



అది ప్రజల ఐక్యతను
ప్రతిధ్వనించే తీర్పు
-ప్రధాని మోడీ

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబర్ 11: జమ్మూకాశ్మీర్ కు ప్రత్యేక ప్రతిపత్తిని కల్పించిన ఆర్డికల్ 370 రద్దు రాజ్యాంగబద్ధమేనంటూ సర్వోన్నత



నించే చారిత్రక తీర్పు అని కొనియాడారు. ఆర్థికల్ 370 రద్దుపై సుప్రీంకోర్టు నేడు ఇచ్చిన తీర్పు చారిత్రాత్మకం. 2019 ఆగస్టు 5న భారత పార్లమెంట్ తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని కోర్టురాజ్యాంగబద్ధంగా నమర్చించింది. జమ్మూకాశ్మీర్, >>2

నూర్సిద్దీన్, డిసెంబరు 11: జమ్ముకాశ్మీర్ నుంచి రాజ్యాంగంలోని 370వ అధికరణం రద్దుచేయడం రాజ్యాంగం బద్ధమేనని సుప్రీంకోర్టు తేల్చి చెప్పింది. చీఫ్ జస్టిస్ డా. జి.పి.చంద్రచూడ్ అధ్యక్షతన ఉన్న ఐదుగురు సభ్యులు రాజ్యాంగం ధర్మానందం రాష్ట్రపతి ఆగస్టు 2019లో జారీచేసిన ఉత్తర్వులు రాజ్యాంగపరిమితి ఉన్నవని అన్నారు. 370వ అధికరణం

రద్దును సవాల్ చేస్తూ దాఖలయిన పిటిషన్లను విచారించిన ధర్మాసనం పిటిషన్లన్న వాదనను తోసిపుచ్చింది. జమ్మూకాశ్మీర్ పై కేంద్రం తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని సవాల్ చేయలేదు. భారత్ లో వీలైన తర్వాత జమ్మూ కాశ్మీర్ ప్రత్యేక రాష్ట్రవాదులతో కలిసి, అప్పట్లో ఉద్భవ రిస్కును ప్రత్యేక 370వ అధికరణాన్ని ప్రవేశపెడుతారు. అది >>2

రద్దు సరైనదే

కేంద్ర ఉత్తర్వులను సమర్థించిన
ఐదుగురు సభ్యుల రాజ్యాంగ ధర్మాసనం

జమ్ము-కాశ్మీర్‌పై కేంద్ర నిర్ణయాన్ని సవాల్ చేయలేం

ఆ రాష్ట్రం కూడా దేశంలో అంతర్భాగమే: సిజెబి చంద్రచూడ్
వచ్చే సెప్టెంబర్‌లోగా జమ్ము- కాశ్మీర్, లడఖ్‌లో ఎన్నికలు జరపాలని ఆదేశం

పూర్తి వివరాలతో రండి

టిఎస్‌పిఎస్సీ చైర్మన్‌కు సిఎంఐ నుంచి లేఖ

సరిక్కుల్లో జరిగిన అవకతవకలపై రేపు పూర్తిస్థాయి సమీక్ష నిర్వహించనున్న సిఐం రేవంత్

ఉద్యోగాల భర్తీ ప్రక్రియ, నోటిఫికేషన్లపై సమావేశంలో చర్చించిన సిఎం

వీసేన్ పై సమీక్షను నిర్వహించాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఇందుకు సంబంధించిన ప్రాథమిక సమాచారాన్ని సీఎంపీ ఆధిగమించి సీఎంపీ ఆందించారు. ఆయింపేర్గిస్తాంఅని సమీక్షను నిర్వహించాలని నిర్ణయించిన సేవభ్యంతో భుగ్గవారల సమీక్షను నిర్వహించాలనిసంగ్గుట్టు తెలుస్తోంది. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో టీఎస్పీఎస్ఎస్ ఏదైన నాటి నుంచి ఇప్పటి వరకు ఎన్ని ఉద్యోగాల కోసం నోటిఫికేషన్లు జారీ చేశారు.. వాటిలో ఎన్నింటికి పర్యవసాని నిర్వహించారు. ఆయింలో ఉద్యోగాల భర్తీ ప్రక్రియ ముగిసిన నోటిఫికేషన్లు ఎన్ని ఉన్నాయి.. వాటి ద్వారా వారి మంది ఉద్యోగాల భారించారు అనే పూర్తి వివరాలతో రావాలని సీఎంపీ కమిషన్లకు సూచించినట్లు తెలుస్తోంది. అలాగే నోటిఫికేషన్లు

ఇప్పి వర్తల్లు నిర్వహించుచుండా ఉన్నవి.. వర్తల్లు తేదీలను ప్రకటించినవి.. వర్తల్లు తేదీలను ప్రకటించాల్సివచ్చి వేల ఇలాంటి పుర్తి సమాచారంతో సీఎస్సీ సమావేశానికి రావానికి సీఎంపే సూచించినట్లు ఖమ్మం నుండి సీఎంపే నుంచి పచ్చిన రేణి అమారంగా పుర్తి విపరల క్రోధం కమిషన్ సోమవారం సాయంత్రం సమావేశం అయినట్లు తెలిసింది. తిరిగి మంగళవారం కూడాఉదయం నుంచేసమావేశం నిర్వహించుకుని సీఎంపే ఆదేశన పుర్తి సమాచారాన్ని సేకరించుకుని బుధవారం జరిగే సీమీక్ష సమావేశానికి హాజరు కావానికి కమిషన్ భావిస్తోంది. ఆయితో సమావేశం జరిగే సీమీక్ష సమావేశం ఆనంతరం రాష్ట్రంలో ఇప్పటికే తేదీలను ప్రకటించిన గ్రూప్-2 వర్తల్లను రాష్ట్రంలో

చెర్మన్ జనార్ధన్ రెడ్డి రాజీనామా

ఆమోదించిన
గవర్నర్ తమిళిసై
కమిషన్ సభ్యులు
ససేమిరా

హైదరాబాద్, డిసెంబరు 11, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ స్టేట్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్(టీఎస్పీఎస్సీ) వైర్లర్ బి జనార్దన్ రెడ్డి రాజీనామా చేశారు. జనార్దన్ రెడ్డి రాజీనామాను ఆమోదించిన గవర్నర్ అందుకు నలుబదింటిం దన్నానని ప్రభుత్వ ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శికి పంపించారు. ఈ ఏడాదిలో జరిగిన గ్రూప్-1 ప్రీలిమ్స్ పోటీలను ఇతర పరీక్షల ప్రశ్నాపత్రాలు లీకేజ్ కావడంతో... టీఎస్పీఎస్సీ >>2



