

వీలీన మండలాల ప్రజలకు కూటమి ప్రభుత్వం అందగా ఉంటుంది - ఎమ్మెల్చే సిలీపు దేవి.

ప్రభుత్వ సాయం మూడు వేల రూపాయిలు, జయశ్శ్రీ వీసిలవరం ప్రజలకు మంపిఁ చేసిన ఎమ్మెల్చే సిలీపు దేవి, కలెక్టర్ నినేవీ కుమార్.



సీ కే స్వాస్థ రంగచోదపరం అర్థ సీ ప్రతినిధి, (సాయి కౌతిక), జూలై 30, అధికారిక ప్రభుత్వంలో ఖాగంగా ఎమ్మెల్చే మిర్మాల శిలీపు దేవి, తెలుగు యువత అధ్యక్షులు చిజిం భాస్కర్ విలీన్ మండలాలు చింతాయ మండలంలోని శబది బడ్డ ను సందర్భంలో అక్కడి పరద బాధిత కుటుంబాలను ఇంటిలోకి తిరిగి పరాపరించారు. అనంతరం కూనవరం మండలంలోని కోతుల గుళ్ల వద్ద అల్లూరి సీతారామాజు జీల్లా కలెక్టర్ దినేసే కుమార్, గారితో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం పోలవరం నిర్మాసిత ప్రజలకు ప్రకటించిన 3000 రూపాయలను మరియు వియుం ప్రజలకు గొరం ఎమ్మెల్చే గారి చేతుల మీదుగా పంపిఁ చేశారు.. వి.ఆర్ పురం మండలంలోని శేషపాలి వద్ద నిర్మాసిత ప్రజలు ఏర్పాటు చేసుకున్న తాత్కాలిక గుడారాలను సందర్భంలో వారి యొక్క సమస్యలను తెలుగుకోని, ప్రభుత్వ సాయస్ ప్రభుత్వ అధికారులు అందుని అందరూ ద్వేర్యంగా ఉండాలని మీక వి కషం వచ్చినా మన ఎస్టీయు కూటమి ప్రభుత్వం, మన ముఖ్యమంత్రి ప్రజలను సకాలంలో ఆదుకంటారని తెలిపారు.

తెలంగాణ ఉద్యమకారులకు ఇచ్చిన హమీని నెరవేర్చాలని భారీ రూలీ.

- తెలంగాణ ఉద్యమకారులపేశిం తెలంగాణ ఉద్యమకారుల అభ్యక్తిం, సాంఘమం కోసం
- క్రీయాత్మక గెరపణియులైన ఖమ్మం జ్ఞాన కలెక్టర్ కి ర్మీంగాణ ఉద్యమకారుల విశ్వమంచి ..



సీ కే స్వాస్థ ప్రతినిధి : తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటు ఉద్యమాల్ కీలక ప్రాతి పోషించి తెలంగాణ ఉద్యమకారులకు కుటుంబాలు ప్రకున పేశి అన్ని తాపై వీరీచితంగా పోరాటపటిమన కనబ్రాం. కానీ రాష్ట్ర సిద్ధింపాక గత %భ.జ.=%. ప్రభుత్వ నిర్కటధీని వల్ల అర్థకంగా, సాయాజకంగా, రాజకీయంగా సస్థాపితున్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అసెంబ్లీ ఏర్పాటు సందర్భంగా ఉద్యమకారులకు ఇచ్చిన శాపిలు చూసి కాంగ్రెస్ పార్టీ అసెంబ్లీ అందించి, ఆ పార్టీ గెలుపు కోసం ప్రచారం వేసి రాష్ట్రప్రాంతంలో కాదు అందరూ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్ధిం మాడుల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుల మైల్ జయాల్ రెడ్డి హిల్స్ మాట్లాడురు....

పాది కౌతిక సీతున్న అజ్ఞాన బుట్టిలో అసెంబ్లీ ఒక మహిళా మంత్రి ప్రజాసాధనకారులు తెలంగాణకే కాదు భారతదేశంలో కూర్కు అర్థగా మహిళా మంత్రి ప్రాంతికి ప్రాంతిక కుటుంబాల ముఖ్య అమిత్



మీ ఇంట్లో తులని మొక్క ఎండిపేళుందా...

