

ఘనంగా 80వ స్వాతంత్ర వేడుకలు

మలకల్ ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి)

మలకల్ ధన్యదమండల కేంద్రంలో మరియు వివిధ గ్రామాలలో శనివారం ఘనంగా 80వ స్వతంత్ర వేడుకలు జరుపుకున్నారు తెలవారజామన లేచి విద్యార్థులు ఉపాధ్యాయులు నాయకులు విద్యార్థులతో పిదపిది గుండా తిరుగుతూ స్వాతంత్ర ఉద్యమాలు పోరాడి తీసుకొచ్చిన నాయకులు పేరు జమీన్ బ్రీటిష్ వారు తో పోరాడి తీసుకొచ్చిన స్వతంత్రమున గౌరవించి వారియు మరయు మాత్ర గాంధీ ద్వారా బి.ఆర్ అంబేద్కర్ బాలగం గార్ధర్ పండిట్ జవహర్లాల్ నెహ్రూ బా తో

ఆటో డ్రైవర్ షేక్ సాబేర్కు ఘన సన్మానం

కోహర్ ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి)

ఆటోరైక్షా డ్రైవర్గా పనిచేస్తున్న షేక్ సాబేర్ గత 23 ఏళ్లుగా నిరాటంకంగా అనేక సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో నిమగ్నమై ఉన్నారు. ప్రమాదాలు లేదా హత్యలు జరిగిన అత్యంత క్లిష్టమైన ప్రదేశాల నుండి మృతదేహాలను ఎంతో శ్రద్ధతో, బాధ్యతగా అనుపత్రులకు తరలించడంలో ఆయన విశేష సేవలు అందించారు. చాలామంది చూడటానికి కూడా సంకోచించే సంఘటనా స్థలాల్లో ఆయన చూపిన ధైర్యం, మానవత్వం ఎందరికో ఆదర్శంగా నిలిచాయి.

ఈ నేపథ్యంలో, 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలను పురస్కరించుకుని కోహర్ జంక్షన్ వద్ద ఆటో యూనియన్ ఆధ్వర్యంలో త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎంతో ఘనంగా అవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో

మాజీ ఎమ్మెల్యే చిట్టెంనర్సిరెడ్డికి ఘనంగా నివాళులు

మలకల్ ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి)

ధన్యదమండల కేంద్రంలోని శనివారం ఘనంగా శ్రీస్థ శేషులు మాజీ ఎమ్మెల్యే చిట్టెం నర్సిరెడ్డి పుగ్గలలో పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు మరియు కుమారుడు చిట్టెం వెంకటేశ్వర్ రెడ్డి కి ఘనంగా శ్రద్ధాంజలి ఘటించారు ఆగస్టు 15న నారాయణపేట గడ్డపై జెండా వందనం కార్యక్రమానికి వెళుతుండగా నక్కలైళ్లు చేతుల్లో బలి అయిన తండ్రి కొడుకు జ్ఞాపకాలు గుర్తు చేసుకున్నారు మహాబాబుగర్ బిజెపి ఎంపీ డీకే అరుణ మృ మరియు బిఆర్ఎస్ మాజీ ఎమ్మెల్యే

ఘనంగా 80 వ స్వతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు

■ పాల్గొన్న అధికారులు...
తాండూర్ ఆగస్టు 15
పురయం ప్రతినిధి:-

తాండూర్ మండలంలో 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు అత్యంత ఉత్సాహంగా, ఘనంగా ముగియాయి. మండల పరిధిలోని ప్రభుత్వ కార్యాలయాల, పాఠశాలలు మరియు 33 గ్రామ పంచాయతీలలో త్రివర్ణ పతాకం సగర్వంగా రెపరెపలాడింది.

స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల త్యాగాలను స్మరించుకుంటూ, మండల స్థాయి అధికారులు మరియు ప్రజాప్రతినిధులు జాతీయ జెండాను అవిష్కరించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ప్రధాన కార్యాలయాల్లో జెండా అవిష్కరణలు:

తానీల్వార్ కార్యాలయం: తానీల్వార్ తానీగ్ జాతీయ జెండాను అవిష్కరించారు. ఎంపీడిఎ్ కార్యాలయం: మండల అభివృద్ధి అధికారి విశ్వప్రసాద్ జెండాను ఎగరవేశారు. పంచాయతీ రాజ్ ఇతర కార్యాలయం: శ్రీనివాస్ రెడ్డి జాతీయ పతాకాన్ని అవిష్కరించారు పంచాయతీ రాజ్ డిఈ కార్యాలయం: నాగభూషణం జెండాను ఎగరవేశారు. పటిష్ట (ATO) కార్యాలయం: వెంకటరమణ జెండా అవిష్కరించారు. సోమనాయ శాఖ కార్యాలయం: ఏవో

మంత్రి పదవిపై కోమటిరెడ్డి సీరియస్!

■ రాజగోపాల్రెడ్డి తిరుగుబాటు స్వరం.. కాంగ్రెస్లో మళ్లీ ప్రకంపనలు

■ మంత్రి పదవి హామీ అమలుకాలేదన్న అసంతృప్తి కారణమా?

■ సొంత ప్రభుత్వంపైనే వరుస విమర్శలు.. హైకమాండ్కు పీసీసీ ఫిర్యాదు

■ “తెలంగాణ కోసం పోరాడిన వారికి, నిజమైన కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలకు గుర్తింపు దక్కాలి”

విశాఖపట్నం ఆగస్టు 15 (పురయం బ్యూరో)

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో మునుగోడు ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్రెడ్డి వ్యవహారం మరోసారి హాట్టాపీక్ గా మారింది. పార్టీపై, ప్రభుత్వంపై ఆయన చేస్తున్న వరుస విమర్శల విమర్శలు కాంగ్రెస్లో చర్చకు దారితీస్తున్నాయి. ఎన్నికల సమయంలో మంత్రి పదవి ఇస్తామని హైకమాండ్ హామీ ఇచ్చిందన్న ప్రచారం నేపథ్యంలో.. ఆ హామీ అమలు కాకపోవడమే ఆయన అసంతృప్తికి ప్రధాన కారణమా? అన్న ప్రశ్నలు రాజకీయ వర్గాల్లో వినిపిస్తున్నాయి. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి



తాండూరు మార్కెట్ కమిటీ నూతన పాలకవర్గ ప్రమాణస్వీకారం

■ రైతుల సంక్షేమమే ధ్యేయంగా పనిచేయాలి.....

■ ఏడాదిలోగా నూతన మార్కెట్ యార్డు ప్రారంభం..

■ కాగ్నా నదిపై చెక్ డ్యామ్ల నిర్మాణం....

■ తాండూరు పట్టణ ప్రజలకు రెండు ట్రైములో మంచినీళ్లు అందించడమే ధ్యేయంగా...

■ పనులు చేపడతాం...

■ ఎమ్మెల్యే బుయ్యని మనోహర్ రెడ్డి

తాండూరు ఆగస్టు 14 (పురయం ప్రతినిధి) :

తాండూరు పునసాయ మార్కెట్ కమిటీ నూతన పాలకవర్గ ప్రమాణస్వీకార మహోత్సవం పట్టణంలోని క్లాసిక్

డోర్కిండలో గొంతు కోసుకున్న గుర్తుతెలియని వ్యక్తి

ఊర్కింద మ్యాన్ 15 (పురయం ప్రతినిధి)

నాగర్ కర్నూల్ ఊర్కింద మండల కేంద్రంలో ఓ వ్యక్తి గొంతు కోసుకొని అత్యనూత్యకు యత్నించిన ఘటన కలకలం రేపింది. స్థానికులు తెలుసు బీ ఉపాధ్యాయులని బ్రిక్కిన గొడూరు నుంచి నాగర్ గిద్దకు తీసుకువచ్చి అక్కడ దింపారు. అనంతరం తిగి బ్రిక్కిన గొడూరుకు బయలుదేరారు. ఈ క్రమంలో గొడూరు బ్రిడ్జి వద్దకు చేరుకో

డోర్కిండ లో ప్రజావాణి కార్యాక్రమము ప్రారంభం

■ ఎంపీడిఎ్ సత్యపాల్రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఊర్కింద మ్యాన్ 1 (పురయం ప్రతినిధి)

నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా ఉరుకొండ మండలం మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయము ఊర్కింద నందు ప్రతి నియోజకవర్గం ప్రజావాణి కార్యాక్రమము కలదు. ప్రతి సోమవారం ఉదయం 1000 గంటల నుండు మధ్యాహ్నం 0100 వరకు ప్రజావాణి కార్యక్రమాన్ని మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయము ఊర్కింద నందు నిర్వహించబడును. ఊర్కింద మండలములోని అన్ని గ్రామాల నుండి వచ్చే ప్రజల ఫిర్యాదులు, వినతులను సేకరించి, సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు గాను ఈ కార్యక్రమాన్ని

పదవ తరగతి విద్యార్థులకు నగదు ప్రోత్సాహకాలు

లయజ, ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి)

భూపల్లం గ్రామంలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల సందర్భంగా గత విద్యార్థనంతర్వరంలో పదవ తరగతిలో ఉత్తమ విద్యార్థులు, వినతులను సేకరించి, సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు గాను ఈ కార్యక్రమాన్ని

ఘనంగా 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు

■ “పదో తరగతిలో ఉత్తీర్ణత పొందిన పూర్వ విద్యార్థులకు బహుమతులు ప్రదానం”

■ “మొదటి బహుమతి గీతాంజలి రెండవ బహుమతి లంకితకు లకు నగదు లండజేత”

కోహర్ ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి)

కోహర్ మండలం గుడ్డివాడ గ్రామంలో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో ఘనంగా జరిగాయి. ప్రధానోపాధ్యాయులు ఆకుల ప్రభు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు గ్రామ ప్రజలను, విద్యార్థులను అలరించాయి. ప్రధానోపాధ్యాయులు ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థులకు సూర్యుడాయం లో సందేశాలు ఇచ్చారు. అదేవిధంగా సోసల్ ఉపాధ్యాయులు సీతా జైపాల్ ప్రభు బహుమతి గీతాంజలికి,

వెనుకబాటుతనంపై ‘గద్వాల’ సమరభేరి

■ రాష్ట్రానికే సహాలో వినిలిన కలెక్టర్!

