పొగ మానితే.. 'షుగర్' తగ్గనోయ్!

- ధూమపానంతో టైప్-2 డయాబెటిస్ ముప్పు
- పొగ మానేస్తే 30-40% తగ్గనున్న రిస్క్
- ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ స్పష్టీకరణ
- నేడు ప్రపంచ మధుమేహ దినోత్సవం

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ): పొగ తాగేవారికి ఊపిరితిత్తుల సమస్యలు వస్తాయని అందరికీ తెలిసిందే. కానీ.. ధూమపానంతో టైప్-2 డయాబెటిస్ ముప్పు పెరుగుతుందని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ హెచ్చరిస్తున్నది. మధుమేహం వచ్చిన తర్వాత కూడా ధూమపానం కొనసాగిస్తే గుండెపోటు, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వంటి తీవ్ర సమస్యలు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉన్నదని స్పష్టం చేసింది. మంగళవారం 'ప్రపంచ మధుమేహ దినోత్సవం' సందర్భంగా డబ్ల్యూహెచ్‌వో ఇటీవల ఓ నివేదికను విడుదల చేసింది. ధూమపాన అలవాటు లేనివారితో పోల్చితే పొగతాగేవారికి టైప్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే ముప్పు 30-40 శాతం ఎక్కువని ఈ నివేదిక పేర్కొన్నది. ధూమపానాన్ని మానేస్తే షుగర్ వ్యాధి వచ్చే ముప్పు కూడా 40 శాతం వరకు తగ్గుతుందని స్పష్టం చేసింది. మన శరీరంలోని పిత్తాశయం (పాంక్రియాస్)లో ఉండే బీటా కణాలు ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి, నియంత్రణలో కీలకపాత్ర పోషిస్తాయి. పొగతాగినప్పుడు 7 వేలకుపైగా రసాయనాలు శరీరంలోకి వెళ్తాయి. వీటిలో 69 రసాయనాలతో క్యాన్సర్ ముప్పు పొంచి ఉన్నదని, ముఖ్యంగా పిత్తాశయంలోని బీటా కణాల పనితీరును నికోటిన్ తీవ్రంగా దెబ్బతీస్తుందని అనేక అధ్యయనాలు చెప్తున్నాయి. ఇది దీర్ఘకాలం కొనసాగితే టైప్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే అవకాశం ఉన్నదని డబ్ల్యూహెచ్‌వో స్పష్టం చేసింది. దీని వల్ల పొగ తాగేవారికే కాకుండా వారి చుట్టూ ఉన్నవారికీ ముప్పు పొంచి ఉన్నదని పేర్కొన్నది.

అగ్నికి ఆజ్యం పోసినట్టే

ధూమపానంతో టైప్-2 డయాబెటిస్ ముప్పు పెరుగుతుంది. మధుమేహం వచ్చిన తర్వాత కూడా ధూమపానాన్ని కొనసాగిస్తే అగ్నికి ఆజ్యం పోసినట్టే. రక్తనాళాలు ధ్వంసమై గుండెపోటు, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వంటి ముప్పు పెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా గుండెపోటు ముప్పు 10-15 రెట్లు పెరుగుతుంది. ఇది రోజురోజుకూ అధికమై జీవన కాలం తగ్గుతుంది. డయాబెటిస్ వచ్చిన వారు పొగ తాగడాన్ని మానేస్తే 3-4 ఏండ్లలో గుండెపోటు, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్స్ ముప్పు తగ్గుతుంది. ఇందుకోసం వారు కఠిన ఆహార నియమాలు పాటించాలి. వ్యాయామాలు చేయాలి. కనీసం ప్రతి మూడు నెలలకు ఒకసారి బీపీ, షుగర్ పరీక్షలు చేయించుకొని నిర్దేశిత ప్రమాణాలకు లోబడి ఉన్నాయో లేదో చూసుకోవాలి.

- డాక్టర్ శరత్‌రెడ్డి, కార్డియాలజిస్ట్, మెడికవర్ హాస్పిటల్ డైరెక్టర్

ప్రమాదం ఏమిటి?

పొగాకు వాడకం వల్ల రక్తనాళాల గోడలు మందంగా తయారై అడ్డంకులు ఏర్పడతాయి. టైప్-2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారు పొగాకు తాగితే హృదయ సంబంధ వ్యాధులు, ముఖ్యంగా గుండెపోట్లు పెరుగుతాయి. పొగాకు వాడకం పుట్ అల్సర్లను తీవ్రతరం చేస్తుంది. గాయాలు తొందరగా నయం కావు. దీనినే డయాబెటిక్ న్యూరోపతి అంటారు. దీనితోపాటు కంటి రెటీనాలోని రక్తనాళాలు దెబ్బతిని చూపు మందగిస్తుంది. దీనినే డయాబెటిక్ రెటినోపతి అంటారు. మూత్రపిండాలు విఫలం కావడం, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్స్, లింఫ్ అవయవాల విచ్ఛేదనం, చర్మ సంబంధ సమస్యలు, ఇన్ఫెక్షన్లు, వినికిడి శక్తి తగ్గడం, నిద్రలేమి, డిమెన్షియా, అల్జీమర్స్ వంటి వ్యాధులకు దారితీస్తాయని డబ్ల్యూహెచ్‌వో పేర్కొన్నది.

టైప్-2 డయాబెటిస్ లక్షణాలు

టైప్-2 డయాబెటిస్ లక్షణాలు నెమ్మదిగా బయటపడతాయని, కొన్నేండ్లపాటు ఈ వ్యాధిని గుర్తించలేమని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో దాహం, ఆకలి పెరగడం, ఎక్కువసార్లు మూత్రానికి వెళ్లడం, బరువు వేగంగా తగ్గడం, విపరీతమైన అలసట, కంటిచూపు మందగించడం, గాయాలు నెమ్మదిగా తగ్గడం, తరుచూ ఇన్ఫెక్షన్లు రావడం, కాళ్లు, చేతులు పట్టేసినట్టు కనిపించడం, చర్మం ముదురు రంగులోకి మారడం, మెడ, చంకల్లో చర్మం నల్లబడటం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే జాగ్రత్తగా ఉండాలని సూచిస్తున్నారు.

