



Published from Hyderabad, Vijayawada, Visakhapatnam, Rajahmundry, Guntur, Nizamabad, Ongole, Warangal, Tirupathi, Kadapa, Kurnool, Anantapur, Karimnagar, Mahabubnagar, Khammam, Nellore, Nalgonda, Tadepalligudem, Srikakulam

11-8-2025 సోమవారం సంపుటి: 31 సంవత్సరం: 191 పేజీలు: 10+4 వెల: 6.50

ఆపరేషన్ సిందూర్
వెనుక 'మేకిన్
ఇండియా'
3 వందేభారత్ లను
ప్రారంభించిన
ప్రధాని మోడీ
కొబ్బిసేపు మెట్రిలో
ప్రయాణించిన
ప్రధాని

ప్రపంచం
కొత్త
భారత్ ను
చూస్తోంది



బెంగళూరులో మెట్రిను ప్రారంభించిన ఆనంతరం రైలులో ప్రయాణికులతో సందాడిస్తున్న ప్రధాని మోడీ

బెంగళూరు, ఆగస్టు 10: ఆపరేషన్ సిందూర్ వెనుక భారతీయ సాంకేతికత, మేకిన్ ఇండియా కార్యక్రమంలకు ఉన్నాయని ప్రధాని నరేంద్రమోడీ అన్నారు. దేశీయ టెక్నాలజీ, మేకిన్ ఇండియా కొన్ని గంటల్లో పాకిస్థాన్ ను మోకరిస్తారని ప్రధాని అన్నారు. 'ఆపరేషన్ సిందూర్' సందర్భంగా ప్రపంచం మొదటిసారి భారత్ దేశం కొత్తముఖాన్ని చూసిందని, పాకిస్థాన్ ఉగ్రవాదస్థావరాలను నాశనం చేయడంలో దాని సామర్థ్యం చూపిందని అన్నారు. బెంగళూరులో పర్యటించిన ప్రధాని మోడీ అనేక అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రారంభించారు. ప్రస్తుతం భారత్ ప్రపంచంతో పోటీపడుతోందని ప్రధాని అన్నారు. అలాగే నాయకత్వం వహించే స్థాయిలో కూడా ఉన్నామని, మన నగరాలు స్మార్ట్ గా, వేగంగా సమర్థవంతంగా ఉన్నప్పుడే దేశం అభివృద్ధి చెందుతుందని ఆధునిక మౌలిక సదుపాయాలను పూర్తిచేయడానికి మా ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని అన్నారు. 21వ శతాబ్దంలో పట్టణ ప్రణాళిక >>2

ఇద్దరు పిల్లల
నిబంధనకు
చెల్లు!



గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికల్లో ఆ రూల్ రద్దు?

త్యరలో అసెంబ్లీలో బిల్లు
ప్రభావరత్ ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 10: గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికలకు ముందు తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకునే ఆలోచనలో ఉన్నట్లు సమాచారం. ఇద్దరు కంటే ఎక్కువ మంది పిల్లలు ఉన్న అభ్యర్థులు స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలలో పోటీ చేయకుండా నిషేధించే చర్యలు నాటి నిబంధనను రద్దు చేయడానికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం సన్నాహాలు చేస్తోంది. తెలంగాణ పంచాయతీ రాజ్ చట్టం 2018లోని సెక్షన్ 21(3)ని తొలగించే ప్రతిపాదనను తదుపరి మంత్రివర్గ సమావేశంలో చర్చించి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిర్ణయం తీసుకోనున్నట్లు సమాచారం. 1994లో ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ కాలంలో ప్రవేశపెట్టిన ఈ పరిమితిని ఎత్తివేయడానికి మంత్రులు ఇప్పటికే ఏకగ్రీవంగా మద్దతు తెలిపారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలలో వెనుకబడిన తరగతులకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించాలనే ప్రణాళిక నేపథ్యంలో ఈ మార్పు అత్యవసరమని ప్రభుత్వం విశ్వసిస్తోంది. ఈ నిబంధనను తొలగించడం వలన రాజకీయ పార్టీలకు ఓసీల నుండి మాత్రమే కాకుండా ఇతర వర్గాల నుండి కూడా అభ్యర్థులను ఎంపిక చేయడంలో మరింత సులభం అవుతుందని ఒక సీనియర్ అధికారి వివరించారు. 2026లో డిలీమిటేషన్ ప్రజ్ఞ ముగిసిన తర్వాత తరచుగా ఇద్దరు పిల్లల నిబంధన వంటి చర్యల ద్వారా జనాభా పెరుగుదలను సమర్థవంతంగా అరికట్టిన రాష్ట్రాల రాజకీయ వలుకుబడిని, కేంద్ర నిధులను కోల్పోయే అవకాశం ఉందనే ఆందోళనల మధ్య ఈ చర్య వచ్చింది. గత సంవత్సరం ఆ మేరకు చట్టం ఆమోదించిన ఆంధ్రప్రదేశ్ తో సహా అనేక రాష్ట్రాలు ఇప్పటికే ఇలాంటి ఆంక్షలను తొలగించాయి. త్వరలో జరిగే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో ఈ మార్పును బిల్లు ద్వారా ప్రవేశపెట్టాలని వర్గాల అనే విషయాన్ని >>2