■ అభివృద్ధిలో లగ్గొస్తానమే లక్ష్యం.. వచ్చే ఆగస్టు పదిహేను నాటికి మార్పు చూపిస్తాం: కలెక్టర్ రిజాన్ బాబా షేక్

గద్వాల ఆగస్టు 15 (పురయం బ్యూరో)

జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాపై పడిన “వెనుకబడిన ప్రాంతం” అనే ముద్రను శాశ్వతంగా పాతిపెట్టేందుకు అధికారులు పునరంకితం కావాలని జిల్లా కలెక్టర్ రిజాన్ బాబా షేక్ ఉద్ఘాటించారు. జిల్లాను ప్రగతి పథంలో నడిపి, రాష్ట్రంలోనే అగ్రగామిగా నిలపడమే లక్ష్యంగా యంత్రాంగం సమస్త బాధ్యతతో పనిచేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల అమలుతో తాగునీటి సరఫరా గడప తొక్కాల్సిందేనని, మళ్లీ వచ్చే సంవత్సరం కూడా విద్యార్థులను బహుమతులు ప్రధానం చేస్తానని ప్రకటించారు. విద్యార్థులకు సూర్యుడాయం లో సందేశాలు ఇచ్చారు. అదేవిధంగా సోసల్ ఉపాధ్యాయులు సీతా జైపాల్ ప్రభు బహుమతి గీతాంజలికి,





సంపాదక్రియం

జూలైలో దేశ రిటైల్ ప్రవృత్త్యాణం పెరగడం ముందుగా ఊహించింది. జూనీలో నమోదైన 4.38 శాతం నుంచి జూలైలో 4.45 శాతానికి చేరుడం గమనార్హం. 2024 డిసెంబరు వరకు భారత్, అంటే గత 19 నెలల్లో నమోదైన అత్యధిక స్థాయి ఇది. మరుసగా రెండో నెలలోనూ రిటైల్ ప్రవృత్త్యాణం రెక్కిస్తో ఉన్న ఇండియా (ఆర్బీఐ) నిర్దేశించిన 4 శాతం లక్ష్యాన్ని దాటి నమోదైంది. అయినప్పటికీ, అక్షిపాని నిర్దేశించిన 2 నుంచి 6 శాతం వరదెరిగే వరకే కొనసాగుతోంది. ఎప్పటికైలాగే ఈసారి కూడా ఆహారం, ఇంధనం, రవాణా రంగాల్లో అత్యధిక లాభాలను మినహాయించిన కోర్ ప్రవృత్త్యాణం మారతం 3 శాతం లోనే స్థిరంగా ఉండటం గమనార్హం. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఆహార ప్రవృత్త్యాణం జూనీలో 5.45 శాతం నుంచి జూలైలో 5.79 శాతానికి చేరుగడం అందోళనకరం. ఉత్పాదనలు (22.54 శాతం), మెరుగ్గా (35.36 శాతం), ఆలం (83.62 శాతం) వంటి

నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు ఈ పెరుగుదలకు అజ్ఞాం బోశాయి బంగాళదుంప (16.56 శాతం) ధరలు కూడా పెరగగా, టమాటా (4.59 శాతం) ధర మాత్రం తగ్గుముఖం పట్టింది.

పాణిజి ఎల్పిజి ధరలను ₹ 202 మేర తగ్గించినప్పటికీ, దీని ప్రభావం తక్షణమే మెనూ ధరలపై కనిపించే అవకాశం లేదు. రుతుపవనాల పరిస్థితి కూడా అందోళన కలిగిస్తోంది. దేశంలోని పశ్చిమ, మధ్య, దక్షిణాది ప్రాంతాల్లో పలుచోట్ల వర్షాభావం

ధరలు బాబోయ్ ధరలు...

రహదారి రంగం ప్రభావం మరింత విస్తృతంగా కనిపిస్తోంది. ఇది ప్రజలకు ఉత్పత్తి వ్యయాలను అబ్జిడినీ సూచిస్తోంది. రహదారి ప్రద్యోల్బణాలతో కూడిన 4.31 శాతం నుంచి జులైలో 4.43 శాతానికి పెరిగింది అలాగే, వస్తు దరాశా నుండి వివిధ విభాగాలలో దృవ్యోల్బణం 7.70 శాతం నుంచి 7.77 శాతానికి ఎగబాకింది. జులై 1న వాణిజ్య అంశాలను సేవల ప్రద్యోల్బణం 7.79 శాతానికి పెరిగింది. మార్చి-సెప్టెంబర్ వరకు నష్టం అధికమైన అధిక సంవత్సరపు దారి నుండి రెస్టారెంట్లు పూర్తిగా కోలుకోలేదని ఇది సూచిస్తోంది. ఆగస్టు 1న

వెస్టిక్యులు నెలకొన్నాయి. బంగారు (32.98 శాతం), వెండి (109.84 శాతం) ధర్మార్థ ద్రవ్యాలకు కోరిక మోస్తుందా తగ్గి సొంతానికి అవసరం అధిక స్థాయిలో కొనసాగుకోదగినా జుర్రీ సిబ్బంది లెక్కలో కాలంలో ముడి ముందురు పరుగు నాపేక్షగా స్త్రీలకు ఉన్నప్పటికీ, ఆగస్టులో మళ్ళీ పెరుగుతున్నాయి. ఇంకా అందోళనకరమైన విషయం ఏమిటంటే? ఏడాదికి చందనం నాపేర్కొన్నానికేకే సహజ స్త్రీల ముందురు పరుగుమాలి మోలిక పోయినా వామనాపై, ఉద్రేకాన్నిక సందరిందింది అంతరాయం, రహస్యముడి చూపుదు పై సరకు రవాణా, రిస్క్ ప్రీమియంలను పెంచే

వే'మన' పద్యం

నేర నన్నవాడు నెరజాణ మహిలోన

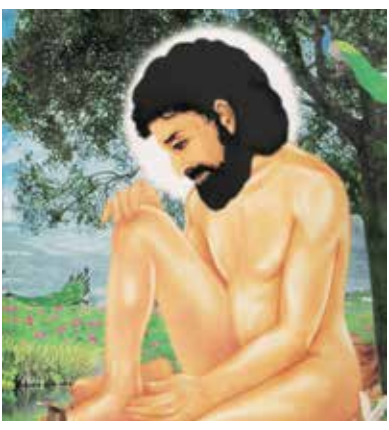
నేర్చునన్న వాడు నింద జెందు

ఊరుకున్న వాడే యుతమయోగిరా

విశ్వదాభిరామ! వినురవేమ!

అవకాశం ఉంది. జూనియర్ భారత్ దిగుమతి చేసుకున్న ముదిరే
చమురలో దాదాపు సగం రష్యా నుంచే వచ్చింది కావడం
కాలంలో అంతరాయాలు లేక ఇంధన వ్యయాలపై ప్రత్యేక
ప్రభావం చూపుతాయి. జూన్ 15 నాటికి 2022 15 నీటి లెక్కలను
కాలంలో రూపాయి విలువ దాదాపు 1.6 శాతం క్షీణించడం
దిగుమతి భారతిని ప్రవేశపెట్టడాన్ని మరింత తీవ్రపరచి చేసింది
ఈ సేవపట్ల, అల్లిక వృద్ధి వేగం మందగిస్తున్న సరికేతాయి కూడా
ఉన్నవిస్తున్నాయి. పావనీని పోషించే వివిధ జూనియర్ 57.1
శాతంగా ఉండగా, జులైలో 54.3 శాతంకు గణనీయంగా పడిపో
యింది. ఇది 2022 మార్చిలోకానీ సమాధిైన అత్యంత బలహీన
విస్తరణ. వివిధ అనేది అధికతీవ్రతను సూచి కావడంతో, దీన్ని
రైతాంక ధోరణిగా భావించనవసరం లేకపోయింది, గమనించదగిన
అంతం చూపుతోంది.

ఈ పరిస్థితుల నేపథ్యంలోనే, మరుసగా నాలుగో సమావేశంలో నూ రెండో రేటును ఆరేబిది ద్రవ్య పరపతి కమిటీ (ఎంసిసి) 5.25 శాతం పదే స్థిరంగా ఉంచింది. అదే నినో ఫలితంగా అనావృష్టి పరిస్థితులు, అంతర్జాతీయంగా కోసనగా ఉన్నాయి అనిశ్చిత పరిస్థితుల ప్రభావం దానూర్తీ యొక్క తీవ్రంగా గుంతుంది. ఏది ఏమైనా సామాన్యులపై దానభారం మెదపై కత్తిరా వేరారుతోంది.



రచనలు
పంపండి

పుడతము సాహిత్య పేజీ 'ఉప' కు
 సాహిత్య వ్యాసము. పులితము, మిమర్శము
 పండితాలని రమయతలకు ప్రత్యేకంగా
 విస్తృత వ్యాసము. అలాగే సమగ్రకీర్తన
 పుడతము రాజకీయ ఉపక, సామంజసక,
 సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసా
 లు, సాహిత్యక కీర్తనలు పండితము
 సామంజసకీర్తనము. వాదనీ కిరి
 తమయితే కు పండితాలని మనవి.
 voodayam2007@gmail.com
 website : www.voodayam.com
 Editor : 9247698676
 1-7-25/5, Risaigadda, RTC
 X Roads, Hyderabad - 500020

హాస్యం పండించడంలోనూ ఆయనకు ఆయనే సాటి.
ప్రసంగాల్లో... చట్ట సభల్లో మధ్యమధ్యలో కవిత్వాన్ని కలగలిపి
అందరినీ శ్లాఘి అనిపించుకున్నారు.
ఆయన వాగాటి ఎలాంటిదంటే.. భారత ప్రధానిగా ఉన్న
నెహ్రూనే ఓ సందర్భంలో.. అటల్ బి జీ హానికీ ప్రధాని
అవుతారని జోస్యం చెప్పారు.



ఎన్ నయిదుపల్లిచింది. ఇది ఆర్.ఎన్.ఎస్ తో నడిపి పనిచేస్తున్న రాజకీయ పార్టీ. ఆయన ఢిల్లీ తేంద్రంగా పనిచేస్తున్న పార్టీ ఉత్తర వ భాగాని అజ్ఞానంగా కార్యదర్శిగా బాధ్యతలు స్వీకరించాడు. అతని కాలంలోనే జనసంఘ్ ముఖ్య నాయకుడు శ్యాంప్రసాద్ ముఖర్జీ అనయ యాగా, సమర్థకునిగా మారాడు. 1957లో నాయకుడు బలాహ్మూర్ నెయిరాజకవర్గం నుండి లోక్ సభకు ఎన్నికయ్యాడు. ఆయన వాణ్ణి మూలంగా, అప్పటి ప్రధాని జవహర్ లాల్ నెహ్రూ ఏదో ఒకరోజు వాణ్ణిపేయ దేశ ప్రధాని అవకాశాన్ని ఉపసాహించి

యినకు గల పాద్రాటి, సంస్థాగతమైన వైవజ్యాల కారణంగా సంసమర్థులే ముఖ్యమైనా విధిగాడు. దీనియూకే ఉపాధ్యాయుల రోజుసంధులకల జనసంఖ్య మెత్తుక భార్య, యువ వాజువిని విధించి. 1968 లో జనసంఖ్య విధించి అధ్యక్షునిగా విధించాడు. సాజాణి దేవీమూర్తి, బాలేశ్వరి మధ్యకే, లాలే కృష్ణ అధ్యాపి లతో లిని జనసంఖ్యను తాళివిస్తాయని ప్రాముఖ్యమైన సంగతియనుక విధిగా నడిపియాడు. 1975, 1977 ల మధ్య, భారత జాతీయ సంఖ్యని కాలెక్టి చేయిన ప్రధాని, అంధియాంకలో ప్రవేశిపెట్టి సంఖ్యని కాలెక్టి అనేమకంవి విధన నాదుకులతో నాదు అధ్యక్షునిగా య్యాడు. 1977 లో సంఖ్య సంస్కరణ జయప్రకాశీ నారాయణ్, సంఖ్యను పాక్కి వ్యవహారంగా సంఖ్యిస్తే విధానమునకే, అన్ని లినికెత్తికృష్ణులకల జన్మని విధించి సంఖ్య మేరకు, వాజువిని సంఖ్యను క్రొత్తగా విధించి సంఖ్య కలము, జనసాక్షిని లీనం చేశాడు. 1977 సాంఖ్యిక విన్నికలలో జనసా పాక్కి జయం తరువాత అయిన మెరార్ని దేశాయ మంత్రివర్గంలో దేశీయవహారా శాఖ మంత్రిగా పనిచేశాడు. విదేశీ వ్యవహార శాఖ లంత్రిగా అయిన బక్సర్గా నమిలి యొక్క సంఖ్యిస్తే సంఖ్యిస్తే నభలే అంత్రిగా ప్రసంగించిన మెట్టుమెట్టికే వ్యక్తిగా సంఖ్యిస్తాడు. 1979లో

