



చటాల బూజు దులుపుతున్నాం

- అవినీతి, అలసత్వానికి చెల్లుచీటీ • త్వరలో కొత్త రెవెన్యూ చట్టం
- ఇక ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో ప్రజలకు ఇబ్బందులు ఉండవు
- గ్రామాలు, పట్టణాల సమగ్రాభివృద్ధికి 60 రోజుల ప్రణాళిక
- ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు కార్యదీక్షతో పనిచేయాలి
- స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా సీఎం కేసీఆర్ ప్రసంగం

70 ఏళ్లలో సాధ్యం కానిది.. రోజుల్లో చూపించాం

నవ భారత నిర్మాణానికి కలిసి రండి

- త్రివిధ దళాల మధ్య సమన్వయం కోసం కొత్తగా సీడీఎస్ పదవి
- జల్ జీవన్ విషన్ కు రూ.3.50 లక్షల కోట్లు
- మౌలిక వసతుల కల్పనకు రూ. 100 లక్షల కోట్ల వ్యయం
- అక్టోబర్ నుంచి ప్లాస్టిక్ పై ఉద్యమం
- ఎర్రకోట నుంచి ప్రజలకు ప్రధాని మోదీ పిలుపు

జమ్మూ-కశ్మీర్ ను ముందుకు తీసుకెళ్లడానికి, సమన్వయ పరిష్కరించడానికి 70 ఏళ్లలో ప్రతి ప్రభుత్వమూ శ్రమించింది. కానీ అనుకున్న ఫలితాలు రాలేదు. మేము రెండోసారి అధికారంలోకి వచ్చిన 70 రోజుల్లోనే పరిష్కరించి చూపాం.

నవీన్ భారత నిర్మాణానికి ప్రతి భారతీయుడు కలసిరావాలి. దేశాన్ని ముందుకు తీసుకెళ్లాం. మార్పును సాకారం చేద్దాం. అభివృద్ధి పథంలో సమున్నత శిఖరాలను అధిరోహిద్దాం.



గోల్కొండ కోటలో జాతీయ జెండాకు వందనం చేస్తున్న సీఎం కేసీఆర్

తెలంగాణ రైతాంగ విధానం దేశానికి ఆదర్శం అయింది. వ్యవసాయాభివృద్ధి కోసం ఐక్యరాజ్యసమితి ప్రపంచవ్యాప్తంగా అమలయ్యే గొప్ప కార్యక్రమాలతో రూపొందించిన జాబితాలో మన రైతుబంధు, రైతు వీమా పథకాలను చేర్చడం గర్వకారణం.

ఉద్యోగావకాశాలు సైనికులకే ఎక్కువ దక్కాలనే లక్ష్యంతో కొత్త జోసల్ వ్యవస్థను తెచ్చాం. 95 శాతం సైనికులకే దక్కేలా చట్టం చేసి, దాని ప్రకారమే ఉద్యోగ నియామకాలు జరుపుతున్నాం.

- ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ 5లో

ఇంటర్ వివాదం పెద్ద కుట్ర

- ప్రభుత్వాన్ని బద్దీనాం చేసేందుకు కొందరు ఈ కథ నడిపారు 2లో
- చివరికి ఏమీ లేదని తెలియింది
- తేనీటి విందులో గవర్నర్ కేసీఆర్



కశ్మీర్ పై నేడు ఐరాసలో రహస్య సంప్రదింపులు!
భేటీ జరపాలని భద్రతా మండలికి లేఖ రాసిన పాక్
వంతపాడిన చైనా 11లో



పంట చేలో వాలిన లోహ విహంగం

- రష్యా విమానం అత్యవసర ల్యాండ్లింగ్, 23 మందికి గాయాలు
- ప్రమాద సమయంలో 233 మంది ప్రయాణికులు

మనకూ ముప్పు?

- 19 ఏళ్ల కనిష్ఠానికి వాహన వికరణ
- ఖరీదైన వస్తువుల జోలికెళ్లిన జనం
- ఇవన్నీ ఆర్థిక మాంద్యం సంతకాలేనా?

ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలో వృద్ధి 6.5% దాటకపోవచ్చు. ప్రభుత్వం 7% వృద్ధి ఉంటుంది దని చెబుతోంది. కానీ 6.5% నమోదైనా అప్పుష్టమే. ప్రైవేటు రంగానికి ఇది క్షిప్రమైన సమయం.

విన్నెడ్ ప్యాకెట్ కొనా లన్నా ఒకటికి రెండుసార్లు ఆలోచిస్తున్నారు.

- త్రిటనియా లిమిటెడ్ ఎండీ వరుణ్ షెరీ

మాంద్యం లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయి. బ్యాంకింగ్ తర ఆర్థిక సంస్థలు (ఎన్ బీఎఫ్ సి), గృహరణ సంస్థలకు నగదు లభ్యత లేకపోవడం, అప్పులిచ్చేందుకు బ్యాంకులు ముందుకు రాకపోవడం దీని కొక ముఖ్యమైన కారణం.

- హెచ్ డీఎస్ సి చైర్మన్ డివేట్ పరేష్

ప్రపంచవ్యాప్తంగా కనిపిస్తున్న ఆర్థిక మాంద్యం సంతకాలు భారత్ లోనూ కనిపిస్తున్నాయి. దేశ ఆర్థికరంగంలో జరుగుతున్న పరిణామాలు, నిపుణుల అభిప్రాయాలను పరిశీలిస్తుంటే పరిస్థితి భారత్ ను సజావుగా లేదని స్పష్టమవుతోంది. బంగారం ధర తాకాల్సిందిగా వాహనరంగం సహా పలు రంగాల్లో అమ్మకాలు పతనమవుతున్నాయి. స్టాక్ మార్కెట్టు పతనం అవుతున్నాయి. ఇవన్నీ మన దేశం కూడా ఆర్థికమాంద్యానికి దగ్గరవుతోందన్న సూచనలిస్తున్నాయి. ఈ పరిస్థితులను సరిదిద్దేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం చర్యలు మొదలు పెట్టేంది.

...వివరాలు 14లో

మెట్రో రికార్డు

3 లక్షలు దాటిన ప్రయాణికులు మెట్రో ఒకరోజు ప్రయాణికుల్లో ఇదే అత్యధికం

మెట్రో రైలు... ప్రయాణికుల పరంగా 3 లక్షల మైలురాయిని అధిగమించింది. రికార్డు స్థాయిలో బుధవారం 3.06 లక్షల మంది ప్రయాణించారు. మెట్రో ప్రారంభం తర్వాత ప్రయాణికుల సంఖ్య గత జూన్ 7న ఒక్క రోజు అత్యధికం 2.78 లక్షలు కాగా.. జూన్ 22న 2.89 లక్షలు. ఇప్పుడు మూడు లక్షల మంది ప్రయాణికులు అనే మైలురాయిని దాటి కొత్త రికార్డు నెలకొలిపింది.

...పూర్తి వివరాలు 3లో

తప్పాలంటే విలయం దాటాలి వలయం

- అవుటర్ చుట్టూ 13 నగరాలు ఏర్పాటు చేయాలన్న నిపుణులు
- ఈ ప్రతిపాదనల్లో ఒక్క కోకాపేటలోనే కదలిక
- నివేదిక దుమ్ము దులిపితేనే ప్రయోజనం

