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

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

విశాఖ సమాచారమ్

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

RNI No.52722/90 సంపుటి : 32 సంచిక : 196 విశాఖపట్నం, 17 మే 2023 బుధవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

71వేల మందికి ఉద్యోగాలిచ్చిన కేంద్రం

విజయవాడ, (పీఐబీ): జాతీయ ఉపాధి కల్పన మేళా నిర్వహించిన నేపథ్యంలో ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ఇవాళ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా వివిధ ప్రభుత్వ శాఖలు, సంస్థల్లో ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన వారికి సుమారు 71,000 నియామక పత్రాలను అందజేశారు. అనంతరం కార్యక్రమానికి హాజరైన వారి నుద్దేశించి ప్రసంగిస్తూ- ఉద్యోగాలు పొందిన యువతకు, వారి కుటుంబాలకు ప్రధాని శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. గుజరాత్ వంటి రాష్ట్రాల్లో ఇటీవల పూర్తయిన వాటితోపాటు అస్సాంలో నిర్వహించబోయే ఉపాధి మేళా గురించి ఆయన ప్రస్తావించారు. కేంద్ర ప్రభుత్వంసహా బీజేపీ పాలిత రాష్ట్రాల్లో ఈ మేళాలు యువత పట్ల ప్రభుత్వానికిగల చిత్తశుద్ధికి నిదర్శనమని ఆయన పేర్కొన్నారు.

దేశవ్యాప్తంగా గత 9 సంవత్సరాల్లో నియామక ప్రక్రియను వేగవంతం చేసే దిశగా పారదర్శకత, సిస్నాక్షికతలకు ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యమిచ్చిందని ప్రధానమంత్రి వెల్లడించారు. అంతకుముందు నియామకాలకు ఎదురైన ఇబ్బందులను వివరిస్తూ- ఈ ప్రక్రియ నిర్వహణలో 'సెబ్బంది నియామక సంస్థ' (స్టాఫ్ సెలక్షన్ బోర్డ్-ఎస్ఎస్బి)కు దాదాపు 15-18 నెలలు పట్టేదని గుర్తుచేశారు. అయితే ఇప్పుడు కేవలం 6-8 నెలల వ్యవధిలో మొత్తం పూర్తవుతున్నదని ప్రధాని పేర్కొన్నారు. దరఖాస్తు ఫారాలు పొందడం నుంచి పోస్ట్ ద్వారా పంపేవరకూ దుర్భర పరిస్థితి ఉండేదని చెప్పారు. యువతకు ఈ దుస్థితిని తప్పిస్తూ ఈ ప్రక్రియ మొత్తాన్ని ఆన్‌లైన్ చేయడం ద్వారా సరళీకరించామని తెలిపారు. దీంతోపాటు విద్యార్థులత వంటి పత్రాలకు స్వీయ-ధ్రువీకరణ వెసులుబాటు కల్పించడంతో గజెటెడ్ అధికారుల సంతకం కోసం కాళ్లరిగేలా తిరిగే అవస్థ కూడా తొలగిపోయిందని చెప్పారు. అలాగే గ్రూప్ సి, డి ఉద్యోగాలకు ఇంటర్వ్యూ కూడా రద్దు చేశామని, నియామక ప్రక్రియలో ఆశ్రిత పక్షపాత ధోరణి నిర్మూలనే ఈ విధానం వల్ల ఒనగూడిన భారీ ప్రయోజనమని ప్రధాని వ్యాఖ్యానించారు.

దేశంలో 9 సంవత్సరాల కిందట ఇదే రోజున లోక్‌సభ ఎన్నికల ఫలితాలు ప్రకటించబడ్డాయని, ఆ మేరకు మే 16వ తేదీకి ఎంతో ప్రాధాన్యం ఉందని ప్రధానమంత్రి పేర్కొన్నారు. ఆనాటి ఆనందోత్సాహాలను గుర్తుచేసుకుంటూ 'సబ్‌కా సాథ్.. సబ్‌కా వికాస్..' స్ఫూర్తితో మొదలైన ప్రయాణం వికసిత భారతం దిశగా దిగ్విజయంగా కొనసాగుతున్నదని ప్రధాని అన్నారు. అంతేకాకుండా మే 16 సిక్కిం ఆవిర్భావ దినోత్సవమని ఆయన గుర్తుచేశారు. కాగా, గడచిన 9 ఏళ్లలో ఉపాధి అవకాశాలపై ప్రధానంగా దృష్టిసారిస్తూ ప్రభుత్వ విధానాలు రూపొందించామని ప్రధాని చెప్పారు. ఆధునిక మౌలిక సదుపాయాల రంగాలలో కార్యక్రమాలు, గ్రామీణ ప్రగతికి ప్రాముఖ్యం లేదా ప్రాథమిక జీవన సదుపాయాల విస్తరణ వంటి కేంద్ర ప్రభుత్వం రూపొందించే ప్రతి విధానం యువతకు కొత్త అవకాశాలను సృష్టిస్తోందని పేర్కొన్నారు. ఇక ఈ తొమ్మిదేళ్లలో మౌలిక సదుపాయాల కల్పన సహా ప్రభుత్వం మూలధన వ్యయం కింద దాదాపు రూ.34 లక్షల కోట్లు వెచ్చించిందని ప్రధానమంత్రి తెలిపారు. ఈ ఏడాది బడ్జెట్‌లో కూడా మూలధన వ్యయం కోసం రూ.10 లక్షల కోట్లు కేటాయించామని చెప్పారు. ఈ నిధులతో కొత్త రహదారులు, విమానాశ్రయాలు, రైలుమార్గాలు, వంతెనలు వగైరా ఆధునిక మౌలిక సదుపాయాలు రూపుదిద్దుకుంటున్నాయని తెలిపారు. తద్వారా దేశంలో అనేక కొత్త ఉద్యోగ అవకాశాలు అందివస్తున్నాయని ఆయన చెప్పారు.

స్వతంత్ర భారత ప్రగతి చరిత్రలో నేటి వేగం, స్థాయి మునుపెన్నడూ లేదని ప్రధానమంత్రి అన్నారు. ఈ మేరకు 9 ఏళ్ల కాలంలో 40 వేల కిలోమీటర్ల రైలు మార్గాలను విద్యుదీకరించగా, అంతకుముందు 7 దశాబ్దాలలో ఇది 20 వేల కి.మీ.లకు మాత్రమే పరిమితమైందని గుర్తుచేశారు. అదేవిధంగా దేశంలో మెట్రో రైలు నెట్‌వర్క్ కింద 2014కు ముందు నెలకు కేవలం 600 మీటర్ల మెట్రో లైన్లు వేయగా, నేడు దాదాపు 6 కిలోమీటర్ల మేర వేస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. అలాగే 2014కు గ్రామీణ రహదారులు 4 లక్షల కిలోమీటర్లకన్నా తక్కువ కాగా, నేడు 7.25 లక్షల కి.మీ.గా ఉన్నాయని తెలిపారు. దేశంలో 2014నాటికి 74 విమానాశ్రయాలు ఉండగా, నేడు దాదాపు 150కి పెరిగాయని చెప్పారు. ఇక గత 9 ఏళ్లలో పేదల కోసం 4 కోట్ల పక్కా ఇళ్ల నిర్మాణంతో ఉపాధి అవకాశాలు గణనీయంగా పెరిగాయని పేర్కొన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నేడు 5 లక్షలదాకా సార్వత్రిక సేవా కేంద్రాలు ఉపాధి కల్పిస్తున్నాయని చెప్పారు. గ్రామాల్లో 30 వేలకుపైగా

(మిగతా 2లో)

భానుడి భగభగ

అమరావతి: రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఎండ తీవ్రత పెగలు పుట్టిస్తోంది. పగట ఉష్ణోగ్రత 45 డిగ్రీలను దాటుతోంది. వడగాలులు దీనికి తోడయ్యాయి. ఉక్కపోతతో జనం అల్లాడుతున్నారు. ఎండ దెబ్బకు మాడి మసి అవుతున్నారు. సూర్యాస్తమయం తరువాత కూడా వేడి తగ్గట్లేదంటే పగట ఉష్ణోగ్రత తీవ్రత ఏ స్థాయిలో ఉంటోందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఇదే పరిస్థితి 18వ తేదీ వరకు ఉంటుందని వాతావరణ కేంద్రం స్పష్టం చేసింది.

మోచా తుఫాన్ ప్రభావం (అప్పర్ సైక్లోన్) వల్ల ఎండ తీవ్రత పెరిగినట్లు వాతావరణ నిపుణులు అంచనా వేశారు. తుఫాన్ తరువాత గాలిలో తేమ శాతం గణనీయంగా తగ్గిందని, వాతావరణం పొడిగా మారినట్లు చెబుతున్నారు. ఫలితంగా ఈ నెల 13వ తేదీ నుంచి 18వ తేదీ వరకు కోస్తాంధ్రాలో గరిష్ఠంగా 47 డిగ్రీల వరకు ఉష్ణోగ్రత నమోదవుతుందని పేర్కొన్నారు. వారి అంచనాలు తప్పలేదు.

సముద్ర ఉపరితలం మీది నుంచి వేడి గాలులు వీస్తున్నాయి. ఏలూరు, ఉమ్మడి గోదావరి, ప్రకాశం, పల్నాడు, నంద్యాల, కడప, కాకినాడ వంటి జిల్లాల్లో వేడిగాలుల ప్రభావం అధికంగా ఉంటోంది. 24 గంటల్లో అత్యధిక పగట ఉష్ణోగ్రత ప్రకాశం జిల్లా తర్లుపాడులో నమోదైంది. ఇక్కడ ఎండ తీవ్రత 46.05 డిగ్రీలకు చేరింది. కృష్ణాజిల్లా కోడూరు, ప్రకాశం జిల్లా మద్దిపాడు, గుంటూరు జిల్లా పొన్నూరు, పల్నాడు జిల్లా రావిపాడుల్లో 45 డిగ్రీలకు పైగా ఉష్ణోగ్రత రికార్డయింది.

ఏలూరు- ఆగిరిపల్లి, తూర్పు గోదావరి- గోపాలపురం, రాజానగరం, బాపట్ల- కొప్పెరపాడు, కాకినాడ- ఏలేశ్వరం, గుంటూరు- తాడికొండ, డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ కోనసీమ- రామచంద్రాపురం, ప్రకాశం- కురిచేడుల్లో 45 డిగ్రీలకు పైగా ఉష్ణోగ్రత

(మిగతా 2లో)

మత్స్యకార భరోసా విడుదల చేసిన ముఖ్యమంత్రి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వై.యస్.ఆర్. మత్స్యకార భరోసా మత్స్యకారుల బ్యాంకు ఖాతాల్లో నేరుగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై.యస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి నగదు జమచేశారు. వేట నిషేధం అమలులో ప్రభావితం కాబడిన కుటుంబాలకు మంగళవారం బాపట్ల జిల్లా నిజాంపట్నం గ్రామంలో ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభ నుండి ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్.జగన్మోహన రెడ్డి 2023-24 ఏదాదికి సంబంధించి 5వ విడత వై.యస్.ఆర్ మత్స్యకార భరోసా ఆర్థిక సహాయం క్రింద ఒక్కో కుటుంబానికి 10 వేల రూపాయలు సంబంధిత మత్స్యకారుల బ్యాంకు ఖాతాల్లో జమ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా శాసన సభ్యులు వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ మాట్లాడుతూ వేట నిషేధం (ఏప్రిల్ 15నుండి జూన్ 15వరకు రెండు నెలలు) అమలులో ప్రభావితం కాబడిన 12,173 మంది మత్స్యకార కుటుంబాలకు రూ.10,000/- లు చొప్పున .12.17కోట్లు జీవన భృతి పంపిణీ చేయడం చాలా సంతోషంగా ఉందన్నారు. రాష్ట్ర మొత్తం 1,23,519 మంది మత్స్యకార కుటుంబాలకు రూ.10,000/- లు చొప్పున 123.52 కోట్లు రూపాయలు ఆర్థిక సాయం మంజూరు చేసినందుకు జీవితాంతం మత్స్యకారులందరు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వర్యులు జగన్మోహన్ రెడ్డి గారికి రుణపడి ఉంటామని తెలియజేసారు. సముద్రం పై వేటకు వెళ్లే మత్స్యకారుల స్థితిగతులును మెరుగుపరిచి పలసలను అరికట్టే లక్ష్యంతో ప్రపంచ స్థాయి ప్రమాణాలతో కూడిన 10 ఫిషింగ్ హార్బర్లు, 6 ఫిష్ లాండింగ్ కేంద్రాల నిర్మాణానికి శ్రీకారం చుట్టారని తెలిపారు.

(మిగతా 2లో)

కర్ణాటక సీఎం పదవిపై వీడని సస్పెన్స్

ఢిల్లీ: కర్ణాటక నూతన ముఖ్యమంత్రి ఎంపికపై సందిగ్ధత కొనసాగుతూనే ఉంది. సీనియర్ నేతలు సిద్ధరామయ్య, డీకే శివకుమార్‌ల్లో ఎవరికి పట్టం కట్టాలన్నదానిపై కాంగ్రెస్ పార్టీ మల్లగుల్లాలు పడుతూనే ఉంది. ఈ క్రమంలోనే సీఎం ఎంపికపై ఏఐసీసీ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున్ ఖర్గే నేతృత్వంలో కీలక సమావేశం జరిగింది. ఖర్గే నివాసంలో జరిగిన ఈ భేటీలో అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ, సీనియర్ నేత కేసీ వేణుగోపాల్‌తో పాటు కర్ణాటక నుంచి కొందరు కాంగ్రెస్ నూతన ఎమ్మెల్యేలు, నేతలు కూడా పాల్గొన్నారు.

సీఎం ఎంపికపై ఏఐసీసీ పరిశీలకుల బృందం కర్ణాటక నూతన ఎమ్మెల్యేల నుంచి అభిప్రాయాలు సేకరించి నివేదిక రూపొందించింది. ఆ నివేదికను నిన్న రాత్రి ఖర్గేకు అందజేసింది. ఈ నివేదికపై ఖర్గే.. రాహుల్ గాంధీతో మంతనాలు జరిపినట్లు ఏఐసీసీ వర్గాల సమాచారం. ఈ భేటీలోనే సీఎం ఎంపికపై ఓ నిర్ణయానికి వచ్చే అవకాశాలు కన్పిస్తున్నాయి. ఈ సమావేశం అనంతరం సిద్ధరామయ్య, శివకుమార్‌తో ఖర్గే చర్చలు జరపనున్నట్లు కాంగ్రెస్ వర్గాలు వెల్లడించాయి.

కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రిగా సీనియర్ నేత సిద్ధరామయ్యకే ఎక్కువ అవకాశాలు ఉన్నట్లు సంకేతాలు వెలువడుతున్నాయి. ఏఐసీసీ

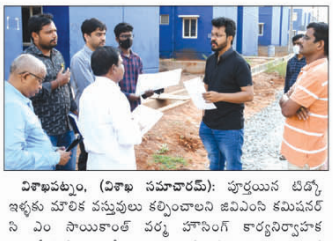
(మిగతా 2లో)

యువత కోసమే రోజ్‌గార్ మేళా

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): యువత కు విస్తృతంగా ఉపాధి కల్పన కోసమే ప్రధాని మోడీ నాయకత్వంలో రోజ్‌గార్ మేలా నిర్వహిస్తున్నారని కేంద్ర ఆర్థిక శాఖా సహాయ మంత్రి భగవత్ కిషన్ వెల్లడించారు. ఆయన నగరంలోని విద్యుత్ నగర్ లో గల పోర్ట్ స్టేడియం లో ఐదవ రోజ్‌గార్ మేలాను మంగళ వారం జ్యోతి వెలిగించి ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ, మొత్తం 10 లక్షల మందికి ఉపాధి కల్పన ధ్యేయం అన్నారు. ఇందులో భాగంగా ఈరోజు దేశ వ్యాప్తంగా 45 ప్రాంతాల్లో 71 వేల మందికి వివిధ ప్రభుత్వ విభాగాల్లో ఉపాధి నియామక పత్రాలు అంజేస్తున్నము అని తెలిపారు. దేశం రక్షణ, వైద్య రంగాల్లో అభివృద్ధి చెందుతోంది అన్నారు. యువత ఉజ్వల భారత్ సాకారం దిశగా అడుగులు వేస్తుంది అన్నారు. దేశంలో 39 కోట్ల మందికి ముద్ర పథకం రుణాలు మంజూరు చేశామని గుర్తు చేశారు. అనంతరం ప్రధాని మోదీ వర్చువల్ విధానంలో ఢిల్లీ నుంచి ప్రసంగించారు. తరువాత అతిథుల చేతుల మీదుగా 400 మందికి ఉపాధి నియామక పత్రాలు అందజేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో తపాలా శాఖ చీఫ్ పోస్ట్ మాస్టర్ జనరల్ పీ. రాములు, కస్టమ్స్ చీఫ్ కమిషనర్ సంజయ్, డీఆర్ ఎం అనూప్ కుమార్ సత్పతి, జీఎస్ ఐ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ గుప్తా, రైల్వే, పార్ట్, బీఎస్ఎన్ఎల్, ఐఐఎం అధికారులు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

టిడ్కో ఇళ్లకు ఇంకా పూర్తికాని మౌలిక వసతులు



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పూర్తయిన టిడ్కో ఇళ్ళకు మౌలిక వస్తువులు కల్పించాలని జివిఎంసి కమిషనర్ సి ఎం సాయికాంత్ వర్మ హౌసింగ్ కార్యనిర్వాహక ఇంజనీరును ఆదేశించారు. మంగళవారం ఆయన దబ్బందలో నిర్మిస్తున్న టిడ్కో ఇళ్లను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ దబ్బంద ప్రాంతంలో 1920 టిడ్కో ఇళ్ళకుగాను 1728 ఇళ్ళు పూర్తయ్యాయని ఇంకా 192 ఇళ్ళు పూర్తి అవ్వాల్సి ఉందని, వీటిని కూడా త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని తెలిపారు. పూర్తయిన బ్లాకులకు బి టి రోడ్లు, కాలువలు, కల్వర్టులు, విద్యుత్తు, భూగర్భ డ్రైనేజ్ వ్యవస్థ లాంటి మౌలిక వసతులు మే, 31వ తేదీ లోపు పూర్తి చేయాలని, అలాగే మంచినీటి రిజర్వాయర్లను పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. లబ్ధిదారులకు రిజిస్ట్రేషన్లు ప్రక్రియ, బ్యాంకు లోన్లు మిగిలి ఉంటే వాటిని పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు.

ఈ పర్యటనలో ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్(యుసిడి) పాపునాయుడు, జోనల్ కమిషనర్ కనకమహాలక్ష్మి, టిడ్కో హౌసింగ్ కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్ సుధాకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అవినాష్‌కు మళ్లీ సీబీఐ నోటీస్

మాజీ మంత్రి వివేకానందరెడ్డి హత్య కేసులో ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న కడప ఎంపీ వైఎస్ అవినాష్ రెడ్డి కి సిబిఐ అధికారులు మరోమారు నోటీసులు జారీ చేశారు. ఈనెల 19వ తేదీన ఆయన విచారణకు హాజరుకావాలని నోటీసులో పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు ఆయనకు వాట్సప్ ద్వారా సందేశాన్ని పంపారు సిబిఐ అధికారులు.

నిన్న హైదరాబాద్లోని కోటి లో ఉన్న సిబిఐ కార్యాలయంలో వివేకానంద రెడ్డి హత్య కేసుకు సంబంధించి విచారణకు హాజరుకావాలని ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి కి సిబిఐ అధికారులు నోటీసులు పంపిన నేపథ్యంలో కడప వెళ్లిన ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి మళ్లీ హైదరాబాద్ కు తిరిగి వచ్చారు. ఈ రోజు సిబిఐ ఎదుట హాజరు కావాల్సి ఉన్నప్పటికీ, అయన చివరి నిమిషంలో సిబిఐ ఎదుట హాజరుకాకుండా ట్విస్ట్ ఇచ్చారు.

సీబీఐకి లేఖ రాశారు. పార్ట్ నోటీసు ఇచ్చినందున, విచారణకు మరింత సమయం కావాలని ఆయన తన లేఖలో పేర్కొన్నారు. తనకు ముందస్తు కార్యక్రమాలు ఉన్న కారణంగా విచారణకు హాజరు కాలేనని పేర్కొన్నారు. మరో నాలుగు రోజుల పాటు తాను పార్టీ కార్యక్రమాలలో పాల్గొనవలసి ఉన్నదని, అందుకే తాను విచారణకు హాజరు కావాలంటే కొంత సమయం కావాలని ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి సిబిఐకి తెలిపారు.

ఈరోజు ఉదయం 11 గంటలకు ఆయన సిబిఐ ఆఫీస్ లో అధికారుల ఎదుట హాజరు కావాల్సి ఉన్నప్పటికీ ఆయన హాజరు కాలేదు. ఇప్పటికే నాలుగు సార్లు వైయస్ వివేకానంద రెడ్డి హత్య కేసులో ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి ని విచారించారు సిబిఐ అధికారులు. ఇప్పుడు తాజాగా మరోమారు విచారణకు హాజరుకావాలని నోటీసులు పంపించారు.

అయితే ముందే షెడ్యూల్లో ఉన్న కార్యక్రమాల వల్ల రాలేకపోతున్నానని ఆయన చెప్పడంతో సానుకూలంగా స్పందించిన అధికారులు తాజాగా మరోమారు ఆయన విచారణ తేదీని రీషెడ్యూల్ చేసి నోటీసులు పంపారు. ఈ క్రమంలో మే 19వ తేదీన ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి సిబిఐ అధికారుల ఎదుట హాజరు కావాల్సి ఉంది. అప్పుడైనా ఆయన వెళ్తారా? లేదా? అన్నది తెలియాల్సి ఉంది.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

71వేల మందికి ఉద్యోగాలిచ్చిన కేంద్రం

పంచాయతీ భవనాలు నిర్మించామని, 9 కోట్ల ఇళ్లకు కొళాయిల ద్వారా నీటి సరఫరా కోసం పైపులైన్లు వేయబడ్డాయని గుర్తుచేశారు. ఇవన్నీ నేడు పెద్ద ఎత్తున ఉపాధినిస్తున్నాయని ప్రధాని అన్నారు. విదేశీ పెట్టుబడులు లేదా భారత్ నుంచి ఎగుమతులు వంటివన్నీ దేశంలో ఉపాధి కల్పనకు, స్వయం ఉపాధికి తగిన అనేక అవకాశాలను సృష్టిస్తున్నట్లు ప్రధాని తెలిపారు.

భారత్‌లో పరిశ్రమల స్థాపన-పెట్టుబడులకు అంతర్జాతీయ స్థాయిలోగల అపార సానుకూలత ఉందని ప్రధానమంత్రి పేర్కొన్నారు. వాలెంటర్ 'సీఈవో'తో ఇటీవలి తన సమావేశాన్ని గుర్తుచేస్తూ- ఇక్కడి నుంచి రూ.80 వేల కోట్లకుపైగా విలువైన వస్తు ఎగుమతులు ఉంటాయంటూ భారత్‌పై ఆయన విశ్వాసం వ్యక్తం చేయడాన్ని ప్రస్తావించారు. రవాణా మౌలిక సదుపాయాలు, సరఫరా ప్రక్రియ రంగాల్లో ఉపాధి పొందుతున్న యువతకు ఇది ఆనందం కలిగించే సమాచారమని ఆయన తెలిపారు. అలాగే 'సిస్కో' సీఈవోతో తన సమావేశం గురించి కూడా ప్రధాని ప్రస్తావించారు. భారత్ నుంచి 8 వేల కోట్ల విలువైన ఉత్పత్తుల ఎగుమతి లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు ఈ సందర్భంగా ఆయన తెలిపారని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా 'యాపిల్ సీఈవో''భారత్‌లో మొబైల్ తయారీ పరిశ్రమపై విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారని పేర్కొన్నారు. మరోవైపు సెమీకండక్టర్ పర్యావరణ వ్యవస్థ రూపకల్పనలో భారత్ సామర్థ్యంపై సెమీకండక్టర్ కంపెనీ 'ఎన్‌విక్స్‌పి' ఉన్నతాధికారి కూడా సానుకూలత ప్రకటించారని తెలిపారు. ఇక 'ఫాక్స్‌కాన్' కూడా రూ.వేల కోట్ల పెట్టుబడులు పెట్టడం ప్రారంభించిందని ఆయన వెల్లడించారు. వచ్చేవారం ప్రపంచంలోని ప్రముఖ కంపెనీల 'సీఈఓ'లతో తాను సమావేశం కానున్నానని ప్రధాని తెలిపారు. భారత్‌లో పెట్టుబడులకు వారంతా ఎంతో ఉత్సాహం చూపుతున్నారని అన్నారు. దేశవ్యాప్తంగా వివిధ రంగాల్లో కొత్త ఉపాధి అవకాశాల సృష్టిని ఇవన్నీ ప్రస్తుతం చేస్తున్నాయని ఆయన వివరించారు.

