

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

ESTD: 1999

www.voodayam.com

# వృధయం

**మీ నమ్మకమే మా తరగని సంపద**  
**KAPIL GROUP**  
**కపిల్ చిట్స్**  
Visit Us: www.kapilchits.com  
**కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం**

ఖమ్మం 23-05-2026 శనివారం సంపుటి : 13 | సంచిక : 311 **SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY** రూ. 1.00 | పేజీలు : 12 **VOODAYAM Telugu DAILY**  
Simultaneously published from Khammam, Hyderabad, Adilabad, Karimnagar, Guntur & Warangal Follow us on

## తరతరాల కోటా సరికాదు

### సుప్రీం ధర్మాసనం సంచలన తీర్పు

బహువన్, ప్రభుత్వ సర్వీసుల్లో ఉన్న పిల్లలకూ రిజర్వేషన్లు అవసరమా? తరతరాలుగా అదే కోటాను కోరుకోవడం సరికాదు ఇలాగైతే రిజర్వేషన్ల వ్యవస్థ నుంచి ఎప్పటికీ బయటపడలేము క్రీమిలేయర్ మినహాయింపు పిటిషన్లపై సుప్రీంకోర్టులో విచారణ



విద్య, ఆర్థిక సౌధికారత ద్వారా సమాజంలో ఒక స్థాయి అభివృద్ధి. రిజర్వేషన్ల ద్వారా ఒకసారి ఉన్నత స్థాయికి చేరుకున్న తర్వాత కూడా మళ్ళీ వారి పిల్లల కోసం కోటాను ఆశించడం సరికాదు. ఇలాగైతే మనం రిజర్వేషన్ల వ్యవస్థ నుంచి ఎప్పటికీ బయటపడలేము. ఈ అంశాన్ని తీవ్రంగా పరిగణించాల్సి ఉంది.

న్యూఢిల్లీ, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : దేశంలో రిజర్వేషన్ల ఫలాలు అందుకొని సామాజికంగా, ఆర్థికంగా ఉన్నత స్థాయికి చేరిన కుటుంబాలు.. తరతరాలుగా అదే కోటాను కోరుకోవడంపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసింది. తల్లిదండ్రులు ఇద్దరూ బహువన్ అధికారులై, ప్రభుత్వ సర్వీసుల్లో ఉంటూ భారీ స్థాయిలో స్థిరపడినప్పుడు, ఇక వారి పిల్లలకు రిజర్వేషన్ల కోటా ఎందుకని ప్రశ్నించింది. వెనుకబడిన వర్గాల్లోని క్రీమిలేయర్ (ధనిక, ఉన్నత శ్రేణి) పరిమితులు, రిజర్వేషన్ల మినహాయింపులపై ధాఖలైసిన పిటిషన్లపై జస్టిస్ బి.ఎ. నాగరత్న, జస్టిస్ ఉజ్జల భుయానీలతో కూడిన ధర్మాసనం శుక్రవారం విచారించింది. ఈ సందర్భంగా ధర్మాసనం కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. విచారణ సందర్భంగా జస్టిస్ బి.ఎ. నాగరత్న మాట్లాడుతూ.. విద్య, ఆర్థిక సౌధికారత ద్వారా సమాజంలో ఒక స్థాయి అభివృద్ధి దని పేర్కొన్నారు. రిజర్వేషన్ల ద్వారా ఒకసారి ఉన్నత స్థాయికి చేరుకున్న తర్వాత కూడా మళ్ళీ వారి పిల్లల కోసం కోటాను ఆశించడం సరికాదని తేల్చి చెప్పారు. ఇలాగైతే మనం రిజర్వేషన్ల వ్యవస్థ నుంచి ఎప్పటికీ బయటపడలేమని అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ అంశాన్ని తీవ్రంగా పరిగణించాల్సి ఉందని వ్యాఖ్యానించారు. ఒక వ్యక్తి సామాజికంగా, విద్యా పరంగా వెనుకబడి ఉండవచ్చని జస్టిస్ చెప్పారు. కానీ రిజర్వేషన్ల ప్రయోజనం పొంది తల్లిదండ్రులు ఉన్నత స్థాయిలకు వెళ్లినప్పుడు వారి పిల్లల పరిస్థితి మారుతుందని వెల్లడించారు. ఇక్కడ ఒక సమతుల్యత అవసరమని స్పష్టం చేశారు. ఒక కుటుంబంలో ఉన్నత వర్గాల్లో అన్ని అవకాశాలను చేజిక్కించుకుంటే, అదే వర్గంలోని అత్యంత వెనుకబడిన వేదలకు తీవ్ర అన్యాయం జరుగుతుందని ధర్మాసనం అందోళన వ్యక్తం చేసింది. రిజర్వేషన్ల ఫలాలు కేవలం కొందరికే పరిమితం కాకుండా, సమాజంలో కిందిస్థాయిలో ఉన్న చివరి వ్యక్తికీ కూడా అందాల్సిన అవసరం ఉందని కోర్టు అభిప్రాయపడింది. ప్రస్తుతం ఓ.బీసీలకే పరిమితమైన 'క్రీమి లేయర్' నిబంధనలను, మిగతా 2లో

## అవినీతి కోటిశ్వరుడు

- » రూ. కోట్లకు పడగలెత్తిన డిప్యూటీ కలెక్టర్
- » ప్రభుత్వ భూములు పెద్దఎత్తున కబ్జా
- » అతనికి సంబంధించిన ఎనిమిది ఇళ్లపై ఎసిబి అధికారులు ఏకకాలంలో దాడులు
- » రూ.వందల కోట్ల ఆస్తులు ఉన్నట్లు నిర్ధారణ

రంగారెడ్డి, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : గతంలో మేడ్చల్ - మల్కాజ్గిరి జిల్లా డిప్యూటీ కలెక్టర్గా పని చేసిన పంకజ్ మోహన్ నివాసంలో ఏసీబీ అధికారులు శుక్రవారం సోదాలు నిర్వహించారు. వివిధ ప్రాంతాల్లోని ఆయనకు సంబంధించిన ఎనిమిది ఇళ్లపై ఏసీబీ అధికారులు ఏకకాలంలో దాడులు చేసి తనిఖీలు చేపట్టారు. ఈ దాడుల్లో పంకజ్ మోహన్ సంబంధించి.. రూ.వందల కోట్ల ఆస్తులు ఉన్నట్లు ఏసీబీ అధికారులు గుర్తించారు. అతడిపై ఆదాయానికి మించిన ఆస్తుల కేసును అధికారులు నమోదు చేశారు. పంకజ్ మోహన్ పెద్దఎత్తున ప్రభుత్వ ఆస్తులు కాజేసినట్లు ఆరోపణలు రావడంతో ఏసీబీ అధికారులు ఈ సోదాలు నిర్వహించారు. శేరిలింగంపల్లిలో పాటు పలు ప్రాంతాల్లో పంకజ్ మోహన్ ఆర్టిఫిక్యల్ పనిచేశారు. అబ్దుల్లాఖాన్ మెట్, పిగ్గిపురంలో ఎనిమిది ఏకకాల భూమిని ఆయన కాజేసినట్లు ఆరోపణలు ఉన్నాయి. సదరు భూమిని తన మామ పేరు మీద రిజిస్ట్రేషన్ చేయించి.. దానిని రియల్టర్లకు కట్టెబట్టినట్లు వివరాలు వచ్చాయి. ఓ. రియల్టర్ నుంచి 10 షేర్లు గిడ్డో డిడ్ ను పంకజ్ మోహన్ తీసుకున్నట్లు ఈ సోదాల్లో ఏసీబీ గుర్తించారు. ఆదాయానికి మించిన ఆస్తుల వ్యవహారంలో పంకజ్ మోహన్ ఏసీబీ అధికారులు విచారించున్నారు.

## 3 ట్రిలియన్ల ఆర్థిక వ్యవస్థ లక్ష్యం

వడ్డీ లేని రుణాలను రూ.5 లక్షల నుంచి రూ. 10 లక్షలకు పెంపు తెలంగాణ వృద్ధి రేటు 10.7 శాతం దేశ సగటు కంటే వేగంగా వృద్ధి రేటు పట్టణీకరణతో సేవల రంగానికి భారీ అవకాశాలు విద్యార్థుల రుణాలు భవిష్యత్ పెట్టుబడులు మహిళ, దళిత, గిరిజన యువ పారిశ్రామికవేత్తలకు రుణాల పంపిణీపై బ్యాంకులు మరింత దృష్టి పెట్టాల్సి బ్యాంకర్ల సమావేశంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి



హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : సంక్షేమ పథకాలు, ఆర్థిక స్వావలంబన, పూర్వ సీటీ నిర్మాణం, మహిళా సాధికారత, మానీ పునరుద్ధి వానికీ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రథమ ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క స్పష్టం చేశారు. 2047 నాటికి తెలంగాణ 3 ట్రిలియన్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా నిలిచేందుకు ప్రజా ప్రభుత్వం కృతశిశ్యులతో పనిచేస్తోందని స్పష్టం చేశారు. మిగతా 2లో

## డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్లో తెలంగాణ రోల్ మోడల్

డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్లో భారత్ సాధిస్తున్న ప్రగతికి తెలంగాణ ఒక గ్రోత్ ఇంజన్ బటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్బాబు ప్రజల ముంగిటకే ప్రభుత్వ పౌర సేవలు

హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్లో తెలంగాణ ను ఇతర రాష్ట్రాలకు రోల్ మోడల్గా తీర్చిదిద్దుతున్న ప్రజాశాఖలద్వారా కృషి చేస్తున్నామని రాష్ట్ర బటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్బాబు వెల్లడించారు. శుక్రవారం నోవాలిస్ హాటెల్లోని డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్ సమావేశంలో ఆఫ్ చార్జర్స్ ఆఫీసర్లు ఆఫ్ ఇండియా (ఐసీఐఐ) అధ్యక్షులతో నిర్వహించిన డిజిటల్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్ సమావేశంలో బాబు మాట్లాడారు. ప్రభుత్వ పౌర సేవలను మరింత సమర్థవంతంగా, పారదర్శకంగా ప్రజల ముంగిటకే చేర్చడానికి ప్రత్యేక కార్యక్రమం

## కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్స్ లో నిమ్మ రికార్డు

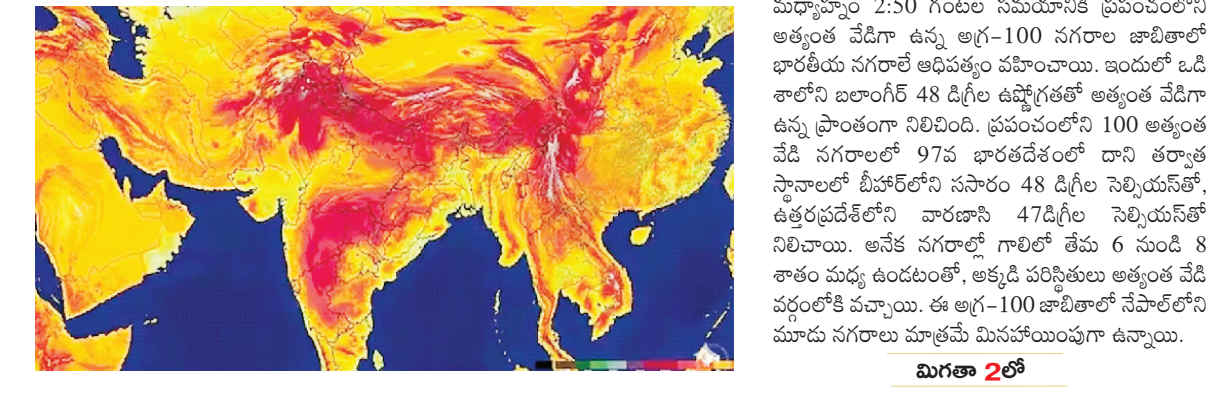
2వేల కిడ్నీ మార్పిడిలతో దక్షిణ భారత దేశంలో నెంబర్ వన్ గా నిమ్మ వైద్య బృందానికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అభినందనలు

హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ లో అరుదైన మైలురాయిని అందుకున్న నిమ్మ వైద్య బృందానికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శుక్రవారం ప్రకటనలో అభినందనలు తెలిపారు. హైదరాబాద్ లోని నిజాం ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్ (నిమ్మ) కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ లో దేశంలోనే అరుదైన రికార్డు నమోదు చేసింది. నిమ్మ యూనివర్సిటీ విభాగం ఇప్పటివరకు 2వేల కిడ్నీ మార్పిడులు పూర్తి చేసింది. కిడ్నీ మార్పిడిలో దక్షిణ భారత దేశంలో నిమ్మ నెంబర్ వన్ గా నిలిచింది. దేశంలో కిడ్నీ ట్రాన్స్ ప్లాంట్ లో గుజరాత్ లోని బెటీఆర్ నెంబర్ వన్ స్థానంలో ఉంది. సెకండ్ ప్లేస్ లో లూథియానా క్రిస్టియన్ కాలేజీలో ఉంది.. మిగతా 2లో

## వందలలో 97 భారత్ లోనే

ప్రపంచంలోని 100 అత్యంత వేడి నగరాల్లో 97 నగరాలు ఇండియాలోనే

- తీవ్రమైన వడగాలుల కారణంగా 45డిగ్రీల సెల్సియస్ దాటిన ఉష్ణోగ్రతలు
- 300 వడదెబ్బ అనుమానిత అనారోగ్య కేసులు
- ఆసుపత్రుల వద్ద, అతిసారం, నిర్లక్ష్యం కారణంగా మరణాలు కలుగుతున్న రోగులు



## దమ్ముంటే అసెంబ్లీని రద్దు చేసి ఎన్నికలకు వెళ్ళాలి

పల్లె ఆర్థిక ప్రగతిలో బ్యాంకుల పాత్ర కీలకం గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడంలో భాగస్వాములు కావాలి పుడ్ ప్రాసెసింగ్ రంగానికి రుణాల పంపిణీని భారీగా పెంచాలి మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

హైదరాబాద్, మే 22 (పురయం ప్రతినిధి) : పల్లె ఆర్థిక ప్రగతిలో బ్యాంకుల పాత్ర కీలకమని రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు అభిప్రాయపడ్డారు. గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థను మరింత బలోపేతం చేయడంలో బ్యాంకులు భాగస్వాములు కావాలని ఆయన బ్యాంకర్లకు పిలుపునిచ్చారు. మిగతా 2లో

## పూర్వ సీటీని రద్దు చేస్తాం

మేం అధికారంలో రాగానే చేసే మొదటి పని ఇదే పూర్వ సీటీని రద్దు చేస్తాం : మాజీ మంత్రి హరికే రావు పూర్వ సీటీ పేరుతో కాంగ్రెస్ లియల్ ఎస్సీటీ వ్యాపారం

## రైతు వ్యతిరేకి ప్రభుత్వం

రైతుల సమస్యలపై సీఎం ఉదాసీనత : టీఆర్ఎస్ చీఫ్ కవిత రెండున్నరేళ్లుగా వ్యవసాయశాఖ పై కనీసం లభ్యు చేయలేదు ధాన్యం కొనుక్కుండా, తరుగు పేరుతో రైతులకు అన్యాయం సచివాలయం వద్ద ధర్నా, అరెస్ట్ చేసిన పోలీసులు

## శంషాబాద్ విమానాశ్రయంలో 10 కేజీల గాంజా స్వాధీనం

అల్లర్లకేసులో ఉమర్ ఖాలిద్ కు మూడు రోజుల మధ్యంతర బెయిలు తల్లి శస్త్రచికిత్సకు హాజరయ్యేందుకు బెయిలు మంజూరు చేసిన ఢిల్లీ హైకోర్టు దిగుత కోర్టు మధ్యంతర బెయిల్ నిరాకరణతో ఉన్నత న్యాయస్థానాన్ని ఆశ్రయించిన ఖాలిద్









# వరంగల్ | ఖమ్మం | నల్లగొండ - ఉమ్మడి జిల్లాల వార్తలు

## పుదయం కథనానికి స్పందన

### రైతులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా చర్యలు

అధికారులకు మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ఆదేశాలు ముఖ్యమంత్రి మే 22 (పుదయం ప్రతినిధి)

రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చర్యలు చేపట్టాలని రాష్ట్ర మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ఆదికారులను ఆదేశించారు. పరిధాన్యం తరలింపులో కాంట్రాక్టర్ల తీరుతో మంత్రికి అప్రతిష్ట వసూళ్ల పర్యంతం రైతులకు సౌకర్యం అందేలా చర్యలు చేపట్టాలని ఆయన ఆదేశించారు. ప్రస్తుతం రైతులకు కష్టం కలగకుండా చర్యలు చేపట్టాలని ఆయన ఆదేశించారు.



నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ రైతులు తమ ధాన్యాన్ని సులభంగా విక్రయించుకునే విధంగా అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని, కొనుగోలు ప్రక్రియను వేగవంతం చేసే తక్షణ చెల్లింపులను జరిగేలా ఆన్లైన్ ప్రక్రియ పూర్తి చేయాలని మంత్రి ఆదేశించారు. కొనుగోలు కేంద్రాల్లో తగిన సదుపాయాల కల్పించి పారదర్శకంగా పనులను నిర్వహించాలని, ఆర్డీపీ పర్యవేక్షణ కోసం గోప్యతను జాగ్రత్తగా పాటించాలని ఆయన ఆదేశించారు.

## ప్రజా పాలనతో ప్రతి ఇంటికీ సంక్షేమ ఫలాలూ

### రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి, మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి సీతక్క

జూన్ 2 నుంచి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, కొత్త పెన్షన్ల మంజూరు ప్రీ-మెట్రీ నుండి ఇంటిలో వరకు ప్రోత్సాహ పథకం ములుగు జిల్లా స్థాయి ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక సమావేశం ఘనంగా నిర్వహణ ములుగు, మే 22 (పుదయం ప్రతినిధి):



ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి, మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి సీతక్క ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు. ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు. ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## గవర్నర్ దంపతులకు ఘనంగా సత్కారం



గవర్నర్ దంపతులకు ప్రసన్న పుణ్య క్షేత్రమైన కాళేశ్వరం ముక్తికామి స్వామి వారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆయన ఆధికారులు వారికి వేదాశీర్షచూపాలతో స్వాగతం పలికి తీర్థ ప్రసాదాలు అందజేశారు. పుష్పరాల సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భక్తులకు కల్పించిన సౌకర్యాలను గవర్నర్ దంపతులు పరిశీలించి అభినందించారు. భక్తులకు తాగునీరు, వైద్య సేవలు, పారిశుధ్యం, భద్రత తదితర ఏర్పాట్లు సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తున్న అధికారులను కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ రామారాజు శర్మ, జిల్లా ఎస్పీ సిరిశెట్టి సునీల్, జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ కోట రాజబాబు, పిసిసిసెన్ చైర్మన్ చల్ల తిరుపతిరెడ్డి, జిల్లా అధికారులు, ఆదనపు కలెక్టర్లు, సర్పంచర్లు, గంధసత్కారాలూ రాష్ట్ర, గవర్నర్ దంపతులకు ఘనంగా సత్కారం చేశారు.

