

TUPRANPET

Looking for a High-Return Real Estate Investment? Invest smart with our OPEN PLOTS

VIJAY'S REAL ESTATE GROUP

+91 63054 64224

ANU FURNITURE

HYDERABAD | BENGALURU

Call: +91 9100913033, 8688003033

RECLINER SOFA SET 3+1+R1

Now at **₹39,990/-**

Published from Hyderabad and Vijayawada

హైదరాబాద్ 06 ఆదివారం జులై 2025 పేజీలు 12 వెల: రూ.6

సంపుటి:2 సంచిక: 291

ఎడిటర్ : అజీద్

Navabhoomi daily follows..

Circulated at: Hyderabad, Rangareddy, Adilabad, Karimnagar, Warangal, Khammam, Nalgonda, Mahabubnagar, Medak, Nizamabad, Krishna, Guntur, East Godavari, West Godavari, Prakasam, Nellore, Srikakulam, Vizianagaram, Visakhapatnam, Kurnool, Chittoor, Kadapa, and Anantapur

టిక్కాన్కు భారీ వర్షాలు షాక్..

◆ 24 మంది దుర్మరణం
◆ మరో 20 మందికి పైన బావికలు గల్లంతు

ట్రంప్ కు మోదీ తలదాగడం

◆ టెడ్ డిల్లీ రావూల్ గాంధీ విమర్శ
◆ ట్రంప్ విధించిన అదనపు సుంకాలు - భారత్ పై ప్రభావం

ఆపరేషన్ సిందూర్ పాక్ కు రెండు దేశాల సాయం

• ఆర్మీ డిప్యూటీ చీఫ్ ఆఫ్ స్టాఫ్
• భారత సైన్యం ముగ్గురు శత్రువులతో పోరాడింది

సుంకాలపై ట్రంప్ సంతకం..

◆ 12 దేశాల జాబితాలో భారత్ ఉందా?

అమరావతికి మరో 20 వేల ఎకరాలు

◆ సీఆర్ డి గ్రీన్ సిగ్నల్ సీఎం చంద్రబాబు నివాసంలో ముగిసిన సీఆర్ డి 50వ సమావేశం

మైసూరులో ప్రేమాన్వాది ఘాతుకం

◆ ప్రేమను నిరాకరించిన యువతిపై కత్తిరి దాడి రక్తపు మడుగులో పడివున్న యువతికి తాళి కట్టి పెట్టి

అక రోజుకు 10 గంటల పని

● ఉద్యోగుల పనివేళలపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది
● ఉద్యోగులు రోజుకు 10 గంటల వరకు పని చేయవచ్చని ప్రభుత్వం స్పష్టం
● వారానికి 48 గంటల పని పరిమితిని మించరాదని నిబంధన
● 6 గం. పని తర్వాత అరగంట విరామం తప్పనిసరి
● ఓటీ చెల్లింపులు తప్పనిసరి అని ప్రభుత్వం ఆదేశం
● ఒక రోజులో 12 గంటల కంటే ఎక్కువ పని చేయించరాదని నిబంధన

హైదరాబాద్-నవభూమి బ్యూరో తెలంగాణ ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలోని వాణిజ్య సంస్థల ఉద్యోగుల పనివేళలను సవరిస్తూ కీలక ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఈజ్ ఆఫ్ డ్యూయింగ్ బిజినెస్ లక్ష్యంగా ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. ఈ కొత్త నిబంధనల ప్రకారం.. ఉద్యోగులు రోజుకు పది గంటల వరకు పని చేసేందుకు అనుమతించబడతారు. అయితే వారంలో మొత్తం పనివేళలు 48 గంటలు మించకూడదని కూడా పేర్కొన్నారు. వారం పరిమితిని దాటినట్లయితే.. యాజమాన్యాలు తప్పనిసరిగా ఉద్యోగులకు ఓవర్ టైమ్ వేతనం చెల్లించాలని ఉత్తర్వుల్లో స్పష్టంగా పేర్కొన్నారు. ఇది ఉద్యోగుల శ్రమకు తగిన ప్రతిఫలం లభించేలా చూస్తుంది. అంతేకాకుండా.. రోజులో ఆరు గంటల పని తర్వాత కనీసం అరగంట విశ్రాంతి ఇవ్వడం తప్పనిసరిగా పేర్కొన్నారు. విశ్రాంతి సమయంలో కలిపి, ఒక ఉద్యోగిని పన్నెండు గంటల కంటే ఎక్కువ పని చేయించరాదని ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. ఈ నిబంధనలు ఉద్యోగుల ఆరోగ్యం, భద్రతకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ, వారి పని జీవిత సమతుల్యతకు భరోసా కల్పిస్తాయనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. ఈ పనివేళల సవరణ, వ్యాపార కార్యకలాపాలను సులభతరం చేయాలనే ప్రభుత్వ సంకల్పంలో భాగంగా వచ్చింది. ఇది పెట్టుబడులను ఆకర్షించడానికి, వ్యాపార విస్తరణకు అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించడానికి దోహదపడుతుంది. గతంలో.. పనివేళలపై ఉన్న కొన్ని కఠిన నిబంధనలు వ్యాపారులకు ఇబ్బందికరంగా మారేవని, ఈ సవరణల ద్వారా ఆ అడ్డంకులు తొలగిపోతాయని వ్యాపార వర్గాలు అభిప్రాయపడ్డాయి. కార్మికుల ప్రయోజనాల కోసం.. అయితే.. ఈ మార్పులు ఉద్యోగుల హక్కులకు భంగం కలిగించకుండా, వారి శ్రేయస్సును కాపాడేలా పటిష్టమైన