అనగా ప్రభుత్వం కూలిపోయి నాటికి వాణిమయి, స్వయంత్రంగా గవర్నమెంటు రాజకీయవేత్తగా, అనుభవజ్ఞుడైన నాయకునిగా నిలిచింది. వాణిమయి, జనసంఘం, రాష్ట్రము స్వయం సేవక్ సంగఠన సమితి వంటి తనను సహాయము, ముఖ్యంగా దీర్ఘకాల స్నేహితుల సేవలతో, విడిచి కె.ఆద్యానీ, బైరానీ సంగి పెకావలీ లను కలసుకొని 10 ఏళ్ళ భారతీయ జనతా పార్టీని ఏర్పరచి, మొట్టమొదటి అధ్యక్షుని చేసినవేతాడు. జనతా ప్రభుత్వం తర్వాత వచ్చిన ఇందిరా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి బలమైన విరుద్ధకూటాన్ని సేవతరచివాడు. 1995 నుండి బి.జె.పి మంజూరి జరిగిన బి.జె.పి సమావేశంలో బి.జె.పి అధ్యక్షుడైన లాల్ కృష్ణ ఆద్యానీ వాణిమయిని ప్రధానమంత్రి అభ్యర్థించబడినట్లు తెలుసు. 1996 మే నెలలో జరిగిన పార్లమెంటు ఎన్నికలలో బి.జె.పి విజయము సాధించింది. వాణిమయి 1996 నుండి 2004 వరకు ముద్ర మూడు పర్యాయాలు ప్రధానమంత్రిగా భార్యతల నిర్వహించాడు. వాణిమయి ప్రభుత్వం యేర్పడిన నెలరోజులలోనే ప్రోక్షణ, జాతరల ఏర్పడట జరిగింది. ఢిల్లీ లో, ఛార్జ్ బియ్యను 1999 ఏప్రిల్ 2న జరిగింది. కాశ్మీర్ యుద్ధం, హోరీ పాకిస్తానీ మద్యమే జరిగింది. 1999 లో కాశ్మీర్ లోని కశ్మీర్ జిల్లాలో, మరీకాస్ నరహత్య వద్దను జరిగింది. మూడవ దహా పరిపాలనా కాలంలో అనాదితరీయ ఆర్థిక, మౌరీత సమస్యలను చేపట్టాడు. వాటిలో ప్రైవైజేషన్ రంగంన్ని, విదేశీ పెట్టుబడులను ప్రోక్షణ చేపట్టాడు. నేషనల్ హైవే డెవలప్ మెంట్ ప్రాజెక్టు, "ప్రధానమంత్రి వ్యవసాయ సంక్షేమ మంత్రి గ్రామ సడక్ రూపాణ" ప్రాజెక్టులు అభిమానం అభిమానం ప్రాజెక్టులు చేపట్టాడు. 2001 లో వాణిమయి చేపట్టాడు.

ప్రాథమిక, మాధ్యమిక విద్యా విద్యార్థి లక్ష్యంగా, సరళిక్షా అభివృద్ధి అనే ప్రధాన కార్యక్రమం, ప్రారంభించింది.

రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ట
సీనియర్ జూనియర్

ಸುಸಮುದಾಯ ಪಠ್ಯಕ್ರಮ

పాపాపాపా లేదా జాతీయీయ క్రియా
చేసిన అనునది పేర్కొన వ్యక్తులు 16
ఆగస్టు 2026 రోజు నవరత్న (నోరత్న)
లేదా నానన్ నందన ప్రదేవలన జరు
గవచ్చునని అనాదిగా వస్తున్న ఒక నశం
ప్రకారంగా వస్తున్నది. వస్తున్నది
నందన ప్రదేవలన ప్రతి ఏటా ఆగస్టు
మాసంలో వస్తుంది. 2026లో నవరత్న
నవరత్న 15.16 నవరత్న 15.16 నవరత్న

7వ శతాబ్దంలో ఇస్లామిక్ దండయాత్ర

ఘనంగా పాల్గొనూతన
సంవత్సర 'నవరోజ్' వేడుకలు

మాస్టర్స్. పాఠ్య మతస్థుల మతపరమైన కుటుంబ వేడుకగా నవరోజ్ ను సాంప్రదాయ దుస్తులు ధరించి, బంధుమిత్రులతో కలిసి షూభాక్షేపాలు తెలుపుకుంటూ ప్రత్యేక పండుకాలతో మనంగా జరుపుకోవడం ఆనవాలుతీగా వస్తున్నది. ఈ పండుగ రోజు ఇంటిని శుభ్రపరుచుకొని, ప్రత్యేకంగా తయారు చేసిన ఆహార పదార్థాలను ఒక బద్దెపై అమ్మచీ అందరి కలిసి సంతోషాల పనులు ఆనందిస్తూ చేసిన

అతి పురాతన వేడుక - నవరోజ్ :

[illegible]

కాకానాగా భారతదేశంలోని గుజరాత్‌కు వలస వచ్చిన వర్షియా (ప్రస్తుత ఇరాన్) మతభేదాలు జోరబాదున్న ఒక వేడుకలను ముగిసినందువల్లగా, మానవ జీవిత ప్రధాన ఉద్దేశ్యం పొందడం. ఒక గురువు యొక్క శరణు పొందిన రోజున మానవ జీవితం సాధ్యక అవ్వడమనే నమ్మకా భావ. మానవ జీవితం సాధ్యక అవుతుంది. విజయం, ఆనందం అనే వివిధ రంగులు ఇచ్చడమనే భావగా మారి ఉన్నట్లుగా పాటించాలి. ఆనందంగా ఉండడంలోనే సామెత ఆనందాలను వందలం కూడా నిరంతరం కొనసాగాలి. సాధ్యమైన భావనలను ప్రకారం కబీర్ జీవిత శీల జీవనం కోసం ఎలాంటి ఆనందం ఉండదనే విశ్లేషించాలి.

ప్రేమ, ధైర్యం, జ్ఞానం, సంతృప్తి, ఆరోగ్యం, సహనం, పవిత్రతలను తోడుగా ఉంచుకోవడానికి నవరోజ్ ఉత్తేరకంగా పని చేస్తుంది. మన ఇరుగు పొరుగు పార్సీ మతస్తులు ఉన్నట్టే వారిని నారోజ్ శుభా కాంక్షలు తెలియజేద్దాం, వారి చురుకైన పంటకాలను ఆస్వాదిద్దాం.



మధుసూదన్ రెడ్డి
9949700037

ఆకు చెప్పిన ఆడపిల్ల కథ ?

చెట్టు ద్రవన వేదన వడి
అకుతు జన్మనిచ్చింది...
చిగురాకున తోడిగిన అక్షణం
చెట్టుకు కొత్త ఉత్సాహం కలిగింది,
నంబరంలో ఊగిపోయింది,
లేత పచ్చని నల్లలో కేరింతులు
కొడుతు,
కొమ్మల ఒడిలో అ అకు ఎదిగింది.
గాలిలో ఊగుతూ,
వానలో గెంతులు వేస్తూ,
ఎండను భరిస్తూ
రోజురోజుకీ పరివర్తనలు
సంతరించుకుంది.
పువ్వుల పుట్టుకు తోడై,
కాయం ఎదుగుతున్న దిద్దె,
పండ్ల పరివర్తనకు కారణమై,
తన వంతు బాధ్యతను నెరవేరింది.
కాలం గడిచింది...
పచ్చదనం కాస్త మసకబారింది.
ఎన్నో ఋతువుల భారాన్ని మోసిన ఆ
అకు తన
నెమ్మదిగా తన శక్తి కోల్పోయింది.
ఒక రోజు...
గాలి తాకిడికి పనికింది.

ఇట్లున్న అందగా నిలిచిన కోమలి
దాన్ని పుడ్తాడే ఇంగా వదిలివేసింది.
ఆనదాలో కోమలి అన వందలూకు
బాధను గుండెలో దాచుకుని నేలను
చేరింది.
ఆ ఆకు కథ
ప్రతి ఆడపిల్ల కథను తలపెట్టేది..
పుట్టిన క్షణం నుంచి
ఇంటిల్లిపాదెని ఆనందంలో నిండి,
భాధకులకు భారాన్ని మోస్తూ,
తన కలలను కన్నీటి చినుకుల్లో
దాచుకుని,
తన కోరికలను మళ్ళీలో కలిపేసుకుని
ఇవలన సంతోషించేదాం..నే
తన జీవిత సౌభాగ్యతను వెలుకన్నువే..
ఆ వందలూకు.
ఒక ఆడపిల్ల కదా!
వెట్టుకు ఆకు ఎంత ఆపసరనిమో,
కుటుంబానిలో ఆడపిల్ల అంత అవసర
ఆకు రాలితే వెట్టు వెలిగిగా మారినట్లు
ఆడపిల్ల అదే ఇట్లు అనందాన్ని
కోల్పోతుంది.
రామివెట్టే కావ్య

[illegible]

నెప్రుహా.. ఆధునిక

యర్రం ప్రభుత్వముతోంది" అని ముర్రింగు వారు. అయినా ఆయన పట్టింపకోలేదు. అందువల్ల నెహ్రూ నాణ్యం, కాకేరి మీద రాష్ట్ర పీసీసీని వారున్నారు. నల్ల జెండాలు ప్రదర్శించిన సారాన్నారు. 193334 నాటి ఉద్యమం "హరిజన్ యాత్ర"లో నెహ్రూ కూడా మరుకుగా పాల్గొన్నారు. ఈ "అవతరాలు" ఉండలే పోయేదు. ప్రధాని అయ్యాకా "భారతీయ అధిమ జాతి సేవా సంఘం" "హరిజన్ సేవా సంఘం" వంటి వాటిలో తన పేరుతో ప్రభుత్వం నుంచి నేరుగా నిరులు ముంజాతరు చేశాడు. జలాలోని సమూహ మంతాకర్తల లోనించి తర్రాప్ర 1948లో ఏర్పడ్డాయి. వాటిని నెహ్రూ ప్రభుత్వం గుర్తించింది. చదువుకునే పద్మావతి కూరాల విద్యార్థిని కోసం దేశ వ్యాప్తంగా పరిశోధించి పాస్త్రప్రతి పరిశోధించింది. పరిపాలనా వ్యవహారాల్లో ఉన్నత పదానికి చెందిన ఉన్నతాధికారుల జోక్యం తగ్గించడానికి రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 338 ప్రకారం నియంత్రం వారికి పన్నీ,ఎక్కిత కనీసముద 1950వరకు జరిగింది. ముర్రింగ్ ఎవరో ఒకరు వీరిమీద పెత్తనం చేయకుండా వీరిని నేరుగా ప్రధాని కార్యాలయానికి అనుసంధానం చేశారు. బులాంగ్ వ్యవస్థ, పెత్తనదార అధిపతింగం బులాంగ్ ఉన్నతాధికారి. అప్పటికి అజాగ్రతం మధ్యాల వారంలా సుదకు ముంజు, నడుమును పీచురు కట్టుకుని నడవాలని పరిశీలిత ఉండేది. ఆ అజాగ్రతనీ ముద్రతలకు రావుమహాసాధనా పీకి నెహ్రూ "అన్నక్కో, నేం" అనే పట్టం 1955లో తీసుకొచ్చారు. అన్నక్కోతలంటే చీవరిని ఎప్పుడైనా, ఎప్పుడైనా వారంటే లేకుండా అరిచివు చేసే అధికారం పోలీసులు కల వాడారు. దేద జాగా మనచేసింది. చాలా తక్కువ సమయంలో ముంజోపీచురు వ్యవహారం నమని పొయింది. దీంతోపాటు మెరదటి సార్వత్రిక ఎన్నికలు జరిగగానే 1952లో నెహ్రూ ప్రభుత్వం జల రాగముల ముంజునాశు

