



- గురుకులాల ప్రక్షాళన కోసం ప్రభుత్వం సిద్ధం
- ప్రతి నెల 10లోపు విద్యా సంస్థలకు నిధులు
- ఇటీవలే గురుకులాల డైట్ ఛార్జీలు పెంచాం
- గురుకులాల బాటను ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్నాం ● గురుకుల పాఠశాలను సందర్శించిన సీఎం ● గురుకులాలు, సంక్షేమ హస్తక్షలో కామన్ డైట్ ప్రారంభం

కాంగ్రెస్ నిర్లక్ష్యం గురుకుల పాలిట శాపం

● ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న విద్యార్థిని పరామర్శించిన హరీశ్ రావు ● వరుస ఘటనలతో విద్యార్థుల తల్లిదండ్రుల్లో కలవరం ● కనీసం నాణ్యమైన ఆహారాన్ని కూడా అందించలేరా..? : హరీశ్ రావు

వివరాలు 2లో

చిత్తశుద్ధితో గురుకులాల ప్రక్షాళన

/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: ఇటీవలే గురుకులాల డైట్? ఛార్జీలు పెంచాం. గురుకులాల బాట కార్యక్రమాన్ని ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్నాం. ప్రైవేటు స్కూళ్ల విద్యార్థులు గురుకులాల విద్యార్థుల కంటే ఎక్కువనే భావన ఉంది. గురుకులాలు అంటే బహుముఖ ప్రతిభకు కేంద్రాలు అనే గుర్తింపు తీసుకురావాలి. గురుకులాల వ్యవస్థను పీవీ నరసింహారావు హయాంలో తీసుకొచ్చారు. టీజీపీఎస్సీ చైర్మన్ బుర్రా వెంకటేశం ఒకప్పుటి గురుకుల విద్యార్థి. మాజీ డీజీపీ మహేందర్ రెడ్డి కూడా గురుకులాల విద్యార్థి. గురుకులాల విద్యార్థులు ఎందరో ఉన్నత స్థాయికి వెళ్లారు.' అని సీఎం రేవంత్? రెడ్డి అన్నారు.

రంగారెడ్డి జిల్లా చిలుకూరులో గురుకుల పాఠశాలను సీఎం రేవంత్? రెడ్డి సందర్శించారు. అనంతరం గురుకులాలు, సంక్షేమ హస్తక్షలో కామన్? డైట్ను ప్రారంభించారు. ప్రైవేట్ స్కూళ్లు వచ్చాక కొంతవరకు గురుకులాల ప్రభావం తగ్గిందని సీఎం అన్నారు. గురుకులాల ప్రక్షాళన కోసం ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో ఉందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. పదేళ్లుగా బీఆర్ఎస్ నర్సూరు డైట్? ఛార్జీలు పెంచలేదని తెలిపారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చాక గురుకులాల డైట్ ఛార్జీలు పెంచామని పేర్కొన్నారు. 40 శాతం డైట్ ఛార్జీలు, 200 శాతం కాన్సోటిటీ? ఛార్జీలు పెంచడం చరిత్ర అని సీఎం అన్నారు. 16 ఏళ్లలో ఒక్కసారైనా

మాల్క 3 నుంచే ఇంటర్ పరీక్షలు!!

● తెలంగాణలో ఇంటర్ పరీక్షల షెడ్యూల్ ఖరారు!
● పరీక్షల తేదీలపై కసరత్తు చేస్తున్న అధికారులు
● అధికారికంగా ప్రకటన వెలువడడమే తరువాయ

వివరాలు 2లో

సినిమా ఎప్పుడూ భావోద్వేగాల యుద్ధ భూమే..

- దేశభక్తి, ఐక్యతను సినిమా ప్రేరేపిస్తుంది
- అల్లు అర్జున్ ను కావాలనే అరెస్టు చేశారు
- కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్
- సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి బండి సంజయ్ కౌంటర్!



/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ మరోసారి అల్లు అర్జున్ కు మద్దతుగా మాట్లాడారు. అదే సమయంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి కౌంటర్ ఇచ్చారు. “సినిమావాళ్లు చేసేది పక్కా బిజినెస్. హీరోలు డబ్బులు పెడుతున్నారు. ఆ తర్వాత సంపాదించుకుంటున్నారు. వాళ్లేమైనా సరిహద్దుల్లో సైనికుల వలే యుద్ధాలు చేస్తున్నారు?” అని నిన్న ఢిల్లీలో మీడియాతో మాట్లాడుతూ సీఎం కీలక వ్యాఖ్యలు చేసిన విషయం

ఎట్లుండే... ఎట్లు అయింది

● ఆసుపత్రిలో బెడ్ల కోసం పిల్లల పోటీ ● గురుకుల పిల్లలను చూస్తే బాధేస్తోంది.. : కేటీఆర్

/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: ఎట్లుండే తెలంగాణ.. ఎట్లు అయింది.. ముఖ్యంగా గురుకుల పిల్లలను చూస్తే బాధేస్తుందని మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ అన్నారు. ఈ మేరకు కేటీఆర్ ట్వీట్ చేశారు. సంక్షేమ పాఠశాలలను సంక్షోభ పాఠశాలలుగా మార్చింది కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వమేనని కేటీఆర్ ధ్వజమెత్తారు. సామాన్య విద్యార్థుల్లో భయాందోళనలు, తల్లిదండ్రులలో ఆవేదన రేపారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. పాఠాలు చెప్పే చోట పాము కాట్లతో పసిబిడ్డల ప్రాణాలు