టీజ్ ఆర్టిస్టుల కొత్త నియామకాలు

● మంత్రి పాస్కం కీలక ప్రకటన
● మహాలక్ష్మి ఉచిత బస్సు ప్రయాణ పథకం ఆర్టిస్టుల జీవనం
● పెరిగిన రద్దీకి కొత్త బస్సుల కొనుగోలు
● ఉచిత ప్రయాణం మహిళల సౌధాకరతకు చిహ్నం
● 200 కోట్లు మహిళలు ఉచితంగా ప్రయాణించిన రికార్డు
● డ్రైవర్లు, కండక్టర్ల సేవలు కీలకమని మంత్రి ప్రకటన

హైదరాబాద్-నవభూమి బ్యూరో తెలంగాణలో తమ ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన మహాలక్ష్మి పథకం (మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం) టీజ్ ఆర్టిస్టుల కొత్త జీవనం పోషించిన రవాణా శాఖ మంత్రి పాస్కం ప్రభాకర్ అన్నారు. శనివారం ప్రజా భవన్ లో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు.. మంత్రి సీతకృత్ కలిసి 151 మందిల మహిళా సంఘాల గ్రూపాలకు (అడ్డ బస్సుల యజమానులకు) రూ.1.05 కోట్ల చెక్కును ఆయన అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి పాస్కం మాట్లాడుతూ.. ఆర్టిస్టుల ఉచిత ప్రయాణం ప్రారంభించిన తర్వాత రాష్ట్రంలోని మహిళలంతా ఎంతో సంతోషంగా ఉన్నారని అన్నారు. ఇది మహిళా సాధికారత దిశగా ప్రభుత్వం చేస్తున్న కీలక అడుగు అని చెప్పారు. చేతి గుర్తుకు ఓటిసినందుకు మహిళలు చెయ్యెత్తితే చాలు ఆర్టిస్టు బస్సు అవుతున్నారని అన్నారు. తాము సగౌరవంగా బస్సుకుతున్నామని మహిళలు చెబుతున్నారని పాస్కం గుర్తుచేశారు. ముఖ్యమంత్రి రేచండ్ రెడ్డి నాయకత్వంలో ప్రజా పాలన ప్రభుత్వం ఏర్పడిన 48 గంటల్లోనే ఆర్టిస్టుల మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం ప్రారంభించామని.. ఈ పథకం వల్ల ఆర్టిస్టు మరోసారి బతికిందని పాస్కం

జపాన్ లో భారీ భూకంపం

● సౌత్ వెస్టర్న్ జపాన్ లో ప్రకంపనలు, సునామీ ప్రమాదం లేదన్న అధికారులు
● టోకాగా దీవులు తరచూ భూకంపాలకు కేంద్రంగా మారిన ప్రాంతం
● జపాన్ ప్రజలను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తోన్న బాబా వంగా జోన్స్

టోక్యో -నవభూమి ప్రతినిధి జపాన్ లోని టోకాగా దీవుల్లో భారీ భూకంపం సంభవించింది. శనివారం 5.3 తీవ్రతతో ఈ భూకంపం నమోదైంది. భూకంపం ధాటికి సౌత్ వెస్టర్న్ జపాన్ లో ప్రకంపనలు సంభవించాయి. జపాన్ లోని టోకాగో దీవులు గత కొద్ది రోజులుగా భూకంపాలను నిలయంగా మారాయి. ఈ ప్రాంతాల్లో తరచూ భూకంపాలు వస్తుంటాయి. తాజాగా మరోసారి జులై 5 ఉదయం ఈ దీవుల్లో భూకంపం సంభవించింది. బాబా వంగా పేరుతో ఫేమస్ అయిన రియో బాబాకు అంచనా జపాన్ వాసులను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తోంది. బాబా వెంగా రాసిన 'ది వ్యూజర్ ఆఫ్ సా' పుస్తకంలో జపాన్ దేశంలో జూలై నెలలో భారీ విపత్తు సంభవిస్తుందని.. భూకంపాలు, వరదలు విజృంభిస్తాయని పేర్కొంది. ఈ విధ్వంసం కారణంగా చాలా పెద్ద మార్పులు సంభవిస్తాయని పుస్తకంలో ఉంది. దీంతో జపాన్ ప్రజలు జులై 5 అంటేనే భయంతో వణికిపోతున్నారు. ఈ క్రమంలో ఇదే రోజు జపాన్ లో భూకంపం

