

గోపీచంద్ బర్త్ డే గ్లింప్స్ రివీజ్



మాచో స్టార్ గోపీచంద్ ప్రస్తుతం తన కొత్త చిత్రం గోపీచంద్ 33లో నటిస్తున్నారు. విజనర్ సంగీత్ రెడ్డి దర్శకత్వంలో, శ్రీనివాసా సిల్వర్ స్క్రీన్ బ్యానర్ పై శ్రీనివాసా చిట్టూరి నిర్మిస్తున్నారు. వసన్ కుమార్ సమర్పణలో నిర్మిస్తున్నాడు. భారీ బడ్జెట్తో భారీ స్టాయిలో నిర్మిస్తున్న ఈ హిస్టారికల్ ఎపిక్ మాటింగ్ జరుగుతోంది. గోపీచంద్ పుట్టినరోజును పురస్కరించుకుని, మేకర్స్ అద్భుతమైన పోస్టర్, గ్లింప్స్ ను విడుదల చేశారు. గోపీచంద్ లుక్ మాస్ట్రో ఫ్యాక్షన్ అవ్వాలి అంటే, ఒక యోధుడిగా అద్భుతంగా ట్రాన్స్ ఫార్మ్ అయ్యాడు. పాడవాటి జాబ్బు, యుద్ధగాయాలు, నుడిటిపై వీర తిలకంతో కనిపించిన ఇంటెన్స్ లుక్ ఫ్యాన్స్ ను సర్ ప్రైజ్ చేసింది. చేతిలో ఖడ్గంతో యుద్ధరంగంలో కనిపించిన ఈ పోస్టర్ శక్తి, శౌర్యాన్ని ప్రజెంట్ చేస్తోంది. మంచుతో కప్పబడిన అద్భుతమైన వర్షత శ్రేణుల నడుమ గ్లింప్స్ ప్రారంభమవుతుంది. ఓ యోధుడు తన బెంట్ నుంచి బయటకు వస్తాడు. తాను ప్రేమగా పెంచిన గుర్రంతో మమేకమయ్యే విజువల్ లో తన తలను గుర్రం తలపై ఆనిస్తూ, మోసంగా ఓ వాగ్దానాన్ని చేస్తాడు. దీనికి బ్యాక్గ్రౌండ్లో ధీర ధీర" సంగీతం మ్యూజికల్ అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. ఈ విజువల్స్ మనసును తాకుతూనే పవర్ ఫుల్ గా, పీస్ మెడిటేటివ్ ఫీల్స్ ను ఇస్తున్నాయి. ఐటి 71 (ఆకాశంలో), ఖూజి (సీటిలో), అంతరిక్షం (అంతరిక్షంలో) వంటి విభిన్న కథనాల చిత్రాలతో తన ప్రత్యేక కథనశైలి, సాంకేతిక నైపుణ్యంతో గుర్తింపు పొందిన దర్శకుడు సంగీత్ రెడ్డి, ఇప్పుడు మరో డిఫరెంట్ జానర్ లోకి అడుగు పెట్టారు. సంగీత్ రెడ్డి ఈ సినిమాలో భారతదేశ చరిత్రలో అద్భుతంగా మలిచారు. 7వ శతాబ్దం నేపథ్యంలో రూపొందిన



తారాగణం: గోపీచంద్, సాంకేతిక సిబ్బంది: రచన, దర్శకత్వం: సంగీత్ రెడ్డి నిర్మాత: శ్రీనివాసా చిట్టూరి, బ్యానర్: శ్రీనివాసా సిల్వర్ స్క్రీన్, సమర్పణ: వసన్ కుమార్

'డ్యూడ్' 80శాతం షూటింగ్ పూర్తి

అందానికి మరింత అందాన్ని తెచ్చేవి.. ఆకర్షణలో మరింత ఆకర్షణ పెంచేవి కళ్లే.. అందమైన కళ్ళు మాట్లాడతాయి.. పాటలు పాడతాయి.. పాటలు కూడా చెబుతాయి. ఆ మాటలకొస్తే మాటల్లో చెప్పలేని భావాలను అవివ్యక్తం చేయగలిగే అద్భుత కళ్ళు. తళుక్కుమని మెరిసే కనుల నుంచి కరింబు పుడుతుందనే విషయం కుర్రాళ్ళందరికీ తెలుసు. అలాంటి కళ్ళన్న అమ్మాయి కనిపిస్తే, కలలు కనని కళ్ళ ఉండవు. అలా ఇప్పుడు కలల్లో తేలి పోతున్న కుర్రాళ్ళ సంఖ్య పెరిగిపోతోంది. ఎప్పటి నుంచి అంటే, టూరిస్ట్ ఫ్యామిలీ సినిమాలో యోగలక్ష్మిని చూసినప్పటి నుంచి అనే చెప్పాలి. ఈ సినిమాలో పోలీస్ ఆఫీసర్ రాఘవన్ కూతురు కుర్ర పాత్రలో ఆమె కనిపిస్తుంది. కథానాయకుడు ధర్మదాస్ పెద్ద కొడుకుతో ప్రేమలో పడుతుంది. ఈ