పోయా యని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. బీఆర్ఎస్ పాలనలో విద్యార్థులు ఎవరెప్పు వంటి శిఖరాలను అధిరోహిస్తే .. ఏడాది కాంగ్రెస్ పాలనలో ఆసుపత్రి బెడ్లను ఎక్కించారని కేటీఆర్ విమర్శించారు. వదేళ్ల కేటీఆర్ పాలనలో గురుకుల విద్యాలయాల్లో సీట్ల కోసం పోటీ పడితే ఏడాది కాంగ్రెస్ పాలనలో ఆసుపత్రిలో బెడ్ల కోసం పోటీ పడుతున్నారని పేర్కొన్నారు. దొంగలు పడ్డ ఆరు నెలలకు అన్నట్టు ఇప్పుడు గురుకులాల బాటపట్టారు. గురుకులాల మొక్కుబడి సందర్భం కాదు.. ఆ విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనం పెట్టండి. ఫోటోలకు పోజులు ఇవ్వడం కాదు.. పట్టు పనికొచ్చే బువ్వ పెట్టి పోజులు నింపండి. కెమెరాల ముందు హంగామా చేసుకుంటున్నారని గురుకుల బిడ్డల గుండెపప్పుడు



వినండి. మంచి మార్పులతో దండయాత్ర చేయకండి.. గురుకుల సమస్యలను తీర్చే ప్రయత్నం చేయండి అని కేటీఆర్ నూచించారు. చివరకు ఎట్లుండే తెలంగాణ.. ఎట్లుయే తెలంగాణ అని కేటీఆర్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

మోహన్ బాబు చేసిన దాడిని ఖండిస్తున్నాం తప్పు చేస్తే శిక్షపడాలి : మంత్రి సీతక్క

నేటి నుంచి గ్రూపు-2 పరీక్షలు

● పూర్తి ఏర్పాట్లు చేసిన అధికారులు
● తెలంగాణ వ్యాప్తంగా 1,368 పరీక్షా కేంద్రాలు

/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రేపు, ఎల్లుండి గ్రూప్-2 పరీక్షలు నిర్వహించనున్నారు. ఈ పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించి టీజీపీఎస్సీ అధికారులు ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశారు. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా 1,368 పరీక్షా కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. ఈ పరీక్షలను ఓఎంఆర్ పద్ధతిలో నిర్వహించనున్నారు. 783 పోస్టుల భర్తీకి 2022 డిసెంబర్ 29న నోటిఫికేషన్ విడుదలైంది. పలు కారణాల వల్ల గ్రూప్-2 పరీక్ష వాయిదా పడుతూ వచ్చింది. ఎట్లకేలకు ఈ నెల 15, 16 తేదీల్లో పరీక్షలను నిర్వహించేందుకు సర్వం సిద్ధం చేశారు. పరీక్షకు హాజరయ్యే వారు హాల్ టికెట్తో పాటు ఇటీవల దిగిన పాస్ పోర్టు సైజు ఫోటో, ప్రభుత్వం చే జారీ చేయబడ్డ ఏదైనా గుర్తింపు కార్డు తీసుకురావాలని అధికారులు సూచించారు. ఇక మహిళా అభ్యర్థులకు మంగళసూత్రం, గాజుల వరకే అనుమతించనున్నారు. ఇతర ఆభరణాలు ఉంటే అనుమతించమని స్పష్టం చేశారు. ప్రతి ఒక్కరూ చెప్పులే ధరించాలన్నారు.

అల్లు అర్జున్ పై మాకు ఎలాంటి కక్ష లేదు

● మహిళ చనిపోతే అరెస్ట్ చేయవద్దా? ● చట్టం తన పని తాను చేసుకుపోతుందన్న మహిళా కుమార్ గౌడ్

/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: సినీ నటుడు అల్లు అర్జున్ పై తమకు ఎలాంటి కక్ష లేదని, అయినా ఆయన కారణంగా ఓ మహిళ చనిపోతే అరెస్ట్ చేయవద్దా? అని తెలంగాణ పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహిళా కుమార్ గౌడ్ ప్రశ్నించారు. చిత్ర పరిశ్రమ చెన్నై నుంచి



సీఎం రేవంత్కు సింధు ఆహ్వానం...



హైదరాబాద్, 14:

భారత బ్యాడ్మింటన్ క్రీడాకారిణి, తెలుగు తేజం పీవీ సింధు తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా త్వరలో పెళ్లి పీటలు ఎక్కబోతున్న సింధు, తన పెళ్లికి రావాల్సిందిగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని ఆహ్వానించారు. ఈ మేరకు ఆహ్వానపత్రిక అందించారు.

చిత్రశుద్ధితో గురుకులాల ప్రక్షాళన

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

చూసుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వం, సిబ్బందిపై ఉంది. గతంలో డైరీ? విషయంలో బిల్లులు రాలేదని నాణ్యత తగ్గిస్తున్నామని చర్యలు వస్తున్నాయి. ప్రతి నెల 10లోపు గ్రీన్ ఛానల్ ద్వారా అన్ని విద్యాసంస్థలకు సంబంధించిన నిధులు వస్తాయి. అన్ని ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, గురుకులాల్లో ఉచితంగా కరెంట్? ఇవ్వాలని ఆదేశాలు ఇచ్చాం. ప్రతి రోజు అధికారులు డైరీ? తిని, నాణ్యత చూడాలని సూచించామన్నారు. 75 బటిబలను ఏటీసీలుగా అప్గ్రేడ్ చేశామని సీఎం రేవంత్? రెడ్డి తెలిపారు. బటిబల్లో చేరితే కచ్చితంగా ఉద్యోగం వస్తుందని అవగాహన కల్పించాలని సీఎం ఆదేశించారు. రంగారెడ్డి జిల్లాలోనే యంగ్ ఇండియా స్కెల్స్? వర్చిటీ ఉందని గుర్తు చేశారు. స్కెల్స్ వర్చిటీ దేశానికే ఆదర్శమని ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్? రెడ్డి హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధికారులు పాల్గొన్నారు. చిన్నారలతో సీఎం రేవంత్? రెడ్డి కాసేపు ముచ్చటించి, మధ్యాహ్న భోజనం వారితో కలిసి చేశారు.

మహిళపై చిరుత దాడి

- తలకు తీవ్ర గాయాలు..

