









# బాలికలు గొప్ప లక్ష్యాలను నీర్దేశించుకొని వాటి సాధనకు కృషి చేయాలి

- జాతీయ బాలికల దినోత్సవ వేడుకలలో పాల్గొన్న జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రొమ్ స్వ్యామి): బాలికలు భావిష్యత్తులో ఉన్నత స్థాయికి చేరుకునే విధంగా గొప్ప లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకుని వాణి సాధనకు శ్రూపించేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష అన్నారు.  
శుక్రవారం జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష సమీక్షకు జిల్లా కలెక్టరేట్ లో నిర్వహించిన జాతీయ బాలికల దినోత్సవం వేదుకలలో పాల్గొన్నారు. జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ గతంలో బాలికలకు విద్య అవకాశాలు చాలా తక్కుపుగా ఉండేవని, ఆ పరిస్థితి నేడు మారి బాలికలకు సమానంగా విద్యా అవకాశాలు లభిస్తున్నాయిని అన్నారు.  
మనకు అందుబాటులో ఉన్న అవకాశాలను సమర్థవంతంగా వినియోగించుకుంటూ ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవాలని, బాలికలు ఈ రంగంలో రాణించేరేర అనే అపోవాలను తొలగించే దిగ్మా బాలికలంతా విద్య, వైద్యం, క్రీడలు, సాంస్కృతిక, మొదలైన విధం అన్ని రంగాలలో ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవాలని కలెక్టర్ అకాండ్మించారు.  
బాలికలను సం రక్షించాలని, వారిని



వదివించాలని బాల్య వివాహాల నివారణకు  
పటిష్ఠ చర్యలు తీసుకోవాలని కల్పక్కర్  
తెలిపారు. నేడీ బాలికలు ఉన్న అవకాశాలను  
వినియోగించుకుంటూ భింపుత్తులో మంచి  
శాస్త్రవేత్తలుగా, ఐవిన్స్, ఐవిఎస్ అధికారులు  
క్రీడాకారులగా, వివిధ రంగాలలో పెద్ద  
సౌయికి చేరుకోవాలని కల్పక్కర్ సూచించారు  
.ఆనంతరం సమీకృత జిల్లా కత్తప్పరేట్ లో బేటి  
బంహా బేటి పదావో కు మద్దతుగా ఏర్పాటు

చేసిన నంతకల సేవకరణ బొర్లు పై కలెక్టర్ నంతకం చేశారు. ఆడవిల్లను రాజీవ్ దాం ఆడవిల్లను చదివిద్దాం నంబంధిచి పోస్టర్ అవిపురించారు, కలెక్టర్ అవరణలో విద్యార్థినులతో కలిని కలెక్టర్ మొక్కలు నాటారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సంఘేమ అధికారి వేలు గోపాల్, జిల్లా గ్రామీణ అభివృద్ధి అధికారి ఎం.కాలిందిని, జిసిడిపీఎస్. కి. కవిత, పెద్దవల్లి సిద్దివీష్ కె.

కవిత, సంపద కుమారి, అంగన్యుల్లి  
సూపర్బిసర్లు ప్రేమలత, ఫస్ట్‌లులత, డిసిపిఎస్  
పి. కమలాకర్, పోషన్ అభియాన్ కోఆర్డినేట  
కె. అనిల్, సభి కోఆర్డినేటర్ డి. స్పృశ్య వైట్లు  
కోఆర్డినేటర్ బి. ఉమాదేవి, మహిళా  
సాధికారత పైన్సాన్సియల్ లిటరసీ ఎన్.  
సంచ్య అక్షణింపెంట్ సమత,  
బసిపిఎన్, సభి బృందాలు,  
తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో ఎన్నీపీసీ ప్రజాభ్యప్రాయ సేకరణ జరగాలి

- రామగుండం పోలీస్ కమిషనర్ ఎం.శ్రీనివాస్

- ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ కార్యక్రమ భద్రత ఏర్పాటుపై సమిక్ష

గోదావరిభిన్ని క్రిమ్ (ది క్రిమ్ మ్యాస్చె): ఎష్టిపిసి  
జ్యోతింగరలోని జిల్లా పరిశత్ పారశాల  
ఆపరటలో ఈ నెల 28న ఎష్టిపిసి 2400  
మెగావాట్ కొత్త ప్లాంట్ నిర్మాణం కోసం జరిగే  
ప్రజాభిప్రాయు సేకరణ అన్ని శాఖల  
సమన్వయంతో ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో  
జరగాలని రామగుండం పోలీన్ కమిషనర్  
ఎం.ట్రీనివాన్ అన్నారు. ప్రజాభిప్రాయు సేకరణ  
కార్బూక్యమ భద్రత ఏర్పాట్లుపై రామగుండం  
కమిషనరీలో సిపి ఎం.ట్రీనివాన్ పెద్దవల్లి  
ఆధిపతి కలెక్టర్ వేఱు, పెద్దవల్లి దీసిసీ  
చేతనతో కలిసి ఎష్టిపిసి, రెవిస్యూ  
అధికారులు, ఇతర శాఖల అధికారులతో ఈ  
క్రిపారం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు.  
ప్రజాభిప్రాయు సేకరణలో పట్టిప్రాయైన భద్రత  
బందోబస్తు ఏర్పాట్లు, కార్బూక్యమంలో ఎలాంటి  
అవాంఘనియు సంఘటనలు జరగకుండా  
తీసుకోవాల్సిన ముందస్తు జాగ్రత్తలు, చర్యలు,  
ఎన్ని గ్రామాలు, ఎంత మంది ప్రజలు వేజరు  
అవుతారు, సమావేశంలో పాల్నే ముఖ్యమైన  
వారి ల్స్ట్ గురించి, పాస్నేల ఇష్యూ,  
బారికేటింగ్ ఏర్పాటు, మీటింగ్ ఏర్పాట్లు,  
పట్టిక ఎంట్రీ, ఎగ్జెట్ దారుల గురించి,  
ఆధిపత్య వచ్చే దారిలో బందోబస్తు, పట్టిక  
వచ్చే దారిలో క్రూఅర్డీలి ఏర్పాటు, పట్టిక  
మీటింగ్ పట్టిక గ్యాలరీలో పోలీన్ సిబ్జుండి  
ఏర్పాటు, ట్రూఫిక్ సమన్ తలెత్తకుండా  
ట్రూఫిక్ డ్యూప్రెస్స్, పార్ట్యూన్ స్థలాలు గురించి,  
పట్టిక థోజనాలకి సంబంధించిన ఏర్పాటు  
ఫలం, ఎప్పటి నుండి ఎప్పటి పరకు మీటింగ్  
కార్బూక్యమం, సమావేశంలో ఏర్పడే ప్రధాన  
సమన్వయం, వాలీపై ముందస్తు చర్యలపై  
చర్చించారు. ఈ సమావేశంలో సైపల్  
ట్రూంచ్ ఎసీపీ రాఘవేంద్ర రావు, గోదావరిభిన్  
ఎసీపీ ఎం. రమేష్, ట్రూఫిక్ ఎసీపీ  
నర్సింహలు, ఎష్టిపిసి సీటిఎం చంద్రన్  
కుమార్ సమంత, పొత్తుల్ కెంచ్ బిక్  
సికర్, ఎజిఎం వినోద్ జోష్ి డిజిఎంలు



ప్రవహిణీ, కెవి రావు, ఆర్టీఎచ్ బి.గంగయ్య,  
సిఐఎస్‌ఎఫ్ డిసి దివిక శాస్త్రి, తమాశీలద్దర్లు  
కుమారస్యామి, ఎం.వాసనతి, జోతి, తూము

రవీందర్, అనిసెంట్ మున్సిపల్ కమిషనర్ డి.రాజలింగు, డిజిపిసిబి ఇఱ బిక్షపతి, ఎఱ్జ పీర్స్, సిలు పవీట్ కుమార్, ఇందనేనా

రెడ్డి, ప్రసాద్ రావు, సెప్పల్ బ్రాంచ్ ఇన్‌స్ట్రక్చర్  
ప్రైమ్ కుమార్, ఎస్‌ఎల్ ఉదయ్ కుమార్,  
వెంకట్, సంధారాణి తదితరులునారు.

# శారీరక, మానసిక రక్తి ఉంపే విద్యార్థులు అన్ని రంగాల్లో రాణిస్తారు

- గురుకుల ప్రైనిషాల్ గోలి జగన్మాధం

మానకొండూర్ (ది క్రైమ్ స్వాయణ్):  
 కరీంనగర్ జిల్లా మానకొండూర్  
 మండలం దేవంపల్లిలోని గురుకుల  
 పారశాలలో ఐ. జి. డి. ఎస్టీవో  
 ఇన్సిట్యూట్ ఫర్ గ్లోబల్ డెవలప్ మెంట్  
 ఆర్గాజెస్టపన్ ఆధ్యార్యంలో ఆర్ట్స్-గ్యాం  
 కోసం ఎలాంటి ఆపరేటర్ పదార్థాలు  
 తీసుకోవాలో విద్యార్థులకు అవగాహన  
 కల్పించారు. గురుకుల ప్రిన్సిపాల్ గోలి  
 జగన్మాధం మాటల్డుతూ.... జంక్ పుడ్  
 లకు పిల్లలు దూరంగా ఉండి  
 కూరగాయలు, పంచు ఘలాలను  
 తీసుకోవడంతో కావలసిన పోషకాలు  
 పిల్లలు అంది శారీరకంగా  
 మానసికంగా ఆర్ట్స్-గ్యాంగా ఉంటారని  
 శారీరక పూర్వపిక శక్తి ఉంటే



విద్యార్థులు అన్ని రంగాల్లో  
 రాణిస్తే రన్నారు. ఎస్సివో సంస్క పిల్లలకు  
 ఇలాంటి అవగాహన కార్యక్రమాలు  
 ఏర్పాటు చేయడం చాలా ఆభినంద  
 నీయమన్నారు. అనంతరం పిల్లలకు  
 పండ్సు పంపిణీ చేశారు.  
 కార్యక్రమంలో ఎస్సివో ఆర్ధనైజేషన్  
 కరీంనగర్ జిల్లా సమస్యలు  
 అధికారి ఎం లిటీల్, మానకొండూరు  
 మండల అర్ధనైజర్ ఇ. నవీన్,  
 ఆర్ధనైజేషన్ బృందం, దేవంపల్లి  
 గురుకుల సీనియర్ వైన్ ప్రిన్సిపాల్  
 కొమురయ్య, జూనియర్ వైన్  
 ప్రిన్సిపాల్ రఖియా,  
 ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు  
 పొల్సోనారు.

