



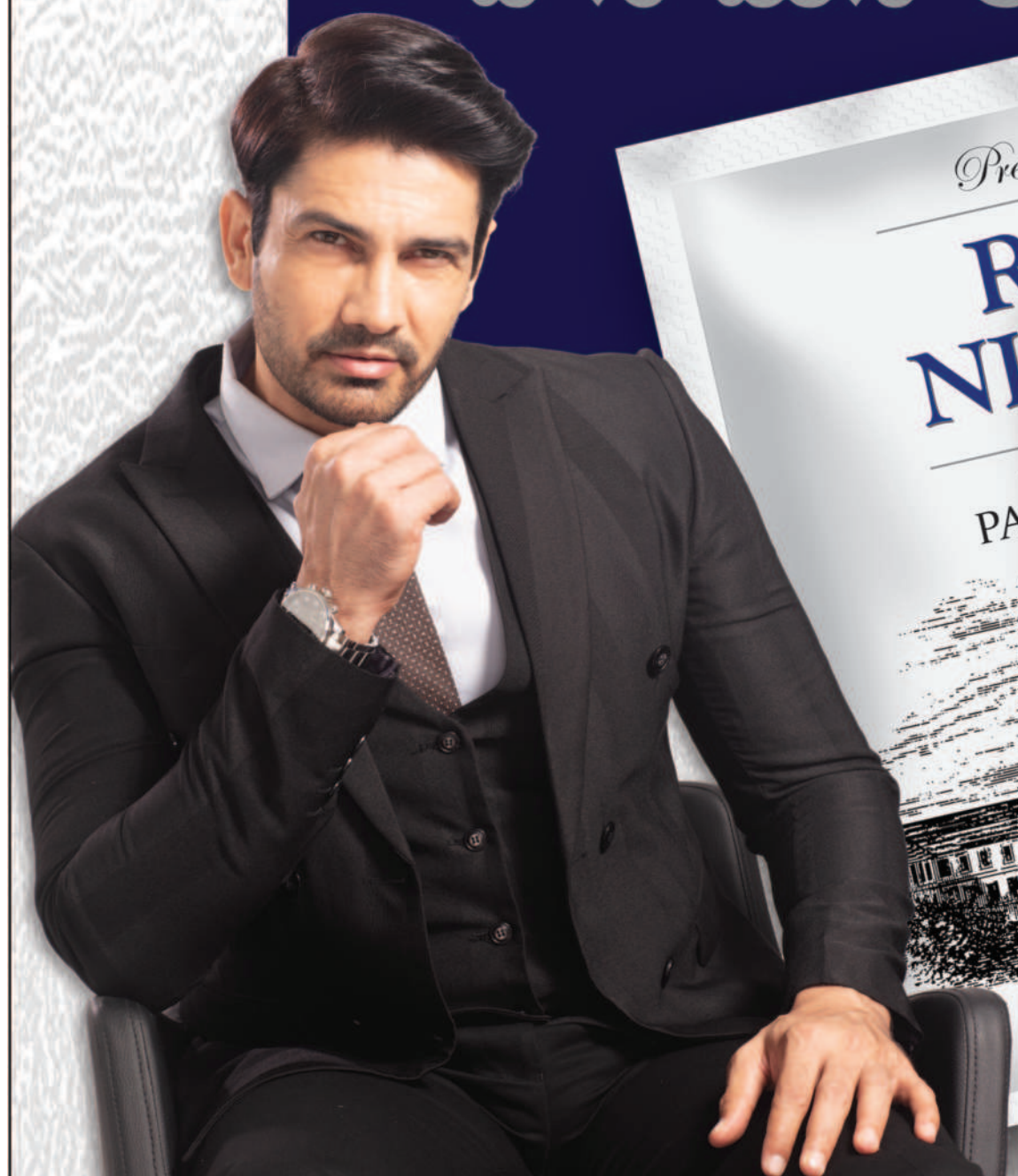
దీపావళి
శుభాకాంక్షలు

ప్రేమియం

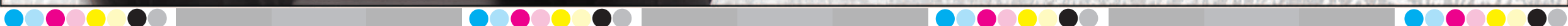
రాజ్ నివాస్

సువాసమైన
పాన్ మసాలా

ఆలోచన
ఉన్నవాడే
పరిపాలిస్తాడు



పాన్ మసాలా సేవించడం ఆరోగ్యానికి హానికరం. మైనర్ల కోసం కాదు. 0% పొగాకు మరియు అదనపు నికోటిన్ లేదు.



ఇతర రాష్ట్రాలు, ప్రపంచ దేశాల
ముఖ్యమైన పరిణామాలు
సామాజిక, ఆర్థిక, రాజకీయ
పుస్తక సమీక్షలు
ప్రతి ఆదివారం 'వార్త' మెయిన్లో
ఒక పూర్తి పేజీ



తెలుగు జాతీయ దినపత్రిక

హైదరాబాద్

fb.com/vaartha

epaper.vaartha.com

WWW.VAARTHA.COM

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

24-10-2022 సోమవారం సంపుటి : 28 సంచిక : 264, పేజీలు : 10+4 వెల : 6.50

శుభాకాంక్షలు

దీపావళి పర్యవసానం సందర్భంగా మా పాఠకులు, ప్రకటనకర్తలు, ఏజెంట్లు, శ్రేయోభిలాషులకు శుభాకాంక్షలు

-డాక్టర్ గిరీష్ కుమార్ సంఘ్

'వార్త' ఛైర్మన్ & మేనేజింగ్ డైరెక్టర్

పండుగ సందర్భంగా సోమవారం 'వార్త' కార్యాలయానికి సెలవు. మంగళవారం సంచిక వెలువడదు. పునర్వర్తనం 26వ తేదీ బుధవారం.



సూర్యగ్రహణం (ఫైల్)

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 23, ప్రభాతవార్త: ఈ నెల 25వ తేదీన అంటే మంగళవారం సూర్య గ్రహణం సంభవించనుంది. ఈ ఏడాది ఇదే చివరి సూర్యగ్రహణం. భూమికి సూర్యుడికి మధ్య చంద్రుడు వచ్చినప్పుడు భూమి మీద కొంత భాగానికి కానీ పూర్తిగా కానీ సూర్యుడు కొంతసేపు కనబడకుండా పోవడాన్నే సూర్య గ్రహణం అంటారనేది తెలిసిందే. ఇదే భూమికి చంద్రు

రేపు పాక్షిక సూర్యగ్రహణం

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో గంటపైగా కనిపించే అవకాశం

డిశి మధ్య సూర్యుడు వస్తే దీనిని చంద్ర గ్రహణంగా పిలుస్తారు. ఈ ఏడాది ఇది చివరి సూర్య గ్రహణంగా చెప్పాలి. ఈ ఏడాది ఆశ్వయుజ మాసం లో అమావాస్య సోమవారంతో పాటు మంగళవారం కూడా వస్తుండడం విశేషం. సాధారణంగా అమావాస్య రెండు రోజుల పాటు రావడం, ఆ ది కూడా దీపావళి పండగ వర్తదినాన రావడం >>2



