

హాటర్

గత వారం రోజుల వై బిలిట్స్

ఇతర రాష్ట్రాలు, ప్రపంచ దేశాల
ముఖ్యమైన పరిణామాలు

సామాజిక, ఆర్థిక, రాజకీయ
పుస్తక సమీక్షలు

ప్రతి ఆదివారం 'వార్త' మెయిన్ లో
ఒక పూర్తి పేజీ

epaper.vaartha.com WWW.VAARTHA.COM

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



రేషన్ పంపిణీస్కాంలో
బెంగాల్ మంత్రి అరెస్టు

5

చైనా మాజీ ప్రధాని
లీ కెకియాంగ్ మృతి

శ్రీకాకుళం

fb.com/vaarthha

28-10-2023 శనివారం సంపుటి : 29 సంచిక : 268, పేజీలు : 10+6 వెల : 6.50

నా అంతానికి జరుగుతున్న కుట్ర



చంద్రబాబు భద్రతపై అప్రమత్తంగా ఉన్నారని: జైళ్లశాఖ డివిజన్ రిపోర్ట్

ఎసిబి కోర్టు ఇడ్డికి చంద్రబాబు లేఖ
లిఖిత పూర్వక ఫిర్యాదు పంపిన మాజీ సీఎం
జైల్లోని వాసుపక్ష తీవ్రవాదులతో తన
ప్రాణాలకు ముప్పు ఉందన్న బాబు
పెన్ కెమెరాతో తిరుగుతున్న డ్రగ్స్
కేసు నిందితుడు
ఇడ్డికి లేఖలో చంద్రబాబు
విజయవాడ, అక్టోబరు 27, ప్రభాతవార్త ప్రతినది:
తనను చంపడానికి భారీ కుట్రజరుగుతుందని
తెలుగుదేశంపార్టీ జాతీయ అధ్యక్షుడు, స్కిల్ స్కా
మోల్ సీనియర్ అధికారి అయిన ఎదుర్కొంటున్న చం
ద్రబాబునాయుడు ఆందోళనపత్రం చేసా
రు. రాజమహేంద్రవరం (రాజమండ్రి) >>2

విశ్వనగరాలుగా విజయవాడ, విశాఖ

విజయవాడ, అక్టోబరు 27, ప్రభాతవార్త ప్రతినది:
విశ్వనగరాలుగా విజయవాడ, విశాఖ నగరాలను
తీర్చిదిద్దుతామని ఏటీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగ
న్మోహన్ రెడ్డి అన్నారు. ఈ నగరాలకు సూతన
శోభను తీసుకుని వస్తామన్నారు. రాష్ట్రంలోని
ఆన్ని కీలకనగరాల్లో పట్టణాలలో వర్షాలా ముగి
సినందున అంతర్గత రహదారుల అభివృద్ధిపై
అధికారులు పూర్తి దృష్టి పెట్టాలని ఆదేశించారు.
శుక్రవారం తన మజిలీ కార్యాలయంలో విజయ
వాడ, విశాఖపట్టణం. కాకినాడ, రాజమండ్రి,
కర్నూలు, కడప, తిరుపతి, గుంటూరు సహా
వివిధనగరపాలక సంస్థల్లో కొనసాగుతున్న అభి
వృద్ధి కార్యక్రమాలు, చేపట్టనున్న ప్రాజెక్టులపై
సీఎం జగన్ సమగ్రంగా సమీక్షించారు. ఈ సం

దర్శనంగా సీఎం మాట్లాడుతూ నగరాల్లో త్వరగా
రోడ్ల నిర్మాణాలు పూర్తి చేయాలన్నారు. నీటి సం
రక్షణపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టాలన్నారు. విశాఖ
నగరంలో చేపట్టిన వివిధ అభివృద్ధి కార్యక్రమా
లకు సంబంధించి నిర్దిష్ట కాలవ్యవధిలోనే పూర్తి
చేయాలన్నారు. ఒక్క విశాఖ నగరంలోనే 53
నెలల కాలంలో రూ. 3592 కోట్ల మేర రోడ్లు,
డ్రైయింపు, నీటి సరఫరా, వీధి లైట్లు, పార్కులు,
వాటర్ షాడీలు, సుందరీకరణ, మురుగునీటి
శుద్ధి, వివిధ భవనాల నిర్మాణం, పౌరుల సేవలకు
ఖర్చు చేసినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. సముద్ర
ద్రవీరం వెంబడి వస్తున్న పరిశ్రమల సముద్ర
నీటినే డీశాలినేషన్ చేసి వినియోగించేలా చూడా
లన్నారు. విశాఖ నగరంలో రోడ్ల విస్తరణ, ట్రాఫిక్

నిర్వహణ మీద ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టాలన్నారు.
భవిష్యత్తులో జనభా పెరుగుతున్నందున పౌరు
లకు అసౌకర్యం లేకుండా తగిన చర్యలు తీసు
కోవాలన్నారు. 4 ఎకరాలకు పైగా విస్తీర్ణంలో
రూ. 100 కోట్లతో జీవీఎంసీ ప్రధాన కార్యాలయ
నిర్మాణం జరుగుతుందన్నారు. రూ. 300 కోట్లతో
విశాఖనగరంలో మౌలిక సదుపాయాలు కల్పనా
ప్రాజెక్టు కింద త్వరలో పనులు ప్రారంభించామ
న్నారు. మూడువరసల్లో పార్కు అభివృద్ధి, ఆర్ట్స్
కాంప్లెక్స్ సమీపంలో కమర్షియల్ కాంప్లెక్స్, పబ్లిక్
లెవల్ కారు పార్కింగ్, థీమిలి, గాజువాక, ఆన
కాపల్లిలో స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్ నిర్మాణాలను త్వర
గా పూర్తి చేయాలన్నారు. విజయవాడలో
అందేద్యర్ స్థూపివనం పనులను వేగవంతం >>2



100 కోట్లతో జీవీఎంసీ
ప్రధాన కార్యాలయం
విజయవాడలో అందేద్యర్
స్థూపివనం
రాజమండ్రి హెచ్.ఎల్.బి.బి.
సుందరీకరణ
నెల్లూరుకు ముంపు లేకుండా రక్షణగోడ
నగర, పురపాలక శాఖలపై
సీఎం జగన్ సమీక్ష



ఎన్నికల జాబితా ఇన్ సెట్ లో ఇన్ ముఖ్య కుమార్ మీనా

పురుష హిటర్ల అధికం
జనవరి 5న తుది జాబితా విడుదల
విజయవాడ, అక్టోబరు 27, ప్రభాతవార్త ప్రతినది:
ఆంధ్రప్రదేశ్ లో మొత్తం ఓటర్లలో మహిళలకన్నా
పురుషులే అధికంగా ఉన్నారు. ఏపీ ముసాయిదా
ఓటర్లు జాబితాను రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం
ప్రధాన అధికారి ముఖేష్ కుమార్ మీనా విడుదల
చేసారు. సంబంధిత జాబితాను ఓటర్లకు అందు
బాటులో ఉండేవిధంగా శుక్రవారం ఆన్
లైన్ లో ఉంచారు. ముసాయిదా ఓటర్ల జా >>2

