

గ్రేటర్ హైదరాబాద్

ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికే ప్రాధాన్యం
అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) విజయేందర్ రెడ్డి

మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా ఆగస్టు 24(పుదయం ప్రతినది)
: ప్రజల సమస్యలను సత్వరం పరిష్కరించడమే జిల్లా యంత్రాంగం లక్ష్యమని మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) విజయేందర్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. సోమవారం జిల్లా సమీకృత కలెక్టరేట్ సముదాయం (IDOC) సమావేశ మందిరంలో నిర్వహించిన 'ప్రజావాణి' కార్యక్రమానికి ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, ప్రజల నుంచి వివరాలను స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, ప్రజావాణి వచ్చే ప్రతి అత్యధికారి పరిశీలించి, సంబంధిత శాఖల అధికారులకు సత్వరపరిష్కారం కోసం పంపుతున్నట్లు తెలిపారు. సమస్యల పరిష్కారం కోసం ప్రజలను ప్రోత్సహించారు.



రంలో జాప్యం లేకుండా చూడాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో వివిధ సమస్యలపై ప్రజల నుంచి మొత్తం 75 దరఖాస్తులు అందాయన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి (DRO) మాంజి, వివిధ శాఖల జిల్లా స్టాంపు అధికారులు, సిబ్బంది మరియు పెద్ద ఎత్తున ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

గుమ్మడిదల అభివృద్ధికి సంపూర్ణ సహకారం

గుమ్మడిదల,ఆగస్టు 24 (పుదయం ప్రతినది)
యం): సూతనంగా ఏర్పడిన గుమ్మడిదల మున్సిపాలిటీని అన్ని రంగాల్లో అదర్శంగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యంగా భుక్తుం మరియు పరిశ్రమల భాగస్వామ్యంతో అభివృద్ధి పనులు ముమ్మరంగా కొనసాగుతున్నాయని పటాన్చెరు శాసనసభ్యులు గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. సోమవారం గుమ్మడిదల మున్సిపల్ పరిషత్ రూ. 1.69 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ఆయన శంకుస్థాపనలు, ప్రారంభోత్సవాలు నిర్వహించారు. ఇందులో భాగంగా బొంతపల్లిలో రూ. 86.50 లక్షల వ్యయంతో రెండు ఓవర్ పాకి ట్యాంకుల నిర్మాణానికి, వీరన్నగూడెంలో రూ. 15 లక్షల



సీఆర్‌ఆర్ నిధులతో అంతర్గత మురుగునీటి కాలువల నిర్మాణ పనులకు ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు. అలాగే గుమ్మడిదల లో హోసర్ ల్యాండ్స్, మైలి పరిశ్రమల సౌజన్యంతో రూ. 45 లక్షలతో సీసీ రోడ్లు, యూజీసీ నిర్మాణ పనులకు శంకుస్థాపన చేయగా.. నా గిరిగూడెం గ్రామంలో న్యూల్యాండ్ పరిశ్రమ సహకారంతో రూ. 22 లక్షల

అవసరాలకు అనుగుణంగానే అభివృద్ధి ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నామని తెలిపారు. గుమ్మడిదల ప్రాంత అభివృద్ధిలో పరిశ్రమల యాజమాన్యాలు సహజిక బాధ్యతతో భాగస్వామ్యం కావడం అభినందనీయమని, ప్రభుత్వ నిధులతో పాటు పరిశ్రమల సహకారం అందితే అభివృద్ధి మరింత వేగంగా సాగుతుందని పేర్కొన్నారు. అభివృద్ధి పనుల్లో నాణ్యతకు ఎక్కువగా రాజీ పడకుండా నిర్ణీత సమయంలో పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ కుమార్ గౌడ్, వైస్ చైర్మన్ సంద్య గోపల్ రెడ్డి, కమిషనర్ దశరథ్, ఆయా వార్డుల కౌన్సిల్మన్లు, కో ఆప్షన్ సభ్యులు, బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, వివిధ శాఖల అధికారులు , పరిశ్రమల ప్రతినిధులు మరియు స్థానిక ప్రజలు పాల్గొన్నారు.



పిఎన్ ఫౌండేషన్ కార్యాలయం ప్రారంభించిన ప్రభుత్వ విప్ బిర్ల వలయ్య

రామచంద్రవరం ఆగస్టు 24 (పుదయం ప్రతినది)
శ్రీనివాస్ నగర్ కాలనీలో పిఎన్ ఫౌండేషన్ నూతన కార్యాలయాన్ని ఆరేరు నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే, ప్రభుత్వ విప్ శ్రీ బిర్ల వలయ్య కురుమ ప్రారంభించారు. స్థానిక రామచంద్రవరం తాజా మాజీ కార్పొరేటర్ బూరుగడ్ల పుష్పనగేష్ అధ్యక్షులలో ఏర్పాటు చేసిన ఈ కార్యాలయాన్ని ఎమ్మెల్యే రిబ్బాన్ కట్ చేసి ప్రారంభించారు. అనంతరం బూరుగడ్ల పుష్పనగేష్ కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి నిర్వహించిన సత్సనారాయణ స్వామి ప్రత్యేక ప్రభుత్వ విప్ బిర్ల వలయ్య ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయనకు నిర్వాహకులు, కుటుంబ సభ్యులు ఘనంగా స్వాగతం పలికారు. కార్యక్రమం అనంతరం స్థానిక నాయకులు, కాలనీ వాసులు, కార్యకర్తలతో కలిసి బిర్ల వలయ్య ఫోటోలు దిగారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు, కార్యకర్తలు, కాలనీ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

ప్రతి ఇంటికి ఒక మొక్క

- వన మహోత్సవాన్ని విస్తృతంగా చేపడదాం!
- అటవీ, పర్యావరణ మరియు దేవాలయాలు శాఖల మంత్రి కొండా సురేఖ.



ఆగస్టు 24 (పుదయం):
వన మహోత్సవం కార్యక్రమంలో భాగంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఇప్పటి వరకు 56.46 శాతం మొక్కల పెంపకం పూర్తయిందని ఈ నెల 25న నిర్వహించనున్న ప్రత్యేక వన మహోత్సవ కార్యక్రమం ద్వారా నిర్దేశిత లక్ష్యానికి అదనంగా కనీసం 10 శాతం మేర మొక్కలు నాటిలా అధికారుల ప్రత్యేక కార్యాచరణ చేపట్టాలని అటవీ, పర్యావరణ మరియు దేవాలయాలు శాఖల మంత్రి సూచించారు. వన మహోత్సవం కార్యక్రమం అమలుపై సోమవారం అటవీ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా మంత్రి జిల్లా వారీగా మొక్కలు నాటి లక్ష్యాలను ఇప్పటి వరకు సాధించిన పురోగతిని సమీక్షించి అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. ఈ నెల 23వ తేదీ నాటికి రంగారెడ్డి జిల్లాలో 78.540 లక్షల మొక్కల నాటి లక్ష్యానికి గాను 54.287 లక్షల మొక్కలు నాటి 57.66 శాతం సాధన సమాధానం సమీక్షలో వెల్లడైంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 1606.286 లక్షల మొక్కల లక్ష్యానికి గాను 906.853 లక్షల మొక్కలు నాటి 56.46 శాతం సాధన సమాధానం. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ ఈ నెల 25న నిర్వహించనున్న వన



పంపిణీ చేసి నాటించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. మొక్కల సేకరణ, రవాణా, గుంతల ఏర్పాటు, నాటడం, అనంతరం నీటి వసతి కల్పించడం వంటి అన్ని ఏర్పాట్లను ముందుగానే పూర్తి చేయాలని సూచించారు. **పట్టణ ప్రాంతాల్లో లక్షల్లో పాదరక్షలకు ప్రాధాన్యం**
పట్టణ ప్రాంతాల్లో పచ్చదనాన్ని పెంచేందుకు అర్బన్ పార్కుల ఏర్పాటును ప్రోత్సహించాలని మంత్రి సూచించారు. మున్సిపాలిటీల పరిధిలో ప్రజల భాగస్వామ్యంతో పెద్దఎత్తున మొక్కలు నాటి కార్యక్రమాలు చేపట్టి పట్టణాల్లో పచ్చదనాన్ని మరింత పెంచాలని ఆదేశించారు. చెరువుల పరిసరాల్లో తాటి మొక్కల పెంపకంతాటి మొక్కలను చెరువుల పరిసర ప్రాంతాల్లో, అలాగే గౌడ రణ్యం, జిల్లా అటవీ అధికారి (DFO) శివ ఆశ్వినింగి, జెడ్పీ సీఈఓ కృష్ణారెడ్డి, డిఎస్ సురేష్ మోహన్, పరిశ్రమల శాఖ అధికారి శ్రీలక్ష్మి, డి. ఈ. ఓ వెంకటేశ్వర్లు, వ్యవసాయ శాఖ అధికారి సుజాత, సంబంధిత అధికారులు పాల్గొన్నారు.

సెప్టెంబర్ 19,20 తేదీలలో... ఐఎస్ డబ్ల్యూజే జాతీయ కౌన్సిల్ సమావేశాలు

హైదరాబాద్ ఆగస్టు 24 (పుదయం ప్రతినది)
ఇండియన్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ వర్మింగ్ జర్నలిస్టుస్ (ఐఎఫ్ డబ్ల్యూజే) జాతీయ సమావేశాలు సెప్టెంబర్ 19,20 తేదీలలో బీహార్ రాష్ట్రంలోని బోధ్ గయలో జరుగుతాయని ఐఎఫ్ డబ్ల్యూజే వర్మింగ్ కమిటీ సభ్యులు, తెలంగాణ వర్మింగ్ జర్నలిస్టు ఫెడరేషన్ (టీడబ్ల్యూజేఎఫ్) రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మామిడి సోమయ్య తెలిపారు. అదే విధంగా అక్టోబర్ 28న ఐఎఫ్ డబ్ల్యూజే 76వ వ్యవస్థాపక దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని ఆ రోజు దేశవ్యాప్త జర్నలిస్టుల సమన్వయ పరిషత్తుంచానే డిమాండ్ కోడింగ్లోని జంతర్ మంతర్ లో భారీ నిరసన ప్రదర్శన నిర్వహించాలని జాతీయ కార్యవర్గం నిర్ణయించింది. ఆయన ఒక ప్రకటనలోని తెలిపారు. జాతీయ స్థాయిలో పాత్రికేయుల రక్షణకు ప్రత్యేక చట్టం, సీనియర్ జర్నలిస్టులకు జాతీయ పెన్షన్ పథకం, జర్నలిస్టుల రైల్వే రాయితీ పునరుద్ధరణ తదితర డిమాండ్ల సాధనపై తలపెట్టిన ఢిల్లీ జంతర్ మంతర్ నిరసనకు దేశవ్యాప్తంగా అన్ని రాష్ట్రాల నుంచి జర్నలిస్టులను సమీకరించడం జరుగుతుందని అన్నారు. సెప్టెంబర్ 19,20 తేదీలలో బోధ్ గయలో జరిగే జాతీయ కౌన్సిల్ సమావేశాలకు దేశవ్యాప్తంగా అన్ని రాష్ట్రాల నుంచి జర్నలిస్టులను సమీకరించడం జరుగుతుందని హాజరైన వ్యక్తులలో పేర్కొన్నారు. ఐఎఫ్ డబ్ల్యూజే జాతీయ అధ్యక్షుడు గోపాల్ మిశ్రా అధ్యక్షుల బోధ్ గయలో జరిగే ఈ రెండు రోజుల జాతీయ కౌన్సిల్ సమావేశాలలో ఆయా రాష్ట్రాల సమన్వయ



లు, జాతీయ స్థాయి జర్నలిస్టుల సమన్వయ చట్టం చర్చించి భవిష్యత్ కార్యాచరణ రూపొందిస్తారని మామిడి సోమయ్య తెలిపారు. పత్రికా సేవ్ పరిరక్షణ, జర్నలిస్టులపై జరుగుతున్న దాడులు, రక్షణ చట్టాలు తదితర అంశాలపై జాతీయ సమావేశాల్లో చర్చించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ సమావేశాలకు తెలంగాణ రాష్ట్రం నుంచి వివిధ జిల్లాలకు చెందిన ఫెడరేషన్ జాతీయ కౌన్సిల్ సభ్యులు హాజరవుతారని, అదేవిధంగా అక్టోబర్ 28న ఢిల్లీ జంతర్ మంతర్ లో జరిగే నిరసన ప్రదర్శనకు రాష్ట్రం నుంచి పెద్ద ఎత్తున జర్నలిస్టులను తరలిస్తామని అన్నారు.

