

ఎడిటర్ : సి. శేఖర్ యం

Published from Kurnool --- Circulated by Andhrapradesh, Telangana & New Delhi

**విలేకరులు కావాలను**

తెలుగు పత్రికారంగంలో **మరో సంచలనం**

విమాత్య రీతిలో వెలువడుతూ విశేష ఆదరణ పొందుతున్న ఉదయం తెలుగు దినపత్రికకు మరియు LM TV కేబుల్ TV వాహినీ కు తెలుగు మరలయ్యే ఆంధ్రప్రదేశ్ ల నందు పనిచేయుటకు జిల్లాల వారీగా స్టాఫ్ రివెన్యూ నియోజకవర్గాల వారీగా ఆర్.సి.ఇ.ఎస్.చార్జీలు మండలాల వారీగా విలేకరులు కావాలను

జాతీయ దినపత్రిక **ఉదయం** **LM TV**

Contact : 94401 40418, 63038 17489



సంపుటి :04 సంఠిక :140 పేజీలు 8 వెల : 5 గురువారం 26 ఫిబ్రవరి 2026



# వెలిగొండ పూర్తి కాకుండానే రజగన్ రిజర్వ్ కట్

- పనులు పూర్తయ్యాయని దొంగమాటలతో మోసం
- వెలిగొండ పూర్తి చేసి రైతుల కష్టాలు తీరుస్తా
- పనిచేసే ప్రభుత్వాని అండగా ఉండాలి
- ఇచ్చిన మాట ప్రకారం మార్కాపురం జిల్లా చేశా
- వెలిగొండ ప్రాజెక్టు పనులు పరిశీలించిన చంద్రబాబు

వెలిగొండ ప్రాజెక్టు పనులను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం చంద్రబాబు భారీ బహిరంగ సభలో ప్రసంగించారు. మార్కాపురం జిల్లా ప్రజలు తనకు ఘనస్వాగతం పలికారని సీఎం చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. పోలవరం ప్రాజెక్టు వల్ల ఏపీకి పూర్వ వైభవం వస్తుందని వ్యాఖ్యానించారు.

వెలిగొండతో 4 లక్షల ఎకరాలకు పైగా సాగులోకి వస్తాయని సీఎం చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ఫీడర్ కెనాల్ పనులపై చంద్రబాబు నాయుడు ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. ఈ పనులను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. బుధవారం దోర్నాల మండలం గంటవానిపల్లి వద్ద వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ఫీడర్ కెనాల్ లైనింగ్ పనులని పరిశీలించారు.

**వేంపల్లె నంటిశ్యాలయంలో ప్రతిష్ఠ ప్రత్యేక పూజల్లో పాల్గొన్న వైఎస్ జగన్**

## బడికోసం మాస్టారు కృషి అభినందనీయం

అమరావతి: కాకినాడ జిల్లా, జగ్గంపేట మండలం నగరపేటలో మోడల్ ప్రైమరీ స్కూల్ ఎస్టిటి ఏపీవీ. నత్సనారాయణ మాస్టారు బడి బాగు కోసం చేస్తున్న కృషి అభినందనీయమని ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్య, బడి శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ ప్రశంసలు కురిపించారు. సొంత నిధులు దాదాపు రూ. 10 లక్షలు, దాతల విరాళాలు రూ. 1.80 లక్షలతో కార్పొరేట్ స్కూలుని తీర్చిదిద్ది స్కూల్నిగా నిలిచారని కొనియాడారు. క్లాసు రూమ్లో టైల్స్, గ్రౌండ్ ఫ్లోరింగ్, పెయింటింగ్, వాల్ రైటింగ్, కాంపౌండ్ వాల్ రంగులతో కొత్తదాలు సంతరించుకునేలా చేశారని కీర్తించారు. నాలుగు కంప్యూటర్లతో డిజిటల్ క్లాస్ రూం, కిచెన్ గార్డెన్ ఏర్పాటు చేయడం ప్రశంసనీయమని పేర్కొన్నారు.



## ఇంటర్ పరీక్షలకు సైబరాబాద్ పోలీసుల పటిష్ట బందోబస్తు ప్రత్యేక పోలీస్ బృందాలతో విద్యార్థులకు సహకారం



## 8వ తరగతి పాఠ్యాంశంలో 'న్యాయవ్యవస్థలో అవినీతి'

పాఠ్యాంశంపై తీవ్రంగా స్పందించిన సుప్రీంకోర్టు వెంటనే తొలగిస్తామని ప్రకటించిన కేంద్రం





వైభవంగా బాలాంజనేయ స్వామికి ఆకు పూజ, అభిషేకం

బద్వేలు ఉదయం ప్రతినిధి

బద్వేల్ మున్సిపాలిటీ పరిధి పోరమామిళ్ల రోడ్డు బసవి వీధిలో వెలిసిన శ్రీ బాలాంజనేయ స్వామి దేవాలయంలో ఆలయ పూజారి అధ్యక్షులతో తెల్వారాజుమును వివిధ రకాల ప్రత్యేక ద్రవ్యాలతో అభిషేకం, సింధూరం అర్చన, ఆకు పూజతో పాటు పలు రకాల విశేష పూజలను వైభవంగా నిర్వహించడం జరిగిందని ఆలయ కమిటీ సభ్యులు శ్రీకాకుళం వెంకటసుబ్బయ్య తో పాటు పలువురు తెలిపారు, మంగళవారం స్వామివారి ప్రత్యేక ఉభయ దాతలగా వాకల శేషమ్మ కుటుంబ నిధ్యుల సహకారంతో స్వామివారికి సింధూరం అర్చన, ఆకు పూజతో పాటు వివిధ రకాల ప్రత్యేక పూజలను నిర్వహించారు, అనంతరం ఉభయ దాతలకు స్వామివారి సన్నిధిలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి స్వామివారి ప్రత్యేక తీర్ధప్రసాదాలను అందజేశారు



గ్రామాలలో ఆర్థిక అక్షరాస్యత పెరగాలి

రాయచోటి, ఫిబ్రవరి 25: (ఉదయం ప్రతినిధి)

గ్రామాలలో ఆర్థిక అక్షరాస్యత పెరగాలని మెప్పా సీఎం అభ్యుత్సాహులు. బుధవారం అన్నమయ్య జిల్లా రాయచోటిలోని మెప్పా కార్యాలయంలో గ్రామస్థాయిలో ఆర్థిక అక్షరాస్యత పై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రాయచోటి మండలం కొత్తపల్లి గ్రామపంచాయతీలో ఆర్థిక అక్షరాస్యత కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. ఆర్థిక అక్షరాస్యత అనగా పొదుపుల ఎలా చేయడం ఖర్చులు మరియు అత్యవసర నిధి గురించి చెప్పడం జరిగింది సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ చెన్నయ్య మాట్లాడుతూ సైబర్ క్రైమ్ మరియు సైబర్ ఫ్రాడ్ గురించి చెప్పడం జరిగింది ముఖ్యంగా సైబర్ ఫ్రాడ్ అనేది తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ డబ్బులు సంపాదించాలి అనే ఉద్దేశంతో ఆలాంటి మోసాలు చేయడానికి అలవాటు పడతారని చెప్పడం జరిగింది. ఆంధ్రప్రదేశ్ గ్రామీణ బ్యాంకు అసిస్టెంట్ మేనేజర్ సుజాత గారు మాట్లాడుతూ డివీ అకౌంట్ గురించి



చెప్పడం జరిగింది డివీ అనగా బ్యాంకులో 10 సంవత్సరాలకు పైగా ఎటువంటి ఆర్థిక లాభాదేవిలు జరగని అకౌంట్ లో ఉన్న డబ్బుల డివీ అకౌంట్ కు ట్రాన్స్ఫర్ అవుతాయి అటువంటి అమౌంటు ఉంటే ట్రాన్స్ కి వెళ్లి సరైన పత్రాలు చూపించి డ్రా చేసుకోవచ్చని చెప్పడం జరిగింది కెనరా బ్యాంక్ మేనేజర్ మస్తాన్ మాట్లాడుతూ కేవలం ఈ కేవలం తదితర అంశాల

గురించి చెప్పడం జరిగింది. స్టేట్ బ్యాంకు టీఫ్ మేనేజర్ మల్లేశ్వర్ రావు మాట్లాడుతూ డిజిటల్ ట్రాన్సాక్షన్ గురించి వివరంగా చెప్పడం జరిగింది. ధర్మ్ పార్టీ ఏపీపీ లు వాడకుండా బ్యాంక్ ఏపీపీఎస్ ఉపయోగించుకుని సురక్షితమైన ఆర్థిక లావాదేవీలు జరుపుకోవాలని, అలాగే ప్రధానమంత్రి జీవనశైలి కౌన్సిల్ కవిత మాట్లాడుతూ నీ కేవలం ఈ మరలు ప్రధానమంత్రి సురక్ష బీమా యోజనకు 20 రూపాయలు సంవత్సరానికి ఒకసారి చెల్లించి కుటుంబ భవిష్యత్తుకు ఉపయోగపడేలా ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని చెప్పడం జరిగింది విద్య కౌన్సిల్ కవిత మాట్లాడుతూ నీ కేవలం ఈ మరలు రిస్కు ల గురించి చెప్పడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో మెప్పా సీఎంఎం అభ్యుత్సాహు అభిమాన్ ఎస్పిబి టీఫ్ మేనేజర్ మల్లేశ్వర్ రావు చెంద్రాయుడు సారీ కెనరా బ్యాంక్ మేనేజర్ మస్తాన్ ఆంధ్ర ప్రదేశ్ గ్రామీణ బ్యాంకు అసిస్టెంట్ మేనేజర్ సుజాత సి ఓ లు ల రమణమ్మ మరియు నాగ మునేష్ నాయుడు, విద్య కౌన్సిల్ కౌన్సిలర్లు అంజనేయులు తిరుమలయ్య గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు

ప్రభుత్వ స్థలం ఆక్రమణబద్దేలు ఆర్డీవోకు ఫిర్యాదు

బద్వేలు ఉదయం ప్రతినిధి

బద్వేల్ పట్టణానికి కాత వేలు దూరంలో ఉన్న గోపవరం మండలం సంఘ సముద్రం గ్రామంలో అంగన్నాడీ కేంద్రానికి కేటాయించిన ప్రభుత్వం సర్వేనెంబర్ 1122-2వూలో సుమారు 05 సెంటు స్థలానికి కేటాయించిన నేపథ్యంలో అదే గ్రామానికి చెందిన ఒక వ్యక్తి దరగా ఫౌండేషన్ వేస్తున్న వైసం. రెవెన్యూ అధికారులు స్పందించి చూచి బోర్డు ఏర్పాటుచేసిన అయితే నాకేంటి బోర్డును సైతం తొలగించి ఆక్రమ నిరాణం ఏర్పాటు చేస్తున్న వైసం. ప్రభుత్వ స్థలాలు ఆక్రమించుకోవడం కొత్త కాదు.. ఇటువంటి చట్టాలు చాలా చూశాం అనుకున్నాడేమో ఆక్రమించారు. ఈ విషయంపై కొందరు వ్యక్తులు బద్వేలు ఆర్డీఓ చంద్రమోహన్ కు బుధవారం ఫిర్యాదు చేశారు



బద్వేల్ పట్టణానికి కాత వేలు దూరంలో ఉన్న గోపవరం మండలం సంఘ సముద్రం గ్రామంలో అంగన్నాడీ కేంద్రానికి కేటాయించిన ప్రభుత్వం సర్వేనెంబర్ 1122-2వూలో సుమారు 05 సెంటు స్థలానికి కేటాయించిన నేపథ్యంలో అదే గ్రామానికి చెందిన ఒక వ్యక్తి దరగా ఫౌండేషన్ వేస్తున్న వైసం. రెవెన్యూ అధికారులు స్పందించి చూచి బోర్డు ఏర్పాటుచేసిన అయితే నాకేంటి బోర్డును సైతం తొలగించి ఆక్రమ నిరాణం ఏర్పాటు చేస్తున్న వైసం. ప్రభుత్వ స్థలాలు ఆక్రమించుకోవడం కొత్త కాదు.. ఇటువంటి చట్టాలు చాలా చూశాం అనుకున్నాడేమో ఆక్రమించారు. ఈ విషయంపై కొందరు వ్యక్తులు బద్వేలు ఆర్డీఓ చంద్రమోహన్ కు బుధవారం ఫిర్యాదు చేశారు

జూనియర్ కళాశాల లో ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షల నిర్వహణను జిల్లా కలెక్టర్ కె. హైమావతి క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు



నిర్మిపట్ల ప్రతినిధి, ఉదయం న్యూస్

ఇంటర్మీడియట్ -2026 బోర్డు మార్గదర్శకాల ప్రకారం అత్యంత పారదర్శకంగా విద్యార్థులు ప్రశాంత వాతావరణం లో పరీక్ష రాసేలా విధులు నిర్వహించాలని చీఫ్ సూపరిండెంట్ ను ఆదేశించారు. ఎక్కడ ఎలాంటి మాన్ కామింగ్ జరగకుండా చూసుకోవాలి. పరీక్ష కేంద్రంలోకి పోనీ అనుమతి లేదని పూర్తి చెక్ చేశాకే లోపలికి అనుమించాలని, సెంటర్ చుట్టు 144 సెక్స్ అమలుతో పాటు గట్టి బందోబస్తు నిర్వహించాలని పోలీస్ అధికారులను ఆదేశించారు.

