



STUDY ABROAD

TOP GLOBAL DESTINATIONS





Free IELTS coaching



Grads Universe
www.gradsuniverse.com

+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

કપિલ્-ચિહ્નૃત્ બંધં ઓનંદાલ અનુબંધં

ఆదిలాబాద్ 29-10-2026 గురువారం

సంపుటి : 14 | సంచిక : 47

SINCE 27 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY

రూ. 3.00 | పేజీలు : 12 **VOODAYAM Telugu Daily**

Simultaneously published from Adilabad, Hyderabad, Khammam, Karimnagar, Guntur & Warangal

Follow us on

ఎర్రకోటపై జెండా
ఎగురవేస్తారు: నితిన్ నబీన్

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబర్ 28 (ఎఎంఎస్) :

2029 లోకసభ ఎన్నికల్లో విజయం సాధించి సర్వోత్తమ పార్టీలో సాగి ప్రధానిగా బాధ్యతలు చేపట్టడానికి, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ సందర్భంగా ఎర్రకోటపై నుంచి జాతీయ ఉద్దేశించి ప్రసంగించిన భాషా మాజీయ అధ్యక్షుడు నిలినీ బిశ్మిన్ అన్నారు. రానున్న గాంధీ నాయకత్వంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ అంతిమ దశకు చేరుకుంటోందని విమర్శించారు. ఢిల్లీలోని చాందినీ చౌక్ స్థానంలో భాషా మాజీయ హిందూచిని ప్రభాషామ్యూన్ని కాపాడాలి.. అరాచకాన్ని తొలగించాలి నిరాదరణతో కూడిన రాష్ట్రంలో నిలినీ సబ్బీన్ మాట్లాడారు. నిలినీ బిశ్మిన్ మాజీయ హిందూచిని రోగా గుమో, ఢిల్లీ భాషా మాజీయ అధ్యక్షుడు హాన్ మర్తీలా, పెద్ద సంఖ్యలో పార్టీ కార్యకర్తలతో కలిసి జైన్ లాల్ అలయం నుంచి టోన్ హోల్ చౌక్ వరకు పాదయాత్ర చేసినట్లు తెలుసు. ఈ సందర్భంగా పార్టీ కార్యకర్తలను ఉద్దేశించి నిలినీ సబ్బీన్ మాట్లాడుతూ.. ఓటర్ జాబితాను ప్రక్షాళన చేసేందుకు ప్రభుత్వం ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ ప్రక్రియపై కాంగ్రెస్ నేతలు అందరూ చెంతున్నారని వ్యాఖ్యానించారు. ఓటర్ జాబితా నుంచి చొరబాటుదారులను తొలగించేందుకు భాషా మాజీయ కట్టుబడి ఉందని స్పష్టం చేశారు. ప్రత్యేక సమగ్ర ఓటర్ జాబితా నుంచి సవరణ అమలును పలు రాష్ట్రాల్లో కాంగ్రెస్ పట్టికేంచడంపై నిలినీ సబ్బీన్ విమర్శించ గుర్తించారు. రానున్న గాంధీకి రాజ్యాంగం పట్ల గౌరవం చేదని ఆరోపించారు.

**మూసీ ప్రక్షాళన పేరుతో
రాష్ట్ర సంపద దోపిడీకి యత్నం**

ప్రజాభిప్రాయ సేకరణను పైవేటు
వ్యవహారంగా మార్చారు: దాసోజ్

[illegible]

మరియు శాఖల్లో
కీలక మార్పులు..
2మంది అధికారుల స్థానచలన

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 28 (పుడయం) :

గంగా రాష్ట్రంలో పరిపాలనాసరమైన మూడు గంగా ప్రభుత్వం 12 మంది సీనియర్ ఐబిఎస్ఎస్ అధికారులను నియమిం చేసింది. వరు కీలక శాఖలకు శాస్త్ర అధికారులను నియమించి ఉత్తర ప్రదేశ్ పాలనా జారీ చేసింది. అధికారుల ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా జయేంద్ రంజన్, విద్యుత్ శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా వికాస్ రాజ్, శ్రీరామ శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా వాణి ప్రసాద్, సంచార శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా నవీన్ ముతల్లి నియమించింది. రెవెన్యూ శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శిగా రామయ్యర్ కుమార్ నాథుల అప్పగించింది. గవర్నర్ ప్రత్యేక కార్యదర్శిగా కొనసాగుతున్న దానకేశిరేడ్డి పంత్ కుమార్ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా ఇతర శాఖల్లో నుండి నియమించిన అధికారులకు కేటాయింది. గిరిజా క్షేమ ప్రధాన కార్యదర్శిగా రాహుల్ బోజాజీ అప్పగించి రీజియన్ ప్రత్యేక అధికారిగా సర్పరాజ్ అంబేద్కర్ వద్దనున్న బాధ్యతల అప్పగించింది. ఏడాది, రోజు వారానికా సాక్షాత్ కార్యదర్శిగా కె. ఇలంబరెడ్డి నియమించి మహిళా సంక్షేమ, ఎన్టీ శాఖ ప్రత్యేక కార్యదర్శిగా డాక్టర్ బాధ్యతల అప్పగించింది. వైద్యరంగ శాఖలకు డాక్టర్లను నియమించి మౌఖికంగా పునరుద్ధరణ చేయాలని తీసుకుంది. దక్షిణ తెలంగాణ విద్యుత్ పరిశ్రమలను ఎమ్మెల్యే శ్రీమతి పాటికల్ తెలంగాణ పునరుద్ధరణ కమిషన్ అధినేత సంగం బాధ్యతలను, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ బాధ్యతలను అదనంగా అప్పగించింది.

భంతే కదా...!



రాజధానిలో తాగునీటి కొరతకు తావివ్వొద్దు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 28 (పుడయం) :

పాదాని హైదరాబాద్లో తాగునీటి సమస్యను ఎలాంటి ఆటంకాలు కలగకుండా ముందుకు పరుగు చేపట్టాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేచంతారెడ్డి ఆదేశాలును అడికిరించారు. జలాశయాల్లో నీటి నిల్వలను నిరంతరం పరిశీలిస్తూ, భవిష్యత్తులో సరిపాటకు ఉపయోజనం సరఫరా వ్యవస్థను నిర్మించాకా ఉంచాలని సూచించారు. ఎలినీసే ప్రభావం చెప్పడంలో నీటి వినియోగం, మురుగు నీటి శుద్ధి, శుద్ధి చేసిన నీటి పునర్వినియోగంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెరిగిందని సస్టం చేశారు. హైదరాబాద్ పరిధిలోని సముగ్ర వట్టణ ప్రాంతంలో తాగునీటి సరఫరా, మురుగునీటి శుద్ధి కేంద్రాల నిర్మాణం, శుద్ధి చేసిన నీటి వినియోగంపై ముఖ్యమంత్రి రేచంతారెడ్డి బుధవారం ఎమ్మీఆర్ పావీట్ రిడ్ బోర్డు పిలిచిరిలోనే సమగ్ర చర్చాపించారు. ఈ సందర్భంగా మురుగునీటి శుద్ధి కేంద్రాలన్నీ నులు కాతం సామర్థ్యంతో పనిచేసేలా ప్రాల్లయ తీసుకోవాలని ఆదేశాలులను అడికించారు. సచివాలయం, ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం, బాహ్య వలయల రహదారి, మెట్రో కార్యాలయస్థితోపాటు వివిధ ప్రభుత్వ శాఖల కార్యాలయల్లో

మురుగునీటి శుద్ధి కేంద్రాలు పూర్తి సామర్థ్యంతో పనిచేయాలి
నిర్మాణ పనులకు శుద్ధి చేసిన నీరే వినియోగించాలి
తాగునీటి నిల్వలపై నిరంతర పర్యవేక్షణ
శుద్ధి చేసిన నీటి వినియోగంపై కఠిన నిబంధనలు
నవంబరు ఒకటి నుంచి కొత్త ఆదేశాల అమలు
ప్రతి శుద్ధి కేంద్రం పనితీరుపై ప్రత్యేక నిఘా

మనస్సును నిర్వహణ, ఇతర అవసరాలకు శక్తిని సేవించే సీటిని వినియోగించాలని నూపించారు. జాతకాక్షరాలను నిర్వహణ, రహదారుల నిర్మాణ పనులకు సైతం ఈ సీటిని ఉపయోగించినారు. భవన నిర్మాణాల్లో శక్తి చేసే సీటిని వినియోగించాలనే నిర్దేశం, తప్పనిసరిగా ముందు చేయాలని స్పష్టం చేశారు. ప్రైవేటురంగాల గీసీటి శక్తి కేంద్రాల ఏర్పాటును ప్రోత్సహించి తోచివారు. నమూనా రంగు కేంద్రాలకు కూడా శక్తి చేసే సీటిని సరఫరా చేయాలని ఆదేశించారు. శక్తి కేంద్రాల నిర్వహణకు స్థానిక ముఖ్యులు

ఉపయోగించే అవకాశాలను పరిశీలించాలని
వివరంగా ఇంకా అభివృద్ధి సన్నప ఉన్నతా
ధికారాలున్నాయనిచూచారు.

మురుగునీటి చుట్టూ కేంద్రాల్లో ఆత్మానునిక
సాంఘిక ప్రమాణాలను పాటించాలని, నీటి
నాశక విషయంలో ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ రాజీ
పాడకూడదని ముఖ్యమంత్రి అన్నవీధి చేశారు. ప్రజల
చుట్టూ కేంద్రం వద్ద ప్రత్యేక అధికారిని నియమిం
చాలని, అన్ని కేంద్రాలను నియంత్రించు, పర్యవే
క్షణ కేంద్రంలో ఆమోదనంధానినీ నిరంతరం
పాటించేటట్లును అనుసంధానినీ ఆదేశించాలని

చేయాలని, ఈ నీటి వినియోగం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలపై ప్రజల్లో విస్తృత అవగాహన కల్పించాలని ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. శుద్ధి చేసిన నీటి సరఫరా కోసం ప్రత్యేక ఉచిత ఫోన్ నెంబర్లను అందించారు. తీవ్ర నుంచి తీసుకురావాలని ఆదేశించారు. శుద్ధి కేంద్రాల నిర్వహణ, శుద్ధి చేసిన నీటి వినియోగానికి సంబంధించి సమంజసం ఒకటి తీర్చి నుంచి కొత్త ఆదేశాలు అమల్లోకి వచ్చేలా చేసిన సమైక్య చర్యలు చేయాలని అధికారులకు సూచించారు.

ప్రస్తుతం 2.6 మురుగునీటి శుద్ధి కేంద్రాల నుంచి శుద్ధి చేసిన నీటిని ఆకుపచ్చ రంగు బాల్బులలో ద్వారా నదిలో చేస్తున్నట్లు జలమంత్రి అంటే అధికారాలు ముఖ్యమంత్రికి వివరించాడు. వినియోగదారుల నుంచి కేటాలం రవాణా ఖర్చును తీసి మాత్రమే వసూలు చేస్తున్నామని, నీటిని ఉచితంగా అందుకున్నామని వెల్లడించాడు. సీఎంకేలో ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాఖ, ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయ కార్యదర్శి మణిక్ లాల్, పాఠశాల విద్యార్థులు సందర్శకులు సీఎస్ నీకోస్, సైబరాబాద్ మున్సిపల్ కమిషనర్ నృజన, మల్లాజిగిరి మున్సిపల్ కమిషనర్ ఓ వివెన్ కృష్ణారెడ్డి, జలమంత్రి అశోక్ రెడ్డి, తెలంగాణ రాష్ట్ర దక్షిణ విద్యుత్ పరిశోధన సంస్థ ఎంపి జితేష్ వి. పాటిల్, కాలవ్వ నియంత్రణ సంఘం సభ్యులు కార్తీకర్షణ్ రవి, నమాచార పౌర సంఘం కార్యకర్త కమిషనర్ ముకుందరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.



డిజిటల్ అరెస్టుల ముసుగులో దోపిడీ

ન્યૂઝ્ડેપી, અક્ટોબર 28 (એએનસ) :

డిజిటల్ ఆర్కైవ్స్ పనుల్లో ప్రజలను మోసం చేసేవారా? డబ్బులు దోచుకుంటున్నారా? సేవగ్రాహిణులకు కనీస వర్తమాని నవీన్ సేనగర వ్యావస్థాపక చైర్మన్ చెప్పారు. ఇటువంటివి సోసైలను డిజిటల్ దొంగిలడి అభివృద్ధిచెందనని ధర్మాశాసనం. నేరపుట్లకు కనీస శిక్షలు పెడలేదు అధికారులు పూర్తిగా చేపట్టాలని ఆదేశించింది. విచారణ వ్యూహం అభివృద్ధి శిక్షించే అవకాశం పెట్టలేదు. ఉంటే దాన్ని వినియోగించే అవకాశం మాత్రమేనింది. దేశవ్యాప్తంగా తమపై

సమాధానము చేయుచున్నదిగిది ఒకేకోట చేర్చి విధానములారాజులను నిరంతరము దాఖలు చేసిన విధిపట్ల సాక్షులను వేరొనగొట్టినది. నిరంతరము ఇద్దరులను బాధితులను, దర్యాప్తు సంస్థలను ఇద్దరులకు గురిచేయలేదుమన తేల్చిచెప్పెను.

గిరివిధాన కార్య ద్వారా ప్రజలను భయభ్రాంతుల చేసి, వారిని వేరొనగొట్టి ఆరెన్నో పెరుగుతూ వచ్చుచున్న మహలు చేస్తున్న మూలాలపై ధరాగ్రసనం తీర్చి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ఇలాంటి సేవాలకు అందుకోని అంధుడైన కేసరి కనకం కేరళ విధానవిధాని అనవసరం అంటున్న పేర్కొంది. బాధితుల ప్రయోజనాలను

పక్షపాతివల్ల నిందితులకు వెంటబాట కల్పించి కంప్యూటర్లను కేసును స్తన్నం చేసింది. కేసును స్తన్నం కోసం తనను సహాయకాగా ఖాతాను నైజర్ నేరాల ద్వారా నిందించిన సామ్యును దాచేయటం వివిధాంగులపై చర్యలు తీసుకొని ఆనందగిరిలో ఆరోపణలపై నిందితులను కేసులో గురిచేసి కేసును స్తన్నం చేసింది. కేసును స్తన్నం కోసం తనను సహాయకాగా ఖాతాను నైజర్ నేరాల ద్వారా నిందించిన సామ్యును దాచేయటం వివిధాంగులపై చర్యలు తీసుకొని ఆనందగిరిలో ఆరోపణలపై నిందితులను కేసులో గురిచేసి కేసును స్తన్నం చేసింది. కేసును స్తన్నం కోసం తనను సహాయకాగా ఖాతాను నైజర్ నేరాల ద్వారా నిందించిన సామ్యును దాచేయటం వివిధాంగులపై చర్యలు తీసుకొని ఆనందగిరిలో ఆరోపణలపై నిందితులను కేసులో గురిచేసి కేసును స్తన్నం చేసింది.

తిరుప్పావలినిది, దీక్షితుల ఆరెప్పుడు పేరుతో పెద్ద సంఖ్యలో ప్రాచుర్యం పొందే పాదాన్ని పాదాన్ని నిండుతులకు పాలాంబుల ప్రత్యేక మెనులుబాట్ట కల్గినదానిగా నన్నామన్న నం నన్నుం చేసింది. నిందితుల సాకర్లు కొన బాధితుల లేదా దర్బాన్ని నన్నులు ఇతర పాదాన్ని మెనుల వ్యాధిని ఆడితేం నన్నులు నిచ్చేంది. దేవుని చేసిన సామ్యును హాంకంగ్, బ్యాంకాల్ లిం జమ చేస్తే, నన్నామం కొనం బాధితులనే ఆకుడి. బెజ్జేమని చెప్పగలగా అని ప్రశ్నించింది. బాధితుల హాంకలను దిన్నులని నిందితుల



ప్రయోజనాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వలేమని ధర్మాని
సం తేల్చిచెప్పింది. దీంతో నిధి భుందార్, గౌరబ్
సాహులు తమ పిటిషన్లను ఉపసంహరించుకు
న్నారు. ఈ కేసులకు సంబంధించి దిల్లీ, మహారా
ష్ట్ర, గుజరాత్, తెలంగాణ, కేరళ సహా పలు
రాష్ట్రాల్లో కేసులు నమోదయ్యాయి.

