జీవనశైలిని మార్చుకుంటే అదుపులో మధుమేహం

షుగర్ వ్యాధిపై అవగాహన కల్పిస్తున్న చారా ఆసుపత్రి యంత్రాంగం

ఖమ్మం సిటీ, నవంబర్ 14 : ఇటీవల మధుమేహ వ్యాధిబారిన పడుతున్న వారి సంఖ్య విపరీతంగా పెరుగుతోందని, జీవనశైలిని మార్చుకొని క్రమబద్ధంగా ఆహార నియమాలు పాటిస్తే రోగాన్ని అదుపులో ఉంచుకోవచ్చని ప్రముఖ షుగర్ వ్యాధి వైద్య నిపుణుడు డాక్టర్ రచ్చా శ్రావణ్‌కుమార్ అన్నారు. గురువారం ప్రపంచ మధుమేహ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ఖమ్మం సర్దార్ పటేల్ స్టేడియంలో మెడికల్ క్యాంపు ఏర్పాటు చేశారు. ప్రజలకు షుగర్ పరీక్షలు నిర్వహించడంతో పాటు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రోగం వచ్చిన తర్వాత బాధపడటం కాదని, దాని బారిన పడకుండా జాగ్రత్తలు పాటించడమే మేలన్నారు. కార్యక్రమంలో చారా డయాబెటిస్ హాస్పిటల్ సిబ్బంది, రిప్రజెంటేటివ్స్ మోహన్, రవి, పూర్ణ, రాంబాబు, అరవింద్, సందీప్, రాకేష్, సోనీ పాల్గొన్నారు.

లయన్స్‌క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో...

ఖమ్మం లయన్స్‌క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో సర్దార్ పటేల్ స్టేడియంలో స్క్రీనింగ్ క్యాంప్ నిర్వహించారు. ఉదయం వాకింగ్, ఇతర వ్యాయామం కోసం వచ్చిన వృద్ధుల కోసం ఏర్పాటుచేసిన శిబిరంలో 237 మందికి బీపీ, షుగర్ వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు చేశారు. లయన్స్‌క్లబ్ అధ్యక్షుడు డాక్టర్ బొల్లికొండ శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ బీపీ, షుగర్ కలిగిన వారు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదన్నారు. రోజువారీగా ఎదురయ్యే సమస్యలను కొట్టిపారేస్తే బీపీ అదుపులో ఉంటుందన్నారు. కార్యక్రమంలో లయన్స్‌క్లబ్ ప్రతినిధులు గెల్లా శ్రీరామ్, డీపీసీ రావు, విశ్వేశ్వరరావు, దుర్గా నాగేశ్వరరావు, వీ వెంకయ్య, జనార్దన రావు, కృష్ణమూర్తి, మధ్రి వెంకటేశ్వరరావు, ల్యాబ్, నర్సింగ్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఖమ్మంలో వీవీసీ ట్రస్ట్ సేవా కార్యక్రమాలు

బ్లడ్ క్యాంపు నిర్వహిస్తున్న వీవీసీ సంస్థ

రఘునాథపాలెం, నవంబర్ 14 : వంకాయలపాటి రమణప్రసాద్ 61జయంతిని పురస్కరించుకొని వీవీసీ గ్రూప్, వీవీసీ ట్రస్ట్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో గురువారం ఖమ్మంలో పలు సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. వీవీసీ గార్డెన్స్‌లో జరిగిన కార్యక్రమంలో భాగంగా ముందుగా రమణప్రసాద్ చిత్రపటానికి వీవీసీ ట్రస్ట్ అధినేత వంకాయలపాటి రాజేంద్రప్రసాద్ పూలమాల వేసి నివాళి అర్పించారు. పేద కుటుంబాలకు వస్త్రాలు పంపిణీ చేశారు. నగర శివారు చినతండా ప్రాథమిక పాఠశాల విద్యార్థులకు స్కూల్ బ్యాగ్స్, పుస్తకాలు అందజేశారు. వీవీసీ సంస్థ ఉద్యోగులు ప్రభుత్వ ప్రధాన ఆసుపత్రికి బ్లడ్ డొనేషన్ చేశారు. సంస్థ బాధ్యులు వికాస్‌చౌదరి, విక్రమాదిత్య, విరేన్ చౌదరి, చైర్మన్ ద్రౌపతి పాల్గొన్నారు.

