

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

ESTD: 1999

www.woodayam.com

# వృధాయం

సంబరాల జీవితం సాభాగ్యాల సౌరభం  
**KAPIL GROUP**  
కపిల్ చిట్స్  
Visit Us: www.kapilchits.com  
కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

ఖమ్మం 13-05-2026 బుధవారం సంపుటి : 13 | సంచిక : 302 **SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY** రూ. 1.00 | పేజీలు : 12 **WOODAYAM Telugu DAILY**  
Simultaneously published from Khammam, Hyderabad, Adilabad, Karimnagar, Guntur & Warangal Follow us on

## కొనుగోలు కేంద్రాల్లో రైతులకు ఇబ్బందులు ఉండొద్దు

### ధాన్యం సేకరణ, మొక్కజొన్న కొనుగోళ్ల ప్రక్రియను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలి



ధాన్యం సేకరణ, మొక్కజొన్న కొనుగోళ్ల విషయంలో నిర్లక్ష్యం వహిస్తే సహించేదు. కొనుగోలు కేంద్రాల్లో రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా చూడాలి. అధికారులు క్షేత్రస్థాయికి వెళ్లి కొనుగోళ్ల తీరును పరిశీలించాలి. గన్నె బ్యాగులు, ఛామాలీల కొరత లేకుండా చూసుకోవాలి. కొనుగోలు చేసిన ధాన్యాన్ని ఎప్పటికప్పుడు గోడౌన్స్ కు తరలించాలి. ధాన్యం లోడ్ తరలించేందుకు ఒప్పందం మేరకు సరిపడా లారీలను అందుబాటులో ఉంచని కాంట్రాక్టర్లను ఉపేక్షించొద్దు. అవసరమైతే అలాంటి వారిపై క్రిమినల్ కేసులకు వెనకాడవద్దు

- ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు క్షేత్రస్థాయిలో పరిస్థితులను పరిశీలించాలి  
లారీల కొరత ఉంటే ట్రాక్టర్లు, ఇతర వాహనాలను వినియోగించాలి  
గోదాముల సమస్య ఉంటే తాత్కాలిక ఏర్పాట్లు చేయాలి  
సమస్య తీవ్రతను గుర్తించి కలెక్టర్లు చర్యలు తీసుకోవాలి  
అకాల వర్షాల సమయంలో రైతులకు నష్టం జరగకుండా శాశ్వత పరిష్కారం దిశగా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకోవాలి  
ప్రతి ఐకేసీ సెంటర్ కు ఒక అధికారిని నియమించాలి  
ప్రతి రైస్ మిల్లు వద్ద అధికారిని నియమించి పర్యవేక్షించాలి  
వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి



హైదరాబాద్, మే 12 (పురయం ప్రతినిధి) : మిషన్ మోడల్ పనిచేస్తూ రాష్ట్రంలో ధాన్యం సేకరణ, మొక్కజొన్న కొనుగోళ్ల ప్రక్రియను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలని ముఖ్యమంత్రి ఎంపీఎస్ రేవంత్ రెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్లను ఆదేశించారు. కొనుగోలు కేంద్రాల్లో రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని చెప్పారు. కలెక్టర్లు ప్రత్యక్షంగా పర్యవేక్షిస్తే సమస్యలు తలెత్తవని, ఏ సమస్య వచ్చినా కలెక్టర్లు దాదాపు పనిచేయాలని స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్రంలో ధాన్యం సేకరణ ప్రక్రియ, ఫరోగతిపై ముఖ్యమంత్రి

### నేను జైలుకు వెళ్ళాను

విద్యార్థి నాయకుడిగా ఉన్న సమయంలో చాలామూర్ఖు జైలుకు వెళ్ళా ఫీల్ ది జైల్ ప్రారంభించడం నాకు చాలా ఆనందంగా ఉంది

స్వాతంత్ర్యానికి ముందు జైళ్లలో ఉన్నవారు ఎలాంటి పరిస్థితులు ఎదుర్కొన్నారో ఈ మ్యూజియం ద్వారా తెలుస్తుంది మన కోసం మన పూర్వీకులు పడ్డ కష్టాన్ని తెలుసుకునేందుకు ప్రతి ఒక్కరు ప్రయత్నం చేయాలి

గవర్నర్ గవర్నర్ శివ ప్రతాప్ శుక్లా

మన కోసం మన పూర్వీకులు పడ్డ కష్టాన్ని తెలుసుకునేందుకు ప్రతి ఒక్కరు ప్రయత్నం చేయాలని ప్రజలకు తెలంగాణ గవర్నర్ శివ ప్రతాప్ శుక్లా సూచించారు. విద్యార్థి నాయకుడిగా ఉన్న సమయంలో తాను పలుమార్లు జైలుకు వెళ్లినవారు. ఎమర్జెన్సీ సమయంలో 21 రోజులు తాను జైల్లో ఉన్నారని ఆయన గుర్తు చేసుకున్నారు.

## అస్సాం పీఠంపై మరోసారి హిమంత

అస్సాం ముఖ్యమంత్రిగా రెండోసారి ప్రమాణస్వీకారం చేసిన హిమంత బిశ్వా శర్మ



కామాఖ్య అమ్మవారు, శ్రీమంత శంకర దేవుడు, అస్సాం ప్రజల ఆశీస్సులతో, నేను ముఖ్యమంత్రిగా ప్రమాణ స్వీకారం చేశాను.

- హిమంత

మంత్రులుగా పలువురు ఎమ్మెల్యేల ప్రమాణం ప్రమాణ స్వీకారికి హాజరైన ప్రధాని మోడీ, కేంద్ర మంత్రులు, బిజెపి ప్రధాన నేతలు

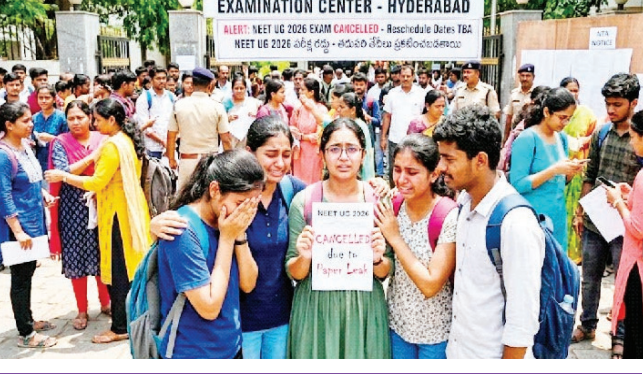
పురయం డిస్ట్రిక్ట్, మే 12 : మంగళవారం నాడు, హిమంత బిశ్వా శర్మ పరసంగా రెండవసారి అస్సాం ముఖ్యమంత్రిగా ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. ఈశాన్య భారతదేశం అంతటా బీజేపీ ఎదుగుదలకు ఆయనే ప్రధాన కారకుడిగా విస్తృతం గుర్తింపు పొందారు. దీనితో రాష్ట్రంలో

పరుసగా మూడవసారి బీజేపీ నేతృత్వంలోని ఎన్డీయే ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చింది. 126 మంది సభ్యులు కలిగిన అసెంబ్లీలో ఎన్డీయే రికార్డు స్థాయిలో 102 స్థానాలను కైవసం చేసుకోగా, కేవలం బీజేపీ మాత్రమే 82 నియోజకవర్గాల్లో విజయం సాధించింది. ఈ విజయం, ఈశాన్య భారతదేశంలో పార్టీ అత్యంత ప్రభావవంతమైన నాయకులలో ఒకరిగా శర్మ స్థానాన్ని మరింత స్పష్టం చేసింది. శర్మతో పాటు, బీజేపీ నాయకులు రామేశ్వర్ తేలి, అజిత్ నియోగ్, ఏజీపీ అధ్యక్షుడు అతుల్ బోరా, బీసీఎస్ నాయకుడు చరణ్ బోరో కూడా మంత్రులుగా ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు.

