



మహానేత, రైతు బాంధవుడు, దివంగత ముఖ్యమంత్రి డా. వై.ఎస్. రాజశేఖర రెడ్డి గారి జయంతి ని
పురస్కరించుకొని ఆ మహనీయునికి ఘనంగా నివాళులు అర్పిస్తూ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న..

ವೈಎಸ್ಸಾರ್ ರೆಡ್ ಬಿಗ್ನಾತಿತ್ವವಂ

**రాష్ట్ర, జిల్లా, మండల మరియు రైతు భరోసా కేంద్రాల స్థాయిలో వేడుకగా ఉత్సవాలు..!
పంట నష్టపోయిన రైతన్నలకు చివర పరిష్కారం పంపిణీ,
నూతనంగా నిర్మించిన అగ్రి ల్యాబ్స్ ప్రారంభం..**

నేడు అనంతపురం జిల్లా కళ్యాణ దుర్గంలో, రాష్ట్ర స్థాయి రైతు దినోత్సవం కార్యక్రమంలో పాల్గొని 2022 ఖరీఫ్ లో పంటలు నష్టపోయిన **10.20 లక్షల** మంది రైతన్నలకు చెప్పిన మాట ప్రకారం క్రమం తప్పకుండా ఈ ఖరీఫ్ ప్రారంభంలోనే **రూ.1,117.21 కోట్ల** బీమా పరిపాలనాన్ని బటన్ నొక్కి రైతన్నల ఖాతాల్లో నేరుగా జమ చేయడంతో పాటు వ్యవసాయ ఉత్పాదకాల నాణ్యత నిర్ధారణ కోసం **రూ.63.96 కోట్ల** వ్యయంతో నిర్మించిన **52 డా.వైఎస్సార్ అగ్రిటెస్టాండ్ ల్యాబ్**లను కూడా నేడు ప్రారంభించనున్న గౌరవ ముఖ్యమంత్రి **శ్రీ. వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి...**

వరుసగా నాలుగో ఏడాది..
డా.వైఎస్సార్ ఉచిత పంటల బీమా..

దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా రైతన్నలపై ఒక్క రూపాయి కూడా ఆర్థిక భారం లేకుండా, రైతుల తరపున పూర్తి ప్రీమియం బాధ్యతను కూడా ప్రభుత్వమే తీసుకుని.. సాగు చేసిన ప్రతి ఎకరాన్ని ఈ-క్రామ్ లో మన గ్రామంలో మన ఆర్టికేల ద్వారా నమోదు చేయించి, నోటిఫైడ్ పంటలకు "డా.వైఎస్సార్ ఉచిత పంటల బీమా" ద్వారా బీమా రక్షణ కల్పిస్తూ.. ఒక సీజన్ లో జరిగిన పంట నష్టానికి మరుసటి ఏడాది అదే సీజన్ ప్రారంభంలోనే క్రమం తప్పకుండా పరిహారం చెల్లిస్తున్న మన జగనన్న ప్రభుత్వం..

నేడు అందిస్తున్న
రూ.1,117.21 కొట్లతో కలిపి
ఈ నాలుగేళ్లలో మన జగనన్న
ప్రభుత్వం 54.48 లక్షల మంది
రైతన్నలకు “ డా. వైఎస్సార్ ఉచిత
పంటల బీమా” క్రింద అందించిన
మొత్తం పరిహారం అక్షరాలా
రూ.7,802.05 కొట్టు..

పంటల భీమా చెల్లింపు వివరాలు

గత ప్రభుత్వం (5 ఏళ్లలో)			జగనన్న ప్రభుత్వం (ఈ 4 ఏళ్లలోనే)		
సంవత్సరం	లబ్ధిదారులు లక్షల్లో	పరిహారం రూ. కోట్లలో	సంవత్సరం	లబ్ధిదారులు లక్షల్లో	పరిహారం రూ. కోట్లలో
2014-15	1.03	132.24	మనం చెల్లించిన గత ప్రభుత్వ బకాయిలు	6.19	715.84
2015-16	4.35	339.70	2019-20	9.48	1,252.18
2016-17	8.70	954.75	2020-21	13.00	1,739.00
2017-18	6.77	720.60	2021-22	15.61	2,977.82
2018-19 (పూర్తిగా చెల్లించలేదు)	10.00	1,263.91	2022(ఖరీఫ్)	10.20	1,117.21
మొత్తం	30.85	3,411.20	మొత్తం	54.48	7,802.05

డా.వైఎస్సార్ అగ్రి ప్లస్టింగ్ ల్యాబ్..

విత్తనాలు, ఎరువులు, పురుగు మందులు తదితర వ్యవసాయ ఉత్పాదకాల నాణ్యత నిర్ధారణ కోసం **రూ. 213.27 కోట్ల వ్యయంతో** అసెంబ్లీ నియోజకవర్గ స్థాయిలో **147**, జిల్లా స్థాయిలో **10** పరీక్ష ల్యాబరేటరీలు, **4** రీజనల్ కోడింగ్ సెంటర్లు నిర్మాణానికి శ్రీకారం చుట్టిన జగనన్న ప్రభుత్వం..

ఇప్పటికే
మొదటి దశలో 75 ల్యాబ్ ల
ప్రారంభం.. నేడు ప్రారంభిస్తున్న
52 ల్యాబ్ లతో కలిపి ఇప్పటి వరకు
127 ల్యాబ్ లను రైతులకు
అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చిన
జగనన్న ప్రభుత్వం..



వ్యవసాయ సంబంధిత
సలహాలు, సూచనలు,
ఫిర్యాదులకై
టోల్ ఫ్రీ నంబర్
155251
ను సంప్రదించండి

రైతన్నల కాసుం రాజన్న ఒక అడుగు వేస్తే.. జగనన్న మరొక రెండడుగులు ముందుకు...

మరిన్ని వివరాల కోసం త్రిప్పి చూడండి

గమనిక: రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ. వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి అనంతపురం జిల్లా కళ్యాణదుర్గంలో రాష్ట్రసాయ “వెంస్టార్ రైతు దినోత్సవం” కార్యక్రమంలో 8 జులై, 2023 నాడు ఉదయం 9.30 గంటలకు పాల్గొంటారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని అన్ని ప్రముఖ న్యూస్ ఛానళ్ల టైమ్ లో వీక్షించవచ్చు.



వ్యవసాయాన్ని పండుగ చేస్తూ.. రైతన్నకు అండగా జగనన్న ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న విప్లవాత్మక కార్యక్రమాలు..



వైఎస్సార్ రైతు భరోసా - PM KISAN

దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా సొంత భూమి సాగు చేసుకుంటున్న రైతులతో పాటు అర్హులైన ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, మైనార్టీ కౌలు రైతులు, RoFR (అటవీ), దేవాదాయ భూములు సాగు చేసుకుంటున్న రైతన్నలకు కూడా పంట పెట్టుబడి ఖర్చు భారాన్ని తగ్గించేలా "వైఎస్సార్ రైతు భరోసా" క్రింద ఏటా 3 విడతల్లో (మే, అక్టోబర్, జనవరి నెలల్లో) మొత్తం రూ. 13,500 రైతు భరోసా సాయం అందిస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం..



