



లలితా జ్యవెల్లరి
మార్క్ డ్రై. లిమిటెడ్

epaper.vaartha.com WWW.VAARTHA.COM



లలితా జ్యవెల్లరి మార్క్ డ్రై. లిమిటెడ్

నైజాగ్ • గోపాలపట్నం • విజయవాడ • విజయవాడ
విజయనగరం • రాజమహేంద్రవరం • భీమవరం • కాకినాడ
తిరుపతి • అనంతపురం • గుంటూరు • శ్రీకాకుళం • ఒంగోలు
నరసరావుపేట • చిత్తూరు • అనకాపల్లి • నూల్లూరుపేట • గూడూరు
నెల్లూరు • కర్నూలు • హైదరాబాద్ • నిజామాబాద్

గుంటూరు

fb.com/vaartha

PUBLISHED FROM GUNTUR, VIJAYAWADA, HYDERABAD, VISAKHAPATNAM, RAJAHMUNDY, KADAPA, NIZAMABAD, ONGOLE, WARANGAL, TIRUPATHI, ANANTAPUR, KURNOOL, KARIMNAGAR, MAHABUBNAGAR, KHAMMAM, NELLORE, NALGONDA, TADEPALLIGUDEM, SRIKAKULAM

19-8-2023 శనివారం సంపుటి : 29 సంచిక : 200, పేజీలు : 12 వెల : 6.50



వరాలిచ్చే శ్రావణం
వెల్లివెరిసే విశ్వర్షం

ఈ శ్రావణ మాసంలో నగలు కొనేటప్పుడు,
మీరు ఇంకా లబ్ధి పొందాలనే
ఉద్దేశంతో, ఈ ఆఫర్లు ఇస్తున్నాం!

బంగారు నగలు
తరుగులో (V.A.)

1%
తగ్గింపు

మార్కెట్ కంటే తక్కువ తరుగులో ఇంకా తగ్గింపు!

వజ్రాభరణాలు

ఒక క్యారెట్ కు

రూ. 4000
తగ్గింపు

రూ. 62000 రూ. 58000

V.A. గ్రాముకు రూ. 1500 మాత్రమే

ఉచిత గిఫ్టులపై దృష్టి మల్లించకుండా,
తరుగును పరిశీలించండి. 1% తరుగు
అధికంగా ఇచ్చినా కూడా, గ్రాముకు
సుమారుగా 55 రూపాయలు నష్టపోతారు.
5 లేదా 10% ఎక్కువ ఇస్తే ఎన్ని వేల
రూపాయలు నష్టపోతారో లెక్కగట్టండి.

మా వద్ద ఎస్టిమేట్స్ టిప్, మొబైల్ లో ఫోటోను తీసుకోండి.
నాలుగైదు షోరూంలలో ధరలు పోల్చుచూడండి.



ఆగస్టు 12 నుంచి సెప్టెంబరు 17 వరకు

నైజాగ్ • గోపాలపట్నం • విజయవాడ • విజయవాడ • విజయనగరం • రాజమహేంద్రవరం
భీమవరం • కాకినాడ • తిరుపతి • అనంతపురం • గుంటూరు • శ్రీకాకుళం • ఒంగోలు
నరసరావుపేట • చిత్తూరు • అనకాపల్లి • నూల్లూరుపేట • గూడూరు • నెల్లూరు • కర్నూలు
హైదరాబాద్ • నిజామాబాద్

లలితా జ్యవెల్లరి మార్క్ డ్రై. లిమిటెడ్

బంగారం • వజ్రం • వెండి

BIS 916 హాల్ మార్క్ - లక్షలాది డిజైన్లు!

వజ్రాభరణాల వేడుక!

అన్ని షోరూంలలో

క్యారెట్ కు

రూ. 4000 తగ్గింపు

రూ. 62800 రూ. 58000

V.A. గ్రాముకు రూ. 1500 మాత్రమే

ఈ సదావకాశం కొన్ని రోజులు మాత్రమే!

మా ధరలతో చెక్ చేయండి!

లలితాలో మార్కెట్ లో కంటే క్యారెట్ కు అతి తక్కువ ధర. ఇతర షోరూం మాదిరిగా తరగు మరియు మజారి వంటి రెండు ఛార్జీలు వేయడం లేదు. V.A. మాత్రమే.. అది కూడా మార్కెట్ లో కంటే తక్కువ!

నాణ్యత సర్టిఫికేట్

షోరూంవాళ్ళ సొంతంగా తయారు చేసే 'ఇన్ హౌస్' సర్టిఫికేట్ ను ఇవ్వడం లేదు. ప్రభుత్వ గుర్తింపు పొందిన అంతర్జాతీయస్థాయి నాణ్యత సర్టిఫికేట్ ఇస్తున్నాం.

కలర్ & క్లారిటీ

E-F కలర్ గ్రేడ్ మరియు VVS 1 & VVS క్లారిటీ వజ్రాభరణాలనే విక్రయిస్తున్నాం. G-H కలర్ గ్రేడ్ వంటి నాణ్యత తక్కువైన అభరణాలను విక్రయించడం లేదు.

ఎక్స్ ఛేంజ్ పాలసి

వజ్రాభరణాలకు మార్పిడికైతే 100% బైబ్యాక్, బంగారు నగలుగా అయితే 90%, నగదుగా 85% బైబ్యాక్.

11 నెలల 'నగలు కొనుగోలు పథకం'!



ధన వందనం

బంగారం ధర పెరిగినా మీకే లాభం, తగ్గినా మీకే లాభం

ఏ నగ అయినా కానీ

50%

తరుగు (V.A.) లేదు

ఒక నెల ఇన్ స్టాల్ మెంట్ లో

50%

బోనస్

చిన్న వాయిదాలు:

రూ. 1000 / రూ. 1500 / రూ. 2000 / రూ. 2500 / రూ. 5000 / రూ. 10000

అడ్వాన్స్ నగల బుకింగ్ స్కీమ్

ఖర్చు లేకుండా,
ముందుగా పాత నగలు ఇచ్చి,
కొత్త నగలు తీసుకోవచ్చు!

100% V.A. లేదు!

5వ నెల ఆఖరు నుంచి, కొనే నగను బట్టి, తరుగు (V.A.) లేకుండా నగలు కొనొచ్చు.

11 నెలల తర్వాత నగలు తీసుకొంటే ఏ బంగారు నగ అయినా కానీ, తరుగు ఛార్జీలు ఇవ్వాలిని పనిలేదు.

కేవలం అరకాశం (0.5%) మీ పాత బంగారు నగలను మెల్లింగ్, ప్యూరిఫికేషన్ చేసేందుకు చట్టబద్ధం.

పాత నగలతో మాత్రమే కాదు, నగదు చెల్లించి కూడా ఈ స్కీమ్ లో చేరొచ్చు!

99%

వెండి వస్తువులకు
తరుగు లేదు!



Lalitha
www.lalithajewellery.com

Customer Care
90 99 999 916

లలితా జ్యువెల్లరీ మార్ట్ ప్రై. లిమిటెడ్

పైజాగ్: 29-1-75/1, అర్బిసి జస్టాండ్, ద్వారకా సగర్. ఫోన్: 0891-6600001. విజయవాడ: 60-9-10, పిన్నమనేని పాల్వెనిక్ రోడ్. ఫోన్: 0866-2481133.
గాజువాక: 10-10-66, మెయిన్ రోడ్, విశాఖపట్నం. ఫోన్: 91333 23009. విజయనగరం: ఎం.జి.రోడ్, జగన్మోహన్ స్వామి ఆలయం సమీపంలో. ఫోన్: 08922-256123.
రాజమహేంద్రవరం: 20-25-3, కంబాల చెరువు, దేవిచాక్ సమీపంలో. ఫోన్: 0883-2020300. భీమవరం: సందే మార్కెట్. ఫోన్: 08816-221799.
కాకినాడ: 21-9-16, బాలాజీ చెరువు సమీపం. ఫోన్: 0884-2373777. తిరువతి: 481/482, V.V. మహల్ రోడ్. ఫోన్: 0877-666 0505 / 0606 / 7888.
గుంటూరు: లక్ష్మీపురం, మెయిన్ రోడ్. ఫోన్: 0863-2332123. శ్రీకాకుళం: 8-12-8, గొర్రెవారి వీధి, G.T. రోడ్ నార్తన్ రోడ్ చాక్ వార్డ్. ఫోన్: 08942-227799.
గోపాలపట్నం: 2-122, బాజి జంక్షన్, విశాఖపట్నం. ఫోన్: 0891-2515550. అనంతపురం: 15/340, సప్తగిరి సర్కిల్, అనంతపురం టౌన్. ఫోన్: 08554-220346 / 47.
ఒంగోలు: 37-1-175(1), కర్నూల్ రోడ్, ప్రకాశం జిల్లా ఫోన్: 08592-224405. నరసాపురం: 9-1-93, రైల్వే స్టేషన్ రోడ్, గుంటూరు జిల్లా. ఫోన్: 08647-221123.
చిత్తూరు: 15-359, చామంతిపురం, వేలూరు రోడ్. ఫోన్: 91333 23018. అనకాపల్లి: 14-9-5, ట్రంక్ రోడ్. ఫోన్: 0892-4226678 / 79.
నూజ్వాడుపేట: 12-153, జీఎన్టీ రోడ్. ఫోన్: 9966100553 / 0862-3243244. గూడూరు: 1 & 3, హాస్పిటల్ రోడ్. ఫోన్: 9966100551 / 0862-4229699.
నెల్లూరు: 1490, మినీ బైపాస్ రోడ్, మాగుంట లేఅవుట్. ఫోన్: 9966100556 / 0861-2314233.
కర్నూలు: 40/29-A, మేడం కాంపౌండ్, పార్కు రోడ్, జెడ్.పి. మెయిన్ రోడ్, ఫోన్: 7799950308, 08518-224474 / 76.

