



# కివాదం

నిఖార్సు జర్నలిజం

ఆగివారం 09  
ఫబ్రవరి 2025

తెలంగాణ వ్రాంతీయం

పేజీలు  
8



రాగుచండ సినిమాలోని..

# తీవ్ర ఏషట్

- అస్పృతిలో చనిపోయి నాలుగు రోజుల తర్వాత కూడా ట్రీట్మెంట్
- లక్ష్మీ బిల్లు కాజేసి చివలికి శవం లప్పగింత
- న్యాయం చేయాలంటూ అస్పృతి ఎదుట అందోళనకు దిగిన బాధిత కుటుంబికులు

శేరిలింగంపల్లి జోన్ ప్రతినిధి, ఫిబ్రవరి 8 (నినాదం న్యాయం): మియాపూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని సిద్ధార్థ న్యారో ఆస్పృతిలో మరోసారి రాగుచండ సినిమాలోని సీన్ రిపీట్ అయింది. న్యారో సమస్యలో బాధపడుతూ ఆస్పృతికి వచ్చిన పేపంట్ చనిపోయి మాడు, నాలుగు రోజుల తర్వాత కూడా ట్రీట్మెంట్ చేసి లక్ష్మీ బిల్లు కాజేసి చివరకి శప్చి అప్పగించారటుయా బాధితులు మధ్యినగూడ సిద్ధార్థ న్యారో ఆస్పృతి ఎదుట ఆందోళనకు దిగారు. బాధితులు తెలివిన విపరాల ప్రకారం.. కడప జిల్లా సందునూరు గ్రామానికి చెందిన జి. సుహేసిని (26) డిగ్రీ పూర్తిచేసుకుని ఇంటి దగ్గరే ఉండేది. అయితే గత నెల 10వ తేదీన ఆమె కళ్ళ తిరిగి పడిపోయింది. వారి బంధువులు వెంటనే మగతా 2లో



కేయూ రాజనీతి శాస్త్ర విభాగం ఆధ్వర్యంలో

## సౌత్ సిమార్

కేయూ హైన్ ఛాన్‌లర్

ఆచార్య ప్రతాపరెడ్



చిత్రాల  
2

దేశ ప్రయోజనాలకు అనుగుణంగా  
**కేంట్ బడ్జెట్సు స్వర్ణంచో**

బడ్జెట్లో విద్యార్థంగానికి  
**ప్రొఫెసర్లు గుర్తించాలే..**

జయశంకర్ భూపాలపల్లి బ్యారో, (నినాదం న్యాయం): రాజ్యంలో ప్రవేశపెట్టబడ్డాయి బడ్జెట్లో విద్యార్థాన్ని ప్రాధాన్యతారంగంగా గుర్తించి 20 శాతం నిధులు కేటాయించాలని తెలంగాణ విద్యార్థాలకు కమిటీ నాయకులు దిమాండ్ చేశారు. శనివారం తెలంగాణ విద్యార్థాలకు కమిటీ రాజ్య ప్రైసింగ్ కమిటీ పిలుపులో భాగంగా జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ప్రైసింగ్ కమిటీ జిల్లా కేంద్రంలోని అంబెడ్కర్ చారసాలో ప్రదర్శన నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రైసింగ్ కమిటీ సభ్యులు మాట్లాడుతూ బడ్జెట్లో అధిక నిధులు కేటాయించడం వలన విద్యార్థాలకు హోలిక పసంగులు అభివృద్ధి జరిగి ఆకర్షించాలను వాతావరణం పీర్పడి విద్యార్థుల సమాచార శాతంపెరుగుతుందన్నారు. గత ప్రభుత్వ హాయాంలో అనుసరించిన తప్పుడు విధానాలు ఈ ప్రభుత్వం అనుసరించకుండా ఆ విధానాలను గుణాపారంగా తీసుకొని విద్యార్థాలను అభివృద్ధికరమైన రీతిలో సంస్కరించే విధంగా విధానాలను తీసుకురావాలని వారు దిమాండ్ చేశారు. ఇప్పటికే అనేక పారశాలల్లో సాకర్మాల కొరంతో విద్యార్థులు చాలా ఇచ్చండలు వడుతున్నారని ముఖ్యంగా మగతా 2లో



2లో

ఎంసిపిఐ(యు) జిల్లా

కార్యదర్శి పెద్దారపు రమేష్

ప్రజా వ్యతిరేక బడ్జెట్సు

నిరసిస్తూ కేంద్ర ప్రభుత్వ

దిష్ట్రిబ్యూషన్ దగ్గం



# ఆటలు ఆత్మ విశ్వసాన్ని పెంపాంచిస్తాయి

- ప్రభుత్వం ఆటలకు అధిక ప్రాథాస్తుత ఇస్తుంది
- శ్రీచైతన్య సుఖ్యాల్స్ జోనల్ లెవెల్ రాష్ట్ర స్థాయి పాటీలలో గెలుపాంచిన విజేతలకు బహామతులను ప్రదానం చేసిన సుడా చైర్మన్