హై ఓల్టేజి మ్యాచ్‌లో పాక్‌పై భారత్ గెలుపు

ఓంటీచేత్తో మ్యాచ్ గెలిపించిన విరాట్ కోహ్లా

మెల్‌బోర్న్: నరాలు తెగే ఉత్సాహంతో సువాసనా అనే రీతిన సాగిన మ్యాచ్‌లో చిట్టచివరి బంతితో భారత్ పాకిస్తాన్‌పై విజయం సాధించింది. మెల్‌బోర్న్‌క్రికెట్‌స్టేడియంలో జరిగిన ఈ మ్యాచ్‌లో భారత్ నాలుగు వికెట్ల తేడాతో అద్భుత విక్టరీ నమోదాచేసింది. సువాసనేనా అన్నట్లు సాగిన మ్యాచ్ లో టీమిండియాదే ఫైవేయూగా నిలిచింది. ముఖ్యంగా మాజీ సారథి విరాట్‌కోహ్లా సంచలన >>2



ఆదివారం మక్తల్ వద్ద తెలంగాణలోకి ప్రవేశించిన రాహుల్ భారత్ జోడో యాత్ర

రాష్ట్రంలోకి రాహుల్

మక్తల్ వద్ద ప్రవేశించిన జోడో యాత్ర

ఘనంగా స్వాగతం పలికిన రేవంత్, భట్టి, ఉత్తమ్, యాషీ, ప్రభుత్వలు

తోపులాటలో పలువురికి గాయాలు

నేటి నుంచి మూడు రోజులు రాహుల్ విరామం

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 23: కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన 'భారత్ జోడో' యాత్ర ఆదివారం తెలంగాణలోకి ప్రవేశించింది. మక్తల్ దగ్గర కృష్ణా బ్రిడ్జి పైనుంచి రాహుల్ గాంధీ రాష్ట్రంలోకి అడుగు పెట్టారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ తెలంగాణ అధ్యక్షుడు రేవంత్‌రెడ్డి నేతృత్వంలో సీఎల్పీ నేత భట్టి విక్రమార్క, సీనియర్ నేతలు ఉత్తమ్ కుమార్‌రెడ్డి, మధుయాషీర్ తదితరులు, కార్యకర్తలతో కలిసి రాహుల్ గాంధీకి ఘన స్వాగతం పలికారు. >>2

దేశ రాజధానిలో 'నిశ్శబ్ద దీపావళి'

బాణాసంచా నిషేధంతో ఢిల్లీ ప్రజలు సంబరాలకు దూరం

న్యూఢిల్లీ: దేశ ప్రజలు దీపావళి పండుగను ఈసారి ఘనంగా జరుపుకునేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. కొవిడ్ మహమ్మారి దాదాపు కనుమరుగైనవేళ జరుపుకోనున్న తొలి దీపావళి కావడంతో అంతా సంబరాలకు సిద్ధమవుతున్నారు. దేశంలోని చాలా ప్రాంతాల్లో దీపావళి పండుగను సోమవారం జరుపుకోనున్నారు. తెలంగాణలోని ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ సంస్థలు ఇదే రోజును తమ సిబ్బందికి సెలవుగా ప్రకటించాయి. దాంతో, అంతా దీపావళి సంబరాలకు ఓరీజా ముందునుంచే సిద్ధమవుతున్నారు. కానీ, దేశ రాజధాని ఢిల్లీ పరిస్థితి ఇందుకు పూర్తిగా భిన్నంగా >>2

250+ STORES | AP | TS | TN

దీపావళి కిబిబి ధమకా ఆఫర్

UPTO 10% INSTANT CASH BACK

ZERO DOWN PAYMENT NO COST EMI

మొబైల్ కొనుగోలుపై కాబింగ్ స్మార్ట్ వాచ్

CALLING SMART WATCH

7900 INSTANT CASH BACK

SMART TV OFFER fingers Bar Speaker With Woofer

32" (81 cm) SMART HD LED TV ₹ 11499 ₹ 4999

ALL SIZES AVAILABLE

ZERO DOWN PAYMENT 7.5% INSTANT DISCOUNT

VIVO V25 Series | X80 Series Y75 Series

PAY ₹ 101 ₹ 8000 CASH BACK

NEW GENERATION LAPTOPS

ZERO DOWN PAYMENT 10000 CASH BACK

Laptop Bag FREE

oppo

UPTO 10% INSTANT CASH BACK

ZERO DOWN PAYMENT

7.5% INSTANT DISCOUNT SBI card

5% DISCOUNT ON ALL BRANDED ACCESSORIES

Helpline: 1800 123 4578 www.bigcmobiles.com



ఎంపి కోమటిరెడ్డికి షోకాజ్ నోటీసు ఆడియో టేపులపై వివరణకు 10 రోజుల గడువు

హైదరాబాద్, అక్టోబరు 23 ప్రభాత వార్త: భువనగిరి ఎంపి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డిపై కాంగ్రెస్ అధిష్ఠానం ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. పార్టీలో ఉంటూనే కాంగ్రెస్‌కు వ్యతిరేకంగా వ్యాఖ్యలు చేయడం, పార్టీ శ్రేణుల నమ్మకాన్ని దెబ్బదీసేవిధంగా మాట్లాడటం వంటి పరిణామాలను తీవ్రంగా పరిగణించింది. క్రమశిక్షణ చర్యలు కీడ పోకాజ్ నోటీసులను జారీ చేసింది. ఎంపి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి వ్యాఖ్యలపై ఎవరినీ ఆగ్రహం వ్యక్తంచేసింది. >>2

కోరుట్లలో కారు, బస్సు ఢీ ముగ్గురి మృతి

ఆర్టీసీ బస్సును ఢీకొన్న ఆటో ముగ్గురి దుర్మరణం

టిఆర్ఎస్ గూటికి ఆనంద్ భాస్కర్!

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 23: మునుగోడు అసెంబ్లీ ఉప ఎన్నిక వేళ బీజెపికి మరోఎదురు దెబ్బ తగిలింది. ఇప్పటి వరకు ఆ పార్టీలో ఉన్న మాజీ >>7

वर्धमान बैंक VARDHAMAN BANK పర్వమాన్ బ్యాంక్

VARDHAMAN (MAHILA) CO-OPERATIVE URBAN BANK LTD.

