మీకు ఆస్థి ఉండి
తగినంత రుణ సదుపాయం
పొందలేక పోతున్నారా?
ఉచిత సలహాలకై
మమ్మల్ని సంప్రదించండి
6303988189

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM
Postal License No. VSP / 96/ 2021 - 23
visit: www.visakhasamacharam.com

# విశాఖ సమాచారమ్

RNI No.52722/90 సంపుటి : 32 సంచిక : 291 విశాఖపట్నం, 11 సెప్టెంబరు 2022 ఆదివారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

Circulated at Visakhapatnam, Hyderabad, Vijayawada, Guntur, Tirupati, East Godavari, West Godavari, Kadapa, Nellore, Srikakulam, Vizianagaram, Yanam, Bhubaneswar, Raipur

## అక్టోబర్ 10 నుండి సిరిమానోత్సవం : బొత్స

**విజయనగరం:** సంప్రదాయాలను పాటిస్తూ, శ్రీ పైడితల్లి అమ్మవారి సిరి మాను సంబరాన్ని గతం కంటే మిన్నగా నిర్వహించేందుకు తగిన ఏర్పాట్లు చేయాలని, అధికారులను రాష్ట్ర విద్యా శాఖామంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ ఆదేశించారు. వీటితోపాటుగా విజయ నగర వైభవాన్ని చాటిచెప్పే విధంగా, విజయనగరం ఉత్సవాలను నిర్వహిం చాలని సూచించారు. అక్టోబరు 10,11 తేదీల్లో జరిగే పైడితల్లి అమ్మవారి సిరిమాను సంబరాలు, అక్టోబరు 9,10,11 తేదీల్లో నిర్వహించే విజయనగరం ఉత్సవాలపై, ప్రజాప్రతినిధులు, అధికా రులు, ప్రముఖులు, వివిధ సంస్థల ప్రతి నిధులతో కలెక్టరేట్ సమావేశ మంది రంలో శనివారం సమీక్షా సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. వివిధ వర్గాల అభిప్రాయాన్ని తెలుసుకున్నారు.

జిల్లా కలెక్టర్ ఎ.సూర్యకుమారి మాట్లాడుతూ, పైడితల్లి అమ్మవారి సిరిమాను సంబరం, విజయనగరం ఉత్సవాల షెడ్యూల్‌ను, వివిధ వేదికల్లో ఏర్పాటు చేస్తున్న సాంస్కృతిక కార్య క్రమాలను ప్రకటించారు. వివిధ శాఖల వారీగా చేపట్టాల్సిన విధులు, బాధ్య తలను వివరించారు. కోవిడ్ కారణంగా గత రెండేళ్లుగా విజయనగరం ఉత్సవా లను నిర్వహించలేకపోయామని, పైడితల్లి అమ్మవారి సిరిమాను సంబరా నికి సామాన్య భక్తులను అనుమ తించలేదని చెప్పారు. ఈ ఏడాది సిరిమానోత్సవానికి సాధారణ భక్తులను అనుమతిస్తామని, విజయనగరం ఉత్స వాలను కూడా అత్యంత వైభవంగా నిర్వ హించేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని చెప్పారు. భక్తుల సౌకర్యార్థం ప్రత్యేక బస్సులను కూడా నడపనున్నట్లు తెలిపారు.

విజయనగరం ఎంఎల్‌ఎ కోలగట్ల వీరభద్రస్వామి మాట్లాడుతూ, కరోనా వల్ల గత రెండేళ్లు నేరుగా సిరిమాను ఉత్సవాలను చూసే అవకాశాన్ని సామా న్య భక్తులు దూరమయ్యారని అన్నారు. ఈ ఏడాది గతం కంటే వైభవంగా ఉత్సవాలను నిర్వహించి, భక్తులందరికీ అవకాశం కల్పించాలని కోరారు. విజయ నగరం ఉత్సవాల్లో స్థానిక ప్రముఖులను భాగస్వాములను చేయాలని, జీవితకాల సభ్యుల సేవలను వినియోగించ కోవాలని సూచించారు. సామాన్య భక్తులు ఇబ్బంది పడకుండా, విజిపి పాసులను రద్దు చేయాలని అన్నారు. భక్తులకు తగిన గౌరవం ఇస్తూ, అన్ని సంప్రదాయాలను పాటిస్తూ, రాజకీ యాలకు అతీతంగా సమష్టిగా ఉత్స వాలను నిర్వహించాలని కోరారు.

జిల్లా పరిషత్ ఛైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ, దర్శన టిక్కెట్లను సచివాలయాలు, బ్యాంకులతోపాటు, ఆన్‌లైన్లో కూడా విక్రయించాలని సూచించారు. సిరిమాను ఉత్సవాలను నేరుగా తిలకించేందుకు సామాన్య భక్తులను అనుమతించడమే కాకుండా, గతంలో లాగే ఏడుల్లో ఎల్‌ఇడి తెరలను ఏర్పాటు చేసి, ఉత్సవాలను ప్రత్యక్ష ప్రసారం చేయాలని కోరారు.

మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ విజయనగరం ఉత్సవాలు, పైడితల్లి సిరిమానోత్సవానికి సమిష్టిగా విజయవంతం చేయాలని, దీనికి పటిష్టమైన కార్యాచరణ రూపొందించాలని సూచించారు. ఈ ఏడాది సామాన్య భక్తులను అనుమతించాలని ఆదేశించారు. చాలా కాలంగా విజయనగరం ఉత్సవాలు, సిరిమానోత్సవంలో ఒక భాగంగానే జరుగుతున్నాయని చెప్పారు. అక్టోబరు 9,10,11 తేదీల్లో జరిగే విజయనగరం ఉత్సవాలను ఘనంగా నిర్వహించేందుకు తగిన ప్రణాళికను రూపొందించాలన్నారు. సైన్స్‌షెయిర్, ఫ్లవర్ షోలతోపాటు, సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలను ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. అక్టోబరు 10,11 తేదీల్లో జరిగే పైడితల్లి సిరిమాను సంబరానికి అత్యంత పకడ్బందీగా ఏర్పాట్లు చేయాలని, భక్తులు ఎక్కడా ఇబ్బంది పడకుండా చూడాలని ఆదేశించారు. భక్తులపట్ల దురుసుగా ప్రవర్తించవద్దని పోలీసులకు సూచించారు. భక్తులు అమ్మవారిని దర్శించుకొనేందుకు సర్వ దర్శనంతోపాటుగా, రూ.100, రూ.300 క్యూలైన్లను కూడా ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. ఈ ఏడాది కూడా విజిపి పాసులను రద్దు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. పట్టణంలో పారిశుధ్యం, ట్రాఫిక్ సరఫరా, విద్యుత్ సరఫరాపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు. పట్టణాన్ని సుందరంగా అలంకరించాలని,

(మిగతా 2లో)

## మేధావుల మౌనం సమాజానికి నష్టం

**సింహాచలం, (విశాఖ సమాచారమ్):** కవులు కళాకారులు, రచయిత లు మౌనం సమాజానికి ఎంతో నష్టం చేకూరుస్తుందని పూర్వపు ఉపసభాపతి ,ప్రముఖ సాహితీ వేత్త మండలి బుద్ధ ప్రసాద్ అన్నారు.. సింహాచలం పుణ్యక్షేత్రం వేదికగా జాతీయ సాహిత్య సంబరాల రెండవ రోజు శనివారం అత్యంత ఘనంగా నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా మండలి బుద్ధప్రసాద్ హాజ రయ్యారు. ఆయన తెలుగు భాష.. రచనలు పై కీలక ప్రసంగం చేశారు.

మేధావుల మౌనం వల్ల నష్టం కలగడంతో పాటు సకల దరిద్రాలు దాపురిస్తున్నా యన్నారు.. భాషను బ్రతికించు కోవాల్సిన బాధ్యత రచయితలదే అన్నారు.

ఏ ప్రభుత్వం కూడా ఏమీ చేయలేని పరిస్థితి నెలకొందన్నారు. 1956 పొట్టి శ్రీరాములు కాలం నుంచి అదే పరిస్థితి కొనసాగుతుందన్నారు..

ఆంగ్లం పేరుతో కొందరు నానా సంకర భాషలను వాడుకలోకి తీసుకువస్తున్నా రన్నారు. విదేశాల్లో సైతం తెలుగును గౌరవిస్తున్నారని అక్కడ వారి పిల్లలకు తెలుగును చక్కగా నేర్పిస్తున్నారన్నారు.. అందుకు మారిషస్ చక్కని ఉదాహరణగా పేర్కొన్నారు. అక్కడ తెలుగుతో పాటు అన్ని భాషలను ఆ ప్రభుత్వం చక్కగా ప్రోత్స హిస్తుందన్నారు. రాజ్యాంగబద్ధంగా సంక్రమించిన హక్కులు పరంగా అన్ని భాషలను అభివృద్ధి చేయాల్సిన బాధ్యత కేంద్రంపైనే ఉందన్నారు.. అయితే కేంద్రం హిందీకే అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని మిగతా భాషలను పెద్దగా పట్టించుకోవడం లేదన్నారు.. ప్రాథమిక మాధ్యమం విధిగా తెలుగులోనే ఉండాలని, అలా కాకుండాపోతే త్వరలో భాష కనుమరుగయ్యే ప్రమాదం ఉందన్నారు. స్వతంత్ర సమరంలో కూడా రచయితలు కీలకపాత్ర పోషించారన్నారు... ఆ సమయములో పాత్రికేయులు కూడా తమ వంతు పాత్రను చక్కగా నిర్వహించారని అయితే అత్యధిక శాతం మహాపండితులు జర్నలిస్ట్ లుగా ఉండడం వల్ల వారి చక్కని రచనలు తో స్వాతంత్రం సాధించుకోవడానికి దోహదం చేసినట్లు

(మిగతా 2లో)

## కమిషనర్ ఆధ్వర్యంలో ఆత్మహత్యల నివారణ ర్యాలీ

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** శనివారం ఆత్మహత్యా నివారణ దినం సందర్భంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ఇండియన్ సైకియాట్రిక్ సొసైటీ శాఖ మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ పోలీస్ శాఖ నగరంలో బీచ్ రోడ్ నందు కాళీమాత అలయం వద్ద ఉదయం ర్యాలీ నిర్వహించారు దీనికి ముఖ్య అతిథిగా నగర పోలీస్ కమిషనర్ శ్రీ సి.హెచ్ శ్రీకాంత్, ఐ.పి.ఎస్., గారు, డి.సి.పి(ఎల్ &ఓ ) శ్రీ సుమిత్ సునీల్ గరుడ్, ఐ.పి.ఎస్., డి.సి.పి(క్రిమ్) జి. నాగన్న ఇతర పోలీసు ఉన్నతాధికారులు, మానసిక వైద్య నిపుణులు డా. బాగ్యా రావు మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ ఇండియన్ సైక్రియాట్రిక్ సొసైటీ శాఖ నుండి అధికారులు, వైద్య సిబ్బంది హాజరయినారు.

ఈ సందర్భంగా నగర పోలీస్ కమిషనర్ గారు మాట్లాడుతూ ఈ అంతర్జాతీయ ఆత్మహత్యా నివారణ దినోత్సవంలో పోలీసు శాఖ భాగం కావడం చాలా ఆనందం కలిగించిందని, ప్రభుత్వం సమాజం లోని ఆత్మహత్యలను తగ్గించాలనే కృత నిశ్చయంతో ఉండడం వలన ఈ దిశగా వైద్య మరియు పోలీసు శాఖలు అడుగులు వేస్తున్నాయని,ఆత్మహత్య ఒక్కరితో పోయేది కాదని అది కుటుంబంతో పాటూ కావాల్సిన వ్యక్తులకు ఎంతో శోకం కలిగిస్తుందని,ఈ విషయాన్ని గుర్తించి ఎవరైతే మన చుట్టు ప్రక్కల నిరాశ, తీవ్ర ఒత్తిడిలో ఉన్నారో వారిని గుర్తించి సకాలంలో చర్యలు తీసుకున్నట్లయితే తప్పనిసరిగా ఆత్మహత్యలు నివారించిన వాళ్ళమవుతాము అలాగే వారి జీవితాన్ని మరియు వారి కుటుంబాన్ని కూడా కాపాడినవాళ్లమవుతాం అని తెలియజేసారు.

నిరాశ, ఆత్మన్యూనత ఇతర మానసిక ఒత్తిడితో బాధ పడుతుంటే డాక్టరును సంప్రదించాలని, ఈ విషయంలో సోషల్ స్టిగ్మా ను విడనాడాలని, మానసిక వైద్య నిపుణులను సంప్రదించాలని, ఆధునిక సమాజంలో వైద్య సదుపాయాలను వినియోగించుకోవడానికి సంసయించరాదని తెలిపారు.

విశాఖపట్నంలో గత రెండు సంవత్సరాల కంటే ఈ సంవత్సరం ఆత్మహత్యలలో తగ్గుదల కనిపిస్తుంది ఇది కొంత ఆశాజనక విషయం అనీ, సమాజంలో మన బాధ్యత మనం తెలుసుకొంటూ వీటిని అరికట్టేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని, ఆత్మహత్యలను నివారించటానికి పోలీసు శాఖ కృతనిశ్చయంతో ఉంది, ఎవరైనా నిరాశ నిస్పృహలలో ఉండి ఆత్మహత్యకు ప్రయత్నిస్తే DAIL-100 కు తెలియజేస్తే తక్షణమే స్పందించి వారి ప్రయత్నాన్ని

(మిగతా 2లో)

## పర్యావరణ పరిక్షణలో కీలక బహుమతుల్లో కోరియా

**పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్):** పరవాడ మం డలం ఫార్మసిటీలో కొరియా ఆర్గానిక్స్ పరిశ్రమ లో శనివారం రియాక్టర్ అధిక ఒత్తిడి గురై ప్రమాదం సంభవించింది ఈ ప్రమా దంతో పరిసర పరిశ్రమలలో ఉన్న కార్మికులు కొరియా ఆర్గానిక్స్ కార్మికులు భ యాందోళనలతో పరుగులు తీశారు గంటపాటు పెద్ద ఎత్తున వాయువులు విడుదల కావడంతో కళ్ళు మంటలు ఊపిరి ఆడక కొంత సమయం ఆందోళనకు గురయ్యారు ఇదిలా

(మిగతా 2లో)

## నేడు విశాఖకు వస్తున్న శారదాపీఠాధిపతులు

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** విశాఖ శ్రీ పీఠాధిపతులు స్వరూపానందేంద్ర, స్వా త్మానందేంద్ర సరస్వతీ స్వాములు రిషికేష్ వేదికగా చేపట్టిన చాతుర్మాస్య దీక్షను శనివారం విరమించారు. వపన సంస్కారం అనంతరం గంగా నదిలో స్నానమాచరించారు. గంగమ్మ తల్లికి పూజలు చేసిన తరువాత విశాఖ శ్రీ శారదాపీఠం రిషికేష్ ఆశ్రమంలో దీక్షను విరమించారు. ఈ సందర్భంగా భగవద్గీతను కొద్దిసేపు పారాయణ చేశారు. అనంతరం వీరభద్ర మందిరాన్ని సందర్శించి విశేష అభిషేకం నిర్వహించారు. ఆ తర్వాత సీమోల్లంఘనలో భాగంగా హరిద్వార్ వెళ్లారు. అక్కడ హర్ కీ పౌరీ ఘాట్‌ను సందర్శించారు. చాతుర్మాస్య దీక్ష ముగియడంతో పీఠాధిపతులు స్వరూపా నందేంద్ర సరస్వతీ స్వామి ఆదివారం ఉదయం బయలుదేరి విశాఖకు చేరుకుంటారు.

## (మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

### మేధావుల మౌనం సమాజానికి నష్టం

చెప్పారు సమాజాన్ని, జవాల్లి తట్టిలేపే విధంగా రచనలు చేయాలని, తెలుగు మాధ్యమం ఎప్పుడూ బ్రతికి ఉండే విధంగాఅందరు రచనలు ఉండాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు.

తెలుగు సాహిత్యానికి ఉత్తరాంధ్ర పెట్టింది పేరు అని ప్రజల కష్టాలను, జనాల అవస్థలు తెలుసుకుని ఇక్కడ రచయితలు రచనలు చేయడం అభినందనీయమన్నారు... అందువలనే ప్రజా సాహిత్యం కి ఉత్తరాంధ్ర పెట్టింది పేరుగా నిలిచిందన్నారు..

గౌరవ అతిథిగా హాజరైన అప్పన్న ధర్మకర్తల మండలి సభ్యులు, వైజాగ్ జర్నలిస్టు ఫోరం అధ్యక్షులు గంట్ల శ్రీనుబాబు మాట్లాడుతూ ప్రముఖ సింహాచలం పుణ్యక్షేత్రం లో స్వామి పాదాల చెంత జాతీయస్థాయి సాహిత్య సంబరాలు నిర్వహించడం ఎంతో అభినందనీయమన్నారు

2019 లో నిర్వహించిన సమావేశాలు నేటి స్ఫూర్తిగా మిగిలాయని, అదే ఉత్సాహంతో ఈ సాహిత్య సంబరాలు జరుగు తున్నట్లు తెలిపారు.. దేశవ్యాప్తంగా అన్ని ప్రాంతాల నుంచి విచ్చేసిన సాహిత్య వేత్తలకు సింహాచలం గొప్పతనాన్ని, క్షేత్రమహత్యం వివరించారు. పది మంది రచయితలు కవులు ఒక చోట చేరి తాము రచించిన అనేక రచనల పై సమీక్ష చేయడం ఎంతో ముదావహం అన్నారు.. ఇటువంటి సమావేశాలు జరిగితేనే సరికొత్త ఆలోచనలతో మరికొన్ని రచనలు బయటకు వస్తాయి అన్నారు.

ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్న వారందరికీ కూడా మరిన్ని రచనలు చేసే విధంగా మిగిలిన వారు తగిన ప్రోత్సాహం అందించాలని కోరారు.. ప్రియమైన రచయితలు సాహిత్య సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు ఇందూ రమణ మాట్లాడుతూ మూడేళ్ల విరామం తర్వాత జరుగుతున్న సాహిత్య సంబరాలు లో పాల్గొన్న వారందరికీ కూడా అభినందనలు తెలిపారు.

మూడు రోజుల పాటు అనేక రచయితలకు సంబంధించిన సుమారు 21 పుస్తకాలు, కవితలు ప్రముఖుల చేతుల మీదుగా ఆవిష్కరణలు చేసుకోవడం ఏంతో సంతోషం కలిగించింది అన్నారు.

అంతేకాకుండా ఉత్తమ రచనలకు కవితలకు బహుమతులను అందజేశారు.. పలువురు రచయితలను ఘనమైగా సత్కారం చేశారు. ఈ కార్య క్రమంలో ప్రముఖ రచయిత అట్టాడ అప్పల నాయుడు, శేఖర్ మంత్రి ప్రభాకర్, జోగారావుతో పాటు దేశము నలు మూలలు నుంచి సుమారు 300 మంది రచయితలు . కవులు. సాహితీ వేత్తలు పాల్గొన్నారు.

### అక్టోబర్ 10 నుండి సిరిమానోత్సవం : బొత్స

రంగురంగుల విద్యుత్ దీపాలను ఏర్పాటు చేయాలని చెప్పారు. సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల్లో స్థానిక కళాకారులకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచించారు. అమ్మవారి పండుగ అందరి ఇళ్లలో జరిగే పండుగ అని, భక్తుల మనోభిప్రాయాలను గౌరవిస్తూ, సంప్రదాయ బద్ధంగా, అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించేందుకు అవసరమైన అన్ని ఏర్పాట్లను చేయాలని మంత్రి బొత్స కోరారు.

కాపుగంటి ప్రకాష్, డాక్టర్ వివిస్ ప్రసాద్, ఎస్ఎస్ఎస్-ఎస్ విఆర్ఎం రాజు, డోల మన్మధకుమార్, మేకా అనంత లక్ష్మి తదితర ఉత్సవ కమిటీ జీవితకాల సభ్యులు పలు సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా సిరిమానోత్సవ గోడ పత్రికలను ఆవిష్కరించారు. ఈ సమావేశంలో ఎంఎల్ఎల్ శంబంగి వెంకట చినప్పలనాయుడు, బొత్స అప్పలనరసయ్య, అలజంగి జోగారావు, మేయర్ వెంపడాపు విజయలక్ష్మి, జిల్లా ఎస్పీ దీపిక, జెసి మయూర్ అశోక్, డిఆర్ఓ ఎం.గణపతిరావు, వివిధ శాఖల అధికారులు, ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు, పైడితల్లి ఆలయ అధికారులు, కమిటీ సభ్యులు, వివిధ సంస్థల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

### కమిషనర్ ఆధ్వర్యంలో ఆత్మహత్యల నివారణ ర్యాలీ

నివారించడానికి కృషి చేస్తామని, ఇటీవల కాలంలో నలుగురు వ్యక్తులు బీచ్ నందు ఆత్మహత్యకు ప్రయత్నిస్తే వారి కుటుంబ సభ్యుల సహాయంతో వారిని కాపాడడం జరిగిందని, ఇటీవల కాలంలో ఆత్మహత్యకు పాల్పడే ముందు వారి కుటుంబ సభ్యులకు లేదా స్నేహితులకు మెసెజ్ చేయడం చూస్తున్నాము, అవి వచ్చిన వెంటనే పోలీసులకు తెలియజేస్తే వెంటనే కాపాడే అవకాశం ఉంటుందని తెలియజేసారు.

ఈ కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసి అందులో పోలీసు శాఖను భాగస్వామ్యం చేసినందుకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ఇండియన్ సైకియాట్రిక్ సొసైటీ శాఖకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

### ఫార్మా పరిశ్రమలో మళ్లీ విషవాయువు లీకు

ఉండగా పర్యవసలో జరిగిన ప్రమాదాన్ని పరిశీలించి ఫార్మాసిటీ స్ట్రైక్ అండ్ వర్కర్స్ యూనియన్ గౌరవ అధ్యక్షులు గనిశెట్టి సత్యనారాయణ అనంతరం విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ప్రమాదంపై సమగ్ర విచారణ చేయాలని ఇన్స్పెక్టర్ ఫ్యాక్టరీ పొల్యూషన్ కంట్రోల్ బోర్డ్ ఫైర్ డిపార్ట్మెంట్లతో విచారణ చేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు ఇప్పటికే మూడు సార్లు ఈ పరిశ్రమల ప్రమాదం చోటుచేసుకుందని అన్నారు రియాక్టర్ పై కప్పు పగలడంతో బ్లాక్ మొత్తం కిటికీ అద్దాలు గోడలు పగిలి ఈ పరిశ్రమలో జరిగిన ప్రమాదం పై పలు అనుమానాలకు దారి తీస్తుందని అన్నారు విచారణ చేసి పరిశ్రమపై క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయాలని గని శెట్టి డిమాండ్ చేశారు.