రాష్ట్రమంతా హై అలర్ట్

జోరు పెరిగిన వాన
17 దాకా ఆరెంజ్, ఎల్లో హెచ్చరికలు జారీ
13 నుంచి బంగళాఖాతంలో మరో అల్పపీడనం
హైదరాబాద్ అతలాకుతలం, అన్ని శాఖలకు హై అలర్ట్
నాగార్జునసాగర్ కు పెరిగిన వరద, 8 గేట్లు ఎత్తివేత

ప్రభావరత్ ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 10: ఈశాన్య బంగళాఖాతంలో కొనసాగుతున్న ద్రోణి ప్రభావంతో తెలంగాణలో అదివారం కూడా వర్షాలు పడ్డాయి. నిర్మల్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, కామారెడ్డి, నంగారెడ్డి, మెదక్, రాజన్న సీరిసిల్ల, వికారాబాద్, నాగర్ కర్నూల్, సిద్దిపేట, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం, ములుగు, ఖమ్మం జిల్లాల్లో భారీ వర్షాలు పడ్డాయి. ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్రంలోని 8 జిల్లాలకు >>2

'సాగర్' ఎడమ
కాలువకు గండి

నగర వరద ప్రాంతాలను పరిశీలించిన సిఎం రేవంత్
హైదరాబాద్ (పంజాబ్), ఆగస్టు 10 (ప్రభావరత్): గత కొన్ని రోజులుగా కురుస్తున్న భారీ వర్షాలతో నగరం అతలాకుతలం మవుతోంది. లోతట్టు ప్రాంతాలన్నీ జలమయమవుతున్నాయి. రోడ్లు చెరువులను తలపిస్తుంటే, పైజెట్ల జలపాతాల్లా మైమరిపిస్తున్నాయి... లోతట్టు కాలనీల్లో ఇళ్ళలోకి వరదనీరు చేరి ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి క్షేత్రస్థాయిలో పరిస్థితులను స్వయంగా తెలుసుకోవడానికి అదివారం ఆగస్టు పర్యటన చేపట్టారు. నగరంలో కురుస్తున్న భారీ >>2



అదివారం హైదరాబాద్ లోని అమీర్ పేటలో మ్యాన్ హోల్ ను పరిశీలిస్తున్న సిఎం రేవంత్



నీటిదోపిడీని సహించం
బనకచర్ల, రాయలసీమ లిఫ్ట్ ను నిలిపివేయాలి

'కాలేశ్వరం' పాపం గత పాలకులదే..
వంగవిడులో రూ.630 కోట్లతో జవహర్
లిఫ్ట్ స్కీంకు భూమి పూజ
హాజరైన డి.సిఎం భట్టి, మంత్రులు
ఉత్తమ్, కోమటిరెడ్డి, పాంగులెటి, వాకిటి
మధ్య ఆగస్టు 10 ప్రభావరత్: భవిష్యత్తు రాష్ట్ర ప్రయోజనాల ప్రజల అవసరాలను కాదని బనకచర్ల, రాయలసీమ లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ ద్వారా కృష్ణ గోదావరి జలాల తరలింపును చూస్తూ ఊరుకునే ప్రసక్తి లేదని డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్కు, భారీ నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తంకమూర్ రెడ్డి అన్నారు. అదివారం మధ్య నియోజకవర్గం పరిధిలో మధ్య మండలం వంగవీడు గ్రామంలో వైరా సదిష్ట సూతనంగా రూ.630 కోట్ల రూపాయల అందనాలో 33,000 ఎకరాల భూమికి సాగునీటి అందించే దిశగా నిర్మాణం చేపట్టిన తలపెట్టిన జవహర్ లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ స్కీంకు డిప్యూటీ సీఎం మల్లు >>2

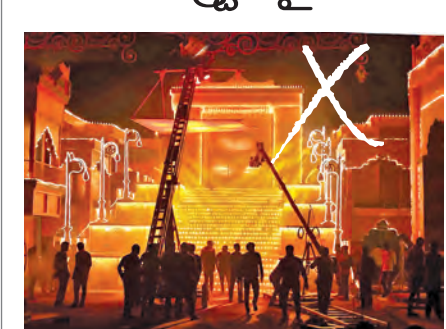


అదివారం హైదరాబాద్ లో బిజెపిలో చేరిన గుప్పల బాలరాజుకు గజపాల చేసిన అభిషేకాలు

బిజెపిలోకి
గుప్పల

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 10 ప్రభావరత్: బిజెపి పని సున్నా అనే బిఆర్ఎస్ వనే సున్నా అయ్యిందని బిజెపి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రాంపందరరావు అన్నారు. అదివారం అప్పంపేట మాజీఎమ్మెల్యే గుప్పల బాలరాజు బిజెపిలో చేరారు. బిజెపి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రాంపందరరావు కాపాయ కందువా కప్పి బాలరాజును పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా రాంపందర రావు మాట్లాడుతూ బిజెపి పట్ల ప్రజల్లో అదరణ పెరుగుతుందన్నారు. ప్రధాని మోడీ చేస్తున్న అభివృద్ధికి ఆకలికెత్తి కాపాయ పార్టీలో చేరుతున్నారని అన్నారు. గుప్పల బాలరాజు సేవల వాడుకుంటున్నారని ప్రతి ఎన్నికల్లో >>2

