



**కుక్కలకు వీధుల్లో ఆహారం పెట్టొద్దు సుప్రీంకోర్టు కీలక ఆదేశాలు**

**న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 22:** వీధి కుక్కల బెడదకు సంబంధించి సుప్రీంకోర్టు కీలక ఆదేశాలు వెలువరించింది. వీధుల రోదా బహిరంగ ప్రదేశాల్లో వీటికి ఆహారం అందించడం వ్యతిరేకమని స్పష్టం చేసింది. వీధి కుక్కలకు నిర్దేశిత ప్రాంతాల్లోనే ఆహారం అందించాలని, ఇందుకోసం అధికారులు ప్రతి వార్డులో ప్రత్యేక కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలని పేర్కొంది. ఆ ప్రాంతాల్లో మాత్రమే ఆహారం అందించాలని సూచిస్తూ సీటీసీ బోర్డులు ఏర్పాటు చేయాలని వెల్లడించింది. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వీధుల్లో కుక్కలకు ఆహారం ఇవ్వకూడదని, ఈ ఆదేశాలను ఎవరైనా ఉల్లంఘిస్తే చట్టప్రకారం చర్యలు ఉంటాయని సుప్రీం కోర్టు స్పష్టం >>2

# వరదలపై అప్రమత్తం

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి:** రాష్ట్రంలో అత్యధిక వంటల సాగు ఉన్న జిల్లాల్లో వరద పరిస్థితులపై నిరంతర నిఘా అవసరమని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. వరద అనంతర పరిస్థితులపై అధికారులు అవగాహనతో వ్యవహరించాలన్నారు. ఎక్కడా ఎరువుల కొరత ఉండకుండా ఎప్పటికప్పుడు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. గోదావరి, కృష్ణా నదులకు ఎగువ నుంచి వస్తున్న భారీ ప్రవాహాలు, వరదల పరిస్థితిపై అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించారు. ఢిల్లీ నుంచి సీఎన్ కె.విజయనాండ్, డిజిటీ హరిష్ కుమార్ గుప్తా లతో పాటు ఇతర ఉన్నతాధికారులతో టెలికాన్ఫరెన్స్ ద్వారా తాజా పరిస్థితులపై సీఎం ఆర్ తిశారు. రెండు నదులకు వస్తున్న వరద ప్రవాహాలు, పలు ప్రాంతాల్లో నీటి మునిగిన పంటలు, నివాస సముదాయాలకు సంబంధించి అధికారులు సీఎంఆర్ వివరించారు. కృష్ణా నదికి ఎగువ నుంచి వస్తున్న ప్రవాహాలతో క్రైలం నుంచి 5.20 లక్షలు, నాగార్జున సాగర్ నుంచి 4.32 లక్షలు, పులిచింత నుంచి 4.07 లక్షలు, ప్రకాశం బ్యారేజీ నుంచి 4.53 లక్షల క్యూకుల్ గురించి దిగువకు విడుదల చేస్తున్నట్లు నిలివిపోయాయని అధికారులు వివరించారు. ఈ

**అధికారులకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఆదేశాలు**  
ఎరువుల లభ్యత, సరఫరాపై ఢిల్లీ నుంచి సమీక్షించిన సీఎం కాకినాడ సమీపంలో గ్యాస్ లీక్ పై ఆరా

అధికారులు తెలిపారు. గోదావరి నదిలోనూ భారీ గానీ వరద ప్రవాహాలు వస్తున్నాయని ప్రస్తుతం ద్రవశక్త్యం బ్యారేజీ నుంచి 13.42, 307 క్యూకుల్ గురించి దిగువకు విడుదల అవుతోందని సీఎంఆర్ వివరించారు. గోదావరి వరదల కారణంగా పరివాహక ప్రాంతంలోని లంక గ్రామాలు, పోలవరం ముంపు గ్రామాలకు రాకపోకలు నిలిచిపోయాయని అధికారులు వివరించారు. ఈ

ప్రాంతాల్లో ప్రజలను ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తం చేయడంలో పాటు అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేయాలని సీఎం ఆదేశించారు. అధికారం యంత్రాంగం సమస్య వచ్చిన తరువాత స్పందించటం కంటే ముందుగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ముందుగానే సన్నద్ధతతో ప్రజలకు ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలని చెప్పారు. వరదలు, భారీ వర్షాలపై అయో ప్రజల ప్రజల ఘోషక నిరంతరం ఖచ్చితమైన సమాచారం ఇచ్చి, తప్పుడు ప్రచారాలకు తావు లేకుండా చూడాలని చెప్పారు. రాష్ట్రంలో ఎరువులు, పురుగుమందుల లభ్యత, సరఫరా అంతంపై సీఎం సమీక్ష చేశారు. ఎరువుల కొరత అనే సమస్య లేకుండా అధికార యంత్రాంగం పనిచేయాలని సూచించారు. ఎరువుల కృత్రిమ కొరత సృష్టించినా, దారి మళ్లించినా కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. విజిలెన్స్ శాఖ అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండి ఎరువులు దారి మళ్లకుండా, ధర పెరగకుండా చూడాలని సీఎం సూచించారు. ఎరువుల కొరత అనే సమస్య ఉన్నట్లు ఎక్కడ నుంచి సమాచారం వచ్చినా రాష్ట్ర స్థాయి నుంచి >>2



శుక్రవారం న్యూఢిల్లీలో కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ తో భేటీ అయిన సీఎం చంద్రబాబు

## 'సాస్యి'కింద అదనంగా రూ.5వేల కోట్లు ఇవ్వండి

**కేంద్ర ఆర్థికమంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ ను కోరిన సీఎం చంద్రబాబు**

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి:** కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రిని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు కలసుకుని, 'సాస్యి' కింద అదనంగా రూ.5,000 కోట్లు కేటాయించాలని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబునాయుడు కేంద్ర ఆర్థికమంత్రిని ముఖ్యమంత్రి కోరారు. ఆంధ్ర ప్రదేశ్ కు ఇప్పటివరకు ప్రత్యేకమూలధన పెట్టుబడి సహాయం (సాస్యి) పథకం కింద రూ. 2,010 కోట్లు లభించాయని తెలిపారు. >>2



సిపిబి అగ్రనెత్ సురవరం

## ఇక లేరు

**ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22:** కమ్యూనిస్టు పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా పార్టీలో తీవ్ర వివాదం నెలకొంది. సిపిబి అగ్రనెత్ మాజీ ఎంపీ సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి తుదిశ్వాస విడిచారు. గత కొంత కాలంగా సుధాకర్ రెడ్డి అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నారని సమాచారం. శుక్రవారం రాత్రి పరిస్థితి మరింత విషమించడంతో హైదరాబాద్ లోని ఓ ప్రైవేట్ ఆసుపత్రిలో కన్ను మూశారు. పాలమూరు జిల్లాకు చెందిన సుధాకర్ రెడ్డి 1998, 2004లో రెండుసార్లు నల్లగొండ పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం నుంచి లోక్ సభకు ఎంపీగా ఎన్నికయ్యారు. సీపీఐ అగ్రనేతలకు మాజీ పార్లమెంట్ సభ్యులు సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి మృతి పట్ల ముఖ్యమంత్రి ఎ.చేపంతో రెడ్డి తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి నల్లగొండ జిల్లా నుంచి జాతీయ >>2



శుక్రవారం విద్యాశాఖ ఉన్నతాధికారులతో సమీక్షిస్తున్న మంత్రి నారా లోకేశ్

## ఇక యేటా డిఎస్సీ టీచర్ పోస్టుల భర్తీ ప్రభుత్వ విద్యలో గత 14 నెలలుగా పలు సంస్కరణలు

**పాఠశాలల్లో కీలక మౌలిక సదుపాయాలు అమరావతిలో యేడాదిలోగా సెంట్రల్ లైబ్రరీ: మంత్రి లోకేశ్**

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి:** రాష్ట్రంలో ఇకపై టీచర్ పోస్టుల భర్తీకి ప్రతి ఏడాది డిఎస్సీ నిర్వహిస్తామని ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్య, బిట్ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ స్పష్టం చేశారు. ప్రభుత్వ విద్యలో విద్యాప్రమాణాలను మెరుగుపర్చేందుకు గత 14 నెలలుగా సమర్థతగా సంస్కరణలు అమలు చేశామని ఉద్ఘాటించారు. ఫలితాలు రాబట్టి బాధ్యత అధికారులు, ఉపాధ్యాయులదేనని దిశానిర్దేశం చేశారు. దాతల సహకారంతో ప్రభుత్వ పాఠశాల సహకారంతో ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో కీలక మౌలిక

