Visakha
Samacharam
MINI
FUNCTION HALL
100 Seating
Call : 93939 49345

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM

Postal Registration No. VSP / 96/ 2024 - 26.
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారము

Catering
హారిక, హాసిని
కేటరింగ్ & కుకింగ్
All Function Catering (Veg) Order Taken
Ph: 8985488221, 9494322601
పెద్దగదిలి, సింహాగిరి కాలనీ, విశాఖపట్నం
ప్రోప్రైటర్
సంతోష్‌కుమార్ గారు

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 161 విశాఖపట్నం, 05 ఏప్రిల్ 2024 శుక్రవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

ఎన్నికల నిర్వహణపై సీఈసీ సమావేశం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో త్వరలో జరిగే సార్వత్రిక ఎన్నికలపై కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం ప్రత్యేక దృష్టి సారించింది. ఇప్పటికే రాష్ట్రానికి పలువురు ప్రత్యేక పరిశీలకులను పంపించిన సీఈసీ ప్రశాంత వాతావరణంలో ఎన్నికలు జరిగేలా చూడాలని సూచించింది. ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లోక్ సభ ఎన్నికలతో పాటు అసెంబ్లీ ఎన్నికలు కూడా జరుగుతుండ టంతో అత్యంత పకడ్బందీగా ఎన్నికలు నిర్వహించేలా దిశానిర్దేశం చేసింది. ఎన్నికల నిర్వహణ, జాగ్రత్తలపై అన్ని రాష్ట్రాల అధికారులతో చీఫ్ ఎలక్షన్ కమిషనర్ రాజీవ్ కుమార్ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. పార్లమెంట్, వివిధ రాష్ట్రాల అసెంబ్లీ ఎన్నికలు స్వేచ్ఛగా, శాంతి యుతంగా, హింసా రహితంగా నిర్వహించడమే లక్ష్యంగా పని చేయాలని రాజీవ్ కుమార్ ఎన్నికల యంత్రాగానికి స్పష్టం చేశారు. రానున్న ఎన్నికలకు సంబంధించి శాంతి భద్రతలు, భద్రతా బలగాల మోహరింపు, ఎన్నికల వ్యయ నిర్వహణ, సెన్సిటివిటి, నోడలు అధికారుల నియామకం, నోటిఫికేషన్ ఆఫ్ థ్రి డే,

(మిగతా 2లో)

శిక్షణకు, విధులకు అధికారులు తప్పక హాజరు కావాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్నికల విధులకు, సంబంధిత శిక్షణ సదస్సులకు అధికారులు, సిబ్బంది తప్పకుండా హాజరుకావాలని జిల్లా కలెక్టర్, జిల్లా ఎన్నికల అధికారి డా॥ ఎ. మల్లికార్జున ఆదేశించారు. ఎన్నికల కమిషన్ నిబంధనల ప్రకారం ప్రతి ఒక్కరూ అప్పగించిన పని చేయాల్సిం దేనని తేల్చి చెప్పారు. జాయింట్ కలెక్టర్ కె. మయూర్ అశోక్, జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మోహన్ కుమార్, ఎన్.ఐ.సి. అధికారులతో కలిసి కలెక్ట రేట్ ఏసీ హాలు నుంచి గురువారం ఉదయం డిజిటల్ ప్రక్రియలో పీవో, ఏపీవో, ఏపీవోలకు ఆయన ర్యాండమై జేషన్ ప్రక్రియను ప్రారంభించారు. ఈ క్రమంలో అక్కడ అధికారులకు జిల్లా కలెక్టర్ మార్గదర్శకాలు జారీ చేశారు. ఎన్నికల కమిషన్ నిబంధనల ప్రకారం ర్యాండమైజేషన్ ప్రక్రియ ద్వారా ఆయా నియోజకవర్గాలకు అధికారులను, సిబ్బందిని కేటాయించాలని సూచిం చారు. సంబంధిత ఆర్డర్ కాపీలను, పోస్టల్ బ్యాలెట్ వినియోగం నిమిత్తం ఫారం-12 పత్రాలను అందజేయాలని చెప్పారు. ఈ నెల

(మిగతా 2లో)

పెందుర్తిలో రోడ్డు ప్రమాదం
ముగ్గురి మృతి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ జిల్లా పెందుర్తి సమీపంలోని అక్కిరెడ్డిపాలెం వద్ద రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. వ్యాన్‌ను లారీ ఢీకొట్టిన ఘటనలో ముగ్గురు అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోగా 8 మందికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. క్షతగ్రాతులను విశాఖలోని కేజీహెచ్‌కు తరలించారు.

ఏలూరు జిల్లా తాళ్లపూడి మండలం తిరుగుడుమెట్ట రామకృష్ణ కాలనీకి చెందిన వారంతా వ్యాన్‌లో శ్రీకాకుళం జిల్లా పొందూరులో వివాహానికి వెళ్లారు. వ్యాన్‌లో తిరిగి వస్తుండగా అక్కిరెడ్డిపాలెం హైవేపై లారీ ఢీకొట్టింది. మృతుల్లో చింతాడ ఇందు (50), హనుమంతు అనంద్ (40), హనుమంతు చంద్రశేఖర్ (16) ఉన్నారు. మృతదేహాలను పోస్టుమార్టం నిమిత్తం కేజీహెచ్‌కు తరలించారు. పెందుర్తి పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

అవినాష్ రెడ్డి బెయిల్‌పై విచారణ
కీలక వ్యాఖ్యలు చేసిన కోర్టు

ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి ముందస్తు బెయిల్ రద్దు పిటిషన్‌పై తెలంగాణ హైకోర్టులో గురువారం విచారణ జరిగింది. ఈ పిటిషన్‌పై సీబీఐ తరపు న్యాయవాది, పిటిషనర్ తరపు న్యాయవాది జడ శ్రావణ్ వాదనలు వినిపించారు. ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి ద్వారా తనకు ప్రాణాహాని ఉందని అప్రూవర్ దస్తగిరి తరపున కోర్టు దృష్టి తీసుకెళ్లారు. దేవిరెడ్డి శివ శంకర్ రెడ్డి కుమారుడు చైతన్య రెడ్డి తాను జైల్లో ఉన్న సమయంలో ప్రలోభాలకు గురిచేశాడని దస్తగిరి పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నాడు. తన తండ్రి పైనా అవినాష్ అనుచరులు దాడి చేశారని గుర్తు చేశారు. ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి చాలా ప్రభావితమైన వ్యక్తి అని, ఆయనకు వెంటనే బెయిల్ రద్దు చేయాలని కోర్టును కోరారు పిటిషనర్ తరుపు న్యాయవాది.

మరోవైపు దస్తగిరికి ప్రాణ హాని ఉందని సీబీఐ వాదించింది. దీనికి ప్రతిస్పందించిన హైకోర్టు దస్తగిరికి ప్రాణ హాని ఉందని మీరు ఇప్పుడు ఎలా చెబుతున్నారు? అని ప్రశ్నించింది. అవినాష్ రెడ్డి బెయిల్ రద్దుపై సుప్రీంకోర్టుకు ఎందుకు వెళ్లలేదని సీబీఐని హైకోర్టు సూటిగా ప్రశ్నించింది. ఈ ప్రశ్నకు స్పందించిన సీబీఐ సుప్రీంలో బెయిల్ రద్దు చేయాలని సవాల్ చేసేలోపే వివేకా కూతురు సునీత సుప్రీంకోర్టుకు వెళ్లిందని పేర్కొంది. దీంతో సీబీఐ సైతం సునీత పెటిషన్‌లో కౌంటర్ దాఖలు చేశామని హైకోర్టుకు సీబీఐ వివరణ ఇచ్చింది.

కాగా, విట్‌నెస్ ప్రొటెక్షన్ స్కీమ్ కింద రిపోర్ట్ ఇవ్వాలని సీబీఐకి నాంపల్లి కోర్టు ఆదేశాలు ఇచ్చింది. తమకు ప్రాణాహాని ఉందని దస్తగిరి భార్య, దస్తగిరి ఇద్దరూ సీబీఐకి ఫిర్యాదు చేశారు. అయితే, దీనిపై ఇంకా చర్యలు తీసుకోలేదని పిటిషనర్ తరుపు న్యాయవాది కోర్టు దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. దీనికి స్పందించిన హైకోర్టు విట్‌నెస్ ప్రొటెక్షన్ రిపోర్ట్ వచ్చాక పరిశీలించి నిర్ణయం తీసుంటామని హైకోర్టు ధర్మాసనం తెలిపింది. తదుపరి విచారణను ఏప్రిల్ 8వ తేదీకి వాయిదా వేసింది.

పింఛన్ల పంపిణీపై శవ రాజకీయం చేస్తున్న సీఎం జగన్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పింఛన్ల పంపిణీపై సీఎం జగన్ శవ రాజకీయం చేస్తున్నారని మాజీమంత్రి గంటా శ్రీనివాసరావు ఆరోపించారు. ఈ విషయంలో తెలుగుదేశం పార్టీపై జగన్, వైసీపీ నేతలు నిందలు వేస్తున్నా రని మండిపడ్డారు. పెన్షన్ డబ్బులను జగన్ తొత్తులకు, కాంట్రాక్టులకు ఇవ్వడంతోనే ఇబ్బందులు వచ్చాయని అన్నారు. అవ్వా తాతల ఉసురు జగన్‌కి ఖచ్చితంగా తగులుతుం దన్నారు. టీడీపీ అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే రూ. 4 వేల పెన్షన్ ఇంటింటికీ వెళ్లి ఇస్తామని తెలిపారు.

గురువారం నాడు పలువురు సర్పంచులు, మాజీ సర్పంచులు వైసీపీకి రాజీనామా చేసి గంటా శ్రీనివాసరావు సమక్షంలో టీడీపీలో చేరారు. ఈ సందర్భంగా గంటా శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ ఏపీ సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో ప్రజలు జగన్ పాలనకి చరమ గీతం పాడేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నారన్నారు. టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ ఉమ్మడి అభ్యర్థిగా భీమిలీ నుంచి తాను పోటీ చేస్తున్నానని చెప్పారు. ముగ్గురు సర్పంచులు, మాజీ సర్పంచులతో సహా 200 మంది కార్యకర్తలు ఈరోజు టీడీపీలో చేరారని తెలిపారు. పెద్ద సంఖ్యలో యువత తమ పార్టీలో చేరుతున్నారని అన్నారు.

చేరికలకు ఇది ఆరంభం మాత్రమేనని, ఇంకా పెద్ద ఎత్తున చేరికలు ఉంటాయన్నారు. జగన్ అన్ని రంగాల్లో పూర్తిగా విఫలం అయ్యారని విమర్శించారు. ప్రజావేదికను కూల్చి పాలన ప్రారంభించారని, విధ్వంసం తోనే జగన్ పాలన మొదలు పెట్టారని మండిపడ్డారు. సంక్షేమ కార్యక్రమాలకు క్రికారం చుట్టింది టీడీపీ, దివంగత ముఖ్యమంత్రి ఎన్టీఆర్ అని వివరించారు.

సంపద సృష్టించి సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేయాలి కానీ అప్పులు చేసి కాదని ఈ విషయం జగన్ గుర్తించు కోవాలని అన్నారు. గత ఎన్నికల సమయంలో 900కు పైగా జగన్ హామీలు ఇచ్చారని, కానీ 85 శాతం పైగా హామీలను ఎందుకు అమలు చేయలేకపోయారని ప్రశ్నించారు. ప్రత్యేక హోదా, నైర్వే జోన్ విభజన హామీలు సాధిం చడంలో జగన్ విఫలం అయ్యారని ధ్వజమెత్తారు. కేసులకు భయపడి కేంద్రం నుంచి ఏమీ సాధించ లేకపోయారని ఎద్దేవా చేశారు.

విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణపై ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీని జగన్ నిలదీయలేక పోయారని అన్నారు. మోదీ దగ్గరకు అఖిల పక్షాన్ని తీసుకెళ్లే దమ్ము, ధైర్యం ఆయనకు లేదని చెప్పారు. ఏపీ నుంచి పరిశ్రమలను వెళ్లగొట్టారన్నారు. విశాఖలో కవరేజ్‌కి వెళ్లిన మీడియా ప్రతినిధులపై వైసీపీ నేతలు దాడి చేయడం అమానుష మన్నారు. వలంటీర్లు వ్యవస్థకు టీడీపీ వ్యతిరేకం కాదని అన్నారు. వైన్ షాప్ దగ్గర టీచర్లతో మద్యాన్ని అమ్మించారని ధ్వజమెత్తారు.

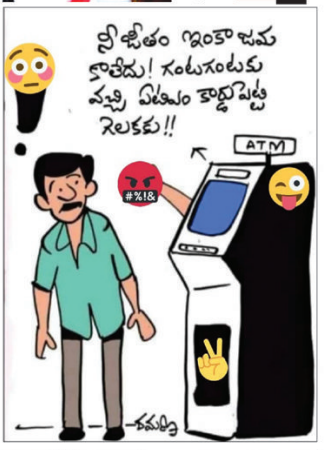
ఏపీలో ఎంతో మంది ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు ఉన్నా

(మిగతా 2లో)

కడపలో భువనేశ్వరి పర్యటన

కడప: టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు నాయుడు సతీమణి భువనేశ్వరి జిల్లా పర్యటన కొనసాగుతోంది. మండుటెండను కూడా లెక్క చేయకుండా భువ నేశ్వరిని కలిసేందుకు భారీగా టీడీపీ కార్య కర్తలు, ప్రజలు తరలి వచ్చారు.

(మిగతా 2లో)



సేవకుడే నాయకుడు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సేవకుడే నాయకుడని, అటవంటి నాయ కులను తయారు చేయడమే. జాతీయ సేవ పథక లక్ష్యం కావాలని ఆంధ్ర విశ్వ విద్యాలయం రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య జేమ్స్ స్టీఫెన్ అన్నారు. స్థానిక ఆంధ్ర విశ్వవిద్యా లయంలోని జాతీయ సేవా పథక సెమినార్ హాలులో రాజీవ్ గాంధీ నేషనల్ ఇన్‌స్టి ట్యూట్ ఆఫ్ యూత్ పాలసీ, పెరుం బుదూర్ మరియు ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయ జాతీయ సేవా పథకం సంయుక్త ఆధ్వ ర్యంలో విశాఖ జిల్లాలోని ప్రోగ్రాం అధికా రులకు "యువజన హక్కులు మరియు న్యాయ సహాయం" అనే అంశంపై నిర్వహిస్తున్న మూడు రోజుల శిక్షణా కార్యక్రమ ప్రారంభ సమావేశంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడుతూ సేవా కార్యక్రమాల నిర్వహణకు సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించాలని, సమాచార మాధ్యమాల్లో వాటికి విస్తృత ప్రచారాన్ని ఇవ్వాలని అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఇతరుల నుండి ఏం ఆశిస్తారో, వాటిని ముందు వారు ఇతరులకు చెయ్యాలని హితవు పలికారు. సమావేశంలో గౌరవ అతిథిగా పాల్గొన్న డా॥ దామోదరం సంజీవయ్య జాతీయ న్యాయ విశ్వవిద్యాలయం మాజీ వైస్-ఛాన్సలర్ ఆచార్య వై.సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ యువత ప్రజాస్వామ్యాన్ని బలోపేతం చెయ్యాలని అన్నారు. భారత రాజ్యాంగ విశిష్టతను తెలియచేసారు. సమావేశంలో ఆత్మీయ అతిథిగా పాల్గొన్న ఆంధ్ర విశ్వ విద్యాలయ న్యాయ

(మిగతా 2లో)

మజ్జిగ, గ్లూకోజులు పంపిణీ చేసిన ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): బుచ్చయ్యపేట మండలం పోలేపల్లి గ్రామంలో గురువారం వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కరణం ధర్మశ్రీ డోర్ టు డోర్ కార్యక్రమంలో పాల్గొంటున్న సమయంలో సచివాలయం దగ్గర పెన్షన్ కోసం ఎదురుచూస్తున్న అవ్వ తాతలకు ఎండ ఎక్కువగా ఉండటంతో మజ్జిగ, గ్లూకోజులు పంపిణీ చేశారు. అనంతరం ధర్మశ్రీ మాట్లాడుతూ వాలంటీర్స్ని పెన్షన్ పంచకుండా తెలుగుదేశం పార్టీ నేతలు పెట్టిన కేసు కారణంగానే అవ్వ తాతలకి, పెన్షన్ దారులకి ఈ అవస్థ వచ్చిందని ప్రతి ఒక్కరు రాబోయే ఎన్నికల్లో వైసీపీకి పట్టం కట్టాలని తెలుగుదేశం నేతలకు బుద్ధి వచ్చేలా వైసిపి పార్టీని అధిక మెజార్టీతో గెలిపించాలని కోరారు.

వైసీపీకి పట్టం కట్టాలి-జడ్పీటీసి రాంబాబు

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఐదేళ్లుగా వైసీపీ ప్రభుత్వం చేసిన అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను గుర్తు పెట్టుకుని మరోసారి వైసీపీకి పట్టం కట్టాలని జడ్పీటీసీ దొండా రాంబాబు అన్నారు. గురువారం కేపీ అగ్రహారంలో ఇంటింటి ప్రచారం చేశారు. మీ ఇంట్లో మంచి జరిగితేనే వైసీపీకి ఓటు వేయండి అని అభ్యర్థించారు. గడప వద్దకే సంక్షేమ పథకాలు అందించాలన్నా, వాలంటీర్ వ్యవస్థ కొనసాగాలన్నా రాష్ట్ర భవిష్యత్తు మారాలన్న మరోసారి వైసీపీని గెలిపించాలన్నారు.

బిజెపి ప్రచార వాహనాలను ప్రారంభించిన ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని నెహ్రూ చౌక్ జంక్షన్‌లో డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్‌కి నివాళులర్పించి అనంతరం బిజెపి పార్టీకి చెందిన 60 ఎలక్షన్ ప్రచార వెహికల్స్ అనకాపల్లి పార్లమెంట్‌కు సంబంధించిన వాహనాలను అనకాపల్లి పార్లమెంట్ ఉమ్మడి అభ్యర్థి సీఎం రమేష్, అనకాపల్లి మాజీ శాసనసభ్యులు పీలా గోవింద సత్యనారాయణ, బీసీ సాధికార సమితి రాష్ట్ర కన్వీనర్ మళ్ళ సురేంద్ర జండా ఊపి ప్రారంభించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో బిజెపి రాష్ట్ర నాయకులు సురేంద్ర మోహన్, జిల్లా బిజెపి అధ్యక్షులు ద్వారపురెడ్డి పరమేశ్వర రావు తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు పోలరపు త్రినాథ్, పిట్ట రాజు, ఎస్. భానుచందర్ ఉమ్మడి అభ్యర్థి స్థాయిలో పాల్గొన్నారు.

విజయకేతనం ఎగుర వేస్తున్న విజయచంద్ర

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతీపురం జగన్నాధపురం ఒకటవ వార్డులో గల చినపాప, పెదపాప, గ్రామదేవతల వార్షికోత్సవ మహోత్సవ సందర్భంగా అన్న సంతర్పణ కార్యక్రమం జరిగింది. గ్రామంలో జరుగుతున్న ఈ కార్యక్రమానికి గ్రామ పెద్దల పిలుపు మేరకు పార్వతీపురం నియోజకవర్గం టిడిపి బిజెపి, జనసేన ఉమ్మడి అభ్యర్థి బోనెల విజయచంద్ర అలయాన్ని సందర్శించి తల్లి దీవనలు తీసుకొన్నారు. అనంతరం ప్రసాదాన్ని భక్తులకు అందజేశారు. గ్రామ దేవతలను వేడుకుంటూ తెలుగుదేశం ప్రభుత్వంను ఏర్పాటు చేసి ప్రజల యొక్క ఇబ్బందులను తొలగించాలన్నారు. వైసిపి ప్రభుత్వం నుంచి విముక్తి కలిగించాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి జనసేన బిజెపి నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ఉమ్మడి అభ్యర్థుల విజయాన్ని కోరుతూ ముమ్మర ప్రచారం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి ఉమ్మడి అసెంబ్లీ, పార్లమెంట్ అభ్యర్థులు కొణతాల రామకృష్ణ,సీఎం రమేష్ గెలుపు కోసం పాత 13వ వార్డులో మాజీ కౌన్సిలర్ పట్టణశాఖ ఉపాధ్యక్షులు పార్లమెంట్ ఆర్గనైజింగ్ కార్యదర్శి కుప్పిలి జగన్ ఆధ్వర్యంలో చినరాజు పేట, వడ్డీల ఏధి, సుంకర వారి ఏధి, యర్రా వారి ఏధిలలో జరిగిన ఇంటింటి ప్రచార కార్యక్రమం విస్తృతంగా జరిగింది. తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు మాజీ శాసన మండలి సభ్యులు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు పాల్గొని ఓటర్లను కలుసుకొని ఈ ఎన్నికల్లో మీరు వేసే ఓటు ద్వారా అనకాపల్లి పట్టణాభివృద్ధికే కాకుండా రాష్ట్ర భవిష్యత్తు నిరుద్యోగ సమస్య నిర్మూలన బీసీలకు రక్షణగా ప్రజా సంక్షేమ కార్యక్రమాలు అమలు చేసుకోవడానికి అవకాశం ఉంటుందనినాగ జగదీష్ అన్నారు. వచ్చే ఉమ్మడి తెలుగుదేశం ప్రభుత్వంలో కొణతాల రామకృష్ణకు మంత్రిగా అవకాశం వస్తుందని అలాగే సీఎం రమేష్ కేంద్ర మంత్రిగా అవుతారని ఇరువురి ద్వారా మన ప్రాంతంలో ఉద్యోగ అవకాశాలకు అవకాశం, రైతు సమస్యలు పరిష్కారం అవుతాయని కర్షకులకు కార్మికులకు ఉపాధి అవకాశాలు ఉంటాయి కనుక రెండు ఓట్లు ఒకటి గ్లాస్ గుర్తుకు మరొకటి కమలం గుర్తుపై మీ అమూల్యమైన ఓటు ముద్రను వేసి అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించాలని పట్టణ శాఖ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కేకేవిఎ నారాయణరావు ఓటర్లను అభ్యర్థించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ శాఖ ఉపాధ్యక్షులు బోడి వెంకటరావు, మాజీ కౌన్సిలర్ సిరనపల్లి ఆది బాబు, పెదగాడి భాస్కరరావు, ఏనుగుల శ్రీను, అయితే అప్పల నారాయణ, పండూరి సత్యనారాయణ, యర్రా సత్య నారాయణ, సూరే సుబ్బారావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలింగ్ కేంద్రాలు పరిశీలించిన ఆర్ ఓ.

పార్వతీపురం/సాలూరు, (విశాఖ సమాచారమ్): సాలూరు పట్టణ పరిధిలో పెద హరిజనపేట, చిన హరిజనపేటలలో పోలింగ్ కేంద్రాలను సాలూరు నియోజక వర్గం రిటర్నింగ్ అధికారి మరియు పార్వతీపురం ఐటిడిఏ ప్రాజెక్ట్ అధికారి సి విష్ణు చరణ్ గురువారం తనిఖీ చేశారు. పోలింగ్ కేంద్రాలలో ప్రాథమిక మౌలిక వసతులు ఉండాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. సాలూరు పట్టణంలో రహదారులు భవనాలు శాఖ అతిథి గృహాన్ని పరిశీలించారు. రిటర్నింగ్ అధికారి కార్యాలయాన్ని సైతం తనిఖీ చేసి ఏర్పాట్లు, వసతులు పరిశీలించారు. ఎన్నికల ప్రవర్తనా నియమావళి అమల్లో పక్కాగా ఉండాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. ఎన్నికల ప్రక్రియకు అవసరమగు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని తెలిపారు. సి విజిల్, ఆన్ లైన్ ద్వారా అందే పిర్యాదులు పరిశీలించడం జరుగుతోందని ఆయన చెప్పారు. అంతర్ రాష్ట్ర సరిహద్దు చెక్ పోస్టుల వద్ద గట్టి నిఘా ఏర్పాటు చేశామని ఆయన అన్నారు. ఎస్ ఎస్ టి, వి ఎస్ టి, వి వి టి బృందాలు, ఫ్లయింగ్ స్క్వాడ్ లు నియమించడం జరిగిందని ఆయన తెలిపారు. సెక్టార్ అధికారులు, రూట్ అధికారులు ఎన్నికల ప్రక్రియలో ఉన్నారని ఆయన చెప్పారు.

