

STUDY ABROAD
TOP GLOBAL DESTINATIONS
Free IELTS coaching
GradsUniversity
+91 6301726400

వుదయం

మీ ఆర్థిక అవసరాల ఆశయసాధన
KAPIL GROUP
కపిల్ చిట్స్
Visit Us: www.kapilchits.com
కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

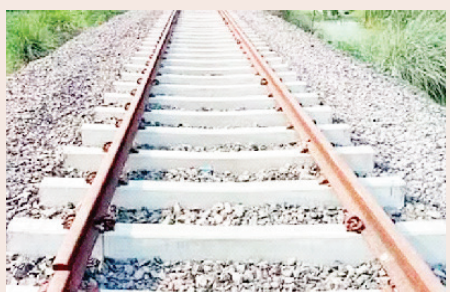
గుంటూరు 07-05-2026 గురువారం సంపుటి : 13 | సంచిక : 65 **SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY** రూ. 3.00 | పేజీలు : 12 **VOODAYAM Telugu Daily**
Simultaneously Published from Guntur, Hyderabad, Adilabad, Karimnagar, Khammam & Warangal Postal Regd. No. GTR/117/2025-27 Follow us on



టీవీకే అధినేత విజయ్ తమిళనాడు గవర్నర్ విశ్వనాథ్ ఆర్డెర్లను బుధవారం కలిశారు. ప్రభుత్వ ఏర్పాటును గవర్నర్ అనుమతి కోరారు. నేడు లేదా రేపు విజయ్ ప్రమాణస్వీకారం చేయనున్నారు. నెహ్రూ స్టేడియంలో ప్రమాణస్వీకారానికి ఏర్పాటు జరుగుతున్నాయి. ప్రమాణస్వీకారానికి రాహుల్ గాంధీ సహా ప్రముఖులు హాజరుకానున్నారు.

తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య కొత్త రైల్వే లైన్

కీలక దశకు కాచిగూడ - జగ్గయ్యపేట ప్రాజెక్టు పనులు విజయవంతంగా లైడార్ సర్వే వచ్చే నెలఖులోగా ప్రాజెక్టు డీవీఆర్ రెడి



హైదరాబాద్, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) : ఏపీ, తెలంగాణ రాష్ట్రాలను కలుపుతూ ప్రతిపాదించిన కాచిగూడ - జగ్గయ్యపేట నూతన రైల్వే లైన్ ప్రాజెక్టు పనులు కీలక దశకు చేరుకున్నాయి. ఈ ప్రాజెక్టులో కీలకమైన లైడార్ సర్వే ప్రక్రియను రైల్వే అధికారులు విజయవంతంగా పూర్తి చేశారు. ఈ సర్వే ఆధారంగా ప్రాజెక్టుకు అవసరమైన అంచనా వ్యయం, భూసేకరణ అవసరాలు, ఇతర సాంకేతిక అంశాలతో కూడిన సమగ్ర నివేదికను సిద్ధం చేసి పనిలో అధికారులు నిమగ్నమయ్యారు. ఈ ప్రాజెక్టు సర్వే కోసం రైల్వే బోర్డు 2023 జూలైలో ప్రాథమిక ఆమోదం తెలిపింది. దాదాపు మూడేళ్ల సుదీర్ఘ ప్రక్రియ తర్వాత ప్రస్తుతం సర్వే పనులు కొలిక్కి వచ్చాయి. ప్రాథమిక అంచనాల ప్రకారం.. ఈ కొత్త రైల్వే లైన్ మొత్తం దూరం సుమారు 228 కిలోమీటర్లుగా ఉండనుంది. ఈ హార్లం అందు బాటలోకి వస్తే హైదరాబాద్ నుంచి ఏపీలోని పాలెంకా మిక ప్రాంతమైన జగ్గయ్యపేటకు రహదారి సౌకర్యాలను మరింత మెరుగుపడతూ పాటు, ప్రయాణ సుయం కూడా గణనీయంగా తగ్గుతుంది.

హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్-2ను ఆమోదించండి

ప్రాజెక్టులో కేంద్ర ప్రభుత్వం భాగస్వామిగా ఉండాలి



వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న హైదరాబాద్ నగరంలో ప్రయాణికుల సౌకర్యార్థం మెట్రోను మరింతగా విస్తరించాలి. హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు ఫేజ్-2, ఫేజ్-3 విస్తరణ సజావుగా సాగాలనే ఉద్దేశ్యంతోనే మెట్రో ఫేజ్-1ను ఎల్.ఎం.డీ బీ హైదరాబాద్ మెట్రో రైలును రాష్ట్ర ప్రభుత్వం స్వాధీనం చేసుకుంది. ప్రస్తుతం ఫేజ్-1 ప్రభుత్వం పరిధిలో ఉండడంతో ఫేజ్-2, ఫేజ్-3 విస్తరణ సులువవుతుంది.

ఎయిర్పోర్ట్-పూర్వ సిటీ కాలడార్ ను ఫేజ్-3 కింద చేపట్టండి భారత ప్రభుత్వం - తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల జాయింట్ వెంచర్ గా చేపట్టేందుకు త్వరగా ఆమోదం తెలపాలి

కేంద్ర మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్ కు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి విసతి

న్యూఢిల్లీ, మే 6 (పుడయం ప్రతినిధి) : హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్-2కు ఆమోదం తెలపాలని కేంద్ర మంత్రి చర్చించారు. వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న హైదరాబాద్ నగరంలో ప్రయాణికుల సౌకర్యార్థం మెట్రోను మరింతగా విస్తరించాలని ఆయన అభిప్రాయం. హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు ఫేజ్-2, ఫేజ్-3 విస్తరణ సజావుగా సాగాలనే ఉద్దేశ్యంతోనే మెట్రో ఫేజ్-1ను ఎల్.ఎం.డీ బీ హైదరాబాద్ మెట్రో రైలును రాష్ట్ర ప్రభుత్వం స్వాధీనం చేసుకుంది.

కేంద్ర మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్ కు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి విసతి చేసుకుంది. కేంద్ర మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్ కు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి విసతి చేసుకుంది. కేంద్ర మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్ కు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి విసతి చేసుకుంది.

నేడా.. రేపా..?

డోలాయమానంలో విజయ్ ప్రమాణ స్వీకారం?

సంఖ్యా బలం పట్ల గవర్నర్ అసంతృప్తి? మెజార్టీ మార్క్ కోసం ప్రయత్నాలు మిత్రపక్షాల కోసం అన్వేషణ టీవీకెకి మద్దతు ప్రకటించిన కాంగ్రెస్ అసెంబ్లీని రద్దు చేసిన గవర్నర్ చెన్నై, మే 6 (పుడయం) : తమిళనాడు శాసనసభలో మెజార్టీ మార్కును అధిగమించేందుకు అవసరమైన మద్దతును, తమిళగ వెటి కజగం (టివీకె) అధినేత విజయ్ ఇంకా పట్టడం చేసుకుంటున్నందున, ఆయన రేపు ముఖ్యమంత్రిగా ప్రమాణ స్వీకారం చేసే అవకాశం లేదని బుధవారం అధికార పక్షాలు తెలిపాయి. ప్రస్తుతానికి టీవీకె పక్షం "అధికారిక గణాంకాలు ఏవీ లేవని", అలాగే ఇప్పటి వరకు ఉన్న సంఖ్యల పట్ల గవర్నర్ సంతృప్తి చెందలేదని ఆ పక్షాలు పేర్కొన్నాయి. 234 మంది సభ్యులు కలిగిన అసెంబ్లీలో టీవీకె 108 స్థానాలు గెలుచుకుంది.

నామినేటెడ్ జాతర
● 17 కార్పొరేషన్లకు చైర్మన్లు, 11 వైస్ చైర్మన్లతో జాబితా
● ఉత్తరువులు జారీ చేసిన ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి, ఇప్పటికే పలు దఫాలుగా నామినేటెడ్ పోస్టులు భర్తీ
● త్వరలోనే మిగిలిన పోస్టులు భర్తీ

హైదరాబాద్, మే 6 (ఎంఎన్) : రాష్ట్రంలో నామినేటెడ్ పదవుల పండ్ల మళ్లీ మొదలైంది. ఇప్పటికే పలు దఫాలుగా కొన్ని నామినేటెడ్ పోస్టులను భర్తీ చేసిన అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీ... తాజాగా పలు కార్పొరేషన్లకు చైర్మన్లు ప్రకటించింది. ఈ మేరకు డిపీసీసీ టిపి మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ బుధవారం మొత్తం 17 కార్పొరేషన్లకు చైర్మన్లు, 11 వైస్ చైర్మన్లతో జాబితా ప్రకటించారు. రాష్ట్ర గ్రామ పంచాయతీ ట్రైబ్యూనల్ చైర్మన్ గా నూదివి రామిరెడ్డి ట్రిబ్యూనల్ సభ్యులుగా నగులూరి కృష్ణకుమార్, బూసా వేణుగోపాల్ ను నియమించారు. ఈ మేరకు ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కె.రామకృష్ణరావు ఉత్తరువులు జారీ చేశారు. మిగిలిన పోస్టులను కూడా త్వరలోనే భర్తీ చేయనున్నట్లు కాంగ్రెస్ పార్టీ సభ్యుల చెప్పింది. దీంతో రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ అధికారంలో వచ్చినప్పటి నుంచి నామినేటెడ్ పదవుల కోసం విశ్వప్రయత్నాలు చేసిన ఆ పార్టీ నేతల్లో కొందరికి ఆ పోస్టులు వరించగా ఇంకొందరికి మాత్రం నిరాశ మిగిలింది. మిగతా 2లో

అసోం 15వ శాసనసభ రద్దు

రాజీనామా సమర్పించిన ముఖ్యమంత్రి హిమంత : నూతన ప్రభుత్వానికి ఏర్పాట్లు

పుడయం డెక్క, మే 6 : ఏప్రిల్ సాధించిన నిర్ణయాత్మక ఎన్నికల విజయానంతరం, కొత్త ప్రభుత్వం ఏర్పాటు ప్రక్రియను ప్రారంభిస్తూ ఆస్సాం ముఖ్యమంత్రి హిమంత బిశ్ శర్మ బుధవారంనాడు గవర్నర్ లక్ష్మణ్ ప్రసాద్ ఆచార్యకు తన రాజీనామాను సమర్పించారు. దీనికో, ఆసోం రాజకీయాల్లో నూతన ప్రభుత్వ ఏర్పాటు దిశగా కీలక అడుగు పడింది. ఆసోం అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో బిజెపి నేతృత్వంలోని ఎన్డీపీ కూటమి ఘనవిజయం సాధించిన నేపథ్యంలో, ముఖ్యమంత్రి హిమంత బిశ్ శర్మ తన కేబినెట్ సహచరులతో కలిసి గవర్నర్ లక్ష్మణ్ ప్రసాద్ ఆచార్యను కలిశారు. తన రాజీనామా లేఖను గవర్నర్ కు అందజేయగా, ఆయన దానిని ఆమోదించారు. రాజీ భవనంకు బయలుదేరే ముందు గువాహాటిలో విలేజ్ కు లతో మాట్లాడుతూ, ఎన్నికల ఫలితాలు అధికారికంగా సమర్పించిన తర్వాత తాను గవర్నర్ ను లాంఛనంగా కలుసుకునే శర్మ తెలిపిన విషయం తెలిసింది. అయితే, కొత్త ప్రభుత్వం కొలువదీరే వరకు తాత్కాలిక ముఖ్య మంత్రిగా బాధ్యతలు నిర్వహించాలని గవర్నర్ ఆయనను కోరారు. 126 స్థానాలను ఆసోం అసెంబ్లీలో బిజెపి కూటమి ఏకంగా 102 స్థానాలను కైవసం చేసుకుని రికార్డు సృష్టించింది.