పైళ్లుమాయంపై దర్యాప్తు ముమ్మరం

పలువురిపై కేసు నమోదు

అనుమానితులను ప్రశ్నిస్తున్న పోలీసులు

పైదారాబాద్, డిసెంబరు 11, త్రిభుజివార్త: పైదారాబాద్లోని పని సంస్కరణశాఖ కార్యాలయంలో కేలక పత్రాల మాయంపై పోలీసులు దర్యాప్తును ముమ్మరం చేశారు. సంఘటనా పత్రాంత్రాల్లో నీసీ టీవీ కెమెరా వుట్టేసిన సీలరింగున్నారు. పైదారాబాద్ మానోహర్పూర్లోని పని సంస్కరణ శాఖ కార్యాలయంలో మూడే మౌలిక తలసాని శ్రీనివాస నయారద్ ఓపిస్ కి వచ్చిన కేలక పత్రాల వెళ్లి, కేలక పత్రాల, పైకెక్కు తీసుకువెళ్లిన నాంబ్రి పోలీస్ స్టేషన్లో ఇప్పటికే కేసు నమోదైంది. అతనికి నయారద్చిని పంచ్యాలర నమోదేలరట్టు పశుసంహరణ అనిమడార్టు వెంటకీ, ప్రశాంతిల్పైనా కేసులు నమోద చేశారు. పనిసంహరణ శాఖ కార్యాలయంలో పైకే మాయం వ్యవహారం బయటపడి రాక్షాదా ఉంది.

దుకు అక్కడ ఉన్న సినీ టీవీ వెమలాలను ధ్వంసం చేశారు. అలాగే అక్కడి సినీబింద్ సభకుయితే బీరువాలో ఉన్న కొన్ని ఫ్రెళ్లను చింపేశారు. ఈ విధంగా చంపేసిన ఫ్రెళ్లను కూడా కారులో తరలించి కుబ్బాడారు. అక్కడి నుండి వస్తువులు, ఫ్రెళ్లను తరలించేందుకు అలాగే లను సిద్ధం చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో సంచలనం సృష్టించి పరిశోధించిన పోలీసులు కీకతగధాలను సేకరించారు. ఇందంలా ముందస్తు ప్రతాక శిక ప్రకరమా చేసినట్లు నిర్ధారణకు వచ్చారు. అలాగే మున బోర్డుంగ్, మల్లెపల్లి, బిజిజిలాపాల్వల్ల మూర్ఖాల్లని సినీ టీవీ వెమలాల ఫ్రెళ్లజీవనం చేసేసినప్పటికీ ఈ కేసులో ప్రశ్నించేందుకు పనిలు నేప అనుమాని తలను సోదించి నిర్దమవారు. మరోఫెళ్ల వరకు సుఖలను సేవ ధ్వంసం ప్రభుత్వ కార్యాలయంలో కీలక ఫ్రెళ్లు, ప్రతాలను సంచించింది ఉన్నతాధికారులు సమీక్షిస్తున్నారు. కాగా ఆది రోజు రాత్రి సాంకేతిక విద్యా మంత్రి కార్యాలయం నుండి ఇద్దరు వ్యక్తులు ఫ్రెళ్లను తీసుకెళ్తుంటే గమనించారు గమనించారు పీడిఎస్ సినీ సాహిత్య పరిషత్తులో హాస్య చేశారు. అలాగే

ప్రజా దర్బార్ ఇక 'ప్రజావాణిగా' మార్పు

ప్రతి మంగళ, శుక్రవారాల్లో
నిర్వహణ: మంత్రి శ్రీధర్బాబు

ప్రభువాత్యక్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 11: తెలంగాణ రాష్ట్ర నూతన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్రెడ్డి ప్రారంభించిన ప్రజా కర్పార్కర్ విజ్ఞాన సృష్టి పథకం లభిస్తోంది. డిసెంబర్ 8 నుంచి మహాత్మా జ్యోతిర్లికా వూలే ప్రజా భవన్లో ప్రారంభమైన ప్రజాకర్పార్కర్ వేల సంఖ్యలో వివరాలు వస్తున్నాయి. ప్రజలు తమ సమస్యలపై పెద్ద ఎత్తున వినతి పత్రాలను సమర్పించే చేరుదురు ప్రజా భవన్కు పెద్ద ఎత్తున వస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రారంభించిన నాటి నుండి ఇప్పటి వరకు 436 471 వినతి పత్రాలు అందుగా.

అందులో ఎక్కువ శాతం డబుల్ బెడ్ రూం, పెన్షన్లకు సంబంధించిన వినతి పత్రాలు అందుతోంది. సీమాంటిక్ గ్రామిందీని ప్రజావాణికార్యక్రమంలో 1,143 వినతి పత్రాలు అందిస్తూ ప్రజావాణి వర్గాలు తెలిచాయి. తెలంగాణ సీఎంపీ ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన వెంటనే రేవంత్రెడ్డి... గతంలో ప్రగతి భవన్కు ఉన్న సిసిఎ ఆదికారి నివాసం పేరును మహాత్మా జ్యోతిర్లికా వూలే ప్రజా భవన్లో మార్చారు. కొత్త ప్రభుత్వం ఏర్పడిన మరుసటి రోజు నుంచే ప్రజా భవన్లో పత్రాలను దివిజించే వినతిలకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ సీఎంపీ ప్రజా

గత ప్రభుత్వం హయాంలో ప్రగతి భవన్ ఆవరణలో కూడా ప్రజలు వెళ్లేకపోయారని, తమ ప్రభుత్వంలో ప్రజా దర్బార్ ద్వారా ప్రజల సమస్యల పరిష్కారానికి నిరంతరం తలుపులు తెరిచి ఉంటాయని సిఎం రేచంద్రేష్ ప్రకటించారు. ప్రస్తుతం జ్యోతిరావు పూలే ప్రజాభవన్లో గత సోషలిస్టు ప్రజా దర్బార్ ను ఇక నవంబరు 15న ప్రతిష్ఠాపనిగా పిలవాలని సిఎం రేచంద్రేష్ ఆదేశించారు. ఈ ప్రజావాణిని ఇంక నుంచి ప్రతి పక్షం, శుక్ర గురువారం రెండు అరోజులు ఉదయం 10 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం ఒంటి గంటల వరకు నిర్వహిస్తామని ప్రకటించారు. ఈ ప్రజావాణికి ఉదయం 10 గంటల లోపు జ్యోతిరావు పూలే ప్రజాభవనకు చేరుకున్న వారికి అవకాశం వచ్చాయని చెప్పించారు. వికారంగులు, మహిళలకు ప్రత్యేక క్యూరెన్సీలు ఏర్పాటు చేయాలని, ప్రజల సౌకర్యాలకు తాగునీరు, ఇతర సౌకర్యాలను కల్పించాలని సిఎం రేచంద్రేష్ ఆదేశించారు.