ప్రచారానికి అనుమతులు పొందాలి :

ప్రచారానికి ముందస్తు అనుమతి పొందాలని రిటర్నింగ్ అధికారి అన్నారు. సువిధా యాప్‌లో కనీసం 48 గంటల ముందుగా దరఖాస్తు చేసుకోవాలిని ఆయన తెలిపారు. పెయిడ్ న్యూసను మీడియా సర్టిఫికేషన్ అండ్ మానిటరింగ్ కమిటీ (ఎం.సి.ఎం.సి) పర్యవేక్షిస్తుందని ఆయన చెప్పారు. పెయిడ్ న్యూస్‌గా గమనిస్తే పోటీలో ఉన్న అభ్యర్థి వ్యయ ఖాతాలో ఆ విలువను జమ చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా ప్రకటనలకు విధిగా ముందస్తు అనుమతి తీసుకోవాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ముందస్తు అనుమతి లేకుండా ప్రకటనలు వేయరాదని అన్నారు. ప్రకటనలకు అనుమతులు పొందుటకు గుర్తింపు పొందిన పార్టీలు కనీసం మూడు రోజుల ముందు, గుర్తింపు లేని పార్టీలు కనీసం వారం రోజుల ముందు ఎం.సి.ఎం.సికి దరఖాస్తు చేయాలని సూచించారు. దరఖాస్తుతో పాటు రాత ప్రతి (స్క్రిప్ట్) సంబంధిత అభ్యర్థి సంతకంతో సమర్పించాలని, దానితో పాటు సిడి సమర్పించాలని అన్నారు. పోలింగ్ రోజున, పోలింగ్ ముందు రోజున ప్రింట్ మీడియాలో ప్రచురించే ప్రకటనలకు అనుమతులు అవసరమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

ముద్రణ కర్తలు వివరాలు ప్రచురించాలి: కరపత్రాలు, పోస్టర్లు, బ్యానర్లు తదితర సామాగ్రిని ముద్రించే వారు, ప్రచురణ కర్తలు విధిగా వారి చిరునామా, ముద్రించిన ప్రతులు సంఖ్య ప్రచురించాలని ఆయన చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో తహశీల్దార్ సింహాచలం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

ఎన్నికల నిర్వహణపై సీఈసీ సమావేశం

ఫైయిడ్ హోటిడే, అంతర్జాతీయ సరిహద్దు అంశాలపై చర్చించారు.

ఏపీకి సంబంధించి పలు కీలక సూచనలు చేసారు. ఎన్నికల్లో డబ్బు, మద్యం, డ్రగ్స్ వంటివి పంపిణీ చేసి ఓటర్లను ప్రభావితం చేయకుండా కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎస్, డీజీపీ, సీఈఓలకు సూచించారు. ఫ్లైయింగ్ స్క్వాడ్ బృందాలు, స్టాటిక్ సర్వేలెన్సు బృందాలు ఎక్కడైనా తనిఖీల నిర్వహణలో నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తే అలాంటి బృందాలపై జిల్లా యంత్రాంగాలు వెంటనే తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. పోలింగ్‌కు 48 గంటల ముందు ఓటర్లను ప్రభావితం చేసేందుకు డబ్బు, మద్యం వంటి తాయిలాల పంపిణీకి ప్రయత్నాలు జరుగుతాయన్న సీఈసీ అలాంటి చర్యలను కట్టుదిట్టంగా నియంత్రించేందుకు మరింత నిఘా పెంచాలన్నారు. ఎన్నికల్లో అన్ని పార్టీలకు వివిధ అంశాల్లో సమాన అవకాశాలు కల్పించాలని తెలిపారు. ఓటర్లు స్వేచ్ఛగా వచ్చి నిర్భయంగా వారి ఓటు హక్కును వినియోగించుకునేందుకు పోలింగ్ కేంద్రాల్లో కల్పించాలని సూచించారు. రాష్ట్రంలో సమస్యాత్మక పోలింగ్ కేంద్రాలు వాటి కోసం తీసుకుంటున్న జాగ్రత్తలను సీఎస్ జవహర్ రెడ్డి సీఈసీకి వివరించారు.

ఏపీలో 91 పోలింగ్ కేంద్రాలపై మావోయిస్టుల ఎఫెక్ట్..

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఎన్నికల కోడ్?ను కట్టుదిట్టంగా అమలు చేస్తున్నట్లు సీఎస్ జవహర్ రెడ్డి కేంద్ర ఎన్నికల కమిషన్?కు వివరించారు. జనవరి 1 నుంచి ఇప్పటి వరకు 258 కోట్ల రూపాయలు విలువైన నగదు, మద్యం, డ్రగ్స్ ఇతర విలువైన వస్తువులను స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు వివరించారు. రాష్ట్రంలో ఐదు రాష్ట్రాలు అంతర్ రాష్ట్ర సరిహద్దులను కలిగి ఉన్నాయన్నారు సీఎస్. రాష్ట్ర సరిహద్దుల్లో 150 చెక్ పోస్టులను ఏర్పాటు చేసినట్లు సీఈసీకి తెలిపారు. స్వేచ్ఛాయుత ఎన్నికల నిర్వహణకు అన్ని చర్యలు తీసుకుంటున్నామని సీఎస్ జవహర్ రెడ్డి వివరించారు. శాంతి భద్రతల అంశానికి సంబంధించి సరిహద్దు రాష్ట్రాలైన ఒడిస్సా, ఛత్తీస్‌ఘడ్ నుండి కొంత మేర మావోయిస్టుల సమస్య ఉందని ఆ సమస్యను అధిగమించేందుకు కట్టుదిట్టమైన భద్రతా చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. రాష్ట్రంలో 132 ఇంటిగ్రేటెడ్ చెక్ పోస్టులు, 632 ఫ్లైయింగ్ స్క్వాడ్ బృందాలు నిరంతరం పని చేస్తున్నట్లు సీఎస్ వివరించారు. సరిహద్దు రాష్ట్రాలైన ఒడిస్సా, చత్తీస్ గడ్ నుంచి కొంత వరకు మావోయిస్టుల ప్రాబల్యం ఉందని.. ఆయా ప్రాంతాల్లో 91 పోలింగ్ కేంద్రాలను గుర్తించినట్లు సీఈసీకి డీజీపీ వివరించారు. ఇక జిల్లాల వారీగా కూడా తీసుకుంటున్న చర్యలను సీఈసీకి రాష్ట్ర అధికారులు వివరించారు.

శిక్షణకు, విధులకు అధికారులు తప్పక హాజరుకావాలి

10, 12వ తేదీల్లో జరిగే శిక్షణ సదస్సులకు అందరూ విధిగా హాజరు కావాల్సిందేనని ఈ మేరకు అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని చెప్పారు. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వ్యవహరించే వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ డా॥ ఎ. మల్లికార్జున హెచ్చరించారు.

ఇదిలా ఉండగా అన్ని నియోజకవర్గాల్లో విధులు నిర్వహించాల్సిన వీఓ, ఏఈఓ, ఓపీఓ కేటగిరీలకు సంబంధించిన సుమారు 13,500 మందికి ఎన్.ఐ.సి. అధికారులు గురువారం తొలి విడత ర్యాండమైజేషన్ ప్రక్రియను నిర్వహించారు. ఎన్నికల కమిషన్ పేర్కొన్న నిబంధనలను పాటిస్తూ సిబ్బందిని కేటాయించారు. వీరంతా ఈ నెల 10, 12వ తేదీల్లో జరిగే శిక్షణ సదస్సులకు వారికి కేటాయించిన ప్రాంతాల్లో హాజరుకావాల్సి ఉంటుంది. ఈ మేరకు యంత్రాంగం జిల్లా వ్యాప్తంగా ఏడు కేంద్రాల్లో శిక్షణ కార్యక్రమాలకు సమగ్ర ఏర్పాట్లు చేసింది.

పింఛన్ల పంపిణీపై శవ రాజకీయం చేస్తున్న సీఎం జగన్

పెన్షన్ ఎందుకు ఇవ్వలేకపోతున్నారని ప్రశ్నించారు. టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు ప్రకటించిన సూపర్ 6 పథకాలను పగడ్బందీగా అమలు చేస్తామని తెలిపారు. జగన్ అనాలోచిత చర్యలతో ఆమర్ రాజా, లులూ లాంటి కంపెనీలు పక్క రాష్ట్రాలకు తరలిపోయాయని ధ్వజమెత్తారు. జగన్ ఎన్ని 'సిద్ధం' సభలు పెట్టిన ఎన్డీఏ కూటమిదే ఘన విజయమని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. జగన్ తలకిందులుగా తపస్సు చేసిన ఈ ఎన్నికల్లో వైసీపీ గెలవదని చెప్పారు. తాను ఎవరిని వ్యక్తిగతంగా విమర్శించలేదన్నారు. ఉగాది మరుసటి రోజు నుంచి ఎన్నికల ప్రచారం ప్రారంభిస్తానని గంటా శ్రీనివాసరావు అన్నారు.

కడపలో భువనేశ్వరి పర్యటన

ఈ సందర్భంగా భువనేశ్వరి మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర అభివృద్ధి కోసం చంద్రబాబు రాత్రింబవళ్లు కష్ట పడ్డారన్నారు. వైసీపీ రాక్షసపాలనలో టీడీపీ కార్యకర్తలను చంపడం, హింసించడం, ఇబ్బందులు పెట్టడం అలవాటుగా మారిందని విమర్శించారు.

వైసీపీ చేసే ప్రతీ తప్పును చంద్ర బాబుపై నెట్టేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. గంజాయి, ఇసుక, భూకబ్జాలు, కల్తీ మద్యం మాఫియా మూలాలో ఏపీని వైసీపీ ముందు వరుసలో నిలబెట్టిందని భువనేశ్వరి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. నిజం గెలవాలి యాత్రలో భాగంగా ఈరోజు ఉదయం జిల్లాలకు చేరుకున్న భువనేశ్వరి ముందుగా నగరంలోని 44 డివిజన్ చమ్ముమియా పేటకు చేరుకున్నారు. ఈ సం దర్భంగా చెంద్రాయుడు అనే భాదితుడి కుటుంబాన్ని పరామర్శించారు. చెంద్రాయుడు చిత్రపటానికి పూల మాలవేసి భువనేశ్వరి పరామర్శించారు.

గురువారం నుంచి కడప, సంద్యాల పార్లమెంటు నియోజకవర్గాల్లో భువనేశ్వరి నిజం గెలవాలి పర్యటన సాగనుంది. కడప, ప్రొద్దుటూరు, డోన్, నం ద్యాల, శ్రీశైలం, పాణ్యం, నంది కొట్కూరు అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల్లో భువనమ్మ పర్యటించనున్నారు. చంద్ర బాబు అక్రమ అరెస్టు సమయంలో మనస్తాపానికి గురై మృతిచెందిన కార్యకర్తల కుటుంబాలను పరామర్శిం చారు. గురువారం నుంచి మొదలయ్యే టూర్‌లో 12 మంది కార్యకర్తల కుటుంబాలను భువనేశ్వరి పరామర్శించారు. నందికొట్కూరులో 1, పాణ్యంలో 2, శ్రీశైలంలో 3, సంద్యాలలో 2, డోన్‌లో 2, ప్రొద్దుటూరులో 1, కడపలో 1 కుటుంబాలను భువనేశ్వరి పరామర్శించారు.

సేవకుడే నాయకుడు

కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య వి. విజయ లక్ష్మి మాట్లాడుతూ హక్కులు విధులు విడదీయరాని సంబంధాన్ని కలిగి ఉన్నాయని, హక్కులకై పోరాడేవారు విధులను నిర్వహించాలని అన్నారు.

సమావేశానికి జాతీయ సేవాపథక ప్రొగ్రాం కో-ఆర్డినేటర్ డా॥ ఎస్. హరనాథ్ అధ్యక్షత వహించి మాట్లాడుతూ ఇటువంటి శిక్షణా కార్యక్రమాలు జాతీయ సేవా పథకాన్ని బలోపేతం చేస్తాయని అన్నారు. ప్రతి ప్రొగ్రాం అధికారి యువజన విధానం గురించి తెలుసుకోవాలని అన్నారు.

అనంతరం "యువజన విధానం (డ్రాఫ్ట్) 2023" పై డా॥ ఎస్.హరనాథ్, "సమాచార హక్కు చట్టం - యువత పాత్ర" పై డా. కె.పల్లవి, "ప్రాథమిక హక్కులు, ఆదేశ సూత్రాలు, ప్రాథమిక విధులు" అనే అంశంపై ఆచార్య వై. సత్యనారాయణ, సమత కళాశాల ఏడీ జి.రామకృష్ణ ప్రొగ్రాం ఆఫీసర్ కీలకోపన్యాసాలు చేశారు.

కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రొగ్రాం అధికారి ఇ.పి.ఎన్. భాగ్యలక్ష్మి జిల్లాలోని వివిధ కళాశాల నుండి విచ్చేసిన ప్రొగ్రాం అధికారులు పాల్గొన్నారు. జాతీయ సేవా పథక కార్యాలయ సిబ్బంది, యానివర్శిటి వలంటీర్లు శిక్షణ శిబిర నిర్వహణకు సహాయ సహకారాలు అందించారు. శిక్షణా కార్యక్రమంలో 40 మంది ప్రొగ్రాం అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పంచాంగం

శుక్రవారం 05-04-2024
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం, శిశిర ఋతువు
ఫాల్గుణమాసం

తిథి	: బ. ఏకాదశి ఉ. 09.47
నక్షత్రం	: ధనిష్ఠ ప. 03.03
వర్జ్యం	: రా. 09.44 ల 11.14

న్యాయ శాస్త్రంలో శరత్‌బాబుకు పీహెచ్‌డీ పట్టా

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ న్యాయవాది అయిన కులపర్తి శరత్‌బాబుకి గురువారం ఆంధ్రవిశ్వ కళాపరిషత్ వైస్ ఛాన్సలర్ పీవీజీడీ ప్రసాద్‌రెడ్డి శరత్‌బాబుకి పీహెచ్‌డీ పట్టా ఇచ్చారు. శరత్‌బాబు ఫ్రీడమ్ ఆఫ్ స్పీచ్ అండ్ ఎక్స్‌ప్రెషన్ విత్ రిఫరెన్స్‌టు సోషల్ మీడియా అనే టాపిక్ మీద రీసెర్చ్ చేయడం జరిగింది. దీనికి జిల్లా కోర్టు న్యాయవాదులందరూ శరత్‌బాబుకు హర్షధ్వానాలు తెలియజేశారు. అలాగే యలమర్తి కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ జి.సోమేశ్వరరావు, చార్టెర్డ్ అకౌంటెంట్ శేఖర్, రామకృష్ణ, శరత్‌బాబుకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

గొన్న కళాశాలలో క్యాంపస్ ఇంటర్వ్యూలు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గొన్న కళాశాలలో చందు సాఫ్ట్ టెక్నాలజీస్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ క్యాంపస్ ఇంటర్వ్యూలను గురువారం నిర్వహించారు. పోస్ట్-జూనియర్ ఇంజనీర్, ఈ ఇంటర్వ్యూకి బిటెక్ ఇంజనీరింగ్ విద్యార్థులు 65 మంది హాజరు కాగా కంపెనీ యాజమాన్యం ఇంటర్వ్యూలో 5 మంది విద్యార్థులను మాత్రమే తీసుకున్నాను. గొన్న కళాశాల సెక్రెటరీ గొన్న హేమ్‌చంద్ నాయుడు మాట్లాడుతూ కళాశాలలో వచ్చే ప్రతి ఒక్క అవకాశాన్ని విద్యార్థులు తప్పక వినియోగించుకొని వారి జీవితంలో అభివృద్ధి చెందాలని తెలియజేశారు. ఎంపికైన విద్యార్థులకు అభినందనలు తెలిపారు. విద్యార్థులు తమ జీవితాలలో ఉన్నత శిఖరాలను అందుకోవాలని యాజమాన్యం కోరుకుంటుంది అని తెలిపారు.

విశాఖ సమాచారమ్

శుక్రవారం 05-04-2024

"వైకుంఠపాళి" - కొంచెం పెద్దదే, కానీ "పరిణితే జీవితం తెలుస్తుంది."

తెలుగు తోటలో పండిన విక్రమకేళి - వైకుంఠపాళి

కేవలం నాలుగు గవ్వలతో మూడో నాలుగో చింత పిక్కలతో (అడేళ్ళు సంఖ్యను బట్టి) జీవితాన్ని అస్వాదించగలిగే, అనుభవించగలిగే, ఎదిరించగలిగే ధైర్యాన్ని, స్థైర్యాన్ని ఇచ్చే ఈ ఆట తెలుగు వారి సృష్టి. తెలుగు సంస్కృతిలో పుక్కాయేష్టి.

ఇందులో 11 వరుసలుంటాయి. ఒక్కో వరుసలో 11 గడులుంటాయి. మొత్తం 121 గడుల పూర్తయ్యాక 11 గడులలో "పరమపదసోపానపటము" అక్షరాలు రాసి ఉంటాయి. ఆ పైన "ధరసింహాసనమైనభంబు గొడుగై తద్దేవత భృతులై సిరిభార్యా మణిమై" అన్నట్లుగా పరిమండి దివ్య పురుషుల మధ్యలో శ్రీ మహావిష్ణువు కొలువై ఉంటాడు. చివరకు చేరుకోవల్సిన స్థానం అది. అక్కడకు చేరుకొనే వరకు (జీవిత మనే) ఆట ఆడుతూ ఉండవలసిందే. ఎలోగా ఒకటి నుంచి 121 వరకు ఎక్కుతూ దిగుతునే ఉంటాం. పడుతూ లేస్తూనే ఉంటాం. అంటే పరమపదాన్ని చేరుకునే వరకు ఈ జనన మరణ సంసార చక్రంలో పడుతూ లేస్తూ ఉండటం తప్పదని హెచ్చరిక.

పడకొండు అంటే సంస్కృతంలో ఏకాదశి. ఏకాదశివ్రతం భారతీయులందరికీ ఆచరణీయం. ఏకాదశి మహా పర్వదినం. ఆ రోజు ఉపవాసం, జాగరణ, దైవస్మరణం అనే మూడూ తప్పని సరి. అలా 11 ఏళ్ళు వరుసగా ఏకాదశి వ్రతం చేస్తే పరమపదం చేరుకోవచ్చునేది పురాణ కథనం. అయితే ఇదంతా ఆధ్యాత్మికం.

గెలుపోటములు మానసికానుభూతులు. పరమపదం చేరుకోవడం ఆధ్యాత్మిక పరమార్థం. ఇదొక రకంగా అరచేతిలో వైకుంఠం. ఇందులో గొప్ప వ్యక్తిత్వ వికాస సూత్రాలున్నాయి. నీ ఉన్నతి నీ చేతిలోనే ఉందని చెప్పడం. గవ్వలతో గెలవగలనని జీవితం కోసం 'రిస్క్' పెట్టుకోవడ్డని ఉపదేశం.

ఇందులో చాలా గళ్ళలో ఏదో ఒక బొమ్మ, దానికో పేరు ఖచ్చితంగా ఉంటాయి. కొన్ని గళ్ళు అడ్డంగా దాటేస్తూ నిచ్చెనలు ఉంటిస్తాయి. కొన్ని గళ్ళు అమాంతం దించేస్తూ ఉంటాయి. అంతలో ఉత్సాహం అంతలోనే నిరుత్సాహం. అంతిమంగా ద్వంద్వాతీతమైన పరమశాంతి. ఇదీ ఆట నడిచేతీరు.

ఈ ఆటలో పాములు, నిచ్చెనల గడుల్లోని నీళ్లను నిశితంగా పరిశీలిస్తే అద్భుత రహస్యాలు కనిపిస్తాయి. ఉదాహరణకు 75వ గడిలో ఒక పాము తల దగ్గర కర్కోటకుడు అని రాసి ఉంటుంది. దాని తోక 10వ గడిలోకి పాకుతుంది. అక్కడ పంది బొమ్మ ఉంటుంది. పాము కరవడం వల్ల కిందికి రావడం అనేది పైకి కనిపించే విషయం. జీవితంలో కర్కోటకంగా వ్యవహరిస్తే వచ్చే జన్మలో పందివుడతావనేది ఆధ్యాత్మిక హెచ్చరిక. పందిలా హీనంగా చూస్తారనేది వ్యక్తిత్వ పాఠం.

అలాగే 55వ గడిలో ఒక పాము తల ఉండి దుర్యోధనుడు అని రాసి ఉంటుంది. దాని తోక 12 వ గడిలోకి పాకుతుంది. 43 గడులు కిందికి జారిపోవడం పైకి కనిపించే ఓటమి. దుర్యోధనుడు అహంకారు ప్రతిరూపం. దాని వల్లే కురు వంశ క్షయం. అలానే మనమూ అహంపడితే జీవితం నరకప్రాయమవుతుందని, సుఖ శాంతులు నశిస్తాయని హెచ్చరిక.

పాములు అమరిక ఇంత అర్థవంతంగా ఉండే నిచ్చెనల ఏర్పాటు మరింత పరమార్థ బోధకంగా ఉంటుంది. 63వ గడిలో ఒక నిచ్చెన అడుగు భాగం ఉంటుంది. అక్కడ భక్తి అని రాసి ఉంటుంది. ఒక భక్తుని బొమ్మ ఉంటుంది. దాని కొస 83వ గడి వరకూ సాగుతుంది. అక్కడ బ్రహ్మలోకం అని రాసి ఉంటుంది. బ్రహ్మదేవుని చిత్రం ఉంటుంది. భక్తిగా ఉండటమే బ్రహ్మలోకానికి చేరే ఉపాయమన్నది పరమైతే ఏ పనైనా దాని మీద భక్తితో చేస్తేనే మంచి ఫలితాలొస్తాయన్నది ఇహం.

అలాగే 65వ గడిలో ఒక నిచ్చెన మొదలు ఉంటుంది. అక్కడ చిత్తశుద్ధి అని ఉంటుంది. దాని కొస 105వ గడిలో ఉంటుంది. అక్కడ మహాలోకం అని ఉంటుంది. మొత్తం వైకుంఠపాళిలో ఇదే పెద్ద నిచ్చెన. 40 గడులు అమాంతం ఎగబాకవచ్చు. ఇదంతా పైకి ఆశ పెద్దే విధానం. చిత్తశుద్ధి ఉంటే మహాలోకాలు నిశ్చేసం ఎరుచుచూస్తూ ఉంటాయని అంతరార్థం. లోకంలో మహనుభావుడిగా కీర్తిపొందుతారని విశేషార్థం. ఏ చిత్తశుద్ధి కొరవడటం వల్ల ఇవాల దేశం అవినితి ఊబిలో కూరుకుపోయిందో అటువంటి చిత్తశుద్ధి ప్రాధాన్యాన్ని చిన్నతనంలోనే పిల్లలకు ఆటల రూపంలో నేర్పిన ఏకైక జాతి మన తెలుగుజాతి.

