

పసిబిడ్డను పక్కన పెట్టుకుని అంబులెన్స్ట్ డైవ్ చేస్తున్నా.

హడావుడిగా నా వైపు దూసుకువస్తోంది. వారి చేతిలో

స్సహతప్పిన పిల్లవాడు... కాలు విరిగింది. రక్తం ధార

అంబులెన్స్, అతడి కాలైతే పోయింది. అయితే ఆ రోజు

డాక్టర్ చెప్పింది... 'ఇంకాస్త ఆలస్యమై ఉంటే పిల్లాడి

సంఘటనలు ఎన్నో! మా ఉచిత అంబులెన్స్ సేవల

ద్వారా నా భర్త హిమానుతో కలిసి కొనఊపిరిలో ఉన్న

అనేక మందిని రక్షించాం. నేటికీ అదే మా నిత్యకృత్యం.

అసలు ఈ అంబులెన్స్ సేవలు ప్రారంభించడానికి

ఆ మూడింటో...

2) రువు తగ్గాలంటే ఎంతో కొంత కొవ్వు ఆహారంలో

ఉండి తీరాలి. అయితే ఆ కొవ్వు కోసం ఆలివ్ నూనె,

ವನ್ನ, ನಯ್ಯಲಲ್ ದೆನ್ನಿ ಎಂಕುಕ್ರಪಲ್ ತಲುಸುಕ್ರಪಲಿ.

ఈ మూడూ వేటికవి ఆరోగ్యకరమైనవే! వాటిలోని

పోషకాలు, అందించే క్యాలరీల ఆధారంగా అనువైన

కొవ్వును ఎంచుకోవచ్చు. ఈ మూడు కొవ్వుల మధ్య

3న్న: కీటో డైట్లో ప్రధాన పాత్ర పోషించే వెన్న

తేడాలను తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం!

నిస్పందేహంగా పొందవచ్చు. పాల నుంచి

నూనెకు చక్కని బ్రత్యామ్నాయం. పరిమితంగా

విటమిన్ ఎ, ఇ, యాంటీఆక్సిడెంట్స్, క్యాల్షియం

కొవ్వు కలిగిన వెన్న తినడం వల్ల ఊబకాయం,

తీసుకున్నంతకాలం దీనితో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను

తయారుచేసిన వెన్నలో ట్రాన్ఫ్ఫ్ఫ్మాట్స్ ఉండవు. పైగా

మొదలైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అత్యధిక

ಗುಂಡಜಬ್ಬುಲು ರಾಕಬ್ ವದಂ ಆಸ್ಪರ್ಯಪರಿವೆ ವಿಷಯಂ.

కారణం మావారి జీవితంలో ఎదురైన ఓ ఘటన.

ఆయనకు పధ్నాలుగేళ్లప్పుడు వాళ్ల నాన్న రోడ్డు

ರ್ವಾಪ್ ವ್ಯಾಮಾನ್ ಎಸ್. ನಾ ಜೆವಿತಂಲ್ ಇಲಾಂಟಿ

స్వానుభవం నుంచి...

కడుతోంది. యాక్సిడెంట్ కేసు. అతడిని ఆసుప్పతికి తీసుకువెళ్లాలని నన్ను అభ్యర్థించారు. క్షణం ఆలస్యం

చేయలేదు. నిమిషాల్లో ఆసుప్పతి ముందు ఉంది

రెడ్ సిగ్నల్. బండి ఆగింది. ఇంతలో ఓ గుంపు...

మంచి ఉద్యోగం... జీతం... పిల్లలకు బంగరు భవితవ్వం... ఇదే కదా సగటు మనిషి జీవిత లక్ష్యం! మలి ట్వింకిల్ కలియా... దీనికి భిన్నం. ఆమెదీ అతి సామాన్య మధ్యతరగతి కుటుంబం. కానీ ఆశయం... ఆకాశమంత ఉన్నతం. అత్యవసరంలో ఉన్నవారి ప్రాణాలు కాపాడేందుకు అంబులెన్స్ డైవర్గా మారారు. భర్తతో కలిసి వేల మందిని రక్షించారు. శరీరాన్ని కేన్నర్ తొలిచేస్తున్నా... సేవ నుంచి పక్కకు జరగని అంకితభావం ఆమెది.

ఏజెంట్లుగా పనిచేస్తున్నాం. ఇప్పటికీ అదే మా జీవనాధారం. వచ్చే డబ్బు ఏ మూలకూ సరిపోదు. కరోనా సమయంలోనూ...

పెళ్లయిన నాటి నుంచి మా ఇద్దరి జీవితాలు సేవకే

అంకితమయ్యాయి. పేదలకు ఉచిత అంబులెన్స్ సర్వీస్ అందిస్తున్నాం. 'షాహిద్ భగత్సింగ్ ట్రస్ట్' కొంత సహకరిస్తోంది. మొదటో సోమత లేని పేషెంటు ఎవరో తెలుసుకోవడానికి చాలా అవస్థలు పడ్డాం. తరువాత అవగాహన కల్పించడానికి మా వివరాలు, ఫోన్ నెంబర్లతో పోస్టర్లు అంటించాం. నిదానంగా సాయం కోసం కాల్స్ రావడం మొదలయ్యాయి. కుటుంబాలు పట్టించుకోకుండా వదిలేసిన అనాథ శవాలకు అంతిమ సంస్కారాలు కూడా నిర్వహిస్తున్నాం. ముఖ్యంగా కరోనా సమయంలో ఇలాంటి మృతదేహాలు అధికమయ్యాయి. కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు కూడా ఇన్ఫ్ కన్ సోకుతుందని దూరంగా ఉంటున్నారు. ఇది చాలా



గంటలూ సేవలు అందుబాటులో ఉండాలంటే ర్వాతిశు మేం బండి ఎక్కక తప్పదు. ఇప్పటికి 80 వేల మంది పేషెంట్లు మా సర్వీస్ ఉపయోగించుకున్నారు. ఇది కాకుండా కరోనా రెండో దశ ఉధృతంగా ఉన్న సమయంలో ఆక్సిజన్ సిలిండర్ల కోసం కూడా కాల్స్ వచ్చాయి. మేము ఊహించలేదు. మా పరిధిలో ಶೆಕ್ರಿಯನ್, ಎಕ್ಕಡ ದಿರುಕುತ್ಯಾ ವಿವಾರಿಂವಿ, అత్యవసరంలో కొందరికి సిలిండరు సరఫరా ವೆಯಗಲಿಗಾಂ.

#### ම්වජ ව්බ ప్రయాణం...

మాకు ఇద్దరు కూతుళ్ళు. ఇరవై నాలుగు గంటలూ పేషెంట్ల నుంచి కాల్స్ వస్తూనే ఉంటాయి. దీంతో పడుకొనేసరికి రోజూ తెల్లవారుజాము 4 గంటలు అవుతుంది. మళ్లీ ఉదయం తొమ్మిదికల్లా మా పనులు ముగించుకోవాలి. ఆ తరువాత ఇన్ఫూరెన్స్ పాలసీలు అమ్మాలి. మధ్యాహ్న, రాత్రి భోజనానికి, పిల్లల కోసం చ్రపత్వేకంగా కేటాయించడానికి ఫలానా సమయమంటా లేదు. ఎప్పుడు కుదిరితే అప్పుడు తినడమే. ఎమర్జెన్సీ కాల్స్ వస్తే వదిలేసి పరుగెత్తాలి. దీనివల్ల ఒక్కోసారి န္တလာဝမ္မ်ာ့မ်ား မဘဲလာဝမ်ာ့သဝယ္ဟာ ငယ္က చేసుకోవాల్సి వస్తుంది. ఫలితంగా మా ఆదాయం దెబ్బతింటోంది. రాష్ట్రపతి అవార్డు దక్కినా...

కొన్ని సందర్భాల్లో అంబులెన్స్ లకు ఆయిల్ కొట్టించడానికి కూడా డబ్బులు ఉండవు. ఇదికాక డ్రైవర్లకు జీతాలు ఇవ్వాలి. ఫీజులు కట్టలేదని మా పిల్లల్ని స్కూల్ నుంచి పంపించేశారు. మా సంసారం, సేవా కార్యకమం... అంతా అప్పులపైనే నడుస్కోంది. ఇప్పటికీ లక్షల్లో బాకీలు ఉన్నాయి. అప్పుడప్పుడూ కొందరు దాతలు నిధులు సమకూరుస్తున్నారు. 2019లో రాష్ట్రపతి నుంచి 'నారీ పురస్కార్' అందుకున్నాను. ఈ ఏడాది మహిళా దినోత్సవానికీ 'ఢిలీ గౌరవ్ అవార్' దక్కింది. అయినా ప్రభుత్వం నుంచి ఎలాంటి సాయం లేదు. అవారులు అన్నం పెట్లవు కదా! మేము ఆశించే సాయం మా కోసం కాదు... నలుగురి కోసం మేం చేస్తున్న ఓ మంచి పని కోసం. ఏదిఏమైనా మేం వెనక్కి తగ్గేదీ లేదు. మరికొన్ని అంబులెన్స్ల్లు సమకూర్పాలనే ప్రయత్నాల్లో ఉన్నాం. ఒకరి ప్రాణం నిలబెట్టిన దానికి కంటే మించిన సంతృప్తి మరెందులోనూ ఉండదు కదా!"



గుడ్ ఫుడ్

**ಆಂಧ್ರೆಜ್ಯ್**ತಿ

**S**ర దోస అనగానే ఫేస్మమాస్క్ వేసుకున్నప్పుడు కళ్ల మీద ఉంచుకునే కీరా స్టైసెస్ కళ్ల ముందు మెదులుతాయి. లేదా రెస్తారెంట్ లో భోజనంతో పాటు సర్స్ చేసే సలాడ్ బౌల్లో నుంచి తొంగి చూసే కీరా ముక్కలు గుర్మకొస్తాయి. ఈ రెండు సందర్భాల్లోనూ అవి తినడానికి పనికొచ్చే

పదారాలనే విషయమే మనకు గుర్మకు రాదు. నిజానికి కీరాతో పొందే వీలున్న ఆరోగ్య ప్రయోజనాల ಗುರಿಂವಿ ತರಿಸ್ಟ್ರೆ ವಾಟಿನಿ ವಿತುಕ್ಯುನಿ ಮರಿ ಲಾಗಿಸ್ತಾಂ! ❖ సూర్యరశ్మిలోని అల్జావయొలెట్ కిరణాల నుంచి ර<u>ජූ</u>ක ජවාస్තాయి

కుటుంబ కదంబం

ಗುರುವ್ರಂ • 8 ಜ್ಲಾಶ 2021

features@andhrajyothy.com



# కీరాలో కోరుకున్నన్ని..

- బరువు తగ్గుతాం
- 💠 చర్మపు మెరుపు రెట్టింపు అవుతుంది
- ❖ ఉబ్బిన ముఖం మామూలవుతుంది ❖ వెంటుకలు బలం పొందుతాయి
- ❖ ఒత్తిడి తగ్శుతుంది
- ❖ తగిన నీరు శరీరానికి అందుతుంది
- ❖ శరీరంలోని టాక్సిను బయటకు వెళ్ళాయి ❖ మ్యూతపిండాల్లోని రాశ్లు కరుగుతాయి
- ❖ నోటి దుర్వాసన వదులుతుంది
- ❖ జీరశక్తి మెరుగవుతుంది 💠 వాపులు తగ్శుతాయి
- ❖ కళ కింది నల్లని వలయాలు తగ్గుతాయి
- ❖ మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది
- 💠 చర్మపు బిగువు పెరుగుతుంది

'దిక్కూచి' వెబ్ పేజీలో...

- పేహెచ్దరీ
- అంబేద్మర్ ఓపెన్
- ಯಾನಿವಲ್ಪಿಟೆ ಪ್ರಾಗ್ತಾಮ್ನ
- ఫైన్ ఆర్ట్ఫ్ల్ కోర్బులు • సీఆర్పీఎఫ్-సివిల్
- ఇంజనీలంగ్



క్యూఆర్ కోడ్ స్మాన్ చేయండి. లేదా ఈ కించి యూఆర్ఎల్ https://qrgo.page.link /ZUXdoలో చదవండి.

# नेने क्षणिं

డ్రమాదంలో తీడ్రంగా గాయపడ్డారు. వెంటనే ఆసుపత్రికి తీసుకువెళ్ళాలంటే అంబులెన్స్ లేదా ఆటో పిలవాలి. అది ఖర్పుతో కూడుకున్నది. అంత డబ్బు వాళ్ల వద్ద లేదు. అడిగినా చుట్టపక్కవారు ఎవరూ సాయం చేయలేదు. గంటలపాటు (పయత్నించగా ఎలాగో కొంత డబ్బు సమకూరింది. ఆటోరిక్టా మాట్లాడుకొని ఆయన తండ్రిని ఆసుప్పతికి తీసుకెళితే... పరిస్థితి విషమించి కోమాలో పెట్టారు. అప్పటికి స్రామాదం జరిగి ఏడు గంటలు దాటిపోయింది. ఆ ఆలస్యం ఫలితం ఆయన కోలుకోవడానికి రెండేళ్లు పట్టింది. అది వాళ్ల కుటుంబంపైనే కాదు, చిన్న వయసులో హిమాన్స్టునా పెను స్థ్రుప్తుంది. ఆ తరువాత అదే ఆయన జీవితాన్ని మార్చేసింది.

పెక్టి కానుకగా అంబులెన్స్...

కష్టపడి తండ్రిని బతికించుకున్న తరువాత హిమాను ఒక దృఢ నిర్ణయానికి వచ్చారు. మరే తల్లికి గానీ, బిడ్డకు గానీ అలాంటి పరిసితి ఎదురుకాకుండా చూడాలనుకున్నారు. 2002లో హిమానుతో నా పెళ్లయింది. ఆయన తల్లితండ్రులు కానుకగా అంబులెన్స్ బహూకరించారు. చూసినవారికి వింతగా అనిపించింది. కానీ అది ఆయన జీవిత ఆశయం కదా! ఆ తరువాత నా ఆశయం కూడా అదే అయిపోయింది. ఇద్దరం ఇన్ఫూరెన్స్

### కేన్సర్ కబళిస్తున్నా...

నాకు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు. 2007లో హెపటైటిస్ బీ ఉందని తేలింది. 2020లో బ్రాపెస్ట్ కేన్సర్ వచ్చింది. రెండుసార్లు సర్జరీ చేయించుకున్నా. చాలాసార్లు కీమోథెరపీ సెషన్స్ కు వెళ్లా. అయినా అవసరంలో ఉన్నవారిని ఆదుకోవడంలో నా దృక్పథం మారదు. హిమానుకు కూడా హృదయ నాళాల్లో బ్లాకేజీలు ఉన్నాయి. అయితే డబ్బు లేక ఎప్పటికప్పుడు చికిత్స వాయిదా వేస్తూ వస్తున్నారు. కొన్నిసారు అనిపిస్తుంటుంది... మా జీవితాన్ని మేం జీవించలేకపోతున్నామని. కానీ మాకు దక్కిన మంచి పేరు, అందే ఆశీరాదాలు, అభినందనలు, ఆప్యాయతల ముందు ఆ బాధ చిన్నదిగా కనిపిస్తుంది.

రాత్రిక్లు మేమే డైవింగ్...

ఇరవయ్యేళుగా మాది విరామం లేని ఉద్యోగం. అంబులెన్స్ సంఖ్య ఒకటి నుంచి 14కు చేరింది. పది ಮಂದಿ ಜ್ಞಾವರ್ಜ್ನ ಪಿಟ್ಹಾಂ. ವಾರು ಪಗಲು ಪನಿ ವೆನ್ಡಾರು. రాత్రి నేను, మా వారు అంబులెన్స్ల్లు నడిపిస్తాం. 24



#### మొదటి జీతం వరద బాధితులకు

(ఆపుర వెస్ట్ నియోజకవర్గం నుంచి పార్లమెంట్ సభ్యురాలిగా గెలుపొందిన 50 సంవత్సరాల స్థాపతిమా భౌమిక్ 1991 నుంచి భారతీయ జనతా పార్టీలో సభ్యురాలు. 'దీదీ'గా సుపరిచితురాలైన ప్రతిమ త్రిపుర ముఖ్యమంత్రి శ్రీబిలాప్ కుమార్ వర్గంలో కీలకం. 2016లో రాష్ట్ర పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శిగా నియమితులయ్యారు. సోనమురాలోని బరనారాయణ్ ప్రాంతం నుంచి వచ్చిన ఆమె... అగర్హలలోని ఉమెన్స్ కాలేజీలో బయోసైన్స్లోలో డిగ్రీ ವೆಕ್ಕಾರು. ರಾಜಕಿಯಾಲ್ ಅಂಕ್ಷಲಂಪಲುಗ್ ಎದಿಗ್ಗಾರು. ಗತ

ప్రతిమా భౌమిక్... డాక్టర్ భారతి పవార్... ఒకలబి ఈశాన్య రాష్ట్రం... మరొకలబి మహారాష్ట్ర ప్రాంతం. ఇద్దల నేపథ్యాలు వేరైనా... సామాజిక సేవతో ప్రజలతో మమేకమైన మహిళామణులు వీరు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ తాజాగా ప్రకటించిన కేంద్ర మంత్రి మండలిలో చోటు దక్కించుకున్నారు. తొలిసాలి మంత్రులుగా బాధ్యతలు చేపడుతున్న వీలిద్దరూ... ನವಸಕಾನಿಕೆ ನಾಂದಿ పలుకుతున్నారు.

# నవశకానికి

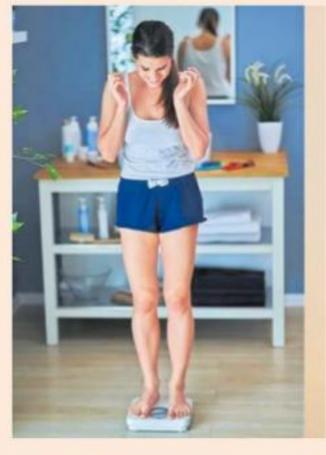
# ನ್ಂದಿ

పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో పార్టీ ఆమెకు టికెట్ ఇచ్చింది. తాలిసారి పోటీ చేసి మూడు లక్షలకు పైగా మెజార్టీతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థిపై గెలుపొందారు. "త్రిపురను అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేయడమే తన ఏకైక లక్ష్యం' అని నాడు ఆమె ప్రకటించారు. అన్నట్నగానే రాష్ట్రంలో బడుగు, బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతికి కృషి చేశారు. ఆ తరువాత ఆహార, వినియోగదారుల వ్యవహారాలు, ప్రజా పంపిణీ పార్లమెంట్ స్టాండింగ్ కమిటీ సభ్యురాలిగా వ్యవహరించారు. పారమెంట్ సభ్యురాలిగా తనకు వచ్చిన మొదటి నెల జీతం లక్ష రూపాయలను అస్తోం వరద బాధితుల సహాయ నిధికి అందించి పెద మనసు చాటుకున్నారు.



