

# దోమలు లేని ఇల్లు!

అబ్బా! ఈ మాట ఎంత బావుందో కదా! కానీ, దోమలు లేని ఇల్లు ఉండటం సాధ్యమేనా? ఎన్ని పాట్లు పడ్డా.. దోమల బెడద తప్పించుకోవడం సాధ్యం కాదు! రకరకాల స్ప్రేలు, క్యాండ్లిల్స్, క్రిములు ప్రయత్నించినా తాత్కాలిక ఉపశమనం తప్ప.. దోమల దాడి తప్పదు. వీటినుంచి విముక్తి కోసం కీటకాలను వంపే 'బజ్ గాస్' అనే డివైజ్ అందుబాటులోకి వచ్చింది. విద్యుత్ వాహనాలు తయారుచేసి కోరియా ఇంజనీర్లు ఈ పరికరాన్ని రూపొందించారు. డెల్టా టాక్సిన్ బిక్టాల్ తో పనిచేసే ఈ డివైజ్ లో వెలిగి యూపి లైట్ దోమలు, కీటకాలను ఆకట్టు కుంటుంది. దోమలు ఇండులోకి దూరితే లెండు నిమిషాల్లో చనిపోతాయి. తెల్లరిన తర్వాత ఓవెన్ చేసి డై బ్యాస్కోలోని దోమల్ని పారేసి, మళ్లీ వాడుకోవచ్చు. దీని ధర తక్కువే! నిర్వహణ కూడా తేలికే!! ఆన్లైన్ మార్కెట్లో ఇది అందుబాటులో ఉంది. ధర రూ.600 లోపే! కాబట్టి రోజూ వాడే రసాయనాలకు ప్రత్యామ్నాయంగా దీనిని వాడుకుంటే సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ కూడా ఉండవు. ఈ డివైజ్ ని కిటికీలు, మంచం కింద, బేబుల్ పైనా ఎక్కడైనా పెట్టొచ్చు. దోమలను పట్టేసి.. కులాసాగా నిద్రపోవచ్చు.



# జంధగ్

నమస్తే తెలంగాణ

గురువారం | 13 ఫిబ్రవరి 2025  
హైదరాబాద్ | www.ntnews.com

13



**కొవ్వొత్తులు తయారు చేయడం తేలికే!**  
**అయితే, సాదాసీదా కొవ్వొత్తులను విక్రయించడం ఆషామాషీ వ్యవహారం కాదు.**  
**ఇంటింటా చార్జింగ్ లైట్లు తిప్పవేసిన ఈ రోజుల్లో క్యాండ్లిల్ తయారీని జీవనోపాధిగా ఎంచుకున్నది పాతబస్తీకి చెందిన ఇమాన్ నాషీన్. ఏ ప్రత్యేకతా లేకపోతే.. ఆమె గురించి ప్రస్తావించుకోవాల్సిన పనిలేదు.**  
**వెలుగులు పంచే కొవ్వొత్తులకు రంగులద్దింది. రకరకాల రూపాల్లో తీర్చిదిద్దడమే కాదు... కాంతులీనినంత కాలం పరిమళాలు వెదజల్లేలా వాటిని తయారుచేసింది.**  
**వెయ్యి రూపాయల పెట్టుబడితో వ్యాపారం మొదలుపెట్టి.. ఇప్పుడు ఇన్స్టా వేదికగా కస్టమైజ్డ్ క్యాండ్లిళ్లను విక్రయిస్తున్న ఇమాన్ నాషీన్ స్టార్టప్ స్టోర్ చదివేయండి.**