వారం గడచినా
తేలని సిసీ సమ్మె
ఉద్రిక్తతలకు దారితీస్తున్న షూటింగ్స్
విరమించేది లేదంటున్న ఫిట్స్ ఫెడరేషన్
ఇతర రాష్ట్రాలపైనా 'తెలుగు సమ్మె' ప్రభావం



పాటు, ఇతర రాష్ట్రాల్లో పైతం ఈ సమ్మె సీని మాటెంగిలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతోంది. ఎక్కటిక్కడ సిసిమా, వెబ్ సీరీస్, లఘు చిత్రాలకు సంబంధించిన మాటెంగిల బండ్ అయ్యాయి. దీనికితోడు కొన్నిరోజులు జరుగుతున్న మాటెంగిలను అడ్డుకోవడంతో పరిస్థితి మరింత ఉద్రిక్తంగా మారింది. ఫిట్స్ ఫెడరేషన్ నిర్ణయం మేరకు కార్మికులు మాటెంగిలకు హాజరైతావడం లేదు. వేతనాలు పెంచిన వారికి మాత్రమే పని చేస్తామని స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే హైదరాబాద్ లోని అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్లో ఉన్న భగత్ సింగ్ మాటెంగిలను అడ్డుకోవడం పెద్ద వివాదంగా మారింది. >>2



వాదాకు ఏడేళ్లు
జైలుశిక్ష
వేయండి
ఛార్జిషీటులో ఇడి
అక్రమ సంపాదన
38.69 కోట్లు ప్రభుత్వ
పరం చేయాలి
న్యూఢి, ఆగస్టు 10: కాంగ్రెస్ వాయు నాడు ఎంపి ప్రియంకా గాంధీ భర్త, వ్యాపారవేత్త రాబర్ట్ వాల్టాకు ఎన్ఐఏ ధ్వంసం చేసిన డైరెక్టరేట్ (ఈడి) రూపంలో భారీ పాక తగిలింది. 2008 నాటి గురుగ్రామ భూమి కంభకోణానికి సంబంధించిన మనీలాండరింగ్ కేసులో వాల్టాకు >>2

సిఎం లిఫ్ట్ ఫండ్
చెక్కులు
గోల్డ్ మూల్
నకిలీ పేర్లతో మాజీ ప్రజాప్రతినిధి పిఎ స్వామి

విచారణ జరుపుతున్న పోలీసులు
కోదాడ, ఆగస్టు 10, ప్రభావరత్: కోదాడ నియోజకవర్గంలో సీ ఎం రిలీఫ్ ఫండ్ స్కాం బయటపడింది. బీ ఆర్ ఎస్ ప్రభుత్వం వున్నప్పుడు అప్పటి ఎమ్మెల్యే పీ ఎ గా చెప్పుకున్న ఒక వ్యక్తి తో పాటు కొందరు బీ ఆర్ ఎస్ పార్టీ నాయకులు ఈ స్కాంలో ఉన్నట్లు సమాచారం. తమకు ఆర్థిక సహాయం కావాలని దరఖాస్తు చేసుకున్న లబ్ధిదారులకు చెక్కులు మంజూరైన తరువాత లబ్ధిదారులకు కాకుండా వారి పేర్లు, ఇంటి పేర్లతో సరిపోయే వేరే వ్యక్తులకు ఆ చెక్కులను ఇచ్చి వారితో ఆ మొత్తాన్ని ద్రా చేసుకోని వాటాలు వేసుకొని పంపి కున్నట్లు విశ్వసనీయం >>2

ఉపాధి హామీ కూలీలకు ఏదీ భరోసా?

ఇంకా అందని రూ.12 వేలు
మరో 5 లక్షల మంది ఎదురు చూపులు!



