

లిపోర్టర్లు కావాలెను...

తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాల్లో పుడయం తెలుగు దిన పత్రికకు లిపోర్టర్లుగా పని చేయుటకు ఆసక్తిగల, అనుభవజ్ఞులైన అభ్యర్థులు కావాలెను.

- సిరికొండ అగస్టీన్
BA, L.L.B., M.C.J.
పుడయం ఎడిటర్

సెల్: 9247698676



ఎస్.ఎల్.బి.సీ టన్నెల్ ప్రమాదంపై సీఎం రేవంత్ సమీక్ష

ఎస్.ఎల్.బి.సీ టన్నెల్ ప్రమాదంపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదివారం సమీక్ష నిర్వహించారు. నాగర్ కర్నూల్ జిల్లాలోని దోమలపెంటు వద్దనున్న టన్నెల్ వద్దకు వెళ్ళిన అయన అక్కడి క్యాంపు ఆఫీసులో సహాయక చర్యల పురోగతిని పరిశీలించారు. ఘటన పూర్వాపరాలను అధికారులు ఈ సందర్భంగా సీఎంకు వివరించారు. సమీక్ష లో మంత్రులు ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, జూపల్లి కృష్ణారావు, నాగర్ కర్నూల్ ఎంపీ మల్లా రవి, అచ్చంపేట ఎంపిల్ ఏ పంగి కృష్ణ, దేవరకొండ ఎంపిల్ ఏ బాలునాయక్, మాజీ ఎంపిల్ ఏ సంపత్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కళలను పెద్ద ఎత్తున ప్రోత్సహిస్తున్న ప్రజా ప్రభుత్వం

- **రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి కళకారులకు మెండుగా ఆశీస్సులు ఉంటాయి**
- **సినిమా కళకారులకు ఉగాదిన గద్దర్ ఫిలిం అవార్డులు**
- **నాటకరంగ కళకారులకు అవార్డులు ఇవ్వడానికి ప్రభుత్వం నిర్ణయం**
- **తిరువయ్యూర్ లో జరిగే త్యాగరాజ ఆరాధనోత్సవాల మాదిరిగా భక్తరామదాసు జయంతి ఉత్సవాలు**
- **ఎల్పీ స్టేడియంలో జరిగిన భక్త రామదాసు జయంతి ఉత్సవాల్లో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క మల్లు**
- **కార్యక్రమానికి హాజరైన హైదరాబాద్ జిల్లా ఇంచార్జ్ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్, మంత్రి సీతక్క.**

హైదరాబాద్ : ప్రజా ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలో పెద్ద ఎత్తున కళలను ప్రోత్సహిస్తున్నదని, కళకారులకు ప్రభుత్వం నుంచి మెండుగా ఆశీస్సులు ఉంటాయని రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క వెల్లడించారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కళలను ముందుకు తీసుకువెళ్లే వారికి కావలసిన అన్ని రకాల వసతులు, సౌకర్యాలను ప్రజా ప్రభుత్వం కల్పిస్తున్నదని తెలిపారు. ఆదివారం హైదరాబాద్ ఎల్పీ స్టేడియం ఇండోర్ స్టేడియంలో తెలంగాణ సంగీత నాటక అకాడమీ అధ్యక్షులతో నిర్వహించిన భక్తరామదాసు జయంతి ఉత్సవాల కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్ గౌడ్, సీతక్కలతో కలిసి జయంతి ఉత్సవాల సందర్భంగా జ్యోతి ప్రజ్వలన చేశారు. సంగీత విద్వాంసులను ఈ సందర్భంగా పట్టుశాలువా కప్పి, జ్ఞాపికలను అందజేసి ఘనంగా సత్కరించారు. అనంతరం జరిగిన కార్యక్రమంలో సంగీత కళకారులు, వాగ్గేయకారులను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు. ప్రతి యేటా తమిళనాడు తిరువయ్యూర్ లో జరిగే త్యాగరాజ ఆరాధనోత్సవాల

మాదిరిగా ఇకపై ప్రతియేటా తెలంగాణలో ప్రతిష్టాత్మకంగా భక్త రామదాసు జయంతి ఉత్సవాలను ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తుందన్నారు. భక్త రామదాసు 392 జయంతి ఉత్సవాలను ప్రజా ప్రభుత్వం రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పెద్ద ఎత్తున నిర్వహిస్తున్నదని, హైదరాబాద్ లో నిర్వహించిన ఈ ఉత్సవాలకు ప్రముఖ సంగీత విద్వాంసులు పద్మశ్రీ డా. యెల్లా వెంకటేశ్వరరావు, పద్మశ్రీ డా. శోభారాజు, కళారత్న పురస్కార గ్రహీతలు హైదరాబాద్ బ్రదర్స్ రాఘవాచారి, హైదరాబాద్ సిస్టర్స్ హరిప్రియ, ప్రేమా రామమూర్తి, కోవెల శాంత, డివి మోహన్ కృష్ణ తదితర ఉద్దండలు పాల్గొనడం చాలా సంతోషంగా ఉందన్నారు. శ్రీ భక్త రామదాసు జయించిన జిల్లా నుంచి నేను ఈ రాష్ట్రానికి డిప్యూటీ సీఎం గా ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్నందుకు చాలా గర్వంగా ఉందన్నారు. తానిషా పాలనలో తహసీల్దారుగా ఉన్న రామదాసు ప్రజల నుంచి వసూలు చేసిన శిష్ట డబ్బులను పాలకులకు పంపించకుండా శిథిలావస్థలో ఉన్న భద్రాచలంలోని శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి ఆలయాన్ని నిర్మించి తానిషా ప్రభువుల ఆగ్రహానికి గురై గోల్కొండ



కోటలో ఖైదీగా మారిన చరిత్ర మనకు తెలిసిందేనని అన్నారు. ప్రభుత్వ సొమ్మును రామమందీర నిర్మాణం కోసం దుర్వినియోగం చేశాడన్న అభియోగంతో గోల్కొండ కోటలోని జైలులో ఖైదీగా చేసి, చిత్రహింసలు పెట్టినప్పటికీ తన భక్తిని కోల్పోకుండా కీర్తనలు చేసిన గొప్ప భక్తిపరుడు భక్త రామదాసు అని గుర్తు చేశారు. భక్త రామదాసును స్ఫూర్తిగా తీసుకొని అనేకమంది సంగీత విద్వాంసులుగా, వాగ్గేయకారులుగా ఎదగాలని మనస్ఫూర్తిగా ఆకాంక్షిస్తున్నట్లు తెలిపారు. భక్తిరస వాగ్గేయకారులు కీర్తనలు, సంతీర్తనలను మౌఖికంగా ప్రచారం చేస్తూ భవిష్యత్తు తరాలకు అందించాలన్నారు. గత దశాబ్ది కాలంగా సినిమా కళాకారులకు ప్రోత్సాహం అందలేదని, ప్రతియేటా వారికి ఇవ్వాల్సిన నంది అవార్డులు ఇవ్వకుండా గత పాలకులు నిర్లక్ష్యం చేశారని ఆవేధన వ్యక్తం చేశారు. ప్రజా ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రాగానే కళాకారులను ప్రోత్సహించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకొని సినిమా కళాకారులకు గద్దర్ పేరిట గద్దర్ ఫిలిం అవార్డులను ఈ ఉగాది వందగ

నుంచి ఇవ్వడానికి ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకొని అందుకు కావలసిన అన్ని చర్యలు చేపట్టినది వివరించారు. నాటక రంగంలో రాణిస్తున్న కళాకారులను కూడా ప్రోత్సహించాలని ప్రజా ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు ప్రకటించారు. తెలంగాణ నాటక అకాడమీ చైర్మన్ అలీఖ్య పుంజాల విజ్ఞప్తి మేరకు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎనుమల రేవంత్ రెడ్డి నాటక రంగ కళాకారులకు అవార్డులు ఇవ్వడానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకున్నదని చెప్పారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నాటక పోటీలను నిర్వహించి, నాటక పోటీల్లో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన కళాకారులకు ప్రభుత్వం అవార్డులు ఇస్తుందని వెల్లడించారు. భగవంతుడు అందరికీ కళలను ఇవ్వలేదని, కొంత మందికి మాత్రమే కళలను ఇచ్చాడని, భగవంతుడు ఇచ్చిన ఆ కళను ప్రజలకు పంచి కళకారులు సమాజ వికాసానికి దోహదపడాలని కోరారు. కళకారులకు ప్రభుత్వం నుంచి మెండుగా ఆశీస్సులు ఉంటాయని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఈ విషయాన్ని మీ అందరికీ చెప్పమని నన్నూ ఇక్కడికి పంపించారని చెప్పారు.

సన్ ఫ్లవర్ రైతుల కష్టాలు మీకు పట్టవా..! విద్యార్థులకు 'పరీక్ష'ల కాలం

- ◆ సన్ ఫ్లవర్ కొనుగోలు కేంద్రాలను ఇంకెప్పుడు ప్రారంభిస్తారు
- ◆ మద్దతు ధర రూ. 7280 ఉంటే.. దళారులకు రూ. 5500 నుండి రూ. 6 వేలకే విక్రయించాల్సిన దుస్థితిని రైతులకు తెచ్చారు
- ◆ క్వింటాల్ కు రూ. వెయ్యికి పైగానే రైతులకు నష్టాన్ని కలిగిస్తున్నారు
- ◆ బిఆర్ఎస్ హయాంలో నూనె పంటలకు ప్రోత్సాహం... కాంగ్రెస్ పాలనలో తిరోగమనం
- ◆ సిఎం గారూ.. రైతుల కష్టాలను తొంగిచూడండి
- ◆ ఎన్నికల కోడ్ తో ముడిపెట్టకుండా.. తక్షణమే సన్ ఫ్లవర్ కొనుగోలు కేంద్రాలను తెరిచేలా అదేశాలివ్వండి
- ◆ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గారికి లేఖ రాసిన మాజీమంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు

హైదరాబాద్ : బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో నూనె గింజల ఉత్పత్తిని పెంచడానికి రైతులను చైతన్యపంతులుగా తీర్చిదిద్దడం జరిగింది. సమయానికి రైతుబంధు తో పాటు సబ్సిడీలు అందజేసి నూనె గింజల పంటలను సాగు చేసేలా ప్రోత్సాహం కల్పించాము. సాగునీటికి ఇబ్బందులు రాకుండా చర్యలు తీసుకున్నాము. నాటి ప్రణాళికా బద్ధంగా నేడు తెలంగాణ రాష్ట్రంలో పెద్ద ఎత్తున నూనె పంటలు సాగు చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం పొద్దుతిరుగుడు(సన్ ఫ్లవర్) పంట కోతకు వచ్చింది. సన్ ఫ్లవర్ గింజలను విక్రయించడానికి ఇప్పటికే రాష్ట్రంలో కొనుగోలు కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయకపోవడం విద్వర్ధంగా ఉంది. దీనివల్ల రైతులు రూ. 5,500 నుండి రూ. 6000 వరకు దళారులకు క్వింటాల్ చొప్పున విక్రయిస్తున్న పరిస్థితి దాపురించింది. బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో నాఫెడ్ ద్వారా సన్ ఫ్లవర్ నూనె గింజలకు గిట్టుబాటు ధర కల్పించి కొనుగోలు చేశాము.

