



# సంపోదకీయం

వర్షాకాలంలో ఏరంగు డ్రెస్ట్ లు వేసుకోవాలో తెలుసా..

చాలామంది కాలంతో సంబంధం ఉండుట నచ్చిన దుస్తులు వేసు కుంటుంటారు. కానీ కొన్నిసార్లు ఆ ఇష్టాలే ఇబ్బందులకు దారితీస్తాయి. ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో ఇలాంచి సమస్యలు ఎక్కువగా ఎదురవుతాయి. వర్షాలో తడి సినపుడు దుస్తులు తడి వల్ల స్నిగ్ధ ఇన్ ఫెక్షన్ కూడా వస్తాయి. ఇలాంటి సమస్యలు ఎదురవుకుండా ఉండాలంటే ఈ సీజన్? తగ్గట్టగా ద్రెస్ట్? లను ఎంచుకోవాలి. అలాగే ఈ కాలంలో హెయిర్ షైల్స్, జూవెలరీ విషయంలో కూడా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఈ కాలంలో అమ్మాయిలు పొదాల వరకు ఉండి, నేలకు తాకే గొన్ని, సల్వార్స్ పటియాల వంటి ద్రెస్ట్?ల జోలికి వెళ్లకుండా ఉంటే మంచిది. అలాగే ఒంటికి అతుక్కు పోయేలా ఉండే డ్రెస్ట్ కు దూరంగా ఉంటే వాన కురిసినా ఇబ్బంది ఉండదు. జీన్స్, వదులుగా ఉండే స్కర్స్, బాగా బరువుండే దుస్తులు కూడా వర్షాకాలంలో సౌకర్యంగా ఉండవు.

ఈ రంగుల్లో...

వర్షాకాలంలో వాతావరణం మయ్యిలు పట్టి ఉన్నాడో?గా కనిపిస్తుంది. అందువల్ల మనలోనూ కాస్త ఆ ఉన్న ఫీలింగ్ ఉంటుంది. దీంతో చేసే పసుల మీద కూడా అంత ఏకాగ్రత ఉండదు. అందుకే ఈ సీజన్ ఉత్సాహాన్నిచేస్తే రంగులు సెల్ట్ చేసుకుంటే మంచిది. అంటే, కలర్ ఫుల్ డ్రెస్ట్స్ మాట! ఎరువు, పసుపు, ఆకుపచ్చ రంగుల దుస్తులు పరిసరాలను కాంతింపంగా చేస్తాయి. అందుకే ఇలాంచివి చాలా శెటర్. ఒకవేళ దార్క్ కలర్ నష్టకషోటే లైట్ కలర్ దుస్తులు వేసుకుని వాటిపై దార్క్ కలర్ స్టార్ కట్టు కుంటే అదిరిపోతుంది.

జూవెలరీ కేర్

వర్షాకాలంలో బంగారం, వజ్రాల సగలకు ఎలాంటి హోని జరగకషోపచ్చ కానీ.. వెండి సగల విషయంలోనే జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అవి వర్షాకాలంలో త్వరగా రంగు మారతాయి. అందుకే వాటిని టిమ్యూ లేదా నూలు వస్తుంలో చుట్టి జివ్ లాక్ బ్యాగుల్లో భద్రపరుచుకోవాలి. అలాగే వాటిని గాలి, వెలుతురు తగలని చోటు ఉంచాలి. హెయిర్ షైల్స్

ఈ కాలంలో హెయిర్ షైల్స్?ను సింపుల్ గా షైల్స్ చేసుకోవాలి. కొన్ని రకాల హెయిర్ షైల్స్ వాతావరణ పరిస్థితుల వల్ల చెదిరిపోయి చికాకు తెప్పిస్తాయి. అందుకే ఈ కాలంలో జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే హెయిర్ షైల్స్ లైఫ్ పెట్టి మిగిలిన జుట్టుని లూజాగా వదిలేయడం.. ప్రైస్ పోస్టీ... లేదా పిట్టెల్ నిట్రై చేయుచ్చు. అలాగే వర్షాకాలంలో మంచి హెయిర్ వాషెన్ లేదా లైట్ హెయిర్ పొంపూలతో తలస్టునం చేయాలి. కండిష నర్?ని ఎక్కువగా వాడకూడదు.