# వెలుగుల్లో పరిమళాలు

**ఓల్డ్** సీటీకి చెందిన ఇమాన్ నాషీన్ మధ్య తరగతి గృహిణి. భర్త సంపాదనతోనే ముగ్గురు పిల్లలనూ పోషించేది. 2015లో ఆర్ట్ అండ్ క్రాఫ్ట్ కోర్సులో ఇక్లబ్ పొందింది. ఆర్టికంగా పురోగతి సాధించాలనే ఉద్దేశంతో తన నేర్పుకున్న కళతో ఏదేండ్ల తర్వాత ప్రయోగాలకు పూనుకొంది. మార్కెట్లో దొరికే పారాఫిన్ మైనం కొవ్వొత్తులను భారీ ధరకు విక్రయించడం చూసి, వాటిని తానెందుకు తయారు చేయొద్దు అనుకొంది. ఆకట్టు కునే వైవిధ్యమైన రూపాల్లో ఫ్యాన్సీ క్యాండ్లిల్ తయారు చేయాలనే లక్ష్యంతో వ్యాపారం మొదలుపెట్టింది. అప్పటికే మార్కెట్లో డిజైన్ల క్యాండ్లిళ్ల అందుబాటులో ఉన్నా, సందర్భానుసారంగా వాటిని మార్పు కునే వీలు ఉండేది కాదు. ఫ్లూ వాటి ధరలు కూడా ఎక్కువ! ఈ పరిస్థితిని తనకు అనుకూలంగా మార్చుకు స్పంది ఇమాన్. తన సృజనాత్మకతను కలిగించి, కొనుగోలుదారులు కోరుకున్న డిజైన్లలో ఫ్యాన్సీ క్యాండ్లిల్ తయారుచేసే సంస్థను ప్రారంభించింది. సరసమైన ధరలో వాటిని అందుబాటులోకి తెచ్చింది.

ఫిన్ మైనం, కెమికల్స్ కలిపి తయారు చేసిన సెంటెడ్ క్యాండ్లిళ్ల కన్నా మృదువైన కొవ్వొత్తుల ఉత్పత్తి ప్రారంభించింది. వీటిని వెలిగిస్తే పొగ రాదు, మసీదలు మైసం కలిగిపోకుండా.. గంటల తరబడి వెలుగులు పూస్తాయి. సుగంధాలు వెదజల్లుతూ ఉంటాయి. వీటిని ఒకసారి వెలిగిస్తే.. కనీసం 18 గంటలపాటు నిర్దిరామంగా వెలుగుతూనే ఉంటాయి. తర్వాత కలిగిన వ్యాక్వి జెల్ మళ్లీ ముద్దగా మారిపోతుంది. ఎలాంటి అనారోగ్య సమస్యలు దరిచేరకుండా, పరిసరాల్లో కాజా వాసనలు వెదజల్లే క్యాండ్లిళ్లను తయారు చేస్తూ మార్కెట్ వెంచుకుంది ఇమాన్.

**కస్టమైజ్డ్ క్యాండ్లిల్స్..**  
క్యాండ్లిల్ లైట్ డిస్కన్, పుట్టినరోజు, పెళ్లి వేడుకలు, ఇతర కార్యక్రమాలు, పండుగలు, పర్యటనలకు సరిపోయే విధంగా డిజైన్లతో ఆకృతులలో క్యాండ్లిళ్లను తయారుచేసే వైవిధ్యం కలిగిన ఇమాన్... తాజాగా ఫోటోతో కూడిన కొవ్వొత్తులు కూడా కస్టమర్లకు అందిస్తున్నది. ప్రస్తుతం హోటళ్లు, రెస్టారెంట్ నిర్మాణాలకు ఈ తరహా క్యాండ్లిళ్లను వినియోగిస్తున్నారు. చుట్టుపక్కల ఉండేవారు, బంధువులతో మొదలైన ఇమాన్ అమ్మకాలు... ప్రముఖ కార్పొరేట్ సంస్థలను చేరుకుంటున్నాయి. వినియోగదారుల నుంచి మంచి స్పందన రావడంతో మరిన్ని ప్రయోగాలు చేస్తూ మూడు కొవ్వొత్తులు ఆరు అంతులపాటుగా తన వ్యాపారాన్ని విస్తరిస్తున్నది.

