



మొండి బకాయిల వసూళ్లపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలి

- రైతులకు రుణాల మంజూరులో ఇబ్బందులు పెట్టొద్దు
- ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ

కరీంనగర్ అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి):

మొండి బకాయిల వసూళ్లపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి సహకార సంఘాల అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని మాన కొండూరు ఎమ్మెల్యే, టీపీసీసీ ఎస్సీ సెల్ చైర్మన్ డాక్టర్ కవ్వంపల్లి సత్య నారాయణ సూచించారు. రైతులకు రుణాలు మంజూరు చేసే విషయంలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు కల్గించవద్దని, అవసరమైతే నిబంధనలను సరళత రం చేయాలని అన్నారు. తిమ్మాపూర్ మండలం పోరకర్ల ప్రాథమిక వ్యవ సాయ సహకార సంఘం (పీసీసీఎస్) సూతన చైర్మన్ గా గోపు తిరుపతిరెడ్డితో పాటు పాలకవర్గ సభ్యుల ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడు తూ సహకార సంఘాల అభివృద్ధికి, పాత బకాయిలు ప్రతిబంధకంగా మారకుండా చూడాలన్నారు. బకాయిల వసూళ్ల విషయంలో ఉదాసీన వైఖరిని వీడి, అవసరమైతే ప్రత్యేక డైవీ నిర్వహించ

చాలని సూచించారు. అదే సమయంలో రైతులకు రుణాల మంజూరులో అస వసర జాబ్బుం లేకుండా చూడాలని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం లాభాల్లో కొ నసాగుతున్న పోరకర్ల పీసీసీఎస్ ను మరింత అభివృద్ధి పథంలో నడిపించేందుకు సూతన పాలకవర్గం సమష్టిగా కృషి చేయాలని కోరారు. ముఖ్యంగా కూరగాయలు సాగు చేసే రైతులను ప్రోత్సహిస్తూ, వారి ఆదాయం పెరిగిలా సహకార సంఘం తరపున అవసరమైన సహకారం అందించాలని సూచించా రు. ఈ కార్యక్రమంలో నోడల్ అధికారి అవ్వరద్దీన్, స్థానిక సర్పంచ్ ఆసోదశ్రీని వాస్, కరీంనగర్ వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ ఆకుల నర్సయ్య, పీసీసీ ఎస్ చైర్మన్ మోరపల్లి రమణారెడ్డి, బగ్గు చామోడర్, ముద్దసాని శ్రీనివాసరెడ్డి, తిమ్మాపూర్ మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు బండారి రమేష్, పార్టీ నాయకులు గోప్ప మధురెడ్డి, చింతల తిరుపతిరెడ్డి, లక్ష్మారెడ్డి, తుమనపల్లి శ్రీనివాసరావు, ఉంటూ రాజేందరరెడ్డి, డాన్ల శ్రీనివాస్ రెడ్డి, పులి కృష్ణ, రంగార శ్రీనివాస్, రేమిడి శ్రీనివాసరెడ్డి, గండికి లక్ష్మారెడ్డి, రావుల కృష్ణగౌడ్, ఆయనల వెంకటన్న, పాపారావు నంపే, తణిపూరి అంగారెడ్డి, మేడి అంజయ్య, పోల రాము, రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పుజల సహకారంతోనే నేరాల నివారణ సాధ్యం

- జిల్లా ఎస్సీ మహావీ బి. గె.తే. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి)

.. దసరా పండుగకు ఊర్లకు వెళ్లే వారు ముందస్తు జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలి. గ్రామాల్లో, కాలనిల లో అనుమానిత వ్యక్తుల కనిపిస్తే వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వండి. దసరా పండుగ సందర్భం గా చాలామంది తమ స్వగ్రామాలకు, ఇతర ప్రాంతాలకు ప్రయాణాలు చేస్తుంటారు. ఇదే అవకాశం భావించి దొంగలు ఇళ్లలో చోరీలకు పాల్పడి అవకాశం ఉన్నందున ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని జిల్లా ఎస్సీ మహావీ బి. గె.తే సూచించారు. పండుగకు ఊళ్లకు వెళ్లే వారు తమ ఇళ్ల భద్రత విషయంలో ముందస్తుగా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని కోరారు.

జిల్లా పరిధిలో చోరీల నియంత్రణకు పోలీసు శాఖ తరపున అన్ని అవసరమైన చర్యలు చేపడుతున్నామని, రాత్రి వెళ్లకపోయి గస్తీని ముమ్మరం చేయడంతో పాటుగా ప్రజల్లో అవగాహన కల్పిస్తూ అప్ర మత్తం చేస్తున్నారని. గ్రామాల్లో, కాలనిలలో అనుమానాస్పద వ్యక్తులు సంచరించినా, అనుమానాస్పద కార్యక్రమాపాలు కనిపించినా వెంటనే సమీప పోలీస్ స్టేషన్లకు లేదా దండయల్ 112 కు సమాచారం అందించాలని కోరారు. దొంగతనాలు దృష్ట్యా పోలీస్ శాఖ వారి పలు సూచనలు ఇంటికి తాళం వేసిన తర్వాత తాళం బయటకు కనిపించకుండా పరధా కప్పి ఉంచాలి. మెయిన్ డోర్ లోపల నుంచి లాక్ చేసి.. పక్క



ఊరు వెళ్లేముందు ఇంట్లో బంగారు, వెండి, డబ్బు వంటి విలువైన వస్తువులను బీరులులకు పెట్టకూడదు. బ్యాక్ లాకర్లలో దాచుకోవడం మంచిది. విలువైన వస్తువులు, వ్యక్తిగత ఆర్థిక విషయాల సమాచారాన్ని ఇతరులతో పంచుకోవద్దు. బీరువా తాళాలు ఇంట్లో కప్పబోర్డులు లేదా ఇతర ప్రదేశాలలో ఉంచకూడదు. ఊరు వెళితే ఇంటి పక్కనవారికి, సంబంధిత పోలీసులకు సమాచారం అందించడం ద్వారా రాత్రి సమయాల్లో గస్తీ తిరగడానికి వచ్చినప్పుడు ఇంటి పై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహిస్తారు.

రాత్రి సమయంలో ఏదైనా ఒక రూమ్ లో లైట్ వెలుగుతూనే ఉండేలా ఆన్ చేసి వెళ్లి వెళ్లి తిరిగి అనుమానిత లేదా కొత్త వ్యక్తులు ఇంటి చుట్టూ తిరగడం కనిపిస్తే వెంటనే 100/112 కి ఫోన్ చేసి సమాచారం ఇవ్వండి. మీ మొబైల్ కి నోటిఫికేషన్ వచ్చేలా.. ఇంటికి సీస్ కెమెరా అమర్చుకోవాలి. ఇంటి బయట నాలుగు దిక్కులు కవర్ అయ్యేలా కెమెరాలు అమర్చుకోవాలి. చుట్టుప్రక్కల వారిని కూడా ఇంటిని కనిపిస్తే ఉండమని చెప్పి వెళ్లడం.. ఇంటికి సంబంధించిన సమాచారం ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవాలి. ఇంట్లో ఎవరైనా మహిళలు, పుట్టులు వద్దకు వచ్చి అపరిచితులు సమాచారం కావాలంటూ వస్తే నమ్మి వద్దని చెప్పాలి.

కామారెడ్డి పట్టణ కాంగ్రెస్ మైనార్టీ అధ్యక్షుడిగా సయ్యద్ ఖదీర్ నియామకం

- ప్రభుత్వ సలహాదారు మహమ్మద్ అలీ షబ్దీర్ చేతుల మీదుగా నియామక పత్రం అందజేత

కామారెడ్డి అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి):-

కామారెడ్డి పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ మైనార్టీ విభాగం అధ్యక్షుడిగా సయ్యద్ ఖదీర్ (సయ్యద్ మసూద్) నియమితులయ్యారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారు మహమ్మద్ అలీ షబ్దీర్ చేతుల మీదుగా ఆయన నియామక పత్రాన్ని అందుకున్నారు. ఈ సందర్భం గా సయ్యద్ ఖదీర్ మాట్లాడుతూ, తనపై నమ్మకంతో కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్టణ మైనార్టీ అధ్యక్ష బాధ్యతలు అప్పగించిన ప్రభుత్వ సలహాదారు మహమ్మద్ అలీ షబ్దీర్ కి, రాష్ట్ర యువజన కాంగ్రెస్ నాయకులు మహమ్మద్ ఇలియాజ్ కి, రాష్ట్ర మైనార్టీ విభాగం అధ్యక్షులు ఇర్వాన్ అలీకి, కామారెడ్డి జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ మైనార్టీ విభాగం



అధ్యక్షులు షేక్ అజీమ్ కి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. పార్టీ తనకు అప్పగించిన బాధ్యతలను సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తూ, కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతానికి కృషి చేస్తానని, మైనార్టీ వర్గాల సమస్యల పరిష్కారానికి, వారి సంక్షేమానికి కృషి చేస్తానని సయ్యద్ ఖదీర్ తెలిపారు.

క్రిష్టా పేరుతో రూ.10 కోట్లకు పైగా మోసం

- రెండేళ్లలో రెట్టింపంటూ వందలాది మందికి టోకరా
- ఇద్దరు అంతర్జాతీయ నిందితుల అరెస్టు..
- వివరాలు వెల్లడించిన ఎస్సీ అఖిల్ మహాజన్

ఆదిలాబాద్, పుడయం ప్రతినిధి, అక్టోబర్ 11:

క్రిష్టా కరెన్సీలో పెట్టుబడులు పెడితే రెండేళ్లలో రెట్టింపు లాభాలు వస్తాయని సమ్మించి వందలాది మందిని మోసగించిన ఐటీసీ గ్రోబల్ సంస్థకు చెందిన ఇద్దరు ప్రధాన నిందితులను అరెస్టు చేసినట్లు జిల్లా ఎస్సీ అఖిల్ మహాజన్ తెలిపారు. తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాల్లో సుమారు 500 మంది బాధితుల నుంచి రూ.10 కోట్లకు పైగా వసూలు చేసినట్లు అనుమానిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. ఆదివారం ఆదిలాబాద్ వన్ టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్లో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో కేసు వివరాలను వెల్లడించారు.

రూ.7.50 లక్షలు పెట్టుబడి పెట్టి.. తలమడుగు మండలం రుయ్యాద్ గ్రామానికి చెందిన జువత్త నర్సింలు ఫిర్యాదుతో ఈ వ్యవహారం వెలుగు లోకి వచ్చిందని ఎస్సీ తెలిపారు. ఐటీసీ గ్రోబల్ ప్రతినిధులు అధిక లాభాలు వస్తాయని సమ్మించడంతో ఆయన 2023లో రూ.7.50 లక్షలు పెట్టుబడిగా పెట్టారని వివరించారు. పలుమార్లు డబ్బులు తిరిగి ఇవ్వాలని కోరినా చెల్లించకపోవడంతో బాధితుడు పోలీసులను ఆశ్రయించాడన్నారు. దీంతో వన్ టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్లో కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టినట్లు తెలిపారు. సకీలీ వెబ్సైట్లో వల నిందితులు eticlub.org పేరుతో వెబ్సైట్ రూపొందించి, రూ.1,000 నుంచి రూ.3 లక్షల వరకు పెట్టుబడి ప్యాకేజీలను ప్రవేశ పెట్టినట్లు విచారణలో వెల్లడించిన ఎస్సీ పేర్కొన్నారు.



రెండేళ్లలో పెట్టుబడి రెట్టింపు అవుతుందని, కొత్త సభ్యులను చేర్చి వారి పెట్టుబడులపై 2.5 శాతం వరకు కమీషన్ ఇస్తామని ఆశ చూపినట్లు వివరించారు. ఈ విధంగా పోంతీ పథకం, మల్టీ రెవల్ మార్కెటింగ్ విధానం ద్వారా మరింత మందిని సభ్యులుగా చేర్చుకుని డబ్బులు వసూలు చేసినట్లు తెలిపారు. హోటల్లో సమావేశాలు.. జామ్ మీటింగ్లతో ప్రచారం ప్రజల్లో సమ్మకం కలిగించేందుకు వివిధ ప్రాంతాల్లోని హోటల్లు, లాడ్జీల్లో సమావేశాలు నిర్వహించడంతో పాటు జామ్ మీటింగ్లు, పీడియో కాన్ఫరెన్స్లు ద్వారా పథకాన్ని ప్రచారం చేసినట్లు ఎస్సీ వెల్లడించారు. డైరీలు, క్యాలెండర్లు పంపిణీ చేస్తూ పెట్టుబడిదారులను ఆకర్షించారని తెలిపారు. ఆన్లైన్ ఎక్స్చేంజీలు, గూగుల్ పే వంటి డిజిటల్ చెల్లింపు మార్గాల ద్వారా డబ్బులు సేకరించినట్లు వివరించారు. పెట్టుబడిదారుల ఐడీల్లో క్రిష్టా కరెన్సీ జమ అయినట్లు చూపించి సమ్మించారని పేర్కొన్నారు. ఆదిలాబాద్ లో బదుగురు బాధితులు ఆదిలాబాద్ లోని ద్వారక హోటల్లో సమావేశాలు నిర్వహించి పెట్టుబడులపై ప్రచారం చేసినట్లు విచారణలో గుర్తించామని ఎస్సీ తెలిపారు. ఫిర్యాదుల ప్రకారం జువత్త నర్సింలు రూ.7.50 లక్షలు, చిక్కి గంగాధర్

రూ.7.50 లక్షలు, అడ్డీ కాంతారెడ్డి రూ.6.21 లక్షలు పెట్టుబడిగా చెల్లించినట్లు వెల్లడించారు. ఈ ముగ్గురి పెట్టుబడుల మొత్తం రూ.21.21 లక్షలు కాగా, వన్ టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో మొత్తం బదుగురు బాధితులు సుమారు రూ.30 లక్షలు నష్టపోయినట్లు గుర్తించామని పేర్కొన్నారు. ఇద్దరు అరెస్టు.. ఆస్తులు స్వాధీనం ఈ కేసులో ఐటీసీ గ్రోబల్ వ్యవస్థాపకుడు పాలమరశెట్టి రత్నరాజు (47), సహ వ్యవస్థాపకుడు గండపాటి లక్ష్మణరావు అలియాస్ రాజురెస్ (46)ను అరెస్టు చేసి నీసెట్టు ఎస్సీ తెలిపారు. సంస్థ ప్రతినిధులు గోపికృష్ణ, అజీమ్ ఖాన్, వరంగల్ కు చెందిన ఏజెంట్లు గాజుల ప్రవాద్ కుమార్, వేముసూరి సుధీర్ రెడ్డి కూడా కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎవరించారు. దర్మాపుల్లో భాగంగా జమీరాబాద్, రాజమండ్రికి సంబంధించిన ఆస్తులు, సెల్ ఫోన్లను స్వాధీనం చేసుకున్నామని తెలిపారు. ఇతర బాధితుల వివరాలు, ఆర్థిక లావాదేవీలు, మోసానికి గురైన మొత్తం సగదును గుర్తించేందుకు దర్మాపుల్ కి ససాగుతోందన్నారు.

