



అనంత జనశక్తి

జనం కోసమే మా అక్షరం

11.09.2026
శుక్రవారం | రంగారెడ్డి
సంపుటి : 01 | సంచిక: 73
పేజీలు : 08 | వెల: రూ.5

AJS
అనంత జనశక్తి
జనం కోసమే మా అక్షరం

ఇకపై వందేమాతరంలో రెండు చరణాలే పాడండి

ప్రభుత్వం ఆదేశాలు.. కర్ణాటక ప్రభుత్వం కీలక ఉత్తర్వులు!

బెంగళూరు, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్

'వందేమాతరం' జాతీయ గీతం విషయంలో కర్ణాటక కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ కార్యక్రమాలు, అధికారిక వేడుకల్లో వందేమాతరం కొలి రెండు చరణాలను మాత్రమే పాడాలని ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. వివిధ ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్లో జాతీయ గీతాన్ని పాడే సమయంలో ఏకరూపత, గౌరవం, సరైన ట్రోట్‌కాల్ పాటించాల్సిన అవసరం ఉందని ప్రభుత్వం పేర్కొంది.

2లో..



చాతకాని ముఖ్యమంత్రిని నిన్నే చూస్తున్నా

- మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు: సీఎం రేవంత్ రెడ్డిపై ఆగ్రహం

- నీకు పాలమూరు మీద ఉన్న ప్రేమ లేదా?

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్
రేవంత్ రెడ్డి మార్చి లోతో మమ్మల్ని ఎత్తడం కాదు.. మోటార్లు ఆన్ చేసి రైతులకు నీళ్లు ఎత్తు అని మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ డిప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్ హరీశ్ రావు సవాల్ విసిరారు. తెలంగాణ భవన్‌లో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. అదే మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో భీమా ప్రాజెక్టులో 3 మోటార్లు ఉంటే ఒక్క మోటార్ మాత్రమే నడుపుతున్నారు. నికర జలాల కేటాయింపులున్నా ప్రాజెక్ట్ చివూ. కానీ ఇ జలాల కేటాయింపులు లేని, బేసిన్ లేని వెలిగొండకి మాత్రం చంద్రబాబు నీళ్లు తీసుకుపోతాడు.. బేసిన్లు ఉన్న నికర జలాల కేటాయింపులు ఉన్న అన్ని అనుమతులున్న భీమా మోటార్లు ఎందుకు నడపడం లేదు రేవంత్ రెడ్డి.. ఇదేనా నీకు పాలమూరు మీద ఉన్న ప్రేమ అని హరీశ్ రావు అడిగారు.

2లో..



ఇకపై పైలట్లందరికీ డ్రగ్ టెస్టులు

- డీజీసీఏ సంచలన నిర్ణయం

- ఎయిర్ ఇండియా ఘటన తర్వాత కీలక నిర్ణయం!

న్యూఢిల్లీ, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్

విమాన ప్రయాణాల భద్రత విషయంలో భారత విమానయాన నియంత్రణ సంస్థ డీజీసీఏ (డైరెక్టరేట్ జనరల్ ఆఫ్ సివిల్ ఏవియేషన్) కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. దేశంలోని అన్ని విమానయాన సంస్థల్లో పనిచేస్తున్న పైలట్లకు ఒక్కసారి డ్రగ్ టెస్టులు నిర్వహించాలని ఆదేశించినట్లు ఓ ప్రభుత్వ అధికారి వెల్లడించారు. వచ్చే ఏడాది జూలై నాటికి ఈ పరీక్షలను పూర్తి చేయాలని ఎయిర్లైన్స్‌కు సూచించినట్లు తెలిపారు.

5లో..



బీఆర్ఎస్‌పై ప్రజల వ్యతిరేకత

- సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడి

- ప్లాష్ సర్వేలో ప్రభుత్వానికి క్లీన్‌చిట్

- బీఆర్ఎస్ తీరుపై ప్రజల అసంతృప్తి

- వెయ్యి రోజుల పాలనను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలి

- సభకు ఎమ్మెల్యేలు పూర్తి హాజరు కావాలి

- వ్యక్తిగత పనితీరే గెలుపునకు కీలకం

- కులగణనపై దేశవ్యాప్త ప్రచారం చేయాలి

- ఓటు హక్కు పరిరక్షణపై అప్రమత్తంగా ఉండాలి

- ప్రభుత్వ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలి



రాష్ట్ర ప్రభుత్వ నిర్ణయాలు, అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలని ఎమ్మెల్యేలకు తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి దిశానిర్దేశం చేశారు. అసెంబ్లీ కమిటీ హాల్‌లో సీఎం అధ్యక్షతన సీఎల్పీ భేటీ జరిగింది. ఈ సమావేశంలో సీఎం పలు సూచనలు చేశారు. "వెయ్యి రోజుల పాలనను ప్రజలకు వివరించాలని అసెంబ్లీ సమావేశాలు నిర్వహిస్తున్నాం. సభ జరగనివ్వకుండా ప్రధాన ప్రతిపక్షం బీఆర్ఎస్ కుట్ర చేసింది. ఆ పార్టీకి అధికారం పోయినా అహంకారం పోలేదు. పోలీసులు, ప్రజా ప్రతినిధులను దూషించి సభను సజావుగా జర