రాష్ట్రమంతా కరవు పరిస్థితి

తక్షణమే కరవు మండలాలను ప్రకటించాలి: టిడిపి వ్యవసాయ స్థిలంగ్ కమిటీ సమావేశంలో అచ్చెన్నాయుడు
అమరావతి, అక్టోబర్ 27, ప్రభాతవార్త ప్రతినది:
రాష్ట్రంలో గత వంద సంవత్సరాల్లో ఇంతటి
కరవు చూడలేదని, సాగునీరు అందక రైతుల
కళ్లమందే పంటలు ఎండిపోతున్నా జగన్ కు
పట్టటం లేదని ఎపి టిడిపి అధ్యక్షుడు అచ్చె
న్నాయుడు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కర్షాకర
జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో 13 మంది ఆనం
తహసీలు మృతిచెందడానికి జగన్ రెడ్డి బాధ్యత
వహించాలని ఆయన అన్నారు. రాష్ట్రంలో నెల
కొన్న కరవు, దుర్భిక్ష పరిస్థితులపై శుక్రవారం
టిడిపి జాతీయ కార్యాలయంలో అచ్చెన్నాయుడు,
శుక్రవారం టిడిపి కేంద్ర కార్యాలయంలో
సమావేశంలో అచ్చెన్నాయుడు, మరెడ్డి శ్రీనివాసరెడ్డి,
ప్రతిపది, దేవిసేని ఉమా తదితరులు



తెలుగు రైతు అధ్యక్షుడు మరెడ్డి శ్రీనివాసరెడ్డి
అధ్యక్ష్యంలో పార్టీ వ్యవసాయ స్థిలంగ్ కమిటీ
సమావేశం నిర్వహించారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా
రైతులు ఎదుర్కొంటున్న ఇబ్బందులు, కళ్లమందే
ఎండిపోతున్న పంటలను కాపాడటంలో జగన్
నరెడ్డి అవలంబిస్తున్న తీరుపై విస్తృతంగా చర్చిం
చారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా కరవు, రైతు సమస్యలపై
సంబంధ నెలలో తెలుగుదేశం పార్టీ వ్యవసాయ
స్థిలంగ్ కమిటీ అధ్యక్ష్యంలో క్షేత్రస్థాయి పర్యట
నలకు ప్రజాళకను రూపొందించారు. ఈ
సందర్భంగా అచ్చెన్నాయుడు మాట్లాడు >>2

చంద్రబాబు బెయిలు పిటిషన్ పై హైకోర్టు విచారణ

'నాట్ బిఫోర్ మి' అంటూ వైదొలగిన జడ్జి
విజయవాడ, అక్టోబరు 27, ప్రభాతవార్త ప్రతినది:
స్కిల్ డెవలప్ మెంట్ కేసులో తెలుగు దేశం పార్టీ
అధినేత చంద్రబాబు హైకోర్టులో దాఖలు చేసిన
మధ్యంతర బెయిల్ పిటిషన్ పై విచారణ నుంచి
న్యాయమూర్తి వైదొలిగారు. ఈ కేసును తాను
విచారించేది లేదని స్పష్టం చేసారు. మరో బెంచి
ఎదుటకు తీసుకుని వెళ్ళాలని సూచించారు. శుక్ర
వారం ఈ పిటిషన్ దసరా శలవుల ప్రత్యేక బెంచ్
(వెకేషన్ బెంచ్) ముందు విచారణకు వచ్చింది
'నాట్ బిఫోర్ మి' అంటూ న్యాయమూర్తి జస్టిస్
వెంకట జ్యోతిర్మయ ప్రతాప విచారణ నుంచి
తప్పుకున్నారు. దీంతో ఈ పిటిషన్ ను ఏ బెంచ్
విచారించాలనే అంశంపై హైకోర్టు ప్రధాన
న్యాయమూర్తి నిర్ణయం తీసుకోవన్నారు. ఈ
కేసులో ఏసీబి కోర్టు బెయిల్ ఇచ్చేందుకు నిరాక
రించడంతో హైకోర్టును చంద్రబాబు న్యాయవా
దులు ఆశ్రయించారు. కేసు విచారణను
దసరాశలవుల అనంతరం విచారిస్తామని >>2

RENAULT TRIBER

life on demand

GLOBAL NCAP

★★★★★

EMI మొదలు ₹7 999/- కే*

లాభాలు ₹50 000/- వరకు#

625L వరకు బూట్ స్పేస్

20.32 cm టచ్ స్క్రీన్
mediaNAV ఇవాల్యూయేషన్

ఫ్రంట్ మరియు సైడ్ ఎయిర్ బ్యాగ్స్ - డ్రైవర్ మరియు పాసింజర్

హిల్ స్టాబిల్ అసిస్ట్ (HSA)

for a test drive, call on 1800 315 4444. select variants available in CSD. special offers for defence personnel, government, PSU and corporate employees. for bulk enquiries, contact corpsales@renault.com for further details, connect on 8888888888 renault.co.in

terms and conditions apply. *₹7 999 EMI based on a loan amount of ₹4.74 lakh for a tenure of 84 months. EMI may vary based on actual loan amount and tenure. Finance at the sole discretion of Renault Finance. #advantages up to ₹50 000/- for Triber includes cash benefits up to ₹20 000/- on select variants, exchange benefits up to ₹20 000/- on select variants & loyalty cash benefits up to ₹10 000/- on select versions. *Triber has scored 4-star occupant safety and 3-star child occupant safety in crash test conducted by Global NCAP, the same has been published by NCAP on their website. the evaluation of the tests by Global NCAP has resulted in Triber being the safest in the 7-seater mass segment in India. corporate/PSU/defence personnel/government employee/professionals benefits applicable on each model is basis eligibility of the customer and based on submission of required proof by the customer. price valid on the date of purchase. For detailed offers, visit www.renault.co.in/offers. Renault India Pvt. Ltd. reserves the right at its absolute discretion to terminate this scheme or vary, delete or add to any of these terms and conditions from time to time without notice including without limitation. offers may vary across variants and cities. model/accessories shown may not be a part of the standard fitment. the color in the image may vary slightly from the actual color of the product. the above mentioned offers & benefits are valid till 31st October 2023 and are through Renault dealership. Renault India Pvt. Ltd. shall not be liable for any loss or damage arising from your failure to comply or understand the offer details. in the event of any dispute, all matters shall be governed by all applicable laws of India and court at Gurugram shall have the exclusive jurisdiction. for detailed terms and conditions, please visit www.renault.co.in

SHOWROOMS: ANDHRA PRADESH: SRIKAKULAM: RENAULT Srikakulam Mob: +91 8448481380. VISAKHAPATNAM: RENAULT Visakhapatnam Mob: +91 8527240397.