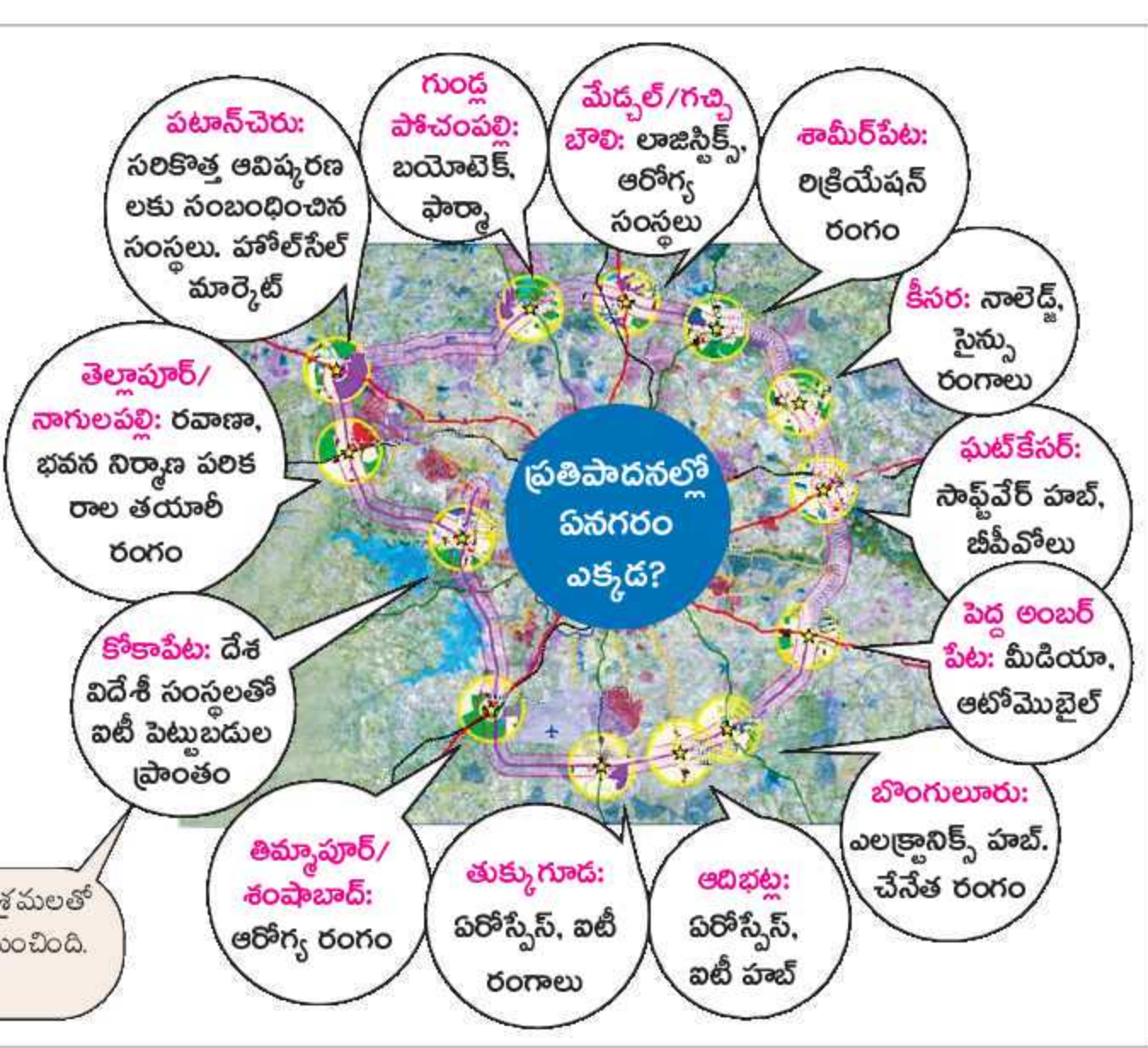
త.నాడు-నీటి మ్యారో ప్రధాన ప్రతినిధి

దేశంలోనే అతి వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న నగరం హైదరాబాద్. ఇక్కడ అభివృద్ధి అంతా కొన్ని ప్రాంతాలకే పరిమితం కావడంతో భవిష్యత్తులో తీవ్రమైన ట్రాఫిక్ సమస్యలతో పాటు జనతీవ్రాసానికి ఎంతో ఇబ్బంది తలెత్తనుంది. బాహ్యపలయ రహదారి చుట్టూ (ఓ.ఆర్.ఆర్) 13 నగరాలను ఏర్పాటు చేస్తే ఈ సమస్యకు పరిష్కారం లోబడుతుంది. హైదరాబాద్ మహానగరాభివృద్ధి సంస్థ (హెచ్ఎంఏ) కొన్నేళ్ల కిందటే నివేదికను రూపొందించింది. ఈ నివేదిక బుట్టడాల్సింది. ఇప్పటికే ప్రభుత్వం స్పందించి అవుటర్ చుట్టూ చిన్న నగరాల దిశగా చర్యలు తీసుకోవాలని నిపుణులు కోరుతున్నారు.