A large white commercial airplane is shown from a low angle, flying towards the viewer against a bright blue sky with soft white clouds. The sun is visible on the horizon, creating a warm glow. The airplane has two engines and its landing gear is visible. Below the airplane, a dark blue banner contains the text 'DOMESTIC & INTERNATIONAL FLIGHT TICKET' in large, bold, white letters. Below this banner, there are three white arrows pointing right, each followed by text: 'Easy Booking', 'Best Discounts', and 'Get Your Tickets Now'. Below these arrows, there are seven circular icons representing different countries: USA (American flag), CAN (Canadian flag), UK (Union Jack), AUS (Australian flag), Germany (German flag), France (French flag), and UAE (UAE flag). Below each icon is the country name in white capital letters. At the bottom of the image, there is a dark blue banner with the text 'CELL: +91 6301726400' in large, bold, white letters. To the left of this banner, there are two blue circular icons with white checkmarks. The first icon is followed by the text 'Trusted Airline Partnerships' in white. The second icon is followed by the text 'Competitive Pricing & Flexible Booking' in white. To the right of the cell number, there is a logo for 'GradsUniverse' which includes a stylized 'G' and 'U' with a graduation cap, followed by the text 'GradsUniverse' and 'INTERNATIONAL EDUCATION CONSULTANCY' below it. At the bottom right, the text 'RTC X Roads, Hyderabad' is written in white.



Ait+ AROGYA HOSPITAL
Multi speciality | Trauma | Critical care

We care about your health.
In any emergency, call us.

-  **General Medicine**
-  **General Medicine**
-  **General & Laparoscopic Surgery**
-  **Gynaecology**
-  **Critical Care**
-  **Trauma**



24/7
EMERGENCY SERVICES



 +91 79933 01302
  Beside Dominos Pizza Store Opp. Pochamma Kaman, Bellampalli Road, Mancherla-504208

 www.arogyahospital.net





గ్రేటర్ హైదరాబాద్



రామచంద్రాపురం డివిజన్ అభివృద్ధికి నిధులు మంజూరు చేయాలి

● మంత్రి గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామికి వివరించడం
అందజేసిన మాజీ కార్పొరేటర్ బూరుగడ్డ పుష్పనగెష్

రామచంద్రాపురం అక్టోబర్ 28 (పుడయం)

హైదరాబాద్ లో మెదక్ జిల్లా ఇన్ చార్జి మంత్రి, కార్మిక, గృహ శాఖ మంత్రి గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామిని రామచంద్రాపురం డివిజన్ తాజా మాజీ కార్పొరేటర్ బూరుగడ్డ పుష్పనగెష్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా

మంత్రికి దసరా శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. అనంతరం రామచంద్రాపురం డివిజన్ లో నెలకొన్న పలు స్థానిక సమస్యలను మంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. డివిజన్ లో చిన్నచిన్న అభివృద్ధి పనులు చేపట్టడంకు అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేయాలని కోరుతూ వినతిపత్రం అందజేశారు. తగిన నిధులు మంజూరు చేస్తే డివిజన్ లోని సమస్యలను పరిష్కరించే, ప్రజలకు మెరుగైన మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించేందుకు కృషి చేస్తామని బూరుగడ్డ పుష్పనగెష్ మంత్రికి వివరించారు.

జవహర్ నగర్ డంపింగ్ యార్డ్ ను తరలించాలి



ఈటెల రాజేందర్ తో కలిసి పాదయాత్ర చేస్తున్న నమిలికొండ అనిల్ రెడ్డి

● ఈటెల రాజేందర్ పాదయాత్రకు నమిలికొండ అనిల్ రెడ్డి మద్దతు
మేడిపల్లి పుడయం ప్రతినిధి
అక్టోబర్ 28

జవహర్ నగర్ డంపింగ్ యార్డ్ ను అక్కడి నుంచి తరలించాలి అనే డిమాండ్ తో బుద్ధవారం మల్లాజిగిరి పాదయాత్రలో చేపట్టిన శ్రీ ఈటెల రాజేందర్ చేపట్టిన పాదయాత్రకు మిర్జాపూర్ కా ర్పొరేషన్ బీజేపీ మాజీ అధ్యక్షులు నమిలికొండ అనిల్ రెడ్డి మద్దతు తెలిపారు. ఎదులాబాద్ నుంచి జవహర్ నగర్ వరకు నిర్వహిస్తున్న ఈ పాదయాత్రలో ఆయన పాల్గొన్నారు. నాలుగు రోజుల పాటు కొనసాగనున్న ఈ పాదయాత్ర ఎదులాబాద్ లో ప్రారంభమై ఘటికేసర్, రాంపల్లి, కీసర్, దమ్మాయిగూడ మీదుగా శుక్రవారం జవహర్ నగర్ కు చేరుకోనుంది. ఈ సందర్భంగా ఈటెల రాజేందర్

మాట్లాడుతూ..... జవహర్ నగర్ డంపింగ్ యార్డ్ కారణంగా చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల్లో సుమారు 10 నుంచి 15 కిలోమీటర్ల మేర దూరానను వ్యాపిస్తోందని, భూగర్భ జలాలు కలుషితమవుతున్నాయని, స్థానిక ప్రజలు వివిధ అనారోగ్య సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారని పేర్కొన్నట్లు తెలిపారు. ప్రజల ఆరోగ్యం, పర్యావరణ పరిరక్షణను దృష్టిలో ఉంచుకుని ప్రభుత్వం తక్షణమే స్పందించాలని, జవహర్ నగర్ డంపింగ్ యార్డ్ ను అక్కడి నుంచి తరలించి మరో ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేయాలని, ప్రజల రాజేందర్ డిమాండ్ చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. స్థానిక ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారం చూపాలని, ప్రజల ఆరోగ్య కి ముప్పు కలగకుండా ప్రభుత్వం తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఈ పాదయాత్ర ద్వారా డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఈ పాదయాత్రలో బీజేపీ నాయకులు కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

బొమ్మ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ను కలిసిన కాంగ్రెస్ నాయకులు



కుత్బుల్లాపూర్, అక్టోబర్ 28 (పుడయం ప్రతినిధి). అల్ ఇండియా కాంగ్రెస్ కమిటీ (ఐసీసీ) అధ్యక్షుల సంచలన 1వ తేదీన ఢిల్లీలోని చారిత్రాత్మక రాంలి మైదానంలో భారీ ఎత్తున జరగబోయే ఓట్ల బహిష్కారం - డిక్లరేషన్ ద్వారా కార్యకర్తలను డివిజన్ కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం నుండి భారీగా క్యాండ్ తరలివెళ్లించి, ఈ ధర్మాను విజయవంతం చేసేందుకు కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గ ఇంచార్జి కోల్ సీ హన్మంత్ రెడ్డి, డి.బీ.ఎస్. మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి నర్మ భూపతి రెడ్డి కలిసి ఢిల్లీలోని అధ్యక్షులు బొమ్మ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి అందజేశారు. కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలో పార్టీ బలోపేతం, ఢిల్లీ ధర్మాను సంబంధించిన వివాదాన్ని ఢిల్లీలోని అధ్యక్షులకు తెలియజేశారు. కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం నుండి కాంగ్రెస్ శ్రేణులు పెద్ద ఎత్తున తరలివచ్చి డివిజన్ విజయవంతం చేస్తామని ఈ సందర్భంగా నాయకులు ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు, ముఖ్య కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

నీరుడు సర్వేష్ ముదిరాజ్ ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ రక్షణ సేనలో చేరిన నరసింహారెడ్డి

● BRSకు గుడ్ బై.. తెలంగాణ రక్షణ సేనలోకి నరసింహారెడ్డి!

● 123వ డివిజన్ హైదర్ పూర్ లో నుంచి ప్రతి గడపకు పచ్చ జెండా పంచజన్యం

గండిపేట్, అక్టోబర్ 28 (పుడయం):

బీఆర్ఎస్ పార్టీని వీడిన నరసింహారెడ్డి, నీరుడు సర్వేష్ ముదిరాజ్, నవీన్ గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీలో చేరారు. రాజేంద్రనగర్ నియోజకవర్గం పరిధిలోని 123వ డివిజన్ హైదర్ పూర్ లో గ్రామం నుంచి పార్టీ పచ్చ జెండా పంచజన్యాన్ని ప్రతి గడపకు తీసుకెళ్లమని ఈ సందర్భంగా పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ ఆశయాలు, లక్ష్యాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడంలో పాటు గ్రామస్థాయిలో పార్టీని బలోపేతం చేసేందుకు కృషి చేస్తామని తెలిపారు. నియోజకవర్గంలోని ప్రజలతో మమేకమవుతూ వారి సమస్యలను



తెలుసుకుని, ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండే విధంగా ముందుకు సాగుతామని నాయకులు పేర్కొన్నారు. హైదర్ పూర్ లో గ్రామంలో పాటు 123వ డివిజన్ పరిధిలో పార్టీ కార్యకలాపాలను విస్తృతం చేయడానికి కృషి చేస్తామని తెలిపారు. పార్టీ సిద్ధాంతాలను ప్రజలకు వివరించి, ప్రతి ఇంటికి తెలంగాణ రక్షణ సేన సందేశాన్ని చేరవేయడమే తమ లక్ష్యమని వెల్లడించారు. తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షలు, రాష్ట్ర ఆత్మగౌరవం, ప్రజల హక్కుల పరిరక్షణకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ ముందుకు సాగుతామని పేర్కొన్నారు. రాబోయే రోజుల్లో నాయకులు, కార్యకర్తల సహకారంతో డివిజన్ లో పార్టీ కార్యకలాపాలను మరింత విస్తరించేందుకు కృషి చేస్తామని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా "జై తెలంగాణ.. జై కవితమ్మ" అంటూ నినాదాలు చేస్తూ తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ లక్ష్యాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లమని పేర్కొన్నారు.

న్యూసెన్స్ కు పాల్పడిన ముగ్గురికి

స్వచ్ఛభారత్ పనిష్కెంట్

న్యూసెన్స్ కు పాల్పడిన ముగ్గురికి స్వచ్ఛభారత్ పనిష్కెంట్

-కోర్టు ఆదేశాలతో గంటసేపు పాల్పడ్డ పనులు

-మేడిపల్లి పోలీసుల చర్య

మేడిపల్లి పుడయం ప్రతినిధి

అక్టోబర్ 28.

పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో బహిరంగ ప్రదేశాల్లో న్యూసెన్స్ కు పాల్పడిన ముగ్గురు వ్యక్తులకు న్యాయస్థానం స్వచ్ఛభారత్ పనిష్కెంట్ విధించింది. న్యూసెన్స్ కు పాల్పడితే చట్టపరమైన చర్యలు తప్పవని ఈ ఘటన మరొకసారి స్పష్టం చేస్తోంది. వివరాల్లోకి వెళితే, మేడిపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో న్యూసెన్స్ కు పాల్పడిన బి. సరేష్ (27), జి. కరుణాకర్ (34), ఎం. శ్రీనివాస్ (36), ముగ్గురు పై పోలీసులు కేసులు నమోదు చేశారు. అనంతరం వారిని న్యాయస్థానం ముందు హాజరుపరిచారు.



ఈ కేసులను విచారించిన న్యాయమూర్తి, సదరు వ్యక్తులు గంటసేపు స్వచ్ఛభారత్ కార్యక్రమంలో పాల్గొని పాల్పడ్డ పనులు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. దీంతో న్యూసెన్స్ కు పాల్పడిన వారికి స్వచ్ఛభారత్ పనిష్కెంట్ విధించినట్లుంది. ప్రజలకు ఇబ్బందులు కలిగించే విధంగా న్యూసెన్స్ కు పాల్పడితే చట్టప్రకారం చర్యలు తీసుకుంటామని మేడిపల్లి సిఐ జలీందర్ రెడ్డి తెలిపారు.

ఘనంగా మాజీ కౌన్సిలర్ నర్రారెడ్డి

శ్రీనివాస్ రెడ్డి జన్మదిన వేడుకలు

దుండిగల్, అక్టోబర్ 28 (పుడయం ప్రతినిధి).

కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం, దుండిగల్ సర్పంచి భారంపేట్ మాజీ కౌన్సిలర్ నర్రారెడ్డి శ్రీనివాస్ రెడ్డి పుట్టినరోజు సందర్భంగా మేడర్ల జిల్లా బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు, ఎమ్మెల్యే శరీఫ్ రాజా స్వామిని వారి నివాసంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి ఆశీస్సులు తీసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా

శరీఫ్ రాజా స్వామి శ్రీనివాస్ రెడ్డిని శాలువాతో సత్కరించి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మేడర్ల జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ మాజీ చైర్మన్ నాగరాజు యాదవ్, పీవీఎస్ చైర్మన్ బాల్ రెడ్డి, బీఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు జిన్నారం వెంకటేశ్, బాలకృష్ణ రెడ్డి, పోలీస్ గౌండ్ రెడ్డి, మురళి యాదవ్, విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి, సంతోష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థలో బియ్యం సరఫరా, పంపిణీ సకాలంలో వూర్తి చేయాలి

-రంగారెడ్డి జిల్లా

ప్రతిరోజు బియ్యం నిల్వల వివరాలు తప్పనిసరిగా నవీకరించాలి ఎంఎల్ఎస్ పాయింట్ల ఇన్చార్జులకు అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) కె. చంద్రారెడ్డి ఆదేశాలు

దీనిని ప్రభుత్వం బియ్యానికి పెరిగే డిమాండ్ ను దృష్టిలో ఉంచుకొని ముందస్తు ప్రణాళికాత్మకంగా పాల్పడితే కరెన్ చర్యలు.. ఆసక్తికర తనిఖీలు నిర్వహిస్తాం

బుద్ధవారం అదనపు కలెక్టర్ ఛాంబర్లో అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) కె. చంద్రారెడ్డి, E.OED ఆధ్వర్యంలో జిల్లాలోని అన్ని ఎంఎల్ఎస్ (MLS) పాయింట్ల ఇన్చార్జులతో సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థకు సంబంధించిన బియ్యం తరలింపు, నిల్వలు, పంపిణీ, రోజువారీ స్టాక్ వివరాల నిర్వహణపై సమీక్షించి, సంబంధిత అధికారులకు పలు కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలోని అన్ని ఎంఎల్ఎస్ పాయింట్ల నుంచి బియ్యం తరలింపు ప్రక్రియను నిర్దిష్ట గడువులోగా పూర్తి చేయాలని, ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థకు సంబంధించిన సరఫరా, పంపిణీ కార్యక్రమాల్లో ఎలాంటి జాప్యం జరగకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. బియ్యం తరలింపును నిర్దేశించిన షెడ్యూల్ ప్రకారం సకాలంలో అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) కె. చంద్రారెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు.

చివరకు ప్రకారం నిర్వహిస్తూ, సంబంధిత రేషన్ దుకాణాలకు సకాలంలో బియ్యం చేరాలా సమస్యలను చేసుకోవాలని సూచించారు. ప్రజలకు అవసరమైన బియ్యం అందుబాటులో ఉండేలా సరఫరా వ్యవస్థను నిరంతరం పర్యవేక్షించాలని స్పష్టం చేశారు. ప్రతి ఎంఎల్ఎస్ పాయింట్ లో ప్రతిరోజూ బియ్యం నిల్వల వివరాలను తప్పనిసరిగా నవీకరించాలని, రోజువారీ స్టాక్ వివరాలను సంబంధిత రికార్డుల్లో నమోదు చేయాలని ఆదేశించారు. గోదాముల్లో అందుబాటులో ఉన్న బియ్యం నిల్వలు, వచ్చిన సరుకు, తరలింపున సరుకు, మిగిలి నిల్వల వివరాలను ఎప్పటికప్పుడు సరిచూసుకోవాలని తెలిపారు. స్టాక్ వివరాలు, రికార్డులు, వాస్తవ నిల్వల మధ్య ఎలాంటి వ్యత్యాసాలు ఉండకూడదని, ప్రతిరోజు నిల్వల వివరాలను సమగ్రంగా నిర్వహించాలని సూచించారు.



కుత్బుల్లాపూర్, అక్టోబర్ 28 (పుడయం ప్రతినిధి). అల్ ఇండియా కాంగ్రెస్ కమిటీ (ఐసీసీ) అధ్యక్షుల సంచలన 1వ తేదీన ఢిల్లీలోని చారిత్రాత్మక రాంలి మైదానంలో భారీ ఎత్తున జరగబోయే ఓట్ల బహిష్కారం - డిక్లరేషన్ ద్వారా కార్యకర్తలను డివిజన్ కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం నుండి భారీగా క్యాండ్ తరలివెళ్లించి, ఈ ధర్మాను విజయవంతం చేసేందుకు కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గ ఇంచార్జి కోల్ సీ హన్మంత్ రెడ్డి, డి.బీ.ఎస్. మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి నర్మ భూపతి రెడ్డి కలిసి ఢిల్లీలోని అధ్యక్షులు బొమ్మ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి అందజేశారు. కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలో పార్టీ బలోపేతం, ఢిల్లీ ధర్మాను సంబంధించిన వివాదాన్ని ఢిల్లీలోని అధ్యక్షులకు తెలియజేశారు. కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం నుండి కాంగ్రెస్ శ్రేణులు పెద్ద ఎత్తున తరలివచ్చి డివిజన్ విజయవంతం చేస్తామని ఈ సందర్భంగా నాయకులు ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు, ముఖ్య కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

IN THE COURT OF HON'BLE Xth ADDL JUDICIAL MAGISTRATE OF FIRST CLASS, MEDCHAL-MALKAJGIRI DISTRICT, AT: KUKATPALLY O.S. NO. 443 OF 2026

Between : Smt. Prathapagiri Bhramaramba & others

AND 1. The Tahsildar, Kukatpally, Medchal Malkajgiri District, Telangana State.