శుక్రవారం న్యూఢిల్లీ ప్రగతి మైదాన్‌లో జరిగిన ఇండియా మొబైల్ కాంగ్రెస్ ఎగ్జిజివ్‌కు హాజరైన ప్రధాని మోడీ

2014లోనే కాలంచెల్లిన ఫోన్లను జనం విసిరేశారు

కాంగ్రెస్‌పై ప్రధాని నరేంద్రమోడీ విసుర్లు

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబర్ 27: ప్రజలు కాలం చెల్లిన ఖాన్సన్ 2014లోనే బయటపడేశారని ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ వర్తమానం కాంగ్రెస్ విమర్శలు గుప్పించారు. 2014 లోకసభ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ను ఓడించి చిత్తుగా ఓడించి అధికారంలోకి వచ్చింది. ఢిల్లీలో జరిగిన 'ఇండియా మొజైల్ కాంగ్రెస్' కేసులలోని ప్రధాని శ్రీ మోదీని శిక్షించేందుకు ప్రస్తావిస్తూ, కాలం చెల్లిన ఖాన్సన్ రిస్టార్ట్ చేసినా, బ్యాబుల్ బచ్చాంగ్ చేసినా, బ్యాబుల్ మాట్లాడినా అలాంటి ఫలితంలేకుండా పోయింది, 2014లో ప్రజలు అలాంటి ఖాన్సన్ వదిలిపెట్టి, దేశానికి సేవ చేసే అకాశం తమకు ఇబ్బందికరం చెప్పారు. 2014 నేపథ్యభరణం మార్పునకు సంకేతంగా అన్నారు. యూరేల్ నుంచి గుగల్ వరకూ బడా టెక్

కరవేసిలు దేశంలో తయారీదారులుగా ఉండేందుకు తమకు తమకున్నారని చెప్పారు. ఇటీవలే గుర్రానో తమకు ఏకైకై భోషాన్ను ఇంటియందు తయారు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించిందని, శాసనంలో 5 మొబైల్ యూనిట్లను, యూనిట్లలోని 15 ఇంటియందు తయారీదారులకు తమకున్నారని చెప్పారు. మొబైల్ బ్రాండ్ బ్యాండ్ స్పీడీలో భారతదేశం 43వ స్థానానికి చేరుకుంటుందన్నారు. క్యాబినెట్ యూక్స్, సెనాట్ యూక్స్, డెక్లారేట్ యూక్స్ అనేవి తమకున్నారని చెప్పారు. ఇవాళ మేడే ఇన్ ఇంటియ భోషా ప్రపంచంలో ముందుగా తయారు చేసేదే, 5జిని 5జినిపందం వాడుకగా ఉంటుంది, 6జి డెక్లారేట్ లీడర్గా నిలిచేందుకు పురోగమిస్తుందని ప్రధాని తెలిపారు.

రాష్ట్రమంతా కరవు పరిస్థితి

➤ తూ రాష్ట్రంలో ఇంతటి కరవు పరిస్థితులు ఎన్నడూ చూడ లేదన్నారు. కరవు నివారణ పర్యటన తీసుకోని కారణంగానే బతుకు ప్రయాణ కోసం అంతం వాసులు కర్ణాటకకు వెళ్లి ఉన్నారంటూ మృత్యువాతపడ్డారన్నారు. ఖెర్ ఫోర్ 40లక్షల ఎకరాల్లో పంట వేయలేదన్నారు. వేసేసే పంటలకు నీరు అందక మూడొంతులు దెబ్బతిన్నాయని అవేసేద పర్యటం చేశారు. రాయలసీమ, ఉత్తరాంధ్ర, పల్నాడు, కృష్ణా, డెల్టా, గోదావరి జిల్లాల్లో తీవ్ర దుర్భిక్ష పరిస్థితులు ఉన్నాయన్నారు. రాయలసీమలో 18లక్షల ఎకరాల్లో నీరు కావాల్సి ఉన్న వేరు శనగ, పండు ఈపాది కేపల 7లక్షల ఎకరాల్లోనే

సాగిందని తెలిపారు. 679మందలాలకు గానూ, 393 మందలతో కరవు ఏర్పడిందన్నారు. కరవు వల్ల కర్షకులలో రూ.30వేల కోట్ల నష్టం వచ్చిందని అక్కడి ప్రభుత్వం కేంద్రానికి సేవే దిక్షు పంపగా, రాష్ట్రంలో కనీసం కరవు మందలాలను ప్రకటించి పరిచేసి అన్నానూ, రాష్ట్రంలో గోదావరి జిల్లాలోనూ సాగునీటి ఎద్దడి ఉందని అప్పగన్నామందు పేర్కొన్నారు. రైతు సమస్యలపై సమయం నెలలో స్టేగింగ్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలకు ప్రణాళిక రూపొల్తున చేయటం జరిగిందని తెలిపారు. ఈ సమావేశం లో మాజీ మంత్రియ వుల్లూరు, గొమ్మిరెడ్డి, దేవేనది ఉమ, మాజీ ఎమ్మెల్యేలు పాల్గొన్నారు.

నా అంతానికి జరుగుతున్న కుట్ర

➤ నంలల్ జైలలో జ్యూడిషియల్ కస్టడిలో ఉన్నారని. ఇటీవల ఆయన రిమాండ్‌ను విజయవాడ వసీల్ కోర్టు న్యాయమూర్తి హిమచంద్ పంతులవారి వద్దకు తరలించి, ప్రామాణికంగా తన భర్తకు ముప్పు ఉందని, ప్రామాణికంగా తన న్యాయమూర్తి ఫిర్యాదు చేసారని, దాంతో ఆయన అభియోగాలను లిఖిత పూర్వకంగా రాసి తనకు జైలు అధికారులు ద్వారా పంపాలని ఆమె చంద్రబాబును కోరారు. లేఖ తమకు చేర్చేందుకు జైలు అధికారులు స్వయంగా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. న్యాయమూర్తి ఆదేశాలకు అనుగుణంగా లిఖిత పూర్వకంగా చంద్రబాబు నోడ పంపారు. తన భర్త కడప, ఆరోగ్యంపై అనుమానాలు వ్యక్తం చేస్తూ ఆయన 3 జైల్లో రెహమా పంప విషయాలను, ఉదాహరణ ఇతర తనవో రాలు. ఈ నెల 25న రాసిన లేఖను జైలు అధికారులు ద్వారా జడ్జికి పంపారు. తనను అంతమొందించేందుకు వామపక్ష తీవ్ర దాడులను కుట్రపన్నుతున్నారని చంద్రబాబు రాష్ట్ర హోంమంత్రి కు కుట్రపై తీవ్రపూర్వ గౌరవ విజ్ఞప్తి చేశారు. లేఖ వచ్చినందున స్పష్టం చేసారు. అయితే ఆ లేఖపై ఇప్పటివరకు పోలీసు అధికారులు ఎలాంటి విచారణ చేపట్టలేదన్నారు. వాస్తవానికి తమ పార్టీ పర్యాయ, ఇతరత్రా అందిన సమాచారాన్ని అనుసరించి తనను చంపేందుకు రూ. కోట్ల చేతనలు మానవస్తూ తెలిసినా తెలిపారని. తనను జైలుకు వచ్చినప్పటికీ అధికారికంగా మీడియాలో ఫోటోలు తీశారు. ఆ పుట్టి జని పోలీసుల కోర్ట్ చేరినా. నా ప్రతిభను లిఖిత తీసుకుంటే ఈ చర్యలో మీడియా పుట్టిజని పోలీసు తీశారు. ఆ ఫోటోలు సోపాట్ మీడియాలో విస్తృతంగా ప్రచారమయ్యాయి. భర్తపై నా భార్యను అటంకం కలిగించలేకపోయాం అంటూ చంద్రబాబు తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు. నా ప్రాణాలకు వచ్చిన