H.O. : 3rd Floor, Nishant House, 8-2-351/N/1, Road No. 2, Banjara Hills, Hyderabad - 500 034. T : 040 4666 4777, F : 040 4666 4740

Email: ho@vardhamanbank.com

Website: www.vardhamanbank.com

We wish all our Customers, Shareholders & Well Wishers a Very

HAPPY

Diwali

Greetings on the auspicious occasion of

Bhagwan Mahaveer Nirvan Diwas

ATM's

Mobile Banking

Rupay Debit Card

FREE RTGS / NEFT

Gold Loans

Mortgage Loans

Business Loans

MSME Loans

UPI Facility

BOARD OF DIRECTORS

Ritesh Kumar Daga – Honorary Chairman (Non-Executive), Smt. Nirmala Daga – Sr Vice Chairperson, Smt. Rajkumari Bai – Vice- Chairperson, Smt. Chayya S. Golechha - Director, Dr. Asha Khivisara - Director, Smt. Chhaya Lohade - Director, Smt. Nirmala Jain - Director, Smt. Pushpa Sancheti - Director, Smt. Pooja Jain - Director, Sri. Shantilal Khimji Shah - Director, CA P.P.Singhvi - Director, CA Tushar Savla- Director, Sri Jugraj Jain - Director, Sri. Madan Chand Jain Lunawat - Director, CA Mahender Kumar Jain Golecha – Director, CA Shantilal Daga - Prof Director, Sri. Ch. Venkateswara Rao – Chief Executive Officer

OUR BRNACHES :

EDENBAGH : Ph. 24757409, 24750747

FEELKHANA : Ph. 24733381, 23449463

BALANAGAR : Ph. 23773097, 2377 6466

DILSUKHNAGAR : 24050455, 24050425

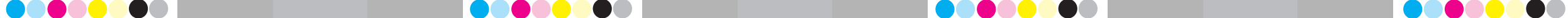
RANIGUNJ : Ph. 27712435, 23449462

AMEERPET : Ph. 23737513, 23440222

LOTHUKUNTA : Ph. 27867304, 2786 4255

BANJARA HILLS : 46664777

Ext. Counter, Mahaveer Hospital : Ph. 23371865



బరువు తగ్గట్లేదా..

బరువు తగ్గల నేది చాలా మంది కోరిక. కానీ.. ఎన్ని వ్యాయామాలు చేస్తున్నా అడుపులోకి రావడం లేదంటే అవారపుటలవాట్లను గమనించుకోవాలి. ముఖ్యంగా మీరు తినే వాటిల్లో ఇవి లేకుండా చూసుకోండి.

- నిల్వ, ప్రాసెస్డ్ ఆహారంలో కాస్త ఉప్పు ఎక్కువే ఉంటుంది. వాటిని దరిచేరనీయకండి. ఇంట్లోనూ ఉప్పు వాడకాన్ని బాగా తగ్గించండి. లేదంటే సోడియం తక్కువగా ఉండే రకాన్ని ఎంచుకోండి. లేదంటే మీ బరువులో ఏ మార్పు ఉండకపోవచ్చు.
- ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్, పొటాటో చిప్స్.. లాంటి ఇంక్విప్డేల్ కెటోరీలు ఎక్కువ. పోషకాలు తక్కువ. అవి జీర్ణ ప్రక్రియపై ప్రతికూల



ప్రభావాన్ని చూపించడంతో బరువు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది.

- క్యాఫీన్, డిస్ట్ జ్యూస్లు, సోడాలు తరచూ తాగుతున్నారా? ఇందులో నిల్వకారక రసాయనాలు, మగరే, సాఫ్ట్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి ఊబకాయానికి కారణమవుతాయి.
- క్యూబ్డ్ బ్రాడ్వేస్ట్లలో చాలా వరకూ అనారోగ్యాన్ని కలిగించే అధికమోతాదులో చక్కెర, సూనిలు, రిఫైన్డ్ ఫ్లోర్ వంటివన్నీ కలిపి చేసి ఇవి బరువుని పెంచేస్తాయి. అందుకే వీటికి దూరంగా ఉండాలనే నియమం తప్పదు. □



పండుగలు, పర్వదినాలు, మన సంస్కృతికి, ప్రతీకలుగా, నిలిచి, సాంప్రదయాలకు దర్శణం పడతాయి. భారత దేశంలో ఉన్న హిందువులందరూ ప్రతి పర్వదినాన్ని ఎంతో వైభవంగా జరుపుకుంటారు. అలా జరుపుకునే పండుగలలో ఒకటి దీపావళి. హిందూ ధర్మం ప్రకారం దీపావళికి ఎంతో ప్రాధాన్యత ఉంది. దీపావళి అంటే దీపాల వరస, లేదా దీపాల మాళిక, దీపాత్మకం అనే అర్థాలు వస్తాయి. మనలోనే అజ్ఞానమనే బీకరిని పారద్రోలి జ్ఞానమనే దీపాన్ని అంత రాత్రిలో వెలిగించడమే ఈ దీపావళి అంతరార్థం. చెడుపై మంచిసాధించిన విజయానికి గుర్తుగా దీపావళి పర్వదినాన్ని కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి జరుపుకునే పండుగ.

దీపం అంటే త్రిమూర్తుల పరబ్రహ్మ స్వరూపం, దీపంలో మూడు రంగులు కాంతులు ఉంటాయి. దీపంలో ఉండే ఎర్రని కాంతి, బ్రహ్మదేవుడికి, నీలి కాంతి, శ్రీ మహా విష్ణువుకు, తెల్లని కాంతి ఆదిదేవునికి, ప్రతీకలుగా భావించి మూడు ఒత్తులు కలిపి దీపాన్ని వెలిగించడం. మన హిందూ సాంప్రదయం, మూడులోకాల్లో అంధకారాన్ని పారద్రోలి. ప్రతి ఇంటిని లక్ష్మీ నిలయంగా చేసుకోవాలని గృహాలంకరణలు, చేసే ఇంటిలోనూ ఇంటి ప్రాంగణాల్లో దీపాలు వెలిగిస్తారు. దీపావళి ఆశ్రయజ్ఞ అమావాస్య రోజున జరుపుకుంటారు. దీపావళికి తులా సంక్రమణం వస్తుంది. అంటే పలి, బీకటి, కలగలిసిన కాలం. దీపావళికి రెండు రోజులు ముందే అంటే త్రయోదశి నాటి నుండే దీపావళి పండుగ ప్రారంభమవుతుంది. ఒక్కో ప్రాంతాన్ని బట్టి దీపావళి పండుగ, మూడు రోజులు, నాలుగు రోజులు, ఐదు రోజులుగా జరుపుకుంటారు. త్రయోదశి, నరక చతుర్దశి, దీపావళి అమావాస్య, భగిని వాస్తభజనం, వేకువ జామున నిద్ర లేచి ఇంటిని శుభ్రపరచుకుని, మామిడి తోరణాలు, బంతిపులతో తోరణాలు కట్టి, ఇంటి ముందు రంగుల ముగ్గులు పెట్టి దీపావళి లక్ష్మీకి స్వాగతం వలుకుతాం. ప్రతి తెలుగు లోగిల్లు కళకళలాడుతాయి. అభ్యంగన స్నానాలు, చేసి నూతన పంద్రాలు ధరించి పూజలు ప్రారంభిస్తారు.

త్రయోదశి నాడు కొన్ని ప్రాంతాలలో లక్ష్మీపూజ, కుబేర పూజలు, నిర్వహిస్తారు. నరక చతుర్దశి రోజున యముడికి తర్పణం వదిలి. ఆనంతరం బియ్యప్పిండి ప్రమిదలో దక్షిణ దిక్కుగా దీపాన్ని వెలిగిస్తారు. దీపాన్ని సింహద్వారానికి ఎడవవైపుగా కానీ లేదంటే ఇంటి పైన దాదా మీద కానీ ఉంచి యమునిని పూజిస్తారు. ఈతి బాధలు తొలగిపోవాలని, అవమృత్యుదోషాలు, కలగకుండా ఉండాలని, దీపావళి అమావాస్య రోజున ప్రతాలు, నోములు, లక్ష్మీ పూజలు ప్రతి ఇంటిలోనూ ప్రతి కార్యాలయాలలోనూ నిర్వహిస్తారు.

