

మహిళా సాధికారత, సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయం



ఇల్లందు ప్రతినిధి మే 27, (తరంగాలు) : మహిళా సాధికారత, సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయమని ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య అన్నారు. బుధవారం ఇల్లందు పట్టణంలోని మున్సిపల్ కార్యాలయంలో కమిషనర్ సి. హెచ్ శ్రీకాంత్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఇందిరా మహిళా శక్తి చీరల పంపిణీ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య మాట్లాడుతూ, తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజల ఆశీర్వాదంతోనే తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడిందని, రేపంతో రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన మూడు రోజులకే మహిళా సోదరీమణులకు ఉచిత బస్సు సౌకర్యం కల్పించామన్నారు. గత ప్రభుత్వం రాష్ట్రాన్ని అప్పుల పాలు చేసినా, ఎన్ని ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఉన్నా ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను ఒక్కొక్కటిగా అమలు చేస్తూ ముందుకు సాగుతున్నామన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ పెద్దలు ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన ఆరు గ్యారంటీలలో భాగంగా ఉచిత విద్యుత్, సన్న బియ్యం, ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, రు 500కే గ్యాస్, మహిళా స్వయం సహాయక సంఘాలకు వడ్డీ లేని రుణాల వంటి పథకాలను అమలు చేస్తున్నామన్నారు. గత ప్రభుత్వానికి, మన ప్రభుత్వానికి ఉన్న తేడా ప్రజలందరికీ తెలుసని, ఎన్ని పథకాలు ఇచ్చినా హంగూ, ఆర్థులం, పబ్లిసిటీ లేకుండా ప్రజా ప్రభుత్వం పేదల కోసం పనిచేస్తుందన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవమైన జూన్ 2 నుండి నూతన పెన్షన్లు, రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, తెల్ల రేషన్ కార్డు కలిగిన కోటి 50 లక్షల మందికి ఐదు లక్షల బీమా అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. కోటి మంది మహిళా సోదరీమణులను కోటిశ్రమలను చేయడమే లక్ష్యంగా ప్రజా ప్రభుత్వం పనిచేస్తుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ దొడ్ల కిరణ్ మిత్ర డానియల్, వైస్ చైర్మన్ పెండేల రాజు, కౌన్సిలర్లు కొర్రపాటి శివ కిరణ్, అజ్మీర్ వంశీ, చిల్లా విజయభారతి, ఎంపీ కుమ్మర్, రాధా కమల్ కోరి, గోపాని రాజు గౌడ్, ఎంపీ జాఫర్, ఉల్లంగ విజయలక్ష్మి, నీలపు రమేష్, రంప రమ్య, దండు సారయ్య, నీరుడు ఉపేంద్ర, సోని బాయి కోరి, గండే పద్మ, మెరుగు కార్తిక్, మొగిలి లక్ష్మి, ఎస్సీ సైదా మీయా, కో-ఆఫ్డన్ సభ్యులు మదుగు సాంబమూర్తి, పర్రె స్వర్ణలత, హసీనా, అధికారులు మేనేజర్ అంకు షావలి, డీఈ మురళి, డీఎస్సీ నాగయ్య, సీఓలు నాజర్, సుగుణ, ఇందూరి శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిరుద్యోగ యువత ఉద్యోగ సాధనకు ఎస్సీ స్టడీ సర్కిల్ బలమైన వేదిక కావాలి

- ఉచిత శిక్షణను సద్వినియోగం చేసుకొని లక్ష్య సాధన దిశగా ముందుకు సాగాలి
• హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి
• వడ్డేపల్లి లోని ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ఎస్సీ స్టడీ సర్కిల్ను సందర్శించిన జిల్లా కలెక్టర్ హనుమకొండ ప్రతినిధి, మే 27, తరంగాలు



నిరుద్యోగ యువత ఉద్యోగ సాధనలో ఎస్సీ స్టడీ సర్కిల్ ఒక బలమైన వేదికగా నిలవాలని హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి అన్నారు. బుధవారం వడ్డేపల్లి సమీపంలోని ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ఎస్సీ స్టడీ సర్కిల్ను జిల్లా కలెక్టర్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా స్టడీ సర్కిల్ ద్వారా ఉచిత శిక్షణ పొందుతున్న విద్యార్థులతో కలెక్టర్ ముఖాముఖి మాట్లాడారు. స్టడీ సర్కిల్లో అందిస్తున్న శిక్షణ కార్యక్రమాలు, గతంలో వివిధ ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు సాధించిన అభ్యర్థుల వివరాలను అధికారులు కలెక్టర్కు

వివరించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి మాట్లాడుతూ ఇక్కడ చేరిన ప్రతి విద్యార్థి స్పష్టమైన లక్ష్యంతో కృషి చేస్తూ విజయాన్ని సాధించాలని సూచించారు. పేద నిరుద్యోగ యువతకు నాణ్యమైన, ఉన్నత ప్రమాణాలతో కూడిన ఉచిత శిక్షణ అందించి పోటీ పరీక్షల్లో విజేతలుగా తీర్చిదిద్దడమే ఎస్సీ స్టడీ సర్కిల్ ప్రధాన ఉద్దేశ్యమని తెలిపారు. డిగ్రీ పూర్తి చేసి వివిధ పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న విద్యార్థులకు స్టడీ సర్కిళ్లు అన్ని విధాలుగా ఉపయోగపడతాయని పేర్కొన్నారు. నిరుద్యోగ యువత ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని ప్రభుత్వ ఉద్యోగాల సాధన దిశగా కృషి చేయాలని సూచించారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర భవిష్యత్తులో ఉన్నత అధికారులుగా ఎదిగే అవకాశాన్ని వదులుకోకుండా క్రమశిక్షణతో చదువుతూ లక్ష్య సాధనకు కట్టుబడి ఉండాలని పిలుపునిచ్చారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగాల కోసం సిద్ధమవుతున్న యువత ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు సాగాలని, ప్రభుత్వం అందిస్తున్న ఉచిత శిక్షణ అవకాశాలను పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకొని తమ లక్ష్యాలను సాధించాలని కలెక్టర్ ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో షెడ్యూల్ కులాల అభివృద్ధి శాఖ హనుమకొండ జిల్లా అధికారి బి. నిర్మల, స్టడీ సర్కిల్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ కె. జగన్మోహన్, వార్డెన్ కృష్ణ, కనకరాజు, బి. కిరణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



వృద్ధుడి అనుమానస్పద మృతి



కేసముద్రం, మహబూబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి, మే. 27, తరంగాలు: కేసముద్రం మండలం కలవల గ్రామంలో ఓ రుద్దుడు అనుమానస్పదంగా మృతి చెందిన సంఘటన చోటు చేసుకుంది. కేసముద్రం ఎస్ ఐ కే క్రాంతి కిరణ్ తెలిపిన కథనం ప్రకారం బుధవారం ఉదయం 8:30 గంటల సమయంలో గంట ప్రభాకర్ రెడ్డి ఇంటికి పని నిమిత్తం వెళ్లిన శ్రీరామ్ రమేష్ అనే వ్యక్తి వెళ్లగా గంట ప్రభాకర్ రెడ్డి (70) తన ఇంటి లో అనుమానాస్పదంగా మరణించి ఉండగా అతని తమ్ముడైన గంట గోపాల్ రెడ్డికి ఫోన్ ద్వారా విషయాన్ని తెలిపారని

మృతుడు తన ఇంట్లోని బెడ్ పై అనుమానస్పదంగా చనిపోయి ఉండడంతో మృతుడి తమ్ముడు గంట గోపాల్ రెడ్డి దరఖాస్తు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

స్త్రీలపై హింసను అరికట్టాలి



కేసముద్రం, మహబూబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి, మే. 27, తరంగాలు: బాలికలు, స్త్రీలపై జరిగే హింసను అరికట్టాలని, వారికి అండగా నిలవాలని కేసముద్రం మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ బానోత్ సునీత వెంకన్న, వైస్ చైర్ పర్సన్ డాక్టర్ అల్లం రమ నాగేశ్వర్ రావు పిలుపునిచ్చారు. బుధవారం కేసముద్రం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని ఎంపీడీవో కార్యాలయం రైతు వేదికలో ప్రజా పాలన--ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యచరణలో భాగంగా సభి (బాలికలు, స్త్రీలపై) అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్, వైస్ చైర్ పర్సన్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా చైర్ పర్సన్ మాట్లాడుతూ కుటుంబంలో గానీ, సమాజంలో గానీ మహిళలపై హింస లేదా వివక్ష జరిగితే వెంటనే స్పందించాలని సూచించారు. మహిళలు ఎటువంటి వేధింపులు ఎదుర్కొన్నా భయపడకుండా ముందుకు రావాలని, ప్రభుత్వమే వారికి అండగా ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. పోక్సీ కేసులపై ప్రతి ఒక్కరికీ అవగాహన అవసరమని తెలిపారు. మహిళలు తమ హక్కులపై అవగాహన కలిగి ఆత్మస్థైర్యంతో ముందుకు సాగాలని కోరారు. మహిళల భద్రత కోసం ప్రభుత్వం అనేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తోందని పేర్కొన్నారు. మున్సిపాలిటీ తరఫున మహిళలకు పూర్తి సహకారం అందిస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీడీవో క్రాంతి కుమారి, మహబూబాబాద్ జిల్లా సభి సభ్యురాలు శ్రావణి, వార్డు కౌన్సిలర్లు ఉమా, విజయ, డాక్టర్ స్పందన, లాయర్ ఉష, అంగన్వాడీ ఠీచర్లు, మున్సిపాలిటీ ఆర్డీలు, మహిళలు పాల్గొన్నారు.

