



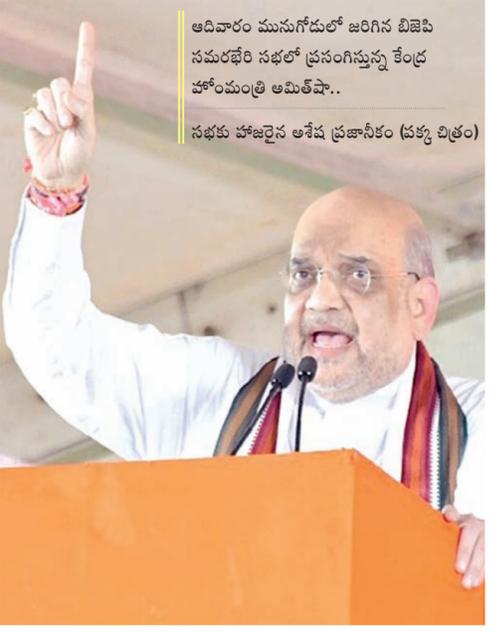
# వచ్చేది బిజెపి సర్కారే

**కమల తీర్థం పుచ్చుకున్న రాజగోపాల్**  
 కండువాకట్టి ఆహ్వానించిన అమిత్ షా

నల్లగొండ, ఆగస్టు 21 ప్రభాత వార్త: ఆదివారం మునుగోడులో నిర్వహించిన సమరభేరి సభలో మాజీ ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి బిజెపి ఆధ్వర్యంలో అమిత్ షా ఆధ్వర్యంలో చేరారు. అమిత్ షా బిజెపి కండువా కట్టి పాల్గొని ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సభలో మాట్లాడుతూ నన్ను కొనే శక్తి ఇంకా వుట్టలేదని, నేను అమ్ముడు పోయే వ్యక్తిని కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి అన్నారు. నేను ఏ తప్పు చేయలేదు. మునుగోడు ప్రజల ఆత్మగౌరవం కోసం రాజీనామా చేశాను తప్పా >>2



**అధికారం వచ్చాక తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవం ఆధికారికంగా జరుపుతాం**  
**సిఎం కెసిఆర్ కుటుంబానికి కాళేశ్వరం ఎటిఎం**  
**దుబ్బాక, హుజూరాబాద్ తరహాలో మునుగోడు బిజెపి ఖాతాలోకి**  
**తెలంగాణ ప్రజల్లో విశ్వాసం నింపేందుకు కార్యాచరణ సిద్ధం**  
**మునుగోడు సమరభేరి సభలో కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా**



నల్లగొండ, ఆగస్టు 21 ప్రభాతవార్త: కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు కేసిఆర్ కుటుంబానికి ఏటిఎం మారించిన కేంద్ర హోంశాఖ మాతృలు అమిత్ షా అన్నారు. ఆదివారం మునుగోడులో నిర్వహించిన సమరభేరి సభలో ఆయన మాట్లాడుతూ సెప్టెంబర్ 17న తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవం కేసిఆర్ ఎంపికలకు భయపడి ఉత్సాహాలు నిర్వహించడం లేదన్నారు. బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత అమరవీరులకు శ్రద్ధాంజలి ఘడించి తీరుతామన్నారు. తెలంగాణలో నిరుద్యోగులకు నిరుద్యోగ భృతి రూ.3వేలు అందుతుందా అని సభలో నిరుద్యోగులను అడిగారు. తెలంగాణలో జిల్లా కు ఒక సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆసుపత్రి ఏర్పాటు చేస్తామన్నారు. నల్లగొండ జిల్లాకు అయిండా అని ప్రశ్నించారు. డబుల్ బెడ్రూం ఇండ్లు ఇవ్వడం బదును, బలహీన వర్గాలను మోసం చేస్తున్న కేసిఆర్ కు తగిన గుణపాఠం తప్పదన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం అందించే >>2

**ఢిల్లీకి రండి రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నేతలకు**  
**అధిష్ఠానం ఆదేశం**  
 రంగంలోకి ప్రియాంకగాంధీ

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21 ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో మరోసారి ఎన్నికల వేడి నెలకొంది. ఎన్నికలకు సంబంధించి తేది ప్రకటించడానే మునుగోడు ఉప ఎన్నిక ప్రచారం, నేతల మధ్య మాటల యుద్ధాలు ఆరాస్థాయికి చేరుకున్నాయి. కాంగ్రెస్ మాజీ ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ రెడ్డి రాజీనామాతో ఏర్పడిన ఉప ఎన్నిక యుద్ధం నువ్వా నేనా అన్నట్లు సాగి అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే టిఆర్ఎస్ సమరం ఖం పూరించగా, ఆదివారం బిజెపి నేతలు మొదలు పెట్టారు. ఇక కాంగ్రెస్ శంకా మిగిలింది. >>2

**25 నుంచి జిల్లాల్లో కెసిఆర్ పర్యటన**  
**కొత్తగా 4 జిల్లాల్లో కలెక్టరేట్లు**  
**ప్రారంభోత్సవానికి ముహూర్తం ఖరారు**

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21: తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖరరావు పలు జిల్లాల్లో పర్యటించనున్నారు. టిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం కొత్త జిల్లాలను ఏర్పాటు చేసిన అనంతరం... అన్ని జిల్లాల్లో సమీకృత కలెక్టరేట్లు నిర్మాణానికి శ్రీకారం చుట్టించింది. నిర్మాణాలు పూర్తయిన సమీకృత కలెక్టరేట్లను ముఖ్యమంత్రి ప్రారంభించేందుకు పెద్దదాలో ఖరారుైంది. ఢిల్లీలో 20 రోజుల్లో రంగారెడ్డి, పెద్దపల్లి, నిజామాబాద్, జగిత్యాల జిల్లాల్లో సమీకృత కలెక్టరేట్ కాంప్లెక్స్ లను ప్రారంభిస్తారని తాజా సమాచారం. ఈనెల 25న (గురువారం), మధ్యాహ్నం రెండు గంటలకు, నూతనంగా నిర్మించిన రంగారెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయాన్ని, ముఖ్యమంత్రి కె.చంద్రశేఖరరావు ప్రారంభించనున్నారు. ఆగస్టు 29న పెద్దపల్లి కలెక్టరేట్, సెప్టెంబర్ 5న నిజామాబాద్ కలెక్టరేట్, సెప్టెంబర్ 10న జగిత్యాల కలెక్టరేట్ కార్యాలయాన్ని సిఎం కెసిఆర్ ప్రారంభించనున్నారు. ఇప్పటికే పలు జిల్లాల్లోని కలెక్టరేట్ >>2

**నిజామాబాద్ లో రియల్టర్ కుటుంబం ఆత్మహత్య**

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21, ప్రభాతవార్త: నిజామాబాద్ పట్టణంలో వివాదం వెలుగు చూసింది. ఓ రియల్టర్ కుటుంబం ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. ఆదిరాజాద్ పట్టణం లోని భుక్తాపూర్ కు చెందిన రియల్టర్ సూర్యప్రకాష్ (37) తన భార్య అక్షయ (36), కూతురు ప్రత్యక్షా (13), కుమారుడు అక్షయ్ (10) లతో 10 రోజుల శ్రీతం నిజామాబాద్ పట్టణానికి వచ్చి ఓ హోటల్ లో బసచేశారు. వీరంతా రూం నంబర్ 101లో ఉన్నారు. నగరం లో కొన్ని రోజులుగా పలు ప్రాంతాలను చూసిన వీరు హోటల్ లోనే ఉంటున్నారు. నిజామాబాద్ కు వీరు ఎందుకు వచ్చినారో తెలియరాలేదు. అయితే శనివారం రాత్రి సూర్యప్రకాష్ తన భార్య పిల్లలకు పురుగుల మందు తాగించాడు. అనంతరం తాను కూడా హోటల్ గదిలోనే ఫ్యాన్ కు ఉరివేసుకుని ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డాడు. కాగా ఆదివారం మధ్యాహ్నం వరకు వీరున్న గది తలుపులు తెరుచుకోవడంతో, ఇందులో వున్న వారు బయటకు రాకపోవడంతో హోటల్ సిబ్బందికి ఆసుమానం వచ్చి పోలీసులకు సమాచారం >>2

**వజ్రోత్సవాల ముగింపు నేడే**  
**ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకానున్న సిఎం కెసిఆర్**  
**ఎల్బీ స్టేడియంలో భారీగా ఏర్పాట్లు**