రైతు డిక్లరేషన్ ఓ బోగస్

రాహుల్, రేవంత్ ఫోటోలు పోలీస్ స్టేషన్లలో పెట్టాలి కాంగ్రెస్ గ్యాంగ్.. చెడ్డీ గ్యాంగ్ కంటే చాలా ప్రమాదకరం

- రైతు డిక్లరేషన్ ఓ బోగస్ పత్రం
- కాంగ్రెస్ పార్టీ నయవంచనకు పాల్పడింది
- అన్నదాతలకు ఇచ్చిన 34 హామీలు ఏమయ్యాయి
- 69 సార్లు ఢిల్లీ వెళ్లి వచ్చిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి రాష్ట్ర రైతుల కోసం 69 పైసలైనా తెచ్చారా?
- బీఆర్ఎస్ వర్కొంగ్ పైసిడెంట్ కేటీఆర్



హైదరాబాద్, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) : అసెంబ్లీ ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా రాష్ట్ర రైతులకు అనేక వాగ్దానాలు చేసిన విస్తరించిన రాహుల్

కేటీఆర్ ఏకరాకు రూ. 10 వేలు ఇస్తే, తాము రూ. 15 వేలు ఇస్తామని కాంగ్రెస్ చేసిన వాగ్దానం అమలు కావడం లేదు. అధికారంలోకి వచ్చి రెండున్నరేళ్లు అవుతోన్నా ఇప్పటి వరకు రైతులకు పూర్తి స్థాయిలో న్యాయం జరుగడం లేదు. ఇప్పటి వరకు 69 సార్లు ఢిల్లీ వెళ్లి వచ్చిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి రాష్ట్ర రైతుల కోసం 69 పైసలైనా తెచ్చారా? - కేటీఆర్

గాంధీ, రేవంత్ రెడ్డి ఫోటోలను పోలీస్ స్టేషన్లలో అంటించి 'దొంగలొస్తున్నారూ జాగ్రత్త' అని రాయాలని బీఆర్ఎస్ వర్కొంగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ కీలక వాగ్దానాలు చేశారు. కాంగ్రెస్ గ్యాంగ్.. చెడ్డీ గ్యాంగ్ కంటే చాలా ప్రమాదకరమని వ్యాఖ్యానించారు. ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా వరంగల్ వేదికగా కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రకటించిన రైతు డిక్లరేషన్.. ఓ బోగస్ పత్రమన్న ఆయన అది కేవలం చిత్తు కాగితమని విమర్శించారు. కాంగ్రెస్ నిర్వహిస్తున్నది 'రైతు మేళా' కాదు, అది ఒక 'దగా మేళా' అని సంబోధించారు. బుధవారం వరంగల్ లో బీఆర్ఎస్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన రైతు సంగ్రామ సదస్సులో కేటీఆర్ మాట్లాడారు. రైతు డిక్లరేషన్ పేరిట కాంగ్రెస్ పార్టీ సయవంచనకు పాల్పడిందని ఆరోపించారు. నాలుగేళ్ల క్రితం ఇదే వరంగల్ గడ్డపై కాంగ్రెస్ పెద్దలు వచ్చి 'రైతు డిక్లరేషన్' ప్రకటించారని కేటీఆర్ గుర్తు చేశారు. 60 ఏళ్ల పాటు రైతుల రక్తం తాగిన కాంగ్రెస్ పార్టీ, ఎన్నికల ముందు మాత్రం కొంగజపం చేసినందని ఎద్దేవా చేశారు. రైతు డిక్లరేషన్లో అన్నదాతలకు ఇచ్చిన 34 హామీలు ఏమయ్యాయని ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ మాటలు నమ్మి ఓట్లు వేసిన రైతులు నేడు అరిగోస పడుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

'పైవేట్' విద్యాసంస్థల దోపిడిని అరికట్టాల్సిందే

ఫీజు పెంచడంలా జీవో జారీ చేయాలి ఫీజుల నియంత్రణ చట్టం ఈ నెలలోనే తేవాలి పైవేట్ విద్యాసంస్థల దోపిడి, హైదరాబాద్ పబ్లిక్ స్కూల్ లో అనినీతి పై స్పందించాలి ఉచిత విద్య, వైద్యం మా పార్టీ విధానం మాట తప్పితే అమరవీరుల స్థానం వద్ద రాళ్లతో కొట్టండి : టీఆర్ఎస్ చీఫ్ కల్వకుంట్ల కవిత

హైదరాబాద్, మే 6 (ఎంఎన్) : రాష్ట్రంలో పైవేట్ విద్యా సంస్థల దోపిడిని అరికట్టడంలో రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ ఘోరంగా ఫెయిల్ అయ్యారని టీఆర్ఎస్ చీఫ్ కవిత ఆరోపించారు. ఫీజుల దోపిడి నియంత్రణకు ఈ నెలలోనే చట్టం తేవాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. హైదరాబాద్ పేరెంట్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుర్యంలో నాణ్యమైన విద్య - ఫీజుల నియంత్రణ అనే అంశంపై బుధవారం సోమాజిగూడ ప్రెస్ క్లబ్ లో జరిగిన రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో ఆమె మాట్లాడారు. పైవేట్ విద్యాసంస్థల దోపిడి, హైదరాబాద్ పబ్లిక్ స్కూల్ లో అనినీతి పై ప్రభుత్వం స్పందించాలని కోరారు.

రాష్ట్ర భద్రతా సలహాదారుగా శివధర్ రెడ్డి



హైదరాబాద్, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) : మాజీ డిజిపీ శివధర్ రెడ్డి రాష్ట్ర భద్రతా సలహాదారుగా బాధ్యతలు స్వీకరించారు. బుధవారం బంజారాహిల్స్ లోని ఇంటిగ్రేటెడ్ కమాండ్ అండ్ కంట్రోల్ సెంటర్లో ఆయన విధుల్లో చేరారు. హైదరాబాద్ సీపీ ఏసీ సజ్జనార్ సహా పలువురు సీనియర్ పోలీస్ అధికారులు ఈ సందర్భంగా ఆయనకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం శివధర్ రెడ్డి గవర్నర్ శివ ప్రకాష్ శుక్లాను లోక్ భవన్లో మర్యాద పూర్వకంగా కలిశారు. గత నెలఖారున డిజిపీ హోదాలో పదవి విమరణ చేసిన శివధర్ రెడ్డిని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మూడేళ్ల కాల పరిమితితో రాష్ట్ర భద్రతా సలహాదారుగా నియమిస్తూ ఉత్తరువులు జారీ చేసింది. ఈ క్రమంలో పోలీస్ శాఖలో వివిధ హోదాలో పని చేసిన అనుభవ వాని ఉపయోగించుకోవాలని నిర్ణయం తీసుకున్నది. రాష్ట్రంలో శాంతి భద్రతల పరిరక్షణ, అంతర్గత భద్రత, నేర నియంత్రణ, మాదకద్రవ్యాలు నిరోధం, రోడ్డు భద్రత తదితర కీలకమైన పోలీసింగ్ అంశాలపై ప్రభుత్వానికి ఆయన దిశానిర్దేశం చేయనున్నారు.

నా కోసం జనాన్ని ఆపకండి

పజలు ట్రాఫిక్ ఇబ్బందులు పడొద్దు నా కాన్యాం కోసం వాహనదారుల రాకపోకలకు అటంకం కలిగించొద్దు నిర్లక్ష్యం వహించే అధికారులపై చర్యలు తీసుకోండి డిజిపీకి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలు పోలీస్ కమిషనర్లతో డిజిపీ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ త్వరలో 'ట్రాఫిక్ బ్యూరో' ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు ప్రకటన

హైదరాబాద్, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) : తన పర్యటనల సమయంలో ప్రజలకు ట్రాఫిక్ ఇబ్బందులు కలగకుండా చూడాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి డిజిపీకి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలు చేశారు. కాన్యాం కోసం ప్రజల పనులకు అటంకం కలిగించవద్దని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఎదురుగా వచ్చే వాహనాలను కూడా ఆపి ఇబ్బంది పెట్టొద్దని సూచించారు. నిర్లక్ష్యం వహించే అధికారులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి హెచ్చరించారు. మరోవైపు.. సీఎం ఆదేశాలపై స్పందించిన డిజిపీ సీపీ ఆనంద్ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పోలీస్ కమిషనర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ట్రాఫిక్ సమస్యలపై క్షేత్రస్థాయి అధికారులకు కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. మిగతా 2లో

2 ఏండ్లలో తెలంగాణకు ఏం ఇచ్చారో చెప్పండి

ప్రధాని మోడీకి మంత్రి పాన్సం నిలబిత తెలంగాణపై కేంద్రం కక్షపూరిత చర్య హామీలు అమలు, నిధులు కేటాయింపులో అన్యాయం : రాష్ట్ర ఏర్పాటు ప్రక్రియకు అవమానం

అద్దెర్యపడొద్దు.. ప్రతి గింజను కొంటాం

ధాన్యం కొనుగోళ్లపై బీఆర్ఎస్ రాద్ధాంతం తప్పుడు ప్రచారంతో రైతుల్లో ఆందోళనకు యత్నం వరుస ఎన్నికల్లో ఓటమి పాలైన కనువిప్పు కలగలేదు అలాల వర్షాలు, హీట్ వేప్ నుంచి రక్షించేందుకు ఏర్పాట్లు 95 లక్షల మె. ట ధాన్యం కొనుగోలుకు సిద్ధంగా ఉన్నాం రైతులకు పొరసరఫరాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ భరోసా

హైదరాబాద్, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) : ధాన్యం కొనుగోలు విషయంలో బీఆర్ఎస్ తప్పుడు ప్రచారం చేస్తూ.. రైతులను ఆందోళనకు గురిచేసేందని రాష్ట్ర పొరసరఫరాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

కొండ ప్రాంత వాసుల చిరకాల కోరిక నెరవేర్చుతున్న కూటమి ప్రభుత్వం

ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకోవడం మా సంస్కృతిని గడ్డె క్రాంతి కుమార్



విజయవాడ మే 6 వు వృద్ధయం ప్రతినిధి:- పేదల కోసం పని చేయడం మా బాధ్యతని, ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకోవడం మా సంస్కృతిని కూటమి ప్రభుత్వం మాటల్లో కాదు, పనిలో చూపిస్తూ ప్రజల విశ్వాసాన్ని నిలబెట్టుకుంటోందని గడ్డె క్రాంతి కుమార్ తెలిపారు. తూర్పు నియోజకవర్గంలోని కొండ ప్రాంత వాసుల చిరకాల స్వప్నాన్ని సాకారం చేస్తూ కూటమి ప్రభుత్వం చారిత్రాత్మక నిర్ణయం తీసుకుందని దేశాభిలాషులుగా ఇళ్ల పట్టాల కోసం ఎదురుచూస్తున్న పేదలకు ఇప్పుడు న్యాయం జరుగుతోంది డిడిపీ యువ నాయకులు గడ్డె క్రాంతి కుమార్ తెలిపారు.

బుధవారం నాడు 2, 3, 5, 6, 7 డివిజన్ పరిధిలోని కొండ ప్రాంతాలలో డిడిపీ యువ నాయకులు గడ్డె క్రాంతి కుమార్ విస్తృతంగా పర్యటించి ఇళ్ల పట్టాల సర్వేను ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించారు.