కాగా, నామవారంనాడు ప్రజారద్దార్చక విజ్ఞాపన పత్రాలతో ప్రజలు భారీగా తరలి వచ్చారు. ప్రజారద్దార్చక వచ్చిన ప్రజల సమన్వయనం తెలుసుకుని వారి విజ్ఞాపనలను రాష్ట్ర ఐటీ,పరిశ్రమలు,అసెంబ్లీ వ్యవహారాల మంత్రి శ్రీ.శ్రీధర్ బాబు స్వీకరించారు. ప్రజల సమన్వయనం పర్యవేక్షించి పరిష్కరిస్తుందని తెలిపారు. పెద్దలు,వివిధ వర్గాలతో నెల రోజుల



సోమవారం హైదరాబాద్‌లో ప్రజల నుంచి వినతులు
స్వీకరిస్తున్న మంత్రి శ్రీదర్‌బాబు



సోమవారం హైదరాబాద్‌లో కెసిఆర్‌ను పరామర్శిస్తున్న టిడిపి అధినేత చంద్రబాబు

కెసిఆర్‌ను పరామర్శించిన
భట్టి, చంద్రబాబు, చిరంజీవి

ఒకటి, రెండు రోజుల్లో మాజీ సిఎం డిశ్చార్జి: డాక్టర్లు

ప్రభాతవార్తా ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్,డిసెంబర్ 11: నగరంలోని యశోద ఆసుపత్రిలో తుదిది ఎముకకు శస్త్ర చికిత్స చేయించుకున్నాడు. బిల్వపనీ అధినేత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి కల్వర్తిపట్ల చంద్రశేఖరరావును ప్రముఖ వరాహమిర్చనాధ్వర్యం, ఈ క్రమంలో తాజాగా కేసెఆర్ ఆరోగ్యం గురించి గవర్నర్ తమిళిసై వాణిజ్యమంత్రి, ప్రధానం, కేబినెట్లకు ఫోన్ చేసి ఆయన ఆరోగ్యం గురించి తెలుసుకున్నారు. కేసెఆర్ త్వరగా కోలుకోవాలని ఆయన ఆరాక్షించారు. వైద్యుల పర్యవేక్షణలో ఉన్న కేసెఆర్ ను ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి, డిడిపీ జాతీయ అధినేత చంద్రబాబునాయుడు వరాహమిర్చిని ఆరోగ్య పరీక్షిస్తే అడిగి తెలుసుకున్నారు. కేసెఆర్ త్వరగా కోలుకుంటున్నారని, ఆరు వారాల్లో సాధారణ జీవితం గడుపువలసి చంద్రబాబు ఆరాక్షించారు. కేసెఆర్ కేసును వరాహమిర్చనాధ్వర్యం పన్నాసిన, బక్రూహర్ జీవితంపై దురభిప్రాయకాంక్షలపై సభలను జరుగుతాయని, వాటన్నింటిని డాబుకును ముందుకు వెళ్లాలన్నారు. తర్వాత కేసెఆర్ ను రైస్ డిస్కాఫ్టీ సింఘ మల్లు భట్టి విక్రమార్క వరాహమిర్చించారు. ఆయనకు అందుతున్న వైద్య సేవలపైనా భట్టి ఆరా తీశారు. కేసెఆర్ వేగంగా కోలుకుంటున్నారని తెలిపారు. మేల్కొప్పు సీని ప్రముఖుల వీరసేన, ప్రశాంత్ రాజ్.... తెలంగాణ మాజీ సీఎంపి కల్గి కైవే సమహారం చేయబడుతున్నారని, నమస్కారం చేస్తూ కేసెఆర్ డిడ్ ధగ్గరికి చేరుకుని వరాహమిర్చించారు. కేసెఆర్ ను ఉత్తేజపరిచే సందభావనలు కోసానిగింది చిరసేవితీ త్వరగా కోలుకుని సాధారణ స్థితికి రావాలని ఆరాక్షించారు. అక్కడే ఉన్న డాక్టర్లను వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఒకటి, రెండు రోజుల్లో కేసెఆర్ ని డిస్చార్జ్ చేస్తామని తెలిపిన డాక్టర్లు 8 వారాల్లోగా సాధారణ స్థితికి వస్తారని తెలిపారు. ఆసుపత్రికి వచ్చిన డిఎస్సీ సీని అధిపనీ ప్రవీర్ తిమ్మిడి మాజీ మంత్రి కేసెఆర్ ను కల్గి కేసెఆర్ ఆరోగ్యంపై ఆరా తీశారు. తర్వాత కేసెఆర్ డిడ్ వచ్చు వెళ్లి వరాహమిర్చించారు.

ఆరోగ్యవంతమైన పూల టీలు



రంగు రంగుల చూడచక్కని పూలు కనువిందు చేయడంతోపాటు మనసునూ ఆనందంతో నింపేస్తాయి.

అంతేకాదు వాటితో తయారుచేసే వివిధ రకాల టీలు చక్కని ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తాయి. మరెందుకాలస్యం మనమూ ప్రయత్నిద్దామా..

గులాబీ టీ.. కావాల్సినవి : ఎండిన గులాబీలు-మాడు, గులాబీనీరు-టీస్పూన్, తేనె-రెండు టేబుల్స్పూన్లు, నిమ్మరసం- అర టీస్పూన్, నీళ్లు-లీటర్, గ్రీన్టీబ్యాగ్లు రెండు.

తయారీ: పావు లీటరు నీటిని బాగా మరిగించి గులాబీరేకులు, నిమ్మరసం చేయాలి. దీన్ని స్వల్ప మీద నుంచి దింబి ఎనిమిది నుంచి పది గంటలపాటు వక్కన పెట్టేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల గులాబీరేకుల పూర్తిగా నానిపోతాయి. తర్వాత వాటిని వడకట్టేయాలి. దీంట్లో టీ బ్యాగులు వేసి మరిగించాలి. ఐదు నిమిషాల తర్వాత వాటిని తీసి తేనె, గులాబీనీరు వేసి బాగా కలపాలి. పాలతో కూడా దీన్ని తయారు చేయవచ్చు. దీంట్లో ఎక్కువగా ఉండే విటమిన్-సి వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. తరచూ దగ్గు, జలుబు బారినపడకుండా చేస్తుంది. ఇన్ఫెక్షన్లతో బోరాడుతుంది.