**నేడు, దేపు భారీ నుంచి అతిభారీ వర్షాలు**

పలు ఇల్లాల్లో పర్మాలు పడే అపకాశమందస్తు స్టోర్చరాబాద్ వాతావరణ కేంద్రం వాయపు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర, తీరంలోని వాయువు

ఇల్లాల్లోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగంలో కేంద్రిక్తప్రవాన వాయుగుండం

ఉరుములు, మెరుపులు, తడురుగాలలతో కూడిన మొస్తు నుంచి భారీ వర్షాలు ప్రాధారాబ్ పేస్

తెలంగాంలోని పలు ఇల్లాల్లో, రెపు భారీ నుంచి అతి భారీ వర్షాలు పడే అవాశమంది ప్రాధారాబ్

వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. ఒకిసా, ఉత్తరాంప్ర,

తీరంలోని వాయువు బంగాళాభాగం



# హీర్భుక్ పొంద్యాకు కోచ్ గంభీర ఫెన్ కాల్.. సున్నితంగా శ్రౌంగ్ మెనేజ్!

వన్నే జట్టులో చోటు దక్కాలంటే.. బోలింగ్ కోటూ పూర్తి  
చేయగలనని నిరూపించుకోవాలంటూ సూచన

విజయ్ హజారే ట్రోఫీ ఆదాలని సూచించినట్టు కథనాలు  
శ్రీలంక టూర్స్ లో ఒక ఆటగాడిగా మాత్రమే పాండ్యాకు చోటు..  
కనీసం వైన్ కెప్పెన్గానూ ఛాన్ ఇవ్వని సెలక్టర్లు



# కోచ్ నాతమ్ గంభీర్ సహాయ సిబుంది భురారు!

- సహాయక కోచ్‌లుగా అభిప్రేక్ నాయర్, రావ్నీ టెన్  
దొస్తాట్ ఖరారయ్యరంటూ కథనాలు
  - ద్రావిడ్ ఆధ్వర్యంలో పని చేసిన ఫీల్డింగ్ కోచ్ బిలీవ్‌ను  
కొనసాగించేందుకు జీసీసీపి సుమయింగా ఉందని  
పేర్కొన్న ‘క్రికెట్బజ్’
  - తవరలోనే ప్రారంభం కానున్న శ్రీలంక టుంగ్ తో  
బాధ్యతలు స్వీకరించనున్న నూతన కోచింగ్ సిబ్బంది



బీసీఎస్‌ల పెద్దలు భావిస్తున్నట్టు సమాచారం. కాగా బొలింగ్ కోచ్ నియామకంపై ఇంకా సృష్టత రాలేదు. అయితే దశిణాప్రికా మాజీ ఫౌట్ బొలర్ మోర్ట్ మోర్క్యూన్ బలమైన పోటీదారుగా బీసీఎస్ పరిగణిస్తున్నట్టు కథనాలు వెలువడుతున్నాయి. కోల్కతా నైట్ రైడర్స్ జట్టుకు అడినప్పుడు మోర్క్యూతో గంభీర్ కలిసి పనిచేశాడు. 2014, 2016 ఐవీల్ సీజన్లలో గంభీర్ కెప్పెన్సిలో మోర్క్యూ ఆడాడు. బొలింగ్ కోచ్పై సృష్టత రానపులీకీ దిలీవ్, అభిషేక్ నాయులతో కలిసి కోచ్ గంభీర్ లీలంక పర్యాటనక్కల వెళ్లపున్నాడని ‘క్రికెట్ కబ్బ’ కథనం పేర్కొంది. కాగా రాయ్ టెన్ డోస్పార్ట్ జట్టుతో ఎప్పుడు కలుస్తాడనేది తెలియరాలేదు. ప్రస్తుతం జరుగుతున్న ‘మేజర్ లీగ్ క్రికెట్లో’ ఎల్వి నైట్ రైడర్స్ కోచింగ్ స్టాఫ్లలో సభ్యుడిగా రాయ్ టెన్ పనిచేస్తున్నాడు.