హైదరాబాద్, ఆగస్టు 10 ప్రభావరత్: భూమిలేని ఉపాధి హామీ కూలీలకు ఇందిరమ్మ అత్యున్నత భరోసా (ఎఫ్ఎల్) దక్కడంలేదు. సిఎం రేవంత్ రెడ్డి జనవరి 26న అట్రాక్షన్ గా ప్రారంభించిన ఈ పథకం ముందుకు సాగడంలేదనే విమర్శలు వస్తున్నాయి. భూమిలేని రైతుకూలీలకు ఏడాదికి రెండు విడతల్లో రూ.12 వేలు అందిస్తామని సిఎం ఇప్పటి వరకు అమలు కావడం లేదు. బడ్జెట్ లో రూ.600 కోట్లు కేటా యించినప్పటికీ, ఇప్పటివరకు కేవలం 83,887 మందికి రూ.50.33 కోట్లు మాత్రమే అందించగా, మరో ఐదు లక్షల మందికి రూ.300 కోట్లు అందాల్సి ఉన్నట్లు తెలిసింది. ఫైనాన్స్ టోకెన్ జారీ అయినా కూలీల భాతాల్లో సామ్య మాత్రం రావడం లేదనే విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. ఇందిరమ్మ అత్యున్నత భరోసా డబ్బులు ఎప్పుడు పడతాయో రైతు కూలీలు నిరీక్షిస్తున్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్నికల మ్యానిఫెస్టోలో రైతు కూలీలకు ఏడాదికి రూ.12 వేలు అర్హితభరోసా ఇస్తామని ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత పథకం అమలుకు అనేక ఆంక్షలు విధించినట్లు 2023-24లో మహాత్మాగాంధీ ఉపాధి కూలీలకు రూ.12 వేలు ఐవీ పేదలకు అందని ఇందిరమ్మ అత్యున్నత భరోసా ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల కోడ్ పేరుతో తాత్కాలిక జైర్ ఇప్పటివరకు 83,887 మందికి 50.33 కోట్లు జమ పైసాన్నీ టోకెన్ ఇచ్చినా భాతాల్లో జమకొని సామ్య మహాత్మాగాంధీ జాతీయ గ్రామీణ ఉపాధి హామీ పథకం కింద కనీసం 20 రోజులు పనిచేసిన సొంత భూమిలేని కూలీలకు రూ.6 వేల చొప్పున రెండు దఫాల్లో ఏడాదికి రూ.12 వేలు ఇస్తామని ప్రకటించింది. దీనికి కూడా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఒకేసారి కాకుండా ఒక్కో జిల్లాలో ఒక్కో మండలంలోని ఒక్క గ్రామాన్ని పైలట్ ప్రాజెక్టు కింద ఎంపిక చేశారు. జనవరి 26న ఆయా గ్రామాల్లోని 18:180 మందికి రూ.6 వేల అర్హితభరోసా అందించారు. మరుసటి రోజు ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల నగరా మోగింది ఎన్నికల కోడ్ ను సాకగా మాజీ తాత్కాలికంగా నిలిపివేసి ఆనంతరం మరో 63వేల మందికి నగదు జమచేసినట్లు తెలిసింది. ఇప్పటి వరకు కేవలం 83,887 మందికి >>2

ఫాస్టాగ్ వార్షిక పాస్ 15 నుంచి అమలులోకి



రూ.3 వేలు చెల్లిస్తే
యేడాదిపాటు లేదా
200 ట్రిపుల దాకా ఫ్రీ

ప్రభావరత్ ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 10: భారత జాతీయ రహదారుల ప్రాధికార సంస్థ (ఎన్ఐఏఎం) వాహనదారులకు ఒక శుభవార్త అందించింది. టోల్ ఫ్లాజాల వద్ద చెల్లింపులను మరింత సులభతరం చేసేందుకు 'ఫాస్టాగ్' వార్షిక పాస్ ను ప్రవేశపెట్టనుంది. ఈ కొత్త పథకం స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా ఆగస్టు 15 నుంచి అందుబాటులోకి రానుంది. తరచుగా జాతీయ రహదారులపై ప్రయాణించే వారికి వడపడి రీఫ్రాష్ చేసుకునే శ్రమను తగ్గించడమే ఈ పథకం ముఖ్య ఉద్దేశం. ఈ వార్షిక పాస్ ధరను రూ. 3,000గా నిర్ణయించారు. ఈ మొత్తాన్ని చెల్లించిన ప్రైవేట్ వాహన యజమానులు ఏడాది పాటు లేదా 200 ట్రిపుల వరకు టోల్ చెల్లింపులను అపనరం ఉండదు. కార్లు, ట్రీపులు, వ్యానో వంటి వాణిజ్యేతర వాహనాలకు మాత్రమే ఈ సౌకర్యం వర్తిస్తుంది. ఈ పాస్ ను కొనుగోలు చేయాలంటే వాహనానికి ఇప్పటికే ఫాస్టాగ్ యాక్టివ్ గా ఉండాలి. రాజ్ మార్గ్ యాక్ట్ యాప్ లేదా ఎన్ఐఏఎం అధికారిక వెబ్ సైట్ ద్వారా ఆన్ లైన్ లో దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. అయితే, ఈ పాస్ కేవలం ఎన్ఐఏఎం, కేంద్ర రవాణా మంత్రిత్వ శాఖ పరిధిలోని >>2

మెడ మెరిసేలా..

