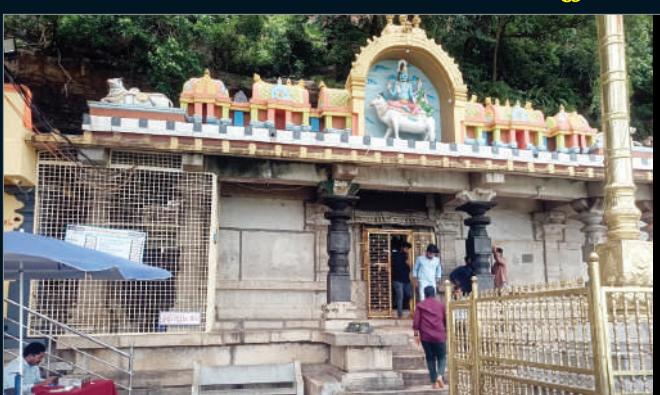


అయ్య తిడి సార్..
ఆ అలయంలో అంతా ఏదు అవ్యామేనా?



శ్రీ జ్యోతి కృష్ణ



శ్రీ కృష్ణ సుర్వా

అను సిత్యం...ప్రజా పక్షం...

తెలుగు డిజిటల్ రిపబ్లిక్

తెలంగాణ జిల్లాలు

శుక్రవారం 02, ఆగస్టు 2024

పేజీలు: 04

అవమాసంచారంటుంగా జీఅర్ఎన్ మహిళా ఎమ్మెల్యేల దుర్భుచారం

ధ్వజమొత్తిన కాంగ్రెస్ మహిళా ఎమ్మెల్యేలు

- అప్పుడే మరిచావా చేవెళ్ల చెల్లమ్మా..
- కాంగ్రెస్ పార్టీ నీకేం తక్కువ చేసింది?
- పాలకుర్తి ఎమ్మెల్యే యశస్విని రెడ్డి

ప్రైధరాబాద్,
(సెటి ఫోక్స్ స్టోర్స్ బ్యార్స్) -జాలై 31:

శాసన సభలో నీఎం రేవంత్ రెడ్డి బీఅర్ఎన్ పార్టీ మహిళా ఎమ్మెల్యేలై చేసిన విమర్శలై బీఅర్ఎన్ రాజకీయ రాధాంతం చేసి లభి పొందాలని మాస్టం దని కాంగ్రెస్ మహిళా ఎమ్మెల్యేలు హను మండ్ల యశస్వినిరెడ్డి, పట్టిక, రాగమయిలు విమర్శించారు. సభా వాయిదా అనంతరం వారు మాటల్చడుతూ సభలో మా పార్టీ మంచి కూడా ఇద్దరు మహిళా మంత్రులు మేం ఎమ్మెల్యేలగా ఉన్నామని, సభలో

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి చేసి బీఅర్ఎన్ పార్టీ మహిళా ఎమ్మెల్యేలు సభితా ఇంద్రారెడ్డిని, సునితా లక్ష్మిరెడ్డిని అవమానిస్తు ఎలాంటి అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేయలేదన్నారు. కాని సభను ప్రజలను తప్పదోవ పట్టించేందుకు, రాజకీయ రాధాంతం చేసిందుకే సభితా, సునిత, బీఅర్ఎన్ ఎమ్మెల్యేలు సీఎం దుడ్చువారం చేస్తున్నారన్నారు. బీఅర్ఎన్ మహిళా మాజీ మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు మా వంటి కొత్త మహిళా ఎమ్మెల్యేలకు అదర్చంగా ఉండాలన్నారు. నిజానికి సభిత, మిగతా 2లో..



మయ్యిపల్ చైర్‌మాన్ ప్రారంభించి

టెండ్రల నిర్వాణలో ఎమ్మెల్యే పేరు చెప్పి నిబంధనలకు తూట్లు..



- నివ్వేరపోతున్న అధికార పార్టీ కాన్సిలర్లు, అధికారులు..
- అనుచరులకే అన్ని కట్టబెట్టే యత్తులు..

