

**STUDY ABROAD**  
TOP GLOBAL DESTINATIONS  
Free IELTS coaching  
Grads Universe  
+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

# వృద్ధయము

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

## కేంద్ర సిబ్బందికి డిఎ పెంపు

**DA Hike for Central Govt Staff**

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం బ్యూరో) : కేంద్ర ప్రభుత్వం తన సిబ్బంది కరవు భత్యాన్ని రెండు శాతం పెంచినట్లు ప్రకటించింది. అంటే మూల వేతనంలో 58 శాతం నుంచి 60 శాతానికి చేర్చింది. పెన్షనర్లకు కూడా ఇది వర్తిస్తుంది. ఈ డిఎ గత జనవరి 1వ తేదీనుంచి అమలులోకి వస్తుంది. సంబంధించిన బకాయిలు చెల్లిస్తారు. ఈ పెంపు వల్ల కేంద్ర ప్రభుత్వ ఖజానాపై రూ. 6,791.24 కోట్ల భారం పడుతుంది. కేంద్రంలో పనిచేస్తున్న 50 లక్షల మందికి పైగా ఉద్యోగులకు 68 లక్షల మంది పెన్షనర్లకు ఇది వర్తిస్తుంది. శనివారం నాడు సమావేశమైన కేంద్ర మంత్రి వర్గం ప్రమాణ సంతక యోజన-3 ను 2029 మార్చి వరకు పొడిగించింది. దాని పెట్టుబడిని రూ. 80, 250 కోట్ల నుంచి రూ. 83,977 కోట్లకు పెంచింది. మార్కెట్ల సూక్ష్మ, ఆసుపత్రులను ఆవాసాలకు అనుసంధానం చేసే గ్రామీణ రోడ్ల నిర్మాణానికి ఈ మొత్తాన్ని ఖర్చు చేస్తారు.

## బయ్యారంలో గ్రీన్ ఫీల్డ్ ఫ్లాంట్ నెలకొల్పండి

ఉక్కు శాఖ మంత్రి హెచ్.డి.కుమారస్వామికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వినిపిస్తూ



న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం బ్యూరో) : బయ్యారంలో గ్రీన్ ఫీల్డ్ ఫ్లాంట్ (ఉక్కు పరిశ్రమ) ఏర్పాటు చేయాలని కేంద్ర ఉక్కు, భారీ పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి హెచ్.డి.కుమారస్వామికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వినిపిస్తూ, గ్రీన్ ఫీల్డ్ ఫ్లాంట్ ఏర్పాటుతో ఉక్కు కొరత తగ్గడంతో పాటు ఉక్కు పరిశ్రమలకు మేలు కలుగుతుందని తెలిపారు. ఢిల్లీలో కేంద్ర ఉక్కు శాఖ మంత్రి హెచ్.డి.కుమారస్వామి, ఉక్కు శాఖ సహాయ మంత్రి భూపతిరాజు శ్రీనివాస చర్యతో ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి శనివారం ఉదయం సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ రైలెంజ్-2047 విజన్లో భాగంగా రూపొందించిన పారిశ్రామిక ప్రతిపాదనలను సీఎం కేంద్ర మంత్రులకు వివరించారు. తెలంగాణలో పాత వాహనాల ప్రాప్యత కోసం డిజిటైజ్ చేసే పరిశ్రమ ఏర్పాటు చేయాలని కేంద్ర మంత్రులను సీఎం కోరారు.



# దక్షిణాది నష్టాన్ని అడ్డుకున్నాం

## 2023 నాటి మహిళల రిజర్వేషన్లను అమలు చేస్తే మద్దతిస్తాం

**మహిళా బిల్లుకు కాంగ్రెస్ వ్యతిరేకం కాదు**  
**మూడు బిల్లుల పేరుతో డీలిమిటేషన్ ను రుద్దడానికి బజెపి కుట్ర చేసింది**  
**దాని వద్ద అధికారం ఉన్నప్పటికీ ఆర్థిక వనరులు మాత్రం రాష్ట్రాల నుంచే అందుతున్నాయి**



డీలిమిటేషన్ పై ప్రత్యామ్నాయ సూచనలు చేసినందుకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని అభినందించిన ప్రయోగా గాంధీ

ఆరోపించారు. దక్షిణ భారతదేశానికి జరిగే అన్యాయాన్ని అడ్డుకున్నామన్న సీఎం.. మహిళా రిజర్వేషన్లను చిన్న సవరణలతో అమలు చేయవచ్చని తెలిపారు. రిజర్వేషన్లను తొలగించేందుకు కుట్ర జరిగిందని ఆరోపించారు. డీలిమిటేషన్ 400 సీట్లు వస్తే కచ్చితంగా రాజ్యాంగాన్ని మార్చేసి ఉండేదన్నారు. మహిళా రిజర్వేషన్లపై తమకు చిత్త శుద్ధి ఉందని తాము అందుకు వ్యతిరేకం కాదని సీఎం స్పష్టం చేశారు.

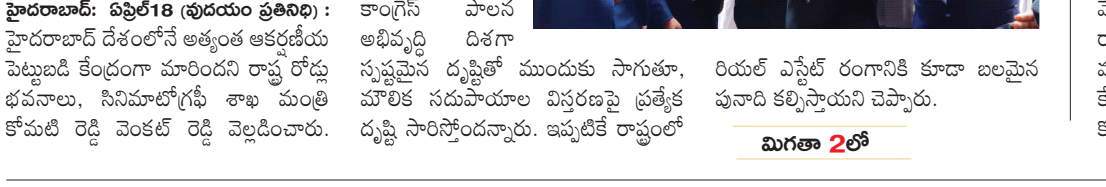
న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం బ్యూరో) : విధానాలకు జరిగిన ఓటమి అని అభివేదించారు. విస్తృత మూడు బిల్లుల పేరుతో డీలిమిటేషన్ అమలుకు కుట్ర చేసిందని మూడు తప్పిందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఢిల్లీ పర్యటనలో ఉన్న ఆయన.. శనివారం ఉదయం కాంగ్రెస్ పెద్దలను కలిసి బిల్లు డి.బి.ఎ. పోషించే ధనవంతులు తెలిపారు. మధ్యాహ్నం అక్కడ మీడియాతో మాట్లాడారు. మహిళా బిల్లు డి.బి.ఎ.తో జరిగిన ఓటమి కానేకాదని చెప్పారు. అది డీలిమి

