







గ్రేటర్ హైదరాబాద్



షాద్‌నగర్‌లో ఏడో రోజు నిరసనలు

గౌతమ్ రాజుకు కీలక బాధ్యతలు

బతుకమ్మ.. ధనరా వేడుకల నిర్వహణకు



**షాద్‌నగర్:** తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని మున్సిపాలిటీలలో విదులు నిర్వహిస్తున్న వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల మరియు కంప్యూటర్ ఆపరేటర్ల వేతనాల తగ్గింపునకు కారణమైన G.O.Rt. No.1181, Finance (HRMVII) Department, తేదీ 12072026పై ఉద్యోగులు తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ GO కారణంగా గతంలో చెల్లిస్తున్న వేతనాల స్థానంలో తగ్గించిన వేతనాలు చెల్లించే పరిస్థితి ఏర్పడిందని ఉద్యోగులు తెలిపారు.

**వివరాలను వివరిస్తూ:** వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల, కంప్యూటర్ ఆపరేటర్ల గత ఏడు రోజులుగా పల్లె బ్యాడ్జీలు ధరించి శాంతియుత నిరసన చేపడుతున్నారు. ఇదే క్రమంలో ఈరోజు షాద్‌నగర్ ఏమ్మెల్వో శ్రీ శంకరయ్య గారిని కలిసి వినతిపత్రం సమర్పించి, G.O.Rt.No.1181 పట్ల తమకు ఎదురవుతున్న ఇబ్బందులను వివరించారు.

**వేతనాలను పెంచాలని మాత్రమే కాకుండా, ఇప్పటికే పొందుతున్న వేతనాలను తగ్గించకుండా యథావిధిగా కొనసాగించాలని ఎమ్మెల్సీ గారిని కోరారు.** రెండు నెలలుగా తగ్గించిన వేతనాలు తీసుకోకుండా నిరసనవేతనాల తగ్గింపుతో ఉద్యోగుల కుటుంబాలపై తీవ్ర ఆర్థిక భారం పడిందని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గత రెండు నెలలుగా తగ్గించిన వేతనాలను తీసుకోకుండా ఉద్యోగులు తమ నిరసనను కొనసాగిస్తున్నారు. దీంతో స్టూ షాద్‌నగర్ పురపాలక సంఘంలోని

వాండాలు, కుటుంబ వేషణ మరియు నిత్యావసర ఖర్చులు భరించడం కష్టంగా మారిందని తెలిపారు.

**వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల, కంప్యూటర్ ఆపరేటర్ల మున్సిపాలిటీలలో నిరంతరం విదులు నిర్వహిస్తూ ప్రజలకు సంబంధించిన అనేక ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల అమలులో భాగస్వాములవుతున్నారని ఉద్యోగులు తెలిపారు.**

అలాంటి ఉద్యోగుల వేతనాలను తగ్గించడం పట్ల తమ కుటుంబాలు తీవ్ర ఆర్థిక ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటున్నాయని పేర్కొన్నారు.

**“మాకు అదనపు వేతనం కావాలని అదగడం లేదు. గతంలో చెల్లిస్తున్న వేతనాలను తగ్గించకుండా కొనసాగించాలన్నదే మా ప్రధాన డిమాండ్”** అని ఉద్యోగులు స్పష్టం చేశారు.కాబట్టి ప్రభుత్వం G.O.Rt. No.1181, Finance (HRMVII), dated 12072026ను పునఃపరిశీలించి, వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల మరియు కంప్యూటర్ ఆపరేటర్ల వేతనాల తగ్గింపు పట్ల ఏర్పడిన సమస్యను తక్షణమే పరిష్కరించాలని వారు కోరారు.ఉద్యోగుల ఆర్థిక పరిస్థితిని, వారి కుటుంబాల ఇబ్బందులను దృష్టిలో ఉంచుకుని ప్రభుత్వం సానుకూల నిర్ణయం తీసుకుని, గతంలో చెల్లిస్తున్న వేతనాలను యథావిధిగా కొనసాగించాలని వర్క్ ఇన్‌స్పెక్టర్ల, కంప్యూటర్ ఆపరేటర్ల ఇంటి ఆర్థిలు, పిల్లల చదువులు, రుణాల



**■ ఎండ్‌మెంట్ సెల్ ఈసీ మెంబర్‌గా నియామకం.. హైదరాబాద్ జిల్లా బాధ్యతలు అప్పగించ మున్సిరాబాద్, అక్టోబర్ 7 (పుడయం):**

భారతీయ జనతా పార్టీ తెలంగాణ ఎండ్‌మెంట్ సెల్ (ధార్మిక)లో పి.ఆర్. గౌతమ్ రాజుకు కీలక బాధ్యతలు అప్పగించారు.

**ఆయనను ఎండ్‌మెంట్ సెల్ ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ (ఈసీ) మెంబర్‌గా నియమిస్తూ పార్టీ తెలంగాణ**

**ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ, ఎండ్‌మెంట్ సెల్ నియమ నిబంధనలకు అనుగుణంగా పనిచేస్తూ పార్టీ సంస్థాగత బలోపేతానికి కృషి చేయాలని సూచించారు.**

**హైదరాబాద్ జిల్లాలో పార్టీ కార్యక్రమాలను విస్తృతంగా ముందుకు తీసుకెళ్లడంలో పాటు, ప్రజా సమస్యలపై నిరంతరం స్పందిస్తూ ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండాలని తెలిపారు.**

**పార్టీ కార్యక్రమాల్లో చురుకైన పాత్ర పోషిస్తూ, కార్యకర్తల మరియు ప్రజలతో సమన్వయం చేసుకుని ఎండ్‌మెంట్ సెల్‌ను మరింత బలోపేతం చేయాలని ఆకాంక్షించారు.**

**పి.ఆర్. గౌతమ్ రాజుకు నూతన బాధ్యతలు అప్పగించడంపై పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు హార్దం వ్యక్తం చేస్తూ అభినందనలు తెలిపారు.**

**■ తెల్లపూర్‌లో ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు.. మాజీ చైర్మన్ మల్లేపల్లి సోమిరెడ్డి రామచంద్రపురం, అక్టోబర్ 7 (పుడయం)**

తెల్లపూర్ పరిధిలో బతుకమ్మ, విజయ దశమి వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు మున్సిపల్ మాజీ చైర్మన్, తెలంగాణ రాష్ట్ర సర్పంచుల ఫోరం మాజీ అధ్యక్షుడు మల్లేపల్లి సోమిరెడ్డి తెలిపారు.

ప్రతి ఏటా నిర్వహించే సంప్రదాయాన్ని కొనసాగిస్తూ ఈసారి కూడా వేడుకలను అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహిస్తామన్నారు.

**అక్టోబర్ 10న ఎంగిలిపూల బతుకమ్మ, 18న సద్దుల బతుకమ్మ, 20న విజయదశమి వేడుకలు నిర్వహించనున్నట్లు తెల్లెండించారు.** బతుకమ్మ వేడుకలకు మహిళలు,



యువత పెద్ద అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేపడుతున్నామని తెలిపారు.

**వేడుకల నిర్వహణకు సంబంధించి తెల్లపూర్ చదువు వద్ద చేయాల్సిన ఏర్పాట్లను స్థానిక జీఆర్‌ఎస్ నాయకులు, ప్రముఖులు, యువకులతో కలిసి సోమిరెడ్డి పరిశీలించారు.** వేడుకలు ప్రశాంతంగా, భక్తిశ్రద్ధలతో జరిగితూ సమన్వయంతో ఏర్పాట్లు చేయాలని సూచించారు.

అమీన్‌నూర్ సర్కార్ బడి: సరికొత్త వెలుగులు

జిన్నారంలో ముదిరాజుల భారీ ర్యాలీ, ధర్నా

- జీన్ "డి" నుంచి జీన్ "ఏ"లో చేరాలని డిమాండ్

**జిన్నారం అక్టోబర్ 7 (పుడయం ప్రతినిధి)**

ముదిరాజులను బీసీడీ నుంచి బీసీపి కేటగిరీలోకి చేర్చి న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ జిన్నారం మండల ముదిరాజ్ సంఘం ఆధ్వర్యంలో బుధవారం భారీ ర్యాలీ, ధర్నా నిర్వహించారు.



మార్చి బీసీపి ప్రయోజనాలు కల్పించాలని డిమాండ్ చేశారు. మత్స్యకారులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను పరిష్కరించి, వారి ఉపాధి, సంక్షేమానికి ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. జనాభాకు అనుగుణంగా ముదిరాజులకు రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం కల్పించాలని, **ఎమ్మెల్యే, ఎమ్మెస్సీ, నామినేట్ల పదవులతో పాటు ప్రభుత్వంలో మంత్రి పదవులు, కీలక బాధ్యతల్లో తగిన ప్రాతినిధ్యం కల్పించాలని కోరారు.** ముదిరాజుల సామాజిక, ఆర్థిక, విద్యా, ఉపాధి అభివృద్ధికి ప్రత్యేక కార్యచరణ రూపొందించాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర అడ్మినిస్ట్రేటర్ రవి, మండల ముదిరాజ్ సంఘం అధ్యక్షుడు నారబోయిన శ్రీనివాస్ ముదిరాజ్, ఉపాధ్యక్షుడు గంగం రమేష్, బాలు గారి సర్పంచులు, ముదిరాజ్ సంక్షేమ సమితి ప్రధాన కార్యదర్శి, కౌన్సిలర్ పోతారెడ్డి

పేద, మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు చెందిన విద్యార్థులకు ఆర్థిక పస తులతో కూడిన నాణ్యమైన విద్యను అందించడమే లక్ష్యంగా పట్టానైన నియోజకవర్గంలో విద్యారంగ అభివృద్ధికి ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని పట్టానైన శాసన సభ్యులు గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి తెలిపారు.