**విశాఖ సమాచారమ్**

చదవండి చదివించండి

సెల్: 9393949345

8247526179


# శిష్ట కరణాలను ఓబీసీలు చేర్చడమే నా జీవిత లక్ష్యం

**గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్):** ఓబీసీ అంశాన్ని సీఎం దృష్టికి తీసుకువెళ్లా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన సలహాదారులు సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి శిష్టకరణాలను ఓబీసీ జాబితాలో చేర్చేందుకు వీలుగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సహకారాన్ని కోరుతూ శుక్రవారం గొల్లపూడి తాడేపల్లి బీసీ సంక్షేమ భవన్లో రాష్ట్ర శిష్టకరణ వెల్ఫేర్ అండ్ డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ పాలకమండలి సమావేశం జరిగింది. కార్పొరేషన్ చైర్ పర్సన్ అనూష శశిధర్ పట్నాయక్ అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సమావేశంలో ఓబీసీపై కూలంకషంగా చర్చించారు. చైర్ పర్సన్, డైరెక్టర్లు ఓబీసీ సాధనకు వీలుగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సహకారం అందించాలని ముక్తకంఠంతో కోరారు. ఇందుకు వైసీపీ నాయకుల నుండి సానుకూల స్పందన లభించింది. శిష్టకరణాలకు ప్రభుత్వ పథకాలు మరింత చేరువ చేసేందుకు వీలుగా జరగనున్న బస్సు యాత్రపై కూడా ఈ సమావేశంలో చర్చించారు. సంబంధిత నాయకుల నుంచి సూచనలు అందిన వెంటనే బస్సు యాత్రను ప్రారంభించాని నిర్ణయానికి వచ్చారు. ఇలా పలు అంశాలపై చర్చించారు. అనంతరం నవరత్నాల కమిటీ వైస్ చైర్మన్ ఎ.నారాయణమూర్తి మాట్లాడుతూ శిష్టకరణాల అభ్యున్నతికి తమ ప్రభుత్వం పూర్తిస్థాయిలో కృషి చేస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. ఓబీసీ సాధనకు వీలుగా సహకారం అందిస్తామని విజ్ఞప్తి చేశారు. అనంతరం కార్పొరేషన్ చైర్ పర్సన్ అనూష శశిధర్ పట్నాయక్, వైసీపీ నాయకులు మంత్రి రాజశేఖర్, రాష్ట్ర శిష్టకరణ సంఘం అధ్యక్షులు ఎస్ఎన్ కె మహంతి, అఖిల భారత శిష్టకరణ సంఘం అధ్యక్షులు , కె.వెంకటేశ్వర చెనర్జీ, రాష్ట్ర సంఘ ప్రధాన కార్యదర్శి ఆరికతట చంద్రమౌళి ఆధ్వర్యంలో వివిధ - శిష్టకరణ సంఘాల ప్రతినిధులు, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన సలహాదారులు సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డిని

కలిసి వినతిపత్రం సమర్పించారు. ఆర్థికంగా, సామాజికంగా వెనుకబడిన శిష్టకరణాలను ఓబీసీ జాబితాలో చేర్చేలా ప్రభుత్వ సహకారం అందించాలని కోరారు. ఇప్పటికే కేంద్ర స్థాయిలో ఓబీసీ సాధన కోసం కృషి చేయడం జరిగిందని, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సహకారం కూడా అందజేస్తే శిష్టకరణాలకు ఓబీసీ సాకారమవుతుందని రామకృష్ణారెడ్డికి తెలిపారు. ఇందుకు ఆయన సానుకూలంగా స్పందిస్తూ తప్పక రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున మద్దతు వుంటుందని పేర్కొన్నారు. ఓబీసీ విషయాన్ని ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి దృష్టికి తీసుకువెళ్లి సంబంధిత ప్రక్రియ వేగవంతం చేసేలా చూస్తామని సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి హామీ ఇచ్చారు. అలాగే శాసనమండలి సభ్యులు, ప్రభుత్వ వ్యవహారాల ఇన్చార్జి లేళ్ల అప్పిరెడ్డిని కలిసి బస్సు యాత్ర గురించి వివరించారు. అందుకు ఆయన సానుకూలంగా స్పందించారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో డైరెక్టర్లు ఉరిటి అప్పారావు , రాధ , సదాశివుని కృష్ణ , దండు మంత్రి లక్ష్మణ రావు , పక్కి రామకృష్ణ , కె.చంద్రమౌళి , దబ్బిరు ఆలేఖ్య , శారద , వాండ్రంగి ఆరుణకుమారి ,బీసీ కార్పొరేషన్ కోఆర్డినేటర్ ప్రవీణ్ , బిసి వెల్ఫేర్ జాయింట్ డైరెక్టర్ చిన్న బాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# బలపడిన అల్పపీడనం- నేడు కూడా వర్షాలు

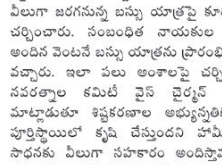
పశ్చిమ మధ్య బంగాళాఖాతం మీదుగా ఉన్న అల్పపీడన ప్రాంతం ఇప్పుడు పశ్చిమ మధ్య & ఆనుకుని వాయువ్య బంగాళాఖాతం దగ్గరఉన్న ఉత్తర ఆంధ్ర ప్రదేశ్ మరియు ఒడిశా తీర ప్రాంతము వద్ద తీవ్ర అల్పపీడనంగా బలపడినది. దీని ఆనుభంద ఉపరితల ఆవర్తనం మధ్య ట్రోపో ఆవరణం వరకు విస్తరించి ఉన్నది . ఈ తీవ్ర అల్పపీడన ము రానున్న 24 గంటల్లో దక్షిణ ఒడిషా- ఉత్తర ఆంధ్రప్రదేశ్ తీరానికి దగ్గర ఉన్న వాయువ్య & ఆనుకుని ఉన్న పశ్చిమ మధ్య బంగాళాఖాతం మీద వాయుగుండముగా మరింత బలపడే అవకాశముంది .

2 )సగటు సముద్ర మట్టం వద్ద ఉన్న ఋతుపవన ద్రోణి ఇప్పుడు ఓఖా, ఆకోలా, జగదల్పూర్ అక్కడ నుండి తూర్పు ఆగ్నేయ దిశగా మరియు దక్షిణ ఒడిషా- ఉత్తర ఆంధ్రప్రదేశ్ తీరానికి దగ్గర ఉన్న వాయువ్య దానిని ఆనుకుని ఉన్న పశ్చిమ మధ్య బంగాళాఖాతం పైగల తీవ్ర అల్పపీడన కేంద్రముగుండా వెళ్ళు చున్నది .

3 ) అల్పపీడన ద్రోణి ఇప్పుడు తూర్పుమధ్య అరేబియా సముద్రము మరియు కొంకణ్ తీర ప్రాంతము నుండి దక్షిణ ఒడిషా- ఉత్తర ఆంధ్రప్రదేశ్ తీరానికి దగ్గర ఉన్న వాయువ్య దానిని ఆనుకుని ఉన్న పశ్చిమ మధ్య బంగాళాఖాతం వరకు మహారాష్ట్ర, తెలంగాణ, దక్షిణ చత్తీస్గఢ్ & కోస్తా ఆంధ్ర ప్రదేశ్ మీదుగా సగటు సముద్ర మట్టానికి 1.5 కి.మీ ఎత్తు వరకు విస్తరించి ఉంది.

4 ) తూర్పు -పడమర గాలుల్లో కోత దక్షిణ భారత ద్విపకల్పమైన 15లో ఉత్తర అక్షాంశం వెంబడి సగటు సముద్ర మట్టానికి 3.1 కి.మీ నుండి 7.6 కి.మీ ఎత్తు వరకు కొనసాగుతున్నది.

# బ్రిటన్ నూతన రాజుగా 3వ ఛార్లెస్



బ్రిటన్ రాణి ఎలిజబెత్ కన్నుమూసిన నేప థ్యంలో పాలనా పగ్గాల్ని ఆమె కుమారుడు, కింగ్ ఛార్లెస్ 3 చేపట్టారు. ఈ మేరకు శనివారం లండన్ లో జరిగిన అక్షెషన్ కౌన్సిల్ వేడుకలో చార్లెస్ IIIను బ్రిటన్ రాజుగా అధికారికంగా ప్రకటించారు. ఈ సందర్భంగా తనకు సార్వభౌమాధికార విధులు గురుతర బాధ్యతల గురించి లోతుగా తెలుసని ఛార్లెస్ తెలిపారు.

73 ఏళ్ల దేశాధినేత ఛార్లెస్ 3 .. సీనియర్ రాజకీయ, మత సలహాదారుల ప్రవేశ మండలిలో తన తల్లి క్వీన్ ఎలిజబెత్ II యొక్క స్ఫూర్తిదాయకమైన మోడల్ ను అను సరించడానికి ప్రయత్నిస్తానని ప్రకటించారు. సెయింట్ జేమ్స్ ప్యాలెస్ సింహాసన గదిలో రాజ సింహాసనం ముందు నిలబడి కొత్త చక్రవర్తి తన తల్లి మరణంతో తనకు, తన కుటుంబానికి, యునైటెడ్ కింగ్డమ్, కామన్వెల్త్, మొత్తం ప్రపంచానికి కొలుకోలేని నష్టం జరిగిందని వెల్లడించారు.

"నాకు, నా సోదరి, సోదరులకు చాలా మంది సానుభూతి తెలపడం గొప్ప ఓదార్పునిస్తుందని కింగ్ ఛార్లెస్ పేర్కొన్నారు. ఈ అపారమైన అయ్యాయత, మద్దతు తమకు జరిగిన నష్టానికి మా కుటుంబానికి లభించాలన్నారు. తన తల్లి పాలన, వ్యవధి, అంకితభావం, భక్తిలో అనమానమైనదని కింగ్ ఛార్లెస్ తెలిపారు. తాము దుఃఖిస్తున్నప్పటికీ, ఈ అత్యంత నమ్మకమైన జీవితానికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నామని ఛార్లెస్ తన ప్రసంగంలో వెల్లడించారు.

కోహినూర్ వజ్రం దక్కేదెవరికి కింగ్ ఛార్లెస్ ను ఇనాళ బ్రిటన్ తదుపరి రాజుగా అధికారికంగా ప్రకటించినా పూర్తిస్థాయిలో బాధ్యతలు చేపట్టడానికి మాత్రం మరికొంత సమయం పట్టనుంది. ఇందుకోసం ఏర్పాట్లు ఇప్పటికే మొదలయ్యాయి. మరోవైపు రెండు వారాల్లో తన తల్లి ఎలిజబెత్ అంత్యక్రియల తర్వాత ఈ ప్రక్రియ ఊపందుకోనుంది. ఆలోపు జరగాల్సిన కార్యక్రమాల్ని ఆయన రాజు హోదాలో పర్యవేక్షించబోతున్నారు.

# " సేఫ్ బీచ్ గా విశాఖ సాగర తీరం "

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** విశాఖ సాగర తీరాన్ని సేఫ్ బీచ్ గా రూపు దిద్దుతామని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఏ మల్లికార్జున తెలిపారు. సాగర తీరంలో అరోకే. బీచ్ వద్ద ఆయన బ్యాటరీ సహాయంతో పనిచేసే లైఫ్ బాయ్ అనే రోబోటిక్ బోట్ ను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ రోబోటిక్ బోట్ ఎవరైనా సముద్రంలో గల్లంతయినట్లయితే 700 మీటర్ల వరకు 7 కిలోమీటర్ల వేగంతో వెళ్లి రక్షిస్తుందన్నారు. సముద్రంలో మునుగుకు గురైన వారిని తక్షణం రక్షించుటకు ఉపయోగపడుతుంద న్నారు. పర్యాటక ప్రాంతమైన విశాఖ సాగర తీరంలో నిత్యం పర్యాటకుల తాకిడి ఎక్కువగా ఉన్నందున వారి భద్రతకు తగు చర్యలు చేపట్టడం జరుగుతుందన్నారు. జీవీఎంసీ సహకారంతో 39 మంది గజ ఈతగాల్లను బీచ్ లో నియమించడం జరిగిందన్నారు. వారికి కావలసిన లైఫ్ జాకెట్లు ఇతర సామగ్రిని సమకూర్చడమైం దన్నారు. ఈ కార్యక్రమం అనంతరం జీవీఎంసీ మేయర్, జిల్లా కలెక్టర్, జీవీఎంసీ కమిషనర్ తీరంలో గల స్థానిక దుకాణదారుల వద్దకు వెళ్లి ప్లాస్టిక్ బ్యాగులు, బాటిళ్లు , ప్లాస్టిక్ స్పూన్స్ వంటి వస్తువులను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వినియోగించవద్దని , ప్రోత్సహిం చవద్దని తెలియజేశారు . వీటి వినియోగం వలన కలిగే దుష్ప్రభావా లను వివరించారు. ఎవరైనా అక్రమంగా వినియోగించినట్లయితే చట్టబద్ధమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. విశాఖ నగరాన్ని ప్లాస్టిక్ రహిత నగరంగా తీర్చిదిద్దడానికి అందరూ సహకరించాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకటకుమారి, జీవీఎంసీ కమిషనర్ లక్ష్మి షా, మున్సిపల్ సిబ్బంది, ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

# విశాఖ ఉక్కు పరిరక్షణ కార్మికుల సంక్షేమం బిజెపితోనే సాధ్యం

**గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్):** విశాఖ ఉక్కు కర్మాగారానికి మూలధనం సమకూర్చాలని,డైరెక్టర్ పైనాన్స్ పదవిని భర్తీ చేయాలని,నిర్వాసితులకు న్యాయం చేయాలని,ఉక్కు కార్మికులకు వేతనాలు పెంచాలని కోరుతూ ఉక్కు ప్రగతి కోసం పాటుపడుతున్న ఎంపీ జీవీఎల్ నరసింహారావు చేస్తున్న కృషిని గాజువాక బీజేపీ శ్రేణులు ప్రశంసించారు.భాంక్యూ జీవీఎల్ సార్ అంటూ గాజువాక పాత కర్మవానిపాలెం బిజెపి పార్టీ కార్యాలయంలో శనివారం జీవీఎల్ చిత్ర పటానికి పాలాభిషేకం చేసి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా నియోజకవర్గ బీజేపీ కో ఆర్డినేటర్ కరణంరెడ్డి నరసింగరావు మాట్లాడుతూ విశాఖ ఉక్కును అభివృద్ధి చేయడం కోసం ఎంపి జీవీఎల్ చేస్తున్న ప్రయత్నాలు ఫలిస్తున్నాయని అన్నారు. పొరాట కమిటీ నాయకుల వినతి మేరకు అందరి ఆమోదం లేకుండా ఎటువంటి తొందరపాటు నిర్ణయం వుండదని హామీ ఇచ్చిన జివిఎల్ కి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఇటీవల కేంద్ర మంత్రి దృష్టికి ఇక్కడి అనేక సమస్యలను తీసుకు వెళ్లి పరిష్కారానికి తీసుకున్న చొరవను అభినందనీయమని అన్నారు.ఉక్కు పరిరక్షణ,కార్మికుల సంక్షేమం బీజేపీ తోనే సాధ్యమని పేర్కొన్నారు.ఉక్కు పరిరక్షణకు గతంలో 1998 లో అప్పటి ప్రదాన వాజ్ పయి 1333 కోట్లు ఇచ్చి ఆదుకున్నారని , ఇప్పుడు కూడ రాజ్యసభ ఎంపి జీవీఎల్ గారి సహకారంతో ఉక్కు కర్మాగారం అన్ని విదాల అభివృద్ధి చెందుతుందని అన్నారు.కార్యక్రమంలో నాయకులు బాబా క్రిను ఎన్ ఎఫ్ డి బి మెంబరు సిరసపల్లి నూకరాజు ఉక్కునగరం మండల అధ్యక్షులు నాగేశ్వరరావు శశిదరన్ పిల్లె ,ఓబిసి మోర్చా జిల్లా ప్రదాన కార్యదర్శి బొండా యల్లాజీరావు జిలకర్ర భువనేశ్వరి పుష్పలత గీతాసింగ్ పేర్ల అప్పారావు సామశేఖర్ కిలాని ముసలయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## పంచాంగం

ఆదివారం 11-9-2022
శుభకృత్ నామ సంవత్సరము
దక్షిణాయణం వర్ష రుతువు
భాద్రపద మాసం

తిథి : బ. పాడ్యమి మ. 01.25
నక్షత్రం : పూర్వాభాద్ర ఉ. 08.05
వర్జ్యం : సా. 05.14 ల 06.45 వ

సమస్యలతో సతమతమవడం కంటే సాధకుల సహాయం కోరుట మేలు.

బ్రహ్మశ్రీ హనుమద్దాస్ స్వామీజీ గారు ప్రస్తుతం చెన్నై నగరంలో ఉన్నారు.

సెల్ : 9440537607


### ప్రభుత్వ ఉద్యోగి అవినీతి.. రాజ్య వ్యతిరేక నేరమే : సుప్రీం

దిల్లీ: ప్రభుత్వ ఉద్యోగి చేసే అవినీతిని రాజ్యానికి, సమాజానికి వ్యతిరేకంగా చేసిన నేరంగానే చూడాలని సుప్రీంకోర్టు అభిప్రాయపడింది. డబ్బులు తీసుకొని ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలిస్తామని మోసం చేసిన నిందితులకు సంబంధించిన క్రిమినల్ కేసును సంబంధిత కక్షిదారుల మధ్య రాజీ కుదిరిందన్న కారణంతో మద్రాసు హైకోర్టు కొట్టివేయడాన్ని సుప్రీంకోర్టు ద్విసభ్య ధర్మాసనం తప్పుపట్టింది. హైకోర్టు ఉత్తర్వులను పక్కనపెట్టి.. నిందితులపై క్రిమినల్ విచారణను మళ్లీ తెరవాలని ఆదేశించింది. డబ్బులతో ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలను కొనేవారు తిరిగి ఆ మొత్తం సంపాదించడానికి అవినీతికి పాల్పడతారని.. దీంతో పరోక్షంగా ప్రజలు బాధితులు అవుతారని.. అందువల్ల ఇలాంటి కేసుల్లో నిందితులను ఉపేక్షించకూడదని ధర్మాసనం పేర్కొంది.

### పక్కకు ఒరిగిన 89 అడుగుల వినాయక విగ్రహం

**గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్):** గాజువాకలో ఏర్పాటు చేసిన 89 అడుగుల అత్యంత ఎత్తైన గణేష్ విగ్రహానికి ముప్పు పొంచి ఉంది. ఈ భారీ వినాయక మట్టి విగ్రహం ఒక అడుగు మేర పక్కకు ఒరిగిపోయింది. విగ్రహం కూలిపోయే ముప్పు ఉంది. నిత్యం వేలాది మంది భక్తులు ఈ గణేషుడిని దర్శించుకునేందుకు వస్తున్నారు. ఏ క్షణమైనా ప్రమాదం జరిగేందుకు ముప్పు ఉండటంతో స్థానికులు పోలీసులకు సమాచారం ఇచ్చారు. పోలీసులు వచ్చి పరిశీలించారు. విగ్రహానికి 100 మీటర్ల లోపు ఎవరినీ అనుమతించడం లేదు.

విశాఖ జిల్లా గాజువాకలో ఏర్పాటు చేసిన అత్యంత ఎత్తైన గణేష్ విగ్రహానికి ముప్పు పొంచి ఉంది. 89 అడుగుల ఈ భారీ వినాయక మట్టి విగ్రహం ఒక అడుగు మేర పక్కకు ఒరిగిపోయింది. విగ్రహం ఎక్కడ కింద పడిపోతుందోనని ఆందోళన నెలకొంది. ఏటా ఇక్కడ తెలుగు రాష్ట్రాల్లోనే అత్యంత ఎత్తైన గణనాథుడిని ఏర్పాటు చేస్తుండటంతో ఇక్కడికి వచ్చే భక్తుల సంఖ్య ఏటికేడు పెరుగుతోంది. నిత్యం వేలాది భక్తులు ఈ వినాయకుడిని దర్శించుకునేందుకు వస్తున్నారు. తాజా ఘటనతో ఏ క్షణమైనా ప్రమాదం జరిగేందుకు ముప్పు ఉండటంతో స్థానికులు పోలీసులకు సమాచారం ఇచ్చారు. దీంతో పోలీసులు అక్కడికి వచ్చి పరిశీలించారు. విగ్రహానికి 100 మీటర్ల లోపు ఎవరినీ అనుమతించడం లేదు.

పోలీసులు ఇచ్చిన సమాచారంతో ఆర్ అండ్ బీ అధికారులకు ముందుగా వద్దకు వచ్చి పరిశీలించారు. ప్రమాదానికి అవకాశం ఉండని వారు పోలీసులకు తెలిపారు. దీంతో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకున్నారు. ప్రమాదం జరిగేందుకు అవకాశం ఉన్నందున సాధ్యమైనంత త్వరగా నిమజ్జనం చేయాలని ఉత్సవ కమిటీని పోలీసులు ఆదేశించారు. అయితే, నిమజ్జనం చేసే అంశంపై కమిటీ సభ్యులు తర్జనభర్జన పడుతున్నారు.

18వ తేదీన నిమజ్జనం చేసేందుకు నిర్ణయం తీసుకున్నామని.. ఇప్పుడు చేయడం కుదరదని గణేష్ ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు చెబుతున్నారు. వర్షాలు కురుస్తున్నందున మట్టి విగ్రహం తడిసి కూలిపోయే ప్రమాదం ఉందని ఆర్ అండ్ బీ అధికారులు సూచించారు. చివరికి పోలీసులు, ఆర్ అండ్ బీ అధికారుల ఆదేశాల మేరకు దర్శనాలను నిలిపివేసిన నిర్వాహకులు సోమవారం (సెప్టెంబర్ 12) సాయంత్రం నిమజ్జనం చేసేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు.

విశాఖ సమాచారమ్

ఆదివారం 11-9-2022

## నాలుకతో వ్యాయామం

మీ నాలుక తో వ్యాయామం చేయడం వలన ఎన్నో లాభాలు!

మీ నాలుకను చాచి 10 సార్లు కుడి వైపుకు ఆపై ఎడమ వైపుకు, రోజూ చేయండి.

మీకే తెలుస్తుంది. ఇక్కడ ఒక అల్జీమర్స్ బాధితుడి ఆవేదన, అనుభవం, సాధించిన విజయాలను గమనించండి.

50 ఏళ్ల తర్వాత మనం అనేక రకాల వ్యాధులను అనుభవించవచ్చు. కానీ నేను ఎక్కువగా చింతిస్తున్నది అల్జీమర్స్ గురించి. నన్ను నేను చూసుకోలేకపోవడమే కాదు, కాని ఇది కుటుంబ సభ్యులకు చాలా అసౌకర్యం కలిగిస్తుంది.

ఒక రోజు, నా కొడుకు ఇంటికి ఓ డాక్టర్ వచ్చి చెప్పింది. ఆమె అతనికి నాలుకతో వ్యాయామం నేర్పింది.

అల్జీమర్స్ సంభవనీయతను తగ్గించడంలో నాలుక వ్యాయామం ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది మరియు దానిని తగ్గించడంలో / మెరుగు పరచడంలో కూడా ప్రభావ వంతంగా ఉంటుందని.

1. శరీర బరువు 2. అధిక రక్తపోటు 3 మెదడులో రక్తం గడ్డకట్టడం 4. ఆస్తమా 5. సుదూర వీక్షణ 6. కాదు ఓ (వ) 7. గొంతు ఇన్ఫెక్షన్ 8. భుజం / మెడ ఇన్ఫెక్షన్ 9. నిద్రలేమి.

నేర్చుకోవడం సులభం.

ప్రతి ఉదయం, మీ ముఖం కడుక్కోవడానికి, అద్దం ముందు క్రింది వ్యాయామం చేయండి:

మీ నాలుకను చాచి 10 సార్లు కుడివైపుకు, ఆపై ఎడమవైపుకు తరలించండి.

నేను ప్రతిరోజూ నా నాలుకకు వ్యాయామం చేయడం ప్రారంభించినప్పటి నుండి, నా మెదడు నిలుపుదల మెరుగుపడింది.

నా మనస్సు స్పష్టంగా మరియు తాజాగా ఉంది మరియు ఇతర మెరుగుదలలు ఉన్నాయి.

1 విజన్ తక్కువ 2 అర్ధంలేని మాటలు లేవు 3. మెరుగైన ఆరోగ్యం 4. మెరుగైన జీర్ణక్రియ 5. తక్కువ జ్వరం / జలుబు

నేను బలంగా మరియు చురుకుగా ఉన్నాను.

**గమనికలు:** నాలుక వ్యాయామం అల్జీమర్స్‌ను నియంత్రించడంలో మరియు నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. నాలుక పెద్ద మెదడుతో సంబంధం కలిగి ఉందని వైద్య పరిశోధనలో తేలింది. మన శరీరం వృద్ధాప్యం మరియు బలహీనంగా మారినప్పుడు, కనిపించే మొదటి సంకేతం మన నాలుక గట్టిపడటం మరియు తరచుగా మనల్ని మనం కొరుకుకోవడం.

మీ నాలుకతో తరచుగా వ్యాయామం చేయండి. అది మెదడును ఉత్తేజపరుస్తుంది, మన ఆలోచనల సంకోచాన్ని తగ్గించడంలో సహాయ పడుతుంది. తద్వారా మనం ఆరోగ్యకరమైన శరీరాన్ని పొందవచ్చు.