మగతా 2లో

## నీట్ యుజి పరీక్ష రద్దు

అయోమయం.. ఆగ్రహంలో విద్యార్థులు



త్వరలోనే తేదీ ప్రకటన, అవకతవకలపై విచారణ

ఎన్ టి ఎ అవ్ డిట్ లను మాత్రమే అనుసరించాలని సూచన

మే 22 లోపే నీట్ పునఃపరీక్ష

మగతా 2లో

నీట్ యుజి ఎందుకు రద్దైంది? అత్రమాలు జరిగినట్లు పచ్చిన సమాచారం ఆధారంగా, ఎన్ టి ఎ మే 3న జరిగిన పరీక్షను రద్దు చేసింది. పరీక్ష జరిగిన నాలుగు రోజుల తర్వాత, అంటే మే 7 నాయంత్రం తరువాత ఈ సమాచారం అందినట్లు ఆ సంస్థ తెలిసింది. ఆ సమాచారాన్ని స్వతంత్ర ధృవీకరణ, తగిన చర్యల నిమిత్తం మే 8న కేంద్ర సంస్థలకు పంపినట్లు ఎన్ టి ఎ తెలిసింది. తన రద్దు ప్రకటనలో ఆ సంస్థ ప్రశ్నలను లింకేజీ అనే పదాలను ప్రత్యక్షంగా ఉపయోగించలేదు. రాజస్థాన్ లో నీట్ పేపర్ లింకేజీ కేసుగా అనుమానిస్తున్న దానిపై స్పెషల్ ఆపరేషన్స్ గ్రూప్ దర్యాప్తు ప్రారంభించడంతో, అక్కడి నుంచి పచ్చిన నివేదికల తర్వాత ఈ వివారం మరింత ముదిరింది. అందిన సమాచారం ప్రకారం, దర్యాప్తు అధికారులు చేతికి రాసిన ఒక సూచన పత్రాన్ని స్వాధీనం చేసుకున్నారు. అందులోని సమాచారం 120 ప్రశ్నలు, వాస్తవ నీట్ పేపర్ లోని ప్రశ్నలతో సరిపోలాయని తెలిసింది. వీటిలో దాదాపు 90 బయటి ప్రశ్నలు, సుమారు 30 కెమిస్ట్రీ ప్రశ్నలు ఉన్నాయి.

కేరళ ముఖ్యమంత్రి రేసులో ముందున్న కేసీ వేణుగోపాల్

రాహుల్ గాంధీతో కీలక సమావేశంలో 10లో ఏడుగురి మద్దతు

14, 15న బ్రిక్స్ ఎడేశాంగ మంత్రుల సమావేశం

అతిధ్యానికీ భారత్ నిర్దం ధృవీకరించిన విదేశాంగ మంత్రిత్వ శాఖ ప్రతినిధి రణధీర్ జైస్వాల్

భారతదేశం అతిధ్యం ఇవ్వడం ఇది నాలుగోసారి

పాక్ లో బాంబు పేలుడులో 9 మంది దుర్మరణం

23 మందికి గాయాలు

లక్నో మార్కెట్ లోని రద్దీ మార్కెట్ లో పేలుడు ఆఫ్ డి మిలిటెంట్ కారణం : పాక్ ఆరోపణలు

**Arogya Hospital**  
Multi-specialty | Trauma | Critical care

We care about your health. In any emergency, call us.

- General Medicine
- General & Laparoscopic Surgery
- Gynaecology
- Critical Care
- Trauma

24/7 EMERGENCY SERVICES

+91 79933 01302  
www.arogyahospital.net

Beside Dominos Pizza Store Opp. Pochamma Kaman, Bellampalli Road, Mancherla-504208

విమానయాన, పారిశ్రామిక లాబ్రికెంట్స్ రంగాలలో వృద్ధి సాధనకు ఒప్పందం చేసుకున్న లాంకెస్, హెచ్ పి సి ఎల్ లాంకెస్ బ్రాండెడ్ లాబ్రికెంట్స్, హెచ్ పి సి ఎల్ ద్వారా భారత్, సార్క్ దేశాల అంతటా విక్రయం

ముంబై, మే 12 : 2026 - ప్రత్యేక రచాయలను కంపెనీ లాంకెస్, భారతదేశ ప్రముఖ చమురు, గ్యాస్ కంపెనీ అయిన హిందుస్థాన్ పెట్రోలియం కార్పోరేషన్ లిమిటెడ్ (హెచ్ పి సి ఎల్), భారత్, సార్క్ దేశాలలో విమానయాన, పారిశ్రామిక లాబ్రికెంట్స్ లభ్యతను సంయుక్తంగా మగతా 2లో

నీట్ రద్దు, విద్యార్థులకు శాపంగా ఎన్ డి ఎ వైఫల్యం

జిఆర్ ఎస్ వర్కంగ్ పైసెంట్ కేటీఆర్

హైదరాబాద్, మే 12 (ఎంఎస్) : కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యంతో నీట్ రద్దైన బీజేపీ ఎస్ వర్కంగ్ పైసెంట్ కేటీఆర్ తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకపడ్డారు. ప్రశ్నావేదిక లింకేజీ నీట్ పరీక్ష రద్దు కావడం కేంద్రానికి సిగ్గుచేటని విమర్శించారు. ఏదీమీ వైఫల్యం విద్యార్థులకు శాపంగా మారిందన్నారు. ఏకంగా పదకొండు ప్రశ్నలు పరీక్షకు ముందులోనే లింకేజీ అయ్యాయని.. కష్టపడి చదివిన విద్యార్థుల జీవితాలతో కేంద్రం చెలాటల మాడిందని ఆక్షేపించారు. 2024లోనూ ప్రశ్నావేదిక లింకేజీ అయ్యింది.

మగతా 2లో

తెలంగాణ నర్సులకు జర్నలిస్టులో ఉపాధి

అవకాశాలు కల్పించేందుకు మా ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో ఉంది

79 మంది నర్సులు త్వరలోనే జర్నలిస్టు వెళ్లనున్నారు

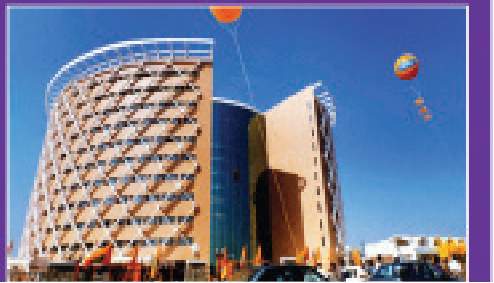
గమలు, ఉపాధి కల్పన, కార్మిక శాఖ మంత్రి వివేక్ వెంకటస్వామి

హైదరాబాద్, మే 12 (ఎంఎస్) : తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని నర్సులకు విదేశాల్లో ముఖ్యంగా జర్నలిస్టులో అద్యుతమైన ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించేందుకు తమ ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో ఉందని మంత్రి వివేక్ వెంకటస్వామి వ్యాఖ్యానించారు. మంగళవారం హైదరాబాద్ లో ఏర్పాటు చేసిన ఒక ప్రత్యేక సమావేశంలో 'జీవిత విశేష' ప్రోగ్రాం వివరాలను వెల్లడించారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని నర్సులకు విదేశాల్లో ముఖ్యంగా జర్నలిస్టులో అద్యుతమైన ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించేందుకు మగతా 2లో





# గ్రేటర్ హైదరాబాద్



## రబీ రైతుకు అండగా ప్రభుత్వం

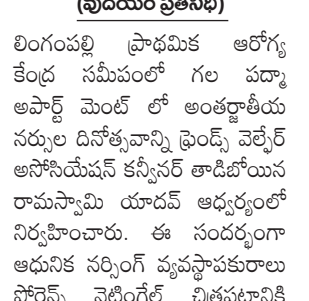
### మొక్కజొన్న సేకరణపై సీఎం దిశానిర్దేశం



**రంగారెడ్డి, మే 12 (పుడయం ప్రతినెల)**  
మంగళవారం రేపి 2025 26 మక్కజొన్న కొనుగోలు మరియు పరిధాన్యం సేకరణపై గౌరవ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎన్మమల రేవంత్ రెడ్డి, రాష్ట్ర మంత్రులు ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి, కోమలిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి, తుమ్మల నాగేశ్వర రావు, దనసరి అనసూయ, ప్రధాన కార్యదర్శి కె.రామకృష్ణ రావు తో కలిసి ఆన్లైన్ జిల్లా కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ కొనుగోలు కేంద్రాలలో బాధ్యత, జవాబుదారీతనం స్పష్టంగా ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని, ఏవైనా సమస్యలు తలెత్తిన వెంటనే పరిష్కరించాలన్నారు. ధాన్యం రవాణా వేగవంతం చేయడానికి రవాణా శాఖ కమిషనర్ సహకారంతో మరన్ని వాహనాలను వినియోగించి తీసుకురావాలి. హామాలను అవసరమైన సంఖ్యలో నియమించి, వారికి తగిన పరిరక్షణను చెల్లించాలని సూచించారు. వారి సంక్షేమాన్ని దృష్టిపెట్టి ఉంచుకుని పనులు వేగంగా జరిగేలా చూడాలి. ప్రతి కొనుగోలు కేంద్రానికి బాధ్యతాయుత అధికారిని నియమించి, పూర్తి బాధ్యత కలిగించాలని కలెక్టర్లకు సూచించారు. టీ హో టీ పశ్చిమ బెంగాల్ వంటి ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి కార్మికులను రప్పించకుండా స్థానిక హామాలను సేవలను వినియోగించుకోవాలని తెలిపారు. మిల్లర్ నుంచి తప్పనిసరిగా రసీదులు

## ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అభినందనలు

### నర్సులకు ప్రత్యేక గౌరవం



**ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవము శేరిలింగంపల్లి, మే 12 (పుడయం ప్రతినెల)**  
లింగంపల్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్ర సమీపంలో గల పద్మా అపార్ట్ మెంట్ లో అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవాన్ని ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ కన్వీనర్ తాడిబోయిన రామస్వామి యాదవ్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆధునిక నర్సింగ్ వ్యవస్థాపకురాలు ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి క్రొవ్డొత్తులు వెలిగించి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా డాక్టర్ R. పుట్టరాజు, డిప్యూటీ టీఎఫ్ మెడికల్ ఆఫీసర్, BHBL జనరల్ హాస్పిటల్ అతిథులుగా డాక్టర్ B.C.రామన్న సత్యసాయి సేవాసమితి రంగారెడ్డి జిల్లా కన్వీనర్, E. దేవానంద్ యాదవ్ సోపల్ పర్సన్లెస్ ఇన్స్టిట్యూట్ ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవాన్ని ఒక ప్రత్యేక నివాసంలో నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా మన నర్సులు మన భవిష్యత్తు సాధికారాలైన నర్సులు మన ప్రాణాలను కాపాడతారు. అనే నివాసంలో నిర్వహిస్తున్నారు. మానవులకు సేవ చేయడానికి వైద్య రంగం. దీనిలో ప్రధానమైంది భగవంతుడు కల్పించిన అవకాశమే వైద్య రంగం. దీనిలో ప్రధానమైంది నర్సింగ్ వృత్తి. రోగులకు వైద్యులు యచ్చే జైషధం ఎంత ముఖ్యమో నర్సులు చేసే సేవకూడా అంతే ముఖ్యం" అని అన్నారు. " ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ 1812 మే 12 తేదీన ఇటలీలో ఒక సంస్కృత కుటుంబంలో జన్మించారు. ఆ రోజులో వైద్యశాలలు తులనభేదాలతో అధునిక అధునికతతో ఉండేవి. నైటింగేల్ తన తల్లిదండ్రుల అభిప్రాయానికి వ్యతిరేకంగా సేవ చేయాలనికై నర్సింగ్ వృత్తిని ఎంచుకుని జర్నీ, ఐర్లాండ్ లలో పనిచేసి అక్కడ వైద్యశాలల పరిస్థితులలో మార్పులు

### ప్రజావాణికి (85) ఫిర్యాదులు



**రంగారెడ్డి, మే 12 (పుడయం ప్రతినెల)**  
సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల సముదాయ సమావేశ మందిరంలో నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమానికి (85) ఫిర్యాదులు అందాయి. జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాల నుండి వచ్చిన ఫిర్యాదుల ద్వారా తమ సమస్యలను జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) చంద్రారెడ్డికి విన్నవించి అర్థిలు సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రజా సమస్యల సత్కర పరిష్కారం కోసం నిర్వహిస్తున్న ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో ప్రజలు అందించే వినవలసిన సంబంధిత శాఖల జిల్లా అధికారులు తక్షణమే పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు. అర్థిలను పెండింగ్ లో పెట్టకుండా ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలన జరుపుతూ పరిష్కరించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. రె వె స్వ్యా శాఖ- 42, ఇతర శాఖలు - 43, మొత్తం 85 దరఖాస్తులు అందాయి. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు, కలెక్టర్లతో సహా పాల్గొన్నారు. పాండు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

(R) RESPONSIBILITY, (S) SYMPATHY (E) EFFICIENT అనే ఆంధ్ర వదాలను తెలుగులోకి అనువదించి మహోన్నతమైన, అపూహన, బాధ్యత, సానుభూతి, సమర్థవంతమైన సేవలు అందించేదే సర్వీస్ ప్యూరిటీ అని అన్నారు. " యుగ వ్యతిక్తి చేసిన సేవలకు గుర్తింపుగా ఆవిడ జన్మించిన మే 12వ తారీఖునాడు అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవాలు నిర్వహించుకుంటున్నాం" అని అన్నారు. "నేటి యువ నర్సులు ఆవిడ జీవితాన్ని ఆదర్శంగా తీసుకుని రోగులకు మరింత మెరుగైన సేవలు అందించాలి" అని కోరారు. " కనీసం దేవుడు వైద్యులైతే కాపాడే దేవతలే నర్సులు" అని కొనియాడారు. తదనంతరం నర్సులచేత ' రోగులకు అంకితభావంతో మెరుగైన సేవలు అందిస్తాం' అని ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ సందర్భంగా మానవసేవే మాధవసేవగా భావించి వివిధ ప్రభుత్వ వైద్యశాలలో (నిమ్స్, లింగంపల్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం, రంగారెడ్డి జిల్లా ఆసుపత్రి, కొంపూరు, ఏరియా హాస్పిటల్, హఫీజ్ పేట ఆర్ఎస్ హెల్త్ సెంటర్, HCU హెల్త్ సెంటర్, ఉర్దూ యూనివర్సిటీ హెల్త్ సెంటర్, సరోజినీ దేవి కంటి ఆసుపత్రి, ఉస్మానియా జనరల్ హాస్పిటల్) రోగులపట్ల ప్రేమసూరగాలు చూపిస్తూ వైద్య సేవలందించిన సేవామూర్తులైన 80 మంది నర్సులకు ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ అవార్డుతో పాటు సత్కరణ, జ్ఞాపిక, పగిడిలతో సత్కరించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమం E. దేవానంద్ యాదవ్ అధ్యక్షతన నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో నందూరి వెంకటేశ్వర రాజు, అమ్యయ్య చౌదరి, శివరామకృష్ణ, G.V. రావు, సత్యనారాయణ, వాణినిబిబి శివరావు, విజయలక్ష్మి, విష్ణుప్రసాద్, బాలాజీ, శివరామిరెడ్డి, వెంకటేశ్వర్లు, పాండు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



### పేదల ఆరోగ్యానికి ఎమ్మెల్యే గూడెం భరోసా

**గుమ్మడిపల, మే 12 (పుడయం)**  
నిరుపేదలకు మెరుగైన వైద్యం అందించడంలో పాటు వారికి ఆర్థికంగా వెన్నుదన్నుగా నిలవడంలో ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి ఎంతో ఉపయోగపడుతోందని పహానిచెరు ఎమ్మెల్యే గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి అన్నారు. గుమ్మడిపల రూ. 3.25 లక్షల ఎలెక్షన్ల అండజేతమెమ్మెల్యే గూడెం.. మున్సిపల్ పరిధిలోని బొంతపల్లి గ్రామానికి చెందిన ఉపేంద్ర కుమార్, ఇన్స్పెక్టర్ మున్సిపల్ పరిధిలోని పాకపల్లి గ్రామానికి చెందిన అంజన సుజాత గత కొంతకాలంగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నారు.



### ప్రతిభవంతులైన విద్యార్థులకు నగదు ప్రోత్సాహం

**దుండిగల్, మే 12 (పుడయం ప్రతినెల)**  
కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం, దుండిగల్ సర్కిల్, భారంపేట్ లోని ప్రభుత్వ పాఠశాలలో భారంపేట్ మాజీ కౌన్సిలర్ సర్కార్ రెడ్డి శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో 10వ తరగతి లో అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబర్చి జిల్లా లోనే మొదటి స్థానం సంపాదించిన విద్యార్థులకు ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులకు సన్మాన కార్యక్రమం, అవినందన సభ నిర్వహించారు. భారంపేట్ లోని పాఠశాలల్లో జిల్లా స్థాయిలో ప్రథమ స్థానం సాధించిన విద్యార్థి లక్ష్మీ నారాయణకు రూ.50,000 నగదు పురస్కారం అందజేశారు. అలాగే మండల స్థాయిలో 3వ స్థానం సాధించిన విద్యార్థికి రూ.30,000 నగదు బహుమతిని ప్రధానం చేశారు. అదేవిధంగా 500 పైగా మార్కులు

## శ్రీ శ్రీ హోలిస్టిక్ హాస్పిటల్స్ లో గుండె దడ సమస్యలకు విప్లవాత్మక చికిత్స

**\* దేశంలోనే మొదటిసారిగా 'పల్స్ ఫీల్డ్ అబ్లేషన్' (PFA) సాంకేతికత ప్రారంభం**  
**హైదరాబాద్, 12 మే, (పుడయం ప్రతినెల)**



గుండె సంబంధిత సమస్యల చికిత్సలో హైదరాబాద్ లోని శ్రీ శ్రీ హోలిస్టిక్ హాస్పిటల్స్ సరికొత్త రికార్డు సృష్టించింది. గుండె కొట్టుకోవడంలో తేడాలు (స్ట్రోక్ రిస్కాంట్ డిస్టర్బెన్స్) ఉన్నవారికి చికిత్స చేసేందుకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా వాడుతున్న అత్యుత్తమ ఆధునిక పల్స్ ఫీల్డ్ అబ్లేషన్ (పి ఎఫ్ ఎ) అనే టెక్నాలజీని ఆసుపత్రిలో ప్రారంభించారు. భారతదేశంలోనే మొదటిసారిగా ఈ అధునాతన టెక్నాలజీని తీసుకువచ్చిన ఆసుపత్రిగా శ్రీ శ్రీ హోలిస్టిక్ హాస్పిటల్స్ నిలిచింది. కార్డియాలజీ విభాగం హెడ్ సీనియర్ కార్డియాలజిస్ట్ డాక్టర్ బిజు గౌపి, నిపుణులు డాక్టర్ భరణి వేలం, డాక్టర్ ప్రకాష్ నంజయ్య వారి బృందం ఈ కొత్త టెక్నాలజీని ప్రజలకు పరిచయం చేశారు. పల్స్ ఫీల్డ్ అబ్లేషన్