అమీన్‌నూర్ డివిజన్ పరిధిలోని

గండిగూడెం ప్రభుత్వ పాఠశాల అవరజలో రూ.25 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో అదనపు తరగతి గదుల నిర్మాణం, సుల్తాన్‌పూర్‌లో ఒక ఎకరం 10 గుంటల అగ్నిమాంకం రూ.49.50 కోట్ల అంచనా రశీదుల నిర్మాణ పనులకు బుధవారం ఉదయం ఎమ్మెల్యే గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై శంకుస్థాపన చేశారు.

**ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ మాట్లాడుతూ..** పట్టానైన నియోజకవర్గంలోని 9 డివిజన్ పరిధిలో రూ.364 కోట్లతో క్యూరే అగ్నిమాంకం పాఠశాలలు, అదనపు తరగతి గదుల నిర్మాణ పనులకు శ్రీకారం చుట్టినట్లు తెలిపారు.

**ఇప్పటికే ప్రారంభించిన పనులను పూర్తిచేయాలని పట్టానైన చైర్మన్ విద్యా సంస్థానంలో విద్యార్థులకు అందుబాటులోకి తీసుకురావడమే**



లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతున్నట్లు చెప్పారు.కొత్తగా నిర్మించనున్న పాఠశాలల్లో విశాలమైన తరగతి గదులు, ఆధునిక మౌలిక సౌకర్యం, అవసరమైన విద్యా సదుపాయాలతో పాటు నాణ్యమైన బోధన అందించేలా ఏర్పాట్లు చేయనున్నట్లు ఎమ్మెల్యే వెల్లడించారు. తద్వారా ప్రైవేట్, కార్పొరేట్ విద్యాసంస్థలకు డీటుగా ప్రభుత్వ విద్యా

నియోజకవర్గంలోని ప్రభుత్వ విద్యా వ్యవస్థలో మౌలిక పనుల పరంగా గణనీయమైన విస్తరణకు అవకాశం ఏర్పడుతుంది.

**భవిష్యత్ తరాలకు మెరుగైన విద్యా వాతావరణాన్ని అందించే విధంగా ఈ నిర్మాణ పనులు కీలకంగా నిలబడుతాయి.** ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపీపీ దేవానందం, మాజీ జెడ్పీటీసీ సుధాకర్ రెడ్డి, మున్సిపల్ మాజీ చైర్మన్ నరసింహ గౌడ్, మాజీ వైస్ ఎంపీపీ సత్యనారాయణ, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు రాజు, భాస్కర్ గౌడ్, అమీన్ నూర్ సర్కార్ డిప్యూటీ కమిషనర్ ప్రదీప్ కుమార్, TGEWIDC ఈజిల్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, ఎంఈఓ సుధాకర్, ఎడీఈలు రాజు, వెంకటరమణ, ఏఈ పరట్తి రెడ్డి, శ్రీకాంత్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చారిత్రక అన్వేషణలో స్త్రీవాదులు

పేదలకు గొప్ప వరం సీఎం సహాయ నిధి



**■ ఆర్థిక ఉపన్యాసంలో వివరించిన ప్రముఖ స్త్రీవాద రచయిత్రి ఊర్మిల ముఖార్జున**

**పటానెరు (పుడయం):** ప్రముఖ స్త్రీవాద రచయిత్రి, ప్రచురణ కర్త, కార్యక్రమ, జాబాన్ బుక్ సహ వ్యవస్థాపకురాలు ఊర్మిల ముఖార్జున, బుధవారం హైదరాబాద్‌లోని గీతం విశ్వవిద్యాలయంలో 'ఆర్మెన్ అన్వేషణలో స్త్రీవాదులు' అనే అంశంపై ఆతిథ్య ఉపన్యాసం చేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని గీతం స్కూల్ ఆఫ్ హ్యూమానిటీస్ అండ్ సోషల్ సైన్సెస్ (జీఎస్ హెచ్ఎస్)లోని ఆంగ్ల, ఇతర భాషల విభాగం నిర్వహించింది.

యోగ్య చేయగలవో వివరించారు. దాదాపు 1,500 పాఠ్యపు, 120 మౌఖిక చరిత్ర ఇంటర్వ్యూల సేకరణ, డిజిటలైజేషన్ తో సహా, భారతదేశ వ్యాప్తంగా స్త్రీవాద ఉద్యమాలను సమైక్యం చేయడానికి జాబాన్ చేస్తున్న ప్రయత్నాలు గురించి ఆమె వివరించారు. పరిరక్షణ, మెటాడేటా సృష్టి, కాపీరైట్, సమ్మతి వంటి సవాళ్లు, అలాగే చారిత్రక సామగ్రికి ప్రజల ప్రాప్యతను పెంచడానికి డిజిటల్ ఆర్కైవ్ ల పాత్ర గురించి కూడా ఆమె చర్చించారు. బుటాలియా డిజిటల్ ఆర్కైవ్ ను ప్రదర్శించి, ముఖాముఖ ప్రశ్నించుకొన్నప్పుడు ముఖార్జున అధ్యాపకులు అడిగిన ప్రశ్నలకు బదులిచ్చారు. తొలుత, జీఎస్ హెచ్ఎస్ డైరెక్టర్‌ఇన్‌చార్జ్ డాక్టర్ శామ్సూల్ రెడ్డి అతిథిగా నియోజకవర్గం, ఈ కార్యక్రమంలో ఆంగ్లం, ఇతర భాషల విభాగధిపతి డాక్టర్ సయితన్ మోండల్, అధ్యాపక బృందం, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

**■ బిలెంఎస్ అధ్యక్షులు రంగారావు సునీల్ బాచుపల్లి, అక్టోబర్ 7, (పుడయం ప్రతినిధి),**

నిజాంపేట్‌లోని రాజేష్ గృహకల్పకు చెందిన పప్త్య వెంకటేశ్వర్లుకు వైద్య చికిత్స నిమిత్తం ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి ద్వారా రూ.2 లక్షల అలీనా మంజూరైంది. **కుత్బులాపూర్ ఎమ్మెల్యే** కె.పి. వివేకానంద్ సిపాహను మేరకు నిమ్న ఆసుపత్రిలో జీవీసీ చికిత్స కోసం ఈ ఆర్థిక సహాయం మంజూరు చేశారు. **ఈ సందర్భంగా అలీనా పత్రాని,3 బాధిత కుటుంబానికి బిలెంఎస్ నాయకులు అందజేశారు. బాధిత కుటుంబానికి వైద్య చికిత్స కోసం ప్రభుత్వం నుంచి ఆర్థిక సహాయం అందేలా కృషి చేసిన**



**ఎమ్మెల్యే** వివేకానంద్ కు బిలెంఎస్ నాయకులకు బాధిత కుటుంబ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

**ఈ కార్యక్రమంలో నిజాంపేట్ సర్కార్ జిలెంఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు** రంగారావు సునీల్, ఎన్ఎంసీ మాజీ డిప్యూటీ మేయర్ ధనరాజ్ యాదవ్, బిలెంఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుల గౌరవ సాంబశివ రెడ్డి, ప్రదీప్, మహేష్, చరణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మాసానిగూడలో ఎన్.ఐ.ఆర్.డి అధికారుల పర్యటన



శంకర్ పల్లి అక్టోబర్ 07 (పుడయం)

శంకర్ పల్లి మండలం మాసాని గూడ గ్రామంలోని పొడుపు సంఘాలను ఎన్ఐఆర్ డి కోఆర్డినేటర్ లఖన్ సింగ్ ఆధ్వర్యంలో దేశంలోని 12 రాష్ట్రాల రాష్ట్రపాలు, జిల్లాస్థాయి అధికారులు బుధవారం కలిశారు. గ్రామ పాదుపు సంగం, మరో రెండు చిన్న సంఘాలు లతా సంఘం, సత్యనారాయణ సంఘం సభ్యులతో అధికారులు మాట్లాడి వారి పాదుపు వివరాలను తెలుసుకున్నారు. గ్రామంలో లతా సంఘం 26 సంవత్సరాల నుండి కొనసాగుతుందని, ఒక్కో సంఘాలకు 30 వేల రూపాయలు పాదుపు చేసుకున్నారని సంఘం సభ్యులు అధికారులకు వివరించారు. ప్రభుత్వం నుండి 20 లక్షల రూపాయల రుణాన్ని పొంది గేదెలు, మేకలు, ముంగిలి పావు, పిండి గిరి మరియు వ్యవసాయ అవసరాల

