

మహిళా సాధికారతకు 'మహాలక్ష్మి' హాస్టం

- మహిళల పేరిట 'ఇందిరమ్మ ఇండ్లు'.. రూ.61వేల కోట్ల
- రూ.2,400 కోట్లతో అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్
- మహాలక్ష్మికి రూ.10,700 కోట్లు!
- 2034 నాటికి కోటి మంది కోటిత్వరులు!

హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం): రాష్ట్రంలోని మహిళా స్వయం సహాయక సంఘాల ఆర్థిక స్వావలంబన, సాధికారతలకు పరమావధిగా తెలంగాణ ప్రభుత్వం మరొక విజయవంత నిర్ణయాన్ని తీసుకుంటున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి ప్రకటించారు. రాష్ట్రంలోని మహిళా సంఘాలకు అదనంగా మరో 3 వేల ఇంజనీరింగ్ మంజూరు చేసి, వాటిని అద్దె ప్రాజెక్టుగా నిర్వహించిన మహిళా వారోత్సవాల ముగింపు సభలో ముఖ్యమంత్రి ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా 'మహిళా శక్తి' పథకం కింద మహిళా సంఘాల యాజమాన్యంలో నడుచున్న 553 ఇంజనీరింగ్ అండ్ డిప్లొమా ఇంజనీరింగ్ ప్రాజెక్టులను ప్రారంభించారు. 2034 నాటికి కోటి మంది కోటిత్వరులు! సభను ఉద్దేశించి ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్రంలోని ప్రతి మహిళా సంఘంకీ నిలబెట్టే వరకు తమ ప్రభుత్వం విశ్రమించబోదని స్పష్టం చేశారు. ప్రస్తుతం స్వయం సహాయక సంఘాల్లో 67 లక్షల మంది సభ్యులు ఉన్నారని, ఈ సంఖ్యను త్వరలోనే కోటికి పెంచుతామని విలువనిచ్చారు. 2034 నాటికి ఈ కోటి అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్ను ప్రారంభించాలని లక్ష్యమని సీఎం డిమాండ్ చేశారు. మహిళల సాంకేతిక పటిష్టతను వ్యాపార ప్రణాళికలు (బిజినెస్ ప్లాన్) రూపొందించుకోవాలని, వారి అభివృద్ధికి అవసరమైన పూర్తి సహకారాన్ని ప్రతి



పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ స్థాయిలో అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. బడులు, బంకులు, క్యాంపెస్ నిర్వహణ నారీమణులకే.. మహిళల పర్యవేక్షణలో సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు అత్యంత సమర్థవంతంగా అమలుచేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కొనియాడారు. ఇందులో భాగంగానే రాష్ట్రంలోని 27 వేల ప్రభుత్వ పాఠశాలల నిర్వహణ బాధ్యతలను మహిళలకే అప్పగించామని గుర్తుచేశారు. వీటితో పాటు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రతిస్థాపనకాని ఏర్పాటు చేస్తున్న 'మహిళా శక్తి క్యాంపెస్', పెట్రోల్ బంకుల నిర్వహణ బాధ్యతలను సైతం స్వయం సహాయక సంఘాలకే అప్పగిస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. మహిళల పేరిట 'ఇందిరమ్మ ఇండ్లు'.. రూ.61 వేల కోట్ల బ్యాంకు లింకేజీ ఆస్తులు మహిళల పేరిట ఉంటేనే కుటుంబానికి భద్రత ఉంటుందనే సంకల్పంతో ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. అందుకే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో మంజూరు చేస్తున్న ఇందిరమ్మ ఇండ్లతో పాటు, పట్టణాల్లో నిర్మించే లక్ష గృహాలను కూడా మహిళల పేరిటే కేటాయిస్తామని స్పష్టం చేశారు. మహిళా సంఘాల బలోపేతానికీ రూ.61 వేల కోట్ల బ్యాంకు లింకేజీని అందించామని, సున్నా వడ్డీ రేణుల కింద బ్యాంకులకు ప్రభుత్వం తరఫున రూ.2 వేల కోట్లు ఇప్పటికే చెల్లించినట్లు సీఎం వివరించారు. మహాలక్ష్మికి రూ.10,700 కోట్లు! 'మహాలక్ష్మి' పథకం ద్వారా రాష్ట్రంలోని మహిళా సంఘాలకు అత్యంత అభివృద్ధి సౌకర్యాన్ని కల్పించామని, ఈ ఉచిత ప్రయాణాల రీయంబర్స్ మెంట్ కింద ప్రభుత్వం ఇప్పటివరకు అర్జీనీకి రూ.10,700 కోట్లకు పైగా నిధులను విడుదల చేసినదని సీఎం వెల్లడించారు.



రూ.2,400 కోట్లతో అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్ ఇదే వేదికపై సుపరి రైతాంగానికి సీఎం పలు సూచనలు చేశారు. సాంప్రదాయ పద్ధతులకు న్యూన్స్ చెప్పి లాభసాటి వ్యవసాయం వైపు అడుగులు వేయాలన్నారు. పంటల మార్కెటింగ్ విధానాన్ని అవలంబిస్తూ.. కందులు, మినుములు, పెసలు వంటి పప్పుధాన్యాలతో పాటు కూరగాయలు, పండ్ల తోటల సాగును ప్రోత్సహించాలని కోరారు. వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల అంతర్జాతీయ మార్కెటింగ్ కోసం ప్రభుత్వం రూ.2,400 కోట్లతో అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్ ను ఏర్పాటు చేసినట్లు గుర్తుచేశారు. ఈ ఘనమైన కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర మంత్రులు ధనసేంద్ర అనసూయ (సీతక్క), కోమటిరెడ్డి సత్యకాంత్ రెడ్డి, పొన్నం ప్రకాశ్, ఇతర ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం లబ్ధి దారులైన మహిళా సంఘాలకు సీఎం చేతుల మీదుగా భారీ సాయం తాలూకు చెక్కులను అందజేశారు.

కువైట్ సార్వభౌమాధికారానికి భారత్ బాసట.. శాంతి పునరుద్ధరణే లక్ష్యం

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 9 (ఎఎంఎన్): పశ్చిమాసియాలో రోజురోజుకూ ముదురుతున్న ఉద్రిక్త పరిస్థితులపై భారత ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. సంక్షోభ నివారణ ద్వారాగా ఆయన దౌత్యపరమైన చర్యలు ముమ్మరం చేశారు. ఇందులో భాగంగా, కువైట్ పాలకుడు (అమీర్) షేక్ మహ్మద్ అల్ అహ్మద్ అల్ జబీర్ అల్ సబాత్ ప్రధాని మోదీ ఫోన్లో అత్యవసరంగా మాట్లాడినా, ఆ ప్రాంతంలో శాంతి భంగం లను పునరుద్ధరించడానికి తక్షణమే దౌత్యపరమైన పరిష్కారాలను కనుగొనాలని అవసరం ఉందని ఈ సందర్భంగా మోదీ విలువనిచ్చారు.

దాడులను తీవ్రంగా ఖండించిన భారత్
కువైట్, బహ్రైన్ లోని పలు ఘోరమౌఖ్య ప్రాంతాలపై ఇటీవల ఇరాన్ జరిపిన డ్రోన్ దాడులను ప్రధానమంత్రి తీవ్రంగా ఖండించారు. కువైట్ సార్వభౌమాధికారం, ప్రాదేశిక సమగ్రతను దెబ్బతీసేలా జరుగుతున్న ఇలాంటి దాడులను భారత్ ఎంతమాత్రం అంగీకరించబోదని స్పష్టం చేశారు. ఈ మేరకు పశ్చిమాసియాలో శాంతి పరిరక్షణకు భారత్ కట్టుబడి ఉంటూ ప్రధానమంత్రి కార్యాలయం (PMO) సామాజిక మాధ్యమం 'వెబ్సైట్' (ట్విట్టర్) ద్వారా అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేసింది.

భారతీయుల క్షేమ సమాచారంపై ఆరా
కువైట్ లో పెద్ద సంఖ్యలో నివసిస్తున్న భారతీయ పౌరుల భద్రతపై ప్రధాని మోదీ ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించారు. తాజా దాడుల నేపథ్యంలో అక్కడి భారతీయుల క్షేమ సమాచారాన్ని కువైట్ పాలకులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. యుద్ధ వాతావరణం నెలకొన్న వేళ మన దేశస్థులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకూడదా అని రక్షణ కల్పించాలని భారత్ గట్టిగా ఆకాంక్షిస్తోంది.

అని కోరారు. **డ్రోన్ దాడుల విధ్వంసం.. భారతీయుల క్షేమ** ఇటీవల కువైట్ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంపై డెహ్రాద్ (ఇరాన్) జరిపిన డ్రోన్ దాడి తీవ్ర కలకలం రేపింది. ఈ దాడుల ఫలితంలో ఓ భారతీయ పౌరుడు అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోగా, పదుల సంఖ్యలో ప్రయాణికులు, విమానాశ్రయ నిర్మాణ సిబ్బంది తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. **గతంలోనూ తప్పని ముప్పు:** అంతకుముందు మార్చి నెలలోనూ కువైట్ లోని ఒక కిలక మైన విద్యుత్, నీటి శుద్ధి కర్మాగారం (ప్రవర్ అండ్ వాటర్ ప్లాంట్) లక్షంగా ఇరాన్ డ్రోన్ దాడికి పాల్పడింది. ఆ ఘోర ప్రమాదంలో ప్రతం ఓ భారతీయుడు మృతి చెందిన విషయాన్ని అధికారులు ఈ సందర్భంగా గుర్తుచేశారు. ప్రస్తుతం పశ్చిమాసియాలో పరిస్థితులు నిర్మూల కుంపటిలా మారడంతో, దౌత్య చర్యల ద్వారానే ఉద్రిక్తతలను చల్లారాలని భారత్ గట్టిగా ఆకాంక్షిస్తోంది.