రైతు భరోసా కేంద్రాలు

విత్తనం నుండి పంట విక్రయం వరకు రైతన్నకు అన్ని సేవలు గ్రామంలోనే అందించే వన్ స్టాప్ సెంటర్లుగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 10,778 రైతు భరోసా కేంద్రాల (ఆర్టీ) ఏర్పాటు.. నకిలీలకు అడ్డు కట్ట వేస్తూ ఆర్టీల ద్వారా ప్రభుత్వంచే ధృవీకరించబడిన కర్మిలేని నాణ్యమైన విత్తనాలు, నాణ్యమైన ఎరువులు, నాణ్యమైన పురుగు మందులు, ఈ-క్రాఫ్, పంటల బీమా, సున్నా వడ్డీ పంట రుణాలు, పంట కొనుగోలు కేంద్రాల సేవలు.. సూచనలు, సలహాలు ఇస్తూ, చేయి పట్టుకు నడిపిస్తూ..



వైఎస్సార్ సున్నా వడ్డీ పంట రుణాలు

చక్రవర్తిల పద్మవ్యూహంలో చిక్కుకుని అన్నదాతలు అప్పుల ఊబిలో పడిపోకుండా వారికి అండగా నిలుస్తూ.. ఈ-క్రాఫ్ డేటా ఆధారంగా లక్ష రూపాయల లోపు పంట రుణాలు తీసుకునేందుకు సహకరిస్తూ ఏడాది లోపు ఆ రుణాలు తిరిగి చెల్లించిన రైతన్నలకు "వైఎస్సార్ సున్నా వడ్డీ పంట రుణాల పథకం" క్రింద వడ్డీ రాయితీని నేరుగా రైతన్నల ఖాతాల్లో జమ చేస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం..



రైతన్నలకు ఇన్పుట్ సబ్సిడీ

ప్రకృతి విపత్తుల వల్ల పంట నష్టపోయిన రైతన్నలకు సత్వర ఉపశమనం కల్పిస్తూ గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా ఏ సీజన్ లో జరిగిన పంట నష్టానికి ఆ సీజన్ ముగిసేలోగానే క్రమం తప్పకుండా "ఇన్పుట్ సబ్సిడీ" అందిస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం.. ఈ-క్రాఫ్ డేటా ఆధారంగా శాస్త్రీయంగా పంట నష్టాల అంచనా.. పారదర్శకతకు పెద్దపీట వేస్తూ సచివాలయాల్లో జాబితాలు ప్రదర్శించి మరీ వాస్తవ సాగుదార్లకు పంట నష్ట పరిహారం..



ధాన్యం సేకరణ..

రాష్ట్ర చరిత్రలో మొట్టమొదటిసారిగా, గతంలో ఎన్నడూ జరగని విధంగా రైతన్నకు కనీస గిట్టుబాటు ధర ఖచ్చితంగా వచ్చేలా చేస్తూ, దళారులు, మధ్యవర్తుల ప్రయోగం లేకుండా ఆర్టీలతో అనుసంధానించి నేరుగా కల్లం వద్దే ధాన్యం కొనుగోలు.. GLT (గోనె సంఘాలు, ధాన్యం లోడింగ్ కు హమావీ ఖర్చులు, ధాన్యాన్ని కల్లం నుండి కేటాయించిన మిల్లుకు చేర్చే వరకు రవాణా) ధారీలు రూపొందించిన కిందాల్ కు MSP కి అదనంగా మరో రూ. 300 కూడా ఇస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం.. లంచాలకు తావులేకుండా 21 రోజుల్లోనే నేరుగా రైతన్నల ఖాతాలకు ధాన్యం డబ్బులు జమ..



వైఎస్సార్ యంత్ర సేవా పథకం

ప్రతి ఆర్టీకేలో ఉండేలా, మీ గ్రామంలోనే తక్కువ అద్దెకే సాగు యంత్రాలు, పనిముట్లు అందుబాటులో ఉంచి, వారికి మంచి జరిగేలా రూ. 2,016 కోట్ల వ్యయంతో ఆర్టీకే స్థాయిలో ఒక్కొక్కటి రూ. 15 లక్షల విలువ గల 10,750 వైఎస్సార్ యంత్ర సేవా కేంద్రాలు, వరి ఎక్కువగా పండించే 20 జిల్లాల్లో ఒక్కొక్కటి రూ. 25 లక్షల విలువ గల కంపైన్ హార్వెస్టర్లతో కూడిన 1,615 క్లస్టర్ స్థాయి యంత్ర సేవా కేంద్రాల ఏర్పాటు.. రైతులే గ్రూపులుగా ఏర్పడి ఏ కంపెనీనుండైనా కొనుగోలు చేసుకునే స్వేచ్ఛనిస్తూ..



వైఎస్సార్ ఉచిత వ్యవసాయ విద్యుత్తు పథకం..

వ్యవసాయానికి పగటిపూట 9 గంటల పాటు నాణ్యమైన ఉచిత విద్యుత్.. సరఫరాలో నాణ్యత పెంచేందుకు మరో రూ. 1,700 కోట్లతో ఫీడర్లు, సబ్ స్టేషన్లను ఆధునికీకరించి మరీ ఇస్తున్న జగనన్న ప్రభుత్వం.. రానున్న 30 ఏళ్ల పాటు రైతన్నలకు ఉచిత వ్యవసాయ విద్యుత్తుకు ధోకా లేకుండా SECI తో ఒప్పందం చేసుకుని మరీ 10 వేల మెగావాట్ల సామర్థ్యం గల సోలార్ పవర్ ప్రాజెక్టు నిర్మాణానికి చర్యలు.. ఆక్సా రైతులకు లబ్ధి కలిగేలా యూనిట్ కరెంటు కేవలం రూ. 1.50కే సరఫరా..



జగనన్న పాల వెల్లువ ..

మూతబడిన సహకార డెయిరీలను సైతం తెరిపిస్తూ, పాడి రైతులకు మంచి చేసేందుకు దేశంలోనే అతి పెద్ద పాడి సహకార సంస్థ అమూల్ తో ఒప్పందం.. మధ్య దళారులు, కమిషన్ ఏజెంట్లకు స్వస్తి పలుకుతూ మహిళా డెయిరీ సహకార సంఘాల ద్వారా పాల సేకరణ.. పాలకు ప్రతి 10 రోజులకు ఒకసారి అక్కచెల్లెమ్మల బ్యాంకు ఖాతాలకు నేరుగా నగదు జమ.. "జగనన్న పాల వెల్లువ" ద్వారా పాడి రైతులకు రీటర్ గేడ్ పాలకు రూ. 22 వరకు, ఆవు పాలకు రూ. 11 వరకు అదనపు ఆదాయం.. గత రెండేళ్లలో అమూల్ 8 సార్లు ధరలు పెంచడంతో పెరిగిన రేట్లు..

