



సోమవారం దిత్వా ప్రభావంతో నెల్లూరులో నీట మునిగిన ఇళ్లు

తొలిరోజే
రగడ..రగడ

‘సర్’పై చర్చకు విపక్షాలు పట్టు, ఉభయ సభలు పలుమార్లు వాయిదా

గందరగోళం మధ్యే బిల్లులు ప్రవేశపెట్టిన ఆర్థిక మంత్రి

మణిపూర్ జిఎస్టీ బిల్లుకు లోక్సభ ఆమోదం

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 1: ప్యాపంట్ శీతాకాల సమాలేశాలు తొలిరోజే ఉభయ సభల్లో రథస వోటు చేసు కుంది. ఎన్ఐఆర్ఎస్ వర్గ చేపట్టాలని విపక్షాలు పట్టుబట్టాయి. లఘు చర్చకు అవకాశమిచ్చామని ప్రభు త్వం హామీఇచ్చినా ప్రతిపక్ష సభ్యులు ఆందోళన చేపట్టారు. దీంతో ఉభయ సభలు వలు మూర్చు వాయిదా వడ్డాయి.లోకసభ ప్రారంభమైన వెంటనే ప్రతిపక్ష కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలో >>2

సిఎం చంద్రబాబుపై కేసు క్లోజ్

విద్యుదుద్దేశించినవి 1. **పూర్వపార్శ్వతీర్చిది:** వైఎస్ జగన్ హయాంలో చంద్రబాబుపై పెట్టిన లెక్కరీ
పాలానా అక్రమాల కేసులో దర్యాప్తు పూర్తయినట్లుగా నీవీడి కోర్టుకు తీరిపించి. అక్రమాలా జరిగినట్లుగా
అపరాధానా వీడి తరఫునందులో కేసును క్లౌజ్ చేస్తూ కోర్టు నిర్ణయం తెలిపించి. వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ
అధికారంలో ఉన్న సమయంలో 2023 ఆక్టోబర్ 30న ఎన్ఫైజ్ వాలసీలో అక్రమాలా జరిగిందా
నీవీడి కేసు నమోదు చేసింది. 2014-19 మధ్య ఎన్ఫైజ్ వాలసీలో అక్రమాలా, డిస్పీలరీలకు అర్హత
లేకుండాగా లైసెన్సులు ఇవ్వడం, కొంపంపంది సస్పెన్షన్లకు ప్రయోజనాలా కల్పించినందులో కేసులు
నమోదు చేశారు. నీఎంగా కేసు సమయంలో మద్యం తయారీ హరించిన అనుమతుల విషయంలో
చంద్రబాబులా అక్రమాలా పాలైడ్డారని నీవీడి ఆధీనంగా కంపెనీది. పీసీ యాక్ట్ తో పాటు పలు
సెక్షన్స్ కింద కేసు నమోదు చేసింది. కొన్ని మద్యం తయారీ సంస్థలకు ప్రయోజనం చేశారేలా చం
పందా ఇచ్చిన నార్కార్ వ్యవహారంపంది ఎవీ నీవీడి కేసు నమోదు చేసింది. ఈ మేరకు ఏవీ బెవరేజీస్
ఎండ్ ఇచ్చిన ఏపీకాసు మేరకు ఏవీ నీవీడి కేసు నమోదు చేసింది. ఈ కేసులో ఏ1 గా సుధాకర్,
ఏవీ2 కార్పొరేషన్, ఏ3 చంద్రబాబు వేరైన నీవీడి నమోదు చేసింది. ఈ కేసు ప్రభుత్వం
2019లో అధికారంలోకి వచ్చినప్పటికీ 2023లో రెండు బెవరేజీలు, మూడు డిస్పీలరీలకు >>2

వల్లభనేని అనుచరులు
కోర్కులో లొంగుబాటు

విజయవాడ, డిసెంబరు 1, ప్రభాతవార్తప్రతినిధి:

సన్నపరం బీడిపీ కార్యాలయంపై దాడి కేసు
లో మాజీ ఎంపీలపై పంజాబ్ హైకోర్టు ఆదేశాలు
అనుచరులు నిందితులుగా ఉన్నారు. వారంతా
విజయవాడ కోర్టులో సోమవారం లొంగిపో
యారు. వారంతా కొంత కాలం
నుంచి ఆశ్రయంలో ఉన్నారు.

జోగి బ్రదర్స్
నెల్లూరు తరలింపు
ముగిసిన కస్టడీ

విధానసభ, డిసెంబరు 1, బృహత్ కార్పొరేషన్
 నిధి: నకిలీ ముద్రం కేసులో నిందితులనిగా ఉన్న పక్షిటి మంగలి అసెంబ్లీలో చేపట్టిన అసాధారణ రాము మరో పర్యాయం పోలీసు కస్టడికి అడిగేందుకు ఏప్రిల్ వేనోపాసన కర్ఫ్యూకు అత్యయం అవసరమైనా, బుచ్చిబద్ది నా వారినోజులు వారిని కస్టడిలోకి తీసుకుని ఏప్రిల్ వేనోపాసన విచారణ జరిపారు. సీనియర్లతో కల విచారణ ముగిసినది, కల విచారణలో కీలక ఆధారాలను ముందుంచి ప్రశ్నించినా ఏమాత్రం నోరు విప్పలేదు. నోరు తెరిచినా 'మాకు తెలుసు, నంబంధం లేదు. గెరిల్లా రైడు తాము మొక్కబడి నమాధానాలతోనే జోగి నోడరులు సరిపెచ్చారు. మాకు మంగలి నోడరు రివేయే (వి8), అతని హత్యకు రాము(వి9) కస్టడికి వచ్చిన రణకు సహకరించలేదని తెలిసింది. కాలురు రోజుల పాటు నకిలీ ముద్రం కేసులో నిలిచి అధికారులు విచరి కస్టడికి తీసుకున్నారు. ప్రశ్నించేందుకు మొదటి రోజు 30 నిమిషాలలో దొరికింది. ఇతర రోజుల కస్టడి కాలాని కర్ఫ్యూలో వేసిన విడిపోయిన అనుమతి లభించడంతో అదివారం కూడా అసంధించారు. ఐదు రోజుల విచారణ అనంతరం నాయంత్రం వైద్య పరీక్షలు చేయించి ఏప్రిల్ కర్ఫ్యూలో

