ప్రజా రిపబ్లిక్ స్పెషల్
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం
RNI No: APTEL/2023/87888
శుక్రవారం
15 ఆగస్టు 2025

జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించిన ప్రధాని మోదీ

ఢిల్లీ, ఆగస్టు 15, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): దేశ 79వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ఢిల్లీలో ఎర్రకోటపై జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు.

అంతకుముందు త్రివిధ దళాల నుంచి ప్రధాని గౌరవ వందనం స్వీకరించారు. రాజఘాట్ వద్ద నివాళి అర్పించారు. ఈ వేడుక కోసం ఎర్రకోట పరిసరాల్లో 11 వేల మంది భద్రతా సిబ్బందిని మోహరించారు. 3 వేల మంది ట్రాఫిక్ పోలీసులు విధుల్లో ఉన్నారు. మహానగరం యావత్తు కెమెరా నిఘాను పటిష్ఠం చేశారు. 'నయా భారత్' ఇతివృత్తంతో ఈ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. ప్రధాని మోదీ వరుసగా 12వసారి ఎర్రకోటపై జాతీయ జెండా ఎగురవేశారు. రెండు ఎంఐ 17 హెలికాప్టర్లు ఇక్కడ పూలవర్షం కురిపించాయి.

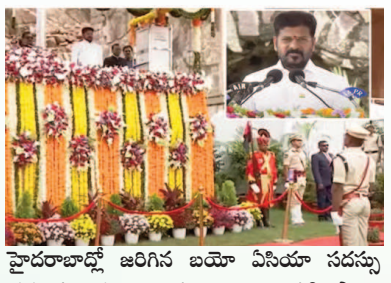
విజయవాడలో స్వాతంత్ర్య వేడుకలు.. జాతీయజెండాను ఎగురవేసిన సీఎం చంద్రబాబు

విజయవాడ, ఆగస్టు 15, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): నగరంలోని మున్సిపల్ స్టేడియంలో 79వ స్వాతంత్ర్య వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నారు.

ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు జాతీయజెండాను ఎగురవేసి పోలీసుల నుంచి గౌరవ వందనం స్వీకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి విజయానంద్, డీజీపీ హరీష్ కుమార్ గుప్తా, ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ పరేడ్లో పాల్గొన్న వివిధ బెటాలియన్లను సీఎం పరిశీలించారు. స్టేడియానికి విద్యార్థులు, నగర పౌరులు భారీగా తరలివచ్చారు. సీఎం చంద్రబాబు వాహనంపై నుంచి అందరికీ అభివాదం చేస్తూ స్టేడియంలో తిరిగారు. ఈ వేడుకల్లో వివిధ శకటాల ప్రదర్శన, పరేడ్ ఆకట్టుకున్నాయి.

ప్రపంచ నగరాలతో పోటీపడుతూ ముందుకువెళ్తున్నాం: సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

గోల్కొండ, ఆగస్టు 15, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): అహింసా పద్ధతిలో మహా సంగ్రామాన్ని గెలిచామని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్రెడ్డి అన్నారు. స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో ప్రపంచానికి సరికొత్త మార్గం చూపించామని చెప్పారు. 79వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా గోల్కొండ కోటలో జాతీయపతాకాన్ని ఆయన ఆవిష్కరించారు.



అనంతరం ఆయన ప్రసంగిస్తూ.. 1947 ఆగస్టు 15న నెహ్రూ చేసిన ప్రసంగం దేశం మొత్తాన్ని ఏకం చేసిందన్నారు. 66 దేశ భవిష్యత్ మనల్ని పిలుస్తోందని నెహ్రూ చేసిన ప్రసంగం చిరస్మరణీయం. నెహ్రూ స్ఫూర్తిదాయక మాటలతో దేశానికి దిశానిర్దేశం చేశారు. నాటి ప్రధాని నెహ్రూ కేవలం ప్రసంగాలతో సరిపెట్టలేదు. పటిష్ఠ భారత్ కోసం ఎన్నో చర్యలను చేపట్టారు. మహనీయుల స్ఫూర్తితో తెలంగాణను అగ్రపథంలో నిలిపేందుకు కృషి చేస్తున్నాం. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కూడా సాహసోపేత నిర్ణయాలతో సాగుతోంది. ప్రపంచ నగరాలతో పోటీపడే నిర్ణయాలతో ముందడుగు వేస్తున్నాం. మరోవైపు పేదల సంక్షేమంలో సరికొత్త చరిత్ర రాస్తున్నాం. సంక్షేమానికి కేరాఫ్ అంటే కాంగ్రెస్ పాలన. దేశంలో ఎక్కడా లేనివిధంగా 3.10 కోట్ల మందికి సన్నబియ్యం ఇస్తున్నాం. సన్న బియ్యం పథకం కేవలం ఆకలితీర్చే పథకం కాదు. పేదల ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీక. ప్రజాప్రభుత్వం వచ్చాకే పేదల సమస్యలు పరిష్కారం అవుతున్నాయి. రేషన్ షాపులు పేదవాడి ఆకలితీర్చే భరోసా కేంద్రాలుగా మారాయి.

