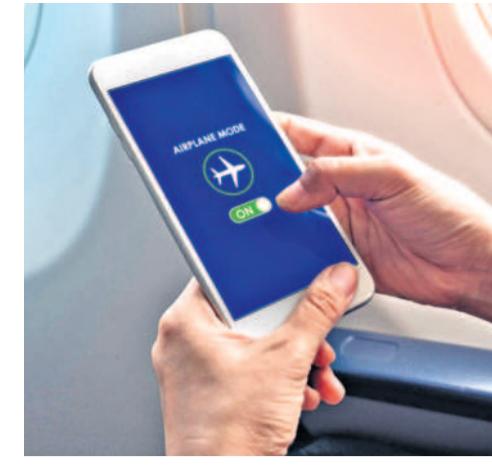




“ పోనలో వ్యాట మోడ్ ఎందుకు?

ପ୍ରଶ୍ନତ ସାର୍କ ଯୁଗଂଲେ ମେଲ୍‌ଟୈଲ୍ ଫୋନ୍ ନିତ୍ୟାଵସରପୁଷ୍ପଗା
ମାଳପାଇଁଯିବୁଛି. ଅନ୍ଦଲିକୀ ଆତ୍ମୀୟନେଷ୍ଟଂଗା ଚେରିବୈଠି.
ଫୋନ୍ଲୋ ଚାଲିଗ, ନେଟ୍‌ଵର୍କ୍ ଉପରେ ଚାଲୁ ଏକଦ୍ଵୀନା କାହାଲୀନ
ସମାଚାରଂ ଅନିଷ୍ଟବୁଛି. ଅଯିତେ.. ବିମାନ ପ୍ରଯାଣଲୋ
ମାତ୍ରଂ ମେଲ୍‌ଟୈଲ୍ ଫୋନ୍ ବାଦକଂ ନିଷେଧଂ. ଫୋନ୍ ବାଦିନା
ଦାଙ୍ଗଲ୍ଲୋ ନେଟ୍‌ଵର୍କ୍ ମାତ୍ରଂ କବିତଂଗା ଆପେଯାଲିପିବିଦେ. ଇନ୍ଦ୍ର
କିନ୍ତିନଂ ଏକଂଗା ଫୋନ୍ଲୋ ପ୍ଲେଟ୍ ମୋଡ଼ ଆପ୍ନ୍ତି କୁଦା ଉପରୁଥିବି.
ଇଂତେକୀ ପ୍ଲେଟ୍ଲୋ ଫୋନ୍ ଏଂଦରୁ ବାଦକୁଦାଦ୍ୱୀ ତେଲୁନା?

మనం విమానం ఎక్కువాన ఫోనల్ని నిలవర్క అపకపోత అది విమానం నాచిగేస్త సిస్టమ్స్తో జోక్కు చేసుకోవచ్చు. దీని కారణంగా విమానం ఎగరడంలో సమస్యలు ఉత్సమ్మయ్యే అవకాశాలు ఉన్నాయి. అదే జరిగితే.. ప్రమాదాలకు దారితీయవచ్చు. మొబైల్ ఫోన్ నుంచి వేళ్ల సిగ్నల్ విమానం కమ్యూనికేషన్ వ్యవస్థను గందరగోళా నికి గురిచేస్తుంది. దీని కారణంగా ప్లెల్టో కమ్యూనికేషన్ చేయడంలో సమస్య ఉత్సవ్సును కావోచ్చు. అలాగే కమ్యూనికేషన్ నియంత్రణలోను వైపులాలు ఏర్పడుతాయి. దీనివల్ల విమానం రేడియోస్పెన్షన్తో సంబంధించి కోల్చోవచ్చు కూడా! పలికంగా భారీ ప్రమాదాలు జరగొచ్చు. అందుకే, విమానంలో మొబైల్స్ ను పైట్ మోడ్లో ఉంచడం తప్పనిసరి