కరీంనగర్, ఫిబ్రవరి 8(నివాదం స్యాన్) : కరీంనగర్ జిల్లాలో కొత్తవల్లి మండలంలోని చింతకుంట శ్రీ చైతన్య సిబీవెన్ఱ్స్ సిసిప్లిఎల్ పారశాలలో ఖునంగా కరీంనగర్, మంచిర్యాల, సిద్ధిపేట, నిజమాబాద్ జోనల్ లెవెల్ రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలు నిర్వహించడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అథిధిగా సుడా చైర్మన్ కోపుల్రెడ్ సరేందర్ రెడ్డి హసజర్ విజేతలకు బహామతులు ప్రదానం చేశారు. శ్రీ చైతన్య విద్యాసంస్థల



డెరెక్టర్ సీమా మేడం జిఎం నాగింద్ర చైర్మన్ శ్రీధర్ డెరెక్టర్ శ్రీవిద్య కరీంనగర్ జోన్ ఏజెంట్ ఏం రాజు మంచిర్యాల జోన్ ఏజెంట్ అరవింధ్ రెడ్డి సిద్ధిపేట జోన్ ఏజెంట్ మధుసూదన్ రెడ్డి నిజమాబాద్ జోన్ ఏజెంట్ సతీష్ రెడ్డి ఏజెంట్ సదాశివరాద్ది

జోనల్ అకాడమిక్ కోలెగీలేస్ ప్రాథీక్ కొత్తవల్లి ఎండాచే అనంద్ చింతకుంట మాజీ సర్పుంవ్ సమృద్ధ్య తదితరులు కోమలీరెడ్డి సరేందర్ రెడ్డి బహామతులు ప్రదానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా సరేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, విద్యార్థులందరూ చదువులోనే కాదు ఆటలలో

పోటీలను ప్రారంభించారు. ఈ పోటీలలో గెలుపొందిన విజేతలకు సుడా చైర్మన్ కోమలీరెడ్డి నిఱసీపాల్ రాజుకుమార్ ఆచార్య సాధింపడంలో కీలకపాత్ర పోషించడం గంగించడగ్గ విషయం అన్నారు. విద్యార్థులు మాసికంగా పురియు శారీరకంగా ఆఖిపుఢి చెందాలంటే వాళ్ళకి అటులు అనేది అవసరమని గెలుపు ఓటములు సహజమని విద్యార్థిని విద్యార్థులు అందరూ క్రీడ

కూడా రాశించడానికి ఇటువంటి ఆటల పోటీలు

దోషపడుతాయని

అన్నారు. నేడు రాష్ట్రసాయిలో జాతీయస్థాయిలో మన రాష్ట్ర నుంచి త్రైకమంది ప్రతిభాను కనబరుసున్నారని శ్రీ చైతన్య పారశాలలో చదువుకున్న

విద్యార్థులు శ్రీలంక మరియు

ధాయిలాండ్ లో జరిగిన

చేస్ట్స్ బాల్ జాతీయస్థాయి

పోటీలలో శ్రీ చైతన్య పారశాల

విద్యార్థీని సహార్డ్ క్రికెట్ అండర్

19 వర్ల్డ్ క్లాబ్ లో మన రాష్ట్రం నుంచి త్రిష్ అనే అమ్మాయి

జాతీయస్థాయిలో వర్ల్డ్ క్లాబ్

సాధింపడంలో కీలకపాత్ర పోషించడం గంగించడగ్గ విషయం

అన్నారు. విద్యార్థులు మాసికంగా పురియు

శారీరకంగా ఆఖిపుఢి చెందాలంటే వాళ్ళకి అటులు

అనేది అవసరమని గెలుపు

ఓటములు సహజమని విద్యార్థిని

విద్యార్థులు అందరూ క్రీడ

నూర్లిని కొనసాగిస్తూ చదువులో కూడా రాశించాలని నేందర్

రెడ్డి అన్నారు.

రాష్ట్రసాయి పోటీల్లో పాల్గొన్న జట్లు కబడ్డి, కొక్కొ వాలీబాల్, త్రో బార్, చెన్, క్యారం, 100 మీటర్లు)

రన్నింగ్. దాదాపు 60 బ్రాంచలు నుండి,

కరీంనగర్ మంచిర్యాలు

నిజమాబాద్ సిద్ధిపేట జోన్

నుంచి దాదాపు 600 మంది

విద్యార్థిని విద్యార్థులు

పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో

పాల్గొన్న విద్యార్థులకు గెలివిన

జట్లు అందరికీ నేందర్ రెడ్డి బహామతులు ప్రదానం చేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో కరీంనగర్ సిబీవెన్ కి సివో ప్రెపిల్

ప్రైవెట్ రాజుకుమార్ ఆచార్య

గెలుపొందిన విద్యార్థులకు ఈ

భాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమం లో స్టేషన్

నాయకులు శ్రవణ్ నాయక్, దండి రపీందర్, అస్టపురం

తిరుమల, స్వప్తు పాల్గొన్నారు.

## అత్యుధిక ప్లాటర్ కలిగిన 8 కూరగయిలు..!



- ఇంందుకు అలస్తుం

మీ పుడ్ టైట్ లో ఫీటెని చేర్చండి..!

ప్లాటర్ అధికంగా ఉండే

కూరగాయలు జీర్జుకియును

మెరుగుపరుస్తాయి. శరీర

ఆరోగ్యాన్ని పెంచుతాయి.