దయచేసి దీన్ని అందరికీ తెలియజేయండి. నాలుకతో వ్యాయామం, యోగా, ఓంకారం, శ్వాస మీద ధ్యాస, ధ్యానం, సంగీతం, వృద్ధాప్యంలో ప్రతీ ఒక్కరికి తగిన ఉపశమనం లభింపచేయగలవు. ఒక్కరే ఏకాంతంగా చేసే బదులు పదిమంది కలిసి చర్చించుకుంటూ, బాహాటంగా నవ్వు కుంటూ ఇటువంటి ప్రక్రియలను మరిన్ని తెలుసుకుంటూ ఆనందంగా జీవించండి.

## నియోజకవర్గ అభివృద్ధికి ప్రతిఒక్కరూ భాగస్వామ్యం కావాలి

**గాజువాక/విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** మౌలిక సదుపాయాల కల్పనతో నియోజకవర్గంలో సంక్షేమం కొరకు ప్రతి ఒక్కరు భాగస్వామి కావాలని ఎమ్మెల్యే తిప్పల నాగిరెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. స్థానిక జీవీఎంసీ 66వ వార్డు పరిధిలో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర హజ్ కమిటీ సభ్యులు,66వ వార్డు వైస్రాయీస్ కార్పొరేటర్ అధ్యక్షతన అజీమాబాద్ లో రోడ్డు మరియు కాలువ నిర్మాణ పనులకు అలాగే కైలాష్ నగర్లో నూతన కల్యర్టులు,రక్షణ గోడల నిర్మాణ పనులకు తిప్పల నాగిరెడ్డి శంకుస్థాపన కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ జల్లాల పునర్వ్యవస్థీకరణతో అన్ని ప్రాంతాలు అభివృద్ధిలో గ్రేటర్ పరిధిలోని వార్డులన్నీ మౌలిక సదుపాయాలతో ఎంతగానో అభివృద్ధి చెందుతున్నాయని మరింత అభివృద్ధికి కార్పొరేటర్లు ముందుకు రావాలని పిలుపునిచ్చారు..వార్డు కార్పొరేటర్ మాట్లాడుతూ వార్డులో ఎలాంటి సమస్యను చెప్పిన వెంటనే అభివృద్ధి పనులకు సుమారు కోటి రూపాయల పనులలో భాగంగా వార్డు అభివృద్ధికి తోడ్పాటునిస్తున్న నాగిరెడ్డి కి ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలియజేసారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర మైనార్టీ సెక్రటరీ గౌస్, ఏపీ జి డి డైరెక్టర్ అలియా నురాని,పెదిరెడ్ల ఈశ్వరరావు, పేరం రామకృష్ణారెడ్డి, షఫీ, కరణం వేణుగోపాల్, కర్రి జగన్మోహన్,రెడ్డి జగన్నాధం, చిట్టి, ఇక్బాల్, రాజు, ప్రసాద్, ఈ ఈ, ప్రసాద్ బాబు, ఏ ఈ వెంకటరావు,వర్క్ ఇన్స్పెక్టర్ గంగరాజు, ఉమాదేవి, వరలక్ష్మి, అనసూయ, షకీలా, ద్వారాక సిబ్బంది పద్మ, స్వప్న, సంధ్య, శారదా, లీలా, వార్డు నాయకులు, మహిళలు, సచివాలయ సిబ్బంది, వాలంటర్ల సిబ్బంది, సానిటరీ సిబ్బంది, కార్యకర్తలు, అభిమానులు, ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

## ఆత్మహత్యలు వద్దు- జీవితం ముద్దు అంటూ నినాదాలు చేస్తూ అనకాపల్లిలో భారీ ర్యాలీ

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** అంతర్జాతీయ ఆత్మహత్యల నివారణ రోజు సందర్భంగా జిల్లా పోలీస్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో శనివారం పట్టణంలో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు. స్థానిక రింగ్ రోడ్డు జంక్షన్ వద్ద నుండి ప్రారంభమైన ఈ ర్యాలీని జిల్లా ఎస్పీ గౌతమిశాలి జెండా ఊపి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ర్యాలీలో పాల్గొన్న విద్యార్థిని విద్యార్థుల ను స్వచ్ఛంద సేవ సంస్థల వారిని ఆమె ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు. క్షణ కావేశం లో ఆత్మహత్య చేసుకొని తల్లిదండ్రులకు గర్భశోకాన్ని కలిగించవద్దని, యువత ప్రతి విషయాన్ని లేలికగా తీసుకోవాలి తప్ప అనుకున్నది సాధించకపోతే ఆత్మ హత్య శరణ్యమని భావించడం సరికాదన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ ప్రాణం విలువ తెలుసుకోవాలని ఆమె అన్నారు. రింగ్ రోడ్డు నుండి ప్రారంభమైన ర్యాలీ నెహ్రూ చౌక్ వరకు ర్యాలీలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు విద్యార్థుల ఆత్మహత్యలు వద్దు జీవితం ముద్దు అంటూ నినాదాలు చేశారు కార్యక్రమంలో అనకాపల్లి డీఎస్పి సునీల్, పోలీస్ అధికారులు, పలు విద్యాసంస్థలకు సంబంధించిన విద్యార్థిని విద్యార్థులు స్వచ్ఛంద సంస్థలు పాల్గొన్నాయి.

## అజాదీకా అమృతోత్సవ్‌లో భాగంగా జీఎస్టీ అధికారి మోటార్ సైకిల్‌పై సాహస యాత్ర




**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** స్వాతంత్రం వచ్చి 75 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంలో దేశమంతా అజాదీకా అమృత్ మహోత్సవాలు జరుపుకుంటూ ఉంటే, అప్పటి పోరాట యోధుల ధైర్య సాహసాలని స్ఫూర్తిగా తీసుకుని సెంట్రల్ జి.ఎస్.టి. అధికారి మరికొంతమంది కేంద్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులతో కలిసి మోటారు సైకిలు పై సాహస యాత్రకు పూనుకున్నాడు విశాఖ కేంద్రంగా పనిచేస్తున్న సెంట్రల్ జి.ఎస్.టి. కార్యాలయంలో ప్రజా సంబంధాల సూపరింటెండెంట్ గా పని చేస్తున్న శ్రీ మహమ్మద్ ఇబ్రహిం షాహా గత నెల 21 తేదీన తమిళనాడులోని రామేశ్వరంలో బయలుదేరి దేశ పశ్చిమ తీర ప్రాంతం వెంబడి సుమారు 12 రాష్ట్రాలు, కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల గుండా మోటార్ సైకిల్ పై 16 రోజులు ప్రయాణం చేసి లద్దాక్ లోని దేశంలోనే అత్యంత ఎత్తులో మోటార్ రోడ్డు ఉన్న 'ఖార్దుంగ్ లా' కి చేరుకున్నారు. ఈ సాహస యాత్రలో అతనితో పాటు విశాఖ రైల్వే డివిజన్ లో గార్డు గా పనిచేస్తున్న శ్రీ గోపాల్ కూడా పాల్గొన్నారు. 50 సంవత్సరాల వయసులో భారతదేశం దక్షిణ కొన నుండి ఉత్తర కోన వరకు వివిధ ప్రాంతాలు, భాషలు, సంస్కృతులూ దాటుకుంటూ వెళ్ళి తిరిగి రాజధాని ఢిల్లీ వరకు దాదాపు 6000 కిలోమీటర్లు మోటారు సైకిల్ పై ప్రయాణం చెయ్యడం ప్రశంసనీయం. సమతుల ఆహారం తీసుకుంటూ, వ్యాయామం, నడక, జీవనశైలిలో భాగం చేసుకుంటే ఇటువంటి శారీరక శ్రమతో కూడిన సాహస కార్యాలు చెయ్యగలరని యువతకి సందేశాన్నిచ్చిన ఈ అధికారిని కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులు, సెంట్రల్ జి.ఎస్.టి కార్యాలయ సిబ్బంది, అధికారులు అభినందించారు.

## విద్యార్థులకు స్కూల్ బ్యాగ్స్ పంపిణీ చేసిన ముత్తూట్ మినీ ఫైనాన్షియల్ సంస్థ

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** అనకాపల్లి ముత్తూట్ మినీ ఫైనాన్షియల్ లిమిటెడ్ సంస్థ రీజనల్ మేనేజర్ రాజేష్ నేతృత్వంలో జీవీఎంసీ అనకాపల్లి గవరపాలెం హైస్కూల్లో స్కూల్ ఇంచార్జ్ హెడ్ మాస్టర్ కే రాము పర్యవేక్షణలో సుమారు 100 మంది విద్యార్థులకు స్కూల్ బ్యాగ్స్ పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిధులుగా వైకాపా పట్టణ అధికార ప్రతినిధి ఆళ్ల నాగేశ్వరరావు, విద్య కమిటీ చైర్మన్ సూరిశెట్టి నూకరాజు హాజరయ్యారు. వారి చేతులమీదుగా విద్యార్థులకు బ్యాగ్స్ పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా స్కూల్ హెడ్ మాస్టర్ రాము మాట్లాడుతూ అనకాపల్లిలో చాలా స్కూల్స్ ఉన్నప్పటికీ తమ హై స్కూల్లో విద్యార్థులకు బ్యాగ్స్ పంపిణీ చేయడం ఆనందంగా ఉందన్నారు. నేటి బాలలే రేపటి పౌరులని బావి తరాలకు వారధులని ,విద్యార్థులను అని రంగాలలో ప్రోత్సహించాలని . వైకాపా అధికార ప్రతినిధి ఆళ్ల నాగేశ్వరరావు అన్నారు. ఒక మంచి కార్యక్రమంలో తనను కూడా భాగస్వామిగా చేయటం చాలా సంతోషాన్ని కలిగించిందన్నారు, వ్యాపార సంస్థలు కేవలం లాభాపేక్షే పరిమితం కాకుండా సేవా కార్యక్రమాలు కూడా చేయాలని అలా చేసే ఏ సంస్థకైనా అందరి ప్రోత్సాహాలు వుంటాయని ముత్తూట్ సంస్థ సభ్యులను కొనియాడారు.

## ఐశ్వర్య వెంకటేశ్వరస్వామి పవిత్రోత్సవాలు గోడ పత్రిక ఆవిష్కరణ

**భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** స్థానిక భీమిలి-తగరపువలస రోడ్డు లో గల శ్రీ ఐశ్వర్య వెంకటేశ్వర స్వామి వారి ఆలయంలో అక్టోబర్ 7నుండి 10 వరకు స్వామివారికి విశేషముగా ఆలయ అర్చకులు పురాణం శేషాచార్యులు, మనోజ్ , అనంతాచార్యులవారి ఆధ్వర్యంలో పవిత్రోత్సవాలు జరిపించబడునని ఆలయ ట్రస్టీ కలిగొట్ల శ్రీరామ్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ ట్రస్టీస్ కలిగొట్ల శ్రీరామ చంద్ర మూర్తి, కలిగొట్ల సూర్యనారాయణ మూర్తి, కలిగొట్ల వెంకట భానోజి, కలిగొట్ల శ్రీనివాసరావు, కె. చంద్ర శేఖర రావు, వి. తాతాజి వారి చేతులమీదుగా శనివారం పవిత్రోత్సవాల గోడపత్రిక ఆవిష్కరించారు. ఈ సంధర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ 7 న సాయంత్రం 6.30 నుంచి విఘ్నేశ్వర తో ప్రారంభమై, నివేదిన,తీర్థ,ప్రసాదగోష్ఠి, 8 న ఉదయం 8 నుండి విష్ణుక్రేన ఆరాధన తో ప్రారంభమవుతుందని,,9 ,10 వ తేదీన శ్రావణి 1008 తామర పుష్పాలతో సహస్రనామార్చన, అన్నకూటోత్సవం యాగాశాలార్చన లు,విశేషహోమములు ఉంటాయని చెప్పారు. ఈ పూజలలో భక్తులు అత్యధిక సంఖ్యలో పాల్గొని స్వామి వారి తీర్థ ప్రసాదాలు స్వీకరించ వలసినదిగా ఆయన కోరారు.

## లంకెలపాలెం లో బార్, రెస్టారెంట్‌కి అనుమతులు రద్దు చేయాలి!

**పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్):** జీవీఎంసీ 79 వ వార్డు పరిధి లంకెలపాలెం జంక్షన్ లో మరిడిమాంబ కాలనీ కి వెళ్లే రహదారిలో బార్ అండ్ రెస్టారెంట్ కు కొత్తగా అనుమతులు ఇవ్వరాదని కాలనీవాసులు శనివారం ధర్నా చేపట్టారు .ఈ సందర్భంగా ఎక్సైజ్ సీఐ శ్రీనివాసరావు కు బార్ వల్ల కలిగే ఇబ్బందులను కార్పొరేటర్ రౌతు శ్రీనివాస్ వివరించారు .దీనివలన ట్రాఫిక్ జామ్ అవుతుందని హై స్కూల్ కి వెళ్లే బాలికలను ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్నారని కాలనీ అనుకొని ఈ బారు ఉండడంవల్ల మహిళలను వేధిస్తున్నారని, స్థిమితం లేని తాగుబోతులను రోడ్డు మీదకు తీసుకువచ్చి వదిలేస్తున్నారని ,నివాసం ఉండే ఇళ్లకు ఎదురుగా టాయిలెట్లు వెళ్తున్నారని, ఉన్న చిన్న రోడ్డుపై తాగుబోతుల వీరంగం చేస్తున్నారని, కావున వెంటనే ఈ బార్ అండ్ రెస్టారెంట్ ను వేరే ప్రదేశమునకు మార్చ వలసినదిగా కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ పెద్దలు ,స్కూల్ కమిటీ చైర్మన్ వసంత, కాలనీ మహిళలు నిరసన చేశారు .దీనిపై సిఐ విచారణ చేసి చర్యలు తీసుకుంటామని అన్నారు.

## ఇగ్నోఅడ్మిషన్ల గడువు పెంపు

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** ఇందిరాగాంధీ జాతీయ సార్వత్రిక విశ్వవిద్యాలయం (ఇగ్నో)లో జూలై 2022 విద్యాసంవత్సరానికి గానూ వివిధ దూరవిద్య కోర్సులతోపాటూ అప్లైన్ కోర్సులలో ప్రవేశాలకోసం గడువును సెప్టెంబరు 22వ తారీఖు వరకూ పెంచింది. విశ్వవిద్యాలయం అందిస్తోన్న అన్ని సర్టిఫికెట్, డిప్లొమా, పీజి డిప్లొమా, డి(గ్రీ, మరియు అన్ని పీజీ కోర్సులలో ప్రవేశాలు సెప్టెంబరు 22 వరకూ లభిస్తాయి. ఈ విద్యా సంవత్సరానికి గానూ ఇగ్నో అనేక రంగాలలో యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు పెంచే కొత్త కోర్సులను ఇగ్నో అందిస్తోంది. ఈ అడ్మిషన్లు ఆన్ లైన్ ద్వారా పొందవలసి ఉంటుంది. ఇగ్నో వెబ్సైట్ లో ఉన్న అడ్మిషన్ల లింక్ ద్వారా లేదా కింద ఇవ్వబడిన లింక్ ద్వారా అడ్మిషన్లు పొందవచ్చు.

https://ignouadmission.samarth.edu.in

విశాఖపట్నం ప్రాంతీయకేంద్రం పరిధిలోని 11 జిల్లాల్లో ఉన్న అధ్యయన కేంద్రాలన్నిటిలో ఈ విద్యా సంవత్సరానికిగానూ ప్రవేశాలు పొందే వీలుంది. ప్రవేశాలన్నీ అప్లైన్ విధానంద్వారా మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటాయి. ఫీజులు కూడా అప్లైన్ ద్వారానే కట్టాల్సి ఉంటుంది. ఎంపికి చేసిన కోర్సులలో ఎస్ సి., ఎస్.టి. విద్యార్థులకోసం పూర్తి ఫీజు రాయితీకూడా విశ్వవిద్యాలయం కల్పిస్తోంది. మరిన్ని వివరాలకోసం ఇగ్నో వెబ్సైట్ చూడవచ్చు లేదా ఇగ్నో ప్రాంతీయ కేంద్రాన్ని ఈమెయిలు ద్వారా సంప్రదించవచ్చు.

## పాఠశాల అభివృద్ధి పనులను ప్రారంభించిన పతివాడ

**అరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్):** జీవీఎంసీ తొటగరువు పాఠశాల లో నాడు నేడు కార్యక్రమం లో భాగంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ఎడ్యుకేషన్ అండ్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ డెవలప్మెంట్ డైరెక్టర్ పతివాడ వెంకటలక్ష్మి కనకరాజు కొబ్బరికాయ కొట్టి స్లాబ్ ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమం లో స్కూల్ ప్రధానోపాధ్యాయురాలు భవాని, జీవీఎంసీ , స్కూల్ కమిటీ సభ్యులు, డి.ఈ శ్రీనివాస్ , ఏఈ నాగ సత్యనారాయణ , వైఎస్ఆర్ సీపి నాయకులు పతివాడ కనకరాజు , మారిశెట్టి నాగేశ్వరరావు, హరి, ముద్దాడ కృష్ణ, యుగేందర్, శ్రీను, హేమంత్, వై కృష్ణ, సాయి పాల్గొన్నారు.

## మెగా వైద్యశిబిరానికి స్పందించిన ప్రజలు

**ముంచింగిపుట్, (విశాఖ సమాచారమ్):** ముంచింగిపుట్ మండల ఎస్.ఐ.కె.రవీంద్ర ఆధ్వర్యంలో మెగా వైద్య శిబిరాన్ని లక్ష్మీపురం పంచాయతీ కేంద్రాలో ఏర్పాటుచేశారు. అమృత హాస్పటల్,విశాఖపట్నం హాస్పటల్(కంటి హాస్పటల్), ముంచింగిపుట్ పి.హెచ్.సి, సి.హెచ్.సి., లబ్బూరు గ్రామంలో ఉన్న పి.హెచ్.సి. వైద్యాధికారులు, వైద్యసిబ్బంది సహకారంతో నిర్వహించిన మెగా వైద్యశిబిరానికి లక్ష్మీపురం పంచాయతీలో వివిధ గ్రామాలనుండి సుమారు 500మంది వ్యాధిగ్రస్థులకు వైద్యపరీక్షలు నిర్వహించి, మందులు పంపిణీ చేశామని, అలాగే వైద్యశిబిరానికి వచ్చిన గిరిజనులకు ఉచితంగా ఆహారం పంపిణీ చేయడం జరిగిందని జి.మాడుగుల మండలం సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ సత్యనారాయణ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ముంచింగిపుట్ మండల ఎస్.ఐ.కె.రవీంద్ర 'న్యూస్ట్రాక్' తో మాట్లాడుతూ పోలీస్‌శాఖ ప్రజలకష్టసుఖాలలో తమవంతు సహాయ సహకారాలు ఎల్లవేళలా అందిస్తుందని, ప్రజలకు ఎప్పుడు ఏనమయంలోనైనా పోలీస్‌స్టేషన్‌కు నిర్భయంగా రావచ్చునని, ప్రజల కష్టసుఖాలలో తమవంతు కృషి చేస్తామని పత్రికా ముఖంగా తెలియచర్చారు. మరికొన్ని గ్రామాల్లో మెగా వైద్యశిబిరాలను తమ పోలీస్‌శాఖ సహాయసహకారాలతో ప్రజలకు వైద్యసేవలు అందించటం జరుగుతుందన్నారు. ముంచింగిపుట్ మండల రెవిన్యూ ఎంపీడీఒ అధికారులు, సిబ్బంది తమవంతు సేవలను ప్రజలకు అందిస్తే ఎంతో బాగుంటుందని ఎస్.ఐ. రవీంద్ర తెలిపారు.

# ఈ కూరగాయలు పచ్చిగా తినకూడదు

పచ్చి కూరగాయల్ని తినడం మంచిదని చాలా మంది అంటారు . కూరగాయలలో ఎన్నో విటమిన్లు, మినరల్స్ ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు తీసుకుంటే ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుంది, అనేక వ్యాధులు దూరం చేస్తాయి. కూరగాయలను ఉడికిస్తే.. వాటిలోని పోషకాలు తగ్గుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కూరగాయలను అలాగే తీసుకోవడంతో అందులోని పోషకాలు పూర్తి స్థాయిలో అందుతాయని నిపుణులు చెబుతారు. పచ్చి కూరగాయలు తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే.. ఇవి ఎక్కువగా తీసుకుంటే.. ఆరోగ్యానికి హాని జరిగే ప్రమాదం ఉందని అంటున్నారు. పచ్చి కూరగాయలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై దుష్ప్రభావాలు పడే ప్రమాదం ఉందని చెబుతున్నారు.

**జీర్ణం కావడం కష్టం:** పచ్చి కూరగాయలు ఎక్కువగా తీసుకుంటే.. కడుపు ఇన్ఫెక్షన్లు, అజీర్ణ సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని ఫ్యాట్ టు స్లిమ్ డైటెక్షర్, న్యూట్రిషనిస్ట్, డైటీషియన్ శిఖా అగర్వాల్ శర్మ అన్నారు. పచ్చి కూరగాయలు ఎలా తినాలి, ఏ పరిమాణంలో తినాలో శిఖా అగర్వాల్ వివరించారు.

ఉండికించిన కూరగాయల కంటే.. పచ్చి కూరగాయలు జీర్ణం కావడం కొంత కష్టం. పచ్చి కూరగాయలలోని పోషకాలు శరీరం నెమ్మదిగా గ్రహిస్తుంది, జీర్ణక్రియ కూడా తగ్గుతుంది. కొన్ని పచ్చి కూరగాయలలో యాంటీ-న్యూట్రియంట్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి ఆహారంలోని పోషకాల శోషణను పూర్తిగా నిరోధిస్తాయి. ఆటువంటి కూరగాయలు ఉండికించి తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు అంటున్నారు.

**నీటిని పచ్చిగా తినొద్దు..** పాలకూర, చార్డ్, కాలీఫ్లవర్ పచ్చి తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిలో ఆక్సలేట్స్ ఉంటాయి.. ఇవి కిడ్నీలో స్టోన్స్ సమస్యను మరింత ఎక్కువ అవుతుంది. ఇవి ఎక్కువగా తింటే.. ఐరన్, కాల్షియం శోషణను కూడా నిరోధిస్తాయి. పచ్చి కాలేలో థైరాయిడ్ పనితీరును ప్రభావితం చేసే గోయిట్రోజెన్‌లు ఉంటాయి.

పచ్చి బచ్చలికూర, చార్డ్, కాలీఫ్లవర్‌లో ఆక్సలేట్‌లు ఉంటాయి, ఇవి మూత్రపిండాల్లో రాళ్లను మరింత తీవ్రతరం చేస్తాయి లేదా ఏర్పరుస్తాయి మరియు పెద్ద మొత్తంలో తింటే ఇనుము మరియు కాల్షియం శోషణను కూడా నిరోధించవచ్చు. పచ్చి కాలేలో థైరాయిడ్ పనితీరును పెద్ద మొత్తంలో ప్రభావితం చేసే గోయిట్రోజెన్‌లు ఉంటాయి. క్యాబేజి, బ్రోకలీ వంటి వంటి కూరగాయలు పచ్చిగా తింటే.. థైరాయిడ్ గ్రంధిని నిరోధిస్తాయి. కాలే పచ్చిగా తింటే.. కొంతమందిలో కుడువు ఉబ్బరం సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంది.

**ఇవి జ్యూస్ చేసుకుని తీసుకోండి..** క్యారెట్, బీట్‌రూట్, కీరా, సెలెరీ, గోధుమ గడ్డి, అల్లం, పార్సి, కొత్తిమీర వంటివి జ్యూస్ చేసుకుని తీసుకోండి. కడుపు ఉబ్బరం, తేనుపులను నివారించడానికి చిటికెడు ఉప్పు కలపడం మర్చిపోవద్దు. ఒకేసారి ఎక్కువగా జ్యూస్ తాగడం మర్చిపోవద్దు.

**ఇలా ఉంటే.. పచ్చి కూరగాయలు తినొద్దు..** మీకు వికారం, అలసట, మైకం, ఉబ్బరం, అతిసారం, IBS వంటి సమస్యలు ఉంటే.. పచ్చి కూరగాయలు ఎక్కువగా తినకూడదని గుర్తుపెట్టుకోండి. పచ్చి కూరగాయలలో పరాన్నజీవులు ఉంటాయి. ఇవి కేవలం కడగడం ద్వారా నాశనం అవ్వవు.