2009లో డీలిమిటేషన్ జరిగిందని, ఆ లెక్కలతో అగస్టు 15, 2026లో మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లను కల్పించవచ్చని సీఎం అన్నారు. ఆ రిజర్వేషన్లతో ప్రధాన మంత్రి ప్రాతినిధ్యం వహిస్తోన్న ఉత్తరప్రదేశ్లో 2027లో జరిగే ఎన్నికల్లో అమలు చేయవచ్చన్నారు. ఆ విధంగా రిజర్వేషన్ల అమలు చేస్తే.. తెలంగాణ సీఎం గా తాను బాధ్యత తీసుకొని దక్షిణాది రాష్ట్రాల సీఎంలు స్టాల్, పినరయి విజయ్, సిద్ధరామయ్య, చంద్రబాబు నాయుడు, పురుచ్చోరి సీఎం

రంగస్థాయిలో చర్చలు జరుపుతామని సీఎం తెలిపారు. ఇండియా కుటుంబ నేతల మద్దతు కూడగోతానని చెప్పారు. 2023లో పాస్ అయిన బిల్లులో సవరణలు చేయాలనుకుంటే ఒక చిన్న మార్పుతో రిజర్వేషన్ల అమలు చేసే అవకాశం ఉందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. కానీ డీలిమిటేషన్ రాజ్యాంగం మాట్లాడుతూ, రిజర్వేషన్లపై ఎన్నికలలో 2023 నాటి మహిళా రిజర్వేషన్ల అమలు చేస్తే..

# ఆర్ఆర్ఆర్తో రియల్ కు ఊపు

కాంగ్రెస్ పాలనలో హైదరాబాద్ రియల్ ఎస్టేట్ రంగానికి ఊపు మౌలిక సదుపాయాల కోసం రూ. 40 వేల కోట్లు, ఆర్ అండ్ బి పరిధి ప్రాజెక్టుల కోసం రూ. 70 వేల కోట్లు కేటాయింపు దేశంలోనే అత్యంత అకర్షణీయమైన పెట్టుబడి కేంద్రంగా హైదరాబాద్, భారత్ పూర్వరీ సీటీ టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియా ప్రాపర్టీ ఎక్స్పోలో మంత్రి కోమటి రెడ్డి వెంకట రెడ్డి



హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం ప్రతినిధి) : హైదరాబాద్ దేశంలోనే అత్యంత అకర్షణీయమైన పెట్టుబడి కేంద్రంగా మారడం రాష్ట్ర రోడ్డు భవనాలు, సినిమాలోగ్రఫీ శాఖ మంత్రి కోమటి రెడ్డి వెంకట రెడ్డి వెల్లడించారు. కాంగ్రెస్ పాలన అభివృద్ధి దిశగా సృష్టించిన దృష్టితో ముందుకు సాగుతూ, ఈ ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం వీలైనంత త్వరగా ప్రారంభించేందుకు అవసరమైన భూ సేకరణ, సాంకేతిక అనుమతులు, మౌలిక వసతుల ఏర్పాటుకు చర్యలు వేగవంతం చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. శనివారం సచివాలయంలోని తన కార్యాలయంలో ఎయిర్పోర్ట్ అధికారి నరేంద్ర రిజిస్ట్రార్ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ రాజ్ కిషోర్, ఏవియేషన్ డైరెక్టర్ భరత్ రెడ్డి తదితరులతో కలిసి వరంగల్, ఆదిలాబాద్, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాల్లో తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఎంచిన పెట్టుబడి మంత్రి పోర్ట్లపై సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడారు.

# జీవన్ రెడ్డి చేరికతో ఉత్తర తెలంగాణలో వుంజుకుంటాం

జి.కె.ఆర్. ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం ప్రతినిధి) : రాజకీయ విలువలన్నీ సీనియర్ నేత జీవన్ రెడ్డి చేరికతో ఉత్తర తెలంగాణలో బీఆర్ఎస్ కు మరింత బలం చేకూరుతుందని మాజీ మంత్రి హరిశ్ రావు అభిప్రాయపడ్డారు. జీవన్ రెడ్డి ఈ నెల 20న జీవన్ రెడ్డి నాయకత్వంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీలో చేరుకున్నారని వెల్లడించారు. శనివారం జి.కె.ఆర్.లో పర్యటించిన ఆయన జీవన్ రెడ్డితో భేటీ అయ్యారు. ఈ నెల 20న జి.కె.ఆర్.లో జరిగిన బహిరంగ సభలో హరిశ్ రావు మాట్లాడారు. రాష్ట్రంలో ప్రజలకు ఒక సృష్టమైన కార్యక్రమం వచ్చినందుకు 'రేవంత్ రెడ్డి పోవాలి, కేసీఆర్ రావాలి' అని ప్రజలు బలంగా కోరుకుంటున్నారని అనడానికి జీవన్ రెడ్డి



జి.కె.ఆర్. ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం ప్రతినిధి) : గతంలో జీవన్ రెడ్డిని చెల్లని రూపాయి విమర్శించిన కేసీఆర్ ఇప్పుడు ఆయనను పార్టీలోకి ఎలా స్వీకరిస్తున్నారో చెప్పాలని రాష్ట్ర నక్షేమ



# హోర్సుజ్ మల్లీ మూసివేత

● రెండు భారత నౌకలపై ఇరాన్ గన్ బోట్ దాడి ● నౌకల సిబ్బంది సురక్షితం

న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం బ్యూరో) : హోర్సుజ్ జలసంధి పూర్తిగా తెరుచుకున్నందున గల్ఫ్ లో ఒక లోజిస్టిక్స్ నౌకలను మూసివేసింది. అమెరికా ఉల్లంఘన వైఖరికి నిరసనగా జలసంధిని తిరిగి మూసివేస్తున్నట్లు ఇరాన్ ప్రకటించింది. మూసివేస్తున్న సమయంలో అక్కడికి చేరుకున్న రెండు భారతీయ నౌకలు తిరుగు ముఖం పడుతుండగా ఇరాన్ గన్ బోట్ల నుంచి వాటిపై దాడి జరిగిందని సమాచారం. ఆ తరువాత ఇరాన్ సైన్యం భారత నౌకలను సురక్షితంగా పంపించిందని తెలుస్తున్నది. నౌకలలోని సిబ్బందికి ఎటువంటి హాని కలుగుల లేదని రూఢీ సమాచారం.