ఇది కేవలం రైతన్నల సంక్షేమం కోసం జగనన్న ప్రభుత్వం ఈ 4 ఏళ్లలో చేసిన వ్యయం..			ఇదీ గత ప్రభుత్వ 5 ఏళ్లలో వ్యవసాయ రంగ దుస్థితి..	
పథకం పేరు	లబ్ధిదారుల సంఖ్య లక్షల్లో	అందించిన మొత్తం రూ. కోట్లలో	పథకం వివరాలు	
వైఎస్సార్ రైతు భరోసా - PM KISAN	52.38	30,985.30	లేదు.. రైతన్నకు సకాలంలో సాయం అందించాలన్న ఆలోచనే లేదు.. రూ. 87 వేల కోట్ల వ్యవసాయ రుణాలు మాఫ్ చేసామని 2014లో మాటిచ్చి దిగిపోయే నాటికి రూ. 15 వేల కోట్లు మాత్రమే విడిచిపెట్టిన వైనం..	
డా॥ వైఎస్సార్ ఉచిత పంటల బీమా	54.48	7,802.05	బీమా క్లెయిమ్లు ఎప్పుడొస్తాయో, ఎంతొస్తాయో తెలియని పరిస్థితి..! ప్రీమియం సైతం రైతులే చెల్లించాల్సిన దుస్థితి..	
రైతులకు ఇన్పుట్ సబ్సిడీ	22.74	1,965.43	ఈ-క్రాఫ్ లేదు.. అశాస్త్రీయంగా పంట నష్టాల అంచనా.. రైతన్నలు ఆఫీసులు, మధ్య దళారుల చుట్టూ కాళ్లరిగేలా తిరిగినా పరిహారం అందుతుండో లేదో తెలియని దుస్థితి..	
కల్లం వద్దే ధాన్యం కొనుగోలు..	32.78	58,773.29	ఏ రోజూ MSP దక్కలేదు.. ఏడాదికి సగటున కొనుగోలు చేసేది కేవలం రూ. 8,000 కోట్ల ధాన్యమే.. కొనుగోలు చేసిన వాటికి చెల్లింపులు ఎప్పుడొస్తాయో, ఎంతొస్తాయో తెలియని అయోమయ పరిస్థితి..	
ఇతర పంటల కొనుగోలు (నేటి వరకు)	61.63	7,742.19	లేబర్, ట్రాన్స్పోర్ట్ సంగతి దేవుడెరుగు.. గన్నీ బ్యాగులకు కూడా దిక్కులేని దుస్థితి.. మిల్లర్ల, దళారుల చేతులు తడవాల్సిన వైనం..	
మనం చెల్లించిన గత ప్రభుత్వ ధాన్యం సేకరణ బకాయిలు..		960.00		
ఉచిత వ్యవసాయ విద్యుత్ సబ్సిడీ		41,266.00		
ఫీడర్లు, సబ్ స్టేషన్ల ఆధునికీకరణ..		1,700.00		
గత ప్రభుత్వ కరెంటు బకాయిలు (మనం మన మీద వేసుకున్నది)		8,845.00		
ఆక్సా రైతులకు విద్యుత్ సబ్సిడీ		3,093.00		
శనగ రైతులకు బోనస్		300.00		
సూక్ష్మ సేద్యం, పండ్ల తోటల అభివృద్ధి	5.66	2,639.15	లేదు తమవారికి, తమ వర్గానికే మేలు కలిగేలా చర్యలు..	
ఆయిల్ పామ్ రైతులకు సబ్సిడీ	0.37	171.87	ఇచ్చింది అరకొర..	
వైఎస్సార్ యంత్రసేవా పథకం		1,052.42	గతంలో అరకొర ట్రాక్టర్ల పంపిణీ.. ప్రజాప్రతినిధులు ట్రాక్టర్ డీలర్లతో కుమ్మక్కై స్కీమ్ ల పేరుతో స్వామీలు..	
విత్తన సబ్సిడీ	67.38	1,173.33	సమయానికి విత్తనాలు అందించినది ఏనాడూ లేదు.. నాసిరకం విత్తనాలు.. చేంతాడంత క్యూలలో మండల కేంద్రాల వద్ద రోజూ తరబడి ఎదురు చూపులు..	
వైఎస్సార్ సున్నా వడ్డీ పంట రుణాలు	73.88	1,834.55	రైతులకు రూ. 1,180 కోట్ల వడ్డీ బకాయిలు పెట్టి సున్నా వడ్డీ పథకాన్ని నిర్వీర్యం చేసిన దుస్థితి..	
గత ప్రభుత్వం చెల్లించాల్సిన విత్తన బకాయిలు (మనం చెల్లించింది)		384.00	బకాయిలు పెట్టిన వైనం.. నాసిరకం విత్తనాలు, కల్తీ పురుగు మందులు, ఫెల్లిజెర్లు.. తమకు అనుకూలంగా ఉన్న కంపెనీలకే లబ్ధి కలిగేలా చర్యలు..	
మొత్తం రూ. 1,70,769.23 కోట్లు			శ్రీ.కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డి, వ్యవసాయ, సహకార, మార్కెటింగ్ & ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ శాఖా మంత్రి	

జారీచేసినవారు: కమిషనర్, సమాచార, పౌర సంబంధాల శాఖ, ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం



శుక్రవారం ఫలక్నుమా ఎక్స్‌ప్రెస్ బోగీలు దగ్ధమవుతున్న దృశ్యం

ప్రమాదమా..
విద్రోహమా?

ఫలకనుమను ఎక్స్‌డైన్‌లో రైల్వే చోటుచేసు
కున్న అగ్రప్రమాదం ప్రపంచవ్యాప్త
అనిగిరి లోక విదేశీ హత్య కలాపముగా
జనగిరి నందుచోట వ్యవస్థ కులకలనాము.
ఎన్‌ఐఐఐ భోగలో మందులు చెలరేగుదాని
సిగరెట్‌ కలాపం లోక నెలదేశీని వార్తాంగిక
వ్యవస్థనుబట్టి అయ్యుదా అనే కణం
పోలీసులు దర్శావ్య చేస్తున్నారు. వార్తాంగి
పాముల వద్ద సిగరెట్‌ కలాప వ్యవస్థ కల
ప్రయాణీకులు వారింట్లో నివసింపలేదని
చెబుతున్నారు. మరికొంత మంది ప్రయాణీ
కులు ఎన్‌4 భోగలో ఒక బ్యాగ్‌లో నుండి
చిగుల వస్తున్నారని ప్రయాణీ
కుల చెప్పాడని తెలిస్తే, ఎవ

భగ్గుమన్న ఫలక్రీనుమా

● పూర్తిగా దగ్ధమైన 3 బోగీలు ● ఏడు బోగీలకు
వ్యాపించిన మంటలు ● పాగలు చూసి చైనీ లాగడంతో
తప్పిన పెను ప్రమాదం ● ప్రాణ నష్టం లేకపోవడంతో
ఊపిరి పీల్చుకున్న అధికారులు ● లగజి వదలి, రైలునుండి
దూకి పరుగులెత్తిన ప్రయాణికులు