విదేశీ టూర్ల పేరుతో డ్రగ్స్ ఉచ్చు

హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం): అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మాదకద్రవ్యాల సరఫరా చేస్తున్న ఒక భారీ స్వర్గింగ్ ముఠా నెట్ వర్క్ ను అధికారులు ఛేదించారు. ఈ గేట్ ఛోరీ, కస్టమ్స్ మరియు నార్కోటిక్స్ కంట్రోల్ బ్యూరో (NCB) అధికారులు సంయుక్తంగా నిర్వహించిన భారీ ఆపరేషన్ లో బ్యాంక్ నుంచి భారత్ కు యథేచ్ఛగా సాగుతున్న గంజాయి అక్రమ రవాణా బట్టబయల్ అయింది. ఈ కేసులో హైదరాబాద్ నుంచి జూనియర్ అడ్వైస్ డాక్టర్ సూర్యకాంత్ అధికారులు అరెస్ట్ చేశారు. ఆయన నుంచి సుమారు రూ. లక్షల విలువైన 2.15 కిలోల 'ఓ.జి.ఎస్' (హైడ్రోగెన్ గంజాయి) ను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. విదేశీ టూర్ల ఆశ.. గంజాయి సరఫరాకు బాట! తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ డబ్బు సంపాదించాలనే ఆశను, విదేశీ ప్రయాణాల పట్ల ఉన్న మోజును స్వర్గింగ్ ముఠాలు పాపంగా వాడుకుంటున్నట్లు దర్యాప్తులో తేలింది. జూనియర్ అధికారులు, గృహ సహాయకులకు గాలం వేస్తున్న ఈ ముఠా వారిని డ్రగ్స్ క్యాంపెయిన్లకు మారుస్తోంది. కేరళకు చెందిన చల్లెల్ అప్పల వారాయల్ సస్టేట్ ఈ సిండికేట్ లో కీలక సూత్రధారి అని అధికారులు గుర్తించారు. నిందితురాలు సూర్యకాంత్ గతంలో మూడుసార్లు బ్యాంక్ పంపారని, ఒక్కో ట్రిప్ నకు కేవలం రూ. 10 వేల నుంచి రూ. 20 వేల వరకు నగదు ఇచ్చి ఆమె లగేజీలో గంజాయి ప్యాకెట్లను భారత్ కు చేరవేస్తున్నారని విచారణలో వెల్లడైంది. మూడు మెట్రో నగరాలే టార్గెట్ ఈ అంతర్జాతీయ డ్రగ్స్ సిండికేట్ ప్రధానంగా హైదరాబాద్, చెన్నై, బెంగళూరు నగరాలను కేంద్రంగా చేసుకుని కార్యకలాపాలు సాగుతోంది. గతంలో ఇదే తరహాలో సూర్యకాంత్ గంజాయి గంగాభవనీ అరెస్ట్ కాగా, తాజాగా చెన్నై విమానాశ్రయంలో గౌరీ అనే మరో మహిళను అధికారులు పట్టుకోవడం ఈ ముఠా వ్యాప్తిని తెలియజేస్తోంది.

శాంతి చర్చల వేళ హరూజ్ వద్ద అమెరికా హెలికాప్టర్ కూలిపోవడం కలకలం

వాషింగ్టన్
పశ్చిమాసియాలో శాంతి భద్రతల పునరుద్ధరణ మరియు ఇరాన్ తో దౌత్యపరమైన శాంతి ఒప్పందం (షీన్ డీల్) పై అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ చేస్తున్న గుమ్మడు ప్రకటనలు క్రైతస్థాయిలో మాత్రం కాస్తాపూచం దాల్చడం లేదు. 'ఇరాన్ తో చారిత్రాత్మక ఒప్పందానికి చాలా దగ్గరగా ఉన్నాం' అంటూ వాదాపు రెండున్నర నెలల కిందట ట్రంప్ మొదటిసారి ప్రకటించారు. అప్పటి నుంచి ఇప్పటివరకు ఆయన పలు సందర్భాల్లో ఇదే విషయాన్ని పునరుద్ధరిస్తూ స్పష్టమీకీ, ఇరు దేశాల మధ్య ఒప్పందం మాత్రం ఖరారు కాలేదు. సరికదా, సరిహద్దుల్లో ఉద్రిక్తతలు మరింతగా పెరుగుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో, గడిచిన మూడు నెలల కాలంలోనే ట్రంప్ ఏకంగా 37 సార్లు ఈ 'షీల్' గురించి రికార్డు స్థాయిలో ప్రకటనలు చేయడం గమనార్హం. **దాడుల అనంతరం మొదలైన దౌత్య పర్యం** గత ఫిబ్రవరి 28న ఇరాన్ లక్ష్యంగా అమెరికా ఇజ్రాయెల్

సంయుక్త దళాలు మెరుపు దాడులు నిర్వహించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ దాడులతో పశ్చిమాసియాలో ఒక్కసారిగా యుద్ధ వాతావరణం భంగమైంది. ఈ సంక్షోభానికి శాశ్వత ముగింపు పలకడమే ధ్యేయంగా ఇరాన్ ను చర్చల వేదికపై కిల్ టవ్ అవ్వనిచ్చారు. ఈ క్రమంలో మార్చి 23న ఆయన వైట్ హౌస్ విలేజ్ కు సమావేశంలో మాట్లాడుతూ.. శాంతి చర్చలలో చాలా అంశాలపై ఉమ్మడి ఏకాభిప్రాయం కుదిరిందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఆ తర్వాత జరిగిన క్యాబినెట్ భేటీలోనూ.. అమెరికా డీ.డీ. కోసం టెహ్రాన్ (ఇరాన్ ప్రభుత్వం) తీవ్రంగా అభ్యర్థిస్తోందని పేర్కొన్నారు.



నకిలీ పట్టాలతో సర్కారు భూమికి ఎసరు

హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం): రాష్ట్రంలో విలువైన ప్రభుత్వ భూములను నకిలీ పట్టాల ద్వారా కొట్టేస్తున్నట్లుగా ఆరోపణలు ప్రచురించిన తెలంగాణ హైకోర్టు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. హైదరాబాద్ శివార్లలోని ఖానామెట్ భూములకు సంబంధించిన నకిలీ పట్టాలు సృష్టించిన వ్యవహారాన్ని తీవ్రంగా పరిగణించిన న్యాయస్థానం.. దీనిపై సమగ్ర విచారణ కోసం ప్రత్యేక దర్యాప్తు ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించింది. ఈ మేరకు ఒక ఐపీఎస్ స్థాయి అధికారి నేతృత్వంలో 'సిట్' ను ఏర్పాటు చేయాల్సిందిగా రాష్ట్ర డిజిపి కి ఉన్నత న్యాయస్థానం స్పష్టమైన ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. పిటిషనర్ కు రూ. 5 లక్షల భారీ జరిమానా ఖానామెట్ లోని వివాదాస్పద భూమి తనదేనంటూ కోర్టును ఆశ్రయించిన 'ఇట్టిగా ప్రావర్తన' అనే సంస్థకు హైకోర్టు గట్టి షాక్ ఇచ్చింది. నకిలీ పట్టాలతో న్యాయస్థానాన్ని తప్పుదోవ పట్టించేందుకు ప్రయత్నించినట్లుగా గాన ఆ సంస్థకు రూ. 5 లక్షల భారీ జరిమానా (కాస్ట్) విధించి జైల్లోకి పంపిస్తామని కోర్టు చెప్పింది. గతంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర పారిశ్రామిక మౌలిక సదుపాయాల సంస్థ జారీ చేసిన నోటీసులను సవాల్ చేస్తూ సభకు ఇట్టిగా ప్రావర్తన సంస్థ హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేసింది. తాము ఖానామెట్ పరిధిలో 15 ఎకరాల భూమిని కొనుగోలు చేశామని, అందువల్ల ఆ భూమిపై తమకే హక్కులు ఉన్నాయని సదరు సంస్థ వాదించింది. వెలుగులోకి తెచ్చేస్తూ అధికారుల బలం.. సీఐడీ దర్యాప్తును ఈ ఆదేశంకోసం విచారణలో ఈ భూమికి సంబంధించిన విస్తృతమైన నిజాలు బయటపడ్డాయి. వాస్తవానికి ఖానామెట్ లోని సదరు 15 ఎకరాల భూమిని ప్రభుత్వం 1997లోనే

భాగ్యనగరంలో వరుణుడి ఉగ్రరూపం

హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం): గత కొన్ని రోజులుగా తీవ్ర ఉక్కు పోక, ఎండ వేడిమితో అల్లాడిపోతున్న నగర ప్రజలకు వరుణుడు వచ్చిన కబంబు. ఈ సంక్షోభానికి శాశ్వత ముగింపు సాధించడం నగరంలో వాతావరణం ఒక్కసారిగా మారిపోయింది. ఆకాశం మేఘవృతమై భూములు, మెరుపులతో కూడిన భారీ వర్షం కురిసింది. ఈ జోరువంత నగర వ్యాప్తంగా ఉద్వేగితల ఒక్కసారిగా పడిపోవడంతో ప్రజలు సేదతీరారు. అయితే, ఒక్కసారిగా పడిన భారీ వర్షం కారణంగా నగరంలోని ప్రధాన రహదారులన్నీ చెరువులను తలపించాయి. **ఇటీవల టూ పాతబస్.. అంతటా దంచుకోట్ల వాన** నగరంలోని దాదాపు అన్ని ప్రాంతాల్లోనూ వర్షం భీభత్సం సృష్టించింది. ముఖ్యంగా ఇటీవల కార్పొరేషన్ పరిధిలోని కూకట్ పల్లి, కేపీఎస్.బి.బాచపల్లి, ప్రగతి నగర్, మియాపూర్, లింగంపల్లి, హైటెక్ సిటీ, చందానగర్ ప్రాంతాల్లో రహదారులపైకి భారీగా వరద నీరు వచ్చి చేరింది. మరోవైపు నగర కేంద్ర భాగాలైన