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21: రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఈనెల 8వ తేదీ నుంచి నిర్వహించిన స్వతంత్ర భారత వజ్రోత్సవాల ముగింపు వేడుకలు సోమవారంనాడు ఎల్బీ స్టేడియంలో అత్యంత వైభవోపేతంగా జరుగుతున్నాయి. ముఖ్యమంత్రి చంద్రశేఖరరావు ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యే ఈ ముగింపు వేడుకల్లో పలువురు జాతీయ, అంతర్జాతీయ కళాకారులు పాల్గొని పలు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలను ప్రదర్శిస్తారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి ప్రసంగంతో పాటు దేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో పాల్గొన్న తెలంగాణ సమరయోధుల వారసులను, జీవీపల పలు అంతర్జాతీయ పోటీలలో మెడల్స్ సాధించిన తెలంగాణకు చెందిన క్రీడాకారులను ఇతర ప్రముఖులను సన్మానిస్తారు. 75 ఏండ్ల స్వతంత్ర భారత చరిత్రలో నిలిచిపోయే విధంగా దాదాపు మూడు గంటల పాటు అత్యంత ఆత్మహాసంగా అంగరంగ వైభవంగా ఆ ముగింపు ఉత్సవాలు జరుగుతున్నాయి. ఈ సందర్భంగా జాతీయ స్థాయిలో పేరుగాంచిన ప్రముఖ గాయకుడు, సంగీత దర్శకుడు శంకర్ మహాదేవన్ మ్యూజిక్ క్యాన్సెల్స్ శివమణి సంగీత వాయిద్య వినియోగం, పద్మశ్రీ పద్మజరెడ్డి బృందం సాక్షియ నృత్య ప్రదర్శనలు, వార్నీ బ్రదర్స్ చే ఖవాబ్, స్థానిక కళాకారుల ప్రదర్శనలు ఉంటాయి. ఈ వజ్రోత్సవ ద్వినావహం సందర్భంగా నిర్వహించిన వివిధ కార్యక్రమాలను తెలిపే లక్షు మీడియా ప్రదర్శన ఉంటుంది. అనంతరం లెజిం పోతో పాటు భారీ ఎత్తున జాణ సందా ప్రదర్శనలతో వజ్రోత్సవాలు ముగుస్తాయి. దాదాపు 30వేల మంది ముగింపు ఉత్సవాలలో పాల్గొనే విధంగా రాష్ట్ర పాలనా యంత్రాంగం ఏర్పాట్లు చేసింది. రాష్ట్ర మంత్రులు, పార్లమెంట్ సభ్యులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్యేలు, కోర్టర్ వన్ వైర్యుస్, మునిపల్ కార్పొరేషన్ మేయర్లు, చైర్యుస్, డిసీసీల వైర్యుస్, అలయ ట్రస్ట్ బోర్డు చైర్యుస్, ఎంపీపీలు, జెడ్పీటీసీలు తదితర ప్రజాప్రతినిధులను ఈ ముగింపు ఉత్సవంలో పాల్గొనేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికే ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసింది. రాష్ట్రంలోని ప్రతి జిల్లా నుంచి ప్రజాప్రతినిధులు అధికారులను సోమవారం ఎల్బీ స్టేడియంకు చేరవేసేందుకు జిల్లా కలెక్టర్లు ఏర్పాట్లు చేశారు. దేశానికే ఆదర్శంగా జరిగిన స్వతంత్ర భారత వజ్రోత్సవ ద్వినావహం వేడుకలు ఆగస్టు 8వ తేదీన రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి కెసిఆర్ చేతుల మీదుగా హెచ్ఎస్ఎస్ఆర్ స్వతంత్ర భారత వజ్రోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా ప్రారంభమయ్యాయి. మహారాష్ట్రాంధ్ర సహా, స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో పాల్గొన్న సమరయోధుల త్యాగాలను నేటి తరానికి అర్థం చేయించేందుకు రెండు వారాల పాటు వేడుకలు జరిగాయి. 8వ తేదీ నుంచి నిర్వహించిన కార్యక్రమాల్లో పెద్ద ఎత్తున ప్రజలు భాగస్వాములయ్యారు. ఈ సందర్భంగా భారత జాతిపిత మహాత్మాగాంధీని నిర్మించిన గాంధీ వలస చిత్రాన్ని రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వ ప్రైవేటు పాఠశాలల పిల్లలకు ఉచితంగా ప్రదర్శించడం ఈ ఉత్సవాలకు హైలైట్ గా నిలిచింది. దాదాపు 23 లక్షల మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులు, యువకులు గాంధీ సినిమాను మాడటం దేశంలోనే మొదటిసారి. ఇంక పెద్ద స్థాయిలో గాంధీ సినిమాను ప్రదర్శించడం దేశానికే ఆదర్శంగా నిలిచింది. దేశంలోని పలు రాష్ట్రాల అధికారులు తెలంగాణ అధికారులను ఇందుకు సంబంధించిన వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. >>7

**కాంగ్రెస్ నుంచి దామోదరరెడ్డి సస్పెన్షన్**

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21 ప్రభాతవార్త: టిపిసీసీ లీగల్ సెల్ వైర్యుస్ దామోదరరెడ్డిని కాంగ్రెస్ పార్టీ నుంచి సస్పెన్షన్ చేశారు. ఈ మేరకు పిసిసి వర్గింగ్ ప్రసిడెంట్ మహేశ్ కుమార్ రెడ్డి సస్పెన్షన్ చేశారు. పార్టీ వ్యతిరేక కార్యక్రమాలను పాల్పడుతున్న దామోదరరెడ్డిపై క్రమశిక్షణ వర్తకులు తీసుకున్నారు.

**మునుగోడు ప్రజలను మళ్లీ ముంచిన కెసిఆర్**

**సమాచారం**  
 ప్రపంచంలో  
**మొత్తం బాధితులు 60.67 కోట్లు**  
**మరణాలు-64.71 లక్షలు**  
 దేశంలో  
**తాజా కేసులు - 11,539**  
**మరణాలు - 43**  
 రాష్ట్రంలో కొత్తగా  
**252 కేసులు**  
 మృతులు జీరో

**ఎల్ఎస్బికి రూ.5000 కోట్లు**  
**ఇవ్వాలి: పిసిసి చీఫ్ రేవంత్ రెడ్డి**

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21 ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కెసిఆర్ మునుగోడులో జరిగిన ప్రజా దీవన సభలో మునుగోడు సమస్యలను ప్రస్తావించలేదని, మరోసారి ఇక్కడి ప్రజలను మోసం చేశారంటూ టిఎస్పీ సిసి అధ్యక్షులు రేవంత్ రెడ్డి ద్వారా తీవ్రంగా పోయారన్నారు. ఆదివారం గాంధీభవన్ లో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో ప్రచారం చేసిన కెసిఆర్ మధ్యకాశ్చి, టిపిసీసీ వర్గింగ్ ప్రసిడెంట్ ఈశ్వర్ అనిల్, యువజన కాంగ్రెస్ నాయకులు అనిల్ యాదవ్ తో కలిసి మీడియా మాట్లాడారన్నారు. సిఎం కెసిఆర్ శనివారం మునుగోడు సభలో మునుగోడుకు ఏం చేసారో, ఏం చేస్తారో చెప్పలేదన్నారు. జాతీయ రాజకీయాలు చెప్పి మళ్లీ వంబింటే ప్రయత్నం చేశారన్నారు. రాజగోపాల్ రెడ్డికి కోట్ల రూపాయలు కెసిఆర్ కు సహాయం చేసినట్లు చెప్పారు. ఇద్దరి మధ్య ఉన్న రహస్య ఒప్పందం ఏమిటి? ఎందుకు సహాయం చేశారన్నారు. దాన్ని రాజగోపాల్ రెడ్డి ఇన్ కంట్రాక్ట్ లెక్కల్లో చూపించాలో చెప్పారన్నారు. రాజగోపాల్ ఆరోపణలపై సిఎం కెసిఆర్ వివరణ ఇవ్వాలి >>2

**Medifeet**  
 For EVERY step of LIFE!  
 Comfort Range | Diabetes/Ortho Range

ARCH SUPPORT  
 Enables the weight of the body to be evenly distributed and reduces pressure generated by the spinal column and joints. Give the feet balance in walking.

SHOCK ABSORBING  
 The design of the Medifeet shoe gives effective protection from the impact of walking. Saving your back, knees, hips and spine.

ANTI-SLIP  
 The sole is slip resistant, providing you with excellent traction.

ANATOMIC  
 The Medifeet footbed is pre-formed to the natural foot structure, ensuring proper support giving you maximum comfort.

REDUCE KNEE JOINT STRESS  
 REDUCE ANKLE JOINT STRESS  
 REDUCE FOOT PRESSURE CONCENTRATION  
 PROTECT FROM CORN AND CALLUS

Great fit and support! Most comfortable sandals!  
 Prynika Juneja  
 Ms. United India World 2021-22

L-1 MEN'S MFR - 1571 MEN'S MFR - 225 MEN'S ML - 675 MEN'S ML - 524 MEN'S MFR - 1307 WOMEN'S MFR - 1305 WOMEN'S ML - 1185 WOMEN'S

www.medifeet.co.in  
 Our Exclusive Range is available at all leading footwear stores. Please visit for more designs.  
 Authorized Distributor For Telangana & Andhra Pradesh - VR Traders (Vijayawada) Business Enquiry No. : 9440172307  
 Customer Enquiry No. : 9030441608, 7207643929



ఆదివారం హైదరాబాద్ లో రైతు సంఘ ప్రతినిధులతో భేటీ అయిన కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 21: తెలంగాణ పర్యటనకు వచ్చిన కేంద్ర హోం మంత్రి అమిత్ షా బీజేపీ గడిపారు. మునుగోడు నగరం వెళ్లి ముందు మొదట నగరానికి చేరుకున్న అయిన వివిధ కార్యక్రమాలలో పాల్గొని జేగంపేట విమానాశ్రయం సమీపంలోని ఒక ప్రైవేటు హోటల్ లో రైతు సంఘాల నేతలతో ఆయనకు. దాదాపు 20 నిమిషాల పాటు రైతులతో అమిత్ షా భేటీ అయ్యారు. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా వివిధ జిల్లాల నుంచి అభ్యర్థులను రైతులు, ప్రధానంగా వస్తూంటే అవార్డు గ్రహీతల వెంటబెట్టి, వందల తోటల రైతుల తదితరులు ఈ సమావేశానికి హాజరయ్యారు.

టీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వాన్ని ఆని సంవలన కాపెంట్స్ చేశారని తెలిసింది. వ్యవసాయ మోటార్లు పెట్టాలనే యోచన కేంద్రం చేయడం లేదని, దీనిపై కేసీఆర్ కేంద్రం దుష్ప్రచారం చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. గో ఆధారిత సాగు చేయాలని రైతులకు అమిత్ షా సూచనలు చేశారు. తాను 150 ఎకరాల్లో సెంట్రీయ వ్యవసాయం చేస్తున్నానని చెప్పారు. రాష్ట్రంలో ఫసల్ బీమా అమలుకాకపోవడంపై అమిత్ షా ఆరా తీశారు. వర కొనుగోళ్ల వివాదంపై సాగు రైతులతో మాట్లాడారు. ఇన్పుట్ సబ్సిడీ అందడం లేదని రైతుల అయిన దృష్టికి తెచ్చారు. పిఎం కిసాన్ యాజన రూ.2వేల నుంచి రూ.5వేలకు పెంచాలని రైతులు, అమిత్ షాను కోరారు. ఇక, అమిత్ షాతో భేటీ ముగిసిన అనంతరం రైతు సంఘాల నేతల మీడియాతో మాట్లాడుతూ... కేంద్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న ప్రధానమంత్రి ఫసల్ బీమా యాజన పథకాన్ని తెలంగాణలో కేసీఆర్ ప్రభుత్వం అమలు చేయడం లేదని, దీని

# టీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వాన్ని మాలిస్తిన రైతులకు మేలు

## ప్రకృతి వ్యవసాయం, గో ఆధారిత సాగు చేయండి

## వ్యవసాయ మోటార్లకు మీటర్ల ప్రతిపాదనే లేదు

## ఇన్పుట్ సబ్సిడీ అందడం లేదని రైతుల ఫిర్యాదు

## రైతులతో భేటీలో అమిత్ షా ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

వల్ల తెలంగాణ రైతులు బీమా సౌకర్యాన్ని కోల్పోతున్నారని అమిత్ షాకు చెప్పినట్లు రైతులు పేర్కొన్నారు. దేశ వ్యాప్తంగా భూసార పరీక్షలు నిర్వహించేందుకు కేంద్రం నిరుపా ఇవ్వద్దా...

తెలంగాణలో మాత్రం భూసార పరీక్షలు జరగడం లేదన్నారు. ఇన్పుట్ సబ్సిడీ కూడా రావడం లేదని అమిత్ షా దృష్టికి తీసుకువెళ్లినట్లు తెలిపారు. సెంట్రీయ వ్యవసాయం పెరగాల్సిన అవసరం ఉందని, తద్వారా ప్రజల ఆలోచన, రైతాంగం బాగుపడుతుందని అమిత్ షా రైతులకు చెప్పినట్లు వారు పేర్కొన్నారు. రైతుల కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేయడం లేదని, దాని వల్ల రైతుల జబ్బయింది అందుకే రైతులు వివరాలను అమిత్ షా దృష్టికి తెచ్చారు. రైతుల మోటార్లకు మీటర్లు పెట్టే ప్రసక్తే లేని, కేంద్రం వద్ద ఆ ప్రతిపాదన లేదని అమిత్ షా క్లాంటీ ఇచ్చారని, ఇదంతా నాసిస్ట్, డైవర్స్ పాలిటిక్స్ అని, కేసీఆర్ అడుతున్న పాలిటిక్స్ డ్రామా అని అమిత్ షా చెప్పారని రైతులు వెల్లడించారు. పాలిటామిక రంగం, వ్యవసాయ రంగం, గృహ వినియోగంలో ఎంత విద్యుత్ వాడకం తెలుసుకోవడం తప్ప మరో ఉద్దేశం లేదని చెప్పారని పేర్కొన్నారు. వ్యవసాయ మోటార్లకు మీటర్లు పెడుతున్నట్లగా కేసీఆర్ కు ఎవరు చెప్పారో వారే చెప్పారని, కేంద్రం వద్ద అటువంటి ప్రతిపాదన లేదని చెప్పారన్నారు. గో ఆధారిత సాగును, సెంట్రీయ వ్యవసాయాన్ని కేంద్రం ప్రోత్సహిస్తుందని చెప్పారని అమిత్ షా తెలిపారు.

## కమల తీర్థం పుచ్చుకున్న రాజగోపాల్

అమ్మడు పోలేదన్నారు. నా ప్రాణం పోయిన మునుగోడు ప్రజల తలదించుకునే పని చేయనున్నారు. అమినితివరల తెలంగాణను రక్షిస్తానన్నారు. కేసీఆర్ కుటుంబ పాలనకు వ్యతిరేకంగా మున్ముందు పెద్ద ఎత్తున కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తామన్నారు. మునుగోడు ఉపవిభాగంలో తెలంగాణ అభ్యుదయ కోసమే పోటీ చేస్తామన్నారు. తెలంగాణలో కేసీఆర్ అనుసరిస్తున్న ప్రజావ్యతిరేక విధానాలను అంతమొందించాలన్నారు. మునుగోడు అభివృద్ధి నిధుల కోసం ఎన్నోసార్లు ముఖ్యమంత్రి అపాయింట్మెంట్ కోరకు వెళ్లినా కూడా కలవలేదన్నారు. తనను సమర్థకుని ప్రజల కోసం రాజీనామా చేశాను. తన రాజీనామాతో పాపంపాపాల నేపథ్యంలో కేసీఆర్ మునుగోడుకు కదిపినట్లన్నారు. మునుగోడు ప్రజల చారిత్రాత్మక తీర్పు ఇవ్వాలని కోరారు. తెలంగాణలో జరిగే మరొక ఉద్యమానికి ప్రజలు సిద్ధం కావాలని ఆయన కోరారు. ఈ ధర్మయుద్ధంలో గెలుస్తాం, ఈ నియంత పాలనకు బుద్ధి చెప్పాలని కోనియాడారు. తెలంగాణలో అభివృద్ధి పేరు ప్రకటించే దమ్ము కేసీఆర్ కు లేదన్నారు.

## 25 నుంచి జిల్లాల్లో కేసీఆర్ పర్యటన

కార్యాలయాల అందుబాటులో వచ్చాయి. మరెన్నో ప్రాంతానికి సిద్ధంగా ఉన్నాయి. సిఎం పర్యటన సందర్భంగా అధికారులు ఏర్పాట్లను వేగవంతం చేశారు. ఈ పర్యటనలలో సిఎం ప్రతి జిల్లాలో అభివృద్ధిపై దృష్టి పెడుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. జిల్లాల్లో పర్యటించాలని సిఎం యోచిస్తున్న నేపథ్యంలో రాష్ట్రంలో రాజకీయాల మారనున్నాయి.

