











# ఆంధ్రజ్యోతి న్యూ డాక్టర్

కుటుంబ కదంబం

ఈ ఏడాది ఎండ కరీనా కన్నా పెద్ద దెబ్బే  
కొట్టేలా ఉండి. కాబట్టి ఎండ నుంచి  
తప్పించుచునేందుకు ఒంటికి చల్లదనాన్ని  
శక్తిని అంచించే ఆపిరం, అలవాట్లు  
మొదలుపెట్టాలి. ఇందుకోసం సమ్మర్చను  
స్నాక్ట్రగా ఎదుర్కొనే చిట్టాలు పాటించాలి!

సమ్మర్చ కెర్

## మీ ఆరోగ్యం...

# చల్ల చల్లగా

వేసవి వేసితే శరీరంలోపు వేసి పెరుగుతుంది. దాంతే అలసట, ఇడలక, విషితమైన మెటట, తర్వాత పొడియారథం, తలమహిస్సి, మగత, భట్ట నేపులు లాంటి లక్షణాలు కనిపొస్తాయి. ఎండ వేసిమికి శరీర ఉప్పులు త్రమలేచి పెరుగుతూ 104 డిగ్రీలలు చేరుకుంటే ఎండచెల్త గురువురాం అత్యందిక ఉప్పులు త్రమల గురుయా లేక వేసి వాయిదాలంంటే శారీరక తమ పల్ల శరీర ఉప్పుల గురువుగా అమెరిక మెరుగు చేరుకొన్నా ఎండదెబ్బుకు గురువడం సహజం. అందుకు పలు కారణాలు ఉంటాయి. వాటిలో ముఖ్యమైనవి....

❖ ఇంత తగిన దుర్భాగ్య, మెటట వేసిన వీటి లేని దుస్సులు ధరించడం. వేడిని త్వరగా గ్రీసానే న్నాని దుస్సులు ధరించడ.

❖ మధుర మధుర ఆగడం పల్ల ఉప్పులను కుపుద్దుం చేసే క్రీతి శరీరం కేల్వీయిన నీటిని బ్రీచే వేసిపోవడం.

**నిపాటి తేలికి:** ఎండచెల్త గురుయా జాడ పడేకొన్నా, ఆ స్థితి రాకుండా జాగ్రత్త పడం చేసి వేసికి గురువులం ఉండాలాటి ఈ జాగ్రత్తలు పాటించాలి.



**ముప్పులు:** తేలికా, దుష్టాలు, చెరిబడేలా, చెపులు వీర్పులూ శక్తాలూ ఉండాలి. క్రీతినంతపరకూ నూలు, తెల్లని దుస్సులే ధరించడం.

**పూర్వరూపాలు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రెమ్యులు స్థాయి ఉండుట మధుర కుపుద్దుం చేసి నీటిని ప్రీటీపోవడం.

**స్థితి:** దాంత వేసిపరకూ అగుండా గుండకపారి నీటు తగుసూతూ ఉండాలి. స్థితిల్లా శారీరిక ఉప్పులు, మధుగ కూడా తరమగా తగుసూతూ ఉండాలి. ఇలా ఒంటో నీరు, ఖనిజిలపాల పరిమాణాన్ని స్థితి ఉండుటం ఎండ ప్రచాపం నుంచి ఉప్పులని కుపుద్దుం చేసి వేసి.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు, గురుగు తప్పనిపరిగా వాడాలి. ప్రీటీపోవడం.