పోచమ్మ దేవాలయం నిర్మాణానికి ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ రూ.12 లక్షల భారీ విరాళం

జన్నారం ఆగస్టు 24 (పుదయం ప్రతినది)
ఒక వైపు ప్రజాసేవలో.. మరో వైపు భక్తి సేవలో తనదైన ముద్రను చాటుతున్నారని పటాన్చెరు శాసన సభ్యులు శ్రీ గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి గారు. పటాన్చెరు నియోజకవర్గం వ్యాప్తంగా పరమతసహనం పెంపొందిస్తూ.. సొంత నిధులతో గుడులు, మసీదులు, చర్చిలు నిర్మిస్తూ ప్రతి ఒక్కరిలో భక్తి భావం పెంపొందిస్తూ మరోమారు చాటుకున్నారు. సోమవారం స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, గ్రామ ప్రజలతో కలిసి ఆలయ నిర్మాణ పనులను స్వయంగా పరిశీలించి.. ఆలయ కమిటీ సభ్యులకు సగదును అందజేశారు. ఈనెల 30న నిర్వహించే తలపెట్టిన ప్రతిష్ఠాపన మహోత్సవ కార్యక్రమాన్ని అంగరంగ వైభవంగా భక్తి



ప్రపత్తులతో నిర్వహించాలని కమిటీ సభ్యులకు సూచించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ దైవభక్తి, ఆధ్యాత్మికతతో పాటు ప్రజాసేవను తన బాధ్యతగా భావిస్తూ ముందుకు సాగుతున్నామని తెలిపారు. దేవాలయాల కేవలం ఆధ్యాత్మిక కేంద్రాలే కాకుండా.. ప్రజలను ఐక్యం చేసే సామాజిక వేదికలని పేర్కొన్నారు. ఇందులో భాగంగానే సొంత నిధులతో నియోజకవర్గం వ్యాప్తంగా 200 లకు పైగా దేవాలయాలు, మసీదులు, ఆశ్రమాలు, చర్చిలు నిర్మించడం జరిగిందని గుర్తు చేశారు. రాబోయే రోజుల్లోనూ ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలకు సంపూర్ణ సహకారం అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. నిరంతరం

మహేశ్వరంలో సషా ముక్త భారత అభియాన్ పై పీఐబీ వార్తా మీడియా వర్క్ షాప్

హైదరాబాద్., ఆగస్టు 24 (పుదయం)
మాదక ద్రవ్యాల కలిగించే దుష్ప్రభావాలపై ప్రజలను చైతన్యపరుచును చేయడంలో భాగంగా పత్రికా బలీకరణ అవగాహన కోసం రంగారెడ్డి జిల్లా మహేశ్వరంలో ఈ నెల 25వ (ఆగస్టు 25, 2026) తేదీన ఒక చర్చ వ్యాసం నిర్వహిస్తున్నట్లు, హైదరాబాద్ పత్రికా సమాచార కార్యాలయం ఒక ప్రకటనలో తెలిపింది. మహేశ్వరంలోని అభివృద్ధి, కార్యాలయంలోని సమావేశ మందిరంలో ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తారు. మాదక ద్రవ్య రహిత సమాజాన్ని రూపొందించడంలో భాగంగా మాదక ద్రవ్యాల వల్ల కలిగి దు

ష్ప్రభావాలను ప్రజల్లోకి ఎలా తీసుకుపోవాలన్న అంశంపై విలేజరులకు అవగాహన కల్పిస్తారు. మాదక ద్రవ్యాల సమాజంపై ఎలాంటి చెడు ప్రభావాన్ని నిర్వహిస్తున్నాయో అంశాన్ని ఐపీఎస్ అధికారి శ్రీ కె.నారాయణ రెడ్డి (మహేశ్వరం జోన్ డివీసీ) విలేజరులకు వివరించడంతోపాటు, ఈ అంశంపై చచ్చే వార్తలకు పత్రికల్లో ఇవ్వాలిని ప్రాధాన్యత, ఈ సవాలును ఎంతో పాటుగా నిర్వహించాలని పోషించాలిని పాత్రనూ తెలియజేస్తారు. తెలంగాణలో మాదక ద్రవ్యాల తాజా పరిస్థితి గురించి 'ఈగర్ బ్యూరెం' నుంచి వస్తున్న ఓ అధికారి

శ్రీ పోచమ్మ దేవి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపనలో మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ సాతా ప్రవీణ్ కుమార్

శంకర్ పల్లి ఆగస్టు 24 (పుదయం)
శంకర్ పల్లి పట్టణంలో బి.డి.ఎల్ చౌరస్ సమీపంలో నీ కాలనీలో నాలుగు రోజులుగా శ్రీ పోచమ్మ దేవి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన ఉత్సవాలు జరిగాయి. సోమవారం పోచమ్మ దేవి కి కాలనీ వాసులు బోనాలు తలపై పెట్టుకుని అమ్మవారికి సమర్పించారు. భావా భజనశ్రీలతో శివనాథుల పాటలతో ఈ బోనాల ఊరేగింపు జరిగింది. ఈ

కార్యక్రమానికి శంకర్ పల్లి మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ ఎస్. ప్రవీణ్ కుమార్, వైస్ చైర్మన్ జూలకంటి శ్యాంలా పాండురంగారెడ్డిలు హాజరై అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రంగారెడ్డి జిల్లా ఓపిడ్యక్షుడు చేకూర్ గోపాల్ రెడ్డి, శంకర్ పల్లి మున్సిపల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మదవతి చంద్రమౌళి, నాయకులు కృష్ణారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డ్రైవింగ్ లో సీట్ బెల్ట్ తప్పనిసరిగా పెట్టుకోవాలి..

పి ఎస్ ఐ లు కాటంరాజు, చంద్రకేశ.. శంకర్ పల్లి ఆగస్టు 24 (పుదయం)
వాహనాలు సడీమేచారు తప్పనిసరిగా సీట్ బెల్ట్ పెట్టుకోవాలని శంకర్ పల్లి పోలీస్ స్టేషన్ పి ఎస్ ఐ లు కాటంరాజు, చంద్రకేశ తెలిపారు. సోమవారం శంకర్ పల్లి పట్టణ పరిధిలోని మీడియా చౌరస్ వద్ద వాహనాల తనిఖీలు నిర్వహించారు.



సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరు ట్రాఫిక్ నియమాలు పాటించాలి

ని సూచించారు. కార్లు సడీమేచారు సీటు బెల్టు తప్పనిసరిగా పెట్టుకోవాలన్నారు. మద్యం తాగి వాహనాలను నడపకూడదని, అలాగే రాంగ్ రూట్లో వెళ్లకూడదని తెలిపారు. మొదటి మాట్లాడుతూ బెల్టులు, వాహనాల సడపకూడదని చెప్పారు. ప్రమాదాలు జరిగితే వాహనాలు వేగంగా నడపకూడదు అన్నారు.

విద్యాభ్యాసం కూడా మరింత చురుగ్గా సాగుతుందని తెలిపారు. విద్యార్థులు ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడే చదువుపై పూర్తి స్థాయిలో దృష్టి సారించగలరని పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో విద్యార్థులకు మెరుగైన విద్యతో పాటు నాణ్యమైన, పాస్టి కాషోరం అందించడం అభినందనీయమని ఆమె అన్నారు. సీఎం అల్పాహారం పథకం విద్యార్థుల ఆరోగ్యానికి, వారి విద్యాబిద్ధికి ఎంతో దోహదపడుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైస్ చైర్మన్ కాసుల రామగౌడ్, కౌన్సిల్మన్లు బండారి శైలజాఅగిరెడ్డి, మల్లెల శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

22A, భూ భారతి భూముల విషయంలో ప్రోకర్లను నమ్మి మోసపోవద్దు

రంగారెడ్డి జిల్లా ,ఆగస్టు 24 (పుదయం)
రంగారెడ్డి జిల్లాలో 22A జాబితాలో ఉన్న భూములు, భూ భారతి రికార్డులకు సంబంధించిన భూముల విషయంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) చంద్రాశ్రీ సూచించారు. కొంతమంది మద్దతులను, ప్రోకర్లు భూముల రికార్డులను సరిచెప్పామని, 22A జాబితా నుంచి భూములను తొలగిస్తామని, భూ భారతి ద్వారా భూమిపై హక్కుల కల్పిస్తామని చెబుతూ ప్రజల నుంచి డబ్బులు చెల్లించమని అందుకుంటున్నారని తెలిపారు.

తోందన్నారు. ఇలాంటి వ్యక్తుల మాటలను నమ్మి ప్రజలు మోసపోవద్దు అయిన స్పష్టం చేశారు. భూమిని కొనుగోలు చేసే ముందు లేదా భూమికి సంబంధించిన ఏదైనా రావాదేమి నిర్వహించే ముందు సంబంధిత రెవెన్యూ అధికారులను సంప్రదించి సర్వే నంబర్, భూమి స్థితి, 22A జాబితాలోని వివరాలు, భూ భారతి రికార్డులు, ఇతర చట్టపరమైన అంశాలను అధికారికంగా నిర్ధారించుకోవాలని సూచించారు. ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో పని చేయడానికి వెళ్లి మద్దతులను చెబుతూ ప్రజల నుంచి డబ్బులు చెల్లించమని అడపడం కలెక్టర్ హెచ్చరించారు.

IN THE COURT OF THE HON'BLE VIADL. JUNIOR CIVIL JUDGE, R.R.COURT AT : L.B. NAGAR O.S.NO. 612 OF 2026
Between : Surabi Vidyawathi and othersPlaintiffs
AND Ponugoti Sripathi Rao and all concernedDefendants
To 1.Ponugoti Sripathi Rao, S/o Late Sudhakar Rao, Aged about 46 years, Occ: Business, R/o Flat no.401, Plot no.259, 260, Road no.9, Prashanth Hills, Meerpet, R.R.District. 2.All concerned
...Defendants
NOTICE
To All concerned
That the plaintiffs filed the above suit for Declaration to declare the plaintiffs are the legal heirs of Late Surabhi Ranga Rao who died on 24-01-2016 and to declare the plaintiffs are the owners and possessors of the half share i.e., 150 Sq.yds in plot no.257 in the Saroornagar Mandal, Balapur mandal, R.R.Dist. NORTH: 30' Wide Road, SOUTH: Plot no.304, EAST: Plot no.258 and WEST: 30' Wide Road and successors of deceased Late Surabhi Ranga Rao who died on 24-01-2016 against the defendants and the above case is posted on 07-09-2026 at 10.30 A.M. That if any person or persons having any objection or claim, they may appear either in person or through an advocate on 07-09-2026 at 10.30 A.M failing which the matter will be decided based on the documents available on records.
(By order of the court)
Sd/- K.Sada Siva Reddy Advocate, Off: 17-1-386/SN/9, S.N.Reddy Nagar, Saidabad, Hyderabad, Cell : 9848996050

IN THE COURT OF THE HON'BLE PRINCIPAL JUNIOR CIVIL JUDGE: MEDCHAL- MALKAJGIRI DISTRICT :AT MEDIPALLY O.S. NO.574 OF 2026
Between : Singireddy Madhu Latha Reddy & OthersPlaintiffs
AND The Union Bank & AnotherDefendants
To 1. The Union Bank, Peerzadiguda Branch, Medchal-Malkajgiri District, Telangana - 500039 ...D1
2. All Concerned. ...D2
NOTICE
That the above named Plaintiffs filed the above O.S for Legal Heir Certificate against all Defendants. The Defendants 1 & 2 are not appearing before the Hon'ble Principal Junior Civil Judge, Medchal-Malkajgiri District, at Medipally. The said case is posted to 29-09-2026 for your appearance. If the said Defendant No.1 & 2 will not appear on the said date at 10.30 A.M before the Hon'ble Court, as otherwise, the Hon'ble Court will proceed with the matter in your absence.
//By order of the court//
Sd/- P. Radhika Sharma Advocate M/s Radhikal Global Attorneys Uppal, Medchal-Malkajgiri District Telangana-98, Cell: 8978301122 radhikalglobalattorneys@gmail.com

IN THE COURT OF X JUNIOR CIVIL JUDGE: CITY CIVIL COURTS: AT: HYDERABAD O.S.NO. 2030 OF 2026
Between : Kishore Sethuraman and Others ...Plaintiff
AND The Tahsildar (MRO) and All concernedDefendants
To All concerned Whereas plaintiffs have instituted a suit against you for declaration to declare that the plaintiffs are the Legal Heirs of Late N.S. Sethuraman and Late Rajalakshmi Sethuraman and you are hereby summoned to appear in this court in person or by a pleader duly instructed and able to answer all material question relating to the suit or who shall accompanied by same person able to answer all such question on the 31st day of August, 2026 at 10-30 clock. Take notice that in default of your appearance on the day before mentioned the suit will be heard and determined in your absence.
By Order of Court
Sd/- DAMODAR MUNDRA DINESH K GILDA G VENKATESH SHREYA MUNDRA DIVYA MUNDRA RIDHI RANKA D NITHIN Advocates 102, II Floor, KGN Plaza, Street No.8, Himayathnagar, Hyderabad. Cell No.9849013595



సంపాదకీయం

పార్టీ చేసిన ఆహార పదార్థాల మార్కెట్... దేశంలో వేగంగా విస్తరిస్తోంది. ఆధునిక జీవనశైలిలో భాగమైన ఈ ఆహారం మన ఆరోగ్యంపై, ముఖ్యంగా పిల్లలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతోందనేది చర్చనీయాంశంగా మారింది. నేడు మార్కెట్లో లభించే అత్యధిక శాతం ప్రాసెస్ చేసిన ఆహార ప్యాకెట్లపై 'మగ్గర్ గ్రీప్', 'సహజమైనది', 'కొలెస్ట్రాల్ ఫ్రీ', లేదా 'చోపికాలతో కూడినది' అని ఆకర్షణీయమైన అక్షరాలతో ప్రచారం చేస్తుంటారు. కానీ నిజానికి ప్యాకెట్ మెన్స్ భాగంలో అతి చిన్న అక్షరాలతో ముద్రించే సమాచారాన్ని పరిశీలిస్తే... అందులో అధిక మొత్తంలో సీమరేటెడ్ కొవ్వులు, చక్కెర, అధిక ఉప్పు ఉన్నట్లు స్పష్టమవుతుంది. సాధారణ వినియోగదారుడికి ఈ సాంకేతిక పరిభాష లేదా చిన్న అక్షరాలను చదివి అర్థం చేసుకునే అవకాశం కానీ, సమయం కానీ ఉండవు. ఫలితంగా 'ఆరోగ్యకరమైనది' అని భావించి కొనుగోలు చేసే

ఉత్పత్తులే స్థూలకాయం, మధుమేహం, గుండెజబ్బుల వంటి వ్యాధులకు దారితీస్తున్నాయి. 'రంగరంగుల ప్రచారాలతో' పిల్లలను ఆకర్షించే అల్ట్రా ప్రాసెస్డ్ ఆహారాల మెన్స్ ఉన్న నిజమైన ప్రమాదాలను తల్లిదండ్రులకు స్పష్టంగా తెలియజేప్పాలి.

తినే ఆహారం.. తస్మాత్ జాగ్రత్త

ప్యాకెట్లపై హెచ్చరికలు ఉండాలి, పిల్లల పోషకాహార రక్షణకు ఇది ప్రాథమిక సూత్రం' అని యునిసెఫ్ చాలా కాలంగా హెచ్చరిస్తోంది. వ్యాసవానికి ఆహార ఉత్పత్తుల ప్యాకెట్లపై ఆరోగ్య హెచ్చరికలను ప్రముఖంగా ముద్రించాల్సి వుంది. వ్యాపార సంస్థలు గానీ, ప్రభుత్వాల గానీ దీనిని చూసేమాడనట్లే పునరావిస్తున్నాయి.