నమస్తే తెలంగాణ 290 తారీ

కర్నింగర్ | శుక్రవారం 10 మే 2024 | www.ntnews.com

బకరు వాడిన దుస్తులు మరొకరు కొనుక్కుని వేసుకోవడం పేదలికం కాదు...
పెద్దలికం అంటుంచి ప్రాదరాబాదీకు చెంబిన గుడివాడ వైష్ణవి. ఎందుకంటే
అలా చేస్తున్న వారంతా ఈ పుడమిని కాపాడాలన్న పెద్దమనసు ఉన్నవాళ్లు
అన్నది ఆమె మాట. 'జక్కీవస్తొన్ని, జక్కీవస్తువును మళ్లీ వాడుతున్నామంట'
దాని తయారీకి అవసరమైన ప్రకృతి వనరుల్లి... తద్వారా ఆర్థిక వనరుల్లి
కాపాడినట్టి కదా! అని చెబుతుంది. ప్రాదరాబాదీ బ్రిషట్టీన్ పేరట ఈమె
నడుపుతున్న గ్రూపు కొన్ని వేల దుస్తులు, వస్తువులకు మళ్లీ ప్రాణి
పేసింది. అంతేకాదు, రసాయన రహిత సాందర్భ ఉత్పత్తుల్లి
తక్కువ ధరలో అంబించాలన్న ఉద్దేశంతో ఇక్కొ స్నాడియో

అనే సంస్కరు ప్రారంభించిన వైష్ణవి..
సిసలైన పర్యావరణ ప్రేమికురాలు.

ప్రభుత్వం.. వ్యక్తిగతి గిఫ్టుంగ్!



ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟು ನೇಲ್ವಂದಿ...

చిన్నపుడు నాన్న ఉద్యోగ రీత్యా కొన్నాళ్ల గుజరాతీలో ఉన్నాం. మిగిలా అంతా హైదరాబాద్లోనే. ఇక్కడి సమయంల్లో ప్రసిద్ధి కావిల్లా మాన్ని కమ్ముడిషెప్పు చేశాను. అప్పుడు 'ట్రాప్ మేనేజ్మెంట్' (చెత్త నిర్వహణ) అంశాన్ని ప్రాచీకృతా ఎంచుకున్నా! అందులో భాగంగా మేం కొండరం హైదరాబాద్లో చెత్త డంప్ చేసే ప్రాంతాల్లో ఒక కల్పిన గుదిమల్కాపూర్ సందర్శించాం. దానికి సంబంధించిన రిపోర్టలు తయారు చేసు కున్నాం. చెత్త సేకరించే వాళ్ల కుపుల్లోంచి షైర్కు, గాజు పస్తువులు, అట్లపెట్టులు... వేరు చేస్తూ వాటాని అమ్ముకంటున్నారు అంటే మనకు పనికిరావు అనుకున్నిటి మరో బోట అవసరమప్పాతాయనే ఆలోచన వచ్చింద పుడు. కొన్నాళ్ల నా మనసులో అది అలాగే ఉండిపోయింది. నా దగర నేను ఇక వాడసు అనిపించిన మంచి ద్రోణులు, పోస్టీ నగలు, యాక్సెస్‌ల్లాంటివి చాలా పోగయ్యాయి. కొన్నిటిని చూసి నా ప్రింట్స్ భలే ఉన్నాయే అనేవాళ్లు, నశితే తీసుకోండి, బదులుగా మీ దగరి వాటిలో నాకు ఏమైనా ఇచ్చాడి అని చెప్పాలాచ్చి. అప్పుడు ఇందరం హైద్రీ కడా! ఇదే ఉడిశంతో నా నేస్తులతో హైదరాబాదీ ద్రిపర్సా పీరిట ఉ వాటాప్ గ్రాప్, ఇన్సొ

గ్రూపు, కమ్యూనిటీలును ప్రారంభించాను.
నేను అప్పుకే సుస్థిరాభివృద్ధి, వ్యర్థాల
సుంచి పర్యాపరణాల్ని కావెడుకోవడం
లాంటి అంగులి మీద నా ఇన్వోల్ఫో పోస్టుల
పెడుతూ ఉండేదాన్ని. అక్కడ నాకు అందు
వేల మంది దాకా పాలోవర్లు ఉన్నారు.
వాళ్లలో ఎక్కువమంది పర్యాపరణ స్పృహ
ఉన్నవాళ్లే దాంతో తా గ్రూపుల్లో వాళ్లు ఉత్త
పంగా చేరారు.