ఒకట్రెండు రోజుల్లో అల్పపీడనం

- తెలుగు రాష్ట్రాలకు వర్ష సూచన

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ) : ఒకట్రెండు రోజుల్లో ఆగ్నేయ బంగాళాఖాతంలో మరో అల్పపీడనం ఏర్పడనున్నట్టు భారత వాతావరణ శాఖ తెలిపింది. దీంతో తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాల్లో పలు చోట్ల వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నదని వెల్లడించింది. కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వానలు కురవొచ్చని తెలిపింది.

'గీతం' పీహెచ్‌డీలో ప్రవేశాలు

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ) : పీహెచ్‌డీలో ప్రవేశాలకు ప్రతిష్ఠాత్మక గీతం డీమ్డ్ యూనివర్సిటీ దరఖాస్తులను ఆహ్వానిస్తున్నది. ఇంజినీరింగ్, సైన్సెస్, ఫార్మసీ, మేనేజ్‌మెంట్, హ్యూమానిటీస్, లా, పబ్లిక్‌పాలసీ కోర్సుల్లో ప్రవేశాలకు ఈ నెల 20 వరకు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని వర్సిటీ తెలిపింది. పీహెచ్‌డీ పరీక్షను డిసెంబర్ 10న నిర్వహించి, 2024 జనవరి 12న ఫలితాలు విడుదల చేస్తామని పేర్కొన్నది.

మెడికల్ పీజీ కోర్సులపై నకిలీ లేఖలు

- కాలేజీలు జాగ్రత్త అంటూ నేషనల్ మెడికల్ కమిషన్ హెచ్చరిక

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమ స్తే తెలంగాణ): మెడికల్ పీజీ కోర్సుల గుర్తింపు, రెన్యూవల్‌కు సంబంధించి కొన్ని కాలేజీలకు నకిలీ లేఖలు వచ్చినట్టు గుర్తించామని నేషనల్ మెడికల్ కమిషన్ (ఎన్‌ఎంసీ)కు చెందిన పీజీ మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్ బోర్డు (పీజీఎంఈబీ) తెలిపింది. బోర్డు అధ్యక్షుడు విజయ్ ఓజా సంతకాన్ని ఫోర్జరీ చేసినట్టు గుర్తించామని పేర్కొన్నది. ఎన్‌ఎంసీ గుర్తింపు పొందిన కాలేజీలకు పీజీ కోర్సుల గుర్తింపు, రెన్యూవల్ లేఖలను ఈ-మెయిల్ ద్వారా, స్పీడ్ పోస్ట్ ద్వారా పంపిస్తామని పేర్కొన్నది. పోస్ట్ ద్వారా ఏమైనా లెటర్లు వస్తే ఈ-మెయిల్‌లో అదే లేఖ వచ్చిందో లేదో చూసుకోవాలని సూచించింది. అనుమానాలు ఉంటే బోర్డును సంప్రదించాలని కోరింది.

క్యాట్ అడ్మిట్‌కార్డులు విడుదల

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ) : కామన్ అడ్మిషన్ టెస్ట్ (క్యాట్)-2023 అడ్మిట్‌కార్డులు విడుదలయ్యాయి. ఎంబీఏ, పీజీడీఎం కోర్సుల్లో ప్రవేశాలకు దరఖాస్తు చేసుకొన్న అభ్యర్థులు తమ యూజర్ ఐడీ, పాస్‌వర్డ్‌లను ఉపయోగించి అడ్మిట్ కార్డులను డౌన్‌లోడ్ చేసుకోవచ్చు. క్యాట్ పరీక్షను ఈ నెల 26న ఉదయం 8: 30 గంటల నుంచి 10 : 30 గంటల వరకు మొదటివిడత, మధ్యాహ్నం 12 : 30 గంటల నుంచి 2: 30 గంటల వరకు రెండోవిడత, సాయంత్రం 4 : 30 గంటల నుంచి రాత్రి 6 : 30 గంటల వరకు మూడోవిడతగా నిర్వహిస్తారు. క్యాట్‌కు హాజరయ్యేందుకు ఈ ఏడాది రికార్డుస్థాయిలో 3.30 లక్షల అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకొన్నారు.

జనవరి 20, 21న టైపురైటింగ్ పరీక్షలు

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ) : వచ్చే ఏడాది జనవరి 20, 21న టైపు రైటింగ్ పరీక్షలు నిర్వహించనున్నట్టు సాంకేతిక విద్యామండలి కార్యదర్శి పుల్లయ్య తెలిపారు. ఇక షార్ట్‌హ్యాండ్ పరీక్షను జనవరి 28న నిర్వహిస్తామని పేర్కొన్నారు. ఆయా తేదీల్లో లోయర్, హయ్యర్ గ్రేడ్‌లను పరీక్షలుంటాయని వెల్లడించారు. ఈ పరీక్షలకు హాజరయ్యే అభ్యర్థులు డిసెంబర్ 16 వరకు ఫీజు చెల్లించాలని, రూ. 400 ఆలస్య రుసుముతో డిసెంబర్ 12 వరకు, రూ. 3వేల జరిమానాతో తాత్కాల్ కింద డిసెంబర్ 20 వరకు పరీక్ష ఫీజు చెల్లించవచ్చని వివరించారు. రూ. 5వేల ప్రీమియం తాత్కాల్ స్కీం కింద పరీక్ష రోజు ముందువరకు ఫీజు చెల్లించే అవకాశం కల్పించామని పేర్కొన్నారు.