ఈసారి కూడా రూ. 7280 మద్దతు ధరను నాఫెడ్ ప్రకటించింది. కానీ ఇప్పటిదాకా కేంద్రాలను ప్రారంభించకపోవడంతో రైతులు తీవ్రంగా నష్టపోతున్నారు. దళారులకు విక్రయించడం వల్ల క్వింటాల్ కు రూ. 1000 నుండి రూ. 2000 వరకు నష్టాన్ని చవిచూడాల్సిన దుస్థితి రైతులకు కలిగింది. వెంటనే రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా సన్నపర్ కొనుగోలు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలని రైతుల పక్షాన నేను డిమాండ్ చేస్తున్నాను. మీ అలసత్వం కారణంగా తెలంగాణ



వ్యవసాయం తిరో గమన దిశలో పరుచిస్తున్నది. నూనె పంటలు వేయాలంటేనే రైతులు అందోళన చెందే పరిస్థితులను మీరు కల్పిస్తున్నారు. ఇప్పటికైనా కళ్ళు తెరవండి.. క్షేత్రస్థాయిలో సన్నపర్ గింజలు వండించిన రైతుల కష్టాలను తొంగి చూడండి. రేపటి నుండే రాష్ట్రమంతటా సన్ ఫ్లవర్ కొనుగోలు కేంద్రాలను ప్రారంభించేలా ఆదేశించండి. ఎన్నికల కోడ్ తో రైతుల కష్టాలకు ముడి పెట్టుకుండా ఒక ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతాయంతుడై గా వ్యవహరించాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను.

- 5 నుంచి ఇంటర్ పరీక్షలు
- 21 నుంచి టెన్త్ ఎగ్జామ్స్
- ఓ వైపు అకడమిక్..
- మరో వైపు పోటీ పరీక్షలు
- పోషకాహారం..సరిపడా నిద్ర
- అవసరమంటున్న నిపుణులు

హైదరాబాద్ : పరీక్షల కాలం మొదలైంది. విద్యార్థులు తమలోని సత్తా చాటేలా సరస్వద్ధమధ్యేందుకు ఇది అత్యంత కీలక సమయం. ఓ వైపు వార్షిక పరీక్షలు సమీపిస్తుండగా, మరోవైపు ప్రవేశ పరీక్షల తేదీలూ దగ్గరపడుతుండటం విద్యార్థులకు సవాల్ గా మారుతుంది. ఈ రెండింటినీ సమతుల్యం చేసుకునేలా విద్యార్థులు తమను తాము సమయాత్మత చేసుకోవడంలో పాటు పక్కా ప్రణాళికలతో సన్నద్ధం అవుతూ అవసరమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మార్కుల్లో ప్రామాణికంగా ఇప్పటికే విద్యార్థులపై ఒత్తిడి మొదలైంది. 5 నుంచి ఇంటర్, 21 నుంచి టెన్త్ పరీక్షలు పది, ఇంటర్ విద్యార్థులు పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్నారు. అధికారులు, పరీక్షలకు విద్యార్థులను సిద్ధం చేసే దిశగా ప్రత్యేక తరగతులు ఏర్పాటుస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఇంటర్ ప్రాక్టికల్ పరీక్షలు ముగియగా, ఈ నెల 5 వరకు వార్షిక పరీక్షలు జరగనున్నాయి. ఈ నెల 21 నుంచి పదో తరగతి పరీక్షలు జరుగునున్నాయి. ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షల నిర్వహణపై ఇప్పటికే ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాంతికుమారి అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించారు. 9,96,971 మంది విద్యార్థులు హాజరయ్యే ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షల్లో ఎలాంటి అవకతవకలకు తావు లేకుండా పకడ్బందీగా పరీక్షలు నిర్వహించాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఈ పరీక్షల కోసం 1,532 పరీక్ష కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు చేర్చిస్తున్నారు. లక్షలాది మంది విద్యార్థుల భవిష్యత్తుతో ముడిపడి ఉన్న పరీక్షలను సజావుగా నిర్వహించేందుకు అధికారులందరూ సమన్వయంతో పనిచేయాలని ఆదేశించారు. ఇంటర్ తో పాటు పోటీ పరీక్షలకు సన్నద్ధంఇంటర్మీడియట్ ద్వితీయ సంవత్సరం చదివే సైన్స్ గ్రూపులకు చెందిన విద్యార్థులు వార్షిక పరీక్షల్లో

పాటు జెఇజ మెయిన్, అడ్వాన్స్డ్, నీట్ తో పాటు ఎన్ఐసెట్, ప్రైవేట్ ఇంజనీరింగ్ పోటీ పరీక్షలకు హాజరవుతుంటారు. ఈ విద్యార్థులు ఒక వైపు అకడమిక్ చదువులు కొనసాగిస్తూనే మరో వైపు కాంటిబేటివ్ ఎగ్జామ్స్ నిర్ధం కావాల్సి ఉంటుంది. ఇప్పటికే తొలి జెఇజ మెయిన్ ఫుల్ కాగా, ఏప్రిల్ లో 1 నుంచి 8 వరకు రెండో విడత జెఇజ మెయిన్ జరగనుంది. బైసినీ విద్యార్థులు నీట్ తో పాటు ఎన్ఐసెట్ కు సన్నద్ధమవుతుంటారు. మే 4వ తేదీన నీట్ పరీక్ష జరగనుంది. అయితే వార్షిక పరీక్షలకు సన్నద్ధమవుతునే పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధం కావాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకోసం పక్కా ప్రణాళికతో రెండింటినీ సమతుల్యం చేసుకుంటూ సిద్ధం చేసుకుంటు నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఉన్నత విద్యకు సంబంధించి వివిధ కోర్సుల్లో ప్రవేశాల కోసం మే, జూన్ నెలల్లో పలు పరీక్షలు జరగనున్నాయి. ఏప్రిల్ 29, 30 తేదీల్లో అగ్రికల్చర్, ఫార్మసీ విభాగాలకు, మే 2వ తేదీ నుంచి 5వ తేదీ వరకు ఇంజనీరింగ్ ప్రవేశ పరీక్ష నిర్వహించనున్నారు. అదే విధంగా జూన్ 6వ తారీఖున, మే 12న ఇనెల్, జూన్ 8,9 తేదీలలో ఐసెట్, జూన్ 16 నుంచి 19 వరకు పిజెఇసెట్ పరీక్షలు జరుగునున్నాయి. ఒత్తిడిని అధిగమించాలి.. పరీక్షలంటే విద్యార్థుల్లో కొంత టెన్షన్, టెరుకు ఉండటం సహజం. వాటిని ఎదుర్కొని ప్రశాంతంగా పరీక్షలు రాసే అనుకున్న లక్ష్యం నెరవేరినట్లే జ్ఞాపక శక్తి తగ్గడానికి ప్రధాన కారణం ఒత్తిడి. ఏ పని చేసినా అందోళనతో చేయడం.. వాదాపడిగా మాట్లాడటంతో డిప్రెషన్ అధికమవుతుంది. అది మనసుపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. హెండావర్సీ పరీక్షల మార్కులపై ఒత్తిడి తేస్తే చాలా ప్రమాదం. ఒత్తిడితో బాధ పడే వారు మతిమరుపునకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది. సరిపడా నిద్ర, మంచి ఆహారం, ప్రశాంత వాతావరణం ఉండేలా చూసుకోవాలి. అసవసర విషయాలను పట్టించుకోకుండా లక్ష్యం వైపు అడుగులు వేయాలి. నిద్ర ఎంతో ఉపకరమనో పోషకాహారం తీసుకోవడం అత్యవసరం. వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుకోవడం కోసం సూక్ష్మ పోషకాలు ఉన్న ఆహార పదార్థాలు తీసుకోవాలి. పరీక్షల సమయంలో సరైన ఆహారం తీసుకోక పోతే అనేక అనర్ధాలు కలుగుతాయి. చదివించి గుర్తుంచుకొని ఆరోగ్యంగా ఉండాలి.

శ్రీ సిద్ధి విగాయేక మున్నూరు కాఫీ సెంఘు నూతనే కార్యవర్గ ఏర్పాటు...



కోరుట్ల మార్చి 02 (పుదయం ప్రతినీధి) కోరుట్ల పట్టణంలో గల శ్రీ సిద్ధి విగాయేక మున్నూరు కాఫీ సెంఘు సమావేశం ఆదివారం నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన సమావేశంలో సూతన కార్యవర్గాన్ని శాశ్వత గౌరవాధ్యక్షులుగా పాయికారి రవీందర్ అధ్యక్షులుగా అన్నం యాదగిరి ఉపాధ్యక్షులుగా టేపుల సరేష్ చింతామణి ప్రధాన ప్రధాన కార్యదర్శిగా తక్కువూరి భాస్కర్ సహాయ కార్యదర్శిగా కుంకలగుంట ప్రభాకర్ కోశాధికారిగా దావేరి పురుషోత్తం ని ఎన్నుకున్నారు కార్యవర్గ సభ్యులుగా సోవినవేని రాములు సందర్భపు శ్రీనివాస్ కూర దేవేందర్ పాము సాయిలు గోసల రాజశేఖర్ గండ్ల మహిధర్ గండ చిన్న గండ్ల మల్లేష్ లను నియమించారు గౌరవ సలహాదారుగా ఉప్పాల ప్రభాకర్ తుంగూరి లక్ష్మీనారాయణ లను నియమించారు

శ్రీపాదరావు జయంతి వేడుకలు...



కోరుట్ల మార్చి 02 (పుదయం ప్రతినీధి) కోరుట్ల పట్టణ మున్సిపల్ కార్యాలయంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ బట్టు తిరుపతి అధ్యక్షంలో దుద్దిళ్ళ శ్రీపాదరావు 87వ జయంతి సందర్భంగా ఆయన చిత్రవహినికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ బట్టు తిరుపతి తో పాటు మున్సిపల్ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు

నేటి ప్రజావాణి కార్యక్రమం రద్దు...

జిల్లా కలెక్టర్ బి సత్య ప్రసాద్

జగిత్యాల మార్చి 02 (పుదయం ప్రతినీధి) జగిత్యాల జిల్లా కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో సోమవారం 3న నిర్వహించే ప్రజావాణి కార్యక్రమాన్ని రద్దు చేసినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ బి సత్య ప్రసాద్ ఆదివారం విడుదల చేసిన ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల నేపథ్యంలో ప్రజావాణి కార్యక్రమం రద్దు చేస్తున్నట్లు ఈ విషయాన్ని జిల్లా ప్రజలు గమనించాలని కలెక్టర్ బి సత్య ప్రసాద్ వెల్లడించారు

మెడికల్ హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో ఉచిత గుండె పీల్క్స్లు.