ఇంత గొప్ప విషయాన్ని చెబుతూనే చెంతనే పొంచి ఉన్న ముప్పును గుర్తించి జాగ్రత్త పడమనడం ఈ ఆట ప్రత్యేకత. సాధారణంగా 105వ గడి వరకు రాగానే ఆటగాడికి కొంచెం గర్వం వస్తుంది. ఇంక 16 గడులు దాటితే పండితాయిసట్టే కదా అనుకుంటాడు. అక్కడే ఎదురవుతుంది పెద్ద ప్రమాదం. 106వ గడిలో అరుకాసుడు అనే అతి పెద్ద సర్పం ఉంటుంది. దాని నోట్లో పడితే అమాంతం కిందికి జారి మొదటి గడిలోకి అంటే కోలిలోకి వచ్చి పడతాడు. అంటే ప్రముఖుణ్ణి (సెలబ్రిటీ) అయ్యాను కదా అని గర్వించి ఒక్క పొరపాటు (ఒకటి వెయ్యడం) చేసినా మళ్ళీ ఆట మొదటికి రావడం ఖాయం అని హెచ్చరించడం అన్నమాట. పైగా వైకుంఠపాళి పరిభాషలో ఒకటిని గుడ్డి అంటారు. అంటే ఎంత పెద్ద స్థానంలో ఉన్నా గర్వించి ఒక్క గుడ్డి పనిచేసినా మళ్ళీ కిందకి జారిపోవడం తప్పదని చెప్పడం.

ఇంత జరిగినా ఆట మానకూడని పరిస్థితి ఇందులో విచిత్రమైన విషయం. ఒకడు పెద్దపాము నోట్లో పడినా ఇంకొకడు ఇంకా పడలేదు కాబట్టి అతను ఇతన్ని ఆడమని ప్రోత్సహిస్తాడు. ప్రత్యర్థిని సైతం బాగా ఆడమని ప్రోత్సహించే ఏకైక క్రీడ బహుశా వైకుంఠపాళీయే నేమో!

ఇంతకీ చివరిదైనా చిన్నది కాని విషయం మరొకటుంది. చివర 121వ గడిలో కూడా ఒక పాము ఉంటుంది. దానిపేరు అహంకారం. దానితోళ 99 వ గడిలోకి ఉంటుంది. అంటే 106లో అరుకాసుణ్ణి దాటినా, 115లో వైకుంఠంలో ప్రవేశించినా, 117లో కైలాసంలో దివ్యసుభూతి పొందినా చివరలో 121లో అహంకారానికి లోనయితే తిరిగి రాక్షస జన్మ తప్పదు అని హెచ్చరిక. బ్రహ్మరుద్రాది దేవతల్ని తపస్సులతో ప్రసన్నం చేసుకొని మహాభోగాలు అనుభవించి లోకాలన్నీ జయించిన హిరణ్యకశిపు, రావణాసురాది వీరులు చివరకు రాక్షసులై దుర్మరణం పాలుకావడానికి ఈ అహంకారమే కారణం కదా!

అంతిమంగా అహంకారం, మమకారం అనే రెండిటినీ జయించినవాడే పరమపదం చేరుకోగలడని సారాంశం.

జీవితమే ఒక వైకుంఠపాళి
నిజం తెలుసుకో భాయి!
ఎగిరేసే నిచ్చెనలే కాదు
పడదోసే పాములు ఉంటాయి
చిరునవ్వులతో విషవలయాలను
చేదించి ముందుకు పోవాలి.

ఈ చలనచిత్రగీతం ఒక ప్రాచీన శ్లోకంలా, ఒక ప్రబంధ పద్యంలా, ఒక భావకవితలా, ఒక అభ్యుదయ గేయంలా ఎప్పుడూ తెలుగువారి చెవుల్లో మారుమోగుతూ గెలుపుకోసం వెన్ను తరుతూనే ఉంటుంది.

ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే
మెజిలియర్స్ సరఫరా
సంచార నెం. 30245338, తేదీ. 01.04.2024
మిగిలినవి 1 IN 8.5 60 KG వెల్డెబుల్ CMS జంగ్ (T-6441). తగిన్ చేయవలసిన: TPI ఎబస్క్, పరిమాణం: 11 సిట్స్.
సూచన: మెజిలియర్ 60 రోజులు లోగా సప్లయి చేయాలి.
సంచారం తెలపిన నేటి మధ్యలో సమయం 29.04.2024కు 1500 గంటలు.
పూర్తి వివరాలు టెండరు పోటు వెబ్సైట్లో www.ireps.gov.in
సీనియర్ డివిజనల్ మెకానికల్ ఇంజినీర్, వాల్తేరు
PR-4/P/24-25

ప్రభుత్వ ఖజానాలో డబ్బులు లేనందున పెన్షన్లు ఆపేశారు

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం నియోజకవర్గం టీడీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కే ఎస్ ఎస్ ఎస్ రాజు మాట్లాడుతూ అప్పట్లో తాతల పెన్షన్ల పై వైసీపి ప్రభుత్వం రాజకీయ కుట్ర చేస్తోంది. ప్రభుత్వ ఖజానాలో డబ్బులు లేనందున పెన్షన్లు ఆపేశారు. వాటిని ఎత్తిచూపుతున్న ప్రతిపక్షాల మీద బురదజల్లే ప్రయత్నం చేస్తుంది అని గురువారం అన్నారు. ఇప్పటికైనా సంబంధించిన అధికారులు సచి వాలయ ఉద్యోగస్తులతో ఇంట్ల వద్దకే పింఛన్ డబ్బులు పంపించి అందజేయాలని డిమాండ్ చేయడం జరిగింది.

ఫ్యాన్ గుర్తు పై ఓటు వేసి జగనన్నను ఆశీర్వదించండి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజలు అందరికీ మేలు చేసే మన జగనన్న ప్రభుత్వం మళ్లీ రావాలంటే, వివక్షకు తావు లేకుండా మధ్యవర్తులు దళారులకు అవకాశం లేకుండా నేరుగా ప్రజల వద్దకే సంక్షేమ పథకాలు అందించే ప్రజా ప్రభుత్వం మన వైసిపి ప్రభుత్వం మళ్లీ రావాలని ప్రజలు అంతా కోరుకుంటూ తప్పక ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి జగనన్నను ఆశీర్వదించాలని కోరుతూ పార్వతీపురం పురపాలక సంఘం 26వ వార్డులో గడప గడపకు వెళ్లి ఎన్నికల ప్రచారం చేపట్టిన ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు వార్డు ప్రజల ఆశీర్వాదములు తీసుకుంటూ ముందుకు సాగారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యేల పాటు పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షులు కొండపల్లి బాలకృష్ణ పార్టీ ఫ్లోర్ లీడర్ మంత్రి రవికుమార్, వైస్ చైర్మన్ యిండపూరు గున్నేశ్వరరావు, స్థానిక వార్డు కన్వీనర్ రెడ్డి మాధవి, రవికుమార్, జెనిఎస్ కన్వీనర్ గొల్లి మాధవరావు, కౌన్సిలర్ సభ్యులు మజ్జి శశికర్, కోరాడ శ్రీనివాసరావు (నాని), సువ్వాడ లావణ్య, రణభేరి చిన్నం నాయుడు, నిమ్మకాయల సుధీర్ కుమార్, ఎడ్ల శ్రీనాథ, బొట్ల ఆనంద్, జే దివ్య, స్టేట్ డైరెక్టర్లు మజ్జ నాగమణి, చెవిటి వెంకటరమణ, సీనియర్ నాయకులు ఎస్వీఎస్ఎస్ రెడ్డి, మజ్జి సన్యాసి నాయుడు, బత్తుల శ్రీనివాసరావు, నచివాలయం కన్వీనర్లు అల్లి విజయలక్ష్మి, జి గాయత్రి, బత్తుల నాగేష్, ఎస్ చంద్ర, బి సామల లలిత, కోమటి వెను కుమారి, గోళ్ళ పద్మజ, మరడాన తవిటి నాయుడు, చందాన అనంద్, బొంగు సురేష్, సువ్వాడ శ్రీనివాసరావు, నాగరాజు, యేజ్జవరపు పాలి నాయుడు, జగన్నాధం టెంపుల్ చైర్మన్ పాలవలస శ్రీనివాసరావు, జిల్లా ఎస్సి సెల్ అధ్యక్షులు ఎస్ శ్రీనివాసరావు, పిఎసిఎస్ చైర్మన్ తీల్లు సివన్నాయుడు, స్థానిక నాయకులు, కార్యకర్తలు, గృహ సారథులు, స్థానిక ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

త్రాగునీటి ప్రత్యేక సెల్ మొబైల్ నెంబరు సవరణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వేసవికాలం దృష్ట్యా, మహా విశాఖపట్నం నగర పాలక సంస్థ పరిధిలో కలుగు పలు త్రాగునీటి సమస్యల కొరకు ప్రజా సౌకర్యార్థమై, త్రాగునీటి సమస్యల పరిష్కారానికి టి.ఎన్.ఆర్. కాంప్లెక్స్ నీటి సరఫరా విభాగంలో ఇప్పటికే ప్రత్యే సెల్‌ను ఏర్పాటు చేయగా, అందు ఏర్పాటు చేసిన మొబైల్ నెంబరును సవరించడమైనదని జివిఎంసి కమిషనర్ సి.ఎం.సాయికాంత్ వర్మ గురువారం పత్రికా ప్రకటన ద్వారా తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా, నగరంలో త్రాగునీటి సరఫరాలో కలుగు పలు అంతరాయాలు/ ఇబ్బందులు, పైప్ లైన్ల లీకులు, బోర్ వెల్ మరమ్మతులు మొదలైన త్రాగునీటికి సంబంధించిన సమస్యలను పరిష్కారం కొరకు తెలిపిన మొబైల్ నంబరు - 9154109160ను అనివార్య కారణముల వలన సవరిస్తూ, దానికి బదులుగా 9154109610 మొబైల్ ఫోను నెంబరుకు ఉదయం 6 గంటల నుండి రాత్రి 10 గంటల వరకు, 24 గంటలు పని చేయు ల్యాండ్ లైన్ ఫోన్ నంబర్ 0891-2746672 కు ఫోన్ ద్వారా సంప్రదించవచ్చునన్నారు.

కావున, త్రాగునీటి సమస్యల ఫిర్యాదుల కొరకు ద్వారకానగర్, టిఎన్ఆర్‌లో గల నీటి సరఫరా విభాగములో ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక సెల్ నందు సంప్రదించవచ్చునని, ఈ అవకాశాన్ని నగర ప్రజలు వినియోగించుకో వలసినదిగా కమిషనర్ తెలియజేశారు.

కంట్రోల్‌రూం పాత్ర చాలా కీలకమైనది - నివాస్

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో ఎన్నికల కోడ్ అమలు పర్యవేక్షణలో కంట్రోల్ రూమ్ పాత్ర చాలా చాలా కీలకమైనదని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, కలెక్టర్ జే. నివాస్ పేర్కొన్నారు.

కలెక్టరేట్ స్పందన కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన సాధారణ ఎన్నికలు-2024 కంట్రోల్ రూమును గురువారం జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, కలెక్టర్ జే.నివాస్. రెవిన్యూ, ఎన్నికలు ఇతర అధికారులతో కలిసి పరిశీలించారు. రాష్ట్ర, జిల్లా సరిహద్దుల వద్ద ఏర్పాటుచేసిన చెక్ పోస్టులు వెబ్ కాస్టింగ్, వివిధ మీడియా ఛానల్స్‌లో ప్రసారమవుతున్న వార్తాంశాల పర్యవేక్షణబీ సువిధ కౌంటర్ ద్వారా రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు ఇప్పటివరకు పొందిన అనుమతుల వాటి వివరాలు రిజిస్టర్లను తనిఖీ చేసి వివరాలను ఆరా తీశారు. అదేవిధంగా హెల్ప్ డెస్క్ ద్వారా ఓటర్లకు అందించే సదుపాయాలు, 1950 కాల్ సెంటర్ పనితీరు ఓటర్ జాబితాలో ఓటర్ వివరాలుబీ సీ-విజిల్ కౌంటర్ స్ట్రేయింగ్ స్క్వాడ్ (ఎఫ్ఎస్టీ) బృందాల పనితిరు, ఎఫ్ఎస్టీ వెహికల్ జీపీఎస్ మోనటరింగ్ పంటి అంశాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి అధికారులను వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ జే.నివాస్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో ఎన్నికల విధానాన్ని పర్యవేక్షణ చేసే నిమిత్తం జిల్లా యంత్రాంగం ఆద్వర్యంలో కంట్రోల్ రూము ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. ప్రధానంగా జిల్లాలో ఎన్నికల అమలు తీరును తెలుసుకోవడంలో కంట్రోల్ రూమ్ పాత్ర చాలా చాలా కీలకమైనదని ఆయన తెలిపారు. మీడియా న్యూస్ ఛానెల్స్, సోషల్ మీడియాలో వచ్చిన వార్తలను నిరంతరం పరిశీలించి జిల్లాకు సంబంధించిన అంశాలను ముందుగానే గుర్తించి అధికార యంత్రంగాన్ని, రిటర్నింగ్ అధికారులను అప్రమత్తం చేయడం జరుగుతుందన్నారు. సోషల్ మీడియాలో నిత్యం ప్రసారమయ్యే వివిధ వార్తాంశాలను సక్రమంగా పర్యవేక్షించాలని సమాచార శాఖ అధికారులకు సూచించారు. అదేవిధంగా రాష్ట్ర సరిహద్దులు జిల్లా సరిహద్దుల్లోని చెక్ పోస్ట్‌ల వద్ద జరుగుతున్న తనిఖీని పరిశీలించేందుకు వెబ్ కాస్టింగ్ ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. ఓటర్ల జాబితాపై ప్రజలకు సదుపాయం కల్పించే లక్ష్యంతో తమ ఓటు ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకోవడానికి హెల్ప్ డెస్క్‌తో పాటు టోల్ ఫ్రీ నెంబర్-1950 కాల్ సెంటర్‌ను కూడా ఏర్పాటు చేసినట్లు కలెక్టర్ వివరించారు. ఎన్నికల ప్రక్రియలో రాజకీయ పార్టీల అభ్యర్థులు వివిధ ప్రచారాలకు అవసరమైన అనుమతు ఇచ్చేందుకు సువిధ కౌంటర్‌ను ఏర్పాటు చేశామన్నారు. అభ్యర్థులు నేరుగా దరఖాస్తు చేసుకుంటే ఆన్‌లైన్‌లో వెంటనే అనుమతులు మంజూరు చేయడం జరుగుతుందన్నారు. జిల్లాలో ఎన్నికల జరిగే క్రమంలో వచ్చిన ఫిర్యాదులు పరిశీలించడానికి సీ విజిల్ కౌంటర్ ను ఏర్పాటు చేసినట్లు ఆయన వెల్లడించారు. ఈ కౌంటర్ ద్వారా అందిన ఫిర్యాదులను ఫ్లేయింగ్ స్క్వాడ్ బృందాలకు సమాచారం అందించి వెంటనే చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని కలెక్టర్ జే.నివాస్ తెలిపారు.

ఈ పరిశీలనలో జిల్లా కలెక్టర్ వెంట జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి డా.డి.తిప్పే నాయక్, హౌసింగ్ పీడీ ఎస్వీపీ సత్యనారాయణ, కంట్రోల్ రూము ఇన్చార్జి డిప్యూటీ కలెక్టర్ డీ.భారతి, సమాచార శాఖ డీడీ డీ.నాగార్జున, అసిస్టెంట్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ సీ. బాబురావు, ఐటీ వింగ్ విభాగం అధికారి చంద్రశేఖర్, ఎసిఎస్ ఎన్నికల డీటీ ఎం జగన్నాథం ఇతర అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాత్తిపాలెంలో పరదేశమ్మ విగ్రహ ప్రతిష్ఠా మహోత్సవం

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): మున్సిపాలిటీ పరిధిలో కొత్తపాలెం గ్రామంలో గురువారం నాడు నూతనంగా నిర్మించిన ఆలయంలో గ్రామ పురోహితులు వినయ్ శర్మ వేద మంత్రాల నడుమ అత్యంత ఆధ్యాత్మికతో, భక్తి శ్రద్ధలతో ప్రత్యేక పూజలు చేసి పరదేశమ్మవారి విగ్రహ ప్రతిష్ఠా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. అనంతరం గ్రామస్తులు అమ్మవారిని దర్శించుకొని పసుపు, కుంకుమ, చీర, రవికలు సమర్పించి తమ మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. స్వర్గీయ రాపేటి గోవిందు జ్ఞాపకార్థం తన కుమారుడు రేపటి జగ్గారావు, గ్రామస్తుల సహకారంతో ఈ గుడి నిర్మాణం జరగ్గా, ప్రతి ఏడాది ఇదే సమయంలో పండగ జరిపించేందుకు పెద్దలు నిర్ణయించారు. ఈ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో గ్రామ కౌన్సిలర్ రాపేటి సంతోష్, గ్రామ పెద్దలు ఆడారి భాస్కర్, ఆడారి అప్పారావు, రాపేటి పైడియ్య నాయుడు, రావటి చంద్రరావు, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

అభివృద్ధికి ఆనవాళ్లు ఎమ్మెల్యే జోగారావు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఫ్యాన్ గుర్తుపై తమ అమూల్యమైన ఓటు ముద్రను వేసి జగనన్నకు మళ్ళీ ఒక అవకాశం ఇచ్చి ముఖ్యమంత్రిగా గెలిపించుకోవాలని కోరుతూ నేడు పార్వతీపురం మండలం, సంగంవలస గ్రామ ప్రజలను వరుసగా 2వ రోజున వారి ఇంటి ఇంటికి వెళ్ళి కలుసుకుని అభ్యర్థించిన స్థానిక శాసనసభ్యులు అలజంగి జోగారావు ప్రజల కష్ట సుఖాలు అడిగి తెలుసుకుని తప్పక ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి జగనన్న ముఖ్యమంత్రిగా దీవించాలి అని కోరుకున్నారు. తమకి ఎంత గానో మేలు చేసిన జగనన్న ప్రభుత్వానికి కాకపోతే మేము ఇంకెవరికి మద్దతు ఇస్తామంటూ, తమని సొంత కుటుంబంలా చూసుకున్న జగనన్న, జోగారావు కే మళ్ళీ తమ మద్దతు అని ప్రజలు అంతా ఎమ్మెల్యే జోగారావుని దీవిస్తూ ఆశీర్వదించడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు, స్థానిక ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బార్ అసోసియేషన్ సభ్యులను కలిసిన కొణతాల

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని న్యాయస్థానాల సముదాయంలో జరిగిన అనకాపల్లి బార్ అసోసియేషన్ సభ్యుల సమావేశంలో మాజి మంత్రి పర్యటన ఉమ్మడి అసెంబ్లీ అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ, మాజి శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ, సీఎం రిత్విక్ పాల్గొన్నారు. ఈ సంధర్భంగా గాజు గ్లాసు గుర్తుపై ఓటు వేసి ఉమ్మడి అసెంబ్లీ అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణని, కమలం పువ్వు గుర్తుపై ఓటు వేసి ఉమ్మడి పార్లమెంటు అభ్యర్థి సీఎం రమేష్‌ని గెలిపించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో అనకాపల్లి బార్ అసోసియేషన్ గౌరవ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

ఈ ఫుడ్ కాంబినేషన్స్ తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి హానికరం

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. సాధారణంగా, ప్రజలు ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి అనేక రకాల ఆరోగ్యకరమైన ఆహార పదార్థాలను వారి ఆహారంలో భాగంగా చేసుకుంటారు. అయితే మీరు ఈ ఆహారాలను ఎలా తింటారు అనేది కూడా అంతే ముఖ్యం. నిజానికి, చాలా సార్లు మనం కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన ఆహార పదార్థాలను కలిసి తీసుకుంటాం.

అయితే, ఈ ఆహార కలయికల కారణంగా, ఆరోగ్యం ప్రయోజనాలకు బదులుగా నష్టాన్ని చవిచూడవచ్చు. కాబట్టి, ఈరోజు ఈ ఆర్టికల్‌లో మనం ఆరోగ్యానికి మంచివిగా భావించిన కొన్ని ఆహార కలయికల గురించి మీకు ఇక్కడ తెలియజేస్తున్నాము

భోజనంతో పండు తినడం: కొంతమంది తమ భోజనంతో పాటు పండ్లను తినడానికి ఇష్టపడతారు లేదా పండ్లను జ్యూస్ చేసి, దానితో ఒక గ్లాసు జ్యూస్ తాగుతారు. అయితే, భోజనంతో పాటు పండ్లు తినడం ఎప్పుడూ మంచిది కాదు. ఇది మీ జీర్ణవ్యవస్థకు హాని కలిగిస్తుంది. ఇది భోజనం యొక్క జీర్ణక్రియ మరియు దానిలోని పోషకాలను గ్రహించడంలో కూడా సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

చీజ్ ఫుడ్‌తో కూడిన శీతల పానీయాలు తాగడం: జున్ను పిజ్జాతో పాటు శీతల పానీయాలు తాగడం చాలా మందికి అలవాటు. ఇది చాలా సాధారణమైన ఫుడ్ కాంబినేషన్, అయితే ఇది ఆరోగ్యానికి విమాత్రం మంచిది కాదని మీకు తెలుసా. ఇలా చేయడం వల్ల కడుపు ఉబ్బరం, కడుపునొప్పి, నిద్రలేమి వంటి సమస్యలు వస్తాయి.

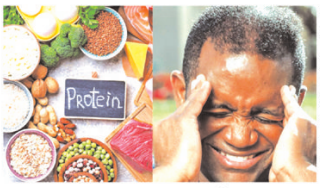
గుడ్డతో వేయించిన మాంసాన్ని తినవద్దు: మీరు మాంసాహారులైతే, మీరు తరచుగా వేయించిన మాంసంతో గుడ్డు తినడానికి ఇష్టపడతారు. ఇది ఖచ్చితంగా క్లాసిక్ బ్రేక్ ఫాస్ట్ కాంబో, కానీ ఇది మీ జీర్ణక్రియపై ప్రభావం చూపుతుంది. గుడ్డతో బేకన్ వంట వేయించిన మాంసాలు ప్రోటీన్‌తో నిండిన కాంబో. దీని కారణంగా మీ జీర్ణవ్యవస్థ మరింత కష్టపడాల్సి రావచ్చు మరియు మీ కడుపు ఉబ్బినట్లు అనిపించవచ్చు. అందువల్ల, ఈ రెండు ఆహారాలను ఒకదానిని తాజా పండ్లు లేదా కూరగాయలతో భర్తీ చేయడానికి ప్రయత్నించండి.

ఆహారంతో పాటు నీరు త్రాగవద్దు: ఆహారంతో పాటు నీటిని తీసుకోవడం చాలా సాధారణం. బహుశా మీరు మీ భోజనంతో పాటు నీటిని కూడా తీసుకుంటారు. కానీ ఇది చాలా చెడ్డ కలయిక. నిజానికి, నీరు కడుపులోని ఆమ్లాన్ని పలుచన చేస్తుంది. మీరు తిన్న ఆహారం జీర్ణం కావడానికి ఈ ఆమ్లాలు అవసరం. కానీ ఈ ఆమ్లాలు పలచబడినప్పుడు, మీ కడుపు ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడం చాలా కష్టమవుతుంది.

