0933520440
09305978486
09794359502
PRAYAG TEERTH PUROHIT
KRISHNA SHASTRI
AND HIS SON
ORGD : BY BHAIYAN SHASTRI (BABU GARU)
32, Daragani Near Police station PRAYAGARAJ.
GANGARAM PRABHAULALJI & SONS

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM

Postal License No. VSP / 96/ 2021 - 23
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారమ్

Sugar Free
Fitearly
రెండుపూటలా సేవించండి.
శక్తివంతంగా జీవించండి.
వివరములకు
8247526179
డీలర్లు కావలెను.

RNI No.52722/90 సంపుటి : 32 సంచిక : 218 విశాఖపట్నం, 11 జూన్ 2023 ఆదివారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

వెల్ నెస్ సెంటర్‌లో ఆయుష్, హోమియో విభాగాలు ప్రారంభం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక ఈ ఎస్ టి ఆస్పత్రి రోడ్డులో గల కేంద్ర ప్రభుత్వ వెల్ నెస్ సెంటర్ లో కొత్తగా ఏర్పాటు చేసిన ఆయుర్వేదం, హోమియోపతీ విభాగాలను శనివారం ప్రారంభించారు. ఈ విభాగాలను చీఫ్ మెడికల్ ఆఫీసర్ టి సీ హెచ్. కోటేశ్వర రావు, డాక్టర్ శ్యామ్ కిశోర్ బాబు ప్రారంభించారు. ఇక్కడ గుప్తేశ్వర్ మిశ్రా ఆయుష్, అనిషద్ హోమియోపతి సేవలు అందిస్తారు . ఈ వెల్ నెస్ సెంటర్ ను 2017 లో ప్రారంభించారు. ఈ కేంద్రం పరిధిలో 13 వేల కార్డులు వుండగా, 30 వేల మంది లబ్ధిదారులకు వైద్య సేవలు అందిస్తారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, నగరంలో చిన వాల్తేరు, దాబాగర్డన్స్ ప్రాంతాల్లో కేంద్రాలు ఉన్నాయి అని గుర్తు చేశారు. ఇక్కడ కేంద్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు, పించనర్లకు వైద్య సేవలు అందిస్తారు అన్నారు. రోజుకి 300 మంది వరకు ఓపీ విభాగంలో వైద్యం కోసం వస్తారు అని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అఖిల భారత్ బిఎస్ఎన్ఎల్ పించనర్ల సంఘం, సి జీ హెచ్ ఎస్ లబ్ధిదారుల వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ నాయకులు, కేంద్ర ప్రభుత్వ పెన్షనర్స్ సంఘం సభ్యులు, నాయకులు కే.రవిబాబు, కే వి డి స్వామి, బీ డీ రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన మంత్రి రజని

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతి పేదవాడికి మెరుగైన వైద్యం అందించాలన్న ఉద్దేశంతో ప్రజలందరికీ అందుబాటులో ప్రజల వద్దకే మెరుగైన వైద్యం అందించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా గ్రామాలు, పట్టణాలలో ఆరోగ్య కేంద్రాలు నిర్మిస్తోందని జిల్లా ఇన్చార్జి ,వైద్య ఆరోగ్య , కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి విడదల రజిని పేర్కొన్నారు. శనివారం ఉదయం జీవీఎంసీ ఐదవ జోన్ పరిధి , 48 వ వార్డు, బాపూజీనగర్ లో 106.50 లక్షలతో నేషనల్ హెల్త్ మిషన్, జీవీఎంసీ నిధులతో నిర్మించిన డాక్టర్ వైయస్సార్ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని మంత్రి విడదల రజిని ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారి చొరవతో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా యూ పీ హెచ్ సీ కేంద్రాలను అభివృద్ధి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఇప్పటివరకు విశాఖలో 42 పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రాలను నిర్మించి , ప్రారంభించినట్లు తెలిపారు . ఇంకా ఐదు కేంద్రాలు నిర్మాణ దశలో ఉన్నాయని అన్నారు . గ్రామాలలో పీ హెచ్ సీ లు నిర్మిస్తున్నామని అన్నారు. ప్రతి పేదవాడికి మెరుగైన వైద్యం అందించే లక్ష్యంగా, ఆరోగ్య ఆంధ్రప్రదేశ్ దిశగా అడుగులు వేస్తున్నామని అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరికి మెరుగైన, ఉచితమైన, నాణ్యమైన వైద్య సేవలు ఈ కేంద్రం ద్వారా అందించడం జరుగుతుందన్నారు. పేదలు ఎవరు కూడా ఆరోగ్య ఖర్చుల నిమిత్తం ఇబ్బంది పడకూడదని అన్నారు. ట్రెజరి సేవల నుంచి అత్యాధునిక వైద్య సేవలు వరకు అన్నీ కూడా ఆరోగ్యశ్రీ ద్వారా చేయుటకు ఆరోగ్యశ్రీ ప్రొసీజర్స్ 3250 వరకు పెంచినట్లు తెలిపారు. వైద్యంలో మరింత ఆధునికరణంగా ఆరోగ్య కేంద్రాలను , సిబ్బందిని తగిన రీతిలో శిక్షణ ఇచ్చి ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంచటం జరుగుతుందన్నారు. ప్రతి 30 వేల మంది జనాభాకు ఒక అర్బన్ హెల్త్ సెంటర్ ను ఏర్పాటు చేస్తున్నామని అన్నారు. అదేవిధంగా నాడు - నేడు పథకం ద్వారా పురాతన ఆసుపత్రులు అన్నింటిని

అభివృద్ధి చేస్తున్నట్లు తెలియజేశారు.

ఇందులో భాగంగా 48 వ వార్డు , బాపూజీ నగర్ లో అన్ని రకాల సదుపాయాలు, సేవలతో ఈ ఆసుపత్రిని నిర్మించినట్లు తెలిపారు. ఈ ఆరోగ్య

(మిగతా 2లో)

నేడు ఇకో వైజాగ్ 2కె రన్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మహా విశాఖపట్నం నగర పాలక సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఇకో-వైజాగ్ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆదివారం ఉదయం 6 గంటలకు ఆర్కేబీచ్ కాళీమాత మందిరం వద్ద నుండి సబ్ మెరైన్ వరకు 2కె రన్ నిర్వహిస్తున్నట్లు కమిషనర్ తెలియ జేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మేయర్ హరివెంకట కుమారి, కమిషనర్ సాయికాంత్ వర్మ, ప్రజాప్రతినిధులు, డిప్యూటీ మేయర్లు, ఫ్లోర్ లీడర్లు, కార్పొరేటర్లు, ఎన్జీఓలు, సీఎస్ఓలు, ఆర్‌డబ్ల్యూఏలు, ఎన్‌సీసీ మరియు ఎన్ఎస్-ఎస్ విద్యార్థులు, జీవీఎంసీ సిబ్బంది, ఇతర ప్రజలు పాల్గొంటారని, నగర పర్యావరణాన్ని కాంక్షించే ప్రజలందరూ పాల్గొనవచ్చునని ఆ ప్రకటనలో తెలిపారు.

బడుల వాయిదాకి విష్ణుకుమార్ విజ్ఞప్తి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రస్తుతం వాతావరణంలో వేడి గాలులు వీస్తూ ఉష్ణోగ్రత అత్యధికంగా ఉన్న కారణంగా ప్రజలు చాలా ఇబ్బంది పడుతున్నారని, సోమవారం నుండి బడులు తెరిస్తే విద్యార్థులు వడగాల్పులకు గురయ్యే ప్రమాదం ఉందని మాజీ శాసనసభ్యులు విష్ణుకుమార్ రాజు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. పాఠశాలలలో మరుగుదొడ్లను పరిశుభ్రంగా నిర్వహించడం లేదని ఈ కారణంగా విద్యార్థినులు మంచినీళ్లు తక్కువగా త్రాగి అట్టి సమస్య నుండి దూరంగా ఉంటున్నారని ఇది మరింత ప్రమాదానికి గురి చేస్తుందని విద్యార్థుల ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని పాఠశాలల ప్రారంభాన్ని కనీసం మరొక వారంరోజులు వాయిదా వేయాలని జిల్లా అధికారులకు విష్ణుకుమార్ రాజు విజ్ఞప్తి చేశారు.

మొక్కలకు నీరు పోయండి : కమిషనర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలో మొక్కలు ఎండిపోకుండా ప్రతి మొక్కను బ్రతికించుకోవాలని జివిఎంసి కమిషనర్ సీ ఎం సాయికాంత్ వర్మ పేర్కొన్నారు. శనివారం క్షేత్ర స్థాయి పర్యటనలో విశాఖ ఎయిర్ పోర్టు జంక్షన్ నుండి ఋషికొండ వరకు పలు ప్రాంతాలలో పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా నగరంలో విపరీత వేడి గాల్పులు, ఎండలు అధికంగా ఉన్నందున రోడ్డు మధ్యభాగంలో ఉన్న మొక్కలు ఎండిపోకుండా నీరు పోసి కాపాడాలని, ఎండిపోయిన మొక్కల స్థానంలో కొత్త మొక్కలు నాటాలని మొక్కల విభాగపు అధికారులను ఆదేశించారు..అలాగే రోడ్డుకిరువైపులా, మధ్య భాగంలో చాలాచోట్ల, ముఖ్యంగా ప్రధాన కూడళ్లలో కూడా వ్యర్థాలు అధికంగా కనిపిస్తున్నాయని

(మిగతా 2లో)

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన మంత్రి రజని

కేంద్రంలో సుమారు 172 రకాల మందులు, ఓపి సేవలు, 63 రకాల రక్త పరీక్షలు , మోతా శిశు సేవలు, ఎన్సీడీ స్క్రీనింగ్ వంటి సేవలు అందుబాటులో ఉంటాయని వివరించారు. అదేవిధంగా ఈ-సంజీవిని , ఆయుష్మాన్ భారత్ , టెలి మెడిసిన్ వంటి సేవలు ఉంటాయని అన్నారు. మెడికల్ ఆఫీసర్ తో కలిపి ఏడుగురు సిబ్బంది ఉంటారని తెలిపారు. ఈ పరిసర ప్రాంత ప్రజలందరూ ఆరోగ్య కేంద్రంలో అందించు వైద్య సేవలను వినియోగించుకోవాలని కోరారు.

ఈ ప్రారంభోత్సవంలో కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ మల్లికార్జున, , జీవీఎంసీ మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట్ కుమారి , నెడ్ క్యాప్ చైర్మన్ కే కే రాజు, వార్డ్ కార్పొరేటర్ గంకల కవిత డిఎం & హెచ్వో జగదీశ్వరరావు , ఫ్లోర్ బాణాల శ్రీనివాసరావు, కార్పొరేటర్లు అనిల్ కుమార్ రాజు, అల్లు శంకరరావు, సాడి పద్మా రెడ్డి, వావిలిపల్లి ప్రసాద్, సారిపిల్లి గోవింద్, ఆళ్ల లీలావతి, ఉషశ్రీ, చల్లా రజిని ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

మొక్కలకు నీరు పోయండి : కమిషనర్

వాటిని వెంటనే శుభ్రం చేయాలని, రాత్రి పారిశుధ్య పనులు నిర్వహించేవారు ప్రధాన రహదారులను శుభ్రం చేసి ఆ వ్యర్థాలను వెంటనే తొలగించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా ప్రధాన కూడళ్ళలో కేబుల్ వైర్లు వేలాడుతున్నాయని వాటిని క్రమబద్ధీకరించి కట్టాలని, వినియోగంలో లేని వైర్లను తొలగించాలని, ఇటీవల నగరంలో వీచిన గాలుల వలన హోర్డింగ్లకు ఉన్న ఫ్లెక్సీలు చిరిగి కిందకు వేలాడుతున్నాయని వాటిని తొలగించి వాటి స్థానంలో స్వచ్ఛ భారత్ మిషన్ ఫ్లెక్సీలు ఏర్పాటు చేయాలని, అధికారులను ఆదేశించారు. అనంతరం కాపులప్పాడ డంపింగ్ యార్డ్ ను సందర్శించి జిందాల్, బయో మైనింగ్, వ్యర్థాల విభజన తదితర పనులను పరిశీలించి వాటి వివరాలను అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు.

వరుణ్ - లావణ్య.. అద్భుతమైన జోడీ: చిరంజీవి

హైదరాబాద్: వరుణ్ తేజ్ , లావణ్య త్రిపాఠి అద్భుతమైన జోడీ అని మెగాస్టార్ చిరంజీవిఅన్నారు. వీరు నిశ్చితార్థం చేసుకున్న సందర్భంగా కొత్త జంటకు శుభాకాంక్షలు చెబుతూ తాజాగా ఆయన ట్విటర్‌లో ఓ పోస్ట్ పెట్టారు. "నిశ్చితార్థంతో ఒక్కటైన వరుణ్‌తేజ్ - లావణ్య త్రిపాఠికి నా హృదయపూర్వక అభినందనలు. మీ జంట అద్భుతంగా ఉంది. అందరి ప్రేమాభిమానాలతో మీ జీవితం సంతోషంగా సాగాలని కోరుకుంటున్నా" అని చిరంజీవి రాసుకొచ్చారు.

మరోవైపు, నిహారిక.. "అన్నయ్యా.. ఎంతోకాలం నుంచి ఈ రోజు కోసం ఎదరుచూస్తున్నా. వెల్‌కమ్ టు ది ఫ్యామిలీ వదిన" అంటూ పోస్ట్ పెట్టారు. ప్రస్తుతం ఈ ఫొటోలు నెట్టింట వైరల్‌గా మారాయి. అల్లు అర్జున్, సాయిధరమ్ తేజ్, మంచు లక్ష్మి, ప్రగ్యాజైశ్వాల్, కోన వెంకట్ తదితరులు ఈ జంటకు శుభాకాంక్షలు చెప్పారు.

ఇక, హైదరాబాద్‌లోని నాగబాబు నివాసంలో చిరంజీవి - సురేఖ దంపతుల సమక్షంలో వీరి నిశ్చితార్థం జరిగింది. పవన్‌కల్యాణ్, అల్లు అర్జున్, రామ్‌చరణ్ తేజ్, అల్లు అరవింద్, వైష్ణవ్ తేజ్.. ఇలా కుటుంబసభ్యులు మాత్రమే ఈ వేడుకలో పాల్గొన్నారు. 2016 నుంచి వరుణ్ - లావణ్య ప్రేమలో ఉన్నారు.

12వ వార్డులో అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 12వ వార్డు పరిధిలోని కనకదుర్గ నగర్, రాజేంద్రనగర్, దుర్గా నగర్ తదితర ప్రాంతాలలో సీసీ డ్రైన్ల నిర్మాణానికి నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి, విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త అక్రమాన్ని విజయనిర్మల, వార్డ్ కార్పొరేటర్ అక్కరమాని రోహిణి తో కలిసి శనివారం శంకుస్థాపన చేశారు.

ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ విశాఖ నగర పరిధిలోని ప్రతి వార్డును మౌలిక వసతుల కల్పనలో జగనన్న ప్రభుత్వం ఎంతో కృషి చేస్తుందన్నారు. 12వ వార్డులో కనకదుర్గ నగర్ లో రూ 5.86 లక్షలు, రాజేంద్రనగర్లో రూ. 5.91 లక్షలు, దుర్గా నగర్ లో రూ.8.22 లక్షలు వ్యయంతో సీసీ డ్రైన్ల నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశామన్నారు. అలాగే 12వ వారికి సంబంధించి ఇప్పటికే కార్పొరేటర్ విన్నపం మేరకు ఎన్నో అభివృద్ధి కార్యక్రమాల తో పాటు సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపట్టడం జరిగిందని పేర్కొన్నారు.

అనంతరం తూర్పు నియోజకవర్గం సమన్వయకర్త మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి సారథ్యంలో జీవీఎంసీ నిధులతో ఎన్నో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపట్టడం జరుగుతుందని ప్రతి వార్డ్ లో మౌలిక వసతుల కల్పన ధ్యేయంగా పనిచేస్తున్నామని, రానున్న రోజుల్లో మరిన్ని అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సహాయం ఇంజినీర్ అప్పాజీ, సచివాలయం సెక్రటరీలు, వైఎస్ఆర్ సిపి సీనియర్ నాయకులు సత్తి మందారెడ్డి, బాలరాజు, బొట్ట కనకరాజు, ఈగల బుజ్జి, రొంగలి శ్రీను నాయకులు, కార్యకర్తలు స్థానిక పెద్దలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాలతో అభివృద్ధి జరగదు

శ్రీకాళహస్తి: ఏపీలోని శ్రీకాళహస్తిలో బీజేపీ మహాజన్ సంపర్క్ అభియాన్ సభ జరిగింది. ఈ సభకు బీజేపీ జాతీయ అధ్యక్షుడు జేపీ నడ్డా ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు.

మహాజన్ సంపర్క్ అభియాన్ సభలో జేపీ నడ్డా మాట్లాడుతూ.. బీజేపీ ఎప్పుడూ ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాలు చేయదు. దేశమంతా అభివృద్ధి జరగాలన్నదే బీజేపీ విధానం. ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాలతో అభివృద్ధి జరగదు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ తొమ్మిదేళ్ల పాలనలో దేశం ఎంతో అభివృద్ధి చెందింది. తొమ్మిదేళ్లలో బీజేపీ అనేక విజయాలు సాధించంది. ఎన్డీఏ పాలనలో అన్ని వర్గాల అభివృద్ధి జరుగుతోంది. పేదల పక్షపాతిగా మోదీ పాలన అందిస్తున్నారు. అభివృద్ధి అజెండాగానే బీజేపీ తొమ్మిదేళ్ల పాలన సాగింది. దేశవ్యాప్తంగా అన్ని గ్రామాలకు మౌళిక సదుపాయాలు కల్పించాం. వెనుకబడిన వర్గాల అభివృద్ధిపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాం అని స్పష్టం చేశారు.

దాహార్తిని తీరుస్తున్న చలివేంద్రం

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): మండే ఎండల్లో ఉద్యోగరీత్యా సంచరించే వారికి, ప్రయాణికులకు వాహన చోదకులకు చల్లటి మజ్జిగ అందిస్తూ దాహార్తిని తీరుస్తూ అందరు మన్ననులను కొత్త

వెంకోజిపాలెం సమర్థ సద్గురు సాయినాథ్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ సభ్యులు పొందుతున్నారు. ఈ మేరకు శనివారం ఉదయం వెంకోజీపాలెం జాతీయ రహదారిలో మజ్జిగ పంపిణీ చేసే కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సభ్యులు మద్దుల శివానందం, దాడి ఈశ్వరరావు, వేగి రమణ, ఎం.కోటి, డి నూకరాజు, అర్జున్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పంచాంగం

ఆదివారం 11-06-2023
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం గ్రీష్మరుతువు
జ్యేష్ట మాసం

తిథి : బ. అష్టమి ప. 03.24
నక్షత్రం : పూర్వాభాద్ర రా. 06.08
వర్జ్యం : ప. 03.13 ల 09.43

ఈవీఎం గోదామును పరిశీలించిన రాష్ట్ర ఎన్నికల ప్రధాన అధికారి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): చినగదిలిలోని ఈవీఎం గోదాములో భద్రపరిచిన ఎలక్ట్రానిక్ ఓటింగ్ మిషన్ల (ఈవీఎం) పని తీరును ఎన్నికల కమిషనర్ ముఖేష్ కుమార్ మీనా, జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున తో కలిసి శనివారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఎన్నికల కమీషన్ మార్గదర్శకాల ప్రకారం జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతి నెల సీల్డ్ గోదాములు పరిశీలించాలన్నారు. మూడు నెలలకొకసారి పొలిటికల్ పార్టీల సమక్షంలో సీల్ తీసి లోపలికి వెళ్లి మరమ్మత్తులు ఏమైనా ఉన్నాయా లేదా పరిశీలించాలన్నారు. ఎన్నికల సిఈఓ కూడా ప్రతి త్రైమాసికానికొకసారి కలెక్టర్ తో కలిసి గోదామును పరిశిలించాలని ఎన్నికల కమీషన్ ఆదేశించిదన్నారు. రానున్న ఎన్నికల దృష్ట్యా ఇప్పటినుంచే ముందస్తు చర్యలు చేపడుతున్నామన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్డీవోలు హుస్సేన్ సాహెబ్ , భాస్కర్ రెడ్డి , ఎమ్మార్వో రమణయ్య ,వివిధ రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు, రెవెన్యూ సిబ్బంది, సంబంధిత అధికారులు పాల్గొన్నారు.