**కూరగాయలు ఎలా తినాలి..?** మీరు కూరగాయలు ఉడికించి తీసుకుంటే.. మంచిది. కూరగాయలు ఉడికించడం వల్ల పోషకాలు తగ్గుతాయని చాలా మంది నమ్ముతారు.. కానీ పచ్చి కూరగాయలు జీర్ణం కాకపోతే.. వాటిలోని పోషకాలు మీ శరీరం గ్రహించుకోలేదు. కూరగాయలను అల్యూమినియం, రాగి పాత్రల్లో ఉడికించవద్దు.

# బియ్యం నీటితో చర్మం నిజంగానే మెరుస్తుందా..

పురాతన కాలం నుంచి బియ్యం నీటిని సౌందర్యం పెంచుకునేందుకు వాడుకున్నారు. ఇప్పుడు ఇది బ్యూటీ టిప్‌గా మారింది. దశాబ్దాలుగా మహిళలు బియ్యం నీటిని చర్మం తెలుపుగా రావడానికి, మెరవడానికి, శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుకునేందుకు వివిధ రకాలుగా ఉపయోగిస్తున్నారు. అంతేకాదు బియ్యం కడిగిన నీరు వయసు వల్ల ఏర్పడే ముడతలు, మచ్చల్ని కూడా పోగొట్టడంలో సహాయపడతాయి.

బియ్యం నీరు చర్మంపై చాలా మృదువుగా పని చేస్తుంది. సోడియం లారిల్ సల్ఫేట్ వల్ల కలిగే ఇరిటేషనను ఈ నీరు తగ్గిస్తాయి. అంతేకాదు వివిధ రకాల సౌందర్య ఉత్పత్తుల వల్ల కలిగే చర్మ సమస్యల నుంచి బయట పడేలా చేస్తుంది. చర్మాన్ని మృదువుగా చేయడానికి బియ్యం నీరు సాయపడుతుంది. సున్నితమైన, కాంటినేషన్ స్కిన్ ఉన్న వారు దీన్ని ఉపయోగించొచ్చు.

**బియ్యం నీటిలో ఏం ఉంది?** అన్నం వండే సమయంలో బియ్యాన్ని ముందుగా కాసేపు నీటిలో నానబెట్టి కడుగుతాం. ఈ నీటిలో అనేక విటమిన్లు, ఖనిజాలు, అమినో యాసిడ్లు, అరోగ్యకరమైన పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి చర్మాన్ని మెరిసేలా చేస్తాయి. ఇందులో చర్మాన్ని మృదువుగా చేసే యాంటీ యాక్సిడెంట్లు, ఫెరలిక్ యాసిడ్ ఉంటాయి. ఇవి చర్మానికి జీవం ఇవ్వడానికి సహాయ పడతాయి.

**ఎలా తయారు చేయాలి?** నానబెట్టిన బియ్యం నీరు నానబెట్టిన బియ్యం నీటిని సిద్ధం చేసుకోవడం ఎంతో తేలిక. దీని కోసం మీరు ముందుగా అర కప్పు బియ్యం తీసుకుని అందులోని పైపై చెత్తను తొలగించుకోవాలి. కొన్ని నీరు పోసి కడగాలి. ఆ తర్వాత రెండు కప్పుల నీరు పోసి.. 30 నిమిషాల పాటు నానబెట్టండి. ఆ తర్వాత బియ్యాన్ని జార్ సాయంతో పక్కకు తీసేయండి. వీటిని ఫ్రిడ్జ్‌లో ఉంచుకుని దాదాపు ఏడు రోజుల పాటు ఉపయోగించొచ్చు.

**బాయిలింగ్ రైస్ వాటర్:** ముందుగా బియ్యంలోని మురికిని తొలగించేందుకు నీరు పోసి శుభ్రం చేయాలి. ఆ తర్వాత కప్పు బియ్యానికి నాలుగు కప్పుల నీరు కలిపి.. స్టవ్‌పై బాయిల్ చేయండి. ఎక్కువ ఉడికించొద్దు. కాసేపు మాత్రమే ఉంచి.. పక్కకు తీసేయాలి. గది ఉష్ణోగ్రతలో చల్లబరచాలి. ఆపై బియ్యాన్ని, నీటిని వేరు చేయాలి. బాయిలింగ్ చేసిన ఈ నీటిని మీరు ఏడు రోజుల పాటు ఫ్రిడ్జ్‌లో ఉంచి వాడుకోవచ్చు.

**పులియబెట్టిన బియ్యం నీరు:** ఇందు కోసం పైన చెప్పిన విధంగా నానబెట్టిన బియ్యం నీటిని తీసుకోవాలి. వాటిని ఫ్రిడ్జ్‌లో ఉంచకుండా అలాగే బయటే ఉంచాలి. గదిలోనే వీటిని ఒకటి, రెండు రోజులు వదిలేయాలి. ఇవి కాస్త వాసన కూడా మారుతాయి. వీటిని సాదా నీటిలో కలిపి, ముఖానికి, చర్మానికి ఉపయోగించొచ్చు.

**బియ్యం నీటిని ఎలా ఉపయోగించాలి..?** బియ్యం నీటిని నేరుగా చర్మానికి, జుట్టుకు వాడొచ్చు. వీటికి సహజ సువాసనలు, పదార్థాలు కూడా కలపొచ్చు. కానీ వీలైనంత వరకు కేవలం బియ్యం నీటిని వాడటం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుందట. ఒకవేళ మీరు నీటిని పులియబెట్టి వాడేలా అయితే.. అందులో కొన్ని నీటిని కూడా కలుపుకోవాలి.

**ఫేషియల్ క్లెన్సర్, టోనర్..** ఎక్కువగా బియ్యం నీటిని ఫేషియల్ క్లెన్సుగా, టోనర్‌గా ఉపయోగిస్తారు. దీని కోసం బియ్యం నీటిని చిన్న కప్పులో పక్కకు తీసుకోవాలి. అందులో కాటన్ బాల్ ముంచి, ముఖానికి ఆవెన్‌గా రాసుకోవాలి. కాసేపటికి ఆరిపోయిన తర్వాత కడిగేస్తే సరిపోతుంది.

**జుట్టు కోసం..** మీరు తరచూ జుట్టుకు రంగులు వేస్తుంటారు. దీని వల్ల జుట్టు నర్జీవంగా మారిపోయే అవకాశం ఉంది. ఇలా పాడైన జుట్టును బాగు చేయడానికి బియ్యం నీరు తోడ్పడుతుంది. బియ్యం నీటిని జుట్టుకు రాసి.. కుదుళ్లను మర్దన చేయాలి. మొదళ్ల నుంచి చివరి వరకు రాయాలి. ఆ తర్వాత ఇదంతా జుట్టుకు పట్టేలా పది నిమిషాలు ఉంచాలి. ఆపై చల్లని నీటితో కడిగేస్తే.. గాలి కాలుష్యం, రంగులు వేయడం వల్ల పాడైన జుట్టుకు జీవం లభిస్తుంది. రసాయనాలు లేని షాంపూని ఉపయోగిస్తే మరింత ఫలితం లభిస్తుంది.

**రిలాక్సింగ్ బాత్ సోక్ :** ఇంట్లోనే స్పా ఫీలింగ్‌ను పొందాలి అనుకుంటే.. మీ బాత్ టబ్ వద్ద కొన్ని కొవ్వొత్తులు వెలిగించి, చక్కటి పాటలు పెట్టుకోండి. టబ్‌లోని నీటిలో కాస్త సువాసన వెదజల్లే రోజా రేకులు వేయొచ్చు. అందులో కొన్ని బియ్యం నీటిని కూడా పోసి.. కాసేపు టబ్‌లో రిలాక్స్ అవ్వండి. ఇందులో జింజర్, కొబ్బరి నూనె కొన్ని చుక్కలు వేయొచ్చు.

# అన్నవాహిక క్యాన్సర్ లక్షణాలు ?

ఇటీవలి కాలంలో అత్యంత సాధారణ దీర్ఘకాలిక వ్యాధి క్యాన్సర్. ముఖ్యంగా పొగాకు, ఆల్కహాల్ తాగేవారిలో కనిపించే క్యాన్సర్ ఎసోఫాగియల్ క్యాన్సర్, దీనిని ఇంగ్లీషులో ఎసోఫాగియల్ క్యాన్సర్ అంటారు. మీకు ఈ సమస్య ఉంటే, తినడం కూడా అసాధ్యం. మింగడానికి కూడా వీలుకాదు. క్యాన్సర్ ఇతర జబ్బుల లాంటిది కాదు. ఇది శరీరం లోపలికి చెందిందో లేదో తెలియదు, కొన్ని లక్షణాలను నిశితంగా గమనిస్తే, క్యాన్సర్‌ను గుర్తించవచ్చు. గొంతునొప్పి అని నిర్లక్ష్యం చేస్తే అన్నవాహిక క్యాన్సర్ ప్రాణాంతకం కావచ్చు. కాబట్టి దాని లక్షణాలు ఏమిటి, దానిని ఎలా గుర్తించాలి,

అన్నవాహిక క్యాన్సర్ అంటే అన్నవాహిక అనేది ఒక పొడవైన కండర గొట్టం, ఇది గొంతు నుండి కడుపు వరకు నడుస్తుంది. మనం తినే ఆహారం అన్నవాహిక ద్వారా కడుపులోకి ప్రవేశిస్తుంది. అన్నవాహికలోని స్పింక్టర్ అనే ప్రత్యేక కండరం వాల్వ్‌గా పనిచేస్తుంది. ఆహారం మరియు ద్రవాలు అన్నవాహిక గుండా కడుపులోకి వెళ్ళడానికి ఇది తెరుచుకుంటుంది. అన్నవాహిక యొక్క కణజాలంలో అసాధారణ కణాలు పెరిగినప్పుడు అన్నవాహిక క్యాన్సర్ సంభవిస్తుంది. చివరికి ఈ కణాలు కణితిగా పెరుగుతాయి. అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌లో రెండు రకాలు ఉన్నాయి ఒకటి పొలుసుల కణ క్యాన్సర్ మరియు మరొకటి అడెనోకార్సినోమా. స్క్వామస్ కార్సినోమా అన్నవాహికలో ఉండే కణాలలో ప్రారంభమవుతుంది. ఇది క్రమంగా అన్నవాహిక ఎగువ మరియు మధ్య భాగాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఆహారాన్ని మింగడంలో సహాయపడే శ్లేష్మం ఉత్పత్తి చేసే కణజాలంలో అడెకార్సినోమా అభివృద్ధి చెందుతుంది. ఇది అన్నవాహిక దిగువ భాగంలో సంభవిస్తుంది.

ఎసోఫాగియల్ క్యాన్సర్ యొక్క లక్షణాలు ఏ రకమైన క్యాన్సర్‌కు కూడా ప్రాథమిక దశలోనే గుర్తించలేమ్ము. ఈ అన్నవాహిక క్యాన్సర్ యొక్క మొదటి లక్షణం మింగడం కష్టం. ఆహారాన్ని మింగడం వల్ల గొంతు నొప్పి వస్తుంది. ఈ కణితి పెరగడంతో, అన్నవాహిక తెరవబడదు. ఆహారాన్ని మింగడం కష్టంగా ఉండవచ్చు. ఇది బాధాకరమైనది. దీనితో పాటు, ఇతర లక్షణాలు కూడా కనిపిస్తాయి. అవి, గొంతు లేదా ఛాతీ, రొమ్ము ఎముక వెనుక లేదా భుజాలను కలిపే ఎముక వెనుక నొప్పి కనిపిస్తుంది. వాంతిలో రక్తం లేదా దగ్గినప్పుడు రక్తం, గుండెల్లో మంట, గొంతులో చికాకు స్వరంలో మార్పు లేదా దీర్ఘకాలిక దగ్గు, ఊపిరాడని బరువు తగ్గడం.

ఎసోఫాగియల్ క్యాన్సర్ కారణాలు కొన్ని కారకాలు అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌కు దారితీస్తాయి. అవి ఏమిటి.

వయస్సు-సంబంధిత వ్యాధి: అన్నవాహిక క్యాన్సర్ 60 ఏళ్ల లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్నవారిలో సర్వసాధారణం. వయస్సు కూడా ఈ సమస్యకు కారణం కావచ్చు. అన్నవాహిక క్యాన్సర్ స్త్రీలలో కంటే పురుషులలో మూడు రెట్లు ఎక్కువ. పొగాకు వాడకం: ధూమపానం మరియు పాన్ పరాగ్ వంటి పొగాకు వినియోగం గొంతు క్యాన్సర్‌కు కారణం కావచ్చు. అల్కహాల్: దీర్ఘకాలికంగా మరియు ఎక్కువగా తాగేవారిలో అన్నవాహిక క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

అన్నవాహిక సమస్య: కొన్నిసార్లు అన్నవాహికలోనే సమస్య క్యాన్సర్‌కు దారి తీస్తుంది. అంటే దీర్ఘకాలిక ఎసిడిటీ కారణంగా అన్నవాహిక లైనింగ్ చిక్కగా, ఎర్రగా మారుతుంది. సరళంగా చెప్పాలంటే, దీర్ఘకాలంగా గ్యాస్ట్రిక్ మరియు గుండెల్లో మంట సమస్యలతో బాధపడేవారిలో అన్నవాహిక క్యాన్సర్ సంభవం కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది.

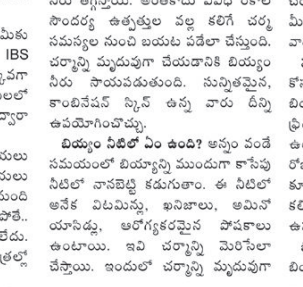
ఇతర సమస్యలు: ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా అన్నవాహిక సమస్యలను కలిగిస్తాయి. వాటిలో అచలాసియా అంటే ఆహారం మింగడంలో ఇబ్బంది అని అర్థం. మరొక సమస్య బైలోసిస్ అంటే అధిక చర్మం పెరుగుదల అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌కు కూడా దారి తీస్తుంది.

రసాయనాలు: డ్రైక్లీనింగ్ సాల్వెంట్‌లకు ఎక్కువ కాలం బహిర్గతమయ్యే వ్యక్తులు అన్నవాహిక క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. క్యాన్సర్: మెద లేదా తల క్యాన్సర్ ఉన్నవారు అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌ను కూడా అభివృద్ధి చేయవచ్చు.

అన్నవాహిక క్యాన్సర్ పరీక్ష ఎలా..? మీరు పైన వివరించిన లక్షణాలను అనుభవిస్తే వైద్యుడిని చూడండి. శారీరక పరీక్ష తర్వాత, వైద్యులు కొన్ని అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌లను నిర్ధారించడంలో సహాయపడటానికి ఇతర పరీక్షలను కూడా చేయవచ్చు.ఈ పరీక్షలలో X- కిరణాలు ఉండవచ్చు. ఇందులో బేరియం ఉన్న ద్రవాన్ని రోగికి తాగించాలి. ఈ బేరియం ద్రవం ఎక్స్-కిరణాలు అన్నవాహికను చూపించడంలో సహాయపడుతుంది. దీని ద్వారా ఎక్స్-రే ద్వారా అన్నవాహికను చూడవచ్చు. ఎసోఫాగోస్కోపీ అనేది అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌కు స్క్రీనింగ్ పరీక్ష. ఎండోస్కోపీ ద్వారా అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌ను గుర్తించవచ్చు. ఎండోస్కోప్ నోట్ ద్వారా గొంతు నుండి అన్నవాహిక వరకు పంపబడుతుంది. ఈ పరీక్షలో అన్నవాహిక మరియు కడుపు పైభాగాన్ని పరిశీలించి క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. బయాప్సీ అనేది మరొక పరీక్ష విధానం, దీనిలో డాక్టర్ ఎసోఫాగోస్కోపీ ద్వారా అన్నవాహిక నుండి కణజాలం యొక్క చిన్న భాగాన్ని తొలగిస్తారు. క్యాన్సర్ కణాలను తనిఖీ చేయడానికి ఈ కణజాలం యొక్క భాగాన్ని సూక్ష్మదర్శినిగా పరిశీలించారు. అన్నవాహిక యొక్క ఎండోస్కోపిక్ అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్ష అన్నవాహికలోని అంతర్గత నిర్మాణాలను చిత్రించడానికి ధ్వని తరంగాలను ఉపయోగిస్తుంది. ఈ ప్రక్రియలో, అన్నవాహిక ద్వారా అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్ష నిర్వహిస్తారు. ఛాతీ మరియు పొత్తికడుపులో అన్నవాహిక క్యాన్సర్ వ్యాప్తిని అంచనా వేయడానికి కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ స్కాన్ ఉపయోగించబడుతుంది.

అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌కు చికిత్స క్యాన్సర్ దశను సాధారణంగా గుర్తించి, తదనుగుణంగా చికిత్స చేస్తారు. అదేవిధంగా, అన్నవాహిక క్యాన్సర్ కూడా దాని దశ ఆధారంగా చికిత్స చేయబడుతుంది.

శస్త్రచికిత్స: అన్నవాహిక క్యాన్సర్ సాధారణంగా శస్త్రచికిత్సతో చికిత్స పొందుతుంది. క్యాన్సర్ కణాలను కలిగి ఉన్న అన్నవాహిక భాగాన్ని శస్త్రచికిత్స ద్వారా తొలగించవచ్చు. అదేవిధంగా, దాని చుట్టూ ఉన్న కణజాలాలను కూడా తొలగించవచ్చు. కొన్నిసార్లు అన్నవాహిక కూడా తొలగించబడవచ్చు. అన్నవాహిక పనితీరును పునరుద్ధరించడానికి ప్రేగు యొక్క భాగాన్ని కూడా ఉపయోగించవచ్చు. క్యాన్సర్ కణాలను తనిఖీ చేయడానికి వైద్యులు అన్నవాహిక చుట్టూ ఉన్న శోషరస కణుపులను కూడా తొలగించవచ్చు.



అన్నవాహికలోని ఇతర భాగాలకు క్యాన్సర్ వ్యాపించని రోగులలో శస్త్రచికిత్స ద్వారా క్యాన్సర్‌ను నయం చేయవచ్చు. కానీ ఎసోఫాగియల్ క్యాన్సర్ ప్రారంభ దశలో చాలా అరుదుగా గుర్తించబడుతుంది. కాబట్టి లక్షణాలను తగ్గించడానికి శస్త్రచికిత్స చేస్తారు.

రేడియేషన్ థెరపీ రేడియోధార్మికత అనేది రేడియోధార్మికత లేదా రేడియోధార్మిక పదార్థాన్ని ఉపయోగించి క్యాన్సర్‌కు చికిత్స చేసే పద్ధతి.ఇది క్యాన్సర్ కణాలను చంపడానికి లేదా దెబ్బతీయడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. రేడియేషన్ సాధారణంగా క్యాన్సర్ కణితి వైపు మళ్ళించబడుతుంది. ఈ రేడియేషన్ క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదల మరియు విభజనను నిరోధించడం ద్వారా వాటిని నాశనం చేస్తుంది. అలాగే, క్యాన్సర్ కారణంగా మింగడం సమస్య అయితే, రేడియేషన్ ప్రధాన చికిత్స ఎంపికగా ఉపయోగించబడుతుంది.

కెమోథెరపీ అనేది క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను ఆపడానికి మందుల రూపంలో ఇచ్చే చికిత్స. కొన్ని కీమోథెరపీ మాత్రలు ఉన్నాయి. కొన్ని కీమోథెరపీ మందులు నేరుగా సిర ద్వారా రక్తంలోకి ఇవ్వబడతాయి. ఈ కీమోథెరపీ మందులు రక్తం ద్వారా శరీరమంతా ప్రయాణించి శరీరంలో ఉండే క్యాన్సర్ కణాలను చంపేస్తాయి. క్యాన్సర్ కణితిని తగ్గించడానికి కొన్నిసార్లు కీమోథెరపీ కూడా శస్త్రచికిత్సకు ముందు ఇవ్వబడుతుంది. కీమోథెరపీ అనేది లక్షణాలను నియంత్రించడానికి సమర్థవంతమైన చికిత్స.

ఎండోస్కోపిక్ సబ్‌ముకోసల్ డిసెక్షన్/రిసెక్షన్ ఎండోస్కోపిక్ సబ్‌ముకోసల్ డిసెక్షన్ అనేది చిన్న క్యాన్సర్ కణితులకు చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగించే ఒక ప్రక్రియ. ఈ ప్రక్రియతో, అన్నవాహికను తొలగించకుండానే క్యాన్సర్ ట్యూమర్‌లను ఎండోస్కోపికగా తొలగిస్తారు.

ఎండోస్కోపిక్ లేజర్ థెరపీ అన్నవాహికలో అడ్డంకి కణితుల చికిత్సకు ఉపయోగిస్తారు. ఈ చికిత్సలో, మింగడం మరియు రోగి తినగలిగే సామర్థ్యాన్ని సులభతరం చేయడానికి అన్నవాహిక అంతటా కణితులను కత్తిరించడానికి లేజర్‌లను ఉపయోగిస్తారు.

ఫోటోడైనమిక్ థెరపీ ఫోటోయాక్టివ్ మందులు క్యాన్సర్ కణాల ద్వారా గ్రహించబడతాయి. తద్వారా క్యాన్సర్ కణాలు నాశనం అవుతాయి. ముఖ్యంగా అన్నవాహిక క్యాన్సర్ కారణంగా ఆహారం మింగడంలో ఇబ్బంది ఉన్న వారికి ఈ చికిత్స ఉపయోగపడుతుంది. నేటి ఆధునిక కాలంలో, సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించి క్యాన్సర్‌కు చికిత్స చేసే నియంత్రించే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నప్పటికీ, క్యాన్సర్ సమస్యలు పెరుగుతుండటం విచారకరం. అన్నవాహిక క్యాన్సర్‌ను నివారించలేము కానీ పొగాకు మరియు ఆల్కహాల్ వినియోగాన్ని నియంత్రించడం ద్వారా ఈ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చు.

# ఈ ఆకులు తింటే.. ఈజీగా బరువు తగ్గుతారు..!

ఊబకాయం అనేది ఒక తీవ్రమైన సమస్య, ఇది మీ అందాన్ని తగ్గించడమే కాకుండా మధుమేహం, క్యాన్సర్, అధిక రక్తపోటు మరియు కరోనా వైరస్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది. ఊబకాయంతో బాధపడు తున్న చాలా మందికి బరువు తగ్గడం పెద్ద సమస్య. బరువు తగ్గడానికి, కొంత మంది విపరీతమైన వర్కవుట్లు మొదలుపెడితే.. మరికొందరు తమ ఆహా రపుటలవాట్లలో మార్పులు చేసుకుం టుంటారు.. ఇంకొందరైతే డైటింగ్ పేరుతో పూర్తిగా నోరు కట్టేసుకుం టుంటారు. అయినా కూడా చాలా మంది బరువు తగ్గడంలో.. ఫెయిల్ అవుతారు. ఆ లిస్ట్‌లో మీరు కూడా ఉంటే.. బరువు తగ్గడానికి కొన్ని హోం రెమెడీస్ ప్రయత్రించవచ్చు. కొన్ని ఆకులు తీసుకుంటే.. బరువు తగ్గచ్చని మణిపాల్ హాస్పిటల్స్ డైటీషియన్, న్యూట్రిషనిస్ట్ డాక్టర్ భావా శర్మ అన్నారు. ఇవి మన వంటగదిలో ఈజీగా దొరుకుతాయని చెప్పారు. ఈ ఆకులు బరువు తగ్గడానికి సహాయపడతాయని అన్నారు.