సాధారణంగా గుండెలో విద్యుత్ ప్రవాహంలో లోపాల వల్ల గుండె కొట్టుకోవడంలో వేగం పెరగడం లేదా తగ్గడం జరుగుతుంది (దీనిని వైద్య పరిభాషలో అరిథ్మియా అంటారు). గతంలో దీనికి చేసే చికిత్సలో గుండెలోని కొన్ని భాగాలను వేడి చేయడం (హీట్) లేదా గడ్డకట్టించడం (కోల్డ్ ) ద్వారా నరికేసేవారు. ఈ కొత్త పి ఎఫ్ ఎ టెక్నాలజీ విద్యుత్ తరంగాలు (ఎలక్ట్రిక్ పల్స్) ద్వారా కేవలం దెబ్బతిన్న కణాలను మాత్రమే

హోలిస్టిక్ హాస్పిటల్స్) మాట్లాడుతూ భారతదేశంలోనే మొదటిసారిగా ఈ పి ఎఫ్ ఎ టెక్నాలజీని మా ఆసుపత్రిలో ప్రారంభించడం గర్వంగా ఉంది గుండె దడ సమస్యలతో బాధపడే రోగులకు ఇది ఒక వరం లాంటిది. దీని ద్వారా మరింత సురక్షితంగా, ఖచ్చితత్వంతో చికిత్స అందుతుంది అని అన్నారు. డాక్టర్ ప్రకాష్ నంజయ్య మాట్లాడుతూ అమెరికా, యూరప్ వంటి దేశాల్లో ఇప్పుడు ఈ టెక్నాలజీని అభివృద్ధి చేసినవారు గుండె దడను అభివృద్ధి చేసినవారు. ఈ సందర్భంలోని శ్రీ శ్రీ హోలిస్టిక్ హాస్పిటల్స్ లో అందుబాటులోకి రావడం మన రోగులకు గొప్ప విషయం అని ఈ టెక్నాలజీతో శ్రీ శ్రీ హోలిస్టిక్ హాస్పిటల్స్ ఇప్పుడు గుండె దడ (అట్యూట్ ఫైలిటేషన్ ) సమస్యలకు దేశంలోనే అత్యుత్తమ చికిత్స కేంద్రంగా మారింది అన్నారు. ఈ ప్రపంచ ప్రఖ్యాతి సమయాలు సామాన్యులకు కూడా అందుబాటులోకి తీసుకురావడమే తమ లక్ష్యమని ఆసుపత్రి వర్గాలు తెలిపాయి.

## పోకో కేసు నిందితుడు సాయి భగీరథను వెంటనే అరెస్ట్ చేయాలి



**శంకర్ పల్లి, మే 12 (పుడయం)**  
పోకో కేసులో బీజేపీ కేంద్ర సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమారుడు బండి సాయి భగీరథపై 17 సంవత్సరాల బాలికపై రైతిగత వేధింపుల ఆరోపణలతో కేసు సమాధి చేయడం పరిధిలోని సీబీఐన్ ఫంక్షన్ న్యాయం జరిగేలా చూడాలని వారు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఇతర కేసులకు సంబంధించి వారు మూల్యాంకనం చేసిన విలేజరుల సమావేశంలో వారు మాట్లాడుతూ, పోకో వంటి అత్యంత తీవ్రమైన కేసులోనూ పోలీస్ చర్యలు అనుమానాస్పదంగా ఉన్నాయని అన్నారు. బాధిత కుటుంబం మూడు రోజులుగా పోలీస్ స్టేషన్ చుట్టూ తిరుగుతున్నా నిందితుడై ఎలాంటి కఠిన చర్యలు తీసుకోలేదని

విమర్శించారు. చట్టం ముందు అందరూ సమానులైతే, ఇలాంటి కేసుల్లో అరెస్ట్ అలసం ఎందుకు జరుగుతోందని ప్రశ్నించారు. మహిళలు, బాలికలపై జరుగుతున్న నేరాల విషయంలో ప్రభుత్వ వ్యవస్థలు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. ఈ కేసులో రాజకీయ ప్రభావంతో బాధిత కుటుంబాన్ని బెదిరింపులకు గురి చేస్తున్నారని వారు ఆరోపించారు. ఈ కేసులో విచారణ వేగవంతం చేసే బాధితరాలికి న్యాయం జరిగేలా చూడాలని వారు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఇతర కేసులనుపై మండల మరియు మున్సిపల్ కాంగ్రెస్, బీజేపీ నాయకులు కూడా సుదీర్ఘంగా నిలవాలని వారు కోరారు. న్యాయం జరిగే వరకు తమ పోరాటం ఆగదని స్పష్టం చేశారు. అవసరమైతే పెద్ద ఎత్తున నిరసనలు,



## మనసు నిండుగా ఆరోగ్యానికి అండగా

**● సీఎం సహాయనిధి చెక్కులను అందించిన ఎమ్మెల్యే " డిగ్ పల్లె శంకర్" ..**  
**● ఆరోగ్య బాధితులకు సర్కారు అండగా ఉంటుందనీ, ఎమ్మెల్యే షాద్ నగర్ అసెంబ్లీ వ్యాప్తిలో 83 చెక్కుల అందించిన ఎమ్మెల్యే షాద్ నగర్, మే 12 (పుడయం ప్రతినెల)**  
మనసు నిండుగా.. ఆరోగ్యానికి అండగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఉంటుందని ఎమ్మెల్యే షాద్ నగర్ అన్నారు. షాద్ నగర్ పట్టణంలోని ఎమ్మెల్యే కార్యాలయంలో నిరుపేద అనారోగ్య బాధితులకు సీఎం సహాయనిధి చెక్కులను ఆయన అందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ అనారోగ్యం బారిన పడి పెద్ద పెద్ద ఆసుపత్రుల్లో చికిత్స చేయించుకోవడానికి ఇబ్బంది పడే నిరుపేదల కోసం ప్రభుత్వం సీఎం సహాయ నిధి పెద్ద ఎత్తున అందించేందుకు నిర్ణయించారు. ఇందులో భాగంగానే నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా 83 చెక్కులు ఈ సందర్భంగా ఆయన అందించారు. షాద్ నగర్ మండల లెడ్డిదారులకు 24, కొత్తూరు మండలానికి 14, కొండలకు మండలానికి 10, కేసంపేట మండలానికి 14, నందిగామ మండలానికి నాలుగు, జిల్లేడు కూడా మండలానికి నాలుగు చెక్కులతో పాటు, షార్దూర్ మున్సిపాలిటీ కి సంబంధించి 13 చెక్కులను ఆయన లెడ్డిదారులకు అందజేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు పెద్ద ఎత్తున కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు..

