధ్వర్యంలో ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులను ప్రోత్సహించే ఉద్దేశంతో భువనగిరి కె.వి స్కూల్‌లో 2026 కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమానికి యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా ఎస్ పి అక్షాన్ష్ యాదవ్ ఐపీఎస్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. కార్యక్రమానికి విచ్చేసిన ఎస్ పి అక్షాన్ష్ యాదవ్ గారికి పాఠశాల విద్యార్థులు ఘన స్వాగతం పలికారు.ఈ సందర్భంగా భువనగిరి, బీబీనగర్ పరిధిలోని వివిధ ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అత్యధిక మార్కులు సాధించిన ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులకు ×చీజు=×ూజు ×చీ్రా×=జు ూాెౌా=ఙూ అందజేశారు. విద్యార్థుల విద్యా ప్రతిభను గుర్తించి, వారిని మరింత ఉన్నత లక్ష్యాల వైపు ప్రోత్సహించేందుకు ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.అవార్డుల ప్రదానోత్సవం అనంతరం విద్యార్థులు తమ ప్రతిభ, సృజనాత్మకత మరియు సాంస్కృతిక నైపుణ్యాలను చాటుతూ వివిధ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలను ప్రదర్శించారు. విద్యార్థుల అద్భుతమైన ప్రదర్శనలు కార్యక్రమానికి హాజరైన వారిని విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి.విద్యార్థుల సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలను ఎస్పీ అక్షాన్ష్ యాదవ్ ఐపీఎస్ అభినందించారు. విద్యార్థులు చదువుతో పాటు సాంస్కృతిక, క్రీడా మరియు ఇతర సహపాఠ్య కార్యక్రమాల్లో కూడా చురుకుగా పాల్గొనాలని సూచించారు. అవార్డులు అందుకున్న విద్యార్థులను అభినందించడంతో పాటు, విద్యార్థుల్లోని ప్రతిభను వెలికితీసి ప్రోత్సహిస్తున్న పాఠశాల యాజమాన్యం, ఉపాధ్యాయులు మరియు కార్యక్రమ నిర్వాహకులను ప్రశంసించారు.ఈ కార్యక్రమంలో డి.ఎస్.పి ప్రభాకర్ రెడ్డి, భువనగిరి టౌన్ సీఐ రమేష్, ట్రాఫిక్ సి ఐ మధుసుధన్, ఎస్ ఐ మరియు ఇతర పోలీసు సిబ్బంది, కె.వి స్కూల్ యాజమాన్యం, ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.అనంతరం ఎస్పీ అక్షాన్ష్ యాదవ్ పాఠశాల ప్రాంగణంలోని వివిధ ప్రాంతాలను సందర్శించి, విద్యార్థులకు అందుబాటులో ఉన్న సౌకర్యాలు మరియు మౌలిక వసతులను పరిశీలించారు. పాఠశాల అధికారులతో మాట్లాడి విద్యార్థుల విద్యా మరియు సమగ్ర అభివృద్ధికి అందిస్తున్న సౌకర్యాల గురించి వివరాలు తెలుసుకున్నారు. ఇన్స్పైర్ అవార్డ్స్ 2026 కార్యక్రమం ద్వారా విద్యా ప్రతిభను గుర్తించడంతో పాటు, విద్యార్థుల్లో దాగి ఉన్న సాంస్కృతిక ప్రతిభను ప్రోత్సహించి, యువతను ఉన్నత లక్ష్యాల వైపు నడిపించేందుకు ఒక చక్కని వేదికగా నిలిచింది.

మహిళా సాధికారికత కోసం ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోంది

జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే సంజయ్ కుమార్

ఆలూరు లో మహిళా సంఘం భవనాన్ని ప్రారంబించిన ఎమ్మెల్యే.

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగష్టు 14

మహిళా సాధికారికత కోసం ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని ఎమ్మెల్యే డా సంజయ్ కుమార్ అన్నారు. జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలం ఆలూరు గ్రామంలో శుక్రవారం నాడు 10 లక్షల నిధులతో నిర్మించిన మహిళా సంఘం భవనాన్ని ప్రారంబించారు. అనంతరం గ్రామంలో ప్లాస్టిక్ నియంత్రణ కార్యక్రమం లో భాగంగా మహిళల చే ఏర్పాటు చేసిన స్టీల్ బ్యాంక్ ను ప్రారంభించారు. మహిళ కోసం ప్రభుత్వం ఉల్లాస్ కార్యక్రమంలో మహిళా సంఘం సభ్యులకు విద్య బోధన చేయటం జరిగింది. జిల్లా కేంద్రంలో 5 కోట్ల తో ఇందిర మహిళ శక్తి భవనం. ప్రభుత్వం ఇస్తున్న లోన్ ను మహిళలు ఉపయోగించుకొని వ్యాపార వేత్తలుగా ఎదగాలి.. మహిళల పేరు మీద రెండో విడత 20 ఇండ్లు మంజూరు చేస్తాం. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యూనియన్ బ్యాంక్ ఆధ్వర్యం లో ఆర్ సెటి లో మహిళలు వృత్తి విద్య శిక్షణ తరగతులు నిర్వహించే కార్యక్రమం జగిత్యాల గొల్లపల్లి రోడ్డులో ప్రారంభించడం జరిగింది. 3 కోట్ల తో ఆర్- సెటి భవనం నిర్మించబోతున్నాం. రూరల్ సెల్ఫ్ ఎంపవర్మెంట్ ట్రైనింగ్ ఇనిస్టిట్యూట్. కరీంనగర్ రోడ్డులో 7కోట్ల తో ఏటీసీ సెంటర్ నిర్మాణం తో వృత్తి విద్యా కోర్సులు అందుబాటులో ఉన్నాయని అన్నారు. యువత మహిళల కోసం ప్రభుత్వం అనేక కార్యక్రమాలు చేపట్టింది. 235 కోట్ల తో అతి పెద్ద దావాఖాన నిర్మిస్తున్నాం. పాత బస్టాండ్ లో ట్రామా సెంటర్ ఏర్పాటు చేస్తున్నాం...విద్య వైద్యానికి ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యం. ఆలూరు గ్రామంలో ప్లాస్టిక్ నియంత్రణ కార్యక్రమాలు అభినందనీయం. జగిత్యాల వయా ఆలూరు రాయికల్ బస్ రవాణా కు కృషి చేస్తా అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపిడిఓ చిరంజీవి, ఎంపీవో సుష్మ, సర్పంచ్ స్వామి, ఉప సర్పంచ్ మహేష్, పాక్స్ చైర్మెన్ ధీటి రాజిరెడ్డి, మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు రవీందర్ రావు, మాజీ సర్పంచ్ లు భాస్కర్ రావు, రామ్ రెడ్డి, రాజనగర్ సర్పంచ్ రాజేష్, డి ఈ మిలింద్, లాల్చావుల రాజన్న, మహిళ సమాఖ్య సభ్యులు, మండల గ్రామ నాయకులు, అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాజకీయ అజ్ఞాని రాహుల్

అవగాహన లేని వ్యాఖ్యలతో దేశం పరువు తీయొద్దు.