'హర్ట్ బీట్'తో యోగలక్ష్మి పాపులర్



పాత్రలో యోగలక్ష్మి కనిపించింది అక్కడక్కడే అయినా, ఆకర్షణీయమైన కళ్ళతో.. పడునైన హాపులతో విన్యాసాలు చేసింది. దాంతో ఆసలు ఈ అమ్మాయి ఎవరూ అనేది తెలుసుకోవడానికి కుర్రాళ్ళంతా సెన్స్ చేయడంలో వడ్డారు. తమిళనాడు కు చెందిన యోగలక్ష్మి ఇంతకుముందు పార్ట్ ఫిలిమ్స్ చేసింది.. వెబ్ సీరీస్ లు చేసింది. అయితే ఇటీవల హట్ స్టోర్ కి వచ్చిన హార్ట్ బీట్ తో ఆమె చాలామంది కళ్ళలో పడింది. ఈ సీరీస్ లో ఆమె నెగటివ్ టుట్ ఉన్న పాత్రను చేసినప్పటికీ, మంచి మార్కులు కొట్టేసింది. అందుకు కారణం నేరేడుపండ్ల లాంటి ఆమె కళ్ళు.. అవి సంధించిన చురుకైన చూపులే అని చెప్పాలి. టూరిస్ట్ ఫ్యామిలీలో పాలోవర్చీ ను పెంచుకుంటున్న ఈ బ్యూటీ, ఇకపై సినిమాలలో మరింత బిజీ అయ్యే ఛాన్స్ లేకపోలేదు.

లేట్స్ ఫాటో షూట్లో 'మాళవిక మోహనన్'

ఇటీవల కాలంలో సెలబ్రిటీలు సోషల్ మీడియాను ఓ సాధనంగా వాడుతున్నారు. విషయం తెలిసిందే. సోషల్ మీడియా ద్వారా అభిమానులకు ఈజీగా రీవ్ కావచ్చునే అభిప్రాయం చాలామంది సెలబ్రిటీల్లో నెలకొంది. అయితే కొంతమంది సెలబ్రిటీలు ఈ సోషల్ మీడియా ద్వారా తమ బాలివుడ్ ను బయటపెడుతున్నారు. స్టార్ హీరోయిన్స్ పైతే సోషల్ మీడియా గట్టిగానే వాడుతున్నారు. సరిగ్గా ఇప్పుడు ఇదే చని చేస్తోంది హీరోయిన్ మాళవిక మోహనన్. తమిళ ఇండస్ట్రీలో మాళవిక మోహనన్ ఇప్పుడు స్టార్ హీరోయిన్. ఆమె ప్రముఖ సినిమాటోగ్రాఫర్ కె.యు.మోహనన్ కుమార్. ఆమె 1993 ఆగస్టు 4న కేరళలోని పర్యునూరులో జన్మించింది. మాళవిక మోహనన్ 2013లో మలయాళ చిత్రం పట్టం పోల్ ద్వారా సినీ ఎంట్రీ ఇచ్చింది. తమిళంలో పాటు, మలయాళం, తెలుగు, హిందీ చిత్ర పరిశ్రమలలో మాళవిక మోహనన్ హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. ఆ తర్వాత ఆమె ఓ గ్రేట్ పాదర్, పేట్లు, మాస్టర్



వంటి విజయ వంతమైన చిత్రాలలో నటించి మంచి గుర్తింపు దక్కించుకుంది. ఆమె తన నటనకు గాను అనేక అవార్డులను అందుకుంది. మాళవిక మోహనన్ తెలుగులో హీరో అనే చిత్రంలో నటించింది. ఆమె ప్రజాప్రియ హీరోగా నటిస్తున్న రాజాడిలక్ష్మి సినిమాలో కూడా నటిస్తోంది. మాళవిక మోహనన్ సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్గా ఉంటోంది.

ఈ సినిమా, ఇప్పటి వరకు ఎవరూ టవ్ చేయని ఒక చారిత్రక ఘటనను అవివ్యక్తంస్తూ, మరిచిపోయిన అధ్యాయానికి మళ్ళీ జీవంపోస్తోంది. గోపీచంద్ ఈ సినిమాలో ఇప్పటివరకు ఎప్పుడూ చూడనివంటి విభిన్న పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఈ ఎపిక్ లో కాశ్మీర అందమైన లాకేషన్లలో తొలి షెడ్యూల్ చిత్రీకరణ పూర్తయ్యింది. ఆ అద్భుత దృశ్యాలు బీగ్ స్క్రీన్ పై గ్రేట్ సినిమాటిక్ ఎఫ్ క్షేరీయన్స్ ఇవ్వనున్నాయి. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్ లో భారీ స్టాయిలో రూపొందించిన సెట్స్, సెట్స్ షెడ్యూల్ ప్రారంభమైంది. ఈ చిత్రానికి సంబంధించి ఇతర నటీనటులు, సాంకేతిక బృందానికి సంబంధించిన వివరాలను మేకర్స్ త్వరలో వెల్లడించనున్నారు.