లమ్మ ఆసుపత్రికి తరలింపు

ఆదిలాబాద్, డిసెంబర్ 14: ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో మరోసారి చిరుత విరుచుకుపడింది. బజార్ హత్తూర్ మండలం డెడ్రాలో బహిరంగమికి వెళ్లిన మహిళపై చిరుత దాడి చేసింది. చిరుత దాడిలో ఆమెకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. తీవ్ర రక్తప్రాం వంతో బాధపడుతున్న బాధితురాలిని స్థానికులు గమనించి.. చికిత్స నిమిత్తం ఆదిలాబాద్ రిమ్స్కు తరలించారు. బాధితురాలు లిని భీమాబాయిగా గుర్తించారు. బాధితురాలి వరిస్థితి విషమం గా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఆమె కుటుంబ సభ్యులు తీవ్ర ఆందోళనకు గురవుతున్నారు. ఇటీవలే కుమరం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లాలో ఓ యువతిపై పులి దాడి చేసి ప్రాణాలు తీసిన సంగతి తెలిసిందే. జిల్లాలోని కాగజేనగర్ మండల పరిధిలోని బెంగాలి క్యాంపు ఆరో నెంబర్ విలేజ్ సమీపంలో గన్నారం గ్రామానికి చెందిన లక్ష్మి అనే మహిళ కూలికి వెళ్లింది. పత్తి చేసులో పత్తి ఏరుతుండగా.. పులి వెనక నుంచి అకస్మాత్తుగా దాడి చేసింది. ఊహించని పరిణామం యువతి పులిని ప్రతిఘటించలేక పోయింది. దీంతో పులి మహిళ మెడ భాగంలో తీవ్రంగా దాడి చేసింది. గమనించిన మిగతా కూలీలు కేకలు వేశారు. పులి అక్కడి నుంచి పారిపోయింది. మిగతా కూలీలు ఆమెను ఆస్పత్రికి తరలించారు. తీవ్ర గాయాలు కావడంతో లక్ష్మి ఆస్పత్రికి వెళ్లేలోగా మృతి చెందింది.

అల్లు అర్జున్పై మాకు ఎలాంటి కక్ష లేదు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

హైదరాబాద్ రావధానికి కాంగ్రెస్ ముఖ్యమంత్రిలే కారణమన్నారు. తొక్కినలాటా కారణంగా ఓ వేద మహిళ చనిపోతే చర్యలు తీసుకోవడా? అన్నారు. అనుకోకుండా ఈ దుర్ఘటన జరిగినప్పటికీ చట్టం తన వని తాను చేసుకుపోతుందన్నారు. చట్ట ప్రకారమే అల్లు అర్జున్పై కేసు పెట్టారని, అరెస్ట్ చేశారని, ఆ తర్వాత కోర్టు బెయిల్ (మధ్యంతర) కూడా ఇచ్చిందన్నారు. ఏ నటుడిపై కూడా కాంగ్రెస్ పార్టీకి కోపం లేదన్నారు. తమకు సినిమా వారి పట్ల ప్రేమ ఉందన్నారు. సినిమా తారలపై కేసులు అన్నీ



చట్టం పరిధిలోనే వే అన్నారు. అల్లు అర్జున్పై పెట్టిన కేసును కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఆపాదించవద్దని కోరారు. దీనిని అధికార పార్టీకి ఆపాదించే ప్రయత్నం తెలంగాణ బీజేపీ నేతలు చేస్తున్నారని విమర్శించారు. బీజేపీ నేతల వ్యాఖ్యలను ఆయన ఖండించారు.

హనుమకొండలో ముకుంద జ్యువెలర్స్ నూతన బ్రాంచ్ను ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే రాజేందర్ రెడ్డి

● అంగరంగ వైభవంగా

ప్రారంభమైన ముకుంద జ్యువెలర్స్



హనుమకొండ ప్రతినిధి, డిసెంబర్ 14): మొట్టమొదటి సారిగా హనుమకొండలో జ్యువెలర్ ఫ్యాక్టరీ అవుట్ లెట్ నూతన బ్రాంచ్ ముకుంద జ్యువెలర్స్ ను వరంగల్ పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని



రాజేందర్ రెడ్డి-నీలిమ దంపతులు ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి ప్రత్యేక పూజలు పాల్గొన్నారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే దంపతులను ముకుంద జ్యువెలర్స్ ప్రతినిధులు మెమెంటో అందజేసి ఘనంగా సన్మానించారు. అనంతరం సంస్థ ప్రతినిధులు మాట్లాడుతూ KPHP, కొత్తపేట, సోమాజిగూడ, ఖమ్మం నందు తమ బ్రాండ్లను ప్రారంభించామని,



మేము ఊహించిన దానికంటే ఎక్కువ సక్సెస్ కావడంతో నేడు హనుమకొండలో తమ ఇంకో నూతన బ్రాంచ్ ను ప్రారంభించడం జరిగిందని సంస్థ ఎండి నరసింహారెడ్డి తెలిపారు. మమ్మల్ని ప్రోత్సహిస్తున్న కస్టమర్లకు ఈ సందర్భంగా కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంస్థ ప్రతినిధి నిఖితారెడ్డి, కుటుంబ సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ నిర్లక్ష్యం గురుకుల పాలిట శాపం

● ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న విద్యార్థిని

పరామర్శించిన హరీశ్ రావు ● వరుస

ఘటనలతో విద్యార్థుల తల్లిదండ్రుల్లో

కలవరం ● కనీసం నాణ్యమైన ఆహారాన్ని

కూడా అందించలేరా..? : హరీశ్ రావు

/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: విద్యార్థుల ఆరోగ్యాలపై కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం చేస్తుందని, తద్వారా విద్యార్థులు ప్రాణాలు సంకటంగా మారాయని మాజీ మంత్రి తన్నీరు హరీశ్ రావు విమర్శించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం.. గురుకుల విద్యార్థులకు శాపంగా మారిందని మాజీ మంత్రి, బీజేపీ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు ధ్వజమెత్తారు. వికారాబాద్ జిల్లా తాండూరు గిరిజన ఆశ్రమ పాఠశాలలో ఫుడ్ పాయిజన్ తో అనారోగ్యం పాలై నిమ్మ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న విద్యార్థిని లీలావతిని హరీశ్ రావు పరామర్శించారు. ఈ సందర్భంగా హరీశ్ రావు మీడియాతో మాట్లాడారు. వికారాబాద్ జిల్లా తాండూరు గిరిజన ఆశ్రమ పాఠశాలలో ఈ నెల 10న కిచిడీ తిని 15 మంది విద్యార్థులను అస్వస్థులకు గురయ్యారని తెలిపారు. మంచి