బిజెపి నాయకులు నలువాల తిరుపతి, మర్రిపెల్లి సత్యమ్.

వార్త మిర్రర్ జగిత్యాల ప్రతినిధి ఆగష్టు 14

జగిత్యాల: భాజపా ఆర్ఎస్ఎస్ అంటే విదూషకుల బృందం అని వాటికి దేశం పట్ల అవగాహన లేదని కాంగ్రెస్ పార్లమెంటరీ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ చేసిన వ్యాఖ్యలు దేశద్రోహులకు వంత పాడే విధంగా ఉన్నాయని, అవగాహన లేని వ్యాఖ్యలతో దేశం పరువు తీయొద్దు అని బిజెపి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి నలువాల తిరుపతి, బిజెపి ఓబీసీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు మర్రిపెల్లి సత్యమ్ లు విమర్శించారు. జిల్లా పార్టీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడుతూ ఆర్ఎస్ఎస్ అంటే దేశభక్తులను తయారు చేసే గొప్ప కర్మాగారం అని రాహుల్ గాంధీ తెలుసుకోకపోవడం ఆయన రాజకీయ అజ్ఞానానికి నిదర్శనమని అన్నారు. దేశానికి స్వాతంత్రం కాంగ్రెస్ పార్టీ వల్లే వచ్చిందని గొప్పలు చెప్పే రాహుల్ గాంధీ కాంగ్రెస్ పార్టీ మొట్టమొదటి అధ్యక్షులు ఏ.ఓ హ్యూమ్ అనే ఒక బ్రిటిషరును అధ్యక్షులుగా ఎందుకు చేశారో సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. ఆర్ఎస్ఎస్ అనే దేశభక్తి గల సంస్థ లేకుంటే నెహ్రూ పరిపాలనలో ఈశాన్య భారతం లోని ఎనిమిది రాష్ట్రాలు పాకిస్థాన్లో కలిసేవని గుర్తెరగాలని అన్నారు. కాంగ్రెస్ హాయంలో ఈశాన్య రాష్ట్రాల్లో పాకిస్తాన్, బర్మా,బంగ్లాదేశ్,ఆఫ్ఘనిస్తాన్ లాంటి దేశాల నుండి వచ్చిన శరణార్థులకు ఎర్ర తివాచి పరచి స్వాగతం పలికి రేషన్ కార్డులు,ఆధార్ కార్డులు లాంటివి ఇచ్చి భారతదేశాన్ని శరణార్థులకు ధర్మసత్రంలా కాంగ్రెస్ పార్టీ మార్చడం వల్లనే ఈశాన్య రాష్ట్రాల్లో హిందువులు మైనార్టీలుగా మారారని ఫలితంగా రావణ కాష్టంలా జరుగుతున్న అల్లర్లకు కాంగ్రెస్ పార్టీయే కారణమని అన్నారు. దేశభక్తులను విమర్శించడం దేశం పట్ల చౌకబారు విమర్శలు చేయడం రాజ్యాంగబద్ధంగా ఎన్నికై దేశంలో అత్యున్నత పదవిలో ఉన్నవారిని వ్యక్తిగతంగా విమర్శించడం రాహుల్ గాంధీకి అలవాటైందని దానికి ఫలితంగా సుప్రీంకోర్టు ఎన్నిసార్లు చీవాట్లు పెట్టిన పిల్ల చేతలు చేస్తున్నాడే తప్ప బుద్ధి రావడం లేదన్నారు.పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న యుద్ధ వాతావరణం వల్ల ప్రపంచంలోని అన్ని దేశాలు నిత్యవసరాలకు ఇబ్బందులు పడ్డాయనీ కానీ మోదీ గారి దౌత్య విధానం వల్లనే భారత దేశ ప్రజలు ఎలాంటి ఇబ్బందులకు గురికాలేదని అన్నారు. ప్రధాని మోదీ కేంద్ర హోమ్ శాఖ మంత్రి అమిత్ షాలు రాజీనామా చేసేవరకు నిద్ర పోనివ్వమని ప్రకల్బాలు పలికిన రాహుల్ గాంధీ అన్ని అంశాలపై పార్లమెంటులో చర్చకు ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉందని అమిత్ షా పార్లమెంటు సాక్షిగా ప్రకటిస్తే చర్చ కు రాకుండా సమావేశాలను బహిష్కరించి విలువైన సభా సమయాన్ని వృధా చేసి బిల్లులపై చర్చ జరపడం చేతకాక పార్లమెంటు సమావేశాలను బహిష్కరించి పార్లమెంట్ హాల్ నుండి ఇండి కూటమి నేతలు పారిపోవడం సిగ్గుచేటని అన్నారు. అంబానీ, ఆదానిలు బడా పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదగడానికి కాంగ్రెస్ పార్టీయే కారణమని 2014లో కేంద్రంలో బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చి మోడీ ప్రధాని అయ్యాకనే పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదగలేదనే విషయం రాహుల్ గాంధీ గుర్తెరగాలని ఎద్దేవా చేశారు. ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ విదేశీ పర్యటనకు వెళ్లినప్పుడు సాంప్రదాయ బద్దంగా ఆత్మీయ భావజాలంతో ఆలింగనం చేసుకునే విషయాన్ని వ్యంగ్యంగా మాట్లాడిన రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంట్ సాక్షిగా కన్నుగీటి ప్రోటోకాల్ పక్కన పెట్టి స్వయంగా ప్రధానమంత్రినే హత్తుకున్న విషయాన్ని, నిన్న జరిగిన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న రాహుల్ గాంధీ సందీప్ దీక్షిత్ అనే కాంగ్రెస్ నాయకుణ్ణి హత్తుకున్న విషయాన్ని, క్యూబా దేశస్తుడైన విప్లవకారుడు ఫిడేల్ కాస్ట్రోను మీనాయనమ్మ ఇందిరాగాంధీ ప్రధానమంత్రి హోదాలో హత్తుకున్న విషయం దేనికి సంకేతమో రాహుల్ గాంధీకే తెలియాలని, ఇలాంటి నాయకుణ్ణి కాంగ్రెస్ పార్టీ భావి భారత ప్రధానిగా ఊహించుకోవడం సిగ్గుచేటని అన్నారు. ఈసమావేశంలో జిల్లా కార్యాలయ కార్యదర్శి జంబర్తి దివాకర్, మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి రాగిళ్ల సత్యనారాయణ, రూరల్ మండల అధ్యక్షుడు ఇట్నేని రమేశ్, గర్వనందుల రమేశ్ పాల్గొన్నారు..