గకుండా చేశారు. మహిళా అధికారుల ముందు టీవీస్క్రీన్లు విప్పి ఇబ్బంది కలిగించారు. స్పీకర్‌ను అత్యంత అభ్యంతరకరంగా దూషించారు. ప్రతిపక్షం కుట్రలను బలంగా తిప్పికొట్టాలి. ప్రభుత్వంపై జరిగిన కుట్రను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లిన వారిని అభినందిస్తున్నా. ఎమ్మెల్యేలు సభకు హాజరై చర్యల్లో పాల్గొనాలి" అని రేవంత్ దిశానిర్దేశం చేశారు. అసెంబ్లీ వద్ద జరిగిన ఘటనలపై ప్రభుత్వం.. ప్లాష్ సర్వే చేయించినది సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సమావేశంలో తెలిపారు. ఆ సర్వేలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై పెద్దగా వ్యతిరేకత కనిపించలేదని.. బదులుగా బీఆర్ఎస్

నేతల వ్యవహారాలపై ప్రజలు తప్పుబట్టినట్లు తెలిపిన ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ నెల 7వ తేదీన అసెంబ్లీ గేటు వద్ద చోటుచేసుకున్న పరిణామాలను, స్పీకర్ గద్దం ప్రసాద్ కుమార్‌పై అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేసిన వివాదం.. ఎర్రపల్లిలో చోటుచేసుకున్న శుద్ధీకరణ కార్యక్రమం వంటి అంశాలను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఈ సమావేశంలో ప్రస్తావించినట్లు సమాచారం. ఈ ఘటనలపై ప్రభుత్వం తీసుకున్న చర్యలను కూడా ఎమ్మెల్యేలకు వివరించినట్లు తెలుస్తోంది. ప్రధాన ప్రతిపక్షమైన బీఆర్ఎస్ అసెంబ్లీ కార్యకలా

పాలను సజావుగా సాగనివ్వకుండా కుట్ర చేసిందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆరోపించినట్లు సమాచారం. మాజీ సీఎం కేసీఆర్ అధ్యక్షతన ఫామ్‌హౌస్‌లో సమావేశమై సభను అడ్డుకునే వ్యూహాన్ని రూపొందించారని ఆయన విమర్శించినట్లు తెలుస్తోంది. అధికారం కోల్పోయినప్పటికీ బీఆర్ఎస్ నేతలు తమ అహంకార వైఖరిని మార్చుకోలేదని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించినట్లు సమాచారం.

6లో..

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్
అసెంబ్లీ కమిటీ హాల్‌లో జరిగిన సీఎల్పీ భేటీలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. గత మూడురోజులుగా జరిగిన పరిణామాలపై ప్రభుత్వం ప్లాష్ సర్వే చేయించినట్లు తెలిపారు. బీఆర్ఎస్ నేతల తీరునే ప్రజలు తప్పుబట్టినట్లు సర్వేలో వెల్లడైందన్నారు. ప్రభుత్వంపై వ్యతిరేకత లేనట్లు తెలిపిన చెప్పారు. ఈనెల 7న అసెంబ్లీ గేటు వద్ద జరిగిన పరిణామాలు, స్పీకర్‌ను దూషించడం, ఎర్రపల్లిలో జరిగిన శుద్ధీకరణ తదితర ఘటనలను ఈ సందర్భంగా సీఎం ప్రస్తావించినట్లు సమాచారం. అనంతరం ప్రభుత్వం తీసుకున్న చర్యలు తదితర అంశాలను ఆయన వివరించినట్లు తెలుస్తోంది.

మాజీ మంత్రి బొత్స కన్నీటిపర్యంతం

- కార్యకర్తలతో ఆత్మీయ సమావేశం

- విజయనగరం జిల్లా గరివిడిలో భేటీ

- చిన్న శ్రీను) వైసీపీని వీడి టీడీపీలో చేరడంతో



5లో..

ప్రభుత్వ, కాంట్రాక్ట్, ఔట్‌సోర్సింగ్ సిబ్బందికి రూ.కోటి బీమా

- ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క

- ప్రమాదవశాత్తు లేదా దురదృష్టవశాత్తూ మరణిస్తే

- ఆ కుటుంబం ఆర్థికంగా రోడ్డున పడకుండా

అండ

2లో..

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్

రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు, కాంట్రాక్ట్, ఔట్‌సోర్సింగ్ సిబ్బంది మరియు పెన్షనర్లకు ప్రభుత్వం అందిస్తున్న రూ.కోటి ఉచిత బీమా పథకం దేశంలోనే కొలిసారని ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క శాసనసభలో ప్రకటన చేశారు. ఒక ఉద్యోగి ప్రమాదవశాత్తు లేదా దురదృష్టవశాత్తు మరణిస్తే ఆ కుటుంబం ఆర్థికంగా రోడ్డున పడకుండా కొండగా కొండగా నిలవాలనే మానవీయ ఉద్దేశంతోనే ఈ పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టినట్లు ఆయన వెల్లడించారు. ప్రభుత్వంపై గానీ, ఉద్యోగులపై గానీ ఎలాంటి రూపాయి భారం పడకుండా బ్యాంకర్ల భాగస్వామ్యంతో ఈ ప్రమాద బీమాను విజయవంతంగా అమలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

తెలంగాణ ప్రజలకు ఆర్టీసీ లైఫ్‌లైన్ మహిళలకు రూ.12,171 కోట్లు ఆదా!: పొన్నం



హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్

దేశవ్యాప్తంగా పేద, మధ్యతరగతి ప్రజలకు రైల్వేలు లైఫ్‌లైన్ అయితే, తెలంగాణ ప్రజలకు ఆర్టీసీయే ప్రధాన జీవనాడి అని మంత్రి పొన్నం

ప్రభాకర్ తెలిపారు. ప్రతిరోజూ సుమారు 30 లక్షల కిలోమీటర్లు తిరుగుతూ 65 లక్షల మంది ప్రయాణికులను ఆర్టీసీ సురక్షితంగా గమ్యస్థానాలకు చేరుస్తోందని పేర్కొన్నారు.

