



**నడకతోనే మంచి ఆరోగ్యం**



అవగాహన వాక్ ను ప్రారంభిస్తున్న సినీ దర్శకుడు వీఎన్ ఆదిత్య తదితరులు

ఖైరతాబాద్, నవంబర్ 19 : ఆరోగ్యవంతమైన జీవితమే లక్ష్యంగా గుడ వేగ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో నెక్స్ట్ రోడ్ స్టేషన్ వద్ద అవగాహన వాక్ నిర్వహించారు. ఈ వాక్ ను ప్రముఖ సినీ దర్శకుడు వీఎన్ ఆదిత్య, సంస్థ వ్యవస్థాపకుడు రాము దుర్వాసుల, యాంకర్ మంజూపతి కలిసి ప్రారంభించారు. ఈ వాక్ జలవిహార మీదుగా కొనసాగింది. దర్శకుడు ఆదిత్య మాట్లాడుతూ... దైనందిన జీవితంలో వ్యాయామానికి సమయం లేకుండాపోతుందన్నారు. ఉద్యోగాలు, విధుల్లో బిజీగా గడుపుతూ పని ఒత్తిడితో ఆరోగ్యాన్ని పట్టించుకోవడం లేదని తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరూ రోజుకు కనీసం 15 నిమిషాలు నడవాలని సూచించారు. లాజిస్టిక్ రంగంలో అగ్రగామిగా కొనసాగుతున్న తాము సామాజిక బాధ్యతలో భాగంగా పలు సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని రాము పేర్కొన్నారు.

**నిరుద్యోగ యువతకు సదావకాశం**

- కేంద్ర సాయుధ బలగాల పోటీ పరీక్షలకు 'పరవస్తు' అండ
- ఉచిత శిక్షణకు ఈ నెల 26న ప్రవేశపరీక్ష నిర్వహణ

కంటోన్మెంట్, నవంబర్ 19: కేంద్ర సాయుధ బలగాలైన బీఎస్ ఎఫ్, సీఐఎస్ఎఫ్, సీఆర్పీఎఫ్, ఐటీబీపీ, ఎన్ఎన్బీ, ఎన్ఎన్ఎఫ్లో కానిస్టేబుల్ ఉద్యోగాల భర్తీ చేపట్టనున్న నేపథ్యంలో పరవస్తు క్రియేటివ్ ఫౌండేషన్, రాంకి ఫౌండేషన్ ఆసక్తిగల అభ్యర్థులకు ఉచిత శిక్షణ ఇచ్చేందుకు సిద్ధమైంది. దీంతో పాటు ఆర్పీఎఫ్ (రైల్వే ప్రొటెక్షన్ ఫోర్స్)కు సంబంధించి సహా ఇన్స్ట్రక్టర్, కానిస్టేబుల్ ఉద్యోగాలతో పాటు స్టాఫ్ నెలక్షన్ కమిషన్ (ఎన్ఎన్సీ), సీఆర్పీఎఫ్ (సెంట్రల్ రిజర్వ్డ్ పోలీస్ ఫోర్స్)తో సహా పలు శాఖలకు సంబంధించిన కానిస్టేబుల్ నియామకాల కోసమై పరవస్తు క్రియేటివ్ ఫౌండేషన్, రాంకి ఫౌండేషన్ 5 నెలల పాటు ఉచిత రెసిడెన్షియల్ శిక్షణ ఇవ్వడానికై ఈ నెల 26వ తేదీ ఆదివారం ప్రవేశ పరీక్ష నిర్వహిస్తున్నట్లు పరవస్తు క్రియేటివ్ ఫౌండేషన్ కో-ఆర్డినేటర్లు గద్దె భాస్కర్, సందీప్ హరి, రాంకి ఫౌండేషన్ అధ్యక్షుడు మువ్వ రాంరెడ్డి సంయుక్త ప్రకటనలో తెలిపారు. ఆసక్తి, ఆర్థిక కలిగిన అభ్యర్థులు ఈ నెల 22వ తేదీ లోపు పరవస్తు క్రియేటివ్ ఫౌండేషన్ వెబ్సైట్ లేదా ఫేస్ బుక్ ద్వారా ఆన్లైన్లో దరఖాస్తు చేసుకోవాలని సూచించారు. హైదరాబాద్ కేంద్రంగా పరీక్ష నిర్వహించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ప్రవేశ పరీక్షల్లో పాల్గొన్న వారి ఫలితాలను ఈ నెల 28వ తేదీన వెబ్సైట్లో వెల్లడిస్తామన్నారు. ప్రవేశ పరీక్షల్లో ఉత్తీర్ణులైన అభ్యర్థుల్లో 300 మందికి హైదరాబాద్ కేంద్రంలో, మరో 300 మందికి గుంటూరులోని శిక్షణ కేంద్రంలో 5 నెలల పాటు ఉచిత శిక్షణ ఇవ్వనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఉత్తీర్ణులైన అభ్యర్థులకు డిసెంబర్ 1 నుంచి శిక్షణ ఉంటుందని తెలిపారు.