ಅಯತೆ ಇಲಾ ಚೆಯಂಡಿ...

హిందూ మతంలో తులసి మొక్కకు చాలా
 ప్రాముఖ్యత ఉంది. ప్రతి హిందూ ఇంటి
 ప్రాంగణంలో ఖచ్చితంగా తులసి మొక్క
 ఉంటుంది. అంతే కాదు తులసి మొక్కను
 అమృవారిగా భావించి పూజిస్తారు.
 ప్రతిరోజు ఉదయం నీరు పోస్తారు. ఒకోక్కసారి
 ఎన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకున్నా ఈ మొక్కలు
 ఎండిపోతాయి. కాబట్టి ఈ రోజు మనం మీ
 ఎండిన తులసికి జీవం పోసి పచ్చగా మార్చే
 పెరూం రెమెడీని తెలుసుకుండాం...

మీ వంటగదిలోని మసాలా దినుసుల్లో ఉండే
ఓ మసాలా.. తులసి మొక్కకు కొత్త
జీవితాన్ని ఇస్తుంది. ఈ మసాలా అనేక
ఆయుర్వేద బౌధాలతో పాటు ప్రతి
కూరగాయలు ఆహారంలో
ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ సుగంధ
ద్రవ్యం పేరు పసుపు. పసుపును
సాధారణంగా కూరలు, పప్పు చేసినప్పుడు
మనం వాడుతుంటాం. పసుపు వంటకు
రుచితో పాటు.. మనకు ఆరోగ్యం కూడా
అందిస్తుంది. అయితు ఇది మొక్కలకు
కూడా ఎంతో ఉపయోగకరంగా
ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మొక్క
ఎదుగుదలకు పసుపు ఎంతో మేలు చేస్తుంది.
మొక్క నేల ఎండిపోతుంటే, పసుపు పొడిని
జోడించండి. దీని వల్ల నేల సారవంతంగా
మారుతుంది. ఎండిపోయిన తులసి మొక్క
మొదట్లో పసుపు కలిపితే మళ్ళీ ఆకుపచ్చగా
చిగురు వస్తుందని వ్యవసాయ నిపుణులు
చెబుతున్నారు. పసుపు మొక్కలకు క్రిమి
సంహరిణిగా పనిచేస్తుంది. తులసి మొక్కలో
పురుగులు ఉంటే పసుపు వేయాలి.

వేసవి కాలంలో తులసి మొక్కలపై చీమలు
 దాడి చేస్తాయి. కాబట్టి పసుపును
 ఉపయోగించడం ద్వారా మొక్కను
 రక్షించవచ్చు. మీరు దాని ఆకులపై పసుపు
 నీటిని పిచికారీ చేయవచ్చు . మూలాలకు
 పసుపు పొడిని జోడించవచ్చు. దీంతో
 చీమలు పారిపోతాయి. మీ మొక్కలు
 కూడా కాపొడుకోవచ్చు.

ప్రాటీన్ ఎక్కువ తీసుకుంటున్నారా..? అయితే ఈ సమస్యలు వస్తాయి.. జాగ్రత్త..!



పెరుగుతుంది. దీనతో మళ్లీ బరువు పెరిగిందుకు థాన్స్ ఉండంటున్నారు అరోగ్య నిపుణులు, జంతువులతో వచ్చే ప్రిటోసైన్ తీసుకుంటూ, అవశరంలో పండ్లు, కూరగాయలు వంటి షైబర్ ఎక్స్ప్రెస్ ఉండే మొక్కల అపోరాన్ని తీసుకోకపోతే.. మీకు మలుబద్దం

సమస్య వేళ అవకాశం ఉంది. అలగే ఉభయరం వంటి
ఇతర జీర్ణ సమస్యలు కూడా వస్తాయి. అంతేకాకుండా
ప్రాణీన్న అధికంగా తీసుకోవడం
వల్ల నోటి నుంచి దుర్మాసల
వస్తుంది. ముఖ్యంగా