# ಮಹಿಳಾರ್ಥಕ ವೆಧಿಸ್ತೇ ನಿರ್ಭಯಂಗಾ ಪರೀಕ್ಷೆನುಲಕು ಘಣ್ಣ ಚೆಯಂಡಿ



**రామగిరి (ది క్రమ స్వాన్)జనవరి 24:** మహిళలు ఎవరైనా వేధిస్తే వెంటనే పోలీసులకు భోన్ చేయాలి అని పీ టీం ఇన్స్పెక్షన్ మల్లన్న స్నేహాలతలు అన్నారు. శుక్రవారం రామగుండం ని, పి ఆదేశాల మేరకు, ఎన్ టి పి సి, అన్నపూర్ణ కాలనీ లోని కృష్ణవేణి హై స్కూల్ విద్యార్థులకు పీ టీం అవగాహన సదన్ను నిర్వహించడం జరిగినది. అందులో భాగంగా పీ టీం ఇంచార్ట్ వి ఎన్ ఐ మల్లన్న మాటల్లాడుతూ మహిళల భద్రత, ఆశ్వేన్ మోసాలపై ఆంటి డ్రగ్స్ పై అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా మహిళల రక్షణ కోసం ప్రతి రోజు బసాండ్ ప్రధాన చౌరస్తాలో జన సమికరణ ప్రాంతాల్లో కాలేజీల వద్ద పీ టీం నిరంతరంగా ఉంచడం జరుగుతుందని, ఎవరైనా వేధింపులకు గురి చేస్తే మహిళలు విద్యార్థులు భయపడకుండా 6303923700 నంబర్ కు భోన్ చేసి సమస్య తెలపాలని కోరారు. భోన్ చేసిన వారి వివరాలు గోప్యంగా ఉంచడం జరుగుతుందని స్వస్థం చేశారు. అలాగే అత్యార్థకు పోయి బైలర్ క్రమ ఆశ్వేన్ మోసాలు, లోన్ యూస్ గుర్వతున్నారని వాటికి జోలికి పోకుండా ఉండాలని, ఎవరైనా ఆశ్వేన్ మోసాలకు గుర్తెనే సైబర్ క్రమ పోల్ట్ ట్రైన్ నెంబర్ 1930 కి సమాచారం ఇవ్వాలని, అలాగే మహిళలకు ఏదైనా ప్రమాదం ఉన్నట్లయితే, ఔదిరింపులకు గుర్తెనే వెంటనే 100 నంబర్ కు దయల్ చేయాలని తెలిపారు. ఈ కార్బూక్షమంలో పీ టీం సభ్యులు స్నేహాలత, పోడ్ మాస్టర్ మంజూష, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

**45వ డివిజన్లో ప్రభుత్వ పథకాల ఎంపిక ప్రక్రియ ఏర్పాటు చేసిన డివిజన్ కార్బోరేటర్**



గోహవరథిని (ది ల్రైమ్ స్యూస్): 45 డివిజన్లో ఇంద్రమ్య ఇంద్రు, రేష్న్ కార్యుల లభ్యిదారుల ఎంపిక ప్రత్కియును సంపన్న వర్గాల ప్రజలు మునిసిపల్ అధికారులు సమక్కంలో వార్డ్ సభను ఏర్పాటు చేసిన కార్పొరేటర్, కొమ్యూన్ వేబు. శుక్రవారం రోజు జరిగిన కార్యుక్రమంలో రామగుండం మునిసిపల్ పరిధి స్టానిక, 45 డివిజన్ లో తెలంగాణ ప్రభుత్వం నీఎం వేవంత రెడ్డి రామగుండం ఎమ్మెల్చే మక్కల్ని సింగ్ రాజ్ లాక్సార్ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన వార్డ్ సభ కార్యుక్రమంలో ఇందిరమ్య ఇంద్రు, రేష్న్ కార్యుల పారదర్శకంగా ఎంపిక ప్రత్కియును పారదర్శించు నిర్వహించి సభలో ఎంపికైన లభ్యిదారుల పేర్లను ప్రకటించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా కార్పొరేటర్, కొమ్యూన్ వేబు మాటల్లడుతూ ఈ కార్యుక్రమంలో సంపన్న వర్గాల ప్రజలకు మునిసిపల్ అధికారుల సమక్కంలో ప్రభుత్వ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన ఇందిరమ్య ఇంద్రు, రేష్న్ కార్యుల పారదర్శకంగా ఎంపిక ప్రత్కియ నిర్వహించి లభ్యిదారుల పేర్లను ప్రకటించడం జరిగింది. అలాగే ఇందిరమ్య ఇంద్రు రేష్న్ కార్యుల్లోని వారికి కొత్తగా అప్పికేషన్ పెట్టుకోవడం కోసం అవకాశం కల్పించడం జరిగింది. ఈ కార్యుక్రమంలో రామగుండం మునిసిపల్ అధికారులతో ఏపి చంద్రమాళి వార్డ్ అఫీసర్ అనుష్ట డివిజన్ కమిటీ సభ్యులు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులుపైనార్థీ జనరల్ సెక్రటరీ గులాబ్ ముస్తఫా, శ్యామ్ ఆర్ పి., సాయిదా సాధన. సునీత పాల్గొని కార్యుక్రమాన్ని విజయవంతం చేయడం జరిగింది. ఈ కార్యుక్రమానికి సహకరించినటువంటి ప్రతి ఒక్కరికి డివిజన్ ప్రజల పక్కాన కృతజ్ఞతలు కార్పొరేటర్ కొమ్యూన్ వేబు తెలియజేశారు.

# గుర్తుతెలియని వాహనం డీకోని మహిళ మృతి



**తిమ్మాపూర్ (ది ట్రిమ్ స్యాన్):** కరీంనగర్ జిల్లా తిమ్మాపూర్ మండలం అల్లునూర్ లో గుర్తుపెటియని వాహనం డీకొని గౌతమి(30) అనే వివాహిత మహిళ మృతిచెందిన సంఘటన శుక్రవారం చోటుచేసేసుకుంది.పోలీసులు తెలివిన వివరాల ప్రకారం.... మానకొండూర్ మండలం అన్నారంకు చెందిన రుద్రోజు శ్రీనివాసచారి తన భార్య గౌతమి ఇద్దరు పిల్లలతో కరీంనగర్ నుండి తన ద్విచక్ర వాహనంపై అల్లునూర్ మీదుగా అన్నారం వస్తున్న క్రమంలో అలుగున్నార్ లోనే లక్ష్మీనరసింహ ఫంక్షన్ హోల్ వద్ద గుర్తుపెటియని వాహనం డీకోట్టగా కిందపడ్డ గౌతమి తలపై నుండి లారీ వెళ్ళడంతో గౌతమి అక్కడికకడ్డెమృతిచెందినది.శ్రీనివాసచారి కాళ్ళు చేతులకు దెబ్బలు తగలగా ఇద్దరుపిల్లలుకేమంగాఉండడంతో స్థానికుల ద్వారా సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్పం నిమిత్తం కరీంనగర్ ప్రభుత్వ ఆనుపత్రికి తరలించి మృతురాలి భర్త శ్రీనివాసచారి ఇచ్చిన ఫిర్మాదు మేరకు కేసు సమాదు చేసుకొని దర్శాపు చేస్తున్నట్లు ఎన్ ఒ వివేక తెలిపారు.

# రోడ్ భద్రత మనందలి బాధ్యత

## • రామగుండం ట్రాఫిక్ సిబ్ రాజేశ్వర్ రావు

గోదావరిఖని ల్రోమ్ (ది ల్రోమ్ స్టోన్): రోడ్ భద్రత మనందలి బాధ్యత అని రామగుండం ట్రాఫిక్ సిబ్ రాజేశ్వర్ రావు అన్నారు. రోడ్ భద్రత మనందలి ట్రాఫిక్ సిబ్ బి.రాజేశ్వర్ రావు అధ్యక్షులో స్టోన్ విశ్వార్థులు, ఆట్లీ ద్రైవర్స్, కండ్చెంట్, బస్టోన్ అవసరలో ఉన్న ఆట్లీ ద్రైవర్స్ ట్రాఫిక్ అపగాహన సద్గును పుకారం నిస్సాంచారు. యానిపారం ధరించని ఆట్లీ ద్రైవర్స్ విచార్యులే ప్రఘ్నాశ్చాలు అధించారు గొదావరిఖని ఆట్లీ బస్టోన్ నుంచి స్టోన్ ప్రధాన చౌరస్త్ర పరచ విచార్యులు, ఆట్లీ ద్రైవర్స్ కండ్చెంట్ అధ్యక్షులో ఉన్న ఆట్లీ ద్రైవర్స్ రాజీ నిస్సాంచారు. ఈ సందర్భంలో అయిన మాటలుతు వాహనదారులు ట్రాఫిక్ నిసింధను పోలీస్ కుటుంబానికి అస్సార్ ఓంసార్, వాి జీవితాలకు భోస్ ఉంటుండని ప్రధాన ద్రైవర్స్ ర్హైన్స్ వాహనదారులు విధిగా పాల్చుట ధరించాలని. ఎక్కువ తాతు మంది పాల్చుట ధరించకావడం వల్ రోడ్ ప్రమాదాల్లో విలువైన ప్రాణాలన పోగట్టు కుంఱుశ్వార్ న్నారు. కాళ్ళ నీచే వారు విధిగా సీటు బెల్లు పెట్టుచుటుని, వాహనదారుల నీచే నమయంలో వాహనాలకు సంబంధించిన వ్యక్తులు అంటాలుతో ఉంచుకొలని, ట్రాఫిక్ రూట్ పోలీంచాలని యిపట తాపాల్కి అసందం కోస్ ర్హైన్ ద్రైవింగ్, ఇప్పటి రైసీర్స్, రాగ్ రూట్ ట్రైన్, కోస్ విలువైన ప్రాణాలు విడిస్సుశ్వార్ న్నారి, ప్రమాదాలకు గురై



తెలింగండుకు మనో వేదనను మిగిలిస్తున్నారుని, తోటి వాహనదారులకు, ప్రజలకు ఇఱిందులు కలిగిస్తున్నారుని అన్నారు. మధ్యం నీచించి వాహనాలు

నదవప్రదిని, ప్రతి సంవత్సరం అవగాహన చేయవల్సి కార్బూకమాలను నిర్మిస్తున్నారు. తోటి ప్రాఫిక్ ఎన్ఱిలు పాల్చుట అంతా ప్రాఫిక్ కుటుంబాలకు మధ్యం నీచించి వాహనాలు