పేదలకు ఇళ్ల పంపిణీ ముహూర్తం ఖరారు

● శ్రావణ మాసంలో గృహప్రవేశాలకు ప్రభుత్వం సిద్ధం
● సీఎం చంద్రబాబు చేతుల మీదుగా ప్రారంభం
● 3 లక్షల ఇళ్ల నిర్మాణం లక్ష్యంగా ఒక్కో ఇంటికి 1.5 లక్షల కేంద్ర సహాయం
● ఉపాధి హామీ కింద అదనంగా రూ.30,000
● రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి రూ.1,000 అదనపు మద్దతు
● ఎస్సీ, బీసీ, ఎస్టీ, గిరిజనులకు అదనపు ఆర్థిక సహాయం

అమరావతి-నవభూమి ప్రతినిధి ఏపీ ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు పేదలకు ఇళ్ల మంజూరుకు ముహూర్తం ఖరారు చేసింది. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత, పేదల ఇళ్ల నిర్మాణంపై ధృష్టి సారించింది. ఇందుకు సంబంధించి అధికారులకు ప్రభుత్వం లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించింది. పంపిణీ ముహూర్తం లోగా లక్షలగా మేరకు నిర్మాణం పూర్తి చేయాలని ఆదేశించింది. దీంతో, సుదీర్ఘ కాలంగా వేచి చూస్తున్న లబ్ధిదారులు గృహప్రవేశాలు చేయనున్నారు శ్రావణ మాసంలో ఏపీ ప్రభుత్వం పేదలకు వచ్చే శ్రావణ మాసంలో పేదలతో గృహప్రవేశాలు చేయాలని నిర్ణయించింది. సీఎం చంద్రబాబు పేదల ఇళ్లను ప్రారంభించనున్నారు. అప్పటిలోగా 3 లక్షల ఇళ్ల నిర్మాణాన్ని పూర్తి చేయాలని అధికారులకు ప్రభుత్వం లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించింది. ఎన్నికల సమయంలో పేదలకు ఇంటి నిర్మాణం పైన ప్రభుత్వం హామీ ఇచ్చింది. గత 13 నెలల్లో 2.30 లక్షల గృహనిర్మాణాలు పూర్తయ్యాయి. రూఫ్ ట్యాక్స్ 87,000 ఇళ్లు ఉన్నాయి. లింకెడ్ స్టాంలో 1.2 లక్షల ఇళ్లు ఉండగా, బేస్ మెంట్ స్టాంలో ఏమో 50,000 ఇళ్లు ఉన్నాయి. మిగతా వాటికి పునాదులు కూడా వేయలేదు. వాటిని కూడా పూర్తి చేయించడానికి అధికారులు ప్రణాళిక రూపొందించారు. దీంతో, ఇప్పుడు ముహూర్తం ఖరారు చేయటంతో అధికారులు నిర్మాణ పనులు పూర్తి చేస్తున్నారు. ఒక్కో ఇంటి కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం పేదలకు గృహ నిర్మాణం కోసం ఒక్కో ఇంటికి రూ.1.50 లక్షల చొప్పున అంది ది. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వారికి ఉపాధి హామీ పథకం కింద మరో రూ.30 వేలు ఇస్తోంది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అదనంగా రూ. 1000 చెల్లిస్తోంది. ఇదికాకుండా పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని ఎస్సీ లబ్ధిదారులకు రూ.50 వేలు, బీసీలకు రూ.50 వేలు, ఎస్టీలకు రూ.75 వేలు, ఆదివాసీ గిరిజనులకు రూ.లక్ష అదనపు సహాయం అందిస్తున్నారు. ఇప్పటికే సుమారుగా లక్ష మంది

ఏపీకి వర్షాలపై మేఘ సందేశం

● నైరుతి రుతుపవనాలతో ఏపీకి భారీ వర్ష సూచన
● అరేబియా సముద్రం నుండి బంగాళాఖాతం దాకా ద్రోణి ప్రభావం
● ఉత్తర గుజరాత్ నుంచి గంగా తీరాల వరకు ఉపరితల ఆవర్తనం
● ఉత్తర కోస్తా, యానంలో తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు
● శ్రీకాకుళం, విజయనగరం జిల్లాల్లో వర్షాల హెచ్చరిక
● పార్వతీపురం, అల్లూరి, తూర్పు గోదావరి జిల్లాల్లో జల్లులు
● రాయలసీమలో ఉరుములు మెరుపులతో వర్ష సూచన

అమరావతి-నవభూమి ప్రతినిధి ఆంధ్రప్రదేశ్ తెలంగాణ రాష్ట్రాలలో నైరుతి రుతుపవనాలతో తోడు ఈశాన్య అరేబియా సముద్రం నుండి వాయువ్య బంగాళాఖాతం వరకు ద్రోణి విస్తరించి ఉండటంతో భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు కురసే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ వెల్లడించింది. ప్రస్తుతం ఉత్తర గుజరాత్ నుంచి పశ్చిమ బెంగాల్ గంగా తీరంలోని ఉత్తర ప్రాంతాల మీదుగా ఉపరితల ఆవర్తనం కొనసాగుతున్న నేపథ్యంలో వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. ఏపీలో వర్షాలు..మధ్యప్రదేశ్, ఛత్తీస్ గఢ్, జార్ఖండ్ మీదుగా సగటు సముద్ర మట్టానికి 3.1 కిలోమీటర్ల ఎత్తున ద్రోణి విస్తరించి కొనసాగుతున్న నేపథ్యంలో ఉత్తర కోస్తా, యానంలో తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు, ఉరుములు మెరుపులతో కూడిన జల్లులు అనేక చోట్ల కురసే అవకాశం