శ్వాసకోశ వ్యాధులకు ఉపశమనం

- 40 సంవత్సరాలు పైబడిన ప్రతీ ఒక్కరికి రక్తాన్ని సక్రమంగా ప్రసరించేలా చూసుకునే అవసరం ఉంది.
- మీ రక్తం నిర్ణీత వేగంతో శరీరంలోని ప్రతీ భాగానికి అందేలా చూసుకోవాలంటే మీకు వివిధ వన మూలికలతో కూడిన ప్రత్యేక ఔషధం సేవించవలసిన అవసరం ఉంది.

కార్డోరియం ప్లస్

కావల్సిన వారు సంప్రదించండి:
9393949347

మన రక్త ప్రసరణను సమతుల్యం చేయడమే కాకుండా గుండెలోని రక్త నాళములు, మెదడు యందలి రక్త నాళములు మరియు శ్వాసకోశముల యందలి నాడులను ధృఢంగా చేస్తుంది. వీటిలో ఉండే అడ్డంకులను త్వరితంగా అరగదీస్తుంది. ఫలితంగా మీరు గుండెపోటు, పక్షవాతం, ఉబ్బసం వంటి వ్యాధులు రాకుండా నివారించుకోగలుగుతారు. ఇప్పటికే బాధపడుతుంటే సంపూర్ణంగా జయించగలుగుతారు.

అన్ని గ్రామాలలోను, పట్టణాలలోను ప్రైవేట్ ప్రాక్టీస్ నిర్వహించే ఆర్ఎంపీ, పీఎంపీ, డీఏఎంపీ, బీఏఎంఎస్, హోమియో, నేచురోపతి, ఆల్టర్‌నేటివ్ మెడిసిన్, బీపీటీ అర్హతలు కలిగిన వైద్యులు, సాంప్రదాయ మూలికావైద్యం చేయువారు డీలర్‌షిప్ కొరకు సంప్రదించండి.స్వయం ఉపాధి పథకం కింద అలకనందా ఉత్పత్తులు విక్రయించగోరువారు కూడా సంప్రదించండి.

90 రోజుల కోర్సు కేవలం రూ. 2700/- మాత్రమే.
మీరు వాడండి- మిగిలిన వారిచే కూడా వాడించండి.
అందరూ ఆరోగ్యంగా ఉండండి.

జనహిత ట్రస్ట్(రి)
9-3-16, పిఠాపురం కోలని,
విశాఖపట్నం- 530003
ఫోన్: 8247526179

విశాఖ సమాచారమ్

ఆదివారం 11-06-2023

మహిళా కళాశాల చరిత్ర

ఆంధ్రాలో మొట్టమొదటి మహిళా కళాశాల...శ్రీ పద్మావతీ మహిళా కళాశాల, తిరుపతిలి...

అదెలా వచ్చిందంటే.....ఆ కాలేజీ అంత గొప్ప గా ఎలా అయిందంటే అప్పటి ఉమ్మడి మద్రాసు రాష్ట్రంలో అబ్బాయిల కళాశాలలో అమ్మాయిలను చేర్చుకోరాదని మద్రాసు విశ్వవిద్యాలయం సిండికేట్ 1951లో తీర్మానించింది.

స్వాతంత్ర్యం వచ్చి నాలుగేళ్ళు. స్త్రీ విద్యకు ఆదిలోనే గండిపడింది. తిరుపతిలో అప్పటికే డిగ్రీ కాలేజీ ఉన్నా, అమ్మాయిలు చేరడానికి వీలులేకుండా పోయింది.

ఈ గండిని పూడ్చడానికి, 1952లో టీటీడీ 'శ్రీవేంకటేశ్వర స్త్రీల కళాశాల'ను స్థాపించింది. ఆంధ్ర రాష్ట్రంలో అదే తొలి మహిళా కళాశాల.

రంగనాయకమ్మ మొదటి ప్రిన్సిపాల్ గా కాలేజీని నెట్టుకొచ్చి, రెండేళ్ళ తరువాత నిష్క్రమించారు.

స్త్రీల కళాశాల వచ్చిన రెండేళ్ళకు తిరుపతిలో ఎస్వీయూనివర్సిటీ వచ్చింది.

అక్కడ రసాయన శాస్త్ర విభాగంలో ప్రొఫెసర్ గా చేరిన కే.సూర్యనారాయణ మూర్తి సతీమణే రెండో ప్రిన్సిపాల్ రాజేశ్వరి మూర్తి 1954 లో మహిళా కళాశాలకు ప్రిన్సిపాల్ గా పగ్గాలు చేపట్టారు.

అంతే.. ఆ కళాశాల పరుగులంఘించింది.

శ్రీవేంకటేశ్వర స్త్రీల కళాశాల కాస్తా 'శ్రీపద్మావతి మహిళా కళాశాల' (ఎస్పీడబ్ల్యూ) గా మారింది. మరో రెండేళ్ళకు 1956లో డిగ్రీ కళాశాలయ్యింది.

అప్పటికింకా కళాశాలకు సొంత భవనాలులేవు. ప్రాక్టీ కల్స్ కోసం అబ్బాయిల కళాశాలకు వెళ్ళాల్సి వచ్చేది. మహిళా కళాశాలకు భవనం ఎలా ఉండాలి? తరగతి గదులు ఎలా ఉండాలి? లెబోరేటరీలు ఎలా ఉండాలి? హాస్టళ్ళు ఎలా ఉండాలి? ప్రహరీ గోడ ఎంతెత్తుండాలి? చివరికి టాయిలెట్లు ఎక్కడుండాలి? అన్నీ రాజేశ్వరి మూర్తి ఆలోచనలకు ఇదిగో ఎస్పీడబ్ల్యు కళాశాల ఇలా రూపుదాల్చింది. భవిష్యత్తు అవసరాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని వంద ఎకరాలను ఆమె సేకరించారు.

కాకినాడకు సమీపంలోని పెద్దాపురానికి చెందిన ఒక సంప్రదాయ కుటుంబంలో 1921 డిసెంబర్ 10వ తేదీన రాజేశ్వరి జన్మించారు. పెళ్ళి అయ్యాక భర్త ప్రోత్సాహంతో చదువు మొదలు పెట్టారు. గణిత శాస్త్రంలో పోస్టుగ్రాడ్యుయేషన్ పూర్తి చేశారు. వారికి పిల్లలు లేరు.

రాత్రి, పగలు అనకుండా కళాశాలే ఆమెకు ఇల్లు అయిపోయింది. అదే ఆమెకు జీవితం అయిపోయింది. క్రీడలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, క్విజ్ పోటీలుబీ ఒకటేమిటి వారి వికాసానికి ఎన్ని అవసరాలు ఉన్నాయో, వాటి కోసం ఎన్ని అవకాశాలున్నాయో అన్నిటినీ వినియోగించారు.

విదేశాలతో, ముఖ్యంగా అమెరికాతో విద్యాపర సంబంధాలను నెలకొల్పారు. కేరళ, కర్ణాటక, మద్రాసు రాష్ట్రాల నుంచి ఏరికోరి అధ్యాపకులను ఎంపిక చేశారు.

రాష్ట్రంలోనేఒక అత్యుత్తమ కళాశాలగా తీర్చిదిద్దారు. ఆ కళాశాల తొలి బ్యాచ్ విద్యార్థినులు పోస్టు గ్రాడ్యుయేషన్ పూర్తి చేసుకుని వస్తే, అధ్యాపకులుగా చేరడానికి వారికే అవకాశం ఇచ్చారు.

టీటీడీ హాస్టళ్ళలో మాంసాహారం నిషేధం .రాజేశ్వరి మూర్తి శాఖాహారి. మాంసాహారాన్ని బైట ఒండించి విద్యార్థినులకు పెట్టించారు.

ముఖ్యమంత్రిగా నీలం సంజీవరెడ్డి వచ్చినప్పుడు, "మన పిల్లలు కింద కూర్చుని భోజనం చేస్తుంటే మనకు అవమానం కదండి" అని సున్నితంగా చెప్పారు. అంతే , ఆయన వెంటనే డైనింగ్ హాలులో బెంచీలు, కుర్చీలు వేయించారు.

తొలి రాష్ట్రపతి బాబూ రాజేంద్ర ప్రసాద్, తొల ప్రధాని జవహర్ లాల్ నెహ్రూ, మలి ప్రధాని లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి వంటి మహామహులను కళాశాలకు రప్పించారు. ఒక ఆడ బిడ్డను, తల్లి తీర్చిదిద్దినట్టు ఎస్పీడబ్ల్యూ కళాశాలను ఆమె అలా తీర్చిదిద్దారు.

కళాశాల కోసం నిత్యం పోరాడే వారు. ఎస్పీడబ్ల్యూ కళాశాల ఎదురుగా, రైలు పట్టాల పక్కన ఉన్న రెండు భవనాలు ఈ కళాశాలవే. టీటీడీ అధికారుల నివాసాల కోసం ఈవో ఆ భవనాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. "కనీసం ప్రిన్సిపాల్ గా ఉన్న నన్ను అడగకుండా మా కాలేజీ భవనాలు ఎలా స్వాధీనం చేసుకుంటారు?" అంటూ టీటీడీ ఈవోపై విరుచుకుపడ్డారు. ఈవో ఆమె పై అధికారి.

మరొక ఈవో తో ఆమెకు భిన్నాభిప్రాయాలు పొడచూపాయి. ఆమె రాజీనామా చేసి 1975లో అమెరికా వెళ్ళిపోయారు.

అమెరికాలోని కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయంలో చేరారు. అయినా తన మానస పుత్రికను ఒదులుకోలేదు. తరచూ తిరుపతి వస్తూనే ఉన్నారు. వచ్చినప్పుడల్లా ఎస్పీ డబ్ల్యూ కళాశాలకే కాదు, ఎస్వీయూనివర్సిటీకి కూడా లక్షల రూపాలు ఇస్తూనే ఉన్నారు.

కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయానికి పరిపాలనాధికారిగా పనిచేశారు. అమెరికా పౌరులకు మాత్రమే ఇచ్చే అత్యుత్తమ పాలనాధికారి అవార్డు రాజేశ్వరి మూర్తికి లభించింది. తనకొచ్చిన ఆ అవార్డును ఎస్పీడబ్ల్యూ కాలేజికి ఇస్తున్నట్టు ప్రకటించారు.

ఆమె దగ్గర చదువుకున్న అనేక మంది దేశ విదేశాలలో ఉన్నత స్థానాలకు చేరుకున్నారు. ఏడేళ్ళ క్రితం 93 ఏళ్ళ వయసులో చివరి సారిగా తిరుపతి వచ్చారు.

ఇప్పటికీ ఎస్పీడబ్ల్యూ కాలేజీ విద్యార్థినులను తన పిల్లలనే అంటారు. ఆమె తొలి బ్యాచ్ విద్యార్థులు అప్పటికే ఎనభై ఏళ్ళకు చేరుకున్నారు.

న్యూయార్కులో ఉంటూ, నూరేళ్ళ వయసులో కూడా ఇప్పటికీ ఆమె తన వంట తానే చేసుకుంటారు!

దక్షిణ మధ్య రైల్వే
దక్షిణ మధ్య రైల్వే యొక్క టెండరు నోటీసులలోని వివరములు మా వెబ్సైట్ www.scr.indianrailways.gov.in నందు కూడా చూడవచ్చును.

బహిరంగ ఈ-టెండరు నోటీస్ నెం. డిప్యూ.సిఇ/జిఎస్/ఎస్సి/20/2023/ఓటీ. తేది: 09-06-2023

భారత రాష్ట్రపతి తరపున దిగువ సంతకం చేసిన వారు దిగువ తెలిపిన పనుల కొరకు తేది : 05.07.2023 గం. 14.00 ల వరకు ఈ-టెండర్లు ఆహ్వానించుచున్నారు.

వ.నెం.: 01. ఈ-టెండరు నెం. : 20_జిఎస్_ఎస్సి_23_ఓటీ పని పేరు : అమృత్ భారత్ స్టేషన్పథకం- బేగంపేట : సివిల్ మరియు ఎలక్ట్రికల్ కాంపోనెంట్లతో కాంపోజిట్ టెండరు - (ఎ) ఎస్డబ్ల్యూ- I) 12 మీటర్ల వెడల్పు గల ఎఫ్ఓబి ర్యాంపుతో సహా ఏర్పాటు, లిఫ్ట్లు (పిఎఫ్1-1 నెం. & పిఎఫ్2-1 నెం.) & ఎస్కలేటర్లు (పిఎఫ్-1 నెం. & పిఎఫ్2-1నెం.) ఎస్డబ్ల్యూ- II) ప్రస్తుతం గల స్టేషన్ భవనమునకు అభివృద్ధి పనులు/ చేర్పులు చేయుచూ అప్గ్రేడేషన్ చేయుట, ఫేకేడ్ ఇంప్రూవ్మెంట్స్, టాయిలెట్ బ్లాక్, ఫోర్టికో/ పోర్చ్, సర్కులేటింగ్ ఏరియా, సిఓపి, జిఎల్ఆర్ నిర్మాణము & ల్యాండ్ స్కేపింగ్ వగైరాలు. ఎస్డబ్ల్యూ- III) సూయేజ్ ట్రీట్మెంట్ ప్లాంట్ (50 కెఎల్డి కెపాసిటీ) ఏర్పాటు చేయుట. (బి) ఎస్డబ్ల్యూ- IV) ఎఫ్ఓబికి విద్యుత్ ఏర్పాట్లు, స్టేషన్ భవనం, ఫేకేడ్, ప్లాట్ఫారం ఉపరితలము & పంపింగ్ ఎరేంజ్మెంట్లు వగైరాలు. (మొత్తం సివిల్ పోర్షన్ (ఎ) = 193435799.50, మొత్తం ఎలక్ట్రికల్ పోర్షన్ (బి)= 13091584.31) అంచనా. టెండరు విలువ: రూ. 20,65,27,384/-. ధరావత్తు: రూ. 11,82,600/- పూర్తి చేయు కాలము నెలలలో : 10 నెలలు నిర్వహణ కాలము నెలలలో : 36 నెలలు

1. టెండరు దారులు ఈ-టెండరింగ్ విధానంలో మాత్రమే పాల్గొనవలెను. మ్యాన్యువల్ ఆఫర్లు పరిగణించబడవు.
2. ఔత్సాహిక టెండరుదారులందరూ ధరావత్తును ఆన్లైన్ చెల్లింపు ద్వారా మాత్రమే చేయవలసిందిగా కోరడమైనది.
3. ఎటువంటి కారణము చూపకయే ఈ టెండరును రద్దు చేసుకొను అధికారమును రైల్వే పొందుపరచుకొని యున్నది.
4. ఔత్సాహిక టెండరుదారులందరూ జిఎస్టిఐఎన్ గుర్తింపు సంఖ్యను పొంది టెండరుతో బాటుగా సమర్పించవలసిందిగా సూచించడమైనది.

Visit our site at "www.ireps.gov.in"

A0876 డిప్యూటీ చీఫ్ ఇంజనీర్, గతి శక్తి, సికింద్రాబాద్

టెండరు షరతులు/వివరాలు/ నిబంధనలు, మరియు టెండరు డాక్యుమెంట్లు డౌన్లోడింగ్ కొరకు వెబ్సైట్ http//www.ireps.gov.in లేదా www.scr.indianrailways.gov.in ను సందర్శించండి.

విశాఖ సమాచారమ్
ప్రతులకు, ప్రకటనలకు
సెల్: 9393949345
8247526179

విశాఖలో 65 ఈ-ఆటోలు ప్రారంభించిన వైద్యారోగ్య మంత్రి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సుస్థిర పర్యావరణం కోసమే ఓ ప్రత్యేక ప్రాజెక్టు చేపట్టామని, అందుకోసమే ఈ-ఆటోల వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసినట్టు వైద్యారోగ్యశాఖ మంత్రి, విశాఖ జిల్లా ఇంచార్జ్ మంత్రి విడదల రజని స్పష్టం చేశారు. కాలుష్య నియంత్రణకు నగరంలోని బీచ్‌రోడ్డులో శనివారం ఈ-ఆటోల్ని నగర మేయర్ గోలగాని హరి వేంకట కుమారి, ఎమ్మెల్యేలు అవంతి శ్రీనివాసరావు, తిప్పల నాగిరెడ్డి, అదీప్ రాజ్, వి యం ఆర్ డి ఏ చైర్ పర్సన్ అక్రమాని విజయనిర్మల, నెడ్ క్యాప్ చైర్మన్ కేకే రాజు, కలెక్టర్ డా. ఏ మల్లికార్జున, జివిఎంసి కమిషనర్ సీఎం సాయి కాంత్ వర్మ తో కలిసి ప్రారంభించారు. ఆసియాకు చెందిన 'అర్బన్ క్లయిమేట్ చేంజ్ రెసిలెన్స్ ట్రస్ట్ ఫండ్', విశాఖ-చెన్నై ఇండస్ట్రియల్ కారిడార్ అభివృద్ధి కింద డెవలప్‌మెంట్ బ్యాంక్ (ఏడీబీ) నిధులతో ఈ ప్రాజెక్టు వచ్చిందన్నారు. వీసీఐసీడీపీ పథకంలో భాగంగా నాలుగు స్వైపింగ్ కమ్ సర్వీస్ స్టేషన్లను ముడసర్లోవ, శాంతిఆశ్రమం, టౌన్ కొత్తరోడ్డు ప్రాంతాల్లో నిర్మించినట్టు తెలిపారు. అంతేకాకుండా 180 లిథియం-అయాన్ స్మార్ట్ బ్యాటరీలని సిద్ధం చేశామన్నారు. ఏడీపీ డీజీ మనీలా సహా జీ-20ప్రతినిధులు

ఇప్పటికే ఆయా కేంద్రాల్ని సందర్శించారని గుర్తు చేశారు. సాలిడ్ వేస్ట్ మేనేజ్‌మెంట్ కోసం స్వైపింగ్ స్టేషన్లను, ఈ-ఆటోల్నీ ప్రారంభించామన్నారు. అంతే కాకుండా ఆటోల ప్రత్యేకతను చాటి చెప్పారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఫ్లోర్ లీడర్ బాణాలు శ్రీనివాసరావు, కార్పొరేటర్లు, అదనపు కమిషనర్ డా. వై శ్రీనివాసరావు, పర్యవేక్షణ ఇంజనీర్ రవి, కృష్ణారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగనన్న లక్ష్యాన్ని తెలియజేసిన రజని

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పేద ప్రజలకు మెరుగైన వైద్యం అందించడమే జగనన్న లక్ష్యమని రాష్ట్ర వైద్య శాఖ మాత్యులు, విశాఖ జిల్లా ఇంచార్జ్ మంత్రి విడదల రజని పేర్కొన్నారు. శనివారం ఆమె 5వ జోన్ ఉత్తర నియోజకవర్గం పరిధిలో 48వ వార్డు బాబూజీ నగర్ లో సుమారు 1.07 కోట్ల రూపాయలతో నిర్మించిన డాక్టర్ వైయస్సార్ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి, జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఏ మల్లికార్జున, ఉత్తర నియోజకవర్గం సమన్వయకర్త కేకే రాజు, వార్డ్ కార్పొరేటర్ గంకల కవితతో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు. నేషనల్ హెల్త్ మిషన్, జివిఎంసి నిధులతో డాక్టర్ వైయస్సార్ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని నిర్మించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రివర్యులు మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో ప్రతి పేదవాడికి ఇంటి వద్దకే వైద్యం అందే విధంగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రమిస్తున్నారని, అందులో భాగంగా సుమారు 1 కోటి 10 లక్షల రూపాయలతో ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించడం జరిగిందన్నారు. ప్రతి పేదవానికి కూడు, గుడ్డ, మంచి వైద్యం అందించడమే జగనన్న ప్రథమ కర్తవ్యంమని తెలిపారు.

