

STUDY ABROAD
TOP GLOBAL DESTINATIONS
USA, Canada, UK
Free IELTS coaching
GradsUniversity
+91 6301726400

ESTD: 1999

www.woodayam.com

వుడయం

DOMESTIC & INTERNATIONAL FLIGHT TICKET
Easy Booking
Best Discounts
Get Your Tickets Now
Call Us & Book : +91 6301726400

కరీంనగర్ 10-04-2026 శుక్రవారం సంపుటి : 14 | సంచిక : 122 **SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY** రూ. 4.00 | పేజీలు : 12 **WOODAYAM Telugu DAILY**
Simultaneously Published from Karimnagar, Hyderabad, Adilabad, Khammam, Guntur & Warangal Follow us on

2020 వరకు దరఖాస్తులు అందిన బైనామాల క్రమబద్ధీకరణకు నిర్ణయం

సాదా జనానామా

కొనుగోలుదారు అఫిడవిట్ సమర్పణ తప్పనిసరి

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 9 (పుణ్యం ప్రతినిధి) : తెలంగాణలో తెల్ల కాగితాలపై జరిగిన భూ లావాదేవీల (సాదాబైనామాల)తో రైతులు ఎదుర్కొంటున్న చట్టపరమైన, ఆర్థిక సమస్యలకు పరిష్కారం లభించనుంది. 2020లో అందిన దరఖాస్తుల క్రమబద్ధీకరణకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గురువారం గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. కొనుగోలుదారు అఫిడవిట్ సమర్పిస్తే, ఆర్టివో పరిశీలన అనంతరం భూ భారతీయ యాజమాన్య హక్కులు కల్పించనున్నారు. ఈ మేరకు సీసీఎల్పి ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం 2,26,693 సాదాబైనామా దరఖాస్తులు పెండింగ్ లో ఉన్నాయి. ఈ పత్రాలకు సరైన రిజిస్ట్రేషన్ లేకపోవడంతో భూమిపై రైతులకు హక్కులు యాజమాన్య హక్కులు లేకుండాపోయాయి. దీంతో భూభారతి ఫోర్టల్లో భూమి వివరాలు నమోదు కాక, రైతులందరినీ, రైతులపై పంట ప్రభుత్వ పథకాలు అందడం లేదు. బ్యాంకు నుంచి పంట రుణాలు పొందటం కూడా రైతులకు సాధ్యమేకం లేదు. భూముల ధరలు పెరగడంతో, పాత యాజమాన్యలు, వారి వారసులు వివాదాలకు దిగడంతో రైతులు కోర్టుల మధ్య తిరుగుతున్నారు. భూమి రికార్డులు సృష్టించి రైతులకు తప్పనిసరిగా

క్రమబద్ధీకరణ చేయడం కూడా రైతులకు కష్టతరంగా మారింది. ఈ నేపథ్యంలో సాదాబైనామా సమస్యల పరిష్కారం విషయంలో సర్కార్ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా 2020 ఆక్టోబరు 12 నుంచి నవంబరు 10వ తేదీ వరకు స్వీకరించిన సాదా బైనామా దరఖాస్తుల పరిష్కారానికి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. ఈ మేరకు భూ పరిపాలన ప్రధాన కమిషనర్ నర్ లోకేష్ కుమార్ తెలిపారు. ఏవైనా అభ్యంతరాలు ఉంటే, క్రమబద్ధీకరణ ప్రక్రియను నిలిపివేసి పరిశీలన చేస్తారన్నారు. సాదా బైనామాకు సంబంధించి అక్రమమని తేలితే, క్రిమినల్ కేసు నమోదుకు సిఫారసు చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. ఈ వ్యవహారాన్ని అదుపు చేయడానికి అనుబంధంగా అనుబంధంగా అఫిడవిట్ నిబంధనలను సవరించిన సాదాబైనామా చట్టంలో, ఏదైనా తప్పుకొని సాదా బైనామా భూముల క్రమబద్ధీకరణను పూర్తి చేయాలని సర్కార్ ఆదేశించింది. భూమి కొనుగోలుదారు మాత్రమే ఆధారాలతో కూడిన అఫిడవిట్ జత చేయాలి. డి.ఎం.ఎ. ఉంటుంది మాత్రమే ఆధారాలతో అఫిడవిట్ జత చేయాలి. ఆర్టివో ఓకే అంటే, 30 రోజుల్లో పరిష్కారం జరిగి అఫిడవిట్ సమర్పించాలి. 2020 నుంచి ఇప్పటి వరకు వారి భూ యజమాని పేరును భూ భారతీయ

విరమణ విలవిల

ఆగని ఇజ్రాయెల్ దాడులు, అమెరికా ప్రతిపాదనలకు ఇరాన్ నో

మా డిమాండ్లు నెరవేరకపోతే ఇరాన్ పై తీవ్రమైన దాడులు తప్పవు, మా సైన్యం అక్కడే ఉంది : ట్రంప్

ఇజ్రాయెల్ దాడుల నీడలో దౌత్యం బతకజాలదని ఇరానియన్ వ్యాఖ్య
పాకిస్థాన్ చర్యలకు సన్నాహాలు, యుద్ధం వట్ల అమెరికాలో వ్యతిరేకత

అమెరికా దేశంపై ఇరాన్ దాడులు చేయాలని డిమాండ్లు చేస్తున్నారని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు.

అఫిడవిట్ సమర్పణ కుదుర్చు
భూభారతి రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియలో ఎమ్మార్వో సంయుక్త సబ్ రిజిస్ట్రార్లు సహాయకారిగా ఉండేందుకు నియమించిన ఫీల్డ్ టెక్నికల్ స్టాఫ్ సంఖ్యను కుదిస్తూ రెవెన్యూశాఖ తాజాగా ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ప్రస్తుతం తెలంగాణ వ్యాప్తంగా 636 మంది ఫీల్డ్ టెక్నికల్ స్టాఫ్ పనిచేస్తున్నారు. 2020 నుంచి ఇప్పటి వరకు వారి భూ యజమాని పేరును భూ భారతీయ

అమెరికా దేశంపై ఇరాన్ దాడులు చేయాలని డిమాండ్లు చేస్తున్నారని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు.

అమెరికా దేశంపై ఇరాన్ దాడులు చేయాలని డిమాండ్లు చేస్తున్నారని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు.

సూర్యుడి వాడి 40 దాటిన వేడి
హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 9 (ఎఎన్) : రాష్ట్రంలో ఎండలు దంచి కొడుతున్నాయి. ఉదయం 8 దాటిందంటే చాలు భానుడి భగభగలు ప్రజల్ని ఉప్పిరికించి చేస్తున్నాయి. ఇక ఉదయం 10 తర్వాత రహదారులు నిర్మాణంగా మారుతున్నాయి. హైదరాబాద్ నగరంలో పాటు చాలా పట్టణాల్లో

జాలో ఇదే పరిస్థితి. ఇక తీవ్రమైన ఎండలకు తోడు ఉక్కుపోతతో ప్రజలు అల్లాడిపోతున్నారు. సీసీలు, కూలర్లు, ఫ్యాన్లు కింద పడితీరుతున్నారు. కాగా రాష్ట్రంలో ఉష్ణోగ్రతలు మరో 3 డిగ్రీలు పెరుగుతాయని హైదరాబాద్ వాతావరణ కేంద్రం అధికారులు హెచ్చరించారు. ఉమ్మడి ఖమ్మం, మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలకు గురువారం ఆరంభం అలర్జీ జారీ చేశారు.

అమెరికా దేశంపై ఇరాన్ దాడులు చేయాలని డిమాండ్లు చేస్తున్నారని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. ఇరాన్ దాడులు చేస్తే అమెరికా దేశంపై దాడులు చేస్తామని ట్రంప్ హెచ్చరించారు.

భారీ పోలింగ్, ప్రశాంతం

అసోం, కేరళ, పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు



ASSAM
అసోం శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు. అసోం, కేరళ, పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు. అసోం, కేరళ, పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు.

అసోం : అసోం శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు. అసోం, కేరళ, పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు.

కేరళ : కేరళ శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు. అసోం, కేరళ, పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు.

పుదుచ్చేరి : పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు. అసోం, కేరళ, పుదుచ్చేరి శాసనసభ ఎన్నికల ఓటింగ్ లో స్వల్ప ముటనలు.

ఎమ్మెల్యే పల్లకు సైబర్ ఉచ్చు టోపీ

నియోజకవర్గ ప్రజలకు ఒక్కో రికీ రూ.10 లక్షలు రుణం ఇప్పిస్తామని ఫోన్ లో నమ్మించి రూ. లక్ష కాజేసిన వ్యక్తి
హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 9 (ఎఎన్) : జనగామ ఎమ్మెల్యే పల్లకు సైబర్ ఉచ్చు టోపీ. నియోజకవర్గ ప్రజలకు ఒక్కో రికీ రూ.10 లక్షలు రుణం ఇప్పిస్తామని ఫోన్ లో నమ్మించి రూ. లక్ష కాజేసిన వ్యక్తి.

త్వరలోనే 15 వేల అంగన్ వాడీ పోస్టులు

మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి సీతక్క ప్రభుత్వ పరిశీలనలో జిల్లాలు పెంపు అంతం ఇందిరమ్మ ఇండ్ల కేటాయింపులోనూ అంగన్ వాడీలకు ప్రాధాన్యం
మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి సీతక్క
ప్రభుత్వ పరిశీలనలో జిల్లాలు పెంపు అంతం ఇందిరమ్మ ఇండ్ల కేటాయింపులోనూ అంగన్ వాడీలకు ప్రాధాన్యం.