చంద్రబాబు భద్రతపై అప్రమత్తంగా ఉన్నాం

జెళ్ళశాఖు డివిజి రవికిరణ్

శివప్ప తూర్పుగోదావరి జిల్లా బ్యారీ, అజ్మీర్
27. ప్రభాకరం: చంద్రబాబు సర్కారులపై
 ఎవరికీవున్న అప్రమత్తంగా కొన్నామీని 24
 గంటలు సర్కారులతో పాటు అడిషనల్ సీసీ
 కెమెరా ద్వారా మానిటరింగ్ నడుస్తుందని జైల్లో
 ఇబ్బ దీపిక రవిశర్మ తెలిపారు. ఇటు చుట్టూ
 ఉండే వాహనాదర్శి కామ్రాను సీటీవీ సీసీ కెమె
 రాలు ద్వారా మానిటరింగ్ జరుగుతుందన్నారు.
 ప్రతి గంటకేమారు గార్డ్ సర్కి చేపన్నాము
 న్నారు. ఎప్పుడో ముహూర్త ప్రత్యేకంగా సెలెక్ట్
 పోలిస్ రెస్ టిమాట్లో జైలు చుట్టూ చక్కలా

రాకారంబూ బయటకొప్పున లెటర్కు జైలు అవతారాల అభివృద్ధి చేయలేదని జైల్లో వచ్చే ప్రతీ ఖైదీని పూర్తిగా తనదే హేమానే లోపలికి అనుమతిస్తామని తీనివాన్ అనే ఖైదీని రిమాండ్ కు తెచ్చినప్పుడు ఆయన వద్ద ఒక బబిల్ కెమెరా ఉన్నట్లు గుర్తించామని వెంటనే దాన్ని సాక్షాదరం చేసుకుని తనదే చేదగా అయిలో ఎలాంటి జైల్ వుత్తే లేదని అతని స్వామిలి పోనోన్ రెండు ఉన్నారన్నారు. మేం స్కాన్సిన హోమ్స్ కు కెమెరా కూడా పోనోన వారికి అప్పగించామని దాన్ని రిమాండ్ ఖైదీ ఎందుకు తెచ్చారని విషయంపై దర్యాప్తు జరుగుతుందని తెలుస్తోంది. చండ్రబాబు వచ్చిన దగ్గర్లోనే ఈ రోజు వరకు గుజాయ ప్యాకెట్ల ఖైదీ వినిసిన దాఖలా లేవన్నారు. అది ఎవ్వరికీ జరిగి అవ కాగ లేదని వారు సంబంధించి రాజమండ్రి జైట్ కు వైద్యులను సంప్రదించామని వారు పరీక్షలు చేశా రన్నారు. చండ్రబాబును ఇమ్మెయ్యూర్ కేటలాక్ ఉన్నట్లు వైద్యులు గుర్తించారన్నారు. కొంత సమయం తర్వాతైనా ఆపరేషన్ చేయించు

పురుష ఓటర్లే అధికం

☞ బీతాను అనుసరించి రాష్ట్రంలో మొత్తం 4,02,21,450 మంది ఓట్లకు ఉన్నారని వార్తాలేఖ మహిళా శాఖ నమోదు చేసింది. 2,03,85,851 మందికి ఉన్నారని పురుష ఓట్లకు 1,98,31,791మందికి ఉన్నారని సర్వేకు 68,158 మందికి ఉన్నారని ముఘాయదా జాబితాలోని ఆభ్యంతరంగా స్వీకరణకు ఆఖరి తేదీ 2నెంబరు9న నిర్ణయించారు. 2024 జనవరి 5న ఓట్లకు తదితర కారితాను విడుదల చేస్తారు. 2023 జనవరి 5న తేదీ తరువాత ఓట్లకుగా నమోదుచేసిన వారి సంఖ్య 15,84,789 మంది,వారోటి 18-19 సంఖ్య తగ్గరాని నడుము కొత్త ఓట్లకు సంఖ్య 2,88,155 మంది,ముఘాయదా జాబితా ప్రశ్నించే నాటికి తొలిగిందని ఓట్లు 13,48,203గా ఉన్నాయి.ఇందులో మృతి చెందిన ఓట్లకు సంఖ్య 7,10,000,ఇతర ప్రాంతాలకు బదిలి అయిన ఓట్లకు 5,78,625,పూనాపుత్రతమైన ఓట్లకు సంఖ్య 81,185,రాష్ట్రంలో మొత్తం పోలింగ్ కేంద్రాల సంఖ్య 46,165,అసంతృప్తుర జిల్లాలు అత్యధికంగా 19,79,775 మందికి ఓట్లకు,,అత ర్విజుగా అల్మోరా జిల్లాలో 7,40,857 మంది ఓట్లకు ఉన్నారు. 2022 జనవరి 6 నుంచి 2023 ఆగస్టు 30 వరకు అన్ని స్థాయిల్లో ఓట్లకు జాబితా సవరణ ప్రక్రియ చేపట్టినప్పుడు ఇవి వెల్లడించినది 21,18,940 ఓట్ల తొలిగింపుకు నాలుగు వున్న సమక్షీకరణ ఆగస్టులో చేపట్టిన ఇంటిది సర్వేలో జీరో నెంబరులో సాగుతున్నది 2,51,767 ఓట్లు గుర్తించినట్లు ఈసీ స్పష్టపరచి చేసింది.1,57,399 ఇళ్ళలో 10 మంది కంటే ఎక్కువు ఓట్లకు నమోదుచేసిన గుర్రువారు. ప్రత్యేక ద్వైచేపట్టి జీరో డోర్ నెంబరులో నమోదుచేసిన ఓట్లకు 66,740కి కుదిరినట్లు ఇవి ముఖ్యమంత్రి కుమార మీనా తెలియించి 10మంది ఓట్లకు కంటే ఎక్కువకు ఓట్లకు కూడా తనవీలే చేసి,నాను 71,581కి తగ్గిందనట్లు వెల్లడి చేసారు. 2023 సెప్టెంబరు 18వ తేదీ నుంచి ఓట్లకు జాబితా ప్రక్రియను ప్రీజింగ్ పెద్దదల వల్ల తనవీలే ప్రక్రియ ముందుకు తీసుకోలేదన్నారు.

