



పేదలకంటేని సమాజమే లక్ష్యం

బడ్జెట్లో బడుగు, బలహీన వర్గాలకు అధిక ప్రాధాన్యం

ఉగాది నుంచి పి-4, మే నుంచి తల్లికి వందనం

జాన్ నాటికి డిఎస్సీ నిర్వహించి టీచర్ పోస్టులు భర్తీ

చిత్తూరు జిల్లాలో సిఎం చంద్రబాబు

చిత్తూరు, మార్చి 1 ప్రభాతవార్త: పేదరికం లేని సమాజం అభివృద్ధిచేయడానికి రాష్ట్రంలో కూటమి ప్రభుత్వం అసాధ్యమైన కృషి చేస్తోందని ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు పేర్కొన్నారు. చిత్తూరు జిల్లా గంగాధరనెల్లూరు మండలం గంగారెడ్డిపల్లె గ్రామంలో శనివారం ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు ఎన్టీఆర్ భరోసాసామాజిక పెన్షన్లను లబ్ధిదారులకు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన సమావేశంలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు మాట్లాడుతూ బడుగు, బలహీన వర్గాల సంక్షేమానికి రాష్ట్ర

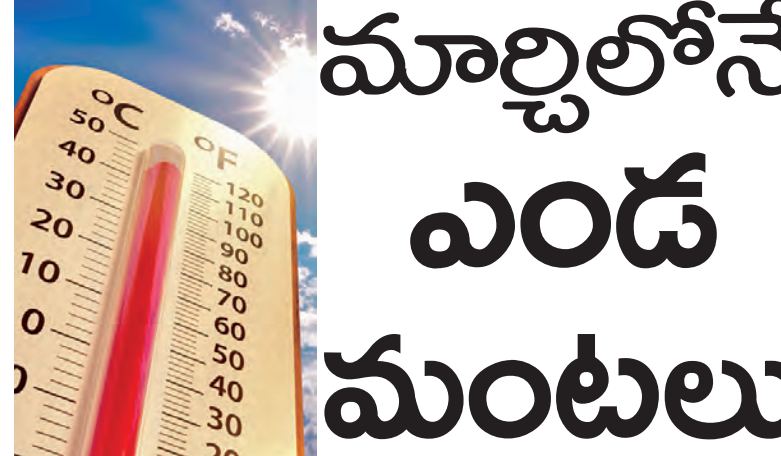
బడ్జెట్లో అధిక ప్రాధాన్యత ఇచ్చామని, రాష్ట్ర ప్రజల అభ్యున్నతే లక్ష్యంగా కూటమి ప్రభుత్వం ఆడుగులు వేస్తోందన్నారు. రాష్ట్రంలో గత ఐదు సంవత్సరాలుగా ఏ ఒక్కరి ముఖంలో బిరుసా లేదని, కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన అనంతరం ప్రజలందరినీ సంతోషంగా వున్నారన్నారు. గత పాఠకులు రాష్ట్రంను ఆడిపి పంపిణీ ద్వారా దోచుకుంటున్నారని, రాష్ట్రంను 10 లక్షల కోట్ల రూపాయల మేరకు అప్పుల భారంను ప్రజలపై మోపి వెళ్తుంటే రాష్ట్రంలో ఆర్థిక విధ్వంసం జరిగిందన్నారు. రాష్ట్రంలో కూటమి ప్రభుత్వం



శనివారం చిత్తూరు జిల్లా గంగాధరనెల్లూరు ప్రజావేదిక కార్యక్రమంలో మాట్లాడుతున్న సిఎం చంద్రబాబునాయుడు

ఏర్పడిన అనంతరం రాష్ట్ర సర్వతోముఖాభివృద్ధి కోసం ఒక్కొక్క అడుగు ముందుకు వేస్తున్నామన్నారు. ఎన్నికల సమయంలో ప్రజలకు ఇచ్చిన ప్రతి ఒక్క హామీని అమలు చేయడానికి చిత్తూరులో ప్రతి నిమిషం పని చేయడంతో పాటు నాయకులు, అధికార యంత్రాంగంను అభివృద్ధిలో భాగస్వాములు చేస్తున్నామన్నారు. కేవలం ఈ 9 నెలల కాలంలోనే రాష్ట్రానికి 6.50 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులు తీసుకురావడం జరిగిందని, ఫలితంగా నిరుద్యోగ యువతకు 5 లక్షల ఉద్యోగాలు రానున్నాయన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ

సహకారంలో రాష్ట్రంను మరింత అభివృద్ధి పథంలోకి తీసుకెళ్లడానికి కూటమి ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందన్నారు. దేశంలో ఒక్క ఆంధ్ర ప్రదేశ్లో మాత్రమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతి నెల 64 లక్షల మంది పెన్షన్ లబ్ధిదారులకు ఏడాదికి 33 వేల కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేస్తోందన్నారు. గతంలో అధికారంలో వున్న వైసాపా ప్రభుత్వం ముక్కుతూ ములుగుతూ పెన్షన్ల పంపిణీ చేసిందన్నారు. రాష్ట్రంలో 200 రూపాయలు వున్న పెన్షన్ను రూ.2వేలు చేసింది తానేనన్నారు. అలాగే ఎన్నికల్లో ప్రజలకు ఇచ్చిన