## పరిసరాల పరిశుభ్రత ప్రతి పారుడి బాధ్యత

### - జిల్లా కలెక్టర్ చాహాట్ బాజ్ పాయి

99 రోజుల ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా వడ్డెంబడి చెరువు కట్ట వద్ద స్వచ్ఛత కార్యక్రమం హనుమకొండ, మే 22 (పుదయం జిల్లా ప్రతినిధి):



99 రోజుల ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా శుక్రవారం ఉదయం వడ్డెంబడి చెరువు కట్ట వద్ద నిర్వహించిన స్వచ్ఛత కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ చాహాట్ బాజ్ పాయి పాల్గొన్నారు. జిల్లా పర్యాటక శాఖ అధ్యక్షులు, జిడ్ డిప్యూటీ సీనియర్ సహకారం కోసం నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా అధికారులు, వడ్డెంబడి వాకర్స్ అసోసియేషన్ సభ్యులు, మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ సభ్యులు, పరిశుభ్రత కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ చాహాట్ బాజ్ పాయి పాల్గొన్నారు. జిల్లా పర్యాటక శాఖ అధ్యక్షులు, జిడ్ డిప్యూటీ సీనియర్ సహకారం కోసం నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా అధికారులు, వడ్డెంబడి వాకర్స్ అసోసియేషన్ సభ్యులు, మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ సభ్యులు, పరిశుభ్రత కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ చాహాట్ బాజ్ పాయి పాల్గొన్నారు.

## జూన్ 2 నుండి కొత్త పథకాలూ..

ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ, జూన్ 2వ తేదీ నుండి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నూతన పెన్షన్లను మంజూరు చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ములుగు జిల్లాలో గ్రామీణాభివృద్ధి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## లోడింగ్, ఆన్ లోడింగ్ వేగం పెరగాలి

జూన్ 2 నుండి కొత్త పథకాలూ.. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ, జూన్ 2వ తేదీ నుండి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నూతన పెన్షన్లను మంజూరు చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ములుగు జిల్లాలో గ్రామీణాభివృద్ధి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## జిల్లాను రోల్ మోడల్ జిల్లాగా తీర్చిదిద్దేందుకు సమిష్టిగా కృషి చేయాలి

### భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కలెక్టర్ అంకిత్

అధికారుల - ప్రజా ప్రతినిధుల సమన్వయంతోనే ప్రజా పాలన విజయవంతం: ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక జిల్లా స్థాయి సమావేశం ఘనంగా నిర్వహణ భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, మే 22 (పుదయం ప్రతినిధి):



రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా అమలు చేస్తున్న ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యాచరణలో భాగంగా శుక్రవారం భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలోని కొత్తగూడెం క్వటర్లో జిల్లా స్థాయి సమావేశం నిర్వహించారు. ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## జూన్ 2 నుండి కొత్త పథకాలూ..

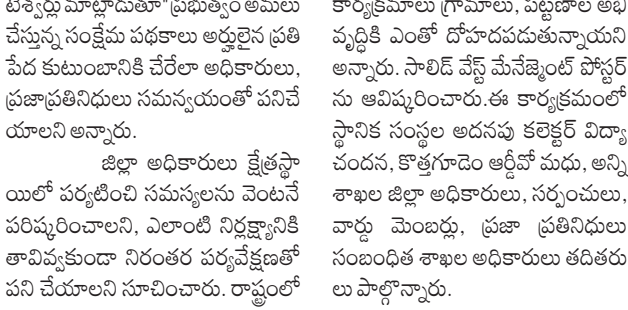
ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ, జూన్ 2వ తేదీ నుండి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నూతన పెన్షన్లను మంజూరు చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ములుగు జిల్లాలో గ్రామీణాభివృద్ధి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## లోడింగ్, ఆన్ లోడింగ్ వేగం పెరగాలి

జూన్ 2 నుండి కొత్త పథకాలూ.. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ, జూన్ 2వ తేదీ నుండి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నూతన పెన్షన్లను మంజూరు చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ములుగు జిల్లాలో గ్రామీణాభివృద్ధి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## క్రికెట్ టోర్నమెంట్ ప్రారంభ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే అనిల్ కుమార్ రెడ్డి

యాదాద్రి భువనగిరి, మే 22 (పుదయం):



పట్టణంలోని SLNC కాలేజీ గ్రౌండ్లో హోల్డర్ చాలకర్ గ్రాండ్ వారి అధ్యక్షులలో నిర్వహించిన క్రికెట్ టోర్నమెంట్ ప్రారంభ కార్యక్రమానికి భువనగిరి నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై టోర్నమెంట్ను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే గారు మాట్లాడుతూ మొదటి ఐదు రోజులకు 25000/2 వ బహుమతి 15000/ ఈ టోర్నమెంట్ను నిర్వహిస్తున్న శ్రీనివాస్ శెట్టి గారికి ప్రత్యేక దర్శనాలను తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడు తు శ్రీనివాస్ యవతతో క్రమశిక్షణ, జట్టు భావన, నాయకత్వ లక్షణాలను పెంపొందించడం కోసం ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## జూన్ 2 నుండి కొత్త పథకాలూ..

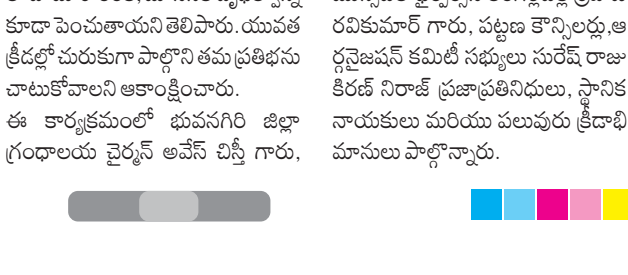
ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ, జూన్ 2వ తేదీ నుండి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నూతన పెన్షన్లను మంజూరు చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ములుగు జిల్లాలో గ్రామీణాభివృద్ధి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## లోడింగ్, ఆన్ లోడింగ్ వేగం పెరగాలి

జూన్ 2 నుండి కొత్త పథకాలూ.. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ, జూన్ 2వ తేదీ నుండి రెండో విడత ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నూతన పెన్షన్లను మంజూరు చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ములుగు జిల్లాలో గ్రామీణాభివృద్ధి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## వక్రీ బోర్డుకు అనుకూలం హైకోర్టు సంచలన తీర్పు

అధ్యక్షుల రహీమ్ కుమార్ ఫున సన్మానం



యాదాద్రి భువనగిరి, మే 22 (పుదయం): భువనగిరి టౌన్లోని చెరువు కట్ట భూమి వివాదంలో తెలంగాణ హైకోర్టులో సమర్థవంతంగా వాదనలు వినిపించి, వక్రీ బోర్డుకు అనుకూలంగా తీర్పు వచ్చేలా కృషి చేసిన ప్రముఖ న్యాయవాది (అడ్వకేట్) రహీమ్ కుమార్ ఫునకు సన్మానం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ అధ్యక్షులు, భువనగిరి టౌన్ సంచలన తీర్పును సమీపంలో ఉన్న వక్రీ బోర్డు భూమిని కొంతమంది వ్యక్తులు అక్రమంగా ఆక్రమించుకున్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు. గత ఈడీసీ ఫిర్యాదు (రమజాన్) ప్రాధాన్యత నిర్వహణ కోసం ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## ప్రజా ప్రతినిధులు, అధికారుల సమన్వయంతోనే జిల్లా అభివృద్ధి

### జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టిఎస్

ప్రజల భాగస్వామ్యంతోనే ప్రభుత్వ పథకాల విజయవంతంగా అమలు ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణంలో

## ప్రజా ప్రతినిధులు, అధికారుల సమన్వయంతోనే జిల్లా అభివృద్ధి

### జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టిఎస్

ప్రజల భాగస్వామ్యంతోనే ప్రభుత్వ పథకాల విజయవంతంగా అమలు ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణంలో

## ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## లోడింగ్, ఆన్ లోడింగ్ వేగం పెరగాలి

## లోడింగ్, ఆన్ లోడింగ్ వేగం పెరగాలి

## మత్తు పదార్థాలు, బాల్యవివాహాల నివారణకు ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతాయుతంగా కృషి చేయాలి.



ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమంలో భాగంగా 7540 స్వయం సహాయ బృందాలకు వడ్డీ లేని రుణాల చెక్కులను పంపిణీ చేసారు. జిల్లా కలెక్టర్ సీ.పా. శబరిణి మహబూబాబాద్ జిల్లా, మే 22 (పుదయం ప్రతినిధి)

శుక్రవారం మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలో పీఎన్ఆర్ కెన్సెన్స్ హాలులో ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యాచరణ కార్యక్రమంలో భాగంగా జిల్లా స్థాయి ప్రజా పాలన సమావేశం ఇమ్మో అదనపు కలెక్టర్ స్థానిక సంస్థలు అధ్యక్షతన నిర్వహించారు. ముఖ్యఅతిథిగా జిల్లా కలెక్టర్ అంకిత్ వెంకటేశ్వర్లు స్వీపా శబరిణి హాజరయ్యారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని తెలంగాణ రాష్ట్ర గృహ శాఖ మంత్రి సీతక్క ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటికీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ ఫలాలను అందిస్తున్నామని ఆయన ఆసక్తి వ్యక్తం చేశారు.