**ముప్పులు:** నేరుగా సూర్యాల్ని స్థితి, శరీరం తనంత తాను చల్లాడే స్థాయి కోల్చేతుంది. కాబట్టి ఎండలో బయటు తెచ్చుపలించే తల్లు తోల్చే, క్రూకు చలువ క్రూకులు,



SRESHTH MOVIES

RAJKUMAR AKELLA  
PRESENTSHAPPY BIRTHDAY  
NITHIIN

**మాస్టర్**

SUDHAKAR REDDY NIKITHA REDDY MERLAPAKA GANDHI  
MAHATI SWARA SAGAR J YUVRAJ SR SHEKHAR SAHI SURESH  
SHEIK DAWOOD MURALI VAMSI-SEKHAR

ADITYA  
MUSIC

## ఈ అరుపులు విని మూడేళ్లు అయింది

'కోర్టులో వాదించడమూ తెలుసు, కోటు తీసి కొట్టు దమ్మా తెలుసు' అంధరూ ట్రాక్టోర్ అలరింగారు పవన్ కల్యాణ్ . 'మీరు వర్షికా అని అమ్మా ఆయిలను అడగొద్దు, ఏం స్నాయం సెండ్రులో అటుగా ఉపయుక్త క్రైలర్లో ప్రకౌరాటీస్'

కెంటిల్ ఇస్కు కనిపించారాయిన, పవన్ కల్యాణ్ కథానాయకిగా నటించిన విత్త 'ప్రకౌరాటీస్' క్రీమ్ లేస్ ద్రుక్కతంలో దిల్ రాజు, శిరీష్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం ఎఫ్రోడిట్ లీస విడుదల కానుది. ఈ సందర్భగా సీఎస్ హరిం జ్ఞానాశాఖ సుద్రున్ ఫియెటర్లో పాటు, పలు జ్ఞాన్లోని ఫియెటర్లలో అలిమానలు చేతుల పీమగు ప్రింసు

చిట్టదల చేశారు. నిర్మాత దీర్ఘ రాజు మాట్లాడుతూ ఇంటి అరుపులు విని మూడు సంవత్సరాలు అయింది.

ఈ క్రైలర్ జిర్క్ ప్రేక్ పొర్క్ మాత్రమే, లంవ్, ఫిన్సర్ ప్రైపిల్ శిన సంప్రత్యాగ చేస్తోంటే ప్రార్థించాల్సిన క్లోస్ట్రోఫ్ బీగ్ ఫ్రైంస్ మీద చూసేందుకు మూడేళ్లు వేచి చూస్తున్నాం.