మన చేతుల్లోకి వచ్చే ప్రతి ప్యాకెట్ ఆహారం... మన

ఆ బిల్లు కోసమే కేంద్రం ఆచటం
లోకసభ సమావేశాలు ముగిసిన తర్వాత ప్రారోగ్ చేయడానికి సాధారణంగా 24 రోజుల వ్యవధి ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు రెండూ ఒకేరోజు నిర్వహించిన సందర్భాలు ఉన్నాయి. కానీ, లోకసభ వాయిదాపడి 10 రోజులు గడుస్తున్నా... ప్రారోగ్ కు సంబంధించిన సమాచారం లేదు. 2015, 2021లో నిరవధిక వాయిదాను, ప్రారోగ్ కు మధ్య కాస్త గ్యాప్ ఉన్నప్పటికీ... ఆ సమయంలో ఎలాంటి దుష్ట పన్నాగాలూ జరగలేదు. బహుశా ప్రత్యేక సమావేశాలు పెట్టి రాజ్యాంగ సవరణ బిల్లును ఆమోదించజేసుకోవడానికి హోంమంత్రి అమిత్ షా 2/3 మెజారిటీ కోసం వెతుకులాడుతున్నట్లు ఉన్నాడు'

-జైరాం రమేష్, కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి

ఆరోగ్యంగా ఉండే హక్కు కూడా అంతర్భాగం. ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్, కంపెనీల మాయాజాలంపై 'ఆహార పరిశ్రమ మనల్ని పోషించడానికి ప్రయత్నించడం లేదు. అది మనల్ని వ్యసనపరులుగా మార్చడానికి ప్రయత్నిస్తోంది' అంటారు ప్రముఖ వైద్యనిపుణులు డాక్టర్ మార్క్ హైమన్. కనుక ప్రజల ఆరోగ్యానికి వ్యాపార ప్రయోజనాలు అద్దంకి కాకూడదు. 'ఆహార ప్యాకెట్లపై హెచ్చరిక లేబుళ్లు వినియోగదారులు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని ఎంచుకోవడానికి ఒక శక్తి వంతమైన సాధనంగా పనిచేస్తాయి' అంటారు డబ్ల్యు హెచ్ఛి మాజీ శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ సోమ్యా స్వామినాథన్.

ప్రజారోగ్యాన్ని కాపాడటానికి ఎఫ్ఎస్ఎస్ఎస్ఎస్ పాటు ప్రభుత్వం కూడా ఆహార ప్యాకెట్లపై స్పష్టంగా కనిపించేలా హెచ్చరిక లేబుళ్లను తప్పనిసరి చేయాలి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక దేశాల్లో ఈ పద్ధతి మంచి ఫలితాలనిచ్చింది. అయితే, ఆహార తయారీ పరిశ్రమలు తమ వ్యాపార ప్రయోజనాల కోసం హెచ్చరిక లేబుళ్ల అంశాన్ని నీరుగార్చడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాయని నిపుణులు ఆరోపిస్తున్నారు. హెచ్చరిక లేబుళ్లకు బదులుగా ప్రకటనల తరహా 'స్టార్ లేబింగ్' విధానా

వే'మన' పద్యం

కల్లలాడువాని గ్రామకర్త యరుగు

సత్యమాడువాని స్వామి యరుగు

బెక్కుతించపాతుబెండ్లా మెరుంగురా

విశ్వభారామ! విసురవేమ!

మా మానవజాతి చరిత్రలో ఏడవ శతాబ్దపు అరేబియా ఒక అత్యంత అందకార పూరితమైన కాలం. అది అన్యాయం, అజ్ఞానం, జాతి వివక్ష, స్త్రీలపై దౌర్జన్యాలు, బలవంతుల అణచివేతలతో కూర్చున్నానని చీకటి యుగం. మానవత్వానికి ఏమాత్రం విలువ లేని ఆ రోజుల్లో, బలహీనుల ఆర్పణదారులు అరబ్బిలోదనగానే మిగిలిపోయేవి. ఆడపిల్ల పట్లడమే ఒక పెద్ద అపరాధంగా, శాపంగా భావించి ఆమెను ప్రాణాలతోనే మట్టిలో పాతిపెట్టి కిరాతక సంస్కృతి రాజ్యమేలేది. సమాజంలో సమానత్వం, మానవ హక్కులు అనే ప్రాథమిక భావనలకు స్త్రీలకు స్థానం లేని ఆ కఠిన పరిస్థితుల్లో, ముహమ్మద్ ప్రవక్త (స) ఒక బెలుగుగా, మానవాళి విమోచకుడిగా లోకంలోకి వచ్చారు. ఆయన రాకతో అరేబియా ధీమాకల్లులోనే కాక, విశ్వవ్యాప్తంగా ఒక నూతన మానవతా శకం ఆరంభమైంది.

సామాజిక విప్లవం, సమానత్వ స్థాపన
ముహమ్మద్ ప్రవక్త (స) తెచ్చిన మార్పు కేవలం మతపరమైన పరిమితులకు మాత్రమే పరిమితం కాలేదు. అది సామాజిక, రాజకీయ, ఆర్థిక, ఆధ్యాత్మిక రంగాలన్నింటినీ ప్రభావితం చేసిన ఒక సమగ్ర విప్లవం. మానవులందరూ ఒక్కటేనని, దేవుని దృష్టిలో అందరూ సమానం లేనని ఆయన చాటి చెప్పారు. అరబ్బుకు అరబ్బీతరునిపై గానీ, తెల్లవానికీ నల్లవానిపై గానీ ఎటువంటి ప్రాధాన్యత లేదని, కేవలం నైతికత, దైవభీతి మాత్రమే మనుషుల ప్రేక్షితకు కొలమానాలని స్పష్టం చేశారు. ఈ మహోన్నత బోధన ద్వారా శతాబ్దాలుగా వేరుగా నుకుపోయిన జాతి, వర్ణ, పద్ధత వైషమ్యాలను ఆయన వేళ్లతో సహా పెకలిచి వేశారు. హుసన్ త్యాగ్ని అంతం చేసే దిశగా చారిత్రాత్మకమైన చర్యలు చేపట్టి, బానిసలను తమ సొంత సోదరులుగా చూడాలని, వారిని విముక్తులను చేయడం అత్యంత పుణ్యకార్యమని బోధించి సమాజంలో సరితృప్త సమతాభావాన్ని నింపారు.

స్త్రీ హక్కుల పునరుద్ధరణ, కుటుంబ విలువలు
స్త్రీల పట్ల ప్రవక్త (స) చూపిన గౌరవం, కల్పించిన హక్కులు అప్పట్లో ఒక అపూర్వ విప్లవానికి నాంది పలికాయి. మహిళలను కేవలం భోగపస్తువుగా చూసే సమాజంలో ఆమెకు ఆస్తి హక్కు, వివాహం ఎంపిక హక్కు, విడాకుల హక్కు, గౌరవప్రదంగా జీవించే హక్కును అందించారు. 'తల్లి పాదాల కిందనే స్వర్గం ఉంది' అని ప్రకటించడం ద్వారా సమాజంలో స్త్రీ స్థానాన్ని అత్యున్నత శిఖరానికి చేరారు. ఆడపిల్ల జననాన్ని శాపంగా కాకుండా, దైవ ఆశీర్వాదంగా స్వీకరించాలని బోధించారు. భార్యగా, తల్లిగా, కుమార్తెగా, సోదరిగా ప్రతి రూపంలోనూ మహిళకు సమాజంలో తగిన రక్షణ, ప్రాధాన్యత, న్యాయమైన హక్కులు లభించేలా చట్టబద్ధమైన, నైతిక పరమైన నియమాలను నిర్మాణ చేశారు.

మదీనా రాజ్యాంగం: ప్రజాస్వామ్యానికి తొలి అడుగు
ముహమ్మద్ ప్రవక్త (స) కేవలం ఒక ఆధ్యాత్మిక మార్గదర్శి మాత్రమే కాదు, ఒక అద్భుతమైన సమాజ నిర్మాత, దార్శనికుడు, నాయకుడు. ఆయన మదీనాకు వలస వచ్చిన తర్వాత అక్కడ రూపొందించిన 'సహీఫతుల్ మదీనా' (మదీనా రాజ్యాంగం) మానవ చరిత్రలోనే మొట్టమొదటి లిఖితబద్ధమైన సామాజిక ఒప్పందంగా నిలిచింది. భిన్న తెగలు, ముస్లింలు, యూదులు, ఇతర మతస్థులందరినీ ఒకే చేతికెక్కి తెచ్చి, అందరికీ సమాన పౌర హక్కులు, మత స్వేచ్ఛను ఈ రాజ్యాంగం ద్వారా ఖరారు చేశారు. పరస్పర సహకారం, సామరస్యం, కలిసికట్టుగా మాతృభూమిని రక్షించు కోవడం ఇందులో ప్రధానాంశాలు. ఆధునిక లోకీక, ప్రజాస్వామ్య భావనలకు, పౌర హక్కుల పత్రాలకు ఈ మదీనా రాజ్యాంగమే అసలైన పునాదిగా నిలిచింది.

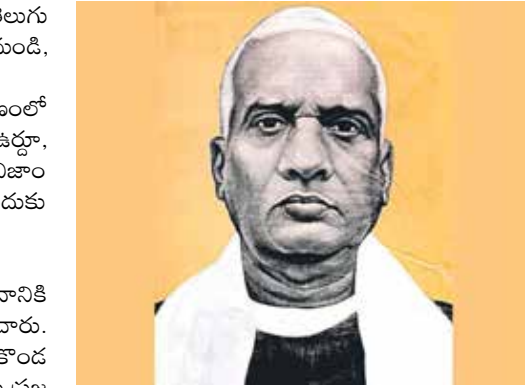
అవి తెలుగు భాషను గుర్తించని, స్థానిక ప్రాంతీయ భాషకు విలువలేని, తెలుగు భాషలో చదువుకోవడానికి కూడా సౌకర్యాలు అంతగా లేని రోజులు. నిజాం పాలకుల నిరంకుశ పాలనలో సామాజిక చైతన్యం దాదాపు శూన్య స్థితిలో స్తబ్ధంగా ఉన్న సమయం. తెలంగాణ ప్రాంతంలో అధికార భాష ఉర్దూ మాధ్యమంలో చదువులు సాగడం, ఉర్దూ లోనే ప్రభుత్వ, వ్యాపారపరిక కాన్ఫరెన్సులు కొనసాగడం, చదువుకున్న వారు ఉర్దూ చదవటం ఒక హోదా చిహ్నంగా ప్రజలు భావించే కాలం. అప్పుడు రాజభాషగా, పాలనా భాషగా, వ్యవహారభాషగా ఉర్దూ ఉండగా, ఉర్దూ భాషలోనే మీజాన్, జామీన్, రయ్యత్ పత్రాలకు వచ్చేవి. అప్పటికి రెండు తెలుగు వార పత్రికలు మాత్రమే 'సీలగిరి' సల్లగొండ జిల్లా నుండి, 'తెలుగు' వరంగల్ జిల్లా నుంచి వెలువడుతుండేవి. అలాంటి నిజాం రాజ్యంలో, పత్రికలూ వాతా వరణంలో తెలుగు పత్రికని స్థాపించడమే ఓ సాహసం. ఉర్దూ, సంస్కృతం, మరాఠీ భాషలు రాజ్యమెలుతున్న నిజాం రాజ్యంలో తెలుగు సాహిత్యం నిలదొక్కు కునేందుకు 'గోలకొండ పత్రిక' బీజం వేసింది.

హైదరాబాద్ సంస్థానంలోని తెలుగు ప్రజల విజ్ఞానానికి తెలుగులో పత్రికను ప్రారంభించాలని నిశ్చయించారు. అందకార బంధుర మైన నాటి పరిస్థితులలో గోలకొండ పత్రిక అనే చిరుదివ్యను వెలిగించి తన బహుముఖ ప్రజ్ఞ తో సంస్థలను, ఉర్దూమాలను నిర్మించి, ప్రజల చైతన్యాన్ని తట్టిలేపే బృహత్తర కార్యక్రమం ప్రారంభించారు సురవరం ప్రతాపరెడ్డి. మాతృ భాషలో చదువుకొనే అవకాశాలు లేక అంతా ఉర్దూమయమై, నిజాం నిరంకుశ పరిపాలనలో, నిద్రాణ స్థితిలో ఉన్న తెలంగాణులు జాగృతం చేయాలన్న సురవరం డిక్టేటర్లు...1926 మే 19న గోలకొండ పత్రిక ప్రారంభ నేపథ్యం. ఆ పత్రిక వారానికి రెండు మార్లు వెలువడుతుండేది. పత్రిక నిర్వహణలో ఎన్నో కష్టాలను ఎదుర్కొన్నారు. జాతీయ భావాలను దైర్ఘికంగా ప్రచారం చేశారు. 1947 లో అది దినపత్రికగా మారింది. నిజాంను తన పత్రికలలో ఏకిపోలేస్తూ దూకుడుగా వ్యవహరించేవారు

సురవరం. ఒక దశలో నిజాం రాజు గోలకొండ సంపాదకీయాలుకు భయపడ్డారంటే... ఆయన కలం నిజాం ను ఎంత కలవర పరిచిందో అర్థం చేసుకోవచ్చు.

పత్రిక ఆదర్శాలను గురించి వివరిస్తూ ప్రతాపరెడ్డి ఒక

తెలుగు ప్రజలకు వరం సురవరం



సంపాదకీయంలో... "మేము మా పత్రిక స్థాపన కాలం నుండియు రెండవశతాబ్దం దృష్టి పథమందందుము కొని దే శీయాలకు సేవ చేయు చున్నాము. మొదటిది ఆధ్యాత్మిక సేవ, రెండవది జాతి, మత, కుల వివక్షత లేక ఆంధ్రులలో సర్వశాఖల వారి యొక్క సత్కారాల్ని వృద్ధికై పాటుపడుట".

ఈ ఆశయాన్ని నెరవేర్చేందుకే ప్రతాపరెడ్డి క్షణం విశ్రాంతి లేకుండా ఎవలెని కృషి చేశారు. గోలకొండ పత్రికకి సురవరమే సర్వస్వంగా ఉండేవారు. సంపాదకుడి దగ్గర నుంచి ఫ్రాంఫ్ రేడరు వరకూ అన్ని బాధ్యతలూ నెత్తిన చేసుకుని పత్రికను నడిపించే వారు. గోలకొండ ప్రతాపరెడ్డి ప్రతిభకు

అద్దం పట్టింది. తెలంగాణ ప్రజానీకాన్ని జాగృత పరచటంలో అద్భుత పాత్రను నిర్వహించింది. గోల్కొండ పత్రిక, కథానికలూ, కవితలూ రాశారు. పత్రికలో కొన్ని శీర్షికలని స్వయంగా నిర్వహించారు. చిత్రగ్రస్తు, భావకవి, రామూర్తి, యుగపతి సేంద్రం, సుగ్రామసేంద్రం మొదలైన ఎన్నో మారు పేర్లతో ఆయన అసంఖ్యాక రచనలు చేశారు.