ప్రమో ఉంటాయంటే...
 2019 మధ్యలో నేనే క్లౌడరాబాద్ ట్రిప్పుక్కు గ్రూప్ ప్రారంభించినప్పుడు పదిమందిలోలో సమ్ములు ఉన్నారు. ప్రస్తుతం ఆ సంఖ్య 60 పైచిలుకు ఉంది. దీని చూసుకునేనెందుకు అయిదూరుగురు పనిచేస్తున్నారు. ఇందులో క్యూవర్ వేర్, ప్లాఫ్ట్ వేర్, ప్లాషస్టిక్ వేర్ దుస్తులతో పాటు చెప్పులు, బూట్లు, ప్రోట్రెంబ్యూ గులు, సొందర్శ ఉత్పత్తులు... ఇలా అట్టే పోస్ట్ చేస్తాం. హోమ్ డెకర్టివ్స్, ఫర్బిచర్, ఎలక్ట్రోనిక్ గ్రాడ్జెట్లలాంటిఫి ఇందులో మూడొపంతు ధరలో అమృతానికి ఉంటాయి. గ్రూప్ పెట్టినప్పుటి నుంచి ఇప్పటివరకూ 10 వేల పశ్చపులు పోస్ట్ అయ్యాయి. ఇవికాక నెలలో ఒకటిరెండు సారు హెడరాబాద్లో థ్రిప్పింగ్ క్లావెంట్

నిర్వహిసుటంటాం. తెలంగాణలో ఇది తొలి త్రిప్పుర్ గ్రావ్. ఇందులోని సభ్యులంతా అడవాళై. విద్యార్థినులు, గృహిణులు, వాయపొరులు, ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు, ఎటీ ఎంపోలుయాన్.. ఇలా విభిన్న వర్గాలకు చెందినవారు ఇందులో ఉన్నారు. వీళ్లలో ఎక్కువమంది 19 నుంచి 45 ఏండ్ల మధ్యవాళై. ఒకరి దుస్తులు ఒకరు వేసుకోవడం తప్పులాంటి మూడు నమ్మకాల్యాని, వేరే వాళై వాడినవి మనం వాడుటమేంటి అన్న అపంభావం కానీ వీళ్లలో అస్యులు కనిపించవు. ఇక, మా గ్రాపులో కొంతమంది బెంగళూరుకు మారిపోవడంతో ‘బెంగళూరు త్రిప్పుర్’ అని ప్రతీక గ్రాపును ఎర్పాటు చేసుకున్నారు. మా నూర్చుటో క్రొదరాబాద్లోనూ మరికొన్ని గ్రాపులు ఎర్పడుతున్నాయి. ఇది మంచి పరిణామం.

అందుబాటులో...

సబ్బలు, పేస్కుల్లాంటి వాటిల్లో కెమికల్స్ కళిని ఉంటాయి. వాటిని తగ్గించుకున్నా మనం నేలను కాపాడినట్టే. అందుకే 'జిక్కో స్వ్యాడిమో' పేరిల్ల ఒక రూసాయన రహిత ఉత్సవుల సంస్థను ప్రారంభించాను. కెమికల్ ప్రీ అనేవీ ఇచ్చిపెల వాలా ఖీరీదుగా అమ్ముతున్నారు. కానీ, కాలేజీ పిల్లలుయా వాడగలిగేలా ఉండాలన్న ఉష్టేశంతి క్రీ రూపాయల నుంచి 400 రూపాయల పరకు మాత్రమే ధర ఉండేలా పీటిని తయారుచేస్తున్నాం. నున్నిపిండి, పండుపొడిల్లాంటి వాటిల్లోపాటు కైన్సర్, ప్రూబ్, ఫేస్మమాస్ట్ తదితర 60 దాకా ఉత్సవుల్లి ఇందులో అమ్ముతున్నాం. పీటి మీద వచ్చిన డబ్బులో 20 శాతం వీడికుక్క లను సులాండ్రించే సంస్థకు ఇష్టున్నాం. ఇష్టు ఎందుకంటే, మార్పు అనేది చాలా చిన్నుగానే మొదలవుతుంది. కానీ నిరంతరం కొన్సా గించే చిన్నమార్పు ఒక పెద్ద ప్రయాసానికి డార్తిస్ట్రేయ.