మంటలను ఆర్పుతున్న సహాయక సిబ్బంది

భువనగిరి, జూలై 7, ప్రభాతవార్త : హౌరా నుండి సికింద్రాబాద్ వెళ్తున్న పరిశుంఘా ఎన్ఫోర్స్మెంట్ మంట్లలు చెలరేగాయి. మూడు భారీలను హౌరాలో దగ్ధం కాగా మరో నాలుగు భోగీలకు మంట్లలు ఎక్కివేసి పాకిస్థాన్ దగ్ధమయ్యాయి. రైల్వే మన్నుస్థుల కొలెను ముసిం ఒక ప్రయోజికమైనదిగా భావింతుంటే వెంటనే డ్రైవర్ రైలును నిలిపివేస్తానని కానీ నేపథ్యంలో మిగతా ప్రయాణీకులంతా తీవ్ర భయానందోహళితలతో అప్రమత్తమై వెంట ఉన్న బ్యాగులను విలువైన వస్తువులను వదిలివేటి విధిలో పాపలతో బ్రతుకు జీవద్ధా అంటూ రైలు దెబ్బలు నుండి భయపడకు దూకి ప్రాణాలను కాపాడు కున్నారని, కా భువన శుక్రవారం ధీబీనగర్

➤➤ 11

» 11

ఎపి ఇసెట్
కాన్సెలింగ్ షెడ్యూల్
14 నుంచి రిజిస్ట్రేషన్

విజయవాడ,జూలై 7,ప్రభాతపాఠ్యప్రసంగిని ఏపీలో సాటిరిక్టర్కి పుర్తి చేసిన విద్యార్థులు ఇంటికిరింగే రెండే సనపత్తురంటే నేమిగా ప్రవేశించేందుకు న్యీశం అని నెట్ కన్సీనర్, సాంకేతిక విద్యాశాఖ కమిషనర్ వదలవాడ నాగరాణి శుభ్రవారం మిడు వడ చేసార.ఇందుకు సంబంధించిన నోటిఫికేషన్ జూలై10 తేదీన మిడుదించు తుంది. ఈనెట్ 2023 ఆరవత సాధించిన విద్యార్థులకు ఏపీ ఆన్లైన్ ద్వారా రిజిస్ట్రేషన్, ప్రాసెసింగ్ రుసుము చెల్లింపు ఈనెట్ జూలై 14 నుండి 17వ తేదీ వరకు నాలుగు రోజుల పాటు అవకాశం ఉంటుంది.దృవీతరణ వరలా వెలికివేన్న్ కోసం జూలై 17 నుండి 20వ తేదీ వరకు న్యీశం వారు. విద్యార్థులు అప్లై చేసిన కోసం 19వ తేదీ నుంచి 21 వరకు మును రోజులు కేలా యింపారు.ఆప్లై మార్కు కోసం 22వ తేదీ అవ కాశం కల్గింపారు.జూలై25వ తేదీన సీట్లును రేఖాయస్తారు. ఆగస్టు1 నుంచి తరగతులు ప్రారంభిస్తారు.సీట్లుబిట్టపై వారు ఈ నెల 30వ తేదీ వరకు తమకు కేలాాయించిన >>11

నేటి నుంచి సిఎం జగన్
అనంతపురం, కడప పర్యటన
మూడురోజులపాటు పలు అభివృద్ధి
కార్యక్రమాలు ప్రారంభం

విజయవాడ,జులై 27 ప్రతాపవార్త ప్రతినిధి: ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్రెడ్డి మూడు రోజులు పాటు ఆనంతపురం, వైఎస్ఆర్ కడపజిల్లాల పర్యటించినవన్నారు.సీఎం జిల్లా కేసెల 8 నుంచి జూలై10 వరకు సీఎం జగన్ పర్యటనలో వలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలలో పాల్గొన్నారు.జూలై8వ తేదీన ఉదయం 8 గంటల ప్రాంతంలోనే సీఎం వైఎస్ జగన్ తాడేపల్లిలోనే తన సెనాన గృహం నుంచి బయలుదేరి ఆనంతపురం జిల్లాకు బయలుదేరారు.కర్ణాటకానందం చేరుకుని ఏపీ మోడల్ స్కూల్లో నమీవంలో సభాపేక్ష వద్దకు చేరకుని డాక్టర్ వైఎస్సార్ ఇంటిగ్రిటెడ్ ఆగ్రికల్చర్ ల్యాండ్స్ ప్రారంభిస్తారు.దినంత డాక్టర్ వైఎస్సార్ జయంతి సందర్భంగా రైతు దినోత్సవంలో పాల్గొంటారు. ఈ సందర్భంగా జరిగే బహిరంగ సభలో ప్రజలను ఉత్తేజిచి ప్రసంగిస్తారు. తరువాత ఖరీఫ్-2022లో వంట నష్టపోయిన రైతులకు తీసువా పరిహారాన్ని బహుమతి నోకొ పారిశ్రాాత్లో సీఎం జగన్ జమచేయనున్నారు. ఆ కార్యక్రమం ముగిసిన తరువాత ఆయన మున్ముఖంగా 2.05గంటలకు వైఎస్ఆర్ జిల్లా ఉడుపుపావు వైఎస్సార్ ఫూల్ వద్ద జగన్ వివాచరించినవన్నారు.ఆనంతపురం ఉడుపుపావులోనే తన సినాపాల్గొని సీఎం జగన్ చేరుకుంటారు.ఈ నెల 9న జరిగే జిల్లా పర్యటన రెండవ రోజుగా గండికోటకు జగన్కు చేరుకుంటారు.గండికోట వద్ద బెటెయిను హోటల్ నిర్మాణ పనులకు శంకుస్థాపన చేయనున్నారు.ఆపై వ్యూహికాంశం పరిశీలించనున్నారు. ఆ తరువాత పులివెందుల చేరుకుంటారు.నూతనంగా నిర్మించిన పురపాక నుంచి నుంచి భవనాన్ని సీఎం జగన్ పరిశీలించారు. పులివెందుల రాజేష్వర చేరకుని సగరవ నానీ ప్రారంభిస్తారు. ఆక్రమ జగన్ గురదాపా రెవెన్యూ డింట్ చేరుకుంటారు. గురదాపా

వస్త్ర వ్యాపారులపై
దాడి కేసులో
నిందితుల అరెస్ట్

విజయవాడ క్రి.జిల్లా 7 ప్రభాకరవార: రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నంబలనం కల్గిందివ సత్తసాంయ జిల్లా ప్రధానవంతు చెందిన వర్ష వ్యాపారంపై దాడి కేసులో నీదితులను పటుమట పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. పోలీసులు తెలిసిన విధానం ప్రకారం సత్తసాంయ జిల్లా ధర్మవరానికి చెందిన ఫిర్యాది ధర్మవరంలో వర్ష వ్యాపారం నిర్వహించేవాడు. తన వ్యాపారంలో భాగంగా రాష్ట్రం నలుమూలల్లో ఉన్న వ్యాపారస్తులకు సరఫరాను చేయటం చేయటం సత్తసాంయ నంబలనం డిస్ట్రీక్ట్ నెలలో విజయవాడ పటుమటలోని ఆలయ సీల్డ్ ఓన్ ఆవివాద్ గుప్తా తన వ్యక్తికి రెండు దఫాలూ సుమారు రూ. 2లక్షల34వేల వస్త్రాలను వం వగ, ఆ దుస్తులనుగానె చేకలను రాని జప్తు సమ్మె వాటిని జ్ఞానంలో వేయగ ఆ ఆకొంటేలు క్లోజ్ చేసారని తెలిసి, ఆవివాద్ గుప్తాకు పోన్ చేసి ఆదుగగా తనను వాయూ వేస్తూ వస్తూన్నాడు. ఈ క్రమంలో గతనెల 2న ఫిర్యాదు చేసిన మరో వర్షవ్యాపారకుడుగారు కోటం ఆనంద్ >> 11