ప్లకార్డులు ప్రదర్శించడంపై బీఆర్‌ఎస్ ఎంపీలకు నోటీసులు

- 28లోపు సమాధానం ఇవ్వాలని రాజ్యసభ చైర్మన్ ఆదేశం

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ): భారత రాష్ట్ర సమితి (బీఆర్‌ఎస్) పార్లమెంటరీ పార్టీ నాయకుడు కే కేశవరావుతో పాటు రాజ్యసభ ఎంపీలు కేఆర్ సురేశ్‌రెడ్డి, డీ దామోదర్‌రావు, వద్దిరాజు రవిచంద్ర, బడుగుల లింగయ్య యాదవ్‌కు సభా హక్కుల నోటీసులు జారీ అయ్యాయి. పార్లమెంట్ ప్రత్యేక సమావేశాల సందర్భంగా వీరంతా నిబంధనలకు విరుద్ధంగా రాజ్యసభలో ప్లకార్డులు ప్రదర్శించినట్టు వివేక్ ఠాకూర్ ఫిర్యాదు చేయడంతో రాజ్యసభ చైర్మన్ కార్యాలయం ఈ నోటీసులను జారీ చేసింది. ఈ నెల 28లోపు సమాధానం ఇవ్వాలని ఆ నోటీసుల్లో ఆదేశించారు.

హైదరాబాద్‌లో 15 చోట్ల ఐటీ సోదాలు

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ): హైదరాబాద్‌లోని నాగులపల్లి, పటేల్‌గూడతో పాటు గచ్చిబౌలిలోని మైహోమ్ భుజాలో ఐటీ సోదాలు కలకలం సృష్టించాయి. 15 ప్రాంతాల్లో ఇరవైకి పైగా బృందాలు సోదాలు చేశాయి. సోమవారం ఓ ఫార్మా కంపెనీ డైరెక్టర్ల ఇండ్లు, ఆఫీసులు, సిబ్బంది నివాసాల్లో సోదాలు చేశాయి. పన్ను ఎగవేయడంతోనే ఈ దాడులు జరిగినట్టు తెలుస్తున్నది.

552.73 కోట్ల విలువైన సొత్తు స్వాధీనం

హైదరాబాద్, నవంబర్ 13 (నమస్తే తెలంగాణ): అసెంబ్లీ ఎన్నికల సందర్భంగా అక్టోబర్ 9 నుంచి నవంబర్ 13 వరకు తెలంగాణ వ్యాప్తంగా రూ.552.73 కోట్ల విలువైన సొత్తును పోలీసులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఆదివారం నుంచి సోమవారం వరకు రూ.3.70 కోట్ల విలువైన మద్యం, డబ్బులు, బంగారం, డ్రగ్స్ పట్టుకొన్నారు. ఇప్పటికీ రూ.188.53 కోట్ల నగదు, రూ.83.16 కోట్ల విలువైన మద్యం, రూ.31.24 కోట్ల విలువైన డ్రగ్స్, రూ.178.96 కోట్ల బంగారు ఆభరణాలు, రూ.69.68 కోట్ల విలువైన ఉచితాలను సీజ్ చేశారు.

IN CINEMAS THIS DIWALI
MARVEL STUDIOS
ద మార్వెల్స్
IN CINEMAS NOW
IN ENGLISH, HINDI, TAMIL AND TELUGU
IN 2D, 3D AND IMAX
U/A

IN 4DX AT
పివిఆర్ ఐనాక్స్ సినిమాస్ (సుజన ఫోరం ప్రెస్టీజ్ మాల్ కెపిహెచ్‌బి ఇంగ్లీష్: 1.25,7.25
నెక్స్ గల్లేలియ ఎర్రమంజిల్ - ఇంగ్లీష్ : 1.55,7.55
ప్రసాద్స్ లార్జ్ స్క్రీన్ ఎన్టీఆర్ గార్డెన్స్ ఇంగ్లీష్ 3డి : 12.00,4.35,6.40,11.20
మూవీ మ్యాక్స్ ఎఎంఆర్ మాల్ సికింద్రాబాద్ ఇంగ్లీష్ 3డి ATMOS :
ఎఎంబి సినిమాస్ గచ్చిబౌలి ఇంగ్లీష్ 3డి : 10.40,12.40,5.35,7.55,10.25, ఇంగ్లీష్ 2డి 2.05,4.05

పివిఆర్ - ఐనాక్స్ సినిమాస్ : ఇనార్బిట్ మాల్, సైబరాబాద్, ఇంగ్లీష్-3డి:- 10.10,2.40, 8.25,11.00, సుజన ఫోరమ్ ప్రెస్టీజ్ మాల్, KPBH, ఇంగ్లీష్-3డి: 4.25,10.25, తెలుగు-2డి:- 10.25, ఐకాన్ హైదరాబాద్ నెక్స్ గలేరియా, మాదాపూర్, ఇంగ్లీష్ 3డి ATMOS :- 10.40,4.50,11.00, ప్లే హౌస్ హైదరాబాద్ నెక్స్ గలేరియా, పంజాగుట్ట, ఇంగ్లీష్-3డి:- 4.00, 3డి ATMOS:-10.40,8.05,10.40, తెలుగు- 3డి- 1.25, నెక్స్ గలేరియా, ఎర్రమంజిల్, ఇంగ్లీష్-3డి:-10.40,4.50,11.00, మూసారాంబాగ్, ముషీరాబాద్, ఇంగ్లీష్-2డి:-2.25,8.25, 11.00, హిందీ- 2డి: 11.50am, సెంట్రల్ మాల్, పంజాగుట్ట, ఇంగ్లీష్- 3డి- 11.00, 5.10,7.45 ఆర్.కె.మాల్, బంజారా హిల్స్, ఇంగ్లీష్ -3డి- 10.25,7.55, అట్రియం మాల్, గచ్చిబౌలి ఇంగ్లీష్ - 3డి ATMOS:-11.10,5.20,7.55, ప్రెస్టన్ మాల్, గచ్చిబౌలి, ఇంగ్లీష్-3డి ATMOS:-11.10,5.00,11.10, జివికె వన్ మాల్, బంజారా హిల్స్, ఇంగ్లీష్-3డి ATMOS:- 10.30,2.00,7.25,10.50, మహేశ్వరి పరమేశ్వరి మాల్, కాచిగూడ, ఇంగ్లీష్- 3డి:- 10.50,4.30,10.50, జియస్ఎం మాల్, మియాపూర్, ఇంగ్లీష్ - 3డి:-11.20,5.10,10.50, తెలుగు-3డి:-2.45, సత్వ నెక్లెస్ మాల్, కవాడిగూడ, ఇంగ్లీష్ 3డి ATMOS:11.00,1.50,8.00, హిందీ-3డి-4.30, అశోక, కూకట్‌పల్లి, ఇంగ్లీష్ 3డి ATMOS:- 11.20,2.00,7.55, యస్2 సినిమాస్, మల్లాపూర్, 3డి ATMOS: 10.00,4.50,10.40