అనంతరం నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి సారథ్యంలో ప్రతి పేదవానికి మెరుగైన వైద్యం అందుతుందని నగర పరిధిలో ప్రతి వార్డులో ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించారని ఈ ఆస్పత్రిలో పేదలకు ఉచితంగా కొన్ని వైద్య పరీక్షల తో పాటు మందులు ఇవ్వడం జరుగుతుందన్నారు. ఒక పేదవాడు వైద్యం చేసుకోవాలంటే ఎంతో ఖర్చు అవుతుందని మన జగనన్న ప్రభుత్వంలో పైసా ఖర్చు లేకుండా ఇంటి వద్దకే వైద్యం అందుతుందని పేర్కొన్నారు. అంతేకాకుండా ప్రతి వార్డులో మౌలిక వసతులు కల్పన తో పాటు సంక్షేమము రెండు కళ్ళుగా భావించి ముఖ్యమంత్రి అహొరాత్రులు కష్టపడుతున్నారన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఫ్లోర్ లీడర్ బాణాల శ్రీనివాసరావు, కార్పొరేటర్లు అనిల్ కుమార్ రాజు, అల్లు శంకరరావు, సాడి పద్మా రెడ్డి, వావిలిపల్లి ప్రసాద్, సారిపిల్లి గోవింద్, ఆళ్ల లీలావతి, ఉషాశ్రీ, చల్లా రజిని, వార్డ్ ఇంచార్జ్ నీలి రవి, వైఎస్ఆర్సిపి సీనియర్ నాయకులు, స్థానిక పెద్దలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సోమవారాల్లోనే గుండెపోటు ముప్పు ఎక్కువగా ఉంటుంది

గుండెపోటుకు వయోపరిమితి లేదు. ఇది ఎప్పుడు ఇది ఎవరికైనా జరగవచ్చు. అయితే ఇక్కడ ఒక రిసెర్చ్ రిపోర్ట్ అందర్నీ షాక్ కి గురి చేసింది. గుండెపోటు సాధారణంగా వారంలో ఏ రోజునైనా రావచ్చు. అయితే వారంలో ఏ రోజున గుండెజబ్బులు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువని కొత్త పరిశోధనలు పేర్కొంటున్నాయి.

వారంలోని ఇతర రోజుల కంటే సోమవారం నాడు ప్రజలు తీవ్రమైన గుండెపోటుకు గురవుతారని కొత్త పరిశోధనలో తేలింది. మాంచెస్టర్‌లో జరిగిన బ్రిటిష్ కార్డియోవాస్కులర్ సొసైటీ కాన్ఫరెన్స్‌లో అధ్యయనం యొక్క ఫలితాలు ప్రదర్శించబడ్డాయి. బెల్‌ఫాస్ట్ హెల్త్ అండ్ సోషల్ కేర్ ట్రస్ట్ మరియు రాయల్ కాలేజ్ ఆఫ్ సర్జన్స్ ఆఫ్ ఐర్లాండ్‌కు చెందిన వైద్యులు ఈ అధ్యయనాన్ని నిర్వహించారు. దీని కోసం 20,000 మందికి పైగా రోగులను అధ్యయనం చేశారు.

సోమవారం నాడు గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది గుండెపోటు యొక్క అత్యంత తీవ్రమైన రకాల్లో ఒకటైన ST-సెగ్మెంట్ ఎలివేషన్ మయోకార్డియల్ ఇన్ఫార్క్షన్ (STEMI) రోగులలో సంభవిస్తుందని పరిశోధకులు కనుగొన్నారు. STEMI గుండెపోటుల రేటు సోమవారం ఎక్కువగా ఉందని పరిశోధకులు కనుగొన్నారు. STEMIలో ఒక ప్రధాన కరోనరీ ఆర్టరీ పూర్తిగా నిరోధించబడింది. ఇది ఆక్సిజన్ మరియు రక్త సరఫరాను నిలిపివేస్తుంది.

"శరీరంలో ఈ మార్పులకు ఖచ్చితమైన కారణం తెలియదు. కానీ గుండెపోటులు మరియు స్ట్రోక్‌లను ప్రభావితం చేసే సర్కాడియన్ రిథమ్‌లు సర్క్యులేటింగ్ హార్మోన్‌లను ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయనే దానితో దీనికి సంబంధం ఉందని మేము భావిస్తున్నాము" అని బెల్ఫాస్ట్ హెల్త్ అండ్ సోషల్ కేర్ పరిశోధనకు నాయకత్వం వహించిన కార్డియాలజిస్ట్ చెప్పారు. ట్రస్ట్ యొక్క డైలీ మెయిల్, మునుపటి అధ్యయనాల నుండి కనుగొన్న వాటిని ఉదహరించింది. శీతాకాలంలో మరియు ఉదయాన్నే ఇటువంటి మార్పులు కనిపిస్తాయి. ఇది గుండెపోటుకు దారితీస్తుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

"ఇది పనికి తిరిగి వెళ్ళే ఒత్తిడి వల్ల కావచ్చు. ఇది మరింత ఒత్తిడి కావచ్చు. ఒత్తిడి హార్మోన్ల పెరుగుదల గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని సృష్టించగలదు," అని అతను చెప్పాడు.

గుండెపోటు ఎలా మరియు ఎందుకు వస్తుంది? "UKలో ప్రతి ఐదు నిమిషాలకు ఒకరు ప్రాణాంతకమైన గుండెపోటుతో ఆసుపత్రిలో చేరుతున్నారు. కాబట్టి గుండెపోటులు ఎలా మరియు ఎందుకు జరుగుతాయో అర్థం చేసుకోవడం చాలా అవసరం. ఈ అధ్యయనం ముఖ్యంగా తీవ్రమైన గుండెపోటు యొక్క సమయం మరియు ఏ రోజు గురించి రుజువులను అందిస్తుంది. వారంలో గుండెపోటు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది" అని బ్రిటిష్ హార్ట్ ఫౌండేషన్ మెడికల్ డైరెక్టర్ ప్రొఫెసర్ సర్ నీలేష్ సమాని మీడియాతో అన్నారు. STEMI కారణంగా యుకెలో 30,000 మందికి పైగా రోగులు ఆసుపత్రిలో చేరారు.

మూడు రకాల గుండెపోటులు: ST సెగ్మెంట్ ఎలివేషన్ మయోకార్డియల్ ఇన్ఫార్క్షన్, నాన్-ఎస్టీ సెగ్మెంట్ ఎలివేషన్ మయోకార్డియల్ ఇన్ఫార్క్షన్.

కరోనరీ ఆర్టరీ స్పామ్, లేదా అస్థిర ఆంజినా

STEMI సమయంలో ఏమి జరుగుతుంది? కరోనరీ ఆర్టరీ పూర్తిగా నిరోధించబడినప్పుడు మరియు కండరాలలో ఎక్కువ భాగం రక్తం పొందడం ఆగిపోయినప్పుడు STEMI ఏర్పడుతుంది. ఇది తీవ్రమైన గుండెపోటు, ఇది గణనీయమైన నష్టాన్ని కలిగిస్తుంది.

పొగాకు వాడకం, ధూమపానం, మధుమేహం, కొలెస్ట్రాల్, ఆల్కహాల్, యాంఫేటమిన్లు, కొకైన్ మరియు తక్కువ శారీరక శ్రమ, మాదకద్రవ్యాల వినియోగం వంటి STEMIకి దారితీసే జీవనశైలి అలవాట్లు ఉన్నాయి. గుండె జబ్బు యొక్క కుటుంబ చరిత్రను కలిగి ఉండటం వలన STEMI అభివృద్ధి చెందే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. 20,000 మందికి పైగా రోగులపై జరిపిన అధ్యయనంలో సోమవారాల్లో ఎక్కువ గుండెపోటులు సంభవించాయని తేలింది. అది పని ఒత్తిడి కావచ్చు. లేదా మాదక ద్రవ్యాల వినియోగం.

సోమవారమే ఎందుకు? పురుషుల్లో సోమవారం గుండె పోటు వచ్చే అవకాశం 20 శాతం పెరుగుతుందని, అదే మహిళల్లో 15 శాతం ఉందని అధ్యయనకర్తలు చెప్పారు. సోమవారం తిరిగి ఆఫీసుకు వెళ్లాలనే ఒత్తిడి అధికంగా ఉంటుందని, దాని వల్ల సోమవారం గుండె పోటు కేసులు ఎక్కువగా నమోదవుతున్నట్లు గుర్తించారు. అదే వారాంతాల్లో మాత్రం చాలా తక్కువగా గుండె పోటు కేసులు నమోదవుతున్నాయి.

మొటిమలు ఇబ్బంది పెడుతున్నాయా?

చాలా మంది అమ్మాయిలు ఎదుర్కొనే సౌందర్య సమస్య మొటిమలు. ఒక వయస్సు వచ్చాకా చాలా మంది మొటిమలు వస్తుంటాయి. దీనికి ఆడ, మగ తో సంబంధం లేదు. అయితే అబ్బాయిలు పెద్దగా పట్టించుకోరు. కానీ అమ్మాయిలు ఒక్క మొటిమ వచ్చినా ఆందోళన పడిపోతారు. ఆ ఒక్క మొటిమ పోయేందుకు రకరకాల ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు.

మొటిమల సమస్య నుండి ఉపశమనం పొందేందుకు రూపొందించినవే పింపుల్ ప్యాచెస్. వీటిని వాడటం వల్ల మొటిమలు తొలగిపోవడంతో పాటు ఆ ప్రాంతంలో మచ్చలు కూడా ఏర్పడవు. అందుకే వీటికి చాలా క్రేజ్ వచ్చింది. ముఖంపై పింపుల్స్ కనిపిస్తే.. ఆ ప్రాంతంలో ఈ ప్యాచెస్ వాడితే మొటిమలు తొలగిపోతాయి.

పింపుల్ ప్యాచెస్ వల్ల ప్రయోజనాలు: టార్గెటెడ్ ట్రీట్‌మెంట్ ఇస్తాయి: పింపుల్ ప్యాచెస్ ను ఎక్కడ మొటిమలు వచ్చాయో అక్కడ అప్లై చేసుకుంటే సరిపోతుంది. పింపుల్ పై ఈ ప్యాచెస్‌ను పెట్టుకోవడం వల్ల రక్షణ కల్పిస్తుంది. చికాకును తగ్గిస్తుంది. వేగంగా మొటిమలు తొలగిపోయేందుకు సహాయం చేస్తుంది.

మొటిమల నుండి అదనపు సెబమ్ (ఆయిల్) శోషించడానికి పింపు ల్ ప్యాచెస్ రూపొందించార. ఇది వాపు, బ్యాక్టీరియా సంక్రమణ ప్రమా దాన్ని తగ్గిస్తుంది. వేగంగా రిజల్యూ షన్, ఎరుపు, వాపు తగ్గిస్తుంది.

మొటిమలు.. ధూళి, బ్యాక్టీరియా, కాలుష్యక కారకాల వల్ల మొటిమలు మరింతగా పెరుగుతాయి. పింపుల్ ప్యాచెస్ వాడటం వల్ల అవరోధంగా ఏర్పడి రక్షణ కల్పిస్తాయి. కాలుష్యాన్ని నిరోధిస్తాయి. మచ్చల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి.

పింపుల్ ప్యాచెస్ మొటిమలను దాచిపెడతాయి. చర్మం రంగులో ఉండి పైకి పెద్దగా ఏర్పడవు. తాత్కాలిక సౌందర్య పరిష్కారంగా పింపుల్ ప్యాచెస్ పని చేస్తాయి.

పింపుల్ ప్యాచెస్ వల్ల ప్రతికూలతలు: సిస్టిక్ పింపుల్స్ మీద ప్రభావాన్ని చూపవు: చర్మంపై ఏర్పడిన మొటిమలకు పింపుల్ ప్యాచెస్ చక్కగా పని చేస్తాయి.అయితే చర్మం ఉపరితలం కింద ఏర్పడే సిస్టిక్ మొటిమలకు ఈ ప్యాచెస్ సమర్థవంతంగా పని చేయవు.

సెన్సిటివ్ స్కిన్‌పై చికాకు కలిగిస్తాయి: పింపుల్ ప్యాచెస్ కొందరిలో అలర్జీని కలిగిస్తాయి. కొందరిలో వీటి వల్ల చికాకు వస్తుంది. పింపుల్ ప్యాచెస్ వాడకం వల్ల చికాకు, దురద, ఇతర సమస్యలు వస్తే వాటిని వాడకపోవడమే మంచిది.

ఓపెన్ లేదా పాప్ద్ మొటిమలు: పింపుల్ ప్యాచెస్ ఓపెన్ లేదా పాప్డ్ మొటిమలపై ఉపయోగించేందుకు తయారు చేసినవి కావు. ఓపెన్ అయిన మొటిమలు, పాప్డ్ మొటిమలపై పింపుల్ ప్యాచెస్ అప్లై చేయడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్లు రావొచ్చు.

నోరూరించే స్పైసీ చికెన్ ములక్కాడ గ్రేవీ రిసిపి

మాంసాహార ప్రియులకు చికెన్ అంటే చాలా ఇష్టం. ఆదివారం వస్తే చాలు చికెన్ లేనిదే ముద్ద దిగదు. చాలా మంది చికెన్ తినడానికి ఇష్టపడతారు. చాలా చికెన్ వెరైటీలు ఉన్నాయి.

నోరూరించే స్పైసీ ములక్కాడ చికెన్ కూర.. ఎంత రుచిగా ఉంటుంది. చికెన్ తో ప్రతి వంటకం కూడా చాలా రుచిగా ఉంటుంది. చికెన్ తో వివిధ రకాల వంటకాలు బిర్యాని, గ్రేవీ, చికెన్ పులావ్ వంటి వాటినే కాకుండా ఇతర వంటకాలను కూడా తయారుచేస్తూ ఉంటాం. ఈసారి కాస్త వెరైటీగా చికెన్ ను మునక్కాడలతో కలిపి కూర వండుకోండి. ఈ కూర భలే రుచిగా ఉంటుంది.

కావలసిన పదార్థాలు: అర కేజీ చికెన్ మూడు మునక్కాడ ముక్కలు రెండు ఉల్లిపాయలు రెండు టమోటాలు ఒక టేబుల్ స్పూన్ అల్లంవెల్లుల్లి పేస్ట్ పావు టీ స్పూన్ పసుపు రెండు టేబుల్ స్పూన్ ల కారం రెండు రెబ్బలు కరివేపాకుల తరుగు సగం స్పూన్ గరం మసాలా ఒక స్పూన్ నిమ్మరసం కొత్తిమీర తరుగు పావు కప్పు నూనె

మసాలా కోసం: రెండు టేబుల్ స్పూన్ ల ధనియాలు, ఏడు లవంగాలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ జీలకర్ర, ఐదు యాలకులు, ఒక ఇంచు దాల్చిన చెక్క , రెండు టేబుల్ స్పూన్ ల ఎండు కొబ్బరి తరుగు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ గసగసాలు .

తయారుచేయు విధానం: మసాలా కోసం ముందుగా స్టవ్ మీద కడాయి పెట్టి ధనియాలు, లవంగాలు, జీలకర్ర, యాలకులు, దాల్చిన చెక్క, ఎండుకొబ్బరి ఇలా ఒకదాని తరువాత ఒకటి మసాలా దినుసులన్నింటిని వేసి మంచి వాసన పోయే వరకు తక్కువ మంట మీద వేపుకోవాలి.

మసాలా దినుసులన్నీ వేగిన తరువాత చివరిలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ గసగసాలను వేసి వేపుకొని తరువాత స్టవ్ ఆఫ్ చేసుకోవాలి.

ఈ మసాలా దినుసులు అన్ని చల్లారాక మిక్సీ జార్ లో వేసి కొన్ని నీళ్లు కలిపి మెత్తగా గ్రైండ్ చేసుకోవాలి.

ఇప్పుడు స్టవ్ మీద ఒక కడాయి పెట్టి నూనె వేసి వేడి చేసుకోవాలి.

నూనె వేడి అయిన తరువాత ఉల్లిపాయల తరుగు, కరివేపాకులు వేసి ఉల్లిపాయలు మెత్తబడి లేత బంగారు రంగు వచ్చే వరకు ఫ్రై చేసుకోవాలి.

ఉల్లిపాయలు బాగా మగ్గిన తరువాత ఇందులో అల్లం వెల్లుల్లి పేస్ట్ వేసి పచ్చివాసన పోయేంత వరకూ బాగా వేపుకోవాలి.

ఇప్పుడు ఇందులో పసుపు, కారం వేసి కలుపుకొని టమోటో ముక్కలు, రుచికి సరిపడా ఉప్పు వేసి ఒక నిమిషం పాటు బాగా వేయించుకోవాలి.

ఒక నిమిషం తరువాత పావు కప్పు నీళ్లు వేసి మూతపెట్టి టమోటాలు బాగా మగ్గి నూనె పైకి తేలే వరకు ఉడికించుకోవాలి. టమోటాలు బాగా మగ్గిన తరువాత ఇందులో చికెన్ వేసి ఐదు నిమిషాలు మూత పెట్టి ఉడికించుకోవాలి.

ఐదు నిమిషాల తరువాత మునక్కాడ ముక్కలు, మెత్తగా గ్రైండ్ చేసుకున్న మసాల, ఒకటిన్నర కప్పు నీళ్లు పోసి బాగా కలుపుకుని మూతపెట్టి ఇరవై నిమిషాల పాటు తక్కువ మంట మీద ఉడికించుకోవాలి. అయితే మధ్యమధ్యలో కలుపుతూ ఉంటే కూర అడుగంటకుండా ఉంటుంది.

చికెన్, మునక్కాడ ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత చివరిలో కొత్తిమీర తరుగు, గరం మసాలా, నిమ్మరసం కలుపుకుని స్టవ్ ఆఫ్ చేసుకోవాలి. అంతే ఎంతో రుచికరమైన చికెన్ మునక్కాడలు కూర రెడీ.

అరటి ఆకులో భోజనం చేస్తే ఎన్ని లాభాలో దీని వెనుక శాస్త్రీయ కారణం

అరటి ఆకుల్లో భోజనాలు చేయడం అనవాయితీ అయినప్పటికీ, దీని వెనుక శాస్త్రీయ కారణం కూడా ఉంది. శాస్త్రీయ దృక్కోణంలో అరటి ఆకుల్లో ఆహారం తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయి.

పండుగల సమయంలో అరటి ఆకుల్లో భోజనాలు చేయడం అనవాయితీ. పూర్వకాలంలో ప్రతి రోజూ అరటి ఆకులోనే భోజనం చేసేవారు. కానీ ఈరోజుల్లో కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో మాత్రమే అరిటాకు భోజనం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికీ అరటి ఆకును భోజనానికి వినియోగిస్తూనే ఉన్నారు.

ముఖ్యంగా దక్షిణ భారతదేశ ప్రజల భోజనంలో సాంబార్, రసం వంటి ద్రవరూపంలో ఉండే ఆహార పదార్థాలు ఎక్కువ. అందువల్ల అరటి ఆకులో తినడం సులభం. పదార్థాలలో ఉండే నెయ్యి, నూనె కూడా ఆకుకు అంటుకోవు. కనుక ఏం ఇబ్బంది లేకుండా తినటానికి సులవుగా ఉంటుంది.. కానీ, ఆకుకు చిల్లు పడకుండా జాగ్రత్తగా తినాలి.

గ్రీన్ టీ లాగే అరటి ఆకులో కూడా యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉంటాయి. అంతేకాదు, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ కూడా. అందువల్ల ఆహారంలోని సూక్ష్మజీ వులను హరించి వేస్తుంది. అరటాకులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ క్యాన్సర్ కణాలను హరిస్తాయని చాలా అధ్యయనాలు రుజువు చేస్తున్నాయి.

గ్రీన్ టీ లాగే అరటి ఆకులో కూడా యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉంటాయి. అంతేకాదు, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ కూడా. అందువల్ల ఆహారంలోని సూక్ష్మజీవులను హరించి వేస్తుంది. అరటాకులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ క్యాన్సర్ కణాలను హరిస్తాయని చాలా అధ్యయనాలు రుజువు చేస్తున్నాయి.