ఈ సందర్భంగా గడ్డె క్రాంతి కుమార్ మాట్లాడుతూ ఇళ్ల పట్టాల మంజూరుకు సంబంధించిన సర్వే ప్రక్రియ వేగంగా కొనసాగుతోందని తెలిపారు. పట్టాతో కూడిన సొంత స్థలం ప్రతి పేద కుటుంబానికి గౌరవం, భద్రత, భరోసా అనే లక్ష్యంతోనే 2018లో డిడిపీ ప్రభుత్వం ఇళ్ల పట్టాల



మంజూరుకు పునాది వేసిందని తెలిపారు. అప్పుడు సర్వే పూర్తి అయి పట్టాలు ఇచ్చే సమయానికి ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల కోడ్, వెనువెంటనే సాధారణ ఎన్నికల కోడ్ రావడంతో ఆ ప్రక్రియకు తాత్కాలిక బ్రేక్ పడిందన్నారు. తర్వాత అధికారంలోకి వచ్చిన వైసీపీ ప్రభుత్వం పేదల ఆశలను పూర్తిగా విస్మరించి, ఇళ్ల పట్టాల ప్రక్రియను నిలిపివేసి 5 సంవత్సరాల పాటు ఎటువంటి పురోగతి లేకుండా పేదలను నిరాశలో ముంచిందన్నారు. ఇప్పుడు కూటమి ప్రభుత్వం మాట నిలబెట్టుకుంటూ ఆగిపోయిన ప్రక్రియను తిరిగి ప్రారంభించడంతో కొండ ప్రాంతాలు, ప్రభుత్వ భూముల్లో నివసిస్తున్న వేలాది కుటుంబాలకు ఇది గొప్ప అవకాశం దక్కిందన్నారు. సర్వే పూర్తయ్యేక ఇళ్ల పట్టాల మంజూరు ద్వారా వారికి చట్టబద్ధ హక్కులు లభించనున్నాయని, ఇళ్ల పట్టాల అంటే కేవలం భూమి కాదని ---అది ఒక కుటుంబానికి ఆత్మగౌరవం, ఆర్థిక భద్రత, బ్యాంక్ రుణాల అవకాశం, విద్యలు భవిష్యత్తుకు బలమైన పునాదన్నారు. ఈ నిర్ణయం పేదల జీవితాలను మార్చే దిశగా విప్లవాత్మక అడుగుని సర్వే సమయంలో ప్రజలు పూర్తి సహకారం అందించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమాలలో రెవిన్యూ అధికారులు, 2, 3, 5, 6, 7 డివిజన్ కూటమి నాయకులు పాల్గొన్నారు...

మండల సమస్యలు ఐవలించిన జనసేన పార్టీ అధ్యక్షుడు

- ◆ ఎమ్మెల్యే శిరిష దేవి తో ముఖాముఖీ అధ్యక్షులు ములకాల సాయికృష్ణ!
- ◆ ప్రజల సమస్యలపై పోరాడుతున్న జనసేన పార్టీ అధ్యక్షుడు సాయి కృష్ణ
- ◆ పోలవరం నిర్వాసితులు అందరికీ న్యాయం జరగాలి ఎమ్మెల్యే కు వినతి పత్రాలు ఓందించుట

వి.ఆర్.పురం,మే6 వృద్ధయం న్యూస్. వరరామచంద్రాపురం, మండలంలోని ప్రధాన సమస్యలను రంపచోడవరం నియోజకవర్గ శాసనసభ్యురాలు మిరియాల శిరిష దేవికి వివరించానని జనసేన పార్టీ మండల అధ్యక్షులు ములకాల సాయికృష్ణ చెప్పారు. బుధ వారం తమ నివాసానికి(స్వగృహానికి)సాదరంగా ఆహ్వానించారు.ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, మండలంలో నెలకొన్న ప్రధాన సమస్యలు, పోలవరం నిర్వాసితులు పడుతున్న ఇబ్బందులు పరిష్కరించాలని కోరామని,కూటమి



పార్టీకి సంబంధించిన కొన్ని ముఖ్యమైన సమస్యలు తమ దృష్టికి తీసుకెళ్లామని అన్నారు.ముఖ్యంగా త్రాగునీటి సమస్యలు ,అన్నవరం వంశిన,రాబోపు వర్షాభావ పరిస్థితులు దృష్టిలో ఉంచుకొని ముందుకు వెళ్లేందుకు సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశామన్నారు.కల్పంలేకుండా ప్రజాసేవచేస్తే

ప్రజాభిమానం తప్పకుండా ఉంటుందని అన్నారు. రేఖవల్లి పి.హెచ్.సి.లో పిల్లలు డాక్టర్ ని ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు.పోలవరం నిర్వాసితుల సమస్యల పరిష్కారానికి మీపంతు న హామీ న హాకారాలు అందించాలని, ఎవ్వరినీ నొప్పించకుండా పరిష్కారం, ఆర్డెంబర్ల ఇవ్వాలని కోరామన్నారు.ఈ సమస్యలు వివరించిన వారిలో జనసేన పార్టీ మండల కమిటీ సభ్యులు బాగుల ప్రమీల రాజీ,బాగుల అంజన్ రావు,పెదపెట్ల పవన్ కళ్యాణ్, మావద్ద వేణుబాబు, ముంజప్ప సాయిరాం,మాదిరెడ్డి శ్రీనివాస్, ముంజప్ప శ్రీరామ్,అల్లూడ శ్యామ్,కొత్తూరి శేష,ముత్యాల దుర్గాప్రసాద్, కూటమి నాయకులు తదితరులు హాజరయ్యారు.

గిరిజనుల ఆచారాలు,అభివృద్ధి విధానాలకై ఆదివాసీ సంఘం సహకారాలు



వి ఆర్ పురం మే 6 వృద్ధయం న్యూస్. కోయ తెగ ప్రజలు తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, ఛత్తీస్ గఢ్, ఒడిశా మరియు మహారాష్ట్ర సరిహద్దు ప్రాంతాలలో నివసించే అతిపెద్ద మరియు ప్రధాన గిరిజన తెగలో ఒకటి. వీరు ప్రధానంగా ప్రకృతిని ఆరాధిస్తూ, అటవీ వనరులపై ఆధారపడి ప్రత్యేకమైన జీవన విధానాన్ని కొనసాగిస్తున్నారు.కోయ తెగ జీవన విధానం యొక్క ముఖ్య అంశాలు:1. నివాసం మరియు సామాజిక నిర్మాణం:గుండె జీవనం: గిరిజనులు సాధారణంగా అడవులకు సమీపంలో, కొండ ప్రాంతాల మధ్య 'గుండె' అని పిలవబడే చిన్న చిన్న గ్రామాలలో నివసిస్తారు.తెగ నిర్మాణం: వీరు ముడప గట్ట, నల్లప గట్ట, బదోప గట్ట, అరప గట్ట, ఏడోప గట్ట వంటి ఏకాగ్రామస్ (సగోత్ర వివాహాలు లేని) ప్రాల్లీలుగా విభజించబడ్డారు.సామాజిక ఐక్యత: గిరిజనులలో సామాజిక ఐక్యత కట్టుబాటు ఎక్కువ.ప్రతి విషయంలో గ్రామ పెద్దలు నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. వీరు తమ సంస్కృతిని, వారసత్వాన్ని కాపాడుకోవడంలో గర్వపడతారు.2. వృత్తి మరియు ఆర్థిక జీవనం:వ్యవసాయం: పూర్వం నుండి పోష వ్యవసాయం చేసినా, ప్రస్తుతం చాలామంది స్థిర వ్యవసాయం (సెలెక్ట్ కల్చివేషన్) చేస్తున్నారు.అప్పటిలో వీరి పంటలు జొన్న, రాగి, బాజ్రా మరియు ఇతర చిరుధాన్యాలను పండించేవారు.అలాగే వీరి జీవన విధానంలో అటవీ ఉత్పత్తులు: అడవి నుండి తేనె, ఇప్ప పువ్వు, దుంపలు, చీపురు,అడవి పండ్లు,ఎదురు,కల్లెలు సేకరించి జీవనం కోసంసాగిస్తారు.హస్తకళలు: వెదురుతో బుట్టలు, ఊతలు,చాపలు, వేట పరికరాలను తయారు చేయడంలో వీరు నిపుణులను కలిగిన వారు.3. ఆహారపు అలవాట్లు:తాటి రసం (కల్లు): గిరిజనుల జీవితంలో తాటి రసం (సీసాను) ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది కేవలం

పానీయం మాత్రమే కాదు, వారికి ఆహారంగా కూడా తమ ఇంటికి వచ్చిన వారికి విడిదానూనే మర్యాదలు చేసేవారు.ఈ కల్లు వారి రాజుల మధ్య మంచి చెట్లకై ఉపయోగపడుతుంది.స్నానిక ఆహారం: అడవిలో దొరికే దుంపలు, ఆకులు (చెంచెలి, దొగ్గలి), అడవి జంతువుల మాంసాన్ని ఇష్టంగా తింటారు.4. సంస్కృతి మరియు ఆచారాలు:మేదారం జాతర: గిరిజనుల అతిపెద్ద పండుగ మేదారం సమ్మక్క-సోలరమ్మ జాతర.భూమి పండుగ,కులదేవతల పండుగలు. ఇది వారి ధైర్యం, తిరుగుబాటు మరియు ప్రకృతి ఆరాధనకు ప్రతీక.దృశ్య కళలు: కోయల నృత్యాలు, సంగీతం చాలా ప్రత్యేకమైనవి. పురుషులు దున్నపోతు కొమ్మలతో కూడిన బోపిలను ధరించి, నెమలి ఈకలతో అలంకరించుకుని గ్రామల్లో నృత్యం చేస్తారు.వివాహ వ్యవస్థ: వయస్సు వచ్చిన తర్వాత వివాహాలు జరుగుతాయి. అప్పటిలో మేనరికం పెళ్లిళ్లు వీరిలో సాధారణం.5. మతం మరియు మూఢ నమ్మకాలు:ఎజ్జతనం,మంత్రాలు,నేతలు,మేదలాగినవి. ప్రకృతి ఆరాధన: కోయలు ప్రకృతిని, ముఖ్యంగా "భూమత"ను అత్యంత పవిత్రంగా ఆరాధిస్తారు.దేవతలు: ముత్యాలమ్మ, సమ్మక్క సోలరమ్మ వంటి దేవతలను గ్రామ దేవతలుగా పూజిస్తారు. గ్రామ పూజారులు ఆచారాలను నిర్వహిస్తారు.6. కోయ భాష:కోయలు ద్రావిడ భాషా కుటుంబానికి చెందిన కోయ భాష (మాట్లాడుతారు. దీనిని ఒరియా, తెలుగు లేదా దేవనాగరి లిపిలో రాస్తారు.ప్రస్తుత మార్పులు చూస్తే:ఆధునికరణ, అడవుల సరికేవేత మరియు ఇతర ప్రాంతాల నుండి వలసలు వల్ల కోయల సాంప్రదాయ జీవన విధానంలో మార్పులు వస్తున్నాయి.అన్ని గిరిజన ప్రాంతాల్లో విద్య, వైద్య ,ఉద్యోగం లాంటి సదుపాయాలు మెరుగుపడుతున్నప్పటికీ, తమ ప్రత్యేక సాంస్కృతిక గుర్తింపును కాపాడుకోవడానికి వారు కృషి చేస్తున్నారు.ఇప్పటికీ గిరిజనులు అనేక విధాలుగా అభివృద్ధి పొందుతున్న ప్రపంచంలో ఉన్నత స్థాయికి చేరినవారు లేకపోలేదు.ప్రస్తుతం కోఇతర బాట ద్వారా ఆక్షర అభ్యాసం పొందుతున్నరు.ఆదివాసి సంఘాల ద్వారా గిరిజన ప్రజలను తమ హక్కులు తెలియ చేస్తూ అన్ని విధాలా అభివృద్ధి బాటలోకి కొనసాగిస్తున్నారు అంటూ ఆదివాసి సంఘాలు వివరిస్తున్నాయి.