ఆమెది ప్రజల పక్షం

డాక్టర్ భారతి డ్రపీణ్ పవార్... మహారాష్ట్రలోని డిండోరి లోక్సభ స్థానం నుంచి ఎన్నికైన ఆమె కింది స్థాయి నుంచి ఎదిగిన మహిళ. గతంలో 'నాశిక్ జిల్లా పరిషత్' సభ్యురాలిగా పని చేశారు. ఆ సమయంలో మహిళలు, పిల్లల్లో పోషకాహార లోపంపై దృష్టి పెట్టారు. బలవర్గకమైన ఆహారాన్ని అందించేందుకు కృషి చేశారు. అలాగే ప్రజలందరికీ స్వచ్ఛమైన తాగు నీటి కోసం పోరాడారు. నాశిక్ మెడికల్ కాలేజీలో ఎంబీబీఎస్ చదివిన ఆమె... చ్రపజా సేవలో భాగమయ్యారు. మహారాష్ట్రలోని ఖండేష్ ఆమె సొంత ఊరు. 42 ఏళ భారతి సేవా నిరత్తి ఎన్నికల్లో బీజేపీ టికెట్ దక్కేలా చేశాయి. అంతేకాదు... అదే సంవత్సరం ఉత్తమ మహిళా పార్లమెంటేరియన్ అవార్తు కూడా అందుకున్నారు. ప్రజాక్షేత్రంలో తొలి పరీక్షలోనే నెగ్గిన భారతి... ఇప్పుడు కేంద్ర మంత్రి అవ్వడం అభినందనీయం.



ఒక స్పూను వెన్నలో 100 క్యాలరీల శక్తి, కేవలం 12గ్రాముల కొవ్వు మాత్రమే ఉంటుంది. ఆలివ్ నూనే: అత్వంత ఉత్తమమైనదిగా పేరు తెచ్చుకున్న మెడిటరేనియన్ డైట్లో ఆలిప్ నూనె

్రపధాన ప్యాత పోషిస్తుంది. దీనో మోనోశాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడు ఉంటాయి

ఆకలిని తీర్పి, అధిక బరువును తగ్గించే గుణం వీటికి ఉంటుంది. ఒక టేబుల్స్టూను ఆలివ్ నూనెలో 119 క్వాలరీలు, 13.5 గ్రాముల కొవ్వులు ఉంటాయి. అన్పిటికంటే ముఖ్యంగా ట్రేస్ కెమికల్స్ ఉంటాయి. ఎక్స్ట్ వర్షిన్ ఆలిప్ ఆయిల్లో మిగతా ఆలిప్ నూనెల్తో లేనన్ని యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. నెయ్యి: నెయ్యి తింటే బరువు పెరుగుతాం అనే

అపోహ నుంచి బయటపడి, బరువు తగ్గించే పోషకంగా దాని వాడకాన్ని ఇటీవలే పెంచుకున్నాం. దీన్లో విటమిన్ ఎ, డి, కె మొదలైన ఫ్యాట్ సాల్యుబుల్ విటమీన్లు

ఉంటాయి. దీని స్నోకింగ్ పాయింట్ అధికం కాబట్టి అన్ని రకాల వంటలకూ ఇది అనుకూలమైనది. దీనో కెసీన్ ఉండదు కాబటి పాలపదారాలు సరిపడని వాళు కూడా

నెయ్యి నిస్సందేహంగా తినవచ్చు. నెయ్యిలోని ఎంజైమ్స్ ಪೆಗುಲಕು ವೆಟು ವೆಯವು. ಕಾಬಟ್ಟಿ ಇದಿ ತ<del>ೆ</del>ರಿಕಗ್ అరుగుతుంది. ఒక టీస్పూను నెయ్యిలో 115 క్యాలరీలు, 9.3  $_{\rm 1}$   $_{\rm 1}$   $_{\rm 2}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm 2}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm 2}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm$ కొలెసాల్, 0 పిండిపదారాలు ఉంటాయి. వెన్నకు లాగే దీన్నీ పరిమితంగా వాడుకోవడం ఆరోగ్యకరం.

ఔషధ విలువలు పుష్కలంగా ఉండే లకాడోంగ్ పసుపు సాగుతో సిరుల పంట పండిస్తూ ఎందరికో ఆదర్శంగా నిలుస్తోంది. సేంద్రియ వ్యవసాయం పై ఎంతోమంది గ్రామీణ మహిళలకు శిక్షణనిస్తూ వారు ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకొనేందుకు సహాయపడుతోంది. మహిళల కోసం ఆమె చేస్తున్న కృషికి గుర్తింపుగా పద్మశ్రీ అవార్మతో భారతప్రభుత్వం సత్కరించింది. మేఘాలయలోని ములీహ్ గ్రామానికి చెందిన 53 ఏళ్ల ట్రినిటీ సైయో విశేషాలు ఇవి...

🕳 ಕಾನ್ಯರಾಷ್ಟ್ರವುನ ಮೆಘುಲಯಲ್ ಒಕ ನಿಸ್ಥೂ విపవానికి నాంది పలికింది ట్రినిటీ సైయో. గతంలో స్కూల్ టీచర్గా పనిచేసిన ట్రినిటీ, వ్యవసాయం మీద మక్కువతో పసుపు సాగువైపు మళ్ళింది. స్రస్తుతం సేంద్రియ పదతులో పసుపు సాగు చేస్తూ సిరుల పంట పండిస్తోంది. అదే సమయంలో గ్రామీణ మహిళలకు పసుపు సాగులో శికణనిస్తూ వాళు ఆరికంగా నిలదొక్కుకొనేందుకు సహాయపడుతోంది. ವ್ಯವನಾಯಂಲ್ ಕಿ ಅಡುಗು ಪಿಟ್ಟಾಕ (ಟಿನಿಟಿ స్వయంసహాయక సంఘాలను(సెల్స్ హెల్స్ గ్రూప్స్) ఏర్పాటు చేసింది. డ్రస్తుతం ఈ గ్రూపులకు చెందిన వంద మంది మహిళలు పసుపు సాగు చేస్తున్నారు. అంతేకాదు

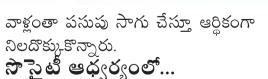
ట్రినిటీ "హిల్స్ కుర్క్లుమిన్ అండ్ స్పైస్ (పొడ్యూసర్ సొసైటీ" పేరుతో ఒక అసోసియేషన్ను ఏర్పాటు చేసింది. ఈ స్వయం సహాయక సంఘాలు పండిస్తున్న పసుపులో 30 మెట్రిక్ టన్నులు దేశంలోని వివిధ స్రాంతాలకు ఎగుమతి అవుతోంది. ట్రబినిటీ సాగు చేసే పసుపులో లకాడోంగ్ అనే రకం మేలైనది. ఈ రకానికి బాగా



డిమాండ్ ఉంది. ఇందులో ఔపద గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ట్రినిటీ సేవలను గుర్తించిన బ్రహ్మత్వం 2020లో పద్మశ్రీ అవార్మతో సత్కరించింది. టీచర్ నుంచి రెతుగా....

్రటినిటీ నైతు కుటుంబం నుంచి వచ్చిన మహిళే. అయితే టీచర్ వృత్తిని వదిలి పసుపు సాగువైపు మళ్లడం మాత్రం అనుకోకుండా జరిగింది. 2003లో ములీహ్ గ్రామాన్ని స్పైసెస్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఇండియా సందర్భించింది. వాళ్లు లకాడోండ్ పసుపులో ఉన్న ఔషధ గుణాలు, మార్కెటో దానికున్న డిమాండ్ను డ్రజలకు వివరించారు. వారి మాటలు ట్రినిటీలో కొత్త ఆలోచనను చిగురింప చేశాయి. "లకాడోంగ్ పసుపు

ఆసక్తి కనబరచడంతో బోరు అధికారులు నా పేరు నమోదు చేసుకున్నారు. నాతోపాటు మాంగ్రామంలో ఏడుగురి పేర్లను చేర్చారు." అని ఆనాటి (పయాణాన్ని పంచుకుంటారు ట్రినిటీ. టీచర్గా పనిచేసిన ట్రినిటీ ఇంగ్జీషు, హిందీ భాషలు మాట్లాడగలదు. అది ఆమెకు కలిసొచ్చింది. సబ్బిడీ స్కీంలపై బోర్తు అధికారులతో చర్పించేందుకు వీలు పడింది. ఇక ఆ తరువాత ట్రినిటీ వెనుదిరిగి చూసుకోలేదు. చుటు పక్కల గ్రామాలోని ಮಪಿಳಲಕು పసుపుసాగుపై అవగాహన కల్పించింది. సుమారు 800 మంది మహిళలకు శిక్షణనిచ్చింది.



టినిటీ ఏర్పాటు చేసిన సొసైటీలో 25 మంది కోర్ సభ్యులు ఉన్నారు. ఈ సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో మిషన్ లకాడోంగ్ పేరుతో పసుపు సాగును మరింత విస్తృతం చేస్తే డ్రుయత్నం చేస్తున్నారు. "సొసైటీ ఏర్పాటు చేశాక పసుపు ఉత్పత్ని వెలికితీతకు అవసరమైన యండ్రాలను సమకూర్పుకున్నాం. అంతేకాకుండా రెతులకు పెటుబడి సాయాన్ని అందజేస్తున్నాం" అని అంటారు ట్రినిటీ. బోరు సహాయంతో ఆమె మేలురకాలైన విత్తనాలను ేసకరించడం, తెగుళ్ల నుంచి పంటను కాపాడుకోవడానికి అనుసరించాల్సిన విధానాల గురించి రైతులకు వివరిస్తున్నారు. "స్వానిక రైతుల నుంచి పసుపును ేసకరిస్తున్నాం. లాస్కిన్ బ్లాక్లో ఉన్న సుమారు 86 గ్రామాలలోని రైతుల నుంచి పసుపు సేకరించడానికి నుంచి మనుషులను ఏర్పాటు చేశాం. చిన్న గైండింగ్ మెషిన్లు ఏర్పాటు చేసుకున్నాం" అని తన సాగు తీరును వివరిస్తారు ట్రినిటీ.

**0 0 0 0 0 0 0** 







పసిబిడ్డను పక్కన పెట్టుకుని అంబులెన్స్ట్ డైవ్ చేస్తున్నా.

హడావుడిగా నా వైపు దూసుకువస్తోంది. వారి చేతిలో

స్సహతప్పిన పిల్లవాడు... కాలు విరిగింది. రక్తం ధార

అంబులెన్స్, అతడి కాలైతే పోయింది. అయితే ఆ రోజు

డాక్టర్ చెప్పింది... 'ఇంకాస్త ఆలస్యమై ఉంటే పిల్లాడి

సంఘటనలు ఎన్నో! మా ఉచిత అంబులెన్స్ సేవల

ద్వారా నా భర్త హిమానుతో కలిసి కొనఊపిరిలో ఉన్న

అనేక మందిని రక్షించాం. నేటికీ అదే మా నిత్యకృత్యం.

అసలు ఈ అంబులెన్స్ సేవలు ప్రారంభించడానికి

ఆ మూడింటో...

2) రువు తగ్గాలంటే ఎంతో కొంత కొవ్వు ఆహారంలో

ఉండి తీరాలి. అయితే ఆ కొవ్వు కోసం ఆలివ్ నూనె,

ವನ್ನ, ನಯ್ಯಲಲ್ ದೆನ್ನಿ ಎಂಕುಕ್ರಪಲ್ ತಲುಸುಕ್ರಪಲಿ.

ఈ మూడూ వేటికవి ఆరోగ్యకరమైనవే! వాటిలోని

పోషకాలు, అందించే క్యాలరీల ఆధారంగా అనువైన

కొవ్వును ఎంచుకోవచ్చు. ఈ మూడు కొవ్వుల మధ్య

3న్న: కీటో డైట్లో ప్రధాన పాత్ర పోషించే వెన్న

తేడాలను తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం!

నిస్పందేహంగా పొందవచ్చు. పాల నుంచి

నూనెకు చక్కని బ్రత్యామ్నాయం. పరిమితంగా

విటమిన్ ఎ, ఇ, యాంటీఆక్సిడెంట్స్, క్యాల్షియం

కొవ్వు కలిగిన వెన్న తినడం వల్ల ఊబకాయం,

తీసుకున్నంతకాలం దీనితో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను

తయారుచేసిన వెన్నలో ట్రాన్ఫ్ఫ్ఫ్మాట్స్ ఉండవు. పైగా

మొదలైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అత్యధిక

ಗುಂಡಜಬ್ಬುಲು ರಾಕಬ್ ವದಂ ಆಸ್ಪರ್ಯಪರಿವೆ ವಿಷಯಂ.

కారణం మావారి జీవితంలో ఎదురైన ఓ ఘటన.

ఆయనకు పధ్నాలుగేళ్లప్పుడు వాళ్ల నాన్న రోడ్డు

ರ್ವಾಪ್ ವ್ಯಾಮಾನ್ ಎಸ್. ನಾ ಜೆವಿತಂಲ್ ಇಲಾಂಟಿ

స్వానుభవం నుంచి...

కడుతోంది. యాక్సిడెంట్ కేసు. అతడిని ఆసుప్పతికి తీసుకువెళ్లాలని నన్ను అభ్యర్థించారు. క్షణం ఆలస్యం

చేయలేదు. నిమిషాల్లో ఆసుప్పతి ముందు ఉంది

రెడ్ సిగ్నల్. బండి ఆగింది. ఇంతలో ఓ గుంపు...

మంచి ఉద్యోగం... జీతం... పిల్లలకు బంగరు భవితవ్వం... ఇదే కదా సగటు మనిషి జీవిత లక్ష్యం! మలి ట్వింకిల్ కలియా... దీనికి భిన్నం. ఆమెదీ అతి సామాన్య మధ్యతరగతి కుటుంబం. కానీ ఆశయం... ఆకాశమంత ఉన్నతం. అత్యవసరంలో ఉన్నవారి ప్రాణాలు కాపాడేందుకు అంబులెన్స్ డైవర్గా మారారు. భర్తతో కలిసి వేల మందిని రక్షించారు. శరీరాన్ని కేన్నర్ తొలిచేస్తున్నా... సేవ నుంచి పక్కకు జరగని అంకితభావం ఆమెది.

ఏజెంట్లుగా పనిచేస్తున్నాం. ఇప్పటికీ అదే మా జీవనాధారం. వచ్చే డబ్బు ఏ మూలకూ సరిపోదు. కరోనా సమయంలోనూ...

పెళ్లయిన నాటి నుంచి మా ఇద్దరి జీవితాలు సేవకే

అంకితమయ్యాయి. పేదలకు ఉచిత అంబులెన్స్ సర్వీస్ అందిస్తున్నాం. 'షాహిద్ భగత్సింగ్ ట్రస్ట్' కొంత సహకరిస్తోంది. మొదటో సోమత లేని పేషెంటు ఎవరో తెలుసుకోవడానికి చాలా అవస్థలు పడ్డాం. తరువాత అవగాహన కల్పించడానికి మా వివరాలు, ఫోన్ నెంబర్లతో పోస్టర్లు అంటించాం. నిదానంగా సాయం కోసం కాల్స్ రావడం మొదలయ్యాయి. కుటుంబాలు పట్టించుకోకుండా వదిలేసిన అనాథ శవాలకు అంతిమ సంస్కారాలు కూడా నిర్వహిస్తున్నాం. ముఖ్యంగా కరోనా సమయంలో ఇలాంటి మృతదేహాలు అధికమయ్యాయి. కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు కూడా ఇన్ఫ్ కన్ సోకుతుందని దూరంగా ఉంటున్నారు. ఇది చాలా



గంటలూ సేవలు అందుబాటులో ఉండాలంటే ర్వాతిశు మేం బండి ఎక్కక తప్పదు. ఇప్పటికి 80 వేల మంది పేషెంట్లు మా సర్వీస్ ఉపయోగించుకున్నారు. ఇది కాకుండా కరోనా రెండో దశ ఉధృతంగా ఉన్న సమయంలో ఆక్సిజన్ సిలిండర్ల కోసం కూడా కాల్స్ వచ్చాయి. మేము ఊహించలేదు. మా పరిధిలో ಶೆಕ್ರಿಯನ್, ಎಕ್ಕಡ ದಿರುಕುತ್ಯಾ ವಿವಾರಿಂವಿ, అత్యవసరంలో కొందరికి సిలిండరు సరఫరా ವೆಯಗಲಿಗಾಂ.

#### ම්වජ ව්බ ప్రయాణం...

మాకు ఇద్దరు కూతుళ్ళు. ఇరవై నాలుగు గంటలూ పేషెంట్ల నుంచి కాల్స్ వస్తూనే ఉంటాయి. దీంతో పడుకొనేసరికి రోజూ తెల్లవారుజాము 4 గంటలు అవుతుంది. మళ్లీ ఉదయం తొమ్మిదికల్లా మా పనులు ముగించుకోవాలి. ఆ తరువాత ఇన్ఫూరెన్స్ పాలసీలు అమ్మాలి. మధ్యాహ్న, రాత్రి భోజనానికి, పిల్లల కోసం చ్రపత్వేకంగా కేటాయించడానికి ఫలానా సమయమంటా లేదు. ఎప్పుడు కుదిరితే అప్పుడు తినడమే. ఎమర్జెన్సీ కాల్స్ వస్తే వదిలేసి పరుగెత్తాలి. దీనివల్ల ఒక్కోసారి န္တလာဝမ္မ်ာ့မ်ား မဘဲလာဝမ်ာ့သဝယ္ဟာ ငယ္က చేసుకోవాల్సి వస్తుంది. ఫలితంగా మా ఆదాయం దెబ్బతింటోంది. రాష్ట్రపతి అవార్డు దక్కినా...