## సమతుల్యత ఎరువుల వినియోగం పై అవగాహన సదస్సు



ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యాచరణలో భాగంగా సత్య నారాయణపురం రైతు వేదికలో శుక్రవారం జరిగిన కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం కొత్తగూడెం శాఖ వారి అధ్యక్షులతో రైతు ముంగిట శాస్త్రవేత్తలు అనే కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో సుమారుగా 90 మంది రైతులు పాల్గొన్నారు. ప్రో.గంగా కొండ్రెనేటిల్ కలెక్టర్ టి. భరత్ మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం మార్కెట్ డిమాండ్ ఉన్న ప్రాధాన్యత జయశంకర్ తెలంగాణ స్టేట్ అగ్రికల్చర్ యూనివర్సిటీ విడుదల చేసిన పరిశోధనా పత్రాలను పాల్గొన్నారు.







# నూనె వాడకంలో జాగ్రత్తగా..!



సాధారణంగా అందరూ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం గురించే మాట్లాడతారు. కానీ, ఆరోగ్యకరంగా ఆహారం పండడం గురించి ఎక్కువగా మాట్లాడరు. ఈ క్రమంలో హెల్త్ కుకింగ్ ప్రధానంగా చెప్పకోవాలింది నూనె వాడకం. సాధారణంగా మన పంటల్లో నూనె కొంచెం ఎక్కువగానే ఉంటుంది. మనకు తెలియకుండానే తీసుకునే ఈ అయిల్ వల్ల ఎన్నో రకాల అనారోగ్య సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ఈ క్రమంలో అయిల్ వాడకానికి సంబంధించి కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించడం అంటున్నాము. నూనె లేని పంటలు ఆరోగ్యానికి మంచివని తెలిసినా... పంటకానికి మంచి రుచి కావాలంటే గిన్నెలో అయిల్ పడాలిందే. అయితే నూనెను ఎలా పడతే అలా వీక్షలా వాడితే మాత్రం భారీ మూల్యం చెల్లించుకోవాలిందే అంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో నూనె వాడకంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తే రుచికరమైన ఆహారంతో పాటు ఆరోగ్యమూ సొంతమవుతుందంటున్నారు. వేపుళ్ల బదులు బేకింగ్, స్టీమింగ్కు ప్రాధాన్యమివ్వాలి. దీంతో ఆయా విటమిన్ల శరీరానికి ఉపయోగం అందుతాయి. ఫ్రైడ్ స్నాక్స్కి బదులు స్టీమ్ చేసిన స్నాక్స్ను తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మంచిది. నూనెలు కాస్త తక్కువగా వాడాలి.. పంటలో పొరపాటున కాస్త ఎక్కువైతే తినడానికి ఇబ్బంది పడతారు. ఇలాంటిప్పుడు నూనెను కొలత ప్రకారం వాడుకోవడమే పరిష్కారం. ఇందులో భాగంగా డైరెక్ట్ బాటిల్లో నుంచి నూనెను పోసి బదులు మెజరింగ్ స్ట్రాన్ లాంటి వాటితో వేయాలి. అప్పుడు ఎంత నూనె వాడుతున్నారో తెలుస్తుంది. ఎప్పుడూ ఒకే నూనెను కాకుండా కాంటిన్యూస్ అయిల్స్ను వాడితే మంచిది. సస్పెండ్డ్, రైస్ బ్రాన్, సుప్పలు, వేరుశనగ వంటి నూనెల్లో

ఉండే మోనోక్యాపరేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, పాలి అన్సాచ్యురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ మన బాడికి చాలా అవసరం. మన శరీరం వాటిని స్వయంగా తయారుచేసుకోలేదు. వంట నూనె ద్వారానే అవి శరీరానికి అందుతాయి. అందుకే వేర్వేరు నూనెల్ని కలిపి వాడుకోవడం వల్ల ఎక్కువ ప్రయోజనాలు ఉంటాయంటున్నారు నిపుణులు. నూనె వినియోగానికి సంబంధించి నెలకు ఎంత వాడుతున్నామో ఒక లెక్క వేసి చూసుకోవాలి. అప్పుడు ఒక అవగాహన వస్తుంది. దీన్ని బట్టి అవసరం అనుకుంటే నూనె వాడకాన్ని తగ్గించవచ్చు. వేపుళ్లకి వాడిన నూనెని మళ్లీ వేయించడానికి ఉపయోగం చక్కాడదు. ఇందువల్ల శరీరంలోకి టాక్సిన్స్ చేరే ప్రమాదం ఉంది. వంట నూనెను ఎక్కువసేపు వేడి చేస్తే అందులో ఉండే విటమిన్లు శరీరానికి అందే అవకాశం తక్కువ. అంతేకాదు... ఒకసారి వాడిన నూనెను ఎక్కువసార్లు వాడకూడదు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఇప్పటికే వాడిన నూనెతో తాజా నూనెను కలపకూడదు. నూనెను వేడి చేసినప్పుడు దాని టెంపరేచర్ కూడా మారుతుంది. ఏ టెంపరేచర్ వద్ద నూనె పొగ రావడం మొదలు పెడుతుందో దాని స్మోకింగ్ పాయింట్ అంటారు. దీనిపై కొంచెం ప్రయోగం చేసి చూడాలి. ప్రత్యేకించి ఫ్రై చేయాలి, అవసరం వస్తే ఎక్కువ స్మోకింగ్ పాయింట్ ఉన్న నూనెను మాత్రమే వాడాలి. వంట నూనెపై సూర్యరశ్మి పడకుండా చూడాలి. నేరుగా ఎండ పడడం వల్ల నూనెలో కొన్ని రసాయనిక మార్పులు జరిగే అవకాశం ఉంది. వంట నూనె కొనే ముందు అందులో ఉన్న కొత్త పదార్థాలను మరీ చూడాలి. నిర్దిష్ట మోతాదు కన్నా ఎక్కువ ఉంటే ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరం అంటున్నారు నిపుణులు.

# చక్కని ఆరోగ్యం

## మామిడి పండ్లు తినేముందు..!

మామిడి పండ్లను చూస్తే క్షణమైనా ఆగలేం.. వాటి రుచిని ఆస్వాదించే దాకా ఉండలేం. అయితే ఆ ఆత్మత వద్దంటున్నారని నిపుణులు. ఈ పండ్లను తినే ముందు కాస్త స్వీట్ నీళ్లతో నానబెట్టడం మంచిదంటున్నారు. 'ఎ', 'సి', 'ఇ', 'కె', 'బి', 'బి6' విటమిన్లతో పాటు ఫోలేట్.. వంటి పోషకాలు మిళితమై ఉన్న మామిడి పండ్లు రుచిలోనే కాదు.. ఆరోగ్యాన్ని అందించడంలోనూ మిన్నే! ముఖ్యంగా చర్మం, జుట్టు సంరక్షణ విషయంలో ఇవి కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ ప్రయోజనాలన్నీ చేకూరాలంటే తినే ముందు వాటిని 1-2 గంటల పాటు నీటిలో నానబెట్టడం మంచిదంటున్నారు. ఒకవేళ వెంటనే తినాలనుకునే వారు కనీసం పావుగంట సేపు నీటిలో నానబెట్టి తినే ముందు బాగా కడగాలని సూచిస్తున్నారు. వేసవిలో తప్ప ఇతర సీజన్లలో దొరకవని కొంతమంది అభిప్రాయం వీటిని లాగించేస్తుంటారు.



మంచి శరీరంలో ఎక్కువ వేడి ఉత్పత్తుతుంది. అయితే తినే ముందు మామిడి పండ్లను స్వీట్ నానబెడితే.. తద్వారా పండ్ల నుంచి శరీరంలో వేడి ఉత్పత్తి చేసే గుణాలు తొలగిపోయే అవకాశం ఉందంటున్నారు నిపుణులు. మామిడి పండ్లు తగ్గరగా పండడానికి వివిధ రకాల రసాయనాలు ఉపయోగిస్తారన్న విషయం తెలిసింది. ఇలా వాడిన రసాయనాల ప్రభావం పండు కొక్క పైనే ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో - వాటిని ఆదరాబాదంగా శుభ్రం చేసుకొని తీసుకుంటే.. ఆరోగ్యానికి ప్రమాదం! కాబట్టి, తినే ముందు మామిడి పండ్లను నీటిలో నానబెట్టడం మంచిదంటున్నారు. ఇద్దో శరీరం చల్లీ చేయడం అన్నిసార్లు కుదరకపోవచ్చు, అలాంటప్పుడు ముసగా కుపోడి ప్రత్యామ్నాయం. దాన్ని ఎంచుకొని ఇంట్లోనే చేసుకోవచ్చు. ఈ పొడి చాన్సూక్ల నిర్మాణం