తాజా అరటాకు మీద పలుచని మైనపు పొర సహజంగా ఉంటుంది. వేడివేడి పదార్థాలు వడ్డించినపుడు అది కరుగుతుంది. అలా కరిగినపుడు కమ్మని వాసన వెలువడుతుంది. ఇది ఆహార పదార్థాలకు ఒక ప్రత్యేకమైన ఫ్లేవర్ ను ఇస్తుంది. ముఖ్యంగా వేడి వేడి రసం, అన్నం కలిపి అరటాకులో భోజనం చేసినప్పుడు దీన్ని గుర్తించవచ్చు.

ఇవి వాటర్ ప్రూఫ్ కావడం వల్ల కావడం వల్ల వీటి మీద ఎలాంటి రసాయనాలు చల్లినా అవి ఆకుకు అంటుకోవు. కాబట్టి వీటి వల్ల హాని తక్కువ. అరటి ఆకులను కొన్ని ఆయుర్వేద మందుల్లో కూడా వాడతారు. కొన్న రకాల మందులను స్వల్పకాలం పాటు ప్యాక్ చెయ్యడానికి కూడా వినియోగిస్తారు.

ఇవి వాటర్ ప్రూఫ్ కావడం వల్ల కావడం వల్ల వీటి మీద ఎలాంటి రసాయనాలు చల్లినా అవి ఆకుకు అంటుకోవు. కాబట్టి వీటి వల్ల హాని తక్కువ. అరటి ఆకులను కొన్ని ఆయుర్వేద మందుల్లో కూడా వాడతారు. కొన్న రకాల మందులను స్వల్పకాలం పాటు ప్యాక్ చెయ్యడానికి కూడా వినియోగిస్తారు.

అరటి ఆకులను తినడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ బలపడుతుంది. మంచి జీర్ణవ్యవస్థ కడుపు సంబంధిత సమస్యలను చాలా వరకు దూరంగా ఉంచుతుంది. అరటి ఆకుల్లో తింటే జుట్టు పొడవుగా పెరుగుతుంది.కేశాలకు మంచి మెరుపు వస్తుంది. అంతేకాదు.. మెరిసే చర్మానికి కూడా మేలు చేస్తుంది.

అరటి ఆకుల్లో తినడం వల్ల అనేక చర్మ సంబంధిత సమస్యలు నయమవుతాయి.

మజ్జిగ ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు తాగకూడదు

వేసవిలో ఎప్పుడూ దాహం తీర్చుకునేందుకు చల్లని పానీయాలకు డిమాండ్ పెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా మజ్జిగ సేవనం అధికంగా ఉంటుంది. కారణం ఆరోగ్యపరంగా అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు కలిగి ఉండటమే. అయితే మజ్జిగ ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు తాగకూడదని తెలుసా మీకు.

నిస్సందేహంగా మజ్జిగ ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే అద్భుతమైన పానీయం. శరీరం వేడి చేయకుండా కాపాడుతుంది. ముఖ్యంగా వేసవిలో చాలా మంచిది. అద్భుతమైన పోషక గుణాలుండటంతో ఆరోగ్యపరంగా చాలా మంచిది. అయితే మజ్జిగను ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు తాగకూడదంటారు న్యూట్రిషియనిస్టులు. మజ్జిగ తాగేందుకు కూడా ఓ నిర్ధారిత సమయం ఉంటుందిట. ఎందుకంటే వేళాపాళాలేకుండా మజ్జిగ తాగితే ప్రయోజనాలకు బదులు హాని చేకూరుతుంది. వేసవిలో సాధారణంగా చల్లని పానీయాలు తాగాలని లేదా ఏసీ వాతావరణంలో ఉండాలని ఉంటుంది. డ్రింక్స్, మజ్జిగ అధికంగా తీసుకుంటుంటారు. చాలామందికి భోజనం తరువాత మజ్జిగ తాగే అలవాటు ఉంటుంది. మజ్జిగ కడుపులో చలవ చేస్తుంది. వేసవిలో ఒక హెల్తీ డ్రింక్‌గా చెప్పవచ్చు. ప్రతి రోజూ మజ్జిగ తాగడం వల్ల పలు వ్యాధుల్నించి కూడా సంరక్షించుకోవచ్చు.

మజ్జిగతో ప్రేవులు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. మలబద్ధకం సమస్య పోతుంది. అదే సమయంలో రోజుకు మనిషి శరీరానికి కావల్సిన నీటి పరిమాణం తీరుతుంది. మజ్జిగలో పొటాషియం, విటమిన్ బి12, కాల్షియం, ఐరన్, ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు చాలా అధికంగా ఉంటాయి. అయితే ఆరోగ్యపరంగా ఇన్ని ప్రయోజనాలున్నా సరే..మజ్జిగ తాగడానికి ఓ సమయం సందర్భం ఉండాలంటారు వైద్యులు. ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు తాగితే ఆరోగ్యపరంగా నష్టం కలుగుతుంది. మరి ఏ సమయంలో తాగాలనే వివరాలు తెలుసుకుందాం..

పగటి సమయంలో మజ్జిగ ఎప్పుడైనా ఏ సమయంలోనైనా తాగవచ్చు. మజ్జిగ తీసుకునే సమయాన్ని బట్టి ప్రయోజనాలు కూడా మారుతుంటాయి. మద్యాహ్నం భోజనం తరువాత తాగితే అధిక ప్రయోజనాలు కలుగుతాయంటారు వైద్య నిపుణులు. మద్యాహ్నం లంచ్ తరువాత మజ్జిగ తాగడం వల్ల కడుపుకు ఎక్కువ లాభాలుంటాయి. మజ్జిగలో ఉండే హెల్తీ బ్యాక్టీరియా, ల్యాక్టిక్ యాసిడ్ అనేవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపర్చేందుకు సహాయపడతాయి. దాంతోపాటే శరీరం మెటబోలిజంను వేగవంతం చేస్తుంది. ప్రతిరోజూ భోజనానంతరం ఓ గ్లాసు మజ్జిగ తప్పకుండా తాగడం మంచి అలవాటు.

లంచ్ తరువాత మజ్జిగ తాగడం వల్ల తినే ఆహారం సరైన రీతిలో జీర్ణమై శక్తిగా మార్పిడి చెందుతుంది. ఫలితంగా కడుపులో ఉత్పన్నమయ్యే వేడి కూడా తగ్గుతుంది. అదే సమయంలో ఎసిడిటీ నుంచి కూడా ఉపశమనం కలుగుతుంది. ఎప్పుడైనా ఎక్కువగా తిన్నామని అన్పించినప్పుడు 1-2 గ్లాసులు మజ్జిగ తాగితే సరిపోతుంది. జీర్ణక్రియ బాగుంటుంది. రోజుకు 1-2 గ్లాసుల కంటే ఎక్కువ మజ్జిగ మంచిది కాదు. అదే విధంగా రాత్రి వేళల్లో మజ్జిగ తాగడం మంచి అలవాటు కాదు. దీనివల్ల ఆరోగ్యపరంగా నష్టాలు ఎక్కువ. రాత్రి పూట మజ్జిగ తాగడం కానీ పెరుగన్నం తినడం గానీ రెండూ మంచి అలవాట్లు కానే కావు.

థైరాయిడ్ సమస్యకు డైట్ ఒక్కటే సమాధానం

శరీరంలో అంతర్గతంగా ఏర్పడే వివిధ రకాల సమస్యలు అనేక లక్షణాలతో బయటపడుతుంటాయి. బయటపడే ప్రతి లక్షణం వెనుక అంతర్గతంగా ఏదో ఒక అంగంలో సమస్య తలెత్తి ఉంటుంది. ఆ లక్షణాలను బట్టి శరీరంలోని అంగాల సమస్యల్ని గుర్తించగలగాలి. అప్పుడే ఏ సమస్యకైనా సకాలంలో చికిత్స ఉంటుంది.

మానవ శరీరంలో ఒక్కొక్క అంగానికి ఒక్కో ప్రాధాన్యత, విధి ఉంటుంది. అదే విధంగా థైరాయిడ్ అతి ముఖ్యమైన అంగంగా ఉంది. థైరాయిడ్ అనేది ఓ గ్రంధి. మనిషి శరీరంలో మెడ భాగంలో లోపల సీతాకోకచిలుక ఆకారంలో ఉంటుంది. మనిషి శరీరానికి అవసరమైన హార్మోన్ల విడుదల ఈ గ్రంథి చేసే పని. ఈ గ్రంథిలో సమస్య ఏర్పడితే హార్మోన్ల విడుదలపై ప్రభావం పడి..వివిధ రకాల సమస్యలు ఏర్పడతాయి. థైరాయిడ్ సమస్య ఉంటే శరీరం సామర్ధ్యం అంటే పనితీరు కూడా ప్రభావితమౌతుంది. ఆహారపు అలవాట్లను సక్రమం చేసుకోవడం ద్వారా థైరాయిడ్ గ్రంథిలో తలెత్తే సమస్యను సరిచేయవచ్చు. అంటే థైరాయిడ్ సమస్యను దూరం చేయవచ్చు.

క్రూసిఫెరోస్ కూరగాయలైన కాలిఫ్లవర్, బ్రోకలి, అరటి ఆకులు వంటివి థైరాయిడ్ సమస్యను మరింత పెంచుతాయి. అందుకే మీ డైట్‌లో ఇవి లేకుండా చూసుకోవాలి.

గ్లూటెన్ అనేది థైరాయిడ్ సమస్యను పెంచుతుంది. అందుకే గ్లూటెన్ ఉండే పదార్ధాలను డైట్‌కు దూరంగా ఉంచడం మంచిది. రోజూ నిర్ణీత సమయంలో వ్యాయామం చేయడమే కాకుండా ఒత్తిడి లేని జీవనశైలిని అలవర్చుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల థైరాయిడ్ సమస్య తగ్గుతుంది.

యాపిల్‌లో ఉండే పెక్టిన్ అనే ఫైబర్ థైరాయిడ్ హార్మోన్‌ను సమతుల్యం చేయడంలో దోహదపడుతుంది. రోజూ యాపిల్ తినడం వల్ల థైరాయిడ్ సమస్య తగ్గుతుంది.

బ్రౌన్ రైస్‌లో థైరాయిడ్‌కు అవసరమైన న్యూట్రియంట్లు ముఖ్యంగా సెలేనియం, జింక్, ఐరన్ ఉంటాయి. అందుకే థైరాయిడ్ రోగుల్ని బ్రౌన్ రైస్ తినమని వైద్యులు సూచిస్తుంటారు.

ఇక బాదం, వాల్‌నట్స్, బ్రెజిల్ నట్స్ థైరాయిడ్ సమస్య ఉన్నవారికి చాలా మంచిది.

అహంకారం

నువ్వెప్పటికి మారవు సుమా
కన్న కుతురుపై కామవాంఛ
పక్కింటి పసికందుపై లైంగిక హింస
ఏం కనిపించిందని ఆ పసికందులలో

ప్రాణాలతో ఆటలాడుతున్నావు
నీ కోరికకు బలి పశువు
బడిపిల్లలు చిత్తకార్తి కుక్క కన్న
హీనంగా చిదిమేస్తున్నావు
నేను మగాణ్ణి అనే మగాడు
ఎక్కడ నీ మగతనం.

ఆడపిల్ల అని అలుసుగా
నలిపేస్తున్నావు
మరి నీ ఆనవాలు నీవు
కోల్పోతున్నావని
నీకు తెలుసా...

మారింది ఆడపిల్ల అంటావు
నా కాలికింద వుండట్లేదంటావు
ఎన్నాళ్ళు పాలిస్తావు
మహా మహులే కానరాని
లోకాలకు
తరలి పోయారు..

పి.విశాలాక్షి...

కన్నీటి బొట్టు

కొబ్బరి చెట్టు
చిటారున
కొబ్బరి బొండం లో
గంగ నీరా

మరి
నరుడి
కళ్ల ల్లో
ఉప్పు నీరా

చెట్టు మీద ఉన్న
ప్రేమ
నరుడి మీద లేదా
బ్రహ్మయ్యా

గజల్

కనలేని మనసేమో.. కలలలో తేలింది..!
గగనాలు వేవేలు..లీలగా దాటింది..!
తెలిమంచు పూలతో.. భాషించు నా చెలియ..
నాగుండె చెవిలోన.. గుసగుసలు పోయింది..!

చెలిహంస హొయలింటి.. జాతరే తోడోయి..
తనమౌన ధారనే..మధువుగా మార్చింది..!
నోటెంత గొప్పదో..తూచెరో ఓటునే..
అవినీతి నేతిలో..నేతలను ముంచింది..!

అధికార మోహమది.. సమరవాంఛల దారి..
చంపుకొను క్రీడకే..ఊపిరులు పోసింది..!

కాలుష్య భూతాలు..అజ్ఞాను లింకెవరు..
నా పుడమి గొంతెత్తి..ఎదలోన మూల్గింది..!

మాధవుని గజలేమొ..వయ్యారి మధుబాల..
నిజచెలిమి రాగాల..తీర్థమై మిగిలింది..!

ఆ.వె

దీపాల వాడయే..సంద్రమై పొంగింది..!
నీమౌన గగనమే..కావ్యమై మిగిలింది..!

నవరాగ భావాల..మాధురియె నాచెలియ..
నిజపవన వీచికల..గంధమై దక్కింది.!
సరసాల వీధుల్లొ..గమకాల రాశియే..
సంసార వీణియకు..ప్రాణమై చేరింది..!
పగడాల చిత్తరువు..సాక్షిగా తా'నేను..

ఊహలే పండించు..మేఘమై ఉరికింది..!

హరివిల్లు వర్ణాల.. భోగాంతరంగిణియె..
ప్రేయసిగ ఎదలోన..చిత్రమై విరిసింది..!

మరపన్నదే లేని..లోకాన మైమరపు..
జ్ఞాపకాలను రాల్చి..జ్ఞానమై ఒదిగింది..!

మెఱుపింటి హాసాల.. నవచంద్ర రేఖయే..
మాధవుని గజలింటి..వేదమై వెలిగింది..!

10వ తరగతి ప్రధాన శ్రేణిలో ఉత్తీర్ణులైన విద్యార్థులకు బహుమతులు పంపిణీ

సమ్మర్ క్యాంప్ ముగింపు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శ్రీ స్వామి వివేకానంద సంస్థ వారి ఆధ్వర్యంలో, సత్య శ్రీ స్టడీ సర్కిల్ ఎండి వాసు మాస్టర్ సహకారంతో, వివేకానంద సంస్థ విద్యార్థులు ఫస్ట్ క్లాస్ లో పాస్ అయిన సందర్భంగా మరియు వివేకానంద సంస్థ నిర్వహించిన భగవద్గీత అధ్యాయనం సమ్మర్ క్యాంపులో పాల్గొన్న విద్యార్థులకు బహుమతుల ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథులుగా వివేక నంద సంస్థ గౌరవ అధ్యక్షులు డాక్టర్. సీఎంఎ. జహీర్ అహ్మద్, యువ నాయకులు ద్రోణం రాజు. వాత్సవ వైఎస్సార్‌సీపీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి కొండ. రాజీవ్ గాంధీ, కొన్ని సంవత్సరాలగా, కొన్ని వేల మంది విద్యార్థులను ఉత్తములుగా తీర్చిదిద్ది , ఉన్నత స్థానాలలో నిలబెట్టిన సత్య శ్రీ ట్యూషన్ సెంటర్ అధినేత సి.వాసు మాస్టర్‌కి ఘన సన్మానం చేశారు., ఈ సందర్భంగా ప్రముఖులు మాట్లాడుతూ, వేసవి సెలవుల్లో సమ్మర్ క్యాంపులు పెట్టి, వివేకానంద సంస్థ వారు భగత్ భగవద్గీత అధ్యయనం నిర్వహించడం, చాలా

గొప్ప విషయమని, ఫ్రీ ట్యూషన్ సెంటర్ నిర్వహిస్తూ , ఫ్రీ కంప్యూటర్ క్లాసులు నిర్వహిస్తూ, పేద విద్యార్థులకు ఎంతో సహకారం అందిస్తూ, వారి విద్యాభివృద్ధికి నిరంతరం కృషి చేస్తున్న వివేకానంద సంస్థ వారిని ఈ సందర్భంగా అభినందించారు, అలాగే ఎప్పుడు ఏ అవసరమైన సంస్థ వారికి తాము అండగా ఉంటామని వారు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కుమార్, సత్తిబాబు, అప్పలకొండ, సంస్థ అధ్యక్షులు అప్పారావు, మరియు సంస్థ మహిళా సభ్యులు పాల్గొన్నారు. .ఈ సందర్భంగా ఎంతోమంది విద్యార్థులకు విద్యాబుద్ధులు చెప్పి, ఉత్తమ విద్యార్థులగా తీర్చిదిద్దిన వాసు మాస్టర్‌కి ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు.

ఏఎంఏఎల్ కళాశాల అభివృద్ధికి కృషి చేస్తాం. పూర్వ విద్యార్థుల సంఘం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎందరో పేద, మధ్యతరగతి విద్యార్థులకు మంచి విద్యను అందించి వారి కుటుంబాల్లో వెలుగులు నింపిన ఏ ఎం ఏ ఎల్ కళాశాల అభివృద్ధికి కృషి చేస్తామని ఆ కళాశాల పూర్వ విద్యార్థుల సంఘం ప్రకటించింది. కళాశాల ఆవరణలో శనివారం జరిగిన పూర్వ విద్యార్థుల సంఘం కార్యాలయ ప్రారంభోత్సవం, నూతన కార్యవర్గ ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమాలలో వారు పాల్గొన్నారు. కళాశాల పాలకవర్గ సభ్యులు వాసిరెడ్డి బాలకృష్ణ, ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ గెల్లా జయబాబు, పర్యవేక్షకురాలు పెంటకోట అనురాధల ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమంలో పై కార్యవర్గం పదవీ బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ముందుగా కళాశాల ఆవరణలో ఉన్న సరస్వతి దేవి విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి పూజలు చేశారు. కళాశాల వ్యవస్థాపకులు కోరుకొండ లింగమూర్తి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. కార్యాలయాన్ని పూర్వ విద్యార్థుల సంఘ అధ్యక్షులు బొడ్డేడ అప్పారావు, కార్యదర్శి పెనుమత్స

కృష్ణంరాజు, కోశాధికారి ఎళ్లేటి జగదీశ్వరరావు ప్రారంభించి మాట్లాడుతూ కళాశాలలో ఇంతవరకు సుమారు లక్ష మంది విద్యార్థులు విద్యనభ్యసించారన్నారు. అనకాపల్లి వర్తక సంఘం అదే స్ఫూర్తితో ఇంతవరకు కళాశాలను నిర్వహిస్తుందన్నారు. దేశ విదేశాల్లో ఉన్న అందరు పూర్వ విద్యార్థుల సహాయ సహకారాలు తీసుకొని కళాశాల అభివృద్ధి చేయడానికి తమ వంతు కృషి చేస్తామన్నారు. పూర్వ విద్యార్థులు అంతా ఒకటై కళాశాల అభివృద్ధికి సహకరించాలని వారి విజ్ఞప్తి చేశారు. కార్యక్రమంలో విశ్రాంత ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ ఎస్.నూకరాజు, బొండాడ రాజు, ఉప తహసిల్దార్ సింగంపల్లి వాసు, నిరుజోగి నరసింహా మూర్తి, వెంకటేశ్వరరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అమెరికాలో మళ్లీ కాల్పులు

ఈ మధ్య అమెరికాలో గన్ కల్చర్ బాగా పెరిగిపోయింది. అక్కడ హాట్ కేకుల్లాగా గన్స్ కూడా అమ్మేస్తూ ఉండడంతో ఎప్పటికప్పుడు ఈ తుపాకీలతో విరుచుకు పడుతూ ప్రజల ప్రాణాలను హరిస్తున్న వారి సంఖ్య పెరుగుతుంది. అలా ఈ మధ్య జరిగిన కొన్ని కాల్పుల్లో తెలుగు వారైనా కొంతమంది సహా భారతదేశానికి చెందిన వారు కూడా మృత్యువాత పడ్డారు.