వరంగల్ వెస్ట్ మార్చి 2 (పుదయం విలేఖరి): వరంగల్, ఖిల్లా వరంగల్ లో ఉదయం వాకింగ్ గ్రౌండ్ దగ్గర మెడికల్ జనరల్ హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో లో కార్పొరా సైబల్స్ దా, భగీరథ గారికి నేతృత్వంలో ఉ చిత మెడికల్ క్యాంప్ ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది.ఉచితంగా ఇసిజి, గుండె సంబంధిత పరీక్షలు నిర్వహించడం జరిగింది. ఈసందర్భంగా వాక్ర్స్ అందరికీ ఆరోగ్యం పై అవగాహన కల్పిస్తూ ఉచితంగా ఇసిజి, టీపీ మొదలగు పరీక్షలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక కార్పొరేటర్ టోగి సువర్ణ సురేష్, క్యాంప్ ఇంచార్జ్ చింతం మోహన్ సాయి, సిబ్బంది ఆతా, సందీప్, రాజు, రాజీ, రవి, శరత్, సుభాష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నూతన బాక్రాయి హుమీమాన్ ఏగ్రీకూ ప్రతిష్ఠపన, దుర్గమ్మ పీండుగిలో పాల్గొన్న ఝాన్సీ రాజేందర్ రెడ్డి



రాయవర్తి మార్చి 2 (పుదయం ప్రతినీధి):మండలంలోని ఏకే తండా గ్రామంలో నిర్వహించిన బొక్రాయి పండుగ, దుర్గమ్మ పండుగ, సూతన హనుమాన్ ఏగ్రీహ ప్రతిష్ఠపన కార్యక్రమాలలో పాల్గొని నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ ఝాన్సీ రాజేందర్ రెడ్డి పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా, వారు మాట్లాడుతూ గ్రామీణ ప్రాంతాలలో ఇలాంటి పండుగలు ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలను సమాజాన్ని ఏకం చేసాయని, సాంస్కృతిక వారసత్వాన్ని కొనసాగించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని పేర్కొన్నారు. అదనంగా, వారు గ్రామ అభివృద్ధికి ఎమ్మెల్యే మద్దతుతో తన పూర్తి సహకారం అందిస్తానని హామీ ఇచ్చారు.ఝాన్సీ రెడ్డి వెంట బ్లాక్ అధ్యక్షులు, మండల అధ్యక్షులు, మండల పార్టీ నాయకులు, పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, యువజన నాయకులు, మహిళా నాయకులు, గ్రామ నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు .

మెట్ పల్లి లో శ్రీపాదరావు జయంతి వేడుకలు..

శ్రీపాదరావు ఆశయాం సాధనకు కృషి... పేదల బడుగు వర్గాల సంక్షేమానికి గ్రామీణ ప్రాంతాల అభివృద్ధికి కృషి చేసిన శ్రీపాదరావు... మెట్ పల్లి వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కూన గోవర్ధన్



మెట్ పల్లి మార్చి 02 (పుదయం విలేఖరి) కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేత ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ మాజీ శాసనసభ స్పీకర్ స్వర్ణయ దుద్దిళ్ళ శ్రీపాద రావు 88వ జయంతిని పురస్కరించుకొని మెట్ పల్లి పట్టణ కేంద్రంలో టీపీసీసీ డెలిగేట్ కల్యాణంట్ల సుజిత రావు నివాసంలో శ్రీపదరావు చిత్రవహినికి పూలమాల వేసి స్థానిక నాయకులతో కలిసి నివాళులర్పించిన కాంగ్రెస్ నాయకులు ఈసందర్భంగా మెట్ పల్లి వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కూన గోవర్ధన్ మాట్లాడుతూ రాజకీయాల్లో హుందాతనానికి శ్రీపాదరావు నిలుపటద్దమన్నారు ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ శాసనసభ స్పీకర్ గా పని చేసి ఆ పదవికే వన్నె తీసుకువచ్చిన గొప్ప వ్యక్తి శ్రీపదరావు అన్నారు అన్ని వర్గాల ప్రజల నాయకునిగా అజాతశత్రువుగా శ్రీపాదరావు ప్రజల్లో చెరగని ముద్ర వేసుకున్నారుని కూన గోవర్ధన్ తెలిపారు శ్రీపాదరావు రాజకీయ జీవితం భావితరాలకు ఆదర్శమన్నారు మంత్రి శ్రీధర్ బాబు తన తండ్రి శ్రీపాదరావు బాటలో సదుస్తూ ప్రజల కోసం ఈ ప్రాంత అభివృద్ధి కోసం నిరంతరం పాటుపడుతున్నారని అన్నారు రాష్ట్ర అభివృద్ధిలోనూ కీలకంగా వ్యవహరిస్తున్నారని

మిత్రుల కుటుంబాలను ఆదుకున్న తాటి మిత్రులు



నారాయణపేట టౌన్ మార్చి 02(పుదయం ప్రతినీధి) స్నేహానికిన్న మిన్న లోకాన లేదురా అంటూ నానుడు పాడిన పాటలను నేడు నారాయణపేట మండలం కోటకొండ గ్రామంలో పూర్వ విద్యార్థులు నిజం చేశారు. మిత్రుల కుటుంబాలు ఆవధలో ఉన్నాయని తెలుసుకుని పూర్వ విద్యార్థుల సమైక్యంగా నిర్వహించి ఆ సమైక్యంలో ఆవధలో ఉన్న పలువురు తోటి మిత్రుల కుటుంబాలను ఆదుకున్నారు. నారాయణపేట మండలం కోటకొండ గ్రామంలో పూర్వ విద్యార్థుల సమైక్యం ఆదివారం ఘనంగా నిర్వహించుకున్నారు. కోటకొండ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల 2006-2007 సంవత్సర విద్యార్థులు ఘనంగా పూర్వ విద్యార్థుల సమైక్యం నిర్వహించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా దాదాపు 100 మంది పూర్వ విద్యార్థులు హాజరయ్యారు. ఒకరి కన్న సుఖాలు మంచి చెడులు తెలుసుకుంటూ ఆప్యాయంగా చలకరించుకున్నారు. వారికి విద్యాబోధనలు చేసిన ఉపాధ్యాయులను కూడా ఘనంగా సత్కరించుకున్నారు. అలాగే

ఘనంగా మాజీ స్పీకర్ శ్రీపాదరావు 88వ జయంతి వేడుకలు



జయంతకర్త భూపాలపల్లి మార్చి 02(పుదయం ప్రతినీధి) ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ మాజీ స్పీకర్ దివంగతనేత దుద్దిళ్ళ శ్రీపాదరావు 88వ జయంతి వేడుకలను మహాదేవపూర్ ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘం కార్యాలయంలో ఆదివారం ఘనంగా నిర్వహించారు మహాదేవపూర్ షిషిఎస్ చైర్మన్ చల్ల తిరుపతి రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో శ్రీపాదరావు చిత్రవహినికి పూలమాలవేసి ఘనంగా నివాళులర్పించి అనంతరం స్వీట్ పంపిణీ చేశారు ఈ సందర్భంగా చైర్మన్ తిరుపతి రెడ్డి మాట్లాడుతూ శ్రీ పాద రావు గొప్ప వ్యక్తి మంధని ప్రాంతం మరుపని మహానేతగా ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ మాజీ స్పీకర్ అజాత శత్రువు మచ్చలేని మహా నాయకుడు శ్రీపాద రావు అన్నారు రాజకీయాలలో తనకంటూ ఒక ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించుకున్నారని కొనియాడారు. ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటూ వారి సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేసే వారు అని అన్నారు ప్రజల కోసం తన జీవితాన్ని అంకితం చేశారు అన్నారు ఆయన ఆశయ సాధనకు కృషి చేద్దామని పిలుపునిచ్చారు ఈ కార్యక్రమంలో సహకార సంఘం సి విఈ ఓ కుమ్మరి రాజబాబు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కోట రాజబాబు, అక్బర్ ఖాన్, విలాస్ రావు, కటూర్ అశోక్,వామన్ రావు, గుడాల

చిన్ననాటి గురువు వర్ధంతి సభలో పాల్గొన్న కంభంపాటి పుల్లారావు.



నర్సంపేట పట్టణంలోని భారతీయ జనతా పార్టీ కాంటెస్టెడ్ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కంభంపాటి పుల్లారావు వారికి విద్యాబుద్ధులు నేర్పించిన గురువుకు నివాళులు అర్పించినారు. వారి చిన్ననాటి మిత్రులు అందరితో కలసి వారి గురువు కు ప్రధమ వర్ధంతి సందర్భంగా నివాళులు అర్పించినారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ నాకు విద్యాబుద్ధులు నేర్పి నేను ఈ స్థాయికి రావడానికి కారణమైన మా గురువు మా అందరికీ దూరం కావడం చాలా బాధాకరంగా ఉందని తమ మాకు భౌతికంగా దూరంగా ఉన్న తను నేర్పిన విద్యాబుద్ధులు మాలోనే మేం చేసే ప్రతి పనిలో ఉన్నామన్నారు. విద్యార్థులకు మంచి మాటలు మనకు దేశమే ముందు తర్వాత కుటుంబం అంటూ నేర్పిన విద్యాబుద్ధులు నేను సమాజంలో ఈ స్థాయికి రావడానికి తను నేర్పిన మంచి మాటలే కారణమన్నారు. ఎంతోమంది విద్యార్థులను నాకు తోడుగా నిలిచే విధంగా మాలో ఐక్యత పెంచి ఈరోజుకు కూడా మేము అందరం ఒకే మాటగా నిలబడటానికి ముఖ్య కారణం మాకు మా గురువు నేర్పిన విద్యాబుద్ధులే కారణమన్నారు. అలాంటి గురువు ఈరోజు భౌతికంగా మాలో లేకున్నా మేము చేసే ప్రతి పనిలో తనే కనిపిస్తున్నాడని కొనియాడారు. మా గురువు విజయంకుమార్ మాకు ఆదర్శప్రాయం, మా గవనానికి మార్గదర్శకం, తన ఆశయాలని మేమందరం ఐక్యంగా ఉండి ముందుకు తీసుకెళ్లామని తన ప్రథమ వర్ధంతి సందర్భంగా విద్యాజ్ఞాతీ డిగ్రీ కళాశాల విద్యార్థులందరూ డాక్టర్ కంభంపాటి పుల్లారావు ఆధ్వర్యంలో స్నేహ బృందం అందరు కలిసి ప్రతిజ్ఞ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో షాదర్ కొలంబో హైస్కూల్ ప్రిన్సిపాల్, థామస్ కిరీట్, మర్రిడ్డి, బాలశౌ రెడ్డి, అజయ్, అనంద్ మోహన్, మనోహర్, మోహన్, ప్రతాప్, బాల శౌరి, రవి మురళి మిగతా మిత్ర బృందం విద్యార్థులు కళాశాల సిబ్బంది పాల్గొని నివాళులు అర్పించినారు.

ఏజెన్సీలో మెరుగైన వైద్యం అందించడమే లక్ష్యం

డాక్టర్ ఈక మహేష్



కొత్తగూడ మార్చి 02(పుదయం ప్రతినీధి): ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో మెరుగైన వైద్యం అందించడమే తమ లక్ష్యం అని డాక్టర్ ఈక మహేష్ అన్నారు. ఆదివారం మండల కేంద్రంలో మహాదేవ్ పిల్లల జనరల్ హాస్పిటల్ ను సూతనంగా ప్రారంభించారు. ఈ యొక్క హాస్పిటల్ ప్రారంభానికి ముఖ్య అతిథులుగా కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా నాయకులు కుంజ కుసుమాంజలి హాజరై రిబ్బన్ కట్ చేసిన ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ ఈక మహేష్ మాట్లాడుతూ ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో మెరుగైన వైద్యం అందించేందుకు మా తల్లిదండ్రుల కోరిక మేరకు ఈ యొక్క హాస్పిటల్ ని ప్రారంభించడం జరుగుతుందని అన్నారు. అదేవిధంగా నేను ఈ ప్రాంతంలో ఓసమాలు నేర్చుకొని హైదరాబాద్ పట్టణ ప్రాంతం లో ఉన్నత వైద్య విద్యను అభ్యసించి మళ్ళీ తిరిగి ఇదే ప్రాంతంలో వైద్య సేవలను అందించడం సంతోషదాయకమని అన్నారు. ఏజెన్సీ ప్రాంతమైన కొత్తగూడా గంగారం మండలాల్లో ప్రజలు కనీసం మెరుగైన వైద్యం సేవ

జిల్లాలో తూనికల కొలతల శాఖ విస్తృత తనిఖీలు

- కాంటాలను తనిఖీ చేసిన జిల్లా లిగల్ మెట్రోలోజ్ ఆఫీసర్ శ్రీలత



హనుమకొండ, మార్చి 02(పుదయం జిల్లా ప్రతినీధి): తూనికల కొలతల శాఖ ఉన్నత అధికారుల ఆదేశాల మేరకు ప్రజల నుండి వస్తున్న పిర్యాలతో ఆదివారం రోజున హన్మకొండ జిల్లా కుమార్ పెళ్ళి మార్కెట్ లోని చికిన్ సెంటర్లు, మటన్ సెంటర్లు, హన్మకొండ కూడలిలో చేపల అమ్మకందారుల కంటాలను తనిఖీ చేయగా పలు కంటాలలో తూకంలో తేడాలు రావడంతో ఆ దుకాణం దారుల నుండి కంపౌండింగ్ ఫీజు వసూలు చేయడం జరిగింది. అదేవిధంగా వారిపై 30 కేసులు నమోదు చేసిన హన్మకొండ జిల్లా లిగల్ మెట్రోలోజ్ ఆఫీసర్ శ్రీలత తెలిపారు. చేపల అమ్మకం ఇతర దుకాణం దారుల తూకంలో మోసాలకు పలుపడుతో వారిపై శాఖ పరమైన చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని డిల్ ఎంఓ. శ్రీలత తెలిపారు. దుకాణ యజమానుదారులు (ట్రా కాటర్ లో మోసాలు చేసినట్లయితే కేసులు నమోదు చేస్తామని తెలిపారు.