కొన్ని సందర్భాల్లో అంబులెన్స్ లకు ఆయిల్ కొట్టించడానికి కూడా డబ్బులు ఉండవు. ఇదికాక డ్రైవర్లకు జీతాలు ఇవ్వాలి. ఫీజులు కట్టలేదని మా పిల్లల్ని స్కూల్ నుంచి పంపించేశారు. మా సంసారం, సేవా కార్యకమం... అంతా అప్పులపైనే నడుస్కోంది. ఇప్పటికీ లక్షల్లో బాకీలు ఉన్నాయి. అప్పుడప్పుడూ కొందరు దాతలు నిధులు సమకూరుస్తున్నారు. 2019లో రాష్ట్రపతి నుంచి 'నారీ పురస్కార్' అందుకున్నాను. ఈ ఏడాది మహిళా దినోత్సవానికీ 'ఢిలీ గౌరవ్ అవార్' దక్కింది. అయినా ప్రభుత్వం నుంచి ఎలాంటి సాయం లేదు. అవారులు అన్నం పెట్లవు కదా! మేము ఆశించే సాయం మా కోసం కాదు... నలుగురి కోసం మేం చేస్తున్న ఓ మంచి పని కోసం. ఏదిఏమైనా మేం వెనక్కి తగ్గేదీ లేదు. మరికొన్ని అంబులెన్స్ల్లు సమకూర్పాలనే ప్రయత్నాల్లో ఉన్నాం. ఒకరి ప్రాణం నిలబెటిన దానికి కంటే మించిన సంతృప్తి మరెందులోనూ ఉండదు కదా!"



గుడ్ ఫుడ్ **S**ర దోస అనగానే ఫేస్మమాస్క్

**ಆಂಧ್ರೆಜ್ಯ್**ತಿ

వేసుకున్నప్పుడు కళ్ల మీద ఉంచుకునే కీరా స్టైసెస్ కళ్ల ముందు మెదులుతాయి. లేదా రెస్తారెంట్ లో భోజనంతో పాటు సర్స్ చేసే సలాడ్ బౌల్లో నుంచి తొంగి చూసే కీరా ముక్కలు గుర్మకొస్తాయి. ఈ రెండు సందర్భాల్లోనూ అవి తినడానికి పనికొచ్చే పదారాలనే విషయమే మనకు గుర్మకు రాదు. నిజానికి కీరాతో పొందే వీలున్న ఆరోగ్య ప్రయోజనాల ಗುರಿಂವಿ ತರಿಸ್ಟ್ರೆ ವಾಟಿನಿ ವಿತುಕ್ಯುನಿ ಮರಿ ಲಾಗಿಸ್ತಾಂ! ❖ సూర్యరశ్మిలోని అల్జావయొలెట్ కిరణాల నుంచి ර<u>ජූ</u>ක ජවාస్තాయి

కుటుంబ కదంబం

ಗುರುವ್ರಾರಂ ● 8 ಜ್ಞಾಶ 2021

features@andhrajyothy.com



# కీరాలో కోరుకున్నన్ని..

- బరువు తగ్గుతాం
- 💠 చర్మపు మెరుపు రెట్టింపు అవుతుంది ❖ ఉబ్బిన ముఖం మామూలవుతుంది
- ❖ వెంటుకలు బలం పొందుతాయి
- ❖ ఒత్తిడి తగ్శుతుంది
- ❖ తగిన నీరు శరీరానికి అందుతుంది
- ❖ శరీరంలోని టాక్సిను బయటకు వెళ్ళాయి ❖ మ్యూతపిండాల్లోని రాశ్లు కరుగుతాయి
- ❖ నోటి దుర్వాసన వదులుతుంది
- ❖ జీరశక్తి మెరుగవుతుంది 💠 వాపులు తగ్శుతాయి
- ❖ కళ కింది నల్లని వలయాలు తగ్గుతాయి
- ❖ మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది
- 💠 చర్మపు బిగువు పెరుగుతుంది

#### 'దిక్కూచి' వెబ్ పేజీలో...

- పేహెచ్దరీ
- అంబేద్మర్ ఓపెన్
- ಯಾನಿವಲ್ಪಿಟೆ ಪ್ರಾಗ್ತಾಮ್ನ • ఫైన్ ఆర్ట్ఫ్ల్ కోర్బులు
- సీఆర్పీఎఫ్-సివిల్
- ఇంజనీలంగ్



క్కూఆర్ కోడ్ స్కాన్ చేయండి. లేదా ఈ కించి యూఆర్ఎల్ https://qrgo.page.link /6PAh2ණි **చదవం**డి.

# नेने क्षणिं

డ్రమాదంలో తీడ్రంగా గాయపడ్డారు. వెంటనే ఆసుపత్రికి తీసుకువెళ్ళాలంటే అంబులెన్స్ లేదా ఆటో పిలవాలి. అది ఖర్పుతో కూడుకున్నది. అంత డబ్బు వాళ్ల వద్ద లేదు. అడిగినా చుట్టపక్కవారు ఎవరూ సాయం చేయలేదు. గంటలపాటు (పయత్నించగా ఎలాగో కొంత డబ్బు సమకూరింది. ఆటోరిక్టా మాట్లాడుకొని ఆయన తండ్రిని ఆసుప్పతికి తీసుకెళితే... పరిస్థితి విషమించి కోమాలో పెట్టారు. అప్పటికి స్రామాదం జరిగి ఏడు గంటలు దాటిపోయింది. ఆ ఆలస్యం ఫలితం ఆయన కోలుకోవడానికి రెండేళ్లు పట్టింది. అది వాళ్ల కుటుంబంపైనే కాదు, చిన్న వయసులో హిమాన్స్టునా పెను స్థ్రుప్తుంది. ఆ తరువాత అదే ఆయన జీవితాన్ని మార్చేసింది.

పెక్టి కానుకగా అంబులెన్స్...

కష్టపడి తండ్రిని బతికించుకున్న తరువాత హిమాను ఒక దృఢ నిర్ణయానికి వచ్చారు. మరే తల్లికి గానీ, బిడ్డకు గానీ అలాంటి పరిసితి ఎదురుకాకుండా చూడాలనుకున్నారు. 2002లో హిమానుతో నా పెళయింది. ఆయన తలితండ్రులు కానుకగా అంబులెన్స్ బహూకరించారు. చూసినవారికి వింతగా అనిపించింది. కానీ అది ఆయన జీవిత ఆశయం కదా! ఆ తరువాత నా ఆశయం కూడా అదే అయిపోయింది. ఇద్దరం ఇన్ఫూరెన్స్

### కేన్సర్ కబళిస్తున్నా...

నాకు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు. 2007లో హెపటైటిస్ బీ ఉందని తేలింది. 2020లో బ్రాపెస్ట్ కేన్సర్ వచ్చింది. రెండుసార్లు సర్జరీ చేయించుకున్నా. చాలాసార్లు కీమోథెరపీ సెషన్స్ కు వెళ్లా. అయినా అవసరంలో ఉన్నవారిని ఆదుకోవడంలో నా దృక్పథం మారదు. హిమానుకు కూడా హృదయ నాళాల్లో బ్లాకేజీలు ఉన్నాయి. అయితే డబ్బు లేక ఎప్పటికప్పుడు చికిత్స వాయిదా వేస్తూ వస్తున్నారు. కొన్నిసారు అనిపిస్తుంటుంది... మా జీవితాన్ని మేం జీవించలేకపోతున్నామని. కానీ మాకు దక్కిన మంచి పేరు, అందే ఆశీరాదాలు, అభినందనలు, ఆప్యాయతల ముందు ఆ బాధ చిన్నదిగా కనిపిస్తుంది.

రాత్రిక్లు మేమే డైవింగ్...

ఇరవయ్యేళుగా మాది విరామం లేని ఉద్యోగం. అంబులెన్స్ సంఖ్య ఒకటి నుంచి 14కు చేరింది. పది ಮಂದಿ ಜ್ಞಾವರ್ಜ್ನ ಪಿಟ್ಹಾಂ. ವಾರು ಪಗಲು ಪನಿ ವೆನ್ಡಾರು. రాత్రి నేను, మా వారు అంబులెన్స్ల్లు నడిపిస్తాం. 24

#### మొదటి జీతం వరద బాధితులకు

(ఆపుర వెస్ట్ నియోజకవర్గం నుంచి పార్లమెంట్ సభ్యురాలిగా గెలుపొందిన 50 సంవత్సరాల స్థాపతిమా భౌమిక్ 1991 నుంచి భారతీయ జనతా పార్టీలో సభ్యురాలు. 'దీదీ'గా సుపరిచితురాలైన ప్రతిమ త్రిపుర ముఖ్యమంత్రి శ్రీబిలాప్ కుమార్ వర్గంలో కీలకం. 2016లో రాష్ట్ర పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శిగా నియమితులయ్యారు. సోనమురాలోని బరనారాయణ్ ప్రాంతం నుంచి వచ్చిన ఆమె... అగర్మలలోని ఉమెన్స్ కాలేజీలో బయోసైన్స్లో డ్నిగీ ವೆಕ್ಕಾರು. ರಾಜಕಿಯಾಲ್ ಅಂಕ್ಷಲಂಪಲುಗ್ ಎದಿಗ್ಗಾರು. ಗತ

ప్రతిమా భౌమిక్... డాక్టర్ భారతి పవార్... ఒకలబి ఈశాన్య రాష్ట్రం... మరొకలబి మహారాష్ట్ర ప్రాంతం. ఇద్దల నేపథ్యాలు వేరైనా... సామాజిక సేవతో ప్రజలతో మమేకమైన మహిళామణులు వీరు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ తాజాగా ప్రకటించిన కేంద్ర మంత్రి మండలిలో చోటు దక్కించుకున్నారు. తొలిసాలి మంత్రులుగా బాధ్యతలు చేపడుతున్న వీలిద్దరూ... ನವಸಕಾನಿಕೆ ನಾಂದಿ పలుకుతున్నారు.

# నవశకానికి

# ನ್ಂದಿ

పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో పార్టీ ఆమెకు టికెట్ ఇచ్చింది. తాలిసారి పోటీ చేసి మూడు లక్షలకు పైగా మెజార్టీతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థిపై గెలుపొందారు. "త్రిపురను అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేయడమే తన ఏకైక లక్ష్యం' అని నాడు ఆమె ప్రకటించారు. అన్నట్నగానే రాష్ట్రంలో బడుగు, బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతికి కృషి చేశారు. ఆ తరువాత ఆహార, వినియోగదారుల వ్యవహారాలు, ప్రజా పంపిణీ పార్లమెంట్ స్టాండింగ్ కమిటీ సభ్యురాలిగా వ్యవహరించారు. పారమెంట్ సభ్యురాలిగా తనకు వచ్చిన మొదటి నెల జీతం లక్ష రూపాయలను అస్తోం వరద బాధితుల సహాయ నిధికి అందించి పెద మనసు చాటుకున్నారు.



ఆమెది ప్రజల పక్షం

డాక్టర్ భారతి డ్రపీణ్ పవార్... మహారాష్ట్రలోని డిండోరి లోక్సభ స్థానం నుంచి ఎన్నికైన ఆమె కింది స్థాయి నుంచి ఎదిగిన మహిళ. గతంలో 'నాశిక్ జిల్లా పరిషత్' సభ్యురాలిగా పని చేశారు. ఆ సమయంలో మహిళలు, పిల్లల్లో పోషకాహార లోపంపై దృష్టి పెట్టారు. బలవర్గకమైన ఆహారాన్ని అందించేందుకు కృషి చేశారు. అలాగే ప్రజలందరికీ స్వచ్ఛమైన తాగు నీటి కోసం పోరాడారు. నాశిక్ మెడికల్ కాలేజీలో ఎంబీబీఎస్ చదివిన ఆమె... చ్రపజా సేవలో భాగమయ్యారు. మహారాష్ట్రలోని ఖండేష్ ఆమె సొంత ఊరు. 42 ఏళ భారతి సేవా నిరత్తి ఎన్నికల్లో బీజేపీ టికెట్ దక్కేలా చేశాయి. అంతేకాదు... అదే సంవత్సరం ఉత్తమ మహిళా పార్లమెంటేరియన్ అవార్తు కూడా అందుకున్నారు. ప్రజాక్షేత్రంలో తొలి పరీక్షలోనే నెగ్గిన భారతి... ఇప్పుడు కేంద్ర మంత్రి అవ్వడం అభినందనీయం.



ఒక స్పూను వెన్నలో 100 క్యాలరీల శక్తి, కేవలం 12గ్రాముల కొవ్వు మాత్రమే ఉంటుంది. ఆలివ్ నూనే: అత్వంత ఉత్తమమైనదిగా పేరు తెచ్చుకున్న మెడిటరేనియన్ డైట్లో ఆలిప్ నూనె

్రపధాన ప్యాత పోషిస్తుంది.

దీనో మోనోశాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడు ఉంటాయి ఆకలిని తీర్పి, అధిక బరువును తగ్గించే గుణం వీటికి ఉంటుంది. ఒక టేబుల్స్టూను ఆలివ్ నూనెలో 119 క్వాలరీలు, 13.5 గ్రాముల కొవ్వులు ఉంటాయి. అన్పిటికంటే ముఖ్యంగా ట్రేస్ కెమికల్స్ ఉంటాయి. ఎక్స్ట్ వర్షిన్ ఆలిప్ ఆయిల్లో మిగతా ఆలిప్

నూనెల్తో లేనన్ని యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. నెయ్యి: నెయ్యి తింటే బరువు పెరుగుతాం అనే అపోహ నుంచి బయటపడి, బరువు తగ్గించే పోషకంగా దాని వాడకాన్ని ఇటీవలే పెంచుకున్నాం.



నెయ్యి నిస్సందేహంగా తినవచ్చు. నెయ్యిలోని ఎంజైమ్స్ ಪೆಗುಲಕು ವೆಟು ವೆಯವು. ಕಾಬಟ್ಟಿ ಇದಿ ತ<del>ೆ</del>ರಿಕಗ್ అరుగుతుంది. ఒక టీస్పూను నెయ్యిలో 115 క్యాలరీలు, 9.3  $_{\rm 1}$   $_{\rm 1}$   $_{\rm 2}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm 2}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm 2}$   $_{\rm 3}$   $_{\rm$ కొలెసాల్, 0 పిండిపదారాలు ఉంటాయి. వెన్నకు లాగే దీన్నీ పరిమితంగా వాడుకోవడం ఆరోగ్యకరం.

ఔషధ విలువలు పుష్కలంగా ఉండే లకాడోంగ్ పసుపు సాగుతో సిరుల పంట పండిస్తూ ఎందరికో ఆదర్శంగా నిలుస్తోంది. సేంద్రియ వ్యవసాయం పై ఎంతోమంది గ్రామీణ మహిళలకు శిక్షణనిస్తూ వారు ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకొనేందుకు సహాయపడుతోంది. మహిళల కోసం ఆమె చేస్తున్న కృషికి గుర్తింపుగా పద్మశ్రీ అవార్మతో భారతప్రభుత్వం సత్కరించింది. మేఘాలయలోని ములీహ్ గ్రామానికి చెందిన 53 ఏళ్ల ట్రినిటీ సైయో విశేషాలు ఇవి...

🕳 ಕಾನ್ಯರಾಷ್ಟ್ರವುನ ಮೆಘುಲಯಲ್ ಒಕ ನಿಸ್ಥೂ విపవానికి నాంది పలికింది ట్రినిటీ సైయో. గతంలో స్కూల్ టీచర్గా పనిచేసిన ట్రినిటీ, వ్యవసాయం మీద మక్కువతో పసుపు సాగువైపు మళ్ళింది. స్రస్తుతం సేంద్రియ పదతులో పసుపు సాగు చేస్తూ సిరుల పంట పండిస్తోంది. అదే సమయంలో గ్రామీణ మహిళలకు పసుపు సాగులో శికణనిస్తూ వాళు ఆరికంగా నిలదొక్కుకొనేందుకు సహాయపడుతోంది. ವ್ಯವನಾಯಂಲ್ ಕಿ ಅಡುಗು ಪಿಟ್ಟಾಕ (ಟಿನಿಟಿ స్వయంసహాయక సంఘాలను(సెల్స్ హెల్స్ గ్రూప్స్) ఏర్పాటు చేసింది. డ్రస్తుతం ఈ గ్రూపులకు చెందిన వంద మంది మహిళలు పసుపు సాగు చేస్తున్నారు. అంతేకాదు

లకాడోంగ్ అనే రకం మేలైనది. ఈ రకానికి బాగా

ట్రినిటీ "హిల్స్ కుర్క్లుమిన్ అండ్ స్పైస్ (పొడ్యూసర్ సొసైటీ" పేరుతో ఒక అసోసియేషన్ను ఏర్పాటు చేసింది.

30 మెట్రిక్ టన్నులు దేశంలోని వివిధ స్రాంతాలకు

ఎగుమతి అవుతోంది. ట్రబినిటీ సాగు చేసే పసుపులో

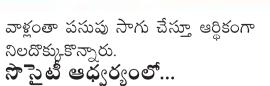
ఈ స్వయం సహాయక సంఘాలు పండిస్తున్న పసుపులో



పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ట్రినిటీ సేవలను గుర్తించిన టీచర్ నుంచి రెతుగా....

్రటినిటీ నైతు కుటుంబం నుంచి వచ్చిన మహిళే. అయితే టీచర్ వృత్తిని వదిలి పసుపు సాగువైపు మళ్లడం మాత్రం అనుకోకుండా జరిగింది. 2003లో ములీహ్ గ్రామాన్ని స్పైసెస్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఇండియా సందర్భించింది. వాళ్లు లకాడోండ్ పసుపులో ఉన్న ఔషధ గుణాలు, మార్కెటో దానికున్న డిమాండ్ను డ్రజలకు వివరించారు. వారి మాటలు ట్రినిటీలో కొత్త ఆలోచనను చిగురింప చేశాయి. "లకాడోంగ్ పసుపు

గురించి నాకు కొంత తెలుసు. పసుపు సాగు పట్ల నేను ఆసక్తి కనబరచడంతో బోరు అధికారులు నా పేరు నమోదు చేసుకున్నారు. నాతోపాటు మాంగ్రామంలో ఏడుగురి పేర్లను చేర్చారు." అని ఆనాటి (పయాణాన్ని పంచుకుంటారు ట్రినిటీ. టీచర్గా పనిచేసిన ట్రినిటీ ఇంగ్జీషు, హిందీ భాషలు మాట్లాడగలదు. అది ఆమెకు కలిసొచ్చింది. సబ్బిడీ స్కీంలపై బోర్తు అధికారులతో చర్పించేందుకు వీలు పడింది. ఇక ఆ తరువాత ట్రినిటీ వెనుదిరిగి చూసుకోలేదు. చుటు పక్కల గ్రామాలోని ಮಪಿಳಲಕು పసుపుసాగుపై అవగాహన కల్పించింది. సుమారు 800 మంది మహిళలకు శిక్షణనిచ్చింది.