# సైంధవులు కాంగ్రెస్, డీఎంకేలో ప్రధాని మోడీ



న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం బ్యూరో) : చట్ట సభలో మహిళలకు రిజర్వేషన్ల కల్పించడం కోసం తీవ్రంగా చిత్తశుద్ధితో ప్రయత్నించాం. చివరికి ఫలితం లేకుండా పోయింది అని ప్రధాని సరేంద్ మోడీ అన్నారు. డీఎంకే, కాంగ్రెస్, దాని మిత్రపక్షాల తమ సీనీ రాజకీయాల కోసం దీనిని లక్ష్యంగా చేసుకుని అడ్డుకున్నాయని ఆరోపించారు. అంబేద్కర్ విన్నీకల కోసం తమిళనాడులోని కోయంబత్తూరు సభలో ప్రధాని మోడీ ప్రసంగించారు.

# ఎయిర్పోర్ట్ పనులు వేగవంతం చేయండి

● పనులు వుదారితీయాలి  
● ఎయిర్పోర్ట్ అధికారులకు మంత్రి పొంగులేటి సూచన

నిర్మాణం తీసుకుంటుందని రాష్ట్ర రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇందులో భాగంగా వరంగల్, ఆదిలాబాద్, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాల్లో ఎయిర్పోర్ట్ల నిర్మాణానికి ప్రభుత్వం కార్యాచరణను సిద్ధం చేసిందని అన్నారు. ఈ ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం వీలైనంత త్వరగా ప్రారంభించేందుకు అవసరమైన భూ సేకరణ, సాంకేతిక అనుమతులు, మౌలిక వసతుల ఏర్పాటుకు చర్యలు వేగవంతం చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. శనివారం సచివాలయంలోని తన కార్యాలయంలో ఎయిర్పోర్ట్ అధికారి నరేంద్ర రిజిస్ట్రార్ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ రాజ్ కిషోర్, ఏవియేషన్ డైరెక్టర్ భరత్ రెడ్డి తదితరులతో కలిసి వరంగల్, ఆదిలాబాద్, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాల్లో తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఎంచిన పెట్టుబడి మంత్రి పోర్ట్లపై సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడారు.

# చెల్లని రూపాయి ఇప్పుడెలా చెల్లుతోంది?

జీవన్ రెడ్డికి మంత్రి పదవి ఇచ్చి ఉంటే పార్టీని విడిచారా? పదవులు రాకపోవడంతోనే జీవన్ రెడ్డి బీఆర్ఎస్లో చేరిక

సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్

శాఖ మంత్రి అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ డిమాండ్ చేశారు. అప్పుడు చెల్లని రూపాయి ఇప్పుడు ఎలా చెల్లుతుందని విమర్శించారు. శనివారం జి.కె.ఆర్. జిల్లా కేంద్రంలో ఎమ్మెల్యే సంగయ్య కుమార్, డీసీసీ ప్రెసిడెంట్ నందయ్య తదితరుల మీటింగ్లో మాట్లాడారు. జీవన్ రెడ్డికి మంత్రి పదవి ఇచ్చి ఉంటే పార్టీని విడిచారా? అని మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్ ప్రశ్నించారు. రాజ్య సభ ఇచ్చినా లేక ప్రభుత్వ సలహాదారు పదవి ఇచ్చినా జీవన్ రెడ్డి పార్టీలోనే ఉండేవారని చెప్పారు.

# మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లుపై కాంగ్రెస్ ద్వంద్వ వైఖరి

బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రాంచందర్ రావు

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 18 (పుణ్యం ప్రతినిధి) : మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లుపై కాంగ్రెస్ పార్టీ ద్వంద్వ వైఖరిని ప్రదర్శిస్తోందని బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రాంచందర్ రావు ఆరోపించారు. 2023లో ఈ బిల్లుకు మద్దతు తెలిపిన కాంగ్రెస్, ఇప్పుడు వ్యతిరేకంగా ఓటు వేయడం వారి నిజ స్వరూపాన్ని బయటపెడుతుందని విమర్శించారు. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లుపై కాంగ్రెస్ పార్టీ వైఖరిని నిరసనగా శనివారం సీఎం నివాసం ముట్టడికి వెళ్లేందుకు సిద్ధమైన రాంచందర్ రావును పోలీసులు గృహనిర్బంధం చేశారు. ఆయన నివాసం వద్ద భారీగా



మోపించారు. ఈ సందర్భంగా రాంచందర్ రావు మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. కాంగ్రెస్ పార్టీపై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. పార్టీ మెంబర్లకు మహిళా గౌరవం నొక్కారని, రాష్ట్రంలో తమ నిరసనలను అడ్డుకోవడం ద్వారా ప్రజాస్వామ్యాన్ని కించపరుస్తున్నారని ఆరోపించారు. మిగతా 2లో













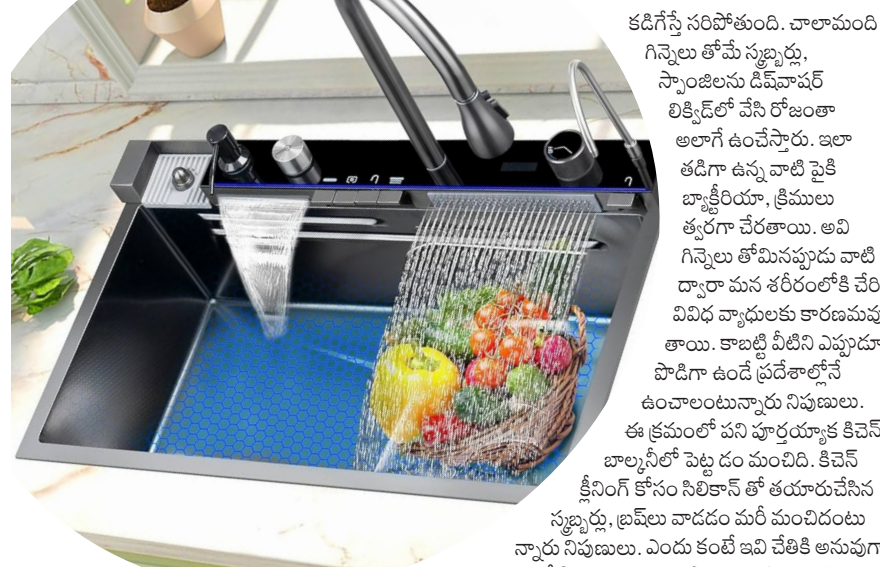




# అరిగేదాకా అవే వాడుతున్నారా?

గిన్నెలు తో మదానికీ, సింకెన్ శుభ్రం చేయడానికీ స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లు వాడడం సహజమే! అయితే వీటి వాడకంలో తీసుకున్న శ్రద్ధ, తిరిగి వీటిని శుభ్రం చేయడంలో తీసుకోకుండా చాలామంది అవే వాడుతున్నారు. అవసరమన్నప్పుడు వాడడం ఆపే పక్కన పడేయడం.. వంటివి చేస్తుంటారు. ఈ నిర్లక్ష్యమే వివిధ ఆనారోగ్యాలకు కారణమవుతుందంటున్నారని పుణ్యంలు. అందుకే కిచెన్ స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లు శుభ్రం చేయడంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. అదలాగే తెలుసుకుందారండి..