## నేడు చేగూర్ లో హతీష్ రావు పర్యటన



**షాద్ నగర్, మే 12 (పుడయం ప్రతినెల)**  
నందిగామ మండలం చేగూర్ గ్రామంలోని వీరాజునేయ స్వామి దేవాలయ విగ్రహ ప్రాణాప్రతిష్ఠ మరియు సూతన దేవాలయ ప్రారంభోత్సవంలో దేవు తేది 13.05.2026 బుధవారం రోజున శాసనసభ ఉప పక్ష నేత, మాజీ మంత్రి హతీష్ రావు మరియు బలబలం మాజీ మంత్రులు











# మంత్రి తుమ్మల ఆత్మీయ సభను విజయవంతం చేయండి

**జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు నూతి సత్యనారాయణ గౌడ్**

**ఖమ్మం వుదయం బ్యూరో మే 12**

జిల్లా కాంగ్రెస్ కార్యాలయం సంచారాధికారి భవన్ లో జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు నూతి సత్యనారాయణ గౌడ్ అధ్యక్షతన జరిగిన సాంకేతికంగా సమావేశంలో జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు నూతి సత్యనారాయణ గౌడ్ మాట్లాడుతూ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు మంత్రి పదవి చేపట్టి 40 ఏళ్ళు పూర్తిచేస్తున్న సందర్భంగా రేపే డి 13052026 న సాయంత్రం 05.00 గంటలకు ఖమ్మం నగరం లోని ఎన్ ఆర్ ఆండ్ బి టీ జి ఎన్ ఆర్ కళాశాల మైదానంలో నిర్వహించనున్న మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు గారి ఆత్మీయ సభను విజయవంతం చేయాలని జిల్లా శ్రేణులను కోరారు. అదే విధంగా వారు అభివృద్ధికి మారు పేరు అని కొనియాడారు. అనంతరం నగర కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు నాగండ్ల దీపక్ చౌదరి మాట్లాడుతూ



తూ మంత్రిగా తుమ్మల నాగేశ్వరరావు రాజీయ జీవితంలో ప్రజాసేవ అభివృద్ధి, రైతు సంక్షేమం కోసం కృషి చేశారని వారి ఆత్మీయ సభను విజయవంతం చేయాలని నగర కాంగ్రెస్ శ్రేణులను కోరారు. అనంతరం సుదా చైర్మన్ పువ్వారావు దుర్గా ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ తుమ్మల నాగేశ్వరరావు రాజకీయ దురందరం 40 ఏళ్ళ రాజకీయ ప్రస్థానంలో అనేక ఒడిదుడుకులు ఎదుర్కొని అభివృద్ధి ధ్యేయంగా పనిచేసిన అలుపుదగుని యోధుడని కావన

# జిల్లా రైతులు, ఆర్థికంగా తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు



**నకిరేకల్ మాజీ ఎమ్మెల్యే చిరుమర్తి లింగయ్య**

**నల్గొండ జిల్లా**

**పుదయం ప్రతినిధి మే 13**

నల్గొండ జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో జిల్లా వ్యాప్తంగా ధాన్యం కొనుగోళ్లలో రైతులకు జరుగుతున్న అన్యాయాలపై చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్లతో ముందు ధర్మా నిర్వహించిన నకిరేకల్ మాజీ ఎమ్మెల్యే చిరుమర్తి లింగయ్య, జిల్లా పరిషత్ మాజీ చైర్మన్ బండా సరేందర్ రెడ్డి, బిఆర్ ఎస్ శ్రేణులు కాంగ్రెస్ పార్టీ అవలంబిస్తు

న్న రైతు వ్యతిరేక విధానాలకు నిరసనగా ధర్మా నిర్వహించి, ధాన్యం కొనుగోళ్లలో రైతులకు జరుగుతున్న అన్యాయాలపై వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని జాయింట్ కలెక్టర్లకు వినతి పత్రం అందజేశారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ గత నెల రోజులుగా జిల్లాలోని వివిధ ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలను సందర్శిస్తూ రైతులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను ప్రభుత్వంగా పరిశీలిస్తున్నామని, రైతులు తీవ్ర ఇబ్బందులు, ఆర్థిక సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్నారని ప్రభుత్వం ధాన్యం

# ఏజెన్సీ లో ఇసుకాసుర రాజ్యమేలు తుంది

**చర్ర మే 12.05.పుదయం ప్రతినిధి**

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో ఇసుకాసురులు రాజ్యమేలుతున్నారని అధివాసి హక్కుల పరిరక్షణ వేదిక ఇన్స్పెక్టర్ ఇర్లు, రాజా దొర ప్రభుత్వాన్ని విమర్శించారు. మంగళవారం ఆయన పత్రిక ప్రకటన విడుదల చేశారు. చర్ర మండలం కలిపేరు గ్రామపంచాయతీలో ఇసుక రివే కోసం ఎంపీ, ఎమ్మెల్యేల పర్లాలు తీవ్రంగా పోటీ పడుతున్నారన్నారు. ఇసుక రివే పొందడానికి గ్రామస్థులు మద్దతు తగ్గదాని స్వప్నిస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఇసుక రివే వస్తే గ్రామంలో అధివాసి కుటుంబాలు ఆర్థికంగా అభివృద్ధి చెందుతాయని కాని



ప్రస్తుత పరిస్థితి అందుకు భిన్నంగా ఉన్న దన్నారు. గిరిజనులు రెండు గ్రామాలూ ఏర్పడి పరస్పరం తగాదాలు పడే పరిస్థితి కలిపేరులో నెలకొన్నదని దీనికి కారణం ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే ల అనుచర గణపేసన్నా

రు. ఇసుక సంపదన కన్నేసిన బదాబాబులు అధివాసి ప్రజలను అవారుకు నులు చేసి అడ్డుకున్నారని మండిపడ్డారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో అప్పటి ముఖ్యమంత్రి డాక్టర్ వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి హయాంలో సామ్రాజ్య విధానం చేసి ఇసుక రివే లు మంజూరు చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. ప్రస్తుత పాలకుల అందుకు భిన్నంగా వ్యవహరిస్తున్నారని, అధివాసిలకు కొమ్ముకాస్తాని నిజమైన అధివాసులకు అన్యాయం చేస్తున్నారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం అధివాసిలను చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు.

# సీతారామ భూ నిర్వాసితులకు సబ్ కలెక్టర్ హామీ



**చర్ర మే 12.05.పుదయం ప్రతినిధి**

సత్యనారాయణపురం రైతు వేదిక లో సబ్ కలెక్టర్ మునాల్ శ్రేష్ట అధ్యక్షులతో సీతారామ ప్రాజెక్టు భూ నిర్వాసితుల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో మాట్లాడుతూ ప్రాజెక్టులో భూములు కోల్పోయిన నిర్వాసితుల

ప్రభుత్వం నిబంధనల ప్రకారం ఎకరాలకు 11.80 లక్షల రూపాయల వరకు ఇవ్వడం జరుగుతుంది అని రైతులకు తెలిపారు. దీనిపై వివేకం రైతులకు ప్రత్యేక సమస్యలు ఉంటే నేరుగా తహసీల్దార్ ని సంప్రదించాలని సూచించారు. భూములు కోల్పోయిన రైతులు మాట్లాడుతూ ప్రధానంగా అంగం వరకు సుమారుగా 25 లక్షల నుంచి 30 లక్షల రూపాయల వరకు పరిహారం చెల్లించాలని సబ్ కలెక్టర్ ని కోరారు. దీనిపై సుందర్ అంబేద్కర్ కలెక్టర్ తన పరిధిలో ఉన్న విషయం చెప్పానని ఈ విషయంపై ప్రాజెక్టు అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లాలని హామీ ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో తహసీల్దార్ శ్రీనివాస్, ఆర్.కె.బీ.రెడ్డి, సర్పంచులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# అనుమతి లేని హాస్పిటల్లు, స్కానింగ్ సెంటర్లపై ఉక్కుపాదం... సీల్ చేస్తాం



**పుదయం సూర్యాపేట: 12**

"జిల్లాలోని అన్ని ఆల్టోసెటి, ఆయుర్వేద, యునానీ, హోమియో మైసెట్ అనుమతులు జిల్లా రిజిస్ట్రేషన్ అధికారి అనుమతి పొందిన తర్వాత మాత్రమే సేవలు అందించే అవకాశమున్నది" అని జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్యశాఖాధికారి డా. పెండె వెంకట రమణ, ఎం.డి.సి.సి

119, తేది 13.04.2006 ప్రకారం ప్రభుత్వ వైద్యులు, ప్రభుత్వ వైద్య అనంతరం సైవేట్ ప్రాక్టీస్ చెయ్యడానికి అనుమతు ఉత్తరాలు జారీ చేయబడ్డాయి. డి.సి.సి. ఆనంతరం తాత్కాలిక అనుమతి ఇవ్వడం జరుగుతుంది రెన్యువల్ కోరకు దరఖాస్తు చేసిన వారికి సి ఈ ఏ పూర్తి సర్టిఫికేట్ మరియు జిల్లా సైవేట్ ప్రాక్టీస్ ఆమోదం పొందిన తర్వాత మాత్రమే రిజిస్ట్రేషన్ ఇవ్వబడుతుంది అనుమతి లేని అనుమతులు, డయాగ్నోస్టిక్ సెంటర్లు, స్కానింగ్ కేంద్రాలపై క్లినికల్ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ యాక్ట్ ప్రకారం కఠిన చర్యలు తీసుకోవడం జరిగింది. డి.సి.సి. ఆనంతరం ప్రభుత్వ అధికారులు దృష్టిపెట్టాలని కోరారు. అనంతరం ప్రభుత్వ అధికారులు దృష్టిపెట్టాలని కోరారు. అనంతరం ప్రభుత్వ అధికారులు దృష్టిపెట్టాలని కోరారు. అనంతరం ప్రభుత్వ అధికారులు దృష్టిపెట్టాలని కోరారు.