ప్రమాదాల నివారణకు పోలీస్ వారికి సహకరించాల్సి. ఈ కార్బూకమంలో ప్రాఫిక్ ఎన్ఱిలు పాల్చుట అంతా ప్రాఫిక్ కుటుంబాలకు మధ్యం నీచించి వాహనాలు

## దేశ ప్రజల చైతన్యం కోసం అంబేడ్కర్ చేసిన ఆలోచన ఎంతో గొప్పది

తిమ్మశ్వర్ (ది ల్రోమ్ స్టోన్): కరీంగార్ జీల్లా తిమ్మశ్వర్ మండలంలో ఈనెల 28న గుంతప్ప దీస్ వ్యాస్ పురస్కరించుకొని అల్ ఇందియా అంబేడ్కర్ యువజన సంఘం జాతీయ కోఆర్డినేటర్ పట్టు కమార్క తెలుగులో ప్రచారించిన రాజ్యాంగ పుస్కాలను సంఘ నాయకులు స్థానిక ఎప్పుల్చే కమార్పం సంశోధనాయి. ఎల్లార్థికి కుమార్, ఎంపిడీస్ విజయ్ కుమార్, సి.ఐ.ఎస్ వివేక్ లక్ అందరికారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాటలుతు..... రాజ్యాంగంలోని ఆర్కట్ తోం పాండే హక్కులు వాటి ప్రతిథితాలు తెలుగు ప్రజలు ప్రతి ఒక్కాల తెలిపు కుటుంబాలనే ఉద్దేశించు క్రమాల్ని ప్రచురించు ఉండ్లే ఉండ్లు ఉండుచుకు రాజ్యాంగ పుస్కాలను సంఘ నాయకులు స్థానిక ఎప్పుల్చే కమార్పం సంశోధనాయి. ఎల్లార్థికి కుమార్, ఎంపిడీస్ విజయ్ కుమార్, సి.ఐ.ఎస్ వివేక్ లక్ అందరికారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాటలుతు..... రాజ్యాంగంలోని ఆర్కట్ తోం పాండే హక్కులు వాటి ప్రతిథితాలు తెలుగు ప్రజలు ప్రతి ఒక్కాల తెలిపు కుటుంబాలనే ఉద్దేశించు క్రమాల్ని ప్రచురించు ఉండ్లే ఉండు ఉండుచుకు రాజ్యాంగ పుస్కాలను సంఘ నాయకులు స్థానిక ఎప్పుల్చే కమార్పం సంశోధనాయి. ఎల్లార్థికి కుమార్, ఎంపిడీస్ విజయ్ కుమార్, సి.ఐ.ఎస్ వివేక్ లక్ అందరికారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాటలుతు..... రాజ్యాంగ దీస్ విధిగా సీటు పెట్టుచుటుని, వాహనాలు నీచే నమయంలో వాహనాలకు సంబంధించిన వ్యక్తులు అంటాలుతో ఉంచుకొలని, ట్రాఫిక్ రూట్ పోలీంచాలని యిపట తాపాల్కి అసందం కోస్ ర్హైన్ ద్రైవింగ్, ఇప్పటి రైసీర్స్, రాగ్ రూట్ ట్రైన్, కోస్ విలువైన ప్రాణాలు విడిస్సుశ్వార్ న్నారి, ప్రమాదాలకు గురై



అధ్యక్షుడు జిరిపోతుల మహాందర్, గౌరవ సలహాదారు రెట్లిగాని రాజు, నాయకులు అల్లుల శంకర్, సముద్రాల లక్ష్మణ,

నగుసారి ప్రీనివాన్, చిరంజీవి, అల్లుల కుమార్, అల్లుల సంపత్తి, ఏ. అనిల్, చంద్రమాశి, కవ్వంపెట్టి

నాగరాజు, కవ్వంపెట్టి సంపత్తి, రెడ్డి గాని మొగిలి, కే.రాజ్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## మొక్కలను నటుదాం పచ్చదనాన్ని పెంచుదాం

### - కార్బోరేటర్ దొడ్డ వెంకట్టే గాడ్

కూకట్ పచ్చ జనపద 24 (ది ల్రోమ్ స్టోన్): మొక్కలను నాయి పరాపరణం రప్పిస్తుని తస్మా స్వప్రాప్తిన గాలిని పీలిద్దామని కూకట్ పచ్చ నిర్మిత అర్థాల కలాలీ డివిఎస్ కార్బోరేటర్ దొడ్డ వెంకట్టే గాడ్ అన్నారు. జనపదం దీస్ పఠించు ఉండులోని ఉండు పుస్కాలను ప్రధాన రప్పాలలో ఉన్న డివెల్ప్ పై మెక్షిపు కుటుంబాలు అందరికారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాటలుతు..... రాజ్యాంగ నీచే ఆర్కట్ తోం పాండే హక్కులు వాటి ప్రతిథితాలు తెలుగు ప్రజలు ప్రతి ఒక్కాల తెలిపు కుటుంబాలనే ఉద్దేశించు క్రమాల్ని ప్రచురించు ఉండు ఉండుచుకు రాజ్యాంగ పుస్కాలను సంఘ నాయకులు స్థానిక ఎప్పుల్చే కమార్పం సంశోధనాయి. ఎల్లార్థికి కుమార్, ఎంపిడీస్ విజయ్ కుమార్, సి.ఐ.ఎస్ వివేక్ లక్ అందరికారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాటలుతు..... రాజ్యాంగ దీస్ విధిగా సీటు పెట్టుచుటుని, వాహనాలు నీచే నమయంలో వాహనాలకు సంబంధించిన వ్యక్తులు అంటాలుతో ఉంచుకొలని, ట్రాఫిక్ రూట్ పోలీంచాలని యిపట తాపాల్కి అసందం కోస్ ర్హైన్ ద్రైవింగ్, ఇప్పటి రైసీర్స్, రాగ్ రూట్ ట్రైన్, కోస్ విలువైన ప్రాణాలు విడిస్సుశ్వార్ న్నారి, ప్రమాదాలకు గురై



## అంగన్వీడీ పారశాలకు స్థార్ టీవీ బహుమారణ

భద్రపురి, జనపద 24, (ది ల్రోమ్ స్టోన్): అంగన్వీడీ పారశాలకు దాతలు స్థార్ టీవీ బహుమారణ చేసినట్లు టీవీ మారిసం వార్డలో గల అంగన్వీడీ కేంప్రానికి కేండ్ర అంగన్వీడీ కార్బూక్తు టీవీ మారిసి వీరకు అంగన్వీడీ కేంప్రానికి ధర్మపురికి ద్రైవర్స్ విషాంగు నాయకుల దాత తెలిపారు. స్థార్ టీవీని, సిద్ధిపట వాటి వీరకు అంగన్వీడీ కేండ్ర పుస్కాలంతో



# కలింనగర్ అంటే దైర్యం, పరాక్రమం

- ఈ మట్టిలో ఏముందో నాకు తెలియదు....
  - కేంద్ర పట్టణాభావుధ్విని, విద్యుత్, గ్రుహ నిర్మాణ శాఖ మంత్రి మనోహర్ లాల్ కట్టర్ కలీంనగర్ బహిరంగ సభలో చేసిన ప్రసంగ పాఠం....



పథకాలు అయినా రాష్ట్ర  
 ప్రభుత్వ పథకాలు  
 అయినా వాడిని..  
 ప్రభుత్వాలు ఇచ్చే  
 నిధులను సక్తమంగా  
 వినియోగించుకోవదంతో  
 కరింసగర్  
 ముందంజలో ఉంది.  
 కరింసగర్ స్వాస్థ్య సిలీ  
 లో భాగంగా కమాండ్  
 కంట్రోల్  
 ఆధునికరించారు దీన్ని  
 ద్వారా ప్రజల భద్రతకు  
 మరింత మేలు  
 జరుగుతుంది. స్వాస్థ్య  
 క్లబ్సులో ద్వారా పేద  
 విద్యార్థులకు మెరుగిన  
 బోధన అందుతుంది.  
 అన్నిందికన్నా  
 మఱ్ఱంగా కేంద్ర  
 ప్రభుత్వం వీధి  
 వ్యాపారుల కోసం

A portrait of a man with white hair and a mustache, wearing glasses and a traditional Indian outfit (brown vest over a white shirt). He is standing behind a podium decorated with a large floral arrangement of red, yellow, and white flowers. The background is a plain, light-colored wall.