కేంద్రమంత్రి కిరణ్ రిజిజుకు జ్ఞాపికను అందిస్తున్న సీఎం జగన్

కేంద్రమంత్రి కిరణ్ రిజిజు
సిఎం జగన్తో భేటీ

విద్యాసంస్కరణలను ప్రశంసించిన కేంద్రమంత్రి



శుక్రవారం ఆందోళన చేస్తున్న వీర మహిళలు

డిజిపి కార్యాలయం వద్ద
జనసేన
మహిళల
ఆందోళన

సోషల్ మీడియాలో అక్లీల అంశాలు నిరోధించాలని డిమాండ్

విజయవాడ, జూలై 7, ప్రభాత వార్తప్రతినిధి: ఏపీ డిజిటీజీ కార్యాలయం సమీపంలో శుక్రవారం జనసన నుండి పార్టీ వీర మహిళలు ఆందోళన చేపట్టి, సామాజిక మార్పుమండలి వద్ద వస్తున్న అశ్శీలంకాలపై పోటీను న్యూంబర్ చాలని డిమాండ్ చేసారు. తమ పార్టీ నేత, ఆయన భార్యపట్ల అవమానకర రీతిలో సామాజిక మార్పుమండలి పోస్ట్మెన్స్ కు చెబుతున్నారని వారిలో ఆధికార పార్టీ కార్యకర్తలు కీకరిస్తూ ఉప్పుపహరీ న్యూనార్తనం చేపట్టారు. పవ్వాళం లేకుండా వారిపై క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయాలని కోరారు. జనసన పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి నుంచి సమీపంలోనే ఉన్న డిజిటీజీ కార్యాలయానికి వీర మహిళలు ప్రదర్శనగా బయలు దేరారు. పోటీ నేతపై సాఫ్ట్ వేరు మిడియలో పోస్టులు పెడుతున్నారని ఆరోపించారు.

తనన్నారన్నారు. కుటుంబ సభ్యులపై అసహనంతో
 పొన్నుకోలు పెడుతున్నారన్నారు. వారిపై చర్యలు
 తీసుకోవాలన్నారు. ఈ విషయంలో మహిళలు
 కలిపివని చైతన్య వానిరెడ్డి వద్ద వచ్చి న్యాయ
 సమస్యతగా వ్యవహరించి చాలాన్నారు. అధికార
 పార్టీ విషయంలో ఒక రకంగా, తమ పార్టీ పట్ల
 ఒక రకంగా వ్యవహరించి నీరస చమంటూ
 వాస్తవంగా ఈ సమస్యలో ఒక నేపథ్యంలో మీరే మహిళలు,
 జనసేన కార్యకర్తలను పోలీసులు అడ్డుకు
 న్నారు. దాంతో వారు పోలీసులతో వాగాడ్రానికి
 దిగారు. డి.జీ.జీఐ కార్యాలయంలో షి ఛార్జరు
 చేసేందుకు వెళ్తుకుండా పోలీసులు అడ్డుకోవడం
 దారుణమని వారు వ్యాఖ్యానించారు. పోలీసులకు
 మౌలికరంగా నివాదాలు చేసారు. అక్కడే కొద్ది
 సేపు ఆందోళన చేసి మీరమహిళలు
 వెళ్ళిపోయారు.

రాష్ట్రంలో మత్స్యరంగ అభివృద్ధికి విస్తృత అవకాశాలు

సముద్ర సమాచార, సలహాసేవలపై అవగాహన కార్యక్రమం ప్రారంభించిన కేంద్రమంత్రి కిరన్ రిజిజు

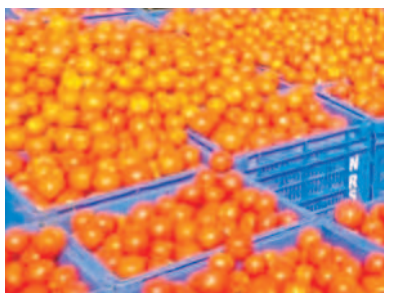
త్వరలో మచిలీపట్నం ఫిషింగ్ హార్బర్ నిర్మాణం పూర్తి: మంత్రి జోగి రమేష్



శుక్రవారం మచిలీపట్నంలో జరిగిన సముద్రసమాచారం, సేవలపై అవగాహన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న

మచిలీపట్నం, జూలై 7, ప్రభాకరవార్త: ఆజాదీ కా అమృత మహోత్సవ్ లో భాగంగా సముద్ర సమాచార వ్యవస్థల భారత జాతీయ కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో శుభవారం స్థానిక రెవెన్యూ కళ్యాణ మండపం నందు సముద్ర సమాచారం మరియు సలహా సేవలపై భారీ అమాహూస కార్యక్రమాన్ని

నిర్యోహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విప్లవసిన ఆయన రాష్ట్ర గృహ నిర్మాణ శాఖా మంత్రి జోగి రమేష్, జిల్లా కలెక్టర్ డి.వి.రాజావాస, బంధువు పార్థమేంద్ నభ్యులు వల్లభనేని బాలశౌరి, జాయింట్ కలెక్టర్ డా. అమరాజిత సింగ్, తదితరుల సమక్షంలో జరిగింది. ప్రజ్వలన గావించి, అవగాహన కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా కేంద్రమంత్రి మాట్లాడుతూ సముద్ర సమాచార వ్యవస్థల భారత జాతీయ కేంద్రం, హైదరాబాద్ వారు మత్స్యకరణం, చేపల మేకు లుబజమానులకు నిరంతరం సముద్రం చేరుకొని స్థితిగతులను అలక దేవస్వాన్నార్చి, సునామీ వంటి ప్రకృతి విపత్తుల వ్యవయంలో ముందస్తు హెచ్చరికలు జారీ చేసేస్వాన్నార్చి తెలియజేశారు. హైదరాబాద్ చేపల సముద్రం దొరుకు ప్రాంతాల గురించి మరియు ప్రపంచదశమైన ప్రాంతాలను >> 11



ఉత్తరాఖండ్‌లో
టమోటా రూ. 250

రాజాస్థాన్లో రూ.31 మాత్రమే
న్యూఢిల్లీ,జులై 7: దేశవ్యాప్తంగా టమోటా ధరలు అతీవ్రిమ గరిష్ఠానికి చేరుకున్నాయి. అన్నిరాష్ట్రాల్లోనూ టమోటా మళ్ళులనుంటున్నాయి. ఉత్తరాది మాధ్యమిల్లో మరింతతీవ్రయంగా ఉన్నాయి. ఉత్తరాఖండ్లో టమోటా కిలో రూ.250కి చేరింది. ఉత్తరాఛి జిల్లా గంగోత్రియామల్లో కిలో రూ.250కి అమ్ముతున్నారు. అదే జిల్లాలోని మరి కొన్ని చోట్ల కిలో 180 నుండి 200వరకూ ఉంది. ఈ ప్రాంతంలో టమోటాధర ఒక్కసారిగా పెరిగిపోయందని కూరగాయల వ్యాపారులు చెబుతున్నారు. గంగోత్రి, యమునోత్తర్లో టమోటా కిలో 200నుంచి 250వరకూ పలుకుతున్నట్లు వ్యాపారులే చెబుతున్నారు. టమోటా పండించే రాష్ట్రాల్లో అధిక ఉత్పత్తిగల, మధ్యల కారణంగా ధరల ఒక్కసారిగా పెరిగిపోయాయి. టమోటాలు సాధారణంగా తక్కువ

» 11

ఆమె ప్రయత్నానికి అంతర్జాతీయ గుర్తింపు!