వనపర్తి ప్రతినిధి, (సెటి ఫోక్స్ స్టోర్స్ యాదవ జగత్ పట్ల) -జాలై 31:

వనపర్తి మునిపల్ చైర్‌న్ పుట్టపాకల మహేష్ప్రాపై అసంతృప్తి సెగలు ఎగిసిప చుతున్నాయి. చైర్‌న్ గా భాధ్యతలు చెప్పిన 4నెలల్లోనే తీర్ట వ్యతిరేకత ప్రక్కమపుతుండ దంతో అధికార పార్టీకి చెందిన కౌన్సిలర్లు, నాయకులు కలిసి పని చేసిందుకు అయిష్టత చూపుతున్నారు. ఎమ్మెల్యే మేఘారెడ్డి అనుక్షణం పాలన పారదర్శకంగా వ్యవహరించాలని చెబుతున్న పట్టనట్లుగా మిగతా 2లో..



అవమానించారంటూ బీఆర్ఎస్ మహిళా ఎమ్మేల్చే దుష్టుచారం (మొదటిపేజీ తరువాయి..)

సునితలను కాంగ్రెస్ పోర్ట్, మంత్రులుగా చేసిందని, చేపోళ్ళ చెల్లిమ్మ అంటూ పైఎస్ రాజుశేర్ల రెడ్డి ఎంతో గౌరవించారన్నారు. మొన్న మా మహిళా మంత్రి నీతికుమ బీఆర్ఎస్ ఎమ్మేల్చే అవమానించేలా మాట్లాడితే మేం దాన్ని సభా వాగ్వాదంలో భాగంగానే మాశామే తప్ప రాజకీయం చేయలేదన్నారు. గత పది సంవత్సరాలు అధికారం సాగించిన కాలంలో బీఆర్ఎస్ నేతులు మహిళల పట్ల అనుసరించిన వైభారి అందరికి తెలిసిందేనన్నారు.



తల్లిపాలే బిడ్డకు అమృతం

- ఎంపిడిట వేణుమాధవ్
పెద్దవంగర, భోక్కెన్ న్యూన్ ప్రతినిధి
సైదులు-ఆగస్టు 01:

తల్లిపాలే బిడ్డకు అమృతం వంచిదాని ఎంపిడిట వేణు మాధవ్, ఏసిడిఫిట ఇందిరమ్మ అన్నారు. గురువారం మండల కేంద్రంలోని నాల్కవ అంగన్‌స్కే కేంద్రంలో తల్లిపాల వారోత్సవాల కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మాట్లాడారు. సేంద్రియ పద్ధతుల ద్వారా కూరగాయిలను ఆకులాలను పెరటి తోటలను పెంచి మంచి అపోరాన్ని తీసుకోవాలని. తల్లిపాలే బిడ్డకు అమృతం వంచిదిని తెలియజేశారు. ముర్రుపాల ఆప్యుక్తత గురించి వాటి వలన కలిగే ప్రయోజనాల గురించి తల్లులకు వివరించారు. ఆరు నెలల వరకు కేవలం తల్లిపాల మాత్రమే కొన సాగించాలని, అరు నెలలు నిండిన తర్వాతే అనుబంధ ఆపోరము శిథపుకు అందించాలని తల్లులకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పొచ్చం సత్యాగారా యఱ, ఉపాధ్యాయులు రంజిట్, రవికుమార్, ఏసిడిఫిట సూ పర్స్సు జర్ కవిత, శోభ, పోషణ అభియాన్ బ్లాక్ కోఆర్ట్రెంటర్ అశోక్, అంగన్‌స్కే టీచర్ మంజుల, రేణుక గ్రిఫోల్ బాలింతలు తల్లుల అంగన్‌స్కే అయి ఐమ్మ పాల్గొన్నారు.