పెట్టుబడులపై అప్రమత్తంగా ఉండాలి క్రిష్టా కరెన్సీ పేరుతో తక్కువ సమయంలో పెట్టుబడులు రెట్టింపు చేస్తామని, అధిక లాభాలు ఇస్తామని చెప్పి వ్యక్తులు, సంస్థల పట్ల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఎస్సీ అఖిల్ మహాజన్ సూచించారు. పెట్టుబడి పెట్టే ముందు సంస్థ విశ్వసనీయత, చట్టబద్ధతను పరిశీలించాలని తెలిపారు. సైబర్ ఆర్డీ మోసానికి గురైతే వెంటనే 1930 హెల్ప్ లైన్ ను సమాచారం అందించాలని, సమీప పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేయాలని సూచించారు. ఈ సమావేశంలో డిఎస్సీ ఎల్. జీవన్ రెడ్డి, వన్ టౌన్ ఇన్ స్పెక్టర్ బి. సునీల్ కుమార్, ఎస్ ఐలు అశోక్, సంజయ్, ఇతర పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర స్థాయి బాక్సింగ్ పోటీలకు ఎంపికైన జగిత్యాల క్రీడాకారులు

- ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ యం సంజయ్ కుమార్ అభినందనలు

జగిత్యాల అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి)

జగిత్యాల జిల్లా కేంద్రంలోని పొన్నాల గార్డెన్ లో స్కూల్ గేమ్స్ ఫెడరేషన్ (ఎన్ జిఎఫ్) 2026-27 సంవత్సరానికి నిర్వహించిన ఉమ్మడి జిల్లా స్థాయి బాక్సింగ్ పోటీలలో ప్రతిభ కనబరిచి రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలకు ఎంపికైన జగిత్యాల శ్రీధారలను జగిత్యాల నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు డాక్టర్ యం సంజయ్ కుమార్ అభినందించారు. జగిత్యాల కేల్లో ఇండియా బాక్సింగ్ సెంటర్ కు చెందిన శ్రీధారకు అండర్-14 అండర్-17 విభాగాల్లో రాష్ట్ర స్థాయి స్కూల్ గేమ్స్ ఫెడరేషన్ పోటీలకు ఎంపిక కావడం

పట్ల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ యం సంజయ్ కుమార్ సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. శ్రీధారకు అభినందనలు రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలలో కూడా అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబరిచి జగిత్యాల జిల్లాకు మంచి పేరు తీసుకురావాలని ఆకాంక్షించారు. అనంతరం కోచ్ సమీ ను అభినందించారు. అండర్-14 విభాగంలో సిహెచ్ గుణతేజ వి విడున్ ఆసిత్ ఇస్మాయిల్ అండర్-17 విభాగంలో ఎల్ కార్తెయ్ హసన్లను సిహెచ్ శ్రీవెంకటేశ్ తే వాసన్లను ఎల్ స్వరూలి తదితర శ్రీధారకులు రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలకు ఎంపికయ్యారు. శ్రీధారకుల కృషిపై సాధన చేసే ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవచ్చని శ్రీధరతో విద్యాధుల్లో క్రమశిక్షణ ఆత్మవిశ్వాసం పెంపొందితాయని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. జగిత్యాల జిల్లాలో శ్రీధారకులను ప్రోత్స



హించేందుకు అవసరమైన సహకారం అందిస్తామని తెలిపారు. ఫెలో ఇండియా బాక్సింగ్ సెంటర్ ను అందరూ ఉపయోగించుకోవాలని చదువు తో పాటు శారీరక దౌర్భ్యం ముఖ్యమే అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ బాక్సింగ్ కోచ్ ఆరుముల పద్మి కేల్ ఇండియా కోచ్ నల్ల సవీన్ జగిత్యాల సింగ్

రెవెన్యూ, అటవీ భూముల హద్దుల గుర్తింపునకు రీ సర్వే

- ఇసుక లెక్కమ రవాణాను పూర్తిస్థాయిలో అరికట్టాలి
- జిల్లా కలెక్టర్ భవేష్ మిశ్రా

నగర్ జిల్లా (పుడయం ప్రతినిధి) 11 అక్టోబర్ 2026

జిల్లాలో రెవెన్యూ, అటవీ భూ సమస్యల పరిష్కారానికి భూముల రీ సర్వే ఎంతగానో దోహదపడుతుందని జిల్లా కలెక్టర్ భవేష్ మిశ్రా అన్నారు. ఆదివారం కలెక్టరేట్ లోని సమావేశ మందిరంలో భూముల రీ సర్వే, అటవీ-రెవెన్యూ భూ సమస్యలు, ఇసుక అక్రమ రవాణా నియంత్రణ తదితర అంశాలపై సంబంధిత శాఖల అధికారులతో కలెక్టర్ సమీక్ష



సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, రీ సర్వే ప్రక్రియను సంబంధిత శాఖల అధికారులు నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తూ, రోజువారీ లెక్కాను నిర్దేశించుకొని నిర్దిత సమయంలో పూర్తి చేయాలని సూచించారు. రీ సర్వే ద్వారా అటవీ,

రెవెన్యూ, నీటిపారుదల తదితర ప్రభుత్వ శాఖలకు చెందిన భూముల హద్దులను స్పష్టంగా గుర్తించి, భూ సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. ఈ ప్రక్రియను పారదర్శకంగా, వేగవంతంగా చేపట్టాలని ఆదేశించారు. జిల్లాలో ఇసుక అక్రమ రవాణాను పూర్తిస్థాయిలో అరికట్టేందుకు సంబంధిత శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో ఇన్చార్జ్ అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) రాధిక రమేష్, జిల్లా అటవీ శాఖ అధికారి సుశాంత్ సుబ్బదే బోజడే, అడ్మినిస్ట్రేషన్ డివిజన్ సర్పంచ్ అంబేరికార్, విలేజ్, ఇతర శాఖల అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పేద ఆడబిడ్డల పెళ్లిళ్లకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం భరోసా



నిజామాబాద్ : కళ్యాణ లక్ష్మి, షాద్ ముబారక్ పథకాల కింద 275 మంది లబ్ధిదారులకు రూ. 2.75 కోట్లకు పైగా ఉపకారాలుం. పేద కుటుంబాల సంక్షేమ ప్రభుత్వ ప్రాధాన్యత: ప్రభుత్వ సలహాదారు మహమ్మద్ అలీ షబ్దీర్. నిజామాబాద్ నగరంలోని రాజీవ్ గాంధీ ఆడిటోరియంలో ఆదివారం నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో నిజామాబాద్ అర్బన్ నియోజకవర్గానికి చెందిన 275 మంది లబ్ధిదారులకు అర్బన్ కళ్యాణ లక్ష్మి, షాద్ ముబారక్ పథకాల కింద మొత్తం రూ. 2.75,31,900 విలువైన ఆర్థిక సహాయ



మంలో షాద్ ముబారక్ పథకం కింద 149 మంది లబ్ధిదారులకు రూ. 1,49,17,284, కళ్యాణ లక్ష్మి పథకం కింద 126 మంది లబ్ధిదారులకు రూ. 1,26,14,616 విలువైన చెక్కులను పంపిణీ చేసినట్లు వివరించారు. ఈ రెండు పథకాల ద్వారా మొత్తం 275 మంది లబ్ధిదారులకు రూ. 2,75,31,900 ఆర్థిక సహాయం అందించినట్లు తెలిపారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీల అమలులో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కట్టబడి ఉందని తెలిపారు. పేద ప్రజల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యతనిస్తోందని, ఆడబిడ్డల వివాహాల పేద కుటుంబాలకు ఆర్థిక భారంగా మారకూడదనే ఉద్దేశంతో కళ్యాణ లక్ష్మి, షాద్ ముబారక్ పథకాల ద్వారా ఆర్థిక సహాయం అందిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్ర



రామకృష్ణాపూర్లో వైభవంగా శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు..

- పలు మండపాల్లో దుర్గామాత విగ్రహాల ప్రతిష్ఠా..

మంచీర్యాల/రామకృష్ణాపూర్/ అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి)

రామకృష్ణాపూర్ పట్టణంలో శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రారంభమయ్యాయి. ఉత్సవాల్లో భాగంగా పట్టణంలోని పలు ప్రాంతాల్లో దుర్గామాత విగ్రహాలను ప్రత్యేక మండపాలు, ఆలయాల్లో ప్రతిష్ఠించారు. డిజిటల్ పుష్పలు, బాజాభ జంతుల నడుమ భక్తుల కోలాహలం మధ్య అమ్మవారి విగ్రహాలను మండపాల్లో ప్రతిష్ఠించడంతో పట్టణంలో ఆధ్యాత్మిక సంఘాల నెలకొంది. రామకృష్ణాపూర్ పట్టణంలోని సీహెచ్.పి. రాజీవ్ చౌక్, బిజ్జోన్ సెంటర్, సూపర్ బజార్, కాశీ విశ్వనాథ షిరిడి సాయబాబా ఆలయం, రామాయం, ఏజ్.సెన్, భగత్ సింగ్ నగర్, హాట్, ఏరియా, అమ్మ గార్డెన్ ప్రాంతాల్లో దుర్గామాత విగ్రహాలను ప్రతిష్ఠించి ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఆయా మండపాలను నిర్వాహకులు విద్యుత్ దీపాలు, పూల ఆలంకరణలతో సుందరంగా తీర్చిదిద్దారు. అమ్మవారి దర్శనం కోసం భక్తులు దగ్ధ సంఖ్యలో తరలివస్తున్నారు. దుర్గామాత విగ్రహాల విశేష ప్రాధాన్యం.. హిందూ సంప్రదాయంలో శరన్నవరాత్రులకు విశిష్టమైన

స్థానం ఉంది. దుర్గామాతను శక్తి, ధైర్యం, జ్ఞానం, ధర్మానికి ప్రతీకగా భక్తులు ఆరాధిస్తారు. దుష్టతక్కులపై ధర్మం సాధించిన విజయానికి ప్రతీకగా అమ్మవారి ఆరాధనను భావిస్తారు. మహిషాసురుడనే రాక్షసుడిని సంహరించి లోకాలకు శాంతిని చేకూర్చిన దుర్గాదేవి కథ చెప్పు మంచి సాధించిన విజయం అనవాయితీగా వస్తోంది. ఈ పర్యవసాయ భక్తుల్లో ఆధ్యాత్మిక భావనను పెంపొందించడంతో పాటు ఐక్యత, సోదరభావం, సేవా భావన కీ ప్రేరణనిస్తాయి. ఈ సందర్భంగా మండపాల నిర్వాహకులు మాట్లాడుతూ.. తొమ్మిది రోజుల పాటు అమ్మవారికి నిష్ఠతో ప్రత్యేక పూజలు, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. దుర్గామాత కృప ప్రతి ఒక్కరిపై ఉండాలని, ప్రజలందరూ ఆయురారోగాలు, సుఖసంతోషాలతో జీవించాలని అమ్మవారిని ప్రార్థిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. పలువురు భక్తులు దుర్గామాత మాలలు ధరించి నియమ నిష్ఠలతో పూజలు నిర్వహిస్తున్నారు. భక్తి, ఆధ్యాత్మిక చాతావరణం మధ్య రామకృష్ణాపూర్ పట్టణంలో శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు ఉత్సాహంగా కొనసాగుతున్నాయి.

ఎన్నికల సంఘంపై ఎంపీ వంశీకృష్ణ నిరాధార ఆరోపణలు



- ఓటమి భయంతోనే ఓట్ల చోరీ నాటకం
- పెద్దపల్లికి ఎంపీ చేసినదేమీ లేదు.. ఢిల్లీలో పోటీలలో ఎంపీలకు అవకాశం
- బీజేపీ జిల్లా పరిషత్ కాదర్లపల్లి పల్లె సదానందం పెద్దపల్లి అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి)

కేంద్ర ఎన్నికల సంఘంపై, చీఫ్ ఎలక్షన్ కమిషనర్ జ్ఞానేశ్ కుమార్ పై పెద్దపల్లి కాంగ్రెస్ ఎంపీ గడ్డం వంశీకృష్ణ చేస్తున్న నిరాధార వ్యాఖ్యలు ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలను తీవ్రంగా కించపరిచేలా ఉన్నాయని బీజేపీ పెద్దపల్లి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పల్లె సదానందం మండిపడ్డారు. జిల్లా కేంద్రంలోని మాజీ ఎమ్మెల్యే గుజ్జుల రామకృష్ణారెడ్డి క్యాంపు కార్యాలయంలో బీజేపీ నాయకులతో కలిసి నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో పల్లె సదానంద మాట్లాడుతూ మహారాష్ట్ర, హర్యానా ఎన్నికల ఓటమి భయంతోనే కాంగ్రెస్ నేతలు ఈవింలు, రాజ్యాంగం సంస్థలపై బురదజల్లుతున్నారని దృఢమెత్తారు. ఢిల్లీ వేదికగా ఎంపీ వంశీకృష్ణ మాట్లాడుతున్న 13 కోట్ల ఓట్ల చోరీ ఆరోపణలకు ఒక్క రాష్ట్రమైనా చూపించగలరా అని సూటిగా ప్రశ్నించారు. పెద్దపల్లి ఎంపీగా గెలిచి

16 నెలలు గడిచినా నియోజకవర్గానికి సయ్యాపై తీసుకురాలేదని, రామగండం ఎరువు కర్మాగారం, ఎస్సీ పీసీ, డైరీ, లైన్ డబ్లింగ్, నేషనల్ హైవే 363 వంటి అభివృద్ధి పనులపై మోదీ ప్రభుత్వ నిధులతోనే సాధ్యమయ్యాయని స్పష్టం చేస్తూ అభివృద్ధిపై బహిష్కరణ చర్యలు నిర్దేశమ అని సవాల్ విసిరారు. రామడిని కల్పిత పాత్రగా కొద్దులో అభివేదిల్ ఇచ్చిన చరిత్ర కలిగిన కాంగ్రెస్ జ్ఞానేశ్ కుమార్ పై పెద్దపల్లి గురించి మాట్లాడి నైతిక హక్కు లేదని, కాకా కుటుంబం పేరు చెప్పుకుని గెలిచిన వంశీకృష్ణ సింగ్ గారికి కార్మికులకు ఇండ్ల పట్టాల హామీని ఎందుకు నెరవేర్చలేకపోయారో సమాధానం చెప్పాలన్నారు. స్థానిక సమస్యలను గెలికొడిలేసి ఢిల్లీలో రాహుల్ గాంధీ మెప్పుకోలో కోసమే నేతయం వెచ్చిస్తున్న ఎంపీ వెంటనే ఎన్నికల సంఘానికి సీఈసీ బహిష్కరణ క్షమా పణ చెప్పాలని, లేనిపక్షంలో రానున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో ప్రజలు కాంగ్రెస్ తగిన గుణబద్ధం చెబుతారని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ నాయకులు మోర మనోహర్, వెంకటాద్రి కుమార్, సనత్ చారి, కోల సుధాకర్, ముస్తాఫా సంతోష్, ఇబంద కరుణాకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్రీడలు క్రమశిక్షణ, పట్టుదలను నేర్పడాలు

కొమరం భీమ్ ఆసిసాబాద్ జిల్లా, అక్టోబర్ 11 (పుడయం ప్రతినిధి)

క్రీడలు శారీరక దృఢత్వంతో పాటు క్రమశిక్షణ, పట్టుదలు, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందిస్తాయని ఆదిలాబాద్ ఎంపీ గొడస నగేష్ అన్నారు. జిల్లా కేంద్రంలోని గిరిజన బాలికల ఆదర్శ శ్రీధా పాఠశాలలో శనివారం 12వ తెలంగాణ రాష్ట్ర సబ్ జూనియర్ ఆథ్లెటిక్స్ క్వాలిఫైర్ నేతలు ఈవింలు, రాజ్యాంగం సంస్థలపై బురదజల్లుతున్నారని దృఢమెత్తారు. ఢిల్లీ వేదికగా ఎంపీ వంశీకృష్ణ మాట్లాడుతున్న 13 కోట్ల ఓట్ల చోరీ ఆరోపణలకు ఒక్క రాష్ట్రమైనా చూపించగలరా అని సూటిగా ప్రశ్నించారు. పెద్దపల్లి ఎంపీగా గెలిచి



శివాజీ మత నాయకుడు కాదు.. ప్రజా నాయకుడు!

● **మహనీయుల చరిత్రను రాజకీయ ప్రయోజనాలకు వాడుకోవద్దు**
టీటీసీసీ వర్గంకి ప్రసిడెంట్ జగ్గారెడ్డి
సంగారెడ్డి, అక్టోబర్ 11:పు దయం

చిత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ ను ఒక మతానికి పరిమితం చేయడం సరి కాదని, ఆయన ప్రజల సంక్షేమం, రాజ్య భద్రతకు ప్రాధాన్యమిచ్చిన గొప్ప ప్రజా నాయకుడని టీటీసీసీ వర్గంకి ప్రసిడెంట్ జగ్గారెడ్డి అన్నారు. మహనీయుల చరిత్రను రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం పతీ కరించకూడదని హితవు పలికారు. సంగారెడ్డి జైపానీ రోడ్డులో చిత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ ఏగ్గర ఏర్పాటుకు నిర్వహించిన భూమిపూజ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు.

రాజకీయ లబ్ధి కోసమే చరిత్ర వక్రీకరణ

చిత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ చరిత్రను బీజేపీ రాజకీయ లబ్ధి కోసం ఉపయోగించుకుంటోందని జగ్గారెడ్డి ఆరోపించారు. శివాజీని ఒక మతానికి చెందిన నాయకుడిగా చిత్రీకరించడం సరికాదన్నారు. ఆయన పాలనలో ముస్లింలు సైతం

ఉన్నతాధికారులుగా పనిచేశారని గుర్తుచేశారు. డౌలత్ ఖాన్, ముల్లా హైదర్ వంటి ముస్లిం అధికారులు శివాజీ పాలనలో కీలక బాధ్యతలు నిర్వహించారని పేర్కొన్నారు. ప్రజల సంక్షేమమే ప్రధాన లక్ష్యం చిత్రపతి శివాజీకి కులమతాల కంటే తన రాజ్యంలోని ప్రజల సంక్షేమం, భద్రత ముఖ్యమని జగ్గారెడ్డి అన్నారు. ముస్లిం పాలకులతో జరిగిన యుద్ధాలను మతపరమైన ఘర్షణలుగా చిత్రీకరించడం సరికాదని వ్యాఖ్యానించారు. రాజ్యాల మధ్య జరిగిన పోరాటాలకు మతం రంగు పులమడం ద్వారా చరిత్రను తప్పుదోవ పట్టించకూడదన్నారు. యువత చరిత్రను అధ్యయనం చేయాలి చిత్రపతి శివాజీ మహారాజ్ గొప్ప పీరుడని, ఆయన దైర్ఘ్యసాహసాలు, పాలనా దక్షత, ప్రజల పట్ల చూపిన నిబద్ధతను నేటి యువత తెలుసుకోవాలని జగ్గారెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. మహనీయుల చరిత్ర నుంచి స్ఫూర్తి పొందాలని, వారి పేర్లను స్ఫూర్తి రాజకీయాల కోసం ఉపయోగించుకోవద్దని సూచించారు.