చివరగా- ఉద్యోగావకాశాలు పొందిన యువతకు ప్రధానమంత్రి దిశానిర్దేశం చేశారు. రాబోయే 25 ఏళ్లలో వికసిత భారతం దిశగా మన సంకల్పాలను సాకారం చేసే అభివృద్ధి మహాయజ్ఞంలో వారి పాత్ర ఎంతో కీలకమని ఆయన నొక్కివెప్పారు. ఈ అవకాశాన్ని పూర్తిగా సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, ఆన్‌లైన్ అభ్యసన వేదిక 'ఐగాట్ కర్మయోగి' విభాగం ద్వారా ఉద్యోగుల నైపుణ్యాభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యమిస్తున్నదని వివరిస్తూ ఆయన ప్రసంగం ముగించారు.

భానుడి భగభగ

నమోదైంది. ఇదే జిల్లాలోని కొనకనమిట్ల, ఏలూరు-కలపర్రు, కాకినాడ-సామర్లకోట, నంద్యాల- దాగలమర్రి, కోనసీమ- కే గంగవరం, మండపేట, విజయనగరం-బొండపల్లి, గుంటూరు- దుగ్గిరాల పంట చోట్ల 44 డిగ్రీలకు పైగా ఉష్ణోగ్రత నమోదైంది.

కాకినాడ-కాజులూరు, ప్రకాశం- పెద్దారవీడు, ఏలూరు, బాపట్ల- చినగంజాం, ప్రకాశం-త్రోవగుంట, ఎన్టీఆర్-ఇబ్రహింపట్నం, గుంటూరు- కొల్లిపార, వల్లభాపురంలల్లో 44 నుంచి 45 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత నమోదైంది. ఇదే తీవ్రత ఈ నెల 18వ తేదీ వరకు కొనసాగుతుందని వాతావరణ నిపుణులు అంచనా వేశారు. అత్యంత ప్రమాదకరస్థాయిలో పగటి ఉష్ణోగ్రత నమోదవుతున్నందున ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు.

మరో 48 గంటల పాటు రాష్ట్రంలో పొడి వాతావరణం ఉంటుందని, ఉష్ణోగ్రత మరింత పెరిగే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించారు. మధ్యాహ్న సమయాల్లో ప్రయాణాలు తగ్గించుకోవాలని, అత్యవసరంగా బయటకి వెళ్లాల్సి వస్తే జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని అన్నారు. చిన్నపిల్లలు, వృద్ధులు బయట తిరగకూడదని సూచించారు. ఈ నెల 18వ తేదీ తరువాత వాతావరణం కొద్దిగా చల్లబడే అవకాశం ఉందని అభిప్రాయపడ్డారు.

మత్స్యకార భరోసా విడుదల చేసిన ముఖ్యమంత్రి

రాష్ట్ర స్థాయిలో ముఖ్యమంత్రి కార్యక్రమం ప్రారంభించగా జిల్లాలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి ఎస్ శ్రీనివాసమూర్తి ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులతో కలిసి జిల్లాలో మత్స్యకార భరోసా క్రింద 12,17,30,000/- ల రూపాయల మెగా చెక్కును మత్స్యకారులకు అందజేశారు.

జిల్లా నుండి ఈ కార్యక్రమం లో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి ఎస్ శ్రీనివాసమూర్తి, శాసన సభ్యులు వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్, ఎమ్.ఎల్.సి వంశీకృష్ణ యాదవ్ , జాయింట్ డైరెక్టర్(ఫిషరీస్) విజయ, గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల జిల్లా ఇంచార్జ్ పూర్ణిమ దేవి, ఫిషరీస్ వెల్ఫేర్ యండ్ డెవలప్మెంట్ డైరక్టర్ పి.విజయ చంద్ర , పలువురు మత్స్యకారులు పాల్గొన్నారు.

కర్ణాటక సీఎం పదవిపై వీడని సస్పెన్స్

అధ్యక్షుడు డీకే శివకుమార్‌ను గౌరవప్రదంగా ఎలా సర్దుబాటు చేయాలన్న దానిపైనే ప్రస్తుతం కసరత్తు జరుగుతున్నట్లు సమాచారం. ఇప్పటికే సిద్ధరామయ్య నిన్నటి నుంచి దిల్లీలో ఉండి హైకమాండ్‌తో సుదీర్ఘ మంతనాలు చేస్తుండగా.. శివకుమార్ కూడా నేడు దిల్లీకి చేరుకున్నారు. కీలకమైన శాఖలతో ఉపముఖ్యమంత్రి హోదా కట్టబెట్టే అంశంపై డీకేకు సర్దిచెప్పేందుకు అధిష్ఠానం ప్రయత్నిస్తున్నట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి. మరోవైపు హైకమాండ్ నిర్ణయానికి తాను కట్టుబడి ఉంటానని శివకుమార్ ఇప్పటికే స్పష్టం చేసిన విషయం తెలిసిందే.

యువ గళం పాదయాత్రకు విశేష ఆదరణ

అరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జివిఎంసి 10వ వార్డు పరిధిలో నారా లోకేష్ 100 రోజులు యువగళం పూర్తయినా సందర్భంగా విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం జీవీఎంసీ 10వ వార్డు పరిధి వివేకానంద నగర్ వినాయకుడి దగ్గర నుండి అరిలోవ లాస్ట్ బస్టాప్ వరకు విశాఖ తూర్పు ఎమ్మెల్యే వెలగపూడి రామకృష్ణ బాబు ఆధ్వర్యంలో సంగిభావం పాదయాత్ర అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. స్వచంతంగా తెలుగుదేశం పార్టీ సభ్యులు, కార్యకర్తలు వేల సంఖ్యలో హాజరై విజయవంతంగా సాగించారు. ప్రజా మహిళా సంఘాలు, ప్రజా సంఘాలు ఏదైతే సంగిభావ పాదయాత్రకు మద్దతు తెలుపుతూ స్వాగతం పలికారు. అనంతరం రామకృష్ణ బాబు మాట్లాడుతూ ఈ సైకో ప్రభుత్వం త్వరలో అంతమవ్వబోతుందని అన్నారు. సైకిల్ ప్రభుత్వం బలోపేతానికి ప్రతి ఒక్కరు సహకరించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర నాయకులు చోడే వెంకట పట్టాభి రామ్ ,ఒమ్మి సన్యాసి రావు ,జీవీఎంసీ 10వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ మద్దెల రామలక్ష్మి రాజశేఖర్, విశాఖ జిల్లా పార్లమెంటరీ ఎస్సీ సెల్ అధ్యక్షులు, 9వ వార్డు ఇంచార్జ్, బుడుమూరి గోవింద్, 12వ వార్డు ఇంచార్జ్ ఒమ్మి అప్పలరాజు, రాగతి అచ్యుతరావు, గాడు అప్పలనాయుడు, ఒ మ్మి పోలరావు, బాదురు బాలరాజు, తూర్పు నియోజకవర్గం ఇంచార్జ్ లు, నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మంచి భవిష్యత్తుకు పునాదులు వేయండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పదవ తరగతి ఉత్తీర్ణత సాధించిన విద్యార్థులు మంచి భవిష్యత్తుకు పునాదులు వేసుకోవాలని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. మంగళవారం ఆమె వివిఎంఆర్సి చిల్డ్రన్ ఎరీనా థియేటర్లో జివిఎంసి కమిషనర్ సి ఎం సాయికాంత్ వర్మతో కలిసి ముందుగా జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి, అనంతరం మున్సిపల్ స్కూలల్లో 10వ తరగతిలో 500 పై మార్కులు సాధించిన విద్యార్థినీ విద్యార్థులకు అవార్డులను, ప్రశంస పత్రాలను అందించారు.

ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ 2022-23 సంవత్సరంలో 10వ తరగతి పరీక్షలలో మంచి మార్కులు రావడం అభినందనీయ మన్నారు. ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థినీ విద్యార్థులకు నగదు బహుమతితో పాటు ప్రశంసా పత్రము, షీల్డ్ బహూకరించామన్నారు. ఇక పై కూడా మీరు ఎంతో కష్టపడి డాక్టరు, ఇంజనీరు, కలెక్టర్ అవ్వాలని, మీరు చదువుకున్న పాఠశాలకు, తల్లిదండ్రులకు, చదువు చెప్పిన గురువులకు మంచి పేరు ప్రతిష్టలు తేవాలని కోరుకున్నట్లు తెలిపారు. అలాగే పాఠశాలలో మంచి విద్యాభ్యాసం నేర్పిన గురువులను అభినందించారు.

అనంతరం జివిఎంసి కమిషనర్ మాట్లాడుతూ మంచి మార్కులు తెచ్చుకున్న అందరికీ అభినందనలు తెలియజేస్తున్నట్లు తెలిపారు. 10వ తరగతిలో కష్టపడి చదివి మంచి మార్కులు సాధించడం మీ తొలి విజయమని ఇకపై ముందు ముందు మంచి మార్కులతో ఎన్నో విజయాలు సాధించాలని, ఇంటర్ నుంచి పునాది వేసుకుని ముందుకు సాగాలని సూచించారు. డాక్టర్, ఇంజనీర్, చార్టెడ్ అకౌంటెంట్, ఐఏఎస్, ఐపీఎస్ అయ్యేందుకు కష్టపడి చదవవలసి ఉంటుందన్నారు. మీరు మంచి మార్గంలో వెళ్లేందుకు ఇది తొలి అవకాశమని, రాష్ట్రంలో మన జిల్లా మూడో స్థానం రావడం అందులో జివిఎంసి స్కూలల్లో 500 పైన మార్కులు సాధించిన వారు అత్యధికంగా ఉండడం చాలా సంతోషమన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ మేయర్లు జియ్యాని శ్రీధర్, కటుమూరి సతీష్, జివిఎంసి ఫ్లోర్ లీడర్ బాణాల శ్రీనివాస రావు, అదనపు కమిషనర్ డాక్టర్ వై. శ్రీనివాస రావు, డిఇఓ చంద్రకళ, జివిఎంసి డీవైఈ శ్రీనివాస రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కేంద్రీయ విద్యాలయంలో నూరు శాతం ఉత్తీర్ణత

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): 2022-23 సిబిఎస్సి పదవ తరగతి పరీక్షలలో కాకినాడ కేంద్రీయ విద్యాలయ విద్యార్థులు నూరు శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించడం పట్ల జిల్లా కలెక్టర్ డా.కృతికా శుక్లా హర్షం వ్యక్తం చేశారు. మంగళవారం ఉదయం కలెక్టరేటులో కాకినాడ, కేంద్రీయ విద్యాలయ ప్రిన్సిపాల్ బొంత శేఖర్, ఉపాధ్యాయులు జిల్లా కలెక్టర్ ను కలిసి, ఈ సంవత్సరం సిబిఎస్సి పదవ తరగతి పరీక్షలలో తమ పాఠశాల విద్యార్థులు సాధించిన ఘనతను వివరించారు. ఈ సంవత్సరం పరీక్షకు హాజరైన మొత్తం 48 మంది విద్యార్థులు ఉత్తీర్ణులై 100 శాతం ఫలితాలను సాధించారని, వీరిలో 32 మంది ప్రథమ శ్రేణిలో పాసైయ్యారని ప్రిన్సిపాల్ బొంత శేఖర్ ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. ఇందుకు జిల్లా కలెక్టర్, జిల్లా యంత్రాంగం నుండి తమ సంస్థకు అందించిన సహాయ సహకారాలు, ప్రోత్సహాలకు ఆయన ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన కాకినాడ కేంద్రీయ విద్యాలయ విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులకు జిల్లా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా అభినందనలు తెలియజేశారు.

సృజనాత్మకతకు నిలయం వేసవి వినోదం

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జగన్నాధపురం ఎంఎస్ ఎన్ చారిటీస్ ఎయిడెడ్ ఉన్నత పాఠశాలలో వి.బి.వి.ఆర్ చారిటబుల్ ట్రస్టు ఆధ్వర్యంలో వేసవి వినోదం కార్యక్రమాన్ని ఉప తనిఖీ అధికారి ఎల్. గణేష్ బాబు మంగళవారం ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సైన్స్,వినోదం, విజ్ఞానం,ఆడుతూ పాడుతూ నేర్పేది వేసవి వినోదం అన్నారు.విద్యార్థుల్లో సృజనాత్మకతకు నిలయం వేసవి వినోదం అన్నారు. మంచి కార్యక్రమంనిర్వహిస్తున్న వి.బి.వి.ఆర్ చారిటబుల్ ట్రస్టు అధ్యక్షులు కె.సత్యనారాయణకు అభినందనలు తెలిపారు. ప్రతి విద్యార్థి నైపుణ్యాన్ని అభివృద్ధి చేసుకోవాలని పిలుపు నిచ్చారు.

ఈ వేసవి వినోదంలో 23 పాఠశాలల నుండి 87 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

ఈ కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించిన పాఠశాల కరస్పాండెంట్ పి.బాబూరావు మాట్లాడుతూ ఇటువంటి కార్యక్రమాలు విద్యార్థులకు విజ్ఞానాన్ని అభివృద్ధి చేసుకోవడానికి సహకరిస్తాయి అని అన్నారు. వేసవి వినోదం కన్వీనర్ కేసరి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ 4 వ తరగతి నుండి 7వ తరగతి విద్యార్థులు జూనియర్స్ గాను 8వ తరగతి నుండి 10వ తరగతి విద్యార్థులను సీనియర్స్ గాను విభజించి వివిధ అంశాలపై శిక్షణను ఇవ్వడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

రేవతి సైన్స్ ఫౌండేషన్ అధ్యక్షులు కె.శ్రీకృష్ణ సాయి విద్యార్థులకు అనేక సైన్స్ ప్రయోగాలపై శిక్షణను ఇచ్చారు.ప్రతి విద్యార్థి సైన్స్ పట్ల ఆసక్తి పెంచుకోవాలని తెలిపారు.

పప్పెట్రి శిక్షకులు పిల్లి గోవింద రాజులు విద్యార్థులకు పప్పెట్రీ పై శిక్షణను ఇచ్చారు.ప్రతి విద్యార్థి వినూత్నంగా ఆలోచించాలని అన్నారు. బాలవేదిక కన్వీనర్ నోరి బలరామకృష్ణ తన హాస్య గుళికలతో విద్యార్థులకు వినోదాన్ని,విజ్ఞానాన్ని చిన్న చిన్న బహుమతులు అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ భాషను ఆటపాటలతో నేర్చుకోవాలి. పద్యాలు,గీతాలు,కథలు, కవితలు వంటి ఎన్నో విషయాలు నేర్చుకోవచ్చు అని చెప్పారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు కె.ఈశ్వర రావు,కె.దుర్గా ప్రసాద్,పి.దేవి, సిహెచ్.శ్రీహరి రావు నాయుడు,వి.పద్మావతి, కె.లక్ష్మణరావు,విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర స్థాయి బ్యాంకర్ల సమితి సమావేశంలో పాల్గొన్న డిప్యూటి సీఎం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రాధాన్యత రంగానికి బ్యాంకర్స్ ఇవ్వాల్సిన రుణాలు వాటి లక్ష్యం కంటే తక్కువగా ఉన్నాయని, ప్రైవేట్ బ్యాంకులు రుణాలు తక్కువగా ఇస్తున్నాయని, కౌలు రైతులకు లోన్ పెంపు చేయుటకు ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకున్నప్పటికీ ఇంకా ఆశించిన స్థాయిలో ఫలితాలు ప్రైవేట్ బ్యాంకులు చూపించడం లేదని, డిప్యూటి చీఫ్ మినిస్టర్ ముత్యాల నాయుడు అన్నారు.

విశాఖపట్నంలోని దసపల్లా హోటల్ లో కేంద్ర ఆర్థిక శాఖ సహాయ మంత్రి భగత్ కిషన్ రావు కరాడ్ అధ్యక్షతన నిర్వహించిన రాష్ట్ర స్థాయి బ్యాంకర్ల సమితి సమావేశంలో డిప్యూటీ సియం ముత్యాల నాయుడు పాల్గొన్నారు. ఆయన మాట్లాడుతూ.. ఎస్సీ,ఎస్టీ పారిశ్రామికవేత్తలకి ఇస్తున్న రుణాలు, టిడ్కో హౌసింగ్ కి ఇచ్చే లోన్లు మరింత పెంపుదల చేయాలని గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి బూడి

ముత్యాలనాయుడు అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి కాకాని గోవర్ధన్ రెడ్డి, ఫైనాన్స్ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి శంషేర్ సింగ్ రావత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పంచాంగం

బుధవారం 17-05-2022
శోభాకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయనం వసంత రుతువు
వైశాఖ మాసం

తిథి : బ. వైశాఖ రా. 10.28
నక్షత్రం : రేవతి ఉ. 07.54 వ.
వర్జ్యం : రా. 03.25 ల 4.58 వ.

నారదుడు ఎవరు? జన్మరహస్యం ఏంటి?

వీణాతంత్రులు మీటుతూ, నారాయణ నామాన్ని ఉచ్చరిస్తూ త్రిలోక సంచారం చేసే నారదుణ్ని 'కలహ భోజనుడు' అని పిలుస్తారు. ఆయన గొప్పతనం, చరిత్ర తెలిస్తే ఎవరూ అలా అనరు. పరమాత్మ గుణానుభవంలో తన్మయత్వం పొంది ఎందరినో భగవద్భక్తులుగా చేసినవాడు నారదుడు. వాల్మీకి, వ్యాసుడు, శుకుడు, ప్రహ్లాదుడు, ధ్రువుడు లాంటి మహా పురుషులను, మహా భక్తులుగా మలచినవాడు నారదుడే.

వ్యాసుడు భాగవత రచన చేయడానికి తన కథను చెప్పి ప్రేరణ కలిగించినవాడు. 'నేను ఇంతటి వాడిని ఎలా కాగలిగానంటే... గత జన్మలో సన్యాసులు నాకు ఉపదేశించిన జ్ఞానమే. కాబట్టి నువ్వు భగవద్భక్తుల సమాహారమైన భాగవతాన్ని చెప్పగలిగితే విన్నవారు కూడా వాలాగే ఉత్తర జన్మలో మహా జ్ఞానులు, భక్తులు కాగలరు. కాబట్టి నువ్వు భాగవతాన్ని రచించు' అని తన కథను చెప్పాడు.

నారదుడు పూర్వ జన్మలో దాసీపుత్రుడు. తల్లి బఠ్ఠర్యవంతుడైన బ్రాహ్మణుడి ఇంటిలో ఉడిగం చేసేది. ఆమె వెంటే యజమాని ఇంటికి వెళ్ళేవాడా బాలుడు. బ్రాహ్మణులు వేద వేదాంగాలను చదువుతూంటే వింటూ ఆ పరిసరాల్లో స్వేచ్ఛగా తిరిగేవాడు. ఒకసారి కొంతమంది సన్యాసులు చాతుర్మాస్య దీక్ష గడపడానికి ఆ ఇంటికి వచ్చారు. 'వారికి సేవలు చేస్తూండ'మని యజమాని నారదుడికి పురమాయించాడు. సన్యాసులు పిల్లవాడైన నారదుడి సేవలకు ముచ్చట పడ్డారు. దీక్షాకాలం పూర్తయి వెళ్ళిపోతూ నారదుణ్ని వాళ్ళయ్యలో పక్కన కూర్చోబెట్టుకుని ద్వాదశాక్షరీ మహామంత్రాన్ని, ప్రణవాన్ని ఉపదేశించారు. మాయ, సత్యం తదితరాల గురించి బోధించారు. ఆ బోధనలు నారదుడి మనసులో బలంగా నాటుకున్నాయి.

పాముకాటుతో తల్లి చనిపోయాక 'లోక సంచారం చేస్తూ ఈశ్వరాన్వేషణ చేస్తూ జీవనం గడిస్తాను' అనుకుని అరణ్యంలోకి వెళ్ళిపోయాడు. అక్కడ క్రూరసర్పాలు, ప్రాణులను చూసినా 'ఈ లోకమంతటా నిండి ఉండి కాసేపే శ్రీమన్నారాయణుడు అందరికీ అండగా ఉండగా నాకే ఆపదా రాదు. నాకేమిటి భయం?' అనుకుని ఒక రావిచెట్టు కింద కూర్చుని ద్వాదశాక్షరీ మంత్రాన్ని తదేకంగా జపిస్తున్నాడు. ఆ సమయంలో ఒక మెరుపులా శ్రీమన్నారాయణుడి దర్శనం లీలామాత్రంగా అయింది. అశరీరవాణి 'ఈ జన్మలో సత్పురుషులతో తిరిగిన అదృష్టం వల్ల, నీకు లీలామాత్ర దర్శనం ఇచ్చాను. నీవు చూసిన రూపాన్ని బాగా చూడాలని కోరుకుంటూ, నా గురించే చెబుతూ, పాడుతూ, మాట్లాడుతూ ప్రకృతి ధర్మాన్నుసరించి ఒకరోజున ఈ శరీరాన్ని వదిలేస్తావు. ఆ తరవాత నీవు బ్రహ్మదేవుడి కుమారుడిగా జన్మిస్తావు. ఆనాడు నీకు 'మహతి' అనే వీణను బహూకరిస్తాను.

దానిమీద నారాయణ స్తోత్రం చేస్తూ స్వేచ్ఛగా లోకాల్లో విహరిస్తావు' అన్నాడు శ్రీమన్నారాయణుడు.

ఆయన చెప్పినట్లుగానే కల్పాంతం తరవాత తన కుమారుడిగా నారదుణ్ని సృష్టించాడు బ్రహ్మ. 'మహతి' అనే వీణను ఇచ్చాడు. ఆ వీణపై నారాయణ నామం చెప్పుకొంటూ లోకమంతటా స్వేచ్ఛగా తిరుగుతూ వైకుంఠం, సత్యలోకం, కైలాసం... ఇలా ఎక్కడికి వెళ్ళినా లోక సంక్షేమాన్ని ఆవిష్కరించేవాడు. భగవంతుడి శక్తి గురించి మాట్లాడేవాడు. దేవతలు, రాక్షసులు అనే తేడా లేకుండా అందరికీ ఉపదేశాలు చేసేవాడు. అందువల్ల నారదుణ్ని దేవతలు, రాక్షసులు సైతం గౌరవించేవారు. జగత్కల్యాణం కోసం పాటుపడుతూ అన్ని యుగాల్లో, లోకాల్లో, సమాజాల్లో, కార్యాల్లో నిరాటంకంగా ప్రవేశించి పనులు చక్కబెట్టేవాడు. 'భక్తి సూత్రాలు' రచించి దాని గొప్పతనాన్ని లోకానికి చాటాడు.

ఆ కథ విన్న వ్యాసుడు పొంగిపోయి 'నారదా' మంచిమాట చెప్పావు. ఇప్పుడు నేను భగవంతుడి గురించి, ఆయన విశేషాలు, ఆ బ్రహ్మాండాల ఉత్పత్తి, ఆయన్ను నమ్ముకున్న భాగవతుల గురించి, వారి వెంట నడిచిన భక్తుల వృత్తాంతాల గురించి రచన చేస్తాను. వీటిని చదివిన, విన్నవారు నీలాగే తరించిపోవాలి' అని ఆచమనం చేసి కూర్చుని తన ఆత్మమంతో భాగవత రచన ప్రారంభించాడు.

FLAT FOR SALE
YENDADA RAJEEV NAGER 1300 SFT 3BHK WEST FACING FLAT FOR SALE.. AVAILABLE IN 4th &5th . LIFT & CAR PARKING . & POWER .PER SFT 5500/- INCLUDING AMINITES . REGISTRATION & GST EXTRA. HANDOVER IN 3 MONTHS
EAST FACING 3 BHK FLAT ALSO AVAILABLE IN 5th FLOOR .
K S KUMAR
7981083659

విశాఖ సమాచారమ్

బుధవారం 17-05-2023

ఆదరణీయుడు సమర్థరామదాసు

ఉత్తరభారతదేశము వెడుతూ రోజూ రామచంద్రప్రభువుకి నైవేద్యము పెట్టమని బోలేరాం అని తన శిష్యుడుకి చెప్పి వెళ్ళారు. ఆయన నైవేద్యము తీసుకుని వెళ్లి పెడితే సీతారాములు తినలేదు. నా కోసము కాదు మా గురువుగారు చెప్పారు తినకపోతే ఎలా?నువ్వు తినకపోతే నేను గురువుగారికి ఇచ్చిన మాట పోతుంది తింటావా లేదా? అన్నాడు అయినా తినలేదు. బోలేరాం నేను గురువుగారికి ఇచ్చిన మాట పోయిందని తలకోట్టుకోవడము మొదలు పెట్టాడు. సీతారాములు వెంటనే పెట్టిన నైవేద్యము తిన్నారు. మీరు తిన్నాక మా గురువుగారు మిగిలిన ప్రసాదము తినేవారు మీరు అంతా తినేశారు నేను ఏమి తినాలి? అని అడిగాడు. ఇది ఎక్కడి గొడవ అనుకుని సీతమ్మ అట్టు వేసి పెట్టింది. తీరా అట్టు వేసి అరటిఆకులో పెట్టాక మాగురువుగారికి అట్టు అంటే చాలా ఇష్టము ఆయనకు పెట్టకుండా నేను తినను ఆయనకు తీసుకుని వెళ్లి పెడతాను అని పరుగుపెట్టడము మొదలు పెట్టాడు. సీతమ్మ తల్లి మీ గురువు కాశీకి అని బయలుదేరి వెళ్లి చాలా దూరము వెళ్ళాడు ఎక్కడకు అని అట్టు పట్టుకుని వెళతావు? నువ్వు తినరా నాయనా అన్నది. అట్టు మాగురువుగారికి పెట్టకుండా నేను తినను ఆయనకు పెట్టాలి అన్నాడు. హనుమను పిలిచి భుజము మీద ఎక్కించుకుని తీసుకుని వెళ్ళమని అన్నది. హనుమ భుజము మీద బోలేరాంను ఎక్కించుకుని కాశీకి వెడుతున్న సమర్థరామదాసుగారి దగ్గర దించి పెట్టు నాయనా అన్నారు. గురువుగారు తెల్లపోయి ఇక్కడకు ఎలా వచ్చావు? అంటే మీకు అట్టు ఇష్టము కదా! పెడదామని వచ్చాను అన్నాడు. ఎలా వచ్చావు? అంటే ఒక కోతి పట్టుకుని వచ్చింది అని చూపించాడు. కోతి ఎత్తుకుని రావడము ఏమిటి అంటే సీతమ్మ అట్టు వేసి పెడతానని వేసి పెట్టింది కోతి ఎత్తుకుని వచ్చింది అంటే కోతి కాదు హనుమ మహానుభావుడి భుజముల మీద ఎక్కివచ్చావు అంటే హనుమో! సీతమ్మో! పక్కకు పెట్టి మీకు అట్టు పెట్టాలి నాకు కావలసింది అంతే మీరు అట్టు తినండి గురువుగారూ అని సమర్థరామదాసుగారు అట్టు తిన్నాక హనుమ భుజములు ఎక్కి దేవాలయమునకు వెళ్ళిపోయాడు తప్ప గురువుగారితో కాశీకి వెళ్ళలేదు. గురువు మాట గురువు అంటే గౌరవము. అది ఈ దేశములో గురుశిష్య సంప్రదాయమునకు ఉన్న గొప్పదనము.

