కావలెను
విశాఖ సమాచారమ్
తెలుగు దినపత్రిక
కార్యాలయం నందు పని చేయుటకు
డిటిపి ఆపరేటర్ కావలెను.
సెల్: 9393949345

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

విశాఖ సమాచారమ్

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

RNI No.52722/90 సంపుటి : 33 సంచిక : 304 విశాఖపట్నం, 22 సెప్టెంబరు 2023 శుక్రవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

చైనా సరిహద్దు వివాదంపై స్పందించిన రాజ్‌నాథ్ సింగ్

భారత్, చైనా మధ్య సరిహద్దు వివాదానికి ఇంకా ముగింపు పడలేదు. ఇప్పటికీ కూడా పలుమార్లు ఈ వివాదం తెరపైకి వస్తూనే ఉంది. అయితే చైనా నుంచి సరిహద్దు సవాళ్లు ప్రతిసారి ఎదురవుతున్న సంగతి తెలిసిందే. అయితే ఈ నేపథ్యంలో విపక్ష పార్టీలు కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని విమర్శిస్తున్నాయి. సరిహద్దు సవాళ్లపై పార్లమెంటులో చర్చలు జరపడానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం నిరాకరిస్తోందంటూ ప్రతిపక్షాలు ఆరోపిస్తున్నాయి. ప్రస్తుతం పార్లమెంటు ప్రత్యేక సమావేశాలు కొనసాగుతున్న సంగతి తెలిసిందే. అయితే ఇప్పుడు ఈ సరిహద్దు వివాదం అంశం మరోసారి తెరపైకి వచ్చింది. అంతర్జిక రంగంలో భారత విజయాలపై రక్షణశాఖ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ లోక్‌సభలో చర్చను ప్రారంభించారు. అయితే ఈ క్రమంలోనే కాంగ్రెస్ ఎంపీ అధీర్ రంజన్ చౌదరి జోక్యం చేసుకున్నారు. అలాగే చైనాతో ఉన్నటువంటి సరిహద్దు ప్రతిష్టంభనను ప్రస్తావించారు.

అయితే దీనిపై కేంద్రమంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ స్పందించారు. చైనాతో సరిహద్దు వివాదంపై చర్చించే ధైర్యం తమకు ఉందంటూ స్పష్టం చేశారు. అలాగే ఇటీవల చంద్రయాన్-3 ప్రాజెక్టు విజయంతో పాటు భారత్ సాధించిన ఆయా అంతర్జిక విజయాలపై కేంద్ర మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ గురువారం లోక్‌సభలో చర్చను మొదలు పెట్టారు. అలాగే దేశ సరిహద్దు భద్రత, దేశ సరిహద్దును రక్షించడంలో సైన్స్ పాత్రను కూడా ఆయన మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా లోక్‌సభలో విపక్ష నేత అధీర్ రంజన్ చౌదరి జోక్యం చేసుకొని.. చైనాతో భారత్‌కు ఉన్నటువంటి సరిహద్దు వివాదం అంశాన్ని లేవనెత్తారు. దీనిపై కచ్చితంగా పార్లమెంటులో చర్చ జరిగి తీరాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇందుకు కేంద్రమంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ స్పందించారు. నాకు ధైర్యం ఉందని అన్నారు. సరిహద్దు వివాదంపై చర్చించేందుకు నేను సిద్ధంగా ఉన్నానంటూ వ్యాఖ్యానించారు.

ఇదిలా ఉండగా.. 2020లో గల్వాన్ లోయనలో ఘర్షణలు దేశవ్యాప్తంగా సంచలనం రేపిన సంగతి తెలిసిందే. ఆ తర్వాత కూడా భారత్- చైనాల మధ్య ఉద్రిక్త పరిస్థితులు తలెత్తిన సంగతి అందరికీ తెలిసిందే. అంతేకాదు ఆ తర్వాత భారత్, చైనాల మధ్య సైనిక అధికారుల మధ్య

(మిగతా 2లో)

ఏయూతో శ్రీలంక వర్సిటీ అధికారుల చర్చలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం అధికారులతో శ్రీలంకకు చెందిన శ్రీ జయవర్ధన విశ్వవిద్యాలయం అధికారులు సమావేశం అయ్యారు. వర్చువల్ విధానంలో నిర్వహించిన ఈ సమావేశంలో ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద్ రెడ్డి,రెక్టార్ ఆచార్య కె.నమత, రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య వి.కృష్ణమోహన్, ఆచార్య పి.డి.సత్యపాల్, డాక్టర్ హెచ్.పురుషోత్తం తదితరులు పాల్గొన్నారు. శ్రీలంకలోని శ్రీ జయవర్ధన విశ్వవిద్యాలయం ఉపకులపతి ఆచార్య ఎం.పద్మలాల్, పాలి-బుద్ధిస్ట్ స్టడీస్ విభాగాధిపతి ఆచార్య ఎం.విజితానందలు పాల్గొన్నారు.

(మిగతా 2లో)

పార్లమెంటరీ ఆర్థిక స్థాయీ సంఘ సభ్యునిగా జీవీఎల్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): బీజేపీ రాజ్యసభ ఎంపీ జీవీఎల్ నరసింహారావు 2023-24 సంవత్సరానికి ఆర్థిక స్థాండింగ్ కమిటీకి నామినేట్ అయ్యారు. ఈ నియామకం 13 సెప్టెంబర్, 2023 నుండి అమల్లోకి వచ్చింది.

జీవీఎల్ నరసింహారావు 2019 నుండి ఫైనాన్స్‌పై స్థాండింగ్ కమిటీ సభ్యునిగా పనిచేశారు. నీతి అయోగ్‌తో సహా ఆర్థిక, కార్పొరేట్ వ్యవహారాలు మరియు ప్రణాళికా మంత్రిత్వ శాఖల యొక్క వివిధ శాఖలకు సంబంధించిన గ్రాంట్లు మరియు బిల్లుల డిమాండ్‌లను ఫైనాన్స్ కమిటీ పరిశీలిస్తుంది.

బ్యాంకులు, బీమా కంపెనీలు, కార్పొరేట్ సామాజిక బాధ్యత యొక్క పనితీరు మరియు భారతీయ రిజర్వ్ బ్యాంక్, ఇన్సూరెన్స్ రెగ్యులేటరీ అండ్ డెవలప్‌మెంట్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా, ఎన్ఈబీఎ మొదలైన రెగ్యులేటరీ ఏజెన్సీల పనితీరును కూడా కమిటీ కాలానుగుణంగా సమీక్షిస్తుంది.

లోక్‌సభ ఎంపీ, మాజీ కేంద్ర సహాయ మంత్రి జయంత్ సిన్హాను లోక్‌సభ స్పీకర్ కమిటీ చైర్పర్సన్‌గా నియమించారు.

శాసనసభ నుంచి తెదేపా ఎమ్మెల్యేల సస్పెన్షన్

అమరావతి: తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు అరెస్ట్ అక్రమమంటూ శాసనసభలో ఆందోళన చేపట్టిన ఆ పార్టీ సభ్యులను స్పీకర్ తమ్మినేని సీతారామ్ సస్పెండ్ చేశారు. సభా కార్యక్రమాలకు అడ్డుతగులుతున్నారని మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్‌రెడ్డి ఆరోపించారు. అనంతరం 15 మందిని సస్పెండ్ చేయాలంటూ స్పీకర్‌ను ఆయన కోరారు. దీంతో 14 మంది తెదేపా సభ్యులు, వైకాపాకు చెందిన ఉండవల్లి శ్రీదేవిని ఈరోజు సస్పెండ్ చేస్తున్నట్లు స్పీకర్ తమ్మినేని ప్రకటించారు.

(మిగతా 2లో)

ప్రధాన గెడ్డలోని పూడికలు తొలగించండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలోని ప్రధాన గెడ్డలలోని పూడికలను తొలగించాలని జివిఎంసి కమిషనర్ సీ ఎం సాయి కాంత్ వర్మ అధికారులను ఆదేశించారు. గురువారం నేవల్ అధికారులు వినతి మేరకు మర్రిపాలెం లోని నేవల్ ఆఫీస్ లోని నేవల్ అధికారులు ఆశవానిపురంలోని 09 ఐఆర్ఎస్ కాలువ, కంచరపాలెం లోని చాకలి గెడ్డ, ఎయిర్ పోర్టు వద్ద కొండగెడ్డ కాలువలోని పూడుకల

(మిగతా 2లో)

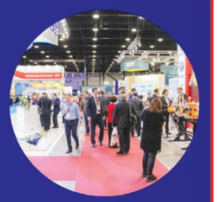
ప్రపంచంలో అందమైన భాషలలో తెలుగు ఒకటి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రపంచంలో ఎన్ని భాషలు ఉన్నాయని, వాటిలో తెలుగు భాషే అందమైన భాష అని ఆంధ్రప్రదేశ్ అధికార భాషా సంఘం మరియు తెలుగు భాషా అభివృద్ధి ప్రాధికార సంస్థ అధ్యక్షులు పి.విజయబాబు అన్నారు. గురువారం ఉదయం జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయ సమావేశ మందిరంలో జిల్లాలో గల వివిధ ప్రభుత్వ శాఖలలో తెలుగు భాషా అమలు తీరుపై ఏర్పాటు చేసిన సమీక్షా సమావేశంలో ముఖ్య అతిథిగా ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా పి.విజయబాబు మాట్లాడుతూ జిల్లాలో భాషా వేత్తలు, కవులు, కళాకారులు, సాహిత్యవేత్తలు, తెలుగు భాషా అభివృద్ధికి కృషి చేసినవారందరికీ సత్కరించుకోవలసిన అవసరం ఉందన్నారు. ఉద్యోగస్తులలో కూడా ఎంతో మంది కవులు సాహిత్యవేత్తలు ఉన్నారని, వారిని గౌరవించవలసిన అవసరం ఎంతైన ఉందన్నారు. తెలుగు భాషను సాంప్రదాయ భాషగా, లౌకిక భాషగా పాలన అవసరాల మేరకు మనుగడ కోసం వ్యవహారిక భాషను భావితరాలకు అందించవలసిన అవసరం మన అందరిపై ఉందన్నారు. ప్రపంచీకరణ, అభివృద్ధి చెందుతున్న తరుణంలో భాష అనేది నిరంతరం ప్రయాణించే జీవభాష అని దాని ఉనికిని కాపాడుకోవాలన్నారు. తెలుగు వాడిగా పుట్టినందుకు మనమందరం గర్వపడాలని, అదేవిధంగా భావజాలాన్ని వ్యక్తీకరించడం ముఖ్యమన్నారు. త్వరలో తెలుగు భాషపై వెబ్ సైట్‌ను

(మిగతా 2లో)

ఆహ్వానం
అవతార్ మెహెర్ బాబాకి జై
రేవిడి కేంద్రం, పద్మనాభం మండలం, విశాఖపట్నం జిల్లా
తేది : 24-09-2023 (ఆదివారం)
మెహెర్ బాబా కేంద్ర 15వ వార్షికోత్సవ కార్యక్రమం నిర్వహించబడును. కావున మెహెర్ బాబా భక్తి ప్రేమికులందరూ విచ్చేసి బాబావారి ఆశీస్సులు పొందగోరుతున్నాము. గ్రామంలో నగర సంకీర్తన బాబావారి మందిరంలో సహవాస్, సంకీర్తన, సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించిన తరువాత హారతి అనంతరం ప్రేమ విందు ఏర్పాటు చేయడమైనది. ఈ కార్యక్రమంలో మెహెర్ బాబా వారి ప్రేమికులు అందరూ పాల్గొనవలసినదిగా కోరుతున్నాం.
ఇట్లు
మెహెర్ బాబా ప్రేమికులు, నిర్వాహకులు
మంత్రిప్రగడ సత్య బాపిరాజు గారు, సెల్: 9491382684, 9490439837

BREWING INTELLECTUAL AND NEO DEVELOPMENT SOCIETY FOR FEMALE WOMEN
BINDU
BINDU
WOMEN
ENTREPRENEURS SOCIETY
Conducting
MEGA LOAN MELA & EXPO
Loan Mela Benefits
• State and Central Subsidy Schemes
• Stand up India, Mudra Business Loans
• SC/ST Special Schemes
• MSME Loans



We are providing Bank Willing
Expo Benefits
• Networking
• 1000 Entrepreneurs Walk-Ins
• Business Promotion & Sales
Hurry up Reserve your stalls
For Stalls bookings
Hima Bindu : 901 4444 649
Date: 30th September '2023
Place: Vuda Childrens Arena, Siripuram, Visakhapatnam

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

చైనా సరిహద్దు వివాదంపై స్పందించిన రాజ్‌నాథ్ సింగ్

విడతలవారీగా చర్చలు జరిగాయి. అయితే సరిహద్దులోని పలుచోట్ల మాత్రమే వివాద పరిష్కారాలు జరిగాయి. కానీ ఇప్పటికీ కూడా ఇంకా.. అయిదారు ప్రాంతాలలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొంటున్నాయి. అయితే ఈ విషయాన్ని ఇటీవలే విదేశీ వ్యవహారాలశాఖ మంత్రి జైశంకర్ కూడా పేర్కొన్నారు. మరోవైపు చూసుకుంటే చైనాతో సరిహద్దు వివాదం అంశం పట్ల విపక్ష పార్టీలు కూడా కేంద్ర ప్రభుత్వంపై విమర్శలు చేస్తూ వస్తున్నాయి. ఈ అంశంపై ప్రశ్నలు లేవనెత్తుతూనే ఉన్నాయి. అయితే ఇప్పుడు ఈ అంశంపై పార్లమెంటులో చర్చించాలంటూ డిమాండ్ చేస్తున్నాయి.

ఏయూతో శ్రీలంక వీళ్ళటీ అధికారుల చర్చలు

ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం పాలి-బుద్ధిస్ట్ స్టడీస్ అంశంలో ఎం.ఏ కోర్సును ప్రారంభించే దిశగా అవగాహన ఒప్పందం(ఎంఓయూ) చేసుకోవడానికి సన్నాహకంగా ఈ సదస్సు నిర్వహించారు. రెండు విశ్వవిద్యాలయాలలో వసతులు, కోర్సు నిర్వహణకు సాధ్యాసాధ్యాలను చర్చించారు. కార్యక్రమానికి డాక్టర్ నిమాలి తళ్లల సమన్వయం చేసారు.

శాసనసభ నుంచి తెదేపా ఎమ్మెల్యేల సస్పెన్షన్

కింజరాపు అచ్చెన్నాయుడు, నందమూరి బాలకృష్ణ, బెందాళం అశోక్, అదిరెడ్డి భవాని, గోరంట్ల బుచ్చయ్యచౌదరి, నిమ్మకాయల చినరాజప్ప, గణబాబు, పయ్యావుల కేశవ్, గద్దె రామ్మోహన్, నిమ్మల రామానాయుడు, మంతెన రామరాజు, గొట్టిపాటి రవికుమార్, ఏలూరి సాంబశివరావు, డోలా బాల వీరాంజనేయస్వామి.

ప్రధాన గెడ్డలోని పూడికలు తొలగించండి

తొలగింపు పై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని జివిఎంసి కమిషనర్ కు పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా వివరించారు.

ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ వర్షాకాలంలో ప్రధాన కాలువలలో ఉన్న వ్యర్థాల వలన నేవల్ క్వార్టర్స్ కు వరద ముంపు వస్తున్నందున నేవల్ అధికారుల విన్నపము మేరకు 09 ఐఆర్‌సిఎస్ డ్రైన్, చాకలిగెడ్డ, కొండగెడ్డ కాలువలలోని పూడికలు తొలగించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని జివిఎంసి మెకానికల్ విభాగపు అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రధాన కాలువలలో అధికంగా ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాలు, థర్మకోల్ షీట్స్ వస్తున్నాయని, వాటిని తొలగించే ప్రక్రియ వేగవంతం చేస్తామని నేవల్ అధికారులకు తెలియజేశారు. ప్రధాన గెడ్డలో వ్యర్థాలు వేయకుండా నిఘా ఉంచాలని జివిఎంసి ప్రజారోగ్యపు అధికారులను ఆదేశించామన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో కమాండ్ ఆర్మీ సింగ్, కెప్టెన్ లు విశ్వజిత్ దత్త, ఏ పుష్పరాజ్ జివిఎంసి జోనల్ కమిషనర్ ఆర్ జి వి కృష్ణ, పర్యవేక్షక ఇంజనీర్ వేణుగోపాల్, ఏసీపీ రామకృష్ణ, కార్యనిర్వాహక ఇంజనీరు తారా ప్రసన్న తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రపంచంలో అందమైన భాషలలో తెలుగు ఒకటి

ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. అదే విదంగా ఉత్తరాంధ్ర సాహిత్యసదస్సును ఒక పండగలా నిర్వహించేందుకు చర్యలు తీసుకున్నామన్నారు. ప్రభుత్వ కార్యాలయాలలో ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలు తెలుగులోనే జరపాలని అన్నారు. కార్యాలయంలో ఉన్నతాధికారులు ఆంగ్లంలో పంపిన లేఖలను తెలుగులో పంపవలసినదిగా కోరుతూ త్రిప్పి పంపచ్చున్నారు. కార్యాలయ బోర్డులు తెలుగులో ఉండాలని, లేదా ద్విభాషా సూత్రం లో మొదట తెలుగులో తదుపరి ఇతర భాషలలో పెట్టవచ్చున్నారు. ఇటీవల కాలంలో కోర్టు తీర్పులు తెలుగులో వస్తున్నాయన్నారు.

జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లికార్జున మాట్లాడుతూ జిల్లాలో నిర్వహించే సమావేశాలలో తెలుగులోనే నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు. ప్రభుత్వ బ్రోచర్లు, కరపత్రాలు తెలుగులోనే ముద్రించడం జరుగుతుంది, బస్ స్టాప్ లో సమాచారం తెలుగులోనే ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. జగనన్నకు చెబుదాం వంటి ప్రజా స్పందన కార్యక్రమాలను తెలుగు భాషలో నిర్వహించడం జరుగుతోందన్నారు. జి.వి.ఎం .సి. పరిధిలో బోర్డులను మిగిలిన సమావారం కూడా త్వరలో తెలుగులో ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

ఈ సమావేశంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మోహన్ కుమార్, ఆర్ .డి.ఓలు, హుసేన సాహేబ్, భాస్కర్ రెడ్డి, జిల్లా అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి నుంచి రూ.లక్ష సాయం
చెక్కును అందజేసిన కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి

విజయనగరం: మానసిక వికలాంగురాలికి వైద్య చికిత్స నిమిత్తం ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధినుంచి లక్ష రూపాయల సాయం అందింది. పూసపాటిరేగ మండలం చోడమ్మ అగ్రహారం గ్రామానికి చెందిన గుడివాడ సత్యవతి తమ కుమార్తెకు మానసిక వైద్యం కోసం ఆర్థిక సహాయం అందించాలని, ఇటీవల మరదా పర్యటనలో ముఖ్య మంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డికి విజ్ఞప్తి చేశారు. దీనిపై స్పందించిన సీఎం, లక్ష రూపాయల ఆర్థిక సాయం మంజూరు చేశారు. దీనికి సంభందించిన చెక్కును లబ్దిదారు సత్యవతికి, జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి గురువారం అందజేశారు

నేడు గొలుగొండలో "జగనన్నకు చెబుదాం"

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): శుక్రవారం గొలుగొండలో జగనన్నకు చెబుదాం కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నట్లు జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి బి.దయానిధి ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ ప్రజల నుండి వినతులు స్వీకరించి స్వీకరిస్తారని చెప్పారు. జాయింట్ కలెక్టర్, అన్ని శాఖల జిల్లా అధికారులు పాల్గొంటారు. కావున గొలుగొండ మండలం ప్రజలు తమ సమస్యలను తెలియజేయాలని ఆయన కోరారు.

ప్రపంచ అల్జీమర్స్ డే సందర్భంగా ఆర్ కే బీచ్ లో బ్లూ బటన్ ర్యాలీ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రపంచ అల్జీమర్స్ నెలగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా సెప్టెంబర్ నెలను పరిగణిస్తారని ఆంధ్రా మెడికల్ కాలేజి ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ బుచ్చి రాజు, కేజీహెచ్ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ ఏ అశోక్ కుమార్ తెలిపారు. ప్రపంచ అల్జీమర్స్ డే సందర్భంగా గురువారం విశాఖ ఆర్ కే బీచ్ లో డిమెన్షియా ఇండియా అలయన్స్,స్నేహ సంధ్య ఏజ్ కేర్ ఫౌండేషన్ విశాఖపట్నం సహకారంతో బ్లూ బటన్ ఉద్యమం పేరుతో బీచ్ రోడ్ లో ర్యాలీ నిర్వహించారు.

ఈ కార్యక్రమానికి ఆంధ్రా మెడికల్ కాలేజ్, కింగ్ జార్జ్ హాస్పిటల్, గాయత్రి మెడికల్ కాలేజ్ & హాస్పిటల్ మద్దతు ఇచ్చాయి.ఆంధ్రా మెడికల్ కాలేజి ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ బుచ్చి రాజు, డిమెన్షియాపై అవగాహన కల్పించడంతోపాటు వ్యాధి రాకుండా అరికట్టడంలో జీవనశైలి మార్పుల పాత్ర గురించి వివరించారు వివరించారు.ఎఎంసి న్యూరాలజీ డిపార్ట్‌మెంట్ ప్రొఫెసర్ ఎమెరిటస్ డాక్టర్ కె వెంకటేశ్వర్లు మాట్లాడుతూ డిమెన్షియాతో బాధపడుతున్న వ్యక్తుల సంక్లిష్ట అవసరాలు వివరించారు. ఏజ్ కేర్ ఫౌండేషన్ చిత్తవైకల్యం ఉన్న వ్యక్తులను ఆదుకోవడానికి చేపట్టిన వివిధ కార్యక్రమాల గురించి వివరించారు. వాటిలో స్క్రీనింగ్ క్యాంపులు, మెమరీ క్లినిక్‌లు, డాక్టర్ సందర్శనలు, చిత్తవైకల్యం ఉన్న వ్యక్తుల కోసం ప్రత్యేకంగా మల్టీస్పెషాలిటీ క్లినిక్‌లు కూడా ఉన్నాయన్నారు. రాబోయే కాలంలో చిత్తవైకల్యం ఉన్న వ్యక్తుల కోసం డే కేర్ మరియు రెసిడెన్షియల్ కేర్ సదుపాయాలను అందించే ప్రణాళికలు వివరించారు.ఈ సేవలన్నీ 2 అక్టోబర్ 2023 నుండి అందుబాటులో ఉంటాయన్నారు.ఆంధ్రా మెడికల్ కాలేజి న్యూరాలజి డిపార్ట్‌మెంట్ హెచ్‌ఓడి ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ ఎస్ గోపి కింగ్ జార్జ్ హాస్పిటల్‌లో జ్ఞాపకశక్తి సమస్య ఉన్న వ్యక్తుల నిర్ధారణ, మూల్యాంకనం, చికిత్స కోసం అందిస్తున్న సేవల గురించి తెలిపారు. రోగులను ఆదుకోవడానికి ప్రజాసంస్థలు,సామాజిక సంస్థలు కలిసి పనిచేయాల్సిన అవసరముందన్నారు. రోగులకు అవసరమైన సంరక్షణ అందించడానికి సంరక్షకులకు శిక్షణ ఇవ్వాల్సిన ఆవశ్యకత ఉందన్నారు.ఏజ్ కేర్ ఫౌండేషన్ చైర్మన్ జి సాంబశివరావు మాట్లాడుతూ గంభీరంలో త్వరలో అందుబాటులోకి రానున్న సదుపాయాల వివరాలు తెలిపారు.విశాఖ చుట్టుపక్కల జిల్లాల ప్రజలకు జెరియాట్రిక్ మరియు పాలియేటివ్ కేర్ సేవలను అందిస్తామని,ఈ ప్రాజెక్ట్ సుమారు 24.0 కోట్ల వ్యయం అంచనా వేశామన్నారు.ప్రాజెక్టుకు మద్దతు ఇచ్చిన దాతలందరికీ ఆయన ధన్యవాదాలు తెలిపారు.ఏజ్ కేర్ ఫౌండేషన్ మేనేజింగ్ ట్రస్టీ మరియు డిమెన్షియా ఇండియా అలయన్స్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ డాక్టర్ ఎన్ ఎస్ రాజు బ్లూ బటన్ మూమెంట్ గురించి వివరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు వైద్య నిపుణులు, రోటరీ క్లబ్ గ్రేటర్ విశాఖ సభ్యులు, వాలంటీర్లు, విశాఖపట్నం ఇన్నర్ వీల్ క్లబ్‌ల సభ్యులు, స్నేహ సంధ్య, ఆంధ్రా మెడికల్ కళాశాల అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు, సీనియర్ సిటిజన్లు చిత్తవైకల్యంపై ప్లకార్డులు పట్టుకుని, సందేశాత్మక కరపత్రాలను పంపిణీ చేస్తూ ర్యాలీలో పాల్గొన్నారు.