బ్రోకటీ, క్యారెట్లు, బహువికూర,

చిలంగడుంపలు, కాలీప్లావర్,

ఆర్టిచోక్లు, బ్రసెల్స్ మెలలకులు,

వచ్చి బాసానిలు ఫీచులో నిండి

ఉంటాయి. ఇవి రక్కంలో చెక్కు

సాయిలను నియంత్రించడంలో

సహాయపడతాయి.

గట్ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి.

అట్టయి ప్లాటర్ కలిగిన 8 కూరగాయలు..! ఇంందుకు

అలస్తుం మీ పుడ్ టైట్ లో

పీటెని చేర్చండి..!

ప్లాటర్ కదలికలను

నియంత్రిస్తాయి. క్యారెట్లు బీట్లా

కోటీన్సో ద్రుష్టిలోని

మొత్తం గుంతులు

మొత్తం గుంతులు అట్టయి

ప్లాటర్ కు చేర్చిని

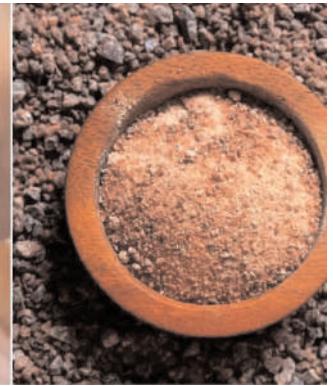
ఖూళీ కడుపుతో గ్రానుడు నీళలో ఇది చిట్కెడు  
కలుపుకుని తాగితే శరీరంలో జరిగే మ్యాజిక్..

ఇది కడువును అర్లోగ్యంగా  
 ఉండచంతో పాటు, జీవక్రియ  
 రేటును కూడా పెంచుతుంది.  
 ఇందులో లాక్స్ ట్రైమ్ గుణాలు  
 ఎక్కువగా ఉండి, మెటబాలిక్  
 రేటును పెంచడంతో పాటు  
 కడువును శ్రీనీ చేస్తుంది.  
 గుండెల్లో మంట, ఊర్చూన్ని నల్ల  
 ఉప్పు సులవుగా నివారిస్తుంది.  
 నల్ల ఉప్పు జీర్ణాశయంను తప్పం  
 చేయడంతో పాటు పైల్స్  
 ఉన్నవాళ్ళకు ఆ సమస్యకు చెక్  
 పెట్టడంలో  
 సహాయపడుతుంది. నల్ల ఉప్పు  
 చల్దనాన్ని కలిగి ఉంటుంది.  
 అందుకే ఇది కడుపుక ముగిది.

చలువ చేస్తుంది. అంతేకారు..  
నల్ల ఉప్పులో ఆనేక పోషకాలు  
విండివున్నాయని నిపుణులు  
చెబుతున్నారు. నల్ల ఉప్పు మీ  
జీవప్రియ దేఱును పెంచే  
ధీదివందు లక్ష్మణాలను కలిగి  
ఉంటుంది. కాబట్టి దీనిని మీ  
రోజువారీ ఆహారంలో  
చేర్చుకోవడం వల్ల మీకు ఆనేక  
ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. మీ  
రోజును టీ లేదా కాఫీతో  
కాకుండా ఆరోగ్యకరమైన రీతిలో  
ప్రారంభించాలి. దీని కోసం,  
ప్రతి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో  
నల్ల ఉప్పు సీరు తాగటం వల్ల  
మీరు ఊహించని లాభాలు

ఉన్నాయిని నిపుణులు  
చెబుతున్నారు. అవేంలో ఇక్కడ  
తెలుసుకురాం.. కాలేయ  
నిర్వీషికరణకు నల్ల ఉప్పు చాలా  
ప్రయోజనకరంగా వనిచేస్తుంది.  
ఈ ఉప్పు ప్రత్యేకత ఏమిటంబే  
ఇది కాలేయ కథాలలో  
పేరుకపోయిన మురికిని పుట్టం  
చేయడంలో సహాయపడుతుంది.  
ఉదయాన్నే ఖాళీ కపువుతో నల్ల  
ఉప్పు నీరు తాగడం వల్ల  
శరీరంలోని హోకిరమైన విషాన్ని  
బయలుకు పంపడంలో  
సహాయపడుతుంది. నల్ల ఉప్పు  
నీరు చర్యాన్ని కూడా మేలు  
చేసుంది. ఉదయాన్నే నల్ల ఉప్పు

నీరు తాగడం వల్ల చర్చ  
 రంధ్రాలను లోపిపి నుండి ఈ  
 ప్రవరచడంతో  
 సహాయపడుతుంది. నల్ల ఉప్పు  
 నీరు తాగడం వల్ల మలబర్ధకం  
 సమస్య నుండి కూడా  
 బయటపడవచ్చు. ఇది కడుపును  
 ఆరోగ్యంగా ఉంచడంతో పాటు,  
 జీవక్రియ రేటును కూడా  
 పెంచుతుంది. ఇందులో  
 లాక్సీటీవ్ గుణాల ఎక్కువగా  
 ఉండి, మెటల్చాలిక్ రేటును  
 పెంచడంతో పాటు కడుపును  
 కీల్చి చేస్తుంది. గుండెల్లో మంట,  
 ఉబ్బాన్ని నల్ల ఉప్పు నులుపుగా  
 నివారిసుంది. నల్ల ఉప్పు