మాదాపూర్ డివిజన్ ఎంఆర్పీఎస్ అధ్యక్షుడిగా ఎలిమెల ప్రశాంత్ నియామకం...

మాదాపూర్ వార్త మిర్రర్ : మాదిగ రిజర్వేషన్ పోరాట సమితి ఎంఆర్పీఎస్ నుండి శేరిలింగంపల్లి నియోజకవర్గం మాదాపూర్ డివిజన్ అధ్యక్షుడి గా ఎలిమెల ప్రశాంత్ ను నియమిస్తూ ఎంఆర్పీఎస్ జాతీయ నాయకత్వం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది.ఈ సందర్భంగా ఎలిమెల ప్రశాంత్ మాట్లాడుతూ... తనపై నమ్మకంతో ఈ బాధ్యత అప్పగించిన జాతీయ అధ్యక్షులు మేడి పాపన్న , రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మోహన్, రాష్ట్ర కార్యదర్శి యాదయ్య లకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఎస్సీ వర్గీకరణ సాధనే లక్ష్యంగా మాదాపూర్ డివిజన్‌లో ప్రతి గడపకు వెళ్లి ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తానని, పార్టీని బలోపేతం చేసేందుకు కృషి చేస్తానని ఆయన హామీ ఇచ్చారు.ఈ నియామకంపై సంతోషం వ్యక్తం చేసిన ఎంఆర్పీఎస్ జాతీయ అధ్యక్షులు పాపన్న, రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మోహన్, రాష్ట్ర కార్యదర్శి బాచుపల్లి యాదయ్య లు ప్రశాంత్ కు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. యువతను కలుపుకొని ఉద్యమాన్ని ముందుకు తీసుకెళ్లాలని సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎం ఆర్ పీ ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

కిష్టంపేట ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులకు బూట్ల వితరణ

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగష్టు 14 స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలం యంగ్ స్టార్ యూత్ ఆధ్వర్యంలో గ్రామం లోని ప్రభుత్వ ప్రాథమికొన్నత పాఠశాలల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహకంగా అన్ని విధాల సౌకర్యవంతంగా ఉండేలా వారికి సరిపోయే బూట్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా యూత్ సభ్యులు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు ఆత్మవిశ్వాసంతో పాఠశాలకు హాజరై, విద్యలో ముందుకు సాగాలని, చిన్నారుల ముఖాల్లో చిరునవ్వు చూడటం ఎంతో ఆనందంగా ఉందని, తరువాత ప్రత్యక్ష దైవాలయిన తల్లీ తండ్రులను పూజిస్తూ వారీ చెప్పిన మాటలను ఆచరణలో పెడితే జన్మ సార్ధకం అవుతుందని, తరువాత గురువులకు తగిన గౌరవ మర్యాదలతో వారు అందించిన విద్యను, సూచనలను అనుసరించి మంచి విద్యార్థులుగా పెరుగాంచలని యూత్ సభ్యులు పేర్కొనారు. దేశ భవిష్యత్తు అయిన విద్యార్థుల అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు సహకారం అందించాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా యూత్ సభ్యులను ఊధ్యాయులు, స్థానిక నాయకులు అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమం లో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయులు, యంగ్ స్టార్ యూత్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీరామ నామస్మరణతోనే దేశానికి, ధర్మానికి శ్రీరామ రక్ష...

రామాజీపేట్ సర్పంచ్ బెజ్జంకి మోహన్, ఉపసర్పంచ్ ఇద్దం సుధీర్ రెడ్డి...

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగష్టు 14

జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలం రామాజీపేట్‌లో శ్రీశ్రీశ్రీ త్రిదండి చిన్న శ్రీమన్నారాయణ రామానుజ జీయర్ స్వామివారి 70వ తిరునక్షత్ర మహోత్సవాల సందర్భంగా వికాస తరంగిణి ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం రోజున శ్రీరామ హృదయ కలశ యాత్ర--శ్రీరామ పాదయాత్ర ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆలయ అర్చకులు శ్రీనివాస్, వికాస తరంగిణి బాధ్యులు వేల్పుల స్వామి యాదవ్‌లు శ్రీరామ కలశం, చిన్నజీయర్ స్వామివారి చిత్రపటాన్ని సర్పంచ్ బెజ్జంకి మోహన్, ఉపసర్పంచ్ ఇద్దం సుధీర్ రెడ్డి, శ్రీరామాలయ చైర్మన్ కోల రాజు, మాజీ ఎంపీటీసీ, బీజేపీ మండల అధ్యక్షులు ఆకుల మహేష్‌లకు అందజేశారు. అనంతరం శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి ఆలయం నుంచి శ్రీరామాలయం వరకు "జై శ్రీరామ్" నినాదాలతో భక్తిశ్రద్ధలతో పాదయాత్ర నిర్వహించారు. శ్రీరామాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి భక్తులకు తీర్థప్రసాదాలు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ శ్రీరామ నామస్మరణతోనే దేశానికి, ధర్మానికి రక్షణ లభిస్తుందని, సమృద్ధిగా వర్షాలు కురిసి ప్రజలు సుభిక్షంగా ఉండాలని ఆకాంక్షించారు. లోకకల్యాణం, దేశానికి--ధర్మానికి రక్షణ, ధర్మపాలకుల పరిరక్షణ, ధర్మస్థాపన జరగాలని శ్రీరాముడిని ప్రార్థించినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బేతి మల్లారెడ్డి, కందుల రాజేందర్, ప్రెస్ క్లబ్, వికాస తరంగిణి బాధ్యులు గన్నవరం గంగాధర్, ఆకుల సత్యం, బొమ్మకంటి లక్ష్మీనారాయణ, జకిలేటి రాజు, మ్యాకల గంగన్న, తెనుగు ఎర్రన్న, భక్తులు, గ్రామ ప్రజలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రావణ మాసం విదియ సందర్భంగా ప్రత్యేక కుంకుమ పూజలు