మహిళల ఉమ్మడి శక్తి 'రసాయి'



మా ఆయన కిరాణా దుకాణంలో పని చేస్తాడు. నాకేమో వంట తప్ప మరో ప్రపంచం తెలీదు. ముగ్గురు పిల్లలు.. పోషక కష్టం. ఇక చదువులేం చదివిస్తామన్న బెంగ ఉండేది. ఇప్పుడు మా పిల్లలు కాన్సెంట్లో చదువుతున్నారు' అని ఆనందంగా చెబుతోంది. రూపాయి కావాలన్నా మా ఆయన ముందు నిల్వేవాల్సిందే. నాకంటూ ఓ గుర్తింపే ఎరుగను. ఎప్పుడైనా బయటికి వెళ్లినా కొందరు ఏం మాట్లాడుతున్నారో అర్థం కాక ముడుచుకుపోయేదాన్ని. అలాంటి నాలో ఆత్మవిశ్వాసం పెరిగింది. ఎవరి ఆధారమూ లేకపోయినా బతకగలనన్న ధైర్యం వచ్చింది. కొంత ఇంగ్లీష్ కూడా నేర్చుకున్నానంటోంది దేవి.

బిహార్లోని వైశాలి జిల్లాలో ప్రారంభమైంది. గ్రామీణ ప్రాంత మహిళల అభివృద్ధి కోసమని అక్కడి ప్రభుత్వం 'జీవిక' అనే కార్యక్రమం ద్వారా దీన్ని ఆరంభించింది. కేరళలోని 'కుడుంబల్లి కేప్' దీనికి ఆదర్శం. ఇదో విమెన్ నేట్వర్క్. చిన్న రెస్టారెంట్లు, హోటళ్లు మహిళలే నిర్వహించుకుంటూ ఉపాధి పొందుతున్నారు. వీళ్లను అనుసరించే బిహార్లో 'దీదీ కి రసాయి' ప్రారంభమైంది. ప్రపంచ బ్యాంకు దీనికి సాయమందించింది. ఆసక్తి ఉన్న మహిళలను జీవిక బృందం ఎంపిక చేస్తుంది. వారికి శుభ్రత నుంచి కస్టమర్ సర్వీస్, వంట గది నిర్వహణ, కస్టమర్లతో ప్రవర్తించే తీరు మొదలైన వివిధ అంశాల్లో

శిక్షణనిస్తారు. ఆపై పెట్టుబడి దగ్గర్నుంచి, ఎక్కడ ప్రారంభిస్తే లాభాలొస్తాయనేది ఆ బృందమే పరిశీలిస్తుంది. సరకులు, కాపర్స్ సామగ్రి సహా అందిస్తాయి. అంతేకాదు. ఆరోగ్యం సహా వివిధ ప్రభుత్వ విభాగాలు వీరికి అండగా ఉంటాయి. వీళ్లు చేయాలిందల్లా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని వండి, అందివ్వడం. మొదట ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో మొదలైన ఈ గృహిణుల సేవలు.. ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలు. ఎన్బీఐ, ఆర్బిఐ ఆఫీసులు, రెసిడెన్షియల్ సూక్ష్మ క సంస్థలు, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 97 కివెస్స ఏర్పాటు అయ్యాయి. నిర్వహణ అంతా మహిళలే. హెడ్ కుక్, కౌంటర్ స్టాఫ్, ఇలా హోదాలూ ఉంటాయి. చిదులను బట్టి ఒక్కొక్కరికీ నెలకు రూ.8వేల నుంచి 10వేల వరకూ జీతాలొస్తున్నాయి. పోషకాల్తో కూడిన ఆహారమే వీళ్ల మెనూలో దొరుకుతుంది. ఏ రోజుకారోజు మహిళలే నిర్వహించుకొని వంటకాలు సిద్ధం చేస్తారు. ఆసుపత్రుల్లో ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అందివ్వడంతోపాటు మహిళలకు ఉపాధి కల్పించినట్లు అవుతుందన్న ప్రభుత్వ ఆలోచన రెండు వేల మందికి ఉపాధి కల్పిస్తోంది. వీధి కన్నురుగని గృహిణులను తమ కాళ్లమీద తాము నిలబడిలా చేస్తోంది. ఏర్పాటు చేసిన ప్రతిరోజూ లాభాల బాట పట్టడమే కాదు. ఆన్లైన్ సేవలూ అందిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం దీదీ కారసాయి రూ.55 క్లబ్బ్ టర్నోవర్ని అందుకుంటోంది. అందుకే ఇతర ప్రాంతాల్లో విస్తరించే ఆలోచనలో ఉంది బిహార్ ప్రభుత్వం. మహిళల ఉమ్మడి శక్తికి ఈ రసాయి చిహ్నంలా ఉంది కదా ?

నేల, వంటగట్టు, స్నానాలగది.. ఇలా ఒక్కోదాన్ని శుభ్రం చేయడానికి ఒక్కో లిక్విడ్ వాడుతుంటాం. వాటిల్లోని రసాయనాలతో ప్రమాదం కదా.. బదులుగా వైట్ వెనిగర్ ప్రయత్నించి చూడండి.
 • ఒక వంట నీళ్లు, రెండు వంటల వెనిగర్ కలిపి, గ్రేస్ బాటిల్లో పోయండి. దాంతో అద్దాలు, కిటికీలను తుడిస్తే దుమ్ము, మరకలు పోవడమే కాదు.. మెరుస్తాయి కూడా!
 • వంటగట్టు పదే పదే



వెనిగర్తో శుభ్రం చేయండి..

తుడుస్తుంటాం. శుభ్రంగా కనిపించడానికే కాదు.. బ్యాక్టీరియా వగైరా చేరతాయన్న భయమూ దానికి కారణమే. అరగ్గాను చొప్పున వెనిగర్, నీళ్లు తీసుకుని, దానికి కొన్ని చుక్కల లిక్విడ్ సోప్ కలిపి తుడవండి. మొండి మరకలు పోతాయి. ఇంకా దుర్వాసనలూ, కీటకాల బెడదా ఉండదు.
 • రెండు టేబుల్ స్పూన్ వెనిగర్కి చెండా ఉప్పు కలిపి వాటర్ ట్యాప్లకు పట్టించి, రాత్రంతా వదిలేయాలి. ఉదయాన్నే నీటితో కడిగేస్తే సరి. నీటి మరకలు, వాటిపై పెరుకున్న తుప్పు వంటివన్నీ పోతాయి.
 • స్నానాలగది గోడంతా నబ్బు మరకలతో నిండి, త్వరగా

వదలవ్వ. వైట్ వెనిగర్కు బేకింగ్ సోడా కలిపి, స్పాంజ్తో రుద్దండి. కొద్ది సేపయ్యాక రుద్ది కడిగితే మరకలు మాయం.
 • టాయ్లెట్ కడ్డోరీజలకే రంగు మారడం గమనిస్తుంటాం కదా! దాని మీ వెనిగర్ని నేరుగా పోసి 2,3, గంటల వదిలేయండి. తర్వాత నీటితో రుద్ది కడిగేస్తే సరి. అయితే వెనిగర్ గాఢత పోవడానికి మూత్రం కొంత సమయం పడుతుంది. త్వరగా వదలాలంటే ఏవైనా ఎస్సెన్షియల్ ఆయిల్స్ వల్లడం మేలు.
 • గడ్డు తుడిచాక నేలమీద ఎండిన నీటి మరకలు కనిపిస్తుంటాయి. అరబెర్రో నీళ్లకి పావుకప్పు వెనిగర్ కలిపి తుడిచి చూడండి. □

అందమైన కుచ్చుల బ్లాజ్..