ఫ్రైస్‌తో బర్గర్ తినకూడదు: మీరు బయట తిన్నప్పుడు, మీరు తరచుగా ఫ్రైస్ మరియు బర్గర్ కలిపి ఆర్డర్ చేస్తారు. పాపులర్ కూడా ఫ్రైస్, బర్గర్‌లు కలిపి పడ్డిస్తారు. అయితే, వాటిని కలిసి తినడం మానుకోండి. నిజానికి, ఫ్రైస్ మరియు బర్గర్ ప్యాటీలు రెండూ డీప్ ఫ్రైడ్‌గా ఉంటాయి. కాబట్టి వాటిని కలిపి తింటే, అవి మీ బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్‌ను బాగా తగ్గిస్తాయి. తక్కువ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు మిమ్మల్ని అలసిపోయేలా చేస్తాయి.

అరటిపండు, పాలు కలిపి తీసుకోకూడదు: నిజానికి, అరటిపండు మరియు పాలు రెండూ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. కానీ ఈ రెండు ఆహారాలు కలిపి తింటే బరువు సమస్య వస్తుంది. మీరు మరింత నీరసంగా కూడా అనిపించవచ్చు. బహుశా మీరు అరటిపండు స్మూతీని తయారు చేయడం మరియు తాగడం ఇష్టపడవచ్చు. కానీ మీరు అరటిపండు మరియు పాలను కలిపి స్మూతీ లేదా షేక్ రూపంలో తినాలనుకున్నప్పుడు, మీరు అందులో పచ్చి ఏలకులు, దాల్చిన చెక్క పొడి లేదా జాజికాయ పొడిని తప్పనిసరిగా కలపాలి.

ప్రోటీన్‌లు అధికంగా తీసుకోకూడదు



ప్రస్తుతం కాలంలో ఆకర్షణీయంగా కనిపించేందుకు గాను శరీర ఆకృతిని మార్చుకుంటున్నారు. దీని కోసం ప్రతి ఒక్కరూ స్లిమ్‌గా, ఫిట్‌గా ఉండుకోవడానికి వివిధ రకాల ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. అయితే ఇలాంటి క్రమంలో బరువు తగ్గడం కోసం గంటల తరబడి వ్యాయామం కూడా చేస్తారు. గంటల పాటు వ్యాయామం చేయటానికి ప్రొటీన్ కలిగిన ఆహార పదార్థాలను కూడా ఎక్కువగా తీసుకుంటారు.

ప్రొటీన్ తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కువ సమయం వరకు ఆకలి వేయదు. అంతేగాకుండా ప్రొటీన్ శరీరంలోని కణాలను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. వీటితో పాటుగా చర్మానికి మరియు జుట్టుకి కూడా ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. ప్రొటీన్ శరీరానికి ఎంతో మంచి సూక్ష్మ పోషకం. కానీ ఏదైనా ఎక్కువ మోతాదులో తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి నష్టాన్ని కలిగిస్తుంది. ప్రొటీన్స్ అతిగా తీసుకుంటే వివిధ రకాల ఆనారోగ్య సమస్యలు కూడా వచ్చే అవకాశాలున్నాయి. దీనిని ప్రొటీన్ పాయిజనింగ్ అంటారు.

డైట్‌లో ఎంత మొత్తంలో ప్రొటీన్ ఉండాలి?

నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం మన శరీరంలోని ప్రతి కిలోగ్రాములో 1 గ్రామ్ ప్రొటీన్ ఉండాలి. అంతేకాకుండా శరీరంలో పిండి పదార్థాలు, కొవ్వు పరిమాణం కూడా సరైన స్థాయిలో ఉండాలి. ప్రొటీన్లు అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల ప్రొటీన్ పాయిజనింగ్ అయ్యే అవకాశాలున్నాయి.

బరువు పెరగటం: ప్రస్తుతం చాలా మంది బరువు పెరుగుదలతో బాధపడుతున్నారు. దీని వల్ల తీవ్రంగా అనారోగ్య సమస్యలకు గురవుతున్నారు. ప్రొటీన్లు అధికంగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల ఈ సమస్యలు కలిగే అవకాశాలున్నాయని నిపుణులు తెలుపుతున్నారు.

డీహైడ్రేషన్ డైట్‌లో కావాల్సిన దాని కన్నా ఎక్కువగా ప్రొటీన్ తీసుకోవడం వల్ల డీహైడ్రేషన్ సమస్య కలిగే అవకాశం ఉంది. ప్రొటీన్ జీర్ణం అవ్వడానికి శరీరానికి నీటి అవసరం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది శరీరం నుండి యూరిన్ రూపంలో బయటకు వస్తుంది. అంతేకాకుండా శరీరం నుండి నీరు కూడా ఎక్కువ పరిమాణంలో బయటకు వస్తుంది. దీని వల్ల శరీరంలో నీటి కొరత ఏర్పడుతుంది.

డిప్రెషన్ ఆహారంలో ఎక్కువగా ప్రొటీన్ తీసుకోవడం మరియు తక్కువగా కార్బోహైడ్రేట్‌లను తీసుకోవడం ద్వారా టెన్షన్, ఆందోళన, డిప్రెషన్ మరియు నెగటివ్ భావనలు వంటి సమస్యలు కలిగే అవకాశం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో ఒత్తిడి హార్మోనులను పెంచి డిప్రెషన్‌కి కారణం అవుతుంది.

రోజూ ఈ నీళ్లు తాగితే కేవలం 5 వారాల్లో 5 కిలోల బరువు తగ్గడం ఖాయం

స్థూలకాయం అతి పెద్ద సమస్య. స్థూలకాయం సమస్యను వెంటనే పరిష్కరించకపోతే ఇతర అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతాయి. అయితే ఆయుర్వేద శాస్త్రంలో కొన్ని చిట్కాలు పాటించడం ద్వారా ఈ సమస్యను అధిగమించవచ్చు.

ప్రతి భారతీయుడి ఇంట్లో తప్పకుండా లభించే పదార్థం జీలకర్ర. జీలకర్రలో కేవలం ఆరోగ్యపరమైన ప్రయోజనాలే కాకుండా అధిక బరువు సమస్యను పోగొట్టేందుకు అద్భుతంగా ఉపయోగ పడుతుంది. జీలకర్ర నీళ్ల బరువు తగ్గించే ప్రక్రియకు ఉపయోగపడతాయి. పొట్ట, నడుము చుట్టూ ఉండే కొవ్వు సులభంగా కరిగిపోతుంది. వాస్తవానికి బరువు తగ్గించుకోవాలని చాలామందికి ఉంటుంది కానీ సరైన పద్ధతులు తెలియక ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.

రోజూ రాత్రి సమయంలో ఒక టీ స్పూన్ జీలకర్రను నానబెట్టి ఉదయం పరగడుపున ఆ నీటిని సేవించాలి. ఇలా చేయడం వల్ల మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి. చర్మం నిగనిగలాడు తుంటుంది. జీలకర్ర నీళ్లు రోజూ తాగడం వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ మెరుగు పడుతుంది. మనం తినే ఆహారం ద్వారా పేరుకుపోయే కొవ్వు పదార్థాలు పూర్తిగా తొలగిపోతాయి. ముఖ్యంగా శరీరంలో ఉండే విష పదార్థాలు పూర్తిగా తొలగిపోతాయి. లివర్ పూర్తి ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

జీలకర్రలోని కొన్ని రకాల ఔషధ గుణాల కారణంగా శరీరంలో అన్ని అవయవాలు సక్రమంగా పని చేసేందుకు దోహదమౌతుంది. ముఖ్యంగా ఊపిరితిత్తుల ఆరోగ్యంగా పనిచేస్తాయి. శ్వాస సంబంధ సమస్యలుంటే తొలగిపోతాయి. ఆహారం కాస్తా పేగులో పేరుకుని వివిధ రకాల అనారోగ్య సమస్యకు దారితీస్తుంది. జీలకర్రలో ఫైబర్ పెద్దమొత్తంలో ఉండటం వల్ల కడుపు నిండుగా ఉన్నట్టుంటుంది. దాంతో ఆకలి నియంత్రణలో ఉంటుంది. శరీరంలో చెడు కొవ్వును జీరకర్ర నీళ్ల చాలా సులభంగా కరిగిస్తాయి.

ఇక మరోవైపు మెంతి గింజలు కూడా బరువు తగ్గేందుకు, నడుము, పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు కరిగించేందుకు అద్భుతంగా ఉపయోగపడతాయి. దీనికోసం మెంతి గింజల్ని నీళ్లలో నానబెట్టి ఉదయం తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలుంటాయి.

నోటి పూత సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా?

నోటి పూత అనేది సర్వసాధారణ సమస్య. సమస్యతో ఆరోగ్యానికి ప్రమాదం లేకపోయినప్పటికీ తినడానికి, తాగడానికి కూడా చాలా ఇబ్బందికరంగా ఉంటుంది. కడుపులో వేడి ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల ఈ సమస్య వస్తుంది. అలాగే మితిమీరిన మసాలా ఆహారం, కడుపు నొప్పి, మలబద్ధకం కారణంగా కూడా నోటి పూత తరచుగా సంభవిస్తుంది. కొన్ని సార్లు నోట పుండ్లు హార్మోన్ల అసమతూల్యత, పీరియడ్స్ వంటి ఇతర కారణాల వల్ల సంభవించవచ్చు. అయితే ఈ సమస్యను ఎలా నివారించాలో తెలుసా?

నోటి పూత సమస్యను నయం చేసేందుకు ఆహారంలో మార్పులు అవసరం. ఈ సమయంలో మీరు తేలికగా జీర్ణమయ్యే ఆహారాన్ని తీసుకుంటే కడుపులోని సమస్యలు దూరమవుతాయి. ఫలితంగా సమస్య దూరమైపోతుంది.

చెంచా ధనియాల పొడిని నీటిలో వేసి మరిగించి తాగినా సమస్య నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది. సమస్య ఉన్న సమయంలో రోజుకు 3 సార్లు ఇలా తాగితే చాలు.

తేనెలో యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలు ఉన్నందున ఇది కూడా నోటి అల్సర్లను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. తేనెను నేరుగా నోటి పుండ్లపై పూయవచ్చు.

ఏలకుల పొడిని తేనెతో కలిపి అల్సర్ల మీద రాయడం ద్వారా కూడా తొందరగా ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఏలకుల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉన్నందున మీరు ఇలా రోజుకు రెండు సార్లు చేసినా సరిపోతుంది.

మల్లె మొక్క ఆకులు కూడా నోటి పూత సమస్య నివారణలో సమర్థవంతంగా పనిచేస్తాయి. ఇందు కోసం మల్లె మొక్క ఆకుల రసాన్ని నోటి పుండ్లపై అప్లై చేస్తే సరిపోతుంది.

నోటి పూత నివారణ కోసం వెన్న లేదా నెయ్యిని కూడా ఉపయోగించవచ్చు. నోటి పుండ్లపై వెన్న లేదా నెయ్యిని రోజులో 4 సార్లు రాస్తే సరిపోతుంది.

కొబ్బరి నూనె కూడా నోటి పూత సమస్య నివారణకు చక్కని ఎంపిక. ఇందులోని యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు వాపు, గాయాలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

వీటితో పాటు నిత్యం తీసుకునే ఆహారంలో తాజా కూరగాయలు, పండ్లు కూడా ఉండేలా చూసుకోవాలి. కూరగాయలు, పండ్ల నుంచి లభించే పోషకాలు శరీర ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో పాటు అనేక సమస్యల నివారణలో కీలకంగా పనిచేస్తాయి.

లిప్‌స్టిక్‌తో అందమే కాదు అనారోగ్యం కూడా..

ఆకర్షణీయంగా కనిపించాలని మగువలు ఉపయోగించే కాస్మటిక్స్‌లో లిప్‌స్టిక్ కూడా ఒకటి. అయితే నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ బయోటెక్నాలజీ ఇన్ఫర్మేషన్ వెబ్‌సైట్‌లోని ఓ అధ్యయనం ప్రకారం, లిప్‌స్టిక్‌లో రంగును తయారు చేయడానికి మాంగనీస్, సీసం, కాడ్మియం వంటి రసాయనాలను ఉపయోగిస్తారు. ఇవి ఉన్న లిప్‌స్టిక్ వాడటం వల్ల శరీరంలో అలర్జీ వస్తుంది.

ఆకర్షణీయంగా కనిపించాలని మగువలు ఉపయోగించే కాస్మటిక్స్‌లో లిప్‌స్టిక్ కూడా ఒకటి. అయితే నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ బయోటెక్నాలజీ ఇన్ఫర్మేషన్ వెబ్‌సైట్‌లోని ఓ అధ్యయనం ప్రకారం, లిప్‌స్టిక్‌లో రంగును తయారు చేయడానికి మాంగనీస్, సీసం, కాడ్మియం వంటి రసాయనాలను ఉపయోగిస్తారు. ఇవి ఉన్న లిప్‌స్టిక్ వాడటం వల్ల శరీరంలో అలర్జీ వస్తుంది.

అలాగే లిప్‌స్టిక్ తయారీలో ఉపయోగించే సీసం గర్భధారణకు కూడా ప్రమాదకరం. ఇది గర్భిణీ స్త్రీ, ఆమె పిండానికి హాని కలిగిస్తుంది. లిప్‌స్టిక్ పెదవుల ద్వారా కడుపులోకి చేరి రక్తంలోని సీసం స్థాయిని పెంచుతుంది.

లిప్‌స్టిక్‌లోని కెమికల్స్ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. లిప్‌స్టిక్‌లో కలిపే పెట్రో కెమికల్ వల్ల తెలివితేటలు, పునరుత్పత్తి వ్యవస్థ, శారీర ఎదుగుదలపై చెడు ప్రభావం పడుతుంది.

కాబట్టి లిప్‌స్టిక్‌ను డైరెక్ట్‌గా పెదవులపై వేసుకోకుండా, అంతకు ముందుగానే పెదవులకు కొంచెం కొబ్బరి నూనె అప్లై చేసుకోవాలి. ఆ తరువాతే లిప్‌స్టిక్ పూసుకోవాలి. కొబ్బరి నూనె పెదవులకు నష్టం కలగకుండా రక్షణ కవచంలా సహాయపడుతుంది.

లెమన్ టీ తాగితే ఆరోగ్యానికి భరోసా, ఎందుకో తెలుసా?

లెమన్ టీని తాగడం వల్ల శరీరానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. పలు అనారోగ్య రుగ్మతలను నివారించే శక్తి లెమన్ టీలో వున్నది. ఆ ప్రయోజనాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాము. లెమన్ టీ తాగితే కీడ్నీలో రాళ్లను నివారిస్తుంది. గొంతు నొప్పి, దగ్గుకు ఉపశమనం కావాలంటే లెమన్ టీ తాగితే మంచిది.

రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించే శక్తి లెమన్ టీకి వున్నదని నిపుణులు చెప్తారు. లెమన్ టీ తాగితే అధిగ బరువు తగ్గే అవకాశం వుంది. జీర్ణవ్యవస్థను శుభ్రపరిచేందుకు లెమన్ టీ దోహద పడుతుంది. అతిసారానికి చికిత్సగా ఈ టీని వాడుతారు. ప్రాణాంతక వ్యాధి క్యాన్సర్‌తో పోరాడే శక్తి దీనికి వుంది.

ఖర్జూరాన్ని పాలతో కలిపి తాగితే ఎన్నో ఉపయోగాలు

ఎముకలు స్ట్రాంగ్‌గా ఉండాలంటే కాల్షియం అవసరం. అందుకోసం పాలు తాగాలని చెబుతున్నారు. ఇక వీటితో పాటు ఖర్జూరంలో ఐరన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకుంటే శరీరానికి పోషకాలు అందుతాయి. ఈ రెండూ కలిస్తే ఏర్పడే కొన్ని అణువులు కూడా శరీర ఆరోగ్యంలో మంచి మార్పులను తీసుకొస్తాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కలిగే లాభాలు ఏంటో పూర్తి వివరాలు తెలుసుకోండి.

కీళ్ళ నొప్పులు పాలలో కాల్షియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మీరు ఇందులో ఖర్జూరాన్ని కలిపినప్పుడు బెనిఫిట్స్ పెరుగుతాయి. పాలలో ఖర్జూరాన్ని కలిపితే కీళ్ళ నొప్పులు తగ్గి ఎముకల సాంద్రత పెరుగుతుంది. అదే విధంగా బలం పెరుగుతుంది. వీటితో పాటు సీజనల్ ఇన్ఫెక్షన్స్, వాపు కూడా దూరమవుతాయి.

జ్ఞాపకశక్తికి జ్ఞాపకశక్తిని పెంచడంలో ఖర్జూరం పాలు కూడా ఉన్నాయి. వీటిని తాగడం వల్ల నాడీ వ్యవస్థను ఉత్తేజపరుస్తుంది. బ్రెయిన్ డెవలప్‌మెంట్‌ని పెంచుతుంది. ఓ గ్లాసు పాలలో రెండు ఖర్జూరాలు వేసి రోజూ రాత్రి పడుకునే ముందు పిల్లలకు ఇస్తే జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. ఈ ఖర్జూరంలోని విటమిన్ బి 6 మెదడు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. మళ్ళాంగా ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో రోజుకు చురుగ్గా ఉంటారు.

జీర్ణ సమస్యలకి చెక్ చాలా మందికి జీర్ణ సమస్యలు ఎదురవుతాయి. అలాంటి వారు ప్రతిరోజూ రాత్రి పాలలో ఖర్జూరాన్ని కలిపి తాగితే జీర్ణశక్తి పెరుగుతుంది. ఖర్జూరంలోని ఫైబర్ జీర్ణక్రియని మెరుగ్గా చేసి మలబద్ధకాన్ని దూరం చేస్తుంది.

చర్మ కాంతి ఖర్జూరంతో కలిసిన పాలు తాగడం వల్ల చర్మంపై మంట, చికాకు వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. పాలలో ఖర్జూరం కలిపి తాగితే రక్త ప్రసరణ పెరిగి మీ ముఖం సహజంగానే మెరుస్తుంది. కాబట్టి, రాత్రి పడుకునే ముందు గోరువెచ్చని పాలలో 2 ఖర్జూరాలు తీసుకోవడం మరువొద్దు.

రక్తహీనత ఖర్జూరంలో ఐరన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ ఐరన్ శరీరమంతటా రక్త సరఫరా సరిగ్గా జరగడానికి హెల్ప్ అవుతుంది. శరీరానికి అవసరమైన రక్తం, హిమోగ్లోబిన్ తగ్గినప్పుడు రక్తహీనత ఏర్పడుతుంది. ఖర్జూర పండ్లని తీసుకోవడం వల్ల రక్తహీనత దూరమవుతుంది. అందుకే, రోజూ పడుకునే ముందు ఓ గ్లాసు గోరువెచ్చని పాలలో 2 ఖర్జూరాలు కలిపి తాగితే రక్తహీనత దూరమై హిమోగ్లోబిన్ పెరుగుతుంది.

కండరాల బలం కండరాలు దృఢంగా ఉండేందుకు పోషకాహార నిపుణులు ప్రొటీన్ ఫుడ్ తీసుకోమంటారు. ప్రొటీన్ ఫుడ్ తీసుకోవడం వల్ల కండరాలకి, చర్మ ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. పాలు, ఖర్జూరం రెండింటిలోనూ ప్రొటీన్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. కాబట్టి, ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకుంటే కండరాల బలం పెరుగుతుంది.

లైంగిక ఆరోగ్యం అధునికంగా మారిన లైఫ్‌స్టైల్ కారణంగా సంతానలేమి, నపుంసకత్వం, అంగస్తంభన సమస్యల వంటి పునరుత్పత్తి, లైంగిక సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. ఈ సమస్యను దూరం చేసేందుకు లైంగిక ఆరోగ్యం మెరుగయ్యేందుకు పునరుత్పత్తి వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా చేయడానికి రాత్రి ఖర్జూరం పాలు తాగడం మంచిది.

కళ్లద్దాలను శుభ్రం చేయాలా?

ఇప్పుడు అందరూ ఫ్యాషన్‌గా కళ్లద్దాలను వాడుతున్నారు. కొంత మంది దృష్టి లోపం కారణంగా కళ్లద్దాలను ఉపయోగిస్తున్నారు. మరికొంత మంది కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లను ఉపయోగిస్తుంటారు. కానీ కాంటాక్ట్ లెన్స్ ని ధరించడం చాలా కష్టం. కళ్లకు చికాకుగా ఉంటాయి. దీంతో చాలా మంది కళ్లద్దాలనే యూజ్ చేయడానికి ప్రిఫరెన్స్ ఇస్తున్నారు. దీంతో రంగు రంగుల కళ్లద్దాలను ఎంపిక చేసుకుని వాడుతున్నారు. అయితే కళ్లద్దాలపై దుమ్ము, ధూళి పేరుకుంటుంది. అంతే కాకుండా గీతలు కూడా పడతాయి. నార్మల్ క్లాత్ తో తుడిచినా అంత తేలిగ్గా పోవు. వీటిని క్లీన్ చేయడం చాలా కష్టం. దీంతో కొత్తవి తీసుకుంటూంటారు. అలా కాకుండా ఇంటి చిట్కాలను ఉపయోగించి కళ్లద్దాలను చక్కగా క్లీన్ చేసుకోవచ్చు. ఎలానో తెలుసుకోండీ.

టూత్ పేస్ట్: సాధారణంగా కళ్లద్దాల మీద గీతలు పడుతూ ఉంటాయి. ఈ గీతలు అంత తేలిగ్గా పోవు. వీటిని తొలగించుకోవడానికి టూత్ పేస్ట్ బాగా హెల్ప్ చేస్తుంది. టూత్ పేస్ట్‌తో దంతాలు ఎలా తెల్లగా మారతాయో, అలాగే కళ్ల అద్దాలు కూడా. ఒక మెత్తటి క్లాత్ తీసుకుని దానిపై కొద్దిగా పేస్ట్ వేసి కళ్లద్దాలపై సున్నితంగా రుద్దండి. ఆ తర్వాత మరో క్లాత్ తీసుకుని వాటర్ ముంచి కళ్లద్దాలపై తుడిచేసుకుంటే సరి. ఇలా చేస్తే కళ్లద్దాలపై ఉండే దుమ్ము, ధూళి, గీతలు, మసకగా ఉండటం పోయి తెల్లగా, క్లీన్‌గా కనిపిస్తాయి.

బేకింగ్ సోడా: కళ్లద్దాలను తెల్లగా మార్చడంలో బేకింగ్ సోడా కూడా బాగా హెల్ప్ చేస్తుంది. ఒక చిన్న గిన్నె తీసుకుని అందులో కొద్దిగా నీరు, కొంచెం బేకింగ్ సోడా వేసి కలపండి. ఆ తర్వాత ఒక మెత్తటి క్లాత్ తీసుకని బేకింగ్ సోడా మిశ్రమంలో ముంచి కళ్లద్దాలపై సున్నితంగా తుడవాలి. ఇలా చేస్తే కళ్లద్దాలపై ఉండే దుమ్ము, ధూళి, గీతలు వంటివి పోతాయి.

అంట్ల సబ్బు: అంట్ల సబ్బుతో కూడా కళ్ల జోడును, లెన్స్‌ను కూడా క్లీన్ చేసుకోవచ్చు. దీని వల్ల ఎలాంటి నష్టాలు ఉండవని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చేతి వేళ్లను ఉపయోగించి లెన్స్‌లను డిష్ సోప్‌తో శుభ్రం చేసుకోవచ్చు. డిష్ సోప్‌లో చేతి వేళ్లు పెట్టి వాటితో నెమ్మదిగా లెన్స్‌లపై రుద్దాలి. ఇలా చేయడం వల్ల అవి శుభ్ర పడతాయి. కళ్లద్దాలను క్లాత్ సహాయంతో క్లీన్ చేసుకోవాలి. అయితే ఒక విషయం ముఖ్యంగా గుర్తించుకోవాలి. సిట్రస్‌తో తయారు చేసిన సోప్‌లను వాడ కూడదు.