అమ్మ వారికి పాలభిషేకం ముడుపు సమర్పణ

వార్త మిర్రర్ జగిత్యాల ప్రతినిధి ఆగష్టు 14

జగిత్యాల పట్టణ చింతకుంట లోని శ్రీ సూర్య ధన్వంతరి ధనలక్ష్మి సహిత దేవాలయం లో శ్రీ ధనలక్ష్మి సేవా సమితి అధ్వర్యంలో శ్రావణ మాసం శుక్రవారం విదియ పర్వదినం పురస్కరించుకొని, మాతలు పాల్గొని అమ్మవారికి ప్రత్యేక కుంకుమార్చన, పాలభిషేకం లలితా సహస్ర నామాల స్థోత్ర పారాయణం చేసారు. పారాయణం అనంతరం మాతలు అమ్మ వారికి ఒడి బియ్యం సమర్పించారు. శ్రావణ మాసం సందర్భం గా కుంకుమ పూజ అనంతరం లక్కీ డిప్ ద్వార ముగ్గురిని ఎంపిక చేసి వారికి బహుమతులు యివ్వడం జరిగినది. అలాగే అమ్మ వారి శేష వస్త్రం, అమ్మ వారి ప్రసాదం తాంబూలం ఆలయ పూజారి ఆశీర్వచనములతో బహుకరించడం జరిగినది. తదనంతరం అమ్మ వారికి ముడుపులు కట్టారు. ఈ కార్యక్రమము నందు దేవాలయ ట్రస్ట్ ఫౌండర్, చైర్మన్ డాక్టర్ వడ్లగట్ట రాజన్న, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ వొడ్నాల శ్రీనివాస్, మహిళా సభ్యులు వొడ్నాల లత, వడ్ల గట్ట స్వాతి, సుజాత, అంజలి, వనజ, హర్షిణి, ప్రసన్న, కావ్య, మాధురి, శిరిష, తార, సంధ్య, అనురాధ, గంగమ్మ, అర్చకులు శ్రీహరి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి ముందు త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎగురవేసిన చిన్నారి ప్రతిష్ఠ

సికింద్రాబాద్, వార్త మిర్రర్ ఆగస్టు 14: స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని నగరంలో నిర్వహించిన ముందస్తు వేడుకల్లో చిన్నారి ప్రతిష్ఠ ఉత్సాహంగా పాల్గొని జాతీయ జెండాను ఎగురవేసింది. త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఆవిష్కరిస్తూ చిన్నారి చూపిన ఆనందం అందరినీ ఆకట్టుకుంది.స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లో భాగంగా చిన్నారి ప్రతిష్ఠ ఎంతో ఉత్సాహంగా జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేసింది. ఆమె పాల్గొనడంతో కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక శోభ చేకూరింది. చిన్నారుల్లో చిన్ననాటి నుంచే దేశభక్తి, జాతీయ జెండాపై గౌరవభావం పెంపొందించాల్సిన అవసరాన్ని ఈ కార్యక్రమం చాటిచెప్పింది.ప్రతిష్ఠ ఆనందోత్సాహాలతో పాల్గొన్న తీరు వేడుకల్లో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచి, అందరికీ మధుర జ్ఞాపకంగా మిగిలింది.

యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా ప్రజలకు, తాజ్ పూర్ గ్రామ పాలకవర్గ సభ్యులకు, ప్రజలకు 80 వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు

మన వార్త మిర్రర్ తెలంగాణ స్టేట్ బ్యూరో

మన దేశ స్వేచ్ఛ కోసం ప్రాణాలర్పించిన అమరుల త్యాగాలను స్మరిస్తూ, ఐక్యతతో దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపించుకుందాం, ఎందరో మహానుభావుల పోరాట ఫలితంగా దక్కిన ఈ స్వేచ్ఛను గౌరవిస్తూ మన త్రివర్ణ పతాకం ఎల్లప్పుడూ సగర్వంగా రెపరెపలాడాలని కోరుకుందాం, శాంతి, సమృద్ధి, సంతోషాలతో అందరం ఈ పండుగను ఆనందంగా జరుపుకుందాం. తాజ్ పూర్ గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయం పై త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎగరవేసే వేడుకలో గ్రామ ప్రజలు, పాలకవర్గ సభ్యులు, పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు, ఆశా వర్కర్లు, అంగన్వాడీ టీచర్లు, యువజన సంఘాల నాయకులు, ఫీల్డ్ అసిస్టెంట్లు, గ్రామపంచాయతీ సిబ్బందితో సహా అందరూ ఈ వేడుకకు హాజరుకావాలని తెలిపారు.

22 నుండి 26 వరకు శ్రీ లక్ష్మి వెంకటేశ్వర స్వామి వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు

బ్రహ్మోత్సవాల కరపత్రాలను ఆవిష్కరించిన కార్యనిర్వహణ అధికారి, ఆలయ కమిటీ సభ్యులు

వార్త మిర్రర్, మల్కాజిగిరి :ఆధ్యాత్మిక మానసిక ప్రశాంతత ను చేకూర్చేవి ఆలయాలేనని శ్రీ లక్ష్మి వేంకటేశ్వర స్వామి ఆలయ కార్యనిర్వాహణాధికారి ఎ బి రవీంద్ర రెడ్డి అన్నారు.శుక్రవారం రోజు ఆనంద్ బాగ్ లక్ష్మీ వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయంలో పత్రిక సమావేశంను నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా బ్రహ్మోత్సవాల ఆహ్వాన పత్రిక ఆవిష్కరణ అనంతరంబ్రహ్మోత్సవాల కార్యక్రమ విశేషలను వివరించారు. స్వామి వారి వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు శ్రావణ శుద్ధ దశమి శనివారం నుంచి శ్రావణ శుద్ధ చతుర్దశి బుధవారం వరకు 22ఆగస్టు 2026 నుండి 26 వ తేది వరకు ఐదు రోజుల పాటు వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు జరుగుతాయని ఆలయం కార్యనిర్వాహణాధికారి ఎ బి రవీందర్ రెడ్డి పర్యవేక్షణలో నిర్వహిస్తున్నట్టు తెలిపారు . ప్రతి సంవత్సరం లాగే ఈ సంవత్సరం కూడా స్వామివారి బ్రహ్మోత్సవాలు అత్యంత వైభవోపేతంగా నిర్వహించెందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని ఆయన అన్నారు. 22వ తేదీ శనివారం కోయిల అల్వార్ తిరుమంజనం అదే రోజు సాయంత్రం ఐదు గంటలకు విష్ణు సహస్రనామ పారాయణం పల్లకి సేవ స్వస్తి వాచకం శ్రీ విశ్వక్సేన ఆరాధన పుణ్యాహవాచనం రక్షాబంధనం , ఋత్వీక్వరణం మృత్సం సంగ్రహం, అంకురార్పణ ధ్వజపటాదివాసం ఆరగింపు మంగళాశాసనం తీర్థప్రసాద గోష్టి నిర్వహించబడును.23 వ తేదీ ఆదివారం గరుడ హోమం 24వ తేదీ సోమవారం 10 గంటలకు ఎదుర్కోళ్ళు అనంతరం స్వామివారి కళ్యాణ మహోత్సవం నిర్వహించబడును సాయంత్రం 6 గంటలకు కు హనుమత్ సేవ రథోత్సవం నిర్వహించబడును 25వ తేదీ మంగళవారం సుదర్శన హోమం మహా పూర్ణాహుతి చక్రస్నానం వసంతోత్సవం మహాకుంభ సంప్రోక్షణ అనంతరం ఆరగింపు, మంగళా శాసనము తీర్థ ప్రసాద గోష్ఠి,సాయంత్రం శ్రీ పుష్పయాగం ద్వాదశారాధన, సప్తావర్ణాలు, ధూపోత్సవం, డాలోత్సవం,దర్బార్ సేవ, తీర్థ ప్రసాద గోష్ఠి తదితర కార్యక్రమాలు.26వ తేదీ బుధవారం ఉత్సవాంత స్నపనం, అరవణి కైంకర్యం, ఆరగింపు మంగళా శాసనము,ఆచార్య ఋత్విక్ సన్మానం ,తీర్థ ప్రసాద గోష్ఠి నిర్వహించబడును.ఆలయ ప్రధాన అర్చకులు ముడుంబై వెంకట రమణా చార్యులు, మాట్లాడుతూ ,ఆలయం లో పాంచరాత్ర ఆగమం ప్రకారం పూజాది కార్యక్రమాలు జరుగుతున్నాయి అని అన్నారు. ఈకార్యక్రమంలో ఆలయ ప్రధానార్చకులు ముడుంబై వేంకట రమణా చార్యులు,అర్చకులు డా తులసి వెంకట రమణా చార్యులు, చార్యులు,ఆలయ జూనియర్ అసిస్టెంట్ సంద్ర సుధాకర్ , ఆలయ కమిటీ మాజీ చైర్మన్లు ఉమేష్ సింగ్ , రాందాస్ సంతోష్ మాజీ సభ్యులు హేమంత్ కుమార్ ,గణేష్ (కన్నా)రవీంద్ర రెడ్డి, భక్తులు జి వి గాంధీ, కృష్ణ రెడ్డి, జీడి సంపత్, ఎస్ రాజు, వెంకటా చారి, సూర్య కుమారి , రమేష్,శారద ,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్కాలర్షిప్ బకాయిలు వెంటనే విడుదల చేయాలి

మోడల్ స్కూల్--చౌటుప్పల్ హైవే వరకు సీసీ రోడ్డు నిర్మించాలి

వాడతా మిర్రర్ చౌటుప్పల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 14

విద్యార్థుల సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించాలని కోరుతూ ఎస్ఎఫ్ఐ చౌటుప్పల్ మండల కమిటీ ఆధ్వర్యంలో మునుగోడు శాసనసభ్యులు కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి కి వినతిపత్రం అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా ఎస్ఎఫ్ఐ చౌటుప్పల్ మండల కార్యదర్శి తిగుళ్ళ శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ, రాష్ట్రంలో పెండింగ్లో ఉన్న రూ.10,814 కోట్ల స్కాలర్షిప్, ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ బకాయిలను ప్రభుత్వం వెంటనే విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. స్కాలర్షిప్, ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ బకాయిలు విడుదల కాకపోవడంతో పేద, మధ్యతరగతి విద్యార్థులు తీవ్ర ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని అన్నారు.బకాయిలు పెండింగ్లో ఉండటంతో కొన్ని కళాశాలల యాజమాన్యాలు విద్యార్థులపై ఒత్తిడి తీసుకువస్తూ, సర్టిఫికెట్లు ఇవ్వకుండా విద్యార్థులను తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురిచేస్తున్నాయని తెలిపారు. విద్యార్థుల భవిష్యత్తును దృష్టిలో ఉంచుకుని బకాయిలను వెంటనే విడుదల చేయడంతో పాటు, ఫీజుల పేరుతో విద్యార్థులను వేధించే యాజమాన్యాలపై ప్రభుత్వం కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు.విద్యార్థుల స్కాలర్షిప్, ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ సమస్యను అసెంబ్లీలో ప్రస్తావించి, పెండింగ్ బకాయిల విడుదలకు ప్రభుత్వం మీద ఒత్తిడి తీసుకురావాలని ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి ని కోరినట్లు తిగుళ్ళ శ్రీనివాస్ తెలిపారు అదేవిధంగా చౌటుప్పల్ మండల కేంద్రంలోని మోడల్ స్కూల్ నుండి చౌటుప్పల్ హైవే వరకు సీసీ రోడ్డు నిర్మించాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రస్తుతం ఉన్న మట్టి రోడ్డు కారణంగా విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, వర్షాలు కురిసిన సమయంలో రాకపోకలు మరింత కష్టతరంగా మారుతున్నాయని తెలిపారు.విద్యార్థుల సౌకర్యం, భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకుని మోడల్ స్కూల్ నుండి హైవే వరకు సీసీ రోడ్డు నిర్మాణ పనులను ప్రభుత్వం వెంటనే చేపట్టాలని కోరారు. ఈ సమస్యను కూడా ఎమ్మెల్యే అసెంబ్లీలో ప్రస్తావించి పరిష్కారానికి కృషి చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు కార్యక్రమంలో ఎస్ఎఫ్ఐ మండల నాయకులు సుర్వి అరవింద్,సాత్విక్, శ్రీశాంత్, అజయ్ ,శివమణి, తదితరులు పాల్గొన్నారు..

ఉదయాన్నే వేడినీటిలో దీన్ని కలిపి తాగితే శరీరంలో అద్భుత మార్పులు.. లైట్ తీసుకుంటే..