టినిటీ ఏర్పాటు చేసిన సొసైటీలో 25 మంది కోర్ సభ్యులు ఉన్నారు. ఈ సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో మిషన్ లకాడోంగ్ పేరుతో పసుపు సాగును మరింత విస్తృతం చేస్తే డ్రుయత్నం చేస్తున్నారు. "సొసైటీ ఏర్పాటు చేశాక పసుపు ఉత్పత్ని వెలికితీతకు అవసరమైన యండ్రాలను సమకూర్పుకున్నాం. అంతేకాకుండా రెతులకు పెటుబడి సాయాన్ని అందజేస్తున్నాం" అని అంటారు ట్రినిటీ. బోరు సహాయంతో ఆమె మేలురకాలైన విత్తనాలను ేసకరించడం, తెగుళ్ల నుంచి పంటను కాపాడుకోవడానికి అనుసరించాల్సిన విధానాల గురించి రైతులకు వివరిస్తున్నారు. "స్వానిక రైతుల నుంచి పసుపును ేసకరిస్తున్నాం. లాస్కిన్ బ్లాక్లో ఉన్న సుమారు 86 గ్రామాలలోని రైతుల నుంచి పసుపు సేకరించడానికి నుంచి మనుషులను ఏర్పాటు చేశాం. చిన్న గైండింగ్ మెషిన్లు ఏర్పాటు చేసుకున్నాం" అని తన సాగు తీరును వివరిస్తారు ట్రినిటీ.

**0 0 0 0 0 0 0** 





diksuchi@andhrajyothy.com

ವಿಜಯವಾడ ● ಗುರುವಾರಂ 8 ಜಾಲ 2021

ದಿಕ್ಕುವಿ

# ನಿಟ್ ಎಂಟ್, ಪಿಪಾಸ್ತ್

వరంగల్లోని నేషనల్ ఇన్స్టేట్కూట్ ఆఫ్ టెక్మాలజీ (నిట్) - ఎంటెక్ (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్), పీజీ డిప్లామా (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్), పీహెచ్డీ కోర్నులను ప్రకటించింది. సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్ కోర్నులకు లజర్వేషన్ నిబంధనలు వల్తించవు. రాత పలీక్ష/ ఇంటర్వ్యూ ద్వారా అభ్యర్థులను ఎంపిక చేస్తారు. అభ్యర్థులు ఉద్యోగులైతే వారు పనిచేసే సంస్థ నుంచి 'నో ఆబ్జెక్షన్' సల్టిఫికెట్ సబ్హిట్ చేయాలి. వెబ్m itw.ac.in

#### ఎంటెక్ (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్), పీజీ డిప్లామా (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్)

• ఇవి ఫుల్ టైమ్ ప్రోగ్రాములు. సివిల్, ఎల ్ష్మికల్, మెకానికల్, ఎలక్ట్రానిక్స్ అండ్ కమ్యూని కేషన్, మెటలర్జికల్ అండ్ మెటీరియల్స్, కెమి కల్, కంప్యూటర్ సైన్స్, బయోటెక్నాలజీ విభా గాలు ఉన్నాయి. డ్రపతి విభాగంలో అభ్యర్తులు తమ ఆసక్తి మేరకు స్పెషలైజేషన్ను ఎంచుకో



ఆరత: సంబంధిత ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో ్రపథమ శ్రేణి మార్కులతో బీఈ/ బీటెక్ ఉత్తే ర్ములై ఉండాలి. దివ్వాంగులు; ఎస్పీ, ఎస్టీ అభ్య రులకు 55 శాతం మార్కులు చాలు.

#### ముఖ్య సమాచారం

దరఖాస్తు ఫీజు: రూ.1600

- దరఖాస్తు స్వీకరణకు చివరి **తేదీ:** జూలై 15
- రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూకి ఎంపికె నవారి జాబితా విడుదల:
- రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూ తేదీ: ఆగసు 5
- ఎంపికైన అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల: ఆగస్టు 15

#### పీహెచ్

• ఇందులో ఫుల్ టైమ్, పార్ట్ టైమ్, సెల్స్ ఫైనాన్స్ కేటగి రీలు ఉన్నాయి. ఫుల్ టైమ్ అభ్యర్థులకు సంస్థ మూడేళ్ల పాటు ఫెలోషిప్ సౌకర్యం కల్పిస్తుంది

విభాగాలు: సివిల్, ఎలక్షికల్, మెకానికల్, ఎలక్షానిక్స్ అండ్ కమ్యూనికేషన్, మెటలర్జికల్ అండ్ మెటీరియల్స్, కెమికల్, కంప్యూటర్ సైన్స్, బయో టెక్సాలజీ, మేథమెటిక్స్, ఫిజిక్స్, కెమిస్టీ, హ్యామానిటీస్ అండ్ సోషల్ సైన్సెస్, మేనే జ్మంట్

అర్థత: స్థాపథమ శేణి మార్కులతో సంబంధిత డ్మిగ్స్ పీజీ కోర్బులు పూర్తి చేసి ఉండాలి. విభాగాన్ని అనుసరించి గేట్/ యూజీసీ - సీఎస్ఐఆర్ నెట్/ ఇన్స్ప్యాయ్ర్ / క్యాట్లో అరత పొంది ఉండాలి.

పార్ట్ టైమ్, సెల్స్ ఫైనాన్స్ అభ్యర్థులకు ఈ అర్హత తప్పని సరి కాదు. ఇంజనీరింగ్, సైన్స్ విభాగాలకు 75 శాతం మార్కులతో బీఈ/ బీటెక్ ఉత్తీర్హులు కూడా దరఖాస్తు

చేసుకోవచ్చు. మేనేజ్మెంట్ విభాగానికి ఎంబీఏ ఉత్తీర్హులు అరులు. పార్ టైమ్ కోర్పులో చేరాలనుకొనే పీజీ అభ్యరు లకు ప్రభుత్వ / మైవేటు సంస్థల్లో కనీసం మూడేళ్ల పారి ్రామిక అనుభవం ఉండాలి. బీఈ/ బీటెక్ అభ్యర్థులకు పదేళ అనుభవం అవసరం.

#### ముఖ్య సమాచారం

- దరఖాస్తు ఫీజు: రూ.1600 (దివ్యాంగులు, ఎస్పీ, ఎస్టీ అభ్యరులకు రూ.800)
- దరఖాస్తు స్వీకరణకు చివరి తేదీ: జూలై 17 • రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూకి ఎంపికైనవారి జాబితా
- విడుదల: ఆగసు 5 • రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూ తేదీ: ఆగసు 10 నుంచి 13
- ఎంప్రికైన అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల: ఆగస్టు 20

# పైన్ ఆర్ట్ఫ్ లో కోర్పులు



హైదరాబాద్లలేని జవహర్లలాల్ నెహ్రలా ఆర్మిటెక్టర్ అండ్ ఫ్లైన్ ఆర్ట్స్ యూనివర్నిటీ (జేఎన్ఏఎఫ్ఏయూ)- ఫైన్ ఆర్ట్స్ అండ్ డిజైన్ ఎంట్రెన్స్ ఎగ్హామినేషన్ (ఎఫ్ఏడీ ఈఈ) 2021 నోటిఫికేషన్ విడుదల

చేసింది. బీని ద్వారా జీఎఫ్ఏ (ఫాటోగ్రఫీ), జీ డిజైన్ (ఇంటీల యర్ డిజైన్), జీఎఫ్ఏ (అప్లయిడ్ ఆర్ట్, పెయింటింగ్, స్మల్ఫ్రర్ అండ్ యానిమేషన్) కోర్యులలో ప్రవేశాలు కర్నిస్తారు. ఒక్కో కోర్సు వ్యవభి నాలుగేళ్లు. గుల్తింపు పాంచిన బోర్డు నుంచి ఇంటర్/పన్మెందో తరగతి/ తత్నమాన పరీక్ష ఉత్తీర్హులైన అభ్య ర్మలు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

సీట్లు: బీఎఫ్ఏ కోర్పులో అయిదు స్పెషలైజేషన్లు ఉన్నాయి. రెగ్యులర్ కేటగిరీలో అప్లయిడ్ ఆర్ట్ 35, పెయింటింగ్ 20, స్కల్పుర్ 10, ఫొటో గ్రఫీ 30 సీట్లు ఉన్నాయి. ఎస్ఎస్ఎస్ కేటగిరీలో అష్టయిడ్ ఆర్ట్ 15, పెయింటింగ్ 15, స్కల్ప్రర్ 10, యానిమేషన్ 60, ఫొట్మోగఫీ 15 సీటు ఉన్నాయి. బీ.డిజైన్ కోర్బులో ఎస్ఎస్ఎస్ కేటగిరీ కింద 60 సీట్లు ఉన్నాయి.

ముఖ్య సమాచారం

- **దరఖాస్తు ఫీజు:** రూ.1800 (ఎస్స్టీ ఎస్టీ అభ్యర్థులకు రూ.900)
- ఆన్లైన్ దరఖాస్తుకు చివల **తేవీ:** జూలై 24
- 🔸 ఎంట్రెన్స్ ఎగ్హామ్ తేదీలు: ఆగస్టు 13, 14
- 🔷 వెబ్బౌంట్: https://jnafauadmissions.

హైదరాబాద్ల్లోని డా. జీ.ఆర్.అంబేద్మర్ ఓపెన్ యూనివల్పటీ (బీఆర్ఏఓయూ)- గ్రాడ్యుయేట్, పాశ్మ్ గ్రాడ్యుయేట్, పీజీ డిప్లామా, సల్టిఫికెట్ ప్రాగ్రాము లలో ప్రవేశానికి నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో పలు స్టడీసెం టర్లు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అభ్య ర్తులు తమకు అనువైనదాన్ని



మూడేళ్లు. బీఏ, బీకాం, బీఎస్బీ ప్రోగ్రా ములు ఉన్నాయి. బీఏ, బీకాం కోర్పులకు ఏదేని గ్రూపుతో ఇంటర్ ఉత్తీర్హత అవ సరం. బీఎస్బీలో డ్రప్రేశానికి ఇంట ర్(సైన్స్) గ్రూపు అభ్యర్తులు అర్తులు. అభ్యర్థులు ఇంగ్లీష్ లేదా తెలుగు మాధ్య

మాన్ని ఎంచుకోవచ్చు. బీఏ, బీఎస్సీ కోర్పులు ఉర్దూ మీడియంలో కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి. ♦ బ్యాచిలర్ ఆఫ్ లైబరీ అండ్ ఇన్ఫర్మేషన్ సైన్స్ (బీఎ

వ్యవధి మ్ ని కి తెలుగు,

ఎమ్మే(ఎకనామిక్స్)కు బీకాం, బీబీఏ, బీఈ/ బీటెక్, బీబీఎం, ఎంబీఏ అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. లాంగ్వేజెస్ల్ ఎమ్మే కోర్పుకు డిగ్రీలో సంబంధిత లాంగ్వే జ్మ్ సెకండ్ లాంగ్యేజ్గా చదివి ఉండాలి. ఎంకాం కోర్పుకు బీబీఏ/ బీబీఎం/ బీఏ( కామర్స్) అభ్యర్థులూ దరఖాస్తు

ఏదేని డిగ్రీ ఉత్తీర్హతతోపాటు రీకార్మ

అసిసెంట్గా ఏడాది అనుభవం ఉన్న

వారు లేదా డిప్లొమా/ సర్టిఫికెట్ కోర్పు

(లైబరీ సైన్స్) పూర్తిచేసినవారు దర

ఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. లా/ ఇంజనీరింగ్/

ఫార్మసీ డిగ్రీ పూర్తిచేసినవారూ అర్హులే.

పీజీ ప్రాగ్నాములు

కోర్పు వ్యవధి రెండేళ్లు. ఎంబీఏ, ఎంఏ,

ఎంఏ స్పెషలెజేషన్లు: జర్పలిజం

హిస్టరీ, పొలిటికల్ సైన్స్, పబ్లిక్ అడ్మినిస్టే

షన్, సోషియాలజీ, ఇంగ్లీష్, తెలుగు,

ఎమ్మెస్పీ స్పెషలైజేషన్లు: మేథమెటిక్స్,

అప్లయిడ్ మేథమెటిక్స్, సైకాలజీ, బోటనీ,

కెమిస్టీ, ఎన్విరాన్మెంటల్ సైన్స్, ఫిజిక్స్

హిందీ, ఉరూ.

మాస్ కమ్యూనికేషన్, ఎకనామిక్స్,

ఎంకాం, ఎమ్మెస్సీ ప్రోగ్రాములు ఉన్నాయి.

చేసుకోవచ్చు. ఎమ్మెస్బీ (మేథ మెటిక్స్/ అప్టయిడ్ మేథమె బిక్స్) కోర్పుకు బీఈ/ అభ్యర్థులు కూడా అప్లయ్ చే సుకో

# అంబేద్కర్ ఓపెన్ యూనివర్సిటీ

ဆြံကြည် ఇంగ్లీష్ మాధ్యమాల్లో ఒకటి ఎంచుకో

 ♦ మాస్టర్ ఆఫ్ లైబరీ అండ్ ఇన్ఫర్మేషన్ సైన్స్ (ఎంఎల్ఐఎస్సీ) కోర్పు వృవధి ఇంగ్లీష్ మాధ్యమంలో ఏడాది. మాత్రమే ఈ కోర్పు ఉంది. కనీసం 40శాతం మార్కులతో బీఎల్ఐఎస్పీ పూర్తి ವೆಸಿನವಾರು ಅಪ್ಲಯ್ ವೆಸುಕ್ ವಮ್ಪ.

#### పీజీ డిప్లామా ప్రాగ్రాములు

కోర్పు వ్యవధి ఏడాది. ఏదేని డిగ్రీ ఉత్తీ ర్మలు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

ెన్నెషలైజేషన్లు: మార్కెటింగ్ మేనేజ్ మెంట్, బిజినెస్ ఫైనాన్స్, ఎన్విరాన్మెంటల్ స్టడీస్, రైటింగ్ ఫర్ మాస్ మీడియా ఇన్ తెలుగు, హ్యూమన్ రైట్స్, కల్చర్ అండ్ హెరిటేజ్ టూరిజం, ఉమెన్ స్టడీస్.

♦ రైటింగ్ ఫర్ మాస్ మీడియా ఇన్ తెలుగు విభాగానికి మ్మాతం ఇంటర్ ఉత్తీర్హతతోపాటు మాస్ మీడియాలో కనీసం మూడేళ్ల అనుభవం ఉన్న అభ్య ర్మలు కూడా అప్లయ్ చేసుకోవచ్చు.

#### సల్లిఫికెట్ ప్రాగ్రాములు

కోర్సు వ్యవధి ఆర్నెల్లు. విభాగాన్ని అనుస రించి పదోతరగతి/ ఇంటర్ ఉత్తీరులు

విభాగాలు: ఫుడ్ అండ్ న్యూటిషన్, లిటరసీ అండ్ కమ్యూనిటీ డెవలప్డ్ మెంట్, ఎన్జీఓస్ మేనేజ్మెంట్, ఎర్లీ ఫైల్డ్హ్హ్మ్ కేర్ అండ్ ఎడ్వుకేషన్.

#### ముఖ్య సమాచారం

- ♦ ఆన్లైన్ రిజిస్ట్రేషన్కు చివరి తేదీ: ఆగస్టు **1**2
- ♦ పెబ్బెట్: www.braou.ac.in



### ఎన్సీపీఓఆర్లో అబెంటిస్లు

NCPOR

భారత ప్రభుత్వ ఎర్త్ సైన్ఫెస్ మంత్రిత్వశాఖకు చెందిన గోవాలోని నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ పాేలార్ అండ్ ఓషియన్ రీసెర్స్(ఎన్సీపీ ఓఆర్) ఒప్పంద ప్రాబిపబికన 34 ఖాకీల భర్తీకి దరఖాస్తులు కోరు

బ్రాంచ్/ ట్రేడ్: వెహికల్ మెకానిక్, వెహికల్ ఎలక్ట్రీషియన్, ఆపరేటర్, క్రేన్ ఆపరేటర్, స్టేషన్ ఎలక్ష్మిషియన్, జనరేటర్ మెకానిక్, వెల్డర్, బాయిల్ ఆపరేటర్, కార్పెంటర్, మల్లీ టాస్కింగ్

ఎన్ఐటీటీటీఆర్ల్

అసిస్టెంట్ ప్రాఫెసర్లు

కోల్కతాలోని నేషనల్ ఇన్సిటూఁట్ ఆఫ్

టెక్నికల్ టీచర్స్ టైనింగ్ అండ్ రీసెర్స్

(ఎన్ఐటీటీటీఆర్)- ఒప్పంద స్రాతిపది

కన ఉద్వోగుల నియామకానికి దరఖా

(సివిల్, ఎలక్టికల్) 2, సెక్షన్ ఆఫీసర్

అర్హత: అసిస్టెంట్ (పొఫెసర్లకు సంబం

ధిత్ స్పెషలైజేషన్తో పీజీ/ ఇంటిగ్రేటెడ్

పీజీ; టెక్సికల్ అసిసెంటకు డిపొమా(సి

విల్/ఎలక్షికల్); సెక్షన్ ఆఫీసర్కు డిగ్గీతో

టెస్టు, పర్చనల్ ఇంటర్వ్యూల ద్వారా అభ్య

**వేతనం:** అసిసెంట్ ప్రొఫెసరకు నెలకు

రూ.57,700; టెక్పికల్ అసిస్టెంట్లకు

రూ.29,200తోపాటు డీఏ చెలిస్తారు.

ఆన్ల్రైన్ దరఖాస్తుకు చివలి తేదీ:

వెబ్స్ ట్: nitttrkol.ac.in

పాటు టైపింగ్ సర్టిఫికెట్లు ఉండాలి.

రులను ఎంపిక చేస్తారు.

జూలై 19

ఎంపిక: దృవపత్రాల పరిశీలన, స్కిల్

స్తులు కోరుతోంది.