గంజాయి సాగు, రవాణా చేసినా కలిన చర్యలు: ఎన్సి వెంకటరెడ్డి, సీపి కంగ్రెస్

భోక్కెన్ న్యూన్ ప్రతినిధి, సిరాపూర్-అగస్టు-01: సిరాపూర్ మండలంలో వాసర్ చెందనాయక్ తండ్రా బిద్యుత్ నాయక్ తండ్రా, సూర్య నాయక్ తండ్రాలో పత్రి చేసు, సోయా చెసులను ఆక్సెస్క్రంగా తనికి చేయడం జరిగింది. ఎవరైనా గంజాయి సాగు చేసే కేసు నమోదు చేసి జైల్కు వంపించడం జరుగుతోంది ప్రభుత్వం నుండి వచ్చి అనీ పథకాలు కూడా కట్ చేయబడును రైతు బంధు, కరంట్, బీమా అన్ని నిలిపివేయబడును. ఆదే విధంగా రవాణా చేసిన జైల్కు వెలిత్తరు. కొత్త చండి ప్రకారం ఆస్తులను కూడా గవర్నమెంట్ అట్లా చేస్తుంది. ఎవరన్నా సాగు చేసిన పోలీస్ వారికి తెలియజేయాలి వారి వివరాలు కూడా గోప్యంగా ఉంచబడును.

మునిసిపల్ చైర్మన్పై అసంతృప్తి

(మొదటిపేజీ తరువాయి..)

యస్టోరీతిగా వ్యవహారిస్తుండడంతో గత కొన్ని రోజులుగా మునిసిపాలిటీలో అయిమయం నెలకొంది. గత జూలై 10వ, తేదీ సాయంత్రం ఐదు గంటల వరకు చికన్ వ్యాపార లెండర్డకు మునిసిపాలిటీ ఆప్సోనించింది. అదే సమయంలో అభిరి రోజు ఉదయాన్నే కొన్నిల్లర్ తన అనుచరులు పెండర్ లో పాల్గొంటారని పెండర్ ఫామ్ ఇవ్వాలని చైర్మన్ పుట్టపాకల మహావ్ ను అడగడంతో పెండర్ ఫామ్ ఇచ్చేందుకు అయిన విముఖత చూపడంతో పాటుగా ఎమ్మేల్చే మోగా రెడ్డి పెండర్ ఫామ్ లు ఇప్పుడ్ని చెప్పాడని అనత్ ప్రచారానికి ఒడిగట్టి అదే ప్రచారాన్ని అధికారులతో సైతం బిలంగా చెప్పించారు. ఈ క్రమంలో కొందరు కొన్నిల్లర్ ఎమ్మేల్చే పెండర్ ఫామ్ ఇవ్వుని చెప్పాడ? అని కమిషనర్ హర్షచంద్ర్ ను గ్లోగ్ నిలదీయడంతో చైర్మన్ అబధం చెప్పమన్నందుకే చెప్పానని అంగీకరించినట్లు తెలిసింది. ఈ ఒక్క సంఘటనతో చైర్మన్ పై పెరగుతున్న అనుమతికి, అసంతృప్తికి అర్దం పడుతోంది. కొన్నిల్ సమవేశ నిర్మాణాలోనూ ఎవరితో చర్చించకుండా తనకు తానే తేదీలు ఖారు చేయడం ఇప్పానుసారంగా వాయిదాలు వేయడం కొన్నిల్లర్మ, వైన్ చైర్మన్ పాకనాటి క్రష్ణసు విస్కయానికి గురి చేస్తోంది.



తనకు కానులు అందించేందుకు మధ్యపరిత్వం కుదర్చే అనుచరుల కోసం పెండర్ నిర్మాణాలోనూ ఇప్పానుసారంగా వ్యవహారిస్తున్నారే ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. ఇందులో పాత్రికేయులకు, పాలకవర్ సభ్యులెవరికి సమాచారం ఇప్పుకుండా లోలోపల జంతువులాల పెండర్ ను నిర్వహించి ఉదయం నిర్వహించిన

పెండర్ ను సాయంత్రానికి రద్దు చేశామని ప్రకటించారు. తనకు కావాల్సిన అనుచరుడికి పెండర్ పాట కాన్త పెరిగినందుకు ఈ తతంగం నడిపించినట్లు తెలుస్తోంది.

ఎమ్మేల్చే సుండి కొన్నిల్లర్ వరకు అసంతృప్తే?