పెరుగుతున్న ఉష్ణోగ్రతలు చూసి జనం బెంబేలు

నంద్యాల జిల్లా ఆత్మకూరులో 38.6°

ఏప్రిల్లో వేడి మరింత పెరిగే అవకాశం

విజయవాడ, మార్చి 1 ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో విజయవాడ, మార్చి 1 ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో వేసవి కాలం ఎంతో ఇబ్బందిగా అన్నంతగా గత వారం 24న (ఫిబ్రవరి) నంద్యాల జిల్లా బండీ ఆత్మకూరులో 38.6° అధిక ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఈ వేసవిలో సూర్యుడు మార్చి నెల నుంచే సుదూరమనిపించున్నాడు. ఏప్రిల్, మే లో సూర్యుడు మరింత మందనన్నాడు. భానుడు

భగభగ మండిపోతున్నాడు. మధ్యాహ్నం సమయంలో బయటికెళ్లే చెమటలు కట్టిస్తున్నాడు. బయట అడుగు పెట్టేందుకు జనం భయపడుతున్నారు. ఎండల నేపథ్యంలో వివేక నిర్వహణ సంస్థ కొన్ని జాగ్రత్తలు చెబుతుంది. **మార్చి, ఏప్రిల్, మేలో తీవ్రతరం:** ఈ ఏడాది ఏప్రిల్, మే నెలలలోపాటు మార్చి నుంచే ఎండల తీవ్రత క్రమేపీ పెరగనుందని, >>2

'ఆశా'లకు సర్కార్ ఆసరా

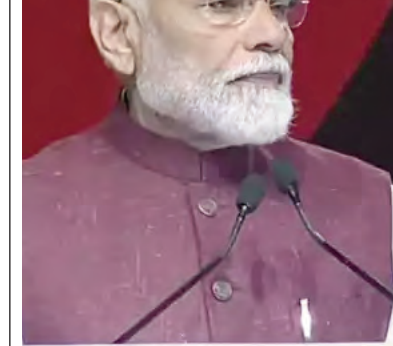
విజయవాడ, మార్చి 1 ప్రభాతవార్త: ఆశాలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆసరాగా నిలుస్తుందని, వారికి గ్రాంటుల్లో చెల్లింపుకు నిర్ణయం తీసుకున్నామని పీవీ సిఎం చంద్రబాబునాయుడు పేర్కొన్నారు. ఆరోగ్య శాఖపై జరిగిన సమీక్షలో సిఎం చంద్రబాబు ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఎన్నికల ముందు ఆశాలకు ఇచ్చిన హామీ మేరకు ఈ నిర్ణయానికి ఆమోద ముద్ర వేసినట్లు తెలిపారు. గ్రాంటుల్లో చెల్లింపు విధంగా ఉండాలని దానిపై వివిధ రాష్ట్రాల్లోని ఆశా వర్కర్లకు అందజేస్తున్న వేతనాలు, పదవీ విరమణ అనంతర ప్రయోజనాలు, తదితరాలను పరిశీలించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. గ్రాంటుల్లో అమలు ఆశా వర్కర్లకు గ్రాంటుల్లోని అమలు చేయాలని ముఖ్యమంత్రి ఆదేశించారు. దేశంలోనే మొట్టమొదటిసారిగా ఆశా కార్యకర్తలకు గ్రాంటుల్లో అమలు చేస్తున్న ఏకైక రాష్ట్రంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ నిలుస్తోంది. 30 ఏళ్ల పాటు సేవల్లో ఉన్న ప్రతి ఆశా కార్యకర్తకు గ్రాంటుల్లో కింద రూ.1.50 లక్షల వరకు లబ్ధి చేకూరుతుంది. గ్రాంటుల్లో అమలు చేయాలని వారు ఎప్పటి నుంచో డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఈ మేరకు సిఎం చంద్రబాబు వారి డిమాండ్ను పరిగణలోకి తీసుకుని అమలుకు నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ విధంగా గ్రాంటుల్లో చెల్లింపు మరే రాష్ట్రం, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల్లో కూడా అమల్లో లేదు. 180 రోజుల ప్రసూతి సెలవులు మంజూరు ఆశా వర్కర్లకు గతంలో ప్రసూతి సెలవుల సమయంలో వేతన చెల్లింపు ఉండేది కాదు. ఇప్పుడు సుమారు 180 రోజుల ప్రసూతి సెలవులను పని దినాలుగా పరిగణలోకి

గ్రాంటుల్లో చెల్లింపునకు నిర్ణయం ఒక్కొక్కరికి రూ.1.5 లక్షల లబ్ధి 180 రోజుల ప్రసూతి సెలవు ఉద్యోగ విరమణ 62యేళ్లకు పెంపు ఆరోగ్యశాఖ సమీక్షలో సిఎం చంద్రబాబు