పలుకార్యక్రమాలలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే మెచ్చ

దమ్మ పేట, (పుదయం ప్రతినీధి): అశ్వారావుపేట(నియోజకవర్గం),దమ్మపేట మండలం పలు కార్యక్రమాలలో మాజీ ఎమ్మెల్యే మెచ్చ నాగేశ్వరరావు పాల్గొన్నారు ముందుగా మల్లారం గ్రామంలో రావురి వీరయ్య అనారోగ్యంతో బాధపడుతుండగా వారి నివాసానికి వెళ్ళి ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకొని పరామర్శించి పలు సూచనలు చేశారు అశ్వారావుపేట అనంతరం దమ్మపేట మండల కేంద్రంలో జరుగుతున్న మెడిడి వెంకట్ రత్నం కుమార్తె వివాహ వేడుకలో పాల్గొని సవ దంపతులను ఆశీర్వదించి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు అలాగే అక్కడ ఉన్న వారందరితో ఆత్మీయంగా మాట్లాడుతూ సమయం గడిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో వారి వెంట నియోజకవర్గ నాయకులు , అంకత ఉమా మహేశ్వరరావు,అబ్బలే జిన్నానియోజకవర్గ యార్లగడ్డ శ్రీనివాస్ రావు,లచ్చి రాం,నాగేంద్ర,బాలాజీ,దన్ రాజ్,కోట కన్నారావు,బత్తుల మురళీ,యువ నాయకులు పిట్టల లాలు,పానుగంటి గణేష్,తదితరులు ఉన్నారు.

సూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించిన ఎమ్మెల్యే సంజయ్



మెట్ పల్లి మార్చి 02 (పుదయం విలేఖరి) మెట్పల్లి మండలం మెగిలిపేట గ్రామంలో రాఘవపేట గ్రామానికి చెందిన భారత రాష్ట్రపతి యాత్ సీనియర్ నాయకులు బండి కమలాకర్ సోదరరు బండి సుధాకర్ వివాహ వేడుకలకు హాజరై సూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించిన కోరుట్ల నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు డాక్టర్ కల్వకుంట్ల సంజయ్ ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కల్వకుంట్ల సంజయ్ తో పాటు భారత రాష్ట్ర సమితి పార్టీ వివిధ మోదా నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు



రంగారెడ్డి జిల్లా మార్చి02(పుదయం ప్రతినది): మాజీ స్పీకర్ శ్రీ దుద్దిళ్ళ శ్రీపాదరావు గారి జయంతి వేడుకలను అధికారికంగా నిర్వహిస్తున్న సందర్భంగా ఆదివారం సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల సముదాయ భవనంలోని సమావేశ మందిరంలో జిల్లా కలెక్టర్ స.నారాయణ రెడ్డి శ్రీపాద రావు చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు.

కలెక్టరేట్ ఎఓ సునీల్, జిల్లా పౌర సంబంధాల అధికారి పి.సి.వెంకటేశం, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మధిరలో తుమ్మల నాగేశ్వర రావుకు ఘన స్వాగతం పీఠికీన కాంగ్రెస్ నాయకులు



మధిర,మార్చి02(పుదయం ప్రతినది)మధిర నియోజకవర్గంలోని ఓ ప్రైవేటు కార్యక్రమానికి వెళ్తున్న వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావుకు తన అనుచరుడు చెరుకూరి నాగార్జున ఇంటి వద్ద ఘన స్వాగతం పలికిన చెరువూరి లక్ష్మీనాగార్జున , మొండితోక నాగ రాణీసంధాకర్ దంపతులు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల అధ్యక్షులు సూరంసెట్టి కిషోర్, టౌన్ అధ్యక్షులు మిరియాల రమణ గుప్తా, డిసిసిబి చైర్మన్ దొండపాటి వెంకటేశ్వరరావు, మల్లాది వాసు, కర్నాటి రామారావు, శ్రీకృష్ణ ప్రసాద్, మదల రామారావు, అద్దంకి రవికుమార్, నెల్లూరి రవి, ముసుగోటి వెంకటేశ్వర్లు, కోమటిడి శ్రీనివాసరావు, నంబూరు శ్రీచారి, మందడపు రామకృష్ణ,చిలక రాజేందర్, మోదుగు బాబు,కొమ్ము మస్తాన్,గట్టిగుండె క్రాంతి కాంగ్రెస్ నాయకులు పాల్గొన్నారు

ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరానికి విశేష స్పందన



ధర్మపురి మార్చి 02(పుదయం విలేకరి):మండలంలోని కమలాపూర్ గ్రామంలో నిర్వహించిన ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరానికి విశేష స్పందన లభించింది. ఆదివారం కమలాపూర్ గ్రామపంచా యతీ వద్ద ఓం శ్రీ నేత్రాలయ కంటి హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో మెగా ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరం నిర్వహించారు. ఈ వైద్య శిబిరంలో కంటి వైద్య నిపుణు రాలు డా.గడ్డం మృధుల రెడ్డి పాల్గొని సుమారు 200 మంది రోగులను పరీక్షించి ఉచితంగా మందులు పంపిణీ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా తమ గ్రామ ప్రజలకు ఉచితంగా వైద్య సేవలు అందించిన డాక్టర్ మృధుల రెడ్డిని మాజీ ఉప సర్పంచ్ గ్రామీణ వైద్యులు ఒడ్డటి నరేష్,రెంటం శంకర్, నాయకులు కుమ్మరి లక్ష్మణ్, కుమ్మరి తిరుపతి నన్యించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హాస్పిటల్ మేనేజర్ రెంటం సాయిశేఖ, సిబ్బంది రవి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా గంగాదేవి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన



కొత్తగూడ మార్చి 03(పుదయం ప్రతినది):గంగా దేవి విగ్రహ ప్రతిష్ఠవనా ను ఘనంగా నిర్వహించారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రిలయ డాక్టర్ అనసూయ సీతక్క ఆదేశాల మేరకు మండలంలోని పొగట్లపల్లిలో గంగాదేవి విగ్రహ ప్రతిష్ఠావన కార్యక్రమానికి కుంజ కుసుమంజలి సూర్య హాజరై ఆలయం లో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కొత్తగూడ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు వజ్ర సారయ్య, లావణ్య వెంకన్న, రూఫ్ సింగ్, కర్ర జనార్దన్ రెడ్డి, కాడతోయిన జూపయ్యహాలాత్ సౌలకి సురేష్, కాల్వతోజు ఉపేంద్ర చారి , ప్రతాంఢ గూండవ్, ఈర్ప రాజేశ్వర్ , ప్రతాంత్ రెడ్డి, చొప్పరి కుమార్, వెలుదూడే వేణు , గంటక శ్రీను , బలయ్య , డోగా భద్రయ్య, బొజ్జ నవీన్ , తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎస్ఎఫ్ఐఐ ఉమ్మడి వరంగల్ పూర్వ విద్యార్థి నాయకుల సమ్మేళనాన్ని జయప్రదం చేయండి.

ఎస్ఎఫ్ఐఐ ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా మాజీ ఉపాధ్యక్షులు జన్ను సదయ్య.



మార్చి 2 ములుగు పుదయం ప్రతినది.భారత విద్యార్థి సమాఖ్య ఎస్ఎఫ్ఐఐ ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లాలో విద్యారంగ సమస్యలపై అలుపెగరగని పోరాటాలు చేసిన పూర్వ విద్యార్థి నాయకుల సమ్మేళనాన్ని ఈనెల 23 న షాహిద్ భగత్ సింగ్ వర్తంత్రి సందర్భంగా హనుమకొండ కాశీజి కళాక్షేత్రంలో నిర్వహించడం జరుగుతుందని ఈ సందర్భంగా ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా పోరాటాల నిర్వహించిన మాజీ ఎస్ఎఫ్ఐఐ నాయకులు అందరు పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని ములుగు జిల్లా ఎస్ఎఫ్ఐఐ పూర్వ విద్యార్థి నాయకుల సమ్మేళన సన్మాహక సమావేశంలో కోరడం జరిగిందిస్థానిక రిటైర్డ్ ఎంప్లాయిస్ బిల్డింగ్ లో ఎస్ఎఫ్ఐఐ మాజీ రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు రత్నం ప్రవీణ్ ఎస్ఎఫ్ఐఐ జిల్లా కార్యదర్శి తోకల రవి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఎస్ఎఫ్ఐఐ పూర్వ విద్యార్థి నాయకుల ములుగు జిల్లా సమ్మేళనం సమావేశంలో ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా మాజీ ఉపాధ్యక్షుడు జన్ను సదయ్య మాట్లాడుతూ ఎస్ఎఫ్ఐఐ ఆవిర్భవించినప్పటి నుండి ఇప్పటివరకు ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా డివిజన్లలో మండలాల్లో ఉన్న అనేక విద్యారంగ సమస్యల కోసం అలుపెరుగని పోరాటాలు చేసి ఎన్నో సమస్యలను పరిష్కరించుకొని ఎంతో మంది విద్యార్థులు నాయకులు మంచి క్రమశిక్షణ కలిగిన సమాజంలో బాధ్యత గల పౌరులుగా తీర్చిదిద్దిన ఎస్ఎఫ్ఐఐ లో అప్పటి నుండి ఇప్పటివరకు విజయవంతంగా విద్యారంగ సమస్యల పైన సమాజంలో దేశంలో అనేక అన్యాయాల పై అక్రమాలపై మతోన్మాద సామ్రాజ్యవాద

ఆరోగ్యరన్-2025...ఆరోగ్య తెలంగాణకు తోడ్పాటు



మేడిపల్లి పుదయం ప్రతినది మార్చి 02.ఆరోగ్య వంతమైన తెలంగాణ నిర్మాణానికి రాచకొండ రన్నర్స్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన “ఆరోగ్యరన్ -2025” ఈవెంట్ తోడ్పడుతుందని పీర్ఛాదిగూడ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ మాజీ మేయర్ జక్కు వెంకట్ రెడ్డి అన్నారు. ఏపీ కన్స్ట్రక్షన్, డి ఆనంద ఇన్సినెటి జాయ్, విజయరత్న స్కూల్, సహస్రం డవలవర్న్ వారి సౌజన్యంతో నారపల్లి లోని భాగ్యనగర సందనవనం రిజర్వు ఫార్స్ట్ లో రాచకొండ రన్నర్స్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఆరోగ్యరన్ -2025 ఈవెంట్స్ ను మాజీ మేయర్ జక్కు వెంకట్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని 2 k, 5ఎ, 10k రన్ ప్రథమ, ద్వితీయ, తృతీయ స్థానంలో నిలిచిన రన్నర్స్ కు మెడల్స్ ను బహూకరించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ..రాచకొండ రన్నర్స్ సంస్థ ప్రతినిధులు ప్రతి సంవత్సరం నిర్వహిస్తున్న ఇలాంటి కార్యక్రమాలలో మహిళలు, వృద్ధులు, చిన్నారు, యువత పాల్గొనడం అభినందనీయం అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కార్పొరేటర్ దొంతి హరిశంకర్ రెడ్డి, నిర్వాహకులు ప్రభాకర్, బీఆర్ఎస్ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎడవెళ్లి రఘువర్ధన్ రెడ్డి , బీఆర్ఎస్ మహిళా అధ్యక్షురాలు నిర్మల,జావీద్ ఖాన్,నర్సింహ్, శ్యామల నర్సింహ్, కిరణ్ నాయక్, రమేష్, శంకర్ రావు, మామిడి శ్రీధర్, ఆరోగ్య రన్ స్పాన్సర్స్ తో పాటు సుమారు 800 మంది పాల్గొన్నారు.

