

వెంటనే పంటసాయం



పంపిణీ చేయాలని అధికారులకు
ముఖ్యమంత్రి కెసిఆర్ ఆదేశం
ఎకరాకు రూ.10 వేలు ఇస్తామని
ఇటీవలే ప్రకటించిన సిఎం కెసిఆర్
పేదల ఇళ్ల నిర్మాణానికి రూ. 3 లక్షలు
సీతారాముల కల్యాణ నిర్వహణకు కోటి
సమీక్షా సమావేశంలో సిఎం కెసిఆర్

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, మార్చి 28: ఆకాలంగా కుగిలిన వడగండల్ల వానలతో నవ్వుతాయిన పంటకురు, ప్రభుత్వం ప్రకటించిన ఆర్థిక సాయాన్ని అందించేందుకు చర్యలు చేపట్టాలని, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాంతికుమారిని, అంబేద్కరిత అధికారులను ముఖ్యమంత్రి కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖరరావు ఆదేశించాడు. పంట నష్టం, ఘోషామృతము, గుగ్గెల వంటకు, పేదలకు ఇండ్లు నిర్మాణానికి ఆర్థిక సాయం....

అదీతర ఆంజులపై మంగళవారం ప్రగతి భవన్లో సింం కౌన్సిల్ సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. వడగిర్రడ్ వానల్లో రైతులకు పంట సన్నం జరిగిన నేపథ్యంలో ఇటీవల సింం కౌన్సిల్ వర్తకులను చేపట్టి రైతులను పంపాల్సిందైన విషయం తెలిసిందే. ఈ సందర్భంగా సన్న బోయిన వలకులకు ఎవరూ 10వేల రూపాలను బోయిన రైతుల ఖాతాల్లో జమ చేసామని సింం ప్రకటించారు. ఆ ప్రభుత్వ నిర్ణయాన్ని

అమలు చేయాలని నమొత్త సమావేశంలో నిం అధికారులను ఆదేశించారు. ఇందులో భాగంగా.. ఆయా జిల్లా కలెక్టర్లు తమ తమ జిల్లా వారిలో క్షుద్ర భాగాల సాగు ఈ వ్యవసాయ పథకంలో (ఎకర) నిం సర్వే చేయించి తరిగిన పంట నష్టం ఏకీకరణ అప్రూ సమావేశాన్ని సేరించే ప్రభుత్వానికి అందజేయాలని నిం కేసెఆర్ తెలిపారు. ఈ మేరకు తక్షణ పర్యయ ప్రారంభించాలని నిం సాంకేతికవారికి, వ్యవసాయ శాఖ కార్యదర్శిని రమ్మనందనరావును నిం ఆదేశించారు. పంట దెబ్బతిన్న రైతుల ద్వారా ఖాతాలో నేర్పూ ఈ నిధులను జమ చేయాలని నిం స్పష్టం చేశారు.

ఇప్పటికీ ప్రకటించిన విధంగా.. రెండో విడత గౌరెల పంటకీ కార్మికుల మన్ని ప్రారంభించాలని నిం కేసెఆర్ అధికారులను ఆదేశించారు. జిల్లా కలెక్టర్ నేతృత్వంలోనే గౌరెల కొనుగోలు జమగతులందరి నిం స్పష్టం చేశారు. ఆ ప్రకారం గౌరెల కొనుగోలు పంటకీ వ్యవసాయ సాగని నిం స్పష్టం చేశారు. ఖాళీ జాగలు ఉన్న అప్రైన్ల పేదలకు ఇంటి నిర్మాణ కొను ఇప్పటికీ ప్రభుత్వం ప్రకటించే 3 లక్షల రూపాయల ఆర్థిక సామర్థ్యాన్ని అందించే దిశగా పర్యయ చేపట్టాలని ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాశివతిమూలని నిం కేసెఆర్ అధికారులను ఇం దుకు సంబంధించి, విడి విధానాలను రూపొందించి జాళీ చేయాలని నిం స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్రంలో హోమ భూమలు నమస్కరణ శాస్త్రం చేపట్టారం దిశగా ఇప్పటికీ ప్రభుత్వం అధికారు చేపట్టిన సేవకర్తలలో రంగురంగుల వారికి హోమ పట్టాల పంటకీకీ పర్యయ యంత్రాం గురించి సమన్వయం ఉండాలి అనే అంశానికి సంబంధించి, నిం

» 2



మంగళవారం రాత్రి ఢిల్లీలో కాంగ్రెస్ జరిపిన నిరసన ర్యాలీలో జైరామ్ రమేష్ తదితరులు

స్వీకర్షే అవిశ్వాసం!

ఏప్రిల్ 3న ప్రవేశవిజ్ఞానండుకు విపక్షాలతో కాంగ్రెస్ కసరత్తు

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 28: కోకన పేర్ సేకరించు ఓంధిల్లాపై విపక్ష పార్టీలు నమిష్టిగా ఆవిష్కాస తీర్మానం నోటీసు ఇచ్చేందుకు నిర్ణయించాయి. విపక్షాల కూటమికి కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలోనే ఈ నోటీసు జారీచేయాలని నిర్ణయించారు. వచ్చే సోమవారం కోకన పేర్ ఈ తీర్మానం ప్రవేశపెట్టాలని నిర్ణయించారు. విపక్ష పార్టీలకు ఈ తీర్మానం ప్రవేశపెట్టాలంటే కనీసం 50 మంది ఎంపీలు సంతకాలు చేయాలి. ఓటయింది. >>2



ఆకాశంలో అద్భుతం

భూమికి చేరువగా 5 గ్రహాలు

ఒకే కక్షలోకి వచ్చిన బుధుడు, శుక్రుడు, అంగారకుడు, బృహస్పతి, యురేనస్

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 28: ఆకాశంలో అద్భుతం గోపరించింది. మంగళవారం సాయంత్రం ఐదు గ్రహాలు ఒకే కక్షలో కనువిందుచేసాయి. సూర్యాస్తమయం తర్వాత పండ్రిడికి చేరువగా ఈ గ్రహాలను వీక్షించేవిధంగా కలిసిఉంటాయి. గురుడు, బుధుడు, శుక్రుడు, అంగారకుడు, వరుణగ్రహాలు దర్శనమిచ్చినప్పుడు ఖగోళ నిపుణులు వెల్లడించారు. ఈ గ్రహాలు రాత్రిపూట ఆకాశంలో కనిపించినట్టి ఐవి ఒకే కక్షలోఖచ్చి ఆకాశమిందరు. బామికి చేరువగా ఉండే గ్రహమైన శుక్రుడు, సౌరవ్యవస్థలో పెద్దగ్రహమైన గురుడు మరోసారి ఆకాశంలో కనువిందుచేసారు. గతంలో దొల్లిన్తి ఈసారి జీవదానికడి దూరంగా ఈ రెండు గ్రహాలు కనిపించినట్లు ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞులు అంచనాచేసారు. రాత్రిపూట తక్కువ వెలుతురు ఉండే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వీటిని కనిపింపగూడదు. సూర్యుడు వచ్చినప్పుడు వెళుతున్నారు. ఆకాశంలో వచ్చినప్పుడు మాన్సి ఐవి కనిపిస్తాయని, పండ్రిడితోపాటు శుక్రగ్రహం ఎక్కువ ప్రకాశవంతంగా కనిపిస్తుందని, అంగారక గ్రహం పండ్రిడికి చేరువగా ఉంటుందని, భూమినుంచి దూరంగా ఉండటం వాణిప్రస్తుత కక్షను బట్టి అంగారకుడు గురుగ్రహాల కాస్త మనకదీతకటిలో ఉన్నట్లు కనిపించినట్లు గ్రహాల రోజుగలకు చెప్పతూన్నారు. గురు, శుక్ర, అంగారగ్రహాలుప్రతిసారినూ దిండు అండువల్ల



ఫాన్-ఆధార్ లింక్ గడువు
3 నెలలు
పొడిగింపు

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 28: వాన-ఆధార అనుసంధానికీ గడువును కేంద్రం పొడిగించింది. మార్చి 31కే గడువు ముగియబోయి ఉండగా, వానో మూడు నెలలు పెంచుతూ జూన్ 30 వరకు అనుసంధానికీ అవకాశం ఇచ్చింది. వస్తు వ్యవస్థాపక కమిషన్ సమయం ఇవ్వడం కట్టి శుభో గడువు పొడిగిస్తున్నట్లు కేంద్ర ప్రభుత్వం వస్తులు బోర్డు తెలియజేసింది. నిర్దిశిత గడువు వాన-ఆధార అనుసంధానం పూర్తి చేయకుంటే జులై 1 నుంచి వాన నిరూపయోగంగా మారేదని. వాన కార్డు పూర్తి ప్రతి ఒక్కరూ తాము పాస్



మెడికల్ సీట్లలో
దేశంలో
ఫస్ట్

మారుమూల ప్రాంతాల్లో
స్థైతం వైద్య కళాశాలలు

మంత్రి హరీష్ రావు
హైదరాబాద్, మార్చి 28, ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రం
లో ఈ ఏడాది కొత్తగా ఏర్పాటు చేయబోయే
9 మెడికల్ కాలేజీల పనులను త్వరగా పూర్తి
చేయాలని వైద్య, ఆరోగ్య, ఆర్థిక శాఖ మంత్రి
హరీష్ రావు ఆధికారాన్ని నుండి తెలిపారు. ఈ
ఏడాదికిగాని రాష్ట్రంలో కొత్తగా ఏర్పాటు
చేయబోయే 9 మెడికల్ కాలేజీలపై మంగళ
వారం నెమ్మనెట్టాలని ప్రతి ఏట జూన్ మాసిం
గ్ ద్వారా మంత్రి సమీక్షను నిర్వహించారు.
జూన్ నెమ్మనెట్టాలని మంత్రిలు సత్వరపటి
రాష్ట్రంలో, పుష్కాడ జిల్లాలో గుమార్,
పేమల ప్రశాంత్ రెడ్డి, గంగుల

»2

4న జరగాల్సిన
హాల్డికల్టర్ ఆఫీసర్
పరీక్ష వాయిదా



వారణాసి, కాన్పూర్, అగ్రాలకు ఇచ్చి హైదరాబాద్ కు లేదనడం వివక్షే...