తారాగణం: గోపీచంద్, సాంకేతిక సిబ్బంది: రచన, దర్శకత్వం: సంగీత్ రెడ్డి నిర్మాత: శ్రీనివాసా చిట్టూరి, బ్యానర్: శ్రీనివాసా సిల్వర్ స్క్రీన్, సమర్పణ: వసన్ కుమార్

నటీనర్లు కన్నడ తెలుగు మలయాళ భాషల్లో దర్శకత్వం వహిస్తున్న త్రిభాషా చిత్రం డ్యూడ్. ఫుట్ బాల్ నేపథ్యంలో బలమైన భావోద్వేగాలతో సాగే ఈ చిత్రాన్ని ఫుట్ బాల్ ప్రేమికులైన స్వర్ణయ్య కన్నడ నూపర్ స్టార్ సునీత్ రాజ్ కుమార్ కు అంకితం చేస్తున్నారు. 80శాతం షూటింగ్ పూర్తి చేసుకుని, ప్రస్తుతం పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ వసలు జరుపుకుంటున్న డ్యూడ్ చిత్రం టీజర్ త్వరలో విడుదల చేయనున్నారు. హీరో కమ్ డైరెక్టర్ తేజ్ మాట్లాడుతూ, హీరోగా, డైరెక్టర్ గా డ్యూడ్ చిత్రం బోల్ ఫుట్ పట్ల చాలా హ్యాపీగా ఉన్నానని, రవి మానుకుంటుంటేనే చాలా ఎన్జాయ్ గా ఉంది. ఎప్పుడైతే పుడు అడియన్స్ తో కలిసి థియేటర్స్ లో సినిమా చూసుకుంటామని అని చాలా ఆత్రంగా ఉంది. సినిమా ఇంత బాగా రావడానికి కారణమైన నటీనటులు, సాంకేతిక నిపుణులు అందరికీ పేరు పేరునా



చేసేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. తెలుగు, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లో ఏక కాలంలో ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ చిత్రంలో కీలకమైన పాత్ర పోషిస్తున్న రాఘవేంద్ర రాజ్ కుమార్, ఈ చిత్రానికి స్క్రీన్స్ కన్న లైటింగ్ కూడా వ్యవహరించడం విశేషం.

సంగీత దర్శకుడిగా, పాట రచయితగా, ఎడిటర్ గా ఇలా మల్టీ టాలెంటెడ్ అయిన విజయ్ ఆంటోనీ ఎప్పుడూ అడియన్స్ ను కొత్త పాయింట్ తో ఆశ్చర్యపరుస్తూనే ఉంటారు. ఆయన నటిస్తూ, నిర్మించిన సూతన చిత్రం మార్చన్, లియా జాన్ పాల్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ సినిమాను విజయ్ ఆంటోనీ ఫిలింస్ కార్పొరేషన్ నిర్మిస్తుండగా, సర్వాంత్ రామ్ క్రియేషన్స్ బానర్ పై జె.రామంజనేయులు సగర్వంగా సమర్పిస్తున్నారు. మర్డర్ మిస్టరీక్రైమ్ థ్రిల్లర్ గా రాయ్ తున్న ఈ మావీన్ జూన్ 27న విడుదల చేస్తున్నారు. ఈ సినిమా ద్వారా విజయ్ ఆంటోనీ మేనల్లుడు ఆజయ్ ధీవన్ విలన్ గా పరిచయం అవుతున్నారు. రీసెంట్ గా రిలీజ్ చేసిన టీజర్, ట్రైలర్ ఇలా అన్ని కూడా సినిమాపై అంచనాల్ని పెంచేశాయి. మళ్ళీ విజయ్

'గేదెలరాజు కాకినాడ తాలూకా' ఫస్ట్ లుక్



మోటూరి పట్టినిటి డిజైన్ - ఏజ్ ఆర్ట్స్ ఆజయ్, మిస్ ఎక్స్ - కొత్తబ్లి సునీల్, లిరిక్స్ - గిరిధర్ రాగ్ లు, లలిత కాంతారావు ఎడిటర్ - సుధీర్ ఎడ్స్, కాస్ట్యూమ్స్ డిజైన్ - సింధూ థిలీపా, పిఆర్ ఓ - శివ మల్లా, మూర్తి మల్లా ఆర్ట్ - అమర్ తలారి, టీఫ్ ఆసోనియేట్ గౌరి శంకర్ కో డైరెక్టర్ - శేఖర్ కుంభట్ల, సంగీతం - రఘు కుండే, నిర్మాత - వాణి రవికుమార్ మోటూరి, కథ, మాటలు, స్క్రీన్ ప్లే దర్శకత్వం - చైతన్య మోటూరి.

కంటెంట్ బాగుంటే చిన్న చిత్రాలు కూడా మంచి సక్సెస్ అందుకుంటాయని, హీరోలు



స్తారు అన్నారు. నిర్మాత ప్రసన్నకుమార్ మాట్లాడుతూ, పర్యవేక్షించే రాంబాబుకు పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు. ఆయన పుట్టినరోజున ఈ వైల్డ్ బ్రీట్ సినిమా ఫస్ట్ లుక్ లాండ్ చేసుకోవడం సంతోషంగా ఉంది. మన మీడియా ఫ్రెండ్స్ లో టీఎం రాజు నిర్మాతగా మంచి పేరు తెచ్చుకున్నారు.