## మెరిపించే 'గుమ్మడి'!



సాధారణంగా గుమ్మడి కాయల్ని వంటల్లోనే ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తుంటారు. కానీ ఇది అందానికి మేలు చేస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. ముఖానికి మెరుపును అందించడం దగ్గర్నుంచీ.. సహజసిద్ధమైన మూల్యకరైజరీలా పనిచేసే గుమ్మడితో తయారుచేసుకునే కొన్ని పేన్స్యాక్స్ గురించి తెలుసుకుందాం.. గుమ్మడి పేస్టును కొద్దిగా పెరుగు, కొన్ని మక్కల నిమ్మరసం, కాస్త తేనె కలిపి బాగా మిక్స్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి రాసుకుని 15 నిమిషాలు ఆరనివ్వాలి. తర్వాత చల్లని నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల క్షణ మెరుపును సొంతం చేసుకోవచ్చు. మెత్తగా చేసిన గుమ్మడికి చెంచా ఓస్టి, కాస్త తేనె కలిపి పేస్టు తయారుచేసుకోవాలి. దీంతో ముఖమంతా మృదువుగా మృదువు చేయాలి. తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇది చర్మానికి మంచి స్వచ్ఛలా పనిచేసే ముఖాన్ని ప్రకాశవంతంగా మారుస్తుంది చెబుతున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ పేన్స్యాక్స్ సహజసిద్ధమైనవే అయినప్పటికీ.. చర్మ తత్వానికి సరిపడతాయో లేదో తెలుసుకోవడానికి ఓసారి ప్యాన్ వేస్ట్ చేసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

## వహ్యరే వేసవి పానీయం



వేసవిలో కొబ్బరినీళ్లు తాగుతూ, తాటిముంజలు తింటూ.. అలా విడివిడిగా తిని, తాగడం కాకుండా.. ఈ రెండింటినీ కలిపి రుచికరమైన పానీయం చేయొచ్చు. ఒకసారి ప్రయత్నించి చూడండి.. కావలసినవి: తాటిముంజలు - 6, చిక్కిలి కొబ్బరిపాలు - 2 గ్లాసులు, తేనె - 2 స్పూన్లు, యాలకుల పొడి - చిటికెడు, కొబ్బరి తురుము - ఒకటిన్నర స్పూన్లు, ఐస్ ముక్కలు - నాలుగు, తయారీ: తాటిముంజల పై ఉన్న పొట్టును పూర్తిగా తీసేసి ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. వాటిని జారీలో వేసి.. కొబ్బరిపాలు, తేనె, యాలకుల పొడి జోడించి.. మెత్తగా గ్రైండ్ చేయాలి. అంతే.. తాటిముంజల కొబ్బరి పానీయం తయారైపోతుంది. అందులో కొబ్బరి తురుము, ఐస్ ముక్కలు జత చేస్తే.. చల్లచల్లగా ఆస్వాదించవచ్చు. ఇది రుచిగానూ ఉంటుంది, బలం కూడా. సమయానికి తేనె రెకుంటే బెల్లం వేసుకోవచ్చు.

## ముసగాకుపొడి చేద్దామా!



ఉంటుంది. కాస్త నెయ్యి లేదా నూనె వేసుకుంటే.. అన్నంలోకి కూడా చాలా బాగుంటుంది. కావలసినవి: శనగపప్పు - ఒక కప్పు, మినప్పప్పు - ఆర కప్పు, తాజా ముసగాకు - 2 కప్పులు, ఎండుమిర్చి - వన్నెండు, వెల్లెల్లి రెబ్బలు - ఆరు, సుప్పలు - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, జీలకర్ర - స్పూన్, కరివేపాకు - గుప్పెడు, ఇంగువ - పావు స్పూన్, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, నూనె - ఒకటిన్నర స్పూన్లు తయారీ: ముసగాకును కడిగి వన్నె మీద ఆరబోయాలి. తడి పీల్చేసుకున్నాకా.. సన్న సెగ మీద వేయించి.. క్రీన్స్ గా అయ్యాక దింజేయాలి. తాజా ముసగాకు రెండు కప్పులు తీసుకుంటే వేయించిన తర్వాత అవి తగ్గి ఒక కప్పు అవుతుంది. కదాయిలో నూనె వేడిచేసి శనగపప్పు, మినప్పప్పులను సన్న సెగమీద వేయించాలి. అవి కాస్త వేగాక.. జీలకర్ర, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు, సుప్పలు జతచేయాలి. మంచి వాసన వచ్చే పరకా కలియబెట్టుతూ చివరలో ఇంగువ వేసి.. కొన్ని క్షణాల తర్వాత స్టవ్ ఆఫ్ చేసి.. వెల్లెల్లి రెబ్బలు జోడించాలి. కదాయి వేడికి అందంలో ఉన్న నీరు ఇంకిపోతుంది. చల్లారిన తర్వాత ముసగాకు, ఉప్పు జోడించి కొంచెం బరకగా ఉండేలా గ్రైండ్ చేయాలి. ఈ పొడినీ గాలి వారబడని సీసాలో భద్రం చేసుకుంటే చాలారోజులు తాజాగా ఉంటుంది. నెయ్యి లేదా నూనెతో తిండి కమ్మగా ఉంటుంది. ఇది ఇద్దో దోళిలోకి కారపొడిగానే కాదు.. అన్నంలోనూ బాగుంటుంది. ముసగాకుపొడి రుచి ఆరోగ్యం కూడా. ఇందులో క్యాల్షియం, ఇండన్ ఉండటం ఎముకల పటిష్టంగా ఉంటాయి. రక్తక్రమం సమస్యను నివారిస్తుంది. ఒకప్పుడు గుడ్డు పచ్చసొంపు వల్ల గుండెజబ్బు ప్రమాదం పెరుగుతుందని భావించేవారు. అయితే తాజా పోషకాహార పరిశోధనలు ఈ అభిప్రాయాన్ని పూర్తిగా మార్చేశాయి. ఇప్పుడు గుడ్డలో ఉండే కొలిస్టాల్ కంటే మన మొత్తం ఆహారపు అలవాట్ల ఆరోగ్యం పై ఎక్కువ ప్రభావం చూపుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఒక గుడ్డు పచ్చసొంపులో సుమారు 200 మిల్లిగ్రాముల కొలిస్టాల్ ఉంటుంది. అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ ప్రకారం ఆరోగ్యంగా ఉన్న పెద్దలు రోజుకు 300 మిల్లిగ్రాముల వరకు కొలిస్టాల్ తీసుకోవచ్చు. ఈ కారణంగా చాలామంది గుడ్డు పచ్చసొంపు తింటే రక్తంలో కొలిస్టాల్ వెంటనే పెరుగుతుందని భావిస్తుంటారు. కానీ పోషకాహార నిపుణుల ప్రకారం ఆహారంలో ఉండే కొలిస్టాల్ నేరుగా రక్తంలోని కొలిస్టాల్ స్థాయిలను పెంచదు. పోషకాహార నిపుణులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, శరీరంలో చెడు కొలిస్టాల్ పెరగడానికి ప్రధాన కారణం తామరేటిటెడ్ ఫ్యాట్స్. అంటే అధికంగా వేయించిన వదలాలు, ప్రాసెస్డ్ ఫ్యాట్స్, అధిక కొవ్వు ఉన్న ఆహారాలు ఎక్కువ హానికరమని చెబుతున్నారు. సహజసిద్ధమైన గుడ్డు వంటి ఆహారాలను పూర్తిగా మానేయడం సరైన పరిష్కారం కాదని వారు అభిప్రాయపడుతున్నారు. గుడ్డు చాలామంది కేవలం కొలిస్టాల్ మూలంగా మాత్రమే చూస్తారు. కానీ అవి అనేక ముఖ్యమైన పోషకాల నిల్వగా కూడా గుర్తింపు పొందాయి. గుడ్డలో విటమిన్ ఎ, బి విటమిన్లు, ఫోలేట్, సెలినియం వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో, మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచడంలో, శరీర ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. గుడ్డు పచ్చసొంపు పూర్తిగా తొలగిస్తే ఈ ముఖ్యమైన పోషకాలు శరీరానికి అందకుండా పోయే అవకాశం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇక రోజుకు ఎంతమేర గుడ్డు తినాలి అనే విషయానికి వస్తే, సమతుల్య చాలా ముఖ్యమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారు రోజుకు నాలుగు గుడ్డు తెల్లసొంపులు, రెండు పచ్చసొంపులు వరకు తీసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. కొలిస్టాల్ సమస్య ఉన్నవారు కూడా రోజుకు నాలుగు తెల్లసొంపులు, ఒక పచ్చసొంపు వరకు తీసుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. ఈ విధంగా తీసుకుంటే గుడ్డలోని పోషకాలు లభిస్తాయి, అదే సమయంలో అధిక కొలిస్టాల్ భయం కూడా ఉండవని హెచ్చరిస్తున్నారు. గుడ్డు పచ్చ సొంపు పూర్తిగా మానేయాలని అవసరం చాలామందికి లేదని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి, నియంత్రిత ఆహారం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వంటి అంశాలే కొలిస్టాల్ నియంత్రణలో కీలకమని చెబుతున్నారు. గుడ్డును సరైన పరిమాణంలో తీసుకుంటే అవి సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని వివరిస్తున్నారు.