SINGAM KUIL BLUE SUNDAY		ROSA DEER SILVER SUNDAY	
DrawDate on: 21/08/22		DrawDate on: 21/08/22	
DAY - SINGAM SERIES Dr No:148	DAY - KUIL SERIES Dr No:148	DAY - ROSA SERIES Dr No:148	DAY - DEER SERIES Dr No:148
1st Prize Rs.100000/- 932567	1st Prize Rs.100000/- 349409	1st Prize Rs.100000/- 292632	1st Prize Rs.100000/- 434143
2nd Prize Rs.7000/- 52093	2nd Prize Rs.7000/- 55557	2nd Prize Rs.7000/- 57388	2nd Prize Rs.7000/- 19051
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
049462 15956 18127 19223 35420	00446 13467 14438 21131 32878	01213 03193 08954 23844 27868	01213 03193 08954 23844 27868
37491 52909 75791 85245 85697	44549 59996 67043 69933 71537	53382 68457 69605 76918 99042	58732 60752 78597 78690 88165
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0881 0979 1553 2768 2804 5176 6224	0532 1844 2242 2449 3752 3793 3967	0697 2316 2526 3130 3938 4035 5557	3027 5913 6781 6996 7163 7325 8437
8117 8126 9344	7030 8624 9549	6953 8378 8889	8805 9530 9970
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0059 0229 0543 0660 0862 2525 2813	0160 1586 2139 2205 2734 3693 4280	0469 0592 1680 2472 3957 5175 6500	0419 3077 3167 4464 4527 6459 6820
4075 6084 9705	6233 8721 9858	8051 8107 8757	7066 7944 8835
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0136 1695 3171 4648 5819 7703 9040	0150 1770 2912 4071 5242 6737 8745	0102 1710 3108 5051 6443 7830 9025	0081 1452 2668 3634 5331 7017 8267
0240 1771 3487 4735 6002 7776 9046	0709 1774 2953 4092 5360 6788 9181	0119 1779 3609 5151 6665 7858 9157	0357 1533 2679 3747 5440 7049 8518
0267 2066 3544 4926 6314 7806 9136	0800 1817 2996 4120 5392 7114 9396	0168 1840 3769 5227 6699 8046 9306	0445 1858 2687 4024 5744 7050 8619
0611 2271 3600 4976 6575 7963 9186	0955 1897 2993 4182 5414 7127 9408	0200 1876 3881 5280 6787 8114 9356	0560 1783 2815 4042 5779 7067 9009
0624 2292 3861 4998 6581 8798 9260	1064 1934 3022 4390 5453 7198 9478	0372 1938 4062 5362 6811 8243 9486	0609 2207 2987 4635 6136 7487 9596
0629 2543 3863 5264 6614 8147 9266	1106 1968 3088 4558 5480 7313 9610	0661 1945 4101 5450 6819 8393 9518	0639 2209 3060 4624 6137 7489 9596
0664 2652 4029 5306 6916 8185 9425	1145 2211 3215 4634 5498 7486 9660	0792 2109 4269 5513 6841 8560 9770	0704 2305 3083 4718 6259 7641 9767
0844 2669 4077 5316 6979 8196 9475	1147 2244 3118 4552 5595 7497 9705	0925 2340 4380 5855 6947 8719 9936	0716 2329 3182 4956 6382 7643 9943
1106 2704 4102 5327 6986 8436 9526	1256 2431 3349 4636 5935 7563 9792	1161 2360 4424 5903 7103 8776 9975	0999 2358 3270 5036 6402 7653 9981
1330 2731 4240 5434 7038 8674 9854	1322 2408 3444 4739 6040 7632 9935	1264 2436 4463 5925 7105 8814	1270 2375 3293 5015 6415 7831
1399 2760 4256 5466 7097 8740	1476 2639 3516 4766 6248 7742	1343 2707 4515 5957 7176 8819	1284 2425 3346 5130 6729 7908
1501 3084 4414 5615 7134 8779	1546 2657 3599 4988 6351 7750	1366 2845 4552 6067 7238 8972	1398 2527 3363 5241 6846 7977
1609 3089 4439 5706 7272 8947	1665 2745 3781 5053 6527 7959	1512 2956 4629 6197 7637 8989	1410 2537 3526 5245 6883 8044
1649 3111 4485 5731 7446 8958	1740 2804 3973 5077 6643 8010	1538 2973 4793 6257 7699 9009	1429 2642 3617 5302 6949 8263
1674 3115 4510 5793 7487 9027	1768 2859 4020 5123 6729 8324		
THANGAM VAIRAM EFFORT SUNDAY		NALLANERAM MANI EFFORT SUNDAY	
DrawDate on: 21/08/22		DrawDate on: 21/08/22	
DAY - THANGAM SERIES Dr No:148	DAY - VAIRAM SERIES Dr No:7	DAY - NALLANERAM SERIES Dr No:148	DAY - MANI SERIES Dr No:7
1st Prize Rs.100000/- 872394	1st Prize Rs.50000/- 296978	1st Prize Rs.50000/- 244990	1st Prize Rs.50000/- 543937
2nd Prize Rs.7000/- 51185	2nd Prize Rs.7000/- 47864	2nd Prize Rs.7000/- 15208	2nd Prize Rs.7000/- 35259
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
15000 16274 22317 24882 33344	00442 09937 10116 18031 20704	08882 19248 21914 30716 33724	01551 09513 30436 37931 50537
84312 84322 89807 90711 94476	50138 82115 85254 87528 88203	54524 66030 73364 79135 87176	51533 61044 71611 84028 84798
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
1126 1294 1628 3447 3504 5097 5497	0200 0972 2226 4031 4506 5446 7018	0567 1049 3540 3972 6208 6689 6756	0410 1512 2388 4372 5138 5248 5336
6015 6074 7147	7995 8724 9535	7264 7685 9309	7136 7641 9345
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
1377 2252 4619 5063 6161 6300 6373	2404 2681 5016 5035 5739 6827 8704	0316 1324 2210 3099 5573 6573 7122	0272 0527 0565 1747 2398 2655 3144
6713 8553 9392	8807 9456 9987	7534 9477 9587	6891 7768 8689
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0063 2300 3496 5107 6497 7277 9220	0066 2022 2847 4355 6234 7658 9011	0084 1219 2601 4117 5554 7211 8959	0102 1600 2613 4933 6261 7843 9191
0238 2306 3503 5442 6586 7309 9309	0205 2025 2851 4429 6273 7738 9049	0132 1384 2684 4215 5659 7342 9026	0273 1768 2921 4957 6310 7854 9463
0357 2497 3564 5461 6703 7626 9346	0448 2048 3564 5461 6703 7626 9346	0154 1400 2723 4341 5694 7472 9138	0374 1854 3016 5074 6391 7924 9464
0823 2543 3566 5477 6831 7790 9440	0473 2228 3171 4970 6582 8008 9305	0374 1441 2726 4425 5738 7482 9138	0428 1975 3038 5156 6399 7943 9481
0889 2535 3654 5424 6845 8210 9439	0717 2245 3595 5008 6618 8079 9493	0469 1514 2762 4448 5840 7599 9346	0650 2011 3483 4438 6527 7668 9178
1221 2562 3875 5547 6889 8228 9598	0731 2278 3535 5186 6688 8088 9494	0555 1526 2770 4535 6047 7636 9364	0833 2122 3226 5396 6540 7986 9678
1268 2932 3915 5586 6904 8236 9595	0903 2367 3662 5129 6701 8158 9668	0645 1707 2859 4627 6472 7111 9536	0842 2267 3322 5463 6659 8128 9794
1443 2961 4301 5630 6929 8445 9699	0905 2413 3431 5224 6785 8361 9757	0657 1809 3027 4671 6482 7712 9564	0996 2299 3601 5471 6763 8167 9830
1559 3020 4627 5659 7012 8473 9701	1027 2432 3433 5378 6791 8432 9794	0914 1899 3058 4804 6789 8079 9796	1066 2380 3170 5517 6791 8331 9942
1734 3047 4657 5825 7014 8616 9774	1071 2456 3541 5461 6807 8477 9914	0948 1942 3100 4906 6792 8187 9857	1125 2384 4136 5694 6917 8549 9968
1683 3104 4720 6135 7024 8859	1088 2505 3817 5565 6829 8616	0953 2232 3115 4962 6916 8242	1298 2387 4234 6003 7311 8528
2019 3139 4874 6357 7059 8862	1202 2602 3989 5645 7169 8733	0963 2416 3716 5297 7020 8277	1356 2390 4783 6030 7312 8661
2168 3330 4948 6392 7155 8923	1212 2687 4217 5683 7412 8788	0979 2421 3746 5298 7107 8409	1462 2442 4813 6188 7527 8748
2209 3346 4966 6477 7232 9092	1626 2775 4295 5756 7425 8789	0995 2518 3816 5257 7117 8651	1509 2473 4816 6043 7655 8759
2236 3449 5083 6487 7270 9140	1889 2799 4349 6047 7476 8943	1117 2541 4036 5419 7206 8707	1529 2567 4922 6223 7737 8843
KUMARAN VISUNU THUNDER SUNDAY		SWARNALAXMI SERIES	
DrawDate on: 21/08/22		DrawDate on: 21/08/22	
DAY - KUMARAN SERIES Dr No:148	DAY - VISUNU SERIES Dr No:148	DAY - SWARNALAXMI SERIES Dr No:148	DAY - LION SERIES Dr No:7
1st Prize Rs.50000/- 875850	1st Prize Rs.50000/- 364217	1st Prize Rs.50000/- 824575	1st Prize Rs.50000/- 443331
2nd Prize Rs.7000/- 66892	2nd Prize Rs.7000/- 83956	2nd Prize Rs.7000/- 35626	2nd Prize Rs.7000/- 56917
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
12087 17429 25797 28807 33380	00059 08264 17572 35656 39351	68409 68729 79914 81211 92540	12416 23547 23726 34943 45697
34586 35803 37154 72975 91696	61696 83039 88494 89445 98503	13978 19248 21914 30716 33724	156152 67890 78833 89561 91464
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
1214 2604 3292 4697 5330 5497 8045	0200 0452 1038 1328 2877 7157 7447	0533 1743 3748 5232 6874 8157 9439	3900 4300 4745 5100 5445 5840 6587
8244 8682 8952	8582 8988 9829	0670 8563 9853	7562 9140 9452
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0288 0537 2482 2924 3799 4363 4957	0380 0539 1251 2013 2850 4691 6869	0444 3010 4888 5076 5333 5517 6982	2041 2359 2530 2846 4230 5283 6342
5976 7041 8381	8040 8689 9572	7810 8221 9619	9136 9816 9865
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0006 1561 3038 4349 6509 8032 9136	0051 0990 3238 4051 5460 7507 9173	0131 1346 3250 4926 6244 7878 9086	0151 1701 3122 4290 5802 7489 8710
0122 1594 3147 4470 6577 8176 9275	0076 1318 3248 4193 5470 7684 9186	0076 1318 3248 4193 5470 7684 9186	1051 2711 4007 4886 7118 8265
0174 1676 3193 4519 6644 8344 9403	0077 1620 3517 4208 5546 7897 9313	0360 1475 3581 5008 6427 7994 9234	1073 2779 4014 5122 7151 8312
0206 1702 3286 4800 6643 8372 9477	0176 1674 3545 4293 5715 8031 9379	0808 1830 3923 5254 6946 8292 9638	1258 2810 4040 5135 7295 8505
0270 1855 3353 4882 6945 8375 9489	0183 1743 3632 4417 6018 8227 9515	0836 2095 4010 5498 6990 8327 9961	1363 2941 4042 5737 7441 8669
0377 1862 3534 4955 7071 8388 9546	0242 1871 3693 4468 6059 8470 9547	0847 2097 4382 5499 70	













మెగాస్టార్ బిరంజీవి అభిమానులకు ఒక రోజు ముందుగానే పుట్టినరోజు వేడుకలు ప్రారంభమయ్యాయి.. ప్రేక్షకులు ఎంతగానో ఎదురుచూస్తున్న మెగాస్టార్ గాడ్ ఫాదర్ బిరంజీవి తెలుగు, హిందీలో విడుదల చేశారు.. బిరంజీవి బిరంజీవి, సల్యాన్ ఖాన్, నయనతార, సత్యదేవ్ తో సహా ఇతర ప్రముఖ పాత్రలను వహిస్తున్న పరిచయం చేశారు.. 'ఇరవై ఏళ్లు ఎక్కడికి వెళ్లాడో ఎవరికీ తెలియదు.. నడనగా తిరిగొచ్చిన అర్జెంట్ జనలో చాలా మంది పాపులారిటీ సంపాదించుకున్నారు' 'ఇక్కడికి ఎవరోచ్చినారాకపోయినా నేను వచ్చిపోతున్నాను.. కానీ అతను మాత్రం రాకూడదు' 'దూ యూ నో హూ హి ఇస్' టైటిల్