2లో..

నాందేడ్‌లో రోడ్డు ప్రమాదం

- ట్రక్కు-టాటా మ్యాజిక్ ఢీ
- 9 మంది దుర్మరణం
- మరో ముగ్గురి పరిస్థితి విషమం



త్వరలోనే డీఎస్సీ స్కాం పార్ట్ 2

- కేస్ స్టడీలతో సహా

మరిన్ని అక్రమాలు

- వైఎస్ జగన్ సంచలన

వ్యాఖ్యలు

- వెరిఫికేషన్ ప్రక్రియలో

అవకతవకలు జరిగాయి

- టీచర్ పోస్టుల కోసం

డబ్బులు తీసుకున్నారు

- వీడియోలపైనా సమగ్ర

విచారణ జరపాలి

2లో..



అమరావతి, సెప్టెంబర్ 03, అనంత జనశక్తి న్యూస్

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో డీఎస్సీ 2025 నియామక ప్రక్రియపై వై ఎస్సార్‌సీఏ అధినేత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి మరోసారి తీవ్ర ఆరోపణలు గుప్పించారు. డీఎస్సీ వ్యవహారంలో తాను ఇప్పటికే డీఎస్సీ స్కాం పార్ట్ 1 పేరుతో పలు అంశాలను ప్రజల ముందుకు తీసుకువచ్చిన విషయాన్ని గుర్తు చేస్తూనే.. త్వరలోనే డీఎస్సీ స్కాం పార్ట్ 2లో మరిన్ని అక్రమాలను బయట పెడతానని వెల్లడించారు.

నాగబాబుకు కేబినెట్ హోదా

- జేతభత్యాలు, అలవెన్యూలపై ఉత్తర్వులు

- జీవో నంబర్ 7 ప్రకారం

జీతం

- నెలకు రూ.4.50 లక్షల వరకు జీతం, అలవెన్యూలు

2లో..



హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 10, అనంత జనశక్తి న్యూస్

ఏపీ గ్రీన్ ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ చైర్మన్, ఎమ్మెల్యే కొణిదెల నాగేంద్రరావు (నాగబాబు)కు ప్రభుత్వం కేబినెట్ హోదాను కల్పిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. నాగబాబు జీత భత్యాలు, సిబ్బంది నియామకం, ఇతర ప్రయోజనాలకు సంబంధించి ప్రభుత్వం 2025 జనవరి 10న జారీ చేసిన జీవో నంబర్ 7ను ప్రస్తావించింది.

తీసుకోవాలని పర్యవరణ, అటవీశాఖ ఉన్నతాధికారులను ఆదేశించింది.. అలాగే ఆర్థికశాఖ సహా సంబంధిత శాఖలకు సమాచారం అందించారు. నాగబాబుకు కేబినెట్ హోదా కల్పిస్తూ జారీ చేసిన ఉత్తర్వుల్లో ఆయన జీత భత్యాలు, సిబ్బంది నియామకం, ఇతర ప్రయోజనాలకు సంబంధించి ప్రభుత్వం 2025 జనవరి 10న జారీ చేసిన జీవో నంబర్ 7ను ప్రస్తావించింది.

ఆప్ నా ఎక్స్ గర్ల్ ఫ్రెండ్

- రాఘవ్ చద్దా ఫైర్..

- ఢిల్లీ ఓటర్ లిస్ట్ వివాదంపై

రాఘవ్ చద్దా

- "నేను మూడో ఆన్ అయ్యా..

- ఆప్ ఇంకా నా పేరు

పిలుస్తోంది

2లో..





నిమ్మరసంతో నిమ్మరసంలో అసిడిక్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. పైగా ఇందులో యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు కూడా ఎక్కువగానే ఉంటాయి. స్కాల్ప్ పై ఎలాంటి ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చినా, ఫంగస్ ఏర్పడినా వాటిని తొలగించడంలో నిమ్మరసం చాలా ఎఫెక్టివ్ గా పని చేస్తుంది. స్కాల్ప్ లో సాధారణంగానే నేచురల్ ఆయిల్స్ ఉత్పత్తి అవుతూ ఉంటాయి. ఎప్పుడైతే ఈ ఆయిల్స్ ఎక్కువవుతాయో అప్పుడు చుండ్లు వస్తుంది. నిమ్మరసం ఈ ఆయిల్స్ ని తగ్గిస్తుంది. ఓ గ్లాసు నీటిలో నిమ్మరసం కలపాలి. పొంపూతో తలస్నానం చేసిన తరవాత ఈ నిమ్మరసాన్ని కురులకు అప్లై చేయాలి. ఇలా కనీసం వారానికి రెండు సార్లు చేయడం వల్ల స్కాల్ప్ పై ఉండే ఫంగస్ తొలగిపోవడంతో పాటు జుట్టు కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఇక రెగ్యులర్