## నిమ్మ తొక్కల పచ్చడి!



నిమ్మకాయ పచ్చడిని ఇష్టపడని వాళ్లు ఉండరనే అతిశయం కాదు. జ్వరం వచ్చినప్పుడు కూడా ఈ పచ్చడి నోటికి హితవుగా ఉంటుంది. నిమ్మకాయల తోనే కాదు.. వాటి తొక్కలతోనూ కమ్మడి పచ్చడి చేయొచ్చు.. ఈ పచ్చడి కోసం.. నిమ్మకాయలు - 2 కప్పులు, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, పసుపు - 2 స్పూన్లు, ఇంగువ - ఆర స్పూన్లు, బెల్లం పొడి - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, నిమ్మరసం - 4 స్పూన్లు, కారం - 6 స్పూన్లు, నూనె - 3 టేబుల్ స్పూన్లు, ఇంగువ - ఆర స్పూన్లు, మిరియాలు, వల్ల జీలకర్ర, సోంపు, వాము - స్పూన్ చొప్పున, శనగ పప్పు, మినప్పప్పు, మెంతులు, జీలకర్ర - ముప్పావు స్పూన్ల చొప్పున తీసుకోవాలి. ఎలా చేయాలంటే.. తడి లేని శుభ్రమైన జాడీలో కారం, పసుపు, ఉప్పు, బెల్లంపొడి, నిమ్మరసం వేసి కలపాలి. తడి లేని, గింజలు తీసేసిన నిమ్మకాయలను సన్న ముక్కలుగా కోసి ఇందులో వేయాలి. మిరియాలు, వాము మెదలల్ల దినుసులను నూనె లేకుండా దోరగా వేయించాలి. చల్లారాక కచ్చుచ్చు దంచి జాడీలో వేసి కలపాలి. కదాయిలో నూనె వేడిచేసి.. ముందు అవ్వాలి.. అవి చిటచిటలాడుతున్నప్పుడు.. శనగపప్పు,

## వేసవిలో శరీరానికి చల్లదనాన్ని అందించే మధురమైన పానీయం..

ఎండాకాలం తీవ్రత రోజురోజుకీ పెరుగుతున్న సమయంలో శరీరానికి చల్లదనాన్ని అందించే సంప్రదాయ పానీయాల పై ప్రజలు మరింత ఆసక్తి చూస్తున్నారు. ఆరోగ్యం మీద అవగాహన రావడంతో చాలామంది అందరికీ నీసాలోకి తీసి.. రిఫ్రెజిరేటివ్ భద్రం చేసుకోవాలి. తియ్యితియ్యిగా, పుల్లల్లగా ఉండే లెమన్ పీల్ కిక్లీ తో ప్రత్యేకంగా ఉండి పిల్లలూ పెద్దలూ అందరికీ సేవేస్తుంది



ఆరోగ్యకరమైన వేసవి పానీయాలలో గుజరాత్ కు చెందిన పరియాలి పర్కీ ఒకటి. సోంపు గింజలతో తయారయ్యే ఈ పర్కీ శరీరానికి చల్లదనం ఇస్తుండే కాకుండా జీర్ణతీయన కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. తేలికైన రుచితో పాటు సహజ సువాసన కలిగిన ఈ పానీయం వేసవిలో మంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది చెప్పవచ్చు. గుజరాత్ కు చెందినాల్లో తరతరాలుగా తయారవుతున్న ఈ సంప్రదాయ డ్రింక్లో ప్రధానంగా సోంపు గింజలు, చక్కెర, నిమ్మరసం వంటి వదలాలను ఉపయోగిస్తారు. సహజ శీతల గుణాలు ఉండటంతో ఇది వేసవి వేడిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మధ్యాహ్నం సమయంలో లేదా ఉత్తాపిత ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఈ పర్కీ తాగితే శరీరానికి తక్షణ తాజాబడం లభిస్తుంది. సోంపు గింజలు జీర్ణతీయక మేలు చేస్తాయనే విషయం అందరికీ తెలిసిందే. కడుపు ఉబ్బరం, అమ్మత్వం, జీజనం తర్వాత కలిగే భారమైన భావన వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో ఇది ఎంతగానో సహాయపడతాయి. అందుకే పరియాలి పర్కీను కేవలం రుచికోసం మాత్రమే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రయోజనాల కోసం కూడా తాగుతుంటారు. ఈ పానీయంలో ఉండే సహజ సువాసన మనసుకు ప్రకాశవంతమవుతుంది. వేసవిలో అలసటగా అనిపించినప్పుడు ఈ పర్కీ తాగితే శరీరం, మనసు రెండూ తేలికగా అనిపిస్తాయి. అదనంగా సోంపులో యాంటిఆక్సిడెంట్లు, కొన్ని అవసరమైన పోషకాలు కూడా ఉండటంతో ఇది శరీరానికి సహజ హైడ్రేషన్ అందించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. ప్యాక్టిడ్ నోన్-స్టెరిలైజ్డ్ పోపిల్ల పరియాలి పర్కీ ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయంగా ఉంటుంది. కృత్రిమ రంగులు, ఫ్లేవర్లు లేకుండా ఇంట్లోనే సులభంగా తయారుచేసుకోవచ్చు. ఈ పర్కీ ను తయారు చేసుకోవడం కూడా చాలా సులభం. పరియాలి పర్కీ ను తయారు చేసుకోవడానికి కావల్సిన వదలాలు, తయారీ విధానాన్ని వంట నిపుణులు వివరిస్తున్నారు.

# అడవి ద్రాక్షతో ఇన్ని ప్రయోజనాలా..!

వాడుక భాషలో అడవి ద్రాక్షకు వేర్వేరు భాషల్లో వేర్వేరు పేర్లున్నాయి: అస్సామీలో గోవాలియా లత, పానీలత అని, ఇంగ్లీష్ లో వైల్డ్ గ్రేప్, జంగల్ అంగూర్, డిల్లీ లి అని, ఒరియాలో పనికచో, పానినోహా, దిల్లీ లి అని, కంజిహోయ, పానివం అని, కన్నడలో చితహంబు, కడుద్రాక్ష, కట్టుకోడి మిండ్లి అని, గుజరాతీలో జంగ్లి డక్



అంటారు. నేపాలీలో పులేని అంటారు. దీనికి 1824లో 'విటిన్స్ లాటి ఫోలియా' అనే శాస్త్రీయ పేరు వచ్చిన 60 ఏళ్ల తర్వాత 'అంపెలోస్పైసి లిటిఫో లియా'గా పేరు మార్చారు. వీటి పండ్లు ద్రాక్ష గుత్తుల మాదిరిగా ఉంటాయి. పండిత తర్వాత ఎరువు నలుపు రంగుకు మారుతాయి. ద్రాక్ష మాదిరిగానే దీనికి కూడా పాకుడు గుణం ఉంది. వీటికి వేరు గడ్డలు ఉంటాయి. గడ్డలు నాలుకొవచ్చు ఎంతో లేదా విత్తనం కూడా వేసుకోవచ్చు. విలువైన తీగ చెట్టు. ఈ పండ్లలో 2-4 గింజలు ఉంటాయి. ఈ తీగ చెట్టు స్వస్థల భారత ఉపఖండం, బంగాదేశ్, నేపాల్, పాకిస్తాన్, శ్రీలంక మాల్దీవులు మొదలగు దేశాలలో గుర్తించారు. మన దేశంలో ఎక్కువగా అస్సాం, ఉత్తర హిమాలయాల వరుస, మహారాష్ట్ర, మధ్యప్రదేశ్, పశ్చిమ బెంగాల్, కేరళ, తమిళనాడు, కర్ణాటక, ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ మొదలగు రాష్ట్రాల్లో అడవి ద్రాక్ష కనిపిస్తుంది. అధిక వర్షపాతం ఉన్న అడవుల్లో ఎక్కువగా ఉంటుంది. నల్లమల అడవుల్లో ఒకప్పటి సాంప్రద ప్రకృతి పరిరక్షణ ప్రయోజనాలు ప్రజల చెంతకు చేరలేదు. అడవి ద్రాక్ష పండ్లు తినడం నవే. ఇవి సాధారణ ద్రాక్ష గుత్తుల్లాగే మొదట ఆకుపచ్చగా ఉండి ఎరువునకు మారి ఆ తరువాత నలుపు రంగుకు మారతాయి. వగరు తీసికోవడానికి ఉంటాయి. ఎన్నో పోషక విలువలు ఉన్నందున వీటిని తినడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వీటి నుంచి ఎర్రరంగును తయారు చేస్తారు. ఈ రంగుకు మాల్దీలో గిరాకీ ఉంది. ఈ గింజల నుంచి చలువలను వేరు చేసి తింటారు. ఈ చలువలు మొగ్గ చలువలను పోలి ఉంటాయి. అనేక రోగాలను తగ్గించడానికి నాలుగు వైపుల్లో వీటిని ఉపయోగిస్తారు. ముఖ్యంగా విరేచనాలు, బొట్ట, పంటి సమస్యలు, కడుపు నొప్పి, గాలి, టీబీ అజీర్చి, శరీరపు వీక్ నెస్ తదితర సమస్యలకు ఉపయోగిస్తారు. ఆయుర్వేద, హోమియో మందుల తయారీలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఈ తీగ చెట్టు వినియోగం తప్ప భద్రపరచడం తప్పవ కాబట్టి రానున్న రోజుల్లో ఈ జాతి అంతరించే ప్రమాదం ఉంది.

అని, తెలుగులో అడవి ద్రాక్ష, అడవి తీగ ద్రాక్ష, బెడనతిప్ప, దొబ-తీగ, వల్ల తీగ, బెంగాలీ లో నదెన, రాన్ ద్రాక్ష గోలిండ్ అని, మరాఠీలో ఒకేల, నదెన, రాన్ ద్రాక్ష గోలిండ్ అని, మలయాళంలో విరు-మిర-పిటిచ, కరంబ వల్లి, చంద్రవల్లి అని, హిందీలో గొలిండ, కల్కబేరీ, పనిబేరీ అని, సంస్కృతంలో అప్ప వలసహ, వన ద్రాక్ష అని



# వృద్ధయం నినిమా

MOVIE TIME!