# 'వెయిట్ ఫర్ మై కమాండ్'



హి ఈజ్ ది బాస్ ఆఫ్ ది బానెస్... అవర్ పన అండ్ ఓన్లీ గాడ్ ఫాదర్. బిరంజీవి బ్యానర్లో వినియోగించిన ఈ డైలాగులు తర్వాత గాడ్ ఫాదర్ గా మెగాస్టార్ ఎంట్రీ ఇవ్వటం పవర్ ఫ్యాక్టర్ ఫ్యాన్స్ ను డ్రైల్ చేసింది. తర్వాత బాలీవుడ్ సూపర్ స్టార్ సల్యాన్ ఖాన్ గాడ్ ఫాదర్ కు కుడి భుజంగా భారీ యాక్షన్ తో ఎంట్రీ ఇవ్వటం మరింత క్యూరియసిటీని పెంచేసింది. ' లగ్ రహ్ హై బడి లబి షానింగ్ చల్ రహ్ హై... అమ్మే ఇస్ చోటే భాల్ నా నహి'. కహితో ఆజాతా హూ మై. అంటూ గాడ్ ఫాదర్ కు మధ్య తలవగా, 'వెయిట్ ఫర్ మై కమాండ్' అని చెప్పటం ఇంట్రెస్టింగ్ గా ఉంది. బిరంజీవి ప్రతి సీక్వెన్స్ అద్భుతమైన ఎలివేషన్ తో మెగా డ్రైల్ పంచాయి. మెగాస్టార్ బిరంజీవి గాడ్ ఫాదర్ గా అదరగొట్టారు.. మెగాస్టార్ సాల్ట్ అండ్ పెప్పర్ లుక్ ఆకట్టుకుంది.. స్టైలిష్ గా కొరియోగ్రఫీ చేసిన యాక్షన్ షాట్లు డ్రైలియంట్ గా ఉన్నాయి.. బిరంజీవి వివరల్స్ బిరంజీవి, సల్యాన్ ఖాన్ జుట్లో కలిసి రావటం మెయిన్ హైలైట్.. ముందుగా చెప్పినట్లుగా ఇది బిరంజీవి అభిమానులకు, సీని అభిమానులకు, అడ్వాన్స్ మెగా బర్త్ డే ప్రజెంట్ చేసే.. సల్యాన్ ఖాన్ ప్రజెంట్ ఒక బిగ్ స్ట్రోక్ పుల్లింగ్ ఫాక్టర్ అని అంటున్నారు. ఉన్నత నిర్మాణ విలువలు, సీరిఫ్ వా అద్భుతమైన కెమెరా పనితీరు, థమన్ డీజీఎం అవుట్ స్టాండింగ్ గా ఉన్నాయి.. దర్శకుడు మోహన్ రాజా అన్ని వనరులను సమర్థవంతంగా ఉపయోగించుకున్నారని బిరంజీవి స్పష్టంగా తెలుస్తోంది.. బిరంజీవి సినిమాపై భారీ అంచనాలను పెంచేసింది. అరబి చౌదరి, ఎస్వీ శ్రీనివాస్ సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్న ఈ భారీ చిత్రాన్ని కోటివెల సురేఖ నమోదుస్తున్నారు. ఈ ఏడాది దసరా కానుకగా గ్రాండ్ గా విడుదల చేయటానికి మేకప్ నన్నాహులు చెప్పారు.



# 'భోళాశంకర్' రిలీజ్ డేట్



మెగాస్టార్ బిరంజీవి, స్టైలిష్ మేకర్ మెహర్ రమేష్ క్రేజీ కాంట్రీ నేషనల్ రాజోతున్న మెగా మూవీ యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ భోళా శంకర్.. రామబ్రహ్మం శంకర్ నిర్మిస్తున్న ఈ భారీ చిత్రం విడుదల తేదీని ఖరారు చేశారు.. ఈ చిత్రం సమ్మర్ సెయిన్ లోగా వచ్చే ఏడాది ఏప్రిల్ 14న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది.. రిలీజ్ డే శుక్రవారం అంటే దర్శక జయంతి పబ్లిక్ హాలిడే, దాని తర్వాత వీకెండ్ సెలవులు వస్తాయి అంటే.. బాజ్ నా ఫీసు వద్ద మూడు రోజులపాటు మెగా ర్యాంజిట్ భాయం అంటున్నారు. కాగా ఆగస్టు 22న బిరంజీవి పుట్టిన రోజు సందర్భంగా భోళాశంకర్ ట్రాండ్ స్టూ ఫ్యాన్స్ ను విడుదల చేస్తూ ప్రకటించారు. పోస్టర్లో బిరంజీవి చాలా స్టైలిష్ గా నడుస్తూ డ్రైడెంట్ కీలైన్ ను తిప్పుతూ మెగా స్టైలిష్ గా కనిపించారు.. హీరోలను స్టైలిష్ గా ప్రజెంట్ చేయటంలో పేరు తెచ్చుకున్న మెహర్ రమేష్ డ్రైడెంట్



# హై ఓల్ట్రా యాక్షన్ సీక్వెన్స్

కింగ్ నాగార్జున క్రియేటివ్ డైరెక్టర్ ప్రవీష్ సత్యం క్రేజీ కాంట్రీనేషన్ లో వస్తున్న హై ఓల్ట్రా యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ 'ది హైస్టోరీ'. మునుపెన్నడూ చూడని పాత్రలో వహిస్తున్న బిరంజీవి బిరంజీవికి చెల్లెలు పాత్రలో నటిస్తోంది. దాణ్ణి బిరంజీవి తన ముగ్గురు ప్రధాన పాత్రలో కనిపిస్తుంది.. క్రియేటివ్ కమర్షియల్స్ కలిసి అనిల్ సుందర్ ఎంబర్లైన్ మెంట్స్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తోంది.. మహాత్ సురేష్ గార్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.

# బాపట్ల ఎంపి సురేష్ బయోపిక్

అతిసామాన్య దళిత కుటుంబంలో పుట్టిన వ్యక్తి తన సమస్య సిద్ధాంతాల కోసం నిజాయితీగా పోరాటం చేస్తూ ఒక బలవంతుడైన నాయకుడైనా ఎలా ఎదిగాడు, అనేది ఈ చిత్రం కథ. సురేష్ ప్రొడక్షన్స్ పతాకంపై ఆగస్టు 1 నక్షత్ర జంటగా సురేష్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై నందిగం వెంకటేశ్వరరావు, నానాజీ మిరియాల దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న చిత్రం బాపట్ల ఎంపి సురేష్..



చిత్రం పూజా కార్యక్రమాల హైదరాబాద్ లోని రామానాయుడు స్టూడియోస్ లో ఘనంగా జరిగాయి. కార్యక్రమానికి బాపట్ల ఎంపి నందిగం సురేష్ ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు.. పూజాకార్యక్రమాల అనంతరం ఆగస్టు 1 నక్షత్ర హీరో హీరోయిన్లతోలి సన్నివేశానికి ఎంపి నందిగం సురేష్ క్లాస్ ఇచ్చారు.. ఈ చిత్ర నిర్మాతల కుమారులు దేవన్, ప్రీన్స్ కెమెరా సిగ్నల్స్ చేశారు. అనంతరం యూనిట్ మీడియాతో మాట్లాడింది.. చిత్ర నిర్మాత నందిగం వెంకటేశ్వరరావు, చిన్నప్పడు నంది తమ్ముడు నాథ్ చేసి జర్నీ తర్వాత యాక్ట్ ప్రెసిడెంట్ గా ఎదిగిన వైనం ఆ తర్వాత కొన్ని దుష్టశక్తులు అణిచివేయటం చేయరాని, చేయలేని, చేయకూడని సంఘటనలో మా తమ్ముడిని ఇరికించాలని చూడటం, అక్కడ నంది జగన్ మోహన్ రెడ్డి గారు మంచి మనసుతో సపోర్ట్ ఇవ్వటం ఆ తర్వాత జగన్ గారి సపోర్ట్ లో ఎలా ఎంపి అయ్యారు అనేది కథాంశమన్నారు. ఈ కథను చెప్పటం కంటే తెరపై మాస్ట్ బాగుంటుంది అన్నారు. కార్యక్రమంలో చిత్ర దర్శకుడు నానాజీ మిరియాల, చిత్ర హీరో ఆగస్టు, హీరోయిన్ నక్షత్ర తదితరులు మాట్లాడారు.

# 'సామాన్యడి ధైర్యం' ప్రారంభం

శ్రీలక్ష్మి వెంకటేశ్వర ఎంటర్టైన్మెంట్ పతాకంపై ప్రొడక్షన్ నెం1గా సిపావ్. నరేష్ హీరో రామ్ బొత్తు దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న చిత్రం సామాన్యడి ధైర్యం.. రమణ కొలారు ఓ కీలకపాత్రలో నటిస్తూ నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రం ప్రారంభోత్సవం ఆదివారం ఫిలిం ఫౌండేషన్ లో జరిగింది.. తెలుగు ప్రొడ్యూసర్స్ కోస్టల్ సెక్టర్ ప్రసన్నకుమార్ తోలి సన్నివేశానికి క్లాస్ ఇచ్చారు.. ప్రముఖ పాత్రికేయుడు వినయకరావు, నిర్మాత తమ్ములవల్లి రామనాథనారాయణ స్పృహను అందించారు. సీనియర్ దర్శకుడు సాగర్, వడ్లవల్లి మోహన్, లయన్ సాయి వెంకటేశ్వర, భాస్కర్ సాగర్ యూనిట్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు. నిర్మాత రమణ కొలారు, దర్శకుడు రామ్ బొత్తు తదితరులు మాట్లాడారు.