ఆత్మీయ సమ్మేళనంలో గాంధీ బాబుకు ఘన సన్మానం

- గాంధీ బాబు బాలల హక్కుల పరిరక్షణకు చేసిన సేవలు అమోఘం
- బాలల కోసం చేసిన కృషికి గుర్తింపు ఇచ్చిన ప్రభుత్వం
- బేధాలు లేకుండా ఆర్థిక సహకారాలు అందించిన గాంధీబాబు.



వి ఆర్ పురం, మే 6: వృద్ధయం న్యూస్. పోలవరం జిల్లా వి ఆర్ పురం మండలం రేఖవల్లి లో ఉన్నా ఏ ఎస్ డి ఎస్ సంస్థ డైరెక్టర్ ఉండవల్లి గాంధీబాబు చేసిన ఎన్నో అద్భుతమైన సహాయ కార్యక్రమాల గురించి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, అధికారులు

ఆత్మీయ సమ్మేళనంలో సన్మానించారు.బాలల కోసం చేసిన కృషికి గుర్తింపు ఇచ్చిన ఈ సందర్భంలో మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ, "గాంధీ బాబు బాలల హక్కుల పరిరక్షణకు చేసిన సేవలు అమోఘం. ప్రభుత్వం ఈ సేవలను మరింత బలోపేతం చేస్తుంది" అని అన్నారు. ఎమ్మెల్యే వనమాడి వెంకటేశ్వరరావు, "బాలల సంక్షేమంలో గాంధీ బాబు అందరికీ ఆదర్శం" అంటూ పేర్కొన్నారు.ప్రభుత్వం గాంధీ బాబును బాలల హక్కుల కమిషన్ సభ్యుడిగా మళ్ళీ నియమించడం బాలల సంక్షేమ కార్యక్రమాలకు మరింత ప్రోత్సాహం లభిస్తుంది వారి నాయకత్వంలో బాలలు సురక్షితంగా ఉంటారని ఏలూరిలో సమస్యల రాకుండా ముందుగానే జాగ్రత్తలు తీసుకుంటారని సంస్థ డైరెక్టర్ గాంధీబాబు ను కొనియాడారు.

ముగ్గుపల్ కమిషనరీ చంద్రశేఖర్ రావుని సున్యానించి ముగ్గుపల్ చైర్మన్ సీఎం సురేష్



అయిజు మే 06 (వృద్ధయం ప్రతినిధి)జోగులాంబ గద్వాల జిల్లా అయిజు మున్సిపాలిటీ నూతన కమిషనర్ గా వచ్చిన చంద్రశేఖర్ రావు బుధవారం బాధ్యతలు చేపట్టారు. అనంతరం మున్సిపల్ చైర్మన్ సీఎం సురేష్ ని వారి ఛాంబర్లో మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా చైర్మన్, కౌన్సిలర్లు కో-ఆప్షన్ సభ్యులతో కలిసి కమిషనర్ చంద్రశేఖర్ రావు ని సన్మానించారు. అనంతరం కమిషనర్ కూడా చైర్మన్ ని సన్మానించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ అయిజు పట్టణ అభివృద్ధి కోసం ఒకరికొకరు పూర్తి స్థాయిలో సహకరించుకుంటూ, అందరం కలిసికట్టుగా పని చేసి పట్టణ అభివృద్ధికి సహకరించుకుందామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ తో పాటు బిఆర్ఎస్ పార్టీ కౌన్సిలర్లు, కో-ఆప్షన్ సభ్యులు, బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గజ్వేల్ లో పూర్వ విద్యార్థుల ఆధ్వర్యంలో పెరుగన్నం పంపిణీ

గజ్వేల్, 06 మే 2026 : వృద్ధయం సిద్దిపేట జిల్లా గజ్వేల్ ఇందిరాపార్క్ వారసా వద్ద బుధవారం గజ్వేల్ ప్రభుత్వ పాఠశాలలో 1983 - 84 సంవత్సరంలో చదువుకున్న పదవ తరగతి పూర్వ విద్యార్థుల ఆధ్వర్యంలో పెరుగన్నం పంపిణీ చేశారు ఈ సందర్భంగా పూర్వ విద్యార్థులకు తోట బిక్షపతి, దూబకుంట్ల లక్ష్మణ్, గండె రమేష్, ఎస్ సీ శ్రీనివాస్ మి మాట్లాడుతూ మానవసేవే మాధురసేవ అని 1983 - 84 లో పదవ తరగతి బ్యాచ్ పూర్వ విద్యార్థుల అందరం కలిసి గత మూడు సంవత్సరాల క్రితం పూర్వ విద్యార్థుల ఆత్మీయ సమ్మేళనం ఏర్పాటు చేసుకోవడం జరిగిందని అందులో సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల నిర్వహిస్తామని తీసుకున్న నిర్ణయం పేరకు ప్రతి సంవత్సరం మేనెలకాలంలో మజ్జిగ, అంబలి, పులిచోర ఇలా వివిధ కార్యక్రమాల నిర్వహించడం జరుగుతుందని, అందులో భాగంగా ఈ రోజు పెరుగన్నం పంపిణీ చేయడం జరిగింది పెరుగన్నం ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచి అని ఈ కార్యక్రమానికి సహకరించిన ప్రతి ఒక్కరికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు, ఈ కార్యక్రమంలో , గంగిశెట్టి సుధాకర్, ఓ.బి.ల్, జగ్గయ్యగారి శ్రీనివాస్, గుంటుకు యాదగిరి, గౌరీశెట్టి శ్రీనివాస్, ఉప్పల వెంకటయ్య, దేశవతి శంకర్ శర్మ, దూలం వెంకటయ్య, భ్రమరాంబ, రత్నమాల, కృష్ణవేణి, శోభ, శ్రీకాంత్ రెడ్డి, దీనబంధు, వెంకట రెడ్డి,హరినాథ్, ధర్మారెడ్డిపల్లి శ్రీనివాస్, జ్ఞానేశ్వర్, నాగరాజు, నేలి శ్రీనివాస్, మేజాగోపాల్, సర్పిలు, రేణిగుంట శ్రీనివాస్, శ్రీనివాస్ రెడ్డి, పెద్ది శ్రీనివాస్, చేలిరెడ్డి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, రాంధాస్ గౌడ్, భూషణం, తదితరులు పాల్గొన్నారు

జిల్లా వాసులకు దక్కిన నామినేటెడ్ పదవులు

గద్వాల మే 06(వృద్ధయం ప్రతినిధి):తెలంగాణ రాష్ట్రంలో పలు నామినేటెడ్ పోస్టుల భర్తీకి రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ శ్రీకారం చుట్టించి. ఈ నేపథ్యంలో బుధవారం 17 కార్పొరేషన్లకు చైర్మన్ పాటు వైస్ చైర్మన్లను నియమించింది. తెలంగాణలో నామినేటెడ్ పదవులను భర్తీ చేశారు. జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాకు రెండు పదవులు వరించాయి. గౌరెలు, మేకల అభివృద్ధి సహకార ఫెడరేషన్ చైర్మన్ గా సరిత తిరుపతయ్యపాటికి బోయ సహకార కార్పొరేషన్ చైర్మన్ గా గట్టు తిమ్మప్పలను జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాకు చెందిన వారిని నియమించింది. జిల్లా వాసులకు రెండు నామినేటెడ్ పదవులు దక్కినందుకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి,

శ్రీ తిమ్మప్ప స్వామిని సందర్శించుకున్న

జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ మేనేజర్ రామలింగేశ్వర్ గౌడ్ గద్వాల మే 06 (వృద్ధయం ప్రతినిధి) జోగులాంబ గద్వాల జిల్లా మల్లకల్ మండల కేంద్రంలోని శ్రీ తిమ్మప్ప స్వామిని సందర్శించుకున్నాడు. దేవాలయాన్ని జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ మేనేజర్ రామలింగేశ్వర్ గౌడ్ సందర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ చైర్మన్ పట్నాని ప్రవృద్ధ రావు దేవాలయ విశిష్టతను వివరించి స్వామివారి శేష వస్త్రాన్ని బహుకరించారు. పర్యాటక శాఖ అభివృద్ధిలో భాగంగా డిఎం శ్రీ తిమ్మప్ప స్వామి దేవాలయం తో పాటు చింతల మని దేవాలయం సందర్శించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ పంచాయితీ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సుభ విజయానికి సుమన్వయంతో ముందుకు సాగాలి: కాండా విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి



చేవెళ్ల,మే 06 (వృద్ధయం)ఈ నెల 10న హైదరాబాద్ పరేట్ గ్రౌండ్స్ నిర్వహించనున్న ప్రధాని సరేంద్ర మోడి బహారంగ సభ విజయవంతం కావడానికి కార్యక్రమ సమన్వయంతో పని చేయాలని ఎంపీ కొండా విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి పిలుపునిచ్చారు.బుధవారం చేవెళ్లలో నిర్వహించిన వాల్ పెయింటింగ్ ప్రచార కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ...కేంద్ర ప్రభుత్వ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లేందుకు ఈ సభ ముఖ్య వేదికగా నిలుస్తుందని తెలిపారు.నియోజకవర్గం నుంచి పెద్ద ఎత్తున ప్రజలు పాల్గొనేలా గ్రామ, మండల స్థాయిలో విస్తృత ఏర్పాట్లు చేయాలని సూచించారు.సభకు భారీగా తరలివచ్చిన ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేసిన ఆయన, పార్టీ శ్రేణులు సమన్వయంతో పనిచేస్తే సభ విజయవంతమవుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు మాణిక్య రెడ్డి, శర్వలింగం, అనంత్ రెడ్డి, వైభవ రెడ్డి, అశోక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



వైభవంగా ధ్వజస్తంభ ప్రతిష్ఠాపన

మంచిర్యాల/రామకృష్ణాపూర్ మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) క్యాంపస్ ప్రతిష్ఠాపన కార్యక్రమానికి మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ పక్కనగల గాంధారి మైసమ్మ తల్లి ఆలయ ప్రాంగణంలో శిలాపూజ యంత్ర ప్రతిష్ఠాపన కార్యక్రమం వైభవోపేతంగా జరిగింది. ర్యజస్థాన ప్రతిష్ఠాపన దాతల సహకారంతో ఏర్పాటు చేసినట్లు ఆలయ కమిటీ సభ్యులు తెలిపారు. వేదస్మృతి, వాస్తు పూజా హోమం, యంత్రస్థాపన, పూజాపాఠి, మహారాజ్రిచనము, అన్న ప్రసాద వితరణ నిర్వహించారు. ధ్వజ స్తంభం ప్రతిష్ఠాపన కార్యక్రమానికి మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ గౌ.డి.సి.ఎం.ధామరాజు రాజారామేష్, చైర్ పర్సన్ పక్కనగల ముమ్మ అతిథులుగా హాజరయ్యారు. కౌన్సిలర్ల సైతం కార్యక్రమానికి హాజరయ్యారు. కార్యక్రమానికి భక్తులు పెద్ద ఎత్తున తరలివచ్చి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారని ఆలయ కమిటీ తెలియజేసింది.

అర్జులందరికీ ఇందిరమ్మ ఇళ్లు...!