రైతుకు ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్నాం: గతేడాది ఆగస్టు 15న రూ.2 లక్షల రుణమాఫీకి శ్రీకారం చుట్టాం. రైతులకు ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్నాం. విత్తనాలు వేసే నాటికి రైతుల ఖాతాల్లో రైతు భరోసా వేశాం. పరిమితులు లేకుండా 9 రోజుల్లోనే రైతుల ఖాతాల్లో రూ.9 వేల కోట్లు వేశాం. రైతు పండించిన చివరి గింజ వరకు ధాన్యం సేకరిస్తున్నాం. ధాన్యం విక్రయించిన 48 మంది రైతుల ఖాతాల్లో డబ్బులు వేశాం. రాష్ట్రంలో 78 లక్షల వ్యవసాయ మోటార్లకు ఉచిత విద్యుత్ ఇస్తున్నాం. ప్రభుత్వం అండగా నిలవడంతో రైతులు రాష్ట్రాన్ని అన్నపూర్ణగా నిలిపారు. కాళేశ్వరం నుంచి చుక్కనీరు రాకపోయినా ధాన్యం దిగుబడిలో రికార్డు సాధించాం.

గోదావరి, కృష్ణా జలాల విషయంలో రాజీపడే ప్రసక్తే లేదు: గోదావరి, కృష్ణా జలాల విషయంలో రాజీపడే ప్రసక్తే లేదు. మన వాటా సాధించేవరకు ఎవరి బెదిరింపులకు లొంగేది లేదు. మన భూములు సస్యశ్యామలం అయ్యాకే మరొకరికి నీళ్లు ఇవ్వడం గురించి ఆలోచిస్తాం. నెహ్రూ నిర్మించిన సాగర్, శ్రీశైలం, శ్రీరామ్సాగర్ తోనే మనకు నీళ్లు అందుతున్నాయి. గత ప్రభుత్వం కాళేశ్వరం పేరుతో రూ. లక్ష కోట్లను గోదావరిలో పోసింది. అంత డబ్బును వృథా చేసి ఇప్పుడు మళ్లీ సెంటిమెంట్ రాజకీయాలు చేస్తున్నారు. గోదావరి, కృష్ణా జలాల్లో మన వాటాను వదులుకోవడం జరగదు. ఎన్నో శతాబ్దాలుగా హైదరాబాద్ అంటే ఒక బ్రాండ్ ఉంది. హైదరాబాద్కు ఉన్న బ్రాండ్ను మరింత ముందుకుతీసుకెళ్తాం. ఇటీవల ప్రపంచ సుందరీమణుల పోటీలకు హైదరాబాద్ వేదికైంది. పోటీలకు వచ్చిన వారికి తెలంగాణ ప్రత్యేకతలు చూపించాం. ఫ్యూచర్ సిటీలో ఏఐ సిటీ నిర్మాణానికి 200 ఎకరాలు కేటాయించాం.

హైదరాబాద్లో జరిగిన బయో ఏసియా సదస్సు ప్రపంచం దృష్టిని ఆకర్షించింది. ఇక్కడి ఫార్మా కంపెనీలు ప్రపంచానికే ఆదర్శంగా నిలిచాయి.