అనిల్ చోక్రాకు 3 రోజుల కస్టడీ

ఎపి లిక్చర్ స్టాం కేసు
విజయవాడ, డిసెంబరు 1, ప్రభాకరవార్తప్రతి
నిధిఎపి లిక్చర్ స్టాం కేసులో ఆసిల్ చోక్రా
ను 3 రోజుల కస్టడీకి పేషెంట్ కోర్టు అనుమతి
ఇచ్చింది. 49 నిందితుడిగా ఉండి విజ
యవాడ జిల్లా జైలులో రిమాండ్ ఖైదీగా
ఆసిల్ చోక్రా ఉన్నాడు. అతడిని పోలీసులు
గత నెలల్లో ముంబాయిలో అరెస్ట్

కలవర పెడుతున్న కొత్త జ్యూరాలు!

విజయవాడ, డిసెంబరు 1, ప్రభాతవార్తప్రతినిధి: ఏపీలో వింత జ్వరం ప్రజలను వణికిస్తుంది. కొంత మట్టిపురుగు స్రవ్యత బ్రెఫ్స్ ద్వారా వ్యాపిస్తున్న ఈ జ్వరంలో చాలావారితో పరిస్థితులు పర్వమతమయ్యాయి. ఏపీలో 1317 స్రవ్యత బ్రెఫ్స్ పాజిటివ్ కేసులు. విజయనగరం జిల్లా చీపురుపల్లి మంలం మిట్టపల్లి గ్రామంలో గత కొంతకాలంగా జ్వరంలో బాధపడుతున్న రాజేశ్వరి(36) ఆళ్ళ, మహిళ, డ్రైవేస్ ఆసుపత్రికి వెళ్ళగా, స్రవ్యత బ్రెఫ్స్ సోడిటివ్ నిర్ధారించిన వైద్యులు ఆసుపత్రిలో బీజీటీ పొందుతూ పరిస్థితి విషమించి మృతి చెందింది. ఈ జిల్లా బ్రెఫ్స్ స్వార్థి రాష్ట్రంలో అన్ని జిల్లాల్లో వ్యాపిస్తుండటంతో భయందోహితకం గురువుతున్న ప్రజలు చిత్తురూపం 379, కాకానాడ 141, విశాఖపట్నంలో

శ్రీకృష్ణాక్షరములు నల్లపూర్వో 86, అనంతపురంకో 68, తిరుపతికో 64, విజయనగరంకో 59, కర్నూలుకో 42, ఆకాపల్లికో 41, శ్రీకాళహస్తికో 30 కేసులు 34, అన్నమయ్యకో 31, నరసింహపల్లికో 31, నల్లపూర్వోకో 30 కేసులు నవపాడెయ్యిపై తెలిసిన వైద్య శాఖ వ్యాధి నిర్ధారణ జరిగిన సోదారణ యూజిబిఐఎమ్‌బిటీక్స్ లో ఈ వ్యాధి నయం అవుతుందని, అన్నగృహతకు గురవ్వూనాని నిరక్ష వైద్య ధైర్యం చేయమనోపదేశాలుని అధికారాలుని సురక్షవహ్వారు.

మూడేళ్ల క్రితం ఢిల్లీ, తమిళనాడులో కనిపించిన గ్రూబ్ టైఫన్ అనే జ్వరాలు ఇప్పుడు కృష్ణా జిల్లాలో ముఖ్యంగా మచిలీపట్నం నుంచి వచ్చే రోగుల్లో నమోదు అవుతున్నాయని ఆంధ్రప్రదేశ్ కొందరు డాక్టర్లు, చాలా కాలం హై ఫివర్, ప్లేట్ లెట్స్ పడిపోవడం వంటివి దీని లక్షణాలుగా వారు

పెయ్యతున్నారు. ఈ వ్యాధి వచ్చిన వాళ్ళు వెంటనే సరైన వైద్యం తీసుకోకుంటే కొన్నిసార్లు ప్రాణాంతకమయ్యే ప్రమాదం ఉందని కృష్ణ జిల్లా నుంచి వస్తున్న కేసుల్లో ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయని విజయవాడకు చెందిన ఊపిరి పోసుటల్లో ఎండీగా పని చేస్తున్న డి. రఘు రావు ఒక వీడియోలో

స్టూబ్ టైప్స్
కేసులు
అనారోగ్యానికి
గరం ప్రాంతం
మృతి

నూచిపన్నాదురు.
ఎక్కడ కాలం జ్వరం ఉండటం, విపరీతమైన ఒంటి నొప్పులు, తలనొప్పి, చివ్వి స్నానం తలనొప్పి ఫేజ్ లో రోజు వదిలివేయడం, క్రియాశీల పెరగడం సాధారణంగా శీతాకాలంలో అక్కడక్కడా ఈ వ్యాధి కనిపిస్తుందని ఎక్కువగా కొంద ప్రాంతాల్లో కనిపించే ఈ పురుగు ఇప్పుడు సీటీజీ సైతం కనిపించుతుంది. అందరూ ఈ లక్షణిగలవని వైద్యులు అంటున్నారు. మళ్ళీ ఈ కనిపిపోయే ఈ పురుగు కాలం వల్ల ఫేజ్ లో రోజు వదిలివేయని నిరకృష్ట వేసి జాడీలో మళ్ళీపుల్ అడ్డాన్స్ దెబ్బ తీసే ప్రమాదం ఉందని డాక్టర్స్ అభిప్రాయ వదులుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఊపిరితిత్తులకు ఈ వ్యాధి సోకితే అలాంటివారు రికవరీ కావడం కాక కష్టం అని డాక్టర్ రఘురామ్ అయినప్పటికీ అది అలా ప్రజల్లో అవగాహన పెంచడం కోసమేనని ఆయన అన్నారు.