అభివృద్ధితోనే సమాధానం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతిపక్షాల మాటలను పట్టించుకోకుండా అనకాపల్లి నియోజకవర్గాన్ని అన్ని విధాలా అభివృద్ధి తోనే సమాధానం చెప్పడానికి మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ కృషి చేస్తున్నారని వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అనకాపల్లి పట్టణ శాఖ అధ్యక్షులు మందపాటి జానకిరామరాజు పేర్కొన్నారు. అనకాపల్లి రింగ్ రోడ్ లో ఉన్న వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రధాన కార్యాలయంలో గురువారం ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. అనకాపల్లి పట్టణంలో సుమారు ఇరవై కోట్ల రూపాయలతో రహదారుల నిర్మాణ పనులు జరుగుతున్నాయని వివరించారు. రహదారులతో పాటు సెంట్రల్ లైటింగ్ కూడా ఏర్పాటు చేసి పట్టణాన్ని సుందరీకరించడానికి ఆయన కృషి చేస్తున్నారన్నారు. అలాగే పుట్ పాతులపై పాదచారులు నడవడానికి వీలుగా పంకలు ఏర్పాటు చేస్తున్నారన్నారు. అనకాపల్లి లో శారదా నది ఒడ్డున, గవరపాలెం లలో ఉన్న హెందూ స్మశాన వాటికలను సుమారు రెండు కోట్ల రూపాయలతో అభివృద్ధి చేపట్టడానికి మంత్రి కృషి చేస్తున్నారన్నారు. అనకాపల్లి లో ఉన్న జిల్లా ఆసుపత్రిలో ఆయుష్మాన్ భారత్ లో భాగంగా మరో 50 పడకలు పెంచడానికి చర్యలు చేపట్టారన్నారు. లారస్ సంస్థ ఆర్థిక సాయం తో అనకాపల్లి ఎన్టీఆర్ ఆసుపత్రిలో శరీర భాగాలు కాలిన వారికోసం ప్రత్యేకంగా ఓ ప్రత్యేక బర్నింగ్ వార్డును ఏర్పాటు చేస్తున్నారన్నారు. పరిశ్రమల శాఖ మంత్రిగా సమీపంలో ఉన్న పలు పరిశ్రమల నుండి కార్పొరేట్ సోషల్ రెస్పాన్సిబిలిటీ నిధుల నుంచి కళ్యాణ మండపాలు నిర్మించడానికి చర్యలు చేపట్టారన్నారు. మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ గారు, తిరుపతి తిరుపతి దేవస్థానం మాజీ చైర్మన్ సుబ్బారెడ్డి గారు ల కృషి తో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, తిరుపతి దేవస్థానం విడుదల చేసిన పది కోట్ల రూపాయలతో చైర్మన్ కొణతాల మురళీకృష్ణ, థర్మకర్తల మండలి ఆధ్వర్యంలో ఆధునీకరణ పనులు జరుగుతున్నాయన్నారు. కొత్తూరులో తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం ఆధ్వర్యంలో కల్యాణ మండపాన్ని నిర్మించడానికి మంత్రి కృషి చేస్తున్నారని ఆయన వివరించారు. అలాగే కొత్తూరులో ఉద్యానవనం, వాకింగ్ ట్రాక్ ఏర్పాటు చేస్తున్నారన్నారు. బాలికల విద్యను ప్రోత్సహించడానికి మంత్రి గుడివాడమర్నాథ్ గారు సిఎస్ఆర్ నిధులతో నియోజకవర్గ పరిధిలోని ఉన్నత పాఠశాలల్లోని 2,500 మంది బాలికలకు సైకిళ్లు అందజేశారన్నారు. అనకాపల్లి మండలంలోని కోదూరు గ్రామంలో ఎమ్మెస్ ఎంఈ ఆటోనగర్ ఏర్పాటు చేసి యువతకి ఉపాధి కల్పించడానికి చర్యలు చేపట్టారన్నారు. జీవీఎంసీలో విలీనమైన విలియం గ్రామాలను కూడా అనకాపల్లి పట్టణముతో పాటుగా అభివృద్ధి చేయడానికి మంత్రి కృషి చేస్తున్నారన్నారు. స్టేషన్ రోడ్డు విస్తరణ పనులు త్వరలోనే పూర్తిచేసి, నివాసాలు కోల్పోయిన వారికి టిడిఆర్ లు అందజేయడానికి చర్యలు చేపట్టారన్నారు. అనకాపల్లిలో ఎటువంటి వివాదాలకు తావు లేకుండా శాంతియుతమైన వాతావరణ కల్పించిన ఘనత మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ గారికే దక్కుతుందన్నారు. ఈ రోజు విడుదలైన దేవుని గుమ్మం వెంకటేశ్వర స్వామి దేవాలయం, సుంకరమెట్ట సత్యనారాయణ స్వామి దేవాలయం, సిద్ధి లింగేశ్వర దేవాలయం, కాశీ విశ్వేశ్వర ఆలయాల పాలకవర్గ నియామక ఉత్తర్వులను పత్రికలకు విడుదల చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీ నూకాంబిక దేవస్థానం చైర్మన్ కొణతాల మురళీకృష్ణ, జిల్లా పార్టీ కార్యదర్శి బాజుల రమేష్, గవర కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ బొడ్డేడ శివ, బోగలింగేశ్వర స్వామి దేవస్థానం చైర్మన్ అళ్ల నాగేశ్వరరావు, సకలా గోవిందరావు, నుదురుపాటి తాతాజీ, ఆసుపత్రి అభివృద్ధి కమిటీ డైరెక్టర్ ఏవి రత్నకుమార్, మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ గుండా రమేష్ గుప్తా, పార్టీ నాయకులు ఏరువాకల నారాయణ రావు, కారుకుండి కన్నబాబు, బేతి ఈశ్వరరావు, నాగులపల్లి వీర్రాజు, మమ్మిన పైడిరాజు, సుంకర వెంకటేశ్వరరావు, సిహెచ్ వాసు, నూరిశెట్టి సన్యాసిరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పంచాంగం
శుక్రవారం 22-09-2023
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
దక్షిణాయణం వర్షఋతువు
భాద్రపద మాసం
తిథి : శు. సప్తమి ఉ. 08.56
నక్షత్రం : జ్యేష్ట ప. 12.49
వర్జ్యం : రా. 08.10 ల 09.43

ఏయూ ఆచార్యురాలికి జాతీయ పురస్కారం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం సంగీత విభాగం సీనియర్ ఆచార్యురాలు సరస్వతీ విద్యార్థికి ప్రతిష్ఠాత్మకమైన భారత రత్న డాక్టర్ ఎం.ఎస్ సుబ్బలక్ష్మి సంగీత ప్రాచార్య అవార్డు లభించింది. ఈ నెల 16న ముంబాయిలో శ్రీ షణ్ముఖానంద ఫైన్ ఆర్ట్స్-సంగీత సభ ఈ పురస్కారాన్ని అందించింది. భారత రత్న ఎం.ఎస్ సుబ్బలక్ష్మి జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకుని ఈ నెల 16న ముంబాయిలోని శ్రీ షణ్ముఖానంద సంగీత సభలో జరిగిన కార్యక్రమంలో పద్మవిభూషన్ డాక్టర్ ఆర్.చిదంబరం, పద్మవిభూషన్ ఆచార్య మన్మోహన్ శర్మల చేతుల మీదుగా ఆచార్య సరస్వతీ విద్యార్థి ఈ పురస్కారాన్ని స్వీకరించారు. భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతానికి చేస్తున్న సేవలను గుర్తిస్తూ ఈ పురస్కారాన్ని ప్రధానం చేసారు.

ఏయూ ఆచార్యురాలు జాతీయ స్థాయిలో పురస్కారాన్ని అందుకోవడం పట్ల ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి తన కార్యాలయంలో గురువారం ఆచార్య సరస్వతీ విద్యార్థిని ప్రత్యేకంగా అభినందించి, శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఇటువంటి అవార్డులు విశ్వవిద్యాలయం ప్రతిష్ఠను ఇనుమడింపచేస్తాయన్నారు. ఏయూ సంగీత విభాగం జాతీయ స్థాయిలో ఎంతో ప్రఖ్యాతి చెందిందని, దీనిని మరింత వృద్ధి చేసే బాధ్యత విభాగ ఆచార్యులు, విద్యార్థులు స్వీకరించాలన్నారు. వర్సిటీ పరంగా విభాగానికి సంపూర్ణ సహకారం, తోడ్పాటును అదించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామన్నారు.

అవార్డుతో పాటు రూ లక్ష నగదు పురస్కారాన్ని అందించారు. దీనిని నరగానికి చెందిన త్యాగరాజ ఆరాధన ట్రస్టుకి విరాళంగా ఆచార్య సరస్వతీ విద్యార్థి అందజేసారు. ఈ అవార్డు తనపై మరింత బాధ్యతను పెంచిందిని, ఏయూలో సంగీత విభాగ వికాసానికి మరింత కృషిచేస్తామన్నారు.

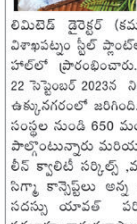
బ్యాంకాక్‌లో నాలుగో రోజున పీస్‌డ్రిల్‌లో భాగంగా బిడ్జిపాంథిని ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ (ఐసిజి) కాలుష్య-నియంత్రణ నౌక 'సేముద్ర ప్రహరీ' సేమగ్ర కాలుష్య ప్రతిస్పందన పట్టిక టాప్ వ్యాయామం

విజయవాడ, (పీఐబీ): భాగస్వామ్య సవాళ్లను, ముఖ్యంగా సముద్ర కాలుష్యాన్ని పరిష్కరించడంలో భారతదేశం యొక్క సముద్ర నైపుణ్యం మరియు నిబద్ధతను హైలైట్ చేస్తూ ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ (ఐసిజి) కాలుష్య-నియంత్రణ నౌక 'సముద్ర ప్రహరీ' సమగ్ర కాలుష్య ప్రతిస్పందన పట్టిక టాప్ వ్యాయామం మరియు ప్రదర్శనను బ్యాంకాక్‌లోని ఖ్లాంగ్ టోయి పోర్ట్‌లో నిర్వహించింది. సెప్టెంబర్ 20, 2023న తన నాలుగ రోజుల పర్యటనలో ఈ కార్యక్రమం చివరిది. ఈ కసరత్తులో థాయిలాండ్ మారిటైమ్ ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ కోఆర్డినేషన్ సెంటర్ (ఎంఈసిసి), కస్టమ్స్ డిపార్ట్‌మెంట్, మైరైన్ డిపార్ట్‌మెంట్, రాయల్ నేవీ, ఫిషరీస్ డిపార్ట్‌మెంట్ మరియు ఇతర ప్రభుత్వ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఈ వ్యాయామం ఐసిజి సహకారంతో థాయిలాండ్ సముద్ర కాలుష్య ప్రతిస్పందన ఆకస్మిక ప్రణాళికను రూపొందించిన మరియు పరీక్షించే ఉద్దేశంతో చేపట్టారు. ఇది పరిజ్ఞానాన్ని పంచుకోవడం మరియు సేవల మధ్య పరస్పర వాతావరణాన్ని పెంపొందించింది. చమురు కాలుష్యానికి సంబంధించిన అంశాల్లో అవాంతరాలు లేని సహకారాన్ని ఇది అందిస్తుంది. ఈ వ్యాయామం ఐసిజి కాలుష్య ప్రతిస్పందన సామర్థ్యాలను మరియు ఈ ప్రాంతం పట్ల భారతదేశ భాగస్వామ్య నిబద్ధతను ప్రదర్శించింది.

వ్యాయామానికి ముందు దౌత్య కార్యాలయ అధికారులు మరియు థాయ్-ఎంఈసిసి ప్రతినిధులతో ఓడ డెక్‌పై ఉమ్మడి యోగా సెషన్ నిర్వహించబడింది. యోగాను తమ దైనందిన జీవితంలో చేర్చడం యొక్క ప్రాముఖ్యత గురించి, దాని ఏకీకృత శక్తిని మరియు అనేక ప్రయోజనాలను ప్రతినిధులు తెలిపారు.

ఉత్తమ భవిష్యత్తు కోసం నాణ్యమైన రూపకల్పనపై సిఐఎస్ఎఫ్ దేవ్ కళాశాల



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తమ భవిష్యత్తు కోసం నాణ్యమైన రూపకల్పనలు " అనే థీమ్‌తో విశాఖపట్నం స్టీల్ ప్లాంట్ లో ప్రారంభమయిన రెండు రోజుల చాప్టర్ కన్వెన్షన్ అన్ క్వాలిటీ కాన్సెప్ట్ సిసికూస్ 2023 ను ఈ రోజు రాష్ట్రీయ ఇస్పాత్ నిగమ్ లిమిటెడ్ డైరెక్టర్ (కమర్షియల్) దేబ్ కళ్యాణ్ మొహంతి విశాఖపట్నం స్టీల్ ప్లాంట్‌లోని ఉక్కునగరం క్లబ్‌లోని మల్టీపర్పస్ హాల్‌లో ప్రారంభించారు. ఈ సదస్సును క్యూసిఎఫ్ద్వారా 21, 22 సెప్టెంబర్ 2023న నిర్వహిస్తున్నారు. విశాఖపట్నం అధ్యాయం ఉక్కునగరంలో జరిగింది. భారతదేశం నలుమూలల నుండి 33 సంస్థల నుండి 650 మందికి పైగా ప్రతినిధులు ఈ సదస్సులో పాల్గొంటున్నారు మరియు 134 కేస్ స్టడీస్‌ను క్వాలిటీ సర్కిల్స్, లీన్ క్వాలిటీ సర్కిల్స్ ,వర్క్‌ప్లేస్ మేనేజ్‌మెంట్, 5 ఎస్, సిక్స్ సిగ్మా కాన్సెప్ట్‌లు అన్న అంశాలపై ప్రదర్శిస్తున్నారు. ఈ సదస్సు యావత్ పరిశ్రమ సిబ్బందిని కలిసి వారి చిన్న సమూహ కార్యకలాపాలు మరియు నిరంతర అభివృద్ధి కేస్ స్టడీలను ప్రదర్శించడానికి మరియు వారి కార్యాలయంలో అవలంబించిన వారి ఉత్తమ అభ్యాసాలను ప్రదర్శించడానికి దోహదపడుతుంది.ఈ కన్వెన్షన్‌ను ప్రారంభించిన ముఖ్యఅతిథి శ్రీ డి కె మొహంతి మాట్లాడుతూ ఏ సంస్థ అయినా విజయం సాధించాలంటే మొత్తం ఉద్యోగుల ప్రమేయం కీలకమని అన్నారు. ఆర్ఐఎన్ఎల్‌లో క్వాలిటీ సర్కిల్‌లు మరియు 5S వర్క్‌ప్లేస్ మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్ వంటి ఉద్యోగుల ప్రమేయం మరియు నిరంతర అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ఆర్ఐఎన్ఎల్ అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని ఆయన పునరుద్ఘాటించారు. ఆర్ఐఎన్ఎల్ యొక్క క్యూసి బృందాలు ఆర్ఐఎన్ఎల్-వైజాగ్ స్టీల్‌కు ప్రాంతీయ సమావేశాలలో మాత్రమే కాకుండా అనేక ప్రతిష్ఠాత్మక జాతీయ మరియు అంతర్జాతీయ వేదికలపై ప్రశంసలు , బహుమతులను పొందాయని మహంతి అన్నారు. ఈ సందర్భంగా హిందుస్థాన్ షిప్‌యార్డ్ లిమిటెడ్ డైరెక్టర్ (ఫైనాన్స్ & కమర్షియల్), గౌరవ అతిథి అయిన S.V. రాంబాబు మాట్లాడుతూ ఉత్పాదకత, నాణ్యత, వ్యయం, భద్రత, కస్టమర్ సంతృప్తి, జట్టుకృషి మరియు ప్రేరణపై ప్రభావం చూపేందుకు క్వాలిటీ సర్కిల్‌లు తోడ్పాటు ప్రత్యేక సాధనం అని చెప్పారు. స్వాగత ప్రసంగం చేస్తూ, క్యూసిఎఫ్ఐ విశాఖపట్నం చాప్టర్ చైర్మన్ శ్రీ జాగాంధీ, చీఫ్ జనరల్ మేనేజర్ (హెచ్ ఆర్) ఆర్ఐఎన్ఎల్ ఈ సదస్సులో పాల్గొంటున్న అందరికీ ధన్యవాదాలు తెలిపారు. స్థానిక సంస్థల నుండి మాత్రమే కాకుండా యావత్ భారత దేశం నుండి కూడా తమ ప్రతినిధులను పాల్గొనే సంస్థలు "ఒకరి నుండి మరొకరు నేర్చుకోడానికి" మరియు స్వజనాత్మక ఆలోచనల మార్పిడికి ఈ కన్వెన్షన్ మంచి వేదిక అవుతుందని శ్రీ గాంధీ అన్నారు.ఉద్యోగులు నిరంతర అభివృద్ధిలో పాల్గొంటూనే క్యూసి భావనలు, స్వజనాత్మకత మరియు టీం స్ఫూర్తిని కలిగి ఉంటారు అని క్యూసిఎఫ్ఐ విశాఖపట్నం చాప్టర్ Cmde సంజయ్ కుమార్, జివిఎం నేవల్ డాక్యార్డ్ విశాఖపట్నం అన్నారు.

ఈ సందర్భంగా క్యూసిఎఫ్ఐ విశాఖపట్నం చాప్టర్ సెక్రటరీ ఎం.ఇ.సి.వి సాగర్ మాట్లాడుతూ, ఈ ఏడాది క్యూసిఎఫ్ఐ విశాఖపట్నం చాప్టర్‌లో అతిపెద్ద ఈవెంట్‌లలో ఒకటైన ఈ కన్వెన్షన్‌లో రికార్డు స్థాయిలో 134 కేస్ స్టడీస్‌ను అందిస్తున్నామని తెలిపారు. నాణ్యమైన కాన్సెప్ట్‌లపై కేస్ స్టడీ ప్రదర్శనలతో పాటు మోడల్ ఎగ్జిబిషన్, కల్చరల్ ఈవెంట్‌లు, నాలెడ్జ్ టెస్ట్, క్విజ్, పోస్టర్, పద్యాలు, వ్యాసరచన, నినాదం, క్రాస్‌వర్డ్ పోటీలు కూడా రెండు రోజుల పాటు నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. కన్వెన్షన్ థీమ్ "బెటర్ ఫ్యూచర్ కోసం నాణ్యమైన భావనలను పెంపొందించుకోండి" అన్న అంశం పై ఇండియన్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మేనేజ్‌మెంట్, విశాఖపట్నం. Prof. మిలన్ కుమార్, వ్యాపార సంస్థలకు మెరుగైన భవిష్యత్తును సృష్టించేందుకు నాణ్యమైన కాన్సెప్ట్‌లను అవలంబించడం యొక్క ప్రాముఖ్యతను హైలైట్ చేస్తూ, మొత్తం ఉద్యోగుల ప్రమేయం మరియు సంస్థ యొక్క సమగ్ర అభివృద్ధికి నాణ్యత యొక్క వివిధ భావనలు ఎలా సహాయపడతాయో వివరంగా వివరించారు.

విశాఖ సమాచారమ్

శుక్రవారం 22-09-2023

రాహుకాలం, కేతు కాలం ఫలితాలు

శాస్త్రం విలువ ఇష్టం విలువ ఒకరు చెప్తే తెలిసేది కాదు! శాస్త్రాన్ని స్వయంగా అనుభవించితె అనుభూతి చెందితే తెలుస్తాయి! లేదంటే ఎదుటివారు పడే కష్టం తేలికగాను, చులకనగాను అనిపిస్తాయి! గడిచిన కాలాన్ని అడిగితే శాస్త్ర జ్ఞానకాలను ఇస్తుంది గడుస్తున్న కాలాన్ని అడిగితే ఉపశాంతులు చెపుతుంది!అనందాన్ని ఇస్తుంది! గడప బోయే కాలాన్ని అడిగితే జాగ్రత్తలు చెపుతుంది! ఆశయంతో ఉన్నవారికి శాస్త్రాన్ని ఉపయోగించి అభివృద్ధి చెందుతారు!

రాహుకాలం,యమగండం అనగా నేమి? వాటి వలన ఉపయోగం, నిషిద్ధం ఏమి? మనకి ఖగోళ శాస్త్రంలో 9 గ్రహాలకు గాను 7గ్రహములకు మాత్రమే ఏడు వారలు ఏర్పడినవి, రాహు కేతువులకు ఛాయా గ్రహాలు అగుట వలన వాటికి

వారములు ఏర్పడలేదు, అందువలన ఈ 7 గ్రహాలు ఒకొక్క గ్రహం 3 గంటలు చప్పున 7గ్రహాలలో కేటాఇంచి 7-3 21 గంటలు ఏర్పడినవి, రోజుకి ఒకటిన్నర రాహుకాలం, ఒకటిన్నర కాలం కేతు కాలం గా ఏర్పడినవి,.... ఈ కేతు కాలమును యమగండ కాలంగా వ్రాయబడినది!

దీనిని ఎక్కువగా తమిళులు,

కన్నడికులు ఎక్కువగా వాడకంలో ఉంది, మన తెలుగు రాష్ట్రాలలో, వర్జ్యం,దుర్ముహూర్తం వాడుకలో ఉంది! దుర్ముహూర్తం కూడా ఎక్కువ శనివారం ఉదయం రోజే చూస్తారు! ఒకొక్క సారి ముహూర్తాలు దుర్ముహూర్తాలలో కూడా పడతాయి! వర్జ్యం మాత్రం పూర్తిగా వినర్జిస్తారు! రాహువునకు అధిష్ఠాన దేవత దుర్గామ్మ వారు, అందుకని రాహు దశ బరిగే వారు, ఆరుద్ర, స్వాతి, శతభిషం నక్షత్రం వారు రాహు కాలంలో కుంకుమ పూజ, అమ్మవారి అష్టత్తరం,లలితా సహస్రనామాలు, నువ్వుల నూనెతో అమ్మవారికి దీపారాధన చేసి

తేనె రంగు వస్త్రువులు, వస్త్రాలు వాడితే అగ్రహమునకు ఉపశాంతి పొందగలరు! గోమేధికం రాయి ఉంగరం కూడా కుడి చేతి మధ్య వ్రేలునకు ధరించ వలెను, శుభం జరుగును, రాహు కాలము కూడా చాల వరకు మంచే చేయును. మీరు భయ పడుతూ ఎదుటి వారిని కూడా భయ పెట్టే ఫలితం రాహుకాలం ఇవ్వదు

సమయములు: ఆదివారం 4-30 టు 6-00 సాయంత్రం వరకు! సోమవారం, ఉదయం 7-30 టు 9-00 వరకు! మంగళవారం మధ్యాహ్నం. 3-00 టు 4-30 వరకు! బుధవారం మధ్యాహ్నం 12-00టు 1-30 వరకు! గురువారం మధ్యాహ్నం. 1-30 టు 3-00 వరకు! శుక్రవారం ఉదయం 10-30 టు 12-00 వరకు! శనివారం ఉదయం 9-00టు 10-30 వరకు.