కు రూపాయలను వాడుకున్నామని తెలిపారు. కాగా ఈ వ్యాపారంలో ఖర్చులు పోగా నెలకు రూ. 15000 నుండి, రూ. 30 వేల వరకు సంపాదిస్తున్నామని చెప్పారు. గ్రామంలో 30 పొడుపు సంఘాలు ఉన్నాయని అధికారులకు వివరించారు. ఈ సందర్భంలో బ్యాంకు నుండి ఒక కోటి 10 లక్షల రూపాయలు తీసుకొని పాదుపు సంఘాలకు ఇవ్వడం జరిగిందని తెలిపారు. నిలవనీ నుండి 60 లక్షల రూపాయలను విచ్చేరు. తాము సంఘంలో చేరకముందు తీసుకున్న రూపాయలకు అధిక వడ్డీ చెల్లించేవారమని వారికి వివరించారు. ప్రస్తుతం తీసుకున్న రుణాలకు నెలకు ఒక రూపాయ మాత్రమే వడ్డీ చెల్లిస్తున్నామని తెలిపారు. పది లక్షలు, ఐదు లక్షలు రుణాలు ఎలాంటి షరతుల వల్ల లేకుండా

న్యామని చెప్పారు. ప్రభుత్వం నుండి రుణాలకు కట్టిన వడ్డీ రూ.1,98,979 రూపాయలు తిరిగి వచ్చాయని తెలిపారు. సంఘంలో చేరిన తర్వాత తాము వైద్యంగా ఉన్నామని, గౌరవం కూడా పెరిగిందని అధికారులకు తెలిపారు. కాగా వివరాలు తెలుసుకున్న 12 రాష్ట్రాల అధికారులు ఈ రకంగా గ్రామాలలో పాదుపు సంఘాలు నడపడం సంతోషకరంగా ఉందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ అర్జున్ ప్రభు గౌడ్, ఏ పి రవీందర్, సీసీ సుధాకర్, అధ్యక్షురాలు మంగమ్మ, వివే పి స్వరూప, 12 రాష్ట్రాల అధికారులు, పీరాజ్ కుమార్, వివేక పాండ్సా, శైలేందర్, ఉపసర్పంచ్ భూ లక్ష్మమ్మ, లతా సంగం, సత్యనారాయణ సంఘం సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

IN THE COURT OF THE XXth JUNIOR CIVIL JUDGE: CITY CIVIL COURTAT: HYDERABAD O.S.No. 2991 OF 2026

Between : M. Sunitha and Others

..Plaintiffs

AND MRO Nampally and another

..Defendants

SUMMONS

TO, All Concerned

(Defendant No.2)

Please take notice that the above named plaintiffs filed suit for declaration of plaintiffs as Legal heirs/ legal status of the Mallam Ashok Slo M. Yadagiri, who died on 13-08-2020, against the defendants. The above said suit stands posted to 26-10-2026 for your appearance and answer if any in the above said court at 10.30 A.M. Please come and appear before the Hon'ble court by person or through an advocate, failing which the matter will be decided as per law.

BY ORDER OF THE COURT

Sd/-

T.S. 1887/1998

B. Srinivas Goud,

M. Surya Prakash,

K. Raja Rao 1704,

Advocates.

#1-8-315 & 316, Chikkadpally, Hyderabad-500020

Cell: 9000033354, 9908338063.

E mail: srinivas.bendhi@gmail.com

Counsel for Plaintiffs

IN THE COURT OF THE Xth JUNIOR CIVIL JUDGE: CITY CIVIL COURT AT : HYDERABAD O.S.No. 3005 OF 2026

Between : Kurada Uma and Others

Plaintiffs

AND MRO Himayathnagar and another

Defendants

SUMMONS

TO, All Concerned

(Defendant No.2)

Please take notice that the above-named plaintiffs filed suit for declaration of plaintiffs as Legal heirs/ legal status of the Kurada Venkata Rajasekher Slo Kurada Ramakrishna Rao, who died on 14-02-2026, against the defendants. The above said suit stands posted to 27-10-2026 for your appearance and answer if any in the above said court at 10.30 A.M. Please come and appear before the Hon'ble court by person or through an advocate, failing which the matter will be decided as per law.

BY ORDER OF THE COURT

Sd/-

T.S. 1887/1998

B. Srinivas Goud,

M. Surya Prakash,

K. Raja Rao 1704,

Advocates.

#1-8-315 & 316, Chikkadpally, Hyderabad-500020

Cell: 9000033354, 9908338063.

Email: srinivas.bendhi@gmail.com

Counsel for Plaintiff

IN THE COURT OF THE HON'BLE V JUNIOR CIVIL JUDGE - CITY CIVIL COURT AT HYDERABAD O.S. No. 2893 OF 2026

Between : 1. Mr. Anup Rath, Slo, Late Ramesh Chandra Rath, Age : 44 years, Occ: Business, R/o: 7-1-235/23, Prashant colony, Balkampet, Ameerpet, Hyderabad - 500016 2. Smt. Puspilalata Rath, W/O Late Ramesh Chandra Rath, Age:73 Years, Occu: Business, R/o: 7-1-235/23, Prashant Colony, Balkampet, Ameerpet, Hyderabad - 500 016 3. Mr. Anand Rameshchandra Rath, S/o Late Ramesh Chandra Rath, Age: 53 Yrs, Occu: Business, R/o, 1485 Rocky Shoals, Ln, Swanee GA,USA 30024, 4. Mrs. Shital Vinod Bhalla /D/O Late Ramesh Chandra Rath, W/O Mr. Vinod Bhalla, Age: 51 yrs, Occu: Household, R/O: Ravindra Dai Mil, MIDC-2 Malkapur, Akola, Maharashtra - 444 001. (Plaintiff No.2 and 3 & 4 represented by their GPA Holder Mr. Anup Rath, Plaintiff No.1)

Plaintiffs no 1 to 4

AND

1. The Tahsildar, Ameerpet (Sanath nagar) Mandal Revenue Officer, (Sarath nagar), 500030. 2. All concerned.

Defendants

PUBLICATION

Please take the notice that the plaintiffs herein has filed above suit for declaration of plaintiffs as legal heirs of the deceased Late Ramesh Chandra Rath in OS.No.2893 of 2026 on the file of the Hon'ble V Junior Civil Judge, City Civil Court at Hyderabad and above case is posted for your appearance at above mentioned court on 16.10.2026 and persons having objections shall make it convenient to present either in person or through your counsel before the above Hon'ble court at 10.30 a.m. on 16.10.2026. If you fail to appear on the above date the matter will be heard ex parte.

(By Order of the Court)

Sd/-

Sri. M/s. DHIRITAM LEGAL, Srikanth Rath, Kalyani Deshmukh, P Venkatesh Nayak

Advocates,

Ground Floor, 3-4-146/A/1, Street No. 17, AP State Housing Board, Himayathnagar, Hyderabad, Telangana 500029, M.No. 8919374750.

IN THE COURT OF THE HON'BLE V JUNIOR CIVIL JUDGE, RANGA REDDY DISTRICT, AT: L.B. Nagar O.S. No. 721 of 2026

Between : Kallem Saraswathi & others

Plaintiffs

AND Mandal Revenue Officer, Saroomnagar & another

Defendants

Please take notice that, on 22-09-2026, the Plaintiffs namely: (i) Kallem Saraswathi (ii) Kallem Kruthika & (iii) Kallem Sai Prakash Reddy have instituted above mentioned Original Suit for Declaration to Declare themselves as Legal Heirs of late KALLEM YADAGIRI REDDY against the Defendants namely: (i) Mandal Revenue Officer, Saroomnagar & (ii) All Concerned. That, above mentioned Hon'ble Court was pleased to post aforesaid Original Suit to 26-10-2026 for appearance of Defendants including All Concerned. If the Defendants including All Concerned, fail to appear either in person or through advocate in OS. No. 721 of 2026 on 26-10-2026 at 10:30 a.m. before the Court of the Hon'ble V Junior Civil Judge, Ranga Reddy District, at: L.B. Nagar said OS. No. 721 of 2026 would be decided in the absence of Defendants including All Concerned, and basing on the material available on record. 26-10-2026 at 10:30 a.m. before the Court of the Hon'ble V Junior Civil Judge, Ranga Reddy District, at: L.B. Nagar

//BY ORDER OF HON'BLE COURT//

Sd/-

Rohit Reddy Sadhu, Advocate, Office at: Flat No.207, II Floor, Sai Sri Towers, Street No.4, Himayathnagar, Hyderabad, Telangana - 500 029.

Mobile No. 8143529742.

IN THE COURT OF HONBLE XXVII ADDITIONAL CHIEF JUDGE COURT AT SECUNDERABAD O.S. No: 65 OF 2026

Between : BADETI SAI NEHA & THOTA PANESHWAR

Plaintiffs 1 & 2

AND THE TAHSILDAR SECUNDERABAD MANDAL, HYDERABAD DISTRICT & ALL CONCERNED

Defendants 1 & 2

To All Concerned,

That the above-named plaintiffs are filed the above suit for declaration to declare the Plaintiffs has legal heirs of the deceased Late CHALAMKURU SOWJANYA who died intestate Dated 25/11/2021 Against you and another, said suit is posted on 15/10/2026 for objections. If any person or persons is/ are having any objections may appear before the Hon'ble Court on dated 15/10/2026 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.