చైర్మన్ పుట్టపాగల మహావ్ పై కొన్నిల్లర్ నుండి మొదలుకొని పాల్గొన్నాలు, ఎమ్మేల్చే వరకు అసంతృప్తి రాజుకుటోంది. చైర్మన్ వైభారి అట్ల పలు సందర్భాల్లో వైన్ చైర్మన్ పాకనాటి క్రష్ణ బాటుటంగానే తూర్పురాబట్టినట్లు కాంగ్రెస్ వర్గాల్లో గుసుగులు వినిపిస్తున్నాయి. ఆధికార పాట్లే షాస్త్రీలను సైతం తెలిగించేందుకు సమయం ఇవ్వాలని పురపాలక సిబ్బందిని కోరితే ఆ సిబ్బందిని సైతం తన పాల్గొన్నాలు సమాచారం చేరవేస్తున్నారని అక్షసుతో విధుల మార్చినట్లు తెలుస్తోంది. ఇలా చైర్మన్ వ్యవహారాలన్నీ ఒక్కొక్కటిగా ఎమ్మేల్చే మేఘ రెడ్డి దృష్టికి చేరడంతో చైర్మన్ పై తీపు వ్యతిరేకత వ్యక్తమైనా అప్పబింబించు రాజకీయ పరిణామాలతోనే చైర్మన్ ను చేయాల్సి వచ్చిందిని ఆసంతృప్తి, అసందర్భార్థితో వ్యవహారిస్తాడని తోహించేదని ఎమ్మేల్చే మోగా రెడ్డి అంతర్జ్ఞానం చెప్పించారు.

ఎన్నికల హమీలు తక్కణమే అమలు చేయాలి

- పెద్దవంగర, భోక్కెన్ న్యూన్ ప్రతినిధి సైదులు-ఆగస్టు 01:

సిపిఇ(యం ఎల్) మాన్ లైన్ లిటోరారు డివిజన్ కార్బుర్బు ముంజంపల్లి వీరన్న తెలంగాం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముండు ఇచ్చిన హమీలను తక్కణమే అమలు చేయాలనీ సిపిఇ(యం ఎల్) మాన్ లైన్ రాష్ట్ర కమిటీ ఇచ్చిన పిలుపులో భాగంగా ఈ రోజు పెద్దవంగర మండల తప్పాల్లిర్ గారికి సిపిఇ(యం ఎల్) మాన్ లైన్ పెద్దవంగర మండల కమిటీ ఆధ్యర్యంలో వినతి ప్రతి ఇంచుండం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా తొర్మారు డివిజన్ కార్బుర్బు ముంజంపల్లి వీరన్న మాట్లాడుతూ- గత ప్రభుత్వం 10 సంవత్సరాల కాలంలో అనేక మందికి రేప్స్ కార్బులు ఇప్పులేదు. రేప్స్ కార్బులు లేకపోవడంతో రేప్స్ అందకపోవడం లేదా ఆరోగ్య ట్రై, వైద్యానికి, నేడు రుణమాపికి, ఉచిత కరెంట్ లాంటి సంస్కేర్ణ పద్ధతాలు అండక చాలా మంది ప్రజలు ఇబుధులకు గురి అవుతున్నారు. ఇంద్రు లేని వారికి తక్కణమే ఇంచు మంజుల చేస్తూ, ఇంచి నిర్మాణానికి రూ. 10 లక్షల ఇవ్వాలి. కొత్త పె

ಆಂದ್ರ, ತೆಲಂಗಾಣ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸರ್ವಿಸ್‌ದ್ವಾರಾ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕಿ ಸಹಾಕರಿಂಚಲನೆ

శీఎం చంద్రబాబుకు విన్‌తిపత్తి

- ముద్దిమడుగు వద్ద కృష్ణ నచిపై ప్రాలెవెల్ వంతెన నిర్మాణం కోసం చూడాలి
- అంద్ర సీఎం కలిసిన ఎమ్మెల్స్ డాక్టర్

చిక్కడు వంశీకృష్ణ
 ఉమ్మిది మహబూబుగర్ జల్లు ప్రతినిధి (నేటి
 ఫోకన్ నూన్) చారకొండ వెంకట్ ఆగస్టు 1:

ఆంధ్రప్రదేశ్ సీఎం నారా చంద్రబాబు
నాయుడు అచ్చుంపేట ఎమ్ముళ్లే డాక్టర్ కిచ్చుట
పంశీకృష్ణ గురువారం శ్రీతేలం దగ్గర ద్వారం గేట్లు
దగ్గర జల పరతిలో పాల్గొని సీఎం చంద్రబాబు
నాయుడుకు అచ్చుంపేట నియోజకవర్గం లోని