కాకినాడ జీజీహెచ్ పారుగు సేవల సిబ్బంది ఆందోళన

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): కాకినాడ ప్రభుత్వ సామాన్య ఆసుపత్రిలో తొలగించిన ఔట్ సోర్సింగ్ ఉద్యోగులు, సిబ్బంది ఆందోళన మంగళవారం నాటికి 603 రోజులకు చేరుకుంది. 2021 సెప్టెంబరులో 65 మంది కాంట్రాక్టు ఔట్ సోర్సింగ్ సిబ్బందిని, 2022 జూన్‌లో 89 వికాస ఔట్ సోర్సింగ్ సిబ్బందిని జిల్లా అధికారుల ఆదేశాల మేరకు విధుల నుంచి ఆసుపత్రి యాజమాన్యం తొలగించిన విషయం తెలిసిందే. అప్పటి నుంచి తమకు న్యాయం చేయాలంటూ హైకోర్టు ఆదేశాలు అమలు చేయాలంటూ ఆసుపత్రి ఎదుట నిరసన దీక్షలు ప్రారంభించారు. మండుటెండను సైతం లెక్కచేయకుండా గత 603 రోజులుగా నిరసన కొనసాగిస్తున్నారు.

ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ కాకినాడ ప్రభుత్వ సామాన్య ఆసుపత్రిలో అడ్డగోలుగా తొలగింపులు జరుగుతున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ హైకోర్టు వారి ఉత్తర్వులను కూడా జజీహెచ్ అధికారులు లెక్కచేయడం లేదన్నారు. వైద్య ఆరోగ్య శాఖ ఉన్నతాధికారులు కూడా జజీహెచ్ లో జరుగుతున్న అక్రమ తొలగింపులపై దర్యాప్తు చేపట్టి తమకు న్యాయం చేయాలన్నారు.

తమను అన్యాయంగా విధులకు దూరం చేసారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. చాలీచాలని జీతాలతో, కోవిడ్ సమయంలో ప్రాణాలు పణంగా పెట్టి సేవలు చేసామన్నారు. అందుకు కానుకగా ప్రభుత్వం, జిల్లా అధికారులు తమను ఉద్యోగాల నుండి తొలగించారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కనీసం వేతనాలు చెల్లించకుండా, నోటీసు ఇవ్వకుండా తమనురోడ్డున పడేశారని వాపోయారు. 2018 అక్టోబరులో 483 మందిని రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నియమించడంలో భాగంగా కాకినాడ ప్రభుత్వాసుపత్రిలో 66 మందిని నియమించినట్టు తెలిపారు.2021 సెప్టెంబరులో 65 మంది ఆప్కాస్ ఉద్యోగులను అక్రమంగా తొలగించారని, తిరిగి తమని విధులలోకి తీసుకోవాలని వారు విన్నవించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇంటక్ సార్సింగ్ ఉద్యోగులు సిహెచ్. ఏడుకొండలు, చక్రవర్తి, దయానంద్, రమణ, శ్రీనివాస్, పవన్, శివ శంకర్, ధనుంజయ్, ప్రసాద్, మోలాలీ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మత్స్యకారుల అభివృద్ధి, సంక్షేమమే ప్రభుత్వ లక్ష్యం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): వరుసగా ఐదో సంవత్సరం 2023-24 కు వైఎస్ ఆర్ మత్స్యకార భరోసా కార్యక్రమాన్ని ముఖ్యమంత్రి బాపట్ల జిల్లా నిజాంపట్నం నుండి మంగళవారం ప్రారంభించారు. సముద్రంపై వేటకు వెళ్లే రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 1,23,519 మంది మత్స్యకార కుటుంబాలకు వేట నిషేధ సమయం ఏప్రిల్ 15 నుండి జూన్14 కాలంలో ఆర్థిక ఇబ్బందులు లేకుండా అర్హులైన కుటుంబానికి రూ.10 వేల చొప్పున సాయాన్ని అందిస్తున్నారు. మర, యాంత్రిక పడవలతో పాటు సాంప్రదాయ పడవలపై వేట జరిపే మత్స్యకార కుటుంబాలకు నేరుగా కంప్యూటర్ బటన్ నొక్కి లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లో జమ చేశారు. ఈ కార్యక్రమం ప్రత్యక్ష ప్రసారాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలోని వీడియో కాన్ఫరెన్స్ హాల్ నుండి జిల్లా కలెక్టర్, అధికారులు, మత్స్యకార నాయకులు లబ్ధిదార్లు పాల్గొన్నారు.జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ మత్స్యకారుల అభివృద్ధి, సంక్షేమమే లక్ష్యంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జిల్లాలో మొత్తం రూ. 11,373 మంది లబ్ధిదారుల ఖాతాలకు రూ 10 వేల చొప్పున మొత్తం రూ.11 కోట్ల 37 లక్షల 30 వేలు నేరుగా జమ చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. పరవాడ మండలంలో 868 మందికి రూ.86. 80 లక్షలు, అచ్యుతాపురం లో 1825 మందికి రూ. 182.50 లక్షలు, రాంబిల్లి లో 1306 మందికి రూ. 130.60 లక్షలు, ఎస్. రాయవరం 2478 మందికి రూ. 247.80 లక్షలు నక్కపల్లి 1883 మందికి 188.30 లక్షలు పాయకరావుపేట 3013 మందికి రూ.301.30 లక్షలు లబ్ధి చేకూరుతోందన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా మత్స్య శాఖాధికారి లక్ష్మణ రావు మత్స్య శాఖ సిబ్బంది, మత్స్యకార ప్రతినిధులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాకినాడలో వైఎస్ఆర్ మత్స్యకార భరోసా

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): మత్స్యకారుల సంక్షేమంతో పాటు వారి జీవన స్థితిగతులలో సుస్థిరమైన అభివృద్ధి సాధనకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఫిషింగ్ హార్బర్లు, ఫిష్ లాండింగ్ కేంద్రాల నిర్మాణాలను చేపడుతోందని కాకినాడ పార్లమెంటు సభ్యులు వంగా గీత తెలియజేసారు.

మంగళవారం ఉదయం బాపట్ల జిల్లా నిజాంపట్నంలో నిర్వహించిన ఐదవ విడత వైఎస్ఆర్ మత్స్యకార భరోసా కార్యక్రమంలో రాష్ట్రంలోని లక్షా 23 వేల 519 మంది మత్స్యకార కుటుంబాలకు ఈ ఏడాది వేట నిషేధ కాలంలో జీవన భృతి నిమిత్తం ఒక్కొక్కరికి 10 వేల రూపాయల చొప్పున 123.52 కోట్ల ఆర్థిక సహాయాన్ని, డా.బిఆర్అంబేద్కర్-కోనసీమ, కాకినాడ జిల్లాల్లో ఓఎస్డీసి పనుల కారణంగా జీవనోపాధి కోల్పోయిన 23,458 మంది మత్స్యకారులకు 107.91 కోట్ల సహాయాన్ని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డి బటన్ నొక్కి నేరుగా లబ్ధిదారుల ఖాతాలకు జమ చేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని కలెక్టరేట్ వివేకానంద సమావేశ హాలు నుండి ప్రత్యక్ష ప్రసారం ద్వారా కాకినాడ ఎంపీ వంగా గీత, జిల్లా కలెక్టర్ డా.కృతికా శుక్లా, జడ్ పి చైర్మన్ విపర్తి వేణుగోపాలరావు, కుడా చైర్ పర్సన్ రాగిరెడ్డి చంద్రకళాదీప్తి, జడ్పీ వైస్ చైర్ పర్సన్ మెరుగు పద్మలత పీఠంపి, అనంతరం జిల్లా లబ్ధి దారులకు ఆర్థిక సహాయ చెక్కులను పంపిణీ చేశారు. ఇందులో భాగంగా ఏప్రియల్ 15 నుండి జూన్-14 వరకూ ఈ సంవత్సర సముద్ర వేట నిషేధ కాలానికి గాను, కాకినాడ జిల్లాలోని 24,147 మత్స్యకార కుటుంబాలకు వైఎస్ఆర్ మత్స్యకార భరోసా పథకం 5వ విడత ద్వారా 24 కోట్ల 14 లక్షల 70 వేల రూపాయల ఆర్థిక సహాయం చెక్కును లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. అలాగే ఓఎస్డిసి సంస్థ పైపులైన్లు, డ్రెడ్జింగ్ పనుల కారణంగా జిల్లాలోని తొండంగి మండలంలో జీవనోపాధి కోల్పోయిన 7,050 మత్స్యకారులకు ఒక్కొక్కరికీ 46వేల రూపాయల చొప్పున 32 కోట్ల 43 లక్షల రూపాయల చెక్కులను పంపిణీ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఎంపీ వంగా గీత మాట్లాడుతూ పొడవైన తీరరేఖ కలిగిన మన రాష్ట్రంలో సముద్ర వేటపై జీవనం సాగిస్తున్న మత్స్యకారులు ఎదుర్కొంటున్న ప్రతి కష్టంలో ప్రభుత్వం అండగా నిలుస్తోందన్నారు. వేట నిషేధ కాలంలో గతలంలో ఇచ్చినట్లు ఆరకొర సహాయం కాకుండా అర్హులైన ప్రతి కుటుంబానికి ఏటా 10 వేల రూపాయల చొప్పున ఐదు విడతలుగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అందించిందన్నారు. అలాగే ప్రమాద వశాన సముద్ర వేటలో మరణించిన మత్స్యకారుల కుటుంబాలకు తక్షణ సహాయం అందించి ఆదుకుంటోందని తెలిపారు. మర పడవలకు డీజిల్ సబ్సిడి పెంచడంతో బాటు, ఆక్వా రైతులకు యూనిట్ రూ.1-50పై లాకే విద్యుత్ సరఫరా అందిస్తోందన్నారు. సామాజికంగా ఇతర పేద వర్గాలకు అందించే అన్ని సంక్షేమ కార్యక్రమాలతో పాటు మత్స్యకారుల ఆర్థిక అభ్యున్నతికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పోర్టులు, ఫిషింగ్ హార్బర్లు, లాండింగ్ సెంటర్ల నిర్మాణాలను పెద్ద ఎత్తున చేపడుతోందన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కల్పిస్తున్న సంక్షేమ కార్యక్రమాలను మత్స్యకారులు అందరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఎంపి ఈ సందర్భంగా కోరారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా మత్స్యశాఖాధికారి వి.సత్యన్నారాయణ, సహాయ సంచాలకులు కె.శ్రావణి, కె.కరుణాకరరావు, మత్స్యకార సంఘాల ప్రతినిధులు, లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా పోలమాంబ మహోత్సవం

కలెక్టరేట్, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలోని రాంనగర్ నెహ్రూ బజార్ సమీపంలో వేంచేసి ఉన్న గ్రామదేవత శ్రీశ్రీశ్రీ పోలమాంబ అమ్మవారి పండగ మహోత్సవాలు ఘనంగా ముగిశాయి. ఈనెల 14న చాటింపుతో ప్రారంభమైన అమ్మవారి ఉత్సవాలు, తోలేళ్ల ఉత్సవం, అనుపు మహోత్సవాలతో ఘనంగా జరిగింది. మూడు రోజులపాటు నిర్వహించిన ఉత్సవాల్లో ఆఖరి రోజు అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నగరానికి చెందిన ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త మార్గాని వెంకటేశ్వరరావు ఆర్థిక సాయంతో ప్రసాద వితరణ గావించారు. అనంతరం నిర్వహించిన అణుపు మహోత్సవాలు అద్యంతం అలరించాయి. నేల వేసాలు, డప్పు వాయిద్యాలతో ఊరేగింపు కొనసాగింది. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు.

సంక్షేమ వసతి గృహాల బలోపేతానికి చర్యలు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): సంక్షేమ వసతి గృహాల్లో చదువుతున్న పిల్లలు, ఎలాంటి ఇబ్బందులు పడకుండా అన్ని మౌలిక సౌకర్యాలు కల్పించి, వసతి గృహాల బలోపేతానికి కృషి చేయడం జరుగుతుందని జిల్లా కలెక్టరు డా.కృతికాశుక్లా పేర్కొన్నారు. మంగళవారం ఉదయం కాకినాడ జగన్నాథపురంలో నూతనంగా నిర్మించిన ధీరుబాయ్ అంబానీ సాంఘిక సంక్షేమ కళాశాల బాలికల వసతి గృహం-1 ను కాకినాడ పార్లమెంటు సభ్యురాలు వంగాగీత, జిల్లా కలెక్టరు డా.కృతికాశుక్లా, కుడా చైర్ పర్సన్ రాగిరెడ్డి చంద్రకళాదీప్తి, జిల్లా ఎస్సీ ఎస్టీ విజిలెన్స్ మానిటరింగ్ కమిటీ సభ్యులు డా. ఎం.పవన్ కుమార్, బి. వీరలింగేశ్వరరావు, పిల్లి జ్యోతి, సంక్షేమ శాఖ అధికారులతో కలిసి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టరు కృతికా శుక్లా మాట్లాడుతూ రూ.60 లక్షల రిలయన్స్ సంస్థ సీఎస్ఆర్ నిధులతో కళాశాల వసతి గృహాన్ని అతి తక్కువ సమయంలో ఆరు నెలల కాలంలోనే పనులు పూర్తి చేసి అందుబాటులోకి తీసుకురావడం జరిగిందన్నారు. జిల్లాలో ఉన్న అన్ని సంక్షేమ వసతి గృహాల భవనాలు పరిస్థితి, ఫిట్నెస్ వంటి అంశాలపై సమగ్ర సర్వే ద్వారా పరిశీలించడం జరిగిందన్నారు. సంక్షేమ వసతి గృహాల్లో చదువుతున్న పిల్లలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా అన్ని మౌలిక సౌకర్యాలు కల్పించి వసతి గృహాల బలోపేతానికి చర్యలు చేపట్టినట్టు కలెక్టరు తెలిపారు. ఇంకా నిధులు అవసరమైన చోట జిల్లాలోని ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే ఫండ్స్ తో వసతి గృహాల అధునీకరణ పనులు చేపట్టడం జరిగిందని, కాకినాడ ఆనంద నిలయంలో పెద్ద డార్మెంటరిని ఇటీవలే వినియోగంలోనికి తీసుకువచ్చామన్నారు. మాజీ లోక్ సభ స్పీకర్ స్వర్గీయ జీఎంసీ బాలయోగి గారు కాకినాడలో చదివిన అంబేద్కర్ వసతి గృహాన్ని కూడా కోటి రూపాయలతో అధునీకరణ పనులు చేపట్టడం జరిగిందని కలెక్టరు కృతికా శుక్లా తెలిపారు.

కార్యక్రమంలో రిలయన్స్ కాకినాడ హెడ్ అక్కయ బక్క, సీఎస్ఆర్ హెడ్ పి.సుబ్రహ్మణ్యం, సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ జేడీ జే. రంగలక్ష్మీదేవి, ఎపీఈడబ్ల్యుఐడీసీ ఈఈ వి.లక్ష్మణ రెడ్డి, ఏ.ఎస్.డబ్లులు జ.జాన్ బాబు, పీ.ఎన్.పీ. సత్యనారాయణ, వాణి ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

దక్షిణ మధ్య రైల్వేలో ఒక స్టేషన్ ఒక ఉత్పత్తి పథకం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సమాజంలోని అట్టడుగు వర్గాలకు మార్కెటును అందించడం మరియు అదనపు ఆదాయ అవకాశాలను కల్పించడం ద్వారా స్థానిక/స్వదేశి ఉత్పత్తులను ప్రోత్సహించే లక్ష్యంతో రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ 'వన్ స్టేషన్ వన్ ప్రొడక్ట్' పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టింది. 2022-23 యూనియన్ బడ్జెట్‌లో ప్రకటించిన నాటి నుండి ఈ కాన్సెప్ట్ ఊపందుకొని .స్థానిక చేతివృత్తులకు విజయంగా నిరూపించబడింది..

దక్షిణ మధ్య రైల్వేలో, 'వన్ స్టేషన్ వన్ ప్రొడక్ట్' కాన్సెప్టను మొదట ఆరు రైల్వే స్టేషన్లలో 30 రోజులకు గాను ప్రవేశపెట్టారు . చివరికి, అద్భుతమైన స్పందన లభించడంతో, పైలెట్ ప్రాజెక్ట్ కింద జోన్‌లోని డెబ్బై రైల్వే స్టేషన్‌లలో అవుట్‌లెట్‌లు విస్తరించాయి. ప్రస్తుతం, దక్షిణ మధ్య రైల్వే అంతటా ఉన్న 72 రైల్వే స్టేషన్‌లు , 4 రాష్ట్రాలలో అంటే దక్షిణ మధ్య రైల్వే పరిధిలోని తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, మహారాష్ట్ర మరియు కర్ణాటకలలో స్థానిక ఉత్పత్తులకు అధిక ఆదరణ అందించే 'వన్ స్టేషన్ వన్ ప్రొడక్ట్' యొక్క 77 అవుట్‌లెట్‌లతో కవర్ చేయడం జరిగింది .

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో సికింద్రాబాద్, హైదరాబాద్, కాచిగూడ, వరంగల్, నిజామాబాద్, గద్వాల్ మొదలైన 26 రైల్వే స్టేషన్‌లు, వన్ స్టేషన్ వన్ ప్రొడక్ట్ తో కూడిన 29 స్టాల్స్‌తో కవర్ చేసారు . తద్వారా స్థానిక కళాకారులకు జీవనోపాధి మరియు సంక్షేమానికి పెద్ద ఊపునిచ్చింది . కాన్సెప్ట్ ఉత్పత్తులలో స్థానిక నేతలు నేసిన నారాయణపేట, గద్వాల్ మరియు పోచంపల్లి సాంప్రదాయ చీరలు మరియు వస్త్రాలు ఉన్నాయిబీ మిల్లెట్ ఆధారిత ఆహార ఉత్పత్తులుబీ టి ఎస్ సి ఓ చేనేత, భద్రాచలం వెదురు చేతిసనులుబీ ఆలయ దేవతా విగ్రహాలుబీ ఆటవీ సేకరణలు, హ్యాండి క్రాఫ్టులీ నిర్మల్ బొమ్మలు, స్థానిక వంటకాలు మొదలైనవి ఉన్నాయి.

చేనేత చీరలు.. భారతదేశం యొక్క సాంప్రదాయ వస్త్ర కళ మరియు చీరల ఉత్పత్తి గ్రామీణ భారతదేశం యొక్క ఆర్థిక అభివృద్ధికి చాలా ముఖ్యమైనది. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అత్యంత ప్రసిద్ధి చెందిన చేనేత చీరలైన గద్వాల్ చేనేత చీరలు మరియు నారాయణపేట పట్టు చీరలు. తెలంగాణలోని జోగులాంబ గద్వాల్ జిల్లాలో చేతితో నేసిన చీర శైలి. చీరను అగ్గిపెట్టెలో ప్యాక్ చేసేంత తేలికగా నేత పేరొందినదిగా ఉంది. తెలంగాణలోని నారాయణపేట జిల్లా సున్నితమైన మరియు ప్రత్యేకమైన కాటన్ చేనేత మరియు పట్టు చీరలకు ప్రసిద్ధి చెందింది, ఇవి విస్తృతంగా ప్రాచుర్యం పొందాయి. స్థానిక నేత కార్మికులకు తగిన గుర్తింపు ఇవ్వడమే కాకుండా సామాజిక-ఆర్థిక అభివృద్ధికి దోహదపడే ఈ చీరల కోసం 6 అవుట్‌లెట్‌లు పైగా కేటాయించబడ్డాయి.

ఇటీవల, దేశీయ మరియు ప్రపంచ డిమాండ్‌ను సృష్టించడానికి మరియు ప్రజలకు పౌష్టికాహారాన్ని అందించడానికి మిల్లెట్ ఆధారిత ఉత్పత్తుల అమ్మకాలను రైల్వే ప్రోత్సహిస్తాంది. ఈ దిశలో, ఏడు రైల్వే స్టేషన్లు మిల్లెట్ ఆధారిత ఉత్పత్తులపై ఓ ఎస్ ఓ పై స్టాల్స్‌తో కవర్ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా దక్షిణ మధ్య రైల్వే జనరల్ మేనేజర్ శ్రీ అరుణ్ కుమార్ జైన్ మాట్లాడుతూ స్థానిక కళాకారులు తమ ఉత్పత్తులను ప్రదర్శించేందుకు ఇదొక మంచి అవకాశమని పేర్కొన్నారు . నామినేటెడ్ స్టేషన్ల పరిసర ప్రాంతాల్లో ప్రసిద్ధి చెందిన సన్నదీకి ఉత్పత్తులను ప్రోత్సహించేందుకు రైల్వే స్టేషన్లు ఉపయుక్తంగా పుంటాయని ఆయన పేర్కొన్నారు.

స్థానిక కళాకారుల యొక్క విజయగాథలు :

సికింద్రాబాద్ రైల్వే స్టేషన్‌లో చేనేత ఓ ఎస్ ఓ పి%% అవుట్‌లెట్ పొందిన నారాయణపేటకు చెందిన స్వయం సహాయక బృందం మెస్సర్స్ అరుణ్య హ్యాండ్‌లూమ్స్ తమ విజయాలను ఇలా పంచుకున్నారు, "రోజుకు లక్షల మంది ప్రయాణికులు స్టేషన్‌కు వస్తున్నారు మరియు చాలా మంది రైలు ప్రయాణికులు మా స్టాలను సందర్శిస్తున్నారు. రోజుకు చేనేత వస్త్రాల విక్రయం సుమారు సాధారణ రోజుల్లో రోజుకు 3,500 మరియు పండుగ సీజన్లలో రూ. 5000/-వరకు ప్రయాణికులు కొనుగోలు చేస్తున్నారు . మా నేత కార్మికులకు చాలా సహాయకారిగా ఉన్న ఈ అవకాశం కల్పించినందుకు కోసం మేము నిజంగా కృతజ్ఞులం.

నిజామాబాద్ రైల్వే స్టేషన్‌లో ఓఎస్ఓపీ స్టాల్‌ను పొందిన చేనేత సహకార సంఘం నేత వి. ప్రవీణ్ తన అనుభవాన్ని పంచుకుంటూ, "ఇంతకుముందు, మేము పూర్తిగా రిటైల్ వ్యాపారంపై ఆధారపడి ఉన్నాము మరియు ఇంత భారీ మార్కెట్‌ను చూడలేదు ..కానీ ఇప్పుడు, చేనేత బట్టలు ప్రయాణికులుకొనుగోలు చేయడం ద్వారా మరింత ప్రసిద్ధి చెందాయి. నెసుకబడిన నేత కార్మికులకు వ్యాపార అవకాశాన్ని అందించినందుకు మేము కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నాము.

వెస్టర్న్ డిజిటల్ డబ్ల్యుడీ గ్రీన్ ఎస్ఎన్ 350

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మెరుగైన పనితీరు కోసం.. మీ ప్రస్తుత అవసరాలకు సరిపోయేలా మీ పాత సిస్టమ్‌ను అప్‌గ్రేడ్ చేయాలని చూస్తున్నట్లయితే వెస్ట్రన్ డిజిటల్ డబ్ల్యుడీ గ్రీన్ టీఎం ఎస్ఎన్350 ఎన్వీఎంఈ ఎస్ఎస్డీ ఎంతో ఉపయుక్తమైంది. క్లాస్‌లో ఉన్నా, షాపింగ్ చేస్తున్నా, చాటింగ్ చేస్తున్నా లేదా సర్ఫింగ్ చేస్తున్నా, ఈ డ్రైవ్ నాలుగు రెట్లు వేగంగా పని చేస్తుంది. స్లిమ్ ఎం.2 2280 ఫారమ్ ఫ్యాక్టర్ ఎన్వీఎంఈ స్లాట్ ఉన్న ఏ కంప్యూటర్‌నైనా అప్‌గ్రేడ్ చేయడానికి ఈజీగా ఉంటుంది.