**వీ హాట్ జేవం...**  
సరదాగా ఇంటి దగ్గర్నుంచి వ్యాపారం మొదలుపెట్టిన ఇమాన్ పనితీరును వీ హాట్ గుర్తించింది. తన వైపు వ్యాపార పడును పెట్టింది. ఇతర వేదికలపై ఇమాన్ తయారుచేసిన ఫ్యాన్సీ క్యాండ్లిళ్లను ప్రదర్శించుకునేలా స్టాల్ ఏర్పాటు చేసుకునే అవకాశం కల్పించింది. అదేవిధంగా క్యాండ్లిల్ మేకింగ్, ముడిసరుకు కొనుగోలు, ఫ్లీవర్ల ఎంపిక, డిజైన్ల ప్యాకింగ్, లేబిలింగ్, మార్కెటింగ్ వంటి అంశాల్లో ఆమెకు అవకాశం కల్పించి, ఇమాన్ వ్యాపారానికి జీవం పోసింది. వీ హాట్ మధ్య తరగతి అమ్మకాలు, మార్కెటింగ్ మెలకువలు, సోఫల్ మీడియా నిర్వహణ తదితర అంశాలపై పట్టు సాధించింది. సాధారణ కొవ్వొత్తులే అయినా.. ఆమె సృజనతో వాటికి ప్రత్యేకమైన గుర్తింపు వచ్చింది. ఇన్స్టాలో (@jmgel candle ద్వారా) విక్రయాలు మొదలుపెట్టింది. ప్రస్తుతం కస్టమర్ల నుంచి మంచి ఆదరణ వస్తుండడంతో మార్కెట్లో పరిధిని పెంచుకునేలా ఇ-కామర్స్ మార్కెటింగ్, సాంక వెబ్సైట్ ద్వారా విక్రయం చేయడం ఇమాన్ ప్లాన్ చేస్తున్నది. ప్రభుత్వం ప్రోత్సాహాన్ని తన వ్యాపారాన్ని మరింత విస్తరిస్తానని, పదిమందికి ఉపాధి కల్పిస్తానని ఇమాన్ ధీమాగా చెబుతున్నది.

... కడార్ల కిరణ్

**ఈతరం అతివలను ఆకర్షించేలా కొత్తకొత్త డిజైన్ల నగలు వస్తున్న ఉన్నాయి.**  
**ఆధునిక హంగులతో ఎన్ని ఆభరణాలు రూపుదిద్దుకుంటున్నా... ప్రాచీన నగల ప్రాధాన్యతే వేరు! సంప్రదాయాన్ని మేక వించుకున్న నయా నగలు అంతకంతకూ డిమాండ్ పెరుగుతూనే ఉంది. అలాంటి ట్రిడిషనల్ నగల్లో ఒకటి బోహో జువెలరీ. బోహోమియన్ జీవనశైలి నుంచి ఉద్భవించిన బోహో ఆభరణాల విశేషాలేంటో తెలుసుకుందాం..**