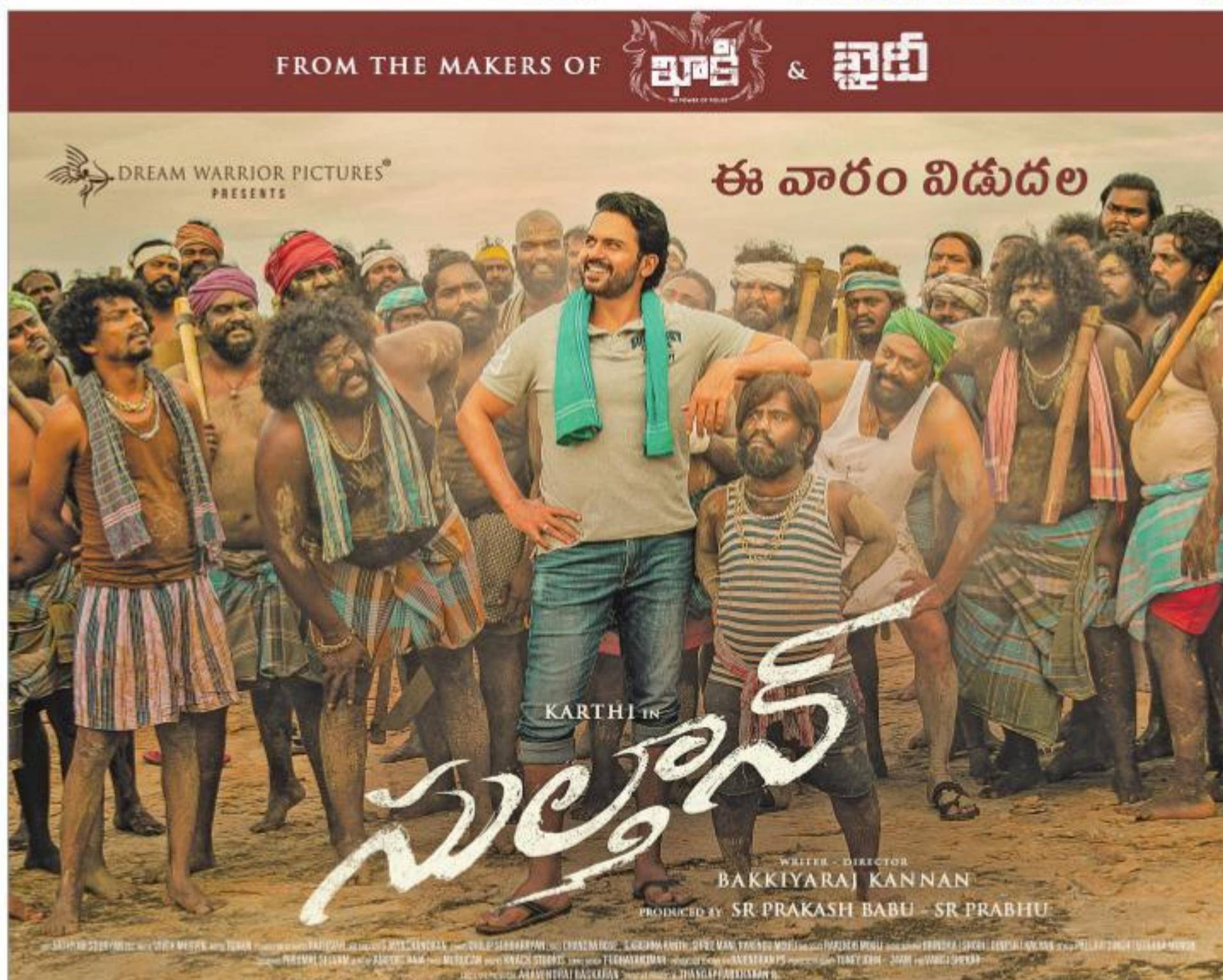
ఈ ఎదురుచూపులకు తెర పడింది" అని అన్నారు. క్రీమ్ వేబ్ మాట్లాడుతూ "క్రైలర్ నించిన మించి సినిమా ఉంటుంది, సినిమాను అస్సా దించడానికి రెగీం ఉండండి" అని చెప్పారు. తుతీపసన్, కదానాయి కగా నాటించిన ఈ చిత్రంలో నివేశించాడని అంజలి, అన్నా నాగక్ కీలక ప్రాథమార్లు. బోణికపూర్ సమర్పుతడు.

**‘అర్జున్ రెడ్డి’ లాంటి  
చిత్రమిటి!**



"కోని కాలంలోనూ మర్యాద పొపలు కిటకిటలాడాయి.

చాలామండి మర్యాద నిత్యస్వరంపై మధుస్థాను నేపథ్యంలో ఈ చిత్రాన్ని రూపొందించారు. చిన్న చిత్రాల మధు వఖ్యి ఇఱ్పంది పడుకుండా పెద్ద చిత్రంతో వ్యాపి మంచిన ఈ సలహ ఏప్లెట్ 10న వస్తే బెట్టలు" అన్నారు టి. ప్రస్నపురుషు, మర్యాదాను మధు వచ్చే ఇఱ్పులు, సప్పుల నేపథ్యంలో రూపొందిన సినిమా 'బ్రాండీ డ్రైన్': సోమహారం ప్రస్నపురుషు క్రైలర్ విడుదల చేశారు. ముచ్చి కంఠం ఉన్న అర్జున్ రెడ్డితో లాంటి చిత్రమిటి నేపు తమిట్టు సలహ 'ఇచ్చా' అని తమ్ముంటూర్చాయిటి చెప్పారు. "ప్రయోగాత్మక చిత్రమిటి, విచ్చేసి విడుదల లేకపే చేయమని సలహ 'ఇచ్చా' అని తమ్ముంటూర్చాయిటి చెప్పారు. కొండల కుటుంబం విడుదల కేంద్రం మధుస్థాను ఉండి" అని దర్శకుడు శిఖద అన్నారు. "సినిమా సిద్ధాంతం, త్వర్తులో విడుదల తేడి ప్రచటస్తా" అని నిర్మాత రేశ్ క్రీంట తెలిపారు.