సినీపోలిస్ : మంత్ర మాల్, అత్తాపూర్, ఇంగ్లీష్-3డి :-1.00,4.35, హిందీ - 3డి:- 10.20,10.50, సిసిపిఎల్ మల్కాజ్‌గిరి ఇంగ్లీష్-3డి:-10.00,8.00,తెలుగు- 3డి:-2.00, సుధ, శాలిబండ, ఇంగ్లీష్- 3డి :-4.40, హిందీ - 3డి:- 12.00,2.35,8.35, డియస్ఎల్, ఉప్పల్ ఇంగ్లష్ -3డి: 11.30,2.05,10.55, తెలుగు-3డి:- 4.40, లులు మాల్, కూకట్‌పల్లి, ఇంగ్లీష్-3డి :-10.30,11.00 తెలుగు-3డి:-2.35.

ప్లాటినమ్ మూవీ టైమ్ గచ్చిబౌలి: ఇంగ్లీష్- 3డి:-10.00,3.00,8.00,10.55, ఇంగ్లీష్- 2డి:-11:00, మూవీ సినిమా టైమ్ అమీర్‌పేట్, ఇంగ్లీష్-3డి :- 2.00,10.00, తెలుగు - 3డి:- 4.30

ఏషియన్ సినిమాస్ : సినీ ప్లానెట్ కొంపల్లి, ఇంగ్లీష్ - 3డి :- 10.45,4.40,7.35,10.25, సినీ స్వేర్ మల్టీప్లెక్స్, ఉప్పల్, ఇంజినీర్- 3డి :- 10.50,1.35,4.35,7.30,10.40, సినీప్రైడ్ శశికళ, మూసాపేట్, తెలుగు - 3డి :-11.30,2.45,9.30, ఎంక్యూబ్ మాల్ మల్టీప్లెక్స్, అత్తాపూర్, ఇంగ్లీష్-3డి :- 10.45,4.30,7.25,10.45, రాధిక, కాప్రా ఇంగ్లీష్ - 3డి :-10.55,4.45,10.20, ముక్తా ఎ2 ఎంజెఆర్ సినిమాస్, ఇంగ్లీష్ - 3డి :- 10:40,1:40,7.45,10.30

మిరాజ్ సినిమాస్ :- షాలిని శివాని, దిల్‌సుఖ్‌నగర్, ఇంగ్లీష్ - 3డి :- 10.40;4.40; 10.40; బాలానగర్, ఇంగ్లీష్ - 3డి :-4.40;10.40; తెలుగు-3డి:-10.40;, చందా నగర్, ఇంగ్లీష్ - 3డి:- 4.40;10.40; తెలుగు - 3డి:-10.40; మియాపూర్, ఇంగ్లీష్ -3డి:- 11.20;8.00; మల్కాజ్‌గిరి ఇంగ్లీష్ - 3డి :- 8.00, తెలుగు 3డి: 11.20

ఎఎఎ సినిమాస్ అమీర్‌పేట్ ఇంగ్లీష్ - 3డి - 10.55,1.50,7.40,10.15
టివోలి సినిమాస్ హోమ్ సికింద్రాబాద్ ఇంగ్లీష్ - 3డి 11.30,2.00,7.50,10.20
జె. ప్రసాద్ మియాపూర్ ఇంగ్లీష్ - 3డి: 10.50,1.35,4.35,7.30,10.25
జిపిఆర్ మాల్ & మల్టీప్లెక్స్ కాటేదాన్ ఇంగ్లీష్ - 3డి: 1.304.00,10.30
బి.వి.కె - విజయలక్ష్మి, ఎల్.బి.నగర్, ఇంగ్లీష్ - 2డి: 12.00,4.45
మహాలక్ష్మి కాంప్లెక్స్ కొత్తపేట్ తెలుగు 3డి: 9.20,4.35