అంతరిక్షంలోకి రాకపోకలు సాగిస్తున్నాయి. ఆ రహస్యాలను అన్వేషిస్తున్నారు. కానీ అమ్మాయి జీవితంలో అత్యంత సహజమైన నెలసరిని మాత్రం ఇంకా తప్పగానే భావిస్తున్నారు. దీని కారణంగా నష్టపోతున్న ఆడవాళ్లందరూ ఆ పరిస్థితిని మార్చాలనుకుంది **డియాన్ డీ మెనజెస్**. ఆమె ప్రయత్నం అంతర్జాతీయ గుర్తింపు తెచ్చడమే కాదు.. లక్షల మందిలో మార్పు రావడానికి కారణమైంది.

ఆఫీసులో బిజీగా గడిపేస్తోంది డియాన్. ఇంతలో పీరియడ్. సమయానికి ప్యాడ్స్ లేదు. సహోద్యోగులను అడుగుదాసుంటే ఇబ్బందిగా తోచింది. దీంతో దగ్గర్లోని షాపులో తెచ్చుకుంది. అప్పుడే ఇంత సహజమైన విషయాన్ని చదువుకున్న నేనే ఇంత ఇబ్బందిగా భావిస్తే మిగతావారూ సంగతెంటని ఆలోచించింది.

గుాగులో వెదికితే నెలసరి ప్రారంభంకానే చదువుకు దూరమవుతోన్న వారు లక్షల్లోనే ఉన్నారని తెలిసి ఆశ్చర్యపోయింది. దానికి ఆమె తెచ్చిన పరిష్కారమే 'రెడ్ ఈజ్ ద న్యూ గ్రేస్'. ఈమెది ముంబయి బిఎస్సీ పూర్తిచేసి, రిసెర్చ్ ఆనలిస్ట్ గా కోరుకున్న సంస్థలో ఉద్యోగంలో చేరింది. 2016లో తన ఎన్జీఓ స్థాపించడానికి ముందు నెలసరి చుట్టూ ఉన్న సమస్యల్ని పరిశోధించింది. ఆసురక్షిత విధానాలు అనుసరించడం, ప్యాడ్లు కొనే స్థోమత లేకపోవడం, ఆశుభ్రత కారణంగా వచ్చే అనారోగ్యాలు. వంటివన్నీ ఆమె దృష్టికి వచ్చాయి. అప్పుడు ఆమె మనసులో 'అవగాహన. అందుబాటులోకి తెవడం' అనే రెండు అంశాలు మెదిలాయి. దీంతో ముందు మురికివాడల వాళ్ళకి మెన్స్ట్రువల్ ఉత్పత్తులు అందించడం మొదలుపెట్టింది. తర్వాత ముంబయి పాఠశాలలు, స్కూళ్లలో అవగాహన కార్యక్రమాలు మొదలుపెట్టింది.

'కార్పొరేట్ సంస్థలు సాధారణంగా సాయం చేస్తాయి. కానీ దీనికి ఏమీ ముందుకు రాలేదు. విద్యా సంస్థలూ దీనిపై మాట్లాడటానికి ఏముందనే వారు. అయినా నేను పట్టు వదలేదు. స్కూళ్లలో శానిటరీ ప్యాడ్ వెండింగ్ మిషిన్లు, ఇన్సెర్టులు ఏర్పాటు చేసి.. వాటి ఉపయోగంతోపాటు అవగాహననీ జోడిస్తూ వచ్చా'అనే డియాన్ ఇతర ఎన్జీఓలు, యూనిసెఫ్తో కలిసి పనిచేసింది. ఉద్యోగాన్ని వదిలి స్నేహితులు, వలంటీర్లతో దీన్నే పూర్తి స్థాయిలో కొనసాగించింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల తోనూ కలిసి పనిచేసింది. ఈమె సేవలకు గుర్తింపుగా ఇంగ్లాండ్ రాణి నుంచి 2018లో

యంగ్ లీడర్ పురస్కారం. 2019లో ఫోర్బ్స్ జాబితాల్లో నిలిచింది. కొవిడ్ సమయంలోనూ తన సేవలను ఆపలేదు. ప్రస్తుతం స్పెషలైజండ్లో ఇంటర్నేషనల్ డెవలప్ మెంట్ పై పిజి చేస్తున్న డియాన్ టెడెక్స్ స్టేకర్ కూడా. ఆఫీసా వంటి పేదదేశాలతోపాటు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా నెలసరి ఆరోగ్యంపై చేపడుతున్న కార్యక్రమాలపై పరిశోధనా చేస్తోంది. 'మా సంస్థను మెన్స్ట్రువల్ హబ్ గా తీర్చిదిద్దనున్నా. నెలసరి ఆరోపాలు తొలగి, మూలాంటి ఎన్జీఓల అవసరమూ రాని పరిస్థితి ఏర్పాదలన్నది నా కోరికంటోంది డియాన్. ఇప్పటివరకూ లక్షమందికి పైగా జీవితాల్లో మార్పునకు కారణమైన ఈమె ప్రయాణం స్ఫూర్తిమతమేగా మరి! ▢



ఇప్పుడు మేకప్ వేసుకోవడం పరిపాటిగా మారి పోయింది. చాలా మంది ఇది లేనిదే బయటికి రావడం లేదు. మరి వేసుకున్నప్పుడు ఉన్నంత శ్రద్ధా, ఆసక్తి తీసేటప్పుడు ఉంటుందా? అనిపిస్తోయో, ఏమవుతుందిలే అనో మేకప్తోనే నిద్రపోతున్నారా..? ఈ నిద్రక్లం మంచిది కాదంటున్నారు నిపుణులు. మేకప్తోనే నిద్రపోవడం వల్ల వచ్చే సమస్యలను వివరిస్తున్నారెలా.

మేకప్తోనే నిద్రపోతున్నారా..