తెలంగాణ ప్రభుత్వం భారీ శుభవార్త

● త్వరలోనే వారికి రూ. 6 వేల పెన్షన్
● కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం హామీల అమలులో దూసుకెళ్లింది
● అర్హులైన కవులు, కళాకారులకు రూ.6 వేల పెన్షన్ హామీ
● ఉధృమంలో పాల్గొన్న కళాకారుల సేవలకు గుర్తింపు
● జూపల్లి కృష్ణారావు కీలక ప్రకటన

హైదరాబాద్-నవభూమి బ్యూరో తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడినప్పటి నుంచి ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీలను ఒక్కొక్కటిగా అమలు చేస్తూ వస్తోంది. ఎన్నికల ప్రచారంలో ప్రకటించిన ఆరు గ్యారంటీలను ఒక్కొక్కటిగా ప్రారంభిస్తూ వస్తోంది. అయితే రాష్ట్రంలో అర్హులైన కవులు, కళాకారులకు రూ. 6వేలు పెంషన్ అందిస్తామని తెలంగాణ ప్రభుత్వం హామీ ఇచ్చిన విషయం తెలిసిందే. అయితే తాజాగా ఈ విషయంపై రాష్ట్ర సర్కార్ ధృష్టి పెట్టినట్లు తెలుస్తోంది. తెలంగాణ అంటేనే కవులు, కళాకారులకు పట్టినట్లు ఉధృమ సమయంలో ఎంతోమంది కవులు, కళాకారులు తెలంగాణ సంస్కృతిని తమ ఆట, పాటలతో ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లారు. ఈ క్రమంలో అలాంటి



ఎక్కువ తేమతో కూడిన చల్లని వానాకాలం వాతావరణంలో పసికందుల చర్మం మీద సూక్ష్మజీవులు విస్తృతంగా వృద్ధి చెందుతూ ఉంటాయి. పసికందుల శరీరాల్లో ఉష్ణోగ్రతను క్రమబద్ధీకరించే వ్యవస్థ బలహీనంగా ఉంటుంది కాబట్టి వాతావరణ మార్పులను పసి చర్మాలు తట్టుకోలేవు. కాబట్టి ఈ కాలంలో ఈ కింది జాగ్రత్తలు పాటించాలి.పసిపిల్లలకు తేలికైన కాటన్ దుస్తులు వేయాలి. పొడవాటి చేతుల దుస్తులు వేస్తే, దోమ కాటు నుంచి కూడా రక్షణ దొరుకుతుంది.ప్రతి రెండు గంటలకోసారి డయాపర్ మారుస్తూ ఉండాలి. లేదంటే తడిచిన వెంటనే మారుస్తూ ఉండాలి. ఇలా చేస్తే కటి ప్రాంతంలో తేమను నియంత్రించగలుగుతాం. అలాగే రోజులో 2 నుంచి 4 గంటల పాటు డయాపర్ లేకుండా పిల్లలను వదిలేయాలి.పసి పిల్లలకు కత్తి లేని తాజా

వర్షాల్లో పసికందుల సమస్యలు

కొబ్బరినూనె పట్టించి, మద్దన చేయాలి. పసికందుల చర్మం లోపలి పొరల్లోకి ఈ నూనె తేలికగా ఇంకిపోతుంది.వానాకాలం వాతావరణం మూలంగా పిల్లల రోగనిరోధకశక్తి బలహీనంగా ఉంటుంది కాబట్టి ఇన్ఫెక్షన్లు తేలికగా సోకుతూ ఉంటాయి. కాబట్టి మురికితో కూడిన పరిసరాలకు, ఇన్ఫెక్షన్లు మోగం కలిగిస్తాయని నేను అనుకోవడం లేదు. పిల్లల ముదలయ్యాయి. అయితే అవన్నీ వ్యక్తిగత ప్రతిభలు భాగం కలిగిస్తాయని నేను అనుకోవడం లేదు. వింటర్ సెస్టర్స్ పట్ల అందరి ఆసక్తిని పెంచడానికి అనే విమర్శలు సహాయపడతాయని ఆశిస్తున్నాను. ఆన్లైన్లో నన్నంతో మంచి అవమానిస్తూ ఉంటారు. ఉపహాసమని బెదిరిస్తూ ఉంటారు. అయినా నేను బెదరను. అంటున్న తార ‘సవాళ్లు ఉంటాయని తెలిసి నేనీ దారిని ఎంచుకున్నాను. కాబట్టి చేతులెత్తేసి ప్రసక్తే లేదు’ అంటూ ఇన్స్టాగ్రామలో విమర్శకుల నోళ్ళు మూయించింది. అదే లక్ష్యం...ఫిగర్ స్టేటింగ్లో కొరియోగ్రఫీ, కాస్తూమ్స్ కిలకమనీ, అవి రెండు మ్యూజిక్ థీమ్తో సరితూగేలా చూసుకుంటూ ఉంటానని అంటున్న తార, గతంలో పచ్చాపతి సినిమా సౌండ్ ట్రాక్తో పాటు, ఎ.ఆర్.రెహమాన్ అధీరా పాటలకు ప్రదర్శనలిచ్చింది. 2022, 2023, 2025 జాతీయ ఛాంపియన్షిప్ విజేత అయిన తార, గత ఏడాది స్టావేనియాలోని అంతర్జాతీయ టోర్నెమెంట్లో రెండు రజత పతకాలను కూడా గెలుచుకుంది. ప్రస్తుతం, వచ్చే ఏడాది వింటర్ ఒలింపిక్స్లో భారత్ తరపున ప్రాతినిధ్యం వహించడమే లక్ష్యంగా తీసుకుంటూ కృషి చేస్తోంది. ఈ పోటీలలో అర్హత సాధించే ఈవెంట్ ఈ సెప్టెంబరులో బీజింగ్లో జరగబోతోంది. అయితే అర్హత సాధించినా, సాధించకపోయినా, స్టేటింగ్ మాత్రం కచ్చితంగా కొనసాగిస్తాననీ, ఒలింపిక్స్తో సంబంధం లేని వ్యక్తిగత లక్ష్యాలను తనకెన్నో ఉన్నాయనీ, తాను అన్నీషించవలసినవి కూడా ఎన్నో ఉన్నాయనీ అంటోంది. ఒకవేళ తార వింటర్ ఒలింపిక్స్కు అర్హత పొందితే, ఈ పోటీల్లో పాల్గొనే అర్హత సాధించిన మొట్టమొదటి భారతీయ ఫిగర్ స్కేటర్గా గుర్తింపు పొందగలుగుతుంది.