ప్రముఖ రచయిత ఉదయభాను కన్ను మూత
హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 9 (ఎఎన్) : ప్రముఖ రచయిత ఉదయభాను కన్ను మూత.

బడిలో ఆకలికి చోటుండదు

జూన్ రెండు నుంచి పాఠశాలల్లో అల్పాహారం, కళాశాలల్లో మధ్యాహ్న భోజనం

రాష్ట్రంలో ప్రతి బిడ్డ ఎంత చదువుకుంటే అంత వరకు అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించి మన విద్యార్థులను మంచి మానవ వనరులుగా తీర్చిదిద్దాలన్నదే సిఎం రేవంత్ ఆశయం
యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్ తోపాటు నియోజకవర్గానికి ఒక తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్ • విద్యతోనే అంతరాలు లేని, ఆదర్శ సమాజ నిర్మాణం

డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క
అల్పాహార పథకం, ఇంటర్మీడియట్ కళాశాల విద్యార్థులకు ఉచితంగా మధ్యాహ్న భోజనం ప్రారంభించనున్నట్లు ప్రకటించారు. విద్యార్థులకు రాష్ట్ర భవిష్యత్తు, వారి ఎదుగుదలలో రాష్ట్రం నిధులు కేటాయించినట్లు వివరించారు. గత పదేండ్లు ఆది కారంలో ఉన్నా బీఆర్ఎస్ నేతలు సమర్థిగా ఉన్న రాష్ట్ర వనరులను దేనికోసం ఖర్చు పెట్టాలో తెలియదని వెల్లడించారు. దీంతో రాష్ట్రం డోపిడీకి గురైనది ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గురువారం ఆయన ఖమ్మం జిల్లాలో పర్యటించిన భట్టి విక్రమార్క... బోసకల్లు, ఎర్రపాలెం మండల కేంద్రాల్లో అమ్మ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలు, ఇంటర్ కళాశాల విద్యార్థులకు ఉచితంగా సైకిల్ పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ కేవలం విద్య ద్వారానే అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని అభివేల రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించిన సామాజిక, ఆర్థిక, విద్య, ఉపాధి, రాజకీయ, కుల సర్వే ద్వారా కూడా స్పష్టమైందన్నారు. అక్షరమే ఆయుధంగా మలుచుకొని తెలంగాణ బిడ్డలు చదువుకొని జాగా ఎదగాలన్నారు. ఏ ఆయుధం తెలంగాణ బిడ్డలను నిలబెట్టలేదని చెప్పారు.

కెసిఆర్ ను కలిసి చేరుతా

కెసిఆర్ తో జీవన్ రెడ్డి
జీవన్ రెడ్డి నిబద్ధత కలిగిన నేత
2014లోనే కేసిఆర్ ఆయుర్ పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు
ఆయన అనుభవం, సేవలను కాంగ్రెస్ వినియోగించుకోలేకపోయింది
బీఆర్ఎస్ లో చేరాలని ఆయన్ను కోరారు
మీడియాలో బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేసిఆర్ • జిల్లాల్లో జీవన్ రెడ్డితో భేటీ

కెసిఆర్ ను కలిసి చేరుతా
కెసిఆర్ ను కలిసి చేరుతా. కేసిఆర్ ను కలిసి చేరుతా. కేసిఆర్ ను కలిసి చేరుతా.



విద్యుత్ ఆర్దిజన్ల సమ్మెకు సీబిటియూ సంపూర్ణ మద్దతు

పెద్దపల్లి ఏప్రిల్ 09 (పుదయం ప్రతినిధి) తమ న్యాయమైన డిమాండ్ల సాధన కోసం డిపీఎక జీవీసీ ఆధ్వర్యంలో విద్యుత్ ఆర్దిజన్ కార్మికులు చేపట్టిన నిరవధిక సమ్మెకు సీబిటియూ పూర్తి మద్దతు ప్రకటించింది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా బుద్ధవారం ఆర్దిజన్ కార్మికులు సమ్మె చేపట్టారు. పెద్దపల్లి సర్కిల్ కార్యాలయం ముందు జరుగు తున్న సమ్మెలో సీబిటియూ జిల్లా సహాయ కార్యదర్శి జి జ్యోతిషీపెల్లి రవీందర్ లు హాజరై మాట్లాడుతూ...

రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా విద్యుత్ ఆర్దిజన్ల 'నిరవధిక సమ్మె'చేస్తున్న విద్యుత్ కార్మికులు ప్రాణాలకు తెగించి విధులు నిర్వహిస్తున్న ఆర్దిజన్ కార్మికుల పట్ల ప్రభుత్వం, విద్యుత్ సంస్థల యాజమాన్యం నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించడం సరికాదన్నారు. వంగల్ ఎస్పీజీసీఎల్ ముందు చేలాది మందితో మహాధర్మా చేసినా స్పందించకపోవడం ప్రభుత్వ మొందివైఖరికి నిదర్శన మన్నారు ఒకే సంస్థలో రెండు రకాల సర్వీస్ రూల్స్ అమలు చేస్తూ వివక్ష చూపడం దారుణమన్నారు. అర్హత కలిగిన కార్మికులకు వెంటనే కన్వర్షన్ ఇవ్వాలని, అన్వైస్డ్ కార్మికులను ఆర్దిజన్లుగా గుర్తించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఊజీ 11 ప్రకారం పీసీ రేట్, స్టాల్ బిల్డింగ్ కార్మికులకు కనీస వేతనాలు అమలు చేయాలన్నారు. కార్మికుల న్యాయమైన కోర్కెలు తీర్చి వరకు సీబిటియూ అండగా ఉంటుందని, అవసరమైతే ఈ పోరాటాన్ని రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉధృతం చేస్తామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జూజు నాయకులు కార్మికులు ఒబుఖవయ్యి కిషన్ రెడ్డి,చైర్మన్ ఎల్లయ్య,యూనైటెడ్ ఎంప్లాయిస్ యూనియన్ జుగు అనుబంధం ఎస్సె నర్సయ్య,డివిజన్ కార్యదర్శి సరేష్,కొండయ్య, ఆర్దిజన్ కార్మికులు జడలు సత్యనారాయణ, శాఖీం,అన్వైండ్ కార్మికులు మాంకాళి రాజు ,చిన్నయ,రమేష్,జగన్,రాజు, తదితరులు పాల్గొన్నారు....

ఫలితాల్లో మోడల్ గా నిలవాలి

విద్యార్థులు మంచి ప్రతిభ చూపాలి కరీంనగర్ కలెక్టర్ చిత్రా మిశ్రా



కరీంనగర్ ఏప్రిల్ 9(పుదయం ప్రతినిధి)చిగురుమామిడి జడ్పీసె్ఎస్ స్కూల్, ముల్లనూరు మోడల్ స్కూల్ సందర్శన ముల్లనూరు మోడల్ స్కూల్ ఫలితాల్లో సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించాలని, ఇందుకు విద్యార్థులు అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనపరచాలని జిల్లా కలెక్టర్ చిత్రా మిశ్రా సూచించారు. గురువారం కరీంనగర్ జిల్లా చిగురుమామిడి మండలం జడ్.పి.సె్ఎస్ పాఠశాల ను కలెక్టర్ సందర్శించారు. పాఠశాల పరిసరాలను పర్యవేక్షించారు. పాఠశాల విస్తీర్ణం ఎంత... విద్యార్థులు ఎంతమంది చదువుతున్నారో.. విద్యాభ్యాసం ఎలా ఉంది తదితర వివరాలను అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం ముల్లనూరు గ్రామంలోని మోడల్ స్కూల్ ను కలెక్టర్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో మాట్లాడారు. ఎలా చదువుతున్నారో.. వసతులు ఎలా ఉన్నాయో.. పరీక్షలు ఎలా రాస్తున్నారో అని అడిగి తెలుసుకున్నారు. మోడల్ స్కూల్ పరిసరాలు, భవన సముదాయాన్ని పరిశీలించారు. ఏమైనా పెండింగ్ వర్క ఉంటే వెంటనే కంప్లీట్ చేయాలని ఆదేశించారు. విద్యార్థులు అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబరచి మంచి ఫలితాలు సాధించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్డిఓ మహేశ్వర్, జిల్లా పంచాయతీ అధికారి జగదీశ్వర్ తహసీల్దార్ ముద్దసాని రమేష్ పంపిటీ విజయ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డబుల్ బెడ్ రూమ్ ఇళ్లను సిద్ధం చేయండి.

కరీంనగర్ కలెక్టర్ చిత్రా మిశ్రా.