ఆ దిశగా మనం చేసే ప్రతి పరీ లెక్క వేయదగ్గ ఉండా పారింక పొల్పిక్ బాక్సు లకు బదులు బైలు బాక్సులు, పోస్ట్‌ప్లిక్ బ్రెష్టల స్థానంలో వెదురు బ్రెష్టలు వాడటం, రూసాయన రహిత రంగుల్లి వినియోగించడం, పునర్వియోగ ప్యాడ్స్ లను కొన్కు

వడం... ఇలా ప్రతి అడుగులోను నేను పుర్యావరణిపొత్తాన్ని మార్చాను. మేం పొమ్మ లయాలకు ట్రైక్సీగీల్ వెసినప్పుడు కూడా మా బాక్సులు, వాటుల బాటిపు పట్టుకెళ్లాం. పోస్ట్‌ప్లిక్ వాడకం పూర్తిగా నిషేధించుకున్నాం. జీలో వేస్తే మేనజెమెంట్ లైం అది. ఇలాగే... ప్రతి ఒక్కరూ ఆలోచిస్తే పుర్యావరణాన్ని కాపాడుకోవడం అన్నది సులభం అయిపో తుంది. ఆ మార్పు దిశగా నా ప్రయాణం ఎప్పటికే కొన్సాగుతుంది!

... లక్ష్మీహరిత ఇంద్రగంట

అదిలందమ్మ.. మన్సమ్



పెంటి, పేరంటం, పండుగ,
 సైట్ పాల్టీ, మాల్హింగ్ ఫంక్షన్..
 ఇలా ఒక్క సందర్భాన్ని
 ఒక్క రకమైన దుస్సలు భిలస్తారు
 మహిశలు. సంప్రదాయమైనా,
 అధునికమైనా.. ఆయి దుస్సల
 మీద అమలిపోయే మూళింగ్
 నగలు ఉంటేనే మగువల
 అలంకరణ పూర్వవుతుంది.
 దుస్సలకు నప్పే రంగు, డిజైన్లకు
 అనగుణంగా ఆభరణాలను
 ఎంచుకుని ముస్తాబుతూరు.
 అయితే మూళింగ్ నగలకు
 పొట్టగా అతివల అలంకరణలో
 చేం సలకొత్త త్రింద సృష్టిస్తున్నది
 మిన్ మూళింగ్ జావెలరీ. రంగు,
 పరిమాణం, ఆకారాల్లో ఏదో ఒక
 తేడును కలిగి అందల దృష్టినీ
 ఆకలిస్తున్న కథ మిన్ మూళింగ్
 జావెలరీ విశేషాలు మీకసం..

ఈ మిన్ మాయాబింగ్ జవెలరీ అదునిక దుస్తులపైనే కాపుండా సంప్రదాయ వస్తులేచేపోయా చక్కగా నష్టపుతుంది. అంతేకాదు దీనిని అభిరుచికి తగినట్లుగా డిజైన్ చేయించుకునే సొలబ్బు కూడా ఉంది. ఆన్‌లైన్ అంగ్జూల్ కష్టమైన్ డిజైన్లు చేసుకునే సొలబ్బుఘూ ఉంది. బంగారం, వెంకి, ప్లాటినమ్ వంటి ఫిరీ దైన లోపశల్ చేసిన ఆధురాలే కాకుండా అందరికీ అందుబాటుల్లో ఉండి వ్యవస్థామ్ గోర్క్, ఇమిష్టిప్స్ జవెలరీ లోనూ ఈ నగలు అందుబాటుల్లో ఉన్నాయి. ఇంకెందుకు అలస్సుం.. మీరూ ఓసారి త్రై చేసేయండి!

ఏ వెన్ని తిరిగి పదుకుంటునోరు?

నిద్రపోయేటప్పుడు ఒక్కాక్కరూ ఒక్కా పొజిషన్లో పడుకుం
టారు. కొందరు వెల్లకిలా పడుకుంటే కొందరు ఎడముషైపు, మరికొం
దరు పడిషైపు తిరిగి పడుకుంటారు. కొందరికి బోర్డా పడుకునే అల
వాటు కూడా ఉంటుంది. అయితే పడుకునే పొజిషన్ కూడా మన ఆర్టో
గ్యూట్యూ ప్రభావం చూపుతుందిన్నారు నిష్పణలు. అన్నిరకాల పొజ
షన్లు కంటే ఎడముషైపు తిరిగి పడుకుంటే శరీరంలో చాలా రకాల వ్యవ
స్థల పనితీరు బాగుంటుందని బెబుతున్నారు.
తరచుగా గుండాలో మంట, ఎనిడిటీతే బాధపడుతుంటే, నిద్రపోయేట
ప్పుడు ఎడముషైపు
తిరిగి పడుకోవడం
మంచిది. ఈ స్థితిలో
జీర్ణాశయాన్ని, అన్న
వాహికను కలిపే
స్నింట్కర్కు కొంచెం
కించుగా జీర్ణాశయం
ఉంటుంది. అందు
వల్ల ఎడముషైపు

