



అయ్యో.. 'మహాలక్ష్మి'

- బస్సుల్లో పెరిగిన ఓవర్ లోడ్
 - సీటు దొరికితే అదృష్టమే
 - సమయపాలన కరవు
 - నిత్యం ప్రయాణికులకు ఇబ్బందులే
 - బస్సుల సంఖ్య పెరిగితేనే సమస్య తీరేది
- పెద్దపల్లి ప్రతినిధి(నినాదం):

విడాకులు తీసుకొని ఉద్యోగం చేయండి

● ఎన్నాళ్లు కొట్లాడినా.. లాయర్లకే లాభం

● ఉన్నత విద్యావంతుడాలైన మహిళకు సిజెబి సూచన

మ్యాడ్రీ, నినాదం: **2**లో..

వైవాహిక బంధంలో వివాదాలకు సంబంధించిన ఓ కేసు విచారణ సందర్భంగా సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ డి.వై. చంద్రచౌదరి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఈ వ్యవహారంలో సుదీర్ఘ న్యాయపోరాటం వల్ల అది న్యాయవాదులకే ప్రయోజనంగా మారుతుందని అన్నారు. అందువల్ల పరస్పర సమ్మతితో విడాకులకు అంగీకరించాలని ఆ దంపతులకు సూచించారు.

WWW.nindam.co.in

నినాదం

తెలుగు దినపత్రిక

నిఖార్సేన జర్నలిజం

మంగళవారం, అక్టోబర్ 1, 2024

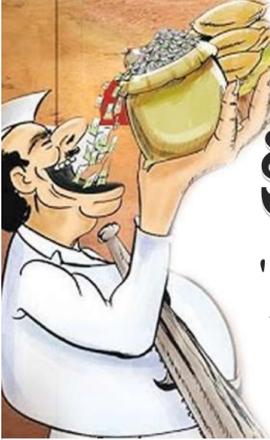
సంపుటి - 21

సంచిక 14

వెల - 7

పేజీలు - 12

Published from Hyderabad and Vijayawada Circulated from TS and AP.. Hyderabad, Karimnagar, Khammam, Mahabubnagar, Nalgonda, Nizamabad, Warangal, Vijayawada, Guntur, Ongole, Nellore, Tirupathi, Kadapa, Anantapur, Kurnool, Tadepalligudem, Rajahmundry, Visakhapatnam, Srikakulam



జగిత్యాల రేషన్ మాఫియా గుట్టు కంచే చేనుమేసినట్టు

'శ్రీనివాసు'ని కరుణతో కొత్తరకం దండా అధికారుల డైరెక్షన్ లో అక్రమార్కుల యాక్షన్ 'పొలాన' కనుసన్నల్లో 'కొండె' కుతున్న బియ్యం

- టార్గెట్ డీలర్లు, మాటవినని వారిపై దాడులు
- రఘురాముల కోట... త్రిమూర్తులకు వాటా
- నేడు ఘరూ కానున్న ఈనెల విధ్వంసం



డిజిటల్ కార్డులపై క్షేత్రస్థాయి పరిశీలన

- 3వ తేదీ నుంచి 7 వరకు..
- అధికారులతో మరోమారు సిఎం రేవంత్ సమీక్ష ఢిల్లీకి వెళ్లిన సిఎం

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 30(నినాదం):

కుటుంబ డిజిటల్ కార్డుల పంపిణీ సమయంలో కుటుంబ సభ్యులు అంగీకరిస్తేనే కుటుంబం ఛాట్ తీయాలని సిఎం రేవంత్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రభుత్వ రికార్డుల ప్రకారం గుర్తించిన కుటుంబాన్ని నిర్ధారించాలన్నారు. కుటుంబ డిజిటల్

కార్డులపై సోమవారం సిఎం సమాక్ష నిర్వహించారు. డిజిటల్ కార్డుల కోసం సేకరించే వివరాలను అధికారులు ఆయన దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. అక్టోబరు 3 నుంచి 7 వరకు పైలట్ ప్రాజెక్టులో భాగంగా క్షేత్రస్థాయి పరిశీలన చేయాలని సిఎం ఆదేశించారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 119 నియోజకవర్గాలు, 238 ప్రాంతాల్లో క్షేత్రస్థాయి పరిశీలన చేపట్టాలి. **●● తరువాయి 2లో..**

ప్రత్యేక ప్రతినిధి జగిత్యాల నుంచి (నినాదం):



పై తతంగాన్ని నినాదం టీవీ చేసింది. ప్రత్యేక కథనంగా కళ్ల ముందుంచింది.

దొంగ పోలీసు బాహుటింగా ఏకమవుతారా? కూర్చున్న చెట్టుకొమ్మను ఎవరైనా నరుక్కుంటారా? అద్దుకోవాల్సిన అధికారే అక్రమార్కులకు కొత్త సలహాలిస్తాడా అంటే అక్కడ అవుననే సమాధానం వస్తోంది. ప్రభుత్వంలోని ఓ శాఖ ద్వితీయ స్థాయి అధికారి పూర్తిగా తన బాధ్యతను విస్మరించాడు. స్థానికంగా గల ఓ ఇద్దరు అక్రమార్కులతో చేతులు కలిపి సొంత శాఖకు చెందిన నిధులనే కొల్లగొడుతాడు. ఆ పై వాటిని ఆ ఇద్దరు దొంగలతో కలిసి నెల మామూళ్లు పంపిణీల రూపంలో పంచుకుంటున్నాడు. జగిత్యాల జిల్లా సివిల్ సప్లై శాఖకు చెందిన

ఒకరికొకరు త్రిమూర్తులు..

జిల్లాలోని గొల్లపల్లి దారిలో గల రఘురాముల కోట ప్రాంతంలో ఓ పాత రైస్ మిల్ కలదు. ఏండ్ల తరబడి రేషన్ అక్రమ రవాణాలో అరితేరిన దాని యజమాని దానినుండి గుట్టుపప్పుడు కాకుండా నిరంతరం రేషన్ దండా సాగిస్తున్నాడు.

రఘురాములకోట అందరికీ వాటా

జగిత్యాలలో అగ్ర రేషన్ అక్రమ రవాణా అంశ తెలిసినా అధ్యక్షుడులేరు

జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి (జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి) పేరుతో ఒక ప్రత్యేక కమిటీని ఏర్పాటు చేసింది. ఈ కమిటీని ఏర్పాటు చేసిన ద్వారా రేషన్ అక్రమాలను నిర్మూలన చేయాలని ఆదేశించారు. ఈ కమిటీని ఏర్పాటు చేసిన ద్వారా రేషన్ అక్రమాలను నిర్మూలన చేయాలని ఆదేశించారు.



దేవుడిని రాజకీయాలకు దూరంగా ఉంచండి

- శ్రీవారి లడ్డూలో కల్తీ జరిగిందని ఎలా గుర్తించారు
- లడ్డూలో కల్తీ నెయ్యి వినియోగంపై ఆధారాలు ఉన్నాయా
 - వివరాలు తెలియకుండా ముఖ్యమంత్రి ఎలా ప్రకటిస్తారు
 - ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో సిట్ దర్యాప్తుపై అనుమానాలు
 - సుప్రీం ధర్మాసనం సంచలన వ్యాఖ్యలు

అక్టోబర్ 9న డీఎస్సీ నియామక పత్రాలు

డిఎస్సీ ఫలితాలు విడుదల

55 రోజుల్లోనే డీఎస్సీ రిజల్ట్ ఇచ్చాం

సిఎం రేవంత్ రెడ్డి

అక్టోబర్ 9న తేదీన ఎల్పీ స్టేడియంలో డీఎస్సీ నియామక పత్రాలు అందజేస్తామని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. సోమవారం ఉదయం సచివాలయంలో డీఎస్సీ పరీక్షల ఫలితాలను సిఎం రేవంత్ విడుదల చేసారు.