భారతదేశ నిర్మాత

ప్రభావించి చేతి, తమకు తగుగురితగా తీర్చి
తీర్చివేయవలసిందిగా. మనీష అడుగున బొడ్డు
తీర్చాలి దొంగలను తీర్చాలి అంటే బెంగళ
అక్కలా చూపించి. కనీసం తమ అనుభవ
తను ప్రకటించుకుంటూ వారు తన ప్రజలకు
క్షమాపణ చెప్పాలి కదా? వీరికి కుట్రలు,
కనకంజాలు, అబద్ధాలు, ద్వేషాలు తప్ప,
ప్రతికేత' అనేది ఒకటి ఉంటుందని తెలియదు.
నెహ్రూ నైతిక పాలన అందించాడు. దేశాలకు
అవయాలి తోపకలేదు. రాజకీయాలకు
మతం రంగం పులవలేదు. నాటి కాంగ్రెస్
ప్రభుత్వం శిలంపైను అలయాలి వున్నది
ర్పించింది. కానీ, ప్రచారం చేసుకోలేదు.
ఎప్పుడూ ఏ ఏయియం లోనూ కొందరిత
దేశాలం తీయలేదు. అనాటి ప్రభుత్వం 38 వీ
దేశాలయాల అజ్ఞానం చూపింది. కానీ
అడివే చేయించింది. 1961లో మధ్యప్రదేశ్
కేరళ నీ జిజ్ఞాసతో దేశాలయాల నేను విగ్ర
హం దొంగతనం ఇంగిలేజీ, వెంటిని నెహ్రూ
నీజిది అనుకున్నా చేయించారు. అంతర్జాతీయ
స్వగ్రుద్ధ నేటివేరేకతను ద్వంసం చేసి, దోషులని
జైలుకు పంపించారు. మరి ఇప్పటి ప్రభుత్వ
ప్ర పనితీరు లాండ్మార్క్ దేశచూపాలంటే తీరుతు
తీరుతు. మరో ఏయియం అంటే 2012
మధ్య 'నమామి గానీ' అనే పేరుతో గంగాన
దీని ప్రక్షాళనం చేస్తామన్నాడు. రూ. 20 వీల
కోట్లు దేశానికి. కానీ, గంగాదీని మాత్రం
చుట్టం కాలేదు. నెహ్రూ తర్వాత లాల్
బాహదూర్ శాస్త్రి ఇందిరా అంటే ఇండియానే
అభియోజాజికి నేర్చి (ASTI)ను ప్రోత్సహించి
నీ, దీనిలనిచ్చి ఎన్నో ప్రాచీన దేశాలయాలి
వెలుగులోకి తెచ్చాడు. నెహ్రూ గానీ, ఎప్పుడూ
తర్వాత వచ్చిన ప్రభుత్వం గానీ అయిన
ఎక్కడా ప్రచారం చేసుకోలేదు. దేశాలయాల
ను దేశానికిదేశ ప్రస్తుతం అంతరాలలో కూడా
అంతర్జాతీయ ప్రభుత్వం ఏయియం కోర్టు
సభాపతిని ప్రభుత్వం నేను నియోలో 45 శాతం

వరంగల్ | ఖమ్మం | నల్లగొండ - ఉమ్మడి జిల్లాల వార్తలు

2047 నాటికి తెలంగాణను 3 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యం

● **ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క ఖమ్మం ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి):** 2047 నాటికి తెలంగాణను 3 ట్రిలియన్ అమెరికన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా తీర్చిదిద్దే లక్ష్యంతో ప్రజా ప్రభుత్వం అన్ని రంగాల్లో వేగంగా ముందుకు సాగుతోందని రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి, ఆర్థిక, విద్యుత్, ప్రణాళిక శాఖల మంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని శనివారం ఖమ్మం పోలీస్ పరేడ్ గ్రౌండ్‌లో నిర్వహించిన జిల్లా స్థాయి వేడుకల్లో రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఉదయం పోలీసుల గౌరవ వందనం స్వీకరించిన అనంతరం జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. పోలీస్ కమాండు నుంచి గౌరవ వందనం స్వీకరించి ప్రజాసందేశాలిచ్చి ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ప్రజలు, ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, పౌలికేయులకు హృదయహృదయ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. రాష్ట్ర ఆర్థిక వ్యవస్థను 2047 నాటికి 3 ట్రిలియన్ అమెరికన్ డాలర్లకు పెంచే మహత్తరలక్ష్యంతో ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందని తెలిపారు.

రైతు సంక్షేమమే ప్రజా ప్రభుత్వానికి లక్ష్యం ప్రధానాంశ: రైతు సంక్షేమమే ప్రజా ప్రభుత్వానికి అత్యంత ప్రాధాన్యత అని ఉప ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు. రైతు భరోసా పథకం ద్వారా జిల్లాలో 3,41,913 మంది రైతులకు రూ.427.97 కోట్లు, పంట రుణమాఫీ క్రింద 1,31,760 మంది రైతులకు రూ.912.10 కోట్లు, రైతు భీమా ద్వారా 803 మంది



రైతు కుటుంబాలకు రూ.40.15 కోట్లు నేరుగా వారి బ్యాంకు ఖాతాల్లో జమ చేశామని తెలిపారు. అదేవిధంగా 44,568 మంది రైతుల నుంచి రూ.681.49 కోట్లు విలువైన 2,83,956.397 మెట్రిక్ టన్నుల మొక్కజొన్నను కనీస మద్దతు ధరకు కొనుగోలు చేశామని చెప్పారు. యాసంగి 2025-26లో 20,085 మంది రైతుల నుంచి 14,62,411.60 క్వింటాళ్ల ధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేసిరూ.346.82 కోట్లను రైతుల బ్యాంకు ఖాతాల్లో నేరుగా చెల్లించామని తెలిపారు. జిల్లాలోని 129 రైతు వేదికలు, 62 వీడియో కాన్ఫరెన్స్ యూనిట్లు ద్వారా ప్రత్యామ్నాయ పంటలు, ప్రకృతి వ్యవసాయం, వాతావరణ పరిస్థితులకు అనుగుణమైన సాగు పద్ధతులపై రైతులకు నిరంతర శిక్షణ అందిస్తున్నామని చెప్పారు.

ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరంలో 3,098 ఎకరాల్లో కొత్తగా ఆయిల్‌పామ్ సాగు చేపట్టేందుకు రూ.29.37 కోట్ల రాయితీ అందించామని, నూత్న నీటి



సేద్య పథకం క్రింద 3,082 ఎకరాల్లో డ్రిప్, స్ప్రింగ్లైర్ వ్యవస్థలు ఏర్పాటు చేసి రూ.7.37 కోట్ల రాయితీ అందించామని తెలిపారు. **విద్యారంగాల్లో ఖమ్మం జిల్లా రాష్ట్రంలో లర్రస్థానం:** సెంటలైజ్డ్ మెకనైజ్డ్ కిచెన్ వ్యవస్థను రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అన్ని గురుకుల, రెసిడెన్షియల్ విద్యాసంస్థలకు విస్తరించాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించిందని ఉప ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. ఖమ్మం జిల్లాలో బడిబాట కార్యక్రమం ద్వారా ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో 66 వేల 882 మంది విద్యార్థుల సమాధులు జరిగిందని తెలిపారు. పౌండేషన్‌లో లిటరసీ, న్యూమరసీలో ఖమ్మం జిల్లా రాష్ట్రంలో అగ్రస్థానంలో ఉండగా, పరార్మెన్స్ గ్రేడింగ్ ఇండెక్స్‌లో 5వ స్థానంలో ఉందన్నారు. అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో విద్య అందించేందుకు ఖమ్మం, పాలేరు, మధిర, వైరా, సత్తుపల్లి నియోజకవర్గాల్లో ఒక్కొక్కటి రూ.200 కోట్ల వ్యయంతో మొత్తం 5 యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ న్యూజన్

త్రి, తిరుమలాయపాలెం కమ్యూనిటీ హాల్ సెంటర్‌ను రూ.26 కోట్లతో 100 పడకల ఏరియా ఆసుపత్రిగా అప్‌గ్రేడ్ చేసే పనులు కొనసాగుతున్నాయని చెప్పారు.

సాగునీటి ప్రాజెక్టులతో కొత్త ఆయకట్టు: సీతారామ ఎత్తిపోతల పథకం ద్వారా పాలేరు లింక్ కాలువతో 1,38,790 ఎకరాల కొత్త ఆయకట్టుకు సాగునీరు అందించ నున్నామని ఉప ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు.

మున్నేరు-పాలేరు లింక్ కాలువను రూ.107.65 కోట్లతో నిర్మిస్తున్నామని, జవహర్ లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ పథకాన్ని రూ.630.30 కోట్లతో చేపట్టామని చెప్పారు. మధిర, ఎర్రుపాలెం మండలాల్లోని నాగార్జునసాగర్ ఎడమ కాలువ ఆయకట్టుకు అదనపు నీరు అందించే పనులు పూర్తొగిలితే ఉన్నాయని తెలిపారు.

18L 8.69 కిలోమీటర్ల కాలువ ద్వారా 7,115 ఎకరాల కొత్త ఆయకట్టు, 1,18,933 ఎకరాల ఆయకట్టు స్థిరీకరణ లక్ష్యంగా పనులు కొనసాగుతున్నాయని చెప్పారు. ఖమ్మం నగరంలో మున్నేరు వరదల నియంత్రణకు రూ.525.36 కోట్లతో రక్షణ గోడ నిర్మిస్తున్నామని తెలిపారు.

పునరుత్పాదక ఇంధనానికి ప్రోత్సాహం: బీసెకల్ మండలంలోని 22 గ్రామాలలో పాటు సివిల్‌పరం, లక్ష్మీపురం, చెరువు మార్దారం, రేమునాదపాలెం, త్రీదామగిరి, లచ్చగూడెం గ్రామాల్లో మాడల్ సోలార్ గ్రామాల అభివృద్ధికి రూ.16.04 కోట్లతో పనులు చేపట్టామని ఉప ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు.

నిరుపేద కుటుంబాలకు చేయూతగా ఎన్ఎఫ్బీఎస్ పథకం



● **1,318 కుటుంబాలకు రూ.2.39 కోట్ల ఆర్థిక సహాయం.**
● **765 మహిళా సంఘాలకు రూ.72.50 కోట్ల బ్యాంక్ లింకేజీ రుణాలు.**
● **లబ్ధికారులకు చెక్కులు అందజేసిన రాష్ట్ర మంత్రి దనసరి**
● **అనసూయ సీతక్క మునియ, ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి):** నేషనల్ ప్యామిలీ బెనిఫిట్ స్కీమ్ ద్వారా కుటుంబానికి ప్రధాన ఆర్థిక ఆధారంగా ఉన్న వ్యక్తిని కోల్పోయిన ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న నిరుపేద కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అందగా నిలిచేందుకు నేషనల్ ప్యామిలీ బెనిఫిట్ స్కీమ్ ద్వారా ఆర్థిక సహాయం అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు.

మహిళల ఆర్థిక స్వావలంబన, స్వయం సహాయక సంఘాల బలోపేతమే లక్ష్యంగా బ్యాంక్ లింకేజీ రుణాలను అందిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. ఈ ఆర్థిక సహాయం ద్వారా మహిళా సంఘాలు తమ జీవనోపాధి కార్యకలాపాలను విస్తరించుకొని, కుటుంబ ఆదాయాన్ని పెంచుకోవడంలో మహిళా ఆర్థికంగా మరింత స్వయం సమృద్ధి సాధించాలని లబ్ధిదారులకు సూచించారు.