AS PER DOCUMENT SCHEDULE OF PROPERTY SUIT SCHEDULE

PROPERTY - A All that the Flat No.A304 in Third Floor of Niharkia Interlake, admeasuring 2600 Sft., along with 65.0 sq. yards of undivided share of land (out of total land admeasuring 8712.0 sq. yards) inclusive of balconies, open spaces, corridors and other common areas and also along with two covered Car Parking in the building known as "Niharkia Interlake", being constructed in survey No.44 and 46 situated at Khejupur Village, Serlingampally Mandal under GHMC Circle 11, Ranga Reddy District, Telangana and bounded by: NORTH : Open to Sky SOUTH : Open to Sky EAST : Open to Sky WEST : Common Corridor

SUIT SCHEDULE PROPERTY - B All that the undivided Office "Space admeasuring 145.58 sq. yards sit in the Sixth Level/Floor of block B in the building known as "Purva Summit" constructed in survey No.8 situated at Kondapur Village, Serlingampally Mandal, Ranga Reddy District which is bounded by: NORTH : Road and Madhavpur Village Boundary WEST : land in sy.no.8 NORTH : land in sy.no.8 SOUTH : land in sy.no.8

//By Order of the court// Dated 14/08/2026

Sd/-

Advocate on record of the suit:SD/- D SHASHI PREETAM F NO-2B, The pearl apt,Erramanzil,Hyderabad, Telangana-500082, Ph-985547787











# రాజ్యాధికార సమరభేరి

- కాన్సిరాం వర్ధంతి సభతో బహుజనుల సత్తా చాటుదాం
- వరంగల్ సభకు లక్షలాది బహుజనులు తరలిరావాలని బిఎస్పీ ఖమ్మం పార్లమెంట్ ఇంచార్జి నామా విజయ్ పిలుపు

కల్లూరు, అక్టోబర్ 7 (పుడయం ప్రతినిధి)

# తేలికపాటి వ్యాయామాలతోనే.. ఫిట్గా, చురుగ్గా..!



# చక్కని ఆరోగ్యం



ఈ రోజుల్లో చాలామంది ఎక్కువ సమయాన్ని ఆఫీస్ పనులకే కేటాయిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో గంటలూ తరబడి కుర్చీకే అంకితమవుతున్నారు. దీనివల్ల శారీరక శ్రమ లోపిస్తుంది. లేనిపోని అనారోగ్యాలు చుట్టూముడతాయి. అయితే ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే 'జోన్ జీరో' ఎక్సర్సైజ్ ను అలవాటు చేసుకోవాలి. గుండె కొట్టుకునే వేగాన్ని క్రమబద్ధీకరిస్తూ, ఆయాసం లేకుండా సరదాగా ఈ పర్మనెంట్ చేసుకోవచ్చుంటున్నారు నిపుణులు. జోన్ జీరో వ్యాయామం అనేది అతి తక్కువ శ్రమ, తీవ్రతతో కూడిన వ్యాయామం. ఇది గుండె కొట్టుకునే వేగాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది. అందుకే వృద్ధులు, దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలున్న వారు, కీళ్ల నొప్పులు వేదించే వారు, ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్యల నుంచి అప్పుడప్పుడే కోలుకున్న వారు.. పని పని అంటూ నిరంతరం కుర్చీకే అతుక్కుపోయే వారు.. ఈ జోన్ జీరో వ్యాయామాలతో మంచి ఫలితాల్ని పొందవచ్చుంటున్నారు. తద్వారా శరీరంపై ఒత్తిడి పడకుండానే ఫిట్గా, చురుగ్గా మారే అవకాశాలు ఎక్కువంటున్నారు. నెమ్మదిగా నడవడం, వీలైనప్పుడు నిలబడి ఉండడం, తేలికపాటి స్టైలింగ్, ట్యిస్టింగ్ వ్యాయామాలు; రోజువారీ ఇంటి పనులు, భోజనం తర్వాత నడక.. వంటివన్నీ జోన్ జీరో వ్యాయామాల కిందకే వర్గాయింటున్నాయి. జోన్ జీరో వ్యాయామాల్లో భాగంగా శరీరంపై ఒత్తిడి పడకపోయినా, చెమటోడ్లకపోయినా.. చక్కటి ఫిట్ నెస్ సొంతమవుతుందంటున్నారు నిపుణులు. వీటిని క్రమం తప్పకుండా



సాధన చేయడం వల్ల ఇటు శారీరకంగా, అటు మానసికంగా పలు ప్రయోజనాలు చేకూరతాయని చెబుతున్నారు. దీర్ఘకాలం పాటు ఈ వ్యాయామాల్ని సాధన చేయడం వల్ల శరీరంలోని అదనపు క్యాలరీలు కరిగి బరువు తగ్గుతుంది. భోజనం తర్వాత పది నిమిషాలు నడవడం వల్ల గ్లూకోజ్ స్థాయిలు పెరగకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. దీనివల్ల దీర్ఘకాలంలో మధుమేహ ముప్పు తప్పకుండా ఉంటుంది. బీజ్ లైఫ్ స్టైల్ వల్ల ఒత్తిడి, చిరాకు సహజం. వీటిని దూరం చేసుకొని మానసిక ప్రశాంతతను చేకూర్చడం లోనూ జోన్ జీరో వ్యాయామాలు సహకరిస్తాయిని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

జాలుగా ఉంటాయి. సాధారణంగా క్రమం తప్పకుండా చేసే వ్యాయామం గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. దీర్ఘకాలంలో గుండె జబ్బులు, ఆకస్మిక గుండె ఆగిపోవడం వంటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. అయితే ఒక్కసారిగా శరీర సామర్థ్యానికి మించి తీవ్రమైన వ్యాయామం చేయడం వల్ల గుండెపై అదనపు ఒత్తిడి పడుతుంది, ముఖ్యంగా ముందుగా గుర్తించని గుండె సమస్య ఉన్నవారిలో ఈ ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. వ్యాయామాన్ని కొత్తగా ప్రారంభించే

## తీవ్రమైన వ్యాయామాలను ఒకేసారి చేస్తే గుండెకు నష్టమే..



అయితే ముఖ్యంగా యువతలో వ్యాయామం చేస్తున్న సమయంలో అకస్మాత్తుగా గుండె సంబంధిత పుటను చోటుచేసుకోవడం అందోళన కలిగిస్తోంది. కుటుంబంలో గుండె సంబంధిత సమస్యల చరిత్ర ఉండడం, గర్భిణీలను గుండె సమస్యలు లేదా శరీరం అలవాటు పడక ముందే పరిమితికి మించి తీవ్రమైన వ్యాయామం చేయడం ఇందుకు కార

లు పాటించడం అవసరం. వ్యాయామం ప్రారంభించే ముందు సరైన వారమీ చేయడం వల్ల శరీరం శారీరక శ్రమకు సిద్ధమవుతుంది, గుండెపై పడే ఒత్తిడి కూడా తగ్గుతుంది. మొదటి నుంచే అధిక తీవ్రతతో వ్యాయామం చేయకుండా క్రమంగా స్థాయిని పెంచాలి. తగినంత నీరు తాగడం, విశ్రాంతి తీసుకోవడం కూడా ముఖ్యమే. శరీరం అలసిపోయి నప్పుడు లేదా అనారోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు తీవ్రమైన వ్యాయామాలకు దూరంగా ఉండాలి. ముఖ్యంగా అధిక తీవ్రత కలిగిన ఫిట్ నెస్ లేదా శిక్షణ కార్యక్రమాల్లో చేరే ముందు వైద్యపరీక్షలు చేయించుకోవడం ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. గుండె సమస్యల నాలు సూచిస్తున్నాయి. పరిత్ర ఉన్నవారు లేదా తమకు తెలియని గుండె సమస్య ఉండే అవకాశం ఉన్నవారు ముందుగా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. రక్తపోటు, ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి ఏడాది వాయు కాలుష్యంతో సంబంధించి ఉన్న సమస్యల 88 లక్షల అదనపు మరణాలు సంభవిస్తున్నట్లు అంచనా వేశారు. వీటిలో గుండె, రక్తనాళాల వ్యాధుల వాటా గణనీయంగా ఉన్నట్లు పరిశోధకులు తెలిపారు. అరోగ్య సమస్యలను వ్యక్తిగతంగా ధూమపానం మానేయడం లేదా రక్తపోటును మందులతో నియంత్రించడం సాధ్యమే అయినా, నివాసం లేదా పనిచేసే ప్రాంతంలోని గాలి నాణ్యతను ఒక్క పక్క మార్చలేదు. వంటకం అంశాలను ఉధారాలు, పారిశ్రామిక కాలుష్యం, పట్టణ ప్రణాళిక, గాలి నాణ్యత ప్రమాణాలపై సమిష్టి చర్యలు అవసరం. పర్యావరణంలో ఉండే నీసం, అధిక శక్తి, తీవ్రమైన వేడి కూడా గుండె ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన ప్రమాదాలను పెంచే

## గుండె జబ్బులు వచ్చేందుకు ఇవే కాదు, పర్యావరణం కూడా కారణమే..

పక్కన లేదా పారిశ్రామిక కాలుష్యం ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతంలో నివసించే వ్యక్తికి పర్యావరణం కారణంగా అదనపు గుండె సంబంధిత ప్రమాదం ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల గుండె జబ్బుల నివారణలో వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరీక్షలతోపాటు పర్యావరణ ప్రభావాలను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి అవసరం ఉంది. వాయు కాలుష్యం శ్వాసకోశ సమస్యలకు మాత్రమే కారణమవుతుందని చాలామంది భావిస్తారు. కానీ దాని ప్రభావం గుండె, రక్తనాళాలపైనూ ఉంటుంది. గాలిలోని సూక్ష్మ దూళి కణాలు ఊపిరితిత్తుల్లోకి లోతుగా చేరి వాపును పెంచడంతో పాటు రక్తనాళాల పని తీరులో మార్పులు, రక్తం గడ్డకట్టే అవకాశాన్ని పెంచుతాయి. దీర్ఘకాలం కాలుష్యానికి గురికావడం గుండెపోటు, పక్కనాళం వంటి గుండె సంబంధిత సమస్యలతో ముడిపడి