ప్రతి ఒక్కరూ క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయాలి

-పిఎసి చైర్మన్ అరకుపూడి గాంధీ



శ్రీంగంపల్లి మార్చి02(పుదయం ప్రతినది): శ్రీంగంపల్లి నియోజకవర్గం లోని మాదాపూర్ డివిజన్ పరిధిలోని మాతృశ్రీ నగర్ రెసిడెన్షియల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ వారి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన 5 కె రన్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ బీసీసీబి చీఫ్ సెలెక్టర్ ఎం ఎస్ కె ప్రసాద్ మరియు పీఎస్ చైర్మన్ అరికపూడి గాంధీ ముఖ్య అతిథులుగా విచ్చేసి ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా పీఎస్ చైర్మన్ అరికపూడి గాంధీ మాట్లాడుతూ మాతృశ్రీ నగర్ రెసిడెన్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ వారి ఆధ్వర్యంలో 5కె రన్ నిర్వహించడం చాలా అభినివందనీయమని ఆయన అన్నారు. నేటి సందర్భానికి జీవితంలో శారీరక శ్రమ ఎంతో అవసరమని ఆయన గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో యువకులు, పెద్దలు

మరియు చిన్నపిల్లలు పాల్గొనడం ఎంతో సంతోషించదగిన విషయమని ఆయన అన్నారు. ఇలాంటి కార్యక్రమాలతో మానసిక ఉల్లాసంతో పాటు శారీరక దృఢత్వం పెంచుకోవడానికి ఎంతో దోహదపడుతుందని ఆయన తెలియజేశారు.

ప్రతి ఒక్కరూ క్రమం తప్పకుండా వివిధ వ్యాయామాలతో పాటు ఒక గంట సేపు వాకింగ్ చేయడం ఎంతో మంచిదని ఆయన సూచించారు. ఈ రన్ కార్యక్రమంలో భాగంగా సుమారు 1500 మంది ఉత్సాహంగా కాకుండా రోగముల దారితీసున్నాయని వాటి నుంచి అందరూ తగు జాగ్రత్తలు

హాస్పటల్లో చికిత్స పొందుతున్న నిరుపేద తాపీ మేస్త్రి వైద్యానికి ఆర్థిక సహాయం అందజేసిన.



కోస్తూర్బా గాంధీ విద్యాలయంలో విద్యార్థులకు ఎగ్జామ్ ప్యాక్స్, పెన్స్ పంపిణీ చేసిన డాక్టర్ వివేక్.

-విద్యాలయానికి 36 ఫ్యాన్స్ వితరణ.



బియ్యారం(పుదయం ప్రతినది)మార్చి 2డెమొక్రటిక్ స్టూడెంట్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా డిఎస్ఎఫ్ఐఐ ఆధ్వర్యంలో రాజకీయవేత్త డాక్టర్ వివేక్ సహకారంతో బియ్యారం మండల కేంద్రంలో ఉన్న కస్తూరిబా బాలికల పాఠశాల, ఇస్లాపురం ఆశ్రమ పాఠశాల విద్యార్థులకు ఎగ్జామ్ ప్యాక్స్, పెన్సులు విద్యార్థులకు అందించారు. డిఎస్ఎఫ్ఐఐ నాయకుడు గూగులోతు సూర్య ప్రకాష్ అధ్యక్షత జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా వివేక్ పాల్గొని మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు ఉన్నత చదువు చదివి మంచి ఉద్యోగ అవకాశాలు తెచ్చుకోవాలని కొనియాడారు.

విద్యార్థులకు ఎలాంటి సమస్యలు వున్నా వంతు సహకారం చేస్తానని స్పష్టం చేశారు.అదే విధంగా

దుర్బిల్ల శ్రీపాద రావు జయంతి అంబేద్కర్ చౌక వద్ద ఘన నివాళి



పెద్దపల్లి జిల్లా: మార్చి, 2 (పుదయం) ప్రతినది: కాల్వ శ్రీరాంపూర్, మార్చి 2: ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ శాసనసభ స్పీకర్గా విశిష్ట సేవలందించిన దుర్బిల్ల శ్రీపాద రావు 88వ జయంతిని పురస్కరించుకుని అంబేద్కర్ చౌక వద్ద నేతలు, కార్యకర్తలు ఘనంగా నివాళులర్పించారు.

ఈ సందర్భంగా మాజీ ఎంపీపీ గోపగోని సారయ్య, కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు గాజనవేన సదయ్య, పిఎసి వైస్ చైర్మన్ నబ్బిని రాజమల్లు, మండల యాత్ అధ్యక్షుడు సోన్నాంటెంకం

ప్రతి ఒక్కరూ ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించాలి

ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ కన్వీనర్ తాడి బోయిన రామస్వామి యాదవ్



శ్రీంగంపల్లి మార్చి02(పుదయం ప్రతినది): ఆరోగ్యం పట్ల ప్రతి ఒక్కరూ శ్రద్ధ వహించి తగిన సమయంలో డాక్టర్లు సూచనలు పాటించాలని ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ కన్వీనర్ తాడిబోయిన రామస్వామి యాదవ్ అన్నారు. ఆదివారం చందానగర్ డివిజన్ పరిధిలోని దీప్తి శ్రీనాథ్ సార్కులో ఏర్పాటుచేసిన హెల్త్ కేర్ సెంటర్ నందు మెడికల్ వర్క్ హాస్పిటల్స్ చందానగర్ వారి సౌజన్యంతో ఏర్పాటు చేసిన ఉచిత హెల్త్ చెక్ క్ సెంటర్ ని ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ కన్వీనర్ తాడి బోయిన రామస్వామి యాదవ్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మారుతున్న కాలానుగుణంగా ప్రతి ఒక్కరు ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షించుకోవాలి అని, డాక్టర్ సూచనలు నలభటతో ఎప్పటికప్పుడు మెడికల్ చెక్ అప్ చేసుకోవాలని ఆయన సూచించారు. ఈనాడు మనం తీసుకుంటున్న ఆహారం విషపూరిత మేవలమే కాకుండా రోగాలను దారితీసున్నాయని వాటి నుంచి అందరూ తగు జాగ్రత్తలు

తీసుకోవాలని ఆయన తెలిపారు. ఈనాటి యువతీ యువకులు జంగ్ ఫుడ్ జోలికి వెళ్లకుండా సాంప్రదాయ ఆహారం వైపు మొగ్గు చూపాలని తద్వారా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకొని ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షించుకోవచ్చని ఆయన సూచించారు. ఆరోగ్య శిబిరం ఉదయం 8:30 కు ప్రారంభమై మధ్యాహ్నం 12:00 గంట వరకు కొనసాగింది. ఈ శిబిరంలో ఎత్తు, బరువు, కంటి, దంత, రక్తపోటు ,షుగర్, పల్స్, ఈసీజీ ,తదితర మొదలగు పరీక్షలు నిర్వహించారు.

ప్రముఖ వైద్యులు డాక్టర్ ఆదిత్య, డాక్టర్ నలీం, డాక్టర్ నిసర్, డాక్టర్ విజయ్, తదితరులు తమ సేవలను అందించారు. డాక్టర్లు మాట్లాడుతూ పౌష్టికాహారం తో పాటు పాలు, పండ్లు ప్రతి ఒక్కరూ విరివిగా వాడాలని తద్వారా రోగనిరోధక శక్తి పెంచుకొని ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చని వారు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాలనీ వెల్ఫేర్ నాయకులు సీతారామయ్య, సురేష్ ,సుమన్ రెడ్డి, మంగపతి, విజయ్ కుమార్, కొండిన్నశ్రీ ,నందూరి వెంకటేశ్వరరాజు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చక్కని ఆరోగ్యం

గర్భధారణ మధుమేహం

తెల్లెత్తడానికి కారణాలు ఏమిటి?

చర్చంపై పేరుకున్న మృతకణాలను ప్రకృతి సహజ పదార్థాలతో ఎలా తొలగించవచ్చు?

'మధుమేహం, అనే పదం వినడం మాత్రం చేతనే మనలో ఒక విధమైన భయం మొదలవుతుంది. సామాన్య మానవులు, ఈ పదాన్ని ఆహారపు అలవాట్లకు హద్దులు పెట్టేది గానో లేదా జీవనశైలిలో పెనుమార్పులు తీసుకువచ్చేది గానో చూస్తారు. ఇది నిజమే అయినప్పటికీ, మధుమేహంలో వందల రకాలున్నాయి పైగా వీటన్నింటినీ ఒకే విధంగా పరిష్కరించాలంటే సాధ్యపడదు. నిజానికి, రకరకాల మధుమేహాలు రకరకాల కారణాల వల్ల కలుగుతాయి. గర్భధారణ కాలం అనేది ఏ స్త్రీ జీవితంలో అయినా ఒక పరీక్ష కాలం లాంటిది. మీకు ఇదివరకే మధుమేహం ఉన్నారేకపోయినా, ఈ సమయంలో మాత్రం మధుమేహంతో పోరాడాలని ఏ స్త్రీ కోరుకోదు. అయినప్పటికీ, గర్భధారణ సమయంలో ఒక స్త్రీని గర్భధారణ మధుమేహం ప్రభావితం చేయడం చాలా బాధాకరం. ఏ స్త్రీ అయినా, గర్భధారణ సమయంలో కొన్ని జీవనశైలి మార్పులు చేసుకోవాలి. ఇలాంటి పరిస్థితిని కలిగి ఉండటం వలన జీవనశైలిలో తక్షణ మార్పులు మరియు నర్సబాట్లను పెంచుతుంది. అందువల్ల, మీరు గర్భం ధరించడానికి ముందే, ఈ పరిస్థితికి సంబంధించిన పరిజ్ఞానం పెంచుకోవడం ఉత్తమం, తద్వారా మీరు అటువంటి పరిస్థితి ఎదురవకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ వ్యాసం ద్వారా మీకు సహాయమందించడానికి మేము గర్భధారణ మధుమేహం యొక్క కారణాల గురించి తెలియజేస్తున్నాం.? మీ వయస్సు 25 ని మించిందా? వినడానికి బాధ కలిగించినా, తల్లి యొక్క వయస్సు ఆమె గర్భధారణలో గణనీయమైన పాత్రను పోషిస్తుంది. 25 ఏళ్ల తరువాత జాతి బోధలు: దేశంలో ప్రముఖ మొదటి సారి గర్భధారణ జరిగిన స్త్రీలలో ఆరోగ్య సంస్థలచే నిర్వహించబడిన