నవతార



ఆసక్తి నుంచి ఆశయంగా మారిన స్టేటింగ్ తార



విమర్శలను కూడా ఎదుర్కోవలసి వచ్చింది. ‘ఆసియ గేమ్స్’తో పాటు నాలుగు ఖండాల పోటీల్లో పాల్గొన్న తర్వాత, ఆన్లైన్లో నా మీద నిందలు మొదలయ్యాయి. అయితే అవన్నీ వ్యక్తిగత ప్రతిభలు భాగం కలిగిస్తాయని నేను అనుకోవడం లేదు. వింటర్ సెస్టర్స్ పట్ల అందరి ఆసక్తిని పెంచడానికి అనే విమర్శలు సహాయపడతాయని ఆశిస్తున్నాను. ఆన్లైన్లో నన్నంతో మంచి అవమానిస్తూ ఉంటారు. ఉపహాసమని బెదిరిస్తూ ఉంటారు. అయినా నేను బెదరను. అంటున్న తార ‘సవాళ్లు ఉంటాయని తెలిసి నేనీ దారిని ఎంచుకున్నాను. కాబట్టి చేతులెత్తేసి ప్రసక్తే లేదు’ అంటూ ఇన్స్టాగ్రామలో విమర్శకుల నోళ్ళ మూయించింది. అదే లక్ష్యం...ఫిగర్ స్టేటింగ్లో కొరియోగ్రఫీ, కాస్తూమ్స్ కిలకమనీ, అవి రెండు మ్యూజిక్ థీమ్తో సరితూగేలా చూసుకుంటూ ఉంటానని అంటున్న తార, గతంలో పచ్చాపతి సినిమా సౌండ్ ట్రాక్తో పాటు, ఎ.ఆర్.రెహమాన్ అధీరా పాటలకు ప్రదర్శనలిచ్చింది. 2022, 2023, 2025 జాతీయ ఛాంపియన్షిప్ విజేత అయిన తార, గత ఏడాది స్టావేనియాలోని అంతర్జాతీయ టోర్నెమెంట్లో రెండు రజత పతకాలను కూడా గెలుచుకుంది. ప్రస్తుతం, వచ్చే ఏడాది వింటర్ ఒలింపిక్స్లో భారత్ తరపున ప్రాతినిధ్యం వహించడమే లక్ష్యంగా తీసుకుంటూ కృషి చేస్తోంది. ఈ పోటీలలో అర్హత సాధించే ఈవెంట్ ఈ సెప్టెంబరులో బీజింగ్లో జరగబోతోంది. అయితే అర్హత సాధించినా, సాధించకపోయినా, స్టేటింగ్ మాత్రం కచ్చితంగా కొనసాగిస్తాననీ, ఒలింపిక్స్తో సంబంధం లేని వ్యక్తిగత లక్ష్యాలను తనకెన్నో ఉన్నాయనీ, తాను అన్నీషించవలసినవి కూడా ఎన్నో ఉన్నాయనీ అంటోంది. ఒకవేళ తార వింటర్ ఒలింపిక్స్కు అర్హత పొందితే, ఈ పోటీల్లో పాల్గొనే అర్హత సాధించిన మొట్టమొదటి భారతీయ ఫిగర్ స్కేటర్గా గుర్తింపు పొందగలుగుతుంది.