దీపావళి రోజు వ్యాపారస్థులు, కొత్త పద్దు పుస్తకాలను పూజించి ఆరోజు తెరుస్తారు. నరకాసురుని బాధలు,

దీపాలను వెలిగించేవారు. అదే వారసత్వ సాంప్రదయాన్ని కొనసాగిస్తూ వస్తున్నాం. దీపాలు ఇప్పుడు మార్కెట్లో మట్టి ప్రమిదలలో రకరకాల డిజైన్లతో విద్యుత్ దీపాలు, ఎన్నో వెరైటీలతో ఎలక్ట్రానిక్ బల్బులు, నీటిదీపాలు ఇలా ఎంతో కళాత్మకంగా.. తయారు చేసినవి అందరికీ అందుబాటులో ఉన్నాయి. బాణా సందా కాల్యం వెనుక సైంటిఫిక్ రీజన్ కూడా ఉంది. పర్వకాలం ముగిసి, శీతాకాలం వస్తున్న సమయం కాబట్టి పెద్ద ఎత్తున బాణా సంచాలు, కాల్యం వలన పొగ వ్యాపించడం ద్వారా దోమలు, క్రిమి, కీటకాలు, సూక్ష్మక్రిమిలు, అన్ని నశిస్తాయి. ఇలా అందరికీ ఆరోగ్య వేకుర్తుందని. దీపావళి తర్వాత రోజున భగినిహస్త భోజనం, తోమట్టుపుల పండుగగా సాంప్రదాయంగా వస్తుంది. ఆరోజున అన్నా, తమ్ముళ్లు, అక్క, చెల్లెల్ల ఇంటికి వచ్చి వారి చేతి భోజనం చేసి కానుకలు, బహుమతులు ఇస్తారు. అన్న, తమ్ముళ్లు ప్రతి పనిలోనూ విజయం చేకూరాలని సుఖసంతోషాలతో, ఆనందంగా ఉండాలని, ఆదవండులు దీపిస్తారు. ఇచ్చిపుచ్చుకునే, ధోరణి, అనుబంధాలు, బలపడి కుటుంబ వ్యవస్థ పటిష్ట



వెలుగు జిలుగుల దీపావళి



తీరినందుకు గుర్తుగా టపాసులు. బాణాసంచాలు, కాల్చి, ఇంటిలో దీపాలు, వెలిగించుకుని, తీపి వంటకాలు చేసుకొని బిచ్చుబుద్ధుల వెలుగుల్లో పర్వదినాన్ని ఆనందంగా జరుపుకుంటారు. తెల్లవారుజామున పురుషులకు, మగకళహారతులు పడతాయి. అమ్మమ్మలు, నానమ్మలు, చిన్నపిల్లలకు ఎండిన గోగు కాదాలతో దిష్టితిస్తారు. ధృష్టి దోషాలు, ఏమన్నా ఉంటే పోతాయని ఒక విశ్వాసం. దీపాలను వెలిగించడం ఇంకో ముఖ్య ఉద్దేశం కూడా ఉంది. పితృదేవతలకు దారి చూపడం కోసం ప్రాచీన కాలం నుండి

పరచడం, సుబాలలో తోడునీడగా ఒకరికొకరు సహాయం అందించుకోవడం, సత్సత్వసమ, అలపర్తి నైతిక విలువలను పెంపొందించి, ఒక మంచి సమాజాన్ని తయారు చేయడం, అనే ప్రధాన ఉద్దేశం కూడా. దీపావళి పండుగ ఎందుకు జరుపుకుంటామని. అని తెలుసుకునేందుకు ఎన్నో పురాణ గాథలు ఇతివేతనాల ద్వారా మనం తెలుసుకోవచ్చు. బ్రహ్మదేవుడి నుండి పొందిన వరగర్వంతో నరకాసురుడు,

దేవతలను మహర్షులను, మానవులను చాలా ఇబ్బందులు పెట్టేవాడు. నరకాసురుని ఆగడాలు శృతిమించడంతో చేసేది ఏమిలేక శ్రీకృష్ణుడు సత్యభామతో కలిసి యుద్ధానికి బయలుదేరి యుద్ధం చేసి సోమ్యునిల్లిపోతాడు. ఆ తర్వాత సత్యభామ నరకాసురునితో యుద్ధం చేసి వధిస్తుంది. నరకాసురుడు, వరాహ స్వామికి భూదేవికి, జన్మించినవాడు. లోక కంఠకుడైన పుత్రున్ని లోక కళ్యాణం కోసం సంహరిస్తుంది సత్యభామ. చెడు సశించిన రోజు ధర్మ సంస్థానంతో జగత్తులో వెలుగులు నిండిన రోజున అందరూ సుఖ సంతోషాలతో ఉండాలని ప్రతి ఒక్కరి జీవితాల్లో వెలుగులు నింపుకోవాలి, అని దీపావళి నిర్వహించుకుంటారు. సత్యమే జయిస్తుంది. అని చెప్పడమే, దీపావళి ప్రధాన ఉద్దేశం సందేశం. ఇంకో పురాణ గాథ కూడా ప్రచారంలో ఉంది. అమృతం కోసం దేవతలు, దానవులు, పాల సముద్రాన్ని చిలుకుతుండగా లక్ష్మీదేవి ఉద్భవించి సకల అపైశ్చర్యాలను ప్రసాదిస్తుంది. అందువలన లక్ష్మీదేవికి ప్రత్యేక పూజలు దీపావళి రోజున చేస్తారు. దానవులపై దేవతలు విజయం పొందిన రోజు. కావున దీపావళిని హిందువులు జైనులు, సిక్కులు, ఇలా ప్రతి ప్రాంతంలోనూ, రాష్ట్రంలోనూ అత్యంత వైభవంగా ఆరోజు జరుపుకుంటారు. ప్రత్యేక, పర్యావరణానికి, హాని పరచకుండా ఆకాంక్షించే దీపావళి పండుగను, ఆనందంగా జరుపుకుందాం. జగతిని, జాగృతం చేసే చైతన్య దీవుల శోభావళిని, నింపుకుందాం. ప్రతి ఇల్లు కోవెలా.

- నెల్లూళ్లు సునీత



అలంకరణ అవసరం లేదక !

దీపావళికి ఇల్లంతా రంగవల్లికలు, పూలతో అలంకరించి వాటిల్లో దీపాలను ఉంచుతాం. ఇల్లంతా తీర్చిదిద్దడం ఎంత శ్రమ! వీటిని తెచ్చేసుకోండి. దియా స్టాండ్లుగా దొరకే వీటిల్లో దీపాలను వెలిగిస్తే చాలు. మరే అలంకరణ అవసరం లేకుండానే అందంగా కనిపిస్తాయి. బాగున్నాయి కదా!



చేనేత చిత్ర రూపం బెనారస్

అందులోనూ బెనారస్ చీరలు ఎక్కువే ఉత్తరప్రదేశ్లోని వారణాసిలో పుట్టిన ఈ చీర దేశవ్యాప్తంగా మాత్రమే కాదు ప్రపంచంలో చాలా మంది మనసులను దోచుకుంది.