ముఖం అందంగా కనిపించడం కోసం ఎన్నో రకాల క్రిములు, ప్యాకేజీలు వాడతాం. కానీ మెడ భాగానికి కచ్చేసరికి నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటాం. ఇరవైలో పెద్దగా తేడా తెలియకపోయినా... వయసు పెరిగేకొద్దీ ఆ ప్రభావం మెడ మీద భాగా కనిపిస్తుంది. మెడ చుట్టూ నల్లటి వలయం, సన్నటి ముడతలు, చిన్న చిన్న పొక్కులతో క్రమంగా చర్మం కాంతి విహీనంగా తయారవుతుంది. ఇలాంటిప్పుడు కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తే మెడ సౌందర్యాన్ని తిరిగి పెంపొందించుకోవచ్చు. అవేంటో తెలుసుకుందాం..



అతిగా సూర్య కేయడం వల్ల పల్లని మెడ చర్మం దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంది.

నెక్ ప్యాక్ !.. ఫేస్ ప్యాక్ వాడుతున్న ప్రతిసారి మెడకి కూడా ప్యాక్ చేసుకోవడం తప్పనిసరి. జాగ్రత్త పడని అరటి పండు లేదా గుమ్మడి పండు, బొప్పాయి గుమ్మడి ప్యాక్ చేసుకుని 20 నిమిషాల తర్వాత కడిగేయాలి. వారానికోసారి ప్రూట్ ప్యాక్లను వాడటం వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా తయారవుతుంది.



◆ పాలమీగడంలో పావు చెండా నిమ్మరసం, చిటికెడు పసుపు కలిపి మెడకు వట్టిస్తారు. 20 నిమిషాల తర్వాత వట్టి నీటితో కడిగేస్తే మెడ చుట్టూ పేరుకున్న నలుపు క్రమంగా తగ్గుతుంది.

టోనింగ్... ముఖంపై చర్మానికి టోనర్ వాడేప్పుడు మెడకు కూడా టోనర్ అప్లై చేయడం అలవాటు చేసుకోవాలి. కానీ మెడకి టోనర్ రాసుకునేప్పుడు నేరుగా చేతి వేళ్లతో కాకుండా దూదిని వాడాలి. □

ఆకాశంలో విమానం... ఎలా ఎగురుతుంది? ఎవరు నడుపుతారు? ఈ ప్రశ్నలే ఆ చిన్నారికి ఆకాశంలో ఎగురాలనే కోరిక కలిగించింది. సింగిల్ బేస్ గంటలకు చేకూర్చి విమానం నడిపి తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకునేలా ఉంది. ప్రస్తుతం ఈమె డైరెక్టర్ జనరల్ ఆఫ్ సివిల్ ఏవియేషన్(డీజీసీఏ) ఇన్ స్పెక్టర్ కూడా. ఫైట్ ఆఫీసర్ పరీక్షలను పడచిన విమానం ఆకాశంలో అత్యవసర పరిస్థితులను ఎలా ఎదుర్కోవాలో శిక్షణ ఇచ్చే స్థాయికి చేరుకున్నారు. కెప్టెన్ పూనమ్ దేవరాభ్యాసీ. ఖోపాలోని ఓ మధ్యతరగతి కుటుంబంలో పుట్టి పెరిగారు **పూనమ్**. ఆత్మకృతి ఏవియేషన్లో డిగ్రీతోపాటు, ఏరోస్పేస్ ఏవియేషన్లో ఎంబీఏ పూర్తిచేశారని. తనకి ఓ తమ్ముడు... విజయ్. అతను పుట్టుకతోనే 98 శాతం లోకోమోటార్ డిజిటిబిల్టీ, సెరిబ్రల్ పాలీయోస్ బాధపడేవాడు. దాంతో ఆమె తండ్రి సంపాదన అంతా వైద్య ఖర్చులకే సరిపోయేది. చిన్నప్పటి నుంచి పూనమ్ ఫైల్ట్ ఆఫ్వాన్ కోరిక. 'ఆ పసిడి నాన్నకి చెబితే' పూలగడపని పరిస్థితులు మనవి. ఒకసారి ఆలోచించి మనలాంటివాళ్ళకు సాధ్యమేనా? పైగా ఆడపిల్లని కష్టం అన్నాడు. దాంతో నా చదువు నాన్నకి ఆర్థిక భారం కాకూడదనుకున్నా. జెట్ ఎయిర్లైన్స్ పార్ట్ టైం జాబ్ చేసేదాన్ని. అక్కడ పని చేస్తుంటే ఎందుకో తెలియ నా కలలకి దగ్గరున్నట్టుండేది. రాత్రుల్లో విమానాల మధ్యలో కూర్చునే చదువుకునేదాన్ని. అలా నా సొంత డబ్బుతోనే కొన్నాళ్ళకి ఫైల్ట్ ఆఫ్వాన్. మొదటిసారి కాన్పూర్లో కూర్చుంటే చిన్నప్పుడు దాదాపు మీద కూర్చుని కలలుగన్న రోజులు గుర్తొచ్చాయి అంటారు పూనమ్. 2019లో జెట్ ఎయిర్లైన్స్ మూనిసిపల్ కలెక్టర్ గా ఉన్నప్పుడు కొన్ని నెలలపాటు ఖాళీ విమానాలు నడుపుతూ జీతం లేకుండా కూడా పనిచేశారు. తర్వాత అనేక సమస్యల్లో పనిచేసి 2021లో డీజీసీఏ ఇన్ స్పెక్టర్ గా బాధ్యతలు చేపట్టారు. తన మొత్తం ప్రయాణానికి స్ఫూర్తి మాత్రం ఆమె తమ్ముడేనట. సమస్యల్లో