గురజాడకు నివాళులర్పించిన రాష్ట్ర ఎస్.టి కమిషన్ చైర్మన్ డా.డివిజ శంకర రావు

విజయనగరం: రాష్ట్ర ఎస్.టి కమిషన్ చైర్మన్ డా.డివిజ శంకర రావు గురువారం గురజాడ జయంతిని పురస్కరించుకుని గురజాడ గృహాన్ని సందర్శించారు. గురజాడ చిత్రపటానికి పూల మాలలను వేసి నివాళు లర్పించారు. గురజాడ గృహం లోని గురజాడ సాహిత్యాన్ని, గురజాడ వస్తువుల ను వీక్షించారు. చైర్మన్ వెంట జిల్లా ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ అధికారి, గురజాడ కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

క్రీడలుమానసిక ఉల్లాసానికి, శారీరక దారుఢ్యానికి దోహదపడతాయి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): విద్యార్థులు క్రీడలను అభ్యసించడం వలన మానసిక ఉల్లాసంతో పాటు శారీరక దారుఢ్యం కలుగుతుందని అనకాపల్లి మండల ప్రజా పరిషత్ అధ్యక్షుడు గొర్లి నూరిబాబు అన్నారు. గురువారం మండలంలోని కూండ్రం జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో నియోజకవర్గ స్కూల్ గేమ్స్ అండర్ 14-17 క్రీడలు ప్రారంభమయ్యాయి. కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన ఎంపీపీ నూరిబాబు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతోపాటు క్రీడల పట్ల కూడా దృష్టి సారించాలన్నారు. చెప్పారు.అండర్ 14-17 కి సెలక్ట్ అయిన బాయ్స్ అండ్ గర్ల్స్ ని అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైయస్సార్సీపీ నాయకులు సేనాపతి సెంటారావు, నక్కరాజు ప్రభాకర్ ,ఉపాధ్యాయులు, పిటి మాస్టర్లు ,విద్యార్థినీ విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గ వైసీపీ కార్యాలయ వినాయక మండపాన్ని సందర్శించిన వై.వి.సుబ్బారెడ్డి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శ్రీశ్రీశ్రీ విజయ గణపతి నవరాత్రి ఉత్సవాలలో బాగంగా విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త, రాష్ట్ర నెడ్ క్యాప్ చైర్మన్ కె.కె రాజు ఆహ్వానం మేరకు విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గ వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయం ప్రక్కన ఏర్పాటు చేసిన భారీ వినాయక మండపంను గురువారం విశాఖపట్నం, అనకాపల్లి, విజయనగరం, అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లాల రీజనల్ కో-ఆర్డినేటర్ వై.వి.సుబ్బారెడ్డి సందర్శించి పూజా కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా సుబ్బారెడ్డి మాట్లాడుతూ పరిపాలన రాజధానిగా విశాఖ అన్ని విధాల అనుకూలమని, పరిపాలనా వికేంద్రీకరణ ద్వారా అన్ని ప్రాంతాలు అభివృద్ధి చెందాలని సదుద్దేశంతో గౌరవ ముఖ్యమంత్రి వర్యులు వై.యస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి విశాఖను పరిపాలన రాజదానిగా చేయాలనీ నిర్ణయం తీసుకోవడం జరిగిందని అన్నారు.

దసరా రోజు నుండి విశాఖ నుంచి పరిపాలన సాగిస్తామని ఆయన అన్నారు.ఎటువంటి విఘ్నాలు ఉన్నా తొలిగి పోవాలని ఈరోజు ఈ వినాయకుని పూజించడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు.అనంతరం 108 కొబ్బరికాయలు కొట్టడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో VKPCPIR చైర్మన్ చొక్కాకుల లక్ష్మి & వెంకటరావు, ఉత్తరాంధ్ర JAC కన్వీనర్ లజపతిరాయ్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి రొంగలి జగన్నాధం, సీనియర్ నాయకులు కాళి విశ్వనాదం, దామ సుబ్బారావు, డిప్యూటీ మేయర్ కట్టుమూరి సతీష్,ఉత్తర కమిటీ సభ్యులు, వివిధ కార్పొరేషన్ చైర్మర్స్ కార్పొరేటర్లు, మాజీ కార్పొరేటర్లు,పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, మహిళలు కార్యకర్తలు, భక్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చంద్రబాబు నాయుడుకి మద్దతుగా కశింకోటలో మాజీ సైనికుల నిరసన

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): చంద్రబాబు నాయుడు పై అక్రమ కేసులను ప్రపంచ దేశాలలోని విద్యా వంతులందరూ ఖండిస్తున్నారు అని మాజీ శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ అన్నారు. ఐటీ అంటే చంద్రబాబు నాయుడు గుర్తుకు వస్తే సైకోయిజం అంటే జగన్ మోహన్ రెడ్డి గుర్తుకు వస్తున్నాడని ఆరోపించారు. లేని కేసులను చంద్రబాబు పై రుద్దాలని చూస్తున్నారని ఆయన ఆరోపించారు. చంద్రబాబు నాయుడుకి మద్దతుగా రాష్ట్రంలోని లక్షలాది మంది ప్రజలు ఉత్తరాలు రాస్తున్నారని అన్నారు. 2024 ఎన్నికలు తరువాత వైకాపా పార్టీ రాష్ట్రంలో కనిపించదు అని హెచ్చరించారు. ఈ రోజు కశింకోటలో డాక్టర్ బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ విగ్రహం వద్ద మాజీ సైనికులు నిరసన తెలిపిన కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు.ఈ సంధర్భంగా చంద్రబాబు నాయుడుకి మద్దతుగా వారు పోస్టు కార్డులను పంపించారు. జగన్ రెడ్డి సైకోయిజానికి రాష్ట్రం నుండీ పరిశ్రమలు తరలిపోతున్నాయి అని వారు తెలిపారు.25ఏళ్లుగా చంద్రబాబు నాయుడు గారి పాలన దక్షత ఏమిటో తమకి తెలుసని, వైకాపా ప్రభుత్వం ఆయనపై అక్రమ కేసులు పెట్టిందని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.ఈ సంధర్భంగా సైకో పోవాలి - సైకిల్ రావాలి, బాబుతోనే మేము అని నినాదాలు చేశారు. చంద్రబాబు నాయుడు క్షేమంగా కడిగిన ముత్యంలా బయటకు రావాలని కోరామని తెలిపారు. చంద్రబాబు నాయుడి అక్రమ అరెస్టును రాష్ట్రంలోని ప్రజలందరూ ఖండిస్తున్నారు అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు ఉగ్గి న రమణ మూర్తి, సిద్ధి రెడ్డి శ్రీనివాసరావు, కాంట్రేగుల సతీష్, మళ్ళ లోవ కృష్ణ, తాభాని కృష్ణ, కందల జగన్నాధం, వేగి వెంకటరావు, చిదిరెడ్డి శ్రీనివాసరావు, రెడ్డి త్రినాథ్, కలగా చిన్నా, మాజీ సైనికులు గొంతిన రమణ, శేసగిరి రావు, పంచదార్ల వెంకట రమణ, శంకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సూక్ష్మ సాగు పట్ల రైతులను ప్రోత్సహించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో మరింత ఎక్కువగా సూక్ష్మ సాగు (మైక్రో ఇరిగేషన్) చేపట్టేలా రైతులను ప్రోత్సహించాలని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి అధికారులను కోరారు. గురువారం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ సూక్ష్మ సాగు చేయడం ద్వారా వచ్చే లాభాలను గూర్చి అందరికీ అవగాహన కలిగించాలన్నారు. ఉద్యానవన సాగులో పామాయిల్, కూరగాయలు, ఆకుకూరలు సాగు చేసినట్లయితే తక్కువ నీటితో ఎక్కువ దిగుబడి వస్తుందన్నారు. అదేవిధంగా సూక్ష్మ సాగుకు ప్రభుత్వం కల్పించే రాయితీలను గూర్చి కూడా అవగాహన కల్పించాలన్నారు. జిల్లా సూక్ష్మ సాగు అధికారి(డి ఎం ఐ ఓ) జి వి లక్ష్మి మాట్లాడుతూ జిల్లాలో ఈ సంవత్సరం 1500 హెక్టార్లకు మించి సూక్ష్మ సాగు చేయించే లక్ష్యంతో ప్రణాళిక సిద్ధం చేసినట్లు తెలిపారు. 5 ఎకరాల కన్నా తక్కువ భూమి గల వ్యక్తులకు 90%, 5 ఎకరాల నుంచి 12.5 ఎకరాల మధ్యగల వారికి 50% సబ్సిడీ ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఇప్పటివరకు 1618 మంది రైతులకు చెందిన 1673.54 హెక్టార్ల భూమిని సూక్ష్మ సాగుకు రిజిస్టర్ చేసినట్లు చెప్పారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లాలోని ఎంఎఎఓలు, వివిధ కంపెనీల ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎం.వి.ఆర్ ఆధ్వర్యంలో జోరుగా సాగుతున్న ఉచిత తీర్థయాత్ర బస్సులు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త సేవాపరుడు ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు ఆధ్వర్యంలో ఉచిత నిత్య తీర్థ యాత్రలు జోరుగా కొనసాగుతున్నాయి.

ఈ మేరకు జిల్లాలోని కశింకోట మండలం జమాదులపాలెం గ్రామపంచాయతీకి చెందిన స్థానికులు, భక్తులతో ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రాలు అయిన సింహాచలం, అన్నవరం, కనకమహాలక్ష్మి అమ్మవార్ల ఆలయ దర్శనములకు బస్ లు బయలు దేరాయి.దీనిలో భాగంగా, ఈ యాత్రలో పాల్గొన్న భక్తులకు ఎటువంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ఉదయం పూట అల్పాహారం మరియు మధ్యాహ్నం భోజనం సదుపాయంతో పాటు రాత్రి వేళకి కూడా అల్పాహారం ను సమకూర్చినారు. దానికి తోడు ఎక్కడికక్కడ తాగు నీటి సదుపాయాలు కూడా ఏర్పాటు చేశారు.

అదేవిధంగా ముత్యాల సతీష్ (సంజూబాబు) టీం సభ్యులు అనకాపల్లి జిల్లా ఎలమంచిలి పట్టణ పరిధిలోని పలు ప్రాంతాలు నందు విస్తృతంగా ఇంటింటికి వెళ్లి ఎం వి ఆర్ నిర్వహిస్తున్న సేవా కార్యక్రమాలు కోసం ప్రచారాలు మొదలుపెట్టారు. దీనిలో భాగంగా రైతులను , గ్రామపెద్దలను, మహిళల ను కలిసి సేవా కార్యక్రమాలు, తీర్థయాత్ర లకు బస్సులు ఏర్పాట్లు. ఎంఐఆర్ ట్రస్ట్ ద్వారా నిర్వహించే కార్యక్రమాల కోసం, అనారోగ్యాలతో బాధపడే వారికి ఆపదలో ఉండే వారి కోసం ఏర్పాటు చేసిన ఉచిత అంబులెన్స్ సదుపాయాలు వంటివి ప్రజలకు వివరించారు. ప్రజల అవసరాల కోసం ఎంఐఆర్ ట్రస్ట్ ఎల్లపుడూ అందుబాటులో ఉంటుందన్నారు. ఇప్పుడే ఇన్ని అభివృద్ధి పనులు నిర్వహిస్తున్న వ్యక్తి రాజకీయంలోకి వస్తే అనకాపల్లి పార్లమెంట్ పరిధిలో ఇంకా ఎన్నో, మరి ఎంతో అభివృద్ధి జరుగుతాయనే దానిపై యువసేన సభ్యులు ప్రజలకు వివరిస్తున్నారు.దీనికి స్థానికుల నుంచి వస్తున్న స్పందన తీరు చాలా అద్భుతంగా ఉంటుందని ఎంఐఆర్ అభిమానులు తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో అనకాపల్లి ఎంఐఆర్ కార్యాలయం సూప ర్వైజర్ సతీష్ కుమార్, జిల్లాలోని ఎం.వి.ఆర్ యువసేన సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జీవీఎంసీ స్కూల్లో స్వచ్ఛభారత్ అవగాహన కార్యక్రమం

కలెక్టరేట్, (విశాఖ సమాచారమ్): గురువారం ఉదయం 7 గంటలనుండి స్థానిక 25వ వార్డు సీతంపేట 24వ వార్డు నక్కవానిపాలెం లో జీవీఎంసీ స్కూల్లో వైజే రాజు కళాబృందం కళాకారులచే కళా ప్రదర్శన జరిగినది పరిసరాల పరిశుభ్రత ప్రజా ఆరోగ్యం ప్లాస్టిక్ నిషేధం మరియు ఈకో వైజాగ్ ఓ ప్రాముఖ్యత మొదలగు అంశాలపై వీధి నాటిక జానపద గీతాలతో అవగాహన కల్పించారు పై కార్యక్రమంలో జీవీఎంసీ సానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ లో సన్యాసినాయుడు కిషోర్ సానిటరీ సిబ్బంది మరియు జీవీఎంసీ హెల్త్వర్కర్ టీచర్స్ సానిటరీసూపర్వైజర్ సానిటరీసెక్రటరీ పాల్గొన్నారు.

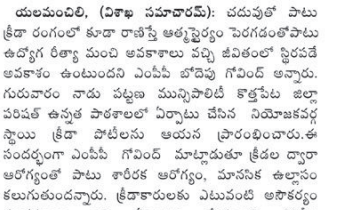
ఏయూను సందర్శించిన అధికారభాషా సంఘం అధ్యక్షులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయాన్ని రాష్ట్ర అధికార భాష సంఘం అధ్యక్షులు పి.విజయబాబు సందర్శించారు. ముందుగా ఏయూ వీసీ ఆచార్యపి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డితో సమావేశమయ్యారు. ఏయూలో జరుగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను విజయ బాబుకి వీసీ ప్రత్యేకంగా వివరించారు. అనంతరం ఏయూలో నూతనంగా అభివృద్ధి చేసిన ఓపెన్ ఎయిర్ ఆడిటోరియంని సందర్శించి సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. దశాబ్దాల చరిత్ర కలిగి, ఎందరో జాతీయ స్థాయి కళాకారులకు సైతం స్థానం కల్పించిన ఈ ప్రాంగణం పునరుజ్జీవనం చేసుకవడం పట్ల హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఏయూ వీసీ ఆచార్య ప్రసాద రెడ్డి ప్రత్యేక చొరవ చూపుతూ దీనిని తీర్చిదిద్దిన విధానాన్ని ప్రత్యక్షంగా వీక్షించారు. అనంతరం ఏయూ ఉద్యోగులతో కలసి మాజీ ముఖ్యమంత్రి, దివంగత నేత వై.ఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి విగ్రహానికి పూలమాల వేసారు.

డిఎంఎసి సమావేశంలో 44 మందికి అక్రిడేషన్లు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): గురువారం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన జిల్లా మీడియా అక్రిడేషన్ కమిటీ సమావేశంలో కొత్తగా 44 మంది విలేకరులకు ప్రెస్ అక్రిడేషన్ మంజూరు చేసినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి తెలిపారు. ఇంతకుముందు 234 మంది విలేకరులతో కలిపి మొత్తం 278 మంది ప్రింట్ మరియు టీవీ జర్నలిస్టులకు అక్రిడేషన్ మంజూరు చేసినట్లు ఆయన వివరించారు. ఈ సమావేశంలో కన్వీనర్ డిపిఆర్ఓ కే.ఇంద్రావతి, కమిటీ సభ్యులు కే. చంద్రరావు, టి. రమేష్, వి లోవరాజు కే.చంద్రశేఖర్, షేక్ దాంద్ బాషా, ఆరోగ్యశ్రీ కోఆర్డినేటర్ బి.భానుమూర్తి డిపీఆర్ఓ డి.సాయిబాబా తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చదువుతో పాటూ క్రీడల్లో కూడా యువత రాణించాలి : ఎంపిపి



యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): చదువుతో పాటు క్రీడా రంగంలో కూడా రాణిస్తే ఆత్మస్థైర్యం పెరగడంతోపాటు ఉద్యోగ రీత్యా మంచి అవకాశాలు వచ్చి జీవితంలో స్థిరపడే అవకాశం ఉంటుందని ఎంపీపీ బోదెపు గోవింద్ అన్నారు. గురువారం నాడు పట్టణ మున్సిపాలిటీ కొత్తపేట జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన నియోజకవర్గ స్థాయి క్రీడా పోటీలను ఆయన ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ఎంపీపీ గోవింద్ మాట్లాడుతూ క్రీడల ద్వారా ఆరోగ్యంతో పాటు శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ఉల్లాసం కలుగుతుందన్నారు. క్రీడాకారులకు ఎటువంటి అసౌకర్యం కలగకుండా అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని పోటీల నిర్వాహకులకు సూచించారు.అనంతరం జాతీయ స్థాయి యోగా పోటీలలో పాల్గొన్న లయ వర్ధన్ అనే విద్యార్థిని అభినందించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధానోపాధ్యాయులు వై.వి.రమణ,పాఠశాల సిబ్బంది, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు, వైసీపీ రూరల్ అధ్యక్షులు కొల్లి త్రినాథ్,గ్రామీణ వైసీపీ నాయకులు మర్రి రాజు, నాలుగు మండలాల క్రీడాకారులు పాల్గొన్నారు.

భరించలేని మెడ నొప్పా?

శరీరం ఎముకలు మరియు కండరాలతో రూపొందించబడింది. ఈ ఎముకలు మరియు కండరాలు మానవ శరీరం యొక్క కదలికకు బాధ్యత వహిస్తాయి. మన శరీరంలోని ఎముకలు వివిధ రకాల ఉక్కు కంటే బలంగా ఉన్నాయని మీకు తెలుసా?

మనిషి శరీరంలో 206 ఎముకలు ఉంటాయని అందరికీ తెలిసిందే. కానీ కండరాల ఖచ్చితమైన సంఖ్య ఎంత అనేది మనకు తెలియదు. శరీరంలో కండరాల పాత్ర చాలా ముఖ్యమైనది. మన చేతులు, కాళ్లు, మెడ మొదలైనవి ఆటోమేటిక్‌గా పనిచేయడానికి ఇవి చాలా ముఖ్యమైనవి. కండరాలు ప్రోటీన్‌తో తయారవుతాయి.

దురదృష్టవశాత్తు, ఈ కండరాలు వయస్సు మరియు ఒత్తిడితో బలహీనపడతాయి. దీంతో రోజువారీ పనులు చేయడం కష్టంగా మారింది. సాధారణంగా ఈ మేరకు ఒత్తిడికి గురయ్యే కండరాలు చేతులు, కాళ్లు, తొడలు, ఎగువ వీపు, మెడ మొదలైనవి.

మెడ కండరాలు ముఖ్యంగా ప్రభావితమవుతాయి. రోజంతా, మన మెడ ప్రాంతం మాత్రమే ఎక్కువ మేరకు కుంచించుకుపోయే మరియు విస్తరించే ధోరణిని కలిగి ఉంటుంది. మెడ శరీర యొక్క బలమైన భాగం. మెడ 7 చిన్న డిస్కులతో రూపొందించబడింది. ఈ డిస్కుల మధ్య ఒక ద్రవం వ్యాపిస్తుంది.

మెడలో కండరాలు చాలా ముఖ్యమైనవి. వీటితోనే మనం తిరగబడి తలవంచుకోవచ్చు. ఈ కండరాలు తలను పైకి పట్టుకోవడమే కాకుండా, మెడకుకు రక్త ప్రసరణ మరియు శ్వాసక్రియకు కూడా సహాయపడతాయి. కాబట్టి మెడ కండరాలు దృఢంగా, ఒత్తిడికి గురికాకుండా ఉంచుకోవడం మంచిది.

కొన్ని ప్రమాదాలు, గాయాలు లేదా ఒత్తిడి కూడా మెడ కండరాలను వక్రీకరించవచ్చు. వృద్ధాప్యం కూడా మెడ కండరాలలో నొప్పిని కలిగిస్తుంది. ఇవి దీర్ఘకాలిక నొప్పిగా కూడా మారవచ్చు. మెడ కండరాలలో ఇటువంటి దీర్ఘకాలిక నొప్పిని "సర్వికల్ స్పాండిలోసిస్" అంటారు.

సర్వైకల్ స్పాండిలోసిస్ అనేది వృద్ధాప్యం లేదా దీర్ఘకాలిక ఒత్తిడి కారణంగా మెడ కండరాలకు గాయం. ఈ వ్యాధికి మరికొన్ని కారణాలు ఉన్నప్పటికీ, ఈ రెండూ చాలా ముఖ్యమైనవి. అధిక బరువు, క్రమరహిత జీవనశైలి, వెన్నెముకకు మునుపటి గాయం మొదలైనవి సర్వైకల్ స్పాండిలోసిస్ అభివృద్ధికి కారణమవుతాయి.

కొందరికి ఇది సంప్రదాయంగా ఉండవచ్చు. ఈ వ్యాధి వచ్చిన తర్వాత, మెడ కండరాలు తమ పాత బలాన్ని తిరిగి పొందలేవు. మాత్రలు దాని నొప్పిని మాత్రమే తగ్గించగలవు లేదా నియంత్రించగలవు. కాబట్టి, ఈ వ్యాధి రాకుండా నిరోధించడానికి మనం కృషి చేయాలి.

బరువు తగ్గడం : సెర్వికల్ స్పాండిలోసిస్‌ను అరికట్టేందుకు బరువు తగ్గడం మంచి పరిష్కారం. బరువు తగ్గినప్పుడు, మెడ ప్రాంతంలో ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. ఇది ప్రాంతం గాయపడకుండా నిరోధిస్తుంది.

సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం: పండ్లు మరియు కూరగాయలతో కూడిన సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం ద్వారా సర్వైకల్ స్పాండిలోసిస్‌ను నివారించవచ్చు. క్యాల్షియం, ఫాస్పరస్, విటమిన్ డి తదితరాలను ఆహారంలో ఎక్కువగా చేర్చుకోవడం వల్ల ఎముకలు, కండరాలు దృఢంగా మారడంతో పాటు శరీరం దురుగ్గా ఉంటుంది. సలాడ్ లేదా ఉడికించిన కూరగాయలను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల సర్వైకల్ స్పాండిలోసిస్ నివారించవచ్చు.

వ్యాయామం: మెడనొప్పి ఉన్నప్పుడు వేడి నీళ్లతో లేదా చల్లటి నీళ్లతో స్నానం చేస్తే తగ్గుముఖం పడుతుంది. మెడ ప్రాంతంలో వేడి మరియు చల్లని నీటి మధ్య ప్రత్యామ్నాయంగా వ్యాయామం చేయడం వల్ల రక్త ప్రసరణ పెరుగుతుంది. ఇది మెడ ప్రాంతంలోని కండరాలకు విశ్రాంతినిస్తుంది. మెడ వాపు లేదా ఎరుపుగా కనిపించినప్పుడు కూడా దీనిని ప్రయత్నించవచ్చు. వ్యాయామం చేయడం వల్ల నొప్పి తగ్గుతుంది.