పారిశుధ్య నిర్వహణలో నిర్లక్ష్యం సహించం



- తడి--పొడి చెత్త వేర్వేరుగా సేకరణ తప్పనిసరి
• ఊర చెరువు రిట్రీనింగ్ వాల్ పనులు వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలి
• హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్, బల్లియా ఇన్-చార్జ్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయి ఆదేశం

హనుమకొండ ప్రతినిధి, మే 27, తరంగాలు :పారిశుధ్య నిర్వహణలో నిర్లక్ష్యం వహిస్తే సహించేదిలేదని హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్, బల్లియా ఇన్-చార్జ్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయి అధికారులకు సూచించారు. హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్, బల్లియా ఇన్-చార్జ్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయి బుధవారం నగరంలోని పలు ప్రాంతాల్లో ఆకస్మికంగా సందర్శించి అభివృద్ధి పనుల పురోగతి, పారిశుధ్య నిర్వహణ పనులను పరిశీలించి అధికారులకు పలు కీలక సూచనలు చేశారు. ముందుగా గోపాలపూర్ ఊర చెరువు వద్ద ఇరిగేషన్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్మిస్తున్న రిట్రీనింగ్ వాల్ పనులను పరిశీలించారు. పనులను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అలాగే ఊర చెరువు డీనిల్టేషన్ టెండర్లు పూర్తయిన నేపథ్యంలో వెంటనే పనులు ప్రారంభించి, వర్షాల్లో ప్రారంభించి మండే చెరువును పూర్తిస్థాయిలో శుభ్రపరచాలని సూచించారు. అదేవిధంగా 56వ డివిజన్లోని గోపాలపూర్ ఊర చెరువు సమీపంలో "వేస్ట్ టు ఆర్ట్" కార్యక్రమంలో భాగంగా చెత్త వేస్తున్న ప్రాంతాన్ని పరిశీలించారు. చెత్త లేకుండా పరిశుభ్రంగా, సుందరీకరణతో తీర్చిదిద్దిన ప్రాంతాలను పరిశీలించి నిర్వహణను మరింత మెరుగుపరచాలని సూచించారు. అనంతరం 53వ డివిజన్ ఆదర్స్ నగర్లో విండో కంపోస్టింగ్ ప్రక్రియను పరిశీలించారు. బాలసముద్రంలో ఉన్న వెహికిల్ షెడ్, సెకండరీ ట్రాన్స్ఫర్ స్టేషన్లను తనిఖీ చేశారు. డోర్ టు డోర్ చెత్త సేకరణలో తడి చెత్త, పొడి చెత్తను వేర్వేరుగా సేకరించడం తగిన స్థాయిలో జరగడం లేదని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ప్రతి ఇంటి వద్ద తప్పనిసరిగా తడి--పొడి చెత్త వేర్వేరుగా సేకరించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని

ఆదేశించారు. నిర్లక్ష్యం వహిస్తే సంబంధిత జవాబు, ఇన్ స్పెక్టర్ పై కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. బాలసముద్రంలోని వర్మీ కంపోస్టింగ్ యూనిట్, విండో కంపోస్ట్, బయో కంపోస్ట్ యూనిట్లను పరిశీలించిన కలెక్టర్, బయో కంపోస్ట్ యూనిట్లు 100 శాతం సామర్థ్యంతో పనిచేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. బయో మీథేన్ జెనరేషన్ ప్లాంట్ ను కూడా సమర్థవంతంగా వినియోగించుకోవాలని అధికారులకు సూచించారు. ఈ తనిఖీల్లో సీఎంఓ.హెచ్ డాక్టర్ రాజారెడ్డి, జిల్లా ఇరిగేషన్ అధికారి కిరణ్ కుమార్, డీఈ హర్ష వర్మన్, సూపర్వైజర్ నరేందర్, ఎస్సీ బి. నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గంట ప్రభాకర్ రెడ్డి పాల్గొన్న దేహానికి నివాళులు అర్పించిన ఎమ్మెల్యే డా"భూక్య మురళి నాయక్

కేసముద్రం, మహబూబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి, మే. 27, తరంగాలు: కేసముద్రం మండలం కాల్యల గ్రామానికి చెందిన కేసముద్రం మార్కెట్ చైర్మన్ గంటా సంజీవ రెడ్డి గారి సోదరుడు గంట ప్రభాకర్ రెడ్డి, ఆకస్మిక మరణం చెందడం తో వారి నివాసానికి వెళ్లి గంటా ప్రభాకర్ రెడ్డి, భౌతికయానికి నివాళులు అర్పించిన ఎమ్మెల్యే మురళి నాయక్ గంటా ప్రభాకర్ రెడ్డి, పవిత్ర ఆత్మకి శాంతి చేకూరాలని మహబూబాబాద్ ఎమ్మెల్యే మురళి నాయక్ అన్నారు. పాల్గొన్న దేహాన్ని సందర్శించి కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలుపుతూ వారి సేవలను గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే గారి మున్సిపల్ చైర్మన్, వైస్ చైర్మన్, గ్రామ సర్పంచులు, జిల్లా నాయకులు, కేసముద్రం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.



ప్రభుత్వం ఐకేపి వీడివ లకు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలి- సిఐటియూ డిమాండ్



● ఇచ్చిన హామీలు అమలు చేయకుంటే జూన్ 4నుండి సమ్మె ఉద్యమం చేస్తాం
ఇల్లందు ప్రతినిధి మే 27, (తరంగాలు): బుధవారం స్థానిక ఇల్లందు మండల ఐకేపి వీడివ కార్యాలయం ముందు ఐకేపి ల సమ్మె శిబిరాన్ని సీఐటియూ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు అబ్దుల్ నబీ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా సమ్మె అధ్యక్షతన జరిగిన సభలో ఆయన

పాల్గొని మాట్లాడుతూ, సెర్వ్ సికాట్ గారివనీ ఐకేపీ వీడివ ఐక్య కార్యక సంఘాల అధ్యక్షులలో కలవడం జరిగింది. మంత్రి, సెర్వ్ సికాట్ జూన్ 2తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవం రోజు మా పరిధిలో ఉన్న టాట్ కు 25 వేలు , యూనిఫాం, 2రకాల ఇన్సూరెన్స్ లు, పిడి డ్వారా ఐ డీ కార్డులు, గ్రేడింగ్ తో సంబంధం లేకుండా వేతనాల 58 జీవో ను సవరించి అనెగర్ 5 ప్రతి నెల కాకుండా సంవత్సరానికి ఒక సారి

ఇచ్చే విధానం , అర్హత కలిగిన ఐకేపి ల ను సీసీ లుగా ప్రమాణ్ చేయడం తదితర డిమాండ్ లను పరిష్కారం చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఆ హామీలు అమలు చేయకుంటే సమ్మె ను అన్ని సంఘాలు ఉద్యత చేద్దామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రమీల, పుష్పి వసంత, సురేష్, వెంకటలక్ష్మి, ప్రతాప్, కోక్యా, కృష్ణ, సుమలత, సుజాత తదితర విడివిలు పాల్గొన్నారు.