గా వాడితే స్కాల్ప్ క్లీన్ గా ఉండడమే కాకుండా దురద తగ్గిపోతుంది. కురులకు సహజంగానే మెరుపు వస్తుంది. కొబ్బరి నూనె కొబ్బరి నూనె కూడా చుండ్లును తగ్గించడంలో తోడ్పడుతుంది. కొబ్బరి నూనెలో యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. పైగా స్కాల్ప్ లో తేమను పట్టి ఉంచడంలోనూ సహకరిస్తుంది. అయితే కొబ్బరి నూనెను నేరుగా కాకుండా కాస్తంత వేడి చేసి కురులకు అప్లై చేయడం మంచిది. ఇలా చేస్తే కురుల కుదుళ్ల వరకూ నూనె పడుతుంది. ముఖ్యంగా స్కాల్ప్ పొడిబారకుండా ఉంటుంది. అన్నింటికన్నా కీలకంగా చుండ్లు రాకుండా ఇది అడ్డుకుంటుంది. సాధారణంగా చుండ్లు వచ్చినప్పుడు విపరీతంగా దురద వస్తుంది. లేదా స్కాల్ప్ లో ఏదైనా ఫంగస్ ఏర్పడినా



ఇలాగే ఇచ్చింగ్ వస్తుంది. ఈ దురద తగ్గించడంలోనూ కొబ్బరి నూనె ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. కేవలం చుండ్లును పోగొట్టడమే కాకుండా.. కురులు ఆరోగ్యంగా పెరగడానికి

చుండ్లుని పోగొట్టే చిట్కాలు, ఏం చేయాలంటే

చుండ్లు వచ్చిందంటే అంత సులువుగా వదిలిపెట్టరు. మహా చిరాకు పెడుతుంది. దీన్ని పోగొట్టుకునేందుకు రకరకాల షాంపూలు, కండిషనర్లు వాడాల్సి వస్తుంది. ఇక మందులు కూడా వాడేవాళ్లు ఉంటారు. వీటి వల్ల కొంత వరకూ ప్రయోజనం ఉన్నప్పటికీ శాశ్వతంగా చుండ్లు తొలగిపోతుందన్న గ్యారంటీ లేదు. పైగా వీటిలో ఉండే కొన్ని రకాల కెమికల్స్ కురుల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బ తీస్తాయి. అయితే ఇలాంటి సమస్యలు ఏవీ ఉండకూడదు అంటే సహజమైన పద్ధతిలోనే చుండ్లును వదిలించుకోవాలి. ఇంట్లో దొరికే పదార్థాలతోనే దీనిని పోగొట్టుకోవాలి. ఇలాంటి చిట్కాల గురించే ఇప్పుడు చెప్పకోబోతున్నాం. చాలా సులువైన చిట్కాలతోనే సమస్యను దూరం చేసుకోవచ్చు. మరి ఆ ఇంటి చిట్కాలు ఏంటి. ఏం చేస్తే చుండ్లు నుంచి విముక్తి కలుగుతుంది అనే వివరాలు తెలుసుకుందాం.



అలోవెరా జెల్ కూడా చుండ్లుని పోగొట్టడంలో చాలా బాగా పని చేస్తుంది. కలబందలో యాంటీ మైక్రోబయల్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి స్కాల్ప్ ని శుభ్రపరుస్తాయి. అలోవెరా జెల్ ని నేరుగా కురులకు అప్లై చేయాల్సి ఉంటుంది. ఇలా చేయడం ద్వారా స్కాల్ప్ పై ఇరిటేషన్ తగ్గుతుంది. ముఖ్యంగా ఫంగస్ ఏమైనా ఉంటే అది పూర్తిగా తొలగిపోతుంది. ఈ ఫంగస్ కారణంగానే డాండ్రఫ్ వస్తుంది. ఎప్పుడైతే ఫంగస్ తొలగిపోతుందో అప్పుడు సహజంగానే చుండ్లు తగ్గిపోతుంది. అయితే అలోవెరా జెల్ అప్లై చేసిన తరవాత కనీసం అరగంట పాటు అలాగే ఉంచాలి. ఆ తరవాత తలస్నానం చేయాలి. అలోవెరా జెల్ లో ఉండే కాలింగ్ ఎఫెక్ట్ ఇన్ ఫ్లమేషన్ ని తగ్గిస్తుంది. రెగ్యులర్ గా వాడడం వల్ల చుండ్లు తొలగిపోవడంతో పాటు

కురులు స్కాల్ప్ గా మారిపోతాయి. నేచురల్ గానే మెరుపు కూడా వస్తుంది. బేకింగ్ సోడా స్ట్రెప్ బేకింగ్ సోడాను ఎన్నో విధాలుగా వాడుతుంటారు. ముఖ్యంగా మరకలు వదిలించడం కోసం వినియోగిస్తారు. అయితే చుండ్లు తొలగించడం కోసం కూడా ఇది బాగానే ఉపయోగపడుతుంది. డెడ్ స్కిన్ సెల్స్ ని తొలగించి స్కాల్ప్ ని శుభ్రంగా ఉంచడంలో తోడ్పడుతుంది. అంతే కాదు, స్కాల్ప్ లో ఫంగస్ ఏర్పడకుండా అడ్డుకుంటుంది. అయితే ఈ చిట్కా పాటించే ముందుగా తలను మామూలు నీళ్లతో ఓ సారి శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఆ తరవాత కాస్తంత బేకింగ్ సోడా తీసుకోవాలి. నేరుగా స్కాల్ప్ పై చేసి అప్లై చేయాల్సి ఉంటుంది. ఇలా అప్లై చేసిన తరవాత కానీపటి వరకూ అలాగే ఉంచాలి.