సిపిడి నివేదిక క్రీలకం

35మందికిపైగా విచారణ, 150

పేజీలు పైగా సమాచారం సేకరణ

పరకామణి చోరీ కేసులో హైకోర్టు తీర్పు కోసం నిరీక్షణ

నిందితుడిని కాపాడిన సూత్రధారుల అరిస్టో తప్పదా?
తిరుమల,డిసెంబరు 1భూతావార్తాప్రతినిధి: తిరుమల పరకామణిలో చోరీ చేసుకుని వెళ్లిన చెప్పిసిన నిషేధా ఆధికారులు పూర్తినివేదించిన కులీజు (మంగళవారం) హైకోర్టుకు సమర్పించసన్నారు. ఈనేపథ్యంలో గతనెల 6వతేదీ నుండి డిసెంబరు 1వరకదాదాపు 26కోట్లను మరుగునా నిండి డిజి రికవరంకల అయ్యన్నార్, ఆయన నేతృత్వంలోని అధికారుల బృందం హైకోర్టు ఆజీశాలతో సమగ్రంగా దర్యాప్తుచేసినా, 2023లో ఆయన నేతృత్వంలోని చోరీ జరిగిన ఘటనకు సన్నిధిని చేసేపు తిరుమల వనోదీనిని సస్పెన్షన్ నుండి సిడి రికార్డులు, ఎవ్వలఅర్చన, సిసిటివి ఫుటేజీలను కూడా స్వాధీనం చేసు కున్నారా స్యయంగా నిండి డిజి పరకామణి భవనంలోకి చేరుకుని కానకల రెక్విర్యు,నోట్లు,నాణీలు చేపట్టేచేదరుల, రెక్విర్యు, పోలీసుల, భద్రతాపరమైన అపకారాలను స్యయంగా పరిశీలింపాల. అక్కడ సిసికెమెరా అవతరిం పడదనడం కూడా పరకామల రాజకూట, కొన్ని సిసిటివిఫుటేజీలు

బలహీనపడిన 'బిత్వా'

కోస్టా, రాయలసీమలో అక్కడక్కడ వర్షాలు

విజయవాడ,డిసెంబరు 1,ప్రభాతపాఠ్ర ప్రతినిధి: తమిళనాడు,పుదుచ్చేరి తీరం వెంట ఉత్తరం దిశగా కదులుతూ రెండో రోజులుగా తీరప్రాంత జిల్లాలు ప్రతిభి వేడికిస్తున్న దీర్ఘ తపాసను అదివారం సాయంత్రం తీవ్ర వాయుగుండం బలహీనంగా తగ్గించింది. సోమవారం ఉదయమే శివ విరులత పరిశీలన వాయిద్యంనుండగా మరో అవకాశం ఉందని పరిశోధనా డైరెక్టర్ వర్ణా ప్రభావము అగ్గనందించాడు. తుపాను ప్రభావంతో అదివారం ఉదయం నుంచి ఉత్తర వ్యావృత్తగా మునుగురు వాతావరణం నెలకొంది. చిరుజుల్లులు కురిశాయి. శ్రీహైద్రీ శ్రీరాములు నల్లూరు, ప్రకాశం తిరుపతి జిల్లాల్లో ఓ మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు కురిసాయి,తీవ్ర వాయుగుండం ప్రభావంతో కోస్తాంధ్ర తిరుపతిలో అక్కడక్కడా భారీ వర్షాలు కురుస్తాయని అమరావతి వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. తీరం వెంట గంటకు 45 నుంచి 65 కి.మీ వేగంతో గాలులు వీస్తాయని,నుమువూరు అలజడిగా ఉంటుందని,వెపత్తూరు నిర్బుహణ సంస్థ పేర్కొంది.సోమవారం శ్రీహైద్రీ శ్రీరాములు నల్లూరు,తిరుపతి జిల్లాల్లో అక్కడక్కడా భారీ

విజన్‌తోనే అభివృద్ధి



సోమవారం ఉంగుటూరులో ప్రజావేదిక సభలో లబ్ధిదారులతో మాట్లాడుతున్న సిఎం చంద్రబాబు

చేశారు. విధ్వంసమైన గ్రామాన్ని గోపానాథపట్టణంలో పేదల సేవలో ఎన్నికరి భరోసా పెన్నడ వంపిరి తమకు ఇచ్చారని ఎన్నికల్లో హామీ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి పాల్గొన్నారు. కిడ్నీ వ్యాధిగ్రస్తగుల ఆరోగ్య కుంభం అమలు చేశామని ముఖ్య నాల్గొడ్డై ఇంటికి వెళ్లి పింఛను అందజేశారు. ఆమె జిల్లా ఉంగంటూరు సీయోజానవరం పరిస్థితి వివరాల అడిగి తెలుసుకుని మెరుగైన

ఆ 5గురు ఎమ్మెల్యేలు

విచారణకు హాజరు

రాజీనామాలు ఆమోదించినందుకు డి.కె.గౌడ్, ఎ.పి.జె.