తీసుకుని వేతనం చెల్లింపునకు సిఎం అంగీకరించారు. ఈ నిర్ణయం ద్వారా 6 నెలల పాటు ప్రసూతి సెలవుల్లో ఉన్నప్పటికీ ఈ జీతం అందుతుంది. ప్రసూతి సెలవులు పొందిన వారు రూ.60 వేల మేర ప్రయోజనం పొందుతారు. అత్యధిక జీతం ఇస్తున్న ఏకైక రాష్ట్రం 2019 కి ముందు కూడా ఆశా వర్కర్లను చంద్రబాబు ఆదుకున్నారు. 2018లో పనితీరు వారికి అవకాశం ఉన్నప్పుడు ఆశా వర్కర్లకు డిమాండ్లలో లేదు. ప్రభుత్వం చిత్తూరులో ఈ ప్రయోజనం కల్పించింది. ఆశా వర్కర్ల దీర్ఘకాలిక డిమాండ్లను తీర్చినందుకు ఆరోగ్య మంత్రి సత్య కుమార్ యాదవ్ ముఖ్యమంత్రికి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సిఎం తీసుకున్న చారిత్రాత్మక నిర్ణయమని, వైద్య ఆరోగ్య రంగంపై ఆయనకున్న చిత్తూరుకిది >>2

విరమణ వయసును 60 ఏళ్లకు పెంచడం వంటి ప్రయోజనాలను కల్పించారు. ఉద్యోగ విరమణ అనంతరం వుద్యోగ పెన్షన్ను కూడా అత్యధిక కల్పించారు. ఈ తరహా సేవలు అందిస్తూ ఐదు రకాల కార్యకలాపాలు నిర్వహిస్తున్న వారికి ఉత్తరప్రదేశ్లో రూ.750, హిమాచల్ ప్రదేశ్లో రూ.2,000, రాజస్థాన్లో రూ.2,700, పశ్చిమ బెంగాల్, ఢిల్లీలో రూ.3,000, హర్యానా, కర్ణాటకలో రూ.4,000 కేరళలో రూ.5,000, సిక్కింంలో రూ.6,000, తెలంగాణలో రూ.7,500 వాపున నెలవారీ వేతనం అందిస్తున్నాయి. ఆశాలకు పీవీ ప్రభుత్వం నెలకు రూ.10,000 వాపున జీతం చెల్లిస్తోంది. ఇది దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాలకంటే అత్యధికం. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఆరోగ్య మంత్రి శ్రీ సత్య కుమార్ యాదవ్ మరియు సీనియర్ అధికారులతో జరిగిన సమీక్షా సమావేశంలో ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. గ్రాంటుల్లో చెల్లింపునకు ఆదేశాలు ఇవ్వడానికి ముందు, వివిధ రాష్ట్రాలలో ఆశా కార్యకర్తలకు అందిస్తున్న ప్రయోజనాలను, వేతనాలు, పదవీ విరమణ అనంతర ప్రయోజనాలు మొదలైన వాటిని పరిశీలించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. గ్రాంటుల్లో చెల్లింపు ఆశా కార్యకర్తల డిమాండ్లలో లేదు. ప్రభుత్వం చిత్తూరులో ఈ ప్రయోజనం కల్పించింది. ఆశా వర్కర్ల దీర్ఘకాలిక డిమాండ్లను తీర్చినందుకు ఆరోగ్య మంత్రి సత్య కుమార్ యాదవ్ ముఖ్యమంత్రికి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సిఎం తీసుకున్న చారిత్రాత్మక నిర్ణయమని, వైద్య ఆరోగ్య రంగంపై ఆయనకున్న చిత్తూరుకిది >>2

ప్రపంచ శక్తిగా మారిన భారత్



ప్రపంచ దేశాల ప్రజలు భారత్ కు రావాలని కోరుకుంటున్నారు.

ప్రపంచ దేశాల ప్రజలు భారత్ కు రావాలని కోరుకుంటున్నారు. ఇన్నోవేట్ శ్రామికశక్తిగా పేరు పొందిన భారత్ దేశం ప్రస్తుతం ప్రపంచశక్తిగా మారుతున్నట్లు చెప్పింది మోడీ అన్నారు. సమీకరించిన ఓ ఉపశాఖా చూశామని, కానీ ప్రస్తుతం ఆ విధానం పూర్తిగా మారిపోయింది పేర్కొన్నారు. దేశ రాజధానిలో నిర్వహించిన ఎన్ ఎన్టీ కౌన్సిల్లో భాగంగా ప్రధాని మాట్లాడుతూ భారత్ గురించి చాలా సానుకూల వార్తలు వెలువడుతున్న నేపథ్యంలో ప్రపంచం మొత్తం ఆసక్తిగా గమనిస్తోందని వ్యాఖ్యానించారు. >>2

బడ్జెట్లో నిధుల కోతలే ఎక్కువ



సిపిఎం నేత బి.వి.రాఘవులు

విజయవాడ, మార్చి 1 ప్రభాతవార్త: రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన 2025-26 బడ్జెట్లో మాటల కోతలు, నిధుల కోతలు తప్ప ప్రజల ప్రాధాన్యతలేదని సిపిఎం పోలిట్ బ్యూరో సభ్యులు బి.వి.రాఘవులు అన్నారు. శనివారం విజయవాడలోని జాలోత్సవ భవన్లో ఏర్పాటు చేసిన విలేజ్ కలల సమావేశంలో సిపిఎం రాష్ట్ర కార్యదర్శి