స్ట్రెయిటనర్ వాడకుండానే జుట్టు స్ట్రెయిట్ గా మారాలా, ఇప్పుడు చెప్పిన నూనెలు రాస్తే సిల్కీగా మారడమే కాకుండా పొడుగ్గా పెరుగుతుంది కూడా



జుట్టు సంరక్షణకోసం నూనెలు ఎంతో ముఖ్యమైనవి. వీటిని వాడడం వల్ల జుట్టుకి పోషణ అందుతుంది. అదే విధంగా, కొన్ని నూనెల్ని వాడడం వల్ల జుట్టు నేచురల్ గానే అందంగా, పొడుగ్గా మారుతుంది. అంతేకాదు, ఆ నూనె రాయడం వల్ల జుట్టు స్ట్రెయిట్ గా మారుతుంది. స్ట్రెయిటనర్ లేకుండా జుట్టు అందంగా, పొడుగ్గా, స్ట్రెయిట్ గా మారాలనుకుంటే ఇప్పుడు చెప్పి కొన్ని ఆయిల్స్ హెల్ప్ చేస్తాయి. వీటిని వాడడం వల్ల చాలా వరకూ జుట్టుకి పోషణ అంది పొడుగ్గా, స్ట్రెయిట్ గా మారుతుంది. అంతేకాకుండా, కొన్ని ఆయిల్స్ జుట్టుకి లోపలి నుంచి పోషణని అందించి అందంగా, బలంగా మారేలా చేస్తాయి. దీని వల్ల జుట్టు రాలడం తగ్గుతుంది. పైగా ఒత్తుగా పెరుగుతుంది కూడా.



కొబ్బరినూనె కొబ్బరినూనెని జుట్టు కుదుళ్ల నుంచి లోతుగా పోషణ అందుతుంది. కొబ్బరినూనెలో ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. రెగ్యులర్ గా కొన్నిరోజుల పాటు జుట్టుకి కొబ్బరినూనె రాస్తే జుట్టు మృదువుగా, సహజంగానే స్ట్రెయిట్ గా మారుతుంది. దీనిని వాడడం వల్ల నేచురల్ గా మృదువుగా మారుతుంది. కెమికల్స్ ఉన్న సీరమ్ బదులు కొబ్బరినూనె రాస్తే క్యూటికల్ లోకి చొచ్చుకుపోతుంది. ప్రోటీన్ నష్టాన్ని తగ్గించి జుట్టుని బలంగా మారుస్తుంది. ఎలా వాడాలంటేనూనెని కొద్దిగా వేడిచేసి తలకి జుట్టు పొడవునా మసాజ్ చేయండి. రాత్రంతా అలానే ఉండండి. లేదంటే ఓ గంట, రెండు గంటల పాటు అలానే ఉంచి మైల్డ్ షాంపూతో తలస్నానం చేయండి. మీ జుట్టుకి నూనె రాశాక వేడి టవల్ చుట్టండి. దీని వల్ల నూనె తలకి బాగా అబ్జార్బ్ చేసుకుంటుంది. కొబ్బరినూనెని వాడడం వల్ల జుట్టు క్యూటికల్ న్ని బలంగా చేసి ఫ్రీజ్ ని తగ్గించి ఎలాంటి హీట్స్ వాడకుండానే జుట్టు పొడుగ్గా



మారుతుంది. | ఆర్గాన్ ఆయిల్ ఆర్గాన్ ఆయిల్ ని లిక్విడ్ గోల్డ్ అంటారు. దీనికి కారణం ఇందులోని పోషకాలే. ఇందులో ఎక్కువగా విటమిన్ ఈ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఎసిడ్స్ యల్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ తో నిండి ఉంటుంది. ఇది జుట్టుకి రాస్తే జుట్టు స్ట్రెయిట్ గా మారుతుంది. దీనిని రాయడం వల్ల జుట్టు జెడ్డుగా మారుదు.

ఎలా వాడాలి. కొద్దిగా ఆయిల్ ని చేతిలో వేసుకుని జుట్టుకి రాయండి. మసాజ్ చేయండి. దీనిని రాయడం వల్ల సిల్కీ, పైని హెయిర్ మీ సొంతమవుతుంది. దీని వల్ల ఎలాంటి స్ట్రెయిటనర్ లేకుండానే జుట్టు అందంగా, పొడుగ్గా మారుతుంది. బాదం నూనె బాదం నూనెలో విటమిన్ ఈ, మెగ్నీషియం, ఓమేగా ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా



ఉంటాయి. ఇవి క్యూటికల్ న్ని మృదువుగా చేసి జుట్టుని బలంగా చేస్తాయి. దీనిని రాయడం వల్ల జుట్టు పొడిబారడం, చిట్టడం వంటి సమస్యల్ని తగ్గిస్తాయి. ఎలా వాడాలి. రెండు టేబుల్ స్పూన్ల బాదం నూనెని వేడి చేసి తలపై, జుట్టు మొత్తానికి మసాజ్ చేయాలి. తలస్నానానికి ముందు ఓ గంట పాటు అలానే ఉంచి రాయండి.

బాదం నూనెలో కొద్దిగా ఆముదం కలిపితే మంచి రిజల్ట్ ఉంటుంది. బాదం నూనెలో స్కూతింగ్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి జుట్టుని స్ట్రెయిట్ గా చేస్తాయి. రైస్ బ్రాన్ ఆయిల్ రైస్ బ్రాన్ ఆయిల్ జుట్టుకి చాలా మంచిది. ఇందులో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఓమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, ఓరిజినాల్ తో నిండి ఉంటాయి. ఇవి జుట్టుని మెరిసేలా చేస్తాయి. జుట్టుని మృదువుగా చేస్తుంది.