# నిభందనలు అతిక్రమిస్తే చట్టపరమైన చర్యలు

**చర్ర మే 12.05.2026 పుదయం ప్రతినిధి**

పశువుల అక్రమ రవాణాకు పాల్పడితే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని చర్ర సీబి ఏ రాజు చర్య వ్యాపించారు. మంగళవారం స్టానిక పోలీస్ స్టేషన్ లో మేజర్ గ్రామపంచాయతీ సర్పంచ్, ఈ.బి. వెల్లూరి డాక్టర్, పశువుల వ్యాధులతో ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహించారు. జిల్లా ఎస్పీ ఆదేశాల మేరకు బల్డిట్ పంచాయతీ పశువుల రవాణా చేయవద్దని ఈ సందర్భంగా సీబి సూచించారు. తర్వాత వేలంపాట నిబంధనలను పాటించి సరైన పత్రాలతో పశువుల రవాణా చేసుకోవచ్చని అన్నారు.

పశువుల అక్రమ రవాణా చేసే వారిపట్ల గ్రామపంచాయతీ, సంపర్క శాఖ అధికారులు దృష్టిపారించిపోలీస్ శాఖకు సమాచారం ఇచ్చి సహకరించాలని కోరారు. ఇందుకు విరుద్ధంగా వ్యవహరించి పశువుల బల్డిట్ పండుగ వరకు పశువుల అక్రమ రవాణా జరిపితే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్పీలు ఆర్ సర్పిల్ల, పి కేశవ్, మేజర్ పంచాయతీ సర్పంచ్ వూజారి సర్పిల్ల, సెక్టరిల్ తోకల సురేష్, వెల్లూరి డాక్టర్ కే సుధాకర్, అసిస్టెంట్ హరికాంత్ పులువర పశువుల వ్యాపారులు పాల్గొన్నారు.

# అక్రమ రవాణాపై ఉక్కుపాదం. చెక్ పోస్ట్ తనిఖీలు ఎస్పీ నరసిం బహుపాస్



**పుదయం సూర్యాపేట మే: 12**

"పశువుల అక్రమ రవాణా, ఇసుక, వరి ధాన్యం, పీడీఎస్ బియ్యం అక్రమ రవాణా జరగకుండా పోలీసు శాఖ అక్రమ రవాణా నిర్మూలన లక్ష్యంగా జిల్లా వ్యాప్తంగా ముఖ్యమైన ప్రాంతాలలో అంతర్గత, అంతర్ జిల్లా సరిహద్దు చెక్ పోస్టులు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ చెక్ పోస్టుల ద్వారా 24 గంటలు మిస్సే తగ్గంగా తనిఖీలు నిర్వహిస్తూ ప్రతి వాహనాన్ని క్షుణ్ణంగా తనిఖీ చేస్తున్నాం. అనాంపూక కార్యకలాపాలు, అనుమానిత వ్యక్తుల కడలికలపై పూర్తిస్థాయి నిఘా ఉంచాం"

అని అన్నారు. "ఎవరైనా అక్రమ రవాణాకు పాల్పడితే అలాంటి వారిపై చట్టపరమైన కఠిన చర్యలు తీసుకుంటాం. రైతులు వ్యవసాయ అవసరాల నిమిత్తం సంతలో కొనుగోలు చేసిన పశువుల రవాణా చేస్తే సంత ఆధికారులు, పశువుల వైద్యులు అనుమతి పత్రాలు వెంట తీసుకువెళ్ళాలి" అని సూచించారు. సాధారణ ప్రయాణికులకు ఇబ్బంది కలగకుండా జాగ్రత్తలు పాటించాలని, తనిఖీల సమయంలో సిబ్బంది స్వీయ రక్షణ జాగ్రత్తలు పాటించాలని ఎస్పీ సిబ్బందిని ఆదేశించారు. ఎస్పీ వెంట సూర్యాపేట రూరల్ సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ అశోక్, ఎస్పీ బాలు నాయక్, చెక్ పోస్టు విధులు నిర్వహణ నిబ్బంది, జాతీయ రహదారుల సిబ్బంది ఉన్నారు.

# ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవ వేడుకలు

**డిసిపాన్ మాతృ నాయక్ సల్లోంద జిల్లా**

**పుదయం ప్రతినిధి మే 13**

సల్లోంద పట్టణ కేంద్రంలో ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో అంతర్జాతీయ నర్స్ దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు స్టానిక జిసిపాన్ లోని అంతర్జాతీయ నర్సింగ్ వేడుకలను సర్కింగ్ సూపర్వైజర్ లిలి థాన్ సుజాత రేణుక దేవి అధ్యక్షులు ఒకరోజు నర్సుల దినోత్సవం పునస్కరించుకొని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో చేస్తున్న నర్సులు అందరినీ ఒక వేదికపై పరిచయం చేసి ఇన్స్పెక్టర్ రాజుల వాళ్ళు చేసిన సేవలను గుర్తు చేసుకుంటూ ఆటపాటతో కేక్ కట్టింగ్ చేస్తూ నిత్యం చేస్తూ సేవలను గుర్తు చేస్తూ ఉత్తమ నర్సులకు బహుమతులు శాలువలతో సత్కరించారు.



రించి రాబోయే రోజులలో రోగులకు మంచి సేవలు అందించాలని సమయపాటులతో ఉద్యోగిణి వాళ్ళు విధులు నిర్వహించే మంచి పేరు ప్రఖ్యాతులు తెచ్చుకోవాలని సమాజంలో నర్సులకు ఒక ప్రత్యేకమైన రోజు ఉందని గుర్తు చేస్తూ రోగి సమయపాటు అందిస్తూ నర్సులు అందరినీ ఒక దినోత్సవం నిర్వహించాలని సేవలందిస్తూ మంచి

మనసుతో వాళ్ళ కుటుంబ సభ్యులు ఒకరిగా చూసుకుంటూ మంచి పలకరింపుతో సేవాభావంతో సర్కింగ్ అనే వృత్తిని చేపట్టతున్నందుకు డిసిపాన్ మాతృ నాయక్ కొనియాడారు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వారు సి ఎన్ ఆర్ ఎం చంద్రశేఖర్ స్ట్రాఫ్ నర్స్ లు నర్సులు అందరినీ ఒక దినోత్సవం నిర్వహించాలని సేవలందిస్తూ మంచి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# బండి సంజయ్ తనయుడు సాయి భగీరథను తక్షణమే అరెస్టు చేయాలి

**కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి పదవి నుంచి బండి సంజయ్ ను భర్తయ్యే చిరుమర్తి ఎన్ఎఫ్ఐఐ డిమాండ్ బాధితు కుటుంబానికి రక్షణ కల్పించి నిందితుడిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి**

**భద్రాచలం 12/05/ పుదయం ప్రతినిధి**



భద్రాచలం పట్టణంలో ఎన్ఎఫ్ఐఐ అధ్యక్షులలో నిర్వహించిన సమావేశంలో కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమారుడు బండి సాయి భగీరథుని సమావేశం అరెస్టుపై తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఎన్ఎఫ్ఐఐ డిమాండ్ బండి సాయి భగీరథుని మాట్లాడుతూ మైసూర్ బాంబులైంగ్ వేదికపై పాల్పడినట్లు ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న బండి సాయి భగీరథను తక్షణమే అరెస్టు చేసి చట్టప్రకారం కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. చట్టం ముందు అందరూ సమానమని, రాజకీయ పదవులు మరియు అధికార ప్రభావంతో కేసును

నీరుగార్ ప్రయత్నాలు జరిగితే ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థ ప్రజలకు సమృద్ధి కోల్పోయే పరిస్థితి వస్తుందని అన్నారు. ఈ ఘటనపై పోలీసులు రాజ్యాంగ బద్ధంగా నిష్పక్షపాతంగా విచారణ చేయాలని రిమోండర్ కోరారు. బాధితు కుటుంబాన్ని అక్షయ గురి చేస్తున్నారనే సమాచారం వెలుగులోకి వస్తోందని, వారికి తక్షణమే రక్షణ కల్పించాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. నిందితుడిని కాపాడేందుకు తప్పదు ప్రవారాలు చేస్తూ కేసును తప్పనిసరి పట్టించే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని ఆరోపించారు. బాధితు యువతి

# అంజనేయడి సేవలో అరటి పండ్ల వితరణ.. శ్రీ వాసవి సేవాసమితి ఆధ్యాత్మిక సేవ



**పుదయం సూర్యాపేట మే: 12**

హనుమణ్ణులంతి సందర్భంగా సూర్యాపేట జిల్లా కేంద్రంలోని తహసీల్దార్ రోడ్డులో గల శ్రీ భక్తాంజనేయ స్వామి దేవాలయంలో మంగళవారం వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. తెల్లవారుజాము నుండి పెద్ద ఎత్తున భక్తులు స్వామి వారిని దర్శించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీ వాసవి సేవాసమితి సూర్యాపేట జిల్లా కమిటీ అధ్యక్షులు స్వామి వారి దర్శనానికి వచ్చిన భక్తులు కు అరటి పండ్ల పంపిణీ చేశారు. శ్రీ