శంఖుపుష్పాలతో.... కావాల్సినవి : శంఖుపుష్పాల



రేకుల- అర కప్పు, తేనె- టేబుల్ స్పూన్, నిమ్మచెక్క-ఒకటి, నీళ్లు-రెండు కప్పులు. **తయారీ :** నీళ్లను మరిగించి అందులో శంఖుపుష్పాల రేకులను వేయాలి. తక్కువమంట మీద కాసేపు మరిగిస్తే రంగు దిగుతుంది. ఈ

గోంగూరపూల రేకులను వేయాలి. స్వల్ప ఆపేసి గిన్నె మీద మూతపెట్టి ఐదు నిమిషాలపాటు అలాగే వదిలేయాలి. అప్పుడు పూలలోని సారవంతా నీళ్లలోకి దిగుతుంది. చివరగా తేనె కలిపితే సరిపోతుంది. వీటిలో విటమిన్-ఎ, సి, ఇనుము, జింక్, కాల్షియం, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిలోని

పోషకాలు అంతర్గత వాపులను నియంత్రిస్తాయి. ఇవే కాక సింధూలతో నీలం టీ తయారుచేస్తారు.



కొంత మంది అమ్మాయిలు ఐదుపు తగ్గల నుకొని అల్పాహారాన్ని మానివేస్తారు. తగ్గలేదు సరికదా సీరసం, నిస్సత్తువ తోడవుతాయి. జుట్టు రాలడం మొదలైంది. ఉదయం ఆరోగ్య పరంగా పలు ప్రయోజనాలను అందించే అల్పాహారాన్ని మానేయడం సరైనది కాదంటున్నారు నిపుణులు.

జీవక్రియలు. శరీరానికి దాదాపు 12 గంటల విరామం తర్వాత అందించే అల్పాహారం జీవక్రియలను సక్రమంగా జరిగేలా చేస్తుంది. ఈ విరామాన్ని పెంచిస్తే రేచా పూర్తి దాటవేసినా కూడా జీవక్రియల వేగం క్రమేపీ మందగిస్తుంది. కెలోరీలను ఖర్చు చేసే శక్తిని నెమ్మదిగా శరీరం కోల్పోతుంది. దాంతో కొవ్వు పెరుగుతుంది. అల్పాహారాన్ని తీసుకోనివారిలో కన్నా తీసుకున్నవారిలో

టిఫిన్ మానేస్తే ..



అల్పాహారం దాటవేత కురులనూ ప్రభావితం చేస్తుంది. ప్రొటీన్ల శాతం తగ్గడంతో శరీరంలోని కెలోరీస్ స్థాయిల్లో మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. దీంతో శిరోజాల పెరుగుదలకు ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. దీంతో జుట్టు రాలుతుంది. ఒత్తైన జుట్టు కావాలంటే ప్రొటీన్లను ఉదయం ఆహారంలో అధిక మొత్తంలో తీసుకోవడం తప్పని సరి. అల్పాహారం తీసుకోకపోవడంతో కొవ్వు స్థాయిలు పెరిగి అధికభరుపు సమస్య దరిచేరుతుంది. లండన్ క్యాన్సర్ రిసెర్చ్ ఇన్స్టిట్యూట్ ప్రకటించిన నివేదిక ప్రకారం. ఈ సమస్య క్యాన్సర్ కు కారణమవచ్చు. అలాకాకుండా ఉండాలంటే పోషకవిలువలన్నీ అల్పాహారాన్ని తీసుకోవడం మంచిదంటున్నారని నిపుణులు. □

సమస్యయం చేస్తుంది. లేదంటే మైగ్రేన్ సమస్య, రక్తపోటు వంటివి వచ్చే ప్రమాదమూ ఉంది. శిరోజాలపై.. పలు రకాల అనారోగ్యాలకు కారణ మయ్యే

మారం చేసుకోవటం పుంజు నాడు నిపుణులు. □ పాలను ముఖానికి అప్లై చేసుకొని పావుగంటయ్యాక గడిగేసుకోవాలి.

తద్వారా చర్మంపై జిడ్డుదనం తొలగుతుంది. జిడ్డుకు కారణమయ్యే సీబిమ ఉత్పత్తి కూడా అదుపులోకొస్తుంది.

తేనెనీసా ముఖంపై జిడ్డుదనాన్ని తొలగించవచ్చు. ఇందుకోసం తేనెను ముఖానికి పూతలా పూసుకోవాలి.

కానీ వశిష్టని పుత్రులు రాకపోగా పాశుర చేశారు. అది విని విశ్వామిత్రుడు శపించాడు. హవిర్బాలను తీసుకోవడానికి దేవతలు నిరాకరించగా విశ్వామిత్రుడికి కోపం పెచ్చింది. తన తపశ్శక్తితో కొంత నష్టం కాగా మిగిలిన మహిమతో రాజును సశరీరంగా

స్వర్గానికి వెళ్లమన్నాడు. గురువుత్రుల శాపం పొందిన నీకు స్వర్గంలో ప్రవేశించే అర్హత లేదు. కనుక తలకిందులగా వెళ్లాడు' అన్నాడు ఇందుడు.

అలా కిందికి పడుతున్న త్రిశంకుపు రక్షించమంటూ విశ్వా మిత్రుణ్ణి ప్రార్థించాడు. ఆయన రాజుని ఆశాం మధ్యలోనే నిలిపి, దక్షిణ దిక్కున సప్తర్షులను, కొన్ని నక్షత్రాలను సృష్టించి, దేవతలను కూడా సృష్టించబోయాడు. కానీ మునులూ దేవతలూ వారింబారు. 'ఈ రాజుని స్వర్గంలో నిలబెడతానని మాటివ్వాను. అందుకోసం నేను సృష్టించిన ఈ స్వర్గాన్ని శాశ్వతంగా ఉండనీయి' అన్నాడు. అందుకు సమ్మతించిన దేవతలు త్రిశంకుపును అక్కడే స్వర్గస్థులను చేశారు. అందరూ సంతోషించారు. □

మీది జిడ్డు చర్మమా ?



ఉవకరిస్తాయి. సాధారణంగా ఆయిల్ సిర్స్ ఉన్నవారు ఎక్కువసార్లు ముఖం కడుక్కుంటూ ఉంటారు. ఇది మంచిది కాదు. ఎందుకంటే ఈ క్రమంలో వదే వదే సోకు లేదా ఫేస్ వాష్ వాడతే.. వాటిలో ఉండే రసాయనాలు చర్మాన్ని పొడిబారేలా చేస్తాయి. కాబట్టి సాధారణ నీటితో రోజుకు రెండు లేదా మూడుసార్లు ముఖం శుభ్రం చేసుకోవడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

నీళ్లతో చెండా ఉప్పు కలిపి ఒక గ్రేన్ బాటిల్లో పోసుకుని దగ్గర పెట్టుకోండి. రోజులో ఒకటి ఉంటుంది. వర్షాల్ని ఉంచండి. అంత చిన్నపిల్లలకి వ్యాయామాలోంటి అనుకున్నారా? ఇది తేలిక పాటి వ్యాయామం. బుజ్జాయిని వెల్లెకిలా చదుకోవెట్టి, కాళ్ళను స్టేకితో తొక్కిన మాదిరిగా వేయాలి. అలా కాసేపు చేస్తే పేగుల్లో కదలిక జరిగి మలబద్ధకం తొలగిపోతుంది.