మూసీ పునరుజ్జీవంతో హైదరాబాద్ వరదకు పరిష్కారం: మూసీ పునరుజ్జీవనంతో హైదరాబాద్ వరదకు పరిష్కారం చూపుతాం. హైదరాబాద్ గేట్ వేతో తెలంగాణ ముఖచిత్రాన్ని చాటిచెప్తాం. బాపూఘాట్ను గాంధీ సరోవర్ పేరుతో అభివృద్ధి చేస్తాం. మనకు శంషాబాద్ విమానాశ్రయం ఒక్కటే ఉంది. త్వరలోనే వరంగల్, ఆదిలాబాద్కు కొత్త ఎయిర్పోర్టులు రానున్నాయి. హైదరాబాద్-బెంగళూరు కారిడార్లో కీలక ప్రాజెక్టులు నిర్మిస్తాం. హైదరాబాద్ను శుభ్రమైన, సౌకర్యవంతమైన నగరంగా మారుస్తాం. శుభ్రమైన నగరమే లక్ష్యంగా ఏర్పాటు చేసిందే హైడ్రా వ్యవస్థ. ఆనాటి పాలకులు హిమాయత్సాగర్, హుస్సేన్ సాగర్తో వరదకు పరిష్కారం చూపారు. చెరువుల్లోకి వెళ్లాల్సిన నీరు రోడ్లపై నిలవడంతో ఇబ్బంది పడుతున్నాం. దిల్లీ, బెంగళూరు పరిస్థితి రావొద్దంటే కబ్జాలను అరికట్టాల్సిన అవసరం ఉంది. అందుకు హైడ్రాకు అందరం సహకరించాల్సి ఉంది. రూ.30 వేల కోట్ల విలువైన భూములను హైడ్రా కాపాడింది. కబ్జాలతో కనుమరుగైన బతుకమ్మ కుంటలను హైడ్రా పునరుద్ధరించింది.

ప్రపంచానికే ఆదర్శంగా నిలుపుతాం: ప్రపంచానికే ఆదర్శంగానిలిచేలా, తెలంగాణ, హైదరాబాద్ను అభివృద్ధి చేస్తాం. తెలంగాణ రైజింగ్-2047 పేరుతో విజినరీ డాక్యుమెంట్ ఏర్పాటు చేశాం. విజనరీ డాక్యుమెంట్ డిసెంబర్ 9న ప్రజల ముందు ఉంచుతాం. భారత్ గేమ్ ఛేంజర్ హైదరాబాద్ నగరం నిలుస్తుంది. 30 ట్రిలియన్ డాలర్ ఎకానమీలో తెలంగాణ అగ్ర భాగస్వామిగా నిలుస్తుంది. జీడీపీలో ప్రస్తుతం 5 శాతం ఉన్న వాటాను 10శాతానికి పెంచుతాం. విద్యార్థుల్లో నైపుణ్యాలు పెంచేందుకు స్కిల్ యూనివర్సిటీ ఏర్పాటు చేస్తున్నాం. విశ్వ క్రీడల్లో మన ఖ్యాతి మరింత పెరగాల్సిన అవసరం ఉంది. మన యువతకు క్రీడా సదుపాయాల కోసం క్రీడా యూనివర్సిటీ ఏర్పాటు చేస్తున్నాం. పోలీసింగ్ వ్యవస్థలోరాష్ట్ర పోలీసులు ముందు వరుసలో నిలవడం గర్వకారణం. డ్రగ్ నియంత్రణలో తెలంగాణ పోలీసులు ప్రపంచంలోనే నెంబర్వన్గా నిలిచారు. గత ప్రభుత్వం మాకు వారసత్వంగా రూ.8.21 లక్షల కోట్లు అప్పులు ఇచ్చిపోయింది. ఓ వైపు దానికి వడ్డీలు కడుతూ.. రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి పథాన నడిపిస్తున్నాం" అని రేవంత్రెడ్డి అన్నారు.

గెలిచినప్పుడు ఒక న్యాయం.. ఓడినప్పుడు మరో న్యాయమా?:డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్