అనేక పరిశోధనలలో భారత ఉపఖండంలోని మహిళలలో ఎక్కువగా గర్భధారణ మధుమేహం సంభవిస్తుందని ధృవీకరించబడింది. ఆఫ్రికన్ మహిళలలో కూడా గర్భధారణ మధుమేహం బారినపడుతున్నారు. పాశ్చాత్య మహిళలలో ఈ పరిస్థితి సంభవించడం చాలా తక్కువ. నిశ్చలమైన జీవనశైలి: కొంతమంది మహిళలలో గర్భం ధరించిన ఆఖరి దశలో మధుమేహానికి గురవుతారు. దీనికి కారణం తగినంత వ్యాయామం కరువవడమే! గర్భం ధరించినంతనే కొందరు స్త్రీలు అపురూపంగా భావించి అవసరానికి మించి విశ్రాంతి తీసుకుంటారు. దీనివలన శరీర కదలికలు మందగించి గ్లూకోజ్ స్థాయి పెరగడం, బరువు పెరగడం వంటివి జరుగుతాయి. ఇవి మధుమేహానికి దారితీస్తాయి. కనుక గర్భిణీ స్త్రీలు రోజులో కొంత సమయాన్ని తేలికపాటి వ్యాయామాలకు, నడకకు వెచ్చిస్తే రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి నియంత్రణలో ఉండి మధుమేహం నియంత్రితమవుతుంది. అసమతుల్య ఆహారం: చాలామంది స్త్రీలు గర్భాన్ని సాకుగా చూపించి తమకు నచ్చిన ఆహారపదార్థాలు అన్నింటినీ తినవచ్చని అనుకుంటారు. గర్భం ధరించినప్పుడు కొన్ని ఆహారపదార్థాలు తినాలనే కోరిక కలగటం వలన పరిస్థితి మరింత దిగజారుతుంది. దీని మూలంగా వారు అనారోగ్యకరంగా అధిక బరువు పెరిగి మధుమేహం సంభవించడం తెచ్చుకుంటారు. ఒత్తిడి: శాస్త్రీయంగా నిరూపించబడనప్పటికీని, ఒత్తిడితో పోరాడుతున్న స్త్రీలలో, గర్భధారణ మధుమేహం వ్యాధి అధికంగా ఉన్నట్లు తేలింది. ఇక్కడ గుర్తించవలసిన విషయం ఏమిటంటే, ఒక వ్యక్తి యొక్క శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ఆరోగ్యంతో ముడిపడి ఉంటుంది. తల్లి బిడ్డల మించి విశ్రాంతి తీసుకుంటారు. ఆరోగ్యం నక్రమంగా ఉండాలంటే, ముందుగా తల్లి యొక్క మానసిక ఆరోగ్యం సక్రమంగా ఉండాలి. అప్పుడు, గర్భధారణ మధుమేహం వంటి శారీరక సమస్యలు నలభైంగా పరిష్కరించబడతాయి. కుటుంబ చరిత్ర : కొన్ని కుటుంబాలలో గర్భధారణ మధుమేహం వివిధ తరాలలో, పలువురిలో కనిపిస్తుంది. కనుక, మీ తల్లి లేదా తోబుట్టువులకు గర్భధారణ మధుమేహం కలిగినట్లైతే, ఆ విషయాన్ని మీరు వైద్యునికి తప్పక తెలియజేయండి.

అప్పుడప్పుడు చర్మాన్ని నలుచుకుంటే, చర్మంపై పేరుకున్న మృతకణాలు తొలగి ఆరోగ్యంగా మరియు శుభ్రంగా ఉంటుంది. మృతకణాలు చర్మాన్ని కాంతిహీనంగా మరియు నల్లగా మారుస్తాయి. మృతకణాలు చర్మంపై పేరుకుపోవడం వలన మేనిషాయ్ తగ్గిపోతుంది. నలుచుకోవటం మృతకణాలు మాత్రమే కాక వెంటిమలు, వైట్ హెడ్స్, బ్లాక్ హెడ్స్ మొదలనవి కూడా తొలగిపోతాయి. వీటన్నింటినీ తొలగించడానికి క్రమం తప్పకుండా నాలుగు పెట్టుకోవాలి. దీని వలన చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మృతకణ చికిత్సకు కొన్ని సులువుగా పాటించగలిగే, గృహసంబంధమైన పరిష్కారాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. చర్మంపై పేరుకున్న మృతకణాలను ప్రకృతి సహజ పదార్థాలతో ఎలా తొలగించవచ్చు? కావలసిన పదార్థాలు: టేబుల్ స్పూన్ తినే సోడా విటమిన్ ఇ గుళిక వాడే విధానం: ముందుగా ఒక గిన్నెలో 1 టేబుల్ స్పూన్ తినే సోడా తీసుకోండి. ఒక విటమిన్ ఇ గుళికను తీసుకుని దాన్ని తెరచి లోపల ఉండే నూనెను వెలికి తీయండి. తినే సోడాలో ఈ నూనెను వేసి బాగా కలపాలి. మిశ్రమం బాగా పొడిగా ఉన్నట్లైతే, కొంచెం నీరు కలపండి. ప్రభావిత ప్రదేశంలో రాసుకుని 2-3 నిమిషాల పాటు వలయాకారంలో మృదువుగా మర్చన చేసుకుంటూ రాసుకోండి. తరువాత నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. చర్మంపై పేరుకున్న మృతకణాలను ప్రకృతి సహజ పదార్థాలతో ఎలా తొలగించవచ్చు? పంచదార మరియు తేనె

కావలసిన పదార్థాలు: టేబుల్ స్పూన్ పంచదార, 1 టేబుల్ స్పూన్ తేనె వాడే విధానం: టేబుల్ స్పూన్ పంచదార మరియు 1 టేబుల్ స్పూన్ తేనె కలపండి. ఈ మిశ్రమంతో ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో కొన్ని నిమిషాల పాటు మృదువుగా మర్చన చేసుకోండి. చివరిగా నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. చర్మంపై పేరుకున్న మృతకణాలను ప్రకృతి సహజ పదార్థాలతో ఎలా తొలగించవచ్చు? బ్రౌన్ షుగర్ మరియు కొబ్బరినూనె: కావలసిన పదార్థాలు: టేబుల్ స్పూన్ బ్రౌన్ షుగర్, టేబుల్ స్పూన్ కొబ్బరినూనె వాడే విధానం: బ్రౌన్ షుగర్ మరియు కొబ్బరినూనెలను బాగా కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని ప్రభావిత ప్రదేశంలో రాసుకుని కొద్ది నిమిషాల పాటు మృదువుగా మర్చన చేసుకోండి. కనీసం 5 నిమిషాలు ఆరనిచ్చిన తరువాత గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. మీ అవసరాన్ని అనుసరించి, పదార్థాల పరిమాణం పెంచుకోవచ్చు. ఇలా వారానికి ఒకటి లేదా రెండు సార్లు చేయాలి. చర్మంపై పేరుకున్న మృతకణాలను ప్రకృతి సహజ పదార్థాలతో ఎలా తొలగించవచ్చు? యూపిల్ సిడర్ వెనిగర్: కావలసిన పదార్థాలు: టీ స్పూన్ యూపిల్ సిడర్ వెనిగర్, 1 టీ స్పూన్ నీరు, దూది ఉండ వాడే విధానం: టీ స్పూన్ యూపిల్ సిడర్ వెనిగర్ ను 1 టీ స్పూన్ నీటితో పలుచన చేయండి. ఈ ద్రావణంలో దూది ఉండను ముంచి, ప్రభావిత ప్రదేశంలో రాసుకోండి. 10-15 నిమిషాలు పాటు ఆరనిచ్చి, చల్లని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇలా వారానికి కనీసం ఒక్కసారిగా చేయాలి.

ఈ 10 అనారోగ్య సమస్యలకు చెక్ పెట్టడానికి వేపను ఉపయోగించండి !

వేప అనేది అత్యంత బహుముఖ ప్రయోజనాలను కలిగిన మొక్కలలో ఒకటి. ఆయుర్వేద ప్రకారం, ఇది వివిధ రకాల రుగ్మతలను నయం చేయగలిగే శక్తివంతమైన ఒక హెర్బ్. వాస్తవానికి ఈ హెర్బ్, 4,500 సంవత్సరాల క్రితం నుంచే వైద్య సహాయం కోసం ఉపయోగించినట్లుగా చాలా బలమైన సాక్ష్యాలు, ఆధారాలు ఉన్నాయి. ఆయుర్వేద ప్రకారం, వేపాకులు వాతానికి సంబంధించిన రుగ్మతలకు చికిత్స అందించుటలో బాగా ఉపయోగపడటమే కాకుండా, రక్తాన్ని శుభ్రపరుస్తుంది, విషాన్ని తొలగిస్తుంది, కీటకాలు కుట్టడం వల్ల ఏర్పడిన గాయాలను - చీమును కలిగి ఉన్న పుండ్ల వంటి పరిస్థితులను పూర్తిగా నయం చేస్తుంది. అంతేకాకుండా శరీరంలో విహరించే స్పెచ్చా రాడికల్స్ నిరోధిస్తుంది, అలాగే కాలిన గాయాలను, డెబ్బలను, అంటువ్యాధులనే కాకుండా ఇతర చర్మ సమస్యలపై బాగా పనిచేస్తుంది. ఇది ఇన్ఫ్లెక్షన్లు కలుగుజేసే బ్యాక్టీరియాను చంపుతుంది. మీలో రోగనిరోధక శక్తిని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. ఇలా చాలా రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను వేప ద్వారా పొందవచ్చు, మీ రోజువారీ జీవితంలో వేపను ఉపయోగించడం వల్ల మీ పూర్తి ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షించే 10 రకాల ప్రయోజనాలను చేకూర్చగలదు. వేప, మీలో ఉన్న రోగ నిరోధక శక్తిని బాగా పెంచుతుంది. వేపాకులను టీ తయారీలో ఉపయోగించినప్పుడు వాటిలో ఉన్న యాంటీ-బ్యాక్టీరియల్ డయాంటీ-మైక్రోబయల్ లక్షణాలు మీ శరీరంలోని రోగనిరోధక శక్తిని పెంచటానికి దోహదపడతాయి. అందుకోసం మీరు కొన్ని వేపాకులను మెత్తగా నూరి, దానిని ఒక గ్లాసు వేడినీళ్లలో కలిపి తాగాలి. ఇది మీ ఆరోగ్యాన్ని సాధారణంగా కాపాడే ఒక సులభమైన మార్గం. వేపలో డిటాక్సిఫైర్ లక్షణాలను కలిగి ఉండటం వల్ల శరీరంలో ఉన్న విష వ్యర్థాలను బహిష్కరించేలా చేయడంలో కాలేయాన్ని డ మూత్రపిండాలను ప్రేరేపిస్తాయి, అంతేకాకుండా ఇది మీ శరీర జీవక్రియను గరిష్టస్థాయికి పెంచుతుంది. వేపాకులను