హైదరాబాద్, మార్చి 28 ప్రభాతపార్ల: హైదరాబాద్ మెట్రోరైల్వే రోడ్ల దళ ప్రస్తుతం తరుణంలో సాధ్యం కాదంటూ కేంద్ర ప్రభుత్వం చేతులెత్తేందుకు పురపాలక శాఖ మంత్రి కె.తారాచంద్ర తపస్వీ కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించే వార్తలు వెలువడాయి. అత్యంత రద్దీ జరిగిన హైదరాబాద్లో మెట్రోరైల్ ప్రాజెక్టు రెండవ దశలో సాధ్యం కాదని చెబుతున్న కేంద్ర ప్రభుత్వం తమకు అనుకూలమైన నగరాలను మూలం వక్రపాత ధోరణితో ప్రాజెక్టులు ఇవ్వున్న విషయాన్ని ఈ సందర్భంగా మంత్రి కేఆర్ ఆర్ తన లెఖలో ఎత్తి చూపారు. కాంగ్దినగర్, కొత్తి బెంగుళూరు, వెన్నె వంటి నగరాలతో పాటు చాలా తక్కువ జనాభా కలిగిన చిన్న చిన్న వారసాళి, కాన్పూర్, ఆగ్రా, ప్రయోగ్, మీరట్ వంటి వంటి ఉత్తరప్రదేశ్లోని చిన్న పట్టణాలను మెట్రో ప్రాజెక్టులకు కేంద్రం కేటాయించిన విషయాన్ని ఈ సందర్భంగా ప్రస్తావించారు. జనాభా రద్దీ తక్కువగా ఉన్న రాజాబీ నగరాలను మెట్రోరైల్వేలో అన్ని అర్హతలు ఉన్నాయని పేర్కొన్న కేంద్రం, హైదరాబాద్ నగరాన్ని మాత్రం మెట్రోరైల్ విస్తరణ అర్హత లేదన్న

తెలంగాణకు
మొండిచేయి
అన్యాయం
కేంద్రానికి పూర్తి
సమాచారం ఇచ్చినా
స్పందించడం లేదు
ఘాటు లేఖ రాసిన
మంత్రి కెటిఆర్

విష్వదం తనకు అత్యంత అభ్యుదానికి గురిచేసినట్లున్నాడు. దేశం లోనే అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న మెట్రో నగరంగా ప్రాచారాణం ఉన్నదని, ఇరాఖీ నగరంతో ప్రయోజికం అన్న నా తరుగ్గా ఉండి అవసరం ఉందన్న దానిని అత్యంతవేగం వలన గానా. ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని అనేక చిన్న నగరాలు, పట్టణాలు మెట్రో రైల్ ప్రాజెక్టులను అర్హత సాధించినట్లున్నాడు. ప్రాచారాణం మెట్రో నగరానికి మాత్రం ఎందుకు ఆ అర్హత పొందలేదని కేంద్ర ప్రభుత్వంపై సూచించి ప్రశ్నించాడు. చదివే భవిష్యత్‌గా కేంద్ర ప్రభుత్వం పక్షాన ఉన్న దృక్పథంతో తీసుకున్న నిర్ణయమేనన్న భావన కలుగు తుందన్నాడు. ఇప్పటికే తెలంగాణ రాష్ట్రానికి అన్ని అర్హతలు, అనుకూలతలు ఉన్న వేగవంత రంగాల్లోని ప్రాజెక్టులు, కేటాయింపు విషయంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం ముఖ్యపాత్ర నివర్తన అనేక సార్లు తమ ముఖ్యమంత్రి కేఆర్‌జెతో పాటు స్వయంగా తాను కేంద్ర ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకుని చర్చించామన్నాడు. అయినా కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి ఇప్పటికీ వరకు ఎలాంటి సాను కూల నిర్ణయం రాలేదన్నాడు. దేశంలో తెలంగాణతో

>>>2



మంగళవారం హైదరాబాద్‌లో టీడిపి పోలిట్‌బ్యూరో సమావేశంలో చంద్రబాబు, యనమల, అచ్చెన్నాయుడు తదితరులు

40 మంచి ఎమ్మెల్యేలు
టిడిపిలోకి?

వైఎస్సార్స్ నుంచి టచ్‌లో ఉన్నారంటున్న టిడిపి ఎపి అధ్యక్షుడు అచ్చెన్నాయుడు హైదరాబాద్‌లో టిడిపి పాలిట్‌బ్యూరో సమావేశం ఎన్టీఆర్ శతజయంతి సందర్భంగా 100 సభలు తెలంగాణలో 119 స్థానాల్లో పోటీ: కాసాని మే 27, 28న రాజమహేంద్రవరంలో మహానాడు

ప్రవాళతవార్ ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, మార్చి 28: ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల సందర్భంగా సైన్స్ గ్రీన్స్ ఎమ్మెల్యేలను కొనుగోలు చేసినట్లు వచ్చిన ఆరోపణలను టీడీపీ సోలోటివ్ బ్యూరో తీవ్రంగా ఖండించింది. మంగళవారం హైదరాబాద్ లోని ఎన్టీఆర్ (బ్రహ్మ) భవన్ లో టీడీపీ ఆధిపత్య, మాజీ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు ఆధ్వర్యతన పార్టీ సోలోటివ్ బ్యూరో సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో రెండు రాష్ట్రాల ఆధ్వర్యంగా, సోలోటివ్ బ్యూరో సభ్యులు, ప్రదేశ్ కార్యకర్తలు, ఎన్టీఆర్ భవన్ సభ్యులు మొత్తం 32 మంది సభ్యులు పాల్గొన్నారు. రెండు రాష్ట్రాల్లో



కార్యకర్తలు, పోలీసుల
తోపులాట.. కింద
పడిపోయిన షల్కల



హైదరాబాద్‌లో మంగళవారం కార్యకర్తలు,
పోలీసుల తోపులాటలో కిందపడిపోయిన షర్మిల

[illegible]



మంగళవారం పార్లమెంటులో నిరసన తెలుపుతున్న బిఆర్ఎస్ ఎంపీలు కేకలాపు, సంతోష్ తదితరులు

స్పీకర్‌పై అవిశ్వాసం!

» కాంగ్రెస్‌పార్టీ ఇందుకోసం ఇతర విషక్త పార్టీలనుంచి మద్దతు కూడగట్టేందుకు కనరత్నులుచేస్తోంది. రాహుల్‌గంధీపై అనర్థత వేటు వేయడంవల్ల విషక్త సభ్యులను అణిచివేసేందుకు బిజెపి ప్రభుత్వం కుట్రలుచేస్తోందని, పరువునష్టంకేసులో తీర్పువెలువడిన 24 గంటలకే రాహుల్‌పై అనర్థత వేటువేసారని, ఇదంతా ఒక పూర్వాలంప్రకారమే నడిపిందని విపక్షాలు ఆరోపిస్తున్నాయి. అనర్థత వేటువడిన రెండరోజులకే అధికారిక బంగ్లా ఖాళీచేయాలనిమరోసారి నోటీసు జారీచేయడం ఇదంతా కాంగ్రెస్ పార్టీని పూర్తిగా అణగారేక్కేందుకేనని భావిస్తున్నారు. అయితే అవిశ్వాస తీర్మానం నోటీసు ఇవ్వాలన్నా ముందు సభా కార్యక్రమాలను సజావుగా సాగిలి, విపక్షాలే సజావుగా సాగనియడంతోదని అధికారపక్షసభ్యులు ఆరోపిస్తున్న నంగతి తెలిసిందే. విపక్షాలనిర్మించి మద్దతుతో స్పీకర్‌పై అవిశ్వాస తీర్మానం ప్రవేశపెట్టేందుకు కాంగ్రెస్ పార్టీ విస్తృతస్థాయిలో అన్ని రాజకీయ పార్టీలతో చర్చలు జరుపుతోంది. నాలుగుసార్లు ఎన్నిగా గెలిచిన రాహుల్‌గంధీ అనర్థత వేటుతో ఎనిమిదేళ్లకాలాు ఎన్నికల్లో పోటీచేసే అర్హత కోల్పోతారు. ప్లాకోర్డు స్నే మంజూరుచేస్తేనే ఆయనకు ఊరట లభిస్తుంది. బడ్జెట్ పార్లమెంటుసమావేశాలు ఆసాంతం విపక్షాల నిరసనలతో వాయిదాలుపడుతూ వచ్చాయి. ఆదాని వ్యవహారంపై జైపిసి దర్యాప్తుజరిపించాలని పట్టుబట్టిన విపక్షాలు ఓ డిమాండ్ నిర్మించేంతవరకూ నిలబోవాలని చెప్పుతున్నాయి. ముందురోజు కాంగ్రెస్ ఎంపీలందరూ నల్లదస్తులుధరించి వచ్చారు. అలాగే స్పీకర్‌చైర్‌పై కాగితపు ముక్కలను విసిరారు. రాహుల్‌పై అనర్థత వేటుకునిరసనగా పెద్ద ఎత్తున సినిమాలుచేయడంతో స్పీకర్ నిద్రపడించారు. స్పీకర్ చైర్‌పై ఒక డ్యూనరిణు కూడా విసిరినట్లుంది. విపక్త డిమాండ్లను వినిపించనీయకుండా లోకేశభలో మైకులను కూడా నిలిపివేసారని ఆరోపిస్తోంది. అంతకుముందు మైకులను కిందకి పంపి ఉంచేయారు. ఇప్పుడు సభా కార్యక్రకరాపాలో విపక్షనిరసనలు వినపకడకుండా మైకులను పనిచేయకుండాచేస్తున్నారు. కేవలం మోడీ స్పీకాతునికోసమే లోకేశభలో మైకులు పనిచేయనీయకుండా చేస్తున్నారని కాంగ్రెస్ ఆరోపిస్తోంది.