# అహో.. బోహో!

19వ శతాబ్దిలో పారిన వీడుల్లో పుట్టిన కల్చర్ బోహోమియన్. ప్రకృతి ప్రసాదించే సహజ వనరుల నుంచి రూపొందించిన ఆభరణాలు ధరస్థుండ్ల వారు. కలప, పూసలు, వెంకలు, ఈకలు, రాళ్లు, ఇతర లోహాలతో తయారుచేసిన నగలు ఇప్పుడు మేనుకునేవారు. అవే బోహో జువెలరీగా ప్రాచుర్యం పొందాయి. ఇప్పుడు అవే.. సరికొత్త డిజైన్లలో మార్కెట్లో అందుబాటులోకి వచ్చాయి. లేయర్డ్ నెక్లెస్లు, స్టాకింగ్ బ్రేస్లెట్లు, పెద్ద సైజు చెవిపోగులు వీటిలో ప్రధానంగా ఆకట్టుకుంటున్నాయి. వగడాలు, గవ్వలు, ఎంబ్రాయిడరీ జోడించిన నగలు మరింత ఆకర్షణీయంగా అలరిస్తున్నాయి. పువ్వులు, ఆకులు, సూర్యచంద్రులు, నక్షత్రాలు, ఖగోళ వింతలా అన్నీ పొందికగా కుదురుకొని ఉన్న బోహో నగలను చూడగానే 'అహో!' అనాల్సిందే! వీటిలో భారీ కంఠాభరణాలు, వెండెంట్లు, ఉంగరాలు ఉన్నాయి. సముద్రంలో దొరికే ఆర్టిఫిషియల్ రూపొందించిన వీచివేర్ల నగలు బ్రౌండ్ సెట్ చేస్తున్నాయి. ఎకోఫ్రెండ్లీ నగలుగా మంచి పేరు మూట గట్టుకున్న బోహో జువెలరీని మీరు ఓసారి ట్రి చేయండి.



నగ ధగలు

# అల్లం.. అద్భుతం

**ఆరోగ్యానికి** ఎంతో మేలుచేసే అల్లం.. జుట్టు సంరక్షణలోనూ సాయపడుతుంది. దీనిలోని అనేక సుగుణాలు.. కేశాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో, బలంగా మార్చడంలో ముందుంటాయి. అల్లంలో ఉండే 'జింజెరాలి' అనే పదార్థం.. చూడులో రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. ఫలితంగా, జుట్టుకు పుష్కలం లభిస్తుంది. అల్లంలో ఉండే యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు.. చుండ్రుకు కారణమయ్యే శిలీంధ్రాలను తరిమేస్తాయి. నెక్లిడ్ల చర్మం ఎండిపోవడం, దురద వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలోనూ అల్లం సూపర్ ముందుంటుంది. జుట్టుకు సరికొత్త మెరుపునిచ్చి, మృదువుగా మారుస్తుంది. ఇన్ని ప్రయోజనాలను అందించే 'అల్లం నూనె'ను ఇంట్లోనే సిద్ధం చేసుకోవచ్చు.



**తయారీ విధానం**  
ముందుగా మీరు రెస్పెక్టర్లగా వాడే నూనెను ఒక గాజు సీసాలో సగం వరకూ నింపుకోవాలి. అందులో అల్లం తురుము వేసి బాగా కలపాలి. ఒక గిన్నెలో నీళ్లు పోసి.. అందులో ఈ నూనె సీసాను ఉంచాలి. గిన్నెను స్టా మీడ్ పెట్టి.. నీళ్లు మరిగేదాకా వేడి చేయాలి. ఆ తర్వాత నూనె సీసాను బయటికి తీసి.. నూనె చల్లారిన తర్వాత వేరే సీసాలోకి పడకట్టుకోవాలి. ఈ నూనెను వాడటానికి ముందు.. కనీసం రెండుమూడు వారాలు నిల్వ చేసుకోవాలి. అప్పుడే.. అల్లంలోని సుగుణాలను సూపర్ మూడు గ్రహిస్తుంది. ఆ తర్వాత ఈ నూనెను జుట్టుకు ఉపయోగించుకుంటే.. అద్భుతమైన ఫలితాలు పొందవచ్చు సాందర్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

- ఇలా వాడాలి**
- తల స్నానానికి ముందు, అల్లం నూనెను మాడుకు బాగా పట్టించాలి. ఓ పది పదిహేను నిమిషాలు మసాజ్ చేసుకోవాలి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చటి నీటితో కడిగి, షాంపూతో జుట్టును శుభ్రం చేసుకోవాలి.
  - ఈ నూనెలో గుడ్డు, తేనె, మెంతులు కలిపి పెయిర్ మాస్కాగా ఉపయోగించవచ్చు. దీనివల్ల జుట్టు మరింత బలంగా తయారవుతుంది. మృదువుగా మారుతుంది.
  - రెస్పెక్టర్లగా వాడతే.. చూడు ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. దురద, ఇరిటిషన్లలాంటి సమస్యలూ దూరమవుతాయి.