ఉన్నప్పుడు ఎలా ధైర్యం తెచ్చుకోవాలి? వాటిని లక్ష్యాలుగా ఎలా మార్చుకోవాలి? తన దగ్గర నేర్చుకున్నా. ఎందుకంటే వైకల్యంతో బాధపడుతూనే అత్యధిక దూరం జీవించిన నడిపిన వ్యక్తిగా విజయ్ రికార్డు సృష్టించాడు. ఆసియా, ఇండియా, లిమ్కా బుక్ ఆఫ్ రికార్డుల్లో స్థానం సంపాదించాడు. అందుకో ఏదైనా సమస్య వస్తే ధైర్యం కోసం వెంటనే తననే గుర్తుచేసుకుంటూ అంటారు పూనమ్.



పూనమ్

ఆకాశంలో గోల్డెన్ గర్ల్

ఆపదలో ఎలా కాపాడాలి తెలియాలి... డీజీఏలో ఫైల్ట్ ఆఫీసర్ ఇన్ స్పెక్టర్ గా పనిచేస్తున్నంత సేపూ చాలా ఏకాగ్రతతో ఉండాలి. ఆకాశంలో ఎగిరి ప్రతి విమానాన్ని పర్యవేక్షిస్తుంది. ఫైల్ట్ కూడా అల్ప కిందాని. వందలమంది ప్రాణాలు మనచేతిలోనే ఉంటాయి. ఓసారి దోహా నుంచి వస్తుండగా విమానంలో కార్గోలో అల్ప కారణంగా టీకాపు నులివీడియోల్ని వచ్చింది. మరోసారి విమానాన్ని గాల్లోనే ఉంచి రెండు చేశాం. ఇంకోసారి ఇండియాలో మంటలు చెలరేగా... మేము వెంటనే వెబ్సైట్ ను తీసుకుని దగ్గర్లో ఉన్న ఎయిర్పోర్టులో విమానాన్ని ఆపేశాం. ఒక ఫైల్ట్ జలాంటి సందర్భంలో ప్రశాంతంగా ఆలోచించి నిర్ణయం తీసుకోవడం చాలా కష్టం. అందుకో ప్రతి ఆరునెలలకు ఓసారి ఫైల్ట్ కు శిక్షణ ఇస్తుంటాం. ఈ ప్రక్రియ రెండు రోజులు జరుగుతుంది. ప్రామాణిక ఆపరేటింగ్ విధానాల్లో నావిగేట్, ఏవియేట్, కమ్యూనికేట్ చేయడం... ఈ

మూడు అంశాలు తప్పక నేర్చుకోవాలి. నావిగేట్ అంటే ఎక్కడికి వెళ్తున్నాలో తెలుసుకోవడం, ఏవియేట్ చేయడం అంటే విమానాన్ని నడపడం, కమ్యూనికేట్ అంటే ఎయిర్ ట్రాఫిక్ కంట్రోలర్ తో టచ్లో ఉండటం.. వీటితోపాటు ఇంజనీర్ వైపున నుంచి క్యాబిన్ ప్రెజెంట్ సమస్య వరకూ తెలిసి ఉండాలి. విమానంలో సమస్యలు వేడికోడే భిన్నంగా ఉంటాయి. ఏ సమస్య వచ్చినా రక్షణపర్యలు చేపట్టాల్సి బాధ్యత ఫైల్ట్ చేతుల్లోనే ఉంటుంది అంటారు. విమానయాన రంగంలో ఉత్తమ సాంకేతిక నైపుణ్య సేవలు అందించినందుకు నా విమానయాన మంత్రిత్వ శాఖ 37 మంది మహిళలకు పౌర పురస్కారాలు అందించింది. అందులో పూనమ్ 'యంగ్ ఉమెన్ ఏవియేషన్ లీడర్' అవార్డుని అందుకున్నారు. విమానయాన రంగంలో ఆమె సాధించిన ఈ విజయాలే.. 'గోల్డెన్ గర్ల్' అన్న బిరుదును తెచ్చిపెట్టాయి. □

పంచదారను పరిచయం చేసింది..