కొత్తిమీరను మన ఇండియన్ కిచెన్‌లో ఎక్కువగా వాడుతూ ఉంటాం. ఇది మన ఆహారానికి మంచి టేస్ట్, వాసన ఇస్తుంది. కొత్తిమీరలో విటమిన్లు, మినరల్స్ వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో జీవక్రియను మెరుగుపరచి.. బరువును తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా పని చేస్తుంది. కొత్తిమీరలో ఫోలిక్ యాసిడ్, మెగ్నీషియం, విటమిన్ బి పుష్కలంగా ఉంటాయి. కొత్తిమీరను సలాడ్లు, గ్రీన్ చట్నీ రూపంలో మీ డైట్‌లో చేర్చుకోవచ్చు. కొత్తిమీరలో క్వెర్సెటిన్ అనే పదార్థం ఉంటుంది, ఇది బరువు తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

**తులసి ఆకులు..** తులసి చెట్టు భారతీయ గృహాలలో దాదాపు అన్ని ఇళ్లలో ఉంటుంది. తులసిలో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి. తులసిని డైటరీ సప్లిమెంట్‌గా తీసుకోవడానికి అనేక మార్గాలు ఉన్నాయి. దీనికి గొప్ప టేస్ట్, ఫ్లేవర్, అరోమా ఉం టుంది. ప్రతి రోజూ తులసి టీ తాగితే అరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. తులసి టీ బరువు తగ్గడానికి సహాయపడు తుంది. ప్రతిరోజూ ఉదయం నీళ్లలో 5 నుంచి 6 తులసి ఆకులు తీసు కుంటే.. శరీరంలోని విష పదార్థాలు బయటకు వెళ్తాయి. తులసి టీ తాగితే.. జీవక్రియ పెరుగుతుంది. మెటబాలిజం పెరగడం వల్ల క్యాల రీలను బర్న్ చేయడం సులభం అవు తుంది. దీంతో త్వరగా బరువు తగ్గుతారు.

**పాలకూర..** పాలకూరలో మన అరోగ్యానికి ఉపయోగపడే ఎన్నో అమోఘమైన పోషక విలువలు నిండి ఉంటాయి. ఇందులో ఐరన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. పాలకూర గుండె అరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది, జుట్టు చిట్లకుండా చేస్తుంది, కంటి అరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. మీరు బరువు తగ్గాలనుకుంటే.. ఒక కప్పు పాల కూర మీ డైట్‌లో చేర్చుకుంటే మంచిది. పాలకూరతో రకరకాల కూరలు, డ్రింక్స్, స్మూతీలు తయారు చేసుకోవచ్చు. పాలకూరలో కొవ్వు, కొలెస్ట్రాల్ తక్కువగా ఉంటాయి. ఐరన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది హైపర్‌టెన్షన్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచుతుంది, ఎముకల అరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది.

**వేపకాలు..** వేప రసం తాగితే.. ఎన్నో అరోగ్య సమస్యలు దూరమవుతాయి. ప్రతి రోజూ వేపరసం తాగితే.. జీవక్రియ పెరిగి, పొట్ట శుభ్రంగా ఉంటుంది. వేప ఆకు శరీరంలో కొవ్వును తగ్గిస్తుంది, ఇది బరువును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. వేప, నిమ్మ, తేన కలపి చేసిన డ్రింక్.. జీవక్రియను పెంచడంలో ఎఫెక్టివ్‌గా పని చేస్తుంది.

**కరివేపాకు..** కరివేపాకు తెలియని వారుండరు. ఏ వంటకాలలో అయినా కరివేపాకు వేస్తే వచ్చే రుచే వేరు. కరివేపాకులో పోషకాలూ పుష్కలంగా ఉంటాయి. కరివేపాకులో విటమిన్లు, మినరల్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. కరివేపాకును ఖాళీ కడుపుతో నమిలితే బరువు తగ్గడం, జుట్టు పెరగడం, జీర్ణ వ్యవస్థ మెరుగు పడటం వటి అద్భుత ఫలితాలను పొందవచ్చు. కరివేపాకులో అల్కలాయిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటికి యాంటీ ఎబెసిటీ, లిపిడ్-తగ్గించే గుణాలు, మహానింబైన్ గుణాలు ఉన్నాయి. ఇవి కొవ్వును తగ్గించి, జీవక్రియ రేటును పెంచుతాయి. కరివేపాకు రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది, డయాబెటిస్‌కు ఔషదంలా పనిచేస్తుంది.

## ఆక్వా రైతులు వాతావరణ మార్పులు గమనించాలి

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** ఆక్వా రైతులు వాతావరణ మార్పులు గమనించాలని జిల్లా మత్స్య శాఖ అధికారి వేముల తిరుపతయ్య కోరారు. అల్పపీడనం కారణంగా భారీ నుండి అతి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నట్లు వాతావరణ శాఖ హెచ్చరికల మేరకు శని వారం ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. ఆక్వా రైతులందరూ వాతావరణంలోని మార్పులకు అనుగుణంగా చెరువులను పరిశీలించాలని ఆయన సూచించారు. వాతావరణంలో మార్పుల వలన ఉష్ణోగ్రతలలో హెచ్చుతగ్గులు, పీహెచ్, నీటిలో కరిగే ఆక్సిజన్ (డిజాల్వెడ్ ఆక్సిజన్ - డివో) లలో మార్పులు సంభవిస్తాయని ఆక్వా చెరువు నీటిలో ఉండాల్సిన వివిధ ధాతువుల విలువలను ఎప్పటికప్పుడు సరిచూసుకోవాలని ఆయన అన్నారు. అల్కలినిటి (కార్బొనేట్స్, బైకార్బొనేట్స్) కొరకు తినే సోడాను ఎకరానికి 10 కేజీలు, పీహెచ్ కొరకు రాక్ లైమ్ ను ఎకరానికి ఒక బస్తా, డివో కొరకు గాలి మరలు (పెరేటర్స్) ను, పొటాషియం పర్మాంగనేట్ ను, హైడ్రోజన్ పెరాక్సైడ్ ను, సోడియం ఫెర్నోరేట్ ను అందుబాటులో ఉంచుకోవాలని తిరుపతయ్య విజ్ఞప్తి చేశారు.

## లెప్రసీ కాలనీలో తాగునీటి సమస్య పరిష్కరించాలి

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** పట్టణంలోని మూడవ వార్డు పరిధిలోగల లెప్రసీ కాలనీలో త్రాగునీటి సరఫరా సరిగా లేని కారణంగా అక్కడ ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని ఈ సమస్యను తక్షణమే మున్సిపల్ అధికారులు పరిష్కరించాలని సిపిఐ ఎంఎల్ లిబరేషన్ పార్టీ జిల్లా కార్యదర్శి సభ్యులు పెనుగుర్తి సంగం డిమాండ్ చేశారు. కాలనీలో మహిళలతో కలిసి ఆయన నిరసన కార్యక్రమం చేపట్టారు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పట్టణ శివారులో గల ఈ కాలనీకి గత కొన్ని నెలలుగా తాగునీటి సమస్య నెలకొందని ఈ విషయంపై గతంలో పలుమార్లు మున్సిపల్ అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసినప్పటికీ పరిశీలన శూన్యం అన్నారు మున్సిపల్ అధికారులు ఈ విషయంపై దృష్టి సారించి ఈ కాలనీవాసులకు త్రాగునీరు సరఫరా సకాలంలో అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు.

## హైసెక్యూరిటీ నంబరు ప్లేట్లు అమర్చుకోవాలి

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** 2013 సంవత్సరం తర్వాత రిజిస్ట్రేషన్ చేసిన వాహనాలకు విధిగా "హై సెక్యూరిటీ నంబరు ప్లేట్లు అమర్చాలని జిల్లా రవాణాశాఖ అధికారి ఎం.శశి కుమార్ తెలిపారు. కేంద్ర రవాణా మంత్రిత్వ శాఖ ఆజ్ఞానుసారం, రాష్ట్ర రవాణా శాఖ కమీషనరు ఉత్తర్వులు జారీ చేశారని శని వారం విడుదల చేసిన ఒక ప్రకటనలో ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు రాష్ట్ర రవాణా శాఖ సాంకేతికపరంగా తగు ఏర్పాట్లు చేసిందని ఆయన చెప్పారు. వాహన యజమానులు, వాహన డీలర్లు, ఫైనాన్సియర్లు తదితరులు వాహనం నంబరు ప్లేటు పొందుటకు "ఇ-ప్రగతి" వెబ్ పోర్టల్ లో (https://aprtac-itizen.epragathi.org/#!/Hsrpbookingslot) వాహన రిజిస్ట్రేషను సంఖ్యను నమోదు చేసి స్లాట్ ను పొందాలని సూచించారు. నంబరు ప్లేట్ అమర్చుటకు అనుకూలమైన తేదీని, నంబరు ప్లేటును రవాణాశాఖ కార్యాలయం లేదా ఇంటివద్ద అమర్చే వివరాలు కూడా పొందు పరచాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అందుకు అనుగుణంగా రుసుము చెల్లించాలని చెప్పారు. ఎంపిక చేసుకున్న తేదీ నాటికి హై సెక్యూరిటీ నంబరు ప్లేటు బిగింపుకు సిద్ధంగా ఉండని చరవాణికి సందేశము పంపడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వాహనదారులు ఎంపిక చేసుకున్న ప్రకారం నంబరు ప్లేటును బిగించాలని ఆయన చెప్పారు.వాహనదారులు ఈ సౌలభ్యాన్ని ఉపయోగించుకొని వాహనాలకు "హై సెక్యూరిటీ నంబరు ప్లేట్లు" అమర్చుకోవాలని కోరారు. తనిఖీలలో హై సెక్యూరిటీ నంబరు ప్లేట్లు" లేనట్లు గుర్తించిన వాహనాలకు అపరాధరుసుము విధించడం జరుగుతుందని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

## ఏపీ సీఎం జగన్‌తో 'వాట్సాప్' ప్రతినిధుల భేటీ

ఏపీ సీఎం వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డితో వాట్సాప్ ప్రతినిధులు భేటీ అయ్యారు. వాట్సాప్ పబ్లిక్ పాలసీ డైరెక్టర్ శివనాథ్ ఠుక్రాల్, సివిక్ ఎంగేజ్‌మెంట్స్ ప్రాంతీయ అధికారి నిఖిల్ ఆప్టేలు సీఎం జగన్‌తో సమావేశమయ్యారు. శుక్రవారం రాత్రి తాడేపల్లిలోని సీఎం క్యాంప్ కార్యాలయానికి వచ్చిన వారిద్దరూ సీఎం జగన్‌ను కలిశారు. ఈ భేటీలో ఏపీ డిజిటల్ కార్పొరేషన్ వైస్ చైర్మన్, ఎండీగా కొనసాగుతున్న చిన్న వాసుదేవరెడ్డి కూడా పాల్గొన్నారు.

## రైస్ మిల్లర్లు సార్టెక్స్, ఫోర్టిఫైడ్ కెర్నల్స్ బ్లెండింగ్ మిషనరీ నెలకొల్పాలి

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** జిల్లాలో రైస్ మిల్లర్లు సార్టెక్స్, ఫోర్టిఫైడ్ కెర్నల్స్ బ్లెండింగ్ మిషనరీలను ఏర్పాటు చేయాలని జాయింట్ కలెక్టర్ ఓ.ఆనంద్ తెలిపారు. ఈ మేరకు ఒక ప్రకటన జారీ చేశారు.2022-23 ఖరీఫ్ సీజను ధాన్యము పంట ప్రక్రియ జిల్లాలో ప్రారంభమైందన్నారు. ఇ - పంట నమోదు ప్రక్రియ కూడా పూర్తి అయిందని ఆయాన్ చెప్పారు. ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన ధాన్యము కొనుగోలు కేంద్రాలు - ఆర్బికేల ద్వారానే కొనుగోలు జరుగుతుందని ఆయన వివరించారు. పిపిసిల వద్ద కొనుగోలు చేసిన ధాన్యాన్ని సార్టెక్స్ మిషనరీ, ఫోర్టిఫైడ్ కెర్నల్స్ బ్లెండింగ్ మిషనరీ ఉన్న రైస్ మిల్లులకు మాత్రమే సి.ఎం.ఆర్ మిల్లింగ్ కు ఇవ్వడం జరుగుతుందని ఆయన స్పష్టం చేశారు. రైస్ మిల్లర్లు అందరూ సార్టెక్స్ మిషనరీ, ఫోర్టిఫైడ్ కెర్నల్స్ బ్లెండింగ్ మిషనరీ ఏర్పాటు చేసుకోవాలని జాయింట్ కలెక్టర్ అన్నారు. ధాన్యం కొనుగోలు సీజన్ ప్రారంభానికి 15 రోజులు ముందుగానే సిద్ధంగా ఉండాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. సంబంధిత మిషనరీ లేని రైస్ మిల్లులను ధాన్యం కొనుగోలు పోర్టల్ లో మ్యాపింగ్ చేయడం జరగదని, అటువంటి రైస్ మిల్లులకు ఎటువంటి ధాన్యము సి.ఎం.ఆర్ మిల్లింగ్ నిమిత్తం కేటాయించడం జరగదని ఆయన చెప్పారు. రైస్ మిల్లర్లు మిషనరీని సిద్ధం చేసుకుని ప్రభుత్వానికి సహకరించాలని ఆయన కోరారు. రైస్ మిల్లర్లు సిద్ధం కాకపోతే ప్రత్యామ్నయ చర్యలు తీసుకుంటామని ఆయన పేర్కొన్నారు.

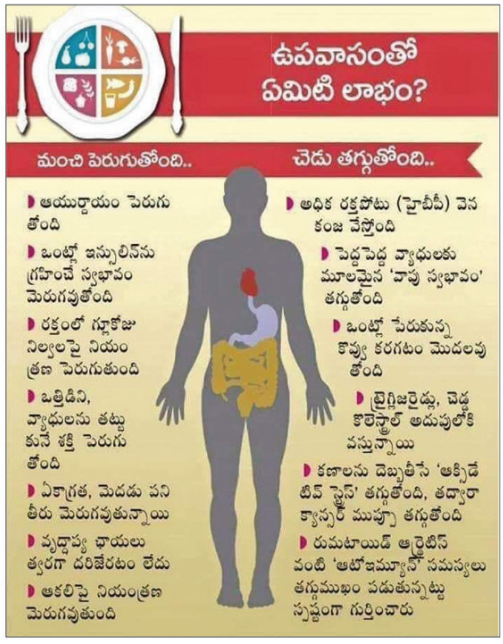
## బీచ్‌లో దుకాణాలను ఆకస్మిక తనిఖీ నిర్వహించిన మేయర్, కలక్టర్, కమిషనర్

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి, జిల్లా కలక్టర్ డాక్టర్ ఎ. మల్లికార్జున, జివిఎంసి కమిషనర్ డాక్టర్ జి. లక్ష్మీశ శుక్రవారం ఆకస్మికంగా బీచ్ లోని వ్యాపారస్తులు, ప్లాస్టిక్ వస్తువులు వినియోగిస్తున్నారా లేదా అనే దానిపై తనిఖీ చేసారు. ఈ సందర్భంగా వారు వ్యాపారులు ఉపయోగిస్తున్న వస్తువులు, కవర్లు, ప్లేట్లు, స్పూన్స్ ను పరిశీలించి వారు పర్యావరణ హితమైన వస్తువులు వాడకం పై సంతృప్తి వ్యక్తం చేసారు. అనంతరం బీచ్ లో సందర్శకుల వద్దకు వెళ్ళి వారిని గతంలో వాడిన ప్లాస్టిక్ మంచిదా.., నేడు వాడుతున్న పేపరు ప్లేట్లు, చెక్క చెంచాలు మంచివా అని అడుగగా, పర్యావరణ పరంగా పేపరు ప్లేట్లు, చెక్క చెంచాలు మంచిదని తెలిపారు. మీరు తిని పడవేసే వస్తువులను ఎక్కడ వేస్తారని అరా తీయగా అదే ప్రాంతంలో కొద్ది దూరంలో ఉన్న డస్ట్ బిన్ చూపించి దానిలో వేస్తామని తెలిపారు. దీనిపై వారు ప్రజలలో చాలా వరకు మార్పు వచ్చినందుకు సంతృప్తిని వ్యక్తం చేసారు.

## వారం రోజుల్లో సర్వే పూర్తి చేయాలి

**విజయనగరం:** గిరిజన విశ్వవిద్యాలయ భూసేకరణకు సంబంధించి, వారం రోజుల్లో సర్వే పూర్తిచేసి, సమగ్ర నివేదికను తయారు చేయాలని, అధికారులను రాష్ట్ర విద్యాశాఖా మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ ఆదేశించారు. ట్రైబల్ యూనివర్సిటీ కోసం మెంటాడ, దత్తిరాజేరు మండలాల్లో నిర్వహిస్తున్న భూసేకరణపై, కలెక్టరేట్‌లో సంబంధిత అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులతో మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ శనివారం సమీక్షా సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. భూములు కోల్పోతున్న రైతులతో మాట్లాడారు. వారి సమస్యలు, డిమాండ్లను తెలుసుకున్నారు. వారం రోజుల్లో సంపూర్ణంగా సర్వే పూర్తి చేయాలని బొబ్బిలి ఆర్‌డిఒ శేషశైలజను మంత్రి ఆదేశించారు. యూనివర్సిటీకి కావాల్సిన 561 ఎకరాల్లో, ప్రభుత్వ భూములు, జరాయితీ, డి పట్టా, ఆక్రమిత భూములు ఎంత ఉన్నాయో తేల్చాలని అన్నారు. ఆయా భూముల్లో ఉన్న పంటలు, చెట్లు, వాటి వయసు తదితర వివరాలను కూడా సేకరించాలని సూచించారు. సమగ్ర నివేదిక తయారు చేసినతరువాత, మరోసారి చర్చించి, ప్రభుత్వ నిబంధనలకు అనుగుణంగా పరిహారాన్ని ఇప్పించి, తగిన న్యాయం చేస్తామని రైతులకు మంత్రి హామీ ఇచ్చారు.

ఈ సమావేశంలో జిల్లా కలెక్టర్ ఎ.సూర్యకుమారి, జెడ్‌పి చైర్మన్ పుష్ప శ్రీనివాసరావు, ఎంఎల్‌సి డాక్టర్ సురేష్‌బాబు, ఎంఎల్‌ఏలు బొత్స అప్పలనరసయ్య, శంబంగి వెంకట చినప్పలనాయుడు, కోలగట్ల వీరభద్రస్వామి, అలజంగి జోగారావు, జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ ఉన్నారు.



## ఆత్మహత్యలు వద్దు - సమస్య ఏదైనా ధైర్యంగా ఎదిరిద్దాం

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** ప్రపంచ ఆత్మహత్యల నియంత్రణ దినోత్సవం సందర్భంగా అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించిన జిల్లా పోలీసుశాఖ రాష్ట్ర డిజిపి కే.వి.రాజేంద్రనాథ్ రెడ్డి ఆదేశాలతో పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా పోలీసుల ఆధ్వర్యంలో జిల్లా కార్యాలయంలో సెప్టెంబరు 10న ఆత్మహత్యలు నివారించేందుకు అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు ఎస్పీ శ్రీమతి ఓ.దిలీప్ కిరణ్ మాట్లాడుతూ - ఆత్మహత్యలకు ఎవ్వరూ పాల్పడ వద్దని, ప్రతీ సమస్యకు పరిష్కారం ఒకటి ఉంటుందన్నారు. మన చుట్టూ ఎవరైనా మానసికంగా వేదనకు గురైతే వారికి చేదోడుగా ఉండాలని, వారి మానసిక స్థితిని అర్థం చేసుకొని, వారిలో ధైర్యాన్ని నింపాలని, ఆత్మహత్యలు చేసుకోవాలన్న ఆలోచనల నుండి దూరం చేయాలని ప్రజలకు అదనపు ఎస్పీ పిలుపునిచ్చారు. మానసిక స్థితి బాగులేని వ్యక్తి ఆవేదనను అర్థం చేసుకొని, వారికి సహాయాన్ని అందించాలన్నారు.అనంతరం, అదనపు ఎస్పీ పోలీసు అధికారులు, సిబ్బందితో ఆత్మహత్యలకు పాల్పడమని, ఆవేదనతో ఉన్న వారికి సహాయపడి, ఆత్మహత్యల నివారణకు కృషి చేస్తామని ప్రమాణం చేయించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పార్వతీపురం డిఎస్పీ ఎ.సుభాష్,ఎస్సైలు ఎస్ శ్రీనివాసరావు, పార్వతీపురం సిఐ విజయ ఆనంద్, ఎసిఐ లు ఫక్రుద్దీన్, సింహాచలం, దినకర్, ఇతర పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.


ఫౌండేషన్-2007
IMC
International Marketing Corporation Pvt. Ltd.
W.H.O. GMP CERTIFIED COMPANY
Gold Medal, National Achievement Award Winner & ISO 9001:2015

ఆర్గానిక్ & ఆయుర్వేదిక్ డైలీ ప్రొడక్ట్స్

భారతీయ కంపెనీ - కెమికల్ ఫ్రీ ప్రొడక్ట్స్
2007 నుండి 2022 వరకు 15 సంవత్సరములు సక్సెస్‌ఫుల్ జర్నీ
కోటి 20 లక్షలకు పైగా సంతృప్తి చెందిన వినియోగదారులు

మా వద్ద లభించు నిత్యవసర వస్తువులు & పుడ్ సప్లిమెంట్స్

1.హోమ్‌కేర్ :- బట్టలు, పాత్రలు, గచ్చులు, అద్దములు, టాయిలెట్ మరియు బాత్‌రూమ్ శుభ్రపరుచుకొనేవి, అగరబత్తులు, దూప్‌స్టిక్స్, మొదలగునవి.
2. పర్సనల్ కేర్ :- టూత్ పేస్ట్‌లు, డెంటల్ బ్రష్, పౌడర్స్, హెయిర్ ఆయిల్, హెయిర్ కలర్స్, షాంపు & కండిషనర్స్, పర్ఫ్యమ్స్, డియోడరెంట్, షెవింగ్ మెటీరియల్స్ మొదలగునవి.
3. బ్యూటీ కేర్ :- సబ్బులు, ఫెయిర్‌నెస్ క్రీమ్‌లు, ఫేస్ వాష్‌లు, ఫేస్ స్క్రబ్, సనస్క్రీన్ & మాయిశ్చరైజింగ్ లోషన్స్ ఫేస్ ప్యాక్, యాంటీ ఏజింగ్ క్రీమ్ మొదలగునవి.
4. పుడ్ ప్రొడక్ట్స్:- టీ & కాఫీ పొడి, వంట నూనె, సైంధవ లవణం (ఉప్పు), పసుపు, కారం, జీలకర్ర, ధనియాలు, మసాలాలు, సూప్స్ గ్రీన్ టీ మొదలగునవి.
5. హెల్త్ కేర్ :- సాధారణ జలుబు, దగ్గు, తలనొప్పి మొదలుకొని అనేక దీర్ఘకాలిక వాధ్యులగు షుగర్, బిపి. థైరాయిడ్, గుండె, కిడ్నీ, లివర్, కంటి, చర్మ, శ్వాస, సంతాన సమస్యలు, అజీర్ణం, కీళ్ళ నొప్పులు, ఉబకాయం మొదలగు వాటిని సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ లేకుండా నివారించే ఆయుర్వేదిక్ ఉత్తత్తులు.
6. అగ్రికల్చర్ :- ఎటువంటి రసాయినిక ఎరువులు మరియు పురుగుల మందులు వినియోగించకుండా సేంద్రియ పద్ధతిలో తక్కువ పెట్టుబడితో ఎక్కువ దిగుబడిని ఇచ్చే ఆర్గానిక్ వ్యవసాయం చేసే ఉత్తత్తులు.
7. వెటర్నరీ :- పాడి పశువులు మరియు పెంపుడు జంతువుల సంతాన ఉత్తత్తి, నాడీ వ్యవస్థ, ఉత్తాకశతని మెరుగుపరిచే, ఎముకల బలోపేతం మరియు పాల ఉత్తత్తిని పెంచే ఉత్తత్తులు.

ఆయుర్వేదం స్వీకరించండి! ఆరోగ్యంగా జీవించండి!!
స్వదేశీ వస్తువులను వాడుదాం! దేశ సంపదను పెంచుదాం!!

హోం డెలివరీ సదుపాయం కలదు సెల్: 9494403343

# ఆర్థిక సామాజిక స్వాతంత్ర్యం సాధనతోనే రాజకీయ స్వాతంత్ర్యం బలోపేతం

**కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్):** అర్థిక సామాజిక స్వాతంత్ర్యం సాధనతోనే రాజకీయ స్వాతంత్ర్యం కూడా బలోపేతం అవుతుందని పిడివిఫ్ ఎమ్మెల్సీ కె.సి లక్ష్మణరావు పేర్కొన్నారు.