పెంచిన పెట్రోల్, డీజిల్, గ్యాస్ ధరలు తగ్గించాలని ఇల్లందు లో సిపిఎం వినూత్న నిరసన ప్రదర్శన



ఇల్లందు ప్రతినిధి మే 27, (తరంగాలు): యుద్ధం కారణంగా పెట్రోల్, డీజిల్ ధరలు పెంచమని ప్రగల్భాలు పలికిన ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ ఐదు రాష్ట్రాల ఎన్నికలు ముగియగానే పెట్రోల్ డీజిల్ ధరలు అమాంతం పెరిగాయని ఇప్పటికీ నాలుగు సార్లు ధరలు పెంచారని లీటరు కు ఎనిమిది రూపాయలకు పైగా పెట్రోలు, డీజిల్, అలాగే గ్యాస్ ధరలు కూడా పెరిగాయని, వాణిజ్య సిలిండర్ ధరలు ఆకాశాన్ని అంటాయని దానికి నిరసనగా సీపీఎం పార్టీ అధ్యక్షులలో సీఎస్సీ బస్టిగ్రామ పంచాయతీ పరిధి లో ఆటో, బండి లకు తాళ్లు కట్టి ఇల్లందు మహబూబాబాద్ రోడ్డు పై కిలోమీటర్ వరకు ప్రదర్శనచేసి నిరసన వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా మన్యం మోహన్ రావు అధ్యక్షతన జరిగిన సభలో సీపీఎం జిల్లా నేత అబ్దుల్ నబీ, పార్టీ మండల కార్యదర్శి ఆలేటి కిరణ్ కుమార్ లు పాల్గొని మాట్లాడుతూ, కేంద్ర ప్రభుత్వం పెట్రోల్ డీజిల్ గ్యాస్ ధరలు విపరీతంగా పెంచడం వల్ల శ్రామిక వర్గాలు, వ్యవసాయ కూలీలు, పేద మధ్యతరగతి ప్రజలపై మెయి తేని భారాలు ప్రత్యక్షంగా వరోక్షంగా వడ్డాయని, నిత్యావసర సరుకులు కొనుగోలు లో నెలకు రెట్టింపు

ప్రభుత్వం వల్లనే పెట్రోల్ డీజిల్ గ్యాస్ ధరలు పెరిగాయని అబద్ధాలు వల్లించడం సరికాదని వారు తెలిపారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ జీ తెలంగాణ కు వచ్చిన సందర్భంగా బంగారం కొన్నాడు, మంచి నూనె తక్కువ వాడని, విదేశాలకు వెళ్లడని సీఐటి వాక్యాలు బోధించి రాష్ట్రానికి మొండి చేయి చూపించి వెళ్లారని ప్రజా అవసరాలు తీర్చాలని పాలకులు నేను కాదు అంటే నేనుకాదని ఒకరిపై మరొకరు విమర్శలు గుప్పించుకుంటూ ప్రజల ను పట్టించుకోక పోవడం సరికాదని వారు తెలిపారు. ఇప్పటికైనా యుద్ధ వాతావరణం తగ్గిన నేపథ్యం లో పెరిగిన పెట్రోల్, డీజిల్, గ్యాస్, నిత్యవసర వస్తువుల ధరలు తగ్గించాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమం లో తాళ్లూరి కృష్ణవీరభద్రం, సంతోష్, సుజాత, వెంకన్న, వైకుంఠం, హుస్సేన్, హసీనా, కమల, నీలారాణి, పాషా, గోటియ, హబీబుస్సా, కౌసల్య, భవాని, వెంకటేశ్వర్లు, అమ్మి, మంగ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



మహబూబాబాద్ లో మహానాడు పండగ



ఇల్లందు ప్రతినిధి మే 27, (తరంగాలు): ఈరోజు మహబూబాబాద్ పార్లమెంటు పరిధిలో మహానాడు పండుగను వర్చువల్ విధానంలో, మహబూబాబాద్ పార్లమెంట్ కన్వీనర్ కొండపల్లి రాచందర్ రావు ఆధ్వర్యంలో ఈ పండుగను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ మహానాడు పండగ కార్యక్రమానికి ఇల్లందు నుండి టీడీపీ పట్టణ అధ్యక్షులు పాలమూరు బాలకృష్ణ, ప్రధాన కార్యదర్శి దేశవత్ శ్రీహరి, సాల్మాన్ రాజు, మండల అధ్యక్షులు పుట్టా ఉపేందర్ యాదవ్, ప్రధాన

కార్యదర్శి క్వింటు రోవ్, గుళ్ళ మొగిలి, టెకులపల్లి మండల అధ్యక్షులు గుడి పూడి మోహనరావు, టెకులపల్లి మండల కమిటీ, గర్ల టీడీపీ మండల అధ్యక్షులు కృష్ణ రెడ్డి, మాజీ సర్పంచ్ మంగిలాల, గార్ల టీడీపీ మండల కమిటీ, పినపాక నుండి వట్లం రాంబాబు, మహబూబాబాద్ పార్లమెంటు పరిధిలో గల టీడీపీ ముఖ్య నాయకులు కార్యకర్తలు బారి ఎత్తున హాజరై మహానాడు కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారని ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు.



చిన్నారిని ఆశీర్వాదించిన మున్సిపల్ వైస్ చైర్ పర్సన్ డాక్టర్ అల్లం రమ నాగేశ్వర్ రావు



కేసముద్రం, మహబూబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి, మే. 27, తరంగాలు : కేసముద్రం మున్సిపాలిటీలో కిష్టాపురనికి చెందిన రాఫోబి సరిత-రవి కుమార్తె అఖిల నూతన వస్త్ర, ఫల పుష్పాలంకరణ వేడుకల్లో పాల్గొని చిన్నారిని ఆశీర్వాదించిన కేసముద్రం మున్సిపల్ వైస్ చైర్ పర్సన్ డాక్టర్ అల్లం రమ నాగేశ్వర్ రావు రావు, ఈ కార్యక్రమంలో యూత్ కాంగ్రెస్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు అల్లం గణేష్ యాదవ్ తదితరులు ఉన్నారు.

ఘనంగా మొదటి రోజు మహానాడు కార్యక్రమం



తరంగాలు ఖమ్మం జిల్లా బ్యూరో : ఖమ్మం : స్వర్ణ యువ సందమూరి తారక రామారావు, జయంతి సందర్భంగా ఖమ్మం నగరంలోని సప్తపది ఫంక్షన్ హాల్ లో మహానాడు మొదటి రోజు కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసింది. టీడీపీ నాయకులు డాక్టర్ వాసిరెడ్డి రామనాథం, కూరపాటి వెంకటేశ్వర్లు, కాపా కృష్ణమోహన్, కేతినేని హరీష్, వసంత్ వాసు, కొండబాళ కర్ణాకర్, లు ముందుగా టీడీపీ కార్యాలయంలోని ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం మహానాడు ప్రాంగణం బైపాస్ రోడ్డులో గల సప్తపది ఫంక్షన్ హాల్ కి చేరుకొని పార్టీ జెండా ఆవిష్కరణ చేసి వారికి నివాళులర్పించి వర్చువల్ (సీన్ పై మహానాడు కార్యక్రమం వీక్షించారు. అతిథులకు ఏర్పాటు చేసిన టీ, టిఫిన్, భోజనం, మజ్జిగ ప్యాకెట్లు, సాయంత్రం స్నాక్స్ అందజేసి మహానాడు పండుగను సంతోషంగా తొలి రోజు విజయవంతం చేశారు. రేపటి వివరాల సమాచారం మహానాడు కార్యక్రమంలో భాగంగా తెలుగుదేశంపార్టీ కార్యాలయంలో ఉదయం 8 గంటలకు జిల్లా కార్యాలయం చేరుకుని అనంతరం కోలాటాల మధ్య పాదయాత్రతో ఎన్టీఆర్ సర్కిల్ లో వారి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించి 9 గంటలకు రెండో రోజు మహానాడు ప్రాంగణం సప్తపది ఫంక్షన్ హాల్ కి చేరుకుని వర్చువల్ (ఎల్ఈడి) ద్వారా సభ వీక్షించడం జరుగును కావున అభిమానులు నాయకులు కార్యకర్తలు పార్టీ కార్యాలయానికి హాజరై రెండవ రోజు మహానాడు విజయవంతం చేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో వడ్డేశీ విజయ్, మందరపపు సుధాకర్, వాసిరెడ్డి భాస్కరరావు, మల్లెంపాటి అప్పారావు, శేఖర్ బాబు, గుత్తా సీతయ్య, తాత సుధాకర్, రావుట్ల సత్యనారాయణ, మీగడ రామారావు, రాజరాజేశ్వరి, మేకల సత్యవతి, చలసాని రూప్సీ, రాణి, తాడిశెట్టి స్వాతి, మందపల్లి రజనీ. నల్లమల శ్రీను, దామా శ్రీను తదితరులు ఉన్నారు.