BLOCKBUSTER DAWATH 4వ వారం

SHINE SCREENS
భగవంత్ కేసరి
I DON'T CARE

సుదర్శన్ 35 ఎ/సి - ఆర్.టి.సి.క్రాస్ రోడ్స్ 11.00,2.30,6.00,9.30
ENJOY 4K LASER PROJECTION & DOLBY ATMOS SOUND
PRASADS ఎన్.టి.ఆర్.గార్డెన్స్ 2.00,8.15PM
PVR సెంట్రల్ - పంజాగుట్ట 7.15PM
PVR ఇన్‌ఆర్బిట్‌మాల్ - మాదాపూర్ 9.20PM
PVR ఫోరంమాల్ - కూకట్‌పల్లి 1.00PM
PVR గలేరియా ఎ/సి - పంజాగుట్ట 4.15PM
PVR పివిఆర్ - ఎర్రమంజిల్ 4.45PM
PVR పివిఆర్ - మూసారంబాగ్ 9.20PM
PVR ఐకాన్ - హైటెక్ సిటి 7.15PM
PVR ATRIUM ఎ/సి - గచ్చిబౌలి 7.15PM
INOX ఐనాక్స్ - బంజారాహిల్స్ 4.10PM
INOX జి.ఎస్.ఎమ్ - మదీనాగూడ 4.00PM
INOX ఎం.పి.మాల్ - కాచిగూడ 2.00PM
INOX సత్వ నెక్లెస్ - కవాడిగూడ 7.25PM
INOX అశోక - వై. జంక్షన్ 10.50PM
Cinépolis లూలూ - కూకట్‌పల్లి 11.05PM
Cinépolis డి.ఎస్.ఎల్. - ఉప్పల్ 11.05PM
Cinépolis మంత్రామాల్ - అత్తాపూర్ 4.50PM
PLATINUM ప్లాటినమ్ - అమీర్‌పేట్ 7.00PM
ASIAN సినీ స్క్వేర్ - ఉప్పల్ 4.15PM
ASIAN CINEPRIDE లక్ష్మీకళ - మూసాపేట్ 6.30PM
PLATINUM ప్లాటినమ్ - గచ్చిబౌలి 7.00PM
JP జెపి - చందానగర్ 1.15PM
వినోద ఎ/సి - ఖమ్మం
సాయికృష్ణ ఎ/సి - కరీంనగర్
లలిత మహల్ - నిజామాబాద్
నటరాజ్ ఎ/సి - ఆదిలాబాద్
శ్రీనివాస ఎ/సి - గోదావరిఖని
అమృత ఎ/సి - హన్మకొండ
వి.శాంతి ఎ/సి - కామారెడ్డి
SVC జెమిని ఎ/సి - మంచిర్యాల
SVC సినిమా ఎ/సి - గద్వాల్
రాఘవ ఎ/సి - మిర్యాలగూడ
బాలాజీ ఎ/సి - జగిత్యాల
పరమేశ్వరి ఎ/సి - కొత్తగూడెం
సినీమ్యాక్స్ ఎ/సి - మెదక్
కనకదుర్గ ఎ/సి - గంగావతి

ఈనెల 17న బ్రహ్మాండమైన విడుదల

SPARK
L.I.F.E
TELUGU · HINDI · TAMIL · KANNADA · MALAYALAM
ADITYA MUSIC

సంధ్య 70 ఎంఎం ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్
ENJOY 4K LASER PROJECTION & DOLBY ATMOS SOUND
AMB ఎఎంబి ఎ/సి - గచ్చిబౌలి
ASIAN LAXMIKALA CINEPRIDE లక్ష్మీకళ ఎ/సి - మూసాపేట్
AAA ఎఎఎ ఎ/సి - అమీర్‌పేట్
PVR ఆర్.కె - బంజారాహిల్స్
PVR సెంట్రల్‌మాల్ - పంజాగుట్ట
PVR ఇన్‌ఆర్బిట్‌మాల్ - మాదాపూర్
PVR ఫోరంమాల్ - కూకట్‌పల్లి
PVR గలేరియా - పంజాగుట్ట
PVR పివిఆర్ - ఎర్రమంజిల్
PVR పివిఆర్ - మూసారంబాగ్
PVR ప్రెస్టన్ ప్రైమ్ - గచ్చిబౌలి
PVR ఐకాన్ - హైటెక్ సిటీ
PVR ATRIUM మాల్ -గచ్చిబౌలి
PVR ఎస్2 ఎ/సి - మల్లాపూర్
Cinépolis మంజీర మాల్ - కూకట్‌పల్లి
Cinépolis CCPL - మల్కాజ్‌గిరి
Cinépolis డి.ఎల్.ఎస్ - ఉప్పల్
Cinépolis మంత్రామాల్ - అత్తాపూర్
Cinépolis సుధ - శాలిబండ
INOX ఐనాక్స్ - బంజారాహిల్స్
INOX జి.ఎస్.ఎమ్ - మదీనాగూడ
INOX ఎం.పి.మాల్ - కాచిగూడ
INOX సత్వనెక్లెస్ మాల్స్ - కవాడిగూడ
INOX అశోక ఎ/సి - వై.జంక్షన్
మీరజ్ సినిమాస్ - దిల్‌సుఖ్‌నగర్
మీరజ్ సినిమాస్ - ఐడిపిఎల్
మీరజ్ సినిమాస్ - చందానగర్
రాఘవేంద్ర - మల్కాజ్‌గిరి
లక్ష్మీనరసింహ - మియాపూర్
AMR ఎఎంఆర్ - మౌలాలి
ASIAN ఎంక్యూబ్ - అత్తాపూర్
ASIAN సినీ స్క్వేర్ - ఉప్పల్
ASIAN ఎం.జె.ఆర్ - నారపల్లి
GPR జిపిఆర్ - కూకట్‌పల్లి
ASIAN ఏషియన్‌రాధిక - కాప్రా
సినీప్లానెట్ ఎ/సి - కొంపల్లి
విజయలక్ష్మి - ఎల్‌బినగర్
TIVOLI టివోలి - సికింద్రాబాద్
ASIAN శివగంగ - దిల్‌సుఖ్‌నగర్
ASIAN షా కాంప్లెక్స్ - చింతల్
PRASADS ప్రసాద్ - ఎన్.టి.ఆర్.గార్డెన్స్
PLATINUM ప్లాటినమ్ - అమీర్‌పేట్
PLATINUM ప్లాటినమ్ - గచ్చిబౌలి
JP జెపి ఎ/సి - చందానగర్
మరియు మీ అభిమాన థియేటర్లలో