ఆకాశంలో అద్భుతం

» వాటిని సాధారణ కంటితోనే చూడ వచ్చని వరుణ గ్రహం భూమినుంచి 3.05 వందల కోట్ల కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంటుందని, ఆగ్రహాన్ని గుర్తించడానికి టెలిస్కోపులు అవసరమనం ఖగోళ నిపుణులు చెప్పుతున్నారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వలుచేశాల్తో ఈగ్రహాలను వీక్షించినట్లు కూడా భారత ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞులు చెప్పుతున్నారు.

SINGAM KUIL GREEN TUESDAY		ROSA DEAR SUPER TUESDAY	
DrawDate on:28/03/23		DrawDate on:28/03/23	
DAY - SINGAM SERIES Dr No:180	DAY - KUIL SERIES Dr No:180	DAY - ROSA SERIES Dr No:180	DAY - DEAR SERIES Dr No:180
1st Prize Rs.100000/- 944141	1st Prize Rs.100000/- 736238	1st Prize Rs.100000/- 582483	1st Prize Rs.100000/- 487329
2nd Prize Rs.7000/- 90225	2nd Prize Rs.7000/- 21210	2nd Prize Rs.7000/- 28792	2nd Prize Rs.7000/- 70164
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
09040 18385 28888 35169 37232	05993 14539 32404 52450 56145	00394 03896 09571 15449 24757	02387 11765 26461 37490 40571
39250 49585 50350 82492 92343	64131 72462 83615 86957 97065	25123 40279 48576 48662 92399	65116 65879 69954 82759 94895
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0328 1468 2583 2915 2938 3862 4200	0539 0641 0762 1497 2662 3727 3838	0289 1605 1750 2974 5478 7371 7490	0129 2789 3808 4621 4772 5766 6348
6901 7525 9499	6056 7330 9650	7627 8073 8201	7558 9257 9829
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
1172 2179 2280 2803 5040 5270 5994	0288 1470 1819 2239 2687 3314 4028	0630 1651 3568 3609 5327 8045 8616	0820 1184 1320 2345 2919 3955 4305
7318 7798 9791	5682 6876 9313	9415 9454 9807	4884 5799 7391
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0079 1272 3090 4538 5661 6864 9101	0155 1868 2852 4081 5690 7714 9015	0163 1113 3054 5060 6135 7203 8941	0059 2139 3704 5427 6693 7489 8971
0138 1669 3091 4591 5677 7054 9383	0234 1998 2878 4106 5756 7788 9209	0180 1141 3278 5071 6167 7209 9204	0218 2262 3830 5527 6742 7539 9061
0169 1710 3143 4796 5687 7063 9406	0274 2008 2895 4216 5919 7982 9216	0215 1163 3471 5111 6183 7289 9348	0295 2304 4147 5542 6759 7557 9062
0188 1711 3197 4901 5823 7124 9534	0478 2036 2901 4511 5997 8021 9341	0230 1278 3477 5263 6224 7302 9368	0316 2738 4236 5671 6820 7882 9356
0212 1808 3251 4909 5846 7540 9551	0510 2139 3013 4562 6015 8030 9553	0423 1291 3576 5352 6284 7368 9404	0333 2756 4372 5684 6921 7942 9404
0234 2126 3387 4981 5954 7617 9558	0565 2162 3049 4668 6062 8075 9554	0482 1610 3637 5419 6390 7794 9442	0604 3112 4460 5823 6925 7947 9623
0393 2184 3580 5018 6090 7728 9686	0559 2231 3188 4993 6123 8300 9774	0507 1724 3734 5554 6427 7875 9494	0615 3242 4498 5903 6942 8007 9681
0628 2336 3604 5174 6160 7748 9740	0609 2348 3451 5175 6269 8336 9853	0616 1997 3750 5598 6535 7896 9670	0998 3286 4550 6109 7007 8133 9770
0674 2382 3783 5271 6282 7788 9804	1124 2421 3596 5180 6545 8369 9926	0658 2028 3865 5628 6536 8207 9697	1080 3299 4673 6111 7054 8210 9771
0816 2397 3793 5350 6301 7818 9920	1194 2590 3603 5372 6753 8577 9938	0673 2110 4659 5675 6547 8219 9889	1113 3371 4847 6334 7069 8502 9775
0893 2461 3934 5381 6460 7904	1355 2634 3748 5397 7017 8603	0800 2227 4679 5743 6754 8240	1317 3452 4858 6391 7126 8652
0990 2472 4218 5480 6506 8487	1369 2656 3760 5496 7075 8723	0812 2551 4867 5893 6793 8376	1360 3485 4897 6395 7136 8849
1157 2523 4335 4923 6543 8777	1383 2753 3849 5547 7113 8778	0829 2609 4955 5924 6824 8785	1499 3542 5240 6492 7139 8863
1166 2641 4470 5553 6584 8950	1675 2811 3886 5578 7270 8905	0837 2891 5009 5948 6874 8799	1757 3587 5274 6582 7150 8885
1167 2872 4485 5577 6721 9013	1863 2848 4076 5597 7708 8918	1003 2994 5023 6057 7171 8902	2098 3697 5331 6620 7337 8960

THANGAM VALRAM CHANCE TUESDAY		NALLANERAM MANI CHANCE TUESDAY	
DrawDate on:28/03/23		DrawDate on:28/03/23	
DAY - THANGAM SERIES Dr No:180	DAY - VALRAM SERIES Dr No:39	DAY - NALLANERAM SERIES Dr No:180	DAY - MANI SERIES Dr No:39
1st Prize Rs.100000/- 641397	1st Prize Rs.50000/- 865452	1st Prize Rs.50000/- 326371	1st Prize Rs.50000/- 193458
2nd Prize Rs.7000/- 87929	2nd Prize Rs.7000/- 92003	2nd Prize Rs.7000/- 53226	2nd Prize Rs.7000/- 80072
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
12530 20300 25972 31952 36784	03545 15086 15551 36647 38480	13051 32486 35358 38033 39668	01626 16100 32864 42082 50552
84381 86170 89157 94224 97796	44215 78379 99380 99838 99998	40435 49279 63348 68579 98670	52257 63698 66887 68392 73278
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0074 0337 0475 3338 4032 5355 6958	1312 2725 2965 3422 4219 4340 5456	0424 1985 2623 3268 4365 4540 6090	0593 2255 3396 3582 4480 4570 4748
7327 9658 9879	6781 8052 9731	7052 7600 8111	6566 6823 7711
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0387 1179 1487 1728 4979 6893 7285	0586 2662 3655 3934 4759 6089 6242	0406 1275 1461 2394 2731 5113 5473	0333 2332 3258 3969 5501 5561 6378
7925 9495 9173	6258 6510 9288	7592 9261 9823	8985 8166 9699
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0080 1441 2208 3903 5474 7494 8703	0046 1233 3096 5614 6972 8025 9162	0135 1331 2782 4310 5340 6957 8442	0045 1953 3541 4505 5976 7490 8888
0191 1522 2781 4023 5681 7564 8927	0061 1321 3216 5704 7131 8095 9293	0144 1545 3331 4366 5549 7040 8516	0800 2058 3583 4676 6013 7655 9816
0212 1523 2878 4050 5999 7582 8960	0149 1328 3275 5725 7170 8104 9495	0225 1609 3435 4441 5691 7205 8596	0089 2070 3591 4674 6451 7670 9248
0265 1541 2892 4149 6107 7631 8983	0217 1496 3296 5755 7173 8186 9511	0230 1656 3542 4480 5782 7339 8608	0269 2186 3603 4770 6470 7778 9344
0283 1641 2944 4304 6243 7635 9135	0291 1371 3311 5826 7422 8141 9699	0235 1957 3568 4490 5854 7387 8849	0422 2427 3620 5449 6494 7827 9403
0293 1680 2979 4561 6343 7728 9159	0419 1789 3532 5838 7521 8276 9727	0305 2137 3711 4498 5884 7455 9057	0830 2455 3727 5494 6584 7842 9416
0336 1740 3139 4682 6857 7852 9183	0513 2148 3717 5863 7659 8394 9813	0395 2139 3871 4720 6143 7498 9610	0939 2924 3817 5562 6636 8278 9858
0352 1744 3356 4786 6944 7933 9276	0550 2162 3998 5880 7734 8512 9870	0600 2216 3922 4789 6187 7570 9674	1412 3106 3882 5714 6638 8318 9896
0624 1817 3601 4797 6954 7977 9631	0637 2278 4040 6440 7759 8763 9884	0692 2245 4055 4797 6590 8143 9795	1723 3121 3974 5757 6689 8402 9999
0630 1851 3675 4894 6983 8258 9766	0800 2299 4153 6467 7763 8797 9916	0796 2315 4084 4881 6611 8147 9978	1787 3138 4024 5795 6756 8489
0824 1878 3683 4918 7107 8342	0809 2441 4377 6766 7791 8892	0809 2332 4178 4877 6702 8267	1808 3190 4177 5843 6774 8581
0881 2011 3736 4923 7279 8404	0889 2471 5086 7884 8909	0881 2325 4258 4993 6715 8253	1827 3194 4371 5896 6950 8691
1323 2184 3755 5136 7299 8538	0938 2673 5060 6826 7986 9335	0919 2488 4288 5033 6766 8292	1914 3351 4466 5910 7191 8817
1334 2190 3871 5172 7343 8620	1119 2702 5121 6834 8012 9155	1126 2495 4298 5283 6810 8379	1934 3459 4481 5975 7205 8849
1346 2194 3879 5273 7367 8689	1132 2956 5575 6862 8022 9161	1196 2697 4298 5330 6944 8392	