భిన్నాభిరుచులు...యూనివర్సిటీ ఆఫ్ కొలరాడోలో కంప్యూటర్ సైన్స్ అండ్ మేషిన్ లెర్నింగ్ విద్యార్థి అయిన తార, తన అభిరుచిని ఫిగర్ స్కేటింగ్కే పరిమితం చేయలేదు. ప్రపంచాన్ని చుట్టరావడం, సొంత వ్యాపారాన్ని కలిగి ఉండడం, డ్రైవర్డ్ ఫేస్ ఆఫ్ లాంగ్స్ పీక్సు అధిరోహించడం, భారతదేశంలో ఫిగర్ స్కేటింగ్ అభివృద్ధికి సహాయపడదాన్ని తన లక్ష్యాలగా ప్రకటించుకుంటోంది. స్టేటింగ్ తర్వాత తానుకొన్నగా ఇష్టపడే క్రీడ పర్ఫార్మర్గా అనీ, అప్పుడప్పుడు హైకింగ్కు కూడా వెళ్తూ ఉంటాననీ అంటోంది. అలాగే తార, స్కేటింగ్ కోసం తన దుస్తులను తానే డిజైన్ చేసుకుని, కుట్టుకుంటూ ఉంటుంది.



ఆ బాధ నుంచి బయటపడితే..

ట్రైకమ్ అయినా బేఫికర్గా బతికేయొచ్చు!



అయితే, మీకు ట్రైకమ్తో స్వాతంత్ర్యం వచ్చేసినట్లే! అప్పటివరకూ మీ భాగస్వామికి నచ్చినట్లుగానే నడుచుకొని ఉంటారు. ఇక వారి ఆస్థాయీలపైకో పనిలేదు. స్వేచ్ఛగా జీవించే అవకాశం దొరుకుతుంది. ఏ విషయంలోనైనా సొంత నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. భాగస్వామితో విడిపోయినప్పుడు కొందరు ఓంటరిగా ఉండిపోతారు. ఎవ్వరినీ కలవరు.. ముట్లాడరు. అలాంటి సమయంలోనే వారిలో ‘నెల్లీ లమ్’ పెరుగుతుంది. అంటే.. వారిపై వారికే డ్రేమ పుడుతుంది. జీవితంలో మరింతగా ఎదగాలన్న ఆకాంక్ష, తనను వదిలేసిన వ్యక్తికి తానేంటో చూపించాలన్న కసి మొదలవుతుంది. ఇలాంటి సమయంలో ఏదైనా లక్ష్యాన్ని ఎంచుకుని ప్రయత్నిస్తే.. తప్పకుండా విజయం సాధిస్తారు. అందుకే.. ట్రైకమ్ అయ్యిందని బాధలో మునిగిపోకండి. గోడకు కొట్టిన అంటిలా.. తిరిగి పుంజుకోండి. బంగారంలాంటి భవిష్యత్తును నిర్మించుకోండి.

సూపర్ ఉమన్

లల్లీసింగ్!



మూడో తరగతి చదివే చిన్నారికి ‘ద రాక్ డ్రైన్స్’ అంటే.. బెడ్రూంలో కటౌట్ పెట్టుకునేంత ఇష్టం. దీంతో అంతా తనని రాక్ సింగ్ అని పిలిచేవారు. డ్రైన్సు సూపర్మ్యాన్గా భావించిన ఆ చిన్నారి.. తనని సూపర్ ఉమన్గా ఊహించుకుంది. తన ఊహ అక్కడితో ఆగిపోలేదు. తనతోనే పెరిగి పెద్ద నేడు సూపర్ ఉమన్ లిల్లీసింగ్ గా ఎదిగింది. కామెడీ కంటెంట్ వీడియోలను యూట్యూబ్లో పోస్టు చేస్తూ సోషల్ మీడియా స్టార్గానే గాక, కోట్లమంది ఫాలోవర్స్తో ప్రపంచంలోనే పాపులర్ యాక్టర్, రావర్స్, షాగర్గా మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకుంది.

కెనడాలో స్థిరపడిన పంజాబీ దంపతులు సుఖ్బిందర్ సింగ్, మల్వీందర్ సింగ్ల రెండో సంతానంగా 1988 సెప్టెంబర్ 26న ఒంటారియాలోని స్కార్బరోలో లిల్లీ సైని సింగ్ పుట్టింది. లిల్లీకి సీనా అనే అక్క ఉంది. స్కార్బరోలోనే విద్యనభ్యసించిన లిల్లీ... యార్క్ యూనివర్సిటీలో సైకాలజీలో డిగ్రీ చదివింది. డిగ్రీలో ఉండగా లిల్లీ భాంగ్రా నృత్యాన్ని నేర్చుకుంది.