ఎక్కువ కాలం బతకడం కాదు.. బతికినంత కాలం రోగాలు లేకుండా ఉండడమే ముఖ్యం సైంటిస్టుల అధ్యయనాలు

ఆయుష్షు ఎంతకాలం ఉంటుంది అన్నది కేవలం జన్మవులపై మాత్రమే ఆధారపడదని, జీవనశైలి, రోజువారీ అలవాట్లు కూడా పెద్ద పాత్ర పోషిస్తాయని తాజా పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. ఆరోగ్యంగా ఎక్కువకాలం జీవించడం అనేది ఇప్పుడు వైద్య రంగంలో ప్రధాన చర్చగా మారింది. ముఖ్యంగా వ్యాయామం, ఆహారం, నిద్ర, ఒత్తిడి నియంత్రణ, ధూమపానం, మద్యం వినియోగం, సామాజిక సంబంధాలు వంటి అంశాలు ఆరోగ్యకర వృద్ధాప్యంపై గణనీయమైన ప్రభావం చూపుతున్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇటీవల ఆక్స్ఫర్డ్ లో నిర్వహించిన స్పార్ట్ ఏజింగ్ సమ్మిట్ లో విడుదలైన నివేదిక ప్రకారం, మనుషుల ఆరోగ్యకరమైన ఆయుష్షుపై వారి నియంత్రణ ఇప్పటివరకు అనుకున్నదానికంటే చాలా ఎక్కువగా ఉందని వెల్లడైంది. దీర్ఘాయుష్షు అంటే కేవలం ఎక్కువ సంవత్సరాలు జీవించడం మాత్రమే కాకుండా, వ్యాధులు లేకుండా ఆరోగ్యంగా జీవించే సంవత్సరాలను పెంచడం అని పరిశోధకులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.

ధూమపానం ప్రమాదకరమైన అలవాట్లలో ఒకటి
నివేదిక ప్రకారం ధూమపానం ఇప్పటికీ అత్యంత ప్రమాదకర అలవాట్లలో ఒకటిగా ఉంది. ఇది ఆరోగ్యకర వృద్ధాప్యానికి ప్రధాన కారణంగా మారుతోందని హెచ్చరిస్తున్నారు. వృద్ధాప్యంలో గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్, మతిమరుపు, దయాబెటీస్, ఊబిడాయం వంటి సమస్యలకు జన్మవులు కొంతమేర ప్రభావం చూపినా, జీవనశైలి మరింత కీలకంగా మారుతోంది. బాల్యం నుంచే ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లను అలవచుకోవడం, మధ్యవయస్సు తర్వాత వాటిని కొనసాగించడం ఎంతో ముఖ్యమని నివేదిక పేర్కొంది. పలు విస్తృత అధ్యయనాల ప్రకారం మనుషుల ఆయుష్షులో జన్మవుల ప్రభావం పరిమితంగానే ఉంటుందని, పర్యావరణం, ప్రవర్తన అలవాట్లు మరింత ప్రభావం చూపుతున్నాయని వెల్లడైంది. దశాబ్దాల పాటు కొనసాగిన అలవాట్లు గుండెజబ్బులు, టైప్-2 దయాబెటీస్, కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లు, ఊబిడాయం, మతిమరుపు వంటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని ప్రభావితం చేయగలవని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కుటుంబ చరిత్రలో వ్యాధులు ఉన్నప్పటికీ ఆరోగ్యకర జీవనశైలి వల్ల గణనీయమైన లాభాలు పొందవచ్చని వారు సూచిస్తున్నారు.

నిత్యం వ్యాయామం చేయాలి
నిత్య వ్యాయామం ఆరోగ్యకర వృద్ధాప్యానికి అత్యంత ముఖ్యమైన అంశాల్లో ఒకటిగా గుర్తించబడుతోంది. క్రమం తప్పకుండా నడక, తేలికపాటి వ్యాయామం వంటి శారీరక చలనం గుండె ఆరోగ్యం, రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ, కండరాల బలం, మెదడు పనితీరు, మానసిక ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. రోజూ కొద్దిసేపు నడవడం కూడా దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు,

కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతానికి కృషి చేయాలి

● ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య, సూతి సత్యనారాయణ గౌడ్, పువ్వాళ్ళ దుర్గాప్రసాద్



ఇల్లందు ప్రతినిధి మే 27, (తరంగాలు): కాంగ్రెస్ పార్టీని నిర్మాణాత్మకంగా, క్రింది స్థాయి నుంచి ప్రతిష్టపరిచి, కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రవేశపెట్టిన పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లి, పార్టీ బలోపేతం కోసం కృషి చేయాలని, సూతనంగా నియమించబడిన మండల అధ్యక్షులు ప్రమాణస్వీకారం కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్న ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య, ఖమ్మం జిల్లా అధ్యక్షులు సూతి సత్యనారాయణ గౌడ్, సుదా చైర్మన్ పువ్వాళ్ళ దుర్గాప్రసాద్ పిలుపునిచ్చారు. బుధవారం నాడు ముచ్చర్ల స్థానిక వెంకటలక్ష్మి ఫంక్షన్ హాల్లో కామేపల్లి మండలం సూతన కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు గుజ్జర్లపూడి రాంబాబు, జిల్లా కార్యదర్శి షేక్ ఫతే మహమ్మద్, జిల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ మెంబర్ ఆరెం రవి, జిల్లా కిసాన్ సెల్ సభ్యులు సుంకిరెడ్డి దామోదర్ రెడ్డి ల ప్రమాణ స్వీకారోత్సవం మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు డిసిసిబి డైరెక్టర్ మేకల మల్లిబాబు యాదవ్, జిల్లా కాంగ్రెస్ నాయకులు ఏపూరి మహేందర్, టిపిసిసి నెంబర్ పుచ్చకాయల వీరభద్రం, పిఎసిఎస్ అధ్యక్షులు ధనియాకుల హనుమంతరావు, జిల్లా మహిళాధ్యక్షులు సౌజన్య, ఇల్లందు మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బానోత్, రాంబాబు, తోటకూరి శివయ్య, గ్రామ నాయక్ తదితరుల ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమం సమావేశంలో ఘనంగా జరిగింది. ఈ ప్రమాణ స్వీకారం కార్యక్రమం లో ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్న వక్రలు మాట్లాడుతూ, తెలంగాణ ఇచ్చింది, కొట్లాడి తెచ్చింది కాంగ్రెస్ పార్టీ యే నని, కానీ గత టీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం మాయ మాటలతో,

స్థాయిలో కమిటీలు వేసుకొని పార్టీ సంస్కృత నిర్మాణానికి కృషి చేయాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సూతనంగా నియమించబడిన పార్టీ కమిటీ సభ్యులను శాలువాలతో పుష్పగుచ్ఛములతో సన్మానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, మాకు అప్పగించిన ఈ బాధ్యతను భారంగా కాకుండా వర్ధాలకతీతంగా, ప్రతి ఒక్క కార్యకర్తను సమస్యయని చేసుకొని, పార్టీ అధిష్టానం పిలుపుమేరకు సదుచుకుంటామని వాగ్దానం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపీపీ జర్నల లక్ష్మణ్ నాయక్, మాజీ ఎంపీపీ, జడ్పీటీసీ మా లోతుసరిరాం నాయక్, మాజీ జెడ్పీటీసీ బానోత్ వెంకట్ ప్రవీణ్ నాయక్, ఓ ఓ సి మండల అధ్యక్షులు చల్ల మల్లయ్య, కోమటి రవి ప్రస్తుత సర్పంచులు మాజీ ఎంపీటీసీలు, వార్డు మెంబర్లు సొసైటీ డైరెక్టర్లు, కాంగ్రెస్ పార్టీ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు, కార్యకర్తలు భారీ ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