ట్రెండింగ్ దుస్తుల్ని ఎంచుకోవడంలో తగ్గేదే లేదంటున్నారు మనవలు. వారి అభిరుచులకు తగ్గట్టుగానే ఎప్పటికప్పుడు కొత్త డిజైన్లు మార్చుకోవడం వస్తున్నాయి. నిన్నమొన్నటి వరకు బ్లౌజర్ డీప్ నెస్, బోటీనెస్ ల హవా నడిచింది. కానీ ప్రస్తుతం ఈ తీరు మారింది. మగువల మెడల్లో నగలకు చోటులేకుండా రకరకాల డిజైన్ల నెక్లెస్ ఆ స్థానాన్ని ఆక్రమిస్తున్నాయి. ఈ హేపీ హై నెక్లెస్ వేసుకుని తారలూ మురిసిపోతున్నారు. ఇంకెందుకు ఆలస్యం మీరు ప్రయత్నించేయండి మరి.



దత్తాత్రేయుడు

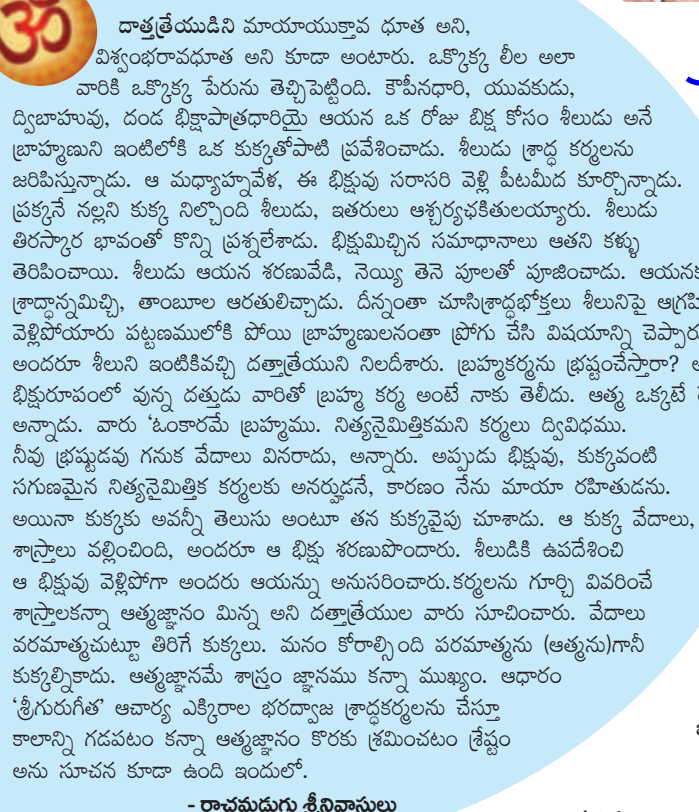
దత్తాత్రేయడిని మాయాయత్నావ దూత అని, విశ్వంభరావదూత అని కూడా అంటారు. ఒక్కొక్క లీల అలా వారికి ఒక్కొక్క పేరును తెచ్చిపెట్టింది. కౌసీనధారి, యువకుడు, ద్విబాహువు, దండ భిక్షాపాత్రధారియై ఆయన ఒక రోజు బిక్ష కోసం శీలుడు అనే బ్రాహ్మణుని ఇంటిలోకి ఒక కుక్కతోపాటి ప్రవేశించాడు. శీలుడు శ్రాధ కర్మలను జరిపిస్తున్నాడు. ఆ మధ్యాహ్నావేళ, ఈ భిక్షువు సరాసరి వెళ్లి పీటమీద కూర్చోన్నాడు. ప్రక్కనే నల్లని కుక్క నిల్చుంది శీలుడు, ఇతరులు ఆశ్చర్యచకితులయ్యారు. శీలుడు తిరస్కార భావంతో కొన్ని ప్రశ్నలేశాడు. భిక్షుమిచ్చిన సమాధానాలు అతని కళ్ళు తెరిపించాయి. శీలుడు ఆయన శరణువేడి, నెయ్యి తెనీ పూలతో పూజించాడు. ఆయనకు శ్రాధాన్నమిచ్చి, తాంబూల ఆరతులిచ్చాడు. దీన్నంతా చూసి శ్రాధభోక్తలు శీలునిపై ఆగ్రహించి వెళ్లిపోయారు పట్టణములోకి పోయి బ్రాహ్మణులనంతా ప్రోగు చేసి విషయాన్ని చెప్పారు. అందరూ శీలుని ఇంటికివచ్చి దత్తాత్రేయుని నిలదీశారు. బ్రహ్మకర్మను శ్రద్ధవేస్తారా? అన్నారు. భిక్షువూపంలో వున్న దత్తుడు వారితో బ్రహ్మ కర్మ అంటే నాకు తెలీదు. అత్యు ఒక్కటే తెలుసు అన్నాడు. వారు 'ఓంకారమే బ్రహ్మము. నిత్యనిమిత్తికమని కర్మలు ద్వివిధము. నీవు శ్రద్ధుడవు గనుక వేదాలు వినవలసి, అన్నారు. అప్పుడు భిక్షువు, కుక్కవంటి సగుణమైన నిత్యనిమిత్తిక కర్మలకు అనర్హుడనే, కారణం నేను మాయా రహితుడనను. అయినా కుక్కకు అవన్నీ తెలుసు అంటూ తన కుక్కవైపు చూశాడు. ఆ కుక్క వేదాలు, శాస్త్రాలు వట్టిచింబి, అందరూ ఆ భిక్షు శరణుపొందారు. శీలుడికి ఉపదేశించి ఆ భిక్షువు వెళ్లిపోగా అందరూ ఆయన్ను అనుసరించారు. కర్మలను గూర్చి వివరించే శాస్త్రాలకన్నా అత్యుజ్ఞున మిన్న అని దత్తాత్రేయుల వారు సూచించారు. వేదాలు వరమాత్యమట్లా తిరిగే కుక్కలు. మనం కొలాల్పింది వరమాత్యను (అత్యు)గానీ కుక్కల్నికాదు. అత్యుజ్ఞునమే శాస్త్రం జ్ఞానము కన్నా ముఖ్యం. ఆధారం 'శ్రీగురుగీత' అదార్థ ఎక్కిరాల భగవద్గీత శ్రాద్ధకర్మలను చేస్తూ కాలాన్ని గడపటం కన్నా అత్యుజ్ఞునం ద్వారా శ్రమించటం శ్రేష్టం అను సూచన కూడా ఉంది ఇందులో.

- రావకుమరు శ్రీనివాసులు మరి !

ఆధ్యాత్మికం



జీవ్ వేసుకునే విధానం : పైన చెప్పినవన్నీ ఒక గిన్నెలో వేసి బాగా కలపాలి. ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకుని తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి పూతలా ఆప్లి చేసుకోవాలి. 15 నుంచి 20 నిమిషాల తర్వాత మర్చన చేస్తూ



ఫేషియల్ థీచ్ అనగానే అందరి చూపూ బ్యూటీ పార్షర్ల వైపు ఉంటుంది. కానీ, కాస్త ఒపిక హెన్సే ఇంట్లోనే సులభంగా థీచ్ తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇదేదో బాగుందే! ఎలా సాఫ్టుం అనుకుంటున్నారా? అదెలాగో తెలుసుకోవాలంటే ఇది చదవాల్సిందే

ఉన్నవారు దీనిని వాడే విషయంలో ఓసారి వ్యక్తిగత సౌందర్య నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది. □

చెలి చిట్కా

ఇటీలకి మినప్పప్పు రుబ్బుతున్నప్పుడు పావుకిలో పప్పుకి అరచెండా మెంతులు వేసి రుట్టి తే ఇడ్డెలు ముద్దుపూగా వస్తాయి. □