ఆసుపత్రికి వంపకుండా హాస్పిటల్లో ఉంచి వారికి చికిత్స అందించారని పేర్కొన్నారు. నాలుగు రోజులు గడిచింది అయినా వారు పూర్తి ఆరోగ్యవంతులు కాలేదు. విద్యార్థిని లీలావతిని నిమ్మకు తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారని తెలిపారు. తోటి విద్యార్థులతో ఆడుతూ, పాడుతూ బడిలో పాఠాలు నేర్చుకోవాల్సిన ఆ చిన్నారి.. మౌనంగా ఇలా నిమ్మ ఆసుపత్రి బెడ్పై ఉండటం చూస్తే మనసు కలిచివేస్తున్నదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆ విద్యార్థిని త్వరగా కోలుకోవాలని దేవుడిని ప్రార్థిస్తున్నారన్నారు. ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం అభం, శుభం తెలియని గిరిజన బిడ్డకు శాపంగా మారింది. తల్లిదండ్రులకు తీరని తోకాన్ని మిగుల్చుతున్నది అని హరీశ్ రావు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. వాంకిడి గురుకుల

విద్యార్థులకు చికిత్స అందించడంలో జరిగిన వైఫల్యం ఇక్కడ కనిపిస్తున్నది. మొన్న శైలజ మృతికి ప్రభుత్వం కారణం అయ్యింది. ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, గురుకులాల్లో వరుస ఫుడ్ పాయిజన్లు జరిగి విద్యార్థులు ఆసుపత్రుల పాలవుతుంటే ప్రభుత్వం ఏం చేస్తున్నట్టు? రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా కాదు, కనీసం సొంత జిల్లా ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, గురుకులాలను సైతం పట్టించుకోని నిర్లక్ష్యం ముఖ్యమంత్రి ఈ రేవంత్ రెడ్డి. గురుకులాల్లో ఫుడ్ పాయిజన్ అభం శుభం తెలియని విద్యార్థులకు శాపం అవుతున్నదని ప్రాణాలను బలిగొంటుందని రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి ఎన్ని సార్లు చెప్పినా అర్థం కావడం లేదు అని హరీశ్ రావు పేర్కొన్నారు. విద్యా మంత్రి, ఎస్సీ, ఎస్టీ మంత్రి కూడా రేవంత్ రెడ్డి. ముఖ్యమంత్రి వద్ద ఉన్న శాఖల నిర్వహణలో వైఫల్యం. చూడడానికి వెళ్తే ప్రతిపక్ష నాయకులను అడ్డుకుంటారు. సబితా ఇంద్రా రెడ్డిని, సత్యపతి రాథోడ్ని అరెస్టు చేశారు. ఢిల్లీ పెద్దలను ప్రసన్నం చేసుకోవడంపై ఉన్న ధ్యాస, కనీసం జిల్లాలో ఉన్న పిల్లల భవిష్యత్తుపై లేదా? నిన్న నల్గొండ 9%-9% కేతేవల్లి మండలం గురుకులంలో ఐదో తరగతి చదువుతున్న నీలం సాయి గణేష్ పాము కాటుకు గురయ్యాడు. ఆసుపత్రి పాలయ్యాడు. ఫుడ్ పాయిజన్ కేసులు, కుక్క కాట్లు, పాము కాట్లు, ఎలుక కాట్లు, కరెంటు షాక్లు నిత్య వృత్తం అవుతున్న ప్రభుత్వం ముర్ఖు నిద్ర వేడడం లేదు. ఇప్పటి వరకు 49 మంది విద్యార్థులు చనిపోతే ఉలుకు లేదు పలుకు లేదు అని హరీశ్ రావు పేర్కొన్నారు.

త్వరలో 6వేల పోస్టులతో మరో మెగా డీఎస్సీ

● నిరుద్యోగులకు డిప్యూటీ సీఎం తీపి కబురు

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: నిరుద్యోగులకు తెలంగాణ డిప్యూటీ సీఎం, మంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క తీపి కబురు చెప్పారు. త్వరలోనే 6వేల పోస్టులతో మరో మెగా డీఎస్సీ వేస్తామని భట్టి విక్రమార్క ప్రకటించారు. ఈరోజు రాష్ట్రవ్యాప్త ఒకరోజు హాస్టల్ తనిఖీ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఖమ్మం, మధిర, బోనకల్లోని సంక్షేమ, గురుకుల పాఠశాలలను తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా నేటి నుంచి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అన్ని సంక్షేమ వసతి గృహల్లో కొత్త మెనూను అధికారికంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా భట్టి విక్రమార్క మీడియాతో మాట్లాడారు. 10 సంవత్సరాలుగా మెన్, 16 సంవత్సరాలుగా కాన్సోటిక్స్ ఛార్జీలలో పెరుగుదల లేకపోవడంతో విద్యార్థులు ఇబ్బందులు పడ్డారని తెలిపారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే పెరిగిన ధరలకు అనుగుణంగా డైట్ ఛార్జీలను 40 శాతం, కాన్సోటిక్ ఛార్జీలను 200 శాతం పెంచామన్నారు. అలాగే త్వరలో 6వేల పోస్టులతో మరో మెగా డీఎస్సీ నోటిఫికేషన్ ఇస్తామన్నారు.

మార్చి 3 నుంచే ఇంటర్ పరీక్షలు!!

● తెలంగాణలో ఇంటర్ పరీక్షల షెడ్యూల్ ఖరారు!