వేడినీటితో స్నానం చేయించాలి. దీని వల్ల వారి శరీరానికి చక్కని ఉపశమనం లభిస్తుంది. శరీర భాగాన్ని చురుక్కు మారతాయి. బుజ్జాయి పొట్ట ఖాళీ

పంటి పిల్లల్లో తరచూ ఎదురయ్యే సమస్య మలబద్ధకం. పిల్లలు చురుక్కు ఉంటే మనకే బాధా ఉండదు. కానీ ఇలాంటి సమస్యలు ఎదురవ్వగానే కంగారు పడి డాక్టర్ దగ్గరికి వరుగు పెడతాం. అలా చేయడం మంచిదే అయినా, ఈ చిట్కాలు పాటించి చూడండి. ఫలితం

అవుతుంది. బుజ్జ పొట్టపై కొబ్బరి



రాసి చేత్తో సున్నితంగా పుతాకారంలో మసాజ్ చేయండి. దీనివల్ల పేగు కదలికలు మెరుగుగవుతాయి. సమయానికి పాలు పట్టాలి. అలాగే ఏడాది దాటిన చిన్నారులకి సమయానా గుణంగా

కొద్దిగా మంచి నీటిని కూడా తాగించాలి. ఘనాహారం పెడుతుంటే. మెత్తగా ఉడికించిన బార్లీ, గోధుమ ఒట్టి వంటి పీసు ఉండే ఆహారపదార్థాలను పెట్టాలి. ఇవి మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తాయి. □

ఒంటరి పెద్దల జీవితాల్లో వెలుగులు..



కొన్నలింగ్ చేస్తా. అమ్మాయిల్ని ఏడిపించడం, దాడి, వెంటపడటం చేసిన టీనేజర్లకు పీటీఎమ్ 'భరోసా'తో కలిసికొన్నలింగ్ ఇచ్చా. వీళ్లలో సానుకూలత నింపి, తిరిగి ఆ మార్గంలోకి వెళ్లకుండా చూశా. నిజానికి వీళ్ల సమయం గడవకపోవడం, మొబైల్స్పై ఊరుకోవడం, బలవంతంగా తమ ఇష్టాలను రుద్దడం.. చేస్తుంటారు. తీరా వాళ్లు కోరుకున్నట్లుగా సాధించలేకపోతే తిడుతుంటారు. దీంతో ఆ పిల్లల్లోఆత్మవిశ్వాసం దెబ్బతినే దేనికీ పనికిరాదున్న స్థితిలోకి వెళ్లిపోతారు. ఫలితమే తీవ్ర నిర్ణయాలు తీసుకోవడం వగైరా. నేను లైఫ్కోచ్, మోటివేషనల్ స్పీకర్ని కూడా, యువత ఈ స్థితి వరకూ రాకుండా చేయాలని ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు పాఠశాలలు, కాలేజీలకు వెళ్లి వారితో ఈ చర్చలు వల్ల కలిగే సమస్యలు చెప్పడమే కాదు ప్రేరణని నింపుతున్నా స్పెషల్ ఒలింపిక్ భారత్తో కలిసి మానసిక సమస్యలన్న పిల్లల కోసం పనిచేస్తున్నా. ఇవేకాదు కార్పొరేట్ సంస్థల ఉద్యోగులు, టీచర్లు ప్రొఫెసర్లకు మోటివేషనల్ స్పీటింగ్నుంటా.

పదిహేను వేలమంది పోలీసులతోనూ కలిసి పనిచేస్తున్నా. **పెద్దవాళ్ళయినా ...** ఇల్లు, పిల్లల కోసం కెరియర్ని వక్కన పెట్టేస్తారు.వాళ్లే లోకంగా బలికేస్తారు. తీరా చదువు కోసమని వాళ్లు దూరప్రాంతాలకు వెళ్లగానే ' నా ఆస్తివ్వేమంటన్న సందర్భంలోకి వెళ్లిపోతారు. ఎంతో అనుభవమున్న పెద్దవాళ్ళు పలకరించేవారు లేక కుంగిపోతుంటారు. వీళ్లకోసం 'రీ డిస్కవరీ, రీఇన్వెంట్' సెషన్లు నిర్వహిస్తుంటా. ఇప్పటివరకూ వేలమందికి కొన్నలింగ్ ఇచ్చా. ఆయితే వాళ్ల ఇబ్బందిని దగ్గరుండి చూస్తూ కదా.. నా కారణంగా వాళ్ల జీవితాల్లో మార్పు రావడం చూస్తే చాలా సంతోషి. అందుకే పెళ్లి కూడ చేసుకోలేదు. నేనెప్పుడూ సలహాలు ఆలోచించి పెట్టుకోను. వాళ్లతో మాట్లాడి, సమస్య తెలుసుకున్నా.. దానినుంచి బయటపడటానికి నాకు తోచిన, నలువైన మార్గాన్నే సూచిస్తా. కాబట్టి ఇంతమందితో కలిసి పనిచేసే అవకాశమొచ్చింది. సెలబ్రిటీలకూ కొన్నలింగ్ ఇస్తున్నా. హిందీ నటి మనీషా

కోయిరా తన జీవితంలో ఎన్నో ఒడిదొడుకులు ఎదుర్కొన్నారు. క్యాన్సర్ బారిన పడ్డాక తెలిసిన వారి ద్వారా నన్ను సంప్రదించారు. ఆవిడకు పదేళ్లుగా కొన్నలింగ్ ఇచ్చా. ఈ క్రమంలో అందుకున్న పురస్కారాలూ ఎన్నో. ఆడవాళ్లు బలహీనుల అనుకుంటారు. ఒక బిడ్డని భూమిమీదకు తీసుకురావడానికి ఎంత నొప్పిని భరిస్తారు? దానిముందు ఏ సమస్య అయినా చిన్నదే. పోల్సుకోవడం, నెగటివ్ ఆలోచనలు వక్కన పెట్టి మీకోసం మీరు ఆలోచించడం, సబ్బింది చేయడం ప్రారంభించండి. అప్పుడే ఆనందంగా సాగగలరు. □

అలకలు మంచికేనట..