ఉఁడ్చాశ్యంను శుభ్రం  
 చేయడంతో పాటు వైల్  
 ఉన్నవాళ్కు ఆ నమస్కర చెక్  
 పెట్టడంలో నహయపదుతుంది.  
 నల్ల ఉఁడ్చు తీసుకోవడం వల్ల  
 ఎసిదీటి సమస్య వైతం  
 సులువుగా తగ్గుతుంది.  
 రక్తంలోని గూళ్జ్ స్థాయిలను  
 సెత్తం కొంతమేర తగ్గించడంలో  
 నల్ల ఉఁడ్చు ఉపయోగపడుతుంది.  
 పోడియం తక్కువగా ఉండే ఈ

ఉఁడ్చుని తీసుకోవడం వల్ల  
 పైచిపి తగ్గుతుంది. ఈ ఉఁడ్చులో  
 ఎక్కువ ఖినజాలు ఉంటాయి. ఈ  
 నల్ల ఉఁడ్చుని తింటే జీర్జిక్కియు  
 మెరుగవుతుంది. ఎంత  
 మంచిదైనా కూడా నల్ల ఉఁడ్చుని  
 తీసుకున్నప్పుడు బ్రాండెని  
 అంధులో ఉన్న గుణాలని చూసి  
 కొనాలి. అదే విధంగా, తక్కువ  
 మోతాదులోనే తీసుకోవాలని  
 గుర్తపెటుకోండి.



# ବାନ୍ଦି ପେଣ୍ଟିକ୍ ପ୍ରେମନ୍ ବ୍ୟକ୍ତପରଚଂଦି..! ଅର୍ଥିଗୁଣ୍ଠା କଲାଜଂଦି..!

వాలెంటైన్ డే ప్రేమను  
 వ్యక్తికరింపడునానికి, తద్ద  
 చూపించడానికి ఒక సందర్భం. ఈ  
 సందర్భంగా అనేక ఆరోగ్య  
 ప్రయోజనాలను అందించే బహుమతి  
 కంటే మెరుగున మార్గం  
 ఏముంటుంది.. ఈ సంవత్సరం  
 సాధారణ చాక్టెబ్లు, పుష్టులకు మించి..  
 ఆర్థవంతమైన, ఆరోగ్య స్ఫూర్హ కలిగిన  
 బహుమతిని ఎంచుకోండి.

వాలెంటైన్ డే స్పెషల్: బాదం పప్పుతో  
 (ప్రేమను వ్యక్తపరచండి!!) ఆరోగ్యాన్ని  
 కాపాడండి!! ఆరోగ్యానికి బాదం  
 పప్పు.. కాలిఫోర్నియా బాదం పప్పు  
 పెట్టాలో ఈ రుచికరమైన నట్టు

అవసరమైన పోవకాలతో నిండి  
 ఉన్నాయి. ఇవి ప్రేమ, త్రిధృ  
 చూపించాడనికి ఆరోగ్యకరమైన  
 మార్గంగా ఉంటాయి.  
 \*ప్రకాలతో నిండిన బాదం  
 5 మధ్యమైన పోవకాలతో నిండి ఉండే  
 కాలిథోర్టియా బాదంలో సమృద్ధిగా  
 విటమిన్ వెగ్గిపెయ్యం, డైలు శైల్హ, అరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ప్రాణీన్  
 సమాజ వనరులు ఉంటాయి. నట్టు  
 రాజుగా పిలుబడి బాదం గుండి  
 ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతుంది. బరువు  
 నిర్వహణకు కూడా  
 సహాయపడతుంది. అంతే కాక  
 లోగనిరోధక శక్తిని పెంచతుంది.

ಬಾದಂ ಅರ್ಥಗೃಹಕರ್ಮನೈ ಜೀವನ  
ವಿಧಾನವಂತೋ ಸರಕ್ಕಾರನು, ಶಕ್ತಿವಂತಮೈನ  
ಸೌಧನವಂಗಾ ನಿಲ್ಯಾಸ್ತಂದಿ.  
ಬಾಲೀಪುದ್ದ ಸಹಿ ಸೊಂಪ್ಯಾ ಅಲ್ಲಿ ಭಾನ್  
ಬಾಲೀಪುದ್ದ ನಬಿ ಸೊಂಪ್ಯಾ ಅಲ್ಲಿ ಭಾನ್ ತನ  
ದಿನವರ್ತಲೋ ಬಾದಂ ಪ್ರಾಮಣ್ಯತನು  
ಪ್ರೋಟ್ರೆಕ್ಟ್ ಚೇಸ್ನ್ ತೆಲಿಪಾರು. ನಾಕು  
(ಪ್ರೇಮನು ಚಾಪಿವಂದನ ಅಂತಂ ನಾ  
ಪ್ರಿಯಮೈನ ವಾರಿ ಅರ್ಥಗ್ಯಾಸ್ಟಿ ಜಾಗ್ರತ್ತಗಾ  
ಚೂಸುಕೋವಂದನ. ನಾ ಕುಳಿಂಬಂ ನೇನು  
ಕಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾ ಬಾದಂ ವಂತೆ  
ಸಹಾಜಮೈನ ಅಪರ್ಕಾಲತೋ ಸಮೃದ್ಧಿಗಾ  
ಸಮತುಲ್ಯ ಅಪರ್ಕರಂ ತೀವ್ರಕುಂಟಾಮು.  
ತಡ ಪೋಕ ದಟ್ಟಮೈನ ನಟ್ಟ ಚಿನ್ಹಾಪ್ಪಬೀ  
ನುಂಡಿ ನಾ ಅಪರ್ಕಂತೋ ಒಕ ಭಾಗಂ. ನಾ