కాకినాడ, ఆగస్టు 15, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ఎంతోమంది మహానుభావుల త్యాగఫలమే స్వాతంత్ర్యం అని ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ అన్నారు. కాకినాడలో నిర్వహించిన స్వాతంత్ర్య దినోత్సవంలో ఆయన పాల్గొని జాతీయజెండాను ఆవిష్కరించారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. 'సూపర్ సిక్స్' అమలు చేసి మహిళలకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామన్నారు. స్త్రీ శక్తి ద్వారా మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణ పథకం ప్రారంభిస్తున్నట్లు తెలిపారు. "గత పాలకుల సమయాన్ని డార్క్ సమయంగా చెప్పవచ్చు. 2019 నుంచి 2024 వరకు బ్రిటిష్ పాలన మాదిరిగా మారింది. స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల స్ఫూర్తితో మేము పాలన కొనసాగిస్తున్నాం. రాష్ట్రం అభివృద్ధి చెందాలన్నా, పెట్టుబడులు రావాలన్నా శాంతి భద్రతలు బలంగా ఉండాలి. ప్రతిపక్ష నాయకులు ఓడిపోతే ఓటు చోరీ అంటున్నారు. గెలిచినప్పుడు ఒక న్యాయం.. ఓడినప్పుడు మరో న్యాయమా? వైకాపా పాలనలో ఎవరైనా గొంతెత్తితే దాడులు జరిగేవి. అవినీతికి అలవాటుపడిన వాళ్లు ఏమైనా చేస్తారు. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చాక ప్రజలు స్వేచ్ఛగా ఉన్నారు అని పవన్ కల్యాణ్ అన్నారు.

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా స్వాతంత్ర్య వేడుకలు.. పాల్గొన్న ప్రజాప్రతినిధులు

అమరావతి, ఆగస్టు 15, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): మన దేశ పవర్ఫుల్ మిసైల్ ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ అని మంత్రి నారా లోకేశ్ తెలిపారు. గుంటూరులో నిర్వహించిన స్వాతంత్ర్య వేడుకల్లో మంత్రి లోకేశ్ పాల్గొని జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. వైకాపా ఐదేళ్ల చీకటి పాలనలో రాష్ట్రం 30 ఏళ్లు వెనక్కి వెళ్లిందన్నారు. డబుల్ ఇంజిన్ సర్కారుతో విజవంతంగా ముందుకెళ్తున్నామని తెలిపారు. ఉండవల్లి ముఖ్యమంత్రి క్యాంపు కార్యాలయంలో సీఎం చంద్రబాబు సతీమణి నారా భువనేశ్వరి జాతీయ జెండాను ఎగురవేశారు. మహాత్మాగాంధీ చిత్రపటానికి నివాళులర్పించారు. ముఖ్యమంత్రి భద్రతా సిబ్బందికి స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపి, వారికి మిఠాయిలు అందజేశారు. అమరావతి సచివాలయంలో ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి విజయానంద్ జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. విజయవాడలోని భాజపా రాష్ట్ర కార్యాలయంలో స్వాతంత్ర్య వేడుకలు నిర్వహించారు. భాజపా ఏపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మాధవ్ జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేశారు. విజయవాడ ఆంధ్రరత్న భవన్లో ఏపీసీసీ చీఫ్ షర్మిల జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు.

సింధూ జలాలపై చర్చల ప్రసక్తే లేదు.. ఎర్రకోట వేదికగా ప్రధాని మోదీ

దిల్లీ, ఆగస్టు 15, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ఎన్నో త్యాగాల ఫలితమే స్వాతంత్ర్య దినోత్సవమని ప్రధాని మోదీ పేర్కొన్నారు. ఇది 140 కోట్ల మంది సంకల్ప పండుగ అన్న ఆయన.. ప్రతి ఇంటిపై మువ్వన్నెల జెండా ఎగిరే సమయమన్నారు. ఎర్రకోటపై వరుసగా 12వ సారి జాతీయజెండా ఎగురవేసిన అనంతరం జాతినుద్దేశించి ప్రసంగించిన మోదీ.. సమైక్య భావనతో దేశం ఉప్పొంగే సమయం ఇది అని అన్నారు.

ఆపరేషన్ సిందూర్తో సమాధానం..