1896 మే 28 తేదీన జన్మించిన సురవరం కర్నూలులో ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసం చేశారు. వెల్లూ శంకరశాస్త్రి వద్ద సంస్కృత కావ్యాలు, వ్యాకరణం చదువు కొన్నారు. నిజాం కాలేజిలో ఎఫ్.ఎ. మద్రాసు ప్రెసిడెన్సీ కాలేజిలో బి.ఏ. చదివిన తర్వాత బి.ఎల్. చదివి న్యాయవాద వృత్తిని చేప

దివర్చులా. సంపాదకీయాలూ 1000కి మించి ఉంటాయి. ఇతర పత్రికల్లో 100కు పైగా వ్యాసాలు రాసి ఉంటారు. కథానికలూ, కవితలూ రాశారు. పత్రికలో కొన్ని శీర్షికలని స్వయంగా నిర్వహించారు. చిత్రగ్రస్తు, భావకవి, రామూర్తి, యుగపతి సేంద్రం, సుగ్రామసేంద్రం మొదలైన ఎన్నో మారు పేర్లతో ఆయన అసంఖ్యాక రచనలు చేశారు.

అద్దం పట్టింది. తెలంగాణ ప్రజానీకాన్ని జాగృత పరచటంలో అద్భుత పాత్రను నిర్వహించింది. గోల్కొండ పత్రిక, కథానికలూ, కవితలూ రాశారు. పత్రికలో కొన్ని శీర్షికలని స్వయంగా నిర్వహించారు. చిత్రగ్రస్తు, భావకవి, రామూర్తి, యుగపతి సేంద్రం, సుగ్రామసేంద్రం మొదలైన ఎన్నో మారు పేర్లతో ఆయన అసంఖ్యాక రచనలు చేశారు.

1896 మే 28 తేదీన జన్మించిన సురవరం కర్నూలులో ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసం చేశారు. వెల్లూ శంకరశాస్త్రి వద్ద సంస్కృత కావ్యాలు, వ్యాకరణం చదువు కొన్నారు. నిజాం కాలేజిలో ఎఫ్.ఎ. మద్రాసు ప్రెసిడెన్సీ కాలేజిలో బి.ఏ. చదివిన తర్వాత బి.ఎల్. చదివి న్యాయవాద వృత్తిని చేప

దివర్చులా. సంపాదకీయాలూ 1000కి మించి ఉంటాయి. ఇతర పత్రికల్లో 100కు పైగా వ్యాసాలు రాసి ఉంటారు. కథానికలూ, కవితలూ రాశారు. పత్రికలో కొన్ని శీర్షికలని స్వయంగా నిర్వహించారు. చిత్రగ్రస్తు, భావకవి, రామూర్తి, యుగపతి సేంద్రం, సుగ్రామసేంద్రం మొదలైన ఎన్నో మారు పేర్లతో ఆయన అసంఖ్యాక రచనలు చేశారు.

ట్టారు. కాని ఎంతో కాలం ఆ వృత్తిలో ఉండలేక పోయారు.

గాంధీజీ నాయకత్వంలో సాగుతున్న స్వాతంత్ర్య పోరాటం ఆయనను ఆకర్షించింది. తెలంగాణ ప్రజల దైన్యం, దారిద్ర్యం, ప్రాథమిక హక్కులను కూడా నోచుకోని దుస్థితి చూచి చలించి పోయారు. భావుకుడైన రచయితగా, సురవరం కథలు నిజాం కాలం నాటి ప్రజల జీవితాన్ని ఉన్నదున్నట్లుగా చిత్రించినవి. 1924లో హైదరాబాద్ లోని రెడ్డి హాస్టల్ కార్యదర్శిగా నియమితులై, ప్రతాపరెడ్డి హాస్టల్ విద్యార్థులలో క్రమశిక్షణ నెలకొల్పి వారిని చైతన్య పంతులను కావించి, నాటి కొత్తాల్ అయిన రాజా బహదుర్ ఆశీస్సులతో 1926 మే 10వ తేదీన 'గోలకొండ' పత్రికను ప్రారంభించారు. పోలీస్ చర్య వరకు ప్రతాపరెడ్డి 'గోలకొండ' పత్రికా సంపాదకులుగా పనిచేసారు. 1930లో మెదక్ జిల్లా జోగిపేటలో జరిగిన మొట్టమొదటి 'ఆంధ్ర మహాసభ'కు అధ్యక్షత వహించారు. కాకాకలాపాలన్ని తెలుగులోనే జరగాలంటూ తీర్మానం చేయించారు. 1951 లో ప్రతాపరెడ్డి పులిత్య భాను మంతరావు తో కలిసి 'ప్రజావాణి' దినపత్రికను స్థాపించి రెండేళ్ళు నడిపారు. ఆంధ్రుల చరిత్ర, సంస్కృతి పట్ల ప్రగాఢమైన అభిమానం ఉండేది. ప్రజలలో విజ్ఞాన వికాసానికి గొప్ప రచనలు చేశారు. తెలంగాణ ప్రజల భాషనుకాని, సంస్కృతినిగానీ తక్కువ చేసి మాట్లాడితే సహించేవారు కాదు. తెలంగాణలో తెలుగు కవులు లేరన్న ముందుంబ వెంకట రాఘవాచార్య వ్యాఖ్యలకు స్పందించి, 354 మంది తెలంగాణ కవుల పరిచయాలతో కూడిన 'గోల్కొండ కవుల సంచిక'ను విడుదల చేశారు సురవరం. ఆయన నిజాం రాష్ట్ర పాలన, మొగలాయి కథలు, సచివ్య ధర్మణ, ఉచ్చల వివాదంపై, గ్రంథాలయము, హిందువుల పండుగలు, హైందవ చర్యధర్మాల, యువజన విజ్ఞానం మొదలైన రచనలు, దాదాపు 40 గ్రంథాలు రచించారు. సురవరం రచించిన 'ఆంధ్రుల సాంఘిక చరిత్రకు' కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ అవార్డు లభించింది. దానిలో దాదాపు వెయ్యేళ్ల ఆంధ్రుల చరిత్రను సమారు చేశారు. తెలంగాణ

ని తేవడం వినియోగదారులను దారితప్పించడమే అవుతుంది. ప్రజారోగ్యాన్ని వ్యాపార ప్రయోజనాల కంటే ప్రాధాన్యతాంశంగా చూసినప్పుడే దేశంలో పెరుగుతున్న స్థూలకాయం, మధుమేహ మహమ్మారులను అరికట్టడం సాధ్యమవుతుంది. హెచ్చరిక లేబుళ్లపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇకనైనా జాప్యం వీడి పారదర్శకమైన విధానాన్ని తక్షణం అమలు చేయాలి. చిల్లీ, మెక్సికో వంటి దేశాల్లో ఆహార ప్యాకెట్ల ముందు భాగంలో కనిపించే స్పష్టమైన హెచ్చరికలు వినియోగదారులకు సులభంగా నిర్ణయం తీసుకునే అవకాశం కల్గిస్తాయి. కంపెనీలను కూడా తమ ఉత్పత్తులలో చక్కెర, ఉప్పు, కొవ్వు తగ్గించే దిశగా ప్రోత్సహించా యని అనుభవాలు చెబుతున్నాయి. మన దేశం కూడా ఈ దిశగా ముందుకు సాగాల్సిన అవసరం ఉంది. వినియోగదారుడు ప్యాకెట్ కొనేటప్పుడు ముందుగా బ్రాండ్ ను కాదు, తన ఆరోగ్యాన్ని మార్కెటింగ్ రిబేల్ ఉండాలి. లేబుల్ అనేది కేవలం వ్యాపార సమాచారం కాదు; అది వినియోగదారుడి హక్కు. ఏ ఆహారాన్ని తినాలి, ఎంత తినాలి, ఏ ఆహారాన్ని దూరంగా ఉంచాలి అనే అంశంపై నిర్ణయం తీసుకునేంత స్పష్టమైన సమాచారం ప్రతి పోరుడికి అందాలి.

రచనలు పంపండి

పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, మొదలైన వంటివంటి రచనలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం పుటకు రాజకీయ అర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలు, సందేశాల తీసుకుని పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది ఈమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి. voodayam2007@gmail.com website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020





ಜಾತ್ಯೆಯಂ - ಲಂಠರಾತ್ಯೆಯಂ



కొత్తూరు ఫలితంపై హైకోర్టులో డీఎంకే సవాల్

- కొద్దుకెక్కిన మాజీ సీఎం స్టాలిన్
- తమిళనాడులో కీలక పరిణామం
- టీవీకే అభ్యర్థి వీఎస్ బాబు ఎన్నిక
- చెల్లదంటూ పిటిషన్
- రికౌంటింగ్ చేపట్టాలని

చెన్నై, ఆగస్టు 24 (ఎ.ఎం.ఎస్):

పరిచినాడు రాజకీయాల్లో కీలక పరిణామం చేసుకున్నాడు. కొత్త క్రూర ఆనెద్దిని నియోజకవర్గం ఎన్నికలకు పరిపూర్ణ నియోజక వర్గం చేస్తూ డిఎంసీ ఆధీనత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి ఎంకె స్వామీయ్యారాని ప్రాకార్యం అతయంవారు. కొన్ని నెలల క్రితం జరిగిన ఆనెద్దిని ఎన్నికలలో తనపై సాధించి సాధించినాడు తమిళనాడు వైదీ కుంజరం (టీవీకే) అభ్యర్థి ఏపీఎస్ టాటా ఎన్నికకు రద్దు చేయాలని కోరుతూ మద్రాస్ ప్రాకార్యలో ఎంకె స్వామీయ్యారాని దాఖలు చేశారు. అలాగే కొంతకాలం నియోజకవర్గంలో ఓట్లను మరోసారి లెక్కించాలని న్యాయవ్యవస్థాన్ని అభ్యర్థించారు. ఎలక్టోరల్ ఓటింగ్లోని ప్రయోజనం (ఈఏపిఎల), వీవీపాల్ఠి ప్రయోజనం సంబంధించి పలు అవకాశాలను పకలు జరుగుచున్న స్థానిక తన కీలకతను నోల్ ఆరోపించినట్లు తెలుస్తోంది. ఓట్ల లెక్కింపు సమయంలో కూడా లోపాలు సూచించేమకు న్యాయని పేర్కొంటూ రికోర్డింగ్కు అదేశాలు ఇవ్వాలని ప్రాకార్యం కోరారు.



కత్తూరి నియోజకవర్గం నుంచి పోటీ చేసిన ఎంకే స్టాలిన్‌కు ఊహించని ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. టీవీకే అభ్యర్థి వీఎస్ బాబు.. ఎంకే స్టాలిన్‌పై 8,795 ఓట్ల మెజార్టీతో ఘన విజయం సాధించారు. దీంతో కాకతూరి నుంచి వరుసగా నాలుగోసారి ఎమ్మెల్యేగా గెలవాలన్న స్టాలిన్ ప్రయత్నానికి బ్రేక్ పడింది.

కొత్తూర్ నియోజకవర్గం స్థానిక రాజకీయంగా ఎంతో కీకృతమైన ప్రాంతంగా ఉంది. గతంలో ఆరుగురు ఇక్కడి నుంచి వరుసగా 3 సార్లు ఎమ్మెల్యేగా విజయం సాధించారు. అయితే తాజా ఎన్నికల్లో పీవీఎస్ బాబు చేతిలో ఓటమి పాలు కావడం తమిళనాడు రాజకీయ వర్గాల్లో తీవ్ర చర్చకు దారితీసింది. 1996 కేంద్రాత్ స్థానిక అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఓడిపోవడం ఇదే తొలిసారి కావడం గమనార్హం.

ఎన్నికల ఫలితాల తర్వాత వీఎస్
బాబు తన విజయానికి టీవీకే అధినేత
విజయ్తో పాటు కొళత్తూర్ ప్రజలతో
తనకున్న స్థానిక అనుబంధమే కార

ఇమని పేర్కొన్నారు. తమిళనాడులో
మార్పు కోరుకున్న ప్రజలు తమకు
అవకాశం ఇచ్చారని తెలిపారు.
తాను కొత్తూర్ ప్రాంతంలోనే పట్ట
పెరిగానని.. స్థానిక ప్రజల సమన్వయ
వారి అభిప్రాయాలు తనకు తెలుసని
వెల్లడించారు. కొత్తూరు ప్రజలతో
స్థానిక మరింతగా మమేకం కావాల్సి
అనివారం ఉందని కూడా బాబు వ్యాఖ్య
నించారు.

మరోపైపై... ఎన్నికల ఫలితాల తర్వాత
ఎంతో స్థానిక తన ఓటమిని అంగీకరిస్తూ
సంతోషింపబడితే కాలమిటి భారీగా ఉట్ట
వచ్చిన విషయాన్ని ప్రస్తుతించారు
అయితే ఇప్పుడు కొత్తూర్ ఫలితంపై
స్వామిపూజానికే దిగడంతో ఈ
మహాహరితం మరింత ఆసక్తికరంగా
వచ్చింది. అయితే ఎంతో స్థానికంగా
వచ్చిపై మద్రాసు హైకోర్టు అని స్పష్టం
స్తుంది. రీకౌంటింగ్ తో ఆదేశంపై
వీవీఎస్ బానిస కౌన్సిలార్లుతుండ
అనే అంశంపై తమిళనాడు రాజకీయ
పదార్థం ఆసక్తికరం కావాలి.

మరో ఆందోళనకు నీజేపీ పిలుపు



న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 24 (ఎ.ఎం.ఎస్) :
కాక్రోచ్ జనతా పార్టీ (సీజేపీ) మరో
ఆందోళనకు పిలుపునిచ్చింది. సెప్టెంబర్
బర్ 5న ఢిల్లీలో శాంతియుత నిరసన
ప్రదర్శన నిర్వహించనున్నట్లు ప్రకటించింది.

చింది. ఇండియా గేట్ నుండి ఢిల్లీలోని నూతన పోలీస్ హెడ్ క్వార్టర్స్ వరకు నిరసన ర్యాలీ కొనసాగనుంది. జూలై 20న నీట్ పేపర్ లీకేజ్ ను వ్యతిరేకిస్తూ విద్యార్థులు పార్లమెంట్ మార్చ్ నిర్వహించారని, యువత ఆందోళనల నేపథ్యంలో

లిఖితపూర్వక హామీ అందలేదని వి
రించింది. ఈ నిరసన కార్యక్రమం
విద్యార్థులు, యువత, సామాన్య ప్రజల
శాంతియుతంగా, పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొ
నాలని సీజేపీ విజ్ఞప్తి చేసింది.