2. To All Concerned

..... Defendants

PUBLIC NOTICE That the above named plaintiffs filed the above suit for declaration to declare them as legal heirs of deceased Late Mr. Prathapagiri Venkata Narasiah who was died intestate on 03-08-2025, due to ill-health by leaving behind the petitioners as his legal heirs the above O.S. is pending before the Hon'ble Xth ADDL JUDICIAL MAGISTRATE OF FIRST CLASS, MEDCHAL-MALKAJGIRI DISTRICT, AT KUKATPALLY, and the above suit is posted on 16.11.2026 for any objections.

If any person/s is/are having any objections he/she may appear before the Hon'ble court on 16.11.2026 at 10.30 A.M. either in person or through an advocate failing which the matter will be decided as per law in your absence.

//By the order of the Hon'ble court//

Sd/- K.V. SRINIVASA RAO

V V LAW ASSOCIATES ADVOCATES & Associates 1st Floor, Scion Park View Apartment, Kukatpally, Telangana State. Ph: 8317598245.

..... Defendants

1. The Tahsildar, Amberpet Mandal, Hyderabad District.

2. All Concerned

..... Defendants

To, All Concerned

Whereas the Plaintiffs herein have instituted the above Suit OS No. 3312 of 2026 for declaration, to declare that the plaintiffs are the only legal heirs of the deceased SRI LATE VENU and the above suit is posted to 13.11.2026 for appearance of the Defendant No. 2. Take notice that, if anybody is/are having objections, they may appear before in the Court of the Hon'ble XIX Addl Junior Civil Judge, City civil court at Hyderabad on. 13.11.2026 at 10.30 a.m. either in person or through a counsel duly instructed, failing which the matter will be decided on merits.

// BY ORDER OF THE COURT //

Sd/- Kore Vishwanath Advocate

Fiat No. 508, KKR Golden Enclave Apts, Ambience Fort Road, Beside RS Brothers, Pillar No. 125, PVNR Express Way, Athapur, Hyderabad-500 048. Ph: 9848027536

IN THE COURT OF THE HON'BLE XIX ADDL JUNIOR CIVIL JUDGE, CITY CIVIL COURT AT HYDERABAD OS. No. 3312 of 2026

Between : 1. Smt. V. Anitharani, W/o. Late Venu, Aged. 53 Years, Occ: House Wife, R/o. H.No 2-2-474/6/2, Buruju Gally, Hyderabad District, T.S.500013.

2. Smt. Vishwabrahmin Prathyusha D/o Late Venu, Aged. 34 Years, Occ: House Wife, R/o. H.No 2-2-474/6/2, Buruju Gally, Hyderabad District, T.S.500013.

3. Smt. Vishwabrahmin Maneesha D/o Late Venu, Aged. 33 Years, Occ: House Wife, R/o. H.No 2-2-474/6/2, Buruju Gally, Hyderabad District, T.S.500013.

4. Smt. Vishwabrahmin Srinivasa Mudiraj, Vanniguda Village, Kesara Mandal, Ranga Reddy District, Telangana.

5. The Tahsildar, Medipally Mandal, M.M. District.

6. All Concerned

..... Defendants

Whereas the plaintiffs have instituted the above suit to declare them as only surviving legal heirs of Late K. Satyam S/o. K. Mankaiiah who died on 14-12-2015 and K. Shanitha Bai W/o. K. Satyam who died on 12-08-2011. You are hereby summoned to appear in this court in person or by a pleader duly instructed and able to answer all material questions relating to suit or who shall be accompanied by some person able to answer all such questions on the 30-10-2026, at 10.30 a.m. in the to answer claim and of your defense and to produce on said day all documents in your possession or power upon which you base your defence. Take notice that in default of your appearance on the day before mentioned the suit will be heard and determined in your absence as ex parte

// BY ORDER OF THE COURT //

Sd/- M/s. D.RAVALI Advocates

#H.No 13-117, Srisri Nagar Colony, Near Sparg Concept School, Uppal, Hyderabad 39. Mobile No.94920 51742

Counsel for the Petitioner/Plaintiff

IN COURT OF THE HON'BLE II ADDL JUNIOR CIVIL JUDGE CUM VI ADDL JUDICIAL MAGISTRATE OF FIRST CLASS, MEDCHAL MALKAJGIRI DISTRICT : AT : MEDIPALLY O.S.No. 404 OF 2026

Between : 1. K. Praveen Kumar, S/o. Late K. Satyam, Aged about 41 years, Occ: Pvt. Employee, R/o.H.No. 14-79, Swaroop Nagar Colony, Uppal, erstwhile R.R.District, M.M. District. Plaintiffs

AND 1. K. Praveen Kumar, S/o. Late K. Satyam, Aged about 37 years, Occ: Pvt. Employee, R/o.H.No.50/32, Raghavan Colony, Chennai, Presently residing at C/o. Kukkaduvu Srinivasa Mudiraj, Vanniguda Village, Kesara Mandal, Ranga Reddy District, Telangana.

2. The Tahsildar, Medipally Mandal, M.M. District.

3. All Concerned

.....Defendants

Whereas the plaintiffs have instituted the above suit to declare them as only surviving legal heirs of Late K. Satyam S/o. K. Mankaiiah who died on 14-12-2015 and K. Shanitha Bai W/o. K. Satyam who died on 12-08-2011. You are hereby summoned to appear in this court in person or by a pleader duly instructed and able to answer all material questions relating to suit or who shall be accompanied by some person able to answer all such questions on the 30-10-2026, at 10.30 a.m. in the to answer claim and of your defense and to produce on said day all documents in your possession or power upon which you base your defence. Take notice that in default of your appearance on the day before mentioned the suit will be heard and determined in your absence as ex parte

// BY ORDER OF THE COURT //

Sd/- M/s. D.RAVALI Advocates

#H.No 13-117, Srisri Nagar Colony, Near Sparg Concept School, Uppal, Hyderabad 39. Mobile No.94920 51742

Counsel for the Petitioner/Plaintiff

IN THE COURT OF THE X JUNIOR CIVIL JUDGE: CITY CIVIL COURT AT HYDERABAD O.S.No. 3304 OF 2026

Between : 1. Smt. Dandi Pavani, W/o late Dandi Suresh, Aged about 52 years, Occ: House Hold, 2. Ms. Dhandi Jyothsna, D/o late Dandi Suresh, Aged about 26 years, Occ: Student, 3. Ms. Dhandi Shalini, D/o late Dandi Suresh, Aged about 25 years, Occ: Student, 4. Ms. Dhandi Sreemayee, D/o late Dandi Suresh, Aged about 20 years, Occ: Student, 5. Dhandi Ritvik Ram, D/o late Dandi Suresh, Aged about 17 years, Occ: Student, Minor, through her Natural Mother & Guardian, Smt. Dandi Pavani (Plaintiff No.1) All R/o H.No.3-6-72/16, Basheerbagh, Himayathnagar, Hyderabad-500 029

AND 1. Tahsildar, Himayathnagar Mandal, Hyderabad District.

2. All Concerned

.....DEFENDANTS

NOTICE TO THE GENERAL PUBLIC It is hereby notified that the above-named plaintiffs have filed the above suit seeking a declaration of their status as the legal heirs of Late Dandi Suresh, limited to their legal status as such. The Hon'ble Court has permitted the plaintiffs to issue notice to the general public by way of publication. The matter is posted to 13-11-2026 for appearance of any person having objections to the declaration sought by the plaintiffs. Therefore, any person having an objection to the said declaration may appear before the Hon'ble X Junior Civil Judge, City Civil Court, Hyderabad, on 13-11-2026 at 10.30 A.M., and submit their objections. In default of appearance, the matter will be proceeded with in accordance with law.

// BY ORDER OF THE COURT //

Sd/- ALENOOR SRINIVAS ADVOCATE

MURTHY, Advocates H.No. 3-6-67 & 68, Ground Floor, BN Reddy Towers, Avanthi Nagar, Basheerbagh, Hyderabad- 500029. Cell: 9440085308

IN THE COURT OF THE X JUNIOR CIVIL JUDGE: CITY CIVIL COURT AT HYDERABAD O.S.No. 3331 OF 2026

Between : 1. Smt. D.R. Veena Ramesh, W/o late D.R. Ramesh, Aged about 53 years, Occ: House Hold, 2. Mr. Dhandi Ramaswamy Siddhanth, S/o late D.R. Ramesh, Aged about 26 years, Occ: Student, 3. Mr. Dhandi Ramaswamy Om Kirithi Kanth, S/o late D.R. Ramesh, Aged about 25 years, Occ: Student, 4. Ms. Dhandi Ramaswamy Pranavi, D/o late D.R. Ramesh, Aged about 17 years, Minor, Occ: Student, Represented by her natural Guardian & mother Smt. D.R. Veena Ramesh (Plaintiff No.1) All R/o H.No.3-6-72/16, Basheerbagh, Himayathnagar, Hyderabad-500 029

AND 1. Tahsildar, Himayathnagar Mandal, Hyderabad District.

2. All Concerned

.....DEFENDANTS

NOTICE TO THE GENERAL PUBLIC It is hereby notified that the above-named plaintiffs have filed the above suit seeking a declaration of their status as the legal heirs of Late D.R. Ramesh, limited to their legal status as such. The Hon'ble Court has permitted the plaintiffs to issue notice to the general public by way of publication. The matter is posted to 13-11-2026 for appearance of any person having objections to the declaration sought by the plaintiffs. Therefore, any person having an objection to the said declaration may appear before the Hon'ble X Junior Civil Judge, City Civil Court, Hyderabad, on 13-11-2026 at 10.30 A.M., and submit their objections. In default of appearance, the matter will be proceeded with in accordance with law.

// BY ORDER OF THE COURT //

Sd/- ALENOOR SRINIVAS, ADVOCATE

MURTHY, Advocates H.No. 3-6-67 & 68, Ground Floor, BN Reddy Towers, Avanthi Nagar, Basheerbagh, Hyderabad- 500029. Cell: 9440085308

IN THE COURT OF THE HON'BLE VITH ADDITIONAL JUNIOR CIVIL JUDGE-CUM- VI ADDITIONAL J.M.F.C.: RANGA REDDY DISTRICT: AT: L.B. NAGAR O.S.No. 764 OF 2026

Between : 1. SMT. GUNDARAW KRISHNA KUMARI, W/o Late Prakash Gundawar, Aged: 65 Years, Occ: House wife, R/o H-No 11-13-608/2, Haripuri Colony-2, R.K Puram, SaroorNagar, Ranga Reddy District-500035.

2. SMT. GUNDARAW PRIYANKA, D/o Late Prakash Gundawar, W/o Aged: 38 Years, Occ: House wife, R/o H-No 11-13-608/2, Haripuri Colony-2, R.K Puram, Sar



టాటా గ్రూప్‌ను నాశనం చేస్తున్నారు. దీని గురించి ఏ వ్యాపారి మాట్లాడే ధైర్యం చేయలేకపోతున్నారు. టాటా గ్రూప్ సామాజిక నిబద్ధతను, యాజమాన్య విధానాలను పరిరక్షించాల్సిన అవసరం ఉంది. ట్రస్టీస్ బలహీనపరిస్తే గ్రూప్ కంపెనీలు, వాటిపై ఆధారపడిన ఉద్యోగుల భవిష్యత్ ప్రమాదంలో పడుతుంది. ఇంత జరగుతున్నా.. ఏ వ్యాపారి వేత్త కూడా ఒక్క మాట మాట్లాడటానికి సాహసించట్లేదు.

- రాహుల్ గాంధీ, కాంగ్రెస్ అగ్రనేత

సంపాదకీయం

గత ఏడాది కాలంలో పెట్రోల్, డీజిల్ ధరలు, వంట గ్యాస్ ధరలు, పాల ధరలు పెరగడం ప్రజలపై అదనపు భారాన్ని మోపింది. బియ్యం, పప్పులు, వంట నూనెలు, కూరగాయల ధరలు కూడా కుటుంబ బడ్జెట్ ను తలకిందులు చేస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా ఉల్లిపాయలు వంటి నిత్యావసర కూరగాయల ధరల్లో స్వల్పకాలంలోనే భారీ మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. మార్కెట్లో ధరల హెచ్చుతగ్గులు సాధారణమైనవే అయినా, వాటి ప్రభావాన్ని భరించాల్సి వస్తున్నది మాత్రం పరిమిత ఆదాయంతో జీవించే కుటుంబాలి. పేద, మధ్యతరగతి కుటుంబాల ఆదాయంలో అధిక భాగం ఆహారం, రవాణా, వైద్యం, విద్య, ఇంటి అద్దె వంటి కనీస అవసరాలకే ఖర్చవుతుంది. ఈ రంగాల్లో ధరలు పెరిగితే ఇతర అవసరాలకు ఖర్చు చేయడానికి అవకాశం తగ్గిపోతుంది. పిల్లల చదువు, కుటుంబ ఆరోగ్యం, భవిష్యత్ కోసం పొదుపు చేయడం కష్టమవుతుంది. చివరకు అప్పులపై ఆధారపడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. రష్యా నుంచి రాయితి ధరలకు ముడి చమురు దిగుమతి చేసుకున్నప్పటికీ ఆ ప్రయోజనం వినియోగదారులకు ఎంతవరకు చేరింది? అంతర్జాతీయంగా ముడి

ధరల మంటలో సామాన్యుడి విలవిల

చమురు ధరలు తగ్గినప్పుడు దేశీయంగా పెట్రోల్, డీజిల్ ధరలు తగ్గకపోవడానికి కారణాలేమిటి? ఈ ప్రశ్నలకు ప్రభుత్వం సృష్టమైన సమాధానం చెప్పాలి. చమురు ధరలపై కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు విధించే పన్నుల భారం కూడా సమీక్షించాలి. ఎందుకంటే ఇంధన ధరలు రవాణా ఖర్చుల ద్వారా దాదాపు అన్ని పన్నుల ధరలను ప్రభావితం చేస్తాయి ఈ మార్పులు కనిపించనప్పుడు వృద్ధి గణాంకాలు మాత్రమే ప్రజలకెక్కినానని తీర్పులేవు. ఉపాధి రంగంలో నెలకొన్న పరిస్థితులు మరింత ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా యువత, మహిళలు ఉద్యోగాల కోసం తీవ్రంగా పోటీపడుతున్నప్పటికీ తగిన అవకాశాలు లభించడం లేదు. అసంపూర్ణ రంగం, కాంట్రాక్టు ఉద్యోగాలు, చిన్న ప్రైవేటు సంస్థల్లో పనిచేసేవారికి వేతనాల పెంపు అంతంతమాత్రంగానే ఉంది. కాబట్టి అధిక విధానాల లక్ష్యం కేవలం వృద్ధి రేటును పెంచడమే కాకుండా, వీన్నే త స్థాయిలో ఉపాధిని కల్పించడం, ప్రజల ఆదాయాలను మెరుగుపరచడం కావాలి. ధరల

పెరుగుదలను నియంత్రించేందుకు రిజర్వ్ బ్యాంక్ వడ్డీ రేట్లను పెంచే విధానం అనుసరిస్తుంది . ఆహార దానాలు, పప్పులు, వంట నూనెలు, కూరగాయల సరఫరాను నిరంతరం పర్యవేక్షించాలి. అవసరమైన పన్నుల బంధన నిల్వలను సమర్థంగా వినియోగించి, కొరత ఏర్పడినప్పుడు తగిన చర్యలు చేపట్టాలి. అధిక నిల్వలు పెట్టి కృత్రిమ కొరత సృష్టించే వ్యాపారులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి. మార్కెట్లో పోటీని దెబ్బతీసే గుఠాధిపత్యాలు, కార్టెల్ కార్యకలాపాలను అరికట్టాలి. ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థను మరింత బలోపేతం చేసి, అర్హులైన కుటుంబాలకు లియ్యం, గొడ్డుమీలు, పప్పులు వంటి అవసర వస్తువుల ఆహార పదార్థాలను అందుబాటు ధరలకు సరఫరా చేయాలి. రైతులకు గిట్టుబాటు ధరలు కల్పిస్తూనే వినియోగదారులకు సరసమైన ధరలకు సరుకులు అందేలా ఉత్పత్తిదారులు, వినియోగదారుల మధ్య సరఫరా వ్యవస్థను మెరుగుపరచాలి. ఎల్ఎస్సీ వంటి వాతావరణ ముప్పులు ఎదురయ్యే పరిస్థితుల్లో పంటల బీమా, సాగునీరు,

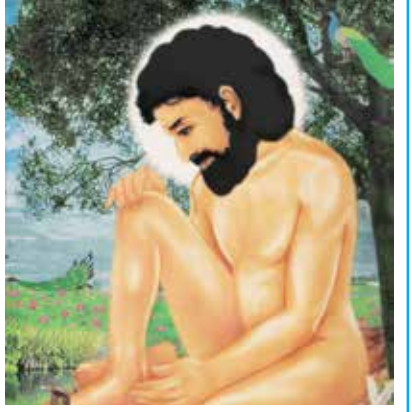
వే'మన' పద్యం

కర్మమధికమయిన గడచిపోవగరాదు

ధర్మరాజు తెచ్చి తగని చోట

గంకుభట్టుచేసి గలుగుటా దైవము

విశ్వదాభిరామ వినురవేమ



రచనలు పంపండి

పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రోత్సాహంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం వ్రుటకు రాజకీయ అధిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలను, సంచారక లేఖలను 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

పొదుపే రక్షణ.. నేటి భద్రత.. రేపటి భవిష్యత్తు!