తెలంగాణలో మరో ఇద్దరు

అధికారులపై ఇసి బదలీ వేటు

ప్రకాశవార్ష ప్రధాన ప్రతినిధి మైసూరరాజు:
అక్టోబర్ 27: రాష్ట్రంలో ఎన్నికల వేడి అక్షయమవుతోంది. ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ల బయట నమయం సమీపిస్తున్న వేళ... రాష్ట్రానికి చెందిన అనేక ఇద్దరు అంబా శాసన సర్గీసు అధికారులను బదిలీకి చేసి కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం బదిలీ చేసి మేసింది. కరీంనగర్ జిల్లా కలెక్టర్ లి. గీ. గిరి, అశ్వినీ కేశవ్ అధికారులు, నీ. బాబ్బారాయుడు బదిలీకి చేయబడిన అధికారులు. కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం అశ్వినీ కేశవ్ ఇద్దరు అధికారులను బదిలీకి చేస్తూ తెలంగాణ ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కారితీయవలసి ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. తక్షణమే అధికారులను సీఎస్ అదేరింపారు. కరీంనగర్ ఎంపీ అంబా ఇండ్ల సంజయ్ చేసిన ఫిర్యాదులు అధికారంగా బదులైనవి సీఎస్ అదేరింపారు. కరీంనగర్ ఎంపీ అంబా ఇండ్ల సంజయ్ చేసిన ఫిర్యాదులు అధికారంగా బదులైనవి సీఎస్ అదేరింపారు. కరీంనగర్ ఎంపీ అంబా ఇండ్ల సంజయ్ చేసిన ఫిర్యాదులు అధికారంగా బదులైనవి సీఎస్ అదేరింపారు.

వారం - వర్షం
తేది : 28-10-2023, శనివారం
శ్రీశోభకృతినామ సంవత్సరం,
అశ్వియుజ మాసం, దక్షిణాయనం,
శుద్ధతూతి, శుక్ల పక్షం
పౌర్ణమి రా. 1.53, రేవతి ఉ. 7.31,
అశ్వుని తె. 5.54,
వ.రా. 2.10-3.39
శుభసమయం ఉ.10.45-11.30, స్వాతి కార్తి
కాయకాలం ఉ. 9.00-10.30 వరద

ဘုရားရှိခိုး

మేషం: బ్యాంక్ రుణాల విషయంలో సాంకేతికపరమైన లోపాలు చోటుచేసుకుంటాయి.

 **వ్యవసాయం:** ఉద్యోగాలలో అదనపు
బాధ్యతలు పెరిగినా
సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తారు.

మిథునం : ఉన్నతాధికారులతో జరిపే చర్చల వలన లాభపడతారు. ఆర్థికంగా అనుకూలంగా ఉంటుంది.

 **కర్కాటకం:** స్వయంకృతాపరాధాలు పడేపడే చోటుచేసుకోవడం వలన ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటారు.

సింహం : ప్రభుత్వరంగాల నుండి ఆహ్వానాలు అందుతాయి. గుడ్ విల్ ని రుజువు చేసుకోగలుగుతారు.

 **కన్య:** పారిశ్రామిక, కళా, రాజకీయ
రంగాలలోని వారు సన్మానాలు,
సత్కారాలు పొందుతారు.

 **తుల :** ఉచిత సలహాలు ఇచ్చేవారు అధికంగా ఉంటారు. వివాదస్పద అంశాలకు దూరంగా వుండండి.

 **వ్యక్తికం :** మీరు చేసే ప్రయత్నాలు సానుకూలపడతాయి, నిర్దోహమాటమైన వెళ్ళిరిని కనబరుస్తారు.

ధనుస్సు : మీ ఆంతరంగిక భావాలను ఇతరులు గ్రహింపకుండా జాగ్రత్తపడతారు.