వైభవంగా ప్రారంభమైన శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు



● **రాజ రాజేశ్వరి లలంకరణలో అమ్మవారి దర్శనం**
వెల్లండ్ అక్టోబర్ 11 (పు దయం)

మండల కేంద్రంలో ఆదివారం వైభవంగా నవరాత్రి ఉత్సవాలు ప్రారంభమయ్యాయి బుద్ధవార్ పేట ఆంజనేయ స్వామి దేవాలయంలో మరియు పొందురంగ నాయక దేవాలయంలో నిర్వహించిన పూజా కార్యక్రమంలో డిసిసి ఉపాధ్యక్షులు మాజీ సర్పంచ్ యన్నం భూపతిరెడ్డి జయమ్మ

దంపతులు నిర్వహించిన పూజా కార్యక్రమానికి సీబి రఘువీర్ రెడ్డి, సర్పంచ్ ముల్లా దరమ్మ వెంకటయ్య గౌడ్, జియోగూడ యాదవ సంఘం అధ్యక్షులు జక్కల చిన్నజంగయ్య యాదవ్ మండల పార్టీ అధ్యక్షులు హరి కిషన్ నాయక్ జిల్లా కార్యదర్శిలు మోతీలాల్ నాయక్ శంకర్ నాయక్, పర్వత రెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి అనే పూజా కార్యక్రమంలో డిసిసి ఉపాధ్యక్షులు మాజీ సర్పంచ్ యన్నం భూపతిరెడ్డి జయమ్మ



విద్యాభివృద్ధికి చేయూత

● **సేవాభావానికి ప్రతీక! శ్రీ సరస్వతీ శిశు మండలికి రూ.1,11,111 విరాళం**

నాగర్ కర్నూల్, అక్టోబర్ 11, (పుదయం ప్రతినిధి):

విద్యాభివృద్ధికి తోడ్పాటునందిస్తూ నాగర్ కర్నూల్ లోని శ్రీ సరస్వతీ శిశు మండలిలో తరగతి గది నిర్మాణం కోసం రూ.1,11,111 (ఒక లక్ష పదకొండు వేల నూట పదకొండు రూపాయలు) విరాళంగా అందజేశారు. ఈ విరాళాన్ని అర్జ్య (AARVYA) చేతుల మీదుగా శ్రీ సరస్వతీ శిశు మండలి అధ్యక్షుడు వానా రమేష్ బాబుకు కొట్ట హేమారాణి-బాలాజీ దంపతులు అందించారు. విద్యార్థులకు మెరుగైన విద్యా

వసతులు కల్పించాలనే లక్ష్యంతో తరగతి గది నిర్మాణానికి ఆర్థిక సహాయం అందించడం విశేషం. విద్యార్థుల అభివృద్ధికి దాతలు అందించే ఇటువంటి సహకారం విద్యార్థుల భవిష్యత్తుకు బాటలు వేయడంతోపాటు సమాజంలో సేవాభావాన్ని పెంపొందిస్తుందని పలువురు అభిప్రాయపడుతున్నారు. "విద్యకు చేసే సహాయం.. భావితరాల భవిష్యత్తుకు పెట్టుబడి" అనే సందేశాన్ని ఈ విరాళం చాటి చెబుతోంది. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల కా ర్యదర్శి రవీంద్ర చారి, కోశాధికారి శేషి రెడ్డి, ఉపాధ్యక్షుడు మిడిదొడ్డి చంద్ర శేఖర్, పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు ప్రసన్నలక్ష్మి, కొట్ట అక్షయ్, కొట్ట నాయి, సౌమ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

17 ఏళ్లకే వైద్య విద్యలోకి అడుగు

● **తొలి ప్రయత్నం లోనే నిగరీస్ ఘన విజయం**
నారాయణపేట టౌన్ అక్టోబర్ 11 (పుదయం ప్రతినిధి)

చిన్న వయసులోనే వైద్య విద్యలో ప్రవేశం పొందుతూ తొలి ప్రయత్నంలోనే జాతీయ అర్హత ప్రవేశ పరీక్ష (సీట్)లో అర్హత సాధించి నారాయణపేట ప్రభుత్వ వైద్య కళాశాలలో ఎంట్రీఎస్ సీటు సంపాదించిన నిగరీష్ జిల్లా గ్రామీణ వైద్య సేవకుల సంఘం అధ్యక్షులలో ఘనంగా సన్మానించారు. హుస్సేన్ పాషా, నిజత్ హుస్సేన్ దంపతుల కుమారుడైన నిగరీష్ సాధించిన విజయంపై పలువురు హాస్టం వ్యక్తం చేస్తూ



అభినందనలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు నర్సింగ్ రావు మాట్లాడుతూ తొలి ప్రయత్నంలోనే సీట్ లో అర్హత సాధించి ప్రభుత్వ వైద్య కళాశాలలో ఎంట్రీఎస్ సీటు పొందడం ఎంతో సంతోషకరమని అన్నారు. చిన్న వయసులోనే వైద్య విద్యలో సాధించిన విజయంపై అభినందనలు మని పేర్కొన్నారు.

నిగరీష్ విజయం ఇతర విద్యార్థులకు స్ఫూర్తిదాయకమని తెలిపారు. ఎంట్రీ ఖాసీ మాట్లాడుతూ చిన్న వయసులోనే ఎంట్రీఎస్ సీటు సాధించడం నిగరీష్ కుటుంబానికి గర్వకారణమని అన్నారు. పట్టుదల, కృషితో లక్ష్యాన్ని చేరుకున్న నిగరీష్ భవిష్యత్తులో వైద్య రంగంలో ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు. ముఖ్యంగా పేద ప్రజలకు నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందిస్తూ సమాజానికి సేవ చేయాలని సూచించారు. అనంతరం నిగరీష్ ను సంఘ ప్రతినిధులు శాలువాతో సత్కరించి అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జమీర్ పాషా, చింతలయ్య, వెంకట రామలు, సతీష్, సుధాకర్ రెడ్డి, రఘు తదితరులు పాల్గొని నిగరీష్ కు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఆడపిల్లలపై వివక్షకు చరమగీతం పాడుదాం!

● **కలలకు రెక్కలు తొడుగుదాం.. సమానత్వపు బాటలు వేద్దాం!**
● **బాల్య వివాహాలను నిరోధిద్దాం.. ఇందువాసిలో నుసంగా అంతర్జాతీయ బాలికల దినోత్సవం**
గట్టు అక్టోబర్ 11 (పుదయం బ్యూరో)

ఆడపిల్లలపై సాగుతున్న సామాజిక వివక్షను తూపుచూపాలని, వారి భవిష్యత్తుకు శాపంగా మారిన బాల్య వివాహాలను కఠినంగా అడ్డుకోవాలని పలువురు పక్షులు పిలుపునిచ్చారు. విద్య, ఆరోగ్యం, రక్షణ, సమాన అవకాశాల కల్పించినప్పుడే ఏ సమాజమైనా ప్రగతి పుట్టించుకోవచ్చునని స్పష్టం చేశారు. గట్టు మండల పరిధిలోని ఇందువాసి గ్రామంలో 'అంతర్జాతీయ బాలికల దినోత్సవాన్ని' పురస్కరించుకుని ప్రత్యేక అవకాశాల కార్యక్రమాన్ని జిల్లా పౌర పరిషత్ వారి వారసత్వంలో నిర్వహించారు. బాలికల అభ్యున్నతి, సాధికారతకు కుటుంబ సభ్యులతో పాటు సమాజంలో ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా నిలవాలని ఈ

సందర్భంగా కోరారు. వివక్షకు స్పష్ట.. సమానత్వానికి శ్రీకారం! ఆడపిల్లల పట్ల చూపుతున్న పక్షపాత వైఖరిని వీడి, అన్ని రంగాల్లో వారికి ప్రోత్సాహం అందించాలని అవసరాన్ని వక్రలు నొక్కిచెప్పారు. నాణ్యమైన విద్య అయిదం: ఆడపిల్లలకు ఉన్నత విద్యను అందించడం ద్వారా వారిలోని ప్రతిభను వెలికితీసి, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందించాలి. లక్ష్యాల దిశగా అడుగులు: తమ హక్కులపై అవగాహన పెంచుకుంటూ, సమాజంలో ఎదురయ్యే సవాళ్లను ధైర్యంగా ఎదుర్కొని ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించాలని బాలికలకు సూచించారు. అవకాశాల నిరాకరణ - అభివృద్ధికి అడ్డంకి: మహిళా శక్తులకు అవకాశాలు నిరాకరించడం సమాజ పురోగతికే పెద్ద అడ్డంకిగా మారుతుందని పేర్కొన్నారు. బాల్య వివాహాలు: సామాజిక దుగ్గత.. అపరాధదమే శ్రేయస్కరం! బాలికల విద్య, ఆరోగ్యం, భవిష్యత్తును దెబ్బతీసే బాల్య వివాహాల ఆచారాన్ని పూర్తిగా నిర్మూలించాలని పిలుపునిచ్చారు. ఆచారాల పేరిట



చదువును అపార్థ: ఆడపిల్లలను చదువుకు దూరం చేసే మూఢనమ్మకాలు, వివక్షాపూరిత ధోరణులను పూర్తిగా విడనాడాలి. తల్లిదండ్రుల ప్రోత్సాహం: ప్రతిబాలిక తన కలలను సాకారం చేసుకునేలా కుటుంబ వాతావరణం, ప్రోత్సాహం లభించాలి. గ్రామస్థుల బాధ్యత: గ్రామాల్లో ఏకమైనా బాల్య వివాహాల ప్రయత్నాలు జరిగితే గ్రామస్థులు సామాజిక బాధ్యతగా స్పందించి అడ్డుకోవాలి. నిరంతర చైతన్యం: బాలికల వివాహాలపై పరిరక్షణ అనేది ఒక రోజు

వేడుకతో పరిమితం కాకుండా నిరంతర సామాజిక బాధ్యతగా కొనసాగాలి. ఆడపిల్ల ఎదిగితేనే.. సమాజానికి ప్రగతి! బాలికలకు గౌరవం, భద్రత, సమాన అవకాశాలు లభించినప్పుడే నిజమైన అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని ఉద్ఘాటించారు. ప్రతి కుటుంబం ఆడపిల్ల ఎదుగుదలకు అందగా నిలవాలని కోరారు. కార్యక్రమం ముగింపులో బాలికలకు తీపి పదార్థాల పంపిణీ చేసి, అంతర్జాతీయ బాలికల దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

విధి నిర్వహణలో నిజాయితీ చాటుకున్న ఎస్సీ వెంకటేశ్వర్లు, హెడ్ కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాసులు

నారాయణపేట అక్టోబర్ 11 (పుదయం ప్రతినిధి)

నారాయణపేట జిల్లా కేంద్రంలోని విద్యోగ నిర్వహణలో డి.కె.కళాశాలలో జిల్లా పోలీస్ శాఖ అధ్యక్షులలో నిర్వహించిన ఉచిత పోలీస్ కోచింగ్ ఎంట్రీఎస్ పరీక్షకు హాజరయ్యేందుకు వచ్చిన ఓ అభ్యర్థి నగదు రోడ్డుపై పడిపోగా, విదుల్ ఉన్న పోలీసు సిబ్బంది ఆ నగదును బాధ్యతాయుతంగా సంబంధిత అధికారికి తిరిగి అందించి నిజాయితీని చాటుకున్నారు.



ఉచిత పోలీస్ కోచింగ్ ఎంట్రీఎస్ పరీక్ష సందర్భంగా కళాశాల గేట్ వద్ద విదులు నిర్వహిస్తున్న డ్రాఫ్ట్ హెడ్ కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాసులకు రోడ్డుపై పడిపోయిన నగదు కనిపించింది. దీంతో ఆయన ఆ నగదును భద్ర

పరిచి, స్థానిక ఎస్సీ వెంకటేశ్వర్లుకు అప్పగించారు. అనంతరం ఎస్సీ వెంకటేశ్వర్లు పరీక్ష కేంద్రం నుంచి వచ్చిన అభ్యర్థులను విచారించి, కృష్ణ మండలం కున్న గ్రామానికి చెందిన మహేష్ అనే అభ్యర్థి పరీక్షకు హాజ

రయ్యే హాజరైతే తన నగదు రోడ్డుపై పడిపోయినట్లు గుర్తించారు. విచారణ అనంతరం ఆ నగదు 1450 రూపాయలు మహేష్ దేవస్ నిర్ధారించుకుని, అతనికి తిరిగి అందజేశారు. తన నగదును భద్రంగా తిరిగి అందించిన పోలీసులకి మహేష్ ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ప్రజల అభ్యుత్థాని, సామర్థ్య పట్ల బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరిస్తూ నిజాయితీని చాటుకున్న హెడ్ కానిస్టేబుల్ శ్రీనివాసులు, ఎస్సీ వెంకటేశ్వర్లును పలువురు అభి సందించారు. పోలీస్ శాఖలో విధి నిర్వహణతో పాటు ప్రజల పట్ల బాధ్యత, నిజాయితీ, మానవీయ విలువలకు ప్రాధాన్యత ఉంటుందని ఈ ఘటన మరోసారి చాటిచెప్పింది.

జర్నలిస్టుల సమస్యల కోసం ప్రెస్ క్లబ్ కార్యాచరణ ప్రణాళిక



హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 11:

జర్నలిస్టులకు మౌలిక వసతులు కల్పించడంతోపాటు, వారి సమస్యల పరిష్కారం కోసం కార్యాచరణ ప్రణాళిక రూపొందించాలని హైదరాబాద్ ప్రెస్ క్లబ్ సర్వసభ్య సమావేశం ఏకగ్రీవంగా తీర్మానించింది. సోమజిగ్గడ లో ఆదివారం నాడు హైదరాబాద్ ప్రెస్ క్లబ్ సర్వసభ్య సమావేశం అధ్యక్షుడు ఎన్. విజయకు

మార్ రెడ్డి అధ్యక్షతన జరిగింది. ప్రెస్ క్లబ్ సీనియర్ జర్నలిస్టులు, సభ్యులు హాజరయ్యారు. ఏడాదికాలంలో ముఠించిన ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులకు సర్వసభ్య సమావేశం లో శ్రద్ధాంజలి పులిచి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ప్రెస్ క్లబ్ స్థలం లీజు వెంటనే కేటాయించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని కోరుతూ ప్రెస్ క్లబ్ ఏజీఎం ఏకగ్రీవంగా తీర్మానించింది. అప్పటిను జర్నలిస్టులందరికీ ఇళ్ల స్థలాలు కేటాయించాలని దీనికోసం అన్ని జర్నలిస్టు సంఘాలను, యూనియన్లను కలుపుకొని కార్యాచరణ ప్రణాళిక అమలు చేసేందుకు కార్యవర్గం తీర్మానం ఆమోదించింది. అప్పటిను జర్నలిస్టులందరికీ పాల్గొనే కార్యక్రమాలను వెంటనే మంజూరు చేయాలని, పయోధిక పాత్రతీయులను పునఃసమీక్ష ఇవ్వాలని ఇంద్రకోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై యాక్షన్ ప్లాన్ రూపొందించాలని ప్రెస్ క్లబ్ ఏజీఎం తీర్మానించింది. ప్రెస్ క్లబ్ సర్వసభ్య సమావేశంలో

ప్రధాన కార్యదర్శి రమేష్ పరీకుష్టులు ఏ.రాజేష్, అరుణ అత్తలూరి, సంయుక్త కార్యదర్శి చిలుకూరి హరిప్రసాద్, వర్తిల్ల బాపూరావు, కోశాధికారి రమేష్ వైట్ల, ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ మెంబర్లు ముత్యాల సతీషాబు, ఎం. రమాదేవి, రచన ముదులై, వసం, నాగరాజు, ఎన్. శ్రీనివాస్ రెడ్డి, అమిత టిట్ట, అశోక్ దయాల్, రాజేశ్వరి కల్పాణం, శంకర్ శిగి సర్వసభ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. సీనియర్ జర్నలిస్టులు దేవులపల్లి అమర్, ఆర్. శైలేష్ రెడ్డి, దిలీప్ రెడ్డి, రమికాంత్ రెడ్డి సహా యూనుస్ బాబు తదితరులు హాజరయ్యారు. ముఠించిన ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యుడి కుటుంబానికి 50 వేల రూపాయల ఆర్థిక సహాయం తక్షణం అందజేయాలని ప్రెస్ క్లబ్ సర్వసభ్య సమావేశం ఏకగ్రీవంగా తీర్మానించింది. సీనియర్ పాత్రతీయులు, జర్నలిస్టు నాయకులు దేవులపల్లి అమర్ ను ఈ సందర్భంగా హైదరాబాద్ ప్రెస్ క్లబ్ పాలకమండలి శాలువాతో సత్కరించింది.