సదుపాయాలు కల్పిస్తున్నామని నొక్కిచెప్పారు. అమరావతిలో ఏడాదిలోగా సెంట్రల్ లైబ్రరీ నిర్మాణానికి చర్యలు చేపడుతున్నట్లు వివరించారు. విద్యాశాఖ ప్రభుత్వ విద్యలో విద్యాప్రమాణాలను మెరుగుపర్చేందుకు గత 14 నెలలుగా సమర్థతగా సంస్కరణలు అమలు చేశామని ఉద్ఘాటించారు. ఫలితాలు రాబట్టి బాధ్యత అధికారులు, ఉపాధ్యాయులదేనని దిశానిర్దేశం చేశారు. దాతల సహకారంతో ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో కీలక మౌలిక సదుపాయాలు కల్పిస్తు >>2

## భద్రాచలానికి చీటుగా ఒంటిమిట్ట రామాలయం

**సిఎం ఆదేశాలతో టిటిడి మాస్టర్ ప్లాన్ తొలి విడత గూర్చి 100 కోట్లతో అభివృద్ధి**



రాజంపేట, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త: ఆంధ్ర ఆయోధ్యగా ప్రసిద్ధిగాంచిన ఉమ్మడి కడప జిల్లా ఒంటిమిట్ట శ్రీకాండ రామాలయం అభివృద్ధికి మాస్టర్ ప్లాన్ సిద్ధమవుతోంది. తెలంగాణలోని భద్రాచలం కు దీక్షిగా ఒంటిమిట్ట రామాలయాన్ని నా భూతో నా భవిష్యత్ అన్న చందంగా అభివృద్ధి చేసేందుకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు సంకల్పించారు. ఒంటిమిట్ట శ్రీరామనవమి >>2



**ఇప్పటికే రెండు సార్లు వర్చువల్ గా సాగిన విచారణ లిక్కర్ కేసులో కీలక పరిణామం**

## మాజీ డి.సిఎం నారాయణ స్వామిని మూడోసారి సిట్ విచారణ!

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి:** ఏపీ లిక్కర్ కేసులో కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. మాజీ ఉప ముఖ్యమంత్రి నారాయణ స్వామిని సిట్ విచారణ రావాలని ఆదేశించింది. లిక్కర్ కేసులో సిట్ దూకుడు ప్రదర్శించింది. నిందితులను ఒక్కొక్కరిగా బయటకు తొలగిస్తుంది. తాజాగా మాజీ డిప్యూటీ సీఎం నారాయణ స్వామిని సిట్ అధికారులు ఆదుపులోకి తీసుకోనున్నట్లు ప్రచారం జరుగుతుంది. గతంలో నారాయణ స్వామిని విచారణకు రావాలని సిట్ అధికారులు కోరినట్లు తెలిపారు. లిక్కర్ కేసులో సిట్ సాగింది. ఈ క్రమంలో ఆయన ఆరోగ్య కారణాలతో విచారణకు గైర్బాబు కాల్చిననీ చెప్పడంతో వర్చువల్ గా సిట్ విచారణపట్ల సమాచారం. ఇక శుక్రవారం నారాయణ స్వామిని సిట్ మరో వారం ఆయన ఇంట్లోనే వర్చువల్ గా విచారించింది. దాదాపు ఆయన అరగుంటల పాటు విచారించిన సిట్ నారాయణ స్వామిని మరోసారి విజయవాడలో విచారించామని తెలిపి నట్లు సమాచారం, అయితే తాజా విచారణ తరువాత ఆయనను ఆదుపులోకి తీసుకొనే >>2

## హైకోర్టుకు 8 మంది ఎజిపీలు

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి:** హైకోర్టులో సహాయ ప్రభుత్వ న్యాయవాదులు (ఎజిపీ)గా 8 మందిని నియమిస్తూ ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ మేరకు శాసన వ్యవహారాలు, న్యాయశాఖ కార్యదర్శి జి.ప్రతిభాదేవి గురువారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. సహాయ ప్రభుత్వ న్యాయవాదులుగా వర్తా శ్రీనివాస్, కె.కె.జ్యులదేవి, బి.సమీరా. >>2

## నెలకు రూ.400కే ఫైబర్ టివి బేసిక్ ప్లాన్

**సిజిఎం శేషచలం వెల్లడి**

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి:** రాజధాని అమరావతిలోనూ టీఎన్ఎన్ఎల్ సేవల్ని విస్తరిస్తామని, దీనికి గాను త్వరలో బహు ఏర్పాటు చేస్తామని టీఎన్ఎన్ఎల్ ఏపీ సర్కిల్ ఛీఫ్ జనరల్ మేనేజర్ శేషచలం తెలిపారు. వినియోగదారుల కోసం ఏపీ సర్కిల్లో నెలకు రూ.400లకే ఫైబర్ టీవి బేసిక్ ప్లాన్ తెచ్చామని, ఇందులో ఇంటర్నెట్, టీవీ, ఫోన్ సదుపాయాల్ని కల్పిస్తున్నామని వివరించారు. రాజ్ యే మూడు నెలల్లో 5జీ సేవల్ని అందుబాటులోకి తెచ్చేందుకు కనరత్న చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. విజయవాడ లోని టీఎన్ఎన్ఎల్ భవన్ లో గురువారం ఆయన విలేజర్లతో మాట్లాడారు. 'కాన్ఫెన్స్ లో ఈటీవీ సహా 400కు పైగా ఛానళ్లు, టోమ్మిడిటీ పైగా ఓటీటీలు ఉంటాయి. దేశ వ్యాప్తంగా అవరమిత కాల్స్ చేసుకోవచ్చు. 20 ఎంటిపీఎస్ ఇంటర్నెట్ వేగం అందిస్తున్నాం. >>2

**కల్యాణ్**  
జు వె జ్ జ్

**2 GOOD TO MISS**

**25% PLUS 25% OFF**

**ON VALUE ADDITION FOR ALL PRODUCTS\***

\*FLAT 25% DISCOUNT FOR ALL PRODUCTS & 25% ADDITIONAL DISCOUNT FOR PURCHASES ABOVE ₹2 LAKHS.

**OPEN ON ALL DAYS**

**VIJAYAWADA - OPP P.W.D. GROUNDS, M.G. ROAD. PH: 90103 99133, 0866 - 2578233, 2579133**  
**GUNTUR - LAKSHMIPURAM MAIN ROAD. PH: 90103 88733, 0863-2223133**

FOR MORE DETAILS CONTACT US ON TOLL FREE NUMBER: 1800 425 7333 | WWW.KALYANJEWELLERS.NET | FOLLOW US ON @FB @BUY ONLINE @ WWW.CANDERE.COM | FOR INSTITUTIONAL REQUIREMENTS, WRITE TO B2BINDIA@KALYANJEWELLERS.NET





# విఘ్నేశ్వరుని పండగకు సిద్ధమాతున్న దక్షిణ కైలాసం

**(శ్రీకాళహస్తి, ప్రభాతవార్త):** శ్రీకాళహస్తి పట్టణం వినాయక చవితి సంబంధములో ముగిసిన తరువాత, కొన్ని సంవత్సరాలకు యువత రంగంలో దిగింది. ఏర్పాట్లలో యువకులు చురుగ్గా చందాలు వసూలు చేసుకుంటూ ఏర్పాట్లలో తలమునకలయ్యారు. పరివరాలున్న వోట్ల వసూలు చేసుకుంటున్నారు. అయితే విఘ్నేశ్వరుని పండగకు ఈ ఏడాది రెవెన్యూపోలీసు అధికారులు ఎవరైనా నిబంధనలను ప్రకటించారు. విగ్రహం 12 అడుగుల దారులైన ఏర్పాటుకు ముందస్తు అనుమతి తీసుకోవాలని ఎన్ని రోజులు ప్రతిష్ఠిస్తారు? ఎన్ని రోజులకు నిమజ్జనం చేస్తారు? అనే వివరాలు ఇవ్వాలి. వినాయకుని పండగకు మరో నాలుగు రోజులు మాత్రమే సమయం ఉంది. ఈ

శ్రీకాళహస్తి శ్రీకాళహస్తి సారధ్యంలో అతి పెద్ద విగ్రహం ఏర్పాటు చేయబడుతున్న నన్నాచలం చేస్తున్నారు. నిబంధనలతో నిర్వాహకులు సందేహాలతో ఉన్నారు. గతంలో వలుమార్లు దేవస్థానమే చవితి సంబంధాలు నిర్వహించడం ప్రకటించిన ప్రకటనలు ఏమయ్యాయో? మళ్ళీ ఆ ఏడాది ఆరేడో దేవస్థానం అతిపెద్ద విగ్రహం ఏర్పాటు చేస్తారని ప్రకటించారు. 2014లో ఆంధ్ర రాష్ట్రంలో ఏర్పడ్డ తెలుగుదేశం ప్రభుత్వంలో ఇక మీదట దేవస్థానమే వినాయక చవితి సంబంధాలి అధికారికంగా నిర్వహించాలని మంత్రి హోదాలో అప్పటి శాసనసభ్యుడు బొడ్ల గోపాలకృష్ణారెడ్డి ప్రకటించారు. అప్పటి చైర్మన్ కుడా ఈ ప్రతిపాదనను అమలు చేయాలని పట్టుబట్టారు. కొంత కాలం ధర్మర్థాల మండలి కూడా ఉంది కానీ ఈ ప్రతిపాదనలు