STUDY MBBS ABROAD
Quality Education Global Recognition **Course Fee Per Year 3 Laks only**

USA | CANADA | UK | AUSTRALIA | GERMANY | FRANCE | NEW ZEALAND | MALTA | ITALY | IRELAND | MBBS : UZBEKISTAN | KAZAKHSTAN | KYRGYZSTAN | GEORGIA

Grads Universe
www.gradsuniverse.com **+91 6301726400**



జాతీయం- అంతర్జాతీయం



నికోబార్ కు కేంద్రం గ్రీన్ సిగ్నల్



పుణ్యం వెన్కటేశ్వర్లు గ్రేట్ నికోబార్ ఎయిర్ పోర్ట్ కు కేంద్రం అనుమతులు ఇచ్చింది. రూ.13వేల కోట్లతో పౌర సైనిక విమానాశ్రయాన్ని నిర్మించనుంది. ఐఎన్ఎస్ బాజ్ వద్ద ఇప్పటికే ఉన్న నావికాదళ విమానాశ్రయాన్ని విస్తరించే ఆలోచనను వ్యక్తంపెట్టింది. పర్యావరణపరంగా వైవిధ్యమైన ద్వీపంలో రూ.81వేల కోట్లతో ప్రకటించిన గ్రేట్ నికోబార్ ఐలాండ్ డెవలప్ మెంట్ ప్రాజెక్ట్ ఇప్పటికే రాజకీయ దుమారం రేపైంది. ఈ కేంద్రంలోనే ప్రభుత్వం నుంచి అనుమతులు రావడం గమనార్హం. సైనిక అవసరాల తీరేలా గోదావరి నీటి సమీపంలోని చింగెనే వద్ద ఈ ఎయిర్ పోర్ట్ ను నిర్మించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. భౌగోళిక పరిమితుల వల్ల ఇప్పటికే ఉన్న ఐఎన్ఎస్ బాజ్ ఎయిర్ స్టేషన్ వద్ద రన్వేను విస్తరించేందుకు దీర్ఘకాలికంగా ఉన్న ప్రణాళికను వ్యక్తం పెట్టాల్సి వచ్చింది. రానున్న ఐదేళ్లలో దీని నిర్మాణం పూర్తి కావాలని సమాచారం. నికోబార్ ద్వీప మలకా జలసంధికి అతిసమీపంలో ఉండటంతో జీఎన్ఎస్ ప్రాజెక్టు పూర్వో

అమెరికా వీసా ఆశావహులకు శుభవార్త

750 డాలర్లతో 10 రోజుల్లోనే ఇంటర్వ్యూ స్లాట్

అమెరికా వెళ్లాలనుకునే వ్యాపారులు, పర్యాటకుల కోసం ట్రంప్ సర్కార్ కొత్త విధానాన్ని తీసుకురాబోతోంది. వీసా ఇంటర్వ్యూ కోసం నెలల తరబడి ఎదురుచూడాలి అవసరం లేకుండా 10 రోజుల్లోనే వీసా ఇంటర్వ్యూలను నిర్వహించేలా స్పెషల్ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ నిర్వహించాలని నిర్ణయించింది. దీనికోసం టీమీయం ఎక్స్ పెడిట్ డివీజన్ పేరుతో ప్రత్యేక సేవలను ప్రారంభించనుంది. ఈ మేరకు అమెరికా విదేశాంగశాఖ తమ షెడల్ రిజిస్ట్రీలో నోటీసులు ప్రచురించింది. ఈ నోటీసు ప్రకారం జూలై 1వ తేదీ నుంచి డిసెంబర్ 31వ తేదీ వరకు ఈ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ నిర్వహించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ సేవలను వినియోగించుకోవాలంటే సాధారణ ఫీజు 185 డాలర్లకు అదనంగా 750 చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. ఈ పథకం కింద 750

ల డాలర్ల అదనంగా చెల్లించిన దరఖాస్తుదారులకు 10 రోజుల్లోనే వీసా ఇంటర్వ్యూ అపాయింట్ మెంట్ కల్పించనున్నారు. అయితే ఈ సదుపాయం ఎంపిక చేసిన కొన్ని అమెరికా రాయబార కార్యాలయాలు, కాన్సులేట్లలో మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటుంది. వాటిలో మిడియా అకౌంట్లు సహా వ్యక్తిగత వివరాలపై విస్తృత పరిశీలన చేపట్టడం వల్ల వీసా ప్రక్రియలో ఆలస్యాల పెరిగాయి. దీంతో అనేక దేశాల్లో వీసా ఇంటర్వ్యూల కోసం నెలల తరబడి వేచి చూడాలి పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఈ క్రమంలోనే స్పెషల్ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ కింద టీమీయం సర్వీస్ ను అమెరికా ప్రవేశ పెట్టడం గమనార్హం. అయితే, ఈ అదనపు ఫీజు చెల్లించడం ద్వారా ఇంటర్వ్యూ షెడ్యూల్ ను మాత్రమే త్వరగా పొందగలరని.. వీసా కచ్చితంగా పంజూరు అవుతుందనే హామీ లేదని అమెరికా విదేశాంగ శాఖ స్పష్టం చేసింది. దరఖాస్తుదారుల ఆర్థిక అధారంగా సేవలు నిర్ణయం తీసుకుంటామని తెలిపింది. డిమాండ్ ను బట్టి ఈ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ ను వచ్చే ఏడాదికి పొడిగించే అవకాశం ఉందని సమాచారం.

హార్వర్డు వద్ద కులిన అపాచీ హెలికాప్టర్



న్యూయార్క్: హార్వర్డు జలసంధి సమీపంలో అమెరికాకు చెందిన అపాచీ హెలికాప్టర్ కుప్పకూలింది. ఈ ప్రమాదంలో హెలికాప్టర్ ద్వంద్వం.. ఇద్దరు పైలట్లు సురక్షితంగా బయటపడినట్లు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ వెల్లడించారు. హార్వర్డు జలసంధి విధించిన దిగ్బంధనాన్ని ఛేదించే ప్రయత్నాల్లో భాగంగా, యూఎస్ సెంట్రల్ కమాండ్ (సెంట్రాల్ కామ్) అపాచీ హెలికాప్టర్ పాటు పైలట్ జెట్, డ్రోన్లతో చురచుకా కాన్సోన్ ను సమయంలో ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. ప్రమాదం జరిగిన సమయంలోనే రిపేర్ డ్రోన్లను కూల్చివేసినట్లు ఇరాన్ ప్రకటించడంతో.. అపాచీ హెలికాప్టర్ ఇరాన్ కాల్పుల్లో కూలిపోయిందా లేదా ఏదైనా సాంకేతిక లోపం తలెత్తిందా అనే విషయంపై దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. ఫిలిపైన్ లో అమెరికా, ఇరాన్ ల మధ్య పురుషులు ప్రారంభమైనప్పటినుంచి యూఎస్ సైనిక హెలికాప్టర్ కూలిపోవడం ఇది మొదటిసారి. బీబీ సింగెట్.. ఒంటరిగా మిగిలిపోతావు: నెతన్ యూహు కు టుంబి వార్నింగ్..!

మంట పుట్టిస్తున్న వంటగ్యాస్

కేంద్రం కొత్త నిర్ణయంతో సామాన్యులపై అదనపు భారం?
హైదరాబాద్: కేంద్ర ప్రభుత్వం తన ప్రతిష్టాత్మక 'ప్రధాన మంత్రి ఉజ్వల యాజన్' (సీఎంయూజై) లబ్ధిదారులకు అందించే సబ్సిడీ వంట గ్యాస్ సిలిండర్ల సంఖ్యపై కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇప్పటివరకు ఇచ్చున్న సబ్సిడీ సిలిండర్ల కోలాసు మోదానికి 4కు పరిమితం చేస్తున్నట్లు సోమవారం ఓ ఉన్నత ప్రభుత్వ అధికారి వెల్లడించారు. పెడ కుటుంబాల సగటు వాడకానికి అనుగుణంగానే ఈ మార్పు చేసినట్లు ప్రభుత్వం చెబుతోంది. 2016 మే నెలలో ప్రారంభమైన ఈ పథకం ద్వారా పెడ కుటుంబాల్లోని మహిళలకు ఉచితంగా గ్యాస్ కనెక్షన్లు అందించారు. తొలిసారిలో ఏడాదికి 12 సిలిండర్లపై సబ్సిడీ ఇవ్వగా, గత ఏడాది దాన్ని

మహిళల భద్రతే లక్ష్యం



తమిళనాడు: సీఎం పిఐయే కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు. మహిళల భద్రత కోసం రాష్ట్రంలో 'సింగ్లెస్ స్పెషల్ ట్రాన్స్ పోర్ట్' అనే ప్రత్యేక మహిళా పోలీస్ విభాగాన్ని ప్రారంభించారు. మహిళలు, పిల్లలపై నేరాలను ఆపేందుకు, ఏదైనా సమస్య వచ్చినప్పుడు వెంటనే స్పందించేందుకు పీఐఎం ఈ బృందాన్ని ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ఈ విభాగానికి రూ. 3.54 కోట్లు కేటాయిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. సింగ్లెస్ (S) దళం చిహ్నాన్ని ఆవిష్కరించి.. ఆ బృందాల కోసం ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక గెన్ గెజిట్ నాలను ప్రారంభించారు. ఓ వాహనాన్ని ఆయన స్వయంగా నడిపారు. అనంతరం మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో ఏ మహిళా భయంతో జీవించకూడదని.. సురక్షితంగా ఉన్నామన



తమిళనాడు స్పీకర్ కీలక నిర్ణయం

తమిళనాడు, జూన్ 09 (ఎ.ఎం.ఎన్): టీఎంసీ జరిగిన తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో 108 సీట్లు సాధించి అతిపెద్ద పార్టీగా అవతరించినప్పటికీ, విజయ నేతృత్వంలోని టీఎంసీ సొంతంగా ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేయడానికి అవసరమైన మెజారిటీ మార్పును అందుకోలేకపోయింది. దీంతో కాంగ్రెస్, బయ్యం ఎంపి, పీసీకే, టెన్ పార్టీల మద్దతుతో టీఎంసీ ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేసింది. అయితే మే 13 నాటి విశ్వాస పరీక్ష సమయంలో విపక్షాలకు సీనియర్ నేతలు షుభాంగం, ఎన్.పీ. వెలుమణి నేతృత్వంలోని ఒక పెద్ద తిరుగుబాటు వర్గం విజయ ప్రభుత్వానికి అనుకూలంగా ఓటు వేసిన ఈ ఎమ్మెల్యేలకు స్పీకర్ నిర్ణయంతో పెద్ద ఉపశమనం లభించింది.