కరీంనగర్ ఏప్రిల్ 9(పుదయం ప్రతినిధి) డబుల్ బెడ్ రూమ్ ఇండ్ల నిర్మాణానికి సంబంధించిన బ్యాలెన్స్ వర్క సత్కరమే పూర్తి చేసి ఇండ్లను సిద్ధం చేసి ఉంచాలని జిల్లా కలెక్టర్ చిత్రా మిశ్రా అధికారులను ఆదేశించారు. గురువారం కరీంనగర్ లోని గాంధీ నగర్ లో డబుల్ బెడ్ రూమ్ ఇండ్ల బ్లాక్ లను జిల్లా కలెక్టర్ పరిశీలించారు. ఇండ్లకు సంబంధించిన పెండింగ్ పనులు ఏమేమీ ఉన్నాయని అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. బ్యాలెన్స్ వర్క్ ను వెంటనే చేపట్టి డబుల్ బెడ్ రూమ్ ఇండ్లను సిద్ధం చేసి ఉంచాలని ఆదేశించారు. ఈ పనులపై ఆర్ అండ్ బి అధికారులు ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని పేర్కొన్నారు. బ్లాక్ ల వారీగా డబుల్ బెడ్ రూమ్ ఇండ్లను అన్ని రకాలుగా సరిసిద్ధం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ సూచించారు. ఆర్ అండ్ బి ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ నరసింహ చారి, పలువురు అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముద్దసాని ఆశీర్వాదాలను కొరసాగిస్తాం

దామోదర్ రెడ్డి విగ్రహోవిష్కరణ సభలో ప్రభుత్వ విప్ చింతకుటు విజయరమణారావు

కరీంనగర్ ఏప్రిల్ 9(పుదయం ప్రతినిధి) : రైతుల కోసం, పేద ప్రజల సంక్షేమం కోసం దివంగత ముద్దసాని దామోదర్ రెడ్డి నిరంతరం కృషి చేశారని, ఆయన ఆశయాలను సదా కొనసాగిస్తామని ప్రభుత్వ విప్, పెద్దపల్లి ఎమ్మెల్యే చింతకుటు విజయ రమణారావు అన్నారు. వచ్చే ఏడాది జరగనున్న 15వ వర్ధంతి కార్యక్రమం రోజున జమ్మికుంటలో ఆయన విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేసి వదివేల మందితో సభ నిర్వహిస్తామని ఆయన స్పష్టం చేశారు. మాజీ మంత్రి, దివంగత ముద్దసాని దామోదర్ రెడ్డి 14వ పురస్కరించుకొని మానకొండూరు మండలం సదాశివ



పల్లి జంక్షన్ లో నెలకొల్పిన ఆయన వర్ధంతి పురస్కరించుకుని గురువారం ఆయన కాంస్య విగ్రహాన్ని మానకొండూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ తో కలిసి ఆవిష్కరించారు. సదార్థంగా ఆయనకు ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం అలుగునూరులోని శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ కన్వెన్షన్ లో నిర్వహించిన ముద్దసాని దామోదర్ రెడ్డి వర్ధంతి సభ నిర్వహించారు. డిపీసీసీ ఎస్సీ సెల్ చైర్మన్, మానకొండూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సభకు ప్రభుత్వ విప్ చింతకుటు విజయ రమణారావు మాట్లాడుతూ పేద ప్రజలు, కార్యకర్తల పూర్వాయాల్లో చెరగని ముద్ర వేసుకున్న దామోదర్ రెడ్డి విగ్రహాన్ని ఎప్పుడో ఏర్పాటు చేయాల్సి ఉందని, అనివార్య కారణాలవల్ల కార్యరూపం దాల్చలేదన్నారు. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాకు నాయకత్వం వహించిన దామోదర్ రెడ్డి ఎంతోమంది నాయకులను తీర్చిదిద్దారని అన్నారు. తనతో పాటు మాజీ మంత్రి కొప్పల ఈశ్వర్, కరీంనగర్ ఎమ్మెల్యే గంగుల కమలాకర్, మాజీ ఎమ్మెల్యే గుర్జు రెడ్డి లను ఎమ్మెల్యేలను చేసిన ఘనత దామోదర్ రెడ్డి కే దక్కుతుందన్నారు. దామోదర్ రెడ్డి వల్లనే తాను ఈ స్థానికి వచ్చానని విజయ రమణారావు సగర్వంగా చెప్పారు. ప్రజలతో, పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలతో ఎలా ఉండాలో, వారికి దగ్గరగా ఉండి ఎలా పనులు చేయాలో దామోదర్ రెడ్డిని చూసి నేర్చుకున్నానని తెలిపారు. మా సోదరులు చనిపోతే తమకు దగ్గరుండి పని చేశారని గుర్తు చేశారు. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా అధ్యక్షుడిగా ప్రతిపక్ష హోదాలో ఉన్నటువంటి ఏకైక ఎమ్మెల్యే ముద్దసాని దామోదర్ రెడ్డి అని, 1994లో జరిగిన ఎన్నికల్లో మెజార్టీ స్థానాల్లో పార్టీ అభ్యర్థులను గెలిపించుకుని రాష్ట్రంలో తెలుగుదేశం పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చేందుకు కృషి చేశారని కొనియాడారు. నిరంతరం ఆయన బడుగు బలహీన వర్గాల ప్రజల కోసం, రైతుల కోసం కృషి చేశారని అన్నారు. కమలాపూర్



నియోజకవర్గంలో ఒక్క మడి కూడా ఎండకండా కాలువ ద్వారా నిరంతరం నీళ్లు పారించిన ఘనత ఆయనకే దక్కిందన్నారు. అనాడు గ్రామాల్లో నక్కలైట్ల ఉద్యమం కొనసాగుతున్న నందర్బం లో చాలామంది యువకులు గ్రామాల్లో ఉండలేని పరిస్థితి నెలకొన్నదని తెలిపారు. పార్టీ కార్యకర్తలు ఎన్నోబట్టర పాలు కాకుండా, పోలీసు దెబ్బలు తినకుండా కంటికి రెప్పలా కాపాడుకున్నారని గుర్తు చేశారు. తనను నమ్ముకున్న పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలకు, ప్రజలకు న్యాయం చేశారని అన్నారు. ఆయన ఒక్కపిలుపు ఇస్తే పదివేల మంది కార్యకర్తలు ఒక చోటికి చేరేవారన్నారు. కమలాపూర్ నియోజకవర్గం తెలుగుదేశం పార్టీకి కంచుకోటలా తయారు చేశారని,ఇప్పటికీ ఆ నియోజకవర్గంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ గెలవలేదని అన్నారు. రెండు దశాబ్దాల పాటు పరుగు విజయాతో దూసుకుపోయిన దామోదర్ రెడ్డి,2004 ఎన్నికల్లో అనారోగ్య కారణాల వల్లనే ఆయన ఓటమి చెందారని తెలిపారు. దామోదర్ రెడ్డి భౌతికంగా లేకపోయినా ప్రజల గుండెల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయారని, ఆయన గురించి తలవని ఊరు, మనిషి లేదని అన్నారు. ఆయన ఆశయ సాధన కోసం అందరం కలిసికట్టుగా పనిచేయాలని విజయ రమణారావు పిలుపునిచ్చారు. పేద ప్రజల పక్షపాతి దామోదర్ రెడ్డి “మానకొండూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ” రెండు దశాబ్దాల పాటు సుదీర్ఘకాలంగా ఎమ్మెల్యేగా మంత్రిగా పని చేసిన ముద్దసాని దామోదర్ రెడ్డి పేద ప్రజల పక్షపాతి అని మానకొండూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వం పల్లి సత్యనారాయణ అన్నారు. ముద్దసానిది మా పక్క ఊరి కావడంతో ఆయన వద్దకు పని చేసి వెళ్లినా కూడా కాదనకుండా చేశారని గుర్తు చేశారు. ఆయన ధోను తీశారు అంటే ఆ పని కచ్చితంగా కావాల్సిందేనని అన్నారు. ఆయనను నమ్ముకున్న పార్టీ కార్యకర్తలు, ప్రజలకు ఎంతో సేవ చేశారని గుర్తు చేశారు. దేవాలయాల్లోకి దళితులను రానివ్వ లేని రోజుల్లో ఇల్లందకుంబ దేవస్థానానికి దళితుడిని చైర్మన్ చేసిన ఘనత దామోదర్ రెడ్డి కే దక్కుతుందని అన్నారు. తన కుటుంబ సభ్యులు వ్యతిరేకించినా కూడా ఒక దళితురాలిని ప్రేమించి పెళ్లి చేసుకున్నారని అన్నారు. దామోదర్ రెడ్డి విగ్రహాన్ని దామోదర్ రెడ్డి నాయకత్వం ఎంతోమందికి రోల్ మోడల్ గా నిలిచిందని, ఆయన నాయకత్వంలో పలువురు ఎమ్మెల్యేలుగా, ప్రజా ప్రతినిధులుగా ఎన్నికయ్యారని అన్నారు. దామోదర్ రెడ్డి సన్మూర్తి ప్రభుత్వ విప్ విజయ రమణారావు ఆయన విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేసేందుకు చేసిన కృషి మరచలేదన్నారు. ఆయన ఆశయ సాధన కోసం పాటుపడతామని సత్యనారాయణ స్పష్టం

2 పాడి గేదెల పెంపకం ఫీల్డర్ల దరఖాస్తు గడువు ఏప్రిల్ 16 వరకు పొడిగింపు : కార్యనిర్వహక సంచాలకులు జి. శ్రావణ్ కుమార్

పెద్దపల్లి, ఏప్రిల్ -09 (పుదయం ప్రతినిధి) వార్షిక ప్రణాళిక 2025-26 సంవత్సరానికి గాను జిల్లాలో అమలు చేస్తున్న 2 పాడి గేదెల పెంపకం పథకానికి సంబంధించి ఆన్లైన్ దరఖాస్తుల గడువును ఏప్రిల్ 16 వరకు పొడిగించినట్లు జిల్లా పెద్దపల్లి కులాల సహకార అభివృద్ధి సంస్థ లిమిటెడ్ కార్యనిర్వహక సంచాలకులు జి. శ్రావణ్ కుమార్ గురువారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.జిల్లాలోని ఎస్సీ వర్గానికి చెందిన నిరుద్యోగ యువకులు, యువకులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆయన కోరారు. ఇప్పటికే ఆన్లైన్లో దరఖాస్తు చేసిన అభ్యర్థులు సంబంధిత మున్సిపల్ , మండల పరిషత్ కార్యాలయాల్లో తమ దరఖాస్తులను సమర్పించాలని సూచించారు. పథకానికి దరఖాస్తు చేసుకోవాలనుకునే అభ్యర్థులు ఆలోచించి, రేషన్ కార్డు/సర్టిఫైడ్ సెక్యూరిటీ కార్డు, కుల దృవీకరణ పత్రం (మీ సెవ జారీ చేసినది), ఆదాయ దృవీకరణ పత్రం (మీ సెవ జారీ చేసినది), పాస్పోర్ట్ సైజు ఫోటోలు సమర్పించాల్సి ఉంటుందని తెలిపారు.ఆదేవిధంగా, పాడి గేదెల పథకం కోసం కనీసం 10 గంటల భూమి కలిగి ఉండటం తప్పనిసరి అని పేర్కొన్నారు.కాపుల ఆసక్తి కలిగిన ఏప్రిల్ 16 లోపు <https://tgbomms.cgg.gov.in> వెబ్సైట్లో ఆన్లైన్ ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకోవాలని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కార్యనిర్వహక సంచాలకులు ఆ ప్రకటనలో తెలిపారు.