"ఉగ్రవాదం మానవాళి మనుగడకే ముప్పు. పహల్గాంలో మతం పేరుతో దాడి చేసిన ఉగ్రవాదులకు గట్టి గుణపాఠం చెప్పాం. యావత్ దేశం ఆగ్రహంతో రగిలిపోయింది. దానికి సమాధానంగానే ఆపరేషన్ సిందూర్ చేపట్టి శత్రువును ఊహించని రీతిలో దెబ్బకొట్టాం. శత్రుమూకలను ఎప్పుడు ఎలా మట్టుబెట్టాలో సైన్యం నిర్ణయిస్తుంది. లక్ష్యం, సమయం ఎంచుకునే స్వేచ్ఛ త్రివిధ దళాలకే ఇచ్చాం. అణుబాంబు బెదిరింపులకు భారత్ భయపడదనే విషయాన్ని తేల్చి చెప్పాం. నీరు, రక్తం కలిసి ప్రవహించవని మళ్లీ చెబుతున్నా. సింధూ జలాల ఒప్పందంపై మరో మాట లేదు. వాటిని భారత భూభాగానికి మళ్లించాలన్న ఆలోచనలో మార్పు లేదు. నీటి కొరత ఉన్న ప్రాంతాలకు వాటిని తరలిస్తాం. వాటిపై సంపూర్ణాధికారం భారత్, భారత రైతులది మాత్రమే. ఆ ఒప్పందం పునరుద్ధరణ ఇక ఎప్పటికీ జరగదు. దీనిపై ఎప్పటికీ చర్చల ప్రసక్తే లేదు" అని ఎర్రకోట వేదికగా పాకిస్థాన్కు ప్రధాని మోదీ స్పష్టంచేశారు.

రిపబ్లిక్ సినిమా CINEMA

ఆ వీడియోపై మౌనం వీడిన మృణాల్.. క్షమాపణలు చెబుతూ పోస్ట్

గత కొన్ని రోజులుగా సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరలవుతోన్న తన పాత వీడియోపై మృణాల్ ఠాకూర్ ఎట్టకేలకు స్పందించారు. ఆ వీడియోలో బిపాసా బసును ఉద్దేశించి తాను చేసిన కామెంట్స్ విమర్శలకు దారితీయడంతో తాజాగా పోస్ట్ పెట్టారు. తాను టీనేజ్లో ఉన్నప్పుడు ఆ కామెంట్స్ చేసినట్లు తెలిపారు. "19 ఏళ్ల వయసులో తెలివి తక్కువగా మాట్లాడాను. అందంపై సరదాగా చేసిన వ్యాఖ్యలు. అవి ఇంతమందిని బాధిస్తాయని నాకు అప్పుడు అర్థం కాలేదు. అలా మాట్లాడినందుకు తీవ్రంగా చింతిస్తున్నాను. ఎవరినీ అవమానించాలని అలా మాట్లాడలేదు. అది ఎన్నోఏళ్ల క్రితం సరదాగా సాగిన ఓ ఇంటర్వ్యూ. ఇంతదూరం వస్తుందని అనుకోలేదు. నేను అలా మాట్లాడకుండా ఉండాల్సిందని ఇప్పుడు అనుకుంటున్నాను. ఏళ్లు గడిచేకొద్దీ అందానికి అసలైన నిర్వచనం నాకు అర్థమైంది. అది ఎంతో విలువైనది. మనసుతో చూస్తే ప్రతి దానిలోనూ సౌందర్యం ఉంటుంది" అని ఇన్స్టాలో రాసుకొచ్చారు. అసలేం జరిగిందంటే. గతంలో ఒక టీవీ ఛానల్కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో మృణాల్ మాట్లాడుతూ.. తాను బిపాసా బసు కంటే చాలా అందంగా ఉంటానని చెప్పారు. ఆమె కండలు తిరిగిన పురుషుడిలా కనిపిస్తారని అన్నారు. ఆమెతో పోలిస్తే తాను ఎన్నో రెట్లు అందగత్తెనని కామెంట్ చేశారు. ఇది వైరల్ కావడంతో పలువురు బాలీవుడ్ సెలబ్రిటీలు మృణాల్ మాటలను తప్పుపట్టారు. బిపాసా కూడా పరోక్షంగా ఆమెకు స్ట్రాంగ్ కౌంటర్ ఇచ్చారు. మహిళలంతా ఎంతో బలంగా, దృఢంగా ఉండాలని సూచించారు. అప్పుడే వారు శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటారన్నారు. అమ్మాయిలు శారీరకంగా బలంగా కనిపించకూడదు అనే పాతకాలపు ఆలోచనల నుంచి బయటకు రావాలంటూ పోస్ట్ పెట్టారు. దీంతో మృణాల్ తన వ్యాఖ్యలపై క్షమాపణలు చెప్పారు.