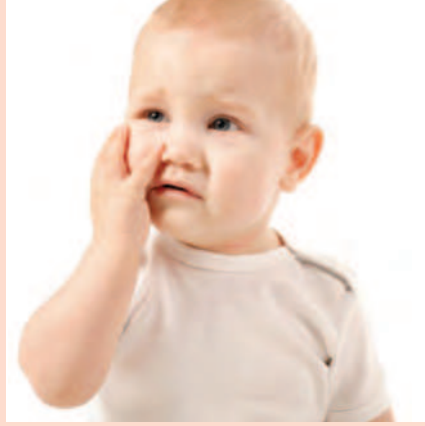
ఆరోగ్య భాగ్యం

ట్యుండి వెలు తుర్ని చూడ లేకపోవడం

డాక్టర్. కె. ఉమాదేవి, తిరుపతి

ఉన్నప్పుడు అక్కసెట్ కంజెక్షన్లైన్స్కి మంచి మందు. యుద్ధిడియ 3-30 : కనురెప్పలు వాచి ఎర్రబడి బరువు కల్గించే నీళ్లవంటి ప్రాచం, ముక్కు గొంతు ఇన్ఫెక్షన్, పొం, చికెన్ పాక్స్ వ్యాధులున్నప్పుడు ప్రిమెటింగ్ వాడుకోగద్దు మందు. మెర్క్యూసైల్ 30: పసుపు పప్పుని ప్రాచంతో కళ్ళు అంటుకొని పోవడం, రాత్రిళ్ళు బాధ ఎక్కువ. కనురెప్పలు దళనకర్తడం, వంటి బాక్టీరియల్ కంజెక్షన్లైన్స్కి మంచి మందు. సల్ఫర్ 30: రికరెంట్, క్రానీక్ కంజెక్షన్లైన్స్పల్ల కళ్ళ మంటలు ఎర్రబడి

పిల్లల్లో కండ్లకలక-2



కార్నియా ఆల్బర్, కంటిపై మచ్చలు, తరుచు ఇన్ఫెక్షన్స్ రావడం, కనుర్ని ల వాపు, కన్నీటి గ్రంథులు బ్లాక్ కావడం వంటి కాంప్లికేషన్స్ వస్తాయి. జాగ్రత్తలు : చీకిళ్ళ : ఏ కారణం వల్ల, ఏ రకం కండ్లకలక వచ్చిందో గమనించాలి. 5% మందిలో ఎటువంటి కారణం కన్పించదు. అంటువ్యాధులు (మజిల్స్, చికెన్ పాక్స్) ప్రబలినప్పుడు వ్యాధి వ్యాపించకుండా చూడాలి. ఇంట్లో, స్కూల్లో ఎవరికైనా కండ్లకలక ఉంటే సవరణగా ఉంచాలి. తాకినా, దగ్గినా, తుమ్మినా, ప్రాచాల వల్ల రోగి వస్తువుల వాడైనా వ్యాపిస్తుంది. కాబట్టి రోగికి క్లోజ్గా ఉండరాదు. రోగి వస్తువుల్ని సవరణగా ఉంచాలి. మురికి చేతులతో కళ్ళు సూసాల్చి తీయరాదు. గోరు వెచ్చని శుభ్రమైన క్లౌత్ లేదా దూదితో తడిపి క్లీన్ చేయాలి. కంటిని శుభ్రమైన నీటితో కడగాలి. పల్లని క్లౌత్ అపై చేయడం వల్ల వాపు, నొప్పి తగ్గుతుంది. దురదలున్నప్పుడు కళ్ళు రుద్దుకూడదు. గర్భిణీల్లో గనేరియా, క్లామిడియా వంటి సుఖ వ్యాధులు లేకుండా అంటినేటిల్ చెక్మెంట్ చూసుకోవాలి. అంటి హిస్టమన్ ఐ డ్రాప్స్ ఎల్లిక్ కంజెక్షన్లైన్స్కి, అంటి బయోటిక్ ఐ డ్రాప్స్ ఇన్ఫెక్షన్ కంజెక్షన్లైన్స్కి వాడాలి. ఇమోక నోటి ద్వారా మందులు, డ్రాప్స్, అంటి ఎల్లిక్టిక్ మందుల్ని వాడాలి. గోరు వెచ్చని నీటితో ప్రాచాల్చి, కంటిని క్లీన్ చేసి కావడం పెట్టాలి. చేతుల పరిశుభ్రత పాటించాలి. హోమియో చీకిళ్ళ : ఎక్స్టెల్ 6-30 కండ్లలో ఇసుకపోనో నట్టు బాధ, వాపు, కళ్ళు, ఎర్రబడి వెలు తుర్ని చూడ లేకపోవడం, చంటి పిల్లల్లో వచ్చే కండ్లకలక కి మంచి మందు. బ్లెడ్ హా : 3- 30 : కండ్లు ఎర్ర బడి నీళ్లు కారడం, కండ్లు అర్చు కొని పోయిన

సమస్యను తగ్గించటంలో అరటిపండు చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది. దీనిలో 74 శాతం నీరు, ప్రోటీన్స్, విటమిన్లు ఉంటాయి. తలనొప్పి అనిపించినప్పుడు అరటిపండు తింటే కొంచెం ఉపశమనం ఉంటుంది.
 చాక్లెట్స్ : కొందరు మాములుగానే చాక్లెట్స్ తింటుంటారు. కానీ వాటి కన్నా డార్క్ చాక్లెట్ తినడంవల్ల ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. దీంతో మైగ్రెయిన్ నొప్పికి ఉపశమనం దొరుకుతుంది.

మైగ్రెయిన్ ను తగ్గించే చిట్కాలు..

చాలామంది మహిళల్లో భరించలేని మైగ్రెయిన్ నొప్పి వస్తూ ఉంటుంది. పోషక విలువలన్న అహారం తీసుకోకపోవడంతో కూడా ఈ సమస్య ఎక్కువయ్యే అవకాశం ఉందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. మైగ్రెయిన్ ను నియంత్రించడానికి కొన్ని అహార పదార్థాలను సూచిస్తున్నారు.
 ఆకుకూరలు : ఆకు కూరలు, ఆకుపచ్చ కూరగాయలు శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు అందిస్తాయి. వీటిలోని మెగ్నీషియం, విటమిన్ బి మైగ్రెయిన్ ను తగ్గిస్తాయి. వచ్చగా ఉన్న కూరగాయలు తినడం వల్ల మహిళల్లో ఈబ్రోజెన్ స్థాయిలు మొరుగుపడి తలనొప్పి మారం అవుతుంది.

నీరు తాగటం : డీహైడ్రేషన్ కారణంగా మైగ్రెయిన్ కనిపిస్తుంటుంది. తగినంత నీరు తీసుకుంటే ఉపశమనం కలుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.
 పుట్టగొడుగులు : మైగ్రెయిన్ ని ఎదుర్కొనడంలో పుట్టగొడుగులు ఉపయోగ పడతాయని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. పుట్టగొడుగు, గుడ్డు, నట్లు వంటి ఆహార పదార్థాలతో రిటోఫ్లావిన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది తలనొప్పిని తగ్గించడంలో సాయపడుతుంది. □



విష్ణు మంచు డ్రీమ్ ప్రాజెక్టు ‘కన్నప్ప’

మంచు విష్ణు తన డ్రీమ్ ప్రాజెక్టు కన్నప్ప చిత్రాన్ని శుక్రవారం పూజాకార్యక్రమాలతో ప్రారంభించారు. చాలా రోజులుగా ఈసినీమా కథ పై పనిచేస్తున్న విష్ణు, ఇవాళ కన్నప్ప చిత్రాన్ని శ్రీకాళహస్తిలో పూజలతో ప్రారంభించారు.. త్వరలో మాటింగ్ ప్రారంభిస్తారు. అత్యంత భారీ బడ్జెట్తో పాన్‌ఇండియా లెవల్‌లో ఈసినీమాను నిర్మించటానికి సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. విష్ణు తండ్రి నిర్మాత, నటుడు మోహన్‌బాబు ఈసినీమాను అలా ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్, 24 ఫ్రమ్స్ ఫ్యాక్టర్



పతాకంపై నిర్మిస్తున్నారు. ముఖ్యపాత్ర దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు.. కృత్రిమనానో సోదరి సుపర్ సన్ హీరోయినగా నటిస్తోంది.. అత్యంత భారీ బడ్జెట్‌తోఈచిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. భక్తకన్నప్ప అతని భక్తి గొప్పతనాన్ని ఈ తరానికి కూడ తెలియజేస్తామని విష్ణు తెలిపారు. త్వరలో మాటింగ్ ప్రారంభం కానుంది.