పోటాపోటీ ఆందోళనలు

- కర్నాటకలో అధికార, ప్రతిపక్ష పార్టీల ధర్మాలు బేంగళూరు, ఆగస్టు 24 (ఎ.ఎం.ఎస్) :



“బీజేపీ అవినీతితోనూ, అవినీతిపరులైన నాయకులతోనూ నిండిపోయింది. కాశ్మీర్ నుండి కన్యాకుమారి వరకు చూస్తే, అవినీతి అరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న నలుగురు ముఖ్యమంత్రులు కనిపిస్తారు. అయిదవ ప్రిక్స్ వారికి

పదవులు దక్కుతున్నాయి, వారు రాష్ట్రాలను పాలిస్తూనే ఉన్నారు. కాబట్టి వారిని ప్రశ్నించాల్సింది పోయి, కర్ణాటకలోని బీజేపీ ఎమ్మెల్యేలు మా ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నిస్తున్నారు. నాగేంద్ర అప్పటికే రాజీనామా చేశారు.” కాంగ్రెస్ నాయకులు అరోపించారు.

ద్వితీయో వర్ణా లు



- విమాన సర్వీసులకు ఆటంకం**
న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 24:
వర్షాల కారణంగా ఢిల్లీలో విమాన సర్వీసులకు తీవ్ర ఆటంకం ఏర్పడింది. ఢిల్లీ విమానాశ్రయంలో దీగాల్ని 15 ఏమూలాలను అధికారాలు అత్యవసరంగా ఇతర సగరాలకు దారి మళ్లించారు. జైహూర్ 12, చండీగఢ్ రెండు, లక్నో ఒక విమానాన్ని దారి మళ్లించారు.. ట్రాఫిక్ నిర్బంధం, ప్రతికూల

పాతాపవణం పట్ల విమనాల
టేకాఫ్, ల్యాండ్‌గెల్‌లో తీవ్ర
దీప్తింకొ పలు నర్త్యనులు ఆలసం
గా నడుస్తున్నాయి. ఈ మేరకు
ఫిల్మీ పరిసర ప్రాంతాలకు పాతా
పవణం శాఖ "రెడ్డి అలర్ట్" జారీ
చేసింది. ప్రయాణికులు తమ
విమాన సమయాలు గురించి
సంబంధిత ఎయిర్‌లైన్స్ సంస్థల
సంసంగతినే బయటపెట్టాలిదేలాని
అధికారులు నూచించారు.

ఆస్పత్రిలో అగ్ని ప్రమాదం

- నవజాత శిశువులు**
సజీవదహనం
ముంబయి, ఆగస్టు 24 (ఎ.ఎం. ఎస్): 'మహా'రాష్ట్రలో అమరావతి లోని జిల్లా మహిళా ఆసుపత్రిలో నవజాత శిశువుల అత్యవసర చికిత్సా విభాగంలో సోమవారం తెల్లవారుజామున భారీ అగ్ని ప్రమాదం సంభవించింది. ఓ వెంటిలేటర్ లో పేలుడు

సంభవింపడంతో ముగ్గురు నవజాత శిశువులు సజీవద హసం కాగా, మరో ఆరుగురు బిన్నారలు పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. ఆ సమయంలో వార్డులో 39 మంది నవజాత శిశువులు ఉన్నారు. పొగ, మంటలు వ్యాపించడంతో సిబ్బంది వెంటనే స్పందించి ఆ వార్డులోని శిశువులను సురక్షిత ప్రాంతానికి తరలించారు.




R.V. DIGITAL
SOLUTIONS Pvt. Ltd.

TONER FREE

- ◆ **Colour Copiers**
- ◆ **B/W Digital Copiers**
- ◆ **Sales & Service**
- ◆ **Rentals**
- ◆ **Consumables**
- ◆ **Spares**

#2-1-390/B/1, Sri Nilayam, Opp. Fever Hospital, Nallakunta, Hyderabad -44
Ph: +91 73311 82569, 98493 03489, Email: rvkm2016@gmail.com



లంచ్ తర్వాత నిద్రొస్తోందా..?

మధ్యాహ్నం భోజనం చేశాక.. కొంతమంది నిద్రొచ్చినట్లుగా, మగతగా ఫీలవుతుంటారు. మరి, ఇంట్లో ఉంటే కానీ పు కునుకు తీయచ్చు.. కానీ ఆఫీసులో ఉండేవారికి ఇది కుదరదు.. ఇలా మగతగా ఉన్నప్పుడు చేసే పనిపై విశ్రాంతి పెట్టలేం.. అలాగని కానీ పు రిలాక్స్ చేయటం చేసుకోవడం వచ్చు. అందుకే ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టాలంటే కొన్ని అంశాలు దృష్టిలో ఉంచుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు.

తీన్స్ వెంటనే శరీరం రిలాక్స్ చేసుకుంది.. దాంతో నిద్రొచ్చి నట్లుగా అనిపిస్తుంది. కాబట్టి తీన్స్ వెంటనే నీట్లో చాలిపో కూడా.. ఓ పది నిమిషాల పాటు నడక మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల శరీరంలో ఆక్సిజన్ స్థాయిలు పెరిగి.. అవయవాలకు రక్తప్రసరణ మెరుగవుతుంది.. తద్వారా శరీరం తిరిగి శక్తిని కూడగట్టుకుంటుందంటుంది.

చూయింగ్ గమ్ నమిలితే నిద్ర మళ్ళీ పడిపోతుందని ఓ అధ్యయనం చెబుతోంది. అయితే అది కూడా ఐదు నుంచి పది నిమిషాలు చాలాలి!

శరీరం డీప్ డ్రైవ్ నకి గురైనా అలసిపోయినట్లుగా అనిపిస్తుంది. కాబట్టి రోజూ సరైన మోతాదులో నీళ్ళ తాగడం తప్పని సరి అంటున్నారు నిపుణులు. అలాగే మధ్యాహ్నం భోజనం తర్వాత కూడా కొంత విరామం ఇచ్చి నీళ్ళు, ఇతర పానీయాలు తీసుకోవడం వల్ల శరీరం పునరుత్థేజితమవుతుందంటుంది.

మధ్యాహ్నం భోజనం కడుపు నిండుగా తినాలనుకుంటారు చాలామంది! ఆ సమయంలో నిద్ర రావడానికి, మగతగా అనిపించడానికి ఇది ఓ కారణమేనట. అతిగా తినడం వల్ల కడుపు ఉబ్బరంగా, అసౌకర్యంగా అనిపిస్తుంది.. శరీరం విశ్రాంతిని కోరుకుంటుంది. కాబట్టి ఒకేసారి ఎక్కువ

మొత్తంలో తినకుండా, తక్కువ మోతాదులో ఎక్కువ సార్లు తినేలా ప్లాన్ చేసుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు.



ప్లమ్ తో హృద్రోగాలు దూరం!

ఎరుపు, నీలం వాయుల్లో నిగనిగలాడుతూ నోరూరిస్తాయి ఆల్ఫాబుఖారా పండ్లు. వీటిని ప్లమ్ అని అంటారు. రుచిలో తియ్యగా పుల్లగా ఉండే వీటిలో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అవేంటో తెలుసా?



ఈ పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీరాడికల్స్ తో పోరాడతాయి. ఫలితంగా గుండె జబ్బులతో పాటు క్యాన్సర్ ముప్పు తక్కువేనట. వీటిలో ఉండే సార్విటాల్ మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది. జీర్ణవ్యవస్థను సక్రమంగా పనిచేసేలా చేస్తుంది. ప్లమ్ పండులోని బరన్.. రక్తప్రసరణ వ్యవస్థలో లోపాలను నివారిస్తుంది. పైబెరీ శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రించడం ద్వారా గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. వీటిలోని విటమిన్ కె, బోరాన్, పాలీఫెనాల్స్... మెనోపాజ్ తర్వాత మహిళల్లో ఎముకల్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఇవి రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్ ని నియంత్రిస్తాయి. గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. ప్లమ్ పండ్లలో ఆంథోసెనిన్స్ రొముక్యూస్ కణాల పెరుగుదలను ఆపడంలో సాయపడతాయి.

ఆల్ఫాబుఖారా పండ్లలోని విటమిన్ సి, ఇతర యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ముందస్తు వృద్ధాప్య లక్షణాలను నివారిస్తాయి. చర్మాన్ని యువనంగా ఉంచుతాయి. కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి. వ్యాధినోడల్ ఫంక్షన్ పెంపొందిస్తాయి.

తెల్లవారుజాము 2గం. అపుడేం. శరీరమేమో విశ్రాంతి కావాలి అంటుంది. మరి కునుకు... రానంటే రానంటే.. రేపు చేయాల్సిన పనులేమో బోలెడు. అలస్యంగా లేచినా అలసట దరిచేరేనా మనకు రెట్టింపు పని. అందుకని ఏవో చేస్తుంటాం. ఒకటి నుంచి పది కాదుకాదు... వంద రెక్కపెట్టినా అంతే. ద్యానం చేసినా... ఒకే ప్రాంతాన్ని తడేకంగా చూసినా ఆఖరికి నిద్ర రావాలి

కాబట్టి, ఎంత ప్రయత్నించినా 20 నిమిషాల దాటినా నిద్ర రాలేదంటే లేవడమే మంచి దంటున్నారు నిపుణులు. పడుకోవాలి.. పడుకోవాలి అని బలవంతంగా ప్రయత్నిస్తే మనసు కూడా ఎదురు తిరుగుతుంది. అది సహజంగా జరగాలి. ఇంకా కునుకు పట్టలేదు, అరెర ఇంత సమయమైంది అని కంఠారు పడుతోంటే... మెదడు ముందాన్ని విశ్రాంతి ప్రదేశంగా కాకుండా ఒత్తిడి తెచ్చే దానిలా చూస్తుంది. అందుకే లేచాలి. కాస్త విచిత్రంగా తోయెప్పు కానీ... అలా లేవడం వల్ల

నిద్ర రాకపోతే... లేవండి!



రావాలి అని మనసుకి ఎన్నిసార్లు చెప్పారో... అది ఎంతకీ రాదే! అయినా బలవంతంగా ప్రయత్నిస్తారా? పద్దు లేవండి. 'అరె సరిగా నిద్రలేకపోతే ఎలా' అన్న కంఠారొద్దు. ఒక్కరోజు పడుకోవడం మాత్రం ఆరోగ్యానికి పెద్దగా హానిపే కలగదు. కాకపోతే దాన్ని ఆలోచిస్తూ ఒత్తిడి పెంచుకుంటేనే ఇబ్బంది!

చేసేవేంటో ఆలోచించి, వాటిని చేయడం మేలు. కానీ శరీరం విశ్రాంతి పొందితే కళ్ళు రెప్పలు పడటం ఖాయం. ఈసారి నాణ్యమైన నిద్ర వస్తుంది. అలాగని ఉన్నట్టే కుర్చీలోనే సోఫాలోనే పడుకోవద్దు. లోపలికి వెళ్లి మంచం మీదే పడుకోండి. తిరిగి మెలకువ రావచ్చు, నిద్ర పట్టలేదా? మళ్ళీ బయటికి రావడమే.

చేరుకున్న తరవాత, మన మెదడు దాన్ని ఒక 'సెట్ పాయింట్' లాగా పరిగణించి, ఆ బరువు తగ్గకుండా కాపాడుకుంటూ వస్తుందట. ఎప్పుడైతే మనం తగ్గటానికి ప్రయత్నిస్తేమో... మెదడు దాన్ని ముప్పుగా భావించి, వెంటనే ఆకలి పెంచే హార్మోన్లను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. అలానే, ఉన్న శక్తిని ఆదా చేయడానికి జీవక్రియ మందగించడానికేమో చేస్తుంది. అసంకల్పిత కదలికలను తగ్గిస్తుంది. ఇది మన మన గడలో ఓ భాగం. అందుకే, బరువు తగ్గించుకు మనకో మనమే యుద్ధం చేయాల్సి వస్తుంది. కాబట్టి, ఒక్కసారిగా బరువు తగ్గాలని ఆరాటపడకుండా, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేస్తూ పోషకాహారం తీసుకోవాలి. దానివల్ల జీవక్రియ మెరుగుపడుతుంది. క్రమంగా బరువు తగ్గారని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. అలా చేస్తేరా మరి?



చక్కని ఆరోగ్యం

లృత, ఇన్నులిన్ సెన్సిటివిటీ.. వంటి సమస్యలు కూడా కారణం కావచ్చుంటున్నారని నిపుణులు. ఈ క్రమంలో వెంటనే డాక్టర్ ని సంప్రదించి సమస్యలో నిర్ధారించుకోవాలి.. వారి సలహా మేరకు తగిన విశిష్ట తీసుకోవడం మేలంటున్నారు.

ఎంత విశ్రాంతి తీసుకున్నా అలసటగానే ఉండటం, ఇన్స్యూలన్ లేకపోయినా... తరచూ జ్వరం రావడం, ఉన్నట్టుండి బరువు తగ్గిపోవడం; ముక్కు బుగ్గలపై సీతాకోకచిలుక ఆకారంలో దద్దుర్లు, ఎండలోకి వెళ్ళగానే చర్మం ఎర్రబడటం, దద్దుర్లు రావడం, జుట్టు విపరీతంగా ఉడిపోవడం, ఉదయం నిద్రలేచాక చేతులు, మణికట్లు, మోకాళ్ళ కీళ్ళు బిగుసుకుపోవడం. నొప్పి రావడం వంటివన్నీ లూపస్ లక్షణలే. ఇటీవల మెదదలైన అధ్యయనం ప్రకారం ఈమధ్య కాలంలో పదిలో తొమ్మిది మంది మహిళలు లూపస్ వ్యాధి బారిన పడుతున్నారట. వీళ్ళలో చాలామందికి లక్షణాలు

నిపిస్తాయి. ముఖం, చేతులు పూర్తిగా కమ్మలా కాటన్ దుస్తులు, గొడుగులు ఉపయోగించాలి. రోజువారీ ఆహారంలో ఆకుకూరలు, తాజాపండ్లు, ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఎక్కువగా ఉండే నట్స్, చేపలు వంటివి తినమంటున్నారు. ప్యాకెట్ ఫుడ్స్ కు దూరంగా, నూనెల్ని తగ్గించి వంటకాల్ని చేసుకోమంటున్నారు.

'లూపస్' గురించి తెలుసా..?

కని

పించినా... వయసుతోపాటు వచ్చే సమస్యలే అని పట్టిం చూకోవడం లేదట. ఇదే అదో ఇమ్యూన్ వ్యాధి. అవగాహనలోపమే దీనికి ప్రధాన శత్రువు. కీళ్ల నొప్పి, వేళ్ళు, మణికట్లు, మోకాళ్ళ చుట్టూ వాపు, నొప్పి లూపస్ ప్రధాన సంకేతాలు. 'లూపస్ ఫౌండేషన్ ఆఫ్ అమెరికా' పరిశోధన ప్రకారం ఈ వ్యాధి పురుషుల కన్నా మహిళలకు వచ్చే వంట. దీనికే నుంచి 30 ఏళ్ల వయసులో వస్తుంది ఇది.