ఇది 240జీబీ, 480జీబీ, 960జీబీ, 1టీబీ, 2టీబీల్లో లభ్యమవుతుంది. అన్నిటికీ మూడేళ్ల వారంటీ కలదు. 240జీబీ రూ.1,839 నుంచి ప్రారంభమవుతుంది. 2టీబీ రూ. 12,069 వరకు ఉంటుంది. డబ్ల్యు గ్రీన్ ఎస్ఎన్350 ఎస్ఎస్డీ డ్రైవ్‌లు గరిష్ట పనితీరును నిర్ధారించడానికి ప్రస్తుత పనితీరు, స్థల లభ్యత, ఉష్ణోగ్రత మరిన్నింటిని చర్యవేక్షించే ఉచిత, డౌన్‌లోడ్ చేయగల సాఫ్ట్‌వేర్‌తో వస్తాయి. 3200ఎంబీ/ గొప్ప పనితీరును అందిస్తాంది. 3,200ఎంబీ/ఎస్ వేగంగా ఉంటుంది. ఇది అల్ట్రా-తక్కువ పవర్-డ్రాను అందిస్తుంది, కాబట్టి మీ ల్యాప్‌టాప్ ఎక్కువసేపు నడుస్తుంది.

రాత్రి పూట పెరుగు తినొచ్చా..

పైగా చాలా మంది రాత్రి ఏడు తర్వాత ఏమైనా తీసుకుంటే బరువు త్వరగా పెరిగిపోతారేమో అని పూర్తిగా డిన్నర్‌ని స్కిప్ చేస్తూ ఉంటారు. అయితే వీటి వల్ల ఆరోగ్యానికి ఇబ్బంది కలిగే అవకాశం ఉంటుంది. పైగా త్వరగా బరువు పెరిగిపోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది అయితే మీరు తీసుకునే ఆహారం ఎంత ముఖ్యమో ఏమీ తీసుకుంటున్నారు అనేది కూడా అంతే ముఖ్యం.

డిన్నర్ ఎలా ఉండాలంటే...

ఆయుర్వేద నిపుణులు కూడా డిన్నర్ చాలా లైట్‌గా ఉండాలని.. ఆరోగ్యంగా కూడా ఉండాలని చెబుతున్నారు. అయితే ఇక్కడ కొన్ని ఆహార పదార్థాలను తీసుకోకూడదు అని ఆరోగ్య నిపుణులు చెప్పడం జరిగింది. రాత్రిపూట కనుక ఈ ఆహార పదార్థాలను తీసుకుంటే బ్యాలెన్స్ ఉండదని ఆయుర్వేద నిపుణులు తెలిపారు.

వీటికి దూరంగా ఉండాలి..

వీలైనంత వరకూ ఫ్రైడ్ ఫుడ్స్, ప్రాసెస్ ఫుడ్స్ వంటి వాటికి దూరంగా ఉండాలి. రాత్రిపూట తీసుకునే ఆహారం వల్ల బరువు త్వరగా పెరిగిపోవడం లేదంటే తగ్గిపోవడం వంటివి జరుగుతూ ఉంటాయి. అందుకని ఎప్పుడు కూడా ఏం తీసుకున్నా బ్యాలెన్స్‌గా ఉండేటట్టు చూసుకోవాలి. ఆయుర్వేదం ప్రకారం కవ బాలెన్స్ చేసుకోవాలని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే ఇక్కడ 5 టిప్స్ ఉన్నాయి వీటిని కనుక రాత్రి పూట పాటిస్తే ఖచ్చితంగా ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. ఏ అనారోగ్య సమస్యలు కలగవు.

ఉప్పు తీసుకోవద్దా..

ఆయుర్వేద నిపుణులు ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండే ఆహార పదార్థాలను రాత్రిపూట తీసుకోమని చెబుతున్నారు. తక్కువ ఫ్యాట్ ఉండే చికెన్, పప్పులు, ఆకు కూరలు, కూరగాయలు, కరివేపాకు వంటి తీసుకోవాలని అంటున్నారు. ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండే ఆహార పదార్థాలను డిన్నర్ టైమ్‌లో తీసుకుంటే జీర్ణ వ్యవస్థ బాగుంటుంది.

అదే విధంగా రాత్రిపూట తక్కువ కార్బోహైడ్రేట్స్ తీసుకోవాలి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల త్వరగా జీర్ణమవుతుంది. బాగా ఎక్కువగా ఆహారపదార్థాలను రాత్రి తింటే అది నిద్రపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. ఎక్కువగా మీరు సన్నీరు, టోఫు, బీన్స్, తక్కువ ఫ్యాట్ ఉండే చికెన్ వంటివి తీసుకోండి.

రాత్రి ఏడు తర్వాత సాల్ట్‌ని తీసుకోవద్దు. అయితే ఇది నిజంగా కష్టం. కానీ, వీలైనంత వరకు ప్రయత్నం చేయండి. ఇది చాలా ముఖ్యం.

సాల్ట్ తీసుకోవడం వల్ల వాటర్ రిటెన్షన్ పెరుగుతుంది. కనుక రాత్రి ఎక్కువ తీసుకుంటే హార్ట్, బ్లడ్ వెస్సెల్స్‌పై రిస్క్ ఎక్కువ పడుతుంది.

అదే విధంగా రాత్రిపూట పెరుగు తీసుకోకండి. పెరుగును తీసుకోవడం వల్ల ఇబ్బంది పడాల్సి వస్తుంది. ఎందుకంటే ఇందులో పుల్లగా, తియ్యగా ఉండే గుణాలు ఉంటాయి. దీంతో ఇబ్బంది వస్తుంది. అలానే రాజ్మా రైస్‌ని కూడా తీసుకోవద్దు.

రాత్రిపూట తీసుకునే ఆహారం చాలా లిమిట్‌గా ఉండాలి. డిన్నర్‌ని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల నిద్ర బాగుంటుంది. అజీర్తి సమస్యలు కూడా ఉండకుండా బాగా జీర్ణం అవుతుంది. రాత్రిపూట ఆహారం ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణం అవ్వడానికి ఇబ్బందులు వస్తాయి. అందుకనే రాత్రిపూట ఎక్కువ ఆహారాన్ని తీసుకోవద్దు.

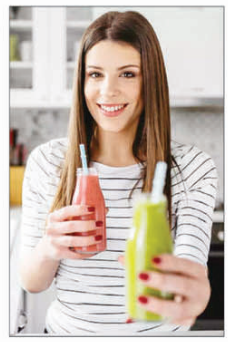
అతిగా ఆహారాన్ని రాత్రిపూట తీసుకోవడం వల్ల డైజెస్టివ్ ట్రాక్ట్‌లో సమస్యలు కలుగుతాయి. అదే విధంగా రాత్రి ఆహారం తీసుకోవడానికి నిద్రకి మధ్య రెండు నుండి మూడు గంటల గ్యాప్ ఉండాలి. ఇలా ఈ విధంగా మీరు అనుసరిస్తే ఖచ్చితంగా ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. పైగా అనారోగ్య సమస్యలు ఉండవు. జీర్ణ సమయాలు మొదలు ఎన్నో సమస్యలు దూరం అవుతాయి.

వీటిని తాగితే బాడీలోని కొలెస్ట్రాల్ కరిగిపోతుందట

ఇక ఆహార విషయానికి వస్తే కొన్ని ఆహార పదార్థాలు, ముఖ్యంగా డ్రింక్స్ శరీరంలో కొవ్వుని తగ్గిస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. వీటి వల్ల శరీరంలో పచ్చే అనేక సమస్యల్ని దూరం చేసుకోవచ్చుయని చెబుతున్నారు.

సోయాలో సంతృప్త కొవ్వు తక్కువగా ఉంటుంది. సోయా పాలు, క్రీమర్స్ మీ కొవ్వు స్థాయిలను సరిగ్గా నిర్వహించడంలో మీకు సాయపడతాయి. అదిక కొవ్వు, క్రీమ్, ఇతర పాల ఉత్పత్తులకి ఇవి మంచి ప్రత్యామ్నాయం. అయితే ఈ పాలు కొనేటప్పుడు తాజాగా ఉన్నాయా లేదా, అడనవు చక్కెర, ఉప్పు వంటివి యాడ్ చేశారా.. కొవ్వులు ఎంత వరకు ఉన్నాయని తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఆరోగ్యకరమైన గుండెకి ఇది చాలా మంచిది. యూఎస్ ఫుడ్ అండ్ డ్రగ్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి సంతృప్త కొవ్వు, కొలెస్ట్రాల్ తక్కువగా ఉన్న ఆహారంలో భాగంగా, రోజుకి 25 గ్రాముల సోయా ప్రోటీన్ తీసుకోవాలని సిఫార్సు చేస్తాంది.

టమాటా జ్యూస్.. టామాటాల్లో లైకోపీన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది మీ లిపిడ్ స్థాయిలు అంటే కొవ్వు స్థాయిలను మెరుగుపరుస్తుంది. LDL కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. టమాటా రసం కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించే ఫైబర్, నియాసిన్‌కి గొప్ప మూలం. 2015 అధ్యయనంలో 25 మంది మహిళలు రోజూ 280 మిల్లీ లీటర్ల టమాటా జ్యూస్‌ని 2 నెలల పాటు తాగితే వారి రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గాయి.



ఓట్స్ డ్రింక్.. ఓట్స్‌లో బీటా గ్లూకాన్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి గట్‌లో జెల్ లాంటి పదార్థాన్ని సృష్టిస్తాయి. పిత్త లవణాలతో సంకర్షణ చెందుతాయి. ఇది మీ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సాయపడతాయి. మీరు ప్యాకెజ్ ఓట్స్ డ్రింక్ తాగితే అందులో బీటా గ్లూకాన్స్ ఉండేలా జాగ్రత్త తీసుకోండి. లేబుల్‌పై ఫైబర్ డీటెయిల్స్ కూడా పరిక్షించడం మంచిది.

2018లో ఓట్స్ డ్రింక్స్ సెమి సాలిడ్, సాలిడ్ ఉత్పత్తుల కంటే కొలెస్ట్రాల్‌లో మరింత స్థిరమైన తగ్గింపు అందించవచ్చని కనుగొంది.

గ్రీన్ టీ.. గ్రీన్ టీలో కాటెచిన్స్, ఎపిగాల్లో కాటెచిన్ గాలెట్, ఇతర ప్రయోజనకరమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్ సమ్మేళనాలు చెడు ఎల్డీఎల్, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తాయి.

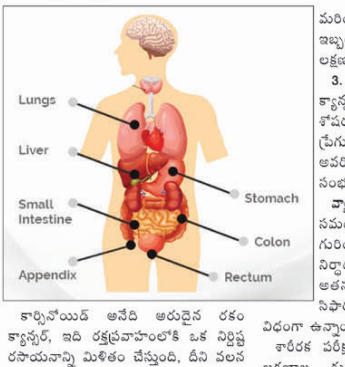
2015 అధ్యయనంలో, శాస్త్రవేత్తలు ఎలుకలకి కాటెచిన్‌లు, ఎపిగాల్లో కాటెచిన్ గాలెట్‌తో కలిపిన నీటిని అందించారు. 56 రోజుల తర్వాత, హై కొలెస్ట్రాల్ ఆహారంలో ఎలుకల రెండు సమూహాలలో మొత్తం, ఎల్డిఎల్ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు దాదాపు 14.4, 30.4 తగ్గాయని గమనించారు. కాబట్టి వీటిని మీ డైట్‌లో చేర్చుకోండి.

కోకో డ్రింక్.. కోకోలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను మెరుగుపరిచే ఫ్లేవనోల్స్ అని పిలిచే యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. కోకోలో మోనో అన్ శాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ అధిక స్థాయిలో ఉంటాయి. ఇది కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను మెరుగుపరచడంలో సాయపడుతుంది. డార్క్ చాక్లెట్‌లో కోకో మెయిన్ ఇంగ్రీడియేంట్. మీరు తీసుకునే కోకో పానీయాలలో ఉప్పు, కొవ్వులు కలిపిన చాక్లెట్స్ లేవని నిర్ధారించుకోండి. ప్రాసెస్ చేసిన చాక్లెట్ పానీయాలలో అధిక స్థాయిలో సంతృప్త కొవ్వులు ఉంటాయి.

2015 అధ్యయనం ప్రకారం, కోకో ఫ్లేవనోల్స్ కలిగిన 450 మిల్లీగ్రాముల పానీయం, ఒక నెలలో రెండు సార్లు తాగడం వల్ల మంచి HDL కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను పెంచుతూ, చెడు LDL కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించింది.

బెర్రీస్ డ్రింక్.. బెర్రీస్‌లో కూడా యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండూ అధిక కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సాయపడతాయి. బెర్రీస్‌లో కేలరీలు, కొవ్వు కూడా తక్కువ. మీరు స్ట్రాబెర్రీ, బ్లూ బెర్రీ, బ్లాక్ బెర్రీస్, రాస్ప్ బెర్రీస్ వంటి వాటిని తీసుకుని స్మూతి కోసం అరకప్పు లో ఫ్యాట్ మిల్క్, అరకప్పు చల్లని నీరు కలిపి మిక్సీ పట్టండి.

క్యాన్సర్ ఎలా ఏర్పడుతుంది ?



కార్సినోయిడ్ అనేది అరుదైన రకం క్యాన్సర్, ఇది రక్తప్రవాహంలోకి ఒక నిర్దిష్ట రసాయనాన్ని మిళితం చేస్తుంది, దీని వలన లక్షణాలు వరుస కనిపిస్తాయి.

ఈ రకమైన క్యాన్సర్ కణితులు తరచుగా మీ కడుపు, చిన్న ప్రేగు, పెద్దప్రేగు, పెద్దప్రేగు మరియు పురీషనాళంలో సహా ఊపిరితిత్తులు లేదా జీర్ణశయాంతర ప్రేగులలో కనిపిస్తాయి.

కారణం ఏంటి? కణితి సెరోటోనిన్, బ్రాడీకినిన్, టాచీకినిన్ మరియు ప్రోస్టాగ్లాండిన్స్ వంటి హార్మోన్ల రసాయనాలను రక్తప్రవాహంలోకి విడుదల చేసినప్పుడు కార్సినోయిడ్ సిండ్రోమ్ సంభవిస్తుంది. క్యాన్సర్ కణితుల్లో కొద్ది శాతం ఈ రసాయనాలను స్రవిస్తాయి.

మరియు కాలేయం సాధారణంగా ఈ రసాయనాలను శరీరం గుండా తరలించడానికి మరియు లక్షణాలను కలిగించే ముందు వాటిని నిరోధిస్తుంది. అయితే, కణితి కాలేయానికి చేరిన తర్వాత, రక్తప్రవాహంలోకి చేరే ముందు తటస్థీకరించని రసాయనాలు విడుదలవుతాయి. కార్సినోయిడ్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తులు సాధారణంగా అధునాతన కార్సినోయిడ్ కణితిని కలిగి ఉంటారు.

వ్యాధి లక్షణాలు: చర్మం గులాబీ, ఎరుపు లేదా ఊదా రంగులోకి మారుతుంది. అతిసారం. వేగవంతమైన హృదయ స్పందన. ఊపిరి ఆడకపోవడం లేదా ఊపిరి పీల్చుకోవడం. ముఖం మీద పుండ్లు. రక్తపోటులో ఆకస్మిక తగ్గుదల. సిండ్రోమ్ యొక్క సమస్యలు.

1. కార్సినోయిడ్ గుండె జబ్బులు - కార్సినోయిడ్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తులు కూడా గుండె జబ్బులను అభివృద్ధి చేయవచ్చు. ఇది గుండె కవాటాలు గట్టిపడటం వల్ల సంభవిస్తుంది, అవి సరిగ్గా పనిచేయడం కష్టతరం చేస్తుంది, ఫలితంగా గుండె కవాటాలు లీక్ అవుతాయి. కార్సినోయిడ్ గుండె జబ్బు యొక్క లక్షణాలు అలసట మరియు శ్వాస ఆడకపోవడం.

2. **కార్సినోయిడ్ సంక్షోభం** - ఇది చర్మం ఎర్రబడటం, గందరగోళం, తక్కువ రక్తపోటు మరియు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది వంటి తీవ్రమైన లక్షణాలను కలిగిస్తుంది.

3. **ప్రేగు సంబంధ అవరోధం** - క్యాన్సర్ చిన్న ప్రేగు పక్కన ఉన్న కోశరస కణుపులకు వ్యాపించి, ప్రేగును ఇరుకైన మరియు పేగు అవరోధానికి దారితీసినప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది.

వ్యాధి నిర్ధారణ: శారీరక పరీక్ష సమయంలో, డాక్టర్ మీ లక్షణాల గురించి అడగవచ్చు. రోగ నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి అతను మరికొన్ని పరీక్షలను సిఫారసు చేస్తాడు. అవి ఈ క్రింది విధంగా ఉన్నాయి

శారీరక పరీక్ష సమయంలో, డాక్టర్ మీ లక్షణాల గురించి అడగవచ్చు. రోగ నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి అతను మరికొన్ని పరీక్షలను సిఫారసు చేస్తాడు. అవి ఈ క్రింది విధంగా ఉన్నాయి 1. రక్త పరీక్ష మీ రక్తంలో కొన్ని క్యాన్సర్ కణితుల ద్వారా విడుదలయ్యే ప్రోటీన్ క్రోమోగ్రానిన్ Aతో సహా కొన్ని పదార్థాలు ఉండవచ్చు. 2. మూత్ర పరీక్ష మీ శరీరం అదనపు సెరోటోనిన్‌ను విచ్ఛిన్నం చేసినప్పుడు, అది మూత్రంలో అదనపు పదార్థాన్ని సృష్టిస్తుంది, ఇది శరీరం అదనపు సెరోటోనిన్‌ను ప్రాసెస్ చేస్తుందని సూచిస్తుంది. 3. ఇమేజింగ్ పరీక్షలు CT స్కాన్ లేదా MRI స్కాన్ వంటి ఇమేజింగ్ పరీక్షలు కూడా ప్రైమరీ కార్సినోయిడ్ ట్యూమర్‌ను గుర్తించి, అది వ్యాప్తి చెందిందా లేదా అనే విషయాన్ని నిర్ధారిస్తాయి.

మందులు చర్మం రంగు మారడం మరియు అతిసారంలో సహా కార్సినోయిడ్ సిండ్రోమ్ సంకేతాలు మరియు లక్షణాలను తగ్గించడానికి ఇంజెక్షన్ మందులు ఉపయోగించబడతాయి.

2. శస్త్రచికిత్స క్యాన్సర్ కణితి పెద్దప్రేగు లేదా ప్రేగు వంటి మొత్తం అవయవాన్ని ప్రభావితం చేస్తే, వైద్యులు శస్త్రచికిత్స చేయవచ్చు. కణితి యొక్క స్థానాన్ని బట్టి, సర్జన్ దానిని కాల్చడానికి విద్యుత్ ప్రవాహాన్ని ఉపయోగించవచ్చు లేదా దానిని స్తంభింపజేయడానికి క్రయోసర్జరీని ఉపయోగించవచ్చు.

3. **కీమోథెరపీ:** క్యాన్సర్ కణితులను తగ్గించడానికి కీమోథెరపీ మందులను ఉపయోగిస్తారు. బయోలాజిక్ థెరపీ ఇంటర్ఫెరాన్ ఆల్ఫా అనేది ఒక ఇంజెక్షన్ డ్రగ్, ఇది శరీరం యొక్క రోగనిరోధక వ్యవస్థను మెరుగ్గా పని చేయడానికి ప్రేరేపిస్తుంది మరియు క్యాన్సర్ కణితుల పెరుగుదలను తగ్గిస్తుంది మరియు లక్షణాల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.

4. **రేడియేషన్ థెరపీ:** ఈ రకమైన చికిత్స క్యాన్సర్ కణాలను చంపుతుంది మరియు గుణించకుండా నిరోధిస్తుంది.

సోయాతో సంతానలేమి, రొమ్ము క్యాన్సర్.. అపోహలేనంటున్న వైద్యులు

సోయా.. ఈ మధ్య కాలంలో చాలా ప్రాచుర్యం పొందిన ఆహార పదార్థం. చాలా మంది సోయా తినాలని, అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని చెబుతుంటారు. అయితే ఓ పది మందిని సోయా గురించి అడిగి చూస్తే.. వారి నుండి విభిన్న సమాధానాలు వస్తాయి. సోయా మరియు దాని ఉప-ఉత్పత్తులు (టోఫు, టేంపే మరియు సోయా పాలు వంటివి) మంచి ప్రజాదరణ పొందుతున్నాయి.

సోయా ఆహారాలు హాని కలిగించే అవకాశం లేదని పరిశోధనల్లో ఎక్కువ భాగం చెబుతున్నాయి. అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ సోయా ఆహారాలు ఆరోగ్యకరమైనవి మరియు సురక్షితమైనవి అని చెబుతోంది. సోయాతో కూడిన ఆహారం ఆరోగ్యకరమైన బరువును నిర్వహించడానికి కూడా మీకు సహాయపడుతుంది. అదనంగా, అనేక సోయా ఆహారాలు ప్రోటీన్, కాల్షియం, మెగ్నీషియం మరియు ఇతర ముఖ్యమైన పోషకాలతో నిండి ఉంటాయి.

సోయా తింటే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని కొందరు అంటుంటే.. మరికొందరు మాత్రం సోయా తినడం వల్ల పలు ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయని చెబుతున్నారు.

1. సోయా వంధ్యత్వానికి కారణమవుతుంది ఫైటోఈస్ట్రోజెన్ అని పిలువబడే మొక్కల ఆధారిత ఈస్ట్రోజెన్‌లు సోయాలో అధిక సాంద్రతలో ఉంటాయి. ఆహారంలో సోయా చాలా ఎక్కువ స్థాయిలో ఉండటం వల్ల స్త్రీ అండాశయ పని తీరుకు అంతరాయం కలిగిస్తుందని అంటారు. అయితే సోయా ఉత్పత్తులను మరీ ఎక్కువగా తీసుకుంటేనే సమస్య ఉంటుందని.. లేకపోతే దాని వల్ల ఎలాంటి సమస్యా ఉండదని పరిశోధనల్లో తేలింది. అధిక స్థాయి అంటే 100 మిల్లీగ్రాముల కంటే ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల సమస్య తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. తక్కువ మొత్తంలో సోయా తీసుకుంటే ఎలాంటి సమస్యా ఉండదని చెబుతున్నారు. 85 గ్రాముల టోఫులో 20 మిల్లీగ్రాముల ఐసోఫ్లేవోన్ లు ఉంటాయి. ఇలాంటి వాట్ వల్ల.. అసలు మొత్తానికే సోయా తీసుకోవద్దన్న సూచన చాలా మంది చేస్తుంటారు.

జర్నల్ ఆఫ్ న్యూట్రిషనల్ సైన్స్‌లో మార్చి 2022లో ప్రచురించబడిన సమీక్షలో, సోయా వాస్తవానికి గర్భధారణపై అనుకూలమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుందని కనుగొంది. సమీక్షించిన అధ్యయనాలలో, ప్రయోజనకరమైన సోయా తీసుకోవడం రోజుకు 6 నుండి 40 గ్రాముల వరకు ఉంటుంది. సోయా యొక్క సాధారణ ఆహారం తీసుకోవడం (శాఖాహారం లేదా మాంసాహారం) స్త్రీ పునరుత్పత్తి హార్మోన్ల సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తుందని లేదా అది వంధ్యత్వానికి దారితీస్తుందని ఎటువంటి ఆధారాలు లేవని పలువురు వైద్యులు చెబుతున్నారు.

2. సోయా అధిక నాణ్యత కలిగిన ప్రోటీన్ కాదు చాలా మందికి మొక్కల ఆధారిత ప్రోటీన్లపై పూర్తి నమ్మకంలో ఉండటం లేదు.సోయా.. శరీరానికి అవసరమైన మొత్తం తొమ్మిది ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలను కలిగి ఉంటుంది. ఈ అమైనో ఆమ్లాలు ప్రోటీన్లను సృష్టించడం, కణజాలాన్ని బాగు చేయడం మరియు పోషకాలను గ్రహించడం మరియు రవాణా చేయడం వంటి వాటికి కీలకం. సోయాలో అధిక నాణ్యత ప్రోటీన్ ఉంటుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. సోయా ఖచ్చితంగా అధిక-నాణ్యత ప్రోటీన్‌గా పరిగణించబడుతుంది.