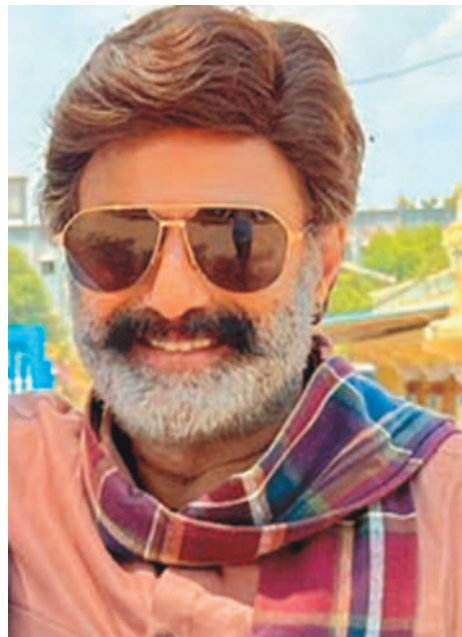
KUMARAN VISHNU MOON TUESDAY		SWARNALAXMI LION CORAL TUESDAY	
DrawDate on:28/03/23		DrawDate on:28/03/23	
DAY - KUMARAN SERIES Dr No:180	DAY - VISHNU SERIES Dr No:180	DAY - LION SERIES Dr No:39	
1st Prize Rs.50000/- 965652	1st Prize Rs.50000/- 763424	1st Prize Rs.50000/- 638327	
2nd Prize Rs.7000/- 67934	2nd Prize Rs.7000/- 52996	2nd Prize Rs.7000/- 49675	
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	
07818 08612 10124 25606 38762	04003 15283 26899 41715 45478	13253 25854 35723 43854 46962	
50583 60529 70378 71986 75065	49108 57656 63616 66300 83468	59678 63789 73136 85674 92505	
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	
0688 0924 1785 1933 2322 4183 5350	0108 0885 1417 2054 2375 2439 4246	1684 1713 1935 3239 4567 6612 6794	
5784 8410 8819	5210 8399 9524	8016 9391 9540	
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	
1074 4010 5108 5437 5943 6340 6427	1585 2665 2741 4174 4811 5148 5867	0445 1307 1435 2295 3622 5695 5826	
6835 7641 8550	8219 8589 9209	6123 8775 9335	
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	
0169 1316 3322 4468 6355 7693 8850	0301 2158 3849 4872 6523 7878 9142	0147 1348 2856 4249 6700 7664 8893	
0242 1383 3344 4494 6425 7818 8993	0210 2292 3867 4897 6628 8108 9208	0160 1502 2924 4728 6747 7666 8955	
0245 1503 3524 4557 6437 8008 9163	0329 2315 3900 5130 6685 8129 9267	0428 1512 3027 5007 6857 7798 9159	
0334 1533 3580 4841 6502 8015 9444	0356 2382 3909 5267 6942 8135 9292	0611 1568 3247 5227 6886 7842 9311	
0372 1708 3682 4703 6818 8025 9477	0424 2400 3981 5271 6982 8152 9332	0661 1768 3337 5238 6907 7967 9410	
0442 1983 3704 4894 6289 8032 9600	0450 2726 3982 5342 7062 8217 9450	0682 1866 3412 5466 6937 8062 9527	
0528 2100 3840 5021 6845 8108 9605	0723 2795 4058 5388 7240 8230 9564	0772 1907 3447 5564 6945 8027 8845	
0626 2195 3946 5376 6870 8143 9618	0808 2921 4120 5521 7478 8394 9600	0894 1967 3441 5704 7092 8072 9859	
0648 2337 3998 5411 7027 8166 9825	1033 3098 4124 5650 7529 8419 9659	0918 2042 3497 5713 7192 8074 9920	
0704 2439 4160 5416 7039 8374 9938	1130 3267 4135 5690 7578 8479 9692	0928 2147 3632 5726 7336 8108 9932	
0908 2488 4169 5441 7282 8378	1369 3429 4291 5806 7589 8593	0590 2313 3906 5823 7411 8342	
0926 2823 4198 5663 7309 8420	1599 3530 4342 6290 7613 8677	1128 2378 3996 6208 7491 8364	
1098 2953 4227 5742 7357 8459	1616 3512 4347 6314 7764 8941	1150 2513 4046 6307 7554 8518	
1146 3050 4247 6112 7570 8506	1808 3789 4550 6371 7815 8980	1300 2586 4185 6374 7645 8526	
1307 3224 4401 6150 7665 8679	2107 3840 4551 6452 7843 9129	1329 2844 4200 6596 7646 8820	

వైద్యం వికటించి ఒకరు మృత్యువాత

నెల్లూరు జిల్లాలో దారుణం

సైదాపురం(నెల్లూరు),మార్చి 28 ప్రభాతపార్వత: ప్రాచీన్తీరాములు నెల్లూరుజిల్లా సైదాపురంలో ఆరిఎంపి వైద్యుడు ఇచ్చిన ఇంజక్షన్ వికటించి ఓ వ్యక్తి మృతి చెందాడు .పోలీసులు కథనం మేరకు మండల పరిధిలోని లింగసముద్రం గ్రామ అరుం భతీయవాడుకు చెందిన తాడి శ్రీనివాసులు(56) కాలుకు పాతగాయం ఉండటంతో చికిత్స కోసం స

‘నటసింహం’ అదిరేటి లుక్



నందమూరి నటసింహం నందమూరి బాలకృష్ణ తాజాగా ఆనీల్ రావిపూడి దర్శకత్వంలో సినిమా చేస్తున్న సంగతి తెలిసిందే.. ఈ మూవీ శరవేగంగా మాటింగ్ జరుపుకుంటోంది.. ఖారీ బడ్జెట్తో తెరకెక్కుతున్న ఈచిత్రం తెలంగాణ బ్యాక్ డ్రాఫ్ట్ ఉంటుందని ఇప్పటికే దర్శకుడు క్లారిటీ ఇచ్చారు. ఇందులో బాలయ్య లుక్ కూడ సరికొత్తగా ఉంటోందని తెలుస్తోంది. తాజాగా ఆయనకు సంబంధించిన లుక్స్ అభిమానుల వద్దకు తీసుకొచ్చారు. డిఫరెంట్ హేయిర్ స్టైల్లో వయసు మళ్లిన క్యారెక్టర్లో ఆయన కనిపిస్తున్నారు.. ఈచిత్రంలో కాజల్ అగర్వాల్ హీరోయిన్గా నటిస్తోంది. యంగ్ సెన్సేషన్ హీరోయిన్ శ్రీలీల బాలయ్య కూతురు పాత్రలోకనిపించనుంది.. బాలయ్య కెరీర్లో హయ్యస్ట్రే బడ్జెట్ మూవీగా ఆకోబర్ లో ఈచిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతోందని తెలిసింది.

‘గార్ల్’తో అవార్డు దక్కించుకున్న భామ



సౌత్ మనకున్న టాలెంటెడ్ నటీమణుల్లో సాయిపల్లవి ఒకరు.. లేడీ పవర్ స్టార్ అంటూ అభిమానులు పేరు పెట్టుకున్నారు.. ఆ పేరుకు తగ్గట్టే ఆమె నిరూపించుకుంటోంది.. తాజాగా ముంబైలో జరిగిన క్రిటిక్స్ ఫాయ్స్ అవార్డుల వేడుకలో సందడి చేసింది. గత ఏడాదిగార్ల్ చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది.. అత్యుత్తమ నటనకు గానూ బెస్ట్ హీరోయిన్ అవార్డును అందుకుంది.. ఈ పురస్కారాన్ని స్వీకరించటానికి ఆమె రెడ్ కలర్ వీరలో మెరిసింది.. దీనికి సంబంధించిన ఫోటోలు వైరల్ అవుతున్నాయి.. ఇదిలా ఉండగా ఆమె తన తదుపరి చిత్రాలకు ఇంకా గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వక పోవటంపై అభిమానులు ఒకింత ఆసంతృప్తిలోఉన్నారు తెలిసింది. ఆమె త్వరలోగా ఏదో ఒక మంచి ప్రాజెక్టుతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రావాలని కోరుకుంటున్నారు.

ఆద్యంతం ట్రిలింగ్, యాక్షన్ అంశాలు

మాస్ మహారాజా రవితేజ హీరోగా దక్ష నాగర్జున్, మేఘా ఆకాష్, పూజిత పొన్నాడ, ఫరియా అబ్దుల్లా, అను ఇమ్మాన్యుయేల్ హీరోయిన్లుగా తెరకెక్కిన తాజా చిత్రం రావణాసుర.. అభిషేక్ షిర్కర్ బ్యానర్ పై అభిషేక్ నామా నిర్మిస్తున్నారు. ఈమూవీని యువ దర్శకుడు సుధీర్ వర్మ తెరకెక్కిస్తున్నారు. ఆక్కినేని సుశాంత్ కీలకపాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఈ మూవీ నుంచి ఇప్పటికే రిలీజైన సాంగ్స్, పోస్టర్లకు, టీజర్ కు మంచి స్పందన వచ్చింది. కాగా మంగళవారం థియేట్రీకల్ ట్రైలర్ ను



గ్రాండ్ గా విడుదల చేశారు..ముందుగా ఈట్రెలలో ట్రిలింగ్ యాక్షన్ అంశాలు ఎంతోబాగున్నాయి.. ఇక మాస్ మహారాజా, సుశాంత్ తోపాటు పలువురు ఇతర నటుల లుక్స్, ఫైట్స్, బ్యాంగ్స్ లో స్టార్, విజువల్స్ ముఖ్యంగా డైలాగులు ఇలా అన్నీ అంశాలు ఆకట్టుకుంటున్నాయి..ముత్తంగా రావణాసుర ట్రైలర్ మంచి యాక్షన్, ట్రిలింగ్ అంశాలతో ఆకట్టుకుంటోంది.. ఏప్రిల్ 7న ఈచిత్రం భారీస్థాయిలో థియేటర్లలో విడుదల కానుంది.