నెయ్యి, వేడి నీరు, పసుపు, నల్ల మిరియాలు కలిపిన ఈ డ్రింక్ ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే అద్భుత ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచ డంతో పాటు మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది. పసుపులోని కర్కుమిన్, మిరియాల పైపెరిన్ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, కీళ్ల నొప్పులను నివారిస్తుంది. ఉదయాన్నే వేడినీటిలో దీన్ని కలిపి తాగితే శరీరంలో అద్భుత మార్పులు.. లైట్ తీసుకుంటే.. సాధారణంగా నెయ్యి, వేడి నీటిని కలిపి ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిదని అంటారు. అయితే ఈ మిశ్రమానికి చిటికెడు పసుపు, నల్ల మిరియాల పొడిని కలిపి తీసుకుంటే శరీరంలో ఊహించని మార్పులు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ అద్భుతమైన పానీయం రోగనిరోధక వ్యవస్థ, జీర్ణవ్యవస్థకు ఎలా మద్దతు ఇస్తుందో డైటీషియన్ డాక్టర్ అర్చన బాత్రా వివరిస్తున్నారు. మలబద్ధకం నుండి రోగనిరోధక శక్తి వరకుజీర్ణవ్యవస్థకు ..నెయ్యిలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, షార్ట్-చైన్ ఫ్యాటీ యాసిడ్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. గోరువెచ్చని నీటితో నెయ్యి కలిసినప్పుడు, ఇది జీర్ణవ్యవస్థకు కందెనలా పనిచేస్తుంది. ఇది మలబద్ధకాన్ని తగ్గించడంలో, ప్రేగుల ద్వారా ఆహార కదలికను మెరుగుపరచడంలో అద్భుతంగా సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా శరీరం డిటాక్సిఫికేషన్ ప్రక్రియకు మద్దతు ఇస్తుంది. కొవ్వులో కరిగే విషాన్ని శరీరం నుండి బయటకు తీసుకెళ్లడంలో సహాయపడుతుంది.ఇమ్యూనిటీపసుపులో లభించే కర్కుమిన్ అనే సమ్మేళనం శక్తివంతమైన శోథ నిరోధక, యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. కర్కుమిన్ శరీరం ద్వారా సులభంగా గ్రహించబడదు. అందుకే నల్ల మిరియాలలో ఉండే పైపెరిన్ అనే క్రియాశీల సమ్మేళనం, కర్కుమిన్ శోషణను అసాధారణంగా పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. నెయ్యి వంటి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులతో కలిపి తీసుకుంటే ఇది శరీరంలో మంటతో పాటు కీళ్ల నొప్పులను నివారిస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. తరచుగా జలుబు లేదా గొంతు నొప్పితో బాధపడేవారు ఈ పానీయాన్ని తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితం కనిపిస్తుంది.ఎవరు తాగొద్దు ఈ డ్రింక్ సాధారణంగా ఆరోగ్యకరమైనదే అయినప్పటికీ కొందరికి ఇది మంచిది కాకపోవచ్చు. పిత్తాశయ సమస్యలు, అధిక ఆమ్లత్వం, అధిక జిడ్డుగల చర్మం ఉన్నవారు ఈ పానీయాన్ని తీసుకునే ముందు తప్పనిసరిగా నిపుణుల సలహా తీసుకోవాలి. జీవక్రియలు నెమ్మదిగా ఉన్నవారు, నెయ్యిని ఎక్కువగా తీసుకుంటే జీర్ణ సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కొత్త అలవాటును

ప్రారంభించే ముందు ఎల్లప్పుడూ వైద్య నిపుణులు లేదా డైటీషియన్ సలహా తీసుకోవడం మంచిది.ఉదయాన్నే వేడినీటిలో దీన్ని కలిపి తాగితే శరీరంలో అద్భుత మార్పులు.. లైట్ తీసుకుంటే.. నెయ్యి, వేడి నీరు, పసుపు, నల్ల మిరియాలు కలిపిన ఈ డ్రింక్ ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే అద్భుత ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగు పరచడం తో పాటు మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది. పసుపులోని కర్కుమిన్, మిరియాల పైపెరిన్ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, కీళ్ల నొప్పులను నివారిస్తుంది. సాధారణంగా నెయ్యి, వేడి నీటిని కలిపి ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిదని అంటారు. అయితే ఈ మిశ్రమానికి చిటికెడు పసుపు, నల్ల మిరియాల పొడిని కలిపి తీసుకుంటే శరీరంలో ఊహించని మార్పులు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఈ అద్భుతమైన పానీయం రోగనిరోధక వ్యవస్థ, జీర్ణవ్యవస్థకు ఎలా మద్దతు ఇస్తుందో డైటీషియన్ డాక్టర్ అర్చన బాత్రా వివరిస్తున్నారు. మలబద్ధకం నుండి రోగనిరోధక శక్తి వరకుజీర్ణవ్యవస్థకు.

.నెయ్యిలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, షార్ట్-చైన్ ఫ్యాటీ యాసిడ్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. గోరువెచ్చని నీటితో నెయ్యి కలిసినప్పుడు, ఇది జీర్ణవ్యవస్థకు కందెనలా పనిచేస్తుంది. ఇది మలబద్ధకాన్ని తగ్గించడంలో, ప్రేగుల ద్వారా ఆహార కదలికను మెరుగుపరచడంలో అద్భుతంగా సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా శరీరం డిటాక్సిఫికేషన్ ప్రక్రియకు మద్దతు ఇస్తుంది. కొవ్వులో కరిగే విషాన్ని శరీరం నుండి బయటకు తీసుకెళ్లడంలో సహాయపడుతుంది. ఇమ్యూనిటీ పసుపులో లభించే కర్కుమిన్ అనే సమ్మేళనం శక్తివంతమైన శోథ నిరోధక, యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. కర్కుమిన్ శరీరం ద్వారా సులభంగా గ్రహించబడదు. అందుకే నల్ల మిరియాలలో ఉండే పైపెరిన్ అనే క్రియాశీల సమ్మేళనం, కర్కుమిన్ శోషణను అసాధారణంగా పెంచడంలో సహాయ పడుతుంది.

నెయ్యి వంటి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులతో కలిపి తీసుకుంటే ఇది శరీరంలో మంటతో పాటు కీళ్ల నొప్పులను నివారిస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. తరచుగా జలుబు లేదా గొంతు నొప్పితో బాధపడేవారు ఈ పానీయాన్ని తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితం కనిపిస్తుంది.ఎవరు తాగొద్దుఈ డ్రింక్ సాధారణంగా ఆరోగ్యకరమైనదే అయినప్పటికీ కొందరికి ఇది మంచిది కాకపోవచ్చు. పిత్తాశయ సమస్యలు,

అధిక ఆమ్లత్వం, అధిక జిడ్డుగల చర్మం ఉన్నవారు ఈ పానీయాన్ని తీసుకునే ముందు తప్పనిసరిగా నిపుణుల సలహా తీసుకోవాలి. జీవక్రియలు నెమ్మదిగా ఉన్నవారు, నెయ్యిని ఎక్కువగా తీసుకుంటే జీర్ణ సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కొత్త అలవాటును ప్రారంభించే ముందు ఎల్లప్పుడూ వైద్య నిపుణులు లేదా డైటీషియన్ సలహా తీసుకోవడం మంచిది.