మీరాయిలన్నిటినీ పండ్లగుమ్మడి, తేనెతోనే చేసేవారు. అందంగా కనిపించాలని ఎవరికి ఉండదు. అందుకోనం చాలా ఉత్సాహంతో వాడతా కదా! అయితే, చర్మ సంరక్షణకు వాడే బెనడాల జాబితాలోకి ఈసారి ఆల్బె చీరడమే కాదు, ట్రెండింగ్ నూ మాంచింది. ఇంతకీ ఇది మేలు చేసేనా? నాచు అంటే వర్షాలంలో ఇంటి చుట్టూ

ఆల్బె చీరడమే తగ్గినా, తద్వారా వృద్ధాప్యకాలాల్ని త్వరగా దరి చేరగోరువు. ఎన్నో పరిశోధనలూ దీన్ని రుజువు చేస్తున్నాయి. వీగెస్.. ఇప్పుడు చాలామంది బ్యూటీ ఉత్పత్తుల్లో చూస్తున్నది ఇదే! ఆల్బె చీరడమే కాదు, ట్రెండింగ్ నూ వాడేప్పుంటారు నిపుణులు. సీరమ్, మాస్క్ రైజర్లలో దేన్నైనా నాచుతో తయారు చేస్తే ప్రయత్నించమంటున్నారు. వారానికోసారి దీంతో తయారు



పిల్లలకు బొమ్మల బ్యాగులు

నాచుతో అందంగా !

పక్కల చేరేది అనుకునేరు! దీన్ని ప్రత్యేకంగా సముద్రాలు, నదుల నుంచి సేకరిస్తారు. ఇది కొన్ని దేశాల్లో ఆహారం కూడా. దీనిలోని పాలిటాకరైన్లు చర్మంలో తేమను బంధించి ఉంచుతాయి. ఇన్ ఫ్లమేషన్ ని దరిచేరగోరువు. వాతావరణంలో మార్పులు, కలుపుకొని కారణంగా ఏర్పడే హాని నుంచి రక్షిస్తాయి. అందుకో బ్యూటీ ఉత్పత్తుల్లో నాచుకి హోదా ఉన్నాయి. దీనిలోని పాలులు, కూరగాయలు కొస్తున్నప్పుడు ఒక్కోసారి ఎగిరి చుట్టుపక్కల చెల్లాచెదురుగా



చేసిన మాస్క్ ని మేనుకున్నా ప్రయోజనమేనట. నిజానికి మన వాడే చాలాకాలం యాంటీ పిగ్మెంటేషన్, యాంటీ యాక్నే ఉత్పత్తుల్లో చాలావరకూ ఆల్బె ప్యాక్ల పేరుతో ఆన్ లైన్ వేదికల్లో ట్రెండ్ అవుతున్నాయి. నాచులోని విటమిన్లు, మినరల్స్ రక్తానికి మేలు చేస్తాయన్నది వాస్తవమే. టాక్సిన్లు, మలినాలను తొలగించి చర్మరక్షణల పునరుద్ధరణకూ తోడ్పడతాయి. అయితే కొందరికో ఇవి దురద, దద్దుర్లకు దారితీస్తాయి. కాబట్టి, వాడే ముందు ప్యాచ్ టెస్ట్ తప్పనిసరి అంటున్నారు నిపుణులు. అదంటే సంగతి. మీరూ ప్రయత్నిస్తారా ఈ ఆల్బె ట్రెండ్? □



అమ్మా నాకు పైదర్ మ్యాస్ టీషర్ కొను... అమ్మమ్మ బ్యాగ్ కావాలి... బాటిల్ మీద బాల్స్ ఉంటేనే నేను నీళ్ళ తాగుతా... బెస్ట్ వాచి రేపటిలా నాకు ఇవ్వాలిండే... లేదంటే నేను స్కూలికి వెళ్ళన అంటూ పిల్లలు మారాం అంతా ఇంతా కాదు. వాళ్ళకి సరైన స్కూల్ బ్యాగ్ పంపాలంటే ఇంట్లో అమ్మలకి పెద్ద బాస్ మరి, అందుకో చిట్టి ఏనుగు... చిన్న కప్ప... క్యూట్ అమ్మాయి... బుల్లి పాండా... బెస్ట్ అంటూ వారి మనసుకు సచ్చే ఆకాశాల్లో రకరకాల రంగుల్లో బ్యాగ్ ప్యాక్లు వచ్చేవాడు. అప్పుగా వాటి రూపంలో ఉ ఈ బ్యాగ్ ప్యాక్స్ వారికి ఇచ్చి చూడండి. వారి ఆనందానికి హద్దులుండవు. వాళ్ళ కలల ప్రపంచం వారి కళ్ళ ముందే మునిగిపోతుంటారు. ఈ బ్యాగ్ ప్యాక్ నోట్బుక్ మాత్రమే కాదు. ఫేస్ బుక్, వాటర్ బాటిల్ అంటూ చాలానే పెట్టుకోవచ్చు. స్కూల్లో ఎక్క కర్కసి వెళ్లాలన్నా, ప్యాకెట్ తో కలిసి ట్రేస్ ఫ్లైస్ చేసిన వారికి సంబంధించిన వస్తువులను తీసుకెళ్ళడానికి ఓ బ్యాగ్ కావాలి కదా. అందుకో ప్రతి వస్తువులోనూ అట బొమ్మల్ని కోరుకునే చిన్నారులకి ఇవి ఇచ్చి చూస్తే తప్పక సంతోషిస్తారు. అంతేకాదు, ఎక్కడికైనా వెళ్లాలన్న వారి వస్తువులను అందులో సర్దుకోవచ్చు. దీంతో వారికి వస్తువులపై జాగ్రత్త కూడా పెరుగుతుంది. కొనిచ్చేయండి మరీ, ఆలస్యమేమిదుకు



ఉల్లి పాయ కదలదక..