ఈ నెల 22న శ్రీలంక పర్యాటనకు వెళ్లనున్న టీమిండియా... ఈ నెల 27న తొలి మ్యాచ్

**శ్రీలంకలో 3 టీ20లు, 3 వన్డేలు ఆడమన్న టీమిండియా**

**జులై 27 నుంచి టీ20 సిర్సెస్, అగస్టు 2 నుంచి వడ్డెన్ సిర్సెస్**

టీ20ల్లో ఆడే టీమిండియ

**వచ్చేల్లో రోహిత్ సారథుం**

---

శ్రేలంక పర్యటన ద్వారా తీమిండియా కోచ్ గా బాధ్యతలు చేపట్టనున్న గంభీర ప్రాచరాబ్ది పెన్ పపర్: టీ 20, వచ్చే సిరీస్ లు ఆడేండుకు తీమిండియా ఈ నెల 22న శ్రేలంక పయనం కానుంది. టీ 20 సిరీస్ లో సూర్యకుమార్ తీమిండియాకు తెప్పెన్ గా వ్యవహరించనుండగా, వచ్చేల్లో ఎప్పుట్లాగానే రోహిత్ శర్మ నాయకత్వం వహిస్తాడు. ఇటీవల వరల్డ్ కవ్ గిలిచిన అనంతరం టీ 20 ఫొర్మాల్ట్ కు రోహిత్ శర్మ, విరాళ కోహీ, రహింద్ర జడేజా వీడోల్సు పలికిన సంగతి తెలిసిందే. కాగా, శ్రేలంక పర్యటనలో టీ 20 సిరీస్ 27 నుంచి జరనుగంది. ఆగస్టు 2 నుంచి వచ్చే మృచ్ లు జరగనున్నాయి. ఈ పర్యటనలో తీమిండియా 3 టీ 20 మృచ్ లు, 3 వచ్చేలు ఆడనుంది. కాగా, తీమిండియా కొత్త హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్ ఈ పర్యటనతోనే బాధ్యతలు అందుకోనున్నాడు. జులై 22న దీనిపై అధికారిక ప్రకటన ఉంటుందని భావిస్తున్నారు.



# గుండెల్లో గుచ్ఛకునేలా ఆ నవ్వెంటి మీనాక్షి..

నియాన్  
మొనోకిని  
లీ సోనాలీ  
రాత్  
సిజల్స్

ఇటీవల కాలంలో బాగా పాపులర్ అయిన బ్యాటీలలో మీనాక్షి చౌదరి టూప్ లిస్టులో ఉంటుంది అని చెప్పవచ్చు. ఈ బ్యాటీ ఎలాంటి డ్రెస్‌లో కనిపించినా కూడా కుప్రాశ్చ మనసును ఇట్టే దోచేస్తూ ఉంటుంది. సినిమాల కంటే ఆమె సోపల్ మీడియాలోనే తన గ్లామరన్ ఫోటోలతో ఎక్కువగా తన ఫ్యాన్ ఫాలోవర్స్ ను పెంచుకుండని చెప్పవచ్చు. మిన్ ఇండియా హర్యానా లో కూడా అమృదు కిరీటం అందుకున్న విషయం తెలిసిందే.