దుబాయ్ లో ప్రమాదం

ముగ్గురు తెలంగాణ వాసుల మృతి
హైదరాబాద్: దుబాయ్ లో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటు చేసుకుంది. మిసీ బస్సు, ట్రక్కు డీ కొన్న ఘటనలో తెలంగాణకు చెందిన ముగ్గురు కార్మికులతో పాటు మరో నలుగురు దుర్మరణం చెందారు. వివరాల కోసం అత్యంత రద్దీగా ఉండే ఎమిరేట్స్ రోడ్డుపై సోమవారం వెగంగా వస్తున్న మిసీ బస్సు ట్రక్కును డీకాన్సడంట్ ఏడుగురు మృతి చెందారు. బదుగురికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. క్షతగాత్రులను పోలీసులు హాస్పిటల్ కు తరలించారు. మృతులను జాత్యాం జిల్లాలోని మెట్ పల్లి మండలానికి చెందిన అబ్దుల్ రశీద్, కొడిమ్యాల మండలానికి చెందిన సయ్యద్ సలీం, మల్లాలు మండలానికి చెందిన గజుల తిరుపతిగా గుర్తించారు. గాయపడిన వారిలో హైదరాబాద్ నగరానికి చెందిన మహమ్మద్ సయ్యాద్ కూడా ఉన్నారు. వీరందరూ షాహా కేంద్రంగా పని చేస్తున్న అల్లూ మినియం గ్రాస్, డోర్ ఫ్రెమ్ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్నారు. బస్సు డ్రైవర్ అజాగ్రతగా వ్యవహరించడం వల్లే ప్రమాదం జరిగిందని పోలీసులు తెలిపారు. విషయం తెలుసుకున్న భారత కాన్సులేట్ అధికారులు బాధితులను పరామర్శించారు. పూర్తి వివరాలు తెలుసుకోండి.

సంతకం ఫోర్రరీ ఆరోపణలు.. మమతా బెనర్జీ ఇంటికి సీఐడి



పశ్చిమ బెంగాల్ లో ప్రతిపక్ష నేత హోదా కోసం ఎమ్మెల్యేల సంతకాలు ఫోర్రరీ జరిగినట్లు ఆరోపణలు వచ్చిన విషయం తెలిసింది. ఈ కేసులో నేడు కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. దర్యాప్తులో భాగంగా మమతా బెనర్జీ నివాసానికి సీఐడి బృందం వెళ్లింది. ప్రతిపక్ష నేత హోదా కోసం అసెంబ్లీ స్పీకర్ కు సమర్పించిన ప్రతిపాదనలో టీఎంసీ శాసనసభ్యులు సంతకాలను ఫోర్రరీ చేశారనే ఆరోపణలు వచ్చాయి. పీఐసీ సంబంధించిన సమాచారం ఇవ్వాలని కోరుతూ సీఐడి అధికారులు ఆ పార్టీ జాతీయ కాన్ఫరెన్స్ అభిషేక బె

కాంగ్రెస్ ఎబిసీల మహమ్మారి కలకలం

బునయ్యా: డెమోక్రటిక్ రిపబ్లికన్ ఆఫ్ కాంగోలో ఎబిసీల వైరస్ వల్ల మృతిచెందిన వారి సంఖ్య 101కి చేరుకున్నది. ఆ దేశంలోని ఇటుర ప్రావిన్సులో ఎబిసీల వైరస్ వేగంగా విస్తరిస్తోంది. అయితే అక్కడ ఉన్న సాయుధ గ్రూపుల వల్ల వైరస్ నియంత్రణ కష్టమవుతోంది. తాజాగా ప్రభుత్వం కొత్త నివేదికను రిలీజ్ చేసింది. 550 పాజిటివ్ కేసుల్లో మృతుల సంఖ్య 10 మంది రిన్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. కొత్తగా 20 మంది మృతిచెందగా, 35 కొత్త కేసులు సమాధి అయినట్లు ప్రభుత్వం తెలిపింది. ఎబిసీలలోని బుందిబుగ్గో స్ట్రైటు మహమ్మారిలా మాదనట్లు మే 15వ తేదీన ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. ఆరంభంలో ఎబిసీల కేసులను గుర్తించడంలో ఆలస్యం కావడం వల్ల ఇప్పుడు పరిస్థితి అదుపులోకి తేవడం కష్టంగా మారింది. ఇటుర, నార్ కిప్ప, సోత్ కిప్ప ప్రావిన్సుల్లో ఎక్కువగా ఎబిసీల కేసులు సమాధి అవుతున్నాయి. అయితే జగన్, ఇదుము,

మంబనా ప్రాంతాల్లో సాయుధ గ్రూపులు ఉండడం వల్ల అక్కడ వైరస్ ను అదుపు చేయడం అసాధ్యమవుతోంది. మూడు కిలకలం ప్రావిన్సుల్లో సుమారు 120 నియుధ దళాలు ఉన్నాయని, పర్ పోరు, రాజకీయ ప్రభుత్వం, అమెరికా వల్ల అక్కడ హింస పెరుగొకతంది. దీంతో ఎబిసీల కేసులను గుర్తించి, నియంత్రించడం పెను సవాళ్లగా మారింది. కాంగోలో సుమారు 10 కోట్ల జనాభా ఉంటుంది. అక్కడ ఈ వైరస్ వ్యాపించడం ఇది 17వ సారి. 1976లో తొలిసారి ఎబిసీల వైరస్ ను గుర్తించారు. ప్రస్తుతం బుందిబుగ్గో స్ట్రైటు ఎక్కువగా వ్యాపిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. పొరుగు దేశం ఉగాండా నుంచి ఆ వైరస్ స్ట్రైటు వ్యాపి జరిగినట్లు భావిస్తున్నారు.

హిమాలయాల్లో అద్భుతం



జోజి లా ప్రాజెక్టులో చారిత్రాత్మక మైలురాయి
హిమాలయాలలోని హిమాలయ ప్రాజెక్టులో ఒక భాగం పరకు అనుసంధానమై ఉంటుంది. కొండల పైభాగం నుంచి సొరంగంలోని కి 474, 367, 213 మీటర్ల పొడవునా మూడు షాఫ్ట్లు (గార్, వెలుతురు వచ్చేలా నిలువుగా తవ్వేవ్వాలా) నిర్మించారు. ఏదైనా ప్రమాదం చోటుచేసుకుంటే ఈ షాఫ్ట్ల నుంచి రక్షణ చర్యలు చేపట్టడానికి వీలుంటుంది. సముద్రమట్టా

ప్రభుత్వ ఖజానాకు ఊరట

ఎంపీల జేతాల్లో 40 శాతం కోతకు గ్రీన్ సిగ్నల్
కీలక బిల్లు హాంసే అమోదం
బూఫెస్ట్: హాంగ్ కిలక బిల్లు అమోదం తెలిపింది. ప్రధాన మంత్రితో పాటు ఎంపీల జేతాల్లో 40 శాతం కోత వచ్చింది. ఈ బిల్లుకు 189 మంది ఎంపీలు అమోదం తెలిపారు. ప్రభుత్వ పరిపాలనా వ్యయాన్ని తగ్గించు మెరుగుపరుచుకోవడంలో ఈ బిల్లు కీలకంగా వ్యవహరించనుందని ఆ దేశ ప్రధాని పీటర్ మాగ్నర్ తెలిపారు. ఈ బిల్లుతో ఆయన ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన కీలక హామీని నిరవేర్చినట్లు అయింది. మాజీ ప్రధాన మంత్రి బిక్టర్ అప్పటి చట్టసభ సభ్యులను సంపత్తి పరచడానికి ఎంపీల జేతాలను వివరంగా పెంచేశారని.. ఆది పరిపాలనా వ్యయాన్ని పెంచి ఆర్థిక స్థితి ప్రభావం చూపిందని ప్రస్తుత ప్రధాని పీటర్ తెలిపారు. కేవలం జేతాల కోతకాదు ఎంపీలకు లభించే అలవెన్యూ కోతకా ఈ కోత తరలించును. దేశ ఆర్థిక స్థితిగతులను మెరుగుపరుచుకోవడంలో ఈ బిల్లు

ఆస్తు

మ్యారేజ్ బ్యూరో

అన్ని కులాల వారికి వినాహ సంబంధములు చూడబడును

**CALL US
BOOK
YOUR
CLASSIFIED
9247221878**

ACC Manchiryal, Adilabad
anandsirikondarkp@gmail.com

Our Branches :
Adilabad | Hyderabad | Karimnagar | Warangal | Khammam

9247221878, 8341222370

రోమ్ము క్యాన్సర్ గురించి మహిళలు తప్పనిసరిగా తెలుసుకోవాల్సిన విషయాలు ఇవే..!