● పరీక్షల తేదీలపై కసరత్తు చేస్తున్న అధికారులు

● అధికారికంగా ప్రకటన వెలువడడమే తరువాయి



హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: ఇంటర్ పరీక్షల నిర్వహణపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఫోకస్ పెట్టిందని, షెడ్యూల్ ఖరారు చేసే అంశం తుది దశలో ఉందని అధికార వర్గాలు తెలిపాయి. షెడ్యూల్ దాదాపుగా ఖరారైందని వివరించాయి. వచ్చే వారంలో అధికారికంగా షెడ్యూల్ విడుదలయ్యే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది. అనధికారిక సమాచారం ప్రకారం.. మార్చిలో

పరీక్షలు నిర్వహించాలని, ఆ నెలాఖరులోగా అన్ని పరీక్షలు పూర్తి చేయాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. దీనికి అనుగుణంగా మార్చి 3వ తేదీ నుంచే ఇంటర్ పరీక్షలు ప్రారంభిచనున్నట్లు సమాచారం. ఇంటర్ అన్ని గ్రూపులకు చెందిన పరీక్షలు నిర్వహించేందుకు దాదాపు 15 నుంచి 20 రోజుల సమయం పడుతుంది. నెలాఖరులోగా పరీక్షలు పూర్తిచేయాలంటే మార్చి 3న పరీక్షలు ప్రారంభించాల్సి ఉంటుందని అధికారులు చెప్పారు. ఇక, ప్రాక్టికల్ పరీక్షల నిర్వహణ ఫిబ్రవరిలో పూర్తిచేయనున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఇంటర్ పరీక్షల ఫీజు గడువు డిసెంబర్ 3 తో ముగియగా ఆలస్య రుసుముతో జనవరి 2 వరకు ఫీజు చెల్లించే అవకాశం ఇంటర్ బోర్డ్ కల్పించింది.

ప్రజలకు మతస్వేచ్ఛ ఉందని

ఆర్టికల్ 26 చెబుతోంది

● ప్రధాని మోదీపై అసదుద్దీన్ ఆగ్రహం

● రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 26 చదవాలని ప్రధానికి సూచన

/హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: దేశ ప్రజలకు మతస్వేచ్ఛ ఉందని ఆర్టికల్ 26 చెబుతోందని, మతపరమైన, స్వచ్ఛంద సేవా కార్యకలాపాల కోసం సంస్థలను ఏర్పాటు చేసే స్వేచ్ఛను ఈ ఆర్టికల్ దేశ ప్రజలకు ఇచ్చిందని హైదరాబాద్ ఎంపీ, మజ్లీస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు అసదుద్దీన్ ఓవైసీ అన్నారు. కానీ ప్రధాని మోదీ మాత్రం వక్స్ బోర్డుతో రాజ్యాంగానికి సంబంధం లేదని చెబుతున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ప్రధాని మోదీ ఇలాంటి వ్యాఖ్యలు చేసేముందు ఒకసారి రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 26ను చదువుకోవాలని సూచించారు. ఇంతకీ ప్రధానికి రాజ్యాంగ పాఠాలు చెబుతోంది ఎవరో చెప్పాలని ఎద్దేవా చేశారు. బలముంది కదా అని వక్స్ ఆస్తులను బలప్రయోగంతో దోచేసే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. బీజేపీ భుజానికి ఎత్తుకున్న జాతీయవాదమనేది సాంస్కృతికపరమైది కాదని... అది మతపరమైనదన్నారు. మసీదుల వ్యవహారాన్ని తెరపైకి తెచ్చి... మూకదారుల ద్వారా దేశంలో శాంతిభద్రతలకు విఘాతం కలిగించే కుట్రలు జరుగుతున్నాయని మండిపడ్డారు. మైనార్టీలు అధికారాన్ని కలిగి ఉండడాన్ని ఎవరూ ఇష్టపడడం లేదని వాపోయారు.

మోహన్ బాబు చేసిన దాడిని ఖండిస్తున్నాం

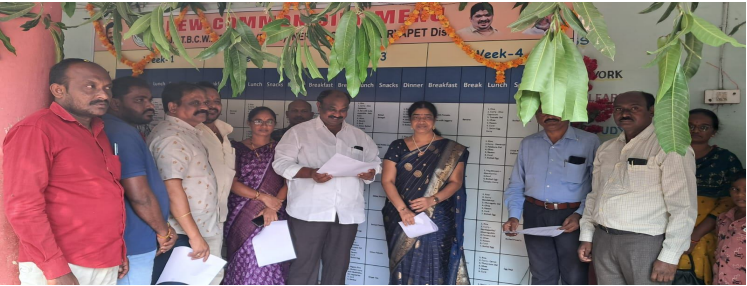
● తప్పు చేస్తే శిక్షపడాలి: మంత్రి సీతక్క



హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 14: జర్నలిస్ట్ రంజిత్పై సీసీ నటుడు మోహన్ బాబు చేసిన దాడిని ఖండిస్తున్నామని, తప్పు ఎవరు చేసినా ఉపేక్షించేది లేదని తెలంగాణ మంత్రి సీతక్క అన్నారు. తప్పు చేసిన వారికి శిక్ష పడాల్సిందే అన్నారు. ఇటీవల మోహన్ బాబు తన ఇంట్లో ఓ జర్నలిస్ట్పై దాడి చేశారు. ఈ ఘటనపై మంత్రి స్పందించారు. దాడిలో గాయపడిన జర్నలిస్ట్ వైద్య ఖర్చులను మోహన్ బాబు భరించాలన్నారు.

జర్నలిస్ట్ కుటుంబానికి అందగా ఉంటామని హామీ ఇచ్చారు. తమది ప్రజా ప్రభుత్వమని, జర్నలిస్టులపై దాడులకు చోటు లేదన్నారు. జర్నలిస్ట్ల రక్షణకు నిర్ణయాలు తీసుకుంటామన్నారు.