కుమార్తె కూడా వాటి నుండి  
 ప్రయోజనం పొందేలా  
 చూసుకుంటాను.  
**మాక్కు హాల్కెర్ డైపెలీట్** రీజనల్ హాడ్  
**మాక్కు హాల్కెర్ డైపెలీట్** రీజనల్ హాడ్  
 రిటికా సమాద్వార వాటి పోషక  
 విలువను నొక్కి చెప్పారు. నేను  
 ఎల్లప్పుడూ బాదం వంతి సప్జమైన  
 అపోరోలను రోజువారీ అపోరంలో  
 చేర్చాలని భావిసాను. ఆవి  
 దయాబెట్టినీ, అధిక కొత్తప్రాల్ వంటివి  
 జీవితంలో వ్యాధులను  
 నిర్వహించడానికి సాయయవడతాయి.  
 కార్బోప్లైట్ అధికంగా ఉండే  
 అపోరోల రక్తంలో నక్కల ప్రథావాన్ని  
 బాదం తగ్గిస్తుదని, అడవిధంగా  
 ఇన్సులీన్ సాయయలను సానుకూలంగా  
 ప్రభావితం చేస్తుందని అధ్యయనాలు  
 చూపిస్తున్నాయి.  
**ఫిట్నెస్ నిపుణుడు యాస్ిన్ కరాబీవాలా**  
**ఫిట్నెస్ నిపుణుడు యాస్ిన్ కరాబీవాలా**  
 కూడా బాదంను రోజువారీ  
 చిరుతిండిగా సమర్పిస్తారు. బాదంల్  
 అరోగ్యకరమైన కొవ్వులు నిండి  
 ఉన్నాయి. ఇవి శక్తి స్థాయిలను పెంచి  
 కండూరాల నిర్వహణకు అవసరమైన  
 ప్రోటీన్సును అందిస్తాయి. ఇవి  
 వ్యాయామానికి ముందు లేదా తర్వాత  
 ఖిచితమైన చిరుతిండిగా తీసుకుంటే  
 మంచిది.

గీతికా మిట్లల్ వాటి వర్ష సంరక్షణ  
 ప్రయోజనాలను ఎత్తి చూపారు.  
 బాదంలో విటమిన్ %జు%,  
 ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు వుపులంగా  
 ఉన్నాయి. ఇవి వృద్ధాశ్వు నిరోధక  
 లక్షణాలకు ప్రసిద్ధి చేంటాయి.  
 బాదంను రోజూ తీసుకొవటం వల్ల  
 వర్ష ఆక్రమి మెరుగుపరుతుంది.  
 అదేవిధంగా %ఖల% నష్టం నుండి  
 రక్షిస్తుంది.  
**నటి వాటి భోజన్**  
 దళ్ళిణి భారత నటి వాటి భోజన్  
 వేదుకలలో బాదంను ఖచ్చితంగా  
 చేర్పుతానని చెప్పారు. నేను  
 ఆరోగ్యకరమైన ట్రైలను తయారు  
 చేయడం ద్వారా వాలెంటైన్ దేను  
 ప్రత్యేకంగా చేయాలని నమ్ముతున్నాము.  
 బాదం రుచికరమైనది, కరకరలాడేది,  
 దాదాపు దేనితే సైం బాగా  
 కలిసిపోతుంది. నాకు ఇష్టమైన  
 డెజర్టలలో ఒకబీ చాటెట్, బాదం  
 మిల్క్ ఇది రుచికరమైనది,  
 పోపుకమైనది కూడా.  
**అయ్యుర్చేద నిపుణుడు**  
 ఆయుర్చేద నిపుణుడు మధుమిత కృష్ణ  
 వాటి సంపూర్ణ ప్రయోజనాలను  
 వివరిస్తూ ఇలా అన్నారు. ఆయుర్చేదం  
 ఎల్లపుడూ మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని  
 కాపాడుకోవడానికి బాదంను వాడాలని  
 చెప్పింది. ఇవి చర్పు మెరువును  
 పెంచుతాయి. జీవశక్తిని  
 మెరుగుపరస్తాయి. ఇవి  
 ఆరోచనాత్మకమైన బహుమతిగా  
 విఱ్పిసాయి

మృగ్తిష్టవీన్ దాక్షర్  
 మృగ్తిష్టవీన్ దాక్షర్ రోహిణి పాటిల్  
 రోజువారీ ఆహారంలో వాల్చిని  
 చేర్చడాన్ని సమర్పిస్తున్నట్టు తెలిపారు.  
 నేను ఎల్లప్పుడూ నా కళయంటలకు  
 బాదం వంటి సహజమైన ఆహారాలతో  
 సమతల్య ఆహారం తీసుకోవాలని  
 సూచిస్తాను.  
 దైటరీ మార్గదర్శకాలు కూడా మంచి  
 అలోగ్రమ్ కోసం పోపక్కున రోజువారీ  
 చిరుతింగింగా బాదంసు గుర్తించాయి.  
 ఈ వాల్టిష్ట్ దేలో సాధారణ  
 ఒపుమతులకు మించి. కాలిఫోర్నియా  
 బాదం యొక్క క్రూరేపెడ్ బాస్టిన్  
 ఎంచుకోండి. కరకరలాడే, సమృద్ధిగా  
 ఉన్న అలోగ్రమ్ ప్రత్యేకమైన వారికి  
 ప్రేమ, ప్రద్ర చూపించడానికి వాటిని  
 అర్థించమైన మార్గంగా నిలుపుతాయి.