SUPER HIT... నేడే చూడండి

DREAM WARRIOR PICTURES
KARTHI
జపాన్
DIWALI RELEASE

సంధ్య 35 ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్ 11.00,2.15,6.00,9.15
ENJOY 4K LASER PROJECTION & DOLBY ATMOS SOUND
మల్లికార్జున - కూకట్‌పల్లి 11.15,2.30,6.15,9.30
SVC శ్రీలక్ష్మి ఎ/సి - కర్మన్‌ఘాట్ 11.15,6.15
మెగా - దిల్‌సుఖ్‌నగర్ 11.15,2.15,6.15,9.15
ఇంద్రనాగేంద్ర - కర్మన్‌ఘాట్ 2.30,9.30
CINEPRIDE లక్ష్మీకళ - మూసాపేట్ 11.15,2.30,6.15,9.30
PRASADS ప్రసాద్ - ఎన్.టి.ఆర్.గార్డెన్స్ 8.00,2.00, 8.00 తమిళ్: 8.15,11.00,5.00,11.00
PVR ఆర్.కె - బంజారాహిల్స్ 9.40,1.00,4.20,7.40,11.00
PVR సెంట్రల్‌మాల్ - పంజాగుట్ట 10.55,1.00,4.20,7.40,11.00
PVR ఇన్‌ఆర్బిట్‌మాల్ - మాదాపూర్ 9.40,11.10,12.50,4.10,7.30,10.50
PVR ఫోరంమాల్ - కూకట్‌పల్లి 9.40,10.30, 1.00,4.20,6.45,7.40,10.30,11.00 తమిళ్: 4.30
PVR గలేరియా - పంజాగుట్ట 9.40,12.25, 1.00,4.20,7.40,10.15,11.00
PVR ఎర్రమంజిల్ 9.30,11.40,12.50,4.10,7.30,10.50
PVR మూసారంబాగ్ 10.00,1.20,3.40,4.40,7.00,10.20
PVR ప్రెస్టన్ ప్రైమ్ - గచ్చిబౌలి 10.15,1.00,4.20,7.40,11.00
PVR ఐకాన్ - హైటెక్ సిటీ 10.25,1.00,4.20,7.40,11.00
PVR ATRIUM మాల్ -గచ్చిబౌలి 10.20,1.00,4.20,7.40,11.00
PVR ఎస్2 - మల్లాపూర్ 9.40,1.00,4.20,7.40,11.00
Cinépolis మంజీర మాల్ - కూకట్‌పల్లి 10.00,1.00, 4.25,7.50,11.15 తమిళ్: 11.00PM
AAA అమీర్‌పేట్ 9.55,1.35,4.20,7.20,10.40
Cinépolis CCPL - మల్కాజ్‌గిరి 10.00,1.00 4.25,7.50,11.15 తమిళ్: 6.25PM
Cinépolis డి.ఎస్.ఎల్. - ఉప్పల్ 10.00,1.00, 4.25,7.50,10.50 తమిళ్: 7.25PM
Cinépolis మంత్రామాల్ - అత్తాపూర్ 10.00,1.00, 4.25,7.50,11.15 తమిళ్: 10.10,10.05PM
Cinépolis సుధ 70 ఎ/సి - శాలిబండ 10.00,1.00,4.25,7.50,11.15
INOX ఐనాక్స్ - బంజారాహిల్స్ 10.00,1.15,4.30,7.45,10.50
INOX జి.ఎస్.ఎమ్ - మదీనాగూడ 10.00,1.15, 4.30,7.45,10.50 తమిళ్: 11.00,10.40
INOX ఎం.పి.మాల్ - కాచిగూడ 10.00,1.20,4.35,7.25,10.40
INOX సత్వనెక్లెస్ మాల్స్ - కవాడిగూడ 10.00,1.15,4.30,7.45,10.50
INOX అశోక - వై.జంక్షన్ 10.00,1.15,4.30,7.45,10.50
మీరజ్ - దిల్‌సుఖ్‌నగర్ 10.00,1.15,4.30,7.45,11.00
మీరజ్ - ఐడిపిఎల్ 10.00,1.15,4.30,7.45,11.00
మీరజ్ - చందానగర్ 10.00,1.15,4.30,7.45,11.00
AMB గచ్చిబౌలి 9.55,1.05,4.20,7.35 తమిళ్ 10.35
రాఘవేంద్ర - మల్కాజ్‌గిరి 9.50,1.00,4.15,7.30,10.45
లక్ష్మీనరసింహ - మియాపూర్ 9.50,1.00,4.15,7.30,10.45
AMR మౌలాలి 10.00,1.15,4.30,7.00,8.00,11.00
PLATINUM అమీర్‌పేట్ 10.30,4.30,7.30,10.30
ASIAN ఎంక్యూబ్ - అత్తాపూర్ 10.45,1.15,4.35,7.30,10.35
ASIAN సినీ స్క్వేర్ - ఉప్పల్ 10.25,1.30,4.20,7.40,10.45
ASIAN ఎం.జె.ఆర్ - నారపల్లి 10.35,1.25,4.30,7.20,10.30
GPR కూకట్‌పల్లి 10.00,4.15,7.45,10.45
ASIAN రాధిక - కాప్రా 10.20,1.15,7.30 తమిళ్ 4.20
సినీప్లానెట్ - కొంపల్లి 10.35,1.25,4.30,7.20,10.30
విజయలక్ష్మి - ఎల్‌బినగర్ 10.00,1.10,4.20,7.35,10.50
TIVOLI సికింద్రాబాద్ 1.40,4.20,7.30 తమిళ్: 10.00
ASIAN శివగంగ - దిల్‌సుఖ్‌నగర్ 11.00,2.15,6.15
ASIAN షా - చింతల్ 11.15,2.30,6.15,9.30
PLATINUM ప్లాటినమ్ - గచ్చిబౌలి 10.00,1.30,4.45,8.15,10.00,10.55
JP జెపి - చందానగర్ 10.25,1.30,4.20,7.40,10.45
తాళ్కూరి 70 ఎ/సి - ఇ.సి.ఐ.ఎల్ 11.00,2.00,6.00,9.00
స్వప్న కాంప్లెక్స్ ఎ/సి - కాటేదాన్ 11.15,2.30,6.00,9.00
ప్రశాంత్ ఎ/సి - సికింద్రాబాద్ 11.30,2.30,6.00,9.00
పద్మావతి కాంప్లెక్స్ - కాచిగూడ 11.15,2.15,6.00,9.00
వైజయంతి - నాచారం 2.00,9.00
సూపర్ - బాలాపూర్ 11.00,2.15
సాయిరంగ ఎ/సి - మియాపూర్ 2.00,9.00PM
రామకృష్ణ 70 ఎ/సి - అబిడ్స్ 11.30,2.30,6.00,9.15
శ్రీరమణ కాంప్లెక్స్ - అంబర్‌పేట్ 11.00,2.00PM
జ్యోతి 70 ఎ/సి- ఆర్.సి.పురం 11.00,6.00PM
VLS శ్రీదేవి - చిలకలగూడ 11.15,2.30,6.00,9.15
మహాలక్ష్మి కాంప్లెక్స్ - కొత్తపేట్ 11.15,2.30,6.15,9.45
సుష్మ ఎ/సి - వనస్థలిపురం 11.00,2.15,6.00PM
రాజ్యలక్ష్మి 70 ఎ/సి - ఉప్పల్ 11.00,2.00,6.00,9.00
శివరంజని ఎ/సి - ఇస్నాపూర్ 11.00,2.00,6.00,9.00
సంతోష్ ఎ/సి - ఇబ్రహీంపట్నం 11.00,2.00,6.00,9.00
శ్రీకృష్ణ ఎ/సి - అలియాబాద్ 11.00,2.00,6.00,9.00
నర్తకి 70 ఎ/సి - అల్వాల్ 11.30,2.30,6.30,9.30
ముకుంద్ 70 ఎ/సి- మేడ్చల్ 2.15,9.00PM
వెంకటసాయి ఎ/సి - కీసర 11.00,2.00,6.00,9.00
గణేష్ 70 ఎ/సి - శంషాబాద్ 11.15,2.15,6.00,9.00
వెంకటేశ్వర ఎ/సి - గుమ్మడిదల 11.30,2.30,6.00,9.00
శ్రీప్రేమ 70 ఎ/సి - తుక్కుగూడ 11.00,2.00,6.00,9.00
GLOBAL CINEMAS LLP