శుభ్రం చేసిన స్నాంజి, స్ట్రాబ్బు వేసి ఈ పాత్రను అవేలో రెండు నిమిషాల పాటు అధిక ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉంచాలి. తద్వారా దానిపై ఉండే బ్యాక్టీరియా ఫూగ్గా సశిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. డిష్ వాషర్ వాడే వారు ఈ స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లును పై ర్యాక్లో ఉంచి శుభ్రం చేయడం మంచిదంటున్నారని నిపుణులు. బ్రష్లు, స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బును వైట్ విన్సెగెట్ లేదంటే బేకింగ్ సోడా కలిపిన నీటిలో పది నిమిషాల పాటు నానబెట్టాలి. ఆపై సాధారణ నీటితో



కడిగే స్థి సరిపోతుంది. చాలామంది గిన్నెలు తో మే స్ట్రాబ్బు, స్నాంజిలను డిష్ వాషర్ లిక్విడ్లో వేసి రోజులా అలాగే ఉంచేస్తారు. ఇలా తడిగా ఉన్న వాటి పైకి బ్యాక్టీరియా, క్రిములు త్వరగా చేరతాయి. అవి గిన్నెలు తో మేనప్పుడు వాటి ద్వారా మన శరీరంలోకి చేరి వివిధ వ్యాధులకు కారణమవుతాయి. కాబట్టి వీటిని ఎప్పుడూ పొడిగా ఉండే ప్రదేశాల్లోనే ఉంచాలంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో పని పూర్తయ్యాక కిచెన్ బాల్కనీలో పెట్టడం మంచిది. కిచెన్ క్లీనింగ్ కోసం నిలికాన్ తో తయారుచేసిన స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లు వాడడం మంచి మంచినీటి నాల్గు నిమిషాలు, ఎండు కంటే ఇవి చేతికి అనువుగా ఉండడంలో పాలు తగ్గగా అరిపోతాయి కూడా! తద్వారా బ్యాక్టీరియా, క్రిములు వీటిపైకి చేరే అవకాశం ఉండదని చెబుతున్నారు. చాలామంది కిచెన్ స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లు ఫూగ్గా అరిపోయేదాకా అలాగే వాడుతుంటారు. ఇది కూడా సరికాదంటున్నారు నిపుణులు. నిత్య వ్యవధిలో వీటిని మార్చడం ఉత్తమం అంటున్నారు. ఈ క్రమంలో స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బు రెండు వారాలకోసారి, బ్రష్లు రెండు నెలలకోసారి మార్చడం మేలంటున్నారు. ఇక మాంసాహారం వంటివి గిన్నెల్ని తోమేయడం వాడిన స్నాంజిలు, స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లును ఎప్పుడీకప్పుడు పడేయడమే మంచిదని చెబుతున్నారు. వీలైతే వీటి కోసం విడిగా స్ట్రాబ్బు, బ్రష్లు, స్నాంజిల్ని పెట్టుకోవడం ఉత్తమం అంటున్నారు.

# వెయిట్ లాస్ కు మ్యూజిక్ ఫార్ములా?



అతిగా వ్యాయామం చేయకుండానే బరువును అదుపులో ఉంచుకునే అద్భుత ఫార్ములా '30-30-30'. ఉదయం నిద్ర లేచిన అరగంటలో ప్రోటీన్ తీసుకోవడం, ఆపై 30 నిమిషాల వ్యాయామంతో జీవక్రియను వేగవంతం చేసే ఈ సింపుల్ టెక్నిక్ ఇప్పుడు నెలకొన్న వైబల్ అవుతుంది. నేటి అధునిక జీవనశైలిలో అధిక బరువు అనేది చాలా మందిని వెదిస్తున్న ప్రధాన సమస్య. బరువు తగ్గాలనే ఆత్రుతతో చాలా మంది కోవ్ డైట్లు పాటించడం, అతిగా వ్యాయామాలు చేయడం లేదా సరైన వైపు చూపడం వంటివి చేస్తుంటారు. అయితే ఇటువంటి పద్ధతులు శరీరానికి మేలు చేయడం కంటే అనారోగ్య సమస్యలనే ఎక్కువగా తెచ్చిపెడతాయి. బరువు తగ్గడం అనేది ఒక నిరంతర పక్రియ అని గుర్తించాలి. దీని కోసం ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా, ఆరోగ్యకరమైన పద్ధతిలో పనిచేసే '30-30-30' హాల్ ఇప్పుడు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రచారం పొందుతోంది. ఆంజు చుట్టూ తిరుగుతుంది. ఇది సరళంగా

# చక్కని ఆరోగ్యం

## రాత్రి భోజనంలో ఏది తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది?

నేటి కాలంలో ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించడం చాలా ముఖ్యం. తరచుగా మనం చేసే కొన్ని పాత్రాన్ని కారణంగా లేనిపోని చిక్కుల్లో పడుతుంటాం. అవి కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. ముఖ్యంగా రాత్రివేళలో భోజనంలో అన్నం, చపాతీలతో ఏది తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందో చాలా



మందికి సరైన అవగాహన ఉండదు. నేటి కాలంలో ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించడం చాలా ముఖ్యం. తరచుగా మనం చేసే కొన్ని పాత్రాన్ని కారణంగా లేనిపోని చిక్కుల్లో పడుతుంటాం. అవి కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. ముఖ్యంగా రాత్రివేళలో భోజనంలో అన్నం, చపాతీలతో ఏది తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందో చాలా మందికి సరైన అవగాహన ఉండదు. చాలా కుటుంబాల్లో చపాతీ, అన్నం లేకుండా భోజనం సంపూర్ణం కాదు. చపాతీ, అన్నం తినేంత వరకు అది భోజనంలా అనిపించదు. కొందరు చపాతీని ఆరోగ్యకరమైనదిగా భావిస్తే, మరికొందరు అన్నం