మనదేశంలో అద్భుతమైన చేనేత కళకు చిత్ర రూపం ఈ బెనారస్ చీరలు. ప్రస్తుతం వస్తున్న బెనారస్ చీరలు ఇండో మొఘల్ సంస్కృతుల సంగమంగా తయారైన చీరలే. పురాతన కాలం నుండి కొనసాగుతున్న ఈ కళ అద్భుతమైన జరి వర్క్తో పాటు



డిజైన్లతో ఈ చీరలు సిద్ధమవుతున్నాయి. □

రోజుంతా ఆనందంగా, ఉత్సాహంగా గడిపేయాలి. ఇంట్లోవాళ్లకి సంతోషాన్ని పంచాలని కోరుకోని మహిళ ఉండదు. దానికి యోగా, థెరపీలంటూ ఎన్నెన్నో చేస్తాం కదా! కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలూ ఆ మ్యూజిక్ చేస్తాయట. అందుకే..

అంటే.. దీన్ని గుడ్ మూడ్ ఫుడ్ అంటారు. సంతోషం కలగడానికి కారణం సెరటోనిన్ అనే

ఒక్క చాక్లెట్ ఇచ్చి చూడండి. డెబ్బుకు అది మటుమాయం అయిపోతుంది. చాక్లెట్లకి మనకి అంత దోస్తి. తీపి అనే కాదు కానీ నిజంగానే దీనిలో భావోద్వేగ గాలపై ప్రభావం చూపే పదార్థాలుంటాయి. ఇందులోని ఆమెనో యాసిడ్లు సెరటోనిన్ ఉత్పత్తికి సాయపడతాయి. థియోడోమైన్ భావోద్వేగాల మీద

ఆనందానికి.. తినేయండి

హార్వేన్. దీని విడుదలకు అవసరమైన బిర విటమిన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. రోజులో శరీరానికి అవసరమయ్యే బిర పరిమాణంలో 25 శాతం ఒక అరటి పండ్ల నుంచే లభిస్తుందట. అందుకే రోజుకొకటైనా తినమంటారు పోషకాహార నిపుణులు. కొబ్బరి పాలలోనూ ఆందోళనను తగ్గించే పోషకాలుంటాయి. ఒత్తిడి, ఆందోళనగా అనిపించినప్పుడు ఓ చిన్న ముక్కును తిన్నా ఫలితం ఉంటుంది. దార్జి చాక్లెట్.. కోపంగా ఉన్న అమ్మాయికి

ప్రభావం చూపుతుంది. కాఫీ.. ప్రపంచం మొత్తంలో దీన్ని ఇష్టపడే వారి సంఖ్య వంద కోట్లకుపైనే! ఏమాత్రం చిరాకు అనిపించినా వీళ్లంతా కాఫీ తాగడానికి ఇష్టపడతారట. రోజులో మూడు సార్లు మించకుండా తీసుకుంటే డిప్రెషన్ కి చెక్ పెట్టొచ్చని అధ్యయనాలు నిరూపిస్తున్నాయి. అవాడో.. ఈ కాయంతా పోషకాలే. దీనిలోని కొల్ట్రైన్ నాడీ వ్యవస్థపై ప్రభావం చూపి మనసును తేలిక పరుస్తుంది. దీన్నేని ఆరోగ్యకర కొవ్వులు మహిళల్లో ఆందోళనను తగ్గిస్తాయని ఓ



పరిశోధన చెబుతోంది. పెద్ద మొత్తంలో ఉండే విటమిన్ బి ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. పులిసిన పదార్థాలు.. ఇడ్లీ, దోశ, పెరుగు, ఆవకాయ పంటి వాటిల్లో ఆరోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియా ఉంటుంది. జీర్ణ వ్యస్థ ఆరోగ్యానికి ఉద్వారా మనసును తేలిక పరచడానికి ఇవి సాయపడతాయట. □



దంత సమస్యలకు..

కాసిపాగి గోరువెచ్చటి నీటితో కడిగేయాలి. ప్రతిరోజూ ఇలా చేయడం వల్ల దంతాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. లంబం... ఇందులోని యాంటి ఇన్ఫ్లేమటరీ, యాంటి బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు పంటి నొప్పిని తగ్గించి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. చిగుళ్ల

సమస్యలు పెరగకుండా నియంత్రిస్తాయి. పావు చెంచా నువ్వుల నూనెలో కొన్ని చుక్కల లవంగం నూనె కలిపి, అందులో దూది ఉండన ముంచి పంటినొప్పి ఉన్న ప్రాంతంలో పెట్టాలి. బుగ్గన రెండు లవంగ మొగ్గల పెట్టుకున్నా ఉపశమనం లభిస్తుంది.

పంటినోచా.... దీనిలోని ఆల్కలైన్ సమృద్ధిగా నోటిలో ఎక్కువైన ఆమ్లాలను పీల్చుకుంటాయి. దంత క్షయానికి, చిగుళ్ల సమస్యలకు



కారణమయ్యే ఆమ్లాలను పంటినోచాలోని ఆల్కలైన్ సమృద్ధిగా నియంత్రిస్తాయి. దాంతో నోటిలో ఆమ్లాలు తీవ్రత తగ్గుతుంది. అయితే ఇది తరచూ వాడడం వల్ల పంటి ఎనామిల్ కు హాని జరగొచ్చని మరకూడదు. ఇలాంటి బిట్యూలు ఒకటెండు రోజులు ప్రయత్నించి చూడొచ్చు. అప్పటికే తగ్గకపోతే దంత వైద్యుల్ని సంప్రదించడం మంచిది. □



టీ20 ప్రపంచకప్ లో పాక్ పై టీమిండియా సూపర్ వికెట్

నాలుగు వికెట్ల తేడాతో దాయాది జట్టు ఓటమి

మెల్బోర్న్: సరాలు తెగే ఉత్సాహంతో సాగిన భారత్ పాకిస్తాన్ మెల్బోర్న్ మ్యాచ్ లో చివరకు టీమిండియా సూపర్ వికెట్ సాధించింది. హోలాహోరీగా సాగిన ఈపోరులో 160 పరుగుల లక్ష్యాన్ని 20 ఓవర్లలోనే అందుకుంది. నాలుగు వికెట్ల తేడాతో విజయం సాధించింది. అయితే మ్యాచ్ చివరి ఓవర్ లో హై డ్రైవ్స్ ద్రావా నడిచింది. కానీ చివరికి కోహ్లా మెరుపులతో టీమిండియా విజయం అందుకుంది. విరాట్ కోహ్లా 53 బంతుల్లో 82 పరుగులు చేసి నాటోగా నిలిచాడు. ఆరుఫోర్లు నాలుగు సిక్సర్లు ఉన్నాయి. సూపర్ ఇన్నింగ్స్ ఆడి వికెట్ లో కీలకం అయ్యాడు. హార్దిక్ పాండ్యా 37 బంతుల్లో 40 పరుగులు చేశాడు. పాకిష్టాన్ నవాజ్, రౌఫాఫ్ చెరో రెండు