అంశాలుగా మారుతున్నాయి. పాత ఇళ్లు, కలుషితమైన నేల, పాత నీటి పైపుల ద్వారా సీసానికి గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. ది లాస్ట్ పబ్లిక్ హెల్త్ ప్రమోతమైన ఒక అధ్యయనంలో 14,289 మంది ఆమెరికా పెద్దలను 19 సంవత్సరాలకు పైగా పరిశీలించగా, తక్కువ స్థాయి సీసం ప్రభావం కూడా గుండె సంబంధిత మరణాలతో సంబంధం ఉన్నట్లు పరిశోధకులు అంచనా వేశారు. మరోవైపు రహదారులు, విమానాశ్రయాలు, రైల్వే మార్గాల నుంచి వచ్చే నిరంతర శబ్దం నిద్రకు అటంకం కలిగించి శరీరంలో ఒత్తిడి ప్రభుత్వించినను పడేపడే ఫ్రీజ్ పిస్తాయి. ఉంతో రక్తపోటు, రక్తనాళాల పనితీరులో మార్పులు వచ్చే అవకాశం ఉంది. తీవ్రమైన వేడి సమయంలో శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించేందుకు గుండె ఎక్కువగా పనిచేయాలి వస్తుంది. వృద్ధులు, ఇప్పటికే గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అదవుల్లో మంటల నుంచి వచ్చే పొగలోని సూక్ష్మ కణాలు కూడా దూర ప్రాంతాలకు చేరి గుండె, శ్వాసకోశ సమస్యలు ఉన్నవారిపై అదనపు ప్రభావం చూపిస్తాయి. గుండె జబ్బుల నివారణలో పర్యావరణ అంశాలను కూడా భాగం చేయాలి అవసరం. ఉండని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. వైద్యులు సాధారణంగా ధూమపానం, ఆహారం, వ్యాయామం, కుటుంబ చరిత్ర, మందుల వినియోగం వంటి అంశాలను పరిశీలిస్తారు. ఇకపై రద్దీగా ఉండే రహదారులు లేదా పారిశ్రామిక ప్రాంతాలకు సమీపంలో నివసిస్తున్నా, ఇంటి పయను, పరిస్థితి ఎలా ఉంది, నీటి నాణ్యత ఎలా ఉంది, పని ప్రదేశంలో లోహాలు లేదా రసాయనాల ప్రభావం ఉందా, ట్రాఫిక్ లేదా విమానాల శబ్దానికి తరచు గురవుతున్నారా వంటి విషయాలను కూడా తెలుసుకోవడం ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.



లకుండా అలాగే కూర్చోవడం వల్ల కీళ్లు, కండరాలు పట్టేస్తుంటాయి. అదే కానీపు అటూ ఇటూ తిరగడం, చిన్న చిన్న పనులు చేసుకోవడం వల్ల రక్తప్రసరణ మెరుగై ఆయా సమస్యల నుంచి విముక్తి పొందవచ్చు. జోన్ జీరో వ్యాయామాల ఆకలిని పెంచే అవకాశం కూడా ఉన్నందువల్ల.. బద్దీగానీ వీడి ఈ సొంపుల్ వ్యాయామాల చేస్తే మంచి ఫలితం ఉంటుంది అంటున్నారు నిపుణులు. శరీరంపై ఒత్తిడి పడని ఈ వ్యాయామాల వల్ల గాయాలయ్యే ప్రమాదం కూడా తక్కువే అంటున్నారు నిపుణులు. కాబట్టి నిర్మయంగా వీటిని సాధన చేస్తూ ఫిట్ నెస్ ను సొంతం చేసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. జోన్ జీరో ఎక్సర్సైజ్ నెస్ ఎలా, ఎప్పుడు మొదలుపెట్టాలన్న సందేహకొంతమందిలో ఉంటుంది. అయితే వీటికోసం ప్రత్యేక సమయమంటూ ఏదీ ఉండదని, రోజువారీ పనుల్లోనే వీటిని భాగం చేసుకోవడం వల్ల ఆశించిన ఫలితాలు పొందవచ్చుంటున్నారు నిపుణులు. ఉదాహరణకు.. కాఫీ/టీ బ్రేక్

సమయాల్లో స్నిస్ట్, బెండింగ్ వంటి చిన్నపాటి వ్యాయామాలు చేయడం, దగ్గరి ప్రదేశాలకు నడుస్తూనే వెళ్లి రావడం.. ఇలాంటివి అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇవి దీర్ఘకాలంలో శారీరక ఫిట్ నెస్ ను, మానసిక ప్రశాంతతను, తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. ఫలితంగా చురుగ్గా, హ్యాపీగా ఉండచ్చు అంటున్నారు. అయితే సులువుగా చేసే ఈ జోన్ జీరో వ్యాయామాలు ప్రత్యేక

## నిద్రలో పట్ల కొరకడం..

## పెద్ద సమస్య?

పిల్లలు రాత్రిపూట నిద్రలో పట్ల కొరకడం, పట్ల సూరం, దవడలు గట్టిగా బిగించడం అనేది సహజమే. దీనిని వైద్య పరిభాషలో 'బ్రెక్జింగ్' అంటారు. మూడు నుంచి ఆరేళ్లలోపు పిల్లల్లో.. దాదాపు 40 శాతం మందిలో ఈ బ్రెక్జింగ్ అనే సమస్య కనిపిస్తుంది. అయితే, వాళ్లు పెద్దగా అయ్యేకొద్దీ దీనినుంచి బయటపడతారు. బ్రెక్జింగ్ రెండు రకాలుగా ఉంటుంది. ఒకటి అవేక్ బ్రెక్జింగ్.. అంటే వెలుకువలో ఉన్నప్పుడు పట్ల కొరకడం. రెండోది స్లీప్ బ్రెక్జింగ్.. నిద్రలో పట్ల కొరకడం. ఇలా నిద్రలో పట్ల కొరకడం అనేది చాలా కామన్ గా కనిపిస్తుంది. అయితే, ఎప్పుడో ఓసారి.. నెలలో ఒక్కసారి ఇలా పట్ల కొరుకుతున్నాంటే పెద్దగా అందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. వారంలో నాలుగు రోజులు ఇలా పట్ల కొరకడం, అదికూడా బాధాన నిలలపాటు ఉంటేనే దానిని 'బ్రెక్జింగ్ గా గుర్తిస్తారు. ఇలాంటి సమస్యతో వైద్యుల దగ్గరికి వచ్చే పిల్లల్లో అదినాయ్డ్, అధిన్న నిద్రపియ్యి, హైపో యాక్టివ్, ఏడి కాన్ డ్, తినిపిట్టడు



## పరిమళాలతో సమస్యలూ ఉన్నాయి!



పెర్ఫ్యూమ్ ని వాడితే ఈ ఇబ్బంది రాదు. ముఖైన్ వాసనలు ఉండే పెర్ఫ్యూమ్ లను పరిమితికి మించి వాడితే శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు తలెత్తిచ్చు. ముఖ్యంగా వీటిలోని రసాయనాలు ఎండలోకి వెళ్లే కొందరిలో అలర్జి లను కలిగిస్తాయి. చర్మానికి చేరుగా పెర్ఫ్యూమ్ స్పృ

చేయకుండా తేలికపాటి మాయశృరైజర్ లేదా పెల్లేరియం జెల్ రాసుకుని వాడితే సరి. సందబిడత కారణాల్లో ఒకటి. శరీర మంతా ఆక్సిజన్ ను తీసుకెళ్లే సామగ్గీలైన శరీరాల్లో ఇసుము కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. శరీరంలో ఇసుము నిల్వలు తగ్గడం కొందరిలో వెళ్లే కొందరిలో అలర్జి లను కలిగిస్తాయి. చర్మానికి చేరుగా పెర్ఫ్యూమ్ స్పృ



పోషిస్తుంది. తీవ్రమైన జింక లోపం జుట్టు రాలడం, జుట్టు నాణ్యతలో మార్పులతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. అయితే వైద్యుల సలహా లేకుండా అధిక మోతాదులో జింక ట్యాబ్లెట్లను తీసుకోవడం మంచిది కాదు. జుట్టు ప్రధానంగా కెరాటిన్ అనే నిర్మాణాత్మక ప్రోటీన్ తయారవుతుంది కాబట్టి, ఆహారంలో తగినంత ప్రోటీన్ లేకపోవడం కూడా జుట్టు పెరుగుదలపై ప్రభావం చూపుతుంది.

యము పైబడే కొద్దీ తెల్లవెంట్రుకలు రావడం సహజమే! కానీ ప్రస్తుతం చిన్న పిల్లలకి కూడా జుట్టు నెరిసిపోవడం చూస్తున్నాం. పోషకాహార లోపం, వాతావరణ కాలుష్యంతో పాటు ఇందుకు పలు కారణాలున్నాయంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల చిన్నతనంలోనే పిల్లల యము ఎక్కువగా కనిపించి క్రమంగా వారిలో అత్యున్నతా

పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారంతో పాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉండే పండ్లు, కూరగాయల్ని పిల్లలకు ఎక్కువగా అందించాలి. అలాగే పిల్లలకు పడే పదే తలస్సానం చేయించడం, గాఢత ఎక్కువగా ఉండే షాంపూలు

## పిల్లల జుట్టు నెరిసిపోతోందా?

భావానికి దారితీసే ప్రమాదం ఉందంటున్నారు. మరి, ఈ సమస్య నుంచి పిల్లల్ని బయటపడే సే మార్గాలేంటో తెలుసుకుందాం రండి...