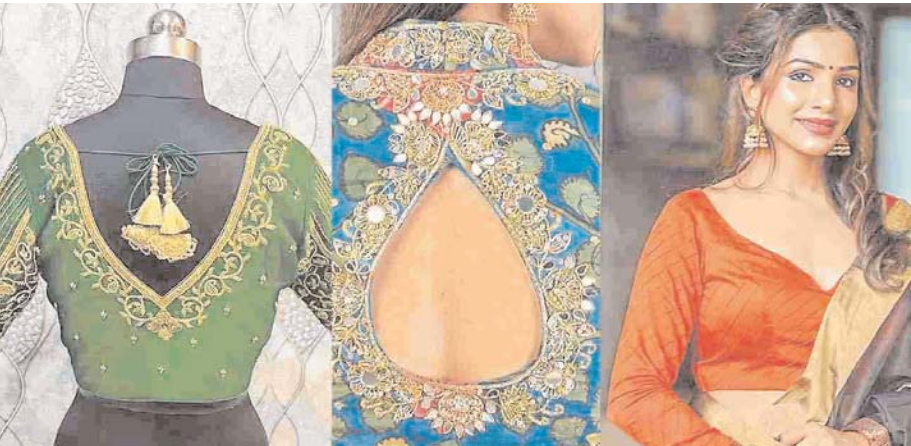
సూపర్ ఉమన్..డిగ్రీ పూర్తయ్యాక కలెక్షన్స్ ఏజెన్సీలో ఉద్యోగంలో చేరినప్పటికీ, అది తనకి నచ్చకపోవడంతో.. జూబ్ వదిలేసి 2010లో ‘సూపర్ ఉమన్’ పేరిట యూట్యూబ్ ఛానల్ను ప్రారంభించింది. కామెడీ, ఫన్సీ వీడియోలు రూపొందించి తన ఛానల్లో పోస్టుచేసింది. పురుషులపై ప్యారడీ, తన తల్లిదండ్రులు, ఇంకా ఇతర కుటుంబ సభ్యులను అనుకరిస్తూ లిల్లీ చేసే కామెడీని ఎక్కువమంది రైట్ చేసేవారు. లిల్లీ చేసిన తొలి వీడియో ‘అఫీషియల్ గైడ్ టు బ్రౌన్ గార్న్స్’లో భారతీయ సంప్రదాయ దుస్తులు వేసుకుని వ్యంగ్యం, కామెడీలతో హాస్యాన్ని రక్తికట్టించడంతో బాగా వైరల్ అయింది. దీంతో లిల్లీ ఛానల్ను ఫాలో అయ్యేవారి సంఖ్య కోటి దాటింది. ఈ ఉత్సాహంతో ‘సూపర్ ఉమన్ షాగ్స్’ పేరిట రెండో యూట్యూబ్ ఛానల్ను క్రియేట్ చేసింది. ఈ ఛానల్లో తన డైరీ రొటీన్ యాక్టివిటీ వీడియోలు పోస్టు చేసింది.

ఫోర్స్ట్ర్ టాప్విదన్..లాస్ ఏంజిల్స్కు మకాం మార్చి తన వీడియోలతో రాకెట్లా దూసుకుపోయి కోటిన్నరకు పైగా నబ్(స్ట్రైబర్స్)తో 10.5 మిలియన్ డాలర్లను సంపాదించి 2017లో ఫోర్స్ట్ర్ అత్యధిక ఆదాయం కలిగిన యూట్యూబ్ స్టార్స్ టాప్ టెన్లో లిల్లీ సింగ్ నిలిచింది. తన ప్రతిభతో అనేక అవార్డులు అందుకుంది. మంచిచిగాగునూ...యూట్యూబర్గా బిజీగా ఉంటానే హాళివుడ్ బాలీవుడ్ సినిమాల్లో నటించింది. ‘డాక్టర్ కాబ్బీ’, బాలీవుడ్ సినిమా‘స్పీడీ సింగ్’, థ్యాంక్యూలర్ నటించింది. బబుల్స్ అండ్ మిస్ అనే యానిమేటెడ్ సినిమాకు గాత్రం అందించింది. తరువాత హాళివుడ్ సినిమా ఐస్ విజ్: కొలిజన్ కోర్స్’, ‘బుడ్డీ మామ్మలో నటించింది. ఓ పంజాబీ సాంగ్ను ర్యాప్ చేసి పాడడంతో బాలీవుడ్ సినిమా గులాబ్ గ్యాంగ్లో పెట్టారు. కాగా అనేక సామాజిక అంశాలపై స్పందించే లిల్లీ సింగ్ ఈ ఏడాది జరిగిన గ్రామీ అవార్డ్స్ ఈవెంట్లో ‘ఐ స్టాండ్ విత్ ఫార్వర్డ్స్’ అని రాసి ఉన్న మాస్క్ ధరించి ఇండియాలో రైతులు చేస్తున్న ఉద్యమానికి మద్దతు తెలిపింది.

ఎ లిటిల్ లేట్ విత్ లిల్లీసింగ్...నిర్విరామంగా వీడియోలతో అలరించిన లిల్లీసింగ్ 2018 నవంబర్లో “గత ఎనిమిదేళ్లుగా మానసికంగా, శారీరకంగా అలసిపోయాను. కొద్దిరోజులు వీడియోలు చేయలేను” అని చెప్పి కొద్దికాలం ట్రైక్ తీసుకుంది. తర్వాత 2019లో “నేను ‘బైసెక్సువల్’” అని ట్వీట్ చేసి సంచలనం సృష్టించింది. ఈ విషయాన్ని కొందరు విమర్శిస్తే, మరికొందరు ఆమె నిజాయితీని మచ్చుకున్నారు. ఇదే ఏడాది కార్నన్ నిర్వహించే ఎస్బీసీ షోను లిల్లీ సింగ్ చేపట్టి, అర్ధరాత్రి ఒంటిగంటకు ప్రసారమయ్యే ‘ఎ లిటిల్ లేట్ విత్ లిల్లీసింగ్’కు వ్యాఖ్యాతగా మారింది. దీంతో లేట్ నైట్ షోకు హెచ్చుగా వ్యవహరిస్తున్న తొలి మహిళగా లిల్లీసింగ్ నిలిచింది. కాగా ఈ షోను ఈ ఏడాది ముగిస్తున్నట్లు ఎన్టీవీ ప్రకటించింది.చివరి ఎపిసోడ్ జూన్ 3న ప్రసారం కానుంది.