ఆర్థిక క్రమశిక్షణే సుఖమయ జీవితానికి మార్గం
పొదుపు అనే పదం మనం తరచుగా వింటూ ఉంటాం.. వాడుకగా ఉంటాం.. కానీ దాని గూర్చి అంతగా ఆలోచించం. ఆదాయం తగ్గిపోయి జేబులో డబ్బులు నిండుకున్నప్పుడు మాత్రమే పొదుపు, దుబారా లాంటి మాటలు గుర్తుకొస్తాయి. ఆ తర్వాత పదా మహిమలే, నిజానికి డబ్బు అవసరం లేనివారు ఈ భూప్రపంచంలో బహుశా ఎవరూ ఉండరు. ప్రతి ఒక్కరికీ ధనం అవసరం. దానికోసం రకరకాల మార్గాలు అన్వేషిస్తారు. ఏదో ఒక విధంగా సంపాదించాలి.. నాలుగు రాళ్ళు వెనకేసుకోవాలి.. రేపటి అవసరాల కోసం దాచుకోవాలి. ఇది అందరిలో ఉండే ఆరాటమే. దీన్నే ముందుచూపు అంటారు. భవిష్యత్తు అవసరాల కోసం ప్రస్తుత ఆదాయం నుంచి కొంత భాగం ఖర్చు పెట్టకుండా దాచుకోవడాన్ని పొదుపు అంటారు. పొదుపును నిర్ణయించే ప్రధాన కారకం ఆదాయం. ఆదాయం అధికంగా ఉంటే సాధారణంగా పొదుపు కూడా ఎక్కువగానే ఉంటుంది. అందుకే ఇదాయానికి, పొదుపుకు అవినాభావ సంబంధం ఉందంటారు. తక్కువ ఆదాయం ఉన్నవారికి, వారికి లభించే కొద్దిపాటి సొమ్ము వారి అవసరాలు తీర్చుకోవడానికే సరిపోతుంది. దాంతో అవసరాలు తీరిన తర్వాత మిగిలే పొదుపు చాలా స్వల్పంగానే ఉంటుంది. సాధారణ వాడుకలో పొదుపు అంటే తమ సంపాదనలో డబ్బును ఖర్చు పెట్టకుండా అట్టిపెట్టుకోవడం. ఆర్థిక శాస్త్ర పరిభాషలో చెప్పాలంటే ఆదాయంలో వినియోగం పోగా మిగిలించి పొదుపు. ఇంకా సులువుగా చెప్పడానికి అర్థమైన తగ్గించుకోవడం.. మరి ముఖ్యంగా దుబారా ఖర్చులను ఆదుపు చేయడం. పెట్టుబడులలో స్థైర్య భయం ఉంటుందే కనుక ధనాన్ని ఖర్చు చేయకుండా ఉంచుకోవడమే పొదుపునకు సరైన అర్థం. వ్యాపారాధికంగా పొదుపు ఒక విధమైన ఆలోచనా విధానం, జీవన విధానం

కూడా! అయితే, పిల్లకి బిచ్చం వేయనంత పిసిసారిగా మారకూడదు. అసలు డబ్బు ఎందుకు అనే విషయంలో ఒక స్పష్టత ఉండాలి. జీవిత అవసరాలకా.. దుబారాలకా.. విలాసాలకా, తరువాతి తరాలకా.. ఇలా రకరకాల కారణాలతో సంపాదన వైపు దృష్టిపారినారు. చాలామంది సంపాదించినా నిలబెట్టుకోలేదు. ఎక్కువ సంపాదించే వారైనా, తక్కువ సంపాదనపరులైనా, కొంతమందే అస్సలు కూడబెట్టుకోకుంటారు. దీనికి కారణం, సరైన ఆర్థిక ప్రణాళిక లేకపోవడమే. ఇట్లు గెలవాలి.. ఆర్థిక బాధ్యత పంచాలి కుటుంబంలో సంపాదించేవారు ఒక్కరైనా, అందరైనా.. ఆర్థిక ప్రణాళికలో అందరి భాగస్వామ్యం ఉంటే మంచిది. కుటుంబ సభ్యులందరిలోనూ, అనవసర వ్యయాల తగ్గించుకొని పొదుపు చేయాలన్న కోరిక ఉండాలి. దీనికోసం ఆర్థిక ప్రణాళిక ఎలా ఉండాలి తెలిసి ఉండాలి. ప్రతి ఇంట్లో బడ్జెట్ అనేది ఉంటుంది. ఆ మాటకొస్తే ప్రతి ఒక్కరికీ వ్యక్తిగతంగా జమా ఖర్చుల రెక్క ఉండాలి. వ్యక్తిగత ఖర్చులు, ఇంటి ఖర్చులు, బిల్లుల పాకెట్ మనీ ఇలా రకరకాల వ్యయాలంటాయి. అయితే కుటుంబ సభ్యులందరూ ఎవరికీ కేటాయించిన బడ్జెట్లో వాళ్ళు ఖర్చులు పెట్టుకొని, ప్రతి ఒక్కరూ అందులోనే పొదుపు చేయాలి.. చాలామంది పిల్లలకు పాకెట్ మనీ ఇస్తారు. కానీ ఎలా ఖర్చుపెట్టారో.. దేనికోసం ఖర్చుపెట్టారో వారికి తెలియదు. అందుకే వారికి పొదుపు పాఠాలు నేర్పాలి. పాకెట్ మనీ మొత్తం ఖర్చు చేయకుండా ఎలా ఆదా చేయాలి వారికి అవగాహన కల్పించాలి. తక్కువ పాకెట్ మనీ దాచుకోవడం అలవాటు అవుతుంది. అలాగని వారిని పిసిసారులుగా తయారు చేయకూడదు. ఇది చాలా ముఖ్యమైన విషయం. ఇలా చిన్నప్పటి నేర్పిన పొదుపు పాఠాలు.. చాలాటి భావి జీవితంలో ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. చాలామంది తల్లిదండ్రులు తమ ఆర్థిక లావాదేవీల గురించి పిల్లలకు చెప్పరు. ఇంటి ఆదాయం,



కు తెలియాలి. ప్రతి నెల కుటుంబానికి అయ్యే ఖర్చుల గురించి, అంటే నెలవారీ ఇంటి బడ్జెట్ గురించి వారితో చర్చిస్తే మంచిది. ఇంటి జమా ఖర్చుల విషయంలో వారి సలహాలు తీసుకుంటే ఇంకా మంచిది. దీనిపట్ల వారికి బాధ్యతలు తెలుస్తాయి. బడ్జెట్ రూపకల్పనలో వారి సలహాలు ఉపయోగంగా ఉండే అవకాశమూ ఉంది. డిజిటల్ యుగంలో తెలివైన కొనుగోళ్లు నేటి ఆదునికి కాలంలో డిజిటల్ విప్లవం పెరిగిన తర్వాత నిత్యావసర వస్తువుల నుంచి సకల సమస్తమూ వేలిముద్రల తోటే ఇంటిముందుకే వచ్చేస్తున్నాయి. అలా అని అవసరమైనవే, అవసరం లేనివే పది రకాల వస్తువులు చేరుతాయి. చాలామంది పిల్లలకు పాకెట్ మనీ ఇస్తారు. కానీ ఎలా ఖర్చుపెట్టారో.. దేనికోసం ఖర్చుపెట్టారో వారికి తెలియదు. అందుకే వారికి పొదుపు పాఠాలు నేర్పాలి. పాకెట్ మనీ మొత్తం ఖర్చు చేయకుండా ఎలా ఆదా చేయాలి వారికి అవగాహన కల్పించాలి. తక్కువ పాకెట్ మనీ దాచుకోవడం అలవాటు అవుతుంది. అలాగని వారిని పిసిసారులుగా తయారు చేయకూడదు. ఇది చాలా ముఖ్యమైన విషయం. ఇలా చిన్నప్పటి నేర్పిన పొదుపు పాఠాలు.. చాలాటి భావి జీవితంలో ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. చాలామంది తల్లిదండ్రులు తమ ఆర్థిక లావాదేవీల గురించి పిల్లలకు చెప్పరు. ఇంటి ఆదాయం,

విలువలకు భేదం కలిగించని షార్ట్ ఫిల్ములు, డిజిటల్ గేమ్స్ ఫ్లాస్ చేసుకోవాలి. వ్యక్తిత్వ వికాసానికి, నైతిక విలువలకు సంబంధించిన, విజ్ఞానం, వివేచన కలగలిసిన కార్టూన్లమాల రూపొందించుకోవాలి. అందరూ కలిసి దగ్గరలోని పార్కులో, పబ్లిక ఇయలు వైబ్ ప్రకాశంతంగా నడుచుకుంటూ వెళ్లి పల్లని సాయంత్రాన్ని ఆస్వాదించవచ్చు. ఒక బెజ్ ఆ ఫౌంటన్ ఇంట్లో వంట చేయకపోయినా, నచ్చిన ఆహారాన్ని పార్కెట్ లేదా ఫుడ్ యావల ద్వారా ఇంటికే తెప్పించుకోవచ్చు. ఇలా చేయడం పట్ల ఖర్చు సగానికి సగం ఖర్చితంగా తగ్గిపోతుంది. ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఇంట్లో అందరూ కలిసిమెలిసి ఆనందంగా సమయం గడిపినట్టూ ఉంటుంది. జీవితంలో పొదుపు.. ఒక రీతిలో సాధన అలాగే పొదుపునకు సంబంధించి పాటించవలసిన అంశాలు ఇంకా అనేకం ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు, దుస్తుల విషయంలో.. అవసరమన్నా, లేకపోయినా చాలామంది ఏదో ఒక సందర్భం సాకుతో కొత్త బట్టలు కొంటూ ఉంటారు. విద్యార్థులకు విద్యలలో కూడా కొత్త బట్టలు కొంటారు. గదుల్లో ఎవరూ లేకపోయినా ప్యాస్టరు తిరుగుతూనే ఉంటాయి.. రైల్వే వెలుగుతూనే ఉంటాయి.. నీటిని వృథా చేస్తారు.. మొత్తం రీచార్జిలు, డిటా వాడకం కూడా ఇంతే. అలాగే, పిల్లల చిన్న పనికీ వాహనాలు అతి పనికిరారు. ఇక్కడ కూడా అదే సూత్రం వర్తిస్తుంది. కొంతమంది అధికారాల వచ్చాయంటే చాలా డబ్బులు దుబారా చేస్తుంటారు. కుటుంబమంతా కలిసి బయటికితే చాలా ఖర్చవుతుంది. సినిమాలు, షికార్లు, హోటల్ భోజనం తదితని మెగా డబ్బులు. వివేచన మీస్ కాకుండానే, ఈ అనవసరపు ఖర్చును పొదుపు చేయాలంటే దానికోసం ఇంటినే ఒక వేదికగా మలచుకోనే ఉపాయం ఆలోచించాలి. కుటుంబ సభ్యులందరూ కలిసి చూడగలిగే మంచి సినిమాలు ఎవైనా ఉంటే ఇంట్లోనే ఓటీటీలు లేదా టీవీ ద్వారా చూసి ప్రయత్నం చేయాలి. ఏవిధంగానూ సభ్యత్వం,

అయితే ఈ పొదుపు సూత్రాలు పాటించడం మాటలు చెప్పుకున్నంత సులువేమీ కాదు. కానీ నిశ్చయంతో ప్రయత్నిస్తే కష్టసాధ్యమూ కాదు. మొదట బడ్జెట్ కొద్ది లే జాల్లోనే అద్భుత ఫలితాలు రావాలని ఆశించడం కూడా దగ్గరలోని పార్కులో, పబ్లిక ఇయలు వైబ్ ప్రకాశంతంగా నడుచుకుంటూ వెళ్లి పల్లని సాయంత్రాన్ని ఆస్వాదించవచ్చు. ఒక బెజ్ ఆ ఫౌంటన్ ఇంట్లో వంట చేయకపోయినా, నచ్చిన ఆహారాన్ని పార్కెట్ లేదా ఫుడ్ యావల ద్వారా ఇంటికే తెప్పించుకోవచ్చు. ఇలా చేయడం పట్ల ఖర్చు సగానికి సగం ఖర్చితంగా తగ్గిపోతుంది. ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఇంట్లో అందరూ కలిసిమెలిసి ఆనందంగా సమయం గడిపినట్టూ ఉంటుంది. జీవితంలో పొదుపు.. ఒక రీతిలో సాధన అలాగే పొదుపునకు సంబంధించి పాటించవలసిన అంశాలు ఇంకా అనేకం ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు, దుస్తుల విషయంలో.. అవసరమన్నా, లేకపోయినా చాలామంది ఏదో ఒక సందర్భం సాకుతో కొత్త బట్టలు కొంటూ ఉంటారు. విద్యార్థులకు విద్యలలో కూడా కొత్త బట్టలు కొంటారు. గదుల్లో ఎవరూ లేకపోయినా ప్యాస్టరు తిరుగుతూనే ఉంటాయి.. రైల్వే వెలుగుతూనే ఉంటాయి.. నీటిని వృథా చేస్తారు.. మొత్తం రీచార్జిలు, డిటా వాడకం కూడా ఇంతే. అలాగే, పిల్లల చిన్న పనికీ వాహనాలు అతి పనికిరారు. ఇక్కడ కూడా అదే సూత్రం వర్తిస్తుంది. కొంతమంది అధికారాల వచ్చాయంటే చాలా డబ్బులు దుబారా చేస్తుంటారు. కుటుంబమంతా కలిసి బయటికితే చాలా ఖర్చవుతుంది. సినిమాలు, షికార్లు, హోటల్ భోజనం తదితని మెగా డబ్బులు. వివేచన మీస్ కాకుండానే, ఈ అనవసరపు ఖర్చును పొదుపు చేయాలంటే దానికోసం ఇంటినే ఒక వేదికగా మలచుకోనే ఉపాయం ఆలోచించాలి. కుటుంబ సభ్యులందరూ కలిసి చూడగలిగే మంచి సినిమాలు ఎవైనా ఉంటే ఇంట్లోనే ఓటీటీలు లేదా టీవీ ద్వారా చూసి ప్రయత్నం చేయాలి. ఏవిధంగానూ సభ్యత్వం,



యం.డి. ఉప్పాసాని

“చదువులందు రాజపదవులందును పొడి మొదవులందు స్త్రీల పెదవులందు ఆశలుదుగునట్టి యద్యులు ముక్కులు విశ్వరాభిరామ వినుర వేమ!” వేమన పద్యంలోని భావం మనిషి ఆశలకు హద్దులు ఉండాలని, పదవులు, అస్సలు, భోగాలపై మితిమీరిన మోహం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, కుటుంబ ఆదాయంపై మింగేస్తే మాత్రం అది అభివృద్ధి కాదు.. చతనం!

ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మున్సిపల్ ఎన్నికలు, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు వంటి స్థానిక రాజకీయాల నేపథ్యంలో కనిపించే కొన్ని పోటీ ప్రచారం మనిషిని అంధిస్తుందని గుర్తుచేస్తుంది. ఆశ ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ ఆ ఆశాత్మాశగా మారి, మనిషిలోని విచక్షణను, మానవత్వాన్ని, క

పిల్లలో ఫ్లేట్ లెడ్స్ ఎందుకు తగ్గుతాయి?

ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే అస్సలు నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు



కొంతమంది పిల్లలకు ఏదైనా ఆరోగ్య పరీక్ష చేసినప్పుడు రక్తంలో ఫ్లేట్ లెడ్స్ తక్కువగా ఉన్నాయని బయటపడుతుంది. ఆ సమయంలో తల్లిదండ్రులు ఆందోళన చెందుతూ వస్తారు. ఇది ప్రమాదకరమైన సమస్య కాదు. సకాలంలో చికిత్స చేస్తే ఇది మందులకు లోంగ జబ్బే. సాధారణంగా రక్తంలో ఎర్ర రక్త కణాలు, తెల్ల రక్తకణాలు, ఫ్లేట్ లెడ్స్ ఉంటాయి. ఫ్లేట్ లెడ్స్ రక్తప్లావాన్ని నివారించి ప్రాణాలను కాపాడతాయి. ఆ ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గితే రక్తప్లావం జరుగుతుంది. ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గాయని చెప్పడానికే చాలామంది భయపడతారు. అంత

ఆందోళన అవసరం లేదు. మానవ రక్తంలో ప్రతి మైక్రో లీటర్ లో లక్ష నుంచి అయిదు లక్షల వరకు ఫ్లేట్ లెడ్స్ ఉంటాయి. వీటి సంఖ్య తగ్గితే కొన్ని లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. చర్మం నుంచి రక్తం కారుతుంది. పళ్ల కోడముకు నేపుడు రక్తం కారుతుంది. మూత్రంలో

రక్తం పడుతుంది. వాంతుల అయినప్పుడు రక్తం పడొచ్చు. ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే తప్పకుండా వైద్యులకు చూపించాలి. ఈ లక్షణాలు లేకపోయినా ఏదైనా రోగ నిర్ధారణ కోసం రక్త పరీక్ష చేసినప్పుడు ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గినట్లుగా గుర్తించినా వైద్య చికిత్స చేయించాలి.

ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గినప్పుడు ఆ రోగిలో ఎర్ర రక్తకణాలు, తెల్ల రక్తకణాల సంఖ్య ఎంత? రక్తహీనత ఉన్నదా? ఇన్ ఫెక్షన్ ఉన్నదా? ఎక్కువైన రక్తప్లావం జరుగుతున్నది? రక్తప్లావం ఎలా ఉంది? అనేవి నిర్ధారించుకున్నాక చికిత్స అందిస్తారు. వైరల్ ఇన్ ఫెక్షన్ వచ్చినప్పుడు ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గడం సాధారణమే. ఆ సమయంలో తెల్ల రక్త కణాలు కూడా తగ్గొచ్చు. ఇమ్మ్యూనిటీ కారణంగానూ ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గుతాయి. దీనిని ఇమ్మ్యూన్ థ్రాంబోసైటిస్ అంటారు. కొంతమందిలో ఏ కారణం లేకుండా ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గొచ్చు. కొంతమందిలో హెపటైటిస్, హెచ్ఐవి, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధుల వల్ల వ్యాధి నిరోధకత తగ్గొచ్చు.

ఇమ్మ్యూన్ థ్రాంబోసైటిస్ అంటూ ఉన్న పిల్లలు బాగానే ఉంటారు. ఫ్లేట్ లెడ్స్ కొంత పడివేలకు తక్కువస్థాయికి పడిపోతే రక్తప్లావం జరిగే ప్రమాదం ఉంది. వాళ్లకు ప్లాస్మిటలో చికిత్స చేయాల్సిన అవసరం ఉంటుంది. ఈ జబ్బుకు కారణాలను కొన్ని లక్షణాలు చూసి నిర్ణయానికి రాలేము. కొన్ని లక్షణాల ఆధారంగా నిర్ధారణకు రాకుండా అనేక లక్షణాలను పరిశీలించాలి. ఆరు నెలలలోపు పిల్లల్లో ఫ్లేట్ లెడ్స్ తక్కువగా ఉంటే వ్యాధి నిరోధకత వల్ల తగ్గాయా? లేక ఏదైనా

జన్మ సమస్య ఉన్నదా తెలుసుకునేందుకు పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. ఈ వ్యాధి బాధితులకు చికిత్స కోసం కార్యం, ఎముక మజ్జనూ పరీక్షించాల్సిన అవసరం రావచ్చు. ఫ్లేట్ లెడ్స్ తగ్గడానికే ఆందోళన చెందకుండా వైద్యుల సలహాలతో సకాలంలో చికిత్స చేయిస్తే ఈ సమస్యను తేలిగ్గా అధిగమించవచ్చు.

పెళ్ళీ, పిల్లలు తర్వాత మహిళల శరీరంలో అనేక మార్పులు మొదలవుతాయి. కానీ ఫిట్ నెస్ కోసం జిమికి వెళ్లడం, ఎక్సర్ సైజ్ చేయడానికి తమకుంటూ సమయమే దొరకదు. అలాంటివారి కోసం పాట, డ్యాన్స్ తో మీలోని చెమటతోపాటు ఒత్తిడిని బయటికి పంపేయొచ్చు... 'జంబా డ్యాన్స్' ద్వారా!

ఉన్నవారు కూడా దీన్ని స్ట్రోగా చేయవచ్చు. దీన్నే 'జంబా గోల్డ్' అంటారు. దీనివల్ల శరీర బరువుతో పాటు కండరాల నొప్పులు తగ్గుతాయి. రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. మనసుకి ప్రశాంతంగా అనిపిస్తుంది.

జంబాతో... జోష్!



జంబాలో జరుపుకునే ఎత్తక్కు రేడు, కష్టమైన ఎక్సర్ సైజ్ లు చేయక్కర్లేదు. డ్యాన్స్ రావాల్సిన అవసరమూ లేదు. శరీర భాగాలు అన్నింటిలో కదలికలు ఉండేలా పాటలు పెట్టుకుని సరదాగా డ్యాన్స్ చేయడమే. ఒంటరిగా కాకుండా గ్రూప్ గా చేసినప్పుడు మరింత ఉత్సాహం వస్తుంది. సాధారణంగా మహిళల్లో బిడీయం ఎక్కువగా ఉంటుంది, ఇలా అందరితో కలిసి డ్యాన్స్ చేయడంతో అది పోతుంది. మైగా కొత్త స్నేహితులూ పరిచయం అవుతారు.

దీనికోసం ఎక్కువ సమయం కేటాయించాల్సి వస్తోంది. రోజుకు గంట

చొప్పున, వారానికి 3 రోజులు చేసినా సరిపోతుంది. దీనివల్ల శరీరంలో గంటకు సుమారు 400 కెలోరీలు ఖర్చవుతాయి కానీ, అలసట తేలియదు. పాటలు, సైన్స్ లతో సరదాగా సాగిపోతుంది. జంబా అంటే వ్యాయామం మాత్రమే కాదు. ఇంట్లో పని, ఆఫీస్ ఒత్తిడితో అలసిపోయిన మహిళలకు ఇది మంచి రిలీఫ్. దీనివల్ల హార్ట్ స్ట్రెస్ విడుదలవుతాయి, అందువల్ల ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. ఇది చేయడానికి వయసుతో సంబంధం లేదు. 50 ఏళ్లు

రోజులా ఉత్సాహంగా ఉంటారు. మంచి నిద్ర కూడా పడుతుంది. వీసీడీ, వీసీఎస్ ఉన్న మహిళల్లో హార్ట్ వల్ల సమతుల్యతకు తోడ్పడుతుంది. జంబాలో పొట్టను, నడుమును ఎక్కువగా కదిలిస్తారు. దీంతో కోర్ కండరాలు బలపడతాయి. ఇది తెలివితే తర్వాత వచ్చే బెల్లినీ తగ్గించడానికి బాగా ఉపయోగపడుతుంది.

రక్తపోటుని తగ్గించే పండ్లు ఇవి!



చాలామంది మహిళలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలో ఒకటి అధిక రక్తపోటు. దీనివల్ల గుండె, కిడ్నీ ఆరోగ్యం దెబ్బతినకుండా ఉండాలంటే రోజువారీ

ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. రక్తనాళాల్లో పేరుకున్న కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గిస్తాయి. కాలియం, ఆక్సలైట్ వంటి మినరల్స్ మూత్రపిండంలో రాళ్లు ఏర్పడకుండా సహాయపడతాయి. అందుకే వీటిని రోజువారీ డైట్ లో చేర్చుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. వీటితోపాటు ఆహారంలో ఉప్పు తగ్గించడం,

క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామాలు చేయడం. ఆకుకూరలు, పప్పు ధాన్యాలు, తృణధాన్యాలను తీసుకోవాలి. బరువుని అదుపులో ఉంచుకోవాలి. ఇవన్నీ ఆరోగ్యకరమైన అలవాటే అయినప్పటికీ కిడ్నీ సమస్యలున్న వాళ్లు మాత్రం డాక్టర్ ను సంప్రదించాకే ఈ నియమాలు పాటించడం మంచి దంబున్నారు.

రక్తపోటు.. ఇది మానవ శరీరంలోని అవయవాలు సక్రమంగా పనిచేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. అయితే ఈ రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉండాలి. అలా కాకుండా రక్తపోటు అధికమైతే పలు రకాల తీవ్ర అనారోగ్య సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ఈ అధిక రక్తపోటునే వైద్య పరిభాషలో హైపర్ టెన్షన్ లేదా హై బీపీ అంటారు. దీని వల్ల ముఖ్యంగా గుండెపోటు, పక్షవాతం, మూత్ర పిండాల సమస్యలు ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. ప్రస్తుతం అధిక రక్తపోటు సమస్యతో ప్రపంచవ్యాప్తంగా కొట్లాడి మంచి బాధపడుతున్నారు. జీవనశైలిలో మార్పులు,

అంటే ఏంటి?, ఈ చికిత్స ఎలాంటి రోగులకు అందించవచ్చు?, దీనివల్ల కలిగే లాభాన ప్లాలు ఏంటి? తదితర అంశాలను నేటి ఊపిరితో తెలుసుకుందాం.

రక్తపోటును నియంత్రించడంలో గుండె, రక్తనాళాలతో పాటు మెదడు, మూత్రపిండాల కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. వీటి మధ్య సంబంధానికి సర్దుబాటు ద్వారా సరైన సంకేతాలు నిరంతరం ప్రసారమవుతుంటాయి. ఈ వ్యవస్థ శరీరంలో రక్తప్రసరణ, ద్రవాల సమతుల్యత, రక్తనాళాల సంకోచం లాంటి ప్రక్రియలను ప్రభావితం చేస్తుంది. కొంతమందిలో ఈ నాడీ వ్యవస్థ అధికంగా క్రియాశీలం కావడం వల్ల మూత్రపిండాల సోడియం, నీటిని ఎక్కువగా నిల్వ చేసుకోవడం, రక్తనాళాల సంకోచించడం లాంటి మార్పులు చోటుచేసుకోవచ్చు. ఫలితంగా రక్తపోటు పెరిగి అవకాశం ఉంటుంది. సాధారణంగా

రక్తపోటుపై రీనల్ డీనర్వేషన్ అస్త్రం

ఉప్పు తగ్గించడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడంతో పాటు వైద్యులు సూచించిన మందులు యాదాతున్నట్లుగానే కొందరిలో రక్తపోటు నియంత్రణలోకి రావడం లేదు. ఒకేసారి పలు రకాల మందులు వాడినా బీపీ అధికంగానే ఉండే ఈ పరిస్థితిని వైద్య పరిభాషలో 'రెనైన్ టెన్జిన్ హైపర్ సెన్సిటివ్' అంటారు. ఇలాంటి రోగులకు ఉపశమనం కలిగించే చికిత్సా విధానమే 'రీనల్ డీనర్వేషన్' (ఆర్డీఎస్). మందులు, జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాటల్లో మార్పులు చేసినప్పటికీ నియంత్రణలోకి రాని అధిక రక్తపోటును ఈ 'రీనల్ డీనర్వేషన్' చికిత్సా పద్ధతితో అదుపులోకి తీసుకురావచ్చు. అసలు ఈ 'రీనల్ డీనర్వేషన్' చికిత్సా పద్ధతి

మందులు ఈ ప్రక్రియలోని వివిధ దశలను లక్ష్యంగా చేసుకుని పనిచేస్తాయి. అయితే, సరైన చికిత్స తీసుకుంటున్నప్పటికీ బీపీ నియంత్రణలోకి రాని కొందరు రోగుల్లో మూత్రపిండాల చుట్టూ ఉండే సరైన సంకేతాలను తగ్గిస్తే రక్తపోటును నియంత్రించవచ్చనే ఆలోచనతో రీనల్ డీనర్వేషన్ పద్ధతిని అభివృద్ధి చేశారు.

రీనల్ డీనర్వేషన్ అనేది శస్త్రచికిత్సతో వాతీని తెరవాల్సిన అవసరం లేకుండా, రక్తనాళాల ద్వారా నిర్వహించే కార్టెటర్ ఆధారిత చికిత్సా పద్ధతి. ఇందులో మూత్రపిండాలకు రక్తాన్ని సరఫరా చేసే రీనల్ ఆర్టరీల చుట్టూ ఉండే సరైన కార్టెటలాపాలను తగ్గించేందుకు ప్రత్యేక పరికరాలను ఉపయోగిస్తారు. ఈ ప్రక్రియలో సాధారణంగా తొడ లేదా మణికట్టు ప్రాంతంలోని రక్తనాళం ద్వారా పలుచని, సౌకర్యవంతమైన కార్టెటర్ ను లోపలికి ప్రవేశపెడతారు. వైద్యులు దాన్ని రీనల్ ఆర్టరీల వరకు తీసుకుపోతారు. అనంతరం వైద్యపరికరం ఆధారంగా రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీ శక్తి లేదా అల్ట్రాసౌండ్ శక్తిని ఉపయోగించి సరైన పైపులైజ్ చికిత్స అందిస్తారు. ఈ శక్తి రక్తనాళాల చుట్టూ ఉన్న సరైన కార్టెటలాపాలను తగ్గించేందుకు ఉపయోగపడుతుంది. తద్వారా రక్తపోటును పెంచే నాడీ సంకేతాల ప్రభావం తగ్గవచ్చు. ఇది సంప్రదాయ ఓపెన్ సర్జరీ కాదు. అయినప్పటికీ, రక్తనాళాల్లో పరికరాన్ని ప్రవేశపెట్టే వైద్య ప్రక్రియ కారణమే ప్రత్యేక శిక్షణ పొందిన నిపుణుల బృందం పర్యవేక్షణలోనే ఈ చికిత్స నిర్వహించాలి.



నిద్ర ఎలా పడుతుంది?



కర్తెషన్స్ మూసేసి, లైట్స్ ఆఫ్ చేస్తేనే కానీ దివ్యకు నిద్ర పట్టదు. ఫ్రీట్ లైట్లు ఉన్నాయి కానీ నిద్రపోదు. దాంతో పడుకున్న ముందు రోజూ ఇద్దరికీ గొడవ జరుగుతూ ఉండేది. ఇది దివ్య, ప్రీతిలకు మాత్రమే పరిమితం కాదు. మనలో చాలామందికి చికిత్స సౌకర్యంగా అనిపిస్తే... ఇంకొందరికి వెలుతురు నచ్చుతుంది. దీనికి కొన్ని కారణాలు ఉన్నాయంటున్నారు నిపుణులు. అవేంటంటే...

చీకటి, వెలుతురు రెండూ మన మానసిక స్థితిని ప్రభావితం చేస్తాయట. చీకటి మెదడుకు విశ్రాంతి తీసుకోవాల్సిన సమయం వచ్చిందని సంకేతం ఇస్తుందట. దాంతో నిద్రకు కారణమయ్యే హార్మోన్ మెలటోనిన్ విడుదల అవుతుంది. అందుకే చీకటి మనలో చాలామందికి ప్రశాంతంగా అనిపించి త్వరగా నిద్ర పట్టేస్తుందట. కొందరికి చీకటిలో ఆందోళన, అభయం, భయంతో తాభావం కలుగుతాయట. భయంతో తాటలు గతం తాటలుకు చేదు చేదు అను

లేదంటే మెలటోనిన్ సాయులు తగ్గి జీవగడి యారం దెబ్బ

భవాలు గుర్తుకొస్తాయట. అందుకే వాళ్లు వెలుతురు లేకపోతే నిద్ర పోలేరట. అయితే ఇలాంటి వాళ్లు మంచానికి దూరంగా తక్కువ కాంతి నిచ్చే నైట్ ల్యాంప్ ను పెట్టుకోవాలని చెబుతున్నారు నిపుణులు. అంతేకాదు, రాత్రి సమయంలో సిలికాన్ తికి దూరంగా ఉండాలంటున్నారు.

తింటుందట. ఇది దీర్ఘకాలంలో నిద్ర నాణ్యతపై ప్రతికూల ప్రభావం పడేలా చేస్తుందని చెబుతున్నారు పరిశోధకులు.

పోతాయి. దాంతో నోటిలో అల్సర్స్ త్వరగా తగ్గిపోతాయి. అదే విధంగా అల్సర్ ఉన్న ప్రాంతాల్లో కొబ్బరి నూనె రాయడంవల్ల కూడా నోటిపూత నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. నూనె రాయడంవల్ల ఇన్ ఫెక్షన్ త్వరగా తగ్గి

నోటి పుండ్లు మిమ్మల్ని వేధిస్తున్నాయా..