ఘనంగా స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు

● **జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వీవీ, డిరోక్తల్ శాసన సభ్యులు దాక్టర్ జాటోక్ రాంచంద్రనాయక్** **మహబూబాబాద్, ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి):** భారత 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని ఎన్.టి.ఆర్ గ్రౌండ్‌లో శనివారం అత్యంత ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ వేడుకలకు ముఖ్య అతిథిగా ప్రభుత్వ వీవీ, డిరోక్తల్ శాసనసభ్యులు దాక్టర్ జాటోక్ రాంచంద్ర నాయక్ హాజరై జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించి, పోలీసుల గౌరవ వందనం స్వీకరించారు.

ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ వీవీ మాట్లాడుతూ స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల త్యాగాలను స్మరించుకుంటూ, వారి ఆశయాలుకు అనుగుణంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజా సంక్షేమం, అభివృద్ధికి అత్యంత ప్రాధాన్యతనిస్తూ పనిచేస్తోందన్నారు. జిల్లాలో ప్రభుత్వం చేపట్టిన వివిధ అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాల గురించి ప్రగతిని వివరించారు. ప్రజలకు మెరుగైన మౌలిక వసతులు, నాణ్యమైన పౌర సేవలు అందించేందుకు ప్రభుత్వం నిరంతరం కృషి చేస్తోందన్నారు.

అనంతరం స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రజలకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. దేశ సమగ్ర అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు బాధ్యతను నిర్వహించాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సందర్భంగా వీవీ దాక్టర్ జాటోక్ రాంచంద్ర నాయక్ ఎంపీ, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీ, ఇతర ప్రజాప్రతినిధులు స్వాతంత్ర్య సమరయోధులను, వారి కుటుంబ సభ్యులను ఘనంగా సన్మానించారు. దేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం వారు చేసిన త్యాగాలు, సేవలు చిరస్మరణీయమని కొనియాడారు.



వివిధ ప్రభుత్వ శాఖల అధ్యక్షులతో ఏర్పాటు చేసిన స్టాల్స్, అభివృద్ధి కార్యక్రమాల ప్రదర్శనలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయి. పువసాంయ, పంచాయతీ రాజ్, వైద్య ఆరోగ్య, మత్స్య, గృహ నిర్మాణ, విద్య, అనంతరం స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రజలకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. దేశ సమగ్ర అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు బాధ్యతను నిర్వహించాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సందర్భంగా వీవీ దాక్టర్ జాటోక్ రాంచంద్ర నాయక్ ఎంపీ, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీ, ఇతర ప్రజాప్రతినిధులు స్వాతంత్ర్య సమరయోధులను, వారి కుటుంబ సభ్యులను ఘనంగా సన్మానించారు. దేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం వారు చేసిన త్యాగాలు, సేవలు చిరస్మరణీయమని కొనియాడారు.

అనంతరం సందర్భంగా వివిధ నిర్వహణలో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన అధికారులు, ఉద్యోగులకు వీవీ రాంచంద్రనాయక్ చేతుల మీదుగా ప్రశంసా పత్రాలు, ప్రధానం చేశారు. అంతకుముందు జిల్లా పరిషత్ (ZP) కార్యాలయంలో 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల సందర్భంగా ప్రత్యేక అధికారి మరియు జిల్లా కలెక్టర్ దాక్టర్ స్నేహ శబరిన్ జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా పరిషత్ సీఈఓ, వివిధ శాఖల అధికారులు, జెడ్పీ సీక్యూరిటీ పొల్డోని జాతీయ గీతాన్ని ఆలపించారు. భారత స్వాతంత్ర్య పోరాట త్యాగాలను స్మరించుకుంటూ ప్రజలకు మరియు ఉద్యోగులకు ఈ సందర్భంగా స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

జిల్లా కలెక్టర్‌లో ఘనంగా జాతీయ జెండా ఆవిష్కరణ 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని జిల్లా సమీకృత కలెక్టరేట్ కార్యాలయ ప్రాంగణంలో జాతీయ జెండా ఆవిష్కరణ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ స్నేహ శబరిన్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై జాతీయ త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. అనంతరం పోలీసు గౌరవ వందనం స్వీకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మహబూబాబాద్ ఎంపీ పోరీశ కలరాం నాయక్ ఎమ్మెల్యే దాక్టర్ భూక్త మురళీ నాయక్, జిల్లా కలెక్టర్ స్నేహ శబరిన్, జిల్లా ఎస్పీ దాక్టర్ శబరిన్, రెవెన్యూ అదనపు కలెక్టర్ కె అనిల్ కుమార్, స్థానిక సంస్థల ఇంచార్జ్ అదనపు కలెక్టర్ పురుషోత్తం, డి.ఆర్.ఓ., నాగవాణి ప్రజాప్రతినిధులు, వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు, పట్టణ ప్రముఖులు, విద్యార్థులు, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



గాంధీ విగ్రహం వద్ద ఘనంగా 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు

సూర్యాపేట, ఆగస్టు 15: పురయం ప్రతినిధి 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా సూర్యాపేట పట్టణంలోని గాంధీ విగ్రహం వద్ద జాతీయ పతాకావిష్కరణ కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. జాతీయ మహాత్మా గాంధీ సేవా సంస్థ జిల్లా అధ్యక్షులు & సూర్యాపేట కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా కోశాధికారి కర్కీరేణి శ్రీనివాస్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎగురవేసి జెండా వందనం చేశారు. "త్యాగాల ఫలితమే స్వాతంత్ర్యం" ఈ సందర్భంగా కర్కీరేణి శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ, సమరయోధుల పోరాటం, అమరవీరుల త్యాగం వల్లనే భారతదేశానికి స్వాతంత్ర్యం సిద్ధించిందని అన్నారు. స్వాతంత్ర్యం కోసం ప్రాణాలు అర్పించిన వీరులను ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తుంచుకోవాలని, వారి ఆశయాలైన సమానత్వం, లౌకికవాదం, ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి మనందరం కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. దేశ ఐక్యత, సమగ్రతను కాపాడుకోవడమే అమరవీరులకు మనం ఇచ్చే నిజమైన నివాళి అని అన్నారు. పాల్గొన్న కాంగ్రెస్ నాయకులు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కాంగ్రెస్ నాయకులు మల్లాది, ఇబ్రహీం, మన్నార్, థీర్థర్, రాజేంద్ర, మధుకర్ రెడ్డి, ప్రసాద్, విద్యాసాగర్, సోమ విద్యాసాగర్, శీతైలం, శంకర్ రెడ్డి, అంతయ్య, కృష్ణ తదితరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. జాతీయ గీతాలాపనతో, "భారత్ మాతాశీ జై" నినాదాలతో కార్యక్రమం ముగిసింది. అనంతరం హాజరైన వారందరికీ స్వీట్లు పంపిణీ చేశారు.

ప్రజా సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ధ్యేయం

● **ఎస్ పీఠ్ బలయ్య లంగరంగ వైభవంగా 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు జనగామ, ఆగస్టు 15 (పురయం ప్రతినిధి):** ప్రజా సంక్షేమం, సమగ్ర అభివృద్ధి లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని ఆలేరు శాసనసభ్యులు, ప్రభుత్వ వీవీ పీఠ్ బలయ్య తెలిపారు. శనివారం జిల్లా సమీకృత కలెక్టరేట్ అవరణలో 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే బీర్ల బలయ్య ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, జిల్లా కలెక్టర్ సందీప్ కుమార్ రూ, ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి, ప్రజాప్రతినిధులు మరియు అధికారులతో కలిసి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. అనంతరం పోలీసు కమాండ్ గౌరవ వందనం స్వీకరించారు. మహిళాక్షి 3.77 కోట్ల మంది మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణ సదుపాయం, గృహ



జ్యోతి 97,449 కుటుంబాలకు ఉచిత విద్యుత్ సరఫరా ఇందిరమ్మ ఇళ్లు 5,756 ఇళ్లు మంజూరు కాగా, 94% గ్రౌండింగ్ కోరాఫ్టంలోనే 2వ స్థానం. రైతు సంక్షేమం రైతు భరోసా కింద రూ.233.10 కోట్లు జమ; ధాన్యం కొనుగోళ్ల ద్వారా రూ.591.59 కోట్లు చెల్లింపు. విద్య, స్వచ్ఛత SSC ఫలితాల్లో 97.66% ఉత్తీర్ణత, 'స్వచ్ఛత హి సేవ'లో జిల్లాకు రాష్ట్రస్థాయి ప్రథమ స్థానం. పాఠశాల విద్యార్థుల దేశభక్తి

జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించిన మంత్రి పొంగులేటి



● **ఘనంగా స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం! హనుమంతొండ, ఆగస్టు 15 (పురయం జిల్లా ప్రతినిధి):** హనుమంతొండ పోలీస్ పరేడ్ గ్రౌండ్‌లో 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు అత్యంత వైభవంగా జరిగాయి. రాష్ట్ర రెవెన్యూ, గృహ నిర్మాణ, సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి, ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ఇన్‌చార్జ్

హనుమంతొండ జిల్లా ప్రగతిని వివరించిన ఆయన, ప్రజలందరికీ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు, వారి కుటుంబ సభ్యులను మంత్రి పరియ్యం ఇతర ప్రజాప్రతినిధులు ఘనంగా సన్మానించారు. ప్రభుత్వ శకటాలు, వ్యవసాయ, వైద్య ఆరోగ్య, పంచాయితీరాజ్, గృహ నిర్మాణ, తదితర శాఖల అధ్యక్షులతో అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలపై ఏర్పాటు చేసిన శకటాలు, ప్రదర్శనలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయి. సాంస్కృతిక వేడుకలు, విద్యార్థుల దేశభక్తి పోరీశ సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలు ఆకట్టుకున్నాయి.

ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన ఉద్యోగులు, అధికారులకు మంత్రి చేతుల మీదుగా అవార్డులు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో వరంగల్ ఎంపీ దాక్టర్ కడియం కాప్ల, ఎమ్మెల్యేల నాయుని రాజేందర్ రెడ్డి, కేఆర్ నాగరాజు, ఎమ్మెల్సీ బసవరాజు సారయ్య, జిల్లా కలెక్టర్ చావూత్ బాజేపాల్, పోలీస్ కమిషనర్ శ్వేత, మున్సిపల్ కమిషనర్ వెంకన్న, కూడా ఇనగాల వెంకట్రామిరెడ్డి, ఇతర అధికారులు, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

కలెక్టరేట్ అవరణలో ఘనంగా 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు

యాదాద్రి భువనగిరి, ఆగస్టు 15, పురయం ప్రతినిధి: 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలను పురస్కరించుకొని శనివారం బడిపీ ఆవరణ వద్ద జిల్లా కలెక్టర్ అసరాగ్ జయంతి జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేశారు. ముందుగా కలెక్టర్ పోలీసుల గౌరవ వందనాన్ని స్వీకరించి గాంధీజీ, అంబేద్కర్ చిత్రపటాలకు పూల మాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ భాస్కర్ రావు, రెవెన్యూ అదనపు కలెక్టర్ వెంకా రెడ్డి, ట్రైని డివ్యూటీ కలెక్టర్లు సాత్కిక్, కృతిక్, డి. J. A. C. కైరెన్ మండల్ ఉపేందర్ రెడ్డి కలెక్టరేట్ ఏవో, వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు, ఆస్తి శాఖల సీక్యూరిటీ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సీ ఫుడ్స్ను తరచూ తినడం మంచిదే..