మాడు పువ్వులు, ఆరు కాయలుగా సాగుతుంది. వీలైనంత వరకు గొడవలకి వివాహ బంధంలో చోటు ఇవ్వకూడదు. అప్పుడు మాత్రమే భార్యభర్త అనుబంధం సాఫల్యం అవుతుంది. □

కొబ్బరి చిప్పల లోపక కొద్దిగా నిమ్మరసం రాస్తే వారం తాజాగా ఉంటాయి.

చెలి చిట్కా



రాసి చేత్తో సున్నితంగా పుతాకారంలో మసాజ్ చేయండి. దీనివల్ల పేగు కదలికలు మెరుగుగవుతాయి. సమయానికి పాలు పట్టాలి. అలాగే ఏడాది దాటిన చిన్నారులకి సమయానా గుణంగా

చిన్న బొజ్జలో ఇబ్బందా ?



రాసి చేత్తో సున్నితంగా పుతాకారంలో మసాజ్ చేయండి. దీనివల్ల పేగు కదలికలు మెరుగుగవుతాయి. సమయానికి పాలు పట్టాలి. అలాగే ఏడాది దాటిన చిన్నారులకి సమయానా గుణంగా

కొద్దిగా మంచి నీటిని కూడా తాగించాలి. ఘనాహారం పెడుతుంటే. మెత్తగా ఉడికించిన బార్లీ, గోధుమ ఒట్టి వంటి పీసు ఉండే ఆహారపదార్థాలను పెట్టాలి. ఇవి మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తాయి. □

ముగ్గులకు ఆహ్వానం

- మీరు పంపే ముగ్గులను ౨4 పేజీలోనే పంపాలి.
- పేపర్ కు ఒకస్థల మాత్రమే మీ ముగ్గులు ఉండాలి.
- ముగ్గులు ఎన్ని చక్కతో స్పష్టంగా రాయాలి. ముగ్గుల కలర్ కాల్సిలే కూడా బాగా వుండాలి.
- ముగ్గులలో పాటు మీ పాస్ పోస్టాలోను పంపాలి.
- మీ అడ్రసును స్పష్టంగా రాయాలి.
- ఈమెయిల్లో ముగ్గులను పంపేవారు దయచేసి ఇంటర్నెట్ ముగ్గులనుకాపేసే పంపితే వాటిని ప్రచురించం.
- కొత్త ముగ్గులకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును.
- గత సంవత్సరం పంపిన ముగ్గులను పుల్లీ పంపవచ్చు.

మా చిరునామా: ఎడిటర్, వార్త (చెలిడెస్క్), 396, డిజిఆర్ మిల్స్రోడ్, లోయర్ట్యాంకోబండ్, హైదరాబాద్ - 500080. మెయిల్: cheli@vaartha.com



ఆధ్యాత్మికం

నేటినుంచి టీ20లో స్టాప్ కాక్ రూల్!



నవ్యాదిధి: పరిమిత ఓపర్ల క్రికెట్‌కు ఉన్న ఆదరణను కాపాడుతూనే ఈ ఫార్మాట్‌లలో వేగం పెంచే దిశగా అడుగులు వేస్తున్న అంతర్జాతీయ క్రికెట్ కౌన్సిల్ ఈనెల 12నూ ఏదోఫోరాసనుబల్లో కొత్త నిబంధనల అమలుకు తెలిపినది. విండీస్ అంగ్లండ్ జట్టుపైపు ప్రారంభం అయ్యే ఐదు మ్యాచ్‌ల టీ20 సిరీస్‌నుంచి వీసీని స్టాప్‌క్లాక్ అని నిబంధన తెల్పింది. ఈ నిబంధన వచ్చే ఏడాది ఏప్రిల్ వరకు ప్రయోగాత్మకంగా అమలులో ఉంటుందని వీసీని ఇటీవలే వెల్లడించినది. స్టాప్ క్లాక్‌లోపు పురుషుల వస్త్ర, టీ20 ఫార్మాట్‌లో పరిమిత ఉంటుంది. పరిమిత ఓపర్ల క్రికెట్‌లో ఓపర్లకు ఓపర్లకు మధ్య అధిక సమయం వుద్దా అవుతుందని భావిస్తున్న వీసీని ఈ ఫోరాసనుబల్లో మరింత వేగం పెంచేందుకు ఓపర్లకు ఓపర్లకు మధ్య 60 సెకన్లసమయాన్ని మాత్రమే గ్యూంటైమ్‌గా ఫిఫీ వేసింది. బౌలింగ్ జట్టు ఈసమయంలోపే మరుసటి ఓపర్‌వేసిందుకు బౌలింగ్‌ను దింపాల్సి ఉంటుంది. రెండుసార్లు ఈనిర్దిష్ట వ్యవధి దాటితే మూడేసారికి బౌలింగ్ జట్టుకు ఐదు పరుగులు పెనాల్టీగా విధిస్తారు. ఈ పరుగులు బాసనుబల్‌లో టీవీ స్కౌరుకు చేరతాయి. ఫీల్డ్ అంప్రెస్సు స్టాప్ క్లాక్‌లో ఈ పరుగులు నిర్ధారిస్తారు. సుమారు 21న ఆహవానికాబాబ్‌లోజరిగిన బోసను సమవేశంలో స్టాప్ క్లాక్ నిబంధన అమలుపై వీసీని టీసుకుంది.

విరుష్క బంధానికి ఆరేళ్లు!

మంచిబలు: విరాట్‌కోట్లా అనప్పశర్మ అంటే ప్రపంచక్రెకెట్‌లో పరిచయం అక్కర్లేదేం జంట. ఇద్దరూ వివాహ బంధంలో ఒక్కటయిన నేటికే ఆరేళ్ళ పూర్తయ్యాయి. ఇద్దరిప్రేమకు ప్రతిరూపంగా 2021 జనవరి 11న వీరికి వామికా కుమార్తె జన్మించింది. 2013లో ఒక ఫాంషూయూడల్ మొదటిసారికలుకునక్కారూ. అప్పటినుంచి మంచి మిత్రులుగా కొనసాగారు. తర్వాత వీరిద్దరి మైక్రి ప్రేమగా మారింది. కొన్నిసెలలపాటు ఈ ప్రేమజంట విచారిచింది. ఏమారు ఇరుకుటుంబాలను ఒప్పించి పెద్దల ఆశీర్వాదంతో 2017 డిసెంబరు 11న వివాహ బంధంలో ఒక్కటియ్యారు. ఇటలీలో డెస్టినిషన్ వెడ్డింగ్‌తో వివాహ బంధంలోకి ప్రవేశించారు. నేటికే అక్కర్లే పూర్తయిన నందర్వారూ ఇంటకు నలబదింపిన ఘోటోలు విడిచిపాలు సోపానమీడియల్ వైరల్ అయ్యాయి. ఇద్దరిప్యాన్త్‌తోపాటు కోట్లా దంపతులకు శుభాకాంక్షలు కూడా వెల్లువెత్తాయి. ఇప్పుడు వీరుపూ ఒంటపేరు నల్లింట్లో జోరుగాట్రెండింగ్‌లో ఉంది. ఐపిఎల్‌ప్రాంపైజే రాయల్‌ఛాలంజర్స్ గెలించారుకూడా. వీరు దంపతులకు వివాహ వారికోర్లే శుభాకాంక్షలు తెలిపింది.



