ఆహారపు అలవాట్లపై జాతీయ సదస్సు

సదస్సులో పాల్గొన్న విశ్రాంత ఐపీఎస్ అధికారి బద్రీనాథ్ తదితరులు

బంజారాహిల్స్, డిసెంబర్ 10: మారుతున్న జీవనశైలి కారణంగా తలెత్తుతున్న అనేక రకాలైన ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించేందుకు ఆహారపు అలవాట్లలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై అవగాహన కల్పించేందుకు ఫిజీషియన్స్ అసోసియేషన్ ఫర్ న్యూట్రిషన్ (పీఏఎన్) ఆధ్వర్యంలో బంజారాహిల్స్ రోడ్ నం. 4లోని రాడిసన్ బ్లూ హోటల్‌లో సదస్సు నిర్వహించారు. విశ్రాంత ఐపీఎస్ అధికారి బద్రీనాథ్ ఈ సదస్సును ప్రారంభించిన అనంతరం మాట్లాడుతూ.. మోతాదుకు మించిన ఆహారం తీసుకోవడం, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, వ్యాయామం చేయకపోవడం వల్ల వచ్చే రక్తపోటు, మధుమేహం తదితర సమస్యలను నివారించాలంటే ఆహారపు అలవాట్లు మార్చుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందన్నారు. నిపుణుల పర్యవేక్షణలో సరైన డైట్ తీసుకుంటే సమస్యలను తగ్గించుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు. ఈ సదస్సులో డా. రెజీనా, డా. ప్రత్యూష తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఫిబ్రవరి 3న 'ద సాగా' కార్నివాల్

ద సాగా కార్నివాల్ పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరిస్తున్న నిర్వాహకులు

కొండాపూర్, డిసెంబర్ 10 : నగర వాసులకు ఆహ్లాదాన్ని పంచేందుకు ఫిబ్రవరి 3న గచ్చిబౌలి స్టేడియంలో 'ద సాగా' బిగ్గెస్ట్ కార్నివాల్‌ను నిర్వహిస్తున్నట్లు ఫైనాన్షియల్ డిస్ట్రిక్ట్‌లో నిర్వహించిన పోస్టర్ ఆవిష్కరణ కార్యక్రమంలో నిర్వాహకులు తెలిపారు. కార్నివాల్‌లో 200లకు పైగా స్టాళ్లను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు, లైవ్ మ్యూజిక్‌తో పాటు గేమ్స్, రుచికరమైన ఫుడ్ అందుబాటులో ఉంటాయన్నారు. అన్ని వయస్సుల వారికి ప్రత్యేక ఆహ్లాదాన్ని అందించడమే ఈ కార్నివాల్ ఉద్దేశ్యమని, 10వేల మంది ఇందులో పాల్గొంటారన్నారు. వస్త్రాలు, గృహోపకరణాలు, స్పోర్ట్స్, తదితరాలు అందుబాటులో ఉంటాయన్నారు. అనంతరం ద సాగా కార్నివాల్ పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నిర్వాహకులు అఖిల్ భాష్యం, అచ్యుత్‌రెడ్డి, ధీరజ్ నూనె, శాన్విరెడ్డి, షాశాంక్ బీ, త్రిషా రెడ్డి, శ్రీజయ్‌రెడ్డి, అనికెత్‌రెడ్డి, కౌశిక్ చింతల పాల్గొన్నారు.