ఇంటర్ పరీక్షలు ప్రారంభం

విజయవాడ, మార్చి 1 ప్రభాతవార్త: పీవీ లో ఇంటర్మీడియట్ పరీక్ష ప్రారంభం. ఉదయం 9 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు జరుగనున్నాయి. తొలిరోజు మొదటి సందర్భం విద్యార్థులకు ద్వితీయ భాషపై పరీక్ష నిర్వహిస్తున్నారు. పీవీ వ్యాప్తంగా 1500 పరీక్షా కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. 10.58 లక్షల మంది విద్యార్థులు పరీక్షలు రాయనున్నారు. అన్ని పరీక్షా కేంద్రాల్లో సీసీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేసి ఆన్లైన్లో ఉన్న తాధికారుల కార్యాలయాలకు అనుసంధానం చేశారు. పరీక్షా కేంద్రాలకు నో మొబైల్ జోన్గా ప్రకటించారు. అధికారిక సమాచారం కోసం టిఫ్ సూపర్ టెండెంట్ కు మాత్రమే ఇంటర్ బోర్డు ఒక కిపాట్ ఫోన్ ను మకూర్చింది. ఈ పరీక్షలకు నిమిషం ని బంధనను అమలు చేస్తున్నారు. పరీక్షలు హాజరయ్యే వారు ఒక్కోసారి ఆల స్యు మైనా అనుమతించారు. ఎలక్షన్లో పరీక్ష రా అనుమతించబోమని అధికారులు తెలిపారు. విద్యార్థులందరూ >>2



శ్రీకాళహస్తిలో శనివారం స్యామి అమ్మవార్ల కల్యాణోత్సవ ఉిరేగింపు దృశ్యం

కమనీయం.. గౌరీశంకర కల్యాణం

శ్రీకాళహస్తిలో కన్నుల పండువగా వేడుక

శ్రీకాళహస్తి, ప్రభాతవార్త: మహాశివరాత్రి అంటే శ్రీకాళహస్తిలో పండగ వాతావరణం. ప్రతి ఒక్కరి తమ ఇంటిలో ఉత్సవంగా నిర్వహించడం ఆనవాయితీ. ఈ ఏడాది శాసనసభ్యుడు బొజ్జల సుధీ రెడ్డి ఇ. డి.బాపిరెడ్డికు మొదటి శివరాత్రి. అయినా అనుభవం ఉన్న సిబ్బందితో నిర్వహించారు. గతంలో కన్నా భిన్నంగా నిర్వహించాలని భావించి అందుకు చర్యలు తీసుకున్నారు. శ్రీకాళహస్తి వెలసిన గౌరీ శంకరుల కల్యాణోత్సవం సంప్రదాయబద్ధంగా శనివారం వేరువజామున జరిగింది. వేలాది మంది భక్త జనులు వివిధ సమీక్షి

జీవన్ శాంతి
UIN-512N338V07 • Plan No. 758

నాన్-పార్, నాన్-లింక్, ఇండివిడ్యువల్, సేవింగ్, డిఫర్డ్ యాన్యుటీ ప్లాన్

గరిష్ట డిఫర్డ్ మెంట్ వ్యవధి యాన్యుటీ ప్లాన్ కి

ఆన్లైన్లో కూడా లభిస్తోంది

ఫిక్స్డ్ యాన్యుటీ రేట్లు పొందండి ప్రారంభం నుంచి

అనేక యాన్యుటీ ఎంపికలు

డెత్ బెనిఫిట్ పొందండి డిఫర్డ్ మెంట్ వ్యవధిలో

మా వాట్సాప్ నం. 8976862090 'Hi' చెప్పండి

హెచ్ డి కేవలం అవినీతి మెట్ల యన్ digiti

నంద్యాలం: licindia.in

కాల్ సెంటర్ నంబర్ (022) 6827 6827

వివరాల కొరకు, మీ డిజిటల్/సమీపంలో ఉన్న ఎల్ఐసీ బ్రాంచిని సంప్రదించండి/ నంద్యాలం: www.licindia.in లేదా 56767478 మీ సగం పేరు ఎన్ఎంఎస్ చేయండి.

ముమ్మై ఫోలో అప్: LIC India Forever | IRDAI Regn No.: 512

LIC India Forever

రంగు అందం కాదు ..