# తప్పిల తడకగా కుల గణన

సూర్యాపేట ప్రతినిధి భిలవరి 8 ( నినాడం స్వాస్థా):  
రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించిన కుల గజన సర్వీస్‌  
తప్పుల తదకగా ఉండని మాజీ మున్సిపల్ కౌన్సిల్  
పైర్సన్ వట్ట కిఫోర్ ఆరోపించారు శనివారం జిల్లా  
కేంద్రంలోని పద్మశాలి ఘంక్క్ హోల్ లో  
నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడుతూ  
రాష్ట్రం గాంధీ మెష్యూకోసం తెలంగాణ రాష్ట్ర  
కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం బీసీ జనాభాను తగ్గించి  
రాష్ట్రంలో 40 లక్షల మంది బీసీలను హత్య  
చేసిందని విమర్శించారు. 2011లో నిర్వహించిన  
నమగ్ర కుల గజన సర్వీస్లో మున్సారు కాపులు 25  
లక్షల మంది ఉండి ప్రస్తుతం నిర్వహించిన సర్వీస్లో  
13 లక్షల మందిని చూపించడం ఏంటని  
ప్రశ్నించారు. రాజకీయంగా ఆర్థికంగా  
సామాజికంగా మున్సారు కాపులు ఎదుగుతుంటే  
చూసి ఓర్స్‌లేక పోతున్నారని అన్నారు. మూడు  
శాతం ఉన్న కీలను 10 శాతానికి పెంపడం వట్ల  
కుత్ర దాగుందని పేరొన్నారు. తరులునే బీసీలు,



బీనీ ఉప కుల్లాల తో కలిసి జాయంట యాళ్ళక్క కమిటీగా ఏర్పడి బీనీల వాటాలపై పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమిస్తామని పొచ్చరించారు. కుల గణన నర్వే కాదని రాహస్య గాంచి నర్వే అని ఎద్దొచ్చా చేశారు. కొంతమంది బీనీ నాయకులు ముఖ్యమంత్రి అడుగులకు పదుగులు ఒత్తుతూ బీనీలకు

అన్నారుం జరుగుతప్పని  
వోనంగా ఉంటున్నారని  
విషయించారు.  
  
ముఖ్యమంత్రి కాపుల  
సభ్యులైలు 18 లక్షలు  
ఉంటే 13 లక్షలు 60  
  
వేల జనాభా ఎలా  
ఉంటారో ప్రభుత్వం  
సమాధానం చెప్పాలని  
తెలివారు. ఈ  
కార్బూక్మంలో  
నువ్వులాగ్గ కూడా

సంఘం నీనియ్య నాయకులు స్లగ్సుంట్ల అయ్యాడ్య  
దేగల జానర్స్, బుక్క రాంబాబు, దంతాల  
రాంబాబు, మనోహర్, సందీప్, కడియం ట్రీను,  
గోనె సందీప్, అశోక్ షైర్ధ్వ నతిష్ఠ, బుక్క  
ఉపేందర్, దంతాల వెంకటేశ్వర్, అశోక్, దంతాల  
కొండల్, పరది ఉపేందర్, తదితరులు పాలోనారు

బడిబయట ఉన్న పిల్లలను పారశాలలో చేర్చించిన సోష్పువు స్వచ్ఛంద సంస్కరి

చౌటుపుర్లు, భైజువరి 8(నినాదంమూడు):  
 చౌటుపుర్లు మండలం కొయ్యలగూడం గ్రామంలో  
 దానసరి కిఫోర్ బ్రిక్స్ కంపనీలో పారశాలకు వెళ్లని  
 బలలను గుర్తిచిన సోష్ప్ స్పృఘం నంస్త  
 డిసిపియు, చైర్మన్ లెక్స్ వారి సహాయంతో శనివారం  
 పారశాలలో చేర్పించారు. బ్రిక్స్ కంపనీకి వెళ్లి వారి  
 తల్లిదండ్రులతో మాట్లాడి వారిని బడిలో  
 చేర్పించేందుకు ఒప్పించారు. అలగ్గి బ్రిక్స్ కంపనీ  
 యజమాని డి కిఫోర్ తో మాట్లాడి వారు బడికి  
 వెళ్లడానికి తగిన ఏర్పాటులు చేయాలని ఒప్పించారు.  
 అనంతరం వారిని తీసుకుని వెళ్లి కొయ్యలగూడం  
 ప్రాథమిక పారశాలలో పదిమంది పిల్లలను  
 చేర్పించారు. వారు ఎన్ని రోజులు ఉంటే అన్ని



రోజులు పారశాలలో చదువుకునే విధంగా పారశాల రాజు, ఉపాధ్యాయులు పాలొన్నారు.