ఏమయ్యాయో ముక్కంటికివేయలేదు. వారి పరిపాలన ముగిసిన తరువాత, కొత్త పాలకులు మాత్రం ఉత్సాహం తో నిర్వహించారు. పుణ్యక్షేత్రమైన శ్రీకాళహస్తిలో పండగలకు ఎంతో ప్రాధాన్యత ఉంది. అంతేకాక పంపకాలతో లింగాల్లో వాయులింగేశ్వరుడు స్వయంభువుగా వెలసిన దివ్యక్షేత్రంలో దేవస్థానమే నెల నెలా ఒక్కొక్క ప్రత్యేక కార్యక్రమాల నిర్వహిస్తూ హిందూ పండగలకు సంబంధించి ఈ తరం వారికి అవకాశం కల్పిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో గత 20 సంవత్సరాలూ వినాయకచవితి సంబంధాలి హైదరాబాదుకు మరలివచ్చి విధంగా నిర్వహించారు. ఇందులో ప్రధానంగా పట్టణ నడిబొడ్డులోని బేరవారి మండపం, పెండ్లి మండపం వద్ద ప్రత్యేక కమిటీగా ఏర్పడి యువకులు నాలుగుమాడోడుల్లోని

వ్యాపారస్తుల భాగస్వామ్యంతో నిర్వహించారు. చవితి సంబంధాలు 9 నుంచి 11 రోజులు నిర్వహించటం ఆనవాయితీగా మారింది. అయితే కొంత కాలం జోరు తగ్గింది. 9 రోజులకే పరిమితమైంది. అంతేకాక పట్టణంలోని సుమారు 400 వోట్ల వినాయక విగ్రహాల్ని ఏర్పాటు చేసి మూడు, ఐదు, ఏడు రోజులు సంబంధాలు జరిపి నిమజ్జనం చేయటం జరుగుతుంది. ఈ ఏడాది ప్రధానంగా బేర వారి మండపం వద్ద వినాయక చవితి సంబంధాలను బిజెపి నాయకుడు కోలా ఆనంద్, తెలుగుదేశం నాయకుడు దుర్గాప్రసాద్ సారధ్యంలో, పెండ్లిమండపం వద్ద చవితి సంబంధాలను కైకాల వారి సంఘం అధ్యక్షుడు ఒబ్బిమధుసూధన్ సారధ్యంలో నిర్వహించుటకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.

## సీమలో మరో రెండు కీలక సెక్షన్లలో ఆటోమేటిక్ సిగ్నలింగ్ వ్యవస్థ

**గుంతకల్లు రైల్వే, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిష్కారంతో చేపట్టిన ఆటోమేటిక్ సిగ్నలింగ్(ఎఐఎస్) వ్యవస్థను రాయలసీమలోని దక్షిణ మధ్య రైల్వే గుంతకల్లు డివిజన్ పరిధిలో మరో రెండు కీలక సెక్షన్లలో తెచ్చేందుకు సంబంధిత ఉన్నతాధికారులు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చారు. ఈ మార్గం రూ. 750 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో 536.57కి.మీల రైలు మార్గాన్ని అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిష్కారంతో ఆటోమేటిక్ సిగ్నలింగ్ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు రైల్వే అధికారి వర్గాలు తెలిపాయి. భద్రత, సమయ పాలనలను దృష్టిలో ఉంచుకుని భారతీయ రైల్వేలోని అత్యధిక కి.మీలను ఆటోమేటిక్ సిగ్నల్ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేస్తోంది. దక్షిణ మధ్య రైల్వే జోన్ పరిధిలో ఈ రైల్వే విభాగంలో ఎలాంటి అవరోధం, అలస్యం కలుగుకుండా ఆటోమేటిక్ ట్రాక్ సిగ్నల్ వ్యవస్థను డిజైన్ చేసి రైలు (ఆపెండ్ ఎండ్) రైలు మార్గాలను ఏకకాలంలో పూర్తి చేసేందుకు అధికారి యంత్రాంగం ప్రణాళిక సిద్ధం చేసింది. గుంతకల్లు డివిజన్లో రెణిగుంట-గుంతకల్లు-వాడి మార్గం లో పనులను ప్రారంభించిన విషయం వాతకులకు విధిపడింది. తాజాగా వాడి-గుంతకల్లు-వాడి సెక్షన్లో మొలగవల్లి-ఆదోని మధ్య మొత్తంగా 31.25కి.మీలలో ఆటోమేటిక్ సిగ్నల్ వ్యవస్థను అందు బాటులో తీసుకోవాలని. ఇందుకు సంబంధించిన నాన్-ఇంటెలెంటింగ్ సాంకేతిక పనులను 29వ చేపట్టి పూర్తి చేసి ఆటోమేటిక్ ట్రాక్ సిగ్నలింగ్ వ్యవస్థను అందుబాటులో తీసుకోవనున్నట్లు రైల్వే వర్గాలు తెలిపాయి.

## సీమ మీదుగా బెంగళూరు-బీదర్ మధ్య ఆటోమేటిక్ సెక్షన్లను వరకు పాడిగోంపు

**గుంతకల్లు రైల్వే, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** ప్రయాణికుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని రాయలసీమ జిల్లాల మీదుగా బెంగళూరు-బీదర్-బెంగళూరు మధ్య సదుతుకున్న ప్రత్యేక వై షిప్ ఎక్స్ ప్రెస్ రైలు సర్వీసులను సెప్టెంబరు వరకు పాడిగోంపు రైల్వే వర్గాలు తెలిపాయి. బెంగళూరు నుంచి బీదర్ వెళ్ళే నెంబర్ 06539 ప్రత్యేక వై షిప్ ఎక్స్ ప్రెస్ సెప్టెంబరు 5 నుండి 28 వరకు పాడిగోంపు. ఈ రైలు ప్రతి శుక్ర, ఆదివారాల్లో బెంగళూరు నుండి రాత్రి 9.15 గంటలకు బయలుదేరి మరునాటి రోజు బీదర్ చేరుకుంటుంది.

# బిజెపి రాష్ట్ర నూతన కార్యవర్గం ప్రకటన

### - పార్టీ కీలక నేతలకు ప్రాధాన్యతతో కూడిన పదవులు

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** పీపీ బిజెపి రాష్ట్ర నూతన కార్యవర్గాన్ని ప్రకటించింది. ఎపి బిజెపి ఓపీ పిఎస్ మాధవ్ ఈ మేరకు వివరాలు వెల్లడించారు. కార్యవర్గంలో పార్టీ కీలక నేతలందరికీ ప్రాధాన్యతతో కూడిన పదవులు అప్పగించారు. దాదాపు ప్రతి పార్టీమెంబర్ నియోజకవర్గం నుంచి కీలక నేతలకు నూతన కార్యవర్గంలో చోటు దక్కింది. పార్టీ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులుగా బి.బి. శివస్వామయ్య, ( గుంటూరు) గారపాటి సీతారామాజయ్య వోడం, ( ఏలూరు) కాపు రామచంద్రారెడ్డి, (ఆనంతపురం) పుట్టి బి. సురేందర్ రెడ్డి, (నెల్లూరు) పైడి వెణు గోపాలం, (

శ్రీకాళహస్తి) శ్రీ.కోలా ఆనంద్ (తిరుపతి), బొల్లిని నిర్మలా కిషోర్ ( ఏలూరు), గుడిసె దేవానంద్, (శ్రీ సత్యసాయి) డాక్టర్ అశోక్ రాజు(బీతూరు) ఆదారి ఆనంద్ కుమార్(ఆనాపల్లి) నియమితులయ్యారు. రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శిగా సన్నారెడ్డి దయాకర్ రెడ్డి (తిరుపతి) నాగేశ్వరమ్మ నాయుడు, (ఆనంపల్లి) మట్లా ప్రసాద్(కృష్ణ), సాల్ గ్రామ లక్ష్మీప్రసన్న(కాకినాడ) నియమితులయ్యారు. రాష్ట్ర కార్యదర్శిగా కె సురేంద్ర మోహన్, ( విశాఖపట్నం) పాపిని ( విజయనగరం) బొమ్మల దత్త, (తూర్పు గోదావరి), సురవరం గోతా మాధురి(కర్నూలు), బొద్దు నాగ లక్ష్మి, (అనంతపురం), మేకల

మానుమత రావు, ( వల్పాడు ), సందిరెడ్డి శ్రీనివాసులు (ఆనంతపురం) బొగిరెడ్డి ఆదిత్య (పల్నాడు) గోదావరి) ఉమ్మడి సుజాత (విశాఖపట్నం), ఈరోజి స్వప్న కుమారి (అల్లూరి సీతారామరాజు) రాష్ట్ర కోశాధికారిగా మొగ్గ నాగేంద్రారావు(విశాఖపట్నం) రాష్ట్ర సంయుక్త కోశాధికారిగా కందుకూరి సత్య నారాయణ (నెల్లూరు) రాష్ట్ర కార్యాలయ కార్యదర్శిగా బి.ఎల్.ఎస్.పవన్ (అనంతపురం) విజయవతి, రాష్ట్ర సెల్ కన్వీనర్ గా. కె. బిరంగి రెడ్డి (ఆనంతపురం) రాష్ట్ర సెల్ కోశాధికారి గా. నిడమనూరి సూర్య కళ్యాణ్ చక్రవర్తి (ప్రకాశం) నియమితులయ్యారు.