చక్కని ఆరోగ్యం



రోమ్ము క్యాన్సర్ ను ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించడం చికిత్స విజయావకాశాలను గణనీయంగా పెంచుతుంది. అయితే ప్రారంభ దశ అనే పదం వివేకానే చాలా మంది మహిళలు ఘోరంగా ప్రమాదం తో లగిపోయిందని భావిస్తారు. వాస్తవానికి చికిత్స ప్రారంభమైన తర్వాత కూడా పునర్వాప్తం అయ్యే అవకాశాలు, దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య నిర్వహణ, మానసిక ఆరోగ్యం వంటి అంశాలపై అవగాహన కలిగి ఉండటం ఎంతో అవసరమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిపుణులు అభిప్రాయం ప్రకారం ప్రారంభ దశలో గుర్తించిన రోమ్ము క్యాన్సర్ కు చికిత్స సమర్థవంతంగా ఉన్నప్పటికీ, భవిష్యత్తులో క్యాన్సర్ మళ్ళీ వచ్చే ప్రమాదం ఘోరంగా ఉండదని చెప్పలేం. క్యాన్సర్ కణాల జీవశాస్త్ర లక్షణాలు, వ్యాధి స్వభావం, వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరిస్థితుల ఆధారంగా పునరావృత ప్రమాదం

మారుతూ ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో ఈ ప్రమాదం 50 శాతం వరకు ఉండే అవకాశం కూడా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే అదనపు చికిత్సలు సూచించడం వ్యాధి తీవ్రమైందని కాదు, భవిష్యత్తు ప్రమాదాన్ని తగ్గించే ప్రయత్నమని నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. ఇటీవలి కాలంలో రోమ్ము క్యాన్సర్ చికిత్సలో అనేక అధునిక విధానాలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. హార్వోన్ థెరపీ, టార్జెట్డ్ మెడికేషన్ వంటి చికిత్సలు క్యాన్సర్ తిరిగి వచ్చే అవకాశాలను తగ్గించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నాయి.

శోషణను వేగవంతం చేసే హిమోగ్లోబిన్ ను పెంచే ఆ బిల్కలెమిటో తెలుసుకుండా.. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడం: ఐరన్ ను శరీరం ఘోరంగా గ్రహించాలంటే మన జీర్ణక్రియ అడ్డుతంగా ఉండాలి. ముఖ్యంగా జీర్ణాశయంలో ఉండే స్ట్రామ్ కి యాసిడ్ పరిమాణం సరిగ్గా ఉండటం ముఖ్యం. అప్పుడే మనం తినే ఆహారం వాగా జీర్ణమవుతుంది. లేకపోతే ఐరన్ శోషణ అంతగా జరగదు. ముక్కును నిమృతం అరగటం పాలు నానబెట్టాలి. భోజనం చేయడానికి సరిగ్గా పది నిమిషాల ముందు ఆ అల్లం ముక్కును బాగా నమిలి తినాలి. ఇది మి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది.

ఐరన్ అందాలంటే..



పేగులపై ఫోకస్: ఐరన్ లోపాన్ని అధిగమించాలంటే ముందుగా పేగుల ఆరోగ్యం బాగుండాలి. ఎందుకంటే పేగుల ఆరోగ్యమే శరీరంలోని మిగిలిన అన్ని అవయవాల పనితీరును నియంత్రిస్తుంది. నిరంతరం కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి సమస్యలతో సతమతమవుతుంటే వెంటనే వాటిని నయం చేసుకోవాలి. పేగుల ఆరోగ్యంగా లేకపోతే ఐరన్ శోషణ అంతగా జరగదు. ఐరన్ మాత్రమే కాదు: శరీరంలో రక్తం తక్కువగా ఉండటం ఐరన్ లోపం కంటే ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలను మాత్రమే తింటే ఫలితం ఉండదు. ఆహారం ఎల్లప్పుడూ సమతుల్యంగా ఉండాలి. ఎర్ర రక్తకణాల ఉత్పత్తికి ఐరన్ తో పాటు ప్రోటీన్, విటమిన్ బీ12, బీ6 వంటి పోషకాలు కూడా ఎంతో అవసరం. వాపులకు విరుగుడు: ఈ రోజుల్లో జంక్ ఫుడ్ తినడం, అనారోగ్యకరమైన జీవనశైలి, విపరీతమైన మానసిక ఒత్తిడి, నిద్రలేమి కారణంగా శరీరంలో ఆంతర్గత వాపులు పెరుగుతున్నాయి. ఇవి కాలేయాన్ని తీవ్రంగా దెబ్బతీస్తాయి. కాలేయంపై ఒత్తిడి పడితే ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణం కాదు. కాబట్టి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంతో పాటు తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం. దీనివల్ల కాలేయం తాను తాను డిటాక్స్ చేసుకునే అవకాశం లభిస్తుంది. తిండిలో మార్పు: మీ ఆహారంలో కాకరకాయ, చేదు కూరగాయల సూప్స్ వంటి పదార్థాలను చేర్చుకోండి. ఇవి కాలేయ పనితీరును మెరుగుపరిచి శరీరంలో ఐరన్ శోషణను పెంచుతాయి. ఐరన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తింటున్నప్పుడు, దాంతో పాటు వి ఆహారాన్ని కలిపి తీసుకుంటున్నారనేది చాలా ముఖ్యం. ఐరన్ శరీరానికి పట్టాలంటే దానికి విటమిన్ సి తోడు కావాలి. అప్పుడే ఆహారంలోని ఐరన్ శోషణం జరగదు. ఐరన్ ను శరీరం ఘోరంగా శోషించుకోగలదు.

జాగింగ్ అంటేనే.. సౌకర్యంగా పరిగెత్తడం. స్థిరమైన, తక్కువ వేగాన్ని మెయింటెయిన్ చేయడం. వ్యాయామం చేస్తున్నప్పుడు ఆయాసం లేకుండా పక్కవారితో మాట్లాడగలుగుతుంటే.. అది సౌకర్యవంతమైన వేగం అని అర్థం చేసుకోవాలి. కొత్తగా వ్యాయామం మొదలుపెట్టే వారికి, బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి, గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడాలనుకునే వారికి.. జాగింగ్ మేలు చేస్తుంది. జాగింగ్ అంటేనే.. సౌకర్యంగా పరిగెత్తడం. స్థిరమైన, తక్కువ వేగాన్ని మెయింటెయిన్ చేయడం. వ్యాయామం చేస్తున్నప్పుడు ఆయాసం లేకుండా పక్కవారితో

జాగింగ్ పేరుతో రన్నింగా!?



ధూమపానం అలవాటు ఉన్నవారు అతివేగంగా పరిగెత్తే.. శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది పడతారు. శరీరం నిర్ధారణ లేనప్పుడు అకస్మాత్తుగా వేగాన్ని పెంచడం మంచిది కాదు. అలాచేస్తే.. మెద, వెన్ను, కాళ్ళలో కండరాలు పట్టేస్తాయి. జాగింగ్ లో వేగం ఎక్కువైతే.. శరీరం కోలుకోవడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. కొన్నిసార్లు తీవ్రమైన నీరసం, నిద్రలేమి, మానసిక ఆందోళన, విరాళు లాంటి సమస్యలు చుట్టుముడతాయి. అలవాటు లేనివారు ఒకేసారి వేగంగా పరిగెత్తడం వల్ల గుండె వేగం అకస్మాత్తుగా పెరుగుతుంది. రక్తపోటు ఉన్నవారికి, గుండె సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారికి ఇది చాలా ప్రమాదకరం. తీవ్రమైన సందర్భాల్లో గుండెపోటుకు కూడా దారి

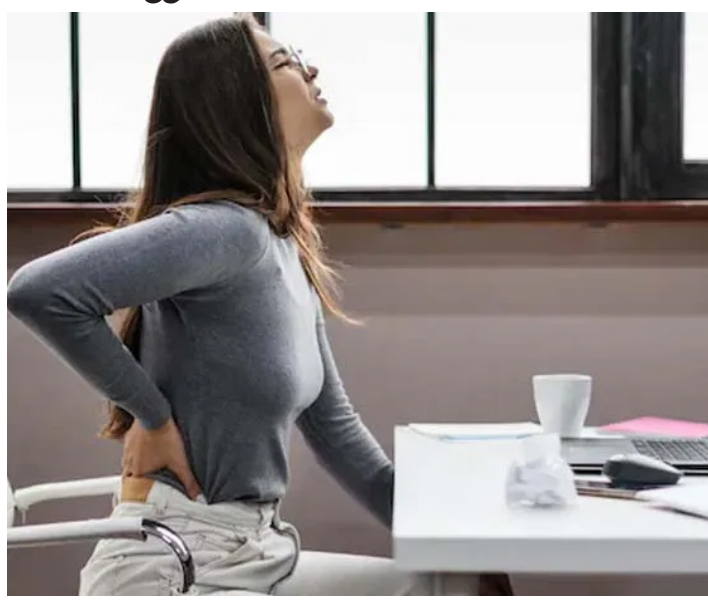
ఉంటాయి. అవి మొటిమలకు కారణమయ్యే ట్యాక్సీ రియాని నశించిస్తాయి. దీనికోసం జామాకులతో చేసిన ప్లేస్టిన్ మొటిమల దగ్గర అప్రై చేసుకోవాలి. ఇలా క్రమం తప్పకుండా చేస్తే చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారని నిపుణులు.