ప్రజా దర్బార్ లో వచ్చిన ప్రతి దరఖాస్తుకు ప్రాధాన్యత ఇస్తూ వెంటనే పరిష్కరించాలి

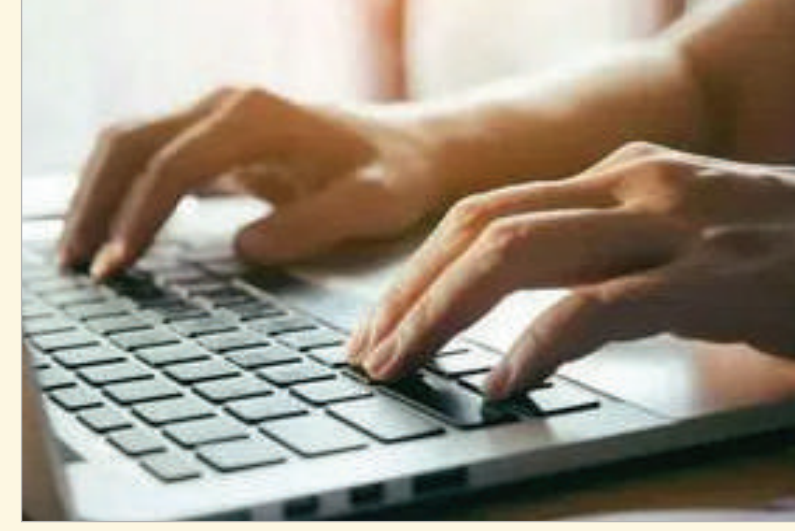
- 100 రోజుల పనులు, గ్రామీణ అంతర్గత అభివృద్ధి, సీసీ రోడ్లు, చెక్ డ్యాములు రోడ్ల పనుల్లో వేగం పెంచాలి.
- దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా మహిళల స్వయం ఆర్థిక అభివృద్ధి కోసం వడ్డీ లేని రుణాలను పంపిణీ చేయడం జరుగుతుంది
- అర్జులైన ప్రతి ఒక్కరికి పెన్షన్, ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, అభివృద్ధి సంక్షేమ ఫలాల అందించడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యం, రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణ అభివృద్ధి, గ్రామీణ మంచినీటి సరఫరా, స్త్రీ శిశు సంక్షేమ, శాఖ మంత్రి ధనసరి అనసూయ సీతక్క



మహిళాబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి, మే. 27, తరంగాలు: బుధవారం జిల్లా కలెక్టర్ స్నేహ శబరిష్, ఎస్పీ డాక్టర్ శబరిష్, డీఎఫ్ఓ విశాల్ బత్తుల, ఆర్.ఓ. క్రిష్ణవేణి, జడ్పీ సీఈవో పురుషోత్తం, జిల్లా స్టాంపు ఉన్నతాధికారులందరితో కలిసి మహిళాబాబాద్ జిల్లా ములుగు నియోజకవర్గ పరిధి కొత్తగూడ ఏజెన్సీ ఓటాయి, కొత్తగూడ మండల కేంద్రం లో రాష్ట్ర మంత్రి ధనసరి అనసూయ సీతక్క, ప్రజా దర్బార్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు, మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ ప్రజా సమస్యల పరిష్కారమే ప్రభుత్వ ముఖ్య ఉద్దేశమని ప్రజా దర్బార్ లో వచ్చిన సమస్యలను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని, అధికారులకు మంత్రి సూచించారు, ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న గ్రామపంచాయతీ సర్పంచులు, సూచించిన సమస్యల పరిష్కారం నిమిత్తం వెంటనే కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న అధికారులకు ఆదేశాలు తగ్గు సూచనలు జారీ చేశారు, ప్రజల నుండి దరఖాస్తులు స్వీకరించి సంబంధిత విభాగానికి పంపి అర్జులైన ప్రతి ఒక్కరిని గుర్తించి వారు చేసుకున్న సంక్షేమ ఫలాల పథకాల ద్వారా లబ్ధి చేకూరే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని మంత్రి తెలిపారు, దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా మహిళల ఆర్థిక అభివృద్ధి కోసం సుమారు 60 వేల 400 కోట్ల రూపాయల వడ్డీ లేని రుణాలను అందించడం జరుగుతుందని, ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణ లబ్ధిదారులు మహిళా సంఘాలలో సభ్యులుగా ఉంటే ఆర్థిక భరోసా కింద లక్ష రూపాయలు అందించడం జరుగుతుందన్నారు, గతంలో ఐదు లక్షల వరకు వడ్డీ లేని రుణాలు ఇవ్వడం జరిగిందని, ప్రస్తుతం వేంకట్ రెడ్డి ప్రభుత్వంలో 10 లక్షల రూపాయల వరకు వడ్డీ లేని రుణాలను అందిస్తున్నామని అన్నారు, గ్రామీణ ప్రాంతాలలో 100 రోజుల పనులలో అధికంగా కూలీలు పాల్గొని వేగంగా ఆ పనుల్లో నిమగ్నం కావాలని తద్వారా మీ యొక్క ప్రాంతాల అభివృద్ధి కృషి చేయడం జరుగుతుందని అన్నారు, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మహిళల ఆత్మ గౌరవం నిమిత్తం మహిళా సమైక్య భవనాలను నిర్మించడం జరుగుతుందని, అందులో భాగంగానే మండల పరిధిలో ఇప్పటికే 40 భవనాల నిర్మాణ శంకుస్థాపనలు చేయడం జరిగిందని, ఇందిరమ్మ వీరల పంపిణీ కార్యక్రమంలో భాగంగా పాలపిట్ట రంగులో వీరల పంపిణీ కార్యక్రమాన్ని చేయడం జరిగిందని ఇప్పుడు చిలకపచ్చ రంగులు అద్భుతంగా

పథకాలు, న్యాయం చేకూరేలా చూస్తాం" అని హామీ ఇచ్చారు. తమ సమస్యలను నేరుగా మంత్రికి చెప్పకనే అవకాశం కల్పించడంపై, అలాగే మంత్రి సీతక్క చూపిన చొరవ, ఆప్యాయతపై ప్రజా దర్బార్ కు వచ్చిన ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. కలెక్టర్ అండ్ మెజిస్ట్రేట్ స్నేహ శబరిష్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర మంత్రి గారు ప్రత్యేక చొరవతో నిర్వహించిన ప్రజా దర్బార్ కార్యక్రమాన్ని ప్రజలకు మరింత సేవ చేయాలనే మంచి ఉద్దేశంతో నిర్వహించడం జరిగిందని ఈ ప్రజా దర్బార్ ద్వారా వచ్చిన ప్రతి ఒక్క దరఖాస్తును పరిశీలించి అర్జులైన ప్రతి ఒక్కరికి పథకాలను అందించి వారికి న్యాయం చేయడం కోసం జిల్లా యంత్రాంగం పూర్తిస్థాయిలో సిద్ధంగా ఉందని తెలిపారు, ప్రతి అంశాన్ని అతి ప్రాధాన్యతగా తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు, ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణ ప్రక్రియలో ప్రైవేటు సంస్థతో ఒప్పందం చేసుకొని లబ్ధిదారులకు ఇండ్లు నిర్మించి ఇచ్చుట కోసం ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని కలెక్టర్ అన్నారు, గ్రామీణ ప్రాంతాలలో చెక్ డ్యాములు రోడ్ల కరెంటు లైట్లు, తదితర అంతర్గత అభివృద్ధి పనుల పై ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకొని ముందుకు సాగుతామని మంత్రి తెలిపారు, కొత్తగూడ మండల పరిధిలో ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో పదవ తరగతి పరీక్షల్లో అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబరిచి నా పిల్లలను మంత్రి సన్మానించారు, బుధవారం నిర్వహించిన ప్రజా దర్బార్ లో ఓటాయి గ్రామంలో (167), కొత్తగూడ రైతు వేదికలో (142) మొత్తం (309) దరఖాస్తులు వచ్చాయని, అట్టి దరఖాస్తుల పరిష్కారానికి జిల్లా కేంద్రంలో ప్రత్యేక విభాగాన్ని ఏర్పాటు చేసి అన్ని సంబంధిత విభాగానికి పంపి పరిష్కారం తీసుకోవాల్సిందిగా సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించడం జరిగిందని జిల్లా కలెక్టర్ స్నేహ శబరిష్ తెలిపారు, ఈ కార్యక్రమంలో ములుగు మార్కెట్ కమిటీ చైర్ పర్సన్ రేగ్ కళ్యాణి, డి ఆర్ డి ఓ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ మధుసూదన రాజు, డిసిఓ వెంకటేశ్వర్లు, అన్ని విభాగాల జిల్లా అధికారులు, తహసీల్దార్ రాజు, ఎంపీడిఎ్ ముసవర్ బేగ్, అన్ని గ్రామాల సర్పంచులు, ప్రజా ప్రతినిధులు, ప్రజలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

రోజూ గంటల తరబడి కంప్యూటర్ కీబోర్డుపై టైప్ చేస్తున్నారా అయితే ఈ విషయాలను తెలుసుకోవాలి