MIND-BENDING BLOCKBUSTER విజయవంతమైన 2వ వారం

DR. ANIL VISHWANATH FILM
మా ఊరి పొలిమేర 2
SHREE KRISHNA
STORY, SCREENPLAY, DIALOGUES & DIRECTION DR. ANIL VISHWANATH PRODUCER GOWR KRIESNA

సంధ్య 70 ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్ 11.00,2.00,6.00,9.00
ENJOY 4K LASER PROJECTION & DOLBY ATMOS SOUND
రాజధాని - దిల్‌సుఖ్‌నగర్ 11.00,2.00,6.00,9.00
విశ్వనాథ్ - కూకట్‌పల్లి 11.45,2.45,6.45,9.45
వెంకటరమణపద్మావతి - కాచిగూడ 11.30,6.15
రంగ 70 ఎ/సి - జీడిమెట్ల 6.15,9.15
PRASADS ఎన్.టి.ఆర్.గార్డెన్స్ 11.15,1.45,6.30,9.00,10.45,11.30
ASIAN శివగంగ - దిల్‌సుఖ్‌నగర్ 9.15PM
ASIAN ఏషియన్‌రాధిక - కాప్రా 1.45,7.40,10.40
ASIAN సినీ స్క్వేర్ - ఉప్పల్ 11.00,1.55,7.25,10.35
సినీప్లానెట్ - కొంపల్లి 10.45,1.35,7.15,10.15
ASIAN ఎంక్యూబ్ - అత్తాపూర్ 10.45,1.45,7.45,10.15
విజయలక్ష్మి ఎ/సి - ఎల్‌బినగర్ 1.20
ఎం.జె.ఆర్ - నారపల్లి 10.50,1.35,7.30,10.35
PVR ఆర్.కె ఎ/సి - బంజారాహిల్స్ 4.20PM
PVR సెంట్రల్‌మాల్ - పంజాగుట్ట 2.10,5.00,7.50,10.40
PVR ఇన్‌ఆర్బిట్‌మాల్ - మాదాపూర్ 1.25,8.20,11.10
PVR ఫోరంమాల్ - కూకట్‌పల్లి 1.30,5.20,8.10,11.00
PVR గలేరియా - పంజాగుట్ట 11.20,1.25,7.40,10.30
PVR పివిఆర్ - ఎర్రమంజిల్ 1.55,8.10,11.00
PVR పివిఆర్ - మూసారంబాగ్ 12.30,1.55,8.20,11.10
సంపూర్ణ ఎ/సి - వనస్థలిపురం 6.15,9.15
తాళ్కూరి - ఇ.సి.ఐ.ఎల్ 2.15,6.15
స్వప్న ఎ/సి - కాటేదాన్ 2.15PM
విజయలక్ష్మి - మహేశ్వర 11.00,2.00,6.00,9.00
PVR ప్రెస్టన్ ప్రైమ్ - గచ్చిబౌలి 10.10,5.10,10.40
PVR ఐకాన్ - హైటెక్ సిటీ 10.15,1.40,8.00
PVR ATRIUM -గచ్చిబౌలి 10.15,1.40,8.00
PVR ఎస్2 - మల్లాపూర్ 11.40,5.10,10.40
మీరజ్ - ఐడిపిఎల్ 11.50,2.30,8.00
మీరజ్ - చందానగర్ 11.50,5.20,10.40
రాఘవేంద్ర ఎ/సి - మల్కాజ్‌గిరి 5.00
లక్ష్మీనరసింహ - మియాపూర్ 4.40
Cinépolis మంజీర మాల్ - కూకట్‌పల్లి 11.30,5.00,7.55,10.50
Cinépolis CCPL - మల్కాజ్‌గిరి 11.30,2.15,11.00
Cinépolis డి.ఎస్.ఎల్ - ఉప్పల్ 10.30,2.05,4.50,7.35,10.20
Cinépolis మంత్రామాల్ - అత్తాపూర్ 11.00,1.35,7.55,9.25
Cinépolis సుధ - శాలిబండ 10.30,2.25,4.50,7.5010.55
AAA అమీర్‌పేట్ 1.15,4.40,7.30,10.25
ఇంద్రనాగేంద్ర ఎ/సి - కర్మన్‌ఘాట్ 11.15,2.45,6.00,9.30
లక్ష్మీకళ - మూసాపేట్ 11.30,2.45,6.30,9.15