**ಕುದ್ತ್ಯಾಗಾಲು:** ಅಸಿ

స్టెంట్ (పొఫెసర్లు 8,

టెక్నికల్ అసిస్టెంట్లు

(ැරුණ්රිරාණි) 1.

စ္နာစ်ီဃ: 11

స్టాఫ్, మేల్ నర్స్, ల్యాబ్ టెక్సీషియన్, రేడియో ఆపరే

ఇన్యెంటరీ, చెఫ్/ కుక్. అర్హత: సంబంధిత బ్రాంచ్/ ట్రేడ్ అను సరించి ఇంటర్మీడియెట్, ఐటీఐ, ఇంజనీ

రింగ్ డిప్లొమా, డిప్లొమా(జీఎన్ఎం) ఉత్తీరత. సంబంధిత పనిలో అనుభవం ఎంపిక: స్క్రీనింగ్ టెస్ట్ లో ప్రతిభ చూపిన

సీఆర్పీఎఫ్-సివిల్ ఇంజనీలింగ్

అభ్యరులను ఇంటర్వూకి ఎంపిక చేస్తారు. ఇంటర్యూ/ పర్చనల్ టాక్ ఆధారంగా తుది ఎంపిక

సెంటల్ రిజర్ఁ పోలీస్ ఫోర్స్ (సీఆర్పీఎఫ్) - సివిల్

ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో అసిస్టెంట్ కమాండెంట్ల

నియామకానికి నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. ఫీజి

కల్ స్టాండర్డ్ టెస్ట్, ఫిజికల్ ఎఫిషియెన్సీ టెస్ట్, రాత

పరీక్ష, మెడీకల్ ఎగ్జామినేషన్, ఇంటర్యూల ద్వారా

ఖాళీలు: మొత్తం 25 పోస్టులు ఉన్నాయి. జనరల్ అభ్యర్థులకు

13, ఈడబ్హూఎస్ వర్గానికి 2, ఓబీసీలకు 6, ఎస్బీలకు 3, ఎస్టీలకు 1 పోస్టులను

ఆర్థత: గుర్తింపు పొందిన యూనివర్నిటీ నుంచి సివిల్ ఇంజనీరింగ్ లో బ్యాచి

లర్ డిగ్రీ ఉత్తీర్ములై ఉండాలి. దరఖాస్తు నాటికి అభ్యర్తుల వయసు 35 ఏళ్లు

మించకూడదు. పురుషులకు 165 సెం.మీల ఎత్కు 81 సెం.మీల ఛాతి,

కనీసం 50 కేజీల బరువు ఉండాలి. మహిళలు 157 సెం.మీల ఎత్తు,

అభ్యర్తులను ఎంపిక చేస్తారు.

ఎత్మకు తగ్గ బరువు ఉండాలి.

ముఖ్య సమాచారం

జూలై 29

యింపు వర్మిస్తుంది)

ఫిజికల్ ఎఫిషియెన్సీ టెస్టు, రాత పరీక్ష,

**దరభాస్తు ఫీజు:** రూ.400 (మహిళలకు,

ఆన్లైన్ దరఖాస్తుకు చివల తేబీ:

**పరీక్ష కేంద్రాలు:** నోయిడా, సోనిపట్,

🕨 ລັ້ນ ស៊ូស www.crpf.gov.in

అజ్మీర్, ప్రయాగ్రాజ్, భువనేశ్వర్, దుర్తా

పూర్, గువహటి, పుణె, అవథ్, బెంగళూరు

ఎస్పీ, ఎస్టీ అభ్యర్తులకు ఫీజు మినహా

ఇంటర్వ్యూ ఆధారంగా ఎంపిక ఉంటుంది.

కేటాయించారు.

ఉಂటುಂದಿ. దరఖాస్తు **విధానం:** ఆన్**లె**న్/ ఆఫ్లేలైన్ ద్వారా దరఖాస్తుకు చివలితేదీ: జూలై 15

చిరునామా: National Centre for Polar and Ocean Research, Headland Sada, Vasco da Gama, Goa-403804. **និង្ស៊ីសំ**: https://ncpor.res.in/

భారత రక్షణ మంత్రిత్వ శాఖ ఆధ్వర్యంలోని ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ - నావిక్ (జనరల్ డ్యూటీ, దొమెస్టిక్ బ్రాంచ్), యాంత్రిక్ (మెకానికల్, ఎలక్టికల్, ఎలక్ట్రానిక్స్) పాస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. పురుషులు మాత్రమే దరఖాస్తు చేసుకోవాలి. అక డమిక్ ప్రతిభ ఆధారంగా అభ్యర్థులను ఎంపిక చేస్తారు.

ఖాళీల వివరాలు

బ్రాంచ్లో 50 నావిక్ పోస్టులు ఉన్నాయి. మెకానికల్ విభాగంలో 20, ఎలక్టికల్ విభా గంలో 13, ఎలక్టానిక్స్ విభాగంలో 7 యాంత్రిక్ పోసులు ఉన్నాయి. అర్హత వివరాలు: జనరల్ డ్వూటీ విభాగంలో నావిక్ పోస్టులకు మేథ్స్, ఫిజిక్త్ ్రపధాన సబ్జెక్టులుగా ఇంటర్/ పన్నెండో తరగతి/ తత్సమాన పరీక్ష ఉత్తీర్హులై ఉండాలి. డొమెస్టిక్ బ్రాంచ్కి పదోతరగతి పాసయితే చాలు. యాంత్రిక్ పోస్టులకు పదోతరగతి ఉత్తీర్హతతోపాటు మూడు/ నాలుగేళ్ల వ్యవధి గల డిప్తామా (ఎలక్టికల్/ మెకానికల్/ ఎలక్టానిక్స్/ టెలీ కమ్యూనికేషన్ (రేడియో/ పవర్) పూర్తిచేసి ఉండాలి. లేదా ఇంటర్తోపాటు రెండు/ మూడేళ్ల వ్యవధిగల సంబంధిత డిప్హొమా ఉత్తీర్ములై ఉండాలి. డిప్తొమా కోర్పులకు ఏఐసీటీఈ గుర్తింపు తప్పనిసరి.

> lacktriangle దరఖాస్తు ఫీజు: రూ.250 (ఎస్బీ, ఎస్టీ అభ్యర్థులకు ఫీజు మినహా

 ధరఖాస్తుకు చివల తేదీ: జూలై 16 🔷 వెబ్బాట్: joinindiancoastguard.cdac.in

# ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ లో

# ನ್ವಾತಿಕ, ಯಾಂಡಿಕ್

మొత్తం 350 పోస్టులు ప్రకటించారు. జనరల్ డ్యూటీ విభాగంలో 260, డొమెస్టిక్

ముఖ్య సమాచారం



ల్ ను పరిశీలిస్తారు. మంచు ఎంత మందంలో ఉన్నది పరిశీలించి వారిని చూసుంటారు. అక్కడ ్రపజలను అనుమతిస్కారు. దాంతో క్కడా రోడ్లపై స్కేటింగ్ చేసే వారు కూడా కనిపిస్తారు. కానీ పర్యాటకుల కోలాహలం మొదల కెనాల్లో స్కేటింగ్ చేసే వారిని వుతుంది. రోజుకు దాదాపు 20 చూశారా? ಅದೆಂಟಿ? ತೆನಾಲ್ಲ್ వేల మంది సందర్శిస్త్రారు. స్కేటింగ్ ఎలా చేస్తారని • చలికాలంలో ఈ కెనాల్

అంటారా? అయితే చదవండి.... • కెనడాలోని ఒట్లావా సిటీలో రిడౌ కెనాల్ ఉంది. ఈ కెనాల్లో ಎಂచತ್ಯಾ ಸ್ಕುಪಿಂಗ್ ವೆಯವಕ್ಸು. ఎలా అంటే... శీతకాలం ప్రారంభ కోసం కెనాల్ గటున షాపులు మయ్యాక ఈ కెనాల్లో నీరంతా వెలుస్తాయి. దాదాపు నెల రోజుల పాటు స్కేటర్స్ తో కెనాల్ గడకడుతుంది.

• అధికారులు గడ్డకట్టిన కెనా

సుమారు ఏడున్నర కిలోమీటర్ల మేర గడకటుకు పోతుంది. దాంతో కెనాల్ స్కేటింగ్ రింక్గా మారిపోతుంది. సందర్శకుల

సందడిగా ఉంటుంది.











9				6			7		డైలీ సుడోకు - 771							1	
	1	5	7			6											
			4				8	2	స	<b>ා</b> ධ්	కు	- 7	70	( လ	మా	ಧಾ	నం
8				1		4		$\Box$	2	1	4	8	3	6	7	9	5
_					7-00	-	-	$\vdash$	7	3	8	1	5	9	2	6	4
		9	6		7	8			6	5	9	2	7	4	1	8	3
		3		4				9	8	4	5	9	2	1	6	3	7
		0	-	7		_	_	-	3	6	1	7	4	5	8	2	9
4	5				6				9	2	7	6	8	3	4	5	1
		1			5	9	4		4	7	2	5	9	8	3	1	6
				700	0	9	7		1	9	3	4	6	2	5	7	8
	9			2				5	5	8	6	3	1	7	9	4	2

ప్రతి బాక్స్ లో 9 గళ్లు ఉంటాయి. ఒక్కో బాక్స్ ను 1 నుంచి 9 వరకు అంకెలతో పూరించాలి. అన్ని బాక్స్లనూ కలిపి చూస్తే నిలువుగా, అడ్డంగానూ ఏ లైనులోనూ ఒకసారి వాడిన అంకెను తిరిగి వాడకూడదు.







diksuchi@andhrajyothy.com

# హైదరాబాద్ ● గురువారం 8 జూలై 2021 ನಿಟ್ ಎಂಟ್, ಪಿಪಾಸ್ತ್

#### వరంగల్లోని నేషనల్ ఇన్స్టేట్కూట్ ఆఫ్ టెక్మాలజీ (నిట్) - ఎంటెక్ (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్), పీజీ డిప్లామా (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్), పీహెచ్డీ కోర్నులను ప్రకటించింది. సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్ కోర్నులకు లజర్వేషన్ నిబంధనలు వల్తించవు. రాత పలీక్ష/ ఇంటర్వ్యూ ద్వారా అభ్యర్థులను ఎంపిక చేస్తారు. అభ్యర్థులు ఉద్యోగులైతే వారు పనిచేసే సంస్థ నుంచి 'నో ఆబ్జెక్షన్' సల్టిఫికెట్ సబ్హిట్

చేయాలి. వెబ్m itw.ac.in

#### ఎంటెక్ (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్), పీజీ డిప్లామా (సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్)

• ఇవి ఫుల్ టైమ్ ప్రోగ్రాములు. సివిల్, ఎల ్ష్మికల్, మెకానికల్, ఎలక్ట్రానిక్స్ అండ్ కమ్యూని కేషన్, మెటలర్జికల్ అండ్ మెటీరియల్స్, కెమి కల్, కంప్యూటర్ సైన్స్, బయోటెక్నాలజీ విభా గాలు ఉన్నాయి. డ్రపతి విభాగంలో అభ్యర్తులు తమ ఆసక్తి మేరకు స్పెషలైజేషన్ను ఎంచుకో



ఆరత: సంబంధిత ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో ్రపథమ శ్రేణి మార్కులతో బీఈ/ బీటెక్ ఉత్తే ర్ములై ఉండాలి. దివ్వాంగులు; ఎస్పీ, ఎస్టీ అభ్య రులకు 55 శాతం మార్కులు చాలు.

#### ముఖ్య సమాచారం

దరఖాస్తు ఫీజు: రూ.1600

- దరఖాస్తు స్వీకరణకు చివరి **తేదీ:** జూలై 15
- రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూకి ఎంపికె నవారి జాబితా విడుదల:
- రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూ తేదీ: ఆగసు 5
- ఎంపికైన అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల: ఆగసు 15

#### **పీహెచ్**డీ

• ఇందులో ఫుల్ టైమ్, పార్ట్ టైమ్, సెల్స్ ఫైనాన్స్ కేటగి రీలు ఉన్నాయి. ఫుల్ టైమ్ అభ్యర్థులకు సంస్థ మూడేళ్ల పాటు ఫెలోషిప్ సౌకర్యం కల్పిస్తుంది

ದಿಕ್ಕುವಿ

విభాగాలు: సివిల్, ఎలక్షికల్, మెకానికల్, ఎలక్షానిక్స్ అండ్ కమ్యూనికేషన్, మెటలర్జికల్ అండ్ మెటీరియల్స్, కెమికల్, కంప్యూటర్ సైన్స్, బయో టెక్సాలజీ, మేథమెటిక్స్, ఫిజిక్స్, కెమిస్టీ, హ్యామానిటీస్ అండ్ సోషల్ సైన్సెస్, మేనే జ్మంట్

అర్థత: స్థాపథమ శేణి మార్కులతో సంబంధిత డ్మిగ్స్ పీజీ కోర్బులు పూర్తి చేసి ఉండాలి. విభాగాన్ని అనుసరించి గేట్/ యూజీసీ - సీఎస్ఐఆర్ నెట్/ ఇన్స్ప్యాయ్ర్ / క్యాట్లో అరత పొంది ఉండాలి.

పార్ట్ టైమ్, సెల్స్ ఫైనాన్స్ అభ్యర్థులకు ఈ అర్హత తప్పని సరి కాదు. ఇంజనీరింగ్, సైన్స్ విభాగాలకు 75 శాతం మార్కులతో బీఈ/ బీటెక్ ఉత్తీర్హులు కూడా దరఖాస్తు

చేసుకోవచ్చు. మేనేజ్మెంట్ విభాగానికి ఎంబీఏ ఉత్తీర్హులు అరులు. పార్ టైమ్ కోర్పులో చేరాలనుకొనే పీజీ అభ్యరు లకు ప్రభుత్వ / మైవేటు సంస్థల్లో కనీసం మూడేళ్ల పారి ్రామిక అనుభవం ఉండాలి. బీఈ/ బీటెక్ అభ్యర్థులకు పదేళ అనుభవం అవసరం.

#### ముఖ్య సమాచారం

- దరఖాస్తు ఫీజు: రూ.1600 (దివ్యాంగులు, ఎస్పీ, ఎస్టీ అభ్యరులకు రూ.800)
- దరఖాస్తు స్వీకరణకు చివరి తేదీ: జూలై 17 • రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూకి ఎంపికైనవారి జాబితా
- విడుదల: ఆగసు 5 • రాత పరీక్ష/ ఇంటర్యూ తేదీ:
- ఆగసు 10 నుంచి 13 • ఎంప్రికైన అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల: ఆగస్టు 20

# పైన్ ఆర్ట్ఫ్ లో కోర్పులు



హైదరాబాద్లలేని జవహర్లలాల్ నెహ్రలా ఆర్మిటెక్టర్ అండ్ ఫ్లైన్ ఆర్ట్స్ యూనివర్నిటీ (జేఎన్ఏఎఫ్ఏయూ)- ఫైన్ ఆర్ట్స్ అండ్ డిజైన్ ఎంట్రెన్స్ ఎగ్హామినేషన్ (ఎఫ్ఏడీ ఈఈ) 2021 నోటిఫికేషన్ విడుదల

చేసింది. బీని ద్వారా జీఎఫ్ఏ (ఫాటోగ్రఫీ), జీ డిజైన్ (ఇంటీల యర్ డిజైన్), జీఎఫ్ఏ (అప్లయిడ్ ఆర్ట్, పెయింటింగ్, స్మల్ఫ్రర్ అండ్ యానిమేషన్) కోర్యులలో ప్రవేశాలు కర్నిస్తారు. ఒక్కో కోర్సు వ్యవభి నాలుగేళ్లు. గుల్తింపు పాంచిన బోర్డు నుంచి ఇంటర్/పన్మెందో తరగతి/ తత్నమాన పరీక్ష ఉత్తీర్హులైన అభ్య ర్మలు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

సీట్లు: బీఎఫ్ఏ కోర్పులో అయిదు స్పెషలైజేషన్లు ఉన్నాయి. రెగ్యులర్ కేటగిరీలో అప్లయిడ్ ఆర్ట్ 35, పెయింటింగ్ 20, స్కల్పుర్ 10, ఫొటో గ్రఫీ 30 సీట్లు ఉన్నాయి. ఎస్ఎస్ఎస్ కేటగిరీలో అష్టయిడ్ ఆర్ట్ 15, పెయింటింగ్ 15, స్కల్ప్రర్ 10, యానిమేషన్ 60, ఫొట్మోగఫీ 15 సీటు ఉన్నాయి. బీ.డిజైన్ కోర్బులో ఎస్ఎస్ఎస్ కేటగిరీ కింద 60 సీట్లు ఉన్నాయి.

ముఖ్య సమాచారం

- **దరఖాస్తు ఫీజు:** రూ.1800 (ఎస్స్టీ ఎస్టీ అభ్యర్థులకు రూ.900)
- ఆన్లైన్ దరఖాస్తుకు చివల **తేవీ:** జూలై 24
- 🔸 ఎంట్రెన్స్ ఎగ్హామ్ తేదీలు: ఆగస్టు 13, 14
- 🔷 వెబ్బౌంట్: https://jnafauadmissions.

హైదరాబాద్ల్లోని డా. జీ.ఆర్.అంబేద్మర్ ఓపెన్ యూనివల్పటీ (బీఆర్ఏఓయూ)- గ్రాడ్యుయేట్, పాశ్మ్ గ్రాడ్యుయేట్, పీజీ డిప్లామా, సల్టిఫికెట్ ప్రాగ్రాము లలో ప్రవేశానికి నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో పలు స్టడీసెం టర్లు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అభ్య ర్తులు తమకు అనువైనదాన్ని



మూడేళ్లు. బీఏ, బీకాం, బీఎస్బీ ప్రోగ్రా ములు ఉన్నాయి. బీఏ, బీకాం కోర్పులకు ఏదేని గ్రూపుతో ఇంటర్ ఉత్తీర్హత అవ

సరం. బీఎస్బీలో డ్రప్రేశానికి ఇంట ర్(సైన్స్) గ్రూపు అభ్యర్తులు అర్తులు. అభ్యర్థులు ఇంగ్లీష్ లేదా తెలుగు మాధ్య మాన్ని ఎంచుకోవచ్చు. బీఏ, బీఎస్సీ కోర్పులు ఉర్దూ మీడియంలో కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి.