మిసిమి

దింధకాక్కల సారస్వతం

విశిష్ట విమర్శకులు

ఆచార్య ఎస్.వి. జోగారావు

- వెలమల సిమ్మన్న

(నిన్నటి తరువాయి)

3. మహాకవి మార్గం (వ్యాసుని వాణి తిక్కన బాణి) : "తిక్కన భారతం తెలుగు సంస్కృతికి మెలుగు బాట. ఆంధ్ర సరస్వతికి అఖండ దీపారాధన, సారస్వత రసికులకు నిత్యనీరాజనం" అని జోగారావుగారు అన్నారు. "ప్రపంచ మహాకవులతో, పంక్తి తీర్చతగిన ఏకైకాంధ్ర మహాకవి తిక్కన" - యస్వీ జోగారావు ఇది 1965లో వెలువడింది. రావూరి విమర్శ గ్రంథాల్లో ఉత్తమమైన గ్రంథం ఇది. దీన్ని బెజవాడ గోపాలరెడ్డి గార్కి అంకితం ఇచ్చారు. "తొలిపలుకు" డాక్టర్ కె.యల్.రావుగారు రాశారు. "పీఠిక" విశ్వనాథ సత్యనారాయణ గారు రాశారు. "మూడల" అనే పేరుతో రావుగారు తన అభిప్రాయాన్ని గ్రంథ ఉద్దేశాన్ని చక్కగా వివరించారు. ఇందులోని పేజీలు 132. దీన్ని యమ్.యస్.ఆర్. మూర్తి అండ్ కో. విశాఖపట్నం వారు. ప్రచురించారు. "తింటే గారెలే తినాలి. వింటే భారతమే వినాలి" అనే నానుడి బహుళ ప్రచారంలో వుంది. దీనికి ప్రధాన కారణం భారతకథా విశిష్టతయేకాక, కవిత్రయం వారి శైలికూడా. తొలి రెండు పర్వాలు, మూడో పర్వంలో కొంత భాగం నన్నయ రాశాడు. మిగిలిన 15 పర్వాలు తిక్కన రాశాడు. అరణ్యపర్వం ఎఱన రాశాడు. భారతమొత్తం 18 పర్వాలు, భారతముఖ్య కథా విశేషమంతా తిక్కన రాసిన పర్వాలలోనే వుంది.. ఇందులో తిక్కన ప్రతిభ, రాజకీయ చతురత, వర్ణన పటిమ, రసాభ్యుచిత బంధం మొదలైన అంశాలు చోటు చేసుకున్నాయి. తిక్కన మూలభారతాన్ని స్వేచ్ఛాను వాదం చేశాడు. శైలిలోనూ, రూపకల్పనలోనూ, పాత్రల నైపుణ్యం లోనూ తిక్కన ముద్ర సుస్పష్టంగా కన్పిస్తుంది. తిక్కన రాసిన అన్ని పర్వాలు కంటే విరాట పర్వానికి ప్రముఖ స్థానం వుంది. ఇందులోని కథ రసాభాసం, పాండవులు, ద్రౌపది, పరిస్థితుల ప్రభావం వల్ల మారువేషాలు వేసుకొని, తమకు సామంతుడైన విరాటుని కొలువులో కాలం గడపవలసి వస్తుంది. అక్కడ వారికి జరిగిన అవమానాలు, అమర్యాదలు, వారు చేసిన పనులు, ముఖ్యంగా ద్రౌపదికి కీచకుని చేతిలో జరిగిన పరాభం, వీటికి తోడు వారి అజ్ఞాతవాసాన్ని భంగపరచడానికి కౌరవులు పన్నిన కుట్రలు, కుతంత్రాలు, వారి సహనశక్తికి, ఆత్మగౌరవ రక్షణకు ప్రజలనిదర్శనాలు, ఇలా అనేక విశిష్టతలు కలిగిన విరాటపర్వాన్ని తిక్కన అత్యంత ఆకర్షణీయంగా హృదయ రంజకంగా రాసి తన ప్రతిభను చాటుకున్నాడు.

"మహాకవి మార్గం"లో జోగారావుగారు తిక్కన భారత రచనా విశిష్టతను, శైలిని గూర్చి విశదీకరించారు. ఈ గ్రంథం యొక్క గొప్పతనం ఏమంటే వ్యాసుని సంస్కృతంతో పోల్చి, తులనాత్మకంగా అధ్యయనం చేయడం. కొన్ని చోట్ల తిక్కన, మూల రచనకు మెరుగులు దిద్దారని రావూరు తెలియజేశారు. తిక్కన గొప్పతనాన్ని గూర్చి విపులీకరించారు. తిక్కన ఆత్మీయతను, కావ్య శిల్ప ప్రావీణ్యతను, నాటకీయ ఫణితిని తెలియజేసిన విమర్శ గ్రంథం ఇది. ఇతర కవులకన్నా తిక్కన ఎలా గొప్ప వారో తెలియజేశారు. తిక్కన వ్యక్తిత్వం గూర్చి, అతని "రసాభ్యుచిత బంధం" గూర్చి రావూగారు విశదీకరించారు. అనువాదంలో "తిక్కన ఛాయ గ్రాహకుడు కాడు, చిత్రకారుడు" అని జోగారావుగారు నిర్ధారించారు.

ఈ గ్రంథంలో తిక్కన గొప్పవాడు అని చెప్పడమే కాదు. ఎలా గొప్పవాడు అయ్యాడు? ఇతర కవులకన్నా తిక్కనలోని విశిష్టత ఏమిటి? తిక్కనకు వచ్చిన గౌరవం ఇతరులకు ఎందుకు రాలేదు? ఇలా ఎన్నో విశేషాలు తెలుపుతూ తిక్కన ప్రత్యేకతను తెలియజేశారు జోగారావు గారు. కీచకుడు ద్రౌపదిని వెంటాడినప్పుడు ఆమె పేట్రేగిన కాట్రేనవలె లేచి

"దుర్వారోద్యమ బాహువిక్రమ రసాస్తోక ప్రతాపస్ఫుర ద్ధ్వాంధ ప్రతివీర నిర్మథన విద్యాపారగుల్ మత్పతుల్ గీర్వాణాళ్కు లేవరిష్ట నిను దోర్లీన వెసంగిట్టి గం ధర్వుల్ మానము ప్రాణముంగినుట తథ్యం బెమ్మాయిన్ గీచకా!"

అని ఆక్రోశించింది ఆమె. ఈ పద్యానికి మూలంలో "గంధర్వాః పతమా మమః తేత్వాం నిహన్యుఃకుపితా స్సానుబంధ మమర్షణాః" అని చప్పిడీ పాడిపాడి మాటలను, సాగదీసి, దూసిన కరవాలంలాంటి పదునైన సమానంతో తిక్కన అన్నారని జోగారావుగారు వివరించారు. విరాట నగరానికి ద్రౌపది సమేతులై పాండవులు బయలు దేరుతారు. అమట్టంలో మూలంలో "బలవాన్ మే పరిశ్రమః" అని వుంది. మూలం లో వున్న ఒక్క ముక్కకు వ్యాఖ్యాన ప్రాయంగా అద్భుతంగా తిక్కన రాశాడు.

ద్రౌపదినదవలేక అలసిన సందర్భంలో తిక్కన చెప్పిన పద్యం స్వభావోక్తి అలంకార భూయిష్ఠంగా వుంది. సుకుమారి అయిన ద్రౌపది ధర్మరాజును అలా అంటుంది. "దప్పి జనించెడ్రేళుల పుటంబులపాక్క దొడంగి గోళ్ళలో జప్పిల జొచ్చెనెత్తురులు, చిత్తము నాకు గదుస్ వశంబుగా దప్పుర మిచ్చుటచ్చుటను నానల వచ్చితి నెంత దవ్వొకో యిప్పటి భంగి నొక్కడుగు నేగెడు దానికి నోర్వ నెమ్మొయిన్" అని ద్రౌపది యొక్క అవస్థాచిత్రణంలో తనదక్షతను తిక్కన మాపించాడని జోగారావుగారు తెలియజేశారు. **(తరువాయి రేపటి సంచికలో)**

మార్చిలో 53 వేల యూనిట్ల ఆల్-టైమ్ అత్యధిక రిజిస్ట్రేషన్లను నమోదు చేసిన ఓలా ఎలక్ట్రిక్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మార్చి నెలలో 53,000 రిజిస్ట్రేషన్లను (వాహన్ పోర్టల్ ప్రకారం) నమోదు చేసినట్లు ఓలా ఎలక్ట్రిక్ ప్రకటించింది. దీంతో, ఓలా ఎలక్ట్రిక్ వరుసగా ఐదవ నెలలో కూడా అత్యధిక నెలవారీ రిజిస్ట్రేషన్లను నమోదు చేసుకోవడంతో పాటు మార్కెట్ వాటాలో తమ ప్రథమ స్థానాన్ని కొనసాగించడం కొనసాగించింది. 2023 ఆర్థిక సంవత్సరంలో 1,52,741 యూనిట్ల నుండి 2024 ఆర్థిక సంవత్సరంలో 328,785 యూనిట్లతో కంపెనీ 115% వృద్ధిని సాధించింది. గత త్రైమాసికంలో 84,133 యూనిట్ల తో పోలిస్తే Q4 FY24లో 119,310 యూనిట్లతో త్రైమాసికం ప్రాతిపదికన 42% వృద్ధి నమోదు చేసుకుంది.

ఓలా ఎలక్ట్రిక్ టెక్నాలజీస్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ చీఫ్ మార్కెటింగ్ ఆఫీసర్ అనుజ్ ఖండేల్వాల్ మాట్లాడుతూ మార్చిలో మా రిజిస్ట్రేషన్లు 53,000 సంఖ్యను దాటడం తో 2024 ఆర్థిక సంవత్సరానికి మాకు ఇంతకు మించిన మంచి ముగింపు ఉండేదికాదు. FY24 మాకు మరియు ఈవీ పరిశ్రమకు చాలా ముఖ్యమైంది. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం పొడవునా మేము అమ్మకాలు మరియు మార్కెట్ వాటా రెండింటిలో సుస్థిరమైన వృద్ధిని నమోదు చేస్తూ మార్కెట్ లీడర్గా కొనసాగాము. FY2024 నాలుగో త్రైమాసికం లోనే మేము దాదాపు 1.20 లక్షల రిజిస్ట్రేషన్లను నమోదు చేయడం మా స్కూటర్ పోర్ట్ఫోలియోకు ఉన్న ఆదరణను తెలియజేస్తుంది. ఈ వృద్ధిని ఇలాగే కొనసాగిస్తూ భారతదేశ విద్యుదీకరణ ప్రయాణానికి మరింత దోహదపడడాన్ని మేం లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాం," అని అన్నారు.

ఈవీల స్వీకరణకు అన్ని అడ్డంకులను అధిగమించే ప్రయత్నంలో భాగంగా ఓలా ఎలక్ట్రిక్ ఇటీవల తమ వాహనాలు, సేవలు, ఛార్జింగ్ నెట్వర్క్, మరియు బ్యాటరీ వారంటీకి సంబంధించి పై కొన్ని అద్భుతమైన ప్రకటనలు చేసింది. S1 X (4kWh) ప్రారంభంతో, ఓలా ఎలక్ట్రిక్ తన పోర్ట్ ఫోలియోను ఆరు ఉత్పత్తులకు (S1 ప్రో, S1 ఎయిర్, S1 X+, S1 X - 2 kWh, 3kWh, 4kWh) విస్తరించింది.

ఓలా ఎలక్ట్రిక్ ఎటువంటి అదనపు ఖర్చు లేకుండా మొత్తం తమ వాహన శ్రేణి పై 8-సంవత్సరాలు / 80,000 కి.మీ. వరకు ఎక్స్టెండెడ్ బాటరీ వారంటీని కూడా ప్రారంభించింది. ఈవీ స్వీకరణకు ఉన్న అడ్డంకులలో ఒకదానిని ఎలక్ట్రిక్ వాహనాల జీవితకాలం పొడిగించడం ద్వారా ఓలా పరిష్కరిస్తుంది. కస్టమర్లు ఇప్పుడు యాడ్-ఆన్ వారంటీని కూడా ఎంచుకోవచ్చు. నామమాత్రపు ప్రారంభ ధర రూ. 4,999 వద్ద 125,000 కి.మీ వరకు కిలోమీటర్ల గరిష్ట పరిమితిని పెంచుకోవచ్చు. ఓలా ఎలక్ట్రిక్ 3KW పోర్టబుల్ ఫాస్ట్ ఛార్జర్ యాక్సెసరీని కూడా ప్రవేశపెట్టింది. దాని రూ. 29,999 వద్ద కొనుగోలు చేయడానికి అందుబాటులో ఉంది. కంపెనీ తన సేవా నెట్వర్క్ ను దేశవ్యాప్తంగా విస్తరించే ప్రయత్నంలో భాగంగా మార్చి 19న ప్రయాగ్‌రాజ్‌లో తన 450వ సేవా కేంద్రాన్ని కూడా ప్రారంభించింది.

రియల్‌మీ 12x 5జీ ఆవిష్కరణ

ఎంట్రీ లెవల్ 5జీ కిల్లర్ కేవలం రూ. 10,999

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భారతదేశపు అత్యంత విశ్వసనీయ స్మార్ట్‌ఫోన్ సర్వీస్ ప్రొవైడర్ అయిన రియల్ మీ. గురువారం రియల్‌మీ 12x 5జీని లాంచ్ చేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. రియల్ మీ నంబర్ సిరీస్‌కి తాజా జోడింపుగా ఈ పరికరం కంపెనీ ప్రయాణంలో ఒక ముఖ్యమైన మైలురాయిని సూచిస్తుంది, దాని పునరుద్ధరించిన వ్యూహం 'మేక్ ఇట్ రియల్' యువ వినియోగదారులతో ప్రతిధ్వనించే రిఫ్రెష్ చేసిన బ్రాండ్ గుర్తింపు.

"ఎంట్రీ-లెవల్ 5G కిల్లర్"గా ఉంచబడిన, రియల్ మీ 12x 5G వినియోగదారులకు ఆసమానమైన అనుభవాన్ని అందిస్తుంది. ఇది 45W సూపర్ వి ఓ ఓ సి ఛార్జర్ మరియు భారీ 5000mAh బ్యాటరీని కలిగి ఉన్న దాని విభాగంలో భారతదేశపు మొట్టమొదటి స్మార్ట్‌ఫోన్. స్మార్ట్‌ఫోన్ దాని విభాగంలో మొదటి ఎయిర్ గెస్చర్‌లిని కూడా పరిచయం చేసింది మరియు సెగ్మెంట్ యొక్క అత్యధిక రిఫ్రెష్ రేట్ 120Hz మరియు 800 నిట్‌ల ప్రకాశవంతమైన ప్రదర్శనను కలిగి ఉంది. రియల్ మీ 12x 5G మీడియాటెక్ డైమెన్సిటీ 6100ం 5G చిప్‌సెట్ ద్వారా ఆధారితమైనది మరియు సెగ్మెంట్-ఫస్ట్ వేపర్ ఛాంబర్ కూలింగ్ సిస్టమ్‌లిని కలిగి ఉంది. దీని ప్రీమియం-ప్రేరేపిత డిజైన్‌లో కేవలం 7.69 మిమీ కొలిచే సూపర్ స్లిమ్ బాడీ ఉంది. ఇది 50MP ఏ ఐ కెమెరా, 2MP సెకండరీ కెమెరా మరియు 8MP సెల్ఫీ కెమెరాతో బహుముఖ కెమెరా సెటప్‌ను అందిస్తుంది. ఇతర ఫ్లాగ్‌షిప్-స్థాయి అనుభవాలలో ఐ పి 64 డస్ట్ & వాటర్ రెసిస్టెన్స్, డ్యూయల్ స్టీరియో స్పీకర్‌లు మరియు 8GB+8GB వరకు డైనమిక్ ఆర్ ఏ ఎం తో పాటు 128GB ఎక్కువ నిల్వ సామర్థ్యాన్ని అందిస్తుంది.

ఈ విభాగం అదే ధరల స్థాయిని అందిస్తుంది.

మా నంబర్ సిరీస్‌కి సరికొత్త జోడింపు అయిన రియల్‌మీ 12x 5Gని పరిచయం చేయడం పట్ల మేము సంతోషిస్తున్నాము. ఎంట్రీ-లెవల్ 5G కిల్లర్‌గా ఈ స్మార్ట్‌ఫోన్ దూకుడు ధర వద్ద అదునాతన ఫీచర్‌లను అందించడం ద్వారా ఎంట్రీ-లెవల్ మార్కెట్‌కు అంతరాయం కలిగించడానికి సిద్ధంగా ఉంది. యువ వినియోగదారులకు సాధికారత కల్పించాలనే మా నిబద్ధ, 5G స్మార్ట్‌ఫోన్‌లో మొట్టమొదటిసారిగా 45W సూపర్ వి ఓ ఓ సి ఛార్జ్ మరియు ఎయిర్ గెస్చర్ కంట్రోల్ వంటి వినూత్నమైన ఫీచర్‌లతో రియల్‌మీ 12x 5Gని స్మార్ట్ చేయడానికి దారితీసింది. అన్ని 11K కంటే తక్కువ సాంకేతికత అందరికీ అందుబాటులో ఉండాలని మేము విశ్వసిస్తున్నాము మరియు రియల్ మీ 12x 5Gతో మేము ఆ విజన్‌ని నిజం చేస్తున్నాము అని రియల్ మీ యొక్క స్పెక్స్ మ్యాన్ లాంచ్ గురించి మాట్లాడుతూ అన్నారు.

మీడియా సెంటర్‌ను ప్రారంభించిన కలెక్టర్

విజయనగరం: ఎన్నికల సందర్భంగా కలెక్టరేట్‌లో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సెంటర్‌ను జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి గురువారం ప్రారంభించారు. మీడియా సెంటర్‌లో ఏర్పాటు చేసిన నియోజకవర్గాల మ్యాప్‌లను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, ఎన్నికలకు సంబంధించిన సమాచారాన్ని మీడియాకు అందించేందుకు ఈ మీడియా కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు.

ఇప్పటివరకు జిల్లా వ్యాప్తంగా అందిన ఫిర్యాదులను కలెక్టర్ వివరించారు. ఎన్నికలకు సంబంధించి ఎటువంటి ఫిర్యాదు వచ్చినా, దానిపై వివరణ చేయించి చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని స్పష్టం చేశారు. ఎన్నికల షెడ్యూల్ విడుదల అయిన దగ్గరనుంచి నేటివరకు వివిధ మార్గాల్లో 280 ఫిర్యాదులు వచ్చాయని, వీటిలో 276 ఫిర్యాదులపై చర్యలు తీసుకున్నామని తెలిపారు. సివిజిల్ ద్వారా 121, కాల్ సెంటర్‌కు 41, ఎన్‌జిఎస్‌పి పోర్టల్ ద్వారా 66, మీడియా ద్వారా 50, సోషల్ మీడియా ద్వారా 2 ఫిర్యాదులు అందాయని తెలిపారు. జిల్లాలో ఇప్పటివరకు సుమారు కోటి రూపాయల విలువైన నగదు, మద్యం, వివిధ రకాల వస్తువులను సీజ్‌చేసినట్లు చెప్పారు. దీనిలో రూ.11.20 లక్షల నగదు, రూ.35.03 లక్షల విలువైన మద్యం, రూ.20.83 విలువైన డ్రగ్స్, రూ.2లక్షల విలువైన ఆభరణాలు, రూ.30.02 లక్షల విలువైన ఇతర వస్తువులను స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు తెలిపారు. ఎన్నికల నిబంధనలను ఉల్లంఘించిన వారిపై చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతోందని చెప్పారు. ఇప్పటివరకు 15 మంది వలంటీర్లను తొలగించామని, ఇద్దరిపై కేసులు నమోదు చేశామని, ఇద్దరు రేషన్ డీలర్లపైనా కేసులు పెట్టామని, ఇద్దరు రేషన్ డీలర్లను తొలగించామని, రాజకీయ పార్టీలపై ఇప్పటివరకు 11కేసులు నమోదు చేశామని కలెక్టర్ తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె.కార్తీక్, డిఆర్ఓ ఎస్డీ అనిత, సిపిఓ పి.బాలాజి, జిల్లా సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖాధికారి డి.రమేష్, ఇతర అధికారులు, సిబ్బంది, పాత్రికేయులు పాల్గొన్నారు.

కంట్రోల్ రూమ్‌ను సందర్శించిన కలెక్టర్

ఎన్నికల కంట్రోల్ రూమును జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి సందర్శించారు. వివిధ విభాగాల వద్దకు వెళ్లి, ఇప్పటివరకు అందిన ఫిర్యాదులు, తీసుకున్నచర్యలపై ఆరా తీశారు. అధికారులతో చర్చించారు. కలెక్టర్‌తో పాటు జాయింట్ కలెక్టర్ కె.కార్తీక్, డిఆర్ఓ ఎస్డీ అనిత, ఇతర అధికారులు ఉన్నారు.

కాంగ్రెస్‌కు కీలక నేత గౌరవ్ వల్లభ్ రాజీనామా

కాంగ్రెస్‌ను వీడినట్టు పార్టీ జాతీయ ప్రతినిధి గౌరవ్ వల్లభ్ గురువారం ప్రకటించారు. పార్టీ ప్రాథమిక సభ్యత్వం సహా అన్ని పదవులకు రాజినామా చేస్తూ పార్టీ జాతీయ అధ్యక్షుడు మల్లిఖార్జున్ ఖర్గేకు లేఖ రాశారు. పార్టీ దిశానిర్దేశం లేనిదిగా మారిందని గౌరవ్ తన లేఖలో పేర్కొన్నారు. తాను పార్టీ వీడటానికి కులగణన కూడా ఓ కారణమని అన్నారు. "దిశానిర్దేశం లేని పార్టీలో కొనసాగలేకపోతున్నాను. దేశంలో సంపద సృష్టికర్తలను విమర్శించలేను, సనాతనధర్మ వ్యతిరేక వ్యాఖ్యలు చేయలేను. కాబట్టి, ప్రాథమిక సభ్యత్వం సహా పార్టీలో అన్ని పోస్టులకు రాజినామా చేస్తున్నాను" అని ఆయన ట్విట్టర్ వేదికగా పేర్కొన్నారు.

గౌరవ్ వల్లభ్ గతంలో ఖర్గే అధ్యక్షతన ఎన్నికల ప్రచార బాధ్యతలు నిర్వహించారు. 2019లో ఝార్ఖండ్‌లోని తూర్పు జంషెడ్‌పూర్ నియోజకవర్గంలో కొలిచారా ఆయన ఎన్నికల బరిలో నిలిచారు. ఆ ఎన్నికల్లో ఆయన 18 వేల ఓట్లతో మూడో స్థానంలో నిలిచారు. 2023లో రాజస్థాన్‌లోని ఉదయ్‌పూర్ నియోజకవర్గం నుంచి అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసి ఓటమి చవిచూశారు. ఆయనపై బీజేపీ అభ్యర్థి 32 వేల ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు.