వైభవంగా వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు



● **బాలా త్రిపుర సుందరి దేవిగా భక్తులకు దర్శనం**
నాగర్ కర్నూల్, అక్టోబర్ 11 (పుదయం ప్రతినిధి):

జిల్లా కేంద్రంలో వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి అమ్మవారి దసరా శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు ఆదివారం వైభవంగా ప్రారంభమయ్యాయి. పట్టణ ఆర్థికవైత్య సంఘం, వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి దేవాలయ కమిటీ అధ్యక్షులతో ఉత్సవాలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఉత్సవాల తొలిరోజు అమ్మవారిని బాలా త్రిపుర సుందరి దేవిగా ప్రత్యేకంగా అలంకరించి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు, అర్చనలు, అభిషేకాలు నిర్వహించారు. వేద పండితుల మంత్రోచ్ఛారణల నడుమ భక్తిశ్రద్ధలతో

కలశ స్థాపన, గణపతి పూజ, పుణ్య హవనం చేపట్టారు. అంతకుముందు మార్కెట్ యాత్రలోని శివాలయం నుంచి అమ్మవారి కలశం, ఉత్సవ విగ్రహంతో పూజా బ్యాండ్ వాయిద్యాలు, కొలాటాలు, భజనల నడుమ శోభాయాత్ర ఘనంగా ప్రారంభమై ప్రధాన విధుల మీదుగా ఆలయానికి చేరుకుంది. శోభాయాత్రలో మహిళలు, యువతులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. ఆలయానికి చేరుకున్న అనంతరం అమ్మవారికి ప్రత్యేక అలంకరణ, మహా మంగళహారతి, తీర్థ ప్రసాదాల వితరణ, అన్నప్రసాద వితరణ కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. అమ్మవారి నామస్మరణతో ఆలయ పరిసరాల భక్తి పారవశ్యంతో మార్గంగా వారు, భక్తులు బారులు తీరి అమ్మవారిని



దర్శించుకున్నారు. సాయంత్రం లలిత సహస్ర నామ పారాయణము, కుంకుమార్చన, బిల్వార్చన హారతి పల్లకి సేవ దోలోత్సవం అనంతరం తీర్థప్రసాద వితరణ చేశారు. ఆలయ ప్రాంగణంలో వివిధ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలతో భాగంగా పోటీలు సత్కం నాయిల హారతి ఆర్ట్స్ అకాడమీ యాత్రలో మహిళలు, యువతులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. అనంతరం అల్పాహారం వితరణ చేశారు ఈ సందర్భంగా నిర్వాహకులు మాట్లాడుతూ శరన్నవరాత్రుల సందర్భంగా తొమ్మిది రోజుల పాటు అమ్మవారికి ప్రతిరోజూ వివిధ అవకాశాలతో అలంకరణలు, ప్రత్యేక పూజలు, లలితా సహస్రనామ పారాయణం, కుంకుమార్చనలు ని



ర్వహించనున్నామని, భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని అమ్మవారి కృపకు పాత్రులు కావాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో ఆర్థికవైత్య సంఘం నాయకులు, ఆలయ కమిటీ సభ్యులు, భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



గొర్లఖాన్ దొడ్డిలో ఆధ్యాత్మిక హోరు.. అమ్మవారికి నీరాజనం!

● **రెండోసారి దుర్గమ్మ ప్రతిష్ఠా మహోత్సవం.. ఐకమత్యంతో సరికొత్త చరిత్ర**
● **తొలిరోజు బాలా త్రిపుర సుందరిగా దివ్యదర్శనం.. మూర్తిగీన ఆధ్యాత్మిక రవాలు**
గట్టు, అక్టోబర్ 11 (పుదయం కరస్పాండింట్)

శరన్నవరాత్రుల వేళ గట్టు మండలం గొర్లఖాన్ దొడ్డి గ్రామం భక్తి పారవశ్యంలో మునిగితులుతోంది! ఊరంతా ఆధ్యాత్మిక హోరుతో మార్మోగుతుండగా.. దుర్గమ్మ తల్లి కొలుపుదీరిన వేళ భక్తిభావం అందరాన్ను దీనిది. గ్రామ శ్యామల, యువకుల సమష్టి కృషితో ప్రగాఢమైన భక్తిశ్రద్ధల నడుమ అమ్మవారి ప్రతిష్ఠా మహోత్సవాన్ని రెండోసారి అత్యంత ఘనంగా నిర్వహించి ఊరి ఐకమత్యాన్ని చాటిచెప్పారు. బాలా త్రిపుర సుందరిగా అభయప్రదానం..

ఉత్సవాల తొలిరోజైన ఆదివారం జగన్మాత బాలా త్రిపుర సుందరి దేవి అలంకారంలో భక్తులకు కన్నులపండువగా దివ్యదర్శన సమిపానం. వేదపండితుల మంత్రోచ్ఛారణల, మంగళవాద్యాల నడుమ అమ్మవారికి విశేష పూజలు, దివ్యాభిషేకాలు గావించారు. మాతృమూర్తికి కదంబం, రవ్వ కేసరిని ప్రసాదించి నివేదించి, కృపాకటాక్షాల కోసం భక్తులు ప్రార్థించారు. ఐకమత్యానికి సజీవ సాక్ష్యంగా వేడుకలు.. కులమతాలకు అతీతంగా ఊరంతా ఒక్కటై, మహిళాయువత పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని ఈ మహోత్సవాన్ని విజయవంతం చేస్తున్నారు. రెండోసారి అమ్మవారి ప్రతిష్ఠన ఇంత అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించడం ప్రాంతంలో చర్చనీయాంశంగా మారింది. గ్రామ సుభిక్షం, ప్రగతిని కాంక్షిస్తూ సాగుతున్న ఈ నవరాత్రి ఉత్సవాలు గొర్లఖాన్ దొడ్డి ఐకమత్యానికి ప్రత్యక్ష నిదర్శనంగా నిలుస్తున్నాయి.

శ్రీ బాల త్రిపుర సుందరి దేవిగా అమ్మవారి దర్శనం



సదాశివపేట అక్టోబర్ 11 (పు దయం):

సదాశివపేట వాసవి ఆలయంలో వైభవంగా శరన్నవరాత్రులు సదాశివపేట: స్థానిక శ్రీ వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి దేవాలయంలో శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాలు అత్యంత వైభవంగా కొనసాగుతున్నాయి. ఉత్సవాల్లో భాగంగా ఆదివారం నాడు అమ్మవారు శ్రీ బాల త్రిపుర సుందరి దేవి దివ్య అలంకారంలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు.

ఈ సందర్భంగా ఆలయంలో వేద పండితుల మంత్రోచ్ఛారణల నడుమ విశేష కుంకుమార్చనలు, లలితా సహస్రనామ పారాయణం భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. మధ్యాహ్నం అమ్మవారికి శాస్త్రోక్తంగా మహా హారతి సమర్పించి, అనంతరం విచ్చేసిన భక్తులందరికీ ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షులతో మహా ప్రసాద వితరణ (అన్నదానం) చేపట్టారు. పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చిన భక్తులతో ఆలయ ప్రాంగణం ఆధ్యాత్మిక శోభతో విలసిల్లింది.

చంద్రపూరి కాలనీ వాసులంతా సుఖశాంతులతో మెలగాలి



. చంద్రపూరి కమిటీ హోల్ వద్ద బతుకమ్మ ఆటలాడుతున్న దృశ్యం

● **చంద్రపూరి మహిళా కమిటీ సభ్యులు హనుమంతులు నవరత్న ఇబ్రహీంపట్నం, అక్టోబర్ 11 (పుదయం) :**

చంద్రపూరి కాలనీ వాసులంతా సుఖశాంతు లతో మెలగాలని చంద్రపూరి కాలనీ కమిటీ అధ్యక్షులు హనుమంతుల నవరత్న ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని

చంద్రపూరి కాలనీ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులలో ఏర్పాటు చేసిన ఎంగిలి పుష్ప బతుకమ్మ సందర్భంగా కాలనీ వాసులంతా బతుకమ్మ పండుగను కాలనీ కమిటీ హోల్ వద్ద ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మహిళలంతా బతుకమ్మను పెట్టి ఆటలాడుతూ ఆలంబించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పద్మవిజయ, శ్రీలత, సునితారెడ్డి, తపన, మంగమ్మ, రమాదేవి, పద్మ, సుమిత్ర అన్నారు. ఎంగిలి పుష్ప బతుకమ్మ సందర్భంగా ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని

నేడు చందీ సబ్ స్టేషన్ వద్ద ధర్మా....

● **భారీగా తరలిరండి రైతులారా....**
● **బి ఆర్ ఎస్ మండల పార్టీ అధ్యక్షులు రాజా రమణ గౌడ్...**
పుదయం న్యూస్ శివంపేట అక్టోబర్ 11...

వెదకే జిల్లా శివంపేట మండల పరిధిలోని చెంది సబ్ స్టేషన్ వద్ద సర్పాఠా శాసనసభ్యులు సునీత రెడ్డి లక్ష్మి పిలుపుమేరకు వివిధ గ్రామాల నుండి రైతులు భారీగా తరలి రావలసిందిగా మండల పార్టీ అధ్యక్షులు రమణ గౌడ్ పిలుపునిచ్చారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వం కేసీఆర్ ఉన్నప్పుడు 24 గంటల కరెంటు ఉండేది. కానీ నేడు కరెంటు ఉంటే ఓట్లు పంపటాని ఎండిపోతూ రైతులు లబ్ధిపోతున్నారని ప్రభుత్వానికి మాత్రం ఏమవుతోందో కూడా లేదు. నాడు కరెంటు పోతే ఓట్లు నేడు కరెంటు ఉంటే ఓట్లు



ఇలా ఉంది పరిస్థితి ఇది ఇలాగే ఉంటే రైతుకు కష్టాలు తప్ప లాభాలు ఉండవని ఇకనైనా మేలుకొని ప్రభుత్వం వారు రైతులకు నాణ్యమైన కరెంటు 12 గంటలైనా ఇవ్వాలని నేడు 11 గంటలకు చందీ సబ్

30 ఏళ్లు దాటిన తరువాత

కండరాల నిర్మాణం సాధ్యం కాదా..

ఇదన్న విశ్లేషణ వయసులో కండరాలను పెంచుకోవడం సులభమా? ముప్పై ఏళ్ల వయసులోనూ అదే స్థాయిలో కండరాలను అభివృద్ధి చేసుకోవచ్చా? బరువులతో వ్యాయామం ప్రారంభించే చాలామందికి ఈ సందేహాలు ఎదురవుతుంటాయి. వయసు పెరిగే కొద్దీ శరీరం కోలుకునే వేగం, కొన్ని శారీరక ప్రక్రియల్లో మార్పులు వస్తాయి. అయితే, ముప్పై ఏళ్లు దాటగానే కండరాలను పెంచుకోవడం కష్టమైపోతుందని భావించాలి, అవసరం లేదు. సరైన వ్యాయామం, తగినంత ప్రోటీన్ తీసుకోవడం, నాణ్యమైన నిద్ర, శరీరానికి తగిన విశ్రాంతి ఇవ్వడం వంటి అలవాట్లతో ముప్పై ఏళ్ల వయసులోనూ కండరాలను బలంగా, దృఢంగా తీర్చిదిద్దుకోవచ్చు. ఇదన్న విశ్లేషణ వయసులో హార్మోన్ల స్థాయిలు, శరీరం వ్యాయామానికి అలవాటు పడే సామర్థ్యం, కోలుకునే వేగం అనుకూలంగా ఉంటాయి. దీంతో కొందరు కఠినమైన వ్యాయామాలను సులభంగా తట్టుకుని తగ్గరా కోలుకుంటారు. అయితే, ఇదన్న విశ్లేషణ వయసులో ఉన్న ప్రతి ఒక్కరికీ కండరాల కండరాల పెరుగుదల ప్రభావం చూపుతాయి. ఇదన్న విశ్లేషణ వయసులో సరిగ్గా వ్యాయామం చేయని వారికంటే, ముప్పై ఏళ్ల వయసులో క్రమబద్ధమైన వ్యాయామం ప్రారంభించిన వారు పెరుగుతూ ఉంటారు. సాధించే అవకాశం ఉంది. ముప్పై ఏళ్లు దాటినంత మాత్రాన కండరాలను పెంచుకునే సామర్థ్యం తగ్గిపోదని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ వయసులో కొందరికి వ్యాయామం తక్కువ శరీరం కోలుకో

వైరస్‌లన్నీ, ఆహారంలోని పోషకాలు వాటి మరమ్మత్తు, పెరుగుదలకు అవసరమైన పదార్థాలను అందిస్తాయి. అందువల్ల రోజువారీ ఆహారంలో తగినంత ప్రోటీన్ ఉండాలి చూసుకోవాలి. గుడ్లు, పాలు, పాల ఉత్పత్తులు, చేపలు, చికెన్, తక్కువ కొవ్వు కలిగిన మాంసం, సోయా, బీన్స్, పప్పుదాణాలు వంటి వాటి ద్వారా ప్రోటీన్ పొందవచ్చు. ప్రోటీన్‌తోపాటు రోజంతా తీసుకునే మొత్తం కేలరీలు, ఆహార నాణ్యత కూడా ముఖ్యమే. కండరాలను పెంచుకోవాలనే లక్ష్యానికి అనుగుణంగా సమతుల్యమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. అలాగే, నిద్రకు తగిన ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. నిరంతరం సరిపడా నిద్ర లేకపోతే శరీరం కోలుకునే ప్రక్రియ, శక్తి స్థాయిలు, వ్యాయామ సామర్థ్యం దెబ్బతింటాయి. వారంలో ఆరు రోజులు వ్యాయామం చేసినా, సరిగ్గా నిద్రపోని వ్యక్తికి ఆశించిన ఫలితాలు రావు. తగినంత విశ్రాంతితో కూడిన వ్యాయామ ప్రణాళికను పాటించే వ్యక్తి మెరుగైన ఫులోగతి సాధిస్తారు. ముఖ్యంగా ముప్పై ఏళ్ల వయసులో ఉద్దీగం, కుటుంబ బాధ్యతల మధ్య నిద్రకు, విశ్రాంతికి సమయం కేటాయించడం అవసరం. కండరాల పెరుగుదల అనేది కేవలం వ్యాయామశాలకు వెళ్లడంపైనే ఆధారపడదు. అధిక ఒత్తిడి, సరైన నిద్ర లేకపోవడం, క్రమం తప్పిన భోజనం, వ్యాయామంలో స్థిరత్వం లేకపోవడం వంటివి కూడా ఫలితాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. అందుకే ఒకే వయసులో ఉన్న ఇద్దరు వ్యక్తులకు వేర్వేరు ఫలితాలు వస్తాయి. వ్యాయామం, ఆహారం, నిద్ర, ఒత్తిడి నియంత్రణపై శ్రద్ధ పెట్టే వ్యక్తి ముప్పై ఏళ్ల వయసులో వ్యాయామం ప్రారంభించినప్పటికీ మంచి



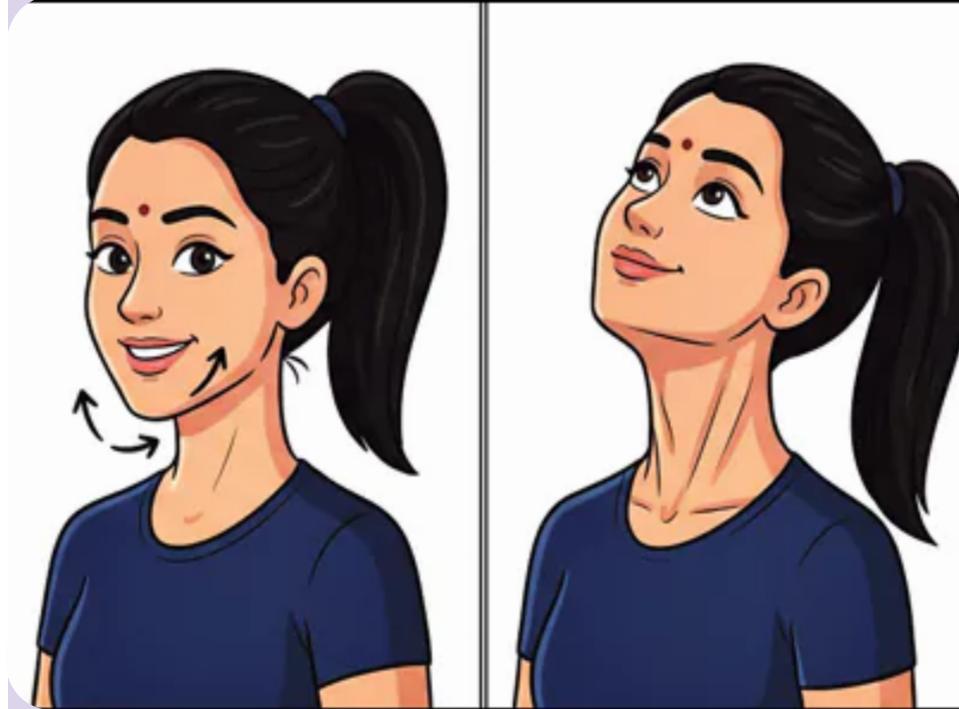
వడానికి కొంత ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. ముఖ్యంగా అధిక తీవ్రతతో వ్యాయామం చేయడం, తగినంత నిద్ర లేకపోవడం, సరైన ఆహారం తీసుకోకపోవడం వంటి పరిస్థితుల్లో ఈ మార్పు ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ఉద్యోగ బాధ్యతలు, కుటుంబ బాధ్యతలు, ఒత్తిడి కారణంగా విశ్రాంతికి సమయం తగ్గదని కూడా దీనికి కారణం అవుతాయి. ఇదన్న విశ్లేషణ వయసులో ఉన్న వారైనా, ముప్పై ఏళ్ల వారైనా కండరాల అభివృద్ధి చెందాలంటే వాటికి తగిన వ్యాయామ ప్రణాళిక అవసరం. ఇందుకోసం క్రమంగా దురువులు పెంచడం, పునరావృతాల సంఖ్యను పెంచడం, వ్యాయామం నెట్టు లేదా మొత్తం వ్యాయామ పరిమాణాన్ని అవసరానికి అనుగుణంగా పెంచడం వంటి పద్ధతులను అనుసరించాలి. అయితే, బరువులు పెంచే సమయంలో సరైన పద్ధతిలో వ్యాయామం చేయడం ముఖ్యం. వ్యాయామశాలలో ఎక్కువ సమయం గడిపినంత మాత్రాన కండరాలు ఎక్కువగా పెరుగుతాయని భావించకూడదు. కండరాలకు తగిన శ్రమ కల్పించడంతోపాటు, అవి కోలుకునేందుకు అవసరమైన సమయాన్ని కూడా ఇవ్వాలి. కండరాల పెరుగుదలకు వ్యాయామంతోపాటు ఆహారం కూడా కీలకం. వ్యాయామం కండరాల అభివృద్ధికి