ఈరోజున స్థాయిలు ఎక్కువ గా ఉండటం, రుతుక్రమ సమయంలో రోగనిరోధక వ్యవస్థ ఎక్కువగా ప్రభావితం అవువడం, గర్భధారణ, హార్మోన్ల అసమతౌల్యత కూడా దీనికి ప్రధాన కారణాలుగా చెబుతున్నారు. జన్మపు రంగానూ వస్తుంది. అతినిల లోహిత కిరణాలు రోగనిరోధక వ్యవస్థను దెబ్బతీసి లూపస్ ను ప్రేరేపిస్తాయని పేర్కొంటున్నారు. ప్రతిరోజూ బయటికి వెళ్ళటం పూర్వం ఎస్పీఎన్ 50 ఉండే సన్ స్క్రీమ్ లోషన్లు, మాయిశ్మరణ వాడమని

మానసిక ఒత్తిడి తగ్గించుకుని, కనీసం 7 గంటలు నిద్రకు తీరాలి. యింపమని చెబుతున్నారు. చేతులు, మణికట్లు, మోకాళ్ళ కీళ్ళు బిగుసుకుపోవడం వంటి సమస్యలు వచ్చినప్పుడు నిద్రక్రమం చేయకుండా వైద్యుల్ని సంప్రదించమంటున్నారు.

మొత్తంలో పాలు వారికి ఇవ్వచ్చు. అలాగే చక్కెర మరీ ఎక్కువగా చేయకూడదు.

పోషకాహార నిపుణుల సలహా తీసుకొని రుచి కోసం పాలలో కలిపే కొన్ని పౌడర్స్, పదార్థాల్ని ఎంచుకోవచ్చు. ఫలితంగా పిల్లలకు అందించే పాలు రుచిగా మారడంతో పాటు క్యాల్షియం వంటి పోషకాలు పిల్లలకు సమృద్ధిగా అందుతాయి.

కాల్క్ షేక్స్, చాక్స్.. వంటివి పాలలో కలిపి ఇవ్వడం వల్ల పాలు మరింత రుచిస్తాయి. ఫలితంగా వారు ఆ పదార్థాల్ని తిని పాలు తాగుతారు. ఈ

క్రమంలో చక్కెర మోతాదు తక్కువ ఉన్న వాటిని ఎంచుకోవడం మర్చిపోవద్దు. అలాగే ఓటిమీల్, పాస్టా.. వంటి పదార్థాల్లో నీళ్ళకు బదులుగా పాలను ఉపయోగించడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

ఇందుకోసం నిపుణుల సలహా మేరకు పోషకాహారం తీసుకోవడం మంచిది. అలాగే ఆహారపు కొరికల్ని అదుపులో ఉంచుకుంటూ ఈ సమయంలో జంక్ ఫుడ్స్, ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్స్.. వంటి వాటికి దూరంగా ఉండాలి. అలాగే స్క్విడ్స్ కూడా మితంగానే తీసుకోవాలి. బిడ్డ ఎదుగుదలకు వివిధ పోషకాలతో కూడిన మాంసాహారం మంచిదే. అయితే వీటిని బాగా ఉడికించుకొని మితంగా తీసుకోవాలి. అప్పుడే అవి త్వరగా, సులభంగా

గర్భధారణ సమయంలో.. ఆరోగ్యంగా..!



కడుపులో పెరుగుతున్న బిడ్డ ఎదుగుదల గురించే అనుక్షణం ఆలోచిస్తుంటుంది కాబోయే అమ్మ. ఈ క్రమంలో ఆహారం దగ్గర్నుంచి వ్యాయామాల వరకు.. ప్రతి అంశంలోనూ జాగ్రత్తగా ఉండాలి అంటున్నారు నిపుణులు. ఆహారం ఏ పూటకు ఆ పూటే వేడిచేడిగా వండకొని తీసుకోవాలి. ఉదయం వండినవి సాయంత్రం, రాత్రి వండినవి

మధునటి రోజు వేడి చేసుకొని తినకపోవడమే మంచిదంటున్నారు. గర్భధారణ సమయంలో మహిళలు పెరిగే బరువు ఆరోగ్యకరంగా ఉండాలి.

బయటికి వెళ్ళిన ప్రతిసారి మేకప్ చేసుకోవడం కుదరకపోవచ్చు.. అలాగే తరచూ మేకప్ చేసుకోవడం కొందరికి సచ్చకపోవచ్చు. అయినా మేకప్ చేసుకున్న లుక్స్ నింజాం చేసుకోవాలంటే..? ఈ చిట్కాలు పాటించాలంటున్నారు నిపుణులు. మేకప్ డిటాక్స్ లో భాగంగా ప్రాథమిక చర్మ సంరక్షణను పాటించాలి ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో బయటికి వెళ్ళడానికి 15 నిమిషాల ముందు సన్ స్క్రీమ్ లోషన్ ను రాసుకోవాలి. ఇది ఎండ నుంచి చర్మానికి రక్షణ కల్పించడమే కాదు.. చర్మానికి ఒక రకమైన మెరుపును తీసుకొస్తుంది. దలగా ఉన్న ముఖాన్ని ప్రకాశవంతంగా మార్చాలంటే టింటిడ్ మాయిశ్మరణం వాడాలి. ఇక ప్రత్యేక సందర్భాల్లో మాత్రం హై కవరేజ్ ఫౌండేషన్స్ ను వాడితే ఫలితం ఉంటుంది. అయితే ఏది ఎంచుకున్నా చర్మత్యాన్ని బట్టి ఎంచుకోవడం ముఖ్యం.

చర్మంపై మృత కణాలు ఏర్పడడం, పొలుసులుగా ఉడిపోవడం వల్ల ముఖం దలగా కనిపిస్తుంది. దీనికి ఎక్స్ ఫోలియం షేన్ పద్ధతి మంచి పరిష్కారం అంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో ఏ చర్మత్యాన్ని బట్టి స్పృష్టం ఎంచుకొని లేదంటే ఇంట్లోనే సహజ స్పృష్టం తయారుచేసుకొని సర్బ్రించే చేసుకోవాలి. దీనివల్ల చర్మం లోలోపలి నుంచి శుభ్రత సహజసిద్ధమైన మెరుపు వస్తుంది. మేకప్ చేసుకోకపోయినా ఆ మెరుపును పొందాలంటే ముఖం శుభ్రం చేసుకున్నాక టోనర్ వాడమంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల ముఖంపై పిఎచ్ స్థాయిలు బ్యాలెన్స్ అయి చర్మం తాజాగా కనిపిస్తుందట.

జీర్ణవ్యవస్థాయని సూచిస్తున్నారని నిపుణులు. రోజూ తాగే నీళ్ళ కూడా కొలిచేస్తే బారిన పడకుండా కొబ్బరి నీళ్ళు, పండ్ల రసాలు తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. ఫలితంగా ఉప్పునీరు తగ్గకుండానూ జాగ్రత్తపడవచ్చని చెబుతున్నారు. గర్భిణీగా ఉన్న సమయంలో ఆరోగ్య పరీక్షిని బట్టి నిపుణుల సలహాలే తీసుకోని.. యోగా, నడక.. వంటి చిన్న చిన్న వ్యాయామాలు చేస్తే యాక్టివ్ గా ఉండచ్చు.

పెదాలు మృదువుగా ఉన్నప్పుడే వాటి అందం ఇనుమడిస్తుంది. ఇందుకోసం రోజూ లివ్ బామ్ రాసుకోవడం తప్పనిసరి! అలాగే ఆలివ్ ఆయిల్ వంటి సూనెలతో పెదాలపై మర్చ చేసుకోవడం వల్ల వాటికి సహజ మెరుపు వస్తుంది. ఫలితంగా లిప్ స్టిక్ రాసుకునే అవసరమే ఉండదంటున్నారు నిపుణులు.



స్థిరాస్తి సంస్థల బుకింగులు తగ్గాయ్

దేశీయ స్థాక్ మార్కెట్లో సమాధానం 28 స్థిరాస్తి సంస్థల బుకింగ్లలో ఏప్రిల్-జూన్ త్రైమాసికంలో రూ. 39,964 కోట్లకు పరిమితమయ్యాయి. 2025-26 ఏప్రిల్-జూన్ త్రైమాసిక బుకింగులు రూ. 50,900 కోట్ల కంటే ఇవి 21% తక్కువ. ఇందులో వాణిజ్య, నివాస సముదాయాల నిర్మించే సంస్థల వివరాలు న్నాయి. ప్రపంచ ఆర్థిక అనిశ్చితుల నేపథ్యంలో, కొందరు పెద్ద డెవలపర్లు గృహ నిర్మాణ ప్రాజెక్టులను ప్రారంభించడానికి వెనుకాడటంతోనూ, అమ్మకాల పరిమాణం తగ్గింది. మొత్తంమీద బుకింగ్లో అత్యధిక వాటాను గృహ నిర్మాణ రంగమే సమకూర్చింది. అమ్మకాల బుకింగ్లో గోద్రెజ్ ప్రోవర్డిస్ అతిపెద్ద సమాదిత స్థిరాస్తి డెవలపర్గా నిలిచింది.

బజినెస్

నష్టాలతో ముగిసిన సూచీలు..



దేశీయ స్థాక్ మార్కెట్ సూచీలు నష్టాలతో ముగిశాయి. అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య ఉద్రిక్తతలు సూచీలను పడేశాయి. జూన్లో కుదిరిన ఒప్పందం గడువు ముగియడం, ఇరాన్పై అమెరికా కఠిన ఆర్థిక ఆంక్షలను తీవ్రతరం చేసింది. ప్రతిగా ఇరాన్ కూడా హెచ్చరికలకు దిగడంతో యుద్ధ వాతావరణం నెలకొంది. పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న ఈ పరిణామాలు మార్కెట్ సెంటిమెంట్ను దెబ్బతీశాయి. దీంతో ఉదయం నుల్ల రాబాల్లో కదలాడిన సూచీలు నష్టాల్లో ముగిసాయి. దీంతో కంపెనీ మార్కెట్ విలువ రూ. 14,462.90 కోట్లకు చేరింది. లలితా జువెలరీ ఐపీఓ సభిన్స్ షరీ ఆగస్టు 17న ప్రారంభమై.. 19వ మొగిసింది. ధరల శ్రేణిని రూ. 190-201గా నిర్ణయించారు. ఫ్రెష్ ఇమ్మ్యూ డారా రూ. 1200 కోట్లు, ఆఫర్ ఫర్ సీల్ కింద రూ. 500 కోట్లు.. వెర్ని రూ. 1700 కోట్లు కంపెనీ మార్కెట్ నుంచి సమీకరించింది. ఈ ఐపీఓకు 62.97 రెట్లు సభిన్స్ షరీ అందింది. యాంకర్ ఇన్వెస్టర్ నుంచి మరో రూ. 508 కోట్లు సమీకరించింది. 1985లో చెన్నైలోని టీన్గర్లో లలితా జువెలరీ ప్రస్థానం ప్రారంభమైంది. 'డబ్బులు ఎవరికి ఉంటే రావు' అనే స్లోగన్తో ఈ సంస్థ అభివేత కిరణ్ కుమార్ బాగా పాపులర్ అయ్యారు.

ముగిశాయి. పీఎన్యూ బ్యాంక్ షేర్ల ప్రధానంగా నష్టపోయాయి. సెన్సెక్స్ ఉదయం 77,629.56 పాయింట్ల వద్ద (క్రితం ముగింపు 77,540.83) రాబాల్లో ప్రారంభమైంది. కానీపటికే నష్టాల బాట పట్టింది. ఇంట్రాడేలో 77,201.66 పాయింట్ల వద్ద కనిష్టాన్ని తాకిన సూచీ.. చివరికి 171.72 పాయింట్ల నష్టంతో 77,369.11 వద్ద స్థిరపడింది. నిఫ్టీ 32.95 పాయింట్ల నష్టంతో 24,219.05 వద్ద ముగిసింది. చాలరుతో

రూపాయి మారకం విలువ 95.74గా ఉంది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో అదానీ పోర్ట్స్, బీఈఎల్, బజాజ్ ఫైనాన్స్, బజాజ్ ఫిన్సర్వీస్, టెలంకో షేర్లు ప్రధానంగా నష్టపోయాయి. టాటా స్టీల్, హెచ్ఎస్ఎల్ టెక్నాలజీస్, ఇన్ఫోస్, హిందుస్తాన్ యూనిలివర్, సన్ఫార్మా షేర్లు లాభపడ్డాయి. అంతర్జాతీయ వివటిలో బ్రెంట్ క్రూడ్ బ్యాంల్ ధర 92.73 డాలర్ల వద్ద కొనసాగుతుండగా.. బంగారం బెస్టు 4646 డాలర్ల వద్ద ట్రేడుతోంది.

లలితా జువెలరీ ఐపీఓ..