## పదే పదే బిపీ పెరుగుతోందా.. ఇలా జరిగితే ప్రాణం ప్రమాదంలో ఉన్నట్లే!

ఈ మధ్య కాలంలో చాలా మంది అధిక రక్తపోటు భారిన పడుతున్నారు. వయసుతో సంబంధం లేకుండా ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. అయితే అసలు బిపీ ఎంత ఉంటే నార్మల్, ఎంత దాటిందో అంటే ప్రాణం రిస్కోలో ఉన్నట్లే ఇప్పుడు తెలుసుకోండి. అధిక రక్తపోటు కేసులు వివరీతంగా పెరుగుతున్నాయి. ఒత్తిడి, డిప్రెషన్, అతిగా ఆలోచించడం వలన కొంత మందిలో ఈ సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది. అయితే ఒక వ్యక్తికి 120/80 ఎంఎంఎంఎం అది సాధారణం. కానీ దీనికి మించి ఉంటే అది అధిక రక్తపోటు సమస్యగా గుర్తించాలి. తప్పకుండా తగ్గ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అయితే కొన్ని సార్లు ఇది అకస్మాత్తుగా 200 డబ్బో చాన్స్ ఉంటుంది. అయితే ఇలా దాటింది అంటే అది తీవ్రమైన అనారోగ్య సమస్యగా గుర్తించాలి. ముఖ్యంగా ఇది శరీరంలో అనేక అవయవాలపై ప్రభావం చూపుతుంది. కొన్ని సార్లు అత్యవసర పరిస్థితిగా కూడా పరిగణించవచ్చు, ఇలానే కొనసాగితే ఇది మరణానికి కూడా దారితీస్తుందని చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. అధిక రక్తపోటు అనేది చాలా ప్రమాదకరమైనది. ఇది శరీరంలోని అవయవాలపై ప్రభావం చూపుతుంది. కొన్ని సార్లు పక్కపాతానికి కూడా దారితీస్తుంది. అంతే కాకుండా ఇలా పదే పదే బిపీ పెరిగి, మెదడులోని రక్తనాళాలు బిల్డిపోయి, వక్షవాతం వస్తుంది. అయితే ఈ బిపీ సమస్య ఉన్నప్పుడు కొన్ని సార్లు వాంతులు, కళ్ళు తిరగడం, కళ్ళ మసకబారడం, మైకం కమ్మడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. లేకపోతే ఇది అధిక రక్తపోటుకు దారితీసి ఉన్నట్లు ఉంటుంది. అంతే కాకుండా ఇది గుండెపై కూడా తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుందని చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. కొన్ని సార్లు ఈ బిపీ సమస్య అధికం అయినప్పుడు, అధిక రక్తపోటు వలన గుండెకు రక్త సరఫరా సరిగ్గా జరగక గుండెపోటు కూడా వచ్చే చాన్స్ ఉంటుంది. వయసుతో సంబంధం లేకుండా హైబీపీ వలన ఇలాంటి సమస్య తలెత్తే ప్రమాదం ఉంది. అందుకే అధిక రక్తపోటు విషయంలో తగ్గ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

## ఎండ తాకిడి నుంచి రక్షణగా..!

వేసవి సెలవులు వచ్చేస్తున్నాయి. ఎండలో ఆడొద్దు... గ్రౌండ్ కు వెళ్ళొద్దు అంటే వింటారా గడుగ్గాయి. కొద్దిసేపట్లోనే వచ్చేస్తాయి... నీడలోనే ఉండుకుంటాం అంటూ బయటికి పరుగులు తీస్తారు. మే పిల్లలూ అంతేనా? వాళ్ళకి వీటిని ఇచ్చి చూడండి. ఎండ భారిన పడకుండా కాపాడొచ్చు, మట్టితో అటలాడటం, వివిధ వేడి అవి పట్టుకోవడం, ఎక్కువ వేడితో అత్యధిక కాలేజీలను వేస్తుంటారు పిల్లలు. దీంతో క్రిములు, సూక్ష్మ జీవులు చేతులకు అంటుకుంటాయి. కొన్ని సీట్లతో కడిగి వాడాలి. ఈ సెట్ 2గ్ కోర్ట్స్ అమర్చిన బాటిల్ను వాళ్ళకి ఇవ్వండి. ఈ కార్టెజ్ రెండు భాగాలు ఉంటాయి. ఒకదానిలో లిక్విడ్ హ్యాండ్ వాష్ చేయొచ్చు. మరోదానిలో సున్నిత నీళ్ళు వస్తాయి. అటల యాక్ హ్యాండ్ వాష్ చేయాలి శుభ్రం చేసుకోవాలి సరి. దీన్ని ఉపయోగించడం కూడా ఒక అటలా ఉంటుంది కాబట్టి, మీరు అందుబాటులో ఉన్నా, లేకున్నా పిల్లలు



పరిశుభ్రత మీద ఆసక్తి చూపిస్తారు. ఉరుకులు, పరుగులు, గొంతులు అబ్బా... పిల్లల అల్లరి మాటల్లో చెప్పగలమా! ఆడుతున్నంత సేపూ ఇల్లే గుర్తుకుంటారు. దాహావేసా, ఆకలి వేస్తేనే ఇల్లు గుర్తొచ్చేది. దీనివల్ల డైటెండ్ వన్ గుర్తుకొచ్చి ఉంటారు. పోనీ బాటిల్లతో అయినా తీసుకోవాలి అంటే... పప్పు ముమ్మీ అదే బరువు, మరదిపోతాం మళ్ళీ తిడతామో అంటూ పారిపోతారు. అలాంటప్పుడు ఈ లిస్ట్ వాటర్ వాటర్ సు ఇచ్చి చూడండి. ఇది 200ఎం.ఎల్. వరకు నీటిని నిల్వ చేయగలదు. చేతికి వాన్ లా కట్టే సుకుంటే సరి. దాహం వేసినప్పుడు దీనిని అమర్చి ఉన్న స్టాన్ డ్రా సీట్ల తాగొచ్చు. దీన్ని ఫుడ్-గ్రేడ్ నిలికాన్ మెటీరియల్ తో తయారుచేస్తున్నారు. కాబట్టి తేలికగా, మెత్తగా ఉంటుంది. ఎండకి ప్రాన్టీక కలిగి నీళ్ళ రసాయనాలతో నిండిపోతాయన్న భయమా ఎండ తీవ్రతకు చాలానాల్గు సామాన్యమైతే తారు పిల్లలు. అలసట నిన్ను తూ ఆవరి