ఇంట్లో ప్రత్యేక పూజలు...



టాలీవుడ్ అందాల భామ నిధి అగర్వాల్... తాజాగా ఆమె తన ఇంట్లో పూజలు చేస్తున్న ఫోటో ఒకటి వైరల్ అయ్యింది.. ఉపవాసం ఉండి మరీ ఈపూజలు నిర్వహించినట్లు తెలిసింది.. గులాబీ రంగు దుస్తుల్లో ఆమె కన్నీం చింది.. ఈనందర్పంగా ఆమె రాజ శ్యామల అనే పూజల చేసినట్లు తెలిసింది.. కెరీర్ పరంగా చూస్తే సవ్యసాచి సినిమాతో అమ్మడు ఎంట్రి ఇచ్చింది.. ఆ తర్వాత మిస్టర్ మజ్ను, ఇస్కాల్డ్ శంకర్ వంటి చిత్రాల్లో నటించింది. వీటిలో ఇస్కాల్డ్ శంకర్ భాక్తబస్థర్ అందుకున్న సంగతి తెలిసిందే. ప్రస్తుతం పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ తాజా చిత్రం ‘హరిహర వీరమల్లు’ చిత్రానికి ఎంట్రెయిండ్.. ఇది ఆమెకు లక్ష్మీవాసన్ అంటూ కామెంట్లు వినిపిస్తున్నాయి..

ఆ ప్రేమ వల్లే ఇక్కడి దాకా.. బన్నీ ట్వీట్...

సైల్వెస్టర్ మేకర్ అల్లు అర్జున్.. అంటే తెలుగు రాష్ట్రాల్లోనే కాదు దేశవ్యాప్తంగా ఎనలేని క్రేజ్ ఉంది.. ప్రముఖ మేగా నిర్మాత అల్లు అరవింద్ కుమారుడిగా, హాస్యనటుడు వద్దతీ గ్రహీత దివంగత అల్లు రామలింగయ్య మనుమడిగా సినిరంగంలోకి అడుగుపెట్టారాయన.. తన కంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకు



న్నారు. 1985లో వచ్చిన ‘విజేత’ సినిమాలో బాలనటుడిగా తెలుగు సినీ పరిశ్రమలోకాలు మోపి 2003లో ‘ గంగోత్రి’ మూవీతో హీరోగా ఎంట్రి ఇచ్చాడు.. మొదటి సినిమాతోనే ఆయన భాక్తబస్థర్ హీట్ అందుకున్నారు. ఆ తర్వాత ఆర్మ్య్, బన్నీ, హక్కీ, దేశము దురు, పరుగు, ఆర్మ్య్ 2 చిత్రాల్లో నటించిన తన టాలెంట్ ను నిరూపించుకున్నారు. అప్పైనే వేదం, వరుడు, బల్లినాథ్ వంటి



చిత్రాలు ఒకింత డిజాస్టర్లుగా మిగిలాయి.. అయితే ఆ తర్వాత జూలాయి మూవీతో మళ్లీ హీట్ అందుకున్నారు. రేసుగుర్రం, ఎవడు, సన్నాస్ సత్యమూర్తి, సరైనాడు, అల వైకుంఠపుర

ములో, పుష్ప చిత్రాలతో దేశవ్యాపవనలేని క్రేజ్ ను సొంతం చేసుకున్నారు. బన్నీ సినిరంగంలోకి ఎంట్రి ఇచ్చి 20 సంవత్సరాలు పూర్తయింది.. ఇదే విషయాన్ని ఆయన ట్వీట్టర్ వేదికగా పేర్కొన్నారు.. ప్రేక్షకుల ఆదరణమానాలు, ప్రేమ వల్లే తాను ఈస్థితికి చేరుకున్నట్లు తెలిపారు.. ప్రేక్షకులతోపాటు తన అభిమానులు, ఇండస్ట్రీకివెందిన తనవారందరికీ కృతజ్ఞతలు అని పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్తులోకూడ తనను ఆదరించాలని కోరారు.. బన్నీ పోస్ట్ చేసిన ట్వీట్ ను చూసిన అభిమానులు పెద్ద ఎత్తున కామెంట్లు చేస్తున్నారు. కంగ్రాట్స్, చాలా ఎక్స్ పాటు మీరు ఇలాగే స్టార్ హీరోగా కొనసాగు తారని

కామెంట్లు రూపంలో పేర్కొంటున్నారు. గ్లోబల్ ఐకాన్, ది పుష్ప రూల్ సినిమా కోసం వెయిటింగ్ అంటూ కామెంట్లు పెడుతున్నారు. ‘మీ హార్డ్ వర్క్ అండ్ డెడి కేషన్ కు హక్కున్నాఫ్’ అంటూ కామెంట్లు చేస్తున్నారు. ఇదిలా ఉండగా బన్నీ తన తాజా చిత్రం పుష్ప 2 మాటింగ్ లో బీజీగా ఉన్నారు. పుష్ప మొదటి భాగం నుంచి మంచి గ్రాండ్ గా ఉండేలా క్రియేటివ్ డైరెక్టర్ సుకుమార్ రూపొందిస్తున్నారు.. తాజాగా ఇందుకు సంబంధించి హీరో ఇంట్రడక్షన్ సాంగ్ ను ప్రత్యేక సెట్ లో మూవ్ చేసినట్లు తెలిసింది. త్వరలో రమ్యక సెట్ లోకి జాయిన్ కానున్నారని సమాచారం.

మహేష్ 28 తదుపరి అఫ్ డేట్ అరోజే...



సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు హీరోగా, ప్రముఖ దర్శకుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ తెరకెక్కిస్తున్న తాజా చిత్రం ‘ఎస్ఎస్ఎంబీ 28’ ప్రస్తుతం శరవేగంగా మాటింగ్ జరుపుకుంటోంది.. మహేష్ ను ఇందులో ఊరమాన్ పాత్రలో చూపించబోతున్నారు. ఈ మూవీని హరికా అండ్ హాసీని క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై సూర్యవేదర రాధాకృష్ణ భారీస్థాయిలో నిర్మిస్తున్నారు. పూజాహెగ్డే, శ్రీలీల హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్నారు.. మొదటి నుంచి అందరిలో ఆసక్తి పెంచేస్తోంది.. ఈ మూవీ నుంచి తాజాగా సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు ఫస్ట్ లుక్ ను సోషల్ మీడియాతో రిలీజ్ చేయగా, అనూహ్య స్పందన వచ్చింది. ఈమూవీని సంక్రాంతి కానుకగా తీసుకురా బోతున్నట్లు మేకర్స్ ప్రకటించారు.. ఈచిత్రం నుంచి తదుపరి అవ్వదేవుడు సూపర్ స్టార్ కృష్ణ జయంతి రోజున రిలీజ్ చేస్తామని నిర్మాత నాగవంశీ తన సోషల్ మీడియా అకౌంట్ ద్వారా వెల్లడించారు.. ఇప్పటికే రిలీజైన ఫస్ట్ లుక్ తో ఫ్యాన్స్ ఎంజాయ్ చేస్తున్నారు.. రానున్న అవ్వదేవుడే మరింత ఆసక్తి కలిగించేలా ఉంటుందని నాగవంశీ ఫ్యాన్స్ ను ఫ్యాన్స్ వైరల్ చేస్తున్నారు.

గంటలో ఏకంగా 6లక్షల లైక్స్

సౌత్ స్టార్ భామ సమంత రూత్ ప్రభు.. ప్రస్తుతం తన తాజా చిత్రం ‘శాకుంతలం’ ప్రమోషన్ లో బీజీగా ఉన్నారామె.. కాగా ఇటీవల ఆమె స్వల్ప అనారోగ్యంతో మీడియాకు దూరంగా ఉన్నారం.. అనారోగ్యంతో బాధపడ్డ ఆమె ఫేస్ బుక్ మార్పుపట్టించిన కామెంట్లకు ఆమె కౌంటర్ ఇచ్చారు.



మళ్లీ తన పూర్వ రూపంలోని వచ్చి అభిమానులను సర్ప్రైజ్ చేశారామె. శాకుంతలం ప్రమోషన్ లో సమంత చాలా యాక్టివ్ గా కనిపించారు.. ఆమె అందం గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు.. సమంత తాజా ఫోటోలు ఇప్పుడు ఫ్యాన్స్ ను అలరిస్తున్నాయి.. తాజాగా ఆమె తెల్లటి డ్రెస్ లో కూర్చో లుక్స్ తో ఉన్న ఫోటోలను షేర్ చేశారు.. సమంత షేర్ చేసిన ఫోటోలను అభిమానులు తెగవైరల్ చేస్తున్నారు. కాగా ఇన్ స్టాలో ఈ ఫోటోలు షేర్ చేసిన గంటలోనే ఏకంగా 6లక్షల లైక్స్ వచ్చిపడ్డాయి.. తమ అభిమాన హీరోయిన్ ను ఇంత కూర్చోటా చూసి ఎన్నోకొద్దిగా అంటూ ఫ్యాన్స్ కామెంట్లు వచ్చుకుంటున్నారని.