బీసీ గురుకుల పాఠశాలలో విద్యార్థులతో సహపంక్తి భోజనం పాల్గొన్న ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు,తల్లిదండ్రులు



నేరేడుచర్ల,డిసెంబర్ 14 (మన ప్రజా ప్రతినిధి దినపత్రిక): మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని రామాపురంలో గల మహాత్మా జ్యోతిబా ఫూలే బీసీ గురుకుల బాలుర పాఠశాలలో శనివారం విద్యార్థులతో కలిసి తల్లిదండ్రులు,అధికారులు, ప్రజా ప్రతినిధులు సహపంక్తి భోజనం చేశారు.ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ చైర్మన్ బచ్చలకూరి ప్రకాష్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం కల్పిస్తున్న సౌకర్యాలను విద్యార్థులు సద్వినియోగం చేసుకుని భవిష్యత్తులో విజయాలు సాధించాలని కోరారు. ఎంపీడివో సోమసుందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ గురుకుల పాఠశాలకు ప్రభుత్వం మేన్ చార్జీలు,కాన్సోటిక్ చార్జీలను పెంచినట్లు తెలిపారు. ప్రధానోపాధ్యాయుడు శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం రూపొందించిన డైట్ మెనును తప్పక అమలు చేస్తామన్నారు. కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ అలక సరిత సైదిరెడ్డి,మున్సిపల్ కమిషనర్ అశోక్ రెడ్డి, ఎంఈఓ సత్యనారాయణ రెడ్డి, కౌన్సిలర్ సరిత,విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులు పాష్టికాహారం తీసుకుంటేనే ఆరోగ్యంగా ఉంటారు నల్లగొండ తహసిల్దార్ శ్రీనివాస్



మన ప్రజా ప్రతినిధి సర్పంచి జిల్లా విద్యార్థులు పాష్టికాహారం తీసుకుంటూనే ఆరోగ్యంగా ఉంటారని నల్లగొండ తహసిల్దార్ శ్రీనివాస్ అన్నారు. శనివారం పట్టణంలోని మిర్యాలగూడ రోడ్ లోని బిటిఎస్ లో గల ఎస్సీ బాలుర వసతి గృహంలో ప్రభుత్వం డైట్ చార్జీలు పెంచినందుకు ఏర్పాటు చేసిన మెనూ ప్రారంభ కార్యక్రమానికి ఆయన శనివారం ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై మాట్లాడారు. చాలామంది గొప్పవాళ్లు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోనే చదువుతూ ప్రభుత్వ హాస్టల్లోనే ఉంటూ గొప్ప స్థాయికి చేరుకున్నారు అన్నారు .విద్యార్థులు కష్టపడి చదివితే మంచి భవిష్యత్తు ఉంటుందన్నారు. అనంతరం విద్యార్థులు నిర్వహించిన సంస్కృతిగా కార్యక్రమాలు అలరించాయి .ఈ కార్యక్రమంలో హెచ్ డబ్ల్యూ ఓ ప్రవీణ్ కుమార్ ,విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

సత్తుపల్లి పట్టణంలో మైనారిటీ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ లో సహపంక్తి భోజనాల కార్యక్రమం లో పాల్గొన్న జిల్లా అధికారులు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు



సత్తుపల్లి వైస్ చైర్మన్ తోట సుజల రాణి, డిసిసిబి డైరెక్టర్ చల్లగర్ల కృష్ణయ్య, వార్డు కౌన్సిలర్ లు ,అత్యధిక సంఖ్యలో విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు..

మద్దూరు మండల యాదవ సంఘం అధ్యక్షునిగా మల్లేష్ యాదవ్



మన ప్రజా ప్రతినిధి డిసెంబర్ 14 మద్దూరు మద్దూర్ మండల అఖిలభారత మహాసభ యాదవ సంఘం అధ్యక్షులలో వివిధ గ్రామాల యాదవులు సమావేశం ఏర్పాటు చేసుకుని ఏకగ్రీవంగా కార్యవర్గ సభ్యులను ఎన్నుకోవడం జరిగింది. అధ్యక్షులుగా దూరపల్లి మల్లేష్, ఉపాధ్యక్షులుగా వెంకటేశ్, ద్రస్తప్ప, గోపాల్, సెక్రటరీగా దమగన్ ఫూర్ నాయు, జనరల్ సెక్రటరీగా మల్లేష్ హనుమంతు సైదులప్ప, ట్రెజరర్ గా చేస్తప్ప ఏకగ్రీవ ఎన్నికయ్యారు.ఈ సందర్భంగా సమావేశాన్ని ఉద్దేశించి రాష్ట్ర కౌన్సిల్ సభ్యులు రఘువీర్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్న సభ్యులు డిసెంబర్ 22 వ తేదీ రోజు నారాయణపేట జిల్లా కేంద్రంలో వేణుగోపాల స్వామి గుడి ప్రాంగణంలో జిల్లా కమిటీ ఎన్నికలు జరుగుతాయని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమానికి మండలంలోని ప్రతి పల్లె నుండి యాదవ కుల బంధువులు అత్యధిక సంఖ్యలో హాజరై హాజరుకావాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాములు యాదవ్, వెంకటేశ్ యాదవ్ నందిపాడు, వెంకటయ్య యాదవ్, గీతాంజలి స్కూల్, వెంకటయ్య సార్, బస్సరాజు యాదవ్, గోవర్ధన్ పల్లెర్ల, మల్లేష్ ,రఘు యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ హాస్టల్లో ప్రభుత్వ అధికారుల భోజనాలు