ఆయుష్ అధ్యర్షంలో యోగా, మోగ వైద్య శిబిరాలు

పెద్దపల్లి ఏప్రిల్ 09 (పుదయం ప్రతినిధి) ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యక్రమంలో భాగంగా తేదీ 10-04-2026 శుక్రవారం రోజున ఆయుష్ శాఖ, పెద్దపల్లి జిల్లా ఆధ్వర్యంలో యోగా శిబిరం మరియు ఆయుష్ మోగ వైద్య శిబిరం నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆయుష్ శాఖ జిల్లా ఇన్చార్జ్ డాక్టర్ అరుణ పేర్కొన్నారు. హోమియోపతి వైద్య పితామహుడు డాక్టర్ శామ్సుల్ హానిమాన్ జన్మ దినమును పురస్కరించుకొని ఆయుష్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న యోగా శిబిరాన్ని స్థానిక ప్రభుత్వ ఆసుపర్ల కళాశాలలో ఉదయం 6:30 గంటల నుండి నిర్వహిస్తున్నట్లు వారు పేర్కొన్నారు. ఈ యోగా శిబిరానికి జిల్లా అధికారులు పాల్గొనున్నారు. ఇక్కడ కార్యక్రమానికి పెద్దపల్లి పట్టణ మరియు పరిసర ప్రాంత ప్రజలు హాజరై విజయవంతం చేయాల్సిందిగా వారు కోరారు. యోగా శిబిరం అనంతరం పెద్దపల్లి జిల్లా ఆసుపర్ల ఆధ్వర్యంలో ఆయుర్వేద, హోమియో, యునాని మోగ వైద్య శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు జిల్లా ఇన్చార్జ్ వైద్యులు డాక్టర్ అరుణ తెలిపారు. ఈ వైద్య శిబిరంలో అన్ని రకాల దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు, కీళ్ల నొప్పులు, నడుము నొప్పులు, కీళ్ల వాళ్లం, దగ్గు, దమ్మ, ఆస్మా వంటి అన్ని రకాల జన్మలకు ఉచితంగా వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి మందులు పంపిణీ చేస్తామని వారు తెలిపారు శిబిరంలో ప్రజల ఆధిక సంఖ్యలో హాజరై సద్వినియోగం చేసుకోవాలని వారు తెలిపారు.

పీఠికాలపై ప్రతిపక్షాల దుష్ప్రచారం

ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి

కరీంనగర్ ఏప్రిల్ 9(పుదయం ప్రతినిధి) కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న పథకాలపై ప్రతిపక్షాల ఉద్దేశపూర్వకంగా దుష్ప్రచారం కొనసాగిస్తున్నాయని మానకొండూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ అన్నారు. గురువారం శంకరపట్నం మండల కేంద్రంలోని రైతు వేదికలో సీఎంఆర్ఎఫ్, కల్యాణ లక్ష్మి చెక్కులను ఆయన పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ ప్రజలకు ఇచ్చిన మాట ప్రకారం సంక్షేమ పథకాలను ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్నదని అయితే ఈ పథకాలపై ప్రజల నుంచి వస్తున్న ఆదరణ చూసి ప్రతిపక్షాలు బెంబేలెత్తిపోయి దుష్ప్రచారాలకు ఒడిగట్టాయని ఆయన విమర్శించారు. పదేళ్ల బీఆర్ఎస్ పాలనలో కొత్త రేషన్ కార్డులు, డబుల్ బెడ్ రూమ్ ఇళ్లు ఇచ్చిన పాపాన పోలేదని ఆయన ఆరోపించారు. ప్రభుత్వం మహిళలకు ఆర్డీసీ బస్సుల్లో ఉచిత ప్రయాణం, 200 యూనిట్లలోపు విద్యుత్ వాడకు దారులకు ఉచిత విద్యుత్తు, కొత్త రేషన్ కార్డులు, ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, సన్న బియ్యం, సన్నపదక 500 బోసన్, రైతు భరోసా పథకాల ప్రభుత్వం అమలు చేస్తుండడంతో ప్రతిపక్షాలకు మింగుడు పడక దుష్ప్రచారం కొనసాగిస్తున్నాయని, వీటిని ప్రజలు, కాంగ్రెస్ శ్రేణులు తిప్పి పట్టాలని ఎమ్మెల్యే కోరారు. రహస్య ఆర్థిక పరిస్థితి బాగా లేకున్నప్పటికీ ఆదాయ మార్గాలను అన్వేషించుకుంటూ సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేసి తీరుతామని డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ స్పష్టం చేశారు. సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ కింద ఇప్పటివరకు 24 విధతల్లో చెక్కులు పంపిణీ చేశామని, 24వ విధతలో 102 మంది లబ్ధిదారులకు 28 లక్షల 21 వేలు మంజూరు, కాగా వాటిని చెక్కులు రూపంలో పంపిణీ చేస్తున్నట్లు



ఎమ్మెల్యే వివరించారు. అలాగే 91 మందికి కళ్యాణ లక్ష్మి చెక్కులు అందించినట్లు చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో శంకరపట్నం తాసిల్దార్ కే సురేఖ, ఎంపీడీవో కృష్ణ ప్రసాద్, మాజీ జడ్పీటీసీ, పిసీసీ సభ్యుడు అత్తిని శ్రీనివాస్ గౌడ్, శంకరపట్నం మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు గోపాల్ బిస్వాగౌడ్, ఎంపిసి వైస్ చైర్మన్ నాంపల్లి తిరుపతి, కొత్తగట్టు బెంపుల్ల చైర్మన్ కోరం రాజిరెడ్డి,పార్టీ నాయకులు ఉప్పుగళ్ల మల్లారెడ్డి, బండారు తిరుపతి, కవ్వం పద్మ, చింతరెడ్డి పద్మ, దుర్గం తిరుపతి, గొట్టె మధు ఊకంటి మధుకర్, ఉప్పుగళ్ల మల్లారెడ్డి, కోరం రాజిరెడ్డి, ఎగ్గని రమేష్, తాటికొండ సదానందం, నేరెళ్ల సంతోష్, ఆడెపు అజయ్ షాంకర్, ఇషాముద్దీన్, మహేశ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. “అంగన్వాడీ భవన ప్రారంభం” శంకరపట్నం మండలం గుడూడి పల్లె గ్రామంలో సూతంగా నిర్మించిన అంగన్వాడీ కేంద్రం భవనాన్ని గురువారం మానకొండూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ ప్రారంభించారు.

గ్యాస్ సరఫరా పీఠికలపై జిల్లా స్థాయి కమిటీ ఏర్పాటు చేయాలి: జిల్లా కలెక్టర్ కాళియ శ్రీ హర్ష

గ్యాస్ సరఫరా లో అంతరాయం లేకుండా సమన్వయంతో చర్యలు అడ్డంకులు తొలగిస్తూ పైపులైన్ పనులను వేగవంతం చేయాలి

సి.ఎన్.జి స్టేషన్లు, డోమెస్టిక్, ఇండస్ట్రియల్ కనెక్షన్ విస్తరణపై దృష్టి ప్రజల ఫిర్యాదులపై తక్షణ స్పందనకు వ్యవస్థ బలోపేతం

పెద్దపల్లి, ఏప్రిల్ 09 (పుదయం ప్రతినిధి) :జిల్లాలో గ్యాస్ సరఫరా పర్యవేక్షణకు జిల్లా స్థాయి కమిటీ ఏర్పాటు చేస్తూ, గ్యాస్ సరఫరాలో ఎలాంటి అంతరాయం లేకుండా సమన్వయంతో చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష తెలిపారు. గురువారం సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్ లో గ్యాస్ సరఫరా అంశంపై జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష ఆదనపు కలెక్టర్లు జె. అరుణ శ్రీ, డి. వెణు, డిపీఐ రాంరెడ్డిలతో కలిసి సంబంధిత అధికారులతో సమీకృత నిర్వహణ కార్యక్రమం ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ, కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు గ్యాస్ సరఫరా సంబంధించి జిల్లా స్థాయి కమిటీ ఏర్పాటు చేయాలని తెలిపారు. ఈ కమిటీకి జిల్లా కలెక్టర్ చైర్మన్ గా, ఆడిషనల్ కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) వైస్ చైర్మన్ గా వ్యవహరిస్తారని పేర్కొన్నారు.