**మమ్మూట్టి, మోహన్ లాల్ 'పేట్రీయాట్'.. ఓటీటీ లివ్ డేట్ ఫిక్స్**  
**వృద్ధయం సినిమా** మలయాళ అగ్ర హీరోలు మమ్మూట్టి (Mammooty), మోహన్ లాల్ (Mohanlal) కలిసి నటించిన సినిమా 'పేట్రీయాట్' (Patriot Movie). ఈ మూవీ ఓటీటీ విడుదల తేదీ ఖరారైంది. 'జీ 5' (Zee 5)లో జూన్ 5 (Patriot Movie Streaming date) నుంచి స్ట్రీమింగ్ కానుంది. తెలుగు అడియో కూడా అందుబాటులో ఉండనుంది. దేశభక్తితో కూడిన యాక్షన్ డ్రామా చిత్రమిది. నయనతార, ఫహాద్ ఫాజిల్ లాంటి స్టార్లు కీలక పాత్రలు పోషించారు. దక్షిణ భారతదేశంలోని 100కు పైగా లోకేషన్లలో చిత్రీకరించిన ఈ సినిమాకు సహస్ర హిందూయత్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు.



## 'పెద్ది' నుంచి బగ్గెస్ స్పెషల్ సాంగ్ రిలీజ్

**వృద్ధయం:** మోగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ మోస్ట్ ఎన్టర్టైన్ యాక్షన్ డ్రామా 'పెద్ది' దేశవ్యాప్తంగా హ్యాజ్ డిజిట్రియల్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రం ఇప్పటికే అద్భుతమైన గ్రాండ్, రెండు వార్ల బక్సాఫీస్, పవర్ ఫుల్ డియేటికల్ ట్రైలర్తో ప్రేక్షకులను మెప్పిస్తోంది. బుద్ధి బాబు సానా దర్శకత్వంలో మైత్రీ మూవీ మేకర్స్, సుకుమార్ రైటింగ్స్ సమర్పణలో వృద్ధి సినిమాస్ బ్యానర్ పై వెంకట సతీష్ కిలార్ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి ఏఆర్ రెహమాన్ సంగీతం అందించగా, ఈరోజు చిత్ర బృందం మూడవ సింగిల్ 'హెల్లో' ప్రోమోషన్ విడుదల చేసింది. ప్రోమో హాస్యంతో ఇటీవలి కాలంలో వచ్చిన అత్యంత ఎన్టర్టైన్, కలర్ ఫుల్ స్పెషల్ సాంగ్ లో ఒకటిగా చిలవనుందని అభిప్రాయపడ్డారు. పవర్ ఫుల్ డ్రమ్ బీట్స్, క్యాచీ రిథమ్, జాతర వాతావరణాన్ని తలపించే ట్యూన్ తో పాట ప్రేక్షకులను వెంటనే ఆకట్టుకుంటోంది. ఈ పాటలో రామ్ చరణ్ తన రగ్, సైబిల్ లుక్లో అదిరిపోయే స్వేచ్ఛా లతో ఆకట్టుకుంటున్నారు. ఆయనతో పాటు శ్రుతి హాసన్, జాన్వి కపూర్ కూడా అల రించారు. శ్రుతి హాసన్ తన బోల్ అటిట్యూడ్తో, జాన్వి కపూర్ తన గ్రేస్ ఫుల్ ఎన్టర్టైన్ పాటకు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు. ముగ్గురి స్టైల్ ప్రజెన్స్ కలిసి ఈ పాటను మరింత గ్రాండ్గా మార్చింది. పూర్తి పాటను రేపు భోపాల్లో జరగనున్న భారీ మ్యూజికల్ ఈవెంట్ లో విడుదల చేయనున్నారు. ఈ వేడుకలో ఏఆర్ రెహమాన్, ఆయన బృందం ఈ పాటను ప్రత్యేకంగా ప్రదర్శించనుండటంతో అభిమానుల్లో మరింత ఉత్సాహం నెలకొంది. ఈ చిత్రంలో శివరాజ్ కు మార్, జగపతిబాబు, దివ్యేంద్రులు, భోమన్ ఇరానీ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. సినిమాలో గ్రేటిస్ ఆర్. రత్నం అందిస్తుండగా, ఎడిటింగ్ ను జాతీయ అవార్డు గ్రహీత సవీర్ సూరి నిర్వహిస్తున్నారు.



## "తక్షక" సినిమా పోస్టర్ లాంచ్

**వృద్ధయం:** మోగాస్టార్ చిరంజీవితో విశ్వంభర చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్న ప్రముఖ దర్శకుడు వశిష్ట మల్లిడి సోదరుడు కృష్ణ మల్లిడి దర్శకత్వం వహిస్తున్న సినిమా "తక్షక". ఈ చిత్రంలో కుశాల్ రాజా హీరోగా పరిచయమవుతున్నారు. ఎంఎన్ఆర్ త్రియోమ్స్ బ్యానర్ పై డా. లతారాజు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. సైన్స్ ఫిక్షన్ డ్రామా కథలో రూపొందిన "తక్షక" సినిమా త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు గ్రాండ్ డియేట్ లో రిలీజ్ ద్వారా రాబోతోంది. తాజాగా ఈ చిత్ర పోస్టర్ ను స్టార్ డైరెక్టర్ వి.వి.వి.నాయక్ లాంచ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా డైరెక్టర్ వి.వి.వి.నాయక్ మాట్లాడుతూ - మల్లిడి సత్యనారాయణరెడ్డి గారి కుటుంబంతో నాకు ఎంతో అనుబంధం ఉంది. వారి కుటుంబం నుంచి దర్శకుడిగా మారుతున్నారని కృష్ణ మల్లిడి, చిన్నప్పటి నుంచి నాకు ఎంతో తెలిసిన కుర్రాడు కృష్ణ. షాన్ లైమ్ మూవీ డైరెక్ట్ చేస్తున్నాడు. కృష్ణ మల్లిడికి దర్శకుడిగా అవకాశం ఇచ్చిన నిర్మాత డా.లతారాజు గారికి ధ్యాంక్స్ చెబుతున్నాను.

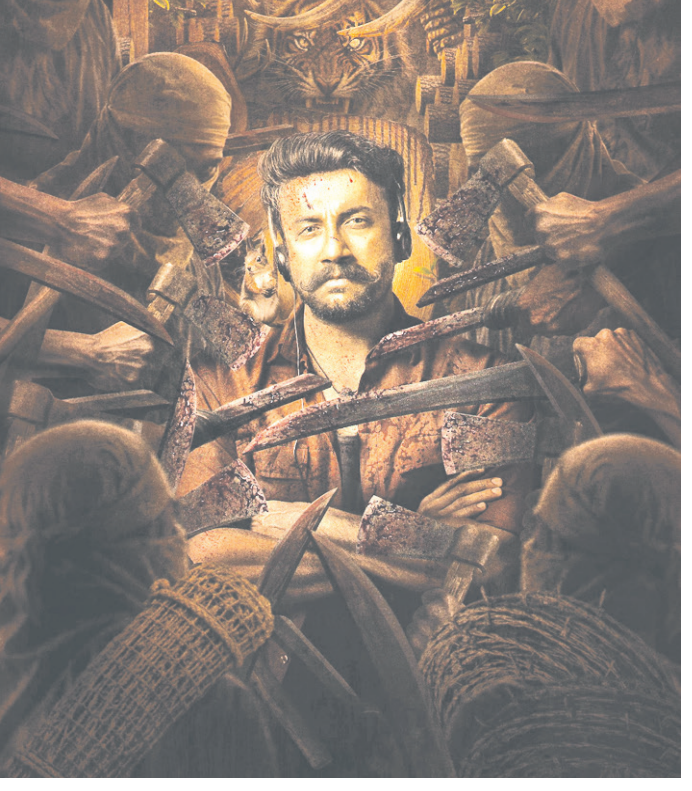


## 'CASTE' నుంచి మినిస్టర్ నారాయణగా రాజా రవీందర్ ఫస్ట్ లుక్..



**వృద్ధయం:** పరుణ్ సందేశ్, గగన్, సత్యం రాజేష్, రవి ప్రధాన్ పాత్రల్లో ఎకె జంపన్న రచన & దర్శకత్వంలో గోల్డెన్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై తోట లక్ష్మీ కోటలో రూపు నిర్మిస్తున్న చిత్రం 'CASTE'. ఈ సినిమా ఫస్ట్ లుక్, గ్రాండ్ కి మంచి రిస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ చిత్రంలో రాజా రవీందర్ కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారు. ఆయన పాత్రని మినిస్టర్ నారాయణగా పరిచయం చేస్తూ ఫస్ట్ లుక్ ని రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. మంత్రి నారాయణ గారూ రాజా రవీందర్ లుక్ పవర్ ఫుల్ గా ఆకట్టుకుంటోంది. తెలుగు దుస్తులు, భుజంపై పార్టీ కండువా ధరించి ఇంటెన్స్ గా కనిపిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో కళికా కపూర్, దివి హీరోయిన్స్ గా నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి అనూప రాజ్ మ్యూజిక్ అందిస్తున్నారు. మేకర్స్ త్వరలోనే ఈ సినిమా రిలీజ్ డేట్ ని అనౌన్స్ చేయనున్నారు.