కార్బోఫైడ్ ట్లను బాగా తగ్గించినపుడు వాసన మరింత
 ఎక్కువవుతుంది. పైబర్ లేని పాలు, ప్రాసెన్ చేసిన
 ఆహారాన్ని ఎక్కువ మొత్తంలో తీసుకుంటుంటే మీకు
 విరేపనాల సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంది.
 అయితే ఒక వ్యక్తి వారి వయస్సు, లింగం, శరీర బరువు,
 శరీర కూర్చు, శారీరక శ్రమమై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఒక
 వ్యక్తి శారీరక శ్రమలో పోల్చానికపోతే.. వారు వారి శరీర
 బరువులో కిలోగ్రాముకు కనీసం 0.8 గ్రాముల ప్రోటీన్ ను
 క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవాలి. మీరు రోజులో 1 గంట
 పొటు వ్యాయామాలు చేస్తే మీ శరీరంలోని 3
 కిలోలక్క 1.2 నుంచి 1.7 గ్రాముల ప్రోటీన్
 ను తీసుకోవాలంటూ ఆరోగ్య నిపుణులు
 చెబుతున్నారు.



తిండి విషయంలో ఈ తప్పులు చేయుద్దు!

మానవాల్చి అరోగ్యంపై తిండి అలవాట్ల ప్రభావం

ఆహారపు అలవాట్లు ఆరోగ్యాన్ని నిర్దేశిస్తాయంటున్న పరిశోధకులు

మధ్యాహ్న భోజన విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలని సూచన

మానవుల ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేసే అనేక
 అంశాలలో తిండి అలవాట్లు కూడా ముఖ్యమైనవే.
 ఆపోరపు అలవాట్లు వ్యక్తుల ఆరోగ్యాన్ని నిర్దేశిస్తాయని
 పరిశోధకులు అంటున్నారు. తిండి విషయంలో చేసే
 కొన్ని తప్పులు చిన్నవే అయినా దీర్ఘకాలంలో చేటు
 చేస్తాయని, ప్రమాదకర జబ్బులకు దారితీస్తాయని
 చెబుతున్నారు. ఆపోరం విషయంలో కొన్ని అలవాట్లకు
 దూరంగా ఉండాలని, ముఖ్యంగా మధ్యాహ్న భోజనం
 విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలని నూచిస్తున్నారు.
 అవేంటో చూద్దాం...
 ఉదయం అల్పాహ్నారం తినకుండా మధ్యాహ్న భోజనం
 పీకల దాకా లాగించడం
 తిన్నవెంటనే పనిచేయడం
 మంచినీరు తక్కువగా తీసుకోవడం
 పిచ్చిపట్టినట్టుగా తినడం
 నిర్దిష్ట సమయం అంటూ లేకుండా ఎప్పుడంటే అప్పుడ
 లంచ్ చేయడం.
 మధ్యాహ్న భోజన సమయంలో కనీసం స్నాన్ అయినా
 తీసుకోకపోవడం
 లంచ్ లో ఎప్పుడూ జంక్, ప్రాసెట్ పుడ్ తినడం
 వూగాపూడు భోజన చేయాలిన సుగుణాలో తీసుకోవడం