అదే సమయంలో రోగుల జీవన నాణ్యతను కూడా కాపాడటానికి సహాయపడుతున్నాయి. చికిత్స ఎంపికల గురించి నిపుణులతో స్పష్టంగా చర్చించడం, తమకు అనుకూలమైన అధునిక చికిత్సలపై సమాచారం తెలుసుకోవడం రోగులకు ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. చికిత్సలో అత్యంత కీలకమైన అంశం నిరంతర అనుసరణ. ప్రధాన చికిత్స పూర్తయ్యాక ఆరోగ్యం మెరుగుపడిందని భావించి చాలామంది పాలోఅవ్ పరీక్షలను నిర్లక్ష్యం చేసి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే దీర్ఘకాలిక చికిత్సలు, క్రమం తప్పకుండా జరిగే వైద్య పరీక్షలు ఆరోగ్య పరితాలపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతాయి. పాలోఅవ్ ద్వారా వైద్యులు శరీరంలో జరిగే మార్పులను గమనించడంతో పాటు ముఖ్యభావాలను నియంత్రించవచ్చు. అవసరమైతే ముందున్న జాగ్రత్తలు కూడా తీసుకోవచ్చు. రోమ్ము క్యాన్సర్ నుంచి కోలుకోవడం అనేది కేవలం శారీరక ప్రక్రియ మాత్రమే కాదు, భవిష్యత్తు లక్ష్యాలు కూడా ఇందులో ముఖ్యమైన భాగం. క్యాన్సర్ మళ్ళీ వస్తుందేమోనన్న భయం, జీవనశైలిలో మార్పులు, భావోద్వేగ ఒత్తిడి వంటి అంశాలు చాలామంది మహిళలను ప్రభావితం చేస్తాయి. అందువల్ల చికిత్సతో పాటు భావోద్వేగ మద్దతు, కౌన్సిలింగ్, కుటుంబ సహకారం కూడా సహాయంగా అవసరమవుతాయి. ప్రారంభ దశలో గుర్తించిన రోమ్ము క్యాన్సర్ కు చికిత్స విజయవంతమయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అయితే చికిత్స పూర్తయ్యిందంటే ప్రయోజనం ముగిసినట్లుకాదు. దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సంరక్షణ, క్రమమైన వైద్య చర్యనే

క్షణ, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని పాటించడం ద్వారా మహిళలు మరింత ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు సాగవచ్చు. ఆరోగ్యాన్ని మాత్రమే కాకుండా జీవన నాణ్యతను కూడా కాపాడుకోవడం ఈ ప్రయాణంలో అత్యంత ముఖ్యమైన అంశంగా వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

అధునిక యుగం లో సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగులు, ఐటీ ఉద్యోగులు, వ్యాపారస్థుల్లో కొంతమంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్ పరిమితమవుతున్నారు. దీంతో అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి అంటున్నారు వైద్యులు నిపుణులు. దీన్నే సిట్టింగ్ డిసీజ్ అని పిలుస్తున్నారు. ఈ

గుంటలతరబడి కుర్చీలో కూర్చుంటున్నారా..



నిట్టింగ్ డిసీజ్ ఇతర రోగాలకన్న ప్రమాదకరమైనది. చాపకింద నీరులా.. అనారోగ్య సమస్యల్ని మరింత తీవ్రం చేస్తుంది. ఒక చోట గంటల తరబడి కూర్చోవడం వల్ల వెన్నెముకపై తీవ్ర ఒత్తిడి పడుతుంది. ఫలితంగా నడుము, మెద నొప్పులు వస్తాయి. అలాగే శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వల్ల క్యాలరీలు ఖర్చు కాక స్వల్పకాయానికి దారి తీస్తుంది. రక్తప్రసరణ మందగించి, గుండె జబ్బుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. శరీరం ఇన్సులిన్ ను సరిగ్గా ఉపయోగించుకోలేదు. దీనివల్ల బ్లెడ్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. దీంతో పాటు స్క్విలను నిరంతరం చూడటం వల్ల కళ్ళ పొడిబారడం, తలనొప్పి అదనంగా వచ్చే అనారోగ్య సమస్యలు. అయితే, ఎంత సేపు కూర్చుంటే, ఎంత ప్రమాదం ఉంటుందనే విషయంలో కొన్ని తెచ్చులు చెబుతున్నారని నిపుణులు.

రోజుకి 4 గంటల పాటు కూర్చుంటే.. ప్రమాద తీవ్రత కాస్త తక్కువే ఉంటుందట. అదే 4-8 గంటలు కూర్చోవడంతో మధ్య ప్రమాదంగా చెప్పవచ్చు. 8-11 గంటలు పాటు కూర్చోవడంతోనే మరింత ఎక్కువ ప్రమాదానికి దారి తీస్తుందంటున్నారు. రోజుకి 11 గంటల కంటే ఎక్కువ సమయం కూర్చోవడం అంటే ప్రమాదం అంచన ఉన్నట్టే. ఎంతలా అంటే.. హఠాత్తుగా గుండెపోటు రావడం, వక్షవ్రాతం, శరీరం చలింపజేసుకోవడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఈ ప్రమాదం నుంచి మనల్ని మనం రక్షించుకోవాలంటే కనీసం వ్యాయామం తప్పనిసరి. క్రమం తప్పని వ్యాయామంతో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. 20-20-20 నియమం: ప్రతి 20 నిమిషాలకు ఒకసారి స్క్రీన్ చూడటం ఆపాలి. 20 సెకన్ల పాటు 20 అడుగుల దూరంలోని వస్తువును చూడటం వల్ల కంటి రెటినా పొర చల్లబడుతుంది. చిన్న విరామాలు: ప్రతి గంటకు కనీసం 5

కాఫీతో గుండెకు రక్షణ

మాత్రం జీవన శైలిలో గుండె జబ్బుల ముప్పు నానాటికీ పెరుగుతున్నది. అయితే, మనం రోజూ తాగే కాఫీ గుండెను పదిలంగా ఉంచుతుందని సరికొత్త పరిశోధనలు వెల్లడిస్తున్నాయి. రోజుకు రెండునుంచి మూడు కప్పుల కాఫీ తాగడం వల్ల గుండె జబ్బుల ముప్పు గణనీయంగా తగ్గుతుందని శాస్త్రవేత్తలు నిరూపించారు. ఆస్ట్రేలియాలోని మెల్బోర్న్ లోని హార్ట్ అండ్ డయాబెటిస్ ఇన్స్టిట్యూట్ శాస్త్రవేత్తలు ఈ ప్రతిష్టాత్మక పరిశోధనను నిర్వహించారు.



హిందూ. ట్రిబియన్ కు చెందిన 'యూజీ బయోబ్యాంక్' నుంచి సేకరించిన దాదాపు నాలుగున్నర లక్షల మంది డేటాను విశ్లేషించి ఈ అంశాన్ని పరిశోధించారు. దాదాపు పన్నెండున్నర సంవత్సరాల పాటు వీరి ఆరోగ్య అవస్థలు, కాఫీ వినియోగాన్ని పరిశోధకులు నిశితంగా గమనించారు. ఈ సందర్భాల్లో వారిలో ఆశ్చర్యకరమైన నిజాలు వెలుగుచూశాయి. రోజుకు 2-3 కప్పుల కాఫీ తాగే వారిలో గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం, కాఫీ తాగని వారి కంటే 20% తక్కువగా ఉన్నట్లు తేలింది. గ్రాండ్ కాఫీ, ఇన్స్టంట్ కాఫీ లేదా డికాఫిన్ అంటే కెఫిన్ తీసిన

ఫిట్నెస్ కోసం భోజనం మానేస్తున్నారా? జాగ్రత్త..



ఈ రోజుల్లో తగ్గరా బరువు తగ్గాలనే ఉద్దేశంతో చాలా మంది అల్యాహారం, భోజనం మానేయడం, భోజనాన్ని అలస్యం చేయడం లేదా రోజూ కొత్తలంటే, కాఫీ లేదా జ్యూస్లపై ఆధారపడడం చేస్తున్నారు. కానీ ఇది ఆరోగ్యకరమైన పద్ధతి కాదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. పగటి పూట తగినంత ఆహారం తీసుకోకపోతే సాయంత్రం సమయంలో ఎక్కువ ఆకలి వస్తుంది. దీంతో రాత్రి భోజనం చేయడం, తగినంత నిద్ర తీసుకోవడం, మంచి నిద్ర దీనికోసం ఒక బెటెర్ సూన్ జామాకు ప్లేస్టిన్ తీసుకోవాలి. దానికి అంతే నిపుణులు మొత్తంలో కలబంద గుజ్జు, బ్లాక్ హెడ్స్, వీటిని జామాకు, కలబందతో నివారించవచ్చని

మొటిమలు, బ్లాక్ హెడ్స్ పోవాలంటే..



అధికంగా తినడం లేదా జంక్ ఫుడ్ తినే అవకాశం పెరుగుతుంది. ఇది జీర్ణక్రియపై ప్రభావం చూపుతుంది. అందుకే ఉపవాసం చేయడం లేదా భోజనం మానేయడం ఫిట్నెస్ కు పరిష్కారం కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. భోజనం మానేయడం కంటే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

అధికంగా తినడం లేదా జంక్ ఫుడ్ తినే అవకాశం పెరుగుతుంది. ఇది జీర్ణక్రియపై ప్రభావం చూపుతుంది. అందుకే ఉపవాసం చేయడం లేదా భోజనం మానేయడం ఫిట్నెస్ కు పరిష్కారం కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. భోజనం మానేయడం కంటే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

అధికంగా తినడం లేదా జంక్ ఫుడ్ తినే అవకాశం పెరుగుతుంది. ఇది జీర్ణక్రియపై ప్రభావం చూపుతుంది. అందుకే ఉపవాసం చేయడం లేదా భోజనం మానేయడం ఫిట్నెస్ కు పరిష్కారం కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. భోజనం మానేయడం కంటే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

వుడయం సినిమా

MOVIE TIME!