ఎలా వాడాలి? రైస్ బ్రాన్ ఆయిల్ ని జుట్టుకి రాసి మసాజ్ చేయాలి. 45 నిమిషాల పాటు అలానే ఉంచండి. తర్వాత మైల్డ్ షాంపూ వాడండి. దీని వల్ల జుట్టు సిల్కీ ఎండ్స్ తగ్గుతాయి. జుట్టు అందంగా మారుతుంది. ఆముదం జుట్టు స్ట్రెయిట్ గా మారడమే కాదు, రాలడం తగ్గి డ్రైగా మారకుండా ఉండాలంటే ఆముదం రాయడం మంచిది. ఈ ఆయిల్ మిగతా నూనెల కంటే మందంగా ఉన్నప్పటికీ దీని వల్ల జుట్టు బలంగా మారుతుంది. ఇందులో రిసినోలిక్ యాసిడ్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది తేమని లాక్ చేసి క్యూటికల్ న్ని బలంగా చేస్తుంది. ఎలా వాడాలి. కొద్దిగా ఆముదంలో, కొబ్బరినూనెని సమాన పరిమాణంలో తీసుకుని కలపాలి. దీనిని కొద్దిగా వేడి చేసి తలకి మసాజ్ చేయాలి. గంట పాటు అలానే ఉంచి ఆ తర్వాత తలస్నానం చేయాలి. దీనిని రెగ్యులర్ గా రాయడం వల్ల జుట్టు ఆరోగ్యంగా మారి మెరుస్తుంది. జుట్టు మూలాలు కూడా బలంగా మారతాయి.

‘సర్దార్ 2’ సుందరి ఆషికా రంగనాథ్

కార్తితో కలిసి ‘సర్దార్ 2’ అంటూ సందడి చేసేందుకు సిద్ధమయ్యారు నటి ఆషికా రంగనాథ్. పీఎస్ మిత్రన్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ సినిమా నేడు (సెప్టెంబర్ 10) ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. కాలేజీ రోజుల్లో మిస్ ఫ్రెడ్ ఫీస్ పోటీల్లో పాల్గొన్న ఆమె.. రన్వేలపేరికగా నిలిచారు. ఆ పోటీల్లో ఆషికను చూసిన దర్శకుడు మహేశ్ బాబు ఆమెకు ‘క్రేజీ బాయ్’ సినిమాలో అవకాశం ఇచ్చారు. ‘క్రేజీ బాయ్’ అంటూ తొలిసినిమాతోనే ఉత్తమ నటిగా సైమా అవార్డు అందుకొని వాన్ అనిపించారు. ప్రతి విషయం సోషల్ మీడియాలో పంచుకుంటారు. కన్నడ హీరోయిన్స్ లో సోషల్ మీడియాలో ఎక్కువ మంది ఫాలోవర్స్ ఉన్నవారిలో ఆషిక ఒకరు. ఇండస్ట్రీలో హీరోయిన్స్ ను చూసే తీరు మారాలని.. వారు పారితోషికం కోసం పాత్రలు ఎంచుకుంటారనే అపోహ పోవాలంటూ విమర్శలపై ఘాటుగా స్పందిస్తారు. రవితేజ నటించిన ‘విక్రమార్కుడు’ అంటే చాలా ఇష్టం. అందులో ఆయన చేసిన రెండు పాత్రలకు ఆషిక ఫ్యాన్. విరామం దొరికితే టూర్లకు వెళ్లడం ఇష్టం. కొత్త వ్యక్తులను కలిసి వాళ్ల గురించి తెలుసుకుంటుంటారు.



నా జీవితంలోకి వచ్చిన ఒకరికి ఆస్కార్ ఇవ్వొచ్చు: జయం రవి భార్య ఆర్తి

నటుడు జయం రవి భార్య ఆర్తి పెట్టిన ఇన్స్టా స్టోరీ ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ఎప్పుడూ ఇన్స్టాలో యాక్టివ్ గా ఉండే ఆర్తి తాజాగా ఓ నోట్ పంచుకున్నారు. “సూర్య, అజిత్, విక్రమ్, కమల్ హాసన్.. వీళ్లందరి కంటే నా జీవితంలోకి వచ్చి ఒకరు నటించిన నటనకి ఆస్కార్ అవార్డు కూడా ఇచ్చేయొచ్చు” అని రాశారు. తన భార్య ఆర్తి నుంచి విడిపోతున్నట్లు రవి మోహన్ 2024లో ప్రకటించారు. అప్పటి నుంచి ఇరువురి మధ్య మాటల యుద్ధం నడుస్తోంది. గతంలో మహిళలే కరెక్ట్ అని చాలా మంది

అనుకుంటారని, కానీ అసలైన బాధితులు పురుషులేనని జయం రవి చేసిన కామెంట్స్ పై ఆర్తి స్పందించారు. ‘ఒకవేళ విధాకులు రాక ముందే నేను వేరే వ్యక్తితో కలిసి ఉంటే..? అదొక అసహ్యమైన ప్రవర్తన’ అని ఆమె తెలిపారు. మరోవైపు నేడు జయం రవి (Ravi Mohan) పుట్టిన రోజు సందర్భంగా ‘వడ్డీ కాసులవాడ’ మూవీ టీమ్ శుభాకాంక్షలు తెలిపింది. మనోజ్ ప్రధానపాత్రలో నటిస్తోన్న ఈ సినిమాలో రవి వెంకటేశ్వరస్వామిగా కనిపించనున్నారు.