3. సోయా రొమ్ము క్యాన్సర్‌కు కారణమవుతుంది ఇది అన్నిటికంటే పెద్ద అపోహ . సోయాలో ఈస్ట్రోజెన్‌కు సమానమైన లక్షణాలను కలిగి ఉండే సమ్మేళనాలు ఉండవచ్చు కొంత ఆందోళన ఉంది. ఇది ఈస్ట్రోజెన్ గ్రాహకాన్ని తయారుచేసే కణాల పెరుగుదలను ప్రేరేపిస్తుంది. ఇది రొమ్ము క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

కాలక్రమేణా స్త్రీలను అనుసరించిన మరియు వారు తినే సోయా మొత్తాన్ని పరిశీలించిన ఎపిడెమియోలాజికల్ అధ్యయనాలు రొమ్ము క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచలేదని గుర్తించారు.

జూన్ 2020లో యూరోపియన్ జర్నల్ ఆఫ్ ఎపిడెమియాలజీలో ప్రచురించబడిన ఒక అధ్యయనంలో 3 లక్షల కంటే ఎక్కువ మంది మహిళలను ట్రాక్ చేశారు. పరిశోధకులు వారి రొమ్ము క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని 3 శాతం తగ్గించడాన్ని గమనించారు.

4. సోయా డిమెన్షియాకు కారణమవుతుంది 2014లో మెడికల్ హైపోథీసెస్‌లో ప్రచురించబడిన కొన్ని అధ్యయనాలు, సోయా (ముఖ్యంగా పారాబ్రమికంగా ఉత్పత్తి చేయబడిన రకాలు) కాగ్నిటివ్ డిక్లైన్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుందని సూచించాయి. అయితే మరి కొన్ని, అక్టోబర్ 2020లో అనువాద పరిశోధన & క్లినికల్ ఇంటర్వెన్షన్‌లో ప్రచురించబడిన పేపర్ లో సోయా ఎక్కువగా తినడం వల్ల చిత్తవైకల్యం నుండి రక్షించవచ్చని గుర్తించారు.

సోయా ఆహారాలు మరియు మానసిక క్షీణత యొక్క అధిక ప్రమాదం మధ్య ఎటు వంటి నిరూపితమైన సంబంధం లేదు. "సోయాలోని యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను సూచించే పరిశోధనతో, సోయా అభిజ్ఞా పనితీరుపై సానుకూల ప్రభావాలను చూపే మంచి అవకాశం ఉందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. కానీ ప్రస్తుత పరిశోధనను చూస్తే, ఒకటి లేదా మరొకటి సూచించడానికి ఖచ్చితమైన డేటా లేదు.

5. సోయా పురుషులను స్త్రీలుగా చేస్తుంది "సోయా బాయ్" అనే అవమానకరమైన పదాన్ని ఎప్పుడైనా విన్నారా? సోయాలోని మొక్కల ఆధారిత ఈస్ట్రోజెన్‌లు కారణంగా, టోఫు ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల పురుషుల హార్మోన్ల సమతుల్యత దెబ్బతింటుందని, దీనివల్ల పురుషులు రొమ్ములు పెరుగుతాయని, కండరాల స్థాయిని కోల్పోతారని లేదా అంగస్తంభనను అనుభవిస్తారని కొందరు అభిప్రాయపడ్డారు. కానీ అది కేవలం అపోహ మాత్రమేనని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి.

తొమ్మిది క్లినికల్ అధ్యయనాలను పరిశీలించిన ఒక సమీక్షలో సోయా వినియోగం పురుషులలో టెస్టోస్టెరాన్ స్థాయిలు లేదా వీర్యం ఉత్పత్తిని ప్రభావితం చేయలేదని కనుగొన్నారు. మరియు మార్చి 2021లో రిప్రొడక్టివ్ టాక్సికాలజీలో ప్రచురించబడిన ఒక సమీక్ష.. సోయా మరియు

మగ హార్మోన్లపై 38 అధ్యయనాలను పరిశీలించి, సాధారణ జపనీస్ ఆహారాన్ని మించిన వినియోగ స్థాయిలలో కూడా, సోయా మరియు దాని ఐసోఫ్లేవోన్‌లు పురుషుల మొత్తం టెస్టోస్టెరాన్, ఉచిత టెస్టోస్టెరాన్ స్థాయిలను ప్రభావితం చేయలేదని నిర్ధారించింది. సోయా పురుష రూపాన్ని లేదా శారీరక పరాక్రమాన్ని మారుస్తుందనడానికి ఎటువంటి ఆధారాలు లేవు.

6. సోయా శిశువులకు ప్రమాదకరం సోయా ఫార్ములా దాని ఐసోఫ్లేవోన్‌లు శిశు అభివృద్ధిని ప్రభావితం చేస్తాయనే ఆందోళనల కారణంగా అలారం బెల్స్‌ను సెట్ చేసింది. మానవ పునరుత్పత్తి యొక్క 2019 సంచికలోని ఒక అధ్యయనంలో, ఆ ఐసోఫ్లేవోన్‌లు బుతు నొప్పి వంటి సమస్యలను కలిగించవచ్చని సూచించింది. అయితే మే 2018 జర్నల్ ఆఫ్ క్లినికల్ ఎండోక్రినాలజీ అండ్ మెటబాలిజంలో ఒక లాంగిట్యూడినల్ స్టడీ పునరుత్పత్తి అవయవాలలో సెల్యులార్ మార్పులకు దారితీయవచ్చని పేర్కొంది.

నిజం ఏమిటంటే, చిన్న పిల్లలకు సోయా తినిపించడం వల్ల ఎలాంటి సమస్యలు రావు. ఫ్రాంటియర్స్ ఇన్ న్యూట్రిషన్‌లో నవంబర్ 2018లో ప్రచురించబడిన సమీక్ష ప్రకారం, సోయా ఫార్ములా అభివృద్ధి అసాధారణతలతో సంబంధం కలిగి ఉండదు.

2009లో, సోయా ఫార్ములా యొక్క భద్రతను పరిశీలించడానికి నేషనల్ టాక్సికాలజీ ప్రోగ్రామ్ యొక్క నిపుణుల బృందం సమావేశమైనప్పుడు, శిశువులపై ప్రతికూల అభివృద్ధి ప్రభావాలు తక్కువ ఆందోళన కలిగిస్తాయని వారు నిర్ధారించారు. మానవులపై తగినంత నాణ్యమైన అధ్యయనాలు లేకపోవడం మరియు జంతు అధ్యయనాలలో స్పష్టత లేకపోవడంపై ఈ ముగింపు ఆధారపడింది.

7. సోయా సరైన పోషకాల శోషణను నిరోధిస్తుంది మీరు పోషకాహార పాకడలను ఇష్టపడుతున్నట్లయితే, "యాంటీన్యూట్రియెంట్స్" అని పిలవబడే వాట గురించి మీరు వినే ఉంటారు. ఆహారాలలో (సోయాతో సహా) ఈ పదార్థాలు కొన్ని విటమిన్లు మరియు ఖనిజాలను గ్రహించే మీ సామర్థ్యాన్ని నిరోధిస్తాయి. సోయాలో ఫైటేట్స్, ఆక్సలేట్ మరియు లెక్టిన్లు ఉన్నాయని, ఇనుము, కాల్షియం మరియు జింక్ శోషణను తగ్గించే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉండే పదార్థాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

సోయాలోని యాంటీన్యూట్రియెంట్లు పెద్ద ఆందోళనకు కారణం కాదు. అక్టోబరు 2020లో న్యూట్రియెంట్స్‌లో ప్రచురించబడిన పరిశోధన ప్రకారం, అవి పోషకాల శోషణను ఏ స్థాయిలో నిరోధిస్తుందో ఇప్పటికీ స్పష్టంగా తెలియలేదు. అలాగే మీరు 24 గంటలూ సోయాను తింటే తప్ప, మీ పోషక స్థాయిలు తగ్గే అవకాశం లేదు.

పొత్తులపై సీపీఐ రామకృష్ణ సంచలన వ్యాఖ్యలు!

ఆంధ్రప్రదేశ్ లో అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు ఇంకా ఏడాది సమయం మాత్రమే ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో ఆయా పార్టీల మధ్య పొత్తులపై చర్చ జరుగుతున్న సంగతి తెలిసిందే. కొద్దిరోజుల క్రితం జనసేన టీడీపీ బీజేపీ వచ్చే ఎన్నికల్లో కలిసి పోటీ చేస్తాయని జనసేనాని పవన్ కళ్యాణ్ ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. పవన్ వ్యాఖ్యలపై వైసీపీ నేతలు పెద్ద ఎత్తున విరుచుకుపడ్డారు. ఎంతమంది కలసి కట్టగా వచ్చినా వైసీపీనే విజయం సాధిస్తుందని ఢంకా బజాయించారు.

ఈ నేపథ్యంలో తాజాగా సీపీఐ ఏపీ కార్యదర్శి రామకృష్ణ హాట్ కామెంట్స్ చేశారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో టీడీపీ జనసేనలతో కలిసి సీపీఐ నడుస్తుందని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో కక్షపూరిత రాజకీయాలు నడుపుతున్న జగన్ మోహన్ రెడ్డి నేతృత్వంలో వైసీపీ ప్రభుత్వాన్ని గద్దెదించడానికి కలిసి పోటీ చేస్తామన్నారు. ఈ మేరకు వచ్చే ఎన్నికల్లో టీడీపీ జనసేన పార్టీలతో కలిసి నడుస్తామని రామకృష్ణ స్పష్టం చేశారు.

ప్రస్తుతం అటు కేంద్రంలో ఇటు రాష్ట్రంలో కక్షపూరిత రాజకీయాలు నడుస్తున్నాయని రామకృష్ణ ధ్వజమెత్తారు. ప్రధాని మోదీ.. తనను వ్యతిరేకిస్తున్న ఆమ్‌ఆద్మీ పార్టీ నేత మనీష్ సిసోడియాను మద్యం కుంభకోణం కేసులో జైలుకు పంపారని గుర్తు చేశారు. మరి రాష్ట్రంలో తనకు అనుకూలంగా వ్యవహరిస్తున్న జగన్ మద్యంలో నెలకు వందల కోట్ల రూపాయలు కొల్లగొడుతున్నా ఎందుకు పట్టించుకోవడం లేదని నిలదీశారు.

తనకు అనుకూలంగా ఉండే వారిపై ఒకలా లేనివారిపై మరోలా ప్రధాని మోదీ వ్యవహరిస్తున్నారని రామకృష్ణ దుయ్యబట్టారు. చంద్రబాబు నివసిస్తున్న ఇంటిని జప్తు (ఎటాచ్) చేసేందుకు సీబీడీకి అనుమతివ్వడం సరైన పద్ధతి కాదని అభిప్రాయపడ్డారు.

పథకాల అమలుకు పైసా నిధులేక జగన్ ముందస్తు ఎన్నికల కోసం వెళ్తే ముందుగానే ఇంటికి పోవడం ఖాయమని రామకృష్ణ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. వైసీపీని ఓడించడానికి ప్రతిపక్ష పార్టీలన్నీ సిద్ధంగా ఉన్నాయన్నారు. టీడీపీ జనసేనతో కలిసి వైసీపీని ఓడిస్తామని తెలిపారు. కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కక్షపూరిత రాజకీయాలకు పాల్పడుతున్నాయని రామకృష్ణ ధ్వజమెత్తారు. టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు ఇంటిని ఆటాచ్ చేయడం దీనికోసం జీవోను తేవడం కక్షసాధింపు చర్యలేనని మండిపడ్డారు. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఉంటే నోటీసులు ఇవ్వాలే తప్ప ఆటాచ్ చేయడం ఏమిటని నిలదీశారు.

3,522 మందికి మత్స్యకార భరోసా

రూ.3.52 కోట్లను విడుదల చేసిన సిఎం జగన్ మోహనరెడ్డి

విజయనగరం: జిల్లాలోని 3,522 మంది మత్స్యకారులకు, మత్స్యకార భరోసా పథకం క్రింద రూ.3.52 కోట్లను, రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహనరెడ్డి విడుదల చేశారు. బాపట్ల జిల్లా నిజాంపట్నంలో మంగళవారం జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో, బటన్ నొక్కి లబ్దిదారుల ఖాతాలో నగదు జమ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌ను జిల్లా నుంచి కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి,ఎస్, జెడ్‌పి చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు, ఎంపి బెల్లాన చంద్రశేఖర్, నెల్లిమర్ల ఎంఎల్‌ఎ బడ్డుకొండ అప్పలనాయుడు, జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ , డిఆర్‌ఓ ఎం.గణపతిరావు తిలకించారు. అనంతరం లబ్దిదారులకు రూ.3.52 కోట్ల విలువైన చెక్కును అందజేశారు. కార్యక్రమంలో మత్స్యకార డిడి ఎన్.నిర్మలా కుమారి, పూసపాటిరేగ్ ఎంపిపి మహంతి కల్యాణి, జిల్లా మత్స్యకార సహకార సొసైటీ అధ్యక్షులు బర్రి చిన్నప్పన్న, దైరెక్టర్ మైలపిల్లి నర్సింహులు, టూరిజం కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ రేగాన శ్రీనివాసరావు, మత్స్యకార సంఘ నాయకులు, మత్స్యకార అధికారులు, సచివాలయ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మత్స్యకారులకు అండగా జగనన్న ప్రభుత్వం

గత నాలుగేళ్లుగా రాష్ట్రంలోని మత్స్యకారులకు జగనన్న ప్రభుత్వం అండగా నిలిచిందని, జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. ఎంపి బెల్లాన చంద్రశేఖర్, ఎంఎల్ఎ బడ్డుకొండ అప్పలనాయుడు ఇతర ప్రజాప్రతినిధులతో కలిసి ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. వేట విరామ సమయంలో మత్స్యకార కుటుంబాలు ఇబ్బంది పడకుండా, ప్రతీ ఏటా రూ.10వేలు చొప్పున ఆ కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అందిస్తోందని చెప్పారు. నాలుగోసారి జిల్లాలోని 3,522 మందికి రూ.3.52 కోట్లను విడుదల చేయడం జరిగిందన్నారు. రాష్ట్రంలోని మత్స్యకారుల సంక్షేమానికి ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహనరెడ్డి అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని చెప్పారు. పాదయాత్రలో ఇచ్చిన హామీ మేరకు ప్రతీఏటా క్రమం తప్పకుండా మత్స్యకార భరోసాను విడుదల చేయడమే కాకుండా, వారికి మరిన్ని సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అందిస్తాం దని అన్నారు. సీ పోర్టులు, ఫిష్ ల్యాండింగ్ సెంటర్ల ఏర్పాటు చేయడమే కాకుండా, మత్స్యకార నాయకులకు మంత్రి పదవులు, రాజకీయ పదవులను కేటాయిస్తూ, వారి అభ్యున్నతికి ఎంతగానో కృషి చేస్తాందని తెలిపారు. రాష్ట్రం లోని మత్స్యకారులంతా జగనన్నకు అండగా నిలవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఏ ఇంటి కుళాయి ఆ ఇంటికే ఏర్పాటు చేస్తున్నాం

డిప్యూటీ సీఎం బూడి ముత్యాలనాయుడు

చీడికాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని ఖండివరం గ్రామంలో నిర్వహించిన గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న పంచాయతీ రాజ్ శాఖ మంత్రి ముత్యాల నాయుడు.

భారత రత్న అంబేద్కర్, దివంగత నేత రాజశేఖరెడ్డి విగ్రహాలకు స్థానిక నాయకులతో కలసి నివాలర్పించిన డిప్యూటీ సీఎం.

జల్ జీవన్ మిషన్ ద్వారా 1.7 కోట్ల రూపాయలు ఇంటింటికి మంచి నీటి కుళాయిలుకు మంజూరు. 40 వేల లీటర్ల నీటి సామర్థ్యం కలిగిన వాటర్ ట్యాంక్ నిర్మాణం. 1,070 ఇంటింటి కుళాయిలకు గాను 640 ఏర్పాటు పూర్తి.

సీఎం జగన్ అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకలపై హర్షం వ్యక్తం చేసిన గ్రామస్తులు

అంగన్వాడీ భవనాన్ని పరిశీలించి, చిన్నారులతో ముచ్చటించి వారికీ తినుబండారాలను అందించిన డిప్యూటీ సీఎం.

ఈ కార్యక్రమంలో మండల పార్టీ ప్రెసిడెంట్ రాజా బాబు, నాయకులు లాలం జానకి రామ్, కురచ సత్యనారాయణ, ఎంపిపి కురచ జయమ్మ, దేవరాపల్లి జెడ్పిటిసి కర్రి సత్యం, పాల సంఘం డైరెక్టర్ సూర్యనారాయణ, ఎమ్మార్వో, ఎంపీడీవో, మండల, గ్రామ స్థాయి అధికారులు ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

పారిశ్రామిక ప్రమాదాలకు బాధ్యులెవరు?

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రంలో పారిశ్రామిక ప్రమాదాలు రోజు రోజుకు పెరిగిపోతున్నాయి. ఈ ప్రమాదాలకు కారణాలు ఏమిటి? దీనికి బాధ్యులెవరు? అనే విషయంపై ఈ సదస్సులో చర్చించడం జరిగింది. రాష్ట్రంలో ముఖ్యంగా ఉత్తరాంధ్ర ప్రాంతంలో గత కొంతకాలంగా జరిగిన ప్రమాదాల బాధిత కుటుంబాల గాథలు వర్ణనాతీతంగా ఉన్నాయి. ఈ ప్రమాదాలు జరిగిన తరువాత కంటే ముందే తగిన చర్యలు తీసుకోవడంతో ప్రభుత్వాలు, యాజమాన్యాలు అవలంభిస్తున్న నిర్లక్ష్యం, బాధ్యతా రాహిత్యం కనిపిస్తోంది.

పారిశ్రామికాభివృద్ధి పేరుతో కేంద్ర,రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పారిశ్రామికాధిపతులకు కల్పిస్తున్న వెసులబాట్లతో ప్రమాదాలు పెరగడానికి ఒక హేతువుగా మారాయి. ఈజ్ ఆఫ్ డూయింగ్ బిజినెస్ పేరుతో పారిశ్రామికాధిపతులకు మినహాయింపులు, రాయితీలు ఇచ్చి, లోపాలను గుర్తించి సరిచేయించే పరిశ్రమల తనిఖీ, కార్మిక శాఖను చేతులుకట్టుకొని పనిచేసేలా ప్రభుత్వాలు చేశాయి. ఈ ఫలితంగా పరిశ్రమలను ఎప్పటికప్పుడు తనిఖీచేసి, లోపాలను గుర్తించి, వాటిని సరిచేయించే సమున్నత ప్రభుత్వ పర్యవేక్షణ వ్యవస్థ నిర్వీర్యమైంది. అందుకే పరిశ్రమల్లో ప్రమాదాలు పెరుగుతున్నాయి. కార్మిక భద్రత, ప్రమాణాలు పాటించడానికి, ప్రమాద సమయంలో కార్మికులు చనిపోకుండా బయటపడే పరికరాలు సరఫరా చేయడానికి యాజమాన్యాలు ముందుకురావడంలేదు. చట్టపరంగా పరిశ్రమల్లో కార్మికుల భద్రతకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాల్సిన యాజమాన్యాలు, వాటిని ఖర్చుగా చూస్తున్నాయి. తమ లాభాల శాతం తగ్గిపోతున్నట్లుగా భావిస్తున్నాయి. తమ లాభాలకు మూలం కార్మికుల శ్రమ ఉందన్న వాస్తవాన్ని గ్రహించ నిరాకరిస్తున్నాయి.

పరిశ్రమల్లో భద్రత ప్రమాణాలు పాటించకపోవడంతో ఉమ్మడి విశాఖపట్నం జిల్లాలో ఐదేళ్లలో జరిగిన 119 ప్రమాదాల్లో 120 మంది కార్మికులు చనిపోయారు. 68 మంది గాయపడ్డారు. గతేడాది 24 కంపెనీల్లో జరిగిన ప్రమాదాల్లో 20 మంది మృతిచెందారు. 18 మంది వికలాంగులయ్యారు. ఇవి పరిశ్రమల్లో జరిగిన ప్రమాదాల తీవ్రతకు అద్దంపడుతున్నాయి. ప్రమాదాలు జరిగినప్పుడు మృతిచెందిన కార్మిక కుటుంబాలకు పరిహారం చెల్లించే ఒక పద్ధతిని యాజమాన్యాలు అనుసరిస్తున్నాయి గానీ పరిశ్రమలకు భద్రతకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడంలేదు. ఖర్చు చేయడానికి ఇష్టపడ్డంలేదు. పరిశ్రమల్లో పనిచేస్తున్న కార్మికుల ప్రాణాలకు యాజమాన్యాలు విలువ ఇవ్వడంలేదు.

ప్రభుత్వాలు ప్రమాదాలు అయిన వెంటనే హడావుడి తప్ప ఎటువంటి దీర్ఘకాలపరిష్కారాలు అమలు చేయడం లేదు. ఫార్మాకంపెనీల్లో ప్రతివారం ప్రమాదాల పరంపర కొనసాగుతున్నది. విశాఖ స్టీల్‌లో ఆక్సిజన్ ప్లాంట్ కంట్రోల్ రూమ్ ప్రమాదంలో 19 మంది అక్కడక్కడే మాడిపోయారు. హెచ్‌పిసిఎల్ గ్యాస్‌లీక్, కోల్డ్‌వాటర్ స్టోరేజ్‌లో భారీ ప్రమాదాలు జరిగాయి. ట్రాంచిక్స్‌లో 5 నెలల క్రితం జరిగిన ప్రమాదంలో 200 మంది హాస్పిటల్ పాలైయినా నేటికీ ప్రమాద కారణాలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం బయటపెట్టలేదు. పరవాడ ఫార్మాసిటీలో గత 10 సం?లో 40మంది కార్మికులు తీవ్ర ప్రమాదాల్లో మరణించారు. 152 మంది గాయాలతో బయటపడ్డారు. కాకినాడలో ఇటీవల వరుసగా అత్యంత భయంకర ప్రమాదాలు జరిగాయి. రాష్ట్రమంతా ప్రమాదాల నిలయంగా మారింది. గంగవరం పోర్టులో రెగ్యులర్‌గా ప్రమాదాలు జరిగి కార్మికులు మరణిస్తున్నారు.

2020 మే 7వ తేది విశాఖపట్నం. ఎల్.జి.పాలిమర్స్ స్టైరైన్ లీక్ ఘటనకు మూడేళ్ళవుతోంది. 15మంది మృత్యువాత పడ్డారు. కేంద్ర రాష్ట్రానికి చెందిన 7 ఉన్నత స్థాయి కమిటీలు విచారించారు. దక్షిణ కొరియాకు చెందిన బహుళ జాతి సంస్థ ఎల్.జి అతి దుర్మార్గమైన తప్పులన్నీ చేసిందని అన్ని కమిటీలు తేల్చాయి. స్టైరైన్ నిల్వ చేసి వాడకూడని ట్యాంకు వాడారు. టెంపరేచరను నియంత్రించలేదు. లీక్ అయిన తరువాత కనీసం సైరెన్ కూడా మోగించలేదు. 1986 నుండి లైసెన్స్ రెన్యువల్ లేదు. ఇలాంటి వంద తప్పులు ఎల్‌జ కంపెనీ చేసిందని తేలింది.

"ఈజ్ ఆఫ్ డూయింగ్" పేరుతో ప్రాణాల పోతే నష్ట పరిహారం ఇస్తే సరిపోతుందని యాజమాన్యాలు భావిస్తున్నాయి. ఎన్ని కోట్ల రూపాయలు నష్ట పరిహారం ఇచ్చినా పోయిన ప్రాణాలు వస్తాయా? యాజమాన్యాపై ప్రభుత్వాలు ఎందుకు కఠిన చర్యలు తీసుకోవడం లేదు? ప్రమాదాలను నివారించే చర్యలకు అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి.

పరిశ్రమల్లో కార్మికులకు పూర్తిరక్షణ కల్పించాలి. అందులో కాంట్రాక్ట్ కార్మికులకు రక్షణ ఉండదు. నష్టపరిహారం ఉండదు. ఇటువంటి పద్ధతులను తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నాం. కార్మికులందరికీ రక్షణ కల్పించాలని రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వాలు జోక్యం చేసుకోవాలని, పరిశ్రమల భద్రతా పరికరాలు ఏర్పాటు చేయాలని ఈ రాష్ట్ర డిమాండ్ చేస్తున్నది. దీనిపై భవిష్యత్ పోరాటాల ద్వారా బాధ్యులపై తగిన చర్యలు, ప్రభుత్వ చర్యలు ముమ్మరం చేసేందుకు అందరూ ఐక్యం పోరాటాలకు సిద్ధం కావాలని సదస్సు పిలుపు నిస్తోంది.