మరిప్పుడు ఏం చేయాలి?

బాహ్యపలయ రహదారికి రెండు వైపులా.. దాదాపు 50 వేల ఎకరాల ప్రైవేటు భూమి ఉంది. అప్పటికే ఆ భూమి ఉండే సర్వీస్ రోడ్లలోకి రావడానికి వీలుగా గ్రీడ్ రోడ్లు లేకపోవడంతో ఈ భూమి కొన్నేళ్లుగా అభివృద్ధి చెందడం లేదు. ఈ భూమిని వినియోగంలోకి తెచ్చి అవుటర్ చుట్టూ 13 నగరాలు ఏర్పాటు చేస్తే రాజధాని విస్తరిస్తుందని హెచ్ఎంఏ...మిగతా 2లో

- కోకాపేటలో ఐటీతోపాటు వివిధ రంగాలకు చెందిన పరిశ్రమలతో కూడిన హబ్ ను ఏర్పాటు చేయాలని ఇటీవలే ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ఇందుకోసం 500 ఎకరాలను కేటాయిస్తున్నారు.



- ఏ దేశమేగినా అక్కడికే ధ్రువపత్రాలు**
 - విమాన పార్కింగ్లో పంపకున్న జేఎన్టీయూపావ్ 6లో
 - బూ డార్క్తో కొలిక్కివచ్చిన ఒప్పందం
 - ఈనెల నుంచే సేవలు ప్రారంభం
- శ్రీశైలం.. సాగర్ కు నిలకడగా వరద**
 - పులిచింతల నుంచి దిగువకు ఆరు లక్షల క్యూసెక్కులు 6లో
 - ఎగువన తగ్గుతున్న ప్రవాహం
- నదీమ తల్లి... పాంగిపాల్లా..**
 - రిజర్వాయర్లలో పడేళ్ల కంటే ఎక్కువ నీటి లభ్యత 6లో
 - 64 శాతం నీటి నిల్వలు
 - ఈ నెల వర్షాలతో మెరుగుపడిన పరిస్థితి
- చితికిన మమకార బంధం!**
 - అన్నకు రాఖీ కట్టి వస్తూ ప్రమాదానికి గురైన చెల్లి కుటుంబం 3లో
 - భార్య, భర్త, కుమార్తె మృతి
 - తీవ్ర గాయాలతో బయటపడిన కుమారుడు
- ఆరోగ్యలే రోగులకు చికిత్స నిరాకరించొద్దు**
 - బోధనానుపత్రాలకు వైద్య విద్య సంచాలకుల ఆదేశాలు 14లో

ఇకకే పట్టు చీరంతా పరచుకున్న పట్టాలా మోటీఫ్స్... వైవిధ్యంగా కనిపిస్తున్నాయి కదూ...



ఇంతికి... ఇకకే పట్టు

www.kalanjali.com
www.facebook.com/kalanjaliworld

ఈ చీరలు విజయవాడ కళాంబలి పోరూంలో మాత్రమే లభిస్తాయి.

శుభకార్యాలలో కంటికింపైన రంగుల్లో, ఆకట్టుకునే నేత పనితీరు ఉన్న చీరల్ని ఎంచుకుంటేనే నిండుగా కనిపిస్తాయి. అలాంటి వస్త్రశ్రేణిలో ముందుంటాయి ఇకకే పట్టు చీరలు. నచ్చినవి ఎంచుకుంటే చాలు.