# రాష్ట్రంలో కూటమి ఎమ్మెల్యేల అరాచకాలు శ్రుతిమించాయి: మాజీ మంత్రి సాకే శైలజానాథ్

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** రాష్ట్రంలో కూటమి ఎమ్మెల్యేల అరాచకాలు శ్రుతిమించాయని, అయినా ఒక్కొక్కరినా కేసు నమోదు కావడం లేదని మాజీ మంత్రి వైపి సేత సాకే శైలజానాథ్ విమర్శించారు. గురువారం తాడేపల్లిలోని వైపి సేంద్ర కార్యాలయంలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ అరాచకాలకు పాల్పడుతున్న ఎమ్మెల్యేలకు చంద్రబాబు వంతపాటుతున్నారని అన్నారు. దీంతో రాష్ట్రంలో శాంతిభంగం కలుగుతున్నాయని, మహిళలు, ఉద్యోగులు ప్రతిపక్ష నాయకులపై దాడులు యేర్పేర్లు సాగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. 14 నెలల పాటునే దాడులు యేర్పేర్లు సాగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. ప్రజాస్వామ్యబద్ధంగా ఎక్కడా పరిపాలన సాగడం లేదని పేర్కొన్నారు. వ్యవస్థలను ప్రణాళికాబద్ధంగా నాశనం చేస్తున్నారని విమర్శించారు. టి.టి

వైఎస్ఆర్ పదవీకి ముప్పు పవిత్రమైన శ్రీవారి క్షేత్రంలో ఉండి బిజెపి నాయకులు అసకూడని పదాలు వాడుతున్నారని మాజీ మంత్రి అంబటి రాంబాబు విమర్శించారు. హిందువుల మహాభావాలు దెబ్బతినేలా ఆయన వ్యవహారాలను ఉద్దేశ్యంగా అదుపు చేస్తున్నారని, అలాగే అటవీ నిబంధనల్ని దాడిచేసిన బుద్ధా రాజశేఖరరెడ్డిపై చర్యలు తీసుకోవాలని, అటవీ నిబంధనల్ని దాడిచేసే పవన్ కల్యాణ్ తో నుండని లేదని విమర్శించారు.

వైఎస్ఆర్ పదవీకి ముప్పు పవిత్రమైన శ్రీవారి క్షేత్రంలో ఉండి బిజెపి నాయకులు అసకూడని పదాలు వాడుతున్నారని మాజీ మంత్రి అంబటి రాంబాబు విమర్శించారు. హిందువుల మహాభావాలు దెబ్బతినేలా ఆయన వ్యవహారాలను ఉద్దేశ్యంగా అదుపు చేస్తున్నారని, అలాగే అటవీ నిబంధనల్ని దాడిచేసిన బుద్ధా రాజశేఖరరెడ్డిపై చర్యలు తీసుకోవాలని, అటవీ నిబంధనల్ని దాడిచేసే పవన్ కల్యాణ్ తో నుండని లేదని విమర్శించారు.

## భారీ మొత్తంలో గంజాయి పట్టివేత - రైల్వే పోలీసులపై ప్రశంసల వెల్లువ

**నెల్లూరు క్రైమ్, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** నెల్లూరు రైల్వే పోలీసుల తనిఖీలో భారీ మొత్తంలో గంజాయి పట్టుబడింది. ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల మేరకు గత కొంతకాలంగా రైల్వేలో గంజాయి అక్రమ రవాణాను నిరోధించేందుకు నెల్లూరు ప్రభుత్వ రైల్వే పోలీసులు విస్తృతంగా తనిఖీలు చేపడుతున్నారు. ఈ క్రమంలోనే చెన్నై నగరానికి చెందిన ఇద్దరు వ్యక్తులు గంజాయిని అక్రమంగా రాజాణా చేస్తూ పోలీసులకు విశ్రాంతి. ఈ సంఘటన సంబంధించిన వివరాలను నెల్లూరు రైల్వే డివిజన్ ముద్రాకర్లు శుక్రవారం తన కార్యాలయంలో వెల్లడించారు. ఆయన తెలిపిన సమాచారం మేరకు, గంజాయి రవాణాను నిరోధించే చర్యల్లో భాగంగా రైల్వే పోలీస్ సిబ్బంది తమ ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల మేరకు నెల్లూరు, గూడూరు కావలి తదితర రైల్వేస్టేషన్లలో తరచూ విస్తృత తనిఖీలు

చేపడుతున్నారు. ఈ క్రమంలో నెల్లూరు జిఆర్పి సిబి సుధాకర్ తన సిబ్బందితో కలిసి తనిఖీలు చేపడుతున్న సమయంలో ఒరిస్సా రాష్ట్రం రాయగడ్ నుండి చెన్నై వెళ్ళే 18189 రైలు నుండి దిగిన ఒక మహిళ, మరొక వ్యక్తి అనుమానాస్పదంగా తిరుగుతూ ఉండడంతో వారిపై అదుపులోకి తీసుకున్నారు. వారి బ్యాగ్లను తనిఖీ చేయగా చెన్నై నగరం ఫిబర్వెన్ పేటకు చెందిన పశని రాజేష్ వద్ద 14.5 కిలోల గంజాయి, అదే ప్రాంతానికి చెందిన జెబునిపా అనే మహిళ వద్ద 8 కిలోల గంజాయిని ప్యాకెట్లు రూపంలో పార్సెల్ చేయబడి ఉండడాన్ని గుర్తించారు. దాని విలువ రూ. 4.50 లక్షలు ఉంటుందని తెలిపారు.

## చిరంజీవికి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపిన మంత్రి కందుల దుర్గేష్

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22, ప్రభాత వార్త:** తెలుగుజాతికి కళామతల్లి అందించిన ముద్దుబిడ్డ చిరంజీవి అని రాష్ట్ర పర్యాటక, సాంస్కృతిక, సినిమాటోగ్రఫీ మంత్రి కందుల దుర్గేష్ అన్నారు. మొగ్గ చిరంజీవి 70వ పుట్టిన రోజు సందర్భంగా మంత్రి కందుల దుర్గేష్ ఎక్స్ మీడియా శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. తన నటన, డ్యాన్స్, ఫైట్స్, మ్యాగిక్లతో తెలుగు తెరకు కమర్షియల్ సినిమాల అర్ధం చెప్పిన హీరో, కమర్షియల్ సక్సెస్ ల మధ్య నటనా ప్రావీణ్యాన్ని మామూలైన నటుల చిరంజీవి అని అన్నారు. ఎన్నో కష్టాలు, సవాళ్ళు, అపమానాలను తట్టుకొని స్వయంకృషితో సినిమీట్యాండులో మొగ్గ గా ఎదిగిన ఆయన ప్రస్థానం ప్రతి ఒక్కరికీ ఆదర్శమన్నారు. ఆకుంతిత దీక్షతో ప్రతి అపకాశాన్ని పట్టువడవకుండా అందిపుచ్చుకొని నటనలో శిఖరాగ్రాన్ని అధిరోపించిన వ్యక్తి చిరంజీవి అన్నారు.

**చిరంజీవికి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపిన మంత్రి కందుల దుర్గేష్:** చిరంజీవికి ఆయన జన్మదినం సందర్భంగా బిజెపి పీపీ టీఎం మాధవ్ అభినందనలు తెలిపారు. స్వయం కృషితో చిరంజీవి వలసచిత్ర జీవితంలో అద్భుత ఫలితాలను సాధించారన్నారు. రక్తదానం, నేత్రదానం వంటి కార్యక్రమాలతో ఆయన సామాజిక సేవలో అందరికీ ఆదర్శంగా నిలిచారన్నారు.