ఏయూ తెలుగు విభాగంలో వీడ్కోలు వేడుకలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వ విద్యాలయ తెలుగు విభాగం మొదటి సంవత్సర స్నాతకోత్తర విద్యార్థులు యం.ఏ. తెలుగు రెండవ సంవత్సరం విద్యార్థులకు వీడ్కోలు వేడుకలను నిర్వహించారు. తెలుగు శాఖాధిపతి ఆచార్య జ్రా అప్పారావు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమానికి ఆర్ట్సు & కామర్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య ఏ నరసింహారావు ముఖ్య అతిథిగా హాజరై విద్యార్థులను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు జీవితంలో నిరాశ నిస్పృహలు వదిలి జీవితాశయంతో ముందుకు నడిస్తే విజయం సాధిస్తారన్నారు. తెలుగు విభాగ ఆచార్యులు సాహిత్య విలువలతో పాటు మానవీయ, నైతిక విలువలు అందజేస్తూ సమాజాభివృద్ధికి, మానవ వనరుల పురోభివృద్ధికి పాటు పడుతున్నారని కొనియాడారు. విద్యార్థి దశ క్లిష్టతరమైనదని ఈ సమయంలోనే విద్యార్థులు అనేక వ్యసనాలకు ఆకర్షితులౌతారని అటువంటి వ్యసనాలకు లోనుకాకుండా విద్యాభివృద్ధికై పాటుపడి తల్లిదండ్రులకు, విద్యాసంస్థలకు పేరు తీసుకురావాలన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ ఆచార్యులు ఆచార్య జి యోహాన్ బాబు, ఆచార్య వెలమల సిమ్మన్న, డా॥ అయ్యగారి సీతారత్నం, డా॥ బూసి వెంకటస్వామి, డా॥ కట్టెపోగు రత్నశేఖర్, డా॥ పెండ్యాల లావణ్య, ఆతుకూరి వెంకటేశ్వర్లు, పరిశోధక విద్యార్థులు, స్నాతకోత్తర విద్యార్థులు, అధ్యాపకేతర సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ క్షేత్రంలో శ్రీనివాసునికి పంచామృతాభిషేకాలు

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ భారతీయ తత్వ దర్శన కేంద్రం శ్రీ క్షేత్రంలో కొలువై ఉన్న అష్టలక్ష్మి సమేత ఐశ్వర్య వెంకటేశ్వర స్వామి దేవాలయంలో శ్రీనివాసునికి పంచ మృతాభిషేకాలు గావించారు. గురువారం ఉదయం శ్రవణా నక్షత్రాన్ని పురస్కరించుకొని దేవాలయం అర్చకులు చామర్తి రమేష్ ఆచార్యులు, చామర్తి శ్రీనివాస రమేష్ ఆచార్యులు సంయుక్తంగా వేదమంత్రాల నడుమ వెంకటేశ్వర స్వామికి పంచామృతాభిషేకాలు, అర్చన, ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈ ఉత్సవంలో దేవాలయం ధర్మకర్తలు దుర్గా బాలాజి, ఉమాదేవి దంపతులు, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

నేడే అత్యవసర సమావేశం

అరకులోయ, (విశాఖ సమాచారమ్): అరకు నియోజకవర్గ తెలుగుదేశం పార్టీ ఇంఛార్జ్ సివేరి దొన్నుదొర అధ్వర్యంలో 4-04-2024 న జరగవలసిన సమావేశం రిటర్నింగ్ అధికారి అనుమతి లేకపోవడం వలన రద్దు కాబడింది. అందువలన 05-04-2024 శుక్రవారం ఈ సమావేశం జరుగును. అరు మండలాల నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు ఎవరు కంగారు పడొద్దు అని అరకు నియోజకవర్గ అరు మండలాల అధ్యక్షులు, ప్రధాన కార్యదర్శులకు, ప్రస్తుత సర్పంచ్ ఎంపిటిసిలు, మాజీ సర్పంచ్, ఎంపిటిసిలకు, అరు మండలాల క్లస్టర్, యూనిట్, బూత్ ఇంచార్జీలకు & రాష్ట్ర, పార్లమెంట్, మండల స్థాయిలో వివిధ స్థాయిలో పదవులు ఉన్న వారికి తెలియజేయడం జరిగింది. గత రెండు నెలల ముందు ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా సివేరి దొన్నుదొరని కేటాయించడం జరిగింది. కానీ అనూహ్యంగా బిజెపి అధిష్టానం వారి అభ్యర్థిని ప్రకటించడం వలన కొంతమంది నాయకులు, కార్యకర్తలు అందోళలకు గురై మనోవేదన చెందుతున్నారు. అందువలన పార్టీ భవిష్యత్ కార్యాచరణ, ప్రణాళిక, చర్చించడం, నాయకులు, కార్యకర్తల అభిప్రాయాలు తీసుకోవడం కొరకు తెలుగుదేశం పార్టీ ఇంఛార్జ్ సివేరి దొన్నుదొర అధ్వర్యంలో సమావేశం జరుగుతుంది. అందరూ పాల్గొనాలని కోరుచున్నాము. ఈ కార్యక్రమం అరకులోయ మండల కేంద్రంలో ఉషోదయ రిసార్ట్ వద్ద జరుగుతుందని తెలియజేశారు. ఈ సమావేశాన్ని జయప్రదం చేయాలని ఒక ప్రకటనలో సివేరి దొన్నుదర కోరారు.

రామనారాయణంలో వైకుంఠ నారాయణునికి పంచామృతాభిషేకాలు

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక పర్యాటక కేంద్రం రామనారాయణంలో వైకుంఠ నారాయణునికి పంచామృతాభిషేకాలుగావించారు. శ్రవణా నక్షత్రాన్ని పురస్కరించుకుని గురువారం ఉదయం శ్రీదేవి భూదేవి సమేత వైకుంఠనారాయణునికి దేవాలయం అర్చకులు చాణక్య, శ్రీహర్ష సంయుక్తంగా వేదమంత్రాల నడుమ స్నపనము అభిషేకము ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈ ఉత్సవంలో ఎన్సిఎస్ ట్రస్టు సభ్యులు నారాయణం శ్రీనివాస్, నీరజ వల్లి, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

నూకాంబిక సన్నిధిలో కొణతాల ప్రచార రథం ప్రారంభం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి ఉమ్మడి అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ ప్రచారం ముమ్మరంగా సాగుతున్న నేపథ్యంలో నూతన ప్రచార రథాన్ని తయారు చేశారు. ఈ సందర్భంగా నూతనంగా తయారు చేసిన ప్రచార రథాన్ని అనకాపల్లి ఇలవేల్పు శ్రీ నూకాంబిక అమ్మవారి సన్నిధిలో గురువారం ఉదయం కొణతాల రామకృష్ణ అమ్మవారి దర్శనం చేసుకుని ఆలయ పండితుల మంత్రోచ్ఛారణలతో ప్రారంభించారు. మొదటిగా ఆర్యవైశ్యులతో ప్రారంభించుకోవటం శుభపరిణామంగా భావించి ఇమ్మడిశెట్టి నాగు బాబు పద్మజ దంపతులతో పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించి జెండా ఊపి ప్రచార రథాన్ని ప్రారంభించడం జరిగింది. అనంతరం కొణతాల రామకృష్ణతో జనసేన నాయకులు శ్రీరామదాసు గోవింద, తాడి రామకృష్ణ, తెలుగు దేశం పార్టీ నాయకులు మళ్ల సురేంద్ర, బొడ్డేడ జోగి నాయుడు, కొణతాల సంతోష అప్పారావు నాయుడు, ప్రచార రథం పైకి ఎక్కి అభివాదం చేస్తూ పట్టణ పార్టీ కార్యాలయానికి చేరుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్ద ఎత్తున టిడిపి, జనసేన నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

చంద్రబాబు నాయకత్వం రాష్ట్రానికి అవసరం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ పరిధిలోని పల్లూరు ఎరుకవానిపాలెం రాజుపాలెం గ్రామాల నాయకులతో తెలుగుదేశం బిజెపి జనసేన కూటమి అభ్యర్థి అనకాపల్లి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ కాఫీ విత్ కేడర్ కార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించిన తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు బొడ్డేడ జోగి నాయుడు పలువురు వక్తలు మాట్లాడుతూ కొణతాల రామకృష్ణ గతంలో చేసిన అభివృద్ధి పనులను గుర్తు చేస్తూ రామకృష్ణ వంటి నాయకులు మనకవ్వడం చాలా అవసరమని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో మరో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న బిజెపి నేత అనకాపల్లి బిజెపి పార్టీ ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం.రమేష్ తనయుడు రిత్విక్ మాట్లాడుతూ గడిచిన ఐదేళ్లలో జగన్మోహన్ రెడ్డి పథకాల పేరుతో ఈ రాష్ట్రాన్ని అప్పులు ఊబిలోకి నెట్టారని, అన్నొచ్చారు బటన్ నొక్కాడు అని చెప్పుకుంటున్న జగన్‌కి రేపు జరగబోయే ఎలక్షన్లలో కూటమి అభ్యర్థుల గుర్తులపై బటన్ నొక్కి బుద్ధి చెప్పాలని అన్నారు. మీ ప్రాంతంలో పారిశ్రామికంగా ఎంత అభివృద్ధి చెందాల్సి ఉన్నా ఒక్క పరిశ్రమ కూడా లేకపోవడం దురదృష్టకరమని ఈ ఎలక్షన్లలో కేంద్రంలో బిజెపి నరేంద్ర మోడీ ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలో టిడిపి జనసేన కూటమి చంద్రబాబు నాయుడు ప్రభుత్వం ఏర్పడగానే మీ ప్రాంతానికి పరిశ్రమలు రావాలంటే అది ఒక్క బిజెపి ప్రభుత్వం వస్తేనే సాధ్యపడుతుందని కనుక మీ ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ కమలం గుర్తుపై మరియు

ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ గాజు గ్లాస్ గుర్తుపై బటన్ నొక్కి గెలిపించాలని కోరారు. ఉమ్మడి అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ నేను రాజకీయాలలో సీనియర్ని, పెద్దవాడిని అయినా నరే ఇప్పుడున్న కూటమిలో భాగంగా నేను చాలా చిన్నవాడిని నాకన్నా పెద్దవారు అన్నదమ్ములు లాంటి తెలుగుదేశం బిజెపి నాయకులు ఉన్నారు వారి చేతులు పట్టుకొని నేను నడుస్తానని జనసేన పేరుతో నేను గెలిచిన నరే తెలుగుదేశానికే ముఖ్య ప్రాధాన్యత ఉంటుందని అన్నారు. ఒక్క ఛాన్స్ అని అడిగి రాష్ట్రాన్ని భ్రష్టు పట్టించిన ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు లేకుండా చేశారు అలాగే మన ప్రాంతంలో పారిశ్రామికంగా ఎంతో అభివృద్ధి చేయాల్సి ఉన్నప్పటికీ వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అమర్నాథ్ పారిశ్రామిక మంత్రిగా ఉన్నప్పటికీ ఒక పరిశ్రమను కూడా తీసుకురాలేని పరిస్థితి ఏర్పడిందని అలాగే వ్యవసాయానికి ఎంతో ఉపయోగ పడేటటువంటి పోలవరం ప్రాజెక్ట్‌ని నిర్వీర్యం చేశారని, ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే రాష్ట్రం మొత్తం నిర్వీర్యం చేసి దోచుకు పోయారని కనీసం రాజధాని కూడా నిర్మించలేని రాష్ట్రంగా దేశంలో మన రాష్ట్ర ఒకటే ఉన్నదని గడచిన ఐదేళ్లలో వైసీపీ ప్రభుత్వం ఏమైనా అభివృద్ధి చేసింది అంటే పూర్తిగా ప్రభుత్వ భూములు అన్ని వాళ్లు దోచుకోవడంలో అభివృద్ధి చెందిందని చెప్పుకోవాలి అని అన్నారు.ఈ సమస్యలన్నీ అభివృద్ధి దిశలో ముందుకు వెళ్లాలంటే ఒక్క చంద్రబాబు నాయుడు ముఖ్యమంత్రి అయితేనే సాధ్యం పడుతుందని కనుక చంద్రబాబు నాయుడు నాయకత్వం ఇప్పుడు మన రాష్ట్రానికి చాలా అవసరమని అన్నారు.కనుక మన రాష్ట్రం మన ప్రాంతం అభివృద్ధి చెందాలంటే మనకు మంచి రోజులు రావాలంటే తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి కూటమిలో భాగంగా ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి గాజు గ్లాస్ గుర్తుపై అలాగే ఎంపీ అభ్యర్థి కమలం గుర్తుపై ఓటు వేసి గెలిపించాలని ఈ రెండు గుర్తులను ప్రతి ఇంటికీ ప్రతి ఓటర్‌కి చేరే విధంగా ముందుకు తీసుకెళ్లాలని నాయకులకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం మాజీ శాసన మండలి సభ్యులు బుద్ధ నాగ జగదీష్, డా॥ నారాయణరావు, బిజెపి నాయకులు బొడ్డేడ నాగేశ్వరరావు, జనసేన నాయకులు మళ్ల శ్రీను, ఎరుక వానిపాలెం, వల్లూరు, రాజు పాలెం జనసేన నాయకులు గొల్లవిల్లి శ్రీనివాస్ రావు, ముసిలి నాయుడు, ఆది సూరప్పారావు, తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు గొల్లవిల్లి బాబురావు, గొర్లి రాము, నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

అవంతికి బ్రహ్మరథం పట్టిన పాట్నూరు గ్రామ ప్రజలు

పద్మనాభం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అవంతికి పాట్నూరు గ్రామ ప్రజలు బ్రహ్మరథం పట్టారు. లోకానికి వెలుగులు పంచే సూరీడుకి హద్దు పొద్దు ఉండదు. భీమిలి ప్రజలకు మూడోసారి మంచి చేయడానికి గెలుపే లక్ష్యంగా ప్రచారం చేయడానికి అవంతి పాదాలకు అలసట ఉండదు, అనేలా 18వ రోజు కూడా పాట్నూరు గ్రామ ప్రచారంలో దూసుకుపోయారు అవంతి.

భీమిలి వైసిపి పార్టీ అభ్యర్థి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో పాట్నూరు గ్రామంలో 18వ రోజు ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది.

ప్రచార కార్యక్రమంకి విచ్చేసిన అవంతికి అడుగడుగునా పాట్నూరు గ్రామ ప్రజలు నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు జై జగన్ జై అవంతి రావాలి జగన్ కావాలి అవంతి అంటూ నినాదాలతో హోరెత్తిస్తూ మంగళ హారతులతో సాదర స్వాగతం పలకడం జరిగింది.

18వ రోజు ప్రచారంలో భాగంగా అవంతి పాట్నూరులో దారిపొడుగునా ప్రజలకు అభివాదం చేసుకుంటూ ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటేసి నన్ను అఖండ మెజారిటీతో గెలిపించాలని అవంతి అభ్యర్థించారు.

ప్రజలను మన గుర్తు ఏంటని అడగగా కులం మతం ప్రాంతం పార్టీ చూడకుండా ఎలాంటి వివక్ష చూపకుండా పైసా లంచం లేకుండా సచివాలయ వాలంటీర్ వ్యవస్థ ద్వారా నేరుగా మా గడప దగ్గరకు వచ్చి పథకాలు అమలు చేసిన వైసిపి పార్టీ ఫ్యాన్ గుర్తు - అదే మా నమ్మకం మా జెండా రాబోయే ఎన్నికల్లో భీమిలిలో మిమ్మల్ని గెలిపించేందుకు మేమంతా ఓటు వేసే గుర్తు అదే బాబు మాకోసం 5ఏళ్ళు నిలబడ్డావు నీకోసం ఆ ఒక్క రోజు నిలబడతాం గెలిపించుకుంటూం అంటూ ప్రజలు ముక్తకంఠంతో పలకడం జరిగింది.

అనంతరం అవంతి ప్రజలను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వాలు పాలనకు వైసిపి ప్రభుత్వం లో జగనన్న అందించిన పాలనకు మధ్య వ్యత్యాసం ప్రజలైన మీకే బాగా తెలుసునని, గత ప్రభుత్వాలు పాలన మాదిరిగా వైసిపి పాలన లో లంచాలు లేవు,దళారి వ్యవస్థ లేదు, ప్రభుత్వ అధికారులు కార్యాలయాలు చుట్టూ కాళ్ళు అరిగేలా తిరిగే పరిస్థితి లేదు, నాయకులు పథకాలు అమలు కానీయకుండా అడ్డుకునే పరిస్థితి లేదు, అర్హత ఉండే చాలు కులం మతం ప్రాంతం పార్టీ చూడకుండా ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి అక్కడ కూర్చొని బటన్ నొక్కితే నేరుగా మీ ఖాతాల్లో కే డబ్బులు జమ అవుతున్నాయి.తొలి కోడి కూయక ముసుపే మీ గడప దగ్గరకు వాలంటీర్లు వచ్చి తలుపు తట్టి చిరునవ్వుతో తంచన్‌గా పెన్షన్లుతో పాటు మీ పథకాలు అందించడం జరుగుతుంది. రాష్ట్రంలో ముఖ్యమంత్రి గా మళ్ళీ జగనన్న వస్తేనే మీకు అందించిన సంక్షేమ పథకాలు అమలు పాలనతో పాటు మరింత సుపరిపాలన అందించడం జరుగుతుంది. లేదంటే గతంలో మాదిరిగా కాళ్ళు అరిగేలా తిరిగే పరిస్థితి లంచాలు ఇవ్వడం ఇలా ప్రతిది నరకం చూడటమే కనుక మీకు అన్నం పెట్టి వారు కావాలో సున్నం పెట్టే వారు కావాలో మీకు మీరుగా ఆలోచించుకొని భీమిలీ లో ఫ్యాన్ గుర్తు పై ఓటేసి నన్ను మూడోసారి ముచ్చటగా యంయల్‌ఏగా, విశాఖ జిల్లా యంపి అభ్యర్థి బొత్సా ఝాన్సీ ని అఖండ మెజారిటీతో గెలుపించాలని గెలిపించాలని అభ్యర్థిస్తూ మాట్లాడారు.

ఈ ప్రచార కార్యక్రమంలో పద్మనాభం మండలం పాట్నూరు గ్రామ సర్పంచ్ బి గురునాయుడు పద్మనాభ మండల వైసీపీ ఉపాధ్యక్షులు బూసు అప్పారావు వైసిపి శ్రేణులు, ఆయా ఆయా పదవుల్లో ఉన్న వారు, సచివాలయం కన్వినర్‌లు, గృహ సారథులు, కార్యకర్తలు అభిమానులు ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

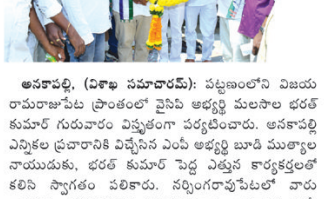
ఎస్వీఎస్ఎన్ రాజు సంస్మరణ సభ

రాంబిల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ టీచర్స్ ఫెడరేషన్ రాంబిల్లి మండల శాఖ పూర్వ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎస్వీ ఎస్ఎన్ రాజు ఇటీవల మరణించిన సంగతి తెలిసిందే. ఆయన సంస్మరణ సభను రాంబిల్లిలో వారి స్వగృహంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ టీచర్స్ ఫెడరేషన్ రాంబిల్లి మండల శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. ఈ సభలో ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన ఉత్తరాంధ్ర ఉపాధ్యాయ శాసనమండలి సభ్యులు పాకలపాటి రఘువర్మ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రాంబిల్లి మండలం ఏపీటీఎఫ్ బాధ్యులుగా ఉపాధ్యాయులకు విశేషమైన సేవలను అందించారని వారి మరణం ఉపాధ్యాయ లోకానికి తీరని లోటని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ సమావేశానికి అధ్యక్షత వహించిన ఏపీటీఎఫ్ రాష్ట్ర కౌన్సిలర్ కొలగాని శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ ఎస్వీ ఎస్ ఎన్ రాజు మరణం వారి కుటుంబ సభ్యులకే కాక మండలం లో పనిచేసిన ఉపాధ్యాయులందరికీ తీరని లోటని వారి రిటైర్మెంట్ ఫంక్షన్ను జరుపుకోవలసిన తరుణంలో వారి సంస్మరణ సభను జరుపుకోవాల్సి రావటం చాలా బాధాకరమని అన్నారు. ఈ సమావేశంలో ఏపీ టీచర్స్ ఫెడరేషన్ పూర్వ రాష్ట్ర కార్యదర్శి వెంకటపతి రాజు, ఏపీటీఎఫ్ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు ధర్మారావు, మండల విద్యాశాఖ అధికారి 1 మల్ల సూర్యారావు, మండల విద్యాశాఖ అధికారి 2 సూర్యనారాయణ, ఎస్వీ ఎస్ఎన్ రాజు సేవలను కొనియాడారు. రాంబిల్లి మండల శాఖ అధ్యక్ష ప్రధాన కార్యదర్శులు కిరణ్, అప్పాజీ, ధనుంజయ్, సంజీవ నాయుడు, జగన్నాథ రాజు, కామరాజు, పిఆర్కే రాజు పాల్గొన్నారు. ఈ సంస్మరణ సభలో వివిధ మండలాల ఉపాధ్యాయులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని ఎస్వీ ఎస్ఎన్ రాజుకి నివాళులు అర్పించారు.

సంక్షేమ పథకాలకు స్ఫూర్తి ప్రదాత సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతి పేదవాడిని లక్షాధికారిగా చేసిన ఘనత సీఎం జగనన్నదే అని, పార్లమెంట్ సభ్యులు, తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త ఎంవివి సత్యనారాయణ అని అన్నారు. ఈ మేరకు గురువారం విశాఖ స్థానిక జీవీఎంసీ 17వ వార్డు ఎంపీపీ కాలనీ సెక్టార్-05లో నిర్వహించిన ఎన్నికల ప్రచారం వార్డు కార్పొరేటర్ గేదెల లావణ్య నాగరాజు అధ్యక్షంలో ఏర్పాటు చేసిన ఎన్నికల ప్రచారంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ, ఎంవివి మాట్లాడుతూ సంక్షేమ పథకాల స్ఫూర్తి ప్రదాత వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డికి అండగా నిలిచి రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికలలో ఏపీ సీఎం జగనన్నకు మద్దతు తెలపాలని అదేవిధంగా తూర్పు నియోజకవర్గంలో ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా పోటీ చేస్తున్న తమకు మద్దతు తెలపాలని గడవగడపకు వెళ్లి పార్లమెంట్ సభ్యులు, వైసీపీ,తూర్పు YCP, MLA అభ్యర్థి ఎంవివి సత్యనారాయణ తెలిపారు. విశాఖ - తూర్పు నియోజకవర్గంలో ప్రచారానికిగాను ప్రజలనుండి విశేష స్పందన లభిస్తోందని అన్నారు. కార్యక్రమంలో వివిధ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు మహిళలు పార్టీ శ్రేణులు, అభిమానులు, పలు కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్లు, చైర్మన్లు, వివిధ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు, పార్టీ శ్రేణులు, మహిళలు పాల్గొన్నారు.

వైసిపి ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులకు బ్రహ్మరథం పట్టిన ప్రజలు



అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని విజయ రామరాజుపేట ప్రాంతంలో వైసిపి అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ గురువారం విస్తృతంగా పర్యటించారు. అనకాపల్లి ఎన్నికల ప్రచారానికి విచ్చేసిన ఎంపీ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాల నాయుడుకు, భరత్ కుమార్ పెద్ద ఎత్తున కార్యకర్తలతో కలిసి స్వాగతం పలికారు. నర్సింగరావుపేటలో వారు ఇరువురు గడపగడపకు కలియతిరిగారు. అనకాపల్లి ఎంపీ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాల నాయుడు ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ ఎన్నికల ప్రచారంలో ఈ ప్రాంత ప్రజలు హారతులు పట్టారు.