అందం

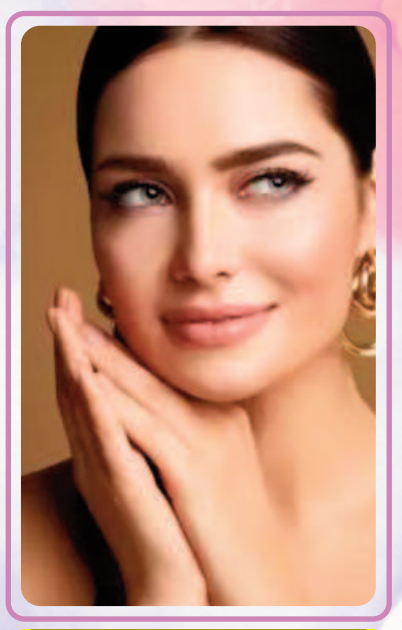
చందనంతో మీ అందం రెట్టింపు, మొటిమలు, మచ్చలు, జిడ్డు లేని చర్మం కోసం ఎలా వాడాలో తెలుసా?

మొటిమలు, మచ్చలు చర్మం యొక్క సహజ మెరుపును తగ్గిస్తాయి. ఇక, వీటికి చెక్ పెట్టడానికి రకరకాల ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. మార్కెట్లో దొరికే ఖరీదైన ప్రాడక్ట్స్ వాడటం, బ్యూటీ పార్లర్ల చుట్టూ తిరగడం లాంటి పనులు చేస్తుంటారు.

అందంగా ఉండాలని ఎవరూ కోరుకోరు. ప్రతి ఒక్కరు అందమైన, మచ్చల్లేని, మృదువైన చర్మం కావాలని తాపత్రయపడుతుంటారు. అయితే, ప్రస్తుత జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు, పొల్యూషన్ కారణంగా మొటిమలు, మచ్చలు, చర్మం పాడిబారడం వంటి సమస్యలు సాధారణంగా మారాయి. మొటిమలు, మచ్చలు చర్మం యొక్క సహజ మెరుపును తగ్గిస్తాయి. ఇక, వీటికి చెక్ పెట్టడానికి రకరకాల ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. మార్కెట్లో దొరికే ఖరీదైన ప్రాడక్ట్స్ వాడటం, బ్యూటీ పార్లర్ల చుట్టూ తిరగడం లాంటి పనులు చేస్తుంటారు. ఇవి ఖర్చుతో కూడుకున్న పనులు. అంతేకాకుండా దీర్ఘకాలికంలో చర్మ సమస్యలు మరింత పెంచే అవకాశం ఉంది. అయితే, కొన్ని సహజ పద్ధతుల ద్వారా మొటిమలు, మచ్చలు, పాడిబారడం వంటి సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు. సహజ పదార్థాల్లో ఒకటైన చందనంతో ఈ సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చంటున్నారు నిపుణులు. పురాతన కాలం నుంచి చర్మ సంరక్షణలో చందనాన్ని ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇందులో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ వంటి లక్షణాలు ఉన్నాయి. చందనాన్ని చర్మ సంరక్షణ కోసం ఎలా వాడాలో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.

మొటిమలకు చెక్ పెట్టడానికి గంధపు ఫేస్ ప్యాక్

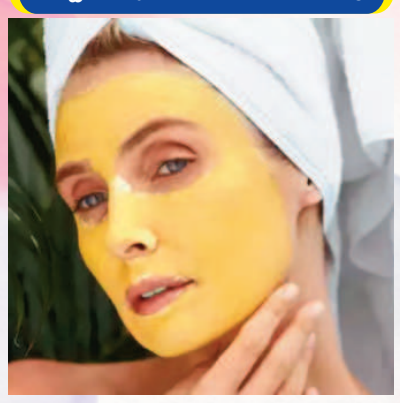
ఈ రోజుల్లో చాలా మంది మొటిమలతో బాధపడుతున్నారు. వారికి గంధపు ఫేస్ పాక్ బెస్ట్ ఆప్షన్. ఇందుకోసం ఒక టీ స్పూన్ చందనం పొడి తీసుకోండి. దానికి రోజ్ వాటర్ జోడించి మందపాటి పేస్ట్లా చేయండి. ఈ పేస్టుని మొటిమలపై అప్లై చేసి 15-20 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచండి. ఆ తర్వాత శుభ్రమైన నీటితో ముఖాన్ని కడిగేయండి. ఈ ప్యాక్ చర్మం నుంచి బ్యాక్టీరియాను తొలగించడం ద్వారా మొటిమలు రాకుండా చేస్తుంది. చర్మాన్ని ఇన్ఫ్లమేషన్ బారి నుంచి రక్షిస్తుంది. చర్మాన్ని చల్లబర్చి మంటను తగ్గిస్తుంది.