# లైగర్ కుమ్మేస్తుంది. నేను గ్యారెంటీ

పానెండ్ యొక్క స్టార్ విజయ్ దేవరకొండ, సోత్ క్రేజీగా డైరెక్టర్ పూరిజగన్నాథ్ క్రేజీ పాన్ ఇండియా ప్రాజెక్టు లైగర్.. ఆగస్టు 25న విడుదల కాబోతోంది.. మైక్ టైసన్ ఈ సినిమాతో ఇండియాన్ స్ట్రీమ్స్ కుమ్మేస్తున్నారు.. పూరి కన్వెన్ట్, దర్శక ప్రాడక్షన్ కలిసి నిర్మిస్తున్నాయి.. తెలుగు, హిందీ, తమిళ, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లో ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోంది. ఈ నేపథ్యం



లో గుంటూరులో లైగర్ ప్రీరిలీజ్ ఈవెంట్ ను ఘనంగా నిర్వహించారు. విజయ్ దేవరకొండ మాట్లాడుతూ, నా కెరీర్ లో బిగ్ స్టూ మామీ లైగర్ అన్నారు.. చాలా అద్భుతంగా వచ్చిందన్నారు. జలాంటి సినిమాను మీ వద్దకు తీసుకురావాలని ఎంతగానో ఎదురుచూశాను అని అన్నారు. ప్రమాదాన్ని రోజుకో సీట్ లో ఉంటున్నామన్నారు. ఇండియాలో ఎక్కడికి వెళ్లితే అవికాగా ప్రేమించారని, ఆ ప్రేమను మర్చిపోవాలని అన్నారు.. అరవై ఏళ్ల తర్వాత కూడ గత 20 రోజుల్లో జరిగిన ఈవెంట్స్ అందమైన జ్ఞాపకాలుగా గుర్తుండిపోతున్నాయి.. అంత బలమైన జ్ఞాపకాలు తనకు ఇచ్చారన్నారు. ఇప్పుడు నేను మీకు మంచి జ్ఞాపకం ఇవ్వాలి. మీరు గుర్తు పెట్టుకునే సినిమా ఇస్తే నా పర్సన్ నెరవేరింట్ అన్నారు. అందులో ఒక అడుగు లైగర్ అని బలంగా నమ్ముతున్నానని, పూరి, చార్మిగారు, ఈ కథ చెప్పినవరకు నా మనసులో వచ్చిన మాట మెంటల్.. ఈ సినిమాను ప్రేక్షకులకు త్వరగా చూపించేయాలనే ఎక్స్ యింటెంట్ కానీ మూడేళ్లు పట్టిందన్నారు.. ఇప్పుడు కేవలం 5 రోజుల్లో విగిలించారు.. నేను గ్యారెంటీ ఇస్తున్నా లైగర్ కుమ్మేస్తుంది.. మీరు నా కోసం కొలి చేయాలని ఆగస్టు 25న గుంటూరుని షేక్ చేయాలన్నారు.. ఈ డేడ్ కుంచి ఇండియాకు ఒక నందేకం ఇవ్వాలని అనుకుంటున్నానని, ఆగస్టు 25 వాక్ లాగా దేంగ్ అన్నారు. కార్యక్రమంలో పూరి జగన్నాథ్, అనన్య పాండి, చార్మి, వివే తదితరులు మాట్లాడారు.

# యాక్షన్ అడ్వెంచర్ డ్రిల్లర్

లేడీ లయన్ క్రియేటివ్స్ పతాకంపై విశ్వ కార్తీ కేయ, రిషికా కపూర్ జంటగా ఆనంద్ కొలారుని దర్శకత్వంలో రాజు గుడిగుంట్ల నిర్మిస్తున్న చిత్రం ఎన్ అవర్.. చిత్రం పూజా కార్యక్రమాలు హైదరాబాద్ లోని రామానాయుడు స్టూడియోస్ లో ఘనంగా ప్రారంభించారు.. ఈ కార్యక్రమానికి దర్శక, నిర్మాత ఎస్వీ కృష్ణారెడ్డి, నిర్మాతలు ఎం రత్నం, అచ్చిరెడ్డి, దామోదర ప్రసాద్ బెక్కం వెంకటేశ్వర్, ప్రసన్నకుమార్, టీఎన్ రావు, తదితరులు ముఖ్యపాత్రల్లో నటిస్తున్నారు.. హీరోహీరోయిన్ల మధ్య తొలి సన్నివేశానికి నిర్మాత దామోదర ప్రసాద్ క్లాస్ ఇచ్చారు. నిర్మాత బెక్కం వెంకటేశ్వర్ కెమెరా సిగ్నల్స్ చేశారు. ప్రముఖ దర్శకుడు ఎన్ కృష్ణారెడ్డి గౌరవ దర్శకత్వం వహించారు. ముఖ్యఅతిథిగా ఎం రత్నం ఈ చిత్రం రోస్టర్ ను విడుదల చేశారు. అనంతరం యూనిట్ మీడియాతో మాట్లాడింది.. ఎం రత్నం మాట్లాడుతూ, ఫార్వెడ్ బ్యాక్ డ్రాఫ్ట్ తెరకెక్కుతున్న చిత్రం టైటిల్ డిఫరెంట్ గా ఉండవచ్చు. మంచి అడ్వెంచర్ కథతో వస్తున్న ఈ సినిమా గొప్ప విజయం సాధించాలన్నారు. చిత్ర నిర్మాత రాజు గుడిగుంట్ల మాట్లాడుతూ, దర్శకుడు నాకు చెప్పిన కథ సఫలంగానే చూస్తున్నానని అన్నారు.. కథ చాలా డిఫరెంట్ గా ఉంటుందన్నారు.. అందరు ఆర్టిస్టులు, సాంకేతిక నిపుణులు బాగా పనిచేశారని అన్నారు.. నెక్స్ట్ మంత్ లో ఈ మూవీ మాటింగ్ ప్రారంభం అవుతుందని అన్నారు. మంచి అడ్వెంచర్ కథతో వస్తున్న చిత్రం ప్రేక్షకులకు కచ్చితంగా నచ్చుతుందన్నారు. కార్యక్రమంలో చిత్ర దర్శకుడు ఆనంద్ కొలారు, హీరో విశ్వకార్తీయ, హీరోయిన్ రిషికా కపూర్, లంకాదాసర్ ప్రసాద్ రావు తదితరులు మాట్లాడారు.



# ఫ్యాషన్ ఎంపికలో స్పెషల్ స్టైల్...

రకుల్ ప్రీత్ సింగ్.. తాజాగా బాలీవుడ్ కెరీర్ పై దృష్టిసారించింది.. అంతేకాదు గ్లామర్ గేట్లను మరింత ఓపెన్ చేస్తోందని అంటున్నారు. జీవితం తన మాల్టిఫేర్ డ్రైమ్ లో చెలరేగి పోయింది.. ఫ్యాషన్ ఎంపికలో తనదైన మార్కెట్ ఫ్యాన్స్ కు కునుకు రాకుండా అగ్గిరాజేస్తోంది.. రీసెంట్ గా ఈ భాష పింట్ డిజైన్ లో కనిపించింది. పింట్ స్ట్రీట్, అదే రంగు సిగ్నల్ లో బాజులో అందాల విడుదల అభిమానులకు వచ్చింది.. తనదైన హాట్ ఫోజులో రచ్చకేసింది.. ఈ ఫోటోలు ఇప్పుడు అంతర్జాలంలో వైరల్ అయి కూర్చున్నాయి.. ఇక అభిమానులు ఊరుకుంటూ అంతే వేడి కామెంట్లతో అంతర్జాలంలో మరింత హీట్ ను పెంచుతున్నాయి. కెరీర్ పరంగా చూస్తే దాదాపు 6 సినిమాలతో బిజీగా ఉంది.. అమ్మ నటించిన డాక్టర్ జీ రిలీజ్ కు రెడీ అయ్యింది.. 'లీపుడ్ లో' శంకర్ దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఇండియన్ 2లో నటిస్తోంది.

# వెచ్చటి నీళ్లు ఎంతో శ్రేష్టం



మనకు పోషకాహారం ఎంత అవసరమో నీళ్లు కూడా అంతే. ఇతర కాలాల్లో మామూలు నీళ్లే తాగినా.. ఎండకాలం చల్లటి నీటితో సేదతీరుతాం. ఏ కాలంలోనైనా రోజుకు రెండు లీటర్ల నీళ్లు తాగమని, ఆవి గోరువెచ్చగా ఉంటే మరింత శ్రేష్టమని పాతవైద్యులు చెబుతున్నారు ఆలోచ్య నిపుణులు. ఇది ప్రయోజనమో ఇలాంటి అర్థమే. ఇక ఇంటిల్లిపాడి వెచ్చటి నీళ్లు తాగేలా చేడటం తక్కువ.

• నెలనెలలో వచ్చే అనేక సమస్యలు గోరువెచ్చటి నీళ్లతో పరిష్కారమవుతాయి. ఆ సమయంలో కలిగే విసుగూ అలసటా తగ్గుతాయి. మొటిమలు రావు. చుండ్రు రాదు. జుట్టు రాలదు. కుడుళ్లు బలపడతాయి. గోరువెచ్చటి నీళ్లలో నిమ్మరసం

లేకుండా సులభంగా తాగేయొచ్చు.

• వాతావరణం చల్లగా ఉన్నప్పుడు గోరువెచ్చటి నీళ్లు తాగితే బద్దం తగ్గి ఉల్కాసం గా ఉంటుంది. శరీరం వేడి వుంజుకుంటుంది. ముక్కు, దిబ్బడ, గొంతు పూడుకు పోవడం, మాటలో జీర, శ్వాస ఇబ్బందులు సయమవుతాయి. చలి, వణుకు లాంటి లక్షణాలు ఎప్పుడూ ఉంటే ఇట్టే తగ్గిపోతాయి.