ప్రాంతంలోని పర్యాటక ప్రాంతాల అభివృద్ధికి అదేవిధంగా శ్రీతెల దేవస్థానంలో అప్రాచార్య మనుసూర్ చెంచుపేట లకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించాలని, ముద్దిమడుగు వద్ద ఉన్న కృష్ణానది పై వై లెవెర్ వంతెన నిర్మాణానికి సహకరించాలని వివిధ సమస్యలతో కూడిన వినతి పత్రాన్ని అంద్రు పదేర్ సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు కు ఎమ్ముళ్ళే వంశీకృష్ణ అండజేయడం జరిగింది. అంద్ర తెలంగాణ సరిహద్దుల్లో ఉన్న అప్రాచార్య మండలానికి మీ సహాయ సహకారాలు అందిం చాలని ఎమ్ముళ్ళే కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాగిన్ పార్టీ నాయకులు, ప్రజా ప్రతిభిన్నధులు పాల్గొన్నారు.



నారాయణబేడ్ మండల స్థాయిలో NAS ప్రైమర్ అవగాహన సద్గులు

ఫోకన్ న్యూస్ ప్రతినిధి (నారాయణభేద) ఆగస్టి: 1

నారాయణభేద మండల స్థాయిలో 31-07-2024 నుండి
01-08-2024 వరకు %చీశూ% పై ప్రైమరీ తరగతుల
వారికి అవగాహన సదుస్సు నిర్వహించడం జరిగింది. మండల
స్థాయి కాంప్లెక్స్ సమావేశాలలో ఉపాధ్యాయులకు సబ్జెక్టు
వారీగా సామర్ధ్యాలను పెంపాందించేందుకు తెలుగును
చదవడం, తెలుగు రాయడం, ఇంగ్లీష్ చదవడం, ఇంగ్లీష్
రాయడం, గితిత శాస్త్రంలో కూడికలు, తీసిచేతలు, గుణకారం,
బాగాహారం తదితర సబ్జెక్టుల పైన సామర్ధ్యాల గురించి ప్రైమరీ
తరగతుల సబ్జెక్టులపై అవగాహన సదుస్సును నిర్వహించారు.
రెండు రోజులపాటు ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిసామని
%చీశూ% అధికారులు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో
మండల అధికారి ఎంతఱ విష్ణుాధరం, మన్మథ కిపోర్,
కాంప్లెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు, వివిధ గ్రామాల పారశాలల
కాంప్లెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయులు, పుండలిక్,
యాదవ రెడ్డి, నర్సింహ, శోభ, మహేందర్ తదితరులు
పాలొనారు.

ದರ್ಶಕ ಉತ್ಸವಾಲಕು ಹೊಜರುಕಾವಾಲನಿ **ಮೈನಂಪಲ್ಲಿಕೆ ಅರ್ಥಾನಂ**



ప్రతి సంవత్సరం ఉర్నా వేడుకలను
మనంగా నిర్వహిస్తున్నందుకు కమిటీ
సబ్మ్యులను మైనంపల్లి అజ్ఞనంబించారు
ఫోకస్ స్యాన్, టీఎస్ బోయిస్ పల్లి
కంటోనెంట్ ఆరప్ 01:

గత కొన్ని ఏళ్లగా ఓల్డ్ బోయ్ ల పల్లి
డివిజన్ లోని హాజర్త్ సయ్యద్ నసిరుద్దిన్ షా,
క్వాద్రి ఉర్మి వేదుకలను నిర్వహిస్తున్నామని,
నిర్వహించుకులు బట్ట బాయ్ తెలిపారు. శు
క్రింపారం జిర్గె హాజర్త్ సయ్యద్ నసిరుద్దిన్ షా,
క్వాద్రి ఉర్మి ఉత్సవాలకు హీజర్కావాలని