మన ప్రజాప్రతినిధి డిసెంబర్ 14 మద్దూరు మద్దూరు మండలంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గురుకుల పాఠశాలలో మరియు హాస్టల్లో ఉంటున్న 6,75 లక్షల మంది విద్యార్థుల కోసం కామన్ డైట్ మెను చార్జీలు 40%, కాన్సోటిక్ చార్జీలు 200% పెంచి ప్రత్యేక ఉత్తర్వులు జారీచేసింది.ఈ సందర్భంగా వివిధ శాఖ అధికారులు ప్రత్యేకంగా హాస్టల్లో సందర్శించి అక్కడ జరుగుతున్న అంశాలను అర్థం చేసుకోవాలనే భావంతో “కామన్ డైట్ మెను” ప్రతి హాస్టల్లో అమలు జరగాలని తెలిపారు.మద్దూరు మండల పట్టణ కేంద్రంలో ప్రభుత్వ గురుకుల పాఠశాల నందు ఎంఈఓ బాలకృష్ణప్ప మరియు బాలుర హాస్టల్లో తాహశీల్దార్ మహేష్ గౌడ్, ఎంపీడివో నరసింహారెడ్డి, ఎంపీఓ రామన్న, బాలికల హాస్టల్లో డిస్ట్రిక్ టీసీ డెవలప్మెంట్ ఆఫీసర్ ఖబీల్, కొత్తపల్లి మండల తాహశీల్దార్ అనిల్ కుమార్, పిఎసిఎస్ చైర్మన్ నరసింహులు, సందర్శించి అక్కడే మధ్యాహ్న భోజనం చేశారు. హాస్టల్లో ఎలాంటి వసతుల కొరత ఉన్న తమ దృష్టికి తీసుకూరాలని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆయా హాస్టల్లో వార్డుస్టాఫ్ వెంకటయ్య సార్ జ్యోతి రెడ్డి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గాజులరామారంలో ఆగని భూ కబ్జాలు

హైదరాబాద్ : కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గ పరిధిలోని గాజులరామారంలో ప్రభుత్వ భూముల కబ్జాలు ఆగడం లేదు. కొద్ది రోజుల పాటు కబ్జాలకు విరామం ఇచ్చిన అక్రమార్కులు మళ్లీ నిర్మాణాల జాతర కొనసాగిస్తున్నారు. మండల రెవెన్యూ కార్యాలయానికి కూతవేటు దూరంలో జరుగుతున్న ఈ అక్రమణలను అధికారులు ఎందుకు అడ్డుకోవడం లేదని స్థానికులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. అసైన్డ్ భూములను తాము కొనుగోలు చేసినట్లు పత్రాలు సృష్టిస్తున్న అక్రమార్కులు వాటి మాటున ప్రభుత్వ భూములను 80 గజాలు,60 గజాల ప్లాట్ల చొప్పున మరిచి లక్షలాది రూపాయలకు విక్రయించి సొమ్ము చేసుకుంటున్నారనే విమర్శలు వస్తున్నాయి. తక్కువ ధరకు ఇండ్ల స్థలాలు లభిస్తుండంతో పాటు కబ్జాదారులు ఏకంగా ఇండ్ల స్థలాలకు సంబంధించి నోటరీ పత్రాలు ఇస్తుండటంతో పేదలు వీరి మాయలో పడుతున్నట్లు తెలుస్తుంది. చింతలే చెరువు ఎఫ్ఓవో/బఫర్ జోన్లోనూ ఓ పక్క ఇదే విధంగా అమాయకుల నుంచి లక్షలాది రూపాయలు వసూలు చేసుకుని నోటరీలు ఇవ్వగా, వాటిని హైద్రా కూల్చివేసిన విషయం విధితమే.రెక్కలు ముక్కలు చేసుకుని కూడబెట్టిన డబ్బులతో ఇండ్ల స్థలాలు కొనుగోలు చేసిన సుమారు 70 కుటుంబాలు



రోడ్డున పడ్డాయి. సంపాదించిన డబ్బులు కబ్జాదారులకు ధారపోసినప్పటికీ ఇంటి స్థలం లేకపోవడంతో ఏమి చేయాలో తెలియని అయోమయంలో కొట్టుమిట్టాడుతున్నారు. ఇంత జరిగినా భూ కబ్జాదారుల్లో వీనమెత్తు సానుభూతి కనిపించక పోగా మళ్లీ భూ అక్రమణలకు పాల్పడుతుండటం అనుమానాలకు తావిస్తోందంటున్నారు స్థానికులు. తాజాగా గాజులరామారంలోని దేవేందర్ నగర్, కైసర్ నగర్లోని సర్వేసంబర్ 342/1లో క్వారీగుంతను వూడ్చిమరి స్థలాన్ని చదును చేస్తున్న ఆ పక్కనే రాజన్న బ్రిఫీపేరుతో వందలాది

ఇండ్లు నిర్మాణం జరుగుతున్నా. రెవెన్యూ అధికారులు ఎందుకు పట్టించుకోవడం లేదని ప్రశ్నిస్తున్నారు. అధికారుల అందడందలు లేకుండానే అక్రమార్కులు ఇంత సాహసానికి దిగుతున్నారా అనే అనుమానాలు వ్యక్తం అవుతున్నాయి. వాస్తవానికి సర్వే నంబర్ 342/1 ప్రభుత్వ భూమిని 338, 339గా మార్చి విక్రయాలు కొనసాగిస్తున్నట్లు స్థానికులు పేర్కొంటున్నారు. దొంగ అగ్రిమెంట్లను సృష్టించి, వాటిని నోటరీలుగా మరిచి పేదల నుంచి లక్షలాది రూపాయలను దోచుకుంటున్న భూ భకాసురులపై ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని ప్రశ్నిస్తున్నారు. అయినా అసైన్డ్ భూముల్లో నిర్మాణాలు చేపట్టడనే విషయం అటు అధికారులకు గాని, ఇటు కబ్జాదారులకు గాని తెలియని విషయమా..?అనే అనుమానాలు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికైనా కబ్జాలను నియంత్రించేందుకు అధికారులు చర్యలు చేపట్టాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు.క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయస్తాం ఇదే విషయమై కుత్బుల్లాపూర్ తహశీల్దార్ రెహమాన్ను వివరణ కోరగా గాజులరామారం, దేవేందర్ నగర్, కైసర్ నగర్లో జరుగుతున్న భూ అక్రమణలు తన దృష్టికి రాలేనా న్నారు.అన్నింటిని పరిశీలించి చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

అధిక బరువును తగ్గించే సూపర్ ఫుడ్స్ ఇవి.. తప్పక తినండి..!