ఎపి & తెలంగాణా: థియేటర్స్, బికింగ్ కొరకు సంప్రాంతం: SVS Films 73963 99900  
Rajahmundry 98490 84502

























# YOUTHFUL FAMILY BLOCKBUSTER... నేడె చూడండి



## రాంధ్ర

70 ఎంఎం ఎ/సి - నారాయణగుండ  
11.00, 2.15, 6.00, 9.00

సుదర్శన్ 35 - అ.టి.సి.క్రాన్సీస్ 11.00, 2.15, 6.00, 9.15

SVC CINEMAS శ్రీమహాలక్ష్మి - కొత్తపుర్ ర్మ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

SVC CINEMAS ఈచ్చియ్యర్ - అత్తపుర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

SVC CINEMAS సందీత్ - అ.టి.సి.పురం 11.15, 2.30, 6.00, 9.15

PRASAD'S త్రస్తాద్ - ఎన్.టి.టి.క్రాన్సీస్ 10.00, 12.30, 3.00, 5.30, 8.00, 10.00

OAMB ఎ.బి.జి.సి.పురాణ - గ్లోబల్

10.40, 10.55, 1.30, 1.50, 4.15.

4.40, 7.00, 7.45, 10.00, 10.15, 10.30

PVR ఇంగ్లీష్ మాల్ - మాదాపూర్

10.05, 11.10, 2.05, 5.00,

7.05, 7.55, 10.50 PM

PVR ఆర్.కె.కాంప్లెక్స్ - బంజారాపాల్

10.20, 1.15, 4.10, 7.05, 11.00

PVR సెంటర్ల్ మాల్ - పంజాబుల్

11.20, 2.15, 5.10, 8.05, 11.00

PVR పివిఅర్ గల్లెరీయా - పంజాబుల్

11.10, 2.05, 5.00, 6.55, 7.55, 9.45, 10.50

PVR ఫిరం మాల్ - కూకట్టిల్

10.25, 11.20, 1.35, 2.15, 5.10,

7.15, 8.05, 10.10, 11.00

PVR పివిఅర్ కిటాప్ - ప్రైకెస్టి

1.45, 4.00, 4.40, 7.35, 10.30

PVR పివిఅర్ సిమాన్ - ఎర్రమంజల్

12.45, 1.45, 4.40, 7.35, 10.30

PVR పివిఅర్ సిమాన్ - గ్లోబల్

1.15, 4.10, 5.05, 7.05, 10.00

PVR పివిఅర్ సిమాన్ - మసారాంబాగ్

12.25, 2.15, 5.10, 8.05, 11.00

INOX వెంకట్ ప్రెస్టి - కాంగుడు 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

మెదొ - బిల్సుఫ్స్ నగర్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15

ముంజు - సికింద్రాబాద్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

శ్రీరాములు - మానాపేట్ 11.30, 2.30, 6.30, 9.30

పారదీ - కాప్రా 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

రందు - జీడిమెట్ల 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

గౌతుల్ - ఎర్రగడ్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15

జీత్తి - 70 - అ.టి.సి.పురం 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

త్రైక్షణ్ - 70 - ఉప్పు 11.00, 2.15, 6.00, 9.15

పంతుక్క - 70 - లూల్ 11.30, 2.30, 6.30, 9.30

పెంచ్చెప్పుల్ స్టీప్లైన్ - భైరుబాద్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