ఈ సదస్సుకు సీఐటీయూ విశాఖ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి Rksv.కుమార్ అధ్యక్షత వహించిగా citu రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి Ch . నరసింగరావు,జగదీష్ పటేల్(గుజరాత్) పీపుల్స్ ట్రైనింగ్ & రీసెర్చ్ సెంటర్ డైరెక్టర్, citu రాష్ట్ర కార్యదర్శులు జి.కోటేశ్వరరావు, km .శ్రీనివాస్, తేజేశ్వరరావు, ఫార్మా యూనియన్ నాయకులు గనిసెట్టి సత్యనారాయణ, SEZ యూనియన్ నాయకులు రొంగలి రాము, రక్షనరంగ యూనియన్ నాయకులు నాగేశ్వరావు,పట్లిక్ సెక్టార్ కో ఆర్డినేషన్ కన్వీనర్ జ్యోతేశ్వర రావు,కుమారమంగలం, మరియు వివిధ పరిశ్రమల్లో ప్రమాదాలకు గురియిన బాధిత కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో ప్రారంభమైన అక్షిఫిన్స్

రావికమతం, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలం లో 2023-2024 విద్య సంవత్సరానికి కొత్తగోట ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల నందు ఈరోజు అడ్మిషన్ల ప్రక్రియ ప్రారంభమైందని కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ తెలిపారు. కళాశాలలో MPC, BIPC, CEC, HEC మరియు ఒకేషనల్ గ్రూపులలో ప్రతి సెక్షన్కు 80 సీట్లు వరకు అందుబాటులో ఉన్నాయన్నారు. ఎంపీసీ, బైపిసి, CEC, HEC, లకు సీట్లు కావిసిన విద్యార్థులు కళాశాల జనరల్ అధ్యాపకుల సు మరియు ఒకేషనల్ గ్రూప్ లో జాయిన్ అయ్యే విద్యార్థులు ఒకేషనల్ అధ్యాపకుల్ని సంప్రదించాలని కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ పి. సాయికుమార్ తెలిపారు. జిల్లాలో మూడో స్థానం లో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించడంతో పాటు విద్యార్థులను క్రీడా,సాంస్కృతిక అంశాల్లో ప్రోత్సహించి జిల్లా స్తాయి మరియు రాష్ట్రస్తాయి బహుమతులు సొంతం చేసుకున్నట్లు ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపాల్ పి.సాయికుమార్ గుర్తుచేసారు. పదవతరగతి పూర్తి అయిన విద్యార్థులు తమ మార్కుల జాబితాతో కళాశాలని సంప్రదించాలని కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ పి. సాయికుమార్ తెలిపారు.

'బాడీకేర్ కిడ్స్' బ్రాండ్ అంబాసిడర్‌గా కాజల్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): 'బాడీకేర్ కిడ్స్' బ్రాండ్ అంబాసిడర్‌గా నటి కాజల్ అగర్వాల్ సంతకం చేశారు. ఇది చిన్నారుల బట్టలు, ఇన్నర్‌వేర్‌లు అందించే అతిపెద్ద సంస్థ. ఈ సందర్భంగా బాడీకేర్ ఇంటర్నేషనల్ లిమిటెడ్ డైరెక్టర్ మిథున్ గుప్తా మాట్లాడుతూ భారతదేశంలో కిడ్స్‌వేర్ తయారీదారులలో బాడీకేర్ ఇంటర్నేషనల్ ఒకటన్నారు. ముప్పై ఏళ్లుగా దేశంలోని మిలియన్ మంది తల్లులు మా బ్రాండ్పు విశ్వసించారన్నారు. కాజల్ అగర్వాల్‌తో ఈ భాగస్వామ్యం మార్కెట్లో బలమైన బ్రాండ్ పొజిషనింగ్‌ను ప్రోత్సహిస్తుందని పేర్కొన్నారు. ఇది బ్రాండ్ ఇమేజ్‌ను సరికొత్త హైట్కు, తీసుకు వెళుతుందన్నారు. బాడీకేర్ కిడ్స్ స్టైలిష్, వైబ్రెంట్ శ్రేణి పిల్లల దుస్తులు, ఇన్నర్‌వేర్‌లను అందిస్తుందన్నారు. పిల్లల డిమాండ్‌లను తీర్చడానికి సరైన ఫిట్ ఆకర్షణీయమైన ప్రింట్‌లను నిర్ధారిస్తూ.. సౌకర్యం, దద్దుర్లు లేని దుస్తులను అందించడంపై దృష్టి పెడుతుందని తెలిపారు.

కాజల్ అగర్వాల్‌ని బాడీకేర్ కుటుంబానికి స్వాగతించడం ఆనందంగా ఉందన్నారు. సంవత్సరాలుగా బాడీకేర్ ఇంటర్నేషనల్ లిమిటెడ్ దాని అన్ని ఉత్పత్తులలో సంపూర్ణ ఫిట్‌ను అందిస్తుందన్నారు. తన మనోహరమైన వ్యక్తిత్వం ఆకట్టుకునే అభిమానుల ఫాలోయింగ్‌తో కాజల్ మా కస్టమర్‌లతో బలమైన అనుబంధాన్ని ఏర్పరచుకోవడంలో బ్రాండ్ అవగాహనను సమర్థవంతంగా పెంచడంలో మాకు సహాయం చేస్తుందన్నారు. 2030 నాటికి ఐదు వేల కోట్ల వ్యాపార లక్ష్యాన్ని పెట్టుకున్నామన్నారు. ఈ దార్శనికతను సాకారం చేసుకోవడానికి, మౌలిక సదుపాయాలను విస్తరించడంలో ఇప్పటికే ఉన్న ఉత్పత్తి సామర్థ్యాన్ని పెంచడంలో దూకుడుగా పెట్టుబడి పెట్టడం ద్వారా మేము వ్యూహాత్మకంగా ముందుకు వెళ్తున్నామని తెలిపారు.

షుగర్ ఉన్నవారు ఆవకాయ తినవచ్చా ?

పచ్చి మామిడికాయలు, కారం, నూనె మరియు ఉప్పుతో తయారు చేయబడిన భారతీయ వంటకాలలో ఆవకాయ ప్రసిద్ధి చెందినది. ఇది ఏడైనా వంటకం యొక్క రుచిని పెంచే ఒక ఘాటైన మరియు కారంగా ఉండే రుచిని కలిగి ఉంటుంది. అయితే షుగర్ ఉన్నవారు తమ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల గురించి చింతించకుండా ఈ రుచికరమైన ఊరగాయను ఆస్వాదించగలరా?

సమాధానం అవును, కానీ కొన్ని జాగ్రత్తలతో ":

ఆవకాయ పచ్చడిని మితంగా మరియు సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా తీసుకుంటే షుగర్ ఉన్నవారికి ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.

ఇక్కడ కొన్ని కారణాలు ఉన్నాయి ":

మామిడికాయ పచ్చడిలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది, ఇది యాంటీఆక్సిడెంట్, ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది మరియు ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి కాపాడుతుంది. విటమిన్ సి గాయం నయం మరియు కొల్లాజెన్ ఏర్పడటానికి కూడా సహాయపడుతుంది, ఇది చర్మ సమస్యలు మరియు ఇన్ఫెక్షన్లను గురయ్యే మధుమేహం ఉన్నవారికి ముఖ్యమైనది.

మామిడి పచ్చడిలో ఫైబర్ ఉంటుంది, ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో మరియు వచ్చే చిక్కులు మరియు క్రాష్‌లను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. ఫైబర్ జీర్ణక్రియలో కూడా సహాయపడుతుంది మరియు మధుమేహం ఉన్నవారికి సాధారణ సమస్యలైన మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది.

మామిడికాయ ఊరగాయలో ఇనుము ఉంటుంది, ఇది రక్తహీనతను నివారించడంలో మరియు కణాలకు ఆక్సిజన్ డెలివరీని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తంలో ఆక్సిజన్‌ను తీసుకువెళ్ళే హిమోగ్లోబిన్ ఉత్పత్తికి కూడా ఇనుము

మద్దతు ఇస్తుంది. మధుమేహం ఉన్న వ్యక్తులు తక్కువ శోషణ లేదా రక్త నష్టం కారణంగా ఇనుము తక్కువగా ఉండవచ్చు.

మామిడికాయ ఊరగాయలో కాల్షియం ఉంటుంది, ఇది ఎముకలు మరియు దంతాల బలోపేతం చేయడంలో మరియు బోలు ఎముకల వ్యాధిని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. కాల్షియం కండరాల సంకోచం మరియు నరాల ప్రసారంలో కూడా పాత్ర పోషిస్తుంది, ఇవి సాధారణ శరీర పనితీరుకు అవసరం. మధుమేహం ఉన్నవారికి మూత్రపిండాల సమస్యలు లేదా మందుల దుష్ప్రభావాల కారణంగా కాల్షియం తక్కువగా ఉండవచ్చు.

అయినప్పటికీ, మామిడి పచ్చడిలో మగర్ ఉన్నవారు తెలుసుకోవలసిన కొన్ని లోపాలు కూడా ఉన్నాయి ":

మామిడి పచ్చడిలో సోడియం ఎక్కువగా ఉంటుంది, ఇది రక్తపోటును పెంచుతుంది మరియు ద్రవం నిలుపుదలని కలిగిస్తుంది. అధిక రక్తపోటు మరియు ఎడెమా హృదయ సంబంధ వ్యాధులకు ప్రమాద కారకాలు, ఇవి మధుమేహం ఉన్నవారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. కాబట్టి, మధుమేహం ఉన్నవారు మామిడికాయ పచ్చడి వంటి ఉప్పు మరియు సోడియం అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని పరిమితం చేయాలి.

మామిడికాయ పచ్చడిలో క్యాలరీలు మరియు కొవ్వు అధికంగా ఉండటం వల్ల బరువు పెరుగుట మరియు ఊబకాయం వస్తుంది. అధిక బరువు మరియు శరీర కొవ్వు ఇన్సులిన్ నిరోధకతను మరింత దిగజారుస్తుంది మరియు రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణను మరింత కష్టతరం చేస్తుంది. అందువల్ల, మధుమేహం ఉన్నవారు మామిడికాయ పచ్చడిని తినేటప్పుడు వారి పార్షన్ సైజు మరియు క్యాలరీలను గమనించాలి.

మామిడికాయ ఊరగాయలో చక్కెర లేదా స్వీటెనర్లు జోడించబడతాయి, ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతాయి మరియు మధుమేహ నిర్వహణలో జోక్యం చేసుకోవచ్చు. అందువల్ల, మధుమేహం ఉన్నవారు తాము కొనుగోలు చేసిన లేదా ఇంట్లో తయారుచేసే మామిడి పచ్చడి యొక్క లేబుల్ మరియు పదార్థాలను తనిఖీ చేయాలి మరియు చక్కెర లేదా స్వీటెనర్లను జోడించిన వాటికి దూరంగా ఉండాలి.

మామిడి పచ్చడిని మితంగా మరియు సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా తీసుకుంటే షుగర్ ఉన్నవారి ఆహారంలో రుచికరమైన మరియు ఆరోగ్యకరమైన అదనంగా ఉంటుంది. అయినప్పటికీ, షుగర్ ఉన్నవారు మామిడి పచ్చడి యొక్క సంభావ్య లోపాలను కూడా గుర్తుంచుకోవాలి మరియు వాటిని నివారించడానికి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మీ ఆహారం లేదా జీవనశైలిలో ఏవైనా మార్పులు చేసే ముందు ఎల్లప్పుడూ మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

డాక్టర్ కరుటూరి సుబ్రహ్మణ్యం, MD, FRCP (లండన్), FACP (అమెరికా)
ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్
కిఫి హాస్పిటల్ ,దానవాయి పేట, రాజమండ్రి
ఫోన్ : 85000 23456

Hospitals in Visakhapatnam (Vizag)

Hospital & Address with Phone Numbers

King George Hospital:
Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002, Tel: 0891-2564893

Govt. Victoria Hospital:
Chengalarao peta, Visakhapatnam. Tel: 0891-2562637

Apollo Hospitals:
Waltair Main Road Ram Nagar, Visakhapatnam – 530002. Tel: 0891 272 7272

Abhaya Hospital:
KGH Down, Visakhapatnam -2. Tel: 0891-2703444, 2703555

A N Beach Hospital:
#15-9-13/24, Krishna Nagar Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 326 8080, 0891 326 3339, 9849447777

Anupama Surgical & Children Hospital:
Dwaraka Nagar 3rd Lane, Visakhapatnam – 530016. Tel: 0891-666 2122, 274 8811, 9848193004

Aditya Multicare Hospital:
#18-1-33, Opp: KGH Gate, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-256 6664, 9542220555, 9949877717

Apoorva Hospital:
#50-17-62, Rajendra Nagar, Seethammapeta, Visakhapatnam.
Tel: 0891-2747436, 2701258

Bharathi Hospital:
#14-24-1, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002. Tel: 0891 252 6500, 7093772862

CARE Hospitals:
Ramnagar Main road, Visakhapatnam – 530002. Tel: 0891 304 1444

Manipal Hospital Vishakhapatnam:
#15-2-8 / A, Near Century Club Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.

OMNI RK Super Specialty Hospital:
Opp: Lions Club, Waltair Main Road, Ram Nagar, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 308 0300

Padmasri Hospital:
#49-48-16 / 5, NH- 5, Akkayyapalem, Visakhapatnam – 530016.
Tel: 0891 273 4747, 656 4747

Seven Hills Hospital:
Rockdale Layout, Waltair Main Road, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 667 7777, 9393110402

Samudra Hospitals:
Andhra Bank, KGH Down, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-253 3955, 9492533955, 9848133660

Sraddha Hospital:
#14-37-45, Near Collector Office Jn., Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-279 7878, 271 6868

Suraksha Health Park :
#38-40-42 / 2, 104, Main Road, Marripalem, Visakhapatnam – 530018.
Tel: 0891 664 6666, 669 7777, 9295062622, 9295062636

Vizag Hospital & Cancer Research Centre:
MVP Sector- 7, P. No: 1, Visakhapatnam – 530017.
Tel: 0891 255 1811, 255 3212

Kala Hospitals :
Beside BVK Degree College Lane, Dwaraka Nagar, Visakhapatnam – 530016.
Tel: 0891 276 4748, 9849123546

Kanaka Durga Nursing Home:
#15-6-10A, Near Zillaparishaid, Visakhapatnam -2. Tel: 0891- 5567201, 2569865, 2566932

Sagara Durga Hospital:
#15-13-6, Krishna Nagar, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-252 6833

Dr. Mangamma Hospital :
#17-1-17, Opp: KGH Gate, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-272 0077, 0891-272 0088, 8019131694

Indus Hospitals :
KGH down, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 250 8881, 9848724365, 9948724365

Mahatma Gandhi Cancer Hospital and Research :
MVP Colony , Visakhapatnam – 530017.
Tel: 0891 287 8787

Queens NRI Hospital :
#50-53-14, Near Gurudwar Rd, Seethammadhara, Visakhapatnam – 530013.
Tel: 0891-282 7777

Lazarus Hospitals :
Waltair Main Rd, Opp: Vasan Eye Care, Ram Nagar, Visakhapatnam – 530002
Tel: 0891-2780780, 0891-278 4784

Icon Krishi Hospitals:
Near Bharat Heavy Plate & Vessels Ltd. Sheela Nagar, Visakhapatnam – 530012.
Tel: 8885542944, 8885542955, 8885542977

MGR Hospitals:
#8-4-32, Doctor's Colony Pedawaltair, Visakhapatnam – 530017.
Tel: 0891 275 5908, 9573247590

R K Hospital:
#26-16-7, Gajuwaka, Visakhapatnam – 530026. Tel: 9348423777

Vivekananda Hospital:
49-9-24 Akkayyapalem, Visakhapatnam – 530016. Tel: 0891 274 8353,
0891-275 0654

Nikitha Hospital:
Seethammadhara Junction, Visakhapatnam – 530013. Tel: 0891-250 1501,
271 9797, 271 9696

Vaishnavi Hospital:
2nd Lane, Collectorate, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 252 6896, 395 4185, 9848191332

Lata Hospitals :
Gajuwaka, Visakhapatnam – 530026.
Tel: 0891-251 1351

Subham Prema Hospital:
#9-1-227, Opp: Ramatalkies Cinema Hall Jn., Visakhapatnam – 530003.
Tel: 0891-666 6655

Pallavi Hospital:
Maharanipeta, Visakhapatnam. Tel: 0891-2567735, 2567736

విశాఖ రెస్టారెంట్‌లు

1. విండీస్ ఫ్యామిలీ రెస్టారెంట్, బీచ్ రోడ్డు
9848113366, 8985113366
2. హోటల్ న్యూ అనుపమ గ్రాండ్, మిథిలాపురి కాలనీ
9701874255, 9491400500
3. రెడ్ స్పైస్.. ఏ ఫుడ్ హౌస్
9849700112
4. సన్‌రైస్ రెస్టారెంట్, రుషికొండ
7674888978, 8374298989
5. అతిథి ఇన్, న్యూ రేసపువానిపాలెం
0891 2727567
6. బెస్ట్ వెజ్జన్, గాజువాక
929500521
7. దసపల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ కోర్టు, వాల్తేరు మెయిన్ రోడ్డు
0891 2717300 - 305
8. అమరావతి హోటల్స్ & రిసార్ట్స్ డాబాగార్డెన్స్
98667 96491
9. ఫార్చ్యూన్ ఇన్ శ్రీకన్య, ద్వారకానగర్
0891 6688444
10. శ్రీ సాయిరాం పార్లర్, ద్వారకానగర్
0891 9763173
11. వాసన్ పోలి, సర్క్యూట్ హౌస్ ఎదురుగా
88859 79799
12. హోటల్ ఆల్ఫా, జగదాంబ
0891 2761818
13. హోటల్ దసపల్లా, జగదాంబ జంక్షన్
0891 2564825
14. హోటల్ గ్రీన్ పార్కు, వాల్తేరు మెయిన్ రోడ్డు
0891 2564444
15. హోటల్ కృష్ణ టవర్స్, రైల్వే న్యూకాలనీ
93955 54158
16. హోటల్ మేఘాలయ, ఆశీలమెట్ట
0891 2755141
17. ఆరెంజ్ హోటల్, సరస్వతి పార్కు జంక్షన్
0891 2515151
18. క్వాలిటీ ఇన్ బెజ్ కృష్ణ, ద్వారకానగర్
0891 6662666
19. రాయల్ పెర్లు హోటల్, ఆశీలమెట్ట
0891 6622888
20. సరోవర్ హోటల్, ద్వారకానగర్
0891 2755995
21. హోటల్ బెజ్ కృష్ణ, ద్వారకానగర్
0891 6668666

మహిళా చట్టాలు, ఫోక్సో, దిశాయాప్‌లపై మహిళలకు అవగాహన కల్పించిన పోలీసులు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లా ఎస్పీ కె.వి.మురళీకృష్ణ ఆదేశాల తో పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది మే 15న మద్యం, ఇసుక, గంజాయి, కోడిపందాలు , జూదం తదితర అసాంఘిక కార్యకలాపాలపై దాడులు నిర్వహించి, రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు ఎన్ఫోర్స్మెంట్ కేసులు నమోదు చేశారు.వి.మాడుగుల మండలం మరియు గ్రామ జంక్షన్ వద్ద పోలీసులు తనిఖీలు నిర్వహిస్తుండగా, నడుచుకుంటూ వస్తున్న అనుమానస్పద వ్యక్తి బ్యాగ్ ను తనిఖీ చేయగా అతని వద్ద 5 కేజీల గంజాయి అక్రమ రవాణా చేస్తూ పట్టుబడ్డాడు. గంజాయిని స్వాధీనం చేసుకొని, నిందితుడిని వి మాడుగుల పోలీసులుఅరెస్ట్ చేశారు. మాకవరపాలెం మండలం, కొండల అగ్రహారం జంక్షన్ వద్ద బస్సులో ప్రయాణిస్తున్న అనుమానస్పద 4గురు వ్యక్తులను తనిఖీ చేయగా వారి వద్ద 650 గ్రాముల గంజాయి అక్రమ రవాణా చేస్తూ పట్టుబడ్డారు. గంజాయిని స్వాధీనం చేసుకొని ఇద్దరు నిందితులను అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్ కు తరలించారు. ఇద్దరు బాలురను జువెనైల్ హోంకు పోలీసులు తరలించారు.రోలుగుంట మండలం, ఎం.కె.పట్టం దేవరపల్లి మండలం కాశీపట్నం గ్రామలలో పేకాట ఆడుతున్న వారిపై పోలీసులు దాడి చేసి నిందితులను అరెస్ట్ చేశారు.మునగపాక ఏఎస్ పరిధిలో ఒంపోలు మరియు నాగులపల్లి గ్రామస్తులకు ప్రచార వాహనం ద్వారా మహిళా చట్టాలు, పోక్సో, దిశా యాప్ తదితర అంశాలపై వీడియోలు ప్రదర్శించి పోలీసులు అవగాహన కల్పించారు.జిల్లా పోలీసులు, సెట్ అధికారులు దాడి చేసి, 8 కేసులు నమోదు చేసి, 8మందిని అదుపులోనికి తీసుకొని, 400 లీటర్ల బెల్లం పులుపును ధ్వంసం చేసి, 20 లీటర్ల నాటుసారా, 12 లీటర్ల మద్యం ను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఎం.వి.నిబంధనలు ఉల్లంఘించిన వారిపై 550 కేసులు నమోదు చేసి, ఈ-చలానాగా 1,50,540/రూపాయలు విధించారు.

జిల్లా పోలీసులు విజబుల్ పోలీసింగ్ నిర్వహించడం, వాహన తనిఖీలు, రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం, ఎన్ఫోర్స్మెంట్ కేసులు నమోదు చేయడం, లాడ్జ్ లు, దాబా ల తనిఖీలు నిర్వహిస్తున్నారు.

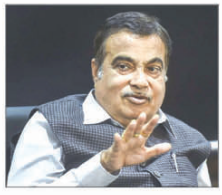
గ్రామ దేవతల పండుగలు, తీర్థాలలో పోలీసులు బందోబస్తు నిర్వహిస్తూ, ఎటువంటి అసాంఘిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించకుండా గ్రామస్తులకు అవగాహన కల్పించారు.

పోలీసు అధికారులు రాత్రి గస్తీ లో సస్పెక్ట్ షీట్ హోల్డర్స్ ను తనిఖీ చేస్తూ, అనుమానాస్పద వ్యక్తులను ఫిస్ పరికరంతో వేలిముద్రల ద్వారా నేరచరిత్ర తెలుసుకునేందుకు తనిఖీలు నిర్వహిస్తున్నారు.

కాంట్రాక్ట్ అండ్ ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులకు ఇన్సూరెన్స్ సౌకర్యం కల్పించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ కాంట్రాక్ట్ అండ్ ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులకు ఇన్సూరెన్స్ సౌకర్యం కల్పించాలని జీవీఎంసీ ఎంప్లాయిస్ యూనియన్. (ఏఐటియుసి)అనకాపల్లి జోన్ గౌరవ అధ్యక్షులు, ఏఐటీయూసీ రాష్ట్ర సమితి సభ్యులు కోన. లక్ష్మణ డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం అనకాపల్లి జోన్ కార్యాలయంలో గుమస్తా నాగేశ్వారరావు కి వినతిపత్రం సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ జీవీఎంసీలో వివిధ విభాగాలలో అవుట్ సోర్సింగ్ మరియు కాంట్రాక్ట్ కార్మికులుగా పనిచేస్తున్న వారు ప్రమాదాల వలన ఆరోగ్య కారణంగానో మరణించిన వారి ఎటువంటి ఆర్థిక సాయం అందక తీవ్ర ఇబ్బందులు గురవుతున్నారని అన్నారు.కాంట్రాక్ట్ ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులకు విధులు నిర్వహిస్తున్న కార్మికులందరికీ ప్రభుత్వ ఆధీనంలో ఉన్న ఎల్. ఐ. సి లేక ఇతర ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలకు కార్మికుల తరపున జీవీఎంసీ ద్వారా ఇన్సూరెన్స్ పాలసీ డబ్బు చెల్లించి కార్మికులు న్యాయం చేయాలని కోరారు.ఏఐటీయూసీ పోరాట కృషి ఫలితంగా ఇప్పటికే గుంటూరు మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ వారు కార్మికుల తరపున అందరికీ ఇన్సూరెన్స్ కట్టి అమలు చేస్తున్న విషయాన్ని గుర్తు చేశారు.కార్యక్రమం లో ఏఐటీయూసీ నాయకులు వాయిబోయిన. శేఖర్, కార్మికులు జలగడుగుల. శివ కుమార్, కనక రాజు,శ్యామ్, బి. క్రిను, చిరంజీవి, రవి కుమార్, సన్యాసి రావు, సతీష్, జయరాం, గంగ రాజు, పాల్గొన్నారు.

ఓటర్లకు టీ కూడా పంచను.. ఓటేయాలనుకుంటే వేస్తారు: కేంద్ర మంత్రి సంచలన వ్యాఖ్యలు!



ఎన్నికల్లో గెలవాలంటే కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు పెట్టాల్సిందే. సీటు దక్కించుకోవడం దగ్గర నుంచి ఎన్నికల్లో గెలిచే వరకు పై స్థాయి నుంచి కింద స్థాయి వరకు ఎవరికీ తగ్గట్టు వారికి చేతులు తడపాల్సిందే. ఇలా రాజకీయాలు మారిపోయాయి. కొంతమంది గతంలో జీరో బడ్జెట్ రాజకీయాలు చేయాలని చూసినా వర్కవుట్ కాలేదు. ఎన్నికలు అంటే వందలు వేల కోట్ల రూపాయల ఖర్చు అన్నట్టు పరిస్థితి మారిపోయింది.