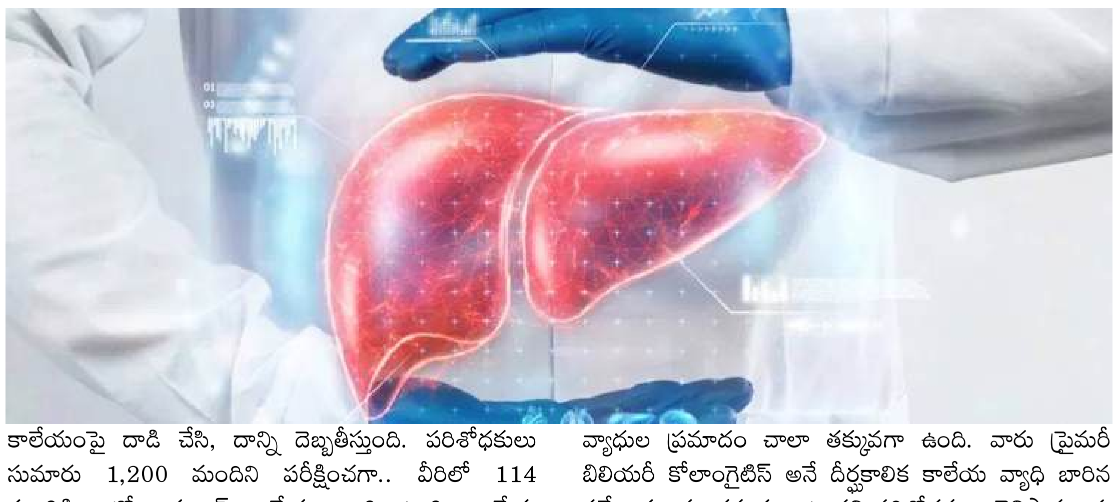
మరో కొత్త వైరస్ టెన్షన్.. కోవిడ్ కంటే డేంజర్.. ఈ జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..

ప్రపంచం కోవిడ్ నుండి కోలుకుంటుండగా, ల బర్డ్ ఫ్లూ కొత్త ప్రమాదంగా మారింది. ఇది జంతువుల నుండి మనుషులకు వ్యాపిస్తే, కోవిడ్ కంటే తీవ్రమైన మహమ్మారి కావచ్చు. ప్రస్తుతానికి మనుషులకు చాలా అరుదుగా సోకుతున్నప్పటికీ, భవిష్యత్ పరిణామాలపై నిపుణులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అయితే కొన్ని జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..మరో కొత్త వైరస్ టెన్షన్.. కోవిడ్ కంటే డేంజర్.. ఈ జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..ప్రపంచం కోవిడ్ భయం నుండి ఇప్పుడిప్పుడే తేరుకుంటుంది. కానీ, మరో కొత్త ప్రమాదం హెచ్చరిస్తోంది. అదే, బర్డ్ ఫ్లూ వైరస్. పక్షులు, కోళ్లను ఇప్పటికే నాశనం చేసిన ఈ వైరస్, ఇటీవల జంతువులకు కూడా సోకుతోంది. ఈ వైరస్ మ్యుటేషన్ చెంది మనుషులకు వ్యాపిస్తే, అది కోవిడ్-19 కంటే కూడా తీవ్రమైన విపత్తును సృష్టించవచ్చని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.ఫ్రాన్స్కు చెందిన ఇన్స్టిట్యూట్ పాశ్చర్ నిపుణురాలు డాక్టర్ మేరీ అన్నే రామీక్స్ వెల్టి ప్రకారం.. ఈ వైరస్ మనుషులకు సోకడానికి వీలుగా రూపాంతరం చెందితే, పరిస్థితి దారుణంగా ఉంటుంది. ఈ వైరస్ మనిషి నుంచి మనిషికి వ్యాప్తి చెందగలిగితే.. అది కోవిడ్-19 కంటే పెద్ద మహమ్మారిని తీసుకురావచ్చు. కోవిడ్-19 వచ్చిన కొత్తలో మనకు దానిని ఎదుర్కొనే శక్తి లేనట్లే, ఈ %ఎ%5 వైరస్ను ఎదుర్కొనే శక్తి కూడా ప్రస్తుతం ప్రజలకు లేదు. ఫ్లూ వైరస్లు పిల్లలతో సహా ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారిని కూడా చంపగలవు. అందుకే దీనిపై జాగ్రత్త అవసరం. ప్రస్తుతానికి భయపడాల్సిన అవసరం లేదని నిపుణులు భరోసా ఇస్తున్నారు. వరల్డ్ ఆర్గనైజేషన్ ఫర్ యానిమల్ హెల్త్కు చెందిన డాక్టర్ గ్రెగోరియో టోర్రెస్ ప్రకారం.. మనుషులకు ఈ వైరస్ సోకడం ఇప్పటికీ చాలా అరుదు. అందుకే మన రోజువారీ జీవితాన్ని మార్చుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. ఒకవేళ మ్యుటేషన్ జరిగినా గతంలో కోవిడ్-19 ముందు ఉన్న దానికంటే ఇప్పుడు ప్రపంచం మెరుగ్గా సిద్ధంగా ఉంది. నిఘా వ్యవస్థలు, వ్యాక్సిన్లను తయారు చేసే సామర్థ్యం ఇప్పుడు పెరిగింది. మీరు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు వైరస్ అనేది బర్డ్ ఫ్లూలో అత్యంత ప్రమాదకరమైన రకం. జాగ్రత్తగా ఉండటానికి కొన్ని చిట్కాలు పాటించాలి.సోకినట్లు అనుమానం ఉన్న పక్షులకు లేదా జంతువులకు దూరంగా ఉండండి.కోడి మాంసం, గుడ్లను తినే ముందు బాగా ఉడికించాలి. పక్షులు లేదా జంతువులతో పని చేసే వారు వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతను ఖచ్చితంగా పాటించాలి.మీ చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల్లో పక్షులు అసాధారణంగా చనిపోతే, వెంటనే అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వండి.మరో కొత్త వైరస్ టెన్షన్..