శని, ఆదివారాల్లోనే కూల్చివేతల మతలబు ఏంటి

కూల్చివేతలకు ముందు ఓనర్లకు సమయం ఇవ్వరా

చట్టప్రకారం నడుచుకోకపోతే హైద్రాబాద్ నే స్టే విధిస్తాం

- హైద్రా కూల్చివేతలపై హైకోర్టు ఆగ్రహం
- వచ్చేనెల 15 వరకు విచారణ వాయిదా

హైదరాబాద్, నినాదం:

హైద్రా తీరుపై తెలంగాణ హైకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. సంగారెడ్డి జిల్లా అమాన్ పూర్ లో కూల్చివేతలపై పలువురు ఉన్నత న్యాయస్థానాన్ని ఆశ్రయించారు. దీనిపై సోమవారం విచారణ జరిగింది. విచారణకు హైద్రా కమిషనరీ రంగనాథ్ వర్చువల్ గా, అమాన్ పూర్ తహసీల్దార్ కోర్టులో హాజరై వివరణ ఇచ్చారు. శని, ఆదివారాలు, సూర్యాస్తమయం తర్వాత ఎందుకు కూల్చివేతలు చేపడుతున్నారని హైకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ఆదివారం మీరు ఎందుకు పని చేయాలని ప్రశ్నించింది.

మూసీ సుందరీకరణకు హైద్రాకు సంబంధం లేదు

- మూసీలో మార్కింగ్ కూడా మేం చేపట్టడం లేదు
- ఇదంతా మూసీ రివర్ ఫ్రంట్ కార్యక్రమంపై రంగనాథ్



మూసీ సుందరీకరణపై హైద్రా కమిషనరీ రంగనాథ్ కీలక ప్రకటన చేశారు. నదికి ఇరువైపులా సర్కేలతో హైద్రాకు సంబంధం లేదన్నారు. మూసీ నది సరిదిద్దిన నివసస్థున్న వారిని హైద్రా తరలింపడం లేదని, నదిలో ఎలాంటి కూల్చివేతలు చేపట్టడం లేదన్నారు. నది పరివాహక ప్రాంతంలోని ఇళ్లపై హైద్రా మార్కింగ్ చేయడం లేదని, మూసీ సుందరీకరణ అనేది ప్రత్యేక ప్రాజెక్టు చెప్పారు. దానిని మూసీ రివర్ ఫ్రంట్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ చేపట్టుతోందని వెల్లడించారు.

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 30(నినాదం):

మూసీ నది పరివాహక ప్రాంతంలో ఇటీవల జరుగుతున్న కొన్ని ఆందోళనలపై హైద్రా కమిషనరీ ఏవీ రంగనాథ్ వివరణ ఇచ్చారు. నది పరివాహక ప్రాంతంలో నివాసితుల భద్రత, పునరావాసం, కూల్చివేతలకు సంబంధించిన వార్తలు వెలువడుతున్న నేపథ్యంలో, కమిషనరీ కొన్ని ముఖ్యమైన వివరాలను వెల్లడించారు. మూసీ నదికి ఇరువైపులా జరుగుతున్న

సర్వేలు హైద్రాకు సంబంధించినవి కాదని స్పష్టంగా అవగాహన చేయాలని కోరారు. ఈ సర్వేలు హైద్రా చట్టం లేదా ప్రాజెక్టుకు సంబంధించినవి కాదని తెలిపారు. మూసీ నది పరివాహక ప్రాంతంలో నివసిస్తున్న ప్రజలను హైద్రా తరలింపడం లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. నివాసితులపై జరుగుతున్న ఇబ్బందులు తప్పనిసరిగా నివారించబడాలని హైద్రా సంస్థ భావిస్తోందన్నారు. మూసీ పరివాహక ప్రాంతంలో ఎలాంటి ఇళ్లపై హైద్రా మార్కింగ్ చేయడం లేదని ఆయన తెలిపారు. **2**లో..

మూసీ రివర్ ఫ్రంట్ పెద్ద స్కామ్

ఇళ్లు ఇస్తామని.. ఇప్పుడు కూలుస్తారా మూసీలో పట్టాలు ఇచ్చిందే కాంగ్రెస్ పార్టీ



హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 30(నినాదం):

మూసీ రివర్ ఫ్రంట్ పెద్ద స్కామ్ అని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కల్వకుంట్ల తారకాచార్యులు ఆరోపించారు. లక్షన్నర కోట్లు కర్చు పెట్టి ఎవరిని ఉధరిస్తారని అన్నారు. తెలంగాణ భవన్ లో ఆయన సోమవారం మీడియాతో మాట్లాడు

సమామి గంగే ప్రాజెక్టుకే 40వేల కోట్లు సిఎం రేవంత్ తీరుపై మండిపడ్డ కెటిఆర్

50 కిలోమీటర్ల మూసీ సుందరీకరణ కోసం ఈ ముఖ్యమంత్రి రూ. 1.50 లక్షల కోట్ల ఖర్చు అవుతుందని సిఎం చెబుతున్నారు. దీన్ని స్కామ్ అనక ఏమనాలి. దీనివెనుక ఉన్న మతలబు ఏంటి? చెప్పాలి కదా. అనుమతులు ఇచ్చిన ఇండ్లను కూల్చడమంటే ప్రభుత్వానికి తన వ్యవస్థ మీద, తన యంత్రాంగం, పరిపాలనపై తనకే పట్టులేని తనానికి నిదర్శనం కాదా? అని అడుగుతున్నాను. **2**లో..



పూలపండుగ వచ్చేసింది..

- రేపటి నుంచి బతుకమ్మ వేడుకలు
 - తొమ్మిది రోజుల పాటు పల్లెల్లో సందడి
 - పుట్టింటికి చేరుతున్న ఆడబిడ్డలు
 - తెలంగాణ సంస్కృతికి ప్రతీక బతుకమ్మ
- జయశంకర్ ఘాపాలపల్లి బ్యూరో, (నినాదం): **4**లో..

కాశ్మీర్ లో నేడు తుదివిడత పోలింగ్

ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవాలన్న ఇసి **4**లో..

మ్యాడ్రీ, సెప్టెంబర్ 30(నినాదం): జమ్మూకశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల మూడోవిడత పోలింగ్ మంగళవారం జరుగుతుంది. ఈ మేరకు ఇసి ఎన్నికల విధిస్తుంది. మూడో విడత పోలింగ్ నేపథ్యంలో ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనరీ రాజీవ్ కుమార్ కీలక సూచన చేశారు.

అవినీతితో కంపు కొడుతున్న కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ లు

కాళేశ్వరం పేరుతో బిఆర్ఎస్ రూ.లక్ష కోట్ల అవినీతి **2**లో..

హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్

మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డిని పరామర్శించిన రాష్ట్ర షానాన్స్ కమిషన్ డైరెక్టర్ మాలోత్ నెహ్రూ నాయక్

ఢోర్నకల్ / సురిపెడ సెప్టెంబర్ 30 (నినాదం న్యూస్) : హైదరాబాద్ కొండపూర్ లో రాష్ట్ర ఇరిగేషన్, సివిల్ సప్లై మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి ని పరామర్శించి వారి తండ్రి నలమంద పురుషోత్తం రెడ్డి చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించిన తెలంగాణ రాష్ట్ర షానాన్స్ కమిషన్ డైరెక్టర్ మాలోత్ నెహ్రూ నాయక్, చైర్మన్ సిరిసిల్ల రాజయ్య వారి వెంట ఉన్నారు.