డిజిటల్ యుగంలో కంప్యూటర్లు, ల్యాప్ టాప్లు, మొబైల్ ఫోన్లు లేకుండా రోజూవారీ జీవితం ఊహించలేని స్థితికి చేరుకుంది. ఉద్యోగులు, విద్యార్థులు, గేమర్లు, కంటెంట్ క్రియేటర్లు ఇలా చాలా మంది రోజూలో గంటల తరబడి టైపింగ్, స్క్రోలింగ్, క్లికింగ్ చేస్తూ గడుపుతున్నారు. బయటికి చూస్తే డెస్క్ పని శారీరకంగా కష్టమైన పని కాకపోయినా, చేతులు, మణికట్టుపై వడే నిరంతర ఒత్తిడి కాలక్రమేణా తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలు దారితీస్తోందిని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా యువతలో ఈ సమస్యలు వేగంగా పెరుగుతున్నాయని చెబుతున్నారు. నిరంతరం టైపింగ్ చేయడం, మౌస్ ఉపయోగించడం వల్ల రోజూకు వేల సంఖ్యలో చిన్నచిన్న కదలికలు చేతులు, మణికట్టు, వేళ్లపై ప్రభావం చూపుతాయి. పరోక్షంగా ప్రకారం కంప్యూటర్లను ఎక్కువసేపు ఉపయోగించే వారు గంటకు 18 వేలకుపైగా కీ ప్రెస్చేసేవారు. ఈ పునరావృత కదలికలు కండరాలు, టెండ్రస్లు, నరాలపై అధిక ఒత్తిడిని కలిగిస్తాయి. ముఖ్యంగా మణికట్టును వంచి పనిచేయడం లేదా సరైన సపోర్ట్ లేకుండా టైపింగ్ చేయడం వల్ల సమస్యలు మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది.

ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయి..

డెస్క్ పనిని సంబంధించిన సాధారణ సమస్యల్లో కార్పల్ టన్నెల్ సిండ్రోమ్, టెండ్రైటిస్, ట్రిగ్గర్ ఫింగర్, టెన్సిన్ ఎల్ఫ్, మణికట్టు నొప్పిలు, బొటనవేలి ఒత్తిడి గాయాలు, నరాల ఒత్తిడి సమస్యలు ఉన్నాయి. ఇవి మొదట చిన్న అసౌకర్యాలా ప్రారంభమైనా, నిర్లక్ష్యం చేస్తే దీర్ఘకాలిక నొప్పిలకు దారితీస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ సమస్యలకు కొన్ని ప్రారంభ సంకేతాలు కూడా ఉంటాయి. వేళ్లలో చిమ్మటలు లేదా మొద్దుబారిన భావన, మణికట్టు నొప్పి, బొటనవేలి అసౌకర్యం, వస్తువులను గట్టిగా పట్టుకోలేకపోవడం, ముందరించేయలో మంట, వేళ్లు క్లిక్ అవడం లేదా లాక్ అవడం, టైపింగ్ సమయంలో నొప్పి, రాత్రిళ్లు చేతులు మొద్దుబారడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే జాగ్రత్త అవసరమని సూచిస్తున్నారు. సమస్యను తొందరగా గుర్తిస్తే శాశ్వత నష్టం తప్పించుకోవచ్చు. కానీ లక్షణాలు ఉన్నప్పటికీ అదే విధంగా పని కొనసాగిస్తే పరిస్థితి మరింత తీవ్రమయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా కార్పల్ టన్నెల్ సిండ్రోమ్ వంటి నరాల ఒత్తిడి సమస్యలను నిర్లక్ష్యం చేస్తే చేతి బలహీనత, కండరాల క్షీణత, పట్టుదల తగ్గడం, వేళ్ల సమస్యలకు కోల్పోవడం వంటి దీర్ఘకాలిక సమస్యలకు దారితీస్తాయని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ఎర్గోనామిక్ డివైసెలను వాడాలి..

ఇప్పటి వరకు ఈ సమస్యలు ఎక్కువగా వయసు వైబడిన ఉద్యోగుల్లో కనిపించేవి. కానీ ఇప్పుడు యువతలో కూడా వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. గంటల తరబడి ల్యాప్ టాప్ వినియోగం, మొబైల్ స్క్రోలింగ్, వీడియో గేమ్స్, సరైన ఫర్చిచర్ లేకుండా వర్క్ ఫ్రం హోమ్, శారీరక చలనం తగ్గడం వంటివి దీనికి ప్రధాన కారణాలుగా చెబుతున్నారు. ఈ సమస్యలను నివారించడంలో సరైన ఎర్గోనామిక్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుందిని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. టైపింగ్ సమయంలో మణికట్టును నేరుగా ఉంచడం, కీబోర్డ్, మౌస్ను మోచేతి స్థాయిలో ఉంచడం, చేతులకు సపోర్ట్ ఇచ్చే కుర్చీలను ఉపయోగించడం, స్ట్రీచును కళ్ల స్థాయిలో ఉంచడం, నిటారుగా కూర్చోవడం వంటి అలవాట్లు ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అవసరమైతే ఎర్గోనామిక్ కీబోర్డులు, ప్రత్యేక మౌస్ పరికరాలు ఉపయోగించడం కూడా ఉపయోగకరమని చెబుతున్నారు. పని మధ్యలో విరామాలు తీసుకోవడం కూడా చాలా ముఖ్యం. గంటల తరబడి నిరంతరం టైపింగ్ వల్ల కండరాలు, టెండ్రస్లు విశ్రాంతి పొందలేవు. ప్రతి 45 నుంచి 60 నిమిషాలకు చిన్న విరామం తీసుకోవడం, వేళ్లు, మణికట్టుకు స్ట్రెచింగ్ చేయడం, మెడ, భుజాలను కదలించడం, టైపింగ్ సమయంలో అధిక ఒత్తిడి పెట్టకుండా ఉండడం వల్ల సమస్యలను తగ్గించవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ఈ లక్షణాలు ఉంటే జాగ్రత్త.

చేతుల బలహీనత, నిరంతర నొప్పి, నిద్రలో కూడా చేతులు మొద్దుబారడం, విశ్రాంతి తీసుకున్నా సమస్య తగ్గకపోవడం వంటి లక్షణాలు ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు. అవసరమైతే నర్స్ స్టడీస్, స్పాన్లు చేసి సమస్య తీవ్రతను గుర్తిస్తారు. చికిత్సలో ఫిజియోథెరపీ, మణికట్టు సపోర్ట్, మందులు, జీవనశైలి మార్పులు, తీవ్రమైన పరిస్థితుల్లో శస్త్రచికిత్స కూడా అవసరమయ్యే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. డెస్క్ పని బయటికి తేలికగా కనిపించినా, దీర్ఘకాలంలో చేతులు, ఒణికట్టు ఆరోగ్యంపై తీవ్రమైన ప్రభావం చూపిస్తుంది. అయితే సరైన భంగిమ, క్రమం తప్పని విరామాలు, వ్యాయామం, సమయానికి వైద్య సలహా తీసుకోవడం ద్వారా ఈ సమస్యలను చాలా వరకు నివారించవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

చెమట విపరీతమైన దుర్వాసన వస్తుండా అయితే అందుకు కారణాలు ఇవే

చెమట శరీరానికి సహజసిద్ధమైన శీతలీకరణ వ్యవస్థల్లో ఒకటి. ఇది శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడంలో, చర్మ సమతుల్యతను కాపాడడంలో నిశ్చలంగా పనిచేస్తూ ఉంటుంది. సాధారణంగా వ్యాయామం చేసినప్పుడు, ఎండ ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు లేదా ఒత్తిడి పరిస్థితుల్లోనే చాలామంది చెమటను గమనిస్తారు. అయితే కొన్నిసార్లు చెమట కేవలం వేడిని తగ్గించే ప్రక్రియ మాత్రమే కాకుండా, శరీరంలో జరుగుతున్న కొన్ని ఆరోగ్య మార్పులకు సంకేతంగా కూడా మారుతుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. చెమటకు స్వతహాగా ఎలాంటి వాసన ఉండదని, అది చర్మంపై ఉండే బ్యాక్టీరియాతో కలిసి ఉన్నప్పుడు మాత్రమే దుర్వాసన వస్తుందని వైద్యులు వివరిస్తున్నారు. అయితే కొన్ని సందర్భాల్లో శరీర వాసనలో అకస్మాత్తుగా మార్పులు కనిపిస్తే అవి అంతర్గత ఆరోగ్య సమస్యలకు సూచన కావచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా తీపి వాసన, అమోనియా లాంటి ఘాటైన వాసన లేదా బాజు వాసనలాంటివి మెటాబాలిజం మార్పులు, డి హైడ్రేషన్ లేదా ఇతర వ్యాధులతో సంబంధం ఉంటాయని చెబుతున్నారు.