ప్రధానొపాధ్యాయులు తో  
మాటల్డాడి వారిని చేస్తేంచారు.  
బడి బయట బాలలను  
తీసుకొచ్చి బల్డి చేస్తేంపడ  
హర్షించుమని చెప్పారు. బా  
కార్ట్రికుల నిర్మల కేసం  
పనిచేసును సోద్దు సంపత్క  
ధన్యవాదాలు తెలివారు. ఈ  
కార్ట్రికుమంట సూల్ర్  
ప్రధానొపాధ్యాయులు మేడి  
యారయ్య, సోద్దు సోఫర్  
మొబిల్జిప్రార్ కి నరసింహ

# ధైర్యం బీజేపీ గెలుపుతో మనంగా సంబరాలు

సూర్యాపేట ప్రతినిధి ఫిబ్రవరి 5 నినాడం సూర్యాస్: ధిలీలో జరిగిన ఎన్నికల్లో భారతీయ జనతా పార్టీ విజయం సాధించడం పట్ల హరాం వ్యక్తం చేస్తూ శనివారం జీల్లా కేంద్రంలోని బిజిపి కార్యకర్తలు ఘనంగా సంబంధాలను జులుపుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా బాణా సంచా కాల్చి, స్టోట్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ వేడుకలకు ముఖ్య అంశిథా హజరెన బీజిపి రాష్ట్ర కొర్కెళ్లు సంకినేని వెంకటేశ్వరావు మాటల్లదుతూ దేశ రాజధాని ఫీల్డీ ప్రజలు త్రాఫాని నేరెంద్ర మొదిషై విశ్వాసం ఉంచి బీజిపీని గిలిపించారని అన్నారు. దేశంలో గత వదేళ్లగా త్రాఫాని నేరెంద్ర మొదిషై నేత్యాత్మంలోని బిజిపి ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టి అమలు చేస్తున్న అభివృద్ధిసక్షేమ పథకలే గిలిపించాయని అన్నారు. ఆమె అవినిషి ప్రభుత్వాన్ని అక్కడి ప్రజలు విశ్వాసించలేదని అన్నారు. దేశంలో బిజిపికి పార్టీ లేదని మరుసాి రుజువైదని అన్నారు. కార్బోన్ పార్టీ దేశంలో బలహీనమైతుందన్న విషయం



రాష్ట్రంలో కూడా ప్రజలు డబల్ ఇంజన్ సర్కార్ ను  
కోరుకుంటున్నారన్ని అన్నారు. ఈ కార్బూక్యమంలో జిల్లా  
ప్రధాన కార్బూర్టర్ సిలిగంటి వీరేంద్ర, మైనారిటీ  
మొర్లా రాష్ట్ర కార్బూర్టర్ ఎది ఆబిద్, జిల్లా  
ప్రాధ్యక్షుల చల్లముల నరసింహ, జిల్లా అధికార  
ప్రతినిధి పల్సు మల్స్కార్ గార్డ్, మండల పార్టీ  
అర్థక్షులు సంద్యాల ప్రెసులు, తాళ్ళవల్లి మధు,  
మాధవరపు అనిల్, మాజీ కేసిలర్ గోగుల రమేష్

.జిల్లా కేనిస్త సభ్యులు పందిరి రాండెడ్, ఉప్పు శ్రీనివాస్, రాపరి వెంకట్, పేర్మాల లక్ష్మింద్రావ్, దశిత మోర్చా జిల్లా అధ్యక్షులు నెమ్మది నారేష్, ఓబీ మోర్చా పట్టణ అధ్యక్షులు గుండాగాని జాని గాడ్, జిల్లా నాయకులు కోడి లింగర్యా, బండపూర్ శ్రీనివాస్, నూకల శైలేంద్ర, వాంకుడోత్ శ్రీనివాస్, పంతుంగి సాలయ్య, పిడమర్తి నగేశ్వరి, పెండ్ర కృష్ణ తదితరులు పాలోన్సారు.

సంత్ సేవాలాల్ జయంతి  
ఉత్సవానికి స్ఫురిం పరిశీలన..



కోదాడ, ఫిల్పారి 8 (నినాదం మ్యాన్స్): సంతీ సేవాల్ మహర్షాజ్ 28వ జయంతి ఉత్సవాలను సేవాల్ కమిటీ సభ్యులతో కోదాడ రాజ్యసు అధికారి సూర్యసారాయం కోదాడ బైపాన్ దగ్గరలో ఉన్న శ్రీనివాస్ గారి సఫలంలో పరిశీలించిన చేసి ఆ సఫలంలో సేవాల్ జయంతి ఉత్సవాల నిర్వహించడం జరుగుతుండిని తెలిపారు. ఇట్టి కార్బూక్మాన్సీ ప్రతి ఒకరు పాల్నాని జయద్రపు చేయాలని కోరారు. అనంతరం ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులను ఎన్నుకోవడం జరిగింది. అందులో భాగింగానే ఉత్సవ కమిటీ కన్సైనర్ గా బాబు నాయక్, కో కన్సైనర్ భూక్యా రవి నాయక్, గౌరవ అధ్యక్షుడు ధరావతీ హాజీ నాయక్, ధరావతీ స్ట్రోమి నాయక్, బర్మావతీ రాజు నాయక్, గుగులోతు రాము నాయక్, ధరావతీ కృష్ణ నాయక్ తదితరులు పాలోనారు.