నేటి నుంచి రాష్ట్రస్థాయి అథ్లెటిక్స్ పోటీలు

ఖమ్మం సిటీ, నవంబర్ 14 : నగరంలోని సర్దార్ పటేల్ స్టేడియంలో శుక్రవారం నుంచి ఈ నెల 17వ తేదీ వరకు పాఠశాలల అండర్-14 విభాగంలో రాష్ట్రస్థాయి అథ్లెటిక్స్ పోటీలు నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా పాఠశాలల క్రీడల కార్యదర్శి కె.నర్సింహమూర్తి గురువారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. రాష్ట్రంలోని ఉమ్మడి 10 జిల్లాలకు చెందిన 360 మంది క్రీడాకారులు, 40 మంది కోచ్‌లు హాజరవుతారని, పోటీల్లో పాల్గొనే క్రీడాకారులకు ఉచిత భోజన, వసతి సౌకర్యాలు కల్పించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. పలు క్రీడాంశాల్లో అత్యంత ప్రతిభ కనబరిచిన క్రీడాకారులను డిసెంబర్‌లో రాంచీ పట్టణంలో జరుగనున్న జాతీయ స్థాయి పోటీలకు పంపిస్తామని ఆయన వెల్లడించారు.

'నేను నా సత్తుపల్లి.. క్లీన్ అండ్ గ్రీన్'

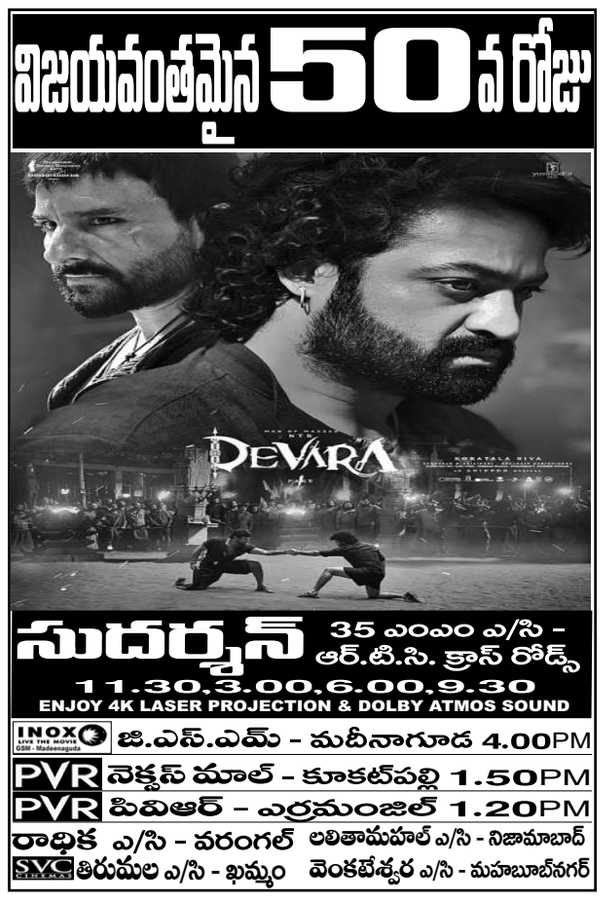
రోడ్డు పక్కన పారిశుధ్య కార్యక్రమాలను పరిశీలిస్తున్న కమిషనర్