చక్కని ఆరోగ్యం



సముద్ర ఆహారాలు (సీ ఫుడ్) ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయని చాలా మంది భావిస్తారు. చేపలు, రొయ్యలు, పీతలు, ఆయిస్టరు వంటి సముద్ర ఆహారాల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, డీహెచ్ఎం, అధిక నాణ్యత కలిగిన ప్రోటీన్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి గుండె, మెదడు ఆరోగ్యానికి మేలు చేయడంలో సహాయపడతాయి. అయితే వీటిని తీసుకునే విషయంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు కూడా అవసరమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. సముద్ర ఆహారాలు పోషకమిలువలతో నిండి ఉన్నప్పటికీ, కొన్ని సందర్భాల్లో హానికరమైన రోహాలు, కాలుష్య కారకాలు కూడా వీటిలో చేరి అవకాశం ఉంటుంది. సముద్రాలు, నదులు పారిశ్రామిక

బొప్పాయి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే పండు. ఇందులో విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సి, ఫోలేట్, ఫైబర్, పొటాషియం వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా

ఈ ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు బొప్పాయి తినకపోవడం మంచిది!



ఉంటాయి. అలాగే జీర్ణక్రియకు సహాయపడే పాప్టైన్ అనే ఎంజైమ్ కూడా ఉంటుంది. బొప్పాయి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడం, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడం, చర్మ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో ఉపయోగపడుతుంది. అయితే, కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు దీనిని తినే ముందు వైద్యుల సలహా తీసుకోవడం మంచిది.

గుర్తించండి. దీనిని అధికంగా తీసుకుంటే శరీరంలో ఆక్సలేట్ పెరిగి, కొందరిలో కిడ్నీ రాళ్లు పుట్టి వర్షదే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి మితంగా తీసుకోవాలి. హైపోథైరాయిడిజం ఉన్నవారు బొప్పాయిని ఎక్కువగా తీసుకునే ముందు వైద్యుడి సలహా తీసుకోవాలి. కొన్ని అధ్యయనాల ప్రకారం ఇందులోని కొన్ని పదార్థాలు అయోడిన్ వినియోగంపై న్యూట్రా ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. గుండె కొట్టుకునే వేగంలో సమస్యలు (అరిథ్మియా) ఉన్నవారు లేదా గుండె నెమ్మదిగా కొట్టుకునే సమస్య ఉన్నవారు బొప్పాయిని ఎక్కువగా తినే ముందు వైద్యులని సంప్రదించడం మంచిది. బొప్పాయి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో కొంత సహాయపడుతుంది. ఇప్పటికే మధుమేహం కోసం మందులు లేదా ఇన్సులిన్ తీసుకునే వారు బొప్పాయిని ఎక్కువగా తింటే రక్తంలో మరీ తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది.

సాధారణంగా నెలసరిలో కడుపునొప్పి, నడుం నొప్పి, అలసట, నీరసం.. వంటి సమస్యలు చాలామందిలో కనిపిస్తుంటాయి. ఇవే కాదు.. రుతుచక్రం జీర్ణ వ్యవస్థ పై సాధారణ ప్రభావం చూపుతుందంటున్నారు నిపుణులు. ఫలితంగా ఈ సమయంలో వివిధ జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువంటున్నారు. పిరియడ్లలో ఇవి సర్వసాధారణమే అంటున్నారు. మరి, ఏంటా సమస్యలు? తెలుసుకుందాం రండి.. నెలసరిలో శారీరక నొప్పులు, మానసిక ఒత్తిళ్లు, అలసట.. వంటి సమస్యలకు హోర్మోన్లలో వచ్చే మార్పులే కారణమన్న

చాలామంది. ఫలితంగా వ్యాయామం చేయక పోవడం, జంక్ ఫుడ్స్ తినిపోవ్వ కోరిక, నీళ్లు ఎక్కువగా తాగకపోవడం.. వంటి మార్పులన్నీ మలబద్ధకానికి దారితీస్తాయంటున్నారు. అయితే కొంతమందిలో ట్రీడింగ్ ప్రారంభం కాగానే.. ప్రొస్టాగ్లాండిన్లు అనే హోర్మోన్లు ఎక్కువగా ఉత్పత్తి కావడం.. ఇవి పేగులలో అహార కదలికల వేగాన్ని పెంచి.. విరేచనా లకు దారితీస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. ఇక కొంతమందిలో వికారం, వాంతులవడం.. వంటి లక్షణాలు కూడా కనిపించే అవకాశాలున్నాయన్నారు. అయితే పిరియడ్స్ సమయంలో ఈ జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలన్నీ సర్వసాధారణమే అంటున్నారు నిపుణులు. మెనోపాజ్ అనిపిస్తే అల్లం, పెప్సరీమెంటల్ టీ తాగడం వల్ల ఫలితం ఉంటుంది. ప్రొజెస్టాటిన్స్ ఎక్కువగా ఉండే పెరుగు తీసుకోవడం వల్ల విరేచనాల సమస్య నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చుంటున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ చిట్కాల వల్ల ఉపశమనం కలగకపోయినా.. జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు తీవ్రంగా ఉన్నట్లనిపించినా.. ఆల్సన్ చేయకుండా డాక్టర్ని సంప్రదించడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

నెలసరిలో ఎందుకీ సమస్యలు?

సంగతి తెలిసిందే! అయితే వీటిలో హెచ్చుతగ్గులే ఈ సమయంలో జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు పై సాధారణ ప్రభావం చూపుతాయంటున్నారు నిపుణులు. నెలసరి ప్రారంభానికి ముందు రోజుల నెలసరి ప్రొజెస్టాన్ స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పడిపోతాయంటున్నారు. ఫలితంగా పేగులో అహార కదలికలు నెమ్మదిగావుస్తాయి. దీనివల్ల గ్యాస్ నిల్వడి కడుపుబ్బరగా నికి దారితీస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇక పిరియడ్స్ సమయంలో ఎదురయ్యే కడుపుబ్బర కారణంగా విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి అసక్తి చూపుతారు



ఈ కుష్టుభావాలు కొన్నిసార్లు ఎండోమెట్రి యోసిస్, ఇంటెరియల్ బొవెల్ సిండ్రోమ్.. వంటి సమస్యలకు సంకేతాలని చెబుతున్నారు. కాబట్టి ఈ విషయాల్ని డృష్టిలో పెట్టుకోవడం మేలు. తీసుకోవడం తగ్గించాలి. ఇవి దంతాలపై మెంట్ ఎనామెల్ క్రమంగా దెబ్బతీసి సున్నితం కావడం అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే ఇలాంటి అహారం తీసుకున్న వెంటనే కాకుండా కనీసం 20 నిమిషాల తర్వాత దంతాలను తోడుడం మంచిది. గ్యాస్టిక్ సమస్యలు లేదా యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ తో బాధపడేవారు వాటిని సరైన చికిత్స తీసుకోవాలి. కడుపులోని అమ్మం తరచూ నోటిలోకి రావడం వల్ల దంతాలలోని ఖనిజాలు తగ్గి, ఎనామెల్ దెబ్బతీసి ప్రమాదం ఉ

ఉంటుంది. ముఖ్యంగా మహిళల్లో ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధుల ప్రమాదం పెరుగుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధుల్లో శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థ ఆరోగ్యకరమైన కణాలపైనే దాడి చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. దీని వల్ల ఇన్ ఫ్లమేటరీ బెవెల్ డిస్ టీ, లూపస్, షోగ్రెన్ సిండ్రోమ్, రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్, మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్ వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అలాంటి ఆహారం తీసుకుంటే ప్రమాదమే.. పారిశ్రామిక కార్యకలాపాల వల్ల వాతావరణంలోకి విడుదలయ్యే మెర్క్యూరీ నీటిలో కలిసిపోవడంతో చేపలు, పెల్ ఫిష్ వల్ ఆది పేరుకుపోయే అవకాశం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చేపలు మెదడు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని అనేక అధ్యయనాలు సూచించినప్పటికీ, అధిక స్థాయిలో కాలుష్య కారకాలు ఉన్న చేపలను తరచూ తీసుకుంటే ఆ ప్రయోజనాలు తగ్గిపోయే అవకాశం కూడా ఉంటుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. గర్భిణులు, పాలిచ్చే తల్లులు, పిల్లలు సముద్ర ఆహారం తీసుకునే విషయంలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలని సూచిస్తున్నారు. అధిక మెర్క్యూరీ ఉన్న చేపలను తరచూ తీసుకోవడం వల్ల గర్భంలోని శిశువు నాడీ వ్యవస్థ అభివృద్ధిపై ప్రభావం పడే ప్రమాదం ఉంటుందని పరిశోధకులు పేర్కొంటున్నారు. ఇది భవిష్యత్తులో జ్ఞాపకశక్తి, భాషా నైపుణ్యాలు, దృష్టి-కదలికల సమస్యలను వంటి అంశాలపై ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉంటుందని వెల్లడించాయి. అయితే దీనిపై సముద్ర ఆహారాలను పూర్తిగా మానేయాలని కాదు. సమ్య

కపోవడం మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఉండే లేటెక్స్, పాప్టైన్ వల్ల గర్భాశయ సంకోచాలు వచ్చే అవకాశం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బొప్పాయిలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా

కిడ్నీ సమస్యలు.. గుండెకు ప్రమాదకరమా?

మన శరీరంలో మూత్రపిండాలు (కిడ్నీలు) చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. ఇవి రక్తంలోని వ్యర్థ పదార్థాలను తొలగించడం, అదనపు నీటిని బయటకు పంపించడం, రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అయితే కిడ్నీల పనితీరు దెబ్బతింటే దాని ప్రభావం గుండెపై కూడా పడుతుంది. కిడ్నీలు సరిగా పనిచేయకపోతే శరీరంలో ఉప్పు, నీరు, వ్యర్థ పదార్థాలు పేరుకుపోతాయి. దీనివల్ల రక్తపోటు పెరుగుతుంది. అధిక రక్తపోటు కారణంగా గుండె సాధారణం కంటే ఎక్కువ శ్రమించాల్సి వస్తుంది. గుండె బలహీనపడటం (హార్ట్



భారాన్ని పెంచుతాయి. కిడ్నీల పనితీరు తగ్గినప్పుడు ఈ లక్షణాలు కనిపించవచ్చు:

- కాళ్లు, ముఖం వాపు రావడం
- తరచుగా మూత్రం రావడం లేదా మూత్రం తగ్గడం
- మూత్రంలో నురుగు లేదా రక్తం కనిపించడం
- ఆకలి తగ్గడం, చర్మంపై దురద, అధిక రక్తపోటు, కిడ్నీ వ్యాధి ప్రారంభ దశలో పెద్దగా లక్షణాలు కనిపించకపోవచ్చు. అందుకే దీనిని చాలాసార్లు 'నిశ్శబ్ద వ్యాధి' అని కూడా అంటారు.
- కిడ్నీ ఆరోగ్యానికి హాని చేసే అలవాట్లు కొన్ని రోజువారీ అలవాట్లు కిడ్నీలపై ప్రభావం చూపుతాయి. ధూమపానం చేయడం, వైద్యుల సలహా లేకుండా ఎక్కువగా నోట్స్ నివారణ మందులు వాడటం తగినంత నీరు తాగకపోవడం, ఇలాంటి అలవాట్లను తగ్గించుకోవాలి. కిడ్నీ, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి చిట్కాలు మన నోటి ఆరోగ్యం మన మొత్తం ఆరోగ్యానికి అర్థం పడుతుంది. టుండి, దీంతో దంతాలపై బలహీనపడటం, పిప్పి, దంతాలు, దంతాలపై మరకలు, దంతాల సున్నితత్వం (టూత్ సెన్సిటివిటీ) వంటి సమస్యలు చాలా మందిలో కనిపిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా

నోరు, దంతాల సమస్యలు ఉన్నవారు వీటిని ఉపయోగించండి..