మల్కాజ్ గిరి మాజీ శాసనసభ్యులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు మైనపు హనుమంత్ రావు కు, కమిటీ సభ్యులతో కలిపి బట్ట అహ్వాన ప్రతికను అందజేశారు. ఉన్న సందర్భంగా మైనసంపల్లి హనుమంత్ రావు మాట్లాడుతూ... ప్రతి సంపత్తురం ఉరు వేదుకలను ఖునంగా నిర్వహిస్తానందుకు తీర్చాకును ఆయన అభినందించారు. ఉన్న వేదుకలకు హజరవుతామని ఆయన తెలిపారు. ఈ కార్బూక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు ఆనంద్ బాబు, ఇంగ్రీస్ భాయ్ మున్ను, శాంసన్ బాయ్, అంజాద్ అలీ బాయ్ ఉన్న వేదుకలను ఖునంగా నిర్వహిస్తానందుకు తీర్చాకును ఆయన అభినందించారు.

దర్శక ఉత్సవాలకు ఏర్పాట్లు పూర్తి



కుల మతాలకు అతీతంగా హజ్యత్

పోకన్ మ్యాన్, ఓల్డ్ బోయ్స్ పల్లి



శుక్రవారం శనివారం రెండు రోజులు జిగీ హజుత్త సయ్యద్ నసిరుద్దీన్ పొ, కావ్వది ఉర్మ ఉత్సవాలకు ప్రజలకు సౌకర్యంగా ఉండే విధంగా, దర్గా చుట్టూపక్కల పరిసరాలస్తే శుభ్రంగా ఉండే విధంగా జిహేచ్చంసి సిష్టుంది ఏర్పాట్లు చేసారని, కార్యారేటర్ ముదం నరసింహ యాదవ్ తెలిపార.

బుధవారం నాడు పోలీస్ డిపార్ట్మెంట్, జిహెచ్ ఎంపికల్ని వెంచుకొని, స్టానిక నాయకులతో కలిసి ముద్దులు వేసి నరసింహ యాదవ్ ఏర్పాటును పరిశీలించారు. ఉనంటున్న ముద్దును నరసింహ యాదవ్ మాట్లాడుతూ... కుల మతాలకు అతీతంగా ప్రజల ఉన్న ఉత్సవాల్లో పాల్గొంటారని, అదేవిధంగా ఉమ్మక్కు వెడుకలకు ఎమ్మెల్చే మాధవరం కృష్ణరామ హోజరవపుతున్నట్లు వారు తెలిపారు. ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలవకుండా అధికారులు ప్రత్యే చూరప తీసుకోవాలని ఆయన తెలిపారు. ఉకార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు కర్లే జంగర్యు, బిఆర్ఎస్ పార్టీ 119 డివిజన్ అధ్యక్షుడు ఇర్వాన్ బాయ్, బుయాదగిరి, మరియు దర్గా కమిటీ సభ్యులు బబు బాయ్, సుమేర్ బాయ్, అబీద్ బాయ్, సందు బాయ్, శాంసన్ బాయ్, తడితరులు పాల్గొన్నారు.



రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న అగ్తాలపై ఆసెన్బ్లీ మట్టడి కార్బూక్టమంలో భాగంగా సంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి గోదావరి అంజి రెడ్డి గారిని మరియు భారతి నగర్ డివిజన్ అధ్యక్షుడు నంద రెడ్డి, జిల్లా కార్బూదర్చి రజని, శ్రీలక్ష్మి, పట్టణ జిల్లా రాష్ట్ర నాయకులు తదితరులను లిసంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి గోదావరి అంజి రెడ్డి నివాసంలో హాన్ అంశ్వే చేయడం జరిగింది ఈ కార్బూక్టమంలో భారతి నగర్ డివిజన్ మహిళా అధ్యక్షురాలు గీత రామచంద్రపురం డివిజన్ అధ్యక్షురాలు బసమ్మ మరియు కనకరాజు జి మల్లేష్ లక్ష్మీ గౌడ పెంట రెడ్డి జైపాల్ రెడ్డి రాంబాబు బీస్జేవెం భారతి నగర్ డివిజన్ అధ్యక్షులు శంకర్ రామచంద్రపురం బీస్జేవెం మాజీ అధ్యక్షుడు ప్రవీణ్ యాదవ్ రాజేశ్వరి శ్రీమతి భగవద్గీత పీలూ శైలజ మరియు జిల్లా రాష్ట్ర మండల నాయకులు తదితరులు పాల్మోనారు