ఫలితాలు సాధించవచ్చు. గతంలో తీవ్రమైన వ్యాయామం చేయని వారు కూడా ముప్పై లేదా ముప్పై రెండేళ్ల వయసులో సరైన ప్రణాళికతో బరువులతో వ్యాయామం ప్రారంభిస్తే కండరాల బలం, పరిమాణంలో గణనీయమైన మార్పులను సాధించవచ్చు. దీనికి వయసు కంటే క్రమబద్ధత ఎంతో ముఖ్యం. సరైన వ్యాయామ ప్రణాళికను అనుసరించడం, క్రమంగా వ్యాయామ తీవ్రతను పెంచడం, తగినంత ప్రోటీన్ తీసుకోవడం, నాణ్యమైన నిద్ర పొందడం, కండరాలకు విశ్రాంతి ఇవ్వడం, ఒత్తిడిని నియంత్రించడం, దీర్ఘకాలం పాటు వ్యాయామాన్ని కొనసాగించడం ముఖ్యమైన అంశాలు. ముప్పై ఏళ్ల వయసులో వ్యాయామం చేసే వారు తమ శరీరం స్వచ్ఛందంగా తీరుతున్నట్లు వ్యాయామ పరిమాణాన్ని, విశ్రాంతి సమయాన్ని నిర్ణయించుకోవాలి. అధిక పరిమాణంలో వ్యాయామం చేయడం కంటే అవసరానికి తగిన శిక్షణను ఎంచుకోవడం మంచిది. కఠినమైన వ్యాయామాల మధ్య తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. కండరాల నొప్పి ఎక్కువకాలం కొనసాగడం లేదా వ్యాయామ సామర్థ్యం తగ్గిపోవడం వంటి లక్షణాలను గమనించాలి. అయితే, ముప్పై ఏళ్లు వయసులో బరువులు ఎత్తడం మానేయాల్సి అవసరం లేదు.

మెడ సాగిందా?

అమ్మాయిలు అందంగా కనిపించాలని రకరకాల క్రిమీలు వాడతారు. అయితే, కొన్ని క్రిమీల వల్ల మెడ సాగిపోతుంది. మెడ సాగిపోతే మెడ కింద చర్మం సాగడం ఒకటి. వయసు పెరుగుతోందనడానికి చిహ్నంగా భావించే దీన్ని ఎలా తగ్గించుకోవాలంటే... మెడ కింద చర్మం

జన్మపరంగా అంటే... కుటుంబంలో ఎవరికైనా ఈ సమస్య ఉంటే, తర్వాత తరాల వారీకీ కూడా వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఎండలో ఎక్కువసేపు ఉండటం వల్ల అల్ట్రా వయోలెట్ కిరణాలు చర్మంలోని కొలాజన్ ఉత్పత్తిని దెబ్బతీస్తాయి. అలానే, శరీరంలో తేమ తగ్గడం వల్ల చర్మం నిగిరింపు కోల్పోయి వయసు మారుతుంది. ముఖం-మెడ వ్యాయామాలు: సీలింగ్ వైపు చూస్తూ ముద్దు పెడుతున్నట్లుగా పెదవులను ముందుకు సాగేదీయండి. ఇది మెడ కండరాలను బిగువుగా చేయడానికి సహాయపడుతుంది. తలను నెమ్మదిగా కుడి, ఎడమ వైపులకు తిప్పడం, వృత్తాకారంలో తిప్పడం వల్ల కండరాలు దృఢంగా



సాగడాన్ని ఉద్దీర్చే అనేక పనులు ఉన్నాయి. ఈ సమస్య చాలామందిలో సాధారణంగా కనిపిస్తుంది. ఇది వయసుతోనే కాదు... ఇతర జీవనశైలి కారణాల వల్లా రావచ్చు. వయసు పెరిగే కొద్దీ చర్మానికి సాగే గుణాన్ని ఇచ్చే కొలాజన్, ఎలాస్టిన్ ఉత్పత్తి తగ్గడంతో చర్మం పట్టుకోలేకపోయి కిందికి సాగుతుంది. అంతేకాదు, ఎప్పుడూ తల వంచుకుని పోస్తూ, స్క్రీన్లను చూడటం వల్ల మెడ కండరాలపై ఒత్తిడి ఏర్పడి, చర్మం తగ్గరా ముడతలు ఏర్పడతాయి.

మారతాయి. ముఖానికి రాసే మామిడి శుగ్రుణ్ణి లేదా రెబివాల్ ఆదర్శక రూపంలో- విజింగ్ గుణాలు ఉన్నవి మెడ కింది భాగానికి కూడా రాసి పైకి మసాజ్ చేయాలి. ఎండలోకి వెళ్లినప్పుడు తప్పకుండా సన్‌స్క్రీన్ ఉపయోగించండి. విటమిన్ సి, ఈ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే పండ్లు, కూరగాయలు, ఆకుకూరలు తరచూ తీసుకోవాలి. ఇవి కొలాజన్ ఉత్పత్తిని పెంచుతాయి. అలానే, రోజుకు కనీసం 8-10 గ్లాసుల నీరు తాగండి. ఇది చర్మానికి తగిన తేమను అందించి సాగే గుణం పెరుగుస్తుంది. భంగిమను మార్చుకోవడం: పోస్ చూసేటప్పుడు స్క్రీన్లను కంటికి ఎదురుగా ఉంచండి. తల వంచి చూడటాన్ని తగ్గించండి.



మానసిక ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేసే 5 పోషక లోపాలు..

మానసిక ఆరోగ్యంపై ఒత్తిడి, నిద్ర, హార్మోన్లు, పోషకాహారం వంటి అనేక అంశాలు ప్రభావం చూపుతాయి. తరచూ మూడ్ లో మార్పులు, ఏకాగ్రత లోపించడం లేదా నిద్రకు సంబంధించిన సమస్యలు కనిపిస్తే, వాటి వెనుక ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్య ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల ఎక్కువ కాలం కొనసాగే లక్షణాలను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా అవసరమైనప్పుడు వైద్య సలహా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.



పోషకాహార నిపుణులైన డిప్లొమా జైన్ పోషకాల లోపాలు, మానసిక ఆరోగ్యం మధ్య ఉండే సంబంధాన్ని వివరించారు. కొన్ని విటమిన్లు, ఖనిజాల స్థాయిలు తక్కువగా ఉండడం వల్ల ఆందోళన, తక్కువ మూడ్, బ్రెయిన్ ఫాగ్, నిద్రలేమి, చిరాకు వంటి లక్షణాలతో సంబంధం ఉంటుందని ఆమె పేర్కొన్నారు. తరచూ ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వాటిని నిర్లక్ష్యం చేయవద్దని డిప్లొమా జైన్ సూచించారు. అవసరమైన పోషకాల స్థాయిలను పరీక్షించుకుని, లోపాలు ఉన్నట్లు గుర్తించి వాటిని సరిదిద్దే చిగా చర్మలు తీసుకోవాలని ఆమె సూచించారు. ఆమె వివరించిన లక్షణాల్లో మొదటిది ఆందోళన. మెగ్నీషియం, విటమిన్ బి6 స్థాయిలు తక్కువగా ఉండడం ఆందోళన భావనలతో సంబంధం కలిగి ఉంటుందని డిప్లొమా జైన్ చెప్పారు.

అందోళన అనేక కారణాలు ఉంటాయి. పోషకాల లోపం వాటిలో ఒక కారణం మాత్రమే అవుతుందని గుర్తుంచుకోవాలి. రెండోది డిప్రెషన్. డిప్రెషన్ గురించి

నోటి ఆరోగ్యం సరిగ్గా లేకపోతే నోటి క్యాన్సర్ వస్తుందా..

నోటి ఆరోగ్యం అంటే కేవలం దంతాలు శుభ్రంగా ఉండడం, నోటి దుర్వాసన రాకుండా చూసుకోవడం మాత్రమే కాదు. ఇది శరీర మొత్తం ఆరోగ్యంతోనూ సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. చిగుళ్ల వ్యాధులు, దీర్ఘకాలిక వాపు, నోటిలో ఉండే సూక్ష్మజీవుల్లో మార్పులు క్యాన్సర్‌తో సహా పలు వ్యాధులతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. అయితే నోటి పరిశుభ్రత సరిగ్గా లేనంత మాత్రాన క్యాన్సర్ వస్తుందని భావించకూడదు. నోటి ఆరోగ్య సమస్యలకు, నోటి క్యాన్సర్‌కు మధ్య సంబంధం ఉన్నట్లు కొన్ని అధ్యయనాలు సూచించినప్పటికీ, ఈ రెండింటి మధ్య ప్రత్యక్ష కారణ సంబంధాన్ని నిర్ధారించడానికి మరింత పరిశోధన అవసరం. దేశంలో పొగాకు వినియోగం, మద్యం సేవించడం, వక్ర లేదా సుపారి



నమలడం వంటి అలవాట్లు నోటి క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచే ముఖ్యమైన కారణాలుగా ఉన్నాయి. ఫలితం 187 మంది నోటి క్యాన్సర్ బాధితులు. 240 మంది ఇతర వ్యక్తులతో నిర్వహించిన అధ్యయనంలో నోటి పరిశుభ్రత సరిగ్గా లేని వారిలో క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ముఖ్యంగా పొగాకు నమలే అలవాటు ఉన్నవారిలో ఈ సంబంధం మరింత స్పష్టంగా కనిపించింది. 2026లో ప్రచురితమైన 15 అధ్యయనాల సమీక్షలోనూ దంతాలు సరిగ్గా తోముకోకపోవడం, దంత వైద్యులను తక్కువగా సంప్రదించడం నోటి క్యాన్సర్ ప్రమాదంతో సంబంధం కలిగి ఉన్నట్లు వెల్లడైంది. అయితే పొగాకు, మద్యం, ఆహారపు అలవాట్లు, ఆర్థిక పరిస్థితులు వంటి ఇతర అంశాలు కూడా ఈ ఫలితాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. అందువల్ల నోటి పరిశుభ్రత

లోపమే క్యాన్సర్‌కు ప్రత్యక్ష కారణమని నిర్ధారించలేదు. మరోవైపు, దంతాలపై పేరుకునే మలినాల్లోని బ్యాక్టీరియా వల్ల చిగుళ్ల వాపు ఏర్పడుతుంది. ఈ సమస్య తీవ్రమైతే దంతాలకు ఆధారంగా ఉండే కణజాలం దెబ్బతినే పరియధి అంటుంటే అనే వ్యాధి వారిన పడే అవకాశం ఉంది. దీర్ఘకాలిక వాపు, రోగనిరోధక వ్యవస్థలో మార్పులు, నోటిలోని సూక్ష్మజీవుల సమతుల్యత దెబ్బతినడం వంటి అంశాలు క్యాన్సర్ సంబంధిత ప్రక్రియలలో ముడిపడి ఉన్నాయి అనే విషయంపై పరిశోధనలు కొనసాగుతున్నాయి. చిగుళ్ల వ్యాధులకు శరీరంలోని ఇతర భాగాల్లో వచ్చే క్యాన్సర్‌కు మధ్య సంబంధం ఉందా అనే అంశంపైనా శాస్త్రవేత్తలు అధ్యయనం చేస్తున్నారు. కొన్ని పరిశీలనాత్మక అధ్యయనాల్లో చిగుళ్ల వ్యాధులు ఉన్నవారిలో పెద్దపేగు, క్రోమో, ఊపిరితిత్తులు, జీర్ణవ్యవస్థ పైభాగానికి సంబంధించిన క్యాన్సర్‌తో సంబంధం ఉన్నట్లు వెల్లడైంది.

ప్రతి ఒక్కరు తరచూ చేయించుకోవాల్సిన ముఖ్యమైన వైద్య పరీక్షలు ఇవే..

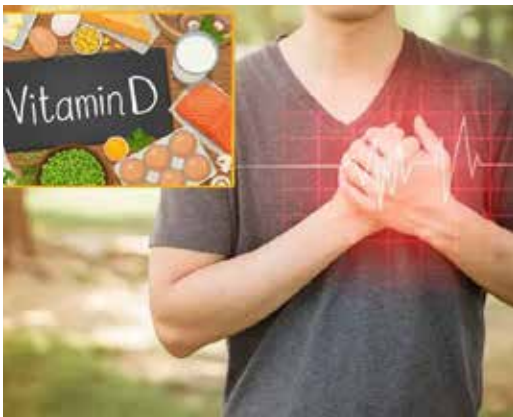


రక్త పరీక్షల ద్వారా మన శరీరంలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఎలా ఉన్నాయి, ఐరన్ నిల్వలు సరిపోతున్నాయో, శరీరంలో వాపు సూచనలు ఉన్నాయో వంటి అనేక విషయాలను తెలుసుకోవచ్చు. అయితే, వైద్య పరీక్షల నివేదికల్లో ఉండే సంఖ్యలు, వైద్య పదాల అర్థాలు చాలామందికి సులభంగా అర్థం కావు. అందువల్ల నివేదికలోని ఏ అంశాలపై ప్రత్యేకంగా దృష్టి పెట్టాలో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. పోషకాహార నిపుణులైన నమామి ఆగర్వాల్ తన సూచనల్లో భాగంగా ఐదు ముఖ్యమైన ఆరోగ్య సూచికలను వివరించారు. అవి హెచ్బీఏ1సీ, ఎల్డీఎల్ కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిజరైడ్లు, ఫెరిటిన్, ఫాస్ఫేట్ ఇన్సులిన్, హోమా-ఇఆర్, హెచ్ఎస్-సీఆర్పీ. హెచ్బీఏ1సీ పరీక్ష గత మూడు నెలలుగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు సగటున ఎలా ఉన్నాయో తెలియజేస్తుంది. ఒకరోజు చేసిన పరీక్షల్లో వచ్చిన ఫలితాన్ని మాత్రమే కాకుండా, గత కొంతకాలంగా చక్కెర నియంత్రణ ఎలా ఉందో అంచనా వేయడానికి ఇది ఉపయోగపడుతుంది. ఎల్డీఎల్ కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిజరైడ్లు సాధారణంగా కొలెస్ట్రాల్ పరీక్షలో భాగంగా ఉంటాయి. ఎల్డీఎల్ ఒక రక్తమైన కొలెస్ట్రాల్ కాగా, ట్రైగ్లిజరైడ్లు రక్తంలో ఉండే కొవ్వు పదార్థాలు. వీటి స్థాయిలు ద్వారా శరీరం కొవ్వులను, అధనపు కేలలను ఎలా వినియోగిస్తుంటుందో అర్థం చేసుకోవడానికి వీలవుతుంది. ఫెరిటిన్ పరీక్ష శరీరంలో నిల్వ ఉన్న ఐరన్ పరిమాణం గురించి తెలియజేస్తుంది. హెమోగ్లోబిన్ స్థాయిలు సాధారణంగా ఉన్నప్పటికీ, ఫెరిటిన్ తక్కువగా ఉంటే శరీరంలో ఐరన్ నిల్వలు తగ్గినట్లు అర్థం అని భావించాలి. ఫాస్ఫేట్ ఇన్సులిన్, హోమా-ఇఆర్ పరీక్షలు శరీరం ఇన్సులిన్‌ను ఎలా వినియోగించుకుంటుందో తెలుసుకోవడానికి ఉపయోగపడతాయి. వీటి ద్వారా ఇన్సులిన్ నిరోధకతను ప్రారంభ దశలో గుర్తించేందుకు వైద్యులకు సహాయపడతాయి. ఇక హెచ్ఎస్-సీఆర్పీ అనేది శరీరంలో వాపు లేదా ఇన్ఫ్లేమేషన్ సంబంధించిన సూచిక. గుండె జబ్బులు, పక్షవాతం వచ్చే ప్రమాదాన్ని అంచనా వేయడానికి వైద్యులు ఇతర ఆరోగ్య వివరాలతోపాటు ఈ ఫలితాన్ని కూడా పరిశీలిస్తారు. అయితే, రక్త పరీక్షల ఫలితాలను అర్థం చేసుకునేటప్పుడు కొన్ని విషయాలను గుర్తుంచుకోవాలి. పరీక్షకు ముందు తీసుకున్న ఆహారం, పానీయాలు, వారుతున్న మందులు లేదా పోషకాహార సప్లిమెంట్లు, అధిక శారీరక వ్యాయామం వంటి అంశాలు



కొన్ని పరీక్షల ఫలితాలపై ప్రభావం చూపిస్తాయి. నెలల సమయంలో కూడా కొన్ని పరీక్షల ఫలితాల్లో మార్పులు కనిపించే అవకాశం ఉంది. అందుకే పరీక్షకు ముందు ఉపవాసం ఉండడం లేదా కొన్ని ఆహారాలను తీసుకోకుండా ఉండడం వంటి సూచనలు ఇచ్చే వాటిని తప్పనిసరిగా పాటించాలి. పరీక్షకు ఎలా సిద్ధం కావాలో వైద్యులు లేదా ఆరోగ్య నిపుణులు తెలియజేస్తారు. ఫలితాలు సాధ్యమైనంత కచ్చితంగా రావాలంటే వారి సూచనలను జాగ్రత్తగా అనుసరించాలి. వైద్య పరీక్షల నివేదికలను సరిగ్గా అర్థం చేసుకోవడం ద్వారా మన ఆరోగ్య పరిస్థితిని మరింత మెరుగ్గా తెలుసుకునే వీలు ఉంటుంది.