పోయే అవకాశం ఉంటుంది. అంతేగాక తరచూ చల్ల (బట్టర్ మిల్క్) తాగడంవల్ల కూడా నోటిలో అల్సర్స్ సమస్యకు పరిష్కారం ఉంటుంది. చల్లకు కూడా శరీరంలోని వేడిని తగ్గించే లక్షణం ఉన్నది. ఇక గసగసాలు కూడా నోటిపూతను తగ్గించడంలో చాలా బాగా పనిచేస్తాయి. గసగసాలు కలిపిన నీటిని తరచూ తాగుతూ ఉండటంవల్ల సమస్య నుంచి తొందరగా బయటపడవచ్చు. అదేవిధంగా తులసి ఆకులు నోటిపూత సమస్యకు చక్కని పరిష్కారం చూపుతాయి. తరచూ తులసి ఆకులను నములుతూ, వాటి నుంచి వచ్చే రసాన్ని మింగడం ద్వారా కూడా నోటిపూతకు పరిష్కారం లభిస్తుంది.



ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు కేంద్రం దీపావళి గిట్స్.. డీపి పెంపు

దీపావళి పర్యటనాన్ని పురస్కరించుకుని ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు కేంద్రం గడ్డన్స్ నాన్ చెప్పింది. కరవు భత్తాన్ని (డీపి) మరో 3 శాతం పెంచాలని నిర్ణయించింది. దీంతో ఆ ఉద్యోగుల డీపి 60 నుంచి 63 శాతానికి డీపి పెరిగింది. కేంద్ర ప్రభుత్వ సంస్థల్లో ఉద్యోగ విరమణ చేసి పింఛన్ పొందుతున్నవారికి ఇస్తున్న కరవు భత్తి (డీఆర్) కూడా 3 శాతం పెంచాలని నిర్ణయించింది. ఈ మేరకు ప్రధాని మోదీ అధ్యక్షతన బుధవారం జరిగిన క్యాబినెట్ సమావేశంలో డీపి పెంపునకు ఆమోదం లభించింది. ఈ ఏడాది జూలై నుంచే వర్తిస్తుందని కేంద్రం తెలిపింది. దీంతో కేంద్రంపై రూ. 10,016 కోట్ల మేర అదనపు భారం పడనుంది.

ప్రతిదాన్నీ రాజకీయం చేయడం మానుకోండి... రాహుల్ కు నిర్మలా సీతారామన్ కౌంటర్

టాటా గ్రూప్ వ్యవహారంలో ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ చేసిన వ్యాఖ్యలను ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ తప్పుబట్టారు. ప్రతిదాన్నీ రాజకీయం చేయాలని చూడొద్దని హితవు పలికారు. విద్యేషాలను రెచ్చగొట్టే విషయంలో తనతో కలిసి రాహుల్ ని వ్యాపారవేత్తలను ఉసిగొల్పేలా రాహుల్ వ్యవహరిస్తున్నారని దుయ్యబట్టారు. టాటా గ్రూప్ ను నాశనం చేస్తున్నారని, ఏ వ్యాపారీ మాట్లాడే ధైర్యం కూడా చేయలేకపోతున్నారంటూ రాహుల్ గాంధీ విమర్శలపై నిర్మలా సీతారామన్ ఎక్స్ వేదికగా స్పందించారు. పరిశ్రమలను, పారిశ్రామికవేత్తల విజయాలు రాహుల్ గాంధీ పడేదే తక్కువ చేసి చూస్తున్నారని నిర్మలా సీతారామన్ అన్నారు. మోదీ ప్రభుత్వం పరిశ్రమలను ఉద్యోగ సృష్టికర్తగా, ఆర్థిక వృద్ధి సృష్టకంగా పరిగణిస్తుందని అన్నారు. వ్యాపారాలను, పెట్టుబడులను ప్రోత్సహించడం, పరిశ్రమకు మద్దతు ఇవ్వడం తమ విధానమని పేర్కొన్నారు. “ప్రతిపక్ష నేతగా మీరు ప్రతి అంశాన్ని రాజకీయం చేయిస్తు. వాణిజ్య, న్యాయపరమైన అంశాలను నేరహరితమైనవిగా ముద్ద చేయడం



ఏమాత్రం ఆమోదయోగ్యం కాదు. భారత పరిశ్రమ, మన పారిశ్రామికవేత్తల విజయాలను పడేపడే విమర్శించారు. ఇప్పుడు, అపసమ్మతాన్ని, విద్యేషాన్ని వ్యాప్తి చేయడంలో కలిసి రాహుల్ ని వ్యాపారవేత్తలను రెచ్చగొడుతున్నారా? బ్రెస్లెస్ - కోలా రాజ్ పేరుతో

దశాబ్దాల పాటు మీ పార్టీ పారిశ్రామిక వేత్తల స్ఫూర్తిని అణచివేసింది. కోట్లాది మంది భారతీయులపై పెదరి కాన్ని రుద్దింది” అని నిర్మలా సీతారామన్ విమర్శించారు. “మీ సంకుచిత రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం ఆరోపణలు చేయడం మానుకోవాలి. నిర్మాణాత్మకంగా వ్యవహరించండి. భారత రాజ్యాంగం తన పౌరులందరికీ న్యాయం జరిగేలా చూస్తుంది. దాన్ని పరిరక్షించే బాధ్యత మన గౌరవనీయ న్యాయసాలకు అవుగలవని. మీరు, మీ పార్టీ, మీ పార్టీకి చెందిన ప్రధానులు న్యాయవ్యవస్థను ఎంత సీపంగా కించపరిచారో అనడానికి చరిత్రే సాక్ష్యం. కాబట్టి ప్రతికోటా దెయ్యాలను చూడడం మానుకోండి” అని గట్టిగా చెప్పారు.

మూడేళ్లు దాటినా వాడని ఖాతాలు మూత: పీఎన్బీ



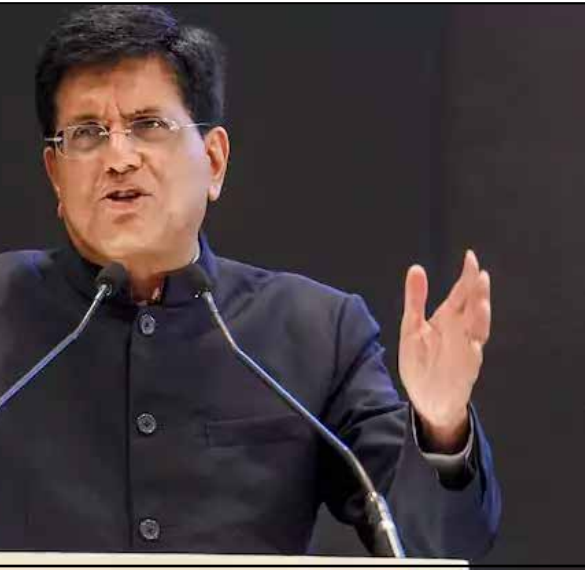
ప్రభుత్వసంరంగ బ్యాంక్ వంజాబ్ నేషనల్ బ్యాంక్ (PNB) ఖాతాదారులకు అలర్ట్. మూడేళ్లుగా నిరుపయోగంగా ఉన్న ఖాతాలను మూసివేయనున్నట్లు బ్యాంక్ ప్రకటించింది. సెప్టెంబర్ 30 నాటికి గడిచిన మూడేళ్లలో ఎలాంటి లావాదేవీలు చేయని, నగదులేని ఖాతాలను మూసివేయనున్నట్లు పీఎన్బీ పబ్లిక్ నోటీసులో పేర్కొంది. ఈ తరహా ఖాతాలు దుర్వినియోగం కాకుండా ఉండేందుకే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలిపింది. ఈ తరహా ఖాతాలు రియోక్టివ్ చేయాలనుకుంటే నవంబర్ 10లోగా నో యువర్ రిస్క్ మర్

(KYC) ని పూర్తి చేయాలని బ్యాంక్ సూచించింది. నిర్దేశిత గడువులోగా కేవలస్ పూర్తి చేయకుంటే ఆ ఖాతాలను శాశ్వతంగా మూసివేస్తామని బ్యాంక్ తెలిపింది. కాబట్టి మూడేళ్లుగా లావాదేవీలు చేయని ఖాతాదారులు సమీపంలోని పీఎన్బీ బ్రాంచ్ కు వెళ్లి కేవలస్ ప్రక్రియ పూర్తి చేయాలని బ్యాంక్ సూచించింది. ఏప్రిల్ నుండి 1800-1800, 1800-2021 లోల్ ఫ్రీ నంబర్ ను సంప్రదించాలని పంజాబ్ నేషనల్ బ్యాంక్ ఓ ప్రకటనలో సూచించింది.



'ఐదు అవుతోంది'.. ఈ మాట ఇండియన్ ఎవరూ చెప్పరు..!

నెదర్లాండ్స్ పర్యటన సందర్భంగా కేంద్ర వాణిజ్య శాఖ మంత్రి పీయూష్ గోయల్ ఇండియా-నెదర్లాండ్స్ బిజినెస్ సోరంలో మాట్లాడుతూ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. భారత కార్మిక శక్తి గురించి మాట్లాడుతూ, భారతీయులు ఎప్పుడూ కష్టపడి పనిచేయడానికి ఆసక్తి చూపుతారని తెలిపారు. ‘భారత్ లో ఉద్యోగులు కేవలం కష్టపడి పని చేయాలని మాత్రమే అనుకుంటారు. అంతే కానీ ఎవరూ ఐదు గంటల సమయం అయ్యిందని (ఆఫీస్ ముగింపు సమయాన్ని ఉద్దేశించి) చెప్పరు. అలాగే వారంతాంటు కూడా గుర్తు చేయరు. దీని వల్ల భారత్ లో పెట్టుబడులు పెడితే వ్యాపారాలు హిషాపంపి స్థాయిలో వృద్ధి చెందుతాయి’ అని పేర్కొన్నారు. ఆహార శుద్ధి రంగంలో పెట్టుబడులు పెట్టడం వల్ల రైతులకు కలిగే ప్రయోజనాల గురించి కూడా మాట్లాడారు. అనంతరం నెదర్లాండ్స్ లోని ప్రముఖ వ్యాపారవేత్తలతో సమావేశమయ్యారు. భారత్ లో పెట్టుబడులు పెట్టడానికి ముందుకు రావాలని వారిని కోరారు. ఈ ఏడాది మేలో ప్రధాని మోదీ నెదర్లాండ్స్ పర్యటన సమయంలో ఇరుదేశాల తమ సంబంధాలను వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్య స్థాయికి పెంచుకోవాలని నిర్ణయించుకు



న్నాయి. ఈ క్రమంలోనే కొత్త వాణిజ్య, పెట్టుబడి అవకాశాలను సృష్టించేందుకు స్వేచ్ఛా వాణిజ్య ఒప్పందాన్ని (FTA) వినియోగించుకునే లక్ష్యంతో గోయల్ అక్కడి ప్రభుత్వంతో సమీకంధక్రర్తు, గ్రీన్ హైడ్రోజన్, న్యవ్ ఇంధనం, కీలక ఖనిజాలు, అదునాతన తయారీ రంగాలపై చర్చలు జరిపినట్లు విదేశాంగ శాఖ వెల్లడించింది.

హైదరాబాద్ లో ‘ఎమ్జీ విండర్ ఇండల్ ఎడిషన్’ గ్రాండ్ లాంచ్

భారతదేశ ఎలక్ట్రిక్ వాహన రంగంలో అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన ఎమ్జీ విండర్ లో సరికొత్త మోడల్ అందుబాటులోకి వచ్చింది. ప్రముఖ వాహన తయారీ సంస్థ జె ఎస్ డబ్ల్యూ ఎం జి మోటర్ ఇండియా మార్కెట్లోకి మరింత విలాసవంతమైన ఎం జి విండర్ ఇండల్ ఎడిషన్ ను బుధవారం సగరంలో ఘనంగా విడుదల చేసింది. హైదరాబాద్ జంజరాహిల్ లోని షోరూమ్ లో జరిగిన ఈ ప్రతిష్టాత్మక ఆవిష్కరణ వేడుకలో జేఎన్ డబ్ల్యూ ఎమ్జీ మోటర్ ఇండియా రామ్ ఎమ్జీ సంస్థల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సరికొత్త లగ్జరీ మోడల్ ను రామ్ ఎమ్జీ సి ఈ ఓ గునెజ్ సింగ్, జేఎన్ డబ్ల్యూ ఎమ్జీ మోటర్ ఇండియా నేషనల్ సేల్స్ హెడ్ సౌరవ్ ప్రకాష్ సంయుక్తంగా మార్కెట్లోకి విడుదల చేశారు.



ఈ కార్యక్రమంలో రామ్ ఎమ్జీ సేల్స్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ అనుపమ్ బాజ్ హేమీ, డివైజ్ డేవరపల్లి లతో పాటు జేఎన్ డబ్ల్యూ ఎమ్జీ మోటర్ ఇండియా సౌత్ జోనల్ సేల్స్ హెడ్ అమిత్ మోగన్ తదితరులు పాల్గొని వాహనాన్ని ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా సంస్థ ప్రతినిధులు మాట్లాడుతూ, వినియోగదారుల మారుతున్న అభిరుచులకు అనుగుణంగా విండర్ ను మరింత ప్రీమియం లైఫ్ స్టైల్ వాహనంగా మార్చాలని లక్ష్యంతోనే ఈ ఇండల్ ఎడిషన్ ను మార్కెట్లోకి తీసుకువచ్చినట్లు తెలిపారు. ఈ కారు ఎక్స్ షోరూమ్ ప్రారంభ ధరను రూ. 17,99,800 గా నిర్ణయించినట్లు వెల్లడించారు. సరికొత్త బిజినెస్ కన్సంప్లర్ ఆకట్టుకునే వ్యూహానికి డిజైన్, అధునాతన ఇంటెలిజెంట్ ఫీచర్స్ ప్రయోజనాలకు

సరికొత్త లగ్జరీ అనుభూతిని అందించేలా ఈ మోడల్ ను తీర్చిదిద్దినట్లు వివరించారు. కేవలం 24 నెలల న్యూ వ్యవధిలోనే 80,000 కంటే ఎక్కువ కుటుంబాలు ఎమ్జీ వాహనాన్ని ఎంచుకోవడం విశే

షమని, రాబోయే పదునాల్గే సీజన్ లో ఈ ఇండల్ ఎడిషన్ మరిన్ని మైలురాయిలను అందుకుంటుందని ఈ సందర్భంగా అధికారులు ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.



బంగారు పతకాల విజేత..

పారా అథ్లెట్ నీరజ్ ఆత్మహత్య



శారీరకంగా వైకల్యం ఉన్నా.. ఎన్నో కష్టనష్టాలను ఓర్చి అంతర్జాతీయ వేదికపై తన సత్తా చాటిన పారా అథ్లెట్ నీరజ్ యాదవ్ కఠిన నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. అరంతరంగా తనను చాలింబిక్రీడాభిమానులను షాక్ కు గురి చేశాడు. పారా ఆసియా క్రీడల స్వర్ణ పతక విజేత నీరజ్ యాదవ్ (42) అత్యుత్సాహ్ చేసుకున్నాడు. తన సగ్గుహంలో విషం తాగి బలవన్మరణానికి పాల్పడినట్లు దిల్లీ పోలీసులు తెలిపారు. నీరజ్ మృతిని భారత పారా అథ్లెటిక్స్ జట్టు కోచ్ సత్యనారాయణ నిరసించారు. నీరజ్ యాదవ్ జానెలినై త్రో ఎఫ్ 55 కేటగిరీలో పోటీపడేవాడు. 2018 పారా ఆసియా క్రీడల్లో బంగారు పతకం, 2023లో జావెలిన్ తోపాటు డిస్ క్స్ తో బంగారం స్వర్ణాలను సాధించి, అయితే, డోహ్ లో టెస్టులో విషం తాగడంతో ఈసారి పారా ఆసియా క్రీడల్లో పోటీపడలేకపో

యాడు. అప్పట్నుంచి మానసికంగా ఒత్తిడికి గురయ్యాడు. విదేశ వయసులో పోస్ట్ పోలియా రెసిడ్యుయల్ పారాలిసిస్ కారణంగా అతడు వీల్చైర్ కే పరిమితమయ్యాడు. తొలుత వీల్చైర్ బైస్కిన్ ఆడిన అతడు.. పారా అథ్లెటిక్స్ కు మారాడు. అంతరాతీయ వేదికపై అద్భుతాలు సృష్టించాడు. జావెలిన్, డిస్ క్స్ తోపాటు షాట్ పుట్ లోనూ పోటీపడ్డాడు. నీరజ్ మరణానికి పారా ఆసియా క్రీడల్లో జరిగే దిగ్గజపో పడమే కారణమని చెప్పలేమని కోచ్ సత్యనారాయణ స్పష్టం చేశారు. ‘నీరజ్ మరణ వార్త తీవ్రంగా బాధించింది. అతడు ఎందుకీ నిర్ణయం తీసుకున్నాడో తెలియదు. క్రీడాకారిణు జీవితాల్లో ఒడుదొడుకులు సర్వసాధారణం. నీరజ్ ఇలాంటి నిర్ణయం తీసుకోవడం దురదృష్టకరం’ అని సత్యనారాయణ పేర్కొన్నారు.