సవనాలందు,డిసెంబరు 1,ప్రభాకరవార్డు: శాసన మండల సభ్యులుగా వైతాపాకు రాజీనామా చేసిన ఐదవ గరు ఎమ్మెల్సీలు మా రాజీనామాలు ఆమోదించాల్సిందిగా శాసనమండలికి చైర్మన్ మోహన్ రాజు ఆజ్ఞాపకం చేశారు. అతనితోపాటు తెలియజేశారు.గతంలోనే రాజీనామా చేసినప్పటికీ ఆమోదించకపోవడంతోనే ఎమ్మెల్సీ జయ మంగంకు వెంటటెరువకు కార్య ను ఆశ్రయించారు.ఈ విషయంపై న్యాయస్థానం ఎమ్మెల్సీల రాజీనామాపై విచారణ చేయాలిందిగా న్యాయస్థానం ఉత్తరంవల్లో సూచించింది.ఈ కారణంగా జయ చంద్రల్లో పోతుల సునీత,బబ్రి కళ్యాణి చక్రవర్తి మల్ల రాజాజిగర్,జయ మంగం వెంటటెరువకు కలగరు ఎమ్మెల్సీలను శాసనమండలి వద్ద రాజీనామాలు గల కారణాలను ప్త్యైతా ఆడిగి తెలుసుకున్నారు.పోర్లుల మారినందున వైతాపా ఎమ్మెల్సీలుగా కొనసాగలేమని చైర్మన్ జయ వివరించారు.సభ్యుల నుంచి కారణాలు తెలుసుకోకుండా రాజీనామాలు ఆమోదించక పోవడం జరిగిందని తెలిపారు.అందువలన వారి వ్యక్తిగత ఆధిపత్యాలను తెలుసుకునేందుకు పీఠిపించి రాజీనామాచేసిన డిసెబ్రి 1వతేదీకి తర్వాత రాజీనామా విషయంపై న్యుందిస్తానని మండల చైర్మన్ వివరించారు.పోతుల సునీత విచారణకు హజరు కాలేదు. శాసనమండలిలో వైతాపా ఎమ్మెల్సీగ గుం కొనసాగలేమని రాజీనామాలు దయతో ఆమోదించాలని మల్ల రాజాజిగర్ చైర్మన్ కార్యక్రమ విలేకరులతో తెలిపారు.సోమవారం చైర్మన్ రాజులకు అనంతరం శాసనమండలి బయట రైలవేల మోహన్ రాజులతో గతంలోనే టీడీపీలో చేరినందున ఎమ్మెల్సీ పదవీకి రాజీనామా చేసినట్లు తెలిపారు.వైతాపాలో గౌరవం లేనందున ఆమోదించాలని భరించలేని టీడీపీలో చేరినట్లు వివరించారు.ఆ పార్టీలో వ్యక్తిగతంగా ఒక కులాన్ని అధిపత్యం చేసి అవమానిస్తున్నారని వివరించారు.పోర్కి 10సంవత్సరాలు సేవ చేసినప్పటికీ మంత్రి పదవి ఇచ్చామని చివరి నువత్సరం ఎమ్మెల్సీగా ఇచ్చి అవమానించారని తెలిపారు. అందువలన గౌరవం లేని పార్టీలో ఇమడలేక టీడీపీలో గౌరవంతో కొనసాగాలని పార్టీ మారినట్లు తెలిపారు.ప్రభాకర వార్డులో చేరి ప్రతిపక్ష ఎమ్మెల్సీగా కొనసాగినట్లు ఎమ్మెల్సీ జయమంగం ఆదిత్యరావు ఎన్నికైన అనంతరం టీడీపీ ప్రజల పట్టకం కట్టడంలో ఎమ్మెల్సీగా ఉన్న నేను ప్రజాధిపత్యం నాకై గౌరవనీయ అధికారపట్టకంలో చేరినట్లు వైతాపా ఎమ్మెల్సీ తెలిపారు.

ప్రజల కంప్లెక్స్ గుంటూరు 'కల్తీ' కారం



గుంటూరు మిర్చి రూపు, డిసెంబరు 1, ప్రత్యక్షతవార :
గుంటూరు మిర్చి రూపున అడ్డాగా చేసుకొని
చుట్టుపక్కల కొంతమంది మిల్లలు యజమానుల
మీద, ఏజెంట్లు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసి కల్తీ
కారాంను అడ్డగోలుగా నరపరా చేస్తున్నారు...
గుంటూరు మిర్చి మార్కెట్ ఆసియాలోనే
అతిపెద్ద మార్కెట్ల ప్రపంచమృతగా గుర్తింపు
పొందింది. ఇంత పెద్దస్థాయిలో గుర్తింపు
పొందిన గుంటూరు మార్కెట్ల రూపు చుట్టు
పక్కల కొన్ని మిల్లలును ఏర్పాటు చేసి
నాణ్యమైన కారం అంటూ ప్రజలు గుర్తించలేని
విధంగా కొంతమంది కారం ఏకైకం ఏజెంట్లుగా
మిల్లలు యజమానుల కలిసి కల్తీ కారాన్ని
తయారుచేసి వారి కళ్ళలో కొడుతున్నారు. వాస్త

హాసినీ మంచి కార్యాచ్ఛరణ మిరపకాయలను కుసనోగి అనే కారం తయారు చేసుకునేందుకు ప్రత్యేక బండల్ గృహశిల బిష్ణుపడతారు. అయితే గుంటూరు కేంద్రంగా జుడజు తయారుచేస్తున్న కల్లి కారంలో అనలు మిరపకాయలే లేకుండా తయారు చేస్తున్నారంటే ప్రతి ఒక్కరూ ఆశ్చర్యానీ గురిచేత తప్పని వస్తువే బిష్ణువారించింది. మిరపకాయలు నుంచి తీసి వేసినా కేవలం తొడిమెలతే కారం తయారు చేయడం ఒక పద మైతే, గర్రాలు బొయిన కాయలను, పంగన వ్రైసి చిడిపొయిన కాయలతో పూర్తిగా పొడై బొయిన తాళూయలు సేరించి కల్లి కారం తయారు చేసి మూర్తిలో చేయబడినట్లే సిద్ధపెట్టుకుంటారు. ఇలా తయారుచేసిన హోడిలో పాపాయిలని మిక్స్ చేసి, రంగరూ కలిపి తూజ్ఞామలం వారంగా తక్కువ ధరకే అమ్ముతున్నారంటూ అంటూ కర్నూల్లోని వ్యూహం అనే కల్లి క్షిణిగాళ్లు కోట్ల నువాదనకు పడగలెత్తారు. జటుపటి కారాన్ని ఏపీలోని అన్ని జిల్లాల్లో పండి జతరద్దాల్లకు కూడా ఎగుమతి చేస్తున్నారంటే ఈ కలకత్తాకరం కాయలం ఎంత పెద్ద స్థాయిలో జరుగుతుందో ప్రతి ఒక్కరూ అర్థం చేసుకోవచ్చు. అధికాయలు ఇప్పటికైనా పక్కలు తీసుకోవాలని ప్రజలు కోరుతున్నారు. ఇది కారం అని తెలియక తినటం పెద్ద అనేకమంది పెద్దల నుంచి దీనిపట్ల అవకాశం అనారోగ్యాలకు లకు గురై ఆసుపత్రిపట్టు తిరుగుతూ >>2

సౌందర్య సంరక్షణకూ 'తులసి'

తులసి పొడిని రోజువారితో కలిపి ముఖానికి వట్టిస్తే చర్మ రంగ్రాసు తెరుసుకొని మొటిమలు, ఇతర చర్మ సంబంధిత సమస్యలు క్రమంగా తగ్గుముఖం పడతాయి. తులసి ఆకుల రసానికి పుడినా ఆకుల రసం కలిపి ముఖానికి వట్టిస్తే మొటిమల నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది.

ముఖంపై నల్ల మచ్చలను నివారించడంలో తులసి బాగా పని చేస్తుంది. తులసి ఆకుల రసానికి అంతే మోతాదులో నిమ్మరసం కలిపి ముఖానికి వట్టించాలి. అరగంబ తర్వాత చల్లని నీటితో కడగాలి. ఇలా క్రమం తప్పకుండా రోజుకోసారి చేయడం వల్ల ముఖంపై ఉన్న నల్లమచ్చలు తగ్గడంతో పాటు చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది.

మచ్చలేని సౌందర్యాన్ని సొంతం చేసుకోవడానికి మార్కెట్లో లభించే వివిధ సౌందర్య ఉత్పత్తులే కాదు. సహజసిద్ధమైన పదార్థాల కూడా ఉపయోగపడతాయి. మన ఇంట్లో ఉండే తులసి ఆకులు కూడా ఇదే కోవలో పదార్థాలు అంటున్నారని నిపుణులు. మొటిమలకు... + తులసి ఆకులను నీటిలో ఉడికించి వద్దాల్సి ఆ గ్రాచనాన్ని టోనర్‌గా కూడా వాడుకోవచ్చు. దీనివల్ల మొటిమలు తగ్గడమే కాదు, ముఖం కాంతివంతంగా మారుతుంది.

వంటింట్లో ఈ చిట్కాలు

ఇలా జరగకుండా ఆకుకూరలను కట్ చేసి ఐస్‌క్రీమ్‌లో ట్రేలో వేసి నీళ్లు పోసి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. ఇలా చేయడం వల్ల అవి తాజాగా ఉండడంతో పాటు అందులోని పోషకాలు తగ్గిపోకుండా కూడా జాగ్రత్తపడవచ్చు. నవ్వు నవ్వులో ప్రాణిష్ట అధికంగా ఉంటాయి. అయితే కొన్ని రకాల నవ్వుపై పెంకు లాంటి పదార్థం ఉంటుంది. ఈ క్రమంలో అవి గట్టిగానే ఉన్నాయి కదా అని కొంతమంది వాటిని గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉంచుతారు. దీనికి బదులుగా వాటిని ఫ్రిజ్‌లో పెడితే ఎక్కువ రోజులు తాజాగా ఉండడంతో పాటు అందులోని పోషకాలు తగ్గిపోకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చు. ఉల్లి తరిగేటప్పుడు ఉల్లిపాయలు తరుగుతుంటే కళ్ళలో నీళ్లు రావడం సహజమే! ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే. కట్ చేయడానికి అరగంబ ముందు వాటిని ఫ్రిజ్‌లో పెట్టాలి. ఆ తర్వాత సులభంగా కట్ చేయవచ్చు.

మామిడి, రావి, జువ్వ, మర్రి, ఉత్తరీ-ఆకులను పంచపల్లవాలంటారు. వీటిని శుభకార్యాలలో ఉపయోగిస్తారు. తోరణాలుగా మాత్రం మామిడాకులనే వినియోగిస్తారు. పండుగలు, వేడుకలు, వివాహాది సమయాల్లో గుమ్మానికి మామిడాకులను తోరణాలుగా కట్టడం వల్ల పరిసరాల్లోని గాలి పరిశుభ్రమై ప్రాణవాయువు శాతం పెరుగుతుంది. మామిడాకుల్లో లక్ష్మీదేవి కొలువై ఉండటాన ఆర్థిక సమస్యలు తలెత్తవు.

గుమ్మానికి మామిడాకులెందుకు?

శుభసూచకంగా భావిస్తారు. యజ్ఞ యాగాదుల్లో మామిడాకులతో కూడిన ధ్వజాలోహం చేయడం అనాదిగా వస్తున్న సంప్రదాయం. పూజా కళలో లోనూ మామిడాకులను ఉపయోగిస్తారు. రామాయణ, భారతాల్లో ప్రస్తావించిన దాన్ని బట్టి మామిడి ప్రేమ, వాకిట్లో అలంకరించిన మామిడి తోరణం వల్ల దుష్టశక్తులు నశించి సానుకూల శక్తి పెరుగుతుంది. తద్వారా మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుందని పెద్ద చెబుతారు.



బాలకృష్ణతో నటించడం నా అదృష్టం

'అఖండ 2 తొండం'. రామ్ ఆనంబు, గోపీచంద్ ఆనంబు ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు. ఎంతో జాప్యం నందమూరి నగర్‌లో చిత్రాన్ని సమర్పిస్తున్నారు. డిసెంబర్ 5, 2025న ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్‌గా విడుదల కానుంది. ఈ చిత్రంలో మీ క్యారెక్టర్ ఎలా ఉండబోతుంది? చాలా ఎక్సైటింగ్ గా ఉంది. దాదాపు పదేళ్లు తర్వాత మళ్ళీ నేను థియేటర్స్‌కి వస్తున్నాను. ఈ చిత్రంలో జనని అనే క్యారెక్టర్ లో కనిపిస్తాను. తను చాలా స్వీట్, కేరింగ్. తనకి అఖండ షైన్స్‌లో ఉంటాయి. బజర్‌లోకి భాయిజానే తర్వాత ఈ మధ్యకాలంలో ఏవైనా క్యారెక్టర్స్ వచ్చాయా? చాలా పాత్రలు వచ్చాయి. అయితే నేను ఒక మంచి పాత్ర కోసం ఎదురు చూశాను. అలాంటి సమయంలో అఖండ2 ఆవేశాం వచ్చింది. రెజెండర్ నందమూరి బాలకృష్ణ గారితో నటించడం ఒక గొప్ప అవకాశం. మీరు బాలకృష్ణ గారి సినిమాలు చూశారా? నేను బాలకృష్ణ గారి సినిమాలు చూశాను. భగవత్ కేసరి, వీరసింహా రెడ్డి, డాక్ మహారాజ్, అఖండ ఎలా ఎన్నో సినిమాలు చూశాను. బాలకృష్ణ గారితో పర్ఫెక్ట్ చేయడం ఎలా అనిపించింది? బాలకృష్ణ గారు వెరీ కూల్. ఒక రెజెండర్ యాక్టర్ తో కలిసి నటించడం అంటే మొదట చాలా నెర్వస్ ఫీల్ అయ్యారు. తెలుగు ఇండస్ట్రీకి రాడం ఎలా అనిపించింది? చాలా ఆనందంగా ఉంది. నా రెండో సినిమానే తెలుగు కనిపిస్తాను. తను చాలా స్వీట్, కేరింగ్. తనకి అఖండ షైన్స్‌లో ఉంటాయి. బజర్‌లోకి భాయిజానే తర్వాత ఈ మధ్యకాలంలో ఏవైనా క్యారెక్టర్స్ వచ్చాయా? చాలా పాత్రలు వచ్చాయి. అయితే నేను ఒక మంచి పాత్ర కోసం ఎదురు చూశాను. అలాంటి సమయంలో అఖండ2 ఆవేశాం వచ్చింది. రెజెండర్ నందమూరి బాలకృష్ణ గారితో నటించడం ఒక గొప్ప అవకాశం. మీరు బాలకృష్ణ గారి సినిమాలు చూశారా? నేను బాలకృష్ణ గారి సినిమాలు చూశాను. భగవత్ కేసరి, వీరసింహా రెడ్డి, డాక్ మహారాజ్, అఖండ ఎలా ఎన్నో సినిమాలు చూశాను. బాలకృష్ణ గారితో పర్ఫెక్ట్ చేయడం ఎలా అనిపించింది? బాలకృష్ణ గారు వెరీ కూల్. ఒక రెజెండర్ యాక్టర్ తో కలిసి నటించడం అంటే మొదట చాలా నెర్వస్ ఫీల్ అయ్యారు. తెలుగు ఇండస్ట్రీకి రాడం ఎలా అనిపించింది? చాలా ఆనందంగా ఉంది. నా రెండో సినిమానే తెలుగు కనిపిస్తాను. తను చాలా స్వీట్, కేరింగ్. తనకి అఖండ షైన్స్‌లో ఉంటాయి. బజర్‌లోకి భాయిజానే తర్వాత ఈ మధ్యకాలంలో ఏవైనా క్యారెక్టర్స్ వచ్చాయా? చాలా పాత్రలు వచ్చాయి. అయితే నేను ఒక మంచి పాత్ర కోసం ఎదురు చూశాను. అలాంటి సమయంలో అఖండ2 ఆవేశాం వచ్చింది. రెజెండర్ నందమూరి బాలకృష్ణ గారితో నటించడం ఒక గొప్ప అవకాశం. మీరు బాలకృష్ణ గారి సినిమాలు చూశారా?

'యుఫోరియా' గ్రాండ్ రిలీజ్

భాక్ బస్సర్ ఫిల్మ్ మేకర్ గుణ శేఖర్ రూపొందిస్తోన్న లేటెస్ట్ మూవీ 'యుఫోరియా' శ్రీమతి రాగణి గుణ సమర్పణలో గుణ ప్యాండ్ మేడ్ ఫిల్మ్స్ బ్యానర్‌పై సీలీమ గుణ, యాత్రా గుణ ఈ సినిమాను నిర్మిస్తున్నారు. సూతన నటీనటులతో గుణ శేఖర్ నేటి యూటీవీ, ఫ్యామిలీ ఆడియోస్‌కి కన్నె ఆయ్యారా వైవిధ్యమైన కాన్సెప్ట్‌తో ఈ చిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నారు. టీజరును గమనిస్తే.. నేటి యూటీవీ డ్రగ్స్ మహామర్చి వల్ల ఎలా పెడదారులు పడుతుందనే విషయాన్ని చూపిస్తూనే తల్లిదండ్రుల పెంపకం ఎలా ఉండాలనే విషయాన్ని భూమిక పాత్రతో పరిచయం చేశారు. టీజర్ చాలా ఇంట్రెస్టింగ్‌గా ఉంది. యుఫోరియా చిత్రాన్ని ముందుగా ఈ ఏడాది డిసెంబర్ నందమూరి డిసెంబర్ 25న విడుదల చేయాలని మేకర్స్ భావించారు. అయితే అనుకోకుండా చాలా సినిమాలు ఆదే రోజున రిలీజ్ అవుతున్నాయి. బాక్సాఫీస్ దగ్గర ఈ క్లాష్‌ను తగ్గించడానికి యుఫోరియా సినిమాను ఫిబ్రవరి 6, 2026న విడుదల చేయటానికి మేకర్స్ నిర్ణయించుకుని అధికారికంగా ప్రకటించారు. వైవిధ్యమైన కాన్సెప్ట్‌తో రాజోతున్న యుఫోరియా లో గుణ శేఖర్ అనలే చూపించబోతున్నారో మడతానికి అందరూ ఆసక్తిగా వెలుబే చేస్తున్నారు.ఈ సందర్భంగా చిత్ర యూనిట్ సోషల్ మీడియా ప్లేస్ట్రాన్ 2025న అనుకోకుండా చాలా సినిమాలు రిలీజ్‌లకు సిద్ధమయ్యాయి. ఈ బాక్సాఫీస్ రద్దీని తగ్గించడానికి, యుఫోరియా వంటి సినిమాకు మంచి రిలీజ్ డేట్ అవసరమని భావించాం.



బెస్ట్ ఫ్రెండ్ దూరమైందా?

ప్రాణానికి ప్రాణంగా కలిసి బతికన, మన ఆసుకున్న వాళ్ళే ఒక్కసారి దూరమై పోతుంటారు. ఇలాంటి పరిస్థితిని తట్టుకోవడం కష్టమే! ట్రైకెమ్.. ప్రేమకుల మధ్య కాదు.. ఒక్కసారి ప్రాణ స్నేహితుల మధ్య సహజమే! మరి ఇలాంటి పరిస్థితులలో ఆ డాడ్ నుంచి ఎలా బయటపడాలి? తెలుసుకుందాం.. రియల్‌జీ ఆవార్డ్స్!... ఎంతసేపూ బాధపడుతూ కూర్చుంటే స్నేహబంధం విడిపోవడానికే ఆసలు కారణమే! గుర్తించలేం. కాబట్టి ఇద్దరూ విడిపోవడానికి తప్ప మినా? లేదంటే మీ స్నేహితురాలిదా? అన్న విషయం ముందుగా తెలుసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో ఒకవేళ తప్ప మిస్సవు ఉంటే... వెళ్లి క్షమాపణ కోరే.. బంధాన్ని



తిరిగి నిలబెట్టుకోవడం ఓ పద్ధతి! లేదు.. తప్పు తన వైపు ఉంది.. అయినా మీ నుంచి విడిపోవామనే కోరుకుంటే మాత్రం మీరు బతికేమాలి! నీ పని లేదంటున్నారు నిపుణులు. ఈ విషయాన్ని గ్రహించి.. తప్పు తన వైపు పెట్టుకొని నన్నే డోషి చేస్తున్నప్పుడు నేనెందుకు తన గురించి ఆలోచించాలి. అని మీ మనసుకు చెప్పుకోండి ఇలా ఆసలు విషయం గ్రహించిన మరుక్షణం నుంచి మీలో మార్పు మొదలవడం మీరు గుర్తించవచ్చు. ఈ మార్పు మీ బాధను దూరం చేసి సంతోషాన్ని దగ్గర చేస్తుంది. వాటి డిలీట్ చేయండి! ఎంత పడ్డనుకున్నా ఒక్కసారి చేసు

ఫిట్‌నెస్ ట్రైనింగ్ మారిన కోత్తల్లో.. వ్యాయామం చేస్తున్న ఏ అమ్మాయిని చూసినా చెవిలో ఇయర్‌ఫోన్స్ ఉండేవి. పరుగు, ప్లాంక్స్, లెగ్స్, పుల్‌డౌన్.. వంటివి ఏం చేసినా పాటలు వినిపిస్తాయి. తర్వాత యోగా ట్రైండ్ ఆయనప్పుడేమో టీవీలు, ఫోన్లు వ్యాయామశైలిలో భాగం చేశారు. వాటిని చూస్తూ యోగా ఆసనాల్ని అనుసరించేవారు. అలానే ఇప్పుడు 'చర్చివల్' వర్క్‌వుట్స్ ట్రైండ్ అవుతున్నాయి. దీనిలో బిఆర్ గాగుల్స్ (హెడ్‌సెలీ)ను ధరిస్తారు. మనకు కావాల్సిన జిమ్ రోటీన్స్ ప్లే చేసుకుని, వ్యాయామం మొదలుపెడితే సరి. బాక్స్‌ింగ్, డాన్స్, ట్రైనింగ్, పరుగులు వంటి ఆన్‌లైన్‌లో తగినసెట్టింగు వాతావరణమూ మారుతుంది. ట్రైనింగ్ 3డి ఎఫెక్ట్ ఉంటుంది. దాంతో ఇంట్లోనే ఉన్నా.. జిమ్, ఆరుబయట వాతావరణాన్ని తలపిస్తుంది. పైనా, దశల



వర్చువల్ వర్క్‌వుట్స్ ట్రైండ్ !

వారిగా మనం చేయాల్సివచ్చే వీడియోలో చూపిస్తూ ఉంటుంది. దాన్ని ఫాలో అయినా సరి. వేలకువేల జిమ్‌లకు దూరమే.. ఒక రోజు వెళ్లి ఇంకో రోజు వెళ్లి డబ్బులు పుణా చేసే బదులు, ఈ పద్ధతి పాటిస్తే మేలు అంటున్నారు ఇప్పటి అమ్మాయిలు మీకూ అలాగే అనిపిస్తే ప్రయత్నించండి చూడండి మరి! □

చిరు, వెంకీల మాస్ డ్యాన్స్

మొగ్గూర్ బిరంజీ, విక్టర్ వెంకటేష్ లపై 'మన శతదశరథుడైనా' గా' కోసం అందిపోయే మాస్ డ్యాన్స్ సాంగ్ మాటల్ని ప్రారంభం మొగ్గూర్ బిరంజీ మ్యాన్ ఎవైట్స్ ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్మెంట్ మన శతదశరథుడైనా గారు. పాల్ మెమ్మీ అనిల్ రావిపూడి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. చార్డ్ బస్సర్ ఫస్ట్ సింగిల్ మీసాల పిల్ల 72 మిలియన్లకు పైగా వ్యూస్ ని సందాించి ఎప్పటికీ ఈ చిత్రం హ్యాజ్ బజ్ క్రియేట్ చేసింది. ఈ చిత్రంలో మొగ్గూర్ బిరంజీ, విక్టర్ వెంకటేష్

వివాహ బంధంలోకి సమంత

ప్రముఖ నటి సమంత రూతప్రభు, చలనచిత్ర నిర్మాత, దర్శకుడు రాజేంద్రమోహన్ సోమవారం ఉదయం కోయంబత్తూరులోని ఈశా యోగ కేంద్రంలో ఉన్న లింగ్ ఖైరవి దేవి సన్నిధిలో పవిత్ర మైన 'భూతభుద్ధి వివాహం' ద్వారా ఒక్కట య్యారు. కుటుంబ సభ్యులు, అత్యంత సన్నిహితుల సమక్షంలో జరిగిన ఈ వేడుకను అనాదిగా వస్తున్న యోగ సంప్రదాయం ప్రకారం నిర్వహించారు. ఆలోచనలు, భావోద్వేగాలు లేదా భౌతికతకు అతీతంగా, దంపతుల మధ్య లోతైన బంధాన్ని ఏర్పరచడానికి రూపొందించిన విశిష్టమైన ప్రక్రియే ఈ 'భూతభుద్ధి వివాహం' లింగ్ ఖైరవి ఆయిల్‌లో లేదా ఎంకి చేసిన ప్రదేశాల్లో నిర్వహించే ఈ వివాహ క్రతువు, వధూవరుల దేశాల్లోని వంశభూతాలను శుద్ధిచేస్తుంది. వారి దాంపత్య ప్రయాణంలో సామరస్యం, శ్రేయస్సు, ఆధ్యాత్మికత వెల్లి విరిసినా దేవి అనుగ్రహాన్ని ప్రసాదిస్తుంది. □



రైటర్స్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ తెలుగు టెలివిజన్ కొత్త కార్యవర్గం

రైటర్స్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ తెలుగు టెలివిజన్ సర్వసభ్య సమావేశం 30-11-25 న ఖలిం ఛాంబర్ లో ఘనంగా జరిగింది. డాక్టర్ ఎం. వివేక్ బాల ప్రధాన అన్నికల అధికారిగా, ఎన్నికల కమిటీ సూతన కార్యదర్శానికి ఎన్నికల ప్రక్రియ ప్రారంభించి... 27- 11 -25న నామినేషన్ల ఉపసంహరణ తరువాత అభ్యర్థులు ఏకగ్రీవంగా గెలిచినట్లు ప్రకటించారు. ఎన్నికైన సూతన కమిటీ.... బుల్లారా సాయి మాధవ్, అంజన్ మేగోని సమక్షంలో సర్వసభ్య సమావేశంలో ప్రమాణస్వీకారం చేసింది. ఖలిం ఛాంబర్ లో పెద్ద సభ్యులతో హాజరైన సభ్యుల సమక్షంలో వలు అంశాలపై చర్చించారు. సభ్యుల అభిప్రాయం, భవిష్యత్ ప్రణాళికలపై ప్రధాన కార్యదర్శి నవేదకును జి. శ్రీ శాంకర్ సభ్యులకు వెల్లడించారు. అభిరుచుల శివ నాగేశ్వరరావు, కాదంబరి కిరణ్ కుమార్... ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైన సర్వకే కొమ్మనాబ్బి గణపతి రావు (అధ్యక్షులు), జి. శ్రీ శాంకర్ (ప్రధాన కార్యదర్శి), వై సరేంద్ర కుమార్ (కోశాధికారి), గోవర్ధన్ రెడ్డి (ఎగ్జిక్యూటివ్ వైస్ ప్రెసిడెంట్) బి.వి.రామారావు (వైస్ ప్రెసిడెంట్), ఎం. ఫణి కుమార్ (జూయింట్ సెక్రటరీ), ఇతర ఈస్ వెంబర్లని అభినందించారు. ఆనంతరం జడివల సర్వసభ్యులైన ప్రముఖ కవి రచయిత "అందోళికి సభ రెండు నిమిషాల మోసం పాటించి శ్రద్ధాంజలి ఘటించింది!!