# సాయి భగీరథ్ ని వెంటనే అరెస్టు చేయాలి



**చర్ర మే 12. పుదయం ప్రతినిధి**

బిఆర్ఎస్ పార్టీ చర్ర కమిటీ అధ్యక్షులు లో మొయిన్ రోడ్డు సెంటర్ లో ధర్మా కార్యక్రమం నిర్వహించారు. బండి సంజయ్ కుమార్ ని కేంద్ర హోం శాఖ కన్వీనర్ డొడ్డి శాతాశాపత్రి తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు ఎన్ డి ఆజిజ్, కాకి అనిల్, తడికల బండ్లబాయి, కొంబత్రి సాంబా, అంబేజి సతీష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# శ్రీశ్రీశ్రీ భక్తాంజనేయ హనుమాన్ జయంతి



**బిజినే కిసాన్ మార్కెట్ జాతీయ అధ్యక్షులు గౌరీ మధుసూదన్ రెడ్డి 48వ కార్యక్రమం నిర్వహించి కలకత్తా రమ్మ గార్**

**నల్గొండ జిల్లా**

**పుదయం ప్రతినిధి మే 13**

నల్గొండ పట్టణ కేంద్రంలో శ్రీశ్రీశ్రీ భక్తాంజనేయ స్వామి దేవస్థానం సతీష్ నగర్ కాలనీ బస్టాండ్ వద్దకు నల్గొండలో హనుమాన్ జయంతి సందర్భంగా శాఖలతో సహా నిర్వహించారు. శ్రీశ్రీశ్రీ భక్తాంజనేయ స్వామి దేవస్థానంలో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో హాజరై తెల్లవారుజాము నుంచి అభిషేకాలు హోమాల భక్తిచక్ర

# అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవం పురస్కరించుకొని ట్రస్టు చే సన్మానం



**వరంగల్, మే 12 (పుదయం):**

రామస్వేతులలోని డాక్టర్ వి రాజేంద్ర ప్రసాద్ భారతి చారిటబుల్ ట్రస్టు అధ్యక్షులు ఆమెతో సహా సుందరంగా అలంకరించారు. జయంతి పురస్కరించుకొని ఆమె అర్చకులు, కమిటీ అధ్యక్షులతో సహా సుందరంగా అలంకరించారు. జయంతి పురస్కరించుకొని ఆమె అర్చకులు, కమిటీ అధ్యక్షులతో సహా సుందరంగా అలంకరించారు. జయంతి పురస్కరించుకొని ఆమె అర్చకులు, కమిటీ అధ్యక్షులతో సహా సుందరంగా అలంకరించారు.

# ఏకాగ్రతకు యోగా వారధి: ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో యోగాసనాల సందడి



**చందూరు, మే 12 (పుదయం):**

విద్యా వారోత్సవంలో భాగంగా చందూరు ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో రెండవ రోజు యోగా అభ్యాసం తరగతులు ఉత్సాహంగా జరిగాయి. కళాశాల ట్రైనింగ్ డాక్టర్ ఘన ఆధ్య

# ఈ పండ్లతో ఆరోగ్యం!



# చక్కని ఆరోగ్యం



మనకేం కావాలి... మనకంటే బాగా ప్రకృతికే తెలుసుంటారు...! అందుకే మన శరీరానికి ఏ కాలంలో ఏ పదార్థాలైతే మేలు చేసాయో వాటిని ప్రకృతి మనకు అందిస్తుంటుంది. ఈ క్రమంలో చేసేవిలో లభించే రకరకాల పండ్లు కూడా మనకెంతో మేలు చేస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. వాతావరణంలోని అధిక ఉష్ణోగ్రతలకు శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించడం, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యల్ని దూరం చేయడం... ఇలా పలు రకాలుగా ఇవి మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి అని చెబుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో చేసేవిలో లభించే పండ్లు.. వాటివల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారో తెలుసుకుందాం రండి..! నీటి శాతం అధికంగా ఉండే పండ్లలో

పింగాణిపేసే సమస్యకు చెక్ పెట్టడంతో పాటు చర్మంలో సీబమ్ ఉత్పత్తిని క్రమబద్ధీకరిస్తుంది. తద్వారా చర్మం తాజాగా మారుతుంది అంటున్నారు నిపుణులు. చర్మం ఎంత తేమగా ఉంటే అందం అంతగా ఇనుమడిస్తుంది. ఈ క్రమంలో చర్మాన్ని మాయిశ్చర్య రైజ్ చేయడం చాలా ముఖ్యం. శైవాన్ మహిళల తరిగిపోసి అందానికి ఇదే కారణమంటున్నారు నిపుణులు. మూలికలు, వృక్ష సంబంధిత పదార్థాలతో తయారుచేసిన మాయిశ్చర్యరైజర్స్ వారు రోజూ ఉపయోగించుకోవాలి.

తర్వాత ముఖ్యమైంది. దీన్ని తినడం వల్ల ఇందులో ఎక్కువగా ఉండే నీరు శరీరంలోకి చేరి.. చెమట రూపంలో కోల్పోయిన నీటి తాజాన్ని తిరిగి భర్తీ చేస్తుంది. అలాగే ఈ పండు రక్తపోటు వంటి సమస్యలు దరిచేరకుండా కాపాడడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది అంటున్నారు నిపుణులు. పుచ్చకాయలో అధికంగా ఉండే నీటి శాతం వల్ల దాహార్థి తీరడమే కాకుండా.. ఇందులో ఉండే ఇతర పోషకాలు కూడా మనకు అందుతాయి. పొటాషియం, ఐరన్.. వంటి ఖనిజాలతో పాటు విటమిన్ సి.. కూడా ఈ పండులో సమృద్ధిగా ఉంటుంది అంటున్నారు నిపుణులు. ఇందులో అధికంగా ఉండే సి, ఇ విటమిన్లు, పొటాషియం, ఫైబర్.. వంటివి శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తాయి. పొటాషియం, ఐరన్, బీటా కెరోటిన్, ఫైబర్తో పాటు విటమిన్ సి.. వంటి పోషకాలు అధికంగా లభించే మరో పండు అప్రికాట్.. ఎండు అప్రికాట్ శరీరంలో ప్రవాల సాయులు తగ్గకుండా చేయడంతో పాటు మలబద్ధకం.. వంటి పలు జీర్ణ సంబంధిత సమస్యల్ని తగ్గించడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది అని చెబుతున్నారు నిపుణులు. వేసవి కాలంలో లభించే పండ్లలో అతి ముఖ్యమైనవి మామిడి పండ్లు. ఇందులో ఎక్కువగా ఉండే విటమిన్ ఎ కంటే ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. అలాగే మామిడి పండ్లలో ఎక్కువగా ఉండే ఫైబర్, బీటా కెరోటిన్,

వంటి పోషకాలు ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. జీర్ణశక్తిని పెంచడానికి ఉపయోగపడే అయితమైన పండు అనాస. ఈ పండులో ఎన్నో రకాల ఖనిజాలు, విటమిన్లు దాగి ఉన్నాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు శరీరం పలు వ్యాధుల వారిన పడకుండా కాపాడతాయి అంటున్నారు నిపుణులు.

టీ, కాఫీల బదులు సూప్ తాగటం అలవాటు చేసుకుంటే వంటి వంటి మంచిది. అందులోనూ మిక్స్డ్ వెజిటబుల్ సూప్ మరీ ప్రేమం. ఒకసారి ఇలా చేసి చూడండి.. ఇది రుచి కాదు. ఆరోగ్యం కూడా. ఉల్లి, బొహూలో, క్యాబేజ్ - ఒక్కొక్కటి, బీన్స్ - 6, గుమ్మడి, టోకరి - ఉపయోగం. గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని క్రమబద్ధం చేస్తుంది. కొవ్వు తక్కువగా ఉండటం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ నియంత్రించు తోడ్పడుతుంది.

## రుచి ఆరోగ్యాల వెజిటబుల్ సూప్



అర కప్పు చొప్పున, బంగాళాదుంప - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, వెల్డెల్లు - 3 రెబ్బలు, మిరియాల పొడి - అర స్పూన్లు, నూనె - స్పూన్లు, కొత్తిమీర - చారెడు

తయారీ: కూరగాయలన్నింటినీ సన్నగా తరగాలి. అడుగుభాగం మందంగా ఉన్న పాత్రలో నూనె వేడి చేసి ఉల్లి, వెల్డెల్లు వేగోక.. అన్ని కూరగాయలు ముక్కలుగా, ఉప్పు జతచేసి కలియతిప్పుతూ రెండు నిమిషాలు వేయించాలి.