 **మకరం :** ఉన్నతస్థానంలోని వారి
నుండి వాగ్దానాలను
తీసుకుంటారు. వసు లాభం.

 **కుంభం : అతిముఖ్యమని**
భావించిన వ్యవహారాలు వాయిదా
వేయడం మంచిది.

మీనం : న్యాయపరమైన అంశాలను అనకూలంగా మార్పుకోవడానికి ప్రయత్నించు పాడిపాగు

- శ్రీమతి ములుగు శివజ్యోతి, కోఠి, హైదరాబాద్

SINGAM KARU ORANGE FRIDAY					ROSA DEAR GOLD FRIDAY														
DrwaDate on:27/10/23					DrwaDate on:27/10/23														
DAY - SINGAM SERIES Dr.No:210					DAY - KUIL SERIES Dr.No:210					DAY - ROSA SERIES Dr.No:210					DAY - DEAR SERIES Dr.No:210				
1st Prize Rs.100000/- 928247					1st Prize Rs.100000/- 731450					1st Prize Rs.100000/- 285194					1st Prize Rs.100000/- 541823				
2nd Prize Rs.7000/- 09933					2nd Prize Rs.7000/- 57953					2nd Prize Rs.7000/- 86700					2nd Prize Rs.7000/- 11063				
3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-				
08273 11427 29055 38196 36865					00438 02396 19417 21369 22419					00909 02316 04388 09525 18445					02722 01856 04295 11993 33803				
44585 58053 60718 78599 87403					00372 74453 78356 85076 95971					20835 27427 59814 66721 84960					40774 78203 04573 93122 96522				
4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-				
1296 02023 3603 4036 4573 4852 6456					1999 3217 3540 4144 5296 6954 7240					0971 2379 2731 2894 3044 5105 6192					1654 3060 3662 3945 5457 5487 663				
7508 8560 8982					8311 8494 8640					6395 6726 7726					7220 7914 9604				
5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-				
1092 3071 5520 5569 6817 7016 7143					1908 2128 2144 2431 2609 5480 6441					1103 2221 4198 4864 5415 5427 5517					0084 3103 3428 3693 4984 5205 858				
7567 8822 9243					6763 7307 8091					7510 9007 9015					3693 9766 9951				
6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-				
0243 1718 3314 4554 6520 7718 9062					0001 1794 2973 5066 6644 7941 9238					0009 1382 3024 4954 6072 7391 8838					0005 1504 3381 5580 6856 7923 930				
0560 1724 3411 4557 6604 7754 9090					0179 1847 3028 5160 6760 8509 9343					0117 1409 3025 4978 6238 7588 8845					0013 1869 3766 5662 6977 8096 939				
0477 1713 3418 4623 6747 7814 9120					0219 1892 3139 5234 6845 8140 9373					0318 1537 3138 5257 6362 7601 8910					0044 1883 387 5875 7084 8197 941				
0711 1800 3427 4652 6896 7818 9513					0420 2004 3156 5248 6894 8209 9431					0544 1739 3214 5339 6408 7662 9031					0062 1992 4060 5919 7273 8220 955				
0725 1814 3666 4841 6904 8013 9516					0430 2010 3153 5246 7102 8264 9449					0500 1821 3366 5362 6618 7708 9061					0094 2034 4084 6005 7276 8416 965				
0766 1847 3670 5239 6943 8059 9564					0472 2038 3167 5467 7116 8274 9510					0614 1847 3369 5364 6640 7805 9292					0113 2088 4402 6140 7348 8550 965				
0777 1932 3738 5485 7023 8073 9572					0815 2328 3854 5541 7169 8485 9553					0779 2045 3415 5378 6679 7981 9675					0346 2164 4683 6398 7631 8641 9701				
0918 2141 3757 5698 7032 8154 9734					0887 2448 4845 5743 7224 8524 9787					0955 2061 3749 5424 6695 8026 9768					0373 2171 4719 6441 7634 8673 9801				
1060 2429 3788 5851 7216 8179 9737					0980 2538 4400 5189 7282 8755 9752					1054 2182 3483 5440 6747 8141 9971					0478 2242 4820 6482 7526 8681 989				
1083 2450 3952 5866 7229 8323 9814					1013 2622 4529 5831 7133 8832 9927					1411 2355 4013 5672 6857 8196 9995					0515 2832 4915 6512 7629 8778 993				
1219 2688 4057 5902 7235 8529					1325 2688 4538 5953 7625 8857					1190 2560 4254 5744 6896 8263					0927 2930 5020 6603 7682 8859				
1435 2733 4101 6284 7237 8588					1418 2187 4564 6217 7695 9031					1218 2689 4490 5960 9197 8473					1266 2943 5087 6700 7733 8949				
1443 2786 4211 6048 7261 8672					1526 2821 4766 6467 7759 9021					1221 2703 4657 5976 7154 8495					1300 2949 5126 6722 7868 9119				
1516 3226 4315 6296 7633 8797					1600 2852 4778 6494 7898 9118					1366 2745 4927 5979 7183 8595					1399 2950 5502 6762 7872 9122				
1682 3297 4453 6483 7709 9027					1624 2878 4847 6527 7928 9189					1369 2924 4940 5994 7348 8677					1478 2986 5545 6838 7916 9195				
TEANGAM VAIKAM CHARM FRIDAY					NALLANERAM MANI CHARM FRIDAY														
DrwaDate on:27/10/23					DrwaDate on:27/10/23														
DAY - THANGAM SERIES Dr.No:210					DAY - VAIKAM SERIES Dr.No:														

వయసు చిన్నది.. ఆలోచనల్లో గ్రేట్



పిల్లల ఆలోచనల్లో కోసం కొబ్బరినూనె వాడుతుంటారు. అయితే మందార పూలతో చేసే ప్యాకెట్ల కురుల్లి బలంగా చేస్తాయి. వారానికోసారి అయినా, జుట్టుకోసం మనకు అందుబాటులో ఉండే మందారాలతో హాయిలో ఫ్యాన్స్ తయారుచేసుకోవచ్చు. మందారం ప్యాకెట్తో జుట్టు మరింత ఆరోగ్యకరంగా ఉంటుంది. సూర్యకాంతిలో ఎండబెట్టిన పది మందారం పూలను తీసుకోవాలి. కొంచెం కొబ్బరి నూనెను గోరు వెచ్చగా వేడి చేసి అందులో పూలను వేయాలి. వీటికి మెంతులు జతచేసి మిక్స్ చేయాలి. రాత్రంతా అలాగే ఉంచాలి. మరుసటి రోజు ఉదయాన్నే ఇందులోకి రెండు టేబుల్ స్పూన్ల ఆయిదం నూనె కలపాలి. ఈ మిక్చూర్ను జుట్టు కడుక్కని తగిలేట్లు వట్టింపాలి. దీనివల్ల జుట్టు పెరుగుతుంది. రెండు మందారాలు, ఏడు మందారం ఆకులను గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. ఆ పేస్ట్లో గోరు వెచ్చగా కాచిన మూడు టేబుల్ స్పూన్ల కొబ్బరి నూనె వేయాలి. దీనికి మూడు టేబుల్ స్పూన్ల ఉసిరిపొడిని జతచేయాలి. ఈ మిక్చూర్ను పట్టిస్తే జుట్టు మృదువుగా తయారువుతుంది. జుట్టులో ఇన్ఫెక్షన్స్, చుండు ఉన్నా తగిలిపోతాయి.

చిన్నప్పటి నుంచి పర్యావరణ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనేది. రాకీడాన్ సమయంలో... కరోనా వైరస్ చెడు చేసినప్పటికీ సరికొత్త పనులు చేయడానికి కొంతమందికి వెనుకబాటు కల్గింది. ఈ వెనుకబాటు వాడుకను మాన్పిస్తే, పిల్లలకోసం సన్ షేన్ అనే మ్యాగజైన్ ను ప్రారంభించింది. ఫ్రెండ్, డిజిటల్ కాపీ ద్వారా పర్యావరణ పరిరక్షణ గురించి పిల్లలకు అవగాహన కల్పిస్తోంది. ఈ మ్యాగజైన్ ను బెంగళూరులోని మాండ్లినోరి, ఇతర స్కూల్స్ లోని పిల్లలకు ఉచితంగా అందిస్తోంది. వివిధ కార్యక్రమాలను పరిచయం చేస్తూ పర్యావరణ ప్రాధాన్యత గురించి వివరిస్తోంది. ఈవేన్ ఫ్లాంట్ వన్ క్యాంపెయిన్, పేపర్ మేకింగ్ వర్క్ షాప్, పిల్లలు నీటిని ఎలా కాపాడగలరు? న్యూఇండియా సస్టెయినబుల్ క్యాంపెయిన్, ఫ్లాస్ట్ ట్రీ జూర్నల్ రైటింగ్ కాంపిటీషన్, ఎర్త్ రోజు యింటింగ్ పోటీల వంటివాటిని మ్యాగజైన్ ద్వారా నిర్వహిస్తూ పర్యావరణంపై చక్కని అవగాహన