నీలం రంగు ఇకకే పట్టుచీరపై దారంతో నేసిన ఏనుగు మోటీఫ్స్, నిలువుగీతల అంచు... కొంగుతో అదరహో అనిపిస్తోంది.



ఎరుపు-ఆకు పచ్చ వరాల మేళవింపు... ఇకకే పట్టు చీర అందాన్ని రెట్టింపు చేశాయి. దానిపై మీనా కాలి అందం ములిపిస్తుంది.

పిల్లల్ని ముద్దు చేయడమంటే... అడిగిందల్లా ఇవ్వడం కాదు. కష్టం తెలియజేయాలి. డబ్బు విలువా చెప్పాలి. అప్పుడే వాళ్లకు పొదుపు గురించి ఓ అవగాహన ఉంటుంది.

చిన్నారులు అడిగిందల్లా ఇవ్వడం బాగానే ఉంటుంది కానీ... అదే కొనసాగితే దానికే అలవాటు పడతారు. ఎప్పుడైనా మీరు ఇవ్వడంలే మొండిగా ప్రవర్తిస్తారు. అలాగని ఒక్కసారిగా వారి ఖర్చులకు కోతవేయడమో, అదంతా చేయాలనుకోవడమో సరికాదు. చెడు మార్గంలోకి వెళ్లే ప్రమాదమూ ఉంది. చిన్నతనం నుంచీ... డబ్బు విలువ తెలియజేయాలి. ఆవసరాలకు, కోరికలకు మధ్య

వాడలో తెలియజేయండి. కొంచెం పెద్ద పిల్లలైతే వారి పేరు మీద సొంత ఖాతా తెరిచి ప్రతి నెలా వారితో డబ్బులు జమ చేయించండి. చిన్నారులు పెద్దవాళ్లను అనుసరిస్తారంటారు. మీరు డబ్బు పొదుపు విషయంలో కచ్చితంగా ఉంటే... వాళ్లూ ఎలా ఉండాలి నేర్చుకుంటారు. నెల ప్రారంభంలో ఆర్గాటాలకు పోయి ఆదాయాన్నంతా ఖర్చుచేసి

నెల చివర్లో దంపతులిద్దరూ కీమలారుకుంటే ఆ ప్రభావం పిల్లలపైనా పడుతుంది. అవసరాలు, విలాసాలకు మధ్య ఉన్న తేడాను తెలియజేయాలి. ఎప్పుడయినా ఓ వస్తువు కొనుక్కోవాలనుకున్నప్పుడు మీరు ఒకసారి డబ్బు ఇచ్చేయకుండా... అప్పుడప్పుడూ ఇచ్చినవి దానుకుని కొనుక్కోమనండి. కొంత సమయం వాయిదా వేస్తారు. ఆ తరువాత అవసరం ఉంటే కొనుక్కంటారు లేదా విరమించుకుంటారు. వాళ్లకు ఇచ్చిన డబ్బును ఎలా ఖర్చు పెడుతున్నారో రోజూ ఓ పుస్తకంలో రాసుకోమనండి. వారంతంలో ఒకసారి చూసుకుంటే అసవసర ఖర్చులు తెలిసిపోతాయి.

మోడల్స్:
- ప్రియాంక, శ్రేయ
ఫోటోలు:
- సాతూరి పద్మావతి

మసాలా పాడి తొందరగా పురుగు పట్టకుండా ఉండాలంటే నూనె లేకుండా వేయించి కొద్దిగా ఉప్పు కలిపి భద్రపరచండి.

స్నానానికి బియ్యంనీరు

బియ్యం కడిగిన నీటిని పులియబెట్టినప్పుడు అందులో బి విటమిన్లు తయారవుతాయి. దీనికి ఇతర పదార్థాలు కలిపి తీసుకుంటే తక్షణ శక్తి అందుతుంది. పేగుల ఆరోగ్యానికి, మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందడానికి, మెటబాలిజం పెరగడానికి తోడ్పడుతుంది.