అక్కడి నుంచి వారి మృతదేహాలను ప్రస్థానాలకు తీసుకువచ్చి అంత్యక్రియలు కూడా జరిపించారు. తాజాగా శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో లోని మిషన్ డిస్ట్రిక్ట్ ప్రాంతంలో తొమ్మిది మంది వ్యక్తులపై కాల్పులు జరిగాయి. అధికారులు దీనిని "కావాలని టార్గెట్ గా చేసుకుని జరిపిన దాడి"గా పేర్కొన్నారు.

శనివారం తెల్లవారుజామున జరిగిన ప్రెస్ కాన్ఫరెన్స్ లో శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో పోలీసు డిపార్ట్మెంట్ ఆఫీసర్ మాట్లాడుతూ... శుక్రవారం రాత్రి కాల్పుల్లో బాధితులు ప్రాణాలతో బయట పడినట్టు భావిస్తున్నాం అని అన్నారు. "ఒక విధమైన బ్లాక్ పార్టీ" జరుగుతుండగా... ఈ కాల్పులు జరిగినట్టు సీఎన్ఎన్ నివేదించింది.

శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో బోర్డ్ ఆఫ్ సూపర్వైజర్స్ మెంబర్ లెజిస్లేటివ్ సహాయకుడు శాంటియాగో లెర్మా ప్రకారం బాధితుల్లో కనీసం ఐదుగురు ఆసుపత్రి పాలయ్యారు. గాయపడిన ఐదుగురిలో ఒకరికి శస్త్రచికిత్స జరుగుతోంది. నలుగురు వ్యక్తులు చిన్న చిన్న గాయాలకు చికిత్స పొందుతున్నారు. శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో పోలీస్ డిపార్ట్ మెంట్ అధికారులకు రాత్రి 9 గంటల ప్రాంతంలో మిషన్ డిస్ట్రిక్ట్కి రమ్మని కాల్ వచ్చింది. అధికారులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నప్పుడు వారు తుపాకీ గాయాలతో బాధపడుతున్న అనేక మంది బాధితులను గుర్తించారు. బాధితులను స్థానిక ఏరియా ఆసుపత్రులకు తరలించడానికి చికిత్స చేయడానికి అధికారులు వైద్యులను కూడా సంఘటన స్థలానికి పిలిపించారు.

మిషన్ డిస్ట్రిక్ట్ ది మిషన్ అనే పేరుతో ప్రసిద్ధి చెందింది. అదే ఈ కాల్పుల ఘటనలో ఎవరైనా భారతీయులు గాయపడ్డారా లేదా అనే విషయం మీద ఇప్పటివరకు అధికారికంగా అయితే ఇలాంటి సమాచారం లేదు. ఎందుకు అమెరికా పోలీసులకు ప్రభుత్వం కూడా అనేక చర్యలు తీసుకుంటున్నారు కానీ ఆ చెల్లెలు పూర్తిస్థాయిలో సఫలం అవడం లేదు.

చివరికి ఇలా ఫేక్ ప్రచారానికి దిగారా?: టీడీపీకి మంత్రి రోజా కౌంటర్

టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు ఏపీ మంత్రులను టార్గెట్ చేయడంపై రాష్ట్ర టూరిజం మంత్రి రోజా స్పందించారు. జగన్ ఇచ్చిన పదవులను ప్రజల కోసం కాకుండా జగన్ కోసం, తమ స్వార్థం కోసం మంత్రులు దుర్వినియోగం చేస్తున్నారని, అందుకే చంద్రబాబు ఈ రేంజ్ లో తగులుకున్నారని టీడీపీ పేర్కొంది. దీన్ని మంత్రి రోజా తప్పుబట్టారు. మీ టీడీపీ వాళ్లందరూ చివరికి ఇలా ఫేక్ ప్రచారానికి దిగారా? అంటూ వ్యంగ్యం ప్రదర్శించారు.

"అసలు మీ చంద్రబాబు ప్రభుత్వంలో టూరిజం శాఖ ఒకటి ఉండేదని కానీ, టూరిజం మంత్రి ఉండేవారని కానీ ప్రజలకు తెలియనట్టు ఉండేది. కానీ మా సీఎం జగన్ ప్రభుత్వంలో ఏపీని టూరిజం హబ్ గా మార్చేందుకు కృషి చేస్తున్నాం. గ్లోబల్ ఇన్వెస్టర్స్ సమ్మిట్ లో టూరిజం రంగంలో రూ.22,096 కోట్ల విలువైన 117 ఎంవోయూలు కుదుర్చుకున్నాం. ఈ ప్రాజెక్టులు ప్రస్తుతం వివిధ దశల్లో ఉన్నాయి. అలాగే, ఏపీలో టెంపుల్ టూరిజం వంటి నూతన విధానాలు ప్రవేశపెడుతున్నాం. చారిత్రక స్థలాలను టూరిజం కేంద్రాలుగా మార్చుతున్నాం" అని రోజా స్పష్టం చేశారు.

పేదలపై కక్షతోనే విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంపు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): గృహాలకు స్మార్ట్ మీటర్లు ఏర్పాటు దారుణం అని, దీనివలన రాష్ట్రంలోనీ విద్యుత్ వినియోగదారులపై 10ఏళ్ల పాటు భారం పడుతుందనీ మాజీ శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ అన్నారు. శనివారం స్థానిక గవరపాలెం లో ఉన్న తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు.స్మార్ట్ మీటర్ల ఏర్పాటు వలన ఒక్కో కుటుంబంపై నెలకు 102రూపాయిల భారం పడుతుందనీ అన్నారు.జగన్ మోహన్ రెడ్డి అసమర్థ పాలన వల్లే డిస్కంలు నష్టాల్లోకి కూరుకుపోతున్నాయని అన్నారు. గడిచిన నాలుగు ఏళ్లలో వైకాపా ప్రభుత్వం 8సార్లు విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంచిందని అన్నారు. గృహాలకు స్మార్ట్ మీటర్లు ఏర్పాటు వలన పేదలపై ఏటా వేల కోట్ల రూపాయల భారం పడుతుందనీ అన్నారు.టీడీపీ అధికారంలోకి రాగానే విద్యుత్ ఛార్జీలు నియంత్రిస్తామని అన్నారు.విద్యుత్ చార్జీల సర్దుబాటు పేరుతో ప్రతి యూనిట్ కు 40పైసలు అదనపు భారం పడుతుందనీ అన్నారు. నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఒక విజన్ ఉన్న నాయకుడూ అని అందుకే టీడీపీ హయంలో

పేదలపై ఎటువంటి విద్యుత్ ఛార్జీల భారం మోపలేదని అన్నారు.

వైకాపా ప్రభుత్వం విండ్ పవర్ పి పి ఏ లను రద్దు చేయడంతోనే రాష్ట్రంలో విద్యుత్ సంక్షోభం ఏర్పడిందని అన్నారు. రాష్ట్రంలో ఎక్కడ చూసినా కరెంట్ కోతలే అని ఆరోపించారు. జగన్ మోహన్ రెడ్డి పాలనలో ఒక్క వైకాపా ఎమ్మెల్యేలు, మంత్రులూ తప్పా ఏ ఒక్కరూ సంతోషంగా లేరని విమర్శించారు. డిస్కంలకు సర్దుబాటు పేరుతో వేల కోట్ల రూపాయల ప్రజాధనాన్ని జగన్ రెడ్డి దోచుకుంటున్నారని అన్నారు. అప్రకటిత విద్యుత్ కోతలతో గ్రామాలలోని చిన్న, మధ్య తరహా పరిశ్రమలు మూతపడి ప్రజలు ఉపాధి కోల్పోతున్నారని అన్నారు. మరలా విద్యుత్ రంగం గాడిలో పడాలంటే చంద్రబాబు నాయుడు ముఖ్యమంత్రి అవ్వాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు సిరస పల్లి సన్యాసి రావు, బొడ్డేడ జోగి నాయుడు, పోలారపు త్రినాధ్, కర్రి వెంకట సన్యాసినాయుడు (బాబీ,) ఆకుల నానాజీ, మరపురెడ్డి సత్యనారాయణ (సైనిక్), కంకణాలు ఆదిమూర్తి, సిరసపల్లి సత్తిబాబు, చదరం శివ అప్పారావు, రమేష్, బోయిన పైడి రాజు, ఆళ్ళ జగన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

త్వమేవ్ శరణం మమ పుస్తకం ఆవిష్కరణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): అక్కయ్యపాలెంలోని భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయి సౌధలో శనివారం ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో వీఎస్ఆర్ మూర్తి రచించిన త్వమేవ్ శరణం మమ పుస్తకంను ఆవిష్కరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయి సేవా సంస్థ విశాఖపట్నం జిల్లా అధ్యక్షులు పిఆర్ఎస్ నాయుడు, రైల్వే ఏరియా కమిటీ కన్వీనర్ పి.మోహనరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా సినీ నటుడు బాలకృష్ణ జన్మదిన వేడుకలు

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 9 వ వార్డు జోడుగుళ్లపాలెం లో సినీ హీరో నందమూరి బాలకృష్ణ పుట్టినరోజు వేడుకలు 9 వ వార్డు ఉపాధ్యక్షులు మారుపిల్లి చిన్నారావు ఆధ్వర్యంలో బాలకృష్ణ పుట్టినరోజు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా 9 వ వార్డు ఇంచార్జ్ బుడుమూరి గోవింద్ హాజరై కేక్ కటింగ్ చేసారు. అనంతరం అందరికి స్వీట్స్, ఫ్రూట్స్ పంచిపెట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యక్షులు రవి రామావత్, ఎస్సీ సెల్ కార్యదర్శి నల్ల ఈశ్వరరావు,చంటి రాజు,యూనిట్ ఇంచార్జ్ పకీర్,ఉమ్మిడి నాగేశ్వర రావు, గరికిన అవుపారావు, పెద్ద, బాల తాత అప్పాజీ, బొట్టా వెంకటేష్,అప్పారావు, మహిళా కార్యకర్తలు, బాలకృష్ణ అభిమానులు, తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

9వ వార్డులో మహా అన్నదానం

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 9 వ వార్డు విశాలాక్షినగర్ ప్రాంతం లో విశాలాక్షి సమేత కాశీవిశ్వేశ్వర స్వామి ఆలయ విగ్రహ ప్రతిష్ట సందర్భంగా అన్నసంతర్పణ నిర్వహించారు. ఆహ్వానం మేరకు తెలుగుదేశం పార్టీ పార్లమెంట్ ఎస్సీ సెల్ అధ్యక్షులు 9 వ వార్డు ఇంచార్జ్ బుడుమూరి గోవింద్ హాజరై స్వామి వారిని దర్శించుకొని తీర్థ ప్రసాదాలు స్వీకరించి, అనంతరం భక్తులకు అన్నదాన ప్రసాదాన్ని వడ్డించి, మజ్జిగ పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ కమిటీ సభ్యులు నాగేశ్వర రెడ్డి , సుబ్రహ్మణ్యం, తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

శిఖర ప్రతిష్ఠా మహోత్సవ వేడుకలో డిప్యూటీ సీఎం

దేవరాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని యం.అలమండ గ్రామంలోని శ్రీ గణపతి సహిత శ్రీ సీతారామ లక్ష్మణ సహిత ఆంజనేయ, శ్రీ శిరిడిసాయినాథ విగ్రహ, ధ్వజ స్థంబ సహిత శిఖర ప్రతిష్ఠా మహోత్సవ వేడుకకు ఉపముఖ్యమంత్రి బూడి ముత్యాలనాయుడు ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ వేడుకను అతి వైభవంగా ధ్వజస్తంభ శిఖర ప్రతిష్టాపన, జీవన్యాసం, కళాన్యాసం, శిఖర పూజ, గోదృష్టి, దివ్య దర్శనం మహా పూర్ణాహుతి, భష్మధారణ, ఆచార్య పూజ, అగ్నిప్రదక్షిణ, అగ్ని ఉద్వాసన, అవబృతం, శాంతి కల్యాణంఆశీర్వచనం, విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన, భారీ అన్న సమారాధన అలయ కమిటీ వారు నిర్వహించారు. భక్తులందరూ రామ నామ స్మరణతో తన్మయం చెందారు. .జై శ్రీరామ్ నామ స్మరణ చేస్తూ మంత్రి వేడుకలో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ కమిటీ చైర్మన్ పోతల లక్ష్మీ శంకరరావు, సర్పంచ్ దాడి జగన్, పోతల నానాజీ, బొడ్డు రాధకృష్ణ, జెడ్పిటిసి కర్రి సత్యం, మాజీ ఎంపిపి కిలపర్తి భాస్కరరావు, జిల్లా మహిళా విభాగం అధ్యక్షురాలు అనురాధ, పార్టీ అధ్యక్షులు బూరె బాబురావు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వం కనీస పెన్షన్ 9వేల రూపాయలు ఇవ్వాలి

పెన్షనర్ల డిమాండ్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పెదగంట్యాడ సి డబ్ల్యూ సి లో విశాఖ జిల్లా పెన్షనర్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో పెన్షనర్స్ సమావేశం శనివారం జరిగింది. సంఘ పెద గంట్యాడ అధ్యక్షుడు కనితి అప్పలరాజు ఆధ్వర్యంలో సమావేశం జరిగింది. సమావేశంలో పెన్షనర్లు కనీస పెన్షన్ 9 000 రూపాయలు ఇవ్వాలని దానికి అనుగుణంగా డి ఎ ఇవ్వాలని అలాగే అయ్యర్ పెన్షన్ అందరికీ వర్తింప చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ట్రైన్ ప్రయాణంలో50% రాయితీ కల్పించాలని సంఘం డిమాండ్ చేస్తూ పోస్ట్ కార్డ్ ఉద్యమాన్ని ప్రారంభిస్తూ అందరూ ఈ కార్డులు దేశ ప్రధాని అయిన మోడీ అడ్రస్ కి పంపించాలని కోరటం జరిగింది .అలాగే ఈ నెలలో పెన్షనర్స్ చనిపోయిన వారికి సమావేశం వారి కుటుంబానికి ప్రగాఢ సంతాపాన్ని తెలియజేసింది. ఒరిస్సాలో రైలు ప్రమాదంలో చనిపోయిన 300మందికి ఈ సమావేశం తమ సంతాపాన్ని తెలియజేయడం జరిగింది ఈ సమావేశానికి జిల్లా అధ్యక్షులు కే దీ నిబంద్ కుమార్ , కార్యదర్శి పిట్ట గురునాథ్ కాకినాడ పెంటారావు శేసెట్టి అప్పారావు ఎస్ వి రమణ వెంకట్రావు అప్పలనాయుడు వెంకయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పరవాడ తహసిల్దార్ గా కనకారావు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా పరవాడ మండల తహసిల్దార్ గా పి కనకారావు బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఇప్పటివరకు పరవాడ తహసీల్దారుగా పనిచేసిన ప్రకాశరావు మునగపాక మండలానికి బదిలీపై వెళ్లారు .ఆయన స్థానంలో కనకారావు బదిలీపై వచ్చారు. అలాగే మండల డిప్యూటీ తాసిల్దారుగా శాంతి భూషణరావు బాధ్యతలు స్వీకరించారు. నూతనంగా విధుల్లో చేరిన తహసిల్దార్ కు రెవిన్యూ సిబ్బంది పుష్పగుచ్ఛం అందజేసి స్వాగతం పలికారు. ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ ఆస్తులను కాపాడుతానని తహసిల్దార్ అన్నారు.

హరికృష్ణ గారి ఆవకాయలు

మీ అందరికి కావలసిన ఆవకాయలు, పచ్చడ్లు, పొడులు, అప్పడాలు, వడియాలు మరియు అన్నిరకాల పిండివంటలు తయారు చేసి మీ ఇంటివద్దకు తెచ్చి ఇవ్వగలము. ట్రాన్స్‌పోర్టు చార్జీలు అదనం.

పసుపు, కుంకుమ కేజీ 300/

కాయ ఆవకాయ (తీపి, కారం) కేజీ 600/అరకేజీ 300/, పావుకేజీ 150/

ఎండు ఆవకాయ (కారం, తీపి)నువ్వులనూని, వేరుశెనగ నూని తో, మాగాయ,మామిడికాయ తొక్కుడు,మామిడికాయ కోరు (తీపి, కారం) వేరుశెనగ నూని తో కేజీ 600/అరకేజీ 300/, పావుకేజీ 150/

పచ్చి ఆవకాయ (కారం)

చింతకాయ పచ్చడి,600/అరకేజీ 300/, పావుకేజీ 150/

ఉసిరికాయ ఆవకాయ, అల్లంపచ్చడి, ఉసిరి పచ్చడి,వెల్లుల్లి తొక్కుడు కేజీ 500/అరకేజీ 250/, పావుకేజీ 150/

టమాటా (వెల్లుల్లి తో, వెల్లుల్లి లేకుండా),

నిమ్మకాయ, గోంగూర, పండుమిర్చి పచ్చడి (కొరివికారం), వంకాయ పచ్చడి, కాకరకాయ పచ్చడి, దబ్బకాయ (కారం, తీపి) కేజీ 500/,అరకేజీ 250/, పావుకేజీ 130/

ములగాకు పొడి, అవిసిగింజల పొడి కేజీ 600/అరకేజీ 300/, పావుకేజీ 150/

కర్వేపాకుపొడి కేజీ 500/అరకేజీ 250/, పావుకేజీ 130/

ఇడ్లీ పొడి,కంది పొడి, నూలుపొడి, వేరుశెనగ పలుకుల పొడి, తెలగపిండి పొడి, కూరపొడి,సాంబారు పొడి,చారుపొడి,పెసరపొడి,కొబ్బరిపొడి,

అప్పడాలపిండి, మసాలా కారం కేజీ 450/అరకేజీ 230/, పావుకేజీ 120/

దోస పిండి,రవ్వదోశ పిండి, పెసరు దోస పిండి,బూంది (కారం, కారం లేనిది) కారప్పూస (సేవ్)

కారప్పుస (మసాలా), మిక్చర్, స్పెషల్ మిక్చర్,వాము పకోడీ, కొబ్బరుండలు, లస్కోరా ఉండలు, పలుకుల వుండలు కేజీ 400/అరకేజీ 200/, పావుకేజీ 100/

చగొడీలు, శనగపప్పు చగొడీలు,జంతికలు, చక్కిలాలు, పప్పుచెక్కలు, మినపసున్నుండలు, గులాబీపువ్వులు, బెల్లం గవ్వలు, పంచదార గవ్వలు, మురిఫిలు, కజ్జికాయలు,బెల్లం బూందీ చెక్కిలు, పల్లీల చక్కీలు,బొబ్బట్లు, బూందీ లడ్డు, అరిసెలు, పాకుండలు కేజీ 500/,అరకేజీ 250/, పావుకేజీ 130/

ముద్ద కోవా కేజీ,మైసూర్ పాకు కేజీ 600/, అరకేజీ 300/, పావుకేజీ 170/

కోవాబిల్లలు కేజీ 700/, అరకేజీ 350/, పావుకేజీ 200/ అర్డరుపైచేయబడును.

పూతరేకులు (పంచదార,బెల్లం) ప్లైన్ కేజీ 800/ పూతరేకులు (పంచదార, బెల్లం) డ్రై ఫ్రూట్స్ తో కేజీ 1000/(అర్డరు పై చేయబడును)

గుమ్మడి వడియాలు కేజీ 1200/, అరకేజీ 600/, పావు కేజీ 300/

పెరుగు మిరపకాయలు కేజీ 1000/, అరకేజీ 500/, పావు కేజీ 270/

పేలాలు, సగ్గుబియ్యం వడియాలు కేజీ 600/అరకేజీ 300/, పావుకేజీ 170/

తెలగపిండి, మినపపిండి, వరిపిండి వడియాలు కేజీ 400/, అరకేజీ 200/పావుకేజీ 110/

అప్పడాలు (కారం, కారం లేనివి, నూలుపప్పు, జీలకర్ర) కేజీ 600/అరకేజీ 300/పావు కేజీ 170/

అలమండ తాండ్ర పావుకేజీ 60/,అరకేజీ 100/,కేజీ 200/

అరకు పుట్టతేనే కేజీ 400/అరకేజీ 220/

National and International courier facility is available.