మహిళల ఫిర్యాదులపై వెంటనే స్పందించాలి

స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ అశ్వినీ తానాజీ వాకడే

కరీంనగర్ ప్రతినిధి, ఉదయం న్యూస్



మహిళల నుంచి వచ్చే ఫిర్యాదులపై అధికారులు వెంటనే స్పందించి తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ అశ్వినీ తానాజీ వాకడే ఆదేశించారు. లైంగిక వేధింపుల నిర్మూలన చట్టంపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. బుధవారం కరీంనగర్ కలెక్టరేట్ కన్వెన్షన్ హాల్లో మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ అధ్యక్షులతో మహిళా సాధికార కేంద్రం ద్వారా పని ప్రదేశాల్లో మహిళలపై లైంగిక వేధింపుల నిర్మూలన చట్టం 2013 పై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఇందులో లోకల్ కమిటీ మెంబర్ రాజా రెడ్డి ఈ చట్టంపై అవగాహన కల్పించారు. పని ప్రదేశాల్లో మహిళల రక్షణ కోసం ఈ చట్టం ఎంత ముఖ్యమో వివరించారు. లైంగిక వేధింపుల నివారణకు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తల పద్ధతులపై అవగాహన కల్పించారు. ఫిర్యాదులకు సంబంధించిన అంశంపై వివరించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా అదనపు కలెక్టర్ అశ్వినీ తానాజీ వాకడే హాజరై మాట్లాడారు. జిల్లాలో మండల స్థాయిలో ఎంపీడీపీలు నోడల్ అధికారులుగా, మున్సిపల్ పరిధిలో మున్సిపల్ కమిషనర్లు నోడల్ అధికారులుగా వ్యవహరించాలని తెలిపారు. ఇంటర్నల్ కంప్లెంట్ కమిటీలు ఐసీసీ ఏర్పాటు చేసి, మహిళల ఫిర్యాదులపై ఎప్పటికప్పుడు స్పందిస్తూ పరిష్కరించాలని పేర్కొన్నారు. నోడల్ అధికారులు చట్టం గురించి సందేహాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. పని ప్రదేశాల్లో మహిళలు ఎలాంటి ఇబ్బందులు పడకుండా ప్రశాంతమైన వాతావరణం కల్పించాల్సిన అవసరం అధికారులపై ఉండని అదనపు కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఇందుకు అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సంక్షేమ అధికారి ఎం. సరస్వతి, మున్సిపల్ కమిషనర్లు, సిడిపీఓలు, ఎంపీడీపీలు ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పారదర్శకంగా పకడ్బందీగా ఇంటర్ పరీక్షలు

జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా నత్మతి ఇంటర్ పరీక్షా కేంద్రాలు తనిఖీ కరీంనగర్ ప్రతినిధి, ఉదయం న్యూస్



జిల్లాలో ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షలను పకడ్బందీగా పారదర్శకంగా నిర్వహిస్తున్నామని జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా నత్మతి అన్నారు. ఇంటర్మీడియట్ మొదటి సంవత్సరం పరీక్షలు బుధవారం ప్రారంభమైన నేపథ్యంలో పలు పరీక్ష కేంద్రాలను జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా నత్మతి తనిఖీ చేశారు. జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల ఆర్ట్స్ కామర్స్, ముక్కరంపూలోని నారాయణ జూనియర్ కళాశాలలో ఏర్పాటుచేసిన ఇంటర్ పరీక్ష కేంద్రాలను తనిఖీ చేశారు. పరీక్ష కేంద్రాల్లో ఏర్పాటు చేసిన సౌకర్యాలను, సీసీ కెమెరా వ్యవస్థను పరిశీలించారు. విద్యార్థుల బహుళ శాతం, హోల్ టెక్స్ తనిఖీ, బందోబస్తు ఏర్పాట్లు తదితర విషయాలపై ఆరా తీశారు. ప్రశాంత వాతావరణంలో విద్యార్థులు పరీక్షలు రాసేలా చూడాలని అన్నారు. మాల్ ప్రాక్టీస్ కి ఆస్పర్లం లేకుండా కట్టబెట్టమైన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. జూబిలీ పత్రాల రవాణాకు పటిష్ట భద్రతా చర్యలు తీసుకోవాలని తెలిపారు. పరీక్షలు పూర్తయ్యేంతవరకు వివిధ శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పని చేస్తూ విద్యార్థులకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా చూడాలని అన్నారు. ఒకేసారే కోర్సులు కలుపుకోవని జిల్లాలో ఇంటర్ మొదటి సంవత్సరం విద్యార్థులు 15,389 మంది పరీక్షలు రాయాల్సి ఉండగా మొదటిరోజు 400 మంది గైరజరయ్యారు. 14,989 మంది పరీక్షలు రాశారు. మాల్ ప్రాక్టీస్ వంటి ఘటనలు ఏమీ చోటు చేసుకోలేదు.

బాధ్యతలను విస్మరిస్తే జీవనం సజావుగా సాగదు

ఉదయం న్యూస్ :



సమానత్వ హక్కు ప్రతి ఒక్కరికీ ఉన్నప్పటికీ మన సమాజంలోని విభిన్నతను గౌరవించడం ఇతరుల పట్ల వివక్ష చూపకుండా ఉండటం మన బాధ్యత జాతి కులం మతం భాష లింగం ఆధారంగా ఎవరికి అ వ వ నం కలిగించకపోవడం అనేది మనలో ప్రతి ఒక్కరు పాటించి తీరవలసిన పౌర ధర్మం హక్కులు మనకు సమానత్వ హక్కు ఇవ్వాలి బాధ్యతలు అ సమానత్వం కాపాడే నైతిక బాధ్యతలను గుర్తు చేస్తూ దేశాన్ని గౌరవించడం దాని విచ్ఛిన్నం పరీక్షించడం కూడా మన బాధ్యతే జాతీయ పతాకం జాతీయ గీతం పట్ల గౌరవం చూపడం కేవలం ఒక ఆచారం కాదు అది మనలో దేశభక్తిని పెంపొందించే ఒక విలువ ఈ విలువలు ఉన్నప్పుడే మన హక్కులు సురక్షితంగా ఉంటాయి. దేశం మనకు ఇచ్చే విద్య హక్కును సద్వినియోగం చేసుకోవడం ద్వారా సమాజంలో మంచి పౌరుడిగా మారడం ఇతరులకు సహాయం చేయడం నిజాయితీగా ఉద్యోగం చేయడం అవినీతి వంటి చెడు పనులకు దూరంగా ఉండటం అనేది బాధ్యతలు భాగం పర్యావరణాన్ని కాపాడటం కూడా ప్రతి పౌరుడి ప్రధాన బాధ్యత శుభ్రమైన కల్చింగులకు స్వచ్ఛమైన నీరు త్రాగడం మనకు ఒక హక్కు అలాగే చెట్లు పచ్చడం వన్యప్రాణులను కాపాడటం కామెన్సిటీ తగ్గించడం ప్లాస్టిక్ వినియోగాన్ని తగ్గించటం వంటి చర్యలు తీసుకోవడం మన బాధ్యత మనం ఈ బాధ్యతను పట్టించుకోకపోతే రేపటి తరాలకు ఈ హక్కులు అందుబాటులో ఉండవు ప్రభుత్వ బస్సులను పాఠశాలలు అనుపత్రోల్ రోడ్డు ఇవన్నీ ప్రజల డబ్బుతోనే నిర్మిస్తారు అంటే మన ఆస్తిని మనమే నాశనం చేసినట్లు ప్రజల హక్కు మన హక్కులతో ముడిపడి ఉందని అర్థం చేసుకుంటే వాటిని కాపాడాలని అవగాహన సహజంగానే మనకు వస్తుంది మన నా రాజ్యాంగం ప్రతి పౌరునికీ సమాన హక్కు ఇచ్చింది కాబట్టి మహిళలకు కూడా సమాన గౌరవానికి అర్హతే వారి భద్రత విద్య అవకాశాలు వారికి సమాజం ఇచ్చే హక్కులు అయితే వారిని అవమానించడం వేధించడం హింసించడం అనేవి బాధ్యత మరలిన జీవనశైలి అవుతుంది మనం మహిళల పట్ల గౌరవంగా ప్రవర్తించినప్పుడే వారు తమ హక్కులను నిజంగా అనుభవించే గలరు ప్రతి పౌరుడు శాస్త్ర దృక్పథాన్ని పెంపొందించుకోవడం కూడా ఒక బాధ్యత మూఢనమ్మకాలను అజ్ఞానంతో కాలం చెల్లిన ఆచారాలను ప్రోత్సహించడం వల్ల సమాజం వెనుకడుగు వేస్తుందని నంద్యాల జిల్లా నందికొట్కూరు మండలం బ్రాహ్మణ కొట్లూరు తెలుగుదేశం నాయకుడు మిల్లీ సురేష్ అన్నారు విజ్ఞానాన్ని తల్పాన్ని ఆధారంగా చేసుకుని నిర్ణయాలు తీసుకోవడం వల్ల సమాజం ముందుకు వెళ్తుంది శాస్త్రీయ దృక్పథం కలిగిన ప్రజలు ఉన్నప్పుడే దేశం నూతన ఆవిష్కరణలు చేసి అభివృద్ధి చెందిన దేశాలతో పోటీ పడుతుంది మొత్తం మీద హక్కులు బాధ్యతలు వాచానానికి రెండు పత్రాల వంటివి ఒక చక్రం లేకపోతే వాహనం ముందుకు కళ్లకు నట్లే బాధ్యతలను విస్మరిస్తే జీవనం సజావుగా సాగదు మన హక్కులను మాత్రమే దీమాండ్ చేసి బాధ్యతలను నిర్లక్ష్యం చేస్తే ప్రజాస్వామ్యం తన బలాన్ని కోల్పోతుందని మిలిటరీ సురేష్ అనేవడం వ్యక్తం చేశారు బాధ్యతలను నిజాయితీగా పాటించడంతోనే దేశం బలమైనదిగా శాంతి మునుపైనదిగా అభివృద్ధి చెందుతుంది ఆదర్శవంతమైన ప్రజాస్వామ్యంగా నిలబడుతుంది

పదవ తరగతి పరీక్షలకు వివిధ శాఖల సమన్వయంతో ఏర్పాట్లు చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కె. హైమావతి అధికారులను ఆదేశించారు

నిర్మిపట్ల ప్రతినిధి, ఉదయం న్యూస్



బుధవారం కలెక్టరేట్లో సంబంధిత శాఖల అధికారులతో జిల్లా కలెక్టర్ సమావేశం నిర్వహించి మాట్లాడుతూ పదవ తరగతి పరీక్షలు మార్చి 14 నుండి ఏప్రిల్ 16 వ తేదీ వరకు నిర్వహించడం జరుగుతుందని అందుకు సంబంధించి అవసరమైన పరీక్ష కేంద్రాలలో ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. జిల్లాలో 82 పరీక్ష కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయనున్నామని 15358 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలకు హాజరుకానున్నారని తెలిపారు. విద్యార్థులకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలగకుండా పరీక్ష కేంద్రాల్లో ఫర్నిచర్, త్రాగునీరు, మరుగుదొడ్లు, విద్యుత్ సౌకర్యాలను కల్పించాలని, అవసరమైన మెడిసిన్స్ లో ఏఎస్ఎం ను ప్రతి పరీక్ష కేంద్రం వద్ద అందుబాటులో ఉంచాలని అన్నారు. ప్రశ్నాపత్రాల స్టోరేజీ కేంద్రాల వద్ద విద్యుత్ కేంద్రాల వద్ద గట్టి పోలీసు బందోబస్తు ఏర్పాటు చేయాలని, సముదాయానికి చేరుకునేలా ఆర్డీసీ బస్సులను నడపాలని, పరీక్ష నిర్వహణ సిబ్బందిని నియమించాలని సంబంధిత శాఖ అధికారులకు సూచించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు డి.సి కుశాల్యర్, డి.ఈ.ఓ. శ్రీనివాస్ రెడ్డి, డి.ఆర్.ఓ. నాగరాజమ్మ, డి.ఎం. ఆండ్రూ హెచ్. డాక్టర్ ధనరాజ్, డి.ఎం. ఆర్.సి. భవభూతి, డి.సి.ఆర్.ఓ. రవికుమార్, ఎలక్ట్రిసిటీ డి.ఈ. శ్రీనాథ్, పోస్టల్ అధికారి సంతోష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దేశానికి సేవ చేసే ఉద్యోగాలు పొందడం గర్వించదగ్గ విషయం : పస్పిల్ మున్నా

అత్యుత్సాహ ఉదయం న్యూస్



చదువుతో పాటు క్రిడల్లో రాజీస్రీ ప్రతి ఒక్కరూ ఉన్నత స్థాయికి చేరుకుంటారని అత్యుత్సాహ సోసైటీ క్లబ్ చైర్మన్ పస్పిల్ మున్నా తెలిపారు. అత్యుత్సాహ పట్టణానికి చెందిన అబ్దుల్ రహీమ్ అనే విద్యార్థి అత్యుత్సాహ స్టేడియం లో ఉపేంద్ర అనే శిక్షకుడి దగ్గర ట్రైనింగ్ తీసుకొని డి.ఎస్.ఆర్ సెక్యూరిటీ ఫోర్సు లో ఉద్యోగం సాధించిన సందర్భంగా అతడిని స్థానిక అత్యుత్సాహ ఋషా రామంజి నాయక్ గారు మరియు పట్టణ సీఐ మహేశ్వర్ రెడ్డి గారు అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా పస్పిల్ మున్నా మాట్లాడుతూ భారతదేశం తరఫున ఆర్మీ లో బోర్డర్ సెక్యూరిటీ ఫోర్సు లో ఉద్యోగాలు పొంది దేశానికి సేవ చేయడం గర్వించదగ్గ విషయమన్నారు. అత్యుత్సాహ పట్టణం క్రిడల్కు పుట్టినిల్లు అని తెలిపారు. అత్యుత్సాహ స్టేడియం లో ప్రతిఒక్కరికీ క్రిడల్ పరంగా స్థానిక ఎమ్మెల్యే శ్రీ.బుద్ధా రాజశేఖర్ రెడ్డి గారు అన్ని విధాలుగా సహకరిస్తున్నారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అత్యుత్సాహ స్పృహ క్లబ్ చైర్మన్ పస్పిల్ మున్నా, అత్యుత్సాహ స్పృహ క్లబ్ సాధికారి పహానీ నాగార్ ఖాన్, స్టేడియం బాక్సింగ్ కోచ్ ఉపేంద్ర మరియు జాతీయ బాల్ బ్యాట్మింటన్ క్రీడాకారులు కరముల్లా పాల్గొన్నారు

ఉచిత బస్సు పథకం రద్దు చేయాలి ..

### నిత్య సమాజ సేవకుడు పాములపాడు కే.నాగరాజు కు ఘనంగా సన్మానం చేసిన మాల మహానాడు రాయలసీమ అధ్యక్షుడు కలబండి.అంకన్న

అత్యుత్సాహ ఉదయం న్యూస్

పాములపాడు:-మండల కేంద్రమైన పాములపాడుకు చెందిన నిత్య సమాజ సేవకుడు కలబండి.నాగరాజుకు ఆయన చేసిన సామాజిక సేవకు గుర్తింపుగా మాల మహానాడు రాయలసీమ అధ్యక్షుడు కలబండి.అంకన్న అధ్యక్షులతో ప్రజా సంఘాల నాయకులు డీవీఎంసీ మెంబర్ లింగా.నాగరాజు, జాతీయ టీసీ సంఘం మండల అధ్యక్షుడు రాయపాటి మురళీమోహన్, మున్సిం మైనార్టీ సంఘం మండల అధ్యక్షుడు ఎస్.పెళ్లారా, టీసీ సంఘం నాయకుడు జి.సాయి కృష్ణ, సేవా భారతి (వై.ఆర్.డి.ఎస్) అధ్యక్షుడు ఎస్.పర్వతీశంకర్ అలి, తదితర నాయకులతో కలిసి శాలువా కప్పి, పూలమాల మెడలో వేసి ఘనంగా సన్మానం చేయడం జరిగింది.

ఈ సందర్భంగా ప్రజాసంఘాల నాయకులు మాల మహానాడు రాయలసీమ అధ్యక్షుడు కే.అంకన్న, డీవీఎంసీ మెంబర్ ఎల్.నాగరాజు, మున్సిం మైనార్టీ సంఘం మండల అధ్యక్షుడు ఎస్.పెళ్లారా, జాతీయ టీసీ సంఘం మండల అధ్యక్షుడు ఆర్.మురళీమోహన్, టీసీ సంఘం నాయకుడు జి.సాయి కృష్ణ, సేవా భారతి (వై.ఆర్.డి.ఎస్) అధ్యక్షుడు ఎస్.పర్వతీశంకర్ అలి, తదితర నాయకులు మాట్లాడుతూ గత పది సంవత్సరాలాగా కే.నాగరాజు ఎన్నో ఎన్నో మైనార్టీ వర్గాల అభ్యున్నతి కొరకు, చెంప గిరిజనుల జీవనోపాధి కొరకు



అధికారులతో, ప్రజా ప్రతినిధులతో వినతి పత్రాలు అందించి ఉపాధి హామీ పనులను కల్పించడం, వారికి నిత్యవసర సరుకులను కల్పించడం, వారికి ఆర్థిక సహకారం అందించడం, మతసామరస్యం కోసం, స్వాతంత్ర్యం కోసం, విముక్తి కోసం కృషిచేసిన మహానుభావుల జయంతిలు, పర్యటనలు నిర్వహించి ప్రజలను చైతన్యపరచడం వంటి అనేక అనేక సమాజ సేవా కార్యక్రమాలు చేయడం జరిగిందన్నారు. ప్రేమ వివాహాల సమస్యలను, కుటుంబాల సమస్యలను, ఆస్తి సమస్యలను ఒక పెద్ద మనిషిగా ఆయన సామరస్యంతో పరిష్కారం చేయడం జరిగిందన్నారు. మొత్తానికి సమాజ సేవకుడు కే.నాగరాజు బహుజనుల రాజ్యాధికారం

కొరకు కృషి చేయడం అనేది అందరికీ ఆదర్శమన్నారు. కనుక మనమందరము ఆయన మాదిరిగానే కులవంశాలకతీతంగా, రాజకీయాలకతీతంగా, మానవత్వంతో, మతసామరస్యంతో కలిసి వెలిసి ఉండి, ఏకమై ఈ దేశంలో రాజ్యమేలుతున్న మూఢనమ్మకాలను, మూఢాచారాలను, వివక్షతలను రూపుమాపి, నియంతల పాలనకు స్వస్తి పలకాలన్నారు. ఎన్నో,ఎన్నో,టిసీ, మైనార్టీ వర్గాల అభ్యున్నతి కోసం కృషి చేయాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజా సంఘాల నాయకులు తేనే.మల్లికార్జున, మైమాకర్, ప్రసాద్, శాలు భావ, చిన్న ఈశ్వరయ్య, వెంకటేశ్వర్లు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



అత్యుత్సాహ ఉదయం న్యూస్

వ్యాధి సోకిన పిల్లలను కాపాడాలి - ఏకలవ్యుడు ప్రగతి వేదిక వ్యవస్థాపకురాలు. నల్లగుంట్ల శైలజ. ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాలైన ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలో సుమారు 500 మంది చంటి పిల్లలు సామాన్య వ్యాధితో బాధపడుతున్నారు. వారందరికీ ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు ఉచితముగా సామాన్య వ్యాధి నిరోధక టీకాలను తక్కువ యొక్క ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలను శ్రీమతి నల్లగుంట్ల శైలజ రెండు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలను బుధవారం ఒక ప్రకటనలో కోరారు. డీసీకి ఆయో సుమారు 5,6 వేల కోట్ల రూపాయలను. స్ట్రెలకు అందించే ఉచిత బస్సు పథకాన్ని రద్దు చేస్తే.. ఆ నిధులతో భర్తీ చేసుకోవచ్చని ఆమె తెలిపారు. ఈ విషయంపై ఆంధ్ర తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు తక్కువ స్పందించాలని ఆమె "ఎరుకల బస్సు వేదిక" సంస్థ నల్లగుంట్ల శైలజ - ఎరుకల బస్సు వేదిక వ్యవస్థాపకురాలు, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి. అత్యుత్సాహ, ఓ పత్రికా ప్రకటనలో తెలిపారు.

### ఇంటర్మీడియట్ పరీక్ష కేంద్రాలను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించిన జిల్లా ఎస్పీ మహేష్ బి గిత్. ఐపీఎస్

10 పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద పరీక్షలను బందోబస్తు -- 163 పీసీసీ (సెక్షన్ 144) అమలు

ఉదయం న్యూస్ రాజన్ సునిల్ ప్రతినిధి

ఫిబ్రవరి 25 : ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షల పరీక్షల సందర్భంగా సిరిసిల్ల పట్టణ కేంద్రంలోని జూనియర్ కలకాలలో ఏర్పాటు చేసిన పరీక్షా కేంద్రాన్ని జిల్లా ఎస్పీ క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. పరీక్షలను ప్రశాంత వాతావరణంలో నిర్వహించబడుతున్న తీరును సమీక్షించి, కేంద్రాల వద్ద విధుల్లో ఉన్న పోలీస్ అధికారులకు, సిబ్బందికి వల సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ...జిల్లా వ్యాప్తంగా ఏర్పాటు చేసిన 16 పరీక్షా కేంద్రాల వద్ద పరీక్షలను బందోబస్తు ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. పరీక్షలు సజావుగా, అవాంఛనీయ ఘటనలు లేకుండా జరగడానికి 163 టి ఎస్ ఎస్ ఎస్ (సెక్షన్ 144) అమలులో ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. పరీక్షల సమయంలో కేంద్రాల పరిసర ప్రాంతాల్లో నిరంతర ప్రెజ్ లింగ్ నిర్వహించాలని, ఇద్దరు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ మంది వ్యక్తులు పరీక్షా కేంద్రాల వద్ద గమనికకాద కుండా చూడబడతారు. పరీక్షా కేంద్రం నుండి 200 మీటర్ల పరిధిలో ఉన్న జిరాక్స్ సెంటర్లు ఉదయం 08:00 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం 01:00 గంటల వరకు మూసి ఉండాలి చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. పరీక్షలకు హాజరయ్యే విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు మరియు ప్రజలు పోలీస్ శాఖకు సహకరించి నిబంధనలు కచ్చితంగా పాటించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ పరిశీలనలో ఎస్పీ వెంట పట్టణ ఇన్స్పెక్టర్ కృష్ణ సిబ్బంది ఉన్నారు.



### ఉరుకుంద ఈరన్న స్వామి బ్రస్ట్ బోర్డ్ చైర్మన్ వీరశైవులకు కేటాయింపాలి

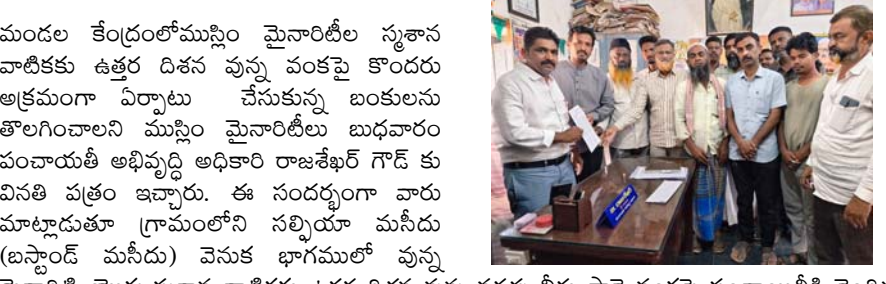


తొలిసారి ఉదయం న్యూస్ ::

లికర్లు జిల్లా మంత్రాలయం నియోజకవర్గం కౌతాళం మండలం ఉరుకుంద ఈరన్న బ్రస్ట్ బోర్డ్ చైర్మన్ నాయకులకు కార్యకర్తలకు కాకుండా పార్టీకి సంబంధం లేని వ్యక్తికి ఇవ్వడం తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యకర్తలు నాయకులు తీవ్ర అసంతృప్తితో ఉన్నారు. యువగళం పాదయాత్రలో భాగంగా మన నారా లోకమ్ మంత్రాలయం నియోజకవర్గం లో అడుగుపెట్టే సమయంలో శైవ క్షేత్రమైన ఉరుకుంద ఈరన్న బ్రస్ట్ బోర్డ్ చైర్మన్ వీరశైవులకు కేటాయింపాలి హామీ ఇచ్చారు. మేము గత 30 సంవత్సరాలుగా మంత్రాలయం నియోజకవర్గం లో కష్టపడిన నాయకులు కాకుండా మన నియోజకవర్గం నాయకులు రాఫువేదం రెడ్డి ఉరుకుంద ఈరన్న బ్రస్ట్ బోర్డ్ చైర్మన్ జిల్లాలోని ఒక మంత్రి కుటుంబానికి పదవి ఇప్పించడానికి పనిచేశారు. అందుకు ముఖ్య కారణం తన మంత్రాలయం నియోజకవర్గం పదవి కోసం టీడీ పాండరుంగయ్య శెట్టి తన ఇంచార్జ్ లెటర్ ప్యాడ్ ద్వారా సిఫార్స్ చేయడం టీడీపీ నాయకులకు కార్యకర్తలకు వెన్నుపోటు పొడిచారు. అధిష్టానం పునరాలోచించుకోలేకపోతే రానున్న రోజుల్లో సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో మరియు స్థానిక ఎన్నికల్లో తగిన మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పదు. ఈ కార్యక్రమంలో నాలుగు మండలాల సీనియర్ నాయకులు చెన్ను బసప్ప, బాపూరాం శివ మోహన్ రెడ్డి వన్నాగ స్వామి, భరద్వాజ్ శెట్టి, కొత్తేపల్లి గౌడ్ మాధవరం అమర్నాథ్ రెడ్డి కమ్మలూరు వీరేష్, ఎరిగిల్ శేఖర్ ఉప్పరహాలు గోపాల్ రెడ్డి తోడూర్ అలీ సాబ్, కృష్ణమోహన్ రెడ్డి ఇంద్రసేనారెడ్డి, ఎల్లారెడ్డి, నడిగేని మహదేవ చిన్న తాయన్న వీరారెడ్డి కొండగిరి వీరారెడ్డి విజయరామ రెడ్డి, బాపూరం వెంకటరెడ్డి, ఉరుకుంద కురుగోడప్ప, ఉరుకుంద రవి, వీరశైవ లింగాయత్ సంఘం సభ్యులు మరియు తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యకర్తలు, నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### వంకపై ఏర్పాటు చేసుకున్న బంకులను తొలగించాలి

పంచాయతీ అభివృద్ధి అధికారికి వివేకవంతం ఇచ్చిన మున్సిం మైనారిటీలు



మండల కేంద్రంలో మున్సిం మైనారిటీల సృష్టన వాటికకు ఉత్తర దిశన వున్న వంకపై కొందరు అక్రమంగా ఏర్పాటు చేసుకున్న బంకులను తొలగించాలని మున్సిం మైనారిటీలు బుధవారం పంచాయతీ అభివృద్ధి అధికారి రాజశేఖర్ గౌడ్ కు వినతి పత్రం ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ గ్రామంలోని సర్వీయా మసీదు (బస్టాండ్ మసీదు) వెనుక భాగములో వున్న మైనారిటీ యొక్క సృష్టన వాటికకు ఉత్తర దిశన వున్న వద్దపు నీరు పారి వంకపై పంచాయతీకి చెందిన బంకులు మరియు ప్రవేత్ బంకుల వ్యక్తులు వారి హద్దులు దాటి వంకపై పూర్తిగా కట్టా చేసి ఈ వంకపై శాశ్వత మరియు తాత్కాలిక అక్రమ కట్టడాలు చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. ఇలా వంకపై అక్రమ కట్టడాలు చేయడం వల్ల ఈ వంక చెల్లా చెదారంతో మరియు జంతు కళిబిబ్బలతో వేరుకు పోయి దాని వల్ల వెలువడే దుర్వాసన వల్ల మున్సిం మైనారిటీలకు సమాజీ చేయని సమయంలో చాలా ఇబ్బంది కరంగా మారిందని, భారీ వర్షాలు వడినప్పుడు ఈ వంకలో భాగీ ఏర్పడి వద్దపు నీరు మైనారిటీ యొక్క సృష్టన వాటికలో చేరడం వల్ల చిన్న చెరువును తలపిస్తూందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇంతకు ముందే ఈ విషయంపై పంచాయతీ వారికి అర్థం ఇచ్చినప్పటికీ వీటి పై ఇప్పటి వరకు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోలేదని అన్నారు. ఇప్పటికైనా వంకపై అక్రమంగా ఏర్పాటు చేసుకున్న శాశ్వత మరియు తాత్కాలిక అక్రమ కట్టడాలను వెంటనే తొలగించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జమీయత్ అహ్మద్ హాదీస్ అధ్యక్షులు అడిగి, ఉపాధ్యక్షులు వలి, అబ్దుల్ సుఖాన్, మసీదు కమిటీ సభ్యులు అమీన్, టి.డి.పి మండల మైనార్టీ అధ్యక్షుడు మోయిన్, మాషాఫ్ సానెల్ సానెల్ అధ్యక్షులు మహబూబ్ బాషా, తనీష్, షబీర్, జిక్రియ, లతీఫ్, వలి బాషా, తాహిర్, ముజిబుల్ తదితర మున్సిం మైనారిటీలు పాల్గొన్నారు.

### పునర్వికాస పాపకు అనాధ రక్షక సేవా ఫౌండేషన్ నుంచి ఆర్థిక సాయం అందజేత

ఉదయం న్యూస్ చాగలమర్రి

వెల్దుర్తి పట్టణములో పునర్వికాస అనే సోకందకు ఎస్ ఎం ఏ ట్రస్ట్ -1 అనే వ్యాధి సోకందకు డాక్టర్లకు చూపిస్తే ఈ వ్యాధి అరుదుగా వస్తుంది డిసీ ఇంజక్షన్ వేయాలి అంటే దాదాపుగా పదహారు కోట్లు ఖర్చు అవుతుంది అని చెప్పడంతో సామ్యునిటీలో యిస్ ఆ కుటుంబం ఆర్థిక సాయం కోసం ఎదురు చూపులు చూసింది. సందర్భాల జిల్లా చాగలమర్రి పట్టణములో నిత్య సేవా చేసే యువకులు అనాధ రక్షక సేవా ఫౌండేషన్ అధ్యక్షులు జిల్లా పరిషత్ బాలర ఉన్నత పాఠశాల, జిల్లా పరిషత్ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో విద్యార్థులు సాయం చేసిన 15వేల రూపాయలకు పైగా ఆర్థిక సాయం చేయనున్నారు అని త్వరలో వెల్దుర్తి లో పునర్వికాస కుటుంబాన్ని కలిసి ఆర్థిక సహాయం చేయనున్నారని దర్శన్ వల్లంకొండు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు, సిల్వర్ కొండయ్య, మండం రమేష్, అంగడి వెన్నునాథ్, గిరిష్, దుర్గం నవీన్ కుమార్ రెడ్డి, చైతన్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



### నిరాహార దీక్షలు



### డాక్టర్ BR అంబెద్కర్ విగ్రహ ఆవిష్కరణకు స్థలము కేటాయింపాలని మండల అధికారులను డిమాండ్ చేసిన బిజెపి నాయకులు గురురాజ్ దేశాయ్



నందవరం(ఉదయం న్యూస్)

మండల కేంద్రంలో నందవరం లోని బిజెపి కార్యాలయంలో పత్రికా సమావేశంలో గురురాజ్ దేశాయ్ మాట్లాడుతూ ఎన్నోవిభక్తుగా అంబెద్కర్ అభిమానులు ప్రజలు వేచిచూస్తున్నట్లుంటుంది అంబెద్కర్ విగ్రహావిష్కరణకు ఇంతవరకు స్థలము కేటాయింపకపోవడం చాలా బాధాకరం అని అన్నారు. ప్రపంచంలోకిల్లా అతిపెద్ద ప్రజాస్వామ్య దేశమయినట్లుంటుంది మన భారత దేశం యొక్క రాజ్యాంగాన్ని రచించినట్లుంటుంది మన హామీయాలకు మనమిచ్చే గౌరవం ఇదేనా ? అని ప్రశ్నించారు. నందవరం గ్రామంలో ఈ మహామేయిని కోసం కనీసం రెండు సెంట్ల స్థలం కూడా కేటాయింపకపోవడం మనమంతా నిగ్రహదాల్చిన విషయం, ఇదే నందవరం మండలంలోని మాస్టర్ కుడ బ్రహ్మంకంగా అంబెద్కర్ విగ్రహా ఆవిష్కరణచేయడం జరిగింది అలాంటిది మన నందవరం గ్రామంలో ఇంతవరకు అంబెద్కర్ విగ్రహానికి స్థలము కేటాయింపకపోవడం విచారకరం. మన భారతీయందరు స్వేచ్ఛగా జీవిస్తున్నాము అంటే అలాగే బదుగు బలమైన వర్గాలకు సమన్వయం చేస్తూ అన్నికలాలవారికి అన్నివతాలవారికి సమానంగా రాజ్యాంగాన్ని తయారు చేసిన మహాస్వతంత్ర వ్యక్తి డాక్టర్ డి= అంబెద్కర్ ఈ విషయంలో ఎవరైనా రాజకీయం చెయ్యాలని మాస్టర్ కుడ బ్రహ్మంకంగా అంబెద్కర్ తొందరలోనే అంబెద్కర్ విగ్రహానికి స్థలము కేటాయింపాలని అధికారులను డిమాండ్ చేశారు. అలాగే భారతీయ జనతా పార్టీ కూడా ఈ విషయంలో సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటించిందని తెలియచేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ సర్పంచ్ రామన్న గౌడు, బిజెపి 02 మార్గా మండల మాజీ అధ్యక్షుడు కె శివ, దానియల్, బి ప్రభాకర్, చాకిరి హనుమన్న, బిజెపి మైనారిటీ నాయకులు అబ్దుల్, సుఖాన్, షబీర్, మినల్, గారకూరు జయరాజు, విక్టర్, నూలు చైర్మన్ పి శివ మరియు సోషల్ మీడియం కన్సల్టర్ దండు వీరేష్ పాల్గొన్నారు.

ఉదయం న్యూస్ అక్షగడ్డ

అక్షగడ్డ ప్రాజెక్టు జిల్లా అఫీస్ నందు అంగన్వాడి టీచర్స్ మూడవరోజు రిలే నిరాహార దీక్షలు ఈరోజుతో ప్రాజెక్టుపరంగా ముగిశాయి మరియు 26 27వ తేదీ కలెక్టర్ ఆఫీస్ నందు రిలే నిరాహార దీక్షలు జరుగును ను చేల మార్చి రెండో తేదీ విజయవాడ కార్యక్రమం విజయవంతం చేయాలని సిబిటియూ జిల్లా అధ్యక్షులు యేసు రక్షంగా, సిబిటియూ అక్షగడ్డ ప్రధాన కార్యదర్శి తాళ్ల శ్రీనివాసులు, అంగన్వాడి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి నిర్మల గారు జిల్లా ప్రధాన అధ్యక్షులు పేటా గారు, ప్రాజెక్టు అధ్యక్షులు రాజ్యలక్ష్మి హాజరై అంగన్వాడికార్యకలకు కార్యకలకు సంబంధం ఇచ్చారు ప్రభుత్వ విధానాలు చాలా దుర్భాగంగా ఉన్నాయని మేనేజ్మెంట్లో తప్పక జీతాలు పెంచాలని అంగన్వాడిలకు పూర్తిస్థాయిలో న్యాయం చేస్తామని టిడిపి ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముందు చెప్పి రెండు సంవత్సరాల కాలమైన ఇంతవరకు ఏమీ చేయలేదు మాట తప్పినందుకు కారణంగానే మాట చెప్పి ఈరోజు ఉద్యమాలు స్టార్ట్ చేయవలసి వచ్చింది నంద్యాల కలెక్టర్ ఆఫీసు రిలే నిరాహార దీక్షలు విజయవంతము చేయాలని చలో విజయవాడ కార్యక్రమాన్ని కూడా విజయవంతం చేసి తమ డిమాండ్స్ ను దక్కించుకోవాలని అందరూ ముక్తకంఠంతో తెలియపరుస్తూ డిమాండ్ చేశారు

- 1) మనవాడే కనీస వేతనం 26000 ఇవ్వాలి
- 2) పెండింగ్ లో ఉన్న 18 10 మిసీ వర్కర్లకు క్వాలిఫికేషన్ రిలాక్సేషన్ ఇచ్చి మెయిన్ సెంటర్ లాగా మార్చాలి
- 3) గ్రాజిటీవ్ అమలుకు గ్రెడ్స్ రూపొందించాలి వేతనంతో కూడిన మెడికల్ లీవ్ ను ఇవ్వాలి
- 4) అంగన్వాడిలకు సంక్షేమ పథకాలు అర్హుల రూరల్ తేడా లేకుండా అందరికీ అమలు చేయాలి మరియు హెల్సర్లకు ప్రమాదస్థు నిర్బంధమైన గ్రెడ్స్ రూపొందించి అమలు చేయాలి
- 5) పెండింగ్ లో ఉన్న 164 సూపర్వైజర్ పోస్టును వెంటనే భర్తీ చేయాలి
- 6) మే నెల అంతా వేసవి సెలవులు జీవో వెంటనే రిలీజ్ చేయాలి
- 7) లభిదారులందరికీ బియ్యము అందులు కందివచ్చు క్యాంటిటీ పెంచాలి
- 8) మిసీ చార్జీలు పెంచాలి ఉత్తరీ గ్యాస్ సరఫరా చేయాలి
- 9) ప్రీస్కూల్ బలోపేతం చేయాలి ప్రీస్కూల్ పిల్లలకు తల్లికి వందనం పథకాన్ని అమలు చేయాలి ఐదు సంవత్సరాలలో పిల్లలందరూ అంగన్వాడి సెంటర్లో ఉండాలని జీవో చేయాలి ప్రీస్కూలు పిల్లలకు సాయంత్రము స్నాక్స్ ఇవ్వాలి తదితరు డిమాండ్స్ ని అందరూ నాయకులు వక్లు మాట్లాడుతూ తెలియజేస్తూ కార్యకలకు అందరికీ జిల్లా కలెక్టర్ ఆఫీస్ రిలే నిరక్ష విజయవంతం చేయాలని కోరారు మరియు చలో విజయవాడ మార్చి రెండవ తేదీ అల్ కార్యక్రమాన్ని కూడా విజయవంతం చేయాలని నాయకులందరూ కోరారు

### మొబైల్ ఫోన్ల రికవరీలో అద్భుత ఫలితాలు సాధిస్తున్నా సిరిసిల్ల జిల్లా పోలీస్ యంత్రాంగం

ఉదయం న్యూస్ రాజన్ సునిల్ ప్రతినిధి

ఫిబ్రవరి 25 : జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో సెల్ ఫోన్ రికవరీ మేళా ఏర్పాటు చేసి జిల్లాలో గత కొన్ని రోజులు నుండి పోయిన, చోరికి గురైన సుమారు 6లక్షల రూ. విలువ గల 63 ఫోన్ల ఆపాకీ మన రాష్ట్రంలోనే కాకుండా పొరుగు రాష్ట్రాలలోని వివిధ ప్రాంతాల నుండి రికవరీ చేసిన జిల్లా ఎస్పీ చేతుల మీదుగా బుధవారం రోజు సంబంధిత మొబైల్ ఫోన్ల యజమానులకు అందజేయడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ... ప్రస్తుత రోజుల్లో మొబైల్ ఫోన్ లోని డేటా లావాదేవీ కూడా చేయలేని, మన యొక్క విలువైన సమాచారం బ్యాంక్ అకౌంట్స్, పాస్ వర్క్ల వంటివి మొబైల్ సేవ చేసే పెట్టుకుంటారని తెలిసిన నేరగాళ్లు మొబైల్ డౌంగిలింబి, టిక్ పాస్ వర్క్ల నుండి బ్రేక్ చేసి ఫోన్ పే, గాంగుల్ పే తదితర మధ్యమాల ద్వారా కాజీస్థానం చేస్తున్నారు. మొబైల్ ఫోన్ పోగొట్టుకున్న వ్యక్తులు కేవలం మొబైల్ ఫోన్ మాత్రమే కాకుండా తమ వ్యక్తిగత సమాచారంతో సహా దబ్బులను కూడా కోల్పోవడం జరుగుతుందన్నారు. ఎవరైనా మొబైల్ ఫోగొట్టుకున్న లేదా దొంగిలించబడిన సెల్ఫోన్ జబ్బా x= పోస్ట్ ( క్రిజాం://షిషి.షివతీ.ప్రతీ.అఅ ) నందు భాగీ చేసి, సంబంధిత పోలీస్ స్టేషన్ లో సమాచారం ఇవ్వాలని సూచించారు జిల్లా ప్రజలకు తెలియజేయమని ఏమనగా ఎవరైనా సెల్ఫోన్ హ్యాండ్ మొబైల్ ఫోన్ లను కొనుగోలు చేసినట్లైతే అట్టి షాప్ యజమాని నుండి రసీదు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలని సూచించారు. సెల్ ఫోన్ దొంగల దొంగిలించిన ఫోన్ లను మొబైల్ ఫోన్ లలో అమ్ముతున్నారని, తక్కువ ధరకు వస్తుందని దొంగిలించబడిన ఫోన్ అని తెలియక కొనుగోలు చేసి అమాంతుక ప్రజలు మోసాలకు గురి అవుతున్నారని అన్నారు. ఎవరైనా దొంగిలించబడిన ఫోన్ అని తెలిసి కూడా కొనుగోలు చేసినట్లైతే అట్టి వ్యక్తులపై క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయడం జరుగుతుందన్నారు. సీజబిఆర్ అప్రెన్టీస్ ద్వారా జిల్లాలో పోయిన మొబైల్ ఫోన్ల రికవరీ చేసి బాధితులకు అప్పగించడంలో కృషి చేస్తున్న ఐ.టి. కోర్ ఎస్.ఐ కిరణ్ కుమార్, కానిస్టేబుల్ రాజాజియమత్తేష్ లను జిల్లా ఎస్పీ అభినందించారుపోయిన మొబైల్ ఫోన్లను మళ్లీ దొంగలకున్న మొబైల్ ఫోన్ జిల్లా పోలీసులు టెక్నాలజీ ఉపయోగించి రికవరీ చేసి అందించినందుకు సంబంధిత బాధితులు జిల్లా ఎస్పీ కి, పోలీస్ సిబ్బందికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.







# టూత్ పేస్ట్ తో ఏళ్లకాదు..

## ఇవి కూడా మెరిపించేయండి..!

మన పళ్లను తళతళ మెరిపించడమే కాదు.. ఇంకా చాలా పనులే చేస్తుంది. టూత్ పేస్ట్ ఇంకా ఎన్ని రకాలుగా వాడుకోవచ్చు.. ఏమీ శుభ్రం చేయడానికి ఉపయోగ పడుతుంది? ఈ సోలోలో చూద్దాం. కొన్నిసార్లు అనుకోకుండా కాఫీ కప్పు చేయి జారే.. నేలపై పడితే ఈజీగానే శుభ్రం చేసుకోవచ్చు. కానీ, అవి గోడ మీద పడితేనే.. ఆ మరకలను తొలగించడం చాలా కష్టం. ఈ మరకలను తొలగించడానికి టూత్ పేస్ట్ ఎఫెక్టివ్గా పనిచేస్తుంది. గోడపై టూత్ పేస్ట్ మరకలను తొలగించడానికి.. టూత్ పేస్ట్ ను మరకలపై అప్లై చేసి రుద్దండి. అలా కొన్ని నిమిషాలు వదిలేసి.. ఆ తర్వాత తడి క్లౌత్ తో తుడవండి. ఇలా చేస్తే మరకలు మాయం అవుతాయి. వెండి సామగ్ని క్లీన్ చేయడానికి చాలా కష్టపడుతుంటారు. టూత్ పేస్ట్ వెండి సామగ్నిన తళతళ మెరిపించవచ్చు. టూత్ పేస్ట్ ను వెండి సామగ్నిపై అప్లై చేసి.. ఆ తర్వాత తడి చేసుకుంటూ బ్రష్ తో రుద్దండి. ఆ తర్వాత నీళ్లతో శుభ్రం చేయండి. ఇలా చేస్తే.. వెండి సామగ్ని నలుపు పోయి.. మంచిగా మెరుస్తాయి.

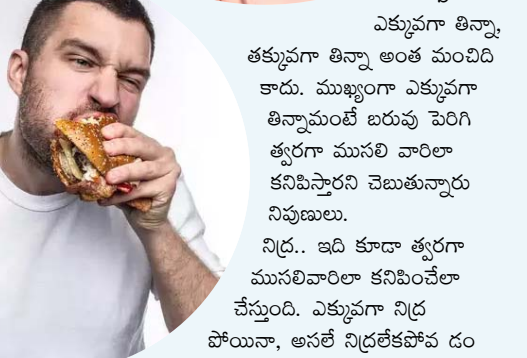
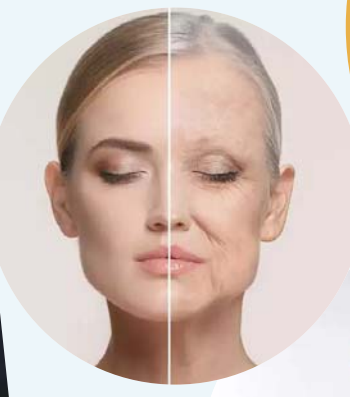


ఎన్ని

ఎళ్ళిచ్చినా యంగ్ గా కనిపించాలని ప్రతి ఒక్కరికీ ఉంటుంది. కానీ, తెలిసితెలియక చేసి కొన్ని తప్పుల వల్ల త్వరగా ముసలివారైపోతారు.. అవేంటో తెలుసుకోండి. ఈ 3 పనులు చేసేవారికి త్వరగా ముసలితనం వస్తుండటం.. వయసు పెరుగుతుందంటే ఎవరికైనా అందంగా కనిపించే విషయంలో కాస్తా భయమే ఉంటుంది. అందుకే ఎప్పుడు కూడా చిన్నవారిగానే కనిపించేందుకు యంగ్ లుక్ ని ఇచ్చే క్రిమ్స్, ప్రోడక్ట్స్ వాడడం, మంచి డైట్, ఎక్సర్ సైజులే చేయడం వంటి ఫోటో అవుతారు. తమని తాము చిన్నవారిలా చూసుకునేందుకు ఆరాటపడతారు. కొన్ని తప్పులు చేయకుండా ఉండాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి.

# ఈ 3 పనులు చేసేవారికి

## త్వరగా ముసలితనం వస్తుందట..



ఎప్పుడుగా తిన్నా అంత మందికి కాదు. ముఖ్యంగా ఎక్కువగా తిన్నామంటే బరువు పెరిగి త్వరగా ముసలి వారిలా కనిపిస్తారని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

నిద్ర.. ఇది కూడా త్వరగా ముసలివారిలా కనిపించేలా చేస్తుంది. ఎక్కువగా నిద్ర పోయినా, అసలే నిద్రలేకపోవడం వల్ల అకాల వృద్ధాప్యం వస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే నిద్రసరిగ్గా ఉండేలా చూసుకోండి.

చేయడం వల్ల త్వరగా వృద్ధాప్య ఛాయలు కనిపించేలా చేస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఏ పని అయినా పట్టుదలతో పాటు క్రియేటివిటీగా చేస్తే త్వరగా పనులు పూర్తవుతాయి కాకుండా శ్రమ తగ్గుతుంది. కాబట్టి, స్ట్రెస్ తగ్గించి ఆలోచించి అలా పనిచేయడం చాలా ముఖ్యం. అతిగా తినడం.. మనం ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి అవసరం ఎంత ముఖ్యమో, అందంగా కనిపించడంలోనూ డైట్ అంతే కీ రోల్ పోషిస్తుంది. అహారం ఎంత తినితే తెలిసి ఉండడం చాలా ముఖ్యం.

చేయడం వల్ల త్వరగా వృద్ధాప్య ఛాయలు కనిపించేలా చేస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఏ పని అయినా పట్టుదలతో పాటు క్రియేటివిటీగా చేస్తే త్వరగా పనులు పూర్తవుతాయి కాకుండా శ్రమ తగ్గుతుంది. కాబట్టి, స్ట్రెస్ తగ్గించి ఆలోచించి అలా పనిచేయడం చాలా ముఖ్యం. అతిగా తినడం.. మనం ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి అవసరం ఎంత ముఖ్యమో, అందంగా కనిపించడంలోనూ డైట్ అంతే కీ రోల్ పోషిస్తుంది. అహారం ఎంత తినితే తెలిసి ఉండడం చాలా ముఖ్యం.

# గ్యాస్, ఎసిడిటీ సమస్యలు రావు..!



ఈ రోజుల్లో పని ఒత్తిడిని తట్టుకోవాలంటే.. ఏదానికి ఒకసారిగా టూర్లు వెళ్ళాలి. అది తెలియని ప్రదేశాలకు వెళ్ళే.. మనలో తెలియని ఉత్సాహం నిండుతుంది. ఈ రోజుల్లో చాలామంది గ్యాస్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. ఇలాంటి వారు టూర్లకు వెళ్ళినప్పుడు చాలా ఇబ్బందులు ఎదురౌతుంటాయి ఉంటారు. జీర్ణ సమస్యల వల్ల.. టూర్ కూడా సరిగ్గా ఎంజాయ్ చేయలేరు. విహారయాత్రకు వెళ్ళేవారు.. కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే ఈ సమస్యలు ఉండవని నిపుణులు అంటున్నారు. బ్రెక్ ఫాస్ట్ తక్కువగా తినండి.. కొంతమంది బ్రెక్ ఫాస్ట్ హెవీ గా తింటూ ఉంటారు. టూర్లకు వెళ్ళినప్పుడు హెవీగా తిండి.. రోజుగా హెవీగా ఇబ్బందిగా అనిపిస్తుంది. దీంతో, ఏ పని సరిగ్గా చేయలేరు. బ్రెక్ ఫాస్ట్ తక్కువగా తిన్నా.. త్వరగా నీరసం వచ్చేస్తుంది. మీరు టూర్లో ఉన్నప్పుడు మీ బ్రెక్ ఫాస్ట్లో నట్స్, గ్రే ఫ్రూట్స్ వంటి బలవర్ధకమైన అహారం చేర్చుకోండి. ఇలా చేస్తే.. రోజంతా యాక్టివ్ గా ఉంటారు. ఫ్రెష్ ఫుడ్ తినొచ్చు.. కొంతమంది టూర్లకు వెళ్ళినప్పుడు.. లోకల్ ఫుడ్ తినడానికి జంకుతారు. అవి పడకపోతే.. హెల్త్ హాదవుతుందని అనుకుంటూ ఉంటారు. అయితే తాజాగా ఉండే అహార పదార్థాలను తీసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదంటున్నారు నిపుణులు. ఒకేసారిగా కాకుండా.. మితంగా ఎక్కువసార్లు తింటే మంచిది. ఇంటి నుంచి తీసుకెళ్ళండి.. కొంతమందికి బయట ఫుడ్ వడదు. కాబట్టి, ఇంటి నుంచే కొన్ని రకాల పదార్థాలను తీసుకెళ్ళడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. ఒకవేళ బయట ఫుడ్ తిన్నా.. ఒకేసారి ఎక్కువగా కాకుండా తక్కువ మొత్తంలో ఎక్కువసార్లు తింటే ఎలాంటి సమస్యలు ఉండవు. కొంతమంది అజీర్ణ సమస్యలతో టూర్ ఎంజాయ్ చేయలేరు. ఇలాంటి వారు వారి డైట్లో పెరుగు తప్పకుండా తీసుకోవాలి. అలాగే శరీరాన్ని హైడ్రేట్ చేయడం కొంత ప్రయోజనం తప్పకుండా నీళ్లు తాగుతుండాలి.



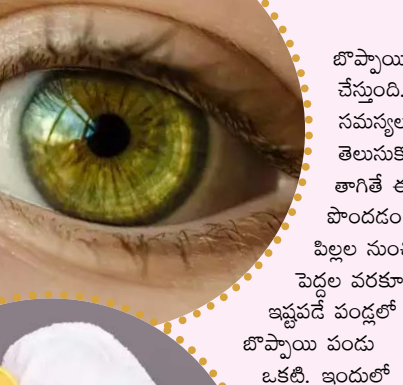
ఇబ్బందిగా అనిపిస్తుంది. దీంతో, ఏ పని సరిగ్గా చేయలేరు. బ్రెక్ ఫాస్ట్ తక్కువగా తిన్నా.. త్వరగా నీరసం వచ్చేస్తుంది. మీరు టూర్లో ఉన్నప్పుడు మీ బ్రెక్ ఫాస్ట్లో నట్స్, గ్రే ఫ్రూట్స్ వంటి బలవర్ధకమైన అహారం చేర్చుకోండి. ఇలా చేస్తే.. రోజంతా యాక్టివ్ గా ఉంటారు. ఫ్రెష్ ఫుడ్ తినొచ్చు.. కొంతమంది టూర్లకు వెళ్ళినప్పుడు.. లోకల్ ఫుడ్ తినడానికి జంకుతారు. అవి పడకపోతే.. హెల్త్ హాదవుతుందని అనుకుంటూ ఉంటారు. అయితే తాజాగా ఉండే అహార పదార్థాలను తీసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదంటున్నారు నిపుణులు. ఒకేసారిగా కాకుండా.. మితంగా ఎక్కువసార్లు తింటే మంచిది. ఇంటి నుంచి తీసుకెళ్ళండి.. కొంతమందికి బయట ఫుడ్ వడదు. కాబట్టి, ఇంటి నుంచే కొన్ని రకాల పదార్థాలను తీసుకెళ్ళడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. ఒకవేళ బయట ఫుడ్ తిన్నా.. ఒకేసారి ఎక్కువగా కాకుండా తక్కువ మొత్తంలో ఎక్కువసార్లు తింటే ఎలాంటి సమస్యలు ఉండవు. కొంతమంది అజీర్ణ సమస్యలతో టూర్ ఎంజాయ్ చేయలేరు. ఇలాంటి వారు వారి డైట్లో పెరుగు తప్పకుండా తీసుకోవాలి. అలాగే శరీరాన్ని హైడ్రేట్ చేయడం కొంత ప్రయోజనం తప్పకుండా నీళ్లు తాగుతుండాలి.

# యాంటీ ఆక్సిడెంట్ రిచ్ డైట్..

రోజంతా అలసటగా అనిపిస్తుందా..? ఎలాంటి కారణంగా లేకుండాకదరా, కీళ్ల నొప్పులతో బాధపడుతున్నారా..? మీ చర్మం నిర్దిష్టంగా మారదా..? నీరసంగా, నిస్సత్తువగా ఉంటుందా..? మీ సమాధానం అవునా అయితే.. మీ ఆహారంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లను ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. మీ శరీర కణాలను ప్రతి రోజు కలిగి నష్టం నుంచి రక్షించడానికి సహాయపడతాయి. మన రోజు తీసుకునే ఆహారం ద్వారా ఉత్పత్తి అయ్యే టాక్సిన్స్, ఆక్సిడెంట్లను బయటకు పంపడంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. మన శరీరంలో వ్యర్థాలు ఎక్కువగా పేరుకుంటే.. ఇమ్యూనిటీ బీక్ అవుతుంది, ఆరోగ్యం క్షీణిస్తుంది. అందుకే, మన డైట్లో యాంటీఆక్సిడెంట్ రిచ్ ఆహారం తీసుకోవాలని నిపుణులు అంటున్నారు. యాంటీఆక్సిడెంట్ వల్ల టాక్సిన్స్ తొలగిస్తాయి.. హార్ట్ మెడికల్ స్యూల్ ప్రయోజనం ఒక నివేదిక ప్రకారం శరీరంలో పేరుకుంటే.. టాక్సిన్స్ తొలగిస్తాయి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు తమ స్వంత ఎలక్ట్రాన్లను దానం చేసి.. ఫ్రీ రాడికల్స్ ను న్యూట్రల్ చేస్తాయి. ఈ ప్రక్రియ మీ శరీర కణాలలోని.. ఇతర అణువులకు హాని కలిగించే.. ఆక్సిడెంట్ గాలును ప్రతిచర్యను విచ్చిన్నం చేస్తుంది.



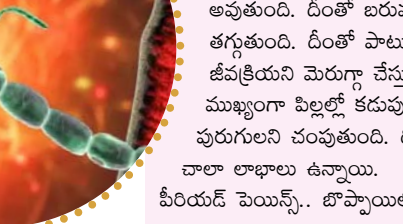
శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది.. ఇది శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేసి.. శరీర సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. ఇది మీ శరీరానికి శక్తిని అందిస్తుంది. జర్నల్ ఆఫ్ క్లినికల్ బయోకెమిస్ట్రీ న్యూట్రిషన్లో ప్రచురించిన పరిశోధన ప్రకారం, యాంటీఆక్సిడెంట్ రిచ్ ఫుడ్స్ తీసుకోవడం వల్ల “ఏరోబిక్ గ్లూకోజ్ మెటబాలిజం” ద్వారా శక్తి ఉత్పత్తిని పెంచవచ్చు. గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది.. యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. శరీర కణాలను నాశన చేసే ఫ్రీ రాడికల్స్ ను తొలగిస్తాయి, ఆక్సిడెంట్ ప్రొసెస్ ను తగ్గిస్తుంది. ఇది ధమనల ద్వారా రక్తం, ఆక్సిజన్ ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది, గుండె సంబంధిత సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.. అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. చర్మం, జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి.. యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. చర్మాన్ని సూర్యరశ్మి నుంచి రక్షిస్తాయి. మీ కణాలలో రక్త ప్రసరణను పెంచుతాయి, చర్మం తేమను నిర్వహిస్తాయి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గంగా రాకుండా ఆడ్డుకుంటాయి.



కంటి చూపును రక్షిస్తాయి.. వీర - రిఫ్రాక్టివ్ జర్నల్ ప్రకారం అతుపచ్చ కూరగాయలలో ఉండే.. లుటిన్, జియాక్సాంథిన్ వంటి పోషకాలు యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా పనిచేస్తాయి. ఇవి కంటి సంబంధిత సమస్యల ముప్పును తగ్గిస్తాయని నిపుణులు అంటున్నారు. విటమిన్ సి, ఇ కూడా యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా పనిచేస్తాయి. ఇవి కంటి సమస్యలను నివారిస్తాయి. ఈ ఫుడ్స్లో ఉంటాయి.. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆహారం ద్వారానే వస్తాయి. ఆకు కూరలు, కాయగూరలు, పండ్లలోనే ఇవి లభిస్తాయి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. ఎక్కువగా క్యారెట్, క్యాబేజీ, బమట, ఉల్లి, దుంపలు, బీన్స్, చిక్కుళ్లు, యాపిల్, దానిమ్మ, డ్రాక్స్ బోప్పాయి, గ్రీన్ టీ, ఆలీవ్ ఆయిల్, తెనే లాంటి వంటి అహార పదార్థాల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి.



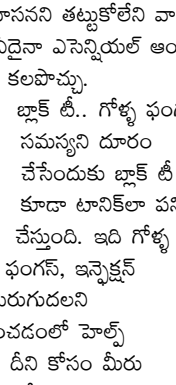
కంటి చూపును రక్షిస్తాయి.. వీర - రిఫ్రాక్టివ్ జర్నల్ ప్రకారం అతుపచ్చ కూరగాయలలో ఉండే.. లుటిన్, జియాక్సాంథిన్ వంటి పోషకాలు యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా పనిచేస్తాయి. ఇవి కంటి సంబంధిత సమస్యల ముప్పును తగ్గిస్తాయని నిపుణులు అంటున్నారు. విటమిన్ సి, ఇ కూడా యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా పనిచేస్తాయి. ఇవి కంటి సమస్యలను నివారిస్తాయి. ఈ ఫుడ్స్లో ఉంటాయి.. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆహారం ద్వారానే వస్తాయి. ఆకు కూరలు, కాయగూరలు, పండ్లలోనే ఇవి లభిస్తాయి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. ఎక్కువగా క్యారెట్, క్యాబేజీ, బమట, ఉల్లి, దుంపలు, బీన్స్, చిక్కుళ్లు, యాపిల్, దానిమ్మ, డ్రాక్స్ బోప్పాయి, గ్రీన్ టీ, ఆలీవ్ ఆయిల్, తెనే లాంటి వంటి అహార పదార్థాల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి.



# కాలి గార్ల చివర్లలో నాప్పి, వాపుగా ఉందా..

చాలా మందికి కాలి బొటనవేళ్లలో నొప్పిగా ఉంటుంది. చివర్లకి వాపు వచ్చి నొప్పిగా అనిపిస్తుంది. దీనికి గోళ్ల ఫంగస్ కారణం. మరీ దీనికి ఎలాంటి టీమ్స్ పాదించాలో ఇప్పుడు చూద్దాం. నెయిల్ ఫంగస్, గోర్లలో ఫంగస్ కారణంగా చాలా సార్లు సమస్య వస్తుంది. దీంతో వేళ్లలో నొప్పి ప్రారంభమవుతుంది. అది అలాగే కొనసాగితే గోర్ల ఆకృతి, రంగు కూడా మారుతుంది. దీనికి చక్కని ఇంటి చిట్టాలు ఉన్నాయి. వీటిని ఫోటో అయితే సమస్య చాలా త్వరగా తగ్గిపోతుంది. కారణాలు.. గోర్ల నొప్పి, పుండ్లు కావడానికి కొన్నిసార్లు సరిగా క్లీన్ చేయకపోవడం, ఇన్ గ్రోన్ టో నెయిల్స్ కారణంగా సమస్య వస్తుంది. చాలా మంది ఈ సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. దీని వల్ల నొప్పి ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. ఈ సమస్యని ఇంట్లోనే తగ్గించుకోవచ్చు. అవేంటో తెలుసుకోండి.

యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ చేసి అందులో పాదాన్ని ఉంచండి. ఎసిడిక్ యూసిడ్ అనే సమ్మేళనం ఏదీ ఈ వెనిగర్ మీ యూసిడ్ ఇన్సెక్షన్ వ్యాప్తిని తగ్గించడంలో హెల్ప్ అవుతుంది. దీని వాసనని తట్టుకోలేని వారు ఏదైనా ఎసెన్షియల్ ఆయిల్ కలపొచ్చు. జ్జాక్ టీ, గోళ్ల ఫంగస్ సమస్యని దూరం చేసేందుకు జ్జాక్ టీ కూడా టానిక్ లా పని చేస్తుంది. ఇది గోళ్ల ఫంగస్, ఇన్సెక్షన్ పెరుగుదలని తగ్గించడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. దీని కోసం మీరు డీకాఫ్ తయారు చేసి అది గోరువెచ్చగా అయ్యాక కాళ్ళని అందులో నానబెట్టండి.



యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్.. ఇందులో ఎక్కువగా యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. కాస్తా నీటిలో మైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. తగ్గించడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. దీని కోసం మీరు డీకాఫ్ తయారు చేసి అది గోరువెచ్చగా అయ్యాక కాళ్ళని అందులో నానబెట్టండి.