వికెట్లు తీసారు. టీమిండియా టూవర్డర్స్ బ్యాటర్లు చేతులెత్తేసి నాకోహ్లా హార్దిక్ తమ పార్టనర్ షిప్ తో టీమిండియా ఇన్నింగ్స్ చక్కదిద్దారు. తర్వాత చివరిలో కోహ్లా తన విశ్వరూపం చూపించాడు. చివరి ఓవర్లలో పరుగులు వరద పారించాడు. ఇక మ్యాచ్ గెలిపించిన కోహ్లాని కెప్టెన్ రోహిత్ భుజులపైకి ఎత్తుకుని సంతోషంతో గిరగిరాల్సిపెట్టాడు. మిగతా సహచర ఫైయర్లు కూడా కోహ్లాని అభినందించారు. 160 పరుగుల లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన టీమిండియాకు ఆదిలోనే షాకులు తగిలాయి. ఏడుపరుగులవద్ద కెల్ రాహుల్ నాలుగు పరుగులకే పెవిలియన్ చేరాడు. పాక్ యంగ్ పేసర్ నసీమ్ షా, రాహుల్ ని క్లీన్ హెల్డ్ చేశాడు. తర్వాత కాసేపటికే కెప్టెన్ రోహిత్ తర్వాత నాలుగు పరుగులు చేసి హర్దిక్ రహ్మాన్ బౌలింగ్ లో బేట్ అయ్యాడు. దీనితో పది పరుగులకే రెండు కీలక వికెట్లు టీమిండియా చేజార్చుకుంది. తర్వాత రెండు బౌండరీలతో ఓవర్ లోకనిపించినా సూపర్ మార్ యాదవ్ 15 పరుగులు చేసి రహ్మాన్ బౌలింగ్ లో మహ్మద్ రిజ్వాన్ కి కాచోట్ అయ్యాడు. దీనితో 26 పరుగులకే

విరాట్ కోహ్లా విశ్వరూపం

82 పరుగులతో జట్టును ఆదుకున్న మాజీ కెప్టెన్

మెల్బోర్న్: ఓటమి తప్పదనుకున్న టీ20 ప్రపంచకప్ మ్యాచ్ లో భారత్ 4 వికెట్ల తేడాతో అద్భుత విజయం సాధించుకుంది వెనుక మాజీ కెప్టెన్ విరాట్ కోహ్లా పాత్ర కీలకంగా మారింది. కోహ్లా క్రీజులో కుదురుకుని క్రమపీ చెలరేగి తన విశ్వరూపం చూపించాడు. 53 బంతుల్లో 82 పరుగులు చేసి కోహ్లా నిలిచాడు. ఆతని అద్భుత పోరాటానికి హార్దిక్ పాండ్యా 40 పరుగులు చేసి సహకరించాడు. దీనితో భారత్ ట్రైలింగ్ విక్టరీని అందుకుంది. ఒకదశలో భారత్ 11 ఓవర్లలో కేవలం 54 పరుగులు మాత్రమే చేసింది. కానీ కోహ్లా, పాండ్యాల పవర్ హిట్స్ తో చివరి 9 ఓవర్లలో 106 పరుగులు చేసి చిరస్మరణీయ విజయం సాధించింది. ఈదశలోనే కోహ్లా పాండ్యాలు జాగ్రత్తగా ఆడారు. 11 ఓవర్లలో నాలుగు వికెట్లు పైకి 54 పరుగులే ఉన్న తరు

ణంలో నెటెన్ రేబీషేరుగు తుండటంతో కోహ్లా, హార్దిక్ లు దూకుడుపెంచారు. నవాజ్ బౌలింగ్ లో పాండ్యా రెండు సిక్సర్లు, కోహ్లా ఒక సిక్స్ బాదాడు. దీనితో స్కోరుబోర్డు ముందుకు కదిలింది. 19వ ఓవర్ లో హర్దిక్ హార్దిక్ తోలి నాలుగు బంతులకు మూడు పరుగులు మాత్రమే ఇస్తే చివరి రెండు బంతులను కోహ్లా సిక్స్ లుగా మార్చాడు. దీనితో చివరి ఓవర్ లో భారత్ విజయానికి 16 పరుగులు అవసరం అయ్యాయి. ఇక చివరి ఓవర్ అంతా సస్పెన్స్ గా మారింది. చివరి ఓవర్ తొలిబంతికే పాండ్యా బేట్ అయ్యాడు. దీనితో క్రీజులోకి వచ్చిన దినేశ్ కార్డిక్ సింగ్ లోతుడంతో భారత్ విజయానికి 4 బంతుల్లో 15 పరుగులు



కాల్చాల్చి వచ్చింది. తర్వాతి బంతికి రెండుపరుగులే వచ్చాయి. మరోబంతికి కోహ్లా సిక్స్ బాదగా బంతి ఎత్తుగా రావడంతో అండ్లెన్ కోహ్లా ఇచ్చాడు. దీనితో చివరిమూడు బంతుల్లో భారత్ విజయానికి అవసరమైన అవసరం అయ్యాయి. తర్వాతి బంతిని నవాజ్ వైడే చేశాడు. కోహ్లాని నవాజ్ బౌల్డ్ చేద్దామనుకున్నా అది ప్రి పావోకాడంతో కోహ్లా, డీటేల మూడుపరుగులు తీసారు. చివరి రెండుబంతులకు భారత్ విజయానికి రెండు పరుగులు అవసరం అయ్యాయి. దినేశ్ కార్డిక్ స్టంపౌట్ గా వెనుదిరిగాడు. చివరిబంతికి రెండుపరుగులు అవసరమవుతుంటే క్రీజులోకి వచ్చిన అశ్విన్ కు నవాజ్ వైడే చేశాడు. చివరిబంతికి అశ్విన్ సింగ్ లోతుడంతో ఓటమి తప్పదనుకున్న మ్యాచ్ లో భారత్ ట్రైలింగ్ విక్టరీని సాధించింది. రోహిత్ ఇప్పటివరకూ టీ20ల్లో 3741 పరుగులు చేస్తే విరాట్ కోహ్లా 110 ఇన్నింగ్స్ లోనే 3794 పరుగులు చేసి టీ20ల్లో టాప్ సెన్సార్స్ గా నిలిచాడు. ఈ జాబితాలో విరాట్ తర్వాత రోహిత్ ఆ తర్వాత మార్విస్ గవ్స్ట్ బాబర్ ఆజమాలున్నారు. అలాగే ఈ మ్యాచ్ లో 43 బంతుల్లో అర్ధసంవర్సార్లైన కోహ్లా 24 పసిని బోర్న్ లో అర్ధసంవర్సార్లైన నవాజ్ చేసిన ఆటగాడిగా సచిన్ రెక్కాడును అధిగమించాడు.



కోహ్లా, పాండ్యాల్లో మ్యాచ్ ను శాసించారు..