పడుకుంటాయి. అలా కిందపడ్డవాటిని పారేయడంతో పూర్ణ కూడా ఎక్కువగానే ఉంటుంది. ఇలాంటి ఇబ్బందు లేవీ లేకుండా చేసుంది

హోల్డ్, దీన్ని ఉల్లిపాయ లకు గట్టిగా గుచ్చి పట్టు కోవడంతో ఎల్లూ కదల కుండా ఉంటాయి. అలాగే నిమ్మకాయలు, కీరాలనూ పలువగా, చల్లాల్లా కోసుకోవచ్చు కూడా. □

బుజ్జాయిల కలల ప్రపంచా న్నంతా కళ్ళ ముందు ఆవిర్భవించేలా చేసుంది 'ప్రాగ్మి బుక్' ఇందులో 'పేజీ పై పాపాలు గీసే ప్రతి గీత రంగుల వారివిల్లగా ఆరిపోతుంది. కళాప్రపంచాన్ని వారదుట ప్రత్యక్షమయ్యేలా చేసే ఈ బుల్లి పుస్తకం గురించి తెలుసుకుందాం.. ఆర్ట్.. చిన్నా, పెద్ద సైజుల్లో మార్కెట్లో అభ్యుదయ 'ఆర్ట్ ప్రాగ్మి బుక్'లోపన్నీ నల్లని పేజీలే. ఈ డ్రాయింగ్



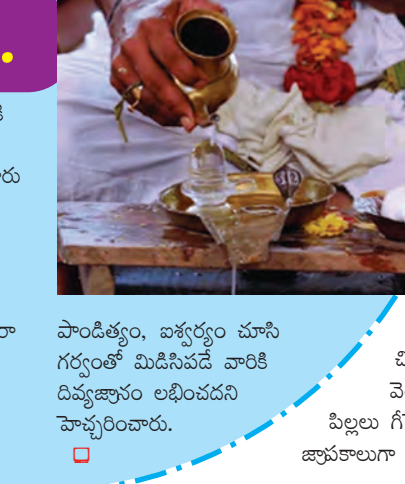
మార్కెట్ వాల్, వారి కళ్ళలో ఆనందం ఇంటినంతటినీ కళకళలాడేలా చేస్తుంది. ప్రేమగా.. ప్రాగ్మి పేపర్ ఫోటో బుక్ లో తమ మనసులోని మాటల పిల్లలు రంగులద్దెచ్చు. ప్రత్యేక రోజుల్లో అమ్మనాన్నలకు, స్నేహితులకు ప్రేమగా ఈ పేజీలపై రంగురంగుల ఆకృతులతో శుభాకాంక్షలు



నూనె మరకలు మాయమైపోతాయి !

దేవుడికి దగ్గరైతే..

వ్యర్థ వాగ్వాదాలు ఎన్నో వినిపిస్తాయి. దేవుడికి దగ్గరైతే ఆ పరమాత్మ లీలలు సృష్టంగా తెలుస్తాయి అని ఒక సందర్భంలో వివరించారు రామకృష్ణ పరమహంస. ఇలాంటిదే మరొక ఉపమానాన్ని ఆయన చెప్పారు. అన్నసమాధానకు ఆతిథ్యం చాలామంది చేరినప్పుడు పెద్ద కొలాహలం చెలరేగుతుంది. తీరా వారు భోజనానికి కూర్చుని వడ్డన మొదలై ఒక్కో వడ్డనం వస్తున్న కొద్దీ ఆ



బుక్ పై చెక్క, పెన్సిల్ నే ఉపయోగించి చాలి. కదేలు, ఎనుగు, ప్రవృత్తిపూర్వకం, సూర్య చంద్రులు, అంతరిక్ష మంటా మనసు కు సభ్య వాటిని పెన్సిల్ తో ఈ పేజీలపై గీస్తే చాలు. రంగురంగుల బొమ్మలు ప్రత్యక్షమవుతాయి. చిన్నారుల సృజనానుకంతు వెలికి తీస్తాయి. పిల్లలు గీసే ఈ చిత్రలేఖనాలను జాప్రకాలుగా ప్రేమ్ చేసివారి గదికి అలంకరణగా



చిన్నారుల ఆలోచనలను రంగులుగా మార్చే ప్రాగ్మి బుక్ ను ఇంట్లోనూ తయార చేసుకోవచ్చు. ముందుగా దశని పీట్ ను సిద్ధం చేసుకొని దానిపై రంగురంగుల క్రేయాన్స్ తో పేజీ మొత్తంగా గీయాలి. రెండు పంచాల నల్లని నీటిలో నలుపు రంగు ఆక్రిలిక్ పెయింట్ గంటలు అరగిస్తే చాలు. ఆర్ట్ ప్రాగ్మి పేజీ సిద్ధమైతే. □