ఇలా అందానికి నిర్వహణలేన్నీ తాను అందుకు తగ్గట్టే సౌందర్య ఉత్పత్తులు తయారుచేస్తారు. మరి అలా లేనివాళ్లు శేషజీవితాన్ని? నిజానికి మన దేశంలో ఎక్కువ తరం యిస్ట్రీ బ్యూటీటీ అలాంటి వున్నాడు. ఉత్పత్తులు ఎలా పనికొస్తాయో! ఇది అలోచించింది. కలిపి కేవలమణి, దానికి వానికి మంచి రంగు పాపం ఇవ్వే చమన ధాయ జంటగా బయటికే అమెను చూసి ఎలా నేను పన్నాలో ఉన్నమాటలు విన వడేవి. వేదకలప్పుడు మెరుగ్గా కనిపిస్తామని వాళ్ళు మేకప్ అనేమో సరిగా నమ్మి కాదు అది మానీ బ్యూటీటీ రంగుపై ఆసక్తి పెంచుకుంది కలిపి, తరవాత తన మర్చిపోయింది. ఈమెది ముంబయి. అమెరికాలో బిజినెస్ మేనేజ్మెంట్ కోర్సులు మేనేజింగ్ కన్సల్టెంట్ గా పనిచేసింది. ఆ సమయంలో బ్యూటీటీ ఎక్కువగా పనిచేసింది. అప్పుడే బ్యూటీటీ రంగులో పనిచేయాలన్న తన కల కలిపి గుర్తుకువచ్చింది. ఏవేళ అనుభవం సంపాదించుకున్నాక భారతీ తిరిగివచ్చింది. నేకవే న్యూయార్క్ కోర్సులు, టీవీ, సినిమా తారలకు మేకప్ ఆర్టిస్టులు పనిచేశారు. ఆ సమయంలో మనవాళ్ళకు తగ్గట్టుగా ఉత్పత్తులు లేవని గ్రహించింది కలిపి, అందరికీ తగ్గట్టుగా ఉత్పత్తులు 2018లో 'షే ఆ ఈస్ట్ బ్యూటీటీ (ఎస్ఎంఈ)' ప్రారంభించింది. తెల్లగా కనిపించడమే అంతం ఎందుకవచ్చింది? రంగుకాదు. ఆలోచించిన చర్చ అంతా నందిన వారు స్వీకరించినవారే అంటే అత్యున్నతానికి కాస్త బ్యాన్డ్ ఇవ్వాలనుకున్నా, రాయలకు తగ్గ ఉత్పత్తులు తెచ్చా. మన సౌందర్యం



కలిపి మూగజీవులకు శాపం ఉత్పత్తులకే ప్రాధాన్యమిచ్చా అంటుంది కలిపి, దీనికోసం ఏళ్లు కష్టపడింది. నిపుణులు ఎంచుకుంది తొలివాళ్ళలో అన్నీ సన్నాహే అయినా పట్టుదలగా వర్త మాన్ ప్యాకే నుంచే కాదు ఇతరులు నుంచి పెట్టుబడులు అందుకుంది. రంగు మనదైన అందం పయను, ప్రాంతంతో సంబంధం లేకుండా అలాంటిది విశ్వాసాన్ని అందించాలన్నదే నా ప్రయత్నం. అమ్మాయిల్లోనూ తమను తాము స్వీకరించే తత్వం పెరుగుతోంది. అది కలిపి. □

నేడు మహిళ అనేక రంగాలలో దూసుకు పోతున్నాయి. కొంత వివక్ష ఉన్నా అది తాత్కాలికమే. శాస్త్ర సాంకేతిక రంగాలలో కూడా మహిళలకు చేరుగా ఉంది సుసీతా విలియంస్ కు అంతర్జాతీయ వైబ్లీ మల్ సారి విజయం సాధించింది. క్రీడా రంగంలో కూడా మహిళలు ఏ మాత్రం పురుషులకు తగ్గకుండా విజయం సాధిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా క్రీకెట్లో మహిళలు విశేషంగా రాణిస్తున్నారు. అందరూ 19లో గొండ్డి త్రిష సాధించిన విజయం అపూర్వం. అలాగే హాకీలో కూడా మహిళలు ప్రతిభ కనపరుస్తున్నారు. ఒకప్పుడు కొంత విమర్శ ఎదుర్కొన్న వాటికి తిలోదకాలు ఇచ్చి ముందుకు సాగడం ముదావహం. ఇక రాజకీయాల్లో కూడా స్త్రీలు విశేషంగా ముందుకు వెళుతున్నారు. ఇటీవల ఎన్నికల్లో కూడా ఒక మహిళ ముఖ్యమంత్రి కావడం గమనార్హం. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో కూడా ఒక మహిళ హోమ్ శాఖ చేపట్టడం విశేషం. ఇవన్నీ బాగానే ఉన్నా సగటు మహిళ ఇంకా నిద్రాణమైన స్థితిలో ఉండటం ఒకటిగా భావించాలి. వారిలో మార్పురావాలి. చక్కగా చదువుకుని మహిళ సాధించలేనిది ఏదీ లేదని నిరూపించాలి. వెలితలలు వేస్తున్న మూడవతరాలపై తమ గళం విప్పాలి. ముఖ్యంగా బాల్యవివాహాలు అరికట్టాలి. దాని నివారణకు మహిళలే నాయకత్వం వహించాలి. ప్రతి మహిళ వారి అభ్యున్నతికి తోడ్పడితే సమాజం ప్రకాశవంతం అవుతుంది. ఇటీవల కాలంలో మహిళలు వారి భాగస్వాముల చేతిలో మరణించడం భారా కరమైన విషయం. ఇటువంటి సరళంగా రాజ్యసలపట్ల మహిళలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. భర్త యొక్క పనితీరు న్యభావం ఒక ప్రక్క కనిపెడుతూ ఉండాలి. తీయని మాటలు చెప్పి హాతమార్చే వారు ఉండారు, వివాహ బంధానికి మచ్చ తెచ్చే వారు ఎక్కువైనారు. ఈ పరిస్థితులు అన్నీ ఒకటే కనిపెడుతూ ఉండాలి. భర్త ప్రవర్తనలో మార్పు తేవాలి, నేడు మహిళలకు

అంతర్జాతీయ మహిళా వారోత్సవాల సందర్భంగా..