'ఆటా' వేడుకలు

బ్రోచర్లను ఆవిష్కరిస్తున్న సంఘం ప్రతినిధులు

ఖైరతాబాద్, డిసెంబర్ 10 : అమెరికా తెలుగు సంఘం ఆధ్వర్యంలో 20 రోజుల పాటు ప్రత్యేక వేడుకలను నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆ సంఘం అధ్యక్షుడు జయంత్ చల్లా తెలిపారు. సోమాజిగూడ ప్రెస్‌క్లబ్‌లో ఆదివారం ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో వేడుకలకు సంబంధించిన బ్రోచర్లను వేడుకల ప్రతినిధి వేణు సంకినేని, ఆటా కార్యదర్శి రామకృష్ణా రెడ్డితో కలిసి ఆవిష్కరించారు. జయంత్ చల్లా మాట్లాడుతూ 1990లో ఈ సంఘాన్ని స్థాపించామని, అమెరికాలో తెలుగు ప్రజలు, తెలుగు భాషా అత్యంత వేగంగా విస్తరిస్తున్నట్లు యూఎస్ సెన్సెస్ బ్యూరో వెల్లడించిందన్నారు. అమెరికాలో లక్షలాది మంది తెలుగు ప్రజలు ఉన్నారని, వ్యాపారం, పరిశోధన, రాజకీయ రంగాల్లో రాణిస్తున్నారన్నారు. ప్రతి రెండు సంవత్సరాలకు ఒకసారి ఈ వేడుకలను నిర్వహిస్తున్నామని, ఈ ఏడాది కూడా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో నిర్వహిస్తున్నామని, గ్రామీణ, ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో వివిధ సేవా కార్యక్రమాలు, ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్‌తో కలిసి ఆరోగ్య శిబిరాలు, విద్యా, అక్షరాస్యత సదస్సులు, సీఐఐ ఆధ్వర్యంలో బిజినెస్ సెమినార్ నిర్వహిస్తున్నామని వెల్లడించారు. వచ్చే ఏడాది జూన్ 7, 8, 9 తేదీల్లో యూఎస్‌లో ముగింపు వేడుకలు ఉంటాయన్నారు. ఈ సమావేశంలో కోశాధికారి సతీశ్‌రెడ్డి, సహాయ కోశాధికారి రవీందర్ గూడూరు, సాంస్కృతిక సలహాదారులు లోహిత్, మీడియా కో ఆర్డినేటర్ ఈశ్వర్ బండా, ట్రస్టీలు నరసింహారెడ్డి, కాశీ కోట, అమృత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్వచ్ఛతగా.. మెట్రో

స్టేషన్ల కింద పక్కాగా పారిశుధ్య నిర్వహణ

ప్రైవేటు సంస్థలకు పనుల అప్పగింత

సిటీబ్యూరో, డిసెంబర్ 10 (నమస్తే తెలంగాణ): అత్యాధునిక ప్రజా రవాణా వ్యవస్థగా అందుబాటులో ఉన్న మెట్రో రైళ్ల వ్యవస్థ నిరంతరం ఆధునికంగా ఉండేలా హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు సంస్థ అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. నగరంలో అత్యంత కీలక మార్గాల్లో ఉన్న మెట్రో రైలులో ప్రయాణించే వారి సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. ప్రయాణికుల ఆదరణను చూరగొన్న మెట్రో వ్యవస్థ నిర్వహణలో ఎల్ అండ్ టీ మెట్రోతో పాటు హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు సంస్థ సైతం ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించింది. పూర్తిగా ఆకాశ మార్గం (ఎలివేటెడ్)లో మెట్రో మార్గంలో ఉన్న స్టేషన్లతో పాటు రోడ్డు మీద పిల్లర్లు, వాటి మధ్య ఉన్న డివైడర్లను నిరంతరం శుభ్రంగా ఉంచే కార్యాచరణను అధికారులు చేపట్టారు. ముఖ్యంగా మెట్రో స్టేషన్ల కింద ప్రయాణికుల రాకపోకలు ఎక్కువగా ఉండడంతో ఆ ప్రాంతాన్ని ప్రతి రోజూ ఊడ్చుతూ పరిశుభ్రంగా ఉంచే పనులను ప్రైవేట్ హౌస్ కీపింగ్ సంస్థలకు అప్పగిస్తున్నారు. అన్ని మెట్రోస్టేషన్లు ఒక్కరికే కాకుండా 3-5 మెట్రో స్టేషన్లను ఒకరికి అప్పగిస్తున్నారు. దీంతో మెట్రో స్టేషన్ల కింద పరిశుభ్రత పక్కాగా ఉండేలా అధికారులు పర్యవేక్షిస్తున్నారు. తాజాగా కారిడార్-3లోని మధురానగర్ (తరుణి మెట్రో స్టేషన్) నుంచి మొదలుకొని యూసుఫ్‌గూడ, కృష్ణానగర్ మీదుగా జూబ్లీహిల్స్ రోడ్ నంబర్ . 5 మెట్రో స్టేషన్ వరకు ఉన్న మార్గాన్ని నిరంతరం పరిశుభ్రంగా ఉంచే పనులను హౌస్ కీపింగ్ సంస్థలకు ఇచ్చేందుకు ఇటీవల టెండర్లు పిలిచారు. మొత్తం 69 కి.మీ పరిధిలో 3 కారిడార్‌లలో ఉన్న మెట్రో మార్గాల్లో పరిశుభ్రతకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో మెట్రో రైలు నగర వాసులకు అందుబాటులో ఉండేలా అధికారులు పటిష్టమైన చర్యలు తీసుకుంటున్నారు.