# ఆలస్యం.. అమృతం!

**మెనోపాజ్** ఆలస్యమయ్యే మహిళల్లో.. గుండెజబ్బులు వస్తే ప్రమాదం తగ్గుతుందని తాజా అధ్యయనం ఒకటి తేల్చింది. ఇలాంటివారి రక్తనాళాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయని, దాంతో వారిలో గుండెజబ్బుల ప్రమాదం తగ్గుతుందని కొలరాడ్ బిల్డర్ విశ్వ విద్యాలయం నిర్వహించిన సర్వే వెల్లడించింది. ఆమె రికన్ హార్ట్ ఆనోసియేషన్ ఆర్బిల్ సర్వేలేషన్ రీసర్చ్లో ప్రముఖమైన ఈ అధ్యయనం.. అనేక విషయాలను వెల్లడించింది. 55 ఏళ్ల వయసులో, ఆ తర్వాత రుతుచక్రం ఆగిపోయిన మహిళల్లో గుండెపోటు వస్తే అవకాశం తగ్గుతుందని తేల్చి చెబుతున్నది. మెనోపాజ్ ఆలస్యంగా ప్రారంభం కావడం వల్ల అనేక శారీరక ప్రయోజనాలు అందుతాయని పరిశోధకులు గుర్తించారు. ఆ సర్వేలో భాగంగా పలువురు మహిళల వాస్కులర్ ఆరోగ్యాన్ని పరీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా పలు కొత్త విషయాలను కనుగొన్నారు. మిగతావారితో పోలిస్తే.. రుతుచక్రం ఆగిపోయిన మహిళల ధమనుల పనితీరు బాగున్నట్లు చెప్పారు. వయసు పెరిగేకొద్దీ మహిళల శరీరంలో.. చైత్ర్ ఆక్సిడెంట్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుందని, ఇది రక్తనాళాలు విస్తరించడానికి సహాయపడుతుందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. రక్తనాళాలు గట్టిపడడంకా నిరోధిస్తుందని వెల్లడించారు. సాధారణంగా మహిళల్లో 45 నుంచి 55 ఏళ్ల మధ్యలో రుతుచక్రం ఆగిపోతుంది. అలాకాకుండా.. 55 ఏళ్ల తర్వాత మెనోపాజ్ గుర్తించే వారిలో.. 10% మందికి గుండెజబ్బుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. వారి ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడే అవకాశం ఉన్నదని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు.

## నమస్తే తెలంగాణ

ముల్కనూరు ప్రజా గ్రంథాలయం వారి

### ముల్కనూరు సాహితీ పీఠం

[ముల్కనూరు, భీమదేవరపల్లి(మం), హనుమకొండ జిల్లా]

సంస్కృతి, చరిత్ర, సమకాలీన జీవన వైవిధ్యాల, వైవిధ్యాల నేపథ్యంలో కథ ఉంటాయి. నవ్యాత్మకతకు పెద్దపీట వేసే కథలకు మాత్రమే అవకాశం పలుకుతున్నాం.

పోటీకి వచ్చిన కథలలో ఉత్తమమైన 22 కథలను ఎంపిక చేస్తాం.

బహుమతుల వివరాలు

బహుమతి పొందిన కథలు నమస్తే తెలంగాణ 'బతుకమ్మ'లో ప్రచురితం అవుతాయి.	పది కథలను సాధారణ ప్రచురణ కోసం స్వీకరిస్తాం. ఈ కథలకు వెయ్యి రూపాయలతోపాటు, జ్ఞాపికలు అందజేస్తాం.	బహుమతి పొందిన కథలను పుస్తక రూపంలో అచ్చు వేసే లభింకారం పోటీ నిర్వాహకులకు ఉంటుంది.
--	--	--

ప్రథమ బహుమతి (ఒక్కరికి) రూ. 50,000

### నియమ నిబంధనలు

ఇంతకు ముందు ఎక్కడా (ఫ్రీంట్ పేజీలో కానీ, వెబ్ పేజీలో కానీ, వ్యక్తిగత బ్లాగులో కానీ, సోషల్ మీడియాలో కానీ) ప్రచురితం కాని కథలను మాత్రమే పోటీకి పంపాలి.