## బిజెపి అధ్యర్థంలో విజయేత్తవాలు



చింతప్పల్ని, ఫిరువరి 8 (నినాదం మ్యాన్):  
 ధీశ్వరీ అసెంబ్లీ ఎన్వికలలో బిజెపి విజయ దంకా మొగించిన  
 సందర్భంగా మండల బిజెపి అధ్యక్షుడు సముద్రాల నగేణ్ణ  
 అధ్యక్షులో మండల కెంద్రంలో శనివారం బిజెయాట్సులాలను  
 ఘనంగా జరుపుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఉపకాయలు వేలీ,  
 మిరాయలు పంపిణీ చేశారు, ఈ కార్బూకమంలో బిజెపి రాష్ట్ర  
 నాయకులు రావ శ్రీనివాస్, మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు సముద్రాల  
 నగేణ్ణ, అడ్వైట్ గుర్రం వెంకటరమణ, జిల్లా రైతు మోర్చు కార్యదర్శి  
 కుంభం శ్రీనివాస్ రెడ్డి, ఓ బి సి మోర్చు జిల్లా కార్యదర్శి ఎన్నం  
 శేఖర్, నాయకులు కుర్కడవు రామకృష్ణ, మొర వెంకటరమణ, ఎండి.  
 జహాగీర్, మాజీ మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు శివర్ రమేష్ యాదవ్,  
 మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి శోభ్య మహేణ్ గాండ్చ, ధరణిపతి  
 రమణారావు, నాళ్ళ శివ కుమార్, సైదులు, గౌడగు శ్రీనివాస్,  
 అకోడ్జీ, శ్రీనివాస్ పాలునారు.

అక్రమంగా ఇనుక రవాణా

-మూడు ట్రాక్టర్లు నీజీ

ಕೇದಾಡ/ಅನಂತಗಿರಿ, ಫಿಬ್ರವರಿ 8 (ನಿನಾದಂ ಮ್ಯಾನ್):  
 ಅಲ್ಕಮಂಗಾ ಇಸುಕ ರವಾಣಾ ಚೇಸ್ಟುನ್ನು ಮೂಡು ಟ್ರಾಕ್ಟರನು ಪೋಲೀಸುಲು  
 ಪಟ್ಟುಕೊನೆ ಕೇಸು ನಮೋದು ಚೇಶಾರು. ಎಪ್ಪು ನವೀನ್ ಕುಮಾರ್ ತೆಲಿವಿನ  
 ವಿವರಾಲ ಪ್ರಕಾರಂ... ಅನಂತಗಿರಿ ಪೋಲೀಸ್ ಸ್ಟೇವ್ ಪರಿಧಿಲ್ಲೋ ಗಲ ತಮ್ಮರ  
 ಗ್ರಾಮ ಶಿವಾರುಲೋ ಜಗ್ಗರ್ಯ್ಯಾಚೆಲ್ ಮಂಡಲಂ ಮಾಲ್ಪುರಂ ಗ್ರಾಮಾನಿಕಿ  
 ದೆಂದಿನ ನಾಗರಾಜು, ಏಪ್ಲೆಂಡರ್, ವೀರಭಾಟು, ಶೇಖರ್ ಎಟುವಂಟಿ  
 ಅನುಮತುಲು ಲೇಕುಂಡಾ ಅಲ್ಕಮಂಗಾ ಇಸುಕನು ತರಲಿಸುನ್ನು ಟ್ರಾಕ್ಟರನು,  
 ಪಟ್ಟುಕೊವಡಂ ಜರಿಗಿದನಿ ಅನಾರ್ತು. ಮೂಡು ಟ್ರಾಕ್ಟರ್ ಪೈ ಓನರ್ಪೈ,  
 ಡ್ರೈವರ್ಪೈ ಕೇಸು ನಮೋದು ಚೇಯುದಂ ಜರಿಗಿದನಿ ಎನ್ನ  
 ತೆಲಿಪಾರು..ಎಟುವಂಟಿ ಪ್ರಭುತ್ವ ಅನುಮತಿ ಲೇಕುಂಡಾ ದೊಂಗತನಂಗಾ  
 ಇಸುಕ ನು ರವಾಣಾ ಚೇಸ್ಟೆ ಕಲನ ಪರ್ಕಲ್ಲು ಶೀಸುಕಂಪಂಥಾನಾರ್ತು.

విద్యుత్ సరఫరాల్ అంతరాయం

కోదాడ, ఫిలిప్పరి 8 (నినాదం మ్యాన్): కోదాడ టాన్ అవస్తులో నీ స్టేషన్ లోని 11 క. వి టాన్ 4, టాన్ 2 ఫీడర్ పరిధిలో ఉన్న విద్యుత్ సరఫరాలో ఆదివారం అంతరాయం ఏర్పడుతుండని ఏ కాథానోత్త నాయక్ తెలిపారు. పాత విద్యుత్ తీగలను తీసి కొత్త విద్యుత్ తీగలను మార్చినట్లుగా, ఫీడర్ కింద ఉన్న చెట్లను తొలగించినట్లుగా తెలిపారు. ఉదయం 10 గంటల నుండి 2 గంటల వరకు అంతరాయం ఉంటుందని, ఈ రెండు ఫీడర్ల పరిధిలోని భావాని నగర్, నయా నగర్, శ్రీరంగాపురం, విజయవాడ లోడ్స్, గజేష్ నగర్, గోపిరాద్మి నగర్, ప్రజల వ్యవసరించాలి కోట్లకు.