## బుడమేరుపై దుష్ప్రచారం చేస్తే కఠిన చర్యలు

ఎమ్మెల్యే బోండా ఉమామహేశ్వరరావు

**విజయవాడ, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** బుడమేరు పొంగుతుందని సామాజిక మాధ్యమాలలో దుష్ప్రచారం చేస్తున్నారని అటువంటి వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని ఎంఎల్ఎ బోండా ఉమామహేశ్వరరావు అన్నారు. శుక్రవారం ఉదయం కందిక వద్ద నుంచి గుణపాత 33 తూముల వరకు బుడమేరు, కాలవలను అధికారులతో కలిసి ఆయన పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... గత వర్షాలలో బుడమేరు కాలవల్లోకి ఎగువ ప్రాంతాల నుంచి కొన్నిసార్లు భారీగా వరద నీరు వచ్చి వరదంతో సింగినగర్ ప్రాంతం వరద ముప్పును ఎదుర్కొన్న సంగతి తెలిసిందే అని అన్నారు ఆ సమయంలో కృష్ణానదిలోకి నీరు వెళ్ళే మార్గాలు సరిగా లేకపోవడం, కాలవల్లో గండ్లు పెడటం వల్లే ముప్పు వరస్థితి ఏర్పడిందని పేర్కొన్నారు. గత ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం కారణంగానే బుడమేరుకు వరదలు వచ్చాయన్నారు.

# తిరుమల సమాచారం

## శాస్త్రోక్తంగా కామాక్షి అమ్మవారికి లక్ష కుంకుమార్చనం

**తిరుమల, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** టిటిడి అధ్యక్షులలోని తిరుపతిలోని ప్రముఖ శైవాలయం కవిలేశ్వరస్వామి ఆలయంలో శుక్రవారం లక్షకుంకుమార్చనం మార్చన శాస్త్రోక్తంగా జరిగింది. ఆలయ అధ్యక్షులు కామాక్షి అమ్మవారికి శ్రావణమాసంలో చివరి శుక్రవారం పవిత్రంగా లక్షకుంకుమార్చనం వేదోక్తంగా నిర్వహించారు. ఉదయం 6 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు గణపతిపూజ, లక్షకుంకుమార్చనం మొదలుపెట్టిన ఆర్చనాలు మధ్యాహ్నం లక్షకుంకుమార్చనం చేశారు. సాయంత్రం 6 గంటలకు స్వామి అమ్మవారు తిరుపతి ఉత్సవంలో ఊరేగింపుగా భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఆలయ ద్వితీయ జల నాగరత్న, ఎజల సుబ్బారాజు, సూపరిటెండెంట్ చంద్రశేఖర్, అధ్యక్షులు పాల్గొన్నారు.



## రాష్ట్రం అన్ని విధాలా అభివృద్ధి చెందాలని వేడుకున్నా - మంత్రి డోలాబాలవీరాంజనేయులు

**తిరుమల, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** డోలాబాలవీరాంజనేయులు రాష్ట్రంలోని ఎన్డిఎ ప్రభుత్వ సహకారంతో ఆంధ్రప్రదేశ్లో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేశారని, పేదప్రజల ఆర్థిక అభివృద్ధికి ప్రాధాన్యత నిస్తున్నారని రాష్ట్రమంత్రి డోలాబాలవీరాంజనేయులు తెలిపారు. ఏడాదిపాటులో ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్చడం జరిగిందన్నారు. మరొకటి సంక్షేమభావాల అమలుచేయాలని సీఎం చంద్రబాబు కృత నిశ్చయంతో ఉన్నారన్నారు. రాష్ట్రం అన్ని విధాలా అభివృద్ధి చెందాలని, ఇందుకు వేగవంతంగా అభివృద్ధి ప్రాధాన్యతను తెలిపారు. తిరుమలలో భక్తులకు మెరుగైన సౌకర్యాల కల్పించడం అభినందనీయమన్నారు. కుటుంబంతో కలిసి శుక్రవారం ఉదయం వివిధ శ్రేణిదర్శనంలో మంత్రి డోలాబాలవీరాంజనేయులు శ్రీవారిని దర్శించుకున్నారు. ఆలయ అధికారులు స్వాగతం పలికి స్వామివారి దర్శనం చేయించారు. రంగనాయకుడు మండపంలో వేదపండితులు వేదాశ్రియవంతుల చేశారు. ఆలయ అధికారులు స్వామివారి తీర్ధప్రసాదాలు అందజేశారు.



## శ్రీవారి ఆశీస్సులతో అన్నీ శుభాలు

**తిరుమల, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** అతిలాంఛనోటి బ్రహ్మాండనాయకుడు తిరుమల వేంకటేశ్వరస్వామిని దర్శనం చేసుకుని ఆశీస్సులందుకుంటే అన్నీ శుభాలు కలుగుతాయని ప్రముఖులు విశ్వాసం వెలిబుచ్చారు. శుక్రవారం ఉదయం సుబ్బికొత్త స్వామిమూర్తి జస్టిస్ సంజయ్ కల్యాణ్ కుటుంబంతో కలిసి, సినిమాటోగ్రఫీ డివిజన్ దానయ్య, ఎన్సిపిఎన్ డిజి డాక్టర్ త్రివిక్రమ్ వర్మ దంపతులు ఆలయంలోనికి చేరుకున్నారు. టిటిడి అధికారులు స్వాగతం పలికి స్వామివారి దర్శనం చేయించారు. శ్రీవారి వారి తీర్ధప్రసాదాలు అందజేశారు.



## దేవుని ఆశీస్సులు దేశప్రజలందరిపై ఉండాలి - బిసెన్ పార్టీ అధినేత రామచంద్రయాదవ్

**తిరుమల, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** లోకేశ్వరం కాశ్యప్తూ పుంగవూరులో మూడురోజులు శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్వామి సహిత మహా సుదర్శన యాగం నిర్వహించడం జరిగిందని టిఎస్ పార్టీ అధినేత బోడెరామచంద్రయాదవ్ తెలిపారు. కలియుగధైవం తిరుమల శ్రీవేంకటేశ్వరస్వామి ఆశీస్సులు దేశ ప్రజలందరిపై ఉండాలని వేడుకున్నట్లు తెలిపారు. మహాసందర్శనయాగం పూర్తయిన సందర్భంగా శుక్రవారం ఉదయం తిరుమలకు చేరుకుని కుటుంబంతో కలిసి స్వామివారిని దర్శించుకోవడం జరిగిందన్నారు. ఉదయం వివిధ శ్రేణిలో కుటుంబసభ్యులతో కలిసి ఆయన ఆలయంలోనికి చేరుకుని గోవిందుడి ఆశీస్సులందుకున్నారు. ఆలయ అధికారులు స్వామివారి తీర్ధప్రసాదాలు అందజేశారు.



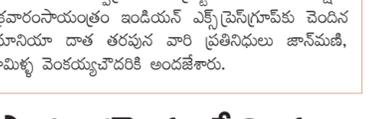
## మొదటి ఫూట్లో రెండు ప్రమాదాలు - ట్రైక్ ఫెయిల్తో అల్లిన బస్సును డి కొన్న కారు - కొండను డి కొన్న వ్యాన్

**తిరుమల, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** తిరుమలనుండి తిరుపతికి వెళ్ళే మొదటిఫూట్లో శుక్రవారం మధ్యాహ్నం రెండు ప్రమాదాలు జరిగాయి. శ్రీవారి దర్శనానంతరం కారులో తిరుపతికి దిగుతున్న భక్తులు ఫూట్లో 26వ మలుపువద్ద ట్రైక్ ఫెయిల్వడంతో ముందువెళ్ళుతున్న తిరుమల డిపో ఆర్డీని బస్సును డి కొంది. ఈ సంఘటనలో కారులో ప్రయాణికులకు నష్టాలు కలుగలేదు. ట్రైక్ ఫెయిల్వడంతో జరిగిన ప్రమాదంతో ఫూట్లో ట్రాఫిక్ స్తంభించింది. వాహనాలకు అంతరాయం ఏర్పడింది. అలిపిరి ఏఎన్.ఆర్. రమేశ్ కృష్ణ సిబ్బందితో అక్కడకు చేరుకుని కారును తప్పించడం ట్రాఫిక్ సమస్య పరిష్కారమైంది. అలాగే సాయంత్రం మొదటిఫూట్లో తిరుగుప్రయాణమైన విజయవాడ భక్తులు వ్యాన్ అదుపుతప్పి గోడను డి కొంది. ముందుభాగం దెబ్బతింది. 10 మంది విజయవాడ భక్తుల్లో ముగ్గురు పిల్లలు ఉన్నారు. వీరంతా స్వల్పగాయాలవడంతో 108లో తిరుపతికి తరలించారు. ప్రమాదాలకు గురైన వాహనాలను అలిపిరికి తరలించారు. తిరుమల ట్రాఫిక్ పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు.

**తిరుమల, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** టిటిడి ఎస్సీ ప్రాణదానం లక్షకుంకుమార్చనం దాత 50 లక్షలు రూపాయలు డిడిని అందించారు. శుక్రవారం సాయంత్రం ఇండియన్ ఎక్స్ ప్రెస్ గ్రూపుకు చెందిన ఎక్స్ ప్రెస్ ఇన్ ప్రా ఎండ్ కవిత సంస్థానారా దాత తరఫున వారి ప్రతినిధులు జానమచి, మురళిలు టిటిడి అధినేత జల. బిరుమామిళ్ళ వెంకయ్యచౌదరికి అందజేశారు.