విటమిన్ డీ శరీరంలో ఎప్పుడూ ఉండే అవకాశం ఉంది. అందుకే ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన కొన్ని కణ ప్రక్రియల్లోనూ కీలక పాత్ర పోషించే అవకాశం ఉందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. శరీరంలో ఈ విటమిన్ లోపాన్ని గుండె కణాల్లో ఒత్తిడి పెరిగి, సహజంగా కణాలను రక్షించే యాంటీఆక్సిడెంట్ వ్యవస్థ బలహీనపడుతుందని హైదరాబాద్‌లోని ఐసీఎంఆర్-నేషనల్



ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ స్కూటిస్మన్ శాస్త్రవేత్తలు నిర్వహించిన అధ్యయనంలో వెల్లడైంది. ఈ పరిశోధన లతల రాజ్‌య జర్నల్ స్పెషియల్స్‌లో ప్రచురితమైంది. అయితే ఈ ఫలితాలు ప్రస్తుతం జంతువులు, కణాలపై నిర్వహించిన ప్రయోగాల ఆధారంగా వచ్చిన సమాచారంతో, మనుషుల్లోనూ ఇదే ప్రణాళిక ఉంటుందో లేదో నిర్ధారించేందుకు మరింత అధ్యయనాలు అవసరమని పరిశోధకులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఈ అధ్యయనంలో భాగంగా ఎలుకలకు వివిధ స్థాయిల్లో విటమిన్ డీ అందించి, వాటి

సంతోకాలు పెరిగినట్లు అధ్యయనం వెల్లడించింది. ముఖ్యంగా ఎండోప్లాస్మిక్ రెటిక్యుల్మ్ ఒత్తిడి, ఆరోగ్యం, అపోప్టోసిస్ వంటి ప్రక్రియలకు సంబంధించిన సూచికల్లో మార్పులు కనిపించాయి. ఆరోప్టోసిస్ అంటే కణాలు ప్రణాళికాబద్ధంగా మరణించే ప్రక్రియ. దీర్ఘకాలం పాటు విటమిన్ డీ తగినంతగా అందకపోవడం వల్ల ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి పెరిగి, క్రమంగా గుండె కణాలకు స్వల్ప కలిగించే అవకాశం ఉందని పరిశోధకులు అభిప్రాయపడ్డారు.

కేశ సంరక్షణ కోసం..!

వేప వల్ల మన చర్మానికి, జుట్టుకు ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయన్న విషయం దీంతో పాటు జుట్టు బిడ్డిపోవడం కూడా తగ్గుతుందంటున్నారు నిపుణులు. కొన్ని వేపాకులను తగినన్ని నీళ్లలో వేసి మరిగించి, దీన్నే తేనెను కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టుకు పట్టించి అరగంబు ఉంచి తర్వాత కడిగేయాలి. ఇది జుట్టుకు కండపేరగా పనిచేస్తుంది. బిరుసుగా ఉన్న జుట్టును మెత్తగా మార్చడమే కాకుండా చుండ్రును కూడా తొలగించడమిస్తున్న నిపుణులు. కొన్ని రకాల నబ్బులు, పొండ్లులు, లోషన్స్, క్రిమ్స్ వంటి వాటిలో వేప సూసే ఉపయోగిస్తారు. దీనికి చర్మాన్ని లోపలి నుంచి శుభ్రం చేసే గుణం ఉంటుంది. దీని వల్ల చర్మం కాంతిమంతంగా మారుతుంది అంటున్నారు నిపుణులు.



అయితే ఈ చిట్కాలు సహజనిర్మితమే అయినప్పటికీ.. వ్యక్తిగతంగా ఎవరికీ వారు తమ జుట్టు తక్కువగా పనిచేయడం లేదో పరిశీలించుకోవాలి. అవసరమైతే ఆయా పదార్థాలను వాడే ముందు సంబంధిత నిపుణులను సంప్రదించి, సందేహాలను నివృత్తి చేసుకోవడం మంచిది.

గ్రేట్ ఇండియన్ ఫెస్టివల్‌కు అదిరే ఆరంభం: అమెజాన్

తమ గ్రేట్ ఇండియన్ ఫెస్టివల్ – 2026 అత్యంత బలమైన ప్రారంభాన్ని సమోదాచేసింది అమెజాన్ ఇండియా తెలిపింది. గతేడాదితో పోలిస్తే ఆర్డరు చేసిన ఉత్పత్తుల సంఖ్య రెట్టింపు కంటే ఎక్కువగా పెరగగా, అమృతాల ప్రారంభ దశలో వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించిన వారి సంఖ్య 44 కోట్లను అధిగమించింది. ప్రధాన నగరాల ఆవలకూ ఇ-కామర్స్ గిరాకీ విస్తరించడం, కొనుగోలుదార్లు విలాసవంత ఉత్పత్తుల వైపు మొగ్గుచూపడం దీనికి కారణం. భారత్‌లోని తొమ్మిది ప్రధాన మెట్రోపాలిటన్ ప్రాంతాల వెలుపల నుంచే 72 శాతానికి పైగా పీక్షణలు ఉన్నాయని, మొదటిసారి కొనుగోలు చేసే వారి సంఖ్య దాదాపు 100% పెరిగిందని అమెజాన్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపింది.

హైదరాబాద్‌లో ఆఫీస్ సలాలకు పెరిగిన గిరాకీ



దేశ వ్యాప్తంగా కార్యాలయాల స్థలాల నికర ఆద్రై లావాదేవీలు తగ్గిన పుటికీ, హైదరాబాద్‌లో మంచి వృద్ధి నమోదైంది. 2026 జనవరి-సెప్టెంబరు వరకూ నగరంలో ఆఫీస్ స్థలాల నికర లీజింగ్ 41% పెరిగి 73 లక్షల చదరపు అడుగులకు చేరింది. గతేడాది ఇదే కాలంలో ఇది 52 లక్షల చదరపు అడుగులుగా ఉంది. మరోవైపు దేశంలోని వినిమిది ప్రధాన నగరాల్లో కలిపి నికర లీజింగ్ 20% పెరిగింది.

తగ్గి, 3.67 కోట్ల చ.అ.కు పరిమితమైంది. నాణ్యమైన కార్యాలయ స్థలాలకు పరిమిత సరఫరా, గతేడాది నమోదైన అధిక గణాంకాల ప్రభావం ఈ తగ్గుదలకు కారణమని స్థిరాస్థి సేవల సంస్థ కువ్‌మన్ అండ్ వేక్‌ఫీల్డ్ వెల్లడించింది. దేశవ్యాప్తంగా కార్యాలయ స్థలాల నికర లీజింగ్ గతేడాది జనవరి-సెప్టెంబరు మధ్య కాలంలో 4.60 కోట్ల చ.అ.గా నమోదైంది. ఈ ఏడాది ఇదే కాలంలో నికరంగా అద్దెకు వెళ్లిన స్థలం తగ్గినా, మొత్తం అద్దై లావాదేవీలు మాత్రం పుంజుకున్నాయి. స్థలాల కార్యాలయ లీజింగ్ ఏడాది ప్రాతిపదికన ఒక శాతం పెరిగి, రికార్డు స్థాయిలో 6.46 కోట్ల చ.అ.కు చేరింది. బెంగళూరులోనూ.. దేశంలోనే అతి పెద్ద ఆఫీస్ మార్కెట్‌గా ఉన్న బెంగళూరులో లీజింగ్ 16% వృద్ధితో 1.10 కోట్ల చ. అ.కు చేరింది. అహ్మదాబాద్‌లో 81% పెరిగి 12 లక్షల చ. అ.కు చేరింది. ఢిల్లీ-ఎన్‌సీఆర్‌లో 48% క్షీణించి, 50 లక్షల చ.అ.కు పరిమితమైంది. చెన్నైలో 48% తగ్గి, 28 లక్షల చ.అ.కు చేరింది. ముంబయిలో 46 శాతం క్షీణించి, 41 లక్షల చ.అ., పుణెలో 39% తగ్గి, 42 లక్షల చ.అ., కోల్‌కతాలో 12 శాతం క్షీణించి, 11 లక్షల చ. అడుగులకు పరిమితమైంది. అంతర్జాతీయ ఆర్థిక, భౌగోళిక రాజకీయ అనిశ్చితులు ఉన్నప్పటికీ భారత కార్యాలయ మార్కెట్ బలంగానే ఉందని కువ్‌మన్ అండ్ వేక్‌ఫీల్డ్ ఇండియా, డక్లిడ్ సీయా, ఆసియా పసిఫిక్ కార్యాలయ, రిటెయిల్ విభాగాల చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ అఫ్సర్ జైన్ తెలిపారు.

గ్రీన్ కార్డు ఫ్రోగ్రామ్ సస్పెన్షన్‌పై స్పందించిన ఇన్ఫోసిస్

అర్బులైన విదేశీ కార్మికులకు గ్రీన్ కార్డు కోసం కంపెనీలు స్పాన్సర్ చేయడానికి వీలు కల్పించే పర్మిట్ కార్యక్రమం నుంచి అమెరికా తమను సస్పెండ్ చేయడంపై ఐటీ దిగజం ఇన్ఫోసిస్ స్పందించింది. ఈ నిర్ణయం తమ కార్యకలాపాలపై గణనీయమైన ప్రభావం చూపదని భావిస్తున్నట్లు పేర్కొంది. ఈ మేరకు తన రెగ్యులెటరీ ఫైలింగ్‌లో కంపెనీ వెల్లడించింది. 'ట్రంప్ సర్కారు పర్మిట్ ఫ్రోగ్రాం నుంచి ఇన్ఫోసిస్‌ను సస్పెండ్ చేసింది. ఇది కంపెనీ కార్యకలాపాలపై పెద్దగా ప్రభావం చూపదని భావిస్తున్నాం. అమెరికాలో సాంకేతికతకు, ఆవిష్కరణలకు, సానిక ఉద్యోగాల నియామకాలకే కంపెనీ పెట్టుబడులు పెడుతోంది. అమెరికాలో వర్తించే నిబంధనలకు, చట్టాలన్నింటికీ కట్టుబడి ఉన్నాం' అని ఇన్ఫోసిస్ తెలిపింది. హెచ్-1బీ వీసా ఉద్యోగులకు గ్రీన్ కార్డు కోసం దరఖాస్తు చేసుకునేందుకు కంపెనీలను అనుమతించే పరిస్థితుల్లో లేబర్ సర్టిఫికేషన్ ఫ్రోగ్రామ్ (పర్మిట్) నుంచి మైక్రోసాఫ్ట్, టాటా, ఇన్ఫోసిస్, విప్రో సహా మొత్తం 8 దిగ్గజ ఐటీ కంపెనీలను అమెరికా సస్పెండ్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. అయితే, గత కొన్నేళ్లుగా భారత ఐటీ కంపెనీల గ్రీన్ కార్డు దరఖాస్తులను గణనీయంగా తగ్గించినట్లు టెక్ మర్యాద చెబుతున్నాయి. యూఎస్ ఆర్థిక సవత్సరం-26లో టీఎస్ కేవలం 2 పర్మిట్ దరఖాస్తులు మాత్రమే సమర్పించడం గమనార్హం.

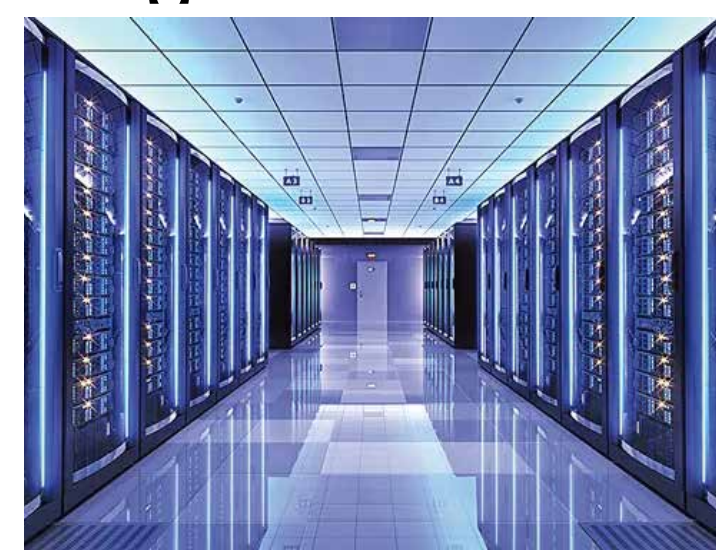
వేణు శ్రీనివాసన్ కుటుంబంలో విభేదాలు! డేటా కేంద్రాల్లోకి 5 ఏళ్లలో రూ.16.67 లక్షల కోట్లు



టీవీఎస్ మోటార్ కంపెనీ, దాని హోల్డింగ్ సంస్థ అయిన టీవీఎస్ హోల్డింగ్స్ లిమిటెడ్‌లో యాజమాన్యం, వారసత్వ అంశాల విషయంలో పారిశ్రామికవేత్త వేణు శ్రీనివాసన్ కుటుంబంలో విభేదాలు తలెత్తాయని పరిశ్రమ మర్యాద తెలిపాయి. కుమార్తె లక్ష్మి వేణు, కుమారుడు సుదర్శన్ వేణు మధ్య సామరస్యపూర్వక, న్యాయమైన పరిష్కారం కోసం ఆయన భార్య మల్లికా శ్రీనివాసన్ ఒత్తిడి చేస్తున్నారని వెల్లడించాయి. కుటుంబంలో చర్చలను ప్రోత్సహిస్తున్నారని తెలిపాయి. ఏప్రిల్ 2025లో తమ ప్రధాన సంస్థ టీవీఎస్ మోటార్ కంపెనీని వైరల్స్, ఎంఓ సుదర్శన్ వేణును ట్రస్ట్ సృష్టించి, డ్యారా ఒక ముఖ్యమైన లబ్ధిదారుగా నియమించి నట్లు టీవీఎస్ హోల్డింగ్స్ వెల్లడించడంతో, ప్రమాదం

కుటుంబంలో విభేదాలు తలెత్తినట్లు సమాచారం. హాహున విడిభాగాల తయారీ సంస్థ సుందరం క్లౌడ్ లిమిటెడ్‌కు సారథ్యం వహిస్తున్న కుమార్తె లక్ష్మి వేణు తన హక్కులను కోరుతున్నారు. కుటుంబ సంబంధం నంబంబించి ఒక న్యాయమైన పరిష్కారం కోసం ఆమె నిరంతరం చర్చలు, సంప్రదింపులు జరపాలని కోరుతున్నారని వారు తెలిపారు. మార్చి 2024లో వీళ్ల కుటుంబం ఒక అవగాహన ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. అయితే ఇది వివిధ వ్యాపార విభాగాల్లో టీవీఎస్ బ్రాండు వినియోగం, పోటీ చేయకూడదనే ఒప్పందానికి మాత్రమే పరిమితమైంది. ఆర్థిక పరిష్కారం లేదా విలువ ఆధారిత కుటుంబ సంబంధ విభజనకు సంబంధించి నడికాదు. తమ ఆస్తుల ఆర్థిక విభజనపై ఆ కుటుంబం ఇంకా ఒక పరిష్కారానికి రాలేదని, విభేదాలను సామరస్యంగా పరిష్కరించుకోవడానికి సంబంధిత మర్యాదల్ని చర్చల్లో పాల్గొనాలని మల్లికా కోరుకుంటున్నారని మర్యాద తెలిపాయి. వేణు శ్రీనివాసన్ కుటుంబం టీవీఎస్ హోల్డింగ్స్, టీవీఎస్ మోటార్ కంపెనీ, టీవీఎస్ క్రికెట్, ఎన్‌సీఎల్ సహా పలు కీలక వ్యాపారాలను నిర్వహిస్తోంది. కాగా, ఇప్పటివరకు ఈ పరిణామాలపై టీవీఎస్ గ్రూపు నుంచి ఎలాంటి స్పందన రాలేదు. టీవీఎస్ హోల్డింగ్స్ వారికే నివేదిక ప్రకారం.. టీవీఎస్ హోల్డింగ్స్ లిమిటెడ్‌లో ఆ కుటుంబం లేదా ప్రమాదం 74.45 శాతం హాహున కలిగి ఉన్నాడు.