♦ బ్యాచిలర్ ఆఫ్ లైబరీ అండ్ ఇన్ఫర్మేషన్ సైన్స్ (బీఎ వ్యవధి మ్ ని కి తెలుగు,

ఎమ్మే(ఎకనామిక్స్)కు బీకాం, బీబీఏ, బీఈ/ బీటెక్, బీబీఎం, ఎంబీఏ అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. లాంగ్వేజెస్ల్ ఎమ్మే కోర్పుకు డిగ్రీలో సంబంధిత లాంగ్వే జ్మ్ సెకండ్ లాంగ్యేజ్గా చదివి ఉండాలి. ఎంకాం కోర్పుకు బీబీఏ/ బీబీఎం/ బీఏ( కామర్స్) అభ్యర్థులూ దరఖాస్తు

వచ్చు. కనీసం 50 శాతం మార్కులతో

ఏదేని డిగ్రీ ఉత్తీర్హతతోపాటు రీకార్మ

అసిసెంట్గా ఏడాది అనుభవం ఉన్న

వారు లేదా డిప్లొమా/ సర్టిఫికెట్ కోర్పు

(లైబరీ సైన్స్) పూర్తిచేసినవారు దర

ఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. లా/ ఇంజనీరింగ్/

ఫార్మసీ డిగ్రీ పూర్తిచేసినవారూ అర్హులే.

పీజీ ప్రాగ్నాములు

కోర్పు వ్యవధి రెండేళ్లు. ఎంబీఏ, ఎంఏ,

ఎంఏ స్పెషలెజేషన్లు: జర్పలిజం

హిస్టరీ, పొలిటికల్ సైన్స్, పబ్లిక్ అడ్మినిస్టే

షన్, సోషియాలజీ, ఇంగ్లీష్, తెలుగు,

ఎమ్మెస్పీ స్పెషలైజేషన్లు: మేథమెటిక్స్,

అప్లయిడ్ మేథమెటిక్స్, సైకాలజీ, బోటనీ,

కెమిస్టీ, ఎన్విరాన్మెంటల్ సైన్స్, ఫిజిక్స్

హిందీ, ఉరూ.

చిరునామా: National Centre

Headland Sada, Vasco da

**និង្ស៊ីសំ**: https://ncpor.res.in/

Gama, Goa-403804.

for Polar and Ocean Research,

మాస్ కమ్యూనికేషన్, ఎకనామిక్స్,

ఎంకాం, ఎమ్మెస్సీ ప్రోగ్రాములు ఉన్నాయి.

చేసుకోవచ్చు. ఎమ్మెస్బీ (మేథ మెటిక్స్/ అప్టయిడ్ మేథమె బిక్స్) కోర్పుకు బీఈ/ అభ్యర్థులు కూడా అప్లయ్ చే సుకో

# అంబేద్కర్ ఓపెన్ యూనివర్సిటీ

### ဆြံကြည် ఇంగ్లీష్ మాధ్యమాల్లో ఒకటి ఎంచుకో

 ♦ మాస్టర్ ఆఫ్ లైబరీ అండ్ ఇన్ఫర్మేషన్ సైన్స్ (ఎంఎల్ఐఎస్సీ) కోర్పు వృవధి ఇంగ్లీష్ మాధ్యమంలో ఏడాది. మాత్రమే ఈ కోర్పు ఉంది. కనీసం 40శాతం మార్కులతో బీఎల్ఐఎస్పీ పూర్తి ವೆಸಿನವಾರು ಅಪ್ಲಯ್ ವೆಸುಕ್ ವಮ್ಪ.

#### పీజీ డిప్లామా ప్రాగ్రాములు

కోర్పు వ్యవధి ఏడాది. ఏదేని డిగ్రీ ఉత్తీ ర్మలు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

ెన్నెషలైజేషన్లు: మార్కెటింగ్ మేనేజ్ మెంట్, బిజినెస్ ఫైనాన్స్, ఎన్విరాన్మెంటల్ స్టడీస్, రైటింగ్ ఫర్ మాస్ మీడియా ఇన్ తెలుగు, హ్యూమన్ రైట్స్, కల్చర్ అండ్ హెరిటేజ్ టూరిజం, ఉమెన్ స్టడీస్.

♦ రైటింగ్ ఫర్ మాస్ మీడియా ఇన్ తెలుగు విభాగానికి మ్మాతం ఇంటర్ ఉత్తీర్హతతోపాటు మాస్ మీడియాలో కనీసం మూడేళ్ల అనుభవం ఉన్న అభ్య ర్మలు కూడా అప్లయ్ చేసుకోవచ్చు.

#### సల్లిఫికెట్ ప్రాగ్రాములు

కోర్సు వ్యవధి ఆర్నెల్లు. విభాగాన్ని అనుస రించి పదోతరగతి/ ఇంటర్ ఉత్తీరులు

విభాగాలు: ఫుడ్ అండ్ న్యూటిషన్, లిటరసీ అండ్ కమ్యూనిటీ డెవలప్డ్ మెంట్, ఎన్జీఓస్ మేనేజ్మెంట్, ఎర్లీ ఫైల్డ్హ్హ్మ్ కేర్ అండ్ ఎడ్వుకేషన్.

#### ముఖ్య సమాచారం

- ♦ ఆన్లైన్ రిజిస్ట్రేషన్కు చివరి తేదీ: ఆగస్టు **1**2
- ♦ పెబ్బెట్: www.braou.ac.in



# ఎన్సీపీఓఆర్లో అబెంటిస్లు

NCPOR

భారత ప్రభుత్వ ఎర్త్ సైన్ఫెస్ మంత్రిత్వశాఖకు చెందిన గోవాలోని నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ పాేలార్ అండ్ ఓషియన్ రీసెర్స్(ఎన్సీపీ ఓఆర్) ఒప్పంద ప్రాబిపబికన 34 ఖాకీల భర్తీకి దరఖాస్తులు కోరు

బ్రాంచ్/ ట్రేడ్: వెహికల్ మెకానిక్, వెహికల్ ఎలక్ట్రీషియన్, ఆపరేటర్, క్రేన్ ఆపరేటర్, స్టేషన్ ఎలక్ష్మిషియన్, జనరేటర్ మెకానిక్, వెల్డర్, బాయిల్ ఆపరేటర్, కార్పెంటర్, మల్లీ టాస్కింగ్

ఎన్ఐటీటీటీఆర్ల్

అసిస్టెంట్ ప్రాఫెసర్లు

కోల్కతాలోని నేషనల్ ఇన్సిటూఁట్ ఆఫ్

టెక్నికల్ టీచర్స్ టైనింగ్ అండ్ రీసెర్స్

(ఎన్ఐటీటీటీఆర్)- ఒప్పంద స్రాతిపది

కన ఉద్వోగుల నియామకానికి దరఖా

(సివిల్, ఎలక్టికల్) 2, సెక్షన్ ఆఫీసర్

అర్హత: అసిస్టెంట్ (పొఫెసర్లకు సంబం

ధిత్ స్పెషలైజేషన్తో పీజీ/ ఇంటిగ్రేటెడ్

పీజీ; టెక్సికల్ అసిస్టెంట్లకు డిప్తొమా(సి

విల్/ఎలక్షికల్); సెక్షన్ ఆఫీసర్కు డిగ్గీతో

టెస్టు, పర్చనల్ ఇంటర్వ్యూల ద్వారా అభ్య

**వేతనం:** అసిసెంట్ ప్రొఫెసరకు నెలకు

రూ.57,700; టెక్పికల్ అసిస్టెంట్లకు

రూ.29,200తోపాటు డీఏ చెలిస్తారు.

ఆన్లైన్ దరఖాసుకు చివలి తేదీ:

పాటు టైపింగ్ సర్టిఫికెట్లు ఉండాలి.

రులను ఎంపిక చేస్తారు.

జూలై 19

ఎంపిక: దృవపత్రాల పరిశీలన, స్కిల్

స్తులు కోరుతోంది.

**ಕುದ್ತ್ಯಾಗಾಲು:** ಅಸಿ

స్టెంట్ (పొఫెసర్లు 8,

టెక్నికల్ అసిస్టెంట్లు

(ැරුණ්රිරාණි) 1.

စ္နာစ်ီဃ: 11

స్టాఫ్, మేల్ నర్స్, ల్యాబ్ టెక్సీషియన్, రేడియో ఆపరే

సరించి ఇంటర్మీడియెట్, ఐటీఐ, ఇంజనీ రింగ్ డిప్లొమా, డిప్లొమా(జీఎన్ఎం) ఉత్తీరత. సంబంధిత పనిలో అనుభవం

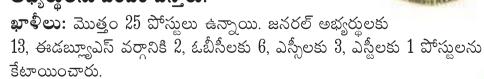
అభ్యరులను ఇంటర్వూకి ఎంపిక చేస్తారు. ఇంటర్యూ/ పర్చనల్ టాక్ ఆధారంగా తుది ఎంపిక

ఉಂటುಂದಿ. దరఖాస్తు ఇన్యెంటరీ, చెఫ్/ కుక్. **విధానం:** ఆన్**లె**న్/ అర్హత: సంబంధిత బ్రాంచ్/ ట్రేడ్ అను ఆఫ్లేలైన్ ద్వారా దరఖాస్తుకు చివలితేదీ: జూలై 15

ఎంపిక: స్క్రీనింగ్ టెస్ట్ లో ప్రతిభ చూపిన

# సీఆర్పీఎఫ్-సివిల్ ఇంజనీలింగ్

సెంట్రల్ రిజర్వ్ పోలీస్ ఫోర్స్ (సీఆర్పీఎఫ్) - సివిల్ ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో అసిస్టెంట్ కమాండెంట్ల నియామకానికి నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. ఫీజి కల్ స్టాండర్డ్ టెస్ట్, ఫిజికల్ ఎఫిషియెన్సీ టెస్ట్, రాత పరీక్ష, మెడికల్ ఎగ్జామినేషన్, ఇంటర్యూల్ ద్వారా అభ్యర్తులను ఎంపిక చేస్తారు.

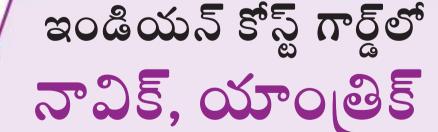


ఆర్థత: గుర్తింపు పొందిన యూనివర్నిటీ నుంచి సివిల్ ఇంజనీరింగ్ లో బ్యాచి లర్ డిగ్రీ ఉత్తీర్ములై ఉండాలి. దరఖాస్తు నాటికి అభ్యర్తుల వయసు 35 ఏళ్లు మించకూడదు. పురుషులకు 165 సెం.మీల ఎత్కు 81 సెం.మీల ఛాతి, కనీసం 50 కేజీల బరువు ఉండాలి. మహిళలు 157 సెం.మీల ఎత్తు, ఎత్తుకు తగ్గ బరువు ఉండాలి.

ఫిజికల్ ఎఫిషియెన్సీ టెస్టు, రాత పరీక్ష, ఇంటర్వ్యూ ఆధారంగా ఎంపిక ఉంటుంది. ముఖ్య సమాచారం

- **దరభాస్తు ఫీజు:** రూ.400 (మహిళలకు, ఎస్పీ, ఎస్టీ అభ్యర్తులకు ఫీజు మినహా యింపు వర్మిస్తుంది)
- ఆన్లైన్ దరఖాస్తుకు చివల తేబీ: జూలై 29
- **పరీక్ష కేంద్రాలు:** నోయిడా, సోనిపట్, అజ్మీర్, ప్రయాగ్రాజ్, భువనేశ్వర్, దుర్తా పూర్, గువహటి, పుణె, అవథ్, బెంగళూరు

🕨 ລັ້ນ ស៊ូស www.crpf.gov.in



భారత రక్షణ మంత్రిత్వ శాఖ ఆధ్వర్యంలోని ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ - నావిక్ (జనరల్ డ్యూటీ, దొమెస్టిక్ బ్రాంచ్), యాంత్రిక్ (మెకానికల్, ఎలక్టికల్, ఎలక్ట్రానిక్స్) పాస్టుల భల్తీకి నొంటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. పురుషులు మాత్రమే దరఖాస్తు చేసుకోవాలి. అక డమిక్ ప్రతిభ ఆధారంగా అభ్యర్థులను ఎంపిక చేస్తారు. ఖాళీల వివరాలు

మొత్తం 350 పోస్టులు ప్రకటించారు. జనరల్ డ్యూటీ విభాగంలో 260, డొమెస్టిక్ బ్రాంచ్లో 50 నావిక్ పోస్టులు ఉన్నాయి. మెకానికల్ విభాగంలో 20, ఎలక్టికల్ విభా

గంలో 13, ఎలక్టానిక్స్ విభాగంలో 7 యాంత్రిక్ పోసులు ఉన్నాయి. అర్హత వివరాలు: జనరల్ డ్వూటీ విభాగంలో నావిక్ పోస్టులకు మేథ్స్, ఫిజిక్త్ ్రపధాన సబ్జెక్టులుగా ఇంటర్/ పన్నెండో తరగతి/ తత్సమాన పరీక్ష ఉత్తీర్హులై ఉండాలి. డొమెస్టిక్ బ్రాంచ్కి పదోతరగతి పాసయితే చాలు. యాంత్రిక్ పోసులకు పదోతరగతి ఉత్తీరతతోపాటు మూడు/ నాలుగేళ వ్యవధి గల డిప్తామా (ఎలక్టికల్/ మెకానికల్/ ఎలక్టానిక్స్/ టెలీ కమ్యూనికేషన్ (రేడియో/ పవర్) పూర్తిచేసి ఉండాలి. లేదా ఇంటర్తోపాటు రెండు/ మూడేళ్ల వ్యవధిగల సంబంధిత డిప్హొమా ఉత్తీర్ములై ఉండాలి. డిప్తొమా కోర్పులకు ఏఐసీటీఈ గుర్తింపు తప్పనిసరి.

ముఖ్య సమాచారం

- lacktriangle దరఖాస్తు ఫీజు: రూ.250 (ఎస్బీ, ఎస్టీ అభ్యర్థులకు ఫీజు మినహా ధరఖాస్తుకు చివల తేదీ: జూలై 16
  - 🔷 వెబ్బాట్: joinindiancoastguard.cdac.in



స్కేటింగ్ రింక్లో స్కేటింగ్ చేసే వారిని చూసుంటారు. అక్కడ క్కడా రోడ్లపై స్కేటింగ్ చేసే వారు కూడా కనిపిస్తారు. కానీ కెనాల్లో స్కేటింగ్ చేసే వారిని చూశారా? ಅದೆಂಟಿ? ತೆನಾಲ್ಲ್ స్కేటింగ్ ఎలా చేస్తారని అంటారా? అయితే చదవండి.... • కెనడాలోని ఒట్లావా సిటీలో రిడౌ కెనాల్ ఉంది. ఈ కెనాల్లో ಎಂచತ್ಯಾ ಸ್ಕುಪಿಂಗ್ ವೆಯವಕ್ಸು.

గడకడుతుంది. • అధికారులు గడ్డకట్టిన కెనా

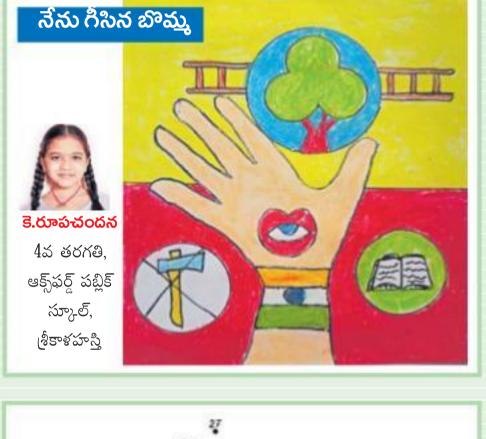
ఎలా అంటే... శీతకాలం ప్రారంభ

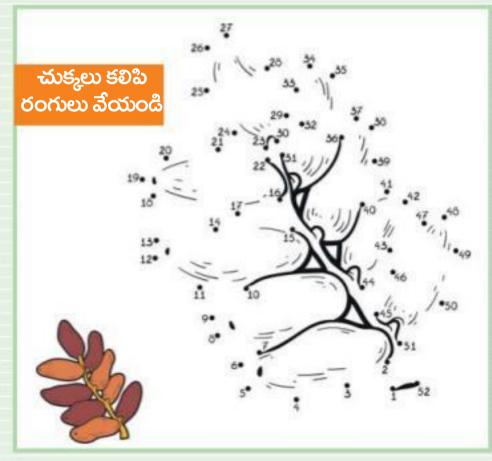
మయ్యాక ఈ కెనాల్లో నీరంతా

ల్ ను పరిశీలిస్తారు. మంచు ఎంత మందంలో ఉన్నది పరిశీలించి ్రపజలను అనుమతిస్కారు. దాంతో పర్యాటకుల కోలాహలం మొదల వుతుంది. రోజుకు దాదాపు 20 వేల మంది సందర్శిస్త్రారు. • చలికాలంలో ఈ కెనాల్

సుమారు ఏడున్నర కిలోమీటర్ల మేర గడకటుకు పోతుంది. దాంతో కెనాల్ స్కేటింగ్ రింక్గా మారిపోతుంది. సందర్శకుల కోసం కెనాల్ గటున షాపులు వెలుస్తాయి. దాదాపు నెల రోజుల పాటు స్కేటర్స్ తో కెనాల్ సందడిగా ఉంటుంది.











9				6			7		డైలీ సుడోకు - 771							1			
	1	5	7			6													
			4				8	2	స	సుదోకు - 770 సమాధ							ినం		
8				1		4		П	2	1	4	8	3	6	7	9	5		
-	-		77157			-	-	$\vdash$	7	3	8	1	5	9	2	6	4		
		9	6		7	8			6	5	9	2	7	4	1	8	3		
		3		4				9	8	4	5	9	2	1	6	3	7		
	0.21	0	-	7		_	-	0	3	6	1	7	4	5	8	2	9		
4	5				6				9	2	7	6	8	3	4	5	1		
П		1			5	g	4		4	7	2	5	9	8	3	1	6		
$\vdash$	-			7.00	0	9	-7		1	9	3	4	6	2	5	7	8		
	9			2				5	5	8	6	3	1	7	9	4	2		

ప్రతి బాక్స్ లో 9 గళ్లు ఉంటాయి. ఒక్కో బాక్స్ ను 1 నుంచి 9 వరకు అంకెలతో పూరించాలి. అన్ని బాక్స్లనూ కలిపి చూస్తే నిలువుగా, అడ్డంగానూ ఏ లైనులోనూ ఒకసారి వాడిన అంకెను తిరిగి వాడకూడదు.

epaper.andhrajyothy.com

వెబ్స్ ట్: nitttrkol.ac.in





### మధుబాలతో ప్రేమెందుకు ఫరించలేదు?

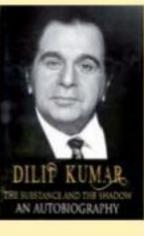
'బిలీప్కుమార్కు ముందు- తర్వాత'- హిందీ చలనచిత్ర చలిత్రకు సూపర్స్టార్ అమితాబ్ ఇచ్చిన నిర్వచనం ఇది. హిందీ చలనచిత్ర పలిశ్ర మలోకి ప్రవేశించాలనుకునే వారందలికీ బిలీప్కుమార్ ఒక పాఠం. మన కళ్ల ముందు కనిపించే అనేక జీవితాలను కళ్లకు కట్టినట్లు నటించి చూపించిన బిలీప్కుమార్ ఆత్త్మకథ- 'ది సబ్స్టెన్స్ అండ్ ది షాడ్తో' నుంచి ఆసక్తికరమైన అంశాలు..