జగిత్యాల మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) జగిత్యాల పట్టణ 1వ వార్డుకు చెందిన సంబు రాయలింగు లక్ష్మీ దంపతులకు సంబు మల్లయ్య ఇందిరమ్మ ఇల్లును ప్రారంభించి సారంగాపూర్ మండల కౌన్సిలర్ గ్రామానికి చెందిన గుండా సత్యమ్మ

కాసుకగా అందజేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపిన జగిత్యాల నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు డాక్టర్ యం సంజయ్ కుమార్ కమిషన్ సత్యప్రణవ్ మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ సమండ్ల వాణి శ్రీనివాస్ కౌన్సిలర్ చెట్ల గంగాధర్ కోడే గంగమ్మలు ఎంపీ.డి.వో సలీం సానిక్ సర్పంచులు సొల్లు సుందర్ రమేష్, మాజీ జడ్పీటీసీ మనోహర్ రెడ్డి రాజేందర్ రెడ్డి శేఖర్ గౌడ్ మాజీ పాక్స్ చైర్మన్ మల్లాది సర్పంచులు బాస మహేష్ కొలపాక రాధ రాజు శేఖర్ బాబి రాజు నాయకులు మల్లెపల్లి లక్ష్మణ్ గోపాల్ రాజేందర్ తిరుపతి రెడ్డి మాజీ కృపా నాంపల్లి చినారెడ్డి కమ రాజుమల్లు దరయ కిష్టయ్య వార్డు సభ్యులు నాయకులు పాల్గొన్నారు

వృద్ధుల పౌషణ విస్తరిస్తే జైలుకే...!

- మెట్ పల్లి ఆర్టివో జి నర్సింహారావు



మెట్ పల్లి మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) అసోసియేషన్ జిల్లా అధ్యక్షులు హరి ఆకో కుమార్ ఆధ్వర్యంలో ఆర్టివో నర్సింహారావును జిల్లా డివిజన్ ప్రతి నిధులు మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి పుష్కరం అందించి సన్మానించారు జిల్లా శాఖ ముద్రించిన పుష్కరం సందర్భం పుస్తకాలను ఆర్టివో అందించారు ఈ సందర్భంగా ఆర్టివో మాట్లాడుతూ

వృద్ధ తల్లిదండ్రులను పోషించుకుంటూ వేధింపులకు నిరాధరణకు గురి చేసే 6 మాసాల జైలు శిక్షతో పాటు తల్లిదండ్రుల నుంచి తీసుకున్న ఆస్తులను తిరిగి ఆ తల్లిదండ్రుల పేరిట పట్టా మార్చి చేయవలసిందిగా హెచ్చరించారు జిల్లాలో రెవిన్యూ ఉద్యోగుల గౌరవాధ్యక్షులుగా నిలిచిన సి.టి.జె.ఎస్ జిల్లా అధ్యక్షులుగా ఉద్యోగులకు వెన్నెర్రకు మోదాదికలకు సేవలందిస్తున్న జిల్లా అధ్యక్షులు హరి ఆకో కుమార్ ను వారి ప్రతినిధులను అభినందించారు ఆ తర్వాత మంథని సీనియర్ సి.టి.జె.ఎస్ జిల్లా అధ్యక్షులు హరి ఆకో కుమార్ రిటైర్ తహసీల్దార్ పి హనుంత్ రెడ్డి సీనియర్ సి.టి.జె.ఎస్ మెట్ పల్లి డివిజన్ అధ్యక్షులు వజ్రైల బుద్దిరెడ్డి కార్యదర్శి సాధారణ కమిషనర్ ఉపాధ్యక్షులు మల్లె ప్లామి ఎం.డి యాకూబ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రంలో ఇనాల్ని నియమించకపోవడం విడ్డూరం



మంథని మే 5, పుడయం మండలం అడవిపాపిపల్లి గ్రామంలోని వరి ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రంలో ఇంచార్జి నియామకంపై రాజకీయ వివాదాల వల్ల రైతులు ఇబ్బందులు పడుతున్నారని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ల మధుకర్ ఆరోపించారు. సందర్భించిన ఆయన, ఆకాల వద్దో తడిసిన ధాన్యాన్ని పరిశీలించారు. నెలరోజులుగా కొనుగోళ్లు ప్రారంభం కాకపోవడంతో రైతులు నష్టపోతున్నారని అన్నారు. కాంటాల, అలసంగం గమీనంచులు అందించడంతో

యువత నైపుణ్యాభివృద్ధితోనే.. ఉపాధి సాధ్యం

- రాష్ట్ర ఐటీ శాఖా మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు



పెద్దపల్లి, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) నిరుద్యోగ యువతకు ఉపాధి అవకాశాల దిశగా మెగా జాబ్ మేళా నిర్వహించడంపై రాష్ట్ర ఐ.టి, పరిశ్రమలు, శాసన సభ వ్యవహారాల శాఖా మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు తెలిపారు. యువతకు ఉపాధి సాధ్యం కాదని యువత గుర్తుంచుకోవాలని సూచించారు. ఈ రోజు నిర్వహించిన మెగా జాబ్ మేళాలో 77 కంపెనీలు పాల్గొని 4 వేల ఉద్యోగ భాగీలను భర్తీ చేయడానికి ముందుకు వచ్చాయని, అయితే 1500 మంది మాత్రమే పాల్గొని ఉద్యోగం తెలిపారు. గోల్డ్ మెడలిస్టులు అయినా సరి సాఫ్ట్ స్కిల్స్, ప్రొఫెషనల్ స్కిల్స్ లేకపోతే పరిశ్రమలకు పనికిరావని కలిసి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు మాట్లాడుతూ, ముఖ్యమంత్రి రేచంట్ రెడ్డి నాయకత్వంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యువతకు ఉపాధి అవకాశాల సృష్టి ప్రత్యేక దృష్టి సారినోడం గా గతంలో జవహర్ లాల్ నెహ్రూ నాల్స్ సెంటర్లు ఉండగా, ప్రస్తుతం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత మొదటిసారిగా పెద్దపల్లిలో టాస్క్ రీజిస్టర్ సెంటర్లను ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. గత రెండు సంవత్సరాలలో టాస్క్ డ్వారా కల్పించాలని డిమాండ్ చేశారు. లేనివకల్లో రోడ్డు దిగ్గడానికి దిగుతామని హెచ్చరించారు.

నూతన డిఎస్పీకి ఘన సన్మానం

అసిఫాబాద్: (పుడయం ప్రతినిధి) అసిఫాబాద్ నూతన డిఎస్పీగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన బి. ఆకో కుమార్ ను బుధవారం అసిఫాబాద్ మున్సిపల్ చైర్మన్ ఆకాష్, చైర్ పర్సన్ ఎం.డి. అహ్మద్, సింగిల్ విండో చైర్మన్ అబీ బీన్ అహ్మద్ లు మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయనకు పుష్కరం అందజేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపేశారు. అనంతరం బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కౌన్సిలర్లతో కలిసి డిఎస్పీని శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించారు. కౌన్సిలర్లు బాలకృష్ణ, సాలం బీన్ అహ్మద్, మాజీ

ధాన్యం కొనుగోళ్లు వేగవంతం చేయాలి - జిల్లా కలెక్టర్ బి సత్యప్రసాద్



కోర్ట్ల మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి) జిల్లాలోని మెట్ పల్లి మండల పరిధిలోని చిట్టాపూర్ విట్టంపేట గ్రామాల్లో వరి ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాల కేంద్రాలను బుధవారం జిల్లా కలెక్టర్ బి సత్యప్రసాద్ ఆకస్మికంగా పరిశీలించారు ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ బి సత్యప్రసాద్ మాట్లాడుతూ కేంద్రాలకు వచ్చిన వరి ధాన్యాన్ని మ్యాచర్ వచ్చిన వెంటనే అలసంగం లేకుండా తూకం వేసి మిల్లులకు తరలించాలని అధికారులను ఆదేశించారు రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా ఇకపై ధాన్యం కొనుగోలు ప్రక్రియను పారదర్శకంగా నిర్వహించాలని సూచించారు ధాన్యం తూకం నిల్వ రవాణా ప్రక్రియలో ఎటువంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని రైతులకు సమగ్ర సేవలు అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సందింధిత

ఆయిల్ ఫామ్ సాగుతో రైతులకు అధిక ఆదాయం

- జిల్లా కలెక్టర్ ఆశిష్ సాంగ్వాన్



కామారెడ్డి, మే 6 (పుడయం ప్రతినిధి): కామారెడ్డి జిల్లా తాడ్యాల మండలం ఎం.డి.యార్ గ్రామం మహుల్లో రైతు బోక్స్ హాస్టల్ను నిర్మాణంపై ఎకరాలలో సాగు చేస్తున్న ఆయిల్ ఫామ్ తోటను బుధవారం జిల్లా కలెక్టర్ ఆశిష్ సాంగ్వాన్ సందర్శించారు. తోటలో మొక్కలు పెరుగుదల, నిర్వహణ విధానాలు, సాగు పద్ధతులను పరిశీలించిన కలెక్టర్ పంట అభివృద్ధిపై సత్ప్రతిపదనం చేశారు. ఈ సందర్భంగా రైతు బోక్స్ హాస్టల్ మాట్లాడుతూ, 2022 సంవత్సరంలో మూడున్నర ఎకరాలలో ఆయిల్ ఫామ్ పంటను ప్రారంభించినట్లు తెలిపారు. మూడున్నర ఎకరాలలో ఆయిల్ ఫామ్ తోటను అంతర్ పంటలుగా కూరగాయలు, సోయా, అకుకరలు, పండ్ల తోటలను సాగు చేస్తూ ఏడాదికి సుమారు రూ.1.20 లక్షల ఆదాయం

ధాన్యపు సంచులను భద్రంగా నిల్వ చేయాలి: కలెక్టర్ భవేష్ మిశ్రా

నిర్మల్ జిల్లా (పుడయం ప్రతినిధి) ధాన్యపు సంచులను భద్రంగా నిల్వ చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ భవేష్ మిశ్రా అధికారులను ఆదేశించారు. బుధవారం జిల్లా కలెక్టర్ భవేష్ మిశ్రా, పట్టణంలోని వ్యవసాయ మార్కెట్ యార్డు గోదామును పరిశీలించారు. గోదాములో ధాన్యపు దంపింగ్ తీరును పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, లారీలో వచ్చిన ధాన్యపు సంచులను ఎప్పటికప్పుడు భద్రంగా నిలువ చేయాలన్నారు. ఎక్కువమంది హామాలీలను నియమించుకొని వెంటవెంటనే ధాన్యపు సంచుల దంపింగ్ ప్రక్రియ చేపట్టాలన్నారు. ఇప్పటివరకు నిల్వ చేసిన ధాన్యపు సంచుల వివరాలు, అప్లోడింగ్ కు వదునతో నిర్ధంగా ఉన్న లారీల వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం సమీపంలోని

తెలిపారు అదేవిధంగా రాష్ట్రంలో జిల్లాలో ఆకాల వర్షాలు ఉన్నాయన వారి ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాల కొనుగోలు తీసుకోవాలన్నారు ధాన్యం కొనుగోలు చేసిన వెంటనే డాటా ఎంట్రీ అప్లోడింగ్ చేసుకోవాలని విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాల వద్ద టార్గెట్ కచ్చు అవసరం మేరకు అందుబాటులో ఉంచుకొని పాడిని ప్రొఫెక్ట్ చేయాలన్నారు ఈ పరిశీలనలో మెట్ పల్లి ఆర్టివో నరసింహారావు మండల తహసీల్దార్ సంబంధిత అధికారులు పాల్గొన్నారు

ఉచిత వైద్య సేవలపై ఉదారతను చాటాలి

- ప్రైవేటు ఆస్పత్రులు, స్వచ్ఛంద సంస్థలకు ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి పిలుపు