పీఆర్ య్: వంశీశేఖర్ మార్కెటింగ్: విష్ణు తేజ్ పుట్ట.

'గడ్డర్ ఫిల్మ్ అవార్డ్స్ వేడుకను విజయవంతం చేయాలి: బిల్ రాజు'

సర్వాంగ సుందరంగా ముస్తాబవుతోంది. జూన్ 14న అంగరంగ వైభవంగా అత్యంత ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ఈ వేడుకను తెలంగాణ ప్రభుత్వం నిర్వహించడానికి సన్నాహాలు చేస్తోంది. దాదాపు కొంత విరామం తరువాత ప్రభుత్వ అందిస్తున్న తెలంగాణ గడ్డర్ అవార్డులు అందుకోవడం పట్ల అవార్డుల విజేతలు, తెలుగు సినిమా ప్రముఖులు, తెలుగు సినిమా ప్రేక్షకులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. తమ ప్రతిభను గుర్తించి తగు రీతిలో సత్కరించబోతున్న తెలంగాణ ప్రభుత్వం మీద ప్రశంసల జల్లులు కురిసిస్తున్నాయి. ఈ వేడుకను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క, సినిమాటోగ్రఫీ మినిస్టర్ కోపటి రెడ్డి వెంకటరెడ్డి, ఎఫ్ డీసీ చైర్మన్ డిల్ రాజు, అత్యంత ఘనంగా జరిపించడానికి తగు ఏర్పాటు చేయనున్నారు. ఈ ప్రతిష్ఠాత్మక వేడుకకు తెలుగు తారాలోకమంతా తరలి రాబోతున్నారు. తప్పకుండా జూన్ 14న హైటెక్ వేడుక తారాళ తళుకులతో ప్రకాశవంతం కాబోతుంది. కాగా ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన పాత్రికేయుల సమావేశంలో ఎఫ్ డీసీ చైర్మన్, ప్రముఖ నిర్మాత డిల్ రాజు మాట్లాడుతూ, ఈ నెల 14న హైటెక్ వేదికగా తెలంగాణ గడ్డర్ అవార్డుల వేడుక అంగరంగ వైభవంగా జరగనుంది. 14 సంవత్సరాల తరువాత రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎంతో ప్రతిష్ఠాత్మకంగా అందిస్తున్న ఈ కార్యక్రమం విజయవంతం చేయాలని బాధ్యత సీని పరిశ్రమపై కూడా ఉంది. ఆ రోజు కార్యక్రమానికి ఐ అండ్ పీఆర్ ద్వారా లైవ్ ప్రసారం కానుంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఈవెంట్ అందరికీ రీవ్ అవ్వాలనే కృతినీర్ణయంతో ప్రభుత్వం ఉంది. సాయంత్రం ఆరు గంటలకు ఈ వేడుక ప్రారంభం కానుంది. 2014 నుంచి 2023 వరకు విడుదలైన సినిమాల్లో ప్రతి ఏడాది నుంచి మూడు ఉత్తమ చిత్రాలను ఎంపిక చేసి వాటికి ఈ వేడుకలో అవార్డులు అందిస్తున్నారు. ప్రతి సంవత్సరానికి నలభైమంది ఎంపికైన మూడు ఉత్తమ చిత్రాలకు



అంటోనీ ఓ డిఫరెంట్ కాన్సెప్ట్, కొత్త పాయింట్ ను టవ్ చేశారని ట్రైలర్ చూస్తేనే అర్థం అవుతోంది. ఇక ఇలాంటి కొత్త కాన్సెప్ట్, కంటెంట్ ఓరియెంటెడ్ చిత్రాల్ని అందించడంలో సురేష్ నిర్మాతగా,

'మార్గన్' మూవీ తెలుగులో విడుదల



ప్రకటించారు. ఈ మేరకు హీరో, నిర్మాత విజయ్ ఆంటోనీ సురేష్ ప్రొడక్షన్స్ అధినేత సురేష్ బాబు కలిసి తమ సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు.