వృద్ధాప్య ధాయిలు.. మేకప్తో నిద్రపోవడం అకాల వృద్ధాప్యానికి కారణమవుతుంది. ఎందుకంటే చర్మం మేకప్తో కప్పి ఉండటం వల్ల గాలినిరిగ్గా తగలదు. దీనివల్ల కాలక్రమేణా గీతలు, ముడతలు ఏర్పడతాయి. అందుకే నిద్రపోయే ముందు సున్నితమైన క్లెన్సర్లు, రిమూవర్లతో దీన్ని

తొలగించాలి. మాయిశ్మరైజర్లను రాసుకుంటే రాత్రంతా చర్మం తేమగా ఉంటుంది. **మొటిమలు..** చర్మ రంగ్రామ మూసుకుపోయి మొటిమల బారిన పడే అవకాశాలు ఎక్కువ. దీనివల్ల నల్లటి మచ్చలా ఏర్పడొచ్చు. అల్లా హైజీనిక్ సిలికాన్తో తయారు చేసిన బ్రెవీలతో మేకప్ తీయడం మంచిదని వైద్యపరంగా నిరూపితమైంది. ఇవి చర్మాని లోతుగా శుభ్రం చేసి బ్యాక్టీరియాను నిర్మూలిస్తుంది.

కళ్లకూ ప్రమాదమే.. మేకప్తో నిద్రపోవడం వల్ల చర్మానికి మాత్రమే కాదు కళ్లకూ ప్రమాదమే. దురద, దద్దుర్లు, నీరు కారడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అలానే, రాత్రుళ్లు మేకప్ తీయకపోతే కొలాజెన్ ఉత్పత్తి తగ్గి చర్మం పొడిబారిపోతుంది. ▢

ప్లాగర్ డిజైనర్ వేర్



ఈవెనింగ్ పార్టీలతో ట్రైట్ గా వెలిగిపోతుంది. గేట్ టు గెడర్ కాన్సెప్ట్ గేట్ రెండీ అంటుంటాయి. ఇలాంటిప్పుడు నలుగురు కలిసే చోట న్యూ లుక్తో కనిపించాలని కోరుకుంటుంది నవతరం. వారి ఆభరణాలకు తగిన ప్రిన్సులు ఇవి..

చెలి చిట్కా

మందార పూలను తైలంగా చేసి తలకు రాసుకుని అర గంట తర్వాత స్నానం చేస్తే తలలోని మంద్రు పోతుంది.



ఆరోగ్య భాగ్యం

రకాలు: కారణాల్ని బట్టి రకాలు : 1. అక్యూట్ ఓటైటిస్ మీడియా: ఇది ఆకస్మాత్తుగా, జలుబు, శ్వాసకోశ సమస్యలు, ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల దానంతట అదే వచ్చి తగ్గిపోతుంది. క్రానిక్ ఓటైటిస్ మీడియా : ఇది నిదానంగా చెవిలో నీరు, చీము వంటి ద్రవాలు చేరడం వల్ల, ట్యూమర్స్ వల్ల పడడం వల్ల వచ్చే చెవి నొప్పి కంటిన్యూగా ఎక్కువ రోజులుంటుంది. చెవి నొప్పి ఆకస్మాత్తుగా ఆగిపోయిన కళ్లభేరి వగిగిందని అర్థం. చెవి నొప్పికి వచ్చే వ్యాధుల్ని బట్టి దీన్ని మళ్లీ రెండు రకాలుగా పరిగణించడమైనది. ప్రైమరీ చెవి నొప్పి: ఇది వెలులకు, మధ్య, లోపలి చెవికి వచ్చే చెవి నొప్పి వల్ల వస్తుంది ఇది 24-48 గంటల్లో తగ్గిపోతుంది. సెకండరీ చెవి నొప్పి : టెంపరోమాండిబులార్ జాయింట్స్, డౌడ్, దంతాలు, ముక్కు, గొంతు వ్యాధుల వల్ల సెకండరీ చెవి నొప్పి ఎక్కువ రోజులు, తరువాత వస్తుంది. వ్యాధి లక్షణాలు : చెవి చుట్టూ లేదా వెనుక భాగం, లోపల బాధకరంగా మంటా, నొప్పిగా ఉంటుంది. కొందరిలో దురదలు, పొట్టులేరుడం, తిమ్మిరిగా ఉంటుంది. జలుబు, దగ్గు, చెవిని రుద్దుడం వల్ల ఎర్రబడి వాపు రావడం, తాకినా నొప్పిగా ఉండడం, చెవులలాక్కోవడం, చిరాకు, అనీజీ, ఏద్యవడం, చెవివాపు, నీటి వల్ల ఆహారం సరిగా తినలేరు. జ్వరం, వాంతులు, గొంతునొప్పి, అరుగుదల సమస్యల వల్ల ఆజీర్ణి, విరేచనాలు, పొట్టు ఉబ్బడం ఉంటుంది. తలనొప్పి, పాల త్రాగలేరు. వినిపిండ్ల శక్తి తగ్గడం వంటివి చెవి నొప్పి లక్షణాలుంటాయి. రిస్క్ : పోతపాలు త్రాగే పిల్లల్లో, ఇమ్యూనిటీ తక్కువగా ఉన్న వారిలో, పోషకాహార లోపం ఉన్నవారిలో, హైపర్ సెన్సిటివ్ (సున్నితత్వం) ఉన్నవారిలో, అస్థి, సిస్టిక్ ఫ్రెక్ట్యూర్స్, ఎయిడ్స్, నెలలు నిండకుండా పుట్టిన పిల్లలు, బరువు తక్కువగా ఉన్న పిల్లలు, మురికి వాడలు, అపరిశుభ్రత ఉన్న వారిలో రిస్క్ ఎక్కువ. కాంప్లికేషన్స్ : చెవి నొప్పిని నెగ్లెక్ట్ చేయడం వల్ల సెకండరీ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల చెవిలో నుండి చీము కారడం, దురదలు, పక్కలు కట్టడం, శబ్దాలు రావడం, వినిపిండ్ల తగ్గి చెవుడు రావడం ఉంటుంది. జాగ్రత్తలు చికిత్స : చెవి నొప్పి తరువాత దాక్టర్ దగ్గర ఓటిస్సోస్ ద్వారా పరీక్షించి వ్యాధికి గల కారణాన్ని నిర్ధారించి అంతిమ బయోటిక్స్ మందులు, ఇయర్ డ్రాప్స్ ఇవ్వాలి ఉంటుంది. నొప్పి ఒక చెవిలోనా లేదా రెండు చెవుల్లోనా, ఆగి ఆగి వస్తుండా, కంటిన్యూగా వస్తుండా, మైగ్రేన్ వస్తుండా, తీవ్రంగా వస్తుండా, ఇతర వ్యాధి లక్షణాలు ఏమీ ఉన్నాయో తెలుసుకొని జాగ్రత్తలు పాటించాలి. చేతులు, వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత అవసరం. పిల్లల ముందు సిగరెట్స్, మట్టలు కాల్చరాదు. సిగరెట్ పొగకు కూడా చెవి నొప్పి వస్తుంది. పాల బాటిల్ నోటిలో పెట్టుకొని పిల్లలు నిద్రపోయేలా చేయరాదు. ఉప్పు