ఎన్నో అవకాశాలు వస్తున్నాయి. అవకాశాలను అంది పుచ్చుకుని విజయ పథంలో ఉండటం స్త్రీకే చెల్లింది. ఒకప్పుడు వరకట్నం అనేది ఓ జాడ్యంగా ఉండేది.

ఆమె విజయం తిరుగులేనిది..



వరకట్న మరణాలు కూడా ఎక్కువే ఉండేవి. ఇప్పుడు వరకట్నం అనే మాట వినపడటం లేదు. ఎందుకంటే అమ్మాయిలు కూడా ఉద్యోగం చేస్తూ పురుషులకు ఏ మాత్రం తీసి పోవడం లేదు. మగ పిల్లలు వరకట్నం అడగడంనాకే నంకీ చిన్నవారు. వరకట్నం అడిగితే వివాహం కాదు. అలా ఎంతో మంది వివాహం కాకుండా ఉన్న వాళ్లు కోర్ట్లకు. ఒక విధంగా ఇది స్త్రీ విజయమే. అందుకే చాలా మంది అమ్మాయి ఉద్యోగం చేస్తుంటే చాలు

అనే స్థాయికి వచ్చారు. నిజంగా ఇది మహిళ విజయమే. అందుకని ప్రతి మహిళ చదువుకోవాలి. తన కాళ్ళ మీద తన నిలబడాలి. ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం మహిళకు ఉండాలి. ఉద్యోగం ఉంది కదాని వీలై వీగకూడదు. భర్తకు, బంధువులకు తగిన గౌరవం ఇవ్వాలి. అందరితో సభ్యులుగా ఉండాలి. కన్న వారి పట్ల ప్రేమ ఉన్నా, ముఖ్యంగా అత్త, మామలతో స్నేహ భవంతో మెలగాలి. ఓ పరిణితి చెందిన మహిళగా సమస్యలు రాకుండా నేర్పుతో సంసారాన్ని నెట్టుకురావాలి. ఈర్ష్య, అసూయలు ఏ మహిళకు పనికి రావు. ఇద్దరులు అధికమైన సంసారాన్ని ఒప్పికగా, ఒడుపుగా రాత్తు రావాలి. అప్పుడే స్త్రీ యొక్క పొదుపు బదులు పడుతుంది. ఏదీ ఏమైనా నేడు స్త్రీ తిరుగు లేని శక్తిగా భాసిస్తోంది. కొన్ని అవసరాలు ఉన్నా చాలా వరకు మహిళలలో మార్పు సృష్టించింది. ఆమెలో వైతన్యం రావడమే ఒక విజయం. నేడు ప్రతి మహిళ అన్యాయాలు, అక్రమాలు సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొని విజయం సాధిస్తుంది ఆశిస్తాం. (మహిళ దినోత్సవ సందర్భంగా ప్రతి మహిళకు శుభాంక్షలు)

- కనుమ ఎల్లారెడ్డి.

ఎండబెట్టడం ఎంత తేలికో!

చారులో నంబోవదానికి వడియాలంటే ఎంత బాగుంటుంది కదూ! కానీ వాటిని ఎండబెట్టడం. పెద్ద ప్రమాదంమే దుమ్ముదూలి పడుతుంది, కాకులు, పిల్లలు వంటి జీవాలు వస్తాయనే బెదిరి ఉంటుంది. ఇక అలాంటి భయాలేమీ అవసరం లేదు. 'నైలాన్ సెట్టింగ్ ఫోల్డర్' కొనుక్కని, ఎండ తగితే చోట కొక్కానికి తగిలించేయిచ్చు. వీటిలో నుంచి 5 వరకూ అరలుంటాయి. వడియాలు, పల్ల మిదల కాకులు ఎందు మీరవకాయలు మూగారు పచ్చడికి ముక్కలు, పొడి

మస్తూమ్ మల్త్ మసాలా

కావలసినవి : పుట్టగొడుగులు, అర కీలే, గోధుమపిండి చారెడు, పచ్చిబఠాణీలు 2 కప్పులు, ఉల్లిపాయలు, టొమాటోలు, పచ్చిమిర్చి 4 చొప్పున, కొత్తిమీర తరుగు అరకప్పు, ధనియాలు పొడి అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టులు 2 చెంచాలు చొప్పున, నూనె 2 టేబుల్ స్పూన్లు, ఉప్పు రుచికి తగిన కారం, పసుపు 1 స్పూన్, పచ్చిమిర్చి ఉల్లి, తయారీ టొమాటో, పచ్చిమిర్చిలను ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. మస్తూమ్ సాగానికి కోసి, గోధుమి పిండివేసి ముక్కలకు పట్టుకునేలా కలపాలి. వాటిని స్వీట్లో ముంచి వరో

దాల్చినచెక్క

అంగుళం ముక్క : ఉప్పు రుచికి సరిపడ, కొత్తిమీర తరుగు అర కప్పు

తయారీ: అలసందలు కడిగి ముందు రాల్చి నానబెట్టాలి. ఉదయం ఆ స్వీట్ వడకట్టేసి, తగినన్ని స్వీట్ పోసి డ్రైవర్ కుక్కల్లో మూడు విజిల్ వచ్చేదాకా ఉడికించాలి. అదనంగా స్వీట్లంటే తీసేసి, గింజలను వక్కంపాచి. కడాయిలో నూనె వేడయ్యాక.. దాల్చినచెక్క, సోంపు, జీలకర్రలు వేయాలి. అవివే అల్లంవెల్లుల్లి ముద్ద, ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి తరుగులను వేయించాలి. అవి దొరగా వేగాక... టొమాటో గుజు, జీలకర్ర పొడి, మిరియాల పొడి, పసుపు, ఉప్పు, పంచదారలు జతచేయాలి. దొరగా



నీళ్లలోనూ పెరుగుతాయి...