## బెంగళూరులో ప్రారంభమైన ఆస్ట్రేలియా ఇండియా రోలర్ స్కేట్ పసిఫిక్ కప్ 2025

**హైదరాబాద్, ఆగస్టు 22, ప్రభాతవార్త:** ఆస్ట్రేలియా ఇండియా రోలర్ స్కేట్ పసిఫిక్ కప్ 2025 శుక్రవారం బెంగళూరులో ప్రారంభమైంది. బెంగళూరు ఆస్ట్రేలియన్ స్పాకెమిషన్ అధ్యక్షులతో శుక్రవారం నుంచి నిర్వహించే ఈ కార్యక్రమం ఈ నెల 31 వరకు జరగనుంది. ఆస్ట్రేలియా క్రీడ, ఇన్స్పైరింగ్ కమిషన్ హెయిట్ వెల్, ఆస్ట్రేలియా కాన్సులేట్ జనరల్ సంగీత్ కృష్ణ మూర్తి మాట్లాడుతూ క్రీడల ద్వారా బంధాలను మరింత బలోపేతం చేస్తాయన్నారు. అంతే కాకుండా క్రీడల శారీరక దృఢత్వాన్ని పెంచడమే కాకుండా మానసికోత్సాహాన్ని కూడా కల్పిస్తాయన్నారు. ఇందులో పాల్గొనే క్రీడాకారులను విజయస్థి సాధించే డేశానికి మంచి పేరు తెచ్చుకుంటున్నారని, ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్చీస్ అవార్డు గ్రహీత అనుష్కమూర్తి, భారత క్రీడాకారులు చైతన్యం, హ్యాపీ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.













# ప్రధానితో మాట్లాడే అవకాశం..

చాలామంది మహిళల్లోనే అన్ని అక్షీభవాని కూడా పెళ్లి తరవాత తెలియాలి ప్రజల ఇష్టాన్ని వచ్చింది. అయితే, ఏళ్లు గడిచినా అవి లక్ష్యం చెదరకుండా తిరిగి స్వయం ఉపాధిపై దృష్టి పెట్టింది. ఇప్పుడు తాను నిలదొక్కకోవడమే కాదు... మరో 15 మందికి ఆర్థిక భరోసా ఇచ్చారు. ఈ కృషితోనే ప్రధానితో మాట్లాడే అవకాశాన్ని దక్కించుకున్నారు. సరైన అవకాశాలు లభిస్తే... ఏ రంగంలోనైనా రాజీవేగలమనదానికి



నేనే ఓ ఉదాహరణ. మాది వైఎస్ఆర్ కడప జిల్లా చింతకొమ్మడి మండలం సీఎంఆర్ పల్లె. అమ్మానాన్నలు నన్ను డిగ్రీ వరకు చదివారు. చిన్నప్పటి నుంచి నా కాళ్ళపై నేను నిలబడాలనుకునేదాన్ని. పెళ్లియ్యాక అమ్మింటి వారు ప్రభుత్వ ఉద్యోగమైతే చేయొచ్చు... (ప్రైవేటు కార్లు వద్దనడంతో ఆగిపోయాయి. తర్వాత ఇద్దరూపిల్లలు పుట్టడం, వారి అలానా పాలనా చూసుకుంటూ పదకొండేళ్లు గృహిణిగానే కాలం గడిచిపోయింది. కానీ, నా మనసుకి ఏదో ఒకటి చేయాలనిపించింది. ఆఖరికి ఓ రోజు డైర్యం చేసే నేనూ ఏదో పనిచేస్తా. కుటుంబ ఖర్చులకైనా ఉపయోగపడతాయి కదా అని మావారిని అడగడంతో ఆయన నీ ఇష్టం అన్నారు. ఇప్పటికే మెప్పా (ప్రభుత్వ పేదరిక నిర్మూలన సంస్థ)లో సాయి హెచ్ఎస్ స్వయం సహాయక సంఘంలో సభ్యురాలిగా ఉన్నా ఆ సమయంలోనే కెనరా బ్యాంకు గ్రామీణ స్వయం ఉపాధి శిక్షణ సంస్థలో బ్యాంక్ బ్యాగుల తయారీలో 13 రోజులపాటు శిక్షణ పొందింది. రూ.2 లక్షల ముద్రా రుణం ఇచ్చింది. ఆ మొత్తంలో ఊళ్లో బ్యాంక్ బ్యాగుల తయారీ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేశా. అయితే, కొన్నాళ్లకే కరోనా మహమ్మారి విజృంభించడంతో చేస్తున్న పని ఆగిపోయింది. వెంటనే ఆ పనిని ఆగ్నేయం చేసుకుని

ఈ రోజుల్లో టెక్నాలజీనే ప్రతి ఒక్కరి నేర్పాటే మారిపోయింది. బ్యాంకింగ్, పాపింగ్, క్యాష్ బుకింగ్, బిల్లు చెల్లింపులు.. ఇలా ఒకటిమిటి దానితో ముడిపడి ఉంది. అయితే సాంకేతికత ఎంతగా అభివృద్ధి చెందుతోంది.. ప్రతి ఒక్కరి చేతుల్లో స్మార్ట్ ఫోన్ ఉన్నా. కొందరు దాన్ని పూర్తిగా వినియోగించుకోలేకపోతున్నారు. కారణం.. సాంకేతిక పరిజ్ఞానం లేకపోవడమే! ఇలాంటి వాళ్లలో వున్నారే ఎవరూ! అందుకే ఈ గ్యాప్ పూర్తిచేయడం కరణం కట్టుకుంది మహిళా భరోసా. ఈ ఆలోచనతోనే ఓ సంస్థను నెలకొల్పిన ఆమె.. ఈ వేదికగా వున్నారక టెక్ పాఠాలు చెబుతోంది. వాళ్లలో ఆసక్తికాసిన నిపుణులను.. ముంబయి వెళ్లిన మహిళను చిన్నతనం నుంచే సేవా దృక్పథం ఎక్కువ. సమాజం కోసం తన వంతుగా ఏదైనా చేయాలని ఆరాటపడింది. చదువులోనూ మెరుగ్గా రాజీవందిన ఆమె.. ఇటీవలేని మిలాన్ లో లగ్జరీ గూర్చి అండ్ నర్సింగ్ మేనేజ్మెంట్లో మాస్టర్స్ పూర్తిచేసింది. ఈ మార్గదర్శి, కమ్యూనికేషన్ నైపుణ్యాలపై పట్టు పెంచుకున్న ఆమె.. అతిథ్య రంగంలో తెరకే ప్రారంభించింది. కొన్నాళ్లు పాటు ఓ ప్రముఖ హోటల్లో పనిచేసిన మహిళ.. ఆర్కడ మార్కెటింగ్ క్యాంపెయన్ నిర్వహించడంలో విజయవంతమైంది. ఈ ఉద్యోగంలోనే 2019లో 'ఎంప్లాయి ఆఫ్ ది ఇయర్' అవార్డు కూడా అందుకుందామె. ఏమేం నేర్చుకొంటున్నా.. ఏ 2000లో కోవిడ్ సమయంలో ఉద్యోగం కోల్పోయిన మహిళ.. తాను ప్రారంభించిన డిజిటల్ పాఠశాల నిర్వహణపై పూర్తి దృష్టి పెట్టింది. సీనియర్ సిటీజన్స్ సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అందించడం ఈ సంస్థ ముఖ్యద్దేశం. ఇందులో భాగంగా కొన్ని కోర్సులు అందిస్తూనే, ఆన్లైన్ ఆప్టినెస్ లో ప్రత్యేకమైన వర్క్ షాపులు/సెషన్లు కూడా

కోసంసాగుతున్నాయి. స్మార్ట్ ఫోన్ ను ఎలా ఉపయోగించాలి, కంప్యూటర్ వాడకం, సోషల్ మీడియా వినియోగం, ఇందులో ప్రైవేసీ సెట్టింగులు ఆన్లైన్ బిల్లు చెల్లింపులు, మెయిల్ వందపందం, ఆన్లైన్లో నిత్యావసరాల కొనుగోలు, బ్యాంకింగ్ సేవలు వినియోగించుకోవడం, పాపింగ్, సినిమా టికెట్లు బుకింగ్, క్యాష్ బుకింగ్, వంటివన్నీ నేర్పుతోంది మహిళా 'కాతరం' వారిలో మేం పోటీపడగలమా? అన్న భయం చాలామంది వున్నారే ఉంటుంది. ఈ భయాన్ని దూరం చేసి వారిలో ఆసక్తికాసినాన్ని నింపేందుకే చాలా సింపుల్ గా అర్థమయ్యేలా సెషన్స్ అవుతాయి. తనన ఉంటే వరుసుతో పనిలేకుండా