పిల్లల్లో జుట్టు తెల్లబడడానికి కొన్ని సమస్యలు కారణం కావచ్చుంటున్నాయి నిపుణులు. కొన్ని సమస్యలు వంశపారంపర్యంగా రావడం మనం గమనిస్తూనే ఉంటాం. వాటిలో జుట్టు తెల్లబడడం కూడా ఒకటి. పిల్లల తల్లిదండ్రులకో, వారి తాతము తాతలకో ఈ సమస్య ఉంటే వారికి కూడా చిన్నతనంలోనే వచ్చే అవకాశాలుంటాయంటున్నారు నిపుణులు.

వీటమీన్ బి12 లోపం, రక్తహీనత, థైరాయిడ్, ఒత్తిడి.. వంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న చిన్నారుల్లోనూ తెల్ల వెంట్రుకలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుందట.

పిల్లల్లో తెల్లజుట్టు నివారణకు కొన్ని సహజసిద్ధమైన మార్గాలు అందుబాటులో ఉన్నాయంటున్నారు నిపుణులు.

బాదం నూనె, ఉసిరి నూనె.. ఈ రెండింటినీ సమపాళ్లలో తీసుకొని రాత్రి పడుకోనే ముందు జుట్టు కుదుళ్లలో బాగా మర్చన చేయాలి. అలాగే రాత్రంతా ఉండనిచ్చి ఉదయాన్నే శుభ్రంగా తలస్నానం చేయించాలి. జుట్టుకు పెట్టుకొనే సూనెలో కరివేపాకు వేసి కొద్దిసేపు మరిగించాలి. ఆ తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని చల్లా రనివ్వాలి. ఇలా తయారైన నూనెను జుట్టుకు తరచూ పెడుతుండాలి. బరన్, విటమిన్ బి, కాపర్, ఫోలిక్ ఆమ్లం వంటి

యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ రావడం లాంటి సమస్యలు ఏదైనా ఉన్నాయా?

అనేది చూస్తూ.. సరిగ్గా నిద్ర పోకపోవడం, గురక పెట్టడం, నోరు తెరిచి నిద్రపోవడం, పట్ల, దవడలో నొప్పి, దవడ కండరాలు బిగుసుకుపోవడం లాంటి సమస్యలు, కొత్తగా పట్ల వస్తున్నాయా? అనేది కూడా పరిశీలిస్తాం. తుదికంటే.. ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్న పిల్లల తరచుగా నిద్రలో పట్ల కొరుకు పుంటారు. కొన్నిసార్లు ఒత్తిడి, అందోళన ఉన్నా ఇలాంటి సమస్య కనిపిస్తుంది. తరచుగా పట్ల కొరికే పిల్లలు, పొద్దున్న లేవగానే తలనొప్పి అంటారు. పట్ల, దవడలోనూ నొప్పితో బాధపడతారు. అయితే, ఈ నిద్రలో పట్ల కొరకడం అనే సమస్యకు ప్రత్యేకంగా చికిత్స, మందులు ఏమీలేవు. సమస్యకు ఒత్తిడి కారణమైతే.. తల్లిదండ్రులే కాస్త జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలి. సమస్య మరి ఎక్కువగా ఉంది. నోరుకూడా తెరపలేసంతగా నొప్పితో బాధపడుతున్నారు అంటే.. డెంట్స్టిక్ సినోసైటిస్ వస్తోంది. వాళ్లు పరిశీలించి.. పట్ల, ఎనామిల్ బాగా డెమోలిషంబున్న గుర్తిస్తే.. 'బ్రెక్జింగ్ నైట్ బాక్స్' నూచిస్తారు. అవసరమైతే ఓరల్ మోటర్ థెరపీకి పంపిస్తారు.

## జుట్టు రాలేందుకు కేవలం

## పోషకాహార లోపమే కారణమా..

రుతు

స్రావం

అయ్యేవారు, ఆహారం ద్వారా తగినంత ఇసుము తీసుకోనివారు, కొన్ని అనారోగ్య పరిస్థితులు ఉన్నవారు ఇసుము లోపానికి గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. విటమిన్ బి కూడా జుట్టు ఆరోగ్యంలో సంబంధం కలిగి ఉంటుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. అలాగే విటమిన్ బి12 కణాల సాధారణ పనితీరు, ఎర్ర రక్తకణాల తయారీకి అవసరం. ముఖ్యంగా జంతు ఆహారాలను పూర్తిగా మానేసినవారిలో బి12 లోపం వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. పోలేటి కణ విభజన, డీఎన్ఎ తయారీలో కీలకమైన పోషకం. ఆకుకూరలు, పప్పులు, టీన్స్ వంటి పోలేట్ అధికంగా ఉండే ఆహారాల్ని తీసుకోవడం ద్వారా దాని అవసరాన్ని తీర్చుకోవచ్చు. జింక కూడా రోగినోధక వ్యవస్థ పనితీరు, ప్రోటీన్ తయారీ, కణ విభజన వంటి అనేక ప్రక్రియల్లో కీలక పాత్ర

దువ్వెనపై,

దిండు మీద లేదా

స్నానం చేసినప్పుడు

సాధారణం కంటే

ఎక్కువగా జుట్టు కనిపించడం

అందోళన కలిగిస్తుంది. కొంతమేర

జుట్టు రాలడం సహజమే అయినప్పటికీ, అకస్మాత్తుగా లేదా ఎక్కువగా జుట్టు రాలడం వెనుక వివిధ కారణాలు ఉంటాయి. జన్మపరమైన కారణాలు, హార్మోన్లలో మార్పులు, ఒత్తిడి, అనారోగ్యం, కొన్ని మందులు, పోషకాల లోపం వంటి అంశాలు జుట్టు రాలడానికి కారణం అవుతాయి. శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు తగినంతగా అందకపోతే జుట్టు కుదుళ్ల సాధారణ పెరుగుదల చక్రం ప్రభావితమవుతుంది. ముఖ్యంగా ఇసుము, విటమిన్ బి, విటమిన్ బి12, ఫోలేట్, జింక లోపాలతో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. అయితే జుట్టు రాలడం ఒక్కటే ఏదైనా పోషక లోపం ఉందని నిర్ధారించదు. ఇసుము లోపం జుట్టు ఎక్కువగా రాలుతున్నప్పుడు పరిశీలించే ముఖ్యమైన పోషక





2026



## 'ది ట్రైబల్స్' ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్

**పుదయం సినిమా:**

భారతదేశంలో ప్రత్యేక ఒరిజినల్స్ కు పేరు పొందిన ప్రముఖ స్ట్రీమింగ్ సర్వీస్ ప్రైమ్ వీడియో, 'ది

తమైన్ గేమ్ కు ట్రైలర్ ఆసక్తికరమైన పరిచయాన్ని అందిస్తోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా సంచలనం సృష్టించిన ఈ రియాలిటీ ఫారూట్ ను తెలుగు ప్రేక్షకుల కోసం ప్రత్యేకమైన స్టానిక్ హంగులతో తీసుకొస్తున్నారు. విభిన్న రంగాలకు చెందిన 20 మంది సెలబ్రిటీలు ఈ గేమ్ లో పాల్గొంటున్నారు. చిన్నయీ త్రిపాద, హర్ష వర్మ, ప్రగతి మహాపాది, శ్రీదేవి చౌదరి, నిఖిల్ విజయేంద్ర సింహ, విద్యా రామన్, విష్ణు ఓయ్, శ్రావ్య వర్మ, డాక్టర్ మేమనాథ్ రెడ్డి, మౌనీషా చౌదరి, స్పైకర్ అగస్త్య, ఆశికా పదుకొనే, చూడ దీ సోజా, ప్రజెన్ అలియాస్ అభినవకవి,

కాసుంది.'ది

ట్రైబల్స్

తెలుగు', ప్రైమ్

వీడియోలో విడుదలైన 'ది

ట్రైబల్స్ హిందీ' సీజన్ 2

విజయానికి కొనసాగింపుగా

వస్తోంది. 'ది ట్రైబల్స్ హిందీ' సీజన్ 2

తన విడుదలైన వారంలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా

ప్రైమ్ వీడియోలో అత్యధికంగా చూసిన నాన్-

ఇంగ్లీష్ టైటిల్ గా నిలిచింది. ట్రైలర్ ప్రేక్షకులను 'ది

ట్రైబల్స్ తెలుగు' ప్రపంచంలోకి తీసుకెళ్తుంది.