కమిటీలో జిల్లా అటవీ అధికారి, ఎస్. హెచ్.ఎ.బి ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్, మున్సిపల్ కమిషనర్లు, పోలీస్ కమిషనర్, ఐ.ఓ.ఎల్ ప్రతినిధి సహా మొత్తం 14 మంది సభ్యులు ఉంటారని తెలిపారు. ఐ.ఓ.ఎల్ ఆధ్వర్యంలో జగిత్యాల, పెద్దపల్లి, కరీంనగర్, సి రిసీల్ల జిల్లాల్లో గ్యాస్ ప్రాజెక్ట్ పనులు కొనసాగుతున్నాయని తెలిపారు. ఇందులో సి.ఎన్.జి స్టేషన్లు, డోమెస్టిక్, ఇండస్ట్రియల్, కమ్యూనిటీ కనెక్షన్ ఏర్పాటు జరుగుతోందన్నారు. ప రామగుండంలో 3 సి.ఎన్.జి స్టేషన్లు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. రామగుండం నుంచి కరీంనగర్ వరకు 50 కిలోమీటర్ల పైపులైన్ పనులు ప్రారంభించారు, అందులో 20 కిలోమీటర్ల పూర్తయ్యాయని, మిగిలిన 30 కిలోమీటర్ల పనులు కొనసాగుతున్నాయని తెలిపారు.



లేకుండా సజావుగా కొనసాగేందుకు ముందున్న చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ప్రజల నుండి వచ్చే ఫిర్యాదులను వెంటనే పరిష్కరిస్తూ విధంగా వ్యవస్థను బలోపేతం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో జెడ్పీ సీఈఓ నరేందర్, ఈ ఈ ఆర్ అండ్ బి టామ్ సింగ్ , జిల్లా పరిశ్రమల అధికారి కీర్తి కాంత్, మున్సిపల్ కమిషనర్లు వెంకటేశ్, మహేశ్వర్, జిల్లా అటవీ శాఖ అధికారి, శివయ్య , జిల్లా పౌరసరఫరా అధికారి శ్రీనాథ్, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



విటమిన్ ఎ లోపం హెచ్చరిక సంకేతాలు



విటమిన్ ఎ శరీరానికి ఒక అత్యవసర పోషకం.. దీని లోపం అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. అందువల్ల, దాని లక్షణాలను ముందుగానే గుర్తించడం ముఖ్యం. విటమిన్ ఎ.. అనేది మంచి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో కీలక పాత్ర పోషించే ఒక అవసరమైన ముఖ్య పోషకం.. దీనిని రెటినోల్ అని కూడా పిలుస్తారు.. ఇది మంచి కంటిచూపును కాపాడుకోవడానికి, రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి, చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. కొవ్వులో కరిగే విటమిన్ ఎ.. పునరుత్పత్తి వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. విటమిన్ ఎ లోపం వల్ల కంటి సమస్యలు, తరచుగా వచ్చే ఇన్ఫెక్షన్లు, పొడి చర్మం వంటి అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తల

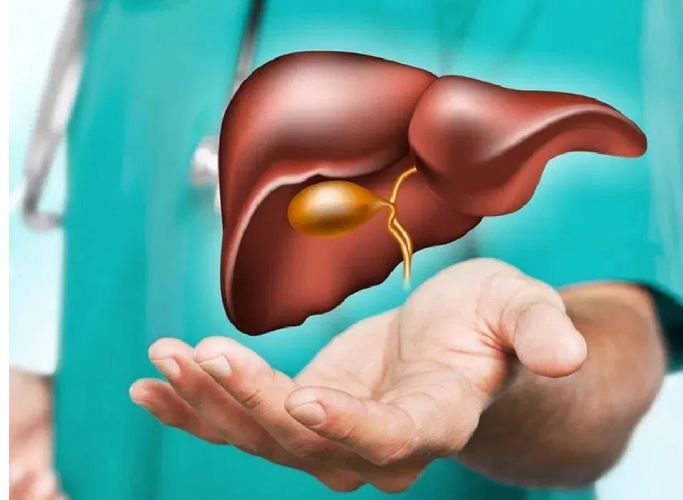
దృష్టి మందగించడం లేదా దృష్టి కోల్పోవడం, కళ్లలో పొడి బారడం, చికాకు కూడా కలగవచ్చు. పొడిబారిన, నిర్బీజమైన చర్మం, పెదవులు పగలడం, జుట్టు బలహీనపడటం కూడా దీని సంకేతాలే. తరచుగా జలుబు, దగ్గు లేదా ఇన్ఫెక్షన్లు రావడం కూడా రోగనిరోధక శక్తి బలహీనపడటానికి ఒక సంకేతం కావచ్చు. కొంతమందిలో గాయాలు మానడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. దీనికి విటమిన్ ఎ లోపంతో సంబంధం ఉండవచ్చు. ఈ లక్షణాలన్నీ ఈ ముఖ్యమైన పోషకం లోపాన్ని సూచిస్తాయి. విటమిన్ ఎ లోపం వల్ల ముఖ్యంగా రేటికెటి, కళ్ల పొడిబారడం, బిటాల్జీ, మచ్చలు వంటి తీవ్రమైన కంటి సమస్యలు వస్తాయి. దీనివల్ల దృష్టి లోపం, చర్మం పొడిబారడం, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడం వల్ల తరచుగా ఇన్ఫెక్షన్లు, పిల్లల్లో ఎదుగుదల లోపాలు కలుగుతాయి పేర్కొన్నాయి. విటమిన్ ఎ లోపాన్ని సరిచేయడానికి ఆహారంలో మార్పులు చేసుకోవడం చాలా అవసరం. క్యారెట్లు, చిలగడదుంపలు, పాలకూర, ఆకు కూరలు విటమిన్ ఎ కు మంచి వనరులుగా పరిగణిస్తారు. పాలు, గుడ్లు, చేపలు కూడా ప్రయోజనకరమైనవి. సమతుల్య ఆహారం, పోషకాలు అధికంగా ఉండే రోజువారీ ఆహారం ఈ లోపాన్ని అధిగమించడానికి సహాయపడతాయి. అవసరమైతే, వైద్యుని సలహా మేరకు సప్లిమెంట్లను కూడా తీసుకోవచ్చు. సరైన ఆహారం తీసుకోవడమే కాకుండా, జీవశైలి పట్ల కూడా శ్రద్ధ వహించడం ముఖ్యం. సమయానికి భోజనం చేయండి, జంక్ ఫుడ్లకు దూరంగా ఉండండి.

తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోండి. పిల్లలు, గర్భిణీ స్త్రీలు ముఖ్యంగా వారి ఆహారంపై శ్రద్ధ వహించాలి. ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లను అలవర్చుకోవడం ద్వారా శరీరాన్ని దీర్ఘకాలం పాటు ఆరోగ్యంగా ఉంచవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

నేటి తక్కువగా ఉన్నప్పుడు స్టాండ్ లో లేదా కాఫీ తాగడం వల్ల అందులోని కేఫీన్ రక్తపోటును తాత్కాలికంగా పెంచుతుంది. అయితే దీనిని అలవాటుగా మార్చుకోకూడదు. తక్కువ రక్తపోటును నిర్ధారించేందుకు వల్ల మెదడు, గుండె వంటి కీలక అవయవాలకు రక్త ప్రసరణ తగ్గి ప్రమాదకరంగా మారవచ్చు. పైన చెప్పిన చిట్కాలు పాటించినా సమస్య తరచుగా వేధిస్తుంటే

ఈ 3 పదార్థాలతో బిక్టర్పుల్..

అయితే.. ఈ రోజుల్లో కాలేయ సంబంధిత వ్యాధులు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. అందువల్ల, ఆరోగ్యకరమైన కాలేయాన్ని కాపాడుకోవడానికి అవసరమైన శ్రద్ధ పెట్టడం చాలా ముఖ్యం. ఉరుకులు పరుగుల జీవితంలో కాలేయం (లివర్) సంబంధిత సమస్యలు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. దీనికి ప్రధాన కారణాలు పేలవమైన జీవనశైలి, అనారోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు.. జంక్ ఫుడ్ వినియోగం పెరగడం. శరీరంలో కాలేయం ఒక కీలకమైన.. ముఖ్యమైన అవయవం. ఇది శరీరాన్ని నిర్విషీకరణ చేయడం, జీర్ణక్రియకు సహాయపడటం, ఆప సరమైన పోషకాలను నిల్వ చేయడం వంటి పనులు చేస్తుంది. కాలేయం సరిగా పనిచేయకపోతే, అది ఫ్యాటీ లివర్, హెపటిస్, కాలేయ నష్టం వంటి వివిధ ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. అందువల్ల, ఆరోగ్యకరమైన కాలేయాన్ని కాపాడుకోవడానికి సరైన ఆహారం.. మంచి అలవాట్లు అవసరం. ఆహారం విషయంలో నిర్లక్ష్యం కాలేయంపై ఒకటి దీని కలుగజేసి, క్రమంగా దాని సామర్థ్యాన్ని బలహీనపరుస్తుంది. అందువల్ల, మన



దూరంగా ఉండాలి. ఎందుకంటే ఇవి కొవ్వు పేరుకుపోవడానికి, ఫ్యాటీ లివర్ అభివృద్ధి దోహదం చేస్తాయి. రెండవదిగా, అధికంగా తీపి పదార్థాలు, చక్కెర అధికంగా ఉండే ఆహారాలు కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడానికి దోహదపడటమే కాకుండా, ఇన్సులిన్ నిరోధకతకు కూడా కారణం కావచ్చు. మూడవదిగా, ప్రాసెస్ చేసిన, ప్యాక్ చేసిన ఆహారాలలో నిల్వచేసే పదార్థాలు, హానికరమైన రసాయనాలు ఉంటాయి. ఇవి కాలేయంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. ఈ మూడు అంశాలను క్రమంగా తప్పుకుంటూ తీసుకోవడం వల్ల కాలేయం పనితీరు బలహీనపడి, తీవ్రమైన దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. అందువల్ల, వాటికి దూరంగా ఉండటమే ఉత్తమ మార్గం.