చల్లని లేదా వేడి ఆహారం తిన్నప్పుడు దంతాలలో ఒక్కసారిగా నొప్పి లేదా జలదరింపు అనిపించడం దంతాల సున్నితత్వానికి సంకేతం. అయితే కొన్ని సాధారణ జాగ్రత్తలను పాటించడం ద్వారా ఈ సమస్యను తగ్గించుకోవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అప్పుం (ఆసిడిటీ) ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలు, పానీయాలను అధికంగా



కమైన ప్రాంతాల నుంచి లభించే, నాణ్యమైన సముద్ర ఆహారాన్ని పరిమిత మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది. ముఖ్యంగా గర్భిణులు, పాలిచ్చే తల్లులు తమ ఆహారంలో చేపలను చేర్చే ముందు వైద్యులు లేదా పోషకాహార నిపుణుల సలహా తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

గుడ్డు ఆత్మక పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారాల్లో ఒకటిగా గుర్తింపు పొందాయి. ఉదయం ఆల్టాహారం నుంచి మధ్యాహ్నం, రాత్రి భోజనం వరకు అనేక రకాల వంటకాల్లో వీటిని ఉపయోగిస్తారు. అధిక నాణ్యత కలిగిన ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు సమృద్ధిగా ఉండే గుడ్డు శరీరానికి అవసరమైన అనేక పోషకాలను అందిస్తాయి. రోజువారీ ఆహారంలో పరిమిత మోతాదులో గుడ్డును చేర్చడం వల్ల కండరాల ఆరోగ్యం నుంచి మెదడు పనితీరు వరకు అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. గుడ్డు అధిక నాణ్యత కలిగిన ప్రోటీన్లకు అద్భుతమైన మూలం. ప్రోటీన్లు కండరాల నిర్మాణం, మద్యమత్తు, రోగనిరోధక శక్తి పెంపు, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల నియంత్రణ, బరువు తగ్గడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. గుడ్డులోని తెల్లసొనతోపాటు చప్పసొనలో కూడా కండరాల అభివృద్ధికి తోడ్పడే పోషకాలు ఉంటాయి. ఎముకల ఆరోగ్యానికి అవసరమైన విటమిన్ డి గుడ్డులో సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. అలాగే ఫాస్ఫరస్ కూడా ఉండటం వల్ల ఎముకలు, దంతాలు దృఢంగా ఉండేందుకు అవసరమైన పోషణ లభిస్తుంది. గుడ్డులో బి విటమిన్లు, కొలిన్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మెదడు, నాడీ వ్యవస్థ పనితీరుకు మేలు చేస్తాయి. కొలిన్ జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రోటీన్ రోజుండా మానసిక పురుకుదన్నాన్ని కొనసాగించేందుకు తోహదించేస్తుంది. గుడ్డులో ల్యూటీన్, జియోక్యూంథిన్ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉండటం వల్ల కంటి ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుంది. వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ వచ్చే కంటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలోనూ ఇవి సహాయపడతాయి. అలాగే ట్రిప్టోఫాన్, ట్రిటోనిన్ వంటి అమినో ఆమ్లాలు గుండె ఆరోగ్యానికి కూడా తోడ్పడుతాయి. బరువు తగ్గాలను కునే వారికి కూడా గుడ్డు మంచి ఎంపికగా ఉంటాయి. ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండటం వల్ల అవి నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతాయి. దీంతో ఎక్కువసేపు ఆకలి వేయకుండా ఉండి, అధికంగా తినే అలవాటు తగ్గి అవకాశం ఉంటుంది. కూరగాయలతో చేసిన ఆప్టెట్, ఉడికించిన గుడ్డు లేదా ఇతర ఆరోగ్యకరమైన గుడ్డు వంటకాలు బరువు నియంత్రణకు ఉపయోగపడతాయి. గుడ్డులోని ప్రోటీన్లు జీర్ణక్రియ సమయంలో శరీరంలో జీవక్రియలను ప్రభావితం చేసే పెప్టైడ్లుగా మారతాయిని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఇవి జీవక్రియను మురుకుగా ఉంచడంలో, అలాగే కొలెస్ట్రాల్ శోషణను తగ్గించడంలో కొంతవరకు సహాయపడే అవకాశం ఉందని పరిశోధకులు పేర్కొంటున్నారు. గుడ్డు తక్కువ కేలరీలు కలిగిన ఆహారం కూడా. ఒక పెద్ద గుడ్డులో సుమారు 78 కేలరీలు మాత్రమే

కోడిగుడ్డులో అసలు ఏయే పోషకాలు ఉంటాయి..



ఉంటాయి. బరువు తగ్గే ప్రయత్నంలో ఉన్నవారు చప్పసొనను పరిమితం చేసి, అవసరాన్ని ఇవ్వి తెల్లసొనను తీసుకోవచ్చు. గుడ్డులో కొలెస్ట్రాల్ ఉన్నప్పటికీ, అవి మంచి నాణ్యత కలిగిన ప్రోటీన్లను అందించే ఆహారం. తాజా పరిశోధనల ప్రకారం చాలా మంది ఆరోగ్య మంటలలో పరిమిత మోతాదులో గుడ్డు తీసుకోవడం వల్ల ముందు కొలెస్ట్రాల్ (HDL) స్థాయిలు పెరిగడానికి దోహదపడుతుంది. అయితే ఇప్పటికే అధిక కొలెస్ట్రాల్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు లేదా ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు గుడ్డు వినియోగంపై వైద్యులు లేదా పోషకాహార నిపుణుల సలహా తీసుకోవడం మంచిది.

ఉప్పుతో లాభాలెన్నో

గోరుచెచ్చని నీటిలో కొద్దిగా కల్లుపు వేసి కాసేపు పాదాల్ని ఉంచితే, రోజంతా చర్మ అలసట మాయమై పాదాల నొప్పులు, వాపులు తగ్గుతాయి. ఉప్పును మెత్తగా నూరి కొబ్బరి, అలివ్ నూనెలో కలిపి చర్మంపై రుద్దితే... సహజమైన బాడి స్కర్బ్ కావడం వల్ల మృతకణాలను తొలగించి, రంధ్రాలను శుభ్రపరిచి చర్మాన్ని తోమలంగా మారుస్తుంది. గోరుచె



మరకలు సులువుగా వదిలిపోతాయి. సింక్ డ్రెయిన్ నుంచి వచ్చే చెడు వాసనను అరికట్టడానికి, సైపుల్ పేరుకుపోయిన మురికిని వదిలించడానికి బాగా కాచిన వేడి నీటిలో చిక్కని ఉప్పు ద్రావణాన్ని కలిపి పోస్తే సరి. ఇత్రడి, రాగి పాత్రలపై ఉన్న ముచ్చలను వదిలించడానికి ఉప్పు, వెనిగర్ కలిపిన మిశ్రమాన్ని ఉపయోగిస్తే మళ్ళీ శుభ్రమౌతాయి. దుస్తులపై నూనె, తీ లేదా కాఫీ మరకలు పడినప్పుడు వెంటనే ఆ భాగాన్ని ఉప్పు నీళ్లలో నూనెద్రెడ్డి ఉలికితే మరకలు తేలికగా వదిలిపోతాయి. అంతేకాకుండా కొత్త డ్రెస్సులు వేసుకున్నప్పుడు కొద్దిగా ఉప్పు చేర్చడం వల్ల దుస్తుల రంగులు వెలిసిపోకుండా ఉంటాయి. అద్దాలు, గజా గ్లాసులపై ఏర్పడే నీటి చారలను కూడా ఉప్పు నీటితో తుడిచి శుభ్రం చేయవచ్చు. మరకాపుకల్ని లంలే ఇంట్లో తేమ శాతం పెరిగి చదల కూడా ఒక విధమైన దుర్వాసన వస్తున్న ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. వేసే గది మూలం ఉంచితే ఇది నోటిలోని పీహెచ్ అది గాలిలోని తేమను స్థాయిని సమతుల్యం పీల్చుకుని వాతావరణంపై సహాయపడి, జాన్ని ఆహారక బాక్టీరియా పెరుగుదలను తగ్గించడంలో తోడ్పడుతుంది. దంతాలను తెల్లగా మార్చే (టీత్ వైటినింగ్) ఉత్పత్తులు లేదా అల్ట్రాసోన్ అధికంగా ఉండే హార్ట్ వాచ్లను తరచూ ఉపయోగించడం తగ్గించాలి. ఇవి కొందరిలో దంతాల సున్నితత్వాన్ని ఉపయోగించడం పెంచే అవకాశం ఉంటుంది. అవసరమైతే సహజ పదార్థాలతో తయారైన ఉత్పత్తులను మాత్రమే ఉపయోగించడం మంచిది. లవంగం లేదా లవంగ నూనె కూడా దంతాల సున్నితత్వం వల్ల వచ్చే అసౌకర్యాన్ని తాత్కాలికంగా తగ్గించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. లవంగం కోడి సహజ సమ్మేళనాలు సాఫ్టీని తగ్గించే లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. దంతాల సున్నితత్వం తరచూ వేడిపుట్టలే లేదా నొప్పి ఎక్కువగా ఉండే ఇంటి చిట్కాలపై మాత్రమే ఆధారపడకుండా దంత వైద్యుడిని సంప్రదించడం అవసరం. సరైన కారణాన్ని గుర్తించి చికిత్స తీసుకోవడం ద్వారా సమస్య మరింత తీవ్రమవుతుందా నివారించవచ్చని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

'ఫౌజీ': పవర్ ఫుల్ పోస్టర్ విడుదల



వృదయం సినిమా :

బెల్ స్టార్ ప్రభాస్, త్రియేటివ్ డైరెక్టర్ గాను రామచంద్రుడి, ప్రతిష్టాత్మక బ్యానర్ హిస్టోరిక్ ఎంటర్టైన్మెంట్ ఫౌజీ పోస్టర్ విడుదల చేశారు. భారతదేశం నేడు జరుపుకుంటున్న స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా సాధారణంగా కనిపించే సందర్భాలకు భిన్నంగా.. ఈ పోస్టర్ స్వాతంత్ర్యం వెనుక ఉన్న త్యాగం, పోరాటం, ధైర్యాన్ని గుర్తుచేస్తోంది. యుద్ధంలో ధృఢ సమైక్య ప్రాంతం, పొగలు, మంటలు, శిథిలాలు పోస్టర్లో కనిపిస్తున్నాయి. దూరంలో చూస్తూ ప్రత్యేకంగా కనిపిస్తోంది. ఈ రోజు మనం జరుపుకుంటున్న స్వాతంత్ర్యం వెనుక ఎన్నో విశేషాలు ఉన్నాయి.

అంచనాలను మరింత పెంచింది. 'ఫౌజీ' చిత్ర నిర్మాతలు స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని బలమైన భావోద్వేగ, చారిత్రిక నేపథ్యం ఉన్న పోస్టర్ను విడుదల చేశారు. భారతదేశం నేడు జరుపుకుంటున్న స్వాతంత్ర్యం వెనుక ఉన్న త్యాగానికి నివాళిగా నిలిచింది ఈ పోస్టర్ అందరినీ కట్టిపడేసింది. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా సాధారణంగా కనిపించే సందర్భాలకు భిన్నంగా.. ఈ పోస్టర్ స్వాతంత్ర్యం వెనుక ఉన్న త్యాగం, పోరాటం, ధైర్యాన్ని గుర్తుచేస్తోంది. యుద్ధంలో ధృఢ సమైక్య ప్రాంతం, పొగలు, మంటలు, శిథిలాలు పోస్టర్లో కనిపిస్తున్నాయి. దూరంలో చూస్తూ ప్రత్యేకంగా కనిపిస్తోంది. ఈ రోజు మనం జరుపుకుంటున్న స్వాతంత్ర్యం వెనుక ఎన్నో విశేషాలు ఉన్నాయి.