👼 ను మధుబాలతో (పేమలో పడ్డానా? అప్పటి ప్రతికలు, మ్యాగజైన్లు రిపోర్టు చేసినట్లు మేమిద్దరం గాఢంగా (పేమించుకున్నామా? ఇద్దరి మధ్య విభే దాలు వచ్చి విడిపోయామా? లేక వేరే కారణాలేమైనా ఉన్నాయా? ఇలాంటి ్రపశ్చలన్నిటికీ నేనిప్పుడు సమాధానం చెబుతాను. మధు ఒక స్థపతిభావంతురా లైన నటి, మంచి స్పేహితురాలు. ఆమె పట్ల నేను ఆకర్షితుడనయ్యాననేది నిజం. సెట్లో మధు చాలా చలాకీగా ఉండేది. అందరినీ కలుపుకొని పోయేది. ఒక స్త్రీకి ఉండాల్సిన ఉత్తమమైన లక్షణాలన్నీ ఆమెలో ఉన్నాయి. నేను సెట్లో చాలా బెరుకుగా ఉండేవాడిని. నాలో ఆ బెరుకు పోవటానికి మదుయే కారణం. మొగల్-ఎ-ఆజం సినిమా సమయానికి మా ఇద్దరి మధ్య గాఢమైన బంధం ఏర్పడింది. మేమిద్దరం పెళ్లి చేసుకుంటామనే వార్తలు కూడా గుప్పుమన్నాయి. మా పెళ్లికి మధు వాళ్ల నాన్న అతుల్లా ఖాన్ అంగీకరించలేదని కూడా వార్తలు వచ్చాయి. కానీ ఆ వార్మల్లో నిజం లేదు. మా పెళ్లికి మధు వాళ్ల నాన్న అంగీక రించాడు. ఆయనకు ఒక ప్రొడక్షన్ హౌస్ ఉండేది. ఆ ప్రొడక్షన్ హౌస్ పేరు మీద తీసే సినిమాలన్నింటిలోను మేమిద్దరం నటించాలనేది ఆయన కోరిక. ఈ విషయాన్ని మధు చెప్పినప్పుడు నేను ఆ డ్రపతిపాదనకు అంగీకరించలేదు. నా ప్రాజెక్టుల ఎంపిక విషయంలో నేను ఎవ్వరి ప్రమేయాన్ని ఇష్టపడనని, ఆ విష యంలో ఎటువంటి రాజీ ఉండదని మధుకు చెప్పాను. మా సినీ కెరీర్లో వ్యక్తి గతమైన అంశాలు ఎప్పుడూ అడ్డం కాకూడదనేది నా ఉద్దేశం. ఈ విషయాన్ని మధుకు, వాళ్ల నాన్నకు కూడా చెప్పాను. మా మధ్య ఈ విషయంలో అనేక సార్లు చర్చలు కూడా జరిగాయి. ఈ ప్రస్తావన వచ్చినప్పుడల్లా మధు తట స్థంగా ఉండిపోయేది. ఎందుకో నా వాదన ఆమెకు నచ్చేది కాదు. 'పెక్టైతే ఇవన్నీ సర్మకుపోతాయి' అని నచ్చచెప్పటానికి చూసేది. నా వ్యక్తి స్వేచ్చమధు వాళ్ల నాన్నకు నచ్చలేదు. నేను చాలా దురుసుగా, మొండిగా వ్యవహరిస్తున్నా నని మధుకు నూరిపోయటం మొదలుపెట్టాడు. దాంతో పరిస్థితి చేయిదాటిపో యింది. మేమిద్దరం టాప్ ఆర్టిస్తులుగా ఎదగటానికి మా పెళ్లే అడ్డం వస్తుందని పించింది. మా ఇద్దరికీ నష్టం కలిగించే పెళ్లి జరగటం మంచిది కాదనిపించింది. మొగల్-ఎ-ఆజం సినిమా పూర్తి కాకుండానే మేమిద్దరం విడిపోయాం. మేమి ద్దరం తెరపై మంచి జంట కావచ్చు. కానీ నిజ జీవితంలో పెళ్లి చేసుకొనే మహిళ తాను పొందే దాని కన్నా ఎక్కువ త్వాగం చేయటానికి సిద్ధపడాలి. మా అమ్మ జీవితంలో ఎన్ని కష్టనష్టాలు పడి మమ్మల్ని పెంచిందో నేను అతి దగ్గరగా చూశాను. శాశ్వత భాగస్వామి గురించి ఆలోచించకుండా తాత్కాలిక మైన ఆకర్షణకు గురయ్యాననిపించింది. అంతేకాదు, నా ప్రాధమ్యాలకు భీన్న

వ్యక్తితో జీవితాంతం గడపలే ననిపించింది. మొగల్-ఎ-ఆజం సినిమాలో హీరో, హీరోయిన్లు ముద్దు పెట్టు కొనే సీను ఒకటి ఉంది. పెదాలు కలిసే సమయానికి ఒక అందమైన ఈక ్స్కీనుపై కనబడుతుంది. హిందీ సినిమా చర్మితలోని బెస్ రొమాంటిక్ సీనలో ఇది కూడా ఒకటి. ఆ సీను చ్చితీక రించే సమయానికి మేమీ

మైన ప్రాధమ్యాలు ఉన్న

ది సబ్స్ట్రెన్మ్ అండ్ ಬ ವಾಡ್: ఉదయతార నాయర్కు దిలీప్ కుమార్ చెప్పిన ఆత్మకథ



దరం ఒకరితో ఒకరం కనీసం మాట్లాడుకొనే వాళ్లం కూడా కాదు..

- అసలు పేరు యూసుప్ పఠాన్ ఖాన్
- పుట్టింది- 11 డిసెంబర్ 1922
- అమ్మానాన్న పేర్లు అయేషా బేగం, గులాంసర్వర్ ఖాన్
- పుట్టింది పెషావర్ (పాకిస్తాన్) මෙව ඩා
  සංර් කත්
- పేరు తెచ్చిన చిత్రం- జుగ్ను(1947)
- ವಿವಾహಂ- సయరా బాను (1966)
- మరపురాని చిత్రాలు- దేవదాసు, నయాదౌర్, మధుమత్తి, మొఘల్ -ಎ-ಆಜಂ, ಗಂಗ್ ಜಮುನ್
- පනර් ඩැජර- පීපත් (1998)
- ఆయన మాటాడే భాషలు- ఉరూ, హిందీ, పంజాబీ, మరాఠీ, ఆంగం, బాంగ్లా, గుజరాతీ, పష్తో, ఫారసీ, అవధీ, భోజ్పురీ

"మషాల్" చిత్రం(1984) లోని ఓ దృశ్యం..

బొంబాయి రోడ్డు ఫుట్ పాత్ లో వినోంద్ (బిలీప్ కుమార్), సుధ (వహీదా రహమాన్) లు నడుస్తున్నారు. రాత్రి సమయం. చీకటి. వర్నం పడుతోంది.. వెనుక నడుస్తున్న సుధ కడుపు నెప్పితో మెలికలు తిలగిపోతూ నిలిచిపోయిన సంగతి కూడా తెలీదు. తన లోకం తనది. ఆమె పిలుపు విని వెనుక చూస్తే ఒక్కసాలగా షాక్. ఆమెను దగ్గరకు తీసుకుని 'నేనున్మాగా నీకేం కాదు, ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్తాన'ని ఓ చోట కూర్చోబెడతాడు. నాన్నా, కారాపు.. నా భార్య చావు బతుకుల్లో ఉంది. అర్జంటుగా ఆసుపత్రికి చేర్చాలని బతిమాలుతాడు. ప కారూ ఆగదు. ఆపిన కారు దగ్గలికి పోయినపుడు.. ఆసామి ఆపాద్దని డైవర్త్ అంటూనే.. కారు వేగం అందుకుంటుంది. వినోద్ దొల్ల పడతాడు. క్షణాల్లో అతని ఒడిలో సుధ చివలి శ్వాస వదులుతుంది.

ఈ సీన్*లో.. ఒక నదివయసు వ్యక్తి జీవిత*ంలోని నాజూకు క్షణాల్లో అతని బాధ ఆవేదనా వ్యక్త పరచడానికి అతని ఎక్రైషన్స్, బాదీ లంగ్వేజ్, ఉచ్చారణ, స్వరం తో కసరత్తు చేయించే విధం (intonations) అన్మీ వాడుకుంటూ ఆ సీన్ ని అజరామరం చేసాడు బిలీప్ కుమార్. ఇంకో విశేషమేంటంటే.. ఈ చిత్రం అతను ప్రయాణం మొదలు పెట్టిన 40 పక్శ తర్వాతది. బీని తర్వాత కూడా విధాత, శక్తి,(ఈ రెండు కాస్త ముందు) కర్తా, సౌదాగర్ లు కూడా చేసాడు. ఇంతే గొప్పగా. ఇది దిలీప్ కుమార్ నటన పలిచయానికి ఒక పార్యం.

ನಾಯಿಕಲು

မသွံ့မီ ప్రముఖ నాయికలు వైజయంతి

మాల, మధుబాల, నల్డిస్, నిమ్హి, మీనా కుమాలి,

පාඩාව ජීාක්ව් මටස්රාා කුෂ්ව හ්රහින්

నటించారు. 'బిలీప్ కుమార్ గొప్ప నటుడే, కానీ

తను ఎల్లప్పుడూ టాప్ నాయికలతో మాత్రమే

నటించడం, జాగ్రత పడటం, ఒక కారణం

రెహమాన్



ಗುರುವಾರಂ • 8 ಜಾಲ್ 2021

features@andhrajyothy.com

# ವಿಭಾಯೆ.. ಗಾದಿ ರಿತಿಕಿತಿ

**11 డి సెంబర్, 1922న** యూసుఫ్ పఠాన్ ఖాన్ లాలా గులాంసర్యర్ ఖాన్, అయేషా బేగం లకు పేషావర్ లో (అప్పటికి అది బ్రిటిష్ ఇండియాలోనే ఉంది) జన్మించాడు. వాళ్ళ పన్నెండు మంది సంతానం లో ఒకడు. తంక్రిడిది పళ్ళ వ్యాపారం, నాసిక్ దగ్గర్లో పక్ప తోటలు ఉండేవి. నాసిక్ లోని దేవ్లలలి లోనే యూసుఫ్ చదువు. రాజ్ కపూర్ బాల్యకాలం నుంచేేన్నహితుడు. పద్దెనిమిదేశృప్పుడే తండ్రితో తగాదా వచ్చి ఇల్లొదిలి పూనే కెళ్ళాడు యూసుఫ్. అక్కడ ఒక ఆర్మీ కేంటీన్ లో పనిచెస్తూ కొంత డబ్బు దాచుకున్నాడు. ఆ తర్వాత బొంబాయి కి పయనం. అక్కడ నటి దేవికా రాణి తో పరిచయం అతని జీవన ప్రయాణాన్ని ఒక మలుపు ධව්ඩි

తిప్పింది. దేవికా రాణి అప్పట్లో స్టార్. ఆమెను ఫస్ట్ లేడీ ఆఫ్ ఇండియన్ సినెమా గా చెప్పారు. భర్త హిమాంశు రాయ్ ఇంకా కొంతమందితో కలిసి బాంబే టాకీస్ అనే నిర్మాణ సంస్థను స్తాపించింది. యూసుఫ్ పరిచయం అయ్యాక అతనికి తాము తీస్తున్న చిత్రం "జ్వార్ భాటా"(1944) లో నటించే అవకాశం ఇచ్చింది. అలాగే హిందీ చిత్ర ಎಂದುಕ್ ದಾನಿಕೆ ಹಗ್ಗಟ್ಟುಗಾ ಸಿಲ್ಫ್ ಕಾನ್ಫಿಡಿಂಟ್ ಕಾದು. డ్రపంచంలో అతన్ని "దిలీప్ కుమార్" గా పేరు మార్పుకోమని సలహా ఇచ్చింది. ఇప్పటికీ దిలీప్ కుమార్ అంటే గుర్మ పడతారు గాని. యూసుప్ ఖాన్ అంటే పాత తరం వాళ్ళు తప్ప ఎవరూ ఎరుగరు. చ్వితం బాగా ఆడలేదు కానీ ఆ తర్వాత దిలీప్ కుమార్ వెనుతిరిగీ చూడలేదు. త్వరలోనే ఒక గొప్ప నటుడిగా పేరు తెచ్చుకున్నాడు. ఆ విధంగా మన దేశపు మొదటి పెద్ద స్టార్

#### ಟ್ರಾಪಡೆ ಕೆಂಗ್

శరత్ బాబు వ్రాసిన నవల "దేవదాస్" ఆధారంగా ఎన్నో చిత్రాలు వచ్చాయి. వాటిలో మూలానికి చాలా దగరగా వున్నది, సినెమేటిక్ గా గొప్పది అయిన చ్చితం "బిమల్ రాయ్" తీసిన చుతమే. అందులో దేవదాసుగా చేసిన దీలీప్ కుమార్ వయసు అప్పుడు ముప్పై లోపే. కానీ ఆ విషాద పాత్రలు (దేవదాసు కాకుండా ఇంకా కొన్ని వున్నాయి విషాద చిత్రాలు బాబుల్, దాగ్, దీదార్ లాంటివి) అతనికి

డెడ్రెషన్ కు గురి చేసాయి. ఇంగ్లండ్ లో వున్న ఒక డ్రామా కోచ్, కౌన్సెలర్ అతన్ని డిప్రెషన్ లోంచి బయటకు రావడానికి కామెడీ చిత్రాలు చేయమని సలహా ఇచ్చాడు. ట్రాజెడీ కింగ్ పేరు వున్నా దిలీప్ అన్ని రకాల పాత్రలూ చేశాడు.

#### వివాహం, ప్రేమ ప్రసంగాలూ

1966 లో దిలీప్ కుమార్ వివాహం నటి సాయరా బాను తో అయ్యింది. అయితే మొదట దిలీప్ కుమార్ కామినీ కౌశల్ తో ఆ తర్వాత మధుబాల, వైజయంతి మాల లతో డ్రేమ లో పడ్డాడు. కానీ ఆ ప్రణయం వివాహం వరకూ సాగలేదు. సాయరా తో వివాహం చేసుకున్నా, వాళ్ళిద్దరి మధ్యా 22 సంవత్సరాల వృత్యాసం

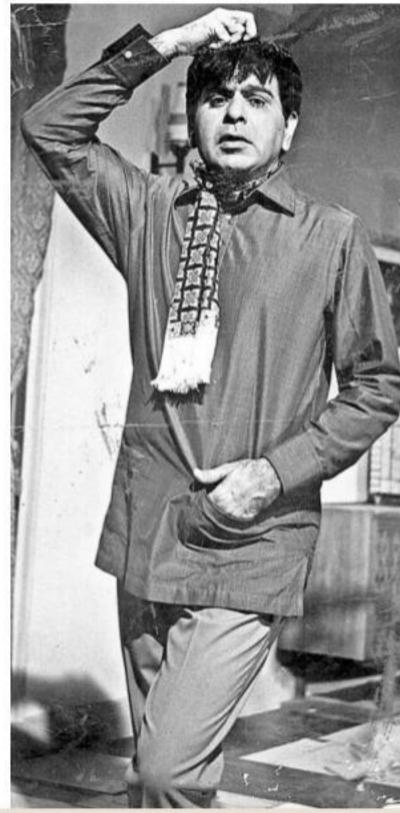
> వుంది. ఆమె 1972 లో గర్భం దాల్చినా ఎనిమిదో నెలలో మిస్కేరేజ్ అయ్యింది. ఆ తర్వాత వాళ్ళు పిల్లల గురించి ఆలోచించలేదు, దేవేచ్చకే వదిలేశారు. 1981 లో ఆస్నా సాహిబా ను రెండవ భార్యగా చేసుకున్నాడు. కాని వారి వివాహం రెండేళ్ళకు మించి నిలవలేదు. దిలీప్ కుమార్ సాయరా బాను ల వైవాహిక జీవితం అద్భుతం. బహుశా బాలీవుడ్ దంపతులలో వీరిదే అతి దీర్షమైన నిలకడైన వైవాహిక జీవితం.

#### అవార్డులూ సన్నానాలు

అనిపిస్తుంది' అన్నది ఓసాల వహిదా దిలీప్ అందుకున్న అవార్తులకు లెక్కే లేదు. ఫిలింఫేర్ పేరుతో వచ్చిన అవార్ముల్లో మొదటిది తనే తీసుకున్నాడు. అలాగే ఇప్పటిదాకా పెద్ద సంఖ్యలో (14 సార్లు నామినేట్ అయ్యి 8 సార్లు గెలుచుకున్నాడు) అవార్తులందుకున్న నటుడు. Film fare life time achievement award కూడా

అందుకున్నాడు. భారత ప్రభుత్వం అతనికి పద్మ భూషణ్, పద్మ విభూషణ్, దాదాసాహెబ్ ఫాల్కే అవార్తులతో సత్కరించింది. పాకిస్తాన్ ద్రష్టుత్వం కూడా అతనికి "నిషాన్-ఎ-ఇంతియాజ్" తో సత్కరించింది. అప్పట్లో శివ సేనా అభ్యంతరం వ్వక్త పరచినా అప్పటి డ్రుధాన మంత్రి అటల్ బిహారీ వాజ్పేయీ కారణంగా దిలీప్ కుమార్ ఆ సత్కారాన్ని స్వీకరించగలిగారు. 2000-2006 మధ్య కాలంలో కాంగ్రెస్ ఇతన్ని రాజ్యసభ సభ్యుడుగా నామినేట్ చేసింది.