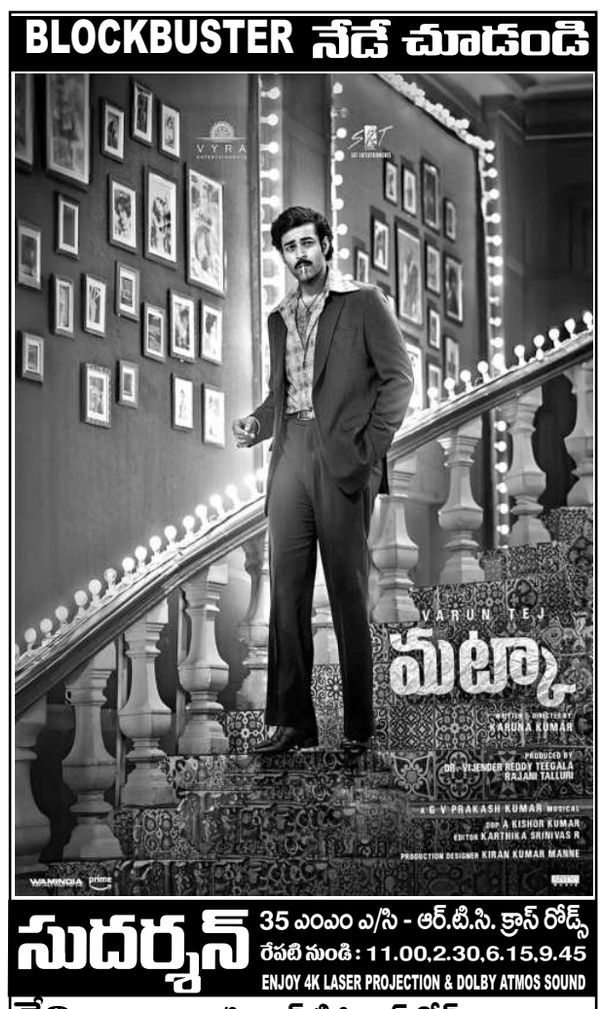
సత్తుపల్లిటౌన్, నవంబర్14: నేను.. నా సత్తుపల్లి క్లీన్ అండ్ గ్రీన్ కార్యక్రమం పట్టణంలోని రాజీవ్‌కాలనీలో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ కమిషనర్ రవికుమార్ సిబ్బందితో కలిసి రాజీవ్‌నగర్‌లో పెరుకుపోయిన చెత్తను తొలగించే కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. అనంతరం ఆ ప్రదేశాల్లో బ్లీచింగ్ చల్లించి శుభ్రం చేయించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ప్రతి ఒక్కరూ పట్టణాన్ని పరిశుభ్రంగా ఉంచేందుకు సహకరించాలని కోరారు.

'నేను నా మధిర.. క్లీన్ అండ్ గ్రీన్'

చెత్త బుట్టలు పంపిణీ చేస్తున్న మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్

మధిర, నవంబర్14: 'నేను నా మధిర.. క్లీన్ అండ్ గ్రీన్' కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ మొండితోక లత అన్నారు. గురువారం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 17, 20, 21 వార్డుల్లో నేను నా మధిర క్లీన్ అండ్ గ్రీన్ కార్యక్రమంలో భాగంగా తడిచెత్త- పొడిచెత్త ప్లాస్టిక్ డబ్బాలను వార్డు ప్రజలకు పంపిణీ చేశారు. కార్యక్రమంలో కౌన్సిలర్లు ముసుగోటి వెంకటేశ్వర్లు, యర్రగుంట లక్ష్మి, మల్లాది వాసు, మున్సిపల్ కమిషనర్ సంపత్‌కుమార్, మేనేజర్ ఉదయ్‌కుమార్, వార్డు ఆఫీసర్లు, నాయకులు, మున్సిపల్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.