మానుకోట జిల్లా ఆసుపత్రిని మెడికల్ హబ్ గా తీర్చిదిద్దుతాం వార్డుల్లో పర్యటించి రోగుల సమస్యలు తెలుసుకున్న ఎమ్మెల్యే



• విద్యా, వైద్య లభ్యత రేవంత్ సర్కార్ లక్ష్యం నిర్ణయించి వ్యవహారాలను వైద్య సిబ్బందికి వార్డుల్లో ఎమ్మెల్యే మురళి నాయక్

మహబూబాబాద్ జిల్లా, ప్రతినిధి, మే. 27, తరంగాలు: జిల్లా ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి ఇది ప్రజల ఆస్తి అని ఇందులో పని చేసే ప్రతి వైద్యుడు ప్రజలకు జవాబుదారితనంగా ఉండాలని ఎమ్మెల్యే మురళి నాయక్ వైద్య సిబ్బందికి హెచ్చరించారు. బుధవారం జిల్లా కేంద్రంలోని జిల్లా ఆస్పత్రిని ఎమ్మెల్యే మురళి నాయక్ ఆకస్మిక తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా పలు వార్డులలో పర్యటించి రోగులకు అందుతున్న సామగ్రి సేవలపై అరాతీకారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు రోగులు వైద్యులు సమయానికి రావడం లేదని వట్టింతుకోవడంలేదని ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. దీనికి ఆయన స్పందిస్తూ వైద్యులతో రివ్యూ మీటింగ్ ఏర్పాటు చేశారు. జిల్లా ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి వచ్చే పేద మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు ఇబ్బంది కలిగితే చర్యలు

సేవ చేయడంలో నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారని మందలించారు. గత పదేళ్లలో విద్య, వైద్యం పూర్తిగా కుంటుపడిందని దీంతో ఎంతోమంది పేద బడుగు బలహీన వర్గాలు విద్యకు దూరమయ్యారని వైద్యం అందక ప్రభుత్వ దవఖానలో సరైన మెరుగైన సౌకర్యాలు లేక నానాభింది పడ్డారని ఎమ్మెల్యే ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. మానుకోట జిల్లాలో 300 పడకల ఆసుపత్రి, డైలసి సెంటర్, మెడికల్ హబ్ గా తీర్చిదిద్దేందుకు ఇలా ఎన్నో రకాల వైద్యసౌకర్యాల కోసం కోట్లాది రూపాయలు ప్రభుత్వం కేటాయించిందని గుర్తు చేశారు. స్టాఫ్ నర్సులు, ఇతర వైద్య సిబ్బంది రోగుల పట్ల అటెండెన్స్ పట్ల దురుసుగా వ్యవహరిస్తున్నారని పలువురు ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తీసుకురాగా దీనిపై ఎమ్మెల్యే సర్పింగ్ స్టాఫ్ ను నిలదీశారు. పేద ప్రజల రోగులపై అలసత్వం వహించిన నిర్లక్ష్యం వహించిన ఉద్యోగాలు పోతాయని ఆయన అన్నారు. స్వయంగా ఎమ్మెల్యే మెడలో స్టెతోస్కోప్ వేసుకొని పలువురికి వైద్య సేవ నిర్వహించారు.

తప్పవన్నారు. లక్షల రూపాయలు జీతాలను ప్రజలు చెల్లిస్తున్న పన్ను ద్వారా తీసుకుంటు ఎందుకు ప్రజలకు



తప్పవన్నారు. లక్షల రూపాయలు జీతాలను ప్రజలు చెల్లిస్తున్న పన్ను ద్వారా తీసుకుంటు ఎందుకు ప్రజలకు

వేసవిలో ఫైబర్ అధికంగా తీసుకుంటున్నారా.. అయితే ఈ సమస్యలు వస్తాయి జాగ్రత్త



వేసవిలో ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఎక్కువగా సలాడ్లు తినాలని చాలామంది భావిస్తారు. ముఖ్యంగా బరువు తగ్గడం, శరీరానికి ఫైబర్ అందించడం కోసం ముడి కూరగాయలతో చేసిన సలాడ్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటున్నారు. అయితే తీవ్ర ఎండల్లో అధికంగా ముడి సలాడ్లు తినడం వల్ల కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, జీర్ణ సమస్యలు పెరిగే అవకాశం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా శరీరం వేడికి గురయ్యే వేసవి కాలంలో జీర్ణక్రియ సున్నితంగా మారుతుందని చెబుతున్నారు. ఫైబర్ శరీరానికి అవసరమైన పోషకాల్లో ఒకటి. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో, మలబద్దకాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కానీ అధికంగా తీసుకుంటే అదే ఫైబర్ కడుపులో ఇబ్బందులకు కారణమవుతుందని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఒక్కసారిగా ఎక్కువ మోతాదులో ముడి సలాడ్లను తినడం వల్ల గ్యాస్, ఉబ్బరం, కడుపు మంట, క్రాంప్స్ వంటి సమస్యలు వస్తాయని అంటున్నారు.

గ్యాస్ ఇలా ఏర్పడుతుంది

వేసవిలో శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గిపోవడం వల్ల జీర్ణక్రియ నెమ్మదిస్తుంది. అలాంటి సమయంలో ముడి కూరగాయల్లో ఉండే అధిక ఫైబర్ను జీర్ణం చేయడం పొట్టకు కష్టమవుతుంది. దీంతో ఆ ఫైబర్ జీర్ణాశయం (గట్)లో ఫర్మెంటేషన్ కు గురై గ్యాస్ ఏర్పడే అవకాశం పెరుగుతుంది. ఫలితంగా కడుపు బిగుసుకుపోయినట్లు అనిపించడం, ఉబ్బరం, అసౌకర్యం వంటి సమస్యలు ఎక్కువవుతాయి. నిపుణుల ప్రకారం ముడి సలాడ్లు అధికంగా తినడం వల్ల కడుపులో ఫైబర్ పరిమాణం ఒక్కసారిగా పెరుగుతుంది. దీంతో గ్యాస్ ఫార్మేషన్, అబ్జీమినల్ బ్లోటింగ్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ముఖ్యంగా ఇన్టెలబల్ బెవల్ సిండ్రోమ్ (బబీఎస్) ఉన్నవారిలో ఈ ఇబ్బందులు మరింత ఎక్కువయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. శరీరంలో ఫైబర్ అధికమైందని సూచించే కొన్ని లక్షణాలు కూడా ఉంటాయి. తరచూ కడుపు ఉబ్బరంగా ఉండటం, ఎక్కువ గ్యాస్ సమస్య, కడుపు నొప్పి లేదా క్రాంప్స్, ఎప్పుడూ కడుపు నిండిన భావం ఉండటం వంటి సంతకాలు కనిపిస్తే ఫైబర్ మోతాదును పరిశీలించాల్సిన అవసరం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

వీరు జాగ్రత్తగా ఉండాలి

ముఖ్యంగా వేసవిలో కొంతమంది ఆహారం తీసుకునే విషయంలో ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. బబీఎస్, జీర్ణక్రియ బలహీనంగా ఉన్నవారు, పిల్లలు, వృద్ధులు, అలాగే ఒక్కసారిగా హై-ఫైబర్ డైట్ ప్రారంభించినవారు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. వీరిలో శరీరం ఫైబర్ను సరిగ్గా జీర్ణం చేయలేక సమస్యలు పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. వేసవిలో ఫైబర్ను సరైన విధంగా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ముడి కూరగాయలకంటే స్వల్పంగా ఉడికించిన కూరగాయలను తినడం జీర్ణక్రియకు సులభంగా ఉంటుంది. ఫైబర్ను ఒక్కసారిగా కాకుండా క్రమంగా పెంచడం మంచిది. తగినంత నీరు తాగడం కూడా చాలా అవసరం. ఎందుకంటే నీరు లేకపోతే ఫైబర్ కడుపులో మరింత అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తుంది.

మిత్రమ ఆహారం తీసుకోవాలి

ప్రోటీన్, ప్రోబయోటిక్స్ ఉన్న ఆహారంతో ఫైబర్ను సమతుల్యం చేస్తే జీర్ణవ్యవస్థకు మేలు జరుగుతుంది. సలాడ్లు తిన్న తర్వాత తీవ్రమైన ఉబ్బరం, భోజనం తర్వాత నొప్పి, రోజంతా కొనసాగే జీర్ణ సమస్యలు ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మందులు వేసుకున్నా సమస్య తగ్గకపోతే నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. ఫైబర్ శరీరానికి ఎంతో అవసరం అయినప్పటికీ, మోతాదు, తీసుకునే విధానం చాలా ముఖ్యం. ముఖ్యంగా వేసవిలో శరీర పరిస్థితిని బట్టి ఆహారపు అలవాట్లు మార్చుకోవడం అవసరం. పొట్ట ఇచ్చే సంతకాలను గమనిస్తూ, తగిన మోతాదులో ఫైబర్ తీసుకోవడం ద్వారా జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు.