ఎప్సమ్ ఉప్పుతో స్నానం : ఎప్సమ్ సాల్ట్‌లో మెగ్నీషియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని pH స్థాయిని నియంత్రిస్తుంది. బలహీనమైన కండరాలలో వాపు మరియు అలసటను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఎప్సమ్ సాల్ట్ వాటర్ తో స్నానం చేయడం వల్ల సర్వైకల్ స్పాండిలోసిస్ రాకుండా ఉంటుంది.

వెల్లుల్లి : వెల్లుల్లిలో సహజసిద్ధమైన యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉన్నాయి. కాబట్టి మెడ కండరాలలో మంట తగ్గడానికి వెల్లుల్లిని ఆహారంలో చేర్చుకోవచ్చు. ఇది సహజ నివారణ. వెల్లుల్లి నూనెను మెడ భాగంలో అప్లై చేయడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

వెల్లుల్లి నూనెను వేడి చేసి మెడ భాగంలో రాస్తే నొప్పి తగ్గుతుంది. ప్రతిరోజూ ఉదయం 2-3 వెల్లుల్లి రెబ్బలను నమలండి మరియు 1 చెంచా తేనెను త్రాగండి. వెల్లుల్లి నూనెతో కొబ్బరి నూనెను కలిపి వేడి చేసి మెడ మరియు భుజం కండరాలకు అప్లై చేయవచ్చు.

అల్లం : అల్లంలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు కూడా ఉన్నాయి. ఇది మెడ ప్రాంతంలో రక్త ప్రసరణను పెంచుతుంది మరియు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. 1 అల్లం ముక్కను వేడినీళ్లలో వేసి బాగా మరిగిన తర్వాత బయటకు తీసి తాగితే మెడ నొప్పి తగ్గుతుంది.

3 వారాల్లోపు బట్టతలపై జుట్టు పెరగాలంటే కొత్తిమీరను మీ జుట్టుకు ఇలా వాడండి!

ఈ మధ్య కాలం జుట్టు రాలే సమస్యను ఎక్కువగా ఎదుర్కొంటున్నారు. జుట్టు రాలడం వల్ల మనకు ఒకవైపు మానసిక క్షోభ, మరోవైపు శారీరక వైకల్యం, ఇలా అన్ని వైపుల నుంచి నొప్పి వస్తుంది. చాలా కంపెనీలు దీన్ని చాలా పెద్ద ఎత్తున వ్యాపారంగా మార్చుకున్నాయి. బట్టతలకి మందు, జుట్టు రాలడానికి మందు, తెల్లజుట్టుకి మందు ఇలా రకరకాల మందులు చూపిస్తూ ప్రజలను మోసం చేస్తున్నారు.

ఇంతటి దారుణమైన సమస్య నుంచి బయటపడేందుకు మార్గం లేదా అని ప్రశ్నిస్తే.. మన పూర్వీకుల దగ్గర ఒక మార్గం ఉందనే సమాధానం వస్తుంది. కొత్తిమీర ఆకులతో పాయిన జుట్టును తిరిగి పొందవచ్చని ప్రస్తుత అధ్యయనాలు కూడా చెబుతున్నాయి. ఇది ఎలా సాధ్యమో ఇక్కడ వివరంగా తెలుసుకుందాం.

కొత్తిమీర నూనె!

కొత్తిమీరను రుచి మరియు జీర్ణక్రియ కోసం మనం వంటలో చేర్చే ప్రధాన పదార్థం. ఈ కొత్తిమీరలో రకరకాల పోషకాలు ఉంటాయి. కొత్తిమీర జుట్టు ఆరోగ్యానికి అలాగే శారీరక ఆరోగ్యానికి ఎలా సహాయపడుతుంది.

కొత్తిమీర నూనె తయారీకి కావలిసినవి: కొత్తిమీర నూనె కూడా జుట్టు రాలడానికి గొప్ప మందు. దీని తయారీకి కావలసిన పదార్థాలు...

కొత్తిమీర 1 గుప్పెడు, ఆలివ్ నూనె 2 టేబుల్ స్పూన్లు, కొబ్బరి నూనె 2 టేబుల్ స్పూన్లు.

తయారు చేయు విధానం: ముందుగా కొత్తిమీరను రుబ్బుకోవాలి. ఆ తర్వాత దాని రసాన్ని మాత్రమే విడిగా తీసుకుని అందులో కొబ్బరినూనె, ఆలివ్ ఆయిల్ వేసి బాగా కలపాలి.

ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టు మూలాలపై అప్లై చేసి 1 గంట పాటు అలాగే ఉంచండి. ఆ తర్వాత మీరు తల స్నానం చేయవచ్చు. ఇలా వారానికి ఒకసారి చేస్తే బట్టతల మీద జుట్టు తిరిగి పెరుగుతుంది.

కొత్తిమీర రెమెడీ!

కొత్తిమీర రెమెడీ ఈరోజు నిన్న రాలేదు. శతాబ్దాలుగా, మన పూర్వీకులు బట్టతలపై జుట్టు పెరగడానికి ఈ పద్ధతిని ఉపయోగించారు. దీన్ని తయారుచేయడానికి అవసరం అయినవి.

కొత్తిమీర 1 గుప్పెడు, అర కప్పు నీరు.

తయారుచేయు విధానం: ముందుగా కొత్తిమీరను బాగా రుబ్బుకోవాలి. తర్వాత వీటికి కొంచెం నీళ్లు పోసి మళ్లీ కలపాలి. తర్వాత దీన్ని జుట్టు మూలాలకు అప్లై చేసి 20 నిమిషాల తర్వాత తల స్నానం చేయాలి.

4 నుంచి 6 వారాలు...

అవసరమైతే మీరు కొంచెం కండీషనర్ లేదా షాంపూని ఉపయోగించవచ్చు. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే బట్టతల ఉన్న ప్రదేశంలో జుట్టు పెరుగుతుంది. మీ పూర్తి జుట్టు పెరుగుదలకు 4 నుండి 6 వారాలు పట్టవచ్చు.

కొత్తిమీర విత్తనాలు(ధనియాలు) : 3 చెంచాల కొత్తిమీర గింజలను తీసుకుని మెత్తగా నూరి పొడి చేసుకోవాలి. ఆ తర్వాత వాటిని కొబ్బరినూనెలో కలిపి తలకు రాసుకుంటే జుట్టు రాలిన చోట తిరిగి వెంట్రుకలు పెరుగుతాయి. జుట్టు రాలడాన్ని కూడా అరికడుతుంది.

కొత్తిమీర నీరు: నీటిని మరిగించి, అందులో కొత్తిమీర వేసి 15 నిమిషాలు ఉడకనివ్వండి. ఆ తర్వాత ఈ నీటిని ఫిల్టర్ చేసి చల్లార్చాలి.

తర్వాత జుట్టు మూలాలకు అప్లై చేసి మసాజ్ చేయండి. ఇలా రెగ్యులర్ గా చేస్తుంటే జుట్టు వేగంగా పెరుగుతుంది.

తేనె, దాల్చిన చెక్కను కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో లాభాలు

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అన్నారు పెద్దలు. అయితే సరిలేని జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లతో మనమే చేతులారా ఆరోగ్యాన్ని పాడుచేసు కుంటున్నాం. ఆ తర్వాత ఆసుపత్రుల చుట్టూ తిరుగుతున్నాం. చాలా మందికి తెలియని విషయం ఏమిటంటే ఎలాంటి అదనపు ఖర్చు లేకుండా కూడా ఆరోగ్యాన్ని పొదుకోవచ్చు. ఇందుకోసం నిత్యం తాజా కూరగాయలు, పండ్లు తీసుకుంటే సరిపోతుంది. అలాగే వంట గదిలోనే ఉండే సుగంధ ద్రవ్యాలను సరిగ్గా ఉపయోగించు కుంటే హాస్పిటల్ అవసరం కాదుగా టాబ్లెట్ అవసరం కూడా ఉండదు. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే అలాంటి సుగంధ ద్రవ్యాల్లో దాల్చిన చెక్క కూడా ఒకటి. దాల్చిన చెక్క ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో మెరుగ్గా పనిచేస్తుంది. నిత్యం దీన్ని తేనెలో కలుపుకుని తీసుకుంటే ఆరోగ్యం స్థిరంగా ఉండడంతో పాటు సమస్యలు దూరం అవుతాయి.

దాల్చిన చెక్క-తేనె యొక్క ప్రయోజనాలు:

1. దాల్చిన చెక్క, తేనె రెండింటిలోనూ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉన్నందున ఇవి ఫ్రీరాడికల్స్ దెబ్బ తినకుండా క్యాన్సర్ నుంచి శరీరాన్ని రక్షించడంలో సహాయపడతాయి.

2. దాల్చిన చెక్కలోని ఫైబర్ ఉన్నందున ఈ మిశ్రమం రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. షుగర్ లెవెల్స్‌ను తగ్గించడంలో తేనె కీలకంగా పని చేస్తుందని ప్రత్యేకంగా చెప్పక్కర్లేదు.

3. శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి, గుండెకు మేలు చేసే మంచి కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచగలిగే సామర్థ్యం కూడా దాల్చిన చెక్క, తేనే మిశ్రమానికి ఉంది. అంటే ఈ మిశ్రమం ద్వారా గుండె జబ్బులను దూరం చేసుకోవచ్చు.

4. తేనె, దాల్చిన చెక్కను కలిపి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడి కడుపు నొప్పి, మలబద్ధకం వంటి జీర్ణ సమస్యలు దూరం అవుతాయి.

5. తేనె, దాల్చిన చెక్క మిశ్రమం మొటిమలను తగ్గించేందుకు కూడా అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ఇందు కోసం దాల్చిన చెక్కపొడి, మూడు టేబుల్ స్పూన్ల తేనె మిశ్రమాన్ని మొటిమలపై అప్లై చేసి 15 నిముషాల తర్వాత కడిగితే చాలు.

6. తేనె, దాల్చిన చెక్క మిశ్రమాన్ని ప్రతి రోజూ తీసుకుంటే శరీర రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఫలితంగా శరీరంలోని వైరస్, బ్యాక్టీరియా నశించడమే కాక సీజనల్ వ్యాధుల నుంచి రక్షణ కలుగుతుంది.

7. తేనె, దాల్చిన చెక్క మిశ్రమం ఆర్థరైటిస్ నొప్పులను తగ్గించడంలో బాగా పనిచేస్తుంది. ఒక టీ స్పూన్ తేనె, అంతే మోతాదులో దాల్చిన చెక్క పొడిని గోరు వెచ్చని నీటిలో కలిపి తాగితే చాలు.

కొబ్బరి నీటితో బోలెడు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

కొబ్బరికాయ ఆరోగ్యానికి ఎంత మేలు చేస్తుందో తెలుసా.. దాని నీరు ఆరోగ్యానికి కూడా అంతే మేలు చేస్తుంది. కొబ్బరి నీరు ఆరోగ్యానికి నిధి, దీని వినియోగం గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో, మూత్రపిండాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో, బరువు తగ్గించడంలో, చర్మ ఛాయను మెరుగుపరచడంలో, మధుమేహం వంటి వ్యాధులను నియంత్రించడంలో చాలా ప్రభావవంతమైనదని రుజువు చేస్తుంది. కొబ్బరి నీరు పోషకాల పవర్‌హౌస్ , ఎలక్ట్రోలైట్స్, లారిక్ యాసిడ్, పొటాషియం, మెగ్నీషియం, జింక్‌లో సమృద్ధిగా ఉంటుంది.

జీవనశైలి నిపుణులు అందించిన సమాచారం ప్రకారం, కొబ్బరి నీరు మొత్తం శరీరానికి మేలు చేస్తుంది. ఇందులో చాలా తక్కువ కేలరీలు ఉంటాయి. 100 గ్రాముల కొబ్బరి నీళ్లలో 19 కేలరీలు మాత్రమే ఉంటాయి. ఇది కొన్ని అమైనో ఆమ్లాలు, 4 గ్రాముల కార్బోహైడ్రేట్లను కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో 95 శాతం నీరు, 1 గ్రాము కంటే తక్కువ కొవ్వు ఉంటుంది.

గుండె జబ్బులను నివారిస్తుంది

కొబ్బరిలో ఫ్యాట్ ఉంటుంది కానీ దాని నీరు కొవ్వు రహితంగా ఉంటుంది. కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల గుండె జబ్బులు రాకుండా ఉంటాయి. హృద్రోగులు కూడా కొబ్బరి నీళ్లను సేవించాలి, గుండె ఆరోగ్యం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కొబ్బరి నీళ్లలో 95 శాతం నీరు ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ ఉండదు. కొబ్బరి నీళ్లలో కొలెస్ట్రాల్‌ను నియంత్రించే పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది.

డీహైడ్రేషన్‌ను నియంత్రిస్తుంది

కొబ్బరి నీళ్లను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలోని పోషకాల లోపాన్ని తీర్చి, శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుతుంది. వేసవిలో శరీరంలో ఎలక్ట్రోలైట్స్ లోపాన్ని భర్తీ చేస్తుంది.

కిడ్నీలో రాళ్లను నివారిస్తుంది

కిడ్నీలో రాళ్లు రాకుండా ఉండేందుకు కొబ్బరి నీళ్లను తీసుకోవడం చాలా ఉపయోగపడుతుంది. కొబ్బరి నీరు శరీరాన్ని హైడ్రేట్ గా ఉంచి కిడ్నీ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఒక కప్పు కొబ్బరి నీళ్లలో 600 mg పొటాషియం ఉంటుంది, ఇది మూత్రపిండాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. మూత్రపిండాల్లో రాళ్లను నయం చేస్తుంది.

కొబ్బరి నీరు జుట్టుకు పోషణనిస్తుంది

యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, లారిక్ యాసిడ్, బి విటమిన్లు, మెగ్నీషియం పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల కొబ్బరి నీరు జుట్టుకు పోషణనిస్తుంది. దీన్ని తీసుకోవడం వల్ల స్కాల్ప్ హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంటుంది. చుండ్రు నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.

అలాగే మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది

కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది . డయాబెటిక్ పేషెంట్ కొబ్బరి నీళ్లను తీసుకుంటే, శరీరం హైడ్రేట్ గా ఉంటుంది. శరీరంలోని పోషకాల లోపం కూడా తీరుతుంది.

ఊబకాయాన్ని నియంత్రిస్తుంది.. కొబ్బరినీళ్లు తీసుకోవడం వల్ల ఊబకాయం అదుపులో ఉంటుంది. దీన్ని తీసుకోవడం వల్ల చాలా సేపు కడుపు నిండుగా ఉండి ఆకలి అదుపులో ఉంటుంది. ఈ నీటి వినియోగం బరువు తగ్గడానికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.

ఏ రంగు ఆహారం ఏ అవయవానికి ఆరోగ్యం?

శరీరంలోని ప్రతి అవయవానికి ప్రత్యేకించి రంగులతో కూడిన ఆహారం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతారు. వివిధ రంగుల ఆహారాలు శరీరంలోని వివిధ భాగాలకు ఎలా మేలు చేస్తాయో తెలుసుకుందాము. పుచ్చకాయ, జామ, టమోటా, స్ట్రాబెర్రీ, బీట్‌రూట్ వంటి ఎరుపు రంగు పండ్లు గుండెను కాపాడుకోవడానికి మేలు చేస్తాయి.

ఆకు కూరలు, గ్రీన్ యాపిల్స్ మొదలైన ఆకుపచ్చని పండ్లు, కూరగాయలు కాలేయాన్ని రక్షిస్తాయి.

ద్రాక్ష, ఉల్లిపాయలు, ఊదా క్యాబేజీ, వంకాయ వంటి ఊదా రంగు కలిగినవి తింటే మెదడు ఆరోగ్యంగా వుంటుంది. ఎండు ద్రాక్ష, బ్లాక్ ఆలివ్ మొదలైన నలుపు రంగు ఆహారం మూత్రపిండాలకు మేలు చేస్తాయి.

బంగాళదుంప, వెల్లుల్లి, తెల్ల వుట్టగొడుగు మొదలైన తెలుపు రంగు కలవి ఊపిరితిత్తులకు మేలు చేస్తాయి. నారింజ, మామిడి, కుంకుమపువ్వు మొదలైనవి ప్లీహము ఆరోగ్యానికి దోహదపడతాయి.

ఎట్టి పరిస్థితుల్లో ఈ ఆహారాలను పరిగడుపున మాత్రం తినకండి

భోజనం మనం బ్రతకటానికి మరియు మన ఆరోగ్యానికి ఎంత అవసరమో అందరికీ తెలిసిందే. ప్రతి ఆహార పదార్థాన్ని తినడానికి సరైన సమయం ఉంటుంది. అలాగే కొన్ని ఆహారాలను ఖాళీ కడుపు తో తినకూడదు అని ఆహార నిపుణులు సలహా ఇస్తున్నారు.

వీటిల్లో అసిడిక్ ఆహారాలను ఖాళీ కడుపుతో తినడం వల్ల పొట్ట మరియు ప్రేగులపై చెడు ప్రభావం పడుతుంది. అంతేకాకుండా.. వీటి వలన ఇన్ఫెక్షన్ కూడా కలిగే ప్రమాదం ఉంది. ముఖ్యంగా ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఏ ఆహారాలు తినాలి.. తినకూడదో ఇపుడు తెలుసుకుందాం.

ఖాళీ కడుపుతో తినే ఆహార పదార్థాలు:

గుడ్డు.. గుడ్డు ప్రోటీన్ పుష్కలంగా కలిగి ఉంటాయి. కావున వీటిని అల్పాహారంగా తీసుకోవాచ్చు. ఉదయాన్నే గుడ్డు తినడం వల్ల రోజంతా కడుపు నిండుగా ఉంటుంది మరియు శరీరానికి శక్తి కూడా లభిస్తుంది.

బొప్పాయి పండు.. బొప్పాయి పండు ఒక గొప్ప సూపర్ ఫుడ్ అనటంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. ప్రతి సీజన్‌లో లభించే బొప్పాయిని మీ అల్పాహారంలో తీసుకోవచ్చు. ఇది శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాలను తగ్గించి గుండె జబ్బులను కూడా నిరోధిస్తుంది.

నానబెట్టిన బాదం.. ఉదయం లేవగానే ముందుగా ఖాళీ కడుపుతో 4 నానబెట్టిన బాదాంలను తినాలి. దీని వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎన్ని ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఫైబర్, ఒమేగా-3 మరియు ఒమేగా-6 యాసిడ్‌లు పుష్కలంగా ఉండే బాదంపప్పును రాత్రిపూట నానబెట్టి మరునటి ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో తినాలి. ఇలా నానబెట్టిన బత్తిన బాదం యొక్క పై తొక్కను తీసిన తర్వాత మాత్రమే తినాలని గుర్తుంచుకోవాలి.

ఓట్స్.. ఓట్ మీల్ ఒక మంచి అల్పాహారం. ఇందులో పోషకాలు అధికంగా ఉంటాయి మరియు కెలోరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఇది శరీర బరువును నియంత్రించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

ఖాళీ కడుపు తో తినకూడని ఆహార పదార్థాలు

టమాట.. పచ్చి టమాటలు తినడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. కానీ పచ్చి టమాటలను ఖాళీ కడుపుతో తినడం హానికరం. టొమాటోలోని అసిడిక్ గుణాలు.. పొట్టలో ఉండే జీర్ణశయ ఆమ్లాలతో (గ్యాస్ట్రోఇంటెస్టినల్ యాసిడ్) చర్య జరిపి.. పొత్తికడుపులో నొప్పి.. తిమ్మిరి వంటి సమస్యలను కలిగించే జెల్‌ను ఏర్పరుస్తుంది. కావున ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో టమాటలను తినకూడదు.

పెరుగు.. పెరుగు వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎన్ని లాభాలు ఉన్నాయి. కానీ.. ఖాళీ కడుపు తో పెరుగుని తినకూడదు.పెరుగులో లాక్టిక్ ఆసిడ్ ఉంటుంది. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపు తో పెరుగు తింటే.. ఆసాధారణ చర్యలు ఏర్పడి అనారోగ్యానికి గురిచేస్తుంది.

సోడా.. సోడాలో అధిక నాణ్యత కలిగిన కార్బోనేట్ ఆసిడ్ ఉంటుంది. ఈ కార్బోనేట్ ఆసిడ్ పొట్టలో ఉండే ఆసిడ్ తో కలిస్తే.. కడుపు నొప్పి వంటి సమస్యలు ప్రారంభం అవుతాయి. కావున ఉదయాన్నే అల్పాహారంగా తీసుకోకూడదు.

24న కాచిగూడ-యశ్వంత్‌పూర్ 'వందేభారత్' ప్రారంభం

హైదరాబాద్, బెంగళూరు మధ్య వందేభారత్ రైలు ఈ నెల 24 (ఆదివారం)న ప్రారంభం కానుంది. కాచిగూడ-యశ్వంత్‌పూర్ (బెంగళూరు) మధ్య రాకపోకలు సాగించే ఈ రైలును ఆదివారం మధ్యాహ్నం 12.30కు ప్రధాని నరేంద్రమోదీ దిల్లీ నుంచి వర్చువల్ విధానంలో ప్రారంభించనున్నారు.

కాచిగూడ, హైదరాబాద్, బెంగళూరు మధ్య వందేభారత్ రైలు ఈ నెల 24 (ఆదివారం)న ప్రారంభం కానుంది. కాచిగూడ- యశ్వంత్‌పూర్ (బెంగళూరు) మధ్య రాకపోకలు సాగించే ఈ రైలును ఆదివారం మధ్యాహ్నం 12.30కు ప్రధాని నరేంద్రమోదీ దిల్లీ నుంచి వర్చువల్ విధానంలో ప్రారంభించనున్నారు. కాచిగూడ రైల్వేస్టేషన్ వేదికగా జరిగే ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో కేంద్రమంత్రి కిషన్‌రెడ్డి, రైల్వే మన్త్రాధికారులు పాల్గొంటారు. సోమవారం నుంచి ఈ రైలు కాచిగూడలో ఉదయం 5.30కు బయలుదేరి.. మహబూబ్‌నగర్, కర్నూలు, అనంతపురం, ధర్మవరం, హిందూపురం స్టేషన్ల మీదుగా మధ్యాహ్నం 2 గంటలకు యశ్వంత్‌పూర్ చేరుకుంటుంది. తిరిగి 2.45కు యశ్వంత్‌పూర్‌లో బయలుదేరి, రాత్రి 11.15కు కాచిగూడ చేరుకుంటుంది. దీంతో సహా ఈ నెల 24న ప్రధాని మోదీ ఒకేసారి 9 వందేభారత్ రైళ్లను వర్చువల్‌గా ప్రారంభించనున్నారు. వాటిలో విజయవాడ-చెన్నై వందేభారత్ కూడా ఉందని రైల్వే అధికారులు తెలిపారు. ఈ రైలు విజయవాడలో ప్రారంభమై తెనాలి, ఒంగోలు, నెల్లూరు, రేణిగుంట మీదుగా చెన్నై సెంట్రల్‌కు చేరుకుంటుంది. గురువారం మినహా మిగిలిన రోజుల్లో నడిచే ఈ రైలు రోజూ ఉదయం విజయవాడలో 5.30కు బయలుదేరి మధ్యాహ్నం 12.10కి చెన్నై చేరుకుంటుంది. తిరిగి చెన్నైలో మధ్యాహ్నం 3.20కి బయలుదేరి విజయవాడకు రాత్రి 10 గంటలకు వస్తుంది.