కార్తిక మాసం.. వనభోజనాల సందడి

సిటీబ్యూరో, డిసెంబర్ 10 (నమస్తే తెలంగాణ): కార్తిక మాసం చివరి ఆదివారం కావడంతో నగరంలో వన భోజనాల సందడి కనిపించింది. కుటుంబ సమేతంగా వన భోజనాలు చేస్తూ నగరవాసులు సందడి చేశారు. ఆ ఫొటోలు సోషల్ మీడియాలో పోస్టు చేస్తూ సంతోషాన్ని పంచుకున్నారు. నగరంలో ఆలయాలన్నీ కార్తిక మాసం శోభతో వెలుగులీనాయి. పిల్లలు, పెద్దలు అంతా కలిసి ఆలయాలకు వెళ్లి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం దగ్గరలో ఉన్న వనాలకు, ఆధ్యాత్మిక ప్రాంతాలకు వెళ్లారు.

ముగిసిన బ్రహ్మోత్సవాలు

బంజారాహిల్స్, డిసెంబర్ 10: బంజారాహిల్స్‌లోని హరేకృష్ణ స్వర్ణ దేవాలయంలో ఆరు రోజులుగా సాగుతున్న బ్రహ్మోత్సవాలు ఆదివారం ముగిశాయి. ఉత్సవాల్లో చివరిరోజున మహా పూర్ణాహుతి, అభిషేకం, చక్రస్నానం తదితర పూజా కార్యక్రమాలు భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. సాయంత్రం పుష్పయాగం, 108 కలశాలతో మహాభిషేకం, మహా సంప్రోక్షణ, ధ్వజ అవరోహణ కార్యక్రమాలతో బ్రహ్మోత్సవాలు ముగిశాయి. ఈ కార్యక్రమంలో ఇస్కాన్ బెంగళూరు చైర్మన్ మధు పండిత దాస ప్రభూజీ, హరేకృష్ణ మూవ్‌మెంట్ హైదరాబాద్ అధ్యక్షుడు సత్యచంద్ర గౌరదాస తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కుస్తీ పోటీల్లో బంగారు పతకం

హైదరాబాద్ స్కూల్ గేమ్స్ ఫెడరేషన్‌లో జరిగిన కుస్తీ పోటీల్లో జిల్లా స్థాయిలో రెడ్‌హిల్స్ బజార్‌ఘాట్‌కు చెందిన సయ్యద్ అబ్దుల్ రహమాన్ బంగారు పతకాన్ని సాధించాడు. ఈ సందర్భంగా బాలుడిని పలువురు అభినందించారు. – మెహిదీపట్నం డిసెంబర్ 10

ఆకట్టుకున్న నృత్యరూపకం

కొండాపూర్, డిసెంబర్ 10 : గచ్చిబౌలిలోని రంగ భూమి ఆడిటోరియంలో ఆదివారం అక్షిథ సమర్పణలో 'చండాలిక' నృత్యరూపకం సందేశాత్మకంగా సాగింది. నృత్య ప్రదర్శనల్లో ప్రముఖ నృత్యకారిణి నిహంత్రికరెడ్డి 40 మంది తన శిష్య బృందంతో కలిసి ప్రదర్శించిన నృత్యాలు ఆకట్టుకున్నాయి.

27 నుంచి ఇండియన్ డిజైనర్స్ హాథ్ ఎగ్జిబిషన్

బంజారాహిల్స్, డిసెంబర్ 10: దేశంలోని ప్రఖ్యాత డిజైనర్లు రూపొందించిన వస్త్రాలు, ఆభరణాలు, లైఫ్‌స్టైల్ ఉత్పత్తులను నగరవాసులకు అందించేందుకు డిసెంబర్ 27, 28 తేదీల్లో బంజారాహిల్స్‌లోని తాజ్ కృష్ణా హోటల్‌లో 'ఇండియన్ డిజైనర్స్ హాథ్' పేరుతో లైఫ్‌స్టైల్ ఎగ్జిబిషన్ నిర్వహించనున్నారు. ఇందుకు సంబంధించిన కర్టెన్ రైజర్ కార్యక్రమం ఆదివారం బంజారాహిల్స్‌లోని మార్క్స్ మీడియా సెంటర్‌లో ఉత్సాహంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మోడల్స్‌తో కలిసి నిర్వాహకులు బ్రోచర్‌ను ఆవిష్కరించారు.