ధైర్యం, త్యాగం ఉన్నాయనే విషయాన్ని ఈ పోస్టర్ గుర్తుచేస్తోంది. "Saluting the spirit of every Fauzi who fought for our tomorrow" అంటూ స్వాతంత్ర్యం కోసం పోరాడిన ప్రతి ఫౌజీకి నివాళి అర్పించారు. ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్ సరసన ఇమాన్ షేర్ షా నటిస్తున్నారు. ప్రముఖ నటులు అనుష్క షేర్, మిథున్ చక్రవర్తి, జయప్రద, భానుచందర్ కీలక పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. సుదీప్ ఫటల్ సినిమాలో గ్రేడ్ అందిస్తుండగా, విశాల్ చంద్రశేఖర్ సంగీతం సమకూరుస్తున్నారు. అనిల్ విల్సన్ జాడవ్ ప్రొడక్షన్స్ డిజైన్, కోటగిరి వెంకటేశ్వరరావు ఎడిటింగ్. తారాగణం: ప్రభాస్, ఇమాన్ షేర్, మిథున్ చక్రవర్తి, అనుష్క షేర్, జయప్రద, భానుచందర్.



'కాప్టెన్ కళ్యాణ్' అక్టోబర్ 9న ప్రపంచవ్యాప్తంగా రిలీజ్

వృదయం సినిమా :

'కింగ్ ఆఫ్ ఎంటర్టైన్మెంట్' శ్రీమద్ 'కాప్టెన్ కళ్యాణ్'తో అలరించబోతున్నారు. యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ సర్గా తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రంలో అనకితకమైన పీరియడ్ బ్యాక్ డ్రావ్ తో పాటు రామాన్, ఎమోషన్స్ తో రూపొందిస్తున్నారు. జానకిరామ్ మార్కెట్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని కోన వెంకట్ సమర్పిస్తున్నారు. స్టండ వాచాన మోషన్ పిక్చర్స్ LLP బ్యానర్ పై వెంకట కృష్ణ కర్నాటి, సీత కర్నాటి నిర్మిస్తున్నారు. 1992లో ఆంధ్ర-ఓడిశా సరిహద్దు ప్రాంతం నేపథ్యంలో ఈ సినిమా తెరకెక్కుతోంది. మహిమా సుబియార్ కథానాయికగా నటిస్తున్నారు. విడుదల తేదీని ప్రకటిస్తూ విడుదల చేసిన పోస్టర్ సినిమా నేపథ్యాన్ని మరింత అనకితకంగా చూపిస్తోంది. శ్రీమద్ డార్ గ్రీన్ దుస్తుల్లో, మెడలో ఎర్రటి కండువాతో కాప్టెన్ లుక్లో కనిపిస్తున్నారు. భుజానికి రైఫిల్, అడవిలో నడుస్తున్న ఆయనతో పాటు సత్య, ముక్కు అవినాష్ కూడా తోటి కాప్టెన్లుగా కనిపిస్తున్నారు. ఆయన

ధారలో ఉన్న ఈ పాత్రలు కథలోని సీరియస్ నేపథ్యాన్ని సూచిస్తుండగా, వారి ముఖాల్లో కనిపించే చిరునవ్వులు సినిమాలో విశేషం, యాక్షన్, ఎమోషన్ కూడా ఉంటాయని హిట్ అవుతున్నాయి. రాధికా శరత్ కుమార్, పైన్ లామ్ చాకో, ఉపేంద్ర లిమాయే కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి విజయ్ బుల్లనిన్ సంగీతం అందిస్తుండగా, సాయి శ్రీరామ్ సినిమాటోగ్రఫీ నిర్వహిస్తున్నారు. చౌలా కె. ప్రసాద్ ఎడిటింగ్ పనిచేస్తున్నారు. దసరా సీజన్లో విడుదల తేదీ భారత కావడంతో సినిమా ప్రమోషన్స్ ను మేకర్స్ మరింత వేగవంతం చేయనున్నారు. నటీనటులు: శ్రీమద్, మహిమా సుబియార్, రాధికా శరత్ కుమార్, పైన్ లామ్ చాకో, ఉపేంద్ర లిమాయే సాంకేతిక బృందం: దర్శకత్వం: జానకిరామ్ మార్కెట్ సమర్పణ: కోన వెంకట్ నిర్మాతలు: వెంకట కృష్ణ కర్నాటి, సీత కర్నాటి సంగీతం: విజయ్ బుల్లనిన్



'సంబరాల పటిగట్టు' షూటింగ్ పూర్తి

వృదయం సినిమా :

సుప్రీం హీరో సాయి దుర్గ తేజ్, రోహిత్ కేపీ, కె. నిరంజన్ రెడ్డి, చైతన్య రెడ్డి, ప్రైమ్ షో ఎంటర్టైన్మెంట్ భారీ పాస్ ఇండియా చిత్రం SYG సందరాల పటిగట్టు) షూటింగ్ పూర్తి. 2027 జనవరి 12 సంక్రాంతికి రిలీజ్ మెగా సుప్రీం హీరో సాయి దుర్గ తేజ్ మోస్ట్ ఎంటర్టైన్మెంట్ పాస్ ఇండియా చిత్రం సందరాల పటిగట్టు (SYG) షూటింగ్ మొత్తం విజయవంతంగా పూర్తయింది. సూతన దర్శకుడు రోహిత్ కేపీ దర్శకత్వంలో, ప్రతిష్టాత్మక ప్రైమ్ షో ఎంటర్టైన్మెంట్ బ్యానర్ పై కె. నిరంజన్ రెడ్డి, చైతన్య రెడ్డి నిర్మించిన ఈ అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకమైన యాక్షన్ డ్రామా, ప్రస్తుతం పోస్టప్రోడక్షన్ దశను వేగంగా పూర్తి చేసుకుంటోంది. 2027 సంక్రాంతి సందర్భంగా జనవరి 12న ఈ చిత్రాన్ని విడుదల చేయనున్నట్లు చిత్ర బృందం ప్రకటించింది. ఈ పండుగ విడుదల ప్రాజెక్ట్ పై ఉత్సాహాన్ని మరింత పెంచుతోంది. ఈ చిత్రంలో ఒక అగ్రశ్రేణి బాలీవుడ్ నటుడు కీలక పాత్ర పోషిస్తుండటం, దీని పాస్ ఇండియా ఎల్రాక్షన్ ను మరింత పెంచుతోంది. ఐశ్వర్య లక్ష్మి, జగపతి బాబు, సాయి కుమార్, శ్రీకాంత్, అనన్య నాగ్ కూడా ఈ తారాగణంలో భాగమై, ప్రముఖ పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. ఈ చిత్రానికి ప్రముఖ సాంకేతిక బృందం పనిచేస్తోంది. ఎడిటింగ్ నవీన్ విజయ్ కృష్ణ, ప్రొడక్షన్ డిజైన్ గాంధీ నడికూడికర్, లక్ష్మి, జగపతి బాబు, సాయి కుమార్, శ్రీకాంత్, అనన్య నాగ్ సాంకేతిక సిబ్బంది: రచన, దర్శకత్వం: రోహిత్ కేపీ నిర్మాతలు: కె నిరంజన్ రెడ్డి, చైతన్య రెడ్డి, బ్యానర్: ప్రైమ్ షో ఎంటర్టైన్మెంట్.



VISA - రెండో టీజర్ విడుదల

వృదయం సినిమా :

అక్టోబర్ 17న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో విడుదల

'VISA వింటారా సరదాగా' చిత్రానికి సంబంధించిన రెండో టీజర్ తాజాగా విడుదలై సోషల్ మీడియాలో మంచి స్పందనను సొంతం చేసుకుంటోంది. ఉద్వేగ రథం ఈ చిత్రం ద్వారా దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నారు. ఆయన తెరకెక్కిస్తున్న ఈ క్విర్క్ క్యాంపస్ లు USA రొమాంటిక్ కామెడీ చిత్రాన్ని సినీతార ఎంటర్టైన్మెంట్స్, ఫార్మూస్ ఫోర్ సినిమాస్ బ్యానర్లపై నిర్మాతలు సూర్యదేవర నాగవంశీ ఎస్. మరియు సాయి సౌజన్య నిర్మిస్తున్నారు. అశోక్ గడ్డా, శ్రీగౌరీ ప్రయోజనాలగా నటిస్తుండగా.. రాహుల్ విజయ్, శివాత్మిక రాజశేఖర్, హర్ష చెముడు తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. 'VISA వింటారా సరదాగా' చిత్రం అక్టోబర్ 17న ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్ థియేటర్లలో విడుదల కానుంది. నటీనటులు: అశోక్ గడ్డా, శ్రీ గౌరీ ప్రయ, రాహుల్ విజయ్, శివాత్మిక రాజశేఖర్, హర్ష చెముడు, సత్య, వివా



హర్ష, గుండు సుదర్శన్ దర్శకత్వం: ఉద్వేగ రథం నిర్మాతలు: సూర్యదేవర నాగవంశీ ఎస్., సాయి సౌజన్య నిర్మాణ సంస్థలు: సినీతార ఎంటర్టైన్మెంట్స్, ఫార్మూస్ ఫోర్ సినిమాస్ సంగీతం: విజయ్ బుల్లనిన్ విడుదల: అక్టోబర్ 17

విద్యార్థులతో 'హర్ ఘర్ తిరంగ' కార్యక్రమం

వృదయం సినిమా :

ఈ సందర్భంగా మోహన్ బాబు విశ్వవిద్యాలయం ప్రో-చాన్సలర్ విజయ్ మంచు మాట్లాడుతూ.. 'త్రివర్ణ పతాకం మన స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల త్యాగాలకు, ప్రతి భారతీయుడి ఆశల, ఆకాంక్షలకు ప్రతీక. మోహన్ బాబు విశ్వవిద్యాలయం శ్రీ విద్యానికేతన్ అంతర్జాతీయ పాఠశాల నుండి వేలాది మంది విద్యార్థులు ఇంతటి ఉత్సాహంతో కలిసి రావడం ఎంతో సూర్యదాయకం. విద్యాసంస్థలుగా, కేవలం విద్యాపరంగానే కాకుండా, దేశం పట్ల తమ బాధ్యత గురించి కూడా



స్వచ్ఛ కలిగిన యువతరాన్ని తీర్చిదిద్దడం మన బాధ్యత' అని అన్నారు. మోహన్ బాబు విశ్వవిద్యాలయం, శ్రీ విద్యానికేతన్ అంతర్జాతీయ పాఠశాల విద్యార్థుల భాగస్వామ్యం, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల హృదయభాగంలో ఉండే ఐక్యత

స్వచ్ఛ, సామాజిక గర్వాన్ని, విద్యార్థుల, పాఠశాల విద్యార్థుల ఒకచోట చేర్చి, దేశభక్తిని, జాతీయతా పట్ల గౌరవాన్ని పంచుతూ ఒక చిరస్మరణీయ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకగా నిలిచింది.



వృదయం సినిమా :

'అమీర్ లోగ్' ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్లో హర్ష, గుండు సుదర్శన్ దర్శకత్వం: ఉద్వేగ రథం నిర్మాతలు: సూర్యదేవర నాగవంశీ ఎస్., సాయి సౌజన్య నిర్మాణ సంస్థలు: సినీతార ఎంటర్టైన్మెంట్స్, ఫార్మూస్ ఫోర్ సినిమాస్ సంగీతం: విజయ్ బుల్లనిన్ విడుదల: అక్టోబర్ 17

నిర్వహించిన ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్లో.. 'లిటిల్ హర్ష' డైరెక్టర్ సాయి మార్లాడ్ మాట్లాడుతూ.. "అమీర్ లోగ్" సాంగ్స్ బాగున్నాయి. టీజర్, ట్రైలర్ నాకు నచ్చింది. సాయి సురజ్ మూవీజ్ అంటే నాకు చాలా ఇష్టం. హర్ నాకు మంచి మిత్రుడు. రమణ