స్నాయి. దాంతో దిగాలుగా ఇల్లు చేరుతుంటారు. అలా జరగకూడదంటే వాళ్ళకి ఈ 'మెస్సే స్టే వాటర్ బాటిల్' ఇవ్వండి. దీనిని నిల్వ చేసి, కొన్ని టాప్ కూడా వేసి సరి. అవసరం అయినప్పుడు నీళ్ళ తాగొచ్చు. ఎండ తీవ్రత ఎక్కువైతే వచ్చే సమయం దీనిని ఉపయోగించే సమయం. నీళ్ళ తుంపు ముఖంపై వేసి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

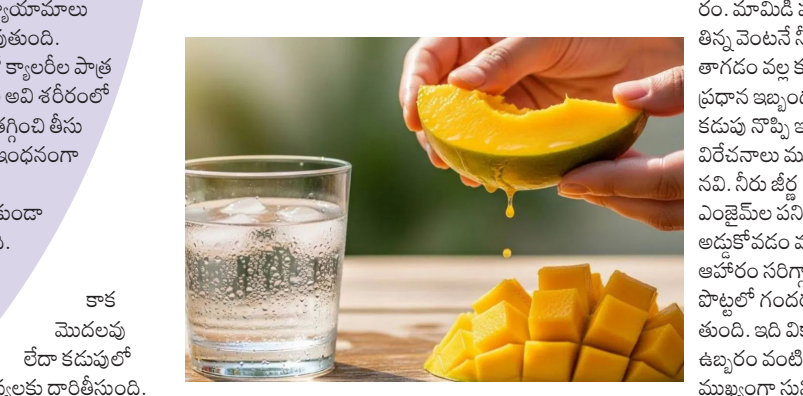
## తులసి, తేనె కలిపిన నీటిని తాగితే.. ఈ ఐదు లాభాలు సొంతం

నేటి ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో, మారుతున్న ఆహారపు అలవాట్ల వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉండటం ఒక పెద్ద సమస్యగా మారింది. మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి ఖరీదైన మందులు, సప్లిమెంట్ల కంటే మన పెరట్లో ఉండే తులసి, వంటింట్లోని తేనె అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. ఆయుర్వేద ప్రకారం, తులసి తేనె కలియబడి ఒక శక్తివంతమైన ఔషధం. ప్రతిరోజూ ఉదయం పరగడుపున ఈ మిశ్రమాన్ని తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి సహజమైన డిటాక్స్ లభించడమే కాకుండా, అనేక వ్యాధుల నుండి రక్షణ లభిస్తుంది. ఆయుర్వేద పరిశోధనలకు కూడా ఈ అద్భుత పానీయం ప్రయోజనాలను అంగీకరిస్తున్నాయి. తులసిలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్



శరీర మెటబాలిజం లేదా జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది, తద్వారా నిల్వ ఉన్న కొవ్వు కరగడానికి సహాయపడుతుంది. రుచులు తగ్గడానికి ప్రయత్నిస్తుంటే, రోజును ఈ పానీయంతో ప్రారంభించడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ పుష్కలమై, ఆశించిన ఫలితాలు త్వరగా లభిస్తాయి. ఒత్తిడి తగ్గించు... తులసిని ఒక అద్భుతమైన 'అడాప్టోజెన్' పరిగణిస్తారు. ఇది మానసిక ఒత్తిడిని ఎదుర్కోవడంలో శరీరానికి సహాయపడుతుంది. తేనెతో కలిపి దీనిని తీసుకున్నప్పుడు, ఇది శరీరంలోని కార్బోసాల్ (ఒత్తిడి హార్మోన్) స్థాయిలను తగ్గించి సరైన ప్రశాంతతనుస్తుంది. దీనివల్ల రోజంతా ఉత్సాహంగా, ఏకాగ్రతతో ఉండవచ్చు. అలాగే, తులసి రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడం వల్ల మెదడులు తగ్గి, చర్మం లోపలి నుండి కాంతివంతంగా మారుతుంది. తేనె చర్మానికి అవసరమైన తేమను అందించి, ముఖానికి సహజమైన మృదులను ఇస్తుంది.

వేసవి కాలం వచ్చిందంటే చాలా అందరికీ ముందుగా గుర్తొచ్చేది పండ్ల రాజు మామిడి పండు. ఆ రుచికి, సువాసనకు ఎవరైనా ఫిదా అన్నా లిందే. అయితే మామిడి పండ్లను ఆస్వాదించే క్రమంలో మనం చేసే కొన్ని చిన్న చిన్న పాత్రాన్ని మన ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతాయి. చాలామంది మామిడి పండు తిన్న వెంటనే దాహంగా అనిపించి నీళ్ళ తాగుతుంటారు. ఇది చూడటానికి సాధారణ విషయంగా అనిపించినప్పటికీ, శరీరంలోని జీర్ణవ్యవస్థను ఇది తీవ్రంగా ఇబ్బంది పెడుతుంది ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. కేవలం రుచి కోసం పండును ఆస్వాదించడమే కాదు, దానిని ఎలా తినాలో కూడా తెలుసుకోవడం ఎంతో ముఖ్యం. మామిడి పండ్లలో చక్కెర శాతం, పీచు పదార్థం అంటే వైబల్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో జీర్ణ కావడానికి కొంత సమయం పడుతుంది. మనం పండు తిన్న వెంటనే నీళ్ళ తాగడం వల్ల పొట్టలోని జీర్ణకరణను వలువబడిపోతాయి. దీనివల్ల మామిడి పండులోని పోషకాలను శరీరం గ్రహించే సేగం మందగిస్తుంది. ఫలితంగా జీర్ణ పక్రియ అలస్యమై ఆహారం పొట్టలో అలాగే ఉండిపోయి గ్యాస్ లేదా అసౌకర్యానికి దారితీస్తుంది. అందుకే మామిడి పండు తిన్న తర్వాత కనీసం అరగంట పాటు నీటిని ముట్టుకోవడమే శ్రేయస్కరం. మామిడి పండు తిన్న వెంటనే నీళ్ళ తాగడం వల్ల కలిగే ప్రధాన ఇబ్బందుల్లో కడుపు నొప్పి ఇంకా సరైన పండ్లను తీసుకోవడం వల్ల ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణం పొట్టలో గండరగళం ఉంటుంది. ఇది వికారం ఉబ్బరం వంటి సమస్యలుగా సున్నిత