మచ్చల కోసం చందనం ఫేస్ ప్యాక్

చర్మంపై ఉన్న నల్లటి మచ్చలు అందాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. అందుకే వీటిని తగ్గించుకోవాలి. ఇందుకోసం ఒక టీ స్పూన్ గంధపు పొడిలో అర టీస్పూన్ పసుపు, పాలు కలపాలి. దీన్ని ముఖానికి అప్లై చేసి 15 నిమిషాలు ఆరనివ్వాలి. ఆ తర్వాత కడిగేయాలి. చందనం, పసుపు చర్మాన్ని ప్రకాశవంతంగా మారుస్తాయి. ఈ ప్యాక్ మచ్చలను తొలగించడంలో సాయపడుతుంది. పాలు చర్మాన్ని తేమగా ఉంచి మృదువుగా మారుస్తుంది.

జిడ్డు చర్మానికి గంధపు ఫేస్ మాస్క్



చాలా మంది జిడ్డు చర్మంతో బాధపడుతుంటారు. జిడ్డు చర్మం వల్ల మురికి, మలినాలు పేరుకుపోతాయి. అందుకే చర్మాన్ని జిడ్డుగా లేకుండా చూసుకోవాలి. ఇందుకోసం ముల్తానీ మట్టి, నిమ్మరసాన్ని ఒక టీ స్పూన్ గంధపు పొడిలో కలపండి. ఆ తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖమంతా అప్లై చేసి 20 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచండి. ఆ తర్వాత చల్లటి నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ మాస్క్ చర్మంపై అదనపు నూనెను నియంత్రిస్తుంది. చర్మానికి మ్యాట్ ఫినిషింగ్ ఇస్తుంది. నిమ్మరసం చర్మ రంధ్రాల్ని బిగించి మొటిమల్ని తగ్గిస్తుంది.

పొడి చర్మానికి గంధం, తేనె ప్యాక్

ఏ సీజన్ అయినా సరే చాలా మందిని ఇబ్బంది పెడుతున్న సమస్య పొడి చర్మం. ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టడానికి గంధం, తేనె ప్యాక్ ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. ఇందుకోసం ఒక టీస్పూన్ తేనెను ఒక టీ స్పూన్ గంధపు పొడితో కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని బాగా కలపండి. ఆ తర్వాత దీన్ని ముఖానికి అప్లై చేసి 15 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ ప్యాక్ చర్మానికి లోతైన తేమను అందిస్తుంది. చర్మం పొడిబారకుండా కాపాడుతుంది. తేనె, గంధం చర్మాన్ని మృదువుగా చేస్తాయి.

మెరిసే చర్మం కోసం చందనం, కలబంద జెల్ ప్యాక్

మెరిసే చర్మం, రెట్టింపు అందం కోసం ఈ ప్యాక్ ఉపయోగపడుతుంది. ఇందుకోసం ఒక టీస్పూన్ గంధపు పొడిని, ఒక టీస్పూన్ కలబంద జెల్తో కలపాలి. దీన్ని ముఖానికి అప్లై చేసి 15 నిమిషాల తర్వాత చల్లటి నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇది చర్మాన్ని రిఫ్రెష్ చేసి సహజమైన మెరుపును ఇస్తుంది. కలబంద చర్మపు చికాకు తగ్గిస్తుంది. గంధం చల్లదనాన్ని అందిస్తుంది. మొటిమలు, మచ్చలు, పొడి చర్మంతో బాధపడుతుంటే గంధం వాటిని తగ్గిస్తుంది. పై చెప్పిన ప్యాక్ల్లో వారానికి రెండు మూడు సార్లు ప్రయత్నిస్తే మంచి మార్పు చూడవచ్చంటున్నారు నిపుణులు.

గమనిక: ఇది సోషల్ సమాచారం మాత్రమే. కొన్ని అధ్యయనాలు, సంబంధిత నిపుణుల ప్రకారం ఈ వివరాలు అందించాం. వ్యక్తుల ఆరోగ్యాన్ని బట్టి ఫలితాలుంటాయి. వీటిని పాటించేముందు.. సంబంధిత నిపుణుడిని సంప్రదించడం శ్రేయస్కరం. అలాగే, హెల్తీ లైఫ్ స్టైల్, సరైన ఆహారం కూడా తీసుకోవడం మీ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు.