

- Aashwi Updates – Voice of the People
- Telangana & Andhra Pradesh
- District Bureau: Degree mandatory
- Mandal Reporters: Intermediate mandatory
- News writing & reporting skills required
- Interest in public issues preferred
- Honorarium: Based on experience & performance
- Join Aashwi Updates. Be the Voice of the People!

editor@aashwi.in

7207282727 | 72707292727



శుభాకాంక్షలు కొత్త
ఉత్సాహాన్నిచ్చాయి

శుక్రవారం, 18-09-2026

రంగారెడ్డి
Rangareddy

సంపుటి : 01
Volume : 01

సంచిక : 131
Issue : 131

పేజీలు : 08
pages : 08

వెల : రూ.02
price : ₹.02

www.aashwi.net/in

గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్యే ఓటర్ల నమోదుకు షెడ్యూల్

- రెండు పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్యే స్థానాలకు మార్చి 2027లో ముగియనున్న పదవీకాలం
- మహబూబ్ నగర్-రంగారెడ్డి-హైదరాబాద్, వరంగల్-ఖమ్మం-నల్గొండ నియోజకవర్గాలకు కొత్త జాబితా
- సెప్టెంబరు 28న నోటిఫికేషన్.. నవంబరు 6 వరకు దరఖాస్తుల స్వీకరణ
- నవంబరు 25న ముసాయిదా ఓటర్ల జాబితా విడుదల
- డిసెంబరు 30న తుది ఓటర్ల జాబితా ప్రకటన



పేదల ఇళ్ల స్థలాలపై ప్రత్యేక దృష్టి

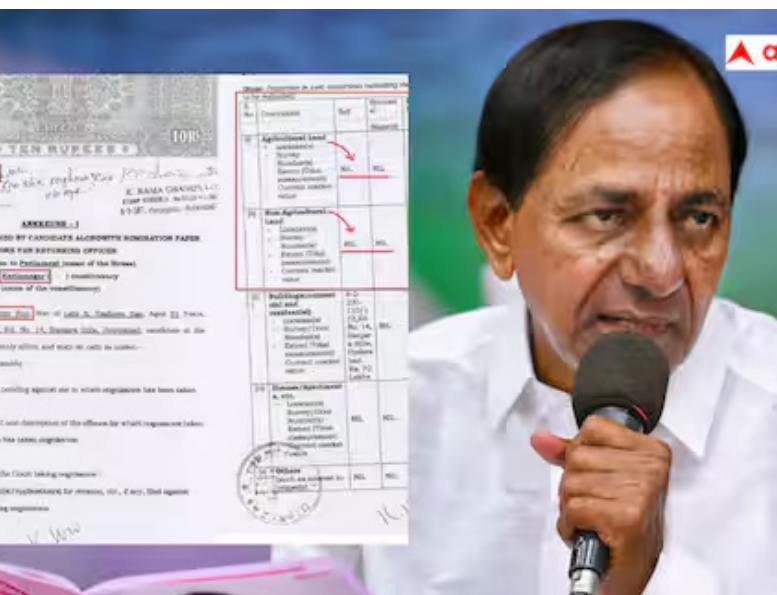
- రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి
 - కష్టాలోని ప్రభుత్వ భూములు గుర్తించి పేదలకు అందిస్తాం
- హైదరాబాద్/కూసుమంచి, ఆశ్వి అష్టత్వ : ఇళ్ల స్థలాలు కొవాలని అనేకమంది పేదలు ప్రభుత్వాన్ని కోరుతున్నారని, పేదల సొంతింటి కలను సాకారం చేయడమే ప్రజా ప్రభుత్వం లక్ష్యమని రెవెన్యూ, గృహ నిర్మాణ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి తెలిపారు. పాలేరు నియోజకవర్గంలోని కూసుమంచి మండల కేంద్రంలో గురువారం మిగతా 3వ పేజీలో..

ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రస్థానం!



- ఎందరో యోధులకు పుట్టినిల్లు తెలంగాణ
- రాచరిక పాలనకు విముక్తి కలిగిన సెప్టెంబర్ 17
- ఆధునిక తెలంగాణను నిర్మించుకుందాం
- ప్రజాపాలన దినోత్సవంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 17, ఆశ్వి అష్టత్వ : నాలుగు కోట్ల తెలంగాణ ప్రజలకు ప్రజా పాలన దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు.. తెలంగాణ ప్రజల స్వేచ్ఛ, ఆత్మగౌరవం, హక్కుల కోసం పోరాడిన యోధులందరికీ ఈ చారిత్రక సందర్భంగా ఘనంగా నివాళులు అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. తరతరాల అణచివేత, దోపిడీ, భూస్వామ్య, పెత్తందారీ విధానాలపై ధిక్కార స్వరం వినిపించిన నేల తెలంగాణ అని, నిరంకుశ పాలకులకు వ్యతిరేకంగా ప్రాణాలకు తెగించి పోరాడిన యోధులకు పుట్టినిల్లు అని పేర్కొన్నారు. అస్తిత్వం, ఆత్మగౌరవం, హక్కుల కోసం ఈ నేల ఎప్పటికప్పుడు ప్రజా చైతన్యాన్ని రగిలించిందన్నారు. తెలంగాణ పబ్లిక్ గార్డెన్స్ లో గురువారం ప్రజాపాలన దినోత్సవ కార్యక్రమంలో ఆయన ప్రసంగించారు. సుదీర్ఘ పోరాట చరిత్రలో మిగతా 3వ పేజీలో..



భూముల లెక్కలపై కేసీఆర్ అఫిడవిట్ అస్తం

- కేసీఆర్ కుటుంబ భూములపై అసెంబ్లీలో రేవంత్ ఆరోపణలు
- 1954 నుంచే వందల ఎకరాలు ఉన్నాయన్న కేటీఆర్ వ్యాఖ్యలు
- 2004 అఫిడవిట్ లో కేసీఆర్ పేరిట సున్నా ఎకరాలు
- అఫిడవిట్ వివరాలతో కాంగ్రెస్ కొత్త ప్రశ్నలు
- ఉమ్మడి కుటుంబ ఆస్తులేనంటున్న జీఆర్ఎస్ మద్దతుదారులు
- విచారణ నివేదికకు ముందే ముదురుతున్న రాజకీయ వివాదం

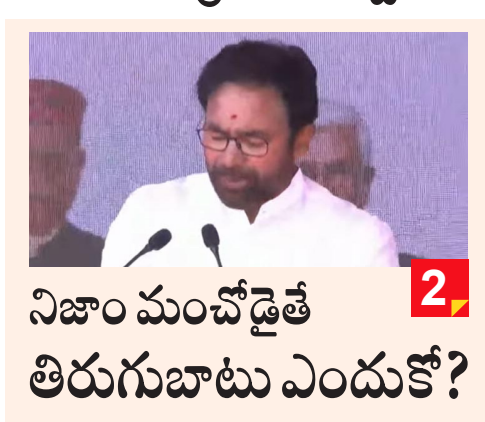
ఎర్రవల్లి భూములపై యాక్షన్ లోకి రెవెన్యూ డిఎం

- మరుగ్ తహసీల్ కార్యాలయంలో పాత ఫైల్స్ పరిశీలన
- త్వరలో మాజీ సీఎం కేసీఆర్ కు నోటీసులు?

హైదరాబాద్ విమోచనం చరిత్రాత్మక ఘట్టమే



- ఉప రాష్ట్రపతి రాధాకృష్ణన్
- సికింద్రాబాద్ పెరేడ్ గ్రౌండ్ లో ఘనంగా విమోచన దినోత్సవం
- ఆకట్టుకున్న కేంద్ర బలగాల కవాతు



నిజాం మంచోడైతే
తిరుగుబాటు ఎందుకో?

వైష్ణవి హత్య కేసు నిందితుడు హరిబాబు దారుణ హత్య

- నిజామాబాద్ రాజారాజేంద్ర చౌరసా వద్ద నడిరోడ్డుపై దాడి
- కొబ్బరికాయలు కోసి కత్తులతో దాడి చేసిన ముగ్గురు దుండగులు
- సంఘటనా స్థలంలోనే ప్రాణాలు కోల్పోయిన హరిబాబు
- వైష్ణవి సోదరుడు సంతోష్ వీడియోలో హత్యకు బాధ్యత ప్రకటించినట్లు సమాచారం
- ప్రతీకార హత్య కోణంలోనూ పోలీసుల దర్యాప్తు



సెప్టెంబరు 17
ముమ్మాటికి
విమోచన దినమే

- నిజాంను కిర్లించడం కాంగ్రెస్, జీఆర్ఎస్ కపట నాటకం
- జీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు



మాజీ ఎమ్మెల్యే కుటుంబానికి ఇందిరమ్మ ఇల్లు

- ఉప్పల మల్సూర్ కుటుంబానికి మంజూరు చేసిన సూర్యాపేట కలెక్టర్
- ఉత్తర్వుల ప్రతులు అందజేసిన కలెక్టర్ పవార్

ఓటర్ల నోటీసుల పరిష్కారం మరింత సులభతరం



థర్డ్ ఫంట్ దిశగా చరలు

- ప్రాంతీయ పార్టీల అభినేతలతో కనిమొళి వరుస భేటీలు
- ఉద్ధవ్ రాకే, శరద్ పవార్, సుప్రయో సూలేలతో సమావేశాలు



గ్లోబల్ నాలెడ్జ్ హబ్ గా తెలంగాణ

- డిసెంబర్ నుంచి హార్వర్డ్ వర్సిటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఎడ్యుకేషన్ కోర్సు
- యూకే బిజినెస్ స్కూల్స్ బృందంతో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి





శుభాకాంక్షలు కొత్త ఉత్సాహాన్నిచ్చాయి

• **ప్రేమాభిమానాలు, ఆశీర్వాదాలకు హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు.. సేవా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్న ప్రతి ఒక్కరికీ అభినందనలు**

హ్యాట్టిల్స్, ఆశ్వి అష్టేట్స్: దేశవ్యాప్తంగా వివిధ ప్రాంతాల నుంచి అందిన శుభాకాంక్షలు, ప్రేమాభిమానాలు, ఆశీర్వాదాలకు హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తూ సంబంధిత నాయకుడు ఒక సందేశాన్ని విడుదల చేశారు. ప్రజల నుంచి వచ్చిన ప్రతి ఆత్మీయ పలుకు తనకు ఎంతో విలువైనదని, అవి ప్రజలకు మరింత అంకితభావంతో సేవ చేయడానికి కొత్త ఉత్సాహాన్ని, శక్తిని అందిస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు.

ని పేర్కొన్నారు. ప్రజలతో మమేకమవుతూ, వారి ఆకాంక్షలను అర్థం చేసుకుంటూ, సమాజానికి ఉపయోగపడే విధంగా సేవా కార్యక్రమాలను కొనసాగించాల్సిన అవసరాన్ని ఈ సందర్భంగా ఆయన ప్రస్తావించారు. వ్యక్తిగతంగా అందిన శుభాకాంక్షలను కేవలం అభినందనలుగా కాకుండా, ప్రజాసేవ పట్ల మరింత బాధ్యతను గుర్తుచేసి ప్రోత్సాహంగా భావిస్తున్నట్లు తెలిపారు. **సేవా కార్యక్రమాలకు ప్రశంస** ఈ సందర్భంగా రోజంతా వివిధ సేవా కార్యక్రమాలలో పాల్గొన్న ప్రతి ఒక్కరిని ఆయన అభినందించారు. సమాజంలోని అవసరమైన వర్గాలకు సహాయం అందించడం, ప్రజా సేవలో భాగస్వాములు కావడం ద్వారా సేవా భావన మరింత వి

స్పరించాల్సిన అవసరం ఉందని సందేశం ద్వారా స్పష్టం చేశారు. ప్రజా జీవితంలో సేవా కార్యక్రమాలకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఉందని, సమాజంలోని ప్రతి వ్యక్తి తనకు సాధ్యమైన విధంగా ప్రజా సంక్షేమంలో భాగస్వామి కావాలని పిలుపునిచ్చారు. **వికసిత భారత్ నిర్మాణంలో భాగస్వామ్యం** దేశ అభివృద్ధి అనేది ఒక్క ప్రభుత్వ బాధ్యత మాత్రమే కాదని, ప్రజలు, యువత, సామాజిక సంస్థలు, వివిధ రంగాల నిపుణులు సమష్టిగా భాగస్వాములైనప్పుడే అభివృద్ధి లక్ష్యాలు మరింత విస్తృతంగా సాధ్యమవుతాయనే సందేశాన్ని ఈ సందర్భంగా ఆయన ముందుకు తీసుకుచ్చారు. ఆర్థిక ప్రగతి, మౌలిక వసతుల అభివృద్ధి,

సాంకేతిక పురోగతి, విద్య, నైపుణ్యాభివృద్ధి, ఉపాధి అవకాశాల విస్తరణతో పాటు సమాజంలోని ప్రతి వర్గం అభివృద్ధి చెందే దిశగా దేశం ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షించారు. “మనందరం కలిసి వికసిత భారత్ నిర్మాణంలో మన వంతు పాత్ర పోషిద్దాం” అనే సందేశంతో ప్రజలను ఐక్యంగా ముందుకు సాగాలని కోరారు. ప్రజల నుంచి లభించే ప్రేమాభిమానాలు, ఆశీర్వాదాలు ప్రజాసేవకు మరింత ప్రేరణనిస్తాయని పేర్కొంటూ, భవిష్యత్తులో కూడా సేవా కార్యక్రమాలను కొనసాగిస్తూ దేశ అభివృద్ధిలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు



చిట్టాలలో ఘనంగా తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవం

• **జాతీయ జెండా ఆవిష్కరించిన బీజేపీ పట్టణ అధ్యక్షుడు గుండాల నరేష్ గౌడ్.. సర్దార్ పటేల్ కు నివాళులు**

చిట్టాల, సెప్టెంబర్ 17, ఆశ్వి అష్టేట్స్: తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని చిట్టాల పట్టణంలో బీజేపీ ఆధ్వర్యంలో పలు కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. బీజేపీ చిట్టాల పట్టణ అధ్యక్షుడు గుండాల నరేష్ గౌడ్ జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. అనంతరం

హైదరాబాద్ సంస్థానం భారత యూనియన్ లో విలీనానికి కీలకంగా వ్యవహరించిన అప్పటి హోంమంత్రి సర్దార్ వల్లభభాయి పటేల్ చిత్ర పటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. సెప్టెంబర్ 17, 1948న హైదరాబాద్ సంస్థానం భారత యూనియన్ లో విలీనమైన సందర్భాన్ని పురస్కరించుకుని దేశవ్యాప్తంగా హైదరాబాద్ లిఖిరేషన్ డే కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. అనంతరం ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ జన్మ దినాన్ని పురస్కరించుకుని కనకదుర్గ అమ్మవారి ఆలయంలో బీజేపీ నాయకులు ప్రత్యేక పూజలు

నిర్వహించారు. అనంతరం బాటసారులకు పండ్లను పంపిణీ చేశారు. సేవా కార్యక్రమాల్లో భాగంగా ప్రజలకు పండ్ల పంపిణీ చేపట్టినట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. 2026 సెప్టెంబర్ 17న ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ 76వ జన్మదినం సందర్భంగా దేశవ్యాప్తంగా వివిధ సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించినట్లు వార్తా సంస్థలు కూడా నివేదించాయి. ఈ కార్యక్రమాల్లో బీజేపీ పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి నుంతు శ్రీను, ఎస్సీ మోర్తారావు నాయకుడు మానీ శ్రీనివాస్, బీజేపీ సీనియర్ నాయకుడు చికిలం మెట్ల అశోక్, జిల్లా

కౌన్సిల్ సభ్యుడు కూరెళ్ల శ్రీను, జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు పల్లె వెంకన్నగౌడ్, జయవరపు రామ కృష్ణ, ఓబీసీ మోర్తారావు జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు గంజి గోపన్న, సీనియర్ నాయకులు గోషిక వెంకటేశ్, కంచర్ల శంకర్ రెడ్డి, పాల రవివర్మ, దొడ్ల భాగ్యమ్మ, మల్లారెడ్డి, జోగు శేఖర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు తెలంగాణ విమోచన పోరాటంలో పాల్గొన్నవారి త్యాగాలను స్మరించుకున్నారు. దేశ ఐక్యత, ప్రజాస్వామ్య విలువలను కాపాడుతూ సమాజ సేవలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని పేర్కొన్నారు.



చిట్టాల గడ్డపై సాయుధ రైతాంగ పోరాట స్ఫూర్తి స్మరణ

• **గుండ్రాంపల్లిలో అమరవీరులకు కమ్యూనిస్టు నాయకుల ఘన నివాళులు**

• **గుండ్రాంపల్లి, సుర్యంటి గూడెం, వనిపాకల, వెలిమినేడులో స్మారక కార్యక్రమాలు**

ఆశ్వి అష్టేట్స్ - చిట్టాల, సెప్టెంబర్ 17:

తెలంగాణ సాయుధ రైతాంగ పోరాట స్ఫూర్తిని స్మరించుకుంటూ చిట్టాల మండలంలోని గుండ్రాంపల్లి, సుర్యంటి గూడెం, వనిపాకల, వెలిమినేడు గ్రామాల్లో సీపీఎం, ఆఫీల భారత ప్రజాతంత్ర మహిళా సంఘం (ఐదాస్) ఆధ్వర్యంలో వివిధ కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. ఆయా గ్రామాల్లోని సాయుధ పోరాట యోధుల స్మారక స్థూపాల వద్ద పూలమాలలు వేసి అమరవీరులకు నివాళులు అర్పించారు. తెలంగాణ సాయుధ రైతాంగ పోరాటంలో కీలక పాత్ర పోషించిన గుండ్రాంపల్లి గ్రామంలో సీపీఎం జిల్లా కార్యదర్శి తుమ్మల వీరారెడ్డి ప్రార్థి జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ నిజాం పాలనతో పాటు అప్పటి భూస్వామ్య వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగా కమ్యూనిస్టుల ఆధ్వర్యంలో సాగిన పోరాటం తెలంగాణ చరిత్రలో ప్రత్యేక స్థానాన్ని కలిగి ఉందన్నారు. భూమి, భుక్తి, విముక్తి కోసం సాగిన పోరాటంలో అనేక మంది ప్రజలు, రైతులు, గ్రామీణ వర్గాలు పాల్గొన్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు. “మన్నేపాడికే భూమి”, “గీ నీవారిదే చెట్టు” వంటి నినాదాలతో సాగిన పోరాటంలో అనేక మంది ప్రాణత్యాగాలు చేశారని, వెట్టి చాకిరికి వ్యతిరేకంగా ప్రజల్లో చైతన్యం పెరిగిందని తెలిపారు. తెలంగాణ సాయుధ రైతాంగ పోరాటం 1946-1951 మధ్య కాలంలో కొనసాగిన చారిత్రిక క్రైతాంగ ఉద్యమంగా తెలంగాణ ప్రభుత్వ విద్యా వనరులు కూడా పేర్కొంటున్నాయి. భూసంబంధిత సమస్యలు, రైతుల హక్కులు, భూస్వామ్య వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగా

జరిగిన పోరాటం ఈ ఉద్యమంలో ప్రధాన అంశాలుగా చరిత్రలో సమోదయ్యాయి. ఈ సందర్భంగా ఐదాస్ నాయకులు మాట్లాడుతూ సాయుధ రైతాంగ పోరాటంలో మహిళల పాత్ర కూడా కీలకంగా ఉందన్నారు. అప్పటి పరిస్థితుల్లో మహిళలు ఎదుర్కొన్న దౌర్జన్యాలకు వ్యతిరేకంగా పలువురు మహిళా యోధులు పోరాటంలో పాల్గొన్నారుని పేర్కొన్నారు. చిట్టాల ఐలమ్మ, మల్లు స్వర్ణరాజు, ఆరుట్ల కమలాదేవి వంటి మహిళా నాయకులు ప్రజా ఉద్యమాల్లో పాల్గొన్న విషయాన్ని వారు స్మరించుకున్నారు. తెలంగాణ ప్రభుత్వం కూడా చిట్టాల ఐలమ్మను తెలంగాణ భూ పోరాటానికి సంబంధించిన ప్రముఖ పోరాట యోధురాలిగా ప్రస్తావించింది. సెప్టెంబర్ 17 తెలంగాణ చరిత్రలో కీలకమైన రోజుగా వివిధ వర్గాలు స్మరించుకుంటున్నాయి. 1948 సెప్టెంబర్ 17న హైదరాబాద్ రాజ్యం భారతదేశంలో అంతర్భాగమైన చారిత్రిక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. ఈ రోజును తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రస్తుతం “ప్రజా పాలన దినోత్సవం”గా నిర్వహిస్తోంది. కార్యక్రమాల్లో సీపీఎం జిల్లా కమిటీ సభ్యులు జిట్టా నగేష్, అవిశెట్టి శంకరయ్య, మల్లం మహేష్, జిట్టా నరేజ, బొంతల చంద్రారెడ్డి, కత్తుల లింగస్వామి, అరూరి శ్రీను, ఐతరాజు నర్సింహా, బొట్టిలి సుధాకర్ రెడ్డి, వండి నరేష్, మెట్టు నర్సింహా, ఐతరాజు యాదయ్య, కోనేటి రాములు తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఐదాస్ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి ఆశాలత, బుగ్గపేటి సరళ, రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షురాలు పాలడుగు ప్రభావతి, రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు పోలబొయిన వరలక్ష్మి, అనురాధ, పాడురి గోవరన, తుమ్మల వద్దు, సుల్తానా, కృష్ణవేణి తదితరులు పాల్గొని అమరవీరులకు నివాళులు అర్పించారు



జాతీయ జెండా ఆవిష్కరించిన జిల్లా ఎస్పీ శరత్ చంద్ర పవార్

• **తెలంగాణ ప్రజా పాలన దినోత్సవం సందర్భంగా పోలీస్ కార్యాలయంలో కార్యక్రమం**

ఆశ్వి అష్టేట్స్ - సెప్టెంబర్ 17:

తెలంగాణ ప్రజా పాలన దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని గురువారం జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ శరత్ చంద్ర పవార్, ఐపీఎస్ జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది, జిల్లా ప్రజలకు ప్రజా పాలన దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ప్రజల భద్రత, శాంతి

భద్రతల పరిరక్షణతో పాటు ప్రజలకు మెరుగైన పోలీస్ సేవలు అందించేందుకు ప్రతి పోలీస్ అధికారి, సిబ్బంది అంకితభావంతో విధులు నిర్వర్తించాలని సూచించారు. ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటూ వారి సమస్యలను సత్వరం పరిష్కరించేందుకు కృషి చేయాలని, పోలీస్ శాఖపై ప్రజలకు మరింత సమృద్ధి కలిగేలా బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వహించాలని ఎస్పీ సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అడిషనల్ ఎస్పీ రమేష్, ఏఓ శివ ప్రసాద్, డీఎస్పీ కే. శివరాం రెడ్డి, ఏఆర్ డీఎస్పీ శ్రీనివాస్, సీఐలు, ఎస్ఐలు, పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గణేష్ మండపాల్లో మధుయాష్కి గౌడ్ ప్రత్యేక పూజలు

• **ఎల్లీనగర్ నియోజకవర్గంలో పలు వినాయక మండపాల సందర్శన**

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 17, ఆశ్వి అష్టేట్స్:

గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాలను పురస్కరించుకుని అల్ ఇండియా ప్రొఫెషనల్స్ కాంగ్రెస్ చైరపర్సన్, మాజీ ఎంపీ మధుయాష్కి గౌడ్ ఎల్లీనగర్ ని

యోజకవర్గంలోని బి.ఎన్.రెడ్డి నగర్ డివిజన్ లో పలు వినాయక మండపాలను సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. బి.ఎన్.రెడ్డి నగర్ డివిజన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు పర్యటి గణేష్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఎన్ జేఎస్ లో కాలనీ బెల్లూండోల్ ఏర్పాటు చేసిన గణనాథుడిని మధుయాష్కి గౌడ్ దర్శించుకుని పూజలు

చేశారు. అనంతరం ఎన్ ఎస్ యూఐ రంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షుడు వినయ్ పటేల్ ఆధ్వర్యంలో బి.ఎన్.రెడ్డి నగర్ లో ఏర్పాటు చేసిన వినాయకుడి మండపాన్ని సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అదేవిధంగా శివాజీ యాత్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన గణనాథుడి మండపాన్ని

కూడా సందర్శించిన మధుయాష్కి గౌడ్ ప్రత్యేక పూజల్లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా గణేష్ బి.ఎన్.రెడ్డి నగర్ లో ఏర్పాటు చేసిన వినాయకుడి మండపాన్ని సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అదేవిధంగా శివాజీ యాత్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన గణనాథుడి మండపాన్ని





ఈ జాగ్రత్తలతో వానల్లోనూ ఆరోగ్యం పదిలం!

వర్షా కాలం వచ్చిందంటే ఆరోగ్య సమస్యలు లేని ఇళ్లంటూ ఉండదు... వాతావరణ మార్పులతో కొత్త కొత్త వ్యాధులు వస్తాయి. అంతే కాకుండా చిన్న నుంచి పెద్ద వరకు వర్షా లతో ఏదో ఓ రకంగా ఇబ్బందులు పడుతూనే ఉంటారు. తరచూ జ్వరాల బారిన పడుతుంటారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఎదుర్కొనే సాధారణ సమస్యల్లో తిన్న ఆహారం సరిగా అరగకపోవడం ప్రధానంగా కనిపిస్తోంది. వర్షా కాలంలో ఏది పడితే అది తింటే సరిగా జీర్ణం అవ్వదు. సమయానికి తినకపోయినా సమస్యలే. బయట దొరికే తిండి ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రమాదకరం. వర్షా కాలంలో సులభంగా జీర్ణమయ్యే ఆహార పదార్థాలు తీసుకోవాలి. ఎక్కువ పడితే అక్కడ నీరు తాగినా ఆరోగ్య సమస్యలు తప్పవు. ఇలాంటి సమయంలో సరైన ఆహారం తీసుకుంటూ పిల్లలు, పెద్దలు ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలో తెలుసుకుందాం.



వర్షా కాలంలో తినకూడని ఆహారం:
బజారులో అమ్మే ఏ తినుబండారాల జోలికి వెళ్లకండి. ముఖ్యంగా ఐస్ క్రీములు, చాక్లెట్స్, శీతల పానీయాలు, చెరకు రసం, ఇంకా ఫుడ్స్ వక్రన పెట్టండి. నూనె ఎక్కువగా వాడి చేసే పూరీలు, గరెలు, సమోసాలు వంటి డీప్ ఫ్రైలు తినడం మానివేయడం మంచిది.



ఇంటి వైద్యం...
అరుచి తగ్గి ఆకలి పుట్టడానికి... చిన్నపాటి అల్లం ముక్కలు లేదా జీలకర్రలను కొంచెం సైంధవ లవణం కలిపిన నీమ్రసంలో రాత్రానా నానబెట్టి, మరుసటిరోజు వాటిని మెల్లగా కొరుకుతూ చప్పించాలి. కడుపు నొప్పి, గ్యాస్ తగ్గడానికి: మరిగించి చల్లార్చిన కప్పుడు గోరువెచ్చని నీళ్లలో అర చెంచా శొంఠిపొడి, చిటికెడు ఇంగువ కలిపి రెండు పూటలా తాగాలి. నీళ్ల విరేచనాలు కట్టడానికి వాముని పొడిగా చేసి, కషాయం చేసుకుని ఆరు లేదా ఏడు చెంచాలు రెండు పూటలా తాగాలి. ఈ కషాయంలో మెంతులు కూడా కలిపితే చీము, నెత్తురు విరేచనాలు కూడా తగ్గుతాయి. దగ్గును తగ్గించడానికి: ఒక చెంచా తులసి రసం లేదా తమల పాకుల రసం తేనెతో కలిపి రెండు పూటలా తీసుకోవాలి. ఆయాసం తగ్గించడానికి : ఒక చెంచా ఆవనానెకు చెంచాడు తేనె కలిపి రెండు పూటలా తాగాలి. సాధారణ జ్వరాలు తగ్గించడానికి: అల్లం, వెల్లుల్లి, పసుపు, దాల్చిన చెక్కలతో కషాయం కాచి తాగాలి

తాగవలసినవి.. తీనాల్సినవి:
నీటిని కాచి చల్లార్చి వడకట్టి తాగాలి. చల్లని నీటిని తాగకపోవడం ఉత్తమం. తేలికగా జీర్ణమయ్యే ఆహారం తీసుకోవాలి. పెసలు, ఉలవలతో చేసిన జావలు తాగాలి. అల్లం, కరివేపలతో తయారుచేసిన మజ్జిగ, బాగా ఉడికించిన కూరలు, తాజాగా వండిన వేడి వేడి ఆహారం తీసుకోవాలి. ఆహారంలో ఆపు నెయ్యి, నువ్వుల నూనె తగ్గుతే సేవించడం వల్ల ప్రయోజనం ఉంటుంది. మనకు కావలసిన శక్తిని కూడా అది సమకూరుస్తాయి. రోగ నిరోధకశక్తి కూడా పటిష్టమవుతుంది. శాకాహారాన్ని ఉడికించుకొని, కొద్దిగా మిరియాల పొడిని చేర్చి తినడం వల్ల ఆకలి వల్ల శరీరం తేలికపడుతుంది. పొచకపదార్థాలు సక్రమంగా రక్తంలోకి చేరతాయి

పండ్లు..
వర్షా కాలంతో పాటు అన్ని కాలాల్లో పండ్ల తినడం చాలా మంచిది. తాజా పండ్లు తినడం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు అందుతాయి. ఈ టైమ్ లో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉన్న నారింజ, కివీ, బెర్రీస్ తీసుకోవాలి. దీని వల్ల ఇమ్యూనిటీ పెరిగి ఆరోగ్య సమస్యలు దూరమవుతాయి. దీంతో ఆరోగ్యంగా ఉంటారు.



పచ్చళ్లు..
ఊరగాయలు కాకుండా తాజాగా తయారుచేసిన పచ్చళ్లు తినడం మంచిది. వీటి వల్ల అగ్నిదీప్తి కలుగుతుంది. ఉదా: అల్లం, కరివేపాకు, ప్రధి, నా, కొత్తిమీర



అబ్బాయిలూ.. మీలో ఈ సమస్యలుంటే కష్టమే!



ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో పురుషులు ఆరోగ్యం పై శ్రద్ధ తీసుకోవడమే మానేశారు.. సమయానికి తినక పోవడం, తగినంత వ్యాయామం చేయకపోవడం.. చిన్న చిన్న ఆరోగ్య సమస్యలను విస్మరించడం భవిష్యత్తులో తీవ్ర పరిణామాలకు దారి తీస్తుంది. ఈ రోజుల్లో ఎక్కువ మంది పురుషులు క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్నారు. ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ అనేది పురుషులలో రెండవ అత్యంత సాధారణ క్యాన్సర్. సరైన సమయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే మనిషి ప్రాణాన్నే తీస్తుందని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ ప్రారంభ దశల్లో నిర్బంధ లక్షణాలు ఏమీ కనిపించవు. కానీ మన శరీరంలో వచ్చే కొన్ని మార్పులను బట్టి ఈ క్యాన్సర్ ను గుర్తించవచ్చు. ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ ప్రారంభంలో పురుషుల్లో కొన్ని లక్షణాలు మొదలవుతాయి. ఈ సమయంలో తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది.

ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ ప్రారంభ లక్షణాలు..
మూత్ర విసర్జనలో సమస్య:
మూత్రవిసర్జన సమయంలో ఇబ్బంది పడటం ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ సాధారణ లక్షణాల్లో ఒకటి. ఎక్కువగా మూత్రవిసర్జన చేయాల్సి రావడం, మూత్రవిసర్జన సమయంలో మంటగా అనిపించడం, రాత్రిళ్లు మూత్రవిసర్జన చేయడానికి తరచూ నిద్రలేవడం లేదా మూత్రవిసర్జన చేసేటప్పుడు బలహీనంగా అనిపించడం వంటివి లక్షణాలుగా ఉంటాయి.

మూత్రం లేదా వీర్యంలో రక్తస్రావం:
పురుషులకు మూత్రం లేదా వీర్యంలో రక్తస్రావం జరగడం ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ తీవ్రమైన లక్షణం. దీంతో పాటు ఇది ఇతర సమస్యలకు కూడా సంకేతం కావచ్చు. ఇలాంటి సమస్యతో బాధ పడుతున్నప్పుడు వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

తరచూ వెన్నునొప్పి :
ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ వచ్చినప్పుడు అది చుట్టుపక్కల కణజాలాలకు చేరుకుంటుంది. దీని వల్ల వెన్నునొప్పి లేదా తుంటి నొప్పి వస్తుంది. కొన్నిసార్లు ఈ నొప్పి కాళ్లకు కూడా వ్యాపిస్తుంది.

స్థూలనంలో సమస్య:
వీర్యం స్థూలనంలో ప్రొస్టేట్ ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ స్థూలనాన్ని తీవ్రంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. స్థూలనం సమయంలో నొప్పి, మంట లేదా కష్టాన్ని కలిగిస్తుంది.

బరువు తగ్గడం:
చాలా క్యాన్సర్లలో ప్రధాన లక్షణం బరువు తగ్గడం. కానీ బరువు తగ్గడం అనేది ఎల్లప్పుడూ ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ లక్షణం కాదు. కానీ ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు లేకున్నా.. మంచి ఆహారం తీసుకుంటు న్నా బరువు తగ్గితే తప్పకుండా వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

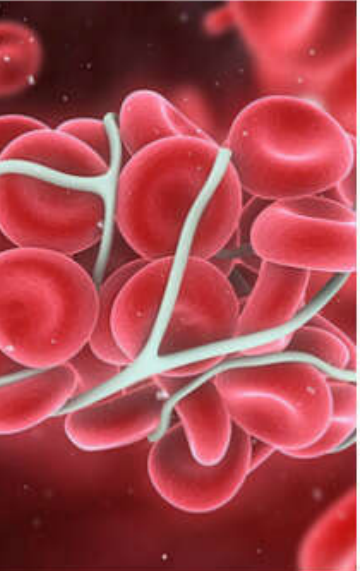
స్పెర్మ్ కౌంట్ తగ్గుదల:
ప్రస్తుత మెకానికల్ జీవితాలతో, స్మోకింగ్ , ట్రీకింగ్ చేడం అలవాట్లతో చాలా మంది పురుషుల్లో స్పెర్మ్ కౌంట్ తగ్గుతోంది. అలాగే ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ వచ్చిన పురుషుల్లో కూడా స్పెర్మ్ కౌంట్ తగ్గిపోవడం సాధారణం.



రక్త కణాలను పెంచుకోండి.. డెంగ్యూ నుంచి తప్పించుకోండి!

వర్షా కాలంలో వచ్చే వ్యాధుల్లో అత్యంత ప్రమాదకరమైనది డెంగ్యూ. ప్రతి సంవత్సరం ప్రపంచవ్యాప్తంగా 400 మిలియన్ల డెంగ్యూ ఇన్ఫెక్షన్లు సంభవిస్తాయి. దాదాపు 96 మిలియన్ల మంది అనారోగ్యానికి గురవుతున్నారు. మనిని రక్త కణాల సంఖ్యను తగ్గించి రోగ నిరోధక శక్తిపై ప్రభావం చూపే ఈ డెంగ్యూ వల్ల చాలా మంది ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. డెంగ్యూ వచ్చిన సమయంలో రక్త కణాల సంఖ్యను పెంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. సాధారణ ఫ్లేట్ లెట్ కౌంట్ ఒక మైక్రోలీటర్ రక్తంలో 150,000 నుంచి 450,000 ఫ్లేట్ లెట్ల వరకు ఉంటుంది. 450,000 కంటే ఎక్కువ ఫ్లేట్ లెట్లను కలిగి ఉండడాన్ని థ్రోటోసిటోసిస్ అని అంటారు. 150,000 కంటే తక్కువ ఉంటే థ్రోటోసిటోసిస్ అని అంటారు. కంప్లెట్ బ్లడ్ కౌంట్ అనే రక్త పరీక్ష చేయించడం ద్వారా మీరు మీ ఫ్లేట్ లెట్ సంఖ్య ఎంతో ఉందో తెలుసుకోవచ్చు.

డెంగ్యూ అనేది వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్. ఇది దోమ కాటు వల్ల వస్తుంది. డెంగ్యూ దోమలు మురికి నీటిలో వృద్ధి చెందుతాయి. ఆరోగ్యవంతమైన వ్యక్తికి 1.5 లక్షల నుంచి 4 లక్షల రక్త కణాలు ఉంటాయి. కానీ డెంగ్యూ విషయంలో వాటి సంఖ్య వేగంగా పడిపోతుంది. దీని కారణంగా రోగి రోగనిరోధక శక్తి బలహీనపడ దమేనని వైద్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. దీని కారణంగా అనేక ఇతర వ్యాధుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. కాబట్టి ఫ్లేట్ లెట్ కౌంట్ ను పెంచడానికి పలురకాల ఆహార పదార్థాలను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవాలి. డెంగ్యూ తో ఫ్లేట్ లెట్ల సంఖ్య వేగంగా పడిపోయే తక్కువ ఫ్లేట్ లెట్ కౌంట్ కారణంగా గాయాలైనా లేదా కోనుకున్నా రక్తస్రావం ఆగదు. ఇది అనేక తీవ్రమైన వ్యాధులకు కూడా దారితీస్తుంది. అయితే, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం వల్ల డెంగ్యూ నుంచి త్వరగా కోలుకోవచ్చు. డెంగ్యూ బారిన పడినప్పుడు తగు జాగ్రత్త పాటేస్తూ ఈ ఆహారం తీసుకుంటే త్వరగా ఆరోగ్యవంతులవుతారని వైద్యులు చెబుతున్నారు.



ఫ్లేట్ లెట్ల కౌంట్ ను పెంచే ఆహార పదార్థాలు..

సిట్రస్ పండ్లు..
డెంగ్యూ రోగులు ఫ్లేట్ లెట్ల సంఖ్యను పెంచుకోవడా నికి సిట్రస్ పండ్లను ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. పుల్లల్లి పండ్లలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఆరెంజ్, స్వీట్ లైమ్, నిమ్మ, ఉసిరి వంటి పండ్లు తింటే రక్త కణాలు పెరిగి రోగనిరోధక శక్తి కూడా బలపడుతుంది.

దానిమ్మ
దానిమ్మలో విటమిన్ సితో పాటు యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. దానిమ్మలో ఐరన్ ఫ్లేట్ లెట్లను పెంచడంలో ప్రత్యేక పాత్ర పోషిస్తుంది. దానిమ్మపం దు తినడమే కాకుండా దాని జ్యూస్ కూడా తాగవచ్చు.

పాలకూర..
పాలకూరలో విటమిన్ కె సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఇది ఫ్లేట్ లెట్ కౌంట్ ను పెంచుతుంది. విటమిన్ కె తో పాటు, పాలకూరలో ఫోలేట్ కూడా ఉంటుంది. పాలకూరను వెజిటబుల్ సూప్ లేదా జ్యూస్ రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు. కూరలు, సలాడ్ లో కూడా పాలకూరను వాడుకోవచ్చు.

బొప్పాయి..
బొప్పాయి ఆకులను తినడం వల్ల ఫ్లేట్ లెట్ కౌంట్ పెరుగుతుంది. ఈ ఆకులలో అసిటోజెనిన్ అనే పై టోకెమికల్ ఉంటుంది. ఇది డెంగ్యూలో పడిపోయే ఫ్లేట్ లెట్ల సంఖ్యను వేగంగా పెంచడానికి పనిచేస్తుం ది. బొప్పాయి ఆకులతో జూస్ చేసుకొని తాగితే తెల్ల రక్తకణాలు ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది.

బీట్ రూట్..
డెంగ్యూ వ్యాధిగ్రస్తులు బీట్ రూట్ కచ్చితంగా తినాలి. బీట్ రూట్ లో అధిక మోతాదులో ఐరన్ ఉంటుంది. ఇది హిమోగ్లోబిన్ ను పెంచడానికి పని చేస్తుంది. సలాడ్, జ్యూస్ లేదా కూరగా బీట్ రూట్ ను తినవచ్చు.



'ది ప్యారడైజ్' మూవీ సరికొత్త రికార్డులు!

800లకు పైగా ప్రీమియర్ షోలు

టాలీవుడ్ లో అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తెరకెక్కుతున్న మోస్ట్ అంటెసిపేటెడ్ యాక్షన్ థ్రిల్లర్ 'ది ప్యారడైజ్' చిత్రంపై ట్రేడ్ వర్గాలతో పాటు ప్రేక్షకుల్లోనూ భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. 'దసరా' వంటి భాక్ బస్టర్ హిట్ తర్వాత దర్శకుడు శ్రీకాంత్ ఓడెల, నేమరల్ స్టార్ నాని కాంబినేషన్ లో వస్తున్న ఈ సినిమా బాక్సాఫీస్ వద్ద సరికొత్త రికార్డులను సృష్టించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. ఇందులో భాగంగా, సినిమా విడుదలకు ముందే సరికొత్త ట్రెండ్ కు తెరలేపారు. సెప్టెంబర్ 23న తెలుగు రాష్ట్రాలైన తెలంగాణ మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ వ్యాప్తంగా ఏకంగా 800లకు పైగా భారీ ప్రీమియర్ షోలను ప్రదర్శించేందుకు మేకర్స్ ప్లాన్ చేస్తున్నారు. ఇప్పటివరకు విడుదలైన ఈ సినిమా ప్రచార చిత్రాలు, టీజర్ ప్రేక్షకులను విపరీతంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఇందులో నాని ఇప్పటివరకు చూడని సరికొత్త రగ్ గడ్డ మరియు మాస్ లుక్ లో కనిపించనున్నారు. సెప్టెంబర్ 24 నుంచి థియేటర్ లో 'జడల జమాన్' అధికారికంగా ప్రారంభం కానుండటంతో నాని అభిమానులు, మాస్ అడియెన్స్ ఈ సినిమా కోసం అత్యుత్సాహంతో ఎదురుచూస్తున్నారు. ట్రెండింగ్ మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ అనిరుద్ రవిచందర్ ఈ చిత్రానికి అదిరిపోయే సంగీతం అందిస్తున్నారు. భారీ బడ్జెట్ తో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాను ప్రపంచవ్యాప్తంగా అత్యంత గ్రాండ్ గా విడుదల చేయనున్నారు.



పవర్ ఫుల్ పోలీస్ ప్రేమరాజ్



అగ్ర కథానాయకుడు సూర్య నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'సీన్'. జతు మాధవన్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని ఝాంకర్ సూడియోస్, 2డీ ఎంటర్టైన్ మెంట్ పతాకాలపై జ్యోతిక, సూర్య నిర్మిస్తున్నారు. దీపావళి కానుకగా నవంబర్ 6న ప్రేక్షకుల ముందుకుకానుంది. గురువారం టైటిల్ గ్రాంప్స్ ను విడుదల చేశారు. ఇందులో డీఎస్పీ ప్రేమరాజ్ గా శక్తివంతమైన పాత్రలో

కనిపించారు సూర్య. యాక్షన్ కామెడీ ఎంటర్టైన్ మెంట్ గా ఈ చిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నారు. కమాండింగ్ బాడీ లాంగ్వేజ్, పంచ్ లతో కూడిన సంభాషణలతో సూర్య తనదైన మేనరిజమ్ తో ఆకట్టుకున్నారు. నజ్రియా నజీమ్, ఆనంద్ రాజ్, లాల్, రాజ్ ప్రియాన్ తదితరులు ఈ చిత్రంలో కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు.

చీరలో తమన్నా గ్లామర్ ట్రీట్..

టైలర్ లాంచ్ లో అదుర్స్!

తమన్నా భార్య మరోసారి తన స్టైలిష్ లుక్ తో అభిమానులను కట్టిపడేసింది. తన రాబోయే చిత్రం 'ది వ్యాన్' టైలర్ లాంచ్ కార్యక్రమానికి హాజరైన ఈ మిల్కి బ్యూటీ.. పసుపు రంగు చీరలో మెరిసి ఈవెంట్ లో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది.

టైల్ ఎల్లో కలర్ చీరకు మల్టీకలర్ కలంకార్ తరహా బోర్డర్ ను జోడించింది. దీనికి ఆఫ్ డిజైన్ థ్లాజ్ ను జతచేసి టెడిషనల్ లుక్ కు మోడ్రన్ టచ్ ఇచ్చింది. చెవులకు బంగారు జుంకాలు, చేతులకు వరుసగా గాజులు ధరించి తన అందాన్ని మరింత పెంచుకుంది. వదులుగా వదిలేసిన చేపి హెయిర్, సాఫ్ట్ మేక్ అప్ తో తమన్నా లుక్ పండుగ వాతావరణాన్ని తలపించేలా కనిపించింది.

ఈ కార్యక్రమంలో తమన్నా, ఆమె సహనటుడు సిద్ధార్థ్ మల్లోత్తా మధ్య జరిగిన సరదా సంభాషణ కూడా ఆకట్టుకుంది. 'ది వ్యాన్' లో తొలిసారి కలిసి నటిస్తున్న వీరధర్ బకర్ పై ఒకరు సరదాగా ప్రశంసలు కురిపించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా వారి మధ్య జరిగిన సరదా నన్నివేశాలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారి అభిమానుల దృష్టిని ఆకర్షించాయి.

దీపక్ మిశ్రా దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన 'ది వ్యాన్' ఫోక్ లోర్ ఫ్యాంటసీ డ్రామాగా రూపొందుతోంది. ఈ చిత్రంలో సునీల్ గ్రోవర్, శ్వేతా తివారీ, మనీష్ పాల్ తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. సెప్టెంబర్ 25న ఈ సినిమా థియేటర్ లో విడుదల కానుంది.

పాయల్ రాజ్ పుత్ గ్లామరస్ లుక్

పాయల్ రాజ్ పుత్ తన లేటెస్ట్ ఫోటోషూట్ తో సోషల్ మీడియాలో మరోసారి సందడి చేస్తోంది. గోల్డ్ సీక్వెన్స్ డ్రెస్ లో, లైట్ బ్లూ ఫోయా స్కర్ట్ లో దర్శనమిచ్చిన ఈ భామ.. స్టైలిష్ పోజులతో అభిమానులను ఆకట్టుకుంది. మెరిసే గోల్డ్ టాప్ కు లైట్ బ్లూ స్కర్ట్ ను జోడించి గ్లామరస్ లుక్ ను సొంతం చేసుకుంది.

మల్టీకలర్ జెమ్స్ స్టోన్ నెక్లెస్, దానికి మ్యాచింగ్ కప్ప ట్రేసెలెట్ తన లుక్ కు మరింత ప్రత్యేకత తీసుకొచ్చింది. చేపి హెయిర్, బోల్డ్ మేకప్ తో పాయల్ లుక్ ఓల్డ్ హాలీవుడ్ గ్లామర్ ను తలపించింది. మరో ఫోటోలో పాతకాలం నాటి టెలిఫోన్ తో సరదాగా పోజిచ్చిన పాయల్.. తన ఎక్స్ క్లెస్ట్ ఎక్స్ క్లెస్ట్ లుక్ తో ఆకట్టుకుంది. అదే గ్లామరస్ అవుట్ ఫిట్ లో విభిన్న భంగిమల్లో ఫోటోలకు పోజులిచ్చిన ఆమె.. తన కాన్సిడెన్స్, స్టైలింగ్ తో అభిమానులను పిదా చేసింది. ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారడంతో నెటిజన్లు ప్రశంసలతో కామెంట్లు చేస్తున్నారు.

ఇక సినిమాల విషయానికి వస్తే.. పాయల్ రాజ్ పుత్ చివరిగా 'ది గ్రేట్ పంజాబ్ రాబరీ' అనే పంజాబీ హిట్ థ్రిల్లర్ లో నటించింది. రాజ్ కుంద్రా, గార్గిత సద్యానీ కీలక పాత్రల్లో నటించిన ఈ చిత్రం బాక్సాఫీస్ వద్ద సాధారణ స్థాయి ఫలితాన్ని అందుకుంది