ఈ టిఫిన్ తింటే ఆరోగ్యానికి తిరుగుండదు



మనం నిత్యం తీసుకునే ఆహారంలో గోధుమ రవ్వ ఉమ్మా కూడా ఒకటి. చాలా మందికి గోధుమ రవ్వతో చేసే ఉమ్మా అంటే ఇష్టం. అయితే, దీనితో కేవలం రుచి మాత్రమే కాదు, అనేక ఆరోగ్య లాభాలున్నాయి. ఈ గోధుమ రవ్వతో చేసే ఆహారం డయాబెటిక్స్, రక్తపోటు, గుండె జబ్బులు వంటి ఏ సమస్య ఉన్నవారైనా తీసుకోవచ్చు. దీనికి ఎటువంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ లేవు. అంతేకాకుండా,

గోధుమ రవ్వ వల్ల బరువు కూడా తగ్గవచ్చు. ఇందులో ముఖ్యమైన ఫైబర్, ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి కాబట్టి బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇది ఒక ఉత్తమ ఎంపిక. గోధుమ రవ్వ ఉమ్మాను కాయగూరలు అన్నీ వేసి చేస్తారు. కాబట్టి ఇది ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు గోధుమ రవ్వ ఉమ్మాను మంచిగా.. తినువచ్చు. ఇందులో క్యాలరీలు తక్కువగా ఉన్నప్పటికీ, కొద్దిగా తిన్నా కడుపు నిండిన అనుభూతి ఉంటుంది. దీంతో ఇతర అల్పాహారాలు, అనవసరమైన పదార్థాలు తినుకుండా ఉండవచ్చు. కాబట్టి బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇది బెస్ట్ ఛాయిస్ అని చెప్పవచ్చు. గోధుమ రవ్వతో పుష్కలంగా ప్రోటీన్లు ఉంటాయి. అలాగే, గోధుమ రవ్వతో తయారు చేసే ఆహార పదార్థాలు విషేషా సంతోషంగా

ఇలా తిన్నారంటే ఆరోగ్యం గోవిందా..

పప్పువారు, సాంబారు, రసం.. దేనికైనా అలా మై మంచి జోడీ. ఇక పూరీ, పులావ్, రోటీలకు అలా బెస్ట్ కాంబినేషన్. అయితే వేసవిలో బంగాళాదుంపలు తినడం ప్రయోజనకరమే లేదా హానికరమా? అనే సందేహం చాలా మందికి ఉంటుంది. మనం ఎక్కువగా వండుకునే కూరగాయల్లో బంగాళాదుంపలు కూడా ఒకటి. రుచికరమైన కర్రీలు, ఫ్రైలు, చిప్స్... ఇంకా రకరకాల వంటకాలను వీటితో తయారు చేసే



వేసవిలో వీటిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల శరీరంలో అంతర్గత వేడి పెరిగి, అసౌకర్యానికి దారితీయవచ్చు. అందుకే వేసవిలో బంగాళాదుంపలు తిన్న తర్వాత కొంతమందికి గ్యాస్, అజీర్ణం, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఈ విధమైన జీర్ణ సమస్యలు ఉన్నట్లయితే బంగాళాదుంపలను మితంగా తీసుకోవాలి. వేసవిలో బంగాళాదుంపలు చిప్స్, వడలు, ఫ్రైడ్ ఫిషి వంటి సూపర్ ఫుడ్లను తినడం ప్రమాదకరమే కాకుండా, దానికి బదులుగా ఉడకబెట్టిన లేదా తక్కువ నూనెలో వండిన బంగాళాదుంపలను తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఆహారంలో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి, బంగాళాదుంపలు సమతుల్య ఆహారంలో భాగమే. అయితే వాటి పరిమాణం, వండే పద్ధతి కూడా పరిగణనలోకి తీసుకుంటేనే ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. అందువల్ల, వాటికి దూరంగా ఉండటమే ఉత్తమ మార్గం.

ఉప్ప తక్కువ తింటున్నారా? ఈ డేంజర్ గురించి తెలుసా?

నీరు తక్కువగా తాగడం వల్ల శరీరంలో నోటియం స్థాయిని పెంచి రక్తపోటును సాధారణ స్థితికి తెచ్చుంది. శరీర స్థితి: అకస్మాత్తుగా తల తిరిగిస్తున్నట్లు వెంటనే పడుకుని, కాళ్ల కింద దిండు పెట్టి కొద్దిగా పైకి ఎత్తి ఉంచండి. దీనివల్ల మెదడుకు రక్త ప్రసరణ వేగవంతమై త్వరగా కోలుకుంటారు. నీటి వినియోగం: డిహైడ్రేషన్ వల్ల బీపీ పడిపోయే అవకాశం ఎక్కువ. కాబట్టి రోజంతా పుష్కలంగా నీరు, కొబ్బరి నీళ్లు లేదా పళ్ల రసాలు తాగుతూ ఉండాలి. కేఫీన్ ప్రభావం: బీపీ



వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించి పరీక్షలు చేయించుకోవడం ఉత్తమం. లో బీపీ ఉన్నవారు ఒకేసారి ఛార్జింగ్ జోజుకుం చేయకుండా, తక్కువ మోతాదులో ఎక్కువ సార్లు ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల రక్తపోటు నిలకడగా ఉంటుంది.

కుం టాం. అయితే ఆల్టర్నెట్ గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి సమస్యలకు కలిగిస్తుంది. వేసవిలో బంగాళాదుంపలను తీసుకోవచ్చో? లేదో? ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే ఆహారాల్లో బంగాళాదుంపలు చాలా ముఖ్యమైనవి. అయితే వేసవిలో బంగాళాదుంపలను తినేటప్పుడు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ముఖ్యం. బంగాళాదుంపలను పూర్తిగా మానుకోవడానికి బదులుగా వాటిని సరైన పద్ధతిలో తినడం వల్ల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. బంగాళాదుంపలలో కొద్దిగా ఉండే కొంతమందికి గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఈ విధమైన జీర్ణ సమస్యలు ఉన్నట్లయితే బంగాళాదుంపలను మితంగా తీసుకోవాలి. వేసవిలో బంగాళాదుంపలు చిప్స్, వడలు, ఫ్రైడ్ ఫిషి వంటి సూపర్ ఫుడ్లను తినడం ప్రమాదకరమే కాకుండా, దానికి బదులుగా ఉడకబెట్టిన లేదా తక్కువ నూనెలో వండిన బంగాళాదుంపలను తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఆహారంలో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి, బంగాళాదుంపలు సమతుల్య ఆహారంలో భాగమే. అయితే వాటి పరిమాణం, వండే పద్ధతి కూడా పరిగణనలోకి తీసుకుంటేనే ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. అందువల్ల, వాటికి దూరంగా ఉండటమే ఉత్తమ మార్గం.

రోజంతా పరిమళభరితంగా ఉండాలంటే చక్కని స్ప్రే లేదా పెన్స్టామ్ వాడడంతో పాటు మేనుకునే దుస్తులు.. మెదలైన విషయాల్లో కూడా కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలంటున్నామని నిపుణులు. ముఖం జిడ్డిగా అనిపిస్తే బేబీ ఫేస్ వైట్



పరిమళభరితం గా.. తెలూ! పసర్లు వాడితే సువాసనలు వెదజల్లే అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే వాటిని వాక్చిరోజిలో భద్రపరిచేటప్పుడు నాఫ్తలీన్ లాల్సే, సువాసనలు వెదజల్లే శాపిలు.. వంటివి వేస్తే ఫలితం ఉంటుంది. కత్తిరించి సూన్స్ హార్మోన్లు మార్చుకోవచ్చు. బాటిల్కు చిన్న రంధ్రం చేసి సింక్ వక్కువ వేడొడిస్తే, కడిగిన స్నాన్సు, ఫోర్ములు అందులో వేసుకోవడానికి వీలుగా ఉంటుంది. ఇది ఖర్చు లేని గొప్ప బియ్యం. ఆరోగ్య విషయానికి వస్తే, ఋతుక్రమ సమస్యలతో బాధపడే మహిళలకు వామ నీరు అద్భుతమైన ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. ఒక గ్లాసు నీటిలో ఒకటిన్నర స్నాన్స్ వామ నీరు సగం అయ్యే వరకు మంచిది, దానికి బెల్లం లేదా తేనె కలిపి తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ఇది రక్త ప్రసరణను క్రమబద్ధం చేసి వ్యాధి నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. చివరగా, ఆగరబత్తులను నేరుగా బయట ఉంచకుండా టిప్సూ పేపర్లో చుట్టి భద్రపరచడం వల్ల వాటి సువాసన ఎక్కువ కాలం నిలిచి ఉంటుంది. ఈ చిన్నపాటి గృహ చిట్కాలు పాటించడం వల్ల మన సమయం ఆదా అవుతుంది కాకుండా, రోజువారీ పనులు ఎంతో సులభతరం అవుతాయి. వీటిని పాటించి ఇంటిని ఆరోగ్యంగా, అందంగా తీర్చిదిద్దుకోండి.

ఇన్ని రోజులు ఇది తెలియలేదే..