సహాయ మీడియా

బ్లౌజ్ మేనియా!



పండగ వచ్చడంటే కొత్త ట్రెండ్స్ కోసం మహిళలందరూ ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు. ఈ పండగకు రకరకాల బ్లౌజ్ డిజైన్లు మార్కెట్లోకి ప్రవేశించాయి. ఆ డిజైన్స్ ఏమిటో.. అవి ఎలాంటి చీరలపై ధరించటానికి పసికొస్తాయో చూద్దాం..

మిరర్ వర్క్ బ్లౌజులు

బ్లౌజ్లపై అద్దాలను కుట్టడం ఒకప్పుడే ప్యాషన్. మళ్లీ అది ఒక ట్రెండింగ్ మారింది. ఈ బ్లౌజ్లను చీరలపైనే కాకుండా లెహంగాలపై కూడా వేసుకోవచ్చు. ఈ బ్లౌజ్లు కుట్టించుకోవటానికి అనువైన బైజ్ పీసీలు మార్కెట్లో అందుబాటులో లభిస్తున్నాయి.

డోరీ బ్లౌజ్

పార్టీలకు వెళ్లినప్పుడు- అందరిని ఆకర్షించటానికి వేసుకొనే బ్లౌజ్ ఇది. దీనిని ఏ చీర మీద ధరించినా బావుంటుంది.

ఫుల్ స్లీవ్ బ్లౌజ్

ఈ బ్లౌజ్ వేసుకుంటే హుందాతనం దానంతట అదే వచ్చేస్తుంది. వీటిని చీరలపైనే కాకుండా లెహంగాలపై కూడా ధరించవచ్చు. కొందరికి చేతులపై చిన్న చిన్న మచ్చలు ఉంటాయి. ఇలాంటి వారు ఈ బ్లౌజ్లను ధరిస్తే మచ్చలు బయటకు కనిపించవు. ”

కటౌట్ బ్లౌజ్

నైట్ పార్టీలకు ఎక్కువ మంది ఈ డిజైన్ను ఎంపిక చేసుకుంటారు. ఈ బ్లౌజ్ వేసుకుంటే శరీరాకృతి

మొక్కలకు ఎప్పుడు నీళ్లు పోయాలి



మనం ఇంటి చుట్టూరా లేదంటే బాలిస్ట్రో మొక్కలను పెంచుతూ ఉంటాం. వాటి స్వభావాన్ని అనుసరించి రోజూ నీళ్లు పోస్తూ ఉంటే మొక్కలు చక్కగా పెరుగుతాయి. మొక్కలకు ఏ సమయంలో నీళ్ు పోస్తే మంచిదో తెలుసుకుందాం...

సూర్యోదయానికి ముందే మొక్కలకు నీళ్లు పోయాలి. ఈ సమయంలో నేల లేదా కుండీలోని మట్టి చల్లగా ఉంటుంది. దీంతో మొక్కలు మెల్లగా నీటిని పీల్చుకుంటాయి. ఫలితంగా వేర్లు, కాండం, ఆకులు పూర్తిగా తేమతో నిండుతాయి. రోజంతా ప్రసరించే

సూర్యరశ్మిని, వేడిని తట్టుకుని నిలబడతాయి. సూర్యోదయం తరువాత, మధ్యాహ్న సమయాల్లో మొక్కలకు నీళ్లు పోయకూడదు. అలా పోస్తే ఆకులు, వేర్లు దెబ్బతిని మొక్కలు త్వరగా ఎండిపోతాయి.సాయంత్రం సూర్యాస్తమయం వెంటనే మొక్కలకు నీళ్లు పోయకూడదు. మొక్క భాగాలు, మట్టి చల్లబడే వరకూ ఆగాలి. చీకటి పడకుండా వెలుగు ఉన్నప్పుడే నీళ్లు పోయాలి.రాత్రి వేళల్లో కూడా మొక్కలకు నీళ్లు పోయకూడదు. అలా చేస్తే హానికారక ఫంగిసలు, క్రిమి కీటకాలు చేరి మొక్కలకు నష్టం కలిగిస్తాయి.వర్షాకాలంలో అయితే రోజూ కాకుండా రెండు రోజులకు ఒకసారి నీళ్లు పోస్తే చాలు. శీతాకాలంలో మట్టిని గమనించి అవసరం మేరకు ఉదయమే నీటిని చిలకరించాలి.కొన్ని మొక్కలకు నీళ్లు ఎక్కువగా అవసరమవుతాయి. కొన్నింటిని మట్టి తేమగా ఉంటే చాలు. వాటి స్వభావం గురించి పూర్తిగా తెలుసుకుని ఆ ప్రకారమే నీళ్లు అందిస్తే మొక్కలు ఏప్పుగా పెరుగుతాయి.