త్వరలో వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ గా..



యంగ్ గణేష్ పట్టాభి దర్శకత్వంలో రూపొందిన చిత్రం గాడ్స్.. యాక్షన్ ట్రిల్లర్ గా తెరకెక్కింది.. సికెస్ఫుల్స్ పతాకంపై ప్రముఖ నిర్మాత సి.కళ్యాణ్ ఈచిత్రాన్ని నిర్మించారు. ఈచిత్రంలో హాస్యరస లక్ష్మి హీరోయిన్ గా నటించింది.. గత ఏడాది థియేటర్లలో విడుదలైంది.. ఇప్పుడు వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ గా బుల్లితెర ప్రేక్షకుల వద్దకు రాబోతోంది.. ఈచిత్రంలో త్వరలో వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ గా ఈజీవీలో ప్రసారంకానుంది.. శాండి అడ్డంకి ఈ చిత్రానికి సంగీతం అందించారు. నాగబాబు, బ్రహ్మాజీ కీలక పాత్రల్లో నటించారు.

ఎన్టీఆర్, కొరటాల చిత్రానికి మరో హావీవుడ్ టెక్నిషియన్...

ప్రముఖ దర్శకుడు కొరటాల శివ దర్శకత్వంలో యంగ్ టైగర్ ఎన్టీఆర్ చేస్తున్న చిత్రం ఇటీవల ప్రారంభమైన సంగతి విదితమే.. ఆరీఆర్ వంటి సూపర్ హిట్ మూవీ తర్వాత ఎన్టీఆర్ చేస్తున్న చిత్రమిదే .. ఈసినిమాపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.. ఈసినిమాలో బాలీవుడ్ యంగ్ బ్యాడ్ జాన్సీకపూర్ హీరోయిన్గా తెలుగులోకి ఎంట్రి ఇవ్వబోతోంది.. అనిరుద్ సంగీతం అంది



స్తున్న ఈచిత్రంలో ప్రముఖ నటుడు ప్రకాష్ రాజ్ కీలకపాత్రలోకనిపించున్నారు. కాగా ఇటీవల ఈచిత్రంతోసం ఒక హావీవుడ్ కొరియోగ్రాఫర్ ను రంగంలోకి దించారు. అయితే ఇప్పుడు మరో హావీవుడ్ టెక్నిషియన్ ను తీసుకొస్తున్నారు. ఈసినిమాకు హావీవుడ్ వీఎఫ్ఎస్ సూపర్ ఫైజర్ ను రిప్పించింది యూనిట్.. ఆక్సామాన్, జస్టిన్ లీగ్ బ్రాడ్ మ్యూన్ వర్మిన్ సూపర్ మ్యూన్ వంటి సినిమాలకు వీఎఫ్ఎస్ సూపర్ ఫైజర్ గా వర్మచేసిన బ్రాడ్ మినింట్ ఈచిత్రంలో కొన్ని కీలక సన్నివేశాలకు వీఎఫ్ఎస్ సూపర్ విజన్ చేస్తారని తాజాగా యూనిట్ ఆధికారంగా ప్రకటన చేసింది.. ఎన్టీఆర్ 30 చిత్రం ఒక కల్పిత ఐలాండ్ పోర్ట్ సిటీలో సెట్ చేయబడిన యాక్షన్ డ్రామాగా రూపొందిస్తున్నారు. తెలుగు, తమిళ, హిందీ, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లో ఈచిత్రం పాన్ ఇండియా స్థాయిలో విడుదల కానుంది.. యువసుధ ఆర్ట్స్, ఎన్టీఆర్ ఆర్ట్స్ బ్యానర్లపై సుధాకర్ మిక్సింగ్ చేసిన, హరికృష్ణ కె నిర్మిస్తుండగా, నందమూరి కల్యాణ్ రామ్ సమర్పిస్తున్నారు..

కమర్షియల్ వైపు చూపు!

దట్టి ముదు గుమ్మ ఇం ‘మహానటి’ కీర్తి సురేష్ నటనా విశ్వరూపం తెలిసిందే.. ఎలాంటి పాత్రలైనా అలవోకగా చేస్తుందనే పేరు తెచ్చుకుంది. కాగా ఇటీవల ఆమె చేస్తున్న ఫోటోమాట్లు ఆమెంతగా ఆసక్తికరంగా మారాయి.. సర్కారు వారి పాటు చిత్రంలో ఓ మోస్తరు స్క్రీన్ థో చేసిన ఈభామ ఒకింత మారిందనే టాక్ వినిపిస్తోంది.. అంతేకాదు డీవేజ్ థో చేసిన ఫోటోలను షేర్ చేసిన ఈ భామ ఆ విషయాన్ని చెప్పకనే చెబుతున్నాయి.. తాజా గా దసరా చిత్రం ప్రమోషన్ లో బీజీగా ఉంది.. ఈ ఈసినిమాకు సంబంధించి ప్రమోషన్ లో అందాల ఆరబోత డ్రెస్ లో దర్శన మిస్తూ అందరి దృష్టికి ఆకర్షిస్తోంది. కాగా దసరా చిత్రంలో డిగ్రీమర్ రోల్ చేసిన ఈ ముద్దుగుమ్మ ఈచిత్రంపై ఎన్నో హాట్ ఫైట్లు పెట్టుకుందట.. ఏదెలా ఉన్నా ఈ ‘మహానటి’ మెల్లగా కమర్షియల్ చిత్రాల హీరోయిన్ గా దారిపడుతోందనే కామెంట్స్ లేకపోలేదు.



ఆ బాధ్యతకు నేను కట్టుబడి ఉంటా



చీవితంలో పెళ్లి అనేది ఓ బాధ్యత.. ఆ బాధ్యతకు నేను కట్టుబడి ఉంటాను అంటూ సర్దుగర్పంగా చెప్పింది హాట్ బ్యూటీ హానీరోజ్.., వీరసింహారెడ్డి సినిమాతో పాపులర్ అయిన ఈ బ్యూటీ అందానికి ఫోలోయింగ్ అంతా ఇంకాకాదు.. ఈచిత్రం హిట్ అయిన నాటి నుంచి తెలుగులో ఈభామ మరింత పాపులర్ అయ్యింది.. ఒక్క సినిమాతోనే బోలెడంత గుర్తింపు తెచ్చుకుంది.. కాగా టాలీవుడ్ లో చాలా ఎక్స్ క్రేజ్ మే ఈ భామ లాండ్ అయ్యింది. ఆయన చిత్రంతో తెలుగులో తొలుత పరిచయం అయ్యింది.. ఆ పై ఈ వర్షం సాక్షిగా.. అనే సినిమాలో నటించింది.. మళ్లీ ఎనిమిదేళ్ల తర్వాత వీరసింహారెడ్డి చిత్రంతోకనిపించింది.. ఈ నేపథ్యంలో ఈ భామ తాజాగా ఓ శుభవార్త చెప్పింది.. పెళ్లికి సిద్ధంగా ఉన్నానంటూ గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది.. మంచి పరుగుకోసం వెతుకుతున్నానని పేర్కొంది.. ప్రస్తుతం మాలీవుడ్ క పరిమితమైన ఈ చయార్త్ మళ్లీ తెలుగు సినిమాల వైపు ప్రయత్నాలు చేస్తోంది.

బంధువుల రాకతో.. ఇంటిల్లిపాడిలో సంతోషాలు నిండి సగం పండగ కళ వచ్చేస్తుంది మరి తక్కిన సగం కళని తీసుకురావాలంటే.. ఇంటికొచ్చే



బంధువులరైసా, మనకైనా

అభ్యుదయం కలిగించేవి పచ్చని తోరణాలే కదా!
 బంధిపూలు ఒకే రంగువి కాకుండా.. లేత ముదురురంగుల్లో సగం సగం తీసుకోండి. రంగుని మార్చుకున్న తోరణాలు కట్టండి. మధ్యలో ఆట విడుపుగా ఒక మామిడికలని వేయండి. అభ్యుదయంగానూ, కొత్తగానూ కనిపిస్తాయి. పిల్లలే చివర ప్లాస్టిక్ గుంటలు లేదా లోహపు గంటలు విడిగా దొరుకుతున్నాయి. అవి కట్టి చూడండి. తోరణాలు భలే ముద్దొస్తాయి.
 సగరాల్లో మామిడికలు పెద్దగా దొరకవు కదా! దొరకిన కొన్నింటితో అందంగా మెరిపించాలంటే.. పురకొనకి ఒక్కో ఆకుని పిన్ కొట్టియండి. ఒక్కో ఆకుపైన టేవీతో గులాబీలను కానీ, బంధిపూలని కానీ అతికించేయండి. పూల తోరణాలు సిద్ధం.
 రజనీగంధ అవేనండి.. లిల్లి పూల తోరణాలు మళ్ళీ కత్తగా

లిల్లి పూల మాలిక ఎర్ర కలువలని కూడా జోడించండి. పండగ కళ మొత్తం ఇంటి ముంగిళ్ళో ముగ్గిసుకుని కూర్చోకపోతే అడగండి.
 కలువపూల హ్యాంగింగ్లు రెడీమేడ్గా దొరుకుతున్నాయి. వాటి చివర బంధిపూలని జోడిస్తే ముప్పట్లా ఉంటాయి. పండగ కళ ఇట్టే వచ్చేస్తుంది.