వస్తువులతోనే కాకుండా, ఇంట్లో లభించే సామాన్యమైన వస్తువులలో కూడా వంటగిడిని, ఇంటిని అద్భుతంగా నిర్వహించుకోవచ్చని ఈ చిట్కాలు నిరూపిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా నిమ్మకాయలు



బదు మిరియాలు వేస్తే, ఆ పూటుకు చీమలు దరిచేరవు. ఇక పర్యావరణానికి మేలు చేస్తూ, పాత ప్లాస్టిక్ బాటిళ్లను పారేయకుండా వాటి పైభాగాన్ని మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ఇది రక్త ప్రసరణను క్రమబద్ధం చేసి వ్యాధి నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. చివరగా, ఆగరబత్తులను నేరుగా బయట ఉంచకుండా టిప్సూ పేపర్లో చుట్టి భద్రపరచడం వల్ల వాటి సువాసన ఎక్కువ కాలం నిలిచి ఉంటుంది. ఈ చిన్నపాటి గృహ చిట్కాలు పాటించడం వల్ల మన సమయం ఆదా అవుతుంది కాకుండా, రోజువారీ పనులు ఎంతో సులభతరం అవుతాయి. వీటిని పాటించి ఇంటిని ఆరోగ్యంగా, అందంగా తీర్చిదిద్దుకోండి.



సినిమా



లవ్ ఇన్నూరెన్స్ కంపెనీ కమర్షియల్ ఎంటర్టైన్ : కృతి శెట్టి

వరుస భాక్ బస్టర్ విజయాలతో అలవ్ ఇన్నూరెన్స్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ గ్రూప్ టీమ్ 'లవ్ ఇన్నూరెన్స్ కంపెనీ' ఈ చిత్రాన్ని సమర్పించిన విషయం గురించి తెలుగు ప్రేక్షకులకు తెలియజేస్తున్నాం. ఈ చిత్రంలో ఎన్.జి. సూర్య, యోగి బాబు కీలక పాత్రలు పోషించారు. ఇప్పుడు విడుదల అవుతున్న 'లవ్ ఇన్నూరెన్స్' చిత్రం, శ్రీపద్మిని సినిమాస్ ద్వారా ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలో ఏప్రిల్ 10న ఈ చిత్రం గ్రాండ్ గా విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా కృతి శెట్టి విలేజ్ కుల సమావేశంలో సినిమా విశేషాలు పంచుకున్నారు. 'ఉప్పెన' తర్వాత పూర్తిస్థాయి లవ్ స్టోరీ చేయలేదు. అలాంటి ఇదే లెంట్ ప్రేమ కథ చేసే అవకాశం ఉందని వచ్చింది. ఇందులో ప్రేమకథ చాలా ప్రేమగా ఉంటుంది. విగ్నేష్ శివన్ గారు కథ చెప్పినప్పుడు నాకు చాలా కనెక్ట్ అయ్యింది. ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో ఉన్న ప్రతి ఒక్కరూ ఎన్ని లైక్స్ వచ్చాయి, ఎన్ని షేర్స్ వచ్చాయి అని కొంటే చేసుకుంటున్నారు. అది చాలామందికి హాట్ కథ దగ్గరగా ఉంటుంది. రియల్ గా అనిపించే క్వారంటైన్ సినిమాటిక్ గా చూపిస్తున్నారు. ఈ క్వారంటైన్ చేయడం నాకు చాలా మంచి ఎక్స్ పీరియన్స్. ఈ జనరేషన్లో డబ్బులు లేకపోయినా పర్సనల్ గా, కానీ ఫోన్ లో ఉండడా ఉండడం చాలా కష్టం. అలాంటి ఒక క్వారంటైన్ చేస్తున్నాను. విజయల్ కాన్ఫెన్స్ 2040 ఘోషించినట్లుగా ఉన్నాను. మంచి ఫన్ ఫిల్మ్. అన్ని కమర్షియల్ ఎలిమెంట్స్ ఉంటాయి. మంచి లవ్ స్టోరీ కూడా చాలా బాగుంటుంది.



పుడయం సినిమా: 'అర్జున' తెప్ప సముద్రం 'డెస్టింగ్ డైరీస్' చంటి వైవిధ్యమైన సినిమాలతో హీరోగా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న అర్జున్ అంబటి. ఆలు తర్వాత బుల్లితెరపై 'బిగ్ బాస్' రియాలిటీ షోతో ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్ కి మరింత దగ్గరయ్యారు. ప్రస్తుతం మోగా చవర్ స్టార్ రామ చదవే సటిస్టు పాస్ ఇండియా సినిమా 'పెద్ద' లో కూడా అత్యంత కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నాడు అర్జున్ అంబటి. అతను హీరోగా

పరమపద సోపానం ఈ నెల 24న విడుదల

రూపొందిన లైట్స్ మామీ 'పరమపద సోపానం'. జెన్సిఫర్ ఇమ్మాన్యుయేల్ కథానాయికగా నటించిన ఈ సినిమాని 'గణపతి శ్రేష్ట' సమర్పణలో 'స్వయంభూ శ్రీయేష్' సంస్థ పై గణపతి నారాయణరావు తేలవ్రోలు ప్రస్తుతం అంబటియలు సంయుక్తంగా ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. పులగం సుబ్బయ్య సహ నిర్మాత. స్టార్ డైరెక్టర్ ఫూరి జగన్నాథ్ వద్ద అనిస్టాంట్ డైరెక్టర్ గా పని చేసిన నాగ శివ 'పరమపద సోపానం' చిత్రానికి కథ, మాటలు, స్క్రీన్ ప్లే, దర్శకత్వ బాధ్యతలు నిర్వహించారు.

డైమండ్ డెకాయిట్ నేడే విడుదల మహిళలకు 4 ఫోటోలు ఉచితం



పుడయం సినిమా: టాలీవుడ్ లో హాట్ టాపిక్ గా మారిన కంప్లీట్ ప్యామిలీ ఎమోషనల్ డ్రామా "డైమండ్ డెకాయిట్" చిత్రం శుక్రవారం (ఏప్రిల్ 10న) తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఘనంగా థియేటర్ లలో విడుదల కాబోతుంది. ఈ సందర్భంగా చిత్ర యూనిట్ తెలుగు ఫిలిం ఛాంబర్ లో శ్రీ రిలీజ్ ఫంక్షన్ ఏర్పాటు చేసింది. ఈ సందర్భంగా చిత్ర యూనిట్ మహిళా ప్రేక్షకులకు ఆకర్షణీయమైన ఆఫర్ ను ప్రకటించింది. ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్రాల్లో విడుదల కానున్న థియేటర్ లో 4 ఫోటోలు మహిళలకు ఉచితంగా ప్రదర్శించనున్నట్లు వెల్లడించింది. మహిళలు ఎక్కువ సంఖ్యలో థియేటర్ కు వచ్చి సినిమాను ఆస్వాదించాలని చిత్ర బృందం కోరింది. ఈ చిత్రంలో పార్గా గోపాల్ హీరోగా నటించడమే కాకుండా నిర్మాతగా వ్యవహరించగా, మేఘనా రెడ్డి హీరోయిన్ గా నటించారు. రచయిత-దర్శకుడు సూర్య జి. యాదవ్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన ఈ చిత్రం పూర్తి కుటుంబ వివేచనతో పాటు హ్యాన్డమెన్ట్ బావోద్దేశ్యాలతో కూడిన ఎమోషనల్ డ్రామాగా తెరకెక్కింది. ఈ సినిమా చూస్తే కన్నీళ్లు ఆపుకోవడం కష్టమని చిత్ర యూనిట్ చెబుతోంది. ఈ మూవీ ప్రచార చిత్రాలకు మంచి రెస్పాన్స్ వస్తోంది. ఇటీవల దర్శకేంద్రుడు కే. రామచంద్ర రావు బ్రెయిన్ సువీక్లిం చిత్ర బృందాన్ని ఆధిపత్యం చేశారు. ఇప్పటికే నిర్మించిన ప్రేమకథా చిత్రాలలో నటించినట్లు తెలియజేసిన సిని ప్రముఖులు ఈ చిత్రాన్ని ప్రశంసించినట్లు చిత్ర యూనిట్ తెలిపింది.

సర్కార్ బాయి

ఘనంగా పూజా కార్యక్రమం



పుడయం సినిమా: తెలంగాణ సామాజిక సేవకు డాక్టర్ ను చిత్రం 'సర్కార్ బాయి'. శ్రీరామ్ నిమ్మల, సాయి కీర్తన హీరో హీరోయిన్లుగా, లారా దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న 'సర్కార్ బాయి' చిత్రానికి సికింద్రాబాద్ గణపతి టెంపుల్ లో పూజా కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. ముహూర్తం కార్యక్రమంలో భాగంగా నిర్మాత తుమ్మల ప్రభుల రాం రెడ్డి కెమెరా స్టాఫ్ ఆన్ చేయగా, దర్శకుడు లారా సీన్ డైరెక్టర్ చేశారు. ముహూర్తం పాల్గొని తెలంగాణ జనకమ్ ట్యాక్సీ అధికారి దాస్ నాయక్ క్లాప్ కొట్టారు. ఈ సందర్భంగా చిత్ర యూనిట్ కు అతిథులు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా దర్శకుడు లారా మాట్లాడుతూ.. 1985 సంవత్సరంలో జరిగిన నీటి సంఘటనలు, కుల వివక్షత వంటి అంశాలను అందరూ తీసుకుని ఈ చిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ప్రజలు సమస్యలను ప్రతిబింబించే కథాంశంతో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మంచి ఆదరణ పొందుతుందనే నమ్మకాన్ని మూవీ యూనిట్ వ్యక్తం చేసింది. ప్రేక్షకులు ఈ సామాజిక కథాంశంతో వచ్చే చిత్రాన్ని ఆదరించాలని డైరెక్టర్ కోరారు. మూవీ ముహూర్తం కార్యక్రమానికి వచ్చిన ప్రముఖ దర్శకులు ప్రేమ్ రాజ్ మూట్లూతూ తెలంగాణ సంస్కృతిలో భాగంగా వచ్చే సినిమాలను ఆదరించాలని ఆయన కోరారు.