# వృద్ధులకు సాంకేతిక పరిజ్ఞానం నేర్పి.

ఎప్పుడైనా, ఏదైనా నేర్చుకోవచ్చన్న పాజిటివిటీని వారిలో నింపుతున్నాం. ఇలా మా వద్ద శిక్షణ పొందిన వారిలో చాలామంది విదేశాల్లో ఉన్న తమ పిల్లలతో మీడియా కాల్ మాట్లాడడం, వార్డ్ యాప్స్ ను ఉపయోగిస్తూ తమ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం.. స్థిరపడుతున్నారు. ఇలా వాళ్లలో మార్పు చూస్తుంటే సంతోషంగా అనిపిస్తోంది. అంటోంది మహిళ. వెల మందికి పాఠాలు! ఈ ఇటీవలే వేల మంది వృద్ధులకు సాంకేతిక పరిజ్ఞానంలో పాఠాలు నేర్పి.. వారిలో డిజిటల్ అక్షరాస్యతను పెంపొందించింది మహిళ. ఇప్పటివరకు వివిధ టీవీ వర్క్ షాపు, ఆన్లైన్/ఆఫ్లైన్ సెషన్స్ నిర్వహించిన ఆమె.. పలు టీవీ షోలలో పాల్గొని ఆయా సాంకేతిక అవగాహన కల్పిస్తోంది. సాంకేతికత మన జీవితాలను

నులభతరం చేస్తోంది. అందుకే వరుసుతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి ఒక్కరూ అవగాహన పెంచుకోవడం ముఖ్యం. డిజిటల్ గ్యాప్ ఉన్న ప్రతి గ్రామీణ ప్రాంతానికి భవిష్యత్తులో మా సంస్థ సేవల్ని విస్తరించాలనుకుంటున్నాను. ప్రతి సీనియర్ సిటీజన్ సాంకేతిక పరిజ్ఞానం పెంచుకునేలా తోడ్పడాలన్న లక్ష్యం ముందుకు సాగుతున్నా.. అంటోన్న మహిళ.. సోషల్ మీడియాలోనూ డిజిటల్ పాఠాలకు సంబంధించిన మీడియాలు షాపు చేస్తూ తన సేవల్ని మరింతమందికి చేరుస్తోంది. అంతేకాదు.. ఆయా రంగాల్లో రాజీనామా చేయను సంఖ్య మాత్రమే! అని నిరూపిస్తూనే వృద్ధ మహిళల విజయ గాథలను ఇన్స్టాలో షాపు చేస్తూ ఎంతోమందిలో స్ఫూర్తి రగిలిస్తోంది. □

# పచ్చని కాంతలమవుదాం!



వరుస పర్లాలో మేనికి కాస్త హాయిగా తోస్తోంది. ఎటు చూసినా పచ్చదనం. పచ్చని అలా అలా ఉండగా మొక్కలు, చెట్లు నవ్వుతూ పలకరిస్తున్నట్లే అనిపిస్తోంది కదా. వాటిని చూసి మన మనసుకి తెలియని హాయి. లోలోపలి నుంచి భావోత్సాహ తన్నుకోస్తోంది అనిపించిన.. సైకాలజీవరంగా చూస్తే ఆ ముందురు అకుపచ్చరంగు చేసే మాయే ఇదంతా. ఇది మనసుపై సానుకూల ప్రభావం చూపుతుంది. ఆత్మిని దూరం చేసి, మనసుకి ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. అంతేనా.. కొత్త ఆలోచనలు కలగడానికి, ఆత్మవిశ్వాసం పెరగడానికి కూడా సాయపడుతుంది. సంప్రదాయవరంగా చూసినా దీనికి ప్రాధాన్యం ఎక్కువే. ఈ రంగును మనం శుభసూచికగా భావిస్తాం. అందుకే వేడుకల్లో దీనిని ప్రత్యేకస్థానం. ఇంతట ప్రధానమున్న వర్షాన్ని దిశ్చైనధ్ధ మాత్రం పక్కన పెడతారా ఏంటి? సంప్రదాయ, ఆధునిక వస్త్రాల్లో చోటిచ్చేకారు. పట్టుబీర, పరికిణీ అయినా అద్దుకున్న ఫ్యాన్షి శానీ అయినా అదే ఆదరణ, ఇక చూడరా, లాంగ్స్రొక్, రెహంగాలకైతే కొడవే లేదు. అంటే అవ్వన్న బోలెడు. సంధర్మం, మనికి నచ్చేదేంటి అనేది చూసుకోవడమే మన పని. అమ్మవారికి నచ్చిన రంగుల్లో ఆకుపచ్చ ఒకటి. కాబట్టి, ప్రకృతిలో మమేకమవుతూ మనమూ ఈ పచ్చనికీ ఒకేదాం, ప్రకృతి కాంతలమవుదాం. అందానికి ఆదం.. మనసుకీ ఆనందం. మీరేమంటారు మరి? □

నీళ్లు, పాలు, శీతలపానీయాలు.. ఏదైనా సరే ప్లాస్టిక్ బాటిల్లోనే వస్తున్నాయి. ఆ బాటిళ్లకి సూర్యరశ్మిలోని అతినిలలోహిత (యువీ) కిరణాలు ఎక్కువగా సోకినప్పుడు వాటిల్లోని 'సూక్ష్మప్లాస్టిక్' కరిగి ఆయా పానీయాల్లో కలిసిపోతోంది. అది తాగినవాళ్ల శరీరంలోకి వెళ్తుంది. ఇదివరకే చేసిన పలు అధ్యయనాల్లో ఈ సూక్ష్మ ప్లాస్టిక్ అవశేషాలు రక్తంలోనూ ఉండటం గమనించారు. అందువల్లే రక్తపోటుకి సంబంధం ఉందా? అన్న కోణంలో పరిశోధన చేశారు

# ప్లాస్టిక్ బాటిల్ కు దూరంగా..

అమ్మాయిలోని దానూళ్ల విశ్వవిద్యాలయం శాస్త్రవేత్తలు. రక్తంలో సూక్ష్మ ప్లాస్టిక్ ఎక్కువగా ఉండి, రక్తపోటులోనూ పెరగవచ్చునని రోగిల్ని నెలలోజులపాటు ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్ ఏ రకంగానూ వాడకుండా ఉండమన్నారట. సీట్ల తాగడానికి స్టీలు 'పెరలాంబి'వంటినే ఉపయోగించమన్నారు. నెల తర్వాత వాళ్లందరిలోనూ సూక్ష్మప్లాస్టిక్ అవశేషాలు సంఖ్య తగ్గడమే కాదు రక్తపోటు కూడా అదుపులోకి వచ్చింది. దీన్నిబట్టి సూక్ష్మప్లాస్టిక్ రక్తపోటుకి ప్రత్యక్ష సంబంధం ఉందని చెబుతున్నారు. వీలున్నంత వరకూ వాటికి దూరంగా ఉండమని సూచిస్తున్నారు. □

సీట్ల పాటు, శీతలపానీయాలు.. ఏదైనా సరే ప్లాస్టిక్ బాటిల్లోనే వస్తున్నాయి. ఆ బాటిళ్లకి సూర్యరశ్మిలోని అతినిలలోహిత (యువీ) కిరణాలు ఎక్కువగా సోకినప్పుడు వాటిల్లోని 'సూక్ష్మప్లాస్టిక్' కరిగి ఆయా పానీయాల్లో కలిసిపోతోంది. అది తాగినవాళ్ల శరీరంలోకి వెళ్తుంది. ఇదివరకే చేసిన పలు అధ్యయనాల్లో ఈ సూక్ష్మ ప్లాస్టిక్ అవశేషాలు రక్తంలోనూ ఉండటం గమనించారు. అందువల్లే రక్తపోటుకి సంబంధం ఉందా? అన్న కోణంలో పరిశోధన చేశారు

అమ్మాయిలోని దానూళ్ల విశ్వవిద్యాలయం శాస్త్రవేత్తలు. రక్తంలో సూక్ష్మ ప్లాస్టిక్ ఎక్కువగా ఉండి, రక్తపోటులోనూ పెరగవచ్చునని రోగిల్ని నెలలోజులపాటు ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్ ఏ రకంగానూ వాడకుండా ఉండమన్నారట. సీట్ల తాగడానికి స్టీలు 'పెరలాంబి'వంటినే ఉపయోగించమన్నారు. నెల తర్వాత వాళ్లందరిలోనూ సూక్ష్మప్లాస్టిక్ అవశేషాలు సంఖ్య తగ్గడమే కాదు రక్తపోటు కూడా అదుపులోకి వచ్చింది. దీన్నిబట్టి సూక్ష్మప్లాస్టిక్ రక్తపోటుకి ప్రత్యక్ష సంబంధం ఉందని చెబుతున్నారు. వీలున్నంత వరకూ వాటికి దూరంగా ఉండమని సూచిస్తున్నారు. □