కొంచెం నెమ్మదిగా ఎదుగుతాయి. కానీ, ఎప్పుడూ పచ్చగా ఉంటాయి. పాతల్లోని నీళ్లు దుర్వాసన రాకుండా ఉండటానికి కాస్త బోగ్గ పొడిని చల్లండి. ప్రతి వదిపాను లోజులకోసారి వీటిని మార్చండి. వాల్టెనోల్యూబల్ ఫెర్టిలైజర్ ని నెలరోజులకోసారి ఇస్తే చాలు.. నీళ్లలో మొక్కలు పెంచే ఆలోచనగా ఎదుగుతాయి.

★ ఆకులు రంగుమారినా, వడలినా వరోళ్ల కాంతిలో ఓ వారంరోజుల పాటు నాలుగైదు గంటలైనా ఉంచండి. నెమ్మదిగా తిరిగి నిలబోతూ కుంటాయి.

సాగ్ ఆలూ ..

కూరగాయ ముక్కలు, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టులను వేయించాలి. కాస్త వేగిన తర్వాత.. పుట్టగొడుగులు, ధనియాలు పొడి, బస్తిరి కారం, పసుపు, ఉప్పు, గరంమసాలా, వేసి కలిపి మూత పెట్టాలి. మెత్తగా ఉడికించుకున్నాడు. మెంతి ఆకుల పొడి, కొత్తిమీర తరుగు వేసి ఇంకో నిమిషం ఉంచి దించేస్తే సరి.

ఘుమఘుమలాడే మస్తూమ్ మల్త్ మసాలా రుచి

మాంసాహారాలను మరిపించే వంటలు

పాతల్లో తీయాలి. అడుగు భాగం ముందంగా ఉన్న గింజలను సూనె కాగివచ్చి జీలకర్ర.

పిగన్ బటర్

కావలసినవి: టోఫ్ 400గ్రా., ఉల్లి తరుగు అర కప్పు, టొమాటో పూర్వ, కొబ్బరి తరుము కప్పు చొప్పున, కొత్తిమీర తరుగు అర కప్పు, జీడిపప్పు ముప్పాపు కప్పు, యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్, నిమ్మరసం టేబుల్ స్పూన్ చొప్పున, గరం మసాలా, వెన్న 2 టేబుల్ స్పూన్లు చొప్పున, నాలుగు చెంచాలు, అల్లం వెల్లుల్లి, నాలుగు చెంచాలు దాల్చినచెక్క అంగుళం ముక్క బియ్యం ఆకులు 2, జీలకర్ర, కళ్ళిరి కారం, పసుపు, ట్రాన్స్ మగర్ చెంచా చొప్పున, మిరియాల పొడి అర చెంచా.

తయారీ: ఉప్పు రుచికి సరిపడ కలిపి పల్లెలో ఉంచి, దాని మీద బరువైన పాత్ర పెట్టి అరగంట పదిదేస్తే... గట్టిపడుతుంది. దాన్ని ముక్కలుగా కోసి., మిక్సింగ్ బోల్లో వేయాలి, జీడిపప్పు, నిమ్మరసం, యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్, గరం మసాలా, కొన్ని స్వీట్ జాల్డో వేసి బ్లెండ్ చేసి, టోఫులో వేసి, ఎగరెసిట్లు చేయాలి. ఈ ముక్కలను జీకో బ్రోలో సమంగా సర్ది, 15 నిమిషాలు బేక్ చేయాలి. ఈలోగా వెన్నలో అవంగాలు, యాపిల్, దాల్చినచెక్క, బియ్యం ఆకులు, జీలకర్ర, ఉల్లి, అల్లం వెల్లుల్లి తరుగులను వేయించాలి. అందులో మిరియాల పొడి, గరం మసాలా, పసుపు, టొమాటో పూర్వ వేసి ఉడికించాలి. నాలుగు నిమిషాల తర్వాత కొబ్బరి తరుము, ట్రాన్స్ మగర్, కల్లెర్ కారం, ఉప్పు వేసి కలియబెట్టాలి. అందులో బేక్ చేసిన టోఫ్ ముక్కలు, కొత్తిమీర తరుగు వేసి రెండు నిమిషాలు తరువాత దించాలి.