Contact : Harikrishna 8142423245

వారాహి యాత్రను విజయవంతం చేయాలి

జనసేన పార్టీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి బొలిశెట్టి సత్యనారాయణ

నర్సీపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఈ నెల 14 నుంచి జనసేన పార్టీ అధ్యక్షులు పవన్‌కళ్యాణ్ నిర్వహించే వారాహి యాత్ర వేలాదిగా జనసేన శ్రేణులు తరలివచ్చి ఈ యాత్రను విజయవంతం చేయాలని జనసేన పార్టీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, నర్సీపట్నం వారాహి రథయాత్ర సమన్వయకర్త బొలిశెట్టి సత్యనారాయణ, అరకు పార్లమెంట్ ఇన్‌చార్జ్ వంపూరు గంగులయ్య పిలుపునిచ్చారు. శనివారం జనసేన పార్టీ నర్సీపట్నం నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జ్ రాజాన వీరసూర్యచంద్ర ఆధ్వర్యంలో నర్సీపట్నం ఎన్జీఓ హోమ్‌లో వారాహి యాత్రకు సంబంధించి నియోజకవర్గ నాయకులు, కార్యకర్తలు, వీరమహిళలు, అభిమానులతో ప్రత్యేక సమావేశం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా వారాహి రథయాత్రకు సంబంధించిన పోస్టర్లను ఆవిష్కరించారు. అనంతరం జరిగిన సమావేశంలో సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ పవన్ కళ్యాణ్ వారాహి యాత్రపై రాష్ట్ర ప్రజలు ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురు చూస్తున్నారన్నారు. ఈ యాత్రలో భాగంగా నర్సీపట్నం నియోజకవర్గంలోని ప్రతీ గ్రామం నుంచి జనసేన పార్టీ నాయకులు, జనసైనికులు, వీరమహిళలు సంఘీభావం తెలపాలన్నారు. వారాహి యాత్ర ద్వారా ప్రభుత్వ వైఫల్యాలను ఎండగట్టడంతో పాటు సంక్షేమం పేరుతో సంక్షోభం వైపు అడుగులేస్తున్న ప్రభుత్వ విధానాలను పవన్‌కళ్యాణ్ ప్రజలకు వివరిస్తారన్నారు. కావున ఈ యాత్రను జనసైనికులు విజయవంతం చేయాలన్నారు. పాడేరు ఇన్‌చార్జ్, నర్సీపట్నం వారాహి యాత్ర సమన్వయకర్త వంపూరు గంగులయ్య మాట్లాడుతూ పవన్‌కళ్యాణ్ చేపడుతున్న వారాహి యాత్ర ప్రత్యర్థులపై దండయాత్ర, ప్రజాసమస్యలపై పోరాటయాత్ర, జనసైనికులకు ఉత్సాహయాత్ర అన్నారు. రాబోయే రోజుల్లో జనసేన అధికారంలోకి రావడం ఖాయమన్నారు. ఈ

కార్యక్రమంలో నర్సీపట్నం టౌన్ అధ్యక్షులు అద్దేపల్లి గణేష్, గొలుగొండ మండల అధ్యక్షులు గండెం దొరబాబు, నాతవరం మండల అధ్యక్షులు వెలగా వెంకటరమణ, సీనియర్ నాయకులు శివ, వూడి చక్రవర్తి, మాకవరపాలెం నాయకులు కర్రి సంతోష్, కొండలరావు, నియోజకవర్గంలోని జనసైనికులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఓటమి భయంతో ఓట్లను తొలగిస్తున్న సీఎం జగన్

నర్సీపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఓటమి భయంతో సీఎం జగన్ ఓట్లను తొలగిస్తున్నారని మాజీ మంత్రి చింతకాయల అయ్యన్నపాత్రుడు ఆరోపించారు. శనివారం ఆయన మీడియాకు ఒక వీడియోను విడుదల చేశారు. ఓటర్ల జాబితా ప్రక్షాళన పేరుతో రాష్ట్రంలో లక్షల సంఖ్యలో టిడిపి సానుభూతిపరుల ఓట్లను భారీగా తొలగిస్తున్నారన్నారు. ఏ కారణంతో తొలగిస్తున్నారో ఆ ఓటరుకి కనీసం నోటికి నోటీసు కూడా జారీ చేయకుండా ఓట్లు తొలగించడం దారుణన్నారు. ఈ తొలగింపు వలన ఎవరికి ఓటు ఉందో ఎవరికి ఓటు లేదో కూడా తెలియడం లేదన్నారు. ఈ తొలగింపులో అధికార పార్టీకి అనుకూలంగా ఉండే ఓట్లు మాత్రం తొలగింపు కావట్లేదని చెప్పారు. నిబంధనల ప్రకారం ఈ తొలగింపు ప్రక్రియ బూత్ లెవెల్ ఆఫీసర్ ఆధ్వర్యంలో జరగాలని, కానీ ఇక్కడ వాలంటీర్లు ఎలా రాస్తే అలా తొలగిస్తున్నారన్నారు. వైసిపి పార్టీకి అనుకూలంగా ఉండేవారికి దొంగ ఓట్లు భారీగా నమోదు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఉదాహరణకు గుంటూరు పశ్చిమ నియోజకవర్గం, శ్యామలానగర్ 38వ నెంబర్ బూతులో 2-14-121 గల ఇంటి నెంబర్‌లో ఒకే డోర్ నెంబర్ పై 800 ఓట్లు ఉన్నాయని, ఒక కాలేజీ డోర్ నెంబర్ మీద 46 ఓట్లు ఉన్నాయన్నారు. ఒక్క బూతులోనే సుమారు 800 దొంగ ఓట్లు నమోదు అయ్యాయంటే, నియోజకవర్గం, రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఎన్ని దొంగ ఓట్లు నమోదయ్యాయో ఊహించుకోవచ్చునన్నారు. 2023 జనవరి 5వ తేదీన ఎలక్షన్ కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా విడుదల చేసిన జాబితా ప్రకారం సుమారు పది లక్షల ఓట్లను తొలగించారని చెప్పారు. ఒక ఓటర్ చనిపోతే ఆ కుటుంబానికి నోటీసు ఇచ్చి, అప్పుడు మాత్రమే చనిపోయిన వ్యక్తి ఓటు తొలగించాలి. కానీ అలా ఎక్కడా జరగడం లేదన్నారు. ఒక్క నర్సీపట్నం నియోజకవర్గంలోనే సుమారు 17 వేల ఫేక్, డెత్, ఓట్లను గుర్తించి వాటిని పరిశీలించి తొలగించాలని ఆర్డీఒకు పిర్యాదు చేసినా కేవలం వాటిలో 2443 ఓట్లు మాత్రమే

తొలగించారని, మన ఓటు ఉందో, లేదో తెలుసుకోవాలంటే ఎలక్షన్ కమీషన్ ఆఫ్ ఇండియా ప్రవేశపెట్టిన ఓటర్ హెల్ప్‌లైన్ యాప్ లో చూసుకోవచ్చునన్నారు. కాబట్టి తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, పార్టీ పోలింగ్ ఏజెంట్లు ఎప్పటికప్పుడు ఓటర్ల జాబితా పరిశీలిస్తూ, తొలగించిన ఓట్లను ఫారం-6 ద్వారా మళ్ళీ నమోదు చేసుకోవాలని సూచించారు.

సెలవుల్లో ఉన్న ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయులందరికీ షాక్?

ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు కొంతమంది విధులకు హాజరు కాలేమని భావించిన సమయంలో దీర్ఘ కాలిక సెలవులు పెట్టుకోవడం ఆనవాయితీగా వస్తోంది. ఇది కేంద్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉద్యోగులు అని తేడా లేకుండా ఎవరికి వారు తమ తమ సౌకర్యాలను బట్టి ఈ సెలవులను వాడుకుంటూ ఉంటారు. ఇలాంటి వారి విషయంలో ఉత్తరా ఖండ్ ప్రభుత్వం ఒక కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నట్లుగా తెలుస్తోంది.

అదేమిటంటే 6 నెలలకు మించి సెలవుల్లో ఉన్న ఉపాధ్యాయులందరినీ గుర్తించి వారిచే స్వచ్ఛంద పదవి విరమణ చేయించాలని భావిస్తున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. ఎందుకంటే వీరి వలన విద్యార్థుల భవిష్యత్తు మీద నీలి నీడలు కమ్ముకునే పరిస్థితులు ఏర్పడుతున్నాయని గుర్తించింది ప్రభుత్వం. వాస్తవానికి ఉత్తరా ఖండ్ అంటే మనకు తెలుసు కొండ ప్రాంతాలతో కూడి ఉంటుంది.

అలాంటి కొన్ని ప్రాంతాలలో విధులు నిర్వర్తించవలసిన ఉద్యోగులు ఉపాధ్యాయులు తాము అక్కడ వరకు వెళ్లలేమనే ఉద్దేశంతో దీర్ఘకాలిక సెలవులు పెట్టి సైలెంట్ గా తమ పని తాము చూసుకుంటున్నారు. కొందరు మెడికల్ లీవ్స్ పేరుతో జీతాలు తీసుకుంటుంటే మరి కొందరు జీతం లేకపోయినా పరవాలేదు... లీవ్ కావాలని అప్లై చేసి మరి తమ పని తాము చూసుకుంటున్నారు.

ఇలాంటి వారి వల్ల నియామకాల ప్రక్రియకు కూడా అడ్డంకులు ఏర్పడతాయి. ఎందుకంటే వీళ్ల సెలవులో ఉన్న ఉద్యోగుల కిందే లెక్క ఉంటుంది. కాబట్టి ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు భారీగా ఉన్న ఉత్తీర్ణత శాతం పెరగకపోవడంతో ప్రభుత్వం ఈ మధ్యనే ఒక రివ్యూ జరుపగా ఈ విషయం తెర మీదకు వచ్చినట్లుగా తెలుస్తోంది.

ఈ నేపథ్యంలో మొత్తం ఎంతమంది ఉన్నారు అని లెక్కిస్తే 150 మందికి పైగా ఇలాంటివారు ఉన్నారని తేల్చారు. వీరందరినీ త్వరలోనే స్వచ్ఛంద పదవీ విరమణ చేయమని కోరే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సెలవులు విద్యార్థులు చదువు మీద ఖచ్చితంగా ప్రభావం చూపుతున్నాయని ప్రభుత్వ వర్గాలకు నివేదిక అందినట్లుగా తెలుస్తోంది. ఇక ఇదే విషయాన్ని ఇతర రాష్ట్రాల ప్రభుత్వాలు కూడా సీరియస్ గా తీసుకుంటే ఇలాంటి వారందరికీ చెక్కు పెట్టినట్లు అవుతుంది.

12న నర్సీపట్నం ఐటీఐ వద్ద అప్రెంటీస్ మేళా

నర్సీపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నర్సీపట్నం ప్రభుత్వ ఐటిఐ వద్ద ఈ నెల 12వ తేదీ సోమవారం ప్రధాన మంత్రి నేషనల్ అప్రెంటిస్ మేళా నిర్వహిస్తున్నామని ప్రిన్సిపల్ డి.శ్రీనివాసాచారి తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ 10 కంపెనీలు ఈ మేళాకు హాజరవుతారని పేర్కొన్నారు. ఐటిఐ పూర్తి చేసిన అభ్యర్థులు తమ ఒరిజినల్ సర్టిఫికెట్స్, జిరాక్స్ కాపీలు, రెండు పాస్ ఫోటోలతో హాజరుకావాలని ప్రిన్సిపాల్ సూచించారు.

ఘనంగా నందమూరి బాలకృష్ణ జన్మదిన వేడుకలు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): హిందూపురం ఎమ్మెల్యే,ప్రముఖ తెలుగు చలనచిత్ర నటుడు యువరత్న నందమూరి బాలకృష్ణ 63వ జన్మదిన వేడుకలు నారా లోకేష్ యువజన ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో శనివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఫౌండేషన్ అధ్యక్షులు మండపాక సుబ్బు గౌరవ అధ్యక్షులు చుండ్రు వీర్రాజు చౌదరీ బాలకృష్ణ పేరుమీద స్థానిక వెంకటేశ్వరస్వామి దేవాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. అనంతరం పెద్దమార్కెట్ లోని ఫౌండేషన్ కార్యాలయంలో అభిమానులు పేద ప్రజల సమక్షంలో కేకు కట్ చేసి మిఠాయిలు,అన్న ఎన్టీఆర్ జనార్ధన్ క్యారెజీలో సినీ నిర్మాత భరత్ భూషణ్ ఏర్పరిచిన భోజనాలు,

ఫౌండేషన్ రాష్ట్ర గౌరవ అధ్యక్షులు చుండ్రు వీర్రాజు చౌదరి ఏర్పరిచిన టాటా గ్లూకోస్ చలివేంద్రం ద్వారా సుమారు 200 మందికి టాటా గ్లూకోస్ గ్లాసులు పంపిణీ జరిగింది.ఈసందర్భంగా ఫౌండేషన్ గౌరవాధ్యక్షులు చుండ్రు వీర్రాజు చౌదరి మాట్లాడుతూ బాలకృష్ణ బాలనటుడిగా సినీరంగంలో ప్రవేశించి నేడు అగ్రనటుడిగా ప్రేక్షకులను అలరిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు.హిందూపురం ఎమ్మెల్యేగా మచ్చలేని జీవితం గడుపుతూ ప్రజలకు సేవ చేస్తున్నారన్నారు. అభిమానులు, పేద ప్రజల సమక్షంలో పుట్టినరోజు వేడుకలు జరపడం ఆనందంగా ఉందని అన్నారు. రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మండపాక సుబ్బు మాట్లాడుతూ నందమూరి బాలకృష్ణ సినీ, రాజకీయ కుటుంబం నుంచి వచ్చినా ఎటువంటి భేషజాలు లేకుండా అందరిని సమ దృష్టితో చూస్తారని,ఎన్టీఆర్ ట్రస్టు ద్వారా ఎంతో మందికి వైద్య సేవలు, సేవా కార్యక్రమాలు అందిస్తున్నారని కొనియాడారు. రాజకీయాలలో మచ్చలేని జీవితం గడుపుతున్నారన్నారు.చిన్న చిన్న హీరోలు సైతం బౌన్సర్లను పెట్టుకుని తిరుగుతున్న ఈరోజుల్లో బాలకృష్ణ ఎటువంటి హడావుడి లేకుండా ప్రజలతో మమేకమవుతారని అన్నారు. బాలకృష్ణ మరిన్ని పుట్టినరోజు వేడుకలు జరుపుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. ఈకార్యక్రమంలో ఎన్టీఆర్ జిల్లా అధ్యక్షులు కాలసాని సాయి లక్ష్మణ్,ఫౌండేషన్ రాష్ట్ర గౌరవ అధ్యక్షులు కుర్ర ప్రశాంత్ చౌదరీ, కర్రి వీరబాబు,ఏ వి వేణుగోపాల్, మండపాక నాగబాబు ఫౌండేషన్ సభ్యులు,బాలకృష్ణ అభిమానులు, టీడీపీ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ఏపీ రాజకీయాలు రసవత్తరం

ఆంధ్రప్రదేశ్ లో అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు ఇంకా 9 నెలల సమయం మాత్రమే ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో అధికారంలోకి రావడానికి టీడీపీ సర్వశక్తులూ ఒడ్డుతోంది. ప్రస్తుతం టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి నారా లోకేష్ యువగళం పేరుతో పాదయాత్ర నిర్వహిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. మరోవైపు టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు రాష్ట్రంలో సుడిగాలి పర్యటనలు చేస్తున్నారు.

ఈ నేపథ్యంలో ముల్లును ముల్లుతోనే తీయాలన్న ఉద్దేశంతో ఉన్న చంద్రబాబు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ సామాజికవర్గానికి చెందిన రెడ్డి సామాజికవర్గం నేతలపై కన్నేశారు. వైసీపీ పాలనలో రెడ్లు కూడా తీవ్ర అసంతృప్తితో ఉన్నారని కొద్ది రోజుల క్రితం చంద్రబాబు వ్యాఖ్యానించారు. ఇందుకు తగ్గట్టే వైసీపీలో అసంతృప్తిగా ఉన్న రెడ్డి నేతలపై టీడీపీ దృష్టి సారించింది.

ఈ క్రమంలో ఎమ్మెల్యే కోటా ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో పార్టీకి వ్యతిరేకంగా ప్రవర్తించారని ఆరోపిస్తూ వైసీపీ శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు నెల్లూరు జిల్లాలో ముగ్గురు ఎమ్మెల్యేలను సస్పెండ్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. వీరు ముగ్గురు బలమైన నేతలు కావడం అందులోనూ రెడ్డి సామాజికవర్గ నేతలే కావడం ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది.

ఈ నేపథ్యంలో వెంకటగిరి ఎమ్మెల్యే ఆనం రాంనారాయణరెడ్డి నెల్లూరు రూరల్ ఎమ్మెల్యే కోటంరెడ్డి శ్రీధర్ రెడ్డి ఉదయగిరి ఎమ్మెల్యే మేకపాటి చంద్రశేఖరరెడ్డిలను పార్టీలో చేర్చుకోవడానికి చంద్రబాబు సిద్ధమయ్యారు. ఈ క్రమంలో జూన్ 9న రాత్రి ఆనం రాంనారాయణరెడ్డి చంద్రబాబును హైదరాబాద్ లోని ఆయన నివాసంలో కలిసి టీడీపీలో చేరికకు ఆసక్తి చూపారు.

ఇక కోటంరెడ్డి శ్రీధర్ రెడ్డి వద్దకు స్వయంగా టీడీపీ సీనియర్ నేతలు బీద రవిచంద్ర మాజీ మంత్రి అమర్ నాథ్ రెడ్డి వెళ్లి చర్చలు జరిపారు. ఆయనను టీడీపీలోకి ఆహ్వానించారు.

ఇక మేకపాటి చంద్రశేఖరరెడ్డి కూడా స్వయంగా నారా లోకేష్ పాదయాత్ర వద్దకు చేరుకున్నారు. ప్రస్తుతం నారా లోకేష్ పాదయాత్ర కడప జిల్లా బద్వేలులో జరుగుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో మేకపాటి చంద్రశేఖరరెడ్డి బద్వేలు చేరుకుని లోకేష్ తో మంతనాలు జరిపారు. టీడీపీలో చేరికకు ఆయన కూడా మొగ్గు చూపారని తెలుస్తోంది. లోకేష్ కూడా ఆయనను టీడీపీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించినట్టు ప్రచారం జరుగుతోంది.

జూన్ 13 నుంచి నారా లోకేష్ పాదయాత్ర నెల్లూరు జిల్లాలోకి ప్రవేశించనుంది. ఈ నేపథ్యంలో పెద్దారెడ్లుగా పేరున్న నెల్లూరు జిల్లాలో వైసీపీకి గట్టి దెబ్బ వేయాలని టీడీపీ కంకణం కట్టుకుంది. అందులోనూ 2014 2019 ఎన్నికల్లో వైసీపీ నెల్లూరు జిల్లాలో క్లీన్ స్వీప్ చేసింది. ఈ నేపథ్యంలో వైసీపీకి కంచుకోట అయిన నెల్లూరులోనే ఆ పార్టీకి స్వీట్ షాక్ ఇవ్వాలనే ఉద్దేశంతో టీడీపీ పావులు కదుపుతోంది. ముగ్గురు వైసీపీ అసంతృప్త ఎమ్మెల్యేలను పార్టీలో చేర్చుకుని జగన్ కు దిమ్మతిరిగే షాకివ్వాలనే ఉద్దేశంతో ఉంది.