**కంటోన్మెంట్ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి లాస్యనందిత ప్రచార సిత్రాలు**



కంటోన్మెంట్లోని రెండో వార్డులో ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా లాస్యనందితను దీవిస్తున్న వృద్ధులు ప్రచారంలో భాగంగా స్టాంపులతో సెల్ఫీ దిగుతున్న లాస్యనందిత



లాలాగూడలో ప్రచారంలో భాగంగా యువతులతో పద్మారావు గౌడ్

**ప్రతి బస్టీల్లో మౌలిక వసతులు**

**ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ స్పీకర్ పద్మారావుగౌడ్**

అడ్లగుట్ట, నవంబర్ 19 : సికింద్రాబాద్లో తమ పార్టీ హ్యూటీక్ విజయాన్ని సాధించడం ఖాయమని డిప్యూటీ స్పీకర్, బీఆర్ఎస్ సికింద్రాబాద్ అభ్యర్థి పద్మారావు గౌడ్ అన్నారు. ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా అడ్లగుట్ట డివిజన్ పరిధిలోని లాలాగూడ, కట్టలమండి ప్రాంతాల్లో స్థానిక కార్పొరేటర్ లింగాని ప్రసన్న లక్ష్మీ శ్రీనివాస్ తో కలిసి ఆదివారం ప్రచారాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రజలు పద్మారావు పాదయాత్రకు బ్రహ్మాండం పట్టారు. అనంతరం పద్మారావు గౌడ్ మాట్లాడుతూ... నియోజకవర్గంలో కాలనీ, బస్టీ అనే తేడా లేకుండా అన్ని ప్రాంతాలను సరిసమానంగా అభివృద్ధి చేశామని ఆయన తెలిపారు. పడ్యే కాలంలో ఎన్నో అభివృద్ధి పనులను చేపట్టామని ఆయన పేర్కొన్నారు. ప్రధాన సమస్యలపైనే

కాకుండా మౌలిక వసతుల కల్పనపై కూడా ప్రత్యేకంగా దృష్టిసారించామని ఆయన అన్నారు. విద్య, వైద్య రంగాలకు ప్రాముఖ్యతను కల్పిస్తూనే సంక్షేమ కార్యక్రమాల్లో సికింద్రాబాద్ను అగ్రగామిగా నిలిపేటట్లు ఆయన తెలియజేశారు. ఎక్కడ కూడా నిధుల విషయంలో రాజీపడకుండా అభివృద్ధికి పెద్దపీట వేశామని ఆయన గుర్తు చేశారు. రానున్న కాలంలో మరిన్ని అభివృద్ధి పనులను చేపట్టేందుకు ప్రణాళికలను సిద్ధం చేశామని, ప్రజలు మరోసారి అవకాశం కల్పించి అభివృద్ధిని కొనసాగించాలని ఆయన కోరారు.



వృద్ధుడిని ఆప్యాయంగా పలకరిస్తూ ఓటును అభ్యర్థిస్తున్న పద్మారావు గౌడ్

**మధుమేహంపై అవగాహన ఉండాలి**



సికింద్రాబాద్, నవంబర్ 19: మధుమేహ నివారణ దినోత్సవం సందర్భంగా వారాసిగూడలోని సుజాత ఐ కేర్ సెంటర్లో ఆదివారం ఉచిత మధుమేహ సమస్యపై అవగాహన శిబిరం నిర్వహించారు. గోల్ సుజాత ప్రకాష్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఉచిత అవగాహన శిబిరానికి ప్రజల నుంచి స్పందన లభించింది. ఈ శిబిరంలో ప్రముఖ కంటి వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ గోల్లీధర్ రోగులకు ఉచితంగా వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించారు. డయాబెటిక్ పేషెంట్స్ కు అన్ని విధాలా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై పూర్తి అవగాహన కల్పించారు. ఈ శిబిరం ఉదయం 8 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు జరిగింది. దాదాపు 80 మంది వరకు షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకున్నట్లు వైద్యులు తెలిపారు.

**రేవంత్ కు వెయింట్ లిఫ్టింగ్ లో రెండో స్థానం**



55 కేజీల పోటీ విభాగంలో ప్రశంసాపత్రం అందుకున్న రేవంత్

సికింద్రాబాద్, నవంబర్ 19: తెలంగాణ వెయింట్ లిఫ్టింగ్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలు చిక్కడపల్లిలో ఆదివారం పోస్టల్ కన్వెన్షన్ హాల్లో నిర్వహించారు. ఈ పోటీల్లో సీతాఫల్ మండిలోని బీదల బస్టికి చెందిన రేవంత్ 55 కేజీల యూత్ విభాగంలో పాల్గొని స్కాప్ 70 కేజీలు, క్లీన్ , జర్మ్లో 80 కేజీలను ఎత్తి రెండో స్థానాన్ని సాధించాడు. రేవంత్ సీతాఫల్ మండిలోని ఓపైవేట కళాశాలలో ఇంటర్ మొదటి సంవత్సరం చదువుతున్నాడు. ఈ సందర్భంగా రేవంత్ మాట్లాడుతూ... తనకు అన్ని విధాలా సహాయ సహకారాలు అందిస్తున్న ఇంటర్నేషనల్ కోచ్ శివ కుమార్ , హైద్రాబాద్ వెయింట్ లిఫ్టింగ్ అసోసియేషన్ సెక్రటరీ శ్రీనివాస్ , కోచ్ రాజు , కోచ్ శ్రవణ్ , జింజానా పవర్ లిఫ్టింగ్ కోచ్ హేమలతకు ధన్యవాదాలు తెలిపాడు.



పనభోజనాల యాత్రలో భాగంగా ఆర్యవైశ్య సంఘం తుకారాంగేట్ ఆధ్వర్యంలో జనగాం జిల్లా చిలిపెరిగుట్టకు ఆదివారం దాదాపు 150 మంది వైశ్య కుటుంబ సభ్యులు రెండు బస్సుల్లో బయల్దేరి వెళ్లారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘం అధ్యక్షులు నాగబండి శ్రీకాంత్, ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీకాంత్, కోశాధికారి నాగబండి శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యక్షులు తల్లెం వెంకటేశ్, నూకల నర్సింగరావు, వైస్ చైర్మన్ కందుకూరి సాగర్ బాబు పాల్గొన్నారు. - అడ్లగుట్ట, నవంబర్ 19 :