స్థానిక యుటివిఫ్ హోం లో రఘుపతి వేంకటరత్నం నాయుడు స్టడీ సర్కిల్ ఆధ్వర్యంలో "భారత స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం - రాజ్యాంగం - సవాళ్లు" అనే అంశంపై జరిగిన సదస్సు నిర్వహించారు.

యుటివిఫ్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి జి. ప్రభాకర వర్మ అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సదస్సులో లక్ష్మణరావు ముఖ్యవక్తగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ భారత స్వాతంత్ర్య పోరాటం వివిధ ప్రవాహాలుగా సాగిందన్నారు. ఎన్నో పోరాటాలు, అశేష త్యాగాలతో స్వాతంత్ర్యం సాకారం అయ్యిందన్నారు. అయితే ఆ సమయంలో జరిగిన దేశ విభజన, నాటి సంఘటనలు మాయనిమచ్చగా మిగిలిపోయాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. స్వాతంత్ర్య ఉద్యమ ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగానే బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ నాయకత్వం లో 2 సంవత్సరాల 11 నెలల 18 రోజుల కృషి తో భారత రాజ్యాంగం రూపొందించడం జరిగిందన్నారు. రాజ్యాంగంలో ఎన్ని సవరణలు జరిగినా మౌలిక స్వభావం లో మార్పు కుదరదన్నారు. అయితే ఇటీవల రాజ్యాంగ మౌలిక లక్షణాలైన ఫెడరలిజం, లౌకికవాదం, పార్లమెంటరీ ప్రజాస్వామ్యం, అర్థిక, సామాజిక న్యాయం వంటి అంశాలు ప్రమాదంలో పడుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. దేశాన్ని ఐక్యంగా ఉంచడం ఈ దేశ ప్రజలకు తెలుసన్నారు. ఇటీవల దేశంలో ఆర్థిక అసమానతలు విపరీతంగా పెరిగిపోతున్నాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అదే సందర్భంలో సామాజిక అంతరాలు కూడా తగ్గడం లేదన్నారు. ఆర్థిక, సామాజిక సమానత్వం సాధనతోనే రాజకీయ స్వాతంత్ర్యం కూడా బలోపేతం అవుతుందని, అందుకోసం నేటితరం నడుం కట్టాలన్నారు.

అంబేద్కర్ ఉద్యమ సీనియర్ నేత అయితాబత్తుల రామేశ్వరరావు, సిఐటియు అఖిల భారత ఉపాధ్యక్షురాలు జి. బేబిరాణి లు మాట్లాడుతూ త్యాగాలతో సాధించుకున్న స్వాతంత్ర్యాన్ని కాపాడుకోవాలన్నారు. కేంద్రంలో బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రాజ్యాంగ వ్యవస్థలు ధ్వంసం చేయబడుతున్నాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. దేశ సంపద కొద్ది మంది కార్పొరేట్ లకు దారాదత్తం చేస్తున్నారని విమర్శించారు. దేశ ప్రజలు ముఖ్యంగా ప్రజాస్వామ్య వాదులంతా ఐక్యంగా దేశ సమైక్యత, సమగ్రత కోసం నిలబడాలన్నారు.

ఆర్. జయప్రకాష్ సదస్సు కు ఆహ్వానం పలుకగా, స్టడీ సర్కిల్ కన్వీనర్ ఐ. ప్రసాదరావు వందన సమర్పణ చేశారు. తానీషా తదితరులు ఆలపించిన దేశభక్తి గీతాలు అలరించాయి. ఈ సదస్సులో ఉద్యోగ , ఉపాధ్యాయ, కార్మిక, విద్యార్థి తదితర వివిధ ప్రజాసంఘాల కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

# అధికారుల తీరుపై ధ్వజమెత్తిన టిడిపి కౌన్సిలర్ రాయుడు శ్రీను

**పిఠాపురం, (విశాఖ సమాచారమ్):** పట్టణంలో 15వ వార్డ్ జలమయమయ్యింది మోకాళ్ళ లోతు నీళ్లలో వార్డువాసులు కనీసం త్రాగునీరు పట్టేందుకు అవకాశం లేకుండా ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారు. అధికారులు ఎవరు పట్టించుకోకపోవడంపై ప్రజలు తీవ్ర విమర్శలకు దారి తీస్తున్నారు కనీసం పిల్లాపాపలతో ఎక్కడికి పోవాలంటూ వార్డు ప్రజలు తీవ్ర ఆందోళనకు గురవుతున్నారు పాలకపక్ష వార్డుల్లో అధికారుల పర్యవేక్షణ అంతంత మాత్రం ఉన్నా ప్రతిపక్ష నాయకులా వార్డుల్లో కనీస సౌకర్యాలు లేవని ప్రతిపక్ష కౌన్సిలర్ అవడం వల్లే ఈ వార్డులో అధికారుల అధిక నిర్లక్ష్యం వహిస్తున్నారని వార్డు ప్రజలు ధ్వజమెత్తారు. కనీస సౌకర్యాలు లేకపోవడంతో వార్డును పర్యవేక్షించిన కౌన్సిలర్ రాయుడు శ్రీను అధికారులపై ఒక్కసారిగా ధ్వజమెత్తారు కనీసం పిఠాపురం పట్టణ మున్సిపాలిటీ పరిధిలో మేమున్నామా, లేమా అంటూ తీవ్ర విమర్శల వర్షం కురిపించారు అధికారులు ఎవరు తూతూమంత్రంగా పర్యవేక్షించి పోతే సరికాదని సమస్యకు పరిష్కారం చూపాలని, ప్రజలను ఇబ్బందులకు గురి చేయకుండాఅధికారులు చర్యలు తీసుకొని సీటమునిగిన వార్డు ప్రజలకు న్యాయం చేయాలని కౌన్సిలర్ రాయుడు శ్రీను అధికారుల పై ధ్వజమెత్తారు.

# బీజేపీలో పురందేశ్వరికి ప్రాధాన్యత తగ్గిందా !

**అమరావతి:** ఆమె మేరు నగధీరుడు ఎన్టీయార్ కుమార్తె. తండ్రి తరపున రాజకీయ వారసత్వం పూర్తిగా ఎవరికైనా వచ్చిందా అంటే అది ఆమెకే అనుకోవాలి. అయితే కేంద్ర మంత్రిగా పనిచేసి సమర్థ నాయకురాలిగా రుజువు చేసుకున్న పురందేశ్వరికి తగిన ప్రాధాన్యత బీజేపీలో లేదు అన్నదే ఆమెతో పాటు అనుచరుల బాధ అని అంటున్నారు. ఏపీ నుంచి రాజ్యసభ సీటు కూడా ఆమెకు ఇవ్వలేదని కూడా వారు అంటున్నారుట. మొత్తానికి చూస్తే అటూ ఇటూ అనుమానాలు గ్యాప్ పెరిగిపోతున్న నేపథ్యంలో పురందేశ్వరి భవిష్యత్తు రాజకీయం మీద కూడా చర్చ మొదలైంది అంటున్నారు.ఆమె కానీ ఆమె భర్త మాజీ మంత్రి దగ్గుబాటి వెంకటేశ్వరరావు కానీ ఇక రాజకీయాలు చాలు అనుకునే స్థితిలో ఉన్నారని టాక్. వారికి తమ ఏకైక కుమారుడు చెంచురాం హితైష్ రాజకీయమే ముఖ్యమని కూడా తెలుస్తోంది. హితైష్ ని వైసీపీ ద్వారా 2019 ఎన్నికల్లో పోటీ చేయిద్దామనుకున్నా కుదరలేదు. దాంతో వెంకటేశ్వరరావు పోటీ చేసి పరుచూరు నుంచి ఓటమిని చవి చూశారు. ఇక ఆ తరువాత వైసీపీని ఆయన వదిలేశారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో టీడీపీ నుంచి హితైష్ పోటీ చేస్తారు అని చెబుతున్నారు. మరి ఈ విషయంలో చిన్నమ్మ కూడా చేసేది ఏమీ లేదు అంటున్నారు.

కాంగ్రెస్ లో చేరి రెండు సార్లు ఎంపీగా ఒకసారి కేంద్ర మంత్రిగా పనిచేసిన పురందేశ్వరి విభజన తరువాత క్షణం కూడా ఆలస్యం చేయకుండా బీజేపీలో చేరారు. ఇప్పటికి ఎనిమిదేళ్ళుగా ఆ పార్టీలో ఉన్నారు.రెండు సార్లు ఆమె ఎంపీగా బీజేపీ టికెట్ మీద పోటీ చేసినా ఓటమి తప్పలేదు. ఇక 2019లో విశాఖ నుంచి పోటీ చేస్తే ఏకంగా డిపాజిట్లే గల్లంతయ్యాయి. ఒక విధంగా ఎన్టీయార్ తనయకు ఇది దారుణమైన ఓటమి కిందనే లెక్క కట్టాలి. ఇక ఆమె బీజేపీలో చేరినా కోరుకున్నా రాజ్యసభ సీటు దక్కలేదు. పార్టీ స్టేట్ ప్రెసిడెంట్ ఇస్తారని ఆశించినా అది కూడా ఎందుకో జరగడంలేదు.పార్టీ పదవుల్లో ప్రాధాన్యత లేదు. నిన్న ఒడిషా ఇంచార్జి పదవి నుంచి తప్పిస్తే నేడు చత్తీస్ ఘడ్ ఇంచార్జి బాధ్యతల నుంచి పురందేశ్వరిని తప్పించారు. . దీన్ని బట్టి చూస్తే చిన్నమ్మకు బీజేపీలో చిన్నబోయేలా పరిణామాలు జరుగుతున్నాయని అంటున్నారు. దాంతో ఆమె అసంతృప్తిగా ఉన్నారు అన్న చర్చ కూడా సాగుతోంది.

మరో వైపు చూస్తే బీజేపీ అధినాయకత్వం కూడా ఎన్టీయార్ అన్న భారీ ట్యాగ్ ని చూసే పార్టీలో చేర్చుకుంది అని అంటున్నారు. పైగా కేంద్ర మంత్రిగా పనిచేశారు. పొలిటికల్ గా చూస్తే ఏపీలో బలమైన సామాజిక నేపథ్యం ఉంది. దాంతో ఆమె ఏపీ రాజకీయాల్లో బిగ్ ఫిగర్ అవుతారని బీజేపీని పటిష్టం చేస్తారని గంపెడాశలు పెట్టుకున్నారని అంటున్నారు. అందువల్లనే ఆమెను ఏపీ బీజేపీ వలస కమిటీ చైర్మన్ గా కూడా చేశారని అంటున్నారు.

కానీ ఆమె అధ్యక్షతన ఒక్క సమావేశం కూడా ఆ కమిటీ కాలేదని చెబుతున్నారు. మరో వైపు చూస్తే ఆమె తండ్రి స్థాపించిన టీడీపీ నుంచి ఒక్క నాయకుడిని కూడా బీజేపీ వైపుగా తేలేకపోయారు అన్న బాధ హై కమాండ్ లో ఉందిట. అదే విధంగా చూస్తే తెలంగాణాలో పెద్ద ఎత్తున చేరికలు ఉంటే ఏపీలో కనీసంగా కూడా లేవని బాధ్యతలు అప్పగిస్తే చిన్నమ్మ పట్టనట్టుగా ఉంటున్నారు అన్న ఆగ్రహం కూడా బీజేపీ పెద్దలకు ఉంది అంటున్నారు.

ఆమెను పార్టీలో ఎంత పెద్దగా చూపించినా ఆమె తన ప్రభావం అయితే చూపించలేకపోతున్నారు అన్న లెక్కకు బీజేపీ హై కమాండ్ వచ్చిందని చెబుతున్నారు. ఇక ఆమె టీడీపీతో టచ్ లోకి వెళ్తున్నారు అన్న అనుమానాలు కూడా పార్టీ పెద్దలలో ఉన్నాయట. ఆమె కుమారుడు కూడా రేపటి రోజున టీడీపీ నుంచే పోటీ చేస్తారు అన్న వార్తలు ప్రచారం కావడం పట్ల కూడా బీజేపీ హై కమాండ్ ఆలోచిస్తోంది అంటున్నారు.

అందునే ఆమెకు మెల్లగా ప్రాధాన్యతలు తగ్గించారు అని అంటున్నారు. ఆమె బీజేపీలో ఉంటూ టీడీపీకి మేలు చేసేలా వ్యవహరిస్తున్నారు అన్న అనుమానాలు కూడా రావడంతోనే ఆమెని కాస్తా పక్కన పెడుతున్నారు అని అంటున్నారు. అయితే పురందేశ్వరి వైపు చూస్తే ఆమె కుటుంబ పరంగా తామంతా ఒకటిగా ఉన్నా రాజకీయం రాజకీయమే అని అంటున్నారుట. తాను బీజేపీకే కట్టుబడి ఉన్నట్లుగా కూడా చెబుతున్నారుట.అయితే కేంద్ర మంత్రిగా పనిచేసి సమర్థ నాయకురాలిగా రుజువు చేసుకున్న పురందేశ్వరికి తగిన ప్రాధాన్యత బీజేపీలో లేదు అన్నదే ఆమెతో పాటు అనుచరుల బాధ అని అంటున్నారు. ఏపీ నుంచి రాజ్యసభ సీటు కూడా ఆమెకు ఇవ్వలేదని కూడా వారు అంటున్నారుట. మొత్తానికి చూస్తే అటూ ఇటూ అనుమానాలు గ్యాప్ పెరిగిపోతున్న నేపథ్యంలో పురందేశ్వరి భవిష్యత్తు రాజకీయం మీద కూడా చర్చ మొదలైంది అంటున్నారు.ఆమె కానీ ఆమె భర్త మాజీ మంత్రి దగ్గుబాటి వెంకటేశ్వరరావు కానీ ఇక రాజకీయాలు చాలు అనుకునే స్థితిలో ఉన్నారని టాక్. వారికి తమ ఏకైక కుమారుడు చెంచురాం హితైష్ రాజకీయమే ముఖ్యమని కూడా తెలుస్తోంది. హితైష్ ని వైసీపీ ద్వారా 2019 ఎన్నికల్లో పోటీ చేయిద్దామనుకున్నా కుదరలేదు. దాంతో వెంకటేశ్వరరావు పోటీ చేసి పరుచూరు నుంచి ఓటమిని చవి చూశారు. ఇక ఆ తరువాత వైసీపీని ఆయన వదిలేశారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో టీడీపీ నుంచి హితైష్ పోటీ చేస్తారు అని చెబుతున్నారు. మరి ఈ విషయంలో చిన్నమ్మ కూడా చేసేది ఏమీ లేదు అంటున్నారు.

ఏపీలో బీజేపీ పరిస్థితి బాగులేదు. కాబట్టి ఆమె కుమారుడు టీడీపీ నుంచే పోటీ చేసేందుకు ఆస్కారం ఉంది. అలాగని తల్లిగా ఆమె బీజేపీలో ఉంటే తప్పుపట్టినా లేక ఆమె టీడీపీ కోవర్డ్ అని భావించినా కూడా చేసేది ఏమీ లేదు అని అంటున్నారు. మొత్తానికి ఈ రోజు కాకపోయినా మరో రోజు అయినా కుమారుడి కోసం పురందేశ్వరి ఎలాంటి కీలకమైన నిర్ణయం అయినా తీసుకుంటారు అని అంటున్నారు. సో బీజేపీకి ఆమె రుులక్ ఇస్తారా, బీజేపీ ఆమెను పక్కన పెడుతుందా అన్నది చూడాల్సి ఉంది అంటున్నారు.

# కాల్మనీల కనీస వేతనాలు చెల్లించి, ఉద్యోగ భద్రత కల్పించాలి

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** కార్మికులకు కనీస వేతనాలు చెల్లించాలని, ఉద్యోగ భద్రత కల్పించాలని డిమాండ్ చేస్తూ సెప్టెంబర్ 20 న పార్వతీపురం కలెక్టర్ కార్యాలయం వద్ద జరిగే ధర్నాలో కార్మికవర్గం అధిక సంఖ్యలో పాల్గొనాలని సిఐటియు జిల్లా అధ్యక్ష కార్యదర్శులు గొర్లి వెంకటరమణ, వై మన్మథరావు పిలుపు నిచ్చారు. ఈ మేరకు ప్రచార గోడ పత్రికను శనివారం పార్వతీ పురం ప్రజాసంఘాల కార్యాలయంలో విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కార్మికుల హక్కులు హరిస్తుందని విమర్శించారు గత ఎన్నికల సమయంలో కార్మిక వర్గానికి ఇచ్చిన హామీలు కూడా అమలు చేసేందుకు రాష్ట్ర ముఖ్య మంత్రి సిద్ధపడటం లేదని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.ఈ మూడేళ్ల కాలంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కార్మికుల యొక్క సమస్యలు పరిష్కారం చేయడంలో తీవ్ర నిర్లక్ష్యం ప్రదర్శిస్తోందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. రోజు రోజుకి నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు పెరుగుతున్నాయని పెరుగుతున్న ధరలకు అనుగుణంగా వేతనాలు పెంచేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధపడటం లేదని అన్నారు ఇప్పటికైనా సుప్రీంకోర్టు తీర్పును అనుసరించి కనీస వేతనం 26 వేల రూపాయలుగా నిర్ణయించింది అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. కాంట్రాక్ట్ ఔట్ సోర్సింగ్ ఉద్యోగులకు,ప్రభుత్వ స్కీమ్ లో పనిచేస్తున్న కార్మికులకు కనీస వేతనాలు చెల్లించాలని ఉద్యోగ భద్రత కల్పించి రిటైర్మెంట్ బెనిఫిట్స్ ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ సమస్యల పరిష్కారం కోసం సెప్టెంబర్ 20న జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం వద్ద జరిగనున్న ధర్నాలో అన్ని రంగాల కార్మికులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో సిఐటీయూ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు ఎన్ వై నాయుడు, ఆర్.రాము, కె అవినాష్, సిఐటీయూ కార్యదర్శులు బి వి రమణ,రమణారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# షార్జా నుంచి కిలో బంగారు తీసుకొచ్చి దొరికిన ఏపీ ఉన్నతాధికారి భార్య

ఆమె ఏపీలోని ఒక అత్యున్నత స్థాయి అధికారి సతీమణి. అలాంటి ఆమె.. దుబాయ్ నుంచి కేజి బంగారాన్ని తీసుకొస్తూ ఎయిర్ పోర్టులో దొరికిపోయిన ఉదంతం తాజాగా చోటు చేసుకుంది. దీనికి సంబంధించిన వివరాలు బయటకు రానివ్వకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకున్నప్పటికీ.. ప్రధాన మీడియా సంస్థల్లో దాని వివరాలు బయటకు వచ్చేశాయి. చోటు చేసుకున్న ఈ ఉదంతం.. శుక్రవారం బయటకు వచ్చింది.

నిబంధనల ప్రకారం చూస్తే.. విదేశాల నుంచి పరిమితికి మించి బంగారం తీసుకురాకూడదు. ఒకవేళ తీసుకొచ్చినా దాదాపు 30 శాతానికి పైనే పన్ను చెల్లించాలి. కానీ.. భారీగా ఉన్న పన్నును తప్పించుకోవటం కోసం గుట్టుచప్పుడు కాకుండా వ్యవహరిస్తుంటారు. కొందరు అక్రమ పద్ధతుల్ని ఫాలో అవుతుంటారు.

తాజాగా అలాంటి ఉదంతమే ఒకటి విజయవాడలోని గన్నవరం ఎయిర్ పోర్టులో చోటు చేసుకుంది. ఏపీ స్వజనాత్మకత సాంస్కృతిక సమితి సీఈవోగా రేగుళ్ల మల్లికార్జునరావు వ్యవహరిస్తుంటారు. ఆయన సతీమణి నీరజారాణి షార్జా నుంచి కేజి బంగారాన్ని తీసుకొస్తూ పట్టుబడ్డారు.

షార్జా నుంచి 38 మంది ప్రమాణికులతో ఎయిరిండియా విమానం విజయవాడకు చేరుకుంది. ఈ విమానంలోనే నీరజారాణి కేజి బంగారు ఆభరణాల్ని తనతో తెచ్చారు. మరోవాదన ఏమంటే.. నీరజారాణి దుబాయ్ లో ఆభరణాల దుకాణాన్ని నిర్వహిస్తారని చెబుతున్నారు.

ఏది ఏమైనా నిబంధనలకు లోబడి బంగారాన్ని తీసుకురావాలే తప్పించి ఇంత భారీగా తేకూడదు. తెచ్చినా పన్ను చెల్లింపులు చేయాలి. కానీ.. అదేమీ ఆమె చేయలేదు. అధికారులు తనిఖీలు నిర్వహిస్తూ.. ఆమె వద్ద ఉన్న కేజి బంగారు ఆభరణాల్ని గుర్తించారు.

ఆసక్తికరమైన విషయం ఏమంటే.. షార్జా నుంచి పెద్ద ఎత్తున బంగారు ఆభరణాల్ని తరలిస్తున్నారన్న సమాచారాన్ని అందుకున్న డీఆర్ఐ అధికారుల టీం ప్రత్యేకంగా హైదరాబాద్ నుంచి గన్నవరం చేరుకొని తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కేజి బంగారం దొరకటం సంచలనంగా మారింది. అయితే.. ఆమె ఇలా తరచూ చేస్తారని చెబుతున్నారు.

# పర్యావరణ పరిరక్షణలో అందరూ భాగస్వాములు కావాలి: వంగా గీత

**కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్):** పర్యావరణ పరిరక్షణలో అందరూ భాగస్వాములు కావాలని.. హరిత నగరాలు లక్ష్యంగా కృషి చేయాలని కాకినాడ ఎంపీ వంగా గీత పేర్కొన్నారు. శనివారం ఉదయం కాకినాడ రంగరాయ మెడికల్ కాలేజి ఆవరణలో కాకినాడ నగరపాలక సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటుచేసిన జగనన్న హరిత నగరాలు కార్యక్రమంలో కాకినాడ ఎంపీ వంగా గీత, జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ కృతికా శుక్లా.. మేయర్ సుంకర శివప్రసన్న, కుడా చైర్పర్సన్ రాగిరెడ్డి చంద్రకళా దీప్తి, అడిషనల్ కమిషనర్ సీహెచ్ నాగ నరసింహారావు, ఆర్ఎంసీ ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ డీఎస్ వీ ఎల్ నరసింహం తదితరులతో కలిసి మొక్కలు నాటారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ వంగా గీత మాట్లాడుతూ కాలుష్యం బారిన పడకుండా ఆరోగ్యకర జీవితం గడపాలంటే హరిత విప్లవాన్ని పెంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. గౌరవ ముఖ్యమంత్రి ప్రత్యేక డ్రైవ్ చేపట్టి రాష్ట్రంలో లక్షలాది మొక్కలు నాటేలా కృషిచేశారన్నారు. అవకాశం మేరకు ప్రతి ఒక్కరు మొక్కలు నాటాలని ఈ సందర్భంగా ఎంపీ వంగా గీత పిలుపునిచ్చారు.

కాకినాడ జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ కృతికా శుక్లా మాట్లాడుతూ పెద్దఎత్తున మొక్కలు నాటడం ద్వారా పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించుకోవచ్చు.. ఈ వర్షాకాలం ప్రారంభం నుంచి ఇప్పటివరకు జిల్లాలో 30 వేల మొక్కలు నాటినట్లు తెలిపారు. ఈరోజు 10,000 మొక్కలు నాటినట్లు వెల్లడించారు రంగరాయ మెడికల్ కాలేజి ఆవరణలో ఈరోజు ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, వైద్య విద్యార్థులు, స్వచ్ఛంద సంస్థల ప్రతినిధులతో కలసి మామిడి, కొబ్బరి వంటి ఫలసాయం ఇచ్చే 500 మొక్కలు నాటినట్లు వివరించారు. కార్యక్రమంలో కాకినాడ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ సెక్రటరీ ఏసుబాబు, ఉద్యాన అధికారి సిరిల్, రంగరాయ మెడికల్ కాలేజి విద్యార్థులు, సిబ్బంది, వన్ స్టెప్ టువర్డ్స్ సొసైటీ, సేవ్ సాయిల్, హౌస్ తదితర స్వచ్ఛంద సంస్థల ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా మట్టిని రక్షించు పోస్టర్లను ఎంపీ, కలెక్టర్ తదితరులు ఆవిష్కరించారు. స్వయం సహాయక సంఘాల ఆధ్వర్యంలో చెత్త నుంచి తయారు చేసిన ఎరువుల స్టాల్ ను ఎంపీ, కలెక్టర్ తదితరులు పరిశీలించారు.