ఆర్తి - సంఘీనగర్ 11.00,2.00,6.00,9.00
AMB గచ్చిబౌలి 1.25,4.20,7.35,10.25
GPR జిపిఆర్ - కూకట్‌పల్లి 1.45,7.30
INOX ఐనాక్స్ - బంజారాహిల్స్ 12.30,7.50,10.40
INOX జి.ఎస్.ఎమ్ - మదీనాగూడ 10.40,1.25,7.30,10.20
INOX ఎం.పి.మాల్ - కాచిగూడ 1.25,4.40,7.30
INOX సత్వనెక్లెస్ మాల్స్ - కవాడిగూడ 2.20,5.10,8.00,10.00
INOX అశోక - వై.జంక్షన్ 10.45,1.35,7.50,10.40
AMR మౌలాలి 11.00,1.00,4.00,7.00,10.00
PLATINUM ప్లాటినమ్ - అమీర్‌పేట్ 11.30,1.30,4.30,10.00
TIVOLI టివోలి - సికింద్రాబాద్ 11.10,4.40,10.40
ASIAN షా కాంప్లెక్స్ ఎ/సి - చింతల్ 2.30
PLATINUM ప్లాటినమ్ - గచ్చిబౌలి 10.00,2.45,7.30,11.00
JP జెపి - చందానగర్ 10.55,4.15,7.25,10.25
జెమిని కాంప్లెక్స్ - వరంగల్
ASIAN శ్రీదేవిమాల్ - హన్మకొండ
లక్ష్మి - మహబూబాబాద్
ఆనంద్ - భూపాలపల్లి
మోహన్ - కేసముద్రం
కృష్ణ ఎ/సి - జనగాం
వెంకటేశ్వర - ఏటూర్‌నాగారం
శ్రీలక్ష్మి ఎ/సి - డోర్నకల్
సూర్య ఎ/సి - నెక్కొండ
తిరుపతి ఎ/సి - పాలకుర్తి
లక్ష్మీశ్రీనివాస - ఘన్‌పూర్
శివ 70 ఎ/సి - కరీంనగర్
SVC ప్రతిమ - కరీంనగర్
ASIAN ముక్త శ్రీనివాస - కరీంనగర్
శ్రీనివాస ఎ/సి - జగిత్యాల
సంగీత ఎ/సి - పెద్దపల్లి
ఆదిత్య 70 ఎ/సి - ఖమ్మం
వెంకటేశ్వర ఎ/సి - పాల్వంచ
శ్రీనివాస ఎ/సి - సత్తుపల్లి
లలిత 70 ఎ/సి - ఇల్లందు
పూర్ణ 70 ఎ/సి - కొత్తగూడెం
వెంకటరామా ఎ/సి - తల్లాడ
శ్రీనివాస - మహబూబ్‌నగర్
రామకృష్ణ ఎ/సి - షాద్‌నగర్
వెంకటేశ్వర ఎ/సి - గద్వాల
శ్రీరంగ ఎ/సి - వనపర్తి
సత్యలక్ష్మి - అచ్చంపేట్
శ్రీనివాస 70 ఎ/సి - జడ్చర్ల
శివసాయి 70 ఎ/సి - ఐజా
వెంకటరమణ - మక్తల్
వెంకటేశ్వర - పెబ్బేర్
ఏషియన్ తిరుమల - సూర్యాపేట్
సాయిబాబా - హుజూర్‌నగర్
వెంకటేశ్వర ఎ/సి - కోదాడ
సుజన ఎ/సి - చిట్యాల
లక్ష్మి 70 ఎ/సి - మాల్
లక్ష్మి - యాదగిరిగుట్ట
విజయలక్ష్మి - నాంపల్లి
వెంకటేశ్వర - మంచిర్యాల
SVC జెమిని - మంచిర్యాల
బాలాజీ ఎ/సి - బెల్లంపల్లి
తిరుమల ఎ/సి - నిర్మల్
మహానంది - లక్సెట్టిపేట్
రాఘవేంద్ర - జన్నారం
USHA గీతా ఉషా ప్రసాద్ - నిజామాబాద్
పివిఆర్ వేణు - నిజామాబాద్
పివిఆర్ జెపి ఎ/సి - ఆర్మూర్
దర్శన్ ఎ/సి - కామారెడ్డి
వెంకటేశ్వర - బాన్సువాడ
రామ్ ప్రతాప్ - నాగిరెడ్డిపేట్
శ్రీనివాస ఎ/సి - సిద్దిపేట్
సినీమ్యాక్స్ - జహీరాబాద్
భవాని ఎ/సి - పరిగి
MRR సాయిరామ్ - పోచంపల్లి
మిరజ్ సినిమాస్ - రాయచూర్
GEETHA FILM DISTRIBUTORS