K.E. GNANAVEL RAJA
BLOCK BUSTER HIT.... నేడే చూడండి
SURIYA
తంగలాన్
SIVA
MYTHRI THEATRES
బిమల్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - బాలానగర్
64 Channel Dolby Atmos 4k Laser Projection Centrally Air Condition
జగదాంబ ఎ/సి - ఘట్‌కేసర్
రాజధాని 70 - దిల్‌సుఖ్‌నగర్
మెగా - దిల్‌సుఖ్‌నగర్
సంధ్య 70 ఎ/సి-ఆర్‌టిసి క్రాస్‌రోడ్స్
సంగీత ఎ/సి - ఆర్.సి.పురం
శ్రీసాయిరాం ఎ/సి - మల్కాజ్‌గిరి
ఈశ్వర్ ఎ/సి - అత్తాపూర్
శివశక్తి 70 ఎ/సి - కాప్రా
ఇంద్రనాగేంద ఎ/సి - కర్మన్‌ఘాట్
శ్రీలక్ష్మి ఎ/సి - కర్మన్‌ఘాట్
మల్లికార్జున ఎ/సి - కూకట్‌పల్లి
గోకుల్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - ఎర్రగడ్డ
పెన్నేషన్ ఎ/సి - ఖైరతాబాద్
శ్రీరమణ 70 ఎ/సి - అంబర్‌పేట్
రంగ 70 ఎ/సి - జీడిమెట్ల
ముకుంద్ 70 ఎ/సి - మేడ్చల్
శ్రీకృష్ణ 70 ఎ/సి - ఉప్పల్
సుష్మ ఎ/సి - వనస్థలిపురం
విఎల్‌పి శ్రీదేవి - చిలకలగూడ
నర్తకి 70 ఎ/సి - అల్వాల్
ప్రశాంత్ 70 ఎ/సి - సికింద్రాబాద్
తాక్కూరి ఎ/సి - ఇ.సి.ఐ.ఎల్
సాయిరంగ ఎ/సి - మియాపూర్
గణేష్ 70 ఎ/సి - శంషాబాద్
సూపర్ ఎ/సి - బాలాపూర్
బిఆర్‌హైటెక్ ఎ/సి - మాదాపూర్
శ్రీప్రేమ 70 ఎ/సి- తుక్కుగూడ
సాయిరామ్ - పోచంపల్లి
PVR ఆర్.కె - బంజారాహిల్స్
PVR సెంట్రల్‌మాల్ - పంజాగుట్ట
PVR ఇనార్బిట్‌మాల్ - మాదాపూర్
PVR నెక్షస్ మాల్ - కూకట్‌పల్లి
PVR గలేరియా - పంజాగుట్ట
PVR పివిఆర్ - ఎర్రమంజిల్
PVR పివిఆర్ - మూసారంబాగ్
PVR ప్రెస్టన్ ప్రైమ్ -గచ్చిబౌలి
PVR ఐకాన్ - హైటెక్ సిటీ
PVR ATRIUM మాల్ -గచ్చిబౌలి
PVR PRISM మాల్ - గచ్చిబౌలి
INOX ఐనాక్స్ - బంజారాహిల్స్
INOX జి.ఎస్.ఎమ్ - మదీనాగూడ
INOX ఎం.పి.మాల్ - కాచిగూడ
INOX సత్యనెక్లిస్ మాల్ - కవాడిగూడ
INOX అశోక ఎ/సి - వై.జంక్షన్
సినీపోలిస్ లులు మాల్ - కూకట్‌పల్లి
సినీపోలిస్ CCPL - మల్కాజ్‌గిరి
సినీపోలిస్ డి.ఎల్.ఎస్ - ఉప్పల్
సినీపోలిస్ మంత్రామాల్ - అత్తాపూర్
సినీపోలిస్ సుధ - శాలిబండ
ప్రసాద్ ప్రసాద్ - ఎన్.టి.ఆర్.గార్డెన్స్
అపర్ణ అపర్ణ సినిమాస్ - నల్లగండ్ల
AMB ఎఎంబి సినిమాస్ - గచ్చిబౌలి
మీరజ్ సినిమాస్ - దిల్‌సుఖ్‌నగర్
మీరజ్ సినిమాస్ - బిడిపిఎల్
మీరజ్ సినిమాస్ - చందానగర్
రాఘవేంద్ర - మల్కాజ్‌గిరి
లక్ష్మీపరసింహా - మియాపూర్
ఏషియన్ శివగంగ ఎ/సి - దిల్‌సుఖ్‌నగర్
విజయలక్ష్మి - ఎల్‌బినగర్
ఏషియన్ రాధిక - కాప్రా
ఎఎఎ ఎ/సి - అమీర్‌పేట
జీపీఆర్ - కూకట్‌పల్లి
ఎం.జె.ఆర్ ఎ/సి - నారపల్లి
పినీప్లానెట్ ఎ/సి - కొంపల్లి
ఎంక్యూబ్ - అత్తాపూర్
పివీ స్క్వేర్ ఎ/సి - ఉప్పల్
లక్ష్మీకళ ఎ/సి - మూసాపేట్
షా కాంప్లెక్స్ - చింతల్
సినీమార్ట్ - ఆర్.సి.పురం
టివోలి - సికింద్రాబాద్
జెపి ఎ/సి - చందానగర్
ప్పన్న ఎ/సి - కాటేదాన్
హిందీ వెర్షన్
సుధ ఎ/సి - శాలిబండ
రామకృష్ణ ఎ/సి - అబిడ్స్
సాయిరాజ ఎ/సి - ముషీరాబాద్
మెట్రో ఎ/సి - బహదూర్‌పుర
తమిళ్ వెర్షన్
PVR నెక్షస్ మాల్ - కూకట్‌పల్లి
PVR ప్రెస్టన్ ప్రైమ్ -గచ్చిబౌలి
INOX జి.ఎస్.ఎమ్ - మదీనాగూడ
మూవీటైమ్ ప్లాటినమ్ - గచ్చిబౌలి
ఎఎంఆర్ - మౌలాలి
ప్రసాద్ - ఎన్.టి.ఆర్.గార్డెన్స్
అపర్ణ సినిమాస్ - నల్లగండ్ల
CCPL - మల్కాజ్‌గిరి
మంత్రామాల్ - అత్తాపూర్
సుధ - శాలిబండ
డి.ఎల్.ఎస్ - ఉప్పల్
లులు మాల్ - కూకట్‌పల్లి
AMB ఎఎంబి సినిమాస్ - గచ్చిబౌలి
MYTHRI MOVIE DISTRIBUTORS LLP
వరంగల్ జిల్లా
రాధిక ఎ/సి - వరంగల్
వెంకట్రామ ఎ/సి - వరంగల్
రామి 70 ఎ/సి - వరంగల్
పివిఆర్ ఎస్ఆర్ పినిమాస్- వరంగల్
అమృత ఎ/సి - హన్మకొండ
లక్ష్మీ - మహబూబాబాద్
దేవి ఎ/సి - జనగాం
శాంభవి ఎ/సి - కాజీపేట్
ఆనంద్ ఎ/సి - భూపాలపల్లి
శ్రీదేవి ఎ/సి - హన్మకొండ
తిరుమల ఎ/సి - పాలకుర్తి
జయదీలక్ష్మి ఎ/సి - పరకాల
శాంతి 70 ఎ/సి - మలిపెద
బాలాజీ ఎ/సి - ములుగు
అశ్విని ఎ/సి - తొర్రూర్
మోహన్ - కేసముద్రం
భారతీయ - వర్ధన్నపేట్
ఖమ్మం జిల్లా
తిరుమల - ఖమ్మం
కెపియస్ - ఖమ్మం
పూర్ణ ఎ/సి - కొత్తగూడె