అయితే కేంద్ర ఉపరితల రవాణా శాఖ మంత్రి నితిన్ గడ్కరీ మాత్రం ఇందుకు తాను భిన్నమంటున్నారు. ఎన్నికల్లో గెలుపొందడానికి తాను ఎలాంటి తాయిలాలు ఇవ్వబోనని ప్రకటించారు. కనీసం టీ కూడా ఓటర్లకు ఇవ్వనని చెల్లడించారు. ఇష్టముంటే ఓట్లు వేస్తారని.. లేదంటే వేయరని వ్యాఖ్యానించారు.

ప్రజలకు తాను చేసిన సేవ ఆధారంగానే వచ్చే ఎన్నికల్లో తాను ఓట్లు అడుగుతానని నితిన్ గడ్కరీ తెలిపారు. వచ్చే ఎన్నికల నుంచి తాను ఎటువంటి పోస్టర్లు బ్యానర్లు కూడా పెట్టబోనని కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాజస్థాన్లోని సీకర్ జిల్లాలో జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న గడ్కరీ ఈ మేరకు సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు.

2019 ఎన్నికల్లో తాను తీవ్రమైన పోటీ ఉన్న నియోజకవర్గం నుంచి పోటీ చేశానని గడ్కరీ తెలిపారు. గెలుపొందాలంటే అక్కడ పోటీ చేయొద్దని చాలా మంది చెప్పారన్నారు. అయినా తాను వెనక్కి తగ్గలేదన్నారు. దృఢ సంకల్పంతో విజయం సాధించానని చెల్లడించారు.

ఇప్పుడు తాను మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నానని గడ్కరీ తెలిపారు. వచ్చే ఎన్నికల నుంచి తాను ఎలాంటి పోస్టర్లు బ్యానర్లతో ప్రచారం చేయనని తెలిపారు. ఓటర్లకు టీ కూడా ఇవ్వనన్నారు. ఓటు వేయాలనుకున్న వాళ్లు వేస్తారు.. వద్దనుకున్నవారు వేయరని స్పష్టం చేశారు. ఏ నాయకుడైన ప్రజాసేవ అభివృద్ధి తదితర అంశాల ఆధారంగానే ఓట్లు గెల్చుకోవాలి అని అభిప్రాయపడ్డారు.

ఈ నేపథ్యంలో వచ్చే ఎన్నికల్లో ఓటర్లు తన సేవను చేసిన పనిని చూసే ఓట్లు వేయాలని గడ్కరీ తెలిపారు. తాను చేసిన అభివృద్ధి ప్రజాసేవ చూపించి రాబోయే ఎన్నికల్లో తనకు పోలయ్యే ఓట్లు సంఖ్యను కూడా పెంచుకుంటానని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

సేవా రాజకీయాలు 'అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు గ్రామాల్లోని పేదల సంక్షేమం పేద ప్రజలకు ఆరోగ్య సదుపాయాలు యువతకు ఉపాధి పిల్లలకు మంచి విద్య అందించడం ద్వారా ఓట్లు లభిస్తాయి తప్ప పోస్టర్లు బ్యానర్లతో కావని నితిన్ గడ్కరీ ముక్తాయించారు.

నగరంలో డెంగ్యూ నివారణ దినోత్సవం

విజయనగరం: నగరంలో జాతీయ డెంగ్యూ నివారణ దినోత్సవం సందర్భంగా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ ఆధ్వర్యంలో పలు కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. ఈ వ్యాధి వ్యాప్తిని నిరోధించేందుకు చేపట్టాల్సిన చర్యలపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించే కార్యక్రమాలను చేపట్టారు. నగరపాలక సంస్థ ఆరోగ్య విభాగం వైద్యాధికారి డాక్టర్ కె.వి.సత్యనారాయణ ఆధ్వర్యంలో మునిసిపల్ కార్పొరేషన్ కార్యాలయం నుంచి గంటస్తంభం వరకు ఆరోగ్య కార్యకర్తలు, సచివాలయం శానిటేషన్ కార్యదర్శులు, జిల్లా మలేరియా కార్యాలయ సిబ్బంది, ఫైలేరియా నివారణ సిబ్బంది, మునిసిపల్ హెల్త్ సిబ్బంది భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు.

'ప్రతి శుక్రవారం డ్రై డే పాటించండి - డెంగ్యూ వ్యాధిని అరికట్టండి ', పరిసరాల పరిశుభ్రత - ఆరోగ్యానికి భద్రత, దోమ కాటు - ఆరోగ్యానికి చేటు, నీటి నిల్వలను తొలగిద్దాం - దోమల పెరుగుదలను అరికడదాం, అనే నినాదాలతో ర్యాలీ కొనసాగింది.

ఘోష ఆసుపత్రి ఆధ్వర్యంలో....

నగరంలోని ఘోష ఆసుపత్రి ఆధ్వర్యంలో ఇస్మాయిల్ కాలనీ పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రం వైద్యాధికారి డా. శిరీష నేతృత్వంలో జాతీయ డెంగ్యూ నివారణ దినోత్సవం సందర్భంగా ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఇందులో జిల్లా మలేరియా కార్యాలయ సిబ్బంది, ఫైలేరియా నివారణ యూనిట్ సిబ్బంది, పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రం సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పెందుర్తిలో టిడిపి భారీ బహిరంగ సభ

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): మాజీమంత్రి బండారు సత్యన్నారాయణ మూర్తి , నియోజక వర్గం ఇంచార్జి అధ్యర్యం లో బుధవారం సాయంత్రం 6 గంటలకు పెందుర్తి జంక్షన్లో టిడిపి భారీ బహిరంగ సభ నిర్వహిస్తున్నట్లు మండల టిడిపి అధ్యక్షుడు వియ్యపు చిన్న ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. నవ్యాంధ్ర సృష్టికర్త నారా చంద్రబాబునాయుడు ఇదేమి కర్మ మన రాష్ట్రానికి అనే కార్యక్రమంలో భాగంగా ఈ సభ నిర్వహిస్తున్నట్లు అలాగే ముఖ్యఅతిథిగా మాజీ ముఖ్య మంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు విచ్చేస్తున్నారు. కావున మండల టిడిపి నాయకులు కార్యకర్తలు తప్పక హాజరై ఈ సభ విజయవంతం చేయాలని చిన్న కోరుతున్నారు.

'స్వచ్ఛత పఖ్వాడా' ప్రారంభం

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్టిపిసి దీపాంజలి నగర్‌లో మంగళవారం ఉదయం 6 గంటలకు మార్నింగ్ వాక్ నిర్వహించారు. పెద్ద సంఖ్యలో ఎన్‌టిపిసి, సీఐఎస్ఎఫ్ ఉద్యోగులు, దీపాంజలి నగర్ వాసులు మార్నింగ్ వాక్‌కు హాజరయ్యారు. మార్నింగ్ వాక్ ముగిసిన తర్వాత, సీజీఎం సంజయ్ కుమార్ సిన్హా చే స్వచ్ఛతా పక్వాడా ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ప్రాజెక్ట్ హెడ్ సంజయ్ కుమార్ సిన్హా మరియు డీపీకే లేడీస్ క్లబ్ ప్రెసిడెంట్ అంజు సిన్హా లచే బిబిసిఎన్ స్కూల్లో బాలికలతో సామూహిక స్వచ్ఛత ప్రతిజ్ఞ చేయించారు.

భారీ అగ్నిప్రమాదంలో 40 వరికుప్పలు దగ్ధం

ఏలూరు: పోలవరం మండలం కొత్త పట్టి సీమలో భారీ అగ్నిప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. ఈ ప్రమాదంలో 100 ఎకరాలకు సంబంధించిన 40 వరికుప్పలు దగ్ధమయ్యాయి. విద్యుత్ షార్ట్ సర్క్యూట్ కారణమని రైతులు భావిస్తున్నారు. వరికుప్పతో పాటు పక్కన ఉన్న మొక్కజొన్న తోటలకు మంటలు వ్యాపించాయని రైతులు తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అలాగే ఈ ప్రమాదంలో వరిపంట మాడి మస్తైపోయింది. రైతులు తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అధికారులు తగిన చర్యలు తీసుకుని తమకు తగిన న్యాయం చేసి ఆదుకోవాలని వాపోతున్నారు.

కలెక్టర్ అధ్యక్షతన డిఎంఎఫ్ సమావేశం

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లా ఖనిజ ఫౌండేషన్ (డీఎంఎఫ్) నిధులతో జిల్లాలో మంజూరు చేసిన వివిధ అభివృద్ధి పనులను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టరు డా.కృతికాశుక్లా అధికారులను ఆదేశించారు.

మంగళవారం ఉదయం కలెక్టరేట్ కోర్టు హాలులో జిల్లా ఖనిజ ఫౌండేషన్ (డీఎంఎఫ్) సమావేశం జిల్లా కలెక్టర్ అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈ సమావేశంలో డీఎంఎఫ్కు సమకూరిన నిధులు, ఇప్పటి వరకూ ఈ నిధులతో చేపట్టిన వివిధ పనుల పురోగతి, జరిపిన వ్యయం, కొత్త పనులు చేపట్టేందుకు ప్రతిపాదనలు తదితర అంశాలపై సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రస్తుత వాతావరణం నిర్మాణ పనులకు అనుకూలంగా ఉన్న నేపథ్యంలో జిల్లాలో డీఎంఎఫ్ నిధులతో మంజూరు చేసిన పనులన్నిటినీ వేగవంతం చేసి సత్వరం పూర్తిచేయాలన్నారు. కాకినాడ జిల్లాలోని తొమ్మిది మండలాల పరిధిలో మైనింగ్ కార్యకలాపాలు జరుగుతున్నాయని, ఈ కార్యకలాపాలతో ప్రత్యక్షంగా ప్రభావితమవుతున్న గ్రామాలు/ఆవాసాల్లో డీఎంఎఫ్ నిధులతో పలు అభివృద్ధి పనులు చేపడుతున్నట్లు కలెక్టరు పేర్కొన్నారు. ఇందులో భాగంగా జిల్లాలో రూ. 17.86 కోట్ల నిధులతో చేపట్టిన సుమారు 78 పనులను వీలైనంత త్వరగా పూర్తిచేసేందుకు గ్రామీణ నీటి సరఫరా, సర్వ శిక్షా అభియాన్‌వీ రహదారులు, భవనాలు శాఖాపరమైన పంచాయతీరాజ్, ఇరిగేషన్, ఐసీడీఎస్ తదితర శాఖల అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. పిఠాపురం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యతగా సామర్లకోట మండలం పికే.రాయపురం, జగన్మన్న గారి పేట, దుర్గా నగర్ వేట్లపాలెం గ్రామాల పరిధిలో ఉన్న తూటేరు మీడియం డ్రైన్ పూడిక తీతకు, పీకే.రాయపురం వద్ద ఉన్న పశ్చిమ ఏలూరు మేజర్ డ్రైన్ పై తాత్కాలిక కాజ్ వే నిర్మాణానికి, అదేవిధంగా పెదపూడి మండలం అచ్చుతాపురత్రయం వద్ద పశ్చిమ ఏలేరు కెనాల్ కు గేట్ హెడ్ వాల్స్ ఏర్పాటుకు అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేస్తూ జిల్లా కమిటీ ఆమోదించిందని, కాలువలు తిరిగి తెరిచే లోపు ఈ పనులు పూర్తి చేసేందుకు అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా ఆదేశించారు. సమావేశంలో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డా. ఆర్.రమేష్, డీడీ మైన్స్ ఈ.నరసింహ రెడ్డి, ఎపీఈడబ్లుడీసీ ఈఈ వీ.లక్ష్మణ రెడ్డి, సమగ్ర శిక్ష ఎస్ఈ నటరాజన్, ఐసీడీఎస్ పీడీ కె ప్రవీణ, గ్రామీణ నీటి సరఫరా ఎస్ఈ ఎం.శ్రీనివాస్ తదితరులు హాజరయ్యారు.

మూడు నెలల్లో ఫిట్‌గా మారండి.. లేదంటే స్వచ్ఛంద పదవీ విరమణే

దిస్పూర్: పోలీసు బలగాలకు ఫిట్‌నెస్ ఎంతో కీలకం. ఈ క్రమంలోనే రాష్ట్రంలో పోలీసు బలగాలను మరింత ఫిట్‌గా మార్చుదుకు అస్సాం ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. వచ్చే మూడు నెలల్లోగా ఐపీఎస్‌లతోసహా పోలీసులందరూ తమ శరీరాన్ని ఫిట్‌గా మార్చుకోవాలని సూచించింది. ఈ మేరకు వారి బీఎంఐని లెక్కగట్టనుంది. బరువు తగ్గనివారికి.. మరో మూడు నెలలు అవకాశమిచ్చి, అప్పటికీ ఫలితం లేకపోతే స్వచ్ఛంద పదవీ విరమణ దిశగా చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించింది. అస్సాం డీజీపీ జీపీ సింగ్ ఈ మేరకు ఓ ట్వీట్ చేశారు.

'ముఖ్యమంత్రి ఆదేశాలకు అనుగుణంగా ఐపీఎస్, ఏపీఎస్ (అస్సాం పోలీస్ సర్వీస్) అధికారులతోసహా అన్ని విభాగాలకు చెందిన పోలీసుల బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ నమోదు చేయాలని నిర్ణయించాం. ఆగస్టు 15 వరకు అందరికీ మూడు నెలల సమయం ఇచ్చి.. ఆ తర్వాత బీఎంఐ లెక్కించు చేపడతాం. ఊబకాయం (BMI% 30+) కేటగిరీలో ఉన్న వారందరికీ బరువు తగ్గించుకునేందుకు మరో మూడు నెలల గడువు ఇస్తాం. అప్పటికీ ఫిట్‌గా మారకపోతే.. బైరాయిడ్ సమస్య తదితర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు మినహా మిగతా వారికి స్వచ్ఛంద పదవి విరమణ ఆప్షన్ ఇస్తాం. అస్సాం డీజీపీనే ఆగస్టు 16న మొదటగా బీఎంఐ లెక్కింపునకు హాజరవుతారు' అని పేర్కొన్నారు.

అస్సాంలో దాదాపు 70 వేల మంది పోలీసు సిబ్బంది ఉన్నారు. అయితే, ఏధులకు పనికిరాని సిబ్బందిని ఇంటికి పంపేందుకు పోలీసు విభాగం కార్యాచరణ ప్రారంభించింది. మద్యానికి బానిసలుగా మారిన, ఊబకాయంతో బాధపడుతున్న, ఏధులకు అనర్హులుగా తేలిన 680 మందికిపైగా సిబ్బందితో కూడిన ఓ జాబితాను ఇప్పటికే రూపొందించింది. పూర్తి స్థాయి సమీక్ష అనంతరం వారికి వీఆర్ఎస్ ఆప్షన్ ఇస్తామని తెలిపింది. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా పోలీసులందరిని ఫిట్‌గా మార్చేందుకు ప్రణాళికలు రూపొందించింది.

రెండు నెలల్లో 1300 ఇళ్లు పూర్తి కావాలి

విజయనగరం: నగరంలోని ఇళ్లులేని నిరుపేదల కోసం గుంకలాం, కొండకరకాం గ్రామాల పద్ద రూపొందించిన గృహ నిర్మాణ లే అవుట్లలో వచ్చే రెండు నెలల్లో 1300 గృహాల నిర్మాణం పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీమతి నాగలక్ష్మి ఎస్ ఆదేశించారు. గుంకలాం లో 1000, కొండ కరకాలో 300 పూర్తిచేయాలని ఈ ఇళ్ల నిర్మాణం చేపట్టిన ప్రైవేట్ నిర్మాణ సంస్థ ప్రతినిధులకు స్పష్టం చేశారు. మూడో ఆప్షన్ కింద చేపట్టిన ఇళ్ల నిర్మాణం లో జాప్యం పట్ల అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. వచ్చే రెండు నెలల కాలంలో పెద్ద ఎత్తున భవన నిర్మాణ కార్మికులను రప్పించాలని, పునాది స్థాయికి మరో 1000 ఇళ్లను పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. పేదలందరికీ ఇళ్లు పథకంలో గుంకలాం, కొండకరకాల వద్ద గృహ నిర్మాణ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన లే అవుట్ లను కలెక్టర్ శ్రీమతి నాగలక్ష్మి మంగళవారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా అక్కడ జరుగుతున్న ఇళ్ల నిర్మాణాలపై సంస్థ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ రమణమూర్తి, డి.ఇ.ఇ., ప్రైవేట్ నిర్మాణ సంస్థ ప్రతినిధులతో చర్చించారు. గుంకలామ్ లో 8000, కొండ కరకాం లో 2000 ఇళ్ల నిర్మాణం ఆప్షన్ -3 కింద రాక్రీట్ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో జరుగుతోందని పి.డి. రమణ మూర్తి వివరించారు. నిర్మాణానికి అవసరమైన సిమెంట్, ఇసుక, బరన్ సరఫరా చేస్తున్నామని తెలిపారు. ఇటుకల తయారీ కూడా అవసరం మేరకు జరుగుతోందన్నారు. తగినంతగా భవన నిర్మాణ కార్మికులు లేకపోవడం వల్లే నిర్మాణంలో జాప్యం జరుగుతోందని వివరించారు. దీనిపై కలెక్టర్ స్పందిస్తూ వచ్చే వారం రోజుల వ్యవధిలో కార్మికులను రప్పించి పనులు ముమ్మరం చేయాలని ఆదేశించారు. నిర్మాణ సంస్థ తగిన ముందస్తు ప్రణాళిక లేకుండా నిర్మాణం చేపట్టడం పై అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. నిర్మాణానికి అవసరమైన నీటి సరఫరాలో ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలని ప్రజారోగ్య ఇంజనీరింగ్ ఇ.ఇ. దక్షిణామూర్తి ని ఆదేశించారు. ఇళ్ల నిర్మాణం కోసం చెల్లింపుల్లో జాప్యం లేకుండా చూడాలని గృహనిర్మాణ సంస్థ పి.డి. ని ఆదేశించారు. అక్కడ ఏర్పాటు చేసిన ఇటుకల తయారీ యూనిట్ ను కలెక్టర్ పరిశీలించారు. రోజుకు ఎన్ని వేల ఇటుకలు తయారు చేస్తున్నదీ, ఎందరు వర్కర్ లు యూనిట్ లో పనిచేస్తున్నది తెలుసుకున్నారు.

అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ కొండ కరకం లే అవుట్ సందర్శించారు. ఈ పర్యటనలో గృహ నిర్మాణ సంస్థ డి.ఇ.లు రంగారావు, వర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆధార్ కార్డుపై వీటిని మార్చేందుకు ఒక్కసారే ఛాన్స్

ఆధార్ కార్డు విశిష్టత గురించి అందరికీ తెలిసిందే. కాలేజీలో చేరాలన్నా.. రేషన్ కార్డు పొందాలన్నా.. బ్యాంక్ అకౌంట్ కావాలన్నా.. ఇలా ఒక్కటేంటి? అన్నింటికీ ఆధారే ఆధారంగా మారింది. అలాంటి ఆధార్ కార్డులో పారపాట్లు జరుగుతూనే ఉంటాయి. మాటిమాటికీ సవరణలు చేసుకోవడం కుదురుతుందా? ఏమైనా ఇబ్బందులు ఉన్నాయా? భవిష్యత్‌లో ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ఉండాలంటే ఏం చేయాలో తెలుసుకుందాం.

2019లో యూఐడీఏఐ కీలక ఆదేశాలు జారీ చేసింది. ఆధార్ కార్డులో ఉండే వివరాలను సవరించడంపై పరిమితి విధించింది. పేరు, పుట్టిన తేదీ, జెండర్ వంటి వివరాలను పరిమిత సంఖ్యలో మాత్రమే మార్చడానికి వీలు కల్పించింది.

పేరు: యూఐడీఏఐ నిబంధనల ప్రకారం ఆధార్‌కార్డుపై పేరును రెండు సార్లు మాత్రమే మార్చుకోవడానికి అవకాశం ఉంది.

పుట్టిన తేదీ: ఇక పుట్టిన తేదీని ఒకసారి మాత్రమే మార్చుకోవడానికి యూఐడీఏఐ అనుమతిస్తోంది. అదీ ఆధార్ తొలిసారి తీసుకున్న సమయంలో ఉన్న తేదీకి మూడు సంవత్సరాలు అటూ ఇటూ మాత్రమే మార్చాలి. ఆధార్ నమోదు సమయంలో పుట్టిన తేదీకి సంబంధించి ఎలాంటి పత్రాలు రుజువుగా సమర్పించనట్లయితే.. దాన్ని 'డిక్లేర్డ్' లేదా 'అప్రాక్సిమేట్'గా పేర్కొంటారు. తర్వాత ఎప్పుడైనా మార్చుకోవాల్సి వచ్చినప్పుడు కచ్చితంగా ఒక ధ్రువపత్రం సమర్పించాల్సి ఉంటుంది.

జెండర్: ఆధార్ కార్డులో జెండర్ వివరాలు కేవలం ఒకసారి మాత్రమే మార్చడానికి వీలుంటుంది.

ఫొటో: ఆధార్ కార్డపై ఉండే ఫొటోను సవరించుకోవడంపై మాత్రం ఎలాంటి పరిమితి లేదు. దగ్గరలో ఉన్న ఆధార్ నమోదు కేంద్రానికి వెళ్లి ఫొటోను అప్‌డేట్ చేసుకోవచ్చు. ఆన్‌లైన్‌లో మార్చడం కుదరదు.

చిరునామా: అడ్రస్‌ను మార్చుకోవడంపై కూడా యూఐడీఏఐ ఎలాంటి పరిమితి విధించలేదు. చిరునామాను ధ్రువీకరిస్తూ పత్రాలు సమర్పించాల్సి ఉంటుంది.

పేరు, పుట్టిన తేదీ, జెండర్ వివరాలను పరిమితికి మించి మార్చడానికి వీలు కుదరదు. ఒకవేళ పరిమితి దాటిన తర్వాత మార్పులు చేయాలనుకుంటే మాత్రం ప్రత్యేక పద్ధతిని అనుసరించాల్సి ఉంటుంది. ఆధార్ కార్డ్ హోల్డర్ దగ్గరలోని ఆధార్ నమోదు కేంద్రానికి వెళ్లాలి. పరిమితి మించి సవరణలు చేస్తున్న నేపథ్యంలో అప్‌డేటను స్వీకరించమని ప్రత్యేకంగా మెయిల్ లేదా పోస్ట్ ద్వారా విజ్ఞప్తి చేయాల్సి ఉంటుంది. ఎందుకు మార్చాల్సి వస్తుందో స్పష్టంగా వివరించాలి. దీనికి ఆధార్ వివరాలు, సంబంధిత పత్రాలు, యూఆర్ఎన్ స్లిప్‌ను జత చేయాలి. help@uidai.gov.in మెయిల్ ఐడీకి మెయిల్ పంపాల్సి ఉంటుంది. ప్రత్యేకంగా కోరితే తప్ప ప్రాంతీయ ఆధార్ కార్యాలయాన్ని వ్యక్తిగతంగా సంప్రదించాల్సిన అవసరం లేదు. సంబంధిత అధికారులు విజ్ఞప్తిని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి మార్పు సమంజసమేనని భావిస్తే.. అందుకు అనుగుణంగా మార్పులు చేసేందుకు అనుమతి ఇస్తారు. ఈ మేరకు చేయాల్సిన మార్పులకు సంబంధించిన వివరాలను టెక్నికల్ విభాగానికి పంపిస్తారు. కొన్ని రోజుల్లోనే మారిన వివరాలతో కొత్త ఆధార్ కార్డు వస్తుంది.

జగనన్నే మా ధైర్యం- జగనన్నే మా నమ్మకం

బాపట్ల: బాపట్ల జిల్లా నిజాంపట్నం వేదికగా అయిదో విడత వైఎస్సార్ మత్స్యకార భరోసా నిధులను సీఎం జగన్ విడుదల చేశారు. కంప్యూటర్‌లో బటన్ నొక్కి, 1,23,519 మత్స్యకార కుటుంబాల ఖాతాల్లో రూ.231 కోట్లు జమ చేశారు. ఈ సందర్భంగా నిజాంపట్నంకు చెందిన బొమ్మిడి బాలరాజు అనే లబ్ధిదారుడు మాట్లాడుతూ.. వైఎస్ జగన్ ప్రభుత్వంపై ప్రశంసలు కురిపించారు.

'అన్నా నమస్తే, నేను మత్స్యకార కుటుంబం నుంచి వచ్చాను, గతంలో మత్స్యకారులకు భరోసా లేదు, గతంలో వేట నిషేధ భృతి నామామాత్రం, ఏప్రిల్, మే నెలలో దరఖాస్తు చేస్తే నవంబర్, డిసెంబర్ నెలల్లో ఇచ్చేవారు, అవి కూడా కొందరికే వచ్చేవి, కానీ మన జగనన్న మా కష్టాలు పరిశీలించి మత్స్యకారులను ఆదుకునేలా భరోసా కల్పించారు, సకాలంలో మాకు సాయం అందిస్తున్నారు, ఏటా రూ. 10 వేల చొప్పున అకౌంట్‌లో వేస్తున్నారు, జగనన్నా మీ మేలు మరిచిపోము, మత్స్యకారుడు గతంలో చనిపోతే శవం కనపడితేనే డబ్బులు ఇస్తామనేవారు, అప్పుడు ఆఫీస్‌ల చుట్టూ తిరగగా తిరగగా ఆ కుటుంబానికి రూ. 5 లక్షలు ఎప్పటికో ఇచ్చేవారు, కానీ మన జగనన్న వచ్చిన తర్వాత రూ. 10 లక్షలు అకౌంట్‌లో వేస్తున్నారు.