ప్రతి ప్రభుత్వ ఉద్యోగికి పదవీవిరమణ అనివార్యం

జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ఎస్సీ కిరణ్ ఖర్



జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ప్రతినిధి సెప్టెంబర్ 30 నినాదం న్యూస్ : జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా పోలీసు శాఖలో సుదీర్ఘకాలం సేవలందించిన ఇనుగాల పాపిరెడ్డి, ఆర్ఎస్ఐ ఎం.డి. జలాల్ అలీ షాద్, రాయభద్రం శ్రీనివాసులు ఏ ఆర్ హెచ్ కెన్సెంట్రల్ లు సోమవారం పదవీ విరమణ పొందారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా పోలీసు కార్యాలయంలోని కాన్ఫరెన్స్ హాలులో ఎస్సీ కిరణ్ ఖర్ ఆధ్వర్యంలో వీడ్కోలు కార్యక్రమం నిర్వహించారు. అనంతరం ఎస్సీ కిరణ్ ఖర్ మాట్లాడుతూ ప్రతి ప్రభుత్వ ఉద్యోగికి పదవీ విరమణ అనివార్యమన్నారు. ఎన్నో సవాళ్లతో కూడుకుని వున్న పోలీస్ ఉద్యోగం సంపూర్ణంగా పూర్తి చేసి పదవీ విరమణ పొందడం గొప్ప విషయమని పేర్కొన్నారు. పదవీ విరమణ పొందుతున్న అధికారులు ఆలోచనలు ఆలోచనలు కావాలన్నారు. పదవీ విరమణ అనంతరం శేష జీవితాన్ని ఆనందంగా గడపాలని అన్నారు. అనంతరం డైరెక్టర్ అవుతున్న పోలీసు అధికారులను ఎస్సీ పూలమాలలు వేసి, శాలువాతో సత్కరించి, బహుమతులు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆడిషనల్ ఎస్సీ జోనాల శేషమ్, రిజర్వ్ ఇన్స్పెక్టర్ లు సగమ్, శ్రీకాంత్, రత్నం, కిరణ్, జిల్లా పోలీసు అధికారుల సంఘం సీపీ, ఎం. యార్లెడ్డి, పదవీ విరమణ పొందిన వారి కుటుంబ సభ్యులు, పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పూర్వ విద్యార్థుల ఆధ్వర్యంలో ఘన వీడ్కోలు సమావేశం

మరిపెడ మోడల్ స్కూల్ ను క్రమ శిక్షణకు మారుపేరుగా తీర్చిదిద్దిన ప్రిన్సిపల్

ఢోర్నకల్ / సురిపెడ సెప్టెంబర్ 30 (నినాదం న్యూస్) : మహబూబాద్ జిల్లా మరిపెడ మున్సిపాలిటీ కేంద్రంలోని మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపల్ గా ప్రేమ కుమార్ విధులను నిర్వహించారు. మోడల్ స్కూల్ విద్యార్థులకు చదువుతోపాటు క్రమశిక్షణ, భవిష్యత్తును తీర్చిదిద్దుకునే అవకాశాన్ని కూడా నేర్పించి విద్యార్థుల దృష్టిని ఆకట్టుకోవాలని వారి తల్లిదండ్రుల మనస్సులను సాధించి ఉత్తమ ప్రిన్సిపల్ గా ప్రేమ కుమార్ మరిపెడ మండలంలో అందరికీ సుపరిచితుడే. బదిలీపై వెళ్లిన ప్రిన్సిపల్ కు పూర్వ విద్యార్థుల ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా వీడ్కోలు సమావేశాన్ని నిర్వహించి ప్రిన్సిపల్ ప్రేమ కుమార్ తో పాటుగా అధ్యాపక బృందాన్ని పూర్వ విద్యార్థులు ఘనంగా సన్మానించారు. మోడల్ స్కూల్ కోసం చేసిన సేవలను కొనియాడారు. ఈ వీడ్కోలు సమావేశంలో గణేష్, సుమన్, తిగల పుష్పి, వంశీ, సాయి, నరసింహ, నవీన్, తరుణ్, నాగరాజు, ప్రవీణ్ ఇంకా తదితరులు పాల్గొన్నారు.



బ్యాంకు అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలి

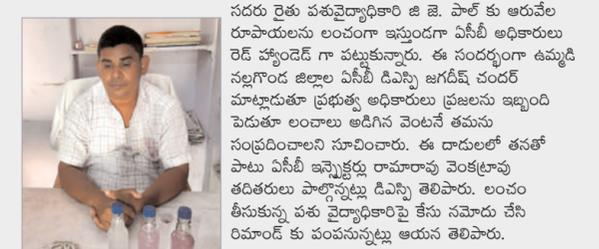
పీఎస్ఎస్ చైర్మన్ సోమ శాంత కుమార్



మహాముత్యం, సెప్టెంబర్ 30 (నినాదం): బ్యాంకు అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని పీఎస్ఎస్ చైర్మన్ సోమ శాంత కుమార్ కోరారు. సోమవారం జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా మహాముత్యం ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార పరపతి సంఘం (పీఎస్ఎస్) సర్వసభ్య సమావేశంలో లో ఆయన మాట్లాడారు. బ్యాంకు ద్వారా రైతులకు సకాలంలో రుణాలు ఎరువులు అందిస్తున్నారని తెలిపారు. పరి పరల వేదించిన రైతుల నుంచి సకాలంలో ధాన్యం కొనుగోలు చేసి దబ్బాలు చెల్లిస్తున్నారని చెప్పారు. రుణమాఫీ జరిగిన రైతులకు తిరిగి రుణాలు రెస్ట్రవల్ చేసినట్లు తెలిపారు. బ్యాంకులో రుణాలు తీసుకునే రైతులు సకాలంలో వడ్డీ చెల్లించి బ్యాంకు సిబ్బందికి సహకరించాలని ఆయన కోరారు. అర్హతైన వారందరికీ బ్యాంకు ద్వారా గోల్డ్ లోన్ డైరీ రుణాలు ఇస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో అసిస్టెంట్ రిజిస్ట్రార్ రాజు, సీకెవో మార్కు శ్రీధర్, వైస్ చైర్మన్ వెల్మరెడ్డి అనిల్ రెడ్డి, డైరెక్టర్ లు లింగమల్ల చిన్న రాజయ్య, ఇసుకొండ వెంకట్ రెడ్డి, అజ్మీరా సుజాత, జూనియర్ రెడ్డి, వేల్పుల సమృద్ధి కంపెనీ రాజయ్య, సోదారి మల్లమ్మ రైతులు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పీసీబీకి చిక్కిన పశువైద్యాధికారి