పొడిగా మార్చి, ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో ఈ పొడిని డ తేనెను కలిపి సేవించండి. ఈ రకమైన మిశ్రమాన్ని సప్లిమెంట్ రూపంలో కూడా మీరు తీసుకోవచ్చు. ఇది మీ శరీరంలో ఉన్న విష వ్యర్థాలను బయటకు తొలగించడానికి సహాయపడుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను సరిగ్గా నిర్వహించడానికి : రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను స్థిరపరచడంలో వేప చాలా ప్రభావంతంగా పనిచేస్తుందని మీకు తెలుసా! వేపలో గల రసాయనిక సమ్మేళనాలు ఇన్సులిన్ రిసెప్టార్ పనితీరును మెరుగుపరచడమే కాకుండా, శరీరంలో ఇన్సులిన్ సరైన మోతాదులో విడుదలవ్వడానికి సహాయకారిగా పనిచేస్తుంది. అందువల్ల, వేపను ఉపయోగించి కూడా డయాబెటిస్ బాధపడేవారు ఇన్సులిన్ మీద తక్కువ ఆధారపడేలా చేయవచ్చు. అయితే, తీసుకోవాల్సిన మోతాదు మరియు ఇతర అంశాల గురించి మీ డాక్టర్ ఒకసారి చర్చించండి. జీర్ణశక్తి వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది : జీర్ణశక్తి ప్రేగులలో ఏర్పడిన వాపులను డ అల్సర్లను, కడుపు ఉబ్బరాన్ని, తిమ్మిర్లను డ మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది, అంతేకాకుండా స్టమక్ ఇన్ఫెక్షన్స్ రాకుండా నిరోధించడంలో వేప బాగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇది మీ జీర్ణశక్తిని పెంపొందించడంతోపాటు, శరీరం లోపల ఉన్న వ్యర్థాలను బహిష్కరించడంలో కూడా మెరుగైన పనితీరును కలిగి ఉంటుంది. మీరు రోజులో కొన్ని తాజా వేపాకులను సమలడం వల్ల మీకు మరింతగా ఉపయోగపడగలదు. కీళ్లనొప్పులను తగ్గిస్తుంది : వేపలో ఉన్న యాంటీఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు ఆర్థరైటిస్ చికిత్సకు బాగా పనిచేస్తాయి. వేపతో తయారు చేసిన నూనెలో (లేదా) పేస్టును, నొప్పులకు గురైన కీళ్ల డ కండరాల ప్రాంతాలలో వర్తించడం వల్ల మీకు ఏర్పడిన అసౌకర్యాన్ని పూర్తిగా తగ్గిస్తుంది. నోటి ఆరోగ్యాన్ని పూర్తిగా సంరక్షిస్తుంది : నోటి ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షించే ఉత్పత్తులలో వేప అనేది ఒక సాధారణమైన పదార్థంగా ఉ

పయోగించబడుతుంది. చిగుళ్ల వ్యాధులు డ నోటి దుర్వాసన కలిగించే బ్యాక్టీరియాలను తొలగించడంలో - వేపలో ఉన్న యాంటీబ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. వేప నీరును మౌత్వాష్ ఉపయోగించడం చాలా మంచిది. అలాగే వేప కొమ్మలను కూడా టూత్బ్రష్గా కూడా ఉపయోగించవచ్చు. కంటి డ చెవులలో ఏర్పడిన చిన్న ఇబ్బందులను దూరం చేస్తుంది : వేపాకులను బాగా మరగకాచిన తర్వాత, ఆ వేప నీళ్లను పూర్తిగా చల్లబరచాలి. మీ కళ్లను కడగడానికి ఈ నీటిని ఉపయోగించినట్లయితే కంటి ఇరిటేషన్, రెడ్-నెస్, అలసట నుంచి మీకు సత్వరంగా ఉపశమనమును కలగజేస్తుంది. మీ చర్మ సౌందర్యానికి స్నేహపూర్వకంగా పనిచేస్తుంది : ఒక కప్పు వేపాకులను తీసుకొని, నీటిలో వేసి బాగా మరిగించాలి. అలా మరగ కాచిన నీటిని చల్లారాక ఒక బాటిల్లో వేసి నిల్వ చేసుకోవాలి. మొటిమలు, చర్మవ్యాధులు, శరీర దుర్వాసన వంటి మొదలైన వాటిని నివారించడానికి, పైన వేపతో తయారు చేసిన మిశ్రమాన్ని కొద్దిగా మీ స్నానపు నీటిలో కలపండి. మొటిమలను పూర్తిగా నివారించడానికి వేపాకులను బాగా ముద్దగా నూరి, పేస్టు తయారు చేసుకొని, మీ ముఖానికి ఫేస్ ప్యాక్ అప్పై చేయండి. వేప నీరు స్కిన్ టోనర్గా కూడా ఉపయోగపడుతుంది. చర్మంపై కాలిన గాయాలను మాన్పించడానికి వేపాకులను ఉపయోగించటం వల్ల త్వరగా ఉపశమనం కలిగించడమే కాకుండా, ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో అల్సర్లు, ఇన్ఫెక్షన్లు ఏర్పడకుండా రక్షిస్తుంది.

అన్నిరకాల జుట్టు సమస్యలను పూర్తిగా తొలగిస్తుంది : వేపాకులను బాగా మరగకాచిన తరువాత, ఆ నీటిని చల్లార్చి మీ జుట్టును శుభ్రం చేయడానికి ఉపయోగించాలి. ఇలా చేయడం వల్ల వేపలో ఉన్న యాంటీబ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు పేనుకొరుకుడు, చుండ్రు, హెయిర్ ఫాల్, డ్రై స్కాల్డ్, రింగు రింగులుగా ఉన్న జుట్టును చికిత్స చేయడంలో బాగా సహాయపడుతుంది. ఇది మీ జుట్టును మృదువుగా, సునుపుగా చేస్తుంది. గొప్ప క్రిమిసంహారిణి : మీ ఇంట్లో ఉన్న అన్ని రకాల కీటకాలను దూరంగా నెట్టి చేయడంలో వేప చాలా అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. వేపలో నానబెట్టిన కాటన్ బట్టను మీ కిటికీకి దగ్గరలో ఉంచండి (లేదా) వేపాకులను కాల్చటం వల్ల కూడా కీటకాలను దూరం చేయవచ్చు.



సినిమా





కడుపుబ్బ నవ్వించే ‘మ్యాడ్ స్టేర్’

బ్లాక్ బస్టర్ చిత్రం ‘మ్యాడ్ కి సీక్వెల్’గా రూపొందుతోన్న ‘మ్యాడ్ స్టేర్’ కోసం సిని ప్రయులంతా ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. నార్తే నితిన్, సంగీత్ ఖోభన్, రామ్ నితిన్, విష్ణు ఓబ ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తున్న ఈ చిత్రానికి కళ్యాణ్ శంకర్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్, ఫార్చ్యూన్ ఫోర్ సినిమాస్, శ్రీకర్ స్టూడియోస్ పతాకాలపై హారిక సూర్యదేవర, సాయి సౌజన్య నిర్మిస్తున్నారు. సూర్యదేవర నాగవంశీ సమర్పకులుగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఈనెల 29న ప్రపంచ వ్యాప్తంగా భారీస్థాయిలో ఈ చిత్రం విడుదల కానుంది. ఇటీవల విడుదలైన టీజర్ కు విశేష స్పందన లభించింది. ఈ నేపథ్యంలో శుక్రవారం హైదరాబాద్‌లో జరిగిన కార్యక్రమంలో హీరో నార్తే నితిన్ మాట్లాడుతూ “మ్యాడ్- 1కి అద్భుతమైన స్పందన లభించింది. ఈసారి మ్యాడ్-2 దానికి మించి ఉంటుంది. థియేటర్లలో ఎవరూ సీట్లలో కూర్చోని ఉండరు. అంతలా నవ్వుతారు సినిమా చూస్తూ”అని అన్నారు. నిర్మాత సూర్యదేవర నాగవంశీ మాట్లాడుతూ “మంచి సినిమా తీశాము. అందరికీ నచ్చుతుందనే ఆశిస్తున్నాము. రెండు గంటల పాటు మనస్ఫూర్తిగా నవ్వుకోవడానికి ఈ సినిమాకి రంది. స్నేహితులతో కలిసి మా సినిమా చూసి ఎంజాయ్ చేయండి”అని పేర్కొన్నారు. దర్శకుడు కళ్యాణ్ శంకర్ మాట్లాడుతూ “మ్యాడ్ సినిమాను మీరందరూ చూసి ఎంజాయ్ చేశారు. ‘మ్యాడ్ స్టేర్’ అయితే దానికి పది రెట్లు ఉంటుంది.

సినిమాలంటే ప్రేమ..

రీఎంట్రీ ఇస్తానంటున్న రంభ!

అందం, అభినయంతో ప్రేక్షకులను మంత్రముగ్ధుల్ని చేసిన సీనియర్ హీరోయిన్ రంభ రీఎంట్రీకి రెడీ అవుతోంది. చాలాకాలంగా సినీ ఇండస్ట్రీకి దూరంగా ఉన్న ఆమె ఎట్టకేలకు కమి బ్యాక్ ఇచ్చేందుకు సిద్ధమైంది. ఈ మేరకు ఓ వార్త ఫిల్మ్‌దునియాలో తెగ చక్కర్లు కొడుతోంది. సినిమా అంటే నాకెంతో ప్రేమ. వెండితెరకు తిరిగి రావడానికి ఇదే సరైన సమయం అనిపిస్తోంది. పర్సామెన్స్‌కు ప్రాధాన్యత ఉండే పాత్రల్ని ఎంపిక చేసుకోవాలనుకుంటున్నాను. కొత్త తరహా పాత్రలతో ప్రేక్షకుల్ని అలరించేందుకు ఎదురుచూస్తున్నా.. అని రంభ పేర్కొన్నట్లు తెలుస్తోంది. అయితే 2023లోనూ రంభ కమి బ్యాక్ ఇస్తున్నట్లు చెప్పింది. కానీ ఏ సినిమాలోనూ కనిపించనేలేదు. ఈసారైనా ఆమె చెప్పింది నిజమైతే బాగుండంటున్నారు అభిమానులు. మరి ఎలాంటి రోల్‌తో రంభ రీఎంట్రీ ఇస్తుందో చూడాలి!