కల్పిస్తోంది. తన యూట్యూబ్ ఛానెల్లో కూడా పర్యావరణ కార్యక్రమ వీడియోలు పేర్ చేస్తూ ఎంతోమందికి స్ఫూర్తిని నిలుస్తోంది. **పిల్లలతో పేపర్...** అనేక కార్యక్రమాల ద్వారా అవగాహన కల్పించడంతో పాటు వంటింట్లో మిగిలిపోయే కూరగాయతడి వ్యర్థాలను ప్యాకింగ్ పేపర్ గా మారుస్తోంది. కూరగాయ తొక్కలను ఉపయోగించి, పెన్సిల్స్, పేపర్ లు రూపొందిస్తోంది. ఇప్పటిదాకా రెండు వందలకు పైగా వెజిటబుల్ పిల్ పేపర్స్ తయారు చేసింది. ఇందుకోసం వంటింట్లో మిగిలిపోయిన వ్యర్థాలు, పండుగల్లో ఉత్పత్తి అయ్యే వ్యర్థాలను సేకరించి, వాటిని గ్రైండ్ చేసి పేపర్ గా మార్చడం విశేషం. పాత టీస్ ప్యాంట్లను పేపర్ గా తీర్చిదిద్దడం. మాన్య స్వయంగా తయారు చేయడమే గాక, వర్క్ షాపుల ద్వారా పేపర్ తయారీ గురించి పిల్లలకు నేర్పిస్తోంది. **లనేక అవార్డులు...** నాలుగున్నరవేలకు పైగా మొక్కలను నాటి, ఏడువేల మొక్కలు పంపిణీ చేసింది. ఐదువేల విత్తనాలను నాటింది. ఎనిమిదివేలకు పైగా ఆర్గానిక్, కాటన్ సంపదలను పంపింది. సీటీ, ప్లావే రోడ్డు, సీటీ కుంటలను శుద్ధిచేసే కార్యక్రమాలను చేపట్టింది. వీనింటికి గుర్తింపుగా మాన్యకు అనేక అవార్డులు వచ్చాయి. వెజిటబుల్ పేపర్ కు గ్రీన్ ఇన్స్పైరేషన్, జల వనరుల మంత్రిత్వ శాఖ 2020 సంవత్సరానికిగాను 'నాటర్ పిల్', ఎర్త్ డేట్ ఓ ఆర్గెనిక్ ఇండియా నెట్వర్క్ నుంచి రైజింగ్ స్టార్, హ్యూమానిటీరియన్ ఎర్త్ లెస్స్ అవార్డులు వచ్చాయి. పుష్పి మేకా, అక్సెస్ కల్చర్ రీసెర్చ్ మేకా, లయన్స్ క్లబ్, బ్యాక్ టు స్కూల్ ప్రోగ్రామ్, బ్రెజిల్ పేపర్ బ్యాగ్ డే వంటి కార్యక్రమాల్లో పర్యావరణంపై ప్రసంగించింది. ఇవన్నీగాక మాన్య ప్రకృతిపై ఏడు వున్నకాలు రాసింది. 2019 ఇండియా బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్ యుఎస్ఎ పోయెట్, ఏసియా బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్ లో గ్రాండ్ మాస్టర్ టైటిల్ గెలుచుకుంది. ఈ అవార్డు నా కృషిని గుర్తించి మరింత స్ఫూర్తిని ఇచ్చింది. భవిష్యత్లో నా కార్యక్రమాలను మరింత ముందుకు తీసుకువెళ్తాను అని చెబుతూ ఎంతోమందిని ఆలోచించేలా చేస్తోంది మాన్య.

మందారంతో 'జుట్టు' కట్టు !



టేబుల్ స్పూన్ మెంతుల్ని మంచి నీళ్లలో నానబెట్టాలి. ఉదయాన్నే లేచాక పది మందారం పూలతో కలిపి మెంతులనూ పేస్ట్ చేయాలి అందులోకి అరకప్పు మజ్జిగ చేసి ఆ పేస్ట్ ను జుట్టుకు పట్టించుకుంటే, జుట్టులాల్ సమస్య తగ్గిపోతుంది. పదిహేను మందార పూలను పేస్ట్ చేసి అందులోకి అరకప్పు గోరింటాకు పొడి, కాసేంట్ పెరుగు కలపాలి. ఆ మిక్చూర్ను జుట్టుకు పట్టింపాలి. ఇలా చేయడం వల్ల తెల్ల వెంట్రుకలు రాకుండా నివారించొచ్చు.

చెలి చిట్కా



ఆరోగ్య భాగ్యం



డాక్టర్. కె.ఉమాదేవి, తిరుపతి

వేపుడు పులుసు.. కూర ఏదైనా ఉప్పు ఎక్కువైతే దానిలో పప్పు ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేయండి. పాపు గంట తర్వాత వాటిని తీసివేసి సరి పోతుంది. పిల్లల్లో పాల దంతాలు 6 నెలల నుంచి 3 సంవత్సరాల లోపు 20 వస్తాయి. పాల దంతాలు 6-12 సంవత్సరాల మధ్య ఉడిపోతాయి. పాల పండ్లు కర్మిగా ఉంటే శాశ్వత దంతాలు 7-11 సంవత్సరాల మధ్య 32 దానంతట అవే సరిగ్గా వస్తాయి. కొండల్లో లేట్గా శాశ్వత దంతాలు వస్తాయి. పాల దంతాల్ని ఆశ్రయ చేయడం వల్ల అనేక బిగుళ్ల దంత సమస్యలు వస్తాయి. వాటిలో ముఖ్యమైనవి దంతాలు పుట్టిపోవడం (దంత క్షయం, బూత్ డిజి, కేవెటిస్) సెస్సెటివ్ టీత్, బిగుళ్లు వ్యాధి, పళ్ల సంధులు, నేరు దూర్యాన, దంతాలు విరిగిపోవడం, దంతాలు వదులుకావడం, ఎరుడుదిగుడూ రావడం, దౌడ సమస్యలు. ముఖ్యమైనవి. 5-11 సంవత్సరాల మధ్య గల పిల్లల్లో 20% 12-19 సంవత్సరాల మధ్య గల పిల్లల్లో 13% దంత సమస్యలుంటాయి. కారణాలు : పిల్లలు ఎదిగే వయస్సులో అంటే చంటి పిల్లల నుండే దంత సమస్యలకి పునాది ఏర్పడుతుంది. తల్లిపాలు త్రాగే పిల్లల కన్నా పోత పాలు త్రాగే వారిలో దంత సమస్యలెక్కువగా వస్తాయి. చంటిపిల్లల నుండే పిల్లలనేరు, బిగుళ్లు సరిగా శుభ్రపర్చకపోవడం, స్వెర్లైజ్ చేసిన బాటిల్స్ ని వాడకపోవడం, పాల బాటిల్తో రాత్రిళ్లు త్రాగించి అలాగే ఉండే అలవాటు చేయడం, పిల్లలకి పాల పీకలు ఎక్కువగా, ఆల్బర్ చేయకుండా నోట్లో ఉంచి చప్పరించే అలవాటు చేయడం, నోట్లో వ్రేలు వేసుకోవడం, పళ్లు సూరదం వల్ల, గట్టి వస్తువుల్ని కొరకడం వల్ల, జెనిటిక్ కారణాల వల్ల, తల్లిదండ్రుల్లో చిన్న వుండే దంత సమస్యలుంటే వారి పిల్లల్లో కూడా వస్తే అవకాశముంది. అలాగే పిల్లలకు (కిందపడినా, దంతాలకి దెబ్బ తగిలి రంగు మారడం, దంతాలు విరిగిపోవడం ఉంటుంది. ఆక్సిడెంట్స్, తలకి ప్రాక్టర్స్ కావడం వల్ల కూడా దంత సమస్యలొస్తాయి. అలాగే కూల్ డ్రింక్స్, ఐస్ క్రీమ్స్ తినడం, నిమ్మ, చింత, పులుపు వస్తువులు తినడం వల్ల చంటి ఎనామిల్ పొర దెబ్బతిని సెస్సెటివ్ టీత్ వస్తుంది. అవసరంలో