కరీంనగర్ (పుడయం ప్రతినిధి): పేదలకు ఉచిత వైద్య సేవలు అందించడంపై ప్రైవేటు ఆస్పత్రుల యజమానులను ఉదారతను చాటుకోవాలని ప్రదేశీ కాంగ్రెస్ కమిటీ ఎస్సీ సెల్ చైర్మన్, మానకొండూర్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ అన్నారు. కరీంనగర్ జిల్లా కేంద్రంలోని రెసి హాస్పిటల్లో దివంగత బంగారం లక్ష్మీ ప్రసన్నుల సార్వకార్య శ్రీ మహేశ్వర్ల చారిటీబుల్ ట్రస్ట్ గ్రామం ఉచిత కీళ్ల మార్పిడి శస్త్ర చికిత్సలు చేయించుకున్న 15 మందికి పేపెంట్ డిస్కార్ట్ కార్యక్రమానికి ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ ఖర్చుతో కూడుకున్న శస్త్ర చికిత్సలను ఉచితంగా అందించడం సంక్షోభకరమన్నారు. ఈ తరహా ఉచిత వైద్య సేవలు అందించేందుకు ప్రైవేటు ఆస్పత్రుల యజమాన్యాలే కాకుండా స్వచ్ఛంద సంస్థలు ముందుకు రావాలని ఆయన కోరారు. భువిష్టత్వ లోనూ మరిన్ని వైద్య సేవలు అందించాలని ఆయన నిర్వాహకులు కోరారు. ఉచిత కీళ్ల మార్పిడి శస్త్ర చికిత్సలు చేయించిన శ్రీ మహేశ్వర్ల చారిటీబుల్ ట్రస్ట్ నిర్వాహకులను, రెసి ఆస్పత్రి యజమాన్యాన్ని ఆయన అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెసి ఆస్పత్రి యజమాన్యంతో పాటు పలువురు డాక్టర్లు, పేపెంట్ టాలూకు బంధువులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. "మంత్రితో కలిసి పెజిల్ కవ్వంపల్లి హాజరు" హుస్నూబీ నియోజకవర్గ కేంద్రంలోని కె.జి.ఆర్ గ్రాండ్స్ లో బుధవారం జరిగిన అత్యున్నత మండలం చౌటపల్లి గ్రామానికి చెందిన ఎరుక రాజయ్య గౌడ్ భాగ్యమ్మ దంపతులకు కుమార్తె రమ్మ వివాహానికి రాష్ట్ర బీసీ సంక్షేమం రవాణాశాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ తో కలిసి టీబీసీసీ ఎస్సీ సెల్ చైర్మన్, మానకొండూర్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వారు నూతన వధూవరులకు శుభాకాంక్షలు చెబుతూ ఆశీర్వాదాలు అందజేశారు. "గనె మెన్ పెజిల్ కవ్వంపల్లి" మానకొండూర్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ వద్ద గనె మెన్ గా విధులు నిర్వహిస్తున్న తమప్పవేణి రమేష్ యాదవ్ వివాహం బుధవారం నగనూర్ లోని బి.ఎం. ఆర్ గార్డెన్స్ లో జరిగింది. ఈ వివాహ వేడుకకు డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ హాజరై నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించి శుభాకాంక్షలు తెలిపేశారు.

కేంద్రం మొండివైఖరితోనే ధాన్యం సేకరణలో జాప్యం

నిబంధనలు సడలించి కొనుగోలుకు సీఎం రేచంట్ ఆదేశం తడిసిన ధాన్యం, మక్కజొన్నలను పరిశీలించిన మంత్రి అద్దూరి ప్రతి గింజా కొంటాం రైతులు ఆందోళన చెందవద్దు

ధర్మపురి, మే 06 (పుడయం ప్రతినిధి): కేంద్ర ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న అనారోపిత విధానం, కరీం నిబంధనల వల్ల రాష్ట్రంలో ధాన్యం కొనుగోళ్ల ప్రక్రియ అలసట మైందని సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అద్దూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ విమర్శించారు.

మంగళవారం రాత్రి జగిత్యాల జిల్లాలో కురిసిన ఆకాల వర్షాలకు ధర్మపురి మార్కెట్ యార్డులో తడిసిన వరి ధాన్యం, మక్కజొన్నలను బుధవారం ఉదయం ఆయన పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా రైతులను పరామర్శించి, కొనుగోలు ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం కొత్తగా ప్రవేశపెట్టిన ఆన్లైన్ విధానం, ట్రక్

ప్రస్తుతం ప్రక్రియ వేగంగా సాగు తోందన్నారు. రైతులు పండించిన ప్రతి గింజా కొనుగోలు చేసే బాధ్యత నాది. ఎవరూ ఆందోళన చెంది రోడ్ల మీదకు రావద్దు. వారం పది రోజుల్లో యార్డుల్లో ఉన్న ధాన్యం, మక్కజొన్నలను జాప్రీగా సేకరిస్తాం. ధాన్యం సేకరణలో జాప్యం జరగకుండా అధికారులను సమన్వయంతో పనిచేయాలని మంత్రి సూచించారు. రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదురైనా వెంటనే

వైద్య సేవలపై ఉదారతను చాటాలి

పనీర్ శరీరానికి మేలే చేస్తుంది..

కానీ ఈ పారపాటు చేయవద్దు



శాకాహారంలో ప్రోటీన్ కోసం ఎక్కువ మంది ముందుగా గుర్తుకు తెచ్చుకునే ఆహారం పనీర్. కూరలు, స్నాక్స్, సలాడ్స్ లో వివిధంగా ఉపయోగించే ఇది పోషకాంశాల నిండినది. కానీ చాలా మందికి తెలియని విషయం ఏమిటంటే పనీర్ను ఎలా పండ్లతో, ఎలా నిల్వ చేస్తాం, ఎంత మోతాదులో తీసుకుంటాం అన్నదానిపై దాని ప్రోటీన్ లాభం ఆధారపడి ఉంటుంది. కొన్ని చిన్న పారపాటు దీని పోషక విలువలను తగ్గిస్తాయి. అధిక మంటపై పనీర్ను ఎక్కువసేపు వండడం ఒక సాధారణ తప్పు. అధిక ఉష్ణోగ్రత వల్ల పాలలోని ప్రోటీన్ నిరాణం మారుతుంది. దీని వల్ల ప్రోటీన్ పూర్తిగా సరిచకపోవినా, శరీరం దాన్ని సులభంగా గ్రహించే విధానాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. అందుకే పనీర్ను

తక్కువ మంటపై సున్నితంగా వండడం మంచిది. దీప్త ప్రై..ఇక దీప్త ప్రై చేయడం కూడా మరో పెద్ద పారపాటు. సూనెలో వేయించిన పనీర్ రుచిగా ఉన్నప్పటికీ, అది ఎక్కువ కొవ్వు, క్యాలరీలను చేరుస్తుంది. ఫలితంగా ప్రోటీన్-టు-కాలరీ నిష్పత్తి తగ్గుతుంది. అంటే ప్రోటీన్ లభించినా, అవసరానికి మించిన కొవ్వు శరీరంలో చేరుతుంది. అందుకే గ్రీల్ చేయడం, ఎయిర్ ఫ్రై చేయడం లేదా తక్కువ సూనెలో వేయించడం ఉత్తమ ఎంపికలు.

మరొక ముఖ్యమైన విషయం పనీర్ నాణ్యత. మార్కెట్లో లభించే ప్యాకెట్ లేదా ప్రాసెస్ చేసిన పనీర్లో కొన్ని సందర్భాల్లో యాడిటివ్స్ ఉంటాయి. లేదా పాల మన పదార్థాలు తక్కువగా ఉంటాయి. అందువల్ల తాజాగా ఇంట్లో చేయించే పనీర్ లేదా నాణ్యమైన ఉత్పత్తులను ఎంపిక చేయడం మంచిది. నిల్వ కూడా ముఖ్యమే. పనీర్ను కేవలం మైదా లేదా రిఫ్రెస్డ్ కార్బోహైడ్రేట్ తో కలిపి తినడం కూడా ఒక పారపాటు. ఇలాంటి ఆహారం త్వరగా ఆకలి పెరగడానికి కారణమవుతుంది. ఫలితంగా ప్రోటీన్ ఉపయోగం తగ్గుతుంది. పనీర్ను ఫైబర్ ఉన్న కూరగాయలు, గింజలు, సంపూర్ణ ధాన్యాలతో కలిపి తింటే శరీరానికి మరింత ప్రయోజనం ఉంటుంది. ఇక పనీర్ నిల్వ విధానం కూడా చాలా ముఖ్యం. సరైన విధంగా నిల్వ చేయకపోతే అది త్వరగా పాడైపోవడం మాత్రమే కాదు, పోషక విలువ కూడా తగ్గుతుంది. ఫ్రీజ్ లో నిటిలో ఉంచి రెండు రోజుల్లోపు ఉపయోగించడం మంచిది. బయట ఎక్కువసేపు ఉంచడం లేదా ఉష్ణోగ్రత మార్పులకు గురిచేయడం మంచిది కాదు. ఎంత మోతాదులో తీసుకోవాలి.. అంతేకాకుండా పనీర్ మోతాదు విషయంలో కూడా జాగ్రత్త అవ్వాలి. సాధారణంగా 100-150 గ్రాముల పనీర్ తీసుకోవడం సరిపోతుంది. ఇందులో సుమారు 18-20 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది, ఇది శరీరానికి అవసరమైన ప్రోటీన్ వినియోగాన్ని తీరుస్తుంది. ఒకేసారి ఎక్కువగా తీసుకోవడం కంటే రోజంతా విభజించి తీసుకోవడం ఉత్తమం. పనీర్ ఒక మంచి ప్రోటీన్ వనరు అయినప్పటికీ, దాన్ని ఎలా వాడుతున్నామన్నదే

చక్కని ఆరోగ్యం



ముఖ్యమైనది. చిన్నచిన్న అలవాట్లను సరిచేసుకుంటే పనీర్ ద్వారా పూర్తి పోషక లాభాలను పొందవచ్చు. ఆరోగ్యకరమైన పంట విధానాలు, సరైన మోతాదు, మంచి నిల్వ పద్ధతులను పాటిస్తే పనీర్ నిజంగా డైటీలో ఉత్తమ ఆహారంగా మారుతుంది. పోషకాహార నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

గర్బిణుల్లో తల్లి సమస్యల్లో నిద్ర లేమి ఒకటి. నెలలు నిండుతున్న కొద్దీ పొట్ట పెరగడంతో ఆయాసంగా, ఆపౌకర్యంగా అనిపిస్తుంటుంది. తద్వారా నిద్ర పట్టదు. అయితే జీవనశైలిలో కొన్ని మార్పులు చేసుకుంటే ఈ సమస్యను నివారించవచ్చు. అంతేకాకుండా అంత కష్టమేమీ కాదంటున్నాడు నిపుణులు. మరీ అవేంటో చూడాలి. డ్రెస్సింగ్, సమయంలో ఏ ఏసీ చేయకుండా పూర్తిగా విశ్రాంతి తీసుకోవాలనుకుంటారు కొంతమంది. అయితే అది కరెక్ట్ కాదంటున్నాడు నిపుణులు. డ్రెస్సింగ్ సరిబద్ధిత సమస్యలుంటే, దాక్షిణ్య సలహా

నిపుణుల్ని అడిగి తెలుసుకొని పాలించాలి. రోజూ ఒకే సమయానికి నిద్రపోవడం అలవాటు చేసుకోవడం వల్ల నిద్ర పట్టే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అలాగే పడుకునే ముందు టీటీ చూడటం, సెల్ ఫోన్, కంప్యూటర్ వంటి గ్యాజెట్స్ కు దూరంగా ఉండాలి. వీలైతే గోరువెచ్చని నీటితో స్నానం

ప్రెగ్నెన్సీలో.. నిద్ర పట్టడం లేదా?