ఈ సందర్భంగా అనకాపల్లి ఎంపీ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాల నాయుడు మాట్లాడుతూ

వైసిపి సంక్షేమ పథకాలే తమ విజయానికి బాటలు గా పని చేస్తాయని అన్నారు. ఎక్కడ చూసినా ఫ్యాను గాలి వీస్తుందన్నారు. అనకాపల్లి వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ ప్రజా సంక్షేమమే జగనన్న లక్ష్యం అన్నారు. జగనన్న పాలనలో ప్రజల కుటుంబాలకు మంచి జరిగిందని మరోసారి జగనన్నను ముఖ్యమంత్రిగా చూసేందుకు అనకాపల్లి ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే స్థానాలను అఖండ మెజారిటీతో గెలిపించుకునే బాధ్యత ప్రజలదేనన్నారు. గడప గడపకు ప్రచారంలో భాగంగా నాయకులు చిరు వ్యాపారస్తులను కలిసి సాధక బాధకాలను తెలుసుకున్నారు. ప్రజలు స్వచ్ఛందంగా బయటకు వచ్చి నాయకుల ప్రచారాన్ని ఆసక్తిగా తిలకించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీ ఇన్ లాండ్ వాటర్ వేస్ అథారిటీ చైర్మన్ దంతులూరి దిలీప్ కుమార్, వైసిపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి పలకా రవి, అనకాపల్లి పట్టణ అధ్యక్షుడు మందపాటి జానకిరామ రాజు, జాజుల రమేష్, దొడ్డి శ్రీను, మార్కెట్ కమిటీ మాజీ చైర్మన్ పలకా యశోద, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాజ్యసభ సభ్యురాలిగా సోనియాగాంధీ ప్రమాణస్వీకారం

న్యూఢిల్లీ : రాజ్యసభ సభ్యురాలిగా కాంగ్రెస్ అగ్ర నాయకురాలు సోనియాగాంధీ గురువారం ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. సోనియా గాంధీతో రాజ్య సభ చైర్మన్ జగదీప్ ధన్‌ఖడ్ ప్రమాణ స్వీకారం చేయించారు. సోనియా గాంధీ రాజ్యసభ సభ్యురాలిగా బాధ్యతలు చేపట్టడం ఇతే తొలిసారి. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఐసీసీ మల్లిఖార్జున ఖర్గే, ప్రియాంక గాంధీ, ఇతర కాంగ్రెస్ ముఖ్య నేతలు పాల్గొన్నారు.

టాలీవుడ్ స్టార్ విజయ్ దేవరకొండ సందడి చేసిన ఫ్యామిలీ స్టార్తో ఉగాది ఉమ్మడి కుటుంబం, ఈ ఆదివారం సాయంత్రం 6 గంటలకు, మీ జీ తెలుగులో!

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వైవిధ్యమైన కార్యక్రమాలతో తెలుగు ప్రేక్షకులను అలరిస్తున్న ప్రముఖ ఛానల్ జీ తెలుగు. ప్రతిరోజూ ఆసక్తికరమైన సీరియల్స్, వారాంతాల్లో సరికొత్త సినిమాలతో పాటు పండుగలకు ప్రత్యేక కార్యక్రమాలతో ప్రేక్షకులకు అంతులేని వినోదం పంచుతున్న జీ తెలుగు ఈ ఉగాదికి మరో అదిరిపోయే కార్యక్రమంతో వచ్చేస్తోంది. టాలీవుడ్ స్టార్ విజయ్ దేవరకొండ ముఖ్యఅతిథిగా తెలుగు నూతన సంవత్సరాది ఉగాది పండగ ఉత్సవం ఫ్యామిలీ స్టార్తో ఉగాది ఉమ్మడి కుటుంబం, ఏప్రిల్ 07 ఆదివారం సాయంత్రం 6 గంటలకు, మీ జీ తెలుగులో!

నూతన సంవత్సరాది ఉగాది పండగని జీ తెలుగు నటీనటులందరూ ఘనంగా జరుపుకున్న ఈ ప్రత్యేక కార్యక్రమంలో హీరో విజయ్ దేవరకొండ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై సందడి చేశారు. జీ తెలుగు తారలతో కలిసి విజయ్ చేసిన డ్యాన్స్ అందరినీ ఆకట్టుకుంది. ఇక డ్రామా జూనియర్స్ పిల్లలు విజయ్ దేవరకొండ కోసం ప్రత్యేకంగా చేసిన స్కిట్ ప్రేక్షకులను మంత్రముగ్ధులను చేస్తుంది. నరదాలతో సంబరంగా సాగే ఈ కార్యక్రమంలో విజయ్ దేవరకొండ నటించి తాజా చిత్రం ఫ్యామిలీ స్టార్ ట్రైలర్ను ప్రదర్శించారు.

జీ తెలుగు నటీనటులు, ప్రముఖ సినీతారలతో సందడిగా సాగిన ఈ కార్యక్రమంలో రాశి, కస్తూరి, సితార, నాగినీడు, ఇషా చావ్లా, దీప్తి మన్నె, అనిల్ పంటల పాటేలో పాల్గొన్నారు. ఇక ఈ కార్యక్రమంలో ప్రముఖ కమెడియన్ అలీ సంభాషణలు నవ్వులు పంచుతాయి. రెట్రో స్పెషల్ స్కిట్స్‌లో ఎన్టీఆర్-సావిత్రిగా రాఖీ-బళ్ళారి, కృష్ణ-జయప్రదగా యశ్వంత్-సుస్మిత, కృష్ణంరాజు-జయసుధగా రమ-గౌతమి, ఏఎన్నార్-శ్రీదేవిగా మనోజ్- సౌందర్య ప్రత్యేక ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకున్నారు. వేలు స్వామిగా బిత్తిరి సత్తి తనదైన శైలిలో పంచాంగం చెప్పి కడుపుబ్బా నవ్వించారు. ఆపికా పదుకొణె, తేజస్విని జుగల్బందీ డాన్స్ కాంపిటిషన్ అందరినీ ఆకట్టుకుంటుంది. తదనంతరం, ప్రతి ఆదివారం రాత్రి 9 గంటలకి ప్రేక్షకులని అలరిస్తున్న సూపర్ జోడి ఈవారం మృణాల్ ఠాకూర్ రాకతో జోడీలు మరింత జోష్ పెంచారు. ఆటలు, పాటలు, అల్లరి, అద్భుత ప్రదర్శనలు, సరదా సంబరాలతో సాగిన ఈ ఉగాది ప్రత్యేక కార్యక్రమాలని మీరూ తప్పక చూడండి.

పెన్షన్ పేరుతో వైసిపి చేస్తున్న రాజకీయాన్ని అవ్వ తాతలు గమనిస్తున్నారు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏప్రిల్ ఒకటో తేదీన పెన్షన్ అందక చనిపోయిన వారిని ప్రభుత్వ హత్యలుగా పరిగణించాలని తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి పార్లమెంటు మీడియా కోఆర్డినేటర్ కొణతాల వెంకటరావు అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి శవ రాజకీయాలు చేయడానికి ఈ ఎన్నికల్లో సిద్ధమయ్యారని దానికి ఉదాహరణగా ఏప్రిల్ ఒకటవ తేదీని ఇవ్వాల్సిన పెన్షన్ దారులకు ఇవ్వవలసిన సొమ్మును ఏర్పాటు చేయకుండా వారికి ఇవ్వవలసిన డబ్బులు కాంట్రాక్టర్లకు చెల్లించి సాక్షి పేపర్లో పెన్షన్ దారులకు ఏప్రిల్ మూడో తేదీన ఇస్తామని ప్రకటన చేసి చంద్రబాబు నాయుడు అడ్డుకుంటున్నారని తన నైజాన్ని బయట పెట్టుకుంటున్నారని విమర్శించారు. వాలంటీర్లు తమ పార్టీ కార్యకర్తలగా జగన్ రెడ్డి,విజయ్ సాయి రెడ్డి అనేక సందర్భాల్లో చెప్పారని, వారు పనితీరులో మార్పులు రాకపోవడం వల్ల ఎన్నికల కమిషన్ ఎన్నికల్లో పనిచేయడానికి దూరం పెట్టారని, దాన్ని రాజకీయంగా వాడుకోవడానికి వారిచేత రాజీనామాలు చేయించి ఎన్నికల్లో పని చేసినట్లయితే మరలా మన ప్రభుత్వం వస్తుందని మిమ్మల్ని మరల ఉద్యోగాలకు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా వారిచేత రాజీనామాలు చేయిస్తున్నారని వెంకటరావు మండి పడ్డారు. ఒకపక్క ఎన్నికల కమిషన్ ఉద్యోగులను పేంఛన్లు పంపిణీ చేయాలని, పూర్తిస్థాయి ఉద్యోగులు కానీ వాలంటీర్లను కాదని ఎన్నికల సంఘం స్పష్టం చేసినప్పటికీ వైసిపి ప్రభుత్వం చీఫ్ సెక్రటరీ, సెర్ప్ ముఖ్య కార్యదర్శి రఘురామిరెడ్డి వ్యతిరేకించారని మార్చి 31వ తేదీన పెన్షన్ దార్లకు చెల్లించవలసిన సొమ్మును ఏర్పాటు చేయకుండా కాలయాపన చేసి ప్రతిపక్షాలు అడ్డుకుంటున్నారని ప్రభుత్వ అధికారులు ప్రకటన చేయడం వైసీపీకి జగన్ రెడ్డికి అనుకూలంగా పని చేస్తున్నారని వీరిపై ఎన్నికల కమిషన్ చర్యలు తీసుకోవాలని వెంకటరావు డిమాండ్ చేశారు. పేంఛన్లు విషయంలో జగన్ రెడ్డి ప్రభుత్వం నీచ రాజకీయాలు చేస్తుందని, జగన్ రెడ్డి జీవితమంతా అబద్ధ ప్రచారాలు, అసత్యాలు మాట్లాడుతూ బూటకపు రాజకీయాలు ప్రజలు గమనిస్తున్నారన్నారు. వృద్ధులను చంపి టిడిపిని దోషిగా నిలబెడుతున్నారని, ప్రతిపక్షాలను దూషించేందుకే వైసీపీ ప్రభుత్వం పేంఛన్లను ఆపివేసి రాజకీయాలు చేస్తున్నారని, ఏపీలో రోజుకు ముగ్గురు రైతులు ఆత్మహత్యలు చేసుకున్న ప్రభుత్వంలో చలనం లేదని పేదలకు అన్యాయం చేస్తూ జగన్ రెడ్డి పెత్తందారులతో పోరాటం చేస్తున్నామని అసత్యాలు మాట్లాడుతూ ప్రతిపక్షాలను ఎదుర్కొనే దమ్ము లేక ఒంటరిగా పోరాటం చేస్తున్నామని నాంగనాచి మాటలు మాట్లాడి ప్రజల సానుభూతు కోసం వగల ఏడుపులు జగన్ ఏడుస్తున్నారని వెంకటరావు ఎద్దేవా చేశారు. ఇప్పటికే జగన్ పై ప్రజా వ్యతిరేక తీవ్ర స్థాయిలో ఉందని రానున్న ఎన్నికల్లో ఓటమి భాయమని వైసిపి కనుమరుగవడం తద్యమని వెంకటరావు జ్యోస్యం చెప్పారు.

వైసీపీలోకి 35వ వార్డు టిడిపి నేతలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జివిఎంసి 35వ వార్డుకు చెందిన టిడిపి నేతలు ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ సమక్షంలో వైసిపి తీర్థం పుచ్చుకున్నారు. ఆశీలమెట్ట దక్షిణం వైసిపి కార్యాలయంలో గురువారం ఉదయం 35వ వార్డు వైసిపి అధ్యక్షుడు అలువున కనక రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో సర్దార్ వల్లభాయ్ పూర్ణ మార్కెట్ వర్తక సంఘం సభ్యులు సుమారు వందమంది పార్టీలో చేరారు. వారికి కండువా కప్పి వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా కనక రెడ్డి తో కలిసి 35వ వార్డు వైసీపీ సీనియర్ నాయకులు ఆది విష్ణు రెడ్డి, వాసర్ల సుబ్రహ్మణ్యం ఎమ్మెల్యేకు కండువా కప్పి సత్కరించారు. పూర్ణ మార్కెట్ వర్తక సభ్యులు మాట్లాడుతూ వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ దక్షిణ నియోజకవర్గంలో చేసిన అభివృద్ధి, సొంత నిధులతో పేదలకు అందిస్తున్న సేవకు ఆకర్షితులై పార్టీలో చేరడం జరిగిందన్నారు. టిడిపి చంద్రబాబును నమ్ముకొని మోసపోయామన్నారు. వైసీపీలో ఉన్నప్పటికీ పార్టీలు చూడకుండా వాసుపల్లి తమకు చేసిన మేలుకు రుణపడి ఉంటామన్నారు. తమ ఓటు ద్వారా ఫ్యాన్ గుర్తుపై వేసి అఖండ మెజార్టీతో గెలిపించుకుంటామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పూర్ణ మార్కెట్ వర్తక సంఘం సభ్యులు గుజ్జు శ్రీనివాస్, రెడ్డి నాయిన, సురేష్, చిన్న బాబు, రమణమ్మ, దేవి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈ నెల 19న క్రైమ్ కామెడీ చిత్రం 'పారిజాత పర్వం' విడుదల

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రేక్షకులకు మంచి వినోదం పంచనున్న క్రైమ్ కామెడీ చిత్రం పారిజాత పర్వం సినిమా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఈ నెల 19వ తేదీన విడుదల చేయనున్నట్లు నిర్మాత వనమాలి క్రియేషన్స్ పద్మ తెలిపారు. ఈ చిత్రం ప్రమోషన్ సందర్భంగా గురువారం నగరంలోని నిరిపురం జంక్షన్ వద్ద గల ఒక హోటల్లో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో సినీ బృందం సభ్యులు పాల్గొన్నారు. రెగ్యులర్ చిత్రాలకు భిన్నంగా పారిజాతపర్వం నిర్మించామని, తప్పకుండా ప్రేక్షకుల ఆదరాభిమానాలు మూట గొంటామని తెలిపారు. ప్రముఖ నటుడు సునీల్, శ్రద్ధాదాస్, ప్రధాన పాత్రల్లో సంతోష్ కంభంపాటి దర్శకత్వంలో రూపొందిన ఈ పారిజాత పర్వం సినిమా ఈ నెల 19వ తేదీన ప్రపంచ వ్యాప్తంగా విడుదల కానుందన్నారు. ఈ చిత్రంలో వైతన్య రావు మదాది, మాళవిక సతీషన్, వైనా హర్ష, శ్రీకాంత్ అయ్యంగార్ నటించారన్నారు. సినిమా ఆద్యంతం ప్రేక్షకులకు మంచి వినోదం, ఆహ్లాదం, ఆనందం కలిగిస్తుందని గట్టి నమ్మకంతో ఉన్నామన్నారు. సినిమా డైరెక్టర్ సంతోష్ మాట్లాడుతూ ఇది కిడ్నాప్ డ్రామా కథనంతో కూడిన సినిమా అన్నారు. ఆద్యంతం హాస్య కథలో కూడిన ఈ సినిమాను గత పదేళ్లలో రాని కథతో నిర్మించామన్నారు. ప్రేక్షకులకు తప్పకుండా నచ్చుతుందన్న నమ్మకంతో వున్నామన్నారు. ఎవరు ఎవరిని కిడ్నాప్ చేస్తారు అన్నది తెరమీద హాస్యభరితంగా ఉంటుందన్నారు. ఈ సినిమాకు నూతన సంగీత దర్శకుడు రీ సంగీతం అందించారన్నారు. హీరోయిన్ శ్రద్ధాదాస్ మాట్లాడుతూ, పారిజాత పర్వం టైటిల్ ఆసక్తి కరమైన టైటిల్ అనియు, ఇది నటనకు ఆస్కారం వున్న పాత్రన్నారు. తనకు తెలుగులో కొంత గ్యాప్ వచ్చినా నరే కన్నడ, తమిళ భాషల్లో సినిమాలు చేశానన్నారు. హీరో వైతన్యరావు మదాది మాట్లాడుతూ, విశాఖ తనకు ఎంతో ఇష్టమైన, ప్రత్యేక నగరమన్నారు. సునీల్ కొంత విరామం తరువాత ఇందులో మంచి కామెడీ పండించే పాత్రలో నటించారు. హర్ష సుందరం మాస్టర్ సినిమాల తరువాత మరో మంచి పాత్ర చేశారని ప్రశంసించారు. త్వరలోనే ఈ సినిమా ట్రైలర్ విడుదల చేస్తామన్నారు. నటుడు వైనా హర్ష మాట్లాడుతూ తమ చిత్ర యూనిట్ తిరుపతి, విశాఖ సహా అన్ని జిల్లాల్లో ప్రమోషన్ చేస్తున్నామన్నారు. విశాఖలో మంచి టాక్ వస్తే సినిమా ఘన విజయం సాధించినట్టే భావిస్తామన్నారు.

పక్షవాత బాధితునికి డి.వి.ఆర్. ఫౌండేషన్ ద్వారా పింఛన్ అందజేసిన రత్నాకర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): కశింకోట మండలం నర్సింగబిల్లి శివారు చింతలపాలెం గ్రామంలో పక్షవాతంతో బాధపడుతున్న బొద్దూరి వెంకటరావుకు తెలుగుదేశం పార్టీ జిల్లా మాజీ అధ్యక్షులు దాడి రత్నాకర్ 2,550 రూపాయల నగదును గురువారం అందజేశారు. బాధితుడు వెంకటరావుకు అర్థాళ్ల కిందట పక్షవాతం సోకి శరీరం చచ్చుబడింది. గ్రామ పెద్దలు ద్వారా విషయం తెలుసుకున్న దాడి రత్నాకర్ పక్షవాత బాధితుడు వెంకట్రావు స్వగృహానికి వెళ్లారు. వారి ఆర్థిక ఇబ్బందులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. తమ డి.వి.ఆర్. ఫౌండేషన్ ద్వారా బాధితునికి నెలనెలా పింఛను ఇచ్చేందుకు నిర్ణయించారు. వచ్చే నెల నుంచి పింఛను రూపంలో 2,550 రూపాయలను బ్యాంకు అకౌంటులో జమ చేస్తామని చెప్పారు. బాధితుడు వెంకటరావు కుమార్తె పూజత ఎంతవరకు చదువుకుంటే అంతవరకు తమ ఫౌండేషన్ ద్వారా ఆర్థిక సాయం అందిస్తామన్నారు. గ్రామంలో చదువుకునేందుకు ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు పడుతున్న విద్యార్థులకు సాయం చేసేందుకు తమ ఫౌండేషన్ ద్వారా సాయం అందిస్తామని దాడి రత్నాకర్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ పెద్దలు, మాజీ ఎంపీటీసీ సభ్యులు మజ్జి కుమార్, చింతలపాలెం మాజీ సర్పంచులు కర్రి దుర్గ నాయుడు, వేగి దొర బాబు, జెర్రిప్రోలు నూకనాయుడు, ఉప సర్పంచి పల్లా అప్పలకొండ, చెరపల్లి శ్రీనివాసరావు, గేదెల శేషు, పాల సంఘం అధ్యక్షులు కసిరెడ్డి కన్నయ్య, మాలి నాయుడు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాబూ జగ్జీవన్‌రామ్ సమతావాది, సంస్కరణవాది

నేడు జయంతి

సామాజిక, రాజకీయ ఉద్యమాలను ఏక కాలంలో నడిపిన యోధుడు. దళితుల అభ్యున్నతికై పని చేస్తూ వారిని సామాజికంగా బలవంతుల్ని కావించే సాంస్కృతిక ఉద్యమాలూ నిర్వహించారు. విద్యార్థి దశ నుంచే కలకత్తాలో గురు రవిదాస్ జయంతి ఉత్సవాలను నిర్వహిస్తూ సాంస్కృతిక పునరుజ్జీవనానికి పాటు పడ్డారు. మరోవైపు గాంధీ వంటి మహనీయుల ప్రోద్బలంతో స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో కీలకపాత్ర పోషిస్తూ.. తన జాతి జనులు సైతం ఉద్యమంలో పాల్గొనేట్టు ప్రేరేపించారు. దేశ చరిత్రలో 'బాబూజీ'గా ప్రజలు పిలుచుకున్న నాయకులు ఇద్దరే. అందులో ఒకరు మహాత్మాగాంధీ కాగా, మరొకరు బాబూ జగ్జీవన్‌రామ్.

ఆయన సామాజిక న్యాయ సాధకుడిగా యోధునిలా పనిచేశారు. తన 28వ ఏటనే బిహార్ లెజిస్లేటివ్ కౌన్సిల్‌కి ఎంపికై అణగారిన వర్గాల సమాఖ్య తరపున వారి గొంతును వినిపించారు. ఈ క్రమంలోనే 1935లో 'హామండ్ కమిషన్' ముందు హాజరై మొదటిసారిగా అంటరాని వర్గాలకు ఓటుహక్కు, కావాలని డిమాండ్ చేశారు.

విలక్షణ వ్యవహార దక్షత కలిగిన జగ్జీవన్‌రామ్ బిహార్‌లోని కుగ్రామం 'చాంద్వా'లో 1908, ఏప్రిల్ 5న జన్మించారు. కలకత్తా విశ్వవిద్యాలయంలో చదువుకునే రోజుల్లోనే 'అఖిలభారత రవిదాస్ మహాసభ'ను ఏర్పాటు చేశారు. గాంధీ ద్వారా ప్రేరణపొంది ఆయన అను యాయిగా అనేక స్వాతంత్ర్య, రాజకీయ, సామాజిక ఉద్యమాల్లో పాల్గొన్నారు.

'క్విట్ ఇండియా' ఉద్యమంలో అత్యంత చురుకైన పాత్రపోంచి 1942 ఆగస్టులో అరెస్టయ్యారు. కుల, మత, భాష ప్రాతిపదికన విభజించి పాలించే బ్రిటిష్ వారి పరిపాలన ఎత్తుగడలను ఎండగట్టారు. గాంధీ నెలకొల్పిన 'అంటరానితనం వ్యతిరేక సమాఖ్య' ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో అహ్వానితుడిగా సుదీర్ఘ ఉపన్యాసం చేశారు. మరోవైపు అగ్రవర్ణ హిందువుల్లో మార్పు తీసుకురావడం ద్వారానే సమాజంలో సమానత్వం సిద్ధిస్తుందనీ, తద్వారా అన్ని సామాజిక వర్గాలూ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో భాగస్వాములవుతాయనీ, అదే స్వాతంత్ర్య సిద్ధికి బాటలు వేస్తుందనీ వక్కాణించారు. అణగారిన వర్గాల ప్రజలకు బహిరంగ ప్రదేశాల్లో సంచరించే అవకాశం ఉండాలనీ, బడి, గుడి, బావులు అందరికీ అందుబాటులో ఉన్నప్పుడే మానవులందరికీ సమాన హక్కులు లభ్యమవుతాయనీ పేర్కొన్నారు. ఇంతటి గొప్ప ఉపన్యాసం చేసిన జగ్జీవన్ ఉపన్యాస పటిమను మెచ్చుకున్న మదన్ మోహన్ మాలవీయ 'దళిత బంధువులు స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో పాల్గొంటే నేను వారి పాదధూళిని నా నుదుటిపై రాసు కుంటాన'ని అన్నారు.

దళిత వ్యవసాయ కూలీల పిల్లలకు ఉచితవిద్య అందించడం, హాస్టల్ సౌకర్యం, స్కాలర్ షిప్స్ ఇవ్వడం వంటి కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం ద్వారానే సాధ్యమవుతుందని చెప్పారు. 'భేతిహార్ మజ్‌దూర్ సంఘం' ద్వారా భూమిలేని కార్మికులకు, వ్యవసాయ కూలీలకు తగు వేతనాలు చెల్లింపునకై ఉద్యమించారు.