ట్రైబల్స్ తెలుగు' ట్రైలర్ ను ఈరోజు విడుదల చేసింది. సమృద్ధి, మోసం, డ్రోహం చుట్టూ సాగే ఈ ఉత్సవం

ఎన్ఎస్ వర్మ, రహత్ అచంట, గౌరవ్ సునీల్, సాయి రోనక్, షుష్మా ధనుంజయ, ఫాల్గుణి బంగెరా ఈ షోలో పాల్గొంటున్నారు. స్టార్ హీరో తేజ స్టూడియోలలో షూటింగ్ తొలిసారి పరిచయం అవుతున్నారు. మొత్తం 10 ఎపిసోడ్లుగా రూపొందిన ఈ సీరిస్ లో పోటీదారులు సమృద్ధి ప్రమాదంగా మారే ఒక ప్రపంచంలోకి అడుగుపెడతారు. ఎవరిని సహజం? ఎవరిని అనుమానించాలి? ఎవరు ట్రైబల్స్? అనే ప్రశ్నల చుట్టూ గేమ్ సాగుతుంది. SOL Production నిర్మించిన 'ది ట్రైబల్స్ తెలుగు' తెలుగులో, ఇంగ్లీష్ సబ్ టైటిల్స్ తో ప్రైమ్ వీడియోలో ప్రత్యేకంగా స్ట్రీమింగ్ కానుంది. ప్రతి గురువారం చూడటం 12 గంటలకు కొత్త ఎపిసోడ్ విడుదల

స్వ ఉద్దేశం ఉండొచ్చు. ఈ మొత్తం గేమ్ కు కేంద్రబిందువుగా ఉన్న తేజ తన ఎనర్జీ, స్పాంటేనిటీతో పోటీదారులను, ప్రేక్షకులను ముందుకు నడిపిస్తారు. ఇక్కడ కనిపించేది ఏదీ ఘర్షణ అనుకున్నట్లుగా ఉండదు.

**పుదయం సినిమా:**

అరుదైన ఆభరణాలు, అద్భుతమైన డిజైన్లు, నైపుణ్యంతో కూడిన కళాత్మకతను ఒకే వేదికపై పరిచయం చేస్తూ శ్రీ

## 'ది ట్రైబల్స్' ను ఆవిష్కరించిన అల్లు సేహరెడ్డి



మహాలక్ష్మి జువెల్లర్స్ అండ్ డైమండ్స్ ఆధ్వర్యంలో 'ది ట్రైబల్స్' ప్రత్యేక జువెలరీ షోకేస్ నిర్వహిస్తున్నారు.

అక్టోబర్ 7 నుంచి 9 వరకు హైదరాబాద్ జూబిలీహిల్స్ రోడ్ నంబర్ 45లో ఈ ప్రత్యేక ప్రదర్శన జరుగుతుంది. హెరిటేజ్ డైమండ్ జువెలరీ, అకట్టుకునే సోలీటరీ డైమండ్స్, అందమైన పోల్కి ఆభరణాలతో పాటు విలువైన రత్నాలతో రూపొందించిన ప్రత్యేకమైన నగలను ఈ షోకేస్ లో ప్రదర్శిస్తున్నారు. కస్తూర్ అభిరుచి అనుగుణంగా ప్రత్యేకంగా డిజైన్ చేసే అవకాశం, వ్యక్తిగత జువెలరీ కస్టమైజేషన్ వంటి ప్రత్యేక సేవలు కూడా అందుబాటులో ఉంటాయి. అక్టోబర్ 7 న తీమిలి అల్లు స్నేహ రెడ్డి చేతుల మీదుగా 'ది ట్రైబల్స్' ఘనంగా ప్రారంభమైంది.

సంప్రదించి ఆభరణాల కళాత్మకతకు అద్దిన డిజైన్లను షోడిస్ రూపొందించిన ఈ ప్రత్యేక ప్రదర్శనలో టీవీతరంగిణి అరుదైన, ప్రత్యేక సందర్శకుల కోసం రూపొందించిన అద్భుతమైన ఆభరణాలను జువెలరీ ఫ్రీయులు వీక్షించవచ్చు.

సేవల్లో ఈ చిత్రంలోని హైలైట్స్ ను ఈరోజు జరిగిన ఇంటర్వ్యూలో తెలిపారు డైరెక్టర్ శ్రీ తేజ్ ఎస్.కె. - మా మయూఖ సినిమాకు ఇటీవల సూపర్ హిట్ ఫెస్టివల్ లో బెస్ట్ మిస్టరీ మూవీగా అవార్డ్ వచ్చింది. ట్రైలర్ కేటగిరీలో సెకండ్ బెస్ట్ వచ్చింది. ఈ అవార్డ్ వస్తుందని మేము ఎక్స్ పెక్ట్ చేయలేదు. మా మూవీ అవార్డ్ కు నెలకొని అయ్యిందని తెలిసి టీమ్ అంతా హ్యాపీగా ఫీలయ్యాయి. మేము కేన్స్ ఫిలిం ఫెస్టివల్ కు కూడా మా మూవీని అప్ప చేశాం. మీరు మా మూవీ ప్రమోషన్ కంటెంట్ చూస్తే కొరియన్, హాలీవుడ్ మూవీ తరహా స్టోరీ టైల్ లింగ్, కలర్ గ్రేడింగ్ కనిపిస్తుంటుంది. స్టోరీ డ్రాఫ్ట్ గా రివీల్ అవుతూ సెకండ్ బెస్ట్ వచ్చేసరికి పీక్స్ కు వెళ్తుంది. ఇటీవల మన ప్రేక్షకులు ఓటీటీలో ట్రైలర్ వేదీ సీరీస్ లు, సినిమాలు బాగా చూస్తూ వస్తున్నారు. సో వాళ్లకు నచ్చేలా మన కంటెంట్ ఉండాలంటే కొత్తగా, క్యాబిల్ గా ప్రయత్నించాలి. మయూఖ చిత్రానికి మేము అలాంటి ప్రయత్నమే చేశాం. - ఈ కథను మొదల నటి మహేశ్వరి (గులాబీ సేమ్) కి చెప్పాం. ఆమె మేము చెప్పిన రెండు కథలు విన్నారు. ఈ స్టోరీతో పాటు మరొక కథ అమెకు బాగా నచ్చింది. ఆ కథకు అమె లాక్ అయ్యారు. పాయల్ కన్నడలో మంచి ఎంటర్ టైనింగ్ మూవీస్ చేశారు. అమె మా కథలోని క్యారెక్టర్ కు బాగా సరిపోతారని అనిపించింది. అమె చేసిన వేదీ సీరీస్ లతో ఇప్పటికే తెలుగు ఆడియెన్స్ కు రీడ్ అయ్యారు. ఈ కథలో అమె పాత్రను మన

**పుదయం సినిమా:**

పాతల్ చింతా ప్రధాన పాతల్ సటిస్టు సినిమా "మయూఖ". ఈ చిత్రాన్ని శ్రీ తేజ్ ఎస్.కె. దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ప్రశ్నల ఎంటర్ టైన్ మెంట్ బ్యానర్ పై శశీధర్ నల్ల నిర్మిస్తున్నారు. సినిమా బండి ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై పలు ఇంటర్నెట్ మూవీ నిర్మించిన శ్రీకాంత్ కాండ్రెగల శ్రీతేజ్ ఎస్.కె. గా స్క్రీన్ నేమ్ మార్చుకుని ఈ చిత్రానికి దర్శకత్వం వహించడం విశేషం. "మయూఖ" సినిమా ఈ నెల 9న వరల్డ్ వైడ్ గ్రాండ్ థియేట్రల్ రిలీజ్ కు రాబోతోంది. ఈ

## "మయూఖ" ప్రేక్షకుల్ని ఆకట్టుకుంటుంది



**డైరెక్టర్ శ్రీ తేజ్ ఎస్.కె.**

# అఖండ-3పై కీలక అప్డేట్..!

తెలిపారు. బా

**పుదయం సినిమా:** దర్శకుడు బోయపాటి శ్రీను తన తదుపరి ప్రాజెక్ట్ 'అఖండ-3'పై ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. నేడు ఉదయం తిరుమలలోని వెంకటేశ్వరస్వామిని దర్శనం కోసం వచ్చిన ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ సినిమా గురించి పలు విషయాలను వెల్లడించారు. 'అఖండ-3' తప్పకుండా వస్తుందని, అయితే సినిమాపై ఆసక్తిని కొనసాగించేందుకు సరైన సమయం చూసి అవ్వడం ఇష్టం ఉంటుందని తెలిపారు. 'అఖండ-3' గురించి అడిగిన ప్రశ్నకు బోయపాటి శ్రీను స్పందిస్తూ.. ఈ సినిమాను తప్పకుండా చేస్తామని చెప్పారు. సినిమాకు సంబంధించిన విషయాలను ఎప్పటికప్పుడు కాకుండా, కొంత గ్యాప్ ఇస్తూ వెల్లడిస్తేనే ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తి కొనసాగుతుందని అభిప్రాయపడ్డారు. బాలకృష్ణతో కలిసి ఈ ప్రాజెక్ట్ ను సరైన సమయంలో ముందుకు తీసుకెళ్తుంటామని చెప్పినట్లు

లక్ష్మప్రతో సినిమా చేయడం అదృష్టంగా భావిస్తానని బోయపాటి శ్రీను అన్నారు. ఆయన ఒక రెజెండ్ అని, అలాంటి హీరోతో సినిమా చేస్తే అది మరో స్టాయిల్ ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. 'అఖండ' తర్వాత బాలయ్య-బోయపాటి కాంబినేషన్ పై ప్రేక్షకుల్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్న సేవల్లో 'అఖండ-3'పై ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు ఇప్పుడు ఆసక్తిని పెంచుతున్నాయి. ప్రస్తుతం టాలీవుడ్ భారతదేశంలో అగ్రస్థానంలో ఉందని బోయపాటి శ్రీను అన్నారు. తెలుగు సినిమా పరిశ్రమకు ఇది చాలా గొప్ప సమయమని పేర్కొన్నారు. పరిశ్రమ ఈ స్థాయికి చేరుకోవడం పట్ల ప్రతి ఒక్కరూ సంతోషించాలని విషయమన్నారు. తెలుగు సినీ పరిశ్రమకు చిరంజీవి, బాలకృష్ణ, వెంకటేశ్, నాగార్జున వంటి సీనియర్ హీరోలు నాలుగు పిల్లలుగా నిలిచారని బోయపాటి శ్రీను పేర్కొన్నారు. వారిని పోషించేవారా అభివృద్ధిస్తూ.. వారిలో బాలకృష్ణ, చిరంజీవి దిగజ నటులని కొనియాడారు. ఇలాంటి దిగజ హీరోలతో కలిసి పనిచేయాలంటే అదృష్టం ఉండాలని బోయపాటి శ్రీను అన్నారు. వారి స్థాయికి తగ్గట్టుగా సినిమాలు రూపొందించాలి ఉంటుందని చెప్పారు. చిన్న హీరోల సినిమాలు, తమ సినిమాలు ఇలా అన్ని అంశాలను బ్యాలెన్స్ చేసుకుంటూ ముందుకు వెళ్లాలి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.