భారత్‌తో ఐదు టెస్ట్‌మ్యాచ్‌లకు ఇంగ్లండ్ జట్టు రెడీ

ముంబయి: భారత్‌లో వచ్చే ఏడాది జనవరి 25నంది మార్చి 11 వరకూ జరిగే ఐదు మ్యాచ్‌ల టెస్ట్‌సిరీస్‌ను 16 మంది సభ్యుల జట్టును ఇంగ్లాండ్‌క్రికెట్‌బోర్డు ప్రకటించింది. ఈజిప్టుకు సారథిగా జెస్సీస్కాన్ ను ఎంపికచేసిన ఈ కనీమీ ముగ్గురు అన్‌కాన్వెన్షియల్లకు ఛాన్స్ ఇచ్చింది. పేన్‌బెల్లర్ గేస్ అట్కిన్సన్, ఆఫ్ స్పిన్సర్ టామ్ హట్టర్, ఆఫ్ స్పిన్సర్ డోయిజీబిషర్లకు ఛాన్స్ ఇచ్చింది. గాయం కారణంగా గత



కింతకాలాంజట్టును దురంగరా ఉన్న జాక్ లీవ్ భారతేశ్ సిరీస్లో టెస్ట్ క్రికెట్లోకి రి ఎంట్రీ ఇవ్వఉన్నాడు. ఈ సిరీస్ కేసం భారత జట్టును పునఃపరిచాల్సి ఉంది. జట్టుపరంగా డెన్ హార్వే, రెహ్మాన్ అహ్మద్, జేమ్స్ ఆండర్సన్, గెనె అల్లిస్, జానీ డెయిర్, హోయ్ బిబి, హ్యరీబ్లాక్, జాక్ నకలత్, డెవడెకెట్, డెన్ హార్వే, టామె హ్యరీ, జాక్ లీవ్, డబ్ల్యు.బి. రాబిన్సన్, జోహ్నీ, మార్వెల్లెం ఎంబెర్మానాన, ముద్రా. తొలి టెస్టు జనవరి 25 నుండి 29 వరకు హైదరాబాద్ లోను, రెండో టెస్టు ఫిబ్రవరి నుండి 2 నుండి ఆరువరకు విశాఖలోను, మూడో టెస్టు ఫిబ్రవరి 15 నుండి 19 వరకు రాజ్ కోట్ లోను నాలుగో టెస్టు ఫిబ్రవరి 23 నుండి 27 వరకు రాంచీలోను, ఐదో టెస్టు మార్చి 7-11 వరకు ధర్మశాలలోను జరుగుతాయి.

70వేలకు చేరుకున్న సెన్సెక్స్

మండ్లి, డిసెంబరు 11: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లు సోమవారం రాత్రిాండ్ల ముగిసాయి. ఆద్యంతం తీవ్ర జాగ్రసనలట మధ్య వరలసాయి. ఓవరకర రాశాలలో ముగిసాయి. రెండు ప్రధాన సూచకాల సెన్సెక్స్, నస్క్ సూచకం కరూ నరకొత్త జీవన కరూ గరెవలల వేరాయి. జలంధం సానకరలం గా ప్రారంభమైన్య డిక్, గరెవలల వరక రాశాల స్కీకరణలో సూచాయి తీవ్ర కరూ వలలవల వరకరూయాయి. జలంధరాయి మార్కెట్లనీ మిశ్రమ నరకేరాశాల వరక ప్రధానం వలలాయి. జలంధరాయి సెన్సెక్స్ 69,925.63 పాయింట్లు వరక సానకరం గా ప్రారంభమైన్య. జులైలో 70,057.83 పాయింట్లు వరక జీవనకర గరెవల నీ వేరాయి. ఈ సూచక 70వేల కీలక మైలరాయి డాలడం జె్ తరీసారీ. ఓవరకర సెన్సెక్స్ 102.93 పాయింట్లు సెన్సెక్స్ 69,928.53 పాయింట్లు వరక సూచాయి. నస్క్ 27.70 సూచాయి. సెన్సెక్స్ 20,997.10 పాయింట్లు నీవరెండు. డాలరలో మారకరం రూపాయి వలవ రూ.83.39 వరక నీవరెండు. అరూజిక నీమెంట్స్, యువెవర, అరూ



అదే మహేంద్రా, బిషిపిఎల్ , ఓపెనజిసి, హిందస్టాన్ యూనిలివర్, విప్రో, మారుతి సుజుకి, బజాజ్ ఫిన్ సర్వీస్ దిషిపి
 ల్యాబ్స్, అపోల్ హాస్టల్స్, బ్రిటానియా, నన్ ఫార్మా వంటి కంపెనీల పేర్లు సప్తాంత ముగిసాయి. ఇటీవల స్టాక్ మార్కెట్లో
 లిస్ట్ అయిన 'ఇండియన్ రెన్యూబుల్ ఎనర్జీ డెవలప్ మెంట్ ప్రిజెన్స్' పేరు విలువ సోమవారం బిషిపిఎల్ 20శాతం ర్యాజీ
 చేసి రూ.85.02 వద్ద అప్పగి సర్క్యూటిక్ చేరింది

ఆపిల్కు మరో ఎగ్జిక్యూటివ్ గుడ్బై!