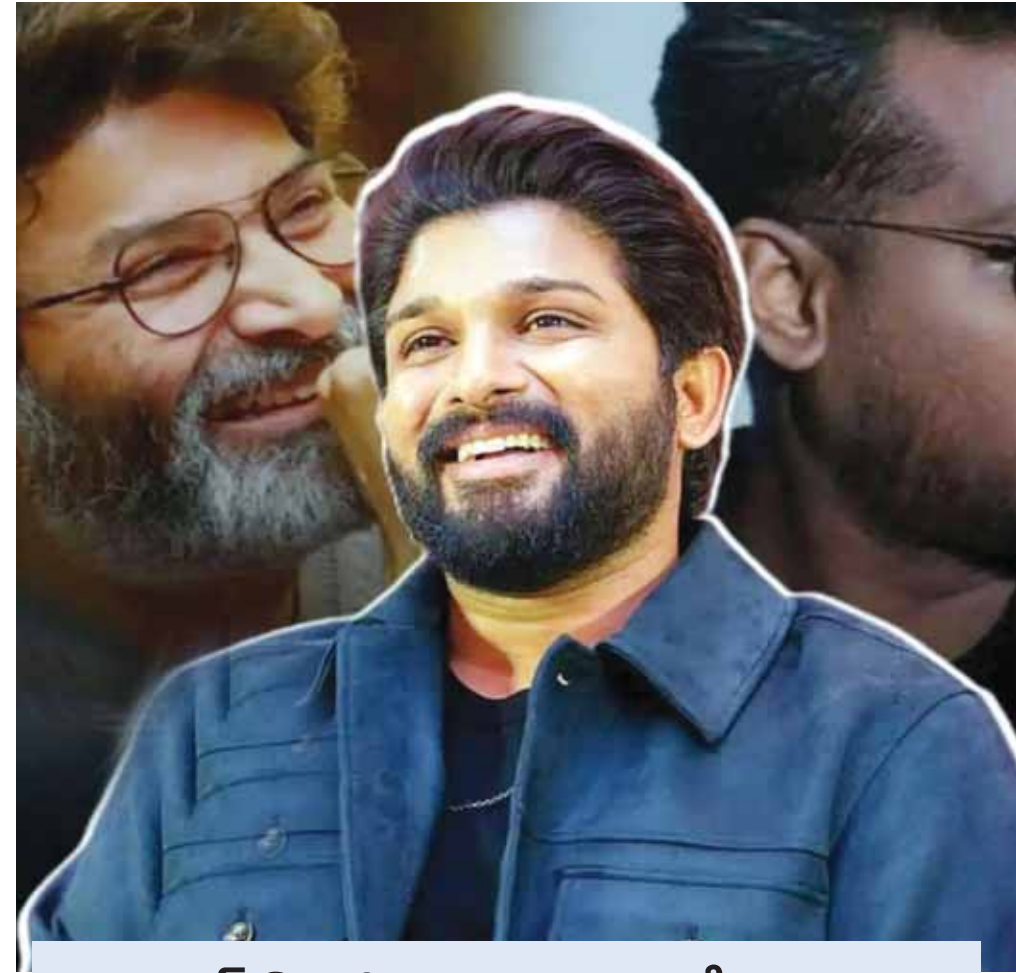
రంభ జర్నీ..

రంభ అసలు పేరు విజయలక్ష్మి. అమృత అనే పేరును స్ట్రీట్ నేమ్‌గా మార్చుకుంది. ఆమె నటించిన మొదటి చిత్రం ఆ ఒక్కటి అదక్కు ఇందులో ఆమె పేరు రంభ. తర్వాతి కాలంలో ఆమె రంభగానే కంటిన్యూ అయిపోయింది. తొలి ముద్దు, బంగారు కుటుంబం, ముద్దుల ప్రియుడు, హిట్టర్, అల్లుడా మజాకా!, బావగారు బాగున్నారా?, బొంబాయి ప్రియుడు, గణేష్, మూడుముక్కలాట.. ఇలా అనేక చిత్రాల్లో నటించింది. కన్నె పిట్టరో కన్ను కొట్టరో.. వంటి ఐటం సాంగ్స్‌లోనూ తళుక్కుమని మెరిసింది. తెలుగుతోపాటు తమిళం, మలయాళ, హిందీ, కన్నడ, బెంగాలీ భాషల్లోనూ అనేక సినిమాలు చేసింది. ఆమె నటించిన చివరి చిత్రం ద ఫిలింస్టార్ (2011లో వచ్చిన మలయాళ మామీ). 2010లో బిజినెస్‌మెన్ ఇండ్రెక్సుమార్ పద్మనాభన్‌ను పెళ్లి చేసుకుంది. వీరికి ఇద్దరు కుమార్తెలు, ఓ కుమారుడు సంతానం. వివాహం తర్వాత సినిమాలకు గుడ్‌బై చెప్పిన ఆమె కెనడాలో సెటిలైంది. కొంతకాలం తర్వాత బుల్లితెరపై తళుక్కుమని మెరిసింది. పలు డ్యాన్స్ రియాలిటీ షోలకు జడ్జిగా వ్యవహరించింది.



నేనే అత్యధిక సినిమాలు చేశాను

ఎన్నో అడ్డంకులు అవహేళనలు ఎదుర్కొని తాను ఈ స్థాయికి వచ్చానని హాస్యనటుడు బ్రహ్మానందం తెలిపారు. తనకు మా నాన్న నేర్పిన మంచి మాటలు, మంచి పద్ధతులతో వచ్చాను కాబట్టి ఇవాళ ఒక పద్మశ్రీ, ఒక దాక్షిణీ, ఒక గిఫ్ట్స్ ఐక్ వరల్డ్ రికార్డు గ్రహీతగా మీ ముందు ఉన్నానని వివరించారు. వరంగల్ నగరంలోని నిట్ లో ట్రైనింగ్ (స్ట్రీ 2025 జరిగిన మహోత్సవం కార్యక్రమంలో హాస్యనటుడు బ్రహ్మానందం ప్రసంగించారు. బ్రహ్మానందం చూలో అనగానే విద్యార్థులు కేరింతలతో హోరెత్తించారు. విద్యార్థులు ఎన్ని ఇబ్బందులు ఎదురైన మంచిగా చదువుకొని ఉన్నత స్థానాలకు చేరుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. తాను కాలేజీలో లెక్చరర్ గా పని చేశానని, లక్ష్యం పెట్టుకున్న సాధించేటప్పుడు చాలా ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయని, వాటిని అధిగమించి ముందుకు వెళ్లాలని సూచించారు. కృషి, పట్టుదలతోనే తాను ఈ స్థాయికి వచ్చానని, జీవితంలో ఎక్కడా రాజీపడకుండా ముందుకు వెళ్లాలని విద్యార్థులకు సూచించారు. ‘నా అన్ని అత్యధిక సినిమాలు చేసినవాడు ఈ ప్రపంచంలోనే ఎవడూ లేడు’ అని బ్రహ్మానందం పేర్కొన్నారు.



అల్లుఅర్జున్ కొత్త సినిమా ఎందుకు లేటు

పుష్ప 2 ది రూల్ విడుదలై మూడు నెలలు గడిచిపోయింది. ఇకపై వేగంగా సినిమాలు చేస్తానని చెప్పిన అల్లు అర్జున్ స్టేట్ మెంట్ కి భిన్నంగా ఇప్పటిదాకా కొత్త ప్రాజెక్టు స్టార్ట్ కాలేదు. నిన్ను మ్యాడ్ స్టేర్ మీడియా మీట్ లో నిర్మాత నాగవంశీ 2025 ద్వితీయార్థంలో బన్నీ త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ ప్యాన్ ఇండియా మూవీ మొదలవ్వచ్చని చూచాయగా చెప్పారు తప్పించి కాన్సిడెంట్ గా అనలేదు. అంటే స్క్రిప్ట్, థ్రీ ప్రొడక్షన్ కి మరింత ఎక్కువ సమయం పడుతుందని క్లారిటీ ఇచ్చినట్లే. దీనికన్నా ముందు కోటివడ్ దర్శకుడు అట్లీతో బకాస్ స్టార్ ఓ భారీ చిత్రాన్ని లాక్ చేసుకున్న సంగతి నెల రోజుల నుంచి చక్కర్లు కొడుతూనే ఉంది. కానీ అఫీషియల్ అనౌన్స్ మెంట్ రాలేదు. ఎందుకు లేటవుతోందనే దాని మీద అంతర్గత వర్గాల నుంచి కొంత సమాచారం అందుతోంది. అట్లీ బన్నీ కాంబోని గీత అర్ట్స్ %-% సన్ పిక్చర్స్ కలిసి నిర్మించాలనేది ప్రాథమికంగా జరిగిన ఒప్పందం. అయితే హీరో (150), దర్శకుడు (100) ఇతర తారాగణం రెమ్మ్యుసరేషన్లకే మూడు వందల కోట్లకు పైనే ఖర్చవుతుందనే లెక్క నిర్మాణ సంస్థలకు షాక్ కి గరి చేసిందట. ఇది కాకుండా ప్రొడక్షన్ కు ఎంత లేదన్నా రెండు వందల కోట్లు పక్కన పెట్టాల్సి ఉంటుంది. అంటే మొత్తం ప్రాజెక్టు ఖరీదు మొదటి స్టేజీలోనే అయిదు వందల మార్కు దాటేసింది. ఇక్కడే వచ్చింది మెలిక. పుష్ప 1800 కోట్లు పసాలు చేసింది కాబట్టి అయిదారు వందలు పెడితే సులభంగా వర్కౌట్ అవుతుందని బయటి వాళ్లకు అనిపించవచ్చు. కానీ పుష్పకు అల్లు అర్జున్ ఇమేజ్ తో సమానంగా పుష్ప ట్రాండ్ బిజినెస్, ఓపెనింగ్స్ తీసుకొచ్చింది.

ఒక్క ఏడాదిలోనే 8 బ్లాక్ బస్టర్ సినిమాలు ఇచ్చిన హీరోయిన్

సినీరంగంలో ఎవరైనా ఎప్పుడు విజయం సాధిస్తారో చెప్పలేము. కొన్నేళ్లు కష్టపడిన పనిచేసినప్పటికీ అదృష్టం కలిసిరాని తారలు చాలా మంది ఉన్నారు. మరికొందరు మాత్రం మొదటి సినిమాతోనే పాపులర్ అయినవారు ఉన్నారు. కానీ ఫస్ మూవీ సక్సెస్ అయినప్పటికీ ఆ తర్వాత అదే క్రేజ్ కంటిన్యూ చేసేవాళ్లు చాలా తక్కువ ఉన్నారు. కానీ ఈ హీరోయిన్ గురించి మీకు తెలుసా.. ? ఒక్క ఏడాదిలోనే ఏకంగా 8 బ్లాక్ బస్టర్ హిట్ చిత్రాలను అందించింది. ఇప్పటికీ ఆమె పాన్ ఇండియా లెవల్లో విపరీతమైన క్రేజ్ ఉన్న హీరోయిన్. ప్రస్తుతం ఆమె వయసు 52 సంవత్సరాలు. ఇప్పటికీ ఇండస్ట్రీలో వరుస సినిమాలతో దూసుకుపోతుంది. ఆమె మరెవరో కాదండీ.. సీనియర్ హీరోయిన్ రవీనా టాండన్. 1994లో బాక్సాఫీస్ ను ఏలింది చెప్పకోవచ్చు. రవీనా టాండన్ మొదటి చిత్రం ‘పథర్ కే పూల్’. ఈ సూపర్ హిట్ చిత్రం ద్వారా పాపులర్ అయ్యింది. ఆ తర్వాత 1994లో మోడ్రా సినిమాలో కనిపించింది. అక్షయ్ కుమార్, సునీల్ శెట్టి, నసీరుద్దీన్ షా కూడా ఈ చిత్రంలో నటించారు. గోవింద నుండి అక్షయ్ వరకు సినీరంగంలోని స్టార్స్ అందరి సరసన నటించింది. నటి రవీనా టాండన్ నటించిన 8 చిత్రాలు ఒక సంవత్సరంలో భారీ వసూళ్లు సాధించాయి. 1995లో రవీనా, షారుఖ్ కలిసి జమానా దీవానా అనే సినిమాలో నటించారు. యష్ చోప్రా షారుఖ్, రవీనాలను డర్ చిత్రంలో నటించాలని అనుకున్నాడు. కానీ ఈ సినిమా కోసం నటి రవీనాకు ఆ దుస్తులు నచ్చలేదని చెబుతున్నారు. దీని తరువాత, నటి జూపీ చావ్లా ఆ పాత్రను పోషించింది. నివేదికల ప్రకారం ఆమె ఆస్తులు రూ.166 కోట్లు. 2004లో ఆమె నిర్మాత అలిన్ తదానీని వివాహం చేసుకుంది. ప్రశాంత్ నీల్, యష్ కాంబోలో వచ్చిన కేజీఎఫ్ 2 చిత్రంలోనూ కనిపించింది రవీనా.