కోవిడ్ కంటే డేంజర్.. ఈ జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..ప్రపంచం కోవిడ్ నుండి కోలుకుంటుండగా, %ఎ%5 బర్డ్ ఫ్లూ కొత్త ప్రమాదంగా మారింది. ఇది జంతువుల నుండి మనుషులకు వ్యాపిస్తే, కోవిడ్ కంటే తీవ్రమైన మహమ్మారి కావచ్చు. ప్రస్తుతానికి మనుషులకు చాలా అరుదుగా సోకుతున్నప్పటికీ, భవిష్యత్ పరిణామాలపై నిపుణులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అయితే కొన్ని జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..ప్రపంచం కోవిడ్ భయం నుండి ఇప్పుడిప్పుడే తేరుకుంటుంది. కానీ, మరో కొత్త ప్రమాదం హెచ్చరిస్తోంది. అదే, %ఎ%5 బర్డ్ ఫ్లూ వైరస్. పక్షులు, కోళ్లను ఇప్పటికే నాశనం చేసిన ఈ వైరస్, ఇటీవల జంతువులకు కూడా సోకుతోంది. ఈ వైరస్ మ్యుటేషన్ చెంది మనుషులకు వ్యాపిస్తే, అది కోవిడ్-19 కంటే కూడా తీవ్రమైన విపత్తును సృష్టించవచ్చని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.ఫ్రాన్స్కు చెందిన ఇన్స్టిట్యూట్ పాశ్చర్ నిపుణురాలు డాక్టర్ మేరీ అన్నే రామీక్స్ వెల్టి ప్రకారం.. ఈ వైరస్ మనుషులకు సోకడానికి వీలుగా రూపాంతరం చెందితే, పరిస్థితి దారుణంగా ఉంటుంది. ఈ వైరస్ మనిషి నుంచి మనిషికి వ్యాప్తి చెందగలిగితే.. అది కోవిడ్-19 కంటే పెద్ద మహమ్మారిని తీసుకురావచ్చు. కోవిడ్-19 వచ్చిన కొత్తలో మనకు దానిని ఎదుర్కొనే శక్తి లేనట్లే, ఈ %ఎ%5 వైరస్ను ఎదుర్కొనే శక్తి కూడా ప్రస్తుతం ప్రజలకు లేదు. ఫ్లూ వైరస్లు పిల్లలతో సహా ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారిని కూడా చంపగలవు. అందుకే దీనిపై జాగ్రత్త అవసరం.ప్రస్తుతానికి భయపడాల్సిన అవసరం లేదని నిపుణులు భరోసా ఇస్తున్నారు. వరల్డ్ ఆర్గనైజేషన్ ఫర్ యానిమల్ హెల్త్కు చెందిన డాక్టర్ గ్రెగోరియో టోర్రెస్ ప్రకారం.. మనుషులకు ఈ వైరస్ సోకడం ఇప్పటికీ చాలా అరుదు. అందుకే మన రోజువారీ జీవితాన్ని మార్చుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. ఒకవేళ మ్యుటేషన్ జరిగినా గతంలో కోవిడ్-19 ముందు ఉన్న దానికంటే ఇప్పుడు ప్రపంచం మెరుగ్గా సిద్ధంగా ఉంది. నిఘా వ్యవస్థలు, వ్యాక్సిన్లను తయారు చేసే సామర్థ్యం ఇప్పుడు పెరిగింది.మీరు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు వైరస్ అనేది బర్డ్ ఫ్లూలో అత్యంత ప్రమాదకరమైన రకం. జాగ్రత్తగా ఉండటానికి కొన్ని చిట్కాలు పాటించాలి.సోకినట్లు అనుమానం ఉన్న పక్షులకు లేదా జంతువులకు దూరంగా ఉండండి.కోడి మాం సం, గుడ్లను తినే ముందు బాగా ఉడికించాలి. పక్షులు లేదా జంతు వులతో పని చేసే వారు వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతను ఖచ్చి తంగా పాటించాలి.మీ చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల్లో పక్షులు అసాధార ణంగా చనిపోతే, వెంటనే అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వండి.

ఈ బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి లివర్ వ్యాధుల ప్రమాదం.. అసలు విషయం తెలిస్తే షాకే..

కొత్త అధ్యయనం ప్రకారం..మన బ్లడ్ గ్రూప్ కాలేయ ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతుంది. బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి ఆటో ఇమ్యూన్ కాలేయ వ్యాధులైన ప్రైమరీ బిలియరీ కోలాంగైటిస్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ. %దీ% బ్లడ్ గ్రూప్ వారికి ఈ ప్రమాదం తక్కువ. సరైన జీవనశైలి మార్పులు, ముందస్తు నిర్ధారణ కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి. ఈ లక్షణాలు ఉంటే వెంటనే అలర్ట్ అవ్వండి..సాధారణంగా మనం అత్యవసర పరిస్థితుల్లో మాత్రమే మన బ్లడ్ గ్రూప్ ఏంటనేది తెలుసుకోవాలనుకుంటాం. కానీ ప్రముఖ జర్నల్ ఫ్రాంటియర్స్లో ప్రచురించిన ఒక కొత్త అధ్యయనం ప్రకారం.. మన బ్లడ్ గ్రూప్ మన ఆరోగ్యం గురించి చాలా విషయాలను చెప్పగలదు. ముఖ్యంగా కొన్ని రక్త వర్గాలు ఉన్నవారికి ఆటో ఇమ్యూన్ కాలేయ వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని ఈ అధ్యయనం వెల్లడించింది బ్లడ్ గ్రూప్కు ఎక్కువ ప్రమాదంఈ అధ్యయనం ప్రకారం..%ూ% బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి ఆటో ఇమ్యూన్ కాలేయ వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధులు వచ్చినప్పుడు, మన రోగనిరోధక వ్యవస్థ పొరపాటున మన



కాలేయంపై దాడి చేసి, దాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. పరిశోధకులు సుమారు 1,200 మందిని పరీక్షించగా.. వీరిలో 114 మందికి ఆటో ఇమ్యూన్ కాలేయ వ్యాధి ఉంది. కాలేయ సమస్యలు ఉన్నవారిలో రక్త వర్గం ఎక్కువగా ఉండగా ఆ తర్వాత మరియు గ్రూపులు ఉన్నాయి. బ్లడ్ గ్రూప్కు తక్కువ రిస్క్దీనికి విరుద్ధంగా బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి కాలేయ వ్యాధుల ప్రమాదం చాలా తక్కువగా ఉంది. వారు ప్రైమరీ బిలియరీ కోలాంగైటిస్ అనే దీర్ఘకాలిక కాలేయ వ్యాధి బారిన పడే అవకాశం తక్కువగా ఉందని పరిశోధకులు తెలిపారు. ఈ వ్యాధిలో పిత్త వాహికలు దెబ్బతింటాయి. పిత్తం కాలేయంలో పేరుకుపోతుంది. ఇది చివరికి సిరోసిస్, కాలేయ వైఫల్యానికి దారితీయవచ్చు.