పరవాడ డంపింగ్ యార్డ్ లో అనధికార నివాసం ఫార్మా వ్యర్థాలు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా మండల కేంద్రమైన పరవాడ తహసిల్దార్ సమీపంలో ఉన్న డంపింగ్ యార్డ్ లో కొంతమంది అనధికార నివాసం ఉంటున్నారని స్థానికులు వాపోతున్నారు. అలాగే రాత్రి 12 గంటల తర్వాత డంపింగ్ యార్డ్ లో ఫార్మాసిటీ కి సంబంధించిన పరిశ్రమ యొక్క వ్యర్థాలను డంపింగ్ యార్డ్ యొక్క తాళాలు వేసిన గేట్లను తెర్చుకొని లోపల వేస్తూ వాటిని అదే సమయంలో కాల్చి బూడిద చేస్తున్నారని స్థానిక సమాచారం ఏటి వలన రాత్రి సమయంలో ఫార్మా విషవాయువు వ్యాపింది. పరవాడ ప్రజలు అనారోగ్య పాలవుతారని స్థానికులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. వీటిపై పంచాయితీ కార్యదర్శి ప్రత్యేకమైన దృష్టి సారించి విచారణ చేపట్టి ఫార్మ వ్యర్థాలు వెదజల్లుతున్న వారిపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు.

అక్టోబర్ 17వ తేదీ నాటికి ఓటర్ల ముసాయిదా జాబితా

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): వచ్చేనెల అక్టోబర్ నాటికి ఓటర్ల జాబితా ముసాయిదా ప్రతి ప్రచురిస్తామని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి తెలిపారు. బుధవారం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన రాజకీయ పార్టీల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ దీనిపై అభ్యంతరాలు ఆ రోజు నుంచి నవంబరు నెల ఆఖరి వరకు స్వీకరించడం జరుగుతుందన్నారు. శని ఆదివారాలైన అక్టోబర్ 28, 29, నవంబర్ 18, 19 తేదీలలో స్పెషల్ క్యాంపెయిన్ నిర్వహిస్తారని అన్నారు. బూతు స్థాయి ఏజెంట్లను నియమించిన పొలిగ్ స్టేషన్లకు రాజకీయ పార్టీలు వెంటనే వీఎల్‌ఈలను నియమించాలన్నారు. శనివారం ఈవీఎమ్, ఇతర సంబంధిత సామాగ్రి భద్రపరిచే గోదామును ప్రారంభిస్తున్నట్లు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి బి. దయానిధి రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు బి శ్రీనివాసరావు(టిడిపి), కే. హరినాథ బాబు (ఆప్ ఆద్మీ),జ.క్రిరామ్ (సిపిఎం), ఎస్.వి.వి. రామచంద్రరావు (బి.ఎస్.పి.) ఎన్నికల సూపరింటెండెంట్ లక్ష్మీదేవి, డిటి రవి కుమార్ తదితరులు హాజరయ్యారు.

గురజాడ గృహం అభివృద్ధికి జెడ్ పి నిధులు

విజయనగరం: గురజాడ నడయాడిన నేల పై జన్మించడం పూర్వ జన్మ సుకృతమని , అటువంటి మహనీయుని గృహం నందు వారు వినియోగించిన వస్తువులను తాకడం అదృష్టమని జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాస రావు పేర్కొన్నారు. మహాకవి గురజాడ 161 వ జయంతి వేడుకలను గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. గురజాడ స్వగృహం నందు వారి చిత్ర పటానికి పూల మాలలు వేసి, జ్యోతి ప్రకాశనం గావించి జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాస రావు, జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి, సంయుక్త కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్, గురజాడ కుటుంబ సభ్యులు ప్రసాద్, ఇందిర, గురజాడ అభిమానులు పెద్ద సంఖ్య లో పాల్గొని ఘనంగా నివాళులర్పించారు . అనంతరం గురజాడ రచించిన దేశమంటే మట్టి కాదోయి గేయాన్ని ఆలపిస్తూ పెద్ద సంఖ్యలో విద్యార్థులతో గురజాడ జంక్షన్ వరకు గురజాడ వినియోగించిన వస్తువులతో ర్యాలీ గా సాగి గురజాడ విగ్రహానికి పూల మలాలంకరణ గావించారు. అనంతరం జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మాట్లాడుతూ గురజాడ వారు చెప్పిన సొంత లాభం కొంత మానుకొని పొరుగువానికి సాయపడవోయి అనే మాటలను ప్రభుత్వం స్వీకరించి అభివృద్ధి చేయడం జరుగుతోందని పేర్కొన్నారు. తన రచనల ద్వారా దేశ భక్తిని పెంపొందించాలని 161 ఏళ్ల క్రితమే జాతికి దిశా నిర్దేశం చేసిన వ్యక్తి గురజాడ అని, ఇటీవల దేశ ప్రధాని మోడీ గారి నోట గురజాడ మాటలు వినిపించాయని గుర్తు చేసారు. అనేక మంది సందర్శకులు లైబ్రరీ కి వస్తున్న దృష్ట్యా వారి సౌకర్యార్థం లైబ్రరీ లో మౌలిక వసతుల కల్పనకు జిల్లా పరిషత్ నుండి నిధులను సమకూర్చునున్నట్లు చైర్మన్ తెలిపారు. అందుకోసం ఒక కమిటీ ని ఏర్పాటు చేసి, ఏమేమి అవసరం అవుతాయో నివేదిక తయారు చేయాలని కలెక్టర్ కు కోరారు.

జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి మాట్లాడుతూ గురజాడ చిర స్మరణీయులని, వారి రచనలు ఎన్ని తరాలకైనా అనుసరణీయమని, ఎప్పటికీ నిలిచి ఉంటాయని అన్నారు. గురజాడ గృహాన్ని ఇటీవలే పెయింటింగ్స్ వేయించి కొంత మేరకు అభివృద్ధి చేయడం జరిగిందని, అందుకు అదృష్టంగా భావిస్తున్నాని అన్నారు.

గురజాడ గృహం లో గురజాడ వినియోగించిన వస్తువులను , గురజాడ స్టాంప్ ను చేతి రాతలను, కళ్ళద్దాలను, గురజాడ సేకరించిన పుస్తకాలను , ఎక్సిబిషన్ రూమ్ లో గురజాడ సమకాలీన కవులు, మేధావుల చిత్ర పటాలను చైర్మన్, కలెక్టర్ సందర్శించి, విజిటర్స్ రిజిస్టర్ లో సంతకాలు చేసి గురజాడ గృహాన్ని సందర్శించినందుకు గర్వంగా ఉందని రాసారు.

గెస్ట్హౌస్ హెరిటేజ్ ఆఫ్ విజయనగరం వారి వితరణతో గురజాడ గృహం లో సందర్శకుల దాహార్తిని తీర్చడానికి ఏర్పాటు చేసిన ఆర్.ఓ ప్లాంట్ ను కూడా చైర్మన్ ప్రారంభించారు.

ఈ కార్యక్రమం లో నగర మేయర్ విజయలక్ష్మి , సహాయ కలెక్టర్ వెంకట త్రివినాగ్ , మున్సిపల్ కమీషనర్ శ్రీరాములు నాయుడు, జిల్లా పర్యాటక అధికారి లక్ష్మి నారాయణ, , డీ ఐ పి.ఆర్ ఓ దున్నా రమేష్ , తహసిల్దార్ కోరాడ శ్రీనివాస రావు, గురజాడ సమాఖ్య ప్రతినిధులు కాపుగంటి ప్రకాష్, సూర్య లక్ష్మి, గోపాల రావు, కృష్ణాజ సంగీత కళాశాల ప్రిన్సిపాల్, విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్య లో పాల్గొన్నారు.

ఉల్లాసంగా ఉత్సాహంగా యువజనోత్సవాలు

విజయనగరం: 2023-24 ఏడాది విజయనగరం జిల్లా యువజనోత్సవాలు ఉల్లాసంగా.. ఉత్సాహంగా జరిగాయి. స్థానిక సీతం కళాశాల వేదికగా ఆహ్లాదకర వాతావరణంలో ఉత్సవాలు గురువారం ఉదయం ప్రారంభమయ్యాయి. సెట్విజ్, నెహ్రూ యువ కేంద్ర, సీతం కళాశాల సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన యువజనోత్సవాలు అద్యంతం ఉత్సాహభరిత వాతావరణంలో సాగాయి. జిల్లాలోని వివిధ కళాశాలల నుంచి సుమారు 500 మంది విద్యార్థులు హాజరై వివిధ పోటీలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల్లో భాగస్వామ్యమయ్యారు. సాంస్కృతిక కళా వైభవం, జీవిత నైపుణ్యం, శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యం ప్రాధాన్యతను తెలుపుతూ వివిధ ప్రదర్శనలు నిర్వహించారు. సెట్విజ్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో సుమారు 15 రకాల క్రీడాంశాల్లో జిల్లా స్థాయి పోటీలు నిర్వహించగా యువత అంతా ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

జిల్లా యువజనోత్సవ కార్యక్రమ ప్రారంభోత్సవాన్ని స్థానిక సీతం కళాశాలలో వివిధ ప్రముఖుల సమక్షంలో సెట్విజ్, యువజన సర్వీసుల శాఖ, సీతం కళాశాల యాజమాన్యాం వేడుకగా నిర్వహించాయి. సెట్విజ్ సీఈవో బి. రామగోపాల్, జిల్లా యువజన అధికారి వెంకట్ ఉజ్జల్, జిల్లా కబడ్డీ అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ ఈశ్వర్ కొశిక్, సీతం కళాశాల డైరెక్టర్ ఎం. శశిభూషణ్ రావు, ప్రిన్సిపాల్ రమణ మూర్తి, బ్రహ్మ కుమారి అన్నపూర్ణ, మెప్మా పీడీ సుధాకర్, స్కిల్ డెవలప్మెంట్ అధికారి గోవిందరావు, అడల్ట్ ఎడ్యుకేషన్ డీడీ సోమేశ్వరరావు, సంగీత కళాశాల అధ్యాపకురాలు బిందు తదితరులు పాల్గొని జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి, స్వామి వివేకానంద, గురజాడ చిత్రపటాలకు పూలమాలలు వేసి యువజనోత్సవాలను ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా కార్యక్రమానికి విచ్చేసిన అతిథులంతా యువతను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు. బలమైన లక్ష్యం ఏర్పాటు చేసుకొని దాని సాధన కోసం నిరంతరం తపించాలని, శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలని సూచించారు. ఆశయ సాధన కోసం అకుంఠిత దీక్ష, ఏకాగ్రత చాలా అవసరమని పేర్కొన్నారు. పోటీతత్వం అలవర్చుకోవాలని, మానసిక ధైర్యంతో ముందుకు వెళ్లాలని హితవు పలికారు. ఆర్థిక, రాజకీయ, సామాజిక చైతన్యం పొందడానికి అవసరమైన జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవాలని, క్రమ శిక్షణతో కూడిన జీవితాన్ని అలవర్చుకోవాలని సూచించారు. మంచి పనుల కోసం యువత తమ శక్తిని, జ్ఞానాన్ని ఉపయోగించాలని, చెడుకు దూరంగా ఉండాలని హితవు పలికారు.

అనంతరం 15 రకాల క్రీడాంశాల్లో వివిధ పోటీలు నిర్వహించారు. స్వయం సహాయక సంఘాల ఆధ్వర్యంలో వివిధ రకాల ఆహార పదార్థాలను ప్రదర్శనలో ఉంచారు. అలాగే విద్యార్థులు చేసిన నృత్య ప్రదర్శనలు ఆహూతులను అలరించాయి. సీతం కళాశాల అధ్యాపకులు, సెట్విజ్, యువజన సర్వీసుల శాఖ అధికారులు, సిబ్బంది, అధిక సంఖ్యలో విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

స్వేచ్ఛగా నినదించిన గళం

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చంద్రబాబు అక్రమ అరెస్టును నిరసిస్తూ ఏర్పాటు చేసిన ఫ్రీడం ఆఫ్ వాయిస్ కార్యక్రమం రాజకీయ పార్టీలకు అతీతంగా స్వేచ్ఛగా గళం నినదించింది. గురువారం ఉదయం హోటల్ మయూరలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించిన గణపతినీడి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థకు ప్రతీకగా నిలిచిన భారతదేశంలో గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా మన రాష్ట్రంలో అరాచకం నెలకొని ఉందని, చంద్రబాబు అక్రమ అరెస్ట్ దానికి ఉదాహరణగా చెప్పుకోవచ్చని అన్నారు. జరిగిన సంఘటనపై రాజకీయాలకు అతీతంగా అందరూ ఖండించవలసిన సమయం ఇదేనని పిలుపునిచ్చారు. టిడిపి జిల్లా పార్లమెంటరీ అధ్యక్షుడు కిమిడి నాగార్జున, టిడిపి సీనియర్ నాయకులు ద్వారపురెడ్డి జగదీష్, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బివిపి రాజులు మాట్లాడుతూ ఎటువంటి ఆధారాలు లేకుండా రాష్ట్ర ప్రధాన ప్రతిపక్షనేత అరెస్టు అప్రజాస్వామికమని అన్నారు. లోకసత్తా పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు భీశెట్టి బాబ్జీ, సిపిఐ రాష్ట్ర నాయకులు కామేశ్వరరావు, మాజీ మంత్రి పడాల అరుణ, జనసేన రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి పాలవలస యశస్వి, ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షులు దయానంద్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో రాజ్యాంగేతర శక్తి పరిపాలనలో ప్రజలు నలిగిపోతున్నారని, ప్రజలలో చైతన్యం రావాలని పేర్కొన్నారు. టిడిపి విజయనగరం పార్లమెంటరీ న్యాయవిభాగం అధ్యక్షుడు ఉపాధ్యాయుల రవిశంకర్ మాట్లాడుతూ 20 ఏళ్ల న్యాయవాద వృత్తిలో ఇటువంటి పరిపాలనా విధానాన్ని గతంలో ఎప్పుడూ చూడలేదని అన్నారు.

ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో గురజాడ అప్పారావు జయంతి వేడుకలు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా పరవాడ మండలం ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో గురజాడ అప్పారావు 161వ జయంతి వేడుకలను గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపల్ నారాయణరావు మాట్లాడుతూ గురజాడ రచనల ద్వారా తెలుగు నాటకాలు సాంఘిక పరివర్తకు కృషి చేసిన మహాకవి పుత్తడి బొమ్మ , కన్యాశులకం బలవుతున్న బాలికలు పట్ల పద్యాలు ద్వారా నాటకాల ద్వారా కళారూపాలని ప్రజల్లో తీసుకెళ్లి మహిళలకి న్యాయం జరగాలని కళారూపాల ద్వారా రూపొందించేవారు 1892లో గురజాడ కన్యాశుల్కం నాటకాన్ని తొలిసారిగా ప్రదర్శించారు. మొదట ప్రదర్శనకి ఎంతో పేరు వచ్చింది దీనితో సాహిత్యములో వాడికి భాష ప్రయోగానికి ఒక రకంగా నాంది పలికింది అని చెప్పారు దేశమంటే మనిషిలో ఈ మట్టి కాదు తిండి కలిగితే కండ కలదోయ్ కండ కలవాడే మనిషి అనేక రకాల పద్యాలతో ప్రజల్ని ఆకర్షితులయ్యారు . ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగు పండితులు లక్ష్మీకాంత , నిర్మల ఐద్వా అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు భీమానికి , రోహిణి, పూజత, పుష్ప, శాంతి, రేష్మ, బిందు, శాంతి, ఇప్పిబ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్యాన్సర్ రోగుల సంక్షేమ దినం,వరల్డ్ రోజ్ డే

ప్రతి సంవత్సరం, ప్రపంచవ్యాప్తంగా మిలియన్ల మంది ప్రజలు క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్నారు. వరల్డ్ రోజ్ డే, క్యాన్సర్ రోగుల సంక్షేమ దినం అని కూడా పిలుస్తారు, ప్రపంచవ్యాప్తంగా క్యాన్సర్ రోగులను సత్కరిస్తుంది 1996లో వ్యాధితో మరణించిన 12 ఏళ్ల కెనడియన్ మెలిండా రోజ్ జ్ఞాపకార్థం జరుపుకుంటారు.

ప్రజలు తమ మద్దతును తెలియజేయడానికి రోజ్ డే రోజున క్యాన్సర్ రోగులకు ప్రత్యేకించి గులాబీలను బెళ్ళు, బహుమతులు మరియు పువ్వులు పంపుతారు. క్యాన్సర్ వ్యక్తులు మరియు వారి కుటుంబాలు క్యాన్సర్ కలిగించే శారీరక ఒత్తిడికి అదనంగా మానసిక ప్రభావాలను కలిగి ఉండవచ్చు. దయతో కూడిన ఈ చిన్న చర్యలు రోగులపై గణనీయమైన ప్రభావాన్ని చూపుతాయి.

క్యాన్సర్ ఉన్న రోగులు వారి వ్యాధి యొక్క మానసిక మరియు మానసిక ప్రభావాలతో పోరాడటానికి చాలా సంకల్ప శక్తిని కలిగి ఉండాలి. ఇది తరచుగా మిమ్మల్ని శారీరకంగా, మానసికంగా మరియు ఆర్థికంగా తగ్గిస్తుంది.

చాలా మందికి తెలియదు, ఆస్కిన్ ట్యూమర్ అనేది ఘన క్యాన్సర్ యొక్క అసాధారణ రూపం. నివుణులు మరియు వైద్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, 12 ఏళ్ల కెనడియన్ మెలిండా కొన్ని వారాల కంటే ఎక్కువ జీవించే అవకాశం లేదు. ఆమె అచంచలమైన ఆశావాదం మరియు అభిరుచి కారణంగా ఆమె మరో ఆరు నెలలు జీవించి ఉంది. 12 ఏళ్ల ఆమె తన కవితలు, లేఖలు, పద్యాలు మరియు ఇమెయిల్‌ల ద్వారా ఇతర క్యాన్సర్ బాధితుల ఆత్మలను పెంచడానికి మెత్తం సమయాన్ని కేటాయించింది. ఇతర క్యాన్సర్ బాధితుల జీవితాలపై గొప్ప మరియు శాశ్వత ప్రభావాన్ని చూపడం ద్వారా మెలిండా నిజంగా తన ప్రతి రోజు ప్రాముఖ్యతను ఇచ్చింది.

క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న వ్యక్తికి మనం మానసికంగా ఎలా మద్దతునిస్తాము మరియు సహాయం చేయవచ్చు?

క్యాన్సర్‌తో పోరాడే అత్యంత కీలకమైన అంశాలలో భావోద్వేగ మద్దతు ఒకటి. ప్రాణాంతక వ్యాధితో పోరాడడం క్యాన్సర్ రోగులపై టోల్ తీసుకుంటుంది. ఈ కష్ట సమయాల్లో, క్యాన్సర్‌తో పోరాడుతున్నప్పుడు మన ప్రియమైన వారికి అవసరమైన సంరక్షణ మరియు మద్దతును అందించడం అవసరం.

క్యాన్సర్‌తో బాధపడేవారికి మానసికంగా సహాయం చేయడానికి ఇక్కడ కొన్ని సులభమైన మార్గాలు ఉన్నాయి:

ప్రియమైనవారి నుండి సహాయం చేయడానికి ఇష్టపడే పద్ధతి గురించి విచారించడం ఆమోదయోగ్యమైనది. వారికి ఏమి కావాలో లేదా వారికి ఏమి అవసరమో ఊహించవద్దు. మీ ప్రియమైన వ్యక్తి దీనికి ధన్యవాదాలు వారి సంరక్షణలో పాల్గొనవచ్చు.

మీ ప్రియమైన వ్యక్తి ఇతర క్యాన్సర్ రోగులతో సంభాషించే అవకాశాన్ని పొందుతారు మరియు సపోర్ట్ గ్రూప్‌లో చేరడం ద్వారా వారి సవాలు భావోద్వేగాలను ఎలా ఎదుర్కోవాలో తెలుసుకుంటారు. సామాజిక కార్యకర్తలు లేదా సలహాదారులు అప్పుడప్పుడు సహాయక బృందాలను పర్యవేక్షిస్తారు. వారు తరచుగా క్యాన్సర్ రోగులకు అలాగే సంరక్షకులకు వ్యక్తిగతంగా, ఫోన్ మరియు ఆన్‌లైన్ పీర్ మద్దతును అందిస్తారు.

మీ ప్రియమైనవారి వైద్యపరమైన నిర్ణయాలను ప్రోత్సహించండి

క్యాన్సర్ ప్రభావం ఎక్కువగా అవతలి వ్యక్తి యొక్క శరీరం మరియు ఆత్మపై ఆధారపడి ఉంటుంది, అయినప్పటికీ మీరు నిర్ణయం తీసుకోవడంలో సహకరించే స్థితిలో ఉండవచ్చు.

చికిత్స యొక్క కోర్సు తర్వాత, మీ మద్దతును కొనసాగించండి

చాలా మందికి, ఇది చాలా భావోద్వేగ క్షణం. క్యాన్సర్ ఉపశమనానికి పోయిందని ఉపశమనం పొందినప్పటికీ (అనగా, పెరగడం మానేయడం లేదా వ్యక్తీకరించడం మానేయడం) ఒక వ్యక్తి తిరిగి వస్తుందని ఆత్రుతగా ఉండవచ్చు. చికిత్స యొక్క ముగింపు అంటే తక్కువ బృంద సమావేశాలు, రోగి మద్దతు కోసం లెక్కించవచ్చు.

"తీర్పు ఇవ్వకుండా లేదా ప్రోత్సాహాన్ని అందించకుండా వినడం చాలా ముఖ్యం. మేము అరిష్ట లేదా నిరుత్సాహపరిచే ఆలోచన లను విన్నప్పుడు, "అంతా బాగానే ఉంటుంది" అని మనం తరచుగా చెప్పాలనుకుంటాం. ఏది ఏమైనప్పటికీ, ఆ భావాలను వినడం మాత్రమే మీరు అందించగల ముఖ్యమైన సహకారాలలో ఒకటి.

ఏది పని చేస్తుందో ప్రయత్నించండి

సమస్యాత్మకమైన కాలంలో మెరుగైన అనుభూతిని పొందడంలో మీరు గతంలో ఒకరికొకరు సహాయం చేసుకున్న సమయాన్ని పరిగణించండి. మీ ఉత్తమ తీర్పును ఉపయోగించండి మరియు కొత్త విషయాలను అన్వేషించడానికి భయపడకండి.

క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న వారిని చూసుకునేటప్పుడు ఈ విషయాలను గుర్తుంచుకోండి. సానుకూలంగా ఉండేలా చూసుకోండి మరియు మీ స్వంత మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కూడా జాగ్రత్తగా చూసుకోండి.

బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్లు నెలకొల్పడానికి తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని వెంటనే వెనక్కి తీసుకోవాలి

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): నక్కపల్లి లో బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్స్ నెలకొల్పడానికి రాష్ట్ర మంత్రి వర్గం తీసుకున్న నిర్ణయం వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలని కోరుతూ ఈరోజు నక్కపల్లి మండలం, రాజయ్యపేట గ్రామంలో సిపిఎం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో నిరసన తెలియజేశారు.ఈ సందర్భంగా సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు ఎం.అప్పలరాజు మాట్లాడుతూ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర మంత్రి వర్గం నక్కపల్లి లో వైజాగ్ చెన్నై ఇండస్ట్రీల్ కారిడార్ ఏర్పాటు కొరకు సేకరించిన భూములలో బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్లు నెలకొల్పడానికి తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని వెంటనే వెనుక్కు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. కాకినాడ ఎస్ఇజెడ్ లో అత్యంత ప్రమాద కరమైన,కాలుష్య కారకమైన ఈ బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్లు నెలకొల్పడాన్ని అక్కడ మత్స్యకారులు, ప్రజలు వ్యతిరేకిస్తే ఆ ప్రమాద కరమైన బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్లు నక్కపల్లి ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేయాలని చూడటం ఎంత వరకు సమంజసమని ప్రశ్నించారు. ఇక్కడ ప్రజలు వ్యతిరేకించ రనా? లేకపోతే ఇక్కడ ప్రజలు ఏమైపోయినా పర్వాలేదనా ఇక్కడ నాయకులు డబ్బులు కు అమ్ముడయి పోతారనా అని ప్రశ్నించారు. వెనుకబడి ఉన్న ఈ ప్రాంతం అభివృద్ధి చెందాలని మేమంతా కోరుకుంటున్నామని, ఇక్కడ పరిశ్రమలు ఏర్పాటు కు ఎవరూ వ్యతిరేకం కాదని అయితే పర్యావరణానికి నష్టం కలిగించి, సముద్రాన్ని కలుషితం చేసి మత్స్యకారులకు నష్టం కలిగించే బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్లు ఏర్పాటును ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అంగీకరించే ప్రసక్తే లేదని తేల్చి చెప్పారు.ఇప్పటికే ఉన్న హెటిరో డ్రగ్స్ కంపెనీ వలనే సముద్రం కలుషితమై మత్య సంపద నశించి పోయి పొట్ట చేత పట్టుకుని వలసలు పోతున్నారని వాయు జల కాలుష్యం వలన అనేక రకాల వ్యాధులు బారిన పడి అనేక మంది మరణించారు, అనేక లక్షల రూపాయలు ఖర్చు చేసి వైద్యం పొందుతున్నారని అన్నారు.ఈ నష్టమే దాలదన్నట్లుగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరలా బల్క్ డ్రగ్స్ యూనిట్లు ఇక్కడ ఏర్పాటు చేసి ఇక్కడ ప్రజలను శాస్వతంగా ఈ ప్రాంతానికి దూరం చేయాలని చూస్తే చూస్తూ ఊరుకునేది లేదని తెలిపారు. పరిశ్రమలు నెలకొల్పడం ఎంత ముఖ్యమో, ఆ పరిశ్రమలకు భూములు ఇచ్చిన రైతులు, సర్వం కోల్పోతున్న నిర్వాసితులను, మత్స్యకారులను ఆదుకోవడం కూడా అంతే ముఖ్యం కావున వెంటనే 2013 భూ సేకరణ చట్టం ప్రకారం ప్యాకేజి ఇవ్వాలి, సాగు భూములకు నష్టపరిహారం చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు ఎం.మహేష్ బాబు కె.భూలోక, ఎం.నారాయణరావు, సిహెచ్ సోమేష, వి.శ్రీనువాస్, పి.దావీద్ రాజు మహిళా తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉక్కు రక్షణ యాత్రకై పోస్టల్ ఆవిష్కరణ

అరకులోయ, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ పరిరక్షణకై -ఉక్కు రక్షణ యాత్ర జయప్రదం చేయాలని సిపిఎం పార్టీ అరకు వెళ్లి మండల కమిటీ ఆధ్వర్యంలో పోస్టల్ ఆవిష్కరణ నిర్వహించడం జరిగింది.

సిపిఎం పార్టీ జిల్లా కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు వి.ఉమామహేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ,

విశాఖపట్నం లో ఉన్న స్టీల్ ప్లాంట్ ను అమ్మేయాలని నరేంద్ర మోడీ ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. తెలుగు ప్రజలు పోరాడి 32 మంది ప్రాణ త్యాగాలతో 16 వేల మంది రైతులు 22 వేల ఎకరాల భూములు త్యాగం పలితంగా ఈరోజు లక్షల మంది ఉపాధి పొందుతున్నారు. అటువంటి ఉపాధి ఇచ్చే స్టీల్ ప్లాంట్ ను పోస్కో కంపెనికి కట్టబెట్టాలని ప్రయత్నం చేస్తున్నప్పటికీ ఈ ప్రాంత ప్రజలు గత వెయ్యి రోజులపాటు పోరాడుతున్నారు. అయినా కేంద్ర ప్రభుత్వం వైఖరిలో మార్పు లేదు ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను లాభాల బాటలో నడిపించి ప్రజల కు ఉపాధి కల్పించడం ఈ కేంద్ర ప్రభుత్వానికి ఇష్టం లేదు, మన రాష్ట్రంలో ఉన్న ప్రధాన పార్టీలన్నీ కేంద్ర ప్రభుత్వంతో ప్రత్యక్ష పోరాటానికి అంగీకరించడం లేదు ప్రజల జీవితంతో చెలగాటం ఆడుతూ ఓట్ల కోసం రాజకీయ లబ్ధి కోసం పైపైకి స్వుందిస్తూ నరేంద్ర మోడీకి సాగిలపడుతున్నారు. దేశంలోని ప్రైవేట్ రంగంలో సహా అన్ని స్టీల్ ప్లాంట్లకు సొంత ఘనులు కేటాయించిన కేంద్ర ప్రభుత్వం ,

మన విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ కు మాత్రం సొంతగనులు కేటాయించడం లేదు. మరోపక్క విదేశాల నుండి దిగుమతి చేసుకున్న ముడి సరుకులు అన్డ్ చేయకుండా పక్కనే ఉన్న అదానికి చెందిన గంగవరం పోర్టు విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ ను ఇబ్బందులు పెడుతూ పెనాల్టీలు విధిస్తుంది. ప్లాంట్ లోని కీలకమైన ఆక్సిజన్ ప్లాంట్ ను ప్రవేట్ పరం చేస్తున్నారు మొత్తం ప్లాంట్ విలువను తగ్గించి కారుషొకగా తమ కార్పొరేట్ మిత్రులకు ధారధత్వం చేజేస్తున్నారు. ఇప్పటికే 1400 ఎకరాల స్టీల్ భూమిని గంగవరం పోర్టుకు ఇచ్చేశారు. ఈ రకమైన కుట్ర చేసి దేశ ప్రజలకు ఉపాధి లేకుండా స్టీల్ రేట్లు పెంచడానికి తీవ్రంగా కృషి చేస్తుంది నరేంద్ర మోడీ ప్రభుత్వం .

సిపిఎం పార్టీ ఉత్తరాంధ్ర బైక్ యాత్ర స్టీల్ ప్లాంట్ రక్షణకు మరింత విస్తృతమైన మద్దతు పొందడానికి విశాఖపట్నం, విజయనగరం, శ్రీకాకుళం, పార్వతిపురం మన్యం ,అల్లూరి సీతారామరాజు, అనకాపల్లి జిల్లాలు మీదుగా ఈ యాత్ర కొనసాగుతుంది స్టీల్ ప్లాంట్ రక్షణకు యువతి యువకులు మేధవులు ప్రతి ఒక్కరు ఈ యాత్రను జయప్రదం చేయాలని సిపిఎం పార్టీ కోరుతుంది. ఈ పోస్టల్ ఆవిష్కరణలో సిపిఎం పార్టీ మండల కార్యదర్శి కిండంగి రామారావు మండల నాయకులు కే. మగ్గన్న జ .బుజ్జిబాబు టి.జోషి, సిహెచ్ .గురుమూర్తి ఉన్నారు.

25న విజయవాడలో మహా ధర్నాజయప్రదం చేయండి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జగనన్న గోరు ముద్ద పథకంలో పనిచేస్తున్న 86,500 మంది పేద మహిళా కార్మికులు మూడువేల వేతనంతో జీవనం కొనసాగించలేక అనేక ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని తక్షణమే రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి హామీ మేరకు వీరికి వేతనాలు పెంచి, జగనన్న మెస్ చార్జీలు పెంచాలని కోరుతూ సెప్టెంబర్ 25 న విజయవాడలో రాష్ట్రస్థాయి మహా ధర్నా నిర్వహిస్తున్నామని ఈ ధర్నా కార్యక్రమం లో కార్మికులు పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని ఏపీ మధ్యాహ్న భోజన పథకం వర్కర్స్ యూనియన్ రాష్ట్ర సమితి సభ్యులు కోన. లక్ష్మణ పిలుపునిచ్చారు. గురువారం స్థానిక జీపీఎంసీ పెద్ద హై స్కూల్, గర్ల్స్ హై స్కూల్ లో కార్మికుల కలిసి. కరపత్రాలు విడుదల చేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో వైసీపీ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి నాలుగు సంవత్సరాలు గడిచిన ప్రభుత్వం మహిళా కార్మికులకు ఇచ్చిన హామీలను ఏమాత్రం అమలు చేయడం లేదని గత నాలుగు సంవత్సరాల నుండి మూడు వేల రూపాయల వేతనంతో మధ్యాహ్న భోజన పథకం కార్మికుల కుటుంబం ఎలా జీవనం కొనసాగిస్తారని వారు ప్రశ్నించారు. కష్టపడి పనిచేసే మి డే మిల్ కార్మికులకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వేతనాలు పెంచకుండా విస్మరించడం తగదని అన్నారు. గత ప్రభుత్వం లో 2019లో పెంచిన వేతనాల జీఓ ను అమలు చేస్తుందన్నారు. రోజుకు 8 గంటల పాటు పనిచేస్తు ప్రభుత్వ పథకాన్ని కొనసాగిస్తున్న వీరి శ్రమను రాజకీయ ప్రచారాలకు ఉపయోగిస్తుందన్నారు. తన పేరు మీద జగనన్న గోరుముద్ద అని పెట్టుకొని నూతన మెను అమలు చేయాలని చెప్పిన సీఎం, మెస్ చార్జీలు ఎందుకు పెంచడం లేదని వారు ప్రశ్నించారు. ప్రస్తుతం విపరీతంగా నిత్యావసర ధరలు పెరిగాయని ఎనిమిది రూపాయలకు ఒక పూట భోజనం ఎలా సాధ్యం అవుతుతుందని, ఎమ్మెల్యేల పిల్లలు ప్రభుత్వ స్కూల్లో చదివితే జగనన్న గోరుముద్ద పథకం ఎలా అమలు అవుతుందో తెలుస్తుంది అన్నారు. కార్మికుల కష్టంతో ఈ పథకం నడుస్తుందన్నారు. గత నాలుగు సంవత్సరాల నుండి మహిళా కార్మికులు అనేక పోరాటాలు చేస్తున్న ప్రభుత్వం స్పందించడం లేదని పేద విద్యార్థుల పై ప్రభుత్వం కనికరించాలని, కార్మికుల వేతనాలు పెంచాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. పనిచేసే చోట మౌలిక వసతులు కల్పించాలన్నారు. వీరిని ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించి గుర్తింపు కార్డులు పిఎఫ,ఈఎస్ సౌకర్యం కల్పించాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. ఈ న్యాయమైన సమస్యల పరిష్కారం కోసం ప్రభుత్వం కృషి చేయాలన్నారు. సెప్టెంబర్ 25న ధర్నా చౌక్ లో జరిగే శాంతియుత "మహాధర్నా" లో కార్మికులు పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని వారు కోరారు..కార్యక్రమం లో బొండా. హేమలత, బొడ్డు. నూకా లమ్మ, పి. ప్రవిత్ర, కుమారి, లక్ష్మి, రాణి, మహా లక్ష్మి, సర్వస్వతి పాల్గొన్నారు.

పేద విద్యార్థులకు శ్రీ గౌరీ సేవా సంఘం ఉపకార వేతనాలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గవరపాలెం ,శ్రీ గౌరీ సేవా సంఘం ప్రతి సంవత్సరం అందజేస్తున్న విధంగానే ఈ సంవత్సరం కూడా సంఘం నియమ నిబంధనలకు సరిపోయే అర్హత కలిగిన గవర జాతియులకు ఇతర కులస్తులకు ఎస్సీ ,ఎస్.బిసికులాల పేద విద్యార్థులకు ఉపకార వేతనాలు ఇవ్వడం జరుగుతుందని సంఘ కార్యదర్శి బుద్ధ రమణాజి తెలిపారు .ఈ సంవత్సరం 2023-2024 లో పాలిటెక్నిక్, ఐ.ఐ.టి ,ఈ. క్యాట్ఇంజనీరింగ్ మెడిసిన్ ,బి.డీ.ఎస్ ,ఐ.ఐ.టి ,ఎన్. ఐ .టి ..మొదలగు టెక్నికల్ కోర్సులలో ప్రవేశ పరీక్షలలో మంచిర్యాంకు సాధించిన అనకాపల్లి జిల్లా పరిసర ప్రాంతాల గవర కులస్తులతోపాటు ఇతర వెనుకబడిన తరగతుల విద్యార్థులకు పేద విద్యార్థులు ఉపకార వేతనాల కొరకు శ్రీ గౌరీ సేవా సంఘం ఆఫీసులో దరఖాస్తు చేసుకొనవచ్చును.. ఈ దరఖాస్తు చేసుకునేవారు ఈనెల 30 ఆఖరి తేదీ సరికి దరఖాస్తును దేవాలయం ఆఫీసు నందు ఇవ్వవలెను .గత సంవత్సరం తీసుకున్న విద్యార్థులకు రెన్యువల్ కొరకు మార్క్ లిస్ట్ హాల్ టికెట్ పైన చెప్పిన తేదీ సరికి ఆఫీస్ నందు అందజేయవలెననిగౌరీ సేవా సంఘం అధ్యక్షులు బోడ్డేదనన్నాసినాయుడు. కోశాధికారి కర్రి శివ సూర్యనారాయణ తెలిపారు.

పోలింగ్ స్టేషన్ల రేషనలైజేషన్ ప్రక్రియ పూర్తి

విజయనగరం: జిల్లాలో పోలింగ్ స్టేషన్ల రేషనలైజేషన్ ప్రక్రియ తుదిదశకు చేరింది. జిల్లాలోని ఏడు నియోజకవర్గాల్లో మొత్తం 1847 పోలింగ్ స్టేషన్లు ఉండనున్నాయి. ఓటర్ల సంఖ్య తక్కువగా ఉండటం వల్ల రాజాం నియోజకవర్గంలోని కేవలం ఒక్క పోలింగ్ స్టేషన్ రద్దు కానుంది. 49 పోలింగ్ స్టేషన్ల స్థానాలు మారనున్నాయి. మరో 99 పోలింగ్ స్టేషన్లలో స్వల్ప మార్పులు చోటుచేసుకొని పేర్లు మారనున్నాయి. ఈ వివరాలను గురువారం నిర్వహించిన రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధుల సమావేశంలో జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి వెల్లడించారు. వీటికి సంబంధించి రాజకీయ పార్టీలకు ఏమైనా అభ్యంతరాలుంటే, సాయంత్రానికల్లా తమకు తెలియజేయాలని, శుక్రవారం నాటికి జాబితా ఖరారు కానుందని కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు.

కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో జరిగిన రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధుల సమావేశంలో, ఆయా నియోజక వర్గాల ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారులు మాట్లాడుతూ, రేషనలైజేషన్ ప్రక్రియకు సంబంధించిన వివరాలను తెలిపారు. నియోజకవర్గాల్లోని పోలింగ్ స్టేషన్ల మార్పులు, చేర్పులను వివరించారు. ఇప్పటికే అన్ని నియోజకవర్గాల్లో రాజకీయ పార్టీల అభిప్రాయాన్ని తెలుసుకోవడం జరిగిందని, తుది జాబితా ఖరారు చేసేముందు చివరిసారిగా ఇంకా ఏమైనా అభ్యంతరాలు ఉంటే తెలియజేయాలని కలెక్టర్ కోరారు. రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు తమ అభిప్రాయాలను చెప్పారు. ఒకటొండు విషయాల్లో ఇంకా కొద్ది సమయం కావాలని కోరగా, ఇప్పటికే తుది గడువు సమీపించిందని, సాయంత్రంలోగా ఏమైనా అభ్యంతరాలు ఉంటే తెలియజేయాలని సూచించారు. ఓటర్ల జాబితాల సవరణ ప్రక్రియలో భాగంగా వచ్చిన ధరఖాస్తులు, వాటిపై తీసుకున్న చర్యలను కలెక్టర్ వివరించారు. ఓటుకు ఆధార్ అనుసంధానం స్వచ్ఛందమేనని, తాత్కాలికంగా ఈ ప్రక్రియ ఆగిందని ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు.

ఈ సమావేశంలో జైన్ కలెక్టర్ వెంకట్ శ్రీనివాస్, డిఆర్ఓ ఎస్డి అనిత, నియోజకవర్గాల ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారులు ఎంవి సూర్యకళ, ఎం.అప్పారావు, బి.సుదర్శనదొర, వెంకటేశ్వర్రావు, పద్మలత, మున్సిపల్ కమిషర్ ఆర్. శ్రీరాములనాయుడు, ఎన్నికల విభాగం సూపరింటెండెంట్ దేవ్ ప్రసాద్, డిటిలు, విజయనగరం ఎంపిపి మామిడి అప్పలనాయుడు, వివిధ పార్టీల ప్రతినిధులు బివిపి రాజు, రొంగలి పోతన్న, శ్రీనివాసరెడ్డి, కె.తవిటిరాజు, బి.శివప్రసాదరెడ్డి, ఎస్.సతీష్కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఏయూలో గురజాడ అప్పారావు జయంతి వేడుకలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్, తెలుగు విభాగం ఆధ్వర్యంలో గురజాడ వేంకట అప్పారావు జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించబడ్డాయి.ముందుగా గురజాడ అప్పారావు చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించారు.అనంతరం జరిగిన సమావేశానికి తెలుగు శాఖాధిపతి ఆచార్య జర్రా అప్పారావు అధ్యక్షత వహించగా ముఖ్యఅతిథిగా ఏవియన్ కళాశాల విశ్రాంతాచార్యులు డా యస్ పోలయ్య హాజరయ్యారు.వారు విద్యార్థులను ఉద్దేశించి ప్రసంగిస్తూ నేడు రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో వాడవాడలా వినాయకచవితి వేడుకలు ఎంత గొప్పగా నిర్వహించబడుతున్నాయో గురజాడ అప్పారావు జయంతి వేడుకలు అంతగా నిర్వహించబడుతున్నాయంటే ఆయన గొప్పదనం అర్థం చేసుకోవచ్చున్నారు.దేవతాగణానికి నాయుకుడు వినాయుకుడైతే ఆధునిక కవులకు నాయకుడు గురజాడ అని అందుకే గురజాడను ఆధునిక తెలుగు సాహిత్య యుగకర్త అంటారని తెలియజేసారు.నేటి సమాజ కవులు కొంగమార్కు, కవులున,కోడి మార్క్ కవులని రెండు విధాలుగా వర్గీకరించవచ్చని చాలామంది కవులు కొంగమార్కు, కవులుగా ఉన్నారని గురజాడ కోడిమార్కు, కవన్నారు.కొంగమార్కు, కవులు తాను నమ్మిన సిద్ధాంతాలను పాటిస్తున్నట్లు నటిస్తూ అవకాశం వస్తే ఎదుటివారిని కొంగలా భక్షిస్తారని కానీ కోడిమార్కు, కవులు తనను,తన చుట్టూ ఉన్నవారిని రక్షిస్తూ కొక్కురుకో అంటూ సమాజాన్ని మేలుకొలుపుతుంటారని గురజాడ అవిధంగా సమాజాన్ని తన రచనల ద్వారా మేల్కొల్పారన్నారు .గురజాడ తన రచనల్లో భాషలో, భావంలో, ఛందస్సులో నూతనత్వాన్ని ప్రతిపాదించారని ఆయన నవ్యజనకుడన్నారు.గురజాడ కన్యాశుల్కం నాటకం తెలుగు సాహిత్యచరిత్రలో అజరామమై నిలిచిందన్నారు.ఈ నాటకం అనేక విమర్శలకు దీటుగా నిలబడటానికి కారణం సమాజం లో అందరిచేత వెలివేయబడ్డ వేశ్య జాతిలో అణముత్యం లాంటి మధురవాణి పాత్రలో మహన్నత వ్యక్తిత్వాన్ని నిలపటమే కారణమన్నారు.సంస్కారయుతమైన జీవితాన్ని చక్కదిద్దేగ్రంథమైన భగద్గీతను వేశ్యలాంటి మధురవాణి స్పృజించే అవకాశం గురజాడ కల్పించారు కాబట్టే ఆయన సంఘసంస్కర్తగా పేరొందారన్నారు.కన్యాశుల్కంలో రసం,ధ్వని సమపాళ్ళలో మేళవించి రచించబడ్డ గొప్ప నాటకమన్నారు.అందుకేవిమర్శకులు కన్యాశుల్కంలో కోటికాంతులున్నాయని తెలియజేసారన్నారు.

దేశమును ప్రేమించుమన్నా మంచినన్నది పెంచుమన్నా అన్న పద్యపాదంలో గురజాడ దేశభక్తితో పాటు మంచి సమాజంకోసం పరితపించారని అటువంటి వ్యక్తులు సమాజంలో అరుదుగా ఉంటారన్నారు.ఆయనకు ఇటువంటి భావజాలం అలవడటానికి కారణం ఫ్యూడల్ వ్యవస్థలో వేళ్ళూనుకొన్న అనాటి సమాజంలో ప్రజాసామ్య దృక్పథంతో పరిపాలిస్తూ విద్యాబోధనకు దాతృత్వంతో నిలిచిన విజయనగర సంస్థానాధిపతుల ప్రోత్సహమేనన్నారు.

ఆత్మీయ అతిథిగా విచ్చేసిన ఆచార్య జి యోహాన్ బాబు మాట్లాడుతూ గురజాడ దేశభక్తి గేయం జాతీయగేయ స్థాయి సందగల శక్తివంతమైన గేయం అని గురజాడ మరణించినా నేటికీ జీవించేటట్లు ఆ గేయమే నిలిపిందన్నారు.