స్వీస్ ఎగ్ కర్రీ

కావలసిన పదార్థాలు

గుడ్లు: నాలుగు, టామూట

గుజ్జు: ఒక కప్పు, ఉల్లి

గడ్డ: ఒకటి, పచ్చిమిర్చి:

రెండు, కరివేపాకు: రెండు

రెబ్బులు, అల్లుం వెల్లుల్లి

పేర్కు: ఒక టీస్యూన్, ధని

యాల పాడి: ఒక

టీస్యూన్, గరం మశాలా:

అర టీస్యూన్, పశుపు:

పాపు టీస్యూన్, కారం:

రెండు టీస్యూన్సు, ఉప్పు: తగినంత, నూనె: పాపు కప్పు, ధాళ్లన చెక్క

చిన్న ముక్క, జీలకర్ర: అర టీస్యూన్, కొత్తిమీర తురుము: కొద్దొ.

ఈ పండ్లు ఫ్రైజ్‌లో వద్ద ఇచ్చివలి కాలంలో లిఫ్‌జిస్‌టర్ ఒక ముఖ్యమైన గృహ ఉపకరణంగా మారిపోయింది. మాంసం, పొల ఉత్పత్తులు, పండ్లు, కూరగాయలు లాంచీవాటిని ఎక్కువ రోజులు నిల్వ ఉంచడానికి ఫ్రైజ్‌లో ఉంచుతుంటారు. అయితే, కొన్ని రకాల పండ్లను ఫ్రైజ్‌లో ఉంచకూడదని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఇలా ఉంచడం వల్ల అవి త్వరగా పాడవడమే కాకుండా, విషపూరితంగా మారే ప్రమాదం ఉంది.



అరబీపండ్లు : అరబీపండును రిఫ్రిజెంట్లో ఉంచితే చాలా త్వరగా నమ్లగా మారుతుంది. ఈ పండ్ల నుంచి ఇధీలీన్ వాయువు బయలుటికి వస్తుంది. దీనివమ్ల ప్రైస్లో ఉంచిన ఇతర పండ్ల త్వరగా పక్కానికి వచ్చేలా చేస్తుంది! కాబట్టి అరబీపండును ఎప్పుడూ ప్రైస్లో, ఇతర పండతో కలిపి ఉండకూడదు.

పుచ్చకాయ : వేసవిలో పుచ్చకాయను ఎక్కువగా తింటారు. ఈ పండు చాలా పెద్దది కాబట్టి ఒక్కసారిగా తినడని కష్టం. అందుకే చాలా మంది పుచ్చకాయ ముక్కలను రిప్లిజిరేటర్లో భీధపరుస్తారు. ఇలా ఉంచితే ఆ పండులోని యాంటీ ఆక్రిడెంట్లు పాడైపోతాయి. తినడానికి ముందు కొంత సమయం వరక వాటిని రిప్లిజిరేటర్లో ఉంచడం వల్ల పెద్దగా ఇబ్బంది ఉండడు.

యాపిల్ : యాపిల్ పండును రిప్లిజిరేటర్లో ఉంచితే అవి త్వరగా పండిపోతాయి. యాపిల్లో ఉండే క్రియాశీల ఎంబ్లోమ్సుల కారణంగా

మూలికిడి : మామిడిని రిజిస్టర్డులో పెట్టుకూడదు. దీనివల్ల కాంగ్రెస్ పార్టీ నేతీగా వీరు అందుల్లో ఉన్న పార్టీ వ్యక్తిగతికి ప్రార్థనలు చేయబడ్డాయి.

విచీ పండ్లు : విచీని ప్రిక్షలో ఉంపడం వల్ల పైభాగం బాగానే ఉన్నా గుజ్జలోపలి భాగం త్వరగా పొడవుతుంది.