ఇప్పటికే ఏకపక్షంగా పరిశీలనలో ఉన్న రచనలు పోటీకి అనర్హం. పై అంశాలను దృఢీకరిస్తూ హామీపత్రం తప్పనిసరిగా జరపవలసింది. ప్రచురణకు అంగీకరించని రాకప్రతులను తిరిగి పంపడం సాధ్యం కాదు.

ఒకరు ఒక కథను మాత్రమే పంపాలి.

రచనకు ఏ కలం పేరు వాడినా రచయిత / రచయిత్రి అసలు పేరు తప్పనిసరిగా హామీ పత్రంలో రాయాలి.

కథ అనువాదం, అనుకరణ, అనుసరణ కాదని హామీపత్రంలో స్పష్టం చేయాలి.

పోటీలో బహుమతి పొందిన ఏ కథనైనా, ఫలితాలు వెలుపడిన తరువాత వెనక్కి తీసుకునే అవకాశం రచయితలకు లేదని గమనించగలరు.

బహుమతుల విషయంలో న్యాయ నిర్ణయాలే తుది నిర్ణయం. ఈ విషయంలో ఉత్తర ప్రకృతులకు తావులేదు. రచయితలకు ప్రాంతీయ భేదం లేదు. ఏ రాష్ట్రమైనా, ఏ దేశంలో ఉన్న తెలుగు వాళ్ళూ కథలు పంపవచ్చు.

**ముల్కనూరు లేదా హైదరాబాద్ లో బహుమతుల ప్రధాన కార్యక్రమం ఉంటుంది. కథల పోటీ ఫలితాలు 'నమస్తే తెలంగాణ' బతుకమ్మలో ప్రచురితం అవుతాయి.**

### పంపాల్సిన విధానం

- రాక ప్రతి అయితే కథ 12 పేజీలు మించకుండా ఉండాలి. పదాల్లో అయితే 1500 పదాలుకు మించకూడదు. ఈ పరిధిని దాటితే, పరిశీలనకు స్వీకరించబడవు.
- ఈ-మెయిల్ ద్వారా పంపేవారు యూనికోడ్లో వర్డ్ ఫైల్ పంపవచ్చు. దాన్ని పీడీఎఫ్ లో కూడా మార్చి ఎటాచ్ చేయాలి.
- వేజ్ కెర్నల్ డీటీపీ చేయించి కథను పంపేవారు యూనికోడ్ ఫైల్ ను, పీడీఎఫ్ ను కూడా జతచేసి ఆ రెండింటినీ ఈ-మెయిల్ లో ఎటాచ్ చేసి పంపాలి.
- కథలను ఆన్లైన్ లో పంపేవారు దిగువ తెలిపిన ఐడీ మాత్రమే మెయిల్ చేయాలి.
- కథల ప్రతులపై రచయిత/రచయిత్రి పేరు ఉండరాదు. విడిగా హామీపత్రం మాత్రమే పేరు, ఫోన్ నంబరు, ఈ-మెయిల్ ఐడీ రాయాలి.

కథలు పంపాల్సిన చిరునామా

బతుకమ్మ కథలపోటీ, నమస్తే తెలంగాణ  
# 8-2-603/1/7, 8, 9, ఠోడ నంబర్ 10, బంజారాహిల్స్, హైదరాబాద్ - 500 034.

ఈ-మెయిల్ ఐడీ  
ntmulkanookatha2025@gmail.com