చింతపల్లి, సెప్టెంబర్ 30 (నినాదం న్యూస్) : మండల కేంద్రంలోని పశు వైద్యశాలలో వైద్యాధికారిగా పనిచేస్తున్న జి.జి. పాల్ సోమవారం పీసీబీ వలలో చిక్కినాడు. మండలంలోని సర్పంచి గ్రామానికి చెందిన ఒక రైతు గేదెల కొనుగోలు కోసం తీసుకున్న బ్యాంకు లోన్ కోసం గేదెలకు సంబంధించి పాల్ నెట్టికెట్ ఇన్సూరింగ్ కారుతూ పశువైద్యాధికారి జి. జి. పాల్ ను సంబంధించి వైద్యాధికారి 8 వేల రూపాయలను ఇన్సూరింగ్ డిమాండ్ చేశారు. దాంతో రైతు అంత మొత్తం ఇన్సూరింగ్ కేసుని కేసులు ? 6వేల రూపాయలు ఇన్సూరింగ్ కేసుని చెప్పడంతో జి. జి. పాల్ సంతకం పెట్టడానికి అంగీకరించారు. పీసీబీ అధికారులను ఆశ్రయించడంతో సోమవారం సందర్భం రైతు పశువైద్యాధికారి జి. జి. పాల్ కు అతరుల రూపాయలను లంచంగా ఇస్తుందా ఏసీబీ అధికారులు రెడ్ హ్యాండ్ కి గురిపడ్డారు. ఈ సందర్భంగా ఉమ్మడి నల్లగొండ జిల్లా ఏసీబీ డివిజన్ జగదీష్ చందర్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ అధికారులు ప్రజలను ఇబ్బంది పెడుతూ లంచాలు అడిగిన వెంటనే తమను సంప్రదించాలని సూచించారు. ఈ దాడులలో తనతో పాటు ఏసీబీ ఇన్స్పెక్టర్ రామావారి వెంకట్రావు తదితరులు పాల్గొన్నట్లు తెలిపారు. లంచం తీసుకున్న పశు వైద్యాధికారిపై కేసు నమోదు చేసి రిమాండ్ కు పంపనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.



సి.యం.ఆర్. బియ్యం సేకరణ వేగవంతం చేయాలి

జిల్లా కలెక్టర్ అదర్శ సురభి

పనపల్లి జిల్లా ప్రతినిధి సెప్టెంబర్ 30 (నినాదం న్యూస్) : సి.యం.ఆర్. బియ్యం సేకరణ వేగవంతం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ అదర్శ సురభి ఆదేశించారు. సోమవారం మధ్యాహ్నం కలెక్టర్ ఛాంబర్ లో షాీ సరఫరాల శాఖ అధికారులతో సి.యం.ఆర్. రైస్ సేకరణ పై సమీక్ష నిర్వహించారు. గత సమీక్ష సమావేశంలో మిల్లర్ నుండి లోజువారిగా సేకరించాల్సిన బియ్యం సేకరించేకపోవడం పై కలెక్టర్ అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. బియ్యం ఇవ్వని రైస్ మిల్లర్లతో తనిఖీ చేయాలని ఖరీఫ్ సీజన్ లో ఇచ్చిన వడ్డీ వాస్తవంగా ఉన్నాయా లేవా? అనేది తనిఖీ చేసి సరిగ్గా నిల్వలు లేకుంటే కేసులు బుక్ చేయాలని ఆదేశించారు. రైస్ మిల్లర్ నుండి రైస్ ఇప్పించే బాధ్యత డిప్యూటీ తహసీల్దార్లు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. కాలయాపన చేసిన నిర్లక్ష్యం చేసిన చర్యలు తప్పవని సివిల్ సప్లై డి.టి.లను హెచ్చరించారు. అక్టోబర్ 5న వరకొనుగోలు పై జిల్లా స్టాయి సమావేశానికి ఏర్పాటు చేయాలి వరకొనుగోలు పై కొనుగోలు కేంద్రాల ఇన్స్పెక్టర్ లకు, లాం ట్రాన్స్ పోర్ట్ కాంట్రాక్టర్లకు, వ్యవసాయ విస్తరణాధికారులకు అక్టోబర్ 5 వ తేదీన జిల్లా స్టాయి అధికారుల సదస్సు ఏర్పాటు చేయడం జరగుతుందని అందుకు అవసరమైన ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. పి.ఎ.సి.ఎస్, ఐ.కె.పి., మెప్పా, ట్రాన్స్ఫార్మ్ తదితర సంబంధిన వారు ఎవరవరని, ఎంతమందిని పిలవాలో



ప్రణాళిక చేసుకోవాలని సూచించారు. అదేవిధంగా వరి దొడ్డు రకమా లేదా సన్న రకమా అనేది సాంకేతికంగా తెలుసుకోవాలని కొత్తగా రైల్ మైక్రో యంత్రాన్ని ప్రతి పి. ఎ.సి.ఎస్ కు ఒకటి చొప్పున కొని వాడకం పై శిక్షణ ఇప్పించాలని ఆదేశించారు. ఈసారి సన్న రకం వడ్డీ ప్రభుత్వం తరఫున క్లియరులు రూ.500 చొప్పున ప్రోత్సాహకం ఇస్తున్నందున గతంలో కంటే రెండు మూడింతలు అధిక వడ్డీ కొనుగోలు కేంద్రాలకు వచ్చే అవకాశం ఉన్నందున దాదాపు 300 వరకు కొనుగోలు కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయాలని

సూచించారు. అవసరమైన మేరకు గవ్వి బ్యాగులు, తమ కొలిచే యంత్రాలు, తూకం వేసే యంత్రాలు, తాలు వేరు చేసేందుకు స్టాన్ లు నమకారుకోవాలని సూచించారు. అదనపు కలెక్టర్ రెవెన్యూ యం సగమ్, జిల్లా సివిల్ సప్లయ అధికారి కాశీ విశ్వనాథ్, జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి గోవింద్ నాయక్, జిల్లా మార్కెటింగ్ అధికారి స్వరస్ సింగ్, జిల్లా కో ఆపరేటివ్ అధికారి ప్రసాద్ రావు, జిల్లా తూనికలు కొలతల అధికారి డి. నత్యనారాయణ, డి.సి.యం. అరుణ, డి.యం. ఇర్వాన్, సివిల్ సప్లై డి.టి.లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కుక్కల వృద్ధి నియంత్రణకు శస్త్ర చికిత్సా కేంద్రం ఏర్పాటు చేయాలి

మున్సిపల్ కమిషనర్ కు కలెక్టర్ ఆదేశం

భూపాల పల్లి జిల్లా కలెక్టర్ రామూల్ శర్మ



జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ప్రతినిధి సెప్టెంబర్ 30 నినాదం న్యూస్ : జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా బడిపిసి కార్యాలయంలో కుక్కల వృద్ధి నియంత్రణకు శస్త్ర చికిత్స కేంద్రం ఏర్పాటుపై మున్సిపల్, పశు సంవర్ధక శాఖ అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లా వ్యాప్తంగా ఏదీ కుక్కల సంఖ్య పెరుగుతుంటే పాటు వాటి ద్వారా ఎదురవుతున్న సమస్యలు, ప్రజలు కుక్కకాటుకు గురవుతున్న సందర్భంగా ప్రమాదాలను దృష్ట్యా ఉంచుకుని

వృద్ధి నియంత్రణ కు శస్త్ర చికిత్సలు చేసేందుకు కేంద్రం ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. కుక్కల నియంత్రణలో భాగంగా, వాటికి శస్త్ర చికిత్సలు నిర్వహించి, జనన నియంత్రణ చేయడానికి ప్రత్యేక కుక్కల జనన నియంత్రణ కేంద్రం ఏ పి సి సెంటర్ ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. ఈ చర్య ద్వారా వీధి కుక్కల సమస్యను పరిష్కరించడానికి అవకాశం ఉన్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. ఏదీ కుక్కల సంఖ్య పెరగకూడదు. శస్త్ర చికిత్సలు, అలాగే కుక్క కాటు జరుగుతున్న ప్రాంతాలను గుర్తించి ప్రాధాన్యతగా ముందస్తుగా ఆయా ప్రాంతాల్లో కుక్కలను పట్టి శస్త్ర చికిత్సలు కేంద్రంలో శస్త్ర చికిత్సలు చేయాలని, శస్త్ర చికిత్స అనంతరం తిరిగి అదే ప్రాంతంలో క్షేమంగా వదిలి పెట్టాలని ఆదేశించారు. కుక్కల సంఖ్య నియంత్రణ కోసం శస్త్ర చికిత్సలు ప్రాధాన్యతను గుర్తించామని, ఆ చర్యల అమలుకు కేంద్రం ఏర్పాటుతో పాటు శస్త్ర చికిత్సలు నిర్వహించే విధముగా చర్యలు చేపట్టాలని మున్సిపల్ పశు సంవర్ధక శాఖ అధికారులను జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశించారు. పి.ఎ.సి.ఎస్ కేంద్రంలో కుక్కలకు శస్త్ర చికిత్సలు నిర్వహించడం ద్వారా వీధి కుక్కల సంఖ్యను నియంత్రించి, కుక్కల కాటు నుండి ప్రజలను రక్షించడానికి అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం చేపట్టడం ద్వారా కుక్కల వృద్ధి నియంత్రణతో పాటు ప్రజల ఆరోగ్య పరిరక్షణకు మరియూ జంతు సంక్షేమానికి తోడ్పడుతుందని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో స్టానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ విజయలక్ష్మి, పశు సంవర్ధక శాఖ అధికారి డా కుమార్ స్వామి, మున్సిపల్ కమిషనర్ రాజేశ్వర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

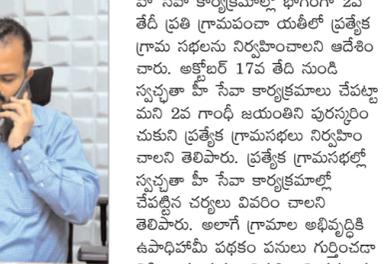
బతుకమ్మ పండుగ తెలంగాణ సాంస్కృతిక వారసత్వానికి ప్రతీక

జిల్లాలో బతుకమ్మ సంబురాలకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని

అధికారులకు ఆదేశం

భూపాల పల్లి జిల్లా కలెక్టర్ రామూల్ శర్మ

జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ప్రతినిధి సెప్టెంబర్ 30 నినాదం న్యూస్ : తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అక్టోబర్ 2వ తేదీ నుండి ప్రారంభం కానున్న బతుకమ్మ సంబురాలు, స్వచ్ఛతా పీ సేవా కార్యక్రమాలలో భాగంగా అక్టోబర్ 2వ తేదీన ప్రత్యేక గ్రామసభలు నిర్వహణ తదితర అంశాలపై సోమవారం ఆన్ని మండలం ఎంపిడివోలు, ఎంపివోలు, గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శులతో టెలి కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. సంబురాలను ఘనంగా నిర్వహించడానికి అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ రామూల్ శర్మ పంచాయతీ రాజ్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రతి మండలంలో బతుకమ్మ సంబురాలను విజయవంతంగా



నిర్వహించడానికి తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని, అన్ని శాఖల అధికారులు నమస్వయంతో పని చేయాలని ఆదేశించారు. మహిళలు బతుకమ్మ అడిస తరువాత చెరువుల్లో నిమజ్జనం చేస్తారని నిమజ్జన ఘట్టు వద్ద విద్యుత్ ఏర్పాటు, పారిశుధ్య కార్యక్రమాల నిర్వహించాలని ఆదేశించారు. మహిళలు స్వీజ్ లోకి దిగకుండా భద్రతపై చదివ్చ చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. స్వచ్ఛతా

ప్రశాంతంగా పరీక్షలు నిర్వహించాలి

పిఎస్ఐ ఇంటర్, ఎస్ఎస్సీ పరీక్షల నిర్వహణకు ఏర్పాట్లు చేయాలి

సమీక్ష సమావేశంలో జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ మహేందర్

జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా, (నినాదం): అక్టోబర్ 3 నుండి 9 వరకు జిల్లాలో జరిగే ఓ.ఎస్ పరీక్షలు ప్రశాంత వాతావరణంలో జరిగేలా పంచాయతీ జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ మహేందర్ జి అన్నారు. సోమవారం అదనపు కలెక్టర్ తన ఛాంబర్ లో విద్యాశాఖ సంబంధిత అధికారులతో పరీక్షల నిర్వహణపై సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ జిల్లా కేంద్రంలోని మాడల్ స్కూల్ బందారుపల్లిలో పరీక్ష సెంటర్ ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించి, పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించి సెంటర్ 106 మంది పరీక్ష రాస్తున్నారని తెలిపారు. ఉదయం 9:30 నుండి 12 గంటల వరకు, మధ్యాహ్నం 2.30 నుండి 5 గంటల వరకు పరీక్షలు జరుగుతాయని తెలిపారు. పరీక్షా కేంద్రం వద్ద త్రాగునీరు, మరుగుదొడ్లు, విద్యుత్ సదుపాయం ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. సెంటర్ దగ్గరలో ఉన్న జిల్లాకు సెంటర్లను మూసివేయించాలన్నారు. పరీక్షలో ఎలాంటి కాటుకూంకీ జరగకుండా బందోబస్తు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. పరీక్షల నిర్వహణకు చీఫ్ సూపరింటెండెంట్లు, ఎన్ఎజిఆర్లకు శిక్షణ ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. అభ్యర్థులను చక్కా కేంద్రాలకు చేరవేసేందుకు ఆర్డీసీ బస్సులు సిద్ధంగా ఉండాలని, 9 గంటలలోపు అభ్యర్థులు పరీక్ష కేంద్రానికి చేరుకోవాలన్నారు.



అభ్యర్థులు వారి హాల్ టిక్కెట్లు ఆన్లైన్ లో డౌన్లోడ్ చేసుకోవాలని అన్నారు. పరీక్ష జరిగిన సమయంలో ఎలాంటి ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువులు తీసుకు రాకుండా, పరీక్షలు పూర్తయ్యే వరకు గట్టి బందోబస్తు ఏర్పాటు చేయాలని పోలీసు అధికారులకు ఆదేశించారు. పరీక్షా కేంద్రాల దగ్గర ఆశ వర్షులు, ఏఎన్ఎంలు వెడికల్ కిట్స్ తో అందజాటులో ఉండి వైద్య సివలు అందించాలన్నారు. ఎలాంటి అవకతవకలకు తావు లేకుండా పరీక్షలు ప్రశాంత వాతావరణంలో సజావుగా నిర్వహించేలా రెవెన్యూ, విద్య, వైద్య, పోలీసు శాఖ అధికారులు తగు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో ఆడిషనల్ కమిషనర్ ఫర్ గవర్నమెంట్ ఎగ్జిక్యూటివ్ జయదేవ్, ఇన్స్పెక్టర్ వెంకట నారాయణ, జిల్లా షాీ సంబంధంగా అధికారి ఎం.డి.కె.కె. తపాలా శాఖ అధికారి లోకేశ్, ఆర్డీసీ అధికారి వెంకటేశ్వర్లు, ఎలక్ట్రీసిటీ అధికారి వెంకట్ రెడ్డి, స్టానిక తహసీల్దార్ విజయనాథ్ సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళా శక్తి క్యాంపేన్ల ఏర్పాటుకు శిక్షణ పూర్తి

ఈవెంట్ మేనేజ్మెంట్ పూర్తిచేసిన వారికి

ద్రువీకరణ పత్రాలను అందజేశారు

భూపాల పల్లి జిల్లా కలెక్టర్ కలెక్టర్ రామూల్ శర్మ



జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ప్రతినిధి సెప్టెంబర్ 30 నినాదం న్యూస్ : జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా బడిపిసి కార్యాలయ హాలులో మహిళా శక్తి క్యాంపేన్ల ఏర్పాటులో శిక్షణ పూర్తి చేసుకున్న మండల సమాఖ్య సభ్యులకు, ఈవెంట్ మేనేజ్మెంట్ పూర్తిచేసిన వారికి ద్రువీకరణ పత్రాలను జిల్లా కలెక్టర్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ మహిళలను వ్యాపారవేత్తలుగా తయారు చేసేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మహిళా శక్తి క్యాంపేన్లను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. క్యాంపేన్ల విజయవంతంగా నిర్వహించేందుకు శిక్షణా కార్యక్రమాల సహాయపడతాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఇందియ మహిళా శక్తి క్యాంపేన్లు, మహిళా సాధికారతకు తోడ్పడే ముఖ్యమైన ప్రాజెక్టు అని వివిధ మండల మహిళా సమాఖ్య సభ్యులు నిర్వహించాల్సి అన్నారు. పంపాళలు హెల్పర్ మేనేజ్మెంట్ మరియు ఈవెంట్ మేనేజ్మెంట్ శిక్షణను పూర్తి చేయడం ద్వారా, క్యాంపేన్ నిర్వహణలో ఉన్న సభ్యులు అధిగమించి, మరింత విజయవంతంగా నడిపేందుకు దోహదపడతాయని అన్నారు. మహిళా శక్తి క్యాంపేన్ల మహిళలకు అధికంగా స్వావలంబనం సాధించే దిశగా కీలకంగా హారసన్నాహాలు తెలిపారు. శిక్షణ పొందిన మహిళా సభ్యులు క్యాంపేన్ నిర్వహణలో కొత్త ప్రయత్నాలు నెలకొల్పి, ఇతరులకు ఆదర్శంగా నిలవాలని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమం మహిళా సాధికారతకు మరింత మద్దతు ఇవ్వడమే కాకుండా, గ్రామీణ ప్రాంతాల మహిళల జీవనోపాధిని పెంపొందించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్టానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ విజయలక్ష్మి, డిఆర్ఓ. అనివాస్, పిపిడి గోవిందరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పాలీసులపై దురుసుగా ప్రవర్తించిన వ్యక్తులపై కేసు నమోదు

పాలీస్ సిబ్బందితో దురుసుగా ప్రవర్తించిన కఠిన చర్యలు తప్పవు

పట్టణ సీబి వరగంటి రవి



జమ్మికుంట, సెప్టెంబర్ 30 (నినాదం న్యూస్) : జమ్మికుంట మున్సిపల్ పరిషత్లోని కొత్తపల్లి అంజనేయస్వామి ఆలయ స్వామివంధిలో సోమవారం ఉదయం ఆక్రమంగా ఇసుక రవాణా చేస్తున్న ఇసుక ట్రాక్టర్ ను పోలీసులు పట్టుకుని రిమాండ్ కు తీసుకు వెళ్లారు. ప్రవర్తించి పోలీసుల సెల్లోకి తోపాటు వారి ద్వితీయ వాహన తాళించి లాక్కులు వచ్చిపై కేసు నమోదు చేసినట్లు జమ్మికుంట పట్టణ సీబి వరగంటి రవి తెలిపారు. సీబి తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, జమ్మికుంట మండలం విలాసాగర్ గ్రామానికి చెందిన రావపల్లి తిరుపతి వెంకటేశ్ అనే వ్యక్తి సోమవారం ఉదయం సుమారు ఎనిమిది గంటల ప్రాంతంలో మున్సిపల్ పరిషత్లోని కొత్తపల్లి హనుమాన్ టెంపుల్ ఎంపిల్లో ఎలాంటి ప్రభుత్వ అనుమతి పత్రాలు లేకుండా ఆక్రమంగా ఇసుక రవాణా చేస్తున్నాడని విధి నిర్వహణలో ఉన్న కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాస్ హెంకారెడ్డి జరిల్ వీరిని అణి వివరాలు అడగగా పోలీస్ సిబ్బందిపై దురుసుగా ప్రవర్తించడమే కాకుండా వారి విధి నిర్వహణను అడ్డుకున్నందుకు వెంకటేశ్ పై కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాస్ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు సీబి తెలిపారు. గతంలో కూడా ఆక్రమ ఇసుక రవాణా చేస్తున్న కొంతమంది వ్యక్తులు గతంలో జైలుకు పంపడం జరిగిందని వారిపై కేసులు నమోదు చేసి పోలీసుకు పంపడం జరిగిందని ఆయనపైటికి వీరిలో మార్పు రావడంలేదని ఇక్కడ జలాంటి చర్యలకు పాల్పడితే పిడి యాక్ట్ నమోదు చేస్తామని సీబి హెచ్చరించారు.

తామర ఆకుల టీ తాగితే..

ప్రయోజనాలు తెలిస్తే షాక్ లవ్వాలిందే..!



తామర ఆకుల నుంచి తయారు చేసిన టీ అనేది ఒక రకమైన హెర్బల్ టీ. ఇందులో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. ఈ టీని ఎండిన తామర ఆకులతో తయారు చేస్తారు. తామర ఆకుల టీ తాగడం వల్ల శరీరానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. దీనితో అనేక రకాల చిన్న పెద్ద సమస్యల నుండి శరీరాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. మొదట చైనాలో ఈ టీని ఎక్కావగా తాగేవారు. ఇప్పుడు అసియా అంతటా పేరుని అయ్యింది.

తామర ఆకులతో తయారు చేసిన టీ తాగితే అందులో పోటాషియం ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల రక్తపోటు నియంత్రింపులో ఉంటుంది. తామర ఆకుల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ ఆకులతో తయారు చేసిన టీ తాగితే శరీరంలో వాపు, చికాకు తగ్గుతుంది.



తామర ఆకుల్లో జీవక్రియను పెంచేందుకు సహాయపడే పోషకాలు ఉన్నాయి. ఇవి వేగంగా బరువు తగ్గేందుకు దారితీస్తాయి. తామర ఆకులతో తయారు చేసిన టీలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది.

తామర ఆకుల్లో ఫ్లేవనాయిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ ను కంట్రోల్ చేసి గుండెను కాపాడుతాయి. లోటస్ టీ తాగడం ద్వారా శరీర నొప్పి నుండి ఉపశమనం కలుగుతుంది. దీనివల్ల వాపు కూడా తగ్గుతుంది. తామర ఆకులలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు నొప్పి నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

లోటస్ టీ తాగడం ద్వారా ఒత్తిడి, ఆందోళనను నివారించవచ్చు. ఈ పుష్కల అనేక పోషకాలు మిమ్మల్ని రిలాక్స్ చేస్తాయి. మీరు చాలా అలసిపోయినట్లు అనిపిస్తే, లోటస్ టీ తాగడం ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. దీంతో శరీరంలో ఎనర్జీ లెవెల్ పెరుగుతుంది.

నోట్లో వేసుకుంటే చాలు..

ఇలాంటి సమస్యలన్నీ పరార్..!