బియ్యం కడిగిన నీటిని పులియబెట్టినప్పుడు అందులో బి విటమిన్లు తయారవుతాయి. దీనికి ఇతర పదార్థాలు కలిపి తీసుకుంటే తక్షణ శక్తి అందుతుంది. పేగుల ఆరోగ్యానికి, మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందడానికి, మెటబాలిజం పెరగడానికి తోడ్పడుతుంది.



ఈ నీటితో స్నానం చేస్తే మృత కణాలు పోవడంతోపాటు చర్మం మెరుగుస్తుంది. దురద పల్ల వచ్చే మంటా తగ్గుతుంది. ఈ నీరు సహజ మాయిశ్చరణకాగా పని చేస్తుంది. రోజూ దీంతో ముఖం కడుగుతూ ఉంటే మొటిమలు, మచ్చలు తగ్గుముఖం పడతాయి. కచ్చు బియ్యం కడిగిన నీటిలో ఒక చెంచా తేనె, కొన్ని చుక్కల లావెండర్ నూనె కలిపి బాట్లుకు రాసుకోవాలి. పొద్దు గంట తరువాత కడిగేసుకుంటే బాట్లు పట్టులా మెరుగుస్తుంది. దీన్ని నేరుగా తలకు పట్టించి మర్దన చేసుకున్నా ప్రయోజనం ఉంటుంది. దీనిలో ఉండే బయోటిన్ బాట్లు ఒత్తుగా పెరగడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఈ నీటిలో ఉండే విటమిన్ బి1, ఇ, యాంట్ ఆక్సిడెంట్లు బాట్లు రంగు మారడాన్ని నిరోధించడంలో పాటు తేమను అందిస్తాయి. చివర్లు చిట్టకండానూ ఉంటాయి.

ఎలా ఖర్చుపెట్టాలో నేర్పండి

తేడానూ స్పష్టంగా వివరించాలి. మీరెంత పొదుపుగా ఖర్చు పెడుతున్నారో దగ్గరండి చూపించగలిగితే... వారికి ఆర్థం అవుతుంది. మన చిన్నప్పుడు ఎవరైనా ఇచ్చిన డబ్బుల్ని దాచుకునే వాళ్లం కదా... పిల్లలకూ ఆ వివరాలు చెబుతూ... ఎలా పొదుపు చేయాలో నేర్పించండి. వారిని ఆకట్టుకునే ఆకృతుల్లో ఎన్నో రకాల కిట్ల బ్యాంకులు, స్మార్ట్ బ్యాంక్లు మార్కెట్లో దొరుకుతున్నాయి. వాళ్లకు నచ్చింది కొనిచ్చి... ఎలా



బంగారం వెండి

15న ముగింపు-క్రితం

ప్రైవేట్ బ్యాంక్		విజయవాడ	
బంగారం(అణు)	38,600	38,570	
ఆర్జుమెంట్	36,070	35,720	
వెండి (కీలో)	44,890	44,800	
ప్రైవేట్ బ్యాంక్		రాజమహేంద్రవరం	
బంగారం(అణు)	37,600	39,040	39,040
ఆర్జుమెంట్	34,450	35,780	35,780
వెండి (కీలో)	43,500	45,400	45,400
విజయవాడ		తమిళనాడు	
బంగారం(అణు)	38,890	38,610	
ఆర్జుమెంట్	36,120	35,910	3,578
వెండి (కీలో)	45,500	45,700	47,900

పరిశోధనతో పతాకస్థాయికి...