‘ఆదికేశవ’ నవంబర్ 10న రిలీజ్

నితార ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్, ఫార్బ్యూన్‌ఫోర్ సినీమాన్‌తో కలిసి ప్రేక్షకులు మెచ్చే చిత్రాలను అందిస్తోంది.. ఓ యాక్టర్ సినీమా కోసం పంజా వైష్ణవ్ తేజ్‌తో చేతులు కలిపారు.. యువ నటుడు వైష్ణవ్‌తేజ్ విభిన్న తరహా చిత్రాలతో తెలుగు చిత్రసీమలోతన స్థాయిని పెంచుకుంటూ పోతున్నారు.. ఇప్పుడు ఆదికేశవ అనే భారీ యాక్టర్ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ రాబోతున్నారు.. ఈచిత్రానికి శ్రీకాంత్ ఎన్‌రెడ్డి



రచన, దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు.. ఈసినీమాతో మాస్ మూవీ ప్రియులను, యాక్టర్ ప్రియులను ఆకట్టుకోవాలని నూతన దర్శకుడు లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఈచిత్రంలో శ్రీలీల హీరోయినగా నటిస్తోంది.. శ్రీలీల పుట్టినరోజు సందర్భంగా విడుదల చేసిన థ్రిల్లర్ ఆమె అందం, పాత్రలోని చిలిపితనం ఆకట్టుకున్నాయి. మలయాళ నటుడు జోబి జార్జ్, అవర్గా దాస్ నటిస్తున్నారు. ఈచిత్రం విడుదల తేదీని ఆగస్టు 18 నుంచి నవంబర్ 10కి వాయిదా వేసినట్లు యూనిట్ ప్రకటించింది.

ఆర్జీవీచే ‘సగిలేటి కథ’ నుంచి సాంగ్

నవదీప్ సిస్టెన్స్ సమర్పణలో, రవి మహాదాస్యం, విషిక లక్ష్మణ్ జంటగా నటిస్తున్న చిత్రం సగిలేటి కథ... రాయలసీమ పల్లెటూరి నేపథ్యంలో సాగే ఈచిత్రానికి రాజశేఖర్ సుధాన్ రచన, ఎడిటింగ్, సినీమాటోగ్రఫీ, దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ప్రముఖ దర్శకుడు ఆర్జీవీ చేతులమీదుగా ఈచిత్రం నుంచి ఫస్ట్ లిరికల్ సాంగ్‌ను విడుదల చేశారు.. ఆర్జీవీ మాట్లాడుతూ, సగిలేటి కథ



సినిమాట్రైల్ చూశాక నాకు చాలా ఎగ్జయిటేషన్ అనిపించిందన్నారు. ఈచిత్రం మంచి విజయం సాధించాలని కోరుకుంటున్నానని అన్నారు. కార్యక్రమంలోప్రొడ్యూసర్స్ డేవీప్రసాద్ బలివాడ, దర్శకుడు రాజశేఖర్ సుధాన్, ప్రొడ్యూసర్స్ అశోక్, సిస్టెన్స్ ఫౌండర్ పవన్, హీరో రవి మహాదాస్యం, హీరోయిన్ విషికా లక్ష్మణ్ తదితరులు మాట్లాడారు.

ఆదాశర్మ ‘సి.డి’ ఫస్ట్‌లుక్



హరీ జానల్‌లోనూ వైవిధ్య సినిమాలైతే సూపర్ హిట్ సాధించాయి.. ఇప్పుడు అదే బాటలో సరికొత్తగా రాబోతోంది. సిడి క్రిమినల్ ఆర్ డెవెల్.. ఇప్పటి దాకా చూసిన హరీ జానల్స్‌లో కెల్లా ఆడియెన్స్‌కు డిఫరెంట్ అనుభూతి కలిగించే స్టోరీతో ఈసినీమాను తెరకెక్కిస్తున్నారు.. ఆదా శర్మ ఈచిత్రంలో కీలకపాత్రలో నటిస్తున్నారు. కృష్ణ అన్నం దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు.. ఎన్‌ఎస్‌సిఎం ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్‌పై తెరకెక్కుతుండగా, గిరిధర్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ప్రొడ్యూసర్‌గా వ్యవహరిస్తున్నారు. మాటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. తాజాగా ఫస్ట్‌లుక్ పోస్టర్‌ను రిలీజ్ చేశారు.



స్వామూవీ లుక్: ‘కన్నప్ప’ చిత్రంలో రామ్‌పాతినేని, శ్రీలీల

‘గాంధీవధారి అర్జున’ సెన్సార్ కంప్లీట్

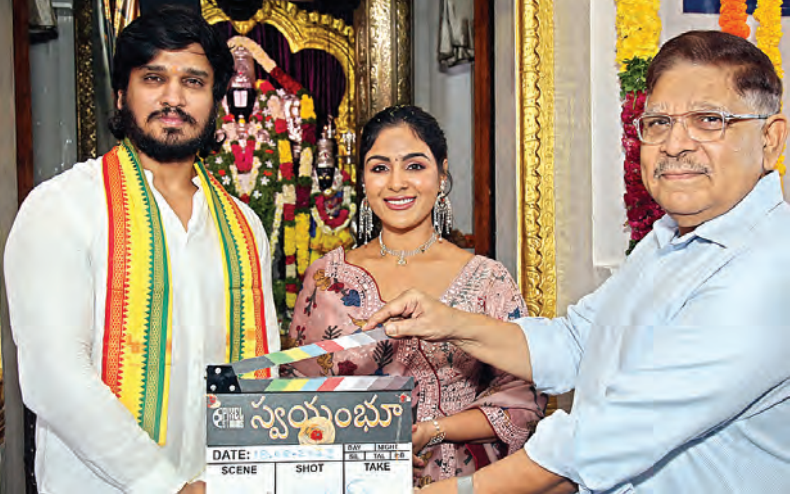


మెగా ప్రిన్స్ పరుణ్‌తేజ్ తాజాగా హీరోగా నటించిన యాక్టర్, ఎమోషనల్ థ్రిల్లర్ గాంధీవధారి అర్జున. ప్రవీణ్ సత్తారు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. రీసెంట్‌గా విడుదలైన టైటిల్ గూజ్ బంప్స్ తెప్పించే యాక్టర్ సన్నివేశాలను చూసి ప్రేక్షకులు ఆశ్చర్యపోయారు. సినీమాను ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఆగస్టు 25న గ్రాండ్ రిలీజ్ చేయటానికి సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. ఈచిత్రం ఇప్పుడు సెన్సార్ కార్యక్రమాలను పూర్తిచేసుకుంది. యుజ్జెష్

సర్టిఫికేట్ అందుకుంది. వరుణ్‌తేజ్ సరసన సాక్షివైద్య హీరోయిన్‌గా నటిస్తోతనంది.. నాజర్, విమలరామన్ ఇతర కీలకపాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. శ్రీ వెంకటేశ్వర సినీ చిత్రబ్యానర్‌పై బివిఎన్‌ఎస్ ప్రసాద్ ఈచిత్రాన్ని నిర్మించారు.. ఈచిత్రం ఆగస్టు 25న ప్రపంచ వ్యాప్తంగా భారీగా విడుదల కానుంది.

నిఖిల్ ‘స్వయంభు’ ఘనంగా ప్రారంభం

ప్రముఖ హీరో నిఖిల్ తన మైలేస్టోన్ 20వ సినీమా కోసం దర్శకుడు భరత్ కృష్ణమాచారితో జతకట్టారు. స్వయంభు టైటిల్‌తో తాగుర మధు సమర్పణలో పిక్చర్ స్టూడియోస్ పతాకంపై భువన్, శ్రీకర్ ఈచిత్రాన్ని నిర్మించనున్నారు. స్వయంభు టైటిల్ క్యూరియాసిటీని పెంచగా, పవిత్ర మైన సెంగల్‌న చూపించే టైటిల్ పోస్టర్ ప్రాజెక్టు గురించి మరింత తెలుసుకోవటానికి ఆసక్తి



కలిగింది.. శ్రావణ శుక్రవారం సందర్భంగా మేకర్స్ గ్రాండ్‌గా లాంఛింగ్ ఈవెంట్‌ను నిర్వహించారు. దిల్‌రాజు కెమెరా స్విచ్చాన్ చేశారు. అల్లు అరవింద్ క్లాప్ ఇచ్చారు. రామజోగయ్యశాస్త్రి తొలిసన్నివేశానికి దర్శకత్వం వహించారు. పదలవాడ శ్రీనివాసరావు స్ట్రోఫ్ఫును అందించారు. నిర్మాత అభీషేక్ అగర్వాల్, సితార నాగవంశి, దామోదర్ ప్రసాద్ పాల్గొన్నారు. నిఖిల్ యోధుడిగా గుర్రపుస్థాయి చేస్తూ డ్రాగన్‌పై బాణం వేస్తున్నట్లు కనిపించారు. ఈచిత్రంలో సంయుక్త మీసన్ హీరోయిన్గా నటిస్తోంది.