నటిని కావాలనే కలకు అదే ప్రేరణ: కృతి సనన్

చిత్ర పరిశ్రమలో కెరీర్ కు ముందు అనుకోకుండా వచ్చిన ఓ మోడలింగ్ అవకాశం.. తనని నటనవైపు అడుగులు వేసేలా చేసేందని ఇటీవల ఓ సందర్భంలో పంచుకుంది బాలీవుడ్ హీరోయిన్ కృతి సనన్. “నాకు మోడల్ అవ్వాలనే ఉద్దేశం ఎప్పుడూ లేదు. కానీ, కొందరు నన్ను చూసి.. మోడలింగ్ ప్రయత్నించమని సలహాలు ఇచ్చారు. సరే ఓసారి ప్రయత్నించి చూద్దాం. ఏమీ కాకపోయినా అదొక అనుభవంగా ఉంటుందని అనుకున్నా. అలా నా సోదరి అనుకోకుండా తీసిన ఫోటోలను కొన్ని పోస్ట్ చేయడంతోనే మోడల్ గా ఎంపికయ్యాను. అప్పుడు మా నాన్న ‘చాలా శ్రద్ధగా చదువుతావు.. మోడలింగ్ వైపు వెళ్లే చదువుకి ఆటంకం. ఎందుకిదంతా’ అన్నారు. కానీ, మా అమ్మ ఫర్వాలేదు.. ఒప్పందంపై నేను సంతకం చేస్తానని ప్రోత్సహించారు. ఆ తర్వాత టీవీ ప్రకటనలు చేయడం మొదలుపెట్టాక.. కొంచెమైనా నటించగలనని అనిపించింది. అప్పుడే నా మనసులో ఎక్కడో నెమ్మదిగా నటిని కావాలని కలలు కనడం మొదలు పెట్టాను. అలా నటిగా రాణించాలనే నా ఆలోచన మోడలింగ్ తోనే ప్రారంభమైంద”ని చెప్పి కొచ్చింది.



జూనియర్ హాకీ ఆసియా కప్: పాక్ చిత్తు.. సెమీస్ లో భారత్

పాకిస్థాన్ ను టీమ్ ఇండియా చిత్తు చేసింది. అదేంటి ఇప్పుడేం మ్యాచ్ అంటారా? జూనియర్ మహిళల హాకీ ఆసియా కప్ లో భారత జట్టు విజృంభించింది. క్వార్టర్ ఫైనల్స్ లో 19-0 తేడాతో పాకిస్థాన్ పై ఘన విజయం సాధించింది. చైనా వేదికగా జరిగిన ఈ మ్యాచ్ లో భారత స్ట్రైకర్ ముందు పాక్ ఏమాత్రం నిలవలేకపోయింది. గ్రూప్ స్టేజీలో జపాన్, మలేషియా, దక్షిణ కొరియాను ఓడించిన భారత్.. చైనాతో మ్యాచ్ ను డ్రా చేసుకుంది. ఇప్పుడు క్వార్టర్ ఫైనల్ పాక్ పై గెలిచి సెమీస్ కు దూసుకెళ్లింది. దక్షిణ కొరియా - మలేషియా పోరులో విజేతగా నిలిచే టీమ్ తో భారత్ సెమీఫైనల్ లో తలపడనుంది.

భారత యువ స్ట్రైకర్ పూజి ఏడు నిమిషంలోనే గోల్ కొట్టింది. ఆ తర్వాత సానికా మనె మరో రెండు గోల్స్ చేసింది. సగం సమయానికే భారత్ 10-0 బీడ్ లోకి వెళ్లిపోయింది. మాలిక్ హ్యూట్రీక్ తో రెండో అర్ధభాగంలోనూ టీమ్ ఇండియాదే హవా. పాక్ నుంచి కనీస పోరాటం కూడా లేదు. ఆ జట్టు ఒక్కసారి కూడా గోల్ పోస్టు వైపు రాలేకపోయింది. ఇప్పటికే 2023, 2024 సీజన్ లో ఆసియా కప్ ను గెలిచిన టీమ్ ఇండియా.. హ్యూట్రీక్ పై గురి పెట్టింది.



భారత్ కోసం.. ఆ లీగ్ ను వదులుకున్న స్టార్ క్రికెటర్

న్యూజిలాండ్ పరిమిత ఓవర్ల క్రికెట్ కెప్టెన్ మిచెల్ శాంట్లర్ కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. వచ్చే బిగ్ బాష్ లీగ్ లో ఆడేందుకు వచ్చిన కాంట్రాక్ట్ ను వద్దని తిరస్కరించాడు. ‘నేషన్ ఫస్ట్’ అని అంతర్జాతీయ మ్యాచుల కోసం సన్నద్ధమయ్యేందుకు ఈ నిర్ణయం తీసుకోవడం గమనార్హం. జిబ్రిల్ లో అడిల్డైడ్ స్పెక్టర్స్ జట్టు శాంట్లర్ కు ఆఫర్ ఇచ్చింది. అయితే, భారత్ తోపాటు ఆస్ట్రేలియాతో సిరీసులు ఉన్న నేపథ్యంలో తాను అందుబాటులో ఉండనని శాంట్లర్ బదులిచ్చాడు. “మాకు ఇప్పుడు వసంతకాలం. రాబోయే సమ్మర్ లో భారత జట్టు మాతో సిరీస్ లను ఆడేందుకు రానుంది. ఆ తర్వాత ఆస్ట్రేలియా పర్యటనకు మేం వెళ్తాం. అంతర్జాతీయ మ్యాచుల కంటే ఏదీ ఎక్కువ కాదు. ఇది మాకు అత్యంత కీలకమైన సమయం. అందులో నేనూ భాగం కావాలని అనుకుంటున్నా. జిబ్రిల్ నుంచి వచ్చిన ఆఫర్ బాగుంది. అందులో ధాచేందుకు ఏమీ లేదు. కానీ, నేను కివీస్ తరపున ప్రతి మ్యాచ్ నూ ఆడాలని అనుకుంటున్నా. అందుకు సన్నద్ధం కావాల్సి ఉంది” అని శాంట్లర్ తెలిపాడు. మరోవైపు బిగ్ బాష్, దక్షిణాఫ్రికా టీ20 లీగ్ జరిగే సమయంలోనే న్యూజిలాండ్ వేదికగా సూపర్ స్లాష్ టీ20 లీగ్ కూడా ఉంటుంది. కివీస్ కు చెందిన కాంట్రాక్ట్ ఫ్లయర్లలో పలువురు అందుబాటులో ఉండే అవకాశం ఉంది.