అలరిస్తున్నాయి. లిల్లిలని నిలువుగా గుచ్చి, చివర బంధిపూలతో, చిన్నపాటి గులాబీలతో గుప్పించండి. కలలేగా ఉంటాయా తోరణాలు ఇక అడ్డం గా

రాత్రిపూట ఆ బస్ స్టాప్ లో ఒంటరిగా బస్ కోసం ఎదురుచూడడం నావల్ల కాదు. అబ్బాయి వెకిలి చేష్టలతో ఇబ్బంది పెడుతున్నారు. రద్దీ బస్సులో తాకరాని చోట తాకుతారు. ఎంత అత్యవసరం అయినా సరే ఇంటికి రావాల్సిందే! అక్కడ టాయిలెట్లు వాడితే ఇన్ ఫిక్షన్ తో చావడం వస్తూ.. ఆ దారిలో వీధి దీపాలు ఉండవు. చంపేసినా దిక్కుండు. అందుకే నైట్ డ్యూటీలు చేయలేక ఉద్యోగం వదులుకున్నా. ఏడాది క్రితం జరిగిన సర్వేలో ఆడవాళ్ళు చెప్పిన సమస్యలివి. పెద్ద, స్థలం మారుండాప్పు కానీ దాదాపుగా అందరివీ ఇలాంటి సమస్యలే. వీటికి పరిష్కారం కోసం ప్రారంభమైందే జెండర్ అండ్ పాలసీ ల్యాబ్..

ఉద్యోగం చేయాలని ఉన్నా.. సమాజంలో ఎదురయ్యే ఇబ్బందికర సమస్యలు వాళ్ళని వెనకడుగు వేస్తున్నాయి ఈ సర్వే తెల్పింది. ఒక్క చెన్నైలోనే కాదు ఇతర నగరాల్లోనూ 56 శాతం మంది మహిళలు ప్రజా రవాణాలో లైంగిక వేధింపులకు గురవుతున్నామని వెల్లడించారు. దీనికి గ్రేటర్ చెన్నై కార్పొరేషన్ యంత్రాం గం పరిష్కారం చూపించాలనుకుంది. ఈ క్రమంలో వచ్చిన ఆలోచన జెండర్ అండ్ పాలసీ ల్యాబ్ 2021 మార్చి 8న మహిళా డివీజన్ త్వరం సందర్భంగా ఈ ల్యాబ్ ను ప్రకటించి.. నిర్ణయ ప్రాజెక్టులో భాగంగా 2022 ఏప్రిల్ 1 నుంచి అందుబాటులోకి తెచ్చారు.
లసాకర్లు అడిటింగ్... మహిళలకు అందగా నిలవాలను కోనే ఈ ఆలోచనకు ప్రపంచబ్యాంకు సహకారం కూడా తోడయ్యింది. సగరంలో మహిళలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను పరిష్కారం చూపేందుకు అవెక్స్ కమిటీని ఏర్పాటుచేశారు. ఇందులో గ్రేటర్ కార్పొరేషన్ యంత్రాం, పోలీసు, రవాణా, ఆరోగ్య, మహిళా సాధికారత, విద్య.. ఇలా వివిధ శాఖల నుంచి ఉన్నతాధికారులు సభ్యులుగా ఉన్నారు. సగరంలోని అన్ని జోన్లలో పూర్తి స్థాయి పరిష్కారం చూపేలా, ఈ ల్యాబ్ 3 ఏళ్ల గడువు అందించారు



మొదమంచి పరిష్కారాల్ని రాబట్టేలా జెండర్ ల్యాబ్ బాధ్యత తీసుకుంది. తొలివిడతగా సగరంలోని తడయారోపేటలో సర్వేచేశారు.
శిక్షణతో చైతన్యం.. అలాగే రైళ్ళు, బస్సుల్లో ఎదురయ్యే సమస్యల్ని ధైర్యంగా ఎదుర్కొనేందుకు ల్యాబ్ అధ్యర్థంలో

మహిళా సమస్యల పరిశోధనశాల ..

అంటూన్నారు కార్పొరేషన్ డిప్యూటీ కమిషనర్, ఈ ల్యాబ్ బాధ్యతలు చూస్తున్న డి.స్మిథా, ఈ ల్యాబ్ కోసం రూ.4 కోట్లు కేటాయించారు. ఏడాదికాలంగా ఈ ల్యాబ్ చురుగ్గా వేధింపులు, నేరాలు ఇలా అన్ని కోణాలనూ క్షేత్రస్థాయిలో సర్వేలు నిర్వహించి యువతల అభిప్రాయాలు సేకరిస్తుంది ల్యాబ్. సర్వే నివేదికల ఆధారంగా ఆయా అంశాల్ని పాలకమండలి

ప్రత్యేక కోర్సులే ఏర్పాటు చేశారు. ఇప్పటికే పలు బ్యాచ్ లు పూర్తయ్యాయి. ఒక్కో బ్యాచ్ కు 10 రోజుల పాటు మెలకువలు నేర్పుతున్నారు. ఎక్కువగా ఉద్యోగినులు వీటిపై ఆసక్తి చూపుతున్నారు. అడిట్ లో చైతన్యం కోసం వీరులో నాలుకాలు, పాతకాలల్లో, కళాకాలల్లో అమాహన తరగతులు నిర్వహిస్తున్నారు. జెండర్ ల్యాబ్ సూచనలు మేరకు శాఖలన్నీ సమర్పణ చేసివేస్తున్నాయి. కోన్ని ప్రాంతాల్లో విద్యుద్ధీపాల్ని మెరుగుపరిచాం. సీని కెమెరాలు ఏర్పాటుచేస్తున్నాం. ప్రజారవాణాని ఆడవారికి అనుకూలంగా ఉండేలా మార్చున్నాం. రాత్రి సమయల్లోనూ చెన్నై సురక్షితం అని చాటివేస్తేలా సైకింగ్ కూడా చేపట్టాం. తరచూ సమీక్షలు చేస్తున్నాం అంటున్నారు చెన్నై మేయర్ పీయూరాజన్.
 మెంతులు కడాయిలో వేసి స్టాప్ చేసిన పక్కన పెట్టాలి. స్టాప్ వెలిగింది కడాయి పెట్టే దాంట్లో నూనెవేసి ఆది వేడయ్యాక
 అందులో మామిడికాయ తురుము ఉప్పు, కారం, మిక్స్ వట్టిన ఆవాలు పొడి ఒక టేబుల్ స్పూను, చుప్ప వేసి కలిపి వక్కన పెట్టాలి. స్టాప్ వెలిగింది కడాయి పెట్టే దాంట్లో నూనెవేసి ఆది వేడయ్యాక



మామిడి తురుము పచ్చడి



తాలింపులో ఆవాలు, వెల్లుల్లి రెబ్బలు, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు, ఇంగువ వేసి మోకా నూనెను పూర్తిగా చల్లారనివ్వాలి. ముందుగా కలిపి వక్కన పెట్టు కున్న తురుమును మిశ్రమంలో వేసి కలపాలి. తడిలేని గాజు సీసాలో భద్రపరుచుకుంటే చుకుంటే మామిడినిలల పరకా నిల్వ ఉంటుంది.
 మధు మేహం ఉన్నవారు ఈ కరివేపాకు టీనిని తాగితే చాలు.. ఘగర్ లేవల్సిన ఎంపక్కా సమస్యయం అవుతాయి.
 పని ఒత్తిడి, మారిన ఆహారపు అలవాట్లూ జీర్ణవ్యవస్థపై ప్రభావం చూపుతున్నాయి. ఈ ఇబ్బందులలో బాధపడేవారు రోజూ వేడి వేడిగా ఈ చాయని తాగితే సరి. జీర్ణ వ్యవస్థ సక్రమంగా పనిచేయడమే కాదు.. మెదడుకీ ఉపశమనం లభిస్తుంది.

జుట్టు సమస్యలకు చెక్



మసాజ్ ఎలా చేయాలంటే..
 వాలామంది మసాజ్ అనగానే.. జుట్టుకు కడుక్కుకు నూనె బాగా వట్టించి కాసేపు రుద్దుతుంటారు. కానీ అలా పైసైన మసాజ్ చేయడం కాకుండా ఒక వద్దతి ప్రకారం చేయడం వల్ల దాన్నుంచి పొందాల్సిన ప్రయోజనాలన్నీ కుదుళ్ళకు అందుతాయి. ఈ క్రమంలో..
 ముందుగా తల మధ్య భాగంలోని కుదుళ్ళ వద్ద కొద్దిగా నూనె పోసి అరవేతో ముందుకీ, వెనకీగా అనాలి.
 ఆ తర్వాత అదే అరవేతితో పదిసార్లు నెమ్మదిగా ట్రోక్స్ ఇవ్వాలి.
 ఇప్పుడు చేతి మునివేళ్ళకు నూనె రాసుకోని.. రెండు బొటన వేళ్ళను చెవుల వెనకాల ఉంచాలి. మిగతా వేళ్ళతో కుదుళ్ళ కింది భాగం నుంచి పైవైపుగా గుండ్రంగా మర్చన చేసుకుంటూ రావాలి.
 ఆ తర్వాత మెడ వెనక భాగంలో మధ్య వేళ్ళతో కింది నుంచి పైకి నాలుగైదుసార్లు మసాజ్ చేయాలి.