శవం కనబడినా కనబడకపోయినా సాయం అందుతుంది, గతంలో అయిల్ సబ్సిడీ చిన్న బోట్లకు ఉండేది కాదు, కేవలం పెద్ద బోట్లకు కూడా వెయ్యి లీటర్లకే ఇచ్చేవారు, ఆ డబ్బు కోసం ఆఫీసుల చుట్టూ తిరిగేవాళ్ళం, కొంతమందికి వచ్చేవే కాదు, కానీ ఇప్పుడు పెద్ద బోట్లకు, చిన్న బోట్లకు కూడా సబ్సిడీ ఇస్తున్నారు, పైగా వెంటనే మన ఖాతాలో, మన మత్స్యకారులంతా జగనన్నను మరిచిపోకూడదు. గతంలో నిజాంపట్నం హార్బర్ లేదు, చాలా కష్టాలు పడ్డాం, సముద్రంలోకి వెళ్ళాలంటే మెరక, ఎంతోమంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు, మన జగనన్న ఆ హార్బర్ నిర్మాణాన్ని త్వరితగతిన పూర్తిచేస్తున్నారు. జగనన్నా నువ్వే మా ధైర్యం, మా నమ్మకం. ఆ గంగమ్మ తల్లి ఆశీస్సులు మీకు ఎల్లవేళలా ఉంటాయి, ధన్యవాదాలు' అని సీఎం జగన్ అందిస్తున్న సంక్షేమాన్ని కొనియాడాడు.

కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన పదిమంది వైసీపీ కార్యకర్తలు

అరకులోయ, (విశాఖ సమాచారమ్): మంగళవారం రాష్ట్రంలో అధికారంలో ఉన్న వైసిపి పార్టీ. గిరిజన హక్కులు చట్టాలకు భంగం కలిగిస్తుంది. బోయ బంతు ఒరియా గిరిజనేతరులకు గిరిజన జాబితాలో కలపడానికి అసెంబ్లీలో తీర్మానాన్ని. వ్యతిరేకిస్తూ ఉరోజు దుంబ్రిగూడ కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు గొల్లోరి దయానిధి ఆధ్వర్యంలో గుంటగన్నేల పంచాయతీ వైసిపి పార్టీ కార్యకర్తలు గొల్లోరి డోంబ్రు, గులివిందుల మురళి,గులివిందుల రాము, బాకా.సోమేష్, తంగుల. రఘురాం,కిల్లో. తుమ్మాద్,తంగుల లైబన్,పంతల గురు, పెదలబుడు పంచాయతీ. దురియా.గోపాల్ పీరికి కాంగ్రెస్ పార్టి లో ఆహ్వానించి కండువా కప్పి. కాంగ్రెస్ పార్టీలో స్వాగతం పలికిన ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ఆదివాసి కాంగ్రెస్ చైర్మన్లు, అరకు వేలి అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం ఇన్చార్జి శ్రీమతి పాచి పెంట శాంతకుమారి రాబోయే రోజుల్లో అధికార పార్టీకి. చెందిన సర్పంచులు ఎంపీటీసీలు వైసిపి పార్టీ కార్యకర్తలు కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరడానికి సంప్రదింపులు జరుపుతున్నారు అని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో అరకు పార్లమెంట్ ఉపాధ్యక్షులు చటారి సాయిబాబా, దుంబ్రిగుడ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు గొల్లోరి దయానిధి, బ్లాక్ కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షుడు కోర్ర పాలురాజు, అరకు వేలి మండల అధ్యక్షులు బోయి మోహన్ రావు, అరకు వేలి వైస్ ప్రెసిడెంట్ పాంగి గంగాధర్, దుంబ్రిగూడ మండల ఎస్టీ సెల్ అధ్యక్షులు కిలో జగన్నాథం, పెద్దబయలు మండల ప్రధాన కార్యదర్శి కుర్రడి మచెరాజు, హుకుంపేట మండల మహిళ వైస్ ప్రెసిడెంట్ సీధరి రాధలక్ష్మి, అరకు వేలి మండల ఎస్టీ సెల్ అధ్యక్షులు కోర్ర రఘురాం, సీనియర్ నాయకులు కెట్టి రాంచందర్, మాదాల పండు ,దుంబ్రిగుడ మండల ప్రధాన కార్యదర్శి తేడబారికి భీమారావు ,పి మాలతి, నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైలు ప్రయాణికులకు కొత్త రూల్స్.. ఉల్లంఘిస్తే అంతే!

ప్రతిరోజు మిలియన్ల మంది ప్రయాణికులు రైళ్ళలో ప్రయాణం చేస్తూ ఉంటారు. ఇండియన్ రైల్వే ప్రయాణికులకు రైళ్లలో కావలసిన సౌకర్యాలను కల్పించడంతోపాటు, వారి ప్రయాణం సాఫీగా సాగడానికి కావలసిన అనేక చర్యలను చేపడుతుంది. ముఖ్యంగా రాత్రి సమయంలో ప్రయాణం చేసేవారికి ఎటువంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ఉండడం కోసం రైల్వే కొత్త రూల్స్ పెట్టింది.

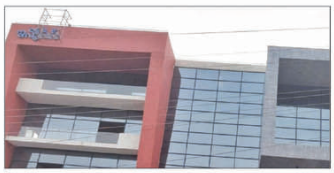
రాత్రిపూట రైలు ప్రయాణం చేసే వారికి ఇతర ప్రయాణికులలో ఇబ్బంది కలుగుతుందని ఫిర్యాదులు చేస్తున్న నేపథ్యంలో రైల్వే అధికారులు కొత్త రూల్స్ పెట్టి కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ప్రయాణికులు రాత్రివేళ తమ ప్రయాణ సమయంలో ప్రశాంతంగా నిద్రపోవడానికి కొన్ని రాత్రిపూట ఉన్న నిబంధనలను రైల్వే శాఖ అప్డేట్ చేసింది.

చాలామంది పక్క వాళ్ళు పడుకున్నారు అన్న ఇంగితం కూడా లేకుండా లౌడ్ స్పీకర్ లలో మొబైల్ ఫోన్లలో సినిమాలు, పాటలు పెట్టుకుంటూ ఉంటారు. అంతేకాదు పక్క వాళ్ళతో సంబంధం లేకుండా పెద్దగా ఫోన్లో మాట్లాడుతూ ఉంటారు. రాత్రిపూట పడుకోనివ్వకుండా లైట్లు వేసి ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటారు. ఇటువంటి వారు తమ పద్ధతి మార్చుకోవాలని తాజాగా అప్డేట్ చేసిన నియమాలతో స్పష్టంగా చెప్పింది రైల్వే శాఖ.

లౌడ్ స్పీకర్ లో రాత్రిపూట పాటలు ప్లే చేయడాన్ని నిషేధించింది. ఒకవేళ ఎవరైనా మొబైల్ ఫోన్లో ఏదైనా చూడాలన్నా, వినాలన్నా ఇయర్ ఫోన్ లను ఉపయోగించాలని సూచించింది. రైల్వే కంపార్ట్మెంట్ లో రాత్రి సమయంలో ఫోన్లో బిగ్గరగా మాట్లాడడాన్ని కూడా నిషేధించింది. రాత్రి 10 గంటల తర్వాత ప్రయాణికులు లైట్లు ఆన్ చేయడానికి వీలు లేదని పేర్కొంది.

రాత్రిపూట ప్రయాణం చేసే ప్రయాణికులు తప్పనిసరిగా ఈ నిబంధనలను పాటించాలని, విఫలమైతే జరిమానాలు విధిస్తారని రైల్వే శాఖ పేర్కొంది. ఇక రాత్రిపూట రైళ్ళలో ప్రయాణం చేసేటప్పుడు ఈ నిబంధనలను ప్రయాణికులు పాటిస్తున్నారా లేదా అన్నది టిటిఈ మరియు రైల్వే సిబ్బంది పర్యవేక్షిస్తారని పేర్కొంది. రాత్రిపూట ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు ఏదైనా అసౌకర్యం కలిగితే ప్రయాణికులు టీటీఈతో మాట్లాడవచ్చని, ఫిర్యాదు చేయవచ్చని రైల్వే శాఖ వెల్లడించింది.

ఆశలు రేపుతున్న ఆదానీ డేటా సెంటర్



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సాగరనగరం విశాఖపట్నం.. సరికొత్త కళను సంతరించుకుంటోంది. భవిష్యత్‌లో రాష్ట్ర పరిపాలన రాజధానిగా మారబోతోందని భావిస్తున్న ఈ నగరంలో సాఫ్టవేర్ దిగ్గజాలు ఒక్కటొక్కటిగా కొలువు తీరుతున్నాయి. క్రమంగా విశాఖపట్నం రాజధాని కళను పుణికిపుచ్చుకుంటోంది. ఈ సెప్టెంబర్‌లో ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి కూడా వైజాగ్ నుంచి పరిపాలన సాగించే అవకాశం ఉంది.

కొద్దిరోజుల కిందటే వైఎస్ జగన్- విశాఖలో అదాని డేటా సెంటర్‌కు భూమిపూజ చేశారు. దేశీయ పారిశ్రామిక దిగ్గజం గౌతమ్ అదాని సారథ్యంలోని అదాని గ్రూప్ ఆఫ్ కంపెనీ ఈ డేటా సెంటర్‌ను నెలకొల్పనున్నాయి. 21,800 కోట్ల రూపాయలతో ఈ డేటా సెంటర్ ఏర్పాటు కానుంది. దీనివల్ల 30 వేల మందికి ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు లభించనున్నాయి. దేశంలోనే అతిపెద్ద డేటా సెంటర్ ఇది. నిర్మాణ పనులు సైతం ఆరంభం అయ్యాయి.

అదే సమయంలో దేశీయ ఐటీ దిగ్గజం ఇన్ఫోసిస్ కూడా విశాఖపట్నం కేంద్రంగా తన కార్యకలాపాలను ప్రారంభించడానికి రంగం సిద్ధం చేసుకుంటోంది. ఇన్ఫోసిస్ కార్యాలయ భవనం నిర్మాణ పూర్తయింది. ఇంటీరియర్ పనులు శరవేగంగా కొనసాగుతున్నాయి. కార్యాలయ భవనంపై ఇన్ఫోసిస్ లోగోను కూడా ఏర్పాటయింది. ఈ నెల 31వ తేదీన వైజాగ్‌లో తమ సంస్థ కార్యకలాపాలను ప్రారంభించనున్నట్లు ఇన్ఫోసిస్ తెలిపింది.

జగన్,కేసీఆర్ లకి క్లాస్ పీకిన మురళీ మోహన్

రుషికొండ సమీపంలోని ఐటీ సెజ్‌లో ఈ ఇన్ఫోసిస్ క్యాంపస్ ఏర్పాటైంది. తొలిదశలో 650 మంది ఉద్యోగులతో ఈ సంస్థ తన కార్యకలాపాలను మొదలుపెట్టనుంది. క్రమంగా దీన్ని విస్తరించుకుంటుంది. రుషికొండ ఐటీ సెజ్‌లోని సిగ్నేచర్ టవర్స్‌లో ఇన్ఫోసిస్ కార్యాలయ భవనం తుదిరూపు దిద్దుకుంటోంది. వైజాగ్‌తో పాటు కోయంబత్తూర్, నోయిడా, కోల్‌కత, హుబ్లీ, ముంబైలల్లో అదే రోజున ఇన్ఫోసిస్ కొత్త శాఖలు ఏర్పాటు కానున్నాయి.

బీచ్ ఐటీని ప్రోత్సహించే ఉద్దేశంతో పలు సాఫ్టవేర్ కంపెనీలు తీర ప్రాంత నగరాల్లో తమ కొత్త శాఖలను నెలకొల్పడానికి ఆసక్తి చూపుతోన్నాయి. భవిష్యత్తులో మైక్రోసాఫ్ట్, ఐబీఎం, టీసీఎస్ వంటి ఐటీ కంపెనీలు విశాఖపట్నం నుంచే కార్యకలాపాలను ప్రారంభించడానికి సన్నాహాలు చేస్తోన్నాయి. విశాఖ ఇన్ఫోసిస్‌లో పని చేసే 650 మంది ఉద్యోగుల్లో అధిక శాతం ఏపీకి చెందినవారే ఉన్నారు.

డైడే ప్లైడే తప్పనిసరిగా పాటించాలన్న జీవీఎంసీ కమిషనర్

అరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 13వ వార్డు, అరిలోవ కాలనీ చివరి బస్ స్టాప్ వద్ద జాతీయ డెంగ్యూ దినోత్సవాన్ని 13 వ వార్డు కార్పొరేటర్ కెల్లా సునీత సత్యనారాయణ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా జీవీఎంసీ కమిషనర్ సాయి కాంత్ వర్మ హాజరయ్యారు. అనంతరం కార్పొరేటర్ కెల్లా సునీత సత్యనారాయణ తో కలిసి అవగాహన ర్యాలీలో పాల్గొన్నారు.

ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ జాతీయ డెంగ్యూ దినోత్సవం సందర్భంగా డెంగ్యూ నివారణ పై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని పరిసరాల పరిశుభ్రతతోనే దోమలు అరికట్టవచ్చని తెలిపారు ప్రతి శుక్రవారం డైడే ప్లైడే తప్పనిసరిగా పాటించాలని కోరారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జోనల్ కమిషనర్ కనకమహాలక్ష్మి, జీవీఎంసీ అధికారులు, మలేరియా సిబ్బంది, అర్బీలు సచివాలయ సిబ్బంది స్థానిక ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రమాదంలో గాయపడిన యువతికి ఆర్థిక సహాయం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రహదారి ప్రమాదంలో గాయపడిన యువతికి ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం విద్యార్థులు భారీ సహాయం అందించారు. గత నెల 24న జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో శ్రీకాకుళంకి చెందిన పందిరి అనూరాధ తీవ్రంగా గాయపడింది. ప్రస్తుతం కేజీహెచ్‌లో చికిత్స పొందుతోంది. శరీరంలో అనేక గాయాలు కావడం, ఎముకలు విరగడంతో సుదీర్ఘ కాలం చికిత్స అందించాల్సిన అవసరం ఉంది. గ్రామీణ ప్రాంతానికి చెందిన పేద కుటుంబంకి చెందిన అనూరాధ చికిత్సకు అధికంగా ఖర్చు అతోంది. వీరికి తమవంతు సహాయం అందించాలని భావించిన ఏయూ సోషల్ వర్క్ విభాగం విద్యార్థులు జి.ధర్మారావు, వై.గోపీ చంద్‌లు తమ స్నేహితులు, బంధువుల నుంచి వివరాలు సేకరించారు. ఇలా సేకరించి రూ 1,011,11ని బాధితురాలు తండ్రి రాముకి అందజేశారు. కేజీహెచ్‌లో చికిత్స పొందుతున్న అనూరాధను సోషల్ వర్క్ విభాగాధిపతి ఎస్.హరనాథ్ స్వయంగా కలసి ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. వైద్య ఖర్చులకు ఉయుక్తంగా విద్యార్థులు సేకరించిన రూ 1.01 లక్షలను అనూరాధ తండ్రికి అందజేశారు.

భవిష్యత్తులో సైతం అవసరమైన ధైర్యంగా ఉండాలని, వైద్యులు సహాయాన్ని, సహకారాన్ని అంది మెరుగైన వైద్యం అందిస్తున్నారని స్తామని చెప్పారు. మానసికంగా బాధితురాలకి భరోసా అందించారు.

ఆ అమ్మాయిని డాక్టర్‌ను చేసేందుకు.. కలెక్టర్, ఉద్యోగులు కదిలివచ్చి..

గాంధీ నగర్: ఓ అమ్మాయిని వైద్యురాలిగా చూసేందుకు ప్రభుత్వ ఉద్యోగులంతా కదిలివచ్చారు. ఆమెకోసం కలెక్టర్‌తో సహా 200 మంది ఉద్యోగులు ఒకరోజు వేతనాన్ని విరాళంగా ఇచ్చారు. అలా రెండో సెమిస్టర్ ఫీజు చెల్లించేందుకు వారంతా సహకరించారు. అయితే ఇదివరకే ఆ విద్యార్థినికి ప్రధాని మోదీ మధ్య ఉద్వేగపూరిత సంభాషణ చోటుచేసుకోవడం గమనార్హం.

గుజరాత్‌లోని బరూచ్ ప్రాంతానికి చెందిన ఆలియాబాను వైద్యవిద్యను అభ్యసిస్తోంది. ఆమె వడోదరాకు చెందిన పారుల్ యూనివర్సిటీలో ప్రస్తుతం మొదటి సెమిస్టర్ పూర్తి చేసింది. 'మొదటి సెమిస్టర్ మేలో పూర్తయింది. దానికోసం మేం రూ.7.70లక్షల ఫీజు చెల్లించాం. ఒక ప్రైవేటు బ్యాంకులో రుణం తీసుకొని, తెలిసినవారి దగ్గర అప్పు చేసి అప్పుడు ఆ మొత్తాన్ని కుదబెట్టాం. కానీ ఇప్పుడు రెండో సెమిస్టర్ కోసం రూ.4లక్షలు కావాలి. జూన్‌లో కట్టాలి. సహాయం కోసం ప్రధాని, ముఖ్యమంత్రి, జిల్లా కలెక్టర్ లేఖ రాశాం. అలాగే ప్రభుత్వ పథకాల కింద దరఖాస్తు చేసుకున్నాం' అని ఆలియా తండ్రి ఆయూబ్ పటేల్ మీడియాకు వెల్లడించారు. తాజాగా ఈ లేఖపై జిల్లా కలెక్టర్ తుషార్ సుమేరా స్పందించారు. తన సహోద్యోగులు, ఇతర సిబ్బందికి ఆలియా పరిస్థితి గురించి వివరించారు. వారంతా ఆమెకు సహకరించేందుకు ముందుకు వచ్చారు. తమ ఒక రోజు వేతనాన్ని ఈ ఆదివారం ఆమెకు అందించి, ఆదుకున్నారు. వైద్యవిద్య పూర్తయ్యేవరకు వారికి అండగా నిలిచేలా ప్రణాళికలు చేస్తున్నామని కలెక్టర్ తెలిపారు.

అప్పుడు ఆలియా మాటలకు మోదీ ఉద్వేగం..

గత ఏడాది సంగ్ర ఇదే సమయంలో ప్రధాని మోదీ-ఆలియాబాను మధ్య ఉద్వేగపూరిత సంభాషణ చోటుచేసుకుంది. అప్పుడు బరూచ్‌లో జరిగిన కార్యక్రమంలో భాగంగా లబ్ధిదారుల్లో ఒకరైన ఆయూబ్ పటేల్‌ను మోదీ పలకరించారు. అప్పుడు ఆయూబ్ మాట్లాడుతూ.. తన ముగ్గురు కుమార్తెలు చదువుకుంటున్నారని, ఇద్దరికి ప్రభుత్వ స్కాలర్‌షిప్ కూడా వస్తోందని చెప్పారు. అలాగే తన పెద్ద కుమార్తె ఆశయాన్ని ప్రధాని ముందు ఉంచారు. తన కుమార్తె ఇప్పుడు 12వ తరగతి చదువుతోందని.. భవిష్యత్తులో డాక్టర్ కావాలనుకుంటోందని చెప్పారు. 'ఎందుకు వైద్య వృత్తి వైపు వెళ్లాలనుకుంటున్నావ్..?' అంటూ అక్కడే ఉన్న ఆ అమ్మాయిని ప్రధాని ప్రశ్నించారు. 'అందుకు మా నాన్న అనుభవిస్తున్న బాధే కారణం'అంటూ కన్నీటి పర్యంతమైంది.

సౌదీ అరేబియాలో పనిచేస్తోన్న సమయంలో కంట్లో వేసుకున్న చుక్కలముందు ఆయూబ్ చూపును దెబ్బతీసింది. దాంతో ఆయన మిగతావారిలా స్పష్టంగా చూడలేరు. కాగా, ఆయన కుమార్తె చెప్పిన కారణం విన్న ప్రధాని.. భావోద్వేగానికి గురై కొద్దిసేపు మౌనంగా ఉండిపోయారు. ఆ వెంటనే తేరుకొని, 'ఇతరుల పట్ల నువ్వు చూపుతున్న కరుణే నీ బలం' అంటూ ఆమెను మెచ్చుకున్నారు. ఆమె చదువుకు అవసరమైనప్పుడు సాయం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉంటామని భరోసా ఇచ్చారు. ఈ క్రమంలోనే ఆమె ఇటీవల మోదీకి లేఖ రాశారు.

Lawsons bay colony
New/old flats for sale
NEW
One flat for one floor
Premium construction
Each flat 1700 SFT,
3 BHK
All flats facing East.
Car parking lift generator available.
Loan facility available.
Ready to occupy, Very reasonable price.

Lawsons bay colony
Second sales
10:45 SFT, 2 BHK,
North facing,
Lift car parking generator available,
5th floor, Contact me for further details.
Kadambari consultancy services
PSR Prabhu,
90 63 80 1556/
8977901556

STAR Health and Allied Insurance Co. Ltd.
మీకు ఆరోగ్య బీమా ఉందా..?
DO YOU HAVE A HEALTH CARD..?
If not, its Available Here
M.Chandra Mouli
Health Insurance Specialist
8977899939

FLAT for SALE
MVP colony, 1250/ 1160 SFT
2Flats for sale, 2BHK, 2years old,
Floring granite, cupboards, modular kitchen,car parking,lift, generator available. South/North. facing, UDS 40, For details contact
KADAMBARI consultancy services.
PSR Prabhu,
9063801556, 8977901556 (wats up number)

We undertake construction works of Individual houses, Group houses, Apartments and all types of civil works.If any one required please contact me
Osr sastry
Sri sitarama constructions
Ph:9293169255

Grab Your
Retirement
Home @36 Lakhs
Plan for Venture Visit
DTCP Approved
CHINCHOD I SHADNAGAR
Hyderabd to Bangalore Highway
Reach on 6300188404

STANLEY
DEWALT
BLACK+DECKER
Welcome
Sri Teja Techno Trading Corporation
(Auth. DEALERS)

: 9848181680, 9848181680

క్లాసిఫైడ్స్, ప్రకటనల కొరకు సంప్రదించండి
8186030813

Looking for Builder/Developer.
10 Acres land available for sale Near Ghatkesar, Only for out rate or Half Development half Out rate. 3.5 Cr Per Acre, Inside ORR, Conservative Zone, Clear Title, Suitable for Villas, Suitable for Layout,
Further details contact me 8147212488

Wanted Independent House
Madhurawada, kommadi, pm palem line lo individual house or villa purchase cheyutaku kavalenu. 200 -250 sq yards lo kavalenu. Budget 2 to 2.5 cr. Compound wall undali Car parking kuda undali. Please confirm me if anybody knows.
7989422831, 9652694110
my contact numbers

Pressure Pan
3 Litres & 5 Litres
Made of Stainless steel
INDUCTION BASE
Sri Lakshmi metal stores
98 49 11 62 61

WANTED DISTRIBUTERS
Fitearly
A food supplement powder to drink with milk to regain Energy. Purely without sugar and Very Very Tasty.
IQ Up-HG
A food supplement for school and college going GIRLS to Improve Memory power, Growth, balance Harmones and keep ENERGYTIC.
IQ Up-HB
An interesting and tasty food supplement for school and college going boys to improve concentration on study, sports, memory, IQ, fitness and keeps always ENERGYTIC.
These Three products are manufactured by shri Akella Subrahmanya Sharma, M.D., Herbindo pvt.ltd. Hyderabad.
* Marketing and Business promotion Support is offered for Distributors. Minimum Investment :
Rs. 25,000/- Only
Atractive profits and lagre Sales assured.
Contact : 9393949345
S.V.Rao, Visakhapatnam

"అన్నపూర్ణే సదాపూర్ణే శంకరప్రాణవల్లభే జ్ఞానవైరాగ్యసిద్ధ్యర్థం భిక్షాం దేహి చ పార్వతి"
శ్రీ గంటి వెంకటేష్‌శర్మ
Sri గంటి రమణమూర్తి & శ్రీమతి బాల
Cell : 9440371765
9030767651
9032497021
గంటి వారి కేటరింగ్ సర్వీసెస్
మర్రివీధి, సింహాచలం, విశాఖపట్నం - 530 028
మీ వివాహాది శుభకార్యములకు భోజన సరుపాయములు, మీకు కావలసిన వంటకాలతో, రుచికరమైన కేటరింగ్ చేయబడును.

-: సైటు వివరములు :-
164 sq.yds ... plot no.68
north east corner plot.
-: సైటు లొకేషన్ :-
ఆదిత్య టవున్ షిప్ వారి
అక్షయనగర్ లేఅవుట్
VMRDA చే అనుమతించబడిన
LP నెంబరు 73/2019
సర్వే నెంబరు 11/8
నెల్లివాడగ్రామ పంచాయతీ,
బొందపల్లి మండలం
విజయనగరం జిల్లా..(కలెక్టరు ఆఫీసు
నుంచీ 11 కి.మీ. దూరంలో)
సంప్రదించు నెంబరు
9063801556 / 9849069795

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