ఓటమిపై పాకిస్తాన్ కెప్టెన్ బాబర్ ఆజమ్

మెల్బోర్న్: టీ20 ప్రపంచకప్ 2022లో భారత్ తో గెలిచే మ్యాచ్ ను చేజార్చుకున్నామని పాక్ కెప్టెన్ బాబర్ ఆజమ్ అన్నాడు. విరాట్ కోహ్లా హార్దిక్ పాండ్యా అద్భుత బ్యాటింగ్ తో తమ పతనం శాసించారని తెలిపాడు. ఆదివారం చివరి బంతివరకూ ఉత్సాహంగా సాగిన మ్యాచ్ లో టీమిండియా నాలుగు వికెట్లతో గెలిచింది. ఓటమిపై స్పందించిన బాబర్ ఆజమ్ విరాట్ కోహ్లా, పాండ్యా జోడిని విడదీయకపోవడమే తమ ఓటమికి కారణం అయిందన్నాడు. ఈ జోడిని విడదీసేందుకే స్పిన్ నర్ పాదాభివృద్ధిని చివరివరకూ ఆపాల్సి వచ్చిందని అన్నాడు. తన నిర్ణయంలో తప్పలేదన్నాడు. మా బౌలర్లు అద్భుతంగా స్పందించారు. క్రెడిట్ అంతా కోహ్లా, హార్దిక్ పాండ్యాదే. అనాధారణమైన బ్యాటింగ్ తో మా ఓటమిని శాసించారు. కొత్త బంతితో బ్యాటింగ్ అంత సులువుకాదని, మేం కూడా 10 ఓవర్ల తర్వాతనే భాగస్వామ్యాలు అందుకున్నామని విజయానికి మంచి ఛాన్స్ వచ్చిందని, ప్రజాశీలక తగట్టు ఆదామని, కానీ కోహ్లా ఓటమిచేత్తో మ్యాచ్ ను మానుంచి లాగేసుకున్నాడన్నాడు. మిడిల్ ఓవర్లలో వికెట్ తీయాలనే స్పిన్ నర్ పాదాభివృద్ధిని చివరి ఓవర్ వరకూ ఆపాసని, ఈ మ్యాచ్ లో ఓటమి వారా సానుకూల అంశాలు లభించాయన్నాడు. ఇష్టికర్, షాహిన్ లు అద్భుతంగా ఆడారన్నాడు.

బర్లాండ్ పై శ్రీలంక గెలుపు

హోబార్ట్: పసికూనగా టీ20లో ప్రవేశించిన బర్లాండ్ ను శ్రీలంక జట్టు చిత్తుగా ఓడించి తొమ్మిది వికెట్ల తేడాతో గెలిచింది. గ్రూప్ వన్ లో ఉన్న ఈ జట్టు ఆదివారం తలపడ్డాయి. మొదట బ్యాటింగ్ చేసిన బర్లాండ్ నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో ఎనిమిది వికెట్లు కోల్పోయి 128 పరుగులు మాత్రమే చేసింది. ఓపెనర్ స్ట్రైకింగ్ 34, హోర్ టెక్సర్ 45 పరుగులతో ఆకట్టుకున్నారు. శ్రీలంక బౌలర్లు సమష్టిగా రాణించి మరో ఇతర బ్యాటర్లను రాణించకుండా కట్టడిచేశారు. తీర్ణణ, హసరంగ పామను కొనసాగిస్తూ తలో రెండు వికెట్లు తీసారు. ఫెర్నాండ్స్, రాహిరుకుమార, కరుణార్థన్, ధనంజయ దీనిల్లా ఒక్కో వికెట్ తీసారు. ఆపై లంక బ్యాటర్లు స్వల్పలక్ష్యం అలవాటగా చేదించారు. కేవలం ఒకే వికెట్ నష్టపోయి 15 ఓవర్లలో పసిపూర్చిచేశారు. దీనిల్లా 31 పరుగులు చేసి బెట్ కాగా చరిత అసలంక 31 పరుగులు, తోడుగా కుశాల్ మెండిస్ 68 దంపికోట్టాడు. సిక్స్ తో మెండిస్ ఇన్నింగ్స్ ను ముగింపదం చేసిన. శ్రీలంక తన తర్వాతి మ్యాచ్ లో ఆతిథ్యజట్టు ఆస్ట్రేలియాను ఢీకొట్టునుంది.

జాతీయ గేతంతో రోహిత్ ఉద్యోగం

మెల్బోర్న్: దాయాది దేశంతో మ్యాచ్ అందులోనూ ప్రపంచ పోరు. ఆదివారం ఆస్ట్రేలియాలోని మెల్బోర్న్ క్రీకెట్ మైదానం మొత్తం ఉద్యోగక్షణాలకు లోనయింది. రెండుదేశాల క్రీకెట్ అభిమానులకు ఎంతోకీలకమైన బోర్న్ టీమిండియా కెప్టెన్ ను భావోద్వేగానికి గురిచేసింది పాకిస్తాన్ తో మ్యాచ్ సందర్భంగా భారత జాతీయ గీతాన్ని అలపిస్తున్న సమయంలో రోహిత్ తర్వాత తన్నయత్నంతో ఉద్వేగించబోయాడు. జనగణమణ ముగించిన అనంతరం గుండెల నిండా ఊపిరితీసుకున్నాడు. ఈ సమయంలో ఆతడి కళ్ళు చెమర్చడం కనిపించింది. ఈ విడియో అభిమానులను సైతం కదిలించింది. ఈ భావోద్వేగాలు స్పష్టమైనవని పసిని ఈ విడియో ఇన్ స్టాగ్రామ్ లో పోస్ట్ చేసింది.

క్రెడిట్ కార్డు బిల్లుపై ఆర్ బిఐ రూల్స్!