జర్నలిస్టుల సేవలు అభినందనీయం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సమాజ శ్రేయస్సు కోసం నిరంతరం శ్రమించే పాత్రికేయుల పాత్ర సమాజంలో కీలకమైనదని జిల్లా ఇంచార్జి మరియు రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి విడదల రజని అన్నారు . శనివారం ఉదయం జగదాంబ జంక్షన్ దగ్గర డాల్ఫిన్ డయోగ్నస్టిక్ సెంటర్లో అక్రిడేటెడ్ జర్నలిస్టులకు ఉచిత ఆరోగ్య శిభిరాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ మల్లికార్జున , ప్రజాప్రతినిధులతో కలిసి మంత్రి ప్రారంభించారు. ముందుగా జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి మంత్రి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి విడదల రజిని మాట్లాడుతూ ఎన్ని కష్టాలు ఉన్నా జర్నలిస్టులు విలువల కోసం పని చేస్తారని, వారి ఆరోగ్యం దృష్టిలో ఉంచుకొని అక్రిడేటెడ్ జర్నలిస్టులందరికీ డాల్ఫిన్ డయోగ్నస్టిక్ సెంటర్లో రూ.10,000 పైబడి ఖరీదు చేసే 56 రకాల అన్ని వైద్య పరీక్షలను ఉచితంగా చేయడం జరుగుతుందన్నారు. అంతేకాకుండా వైద్యపరీక్షల అనంతరం అవసరమయ్యే అత్యవసర చికిత్సను కూడా ఉచితంగా చేయడం జరుగుతుందన్నారు. ఈ అవకాశాన్ని జర్నలిస్టులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. త్వరలో మరిన్ని నగరాల్లో జర్నలిస్టుల కోసం ఉచిత ఆరోగ్య శిబిరాలు నిర్వహించనున్నట్లు ఆమె తెలిపారు.

జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వానికి, ప్రజలకు మధ్య వారధిగా పనిచేసే జర్నలిస్టు పాత్రను కొనియాడారు. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఇప్పటివరకు 495 మంది జర్నలిస్టులకు అక్రిడియేషన్ కార్డులను రెండు విడతలగా మంజూరు చేసినట్లు తెలిపారు. జర్నలిస్టుల ఆరోగ్యం దృష్టిలో ఉంచుకొని అక్రిడిటేషన్ కలిగిన 495 జర్నలిస్టులకు పూర్తి స్థాయి వైద్య పరీక్షలు చేసుకొనుటకు డాల్ఫిన్ డయాగ్నస్టిక్స్ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో వారి సహకారంతో నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. రోజుకి సుమారు 30 మందికి సేవలు అందించేలా ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలో కొత్తగా మంజూరు కాబడిన అక్రిడిటేషన్ కార్డుదారులందరూ ఈ హెల్త్ క్యాంపును సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. అదేవిధంగా తెల్ల రేషన్ కార్డు కలిగిన జర్నలిస్టులకు వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ హెల్త్ స్కీమ్ కు సంబంధించి ఆరోగ్య భీమా మొత్తాన్ని సిఎస్ఆర్ నిధులనుంచి చెల్లిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

భీమిలి నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత వైద్య, విద్య రంగాలకు సంబంధించి ఎన్నో కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నట్లు తెలిపారు. జర్నలిస్టులు సమాజ చైతన్యం కోసం నిత్యం పనిచేస్తూ అనేక ఒత్తిడులు ఎదుర్కొంటారని అన్నారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా జర్నలిస్టులకు ప్రభుత్వ తరుపున ఉచిత వైద్య శిబిరాలు నిర్వహించడం సంతోషంగా ఉందన్నారు.

అనంతరం 2023-24 సంవత్సరానికి నూతనంగా మంజూరు కాబడిన అక్రిడిటేషన్ కార్డులను అక్రిడిటెడ్ జర్నలిస్టులకు మంత్రి అందజేశారు. తెల్ల రేషన్ కార్డు కలిగిన 300 మంది "వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ హెల్త్ స్కీమ్" సంబంధించి బీమా మొత్తం రూ.3,75,000/- విలువగల చెక్కును జర్నలిస్టులకు అందజేసారు. జర్నలిస్టు హెల్త్ కార్డులను జర్నలిస్టులకు అందజేసారు.

అక్రిడిటేడ్ వర్కింగ్ జర్నలిస్టులకు రూ.10,000 పైబడి ఖరీదు చేసే 56 రకాల వైద్య పరీక్షలను ఉచితంగా అందిస్తున్న డాల్ఫిన్ దయాగ్నసిస్ సెంటర్ డా.వి.సురేష్, డా.లక్ష్మీ ప్రసూనలను ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రమంత్రి విడదల రజిని మరియు జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.

అనంతరం హెల్త్ చెకప్ కి సంబంధించి టెస్టుల వివరాల కరపత్రాన్ని మంత్రి జిల్లా కలెక్టర్ , ప్రజా ప్రతినిధులతో కలిసి ఆవిష్కరించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో మేయర్ గొలగాని హరివెంకట కుమారి, ఎం.పి ఎంవివి సత్యనారాయణ, గాజువాక శాసనసభ్యులు తిప్పల నాగిరెడ్డి, విఎమ్ఆర్డిఏ చైర్ పర్సన్ అక్కరమాని విజయనిర్మల, నెడ్ క్యాప్ చైర్మన్ కె.కె.రాజు,ఆర్డీవో హుస్సేన్ సాహెబ్, సమాచార శాఖ ప్రాంతీయ సంయుక్త సంచాలకులు వి మణిరామ్ , కార్పొరేటర్లు , వైద్య సిబ్బంది, ప్రింట్ , ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కారడవుల్లో 40 రోజులు సజీవంగా ఉన్న చిన్నారులు

బొగొట (కొలంబియా): దక్షిణ అమెరికాలోని కొలంబియా లో గల దట్టమైన అమెజాన్ అడవుల్లో అ అద్భుతం జరిగింది. నిత్యం క్రూరమృగాలు సంచరించే ఈ కారడవిలో 40 రోజుల క్రితం తప్పిపోయిన నలుగురు చిన్నారులు ఎట్టకేలకు సజీవంగా కన్పించారు. ఓ విమాన ప్రమాదం నుంచి వీరు మృత్యుంజయులుగా బయటపడ్డారు. ఇందులో 11 నెలల పసిబిడ్డ కూడా ఉండటం విశేషం.

అమెజాన్ అటవీ ప్రాంతం పరిధిలోని అరారాక్యూరా నుంచి శాన్‌జోస్ డెల్ గ్వావియారే ప్రాంతానికి మే ఒకటిన విమానం బయలుదేరింది. ఆ విమానంలో నలుగురు చిన్నారులు, వారి తల్లి, గైడ్, పైలట్ ఉన్నారని అధికారులు తెలిపారు. అయితే, విమానం టేకాఫ్ అయిన కొద్దిసేపటికే ఇంజిన్‌లో సాంకేతిక సమస్యతో అది కూలబోతున్నట్లు పైలట్ ప్రకటించాడు. అనంతరం ఆ విమానం రాడార్ నుంచి అదృశ్యమైంది. ప్రమాదం గురించి తెలుసుకున్న అధికారులు క్షతగాత్రులను కాపాడేందుకు సైన్యాన్ని రంగంలోకి దింపారు. 'ఆపరేషన్ హోప్' పేరిట దట్టమైన అడవుల్లో సహాయక చర్యలు ప్రారంభించారు. ఈ క్రమంలోనే ప్రమాదం జరిగిన రెండు వారాల తర్వాత మే 16న విమాన శకలాలను గుర్తించారు. అందులో పైలట్, చిన్నారులు తల్లి, గైడ్ మృతదేహాలను గుర్తించారు.

%అయితే విమానంలో 13, 9, 4 ఏళ్ల చిన్నారులు, 11 నెలల పసిబిడ్డ ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ప్రమాద స్థలంలో వారు కన్పించకపోవడంతో చిన్నారుల కోసం గాలించారు. దాదాపు 150 మంది సైనికులు, జాగీలాలతో అమెజాన్ అడవిని జల్లెడపట్టారు. ఈ క్రమంలోనే మే 18వ తేదీన పిల్లలు క్షేమంగానే ఉన్నారని తెలియజేసేలా చిన్నగుడారం, జుట్టుకు కట్టుకునే రిబ్బన్, పాలసీసా, సగం తిన్న పండు వంటివి కనిపించాయి. దీంతో పిల్లలు అడవుల్లోనే ఉన్నట్లు ధ్రువీకరించిన అధికారులు వారి కోసం గాలింపు ముమ్మరం చేశారు.

ఎట్టకేలకు, ప్రమాదం జరిగిన 40 రోజుల తర్వాత చిన్నారులను సజీవంగా గుర్తించారు. గాలింపు బృందాలు వారి వద్దకు చేరుకునే సరికి నలుగురు పిల్లలు ఒంటరిగానే ఉన్నట్లు కొలంబియా అధ్యక్షుడు గుస్తావో పెట్రో తెలిపారు. ప్రస్తుతం వారికి వైద్య చికిత్స అందిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. అయితే క్రూరమృగాలు తిరిగే ప్రాంతంలో ఇన్ని రోజులుగా ఆ చిన్నారులు తమను తాము ఎలా కాపాడుకున్నారన్న వివరాలు ఇంకా తెలియరాలేదు. గాలింపు సమయంలో భద్రతా సిబ్బంది అడవుల్లో అక్కడక్కడా హెలికాప్టర్ల సాయంతో ఆహార పదార్థాలు ఉన్న బాక్సులను పడేశారు. అవే ఆ చిన్నారులకు సాయం చేశాయని అధికారులు భావిస్తున్నారు.

ఇన్ని రోజుల తర్వాత చిన్నారులు సజీవంగా కన్పించడంతో కొలంబియాలో హర్షాతిరేకాలు వ్యక్తమయ్యాయి. సైనికులతో చిన్నారులు ఉన్న దృశ్యాలను కొలంబియా మిలిటరీ ట్విటర్‌లో పోస్ట్ చేసింది. "మా ప్రయత్నాలు ఫలించాయి" అని రాసుకొచ్చింది. ప్రస్తుతం ఈ దృశ్యాలు సోషల్‌మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి. "ఈ అడవే వారిని రక్షించింది. వారు అడవి పిల్లలు. మా కొలంబియాకు కూడా వారసులే" అని ఆ దేశ అధ్యక్షుడు పెట్రో సంతోషం వ్యక్తం చేశారు.

తెలుగుదేశంలోకి మేకపాటి

బద్వేల్: తెదేపా జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి నారా లోకేశ్‌తో వైకాపా బహిష్కృత ఎమ్మెల్యే మేకపాటి చంద్రశేఖర్‌రెడ్డి భేటీ అయ్యారు. బద్వేలు నియోజకవర్గం అట్లూరులో లోకేశ్ యువగళం పాదయాత్రకు మేకపాటి సంఘీభావం తెలిపారు. ఈ నెల 13న ఉమ్మడి నెల్లూరు జిల్లాలోకి యువగళం పాదయాత్ర ప్రవేశించనున్న నేపథ్యంలో తాజా రాజకీయ పరిణామాలపై లోకేశ్‌తో చర్చించారు. మేకపాటితో పాటు బద్వేల్‌కు చెందిన తెదేపా నేతలు కూడా లోకేశ్‌ను కలిశారు.

అనంతరం మేకపాటి చంద్రశేఖర్‌రెడ్డి మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. "నారా లోకేశ్‌ను కలిసి తాజా రాజకీయ పరిణామాలపై సుదీర్ఘంగా చర్చించా. పాదయాత్ర ఉదయగిరిలోకి ప్రవేశిస్తున్న నేపథంలో ఆయన్ని ఆహ్వానించాలని ఇక్కడికి వచ్చాను. నా నియోజకవర్గంలో పాదయాత్రను విజయవంతం చేస్తాం. జగన్‌మోహన్ రెడ్డిని టికెట్ కోసం ఐదు సార్లు కలిసినా లాభం లేదు. ఎమ్మెల్సీ పదవి మాత్రమే ఇస్తానని హామీ ఇచ్చారు. ఇక లాభం లేదనుకొని పార్టీ నుంచి బయటికి వస్తున్నాను. త్వరలోనే తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరతాను. నాతోపాటు నెల్లూరు జిల్లా నుంచి మరో ఇద్దరు ఎమ్మెల్యేలు తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరతారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో తెదేపా నుంచి టికెట్ ఇస్తే పోటీ చేస్తా. ఇవ్వకపోయినా పార్టీ కోసం పని చేస్తా. ఉదయగిరి నియోజకవర్గంలో నేను, వెంకటగిరిలో ఆనం రామనారాయణరెడ్డి లోకేష్ పాదయాత్రను ఆహ్వానిస్తాం" అని మేకపాటి పేర్కొన్నారు.

టీచర్ పోస్టులకు దరఖాస్తు చేయండి

ఏలూరు జిల్లా పోలీస్ యాజమాన్యం వారిచే ప్రతిష్టాత్మకంగా నడపబడుచున్న శ్రీ సురేష్ చంద్ర బహుగుణ పోలీస్ ఇంగ్లీష్ మీడియం స్కూల్ నందు ఈ క్రింది ఉద్యోగాల కొరకు అర్హులైన అభ్యర్థుల కొరకు 16.06.2023వ తేదీన అదే స్కూలు నందు ఉదయం 10 గంటలు నుండి వాక్ ఇన్ ఇంటర్వ్యూలు నిర్వహించుటకు జిల్లా పోలీస్ వారు నిర్ణయించి కోరడమైనది.

కావున ఈ క్రింది ఉద్యోగాలకు అర్హత కలిగిన వారు సంప్రదించగలరు.

1. మ్యాథమెటిక్స్ టీచర్
2. తెలుగు టీచర్
3. ఫిజిక్స్ టీచర్
4. నాచురల్ సైన్స్
5. ఇంగ్లీష్ టీచర్
6 సోషల్ టీచర్

పై ఉద్యోగాల కొరకు బీఈడీ విద్యార్హత కలిగినటువంటి వారు అర్హులు

7. పి. ఇ.టి. బి.పి. ఇ. డి/ ఎం.పి. ఇ.డి మరియు ప్రాథమిక పాఠశాలలో హిందీ బోధనకు అర్హత కలిగిన ఒక అభ్యర్థి మరియు అటెండర్ ఉద్యోగులకు ఖాళీలను నింపుట కొరకు జిల్లా ఎస్పీ గారు నిర్ణయించినారు.

ప్రాచీన తెలుగు పదాలు

1.పిపీలికము = చీమ
2. మశకము = దోమ
3. మార్జాలము = పిల్లి
4. శునకము = కుక్క
5. వృషభము = ఎద్దు
6. మహిషము = దున్న
7. శార్దూలము = పులి
8.మత్తేభము = ఏనుగు
9.మకరము = మొసలి
10.మర్కటముా కోతి
11. వాయసము = కాకి
12. మూషికము = ఎలుక
13.జంబుకము = నక్క
14. వృకము = తోడేలు
15.తురగము = గుఱ్ఱము
16. గార్ధభము = గాడిద
17. వరాహము = పంది
18.పన్నగము = పడగ కలిగిన పాము
19. కుక్కుటము = కోడి
20. బకము = కొంగ
21. ఉష్ట్రము = ఒంటె
22. శుకము = రామచిలుక
23. పికము = కోయిల
24.శలభము = మిడుత
25. కీటకము = రెక్కలు గలపురుగు
26. మత్స్యము = చేప
27. హరిణము = లేడి
28. మత్కుణము = నల్లి దంతాలు రాని ఏనుగు
29. మయూరము = నెమలి
30.కూర్మము = తాబేలు
31. మకుటము = కిరీటము
32. మకరందము = తేనె
33. వానరము = కోతి
34. వాపురము = గుఱ్ఱము
35. ఉరగము = పొట్టతో పాకెడిది, పాము

జర్మనీ లో నర్సింగ్ ఉద్యోగ అవకాశములు - శిక్షణా మరియు ఉద్యోగం

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ (ఏ.పి.ఎస్.ఎస్.డి.సి)-TAKT ఇంటర్నేషనల్-APNRTS వారి సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో బి.ఎస్.సి నర్సింగ్ చదువుకున్నటువంటి వారికి జర్మనీ లో స్టాఫ్ నర్సెస్ గా అవకాశం కల్పిస్తారు. ఇందుకొరకు అభ్యర్థులు 20-35 వయస్సు కలిగి కనీసం 2 సంవత్సరాలు సాధారణ ఆసుపత్రులలో అనుభవం కలిగి జర్మన్ భాష నేర్చుకొనుటకు ఆసక్తి కలిగి ఉండాలి అని పేర్కొన్నారు.

అర్హత ప్రమాణం:

అభ్యర్థి జర్మనీలో పనిచేయడానికి సిద్ధంగా ఉండాలి.

అభ్యర్థి తప్పనిసరిగా నర్సింగ్ గ్రాడ్యుయేట్

(B.Sc నర్సింగ్) అయి ఉండాలి.

కనీసం 2 సంవత్సరాల పని అనుభవం ఉండాలి.

అభ్యర్థి లివయస్సు 20 - 35 సం//ల మధ్య ఉండాలి.

శిక్షణా స్థలం :

KL యూనివర్సిటీ, తాడేపల్లి, విజయవాడ దగ్గర

శిక్షణ తరగతుల సమయం షెడ్యూల్:

తరగతులు KL విశ్వవిద్యాలయంలో 1 జూలై 2023న ప్రారంభమవుతాయి.

ఉ.09గం // ల నుండి సా.5గం // ల వరకు

శిక్షణా కాలం: 2 నెలలు

శిక్షణ వివరములు:

బి1 స్థాయి వరకు జర్మన్ భాషా శిక్షణ కోసం నిర్బంధ ఉచిత ఆన్లైన్ శిక్షణ తరగతులకు హాజరు కావాలి.

2నెలల శిక్షణ బి1 స్థాయి ఉత్తీర్ణత సాధించిన తర్వాత, జర్మనీలో పని చేయడానికి ఆఫర్ లెటర్ ఇవ్వబడుతుంది.

విద్యార్థులు డే స్కాలర్లుగా (లేదా) హాస్టల్ లలో ఉండడానికి ఎంచుకోవచ్చు.

శిక్షణ పూర్తిగా ఉచితం

శిక్షణా కాలంలో హాస్టల్ అభ్యర్థి తప్పనిసరిగా హాస్టల్ ఫీజు చెల్లించాలి.

అవసరమైన పత్రాలు:

రెజ్యూమ్ & ఎడ్యుకేషనల్ సర్టిఫికెట్లు, చెల్లుబాటు అయ్యే పాస్ పోర్ట్, అనుభవ ధృవీకరణ పత్రం తప్పనిసరి.

జర్మనీలో సౌకర్యాలు:

విమాన ఛార్జీలు ఉచితం

ఉచిత భోజనం మరియు వసతి

మొదటి 6 నెలలు ప్రారంభ స్థూల జీతం నెలకు యూరోలు 1,000/- (ఇండియన్ కరెన్సీ రూ.89,000/-).

తర్వాత 6 నెలల పాటు ఉద్యోగం తో పాటు జర్మనీలో బి2 సర్టిఫికేషన్ కోసం శిక్షణ ఇస్తారు

బి2 పరీక్షలో ఉత్తీర్ణత సాధించిన తరువాత జీతం నెలకు దాదాపుగా 2,500/- యూరోలు (ఇండియన్ కరెన్సీ రూ.2,25,000/-) వరకు పెరుగుతుంది.

రిజిస్ట్రేషన్ చివరి తేదీ: 30-06-2023, రిజిస్ట్రేషన్ నమోదు లింక్: www.apssdc.in/home/onlineProgramRegistration

ఆసక్తిగల అభ్యర్థులు దయచేసి మీ సర్టిఫికేట్ రెజ్యూమ్ ని %ప్రవశ్రీజాశ్రీఅవ ఏఖజాంంఎ.అఅ% మెయిల్ ఐడి లేదా కాల్ సెంటర్: 9666322032, 9652503799 నంబర్ లకు సంప్రదించగలరు.