ఒక్కడే నెం1 పోస్టర్, టీజర్ రిలీజ్

నిక్ సిని క్రియేషన్స్ పతాకంపై ప్రముఖ పారిశ్రామికవేత్త తల్లాడ వెంకన్న హీరోగా నటించిన చిత్రం ఒక్కడే1.. సునీత, శృతిక, మధువని హీరోయిన్లుగా నటించారు. శ్రీపాద రామచంద్రావు దర్శకత్వం వహించారు. తాజాగా హైదరాబాద్‌లో ప్రసాద్‌లాభ్యల్‌లో ఈచిత్రం పోస్టర్,



టీజర్ లాంచ్ ఈవెంట్‌ను ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్యఅతిథులుగా మాజీ ఐపిఎస్ అధికారి జేడీ లక్ష్మీనారాయణ, తెలంగాణ ఎమ్మెల్యే బి.దయానంద్ పాల్గొన్నారు. జేడీ లక్ష్మీనారాయణ మాట్లాడుతూ, పాటలు వేటికవే బాగున్నాయని అన్నారు. తప్పకుండా ఈచిత్రం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుందనే నమ్మకం ఉందన్నారు. కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే బి.దయాకర్, హీరో వెంకన్న, తుమ్మలపల్లి రామనాథ్యనారాయణ, ప్రముఖ దర్శకుడు రేలంకి నరసింహారావు ప్రసంగించారు.

‘ఖుషి’ నుంచి మరోసాంగ్

విజయ్ దేవరకొండ, సమంత హీరోహీరోయిన్లుగా నటిస్తున్నసినీమా ఖుషి.. ఈచిత్రాన్ని మైత్రీ మూవీమేకర్స్ నవీన్ యెర్నేని, వై.రవిశంకర్ నిర్మించారు. మనసుకు హత్తుకనే ప్రేమకథతో లవ్ అండ్ ఫ్యామిలీ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ దర్శకుడు శివ నిర్వాణ రూపొందించారు.. ఈచిత్రం సెప్టెంబర్



1న రిలీజ్ అయ్యేందుకు రెడీ అవుతోంది.. తాజాగా ఈచిత్రం నుంచి లవ్ పెయిన్ తెలిపేలా ఉండే సాంగ్‌ను విడుదల చేశారు. సంగీతం, సాహిత్యం ఎంతో అందంగా కలిసిపోయిన ఈ పాట వినగానే మూజుతో లవర్స్‌ను ఫేవరేట్ సాంగ్‌గా మారిపోవటం ఖాయం అంటున్నారు.

సుహాస్ ‘కేబుల్‌రెడ్డి’ స్టార్

హీరో సుహాస్, అవుట్ అండ్ అవుట్ ఎంటర్‌టైన్ కోసం నూతన దర్శకుడు శ్రీధర్‌రెడ్డితో చేతులు కలిపారు. ఫ్యాన్‌మేడ్ ఫిలిమ్స్ బ్యానర్‌పై బాలు వల్లు, ఫణి ఆచార్య నిర్మిస్తున్నారు. ఈచిత్రానికి కేబుల్‌రెడ్డి అనే ఆసక్తికరమైన టైటిల్ పెట్టారు.పాలిని కొండేపూడి హీరోయిన్గా నటిస్తోంది. ఈచిత్రాన్ని శుక్రవారం పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభించారు. శ్రీధర్‌రెడ్డి కెమెరా స్విచ్చాన్ చేశారు. దర్శకుడు శైలేష్ కొలను క్లాప్ ఇచ్చారు. సుహాస్ మాట్లాడుతూ, దర్శకుడు శ్రీధర్ మంచి స్నేహితుడు అన్నారు. తనకీ ఇదే తొలిచిత్రమన్నారు. రెండు రోజుల్లో మాటింగ్ స్టార్ అవుతుంద న్నారు. కార్యక్రమంలో శ్రీధర్‌రెడ్డి, పాలిని కొండేపూడి, బాలు వల్లు తదితరులు మాట్లాడారు.

‘పంబిరా ఈ పంచాయతీ’ ఫస్ట్‌లుక్



ఫరెంటిగా టైటిల్, ఇదే ఈ టీజరం ప్రేక్షక లోకం మెచ్చే సినీమా స్టార్ హీరో హీరోయిన్స్ సంగతి పక్కన పెట్టి రియాలిటీకి దగ్గరంగా ఉండే ఈసినీమాలాకే ఓటీపిస్ న్నారు అడియెన్స్.. ఈ సినీమాను ప్రభాత్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్‌పై ప్రదీప్ కుమార్ ఎం. నిర్మిస్తున్నారు. గంగాధర టి. దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నారు. భరత్, విషికా లక్ష్మణ్లు ఈచిత్రంతో హీరో హీరోయిన్లుగా ఎంట్రి ఇస్తున్నారు. రీసెంట్‌గా ఈచిత్రం నుంచి విడుదల చేసిన టైటిల్ లోగో ఆకట్టుకుంటోంది. పూర్తి పల్లెటూరి వాతావరణం నేపథ్యంలో రాబోతున్న ఈసినీమా ప్రేక్షకులకు ఓక మంచి ఫీల్ తెప్పిస్తుందని తెలుస్తోంది.

పవర్‌పుల్ టైటిల్ ‘ఓటు’ పస్ట్‌లుక్

పూర్తి శార్వ హీరోగా షిక్ డైన్ స్టూడియోస్ ప్రొడక్షన్స్ నెం1గా రవి దర్శకత్వంలో రూపొందు తున్న చిత్రానికి ఓటు అనే పవర్‌పుల్ టైటిల్ ఖరారు చేశారు.. ఫస్ట్‌లుక్ చాలా ఆసక్తికరం గా ఉంది.. పేపర్ కట్స్ బ్యాక్‌డ్రాప్‌లో హీరో పూర్తి శార్వ సీరియస్‌గా ఆలోచిస్తూ ఇంటర్వ్యూలో కనిపించారు. ఈచిత్రంతో పూర్తి శార్వ హీరోగా పరిచయం అవుతున్నారు. ఫస్ట్‌లుక్‌లో ప్రావీనింగ్‌గా కనిపించారు. హీరోయిన్‌గా తన్వినేగి నటిస్తున్నారు. సినీమా మాటింగ్ పూర్తయింది.. ఇప్పుడు ప్రమోషన్స్‌ను స్టార్‌చేస్తున్నారు. ఫస్ట్‌లుక్ సినీమాపై క్యూరియాసిటీని పెంచింది.





తొలి సారి బజినెస్ క్లాస్.. మంచి ఫీలింగ్ టీమిండియా బ్యాటర్ లింకూసింగ్

డజ్జన్ : ఐర్లాండ్‌పర్యటనలో భాగంగా భారత క్రికెట్‌జట్టు టీ20 సిరీస్‌కు సిద్ధం అయింది. సీనియర్లు అందరికీ రెస్ట్ ఇచ్చిన యాజమాన్యం ఐపిఎల్‌లో సత్తాచాటిన రింకూసింగ్, జితేశ్‌కర్కు పంజాబ్‌కి తొలిసారి ఛాన్స్ ఇచ్చింది. ఐపిఎల్ చివరి ఓవర్‌లో ఐదు సిక్స్‌లు కొట్టి తన జట్టు కెకెఆర్‌ను గెలిపించిన రింకూసింగ్ ఈసారినితో టీమిండియా తరపున ఆరంగేట్రం చేస్తున్నాడు. జట్టుకు ఎంపికైన రింకూసింగ్, జితేశ్‌కర్లు తొలిసారి బిజినెస్ క్లాస్‌లో ప్రయాణించారు. రింకూసింగ్ తన మొదటి బిజినెస్ క్లాస్ విమానప్రయాణాన్ని తాను టీమిండియాకు ఎంపికైనపుడు అనుభవించిన మొదటి విమానప్రయాణం ఫీల్‌ను వెల్లడించాడు. ఈమేరకు బీసీసీఐ ఇందుకు సంబంధించిన విడియోను పోస్ట్‌చేసింది. చాలాసంతోషంగా ఉర్దని, నా డ్రీమ్ నెలకొందని, నామేరతో ఉన్న 35వ సంబం టీమిండియా జెర్సీ చూసి ఎంతో భావోద్వేగానికి లోనయ్యానని ఈరోజుకోసమే కష్టపడ్డానని ఇది ఎంతో ఎమోషనల్ ఫీలింగ్ అన్నాడు. జితేశ్‌కర్కు మాట్లాడుతూ భారత క్రికెట్‌జట్టుతోకలిసి విదేశాల్లో పర్యటించడం గొప్ప అనుభవమని జట్టుతరపున ప్రాతినిధ్యం వహించడం అనేది మంచి అవకాశమని అంతేకాకుండా బాధ్యతకూడా అని మన సత్తాకు తగిన ఛాన్స్ అని అన్నాడు. తొలిసారిగా బురూ రిఎంట్రీతోపాటు జట్టుకు కెప్టెన్సీ వహిస్తున్నాడు. అలాగే ఇప్పుడు రింకూసింగ్, జితేశ్‌కర్లపై నా మంచి ఆసక్తి రేకెత్తుతోంది. అందరి దృష్టి ఈ యూత్ క్రికెటర్లపైనే ఇప్పుడు పడింది.