అంగరంగ వైభవంగ మహేంద్రగిరి వారాహి టీజర్ విడుదల

వుడయం సినిమా: రాజశామల ఎంటర్టైన్మెంట్స్ & టిల్డ్ ఫిలిమ్స్ బ్యానర్ పై సుమంత్ హీరోగా నటించిన 'అంగరంగ వైభవంగ మహేంద్రగిరి వారాహి' టీజర్ విడుదలైంది. ఈ టీజర్లో హీరో సుమంత్ హీరోగా నటించిన 'అంగరంగ వైభవంగ మహేంద్రగిరి వారాహి' టీజర్ విడుదలైంది. ఈ టీజర్లో హీరో సుమంత్ హీరోగా నటించిన 'అంగరంగ వైభవంగ మహేంద్రగిరి వారాహి' టీజర్ విడుదలైంది.



'స్లమ్ డాగ్' పూరి జగన్నాథ్ గారి సినిమాలలో ఒక బెస్ట్ ఫిల్మ్ అవుతుంది

వుడయం సినిమా: డాషింగ్ డైరెక్టర్ పూరి జగన్నాథ్, వెర్బల్ హీరో విజయ్ సేతుపతి మ్యాస్ ఎంటర్టైన్మెంట్ యాక్షన్ డ్రామా 'స్లమ్ డాగ్' 33 బెంపుల్ రోడ్. ఈ చిత్రంపై అన్ని భాషల ప్రేక్షకులలోనూ భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. మూటింగ్ ఛార్జీ చేసుకున్న ఈ చిత్రం ప్రస్తుతం పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ చివరి దశలో ఉంది; అన్ని భాషల వెర్షన్లకు సంబంధించిన పనులు వేగంగా సాగుతున్నాయి. ఆసక్తికరమైన టైటిల్, ఆకట్టుకునే ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్లు ప్రకటించినప్పటి నుంచే ఈ చిత్రం మంచి బిజ్ నెలకొంది. మే డాగ్ 'చిత్రాన్ని పూరి కన్నెక్ట్ బ్యానర్ పై పూరి జగన్నాథ్, ఛార్మి కార్, జె.వి.నారాయణరావు కొంట్లో డి.ఎ.ఎస్.పి.కె.ఎస్. బ్యానర్ పై నిర్మించారు. తాజాగా చిత్రం బృందం టీజర్ను లాంచ్ చేశారు. "ఒక్క వాస పదితే కాకుండా చెబుతూనే ఉన్నాం మావి. అలాంటి మా బతుకులతో అడుగులే చేసేందుకు వదులుతాం" అనే పవర్ ఫుల్ డైలాగ్ తో మొదలైన టీజర్ అదిరిపోయింది. యాక్షన్, ఎమోషన్, మిస్టరీ అంకలతో కూడిన ఆసక్తికరమైన సన్నివేశాల కట్టి పడేశారు. సినిమాలోని ప్రధాన పాత్రలను పరిచయం చేస్తూనే, విజయ్ సేతుపతి పాత్ర చుట్టూ ఉన్న మిస్టరీని ఆసక్తికరంగా పుంచి.

సంబరాల ఏటిగట్ట ముంబై షెడ్యూల్ పూర్తి..



వుడయం సినిమా: మెగా సుప్రీం హీరో సాయి దుర్గా తేజ్ పాన్-ఇండియా స్పెషియల్ SYG (సంబరాల ఏటిగట్ట) తో ఇంతకు ముందేన్నడూ చూడని ఎక్స్ పీరియన్స్ అందించడానికి సిద్ధమవుతున్నాడు. హను మాన్ పంటి గోబల్ బ్రాడ్కాస్ట్ తర్వాత ప్రైమ్ టైమ్ ఎంటర్ టైన్మెంట్ నిర్వహిస్తున్న ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం #SYG పై రోజురోజుకూ అంచనాలు పెరుగుతున్నాయి. రోజురోజుకూ విద్యార్థులు ఈ భారీ చిత్రానికి సంబంధించిన ముంబై షెడ్యూల్ విజయవంతంగా పూర్తయింది. ఈ షెడ్యూల్లో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది. హనుమాన్ విజయంతో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది. హనుమాన్ విజయంతో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది. హనుమాన్ విజయంతో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది.

"సిగ్నా" ఫస్ట్ సింగిల్ సిగ్నా స్టయిల్



వుడయం సినిమా: లైకా ప్రొడక్షన్స్ అధినేత సుభాస్ చంద్రన్ నిర్వహిస్తున్న 'సిగ్నా' చిత్రం ప్రకటించిన నాటి నుంచే ప్రేక్షకుల దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది. జానని సంజయ్ దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్న ఈ చిత్రంలో సందీప్ కిషన్ హీరోగా నటిస్తున్నారు. జూలై 31న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో విడుదల కానున్న ఈ సినిమాపై రోజురోజుకూ అంచనాలు పెరుగుతున్నాయి. తాజాగా విడుదలైన ఫస్ట్ సింగిల్ 'సిగ్నా స్టైల్' సాంగ్ అతి తక్కువ సమయంలోనే 5 మిలియన్లకు పైగా వ్యూస్ సాధించి సంగీత ప్రేమియులు, యువత నుంచి విశేష ఆదరణ పొందుతోంది. ఈ పాట తెలుగు, తమిళ ప్రేక్షకులను సమానంగా ఆకట్టుకుంటూ సోదల్ మీడియాలో ట్రెండింగ్ గా మారింది. ఎన్.టి.వీ నందిన బీట్, సైలిమ్ విజయ్, గ్రాండ్ ప్రజెంటేషన్ తో 'సిగ్నా స్టైల్' పాట ప్రేక్షకులను వెంటనే ఆకట్టుకుంది. సందీప్ కిషన్ హీరో స్ట్రీట్ ప్రజెన్స్ పాటకు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలవగా, ఫారియా అబ్దులా తన గ్రేట్ ఫుల్ కానికల్-వెస్ట్రన్ ఛార్జింగ్ డ్యాన్స్ పెర్మానెన్స్ తో పాటను మరో స్థాయికి తీసుకెళ్లింది. దర్శకుడు జానని సంజయ్ సైలిమ్ ఆన్ స్ట్రీట్ అప్బియెన్స్ కోడా అలరించింది. క్యాబ్ టూమ్, సైలిమ్ ట్రీట్ మెంట్, ఎన్.టి.వీ ప్రజెంటేషన్ తో ఈ పాట యువతకు ఫేవరేట్ గా మారింది. లైకా ప్రొడక్షన్స్ సుభాస్ చంద్రన్ భారీ స్థాయిలో నిర్వహిస్తున్న ఈ చిత్రంలో ఫారియా అబ్దులా కథానాయికగా కనిపించనున్నారు. అలాగే రాజా సుందరం, సంపత్ రాజ్, శివీ పండిట్, అంబా తానన్, యోగి జానీ తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఎస్.ఎస్. తమిస్ సంగీతం అందిస్తుండగా, కృష్ణ వసంత్ సినిమాటోగ్రఫీ బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. ప్రవీణ్ కేవల్ ఎడిటర్ గా, హరిహర సుతన్ విజయ్ ఎక్స్ క్ల్యూ సూపర్వైజర్ గా పనిచేస్తున్నారు. ఈ చిత్ర ఆడియో హక్కులను సరేగమా సొంతం చేసుకుంది. త్వరలోనే ఆడియో లాంచ్, ట్రైలర్ లాంచ్ కు సంబంధించిన మరిన్ని ఆసక్తికరమైన అప్డేట్స్ ను మేకర్స్ ప్రకటించనున్నారు.

'సిద్ధాంతి లవ్ స్టోరీ' టీజర్, ట్రైలర్ లాంచ్



వుడయం సినిమా: తెలుగు సిల్వర్ స్క్రీన్ పైకి బ్యాటిఫుల్ యూత్ ఫుల్ లవ్ స్టోరీ రాబోతోంది. మోహన్ దర్శకులు ఎ.కోదండరామిరెడ్డి, బి.గోపాల్, దామోదర ప్రసాద్, తెలుగు సిని దర్శకుల సంఘం అధ్యక్షుడు వి.ఎన్.ఆదిత్య, దర్శకులు వి.సమద్ర, రామ్ ప్రసాద్, నటుడు-నిర్మాత ఆశోక్ కుమార్, నిర్మాతల సంచలన విజయా లోని మొదటి పాట 'గులాబ్ జామ్' ఇప్పటికే చార్ట్ బస్టర్ గా నిలిచింది. తాజాగా చిత్ర బృందం ఈ సినిమా టీజర్ ను విడుదల చేసింది. టీజర్లో రాగ్ మయూర్ పోషించిన పాత్రను పరిచయం చేశారు. తన చుట్టూ ఉన్న ప్రతి ఒక్కరినీ, తన తల్లిదండ్రులను, ప్రేయసిని కూడా అనుమానించే స్వభావం ఉన్న యువకుడిగా కనిపించిన తీరు ఆకట్టుకుంది. అతని ఈ అనుమాన స్వభావం వల్ల వరుసగా జరిగే విచిత్రమైన, హాస్యభరితమైన, గందరగోళ సమఘటనలతో కథ ఆసక్తికరంగా ముందుకు సాగుతుంది.