కాణ్ణలు తాగడం
 హాడావిడిగా తినడం
 పోపక విలువలున్న ఆహరానికి లంచ్ లో
 చోటిట్టుకపోవడం
 లంచ్ కు ఓ ప్రణాళిక అంటూ లేకపోవడం
 మధ్యాహ్న భోజనంలో సమతల ఆహరం
 తీసుకోకపోవడం
 ఈ అలవాట్లన్నీ అప్పటికప్పుడేమీ ప్రభావం చూపవ,
 కానీ నిదానంగా ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తాయి మొదట్లో
 లక్షణాలు ఓ మోస్తరుగానే అనిపించినా, కాలక్రమంలో
 కోలుకోలేనంతగా నష్టం వాటిల్లతుంది.
 స్వరైన రీతిలో మధ్యాహ్న భోజనం చేయకపోతే శరీర
 తినంత మోతాదులో కీలక విటమిన్లను,
 ఖనిజలవణాలను స్వీకరించలేదు. అస్తవ్యస్త భోజన
 సమయాలు మొదట జీర్ణవ్యవస్థను నాశనం చేస్తాయి
 దాంతో ఉదరంలో జీర్ణరసాల ఉప్పత్తిలో సమతుల్యత
 ఉండదు. మొదట్లో చిన్న సమస్యలే అనుకున్నివి ఆ
 తర్వాత జీప్రస్తాయికి చేరణాయి.
 ప్రధానంగా, స్వక్రమమైన తిండి అలవాట్లు లేకపోతే
 మధుమేహం బారినపడే ముప్పు ఎక్కువ. స్వరైన
 పనుగుర్చాలో ఔస్తరిగి తీసుకోకసోనడం నుగ్గాచూ

భోజనం వరకు పరాగదుపునే ఉండడం శరీరంలో
 ఇన్నుల్నిన్ స్తాయిలను కుదురులకు గురిచేస్తాయి.
 దాంతో బ్లూ సుగర్ హెచ్చుతగ్గులకు లోస్ వుతుంది.
 ఇక, కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు క్యాన్సర్ కు
 దారితీస్తాయి. ఒబ్జెసిటీతో పాటు 13 రకాల క్యాన్సర్లకు
 అనారోగ్యకర ఆహారమే కారణమని పరిశోధకులు
 గుర్తించారు. మెనింజియోమా, టైరాయిడ్,
 అడెనోకార్సిసోమా, రశసోఫేగన్, మల్టీపుల్ మైలోమా,
 కిడ్సీ, యూట్రస్, బివరీ, లివర్, గాల్ బ్లాడర్, ఉదరం,
 ప్యాంక్రియాన్, బైస్ట్ క్యాన్సర్ లకు అనారోగ్యకరమైన
 తిండికి సంబంధం ఉందని అనేక అధ్యయనాలు
 చెబుతున్నాయి.
 మధ్యాహ్న భోజనంలో బలమైన పోషకాహారం
 తీసుకోకపోతే గుండె బలహీనపడుతుంది. అదే
 సమయంలో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఉప్పు
 మోతాదు మించరాదు. ప్రతిరోజు పెద్దవాళ్లు 2,300
 ఎంబీ కంటే ఎక్కువ ఉప్పు తీసుకోరాదు. అయితే
 ప్రస్తుతకాలంలో ప్యాకేజ్ పుట్టు రూపంలో మనకు
 తెలియకుండానే ఉప్పు అధికంగా తీసుకుంటున్నాం.
 ఆరోగ్యకరమైన ఆహారానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం ద్వారా
 పోదిగొం విచిత్రోగ్యాన్ని విచ్చాడినదనచూ

చిట్టి గానులో సుహీనా పొలు



‘ప్రైదరాబాద్ పెన్ పర్వ: జోయా అక్తర్ ‘ది ఆర్టీఎస్’ నెట్ ఫ్లిక్సులో స్ట్రేమింగుకి రెడీ అవుతున్న సంగతి తెలిసిందే. నమయం దగ్గర పదుతున్న కొద్దీ ఇందులో నటించిన నటవారనులు సుహోనాభాన్- ఖుష్ణి కపూర్-అగస్ట్ నందా తదితరులు ప్రమోషన్స్ అదరగొడుతున్నారు. ఇప్పటికే సుహోనా భాన్ వరుస ఫోటోషూట్లు అంతరాలాన్ని హీటిక్స్టున్నాయి. భాన్ డాటర్ ఇంటర్వ్యూల్లో ఎంతో తెలివిగా మాట్లాడుతోంది. ఆలియా భట్ లాంటి ఇమేజ్ ఉన్న స్టార్ ని పొకిడేసి మీడియా అట్టెన్స్ ని తనవైపునకు తీపేసుకుంది. రకరకాల కారణాలతో ది ఆర్టీఎస్ కి ప్రమోషన్ తగ్గకుండా చేయడంలో సుహోనా పెద్ద సక్కాపైంది.