ఈసారి ప్రపంచకప్ మాదే! దక్షిణాఫ్రికా పేసర్ కగిసో రబాడా



జోహన్నెస్బర్గ్ : ప్రపంచకప్ టోర్నీలో 1992 నుంచి పోటీపడుతున్న దక్షిణాఫ్రికా ఇంతవరకూ ఒక్క వన్డేతోపాటూ గెలిచిందిలేదు. కచ్చితంగా గెలిచే మ్యాచ్‌లలో విజయం అంపలదాకా వెళ్లి బోల్టాపడటం చోక్కర్ అనే నామధేయం తమకు

సరిగ్గా సరిపోతుందని మళ్లీమళ్లీ నిరూపించుకోవడం ఆజ్ఞాబుకు అలవాటుయింది. అయితే ఈసారి ఆ జ్యాక్‌నైమ్ చెరిపేసుకుంటామని అంటున్నాడు. ప్రోటీస్ స్పీడ్స్టర్ కగిసో రబాడా ప్రపంచకప్ ట్రోఫీ గెలవడమే లక్ష్యంగా భారత్‌లో బరిలోకి దిగుతామన్నాడు. ఇప్పటివరకూ జరగనిది ఇప్పుడు చేసి చూపిస్తామని ధీమా ప్రకటించాడు. ప్రోటీస్ పేసర్‌కానికే నాయకత్వం వహిస్తున్న 28 ఏళ్ల రబాడా ఈమేరకు మాట్లాడుతూ దక్షిణాఫ్రికాక్రికెట్ గురించి బయటనడుస్తున్న డ్రామా చర్చలగురించి మేం అస్సలు పట్టించుకోమన్నాడు. ప్రపంచకప్ టోర్నీలోఆడుతూ ఒక్కసారి కూడా టైటిల్ గెలవకపోతే ఎలా ఉంటుందో తెలుసన్నాడు. 2019 ప్రపంచకప్‌లో మాంచెస్టర్ మ్యాచ్‌లో ఆస్ట్రేలియాపై పది పరుగుల తేడాతో గెలిచి విజయంతో టోర్నీని ముగించింది. అయితే ఈసారినికా కపి గెలుస్తారంటూ ఎన్నో ఆశలు పెట్టుకున్న అభిమానులకు మాత్రం ఫామ్ దుష్టెసినిబృందం నిరాశే మిగిల్చింది. భారత్ వేదికగా ఆక్టోబరు ఐదునుంచి వన్డే వరల్డ్‌కప్ ఈవెంట్ ప్రారంభం కానున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈసందర్భంగానేరబాడా మాట్లాడుతూ ఒక్కసారి జట్టునుప్రకటిస్తే ఆ తర్వాత ఏలజరుగుతుందో మీరకేమౌస్తారు అంటూ ఆత్మవిశ్వాసంతో ఉన్నాడు. ఇప్పటి వరకూ నాలుగుసార్లు వరల్డ్‌కప్ సెమీఫైనల్‌కు చేరిన దక్షిణాఫ్రికా ఒక్కసారికూడా ఫైనల్‌కు వెళ్లేలేదు.

15యేళ్ల కెరీర్ రికార్డుతో రన్‌మెషిన్ కోహ్లా



న్యూఢిల్లీ : 15 యేళ్లక్రితం సరిగ్గా ఇదేరోజు ప్రపంచక్రికెట్‌లో ఒక సంవత్సరం నమోదయింది. 2008లో శ్రీలంకతో జరిగిన మ్యాచ్‌లో రాణించాడు.మంచి ఫామ్‌లో ఉన్న ఆతడు మళ్లీ వెనక్కి తిరిగిపడలేదు. ఇన్నేళ్లుగా ప్రపంచక్రికెట్‌ను ఏలుతూనే ఉన్నాడు. శ్రీలంకపై అరంగేట్రంచేసిన విరాట్ కోహ్లా తన మొదటి మ్యాచ్‌లో అంతగా రాణించలేదు. 12 పరుగులే చేసి పెవిలియన్‌చేరాడు. అటూతరు గమనించిన అందరూ కోహ్లాకి మంచిప్రతిభ ఉందన్నారు. దీనితోనే క్రికెట్‌పరిశ్రమలోనే ఔట్ అటూడిగా కొనసాగుతున్నాడు. తన కెరీర్‌లో ఎన్నో మైలురాళ్లు అధిగమించాడు. ఎవ్వరూ అందుకోలేని ఘనత సాధించాడు. తొలిమ్యాచ్‌లో రాణించని కోహ్లా రెండో అంతర్జాతీయ మ్యాచ్‌లో కీలక ఇన్నింగ్స్ ఆడాడు. టీమ్‌మొత్తం 143 పరుగులు చేజింకొచ్చేస్తుంటే 37 పరుగులుచేసాడు. బ్యాటింగ్‌చేయడం కష్టంగా ఉన్న పిచ్‌పై మిగిలిన బ్యాటర్లు తేలిపోయినా కోహ్లామాత్రం చాలా పట్టుదలగా ఉన్నాడు. ఇటీవలే అంతర్జాతీయ కెరీర్‌లో 500వ మ్యాచ్ ఆడిన కోహ్లా ఇప్పటికీ తన సత్తా తగ్గలేదని చూపించాడు. వెస్టిండీస్‌తో జరిగిన టెస్టుమ్యాచ్‌లో అద్భుత శతకం సాధించాడు. తద్వారా 500వ అంతర్జాతీయ మ్యాచ్‌లో సెంచరీబాదిన ఏకైక స్టేయర్‌గా రికార్డు సాధించాడు. ఈనేపథ్యంలోకోహ్లా అంతర్జాతీయ అరంగేట్రాన్ని ఫ్యాన్స్ సెలబ్రేట్‌చేసుకుంటున్నారు. కోహ్లా కెరీర్ ఆరంభరోజులకు సంబంధించిన విడియోలు సోషల్‌మీడియాలో వంచుకుంటున్నారని. కోహ్లాకి ప్రత్యేక ఫ్యాన్‌బేస్ సాధించిన పెట్టిన ఇన్నింగ్స్ విడియోలు కూడా పేరీచేస్తున్నారు.

ఒక్కపరుగుతోనే విండీస్ బాహుబలి రనౌట్!

టోబాగో : వెస్టిండీస్ భారీ కాయం రఫీమ్ కార్న్‌వాల్ క్రికెట్ అభిమానులకు చిరపరిచితుడే. 6.5 అడుగుల ఎత్తు దాదాపు 140 కిలోల బరువు ఉండే ఈ క్రికెటర్ టీ20 క్రికెట్‌లో కేవలం 77బంతుల్లోనే 205 పరుగులు బాదేసి అందరి దృష్టిని ఆకర్షించాడు. తన బరువు కారణంగా రఫీమ్‌కార్న్‌వాల్ ఖరీదైనద్యు వరుగెత్తడానికి ఇష్టపడడు. హిట్టింగ్‌కే ఎక్కువ ఛాన్స్ ఇస్తాడు.ఆతడు రన్స్ కోసం పరుగెత్తడం చాలాఅరుదు. ఈ విండీస్ బాహు బలి కరీబీయన్ ప్రీమియర్‌లిగ్‌లో ఉన్నాడు. బార్బడోస్ రాయల్స్ తరపున ఆడుతున్న ఈ ఆర్ లౌండర్ ఇన్నింగ్స్ మొదటి బంతికే రిస్క్‌తో కూడిన సింగిడిట్‌కు యత్నించి రనౌట్ అయ్యాడు.

సెయింట్ లూసియా కింగ్స్‌తోజరిగిన మ్యాచ్‌లో ఆసక్తికర సన్నివేశం కనిపించింది. తొలుత బ్యాటింగ్‌చేసిన లూసియా జట్టు నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో ఆరు వికెట్లు నష్టానికి 201 పరుగులుచేసింది. బార్బడోస్ రాయల్స్ తరపున రఫీమ్ కార్న్‌వాల్ కైలేమెయర్స్ ఓపెనర్లుగా వచ్చారు. కార్న్‌వాల్ డ్రెస్సింగ్‌లో ఇన్నింగ్స్ ఆరంభం అయింది. మొదటి బంతి వైట్‌కావడంతో ఒకే పరుగువచ్చింది. తర్వాత బంతిని ఎదుర్కొన్న ఈ బాహు బలి రిస్క్‌చేసి సింగిల్ తీసాడు. కానీ పరుగెత్తలేక రనౌట్ అయిపోయాడు. ఇప్పుడు ఈ విడియో సెట్టింగు వైరల్ అవుతోంది.