మరొక ఆత్మీయ అతిథిగా విచ్చేసిన ఆచార్య వెలమల సిమ్మన్న మాట్లాడుతూ నాటి సమాజ పోకడను తూర్చారబడుతూ సంఘం తనను వెలివేసినా తాను నమ్మిన సిద్ధాంతాల వైపు ప్రయాణం చేసిన వ్యక్తన్నారు .సత్యాన్ని,నాన్ని నమ్మిన గురజాడ మంచి చెడులను బేరీజు వేసుకొని మంచివైపు నడవాలని సమాజ పోకన్ని కొరుకున్న మహా మనీషి అని కొనియాడారు.సమాజంలో అట్టడుగు వర్గాల విభిన్న పార్శ్వాల జీవితాలను దగ్గరుండి చూసి వారి జీవితాలను అక్షరబద్ధం చేసిన యోధుడన్నారు.అనంతరం అతిథులను ఆచార్యులు, విద్యార్థులు ఘనంగా సత్కరించారు.ఈ కార్యక్రమం లో తెలుగు ఆచార్యులు డా ఏ సీతారత్నం, డా.ఏ.ఈశ్వరమ్మ, డా బూసి వెంకటస్వామి ,డా కట్టెపాగు రత్నశేఖర్, డా.పెంబ్రాల లావణ్య, డా.ఏ వెంకటేశ్వర్లు (యోగి), అడపా రామకృష్ణ ,ఇళ్ళ మురళీధరరావు, వి రామారావు,పరిశోధక విద్యార్థులు, స్నాతకోత్తర విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హైదరాబాద్‌లో 'హెల్త్‌వాచ్ టెలిడయాగ్నోస్టిక్స్' కార్యాలయం ప్రారంభం

ఇంటి వద్దే హెల్టర్, ఏబీపీఎం టెస్టులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): అంతర్జాతీయ ఆరోగ్య సంరక్షణ అవుట్‌సోర్సింగ్‌ను అందించే మార్గదర్శక సంస్థ, కార్డియాక్ రిథమ్ మానిటరింగ్‌లో ప్రత్యేకత కలిగి ఉన్న 'హెల్త్‌వాచ్ టెలిడయాగ్నోస్టిక్స్' హైదరాబాద్‌లో కార్యాలయాన్ని ప్రారంభించింది. ఈ సంస్థ ఇంటి వద్దనే హెల్టర్, ఏబీపీఎం టెస్టులు చేయనుంది. ఈ సందర్భంగా హెల్త్‌వాచ్ టెలిడయాగ్నోస్టిక్స్ ఎండీ, సీఈవో డాక్టర్ ఎస్ సెంథిల్ కందిపన్ మాట్లాడుతూ ఈ కార్యాలయం ప్రారంభంతో హైదరాబాద్ నగరంలో సేవలను అందుబాటులో ఉంచామని తెలిపారు. హైదరాబాద్, పొరుగు ప్రాంతాలలో నివసిస్తున్న రోగులకు కంపెనీ తన ప్రీమియర్ ఎక్స్‌టెండెడ్ హెల్టర్, ఏబీపీఎం పరీక్ష సేవలను విస్తరిస్తుందన్నారు. ఈ కొత్త కార్యాలయం రోగనిర్ధారణ పరికరాలకు అనుకూలమైన యాక్సెస్‌ను నిర్వరిస్తుందన్నారు. హైదరాబాద్‌లో వైద్యులు రోగులు ఇద్దరూ ఎక్కువసేపు వేచి ఉండాల్సిన అవసరం లేకుండా చేస్తుందన్నారు. ఆసుపత్రులు, క్లినిక్‌లు, వైద్య నిపుణులు వంటి ఆరోగ్య సంరక్షణ సౌకర్యాలు ఇప్పుడు 'హెల్త్‌వాచ్, హెల్టర్, ఏబీపీఎం పరీక్షలను ఆమోదించవచ్చునారు. రోగులు సరసమైన ధరతో ఈ సేవలను యాక్సెస్ చేయవచ్చని, పరీక్ష ఫలితాలను వెంటనే పొందవచ్చని తెలిపారు. ఇది 2010లో స్థాపించబడిందని పేర్కొన్నారు. ఇది పూర్తిగా రోగి-స్నేహ పూర్వక రోగనిర్ధారణ పరీక్ష, ఇది విస్తృత శ్రేణి కార్డియాక్ అరిథ్మియాను గుర్తించడానికి రూపొందించబడిందని తెలిపారు.

దేశవ్యాప్తంగా ఆరోగ్య సంరక్షణ రంగాన్ని మెరుగుపరచడానికి మా మిషన్‌ను విస్తరించడం పట్ల సంతోషిస్తున్నామన్నారు. సర్వీస్ డెలివరీపై దృష్టి సారించి అధిక-నాణ్యత ఆరోగ్య సంరక్షణ సేవలను అందించాలనే మా నిబద్ధతను సూచిస్తుందన్నారు. భారతదేశం అంతటా ప్రత్యక్ష ఉనికిని నెలకొల్పాలన్న కంపెనీ విస్తృత దృష్టితో ఈ దిశగా పనిచేస్తూ సాగుతుందని తెలిపారు.

గోపాలపురంలో రైతులకు పాస్ పుస్తకాలు పంపిణీ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని గోపాలపురం గ్రామ సచివాలయంలో వై.యస్.ఆర్. జగనన్న శాశ్వత భూహక్కు మరియు భూ రక్ష పథకం"కార్యక్రమంలో భాగంగా గోపాలపురం గ్రామంలో ప్రభుత్వం సర్వే పాస్ పుస్తకాలను గురువారం జారీ చేశారు. అనకాపల్లి మండల ప్రజా పరిషత్ అధ్యక్షులు గొర్లి సూరిబాబు చేతుల మీదుగా 380 మంది రైతులకు పాస్ పుస్తకాలు పంపిణీ చేశారు . ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ జెర్రిపోతుల లక్ష్మి , వార్డు మెంబర్లు,రైతులు,సచివాలయ కన్వీనర్లు ,గృహసారథులు ,వాలంటీర్లు, సచివాల సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

చంద్రబాబు కోసం మేము సైతం

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు కోసం మేము సైతం అంటూ టీడీపీ శ్రేణులు వివిధ రూపాల్లో నిరసనలు కొన సాగిస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగా యలమంచిలి నియోజకవర్గ కేంద్రమైన యలమంచిలిలో టీడీపీ నాయకులు చేస్తున్న రిలే నిరాహారదీక్ష గురువారానికి తొమ్మిదవ రోజుకు చేరుకుంది. స్థానిక టీడీపీ కార్యాలయం వద్ద టీడీపీ మాజీ పార్లమెంటు సభ్యులు పప్పల చలపతిరావు, ఇన్చార్ ప్రగడ నాగేశ్వరరావుల ఆధ్వర్యంలో రిలే నిరాహారదీక్ష చేపట్టారు.ఈ సందర్భంగా దీక్షలో పాల్గొన్న రాంబిల్లి మండలాధ్యక్షులు వసంతవాడ దిన్ బాబు,రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి దూళి రంగనాయకులు మాట్లాడుతూ ధర్మం ఎప్పటికైనా జయిస్తుందని, చంద్రబాబుపై వైసీపీ బనాయిస్తున్న తప్పుడు కేసులన్నీ వీగిపోతాయన్నారు. టీడీపీ రాష్ట్ర బిసి సెల్ కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి మాట్లాడుతూ టీడీపీ అంటేనే బీసీలని, అటు వంటి బీసీలు చంద్రబాబు కష్టకాలంలో ఉండటంతో ఆయన వెన్నంటి నడుస్తున్నామన్నారు. తొందరలోనే ఆయనకి బెయిల్ వస్తుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి, జనసేన నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

సెబి వద్ద తమ డీఆర్‌హెచ్‌పీని దరఖాస్తు చేసిన ఎంటెరో హెల్త్‌కేర్ సొల్యూషన్స్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆర్థిక సంవత్సరం 22లో ఆదాయ పరంగా భారతదేశంలోని మొదటి మూడు ఆరోగ్య సంరక్షణ ఉత్పత్తుల పంపిణీదారులలో ఒకటైన ఎంటెరో హెల్త్‌కేర్ సొల్యూషన్స్ లిమిటెడ్, మార్కెట్ రెగ్యులేటర్ సెక్యూరిటీస్ అండ్ ఎక్స్‌ఛేంజ్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఇండియా ("సెబి") వద్ద తన డ్రాఫ్ట్ రెడ్ హెరింగ్ ప్రాస్పెక్టస్ ("డిఆర్‌హెచ్‌పి") దాఖలు చేసింది.

కంపెనీ యొక్క ఇనీషియల్ పబ్లిక్ ఆఫర్‌లో 10,000 మిలియన్ల వరకు తాజా ఇష్యూ మరియు విక్రయించబడిన ఆఫర్ ఫర్ సేల్ లో భాగంగా 8,557,597 ఈక్విటీ షేర్ల వరకు అమ్మకానికి ఉంచనున్నారు.

కంపెనీ మరియు దాని అనుబంధ సంస్థలు పొందిన కొన్ని రుణాల చెల్లింపు/ముందస్తు చెల్లింపు కోసం, కంపెనీ యొక్క వర్కింగ్ క్యాపిటల్ అవసరాల కోసం, సాధారణ కార్పొరేట్ ప్రయోజనాల కోసం మరియు ఇన్ అర్గానిక్ వృద్ధి కార్యక్రమాలను కొనసాగించేందుకు ఈ ఆఫర్ ద్వారా వచ్చిన ఆదాయాన్ని ఉపయోగించాలని కంపెనీ ప్రతిపాదిస్తుంది.

ఐసిఐసిఐ సెక్యూరిటీస్ లిమిటెడ్, డ్యామ్ క్యాపిటల్ అడ్వైజర్స్ లిమిటెడ్, జెఫరీస్ ఇండియా ప్రైవేట్ లిమిటెడ్, జేఎం ఫైనాన్షియల్ లిమిటెడ్ మరియు ఎస్‌బిఐ క్యాపిటల్ మార్కెట్స్ లిమిటెడ్ ఈ ఇష్యూకి బుక్ రన్నింగ్ లీడ్ మేనేజర్లుగా ఉన్నాయి.

నేడు విశాఖ రూరల్ మండల స్థాయి "జగనన్నకు చెబుదాం" కార్యక్రమం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి నిర్వహించే జగనన్నకు చెబుదాం కార్యక్రమాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ అధ్యక్షతన నేడు విశాఖ రురల్ మండలం లో నిర్వహిస్తున్నట్లు జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లికార్జున ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. ఉదయం 10 గంటల నుండి పోతినమల్లయ్యపాలెం అవంతి ఫంక్షన్ హాల్ (జివిఎంసి) నందు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలియజేసారు . ప్రతి సోమవారం జగనన్నకు చెబుదాం కార్యక్రమాన్ని జిల్లా స్థాయిలో నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రజలకు మరింత చేరువ చేయాలనే ఉద్దేశ్యంతో ప్రభుత్వం మండల స్థాయిలో నిర్వహించేందుకు ఏర్పాటు చేసిందని చెప్పారు. దీనిలో భాగంగా ఉదయం 10 గంటల నుండి విశాఖ రురల్ మండలం, పోతునమల్లయ్యపాలెం అవంతి ఫంక్షన్ హాల్ (జివిఎంసి) నందు జగనన్నకు చెబుదాం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి అన్ని శాఖల జిల్లా HODలు , జీవీఎంసీ అధికారులు , మండల స్థాయి అధికారులు, సచివాలయ సిబ్బంది తప్పకుండా హాజరు కావాలని ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని విశాఖ రూరల్ మండలం లోని ప్రజలందరూ సద్వినియోగం చేసుకొని తమ సమస్యలు అధికారులకు తెలియజేసి , పరిష్కరించుకోవాలని కోరారు.

ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో శ్రీ గురజాడ అప్పారావు 161వ జయంతి

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆధునిక యుగానికి మార్గదర్శకుడు, సంఘసంస్కర్త, స్త్రీ వికాసానికి కృషి చేసిన మహనీయుడు గురజాడ అప్పారావు అని "శ్రీ గురజాడ అప్పారావు అని ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల'' ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ పి. చంద్రశేఖర్ అన్నారు. గురజాడ అప్పారావు 161 వ జయంతి సందర్భంగా గురువారం నాడు కళాశాల తెలుగు విభాగం నిర్వహించిన కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న ఆయన మాట్లాడుతూ గురజాడ లాంటి సంఘసంస్కర్తలు చేసిన కృషి కారణంగానే ఈరోజు మహిళలు అన్ని రంగాలలో ముందంజ వేస్తున్నారని దానికి నిదర్శనమే నిన్న పార్లమెంటులో ఆమోదించబడిన మహిళా బిల్లు అని అన్నారు. అటువంటి మహావ్యక్తి పేరుపైన మన గురజాడ అప్పారావు ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల ఏర్పడడం మనందరికీ ఆనందదాయకమన్నారు. కార్యక్రమంలో తెలుగు అధ్యాపకుడు వి.ఎ. సత్యనారాయణ గురజాడ అప్పారావు సాహిత్య కృషిని వివరించడంతో పాటు ఆయన రచించిన దేశభక్తి, పూర్ణమ్మ వంటి గేయాలను ఆలపించారు. కార్యక్రమంలో కళాశాల అధ్యాపకులు అధిక సంఖ్యలో విద్యార్థినీ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్నికల్లో గెలుపే ప్రధాన లక్ష్యంగా సుందరపు విజయ అడుగులు

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): జనసేన పార్టీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి, యలమంచిలి నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ సుందరపు విజయకుమార్ గురువారం నాడు విశాఖపట్నంలో మాజీ మంత్రివర్యులు తెలుగుదేశం పార్టీ పొలిట్ బ్యూరో సభ్యుడు చింతకాయల అయ్యన్నపాత్రుడు అడేవిధంగా ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా మాజీ జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ లాలం భవాని భాస్కర్లను వారి నివాసాల్లో కలిసి 2024లో జరిగే సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో జనసేన, తెలుగుదేశం పార్టీలు కలిసి పనిచేస్తున్నట్లుగా జనసేన పార్టీ అధ్యక్షులు కొణిదెల పవన్ కళ్యాణ్ ప్రకటించిన సందర్భంగా ప్రస్తుత ప్రభుత్వాన్ని ఓడించడానికి, ఉమ్మడిగా కలిసి పని చేయడానికి ఇరు పార్టీలు ఉమ్మడి కార్యాచరణ ప్రకటించి ఉమ్మడి ఉద్యమాలు చేయాలని కలిసి వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అచ్యుతాపురం మాజీ జెడ్పిటిసి సభ్యుడు జనపరెడ్డి శ్రీనివాసరావు, అచ్చుతాపురం మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు బైలపూడి శ్రీరామదాసు, జగన్నాథపురం మాజీ సర్పంచ్ కరెడ్ల సూర్య ప్రకాష్ ,జనసేన నాయకులు లాలంచందు, రుత్తల పందు ఇతరులు పాల్గొన్నారు.

ఏయూ వీసీ చేతులమీదుగా పోస్టర్ ఆవిష్కరణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భారత స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో వినాయక చవితి ఉత్సవాల ప్రాముఖ్యతను వివరిస్తూ నగరానికి చెందిన వాస్తు, జ్యోతిష్య పండితుడు లక్ష్మీజు శివరామ తీర్థిద్దిన పోస్టర్లను ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి గురువారం తన కార్యాలయంలో ఆవిష్కరించారు. 1894లో తొలిసారిగా పూనేలో సర్వజనిక్ గణేష్ ఉత్సవ్ పేరుతో మట్టి వినాయకులను ప్రతిష్టించి కులమతాలకు అతీతంగా ప్రజలు పాల్గొని ఉత్సవాలను నిర్వహించిన సందర్భాన్ని వివరించారు. ఉత్సవాలు జరిగే మండపం వద్ద భజనలు, కీర్తనలతో పాటు, జాతీయ ఉద్యమాన్ని సంబంధించిన పాటలు,

ఉపన్యాసాలు రాత్రివేళల్లో ఏర్పాటు చేసేవారన్నారు. అప్పటి వరకు దేశంలో కనిపించిన అంటరానితనం ఈ నవరాత్రి మండపాల వలన కొంత దూరమయిందన్నారు. బాల గంగాధర్ తిలక్ సారథ్యం వహించి దీనిని ముందుకు నడిపించిన విధానాన్ని వీసీ ఆచార్య ప్రసాద రెడ్డికి వివరించారు. తరువాతి కాలంలో ఈ ఉత్సవాలు ముంబాయి నుంచి దేశం అంతా వ్యాపించాయన్నారు. ఇటువంటి సందర్భాన్ని పురస్కరించుకుని ఆజాదీకా అమృత్ మహోత్సవాలో భాగంగా ప్రతీ గణపతి మండపంలో స్వాతంత్ర్య పోరాట యోధుడు బాలగంగాధర్ తిలక్ చిత్రపటాన్ని ఉంచాలనే సత్సంకల్పంతో ప్రచారం చేస్తూ పనిచేస్తున్నామన్నారు. తద్వారా భావితరాలకు మన భారతీయ స్వాతంత్ర్య యోధుల చరిత్రలు తెలుసుకునే అవకాశం కలుగుతుందన్నారు. ఈ సందర్భంగా లక్ష్మీజు శివరామన్ వీసీ ఆచార్య ప్రసాద రెడ్డి అభినందించారు. నగరంలో పలు ప్రధాన కూడళ్లలో బాలగంగాధర్ తిలక్ విగ్రహాలను ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు.

'కావేరీ జలాల వివాదంలో జోక్యం చేసుకోబోం'.. సుప్రీంకోర్టు

కావేరీ నదీ జలాల వివాదంలో జోక్యం చేసుకునేందుకు సుప్రీం కోర్టు తిరస్కరించింది. తమిళనాడు, కర్ణాటక రాష్ట్రాల మధ్య నదీ జలాల పంపిణీని కావేరీ వాటర్ రెగ్యులేషన్ కమిటీ (సీడబ్ల్యూఆర్సీ), కావేరీ వాటర్ మేనేజ్‌మెంట్ (సీడబ్ల్యూఎంఎ) ఇకపై కూడా చేపట్టాలని జస్టిస్ బి.ఆర్. గవై నేతృత్వంలోని జస్టిస్ పి.ఎస్. నరసింహా, జస్టిస్ పి.కె.మిశ్రాలతో కూడిన త్రిసభ్య ధర్మాసనం పేర్కొంది. సీడబ్ల్యూఆర్సీ, సీడబ్ల్యూఎంఎ ప్రతి 15 రోజులకు క్రమం తప్పకుండా నీటి అవసరాలను తీరుస్తూ, పర్యవేక్షిస్తున్నాయని ధర్మాసనం తెలిపింది. తమిళనాడుకు కర్ణాటక ప్రతి రోజూ 5 వేల క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేయాలన్న వాదన అసంబద్ధం, అనవసరమైనది కాదని ధర్మాసనం ఈ సందర్భంగా వ్యాఖ్యానించింది. ఈ రెండు కమిటీలు అన్ని అంశాలను, ముఖ్యంగా కరువు పరిస్థితులను పరిగణనలోకి తీసుకున్నాయని బి.ఆర్.గవై నేతృత్వంలోని ధర్మాసనం సంతృప్తి వ్యక్తం చేసింది.

కర్ణాటక నుంచి తమ రాష్ట్రానికి 7,200 క్యూసెక్కుల నీరు అవసరమని సీడబ్ల్యూఆర్సీ మొదట నిర్ణయించిందని, కానీ అకస్మాత్తుగా నీటి మొత్తాన్ని రోజుకు 5 వేల క్యూసెక్కులకు తగ్గించిందని తమిళనాడు తరపు న్యాయవాదులు ముకుల్ రోహత్గీ, జి. ఉమాపతి తమ వాదనలు వినిపించారు. బిలిగుండులు ప్రాజెక్టు వద్ద 5 వేల క్యూసెక్కుల నీటి విడుదలకు సీడబ్ల్యూఆర్సీ ఆదేశాలను సీడబ్ల్యూఎంఎ ధృవీకరించిందని అన్నారు. సీడబ్ల్యూఆర్సీ నిర్ణయాన్ని సీడబ్ల్యూఎంఎ యాంత్రికంగా ఆమోదించిందని, కానీ రాష్ట్రంలో పంటల సాగుకు అవసరమైన నీటిని విడుదల చేయాల్సి ఉందని తమిళనాడు తరపు న్యాయవాది రోహత్గీ పేర్కొన్నారు.

అయితే ప్రతి రోజూ 5 వేల క్యూసెక్కుల నీటి విడుదల రాష్ట్ర ప్రయోజనాలకు విరుద్ధమని కర్ణాటక తరపు న్యాయవాది శ్యామ్ దివాన్ పేర్కొన్నారు. కర్ణాటకలో ముఖ్యంగా బెంగళూరు వంటి పట్టణ ప్రాంతాలు తాగునీటి కొరతను ఎదుర్కోనున్నాయని, కానీ తమిళనాడుకు కేవలం పంటల సాగుకు మాత్రమే నీరు అవసరమని వాదించారు. గత 15 రోజుల్లో కర్ణాటకలో నీటి కష్టాలు మరింతగా పెరిగిపోయాయని వివరించారు. ఇలాంటి సమయంలో మరో 5 వేల క్యూసెక్కుల నీటిని అధికంగా ఇవ్వాలని అధికారులు ఆదేశించకూడదని అన్నారు.

ఈవీఎం, వీవీప్యాట్ల భద్రతకు పటిష్ట చర్యలు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్నికలు, రెవెన్యూ, ఇతర శాఖల అధికారులు అధికారులు సమన్వయంతో వ్యవహరించి ఈవీఎం, వీవీప్యాట్ గోదాము భద్రతకు పటిష్ట చర్యలు చేపట్టాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా అధికారులను ఆదేశించారు. కాకినాడ కలెక్టరేట్ వద్ద ఉన్న ఈవీఎం, వీవీప్యాట్ గోదామును గురువారం జిల్లా కలెక్టర్ డా.కృతికా శుక్ల,రెవెన్యూ, ఎన్నికలు, అగ్నిమాపక ఇతర శాఖల అధికారులతో కలిసి తనిఖీ చేశారు. ఈవీఎంల రక్షణ, భద్రతకు సంబంధించి చేపడుతున్న ఏర్పాట్లను పరిశీలించి, అధికారులను వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ కృతికా శుక్ల మాట్లాడుతూ భారత ఎన్నికల సంఘం మార్గనిర్దేశాల మేరకు ప్రతి నెల ఈవీఎం, వీవీ ప్యాట్ గోదామును క్షుణ్ణంగా తనిఖీ చేసి, సమగ్ర నివేదికను పంపిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. అదేవిధంగా ప్రతి మూడు నెలలకు ఒకసారి జిల్లాలో గుర్తింపు పొందిన రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధుల సమక్షంలో క్షుణ్ణంగా పరిశీలించడం జరుగుతుందని కలెక్టరు వివరించారు. కార్యక్రమంలో డీఆర్వో కె శ్రీధర్ రెడ్డి, డీఆర్డీఏ పీడీ కె.శ్రీరమణి, అగ్నిమాపక శాఖ అధికారి ఎన్. సురేంద్ర ఆనంద్, కాకినాడ పట్టణం తహసీల్దార్ సీతాపతిరావు, ఎన్నికల డిప్యూటీ తహసీల్దార్ ఎం.జగన్నాథం, రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు ఆర్.వెంకటేశ్వరరావు (వైసీపీ), ఎస్.అప్పారావు (టీఎస్పీ) తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భూహక్కు పత్రాల పంపిణీ నిర్దేశించిన గడువులోగా పూర్తిచేయాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): భూ రికార్డుల ప్రక్షాలనలో భాగంగా చేపట్టిన జగనన్న శాశ్వత భూ హక్కు, భూ రక్ష పథకానికి సంబంధించి భూ హక్కు పత్రాల పంపిణీ నిర్దేశించిన గడువులోగా పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా అధికారులను ఆదేశించారు. గురువారం రాష్ట్ర భూ పరిపాలన శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి జి.సాయిప్రసాద్..సర్వే సెటిల్మెంట్, ల్యాండ్ రికార్డ్స్ అధికారులతో కలిసి విజయవాడ సీసీఎల్ఎ కార్యాలయంలో నుంచి రీ సర్వేపై అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, జాయింట్ కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ కు కాకినాడ కలెక్టరేట్ నుంచి జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా.. జాయింట్ కలెక్టర్ ఎస్.ఇలక్కియ, సర్వే అధికారులతో కలిసి హాజరయ్యారు. రెండో దశ రీసర్వే పనులు, భూ హక్కు పత్రాల పంపిణీ, సరిహద్దు రాళ్లు వేసే ప్రక్రియ తదితర అంశాలపై సీసీఎల్ఎ అధికారులు..జిల్లా కలెక్టర్లతో చర్చించి పలు సూచనలు చేశారు. వీడియో కాన్ఫరెన్స్ అనంతరం జిల్లా కలెక్టరు కృతికా శుక్ల మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా సమగ్ర భూ సర్వేను చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. రీ సర్వే పనులు పూర్తైన గ్రామాల్లో భూ హక్కు పత్రాల పంపిణీ పూర్తి చేయాలన్నారు. ప్రధానంగా సరిహద్దు రాళ్లు వేసే ప్రక్రియపై అధికారులు ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలన్నారు. ఈ ప్రక్రియ వేగవంతం చేయాలని ఇందుకు జిల్లా అధికారులు క్షేత్రస్థాయి సిబ్బందితో సమన్వయం చేసుకొని పనులలో పురోగతి చూపాలని కలెక్టరు కృతికా శుక్ల తెలిపారు. సమావేశంలో ఏడీ సర్వే బి.లక్ష్మీనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగనన్న కాలనీ ఇండ్ల నిర్మాణాలు వేగవంతం చేయాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో జగనన్న కాలనీ ఇండ్ల నిర్మాణాలు వేగవంతం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా ఏ మల్లికార్జున సంబంధిత శాఖల అధికారులను ఆదేశించారు. గురువారం ఉదయం వి ఎం ఆర్ డి ఏ కార్యాలయం నుండి హౌసింగ్ మరియు విఎమ్ఆర్డిఎ ఇంజనీరింగ్ అధికారులతో కలిసి జిల్లాలోని జగనన్న లేఅవుట్లలో ఇండ్ల నిర్మాణంపై వెబెక్స్ ద్వారా జిల్లాలోని ఎస్ఆఓ లు , డీఈలు, ఏఈలు , జివిఎంసి , అన్ని మండలాల ఎంపిడిఓలు తో సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ జగనన్న లేఅవుట్లలో సకాలంలో ఇళ్ల నిర్మాణం జరిగేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని సమీక్షలో పాల్గొన్న అధికారులను ఆయన ఆదేశించారు. పని ప్రారంభించిన ప్రతి ఇంటికి బ్యాంక్ అకౌంట్ లు ఓపెన్ చేసి ఆన్లైన్ లో అప్డేట్ చేయాలన్నారు.