టార్గెట్ అజిత్ అగార్వర్.. రోహిత్ శర్మ ‘టీ షర్ట్’ వైరల్

భారత స్టార్ బ్యాటర్ రోహిత్ శర్మ మైదానంలో ఎంత సరదాగా ఉంటాడో, గ్రౌండ్ వెలుపల కూడా అంతే చలాకీగా ఉంటాడు. తోటి ఆటగాళ్లు, ఫ్రెండ్స్ తో జాబీగా ఉంటూ తనదైన స్టైల్ లో పంచీలు విసురుతుంటాడు. అప్పుడప్పుడు అవి సోషల్ మీడియాలో ట్రెండింగ్ లో నిలుస్తాయి. తాజాగా రోహిత్ సైలెంట్ గా వేసిన ఓ కౌంటర్ ఇప్పుడు నెట్టింట్ వైరల్ అవుతోంది. టీమ్ ఇండియా చీఫ్ సెలెక్టర్ అజిత్ అగార్వర్ ను ఉద్దేశించే ఈ కౌంటర్ ఇచ్చాడని నెటిజన్లను చర్చించుకుంటున్నారు. ఇంతకి అసలు విషయం ఏంటంటే.. సెప్టెంబరు 19 నుంచి బుల్లి తెరపై ప్రసారం కానున్న ‘ఫ్యామిలీ ఫుల్ హాస్ నిక్ రోహిత్ శర్మ’ అనే ఎంటర్టైన్ మెంట్ షో డ్వారా హాస్ నేట్ గా హిట్ మ్యాన్ కొత్త అవతారం ఎత్తబోతున్నాడు. ఈ షో కు సబంధించిన ప్రోమో షాటింగ్ సమయంలో రోహిత్ వైట్ కలర్ టీ షర్ట్ ధరించి కెమెరాతో మాట్లాడాడు. ఆ టీ షర్ట్ పై కమెట్ మెంట్ లేదా? అని రాసి ఉంది. నోటితో ఏమీ అనకపోయినా ఈ కోటితో చీఫ్ సెలెక్టర్ అజిత్ అగార్వర్ ను రోహిత్ టార్గెట్ చేశాడని నెట్టింట్ అభిమానులు చర్చించుకుంటున్నారు.

లేటు వయసులోనూ.. దీప్తి న గేమ్

నాలుగు పదుల వయసులోకి అడుగు పెట్టారంటే.. యువకులతో ఏం పోటీపడతారంటే అని ఆటకు గుడ్ బై చెప్పేసి ఏ కామెంటేటర్ గానో.. అనలిస్ట్ గానో మారిపోతారు కొందరు స్ట్రైకర్లు. మేం మాత్రం అలా కాదు.. కుర్రాళ్లకు సవాల్ విసిరేందుకు ఇప్పటికీ సై అంటూ ధూసుకుపోతున్నారీ ‘వెటరన్’ స్ట్రైకర్లు. ఇమ్రాన్ తాహిర్.. అదేనండీ వికెట్ తీయగానే మైదానమంతా పరుగులు పెడతాడే ఆ వెటరన్ స్పిన్నర్ గుర్తున్నాడా? ఐవీఎల్ లోనూ ఆడిన ఈ దక్షిణాఫ్రికా మాజీ క్రికెటర్ తాజాగా ఓ ప్రపంచ రికార్డు సృష్టించాడు. పురుషుల టీ20 క్రికెట్ లో ఓ ఘనత

నమోదు చేశాడు. ఫైఫర్ తీసిన అతిపెద్ద వయస్కుడిగా ఘనత సాధించాడు. కరేబియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ లో గయానా అమెజాన్ వారియర్స్ జట్టు సారథిగా ఉన్నాడు. సెయింట్ లూసియా కింగ్స్ పై 17 పరుగులతో ఇచ్చిన తాహిర్ 5 వికెట్లు పడగొట్టాడు. దీంతో 47 ఏళ్ల 167 రోజుల వయసులో ఈ ఘనత సాధించాడు. పురుషుల టీ20 క్రికెట్ లో అత్యధిక వయసులో ఫైఫర్ తీసిన బౌలర్ గా తన పేరిట ఉన్న రికార్డును తాహిర్ అధిగమించాడు. గతేడాదే ఇదే సీవీఎల్ లో ఆ ఫిట్ ను నమోదు చేశాడు. అప్పుడు అతడి వయసు 46 ఏళ్లు. మహిళల విభాగంలో 40 ఏళ్ల వరకూ క్రికెట్ ఆడటమే అరుదు.