శ్రీరఘు - అంబీపీఎఫ్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

పంపుర్ - వంపుర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

ప్రైజ్ యింతి - నారాయణ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

సాయిరంగ్ - మాదాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

అంబి - మెహియింట్లు 11.30, 2.30, 6.30, 9.30

అలంకార్ (ప్రతా) - లంగుర్సాన్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

విజేత - భోర్బండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

BR ప్రైట్ - మాదాపూర్ 11.00, 2.15, 6.00, 9.15

మూపర్ - బాలాపూర్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15

A DEVI SRI PRASAD MUSICAL

POV PRASAD PRESENTS  
SIHARA ENTERTAINMENTS

VENKATESWARA RAO VENKAT RAO P.C. SREERAM

NAVIN KOLLI AVINASH KOLLI S.VENKATRATHINAM (VENKI)

KARTHI IN NEDDA WRITER & DIRECTOR BAKKIYARAJ KANNAN PRODUCED BY SR PRAKASH BABU - SR PRABHU

*NEDDA!*  
gimme some love

SURYADEVARA NAGA VAMSII VENKY ATLURI P.C. SREERAM NAVIN KOLLI AVINASH KOLLI S.VENKATRATHINAM (VENKI)

70 ఎంఎం ఎ/సి - నారాయణగుండ  
11.00, 2.15, 6.00, 9.00

శ్రీసాయిరాం - మహాశ్వరీగిరి 11.15, 2.30, 6.15, 9.30

SVC CINEMAS శ్రీలక్ష్మి - కొత్తపుర్ వ్హావ్ 12.00, 3.00, 7.00, 10.00

విశ్వాసాధ్ - కూకట్టిల్ వ్హావ్ 11.45, 2.45, 6.45, 9.45

బ్రమురాంబ - కూకట్టిల్ వ్హావ్ 11.30, 2.45, 6.30, 9.45

ఎంకూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.30, 10.50, 2.10, 4.10, 7.00, 9.50

వింజెఅర్ సిసీస్ట్రోచ్ - నారాప్పి 10.30, 10.50, 1.25, 4.20, 7.15, 10.20

లక్ష్మీకు సిస్ట్రోచ్ - మానాపేట్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

తాట్కాలి - ఇసి.ఎల్.క్రాన్స్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

పీర్చ్ శాఖి - ఇప్పి.ఎల్.క్రాన్స్ 10.30, 1.30, 4.30, 7.30, 10.30

PVR ముంతూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.00, 12.55, 3.50, 5.00, 6.45, 9.40

Cinépolis ముంతూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.00, 11.00, 1.55, 4.50, 7.45, 10.45

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.30, 12.40, 1.45, 2.40, 3.50, 5.50, 7.00, 9.00, 10.10

ఎంకూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.15, 1.10, 4.10, 7.25, 10.25

పీర్చ్ శాఖి - ఇప్పి.ఎల్.క్రాన్స్ 10.00, 1.20, 4.30, 7.40, 9.40, 10.40

INOX ముంతూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.00, 12.55, 3.50, 5.00, 6.45, 9.40

Cinépolis ముంతూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.00, 11.00, 1.55, 4.50, 7.45, 10.45

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 10.30, 1.25, 4.30, 7.20, 7.55, 10.10

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - ఉప్పు 12.00, 1.20, 4.30, 7.40, 9.40, 10.40

INOX ముంతూర్ మాల్ - బంజారాపాల్ 10.30, 1.20, 4.30, 7.20, 7.55, 10.10

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - ఉప్పు 10.45, 1.30, 4.20, 7.20, 10.10

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - ఉప్పు 10.45, 1.30, 4.20, 7.20, 10.10

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - ఉప్పు 10.45, 1.45, 4.45, 7.45, 10.45

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 10.40, 1.20, 4.10, 7.00, 10.00

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00 PM

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00 PM

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00 PM

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00 PM

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00 PM

INOX దెవిపెల్ ఎస్ - మానిగుండ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00 PM