ఎప్పటికప్పుడు ఇళ్ల నిర్మాణాల స్టేజ్ అప్డేషన్ చేయాలన్నారు. ఇళ్ల నిర్మాణానికి అవసరమైన ఇసుక, స్టీల్, సిమెంట్ లను లేఅవుట్లకు ఎప్పటికప్పుడు సరఫరా చేసేలా చూడాలని, సకాలంలో ఇళ్ల నిర్మాణాలు పూర్తి అయ్యేలా అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. నిర్మాణాలు పూర్తి చేసిన ఇండ్లకు కరెంట్ అందించాలని , ఆ వివరాలు ఎప్పటికప్పుడు ఆన్లైన్ లో అప్డేట్ చేయాలని ఈడిపిసిఎల్ ఎస్.ఈ ని ఆదేశించారు. గ్రామీణ నీటి సరఫరా అధికారులు కాలనీల్లో మంచినీటి కుళాయి సౌకర్యం కల్పించాలని ఆయన తెలిపారు. లేబర్ సమస్య లేకుండా చూడాలని హౌసింగ్ అధికారులను ఆదేశించారు. సోక్ పిట్స్ నిర్మాణాలు పూర్తి చేయాలన్నారు . కాలనీ ముఖ ద్వారా ఆర్చ్ ల నిర్మాణాలు పూర్తి చేసేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన తెలిపారు. స్టేజ్ అప్డేట్ ఆన్లైన్ లో ఎప్పటికప్పుడు నమోదు చేయాలని చెప్పారు.ముఖ్యంగా పబ్లిక్ బ్యాంకులు ఆప్షన్ -II ద్వారా నిర్మించుకొను జగనన్న ఇండ్లకు విరివిగా పెద్ద ఎత్తున రుణాలు అందించి , పేద ప్రజలకు సహకరించాలని కోరారు. అధికారులు కూడా బ్యాంకులకు నమ్మకం కలిగేలా అన్ని దస్త్రాలు అందించి వారితో సమన్వయంగా పనిచేయాలని ఆదేశించారు. క్షేత్రస్థాయిలో ఇంజనీరింగ్ అధికారులు సచివాలయ సిబ్బందితో సమన్వయం చేసుకొని ప్రగతిని ఎప్పటికప్పుడు ఆన్లైన్లో అప్డేట్ చేయా లని ఆదేశించారు. క్షేత్ర స్థాయిలో ఇంజనీరింగ్ అధికారులు పూర్తి స్థాయిలో సహకరించి పనిచేయాలన్నారు.

ఈ వెబెక్స్ సమావేశంలో హౌసింగ్ పిడి శ్రీనివాసరావు , విఎంఆర్‌డిఎ, బ్యాంకు అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆంజనేయ వాహనంపై ఆపద్బాంధవుడు

ఘనంగా తిరువీధి సేవలు

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం నక్కపల్లి మండలంలోని ఉపమాక క్షేత్రంలో శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా గురువారం ఆంజనేయ వాహనంపై ఉపమాక వెంకన్న తిరువీధి సేవ ఘనంగా జరిగింది. పాంచరాత్ర ఆగమానుసారం ఈ ఏడాది దాతలు, భక్తుల సహకారంతో ఉపమాక ఆలయంలో స్వామివారి బ్రహ్మోత్సవాలు, తిరువీధి సేవలు విశేషంగా జరుగుతున్నాయి. దీనిలో భాగంగా గురువారం ఉదయం కొండపైన, కింద వున్న ఆలయాల్లో స్వామివారికి ఆలయ అర్చకుల బృందం ప్రత్యేక పూజలు బాల భోగ నివేదనలు ప్రత్యేక హోమాలు, సుదర్శన పెరుమాళ్ వారి పల్లకీ సేవ తో గ్రామ బలిహరణలు పూర్తి చేసిన తరువాత ప్రత్యేక హారతులు సమర్పించారు. అనంతరం ఆంజనేయ వాహనంపై ఉభయ దేవేరులతో కూడిన స్వామివారి ఉత్సవమూర్తులను శోభాయమానంగా అలంకరించి మాఢవీధుల్లో ఊరేగించారు.తదుపరి భక్తులకు తీర్థ ప్రసాదాలు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ ప్రధానార్చకులు గొట్టుముక్కల వర ప్రసాదాచార్యులు, అర్చకులు సంకర్షణపల్లి కృష్ణమా చార్యులు, పీనపాటి శేషాచార్యులు, భాగవతం సాయి గోపాలాచార్యులు, నండూరి రాజ గోపాలాచార్యులు, రేజేటి సింగరాచార్యులు, ఆఫీస్ అసిస్టెంట్ గురవయ్య, శ్రీవత్స, తాతాజీ తదితర భక్తులు పాల్గొన్నారు.

జీవీఎంసీ మేయర్, కమిషనర్లకు నీలిమ ధన్యవాదాలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ లో జరిగిన గత కౌన్సిల్ సమావేశంలో కొణతాల నీలిమ మలేరియా డిపార్ట్ మెంట్ లో కావలసినంత సిబ్బంది లేకపోవడం వల్ల వార్డులో ఉన్న ప్రజానీకం తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని జీవీఎంసీ మేయర్ కమిషనర్ ల దృష్టికి తీసుకు వెళ్లడం జరిగింది. గతంలో ఒక్కొక్క వార్డుకి పదిమంది ఆపరేటర్స్ ఉండేవారని ఇప్పుడు రెండు వార్డులకి ఒక్కరే ఉన్నారని వివరించామన్నారు మాకు ఎల్ ఓ ఆపరేటర్లను నియమించవలసిందిగా కోరడం జరిగిందన్నారు. అందుకు స్పందించిన మేయర్, కమిషనర్ ప్రతి వార్డుకి ఐదుగురు చొప్పున ఎల్ఓసిని నియమించాలని నిర్ణయం తీసుకోవడం చాలా ఆనందదాయకం త్వరలోనే ఈ ఎల్ ఓ ఆపరేటర్స్ ని నియమించి వార్డులో ఉన్న ప్రధానంగా ఉన్న సమస్య దోమలు, ఏటి వలన మలేరియా, డెంగ్యూ వంటి వ్యాధుల బారిన పడకుండా ఉంటారన్నారు. వార్డులో మేము అడిగిన వెంటనే ప్రతి వార్డుకి ఐదుగురు చొప్పున మా జోన్ కి 25 మందిని ఏఎల్ఓసిని ఇచ్చినందుకు కార్పొరేటర్ నీలిమ ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

ఆసుపత్రి వ్యర్థాల నిర్వహణ అత్యంత కీలకం

విజయనగరం: ఆసుపత్రి వ్యర్థాల నిర్వహణ అత్యంత కీలక ప్రక్రియ అని, ప్రజారోగ్యానికి భంగం కలగకుండా వీటిని జాగ్రత్తగా తరలించాల్సి ఉంటుందని జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి స్పష్టం చేశారు. భద్రంగా సురక్షితమైన ప్రదేశానికి ఆసుపత్రి వ్యర్థాలను తరలించి, వాటిని విభాగాల వారీగా వేరుచేసి సమర్థవంతంగా తొలగించే ప్రక్రియపై ప్రతీఒక్కరూ దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు.

బయో మెడికల్ వేస్ట్ మేనేజ్‌మెంట్‌పై జిల్లా కాలుష్య నియంత్రణ మండలి ఆధ్వర్యంలో జిల్లా పర్యవేక్షక కమిటీ సమీక్షా సమావేశం గురువారం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో జరిగింది. ఆసుపత్రి వ్యర్థాల నిర్వహణకు జిల్లాలో తీసుకున్న చర్యలను పొల్యూషన్ ఇంజనీర్ బిబి సరత వివరించారు. ప్రతి ఆసుపత్రిలో నిర్దేశిత రంగులో ప్రత్యేక చెత్త బుట్టలను ఏర్పాటు చేసి, వ్యర్థాలను వాటిల్లోనే వేయాల్సి ఉంటుందని చెప్పారు. అనుమతి పొందిన సంస్థ ద్వారా 48 గంటల్లోగా చెత్తను భద్రంగా తరలించడానికి చర్యలు తీసుకోవాలని చెప్పారు.

కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి మాట్లాడుతూ, ప్రయివేటు ఆసుపత్రులతోపాటు, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులు కూడా వ్యర్థాల నిర్వహణపై దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు. ఆసుపత్రి వ్యర్థాలు బయటి వ్యర్థాలతో కలిపి ఎక్కడికక్కడ పడేస్తే, వివిధ రకాల వ్యాధులు ప్రబలే అవకాశం ఉంటుందన్నారు. అందువల్ల వీటి నిర్వహణకు ప్రత్యేక ప్రక్రియను పాటించాలని, ఖచ్చితంగా నిబంధనలను అమలు చేయాలని ఆదేశించారు. దీనికోసం ఆసుపత్రుల సిబ్బందికి శిక్షణ ఇవ్వాలని సూచించారు. పొల్యూషన్ కంట్రోల్ బోర్డు, మున్సిపాలిటీ, వైద్యారోగ్య శాఖ సంయుక్తంగా ఈ శిక్షణా కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని చెప్పారు. శిక్షణ ఇచ్చిన తరువాత ఆసుపత్రులను తనిఖీ చేసి నిబంధనలు పాటించనివారిపై చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. బయోమెడికల్ వేస్టే మేనేజ్‌మెంట్ విషయంలో ప్రభుత్వ నిబంధనలను ఖచ్చితంగా అమలు చేయాలని, నిర్లక్ష్యం వహించేవారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు.

సమావేశంలో జెసి కలెక్టర్ వెంకట త్రివినాగ్, మున్సిపల్ కమిషనర్లు, వైద్యారోగ్యశాఖల అధికారులు, వివిధ ప్రభుత్వ, ప్రయివేటు ఆసుపత్రుల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

బ్రహ్మోత్సవాల్లో గరుడ సేవ

శ్రీవారి బ్రహ్మోత్సవాలు వైభవంగా జరుగుతున్నాయి. శుక్రవారం గరుడోత్సవం నిర్వహించనున్నారు. బ్రహ్మోత్సవాల్లో గరుడోత్సవం అత్యంత విశిష్టమైనది కావడంతో అధిక సంఖ్యలో భక్తులు వస్తారని టీటీడీ అంచనా వేస్తోంది. ఈ మేరకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంది టీటీడీ. భారీ భద్రతను ఏర్పాటు చేసింది. ఈ సందర్భంగా భక్తులకు టీటీడీ కీలక సూచనలు చేసింది. లక్షలాది మంది భక్తులుకు వీలుగా ఏర్పాట్లు చేస్తోది.

శుక్రవారం గరుడోత్సవం : బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా శుక్రవారం గరుడోత్సవం జరగనుంది. భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలి రానున్నారు. మాడ వీధుల్లో భక్తులకు వీలుగా అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేసారు. గరుడ సేవకు ఉన్న ప్రాధాన్యత కారణంగా ఇతర ప్రాంతాల నుంచి వచ్చే భక్తుల కోసం టీటీడీ కీలక సూచనలు చేసింది.

21వ తేదీ సాయంత్రం 6 గంటల నుండి 23వ తేదీ ఉదయం 6 గంటల వరకూ ద్విచక్రవాహనాలకు అనుమతి రద్దు చేశారు. తిరుమలలో GNC నుండి వాహనాలు పార్కింగ్ ప్రాంతాలను ప్రకటించారు. వీఐపీ పెద్ద బ్యాడ్జులతో వచ్చే వాహనాలకు రాంభగీచ వద్ద పార్కింగ్ కల్పించారు. వీఐపీ చిన్న బ్యాడ్జీలు ఉన్న వాహనాలకు ముల్లగుంట, సప్తగిరి గెస్ట్ హౌస్ పార్కింగ్ ప్రాంతాలుగా వెల్లడించారు.

భద్రతా ఏర్పాట్లు: సాధారణ వాహనాలు బెటర్ రింగ్ రోడ్డు ద్వారా పార్కింగ్ ప్రాంతాలకు దారి మళ్ళించనున్నారు. భక్తుల సౌకర్యార్థం తిరుపతి ఆర్టీసీ అధికారులు బస్ స్టాండ్ నుండే కాకుండా తిరుపతిలోని ముఖ్యమైన కూడళ్ల నుంచి బస్సులను తిరుమలకు ఏర్పాటు చేశారు. పార్కింగ్‌కి ముందుగా పోలీసులు పాస్‌లు కేటాయించనున్నారు. చెన్నై నుండి వచ్చే వాహనాలకు వడమాల పేట టోల్ ప్లాజా వద్ద ఉన్న అగస్త్య ఎన్‌క్లేవ్ తిరుచానూరు వద్ద ఉన్న మార్కెట్ యార్డ్ ను పార్కింగ్ ప్రాంతంగా నిర్ణయించారు.

కడప నుండి వచ్చే వాహనాలకు కుక్కల దొడ్డి వద్ద ఉన్న కేశవరెడ్డి హై స్కూల్, కరకంబాడి వద్ద ఉన్న ఎస్.వి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ప్రాంగణాన్ని ఎంపిక చేసారు. చిత్తూరు వైపు నుండి వచ్చే వాహనాలకు చంద్రగిరి సమీపంలో ఉన్న ఐతే పల్లి, జూ పార్క్ రోడ్డులో ఉన్న దేవలోక్ వద్ద పార్కింగ్ వసతి కల్పించారు.

పార్కింగ్ ప్రదేశాలు : మదనపల్లి నుండి వచ్చే వాహనాలకు విద్యానికేతన్ కాలేజ సమీపంలో ఉన్న కే.ఎం.ఎం కాలేజ్, జూ పార్క్ రోడ్డులో ఉన్న దేవలోక్ వద్దే వాహనాలను పార్క్ చేసుకోవాలి. శ్రీకాళహస్తి నుండి వచ్చే వాహనాలకు రేణిగుంట సమీపంలో ఉన్న ఆర్ మల్లవరం పెట్రోల్ బంక్ వద్ద, తిరుచానూరు వద్ద ఉన్న మార్కెట్ యార్డు లో పార్కింగ్ ఉంటుంది. కరకంబాడి వద్ద ఉన్న ఎస్వీ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల పార్కింగ్ పాసులు కేటాయిస్తారని అధికారులు వెల్లడించారు.

జూ పార్క్ రోడ్డులో ఉన్న దేవలోక్, భారతీయ విద్యాభవన్, మెటర్నిటీ హాస్పిటల్ ఎదురుగా ఉన్న నెహ్రూ మున్సిపల్ హై స్కూల్ గ్రౌండ్, ఎస్.వి మెడికల్ కాలేజ్ గ్రౌండ్, ఇస్కాన్ గ్రౌండ్‌ల యందు టూ వీలర్స్, ఫోర్ వీలర్స్ పార్కింగ్‌కు అనుమతి ఇవ్వనున్నారు. అలిపిరి ఓల్డ్ చెక్ పాయింట్ వద్ద కేవలం ద్విచక్ర వాహనాలకు మాత్రమే పార్కింగ్ అనుమతి ఇచ్చారు.

అన్నీ మంచి శకునములే సినిమాని వరల్డ్ ప్రీమియర్ గా ఈ ఆదివారం అందిస్తోంది జీ తెలుగు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగు ప్రేక్షకులకు అంతులేని వినోదం అందించే జీ తెలుగు ఈ ఆదివారం మరింత వినోదం అందించేందుకు సిద్ధమైంది. థియేటర్లలో విడుదలై ప్రేక్షకులను విపరీతంగా ఆకట్టుకున్న ఫ్యామిలీ అండ్ ఎమోషనల్ డ్రామా అన్నీ మంచి శకునములే సినిమాని వరల్డ్ ప్రీమియర్ గా ఈ ఆదివారం అందిస్తోంది జీ తెలుగు. అలాగే, మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాల్లో భాగమైన పండగలు, ఉత్సవాలను మరింత వినోదంగా మార్చేందుకు ప్రయత్నించే జీ తెలుగు ఈ గణపతి నవరాత్రులు సందర్భంగా వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ అన్నీ మంచి శకునములే అదివారం (సెప్టెంబర్ 24న) మధ్యాహ్నం 1 గంటలకు మరియు అనిల్ రావిపూడి, ఎస్ఎస్ థమన్ ముఖ్య అతిథులుగా సరదా ఆటలు, పాటలతో సాగే 'పడమటి సంధ్యారాగం-గణేష్ సంబరం', సాయంత్రం 6 గంటలకు, మీ జీ తెలుగులో!

ముందుగా డైరెక్టర్ నందిని రెడ్డి రూపొందిచిన అన్నీ మంచి శకునములే సినిమాతో ఆదివారం వినోదం ప్రారంభమవుతుంది. ఒకేరోజు పుట్టిన రిషి (సంతోష్ శోభన్), ఆర్య(మాళవికా నాయర్) కొన్ని కారణాల వల్ల ఒకరి స్థానంలోకి ఒకరు మారిపోతారు. చిన్నతనం నుంచే రిషి, ఆర్య మంచి స్నేహితులు. రిషి, ఆర్యని ఇష్ట పడతాడు. అయితే, ఆర్య కమర్షియల్ మైండ్ సెట్తో ఉంటుంది. ఈ ఇద్దరి ప్రేమ కథ పెళ్లి వీటలు ఎలా ఎక్కింది? వాళ్ల పుట్టుకకు సంబంధించిన రహస్యం వారి కుటుంబాలకు ఎలా తెలిసింది? అనేది మిగిలిన కథ.

ఈ సినిమాలో సంతోష్ శోభన్, మాళవికా నాయర్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించగా, సీనియర్ నటులు రాజేంద్రప్రసాద్, నరేష్, రావు రమేష్ ముఖ్యపాత్రలు పోషించారు. ఎమోషనల్ ఫ్యామిలీ డ్రామాగా రూపొందిన ఈ సినిమాను స్వప్న సినిమాస్ బ్యానర్ పై ప్రియాంక దత్ నిర్మించారు. కామెడీ అండ్ ఎమోషనల్ డ్రామాగా ప్రేక్షకులను అలరించిన ఈ సినిమాను మీరూ తప్పక చూడండి!

ఇక అదివారం సాయంత్రాన్ని మరింత ఉల్లాసంగా మార్చేందుకు 'పడమటి సంధ్యారాగం-గణేష్ సంబరం' అంటూ గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాలను మరింత వినోదంగా మార్చేందుకు జీ తెలుగు కుటుంబం సిద్ధమైంది. ఈ సంబరాలు జీ తెలుగు పాపులర్ సీరియల్ పడమటి సంధ్యారాగం నటీనటులు చేసే అద్భుతమైన స్కిట్తో మొదలవుతాయి.

ఈ ఉత్సవానికి హాజరైన ప్రముఖ నటీనటులు రెండు జట్లుగా విడిపోయి కార్యక్రమం ఆద్యంతం వినోదాన్ని పంచుతారు. రఘురామ్, రామలక్ష్మి ఒక టీమ్ కాగా, జానకి, ఆద్య మరో టీమ్ గా పోటీపడతారు. ఈ రెండు జట్ల తరపున పాటలో పాల్గొన్న జీ తెలుగు జోడీలు పలు పాటలకు డ్యాన్సు చేసి అలరిస్తారు. ఆటలు, అల్లరితో సరదాగా సాగే ఈ కార్యక్రమానికి టాలీవుడ్ దర్శకుడు అనిల్ రావిపూడి, సంగీత దర్శకుడు ఎస్.ఎస్. థమన్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై ప్రేక్షకులకు మరింత వినోదం పంచడంలో భాగమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా బాలయ్య బాబుతో చేసిన రీల్ గురించి పలు విశేషాలను పంచుకుంటారు అనిల్ రావిపూడి, టెలివిజన్ సూపర్స్టార్ నిరుపమ్ పరిటాల, చైత్రా రాయ్ ప్రదర్శన హృదయాలను హత్తుకుంటుంది. ఈ కార్యక్రమానికి పాపులర్ జంట రవి కృష్ణ, నవ్య స్వామి వ్యాఖ్యాతలుగా వ్యవహరించనున్నారు.

ఇక, జీ తెలుగు డ్రామా జూనియర్స్ సీజన్ 6 పిల్లలు పడమటి సంధ్యారాగం సీరియల్ స్నాప్ చేసి అకట్టుకుంటారు. చివరగా గణేష్ ఊరేగింపులో కళాకారులు అంతా కలిసి చేసే డ్యాన్సు, టాలెంటెడ్ సరిగమప గాయకులు చరణ్, సుధాన్సు, పవన్ కళ్యాణ్, వెంకట చైతన్య తదితరాలు పాడే పాటలు ఉత్సవాన్ని మరింత ఉత్సాహంగా మారుస్తాయి. ఈ ఆదివారం బ్యాక్ టు బ్యాక్ ప్రోగ్రామ్స్ జీ తెలుగు అందిస్తున్న వినోదాన్ని మీరూ మిస్ కాకండి!

ఈ ఆదివారం ఆహ్లాదం పంచే కార్యక్రమాలతో మిమ్మల్ని అలరించేందుకు జీ తెలుగు సిద్ధమైంది. గణపతి నవరాత్రి స్పెషల్ 'పడమటి సంధ్యారాగం-గణేష్ సంబరం', వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ అన్నీ మంచి శకునములే, తప్పక చూడండి!

Rotary
CREATE HOPE in the WORLD
Lanugural Officer
INVITATION
Host Club President and Members of
Rotary Club of Greater Visakha
Cordially Invites you to the
సంఘమిత్ర
SANGAMITHRA
Gordon R. McInally
President 2023-24
Subbarao Ravuri (Datta)
Governor 2023-24
Our Chief Guest
Rtn PDG. Ch. Kishore
REGIONAL SEMINAR ON
ROTARY PUBLIC IMAGE
(For Visakhapatnam District Clubs)
On Sunday the 24th September 2023
from 4:00 pm Onwards
Hotel Rockdale, Ramnagar, Visakhapatnam
AV Ranga Rao
District Chair - Public Image
Registration Fees
@ Rs. 250/- Per Member
Rtn P. Nagaraju
President
Rtn M. Varma Raju
Secretary
Payment Through QR Code

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : T.Sirisha , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16, Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, 9346363839
Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 9949413661, Simhachalam : Cell: 96660 15921, Pardwada : Cell: 77804 33919, Aarilova : Cell: 97050 51389,
Cheedikaada : Cell: 97686 33999, Vsp City : 8885687610, VSP : 7981904385, 8885687610, Maddilapalem : 9966708776, Yelamanchili : 9441356676