కాక మొదలవు లేదా కడుపులో స్వల్ప దారి తీస్తుంది. మైన జీర్ణవ్యవస్థ ఉన్నవారిలో ఈ ప్రభావం మరింత ఎక్కువగా ఉంటుంది. మామిడి పండులోని ప్రక్కోజ్ (సహజ చక్కెర) నీటితో కలిపినప్పుడు బ్యాక్టీరియా చర్మ వేగవంతమై ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం కూడా ఉంది. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే మామిడి పండు తిన్న తర్వాత కనీసం ముప్పై నుండి నలభై నిమిషాల వరకు వేచి ఉండాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ సమయంలో జీర్ణక్రియ సక్రమంగా జరిగి పండులోని విటమిన్లు కంకణ నిజాలు రక్తంలో కలుస్తాయి. ఆ తర్వాత నీళ్ళ తాగడం వల్ల ఎటువంటి ఇబ్బంది ఉండదు. అలాగే మామిడి పండ్లను రాత్రి పూట కంటా ఉపయోగించడం ముఖ్యం. సమయంలో తీసుకోవడం వల్ల అది మెరుగ్గా జీర్ణమవుతాయి. పండు తీసే ముందు దానిని గంట పాటు నీటిలో నానబెట్టడం వల్ల అందులోని వేడి తగ్గి చర్మానికి ఎటువంటి అలర్జిక్ రియాక్షన్లు ఉండవు. ప్రకృతి ప్రసాదించిన ఈ అద్భుతమైన పండును ఆస్వాదించేపప్పుడు ఈ చిన్న జాగ్రత్తలు పాటించడం వల్ల మనం ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు. ఆహారపు అలవాట్లలో క్రమశిక్షణే మనల్ని దీర్ఘకాలిక రోగాల నుండి కాపాడుతుంది.



# హ్యాజ్ గ్లోబల్ ప్రాజెక్ట్ గా రాబోతున్న హీరో విజయ్ దేవరకొండ

## మెగాస్టార్ చిరంజీవి లాంచ్ చేసిన "ది బ్రేకింగ్ న్యూస్" ఫస్ట్ లుక్

మీడియా సేవభ్యంతో రూపొందుతున్న డ్రెస్సింగ్ లి"ది బ్రేకింగ్ న్యూస్" లి తాజాగా ఫస్ట్ లుక్ మరియు టైటిల్ అనౌన్స్ మెంట్ తో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. ప్రముఖ నటులు మురళీ మోహన్, అనన్య నాగళ్ల, వాసుదేవ్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి పవన్ కడియాల రచన మరియు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఓపెన్ స్టైల్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై హనుమంత రెడ్డి, ఉమా గూటూర్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ను శుక్రవారం ప్రముఖ నటుడు మెగాస్టార్ చిరంజీవి చేతుల మీదుగా విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా చిరంజీవి మాట్లాడుతూ, "ఈ సినిమాను చూడటానికి ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నాను. మురళీ మోహన్ గారిని ఇంత అగ్రెసివ్ గా, ఆగ్రహభరితమైన పాత్రలో నేను ఎప్పుడూ చూడలేదు" అని తెలిపారు. అలాగే అనన్య నాగళ్ల నటనను కూడా ప్రశంసించారు. దర్శకుడు పవన్ కడియాల ఈ చిత్రాన్ని ఎంతో ఆసక్తికరంగా, విభిన్నంగా తెరకెక్కించినట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. చిత్ర బృందం తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, "ది బ్రేకింగ్ న్యూస్" ఒక మీడియా సేవభ్యంతో కూడిన డ్రెస్సింగ్ గా రూపొందుతోంది. ఈ సినిమాను 2026 మే నెలలో థియేటర్లలో విడుదల చేయాలని యోచిస్తున్నారు. చిత్రానికి సంబంధించిన మరిన్ని వివరాలను త్వరలోనే ప్రకటించనున్నట్లు మేకర్స్ తెలిపారు. మురళీమోహన్, అనన్య నా గళ్ల తదితరులు నటించిన ఈ చిత్రానికి



అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్: సంజీవ్ ధరణి, సాయి యోగేష్, పబ్లిసిటీ డిజైనర్: మిట్టూ ఆరేటి, స్టిల్స్: పార్లు, ఫిలిం వీడియో ఎడిటర్: లూర్లు, డిజిటల్ మీడియా పార్టర్: కాలేపు హరి సాయి సందీప్, ఎగ్జిక్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్: రమణారెడ్డి తాటిరెడ్డి, కో ప్రొడ్యూసర్స్: రేఖ బైరి, నరేష్ కె, పి ఆర్ ఓ: బి. వీరబాబు

బ్యానర్: ఓపెన్ స్టైల్ క్రియేషన్స్  
రైటర్ అండ్ డైరెక్టర్: పవన్ కడియాల  
ప్రొడ్యూసర్స్: హనుమంత రెడ్డి, ఉమా గూటూర్  
మ్యూజిక్ డైరెక్టర్: శశి శ్రీతం  
సినిమాటోగ్రఫీ: సాయి నాథ్  
ఎడిటర్ : శిరీష్ ప్రసాద్  
చీఫ్ అసోసియేట్ డైరెక్టర్: బి ఎన్ గజేష్

ఇంటర్నేషనల్ టెక్నీషియన్స్ తో హ్యాజ్ గ్లోబల్ ప్రాజెక్ట్ గా రాబోతున్న హీరో విజయ్ దేవరకొండ, డైరెక్టర్ శౌర్యవ్, వైరా బ్యానర్ ప్రెస్టీజియస్ మూవీ - హై ఎక్స్ పెక్టేషన్స్ క్రియేట్ చేస్తున్న ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ఇండియన్ సినిమాను గ్లోబల్ స్థాయికి తీసుకెళ్లడానికి తనదైన ముందడుగు వేశారు హీరో విజయ్ దేవరకొండ. హాయ్ నాన్ ఫేమ్ డైరెక్టర్ శౌర్యవ్ తో విజయ్ దేవరకొండ చేస్తున్న హ్యాజ్ గ్లోబల్ ప్రాజెక్ట్ ఈ రోజు అఫీషియల్ గా అనౌన్స్ చేశారు. ఇంటర్నేషనల్ టెక్నీషియన్స్ ఈ మూవీకి వర్క్ చేస్తుండటం విశేషం. వైరా బ్యానర్ నిర్మిస్తున్న ఈ ప్రెస్టీజియస్ మూవీ అనౌన్స్ మెంట్ పోస్టర్ రిలీజ్ చేశారు. ఈ పోస్టర్ సినిమా మీద హై ఎక్స్ పెక్టేషన్స్ క్రియేట్ చేస్తోంది.