రాశి సంగీతం న్యూ లుక్

సీనియర్ సిటిజన్లకు ప్రత్యేక దుస్తులు



ఓ చిన్న ఆలోచన మన గమనాన్ని, గమ్యాన్ని మార్చిస్తుందంటారు. అలా... అమ్మ పడే ఇబ్బందిలోంచి పుట్టిన ఓ ఆలోచనే కాంచన్ గుప్తాను వ్యాపారం వైపు అడుగులు వేస్తూ చేసింది. సీనియర్ సిటిలు, కదలేని స్థితిలో ఉన్నవారి కోపం ప్రత్యేక దుస్తులజన్ డ్రాండ్ తీసుకొచ్చింది. 'ఫ్యాషన్ దుస్తులంటే అందం మాత్రమే కాదు. ప్రత్యేక అవసరాలన్న వారికి అవి సౌకర్యాల, స్వేచ్ఛనీ అందించా లని ఢిల్లీకి

చెందిన కాంచన్. అదే ఫ్యాషన్ రంగంలో వారికి ప్రత్యేకించింది. అప్పుడు మా అమ్మకి క్యాన్సర్ నాలుగో దశ. ఇంజక్షన్ వల్ల చేతులు వాచెవి. అసలు పట్టు కోనిచ్చేదికాదు. దాంతో దుస్తులు మార్చుకోలేని పరిస్థితి. తన అవసరాలకు తగినట్లు దుస్తులు ఉంటాయేమోనని బయట స్ట్రెట్లో, ఆన్లైన్లో ఎక్కడ వెతికినా దొరికింది. విదేశాల నుంచి ఆర్డర్ చేసినా, రావడానికి నెలలకొద్దీ సమయం పడుతుంది. కానీ, అమ్మ అన్ని రోజులు బతకదు. దాంతో సొంతంగా నేనే తయారుచేద్దామని, కావాల్సిన మెటీరియల్స్ సిద్ధం చేసుకున్నా. కానీ, పూర్తయ్యేలోపే అమ్మ మరణించింది. చివరదశలో అమ్మకు దుస్తులు అందించలేకపోయానన్న బాధ నాలో ఉండిపోయింది. అదే కదలేని స్థితిలో ఉన్న వారికోసం ఆలోచించేలా చేసింది అంటారు కాంచన్. అభిప్రాయాలు, సూచనలు అందాయి. వాళ్ల అవసరాలకు తగినట్లు మార్పుల చేర్పులూ చేసింది. ఇదే కాంచన్ విజయంలో కీలకమైంది. 'వయసు పెరగడమంటే...ఓ వ్యాధి కాదు. అది కాలంతోపాటు శరీరంలో వచ్చే మార్పు. అప్పుడు వారి అవసరాలకు తగిన దుస్తులు ఎందుకునే అవకాశం ఉండాలి' అనే కాంచన్... ఎన్నో ఎఫ్ఐ ఏజ్ ఫ్రెండ్లీ భారత్ ఫౌండేషన్ స్థాపించి, సీనియర్ సిటిజన్లకు వారి ఆరోగ్యం, హక్కులపై అవగాహన కల్పిస్తోంది. ఇవేకాకుండా అనేక ఇతర విషయాలపైనా వెబినార్లు, కోససాగు తున్నాయి. ప్రారంభించిన కొద్దినెలల్లోనే రూ.50 లక్షల అమ్మకాలు సాధించింది. 'ప్రేమ, జాగ్రత్త... ఈ రెండింటి నుంచి పుట్టుకొచ్చిన పరిష్కారం విజయవంతం కాకుండా ఉంటుందా మరి!

మొక్కలకు బేకింగ్ సోడా!

ఇంటి బాల్కనీలోనూ, వరండాల్లోనూ మొక్కలను పెంచేటప్పుడు సెంద్రియ మందులూ, కీటకనాశినిలకోసం చూస్తుంటాం కదా! ఇది మీ వంటింటిలోనే దొరుకుతుంది. అదేనండి వంటసోడా దీన్ని నీటిలో కలిపి అందిస్తే... రోడియం, కార్బన్ వంటి నూళ్లు పోషకాలను మొక్కలకు అందిస్తుంది. అంతేకాదు, ఆకులపై శిలీంధ్రాలు ఏర్పడినా మట్టిలో వంగిన చేరినా సమస్య తగ్గుతుంది.



తెలుసుకుందాం..

ప్రతిమా పూరి.. ఇండియన్ టెలివిజన్ చరిత్రలో న్యూస్ రీడర్గా పనిచేసిన తొలి మహిళ. 1965లో దూరదర్శన్ లో ఐదు నిమిషాల న్యూస్ టెలివిజన్ చదివి తన కెరియర్ను ప్రారంభించారమె.



కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగాలు... అయితేనేం ఉద్యోగానికి వందశాతం న్యాయం చేయాలనుకున్నాడు... రాజకీయం. ఆ ఆలోచనే అభివృద్ధి తెలియని దివ్యాంగులకు మెరుగైన చికిత్స అందేలా చేసింది. పీకెడబి? ఏం చేస్తున్నారంటే? ఆటిజం, సెరిబ్రల్ పాలి, ఉన్న పిల్లల్ని సరైన దశలో గుర్తించి... చికిత్స ఇస్తే సమస్య నుంచి కొంత బయటపడొచ్చు. కనీసం వాళ్ల నిత్యకృత్యాల చేసుకునేలానైనా శిక్షణ ఇవ్వచ్చు. ఇందుకు దేశవ్యాప్తంగా చాలా కేంద్రాలు ఉన్నాయి. అవన్నీ ఖర్చుతో కూడుకున్నవి. ప్రభుత్వం 'సమగ్ర శిక్ష' కార్యక్రమం ఆధ్వర్యంలో భవిత కేంద్రాలను నిర్వహిస్తోంది. కానీ తల్లిదండ్రుల్లో అవగాహన కొరవడి... పిల్లల్ని ఇంటికే పరిమితం చేస్తున్నారు. అలాంటి వారందరికీ మా కేంద్రం గురించి అవగాహన కల్పించాలనుకున్నాం. గాజువాకలోని వడ్లపూడిలో ఉంది. రోజూ 32 మంది పిల్లలు చికిత్స కోసం ఇక్కడికి వచ్చేవాళ్లు. వారందరికీ కావాల్సిన సౌకర్యాలు ఇక్కడ లేవు. అందుకే ముందు ఈ సమస్యను పరిష్కరించాలనుకున్నాం. అంటారు. ఉమాదేవి. పడేళ్లుగా ఇదే కేంద్రం ఐఆర్ఐఐ/ఇనాజివ్ ఎడ్యుకేషన్ రిసోర్స్ వర్క్ న్గా పనిచేస్తున్నారు:

మొదలుపెట్టా. ఈ సజ్జెక్టులోనే ఏ బీడీ పూర్తిచేశా. విశాఖలోని ఓ న్యూనంద సంస్థ నిర్వహించే ఇదే తరహా స్కూల్లో 20ఏళ్లు వసినేశా. అక్కడకు విదేశాల నుంచి నిపుణులు వచ్చేవారు. వారు అనుసరించే పలు చికిత్సల గురించి వెచ్చించారు. శాండ్, హైడ్రో థెరపీలు అక్కడ నేర్చుకున్నవే. వీటివల్ల చాలా ప్రయోజనం



దివ్యాంగులకు మెరుగైన చికిత్స..



దాతల సహాయంతో ముందుకెళ్లాలనుకున్నాం. స్పృహదన చేయూత ఫౌండేషన్ సహాయం కొరం. పిక్చర్ అప్పుడప్పుడూ వచ్చి, సేవాకార్య క్రమాలు చేసే వెతుకుండేవారు. పరిస్థితిని అర్థం చేసుకుని, వాళ్ల కొన్ని ఫౌండేషన్లు, దాతల సహాయం తీసుకుని... రూ.18 లక్షలతో అదనపు భవనం, థెరపీకి అవసరమైన నిర్మాణాలను కట్టించి ఇప్పారనే ఉమాదేవి ఇంతటితో ఆగిపోలేదు. తోటి ఉద్యోగిని అనుపమా రాజుమారితో కలిసి... చుట్టూపక్కల కంపెనీల సాయంతో కేంద్రానికి కావాల్సిన సౌకర్యాలన్నీ సమకూరుస్తున్నారు. అంతేకాదు, ఇక్కడికి వచ్చే తల్లులు వాళ్లగా ఉండకూడదని... కుటుంబాన్ని ఏర్పాటుచేసి టైలంకిలో శిక్షణ ఇప్పిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం వడ్లపూడి భవిత వైద్య చికిత్స వచ్చే పిల్లల సంఖ్య పెరిగింది. పిక్చర్స్ వర్క్ థెరపీల వల్ల మంచి ఫలితాలు వస్తున్నాయి. □

అక్కడే తెలుసుకున్నా...

అక్కడే తెలుసుకున్నా... 'మేం ముగ్గురం అక్క చెల్లెళ్లం. పెద్ద అక్క కూడా ఇదే రంగంలో ఉన్నారు. దాంతో ఇంటర్వ్యూ నుంచి నుంచీ నేనూ ఇలాంటి ఎన్నిజలతో కలిసి పని చేయడం

ఉంటుంది. తరువాత 'సమగ్ర శిక్ష'తో అవకాశం

ఉందని తెలుసుకుని గాజువాక వచ్చాను. ఇక్కడ కూడా ఈ చికిత్సలను ప్రారంభించాలను కున్నా. ప్రాజెక్ట్ ఆఫీసర్ ఆఫీసరకి అదే విషయాన్ని చెప్పా. నిధుల కొరత వల్ల సమయం పడుతుందన్నారు.