లవంగాలలో పవర్ ఫుల్ యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, యూజీనాల్ ఉంటాయి. ఇది ఓ రకమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్, ఇది శరీరాన్ని ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడేందుకు హెల్ప్ చేస్తుంది. అంతేకాకుండా వీటిని తినడం వల్ల చాలా సమస్యలు దూరమవుతాయి. ప్రతిరోజూ లవంగం తీసుకోవడం వల్ల ఇమ్యూనిటీ వ్యవస్థ బలపడుతుంది. ముఖ్యంగా ఇందులో యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ఉంటాయి. లవంగం సీజనల్ వ్యాధులు, జలుబు, ప్లూ నుంచి దూరంగా ఉంచుతుంది

లవంగాలు జీర్ణ ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. జీర్ణ ఎంజైమ్స్ ఉత్పత్తికి ప్రేరేపిస్తుంది. ఆహారాన్ని విడగొట్టడంలో కీలకపాత్ర పోషిస్తుంది. ఖనిజాలను గ్రహిస్తుంది. ముఖ్యంగా అజీర్తి, కడుపులో గ్యాస్, మలబద్ధకం సమస్య నుంచి విముక్తి కలిగిస్తుంది. జీర్ణ సమస్యలు రాకుండా నేచురల్ రెమిడీలా పనిచేస్తుంది. లవంగంలో శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు కలిగి ఉంటాయి. ఇందులో యుగెనాల్ ఉంటుంది. ఇది మంట సమస్యను తగ్గిస్తుంది. ఇది క్రమంగా ప్రాణాంతక వ్యాధుల నుంచి దూరంగా ఉంచుతుంది. లవంగాలని తీసుకుంటే ఆర్థరైటిస్, గుండె సమస్యలు, క్యాన్సర్, మధుమేహం, పంది నొప్పి, కడుపుపూతల వంటి సమస్యలను నివారిస్తాయి.



లవంగం ఎన్నో ఏళ్లుగా వివిధ మెడిసిన్లో కూడా ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇది పంది ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. లవంగంలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ సెప్టిక్ గుణాలు కూడా ఉంటాయి. అంతేకాదు చిగుళ్ల సమస్య, పిప్పి వన్ను సమస్యకు ఎఫెక్టివ్ రెమిడీ. లవంగంలో నోట్లో వేసుకుంటే

చాలు మంచి రిఫ్రెష్మెంట్ గా పనిచేస్తుంది. లవంగంలో నేచురల్ ఎనెస్థెటిక్ గుణాలు ఉంటాయి. పంది సమస్య నుంచి కాపాడు తుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నిర్వహిస్తాయి. మీ దైర్ఘ్య లవంగం చేర్చుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రింపులో ఉంటాయి. ఇది ఇన్సులిన్ నిరోధకతను మెరుగు చేస్తుంది. మెటబాలిజం రేటును ప్రేరేపిస్తుంది. ముఖ్యంగా టైప్ 2 డయాబెటీస్ ను తగ్గిస్తుంది. రక్తంలో షుగర్ లెవల్స్ నియంత్రింపులో ఉంటాయి. లవంగం రొంప సమస్యలు తగ్గిస్తుంది. అస్తమా, ట్రాంకైటిస్, దగ్గు చికిత్సగా ఉపయోగిస్తారు.

ఖాళీ కడుపుతో ఓ కప్పు తిన్నారంటే..

డయాబెటీస్ తో పాటు ఆ సమస్యలన్నీ పరార్..

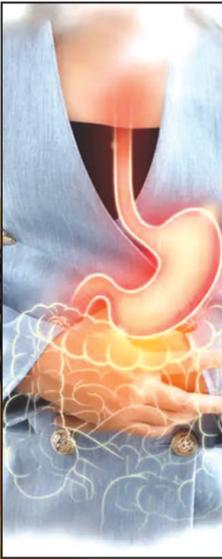
బొప్పాయి పండులో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ పండు ఏదాది పొడవునా దొరుకుతుంది.. దీన్ని మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ద్వారా అనేక అనారోగ్య సమస్యల నుంచి బయటపడవచ్చు. బొప్పాయిలో విటమిన్లు, ఖనిజాలతో పాటు పొటాషియం, ఫైబర్, ఫోలేట్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది అనేక సమస్యలకు పరిష్కారం చూపుతుంది.. ఖాళీ కడుపుతో ప్రతిరోజూ ఒక కప్పు బొప్పాయి ముక్కలు తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయి.. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో బొప్పాయి తింటే.. శరీరానికి ఎలాంటి ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయి.. ఎవరూ.. అనే విషయాలను తెలుసుకోండి..

బొప్పాయి పండును ఖాళీ కడుపుతో తింటే జీర్ణవ్యవస్థ బలపడటంతో పాటు పొట్ట సమస్యలను నివారిస్తుంది. ముఖ్యంగా మలబద్ధకంతో బాధపడే వారికి ఈ పండు చాలా మేలు చేస్తుంది. మలబద్ధకంతో బాధపడేవారు ఉదయాన్నే దీన్ని తీసుకోవాలి. ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉన్నందున, ఇది ప్రేగు కదలికలను సులభతరం చేస్తుంది. మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. బొప్పాయిని ఖాళీ కడుపుతో తింటే అజీర్ణం, ఎసిడిటీ సమస్యలు చాలా వరకు తగ్గుతాయి.

బొప్పాయిలోని పోషకాలు డెడ్ స్క్విమ్స్ తొలగించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తాయి. ఇది మృతకణాలను తొలగిస్తుంది.. తేమగా ఉంచుతుంది. రంధ్రాలను శుభ్రపరుస్తుంది.. ఇంకా చర్మంపై ముదురలను నివారిస్తుంది. అంతేకాకుండా.. చర్మం నిగారింపు కూడా పెరుగుతుంది..

ఆరోగ్య నిపుణులు అభిప్రాయం ప్రకారం.. పచ్చి బొప్పాయి తీసుకోవడం వల్ల డయాబెటిక్ పేషెంట్లు మేలు జరుగుతుంది.. దీనిలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇంకా చక్కెర తక్కువగా ఉంటుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఖాళీ కడుపుతో ఈ పండును తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడానికి.. స్థిరకరించడానికి సహాయపడుతుంది. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఈ పండును ఆహారంలో చేర్చుకోవడం చాలా మంచిది.

బొప్పాయిలో పొటాషియం, ఫైబర్, విటమిన్లు వంటి గుండె-ఆరోగ్యకరమైన పోషకాలు ఉన్నాయి. శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ కారణంగా, గుండె ధమనులు మూసుకుపోతాయి.. ఇరుకైనవిగా మారుతాయి. అటువంటి పరిస్థితిలో బొప్పాయి తినడం



కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను సాధారణీకరిస్తుంది. బొప్పాయి మీ గుండెకు రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది.

పీరియడ్స్ సమయంలో వచ్చే తిమ్మిర్లు, నొప్పిని తగ్గించడంలో బొప్పాయి ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉన్నాయి. బొప్పాయిలోని కెరోటిన్ రుతువేళాన్ని నియంత్రిస్తుంది. ఈ కెరోటిన్ ఈస్ట్రోజెన్ హార్మోన్స్ ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది.

బొప్పాయి తినడం వల్ల శరీరానికి శక్తి వస్తుందని, అధిక కొవ్వు తగ్గుతుందని కొందరికి తెలుసు. బొప్పాయిని స్నెక్స్ లాగా కట్ చేసి దానికి నల్ల ఉప్పు.. మిరచాల పొడి జోడించి అల్పాహారంగా తినవచ్చు

NINADAM MARKET

స్టాక్ మార్కెట్ లో ఐపీవో హంగామా..

అక్టోబర్ లో రానున్న కంపెనీలు ఇవే..!

ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ (ఐపీఎల్) గురించి మనందరికీ తెలిసిందే. ఈ క్రికెట్ లీగ్ జరిగే దాదాపు రెండు నెలల పాటు ఎక్కడ చూసినా దాని పైనే చర్చ జరుగుతుంది. మ్యాచ్ ల తీరు, అటామల్ ప్రతిభ, స్టేడియంలో అభిమానుల సందడికి సంబంధించిన, విశేషాలతో సందడిగా ఉంటుంది. ఇదే విధంగా స్టాక్ మార్కెట్ లో ప్రస్తుతం ఐపీవో సందడి నెలకొంది. ఐపీవో అంటే ఇన్విజియల్ పబ్లిక్ ఆఫర్. దీనిలో వివిధ కంపెనీలు తమ షేర్లను విక్రయిస్తాయి. స్టాక్ మార్కెట్ లో పెట్టుబడి పెట్టాలనుకునే వారందరూ ఐపీవోకు వచ్చే కంపెనీల కోసం ఎదురుచూస్తుంటారు. దేశంలో ఇప్పుడు ఐపీవో సందడి నెలకొంది. సెప్టెంబర్ నెలతో ఈ హడావుడి ఆగిపోతుందని భావించారు. అయితే అక్టోబర్ లో ప్రముఖ కంపెనీలు ఐపీవోకు రానున్న నేపథ్యంలో స్టాక్ మార్కెట్ లో జోష్ కొనసాగుతుంది.

ఈ ఏడాది సెప్టెంబర్ లో పలు కంపెనీలు ఐపీవోకు వచ్చాయి. నెలంతా స్టాక్ మార్కెట్ లో సందడి బాగా నెలకొంది. దాదాపు 14 ఏళ్లలో అత్యంత రద్దీ లావాదేవీలు ఈ నెలలో జరిగిాయని రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా కూడా తీతాబు ఇచ్చింది. సెప్టెంబర్ పూర్తవడంతో సందడి తగ్గిపోతుందని అందరూ భావించారు. అయితే అక్టోబర్ నుంచి అర డజను కంటే ఎక్కువ కంపెనీలు ఐపీవోకు రానున్నాయి. రాబోయే అరవై రోజుల్లో రూ.60 వేల కోట్లను సమీకరించడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాయి. హ్యుందాయ్ మోటార్ ఇండియా, స్కీన్, ఎస్పీసీ గ్రీన్ ఎన్ర్జీ తదితర పెద్ద కంపెనీలతో పాటు ఆఫ్ఘాన్ ఇన్ ఫ్రాస్ట్రక్చర్, వారి ఎన్ర్జీస్, నివాబుపా హెల్త్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్, వన్ మెడిక్విక్ సిస్టమ్స్, గరుడ కన్స్ట్రక్షన్స్ కూడా రానున్నాయి.

ఐపీవో అంటే..

కంపెనీలు తమ వ్యాపారాన్ని విస్తరించడం, ఉత్పత్తిని పెంచడం కోసం మూలధనం చాలా అవసరం. అందుకే అవి ఐపీవోకు వచ్చే తమ వాటాలను ప్రజలకు విక్రయిస్తాయి. దీని ద్వారా మూలధనాన్ని సమకూర్చుకుని వ్యాపార విస్తరణకు ఉపయోగించుకుంటాయి. ఐపీవో లో వచ్చిన సొమ్మును వ్యాపార విస్తరణకు ఎలా ఉపయోగిస్తామనే విషయాన్ని కూడా ఆయా కంపెనీలు తెలియజేస్తాయి. సెక్యూరిటీ ఎక్స్చేంజ్ ట్రోఫ్ ఆఫ్ ఇండియా (సెఐ) అనుమతి తీసుకుని ఐపీవోకు రావాల్సి ఉంటుంది.



దక్షిణ కొరియాకు చెందిన హ్యుందాయ్ మోటార్ కంపెనీ అనుబంధ సంస్థ ఇది. అక్టోబర్ లో ఐపీవోకు వచ్చే అవకాశం ఉంది. దీని ద్వారా రూ.25 వేల కోట్లు సమీకరించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. దేశంలో ఇప్పటి వరకూ జరిగిన వాటిలో ఇదే పెద్ద ఐపీవో. ఇప్పటి వరకూ ఈ రికార్డు ఎల్ఐసీ పేరుమీద ఉంది. అప్పట్లో ఆ సంస్థ ఐపీవోలో రూ.21 వేల కోట్లు సేకరించింది.

ప్రముఖ ఆన్ లైన్ ఫుడ్ సరఫరా కంపెనీ అయిన స్కీన్ ఐపీవోకు రానుంది. దీని ద్వారా రూ.10,414 కోట్ల సేకరించాలని చూస్తోంది. ఆఫర్ ఫర్ సీల్ (ఓఎఫ్ఎస్) విధానంలో ఈ మొత్తం సేకరించనుంది.

ఎస్పీసీ గ్రీన్ ఎన్ర్జీ



ప్రభుత్వ యాజమాన్యంలోని ఎస్పీసీ సంస్థకు చెందిన పునరుత్పాదక ఇంధన విభాగం ఇది. ఈ కంపెనీ సవంబర్ లో ఐపీవోకు రానుంది. దాదాపు రూ.10 వేల కోట్లు సేకరించాలనే లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించుకుంది.



పన్ను చెల్లింపుదారులకు గుడ్ న్యూస్..

ఈ గడువు పొడిగింపు



ఆదాయ పన్ను చెల్లింపుదారులకు గుడ్ న్యూస్ వచ్చేసింది. 2023-24 సంవత్సరానికి సంబంధించి వివిధ ఆడిట్ నివేదికల దాఖలు తేదీని పొడిగించాలని నిర్ణయించినట్లు ఆధికారిక ప్రకటనలో తెలిసింది. దీని వివర తేదీ సెప్టెంబర్ 30 ఉండగా, దీనిని అక్టోబర్ 7, 2024 వరకు పొడిగిస్తున్నట్లు తెలిసింది. సర్కూలర్ ప్రకారం అవసరమైన నివేదికలను ఎలక్ట్రానిక్ గా సమర్పించడంలో పన్ను చెల్లింపుదారులు, ఇతర సంస్థలు ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్లను పరిగణనలోకి తీసుకున్న తర్వాత ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు సీఐడీటీ చెబుతోంది.

దిగొచ్చిన బంగారం ధరలు

ఇంటర్నేషనల్ డెస్క; బంగారం కొనుగోలు చేయాలనుకునే వారికి గుడ్ న్యూస్. దేశంలో ధరలు సోమవారం స్వల్పంగా తగ్గాయి. 10 గ్రాముల పసిడి 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.10 దిగిచ్చి.. రూ. 70,940కి చేరింది. ఆదివారం రూ.70,950గా ఉంది. గ్రామ్ ధర ప్రస్తుతం 7,094గా ఉంది. మరోవైపు 24 క్యారెట్ల బంగారం(10గ్రాములు) ధర సైతం రూ.10 దిగిచ్చి.. రూ. 77,390గా కొనసాగు తోంది. ఆదివారం ఈ ధర రూ.77,400గా ఉండేది. 1 గ్రామ్?గోల్డ్ ధర రూ. 7,739గా ఉంది.దేశంలోని చాలా ప్రాంతాల్లో దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో 22 క్యారెట్ల పసిడి ధర రూ. 71,090, 24 క్యారెట్ల ధర రూ. 77,540గా ఉంది. హైదరాబాద్ లో.. భాగ్యనగరంలో ప్రస్తుతం 22 క్యారెట్ల గోల్డ్ ధర రూ. 70,940గా ఉంది. హైదరాబాద్ లో కేజ్ వెండి ధర రూ. 77,390 వద్ద కొనసాగుతోంది. విజయవాడ, విశాఖపట్టణంలోనూ ఇవే ధరలు ఉన్నాయి. వెండి ధరలు.. కేజ్ వెండి ధర రూ.100 తగ్గి రూ. 94,900గా కొనసాగుతోంది. క్రితం రోజు ఈ ధర రూ. 95,000గా ఉండేది. హైదరాబాద్ లో కేజ్ వెండి ధర రూ. 1,00,900 చలుకుతోంది. వెండి ధరలు కోల్కతాలో రూ.94,900, బెంగళూరులో రూ. 88,100గా ఉంది.