## "సమవర్తి" ట్రైటిల్, ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్



వైవిధ్యమైన చిత్రాల్లో సటిస్టా హీరోగా తనకంటూ ఓ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు యంగ్ టాలెంట్ హీరో సత్యదేవ్. ఆయన హీరోగా నటిస్తున్న కొత్త చిత్రానికి "సమవర్తి" అనే టైటిల్ ను ఖరారు చేశారు. ఈ రోజు ఈ చిత్ర టైటిల్, ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్ చేశారు. సత్యదేవ్ హీరోగా నటిస్తున్న 16వ చిత్రమిది. "సమవర్తి" సినిమాను దుర్గ పిక్చర్స్ బ్యానర్ లో పంచభూత ప్రొడక్షన్స్, సి పై శివచరణ్ రెడ్డి ఆస్కాడి, శశిధర్ రెడ్డి పడమటి నిర్మిస్తున్నారు. అజయ్ నాగ్, వి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఎకోలాజికల్ యాక్షన్ డ్రామా గా తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమా త్వరలోనే తెలుగులో పాటలు తమిళ, కన్నడ, మలయాళంలో గ్రాండ్ డియేటికల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది.

## 'ఇట్లు అర్జున్' ఫస్ట్ సింగిల్ 28న రిలీజ్



**వృద్ధయం:** స్టార్ డైరెక్టర్ వెంకీ కుడుముల తన నిర్మాణ సంస్థ వాల్ నెక్ట్ ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్ పై నిర్మిస్తున్న తొలి చిత్రం 'ఇట్లు అర్జున్'. "స్యూ గై ఇస్ టౌన్" అనిపి హీరోగా పరిచయం అవుతుండగా, మహేష్ ఉప్పల దర్శకుడిగా అరంగేట్రం చేస్తున్నారు. అనన్యర రాజన్ కథానాయికగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రం టైటిల్ గ్రేడ్స్ తోనే మంచి బిజ్ డ్రీయట్ చేసింది.

## "మేము కావాలం" గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్

**వృద్ధయం:** మే 22న రాబోతోన్న "మేము కావాలం" సిరీస్ పెద్ద హిట్ కావాలని కోరుకుంటున్నాను - గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్ లో అజయ్ భూపతి "మేము కావాలం" సిరీస్ కు పని చేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ మంచి పేరు, సక్సెస్ రావాలని కోరుకుంటున్నాను - గ్రాండ్

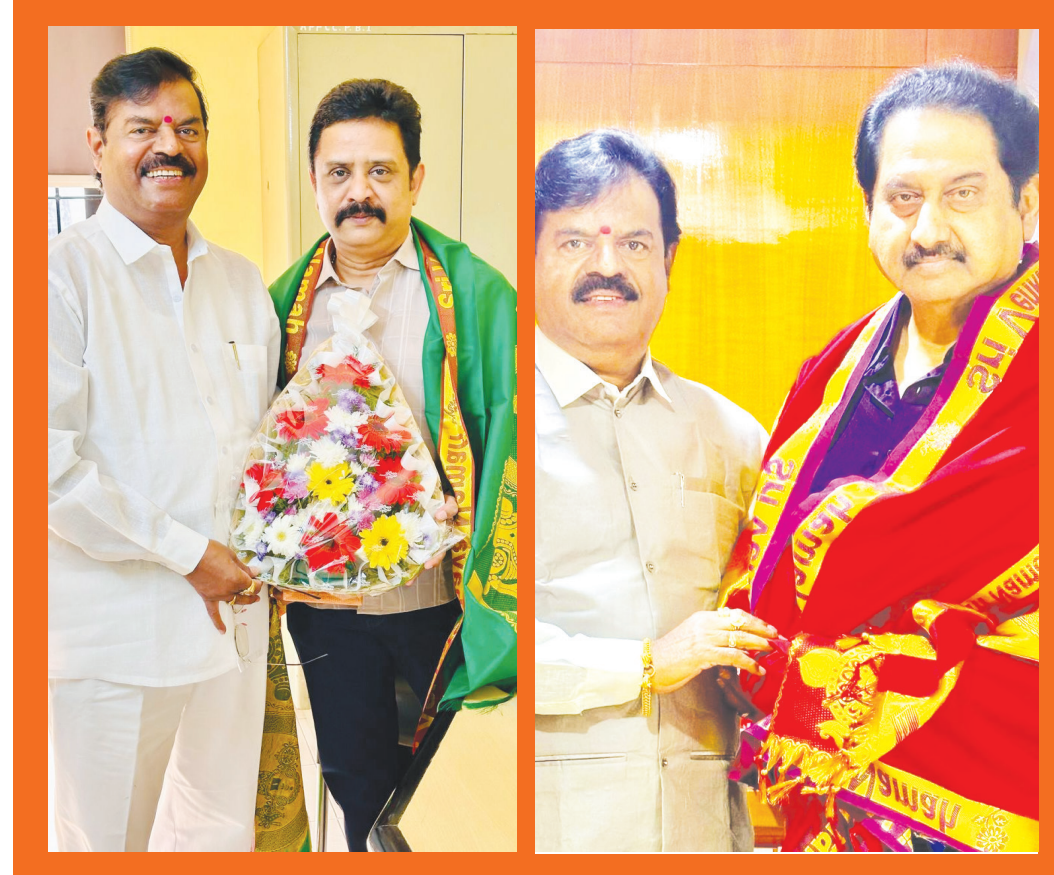


ప్రివ్యూ ఈవెంట్ లో కోన వెంకట్ "మేము కావాలం" సిరీస్ మంచి విజయం సాధించాలని కోరుకుంటున్నాను - గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్ లో తమన్ ZEE5 తెలుగు నుంచి "మేము కావాలం" అనే మరో ఒరిజినల్ సిరీస్ వచ్చింది. డా ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ (ప్రొడక్షన్ నెం. 3) బ్యానర్ పై బి.వి.ఎస్. రవి నిర్మించిన "మేము కావాలం" సిరీస్ కు "చిక్కటచి" సేమ్ ప్రదీప్ మద్దూరి దర్శకత్వం వహించారు. ఈ సిరీస్ లో నాగబాబు కొండెల ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. గెటట్ థ్రీసు, రవి తేజ నర్సింహుల వంటి ప్రముఖ తారాగణం నటించారు. ఈ సిరీస్ మే 22 నుంచి స్ట్రీమింగ్ కానుంది. ఈ క్రమంలో గురువారం నాడు గ్రాండ్ ప్రివ్యూ ఈవెంట్ ను నిర్మించారు. ఈ కార్యక్రమానికి తమన్, బండ్ల గణేష్, అజయ్ భూపతి, కోన వెంకట్ తదితరులు ముఖ్య అతిథులుగా విచ్చేశారు.

**వృద్ధయం:** సిని కార్మికులకు అండగా నిలబడటంలో ఎప్పుడూ ముందుంటారు ప్రముఖ నిర్మాత, దర్శకులు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు. చిత్రపురి కాలనీకి కోట్లాది రూపాయల రుణం ఇచ్చి ఆ కాలనీ బ్యాంక్ ఆక్షన్ కు వెళ్లకుండా కాపాడారు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు. వందలాది సిని కార్మికుల కుటుంబాల సొంతింటి కలను ఇతికించారు. ఇప్పుడు సిని కార్మికులకు మరో పరాన్ని ఇచ్చారు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు.



డెవలప్ కార్పొరేషన్ లో బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్ గా నియమితులైన చదలవాడ శ్రీనివాసరావును ఫిలిం ఎంప్లాయిస్ ఫెడరేషన్ నాయకులు కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఫెడరేషన్ నాయకులు తమకు శాశ్వత భవనం లేదనే విషయాన్ని శ్రీనివాసరావు గారి దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. ఆ లోగో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఉన్న సిని కార్మికులను ఒకే తాటి మీదికి తీసుకుని వచ్చి వారికి ఉపాధి కలిగి విధానాన్ని విధానాన్ని ప్రజా పేజీలో చొరవ తీసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.



## ఎపి ఫిల్మ్, టెలివిజన్ అండ్ థియేటర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ నూతన చైర్మన్, డైరెక్టర్స్ కు శుభాకాంక్షలు

**వృద్ధయం:** ఆంధ్రప్రదేశ్ ఫిల్మ్, టెలివిజన్ అండ్ థియేటర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ కు నూతనంగా నియమితులైన చైర్మన్, డైరెక్టర్స్ కు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు డిఎస్ సి సి ఫైర్మన్, నిర్మాత డా. ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్. చైర్మన్ పి.భరత్ భూపతి, చైన్ చైర్మన్ చిక్కా మెహర్ రమేష్ కుమార్, డైరెక్టర్లు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు, సుమన్ తల్వార్, సాయిమాధవ్ బుర్రా, ఎస్. శివాజీ, శ్రీమతి వై. రూప్సి, వివేక్ కూచిబొట్ల, వి. సముద్ర, మీర్.ఎస్, కందిమళ్ల సాంబ శివరావు, ఎ. సత్యనారాయణ, ఎస్ వీ కృష్ణారెడ్డి, జి. తాజ్ వెంకట్ శర్మ యాదవ్, డి. సత్యనారాయణలకు ఆయన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. చిత్ర పరిశ్రమలో సుదీర్ఘ అనుభవం ఉన్న పి. భరత్ భూపతి డైరెక్టర్లులో సినీ పరిశ్రమ మరింత అభివృద్ధి చెందాలని ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్ ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో డా. ప్రతాని రామకృష్ణ గౌడ్ మాట్లాడుతూ - ఆంధ్రప్రదేశ్ ఫిల్మ్, టెలివిజన్ అండ్ థియేటర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ కు చైర్మన్ గా పి.భరత్ భూపతి గారు నియమితులు కావడం సంతోషంగా ఉంది. ఆయన ఈ పదవికి అన్ని విధాలా అర్హులు.