పడుతుంది. అలాగని నిద్ర పడుకునే ముందు కాకుండా.. వైద్యులు సూచించిన సమయంలో ఎక్స్ట్రెమిటీ చేయడానికి తగిన సమయాన్ని కేటాయించుకోవాలి. ఒకటి, అందోళ్లను.. వంటిది కూడా రాత్రి పూట నిద్ర పట్టకుండా చేస్తాయి. ఇంట్లో, ఆఫీసులో ఉండే పలు సమస్యలు, ప్రసవం గురించిన భయాలూ.. నిద్రలేమికి దారితీస్తాయి. అయితే దీనివల్ల మీకు, కడుపులో పెరుగుతున్న మీ బిడ్డకు మంచిది కాదు. కాబట్టి ఒకటింటి దూరం చేసుకొని హాయిగా నిద్రపోయే మార్గాలెంటో

వేడిగా ఉందని..

ఎండలు దంచికొడుతున్నాయి. ఎండా వేడిమి సుంచి తట్టుకునేందుకు చాలా మంది ఏసీలకు వని చెప్పేస్తున్నారు. అయితే ఎండ సుంచి ఉపశమనం పొందేందుకు ఎక్కువగా ఏసీలో ఉండే కచ్చితంగా కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. మరీ ముఖ్యంగా ఒకటింటి వంటి వ్యాధుల బారిన పడే అవకాశం ఉందని అంటున్నారు. వాతావరణంలో మార్పులు, అధికంగా ఏసీ వినియోగం వంటివి తీవ్రమైన ఆరోగ్య దుష్ప్రయోజనాలుగా మారతాయని పేర్కొంటున్నారు. శారీరక చురుకుదనం తగ్గి పోతుంది. గేట్ వే వ్యక్తులు ఎక్కువగా ఒకే చోట కూర్చుంటారు. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వల్ల శరీరంలో కాలరీల వినియోగం తగ్గిపోతుంది. దీని వలన తక్కువ సమయంలోనే బరువు పెరిగే అవకాశాలు పెరుగుతాయి. క్రమంగా అది ఒకటింటి, దయాబెటీస్ వంటి రోగాలకు దారితీస్తుంది. ఆహార అలవాట్లూ మారిపోతాయి.. చల్లని

రాత్రి పూట వద్దు



నికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. కానీ, అది ఏ సమయంలో తింటున్నామనేది ముఖ్యం. ముఖ్యంగా రాత్రి 7 గంటల తర్వాత ఏ రకమైన పండ్లు తీసుకోకపోవడమే మంచిదిని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. పుచ్చకా

తక్కువగా ఉంటుంది. ఈ సమయంలో అధిక చక్కెర, నీరు ఉండే పుచ్చకాయ తింటే పొట్ట భారంగా అనిపించుతుంది. గ్యాస్ పట్టేయడం లాంటి సమస్యలు వస్తాయి. పుచ్చకాయలో నీటి శాతం ఎక్కువ. రాత్రి పడుకునే ముందు దీన్ని తింటే పడే పడే పళ్లెక విసర్జనకు వెళ్లాలి వస్తుంది. దీనివల్ల నిద్రకు భంగం కలుగుతుంది. ముఖ్యంగా హైడ్రాబాద్ చేయడం ఒక సంస్కృతిగా మారింది. ఇలాంటి భారీ భోజనం తర్వాత పండ్లు తినడం మంచిది కాదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఐటీఎస్ లేదా గ్యాస్ట్ సమస్యలు ఉన్నవారు రాత్రి పూట పుచ్చకాయకు దూరంగా ఉండాలి. చక్కెరవ్యాధితో బాధపడేవారు, బరువు తగ్గాలనుకునే వారు సైతం దూరంగా ఉండటమే మేలు.



మన దేహం షుగర్ వ్యాధికి చిక్కొద్దంటే!

షుగర్ వ్యాధి.. దాని పేరులోనే తీవ్రమైన ఉంది. కానీ ఇది తియ్యటి విషంలా మనిషి ప్రాణాలను తోడేస్తుంది. ఎందుకంటే ఈ వ్యాధి ప్రారంభం నుంచి తీవ్రమయ్యే వరకు శరీరంలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు అనిపించవు. ఫలితంగా వ్యాధిని గుర్తించే వీలు ఉండదు. ప్రత్యేక సందర్భాల్లో మాత్రమే రోగం బయటపడుతుంది. అంటే రోగికి ఏదైనా తీవ్రమైన అనారోగ్య సమస్య వచ్చినప్పుడు గానీ. లేదా శస్త్రచికిత్సలు చేసే సమయంలో గానీ షుగర్ ఉన్నట్లుగా తెలిసొస్తుంది. అంటే వ్యాధి బయటపడే సమయానికి జరగరాని నష్టం జరిగిపోతుందన్నమాట. అందుకే దీనిని వైద్య పరిభాషలో స్క్రీన్ పాటుమందిలో సర్వసాధారణమైపోయింది. వ్యాధి ఉన్నట్లు తెలియకపోవడం వల్ల ఎందరో రోగులు మొదటి పాదం దశలు దాటి దేంబెజ్ జోన్ లోకి వచ్చేస్తున్నారు. ఈ దుర్గతను ప్రారంభ దశలో గుర్తించగలిగితే.. దానిని నియంత్రించవచ్చు. అంతేకాకుండా వ్యాధి వచ్చే అవకాశాలను ముందుగానే అంచనా వేసి, వ్యాధి రాకుండా అరికట్టవచ్చు. కానీ, 80 శాతం మంది రోగులు పశువుల పర్యవేక్షణ వ్యాధి ఉన్నట్లు తెలుసుకొని అందోళ్లను గుర్రుతున్నారు. ముఖ్యంగా మధుమేహం ఏకీ మనదేశం ప్రపంచ రాజధానిగా మారింది. అవగాహన లేమి, పాశ్చాత్య ఆహారపు అలవాట్లు, మారుతున్న జీవన శైలి తదితర కారణాలతో రోజురోజుకూ దయాబెటీస్ బాధితుల సంఖ్య పెరిగిపోతున్నది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగడం మధుమేహం అనేది మన శరీరంలో పశువుల పదార్థాల పెరగడం వల్ల వస్తుంది. అవి గ్లూకోజ్, ఫ్రక్టోజ్, సుక్రోజ్. వీటినే సాధారణ చక్కెరలుగా పిలుస్తారు. ఈ పదార్థాల మనం తినే ఆహారంలో ఉండి తీవ్రమైనా అందిస్తాయి. సాధారణంగా శరీరం పలు రకాల సంక్లిష్ట పిండి పదార్థాలను గ్లూకోజ్ గా మారుస్తుంది. అయితే రక్తంలో ఉండే గ్లూకోజ్ స్థాయి పెరగడంతో ప్యాంక్రియాటిక్ బీటా కణాలు ఇన్సులిన్ ను విడుదల చేస్తాయి. విడుదలైన ఇన్సులిన్ సమస్యల్లో బీటా కణాలు శక్తిని ఉత్పన్నం చేయడానికి గ్లూకోజ్ ను వినియోగించుకుంటాయి. ఇక ఫ్రక్టోజ్ విషయానికి వస్తే ఇది పండ్లలో, తీపి పానీయాలు, చల్లని పానీయాలలో లభిస్తుంది. ఫ్రక్టోజ్ వల్ల ఊబకాయం, కాలేయంలో కొవ్వు, ఇన్సులిన్ నిల్వలు పెరుగుతాయి. సుక్రోజ్ మనం వినియోగించే సాధారణ చక్కెర. ఇది చెరుకు నుంచి తయారవుతుంది. ఇందులో గ్లూకోజ్, ఫ్రక్టోజ్ లు ఉంటాయి. ఈ పశువు పదార్థాల ఒక గ్రాముకు సమాన మోతాదులో క్యాలరీలను అంటే శక్తిని విడుదల చేస్తాయి. శరీరంలో అధికంగా శక్తి విడుదల కావడంతో అది కొవ్వుగా మారి పెరుకుపోతుంది. ఫలితంగా శరీరంలోని ప్రధాన భాగాలైన గుండె, కిడ్నీలలో పొటలు కండరాలకు క్రమం తప్పకుండా సరఫరా చేయవచ్చు. అంతే కాకుండా కొవ్వు పెరిగిపోవడంతో ఊబకాయం కూడా వచ్చేస్తుంది. శరీరంలో తీపి పదార్థాల వల్ల అధికశక్తి విడుదల అవుతున్నందున ఈ వ్యాధిని చక్కెర వ్యాధి లేదా మధుమేహ వ్యాధి అని పిలుస్తారు. దయాబెటీస్ 2 రకాలు ప్రధానంగా దయాబెటీస్ రెండవ రకం. అందులో ఒకటి టైప్-1 దయాబెటీస్, రెండోది టైప్-2 దయాబెటీస్. ఎక్కువ మందిలో కనిపించేది టైప్-2 దయాబెటీస్. హోమోస్టోల్ మార్పుల వల్ల కొంతమంది గర్భిణుల్లో షుగర్ స్థాయిలు పెరిగే అవకాశాలు ఉంటాయి. ఈ విధంగా గర్భధారణ సమయంలో దయాబెటీస్ రావడాన్ని జస్టిస్ అనే దయాబెటీస్ అంటారు. టైప్-1 దయాబెటీస్: ఇది ఒక ఆటోఇమ్యూన్ వ్యాధి. అంటే రోగి శరీరంలోని రోగనిరోధక వ్యవస్థ ప్యాంక్రియాటిక్ బీటా కణాలను ఉత్పత్తి చేసే కణాలపై పారపాటును దాడి చేసి, వాటిని నాశనం చేస్తుంది. దీంతో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి తగ్గిపోయి శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగిపోతాయి. టైప్-1 దయాబెటీస్ కు కచ్చితమైన కారణాలు చెప్పలేం. జెనెటిక్ కారణం కానీ, కొన్ని రకాల ఇన్ ఫెక్షన్