## 'కామ్రేడ్ కళ్యాణ్' ట్రైలర్ రిలీజ్

మెంట్' శ్రీ విష్ణు పీరియడ్ ఫేవర్, రొమాన్స్, కామెడీ, ఎమోషన్, విప్లవ బ్యాక్ డ్రాప్ తో 'కామ్రేడ్ కళ్యాణ్'తో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నారు. జనకిరామ్ మారెడ్డ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని కోన వెంకట్ సమర్పిస్తున్నారు. స్వంద హాసం మోషన్ పిక్చర్స్

**సినిమా:**

అరుదైన ఆభరణాలు, అద్భుతమైన డిజైన్లు, నైపుణ్యంతో కూడిన కళాత్మకతను ఒకే వేదికపై పరిచయం చేస్తూ శ్రీ



ఎల్ఎల్పి బ్యానర్ పై వెంకట కృష్ణ కర్నాటి, సీతా కర్నాటి నిర్మిస్తున్నారు. అక్టోబర్ 9న ఈ సినిమా థియేటర్లలో విడుదల కానుంది. ఇప్పటికే విడుదలైన గ్రింప్స్, టీజర్, పాటలకు వచ్చిన ఆసక్తిని కొనసాగిస్తూ మేకర్స్ తాజాగా థియేట్రల్ ట్రైలర్ ను విడుదల చేశారు. కళ్యాణ్ ఓ లోకల్ థియేటర్ ను నడుపుతుంటాడు. అతని అమ్మ మాత్రం సందమూరి బాలకృష్ణకు వీరాభిమాని. సరదాగా సాగిపోయే కళ్యాణ్ జీవితంలోకి ఒడితాకు చెందిన ఓ అమ్మాయి వస్తుంది. ఆమెతో ప్రేమలో పడతాడు. అయితే భాషా సమస్య వీరి ప్రేమకు అడ్డంకిగా మారుతుంది. ఇంతలో కళ్యాణ్ కోసం పోలీసులు వేట మొదలుపెడతారు. అతను మోస్ట్ వాంటెడ్ నక్సలైట్ అని తెలిసి కథ ఒక్కసారిగా సీరియస్ మలుపు తిరుగుతుంది. జైలులో ఉన్న తమ నక్సలైట్ సహచరులను విడిపించేందుకు కళ్యాణ్, అతని గ్యాంగ్ ఓ కీలక రాజకీయ నాయకుడిని కిక్పాస్ చేయడం ఆసక్తిని పెంచుతుంది.

## "అంతర్యామి"లోని 'ఏ మానమో' సాంగ్ విడుదల



**పుదయం సినిమా:** శివ సత్యం ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై, అమృత్ ప్రొడక్షన్స్ సమర్పణలో రూపొందుతున్న చిత్రం "అంతర్యామి" (Karma Awaits You). బాబుషాన్ మొహంతి హీరోగా, వేద్యికా హీరోయిన్ గా నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి ఎ. శివ సత్యం కథ, స్క్రీన్ ప్లే, సంభాషణలు అందించడంతో పాటు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలోని 'ఏ మానమో' పాటను ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు ఆర్.పి. పట్నాయక్ చేతుల మీదుగా విడుదల చేశారు. పాట విడుదల అనంతరం దీనికి ప్రేక్షకుల నుంచి మంచి స్పందన లభిస్తుంది. "అంతర్యామి" చిత్రంలో అమని, కస్తూరి, శ్రీతేజ్ దాస్, ప్రదీప్ బట్టా, మైఖేల్ సిద్ధు, పవన్ రాయల్, దేబాంగ్ శిందే తరుల కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. వాసు కుప్పిలి పరిచయం అవుతున్నారు. చిత్రానికి ఛాయాగ్రహణం: మహేందర్ ఎస్. కె. గుణేశ్వరన్, సంగీతం: జి.జె. కార్తీయేన్, ఎడిటింగ్: అశోక్ బోయన్, కొరియోగ్రఫీ: ఆర్. పవన్, సాగర్ వెలూరు, పబ్లిసిటీ డిజైన్: వివా రెడ్డి ఎగ్జిక్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్: బుస్సా బాలరాజు. నిర్మాతలు: శీల సత్యనారాయణ, జ్ఞానరంజన్ సాహు, అమృత్ సి షా. "కర్మ అవైట్స్ యూ" అనే ఆసక్తికరమైన ట్యాగ్ లైన్ తో రికెక్యూతున్న "అంతర్యామి" చిత్రంపై ఇప్పటికే ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తి నెలకొంది.

## 9న థియేటర్స్ లో సప్తసాగరాలు సప్తగిరులు



**పుదయం సినిమా:** నివీన్ పౌలి, సూరి, అంజలి ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన తమిళ సినిమాను తెలుగులో సప్తసాగరాలు సప్తగిరులు పేరుతో డబ్ చేసి రిలీజ్ చేయనున్నారు. సప్త సాగరాలు సప్తగిరులు సినిమాను కలర్స్ అండ్ క్లాష్ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్ పై ఎం.సు బ్యారెడ్డి ఈ సినిమాను తెలుగులో గ్రాండ్ గా అక్టోబర్ 9న విడుదల చేస్తున్నారు. ఇటీవల విడుదలైన ఈ సినిమా ట్రైలర్ కు మంచి రెస్పాన్స్ వస్తోంది, ఇటీవల విడుదలైన మందాడి సినిమాతో సక్రమ సాధించిన సూరి అలాగే బెతల్ హమ్ కుటుంబ యూనిట్ సినిమాతో సంచలన విజయం సాధించిన నివీన్ పుల ఈ సినిమాలో నటించడం విశేషం రొమాంటిక్ సైకలాజికల్ థ్రిల్లర్ నేపథ్యంలో ఈ సినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది తమిళ లో తంగ మీన్స్, తారమణి, పెరంబు వంటి హిట్ చిత్రాలకు దర్శకత్వం వహించిన రామ్ ఈ సినిమాను డైరెక్ట్ చేశాడు, యువన్ శంకర్ రాజా ఈ సినిమాకు సంగీతం అందించారు. సందారి పేరుతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రావాల్సిన ఈ చిత్రం సప్తసాగరాలు సప్తగిరులు పేరుతో అక్టోబర్ 9న థియేటర్స్ లో గ్రాండ్ గా రిలీజ్ కాబోతోంది.

## "కెమిస్ట్రీ"తో ప్రేక్షకుల్ని ఆకట్టుకోనున్న హీరోయిన్ నభా నటేష్



**పుదయం సినిమా:** హీరోయిన్ నభా నటేష్ మరో ఇంటర్నెట్ ప్రాజెక్ట్ తో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది. ట్రిప్స్ ధ్రువ సర్దూ హీరోగా సటిస్టు కెమిస్ట్రీ సినిమాలో నభా నటేష్ యిన్ గా అలరించబోతోంది. ఈ సినిమాను పిప్పి మీడియా బ్యాండ్ బ్యానర్ పై టి.జి.వి.శక్తి ప్రసాద్ నిర్మిస్తున్నారు. దర్శకుడు విశాల్ ఆత్రేయ రూపొందిస్తున్నారు. ఈ రోజు ఈ చిత్ర టైటిల్ గ్రింప్స్ రిలీజ్ చేశారు. కెరీర్ బిగినింగ్ లో రొమాంటిక్ మూవీస్ లో నటించి మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్న నభా నటేష్ కొంత గ్యాప్ తర్వాత మళ్లీ ఈ జానర్ లో కెమిస్ట్రీ సినిమా చేస్తోంది. చాలా రోజుల తర్వాత ఒక కంప్లీట్ లవ్ స్టోరీలో కెమిస్ట్రీ సినిమాతోనే నభా కనిపించడం విశేషం. ధ్రువ సర్దూ, నభా నటేష్ మధ్య ఆన్ స్క్రీన్ కెమిస్ట్రీ ఈ సినిమాకు హైలైట్ గా నిలవనుంది. ఈ ట్రైడ్ యెయిర్ ను తెరపై చూసేందుకు ఆడియెన్స్ వేచి చూస్తున్నారు. ఈ విధాది నాగభంధం సినిమాలో తన పరీ ఫార్మెన్స్ తో ప్రేక్షకుల్ని మెస్మరైజ్ చేసిన నభా నటేష్.