రోజూ మామిడి పండును తింటే శరీరంలో ఎలాంటి మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి

వేసవి వచ్చిందంటే చాలు చాలామందికి ముందుగా గుర్తుకొచ్చే పండు మామిడిపండు. తీపి రుచి, సువాసనతోపాటు దీన్ని పోషకాల పరంగా కూడా ఎంతో విలువైనదిగా భావిస్తారు. అయితే ప్రతిరోజూ మామిడి తింటే శరీరంలో ఏం మార్పులు జరుగుతాయి? సరైన మోతాదులో తీసుకుంటే ఇది ఆరోగ్యానికి ఎలా ఉపయోగపడుతుంది? అనే విషయాల గురించి పోషకాహార నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. ఒక కప్పు మామిడి ముక్కల్లో సుమారు 99 క్యాలరీలు, 25 గ్రాముల కార్బోహైడ్రేట్లు, 2.6 గ్రాముల ఫైబర్తో పాటు విటమిన్ సి, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ ఇ, ఫోలేట్, పొటాషియం, కాపర్ వంటి పోషకాలు లభిస్తాయి. అందుకే మామిడి కేవలం తీపి పండు మాత్రమే కాకుండా శరీరానికి ఉపయోగపడే పోషకాల నిల్వగా కూడా చెప్పవచ్చు. అయితే ఇందులో సహజ చక్కెరలు ఎక్కువగా ఉండటంతో మోతాదు నియంత్రణ చాలా ముఖ్యం.

తక్షణ శక్తి, ఫైబర్ ప్రభావం

ప్రతిరోజూ మామిడి తినడం ప్రారంభించిన మొదటి వారంలోనే శరీరానికి తక్షణ శక్తి అందుతుంది. సహజ కార్బోహైడ్రేట్లు త్వరగా ఎనర్జీ ఇస్తాయి. ఫైబర్ జీర్ణక్రియను కొంత నెమ్మదిగా చేసి ఎక్కువసేపు తృప్తి కలిగిస్తుంది. విటమిన్ సి రోగనిరోధక శక్తికి మద్దతు ఇవ్వడమే కాకుండా మొక్కల ఆధారిత ఆహారాల్లోని ఐరన్ ను శరీరం బాగా గ్రహించేందుకు సహాయపడుతుంది. ప్యాకెట్ స్నాక్స్ లేదా చక్కెర పానీయాల స్థానంలో మామిడి తీసుకుంటే తేలికైన ఆహారపు అలవాట్లు ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. రెండో వారానికి వచ్చేసరికి మామిడిలోని ఫైబర్ ప్రభావం మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఇది మలబద్దకాన్ని తగ్గించి జీర్ణక్రియను సక్రమంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండటంతో శరీరానికి తేమను కూడా అందిస్తుంది. అయితే మితిమీరిన మోతాదులో తింటే కొంతమందిలో చక్కెర ప్రభావం ఎక్కువగా కనిపించే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా డయాబెటిస్ లేదా ప్రీడయాబెటిస్ ఉన్నవారు పరిమిత మోతాదులో మాత్రమే తీసుకోవాలి. మూడో వారానికి మామిడిలోని పోషకాల అసలు ప్రయోజనం కనిపించడం ప్రారంభమవుతుంది.

కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతానికి కృషి చేయాలి

• ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య, నూతి సత్యనారాయణ గౌడ్, పువ్వాళ్ళ దుర్గాప్రసాద్

తరంగాలు ఖమ్మం జిల్లా బ్యూరో : కాంగ్రెస్ పార్టీని నిర్మాణాత్మకంగా, క్రింది స్థాయి నుంచి ప్రతిష్టపరిచి, కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రవేశపెట్టిన పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లి, పార్టీ బలోపేతం కోసం కృషి చేయాలని, నూతనంగా నియమించబడిన మండల అధ్యక్షులు ప్రమాణస్వీకారం కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్న ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య, ఖమ్మం జిల్లా అధ్యక్షులు నూతి సత్యనారాయణ గౌడ్, సుదా చైర్మన్ పువ్వాళ్ళ దుర్గాప్రసాద్ పిలుపునిచ్చారు. బుధవారం నాడు ముచ్చర్ల స్థానిక వెంకటలక్ష్మి ఫంక్షన్ హాల్లో కామేపల్లి మండలం నూతన కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు గుజ్జర్లపూడి రాంబాబు, జిల్లా కార్యదర్శి షేక్ ఫతే మహమ్మద్, జిల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ మెంబర్ అరెం రవి, జిల్లా కిసాన్ సెల్ సభ్యులు సుంకిరెడ్డి దామోదర్ రెడ్డి ల ప్రమాణ స్వీకారోత్సవం మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు డిసిసిబి డైరెక్టర్ మేకల మల్లిబాబు యాదవ్, జిల్లా కాంగ్రెస్ నాయకులు ఏపూరి మహేందర్, టిపిసిసి నెంబర్ పుచ్చకాయల వీరభద్రం, పిఎసిఎస్ అధ్యక్షులు ధనియాకుల హనుమంతరావు, జిల్లా మహిళాధ్యక్షురాలు సౌజన్య, ఇల్లందు మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బానోత్. రాంబాబు, తోటకూరి శివయ్య, గబ్రు నాయక్ తదితరుల ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమం సమావేశంలో ఘనంగా జరిగింది. ఈ ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమం లో ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్న వక్రలు మాట్లాడుతూ తెలంగాణ ఇచ్చింది, కొట్లాడి



తెచ్చింది కాంగ్రెస్ పార్టీ యే నని, కానీ గత టీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం మారు మాటలతో, మోసపు వాగ్దానాలతో అధికారంలోకి వచ్చి పది సంవత్సరాల పాటు పరిపాలించి తెలంగాణ అభివృద్ధిని, విచ్చిన్నం చేశాయని, తెలంగాణ దోపిడికి గురైనది విమర్శించారు. ప్రాంతీయ పార్టీలు మతతత్వ పార్టీల బూటకపు వాగ్దానాలని సమృద్ధిని హితవు పలికారు. రాజకీయాలు వర్గాలకతీతంగా అర్జులైన ప్రతి ఒక్కరికి రేవంత్ రెడ్డి హయాంలో ఆరు పథకాలు అమలవుతున్నాయని, ఇంకా దేశంలోనే అభివృద్ధిలో తెలంగాణ దూసుకుపోతుందని పేర్కొన్నారు. పార్టీ మహాసముద్రం లాంటిదని, ఏ

పార్టీకి లేని విధంగా 140 సంవత్సరాల చరిత్ర కలిగిన పార్టీ కాంగ్రెస్ పార్టీ అని, ఇలాంటి అఖండ సముద్రమయమైన ఈ పార్టీలో వర్గాలు ఉండటం సహజమని, అయినా సరే ఎన్నికల సమయంలో అందరం ఒక్కటిగా నిలిచిపోతున్నామని, ఈ సాంప్రదాయం కాంగ్రెస్ పార్టీలో మాత్రమే ఉందని, కార్యకర్తలు బూతుల వారీగా, గ్రామాల వారీగా మండల స్థాయిలో కమిటీలు వేసుకొని పార్టీ సంస్థాగత నిర్మాణానికి కృషి చేయాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నూతనంగా నియమించబడిన పార్టీ కమిటీ సభ్యులను శాలువాలతో పుష్పగుచ్ఛములతో సన్మానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ మాకు అప్పగించిన ఈ బాధ్యతను భారంగా కాకుండా వర్గాలకతీతంగా, ప్రతి ఒక్క కార్యకర్తను సమన్వయం చేసుకొని, పార్టీ అభివృద్ధిని పిలుపుమేరకు నడుచుకుంటామని వాగ్దానం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపీపీ జర్నల లక్ష్మణ్ నాయక్, మాజీ ఎంపీపీ, జడ్పీటీసీ మా లోతు సరిరాం నాయక్, మాజీ జెడ్పీటీసీ బానోత్ వెంకట్ ప్రవీణ్ నాయక్, ఓ. బి. సి మండల అధ్యక్షులు చల్ల మల్లయ్య, కోమటి రవి ప్రస్తుత సర్పంచులు మాజీ ఎంపీటీసీలు, వార్డు మెంబర్లు సొసైటీ డైరెక్టర్లు, కాంగ్రెస్ పార్టీ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు, కార్యకర్తలు భారీ ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