పిల్లల్లో దంత సమస్యలు



అవసర పదార్థాలు ఇవ్వకపోవడం వల్ల, అవసర శుభ్రత వల్ల పిల్లల్లో అనేక దంత సమస్యలొస్తాయి. రకాలు : 1. పాలదంత సమస్యలు, 2. శాశ్వత దంత సమస్యలు అని పిల్లల్లో వయస్సు, కారణాన్ని బట్టి దంత సమస్యలొస్తాయి.

ప్యాక్.. వేస్తారా ?



సమయం.. ప్రసాదాలు, పిండి వంటల్లో నెయ్యి కమ్మడంతో తగ్గిపోయే! దాన్నే కాస్త ముఖానికి రాసేయండి. అందమూ సొంతవుతుంది. 1. టేబుల్ స్పూన్ శనగపిండికి రెండు చెంచాల నెయ్యి, తగినన్ని నీళ్లు కలిపి చిక్కి పేస్ట్లా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి పట్టింది, అయిదు నిమిషాలు వదిలేయాలి. ఆపై చేతిని తడి చేసుకుంటూ ముఖమంతా మృదువుగా రుద్ది సరి. మృతకణాలు తొలగి ముఖం

పెట్టేస్తాయి కదూ! అలాంటప్పుడు స్పూన్ కొప్పున కలబంద గుడ్డ, నెయ్యి తీసుకొని బాగా కలిపి, ముఖానికి పట్టింపండి. పది నిమిషాల యాత్ర కడిగేస్తే సరి. నూనూ నెయ్యికి అర పెట్టేస్తాయి కదూ! అలాంటప్పుడు స్పూన్ కొప్పున కలబంద గుడ్డ, నెయ్యి తీసుకొని బాగా కలిపి, ముఖానికి పట్టింపండి. పది నిమిషాల యాత్ర కడిగేస్తే సరి.

చాలామంది అమ్మాయిలు రాత్రంతా మొబైల్ చూస్తూ దాన్ని ఏ దిండుకొండో పెట్టుకుని నిద్రపోతారు. ఇలా చేయటం వల్ల అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయని హెచ్చరిస్తున్నారని నిపుణులు.

సాధారణంగా నిద్రపోతూనే రేడియోఫోన్ విడుదల చేస్తాయని ఆధ్వయనాలు చెబుతున్నాయి. ఫోన్ దగ్గర పెట్టుకొని నిద్రించటం వల్ల ఆ శబ్దాలకు తరచూ మెలకువ రావడంతో నిద్రలేచి మొదలుపుతుంది. ఇది మొదలు పనితీరుని దెబ్బతీస్తుంది. ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాల అధిక వినియోగం వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ ఉన్నాయి. కీబోర్డ్ ఫోన్ కంటే స్మార్ట్ఫోన్లు ఎక్కువ శాతంలో రేడియేషన్ విడుదల చేస్తాయి. దీనివల్ల తల, కండరాల నొప్పులతోపాటు ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ఫోన్లు, టీవీలు, ల్యాప్టాప్లు ఇతర ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాల స్క్రీన్ల నుంచే వచ్చే

నిద్రించేటప్పుడు ఫోన్ పక్కనొద్దు..

తరచూ మొబైల్ ను దగ్గర పెట్టుకోవటం వల్ల శరీరంలో అవయవాల పనితీరుకు హాని కలుగుతుంది. రోజులో అవసరమైన హార్వర్డ్ ఉత్పత్తిని పరిమితం చేస్తుంది.



రామాయణం ఆదర్శం. శ్రీరామచంద్రుడు విశ్వవ్యాకృతిపరిపాలకుడు కనుకనే శ్రీ రామరాజ్యం ఆందరికీ ఆదర్శం అయింది.

ధన్యులే హిందువుల చిరకాల స్వప్నం మన భారతదేశం లోని అయోధ్యలో శ్రీ రామాల యం నిర్మాణంనకు శ్రీకారం చుట్టడం జరిగింది. రామాయణం గాధ శతాబ్దాల క్రితమే ప్రపంచదేశాలలో అపురూపంగా కీర్తించబడింది. ఎందుకంటే రామాయణం మహాకావ్యంలో ఒక మహాతరమైన శక్తి దాగివున్నది. శ్రీ రామను పరిపాలన ఆదర్శవంతంగా ఉండేది. అందుకే అందరూ రామరాజ్యం రావాలని కోరుకుంటారు. ధర్మం, నీతి, ప్రేమ, శాంతి, అనే సుగుణములు మనం శ్రీ రామచంద్రుడు నుండి నేర్చుకోవాలి. శ్రీ రామము తల్లిదండ్రుల మాట గౌరవించాడు. తన రాజ్యంలో ప్రజలు ప్రతి నిత్యం సుఖ సంతోషాలతో ఉండేవారు. అందువల్లనే అందరూ శ్రీ రామరాజ్యం కోరుకుంటారు. రామాయణం గాధ వినే కొద్దీ విశ్వాసపిస్తుంది. అందుకే



రామాయణం ఆందరికీ ఆదర్శం అయింది. భారత, భాగవతాది, పురాణాల్లో ఒక విశిష్టతను సంతరించుకుంది రామాయణమేనని అందరూ గ్రహించాలి. ఒకటే మాట, ఒకటే భాష, ఒకటే నామం శ్రీరామనామం. జై శ్రీరామ్ ని నాదం ఒకటి శ్రీ రామరక్ష సరస్వగదగ్గర్. అంటారు పెద్దలు.

ఆధ్యాత్మికం

-ఎల్. ప్రభుల చంద్ర