ఆ సంస్థ పేరు ఇండియన్ నేషనల్ సైన్స్ అకాడమీ (ఐఎన్ఎస్ఎ). దాని 85 ఏళ్ల చరిత్రలో మొదటిసారి ఓ మహిళ అధ్యక్షురాలిగా ఎంపికయ్యారు. ఆమె జీవశాస్త్రవేత్త డాక్టర్ చంద్రిమా షా. త్వరితం ఆమె ఆ సంస్థ బాధ్యతలు చేపట్టనున్నారు. డాక్టర్ చంద్రిమా దీర్ఘ నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇన్వెస్టిగాటోన్ విభాగంలో ప్రొఫెసర్ గా పని చేస్తూ అదే విభాగానికి డైరెక్టర్ గా ఉన్నారు. ఐఎన్ఎస్ఎ ఉపాధ్యక్షురాలిగానూ ఉన్నారు. పరిశోధనలోకి ప్రవేశించకముందు క్రికెట్ కోచ్ గా, ఆల్ ఇండియా రేడియోలో క్రికెట్ కామెంటేటర్ గా పని చేశారు. క్రికెట్ ఆడటం పల్ల తనకు డీం వర్క్. విలువ తెలిసినది అంటారామె. కోల్ కతా విశ్వవిద్యాలయంలో మాస్టర్ ఆఫ్ సైన్స్ లో పట్టా పుచ్చుకున్నారు. ఆ తరువాత ఇండియన్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ రెమివల్ బయోలజీలో పరిశోధన చేపట్టారు. కాన్సర్ మెడికల్ సెంటర్ విశ్వవిద్యాలయం



నుంచి రెండేళ్లు పరిశోధన చేశారు. మరో రెండేళ్లు న్యూయార్క్ లోనూ పనిచేశారు. 1984లో నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇన్వెస్టిగాటోన్ లో పరిశోధకురాలిగా చేరారు.

సమస్యలు ఉన్నాయి...

కణాలు హారింబిపోవడం, తగ్గిపోవడంలో సంకేతాలు అందించే మార్గాలపై ప్రస్తుతం ఆమె పరిశోధన సాగుతోంది. క్యాన్సర్ కణాలు, లీప్ షమానియా వంటి పరాన్నజీవులు చంద్రిమా పరిశోధనలో ప్రధాన అంశాలు. 'నేను కొత్తగా విద్యలో చేరినప్పుడు చుట్టూ ఉండే మగవారు నా నిర్ణయాలను తిరస్కరించేవారు. పలకరించేవారు కాదు. ఈ సమస్యలు నన్ను ఆపలేకపోయాయి. కేవలం చేసే పనిపైనే దృష్టి పెట్టాల్సింది. ఆ కష్టమే నాకు ఇప్పుడు గుర్తింపు తెచ్చింది. ఈ అరవైన అవకాశం అందుకున్నందుకు చాలా ఆనందంగా ఉంది.' అని చెబుతారు చంద్రిమా షా.

సరిహద్దు గీసేయండి!

ప్రతి ఇంట్లోనూ సమస్యలు ఉంటాయి. కొందరు వాటిని నేర్చుకుంటారు... పరిష్కరించుకుంటే, మరికొందరు మరింత ఇతరం చేసుకుంటారు. ఆ పరిస్థితిని అధిగమించాలంటే... ఇంటి బాధ్యతల్లో మహిళల ప్రాథమిక కీలకం. అలాగే ఆస్తి తామే చేయాలనుకోవడం పొరబాటు. దానిపల్ల పని అడిగి అధికమవుతుంది. కుటుంబ సభ్యుల సాయం తీసుకోండి. పనివారం తగ్గుతుంది. కుటుంబంలో సమస్యలు సర్దుబాడారం. వాటిని ఆక్సిడికే పరిమితం చేయాలి తప్ప... అదేమనిగా వాటిని ప్రస్తావించకూడదు. దేవునితో సాయం చేయాలి. సమస్యలు పరిష్కరించుకుంటే చూడాలి. గతాన్ని వీలైనంతవరకూ తప్పజుకోవడమే మంచిది. ఇంటిని, విద్యల్ని సమస్యలను చేసుకోవడం చాలామంది మహిళలకు ఎదురయ్యే సవాలు. దానికి పరిష్కారం మీ చేతుల్లోనే ఉంది. రెండింటికీ సరిహద్దు గీసుకోండి. వీలైనంతవరకూ అంటి సమస్యల్ని అపేనుకు తీసుకురాకండి. అపేను పనిని ఇంటికి మోసుకెళ్లండి. ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు కుటుంబసభ్యులతోనే గడిపేలా చూసుకోవాలి.