మోడల్ గా మంచి గుర్తింపును అందుకున్న తర్వాత సినిమా ఇండట్లో రొందరగానే అడుగుపెట్టింది. 2019లో హిందీలో ఆవ్ స్టార్ట్ అనే హా ద్వారా వెండితరకు పరిచయచ్చేంది. ఇక ఆ తర్వాత టాలీవుడ్ వైపు యు రంగ్ తీసుకున్న ఈ బ్యాటీ సక్రెన్ ఫెలుల్యూర్ తో సంబంధం లేకుండా అవకాశాలను సాంతం చేసుకుంది. తెలుగులో ఆమె చేసిన

మెదలి సినిమా ఇచ్చుట వాహనములు నిలువరాదు. అ తర్వాత రవితీజ్ భిలాడి సినిమాలో కూడా నటించింది. ఇక హిట్ 2, గుంటూరు కారం సినిమాలలో కూడా మెరిసిన మీనాక్షి ఓ వర్ధం ప్రెక్షకులను ఎంతగానో ఎత్రాక్ష చేసింది. ఇక సోషల్ మీడియాలో అప్పుడప్పుడు పోస్ట్ చేస్తున్న ఫోలోలు చూస్తే ఎవరైనా సరే షాక్ అవ్వాల్సిందే. అప్పుడు తన నవ్వుతోనే కురాళ్ళ గుండెలను మాయ చేస్తోంది అని చెప్పవచ్చు. రీసెంట్ గా ఆమె పోస్ట్ చేసిన ఫోలోలలో పెద్దగా గ్లామర్ ప్లౌలిట్ కాకపోయినవుతికి కూడా తన నవ్వుతూనే మైమరిపించింది. దీంతో ఫాలోవర్స్ చాలా పాణిటివ్ గా రియాక్ష అవుతూ ఉన్నారు. నీ నవ్వుతూనే గుండల్లో గుచ్ఛేస్తున్నావు అంటూ మరికొందరు కామెంట్ చేస్తున్నారు. ఇక ఈ బ్యాటీ సినిమాల విషయానికి వస్తే ప్రసుతం చాలా బిటీగా కనిపిస్తోంది. మట్టు సినిమాతో పాటు లక్కీ భాస్కర్ సినిమా కూడా లిస్టులో ఉంది. ఇక విజయ్ % +గ్రామా% సినిమాలో కూడా ఒక స్పూషల్ పాత్రతలో

କନିପିଂଚବୀର୍ତ୍ତେ ହେଲିଥାଏନ୍ତିରୁ ମେଗାସ୍ଟର ଚିରଂଜିଷ୍ଵ  
ବିଶ୍ୱାସର ସିନିମାଲୋ କୁଦା ଒ଳ କ୍ୟାରେକ୍ସର  
ଚେଯବୋପୁଣ୍ଡିଟ୍ ରୀସେଂଟ୍ ଗା ବିପରଇ ଇଚ୍ଛିବାନ୍ତିରୁ  
ମେତ୍ରାନ୍ତିକ ଅମ୍ବୁଦୁ ଇଂଦ୍ରପ୍ରିଲ୍ ଅଯତ୍ତେ ଚାଲା ବିଜ୍ଞାଗ  
କନିପିନ୍ତେ ହେଲିଥାଏନ୍ତିରୁ ଇକ ରାବ୍ଦୀଯେ ସିନିମାଲାରେ ଏ ଒କ୍ତାଟି  
ନ୍ଯକ୍ଷେତ୍ର ଅଯନା କୁଦା ଆମେ ରେଂଜ୍ ଅମାଂତଂଗା  
ପେରିଖିପୋତୁଣ୍ଡି ଅନି ଦେଖିପଢୁ ମରି କଣ ବ୍ୟାଟୀ  
ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଏଲା ଉଠିଦେ ତେଲିଯାବି ଅଳଟେ ମରି  
କ୍ରାଂତ କାଲିଙ୍ଗ ଆଗାମୀଠାରେ.

అజ్ఞమాను  
లు పెహానాజీ  
గిల్ రెడ్ డ్రెస్  
లుక్కని  
ఇష్టపడుతు  
న్నారు!