• వెచ్చటి నీళ్లతో అవయవాలన్నీ ఉత్తేజితమవుతాయి. కండరాలు బిగుసుకుపోవు. జీర్ణప్రక్రియను పుష్టిచేసి మలబద్ధక సమస్యను నివారిస్తాయి. 6. నకాల పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. రక్త ప్రసరణ సాఫీగా సాగుతుంది. శరీరంలో మలినాలన్నీ



# పూసలు, రాళ్ల నగల సాగసులు

ఆభరణాలను ఇష్టపడని మగవ పుండడం అతిశయోక్తి కాదేమో! ఇందులో పూసలు, రాళ్ల పొడిగిన నగలు చూడకట్టగా ఉండడం మాత్రమే కాదు, నలుగురిలో మీరే ఆకట్టుకునేలా కనిపిస్తారు. కమ్మలు, నెక్లెస్ జతగా కొన్ని అయితే కేవలం చెవి కమ్మలు మాత్రమే ఇప్పుడు మార్కెట్లో అందుబాటులో ఉన్నాయి. పండుగల సీజన్ మొదలైంది కదా! మీ స్ట్రోమతకు తగిన నగల్ని సెలెక్ట్ చేసుకోండి..



మంచిదైతే ఊరు మంచినీటిలో అన్నది నానండి. ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు ఆలోచనల్ని, నలుగురిలో ఉన్నప్పుడు నాలుకను అదుపులో ఉంచుకోగలిగితే మన జీవితం అదుపు తప్పకుండా ఉంటుంది. నోటిని అదుపులో పెట్టుకుని అందరితో మర్యాదగా మాట్లాడతూ పద్ధతిగా నడుచుకుంటూ ఉంటే ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా మంచే జరుగుతుంది. చెడు మాటలు మాట్లాడక,

నంభం.. మనసులను ఆహ్లాద పరిచే లేక దుఖభరితం చేసే శక్తివంతమైన ఆయుధం మాట. ఇతరులకు మనం చెయ్యగలిగే ఒకే ఒక సహాయం ముఖం నిండా చిరునవ్వు అనే ఆభరణాన్ని ధరించి వారికి స్వాగతం కలిగించేలా ఒక చల్లని మాట మాట్లాడడం. దీని వలన అందరికీ భయాందోళనలు తగ్గి మనస్సులో ఆహ్లాదం కలుగుతుంది శాస్త్ర వాక్యం. అందుకే ముద్దు భాషణం అనేది మానవులకు పుండాలైన సుగుణం అని పెద్దలు చెబుతారు. అవతలి వారు ఎంత ధుమ

## వాగ్భాషణం

తదాస్య దేవతలందరూని అందుకే. మంగళకరమైన మాట తీరు మానవుడు సంస్కారానికి గిడురాయి. మితంగా, హితంగా మాట్లాడాలి. మానవుడికి గౌరవం తెచ్చేవి ఇవే అనేవారు గాంధీజీ. మంచి మాట ద్వారానే లోకాన్ని గెలుచుకోగలం అట్రియమైన మాటల వలన మానవ సంబంధాలు క్షీణిస్తాయి. కుటుంబాలు దూరమౌతాయి ఎప్పుడూ నవ్వుతూ సమస్యల మాట్లాడుతూ ఉండాలి. మధుర భాషణం వల్ల మర్యాద లభిస్తుంది. మాట విలు అమూల్యం అనంతరం, చెడిపోవడం, బాగుపడడం రెండూ

- సి.హెచ్. ప్రతాప్

# ఆవు పేడతో.. రంగుల వ్యాపారం

జయపురకు వెళ్లి అక్కడ పేడతో తయారే నేర్చుకోవడానికి ప్రభుత్వం అందించే శిక్షణలో చేరింది. **800 రకాలు..** సొంతూరు ఒడిశాకు చెరుకున్న దుర్గ గ్రీన్ ఫీల్ పెయింట్స్ పేడతో 2021లో పేడ నుంచి పెయింట్ తయారీ మొదలుపెట్టింది. శిక్షణ తీసుకోవడం చేసి. దాన్ని ప్రయోగాత్మకంగా కార్యాచరణలో పెట్టడం చేసి. ఈ క్రమంలో చాలా సవాళ్లు ఎదురయ్యాయి దుర్గకు. ప్రభుత్వ సహకారంతో బాధ్యుర సమయంలోని ఓ గ్రామంలో 2,500 చదరపు అడుగుల చోటలో ఫ్యాక్టరీ ఏర్పాటు చేశా. స్టానికలు, చుట్టుపక్కల గ్రామస్థుల నుంచి పేడను కేజీ రూ.5 చొప్పున కొనుగోలు చేస్తున్నాం. దాన్నుంచి మెక్సికన్లూ మాకు కావాల్సిన ప్రవహార్లూ వేరు చేస్తాం. కాలియం కలిపి ప్రత్యేక విధానాలతో పెయింట్ తయారుచేస్తాం. ఈ పెయింట్లో 30 శాతం పేడ ఉంటుంది. ఆ తర్వాత దీనికి కావాల్సిన రంగులను కలుపుతాం. రంగుల తయారీ కూడా సహజసిద్ధంగానే ఉంటుంది. ఈ రంగులు యాంటి బ్యాక్టీరియల్, యాంటి ఫంగల్ గుణాలు కలిగి ఉంటాయి. దీన్ని ఇంటా, బయట కూడా వినియోగించొచ్చు. ఎటువంటి వాతావరణానికి పాడవ్వదు. సాధారణ పెయింట్ ఇవ్వు లకే దీంతోనూ వస్తుంది. ప్రస్తుతం రంగులన్నింటిలో 800 రకాల పెయింట్ తయారుచేస్తున్నాం అని చెబుతోంది దుర్గ.

**మార్కెటింగ్లో..** ఒడిశాలో ఇలా పేడతో పెయింట్ తయారుచేయడం తొలిసారి కావడంతో దీనిపై చాలామందికి అవగాహన లేదు. అందరిలోనూ దీనిపై



అవగాహన కలిగించడానికి ప్రయత్నిస్తూనే మరోవైపు మార్కెటింగ్ కూడా చేస్తోంది దుర్గ. ఒడిశాను ప్లస్టిక్ నుంచి ప్రస్తుతం ఆర్థిక వస్తువుగా దేశవ్యాప్తంగా దీని గురించి తెలియజేయాలనుకుంటోంది. అందుకే రాష్ట్రవ్యాప్త ప్రాంతాల్లో జరిగే సెమినార్లకు హాజరై. ఈ రంగుల గురించి చెబుతోంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న కాలేజీల్లో పర్యటించి వీటి గురించి వివరిస్తోంది. త్వరలో 'గ్రీన్ ఫీల్ పెయింట్స్' నుంచి 'నేచురల్ వాల్ పుష్టి' అభ్యంత కానుంది. ప్రస్తుతం ఆన్లైన్ ద్వారా ఈ పెయింట్లు విక్రయిస్తుండగా, ఈ ఏడాదిలోపు ప్రతి హార్వేర్ దుకాణంలోనూ వినియోగదారుడికి వీటిని అభ్యంతమయ్యేలా చూస్తానంటోంది దుర్గ.

మంచిదైతే ఊరు మంచినీటిలో అన్నది నానండి. ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు ఆలోచనల్ని, నలుగురిలో ఉన్నప్పుడు నాలుకను అదుపులో ఉంచుకోగలిగితే మన జీవితం అదుపు తప్పకుండా ఉంటుంది. నోటిని అదుపులో పెట్టుకుని అందరితో మర్యాదగా మాట్లాడతూ పద్ధతిగా నడుచుకుంటూ ఉంటే ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా మంచే జరుగుతుంది. చెడు మాటలు మాట్లాడక,

నంభం.. మనసులను ఆహ్లాద పరిచే లేక దుఖభరితం చేసే శక్తివంతమైన ఆయుధం మాట. ఇతరులకు మనం చెయ్యగలిగే ఒకే ఒక సహాయం ముఖం నిండా చిరునవ్వు అనే ఆభరణాన్ని ధరించి వారికి స్వాగతం కలిగించేలా ఒక చల్లని మాట మాట్లాడడం. దీని వలన అందరికీ భయాందోళనలు తగ్గి మనస్సులో ఆహ్లాదం కలుగుతుంది శాస్త్ర వాక్యం. అందుకే ముద్దు భాషణం అనేది మానవులకు పుండాలైన సుగుణం అని పెద్దలు చెబుతారు. అవతలి వారు ఎంత ధుమ

తదాస్య దేవతలందరూని అందుకే. మంగళకరమైన మాట తీరు మానవుడు సంస్కారానికి గిడురాయి. మితంగా, హితంగా మాట్లాడాలి. మానవుడికి గౌరవం తెచ్చేవి ఇవే అనేవారు గాంధీజీ. మంచి మాట ద్వారానే లోకాన్ని గెలుచుకోగలం అట్రియమైన మాటల వలన మానవ సంబంధాలు క్షీణిస్తాయి. కుటుంబాలు దూరమౌతాయి ఎప్పుడూ నవ్వుతూ సమస్యల మాట్లాడుతూ ఉండాలి. మధుర భాషణం వల్ల మర్యాద లభిస్తుంది. మాట విలు అమూల్యం అనంతరం, చెడిపోవడం, బాగుపడడం రెండూ