వాసిష్ట్యే, దీపాంబరు 11: ఆమెకాకు చెందిన టెక్ డిగ్రీలు ఆపివే నుంచి మరో కీలక ఎగ్జిక్యూటివ్ ఛైర్మన్‌నున్నట్లు తెలిసింది. ఐఓసీ, ఆపిల్ వాన్ రూపకల్పనలో కీలక పాత్ర పోషించిన టాంగ్ టాన్, కంపెనీ నుంచి నిష్క్రమించుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. వాన్ ఫోన్ ఫీజువరి నుంచి ఆయన అందుబాటులోకి ఉండక పోవచ్చునని విశ్లేషకుల పేర్కొనుట నేపథ్యం వెలువడేందుకు దారితీసింది. టాంగ్ టాన్ కంపెనీ నిర్వహణలో ఉన్నతస్థాయి పెద్ద ఎదురుదెబ్బగా వరుసపూర్వ టెక్ నిపుణులు అభివృద్ధిపడ్డారు. ప్రస్తుతం కంపెనీలో ఆయన ప్రాధేయ్ డిజైన్ విభాగానికి ఉపాధ్యక్షుడి హోదాలో పనిచేస్తున్నారు. ఆపిల్ ఉత్పత్తుల విక్రయంలో ఐఓసీ, ఆపిల్ వాన్లలో కీలక పాత్ర వహించినా, టాంగ్ యింట్లోపాస్ డిజైన్లోనూ ఆయన తోడ్పాటు చాలా ముఖ్యమైందని కంపెనీ వర్గాలు తెలిపారు. ఆయన కృషి వల్లే కంపెనీ వృద్ధిలో పాస్, ఎయింపాస్ కీలకంగా మారాయని వెల్లడించారు. టాంగ్ టాన్ శతృత్వంలోని ప్రాధేయ్ డిజైన్ విభాగం ఉత్పత్తుల ఫీచర్స్ నిర్వయించడంలో చాలా కీలకంగా వ్యవహరించేదని కంపెనీలోని కొందరు వ్యక్తులు తెలిపారు. వాటి ఆకారం, బల్క్ డగ్గర్ నుంచి ఐడింటిఫికేషన్ వరకు అన్ని టాంగ్ బ్రాండ్లమే నిర్వయించేదని పేర్కొన్నారు. టు, టెక్, ఫేస్ ఐడి, డిస్ప్లే వంటి హార్డ్వేర్ టెక్నాలజీని విభాగాధిపతి స్టీవ్ హోటెలింగ్ కూడా కంపెనీ నుంచి బయటకు వెళ్లినట్లున్నారని తెలిపింది. జలా తరువాత వ్యవహారంలో ఇద్దరు ఉన్నతోద్యోగులు ఛైర్మన్‌గడం ఆపిల్‌కు పెద్ద ఎదురుదెబ్బ అని వరుసపూర్వ నిపుణులు అభిప్రాయం వ్యక్తపరుచారు.

దిగిరానున్న ఉల్లి ధరలు!

[illegible]

అండర్ 19 ప్రపంచకప్ షెడ్యూలు విడుదలచేసిన ఐసిసి



న్యూఢిల్లీ: దక్షిణాఫ్రికా వేదికగా వచ్చే ఏడాది జనవరి 19నుంచి ఫిబ్రవరి 11వరకు జరిగే అండ్రి19 క్రికెట్ ప్రపంచ కప్ 2024 షెడ్యూలును బిసినెస్వర్క్ఎంపీనింది. ఈ మెగా టోర్నీలో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ భారత్జనవరి 20న తమ తొలిమ్యాచ్ ఆడుతుంది. భ్లోంఫాన్లోని కెప్టెన్ జాన్ బెటస్రానాగ్ యంగ్ ఇండియా బంగ్లాదేశ్ తలపడుతుంది. ఈ తర్వాత భారత్ జనవరి 25,28 తేదీల్లో ఐర్లాండ్, ఆమెరికా జట్లతో తమ తొలి రౌండ్ మ్యాచ్లు ఆడుతుంది. జనవరి 19న జరిగే టోర్నీ ఆరంభ మ్యాచ్లో ఐర్లాండ్, యుఎస్ఎ జట్లు తలపడతాయి. 16 జట్లు గ్రూప్స్లోగ్రూపుగా విభజించిన ఈటోర్నీలో మొత్తం 41 మ్యాచ్లు జరుగుతాయి. ప్రాచీన ఏల తో భారత్, బంగ్లాదేశ్, ఐర్లాండ్, యుఎస్ఎ జట్లు ఉండగా గ్రూప్బిలో ఇంగ్లాండ్, దక్షిణాఫ్రికా, వెస్టిండీస్,స్కాట్లాండ్ జట్లు, గ్రూప్సిలో ఆస్ట్రేలియా, శ్రీలంక, జింబాబ్వే, నమీబియా జట్లు గ్రూప్డిలో ఆఫ్ఘనిస్తాన్,సిరిస్థాన్,న్యూజిలాండ్,నేపాల్ జట్లు పోటీపడుతున్నాయి. తొలుత ఈటోర్నీని శ్రీలంకలోని పిర్వీసాంగమాని జరిపిన భావివిండియాలతో ఆడేత క్రికెట్కోడర్లులో నెలకొన్న ఆసక్తిని కారణంగా వినిసి వేదికను దక్షిణాఫ్రికాగా మార్చింది.

ఐసిసి ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మంత్ గా ట్రావిస్ హెడ్

[illegible]




మీరు ప్రతీ సారి పన్ను చెల్లించేటప్పుడు భారతదేశాన్ని ముందుకు మీరు నడిపిస్తున్నారు





పన్ను చెల్లింపుదారులు అడ్వాన్స్ పన్ను చెల్లించవలసి ఉంది

- ఏ పన్ను మదింపుదారైనా, ఆర్థిక సంవత్సరానికి రూ. 10,000/- లేదా ఎక్కువ మొత్తం మూలం వద్ద పన్ను తీసివేత/సేకరణ, పన్ను తగ్గింపు ఉన్న జీతం పొందే ఉద్యోగితో సహా.

చెల్లింపు యొక్క పద్ధతి

- 1961 ఆదాయపు పన్ను చట్టం యొక్క 44AB సెక్షన్ క్రింద ఆడిటెడ్ కావలసిన ఎకౌంట్స్ ఉన్న మదింపుదారులకు కూడా మరియు కార్పొరేట్లు అందరికీ ఇ-చెల్లింపు తప్పనిసరి.
- ఇ-చెల్లింపు విధానం ఇతర పన్ను చెల్లింపుదారులకు కూడా సౌకర్యవంతమైనది మరియు అది కరెక్ట్ క్రెడిట్ హామీ ఇస్తుంది.

షెడ్యూల్

గడువు తేది	మొత్తం
15వ డిసెంబర్, 2023న లేదా ముందు	అడ్వాన్స్ పన్ను యొక్క 75% చెల్లించవలసినది

మీ అడ్వాన్స్ పన్ను యొక్క 3వ వాయిదాను చెల్లించండి

15వ డిసెంబర్, 2023



ఇ-ట్రోచర్ల కొరకు
QR కోడ్ స్కాన్ చేయండి



ఆదాయపు పన్ను శాఖ
సెంట్రల్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఇన్ కమ్ ట్యాక్స్

మరింత సమాచారానికి దయచేసి www.incometax.gov.in దర్శించండి



మరింత సమాచారానికి
QR కోడ్ స్కాన్ చేయండి

@IncomeTaxIndia
@incometaxindia.official
@IncomeTaxindiaofficial
@Income Tax India
@Income Tax India Official

cbc 15401/1/3/0020/2324