ప్రముఖ ఆభరణాల సంస్థ లలితా జువెలరీ మార్కెట్ లిస్టింగ్లో ఆదర్శగా ట్టింది. ఇమ్మ్యూ ధరతో పోలిస్తే 32 శాతం ప్రీమియంతో షేర్లు లిస్ట్యాయి. ఇమ్మ్యూ ధర రూ. 201 కాగా.. టిఎస్ఈలో 31.99 శాతం ప్రీమియంతో రూ. 265.30 వద్ద ట్రేడింగ్ను ప్రారంభించాయి. అటు ఎఎస్ఈలోనూ 31.84 శాతం

యూపీఐకి ఏదేళ్లు.. లావాదేవీల సంఖ్యలో 13 వేల రెట్లు వృద్ధి

భారత ఆర్థిక వ్యవస్థను డిజిటల్ బాట పట్టించడంలో యూనిఫైడ్ పేమెంట్స్ ఇంటర్ఫేస్ (UPI) ది కీలక పాత్ర. 2016 ఆగస్టు 25న ప్రారంభమైన ఈ వ్యవస్థకు ఈ నెల 25తో పదేళ్లు పూర్తవుతున్నాయి. భారతీయ రిజర్వ్ బ్యాంకు (RBI) నియంత్రణ పర్యవేక్షణలో నేపథ్యంలో పేమెంట్స్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా (NPIC) దీన్ని రూపొందించింది. ఫోన్ నంబర్లు, క్యూఆర్ కోడ్, మొబైల్ యాప్ ద్వారా వ్యక్తి నుంచి వ్యక్తికి, వ్యక్తి నుంచి వ్యాపారికి రియల్ టైమ్లో జరిగే యూపీఐ చెల్లింపులు.. దశాబ్ద కాలంలో దేశ డిజిటల్ పేమెంట్స్ రూపురేఖలను మార్చేశాయి. కేంద్ర ఆర్థిక శాఖ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. 2016-17లో వార్షిక యూపీఐ లావాదేవీల సంఖ్య 1.78 కోట్లుగా ఉండగా, 2025-26 నాటికి అది ఏకంగా 24.162 కోట్లకు పైగా పెరిగింది. అంటే దాదాపు 13 వేల రెట్లు వృద్ధి సమాధాని. అదే సమయంలో లావాదేవీల విలువ రూ. ఏడు వేల కోట్ల నుంచి దాదాపు రూ. 314 లక్షల కోట్లకు పెరిగింది. ఈ ఏడాది మే నెలలో యూపీఐ నెలవారీ లావాదేవీల సంఖ్య తొలిసారిగా 2,300 కోట్లకు దాటి 2,320 కోట్లకు చేరుకుంది. జులైలో ఏకంగా 2,366 కోట్ల లావాదేవీలతో పదేళ్లలో సరికొత్త గరిష్ఠ స్థాయి సమాధాని. ప్రస్తుతం రోజూ



దాదాపు 66 కోట్లకు పైగా లావాదేవీలు జరుగుతున్నాయి. లావాదేవీల సంఖ్యపరంగా ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద రియల్ టైమ్ పేమెంట్ సిస్టమ్గా యూపీఐ అంతర్జాతీయ ద్రవ్యనిధి (IMF)

గుర్తించింది. 2025 నాటికి ప్రపంచవ్యాప్తంగా రియల్ టైమ్ పేమెంట్ లావాదేవీలో దాదాపు 49 శాతం వాటా యూపీఐదే. దేశీయ అవివర్తనగా ప్రారంభమైన యూపీఐ.. ప్రస్తుతం యూపీఐ, ఫాన్, భూటాన్, శ్రీలంక, నేపాల్, సింగపూర్, మారిషస్, ఖతార్, కంబోడియా, గ్రీస్, పాలీవుల్లోనూ అందుబాటులో ఉంది. డిజిటల్ చెల్లింపుల రంగంలో రాబోయే దశాబ్ద కాలంలో యూపీఐ మరిన్ని గొప్ప మార్పులకు నాంది పలికేందుకని ఆర్థిక శాఖ పేర్కొంది. కొత్త వినియోగదారులు, వ్యాపారులను ఈ వ్యవస్థలోకి తీసుకురావడం ద్వారా.. నిరంతరం మార్పులు, సాంకేతిక పురోగతితో యూపీఐను మరింత ఉన్నత స్థాయికి తీసుకెళ్లేందుకు, దేశ డిజిటల్ చెల్లింపుల వ్యవస్థను జలోపేతం చేసేందుకు కేంద్రం కట్టబడి ఉందని తెలిపింది.



శ్రీలంకతో రెండో టెస్టు.. భారత్ 503/9 డిక్లెర్



శ్రీలంకతో జరుగుతున్న రెండో టెస్టు తొలి ఇన్నింగ్స్లో టీమ్ ఇండియా భారీ స్కోరు చేసింది. 300/5తో రెండో రోజు ఆటను కొనసాగించిన భారత్ 503/9 వద్ద డిక్లెర్ చేసింది. ఏడు పరుగుల ఓవర్ల నెట్ స్కోరుతో బ్యాటింగ్కు వచ్చిన ధ్రువ్ జురెల్ (115★; 177 బంతుల్లో 9 ఘోర్లు, 2 సిక్స్) సెంచరీతో ఆకట్టుకున్నాడు. ఆదివారం మూడు పరుగులు చేసి రిటైర్ హోర్ అయిన రిషభ్ పంత్ (63; 89 బంతుల్లో 6 ఘోర్లు, 2 సిక్స్) తిరిగి బ్యాటింగ్కు వచ్చి అర్ధ శతకం బాదాడు. మానవ్ సుతార్ (18) పరుగులు చేసి వెనుదిరిగాడు. శ్రీలంక బౌలర్లలో అసిత ఫెర్నాండో 4, ప్రభాత్ జయసూర్య 2, కేశవ సువాంత 2, లాహిరు కుమార ఒక వికెట్ పడగొట్టారు. తర్వాత శ్రీలంక బ్యాటింగ్కు దిగగా.. రెండు బంతులు పడగానే ఆకాశం మేఘావృతం కావడంతో ముందు జాగ్రత్తగా ఆటను నిలిపి వేసి మైదానాన్ని కవర్తో కప్పి ఉంచారు. ఆట తిరిగి ప్రారంభం కాగా.. భారత్ బ్యాటర్ ధ్రువ్ జురెల్ బంతుల్లో సెంచరీ పూర్తి చేసుకున్నాడు. 171 బంతుల్లో అతను మూడంకెల స్కోరు అందుకున్నాడు. జురెల్ 99 పరుగులకు చేరిన తర్వాత సెంచరి అందుకోవడానికి 13 బంతులు తీసుకున్నాడు. అయితే, శతకం పూర్తి చేసుకున్న తర్వాత ఎదుర్కొన్న తొలి బంతినే జురెల్ సిక్సర్గా మలిచాడు. అనంతరం ప్రభాత్ జయసూర్య బౌలింగ్లో నిరాజ్ (3) ఎల్విడబ్ల్యూగా వెనుదిరిగడంతో భారత్ తొమ్మిదో వికెట్ కోల్పోయింది. 137 ఓవర్లకు భారత్ స్కోరు 489/9. జురెల్ (106)తోపాటు ధ్రువ్ కృష్ణ శ్రీహర్ ఉన్నారు. వరం తగ్గిపోవడంతో మాన్వ్ సుతార్ నాగించేందుకు మైదానాన్ని నిర్బంధం చేస్తున్నారు. 4:25 గంటలకు ఆట తిరిగి ప్రారంభంకానుంది. సరైన వెలుతురు

రెండో టెస్టులోనూ శ్రీలంకపై భారత్ పట్టు సాధించింది. తొలి ఇన్నింగ్స్లో ఇబ్బటికి 400+ స్కోరు సమాధి చేసింది. దేవదత్ పదిక్కుల్ సెంచరీ సాధించాడు.. శుభ్మన్ గిల్, రిషభ్ పంత్, ధ్రువ్ జురెల్ అర్ధ శతకాలు సమాధి చేశారు. ఈ క్రమంలో రిషభ్ పంత్ ఓ ఘనతను తన ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. అలాగే క్రికెట్ దిగజం, మాజీ కెప్టెన్ ఎంఎస్ ధోని రికార్డును పంత్ అధిగమించడం గమనార్హం. విదేశీ గడ్డపై ఏ భారత్ వికెట్

ఉండి వాతావరణం అనుకూలమై సాంధ్యం 6 గంటల వరకు ఆట నిర్వహించనున్నారు. కొలంబోలో వరం కురవడం అనిపిస్తుంది. ప్రస్తుతం ఎండ కూడా కొనసాగింది. దీంతో మ్యాచ్ నిర్వహణకు వీలుగా సిబ్బంది మైదానాన్ని నిర్బంధం చేస్తున్నారు. రెండో టెస్టుకూ వరుణుడు అంతరాయం కలిగింది. దీంతో ఆటను ఆంపెర్లు నిలిపివేశారు. మైదానాన్ని సిబ్బంది కవర్తో కప్పేశారు. ప్రస్తుతం భారత్ స్కోరు 131.2 ఓవర్లకు 475/8. ధ్రువ్ జురెల్ (95★) సెంచరీకి చేరువగా వచ్చాడు. అతడితోపాటు క్రికెట్లో మమూద్ నిరాజ్ ఉన్నారు. వరం రావడంతో టీ బ్రేక్ను ముందే ప్రకటించారు. భారత్ వినిమిదో వికెట్ను నష్టపోయింది. ఇక ప్రభాత్ జయసూర్యకు ఎట్టకేలకు వికెట్ దక్కింది. జయ సూర్య వేసిన (124.4వ ఓవర్) బంతిని ఆడే క్రమంలో మాన్వ్ సుతార్ (18) వికెట్ కీపర్ డిక్లెర్లకు క్యాచ్ ఇచ్చి పెవిలియన్కు చేరాడు. ప్రభాత్కు ఇది 36వ ఓవర్ కావడం గమనార్హం. ప్రస్తుతం భారత్ స్కోరు 458/8. భారత్ ఇన్నింగ్స్ సాఫీగా సాగుతోంది. రిషభ్ పంత్ బెల్టెన్ తర్వాత బ్యాటింగ్కు వచ్చిన మాన్వ్ సుతార్ (13★) కూడా క్రికెట్ పాతుకుపోయాడు. మరోపైపు ధ్రువ్ జురెల్ (76★) కీలక ఇన్నింగ్స్ అడుతున్నాడు. అనవసరమైన పొట్లకు పోకుండా పరుగుల రాబట్టడంపైనే భారత్ బ్యాటర్లు దృష్టి పెట్టారు. ప్రస్తుతం భారత్ స్కోరు 122 ఓవర్లకు 450/7. రిషభ్ పంత్ (63) బెటయ్యాడు. లండ్ బ్రేక్ తర్వాత ఆడిన తొలి బంతితో పెవిలియన్కు చేరడం గమనార్హం. కేశవ సువాంత వేసిన (112.1వ ఓవర్) తొలి బంతిని పంత్ భారీ పాట్ గాల్చాడు. కానీ, డివ్ మిదాఫ్లో లాహిరు ఉదారా చేతికి చిక్కాడు.

ధోనిని అధిగమించి.. రికార్డు సృష్టించిన పంత్



శ్రీలంక సీరీస్లో కోచ్ గా గంభీర్ కు పెద్దగా పనిలేదు: క్రిష్



శ్రీలంకతో టెస్టు సీరీస్లో భారత్ అదర్గా ట్రైన్లోంది. ఇప్పటికే తొలి మ్యాచ్ ను నెగ్గిన టీమ్ ఇండియా రెండో టెస్టుపైనూ పట్టు సాధించేందుకు ప్రయత్నిస్తోంది. ఇక పనెడాన్లో దేవదత్ పదిక్కుల్ సెట్ అయిపోయాడు. వరుసగా రెండో సెంచరీతో అలరించాడు. సాయి సుదర్శన్ లేకపోయినా భారత్ కు పనెడాన్ ఇబ్బంది లేదు. ఇటు బౌలింగ్తోపాటు బ్యాటింగ్లోనూ మురుగ్గు ప్రదర్శనతో గంభీర్ అండ్ కో హాఫీగా ఉంది. అయితే, ఈ సమయంలో భారత్ మాజీ క్రికెటర్ క్రిష్ణమాచారి శ్రీకాంత్ కాస్త వ్యంగ్యాస్తాలు సందించాడు. ఈ సీరీస్లో గంభీర్ కు పెద్దగా పనేమీ లేదని వ్యాఖ్యానించాడు. ఆపానీతో పాటు శ్రీలంకపై సీరీస్ గెలిచే సందకు ఎగిరి గంతేసాడంటూ కామెంట్ చేశాడు. “గంభీర్ కు పనిలేదు. రెండో టెస్టుకు ముందు జట్టు కూర్పుపై అతడు ఏదో చెప్పాడు కానీ.. శ్రీలంక సీరీస్లో మేధోవధనం చేయాలన్నంత ఏమీ లేదు. ఎందుకంటే లంక

అక్కడేం జరిగిందో తెలియకుండా జడ్జ్ చేయొద్దు: యశస్వి జైస్వాల్

రెండో టెస్టులో భారత ఆటగాడు యశస్వి జైస్వాల్ - అసిత ఫెర్నాండో మధ్య చోటుచేసుకున్న వివాదం పెద్ద చర్చనీయాంశంగా మారింది. కొందరు యశస్వికి మద్దతుగా నిలుస్తుంటే.. మరికొందరేమో సరైన కాదనే విధంగా కామెంట్లు చేస్తున్నారు. మాజీ క్రికెటర్ అజయ్ జడేజా, వ్యాఖ్యాత హరీ భోగ్ ఇలాగే యశస్వి జాగ్రత్తగా ఉండాలంటూ హితవు పలికారు. ఈ క్రమంలో భోగ్ జైస్వాల్ కామెంట్ కు యశస్వి కాస్త ఘటాగానే స్పందించాడు. “అతడు ఏమన్నాడో తెలియకుండా.. ఓ అభిప్రాయానికి రావొద్దు. మీకు మీరే జడ్జ్ మెంట్లు ఇచ్చేయొద్దు. ఎవరైనా వాళ్లు దాటితే ఆ విషయాన్ని వారితో తెలియజేయండి. మన భారత్ తప్పకుండా పోరాడుతుంది. సరైన సమాధానం ఇస్తాం” అని యశస్వి పోస్టు పెట్టాడు.

కీపర్ కూడా టెస్టుల్లో 2500+ పరుగులు చేయలేదు. ఇప్పుడు చేయలేదు. ఇప్పుడు రిషభ్ పంత్ ఆ ఘనత సాధించాడు. పంత్ 41.48 సగటుతో ఈ మార్చ్ ను అధిగమించాడు. ఇక, ధోని 2,496 పరుగులతో రెండో స్థానంలో నిలిచాడు. వరూణ్ ఇంజినీర్ (1,209), సయ్యద్ కియాజీ (1,109), కీరణ్ మారె (901) ఆ తర్వాతి స్థానాల్లో ఉన్నారు. శ్రీలంకతో రెండో టెస్టులో పంత్ హాఫ్ సెంచరీతో (63) ఆకట్టుకున్నాడు. నిన్ను చేతికి దెబ్బ తగలడంతో మైదానం చేయలేదు. ఇప్పుడు వికెట్ పడిన సంగతి తెలిసింది. ఇవాళ ఉదయం ఆలోచించి టెస్టులో పంత్ బ్యాటింగ్ కు వచ్చాడు. ధ్రువ్ జురెల్ తో కలిసి సెంచరీ భాగస్వామ్యం నిర్మించాడు. ఈ క్రమంలో తన కెరీర్లో 21వ అర్ధశతకాన్ని పంత్ సమాధి చేశాడు. అయితే, 63 పరుగుల వ్యక్తిగత స్కోరు వద్ద పెవిలియన్ కు చేరాడు. శ్రీలంకతో జరుగుతున్న రెండో టెస్టులో తొలి రోజు భారత్ ఆటగాడు యశస్వి జైస్వాల్ - అసిత ఫెర్నాండో మధ్య వ్యాధింధం చోటు చేసుకున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ ఘటనపై స్పందించిన జనీస్ క్రమశిక్షణా చర్యలు చేపట్టింది. జనీస్ ప్రవర్తనా నియమాల్లోని లోని లెవెల్ - 1ను

అసిత ఫెర్నాండోతో గొడవ.. యశస్వి జైస్వాల్ కు జరిమానా



శాతం జరిమానా విధించింది. అంతే కాకుండా ఇద్దరికీ చెల్లే డిమెరిట్ ఇచ్చింది. తొలి రోజు ఆటలో యశస్వి జైస్వాల్ జేట్ చేసిన తర్వాత ఫెర్నాండో అత్యుత్సాహం ప్రదర్శించాడు. దీంతో జైస్వాల్ అతడితో వ్యాధింధానికి దిగాడు. ఈ క్రమంలో జైస్వాల్ హెల్మెట్ ఫెర్నాండో నుదుటికి తాకింది. పరిస్థితి చేయదానిపోయేలా ఉండటంతో లంక కెప్టెన్ ధనంజయ దీనిని తగ్గించి కమిండు మెడిసిన్తో పాటు ఇతర అటాథ్లర్లు, అంపైర్ల జోక్యం చేసుకుని ఇద్దరినీ దూరం తీసుకెళ్లడంతో ఈ గొడవ సద్దుమణిగింది.