- సి.హెచ్. ప్రతాప్

ప్రజలకు రక్తం, రక్త దానం విలువ తెలపాలనే ఉద్దేశ్యంతో రక్త దాతల దినోత్సవం ప్రతి సంవత్సరం జూన్ 14వ తేదీన నిర్వహించడమైంది. Donating blood is an art of Solidarity అనే వీమ్తో 2022వ సంవత్సరం మెక్సికోలో ప్రారంభమవుతుంది. ఇది వెలంటీర్ ప్రాసెస్ అని చెప్పవచ్చు. దీనికి ఎటువంటి రుసుం లేదనిపిస్తారు. ప్రతి రెండు సెకన్ల కొకసారి రక్తం అవసరమవుతుంది. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో మనిషికి 1-10 పింట్స్ రక్తం అవసరంవచ్చుంది. 1 యూనిట్ = 500 ఎం.ఎల్. దాతల నుండి సేకరించిన రక్తాన్ని ఎర్ర రక్త కణాల రూపంలో 42 రోజుల వరకు, ఫ్లేట్ బ్యాంక్ రూపంలో 5 రోజుల వరకు, ప్లాస్మా రూపంలో ఒక సంవత్సరం వరకు బ్లడ్ బ్యాంక్లో 4-6 డిగ్రీల సె. వద్ద నిల్వ చేస్తారు. రక్తం గడ్డ కట్టకుండా ఉండడానికి ఆసిడ్ సిట్రేట్ డైక్లోజ్, ఫాస్ఫేట్ (ఎసిడ్ అండ్ సివిడి)ని ఉపయోగిస్తారు. బ్లడ్ డోనేషన్ ప్రాసెస్ అంతా 10-15 నిమిషాల్లో అయిపోతుంది. ఇది సులభమైన, త్వరితమైన, సరళీకృతమైన పద్ధతి. ఫ్లేట్ బ్యాంక్ డోనేట్ చేయడానికి 90 నిమిషాలు పడుతుంది. ప్రతి రోజు 38,000 మంది రక్తదాతలు రక్తదానం చేస్తున్నారని అంచనా. ఈ సంవత్సరం వీరి సంఖ్యకు మరింత పెంచాలనే ఉద్దేశ్యంతో ప్రజలలో అవగాహనని పెంపొందించడానికి ఆరోగ్య, స్వచ్ఛంద సంస్థలు ముందజ వేస్తున్నాయి. మన దేశంలోని బొంబాయిలో 65 సంవత్సరాల వృద్ధుడు జ్యోతింద్ర మిశ్రా గత 40 సంవత్సరాలలో 151సార్లు బ్లడ్ డోనేట్ చేసి రికార్డ్ సృష్టించాడు. వరల్డ్ బ్లడ్ డోనేటర్స్ అసోసియేషన్ జేమ్స్ హారిసన్(81 ఓ.ఆ.టి), 1,173 సార్లు రక్తదానం చేసి ప్రపంచ రికార్డ్ సృష్టించాడు.

**లాభాలు :** రక్తదానం చేయడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఎక్కువ రోజులు జీవన ప్రమాణాల్ని పెంపొందించవచ్చు. అధిక బరువు పెరగరు. బరువు తగ్గుతారు. శరీరంలోని లిపిడ్, స్ట్రోన్, గుండె, కిడ్నీ వంటి అవయవలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. శరీరంలో వరన్ లెవల్స్ పెరగడం వల్ల రక్తపోషణ వంటి ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తవు. రక్త దానం వల్ల హార్ట్ ఎటాక్, కేన్సర్ వ్యాధులు దరిచేరవు. డిస్పోజిబుల్ సిటిజన్లకు ఉపయోగించడం వల్ల ఇన్సైజ్షన్ దరి చేరవు. 4-6 వారాలకంటే రక్తం రికవరీ అవుతుంది. ఎర్ర రక్త కణాల జీవిత కాలం 120 రోజులే కాబట్టి ప్రజలు స్వచ్ఛందంగా రక్త దానం చేయవచ్చు. రక్తదానం ఇచ్చిన తర్వాత 6-8 గంటల విశ్రాంతి అవసరం. ఎందుకంటే కొందరిలో ఫిజికల్ వీటిస్, నొప్పి, కళ్లు తిరిగివచ్చుతుంటుంది. విశ్రాంతి, వాంతి వచ్చినట్లయితే వంటి లక్షణాలు

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అన్ని దేశాల్లోని టాయి. ఎనర్ రాపడా నికి ఐరన్ ఉన్న అహారాన్ని పంపు, పంపు రసాలు, సులభంగా జీర్ణమైన అహారాన్ని తీసుకోవచ్చు. అవరీ శుభ్రమైన, అవేచాల్ ఫుడ్స్, డ్రగ్స్, ఆల్ట్రాసోన్ తీసుకోవచ్చు. రక్తదానం ఇచ్చిన వెంటనే డీ హైడ్రేషన్ లేకుండా నీళ్లు, గంజ పంపు రసాలు, జ్యూస్లు తీసుకోవచ్చు. వెంటనే ఎక్సర్సైజులు, అధిక పనితీరు చేయరాదు. ఇన్ను లిన్ పేషంట్స్, ఎయిడ్స్, డ్రగ్స్, స్టెరాయిడ్స్,

## రక్తదాన ప్రాధాన్యత-2

జెసిటిక్, దీర్ఘకాలిక రోగులు రక్తదానం చేయరాదు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 2% నుంచి 5% మంది రక్తదాతలున్నారు. నేషనల్ లెవల్లో తీవ్ర, తమిళనాడు, వెస్ట్ బెంగాల్, మహారాష్ట్రలో 93%, తక్కువగా 2% మహిళల్లో వాలంటీ బ్లడ్ డోనేటర్స్ ఉన్నారు. రోగుల ఆరోగ్య సంరక్షణ, జీవన సరళి మెరుగుపర్చడమే ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవ ముఖ్య ఉద్దేశ్యం.

## చిన్నారులు పాఠశాలకు వెళుతుంటే..

ప్రశాంతంగా వసలున్న పూర్తి చేసుకోవచ్చని పిల్లలకు అవగాహన కలిగించాలి. అల్పాహారం వల్ల ప్రయోజనాలు చెప్పాలి. అలాకా ఉదయం నుంచి కోప్పడి, దండ్రివండు, అలాగైతే చదువు మానిపించేస్తా అంటూ మాట్లాడకూడదు. ఇది వారి లేత మనస్సులో ఆందోళన ఒత్తిడిని పెంచుతాయి. వారి శారీరక, మానసిక ఎదుగుదల ప్రభావితమవుతుంది. చదువులో వెనకబడతారు.

**ఫోన్లో..** సెల్ ఫోన్ల పిల్లలకు ఫోన్ లేదా టివికి అలవాటుపడి ఉంటారు. ఇప్పుడు ఆకస్మాత్తుగా వాటి నుంచి దూరంగా ఉండడానికి ప్రయత్నించాలి అని చెప్ప ప్రభావం చూపుతుంది. ఈ అలవాటును క్రమేపీ తగ్గించాలి. సూర్యుని వచ్చిన పిల్లలకు నిద్ర తీసుకున్నా కేటాయింది ఫోన్ లేదా టివికి అనుమతించాలి. ఆ తర్వాత హోంవర్క్ పూర్తి చేయాలనే నిబంధన ఉండాలి. స్నేహితులతో కాసేపు ఆడుకునేలా ప్రోత్సహించి, క్రమేపీ స్క్రీన్లను దూరమవుతారు. నిద్రయే ముందు ఆ రోజు పాఠశాలలో జరిగిన విశేషాలు, పాఠ్యాంశాల గురించి అడగండి. వారు చెప్పే ప్రతి విషయాన్ని శ్రద్ధగా విన్నా. పాఠాలు అర్థమవు తున్నా యో లేదో తెలుసుకోవాలి. కొత్త స్నేహితుల గురించి చెప్పి మనాలి. ఇవన్నీ వారిలో ఉత్సాహాన్ని నింపుతాయి. చదువుపై ఆసక్తిని పెంచుతాయి. అందికాక వారానికొకసారి తరగతి ఉపాధ్యాయులను కలిసి పిల్లల ప్రవర్తన, చదువు గురించి వివరాలు సేకరించాలి. అలాగే పిల్లల సమస్యలనూ వారికి చెప్పాలి.

కొందరు పిల్లలు స్కూల్కు ఉత్సాహంగా బయలుదేరితే, కొందరు మాత్రం రోజూ మానేస్తానంటారు. ఇలాంటి వారి విషయంలో ఏం చేయాలో నిపుణులు చెబుతున్నారు..

రోజూ నిద్ర తీసుకోవచ్చని పిల్లలకు అవగాహన కలిగించాలి. అల్పాహారం వల్ల ప్రయోజనాలు చెప్పాలి. అలాకా ఉదయం నుంచి కోప్పడి, దండ్రివండు, అలాగైతే చదువు మానిపించేస్తా అంటూ మాట్లాడకూడదు. ఇది వారి లేత మనస్సులో ఆందోళన ఒత్తిడిని పెంచుతాయి. వారి శారీరక, మానసిక ఎదుగుదల ప్రభావితమవుతుంది. చదువులో వెనకబడతారు.

కంచండి. కుర్చీలో కూర్చున్నట్లుగా ఉండి రెండు చేతులతో రెండు బాటిళ్లను కాళ్ళపై పెట్టుకుండా 30 సెకన్ల పాటు ఉండండి. ఇవి ఎముకల్ని దృఢపరిచేవే! రోజూ మొత్తంలో ఎప్పుడు వీలు కుదిరినా చేస్తుంటే 200 కేలరల వరకూ ఖర్చు అవుతాయట. **ఫైంక్ :** బోర్డు పడుకోవాలి. మోచేతులు, అరీ కాళ్లను అదారంగా చేసుకొని శరీరం మొత్తాన్ని పైకి లేపి ఉంచాలి. 30 సెకన్లు అలా ఉండటానికి ప్రయత్నించాలి. ఓ పది

## వ్యాయామంతో మేలు

స్ట్రెస్ చేయాలి! రోజులు గడిచేకొద్దీ సమయాన్ని క్రమంగా పెంచుకొంటూ వెళితే సరి. 100 కేలరలు కరుగుతాయి. ఆదనంగా పొట్టు వద్ద కొవ్వు కరుగుతుంది. వెన్నముక్ గడ్డి పడతుంది. **ఆధారం :** ఎముకలకే కాదు.. గుండె ఆరోగ్యానికి ఇది మేలంటారు నిపుణులు. పిరుదులు, నడవడం దగ్గర చేరుకున్న కొవ్వుని కలిగిచేస్తుంది. 30 నిమిషాలు చేస్తే 280 కేలరలు దూరం చేసుకోవచ్చు.