సంజు భాయ్ త్యాగం నిస్వార్థమైంది: అభిషేక్ - వైభవ్ స్పెషల్ చిట్ చాట్

న్యూజిలాండ్ పర్యటనను టీమ్ ఇంకో దినంగా టీ20 సిరీస్ విజయంతో శుభాంశించి చెసింది. బుధ టీ20ల సిరీస్ లో 3-0 ఆదిక్యం సాధించిన భారత్.. మరో రెండు మ్యాచులు మిగిలి ఉండగానే సిరీస్ కైవసం చేసుకుంది. ఇక మూడో టీ20లో భారత ఆటగాళ్లు అభిషేక్ శర్మ, వైభవ్ సూర్యవంశీ చెలరేగిపోయారు. రికార్డులు సృష్టించి టీమ్ ఇండియాకు ఘన విజయం అందించారు. మ్యాచ్ అనంతరం ప్రత్యేక చిట్ చాట్ నిర్వహించారు. అభిషేక్: మ్యాచ్ ముందు రోజు రాత్రి జరిగిన ప్రాక్టీస్ సమయంలో వైభవ్ ఓ మాట చెప్పాడు. భాగ్ మిల్కా భాగ్ సినిమా లోని ‘మందుకు కొట్టా.. వెనక్కి కొట్టానా?’ అనే డైలాగ్ తరహాలో మ్యాచ్ లో వైభవ్ ఆడాడు. వైభవ్: అభిషేక్ భాయ్ ఆటతీరు గురించి ఎవరూ ఏమీ అనలేదు. అతడు ఎలా ఆడతాడు? మనందరికీ తెలుసు.



న్యూ? వైభవ్: నేను గత మ్యాచ్ లో చాలా ఎక్కువ సమయం తీసుకున్నాననిపించింది. నా టీ20 గేమ్ కు తగ్గట్టుగా కాకుండా.. నెమరేడిగా ఆడేందుకు ప్రయత్నించా. కానీ, ఈసారి మాత్రం నాకు మంచి ఛాన్స్ దక్కింది. తొలి బంతి నుంచే పరుగులు వేట మొదలుపెట్టా. అభిషేక్: నేను కూడా అదే అనుకున్నా.

అరంభ ఓవర్ లో భారీగా పరుగులు రాబట్టేందుకు వైభవ్ ఆటతీరు సెట్ అవుతోంది. అతడు ఫస్ట్ బాల్ ను ఎదుర్కొనేటప్పుడు ఎలాంటి షాట్ ఆడతాడనేది నాన్ స్టెకర్ లోని బ్యాటర్ కు కాస్త ఆసక్తి అని పిస్తుంది. ఈ మ్యాచ్ లో వైభవ్ అద్భుతంగా ఆడాడు. కీలక పాత్ర పోషించాడు. నా ఇన్స్పిర్ గ్స్ వెనుక క్రెడిట్ అతడికే ఇస్తా. వైభవ్: అభిషేక్ మంచి అరంభం ఐవీఎల్ ఇచ్చినప్పుడు వెనకడుగు వేయకూడదు. (IPL 2027) లేకపోతే మ్యాచ్ మన చేతుల్లో సీజన్ కోసం చెన్నై నుంచి వెళ్లిపోతుంది. నేనూ సూపర్ కింగ్స్ తన బెల్ గాన్ని అద్దే చేశా. మా ఊర్లో సిద్ధం చేసుకుంటోంది. గత మేం ఇలానే ఆడు మూడు సీజన్ లో ఒక్కసారి కూడా కునేవాళ్లం. కనీసం ఫ్లే ఆఫ్ కు చేరుకోలేదు. ఐవీఎల్ 2027 ఎడిషన్ కోసం ప్రధాన కోచ్ లతోపాటు ఇద్దరు అసిస్టెంట్ కోచ్ లు, ఒక బౌలింగ్ కోచ్ ను నియమించింది. ఇక మిగిలింది విక్రెట్ కోచ్ పదవి బ్యాటింగ్ కు సంబంధించి మాత్రమే. ఇప్పటి ఆ ఫ్లేసింగ్ ఉన్న మైక్ హాస్సీ రెండు రోజుల కిందట బెట్టును వీడారు. మరి ఈ పదవికి దక్షిణాఫ్రికా మాజీ కెప్టెన్ ఫాఫ్ దుప్లెస్ రెస్ లో ఉన్నట్లు వార్తలు

వైభవ్ కు ‘ఓపెనింగ్’ చాక్లెట్ లాంటిది.. మూల్యం మాత్రం కివీస్ దే: మాజీ క్రికెటర్

తనకు అవ్వచ్చే ఓపెనింగ్ స్థానంలో వైభవ్ సూర్యవంశీ అదరగొట్టాడు. అంతకుముందు కివీస్ తో రెండో టీ20లో వన్ డే నోట్ వచ్చిన అతడు.. కేవలం 4 పరుగులకే పెవిలియన్ కు చేరాడు. షాట్లు కొట్టేందుకు ఇబ్బంది పడి బెటయ్యాడు. ఇన్స్పిర్ గ్స్ ప్రారంభించిన మూడో టీ20లో మాత్రం చెలరేగిపోయాడు. అభిషేక్ శర్మతో కలిసి రికార్డులు సృష్టించాడు. ఈ క్రమంలో వైభవ్ ఇన్స్పిర్ గ్స్ పై భారత మాజీ క్రికెటర్ శరణ్ షర్మ చేసిన సరదా వ్యాఖ్యలు చేశాడు. వైభవ్ కు టీమ్ ఇండియా మేనేజ్ మెంట్ ‘చాక్లెట్’ లాంటి ఓపెనింగ్ ఫ్లేస్ గా ఇచ్చిందని.. దానికి మూల్యం కివీస్ చెల్లించుకుందని వ్యాఖ్యానించాడు. ‘వైభవ్ కు ఓపెనింగ్ అనే చాక్లెట్ ను మేనేజ్ మెంట్ ఇచ్చింది. తర్వాత రెండు రోజులు నిలపు (నాలుగో టీ20 అక్టోబర్ 30న) అని తెలిసి ఈ పిల్లడు చాలా స్వేచ్ఛగా బ్యాటింగ్ చేశాడు. మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటే ఎలా ఉంటుందో చేసి సాధించాడు. మరో ఎండ్ లో అభిషేక్ శర్మ ప్రత్యేక బౌలర్ ను భయభ్రాంతులకు గురి చేశాడు. అతడి పేరు వింటేనే పబుకు వచ్చేలా చేశాడు. పరుగుల రాక్షసుడిగా ఆడాడు. దాదాపు అన్ని రికార్డులు బద్దలు కొట్టాడనుకుంటూ, వైభవ్ తో కలిసి తొలి విజెట్ కు ఓడు పడల్లోనే 133 పరుగులు చేసి 19 రన్ రేట్ కు సాఫీసాగడం మూఘాలు విషయం కాదు. దీపా పళిని వీధిదూరం ముందే తీసుకొచ్చారు” అని రమేష్ వెల్లడించాడు.



చాడు. కివీస్ వేలింగ్ వేదికగా జరిగిన మ్యాచ్ లో భారత్ 199 పరుగుల లక్ష్యాన్ని 13.2 ఓవర్ లలోనే పూర్తి చేసిన సంగతి తెలిసింది. స్వయం ఆఫ్ డి మ్యాచ్ అభిషేక్ శర్మ (113: 38 బంతుల్లో 9 షాట్లు, 11 సిక్స్ లు), వైభవ్ సూర్యవంశీ (45: 19 బంతుల్లో 4 షాట్లు, 4 సిక్స్ లు) అదరగొట్టారు.

జీహార్ నిర్ణయంతోనే బ్యాటింగ్ కోచ్ ను నియమించలేదు: సీఎస్ కే సీఈఓ

మస్కన్నాయి. కానీ, సీఎస్ కే (CSK) మాత్రం బ్యాటింగ్ కోచ్ లేకుండా నిర్ణయం తీసుకుంది. ‘మా కోచింగ్ స్టాఫ్ నియామకం పూర్తైంది. నిన్న మేం ప్రకటించినవారంతా మా బ్యాట్ టీమ్. మాకు బ్యాటింగ్ కోచ్ లేదు. బ్యాటింగ్ కోచ్ ను పెట్టుకోకూడదనేది మా ప్రధాన కోచ్ జహీర్ ఖాన్ తీసుకున్న నిర్ణయం. మాకు అందుకు తగిన అభిప్రాయం ఉన్నాయి. అసిస్టెంట్ కోచ్ బ్యాటింగ్ బ్యాటింగ్ మెంటల్ గా వాడుకోవడం అవకాశం ఉంది. ఆ దిశగా చర్చిస్తున్నాం’ అని రాజీవ్ శర్మ తెలిపారు. గత కొన్ని రోజులుగా నెట్టింగ్ ఒకటే చర్చ. సీఎస్ కే కు హార్డిక్ పాండ్య వచ్చేస్తాడని.. అతడికి కెప్టెన్ అవుగిస్తారని డిస్కషన్ నాగుతోంది.





‘రుద్రవనం పీఎస్’ ప్రీలిమీజ్ ఈవెంట్

**పుడయం
సినిమా:**

ఎలో ఫుల్స్, శ్రీ
చక్ర మావీస్

సిరీస్ ను జీ5లో అక్టోబర్ 30 నుంచి స్ట్రీమింగ్ చేయబోతోన్నాడు. ఈ క్రమంలో బుధవారం నాడు గ్రాండ్ ప్రీలిమీజ్ ఈవెంట్ ను నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి భాక్ బస్టర్ డైరెక్టర్ హరీష్ శంకర్ ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేశారు. ఈ ఈవెంట్ లో.. హరీష్ శంకర్ మాట్లాడుతూ.. “మా నిర్మాత రమేష్ పుప్పూ

నాం.. నాకు ఈ జర్నీలో సపోర్ట్ చేసిన జీ5 టీంకు థాంక్స్. నన్ను సమీప అవకాశం ఇచ్చిన సూర్యకాంతి గారికి, రమేష్ గారికి థాంక్స్. శశితో నేను ఎన్నో కథల్ని చర్చించాను. అతని పద్ధతి ఇంకా చాలా గొప్ప గొప్ప కథలున్నాయి. శశి, అప్పర్ ఎన్నో నిద్రలేని రాత్రుల్ని గడిపారు. ఈ సిరీస్ లో ప్రతి ఒక్కరూ అద్భుతంగా సటింపారు. అక్టోబర్ 30 నుంచి ఈ సిరీస్ జీ5లో స్ట్రీమింగ్ కాబోతోంది. అందరూ తప్పకుండా చూడండి” అని అన్నారు. దర్శకుడు శశిధర్ మున్నంగి మాట్లాడుతూ.. “‘రుద్రవనం పీఎస్’ డ్రైమ్, థ్రిల్లర్ గా రాబోతోంది. ప్రతి ఎపిసోడ్ ఇంటిస్టింగ్ గా ఉంటుంది. తెలుగులో గొప్ప డ్రైమ్, థ్రిల్లర్ గా నిలుస్తుంది. ఈ ప్రయాణంలో సపోర్ట్ చేసిన

రూపొందుతోన్న ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం ‘ఆదర్శ కుటుంబం – హాస్ నెం. 47’.

రాధాకృష్ణ (చినపాబు) నిర్వహిస్తున్న ఈ చిత్రంలో శ్రీనిధి శెట్టి కథానాయక. తమిస్ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ సినిమాలో నారా రోహిత్, నివేదా పేతురాజ్ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. 20 ఏళ్ల తర్వాత వెంకటేష్, త్రివిక్రమ్ కలయికలో వస్తున్న సినిమా కావడంతో ‘ఆదర్శ కుటుంబం’ పై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్, ట్రైలర్, పాటలు విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. దీనిపాటి వెలుగులను కాస్త

పుడయం

సినిమా: చిక్కిరి

వెంకటేష్, మాటల

మాంత్రికుడు త్రివిక్రమ్

శ్రీనివాస్ కలయికలో

పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. 20

ఏళ్ల తర్వాత వెంకటేష్,

త్రివిక్రమ్ కలయికలో

వస్తున్న సినిమా కావడంతో

‘ఆదర్శ కుటుంబం’

పై భారీ అంచనాలు

ఉన్నాయి. ఇప్పటికే

విడుదలైన టీజర్,

ట్రైలర్, పాటలు

విశేషంగా ఆకట్టు

కున్నాయి.

దీనిపాటి వెలు

గులను కాస్త

ముందుగానే తీసుకొస్తూ అక్టోబర్ 30న ఈ సినిమా

ప్రపంచవ్యాప్తంగా భారీస్కేలులో థియేటర్లలో విడుదల

కానుంది. ఈ నేపథ్యంలో మంగళవారం సాయంత్రం

హైదరాబాద్ లోని శిల్పకళాచేదికలో ప్రీలిమీజ్ వేడుకను

ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ వేడుకలో వక్కిల్ వెంకటేష్

మాట్లాడుతూ.. “20 ఏళ్ల తర్వాత నాది, త్రివిక్రమ్ కల

యికలో సినిమా వస్తుంది. ఎలాంటి సినిమా చేయాలనే

ఒత్తిడి ఉండటం సహజం. నువ్వు నాకు నచ్చావ్, మళ్ళీ

శ్వరీ లాంటి సినిమాలు చేసిన తరువాత కథ ఎంచు

కోవడం అనేది చాలా కష్టంగా ఉంటుంది. కానీ, త్రివిక్రమ్

ఇలాంటి అద్భుతమైన స్క్రిప్ట్ తో వచ్చారు. అన్ని ఎలిమెంట్స్

ఉంటాయి. కామెడీ మాత్రమే కాకుండా థ్రిల్, సస్పెన్స్ ఇలా

అన్ని ఎలమెంట్స్ తో ఇలాంటి అద్భుతమైన కథ చెప్పినప్పుడు

చాలా సంతోషంగా అనిపించింది. అక్టోబర్ 30న ఆదర్శ

కుటుంబం విడుదల కాబోతుంది. మీకు తప్పకుండా నన్ను

తుంది. నేను ఫ్యామిలీ సినిమాలు చాలా



చేశాను. కానీ, ఈ సినిమా చాలా ప్రత్యేకమైనది. ఏం జరిగినా నేను నా ఫ్యామిలీని కాపాడుకోవాలి. ఈ ఫ్యామిలీని నేను కాపాడుకుంటాను, వాళ్ళతోనే ఉంటాను.. అదే ఆదర్శ కుటుంబం. అభిమానుల ప్రేమ ఉంటే చాలు నాకు. మొదటి నుంచి నాకు ఆ ప్రేమను ఇవ్వానే ఉన్నారు. మన ఇండియన్ క్రికెటర్లు ఎలా సిక్వెల్స్ కొడుతున్నారో.. ఈ సినిమాతో స్టేడియం బయట మేమే అలా సిక్వెల్స్ కొడతాం. సినిమా చాలా బాగా వచ్చింది. ఈ సినిమాలో భాగమైన ప్రతి ఒక్కరికీ థాంక్స్. ఇంత మంచి సినిమాని ఇచ్చిన దర్శకుడు త్రివిక్రమ్ కి, నిర్మాతలు చినపాబు గారికి, నాగవంశీకి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు.” అన్నారు. మాటల మాంత్రికుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ.. “అందరికీ సమస్యారం. ఎంత గొప్ప పోలో అయినా లేదా పెయింటింగ్ అయినా అది తగిలించడానికి ఒక గోడ కావాలి. ఈ సినిమా ఇంత గొప్పగా తీర్చిదిద్దబడటానికి తమిస్ తన బ్యాక్ గ్రౌండ్ మ్యూజిక్ తో ఒక గోడలాగా నిలబడ్డారు. ఇవాళ పొద్దున్నే బ్యాక్ గ్రౌండ్ మ్యూజిక్ కంప్లీట్ చేశాం. నా గ్రాటిట్యూడ్ ని ఎలా ఎక్స్ ప్రెస్ చేయాలి తెలియక.. తమిస్ మాట్లాడున్న సమయంలో వచ్చి వెనక నిలుస్తున్నాను. నాకు అతనిలాగా సంగీతంతో మాట్లాడటం రారు. కాబట్టి నా స్వర్గంలోనే అతనితో మాట్లాడే ప్రయత్నం చేసి, అతని భుజం మీద చెయ్యేశాను. రచయితగా నా ప్రయాణాన్ని వెంకటేష్ గారి పవిత్ర బంధం సినిమాతోనే మొదలు పెట్టాను. ఓ రకంగా ఆయన నాతో ఓనమాలు దిద్దించారు. పెళ్ళి చేసుకుందాం సినిమా సమయంలో నేను ఎవరో తెలియకపోయినా నన్ను ఎంతరేజీ చేశారు. నేను ‘నువ్వు నాకు నచ్చావ్’ కథ చెప్పినప్పుడు, అసలు నా మీద ఏ సమస్య ఉండో తెలియదు.. నేను కథ చెప్పడం పూర్తయిన వెంటనే ఈ సినిమా మనం చేస్తున్నాం, ఎవరో చెప్పినా పట్టించుకోన పద్ధతి రవీశ్ కర్ గారికి, విజయభాస్కర్ గారికి పేజ్ హౌండ్ ఇచ్చారు. అప్పటినుంచి నా కెరీర్ వేరే టర్న్ తీసుకుంది. అందుకే నేను వెంకటేష్ గారికి ఎప్పుడు కృతజ్ఞుడినై ఉంటాను. అదే సపోర్ట్ ఇప్పటికీ ఉంది.