ఇప్పుడు ఇంతకుముందులాగే మునివేళ్ళకు నూనెను అపై చేసుకోని.. రెండు బొటన వేళ్ళను చెవుల ముందు భాగంలో ఉంచాలి. మిగతా వేళ్ళతో జుట్టు ముందు నుంచి కుదుళ్ళ మధ్య దాకా గుండ్రంగా తిప్పుతూ మర్చన చేయాలి.
 ఆపై చూపుడు వేలితో చెవుల ముందు నుంచి వెనక వరకూ మసాజ్ చేయాలి. ఇలా నాలుగైదుసార్లు చేయాలి.
 ఆ తర్వాత రెండు చేతులకు నూనె రాసుకోని.. ఇరువైపులా మెడ వెనక నుంచి ముందు వరకు సున్నితంగా మసాజ్ చేయాలి.
 ఆ తర్వాత రెండు చేతులకు నూనె రాసుకోని.. ఇరువైపులా మెడ వెనక నుంచి ముందు వరకు సున్నితంగా మసాజ్ చేయాలి.
 ఇక ఇఖరుగా.. చేతులకు నూనె అపై చేసుకోని.. మెడ కింది భాగంలో, ఛాతీకి పైభాగంలో రుద్దుకుంటూ భుజాల దాకా నెమ్మదిగా మర్చన చేసుకోవాలి. ఇలా వారనికోసారి ఈ మసాజ్ ప్రక్రియను పాటించడం వల్ల జుట్టు సమస్యలన్నీ తొలగిపోతాయి.

జుట్టును జాగ్రత్తగా...
 కొంతమందికి కుదుళ్ళ వద్ద చర్మం పొలుసులుగా ఉడిపోవడం, జుట్టు పొడిబారినావడం, అలోపేసియా (కుదుళ్ళ వద్ద జుట్టు ప్యాపర్లా ఉడిపోవడం), చుండు, వంటి సమస్యలు తలెత్తుతుంటాయి. వీటన్నింటికీ ఒకేసారి చెక్ పెట్టాలంటే అందుకు మసాజ్ చక్కటి పరిష్కారం.
 నిర్దిష్టమైన జుట్టును సుగుణాలు కలిగినవి వంటి శ్రీరాముడు ఒక్కడే సకల గుణాలనుబుద్ధుగా, సకలగుణాభిరాముడుగా, అందరి హృదయాలలో కీర్తింపబడ్డాడు. తండ్రి మాట జవహరుని వాడుగా పితృవాక్య

సకల గుణాభిరాముడు

పరిపాలకుడుగా, మాట తప్పని వాడుగా శ్రీరామ చంద్రుడు ఈ లోకానికి ఆదర్శంగా నిలిచాడు త్రేతాయుగంలో శ్రీ మహావిష్ణువే శ్రీరాముడి అవతారంలో అవతరించాడు. ధైమ హృదయముగా అందరినీ పలకరించే వాడు ద్వేషం లేనివాడుగా శ్రీరామచంద్రుడు అందరికీ ఆదర్శంగా నిలిచారు. అందుకే అందరూ శ్రీ రాముడు అనే ఇష్టపదతారు. సకల లోకైక పరిపాలకుడుగా శ్రీరామ ధన్యుడయ్యాడు చాలామంది ప్రజలు తమకు రామరాజ్యం రావాలని కోరుకుంటారు. ఎందుకంటే రామరాజ్యంలో సుఖ సంతోషాలకు కొదవలేదు. సుఖిష్టంగా ఉండేది. పాడి పంటలకు పచ్చని సంస్కృతికీ నిదర్శనం ఈ రామరాజ్యం కనుక ఈ ఆధ్యాత్మికం ఆరామైనా, ఏ

యగమైనా రామ రాజ్యంనే అందరూ కోరుకుంటారు. శ్రీ రామచంద్రుడు తన పరిపాలనలో ప్రజలు సుఖ సంతోషాలతో ఉండేలా చూసుకున్నాడు శ్రీరామసవమి పర్యధినంనాడు సీతాకళ్యాణం రంగ రంగ వైభవంగా జరుపుతారు కొన్ని ప్రాంతాలలో తొమ్మిది రోజులు సవమి వేడుకలు చేస్తారు. శ్రీ రామనామం గొప్ప శక్తి కలది. మహిమ కలది అని మహాభక్తుడైన అంజనేయుడు నిరూపించాడు. జై శ్రీరామ్ నినాదంతో ఆయోధ్యలో రామాలయం నిర్మిస్తున్నారు. శ్రీరామ అన్న పదాల రామకోటి రానీ అనేకమంది ధన్యులయ్యారు శ్రీరామ అన్న పదంలో ఎంతో శక్తిదాగివున్నది. అంజనేయుడు సముద్రం లంఘించే సమయంలో జై శ్రీరామ్ అన్న నినాదంతో అపవిత్రంగా వెళ్ళ కలిగారు. సీతజ్ఞాన కనుగొని వచ్చాడు. శ్రీ రామదూతగా హనుమాన్ భక్తి ఆపారమైనది. శ్రీరాముడు జగదధి రాముడు, నీల మేఘ శ్యాము డు, లోకాధిరాముడు అయిన సకల గుణాభిరాముడు ప్రతి ఏటా చైత్ర మాసం శుక్ల పక్ష సవమినాడు శ్రీరామసవమి పండుగ వేడుకలు అత్యంత ప్రవత్తులతో తెలుగు వారు రంగ రంగ వైభవంగా జరుపుకుంటారు శ్రీరామ నామం శుభ సూచకం, శ్రీ రామనామ జపం ఎంతో మోక్ష ప్రదం.

- ఎల్. ప్రభులచంద్ర

ఎండాకాలంలో మొక్కలు జాగ్రత్త!



లో మొక్కలకు నీళ్ళని పోసినా త్వరగా ఆవిరైపోతాయి. లేదా డ్రైయిన్ ద్వారా బయటకు వచ్చేస్తాయి. అందుకే ఒకసారి కాకుండా తరచుకొద్దికొద్దిగా నీళ్ళు పోయండి. అప్పుడు మొక్కలు కావలసిన తడి అనుకుని తగ్గింపించే యిస్తాయి.
 తరచూ టీ తాగితే ఒంటికి మంచిది కాదు. కానీ, రోజుకొక్క సార్లుగా ఈ కరివేపాకు ఛాయ్ తాగితే మాత్రం రుచితో పాటు ఆరోగ్యమూ.. ఆదెలాంటిదా ?
 గుప్పెడు కరివేపాకుల్ని కడిగి నీళ్ళలో వేసి మరిగించండి. ఆపై వడకట్టి కాస్త పటిక బెల్లం వేసుకుని తాగి చూడండి. ఆ ఆకుల సువాసన సరాలను రిల్యాక్స్ చేస్తుంది. ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది. అతేకాదు. కరివేపాకులో ఫిసోఫ్ ఫిల్ అనే యాంటి ఆసిడ్ చర్మం వ్యాధులను నయం చేస్తుంది.
 కరివేపాకు చాయ్ రోజూ తాగితే ఇందులోని విటమిన్లు, ఖనిజాలు కంటి చూపుని మెరుగు పరుస్తాయి. వ్యాధినిరోధక శక్తిని పెంచి జుట్టు, చర్మాన్ని మెరిపిస్తాయి.

లోనూ, మట్టిలోనూ ఎక్కువ గా తేమను కోరుకుంటాయి. అందుకే స్ప్రాంటర్ బేస్ స్ప్రేట్ ని గురికొక్కతో నింపి పీల్చిపోసి అపై కుండీని పెడితే సరి. లేదా.. మొక్క పీచుని ఉంచి నీళ్ళ పోస్తే సరి. ఎక్కువ సమయం తేమగా ఉంటాయి.
 ఈ కాలం

ఒత్తిడి తగ్గించే కరివేపాకు టీ!



అరివినంత మౌత్రాన సమస్యకీ పరిష్కారం దొరకదని గర్భపెట్టుకోవాలి. భాగస్వామి కోపంతో అరుస్తున్నప్పుడు మీరు కూడా ఎదురు వాదనకు దిగకుండా ప్రశాంతంగా ఉండి చూడండి. వారి కోంత సేపటికీ మామూలు స్థితికి చేరుకుంటారు.
 భాగస్వామిలో మిమ్మల్ని ఇబ్బంది పెట్టే మీరు నచ్చని ఏ విషయాలైనా కోపంతో చిరుబురులాడుతూ కాకుండా నిదానంగా నచ్చ చెప్పండి. అలాగే మీలో మార్పుకోవాల్సిన విషయాలేమిటో కూడా అడిగి చూడండి. బలవంతంగా మీ ఇష్టాలను కూడా భాగస్వామి పై రుద్దే ప్రయత్నం చేయకండి. వారి ఆభీరుపలకి ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి చాలా సంతోషిస్తారు.
 పిల్లలు పుట్టిన తర్వాత సాధారణంగా దంపతులు వారి వ్యక్తిగతం గురించి ఆలోచించరు. అలా కాకుండా వారిని ముప్పైయేడుకు అప్పుడప్పుడూ పీకారుకీ తీసుకెళ్ళబెస్తా, వీళ్ళు చిన్న బహుమతులతో ఇల్లి చూడండి. వసతులను పంచుకుంటూ, ఒకరి పట్ల ఒకరు బాధ్యతగా వ్యవహరిస్తూ నడుచుకుంటే బంధం మరింత బలపడుతుందని నిపుణులు సూచన.

ఓపిగ్గా చెప్పి మనసు దోచేద్దాం..



వాసలవుతుంటాయి. ఇరువురూ సువ్యెంత అంటే సువ్యెంత అని గొడవ పడితే పెరిగింది దూరంమే అలా కాకూడదంటే ఏం చేయాలి? ఆఫీసులో ఉన్న పని ఒత్తిడి ఇంట్లో చూపించడం సహజం. ఆ చింతలతో ప్రతి చిన్న విషయానికీ భాగస్వామిపై కయ్యాల్సి దిగుతూ ఉంటాం. అలా కాకుండా బయటి విషయాలన్నీ బయటి ఒదిలేసి ప్రశాంతంగా ఇంటికి వెళ్ళే మంచిది.
 ఏదైనా చిన్న గొడవ మొదలైనప్పుడు ఇద్దరూ పోటీ పడి