రాజ్యాంగ రూపకల్పనలో పలు కమిటీల్లో కీలక భూమిక నిర్వహించారు. ముఖ్యంగా మైనారిటీ హక్కుల సబ్ కమిటీలోనూ, సలహా కమిటీలోనూ కీలక పాత్ర పోషించారు. తన సోదరుడు, అసమాన ప్రతిభావంతుడు అయిన డా.బీఆర్ అంబేద్కర్‌ను రాజ్యాంగ రచనా సంఘం అధ్యక్ష బాధ్యతలు చేపట్టేందుకు తన వంతుగా నెహ్రూ, గాంధీ, పటేల్ వంటి మహా మహులను ఒప్పించిన రాజకీయ నేర్పరి జగ్జీవన్‌రామ్.

బిహార్ లెజిస్లేటివ్ కౌన్సిల్‌కి ఎంపికయింది మొదలు దాదాపు ఐదు దశాబ్దాలపాటు పార్లమెంటేరియన్‌గా కొనసాగారు.

దేశ మొట్టమొదటి దళిత ఉప ప్రధానిగా, మంత్రిగా భారతదేశాభివృద్ధికి పలు విధాల తోడ్పాటు అందించారు.

వ్యవసాయ శాఖమంత్రిగా ఉన్నప్పుడు హరిత విప్లవానికి నాందిపలికి ఆహా రోత్పత్తిని పెంపొందించారు. ప్రజాపంపిణీ వ్యవస్థను ప్రవేశపెట్టి నిరుపేదల ఆకలి తీర్చేందుకు శ్రికారం చుట్టారు. స్వామినాథన్ వంటి ప్రముఖ వ్యవసాయ శాస్త్రవేత్తను వెలుగులోకి తెచ్చిన దార్శనికుడు.

కేంద్ర కార్మికశాఖ మంత్రిగా కనీస వేతనాలు చట్టం, పారిశ్రామిక వివాదాల చట్టం, ఇండియన్ ట్రేడ్ యూనియన్ (సవరణ) చట్టం, బోనస్ చెల్లింపుల చట్టం వంటి వివిధ కార్మిక చట్టాలను తెచ్చారు.

రైల్వేశాఖ మంత్రిగా రైల్వేలను ఆధునికీకరించి రైల్వే చార్జీల భారం పేదవాళ్ళపై పడకుండా సంస్కరణలు చేపట్టారు.

దేశ రక్షణశాఖ మంత్రిగా పాకిస్తాన్‌తో యుద్ధం సమయంలో సియాచిన్ పర్వత శ్రేణుల్లో సైనికులతో కలిసి తిరిగారు.

యుద్ధం గెలిచి బంగ్లాదేశ్ ఆవిర్భావానికి బాటలు వేశారు.

అజాతశత్రువుగా భారత రాజకీయ, సామాజిక రంగాల్లో వెలుగొందిన జగ్జీవన్‌రామ్ తన 78వ ఏట కన్నుమూశారు.

Sugar Free Fitearly | సడిపయస్సులకు దివ్య శక్తి ఫిట్ ఎర్లీ | थकावट से सत्वर उपसमन फिट एर्ली

వివిధ వృత్తి, ఉద్యోగాలలో అలసటకు లోనై నీరసించి పోతున్నారా?

మందులు మింగలేక, చక్కెరతో కూడిన ఎనర్జీ బూస్టర్లు సేవించలేకపోతున్నారా?

దిగులు చెందకండి.

"ఫిట్ ఎర్లీ" మిమ్మల్ని నిరంతరం శక్తివంతం గాను, ఉత్సాహవంతంగాను ఉంచుతుంది.

సోయప్రోటీన్, వే ప్రోటీన్, బ్రాహ్మి, హరితకి, సీ భక్తారన్, శొంఠి, తులసి, అశ్వగంధ

తదితర హిమాలయముల నుండి సేకరించిన విశిష్ట వన మూలిక సమ్మిళితమైన "ఫిట్ ఎర్లీ" విశిష్టానుభవం గల పరిశోధకులచే రూపొందించబడింది. అంతేకాక ప్రఖ్యాత వైద్యరంగ పరిశోధన శాలలో అన్ని విధములుగా పరీక్షించబడి సంతృప్తి కరమైన ఫలితాలను ప్రకటించు కోబడిన ఉపాహారం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో డీలర్‌షిప్ వివరాలకు సంప్రదించండి

ఎస్.వీరభద్రరావు : సెల్: 8247526179

ఈ-మెయిల్: surampudi43@gmail.com

HERBINDO LABS PRIVATE LIMITED ® HEALTH AND HAPPINESS

Compli

HERBINDO LABS PVT LTD.
2-2-642/1/1/1A, Sadguru Krupa, Street No 16, Amberpet, Hyderabad - 500013, Telangana, India
E-Mail: herbindolabs@gmail.com
Mob: +91 9704885252
GSTN: 36AAECH6684G1ZA
CIN: U24100TG2018PTC127052

అప్పన్న దేవస్థానంలో రెండేళ్ల పెండింగ్ పనులు పూర్తి చేయండి

సింహాచలం, (విశాఖ సమాచారమ్): సింహాచలం దేవస్థానంలో ఏళ్ల తరబడి పెండింగ్‌లో ఉన్న అభివృద్ధి పనులను తక్షణమే పూర్తి చేయాలని అప్పన్న ధర్మకర్తల మండలి సభ్యులు గంట్ల శ్రీను బాబు అలయ ఈఓ సింగం శ్రీనివాస్ మూర్తిని కోరారు. గురువారం. ఈవో శ్రీనివాస్ మూర్తిని కలిసి గతములో జరిగిన పలు సమావేశాల్లో ధర్మకర్తల మండలి తీర్మానించినప్పటికీ పూర్తికాని పెండింగ్ పనులు వివరాలను ఈవోకు శ్రీనుబాబు అందజేశారు. ఆయా పనులు పూర్తికావస్తే భక్తులకు ఉత్సవాలతో పాటు సాధారణ రోజుల్లో సైతం మరిన్ని సదుపాయాలు అందుబాటులోకి వస్తాయని శ్రీను బాబు ఈఓ కు వివరించారు. ఏళ్ల తరబడి. ఆయా పనులు పూర్తి కావడం లేదన్నారు. సింహగిరిపై తిరునామాలు ఏర్పాటు, స్వాగత ద్వారాలు ఏర్పాటు కలగా మారిపోయింది అన్నారు. ఉపాలయాల అభివృద్ధి పనులు, మాధవధార వేణు గోపాల స్వామి ధ్వజస్తంభం మార్పిడి, భైరవాక రహదారి పనులు, నగరంలోని ప్రహ్లాద మండపం స్వాధీనం అభివృద్ధి, దేవస్థానం సత్రాల్లో మెరుగైన వసతులు కల్పన, పరాహ పుష్కరిణి ఘాట్ పనులు, అడవివరం స్మశాన వాటికకు వెళ్లే రహదారి, అమ్మవార్లు అలయ అభివృద్ధి, అనేక పనులు ఇంకా పెండింగ్‌లో ఉన్నాయన్నారు. అయితే గతంలో ప్రారంభించి నిలిచిన పనులు మాత్రమే తాను వెంటనే పూర్తి చేయాలని కోరుతున్నట్లు చెప్పారు. నూతన అభివృద్ధి పనులు ఎన్నికలు కోడ్ ముగిసిన తర్వాత చేపట్టాలని ఈఓను శ్రీను బాబు కోరారు. తాను అందచేసిన తీర్మానాలను పరిశీలిస్తానని ఈఓ చెప్పారని శ్రీను బాబు తెలిపారు.

ప్రజాసమస్యల పరిష్కారమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తాం

సీఎం రమేష్ తనయుడు రుత్విక్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఈ ఎన్నికల్లో తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి ఉమ్మడి అభ్యర్థులైన సీఎం రమేష్, కొణతాల రామకృష్ణలను గెలిపించి నట్లయితే స్థానిక సమస్యలను ఎక్కడి కక్కడే పరిష్కరించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామని పార్లమెంటు అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ తనయుడు రిత్విక్ ఓటర్లకు హామీ ఇచ్చారు. పాత 27వ వార్డు జగన్నాథ్ థియేటర్ వద్ద నుండి శ్రీ నూకంబిక నగర్, చదరం వారి వీధి, కాంగ్రేగుల తౌడుబాబు కాలనీలో ఇంటింట ప్రచార కార్యక్రమం చేస్తుం డగా స్థానిక మహిళల నుండి విశేషమైన స్పందన రావడం చూసామని, కాంగ్రేగుల తౌడు బాబు కాలనీలో ప్రవే శించన తర్వాత కాంగ్రేగుల అరుణను ఓటు వేయమని అభ్యర్థించిన తర్వాత సీఎం రిత్విక్‌ను మా సొంత స్థలము కేటాయిస్తాం వాటర్ ట్యాంకును కట్టించి ఇవ్వగలరా అని అడుగగా రిత్విక్ సమాధానం ఇస్తూ మా సొంత నిధులతో వాటర్ ట్యాంక్‌ను నిర్మించి ఇస్తామని హామీ ఇచ్చారు. అక్కడ మహిళలందరూ చేత తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి ఉమ్మడి అభ్యర్థి ఆసెంబ్లీ అభ్యర్థి గుర్తు గ్లాసు, పార్లమెంటు అభ్యర్థి గుర్తు కమలం అని ఓటర్ల చేత నినాదాలు చేయించారు. వర్తక ప్రముఖులు బొడ్డేడ రాము, పెంటకోట మహేశ్వ రరావు, పెంటకోట శ్రీను, మల్ల సురేష్, బుద్ధ రమణజీ, మల్ల సురేంద్ర, కాంగ్రేగుల సత్యనారాయణ, పీలా సత్యనారాయణ, కొణతాల కారు బాబు, శరగడం కృష్ణ, బిశెట్టి టాటా, కాంగ్రేగుల సూరిబాబు, కైసర్ల లోకేష్, బిజెపి రాష్ట్ర నాయకులు కొణతాల అప్పలరాజు, జనసేన నాయకులు జక్కుల వెంకట గోపి, కాళి, వంశీ, తెలుగు మహిళలు కొట్టే ఉమా, కాయల ప్రసన్న లక్ష్మి, బిసెట్టి హేమ, కోరాకుల భారతి, శ్రీలక్ష్మి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జాతీయ యువజనోత్సవాలలో ఏయూకు పతకాలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జాతీయ స్థాయిలో ఇటీవల జరిగిన 37వ నేషనల్ యూత్ ఫెస్టివల్‌లో ఏయూ చిత్రకళాశాఖ విద్యార్థులు రెండు విభాగాలలో పతకాలను సాధించారు. పంజాబ్ రాష్ట్రం లూథియానా వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయంలో జరిగిన జాతీయ యువజనోత్సవాలు ఏయూ విద్యార్థులు తమప్రతిభను చాటారు. విభాగ విద్యార్థి కె.నాగ మణికంఠ క్లే మోల్డింగ్‌లో మూడవ స్థానాన్ని సాధించాడు. అదే విధంగా ఇనస్టలేషన్ పోటీలో ఏయూ విద్యార్థులు జె.రంగబాబు, యు.ఎం.ఎస్ నవ్య, బి.యూస్సీ, కె.రేణుకల బృందం రెండవ స్థానాన్ని సాధించారు. ఈ సందర్భంగా వీరిని ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి తన కార్యాలయంలో అభినందించారు. జాతీయ స్థాయిలో ఏయూ ప్రతిభను ఇనుమడింపచేసిన విభాగ విద్యార్థులను అభినందించారు. గతంలో వీరు ఏయూలో నిర్వహించిన సౌత్ జోన్ యూత్ ఫెస్టివల్‌లో పాల్గొని విజేతలుగా నిలచి జాతీయ స్థాయి పోటీలకు ఎంపికయ్యారు.

సుదీర్ఘ కాలం తరువాత ఏయూ జాతీయ స్థాయిలో పతకాలు సాధించడం పట్ల సంతోషం వ్యక్తం చేశారు.

కార్యక్రమంలో రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య ఎం.జేమ్సు స్టీఫెన్, ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య ఏ.నరసింహా రావు, విద్యార్థి వ్యవహారాల డీన్ ఆచార్య ఎన్.విజయ మోహన్, విభాగ విద్యార్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కూటమి నేతల వ్యాఖ్యలను ఖండించిన ఎమ్మెల్యే

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్డియే కూటమి నేతల పెద్దలు బుధవారం అచ్యుతాపురంలో నిర్వ హించిన సమావేశంలో ఎమ్మెల్యే యువి రమణ మూర్తి రాజు (కన్న బాబు) పై చేసిన విమర్శలపై గురువారం నియోజకవర్గ కేంద్రమైన యలమంచిలి వైసిపి పట్టణ కేంద్రంలో విలేఖరుల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఎన్డియే కూటమిలో భాగంగా నియో జకవర్గములో నిర్వహించిన సమా వేశంలో బయట నుంచి వచ్చిన వ్యక్తులు తనపై చేస్తున్న వ్యాఖ్యలు సరికావన్నారు. తానెవ్వుడూ చేసిన అభివృద్ధి, ఏ సమయంలోనైనా ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటానని మాత్రమే చెప్పుకుంటాను తప్ప ఏ పార్టీ నేతలను విమర్శించనన్నారు. అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సెగ్మెంట్‌లో ఉన్న 7 నియోజకవర్గ ప్రజలు కూడా తెలిసైన వాళ్ళని ఎక్కడి నుండో వచ్చి పోటీ చేసే నాయకులకు ఓటు వేయరన్నారు. ఇక యలమంచిలి గురించి చెప్పుకుంటే కూటమి నేతలలో అంతర్గత కుమ్ము లాటలు ఇప్పటికీ తగ్గలేదని ఆఖరికి కుర్చీలు కూడా విసురుకుంటు న్నారన్నారు. అలాగే వైసిపి తరుపున పార్లమెంట్ అభ్యర్థిగా బూడి ముత్యాలనాయుడు అందరికీ సూపరి చితులే కాకుండా ప్రతీ ఒక్కరికీ అందుబాటులో ఉండే వ్యక్తితో పాటుగా 7 నియోజక వర్గాల్లో ప్రతీ గ్రామం గురించి అవగాహన ఉన్న వ్యక్తి అన్నారు.

ఎమ్మెల్యేగా అంతే కాకుండా యలమంచిలి నియోజకవర్గములో ఈ 5 సంవత్సరాలలో ఎన్నో అభివృద్ధి పనులు చేశానని, ప్రజలందరికీ కన్న బాబు రాజు ఎమ్మెల్యే అయితేనే యల మంచిలి అభివృద్ధి చెందుతుందన్న విషయం తెలుసునన్నారు. ఈ ఎన్నికల్లో కూడా పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తల మద్దతుతో ప్రజల అండదండలతో భారీ మెజార్టీతో ఎమ్మెల్యేగా గెలుస్తానని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

ఈ సమావేశంలో మాజీ డిసిసిబీ చైర్మన్ యు సుకుమార్ వర్మ, ఎంపిపి బోడెపు గోవింద్, వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బొద్దపు యర్రయ్యదొర, మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ అరేపు గుప్తా, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్నికల శిక్షణకు ర్యాండమైజేషన్

విజయనగరం: ఎన్నికల శిక్షణా కార్యక్రమంలో పాల్గొనే పిఓలు, ఎపిఓలకు ర్యాండమైజేషన్ ద్వారా నియోజక వర్గాలను కేటాయించారు. జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి కలెక్టరేట్‌లోని ఎన్ఐసి కార్యాలయంలో, కంప్యూటర్ ద్వారా గురువారం ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిం చారు. ఈ ప్రక్రియ ద్వారా 2,152 మంది ప్రిసైడింగ్ అధికారులు, మరో 2,152 మంది సహాయ ప్రిసైడింగ్ అధికారులకు నియోజకవర్గాలను ఎంపిక చేశారు. వీరికి ఈనెల 13, 15 తేదీల్లో శిక్షణా కార్యక్రమాన్ని ఆయా నియోజకవర్గాల్లో నిర్వహిస్తారు. అదేవిధంగా ఎన్నికల విధుల్లో పాల్గొనేందుకు సుమారు 8,500 మంది అదనపు పోలింగ్ సిబ్బందిని ర్యాండమైజేషన్ ద్వారా ఎంపిక చేశారు. ఎన్నికల విధులకు ఎంపికైన పిఓలు, ఏపిఓలు, ఓపిఓలు ఈ నెల 15వ తేదీ లో పోస్టల్ బ్యాలెట్ కోసం ఫారమ్ 12(ఎ) ద్వారా సంబంధిత తాశిల్దార్లకు ధరఖాస్తు చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె.కార్తీక్, డియార్వో ఎస్జి అనిత, డిఐఓ నరేంద్ర, ఎన్నికల సూపరింటెండెంట్ ప్రభాకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేసవిలో వడ దెబ్బకు గురి కాకుండా అప్రమత్తంగా ఉండాలి

పార్వతీపురం రూరల్, (విశాఖ సమాచారమ్): వేసవిలో ప్రబలే ఆరోగ్య సమస్యలకు గురికాకుండా ప్రజలను అప్రమత్తం చేయాలని డివిఎం డాక్టర్ టి. జగన్ మోహనరావు రావు సూచించారు. ఎంఆర్ నగరంలో నిర్వహించిన ఫ్యామిలీ డాక్టర్ ప్రోగ్రాంను గురువారం ఆయన ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఆరోగ్య తనిఖీల వివరాలు,వైద్య పరీక్షలు పరిశీలించారు. అక్కడ ఓఆర్ఎస్ ప్యాకెట్లు లభ్యతను పరిశీలించారు. వేసవిలో అధిక ఉష్ణోగ్రతలు కారణంగా శరీరం నీటి శాతాన్ని కోల్పోతుందని, తద్వారా కూడా జ్వరాలు ప్రబలే అవకాశం ఉందని, కాబట్టి క్షేత్ర స్థాయిలో గానీ, ఆరోగ్య కేంద్రాల్లో గానీ జ్వరాలు గుర్తించేటప్పుడు మలేరియా, డెంగ్యూ సంబంధిత జ్వరమా లేదా డీహైడ్రేషన్, వడదెబ్బ, ఇతర కారణాల అని వెంటనే నిర్ధారణ చేయాలన్నారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ జగన్మోహన్ మాట్లాడుతూ ఎండతీవ్రత వల్ల శరీరం నీటిశాతాన్ని కోల్పోతుందని, అశ్రద్ధ చేస్తే వడదెబ్బకు గురయ్యే ప్రమాదం ఉందని కాబట్టి ఎండతీవ్రత సమయంలో బయట ఎక్కువ శారీరకశ్రమతో కూడిన పనులు చేయరాదని, ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో త్రాగు నీరు ఉంచుకోవాలన్నారు. కోల్పోతున్న నీటి శాతాన్ని ఎప్పటికప్పుడు నీరు,నిమ్మ రసం, మజ్జిగ, ఓఆర్ఎస్, కొబ్బరి నీళ్లు మొదలగు ద్రావణాలు తీసుకోవడం ద్వారా భర్తీ చేయాలన్నారు. ఎక్కువగా శాఖాహారం తీసుకోవాలని, శరీరాన్ని డీహైడ్రేట్ చేసే టీ, కాఫీ, కార్బొనేటెడ్ కూల్ డ్రింక్స్, నూనె వంటలు, ఎక్కువ కారం, ప్రోటీన్, క్రొవ్వు కలిగిన ఆహారపదార్థాలు మానుకోవాలన్నారు. వడదెబ్బకు గురయ్యే సమయంలో తలనొప్పి, తల తిరగడం, తీవ్రమైన జ్వరం, మత్తు నిద్ర, పాక్షికంగా అపస్మారక స్థితి మొదలగు లక్షణాలు ఉంటాయని, వెంటనే దగ్గర్లో చల్లని ప్రదేశానికి తీసుకువెళ్ళి, తడి గుడ్డతో శరీరాన్ని తుడుస్తూ ఉండాలని, స్పృహలో ఉన్నప్పుడు మాత్రమే నీరు మొదలగు ద్రావణాలు త్రాగించాలని, సాధారణ స్థితికి రాని యెడల దగ్గర్లో ఉన్న ఆరోగ్య కేంద్రానికి, ఆసుపత్రికి తరలించాలని సూచించారు. గర్భిణీలు, బాలింతలు, చిన్న పిల్లలు, వృద్ధులు మరింత జాగ్రత్తలు పాటించాలన్నారు. వేసవి జాగ్రత్తల పట్ల సిబ్బంది ఎప్పటికప్పుడు అవగాహన కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని, ఓఆర్ఎస్ ప్యాకెట్లు అందుబాటులో ఉంచాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైద్యాధికారి డాక్టర్ వి.అనూష, ఆరోగ్య కార్యాలయ డెమో వై.యోగీశ్వరరెడ్డి, సూపర్ వైజర్స్ సత్తిబాబు, శంకరరావు, వైద్య సిబ్బంది నందిని, పోలమ్మ, బంగారువాయుడు, 104 సిబ్బంది కిరణ్, కోటీశ్వరరావు, ఆశా కార్యకర్తలు, తదితరులు ఉన్నారు.

నారాయణ్ సేవా సంస్థాన్

నర్ సేవా నారాయణ్ సేవ

యొక్క సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో

డిసేబుల్డ్ స్క్రీనింగ్ - సెలక్షన్ మరియు ఆపరేషన్ కోసం నారాయణ్ లింబ్ (కృత్రిమ అవయవాలు) మరియు క్యాలిపర్ కొలత శిబిరం

తేదీ : 07-ఏప్రిల్ 2024, ఆదివారం ఉ | 10.00AM నుండి 4.00PM వరకు

స్థలం : విశ్వనాథ్ కన్వెన్షన్, కళావాణి ఆడిటోరియం, పోర్ట్ స్టేడియం, అక్కయ్య పాలెం, విశాఖపట్నం- (ఆంధ్ర ప్రదేశ్)

క్యాంపింగ్ సేవలు :

- క్లబ్ ఫుట్ మరియు సరిబ్రల్ పాల్సీతో బాధపడుతున్న వికలాంగులను డాక్టర్ పరీక్షించిన తర్వాత ఆపరేషన్‌కోసం ఎంపికచేస్తారు.
- శిబిరంలో జన్మత : వికలాంగులకు ఉచితంగా పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు మరియు వికలాంగ సోదరులు,సోదరీమణులు,ఆర్థులైతే,ఆపరేషన్‌కోసం ఉదయపూర్కు పంపబడుతారు.
- ప్రమాదవశాత్తు అవయవాలు కోల్పోయిన, కాళ్ళు లేని వికలాంగులైన సోదరులు, శిబిరంలో కృత్రిమ అవయవాలు కోసం కొలతలు తీసుకుంటారు.
- శిబిరంలో, వికలాంగ సోదరులు మరియు సోదరీమణులు తమ ఆధార్ కార్డ్ ఫొటోకాపీ మరియు 2 ఫొటోలు, వికలాంగులుల సదరం సర్టిఫికెట్ తీసుకురావాలి.

దరఖాస్తుదారుల

క్రిష్ 'మానవ్'
వ్యవస్థాపకుడు & చైర్మన్
నారాయణ్ సేవా సంస్థాన్

ప్రశాంత్ అగర్వాల్
అధ్యక్షుడు
నారాయణ్ సేవా సంస్థాన్

రిజిస్ట్రేషన్ కోసం సంప్రదించిన వలసిన నెంబర్స్ 040-24743188, 9573938038

www.narayanseva.org | info@narayanseva.org | +91 294 662 2222 | +91 7023509999

ఈ శిబిరంలో, అధిక సంఖ్యలో దివ్యంగా సోదరులు మరియు సోదరీమణులందరూ పాల్గొని శిబిరం యొక్క ప్రయోజనాలను పొందగలరు.

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : T.Sirisha , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16, Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, 9346363839
Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 9949413661, Parawada : Cell: 77804 33919, Srikakulam : Cell: 70321 98574, Araku : Cell: 94401 84106,
VSP : 7981904385, 8885687610, Maddilapalem : 9966708776, Yelamanchili : 9441356676