వ్యవహార్లో అమలు చేస్తున్న.. పీఎం స్పున్డి పథకం అమలు విషయంలో కరీంగార్ దేశంలో రెండో స్టోనగాలో నిలిచింది. ఇక్కడ దాదాపు 12,000 మంది వీధి వ్యాపారులు కు కేంద్ర ప్రభుత్వ నుంచి రుజువుయిం అందుతుంది. పీఎం స్పున్డి కింద దేశవ్యాప్తంగా 67 లక్షల 90 వేల మందికి లబ్బి చేస్తే తెలంగాణలో 4 లక్షల 25 వేల మందికి లబ్బి జరిగింది. పీఎం ముద్ర పేరిట దేశవ్యాప్తంగా రూ.30 లక్షల కోట్ల (కొల్పులార్ ట్రీ లోన్స్) రూపాలను 50 కోట్ల మంది భాతాల్లో జమ చేసినం. తెలంగాణలో 73 లక్షల అకోట్లలో రూ.73 వేల కోట్ల జమ చేసినం. తెలంగాణ విషయంలో కేంద్రం వివక్ష చూపుతోడిని జరుగుతున్న దుప్పువారావ్యా ఖండిస్తున్నా: వాస్తవాలు తెలుసుకని మాట్లాడాలి. బ్రియతమ ప్రధాని నరేంద్రమౌని నాయకత్వంలోని మా ప్రభుత్వం గత పదేళ్లలో 10 లక్షల కోట్లకు పైగా నిధులను తెలంగాణ అభివృద్ధి కోసం, ఇక్కడి ప్రజల సంక్లేషమం కోసం ఖర్చు చేసింది. పన్నుల రూపేణ రూ.2.3 లక్షల కోట్లు, విధి పథకాల కింద రూ. 6.2 లక్షల కోట్లు తెలంగాణకు కేటాయించినం. గ్రాంట్స్ ఇన్ ఎయిడ్ కింద తెలంగాణకు గత పదేళ్లలో రూ.1 లక్ష కోట్లు కేటాయించినం. త ఆర్టిక్ (2024-25) సంవత్సరంలోనే గ్రాంట్స్ ఇన్ ఎయిడ్ రూపంలో రూ.21 వేల 636 కోట్లు కేటాయించేలా బడ్జెట్ అంచనాలను రూపొందించినం. దురుద్రుశ్యమేందుటే కేంద్రం కేటాయించిన నిధులను సకాలంలో ఖర్చు చేయడంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విఫలమయ్యేంది. యుద్ధిలైజేషన్ సర్కిఫికేర్ (యూసీ) ను సమర్పించడంలో జాప్యం చేయడంవల్ల కేంద్రం రావాల్స్ నిధులు కూడా ఆగిపోతున్నాయి. ఇగ ఖర్చు చేసిన తెలంగాణలో లోడ్ నిర్మాణ కోసమే రూ.1.10 లక్ష కోట్లు ఖర్చు 20 వేల కోట్లు, వద్ద కొన్గోట్ల కోసం రూ.1.10 లక్షల కోట్లు ఖర్చు చేసినం. రీజనల్ రింగ్ లోడ్స్ కోసం రూ.26 వేల కోట్లు ఖర్చు చేస్తున్నం. తెలంగాణలో రైల్వేలేన్, సేవడ్ అభివృద్ధి గత పదేళ్లలో రూ.32 వేల 946 కోట్లును కేటాయించి రాష్ట్రంలో రైల్వే సేవప్రాప్తిలే మార్గస్తున్నం. ఈ ఒక్క ఆర్టిక్ (2024-25) సంవత్సరంలోనే క్రైస్త్వ బడ్జెట్ లో తెలంగాణకు రూ.5 వేల 336 కోట్లును కేటాయించినం. ఇక సంక్లేషమ పథకాల విషయానికిస్తున్నదేశవ్యాప్తంగా 52 కోట్లు 20 లక్షల మందికి 'జన్ ధన్' పేరిల బ్యాంకు భాతాలను ప్రారంభిస్తే.. అందులో తెలంగాణలోని 1 కోటీ 20 లక్షల భాతాల్లోకి నేరుగా కేంద్రం విధి సంక్లేషమ పథకాల సచ్చిదిని జమ చేస్తున్నం. అట్లాగే పీఎం జీఎస్ బీమా యోజన కింద దేశవ్యాప్తంగా 20 కోట్లు మందికి జీవిత బీమా పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నం. తెలంగాణలో 69 లక్షల 80 వేల మంది ఈ పథకాల కొన్సాగుతున్నారు. అట్లాగే పీఎం సురక్ష బీమా యోజన కింద దేశవ్యాప్తంగా 44 కోట్లు 50 లక్షల మంది బీమా పథకాల చేరితే, తెలంగాణలో 1 కోటీ 50 లక్షల మంది కొన్సాగుతున్నారు.గోద్ క్షాణ్ యోజన కింద దేశ వ్యాప్తంగా 80 కోట్లు మందికి ఉచితంగా రేసన్ అందిస్తున్నం. తెలంగాణలో 1 కోటీ 91 లక్షల మంది లబ్బి పొందుతున్నారు. ఉచితంగా బియ్యం అందించే పథకాన్ని 2029 వరకు కొన్సాగించాలని నిర్ణయించినం. స్పున్డు ఖర్చు కింద 11 కోట్లు 78 కోట్లు మరుగుదొప్పు నిర్మించినం. తెలంగాణలో 31 లక్షల 27 వేల టాయిలెట్లు నిర్మించి మహిళల అత్యాగ్రవాన్ని పెంపాందించినం. ఉజ్జుల యోజన కింద 10 కోట్లు 33 లక్షల కుటుంబాలకు ఎల్పీజి కనెక్షన్లు అందించినం. తెలంగాణ విషయానికిస్తే... 11 లక్షల 85 వేల కుటుంబాలకు గ్యాస్ కనెక్షన్లు మంచారు చేసి అడవడచులకు కట్టలు పొయి భాగ లేకుండా చేసినం. బ్రియతమ ప్రధాని మౌద్ద దైత్యుల ప్రభుత్వాన్నిదే. లోడ్ గార్ మేళా పేరుతో ఎలాంటి అవినీతికి, జప్యాన్ కి తాతు లేకుండా నిర్మిత వ్యవధిలో పరీక్షలు నిర్వహించి 9.25 లక్షల మందికి నియాము పత్రాలు అందించిన ఘనత మౌద్ద ప్రభుత్వాన్నిదే. మరికాద్ది రోషుల్లోనే మౌద్దిగారు హామీ ఇచ్చినట్లు 10 లక్షల మందికి ఉడ్యోగ నియమక పత్రాలను అందజేయబోతున్నం. చివరగా తెలంగాణ అడవడచులకు ఒక మాట చెప్పుదల్చుకున్న మౌద్దిగారి పాలనకు మందు వరకు ఆడపిల్ల పుడితే భారంగా భావించేచారు. పురుట్లోనే నం వేసే దుస్తి పచ్చింది. మహిళా : పురుష నివ్వత్తితో చాలా తేడా పచ్చింది. ఫలితంగా ప్రతి వెయ్యి మంది పురుషులకు 920 మంది మహిళలే ఉన్న పరిస్థితి నెలకొంది. మౌద్దిగారు వచ్చాక మహిళలకు ఎనలేని ప్రాఫూలునిచ్చారు. హర్యావా చేదికా చేటి బహావో బేటీ పాపా కార్బూక్మహినికి శ్రీకారం మచ్చారు. దీంతోపాటు మాత్ర వందన యోజన, సుకస్య సముద్ది యోజన, మిషన్ ఇంద్రజిత్ వరకు ఎన్నో పథకాలు ప్రవేశపెట్టారు. అతేగాద ఇంట్లు, టాయిలెట్లు, గ్యాస్ కనెక్షన్లు సహి మహిళల పేరుతోనే మంజారు చేస్తున్నారు. ఫలితంగా ఒకనాడు ఆడపిల్ల అంటే భారమైతే... ఇయాక్ అమ్మాలు పుడితే మహిళల్లో చూసుకుంటున్నారు ఈ దేశంలో పార్టీలు, జెండాలు, ఎజెండాలు, కుల, మత భేధాలతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి ఒక్కరికి సాంత ఇల్ల ఉండాలనేది ప్రియతమ ప్రధాని మౌద్ది గారి లక్ష్యం. అందుకే గత పదేళ్లలో పీఎం గ్రామీణ ఆవాన్ యోజన కింద 2 కోట్లు 68 లక్షల ఇంట్లు, పీఎం అర్థవ్యా ఆవాన్ యోజన కింద 90 లక్షల ఇందు కలపి మొత్తం 3 కోట్లు 58 లక్షల ఇంట్లను నిర్మించినం. రాబోయే ఐదేళ్లలో పీఎం ఆవాన్ యోజన పథకం కింద దేశంలో మరో 3 కోట్లు ఇంట్లను నిర్మించాలని ప్రియతమ ప్రధాని మౌద్ది గారు నిర్ణయించారు. ఈ పాదాది కోటీ ఇంట్లు నిర్మించాలని లక్ష్యంగా పెట్టాలన్నారు. అందులో తెలంగాణకు రావాల్స్ వాటా కంటే అభికంగా ఇంట్లు మంజారు చేసేందుకు కేంద్రం సిద్ధంగా ఉన్న విద్యుత్ కాఫి బాధ్యతలు కూడా నిర్వహిస్తున్నాయి. పిద్యుత్ సమస్య రాష్ట్రం యురించి ఎవరూ అడగలేదు. విద్యుత్ మంత్రిగా చెబుతున్నా ఈ రాష్ట్రం వేలసు రాస్తున్నాయి.

## బాలికల సాధికారత కోసం విద్య అత్యంత శక్తివంతమైన సాధనం

- లయన్లక్కబ్బ ఆఫ్ సంటీనరికాలనీ



**రామగిరి(ది త్రయ్మ సూన్)జనవరి 24:** రామగిరి మండలం సేంటినీరీ కాలనీ లోని కస్తుర్మా పారశాలలో జాతీయ భాలికల దినోత్సవ సందర్భంగా జరిగిన కార్బూక్షమంలో లయన్ క్షబ్ ఆఫ్ సెంటినీరీ కాలనీ తరువసు క్షబ్ సభ్యులు మేకల మారుతి యాదవ్ పాల్గొని ఇటీవల లయన్ క్షబ్ ఆఫ్ర్యూలో జాతీయ యువజన దినోత్సవ సందర్భంగా నిర్వహించిన చిత్రలేఖనం పోలీలోవిజెంతగా నిలిచిన తొమ్మిదో తరగతి చదువుతున్న కొలిపాక అక్కయుకు బహుమతి అండజేయడం జరిగింది. అనంతరం మాట్లాడుతూ మన సమాజంలో భాలికలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల్ని పరిష్కరించుకుంటూ బాలరు, బాలికల మర్యా అసమానతలను దూరంచేసేలా ప్రజల్లో భాలికల వాక్యులు, విద్య పై అవగాహన చాలా అవసరమని ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో భాలికలు ఎదుర్కొంటున్న ఎన్నో ఒడిదుషుకులు ఎదుర్కొనడానికి చాలా క్రైర్యంతో ముందుకు సాగుతూ ఉండాలి. అలాగే అమ్మాయిలకు సాధికారం కల్పించడం అంటే అది ఒక కుటుంబానికి, సమాజానికి దేశానికి శక్తినిసుందరిసీ తెలిపారు. మహిళల సాధికార దిశగా లయన్ క్షబ్ భవిష్యత్తులో మరిన్ని కార్బూక్షమాలు చేస్తుందని తెలిపారు. ఈ కార్బూక్షమంలో యన్ ఒ మంజుల పారశాల సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## గాయత్రి డిగ్రీ అధ్యాపకులను

## కలిసిన ఎమ్ముట్టిన అభ్యర్థి నాగయ్య

- ఫ్రిజు లయంబడ్డెంట్ వెంటనే విడుదల చేయాలి: పోకల నాగయ్య



**గోవపరిణి (ది క్రమ స్వాన్):** శుక్రవారం రోజున జాతీయ విద్య దినోత్సవ సందర్భంగా పెద్దపల్లి లోని గారుత్తి దిగ్రి పీఎం కళాశాలలోని అధ్యాపకులను కలిసిన గ్రామ్యమేట్ ఎప్యూస్టీ అభ్యర్థి తీవ్రేవి రాష్ట్ర కస్టినర్ పోకల నాగర్య అధ్యాపకులను ఉద్ఘాటించి మాటల్నాడుతూ గత 18 సంవత్సరాల నుండి అధ్యాపక ఉపాధ్యాయు సమస్యలైని నిరంతరం పోరాటం చేస్తున్న వ్యక్తిగా మీలో ఒకడిగా ఎప్యూస్టీ బరిలో నిలుస్తున్నాని మీ అందరి మద్దతు ఉండాలని మొదటి ప్రాధాన్యత ఓటు వేసి గలిపించాలని కోరారు రాశికీయ అంతంగా మన సమస్యల పరిప్రారం కేసం పెరుల సభలో మాటల్డాడే అవకాశాన్ని మీరందరూ కల్పించాలని తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఫీజు రీఎంబర్స్మాంట వెంటనే విడుదలచేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వంకంపాధ్యాయులు అధ్యాపకసమస్యల ప్రైవేషిప్సారించి ఫీజులీరింబర్స్మాంట్రాకయజమాన్యాలు అధ్యాపకుల జీతాలు చెల్లించలేని స్థితిలో ఉన్నారని ఇటు యజమాన్యాలు ఇటు అధ్యాపకులవిధార్యులు పాలాసమస్యల్లో బ్లౌమిల్బుత్తులు ఉన్నారని వెంటనే దీనికి తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దృష్టి సారించి సమస్యను పరిషురించాలని దీ ఎల్ ఎఫ్ పక్కాన కోరుతున్నారు కార్యక్రమంలో గారుత్తి విద్యాసంస్ల పైరువ్వన్ శ్రీనివాస టి పి టి ఎఫ్ జిల్లా అధ్యక్షులు అవుల రాజేష్ యాదవ్ రహిందర్ ప్రిన్సిపాల్ అధ్యాపకులు పాల్గొన్నారు.

## ಚಡಿವೆಣಿನ ಬೋಲಂಗ್‌ನು

## ఇప్పుడు చెపిన్నున్న మద్దల బినేష్

- వేసవి కాలం దృష్టిలో పెట్టుకొని 33వ డివిజన్లో  
రెండు బోలంగ్లు కార్బోరెఫన్ లేదా సింగరేషి  
యాజమాన్యం ద్వారా ఏర్పాటు చేయాలి



**గోదావరిభని (ది త్రిమ్మ స్వాన్):** రామగుండం సగర పాలక సంస్థ లోని 33వ డివిజన్ లో పారపురం నగర్ లోని బోరింగ్ సీరు రాక ప్రజలు త్రిప్త ఇబ్బంది పదుతున్న తరుణంలో మద్దల దినేష్ సంబందించిన శాఖ వారికి తెలియచేయడంతో వారు సానుకూలంగా స్పుందించి సిబ్బంది వచ్చి బోరింగ్ మరపుత్తలు చేయడం జరిగింది అని పైట్ ఫర్ బెల్ర్ సొసైటీ అధ్యక్షులు మద్దల దినేష్ పేర్కొన్నారు. అనంతరం మద్దల దినేష్ మాట్లాడుతు అనలే రానుండి వేసవి కాలమి ర్హస్మీలో పెళ్ళుకొని నిటి కొరత ఎక్కువగా ఉంటుందని గోదావరి లో సీరు లేక ఎదాగిగా మారిందని కావున రానున్న వేసవి కాలంలో నిటి కొరత చాలా తీవ్రంగా ఉంటుందని మంచ జగ్గత్తగా 33వ డివిజన్ లో రెండు బోరింగ్ లు కార్బోరేషన్ లేదా సింగరేషి యాజమాన్యం ద్వారా ఏర్పాటు చేసి ప్రజల ఇబ్బందులు తీర్చాలని మద్దల దినేష్ సగర పాలక సంస్థ అధికారులను సింగరేషి అధికారులను కోరారు.





# ఎండు కొబ్బరి ముక్కు తింటే ఎన్న లాభాలీ తెలుసా..?



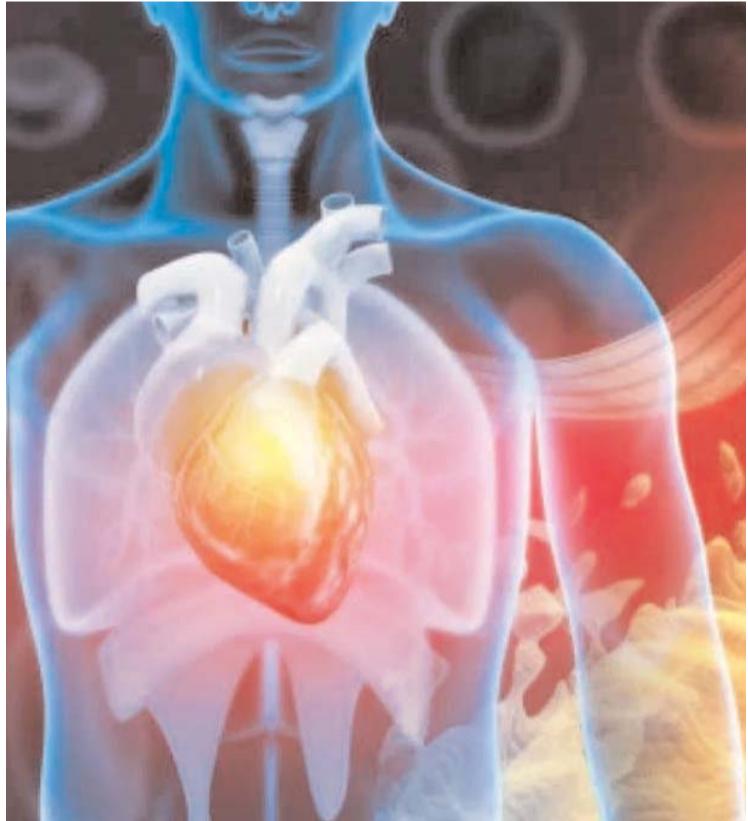
# నరాల సమస్యల్లో బాధపడే వారికి వరంలాంటిచి..!

మహా శేఖంల్ ఎండు కొబ్బరిల్ బెందల ఇళ్ళల్లో నాసుపుణయారు. పూజ సుడి నీటి వర్షక భుజుపైల్లో కొబ్బరిల్ ఉపయోగించుటారు. ఎండు కొబ్బరిల్ త్రయో వంటకాల తయారీల్లో కూడా నాసుపుణయారు. అది త్వరించి చాలా మిచిగా కూడా ఉంటాయి. ఎండు కొబ్బరిల్ ఉపయోగించున్నం పల్ల ఆహారం మిని పెరిగడమే కాకుండా. ద్వా విధయాగం ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయత్నమ్మకరిం బెంటున్నాయి ఉపయులు. ఎంటకొబ్బరిల్ ప్రాణీయులు, విషువులు, పర్మి, కాల్చియం, మాగించి, సీతియం, కాసి, ఏర్చి, పాటుపియం, పెర్మీపియం

A clear plastic container filled with shredded coconut meat. The coconut pieces are white and have brown, fibrous outer layers. The container is placed on a white surface.



కొవ్వు కదా అని లైట్ తీసుకోకండి.. తేడా  
కొడితే మీ పని లంతేనట.. జీకెర్చపుల్..



కొలిప్పాల్ సమయ ఇప్పుడు ప్రతీ ఇంట్లో కూడా వద్దివీడిస్తోంది. అనారోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు ఈ సమయశ్రుతి ప్రధాన కారణం.. బయటి ఆహారం ఎంత ఎక్కువగా తీసుకుంటే అంత చెడ్డ కొలిప్పాల్ ఉంటుంది. ప్రతీరోజు వ్యాయామం చేయకపోతే ప్రమాదం ఎక్కువ అవుతుంది. అయితే, మీ జీవక్రియ బాగా ఉంటే, కొలిప్పాల్ స్థాయిలు గురించి పెద్దగా అందోళన చెందాలిన అవసరం లేదు. కానీ చెడు కొలిప్పాల్ లెవెన్ట్ ఒక్కసారిగా పెరిగితే ప్రమాదం కొనిటెచ్చున్నట్టే. చెడు కొలిప్పాల్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు, అది రక్తసాఖల్లో పేరుకుపోతుంది. దీని వల్ల రక్తసాఖలు ఇరుకుగా మారి రక్తప్రసరణకు ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. జిది రక్తపోటు, గురండ జబ్బులు ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. అధిక కొలిప్పాల్ గురండ జబ్బులు ప్రమాదాన్ని రెట్లింపు చేస్తుంది. చెడు కొలిప్పాల్ అధిక స్థాయిలు ఏ సమయంలోనై గురండ సమస్యలకు దారితీస్తుంది. కానీ చాలా తక్కువ మందికి అధిక కొలిప్పాల్, దాని ప్రభావాల గురించి తెలుసు.. అందుకే గురండపోటు, పక్కవాతం లాంటి ప్రమాదకర వ్యాధులకు దూరంగా ఉండాలంటే.. కొలిప్పాల్ స్థాయిలను తగ్గించుకోవాలి. అధిక కొలిప్పాల్ లక్షణాలు: కొలిప్పాల్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు, హృదయ స్పందన రేటు పెరుగుతుంది. కొంచెం గట్టిగా నడిచినా, మెట్లు ఎక్కిగా ఊపిరి వీల్చుకునేదంకు ఆయాసంతో జబ్బంది పడాల్చి వస్తుంది. ఇలాంటి సమయంలో చాలా మందికి శౌస్ నీటి తీసుకోవడంలో జబ్బంది ఉంటుంది. కళ్ళ కింద ఉఱ్ఱడం కొలిప్పాల్ లక్షణం. కొన్నిసార్లు పసుపు రంగు మచ్చల్లాంటి కళ్ళపై కనిపిస్తాయి. ఇది ప్రాణ కొలిప్పాల్ లక్షణం కూడా కొలిప్పాల్ స్థాయి పెరిగితే శరీరంలో రక్త ప్రసరణకు ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. ఒక్కసారిగా నరాలు మొద్దుబాటించాయి. ఆ సమయంలో కొల్కత చలనం కూడా అనిపించదు.. ఛాతీ నీపి, ఛాతీలో ఒత్తిడి, అసౌకర్యం కొలిప్పాల్ పెరిగిన లక్షణాలు. ధఘనులలో కొలిప్పాల్ పేరుకుపోవడం వల్ల అడ్డంకులు ఎర్పడతాయి. దీనివల్ల గురండ జబ్బులు పెరుగుతాయి. కొలిప్పాల్ వల్ల కూడా అధిక రక్తపోటు రావచ్చు. అధిక రక్త కొలిప్పాల్ స్థాయిలు ధఘనులపై ఒత్తిడిని కలిగిస్తాయి. దీని కారణంగా, రక్త ప్రసరణ చెదిరిపోతుంది.. రక్తపోటు పెరుగుతుంది. కొలిప్పాల్ వల్ల దృష్టి మనసకబారుతుంది. కళ్ళ దెబ్బతింటాయి. అందుకే.. ఇలాంటి పరిస్థితిని తచ్చుకోవడంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.. కొలిప్పాల్ను అదురులో ఉంచుకునే మార్చాలి.. కొలిప్పాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి తినడం, మద్దం త్రాగటం నియంత్రించాలి. వీధి ఆపరాన్ని తరచుగా తినవద్ద నూనె, కొప్పు రిహిత ఆహారానికి దూరంగా ఉండాలి. కూరగాయిలు, ధాన్యాలు, గింజలు, పండ్లు, చేపలు మొదలైన బాటిని ఎక్కువగా తినండి. తినడం, త్రాగడంతో పాటు, త్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి. తగినంత నిద్ర పొందండి, ఒత్తిడిని తగ్గించుకోండి. ప్రతి 3 నెలలకు రక్త పరిక్రమ చేయడం ద్వారా కొలిప్పాల్ స్థాయిలను తనిఫీ చేయండి. ఇవన్నీ కొలిప్పాల్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుతాయి..

ఇంత చిన్న వెల్లుల్లి ఏం చేస్తుందనుకుంటే పారపాటే..!  
ఉదయాన్న ఖాళీ కడుపుతో ఇలా తింటే..

## ఎన్ని రీగాలకు దివ్యప్రథం..!!

ఆనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగినచే ఆపోర పదార్థాలతో వెల్లుల్లి ఒకటి. వెల్లుల్లిలో విటమిన్సు సి, కె, ఫోలెట్, మాంగిసీన్, నెలీనియం, పైబర్, ఇరన్, కాల్యూమిం, ఫాస్పర్సన్, కాపర్, పొట్టాషియం వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉన్నాయి. విటమిన్ సి, ఇతర యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉండే వెల్లుల్లి రసాన్ని ఉదయాన్నే పరగపున తాగితే రోగినిఁడక శక్తి పెరుగుతుంది. ఉదయం ఖాళీ కడువుతో వెల్లుల్లి రసం తాగితే ఎన్నో అద్భుత ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చునని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుండాం.. జీర్జ సమస్యలు రాకుండా ఉండాలంటే వెల్లుల్లిని ఆపోరంలో చేర్చుకోవడం మంచిది. వెల్లుల్లి రసం తాగడం వల్ల పొట్లోని ఇంచ్యూక్సన్లు, గ్యాస్, ఉభయం వంటి సమస్యలు రాకుండా కాపాడుతుంది. జీర్జ సంబంధిత సమస్యలు దూరం చేస్తుంది. ఉభయం, గ్యాస్ వంటి సమస్యలకు చెక్ పెడుతుంది. ఉదయం ఖాళీ కడువుతో వెల్లుల్లి రసం తాగడం వల్ల శరీరంలోని చెడు కొలాప్టార్ కూడా అదుపుర్తో ఉంటుంది. వెల్లుల్లిలోని అల్లనిన్ దీనికి సహాయవదుతుంది. అధిక కొలాప్టార్ తో బాధపడేవారు ఉదయాన్నే ట్రైక్ ఫ్లౌస్ సమయంలో వెల్లుల్లి రసం తాగాలి. ఇది చెడు కొలాప్టార్తో పోరాడి టాక్సిస్‌ను బయలుకు పటిస్తుంది. వెల్లుల్లి రసం తాగడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది. రోజుా వెల్లుల్లి రసం తీసుకుంటే గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. గుండె సంబంధిత వ్యాధులు దూరం అవుతాయి. ఇవి రక్తపోటును తగ్గించడానికి, రక్తంలో చక్కని స్టాయలను నియంత్రించడంలో సహాయవడతాయి. వెల్లుల్లి శ్వాస్కోశసమస్యలనుండికూడా ఉపశమనంకలిగిస్తుంది. వెల్లుల్లిలోండే యాంటీబోక్సీరియర్ ఖాగాలు దీనికి సహాయవడతాయి. ఉదయాన్నే వెల్లుల్లి రసాన్ని తాగడం వల్ల ఇంచ్యూక్సన్లు, వ్యాధులు దూరం అవుతాయి. ఇమ్మూనిటీ పెరగుతుంది. వెల్లుల్లి కాలేయ ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. కాలేయం, మాత్రపిండాలు, రక్తప్రవాహానికి అద్భుతమై డిటాక్స్ ప్లైయర్ గ వానిచేస్తుంది. మెదడు పనితీరును రిస్టార్టు చేస్తాడని. జ్ఞాపకశక్తి, దృష్టి మొరగుపరుస్తుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉండే వెల్లుల్లిని తినడం వల్ల కొన్ని రకాల క్యాస్సర్ల రిస్ట్ తగ్గడతుంది. బరువు తగ్గడానికి వెల్లుల్లి రసాన్ని కూడా ఆపోరంలో చేర్చుకోవచ్చు. శరీరంలోని అనవసరమైన క్యాలెరిలను కరిగించడంలో ఇవి మేలు చేస్తాయి. వెల్లుల్లి రసం బయలును తగ్గించడంలో సహాయవడుతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉండే వెల్లుల్లి రసం తాగడం వల్ల మెదడు ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉండే వెల్లుల్లి రసం తాగడం వల్ల చర్చ ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. చర్చ ఆరోగ్యానికి కూడా వెల్లుల్లి తోడ్పడుతుంది. మొదిమలను, మంటను తగ్గిస్తుంది.



# ప్రిజెట్ ఉంచిన అవసరాన్ని ఎన్ని గంటల తర్వాత తీవ్రకూడదు?



జీజీగా ఉన్న నగర జీవితంలో ఆకలితో ఉన్నప్పుడు తాజా ఆహారాన్ని తయారు చేయడం సాధ్యం కాదు. అయితే ఆహారం త్వరగా చెడిపోకుండా ఉండేందుకు, ఎక్కువ సేపు పాడైపోకుండా ఉండేందుకు ఆహారాన్ని తయారు చేసి ప్రిజీలో పెట్టే వారు చాలా మందే ఉన్నారు. సమయాన్ని ఆదా చేయడానికి రిప్రిజీర్టర్లో నిల్వ చేస్తారు. రిప్రిజీర్టర్లో మిగిలిపోయిన వాటిని నిల్వ చేయడం ఉద్దేశ్యం ఆహారం వృధా కాకుండా నిరోధించడం లేదా సమయాన్ని ఆదా చేయడం. ప్రిజీలో ఉంచిన ఆహారం పాడైపోకుండా కాపాడుతుంది. గడ్డకట్టడం ఉద్దేశ్యం ఏమిటంబే, కూరగాయలు, పండ్లు పాడవకుండా నిరోధించడం ద్వారా ఎక్కువ కాలం తాజాగా ఉంచడం. కానీ అన్ని ఆహారాలు ఎక్కువ కాలం ఉండవు. అందుకే రిప్రిజీర్టర్లో ఉంచిన ఆహారం, పండ్లు, కూరగాయలు ఎంత సమయం తర్వాత తినకూడదో తెలుసుకుండాం. రిప్రిజీర్టర్లో ఉంచిన వండిన అన్నం 1 రోజులోపు తినాలి. మీరు వండిన ఆహారాన్ని రిప్రిజీర్టర్లో ఉంచినట్లయితే అది తక్కువ సమయంలో దాని పోషక విలువలను కోల్పోతుంది. అయితే ఆయుర్వేదం ప్రకారం, అన్ని వండిన ఆహారం కేవలం 6 గంటల పాటు పోషకాహారాన్ని అందిస్తుంది. ఆ తర్వాత దానిలోని పోషకాలు కోల్పోతాయి. మీరు గోధుమ రోటీని రిప్రిజీర్టర్లో ఉంచినట్లయితే, అది రోటీని తయారు చేసిన 12 నుండి 14 గంటలలోపు తినాలి. అలా చేయకపోతే, అందులో ఉన్న పోషకాలు పోతాయి. ఎక్కువసేపు ప్రిజీలో ఉంచిన బ్రిడ్సను తిన్నట్లయితే మీకు కడువు నొప్పిని కూడా వస్తుంది మీరు మీ భోజనంలో మిగిలిపోయిన పప్పును చెడిపోకుండా ఉండటానికి మీరు ప్రిజీలో ఉంచినట్లయితే, దానిని 2 రోజులలోపు తినండి. రిప్రిజీర్టర్లో నిల్వ ఉంచిన పప్పును 2 రోజుల తర్వాత తింటే, కడువులో గ్యాస్ ఉత్పత్తి ప్రారంభమవుతుంది. చాలా సార్లు మనం ప్రిజీలో ఒక వారం పాటు పండ్లు, కూరగాయలను నిల్వ చేస్తాము. అయితే ఎక్కువ కాలం పాటు ప్రిజీలో ఉంచిన కూరగాయలు, పండ్లు వాటి పోషక విలువలను కోల్పోతాయి. వాటిని తినడం వల్ల మీకు మంచి కంటే పణి ఎక్కువ. కూరగాయలు, పండ్లు కోయకుండా 3 నుండి 4 రోజులు ఉంచవచ్చు. అంతకంటే ఎక్కువ రోజులు ఉంచకూడదని నిపుణలు సూచిస్తున్నారు. మీరు తరిగిన పండ్లను శీతలీకరించినట్లయితే, అది 6 గంటలలోపు తినాలి. లేకుంటే అది మీ అనారోగ్యానికి కారణమవుతుంది. బియ్యం, పప్పు, రోటీ లేదా రోటీ పిండి వంటి ఏదైనా రిప్రిజీర్టర్లో ఉంచిన తర్వాత అన్ని వస్తువులను ఘూర్తిగా పాత్రతో కప్పి, వండిన ఆహారాన్ని 24 గంటల్లోపు తినాలి.

# కాచేస్వర ముక్తిస్వర స్వామివాలని దర్శించుకున్న తెలంగాణ రాష్ట్ర యూఎస్ సర్వీస్ డైరెక్టర్



**కాచేప్పరుం జనవరి 24 (ది క్లైమ్ స్టోన్):** జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా కాచేప్పరుం లోని ప్రముఖ పుణ్యాలిత్తుపైన కాచేప్పరు ముక్కెప్పరు స్థామి వారిని తెలంగాణ రాష్ట్ర యూత్ సర్కీస్ ద్రెర్క్టర్ వాసం వెంకటేప్పర్లు (ఐఎస్) దర్శించుకున్నారు. ముండుగా వారికి అర్ధకులు రాజీప్పరుం వద్ద నుండి మర్యాద పూర్వక స్వాగతం పలికి స్వామివారి అభిషేకం అమృతపొల్చే దర్శనం అనంతరం ఆలయ అర్ధకులు స్వామివారి సేవప్రాతితో సన్మానించిన అనంతరం ఆశీర్వదించి తీర్చ ప్రసాదాలు అందజేశారు ఈ కార్బ్రూక్రమంలో ఆలయ అర్ధకులు సిట్టుంది పాల్గొన్నారు.

# అక్రమంగా తరలిస్తున్న 10 క్వింటాల్లా పిడిఎస్ రైన్ పట్టివెత



**మహాదేవపూర్వ జనపరి 24 ( ది ల్రిమ్ న్యూస్):** మహాదేవపూర్వ మండలం కేంద్రం గుండా అక్రమంగా తలిస్సున్న 10 క్రీంటాళ్ల పిడివెన్ బియ్యాన్ని స్పాధీన పరుచుకున్నాము అని ఎస్ట్రే పవన్ కుమార్ తెలిపారు. శిరోంపకు చెందిన జనగం సదవలి మరియు ఎట్టి వరీక్ల అనే వ్యక్తులు బొల్టో వాహనంలో అక్రమంగా బియ్యాన్ని తరలిస్తున్న పిడియెన్ బియ్యం ను సమాచారం మేరకు మండల కేంద్రంలో తనిఖీలు నిర్వహించి పిడివెన్ బియ్యాన్ని స్పాధీనంచేసుకొస్తారీస్తి స్టేషన్స్ తరలించారు. విందితస్తుడై నీ కేసు నుండి కేంద్ర గొంతు తేచునుటు ఏకై సరక్క కున్నాడు తెలిపారు.



# కాంచన 4లో అ ఇద్దరు పోరోయిన్నకు భాన్

పోర్ట్ కామెడీ జోనర్ సినిమాలకు దక్కిణాదితోపాటు ఉత్తరాది ప్రేక్షకుల్లో మంచి క్రేజ్ ఉంటుందని తెలిసిందే. ఇదే జోనర్లో నూవర్ క్రేజ్ సంపాదించుకున్న ప్రాంతైణ్ణీ కాంచన. టూలెంపెడ్ యూక్ర్ కమ్ డైరెక్టర్ రాఘవా లారెన్స్ కాంపాండ్ నుంచీ ఈ ప్రాంతైణ్ణీలో ఇప్పటికే మూడు పార్టులు రాగా.. ఇప్పుడిక కాంచన 4 ట్రైల్ కూడా వచ్చేసింది. ఈ చిత్రంలో పూజాహాగ్నీ ఫీ మేల్ లీడ్ రోల్లో నటిస్తుందని ఇప్పటికే వారలు కూడా వచ్చాయని తెలిసిందే. అంతేకాదు బీటాన్ డాన్స్‌ంగ్ క్ష్యాన్ నోరా ఫాటేపిఏ కూడా ఈ చిత్రంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని మరో అవ్డేట్ బయటకు వచ్చింది. ఈ విషయాన్ని నిర్మాత మనీశ్ పా ప్రకటించాడు. ఈ చిత్రాన్ని గౌల్ట్ మైన్ ఫిలిమ్స్ తెరకెక్కించనుంది. ఈ సినిమాకు సెంబంధించిన నటీనటులు, ఇతర సాంకేతిక నిపుణులను పైనల్ చేయాలి ఉండని ఇప్పటికే ఓ చిట్చచాట్లో చెప్పాడు మనీశ్ పో. కాంచన 4 జనవరి లేదా ఫిబ్రవరి 2025లో సెట్టుపైకి వెళ్లసుందని.. హిందీ, తమిళం, తెలుగు, మలయాళ భాషల్లో తెరకెక్కించబడోతున్నామని చెప్పారు. ఈ మూవీ రూ.100 కోట్ల భారీ లడ్జెట్తో రాబోతుందని ఇన్స్ట్రుషన్ టూక్. కాంచన 4 గురువారం ప్రారంభమైంది. థియేటర్లలో విడుదలైన ఎనిమిది వారాల తర్వాత డిజిటల్ విడుదల అవుతుందని మనీష్ పా స్పష్టం చేశారు. హిందీ వెర్రన్ కూడా జాతీయ సాయలో విడుదలపుతుండన్నారు మీనీశ్ షె. కాంచన ఇంగ్లీష్, చెన్నీ లో కూడా సుమారు ఇంగ్లీష్ లో



# ದೇವರ -2 ಕೋಸಂ ಶಿವಕು ಸೆಲವಿಚ್ಚು

## ఎన్నిఅర్ ఆసక్తికర విషాయాలు వెల్లు

కొర్తాల లివ దర్జక్షణలో ఎన్నిఅర్  
హార్ట్‌గా నటించిన దేవర' మంచి  
విజయం సాధించి అభిమానుల్లో జోడ్  
నింపింది. ఈ చిత్రాన్ని రెండు  
పార్ట్‌లుగా [ప్రేక్షకుల  
ముందుకుతీసుకురానున్న విషయం  
తెలిసిందే. మొదటి భాగం హార్ట్  
కావడంతో రెండో భాగం కోసం  
ప్రేక్షకులు అస్కిగా ఎదురు  
చూస్తున్నారు. తాజాగా ఓ ఆంగ్ర  
మాడియాక ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో  
తారక్ 'దేవర2' గురించి మాట్లాడారు.

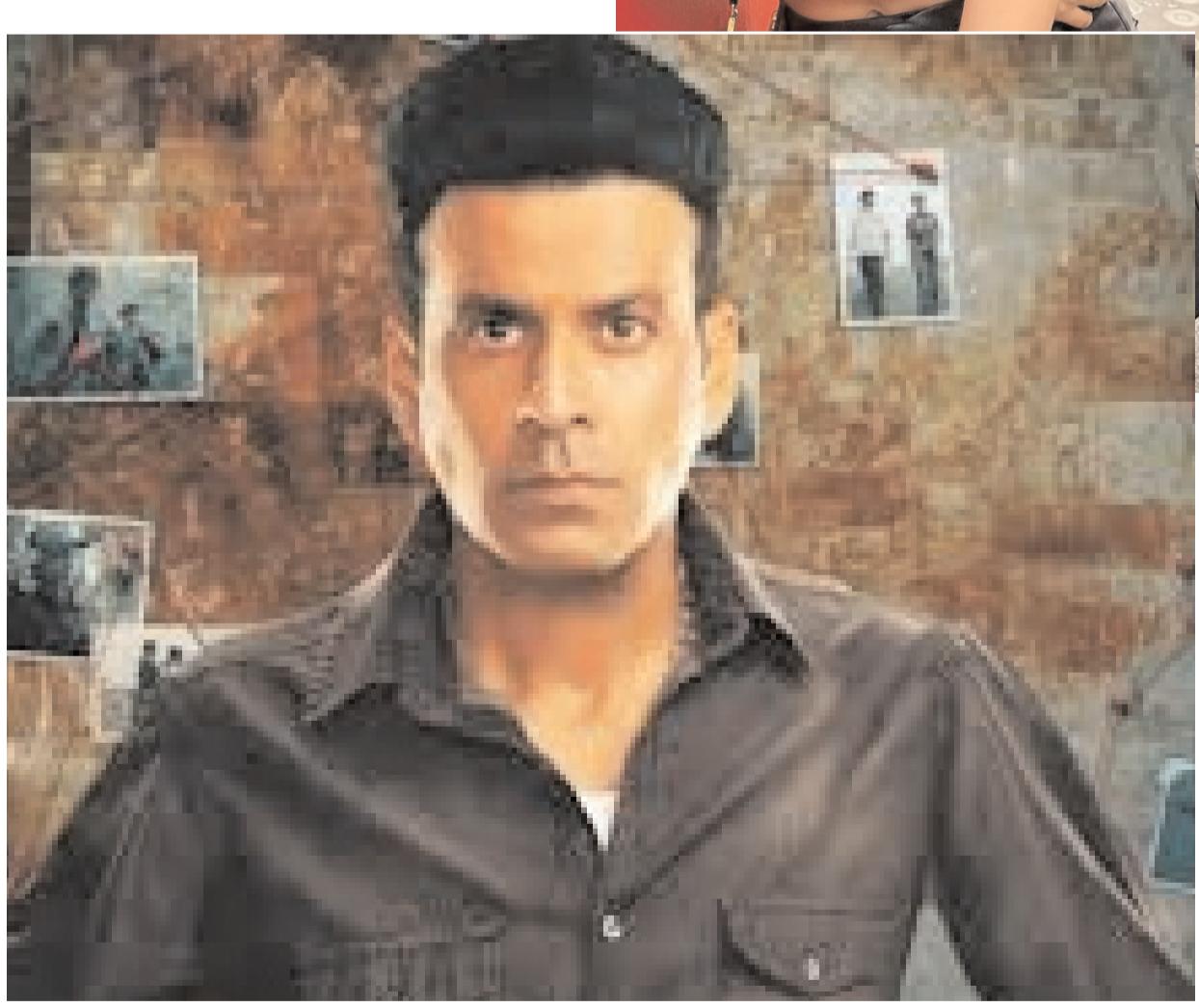
‘దేవర’ సీక్వెల్ వప్పుడొస్తుంది అనే ప్రశ్నకు సమాధానమిస్తా.. మొదటి భాగం చిత్రికరణ సమయంలోనే పౌర్ణమ్యమైన కొన్ని సన్నివేశాలు ఘాల్ చేశాం. ఘట్టి పౌర్ణమంచి విజయం సాధించడంతో మా బాధ్యత మరింత పెరిగంది. ‘దేవర’ కంటే దాని సీక్వెల్ ఇంకా బాగుంటుంది. దీనిన్ని ప్రేక్షకులకు నచ్చేలా తీయడానికి మేం కొంత సమయం తీసుకోవాలను కుంటున్నాం. ఇప్పటికే దీనికి సంబంధించిన కథ కూడా సిద్ధమైంది. దానికి మెరుగులు దిద్దాలి. కొరటాల శివ రథ సినిమా కోసం ఎంతో కష్టపడ్డారు. అందుకే ఓ నెలన్నర పాటు విక్రాంతి తీసుకోమని చెప్పా.