‘హుషారు 2’ టీజర్ లాంచ్



పుడయం సినిమా: హెచ్ షిల్స్, కలియగ వారధి క్రియేషన్స్ బ్యానర్ మీద రాహుల్ వర్మ, కె. పీణా రాజ్, కె. హనుమంత్ రాజు సంయుక్తంగా నిర్మించిన చిత్రం ‘హుషారు 2’. ఈ మూవీకి త్రి హర్ కొనుగంటి దర్శకత్వం వహించారు. ఈ సినిమాలో రాహుల్ రామకృష్ణ, అశోక్ గిల్లా, రవి అంబోసీ, దినేష్ తేజ్, శశిధర్, రాజ్ శివన్, అభిజ్ఞ, శ్రీకాంత్ కన్నె, బాబీ రాజ్ కాండ ముఖ్య పాత్రల్ని పోషించారు. ఈ మూవీ టీజర్ ని మంగళవారం నాడు రిలీజ్ చేశారు. ఈ క్రమంలో నిర్వహించిన టీజర్ లాంఛ్ ఈవెంట్ కి పీపుల్స్ స్టార్ ఆర్. నారాయణమూర్తి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో.. పీపుల్స్ స్టార్ ఆర్. నారాయణమూర్తి మాట్లాడుతూ.. “హర్ గారు ‘హుషారు 2’లో నాకు గొప్ప పాత్రను ఇచ్చారు. చాలా ఎక్లెక్టిక్ మంచి పాత్రను పోషించాను. ‘హుషారు’లో ఎంత సవివరాలో.. అంతకు మించి సవివరాలే, ఆలోచించేలా చేస్తారు. నిరుద్యోగ సమస్యను ఎంతో గొప్పగా చూపించారు. పనిచేయని కొల్పోకోన్నాం. శ్రమకు తగ్గ ప్రతిఫలం అనేది లేదు. సరిగిపోకోన్నాం యువతకి స్వతంత్రంగా, స్వేచ్ఛగా, ఆత్మాభిమానంతో బతకాలనే గొప్ప సందేశాన్ని ఇచ్చారు. ఇలాంటి గొప్ప చిత్రాన్ని ప్రజలు ఆదరిస్తారని ఆశిస్తున్నాను. ‘హుషారు 2’ సినిమా కచ్చితంగా హిట్ అవుతుంది. దర్శకుడు హర్ ఎక్కడా కూడా రాజీ పడడు. రవిరాజు పినిశెట్టి తర్వాత నాకు హార్ లో ఆ క్యాండిడ్ కనిపించింది. కెమెరామెన్ ఎంతో ఓర్పుగా ఉన్నాడు. సినిమా సన్నివేశ ప్రజలు ఎవరైనా సరే సారీలను చేస్తారు. అలా ఈ మూవీని జనాలకు సచ్చేలా హర్ తీశారు. ‘హుషారు 2’ మూవీని జనాల వద్దకు తీసుకు వెళ్లాలని మీడియాకి విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను” అని అన్నారు. అశోక్ గిల్లా మాట్లాడుతూ.. “‘హుషారు 2’ టీజర్ చూస్తే సినిమా ఎలా ఉండబోతోందో స్పష్టంగా అర్థం అవుతుంది. ఇందులో మా నలుగురి పాత్రలు ఎంతో విశేషాత్మకంగా ఉంటాయి.

‘కింగ్’ న్యూ పోస్టర్..



పుడయం సినిమా: ‘కింగ్’ మూవీ నుంచి కొత్త పోస్టర్ రిలీజ్.. యాక్షన్, ఇంటెన్సిటీ తో పాటు రొమాన్స్ లు ఉన్న లుక్ తో హిరో ఖాన్ ఆదర్శగా దుతున్నాడు. పెదాల మధ్య గులాబీ పువ్వు.. నిపులా చెరిగి కంటి చూపు.. ఇలా పవర్ ఫుల్ లుక్ తో కనిపిస్తూ ‘కింగ్’ కొత్త పోస్టర్ తో అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్నాడు బాలీవుడ్ బాడీ పాడు షారుఖ్ ఖాన్. యాక్షన్, ఎమోషన్స్ తో పాటు రొమాన్స్ లు ఉన్న హిరో షారుఖ్ ఖాన్ రూపాన్ని పెంచుకుంటున్నారో షారుఖ్ ఎలా కనిపించబోతున్నారో ఈ పోస్టర్ ఓ చిన్న గిఫ్ట్ ఇచ్చింది. ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న ఈ సినిమాపై కొత్త పోస్టర్ మరింత అంచనాలను పెంచుతోంది. ‘కింగ్’ కొత్త పోస్టర్ సినిమాపై అంచనాలను మరింత పెంచుతోంది. భారీ యాక్షన్, పవర్ ఫుల్ లుక్ తో ఆకట్టుకుంటున్న ఈ పోస్టర్.. వెండితెరపై షారుఖ్ ఖాన్ ను సరికొత్త అదృశ్యంలో చూడాలనే ఆసక్తిని అభిమానులో మరింత పెంచుతోంది. సిద్ధార్థ్ ఆంబేద్కర్ దర్శకత్వంలో, రెడ్ టిల్లిస్ ఎంటర్టైన్మెంట్, మార్ట్ ఫిక్స్ పిక్చర్స్ సంస్థలు సంయుక్తంగా నిర్మిస్తూ ‘కింగ్’ చిత్రం డిసెంబర్ 24, 2026న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో భారీ ఎత్తున విడుదలవుతుంది.

నవంబర్ 6న “సమ్మర్ హాలిడేస్”

పుడయం సినిమా: కథా బలమున్న చిత్రాలను ప్రేక్షకులకు అందిస్తూ సక్సెస్ ఫుల్ ప్రొడ్యూసర్ గా, డిస్ట్రిబ్యూటర్ గా పేరు తెచ్చుకున్నారని దీక్ష మెగిలినేని. ఆయన తన దీక్ష మెగిలినేని ఎంటర్ టైన్ మెంట్స్



బ్యానర్ పై “సమ్మర్ హాలిడేస్” అనే చిల్డ్రన్ మూవీని నిర్మిస్తున్నారు. “సమ్మర్ హాలిడేస్” సినిమాను మన చిన్ననాటి జ్ఞాపకాలను గుర్తుచేసే ఒక అందమైన కథతో దర్శకుడు త్రికర్ రూపొందిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో మాస్టర్ రోహన్, మాస్టర్ అరుణ్, బేబీ ఖుషీ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. నవంబర్ 6న “సమ్మర్ హాలిడేస్” సినిమా గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు వస్తోంది. ఈ రోజు కింగ్ ఆఫ్ ఎంటర్ టైన్ మెంట్ హీరో శ్రీవిష్ణు అతిథిగా ఈ చిత్ర ట్రైలర్ లాంఛ్ ఈవెంట్ హైదరాబాద్ లో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెలబ్ కొండల్ రావు మాట్లాడుతూ – కింగ్ ఆఫ్ ఎంటర్ టైన్ మెంట్ శ్రీ విష్ణు మా సినిమా ట్రైలర్ లాంఛ్ చేయడం హాపీగా ఉంది. మా సినిమాను చిన్న పిల్లల సినిమా అంటున్నారు. నోర్మల్ మూవీ అయినా.. నేను మాత్రం ఇది ఫ్యూర్ ఎమోషన్స్ చూపించే సినిమా అని చెప్పగలను. అన్నారు. నటి వాసుకి మాట్లాడుతూ – ఈ సినిమాలో నటించడం ఒక గౌరవంగా భావిస్తున్నా. నేను బాగా ఇష్టపడిన స్క్రిప్ట్ ఇది. ఇలాంటి పిల్లల సినిమాలు చూసే అవకాశం మనకు తరుచురారు. ఈ సినిమాలో స్వచ్ఛమైన ఎమోషన్స్ చూస్తాం. ఈ కథను అంతే ఫ్యూర్ గా డైరెక్టర్ త్రికర్ తెరకెక్కించారు. ప్రస్తుత ట్రైండ్ లో ఇలాంటి సినిమాలు నేను చూడలేదు. పిల్లలతో పాటు పెద్దలు కూడా ఈ సినిమాను ఎంజాయ్ చేయచ్చు. ఈ సినిమా పెద్ద విజయం సాధించాలని కోరుకుంటున్నా అన్నారు.

పుట్టినరోజు వేళా హీరో, దర్శకుడు షిరాజ్ మెహబీ ఆవేదన



పుడయం సినిమా: పుట్టినరోజు వేడుకల వేళ ఆనందంగా ఉండాలన్న హీరో, దర్శకుడు షిరాజ్ మెహబీ.. తన సినిమా విడుదలకు ఎదురుపుతున్న అడ్డంకులను ప్రస్తావిస్తూ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. తాను ఎంతో కష్టపడి రూపొందించిన ‘ఓ అందాల రాక్షసి’ థియేటర్ కేటాయింపడం లేదని, చిన్న సినిమాల మునుగడ ప్రశ్నార్థకంగా మారుతోందని ఆరోపించారు. బంజారా హిల్స్ లోని ‘ఆ సినీ స్టూడియోస్’లో మీడియా ప్రతినిధుల సమక్షంలో నిర్వహించిన పుట్టినరోజు వేడుకల, ప్రెస్ మీట్ లో తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమలో చిన్న సినిమాలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను ఆయన వివరించారు. టాలీవుడ్ లో రెడ్ అలర్ట్ ప్రస్తుతం తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమలో చిన్న సినిమాల పరిస్థితి అందోళనకరంగా ఉందని షిరాజ్ మెహబీ అన్నారు. నిర్మాతలు, దర్శకులు, నటీనటులు, సాంకేతిక నిపుణులు ఎంతో శ్రమించి సినిమాలు రూపొందిస్తున్నా.. వాటిని ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకెళ్లేందుకు సరైన అవకాశాలు లభించడం లేదని పేర్కొన్నారు. వంద సినిమాలు విడుదలైతే రెండు, మూడు చిత్రాలే ఎక్కువ ప్రొడ్యూసర్ లిస్ట్ లోందని, మిగిలిన సినిమాలు థియేటర్ సమస్యతో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నాయని ఆరోపించారు. పెట్టుబడులు తిరిగి రాక నిర్మాతలు ఆర్థికంగా సస్టెయిన్ చేయలేక, ఇతర ఆదాయ మార్గాలు కూడా అందుబాటులో లేకపోవడంతో పరిశ్రమలో అనిశ్చితి నెలకొందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ‘ఓ అందాల రాక్షసి’కి థియేటర్ల వేళాన సినిమా ‘ఓ అందాల రాక్షసి’ విడుదల కోసం గత కొంతకాలంగా ప్రయత్నిస్తున్నప్పటికీ ఆశించిన స్థాయిలో థియేటర్ లు లభించడం లేదని షిరాజ్ మెహబీ తెలిపారు. గత నాలుగైదేళ్లుగా చిన్న సినిమాలకు థియేటర్ కేటాయింప కష్టంగా మారిందని, హైదరాబాద్ లోనూ పరిమిత సంఖ్యలో స్క్రీన్లు మాత్రమే లభిస్తున్నాయని ఆరోపించారు.

"కిల్లర్" ఫ్రెస్ మీట్



వహిస్తున్నారు. “కిల్లర్” సినిమా ఈ నెల 30న వరల్డ్ వైడ్ గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ రాబోతోంది. ఓవర్సీస్ లో “కిల్లర్” మూవీని ఓఎంటి పిక్చర్స్ డిస్ట్రిబ్యూట్ చేస్తోంది. ఈ రోజు ఈ సినిమా కోటి రూపాయల కాంట్రాక్ట్ సైన్ మిట్ ను హైదరాబాద్ లో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో లైన్ ప్రొడ్యూసర్ సీతారామ్ మాట్లాడుతూ – నేను ఈ సినిమాకు లైన్ ప్రొడ్యూసర్ గా వర్క్ చేయడంతో పాటు ఒక క్యారెక్టర్ లో నటించాను. నా పాత్ర ఈ కథలో ఎంత కీలకంగా ఉంటుంది అనేది తెరపై చూడాలి. మా సినిమా కోసం టీమ్ అంతా హార్ట్ వర్క్ చేశారు. వారి కష్టాన్ని మీరు మూవీలో చూడబోతున్నారు. అన్నారు. నటి మానస మాట్లాడుతూ – నేను ఈ చిత్రంలో నటించినా కథలోని ట్విస్ట్ ఎంతో మాకూ తెలియదు. ఆ ట్విస్ట్ ఏంటి అనేది ఈ నెల 30న థియేటర్స్ లో చూసి మీరే తెలుసుకోవాలి. మా డైరెక్టర్ గారి కాన్సిడర్ చేసి మాలోనూ సినిమా సక్సెస్ మీద సమ్మతం పెరుగుతోంది. మా సినిమాను ప్రేక్షకులంతా ఆదరించాలని కోరుకుంటున్నా. అన్నారు. నటుడు చంద్రకాంత్ మాట్లాడుతూ – మా డైరెక్టర్ నుకు సూపర్ స్పెస్ ఇచ్చారు. మా చిత్రంలో నాతో పాటు ప్రతి ఒక్కరి క్యారెక్టర్ ముమ్మల్ని సరే ప్రజ్ఞ చేస్తుంది. ఎన్నో ఇంటిస్టింగ్ ఎలిమెంట్స్ మా మూవీలో ఉన్నాయి. మీకు సూపర్ పవర్స్ వస్తే ఏం చేస్తారని మహిళల కోసం ఒక కాంట్రీ పెట్టాం.



'పవర్ పేట' నుంచి రితికా నాయక్ ఫస్ట్ లుక్

పుడయం సినిమా: సందీప్ కిషన్ హీరోగా, కృష్ణ చైతన్య రవీంద్ర ‘పవర్ పేట’ కుతున్న భారీ ప్రాజెక్ట్ ‘పవర్ పేట’. విజయ్ చిల్లా, శశి దేవరెడ్డి నేతృత్వంలోని సక్సెస్ ఫుల్ నిర్మాణ సంస్థ 70 ఎంఎం ఎంటర్టైన్మెంట్స్ ఈ చిత్రాన్ని ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మిస్తోంది. ఇంటెన్స్ క్యారెక్టర్, డ్రామాతో కూడిన పవర్ ఫుల్ కథాంశంతో ఈ సినిమా రూపొందుతోంది. పవర్ పేటలో కలిగించింది. వరుస బ్లాక్ బస్టర్స్ ‘మిరాయ్’, ‘కొరియన్ కనకరాజు’ సినిమాలతో నుంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్న రితికా నాయక్.. ‘పవర్ పేట’లో సందీప్ కిషన్ సరసన హీరోయిన్ గా నటిస్తున్నారు. రితికా నాయక్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా మేకర్స్ ఆమె ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ను విడుదల చేశారు. ఇందులో ఆమె పాత్రను పడమటివీధి జానకిగా పరిచయం చేశారు. సంప్రదాయబద్ధమైన, అందమైన లుక్ తో కనిపిస్తున్న రితికా నాయక్.. పాతకాలపు ఇంట్లో చెక్కు చెంపిపై సాంధ్యంగా కూర్చుని ఆకట్టుకుంటున్నా. శ్రీమ కలర్ హాఫ్ సారి, పీచ్ కలర్ దుపట్టా, సైన్ రెస్ బొటమ్ తో పాటు సంప్రదాయ ఆభరణాలు, ఉంగరాల జుట్టు ఆమె లుక్ కు మరింత అందాన్ని తీసుకొచ్చాయి. ప్రశాంతమైన హావభావాలతో పడమటివీధి జానకిగా రితికా ఆకట్టుకుంటున్నా. మేకర్స్ రితికా నాయక్ గ్రేస్, చార్మతో పాటు ఆమె ఆకట్టుకునే స్క్రీన్ ప్రెజెన్స్ ను చూపిస్తూ ఆసక్తికరమైన గింపొన్న విడుదల చేశారు. ఇందులో రితికా వివిధ లుక్స్ లో కనిపిస్తూ ఆకట్టుకున్నారు. ముఖ్యంగా ఓవర్ సైజ్ వర్డ్ లో ఆమె లుక్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. పాత్రలోని విభిన్న కోణాలను పరిచయం చేసిన ఈ గింపొన్న ప్రేక్షకుల్లో క్యూరియాసిటీని పెంచుతోంది. దర్శకుడు కృష్ణ చైతన్య తన కెరీర్ లోనే అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకమైన ప్రాజెక్ట్ గా ‘పవర్ పేట’ రూపొందిస్తున్నాడు.