ప్రార్థనే మన ఆయుధం

తనంతంగా క్రైస్తవులు హింసకు గురవుతున్నారు. ఉత్తరాంధ్రలో ఈ హింస ఇంకా ఎక్కువగా ఉంది. మతపరమైన సూతన చట్టాలను తీసుకోవచ్చు. ఈ చట్టాలపేరుతో క్రైస్తవులపై తప్పుడు కేసులు ఎక్కువ అయ్యాయి. భవిష్యత్తులో మరిన్ని హింసలు, దాడులు పెరగవచ్చు. ఇంకా చెప్పాలంటే 'ఆదివారం' సెలవు దినాన్ని కూడా మార్చవచ్చు. ఏ మార్పులైనా ప్రభుత్వం సేవించడంలో మనం వెనుకంజ వేయకూడదు. మన హృదయంలో ఉన్న దేవుడిని తీసివేయలేరు. హింస గుండ్రనే సువార్త వ్యాపిస్తుంది. ఇది పూర్వకాలం నుంచి మనకు తెలిసిన విషయమే. కొన్ని గ్రామాలపై దాడులు చేసి, క్రైస్తవులను

వీవూల మనస్సులను

హతమారుసామని కొన్ని సంస్థలు హెచ్చరికలు చేస్తున్నాయి. అయినా వీటన్నింటా మనకు ఓర్పు, సహనం అవసరం. దాడులకు ప్రతిదాడులు మనం పూనుకోలేం. కేవలం అందరి రక్షణ గురించి మనం ప్రార్థించడం దేవుడు మనకు అనుగ్రహించిన గొప్ప వరం. మనం అనేక శ్రమలు అనుభవించి, దేవుడి రాజ్యంలో ప్రవేశించాలి అనేది దేవుడి సంకల్పం. దీన్ని మనం తప్పించుకోలేం. కాబట్టి మనల్ని పాలించే పాపకులు ఎన్ని కొత్త చట్టాలు తీసుకోవినా, ఆ చట్టాల పేరుతో భయపెడుతూ, హింసస్తున్నా అన్నింటికీ దేవుడి జవాబు. 'మానంగా ప్రార్థించడం'. అవసరమైతే ఉపవాసం ఉండడం. యేసుక్రీస్తు ఎన్నో శ్రమలు అనుభవించాడు, వివరికి ఆయనను హతమార్చారు. మన కోసం ఆయన మరణించాడు. కాబట్టి ప్రభుత్వ హింసలో మనం కూడా పాలు పొందాలి. ప్రార్థనే మన ఇళ్లకే. ప్రార్థనే మన విజయం. ప్రార్థనే మన ఆయుధం. ప్రార్థనే మన బలం, శక్తి. కాబట్టి దీక్షలను, చట్టాలను మార్చేది దేవుడు తప్ప మరొకరు కాదు. పట్టుదలతో కూడిన ప్రార్థనాజీవి తాన్ని కొనసాగిస్తూ, ముందుకు సాగిపోవాలి.

లోబియా మసాలా..

కావలసినవి రోబియా (అలసందలు) కప్పు, టొమాటో గుజు, ఉల్లి తరుగు, పాలు ముప్పాపు కప్పు చొప్పున, పచ్చిమిర్చి తరుగు ఒకటిన్నర చెంచా, నూనె 2 టేబుల్ స్పూన్లు, కారం, గరం మసాలా, ధనియాలు పొడి, అల్లం వెల్లుల్లి ముద్ద 2 చెంచాలు చొప్పున, జీలకర్ర, సంచకర్ర, పొడి, పోలపు,

నవరతన్ కుర్మా

నకావలసినవి : క్యారెట్ క్యాబ్జిఫ్లవర్, బంగాళదుంపలు, పసిరీ 300 గ్రాముల చొప్పున, పచ్చిబఠాణీలు.. 100 గ్రా. చొప్పున, ఉల్లి తరుగు కప్పున్నర, పైనాపిల్ డంక్స్ పాపు కప్పు, జీడిపప్పు పాపు కప్పు, టిమిన్ వానెను వెల్లుల్లి రెబ్బలు 4 అంగుళం ముక్క జీలకర్ర, యాలకి మసాలా చెంచా చొప్పున, కారం చెంచా, పసుపు అర చెంచా, ఉప్పు మంతి ఆకుల పొడి టేబుల్ స్పూన్, కొబ్బరి తరుము అర కప్పు 2 టేబుల్ స్పూన్లు

తయారీ: కూరగాయలు, దుంపలను తగిగి ఉంచాలి. ఉల్లి తరుగు, అల్లం, వెల్లుల్లి, వన్నెండు జీడిపప్పులు మే బ్లెండ్ చేయాలి అందుగా ముందంగా ఉన్న పాతల్లో నూనె యామిడి జీడిపప్పులు, కిసీ మిసీ, పైనాపిల్ డండు వేయించాలి. వాటిని తీసి కర్మాణే జీలకర్ర వేయాలి. అవి వేగాక ఉల్లి మిక్చుం కలపాలి. అది కాస్త రంగు మార్చాలి. పొడగాయ ముక్కలు, కారం, పసుపు, ధనియాలు పొడి, కచ్చున్నర స్వీట్ వేసి కలియబెట్టి ఉడికించాలి. అందులో వేయించిన జీడిపప్పులు, కిసీ మిసీ, పైనాపిల్ వంకీ కొబ్బరి తరుము, మెంతి దుల పొడి, గరం మసాలా వేసి, ఇంకో మూడు నిమిషాలు, దించేస్తే సరిపోతుంది. □