హైదరాబాద్ : అధిక బరువును తగ్గించుకునేందుకు చాలా మంది అనేక రకాలుగా ప్రయత్నిస్తుంటారు. కానీ బరువు తగ్గలేకపోతుంటారు. బరువు తగ్గడం కోసం డైట్ పాటించడం, యోగా లేదా వ్యాయామం చేయడం వంటివి చేస్తుంటారు. అయితే కొందరు ఎంత చేసినా బరువు తగ్గడం లేదని వాపోతుంటారు. కానీ అలాంటి వారు ఇప్పుడు చెప్పబోయే పలు ఆహారాలను తరచూ తింటుంటే దాంతో బరువు తగ్గడం

తేలికవుతుంది. ఈ ఆహారాలు మీ శరీర మెటబాలిజంను పెంచుతాయి. దీంతో క్యాలరీలు వేగంగా ఖర్చవుతాయి. ఫలితంగా శరీరంలో ఉండే కొవ్వు కరుగుతుంది. ఇక అధిక బరువును తగ్గించే ఆ ఆహారాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.రాత్రి పూట నీటిలో ఖర్జూరాలను నానబెట్టాలి. గుప్పెడు మోతాదులో తీసుకుని నానబెట్టి మరుసటి రోజు ఉదయం బ్రెక్ ఫాస్ట్లో తినాలి. ఇలా ఖర్జూరాలను ఉదయమే తింటుంటే శక్తి లభించడమే కాదు మెటబాలిజం కూడా పెరుగుతుంది. దీంతో క్యాలరీలు వేగంగా ఖర్చయి బరువు తగ్గుతారు. ఉదయం ఖర్జూరాలను తినడం వల్ల బరువు తగ్గవచ్చు. అధిక బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఖర్జూరాలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అలాగే ఇవి శరీరంలో వేడిని పెంచుతాయి కనుక చలికాలం తింటే శరీరాన్ని వెచ్చగా ఉంచుకోవచ్చు.అధిక బరువును తగ్గించడంలో బాదంపప్పు, వాల్ నట్స్ కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. బాదంపప్పు, వాల్ నట్స్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి అనేక రకాలుగా మనకు ఉపయోగపడుతాయి. శరీర మెటబాలిజంను

పెంచి అధిక బరువును తగ్గిస్తాయి. కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తాయి. కనుక బాదం పప్పు లేదా వాల్ నట్స్ను గుప్పెడు మోతాదులో తీసుకుని రాత్రి పూట నానబెట్టి మరుసటి రోజు ఉదయం తినాలి. ఇలా రోజూ తింటుంటే ఎంతగానో ప్రయోజనం ఉంటుంది.ఈ సీజన్లో మనకు చిలగడదుంపలు కూడా అధికంగానే లభిస్తాయి. ఇతర దుంపలకు ఇది పూర్తిగా భిన్నమైందని చెప్పవచ్చు. ఇతర దుంపలు బరువును పెంచుతాయి. కానీ చిలగడదుంపలు బరువును తగ్గిస్తాయి. ఎందుకంటే ఈ దుంపల్లో ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది బరువును తగ్గించడంలో సహాయం చేస్తుంది. అలాగే అటుకలతో చేసిన ఆహారం తింటున్నా కూడా బరువు తగ్గవచ్చు. ఇవి తేలిగా జీర్ణమవుతాయి. వీటిల్లో ఉండే ఫైబర్ బరువును తగ్గించేందుకు సహాయం చేస్తుంది. నిమ్మజాతికి చెందిన పండ్లను తినడం వల్ల కూడా అధిక బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. ఇలా పలు రకాల ఆహారాలను ఈ సీజన్లో తీసుకుంటే బరువును తగ్గించుకోవడం ఎంత మాత్రం కష్టం కాదు. చాలా సులభంగానే కొవ్వును కరిగించుకోవచ్చు.

నితీశ్ కుమార్ ను ‘ఇండియా’ బ్లాక్ హెడ్ గా చేసి ఉంటే వీడేవారు కాదు: ఒమర్ అబ్దుల్లా

న్యూఢిల్లీ: జమ్ముకశ్మీర్ సీఎం ఒమర్ అబ్దుల్లా టీవీ చర్చా కార్యక్రమంలో పలు అంశాలపై మాట్లాడారు. ఇండియా బ్లాక్ నాయకత్వం, ఆర్థికల్ 370, పాకిస్థాన్తో సంబంధాలతో సహా కీలక రాజకీయ అంశాలను ఆయన ప్రస్తావించారు. బీహార్ సీఎం నితీశ్ కుమార్ ను ‘ఇండియా’ బ్లాక్ హెడ్ గా చేసి ఉంటే కూటమిని ఆయన వీడేవారు కాదని తెలిపారు. ‘నితీశ్ కుమార్ ను ఇండియా బ్లాక్ కన్వీనర్ గా చేయడానికి మేం ప్రయత్నించాం. అయితే ఆయన చీఫ్ గా ఉండటంపై కూటమిలోని కొన్ని వర్గాలు సంతోషంగా లేవు. ఆయనను చీఫ్ గా చేయడంలో మేం విజయం సాధించినట్లయితే, ఇప్పటికీ మాతో



ఉండేవారు’ అని అన్నారు.కాగా, జమ్ముకశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ చని తీరు గురించి అడిగిన ప్రశ్నకు సమాధానాన్ని ఒమర్ అబ్దుల్లా దాటవేశారు. పార్టీకి నాయకత్వం వహిస్తున్న తండ్రి ఘరానా అబ్దుల్లా నిర్ణయంతో వహిస్తున్న చేయడోనని చెప్పారు. ‘అతడు నా బాన్. ఆయన వ్యాఖ్యను నేను ఖండించలేను’ అని అన్నారు. జమ్ముకశ్మీర్ రాష్ట్ర హోదా పునరుద్ధరణకు తాము కట్టుబడి ఉన్నామని స్పష్టం చేశారు.మరోవైపు పాకిస్థాన్తో చర్చలకు సంబంధించిన బాధ్యత ఆ దేశానికి ఎక్కువగా ఉందని ఒమర్ అబ్దుల్లా తెలిపారు. ముంబై దారులు, జమ్ముకశ్మీర్లో ఉగ్రవాదంపై భారత్ ఆందోళనలను పిలుపునిచ్చారు.