# ఆశాజ్యోతి ఆశ్రమ వాసులకు ఉచిత కంటి వైద్య తనిఖీలు

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర శాఖ వారి ఆదేశాల మేరకు. పార్వతిపురం మన్యం జిల్లా రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో ఎల్వీ ప్రసాద్ ఐ ఇన్స్టిట్యూట్ రాయగడ బ్రాంచ్ వారి సహకారంతో పార్వతీపురంలో గల ఆశాజ్యోతి ఆశ్రమము లో ఉన్నటువంటి పిల్లలకు ఉచిత కంటి పరీక్ష శిబిరాన్ని రెడ్ క్రాస్ చైర్మన్ డాక్టర్ ఎం శ్రీరాములు చేతులమీదుగా ప్రారంభించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో 35 మంది పిల్లలకు కంటి పరీక్షలు చేసి ఎటువంటి దృష్టి లోపం కలిగి ఉన్నారో వారికి తెలియజేయడం జరిగింది. అదేవిధంగా ఆశ్రమ పిల్లలకు మాస్కులు పంపిణీ చేస్తూ ప్రతి ఒక్కరు కూడా కరోనా పట్ల తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని మాస్కులు యధావిధిగా వాడాలని తెలియజేస్తూ పిల్లలకు మాస్కులను పంపిణీ చేయడం జరిగింది. ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో రెడ్ క్రాస్ వైస్మన్ డాక్టర్ ఎం శ్రీరాములు, కార్యదర్శి బి ఎన్ బి రావు కమిటీ మెంబర్ బోటు రామకృష్ణ ఆశాజ్యోతి ఆశ్రమం డైరెక్టర్ చెరుకూరి జగదీష్ , ఆశ్రమ సిబ్బంది,ఎల్ వి ప్రసాద్ ఐ ఇన్స్టిట్యూట్ రాయగడ బ్రాంచ్ రెడ్ క్రాస్ జిల్లా కోఆర్డినేటర్ ఎన్.చంద్ర రావు రెడ్ క్రాస్ వాలంటీర్ చంద్ర రావు దిలీప్ పాల్గొన్నారు.

# ట్రంప్ మూసిన తలుపును తెరిచిన బైడెన్..

## గ్రీన్ కార్డులకు గ్రీన్ సిగ్నల్

**న్యూఢిల్లీ:** అమెరికాలో నివాసం ఉంటూ.. అల్పాదాయంతో బండి లాగించే వారికి గ్రీన్ కార్డు జారీ చేసే విషయంలో సవాలచ్చ ఆంక్షలు ట్రంప్ హయాంలో ఉండేవి. అలాంటి వాటిని పక్కన పెట్టేసి.. పిల్లెనంత మంది ముఖాల్లో చిరునవ్వులు చిందించేలా బైడెన్ నిర్ణయాలు ఉంటున్నాయి.తాజాగా గ్రీన్ కార్డుజారీకి సంబంధించిన కీలక నిర్ణయాన్ని తీసుకున్నారు. ట్రంప్ హయాంలో ప్రభుత్వ సబ్సిడీలు పొందే అల్పాదాయ వర్గాల విదేశీయులకు గ్రీన్ కార్డు ఇచ్చేందుకు నో చెప్పేవారు. దీనికి భిన్నంగా తాజాగా బైడెన్ సర్కారు మాత్రం.. అలాంటిదేమీ లేకుండా ప్రభుత్వ సబ్సిడీలు పొందే వారికి కూడా గ్రీన్ కార్డులు ఇచ్చేలా నిబంధనల్నిమారుస్తూ నిర్ణయం తీసుకున్నారు.తాజాగా మార్చిన నిబంధనల్ని డిసెంబరు 23 నుంచి అమల్లోకి రానున్నాయి. ట్రంప్ ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన నిబంధనల ప్రకారం హౌసింగ్ వౌచర్లు.. ఫుడ్ స్టాంపులు.. మెడికల్ సాయం పొందిన వారికి గ్రీన్ కార్డులు జారీ చేసే వారు కాదు. వలసదారుల ఆదాయం.. వయసు.. ఆరోగ్య పరిస్థితులను కూడా పరిగణలోకి తీసుకునే వారు. తాజాగా మార్చిన నిబంధనల ప్రకారం మాత్రం ఇలాంటివేమీ పరిగణలోకి లేకుండానే గ్రీన్ కార్డు జారీ చేసేలా నియమావళిని మార్చేశారు. అమెరికా అధ్యక్షుడిగా వ్యవహరించిన కాలంలో ట్రంప్ విధానాల గురించి తెలిసిందే. విదేశాల నుంచి వచ్చి అమెరికాలో స్థిరపడే వారి విషయంలో ట్రంప్ వైఖరి కఠినంగా ఉండేది. వీసా దగ్గర నుంచి గ్రీన్ కార్డు జారీ వరకు ప్రతి విషయంలోనూ అమెరికన్ల ప్రయోజనాల పేరుతో ఎంతో మంది కలల్ని ఆయన కల్లలు చేసిన వైనం తెలిసిందే.

# సర్వీస్ రోడ్డు లో నిలువ ఉన్న నీటిని సంగివలస చెరువులోకి మళ్ళించాలి

**భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** తగరపువలస 2 వ వార్డు పరిధిలో ఉన్న సర్వీసు రోడ్డు లో వర్షం పడుతున్న ప్రతీసారి ఎదురవుతున్న ఇబ్బందులని తొలగించాలని బీజేపీ 1,2 వార్డు అధ్యక్షురాలు శిరపు రామలక్ష్మి అన్నారు. శనివారం కార్యకర్తలతో కలిసి నీరు నిలిచిపోయిన ప్రాంతాలను సందర్శించి మాట్లాడుతూ గత రెండురోజులుగా కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు సర్వీసు రోడ్డు మొత్తం నరకప్రాయం గా మారిందని అన్నారు. సాధారణ రోజుల్లోనే వంతెన ఇరువైపులా ఉన్న సర్వీసు రోడ్డు లో కాలువలు ఉన్నప్పటికీ కాలువల్లో పూడికలు తీయించక కాలువలో వెళ్లాల్సిన మురుగు నీరు రోడ్డు పై ప్రవహిస్తుందనీ, గత రెండు రోజులుగా కురుస్తున్న వర్షాల కారణంగా పాదచారులు కు మోకాళ్లవరకు మురుగు నీరు చేరి ప్రజలు ఇబ్బంది పడినట్లు చెప్పారు. వంతెన మీద ఉన్న వర్షపు నీరు కూడా ఈ ప్రాంతంలోనే వదిలిపెట్టటం వలన పెద్ద చెరువు మాదిరి మురుగునీరు ఏర్పడుతుందనీ తెలిపారు. ద్విచక్ర వాహనాలు, ఆటోలు, సిటీ బస్ లు కూడా మోకాళ్ళ లోతు మురుగు నీరుతో ఇబ్బందిపడుతున్నారనీ, సర్వీస్ రోడ్డు కు ఆనుకుని నివసిస్తున్న కొంతమంది పాకల ఇళ్లల్లోకి మురుగు నీరు చేరుట వలన ఆ ప్రాంత ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురి అవుతున్నారనీ అన్నారు. నిలువ ఉన్న నీటిని సర్వీస్ రోడ్డు పక్కన ఉన్న కాలువల ద్వారా సంగివలస చెరువులోకి మళ్లించటానికి అవకాశం ఉన్నప్పటికీ అధికారులు నిమ్మకు నీరెత్తినట్లు వ్యవహరిస్తున్నారని రామలక్ష్మి అన్నారు. తక్షణమే సంబంధిత అధికారులు ఈ సమస్య పై చర్యలు తీసుకోకపోతే పరిస్థితి దారుణం గా ఉంటుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లో కవిత, శ్రీధర్, విజయ, సుబ్రహ్మణ్యం, నర్సుబాయి, వేణు ,వెంకటరెడ్డి, పవన్, శేషు, స్థానికులు పాల్గొన్నారు.

# విపక్షాల ఐక్యతా ? రాహుల్ జీ వాట్ ఏ జోక్ !

బీజేపీ విద్వేష విధానాలకు వ్యతిరేకంగా కాంగ్రెస్ యువనేత రాహుల్ గాంధీ చేపట్టిన భారత్ జోడో యాత్రపై వైసీపీ ఎంపీ విజయసాయిరెడ్డి విమర్శలు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ మధ్య కాంగ్రెస్ పార్టీతో పాటు రాహుల్ గాంధీని వ్యక్తిగతంగా టార్గెట్ చేస్తూ వస్తున్న సాయిరెడ్డి.. భారత్ జోడో యాత్రను సైతం లక్ష్యంగా చేసుకున్నారు.

భారత్ జోడో యాత్రతో విపక్షాల్ని రాహుల్ ఏకం చేయబోతున్నారంటూ జరుగుతున్న ప్రచారంపై వైసీపీ ఎంపీ విజయసాయిరెడ్డి మండిపడ్డారు. రాహుల్ యాత్రతో విపక్షాలు ఏమవుతాయా అనే ప్రశ్నతో ఇవాళ ట్వీట్ పెట్టారు. ఇందులో రాహుల్ ను ఉద్దేశించి సాయిరెడ్డి పలు ప్రశ్నలు కూడా వేశారు. అంతే కాదు రాహుల్ గాంధీ విలాసవంతమైన కంటెయినర్లలో పడుకుంటూ భారత్ జోడో యాత్ర చేయడాన్ని కూడా సాయిరెడ్డి తప్పుబట్టారు. దీంతో సాయిరెడ్డి ట్వీట్ ఇప్పుడు చర్చనీయాంశమవుతోంది.

59 ఏసీ కంటెయినర్ల కాన్వాయ్ నుంచి రాహుల్ గాంధీ విపక్షాల ఐక్యతకు పిలుపునిస్తారని, తన పార్టీకి అధ్యక్షుడు, ఉపాధ్యక్షుడెవరో కూడా నిర్ణయించుకోని పార్టీ విపక్షాల ఐక్యతకు పిలుపునిచ్చిందంటూ విజయసాయిరెడ్డి ఎద్దేవా చేశారు. చివర్లో వాట్ ఏ జోక్ రాహుల్ జీ అంటూ సెటైర్ కూడా వేశారు. ఈ మధ్య రాహుల్ నుం, కాంగ్రెస్ పార్టీని ఉద్దేశించి సాయిరెడ్డి వరుస ట్వీట్లు పెడుతున్నా కాంగ్రెస్ పార్టీ నుంచి కానీ, ఇతర పార్టీల నుంచి స్పందన లభించడం లేదు. అదీ ఇంగ్లీష్ లోనే పెడుతున్నా జాతీయ నేతలెవరూ స్పందించడం లేదు. దీంతో సాయిరెడ్డి మరింత దూకుడు పెంచినట్లు కనిపిస్తున్నారు.


**ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే**

**మెటీరియల్స్ సరఫరా**

(1) టెండరు నెం.: 30225432A తేదీ: 06.09.2022
పని పేరు: SSP వద్ద RTU ఏర్పాటు, ఎలక్ట్రో, ట్యూనర్ & కమీషనింగ్ RDSO స్పెసిఫికేషన్ నెం. TI/RCC/SCADA/0130 (04/2014) లేదా అలా వ్రాయడం చేయుటతోపాటు వ్రాయుటయును, RTUలు తొలగించుట, మాడిఫికేషన్/అప్‌గ్రేడేషన్, ట్యూనర్ మరియు కమీషనింగ్ RCC ఎక్విప్‌మెంట్ వద్ద వ్రాయుటయును, స్టాండర్డ్ SCADA సిస్టమ్‌కు పైన మాస్టర్ స్టేషన్‌తోటి సమీపన సబ్‌స్టేషన్ యొక్క అందరివి RTUలం యొక్క కాన్ఫిగరేషన్/అంగీకృతమ్/ పాటించి కొరకు RDSO స్పెసిఫికేషన్ నెం. TI/RCC/SCADA/0130 Rev.2తో సవరించుట, వ్రాయడం నిర్వర్తించాలి మరియు అనుసంధాన & పెయింటింగ్ కొరకు మీదు కార్యాలయ సమయం చేయుట. పనిమూలం: 1 నెలలు, RITES వారిచే తనిఖీ చేయుబడును.
బయానా: ₹ 74,470/-.

(2) టెండరు నెం.: 30225486, తేదీ: 06.09.2022
పని పేరు: WAG9 లోకో మెయిన్‌టెనెన్స్ కొరకు క్లిష్ట బర్నింగ్‌తో లోగో స్టీలు, లోగో స్టీలు పూర్తిగా CLW స్పెసిఫికేషన్ నెం. CLW/MS/3/BOGIE/003 ALT-2 లేదా అలా వ్రాయడం మరియు స్టాలింగ్ నెం. 1209-01, 112-202, ALT-లేదు లేదా అలా వ్రాయడం క్లిష్ట గేరు ఫ్యాబ్రికేషన్ పాటూరా మరియు WAG9 HC లోకో కొరకు బోగిలు CLW/DRG/SPEC నెం. 1209-01, 116-059, ALT-5 లేదా అలా వ్రాయడం మరియు 1209-01, 2016-060 క్లిష్ట స్టీలు బ్రాకెట్లు తొలగించగా CLW DRG నెం. 1209-12, 017-032 ALT లేదా అలా వ్రాయడం ఫిట్ కండిషన్‌లోని క్లిష్ట సస్పెన్షన్ కొరకు అనుసంధాన సమ్మేళనం చేయుట. పనిమూలం: 02L 3నెల్స్, RITES వారిచే తనిఖీ.
బయానా: ₹ 1,23,760/-, ఆర్డర్ నెట్టు బాటు (రోజులు): 90 రోజులు (రెండు వందల్లో కొరకు)

టెండరు మ్యాన్‌హోర్స్ పనికి సంబంధించి సమయపరిధి (రెండు వందల్లో కొరకు) 30.09.2022రు 1500 గంటలకు గమనిక: మెటీరియల్‌కు 60 రోజులలోపు సరఫరా చేయుట (రెండు వందల్లో కొరకు)
ఈ టెండరుకు సంబంధించి అర్హత అనుమతించిన మరియు సమర్పణ అర్హత కల్గిన మాత్రమే ఇవి అందరికీ తెరువబడును.
పూర్తి వివరములు మరియు ఇ-టెండరు కొట్టేషన్‌లు లభించు వెబ్‌సైట్: http://www.ireps.gov.in
సీనియర్ డివిజనల్ మెటీరియల్స్ మేనేజర్, వాల్తేరు
PR-478/N/22-23


# ఏపీఐఐసీ భూములను పరిశీలించిన జాయింట్ కలెక్టర్

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ కల్పనా కుమారి రాంబిల్లి మండలం కృష్ణం పాలెం, జెడ్. చింతపల గ్రామాలలో ఏపీఐఐసికి ఇచ్చే ప్రభుత్వ భూములను పరిశీలించారు. ప్రభుత్వ రికార్డుల ప్రకారం గుర్తించిన భూములను అధికారులు ఆమెకు చూపించారు. పరిశీలన అనంతరం జాయింట్ కలెక్టర్ ఆ భూములను సాగుచేసుకుంటున్న రైతులతో మాట్లాడారు. ఈ పర్యటనలో రాంబిల్లి తాసిల్దార్ భాగ్యవతి, ఏపీఐఐసీ డిప్యూటీ జనరల్ మేనేజర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# అన్న సమారాధన ప్రారంభించిన సతీష్

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** స్థానిక రైల్వే స్టేషన్ దగ్గర భీముని గుమ్మంలో జై భీమ్ యూత్ సభ్యులు ఆధ్వర్యంలో గణపతి ఉత్సవాల్లో భాగంగా శనివారం భారీ అన్న సమారాధన కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త ఎం వి ఆర్ గ్రూప్ ఆఫ్ కంపెనీస్ అధినేత ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు తనయుడు ముత్యాల గౌర్మింట్,డైరెక్టర్ ముత్యాల సతీష్ విచ్చేశారు. ముత్యాల సతీష్ కు జై భీమ్ యూత్ సభ్యులు స్వాగతం పలికి వినాయకుడికి ప్రత్యేక పూజలు చేసి తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు. అనంతరం సతీష్ చేతుల మీదుగా అన్న సమారాధన కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. సతీష్ మాట్లాడుతూ ఇలాంటి గణపతి నవరాత్రుల్లో అన్న సమారాధన కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయడం ఎంతో ఆనందంగా ఉన్నదని అందులో మమ్మల్ని భాగస్వాములు చేసినందుకు ఎంతో ఆనందంగా ఉన్నదని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జై భీమ్ యూత్ సభ్యులు మరియు ఎంపీఆర్ యువసేన సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

# అనకాపల్లి ఎంపీ కార్యాలయం వద్ద భారీ అన్న సమారాధన

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ బీవీ సత్యవతి తన కార్యాలయం వద్ద నిర్వహించిన వినాయక నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా శనివారం భారీ అన్న సమారాధన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ సత్యవతి తోపాటు వివేకానంద చారిటబుల్ ట్రస్ట్ వైద్యన్ డాక్టర్ కె విష్ణుమూర్తి పాల్గొని అన్నసమారాధన కార్యక్రమం ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ సత్యవతి కుటుంబ సభ్యులు ఆనుపత్రి సిబ్బంది ఆ ప్రాంత ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

# ఎన్.వై.కె ఇంటెన్సివ్ వాలంటీర్ ఎన్రోల్మెంట్ ప్రోగ్రాం

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** శనివారం స్థానిక నైపుణ్య అభివృద్ధి సంస్థ (స్కిల్ డెవలప్మెంట్ సెంటర్) లో భారత ప్రభుత్వం కేంద్ర యువజన వ్యవహారాలు, క్రీడల మంత్రిత్వశాఖ నెహ్రూ యువ కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో ఇంటెన్సివ్ వాలంటీర్ ఎన్రోల్మెంట్ ప్రోగ్రాం నిర్వహించడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశం యువత దేశ నిర్మాణంలో భాగం పంచుకోవాలని బాధ్యత కలిగి ఉండాలని అవగాహన కల్పించడం జరిగిందని నెహ్రూ యువక కేంద్రం ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా యువజన అధికారి మహేశ్వరరావు తెలిపారు.

కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న డాక్టర్ సత్యనారాయణ రావు మాట్లాడుతూ అంటూ స్థానికంగా ఉన్న వనరులతో నడుపాయాలను ఏర్పాటు చేసుకుంటూ స్వచ్ఛభారత్ , రక్తదాన శిబిరాలు ,పేద వారికి ఉచితంగా విద్య నేర్పడం మొదలైన కార్యక్రమాలను స్వచ్ఛందంగా చేయవచ్చన్నారు. ఏ ఎస్ ఐ మణికుమారి యువత చెడు త్రోవ పట్టకుండా ఉండాలని, మత్తు పదార్థాలకు బానిసలు కాకూడదన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్పోర్ట్స్ అథారిటీ ప్రతినిధి వేణుగోపాల్ ,హ్యాపీ కిడ్స్ స్కూల్ కరస్పాండెంట్ గిరీష్ కుమార్, నైస్ మ్యాన్పవర్ సొల్యూషన్స్ యాజమాన్యం, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు

# రెండు చోరీ కేసుల్లో నిందితుడు అరెస్ట్

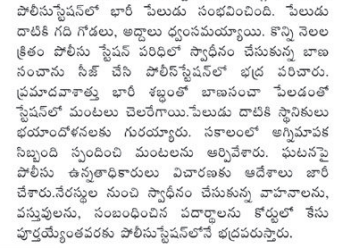
## చోరీ సొత్తు 11 తులాల బంగారం స్వాధీనం

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** మునగపాక అనకాపల్లి మండలాల్లో రెండు చోరీలలో నేరస్తుని పట్టుకొని పోలీసులు 11 తులాల బంగారం చోరీ సొత్తును స్వాధీన పరుచుకున్నారు. అనకాపల్లి జిల్లా ఎస్పీ గౌతమిశాలి ఆదేశాల మేరకు పరవాడ డిఎస్పి పి శ్రీనివాసరావు స్థానిక పోలీస్ గెస్ట్ హౌస్ లో విలేకరుల సమావేశంలో వివరాలు తెలిపారు. ఎడిషనల్ ఎస్పీ( క్రైమ్) పర్యవేక్షణలో అనకాపల్లి సిసిఎస్, ఎలమంచిలి పోలీస్ , అనకాపల్లి రూరల్ పోలీస్ లు 3 బృందాలుగా ఏర్పడి కసింకోటకు చెందిన నిందితుడ్ను ఒడిసెట్టి నూకరాజును చెంది అరెస్ట్ చేశారు. కశింకోట మండలం , కశింకోట కు చెందిన నిందితుడు నూకరాజు తాగుడుకు మరియు ఇతార దూరఅలవాటులకు బానిస అయ్యి డబ్బులు కోసం ఈ యాదాది జూబైట్కు 2 న మునగపాక మండలం, ఉమ్మలాడ శివారు లో గల ఒక ఫామ్ హౌస్ లో కొందరు వ్యక్తులు ఉండడం చూసి, వాళ్ళు వెళ్లిపోయిన తర్వాత దొంగతనం చేయాలని ఉద్దేశంతో లోనికి వెళ్ళగా అక్కడ ఇంటి లోపల ఇద్దరు ఆడవారు ఉండడం చూసి పక్కన ఉన్న కొడవలితో కిటికీలు పగలగొట్టి లోనికి వెళ్లి అక్కడున్న ఆడవారిని బెదిరించి వాళ్ళ మెడలోను ఉన్న 8 తులాలూ బంగారపు వస్తువులను దొంగతనం చేసాడు . సెప్టెంబర్ 5న అనకాపల్లి మండలం సంపతిపురం పంచాయతీకి చెందిన టి. వెంకుంపాలెం శివారు తమ్మయ్య పేటలో గల ఇంటి వద్దకు వెళ్లి ఒక మహిళను తాగడానికి మజ్జగ అడిగి తాగినట్లే తాగి తన మెడ లో గల మూడు తులాల బంగారు తాడును పుస్తెలతో సహా తెంచి దొంగిలించడం జరిగినది. ఈ నేపథ్యంలో దొంగిలించబడిన చోరీ సొత్తును మరియు దొంగలను పట్టుకోవడానికి అనకాపల్లి జిల్లా ఎస్పీ ఆదేశాల మేరకు ఏడిషనల్ క్రైమ్ ఎస్పీ వారి పర్యవేక్షణలో వారి సిబ్బంది, అనకాపల్లి ఎలమంచిలి మరియు అనకాపల్లి రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్ను చెందిన పోలీస్ సిబ్బంది మూడు బృందాలుగా ఏర్పాటు చేసి విచారణ చేస్తుండగా శుక్రవారం ఉదయం సుమారు 9 గంటలకు మునగపాక మండలం చెందిన ఉమ్మలాడ వద్ద ద్విచక్ర వాహనంపై వస్తున్న నిందితుడు ఎలమంచిలి సిఐ, సిసిఎస్ సిఐ సిబ్బందికి పట్టుపడ్డాడు .

# ఆరిలోవ ప్రాంతాలలో మహా అన్నదానం

**ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్):** విశాఖ తూర్పునియోజకవర్గం ఆరిలోవ ప్రాంతం లో పలు చోట్ల వినాయక చవితి నవరాత్రి మహోత్సవాలు లో భాగంగా మహా అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని 12 వ వార్డు లో సంతపాలెం, పెదగదిలి శివాలయం వీధి కొండపై, లీలనుండరయ్య నగర్ లో 13 వ వార్డు లో ఎన్ ఎమ్ ఆర్ కాలనీ లలో ఘనంగా నిర్వహించారు. తూర్పునియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు వెలగపూడి రామకృష్ణ బాబు ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసి స్వామివారిని దర్శించుకొని భక్తులకు అన్నప్రసాదాన్ని వడ్డించారు . ఈ కార్యక్రంలో 12 వ వార్డుతెలుగుదేశం పార్టీ ఇంచార్జి ఒమ్మి అప్పలరాజు, 12 వ వార్డు అధ్యక్షులు గాడి సత్యం, విశాఖ పార్లమెంట్ కార్యదర్శి ఏడువాక సన్యాసిరావు, తూర్పునియోజకవర్గం ఐటీడీపీ ఇంచార్జి బాదరు బాలరాజు, దువ్వి తాతారావు, వాసు, వెంకటనాయుడు, నూకరాజు, బాలస్వామి, సుధాకర్, గ్రామ పెద్దలు, మహిళలు, పెద్ద ఎత్తున భక్తులు పాల్గొన్నారు.