మనదేశంలో డేటా కేంద్రాల రంగం వేగంగా విస్తరిస్తోంది. సాంకేతికత వినియోగం పెరగడం, క్లౌడ్ సేవలు, కృత్రిమ మేధ (ఏఐ) ఆధారిత గిరాకీ, డిజిటలైజేషన్ ఈ రంగంలో పెట్టుబడులు-కొత్త ప్రణాళికలు భారీగా పెరుగుతున్నాయి. 2021 నుంచి 2026 ప్రభుత్వం వరకు, భారత డేటా సెంటర్ రంగంలో సుమారు 173 బి.డాల్టర్ (సుమారు రూ.16.67 లక్షల కోట్లు) పెట్టుబడి హామీలు లభించినట్లు స్థిరాస్థి సేవల సంస్థ సీబీఆర్ ఈ తన 'బియాండ్ గ్రాఫిక్: ఇండియాన్ రైట్ అమాంగ్ ఏవీఎస్ లీడింగ్ డేటా సెంటర్ మార్కెట్' నివేదికలో తెలిపింది. ఈ పెట్టుబడుల్లో హైపర్ స్కేల్, కో-లోకేషన్ ప్రాజెక్టుల వాటా దాదాపు 62 శాతంగా ఉంది. మొత్తం పెట్టుబడి హామీల్లో 15 శాతానికి పైగా ఐఐటి సంబంధించి నవేదన పేర్కొంది. ఏడాది చివరికి 2 గిగావాట్లు... దేశీయంగా డేటా సెంటర్ మార్కెట్ 2026 తొలి ఆరు నెలల్లో సుమారు 130 మెగావాట్ల కొత్త సామర్థ్యాన్ని జోడించుకుంది. రెండో అర్థభాగంలో 200 మెగావాట్లకు పైగా సామర్థ్యం అందుబాటులోకి రావచ్చు. దీంతో ఈ ఏడాది చివరికి దేశంలో నిర్వహణలో ఉన్న డేటా సెంటర్ సామర్థ్యం 2 గిగావాట్లకు చేరే అవకాశం ఉంది. క్లౌడ్, హైపర్ స్కేల్, బ్యాంకింగ్-ఆర్థిక సేవలు-బీమా (బీఎఫ్ఎస్ఐ), ఓటిటీ సంస్థల నుంచి కొనసాగుతున్న గిరాకీ ఈ విస్తరణకు మద్దతు ఇస్తున్నాయి. ఈ విస్తరణతో ఆసియా-పసిఫిక్ ప్రాంతంలోని హై స్పీడ్ మార్కెట్, విభాగం నుంచి 'బిడింగ్ డేటా సెంటర్ మార్కెట్' విభాగంలోకి భారత్ చేరనుంది. ఈ విభాగంలో జపాన్, ఆస్ట్రేలియా, చైనాతో పాటు భారత్ ఉంటుంది. ప్రస్తుతం దేశ డేటా సెంటర్ సామర్థ్యంలో



ముంబయి కీలక కేంద్రంగా ఉంది. నిర్వహణలో ఉన్న మొత్తం సామర్థ్యంలో ముంబయి వాటా 52%. 2026 ప్రభుత్వంలో కొత్తగా చేరిన సామర్థ్యంలో ముంబయి వాటా వికంగా 94%. ముంబయి, చెన్నై, ఢిల్లీ-ఎన్‌సీఆర్‌లో దేశంలోని 80 శాతానికి పైగా నిర్వహణ సామర్థ్యం కేంద్రీకృతమై ఉంది. నవీ ముంబయి,

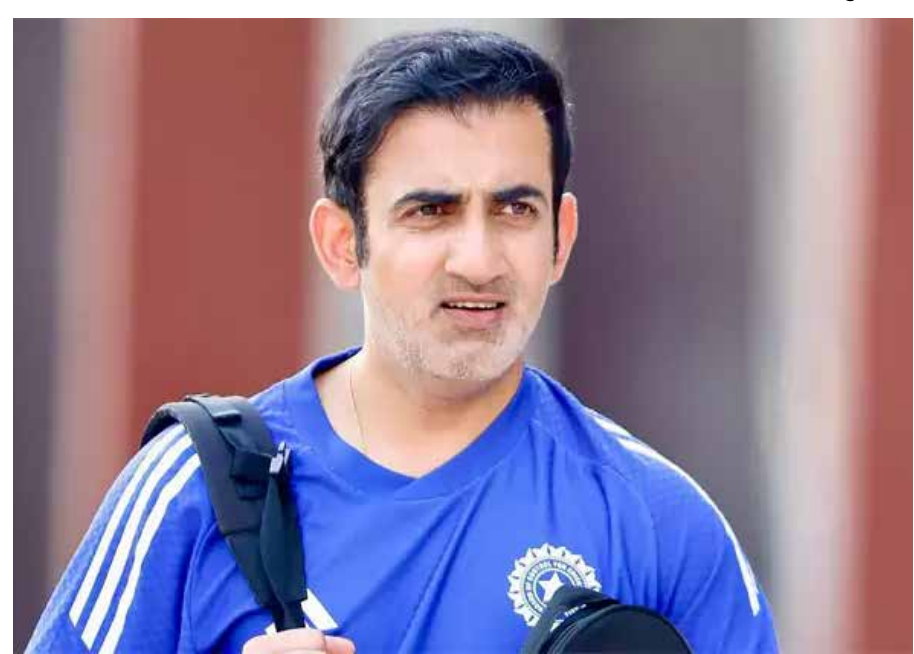
చెన్నైలోని సిరుసేరి వంటి మైక్రో మార్కెట్లలో కొత్త కార్యకలాపాలు సాగుతున్నాయి. కేబుల్ ల్యాండ్‌లో స్వేచ్ఛ, ప్రభుత్వ విధానాల మద్దతు, అభివృద్ధి చెందిన ఆర్థిక వ్యవస్థ వంటివి ఇందుకు కారణాలు. దేశీయ సంస్థల వాటా పెరుగుతోంది 2026 తొలి 6 నెలల్లో కొత్తగా చేరిన దేశీయ డెవలపర్ల వాటా 48%. అమెరికా సంస్థల వాటా 28%, ఐరోపా సంస్థల వాటా 24 శాతంగా నమోదైంది. మొత్తం డేటా సెంటర్ సరఫరాలో అత్యున్నత ప్రమాణాల 'టియర్-4' కేంద్రాల వాటా 2024లో 21% కాగా, 2026 జూన్ చివరికి 43 శాతానికి పెరిగింది. మౌలిక వసతుల నాణ్యత, సామర్థ్యం పెరుగుతున్నదానికి ఇది సంతకం. భవిష్యత్తులో డేటా సెంటర్ల ఇతర ప్రాంతాలకు విస్తరించనున్నాయి. ముఖ్యంగా హైదరాబాద్, విశాఖ పట్టణం, బెంగళూరు, కోల్‌కతా తదుపరి వృద్ధి కేంద్రాలుగా ఉంటాయి. భూమి, విద్యుత్తు, నీటి ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ పాటు మౌలిక వసతులు, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల ప్రోత్సాహకాలు ఇందుకు దోహదం చేస్తాయని వివరించారు.

క్రికెట్ క్రీడలు

యునిస్ఫ్ సెలబ్రిటీ సలహాదారుగా స్మృతి మంధాన!

భారత మహిళా క్రికెట్ జట్టు కెప్టెన్‌గా ఇటీవల బాధ్యతలు స్వీకరించిన స్మృతి మంధానకు మరో అరుదైన గౌరవం దక్కింది. ఆమె యునిస్ఫ్ ఇండియా సెలబ్రిటీ సలహాదారుగా నియమితులయ్యారు. బాలికలకు సహాన అవకాశాలు, వారి ఆరోగ్యం, సంక్షేమం, క్రీడల్లో అవకాశాలు వంటి విషయంలో యునిస్ఫ్‌తో కలిసి స్మృతి పని చేయనుంది. అంతర్జాతీయ బాలికల దినోత్సవం సందర్భంగా ఈ ప్రకటన వెలువడింది. 'యునిస్ఫ్ ఇండియాలో సెలబ్రిటీ అడ్వకేట్‌గా చేరడం చాలా గర్వంగా ఉంది. క్రికెట్ ఆడుతూ పెరగడం వల్ల ప్రతి కల ఒక అవకాశంతోనే మొదలవుతుందని నేను నేర్చుకున్నాను. కఠోర శ్రమ, పట్టుద, ప్రోత్సాహంతో, ఆ అవకాశం ఒక అసాధారణమైన విషయంగా మారగలదు. పెద్ద కలలు కనేందుకు, వారి పూర్తి సామర్థ్యాన్ని అందుకోవడానికి ప్రతి ఒక్కరికీ అవకాశం దక్కాలి' అని స్మృతి మంధాన పేర్కొన్నారు.

బౌలర్ల కెరీర్‌కు రిస్క్.. ఏచ్‌పై గంభీర అసంతృప్తి



మొన్నటికి మొన్న ఒక వన్డే మ్యాచ్‌లో మొత్తంగా 811 పరుగులు... నిన్న భారత్-వెస్ట్‌ఇండీస్ (IND vs WI) రెండో టీ20లో రెండు జట్ల స్కోరు కలిపి 501. ఇలాంటి భారీ స్కోరుతో కొత్త రికార్డులు నమోదవుతున్నప్పటికీ బ్యాటింగ్ పిచ్‌లతో క్రికెట్ కళ తప్పుతోందనే విమర్శలూ వ్యక్తమవుతున్నాయి. తాజాగా టీమ్‌ఇండియా హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్ కూడా ఈ విషయంపై అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశాడు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో బౌలర్ల కెరీర్ ప్రమాదంలో పడుతోందని అన్నాడు. 'కుక్రవారం జరిగిన రెండో టీ20లో కొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన టీమ్‌ఇండియా 20 ఓవర్లలో 249 పరుగులు చేసింది. ఆ తర్వాత లక్ష్య చేదనకు దిగిన వెస్ట్‌ఇండీస్ మరో 9 బంతులు మిగిలి ఉండగానే 252 పరుగులు చేసి విజయం సాధించింది. దీంతో ఈ మ్యాచ్‌లో మొత్తంగా ఇరు జట్లూ కలిపి 501 పరుగులు చేశాయి. దీనిపై మ్యాచ్ అనంతరం గంభీర్ మాట్లాడాడు. "ఐంటికి, బ్యాట్‌కు మధ్య మంచి పోటీ ఉండాలనే మనసుందరం కోరుకుంటున్నాం. కానీ, ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో బౌలర్ల కెరీర్‌లు ప్రమాదంలో పడుతున్నాయి. వారు డ్రెస్సింగ్ రూమ్‌లోకి వచ్చేందుకు ఎంతగానో శ్రమిస్తారు. కానీ, వారి శ్రమ అంతా వృథా అవుతోంది. ఐంటికి, బ్యాట్ మధ్య మెరుగైన పోటీ ఉన్నప్పుడే అత్యుత్తమ క్రికెట్‌ను మనం చూడగలం"

పోర్చుగల్ ఫుట్ బాల్ సూపర్ స్టార్ క్రిస్టియానో రొనాల్డోపై ఆ దేశ ఫుట్ బాల్ సంఘం తాత్కాలిక నిషేధం విధించింది. ఒక ట్వీట్ నడుస్తుండగా జాతీయ జట్టు నుంచి వెళ్లిపోయాడనే తీరుణంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. ప్రధాన కోచ్ జోర్జీ జీసెనెతో వివాదం కారణంగా నేషన్స్ లీగ్ డెవలప్మెంట్ మ్యాచ్‌కు ముందు రొనాల్డో జట్టును వీడారు. ఈ ట్వీట్‌లో నార్వేతో మ్యాచ్‌లో బరిలోకి దిగి అవకాశం ఇచ్చానని, కోచ్ జోర్జీ తనను బెంచ్ మీదే కూర్చోబెట్టాడని అతడు ఆరోపించాడు. డెవలప్మెంట్ పోరుకు ముందు జాతీయ

రొనాల్డోపై వేటు



ఆ ఓవర్‌ను మయాంక్‌కు ఎందుకివ్వలేదు..

రెండో టీ20లో విండీస్ ఛేదనలో 17వ ఓవర్‌ను కుల్‌దీప్‌కు ఇవ్వడాన్ని మాజీ కెప్టెన్ సునీల్ గావస్కర్ ప్రశ్నించాడు. ఆ ఓవర్‌ను మయాంక్ యాదవ్‌తో వేయించాల్సిందని అభిప్రాయపడ్డాడు. ఆ ఓవర్‌లో కుల్‌దీప్ 24 పరుగులివ్వడంతో విండీస్ మ్యాచ్‌లో పైచేయి సాధించింది. విజయానికి మరింత చేరువైంది. 18వ ఓవర్‌లో బౌలింగ్ చేసిన ఆర్‌దీప్.. పరుగుల ప్రవాహాన్ని అపారితోషించాడు. అతడు 17 పరుగులివ్వగా, ఈ నేపథ్యంలోనే గావస్కర్ స్పందించాడు. "నేనైతే 17వ ఓవర్‌ను ఆర్‌దీప్ లేదా మయాంక్‌కు ఇచ్చేవాణ్ణి. ఆర్‌దీప్ 18వ ఓవర్‌లో భారీగా పరుగులివ్విన మాట నిజమే. కానీ మయాంక్ ఆరంభంలోనే రెండు వికెట్లు తీసి ప్రత్యర్థిని డెబిలైజ్‌చేశాడు. మొత్తంగా మూడు వికెట్లు పడగొట్టాడు" అని అన్నాడు. "అప్పటికి మయాంక్ దాదాపు 12 వికెట్‌ను రేట్‌తో పరుగులివ్వగా, ఆ దశలో విండీస్‌కు అంతకన్నా ఎక్కువ రన్‌రేట్‌తో పరుగులు కావాలి. మయాంక్ ఆ ఓవర్ వేసి, వికెట్ తీసుంటే మ్యాచ్ మనవైపు తిరిగేదేమో, గొప్ప డెలివరీ చేయకపోయినా వికెట్ దక్కేదేమో" అని గావస్కర్ చెప్పాడు. మయాంక్ వికెట్ పడగొట్టి ఉంటే వెస్ట్‌ఇండీస్ ఒత్తిడికి గురయ్యేదని అన్నాడు. 9వ ఓవర్‌లో దూడెకు బంతినివ్వడం కూడా సరికాదని గావస్కర్ తెలిపాడు.

వైభవ్‌ను ఎందుకు ఆడించరు..

ఇన్ఫోసిస్ మాజీ డామింగ్ ఓపెనర్ వీరేంద్ర సెహ్వాగ్ అన్నాడు. "వైభవ్ సూర్యవంశీ మంచి ఫామిలీలో ఉన్నాడు. నాలానే తొలి బంతి నుంచే బాడెయిలన్న కనీతో అతడు ఉంటాడు. అయితే భారత్‌కు ఆడే అవకాశం అతడికి ఎప్పుడూ వస్తుంది? ఎన్ని మ్యాచ్‌లు ఆడతాడు అన్నదే సమస్య. వయసు విభాగాల క్రికెట్ ఆడుతున్నప్పుడు అటాగ్రాఫ్ వయసు పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. అంతేగానీ.. ఐపీఎల్ లేదా టీమ్‌ఇండియాకు ఆడిన అనుభవం ఉన్న అటాగ్రాఫ్ వయసు కొలమానం కాకూడదు. 37 ఏళ్ల కోహ్లా ఆడినా, 15 ఏళ్ల వైభవ్ ఆడినా అందుకే ప్రదర్శనే ప్రామాణికం కావాలి" అని చెప్పాడు.