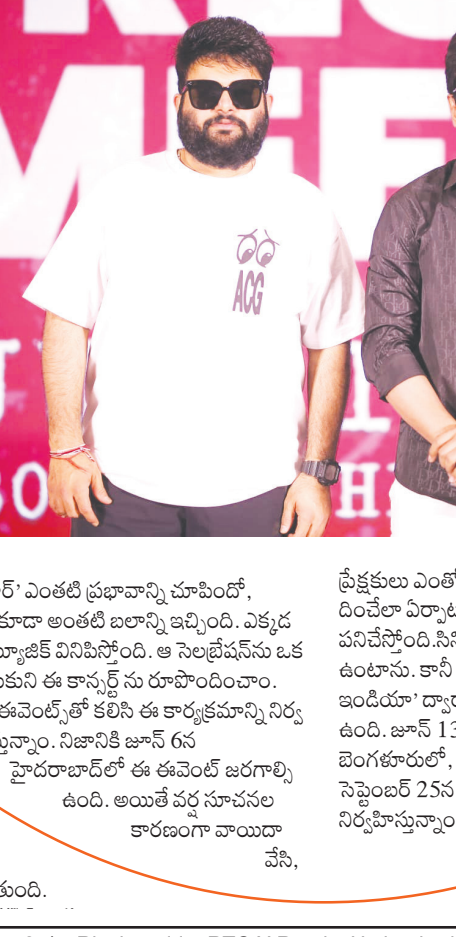
వుడయం సినిమా: మెగా సుప్రీం హీరో సాయి దుర్గా తేజ్ పాన్-ఇండియా స్పెషియల్ SYG (సంబరాల ఏటిగట్ట) తో ఇంతకు ముందేన్నడూ చూడని ఎక్స్ పీరియన్స్ అందించడానికి సిద్ధమవుతున్నాడు. హనుమాన్ పంటి గోబల్ బ్రాడ్కాస్ట్ తర్వాత ప్రైమ్ టైమ్ ఎంటర్ టైన్మెంట్ నిర్వహిస్తున్న ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం #SYG పై రోజురోజుకూ అంచనాలు పెరుగుతున్నాయి. రోజురోజుకూ విద్యార్థులు ఈ భారీ చిత్రానికి సంబంధించిన ముంబై షెడ్యూల్ విజయవంతంగా పూర్తయింది. ఈ షెడ్యూల్లో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది. హనుమాన్ విజయంతో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది. హనుమాన్ విజయంతో ఓ ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు పాల్గొనడం చిత్రానికి మరో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది.

'అనుమాన పక్షి' హిలేరియస్ ఫన్ రైజ్ టీజర్ లిలీజ్



వుడయం సినిమా: 'అనుమాన పక్షి' టీజర్ లిలీజ్. నిర్మాతల సంచలన విజయా లోని మొదటి పాట 'గులాబ్ జామ్' ఇప్పటికే చార్ట్ బస్టర్ గా నిలిచింది. తాజాగా చిత్ర బృందం ఈ సినిమా టీజర్ ను విడుదల చేసింది. టీజర్లో రాగ్ మయూర్ పోషించిన పాత్రను పరిచయం చేశారు. తన చుట్టూ ఉన్న ప్రతి ఒక్కరినీ, తన తల్లిదండ్రులను, ప్రేయసిని కూడా అనుమానించే స్వభావం ఉన్న యువకుడిగా కనిపించిన తీరు ఆకట్టుకుంది. అతని ఈ అనుమాన స్వభావం వల్ల వరుసగా జరిగే విచిత్రమైన, హాస్యభరితమైన, గందరగోళ సమఘటనలతో కథ ఆసక్తికరంగా ముందుకు సాగుతుంది.

'ఓజీ టూర్' కాన్సర్ట్ మ్యూజికల్ అనుభూతిని అందించబోతోంది..



వుడయం సినిమా: సెన్సేషనల్ మ్యూజికల్ డైరెక్టర్ ఎస్.ఎస్. తమిస్, ఇప్పుడు జూన్ 13న నిర్వహిస్తున్నాం. హైదరాబాద్ లోని బొల్లెర్ హిల్స్ లోని గ్రాండ్ గా జరగనుంది. సంగీత ప్రేమియుల ఓ ప్రత్యేక అనుభూతిని అందించనున్న ఈ మ్యూజికల్ ఈవెంట్ కు సంబంధించిన వివరాలను తెలియజేస్తూ నిర్వాహకులు ప్రెస్ మీట్ నిర్వహించారు. ప్రెస్ మీట్ లో ఎస్.ఎస్. తమిస్ మాట్లాడుతూ... అందరికీ నమస్కారం. ఓజీ సినిమా అప్రియేషన్ సెలబ్రేషన్ ను కొనసాగిస్తూ 'ఓజీ టూర్' ఇండియాను నిర్వహిస్తున్నాం. హైదరాబాద్ లో తొలిసారిగా ఈ ఈవెంట్ నిర్వహించడం ఆనందంగా ఉంది. అని రుద్దగా 'హుకుం టూర్' ఎంతటి ప్రభావాన్ని చూపిందో, మనకు 'ఓజీ టూర్' కూడా అంతటి బలాన్ని ఇచ్చింది. ఎక్కడ చూసినా 'ఓజీ' మ్యూజికల్ వినిపిస్తోంది. ఆ సెలబ్రేషన్ ను ఒక ఐకాన్ గా తీసుకుని ఈ కాన్సర్ట్ ను రూపొందించాం. ఏసీటీసీ ఈవెంట్స్ తో కలిసి ఈ కాన్సర్ట్ మాన్యు నిర్వహిస్తున్నాం. నిజానికి జూన్ 6న హైదరాబాద్ లో ఈ ఈవెంట్ జరగాల్సి ఉంది. అయితే వర్ష వానల కారణంగా వాయిదా వేసి, ప్రేక్షకులు ఎంతో సౌకర్యవంతంగా, ఆనందంగా ఈ ఘోస ఆస్వాదింపగలగట్లు చేస్తున్నాం. మా టీమ్ కూడా ఎంతో కష్టపడి పనిచేస్తోంది. సినిమా వేడుకల్లో మీ అందరినీ కలుస్తానే ఉంటాను. కానీ తొలిసారి ఇలా వ్యక్తిగతంగా 'ఓజీ టూర్' ఇండియా' ద్వారా కలవడం చాలా ఆనందంగా ఉంది. జూన్ 13న హైదరాబాద్ లో, జూలై 11న బెంగళూరులో, ఆగస్టు 15న చెన్నైలో, సెప్టెంబర్ 25న వైజాగ్ లో ఈ ఈవెంట్లు నిర్వహిస్తున్నాం.

"టీఎఫ్ సీసీ ఫార్ట్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ అవార్డ్స్ 2026"

వుడయం సినిమా: చిత్ర పరిశ్రమలో స్థూరంగా టాలెంట్ ను ప్రోత్సహించేందుకు తెలంగాణ ఫిలిం చాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ ఛైర్మన్ డా. ప్రతాపి రామకృష్ణ గౌడ్ టీఎఫ్ సీసీ ఫిలిం ఫెస్టివల్ అవార్డ్స్ 2026 ను ప్రకటించిన సంగతి తెలిసింది. ఈ ఫెస్టివల్ కు భారీగా ఎంట్రీలు వస్తున్నట్లు ఈ రోజు హైదరాబాద్ లో జరిగిన ప్రెస్ మీట్ లో డా. ప్రతాపి రామకృష్ణ గౌడ్ తెలిపారు. ఈ అవార్డుల కమిటీ జ్యూరీకి ఛైర్ పర్సన్ గా నటి ఇంద్రజను ఎంపీసీ చేసినట్లు ఆయన వెల్లడించారు. దాదాపు 30 కేటగిరీల్లో మొదటి బదుగురు విజేతలకు అవార్డ్స్ ఇస్తామని, మొదటి ముగ్గురు విజేతలకు అవార్డ్ తో పాటు నగదు బహుమతి కూడా అందిస్తామని డా. ప్రతాపి రామకృష్ణ గౌడ్ ప్రకటించారు. కర్ణాటక, తమిళనాడు వంటి ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి కూడా తెలుగు వాళ్లు తమ ఫార్ట్ ఫిలింస్ పంపవచ్చని ఆయన అన్నారు. ఈ రోజు జరిగిన ప్రెస్ మీట్ లో టీఎఫ్ సీసీ ఛైర్మన్ డా. ప్రతాపి రామకృష్ణ గౌడ్ మాట్లాడుతూ ఇండస్ట్రీ మీద ఎన్నో ఆశలతో రోజుకొక వారం వస్తున్నారు. వారికి తమ కంటెంట్ ను ఎలా ప్రదర్శించాలి, తమ ప్రతిభను ఎలా చూపించాలనేది తెలియదంటే, అలాంటి యంగ్ టాలెంట్ కోసం టీఎఫ్ సీసీ ఫిలిం ఫెస్టివల్ అవార్డ్స్ 2026 నిర్వహిస్తున్నాం. గత నెలలో మేము ప్రకటించినప్పటి నుంచి భారీగా ఎంట్రీలు వస్తున్నాయి. వీటిని ఎక్కువమందికి ప్రోత్సాహం అందించాలని మొదటి బదు స్థానాలకు అవార్డ్స్ ఇస్తున్నాం. మొదటి ముగ్గురు విజేతలకు నగదు బహుమతి కూడా ఉంటుంది. 5000, పుష్పానంద కలిబి దాపు 30 కేటగిరీలు ఉన్నాయి. మొదటి బహుమతిగా 10 వేలు, రెండో బహుమతిగా 7000, మూడో బహుమతిగా 5000 రూపాయలు ఇస్తాం. పచ్చేసారి ఈ నగదు బహుమతి మరింతగా పెంచుతాం. మేము దీని కోసం ఎవరి దగ్గర ఎంట్రీ ఫీజు తీసుకోవడం లేదు.