పරేశ్ කිංී , 9848487768



#### **ධූපා**ර් යිවක්වණි පීරුරා

ఇల్లొదిలి పారిపోయి ఒక పార్బీ కాఫీ షాప్ ఓనర్, మరో భారతీయాంగ్ల జంటల సిఫారసు తో ఆర్స్ కేంటీన్ లో పనికి కుదిరాడు. తన ఇంటి గురించి గాని, తన జీవితం గురించి గానీ ఏమీ చెప్పకుండానే తన అనరళ ఆంగ సంభాషణలతో అకటుకుని ఆ పని సంపాదించు కున్నాడు. ఉర్నూ, హిందీ, పంజాబీ, మరాఠీ, ఆంగ్లం, బాంగ్లా, గుజరాతీ, పష్మో, ఫారసీ, అవధీ, భోజ్పురీ భాషలు సమాన నైపుణ్యంతో తెలుసు దిలీప్ కుమార్కి. పల్లె ప్రధాన చిత్రాలైనా, ఉర్నూ రొమాంటిక్ చిత్రాలైనా, పీరియాడిక్ చిత్రాలైనా.. పై పెచ్చు తన స్వరాన్ని సంభాషణలోని భావానికి అనుగుణంగా హెచ్చు తగ్గులు చేస్తూ, స్పష్టమైన ఉచ్చారణతో పలికేవారు.

# 1947 లో వచ్చిన "జుగ్ను" అనే చిత్రంతో అతను ప్రశంసలు

అందుకున్నాడు, పేరు తెచ్చుకున్నాడు. ప్రముఖ దర్శకుడు సత్వజిత్ రాయ్ కూడా అతన్ని the ultimate method actor కితాబు ఇచ్చాడు. బాలీవుడ్ లో గొప్ప హీరోలు అంటే ఆ కాలం లో రాజ్ కపూర్, దిలీప్ కుమార్, దేవ్ ఆనంద్ లు. ముగ్తురికీ తమ స్థపత్వేకతలు ఉన్నాయి. చిత్రాల ఎంపికలో, నటనలో. వాళ్ళ మధ్య ఆరోగ్యకరమైన పోటీ తప్ప పరస్సర

గౌరవమే వుండేది. ఇక (పేక్షకులు కూడా అందరినీ ఆదరించారు రాజ్ కపూర్, దిలీప్ కుమార్ లు చిన్నప్పటినుంచీేస్పహితులు. రాజ్ కపూర్ తండి పృథ్యీరాజ్ కపూర్ గొప్ప నటుడు. అవే జీన్స్ రాజ్ కపూర్ కీ వచ్చాయి. 'నువ్వు అందంగా వుంటావు, సినిమాలో చేరవచ్చు' అని రాజ్ అన్నప్పటికీ దిలీప్ కుమార్ సంశయించాడు. ఎందుకంటే తను సిగరి. నటన గురించి ఏమీ తెలీదు. కాని అతను సూపర్ స్టార్ (అప్పటికి ఈ పదం పుట్టలేదు మొట్టమొదటి సూపర్ స్టార్ అంటే రాజేష్ ఖన్సా నే అంటారు) కావాల్సి వుంటే మరోలా ఎలా జరుగుతుంది?



చ్యకపాణి, విశ్వనాధరెడ్డి తదితరులతో దిలీప్ కుమార్

## చెన్నైలోనే 'హనీమూన్'

బాలీవుడ్ దిగ్గజం దిలీప్ కుమార్ హనీమూన్ జరిగింది చెన్నైలోనే. తెలుగులో సూపర్డూపర్ హిటయిన 'రాముడు-భీముడు' చిత్రాన్ని హిందీలో తీయాలనుకున్నారు నిర్మాత నాగిరెడి. నాడు బాలీవుడ్ను ఏలుతున్న దిలీప్కుమార్ను అందుకు ఒప్పించారు. ఆ చ్చితం పేరు 'రామ్ ఔర్ శ్వామ్'. దిలీప్ కుమార్ కు అదే తొలి ద్విప్పాతాభినయం కూడా. అయితే అప్పుడే ఆయనకు నటి సైరాభానుతో పెళ్లయింది. పెళ్లి కాగానే హనీమూన్కు వెళ్లాలనుకున్నారు. కానీ ఈ సినిమా కోసం ఆయన హనీమూన్ మానుకుని వచ్చారు. అందుకు అనువుగా నాగిరెడ్డి కూడా హోటల్లో రూం బుక్ చేయకుండా ఆ దంపతులకు ఏకాంతం దొరికేలా సానిక వలసరవాక్కంలోని 'కరీం బీడీ' వారి గారైన్స్లో వున్న బంగాళాను తీసుకున్నారు. మేడమీద మరో గది కట్టించి, ఏసీ పెట్టించి వారికి అనువుగా అన్ని ఏర్పాట్లు చేపట్టారు. ఒకరకంగా అదే తొలిర్వాతి అన్నట్నగా ప్రతిరోజూ ఏర్పాట్లు చేసేవాళ్లు. ఆ దంపతులకు అదే హనీమూన్ ప్రాంతమైంది. నాగిరెడ్డి పెదకుమారుడు ప్రసాద్ ఇంటి నుంచే ఫుడ్ వెళుతుండేది. వారికోసం రకరకాలైన వంటకాలు తయారు చేసి పంపిస్తుండేవారు. స్థాప్లు స్వాయంగా వారికి అన్ని ఏర్పాటు చూసేవారు. దిలీప్కుమార్ డ్రసాద్ను 'నవాబ్ ఆఫ్ కోడంబాక్కం' అని డ్రేమగా పిలిచేవారని నాగిరెడ్డి తనయుడు, 'చంద్రమామ' పత్రికకు మూడు దశాబ్దాలపాటు సంపాదకునికిగా వ్యవహరించిన విశ్వనాధ్రెడ్డి (విశ్వం) 'ఆంద్రజ్యోతి'కి తెలిపారు. చెన్నై, (ఆంద్రజ్యోతి)

# ತಲುಗುವಾರಿತ್

# ప్రత్యేక అనుబంధం

దీలీప్కుమార్తో హిందీ చిత్రం నిర్మించిన తొలి దక్షిణాది నిర్మాత పక్షిరాజా సంస్థ అధినేత ఎస్.ఎం. శీరాములు నాయుడు. ఆయన ఒకే కథతో తెలుగులో 'అగ్గిరాముడు'(1954) చి(1954) చి(1954)తమిళంలో 'మలైక్కాలన్' (1954)సినిమాను, హిందీలో 'ఆజాద్' (1955) చిత్రాన్ని నిర్మించారు, ఎన్టీఆర్, ఎమ్మీఆర్, దిలీప్కుమార్ ఆ చిత్రాల్తో హీరోలుగా నటించారు. తెలుగు, తమిళ భాషలో భానుమతి, హిందీలో మీనాకుమారి కథానాయికలుగా నటించారు. 1955లోనే దిలీప్కుమార్ నటించిన 'దేవదాసు' చ్వితం విడుదలైంది. అప్పటికి అక్కినేని నాగేశ్వరరావు తెలుగులో నటించిన 'దేవదాసు' విడుదలై రెండేళ్లు అయింది. హిందీ 'దేవదాసు' తో దిలీప్కుమార్కు ్రటాజడీ కింగ్ గా గుర్తింపు వచ్చినా, అక్కినేని కంటే తను బాగా చేశానని ఆయన ఎప్పుడూ చెప్పలేదు. దేవదాసు పాత్రను అక్కినేని అద్భుతంగా పోషించారని ఆయన మెచ్చుకొనేవారు. 'సినిమా దేవదాసు అంటే ఒకే ఒకరు.. అది అక్కినేని నాగేశ్వరరావు' అని ఓ సందర్భంలో స్థాపించారు. ఎన్టీఆర్ తొలిసారిగా ద్విప్పాతాభినయం చేసిన

'రాముడు-భీముడు' చిత్రాన్ని విజయా సంస్థ 'రామ్ ఔర్ శ్యామ్' (1967) పేరుతో హిందీలో రీమేక్ చేసింది. కృష్ణంరాజు ద్విపాత్రాభియనం చేసిన హిట్ చిత్రం 'బొబ్బిలి బ్రహ్మాన్న' చిత్రాన్ని హిందీలో 'ధర్మాధికారి' పేరుతో రీమేక్ చేశారు. కృషంరాజు పోషించిన రెండు ప్యాతలను హిందీలో

దిలీప్ కుమార్, జితేంద్ర పోషించారు. హిందీ చిత్రానికి కూడా రాఘవేంద్రరావే దర్శకుడు. తెలుగులో ఏఎన్ఆర్, నాగారున నటించిన 'కలెక్టర్గార్ అబ్బాయి' చిత్రాన్ని హిందీలో 'కానూన్ అప్పా అప్పా' పేరుతో రీమేక్ చేశారు. ఇందులో దిలీప్కుమార్, సంజయ్దత్ హీరోలుగా నటించారు. బి.గోపాల్ హిందీ చ్చితానికీ దర్శకత్వం వహించారు. తెలుగు సినిమా ఫంక్షన్స్ కు హాజరవడం అంటే సరదా పడేవారు దిలీప్ కుమార్. చిరంజీవి నటించిన 'అడవిదొంగ' వంద రోజుల వేడుకకు, 'బొబ్బిలి ్డుహ్మన్న' శతదినోత్సవానికి ఆయన గెస్ట్ గా హాజరయ్యారు ఎన్టీఆర్ నటించిన 'బ్రహ్మర్షి విశ్వామిత్ర' ఆడియో వేడుకలో ವಾಲ್ ನಡಾನಿಕಿ ಸ್ಪಷ್ಟಕಂಗ್ ಮುಂಬ ನುಂಬ ವಿವೈಕಾರು ದಿಲಿವ್.

#### హైదరాబాద్ మహిళతో బిలీప్ కుమార్ కు

# ವಿವಾದಾಸ್ಸ್ಟ್ರದ ವಿವಾಭಿತ ಬಂಧಂ

- ಅನ್ವಾ ಬೆಗಂತ್ 1980ಲ್ పెප్ల.. ಸ್ಪಾರಾಬಾನು ಗೌಡವ
- శరద్ పవార్ మధ్యవల్తిత్వంతో 1983లో విడాకులు
- 2013లో చివలిసాలి మక్కాకు వచ్చిన దిలీప్ కుమార్

(ఆంధ్రజ్యోతి గల్ప్ ప్రతినిధి)

బాలీవుడ్ దిగ్గజం, బుధవారం కన్నుమూసిన దిలీప్ కుమార్ కు హైదరాబా ద్<sup>తో</sup> వివాదాస్పద అనుబంధం ఉంది. ప్రస్తుతం కెనడాలో స్థిరపడ్డ, హైదరాబా ద్కు చెందిన అస్నా బేగం అనే మహిళను ఆయన రహస్యంగా రెండో వివాహం చేసుకోవడం అప్పటో పెద దుమారం రేపింది.

ైహైదరాబాద్కు వెళ్లినప్పుడల్లా ఓ మిత్రుడి వద్ద బస చేసే దిలీప్ కుమార్కు.. తన చెల్లెలి ద్వారా అస్నా బేగం పరిచయమైంది. కొన్నాళ్ల తరువాత 1980లో వారిద్దరు నిఖా చేసుకున్నారు. అయితే ఈ పెళ్లి విషయం తన మొదటి భార్య ైసైరాబానుకు తెలియకూడదని దిలీప్ కుమార్ షరతు విధించినా.. అస్నా మాత్రం తన మకాంను ముంబయికి మార్చింది. బాంద్రాలో దిలీప్ కుమార్ ఇంటికి సమీపంలోనే బస చేసింది. వీరి మధ్య ఉన్న బంధాన్ని బయటపెడుతూ అప్పటి సంచలన వారపట్రిక 'బ్లిట్జ్' కథనాన్ని ప్రచురించింది. దీంతో ముంబయి



తోపాటు హైదరాబాద్లో దుమారం రేగింది. దిలీప్ కుమార్ మొదటి భార్య సైరా బాను.. ముంబయిలోని బాలీవుడ్ పెద్దలను కలిసి, తనకు అన్యాయం జరిగిం దని చెప్పు $\mathbb{F}$ న్నారు. వారి ద్వారా చేసిన ఒత్తిడితో దిలీప్ $\mathbb{E}$ కుమార్ 1983 జనవరి 22న అస్నా బేగంకు విడాకులిచ్చారు. హైదరాబాద్లో జంట సినిమా థియేటర్ల యాజమాని, నాటి మహారాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నేత శరద్పవార్ ఇద్దరు ఈ వివాదాన్ని పరిష్కరించడంలో కీలకపాత్ర పోషించారు. ఇదిలా ఉండగా.. విజయవాడలో పుట్టి పెరిగి, 'రోజులు మారాయి' చ్వితం ద్వారా తెలుగు నటిగా జీవితాన్ని ఆరం భించి ప్రముఖ హిందీ నటిగా మూడు దశాబ్దాలకు పైగా ఉన్న వహీదా రెహ మాన్ పై కూడా దిలీప్ కుమార్ మనసు పారేసుకున్నట్లుగా చెబుతారు. ఒకప్పుడు యాలో మక్కా దర్శనం కోసం వచ్చారు. అయితే అప్పటికే జ్లాపకశక్తిని దాదాపు కోల్పోయిన ఆయనతో సమావేశం కావడానికి భార్వ సైరాబాను ఎవరినీ అనుమ తించలేదు. కానీ, ఈ డ్రపతినిధిని అనమతించడంతో కొంతసేపు దిలీప్కుమార్ పిచ్చాపాటిగా మాట్రాడారు.

# త్రివిక్రమ్ క్లాప్తో...

సిద్దూ జొన్నలగడ్డ హీరోగా సితార ఎంటర్ట్రైన్మెంట్స్ పతాకంపై ప్రొడక్షన్ నెం9గా సూర్వదేవర నాగవంశీ నిర్మిస్తున్న నూతన చిత్రం బుధవారం పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభమైంది. దేవుని పటాలపై చిత్రీకరించిన ముహూర్తపు సన్నివేశానికి త్రివిక్రమ్ క్లాప్ ఇచ్చారు. దర్శకుడు శౌరి చంద్రశేఖర్ టి. రమేశ్కు హారిక అండ్ హాసిని క్రియేషన్స్ అధినేత ఎస్. రాధాకృష్ణ (చినబాబు) స్క్రిప్ట్ ಅಂದಜೆಕಾರು. "ಆಗಸ್ತುಲ್ ರಗ್ಯುಲರ್ ವಿಡಿಕರಣ ప్రారంభిస్తాం" అని నిర్మాత తెలిపారు. "గ్రామీణ నేపథ్యంలో సాగే డ్రేమకథా చిత్రమిది. డ్రేమలోని సున్నిత పార్యాలను సృశిస్తూ సాగుతుంది" అని దర్శకుడు చెప్పారు. తమిళ నటుడు అర్మన్ దాస్ కీలక పాత్రలో నటించనున్న ఈ చిత్రానికి మాటలు: గణేశ్కుమార్ రావూర్, కెమెరా: వంశీ పచ్చిపులుసు, బ్రొడక్షన్ డిజైనర్: వివేక్ అన్నామలై, సంగీతం: స్వీకార్ అగస్త్రి, సమర్పణ: పీడీవీ ప్రసాద్.



### මදිබ්සරා ක්රජා ඩඩ්ඩ්පි පක්ෂූජිලයි..

#### సునీల్ నారంగ్

**"నే**నూ నిర్మాతనే. నిర్మాతల బాధలు నాకూ తెలుసు. అయితే, నిర్శాతల కంటే పంపిణీదారులు, ఎగ్జిబీటర్లు ఎక్కువ బాధలు పడుతున్నారు" అని తెలంగాణ ెస్టేట్ ఫిల్మ్ ఛాంబర్ సెక్రటరీ,



నిర్మాత సునీల్ నారంగ్ తెలిపారు. హైదరాబాద్లో తెలంగాణ స్టేట్ ఫిల్మ్ ఛాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ బుధవారం మీడియా సమావేశం ఏర్పాటు చేసింది. అధ్యక్షుడు మురళీమోహన్ మాట్లాడుతూ "అక్టోబర్ నెలాఖరు వరకూ ఓటీటీలకు సినిమాలు ఇవ్వొద్దని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అప్పటికీ థియేటర్లు తెరుచుకోకుంటే మీ ఇష్టం" అన్నారు. తెలంగాణ థియేటర్స్, ఎగ్జిబిటర్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు విజయేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ "ఇవాళ మమ్మల్ని (పంపిణీదారులు, ఎగ్జిబిటర్లు) కిల్ చేయడానికి చూస్తున్న ఓటీటీలు... రేపటి రోజున మిమ్మల్ని (నిర్మాతలను) కిల్ చేస్తాయి. 'నారప్ప'ను ఓటీటీకి అమ్మేశారని వింటున్నాం. అటువంటి సినిమాలను థియేటర్లలో చూస్తే వచ్చే అనుభూతి, ఓటీటీలో చూస్తే రాదు. నిర్మాతలకు సింగిల్ స్ర్మీన్ల నుంచి వచ్చే షేర్ మల్టీపెక్స్ల్ నుంచి రాదు. అలాగే, ఓటీటీల్ నుంచి" అన్నారు. సునీల్ నారంగ్ మాటాడుతూ "మా 'లవ్ స్టోరి'కి పది ఆఫర్తు వచ్చినా ఓటీటీకి ఇవ్వలేదు చిన్న, పెద్ద... నిర్మాతలందరికీ విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. థియేటర్లు బంద్ ఉన్నాయి కాబట్టి ఓటీటీ వేదికలు రూ. 40, 50 కోట్లు ఆఫర్ చేస్తున్నాయి. ఓపెన్ అయితే అంత చేయవు" అన్నారు. "థియేటర్లలో విడుదల చేసిన 20 రోజుల తర్వాత ఓటీటీలకు సినిమా ఇస్తే బావుంటుంది. లేదంటే హాళ్లు మూతపడే అవకాశం ఉంది" అని తెలుగు ఫిల్మ్ ఛాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ సెక్టార్ ఫైర్మన్ అభిషేక్ నామా అన్నారు. ఈ సమావేశంలో పలువురు ఎగ్జిబిటర్లు పాల్గొన్నారు.