రెజ్లింగ్‌లో ప్రియామాలిక్‌కు స్వర్ణం

న్యూఢిల్లీ : భారత యువ రెజ్లింగ్ ప్రియామాలిక్ అదరగొట్టింది. జోర్డాన్ వేదికగాజరిగిన జూనియర్ రెజ్లింగ్ వరల్డ్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో మొదటిస్థానం సాధించి స్వర్ణపతకం తన ఖాతాలో వేసుకుంది. మహిళల 74 కిలోల ఫైనల్స్‌లో జర్మనీకి చెందిన లారా సెఫ్ఫిని ప్రియామాలిక్ చిత్తుచేసింది. ఈమ్యాచ్‌లోప్రియా ఏకంగా 5-0తేడాతో విజయం సాధించింది. ప్రియా అద్భుతంగా పోరాడటంతో లారా కనీసం ఒక్కపాయింట్‌కూడా సాధించలేకపోయింది. జూనియర్ వరల్డ్ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో స్వర్ణం సెగ్గిన రెండో భారత రెజ్లింగ్ ప్రియామాలిక్ రికార్డుసృష్టించింది. గత ఏడాది అంతిమ సంఘాల్ ఈపోటీలో పసిడి సెగ్గిన సంగతి తెలిసిందే. ఇదేపోటీలో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ అంతిమ సంఘాల్‌తో పాటు సవిత, అంతిమకుందుకూడా రాణించారు. ముగ్గురు కూడా తమతమ విభాగాల్లో పూజనల్‌కు వెళ్లారు. 53 కిలోల విభాగంలో పోటీపడుతున్న అంతిమ సెమీఫైనల్‌లో పోలీనా లుకినాను 12-0తో చిత్తుగా ఓడించింది. దీనితో ఆమె ఫైనల్‌లో అడుగుపెట్టింది. ఫైనల్ గెలిస్తే అంతిమ ఈ టోర్నీలో తన టైటిల్ నిలబెట్టుకుంటుంది. ఆసియా క్రీడలకు వెటరన్ రెజ్లర్లు వినేశ్‌పొగన్ తదితరులకు బ్రుయల్స్ లేకుండా ఎంపికచేయడంపై ఇటీవలే అంతిమ ఆగ్రహం వ్యక్తంచేసారు.వినేశ్ ఇటీవలికాలంలోప్రాక్టీస్‌చేయలేదని, ఆమెను తనతోపాటు చాలామంది సులువుగా ఓడించగలమని అంతిమ సంవత్సరం ప్రకటించేసింది. ఈక్రమంలోనే కోర్టులో దావాచేసి వార్డుల్లోకివచ్చింది. 62 కిలోల విభాగంసెమీఫైనల్‌ప్రాప్య్‌కు చెందిన ఐరన్ మతిల్లేపై బైవోల్ విధానంలో సెగ్గిన సవితకూడా ఫైనల్‌చేరింది. అలాగే 65 కిలోల కేటగిరీలో అంతిమకుందు 9-5తో ఎకతరీనా కోహ్లాపై గెలిచింది. ఆదే సమయంలో 72 కిలోల విభాగంలో హర్షిత 1-2 తేడాతో టర్కీ స్టేయర్ బుకారెస్ సెల్వేటితో ఓడి కాంస్యం కోసం తలపడేందుకు సిద్ధం అయింది.

లక్నో ఫ్రాంచైజీకి గౌతమ్ గంభీర్ గుడ్‌బై!

లక్నో : ఐపిఎల్ సూపర్‌జట్టు లక్నో సూపర్‌జెయింట్స్ (ఎల్ఎస్ఐ) మెంటార్ గౌతమ్ గంభీర్ తాను ఆఫ్రాంచైజీని వదిలేస్తున్నట్లు ప్రకటించాడు. హెడ్‌తో ఆండీష్‌వర్ ఇటీవలే ఈ టీమ్‌ను వదిలేసాడు. దీనితో అతనిస్థానంలో ఆసీన్ మాజీకోచ్ జస్టిన్ లాంగర్‌ను లక్నో యాజమాన్యం తీసు కుంది. తాజాగా మాజీ చీఫ్ సెలక్టర్ ఎమ్మెస్కే ప్రసాద్‌ను తన డ్రాఫ్ట్‌జిక్ కన్సల్టెంట్‌గా నియమించుకుంది. ఈ తరుణంలో వచ్చే ఐపిఎల్‌కు ముందే గంభీర్ ఈఫ్రాంచైజీని వదిలేస్తున్నట్లు వార్త లోస్తున్నాయి. కోవింగ్‌లో గంభీర్‌కు దక్షిణ మొదటి పెద్ద జాబ్ ఎల్ఎస్ఐమెంటార్ అనే చెప్పాలి. లక్నోజట్టు ప్రారంభంనుంచి ఆ జట్టుతోనే ఉన్నాడు. టీమ్ కెప్టెన్ కెఎల్‌రాహుల్ తదితరులకంటే గంభీర్‌ప్రజెన్సీ ఈ టీమ్‌లోఎక్కువగా ఉంది. రెండు ఐపిఎల్ సీజన్లలో ఫ్లేఆఫ్స్ చేరడంతో ఈటీమ్ ఫ్యాన్‌బేస్‌కూడా బాగాపెరిగింది కానీ రెండుసార్లు ఫైనల్‌కు చేరకుండానే వెనక్కిపోయింది. ఆండీష్‌వర్ తర్వాత ఇప్పుడు గౌతమ్ గంభీర్ వదిలేస్తున్నాడు. అంతకుమించి ఏం చెప్పలేం అని లక్నోటీమ్‌కు చెందిన ఒక వ్యక్తిచెప్పాడు. ఇప్పుడు టీమ్‌తో చేరిన ఎమ్మెస్కే ప్రసాద్‌తో గతంలో గంభీర్‌కు వివాదాలున్నాయి. ఇదికూడా గంభీర్ వైదొలగడానికి ఒక కారణమని తెలుస్తోంది.

LOOKS TOUGH. DRIVES FUN.

CREATE. INSPIRE.

IGNIS

COMPACT URBAN SUV

Scan the QR code for more details about the Ignis.

17.78 cm SmartPlay Studio (Available from Zeta variant onwards)

High Ground Clearance and SUV-like Stance

Auto Gear Shift

Spacious and Comfortable Interiors

1.2L VVT Petrol Engine

NEXA Safety Shield

■ DUAL FRONT AIRBAGS
■ ABS WITH EBD
■ PEDESTRIAN PROTECTION COMPLIANCE
■ COMPLIANT WITH -
• FULL FRONTAL IMPACT
• FRONTAL OFFSET IMPACT
• SIDE IMPACT

*Features and accessories shown may not be part of standard fitment. Black Glass Shade on the vehicle is due to the lighting effect. Images used are for illustration purposes only. For details on functioning of safety features, including air bags, kindly refer Owner's Manual.

VISIT YOUR NEAREST NEXA DEALERSHIP TO AVAIL EXCITING OFFERS UP TO ₹ 59 000*.

Contact us at
1800-200-[6392]
1800-102-[NEXA]
www.nexaexperience.com
NOW YOU CAN ALSO BOOK ONLINE

VIJAYWADA: NEXA RING ROAD (VARUN MOTORS PH: 0866-2541513), **NEXA MG ROAD** (PARAMSHIVA MOTORS PH: 04067263415),
NELLORE: NEXA AYYAPA TEMPLE (BHARGAVI AUTOMOBILES PH: 04071326632),
BHIMAVARAM: NEXA BHIMAVARAM WEST (NOVELTY REDDY AND REDDY MOTORS PVT. LTD. NEXA DIVISION PH: 04071326772),
GUNTUR: NEXA AUTONAGAR (JAYALAXMI AUTOMOBILES PH: 04067263454),
ONGOLE: NEXA ONGOLE NORTH (JAYALAKSHMI AUTOMOTIVES PVT. LTD. PH: 9490733433).

Scan to know more.

SMART FINANCE

AN ONLINE END-TO-END CAR FINANCE SOLUTION

- Multiple financiers
- Digital Document Upload
- Live Loan status
- Complete transparency (associated fees & charges)

*Offers vary across variants. Maruti Suzuki India Limited reserves the right to discontinue offers without notice. For more details, please contact your nearest NEXA dealership.