పనిచేస్తున్నారు. యూనిమల్, ఓం శాంతి ఓం వంటి చిత్రాలకు పనిచేసిన సురేష్ సెలరాజన్ ఈ సినిమా ప్రొడక్షన్ డిజైనర్ గా వ్యవహరిస్తున్నారు. పలు సూపర్ హిట్ చిత్రాల కంపోజర్ హేషమ్ అబ్దుల్ వాహాబ్ మ్యూజిక్ అందిస్తున్నారు. ఇండియన్ సినిమాకు గ్లోబల్ స్థాయి క్రేజ్ తీసుకురావడంలో వారణాసి, రాజా చిత్రాల్లా విజయ్ శౌర్యవ్ మూవీ కూడా ప్రయత్నిస్తోంది. ఈ రోజు రిలీజ్ చేసిన వీడి. శౌర్యవ్ మూవీ పోస్టర్ లో విజయ్ దేవరకొండ చేతిలో నాలుగు పెట్ డాగ్స్ ను తీసుకుని నడుచుకుంటూ వస్తుండటం, వెనక ఏడుగురు వ్యక్తులు వివిధ రకాల ఆయుధాలు చేపట్టి రావడం ఆసక్తి కలిగిస్తోంది. 'ఇప్పుడు కనిపించే కోవమంతా ఒకప్పటి ప్రేమ' అంటూ పోస్టర్ పై రాసిన క్యాప్షన్ క్యూరియాసిటీ క్రియేట్ చేస్తోంది. మైథాలజికల్ యూనివర్స్ బ్యాక్ డ్రాప్ లో రూపొందనున్న ఈ సినిమా ఒక కొత్త ప్రపంచాన్ని ప్రేక్షకులకు చూపించనుంది. నటీనటులు - విజయ్ దేవరకొండ, తదితరులు

**టెక్నికల్ టీమ్**  
కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్ - సచిన్ లోవలేకర్  
ఎడిటర్ - ప్రవీణ్ అంటోనీ  
మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ - హేషమ్ అబ్దుల్ వాహాబ్  
వీఎఫ్ఎక్స్ సూపర్ వైజర్ - ఎరిక్ డన్లె  
ప్రొడక్షన్ డిజైనర్ - సురేష్ సెలరాజన్  
డైరెక్టర్ ఆఫ్ ఫోటోగ్రఫీ - అలెజాండ్రో మార్టినెజ్

## వివాహానికి ఆహ్వానం



ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు, మంత్రి శ్రీ నారా లోకేష్ లను కలిసి వివాహానికి ఆహ్వానించిన హీరో బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ హీరో బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్, ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు, మంత్రి శ్రీ నారా లోకేష్ లను కలిసే తన వివాహానికి ఆహ్వానించారు. తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి వివాహ పత్రికను అందించారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం చంద్రబాబు గారు, మంత్రి లోకేష్ గారు, బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ కు తమ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఇటీవలే బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్,

క్యాన్సర్ నిర్మూలన పునంగా జరిగింది. వీరి వివాహ వేడుక ఏప్రిల్ 29న దివ్యమైన తిరుమలలో జరగనుంది. అత్యంత పవిత్రమైన ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంగా ప్రసిద్ధి చెందిన ఈ ప్రదేశం, వారి జీవితంలోని ఈ ప్రత్యేకమైన కలయికకు అపూర్వ వేదికగా నిలుస్తుంది.

# మే 1న 'జెట్టి'

టాలీవుడ్ ఫేవరేట్ ధ్వయం సత్య, దర్శకుడు రితేష్ రానా 'జెట్టి'తో అలరించబోతున్నారు. క్లాప్ ఎంటర్టైన్ మెంట్ బ్యానర్ పై చిరంజీవి (చెర్రీ) హేమలత పెద్దామల్లు నిర్మించిన ఈ చిత్రాన్ని మైత్రి మూవీ మేకర్స్ నమర్చిస్తోంది. మిస్ యూనివర్స్ ఇండియా రియా సింఘా కథానాయికగా తెలుగు చిత్రసీమలో అరంగేట్రం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఆకట్టుకునే ఫస్ట్-లుక్ పోస్టర్లు, ఫన్ గ్లింప్స్, సత్య ఈజ్ నాట్ జెట్టి ప్రమోషనల్ సాంగ్ కు అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ రోజు మేకర్స్ రిలీజ్ డేట్ అనౌన్స్ చేశారు. 'జెట్టి' మే 1న వరల్డ్ వైడ్ గ్రాండ్ గా థియేటర్స్ లో రిలీజ్ కానుంది. యాక్షన్ బ్యాక్ డ్రాప్ లో సత్య, వెన్నెల కిషోర్ డైనమిక్ గా నడుస్తూ వస్తున్న రిలీజ్ డేట్ పోస్టర్ ఆందరినీ ఆకట్టుకుంది. ఈ చిత్రానికి కాల బైరవ సంగీతం అందిస్తున్నారు. సురేష్ సారంగం సినిమాటోగ్రఫీ, కార్తీక శ్రీనివాస్ ఎడిటింగ్, నార్థి శ్రీనివాస్ ప్రొడక్షన్ డిజైనర్. తారాగణం: సత్య, రియాసింఘా, వెన్నెల కిషోర్, అజయ్ సాంకేతిక సిబ్బంది: దర్శకత్వం: రితేష్ రానా నిర్మాతలు: క్లాప్ ఎంటర్టైన్ మెంట్, చిరంజీవి (చెర్రీ), హేమలత పెద్దామల్లు



సమర్పణ: మైత్రి మూవీ మేకర్స్ (నవీన్ యెర్నేని, రవిశంకర్ యలమంచిలి) కథ - స్ట్రీన్ ఫ్రీ: రితేష్ రానా డి.జయేంద్ర ఎరోలా డైలాగ్స్: రితేష్ రానా సంగీతం: కాల బైరవ ఋ.కా: సురేష్ సారంగం ఎడిటింగ్: కార్తీక శ్రీనివాస్ కాస్ట్యూమ్ డిజైనర్, స్టైలిస్ట్: తేజ ఆర్ ప్రొడక్షన్ డిజైనర్: నార్థి శ్రీనివాస్ యాక్షన్ కొరియోగ్రఫీ: వింగ్ చున్ అంజి

కో-డైరెక్టర్: చుక్కా విజయ్ కుమార్ డైరెక్టర్ గ్యాంగ్: ప్రభాత్ కర్రి, పి.వి.సాయి సోమయాజులు, విక్రమ్ రామిరెడ్డి, కౌశిక్ రాజు పోస్టర్: శ్యామ్ గా: వంశీ - శేఖర్