క్రిస్మస్ బరిలో బాలయ్య...!



పుడయం సినిమా: సందమూరి బాలకృష్ణ, దర్శకుడు గోపీచంద్ మలిినేని కాంబినేషన్లో వచ్చి సినిమాను నిర్మిస్తున్న భారీ యాక్షన్ చిత్రం 'NBK111' (వర్మింగ్ టైటిల్). ఇటీవలే బాలయ్యకు స్వల్పంగా యం

కావడంతో సినిమాలకు కొంత విరామం తీసుకున్నారు. దీంతో దసరాకి రావాల్సిన ఈ సినిమాను డిసెంబర్ 24న క్రిస్మస్ కానుకగా విడుదల చేసేందుకు చిత్రబృందం సన్నాహాలు చేస్తుందట. బాలయ్య త్వరలోనే మాటింగ్లో

పాల్గొనున్నారని సమాచారం. ఈ చిత్రానికి తమన్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. కాజల్ అగర్వాల్ హీరోయిన్ కాగా మంచు మనోజ్ తీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రం అధికారిక టైటిల్ త్వరలోనే ప్రకటించనున్నారు.

ఘనంగా ప్రారంభమైన 'శివాలయం'



పుడయం సినిమా: తెలుగు వెండితెరపై మరో భక్తి రస చిత్రం ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. అధ్యాత్మికత, భక్తి, భావోద్వేగాలను మేళవిస్తూ తెరకెక్కుతున్న నూతన చిత్రం 'శివాలయం' పూజా కార్యక్రమాలతో తెలుగు ఫిలిం ఛాంబర్ లో ఘనంగా ప్రారంభమైంది. ఆచంట మహేష్ (రంగస్థలం ఫేమ్), కాంచన దీప్తిరెడ్డి హీరోహీరోయిన్లుగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి వెంకట్ రెడ్డి నంది దర్శకత్వం వహించడంతో పాటు నిర్మాతగా వ్యవహరిస్తున్నారు. దేవునిపటాల సమక్షంలో నిర్వహించిన ఈ చిత్ర ముహూర్తపు కార్యక్రమానికి పలువురు సినీ ప్రముఖులు, కళాకారులు, శ్రేయోభిలాషులు హాజరై చిత్ర బృందానికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన తొలి సన్నివేశానికి దిల రమేష్ కెమెరా స్క్రీన్ ఆన్ చేయగా, ఘరణ శ్రీనివాస్ క్లాప్ కొట్టారు. ప్రముఖ వ్యవసాయవేత్త కర్ణం నరసింహారెడ్డి చిత్ర బృందానికి శుభాకాంక్షలు అందించారు. నటుడు, నిర్మాత లెంకల అశోక్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. "దర్శకుడు, నిర్మాత వెంకట్ రెడ్డి గారు

గత ఆరు నెలలుగా ఈ సినిమా టీ-ప్రాడక్షన్ వసులను ఎంతో శ్రద్ధగా చేస్తున్నారు. దేవుడి పేరుతో తెరకెక్కిన సినిమాలకు ప్రేక్షకుల నుంచి ఎప్పుడూ మంచి ఆదరణ ఉంటుంది. 'శివాలయం' కూడా మంచి విజయం సాధిస్తుందని నమ్ముతున్నాను. ఈ సినిమాలో నేను కూడా నటిస్తున్నాను. మా చిత్ర బృందం మొత్తాన్ని భగవంతుడు ఆశీర్వాదించాలని కోరుకుంటున్నాను" అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నటుడు ఘర్షణ శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ.. "శివాలయం అనే టైటిల్ చాలా అద్భుతంగా ఉంది. శివుడి నేపథ్యంలో వచ్చిన పాటలు, కథాంశంతో తెరకెక్కిన సినిమాలు ప్రేక్షకులను ఎంతగానో ఆకట్టుకున్నాయి. అలాంటి మంచి కాన్సెప్ట్లో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రంలో భాగం కావడం చాలా సంతోషంగా ఉంది. మంచి కథ, బలమైన భావోద్వేగాలతో 'శివాలయం' రూపుదిద్దుకుంటోంది. ఈ సినిమా ప్రతి ఒక్కరినీ అలరిస్తుందని నమ్ముతున్నాను. వెంకట్ రెడ్డి గారికి ఇది 11వ సినిమా. నాకు ఈ అవకాశం ఇచ్చిన దర్శకుడు, నిర్మాత వెంకట్ రెడ్డి గారికి నా హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు.

పార్థమి ఎంటర్ టైన్ మెంట్స్ తో కలిసి కేవల ప్రొడక్షన్స్ పై

మరో ఇంట్రెస్టింగ్ ప్రాజెక్ట్: హీరో కిరణ్ అబ్బవరం



మక్కున విజయ్ కుమార్, జీమెస్క్విఎస్ నూపర్ వైజర్ - జునైద్ ఉల్లా, హైకా స్టూడియోస్ అసోసియేట్ ప్రొడ్యూసర్ - రితికేష్ గోరక్ష్ గిక్యాటివ్ ప్రొడ్యూసర్ - అల్లు బాలకృష్ణలైన్ ప్రొడ్యూసర్ - వెంకట్ రామాలేవి డిటర్ - అఖిల్ చక్రవర్తి మూజిక్ - జెనీన్ జార్జ్.

వహిస్తుందగా, మేరం భాస్కర్ నిర్మాతగా వ్యవహరిస్తున్నారు. మహావీర యేలేందర్ సంగీతం అందించిన ఈ పాటను ప్రముఖ గాయని సునీత ఉపద్రస్థ ఆలపించారు. చంద్రబోస్ సాహిత్యం అందించగా, శ్రష్టి వర్మ ద్వారా, కొరియోగ్రఫీ చేశారు. వారాహి మూజిక్ ద్వారా విడుదలైన 'న్యాయం చేయరా దేవుడా' పాటకు మంచి స్పందన లభిస్తోంది. భావోద్వేగభరితమైన ఈ పాట చిత్ర కథాంశానికి అనుగుణంగా ఉండటంతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుందని చిత్ర బృందం తెలిపింది.



'ధర్మస్థల నియోజకవర్గం' నుంచి

పుడయం పాట విడుదల

సినిమా:

'ధర్మస్థల నియోజకవర్గం' చిత్రంలోని 'న్యాయం చేయరా దేవుడా' థియేట్రల్ వెర్షన్ పాటను ప్రముఖ గేయ రచయిత చంద్రబోస్ నేను విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా చిత్ర బృందానికి ఆయన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో చంద్రబోస్ తనయుడు నంద వసూహి తో పాటు చిత్ర యూనిట్ పాల్గొన్నారు. మూవింగ్ డివీ ఇండియా ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ బ్యానర్ పై రూపొందిన

తున్న ఈ చిత్రానికి జై జ్ఞాన ప్రభ తోట దర్శకత్వం

చేశారు. చాలా అద్భుతంగా పెర్ఫార్మ చేశారు. అలాగే రమేష్ ఇంద్ర గారు కూడా బాగా చేశారు. స్టూడెంట్స్ గా చేసిన అందరూ చక్కగా చేశారు. వాళ్లందరికీ చాలా మంచి పూజర్ ఉంది. సాయి సురేష్ చాలా నేమరల్ గా ఆర్ట్ వర్క్ చేశారు. తను చాలా జెన్నాస్ పర్సన్. ఉన్నది ఉన్నట్టుగా మాట్లాడతాడు. అలాగే మా డీ.పీ విష్ణు అమెజింగ్ వర్క్ ఇచ్చాడు. తను చాలా స్ట్రీట్ గా వర్క్ చేస్తాడు. అలాగే ది నేష్ సీరీలులో అన్నీ చాలా అద్భుతంగా చూసుకున్నారు. బాబా భాస్కర్, శేఖర్ మాస్టర్, అలాగే మా డైరెక్టర్ శివ ఈ సినిమాకి అద్భుతమైన కొరియోగ్రఫీ చేశారు. ఫైట్ మాస్టర్స్ రామ్-లక్ష్మణ్ గారు, రియల్ సతీష్ అద్భుతమైన యాక్షన్ కొరియోగ్రఫీ చేశారు. సతీష్ తో ఇంకా చాలా సినిమాలు చేయాలి. జీవీ ప్రకాష్ మూజిక్ ఈ సినిమాకి సోల్.



'రంభ ఊర్వశి మేనక' హిలేరియస్ టైలర్



పుడయం సినిమా: అల్లరి సరేష్ పాంటనీ కామెడీ 'రంభ ఊర్వశి మేనక'తో అలరించబోతున్నారు. చంద్ర మోహన్ చింతాడ దర్శకత్వంలో, అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్, హాస్య మామిడి బ్యానర్ పై రాజేష్ దండూ, నిమ్మకాయల ప్రసాద్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం సెప్టెంబర్ 4న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో ఘనంగా విడుదల కానుంది. పౌరాణిక కథలు, గ్రామీణ హాస్యం,

దాతృత్వమైన అంశాలతో అలరించనుంది. కింగ్ నాగార్జున ఈ సినిమా టైలర్ లాంచ్ చేశారు. సూరి (అల్లరి సరేష్) మొక్కుబడులతో భూలోకానికి దిగివచ్చిన రంభ, ఊర్వశి, మేనకలు.. తమ దివ్య శక్తులను కోల్పోవడంతో అనలు కథ మొదలవుతుంది.

ఇరుముడి బ్లాక్ బస్టర్ ప్రిస్ మీట్



'మహాకాళి' నుంచి శుక్రాచార్యుడిగా అక్షయ్ ఖన్నా పవర్ ఫుల్ గ్లింప్స్

పుడయం సినిమా: ప్రశాంత్ వర్మ, ఆర్కేడీ స్టూడియోస్, పూజా కొలూరు కాంబినేషన్లో తెరకెక్కుతున్న పీవీసీయూ (PVCU) మోస్ట్ అవైబెడ్ హిస్టారికల్ స్వక్రతిల్ 'మహాకాళి' నుంచి పవర్ ఫుల్ ఫస్ట్ గ్లింప్స్ విడుదలైంది. #శుక్రాచార్య వార్డ్స్ 'పేరుతో విడుదలైన ఈ గ్లింప్స్ తో పాటు సినిమా విడుదల తేదీని కూడా మేకర్స్ ప్రకటించారు. 2027 జనవరి 8న ప్రపంచవ్యాప్తంగా 'మహాకాళి' థియేటర్లలో రానుంది. భర్తం, అధర్వం మధ్య జరిగే మహా సంగ్రామాన్ని ఈ గ్లింప్స్ ప్రజెంట్ చేస్తోంది. ఇది కేవలం మంచి-చెడు మధ్య జరిగే పోరాటం కాదని, ఓ ప్రపంచ భవిష్యత్తునే నిర్ణయించే సాయితో యుద్ధం ఉండటమే అసక్తిని కలిగిస్తోంది. అసురుల గురువు శుక్రాచార్యుడి నాయకత్వంలో జరిగే ఈ పోరాటం మరింత పెద్ద యుద్ధానికి దారితీస్తున్నట్లు గ్లింప్స్ తో చూపించారు. "ది ఎండ్ బిగిన్స్" గా మహా సంగ్రామానికి నాంది పలికారు. గ్లింప్స్ లో ప్రధాన అకట్రణగా నిలిచింది అక్షయ్ ఖన్నా. శుక్రాచార్యుడిగా ఆయన కొత్త అవతారంలో కనిపించారు. ఇంటెన్స్ లుక్, స్క్రీన్ ప్రెజెన్స్ తో ఆయన పాత్రపై ఆసక్తిని మరింత పెంచారు. ఇప్పటికే ఆయన ఫస్ట్ లుక్ పై విరుద్ధ సన్మూర్తి యానిటీని ఈ గ్లింప్స్ మరింత పెంచింది. అలాగే శ్రీయా రెడ్డి కూడా పవర్ ఫుల్ లుక్లో కనిపించారు. భారీ సెట్స్, విస్తృతమైన వరల్డ్ బిల్డింగ్, విజువల్ ఎఫెక్ట్స్ తో 'మహాకాళి' ప్రపంచాన్ని భారీ స్కాలలో ఆవిష్కరించి చివట్లు గ్లింప్స్ సూచిస్తోంది. 'హనుమాన్' తో పీవీసీయూ కు బలమైన పునాది చేసిన ప్రశాంత్ వర్మ.. భారతీయ ఇతిహాసాలను మోడరన్ విజువల్ టీవీ ఎంట్ తో తెరపై ఆవిష్కరించే ప్రయత్నాన్ని 'మహాకాళి'తో మరింత భారీ స్కాయికి తీసుకెళ్తున్నట్లు ఈ 2 నిమిషాల 55 సెకన్ల గ్లింప్స్ ద్వారా ప్రజెంట్ చేశారు. అర్థ దుగ్ధ సమర్పణలో రివాజ్ రమేష్ దుగ్ధల్ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రానికి పూజా అప్పర్ కొలూరు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. పీవీసీయూ సినిమాటిక్ యూనివర్స్ లో ఇది నెక్స్ట్ షాట్ గా

రాబోతోంది. అక్షయ్ ఖన్నా, శ్రీయా రెడ్డితో పాటు భూమి శెట్టి, రోహిత్ సరాఫ్ తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. తారాగణం: భూమి శెట్టి, అక్షయ్ ఖన్నా, శ్రీయా రెడ్డి, రోహిత్ సరాఫ్, ఖుమ్మా సుందర్, రాకేష్ బేడి, సముద్రఖని, జితీన్ గులాటి, రజత్ కపూర్, మురళీ శర్మ, నాసర్, బబ్లా పృథ్వీరాజ్.