# సాలూరు పోలీసుస్టేషన్‌లో భారీ పేలుడు



**అమరావతి:** ఏపీలోని పార్వతీపురం జిల్లా సాలూరు పోలీసుస్టేషన్‌లో భారీ పేలుడు సంభవించింది. పేలుడు దాటికి గది గోడలు, అద్దాలు ధ్వంసమయ్యాయి. కొన్ని నెలల క్రితం పోలీసు స్టేషన్ పరిధిలో స్వాధీనం చేసుకున్న బాణసంచాను సీజ్ చేసి పోలీస్‌స్టేషన్‌లో భద్ర పరిచారు. ప్రమాదవాతావ్తు భారీ శబ్దంతో బాణసంచా పేలడంతో స్టేషన్‌లో మంటలు చెలరేగాయి.పేలుడు దాటికి స్థానికులు భయాందోళనలకు గురయ్యారు. సకాలంలో అగ్నిమాపక సిబ్బంది స్పందించి మంటలను అర్పివేశారు. ఘటనపై పోలీసు ఉన్నతాధికారులు విచారణకు ఆదేశాలు జారీ చేశారు.నేరస్థుల నుంచి స్వాధీనం చేసుకున్న వాహనాలను, వస్తువులను, సంబంధించిన పదార్థాలను కోర్టులో కేసు పూర్తయ్యేంతవరకు పోలీసుస్టేషన్‌లోనే భద్రపరుస్తారు.

# సమస్యలు ఉంటే తెలియజేయాలి

**పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** సమస్యలు ఉంటే తెలియజేయాలని పాలకొండ శాసన సభ్యులు విశ్వాసరాయి కళావతి అన్నారు. పాలకొండ నియోజకవర్గం భామిని మండలం నేరడి - సచివాలయం పరిధిలో రెండవ రోజు శని వారం గురండి, నేరడి గ్రామాలలో గడప గడపకు - మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో శాసన సభ్యులు కళావతి పాల్గొన్నారు. గడప గడపకు వెళ్తూ కుటుంబాలకు ప్రభుత్వ పరంగా అందుతున్న ప్రయోజనాలను వివరించారు. కుటుంబానికి ఏ పథకం క్రింద ఎంత మొత్తం లబ్ధి చేకూరిందో తెలియజేస్తూ కర పత్రాలను పంపిణీ చేసారు. రేషన్ కార్డు నిలిచిపోయిందని, పింఛను ఆగిందని, ఇళ్లు మంజూరు చేయాలని పలువురు గ్రామంలో కోరారు. వాటిని ప్రతిపాదించాలని సచివాలయం సిబ్బందికి సూచించారు. పేదల బాగోగులు కర్తవ్యంగా ప్రభుత్వం పనిచేస్తుందని ఆమె వివరించారు. గత మూడు సంవత్సరాలుగా ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ఆమె వివరించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో భామిని మండల ఎంపిపి, వైస్ ఎంపిపి లు, ఎంపిటిసిలు, జెడ్పీటీసీ, అధికారులు పాల్గొన్నారు.

# సీతంపేట మండలంలో ఇళ్లకు శంకుస్థాపనలు

**పార్వతీపురం/ సీతంపేట, మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్):** సీతంపేట మండలంలో జగనన్న కాలనీ ఇళ్ళ నిర్మాణాలకు పలు చోట్ల శని వారం శంకుస్థాపన జరిగింది. ఐటిడిఎ ప్రాజెక్టు అధికారి డా.బి.నవ్య , స్థానిక అధికారులు, ఆనధికారులు పాల్గొన్నారు. సమారెల్లి, పెదరామ, గోయిది తదితర పంచాయతీ, సచివాలయాల పరిధిలో ఉత్సాహంగా శంకుస్థాపన కార్యక్రమం జరిగింది. జగనన్న గృహాల నిర్మాణానికి సకాలంలో బిల్లులు చెల్లింపు, సామగ్రి సరఫరా కావడంతో నిర్మాణాల జోరు పెరిగింది. జిల్లా కలెక్టర్ శాశ్వత్ కుమార్ ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకొని ఇళ్ళ నిర్మాణాలపై ఎప్పటికప్పుడు సూచనలు, ఆదేశాలు జారీ చేస్తున్నారు. పాలకొండ పురపాలక సంఘం పరిధి లుంబురు కాలనీ ఇళ్ళ నిర్మాణంపై ప్రాజెక్టు అధికారి నవ్య, రెవిన్యూ డివిజనల్ అధికారి హేమలత లతో సమీక్షించి త్వరితగతిన మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించి ఇళ్ల నిర్మాణం వేగవంతం చేయాలని ఆదేశించారు. ఆ మేరకు ప్రాజెక్టు అధికారి నవ్య చర్యలు చేపట్టారు. పనులు వేగవంతం కావడానికి పలు చర్యలు చేపట్టారు. సీతంపేట మండలంలో గృహ నిర్మాణాలకు ప్రాజెక్టు అధికారి మార్గదర్శకాలు రూపొందించి వేగవంతం చేయుటకు నిర్ణయించారు. ఈ మేరకు శని వారం శంకుస్థానలకు శ్రీకారం చుట్టారు.

# విద్య, వైద్య శాఖల్లో మూడు నెలల్లోగా పదోన్నతులు

**విజయనగరం:** :కంట్రిబ్యూటరీ పెన్షన్ స్కీము కంటే మెరుగైన పరిష్కారాన్ని సి.పి.ఎస్. ఉద్యోగులకు చూపి మంచి నిర్ణయం తీసుకోవాలని ముఖ్యమంత్రి శ్రీ వై.ఎస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డి తమ మంత్రివర్గ ఉపసంఘాన్ని ఆదేశించారని, ఈ మేరకు వచ్చే రెండు నెలల్లోనే దీనిపై ప్రభుత్వ నిర్ణయం వుంటుందని రాష్ట్ర విద్యాశాఖ మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ చెప్పారు. ఉద్యోగుల సమస్యలు చర్చల ద్వారానే పరిష్కారమవుతాయని మంత్రి పేర్కొన్నారు. సి.పి.ఎస్.రద్దుపై తమ పార్టీ హామీ ఇచ్చిన విషయాన్ని తాము కాదనడం లేదని చెప్పారు. ముఖ్యమంత్రి శ్రీ వై.ఎస్.జగన్ ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీల్లో 95శాతం హామీలు నెరవేర్చిందని, అందులో 5 శాతం హామీలు మిగిలి వున్నాయని, అందులో సి.పి.ఎస్.రద్దు ఒకటని పేర్కొన్నారు. సి.పి.ఎస్.కు ప్రత్యామ్నాయంగా పలు పరిష్కారాలను ఉద్యోగుల ముందు వుంచామని మంత్రి చెప్పారు. స్థానిక జిల్లాపరిషత్ సమావేశ మందిరంలో శనివారం జరిగిన ఏ.పి. ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సంఘం 4వ జిల్లా మహాసభల్లో మంత్రి ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలోని విద్య, వైద్య శాఖల ఉద్యోగులకు అన్ని స్థాయుల్లోని వారికి వచ్చే మూడు నెలల్లో పదోన్నతులు కల్పిస్తామని మంత్రి పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విద్య, వైద్య రంగాలకు ఎంతో ప్రాధాన్యత ఇస్తున్న విషయాన్ని గుర్తచేస్తూ ముఖ్యమంత్రి జగనకు విద్య, వైద్యం రెండు కళ్ల వంటివని పేర్కొన్నారు. ఈ రెండు శాఖలపై ప్రత్యేక దృష్టిపెట్టారని చెప్పారు. రాష్ట్రంలోని పి.హెచ్.సి.లు, సి.హెచ్.సిల్లో ఒక్క పోస్టు కూడా ఖాళీ వుండకుండా నిర్ణీత కాలవ్యవధిలో నోటిఫికేషన్‌లు జారీచేసి పోస్టులన్నీ భర్తీ చేయాలని సి.ఎం. ఆదేశాలిచ్చారని తెలిపారు. అదేవిధంగా తన విద్యాశాఖలోనూ టీచర్ నుంచి ప్రొఫెసర్ వరకు అన్ని స్థాయుల్లో బోధన సిబ్బందికి పదోన్నతులు కల్పిస్తామన్నారు. డిసెంబరులోగా విద్యాశాఖలో పదోన్నతులు పూర్తిచేస్తామన్నారు.

రాష్ట్రంలో 25 వేల మంది కాంట్రాక్టు ఉద్యోగులు వున్నారని, వీరిలో కోర్టు నిబంధనల మేరకు అర్హులైన వారందరికీ రెగ్యులర్ చేయాలని ముఖ్యమంత్రి ఇప్పటికే ఆదేశాలు జారీచేశారని చెప్పారు. నెలరోజుల్లో కాంట్రాక్టు ఉద్యోగుల రెగ్యులైజేషన్‌పై నిర్ణయం వుంటుందన్నారు.

రాష్ట్రంలోని ఆర్బీసీ ఉద్యోగులకు కొత్త పీ.ఆర్.సి. ప్రకారం జీతాల చెల్లింపు వచ్చే నెల ఒకటో తేదీ నుంచి ప్రారంభమవుతుందని మంత్రి వెల్లడించారు.

తమది ఉద్యోగుల అనుకూల ప్రభుత్వమని పేర్కొంటూ వారి ప్రయోజనాలు దెబ్బతీసేలా ఆలోచన చేయబోమన్నారు. ఉద్యోగులు, ప్రభుత్వం వేరు కాదని వారు ప్రభుత్వంలో భాగమేనని చెప్పారు. ఉద్యోగులకు ఇవ్వాల్సిన డి.ఏ. లీవ్ ఎన్‌క్యాష్‌మెంట్ తదితర అంశాల్లో త్వరలో ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుంటుందన్నారు.

అంతకు ముందు ఏ.పి. ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కె.ఆర్.సూర్యనారాయణ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలోని 1.72 లక్షల మంది ఉద్యోగులు తమ సంఘంలో సభ్యులుగా వున్నారని చెప్పారు. వైద్య ఆరోగ్యశాఖలో ఉద్యోగులు యాప్‌ల వల్ల సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్నారని, దీనిపై ప్రభుత్వం దృష్టి సారించాలన్నారు.

సమావేశంలో జిల్లాపరిషత్ ఛైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు, స్థానిక ఎమ్మెల్యే కోలగట్ల వీరభద్రస్వామి, ఉద్యోగుల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు పి.రామచంద్రరావు, కార్యదర్శి కంది వెంకటరమణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# గ్రంథాలయాలు దేవాలయాలు

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** గ్రంథాలయాలు దేవాలయాలు వంటి వని అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ బి.వి సత్యవతి అన్నారు.

పట్టణంలో ఆర్బిసి కాంప్లెక్స్ సమీపంలోనున్న శ్రీ వివేకానంద చారిటబుల్ ట్రస్ట్ హాల్లో పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ సత్యవతమ్మ అధ్యక్షతన గ్రంథాలయ అభివృద్ధి సమీక్ష సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ కొత్తగా ఏర్పడిన జిల్లాలో జిల్లా గ్రంథాలయ శాఖ చైర్మన్ గా కొండ రమాదేవిని నియమించడం అభినందనీయమని అన్నారు.జిల్లా గ్రంథాలయం సొంత భవనం ఏర్పాటుకు అనకాపల్లిలో స్థలాన్ని కేటాయించాల్సిందిగా ప్రభుత్వాన్ని కోరడం గ్రంథాలయం నిర్మాణానికి తన వంతు సహకారం ఉంటుందని ఈ సందర్భంగా ఆమె హామీ ఇచ్చారు ఈ సందర్భంగా అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సభ్యురాలు సత్యవతిని గ్రంథాలయ చైర్మన్ రమాదేవిని గ్రంథాలయ కార్యదర్శులు ఘనంగా సత్కరించారు. కార్యక్రమంలో. వైఎస్ఆర్సిపి అధికార ప్రతినిధి కొండ రాజేష్ గాంధీ, అనకాపల్లి జీవీఎంసీ జోనల్ కమిషనర్ కే కనక మహాలక్ష్మి , జిల్లాగ్రంథాలయ సెక్రటరీ వెంకట్రావు సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# సాలూరు దాహార్తికి శాశ్వత పరిష్కారం

**పార్వతీపురం/సాలూరు, (విశాఖ సమాచారమ్):** పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా సాలూరు పట్టణం తాగు నీటి సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం లభిస్తుంది. ఏఐబి నిధులు రూ.68.98 కోట్లతో భారీ నీటి ప్రాజెక్టుకు ప్రతిపాదించారు. పెద్దగెడ్డ రిజర్వాయర్ నుండి 33.16 కీలో మీటర్ల పైపు లైన్ వేసి సాలూరు పట్టణానికి నీటిని తీసుకురావడం జరుగుతుంది. 2047 నాటికి పట్టణ జనాభా 75 వేలు ఉంటుందని అంచనా వేస్తూ ప్రాజెక్టు రూపకల్పన చేశారు. తలసరి 135 లీటర్ల నీటి సరఫరా చేయుటకు, ప్రాజెక్టులో భాగంగా కొత్తగా 8,500 కొళాయిలు వేయుటకు చర్యలు చేపట్టారు. పట్టణంలో ప్రస్తుతం 3,372 కొళాయిలు ఉన్నాయి. గాంధీ పార్కు వద్ద 8 లక్షల నీటి సామర్థ్యం, కాపు బిడ్డ వలస వద్ద 5 లక్షల నీటి సామర్థ్యం గల రెండు రిజర్వాయర్లు నిర్మాణం చేయుటకు ప్రాజెక్టులో నిర్ణయించారు. ప్రజా ఆరోగ్య ఇంజనీరింగ్ విభాగం ఆధ్వర్యంలో ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణానికి శ్రీకారం జరిగింది. సమగ్ర తాగు నీటి సరఫరా పథకం నిర్మాణానికి రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మరియు గిరిజన సంక్షేమ శాఖా మంత్రి పీడిక రాజన్నదొర శనివారం శంకుస్థాపన చేశారు. ఉప ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ సాలూరు పట్టణంలో నీటి సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం లభిస్తుందన్నారు. రానున్న పంద సంవత్సరాల వరకు సామర్థ్యాన్ని వినియోగించు కోవచ్చని పేర్కొన్నారు. స్వర్గీయ రాజశేఖర్ రెడ్డి హయాంలో పనులు మంజూరు అయ్యాయని, వివిధ కారణాల వలన జాప్యం జరిగిందని ఆయన వివరించారు. జగన్ మోహన్ రెడ్డి పాలనలో మరల ప్రారంభం కావడం జరిగిందని ఆయన పేర్కొంటూ ముఖ్య మంత్రి ప్రాజెక్టు మంజూరుకు సానుకూలంగా స్పందిస్తూ తిరిగి మంజూరు చేసారని వివరించారు. అభివృద్ధి, సంక్షేమం రెండు కళ్ళుగా ప్రభుత్వం పనిచేస్తుందని ఉప ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. దేశంలో ఎక్కడా లేనవిధంగా రాష్ట్రంలో సంక్షేమ పథకాలు అమలు జరుగుతోందని ఆయన పేర్కొన్నారు. ప్రతి అడుగు ప్రగతి పథంలో పడుతోందని రాజన్న దొర అన్నారు. ప్రజల కష్టాలు తెలుసుకోవడానికి గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమాన్ని అమలు చేస్తున్న విషయాన్ని ఆయన గుర్తు చేశారు. గ్రామ సచివాలయం పరిధిలో మౌళిక సదుపాయాలు కల్పించుటకు రూ.20 లక్షలు చొప్పున మంజూరు జరిగిందని ఆయన చెప్పారు. ఈ నిధులతో అనేక సమస్యలు పరిష్కారం అవుతుందని ఆయన అన్నారు. ప్రజా ఆరోగ్య శాఖ పర్యవేక్షక ఇంజనీర్ కె.రాజారావు మాట్లాడుతూ పట్టణ ప్రజలకు తాగు కల్పించాలని ఉప ముఖ్యమంత్రి రాజన్న చొరవతో ప్రాజెక్ట్ మంజూరు అయిందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైస్ వైర్ పర్సన్ వంగపండు అప్పలనాయుడు, జిల్లా ప్రజా ఆరోగ్య శాఖ ఇంజనీరింగ్ అధికారి కె.జి.ఎన్.నరసింగరావు, మున్సిపల్ కమిషనర్ హెచ్.శంకర రావు, కౌన్సిలర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# దేశాభివృద్ధిలో శాస్త్రవేత్తల సేవలు స్ఫూర్తిదాయకం

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** జగదాంబ జంక్షన్ వద్ద గల రోటరీ క్లబ్ విశాఖ పోర్ట్ సిటీ కార్యాలయ ప్రాంగణంలో సంస్థ అధ్యక్షులు ఉపాధ్యాయుల సుబ్రమణ్య శర్మ అధ్యక్షతన స్వాతంత్ర్య సమరంలో శాస్త్రవేత్తల కీలక పాత్ర అనే అంశంపై చక్కని ప్రసంగం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన ఆంధ్ర విశ్వ కళాపరిషత్ విశ్రాంత ఆచార్యులు ప్రిన్సిపల్ మాజీ సంచాలకులు, ఐదవ అగర్తలా పిఏస్ అవధాని స్వాతంత్ర సమరంలో శాస్త్రవేత్తల కీలకపాత్ర అనే అంశంపై ప్రసంగించారు మొట్టమొదట దేశాలు రాష్ట్రాలు రాజుల పరిపాలనలో కొనసాగటం దండయాత్రలు చేయటం రాజ్యాలు ఆక్రమించుకోవటం వంటివి జరిగేవి అని అన్నారు అనంతరం బ్రిటిష్ పరిపాలన ప్రారంభమై కొన్ని సంవత్సరాలు పాటు బ్రిటిష్ హయాంలోనే పరిపాలన కొనసాగడం జరిగింది అన్నారు తదుపరి భారతదేశానికి స్వాతంత్ర్యాన్ని తీసుకురావడంలో మహాత్మా గాంధీ స్వాతంత్ర సమరయోధులు కాకుండా దేశాభివృద్ధిలో అనేక మంది శాస్త్రవేత్తలు కూడా కీలక పాత్ర పోషించిన విషయం గుర్తించాలన్నారు కీలక పాత్ర పోషించిన వారిలో జగదీష్ చంద్రబోస్, మహేంద్ర నాథ్ సర్కార్ , ప్రఫుల్ల చౌదరిరాయి , ఎస్ ఎన్ బోస్ , సర్ సి.వి.రామన్ , ప్రమదానంద బోస్ , మేఘనాథ్ సహా, అజయ్ బట్టు, ఆల్మరోని తదితరులు భారతదేశ అభివృద్ధికి ఎంతో కృషి చేశారని తెలిపారు దేశ దేశాల సైతం గర్వపడేలా భారతదేశం అత్యున్నత స్థాయిలో నిలబడటానికి కూడా కారణం శాస్త్రవేత్తలే అని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో సభ్యులు లక్ష్మీనారాయణ , ఆధ్యాత్మిక వేత్త ఎం.వి రాజశేఖర్, ఆర్ రామకృష్ణారావు, కళాధ్రాజు , కాశీ విశ్వేశ్వరరావు, ఎం.వి.వి.సత్యనారాయణ, బి.వి.విజయప్రసాద్ , రామ్మోహన్ , సోమయాజులు తదితరులు పాల్గొన్నారు . కార్యక్రమానికి ముందు రోటరీ బ్లడ్ బ్యాంకును సందర్శించిన ఆచార్య పిఏస్ అవధాని కమిటీ సభ్యుల సేవలను అభినందించి సిబ్బంది పనితీరును ప్రశంసించారు.

# మొక్కలు నాటే కార్యక్రమానికి జిల్లాలో శ్రీకారం చుట్టిన కలెక్టర్

**అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్):** శనివారం కోడూరు గ్రామంలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టంశెట్టి చేతుల మీదగా ప్రారంభించారు.

రానున్న రెండు రోజుల్లో వెయ్యి మొక్కలు నాటాలని జిల్లా కలెక్టర్ డ్వామా అధికారులకు ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మొక్కలను సంరక్షించుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందన్నారు. మొక్కల నాటడమే కాకుండ , వాటి రక్షణ కూడా చాలా ముఖ్యం అని, చెట్ల పెంపకం భవిష్యత్ తరాలకు చాల ఉపయోగపడుతుంది అని అన్నారు. మొక్కలను సంరక్షించడం ప్రతి పౌరుడి బాధ్యత అని, పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించడం ద్వారా రాబోయే రోజుల్లో సంతోషంగా జీవిస్తాం అని తెలియజేసారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్‌తో పాటు డ్వామా అధికారులు పాల్గొన్నారు.

# రహస్య చిత్రయూనిట్ థియేటర్ విజిట్

**విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్):** శ్రీనివాస్ సిస్ట్ సారాఆచారి హీరో హీరోయిన్లుగా శివ దర్శకత్వంలో చిత్రీకరించిన రహస్య సినిమా విడుదలై అఖండ విజయం చవిచూసింది ఈ సందర్భాన్ని పురస్కరించుకొని చిత్రయూనిట్ స్థానిక చిత్రాల inoxలో సందడి చేశారు నగర కళాకారులతో నగర్ కళాకారుల చిత్రీకరించిన సినిమా హిట్ అయినందుకు ఆనందాన్ని వెలుబుచ్చారు క్లాస్ మాస్ యూత్ అమితంగా ఆకట్టుకుంటుంది అని తెలియజేశారు సత్యనారాయణ తిరుపతి నాయుడు హీరోయిన్ హీరోయిన్ రాజేశ్వరి, parul sharma మరియు హర్షిత ఈ మోడల్ ప్రసాద్ పాండు ఏజెంట్ సూరిబాబు మోడల్ శ్రీను ఈ చిత్రంలో నటించారు , ఉత్తరాంధ్ర దర్శకుల సంఘం ప్రెసిడెంట్ రేపసెట్టి మాట్లాడుతూ, ఓ చక్కటి సినిమాలు అందించారని కొనియాడారు, రమ్య ఐపీఎస్ కథానాయిక మరియు ఐపీఎస్ దర్శకురాలు అయినా హీరోయిన్ రాజేశ్వరి మాట్లాడుతూ నాకు ఇంత మంచి అవకాశం ఇచ్చిన దర్శక నిర్మాతలకు కృతజ్ఞతలు అన్నారు.

లవ్ పాండు ప్రసాద్ రాజేశ్వరి

ఆహ్వానం
అతిథులకు.... ప్రతినిధులకు...
స్వాగతం... సుస్వాగతం.

ప్రియమైన రచయితల సాహిత్య సంక్షేమ సంఘం
రిజిస్టర్డ్ నెం. 282/2019
నిర్వహణలో
జాతీయస్థాయి
సాహిత్య సంబరాలు
9,10,11 SEPTEMBER 2022
సింహాచలం, విశాఖపట్నం

తేది : సెప్టెంబర్ 9,10,11 (శుక్ర, శని, ఆదివారాలు)
సమయం : ఉదయం 9 గం నుంచి రాత్రి 9 గం వరకు
వేదిక : శ్రీస్వామి కళ్యాణ మండపం, ప్రియాగార్డెన్స్, సింహాచలం, విశాఖపట్నం.

విశాఖ ప్రియమైన రచయితల సాహిత్య సంక్షేమ సంఘం
(రిజిస్టర్డ్ నెం: 282/2019)
డోర్ నెం: 7-50, శ్రీసాయి నిలయం,
సింహాచలం, విశాఖపట్నం-530028
సెల్ నెం: 9951171696,7989725052

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : S.Veerabhadra Rao , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16,Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 7013118088, Simhachalam : Cell: 96526 99699, Paravaada : Cell: 77804 33919, Aarilova : Cell: 97050 51389, Cheedikaada : Cell: 97686 33999.