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబరు 23: వేతన జీవులతో పాటు చాలా మంది నేటి రోజుల్లో క్రెడిట్ కార్డు వాడడం సర్వసాధారణమైంది. ఆర్థిక అవసరాలు తీర్చుకోవడానికి అత్యవసర సమయాల్లో క్రెడిట్ కార్డు కొంతమందికి ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. అయితే క్రెడిట్ కార్డు ఉంది కదా అని అవసరం లేకపోయినా మనకున్న లిమిట్ ఉపయోగించు కుంటే, నెల ఆయ్యే సరికి వాయిదా కట్టే సమయంలో ఎన్నో జబ్బులను ఎదుర్కొంటూ ఉంటారు కొంతమంది. నెలసరి వాయిదాలు సక్రమంగా చెల్లించకపోతే సదరు బ్యాంకులు లేదా సంస్థలు జరిమానా విధిస్తారు. కొన్ని సందర్భాల్లో భారీ పెనాల్టీలు చూసి అవి చెల్లించ లేక క్రెడిట్ కార్డు వినియోగదారులు జబ్బులను పడుతుంటారు. ఒక్కోసారి కట్టేందుకు డబ్బులు న్నా క్రెడిట్ కార్డు బిల్లు కట్టాల్సిన తేదీని మర్చి పోతుంటారు. దాని వల్ల కూడా వారి క్రెడిట్ స్కోర్ డెబ్బుతీసంతో పాటు, జరిమానాలు కట్టాల్సి ఉంటుంది. ఒకవేళ ఎవరైనా క్రెడిట్ కార్డు బిల్లు నిర్ణీత గడువులో కట్టడం మర్చిపోతే జరిమానాలు ఎలా ఉంటాయి. రిజర్వ్ బ్యాంకు నిబంధనలు ఇలా ఉన్నాయి. నెలాఖరులో నగదు కొరత ఏర్పడడం, ఏదైనా అత్యవసర పరిస్థితుల కారణంగా లేదా బిల్లు కట్టే తేదీ మర్చిపోవడం వంటి వాటి వల్ల సకాలంలో క్రెడిట్ కార్డు వాయిదాలు చెల్లించలేక పోతారు. రిజర్వ్ బ్యాంకు నిబంధనల ప్రకారం వాయిదా చెల్లించడం మూడు రోజుల కంటే ఆలస్యమైతేనే సదరు బ్యాంకులు లేదా సంస్థలు ఆలస్య రుసుమును విధిస్తాయి. క్రెడిట్ కార్డు ఫ్లేక్సిమెంట్ లో పేర్కొన్న విధంగా, చెల్లింపు గడువు దాటిన తర్వాత సంచి మాత్రమే అవరాధ రుసుము విధించాలని రిజర్వ్ బ్యాంకు నిబంధనలు చెబుతున్నాయి. అయితే చాలా మందిలో ఓ అనుమానం ఉంటుంది. క్రెడిట్ కార్డుకు సంబంధించి చిన వాయిదా ఏదైనా ఒక నెల కట్టకపోతే మనం తీసుకున్న రుణం మొత్తానికి ఫైనాల్ వదుతుందా అని, రిజర్వ్ బ్యాంకు నిబంధనల ప్రకారం క్రెడిట్ కార్డు వినియోగదారుడు ఆనెలలో కట్టాల్సిన వాయిదా మొత్తం ఎంత అయితే ఉంటుందో దానికి మాత్రమే అవరాధ రుసుము లేదా లేట్ ఫీజు విధించాల్సి ఉంటుంది. రిజర్వ్ బ్యాంకు మార్గదర్శకాల ప్రకారం నిబంధనలు పాటించే బ్యాంకులు, సంస్థలు ఓ వ్యక్తి చెల్లించకపోయిన నెలవాయిదా మొత్తంమీద మాత్రమే అవరాధ రుసుమును విధిస్తాయి. లేట్ ఫీజు విషయంలోనూ కొన్ని నిబంధనలు ఉన్నాయి. క్రెడిట్ కార్డు జారీచేసిన సమయంలోనే వాయిదా కట్టడం విఫలమైతే ఎంత ఆలస్య రుసుము విధిస్తారనేది స్పష్టం చేస్తారు.



పోస్టాఫీస్ నుంచి ప్రమాద బీమా పాలసీ

ముంబై, అక్టోబరు 23: ప్రస్తుత రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరికీ బీమా పాలసీ అనేది చాలా అవసరం. ఇప్పుడున్న పరిస్థితుల్లో ఎంత జాగ్రత్తగా వెళ్ళినా, ఏదో ఒక రూపంలో ప్రమాదం జారిన పడుతునే ఉన్నారరు. మరి కొంత మంది అయితే రోడ్ యాక్సిడెంట్ లో ఏకంగా ప్రాణాలే కోల్పోతున్నారు. అయితే ఒక వ్యక్తి ఉద్యోగం చేస్తున్నాడంటే అతనిపైనే ఆ కుటుంబం మొత్తం ఆధారపడి ఉంటుంది. అలాంటి వ్యక్తి ప్రాణాలు కోల్పో తే, ఆ ఇంటి సభ్యుల పరిస్థితి ఏంటి? అందుకోసమే, మనం బోయినా మన అనుకునే వారికి భరోసానివ్వడానికి తప్పనిసరిగా ప్రమాద బీమా చేయించుకోవాలి. ఈ క్రమంలో తప్పారా కాబ కొత్త పథకానికి శ్రీకారం చుట్టింది. టాటా ఏజెన్సీ తో కలిసి తమ కస్టమర్ల కోసం ప్రమాద బీమా పాలసీని తీసుకొచ్చింది. తప్పాల శాఖ తీసుకొచ్చిన ఈ ప్రమాద బీమాలో కస్టమర్ యేడాదికి రూ.399 లు చెల్లించాలి. దీంతో రూ.10 లక్షల వరకు ప్రమాద బీమా సొక ర్యాన్ని కల్గిస్తుంది. అయితే కస్టమర్ రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించినా, అంగ వైకల్యం, వక్రపాతం వచ్చినా రూ.10 లక్షల వరకు చెల్లిస్తారు. ఒకవేళ కస్టమర్ ప్రమాదంలో జారిపోతే ఆసుపత్రిలో చేరితే ఐపీడి ద్వారా రూ.60 వేలు అందించి మిగతాది క్లెయిమ్ చేస్తారు. టెట్ పేషెంట్ కు రూ.30 వేల చెల్లింపి మిగతాది క్లెయిమ్ చేస్తారు. చాలా మంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను ఉన్నత చదువులు చదివించాలని ఆశపడుతుంటారు. అయితే పిల్లల చదువుకునే సమయంలో అత్యవసర సమయంలో ఫీజు చెల్లించాల్సి వచ్చినా దిగులు పడ్డాల్సిన అవసరం లేదు. ఎందుకంటే ఈ బీమా పాలసీ తమ పాలసీదారునికి అదనపు ప్రయోజనాలను కూడా కల్గిస్తుంది. విద్యా ప్రయోజనం కింద గరిష్టంగా ఇద్దరు పిల్లలకు రుసు ములో 10 శాతం అంటే లక్ష రూపాయల వరకు నగదు అంది స్తుంది.

దీపావళి శుభవేళ కాంతులతో నిండాలి మీ స్వగృహాలు

వడ్డీ రేటు
8.40% నుండి*

ప్రాసెసింగ్ ఫీజు
రద్దు చేయబడినది

అప్రకటిత
రుసుములు లేవు

Apply for a home loan today. Call: 1800 11 2018 Visit: homeloans.sbi

This product maps to the following SDGs and contributes towards Sustainable India.

Follow us on

రిజర్వ్ బ్యాంక్ - ఇంటిగ్రేటెడ్ ఆంబుడ్స్ మ్యాన్ స్కీమ్

ఆర్ బిఐ క్రమపరచే సంస్థల విరుద్ధమైన ఫిర్యాదుల పరిష్కరణం కొరకైన ఏకైక సదుపాయం

30 రోజులలోగా ఫిర్యాదుల పరిష్కరణ జరగకపోయినా, ఆర్ బిఐ చే నియంత్రించబడే బ్యాంకులు/ఎన్ బిఎఫ్ సిలు/సిస్టమ్ పార్టనీషింగ్స్ ద్వారా సంతుష్టికర పరిష్కరణ జరగకపోయినా వారిపై ఆంబుడ్స్ మ్యాన్ కి ఫిర్యాదు చేయవచ్చు

మరిన్ని వివరాల కొరకు 1448 కి కాల్ చేయండి. ఫిర్యాదు చేసేందుకు, <https://cms.rbi.org.in> కి వెళ్ళండి

మరిన్ని వివరాల కొరకు <https://rbikehtahai.rbi.org.in> విజిట్ చేయండి / ప్రతిపత్తి చేసేందుకు rbikehtahai@rbi.org.in కి వ్రాయండి

ఆర్ బిఐ అంటుంది... విషయాలు తెలుసుకోండి, జాగ్రూకంగా ఉండండి!

జనహితానికై జారీ చేయబడిన భారతీయ రిజర్వ్ బ్యాంక్

RESERVE BANK OF INDIA

www.rbi.org.in