అందమైన ఆర్గాంజా ఫ్యాషన్

పట్టు పరికిణీలో అడవడుచులు బుట్ట బొమ్మలా ఉన్నా.. లెహంగాలు తెచ్చి అందమే చేరు. అందులోనూ రంగు రంగుల పూల డిజైన్లతో, తక్కువ బయపుతో ఉండే ఆర్గాంజా లెహంగాలు భలే బుక్ ఇస్తాయి. అందుకే ఆ తరం, ఈ తరం అనే తేడా లేకుండా కాలేజీ అమ్మాయిల నుంచి నడివయసు వాళ్లవరకూ వీటిని వేసుకుని మురిసిపోతున్నారు. ఎండ్రామడరీ, క్రిస్టల్, మిక్రర్, క్రెడ్, కాటన్.. అంటూ రకరకాల లెహంగాలు అమ్మల మనసు దోచేస్తున్నాయిప్పుడు. అల్లంత దూరాన ఉన్నా కూడా.. ఆకాశంలో తారల్లా మెరిసిపోతున్నారు. ఒకప్పుడు పెళ్లిళ్ళూ, వేడుకలంటేటైడ్, బోల్డ్ రంగులే. కానీ, ప్రస్తుతం మ్యూజిక్, షేఫర్డ్ షేడ్స్ ఇష్టపడే వారి సంఖ్య పెరుగుతోంది. అందుకే ఈ పూల ఆర్గాంజా లెహంగా ఒక్కటన్నా ఉండొచ్చిందే అనుకుంటున్నారంతా. ఇక ఫ్యాషన్ ప్రియుల సంగతి చెప్పనక్కర్లేదు. వాళ్ల వార్డ్రోబ్లో అయితే, ఆర్గాంజా లెహంగా తప్పక ఉండొచ్చిందే. అందుకే హల్లీ, మెహందీ, సంగీతాల మోడ్రన్గా కనిపించాలనుకుంటే షోర్లర్ డిజైన్లను ఎంచుకుంటున్నార ముద్దుగుమ్మలు. ఏ రిసెప్షన్, స్నేహితురాలి పెళ్లికే అయితే, కొంచెం గ్రాండ్గా బ్లోజ్కూ, స్టర్డ్ బోర్డర్కూ జరి, సీక్విన్స్ ఎండ్రామడరీ లాంటివి చేయించి.. పెళ్లి కళ అంతా మాడే అనేస్తున్నారు. పైగా సందర్భమైనా ఫ్యాషన్బుల్గా, హుందాగా ఉండడంతోపాటు సౌకర్యంగానూ ఉంటాయివి. వీటి మీదకు మరీ హెవీ జ్యుయాలరీ అవసరం కూడా ఉండదు. కాబట్టి, మెడలో ఓ చిన్న టోకర్ వేసుకుని జాట్లు వదిలేస్తే చాలు. సింపుల్ యుక్తో మెరిసిపోతారంతే. పైగా వేసవి, వర్షాకాలాల్లో ఎలాంటి బిరూ లేకుండా హాయిగా, తేలిగ్గా ఉండి గాల్లో తేలుతున్న ఫీలింగ్స్ కలిగిస్తాయి మీరూ ప్రయత్నిస్తారా మరి!



కంటిని ఇంపుగా తీర్చిదిద్దుకోవడానికి ఎంతో కష్టపడి ఐలైన్ పెట్టుకుంటాం. అయితే రోజంతా ఐలైన్ అలాగే నిలిచి ఉంటుందా అంటే.. కష్టమే అని చెప్పాలి. అయితే కొన్ని చిట్కాలు పాటిస్తే ఐది సాధ్యమేనంటున్నారు నిపుణులు. అవేంటంటే..!

రోజంతా ఐలైన్ ఉండాలంటే..

శిల, లోహ విగ్రహాలకు భిన్నంగా పూరి దేవాలయంలో దేవతామూర్తులు కర్రతో రూపుదిద్దుకోవటం విశేషం. దారువుతో (కోయ్య) తయారైనందువల్ల ఇక్కడి మూలమూర్తిని దారులువ్వం అంటారు. అలాగే ఒకే దారువు సుదర్శనమూర్తితో కలిపి నాలుగు విధించిన నియమాల ప్రకారం-పన్నెండేళ్లకు ఒకసారి వచ్చే ప్రతి అధిక ఆషాఢంలో పూజారులకు కలలో కనిపించే విశేష దారువులు సేకరించి కొత్త విగ్రహాలను మలుస్తారు. పాత ప్రతిమల స్నానంలో కొత్త విగ్రహాలను ప్రతిష్ఠించటం ఆనవాయితీ.

ప్రధానమూర్తి నయనాలు గుండ్రంగా, రెప్పలు లేకుండా ఉంటాయి. చరమాత్ముడు రెప్ప వేయకుండా ఉంటుంది.

అనుక్రణం కాపాడుతూడ అనటానికిది సాక్ష్యం. పూరి జగన్నాథుడికి చక్ర నయనుడు అని బుద్ధాచేరు. నల్లని జగన్నాథుడు తెల్లని బుద్ధాచేరు. వసువువచ్చని సుభద్రమ్మలతో పాటు స్తంభాకృతిలో ఉన్న మరో దారువుపై చక్రాయుధ దైవమైన సుదర్శనస్వామి ఈ ఆలయంలో దర్శనమిస్తాడు.