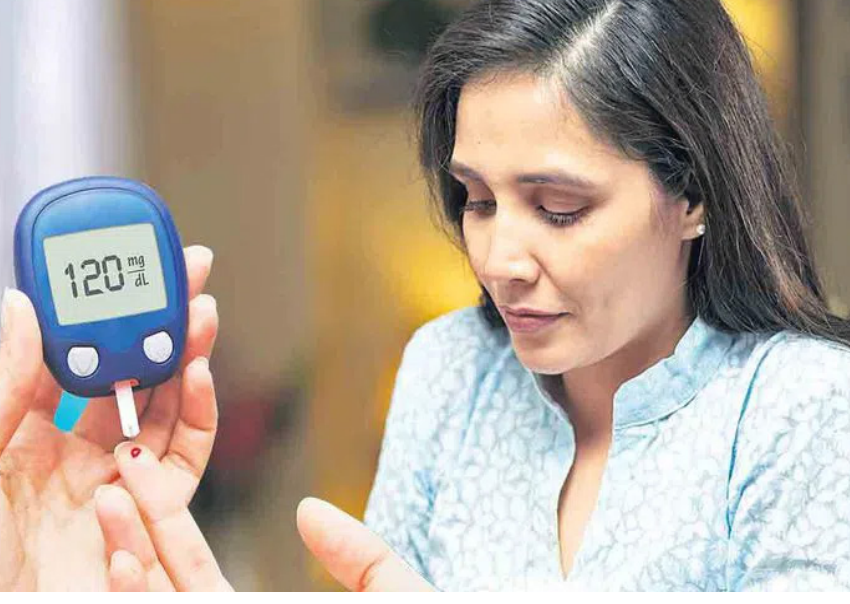
కారణంగా కూడా ఈ వ్యాధి వచ్చే అవకాశం లేకపోవచ్చు. టైప్-2 దయాబెటీస్: ప్రస్తుతం ఉన్న దయాబెటీస్ రోగుల్లో 90 శాతం మంది టైప్-2 బాధితులే. జీవన విధానం, ఆహారపు అలవాట్ల కారణంగానే దీని బారినపడుతున్నారు. ప్యాంక్రియాటిక్ కనినంత అవుతున్న ఉత్పత్తి చేయలేనప్పుడు లేదా ఉత్పత్తి అయిన ఇన్సులిన్ సమగ్రంగా వినియోగం కాకపోవడం వల్ల టైప్-2 దయాబెటీస్ వస్తుంది. అంతేకాకుండా ఊబకాయం వల్ల కూడా ఇది సంభవిస్తుంది. దీనివల్ల చిన్న రక్తనాళాలు, పెద్ద రక్తనాళాలు ప్రభావితం అవుతున్నాయి. మన భారతీయులకు ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ అధికంగా ఉంటుంది. టైప్-2 దయాబెటీస్ కారణంగా సెల్యూలర్ ఒకటింటి అధికంగా వస్తుంది. అంటే పొట్ట వద్ద ఎక్కువగా కొవ్వు పెరుగుతుంది. దీనివల్ల విరళ రక్తాల్లో కూడా అధికంగా పెరుకుపోతుంది. ఇదిలా ఉండగా ఊబకాయం వల్ల కూడా ఉన్నవారిలో కూడా దయాబెటీస్ వస్తున్నది. దానికి కారణం విరళ రక్తాల్లో అనేది ఎక్కువగా ఉండటమే. దయాబెటీస్ రావడానికి ప్రధాన

'మారథాన్' కు సిద్ధమవుతున్నారా?

జాగ్రత్తలేంటో తెలుసుకుందామా... మారథాన్ లో పాల్గొనే ముందు ఆరోగ్య పరంగా ఎలాంటి సమస్యలు లేకుండా ఉండడం ముఖ్యం. కాబట్టి ముందు ఓసారి హెల్త్ చెక్ చేయించుకోని, డాక్టర్ సలహాలు తీసుకోవడం మంచిది అంటున్నారు నిపుణులు. ఇలా శారీరకంగా సిద్ధపడినప్పుడు గాయాల పాలయ్యే ప్రమాదం తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. మొదటిసారి రన్నింగ్ చేసేవారు వేగంగా, తొందరగా లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఫలితంగా మోకాళ్ల నొప్పులు, కండరాల పట్టేయడం, కీళ్ల నొప్పులు.. వంటి సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే ముందు నుంచే మారథాన్ కు సిద్ధం కావాలి. ఈ క్రమంలోనే ప్రాక్టీస్ చేసేటప్పుడు.. ఒకేసారి లక్ష్యానికి గురిపెట్టుకుండా.. కొద్దికొద్దిగా లక్ష్యాన్ని చేరుకునేలా సాధన చేయాలి. ఉదాహరణకు.. మొదటి వారం మోకాళ్లలో మీటర్ రన్నింగ్ సాధన చేస్తే.. రెండో వారం అదనంగా మరో మీటర్ కలుపుకోవాలి. మొదటి వారం మొత్తం పరిగెత్తేలా ప్రాక్టీస్ చేయాలి. ఇలా వేగం పెంచుకుంటూ పోయి నచ్చుడు లక్ష్యాన్ని సులభమవుతుంటుంది అంటు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో గాయాల బారిన పడే అవకాశాలూ తగ్గుతాయంటున్నారు. వ్యాయామానికి ముందు వార్మప్ చేయడం మనకు తెలిసిందే..! ఇదే వర్తించడం మారథాన్ కు సిద్ధమయ్యే వారికి వర్తించడం అంటున్నారు నిపుణులు. వార్మప్ చేయడం వల్ల ఆయాసపడకుండా ఉండడంతో పాటు.. గాయాల పాలయ్యే ప్రమాదం నుంచి కూడా తప్పించుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. అయితే వార్మప్ లో భాగంగా..



ఆహారంలో కూడా మార్పులు చేసుకోవడం తప్పనిసరి అంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రోటీన్లు, ఫైబర్.. వంటి పోషకాలు ఎక్కువగా ఉండేలా ప్లాన్ చేసుకోవాలంటున్నారు. అలాగే డీహైడ్రేషన్ కి గురి కాకుండా ఉండేందుకు.. సరిపడినన్ని నీళ్లు తాగడం కూడా ముఖ్యమే! రన్నింగ్ చేసేటప్పుడు కేవలం శారీరకంగానే కాదు.. మానసికంగానూ దృఢంగా ఉండడం ముఖ్యం. ఈ క్రమంలో మనసులో ప్రతికారం అనే పదం రాకుండా జాగ్రత్తపడాలి. ఇందుకోసం యోగా, ధ్యానం మేలు చేస్తాయి. అలాగే ఇతరులతో మాట్లాడటం కూడా సానుకూల అంశాలతో ప్రాధాన్యమివ్వాలి. ఇవన్నీ మారథాన్ కు అన్ని విధాలుగా సంసిద్ధం చేస్తాయి అని చెబుతున్నారు నిపుణులు.



కారణాలను గుర్తించాలి. జీన్ ఎనిరైన్ మెంట్ ఇంటరాక్షన్ (ఏసీ జెనెటిక్స్). వ్యాయామం లేకపోవడం, పిండి పదార్థాల ఎక్కువగా, ప్రోటీన్లు తక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం జీన్స్ ద్వారానే లేకపోవచ్చు.. అంటే ఒకే తెగకు చెందిన వారిని వివాహం చేసుకోవడం వల్ల జీన్స్ ద్వారానే జన్మించుతుంది. జీన్స్ ద్వారానే వల్ల దయాబెటీస్ ముప్పు తగ్గుతుంది. జెక్ షెల్, గ్రామీన్ వాతావరణం తగ్గి, పట్టణ వాతావరణం పెరగడం జీవన శైలి, ఆహారపు అలవాట్ల కలిగే అసౌకర్యం దయాబెటీస్ వల్ల తీవ్ర ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ముఖ్యంగా కాలేయం, కిడ్నీ, గుండె లాంటి ప్రధాన అవయవాల వల్ల కొవ్వు పెరుకుపోతుంది. దీనివల్ల ఈ అవయవాల దెబ్బ తీసే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మన దేశంలో 10.5 శాతం ప్రజల్లో అధికంగా ఉంటుంది. దయాబెటీస్ నియంత్రించే సెట్లకపోతే అది రక్తనాళాలపై ప్రభావం చూపుతుంది. చిన్న రక్తనాళాలపై ప్రభావం చూపే కళ్ల, కిడ్నీ దెబ్బ తింటాయి. పెద్ద రక్తనాళాల ప్రభావం అయితే గుండె, పాదాల దెబ్బ తింటాయి.

వృద్ధయం

సినిమా



22 నుంచి సిస్టం అమెజాన్ ప్రైమ్లో స్ట్రీమింగ్

వృద్ధయం సినిమా : ఇండియాలో కోర్ట్ రూం డ్రామాలు చాలా అరుదుగా వస్తుంటాయి. కోర్ట్ రూం డ్రామాలు...

#RN23 అనాన్స్ మెంట్



వృద్ధయం సినిమా : కంటెంట్ ఓరియంటల్డ్ సినిమాలకు ప్రాధాన్యం ఇచ్చే రోజులో నారా...

నితిన్ - సితార కలయికలో కొత్త సినిమా ప్రారంభం



వృద్ధయం సినిమా : ప్రముఖ కథానాయకుడు నితిన్ తదుపరి ఆసక్తికరమైన చిత్రం సాంప్రదాయ పూజా కార్యక్రమంతో అధికారికంగా ప్రారంభమైంది.

సతీ లీలావతి అందరూ ఎంజాయ్ చేస్తారు



వృద్ధయం సినిమా : ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ ఆర్.ఎస్. సమర్పణలో దుర్గాదేవి పిక్చర్స్ బ్యానర్ పై నాగమోహన్ నిర్మాణంలో లావణ్య త్రిపాఠి కొణిదెల, దేవ్ మోహన్ ప్రధాన పాత్రల్లో రానున్న చిత్రం 'సతీ లీలావతి'.

22 న అగ్గి స్టోరీ విడుదల



వృద్ధయం సినిమా : ప్రేమలోని చికటి కోణాన్ని ధైర్యంగా చూపించే 'అగ్గి స్టోరీ' బ్రెయిల్ ఆకట్టుకునే విధంగా తాజాగా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది.

మెగా పవన్ స్టార్ రామ్ చరణ్ రూరల్ యాక్షన్ డ్రామా 'పెద్ది'. బుచ్చి బాబు సానా దర్శకత్వంలో మైత్రీ మామిడి మేకర్స్, సుకుమార్ రెడియో గ్లోబల్ లో మైత్రీ సినిమాస్ బ్యానర్ పై వెంకట సతీష్ తిలారా భారీ స్టాయిల్ నిర్మిస్తున్నారు. ఇప్పటికే వార్షిక బిజినెస్ పాటులు, అద్భుతమైన గ్రొవ్త్ తో సినిమాపై అంచనాలు భారీ స్థాయికి చేరుకున్నాయి.

అమరం టీజర్ రిలీజ్



వృద్ధయం సినిమా : తెలంగాణ హీరోగా పరిచయం అవుతున్న చిత్రం అమరం, తిరుగుబాటు దర్శకత్వం దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. తాజాగా ఈ చిత్రం టీజర్ రిలీజ్ చేశారు.

లెనిన్ డిఫరెంట్ పోస్టర్ విడుదల



వృద్ధయం సినిమా : మనం ఎంటర్టైన్మెంట్ ఎల్ ఎల్ పి, సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్లపై అక్కినేని నాగార్జున, సూర్యదేవర నాగవంశీ నిర్మిస్తున్న చిత్రం 'లెనిన్' ఈ సినిమాలో అతిథి అక్కినేని, భాగ్యలక్ష్మి బోర్స్ జంటగా నటిస్తున్నారు.

బ్యూటీ విత్ బ్రెయిన్స్ అనిపించుకోవడమే నాలక్ష్యం



వృద్ధయం సినిమా : ఇండియన్ ఇండస్ట్రీలో హాట్ టాపిక్ గా మారిన మామీ 'M4M (మోటివ్ ఫర్ మర్డర్)'. అమెరికా నటి శర్మ ప్రధాన పాత్రలో, దర్శకుడు మోహన్ వడ్డపట్ల తెరకెక్కించిన సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ M4M చిత్రం మే 8న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది.

దేవిశ్రీకి జోడీగా మృణాల్ రాకూర్!



వృద్ధయం సినిమా : సంగీత దర్శకుడు దేవిశ్రీ ప్రసాద్ ప్రధాన పాత్రలో 'బలగం' పేరిట వెబ్ సిరీస్ తెరకెక్కిస్తోన్న చిత్రం 'ఎల్లమ్మ'. ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.

సియాన్ ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్



వృద్ధయం సినిమా : వెర్బలైల్ స్టార్ శివకార్తీయన్, దర్శకుడు శివకుమార్ మురుగేశన్ దర్శకత్వంలో, కమల్ హాసన్, ఆర్. మహేంద్రన్ నిర్మిస్తున్న 'సియాన్' కోసం చేతులు కలిపారు.