# తరిగిపోసి అందానికి..!

అందాన్ని దీర్ఘగతీ కృతం చేసుకుంటారంటున్నారు నిపుణులు. ఇందులో భాగంగా.. చర్మంపై పేరుకున్న దుమ్ము-ధూళి, చెమట, జిడ్డుల నాన్ని తొలగించుకోవడానికి సూజు సిద్ధమైన క్లెన్సింగ్ ఉపయోగిస్తారు. సోయా పాలు, వైట్ బీ, వేడురు ఎక్స్ట్రాక్ట్ తో ముందు తమ చర్మాన్ని శుభ్రం చేసుకుంటారు. ఇక రెండో దశలో.. టీటీ ఆయిల్, హైఅ



స్టుంటారు. దీంతో పాటు నీళ్లు ఎక్కువగా తాగడం, నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉన్న పదార్థాల్ని తినడం.. ఇవన్నీ అత్యధి మహిళలు క్రమం తప్పకుండా పాటిస్తుంటారు. శైవాన్ మహిళల బ్యూటీ రోటీన్ షీట్ మాస్క్ తోనే పూర్ణపుతుందంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో మొక్కల ఆధారిత పదార్థాలతో తయారుచేసిన షీట్ మాస్క్ లను పావుగంట పాటు ముఖంపై వేసుకొని నీడర్డు తొలగించుకోవాలి. తాళు, ఆప్టె వాటిని తొలగించుకోవాలి తక్షణ మెరుపును అందుకోవాలి.

## వీటితో... కూర్చో!

వేసవిలో ఒంటికి హాయి, చల్లదాని నిర్వహణ అంత సులువేమీ కాదు. అందుకే దానిలానే మేనికి హాయిని ఇచ్చే మరొకటి రకాలు ఉన్నాయి. వాటిని ప్రయత్నించండి. లిసెన్... మనం



అందులో 3 కప్పుల నీళ్లు పోసి మాత పెట్టి ముక్కలు మెత్తబడే వరకూ ఉడికించి, దించేయాలి. చల్లగా పప్పు గిరి తీసి మెత్తగా పొడి చేయి. మళ్లీ వేడిచేయాలి. చివర్లో కొత్తిమీర జోడించి సెగ తీసివేయాలి. ఈ సూప్ తాగటం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు లభిస్తాయి. ఉల్లూసం, ఉల్లూసం చేకూరతాయి. రోగనిరోధకశక్తి పెరుగుతుంది. పీచు అధికంగా ఉండటం వల్ల జీర్ణక్రియ సజావుగా సాగుతుంది. ఊబకాయం రాదు. బరువు తగ్గాలను కునేవారికి ఇదెంతో

నిర్లక్ష్యం చేస్తాం కానీ... గాలి ప్రసరణకు ఇవీ అనుకూలంగా ఉంటాయి. చెమట పోసినా త్వరగా ఆరిపోతుంది. ముఖంగా ఇది చర్మానికి అత్యుత్తమం. దానికి మించిన హాయి ఈ కాలంలో వేరే ఏముంటుంది చెప్పండి. కాకపోతే కాస్త త్వరగా ముడతలు పడుతుంది. అయితేనే, ఆ లుక్ కూడా స్టైల్ గానే ఉంటుంది. రియాన్... చాలా తేలికగా ఉండే వస్త్రం. మెత్తగా, గాలి ప్రసరణ బరిగిలా ఉంటుంది. స్వర్ణలు, గోళ్లు, పదులు టాప్ లు... ఎలా వేసుకున్నా స్టైల్ గా కనిపించడం ఖాయం. చెమట కూడా త్వరగా ఆరిపోయేలా చేస్తుంది. అయితే నాణ్యమైన రకాల్ని ఎంచుకోవాలి. స్టైల్ గా కనిపించాలంటే ముందు మనకి గుర్తు చేద్దామి కదా! కానీ ఈ వేసవిలో వేసామా... చెమటతో ఉక్కిరిబిక్కిరి అవ్వాలిందే. అందుకే అయిష్టంగానే దానికి

## తీపీ ఘాటుల పుదీనా పానీయం



టంలో విశేషం లేదు. అది కాస్తంత ఘాటుగా కూడా ఉంటే చిత్తమైన రుచితో బాగుంటుంది కదా! అలాంటి చక్కటి పానీయాన్ని అంటేనే చేసుకోవచ్చు. తీపీ కారాల మేలు కలయిక లాంటి కమ్మటి పానీయం కోసం.. పుదీనా ఆకులు 75 గ్రాములు, అల్లం రెండంగుళాల ముక్క, పంచదార రెండు కప్పులు, ఆకుపచ్చని ఫుడ్ కలర్ కొద్దిగా, సాధారణ కెంపులు, ఉప్పు, ట్రాక్ సాల్ట్, వెయించిన జీలకర్ర పొడి

# ఫుట్ రోలింగ్ చేద్దామా!



దానికి బిస్కెట్ బాల్, లాక్స్ బాల్ లేదా గడ్డ కట్టిన నీటి సీసా ఉంటే సరిపోతుంది. అర్బి రోలింగ్: నిలబడా, కుర్చీలో కూర్చున్నా మీ పాదం కింద బంతిని ఉంచి... కాలి వేళ్ల నుంచి మడమ వరకూ వెమ్మడిగా అంతిని ఆటు

తలనొప్పి వంటి సమస్యలు తగ్గే అవకాశం ఉంది. పాదాలకు రక్త ప్రసరణ పెరిగి, రోజూ ఉండే అలసట మాయమవుతుంది. ఇలా ప్రతి పాదానికి 45 సెకన్ల నుంచి 2 నిమిషాల వరకు రోలింగ్ చేస్తే మంచిది. మొదట తక్కువ ఒత్తిడితో ఆరంభించి క్రమంగా పెంచాలి. పులి అతిగా నొక్కినా, బలంగా చేసినా కండరాలు దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంది.

రంధ్రాలు ఉంటేనే ఇలాంటి లక్షణాలు వస్తుంది అవుతుంటాం. కానీ, రంధ్రం అవసరం లేకుండానే చెవిని చుట్టేసిలా క్లిప్ మోడల్స్ లో అతి లభిస్తాయి. మెడలో ఏమీ వేసుకోకపోయినా, కేవలం ఈ ఒక్క ఇయర్ కప్ పెట్టుకుంటే చాలు, వేదకలో అందరకళ్లూ మీ పైనే ఉంటాయి. నవరత్నాలలోని పచ్చలు,

## చెవులకు చక్కటి ఆభరణాలు



వజ్రాలతో కనువిందు చేస్తున్నాయి. చెవి తమ్మె నుంచి మొదలై లతలా అమమి అల్లుకుంటూ నయా స్టైల్ కనిపిస్తోన్న ఇవి... ధరించిన ఎవరికైనా కళ్ల తెచ్చిపెడతాయి. ఆదంబరంగా కనిపించాలనుకునేవారికి చక్కని ఎంబెక్. నిజానికి చెవికి ఒకటి కంటే ఎక్కువ

ఆలస్యం... పెళ్లిళ్లు, పార్టీలు లేదా గ్రాండ్ ఈవెంట్లలో తమకుంటూ ప్రత్యేకమైన గర్భింపు రావాలంటే ఇలాంటి 'బోల్డ్' అండ్ బ్యూటీఫుల్' ఇయర్ కమ్మెంట్ చేసుకోవాలి.

సెంచా చొప్పున, నిమ్మరసం అర కప్పు తీసుకోవాలి. పుదీనాను శుభ్రంగా కడిగి గ్రిండ్ చేసి.. రెండు కప్పుల నీళ్లు పోయాలి. అల్లం చెక్క తీసి.. రెండు టేబుల్ స్పూన్ల నీళ్లు జోడించి మెత్తగా నూరి.. వడకట్టాలి. పిప్పి తీసిన రెండు కప్పుల నీళ్లు జోడించాలి. ప్యాకెట్ పంచదార, అల్లం నీళ్లు పోసి కలియతిప్పుతూ వేడిచేయాలి. పంచదార కరిగిపోయాక.. నూరిన పుదీనా, ఫుడ్ కలర్ జతచేసి ఉడికించాలి. అందులో పావు వంట నీళ్లు జతచేసి ఊడికించాలి. ట్రాక్ సాల్ట్, జీలకర్ర పొడి కూడా వేసి ఇంకో రెండు నిమిషాలు ఉడికించి సెగ తీసివేయాలి. ఈ పానీయాన్ని తడి చేసి నీసాలో భద్రం చేసుకోవాలి. తాగడం వల్ల పుష్ట మూడు చెంచాల విక్రమీ ప్రమాన్ని నీళ్లలో కలిపితే సరిపోతుంది. ఇది రుచిగానూ ఉంటుంది. ఆరోగ్యానికి మంచిది. చల్లగా ఉండాలనుకుంటే రెండు బస్కెట్ల వేసుకోవచ్చు.