ఆధ్యాత్మికం

రాసుకునే దృష్టి, కనరెప్పల చుట్టూ కూడా అష్ట చేసుకొని.. ఆష్ట ఐలైన్ పెట్టుకుంటారు చాలామంది. అయితే దీనివల్ల ఐలైన్ త్వరగా చెరిసిపోయే అవకాశం ఉంటుంటున్నారు నిపుణులు. కాబట్టి కళ్లకు ఐలైన్ పెట్టుకోవాలనుకుంటే ఆ ప్రదేశంలో మాయిశ్చరైజర్ రాసుకోకపోవడమే మంచిది. + పదే పదే ముఖం కడుక్కోవడం, చెమట పట్టుడం వల్ల కూడా ఐలైన్ ఎక్కువ సమయం నిలిచి ఉండదు. అలాంటప్పుడు వాటర్ ప్రూప్ లేదా జెల్ తరహా ఐలైన్ ఫీజర్ మేలు. + అట్టి అదనట్టుగా కొద్దిపాటి పౌడర్ని ఉపయోగిస్తే ఐ-లైన్ మెరుపు తగ్గుతుందా మానుకోవచ్చు. అలాగే ముందు పౌడర్ రాసుకొని ఆష్ట ఐలైన్ అష్ట చేసుకున్న ఫలితం ఉంటుంది. + ముఖానికి మేక్స్ చేసుకునే ముందు ప్రైవర్ ఎలాగైతే రాసుకుంటామో.. ఐ-లైన్ పెట్టుకోవడానికి ముందు కూడా ఐ ప్రైవర్ అష్ట చేయడం వల్ల చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. అది కూడా తక్కువ మొత్తంలో రాసుకుంటే ఐలైన్ ఎక్కువ సేపు నిలిచి ఉంటుంది. 5. ఐషాడో కూడా ఐలైన్ ఎక్కువ సమయం నిలిచి ఉండేందుకు సహకరిస్తుంది. ఈ క్రమం ఐలైన్ చేసుకోవడం పూర్తయ్యాక.. బ్రష్ సహాయంతో కనరెప్పలపై పోషాని పైపైన అమర్చి నిలిపేయండి. 6. ఐలైన్ అష్ట చేసుకున్న తర్వాత పైసలోగా కన్నీలతోట బివే ఇచ్చినా చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. □

ఇందులో మీమ, మాంస కృతులు, ఇనుము, జింక్, మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి పోషకాలు ముందుగా ఉంటాయి. నిస్సత్తువ నుంచి బయటపడాలంటే ఈ పదమ ముక్కలు కానిన్ని తింటే చాలు. అలానే రక్తహీనతను అధిగమించాలన్నా ఐరన్ అధికంగా ఉండే వీటిని తీసుకోవచ్చు.

+ డ్రాగన్ పండులో ఉండే పిట్యూ అనే పోషకం రోగనిరోధకతను పెంచుతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల శరీరానికి హాని చేసే ప్రీరాకటర్లని నాశనం చేసి క్యాన్సర్

ఈ పండ్లు ఎక్కువ మనీషా ఈ విడకీ పండు చర్మే. ఇప్పుడు మన దగ్గరా వీటిని విస్తారంగా పండిస్తుండటంతో అందరికీ అందుబాటులోకి వచ్చేసింది. మరి ఇంతకీ ఇది చేసే మేరెంతో తెలుసుకుందాం..

పొగ త్రాగే వారిలో 10-12 సంవత్సరాల ఆయుస్సు తగ్గుతుంది. నికోటిన్ వ్యసనం నుండి విముక్తి అనేది మీరు మీకు ఇవ్వగల గొప్ప బహుమతి. ధూమపానం మానేయడానికి మీకు సలక్ష్యకే అవసరం లేదు. మీరు కొంచెం అవగాహన అవసరం అంతే. అందుకే పొగాకు నిషేధించిన మొదటి రాష్ట్రం కేరళ ముందుంటే, పొగాకు రహిత రాష్ట్రంగా హిమచలప్రదేశ్ ఉండడం గమనార్హం. ఇది 35 వేల కోట్ల పరిశ్రమతో 36 లక్షల మందికి ఉపాధి కల్పిస్తోంది. ఎక్సైజ్ ఆదాయంలో చాల సిగరెట్ల ద్వారానే లభిస్తోంది. (10% వాటాల్ని ఉంది) అందుకే పొగాకుని హద్దాని ప్రభుత్వం నిషేధించలేదు. □

ముప్పుని అడ్డుకుంటాయట. ఇక, ఇందులోని ఫేవనాయిడ్లు, ఫిరోక్ యానీడ్, ఆక్సాల్లిక్ యానీడ్, ఫైబర్ వంటివి వక్రీకర స్థాయిల్ని అదుపు చేస్తాయి. ఇన్నులీన్ రెసిస్టెన్స్ ని మెరుగుపరుస్తాయి.

ఈ పండులో ఉండే పిట్యూ అనే పోషకం రోగనిరోధకతను పెంచుతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల శరీరానికి హాని చేసే ప్రీరాకటర్లని నాశనం చేసి క్యాన్సర్

ముప్పుని అడ్డుకుంటాయట. ఇక, ఇందులోని ఫేవనాయిడ్లు, ఫిరోక్ యానీడ్, ఆక్సాల్లిక్ యానీడ్, ఫైబర్ వంటివి వక్రీకర స్థాయిల్ని అదుపు చేస్తాయి. ఇన్నులీన్ రెసిస్టెన్స్ ని మెరుగుపరుస్తాయి.

ఈ పండులో ఉండే పిట్యూ అనే పోషకం రోగనిరోధకతను పెంచుతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల శరీరానికి హాని చేసే ప్రీరాకటర్లని నాశనం చేసి క్యాన్సర్