ప్రధాని మోదీ రాష్ట్రానికి ఏం చేస్తున్నారో చెప్పాల్సిన అవసరం ఉంది: సోము వీర్రాజు

శ్రీకాళహస్తిలో నిర్వహించిన భారీ సభలో ఏపీ బీజేపీ చీఫ్ సోము వీర్రాజు ప్రసంగించారు. ఏపీలో అవినీతిమయ, అభివృద్ధి రహిత ప్రభుత్వం ఉందని విమర్శించారు. ప్రజలకు సంబంధించిన అనేక అంశాల్లో తిలోదకాలు ఇస్తూ, గ్రామ స్థాయి నుంచి నగర స్థాయి వరకు ఎక్కడా అభివృద్ధి అనేదే లేకుండా, అవినీతే లక్ష్యంగా ఏపీ ప్రభుత్వం నడుస్తోందని అన్నారు.

ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ఈ రాష్ట్రానికి ఏం చేస్తున్నారో ప్రజలకు వివరించాల్సిన అవసరం ఉందని సోము వీర్రాజు పేర్కొన్నారు. ఒక్క రూపాయి కూడా తీసుకోకుండా రూ.42 విలువైన బియ్యాన్ని ఉచితంగా ప్రతి నెల అందిస్తున్నారని వెల్లడించారు. అయితే ఏపీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ భయపడి... ఒక వ్యాన్ పెట్టి, అందులో తన ఫొటో మాత్రమే పెట్టి ఆ బియ్యం తానే ఇస్తున్నానంటూ కల్లబొల్లి కబుర్లు చెబుతున్నారని సోము వీర్రాజు ఆరోపించారు.

ఇళ్ల నిర్మాణం కోసం మోదీ రూ.1.80 లక్షలు ఇస్తుంటే, ఏపీలో ఆ ఇళ్లకు వైసీపీ రంగులు వేసుకుంటున్నారని మండిపడ్డారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, జగన్ దిగజారుడుతనానికి ఇది నిదర్శనం అని పేర్కొన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఏపీకి 40 లక్షల ఇళ్లు మంజూరు చేస్తే అందులో 10 లక్షల ఇళ్లు కూడా పూర్తిచేయలేదని సోము వీర్రాజు విమర్శించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి ఒక్క రూపాయి కూడా సబ్సిడీ ఇవ్వకపోగా, ఆ భూముల కొనుగోలుతో విపరీతమైన దోపిడీకి పాల్పడ్డారని వెల్లడించారు.

రైల్వే లైన్లు నిర్మిస్తూ కేంద్రం తన వాటా ముప్పావలా చెల్లిస్తుంటే, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పావలా కూడా చెల్లించడంలేదు అని వివరించారు.

మీరా సంగీత మండలి వారి పురస్కారాలు

మీరా సంగీత మండలి ఆధ్వర్యములో ప్రతి సంవత్సరం జరిగే డాక్టర్ ఇందారం కిషన్ రావుచే ఇవ్వబడే పురస్కారం ఈ సారి సుప్రసిద్ధ కూచిపూడి నృత్య కళాకారులు డాక్టర్ వేదాంతం రాధేశ్యామ్‌కి మీరా సంగీత మండలి అధ్యక్షులు పింగళి వెంకటేశ్వర రావు, కార్యదర్శి గుమ్మడి జనార్ధన్, కార్య వర్గం ఆధ్వర్యములో ఇచ్చారు.

ఈ సందర్భములో ఇందారం కిషన్ రావు గారి రచనలు కొనియాడుతూ సంగీత, నృత్య ప్రదర్శనలు సితార్ పై జనార్దన్ , నవీన్, ఫ్లూట్ సత్యనారాయణ, సురేష్, నాగనారాయణ గార్లు గాత్రం వాణిసతీష్, నృత్యం శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యములో జానపదమండలికి సాంస్కృత నాట్య ప్రదర్శనమండలికి తబలా షేక్ వాజిద్ హుస్సేన్, మృదంగంభీంశంకర్,పాడ్ విజయ్, ఫొటోగ్రఫీ జయరాజ్ , నాని సౌండ్స్ ఆధ్వర్యములో ప్రేక్షకులను అలరింపజేసింది. డెబ్బై సంవత్సరముల . వేదాంతం రాధేశ్యామ్ నృత్య ప్రదర్శన ప్రేక్షకుల ఆనందానికి అంతులేకుండా పోయిందనే చెప్పాలి. కీర్తిశేషులు ఇందారం కిషన్ రావు సతీమణి కుటుంబసభ్యులందరు హాజరై వారి రచనలను గాత్రమండలికి నాట్య రంగాలలో ఆహ్వానితులకు తెలియపర్చటంమండలికి మీరా సంగీత మండలికి, ప్రేక్షకులకు, విదేశాల నుండి రాగానే, విశ్రాంతి లేకుండా ఆహ్వానాన్ని గౌరవించిన వేదాంతం రాధేశ్యామ్‌కి మనస్ఫూర్తిగా కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. దాత శ్రీ. వనం లక్ష్మి నరసింహారావు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

VASAVI ONLINE SERVICES
"ONE STOP SOLUTIONS FOR ALL ONLINE SERVICES"
" We Also Provide News Paper Advertisements"
PASSPORT
US VISA
PAN CARD
FOOD LICENSE
FIRM&SOCIETY REGISTRATION
BIRTH CERTIFICATES
DIGITAL SIGNATURE
MUTUAL FUNDS
IMPORT&EXPORT LICENSE
TRAVELS
GST REGISTRATION
LABOUR LICENSE Telangana
Email: vos24x7@gmail.com
V.CHAITANYA KUMAR
8019 24 24 24, 9133 84 84 84

బిల్డర్స్ అసోసియేషన్ ఎక్స్‌పో- 2023

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): బిల్డర్స్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా 1941లో ముంబై కేంద్రంగా స్థాపించబడింది. BAI విశాఖపట్నం కేంద్రం 1978 సంవత్సరంలో స్థాపించబడింది. ఇది నిర్మాణ పరిశ్రమకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న ఏకైక అపెక్స్ బాడీ మరియు భారత ప్రభుత్వంచే గుర్తింపు పొందింది. 80 సంవత్సరాలకు పైగా సాగిన ప్రయాణంలో ఇది భారతదేశం అంతటా 180 కేంద్రాలలో 30,000 కంటే ఎక్కువ మంది సభ్యులను కలిగి ఉంది.

BAI CONTECH ఎక్స్‌పో 2023ని 16", 17 & 18 జూన్ 2023 నుండి గాదిరాజు ప్యాలెస్, MVP. కాలనీ, బీచ్ రోడ్, విశాఖపట్నంలో ఇప్పటికే ఉన్న క్లయింట్‌లతో మరియు ఇతరులతో విజయవంతమైన వ్యాపార సంబంధాలను పటిష్టం చేసుకునేందుకు అవకాశం కల్పించింది. ఎక్స్‌పో అద్భుతమైన అవకాశాన్ని అందిస్తోంది. వ్యాపారాన్ని ప్రోత్సహించే నిర్మాణ పరిశ్రమకు చెందిన ప్రముఖులతో పరస్పర చర్చ చేయడం, నిర్మాణ యంత్రాలు మరియు పరికరాల పెరుగుదల, అభివృద్ధిని అందించడం, కొన్ని అద్భుతమైన ఉత్పత్తులు మరియు సేవా ప్రదాతలను ఒకే చోట కలుసుకోవడం కోసం ఈ ఎక్స్‌పో 2023ని ఏర్పాటు చేశారు. బూడి ముత్యాల నాయుడు, ఉప ముఖ్యమంత్రి గుడివాడ అమర్‌నాథ్, పరిశ్రమలు మరియు మౌలిక సదుపాయాలు, పెట్టుబడులు & వాణిజ్యం, సమాచార సాంకేతికత మరియు చేనేత & జౌళి శాఖ మంత్రి, ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం, M.V.V. సత్యనారాయణ, పార్లమెంటు సభ్యుడు , విశాఖపట్నం, ఆంధ్రప్రదేశ్ & వెలగపూడి రామకృష్ణ, శాసనసభ సభ్యుడు, విశాఖపట్నం తూర్పు నియోజకవర్గం ఎక్స్‌పో 2023 ప్రారంభోత్సవం కోసం జూన్ 16న ఉదయం 10.30 గంటలకు సమావేశమయ్యారు. ఎక్స్‌పో 2023 కోసం, టాటా ఐరన్ & స్టీల్స్, ఆస్ట్రల్ లిమిటెడ్., వైబ్రాంట్ కన్‌స్ట్రక్షన్ ఎక్విప్‌మెంట్, మా మహామయ ఇండస్ట్రీస్, బీకే స్టీల్స్, ACE కాంక్రీట్ మిక్సర్లు ప్రైవేట్, లిమిటెడ్, అల్ట్రాటెక్, ప్రెసిషన్ ప్లాస్టిక్ ఇండస్ట్రీ, GMMCO, సెయింట్ గోబాంఛాన్ గ్లాస్ ఆఫ్ సెయింట్. Asian Granito Benz AUDI మరియు ఇతర సరఫరాదారులు పాల్గొనున్నాయి.

సందర్శకులు నిర్మాణ కాంట్రాక్టర్లు & బిల్డర్లు, ఆర్కిటెక్ట్‌లు, VPT, వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్ NTPC, VMRDA, GVMC, MES, DGNP, NSTL, HSL, CREDAI, HPCL, APPI-IC, NHAI, R&B ఇన్‌స్టిట్యూషన్‌లు, CPWD ఇంజినీర్లు, MEsCPWD ఇంజినీర్లు, ఇతర ప్రభుత్వ శాఖలు పాల్గొనున్నాయి. BAI నుండి వక్తలు K.వెంకటేశ్వర్లు, చైర్మన్ BAI VSP, Ch.రామకోటయ్య, గత జాతీయ ఉపాధ్యక్షుడు & అఖిల భారత GC సభ్యుడు, Dr.K.కుమార్ రాజా, గత చైర్మన్, ఎ.కాశివిశ్వేశ్వరరావు వైస్ చైర్మన్ BAI AP & ఆల్ ఇండియా జిసి మెంబర్, MN. మూర్తి, గౌరవ కార్యదర్శి, G.V. సుబ్బారావు, Hony.Treasurer మరియు G.V.రవి రాజు, గత చైర్మన్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.

క్లాసిఫైడ్స్, ప్రకటనల కొరకు సంప్రదించండి
8186030813

HMDA PLOTS
DTCP PLOTS
FARMLAND PLOTS
AVAILABLE
LP & RERA Approved Proj
Spot Registration
Mumbai Highway
Srisailam Highway
Banglore Highway
Vijayawada Highway
Kompally
chavalla
shankerpally
vikarabad
Gachibowli
Manikonda
Kokapet
Attapur flats
villas open
plots Gated
community
project Bank
loan available
more details
site visit free
contact
9948848245

ఏ. ఎల్. పురం గ్రామ విఆర్ఓగా సాంబ శివ రావు

గొలుగొండ, (విశాఖ సమాచారమ్): గొలుండ మండలం ఏజెన్సీ లక్ష్మీపురం గ్రామం 2 విఆర్ఓగా గోగులపాటి సాంబ శివ రావు (సాంబ) సోమవారం నాడు బాధ్యతలు స్వీకరిస్తున్నారు . ఆయన గతం లో నక్కపల్లి , కోటఉరాట్ల ,మాకవరపాలెం మండలాల్లో గ్రామ రెవెన్యూ అధికారి గా విధులు నిర్వహించి సంబంధిత ఉన్నత అధికారులు కాకుండా అయాయ ప్రదేశాలలో ప్రజల మన్నలను పొందారు. ఈయన నేటి వరకు మాకవరపాలెం మండలం పైడిపాల గ్రామం లో విఆర్ఓగా విధులు నిర్వహించారు. ఈయన సోమవారం నాడు ఏ. ఎల్. పురం గ్రామ విఆర్ఓ 2గా బాధ్యతలు స్వీకరిస్తున్నారు. ఈయన గతంలో ఉత్తమ విఆర్ఓగా నర్సీపట్నం ఆర్‌డిఓ ప్రశంసలు పొందారు.

దివ్యాంగులకు మోటరైజ్డ్ వాహనాలు పంపిణీ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దివ్యాంగుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలను చేపడుతుందని జిల్లా ఇంచార్జి మంత్రి మరియు వైద్య ఆరోగ్యశాఖ మంత్రి విడుదల రజిని తెలిపారు.

శనివారం కలెక్టర్ కార్యాలయ ప్రాంగణంలో ఏర్పాటుచేసిన పంపిణీ కార్యక్రమంలో ఆమె ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో మంత్రి విడదల రజిని మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్. జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రతి వర్గానికి సంక్షేమ పథకాలు అందిస్తున్నారని, దివ్యాంగులు కూడా ఆత్మగౌరవంతో జీవించుటకు, వారి పనులు స్వతంత్రంగా చేసుకొనుటకు అవసరమైన ఒక్కొక్కటి సుమారు లక్ష రూపాయల విలువ చేసే అరవై వాహనాలను లబ్ధిదారులకు అందజేయడం జరిగిందని ఆమె తెలిపారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ వికలాంగుల మరియు వయోవృద్ధుల సహకార సంస్థ ద్వారా అర్హులైన శారీరక వైకల్యం కలిగిన దివ్యాంగులను గుర్తించి మోటరైజ్డ్ వాహనాలను పంపిణీ చేయడమైనదని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ. మల్లిఖార్జున, ఎం. వి. వి. సత్యనారాయణ, శాసనసభ్యులు ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు, తిప్పల నాగిరెడ్డి, మేయర్ డి. హరి వెంకట కుమారి, విఎంఆర్డిఏ చైర్ పర్సన్ అక్కరమాని విజయనిర్మల, నిడకాప్ నెడ్ క్యాప్ చైర్మన్ కె. కె. రాజు, ఆంధ్రప్రదేశ్ వికలాంగుల మరియు వయోవృద్ధుల సహకార సంస్థ చైర్మన్ కుమారి ముంతాజ్ పఠాన్, సహాయ సంచాలకులు కె. మాధవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

MACHERLA TRADERS

PLOT FOR SALE
EAST FACING
440 SQ YARDS
(50*80)
Near INS KALINGA
Bheemili Road
Sq yard 17500/-
LRS Not Paid
Contact 8977899939

కాస్మోటిక్ గైనిక్ ఆసుపత్రి ప్రారంభం

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్ర రాష్ట్రంలో మొట్ట మొదటి సారిగా మహిళల సమస్యల పరిష్కారం కోసం సృజన కాస్మోటిక్ గైనికాలజీ సెంటర్ను ఏర్పాటు చేసారని ఈ సేవలను కాకినాడ పరిసర ప్రాంతాల వారు సద్వినియోగించుకోవాలని కాకినాడ సిటి ఎమ్మెల్యే ద్వారంపూడి చంద్రశేఖరరెడ్డి పేర్కొన్నారు. కాకినాడ శ్రీనగర్లో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన సృజన కాస్మోటిక్ గైనికాలజీ సెంటర్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం శనివారం ఘనంగా జరిగింది. కార్యక్రమంలో కాకినాడ సిటీ ఎమ్మెల్యే ద్వారంపూడి చంద్రశేఖరరెడ్డి, ముంబైకి చెందిన డాక్టర్ సిజెల్ అజ్మీరా, డాక్టర్ ఎస్వీఎస్ రావులకు సంస్థ అధినేతలు డాక్టర్ సత్యవతి, డాక్టర్ విష్ణువర్ధన్లు స్వాగతం పలికార్లు. సృజన కాస్మోటిక్ గైనికాలజీ సెంటర్ను కాకినాడ సిటీ ఎమ్మెల్యే ద్వారంపూడి చంద్రశేఖరరెడ్డి, మహాలక్ష్మి దంపతులు రిబ్బన్ కత్తిరించి ప్రారంభించారు. ట్రీట్మెంట్ రూమ్ను ముంబైకి చెందిన ఐఎవిఎ సంస్థ వ్యవస్థాపకురాలు డాక్టర్ సిజెల్ అజ్మీరా రిబ్బన్ కత్తిరించి ప్రారంభించారు. లేజర్ రూమ్ను ప్రముఖ వైద్యులు ఎస్వీఎస్ రావు రిబ్బన్ కత్తిరించి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మీడియాతో మాట్లాడారు.

ఈ కార్యక్రమంలో డిఎంఇ డివిఎల్ నరసింహం, వైద్యులు ప్రముఖ వైద్యులు ఎఎస్ కామేశ్వరరావు, వైద్యులు ఎస్ఎస్సి చక్రరావు, కళ్యాణ్ చక్రవర్తి, చట్ల కిరణ్, సత్తి వీర్రెడ్డి, జిఎస్ఎన్ మూర్తి, రవి, గిరి, విష్ణుమూర్తిలతో పాటు రెడ్ కాన్వెంట్ 1978 బ్యాచ్ విద్యార్థులు, పలువురు నగర ప్రముఖులు, ఆసుపత్రి వైద్యులు, సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

COMFORT KRAFT
INTERIA
One Stop For All Your Home Interior Needs
- Carpenter Work
- False Ceiling
- Wall Painting
- Modular Kitchen
- Cupboards
- Furnishing
- Customized Wallpaper
- Customized Curtains & Blinds
- Sliding Mosquito Mesh with Honey Comb Partition
Customized Service
100% Quality Assurance
Experienced Manufacturing Personals
7569977133
Murad Nagar, Mehdipatnam

General, Bluestar and Vestar 3*, 5* and Inverter Technology ACs are available at project cost. Contact for bulk supply for hospitals, function halls, resorts, Hotels, PGs, Apartments, Villa projects for special price.
The Associate Services(Navimuki Group)
Ap&Ts. 1Ton Non-Inv
Price Starts from 28860/-
wa.me/919948013444

పాఠకులకు హెచ్చరిక
విశాఖ సమాచారమ్ తెలుగు దినపత్రికలో రోజూ ప్రచురించే క్లాసిఫైడ్ ప్రకటనలు చదివి, వాటిని నిశితంగా పరిశీలించిన పిదప ప్రతిస్పందించాల్సిందిగా మా పాఠకులను కోరడమైనది. ప్రకటనదారు తెలిపే లేదా క్లెయిమ్ చేసే వాటితో ఈ వార్తా పత్రికకు ఎలాంటి సంబంధం లేదు. బ్యాంక్ అకౌంట్ల ద్వారా డబ్బులు ట్రాన్స్ఫర్ / డిపాజిట్ చేయవద్దు. పాఠకులు ఈ విషయాన్ని గమనించగలరు.
సెల్: 8186030813

స్వాగతం సుస్వాగతం
మన ప్రియతమ కేంద్ర హోంశాఖా మంత్రివర్యులు
సీనియర్ బీజేపీ నాయకులు
శ్రీ అమిత్‌షా
గారికి స్వాగతం.
ఆదివారం సాయంత్రం
రైల్వేస్టేషన్ సమీపంలోని రైల్వేగ్రౌండ్స్‌లో
జరుగు అమిత్ షా గారి బహిరంగ సభకు
నగర పౌరులందరూ విచ్చేసి వారి ప్రసంగాన్ని
ప్రత్యక్షంగా వినవలసిందిగా ఆహ్వానిస్తున్నాము.
వై. రవికుమార్
బీజేవైఎం జిల్లా కార్యదర్శి,
విశాఖపట్నం
సెల్: 97009 54005

జై శ్రీమన్నారాయణ
శ్రీమతే రామానుజాయ నమః
శ్రీశ్రీశ్రీ త్రిదండి చిన్న జీయర్ స్వామి వారి ఆశ్రమం, దివ్య సాకేతం,
భాగ్య నగరం లో ఉపనయనములు, సమాశ్రయణములు జరుగుతున్నవి.
సామూహిక ఉపనయములు:
తేది: జూన్ 08, 2023:
సమాశ్రయణములు :
తేది: జూన్ 11, 2023:
వేదిక: దివ్య సాకేతం, ముచ్చింతల్, భాగ్య నగరం. వివరాలకు: ఫో: 7382046888, 7901422022
సదా భగవత్ భాగవత ఆచార్య సేవలో...
శ్రీ వైష్ణవ సంప్రదాయ సమాచార, ప్రచార కేంద్రం
Sri Vaishnava Services Info Centre
Visakhapatnam
Phone 9246674585
Whatsapp 9246673421

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: 7013118088, Simhachalam : Cell: 96660 15921, Paravaada : Cell: 77804 33919, Aarilova : Cell: 97050 51389,
Cheedikaada : Cell: 97686 33999, Vsp City : 8186030813.