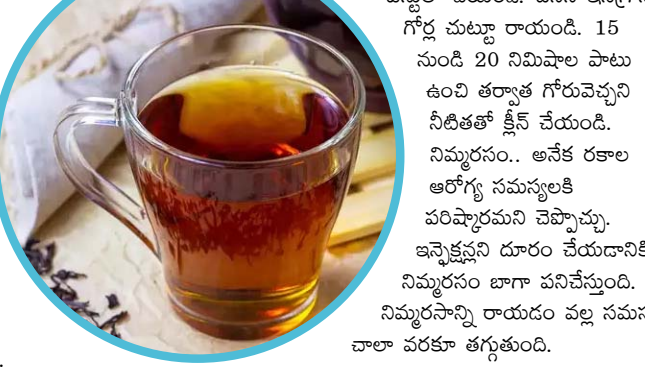
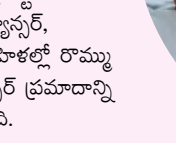
యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్.. ఇందులో ఎక్కువగా యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. కాస్తా నీటిలో మైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. తగ్గించడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. దీని కోసం మీరు డీకాఫ్ తయారు చేసి అది గోరువెచ్చగా అయ్యాక కాళ్ళని అందులో నానబెట్టండి.

గర్మాయంలోని వ్యర్థాలు, టాక్సిన్స్ ని బయటకు పంపే శక్తి ఉంది. ఇది రుతుసావం సమయంలో వ్యర్థాలను బయటకు పంపుతుంది. కడుపు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. గర్భం దాల్చాలనుకునే మహిళలు దీనికి దూరంగా ఉంటే చాలా మంచిది. దీనిని రోజుకి 30 మిల్లీగ్రాముల వరకూ తీసుకోవచ్చు. ఇందులో యోగ్యంగా అసమతుల్యతని కూడా హెల్ప్ చేస్తుంది.

బొప్పాయి పండు ఆరోగ్యానికి హెల్ప్ చేస్తుంది. దీనిని తాగడం వల్ల చాలా సమస్యలు దూరమవుతాయి. అవేంటో తెలుసుకోండి. రోజూ బొప్పాయి జ్యూస్ తాగితే ఈ లాభాలన్నీ పొందడం పక్కా.

పెద్దల వరకూ ఇప్పుడే పండ్లలో బొప్పాయి పండు ఒకటి. ఇందులో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ బొప్పాయి రసాన్ని 30 నుండి 50మిల్లీ లీటర్ల వరకూ రోజూ తీసుకుంటే కొన్ని లాభాలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు నిపుణులు. హెల్త్ డెనిఫిటీస్.. బొప్పాయి పండులో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల ఆకలి కంట్రోల్ అవుతుంది. దీంతో బరువు తగ్గుతుంది. దీంతో పాటు జీవక్రియని మెరుగ్గా చేస్తుంది. ఇది ముఖ్యంగా పిల్లల్లో కడుపులోని పురుగులని చంపుతుంది. దీంతో పాటు చాలా లాభాలు ఉన్నాయి. వీరియర్ వెయిట్స్.. బొప్పాయిలో

బొప్పాయిలో విటమిన్ ఎతో పాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఫ్లెవనాయిడ్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి క్యాన్సర్ నిరోధక గుణాలు ఉన్నాయి. కాబట్టి, జ్యూస్ తాగితే మోతాదులో ఉంటాయి. ముఖ్యంగా పురుగుల ప్రాసెస్ క్యాన్సర్, మహిళల్లో రొమ్ము క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.



ఇందులో అలీనీస్ అనే యాంటీ ఫంగల్ ఏజెంట్ ఉంది. దీనిని నేరుగా దంచి పెట్టడం లేదా రసం రాయండి. ఆరగంట అలానే ఉంది తర్వాత క్లీన్ చేయండి. బేకింగ్ సోడా.. బేకింగ్ సోడా ఫంగస్ కారణమయ్యే తేమని గ్రహించగలదు. బేకింగ్ సోడాను కొద్దిగా నీటితో కలిపి పేస్టులా చేయండి. దీనిని ఇన్ గ్రోన్ గోర్ల చుట్టూ రాయండి. 15 నుండి 20 నిమిషాల పాటు ఉంచి తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో క్లీన్ చేయండి. నిమ్మరసం.. అనేక రకాల ఆరోగ్య సమస్యలకి పరిష్కారమని చెప్పొచ్చు. ఇన్సెక్షన్ల దూరం చేయడానికి నిమ్మరసం చాలా పనిచేస్తుంది. నిమ్మరసాన్ని రాయడం వల్ల సమస్య చాలా వరకూ తగ్గుతుంది.

ఇందులో అలీనీస్ అనే యాంటీ ఫంగల్ ఏజెంట్ ఉంది. దీనిని నేరుగా దంచి పెట్టడం లేదా రసం రాయండి. ఆరగంట అలానే ఉంది తర్వాత క్లీన్ చేయండి. బేకింగ్ సోడా.. బేకింగ్ సోడా ఫంగస్ కారణమయ్యే తేమని గ్రహించగలదు. బేకింగ్ సోడాను కొద్దిగా నీటితో కలిపి పేస్టులా చేయండి. దీనిని ఇన్ గ్రోన్ గోర్ల చుట్టూ రాయండి. 15 నుండి 20 నిమిషాల పాటు ఉంచి తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో క్లీన్ చేయండి. నిమ్మరసం.. అనేక రకాల ఆరోగ్య సమస్యలకి పరిష్కారమని చెప్పొచ్చు. ఇన్సెక్షన్ల దూరం చేయడానికి నిమ్మరసం చాలా పనిచేస్తుంది. నిమ్మరసాన్ని రాయడం వల్ల సమస్య చాలా వరకూ తగ్గుతుంది.

శరీర బరువు తగ్గడం.. పండ్లు బరువు తగ్గించేందుకు బొప్పాయి పండు హెల్ప్ చేస్తుంది. ఇందులోని ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, మలబద్ధకం దూరమవుతుంది. ఇందులో విటమిన్ ఎ సహా పోషకాలు ఉంటాయి. దీంతో జీర్ణక్రియ పెరిగి చెడు కొలెస్ట్రాల్ కొచ్చుని తగ్గిస్తుంది. రోజూ ఉదయం బొప్పాయి తీసుకుంటే బరువు తగ్గడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. చర్మం కాంతి చర్మాన్ని అందంగా మార్చడంలోనూ ఈ పండ్లు చాలా కీ రోల్ పోషిస్తాయి. ఇందులో విటమిన్ ఎ, పొటాషియంలు ఉన్నాయి. ఇవి చర్మం సమస్యల్ని దూరం చేసి చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేస్తాయి. ఇది చర్మంలో మృతకణాలను దూరం చేసి ముఖానికి రక్త ప్రసరణ పెంచి దాన్ని కాంప్లెక్స్ ని తగ్గించి మంచి రంగు వస్తుంది. ఇమ్యూనిటీ.. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ఇమ్యూనిటీని పెంచుతాయి. దీంతో చాలా వరకూ సీజనల్ సమస్యలు, జ్వరం, జలుబు వంటి సమస్యల్ని దూరం చేస్తుంది.

శరీర బరువు తగ్గడం.. పండ్లు బరువు తగ్గించేందుకు బొప్పాయి పండు హెల్ప్ చేస్తుంది. ఇందులోని ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, మలబద్ధకం దూరమవుతుంది. ఇందులో విటమిన్ ఎ సహా పోషకాలు ఉంటాయి. దీంతో జీర్ణక్రియ పెరిగి చెడు కొలెస్ట్రాల్ కొచ్చుని తగ్గిస్తుంది. రోజూ ఉదయం బొప్పాయి తీసుకుంటే బరువు తగ్గడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. చర్మం కాంతి చర్మాన్ని అందంగా మార్చడంలోనూ ఈ పండ్లు చాలా కీ రోల్ పోషిస్తాయి. ఇందులో విటమిన్ ఎ, పొటాషియంలు ఉన్నాయి. ఇవి చర్మం సమస్యల్ని దూరం చేసి చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేస్తాయి. ఇది చర్మంలో మృతకణాలను దూరం చేసి ముఖానికి రక్త ప్రసరణ పెంచి దాన్ని కాంప్లెక్స్ ని తగ్గించి మంచి రంగు వస్తుంది. ఇమ్యూనిటీ.. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ఇమ్యూనిటీని పెంచుతాయి. దీంతో చాలా వరకూ సీజనల్ సమస్యలు, జ్వరం, జలుబు వంటి సమస్యల్ని దూరం చేస్తుంది.

శరీర బరువు తగ్గడం.. పండ్లు బరువు తగ్గించేందుకు బొప్పాయి పండు హెల్ప్ చేస్తుంది. ఇందులోని ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, మలబద్ధకం దూరమవుతుంది. ఇందులో విటమిన్ ఎ సహా పోషకాలు ఉంటాయి. దీంతో జీర్ణక్రియ పెరిగి చెడు కొలెస్ట్రాల్ కొచ్చుని తగ్గిస్తుంది. రోజూ ఉదయం బొప్పాయి తీసుకుంటే బరువు తగ్గడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. చర్మం కాంతి చర్మాన్ని అందంగా మార్చడంలోనూ ఈ పండ్లు చాలా కీ రోల్ పోషిస్తాయి. ఇందులో విటమిన్ ఎ, పొటాషియంలు ఉన్నాయి. ఇవి చర్మం సమస్యల్ని దూరం చేసి చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేస్తాయి. ఇది చర్మంలో మృతకణాలను దూరం చేసి ముఖానికి రక్త ప్రసరణ పెంచి దాన్ని కాంప్లెక్స్ ని తగ్గించి మంచి రంగు వస్తుంది. ఇమ్యూనిటీ.. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ఇమ్యూనిటీని పెంచుతాయి. దీంతో చాలా వరకూ సీజనల్ సమస్యలు, జ్వరం, జలుబు వంటి సమస్యల్ని దూరం చేస్తుంది.



# నెల్లెంట్ హోట్ టాపిక్

**పెళ్లికోసం ఉదయపూర్ విజయ్ టాలీవుడ్ క్రేజీ జంట విజయ్ దేవరకొండ - రష్మిక మందన్నా పేర్లు గత కొద్ది రోజులుగా నెట్టింట హాట్ టాపిక్ గా మారుతున్నాయి. వీరిద్దరి మధ్య సమ్మతి సమస్యలతో సమస్యలను ప్రచారం జరుగుతున్న వేళ ఎట్టకేలకు వధూవరులుగా పెళ్లిపీటలు ఎక్కబోతున్నారు. ప్రేమ, పెళ్లిపై అభిప్రాయాల అనొన్సెమ్బల్ ఇచ్చిన తరువాత పెళ్లి వేడుకల సందడి మొదలైంది. ఈ నెల 26న వివాహం జరగనుండగా, వేడుక కోసం ఈ జంట రాజస్థాన్ లోని ఉదయపూర్ కు బయల్దేరింది. ఎయిర్పోర్ట్ లో కనిపించిన వీరి వీడియో ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. విజయ్ మంట ఆయన సోదరుడు ఆనంద్ దేవరకొండ ఉన్నారు. ఇప్పటికే ఉదయపూర్ ప్యాటెన్ లో ఏర్పాటు జోరుగా సాగుతున్నాయి. కుటుంబ సభ్యులు, అత్యంత సన్నిహితుల సమక్షంలో ఈ వివాహం ఘనంగా నిర్వహించేందుకు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు**

సమాచారం. గత కొంతకాలంగా వీరి ప్రేమ, పెళ్లిపై వార్తలు జోరందుకున్నాయి. సోషల్ మీడియాలో ఒకే పోస్టుతో పెళ్లి విషయాన్ని అధికారికంగా ప్రకటించారు. అభిమానులు ప్రేమగా పిలిచే 'విరోష్' పేరునే తమ వివాహానికి శీర్షికగా పెట్టామని పేర్కొన్నారు. మీరు ప్రేమగా పెళ్లిని పేరు 'విరోష్'. మీ అందరి ఆశీర్వాదాలతో జంటగా మీ ముందుకు వస్తున్నాం. 'ది వెడ్డింగ్ ఆఫ్ విరోష్' అంటూ ఎమోషనల్ గా రాసుకొచ్చారు. ఉదయపూర్ లో పెళ్లి ఆనంతరం మార్చి 4న హైదరాబాద్ లో రిసెప్షన్ ఏర్పాటు చేయనున్నారు. నగరంలోని ఓ లగ్గర్ హోటల్ లో వేడుకకు ఏర్పాటు జరుగుతున్నాయి. టాలీవుడ్ టాప్ సెలబ్రిటీలు, పలువురు రాజకీయ ప్రముఖులు ఈ కార్యక్రమానికి హాజరుకానున్నారని సమాచారం. అభిమానులు ఎంతో కాలంగా ఎదురుచూస్తున్న ఈ కలల కపుల్ పెళ్లి వేడుక సోషల్ మీడియాలో మరింత సందడి చేయనుంది.