విశ్వభర విడుదల తేదీ వైరల్

విరండి హీరోగా పశ్చిమ దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న 'విశ్వభర' ఫ్యాంటసీ యాక్షన్ మూవీ 'విశ్వభర'. విడుదల తేదీ గురించి నెట్లంబు ఒక వార్త వైరల్ అవుతుంది. యూవీ థియేటర్స్ బ్యానర్ లో వంటి, ప్రమోద్, విక్రమ్ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రంలో త్రిష, ఆషికా రంగనాథ్ కథా నాయికలుగా నటిస్తున్నారు. సుమారు రెండేళ్లుగా ఈ చిత్రం ఫ్యాన్స్ ఎదురుచూస్తున్నారు. టీజర్ కు ప్రేక్షకుల నుంచి విమర్శలు రావడంతో చిత్ర నిర్మాతలు వివిఫెక్ట్ పై ఎక్కువ సమయం కేటాయింపడంతో విడుదల విషయంలో ఆలస్యమైంది. తాజా అంచనాల ప్రకారం విశ్వభర చిత్రం 2026 జూలై 10న థియేటర్ లోకి రావడం ఇండస్ట్రీ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. ఇప్పటికే సోషల్ మీడియాలో పలు



తిమ్మరాజువల్లి టీవీ మూవీ ట్రైలర్

టెక్నికల్ థిలియన్స్, ఆర్టిస్టుల పర ఫాలోయ్స్ లు, అందమైన ఊరి వాతావరణం చూసేందుకు మా 'తిమ్మరాజువల్లి టీవీ' సినిమా చూడండి. ట్రైలర్ రిలీజ్ ఈవెంట్ లో హీరో కిరణ్ అభిషేఖం న్యూట్రాల్ లో ఎంకంట్ చేస్తూ హీరో కిరణ్ అభిషేఖం సుమన్ స్టూడియోస్ తో కలిసి కేవల ప్రాజెక్ట్ పై నిర్మిస్తున్న సినిమా 'తిమ్మరాజువల్లి టీవీ' టేజ్ వెల్లువల్ల సమాంతర వ్యవహార స్థూరం. ఈ చిత్రంలో సాయి శేఖర్, వేద జలందర్ హీరో హీరోయిన్ గా పరిచయం చేస్తున్నారు. 'తిమ్మరాజువల్లి టీవీ' చిత్రంలో వి.మునిరాజు దర్శకత్వం వహించినట్లు తెలుస్తుంది. విలేజ్ డ్రాస్ లో నాగ్ పీరియడ్ డ్రామాగా రూపొందుతున్న ఈ సినిమా ఈ నెల 17న గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు ప్రారంభంలో 'తిమ్మరాజువల్లి టీవీ' సినిమా ట్రైలర్ రిలీజ్ ఈవెంట్ ఘనంగా నిర్వహించారు. సబుడు సాయికృష్ణ మూట్లూతూ 'తిమ్మరాజువల్లి టీవీ' సినిమా సేను దక్షిణం అనే క్వారంటైన్ లో నటించారు. ఈ సినిమా మాటింగ్ ను మూడు రాష్ట్రాల సరిహద్దుల్లో చేశాం. సెల్ ఫోన్ ఏవీ లేకుండా అక్కడి స్థానికులతో కలిసిపోయి చిత్రీకరణ జరిపాం. మాటింగ్ చేస్తున్న టైమ్ లో మా చిన్న పుటి జ్ఞాపకాలు గుర్తుకువచ్చాయి. సినిమా చూస్తుంటే మేకు ఆడినట్లే కలుగుతుంది.



బ్లాక్ డ్రెస్ లో గ్లామర్ బ్యూటీ

ప్రియాంక అరుల్ మోహన్ పేరును ప్రత్యేకంగా తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచయం చేయడానికి అవసరం లేదు. ఈమె ఇప్పటి వరకు అనేక తెలుగు చిత్రాల్లో నటించి మంచి గుర్తింపును సంపాదించుకుంది. ఈ చిన్నది నాని హీరోగా నటించిన గ్యాంగ్ లీడర్ చిత్రంతో టాలీవుడ్ ఇండస్ట్రీలోకి ఎంట్రీ ఇచ్చింది. ఆ తర్వాత ఈ హీరోయిన్ పలు తెలుగు చిత్రాల్లో నటించినప్పటికీ మంచి విజయాల మాత్రం దక్కలేదు. దాంతో తమిళ ఇండస్ట్రీ వైపు ఆసక్తి చూపిన ఈమెకు అక్కడ మంచి అవకాశాలు, విజయాలు దక్కాయి. కొంతకాలం శ్రీతం ఈ నటి, పవన్ కళ్యాణ్ హీరోగా రూపొందిన ఓటీ చిత్రంలో హీరోయిన్ గా నటించింది. తాజాగా ఈ నటి పంకీలు పొదిగిన భాక్ కలర్ స్టైల్స్ డ్రెస్సు ధరించి, తన కుర్రులు ప్రత్యేకంగా హైలైట్ అయ్యేలా డిఫెంట్ యాంగిల్ లో ఫోటోలకు ఫోజులు ఇచ్చింది. ఇందులో ఈమె మోడ్రన్ లుక్ లో చాలా అందంగా కనిపించడంతో ఆ ఫోటోలు వైరల్ గా మారాయి. ఈ ఫోటోలకు అనేకమంది లవ్ సింబల్ ఎమోజీలతో కామెంట్లు చేస్తున్నారు.



ఆహ ఒటిటిలో అదరగొడుతున్న డార్క్ నైట్

పుడయం సినిమా: పూర్వ ప్రధాన పాత్రలో రూపొందిన ఎమోషనల్ థ్రిల్లర్ చిత్రం "డార్క్ నైట్". మార్చి 13న తెలుగు రాష్ట్రాల థియేటర్ లో రిలీజ్ అయ్యి మంచి రిస్పాన్స్ తో విచ్చి చిత్రాల్లో పెద్ద విజయం సాధించింది. జి.ఆర్. ఆదిత్య ఈ చిత్రానికి కథ రాసి దర్శకత్వం వహించారు. పూర్ణ ఇందులో హేమ పాత్రలో నటించి కథకు కీలకంగా నిలిచే పాత్రను పోషించారు. ఆమెతో పాటు త్రిగణ్ (అదిత్ అరుణ్) రోషన్ గా, విదార్ అలెక్సీ గా, సుభాశ్ రాయగౌరు సోఫియా పాత్రలో నటించారు. ఈ చిత్రానికి ప్రముఖ దర్శకుడు అభిషేఖ, సంగీత దర్శకుడు మినిస్ మ్యూజిక్ అందించిన ఈ చిత్రాన్ని పట్టణ్ వెంకట్ రెడ్డి సమర్పణలో పి 19 స్టూడియోస్ పతాకంపై సురేష్ రెడ్డి క్యాంపస్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. కాగా ఇప్పుడు ఈ సినిమా డిజిటల్ ప్రిమియర్ కు రెడీ అయ్యింది. ఏప్రిల్ 8 నుంచి ఈ మూవీ ఆహ్లాదకరంగా స్క్రీనింగ్ కాబోతోంది.

మంచి ఎక్స్ పీరియన్స్ ఇస్తుంది తన సినీ కెరీర్ కు సంబంధించి ఆసక్తికర విషయాలు పంచుకుంది మమితా బైజు

మలయాళ ముద్దుగుమ్మ మమితా బైజు.. ప్రజెంట్ బ్యాక్ టు బ్యాక్ పాస్ ఇండియా ఆఫర్స్ అందుకుంటూ బిజీ లైఫ్ లీడ్ చేస్తుంది. ఆమె నటిస్తున్న వరుస ప్రాజెక్టులలో 'విశ్వానాథ్ అండ్ సన్స్' ఒకటి. కోలివుడ్ వర్షలైట్ యాక్షన్ సూర్య, సన్నీబుల్ డైరెక్టర్ వెంకీ అట్టూర్ కాంబినేషన్ లో రోల్ కున్న ఈ ప్రాజెక్టు సంబంధించిన మాటింగ్ ప్రజెంట్ శరవేగంగా జరుగుతున్నది. ఇందులో భాగంగానే తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొని సినిమాపై ఆసక్తికర కామెంట్స్ చేసిన మమితా.. 'విశ్వానాథ్ అండ్ సన్స్' చిత్రంలో ఎంటర్టైన్మెంట్ తో పాటు బలమైన ఎమోషనల్ కంటెంట్ కూడా ఉంటుంది. ఇది ఒక సంపూర్ణ వినోదాత్మక చిత్రంగా రూపొందినట్లు.. ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులకు పూర్తిస్థాయిలో ఎగ్జిట్ మెంట్ ఎక్స్ పీరియన్స్ ను ఇస్తుంది. సన్ను నమ్మండి.. ఈ సినిమా అద్భుతంగా ఉండబోతోంది' అని తెలిపింది. అలాగే తన సినీ ప్రయాణం గురించి మాట్లాడుతూ.. 'నేను మలయాళ చిత్రనీమలో నా ప్రయాణాన్ని ఒక సహాయ సటిగా ప్రారంభించాను. ఇప్పుడు ప్రధాన పాత్రల వైపు అడుగులు వేస్తున్నాను. ప్రతి విషయాన్ని దశలవారీగా ముందుకు తీసుకెళ్లడాన్ని నేను విశేషానిస్తాను.. ఎందుకంటే మనకు దక్కాల్సినవి సరైన సమయానికి తప్పక మనల్ని చేరుతాయి' అంటూ తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేసింది మమితా.