ఏమిా అలోచించకుండా ఎక్కడిక్కెనా వెళ్లి ఎంజాయ్ చేసి రమ్యాన్నాను. ఆ హాలీడెన్స్ నుంచి వచ్చాక దిని పనులు ప్రారంభిస్తాం’ అని చెప్పారు. లాస్ ఏంజెలస్ తనకు మరో హోంటొన్ అని ఎస్టేఅర్ చెప్పారు. ‘ఆరెల్లారెల్లార్’ సినిమా తర్వాత ఆ ప్రాంతం తన మనసుకు దగ్గరిందన్నారు. ‘దేవర’ విడుదల సమయంలో తాను విదేశాల్లో ఉన్నట్లు చెప్పారు. 24 ఏళ్ల సినీ కారీలో తన సినిమా రిలీజ్ రోజు ఇంట్లో లేకుండా ఉండడం మొదటిసారి అని తెలిపారు. ఇక ట్రీ సేర్ బుకింగ్స్‌లోనే రికార్డ్లు సొంతం చేసుకున్న ‘దేవర’ విడుదల తర్వాత కూడా అదే జోవ్ కొనసాగిస్తోంది.

# దక్కిణాదిలో హరోయిన్లంట చిన్నచూపే

## కథానాయక మాజవికా మోహనన్

କଣ୍ଠାଦି ଚିତ୍ରନୀମର୍ତ୍ତା ହୀରୋଲୁଙ୍କ ଜୀବିନଂତ ପ୍ରାଧାନ୍ୟତ ନାଯକଳକ  
ଅପ୍ରାଚୀନ, ଏ ବିଷୟମାଲୀରେ ପେଟ୍ରଗା ପଟ୍ଟିମହିଳାରେଣି ଆସନ୍ତିକରାମେନ ବ୍ୟାଖ୍ୟାଲୁ  
ଚେସିଥିଲି କଥାନାଯକ ମାତ୍ରବିକା ମୋହନାନ୍ତିନ. ଇହିପାଇଁ ଲିପିଦ୍ଵାରା ହିଂଦି  
ଚିତ୍ରମ 'ଯୁଦ୍ଧା'ରେ ତଃ ଭାବୁ ନଟନକୁ ପ୍ରଶଂସନ ଦକ୍ଷାୟ. ତଃ  
ସଂଦର୍ଭଗା ଜୀବିନ ଓ ଅଂଟର୍ଯ୍ୟାଲୋ ଶାର୍ତ୍ତ ନିମିମା ଅନ୍ତର୍ମୀ ଗୁରୁତି  
ମାଟ୍ଟାଦୁରୁତ୍ବା ଦ୍ୱିତୀୟାଦିଲୋ ହୀରୋ କେଂଡ଼ିଙ୍ଗାନେ ନିମିମାକୁ ସଂବନ୍ଧିତିନ ଅନ୍ତି  
ବ୍ୟବହରୀରାଲୁ ଜରୁଗାଯା. କଥାନାଯକଳକ ଚାଲା ତକ୍ଷୁଦ  
ପ୍ରାଧାନ୍ୟତିନିଷ୍ଟାରୁ. ନିମିମା ସକ୍ଷେତ୍ର ଅଯତ୍ତ ଆ କ୍ରିଯିତ ମେତ୍ତାପାଇଁ ହୀରୋରେ  
ଆପାଦିଷ୍ଟାରୁ. ଒କବେଶ ପରାଜ୍ୟମ ପାତ୍ରରେ ଅନୁଲୋ ନଦୀନିଧିନ ହୀରୋଯିନିମୁ  
ଅନ୍ତର୍ମୀକ୍ଷି ଅନି, ଆମେ ପର୍ମ୍ପରା ନିମିମା ପାତ୍ର ଅଯିଦନି ମାଟ୍ଟାଦୁରୁତ୍ବା' ଅନି  
ଚେପିଥିଲି. ପ୍ରପ୍ତୁତଂ ତଃ ବ୍ୟାଖ୍ୟାଲୁ ନୌଷର୍ମହିମାଦିଯାଲୋ ପ୍ରତିର୍ଦ୍ଵାପିକଗ୍  
ମାରାଯା. ତମିଶ, ମଲଯାଶ, କନ୍ଦୁ ଚିତ୍ରାଲୋ ମଂଚି ଗୁରୁତି ତେଜୁକୁନ୍ତୁ  
ତଃ ସାଗନରି 'ରାଜା ସାବ୍ଦ' ଚିତ୍ରତଂତ୍ରେ ତେଲୁଗୁ ଚିତ୍ରନୀମର୍ତ୍ତା  
ପରିଚୟମପୁରୁଷନ୍ତିନି. ପ୍ରାଚୀନତୋ କଲିସି ନଦୀନିଧଦିନ ଚାଲା ଆନନ୍ଦରଙ୍ଗା  
ଉନ୍ଦନି, ଅଭିନନ୍ଦନିକି ଅନ୍ତର୍ମାରଂ ନୁହ ମଂଚି ପାତ୍ର ଦ୍ୱାରା ଟାଲିପୁର୍ଦ୍ଧାରୀ  
ଏଂତ୍ରୀ ଅପ୍ରାଚୀନ ଅର୍ଦ୍ଧପ୍ରାଚୀନ ଭାବିଷ୍ୟନ୍ତାନ୍ତିନ ଚେପିଥିଲି.



# మాటింగ్ కంప్లెట్ చేసుకున్న ది ఫోయిలీ మ్యాన్-3

ఓట్లట్టి ప్రియులకు పరిచయం అక్కడైని  
వెన్న సిరీసులలో 'ది ఫ్యామిలీ మ్యాన్' ఒకటి.  
మనోజ్ బాబ్జపాయ్, ప్రియుషణి  
లీడ్ రోల్లో నటించిన ఈ సిరీస్ రెండు  
భాగాలుగా వచ్చి అమేజస్ ప్రైమ్లో  
రికార్డులు నవ్వాడు చేసింది. ప్రై,  
ప్రిల్లిగ్గా వచ్చిన ఈ సిరీసును  
దర్శకద్వయం రాజ్ డీకే తెరక్కించారు.  
ఈ వెన్న సిరీస్ మాటింగ్ గత ఏడాది  
మేలో ప్రారంభమైన విషయం తెలిసిందే.  
తాజాగా ఈ ఫిరీస్ మాటింగ్ కంపీట్

చేసేకున్నట్లు రాజ్ టీకే ఎవ్స్ వేదికగా వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా పొమీలీ మాన్ టీమ్స్ దిగిన ఫోటోలను పంచుకున్నారు. ఈ ఫోటోలలో సమంత కూడా ఉండడం విశేషం. ఘన్స్ సీజన్ టెర్రిరిజన్ బ్యాక్ట్రాప్స్ లో రాగా.. సెకండ్ సీజన్ శ్రీలంక రెబల్ బ్యాక్ట్రాప్స్ లో వచ్చి పొట్ అందుకుంది. ఇక సెకండ్ సీజన్లో సమంత లీడ్ రోల్స్ లో నదించడం విశేషం అయితే 'ది పొమీలీ మాన్ 2' ఎక్కడతే పూర్ణందో ఆక్రమించుంచే 'ది పొమీలీ

మ్యాన్ 3 మెదలవుతుందని మేకర్స్ తెలిపారు. సీజన్ 3 ఎక్కువగా నార్క్ రఃస్ట్ ఇండియాలో బ్యాక్ట్రావెల్స్ రాబోతున్నట్లు ప్రకటించింది. శ్రీకాంత్ తివారీ (మనోజ్ బాబ్జీపాయ్) పిల్లలు పెద్దవాళ్లు అవుతారు. అయినకు వయసు పెరిగినా సవాళ్లు వెంటాడుతూనే ఉంటాయి. అయితే రఃస్ట్ సవాళ్లను శ్రీకాంత్ ఎలా ఎదుర్కొన్నాడనేది తెలియాలంటే సీజన్ 3 వచ్చేవరకు ఆగాలిందే.



ప్రతిదాన్ని చివరిగా  
భావించే దశలో ఉన్నా :  
సమంత

తెలుగు, తమిళం, హింది భాషల్లో నూపర్ ఫ్యాన్ బేస్ సంపాదించుకున్న భాషల్లో స్టోర్ నటి సమంత ఒకరు. రాజ్ అండ్ డీకే దర్శకత్వంలో వచ్చిన సిటాడెల్ వెబ్ ప్రోజెక్ట్స్ లో చిట్టగా మారిన ఈ బ్యాటీ.. విదుదల తర్వాత రిలాంక్షణ మధ్యలోకి వెళ్లిపోయింది. ఇప్పుడు మళ్ళీ చాలా కాలం తర్వాత బిట్టగా మారిపోయారు. వరుస ఈవెంట్స్ లో పాల్గొంటూ అభిమానులను అలరిస్తున్నారు. అయితే, జీవితంలో ప్రతి దాన్ని చివరిగా భావించే దశలో తాను ఉన్నానని సామ్ తాజాగా తెలిపారు. ఈ మేరకు ఓ అంగ్ మీడియాకు ఇంటర్వ్యూ ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా సామ్ మాట్లాడుతూ.. సాధారణంగా ఉండే సినిమాలను ఎన్నో అంగీకరించొచ్చున్నారు. తాను మాత్రం కళ్వితంగా ప్రెక్షకులపై ప్రభావాన్ని చూపే వాటినే ఎంపిక చేసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. వంద శాతం నమ్మిత్వానే ఆ పాత్రలను చేస్తానని, లేకపోతే చేయలేని తెలిపారు. సపాలుగా అనిపించే పాత్రలనే ఎంపిక చేసుకుంటున్నట్లు వెల్లడించారు. రాజ్ అండ్ డీకే ఎక్కువగా సపాలుగా అనిపించే పాత్రలనే రూపొందిస్తున్నారని.. వారితో వర్క్ చేయడం తసకు ఎంతో సంతృప్తిగా ఉంటుందని సామ్ చెప్పుకొచ్చారు. గొప్ప సినిమాలో నటించానని థీల్ రాకపోతే వర్క్ చేయలేని సామ్ వివరించారు. విజయ్ దేవరకొండతో చివరగా ఖుల్గి సినిమాలో నటించిది సమంత. ఈ సినిమా తర్వాత తెలుగులో మళ్ళీ కొత్త ప్రాజెక్ట్ ప్రకటించలేదు. ప్రస్తుతం తన కొత్త వెబ్ సిర్సెస్ %చూని దీట్యుప్పములుఅ% వెబ్ సిర్సెస్ మాటల్లో జాయిన్ ఆయింది.