## శ్రీకృష్ణుడి విజయ 'శంఖం'

అప్పుడు శ్రీ కృష్ణుడు, బలరాములు నేరుగా సముద్రుడి వద్దకు వెళ్లి ఈ విషయం వివరించారు. కొంత కాలం త్రీతం మా గురువుత్రుడు ఈ సముద్రంలో పడి మరణించాడు. అతన్ని వెంటనే వెనక్కి తీసుకురా! అని అడిగారు. దానికి బదులుగా సముద్రుడు మీ గురువుత్రున్ని నేను తీసుకుపోతాను. వంచనాను అనే రాక్షసుడు ఆ పిల్లవాడిని పట్టుకొన్నాడు. వాడు శంఖం రూపంలో సముద్రం నీటి అడుగున ఉండవచ్చును. అని సమాధానం ఇచ్చాడు. శ్రీకృష్ణుడు వెంటనే సముద్రంలోకి వెళ్లి అక్కడ దాగున్న వంచనను అనే రాక్షసున్ని పట్టుకున్నాడు. వాడి కడుపులో గురువుత్రుడు కనిపించలేదు. అప్పుడు రాక్షసుడి శరీరం నుండి పుట్టిన 'పాంచజన్యం' అనే శంఖాన్ని తీసుకుని యమపురికి చేరుకున్నాడు. అక్కడ ఈ శంఖం శ్రీ కృష్ణుడు పూరించగా ఆ శంఖానికి యమపురికి తలకొడులైంది. అది విని యమధర్మరాజు వెంటనే బయటకు వచ్చి శ్రీ కృష్ణుడికి ఆభివాదము చేసి, 'సామీ ఆజ్ఞించండి' అని అడిగాడు. అప్పుడు శ్రీ కృష్ణుడు యమరాజుతో నా గురువుత్రున్ని వెంటనే తిరిగి ఇచ్చేయమని అడిగాడు వెంటనే ఆ గురువుత్రున్ని వారికి తిరిగి సజీవునిగా అప్పజెప్పాడు యముడు. ఆ పిల్లవాన్ని సాందిపని మునికి అప్పగించి తన గురువక్షిణి తీర్చుకున్నాడు. బలరాముళ్లు, సకల లోక రక్షణ కోసం యుద్ధంలో విజయం కోసం శ్రీకృష్ణ భగవానుడు ఈ పాంచ జన్యం ఉపయోగించేవాడు. □

# మోకాలిచిప్ప సమస్యకు 'జిగురు'!

మన శరీరంలోని కీళ్లన్నింటిలో ఓ మత్తటి ఎముక ఉంటుంది. కీలు దగ్గర కలిసి రెండు ఎముకలు ఒకదానికొకటి తగిలి రావడం ఏర్పడకుండా ఇది కాపాడుతుంది. దీన్నే మృదులాస్థి (కార్టిలేజ్) అంటారు. మిగతావాటికన్నా మోకాలి చిప్పదగ్గర ఉన్న ఈ మృదులాస్థి తొందరగా అరిగిపోతుంటుంది. అందువల్లే ఎక్కువమంది మోకాలి సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. ఈ మృదులాస్థి శరీరంలోని మిగతా ఎముకలా తనని తాను మరమ్మత్తు చేసుకోలేదు. పునఃసృష్టించుకోలేదు. ఇక్కడ దీనికి నేరుగా అందజేసేవం ఉండటం కారణం. వైద్యులు మోకాలి చిప్ప శస్త్రచికిత్స చేసినప్పుడు అరిగిపోయిన ఆ మృదులాస్థిని కొంతభాగాన్ని తొలగిస్తారు.

దానిని దున్ను పిప్ప ఎముకకి రంగ్రాలు చేసి.. వాటి నుంచి రక్తం వచ్చేలా చూస్తారు. నేరుగా వచ్చే ఆ రక్తంలో మృదులాస్థి చాలా పెరుగుతూ ఉంటుంది. చిన్న శ్రమకే విరిగిపోతుంది. ఈ సమస్య పరిష్కారానికి ఓ తగిలి రావడం ఏర్పడకుండా ఇది కాపాడుతుంది. దీన్నే మృదులాస్థి (కార్టిలేజ్) అంటారు. మిగతావాటికన్నా మోకాలి చిప్పదగ్గర ఉన్న ఈ మృదులాస్థి తొందరగా అరిగిపోతుంటుంది. అందువల్లే ఎక్కువమంది మోకాలి సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. ఈ మృదులాస్థి శరీరంలోని మిగతా ఎముకలా తనని తాను మరమ్మత్తు చేసుకోలేదు. పునఃసృష్టించుకోలేదు. ఇక్కడ దీనికి నేరుగా అందజేసేవం ఉండటం కారణం. వైద్యులు మోకాలి చిప్ప శస్త్రచికిత్స చేసినప్పుడు అరిగిపోయిన ఆ మృదులాస్థిని కొంతభాగాన్ని తొలగిస్తారు.

అమ్మాయిలోని దానూళ్ల విశ్వవిద్యాలయం శాస్త్రవేత్తలు. రక్తంలో సూక్ష్మ ప్లాస్టిక్ ఎక్కువగా ఉండి, రక్తపోటులోనూ పెరగవచ్చునని రోగిల్ని నెలలోజులపాటు ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్ ఏ రకంగానూ వాడకుండా ఉండమన్నారట. సీట్ల తాగడానికి స్టీలు 'పెరలాంబి'వంటినే ఉపయోగించమన్నారు. నెల తర్వాత వాళ్లందరిలోనూ సూక్ష్మప్లాస్టిక్ అవశేషాలు సంఖ్య తగ్గడమే కాదు రక్తపోటు కూడా అదుపులోకి వచ్చింది. దీన్నిబట్టి సూక్ష్మప్లాస్టిక్ రక్తపోటుకి ప్రత్యక్ష సంబంధం ఉందని చెబుతున్నారు. వీలున్నంత వరకూ వాటికి దూరంగా ఉండమని సూచిస్తున్నారు. □

# పుదీనా ప్రయోజనం- 2

యువారి ఇన్ఫ్లూంజా తగ్గించి మూత్రం సాఫీగా వెళ్ళేట్లు చేస్తుంది. ఇవేకాకుండా కామెర్లు, స్తూలకాయం వాసుల వ్యాధులు చెద కొబ్బిస్తోంది తగ్గించి శరీరక ఆరోగ్యాన్ని నయం చేస్తుంది. జాగ్రత్తలు : పుదీనా ఆకుల్ని ఎక్కువకాగా తింటే కొన్ని దుష్ప్రభాలు ఏర్పడే అవకాశముంది. జిజిఆర్డి గ్రాస్సో ఈసోజియర్ రిఫైన్డ్, డి.బి.సి, హామెల్, కిక్సీ స్ట్రాస్సో, లివర్ దామోజిఫినసనవారు, నిద్రమాత్రలు వాడవారు. బి.పి. గండ్, మూర్చ్యావ్యాధికి మందులు వాడవారు ఎరిట్రామైసిన్, స్టీరాయిడ్ మందులు వాడవారు పుదీనా వాడకాన్ని తగ్గించింది. అవసరమైతే మానవేయాల్సి ఉంటుంది. దీన్ని గర్భిణీలు ఎక్కువగా తినరాదు. గర్భిణీల వికారం, వాంతులు, అజీర్ణం, తలతిరగడం వంటివి పుదీనా ఆకుల్ని ఎక్కువగా తినటం వల్ల తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది. శ్వాసకోశాల్లో మల కలుపుతుంది. పిల్లల్లో, పెద్దల్లో ఇబ్బంది. ముక్కు కారడం, సైన్యూటి, దగ్గు, ఊపిరిపిల్లడం కళ్ళుగా ఉంటే ఆవిరి పట్టడం మంది. శ్వాసవ్యాధి, ముక్కుని శుభ్రపరచుంది. సెన్సిటివ్ గా ఉండే కొంతమందిలో నోటిమిట్లు తిమ్మిరి పోవడం, మొద్దుబారడం, కాంటాక్ట్ డెర్మాటిటిస్ తలనొప్పి, వాంతులు ఎసిడిటీ విరేచనాలు , వికారం వంటి ఎలర్జిక్ రియాక్షన్ వస్తాయి. □

# బీరకాయపాటు పాడి

చేసుకుని అరచెండా ఉప్పు చేసి మక్కిలో బరకగా అడించుకోవాలి. పొయ్యిమీద పానీ పెట్టుకుని చెండా నూనె చేసుకుని ఎండు మిరపకాయల్ని రంగు మారితవరకూ వేడి చేసి వక్కనపెట్టేయాలి. ఆ తర్వాత అడిచానోల్లో మినపప్పుని ఎర్రగా వేయించుకుని వక్కన పెట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు పానీలో చెండా నూనె చేసుకుని వేడికాక బీరకాయ పొట్టుని వేసి పాడిపాడిగా అయ్యెంతవరకూ వేయించుకోవాలి. ఇందులోనే పసుపు, బీరకాయపొట్టు, ఉప్పు కూడా వేసి పాడి చేసుకోవాలి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ నిండుగా ఉండే ఈ పాడి.. వాముపల్ల టీర్చుకుంటున్న సజాగా సాగేట్లు చేస్తుంది. □