కావడం లేదా చెవి పై వెచ్చ చేయడం, హాట్ బ్యాగ్ పెట్టడం చేయాలి. ఇన్ఫెక్షన్ క్లెన్స్ ని కంట్లో చేయాలి. ఈత కొట్టేటప్పుడు, ఎత్తైన ప్రాంతాల్లో (విమానంలో) పోయేటప్పుడు పిల్లకి ఇయర్ ప్లగ్స్ పెట్టవచ్చు. స్నానం చేసిన తర్వాత టవల్ లేదా థర్బ్స్ కొనలుతో చెవుల్ని శుభ్రపరచాలి. ఇయర్ బడ్స్ తో తిప్పడం వల్ల గుబిలి, నీళ్లు చెరి లోపలికి పోయే ప్రమాద ముంది. చల్లగాలికి మంచుకి పోయేటప్పుడు, స్నానం చేసేటప్పుడు చెవుల్లో దూది పెట్టవచ్చు. పిల్లలకి ఫ్రీజ్లోని చల్లని శరీరానికి సరిపడని వస్తువులు, పుల్లడి వస్తువులు పెట్టరాదు. మాయింగ్ గమ్స్ నమలరాదు. హోమియో షికీట్స్ : ప్లాంటాగ్ 30- చెవి నొప్పి ఒక చెవిలోనుండి రెండవ

పిల్లల్లో చెవి నొప్పి-2



చెవిలోనికి వ్యాపించినప్పుడు, చెవిపోటు, పంటిపోటు ఒకేసారి వచ్చినప్పుడు వాడదగ్గర ముందు. ఎకైన్ల 30- చలిగాలికి, ఆకస్మాత్తుగా, జలుబు, జ్వరం, వాపుతో వస్తుంది. రూస్సెట్ - వర్ణాకాలంలో చెవిలో గుబిలి ఉన్నప్పుడు ఉన్న ఇన్ఫెక్షన్ కి చెవి నొప్పి వస్తుంది. ఇవేగాక కామెల్లా, చెల్లెడోనా, మెగ్నీషియాపాసి, పల్మిటిల్లా మందుల్ని వ్యాధి లక్షణాల్ని బట్టి వాడాలి ఉంటుంది. ▢

పరోపకారార్థ మిదం శరీరం

రాల్సిన గింజల్ని ఏరుకొని తింటూ ఒక బ్రాహ్మణుడు జీవనయాత్ర సాగిస్తున్నాడు. దానినే ఉపవృత్త అంటారు. అతడు భార్యతో కలిసి ఆడవిలోకి పోయి యజ్ఞం చేయాలని భావించాడు. అతడు అహింసామార్గంలో జీవిస్తూ ఉండటం చేత ఇంతుహింసకు అంగీకరించక కండమూలాలతోను, ఫలాలతోను యజ్ఞాన్ని పూర్తి చేశాడు. అతడు చేసే హవిష్యధానం శాస్త్రవిహితం కాదని తెలిసినా కూడా భయంచేత అతడి భార్య మాస్త్రా ఊరుకుందేగానీ పెదివి విప్పలేదు. దాంతో ఇంద్రాది దేవతలు హవిష్యులు స్వీకరించేందుకు నిరాకరించారు. అగ్నిహోత్రుడు కూడా ప్రజ్వరిల్లకుండా మందగించాడు. జింక ఒకటి అతడి వద్దకు వచ్చి తనను చంపి యజ్ఞం పూర్తి చేసుకోమంది. అయినా ఆ బ్రాహ్మణుడు అంగీకరించలేదు. అప్పుడా జింక, ఓ బ్రాహ్మణా ! నీకు దివ్యదృష్టిని ఇస్తున్నాను. చూడు నీ యజ్ఞం పూర్తి అయితే నిన్ను స్వర్గానికి తీసుకొని వెళ్లేందుకు దేవతలంతా విమానంలో ఎదురుచూస్తున్నారు. నీవు జంతుబలి ఇస్తానని నీ యజ్ఞం పూర్తి కాదు కనుక ముందు వెనుకలు ఆలోచించక నన్ను చంపి యజ్ఞం పూర్తి చేసి స్వర్గానికి పో అన్నది. బ్రాహ్మణుడు ఆ జింకను బలి ఇచ్చి యజ్ఞాన్ని పూర్తిచేసినట్లు మహాభారతంలోని కథ చెబుతుంది. వ్యాస మహర్షికి పరోపకారార్థమిదం శరీరం అను సూక్తిని పాటించింది. జింక ఒక పశువు స్వార్థాన్ని చూసుకున్నాడు. ఒక మనిషి అదీ బ్రాహ్మణుడు ద్వారపరయుగ బ్రాహ్మణుడు కలియుగ బ్రాహ్మణుడెవ్వరూ స్వర్గ సుఖాల కోసం, తమ స్వార్థ ప్రయోజనాల కోసం ఒక మూగజీవిని ఒక జింకను బలి ఇవ్వరు కదా. ఆనాటి బ్రాహ్మణుడు కూడా ధర్మాత్ముడే, అహింసాప్రధాన్ని ఆచరించడమైనవాడే కానీ స్వర్గ సుఖాల మోహంతో ఆయన్ను వదేశాయి. మనిషి కంటే పశువే మేలనే భావం కలుగుతుంది.



ఆధ్యాత్మికం

- రాచమడుగు శ్రీనివాసులు.

పరమాపండి.. చదువు, ఆశీసు, ఇల్లు.. ఇలా ఏదో ఒక పనితో తీరిక లేకుండా గడుపుతున్నారా? ఈ నిరంతర ఆత్మి భావోద్వేగాలపైప్రభావం చూపగలదు.

మూడ్ మార్చేయండి..



పెట్టేసుకోండి. అలాగని చెప్పలకు హాని కలిగించొద్దు. సంగీతం వింటూ పైకి పాడటం.. మట్టా ఎవరూ లేరన్నట్లుగా నవ్వుకోవడం. చేయండి. మనసు తేలికపడుతుంది. ఏదైనా కోత పని ప్రయత్నించాలని ఎప్పుడైనా అనిపించిందా? ఆ పనిపై పట్టు ఉండాలి అవసరమే లేదు. ఆసక్తి ఉంటే చాలు. ఆ ప్రయత్నం మీ ఆలోచన లను తద్వారా మనసునీ మార్చేయగలదు. ▢

సేదతీరడమో చేసినా ఉపశమనం ఉంటుంది. **అదీ మంచిదే..** ఓ మంచి కామెడీ బిట్.. పాపీ మ్యూజిక్ ఏదో ఒకటి పెట్టుకోండి. మామూలుగా కంటే కాస్త సౌండ్ ఎక్కువ

500 గ్రా. చక్కెర- అరకప్పు, మొక్కజొన్న పిండి, నెయ్యి- పావు కప్పు చొప్పున, పాలు- కప్పు, ఉప్పు- చిటికెడు, యాలకుల పొడి- పావు చెంచా. **తయారీ :** క్యారెట్స్ ను కుక్కర్లో వేసి రెండు కూతులు వచ్చే వరకు ఉడికించాలి. దీన్ని చల్లార్చి మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేసుకోవాలి. దీన్ని పడకట్టాలి. ఆ తర్వాత దీంట్లో చక్కెర, మొక్కజొన్న పిండి,

క్యారెట్ డిలైట్

పళ్లెనికి నెయ్యి రాసి దాంట్లో తీసుకోవాలి. గంట తర్వాత నవ్వున ఆకారంలో కోసుకోవాలి. ఈ ముక్కలను ఎండుకోవ్వారి పొడిలో దొర్లించి టూటిప్రూటీలతో అలంకరిస్తే సరి. ▢