# అల్లువారింట పెళ్లి సందడి

పవన్, నాగబాబు దంపతులకు ఆహ్వానం అల్లు వారింట పెళ్లి పనులు పుల్ జోష్ లో జరుగుతున్నాయి. ఒకవైపు పసుపు దంచే కార్యక్రమాలు.. మరోవైపు బ్యాచిలర్ పార్టీలతో కొన్ని రోజుల నుంచి శిరీష్-నయనికల ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరల్ అవుతున్నాయి. తాజాగా ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్, ఎమ్మెల్యే నాగబాబును పెళ్లికి

ఆహ్వానించారు. సతీ సమేతంగా పవన్ కల్యాణ్, నాగబాబుల ఇళ్లకు వెళ్లిన అల్లు అరవింద్.. వారికి నూతన వస్త్రాలు అందించి పెళ్లికి పిలిచారు. మార్చి 6న అల్లు శిరీష్-నయనిక ఒకటి కానున్నారు. ఈ వేడుకకు ఇప్పటికే చిరంజీవికి ఆహ్వానం అందిన విషయం తెలిసిందే. ఇటీవలే పసుపు దంచే కార్యక్రమం జరిగింది. ఆ ఫోటోలను అల్లు అర్జున్ సతీమణి స్నేహ తన ఇన్స్టాలో పంచుకున్నారు. హైదరాబాద్ లోనే వీరి పెళ్లి జరగనున్నట్లు తెలుస్తోంది. కుటుంబసభ్యులు, అత్యంత సన్నిహితులు ఈ వేడుకకు

హాజరవుతారని సమాచారం. ఇక ఇటీవలే దుబాయ్ లో ఫ్రెండ్స్ సర్కిల్ కు బ్యాచిలర్ పార్టీ ఇచ్చారు. అక్కడి నుంచి వచ్చాక ఫిబ్రవరి 20న అల్లు అర్జున్ హైదరాబాద్ లో కుటుంబ సభ్యులకు, టాలీవుడ్ నటీనటులకు పార్టీ ఏర్పాటు చేశారు. ఈ వేడుకలో రామ్ చరణ్ దంపతులతో పాటు శ్రీలీల, మృణాల్, ఫుర్యా అబ్బా మరెందరూ సందడి చేశారు.

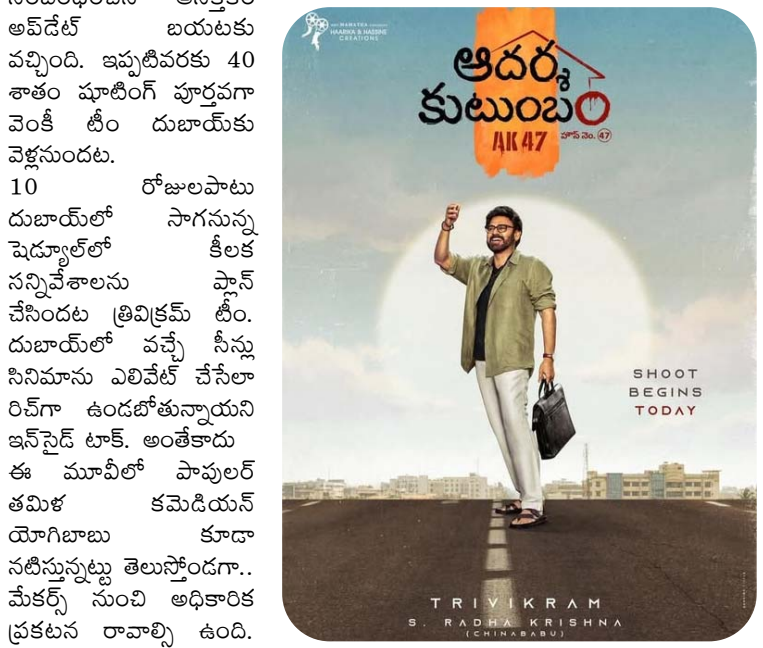


# ది ప్యారడైజ్ నుంచి ప్రోమో సాంగ్ విడుదల

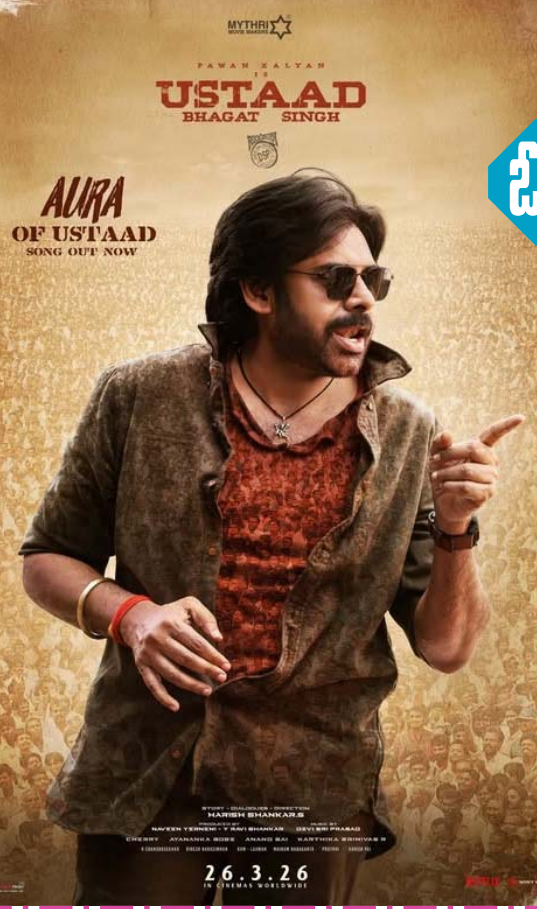
నాని హీరోగా దర్శకుడు శ్రీకాంత్ ఓదెల తెరకెక్కిస్తున్న చిత్రం 'ది ప్యారడైజ్'. మోహన్ బాబు కీలకపాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఆగస్టు 21న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ నేపథ్యంలో దీని మొదటి పాటను విడుదల చేసేందుకు సిద్ధమయ్యారు. తాజాగా 'అయా పేర్' అనే సాంగ్ ప్రోమోను విడుదల చేశారు. పూర్తి పాట ఫిబ్రవరి 24న రానుంది. అనిరుద్ అందించిన సంగీతం జోష్ పెంచేలా కనిపిస్తోంది. ఇదిలావుంటే నేచురల్ స్టార్ నాని వరుస క్రేజీ ప్రాజెక్టులతో పుల్ బిజీగా ఉన్నారు. 'ది ప్యారడైజ్'లో నాని పూర్తిగా కొత్త గెటప్ లో, ఊర మాస్ క్యారెక్టర్ లో కనిపించనున్నట్లు సమాచారం. ఈ పాత్ర కోసం ఆయన తన లుక్ ను పూర్తిగా మార్చుకోవడం విశేషం. రగ్ స్టైల్, ఇంటెన్స్ బాడి లాంగ్వేజ్ తో నాని మరోసారి మాస్ ఆడియన్స్ ను రాల్చే చేస్తున్నాడని టాక్ వినిపిస్తోంది. 'దసరా'లో చూపించిన రా ఎనర్జీకి మించి ఈసారి మరింత పవర్ ఫుల్ ప్రజెన్స్

# త్రివిక్రమ్-వెంకీ కాంబోలో ఎకె 47

టాలీవుడ్ లో రాజీతున్న ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్ మెంట్ 'అదర్స్ కుటుంబం ఎకె 47' విక్టరీ వెంకటేశ్, మాటల మాంత్రికుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ కాంబోలో వస్తున్న ఈ చిత్రం నుంచి ఇప్పటికే విడుదల చేసిన పోస్టర్లకు మంచి స్పందన వస్తోంది. ప్రస్తుతం షూటింగ్ దశలో ఉన్న ఈ ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన ఆసక్తికర అప్ డేట్ లు బయటకు వచ్చింది. ఇప్పటివరకు 40 శాతం షూటింగ్ పూర్తవగా వెంకీ టీం రుబాయ్ కు వెళ్లనుందట.



10 రోజులపాటు దుబాయ్ లో సాగున్న పెడ్యూట్ లో కీలక సన్నివేశాలను షూట్ చేసినట్లు త్రివిక్రమ్ టీం. దుబాయ్ లో వచ్చే సీన్లు నినిమాను ఎలివేట్ చేసేలా రిచ్ గా ఉండబోతున్నాయని ఇన్ సైడ్ టాక్. అంతేకాదు ఈ మూవీలో పాపులర్ తమిళ కమెడియన్ యోగిబాబు కూడా నటిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. మేకప్ నుంచి అధికారిక ప్రకటన రావాల్సి ఉంది. అన్నీ అనుకున్నట్లుగా కుదిరితే సినిమా షూటింగ్ జూన్ కల్లా పూర్తి కానుందని సమాచారం. ఇప్పటికే 'సుప్రసా నాకు నచ్చు', 'మల్లీశ్వరి' వంటి హిట్ చిత్రాలకు రైటర్ హీరో కాంబోగా కలిసి పనిచేసిన త్రివిక్రమ్-వెంకీ ఇప్పుడు డైరెక్టర్ హీరోగా మొదటిసారి చేతులు కలపడంతో సినిమాపై క్యూరియాసిటీ పెరిగిపోతుంది. ఇటీవల విడుదలైన టైటిల్ అనౌన్స్ మెంట్, ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తిని పెంచేస్తున్నాయి. ఈ సినిమాలో కేజీఎఫ్ ఫేం శ్రీనిధి శెట్టి హీరోయిన్ గా నటిస్తుండగా, నారా రోహిత్ కీలక పాత్రలో కనిపించనున్నాడు. ఈ మూవీని హరికా అండ్ హానిని క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై ఎన్. రాధాకృష్ణ నిర్మిస్తున్నారు. ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్ మెంట్ పాటు క్రెం ఎలిమెంట్స్ తో ఈ సినిమా ఉండబోతుందని తెలుస్తోంది.



# బిజి దర్శకుడితో నాని బ్లడ్ రోమియో

'ఓటీ' ఫేమ్ సుజీత్ దర్శకత్వంలో నాని ఓ స్టైలిష్ యాక్షన్ డ్రామాకు శ్రీకారం చుట్టాడు. ఈ చిత్రానికి 'బ్లడ్ రోమియో' అనే టైటిల్ ఖరారు చేసినట్లు ఇండస్ట్రీలో ప్రచారం జరుగుతోంది. నిహారిక ఎంటర్టైన్ మెంట్ బ్యానర్ పై రూపొందుతున్న ఈ మూవీ, సుజీత్ నినిమాటిక్ యూనివర్స్ లో భాగమని సమాచారం. ఈ కాంబినేషన్ ప్రకటించగానే అభిమానుల్లో భారీ ఎ+-జెన్ ట్రెండ్ నెలకొంది. ఈ ప్రాజెక్టులో హీరోయిన్ గా బాలీవుడ్ సెన్సేషన్ తృప్తి డివ్రా పేరును పరిశీలిస్తున్నట్లు వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే ఆమె సందీప్ రెడ్డి వంగా- ప్రభాస్ కాంబినేషన్ తో తెరకెక్కుతున్న



స్పిరిట్ లో నటిస్తోంది. ఒకవేళ 'బ్లడ్ రోమియో'లో కూడా ఆమె ఓకే అయితే, ఇది ఆమెకు రెండో తెలుగు సినిమా అవుతుంది. 'యానిమల్' చిత్రంతో నేషనల్ క్రష్ గా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న త్రిప్తి, నాని సరసన నటిస్తే ఆ ప్రాజెక్టుకు మరింత క్రేజ్ రావడం ఖాయం అంటున్నారు సిని విశ్లేషకులు. ఒకవైపు రా మాస్ యాక్షన్ ఎంటర్టైన్ మెంట్, మరోవైపు స్టైలిష్ యాక్షన్ డ్రామా ఇలా రెండు విభిన్న జానర్ లో నాని తన సలనా పరిధిని విస్తరించుకుంటున్నాడు. కంటెంట్ కు ప్రాధాన్యత ఇచ్చే హీరోగా పేరు తెచ్చుకున్న నాని, ఈ రెండు సినిమాలతో మరోసారి తన

# ఫిలింఫేర్ అవార్డ్స్ 2026

అవార్డ్స్ తోనే కాదు గ్లామర్ లుక్ లో అదరగొట్టేసిన భామలు!

కొచ్చి వేదికగా జరిగిన ఫిలింఫేర్ అవార్డ్స్ సౌత్ 2026 వేడుక కళా మిరుమిట్లు గౌరవే గ్లామర్ తో మెరిసిపోయింది. కొచ్చి వేదికగా జరిగిన ఫిలింఫేర్ అవార్డ్స్ సౌత్ 2026 వేడుక కళ్లు మిరుమిట్లు గౌరవే గ్లామర్ తో మెరిసిపోయింది. మన దక్షిణాది తారలు కేవలం నటనతోనే కాదు, రెడ్ కార్పెట్ పై తమ ఫ్యాషన్ సెన్సైట్ అందరినీ మంత్రముగ్ధులను చేశారు. ట్రెండింగ్ లో చీరల నుండి మోడ్రన్ గౌన్ల వరకు ప్రతి లుక్ ఒక అద్భుతమే! అభిమానుల కేరింతలు, తారల మెరుపుల మధ్య ఈ రాత్రి సినీ చరిత్రలో ఒక మధుర జ్ఞాపకంగా నిలిచిపోయింది.