ఇంతలోనే ఇప్పుడు సుహోనా కొత్త ఫోటోషూట్ హాట్ టాపిక్ గా మారింది. డార్క్ నేవీ బ్లూ మిడ్లీలో సుహోనా అమాంతం హీట్ పెంచేసింది. చిట్టి గౌసులో సుహోనా క్రై సాగుసుల ఎలివేషన్ యువతరంలో చర్చగా మారింది. ది ఆర్టీఎస్ లో తన పాత్ర ప్రవర్తనకు తగ్గట్టగానే, విభిన్నమైన టీసేజ్ హెంప్సేఫ్ దుస్తులను ఫోటోషూట్ కోసం సుహోనా ఎంపిక చేసుకుంటోంది. గ్లామర్ ఎలివేషన్ కి ఆస్టార్టం ఉన్న అల్ట్రా మోడన్ బైట్ ఫిట్ లోను సుహోనా ఎంతో సాకర్యంగా కనిపిస్తోంది. ఇప్పటికే తండ్రికి తగ్గ తనయాగా గ్లామ్ అండ్ గ్రిప్ ప్రవంచంలో నెమ్ముదిగా ఎలా దూసుకెళ్లాలో నేర్చేసుకుంటోంది. ప్రస్తుతం సుహోనా మిడీ లక్ అంతర్జాలంలో వైరల్ గా మారుతోంది. జోయా అక్తర్ చిత్రంతో బాలీవుడ్లోకి అదుగుపెడుతున్న సుహోనా భాన్, వేదంగ్ టైనా, ఖుష్ణి కపూర్, అగస్ట్ నందా, డాట్, యువరాజ్ మెండా, మిహిర్ అహుజా ఇటీవల ప్రమోషన్స్ కోసం ఎటువంటి అవకాశాన్ని విధిచిపెట్టడం లేదు. ఈ యువతరం నటీనటులు సోషల్ మీడియాల్లో ఎంతో యూక్సివ్ గా ప్రమోషన్స్ సాగిస్తున్నారు. టీవీ చానెళ్ లైవ్ లు, న్యూస్ పేపర్ల ఇంటర్వ్యూలకు అనుకూలంగా ఉన్నారు. ఇక ది ఆర్టీఎస్ తోనే సుహోనా భాన్, వేదాంత్ గాయకులుగా అరంగీట్రం చేయడం చర్చనీయాంశంగా మారింది.



ಅಕ್ಷರ ನೈದ ಪ್ರೇರ್ಶಿ ಲುಕ್ನಾ

రుహీ సింగ్

యెక్క

ఆశ్వర్యపరిచే క్లిక్లు



ಅತಡಿತ್ವ ಪ್ರೇಮಲೋ ಪಡಿಂದಾ?

ది ఆర్థిన్ నెట్ ఫైఫ్ సిరీస్ లో నబిస్తున్న క్రమంలో
కోస్టర్ అగ్నస్త్రే నందాతో భాన్ దాటర్ సువోనా
భాన్ ఎంతో సన్నిహితంగా మెలగడం రకరకాల
చర్చలకు తావిచింది. అగ్నస్త్రే-సువోనా జంట
ప్రేమించుకుంటున్నారని ఇద్దరూ ఒకరిని .
ఒకరు ఉండలేకపోతున్నారని, ఈ ఇద్దరి
ప్రేమాయణం ఇంట్లో కూడా తెలుసు,
వారికి కూడా ఇష్టమేనని కూడా వ్రు
సాగింది. అయితే ఈ జంట ఇతర
జంటల్లానే తమ ప్రేమాయణాన్ని
అంగీకరించలేదు. అలాగని
తిరస్కరంచనూ లేదు.

గ్రూప్‌పాండ్ డాడీకి నై స్ట్రాటికల్ బిన్సెట్

A photograph of a woman in a vibrant red sari with a matching blouse, dancing joyfully in a street. She is wearing a red bindi and has her hair tied back. The background shows a colorful building with hanging lights, and a man in a red shirt is visible in the lower-left foreground, looking towards the camera.