'తులాభారం'-పూజా కార్యక్రమాలతో గ్రాండ్ గాలాంచ్



పుదయం సినిమా: మాస్ మహారాజా రవితేజ, దర్శకుడు వివేక్ ఆత్రేయ క్రేజీ కాంటినెంట్ లో మోస్ట్ ఎన్టర్టైన్ #RT78 తెరపైకి వస్తోంది. రవితేజ ట్రైడ్ మార్క్ ఎన్టర్ప్రైజ్స్, వివేక్ ఆత్రేయ యూనిక్ స్టూడియోస్ సోల్ డెవలపర్స్ కలగలిసి క్రైమ్, డ్రామా, ఎంటర్టైన్మెంట్ తో సరికొత్త అనుభూతిని అందించనున్నారు. బ్లాక్ బస్టర్ 'ఇరుముడి' విజయంతో జోరు మీదున్న రవితేజ.. ఈ ఆసక్తికరమైన ప్రాజెక్ట్ తనలోని మరో కోణాన్ని అవిష్కరించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. ట్రిప్లీ ప్రాడక్షన్స్

బ్యానర్ పై లక్ష్మణ్, శ్రీనిరావు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా టైటిల్ ను రివీల్ ను మేకర్స్ విస్తృతంగా రూపొందించిన 'ది బైటిల్ డాక్యుమెంటరీ' వీడియోను విడుదల చేశారు. వివేక్ ఆత్రేయ తనదైన స్టైల్ లో రూపొందించిన ఈ వీడియోను మై హామ్ రామ్ విడుదల చేశారు. 'తులాభారం' టైటిల్ ను ఎంపిక చేసే ప్రక్రియ వెనుక జరిగిన సరదా, విసృత భరితమైన సంభాషణలను ఈ వీడియో ద్వారా చూపించారు. విలక్షణమైన క్రియేటివ్ పర్సన్ల పరిచయం చేస్తూ ఈ టైటిల్

డాక్యుమెంటరీ అకట్టుకుంటోంది. ఈ వీడియోలో సినిమాలోని కీలక పాత్రలను కూడా పరిచయం చేశారు. జడేజాగా అనీల్ కరెక్క, రాబిన్ గా రవి ఆంటోనీ, సౌండ్ గా అనన్యర రాజన్, దేవరాజ్ గా తరుణ్ భాస్కర్, శివాజీ రావుగా జేడీ చక్రవర్తి, కృష్ణవేణిగా ప్రియాంక మోహన్ కనిపించనున్నారు. దశాబ్దాల రవితేజ తనదైన ఎన్టర్ప్రైజ్స్, పవర్ ఫుల్ స్టోర్స్ ప్రెజెంట్ తో 'మాస్ మహారాజా'గా ఫ్రేక్షకుల హృదయాల్లో ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించుకున్నారు.



"రణబాలి" నుంచి 'కోబలి'.. లిరికల్ సాంగ్ రిలీజ్

పుదయం సినిమా: విజయ్ దేవరకొండ హీరోగా నటిస్తున్న భారీ పాన్ ఇండియా మూవీ "రణబాలి". ఈ సినిమాకు రాహుల్ సంకృత్యన్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. రశ్మి కుమార్ హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. టీ సీరీస్ సమర్పణలో మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ బ్యానర్ పై "రణబాలి" సినిమాను ప్రొడ్యూసర్స్ సవీన్ యెర్నేని, వై రవిశంకర్ హ్యాజ్ బ్రెడ్ లీతో నిర్మిస్తున్నారు. ఈ నెల 16న విజయరథమి వర్షాదినం సందర్భంగా "రణబాలి" సినిమా పరల్లెల్ వైడ్ గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు "రణబాలి" సినిమా నుంచి మేకర్స్ 'కోబలి'.. లిరికల్ సాంగ్ రిలీజ్ చేశారు. ఈ సాంగ్ కు అజయ్ - అతుల్ గూస్ బంమ్ తెప్పించేలా ట్యూన్ కంపోజ్ చేయగా, కేశవాదిత్య పవర్ ఫుల్ లిరిక్స్ రాశారు. వి.ఎం. మహాలింగం మెసరైజ్ చేసేలా పాదారు. 'కోబలి'.. సాంగ్ ఎలా ఉందో చూస్తే - 'రేగే ఉరుము దరువు మిన్ను ముట్టగా, అప్పదిక్కులే పిక్కిల్లివా, రేగే ఉరుము దరువు నిన్ను ముట్టగా, అప్పదిక్కులే పిక్కిల్లివా, జోగే రెయ్యిలోన పగల సెగలిలా పొగులుతుండగా పగలు పట్టడా, మూగే సావనైన సంపదానికి సత్తువెయ్యరా కాలకాలదా, పెన్నేరల్లై తేరు ఉరకలెత్తగా సిందు తొక్కమా భద్రమల్లదా...' అంటూ సాగుతుంది పాట. ఈ పాటలో విజయ్ దేవరకొండ ఫెలోషియస్ గా కనిపించి అకట్టుకుంటున్నారు.



'ట్రయల్ అండ్ ఎర్రర్' ఘనంగా ప్రారంభం



పుదయం సినిమా: పరుణ్ సందేశ్, గగన్ బాబు, సత్తం రాజేష్, రవి ప్రధాన్ పాత్రల్లో నటిస్తున్న సోఫల్ డ్రామా 'కాస్ట్' వివేక్ జంపన్న రచన, దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని గోల్డెన్

ప్రాడక్షన్స్ బ్యానర్ పై టోటల్ క్రియేటివ్స్ కోబెశ్వరరావు నిర్మిస్తున్నారు. కళిక్ కపూర్, దివి వద్దా కథానాయకులుగా నటిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రమోషన్ కంటెంట్ తో ఆసక్తి పెంచిన చిత్ర బృందం

తాజాగా ఇంటెన్స్ అండ్ గ్రిప్పింగ్ టీజర్ ను లాంచ్ చేసింది. కుల వివక్ష అనే ప్రధాన ఇతివృత్తాన్ని పరిచయం చేస్తూ టీజర్ ప్రారంభ మవుతుంది. అగ్రకులానికి చెందిన వారి ఇంట్లోకి తమకు ప్రవేశం లేదని ఓ తండ్రి తన కొడుకుకు చెప్పే సన్నివేశంతో కథలోని సామాజిక అంశాన్ని పరిచయం చేశారు. ఆ తర్వాత కుల వ్యవస్థను తీవ్రంగా వ్యతిరేకించే ఓ పోలీస్ అధికారి పాత్రను చూపించారు. గ్రామంలో పరుసగా జరిగే దారుణ హత్యలతో కథ మరింత ఉత్కంఠ రభరితంగా మారుతుంది. పరుణ్ సందేశ్, సత్తం రాజేష్, నాగబాబు, రాజా రవీంద్ర, యాంకర్ రవి, దివి వద్దా పోషిస్తున్న కీలక పాత్రల తాలూకు గ్రిప్పింగ్ టీజర్ లో అకట్టుకున్నారు. దర్శకుడు వివేక్ జంపన్న సున్నితమైన సామాజిక అంశాన్ని ఎంచుకుని, దానికి డ్రామా జోడిస్తూ ఆసక్తికరమైన సోఫల్ ట్రిల్లర్ గా తెరకెక్కించి నట్టు టీజర్ చూస్తే అర్థమవుతోంది. కథను ముందుకు నడిపించడంలో ప్రతి పాత్రకూ ప్రాధాన్యం ఉన్నట్లు కనిపిస్తోంది. పరుణ్ సందేశ్ తన ఇంటెన్స్ నటనతో అకట్టుకోగా, పోలీస్ అధికారి పాత్రలో గగన్ బాబు పవర్ ఫుల్ గా కనిపిస్తున్నారు. సత్తం రాజేష్ తన పాత్రతో ఆసక్తి పెంచారు. దివి వద్దా విభిన్నమైన పాత్రలో కనిపిస్తూ సర్ప్రైజ్ చేశారు. వీకే రామరాజు సినిమాలోగ్రిప్పి, అనూహ్ రూబెన్ సంగీతం ఈ చిత్రానికి ప్రధాన ఆకర్షణలుగా నిలవనున్నాయి. అవినాష్ జీ ఎడిటర్ గా పనిచేస్తున్నారు. విడుదలకు సిద్ధమవుతున్న 'కాస్ట్' టీజర్ సినిమాపై మరింత ఆసక్తిని పెంచింది.



నార్వే ఇంటర్నెషనల్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ లో 'దహిణి ది విచ్'



పుదయం సినిమా: విలక్షణ నటుడు జేడీ చక్రవర్తి నటించిన 'దహిణి ది విచ్' చిత్రానికి మరో అంతర్జాతీయ పురస్కారం లభించింది. కేన్స్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ కు ఢిల్లీ గా నిర్వహించే నార్వే ఇంటర్నెషనల్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ లో 'దహిణి ది విచ్' చిత్రానికి గాను జేడీ చక్రవర్తికి ఉత్తమ నటుడు పురస్కారం లభించింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా 150 నామినేషన్స్ రాగా టెస్ట్ లీడ్ యాక్టర్ కేటగిరీలో జేడీ చక్రవర్తికి ఆ అవార్డ్ రావడం గొప్ప విషయం. ఇప్పటికే ఎన్నో ఫిలిం ఫెస్టివల్ లో ఈ చిత్రం అనేక అవార్డ్స్ ను కైవసం చేసుకుంది. తాజాగా నార్వే ఇంటర్నెషనల్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ లో 'దహిణి' ఉత్తమ నటుడుగా అవార్డ్ ను సైతం దక్కించుకుంది. ప్రపంచ

వ్యాప్తంగా ఎంతోమంది ప్రముఖ నటులు ఈ నామినేషన్ లో ఉండగ భారతీయ నటుడు జేడీ చక్రవర్తి కి ఈ అవార్డ్ దక్కడం గర్వించదగ్గ విషయం. ఈ సందర్భంగా జేడీ చక్రవర్తి మాట్లాడుతూ.. 'ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రసిద్ధి పొందిన హేమా హేమిలు రూపొందించిన చిత్రాలతో పోటీపడి 'దహిణి' ఉత్తమ చిత్రం అవార్డ్ దక్కించుకోవడం భారతీయ చలనచిత్ర పరిశ్రమ కి గర్వకారణం, అలానే దాదాపు 150 నామినేషన్ లో పరల్లెల్ వైడ్ నటులు ఉండగా, టెస్ట్ లీడ్ యాక్టర్ అవార్డ్ ను పరిచయం చేస్తున్నారని అనందానికి గురి చేసింది. జలాలాద్ చిత్రాల చాలా అరుదుగా వస్తుంటాయి, నన్ను నమ్మి ఈ కార్యక్రమం నా కిచ్చిన దర్శకుడు రాజేష్ టవ్ రివర్ కి, అలానే నార్వే ఇంటర్నెషనల్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ నిర్వాహకులకు నా కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నా' అని అన్నారు.

నవంబర్ 6న 'నాన్న కుట్టి'



పుదయం సినిమా: డిఫరెంట్ కాన్సెప్ట్, కంటెంట్ బేస్డ్ చిత్రాలతో అకట్టుకునే విజయ్ ఆంటోనీ ప్రస్తుతం 'నాన్న కుట్టి' అంటూ ఆడియన్స్ ముందుకు రానున్నారు. ఫాదర్ అండ్ డాటర్ సింటిమెంట్ తో ము. మారన్ దర్శకత్వంలో విజయ్ ఆంటోనీ హీరోగా చేస్తున్న చిత్రం 'నాన్న కుట్టి'. యాక్షన్, కుటుంబ భావోద్వేగాలు, ఇంటెన్స్ డ్రామాగా ఈ మూవీని రూపొందిస్తున్నారు. విజయ్ ఆంటోనీ ఫిట్ కాల్స్ రేషన్ బ్యానర్ మీద మీరా విజయ్ ఆంటోనీ నిర్మాతగా ఈ సినిమా తెరకెక్కుతోంది. ఈ మూవీకి సర్కర్ రామ్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్ అధినేత రామంజనేయులు జవాహర్ సహ నిర్మాతగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ మూవీకి సంబంధించిన రిలీజ్ డేట్ ను ప్రకటించారు. దీపావళి సందర్భంగా ఈ మూవీని నవంబర్ 6న విడుదల చేయబోతోన్నాడు. దీపావళి సెలవులు కలిసి వచ్చేలా ఈ మూవీ రిలీజ్ ని ఫాన్ చేసినట్లు కనిపిస్తోంది. ఇప్పటి వరకు రిలీజ్ చేసిన పోస్టర్ లను గమనిస్తే.. ఈ సినిమాలో తండ్రికాతుళ్ల సింటిమెంట్ ని ప్రధానంగా చూపించబోతోన్నారని అర్థం అవుతోంది. ఈ చిత్రంలో పీఠి అసాని, లిథన్, భగవతి పెరుమాళ్, హరిప్రియ ఇస్సె, అరువి మదన్, చిత్ర లక్ష్మణన్, శ్రీజ రవి, వెల్లె ముత్తుకుమార్, శెన్నన్ దివాకర్, మురుగానందం, మున్నార్ రమేష్, లీన్స్ ఆంటోనీ, కుమార్ నటరాజన్, విజయన్, ప్రవీణ, హరిత్, హరిప్రియ తదితరులు ముఖ్య పాత్రల్లో పోషించారు. రాజేష్ రాంబ్రన్ సినిమాలో గ్రఫర్ గా పనిచేయగా, విజయ్ ఆంటోనీ సంగీతం అందించడంతో పాటు ఎడిటర్ గా కూడా వ్యవహరించారు. ఎ. రాజా ప్రొడక్షన్స్ లిజైన్ బాధ్యతలు నిర్వహించారు. యాక్షన్, స్పోర్ట్స్ ఎవెంట్స్, స్పా, భావోద్వేగ కథనం, హృద్యమైన సంగీతం, అకట్టుకునే స్క్రీన్ ప్లేతో 'నాన్న కుట్టి' చిత్రం రానుంది. నవంబర్ 6న ఈ చిత్రం గ్రాండ్ రిలీజ్ కానుంది.

పుదయం సినిమా: నిర్మాత శరత్ మార్క్ నార్త్ సార్ ఎంటర్టైన్మెంట్ మరో ఆసక్తికరమైన ప్రాజెక్ట్ ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది. సత్వదేవ్, పరియా అబ్బల్లా, రమ్యకృష్ణ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న సీరీస్ 'ట్రయల్ అండ్ ఎర్రర్' సంప్రదాయబద్ధంగా నిర్వహించిన పూజా కార్యక్రమాలతో ఘనంగా ప్రారంభమైంది. ప్రముఖ నిర్మాత అల్లు అరవింద్ ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. కమల్ హాసన్ నటించిన సైలింట్ ట్రిల్లర్ 'చీకటి రాజ్యం'కు దర్శకత్వం వహించిన రాజేష్ సిల్వ ఈ సీరీస్ ను తెరకెక్కిస్తున్నారు. విభిన్నమైన పాత్రల్లో తనదైన నటనతో అకట్టుకునే సత్వదేవ్.. ఈ సీరీస్ లో చాలెంజింగ్ క్యారెక్టర్ చేస్తున్నారు. ఇందులో రమ్యకృష్ణ కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు. తనదైన స్టైల్ ప్రెజెన్స్ తో కథకు మరింత ఇంటెన్సిటీ తీసుకురానున్నారు. పరియా అబ్బల్లా కూడా ఈ ప్రాజెక్ట్ లో మరో ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలవనున్నారు. ఈ సీరీస్ లో విరాజ్ అశ్విన్, చైతన్య కృష్ణ, వర్ష బొల్లమ్మ, యువ్ ఫూర్, సంపత్ రాజ్, సుబ్బరాజు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. నార్త్ సార్ ఎంటర్టైన్మెంట్ నిర్మాణంలో, రాజేష్ సిల్వ దర్శకత్వంలో

నవంబర్ 5 'రామాయణ' పార్ట్ 1

పుదయం సినిమా: సవరాత్రుల తొలి రోజును పురస్కరించుకుని 'రామాయణ' మేకర్స్ ప్రత్యేక ప్రకటన చేశారు. రజేబీర్ కపూర్ శ్రీరాముడిగా, సాయి పల్లవి సీతగా, రవి దూబే లక్ష్మణుడిగా, రాకింగ్ స్టార్ యష్ రావణుడిగా కనిపిస్తున్న కొత్త పోస్టర్ ను విడుదల చేశారు. రెండు భాగాలుగా తెరకెక్కుతున్న ఈ ప్రతిష్టాత్మక ఇతిహాస చిత్రంలో పార్ట్ 1 2026 నవంబర్ 5న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానున్నట్లు ప్రకటించారు. "యే రామ్ తే యుగ్ క్ ఆరంభే హై" (ఇది రాముడి యుగానికి ఆరంభం) అనే సందేశంతో కొత్త శకానికి శ్రీకారం చుడుతున్నట్లు వెల్లడించారు. అలాగే ఈ దసరా నుంచి అద్వాన్య బుకింగ్స్ ప్రారంభం కానున్నట్లు తెలిపారు. తాజాగా విడుదలైన పోస్టర్ లో శ్రీరాముడిగా రజేబీర్ కపూర్, సీతగా సాయి పల్లవి, లక్ష్మణుడిగా రవి దూబే కనిపిస్తున్నారు. వీరి వెనుక రావణుడిగా రాకింగ్ స్టార్ యష్ బాగ్ గా కనిపిస్తూ పోస్టర్ కు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా

