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

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

విశాఖ సమాచారమ్

RNI No.52722/90 సంపుటి : 32 సంచిక : 305 విశాఖపట్నం, 28 సెప్టెంబరు 2022 బుధవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

రాష్ట్రపతిచే వైరాలజీ ఇనిస్టిట్యూట్‌కి శంకుస్థాపన

భారత రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము బెంగళూరులో సౌత్‌జోన్ కు చెందిన ఐసిఎంఆర్- నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ వైరాలజీ (ఎన్.ఐ.వి) శంకుస్థాపన ఫలకాన్ని ఈరోజు వర్చువల్ విధానంలో ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కేంద్ర ఆరోగ్య, కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ సహాయ మంత్రి డాక్టర్ భారతి ప్రవీణ్ పవార్ పాల్గొన్నారు.

కోవిడ్ ను అదుపు చేయడంలో ఇండియన్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ మెడికల్‌రిసెర్చ్ అత్యద్భుత మద్దతునిచ్చింని, ఇప్పుడు ఈ సంస్థ పెద్ద ఎత్తున పరిశోధన మౌలికసదుపాయాలను విస్తరిస్తోందన్న విషయం తెలిసి సంతోషంగా ఉంది. వైరాలజీ రంగంలో పరిశోధన అభివృద్ధిని పెంచడానికి నేషనల్ ఇన్ స్టిట్యూట్ ఆఫ్ వైరాలజీ (ఎన్‌ఐవి)పూణె, అవసర మైన అన్ని చర్యలు తీసుకుంటున్నది. నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ వైరాలజీ సంస్థ ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థకు కోలాబరేటింగ్ లేబరెటరీగా గుర్తింపు పొందిందని తెలిసి ఎంతో సంతోషంగా ఉంది. దేశంలో జోనల్ క్యాంపస్ ల ద్వారా నేషనల్ ఇన్ స్టిట్యూట్ ఆఫ్ వైరాలజీ దేశవ్యాప్తంగా , వివిధ భౌగోళిక ప్రాంతాల అవసరాలకు అనుగుణంగా తన క్యాంపస్‌లను విస్తరింప చేయడం ప్రశంసార్హమైనది అని రాష్ట్రపతి అన్నారు.

దేశంలోనే వాక్సిన్‌ను తయారు చేసి దానిని కోట్లాది మంది దేశ ప్రజలకు వేయడం మానవ చరిత్రలోనే అతిపెద్ద వాక్సినేషన్ కార్యక్రమంగా రాష్ట్రపతి కొనియాడారు. కోవిడ్ మహమ్మారిపై పోరాటంలో, మనం ఎన్నో అభివృద్ధి చెందిన దేశాలకంటే ఎంతో ముందున్నామని రాష్ట్రపతి అన్నారు. ఈ ఘన విజయం సాధించినందుకు మనం మన శాస్త్రవేత్తలు, వైద్యులు, నర్సులు, పారా మెడికల్ సిబ్బంది, వాక్సినేషన్ కార్యక్రమంతో ముడిపడిన ప్రతి ఒక్కరికీ ఎంతో రుణపడి ఉన్నామని ఆమె అన్నారు.

బెంగళూరులో సౌత్‌జోన్ కు చెందిన నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ వైరాలజీ (ఎన్.ఐ.వి) శంకుస్థాపన ఫలకాన్ని రాష్ట్ర పతి ఆవిష్కరించడం గొప్ప గౌరవమని అన్నారు. ఇండియా , గౌరవ ప్రధాన మంత్రి శ్రీనరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో ఆరోగ్య రంగంలో సాంకేతికతను పెద్ద ఎత్తున వినియోగిస్తున్నదని అన్నారు. దీనివల్ల ఎలాంటి మహమ్మారినైనా ప్రాథ మిక దశలోనే గుర్తించి పరిశీలించడానికి , ఇందుకు సంబంధించి తగిన చర్యలు తీసుకొని దానిని అదుపు చేయడానికి వీలు పడుతుందని అన్నారు.

మన ఆరోగ్య రక్షణ వ్యవస్థను మరింత బలోపేతం చేసేందుకు నూతన ఎన్ ఐవి ఏర్పాటు మరో ముందడుగు వంటిదని ఆమె అన్నారు. ప్రధానమంత్రి ఆయుష్మాన్ భారత్ ఆరోగ్య మౌలిక సదుపాయాల మిషన్ (పిఎం - ఎబిహెచ్ఐఎం) కింద, బహుళ రంగ జాతీయ స్థాయి సంస్థలు , ప్లాట్ ఫారంలను ,నాలుగు నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్స్ ఆఫ్ వైరాలజీ (ఎన్ ఐవి)లను నాలుగుజోన్ లలో ఏర్పాటు చేసేందుకు ప్ర భుత్వం నిధులు విడుదల చేసిందన్నారు. ఇది జీవరక్షణ సన్నద్ధతకు దేశంలో మహమ్మారులపై పరిశోధనను బలోపేతం చేసేందుకు ఉపయోగపడుతుందన్నారు.

ప్రజారోగ్య సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు ఎదుర్కోవడంలో ఎన్.ఐ.వి పాత్ర గురించి కేంద్ర మంత్రి ప్రముఖంగా ప్రస్తావించారు. ఐసిఎంఆర్-ఎన్ ఐవి ఏర్పడినప్పటి నుంచి వైరల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లను నియంత్రించడంలో, ప్రజారోగ్య పరిరక్షణలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నదని అన్నారు. ఐసిఎంఆర్- ఎన్ ఐవి యాంటీ వైరల్ డ్రగ్స్‌పై పెద్ద ఎత్తున పరిశోధన సాగించిందన్నారు. అలాగే పలు రకాల కిట్ ల వాలిడేషన్ చేసిందని, కొత్త డయాగ్నస్టిక్‌లను అభివృద్ధి చేయడంతో పాటు పెద్ద ఎత్తున శిక్షణ కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం ద్వారా మన దేశపు తొలి దేశీయ వాక్సిన్ కోవాక్సిన్ విజయవంతం కావడానికి దోహదపడిందన్నారు. ఈ చర్యలు తొలి దశలోసార్స్ కోవ్ -2 వ్యాప్తిని అరికట్టడంలో ఎంతో ఉపయోగపడ్డాయన్నారు. ఫలితంగా ఇవాళ ప్రపంచం మొత్తం ఆరోగ్యరక్షణ రంగంలో

(మిగతా 2లో)

డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 ఏర్పాట్లను సమీక్షించిన మంత్రి

2022 నిర్వహణ కోసం జరుగుతున్న ఏర్పాట్లను రక్షణ శాఖ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ 2022 సెప్టెంబర్ 27న న్యూఢిల్లీలో నిర్వహించిన సమావేశంలో సమీక్షించారు. పెద్దఎత్తున డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 నిర్వహణకు జరుగుతున్న ఏర్పాట్లను రక్షణ శాఖ మంత్రికి అధికారులు వివరించారు. ఏర్పాట్లపై సంతృప్తి వ్యక్తం చేసిన డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022ను గతంలో ఎన్నడూ జరగని విధంగా పెద్దఎత్తున నిర్వహించాలని అధికారులకు శ్రీ రాజ్‌నాథ్ సింగ్ ఆదేశాలు జారీచేశారు. సమావేశంలో రక్షణ శాఖ సహాయ మంత్రి అజయ్ భట్, రక్షణ శాఖ కార్యదర్శి డాక్టర్ అజయ్ కుమార్ మరియు ఇతర రక్షణ మంత్రిత్వ శాఖ ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

గుజరాత్ లోని గాంధీనగర్ లో 2022 అక్టోబర్ 18వ తేదీ నుంచి 22వ తేదీ వరకు డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 జరగనున్నది. 12వ సరి జరుగుతున్న డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో లో పాల్గోడానికి 2022 సెప్టెంబర్ 27 నాటికి 1,136 సంస్థలు రిజిస్టర్ అయ్యాయి. ఈ సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంది. లక్ష చదరపు మీటర్ల విస్తీర్ణం ఉన్న స్థలంలో 2022 డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో జరగనున్నది. ఇంతపెద్ద విస్తీర్ణంలో డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో ను నిర్వహించడం ఇదే తొలిసారి. మునుపటి డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 76,000 చదరపు మీటర్ల విస్తీర్ణం ఉన్న స్థలంలో జరిగింది. 'పాత్ టు ప్రైడ్' ప్రధాన అంశంగా డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 జరుగుతుంది. జాతీయ, అంతర్జాతీయ సంస్థల భాగస్వామ్యంతో భారత వైమానిక, రక్షణ రంగాలను బలోపేతం చేసి స్వావలంబన సాధించి భారత దేశాన్ని అభివృద్ధి చేయాలన్న ప్రధాన మంత్రి శ్రీ నరేంద్ర మోదీ చేస్తున్న ప్రయత్నాలకు అద్దం పట్టే విధంగా డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 జరగనున్నది. 'మేక్ ఇన్ ఇండియా, మేక్ ఫర్ ది వరల్డ్' విధానానికి రక్షణ శాఖ ప్రాధాన్యత ఇస్తోంది. రక్షణ రంగంలో భారతదేశం శక్తి సామర్థ్యాలను ప్రతిబింబించే విధంగా రక్షణ రంగ పరిశ్రమలు డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022లో ప్రదర్శనలు ఏర్పాటు చేస్తాయి.

భారతీయ కంపెనీల కోసం మొట్ట మొదటి ప్రత్యేకంగా నిర్వహిస్తున్న డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పోగా డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 నిలుస్తుంది. భారతదేశంలో సంస్థలు, విదేశీ ఒఈఎం కలిగిన భారత దేశ అనుబంధ సంస్థలు, భారతదేశానికి చెందిన సంస్థతో జాయింట్ వెంచర్ కలిగి ఉన్న ఎగ్జిబిటర్ సంస్థలు భారతీయ సంస్థలుగా పరిగణించబడతాయి. ఆర్డినెన్స్ ఫ్యాక్టరీ బోర్డు పరిధి నుంచి రక్షణ రంగ సంస్థలుగా ఏర్పడిన ఏడు కొత్త రక్షణ కంపెనీలు మొదటి వార్షికోత్సవం డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 లో జరుగుతుంది. ఈ ఏడు సంస్థలు తొలిసారిగా డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో లో పాల్గొంటున్నాయి.

అయిదు రోజుల పాటు డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 జరుగుతుంది. అక్టోబర్ 18-20 వరకు వ్యాపార కార్యక్రమాలు జరుగుతాయి. అక్టోబర్ 21, 22 తేదీల్లో ప్రదర్శనను సందర్శించడానికి ప్రజలను అనుమతిస్తారు. డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో ప్రదర్శన తొలిసారిగా నాలుగు వేదికల్లో జరగనున్నది. ప్రారంభ కార్యక్రమం, సదస్సులు 2022 మహాత్మా మందిర్ కన్వెన్షన్ లో జరుగుతాయి. హెలిప్యాడ్ ఎగ్జిబిషన్ సెంటర్‌లో ప్రదర్శన, సబర్మతి నది తీరంలో ప్రత్యక్ష ప్రదర్శనలు మరియు పోర్ బందర్ వద్ద ఇండియన్ నేవీ ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ నౌకలను సందర్శించడానికి ప్రజలకు అవకాశం కల్పిస్తారు.

భారతదేశం -ఆఫ్రికా దేశాల మధ్య రెండో దఫా రక్షణ రంగ చర్చలకు డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 ఆతిథ్యం ఇస్తుంది. చర్చల్లో ఆఫ్రికా దేశాలకు చెందిన పలువురు

(మిగతా 2లో)

పాడేరులో బీజేపీ ప్రజా పాదయాత్ర

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ లో వైసీపీ పాలనకు ప్రజలు స్వస్తి చెప్పాలని బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు పునగంటి అప్పారావు ప్రజా పోరు యాత్రలో ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు, మంగళవారం పాడేరు నియోజవర్గం లో జీ మాడుగుల వారపు సంతలో బీజేపీ ప్రజా పోరు యాత్ర జీ మాడుగుల మండలంలో ముగింపు యాత్ర లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో వైసీపీ 3మూడున్నర ఏళ్ల లో ఇసుక మాఫియా, మద్యం మాఫియా తో పాలన సాగుతోందని వైసీపీ అధినేత జగన్మోహన్ రెడ్డి ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీలను తుంగలో తొక్కి మద్యం షాపులను ప్రభుత్వం నడుపుతూ రాష్ట్రంలో మహిళలు కు ఇచ్చిన మద్యపాన నిషేధం ఏమైంది అని ఆయన దుయ్యబట్టారు, గిరిజన ప్రాంతాల్లో గ్రామ పంచాయతీ నిధులు కుడా జగన్మోహన్ రెడ్డి నవరత్నాలుకి వాడుకుని గ్రామ పంచాయతీలను నిర్వీర్యం చేశారని ఆరోపించారు, భారతీయ జనతా పార్టీ అధికారంలోకి గిరిజనులు కు ప్రత్యేక గిరిజన మంత్రిత్వ శాఖ ఏర్పాటు చేసిందని ,అదే విధంగా గిరిజన ప్రాంతాల్లో కాఫీ తోటల అభివృద్ధి కి వాజపేయి ప్రధాన మంత్రిగా ఉండగా 144 కోట్ల రూపాయల తో ఈ ప్రాంతాల్లో నిధులు ఇచ్చింది అని మారుమూల గ్రామాల్లో రహదారి నిర్మాణం కోసం ప్రధానమంత్రి గ్రామీణ సడక్ యోజన పథకాలను తీసుకుని వచ్చి ఈ గిరిజన ప్రాంతాల్లో నేడు రోడ్లు ఉన్నాయంటే అది బీజేపీ కేంద్ర ప్రభుత్వం ద్వారా నే సాధ్యం అయ్యిందని అన్నారు,నేడు నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వం కూడా వనభందు పథకం ద్వారా10 కోట్లు జీ మాడుగుల మండలానికి ఇవ్వడం జరిగింది అని ఆ నిధులుతో కొత్తపల్లి జలపాతం అభివృద్ధికి కోటి రూపాయలు నిధులు ఇచ్చిందని, గిరిజన విద్యార్థులు కు విజయనగరం లో దగ్గర గిరిజన యూనివర్సిటీ ఏర్పాటు ,పాడేరు జిల్లా కేంద్రంలో మెడికల్ కళాశాల 300 కోట్లు ఇచ్చింది అని అన్నారు,రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అవినీతి పాలన ప్రజలు గుర్తించి రాబోయే రోజుల్లో బీజేపీ కి మద్దతు ఇవ్వాలని కోరారు, కేంద్ర కాఫీ బోర్డు సభ్యుడు రాష్ట్ర గిరిజన మోర్చా అధ్యక్షుడు కురుసా ఉమామహేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అరాచక పాలనకు ప్రజా పోరు యాత్ర లో ప్రజలు కు వివరించి వైసీపీ గద్దె దించేందుకు ప్రజలు సహక రించాలని కోరారు ఈ కార్యక్రమంలో గిరిజన మోర్చా రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి కుడా కృష్ణరావు, ఉత్తరాంధ్ర గిరిజన మోర్చా జోనల్ ఇంచార్జి కె రాజారావు, ఎస్సి మోర్చా కోనసీమ జోనల్ ఇంచార్జి రవికుమార్ పెనుమాక, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సల్లా రామకృష్ణ, యువమోర్చా రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు ఎమ్ గోపాల పాత్రుడు, నందోలి ఉమామహేష్, జిల్లా యువ

(మిగతా 2లో)

రక్షణ గోడ నిర్మాణానికి మేయర్ శంకుస్థాపన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మహా విశాఖపట్నం నగరపాలక సంస్థ పరిధిలో జివిఎంసికి చెందిన స్థలాల ఆక్రమణలను అరికట్టేందుకు చర్యలు చేపడుతున్నట్లు నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. మంగళవారం ఆమె 2వ జోన్, 13వ వార్డు పరిధిలో ముడసర్లోవలోని జివిఎంసికి చెందిన స్థలానికి సుమారు రూ.9.19 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో రక్షణ గోడ నిర్మాణానికి విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త అక్రమాని విజయనిర్మల, కార్పొరేటర్ కెల్లా సునీతతో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ జివిఎంసికి చెందిన స్థలాలు అన్యాక్రాంతం కాకుండా పటిష్ట చర్యలు చేపడుతున్నట్లు తెలిపారు. జివిఎంసికి చెందిన ముడసర్లోవ ప్రాంతంలో సుమారు రూ.9.20కోట్ల అంచనా వ్యయంతో రక్షణ గోడ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై ఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి విశాఖ నగరాన్ని పరిపాలన రాజధాని చేయాలని సంకల్పించారని, త్వరలో ఆ కల నెరవేరుతుందని

(మిగతా 2లో)

విశాఖ ఉక్కులో రహదారి భద్రతపై సమావేశం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మంగళవారం విశాఖపట్నం స్టీల్ ప్లాంట్‌లోని ఇడి(వర్క్స్) భవనంలోని ప్రధాన సమావేశ మందిరంలో "రహదారి భద్రత"పై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఆర్ఐఎన్ఎల్ ఉద్యోగులలో మెరుగైన అవగాహన మరియు రహదారి భద్రత స్పృహను పెంపొందించడానికి ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది. ఆర్ఐఎన్ఎల్ చీఫ్ జనరల్ మేనేజర్ (మెయింటెనెన్స్ అండ్ ఐరన్)-ఇంఛార్జి బికె మొహంతి ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా మొహంతి మాట్లాడుతూ, ఆర్ఐఎన్ఎల్ యాజమాన్యం కేవలం రోడ్డు భద్రతకే కాకుండా భద్రతకు సంబంధించిన ప్రతి అంశానికి అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని అన్నారు.

ఆర్ఐఎన్ఎల్ ఉద్యోగులను ఉద్దేశించి ప్రత్యేక అతిథిగా విచ్చేసిన శ్రీ శరత్ రాజ్‌కుమార్, అసిస్టెంట్ కమీషనర్ ఆఫ్ పోలీస్ (ట్రాఫిక్)-సౌత్ జోన్, విఎస్‌పి ఆకట్టుకునే పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా రహదారి భద్రత గురించి అద్భుతమైన అవగాహన కలిగించారు. గౌరవ విశాఖపట్నం పోలీస్ కమీషనర్ నేతృత్వంలో విశాఖ

(మిగతా 2లో)

రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు పటిష్ట చర్యలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు పటిష్టమైన చర్యలు చేపట్టాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా. ఏ. మల్లికార్జున అన్నారు. మంగళవారం సాయంత్రం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో జిల్లా కలక్టర్ అధ్యక్షతన రహదారి భద్రత కమిటీ సమావేశం నిర్వహించబడింది.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో రవాణా సౌకర్యాలు మెరుగుపరిచి రోడ్డు ప్రమాదాలు జరగకుండా చూడాలని సంబంధిత శాఖల అధికారులను ఆదేశించారు. జిల్లాలో హైవే , బీఆర్టిస్ రోడ్లులో ప్రమాదాల వలన మరణాలు అధికంగా ఉన్నాయని, వీటి నివారణకు యాక్షన్ ప్లాన్ తయారు చేయాలని ట్రాఫిక్ , జీవీఎంసీ అధికారులను ఆదేశించారు. వాహనదారులు రహదారి క్రమశిక్షణ పాటించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. అదేవిధంగా డ్రంక్ & డ్రైవ్ నివారణకు అదనంగా బృందాలను ఏర్పాటు చేసి తనికీ లు నిర్వహించాలని పోలీస్, ఆర్టీఏ అధికారులను ఆదేశించారు. ద్విచక్ర వాహనదారులు తప్పని సరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని అన్నారు. వాహన దారునితో పాటు వెనుక కూర్చున్న వారు హెల్మెట్ ధరించేందుకు అవసరమైన చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు.

ఏ.డి.సి.పి ట్రాఫిక్ మాట్లాడతూ జిల్లాలో కొన్ని చోట్ల బ్లాక్ స్పాట్స్ ఉన్నాయని తెలుపగా కలెక్టర్ వెంటనే వీటిని పరిశీలించి అవసరమైన చోట్ల స్పీడ్ బ్రేకర్లు, సూచికలు ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. గాజువాక నుంచి కూర్మన్నపాలెం వరకు జాతీయ రహదారిలో సేవా మార్గం నిర్మించేందుకు అవసరమైన భూమి కొరకు 10 రోజులలో సర్వే నిర్వహించి నివేదిక సమర్పించాలని రెవెన్యూ, ఎన్.హెచ్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఎన్.ఎ.డి ఫ్లై ఓవర్ పై ఫ్లాష్ బోర్డులు ఏర్పాటు చేయాలని విఎంఆర్డిఏ అధికారులకు సూచించారు. పలుచోట్ల అవసరమైన బస్ షెల్టర్లు నిర్మించాలని ఆర్టీసీ సిబ్బందికి తెలియజేశారు. అదే విధంగా కళ్యాణ మంటపాలు ఉన్నచోట వాటి యాజమాన్యాలు సొంతంగా పార్కింగ్ ఏర్పాట్లు కలిగి వుండాలని, లేని యెడల 60 రోజులలో అదనపు ఏర్పాట్లు చేసుకోవాలని ఆదేశించారు. ట్రామా కార్ సెంటర్ సౌకర్యాలు కలిగిన అన్ని ఆసుపత్రుల వివరాలను అందించాలని కేజీహెచ్ సూపరింటెండెంట్ కు తెలిపారు. అసంపూర్తిగా ఉన్న యు.జీ.డీ పనులను తక్షణమే ప్రారంభించి పూర్తి చేయాలని జీవీఎంసీ సిబ్బందికి తెలియజేశారు. వాహనదారులు ప్రతి ఒక్కరూ రోడ్డు భద్రతా నియమాలు

(మిగతా 2లో)

అబే మృతికి సంతాపం తెలిపిన ప్రధానమంత్రి

జపాన్ ప్రధాని ఫుమియో కిశిదాతో జరిగిన ఒక ద్వైపాక్షిక సమావేశంలో ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ పాలు పంచుకొన్నారు. పూర్వ ప్రధాని శింజో అబే కన్నుమూత పట్ల ప్రధాన మంత్రి తన ప్రగాఢ సంతాపాన్ని వ్యక్తం చేశారు. కీర్తిశేషుడైన ప్రధాని భారతదేశం-జపాన్ భాగస్వామ్యాన్ని బలపరచడం తో పాటు గా ఒక స్వేచ్ఛాయుతమైనటువంటి, అరమరికల కు తావు ఉండనటువంటి మరియు అన్ని వర్గాల ను కలుపుకొని పోయేటటువంటి ఇండో-పసిఫిక్ రీజియన్ తాలూకు దార్శనికత ను రూపుదిద్దడం లో కూడా అందించిన తోడ్పాటు లను ప్రధాన మంత్రి ఈ సందర్భం లో ప్రస్తావించారు.

ద్వైపాక్షిక సంబంధాల ను మరింత గాఢతరం గా తీర్చిదిద్దుకోవడంలో నేత లు ఇరువురు వారి వారి నిర్మాణాత్మకమైనటువంటి ఆలోచనల ను ఒకరికి మరొకరు వెల్లడించుకొన్నారు. వారు అనేక ప్రాంతీయ అంశాల ను గురించి మరియు ప్రపంచ అంశాల ను గురించి కూడా చర్చించారు. భారతదేశం-జపాన్ ప్రత్యేక వ్యూహాత్మక మరియు ప్రపంచ భాగస్వామ్యాన్ని మరింత గా బలోపేతం చేసే దిశ లోను, ప్రాంతీయ సమూహాల లో, వివిధ అంతర్జాతీయ సమూహాలు మరియు సంస్థలలో కలసి కృషి చేయడం లో నేత లు వారి యొక్క వచనబద్ధత ను పునరుద్ఘాటించారు.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

రాష్ట్రపతిచే వైరాలజీ ఇనిస్టిట్యూట్‌కి శంకుస్థాపన

పరిశోధన, అభివృద్ధి విషయంలో ఇండియావైపు చూస్తున్నదని ఆమె అన్నారు.

కోవిడ్ మహమ్మారితో, ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆరోగ్య రంగంలో గల బలహీనతలు బయటపడ్డాయని , ప్రజారోగ్య రంగానికి ఎదురయ్యే అత్యవసర ముప్పులను ఎదుర్కొనడంలో గల లోపాలను ఇది బహిర్గతం చేసిందన్నారు. ఈ నేపథ్యలో దక్షిణాది జోన్ కు చెందిన బెంగళూరులోని ఐసిఎంఆర్ - ఎన్ఐవి లేబరెటరీ అత్యధునాతన మౌలిక సదుపాయాలను కలిగి ఉండనున్నదని ఆమె అన్నారు. ఇది వివిధ ఇన్‌ఫెక్షన్లకు కారణమయ్యే వివిధ రిస్క్ గ్రూప్ లకు చెందిన ఏజెంట్లను గుర్తించి వాటిని ఎదుర్కోవడంలో కీలక పాత్ర పోషించనున్నదని అన్నారు. దేశంలోని దక్షిణాది రాష్ట్రాలలో ఇన్‌ఫెక్షన్లకు కారణమయ్యే వ్యాధులపై నిఘా ఉంచడానికి వీలు కల్పిస్తుందన్నారు. ఆ రకంగా ఇది అంటువ్యాధులను విజృంభణను ఎదుర్కోడానికి ,జాతీయ స్థాయిలో నిఘాను పరిపుష్టం చేయడానికి ఉపకరిస్తుందని ఆమె అన్నారు.

డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో 2022 ఏర్పాట్లను సమీక్షించిన మంత్రి

రక్షణ మంత్రులు పాల్గొంటారు. హిందూ మహా సముద్ర ప్రాంతం కోసం ప్రత్యేక సదస్సు నిర్వహణకు సన్నాహాలు జరుగుతున్నాయి.

రక్షణ రంగ ఉత్పత్తుల శాఖ, రక్షణ మంత్రిత్వ శాఖ సామర్థ్యాలను ప్రతిబింబించే విధంగా ఇండియా పెవిలియన్ ను తీర్చిదిద్దుతున్నారు. 'పాత్ టు ప్రైడ్' పేరుతో ఏర్పాటయ్యే ఇండియా పెవిలియన్ స్వదేశీ రక్షణ ఉత్పత్తుల పరిపక్వత, స్టార్టప్‌లు, రక్షణలో ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్‌తో సహా తాజా సాంకేతికతను ప్రదర్శిస్తుంది మరియు 2047 కోసం రూపొందించిన ప్రణాళిక వివరాలు ప్రదర్శిస్తుంది. 50కి పైగా స్టార్టప్‌లు తమ ఉత్పత్తులను పెవిలియన్‌లో ప్రదర్శిస్తాయి. రాష్ట్రాలు/కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలు ఈ కార్యక్రమంలో పెవిలియన్‌లను తొలిసారి ఏర్పాటు చేయనున్నాయి. కార్యక్రమంలో పాల్గొనడానికి ఇప్పటికే పలు సంస్థలు ఆమోదం తెలిపాయి. అవగాహన ఒప్పందాలు, ట్రాన్స్‌ఫర్ ఆఫ్ టెక్నాలజీ ఒప్పందాలు మరియు ఉత్పత్తి లాంచ్‌ల పరంగా 300 కంటే ఎక్కువ ఒప్పందాలు ఖరారు అయ్యే అవకాశం ఉంది.

డిఫెన్స్ ఎక్స్‌పో సందర్భంగా రక్షణ తయారీలో ఎక్సలెన్స్ కోసం ఇస్తున్న రక్షణ మంత్రి అవార్డులు మొదటి సారి ప్రధానం చేస్తారు.

పాడేరులో బీజేపీ ప్రజా పాదయాత్ర

మోర్చా అధ్యక్షుడు లకే భాస్కర్,రాష్ట్ర కౌన్సిల్ మెంబర్ లకే బాలయ్య దొర, కిసాన్ మోర్చా జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి దుక్కిరి ప్రభాకర్, గిరిజన మోర్చా రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు కాకర చిన్నయ్య , బీజేపీ మండల అధ్యక్షుడు వంతాల సుబ్బారావు,యువమోర్చా మండల అధ్యక్షుడు సతీష్,జిల్లా, మండల , క్రియాశీలక కార్యకర్తలు తదితరులు జీ మాడుగుల వారపు సంతలో బైక్ ర్యాలీ చేశారు.

రక్షణ గోడ నిర్మాణానికి మేయర్ శంకుస్థాపన

ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. అంతే కాకుండా విశాఖ నగరాన్ని పర్యాటక, పారిశ్రామిక రంగాలుగా అభివృద్ధి చేయాలనే సంకల్పంతో ఉన్నారని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జోనల్ కమిషనర్ బొడ్డేపల్లి రాము, జివిఎంసి కార్యనిర్వాహక ఇంజనీరు(ప్రాజెక్ట్) దిలీప్, సహాయక ఇంజనీర్, వైఎస్ఆర్ సిపి నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ ఉక్కులో రహదారి భద్రతపై సమావేశం

మహానగరంలో రోడ్డు భద్రత కోసం అమలు చేస్తున్న వివిధ కొత్త కార్యక్రమాల గురించి కూడా ఆయన వివరించారు.

"డ్రైవింగ్ చేసేటప్పుడు సరైన లేన్‌ను పాటించడం మరియు రహదారిని పంచుకోవడం కూడా రహదారి భద్రతను నిర్ధారించడంలో ముఖ్యమైన అంశాలు మరియు సహ-వినియోగదారు (ఇతర డ్రైవర్లు/ప్రయాణికులు)తో రహదారిని పంచుకోవడం యొక్క ప్రాముఖ్యతను పాఠశాల స్థాయిలోనే విద్యార్థులకు బోధించాలి. వీలైనంత వరకు ఎక్కువ ట్రాఫిక్ డెన్సిటీ ఉన్న రోడ్లను నివారించేందుకు ప్రజలు సాధ్యమైనంతవరకు ప్రయత్నించాలి" అని శరత్ రాజ్‌కుమార్ అభిప్రాయపడ్డారు. ట్రాఫిక్ నియమాలు, ట్రాఫిక్ సంకేతాలు, చట్టాలు, అతి వేగం, ట్రాఫిక్ సాంద్రత, డ్రైవర్ల ఆరోగ్యం మరియు మానసిక స్థితి, దృశ్యమానత మరియు క్లియరెన్స్, కాంతి మరియు వాతావరణ పరిస్థితులు రోడ్డు ప్రమాదాలకు దారితీసే కొన్ని ముఖ్యమైన అంశాలు అని శరత్ రాజ్‌కుమార్ తెలిపారు.

శరత్ రాజ్‌కుమార్ రోడ్డు భద్రతకు సంబంధించిన వివిధ ముఖ్యమైన అంశాలను పంచుకున్నారు అలాగే వివిధ రోడ్డు ప్రమాదాల గురించి స్పష్టమైన ఉదాహరణలతో వివరించారు. ప్రతి ఒక్కరూ ట్రాఫిక్ నిబంధనలను ఖచ్చితంగా పాటించాలని మరియు రహదారి భద్రతకు తమ వంతు భాధ్యతను అమలుచేయాలని మరియు రహదారి భద్రతను మెరుగుపరచడానికి వారి నుండి కూడా వినూత్న ఆలోచనలతో ముందుకు రావాలని ఆయన కోరారు. వివిధ రహదారి/ట్రాఫిక్ చట్టాలు మరియు నిబంధనలు ప్రాథమికంగా వ్యక్తి, అతని కుటుంబం మరియు సమాజం యొక్క భద్రతను పరిరక్షించడం కోసమేనని ఆయన చెప్పారు.

అనంతరం విశాఖ ఉక్కు కర్మాగారానికి చెందిన పలువురు ఉద్యోగులు శ్రీ శరత్ రాజ్‌కుమార్‌తో జరిగిన ఇంటరాక్టివ్ సెషన్‌లో రోడ్డు భద్రత గురించి ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు పటిష్ట చర్యలు

పాటించాలని తెలియజేశారు. ఉప రవాణా కమిషనర్ రాజారత్నం రహదారి భద్రతకు సంబంధించి గత సమావేశంలో చర్చించిన అంశాలు, ఇప్పటివరకు జరిగిన పనులను గూర్చి పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా వివరించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రవాణా, పోలీస్, జీవీఎంసీ, నేషనల్ హైవే , రహదారులు, భవనాల శాఖ, విద్యాశాఖ, వైద్య శాఖ, ప్రజా రవాణా, విఎంఆర్డిఏ తదితర శాఖల అధికారులు, సిబ్బంది ,ఎన్.జి.ఓ లు పాల్గొన్నారు.

డిప్యూటీ సీఎంకి బ్రహ్మ రథం పట్టిన ప్రజలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): చీడికాడ పర్యటనలో డిప్యూటీ సీఎంబూడి ముత్యాల నాయుడుకు ప్రతి గడపలో మహిళలు హారతులు పడుతూ పూల వానతో స్వాగతం పలికారు, ఈ సందర్భంగా జగనన్న సంక్షేమ పథకాలను ప్రజలకు వివరిస్తూ అలాగే ప్రజల సమస్యలను అడిగి తెలుసుకుని అర్హత ఉండి పథకాలు అందని లబ్దిదారులకు వెంటనే ఆ పథకాలు అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను మంత్రి ముత్యాలనాయుడు ఆదేశించారు. కాగా జనం పథకాల అమలు తీరుపై హర్షం వ్యక్తం చేసి సీఎం జగన్ మెచ్చుకున్నారు. . గ్రామంలో పర్యటిస్తున్న సందర్భంగా ఉపముఖ్యమంత్రి పలు సమస్యలను గుర్తించి సదరు అధికారులను సమస్యను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు.

గ్రామంలో ఉన్న అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని మంత్రి దర్శించి పిల్లలతో కాసేపు సరదాగా గడిపారు. పిల్లల పౌష్టికాహారం అమలు తీరును అరా తీశారు.

గడప గడపకు పర్యటిస్తున్న సందర్భంలో గ్రామానికి చెందిన ఇరువురు అన్నదమ్ములు చాలా కాలం క్రితం నుండి ఎడమోహం పెడమోహం గా ఉంటున్నారు. క్షణాల్లో వారిమధ్య ఉన్న దురాన్ని గమనించిన డిప్యూటీ సీఎం తనదైన శైలితో చాకచక్యంగా వారిద్దరిని క్షణాల్లోనే దగ్గర చేసి అన్నదమ్ములను కలిపినారు. డిప్యూటీ సీఎం చేసిన ఈ పని పట్ల ఇరుగుపొరుగు వారు సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. కార్యక్రమంలో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమాన్ని స్థానిక ఎమ్మెల్యే రాష్ట్ర ఎస్సీ వెల్ఫేర్ కమిషన్ చైర్మన్ గొల్ల బాబురావు ప్రతిష్టాత్మకంగా రాష్ట్రప్రభుత్వం చేపడుతున్న కార్యక్రమాలను లబ్దిదారులకు ప్రజలకు ఉదండపురం గ్రామంలో నిర్వహించారు గ్రామంలో ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ గౌరవ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి మేనిఫెస్టోలో పేర్కొన్న విధంగా అన్ని కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తున్నారని పేద బడుగు బలహీన వర్గాలకు నూటికి నూరు శాతం పని చేస్తున్నారని ఆయన అన్నారు. మహిళలకు వైయస్సార్ చేయూత పథకాన్ని అందజేసి మహిళా పక్షపాతి అయ్యారని ముఖ్యమంత్రిని కొనియాడారు ప్రజలు ఎమ్మెల్యే కి స్వాగతం పలికారు. వైయస్సార్ పథకాలు నుండి లబ్ది పొందిన వారు ముఖ్యమంత్రి ఫోటోకు పాలాభిషేకం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైసిపి నాయకులు బొల్లం సూరి చలపతిరావు ఎంపీటీసీ బచ్చల రాజు గ్రామ సర్పంచ్ పాడగట్ల వెంకటేశ్వరరావు మండల పార్టీ అధ్యక్షులు సీరం నరసింహమూర్తి, గొర్ల బాబురావు, సూరకాసుల గోవిందు, పాడగట్లపాపారావు, పి బాబు రావు, చొప్ప శ్రీను, గోపి, మిరియాల లోవ రాజు తదితర వైసిపి నాయకులు ప్రజలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

నాటికలతో పాటు నాటకాలను ఆదరించండి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): నాటక పరిషత్తులు నిర్వహించేవారు నాటికలతో పాటు నాటకాల పోటీలను కూడా నిర్వహించాలని ప్రముఖ నాటక రచయిత, వ్యాఖ్యాత, మాజీ మంత్రి దాడి వీరభద్రరావు కోరారు. స్థానిక శతకం పట్టులో వేంచేసి ఉన్న శ్రీ కనకదుర్గమ్మ అమ్మవారి నవరాత్రి ఉత్సవాల సందర్భంగా ప్రముఖ బెల్లం వర్తకులు, కనకదుర్గమ్మ ఉత్సవ కమిటీ చైర్మన్ కర్రి సన్యాసినాయుడు ఆర్థిక సాయంతో నిర్వహిస్తున్న కర్రిరమేష్ జ్ఞాపకార్థం నిర్వహిస్తున్న ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల ఆహ్వానపు నాటిక పోటీలను జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి మాజీ మంత్రి దాడి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ నాటకాలు ఇతివృత్తాలు ప్రతి ప్రేక్షకుల్ని ఆలోచింపచేస్తాయని ఇప్పటికీ కన్యాశుల్కం, కీర్తిశేషులు వంటి నాటకాలు ప్రజల మనసుల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచి ఉన్నాయన్నారు. ప్రస్తుతం కొత్త నాటకాలు కొరవడ్డాయని, రచయితలు కొత్త నాటకాన్ని రాసి కళాకారులకు పరిచయం చేయాలని ఆయన అన్నారు. కొత్త నాటకాలు రానిపక్షంలో పాత నాటకాలను కళాకారులు సాధన చేసి ప్రేక్షకుల హృదయాలను రంజింపచేయాలని ఆయన కోరారు. నాటికలు కూడా ప్రేక్షకులనుఆలోచింపచేస్తాయని అయితే అవి తాత్కాలికమేనని నాటకం జీవితాంతం గుర్తుండిపోతుందని ఆయన వివరించారు. కార్యక్రమంలో ప్రముఖ నాటక దర్శకుడు ప్రొఫెసర్ జయప్రసాద్ రెడ్డి, కార్పొరేటర్ లక్ష్మీ సౌజన్య, కనకదుర్గ ఉత్సవ కమిటీ చైర్మన్ కర్రి సన్యాసినాయుడు, శ్రీ గౌరీ పరమేశ్వరి ఆలయ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు బొడ్డేడ సన్యాసినాయుడు, బుద్ధ రమణ జి, కోశాధికారి కర్రి శివ సూర్యనారాయణ, సహాయ కార్యదర్శి పెంటకోట బాలకృష్ణ, పోటీల ఆర్గనైజర్ కే యం నాయుడు , కొణతాల మురళీకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు

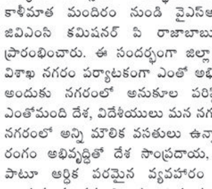
"విశాఖ" పర్యాటక రంగానికి అనుకూలం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ నగరం పర్యాటక పరంగా ఎంతో అనుకూలమైనదని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ మల్లికార్జున పేర్కొన్నారు. మంగళవారం ఆయన "ప్రపంచ పర్యాటక దినోత్సవం" సందర్భంగా ఆర్ కె బీచ్ రోడ్డులోని కాళీమాత మందిరం నుండి వైఎస్ఆర్ విగ్రహం వరకు జివిఎంసి కమిషనర్ పి రాజాబాబుతో కలసి ర్యాలీని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మట్లాడుతూ విశాఖ నగరం పర్యాటకంగా ఎంతో అభివృద్ధి చెందుతుందని, అందుకు నగరంలో అనుకూల పరిస్థితులు ఉన్నాయని, ఎంతోమంది దేశ, విదేశీయులు మన నగరానికి వస్తారని, వారికి నగరంలో అన్ని మౌలిక వసతులు ఉన్నాయన్నారు. పర్యాటక రంగం అభివృద్ధితో దేశ సాంప్రదాయ, ఆహార పద్దతులుతో పాటూ ఆర్థిక పరమైన వ్యవహారం ముడిపడి వుందని, అందువలన నగరాన్ని పర్యాటక పరంగా విదేశీయులను ఆకర్షించే విధంగా అభివృద్ధి చేయాలని తెలిపారు. ఇటీవల సాగర తీరాన్ని 22 వేల మంది వాలంటీర్లతో 28 కిలోమీటర్ల పొడువున శుభ్రం చేయడం జరిగిందని, అందుకు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి స్వయంగా వచ్చి నగరకీర్తిని ప్రసంశించారని తెలిపారు.

అనంతరం జివిఎంసి కమిషనర్ మాట్లాడుతూ నగరంలో పర్యాటకులను ఆకర్షించే విధంగా టూరిజం ని ఇంకా అభివృద్ధి పరచవలసి వుందని, ఇటీవల కరోనా వలన టూరిజం చాలా వరకు వెనుక పడిందని, ఇప్పుడిప్పుడే కొంత వరకు కోలుకుంటుందని తెలిపారు. దానివలన దేశ చరిత్ర, ఆచార వ్యవహారాలూ, సాంప్రదాయాలు అన్ని తెలుసుకోగాలుగుతున్నామని తెలిపారు. అందుకు పర్యాటకులను ఆకర్షించే విధంగా నగరాన్ని తయారు చేయాలని, అందుకు మన నగరాన్ని మనం శుభ్రం చేసుకోవాలని ప్రజలు వ్యర్ధాలను విచ్చలవిడిగా వేయకుండా డస్ట్ బిన్లలో వేయాలని, ప్లాస్టిక్ కు ప్రత్యామ్నాయ వస్తువులను వాడాలని పిలుపునిచ్చారు.

ఈ కార్యక్రమంలో టూరిజం మేనేజర్ శ్రీనివాస్, అదనపు కమిషనర్ వి సన్యాసి రావు, జోనల్ కమిషనర్ శివ ప్రసాద్, ప్రధాన వైద్యాధికారి డాక్టర్ కెఎస్ఎల్జి శాస్త్రి, కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్ శ్రీనివాస్, ఎసిపి వెంకటేశ్వర రావు, ఇంజనీర్ సిబ్బంది, ప్రజారోగ్య సిబ్బంది, వివిధ హెూటళ్ళ ప్రతినిధులు, విద్యార్థులు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మిత్రదేశాలతోనూ కయ్యం.. చైనా క్రమంగా ఒంటరి అయిపోతోంది



ప్రపంచవ్యాప్తంగా మారుతున్న పరిస్థితులు, చైనాలో అంతర్గత వ్యవహారాల కారణంగా చైనా క్రమంగా ఒంటరిగా మారుతోందని ప్రపంచ కుబేరుడు గౌతమ్ అదానీ అన్నారు. పెరుగుతున్న జాతీయవాదం, సరఫరా వ్యవస్థల్లో మార్పులు, సాంకేతిక నియంత్రణల వల్ల చైనా తమ పొరుగు దేశాలు, మిత్ర దేశాలతో కూడా దూరమవుతోందని.. ఏకాకి అవుతోందని పేర్కొన్నారు. సింగపూర్ లో జరిగిన 20వ ఎడిషన్ ఫోర్బ్స్ గ్లోబల్ సీఈవోల కాన్ఫరెన్స్ లో అదానీ మాట్లాడారు. చైనా ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన బెల్ట్ అండ్ రోడ్ ఇనిషియేటివ్ ను చాలా దేశాలు తిరస్కరిస్తున్నాయని చెప్పారు.

స్థిరాస్థి రంగం కుప్పకూలడం సంక్షోభమే..

చైనాలో స్థిరాస్థి రంగం కుప్పకూలిపోవడం సంక్షోభానికి సూచిక అని అదానీ పేర్కొన్నారు. కరోనాతోపాటు పలు ఇతర అంశాల్లో చైనా ప్రపంచ దేశాలతో కయ్యానికి కాలు దువ్విందని.. మిత్రదేశాలతోనూ అలాగే వ్యవహరించిందని వ్యాఖ్యానించారు.

ప్రస్తుతం ప్రపంచ దేశాల్లో ఆర్థిక సంక్షోభం తరహా పరిస్థితి ఉందని.. ఈ ఆర్థిక మార్పులు కాలక్రమేణా సర్దుకున్నా, కొంత కష్టమైన పరిస్థితేనని పేర్కొన్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రధాన దేశాల కేంద్ర బ్యాంకులు వడ్డీ రేట్లను పెంచుతున్నాయని.. ఇది ఆర్థిక వ్యవస్థను మాంద్యంలోకి నెట్టేసే ప్రమాదం ఉందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.

బుధవారం 28-9-2022
శుభకృత్ నామ సంవత్సరము
దక్షిణాయణం శరదృతువు
ఆశ్వీయుజ మాసం

పంచాంగం

తిథి : తదియ రా. 01.24
నక్షత్రం : చిత్త ఉ. 06.13
వర్జ్యం : ఉ. 11.46 ల 01.21 వ

సమస్యలతో సతమతమవడం కంటే సాధకుల సహాయం కోరుట మేలు.

బ్రహ్మశ్రీ హనుమద్దాస్ స్వామీజీ గారు ప్రస్తుతం చెన్నై నగరంలో ఉన్నారు.

సెల్ : 9440537607

నవ సాహితీ ఇంటర్నేషనల్
గురజాడ ఉత్తమ కవితా పురస్కారం

పురస్కారాల వ్యవధిని ఆరు నెలలకు ఒకసారి మార్చిన తరువాత ప్రకటిస్తున్న మొదటి పురస్కారానికి

శాంతి సాధనలో శాంతి అన్వేషణలో అంతరంగంలో కలిగే భావనలతో అందంగా ఆవిష్కరించిన యువ కవయిత్రి శార్వాణి "అక్షరాల గరిక"ను ఎంపిక చేయటం జరిగింది. కాపుగంటి ప్రకాష్ గారు ప్రాయోజతం చేస్తున్న ఈ పురస్కార ప్రదానం గురించిన వివరాలు త్వరలో ప్రకటిస్తాము

శీర్షిక: అక్షరాలగరిక
పేరు: గూనాపు శార్వాణి
ఊరు: హిరమండలం శ్రీకాకుళంజిల్లా

ఏముందని అక్కడ వెదికేవు?
తొందరపడి తొంగి చూస్తావెందుకని?
కాసేపలా తిరిగిరావడానికి పచ్చనిపైరగాలి పరిమళాల చోటు కాదది
కనులకువిందుచేసే సుగంధాలసుతిమెత్తని పూలతోట అస్సలుకాదు
అగాధాల అంచులవరకు అల్లుకున్న బడబానలం అక్కడుందేమో!
ఊహలపిట్టకు ఊసులరెక్కలు తొడిగే తూగుటుయ్యాల లేదక్కడ
జ్ఞాపకాలగాయాలకు మరుపులేపనం పూస్తానని ప్రయత్నం చేస్తావేమో!
అవమానపుజాడలతో, అనుమానపు నీడలతో నిత్యం చురకత్తిగాయలే అక్కడ
అప్పుడెప్పుడో అనురాగపుమేడల్లో అంతెత్తున నిలిపిన ఆత్మీయనేస్తమని
మురిసిపోతున్నావేమో!
అనుభవాల అంతర్మథనక్షేత్రంలో మొలిచిన అక్షరాలగరిక తప్ప ఏముందక్కడ!?
ఆనందక్షణాలను పరవశపుదోసిలిలో పట్టితాపించే అమృతకలశమనిఅపోహపడమాకు
అందని దూరతీరాల పొదరింటిలో విశ్రాంతికై వేచి చూస్తున్నావేమో?!
అలజడులతో నిండిన అంతర్ముఖనిజాల ఆరళ్ళు తప్ప
అక్కడ ఆరని నీ ఆశలదాహాన్ని తీర్చే ఒయాసిస్సు లేదు
ఓటమిలో నిన్ను ఓదార్చే ఓ తోడనుకొని భ్రమపడుతున్నావేమో!?
ఏ మాత్రం అది ఆశించకు,
సత్యాన్వేషణలసానపెట్టడంలో కరడుగట్టిన అంతరంగం
నీ ప్రగల్భాల ప్రాకులాటకు కనీసం కరగదు
మార్పుల ఉప్పెనకు పడిలేచే నీ ఆలోచనాతరంగాలల్లే
ఉన్మాదపు తప్పొప్పుల తక్కెడలను తప్పక నిలదీస్తుందది
భావావేశవీచికలకీచురాళ్ళ ధ్వనులకు బెదిరిపోతే ఎలా??!
బాధలభయాలు విడిచిన ముంగిట్లోనిలబడగలిగే ధైర్యం నీదైతే
నిస్తేజపునీరసాల నిశిచెలిని తరిమికొట్టే ఉలి నీచేతిన ఉంటే
శాంతిరాగాల ఉషోదయ ఉషస్సులు ఆహ్వానం పలుకగా
నీకు ఎదురవవా!!!!

మహిళల పక్షపాతి జగన్: ముత్తంశెట్టి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి మహిళల పక్షపాతి అని వారి అభివృద్ధే ఆయన లక్ష్యం అని రాష్ట్ర మాజీ మంత్రి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు అన్నారు తగరపువలస బంతాట మైదానంలో ఏర్పాటు చేసిన 1,2,3 వార్డుల జగనన్న చేయూత కార్యక్రమం లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వాల పాలనలో పథకాలు ఎలా ఎగ్గొట్టాలా అని ఆలోచించేవని ఇప్పటి ప్రభుత్వం అర్హత ఉన్న ప్రతీ ఒక్కరికీ అందడమే లక్ష్యంగా పని చేస్తుందని ఈ చేయూత వలన మహిళలు చిరు వ్యాపారులు గా ఎదగడానికి ఓ తోడ్పాటు అని పేదల కళ్ళల్లో ఆనందమే జగనన్న కల అని కరోనా కష్టకాలం లో కూడా సంక్షేమ పాలన అందించిన ఏకైక ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి గారే అని ఆయన తోడ్పాటుతో నియోజకవర్గ అభివృద్ధి లో పాలు పంచుకోవడం నాకు చాలా సంతోషంగా ఉందని మాట్లాడారు. అనంతరం మహిళలు అంతా కలిసి జగనన్న చిత్ర పటానికి పాలాభిషేకం చేశారు.

అనంతరం అవంతి శ్రీనివాసరావు చేతులు మీదుగా 4వేల మంది లబ్దిదారులకు 7కోట్ల 50 లక్షల రూ చెక్కును అందివ్వడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో ఇంచార్జ్ ముత్తంశెట్టి మహేష్, 1వ వార్డు కార్పొరేటర్ అక్రమాన్ని పద్మావతి రామునాయుడు, 2వ వార్డు ఇంచార్జి శిల్లా కరుణాకర్లు రెడ్డి, కో. ఓపెన్షన్ మెంబెర్ కొప్పల ప్రభావతి, కొప్పల రమేష్, జి. ప్రసాద్, చిప్పాడ వెంకటేష్, శిల్లా వంశీ, వార్డు ప్రెసిడెంట్ లు ఆయా పదవుల్లో ఉన్న వారు నాయకులు ప్రభుత్వ అధికారులు కార్యకర్తలు అభిమానులు పాల్గొన్నారు

విశాఖ సమాచారమ్

బుధవారం 28-9-2022

దసరా పాట

పల్లవి: ఏదయా మీదయ మామీద లేదు!
ఇంతసేపుంచుట ఇది మీకు తగదు!
1. దసరాకు వస్తిమని విసవిసల బడక!
చేతిలో లేదనక ఇవ్వలేమనక !
ఇప్పుడు లేదనక అప్పివ్వరనక!
రేపురా మాపురా మళ్ళీ రమ్మనక!
శీఘ్రముగ నివ్వరే శ్రీమంతులారా!
జయీభవ విజయీభవా దిగ్విజయీభవా!!
2. పావలా బేడైతె పట్టేది లేదు!
అర్ధరూపాయైతె అంటేది లేదు!
ముప్పావలైతేను ముట్టేది లేదు!
రూపాయి ఐతేను చెల్లుబడి కాదు!
హెచ్చు రూపాయైతె పుచ్చుకొంటాము!
జయీభవ విజయీభవా దిగ్విజయీభవా!!
3. అయ్యవారికి చాలు ఐదు వరహాలు!
పిల్లవాళ్ళకు చాలు పప్పు బెల్లాలు!
మా పప్పు బెల్లాలు మాకు దయచేసి!
శీఘ్రముగ బంపరే శ్రీమంతులారా!
జయీభవ విజయీభవా దిగ్విజయీభవా!!

దసరా పండుగను గిలకల పండగంటారు. చక్కగా కొత్త దుస్తులు ధరించి వెదురుతో చేసిన విల్లంబులు, ఎక్కుబెట్టిన విల్లు చివరి భాగాన మిఠాయి పొట్లం ఆకారంలో తయారుచేసి దానిలో "బుక్కా" రంగు పొడీ. కొందరైతె పువ్వులూ వేసి ఒండొరులు చల్లుకొంటు, ఆడుకొంటూ, పాడుకొంటూ నడిచే దసరా గీతమిది. పంతుళ్ళు వెనుక నడుస్తుంటే పిల్లలు వరుస ల్లో పాడుతూ ప్రతి వాకిటాఆగి దసరా మామూళ్ళు స్వీకరించే ఆత్మీయమైనఆచార మిది. లోగుట్టు ఒక వ్యక్తి అభివృద్ధి గాని కుటుంబ, సమాజ, ప్రాంత అభివృద్ధి గాని జ్ఞానము తోటే సాధ్యమని, చదువుతోటే వికాసమని భావించిన ఆ గ్రామములోని పెద్దలు గ్రామం లోని బడి బలంగా ఉండడానికి తమ సహాయాన్ని అందించేవారు.

ప్రభుత్వ బడులు లేని ఎన్నో గ్రామాల్లో తమ స్థలాలను బడి పెట్ట డానికి నిస్వార్థంగా పెద్దలు దానం ఇచ్చేవారు. వెలిగే దీపం మరియొక దీపాన్ని వెలిగిస్తుందని నిజాయతీగా నమ్మిన జ్ఞాన మూర్తులు బతకడానికి కాకుండా, బ్రతికించడానికి ఉపాధ్యాయులుగా మారి ఆ గ్రామంలోని పిల్లలను వెలుగు దివ్వెలుగా మార్చేవారు. దసరా పండుగ సందర్భంగా ఆ సంవత్సర కాలంలో తాము విద్యార్థులకు నేర్పిన పద్యాలు, శ్లోకాలు, గణిత సమస్యలు, పొడుపు కథలు మొదలైనవి గ్రామంలోని పెద్దల అందరి ఎదుట దసరా సెలవులలో జ్ఞాన ప్రదర్శన కావించేవారు. పిల్లల వయస్సు, తరగతిని బట్టి వివిధ కళలను పిల్లకు నేర్పి తమను పోషిస్తున్న పెద్దలతో చెప్పి మెప్పించి పెద్దలు ఆనందంగా ఇచ్చే కానుకలను పొందేవారు. ఇదే కదా నిజమైన పరీక్ష ఉపాధ్యాయులకు విద్యార్థులకు.

ఎంత గొప్ప ఆంతర్యమో ఆనాటి దసరా పాటల్లో. దేవతా వేషధారులై ఆ చిన్నారులు ఘనమైన పద్యాలు చదువుతూ ఆశీస్సులు అందిస్తే ముగ్ధులైన ఆ ఊరి పెద్దలు ఆ బడి ఇంకా ఇంకా ఎదగాలని తమ ధనాన్ని దసరా కానుకగా అందించేవారు. ఆనాటి పిల్లలు అర్జునునిలా జీవన కురుక్షేత్రంలో విజయులే. అలాంటి ఉపాధ్యాయులు ద్రోణాచార్యులు.

మారుతున్న కాలం..ప్రపంచీకరణ నేపథ్యంలో ఈ సంప్రదాయం పాటించే అవసరం ఇప్పుడు లేదనుకోండి. దాంతోపాటే ఈ పాటా మూలన పడిపోయింది.

వివిధ అలంకరణలలో భక్తులకు దర్శనం ఇచ్చిన అమ్మవార్లు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): దసరా శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాల సందర్భంగా పట్టణంలోని పలు దేవాలయాలలో అమ్మవారు అలంకరణలలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఆలయాలకు భక్తులు వేకువజాము నుండి తరలివచ్చి అమ్మవారి లకు పూజలు నిర్వహించి తమ భక్తీ ప్రపత్తులను చాటుకున్నారు. గవరపాలెం శతకం పట్టు లో వేంచేసియున్న కనకదుర్గమ్మ అమ్మవారు బాలా త్రిపుర సుందరి అవతారంలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఆలయ అర్చకులు అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు ఆలయ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు పివి రమణ ఉత్సవ కమిటీ చైర్మన్ కర్రి సన్యాసినాయుడు ఆలయ నిర్వహకులు కాంద్రేగుల నాయుడు, కొణతాల మురళీకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీనూకంబిక అమ్మవారి ఆలయంలో రేజేటి సీతారామాచార్యులు ఆధ్వర్యంలో నూకాంబికమ్మ వారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. విరాళ దాతలు రొంగలి శ్రీనివాసరావు, కసిరెడ్డి జగన్నాథరావు, పైలా నవీన్ కుమార్ కుటుంబ సమేతంగా అమ్మవారి పూజా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు.

గవరపాలెం శ్రీ గౌరీ పంచాయతన దేవాలయంలో శ్రీ గౌరీ పరమేశ్వరి అమ్మవారు సరస్వతీ దేవి అలంకరణలో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఉదయం నుండి అమ్మవారికి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఆలయ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు బొడ్డేడ సన్యాసినాయుడు బుద్ధ రమణా జీ, కర్రీ శివ సూర్యనారాయణ తదితరులు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

శ్రీ కన్యకా పరమేశ్వరి దేవస్థానంలో వాసవి కన్యకా పరమేశ్వరి అమ్మవారు సరస్వతి దేవి అలంకరణలో భక్తులకు దర్శనం ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా అమ్మవారికి అర్చకులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు ఆలయ కమిటీ సభ్యులు 102 మంది విద్యార్థులకు నోట్ పుస్తకాలు పెన్నులు రబ్బర్లు పంపిణీ చేశారు. కార్యక్రమంలో బిల్లపాటి కృష్ణకుమార్, కొరుపోలు జగదీశ్వరరావు పాలకవర్గ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

గవరపాలెం నిదానం దొడ్డిలో వెలసి ఉన్న కామాక్షి అమ్మవారు గాయత్రీ దేవి అలంకరణలో భక్తులకు దర్శనం ఇచ్చారు .ఈ సందర్భంగా అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో పట్టణ విశ్వబ్రాహ్మణ సంఘం అధ్యక్ష కార్యదర్శులు కోసూరు మన్మధరావు దోసూరు చంద్రశేఖర రావు కోశాధికారి కడియం రామకృష్ణ తదితరులు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు

బష్కి పంచాయితీ మోరిగూడ గ్రామానికి తారు రోడ్డు సౌకర్యం కల్పించండి

అరకు వేలి, (విశాఖ సమాచారమ్): కాంగ్రెస్ పార్టీ అరకు వేలి నియోజకవర్గం ఇన్చార్జి పాచిపెంట శాంతకుమారి ఆదేశాల మేరకు అరకు వేలి మండలం బష్కి పంచాయతీ మోరిగూడ గ్రామానికి అరకు వ్యాలీ బ్లాక్ కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షుడు కొర్రపోతురాజు కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజాదర్బార్ కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ఇందులో భాగంగా మారుమూల గ్రామాలు. గైభంద, పూసెలు, జగ్ని మొర్రిగూడ ప్రజలు రహదారి సౌకర్యం లేక అడవి బాటలో గర్భిణిస్తులకు, వృద్ధులకు, చిన్నరులకు డోలుమోతతో చాలా రోజులు ఆసుపత్రికి తీసుకువచ్చిన సందర్భాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి.కాని మారుముల ప్రాంతంలో స్థానిక ఎన్నికల సమయంలో హామీ ఇచ్చి ఓట్లు వేయించుకొని గెలిచిన తరువాత మర్చిపోయిన ప్రజా ప్రతినిధులు స్థానిక ఎంపీటీసీలు గానీ సర్పంచులు ఎంపీపీ జెడ్పిటిసి సందర్శించే సమయం కూడా లేక బాధపడుతున్నం. ఆదివాసులు ఓట్లు వేసింది మారుమూల ప్రాంతాలు అభివృద్ధి కొరకు గ్రామాల అభివృద్ధి జరగకపోవడం వలన మేము వేసిన ఓటు వృధా అన్ని ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు 108 వాహనం.గానీ ఆటోలు ద్విచక్ర వాహనాలు వెళ్లలేని పరిస్థితిలో ఉంది అదేవిధంగా గిరిజన రైతులు పండించిన పంటలు పప్పు దినుసులు గాని మండల కేంద్రంలో తీసుకొచ్చి అమ్ముకోవడానికి కూడా చాలా ఇబ్బందికరంగా ఉంటుందిఇప్పటికైనా స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా కలెక్టర్ గారు ఐటిడిఏ ప్రాజెక్ట్ అధికారి పాడేరు వారు తక్షణమే స్పందించి.కాగు వలస నుండి మొర్రిగూడ వరకు సుమారు నాలుగు కిలోమీటర్ల తారు రోడ్డు సౌకర్యం కల్పించాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ నుండి డిమాండ్ చేస్తున్నాము. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు జంపరంగి వెంకట్ బాబు గొల్లూరి అప్పన్న గొల్లూరి అప్పలస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రేక్షకులను ఆలోచింపజేసిన నాటిక అస్తికలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని గవరపాలెం కనకదుర్గమ్మ అమ్మవారి నవరాత్రి ఉత్సవాలు పురస్కరించుకొని స్థానిక మల్ల జగన్నాథం కళ్యాణ మండపంలో నిర్వహిస్తున్న ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల ఆహ్వానపు నాటికల పోటీలలో భాగంగా గుంటూరు పెదకాకాని గంగోత్రి వారు ప్రదర్శించిన అస్తికలు నాటిక ప్రేక్షకులను ఆలోచింపజేసింది. భూముల ధరలకు రెక్కలు రావడంతో కన్న తల్లిదండ్రుల సమాధులతో కూడా వ్యాపారాలు చేసే ఒక కుటుంబంలోని వ్యక్తుల ఇతివృత్తంతో కూడిన నాటిక ఈ అస్తికలు. బ్రతికినంత కాలం ఆస్తులు పోగడమే లక్ష్యంగా బ్రతికిన బసవయ్య అనే వ్యక్తి చచ్చిపోయాక గాని తన జీవితం ఎంత నికృష్టమైందో అర్థం కాదు. తన పిల్లలు కూడా తనలాగే ఆస్తుల కోసం వెంపర్లాడడం చూసి బసవయ్య ఆత్మ ఎంత క్షోభ పడుతుందో ఆసక్తికరంగా ఈ నాటిక సాగుతుంది. నాటికలు నటీనటులు పాత్రోచితంగా నటించి పాత్రలకు ప్రాణం పోశారు. ముఖ్యంగా నాటిక అభ్యంతం జయమ్మ పాత్రధారి గుడివాడ లహరి నటన హావభావాలు నాటికకే హైలెట్ అని చెప్పవచ్చు.

నాటికల్లో బసవయ్యగా నాయుడు గోపి, పెద్దబ్బాయి గా విసిహెచ్కే ప్రసాద్, జయమ్మగా లహరి, జయమ్మ భర్తగా డాక్టర్ బొక్క శ్రీనివాసరావు, జయమ్మ తమ్ముడు హరి బాబుగా ఎన్ సూర్య బ్రోకర్ గా పి వరప్రసాద్ నటించారు. నాయుడు గోపి దర్శకత్వంలో రూపొందిన ఈ నాటికకు పిన్నమనేని మృత్యుంజయరావు నాటకీకరణ చేశారు. ఆహార్యం పరమేష్ సంగీతం రమణ లైటింగ్ రంగాలంకరణ నోరి రామ్మోహన్ నిర్వహించారు. నాటిక మూల కథ శ్రీ రమణ.

కార్మిక హక్కులుహరిస్తున్న కేంద్రం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): నలబైనాలుగు కార్మిక చట్టాలను రద్దు చేసి నాలుగు లేబర్ కోడ్స్ అమలు చేసి కార్మికుల హక్కులను కేంద్రప్రభుత్వం హరిస్తుందని ఏఐటీయూసీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి పడాల.రమణ విమర్శించారు

మంగళవారం స్థానిక సీపీఐ కార్యాలయంలో అనకాపల్లి,అల్లూరిజిల్లా ఏఐటీయూసీ సమితి సమావేశం జిల్లా కన్వీనర్ వై.ఎన్.భద్రం అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూమోదీ ప్రభుత్వవిధానాలతో 2014లో పదిహేడువేల కోట్లు ఆదాయం కలిగిన ఆదాని,నేడుపదిన్నర లక్షలకోట్లుసంపాదించారని అన్నారు. బ్యాంకులు, రైల్వే, టెలికాం, పోస్టల్, స్టీల్ ప్లాంట్ వంటి ప్రభుత్వ రంగసంస్థలు ప్రైవేటీకరణ చేస్తూ రిజర్వేషన్లు ఎత్తివేయడానికి కుట్ర పన్నుతున్నారని ఆరోపించారు. బీజేపీఅధికారంలోకి రాక ముందు వంద రోజుల్లో ధరలు తగ్గిస్తామని ఏడాదికి రెండుకోట్లు ఉద్యోగాలు కల్పిస్తామని,రైతులఆదాయం రెట్టింపుచేస్తామని,నిరుద్యోగ సమస్య పరిష్కారిస్తామని,ప్రతీ పేద వాడికి జన్ ధన్ అకౌంట్లుపదిహేను లక్షలడిపాజిట్ చేస్తామని ఎన్నికల్లో హామీలిచ్చి ఆచరణలో విఫలం అయ్యారని విమర్శించారు.

అలాగే అక్టోబర్ 14 నుంచి 18వరుకు విజయవాడలో జరిగే సీపీఐ జాతీయ మహాసభలను,కార్మికులు ఉద్యోగులు అధికసంఖ్యలో జయప్రదం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈకార్యక్రమంలో రాష్ట్ర సమితి సభ్యులు కోన. లక్ష్మణ, ఎల్.వి.రమణ, జి.ఏసుదాసు ,అల్లూరిజిల్లా కన్వీనర్ జల్లూరి. రాజబాబు, నాయకులు రామ లక్ష్మీ,ఆశారాణి,లెక్కలలక్ష్మీ, శ్రీరామదాసు. అబ్బులు, లోవ, బిక్కుబాబు, కోరిబిల్లి.జగదీష్ మత్తుర్తి. సూరిబాబు, ఎరుకు నాయుడు, సత్తిబాబు, చెల్లూరి. నాగరాజు, ముప్పిడి. రామచంద్రరావు, ఈశ్వరరావు, కరణం.మాణిక్యలరావు, దొడ్డి. సూర్యారావు, చిన్ని, త్రినాద్, తదితరులుపాల్గొన్నారు

బిల్డర్ దాష్టీకం

అంధ మహిళను మోపించిన వైనం పోలీస్ కేసు నమోదు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలోని మురళీ నగర్ కు చెందిన ఓ బిల్డర్ అంధ మహిళను మోసగించినట్లు పోలీస్ కమిషనర్ కు ఫిర్యాదు చేశారు.

పెందుర్తిలో అంధు రాలికి చెందిన స్థలాన్ని కొనుగోలు చేస్తానని చెప్పి రిజిస్ట్రేషన్ చేయించుకుని ఒక్క రూపాయి కూడా చెల్లించకుండా చెల్లని చెక్కులిచ్చి మోసం చేశారు. రెండు ఫ్లాట్ ఇస్తామని అగ్రిమెంట్ చేసి వాటిని వేరే వారికి అమ్మేసారు.బిల్డర్ ఇచ్చిన చెక్కులు బౌన్స్ అవడంతో గత కొన్ని నెలలుగా బాధితులు అతని సంప్రదించే ప్రయత్నం చేసిన అందుబాటులో లేకపోవడంతో పోలీస్ కమిషనర్ కి ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ బిల్డర్పై న్యాయవాదులు సిఐడి, మానవ హక్కుల కమిషన్ , మహిళా కమిషన్ కు ఫిర్యాదు చేశారు.నిత్యం ప్రజలను మోసగిస్తున్న అతని పై పీడీ యాక్ట్ నమోదు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

ఈ బిల్డర్ పై గతంలో భీమిలి, పెందుర్తి పోలీస్ స్టేషన్లలో కేసు నమోదు అయినట్టు తెలుస్తుంది. చినముషిడివాడలో అపార్ట్మెంట్ కడతానని కొంతమంది వద్ద డబ్బులు వసూలు చేసి నిలువునా ముంచినట్టు సమాచారం. ఎంతోమందిని మోసం చేసి తప్పించుకు తిరుగుతున్న ఈ బిల్డర్ పై పోలీసులు దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. మహిళా సంఘాలు న్యాయవాదుల సంఘాలు కూడా అంధురాలికి మద్దతు ప్రకటించాయి.

10వ వార్డులో సమస్యలను పరిష్కరించండి : ఎమ్మెల్యే

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 10 వ వార్డు లో ఉన్న సమస్యలపై విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు వెలగపూడి రామకృష్ణ బాబుతో వార్డు టీడీపీ ఇంచార్జి మద్దిల రాజశేఖర్ జీవీఎంసీ కమిషనర్ రాజా బాబు ను కలసి జీవీఎంసీ కార్యాలయంలో వినతి పత్రాన్ని అందజేశారు. బి.ఎస్.ఆర్ నగర్ కొండవాలు ప్రాంతంలో త్రాగునీటి సరఫరా లేకపోవడంతో ప్రజలు నానా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, తక్షణమే వీధి లైట్స్ సమస్య పరిష్కరించాలని, వివేకానంద నగర్ జీవీఎంసీ పార్కును అభివృద్ధి చేయాలనీ కోరారు. ఈ సందర్భంగా జీవీఎంసీ కమిషనర్ సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేస్తా అని పేర్కొన్నారు.

గ్రామ అధ్యక్షుడుకు శుభాకాంక్షలు తెలిపిన పతివాడ

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ పదో వార్డు ఇందిరా నగర్ గ్రామ అధ్యక్షులుగా ఎన్నికైన కే .ఆర్ .వి ప్రసాద్ కు ఏపీ ఎడ్యుకేషన్ డైరెక్టర్ పతివాడ వెంకటలక్ష్మి, వైఎస్ఆర్ సిపి 10 వ వార్డు అధ్యక్షులు పతివాడ కనకరాజు , నాయకులు మహిళా కార్యకర్తలు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు .

ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను ఖండించండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భగత్‌సింగ్ గొప్ప స్వాతంత్ర్య సమయోధుడు, విప్లవ సోషలిస్టు, మార్క్సిస్టు, గొప్ప సిద్ధాంత కర్త అని సిఐటియు కార్యాలయంలో జరిగిన భగత్‌సింగ్ జయంతి సభలో సిఐటియు ప్రధాన కార్యదర్శి ఆర్‌కెఎస్‌వి కుమార్ అన్నారు. 12సం.ల చిరుప్రాయంలోనే బ్రిటిష్ వలస పాలకుల సామ్రాజ్యవాద వ్యతిరేక యోధునిగా పరిణమించారని బ్రిటిష్ పాలకుల దౌర్జన్యాలు, దారుణాలు ఎండగడుతూ సెంట్రల్ లెజిస్లేటివ్‌లో కరపత్రాలు విసిరి, పొగబాంబులు వేసి విప్లవం వర్ధిల్లాలని సంపూర్ణ స్వాతంత్ర్యం రావాలని నినదించిన వీరుడని అన్నారు. 1925లో ఆర్‌ఎస్‌ఎస్ ఆవిర్భవించిన నాటి నుండి బ్రిటిష్ పాలకులకు అండగా వుందని స్వాతంత్ర్య సంగ్రామానికి తూట్లు పొడిచిందన్నారు. నాటి స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి బిజెపి ఎటువంటి పాత్రలేదన్నారు. ప్రజల సొమ్ముతో రైతుల త్యాగాలతో ఏర్పడిన ప్రభుత్వరంగ పరిశ్రమలను సర్వనాశనం చేసే చర్యలు బిజెపి ప్రభుత్వం చేపట్టిందని ఎన్నికల ప్రచారంలో సం?రానికి 2 కోట్లు ఉద్యగాలు ఇస్తామని చెప్పి మోడీ ఉద్యోగాలు ఇవ్వకపోగా కోట్ల ఉద్యోగాలు పొగొడుతున్నారని ప్రజలపై మోయలేని కష్టాలు, కడగండ్లు భారాలు ప్రజలపై మోపుతున్నారని, కార్పొరేట్లకు లక్షల కోట్ల రూ?లు రాయితీ ఇస్తుదని కేంద్ర బిజెపిప్రభుత్వం ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను భగత్‌సింగ్ స్ఫూర్తితో త్రిప్పి కొట్టాలని పిలుపు నిచ్చారు.

అంజీర పండ్లని నానబెట్టి తింటే మలబద్ధకం ఉండదు

నానబెట్టకుండానే తినొచ్చు. అయితే, నీటిలో నానబెట్టి తింటే మంచి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. ముందుగా నానబెట్టడం వల్ల అత్తిపండ్లలో కరిగే ఫైబర్ కంటెంట్‌ని విచ్ఛిన్నమవుతుంది. కాబట్టి రాత్రి నానబెట్టి ఉదయాన్నే తినడం మంచిది.

ఎలా నానబెట్టాలి..

ఎండిన అంజీర్ ముక్కల్ని 2 నుంచి 4 తీసుకోండి. ఓ గిన్నెలో సగం వరకు నీరు పోయండి. అంజీర్ ముక్కల్ని అందులో వేసి రాత్రంతా నానబెట్టండి. ఉదయం, నీటిలో నుంచి తీసి పరగడుపున తినొచ్చు.

రాత్రిపూట నానబెట్టి ఉదయాన్నే అంజీర్ తినడం వల్ల కలిగే లాభాలు చూద్దాం.

మలబద్ధకం దూరం..

నానబెట్టిన అంజీర పండ్లను తినడం వల్ల మలబద్ధకం నుండి బయటపడొచ్చు. ఎందుకంటే అత్తిపండ్లలో కరిగే, కరగని ఫైబర్ రెండూ కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి ప్రేగు కదలికను మెరుగుపరుస్తాయి. మీ జీర్ణ వ్యవస్థను కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. మీరు సాధారణంగా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకుంటారని నిర్ధారించుకోండి. ఇది సమతుల్య, పోషకమైనది.

ఎముకలకి బలం..

అత్తిపండ్లలో కాల్షియం కూడా ఎక్కువగానే ఉంటుంది. దీనిని తినడం వల్ల ఎముకలకు అవసరమైన కాల్షియం అందుతుంది. మన శరీరం స్వయంగా సరైన కాల్షియంని ఉత్పత్తి చేయదు. కాబట్టి మన శరీరానికి కాల్షియం అందించగల ఆహారాన్ని తినడం చాలా ముఖ్యం. అత్తి పండ్లతో పాటు కాల్షియం లభించే ఆహార పదార్థాల విషయానికొస్తే సోయా, పాలు, ఆకుపచ్చ ఆకుకూరలు.

భోజనం తర్వాత..

అంజీర పండ్లలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. వీటిని మీ డైట్‌లో చేర్చుకోవడం వల్ల చాలా బెనిఫిట్స్ ఉంటాయి. ముఖ్యంగా బరువు తగ్గాలనుకునేవారు ఉదయాన్నే నానబెట్టిన అంజీర్ పండ్లను తినడం వల్ల అనుకున్న బరువుకి వస్తారు. చాక్లెట్స్, ఐస్‌క్రీమ్ తినడానికి బదులు భోజనం తర్వాత స్వీట్స్‌కి ప్రత్యామ్నాయంగా వీటిని తినొచ్చు.

షుగర్ పేషెంట్స్‌కి..

అత్తిపండ్లలో క్లోరోజెనిక్ యాసిడ్, పొటాషియంలు ఉన్నాయి. ఇవి మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి డయాబెటిక్ పేషెంట్లలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుకోవాలనుకునేవారికి అద్భుతమైన ఆహారపదార్థం.

ఈ డ్రింక్ తాగితే బరువు తగ్గుతారు

ఆరోగ్యకరమైన జీవక్రియ శరీరంలో కొవ్వు పేరుకోకుండా చూస్తుంది. కాబట్టి ఇప్పుడు చెప్పే డ్రింక్స్ మీ చుట్టుకొలతను తగ్గించడంలో మీకు సాయపడతాయి.

సిట్రస్ జ్యూస్.. ఉదయాన్నే లేవగానే సిట్రస్ జ్యూస్ తాగడం కూడా మంచిది. నారింజ రసం, స్వీట్ లెమన్ జ్యూస్‌లు మీరు తీసుకోవచ్చు. ఈ రసాలలో యాసిడ్ కంటెంట్ ఉంటుంది. అవి మీ జీవక్రియను పెంచే ఉత్ప్రేరకాలు, కొవ్వును తగ్గించడంలో నేరుగా సహాయపడవు. కానీ, మీ భోజనంలో భాగంగా మంచి విటమిన్, మినరల్‌కి ప్రత్యామ్నాయంగా తీసుకోవచ్చు. దీని ఫలితంగా పొట్ట, కొవ్వు తగ్గుతుంది.

గ్రీన్ టీ భోజనానికి బదులు తీసుకుంటారు. ఇది మీకు శక్తిని అందించదు. కానీ, ప్రజలు భోజనం తర్వాత గ్రీన్ టీని తీసుకోవచ్చు. దీని వల్ల జీవక్రియ పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా తిన్న ఆహార త్వరగా జీర్ణమవుతుంది. గ్రీన్ టీని భోజనానికి బదులు, అల్పాహారంగా కూడా తీసుకుంటారు. సాయంత్రం వేళల్లో చిరాగ్గా అనిపించినప్పుడు మీరు గ్రీన్‌టీని తీసుకోవచ్చు.

బ్లాక్ కాఫీ మీకు అప్పటికప్పుడు శక్తిని అందిస్తుంది. బ్లాక్ కాఫీని రెగ్యులర్‌గా వర్కౌట్‌కి ముందు తీసుకోవచ్చు. ఇది అప్పుడప్పుడు ఉపవాసం చేసేప్పుడు కూడా తీసుకోవచ్చు. దీనిని తాగడం వల్ల మీ శరీరంలో మాక్రోన్యూట్రియెంట్స్ సంఖ్య తగ్గుతుంది. మీరు ఎక్కువ సమయం తినకుండా ఉన్నప్పుడు కడుపులో గ్యాస్ ఏర్పడకుండా ఉండేందుకు దీనిని తీసుకోవచ్చు. దీంతో మీకు శక్తి కూడా వస్తుంది. వర్కౌట్ ముందు తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కువ ఎనర్జీతో వర్కౌట్ చేయొచ్చు. దీని వల్ల కేలరీలు ఎక్కువగా బర్న్ అయి బరువు తగ్గుతారని స్పోర్ట్స్ న్యూట్రిషనిస్ట్, సెలబ్రిటీ ఫిట్‌నెస్ ట్రైనర్ బ్రియాన్ డిసౌజా తెలిపారు.

ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్..

ఉదయాన్నే ఓ గ్లాసు నీటిలో రెండు లేదా మూడు టేబుల్ స్పూన్ల ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ వేసి, ఖాళీ కడుపుతో ఈ మిశ్రమాన్ని తాగొచ్చు. అయితే ఇది కేవలం ఉదయాన్నే తీసుకోవాలి. ACV మీ పేగులను శుభ్రపరిచి మీకు సాయపడుతుంది. ఇది మీ pH స్థాయిని, మీ కడుపు యాసిడ్ స్థితిని బ్యాలెన్స్ చేస్తుంది. మీ జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. బెల్లీ ఫ్యాట్, బాడీ ఫ్యాట్‌ని కరిగించడంలో మీకు సాయపడుతుంది.

నీరు తాగడాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు. నీటిని ఎంత తక్కువ తీసుకుంటే, కండరాల బలం అంత పెరుగుతుంది. ఇది మీరు నిద్రపోతున్నప్పుడు కూడా కొవ్వు కరిగేలా హెల్ప్ చేస్తుంది. మీ నిద్రలో బర్నింగ్ మెకానిజమ్‌ని అంటే కొవ్వు కరగటాన్ని క్యాటాబోలిజం అంటారు. ఇక్కడ తగినంత నీరు కండరాలను నిర్వహిస్తుంది. కండరాల కొవ్వును బర్న్ చేసేందుకు మీకు సహాయపడతాయి. కండరాలు జీవించడానికి, తమని తాము రక్షించుకోవడానికి కొవ్వుతో వృద్ధి చెందుతాయి. అందువల్ల నీరు మీ ఆహారంలో ముఖ్యమైన భాగం. ముందు చెప్పిన ఏ డ్రింక్స్‌ని అయినా నీటితో భర్తీ చేయొచ్చు. కానీ నీటిని వేటితో భర్తీ చేయలేం. కచ్చితంగా తీసుకోవాలి.

ఓవెన్ లేకుండానే ఇలా బేక్ చేయండి

పాన్ అనేది ఎన్నో విధాలుగా మనం వాడతం. ఐరన్ ప్యాన్స్ చాలా రోజులుగా వాడుతున్నాం. ఇందులో ఎన్నో రకాల వంటలను చేస్తాం. దీనిలో చేయడం వల్ల టేస్ట్ పెరుగుతుంది. ఈ ప్యాన్‌పై బ్రెడ్ బేక్ చేయొచ్చు. అయితే.. చేసేటప్పుడు చేయాల్సిందల్లా బటర్ ఎక్కువగా రాయడం. అప్పుడు దానికి అతుక్కోకుండా ఉంటుంది. ఆ తర్వాత ప్యాన్‌ని ఓ మూతతో క్లోజ్ చేయండి. ఈజీగా బేక్ అయిపోతుంది.

గాలిచొరని ఓ గిన్నె..

వైర్ రాక్ స్టాండ్, కొన్ని బేకింగ్ ప్యాన్‌లతో వంటలను బేక్ చేసేందుకు మీకు పెద్ద కుండ అవసరం. ఈ విధంగా మీరు కేకులు, చికెన్, బ్రెడ్ కూడా బేక్ చేయొచ్చు. ఓ పెద్ద పాట్‌లాంటి గిన్నె తీసుకోండి. దాని లిడ్ అంటే మూత సరిగ్గా ఉండాలి. ఇప్పుడు అందులో బేకింగ్ పాన్‌ని గ్రీజ్ చేసి అందులో బేక్ అవ్వాల్సిన పిండిని వేసి బుడగలు లేకుండా ట్యాప్ చేయండి. పిండి సెట్ అయ్యాక.. పెద్దగిన్నెలో స్టాండ్ పెట్టి బేకింగ్ పాన్ పెట్టండి. దానిని గాలి చొరబడని మూతతో కప్పండి. మూతకి చిన్న రంధ్రం లేకుండా చూసుకోండి. గాలి చొరబడకుండా కాటన్ క్లాత్‌తో కవర్ చేయండి. 2 నిమిషాలు మీడియం వేడి మంట, తర్వాత 20 నుంచి 25 నిమిషాల పాటు సిమ్‌లో ఉంచండి. మూసి ఉన్న ప్యాన్ ఓవెన్‌లానే వర్క్ చేస్తుంది. 30 నిమిషాల తర్వాత కేక్ రెడీ అవుతుంది.

ప్రెజర్ కుక్కర్..

బేకింగ్ చేసేందుకు ప్రెజర్ కుక్కర్ కూడా బాగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో బేకింగ్ చాలా బాగా అవుతుంది. దీనిని స్టౌ టాప్ ఓవెన్‌గా కూడా అంటారు. ప్రెజర్ కుక్కర్‌తో మీరు డెసర్ట్స్, బ్రెడ్‌ని బేక్ చేయొచ్చు. కుక్కర్‌లో 30 నిమిషాల సమయం పడుతుంది. కుకీలు ప్రెషర్‌లో బేక్ చేయడానికి, జార్ నింపి దానిని మూతతో కప్పండి. ఇప్పుడు, ప్రెషర్ కుక్కర్ తీసుకుని ఒక కప్పు నీరు పోయండి. దానిపై ఓ మేసన్ జార్ ఉంచండి. 5 నుంచి 7 నిమిషాలు ఉడికించండి. కుకీస్ రెడీ అవుతాయి.

ఇవే కాదు.. ఓ పెద్ద గిన్నె తీసుకుని అందులో అడుగున ఉప్పు, ఇసుక, నీరు ఇలా ఏదైనా వేసి దానిపై స్టాండ్ పెట్టి వాటిపై బేకింగ్ ప్యాన్ పెట్టి హ్యాపీగా బేక్ చేయొచ్చు. అంతేకానీ, కచ్చితంగా ఓవెన్‌లోనే బేక్ చేయాలని ఏం లేదు. అయితే బేక్ చేసేటప్పుడు మాత్రమే లోపలికి గాలి చొరని పాత్రలను తీసుకోండి.

ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ అంటే ఏంటి?

మనిషి ఆరోగ్యంలో పోషకాహారం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. అన్ని పోషకాలు ఉన్న ఆహారం తినడం వల్ల చాలా రకాల రోగాలను దూరంగా ఉంచవచ్చు. అయితే పోషకాహారం అనే పదం చాలా భావనలు, భావజాలాలు మరియు సిద్ధాంతాలను కలిగి ఉంటుంది. ఏది సరైనది, ఏది తప్పు లేదా తాజా ట్రెండ్‌ను తెలుసుకోవడం దానిని కొనసాగించడం కష్టంగా ఉంటుంది. పోషకాహార శాస్త్రం ఎప్పటికప్పుడు మారుతూ మరియు అభివృద్ధి చెందుతూ వస్తోంది.

తక్కువ శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్లు, తక్కువ ప్రాసెస్ చేయబడిన ఆహారాలు, మంచి పోషకాలు ఉన్న పదార్థాలు మంచి పోషకాహారం అని మనమంతా అనుకుంటాం. అయితే ప్రతి ఒక్కరికి మంచి చేసే పోషకాహారాన్ని గుర్తించడం కష్టం. ఇది వ్యక్తుల జీవనశైలి, ఆహార అలవాట్లు లాంటి చాలా అంశాలపై పోషకాహారం ఎలా ప్రభావం చూపిస్తుందని అనేది ఆధారపడి ఉంటుంది. ఇక్కడే ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ తెరపైకి వస్తుంది.

ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ అంటే ఏమిటి? ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ అనేది ఒకరి ఆరోగ్యం, ఆహారం మరియు మొత్తం జీవనశైలిపై ఆధారపడి పోషకాలను సూచించడం. ఇది శరీరంలోని ప్రతి భాగం ఎంత పరస్పర సంబంధం కలిగి ఉందో పరిగణనలోకి తీసుకుంటుంది. ఈ వ్యూహం శారీరక పనితీరును పునరుద్ధరించడం ద్వారా ఆరోగ్యం యొక్క పెద్ద చిత్రాన్ని చూడడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్‌తో, లక్షణాలు మీ ప్రాథమిక ఆరోగ్య సమస్యలను నిర్ధారించడానికి సూచనలుగా కనిపిస్తాయి. అవి ఆహారం, అనారోగ్యాలు, మందులు, జీవనశైలి కారకాలు, టాక్సిన్స్‌కు గురికావడం, యాంటీబయాటిక్ వాడకం లేదా ఇతర కారకాలకు సంబంధించినవి. ఉదాహరణకు మీకు జలుబు వచ్చిందనుకోండి.. ఆ జలుబు పోవడానికి మందులు వేసుకుంటాం. కానీ ఫంక్షనల్ మెడిసిన్ లో మాత్రం అసలు ఆ సమస్యల ఎలా వచ్చింది. ఎందుకు వచ్చిందో తెలుసుకుని దాని మూలం నుండి చికిత్స చేయడం ద్వారా ఆ సమస్యను పరిష్కరిస్తారు. దీని వల్ల ఆ సమస్యల మరోసారి ఉత్పన్నం కాకుండా చూస్తారు. అలాగే ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషనిస్ట్‌లు మీ ఆరోగ్యం యొక్క ప్రతి అంశాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకునే సంపూర్ణ ఆరోగ్య ప్రణాళికను రూపొందిస్తారు. అందుకే ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ అందరికీ ఒకేలా ఉండదు. ఇది వ్యక్తుల ఆహారపు అలవాట్లు, జీవన శైలి, చేసే పని, రోజుకు ఎన్ని సార్లు ఆహారం తినడం వంటి అనేక విషయాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ VS స్టాండర్డ్ న్యూట్రిషన్. వ్యక్తిగతీకరణ అనేది ఫంక్షనల్ మరియు సాంప్రదాయ పోషణ మధ్య ప్రధాన వ్యత్యాసం. ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ వ్యాధికి బదులుగా రోగిపై దృష్టి పెడుతుంది. ఇది మీ వ్యక్తిగత జన్యుశాస్త్రం, ల్యాబ్ విలువలు, జీవనశైలి మరియు మరిన్నింటి ఆధారంగా మీ ఆరోగ్యాన్ని ఆప్టిమైజ్ చేసే వ్యక్తిగతీకరించిన పద్ధతి.

ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ యొక్క ప్రయోజనాలు : మీ ప్రత్యేక అవసరాలకు అనుగుణంగా రూపొందించబడుతుంది. మీ ఆరోగ్య చరిత్ర మరియు జీవనశైలి పద్ధతులను తెలిసిన అభ్యాసకులచే ఆహార ఎంపికలు వివరించబడినందున ఆచరణలో పెట్టడం సులభం. మీరు మీ శరీరాన్ని బాగా పోషించుకుంటున్నారని నిర్ధారించుకోవడానికి మీ జీవనశైలి పద్ధతుల నేపథ్యంలో మీరు తినే ఆహారాన్ని చూస్తారు

ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ యొక్క ప్రతికూలతలు : ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ ఖర్చుతో కూడుకున్న వ్యవహారం. ఒక న్యూట్రిషనిస్ట్ మిమ్మల్ని క్షుణ్ణంగా తనికీ చేసి మీకు ఏ ఆహారం సరిపోతుందో చూస్తూ మీ ఆరోగ్యాన్ని ఎప్పటికప్పుడు మానిటర్ చేయాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకోసం సాధారణంగానే ఎక్కువ ఖర్చు అవుతుంది.

స్టాండర్డ్ న్యూట్రిషన్ యొక్క ప్రయోజనాల స్టాండర్డ్ పోషకాహారం, ట్రైనర్ వ్యయం ఖర్చు చాలా తక్కువ. సాధారణ పోషకాల కోసం న్యూట్రిషనిస్టులను కలవాల్సిన అవసరం కూడా ఉండదు. ఆన్ లైన్ లో ఎక్కడ వెతికినా ఆ వివరాలు దొరుకుతాయి.

స్టాండర్డ్ న్యూట్రిషన్ యొక్క ప్రతికూలతలు : ప్రతి ఆహారంలోనూ పోషకాలు ఉంటాయి. పోషకాహారం తినమన్నారు కదా అని అన్ని తినలేం కదా. మీ లక్షణాల యొక్క మూల కారణాన్ని తోసిపుచ్చకపోవడం లేదా అభ్యాసకుడికి మీ గురించి పూర్తిగా తెలియకపోవడం లేదా అర్థం చేసుకోకపోవడం వంటి అనేక రకాల కారకాలపై ఆధారపడి ప్రామాణిక పోషకాహార సలహాను ఆచరణలో పెట్టడం చాలా కష్టం.

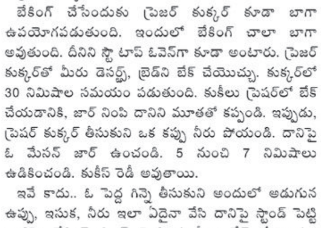
ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ ఎలా తీసుకోవాలి

1. సంపూర్ణ ఆహారాలపై దృష్టి పండ్లు, కూరగాయలు, తృణధాన్యాలు, నాణ్యమైన మాంసకృత్తులు మరియు ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులలో లభించే అవసరమైన పోషకాలను పొందే పునాదిపై సరైన ఆరోగ్యం నిర్మించబడింది. ఫంక్షనల్ న్యూట్రిషన్ యొక్క నినాదం "ఆహారమే ఔషధం". కాబట్టి ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారానికి దూరంగా ఉండాలి. సమతుల్య ఆహారాన్ని తినాలి.

2. మీ గట్ మైక్రోబయోమ్‌ను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థలో 70% పైగా మీ గట్‌లో నివసిస్తున్నందున, మీరు ఆహారం మరియు జీవనశైలి ద్వారా గట్ వాతావరణానికి సపోర్ట్ ఇవ్వడం చాలా అవసరం. ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలతో కూడిన ఆహారం మీ గట్ లైనింగ్‌పై వినాశనం కలిగిస్తుంది. ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్ణం, బ్రెయిన్ ఫాగ్, దీర్ఘకాలిక మంట వంటి అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది.

3. ఆరోగ్యవంతమైన జీవితం మీ సంబంధాల నాణ్యత, మీ ఒత్తిడి స్థాయిలు మరియు మీ నిద్ర దినచర్య వంటి మీ జీవితంలోని ప్రాంతాలన్నీ మీ శరీరం మీరు తినే ఆహారాన్ని ప్రాసెస్ చేసే మరియు సమీకరించే విధానాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. కంటినిండా నిద్ర ఉంటేనే ఆరోగ్యంగా ఉండగలమని గుర్తుంచుకోవాలి.

రోజూ ఒక్క వెల్లుల్లి రెమ్మ తింటే చాలు



వెల్లుల్లి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఆయుర్వేదం ప్రకారం వెల్లుల్లి ఓ దివ్యౌషధం. ప్రతిరోజూ ఉదయం పరగడుపున తీసుకుంటే..కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోవల్సిందే..

ఆయుర్వేద శాస్త్రం ప్రకారం వెల్లుల్లి అద్భుతమైన ఔషధ గుణాల ఖజానా. ఇందులో విటమిన్ బి6, ఫైబర్, ప్రోటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. రోజూ ఉదయం పరగడుపున వెల్లుల్లి రెమ్మ 1-2 తీసుకుంటే చాలా రకాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయి. వెల్లుల్లి అనేది సాధారణంగా ప్రతి కిచెన్‌లో ఉండేదే. వంటల రుచి పెరిగేందుకు వెల్లుల్లి వాడుతారు.

రోజూ ఉదయం వేళ వెల్లుల్లి రెమ్మ 1 లేదా 2 తీసుకుంటే గ్యాస్ట్రిక్ పీహెచ్ విలువ మెరుగుపడుతుంది. అటు జీర్ణక్రియ కూడా మెరుగుపడుతుంది. వెల్లుల్లిలో యాంటీమైక్రోబియల్ గుణాలుంటాయి. ఇవి అల్సర్, గ్యాస్ట్రో ఇంటెస్టైనల్ వ్యాధుల్ని తగ్గిస్తాయి.

వెల్లుల్లిని రక్తపోటు తగ్గించేందుకు కూడా ఉపయోగిస్తారు. రోజూ ఉదయం పరగడుపున వెల్లుల్లి ఒక రెమ్మ తినడం అలవాటు చేసుకుంటే..రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఆరోగ్యపరంగా మంచి ఫలితాలుంటాయి. అంతేకాకుండా కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించేందుకు సైతం వెల్లుల్లి అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ప్రతి రోజూ ఉదయం పరగడుపున వెల్లుల్లి రెమ్మల్ని 1-2 తీసుకుంటే కొలెస్ట్రాల్ వేగంగా తగ్గుతుంది.

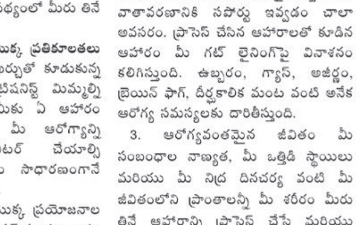
వెల్లుల్లిలో ఉండే ఎలిసిన్ అనే ఔషధం..కిడ్నీ వైఫల్యం, బ్లడ్ ప్రెషర్, ఆక్సిడేటివ్ ఒత్తిడిని దూరం చేసేందుకు దోహదపడుతుంది. అన్నింటికంటే ముఖ్యంగా వెల్లుల్లి ఇమ్యూనిటీని పటిష్టం చేసేందుకు దోహదపడుతుంది. ఇందులో యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల యాంటీ ఏజియింగ్ సమస్య కూడా తగ్గుతుంది.

వాము నీటితో ఊబకాయం హాంఫట్

ఉరుకులు పరుగుల జీవితంలో చాలామంది ఊబకాయం సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. శరీర బరువు పెరగడం వల్ల పలు అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. సాధారణంగా చాలామంది ప్రజలు నూనె పదార్థాలు, తీపి వంటకాలను ఇష్టంతో తింటారు. దీని కారణంగా తరచూ ఊబకాయం బారిన పడుతూ ఉంటారు. ఒక్కసారి శరీర బరువు పెరిగితే తగ్గించుకోవడం చాలా కష్టం అవుతుంది. ఇప్పుడు ప్రతి ఒక్కరూ బిజీ లైఫ్ కారణంగా రోజువారీ పనిలో పడి జిమ్‌కి వెళ్లలేకపోతున్నారు. ఇంకా నిపుణులు చెప్పే డైట్లను కూడా అనుసరించలేకపోతున్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మీరు సులభంగా బరువు తగ్గాలనుకుంటే ప్రత్యేక పానీయాన్ని ఆశ్రయించవచ్చంటూ ఆయుర్వేద నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

వాము నీరు..

వాముతో ఈజీగా బరువు తగ్గించుకోవచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ఎన్నో ఔషధ గుణాలు దాగున్న వామును ఆయుర్వేదంలో ఉపయోగిస్తారు. దీని ద్వారా పొట్టకు సంబంధించిన సమస్యలన్నీ దూరమవుతాయి. జీర్ణవ్యవస్థ మెరుగుపడి.. మలబద్ధకం, అజీర్తి లాంటి సమస్యలు దూరమవుతాయి. కావున వామును నీటిని తాగడం వల్ల పొట్ట, నడుము కొవ్వు తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. అందరి వంటింట్లో ఉండే ఈ మసాలా దినుసును బరువు తగ్గేందుకు ఎలా ఉపయోగించాలి.. ఏ సమయంలో తీసుకోవాలి అనే విషయాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..



వాము నీటిని ఎలా ఉపయోగించాలి..

ప్రతిరోజూ ఉదయం ఏమీ తినకుండా వాము వాటర్ తాగితే, అది బరువును వేగంగా తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. బెల్లీ ఫ్యాట్ కూడా క్రమంగా తగ్గుతుంది.

వాము నీటిని కొద్దిగా వేడి చేసిన తర్వాత కూడా తాగవచ్చు. మెరుగైన ఫలితం కావాలంటే మీ రోజువారీ ఆహారంలో వాము మొత్తాన్ని పెంచండి.

బరువు తగ్గడానికి 25 గ్రాముల వాము గింజలను ఒక గ్లాసు నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తింటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

ఇలా నెల రోజుల పాటు వాము వాటర్ తాగితే మీ శరీరం తేడాను గుర్తించవచ్చు.

మీరు వాము గింజలను రాత్రిపూట నీటిలో నానబెట్టడం మరచిపోతే, ఒక చెంచా గింజలను ఒక గ్లాసు నీటిలో వేసి.. మరగబెట్టండి. ఇప్పుడు దానికి 5-6 తులసి ఆకులను జోడించండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చగా అయిన తర్వాత తాగితే మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

శతశాతం అర్హుల గుర్తింపు

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రత్యేక సమీక్షా సమావేశంలో నర్సిపురం వాలంటీర్లకు ఎమ్మెల్యేఅలజంగి జోగారావు దిశానిర్దేశం చేసారు.పార్వతీపురం మండలం పరిధిలో గల నర్సిపురం గ్రామంలో సచివాలయం -2 పరిధిలో గత మూడు రోజులుగా ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు గారి సారధ్యంలో నిర్వహిస్తూ వస్తున్న గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో బాగంగా ఎమ్మెల్యే దృష్టికి వచ్చిన ప్రతీ సమస్యకూ పరిష్కారం చేసి చూపే దిశగా మంగళవారం గ్రామంలో గల సచివాలయంలో మండల ఎంపిడిఓ అధ్యక్షతన గ్రామ ప్రజా ప్రతినిధులు సమక్షంలో వాలంటీర్లతో కలిసి నిర్వహించిన సమీక్షా సమావేశంలో ముఖ్య అతిథులుగా , ఎమ్మెల్యే పాల్గొనడం జరిగినది. ఈ సమీక్షలో ఎమ్మెల్యే ప్రధానంగా రైతుల ఈ పంట నమోదు, నూతన గృహాలు, సంక్షేమ పథకాలకు అర్హుల గుర్తింపు ప్రజా సమస్యల పరిష్కారం అనే 4 అంశాలపై వారికి దిశానిర్దేశం చేయడం జరిగినది.ఈ సమీక్షలో ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ గ్రామంలో నిర్వహిస్తున్న గడప గడపకు కార్యక్రమంలో ప్రధానంగా తన దృష్టికి వచ్చిన ప్రజా వినతుల పరిష్కారం కొరకు ప్రత్యేక కార్యాచరణతో మీరంతా సచివాలయం ఉద్యోగులతో కలిసి పని చేయవలసిన బాధ్యత మీ అందరి పై కలదు అని తెలిపారు. మరీ ముఖ్యంగా రైతాంగం నష్ట పోకుండా ఉండాలనే ఉద్దేశంతో వాలంటీర్లు అంతా కూడా మీ మీ పరిధిలో గల మొత్తం రైతులు పండిస్తున్న పంటను నమోదు చేయించాలి అని, అలానే పంట మొత్తం అంచనా వేసి ప్రభుత్వానికి గడువు సమయం లోపు నివేదికను అందివ్వాలి అని దాని ఫలితంగా రేపు రైతులు పండించిన పంట ప్రభుత్వం సేకరించేటప్పుడు రైతులకు మేలు జరుగుతుంది అని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు. అలానే గ్రామంలో అర్హత కలిగి ఇంకా ఎవరికైనా సంక్షేమ పథకాలు పొందలేకుండా ఉన్నవారిని తక్షణమే గుర్తించి వారికి ఆయా పథకాలకు సచివాలయంలో నమోదు చేయించే ప్రత్యేక కార్యక్రమం చేపట్టాలి అని ఆదేశించారు. గ్రామంలో నిర్మాణంలో ఉన్న నూతన గృహాలకు బిల్లులు చెల్లింపు ఐనదీ లేనిదీ తెలుసుకుని వారికి సత్వరం బిల్లులు అయ్యేలా చూడవలసిన బాధ్యత అందరిపై ఉందని తెలిపారు. ఇవే కాకుండా ఇంకా గ్రామంలో ప్రజలు ఏ ఏ సమస్యలను అయితే ఎదుర్కొంటున్నారో వాటన్నిటినీ పరిష్కరించేందుకు అందరూ సమిష్టిగా కలిసి పని చేయవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని, ఏ ఒక్కరూ అయినా తమ వీధుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా, బాధ్యతా రహితంగా వ్యవహరించిన తీవ్రంగా పరిగణిస్తూ తగిన చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుంది అని ఇంకా మార్పు రాకుంటే అటువంటి వారిని తొలగించి కొత్త వారికి ప్రజల సేవలు చేసుకునే అవకాశం కల్పించడం జరుగుతుంది అని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయనతో పాటు మండల ఎంపిడిఓ, గ్రామ సర్పంచ్, మండల వైస్ ఎంపీపీ, గ్రామ మాజీ సర్పంచ్, పిఏసియేస్ చైర్మన్, సీనియర్ నాయకులు, వాలంటీర్లు, సచివాలయం ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వైఎస్ఆర్ జీవిత సాఫల్య పురస్కారానికి దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): వైఎస్ఆర్ జీవిత సాఫల్య పురస్కారానికి దరఖాస్తులను ఈ నెల 30వ తేదీ లోగా సమర్పించాలని జిల్లా కలెక్టర్ నిశాంత్ కుమార్ తెలిపారు. ఈ మేరకు ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. 2022 సంవత్సరానికి సంబంధించి అర్హులైన యువత నుంచి "వైఎస్ఆర్ జీవిత సాఫల్య పురస్కారాలు, వైఎస్ఆర్ అఛీవ్ మెంట్" అవార్డులకు దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తున్నట్లు తెలిపారు. కళలు, సాంఘిక కార్యక్రమాలు, ప్రజావ్యవహారాలు, సైన్స్ అండ్ ఇంజినీరింగ్, వాణిజ్యం, పరిశ్రమలు, ఔషధములు, సాహిత్యం, విద్య, పౌరసేవ, క్రీడలు, ఇతర జాతీయ, అంతర్జాతీయ స్థాయిలో విశిష్ట ప్రతిభ కనబరిచిన వ్యక్తులు తగు ఆధారాలతో (వార్తాపత్రికల క్లిప్పింగ్లు, ఫొటోలు జతపరిచి) దరఖాస్తు చేయాలని సూచించారు. గ్రామ, మురికివాడల అభివృద్ధిలో చేసిన కృషి, స్వచ్ఛంద సేవాసంస్థలు, లాభాపేక్ష లేని సంస్థ లకు సంబంధించిన వ్యక్తులు వ్యక్తిగతంగా దరఖాస్తు చేసుకోవాలన్నారు. సంఘాలు, సంస్థలకు సంబంధించిన అభ్యర్థులు ప్రకృతి, చారిత్రక విషయాల్లో చేసిన సేవలకు సంబంధించి ఉండాలన్నారు. అభ్యర్థులు దరఖాస్తును ఒక పేజీకి మించకుండా తమ వివరాలు, చిరునామా, ఫోన్ నంబర్, ఇ-మెయిల్ వివరాలు, ఎంచుకున్న విభాగంనకు సంబంధించిన వివరాలు జతచేసి secy-political@ap.gov.in మెయిల్ కు 30వ తేదీ లోగా సమర్పించాలని ఆయన వివరించారు. అర్హులైన వ్యక్తులు, సంస్థలు దరఖాస్తులు సమర్పించాలని కోరారు.

పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాలో బీసీ ల సమస్యల ను పరిష్కరిస్తా!

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతిపురం జిల్లాలో బీసీ కులస్తుల సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు పరిష్కరిస్తారానికి చర్యలు చేపడతానని మన్యం జిల్లా బీసీ సంఘం అధ్యక్షులు మండల పకీర్ నాయుడు అన్నారు. ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర బీసీ సంఘం అధ్యక్షులు డాక్టర్ ఎన్ మారేష్ అధ్యక్షతన మంగళవారం ముఖ్య అతిధిలు జాతీయ బీసీ సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు , రాజ్యసభ సభ్యులు ఆర్ కృష్ణయ్య ఆధ్వర్యంలో జిల్లాస్థాయి కమిటీని ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్షులు కృష్ణయ్య జిల్లా కమిటీలలో ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బీసీ కులస్తులు అన్ని రంగాల్లో ఎప్పటికీ వెనుకబడి ఉన్నారని మిగతా అగ్రకులాల వలె అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి సాధించేందుకు అట్టడుగున ఉన్న బీసీ కులస్తులను పైకి తీసుకు వచ్చేందుకు బీసీ సంఘం ఉద్దేశమన్నారు. బీసీల హక్కులు కాపాడేందుకు 50 శాతం రిజర్వేషన్ ఇచ్చేలా పార్లమెంటులో బిల్లు పాస్ అయ్యే అంతవరకు పోరాటం చేస్తామన్నారు. బీసీలు జిల్లా బీసీ సంఘాలకు తోడ్పాటును అందించే అన్ని విధాల బీసీ కులాల అభివృద్ధి చెందేలా చూసుకోవాలన్నారు. బీసీ కులాలలో ఇప్పటికే అణగదొక్కే అన్ని రంగాల్లో ముందుకు రాకుండా బీసీలను క్రింద స్థాయిలో ఉంచనున్నారు. ఇందులో భాగంగా జిల్లా కమిటీల ద్వారా అభివృద్ధి చెందేందుకు ఆస్కారం ఉంటుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర జాతీయ బీసీ సంఘం కన్వీనర్ గుజ్జ కృష్ణ, జాతీయ మహిళా బీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి పి పద్మజ, ఆంధ్ర ప్రదేశ్ బీసీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులుగా డాక్టర్ ఎన్ మారేష్, రాష్ట్ర మహిళా అధ్యక్షురాలు వేముల బేబీ రాణి, రాష్ట్ర యువజన విభాగం అధ్యక్షులు గా అబ్దుల్ కలాం పాల్గొన్నారు.

పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా ,పాచిపెంట మండల సర్పంచుల భిక్షాటన

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): :ఆంధ్రప్రదేశ్ పంచాయతీ రాజ్ ఛాంబర్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు వై.వి.బి. రాజేంద్రప్రసాద్ గారి పిలుపు మేరకు పార్వతీ పురం మన్యం జిల్లా పాచిపెంట మండల సర్పంచులు దారి మళ్లించిన 14,15 వ ఆర్థిక సంఘం నిధులను వెంటనే సర్పంచుల అకౌంట్ కు జమ చేయాలని నడి వీధుల్లో భిక్షాటన చేసి నిరసన తెలియజేశారు.పంచాయతీ రాజ్ ఛాంబర్ మరియు రాష్ట్ర సర్పంచుల సంఘం ద్వారా వారిని అభినందిస్తూ ఇదే స్ఫూర్తితో రాష్ట్రంలోని మిగితా సర్పంచులందరూ వివిధ రూపాల్లో నిరసన తెలియజేసి నిధులు సాధించుకునేంత వరకు పోరాటాన్ని కొనసాగించాలి.

షారుఖ్ ఖాన్ కేసులో సుప్రీంకోర్టు కీలక తీర్పు

గుజరాత్ హైకోర్టు ఇచ్చిన ఆదేశాలపై జోక్యం చేసుకునేందుకు నిరాకరణ

న్యూఢిల్లీ: దేశంలోనే పేరున్న హీరోలు బయటకు వస్తే ఏమన్నా ఉంటుందా? అక్కడ తొక్కిసలాటలు.. తోపులాటలు సహజం. ఆ హీరోను చూడాలని ఫొటోలు దిగాలని.. సెల్ఫీలు ఆటో గ్రాఫ్ల కోసం మీదపడు తారు. అయితే అది హీరోల తప్పు కాదు. జనం అభిమానం అంతే. అయితే ఆ హీరోల వల్ల ఏదైనా జరిగితే ఎవరు బాధ్యులు.. తాజాగా షారుఖ్ ఖాన్ ను కూడా ఇలాంటి ఓ కేసు చాలా కాలంగా వెంటాడుతోంది. గుజరాత్ లోని వడోదరలో 2017లో 'రాయిస్' చిత్ర ప్రమోషన్ లో భాగంగా తన చిత్ర బృందంతో కలిసి ముంబై నుంచి ఢిల్లీకి రైలులో వెళ్లారు. మార్గమధ్యంలో వడోదర రైల్వే స్టేషన్ లో ఆయన్ను చూసేందుకు పెద్ద ఎత్తున అభిమానులు తరలివచ్చారు.అయితే గుమిగూడిన జనంపై ఆయన టీషర్టులు స్మైలీ బాల్స్ విసిరాడు. ఇది తొక్కిసలాటకు దారితీసింది. షారుఖ్ ఖాన్ వల్లే తొక్కిసలాట జరిగిందని ఆరోపిస్తూ ఆయనపై చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతూ జితేంద్ర మధుభాయ్ సోలంకి అనే వ్యక్తి వడోదర కోర్టులో ఫిర్యాదు చేశారు. దాన్ని కొట్టేయాలని కోరుతూ షారుఖ్ ఖాన్ గతంలో గుజరాత్ హైకోర్టును ఆశ్రయించాడు.ఈ ఏడాది ఏప్రిల్ లో ఆయనకు అనుకూలంగా తీర్పు వచ్చింది. ఫిర్యాదుదారుడు దీన్ని సుప్రీంకోర్టులో సవాల్ చేయగా.. తాజాగా షారుఖ్ కు మరోసారి ఊరట లభించింది.షారుఖ్ ఖాన్ కు సుప్రీంకోర్టులో ఈ వడోదర తొక్కిసలాట కేసులో భారీ ఊరట దక్కింది. ఈ వ్యవహారంపై ఆయనపై నమోదైన క్రిమినల్ కేసులు కొట్టేయాలంటూ గుజరాత్ హైకోర్టు గతంలో జారీ చేసిన ఆదేశాలను సుప్రీంకోర్టు సమర్థించింది.హైకోర్టు తీర్పును సవాల్ చేస్తూ.. దాఖలైన పిటీషన్ పై జస్టిస్ అజయ్ రస్తోగి జస్టిస్ సిటీ రవికుమార్ లతో కూడిన ధర్మాసనం సోమవారం విచారణ చేపట్టింది. ఈ క్రమంలోనే గుజరాత్ హైకోర్టు ఇచ్చిన ఆదేశాలపై జోక్యం చేసుకునేందుకు నిరాకరించింది.

జి మాడుగుల, కుంబిడిసింగి వద్ద వంతెన, రోడ్డు నిర్మాణం చేపట్టాలి

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): పాడేరు నియోజకవర్గం కుంబిడిసింగి గ్రామ పంచాయతీ లో కుంబిడిసింగి వంతెన నిర్మాణం చెయ్యాలని బీజేపీ రాష్ట్ర గిరిజన మోర్చా అధ్యక్షుడు కురుసా ఉమామహేశ్వరరావు ప్రభుత్వానికి డిమాండ్ చేశారు,

జి మాడుగుల మండలం లో ప్రజా పోరు యాత్ర లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు, ఈ సమావేశాల్లో బీజేపీ మాజీ మండల అధ్యక్షుడు లకే బాలయ్య దొర, బీజేపీ మండల అధ్యక్షుడు వంతాల సుబ్బారావు, అధ్యక్షత వహించిన సమావేశంలో అసెంబ్లీ ప్రజా పోరు యాత్ర ఇంచార్జీ కుడా కృష్ణారావు, పర్యటన చేశారు కుంబిడిసింగి, పెదలోచలి పంచాయతీ లో గొడుగుమామిడీ గ్రామాల్లో పర్యటించి ప్రజా పోరు యాత్ర లో ప్రజలు నుండి వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు గొడుగుమామిడీ గ్రామానికి సీసీ రోడ్లు,త్రాగునీరు, కుమ్మిడిసింగి గ్రామానికి వంతెన నిర్మాణం చేయ్యాలని ప్రజలు వినతులు ద్వారా తెలిపారు,ఈ సమావేశంలో కేంద్ర కాఫీ బోర్డు సభ్యులు కురుసా ఉమామహేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో వైసీపీ ప్రభుత్వం ప్రజల. సొమ్ము అభివృద్ధి కి కాకుండా నవరత్నాలుకి వినియోగిస్తూ కేంద్ర ప్రభుత్వ నిధులను సైతం దోచుకుంటుదని ఆరోపించారు, రాష్ట్రంలో బీజేపీ అధికారంలోకి వస్తే అభివృద్ధి జరుగుతుంది అని వైసీపీ టీడీపీ కుటుంబ పార్టీలు అని, బీజేపీలో అవినీతి లేని పాలన ఇస్తున్నారు, నరేంద్రమోదీ ప్రభుత్వం అనేక సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేయడం జరుగుతుంది అని అన్నారు,ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ గిరిజన మోర్చా జోనల్ ఇంచార్జి కురుసా రాజారావు , బీజేపీ ఎస్సి మోర్చా కోనసీమ జోనల్ ఇంచార్జీ రవికుమార్,జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సల్లా రామకృష్ణ , పెనుమాక , మరో కాఫీ బోర్డు సభ్యులు జైతే ప్రభాకర్ , జిల్లా కిసాన్ మోర్చా ప్రధాన కార్యదర్శి దుక్కిరి ప్రభాకర్ , యువమోర్చా మండల అధ్యక్షుడు సతీష్ , తదితరులు పాల్గొన్నారు అధిక సంఖ్యలో గ్రామల్లో పెద్దలు , యువత , మహిళలు హాజరయ్యారు

ప్రజా సంక్షేమ పథకాలు

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజా సంక్షేమానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పథకాలు అమలు చేస్తోందని రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి, గిరిజన సంక్షేమ శాఖా మంత్రి పీడిక రాజన్నదొర అన్నారు. వై.ఎస్.ఆర్ చేయూత అవగాహనా కార్యక్రమం సాలూరులో మంగళవారం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఉప ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ పేద, బడుగు వర్గాల అభ్యున్నతికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అహర్నిశలు కృషి చేస్తుందన్నారు. అన్ని వర్గాలకు సమాన న్యాయం చేయాలనేది ప్రభుత్వ ధ్యేయమని ఆయన చెప్పారు. ప్రతి ఒక్కరూ చదవాలని అమ్మ ఒడి కార్యక్రమం క్రింద రూ.15 వేలు ఆర్థిక సహాయం అందించడం జరుగుతుందని ఆయన వివరించారు. అమ్మ ఒడి, జగనన్న విద్యా దీవెన, వసతి దీవెన వంటి పథకాలు అమలు చేయడమే కాకుండా ప్రామాణిక విద్యను అందుకుని పోటీ ప్రపంచంలో నిలదొక్కుకోవాలని ఆంగ్ల మాధ్యమాన్ని ప్రవేశ పెట్టారని తెలిపారు. వై.ఎస్.ఆర్ చేయూత, సున్నా వడ్డీ పథకాల ద్వారా మహిళలకు మేలు చేస్తున్నారని ఉప ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. ఆసక్తి ఉన్న రంగంలో వ్యాపారం చేస్తూ జీవనోపాధులు పెంపొందించుకుని కుటుంబాలు ఆర్థికంగా అభివృద్ధి చెందాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వివిధ సంస్థలతో అనుసంధానం అయిందని వాటి ప్రయోజనాన్ని అందుకోవాలని ఆయన సూచించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అనేక పథకాలు రూపకల్పన చేసి ప్రతి కుటుంబం పేదరికం నుండి బయటకు రావాలని వాంచిస్తుందని చెప్పారు. వై.ఎస్.ఆర్ చేయూత పథకం క్రింద సాలూరు మండలానికి రూ.5.09 కోట్లు అందాయని అన్నారు. జిల్లాలో 75,290 మందికి రూ.140 కోట్లు అందాయని ఆయన వివరించారు. పార్లమెంటు సభ్యులు గొడ్డేటి మాధవి మాట్లాడుతూ ప్రజా సంక్షేమమే ధ్యేయంగా జగన్ మోహన్ రెడ్డి పాలిస్తున్నారన్నారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న ప్రతి పథకాన్ని వినియోగించుకోవాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మునిసిపల్ కమీషనర్ శంకర రావు, ఇతర అధికార, అనధికారులు పాల్గొన్నారు.

గ్రేట్ సూపర్‌వైజర్ పరీక్షలు కు సంబంధించిన "కీ " విడుదల చేయాలి

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): గ్రేట్ టు సూపర్వైజర్ పోస్టులు తేదీ 18. న పరీక్షలు నిర్వహించారు. రాసిన అంగన్వాడి అందరూ గతంలో వలెనే పరీక్ష పూర్తి అయిన వెంటనే కి విడుదల చేయాలనీ ఐద్వ జిల్లా అధ్యక్షులు ఇందిరా డిమాండ్ చేసారు. కానీ ఇప్పటికీ కి విడుదల చేయలేదు ఎవరికి ఎన్ని మార్కులు వచ్చా యని ఫలితాలును కూడా ప్రకటించలేదు.కానీ సెప్టెంబరు 25 న కొద్దిమంది మాత్రమే ఇంగ్లీషులో మాట్లాడుతూ వీడియోలు తీసి పంపమని హఠాత్తుగా సిడిపిఓ లు తెలియజేశారు దీనితో గ్రేటు 2 సూపర్వైజర్ పోస్టులు కు పరీక్షలు రాసిన అంగన్వాడీలలో అనేక అనుమానాలు అపోహలు కలుగుతున్నాయి వేలాది మంది పరీక్షలు వ్రాసినప్పటికీ ఫలితాలు ప్రకటించకుండా కొద్దిమందికి మాత్రమే వీడియోలు తీయడం సమంజసం కాదు

కావున రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా ఈ క్రింది విధంగా చర్యలు తీసుకొని ఫలితాలను పారదర్శకంగా ప్రకటించాలని ఏపీ అంగన్వాడి వర్కర్స్ అండ్ హెల్పర్స్ యూనియన్ సిఐటియు డిమాండ్ చేస్తుంది. గ్రేట్ టు సూపర్వైజర్ పరీక్షలు సంబంధించిన కి విడుదల చేయాలి. పరీక్ష వ్రాసిన ప్రతి ఒక్కరికి ఎన్ని మార్కులు వచ్చాయా ఫలితాలు ప్రకటించాలి. ఆ తర్వాత మాత్రమే మెరిట్ ఆధారంగా వీడియోలు తీసి ఫైనల్ లిస్టు ప్రకటించాలి. సూపర్వైజర్ పోస్టులు భర్తీలో రోస్టర్ పద్ధతి పాటించాలి. కార్యక్రమంలో అధ్యక్ష కార్యదర్శులు హిమప్రభ జ్యోతిలక్ష్మి సెక్టార్ లీడర్స్ వరలక్ష్మి వెంకటలక్ష్మి ధర్మవతి సీతమ్మ జ్యోతి లతా జిల్లా అధ్యక్షులు ఇందిరా అలాగే సెక్టార్ లీడర్స్ పాల్గొన్నారు.

అంగన్వాడీ భవన నిర్మాణాలు వేగవంతం చేయండి

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): అంగన్వాడీ భవన నిర్మాణాలు వేగవంతం చేయాలని ఐటిడి ఏ పి ఓ రోణంకి గోపాల క్రిష్ణ ఆదేశించారు . ఐటిడిఏ సమావేశ మందిరంలో 11 మండలాల గిరిజన సంక్షేమ ఇంజనీరింగ్ అధికారులు , సిడిపిఓలతో అంగన్వాడీ భవన నిర్మాణాల ప్రగతిపై మండలాల వారీగా సమీక్షించారు . పాడేరు ఐటిడి ఏ పరిధిలో 130 అంగన్వాడీ భవనాలను నాడు నేడు కింద జరుగుతోందన్నారు 97 అంగన్వాడీ భవన నిర్మాణాలకు రూ .221.68 లక్షలు రివాల్వింగ్ ఫండ్ను ప్రభుత్వం విడుదల చేసిందని రూ .41.16 లక్షలు ఖర్చు చేసారని చెప్పారు . ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన నిబంధనల మేరకు తల్లులు కమిటీ ఏర్పాటు చేసి కమిటీ అధ్వర్యంలో నిర్మాణపు పనులు నిర్వహించాలన్నారు . భూ సమస్యలుంటే పరిష్కరిస్తామని , సిమెంటు , ఇనుము కొనుగోలులో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలను ఆయన వివరించారు . ప్రతీ కొనుగోలుకు చెక్కారా చెల్లింపులు చేయాలని సూచించారు . అంగన్వాడీ భవనాలన్నీ ఏకరూపతతో నిర్మించాలని చెప్పారు . సిడిపి ఓలు , సూపర్వైజర్లు నిర్మాణపు పనులను ప్రతిరోజు పర్యవేక్షించాలని చెప్పారు . మాతా శిశు మరణాల నివారణకు పటిష్ట చర్యలు ఏజెన్సీలో మాతా శిశు మరణాల నివారణకు పటిష్టమైన చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు . ఆశా వర్కర్లు , అంగన్వాడీ కార్యకర్తలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని పేర్కొన్నారు .

మరణాలకు గల మాతా శిశు మరణాల డేటా సక్రమంగా నమోదు చేయడం లేదని అన్నారు . మాతా శిశు మరణాలు జరిగితే కారణాలు కచ్చితంగా నమోదు చేయాలన్నారు . అంగన్వాడీ కార్యకర్తల్లో క్రమశిక్షణ లేకుండా బాధ్యతా రాహిత్యంగా వ్యవహరిస్తే విధుల నుండి తొలగిస్తామని హెచ్చరించారు . సూపర్ వైజర్లు వారానికి ఐదు రోజులు క్షేత్ర పర్యటనలు చేసి అంగన్వాడీ కేంద్రాలను తనిఖీ చేయాలన్నారు . అంగన్వాడీ పిల్లల ఎదుగులను పర్యవేక్షించాలన్నారు . బలహీనత , రక్తహీనత తో బాధపడే చిన్నారులకు అదనపు పోషకాహారాన్ని అందించాలని బాలింతలు పిల్లలకు పాలు పట్టే విధానంపై అవగాహన కల్పించాలని చెప్పారు . సిడిపి ఓలు , సూపర్ వైజ ఆదేశించారు . కెజిబివి పాఠశాలలు , గిరిజన ఆశ్రమ పాఠశాలలను బాలికలకు సంక్షేమ బాలికల సందర్శించి పరిశుభ్రతపై అవగాహన కల్పించాలని అన్నారు . అదేవిధంగా బాల్య వివాహల జరగకుండా కమిటీ సమావేశాలు నిర్వహించాలని చెప్పారు . ఈ సమావేశంలో ఐసిడిఎస్ పిడి ఎన్ . సూర్యలక్ష్మి , గిరిజన సంక్షేమశాఖ ఇ ఇ లు డివి ఆర్ ఎం రాజు , కె . వేణుగోపాల్ , 11 మండలాల సిడిపి ఓలు , డి ఇలు , ఎ ఇ లు , అంగన్వాడీ సూపర్ వైజర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా ముగిసిన గడపగడపకు మనప్రభుత్వం కార్యక్రమం

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): సీతానగరం మండలం, అనంతరాయుడు పేట గ్రామంలో ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు సారధ్యంలో నిర్వహించిన గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమం ఘనంగా పూర్తి చేసుకోవడం జరిగినది. గ్రామానికి అత్యవసరం అయిన మంచినీటి సమస్యను పరిష్కరించడం జరిగినది అని అలానే గ్రామంలో అవసరం అయిన సీసీ రోడ్లు అతి త్వరలో నిర్మించడంతో పాటుగా గ్రామం మీదుగా వెళ్లే బిటి రోడ్డు పునః నిర్మాణం సహితం వర్షాలు తగ్గగానే చేపట్టడం జరుగుతుంది అని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే కి కృతజ్ఞతలు తెలుపుతూ గ్రామ నాయకులు, ప్రజలు అంతా కలిసి ఘనంగా సన్మానించి సత్కరించడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నవరాత్రులలో దుర్గాదేవి,లక్ష్మీదేవి మీ ఇంట్లో స్థిరపడాలని కోరుకుంటున్నారా?

నవరాత్రి హిందూ మతంలో చాలా ముఖ్యమైన పండుగ. శారదా నవరాత్రి 2022 సెప్టెంబర్ 26 నుండి అక్టోబర్ 05 వరకు ప్రారంభమవుతుంది. నవరాత్రులలో దుర్గామాత యొక్క మొత్తం 9 రూపాలను సరిగ్గా పూజిస్తారు. దుర్గాదేవి అనుగ్రహం కోసం చాలా మంది ఉపవాసం మరియు పూజలు చేస్తారు. నవరాత్రులలో దుర్గా దేవిని పూజించడం వల్ల జీవితంలో భయం, ఆటంకాలు, శత్రువులు నశించి జీవితం ఆనందంగా, సుభిక్షంగా ఉంటుంది.

నవరాత్రి రోజుల్లో వాస్తు ప్రకారం కొన్ని పనులు చేయడం వల్ల దుర్గాదేవి ఇంట్లో నివసిస్తుందని, ఈ రోజుల్లో లక్ష్మీదేవి ప్రత్యేక అనుగ్రహం లభిస్తుందని నమ్ముతారు. వాస్తు ప్రకారం నవరాత్రులలో ఏమి చేయాలో ఇప్పుడు చూద్దాం.

తులసి మొక్కకు నీళ్ళు పోయండి నవరాత్రి రోజున తులసి మొక్కకు క్రమం తప్పకుండా నీరు పోయాలి. తులసి మొక్క ముందు నెయ్యి దీపం వెలిగించడం కూడా శ్రేయస్కరం. ఇలా చేయడం వల్ల ఇంట్లో గొడవలు ఉండవు, ఇంట్లో సుఖ సంతోషాలు ఉంటాయి.

ఎరుపు వత్తిని వెలిగించండి నవరాత్రులలో 9వ రోజు, పూజా సమయంలో లేదా ఆలయంలో ఎర్రటి వత్తితో దీపం వెలిగించి దుర్గాదేవిని పూజించడం మంచిది. ఎందుకంటే దుర్గాదేవికి ఎరుపు రంగు అంటే చాలా ఇష్టం.

పువ్వులు నవరాత్రి రోజుల్లో దుర్గాదేవిని పూజించేటప్పుడు గులాబీ, కుంకుమ, తామరపూలను ఉపయోగించడం చాలా మంచిది. దీంతో దుర్గాదేవి చాలా సంతోషిస్తుందని చెబుతారు. దుర్గా దేవి ప్రసన్నమైతే, ఆమె మిమ్మల్ని అన్ని రకాల కష్టాల నుండి విముక్తి చేస్తుంది.

చీపురు భర్తీ చేయవద్దు వాస్తు శాస్త్రం ప్రకారం నవరాత్రి రోజుల్లో ఇంట్లో వాడే చీపురు మార్చకూడదు. కావాలంటే నవరాత్రి తర్వాత మార్చుకోవచ్చు. చీపురు లక్ష్మీదేవికి చిహ్నంగా పరిగణించబడుతుంది. కాబట్టి ఈ రోజుల్లో చీపురు విసిరివేయడం లక్ష్మీ దేవిని ఇంటి నుండి తన్నినట్లే.

స్త్రీలను అవమానించవద్దు నవరాత్రి రోజుల్లో, దుర్గాదేవి పూజ సమయంలో, ప్రతిరోజూ ఒక స్త్రీకి ఆహారం ఇవ్వాలి. అలాగే ఈ రోజుల్లో ఇంట్లో ఆడవాళ్లను, పెళ్లికాని ఆడవాళ్లను అగౌరవపరచకండి. ఎందుకంటే స్త్రీలను దుర్గాదేవి స్వరూపంగా భావిస్తారు. ఈ యుగంలో స్త్రీలను అవమానించడం దుర్గాదేవిని అవమానించినట్లే.

స్వస్తిక చిహ్నం వాస్తు శాస్త్రంలో స్వస్తిక చిహ్నాన్ని శుభప్రదంగా భావిస్తారు. కాబట్టి నవరాత్రుల మొదటి రోజు ఇంటి ప్రధాన ద్వారానికి రెండు వైపులా పసుపు, ఎరుపు రంగులతో కూడిన స్వస్తిక చిహ్నాన్ని అతికించాలి. దీంతో ఇంటి వాతావరణం ఆనందంగా ఉండడంతో పాటు ఇంట్లో ఉన్నవారు కూడా సంతోషంగా ఉంటారు.

కర్పూరం నవరాత్రి రోజుల్లో సూర్యాస్తమయం సమయంలో దుర్గాదేవికి 7 కర్పూరాలతో ఆరతి చేయాలి. ఇది ఇంట్లో ప్రతికూల శక్తులను నాశనం చేస్తుందని నమ్ముతారు. ఫలితంగా ఇంటి వాతావరణం ఆనందంగా ఉంటుంది.

చందనం నవరాత్రులలో దుర్గామాత విగ్రహం లేదా కలశాన్ని ఏర్పాటు చేయడానికి చందనాన్ని ఉపయోగించడం చాలా పవిత్రమైనదిగా పరిగణించబడుతుంది. కలశం మరియు విగ్రహాన్ని చందనం చెట్టు కింద ఉంచవచ్చు. ఇలా చేయడం వల్ల వాస్తు దోషం తొలగిపోయి చందనం ప్రభావం వల్ల ఇల్లు పాజిటివ్ ఎనర్జీకి కేంద్రంగా మారుతుంది.

ఎరుపు రంగు ఉపయోగించండి నవరాత్రులలో దుర్గాదేవిని పూజించేటప్పుడు ఎర్రటి పువ్వులు వాడాలి. ఎరుపు రంగు వాస్తులో బలానికి చిహ్నంగా పరిగణించబడుతుంది. దుర్గాదేవికి ఎర్రటి పువ్వులు సమర్పించాలి మరియు అమ్మవారికి ఎర్రని వస్త్రాలు మాత్రమే ఉపయోగించాలి.

నవరాత్రుల్లో శ్రేయస్సు, సంపద, అభివృద్ధి కోసం ఈ దుర్గా మంత్రాలు పఠించండి

నవరాత్రి అనేది హిందువులు అత్యంత వైభవంగా జరుపుకునే పండుగ. నవరాత్రులలో 9 రోజుల పాటు భక్తులు ఇంట్లో దుర్గాదేవిని పూజిస్తారు. అఖండ జ్యోతి కూడా దుర్గ పేరు మీద ఉంచబడుతుంది. ఈ సమయంలో దుర్గాదేవిని భక్తిశ్రద్ధలతో పూజిస్తారు. నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో, 9 రోజుల పాటు దుర్గాదేవిని తొమ్మిది రకాల రూపాల్లో పూజిస్తారు. హిందూ క్యాలెండర్ ప్రకారం, శారదీయ నవరాత్రులు అశ్వినీ మాసంలో శుక్ల పక్షం ప్రతిపాద తేదీలో ప్రారంభమవుతాయి. ఈసారి నవరాత్రి ఉత్సవాలు సెప్టెంబర్ 26 సోమవారం నుండి ప్రారంభం కానున్నాయి.

నవరాత్రులలో తొమ్మిది మంది దేవతలను ఆరాధించడం ద్వారా భక్తులు జీవితంలో దీవెనలు పొందుతారు. మంత్రాల శాస్త్రం ఆత్మ మరియు అంతర్గత ప్రకంపనల శుద్ధీకరణ గురించి. మంత్రోచ్చారణ మనల్ని లోపల నుండి స్వస్థపరుస్తుంది, అందుకే అవి మన వేదాలలో కూడా ప్రత్యేక స్థానాన్ని ఆక్రమించాయి. నవరాత్రి రోజుల్లో మంత్రాలను పఠించడం వల్ల దేవత సంతోషిస్తుంది మరియు మీ మనస్సు మరియు ఆత్మను శుద్ధి చేస్తుంది. మీకు సంపన్నమైన జీవితాన్ని తీసుకురావడానికి నవరాత్రుల తొమ్మిది వేర్వేరు రోజుల లో జపించవలసిన మంత్రాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

నవరాత్రి రోజు 1: శైలపుత్రి దేవి మంత్రం శైలపుత్రి దేవి దుర్గాదేవి యొక్క మొదటి రూపం. శైలపుత్రి హిమాలయ పుత్రిక. ఆమెను 'పార్వతి' మరియు 'హేమావతి' అని పిలుస్తారు: ధ్యాన మంత్రం: వందే వాద్రిచ్ఛతలాభాయ చంద్రార్ధకృతశేఖరం ఎ వృషారూఢాం శూలధరాం శైలపుత్రీ యశస్వినీమ్ ॥ ఈ మంత్రాన్ని పఠించడం ద్వారా మనస్సులోని ఆత్మ మేల్కొంటుంది. పునరుజ్జీవనాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. ఈ మంత్రం భక్తులను ఆపద నుండి కూడా కాపాడుతుంది.

నవరాత్రి రోజు 2: బ్రహ్మచారిణి దేవి మంత్రం బ్రహ్మచారిణి దేవి దుర్గాదేవి రెండవ రూపం. ఈ రూపంలోనే దేవి శివుడిని తన భర్తగా పొందాలని కఠోర తపస్సు చేసింది. ధ్యాన మంత్రం: దధానా కరపద్మాభ్యా మక్షమాలకమండలుఎ దేవి ప్రసీదతు మయి బ్రహ్మచారిణ్యనుత్తమా? ఈ మంత్రం జ్ఞానం మరియు భావ బలాన్ని పొందడానికి జపిస్తారు.

నవరాత్రి రోజు 3: చంద్రఘండ్ దేవి మంత్రం చంద్రఘండ దుర్గామాత యొక్క మూడవ రూపం. ఇది పార్వతీ దేవి వివాహ రూపం.

ధ్యాన మంత్రం: పిండజ ప్రవరారూఢా చండకోపాస్త్ర కైర్యుతా ॥ ప్రసాదం తనుతే మహ్యం చంద్ర ఘంఫ్టేతి విశ్రుతా ॥ విజయం మరియు గౌరవం కోసం ఈ మంత్రాన్ని జపించాలి. మంత్రం ద్వారా ప్రతికూల శక్తులన్నీ తొలగిపోతాయి. నైవేద్యంగా కొబ్బరి అన్నం, పాయసం సమర్పించుకుంటారు.

వెనుకబడిన వర్గాల ప్రజల అభ్యున్నతి కోసం కేంద్రం విశేష కృషి చేస్తోంది

విజయవాడ, (పీఐబీ): వెనుకబడిన వర్గాల ప్రజల అభ్యున్నతి కోసం కేంద్రం విశేష కృషి చేస్తోందని కేంద్ర సామాజిక న్యాయం, సాధికారత శాఖ సహాయమంత్రి ఎ.నారాయణ స్వామి తెలిపారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ఎస్.సి.ల అభివృద్ధి కార్యాచరణ ప్రణాళిక అమలుకై కేంద్ర ప్రభుత్వం 2021-22 వ ఆర్థిక సంవత్సరంలో 18 శాఖలకు కేటాయించిన రూ.2,837 కోట్ల నిధుల వెచ్చింపు మరియు అభివృద్ధి కార్యాచరణ ప్రణాళిక అమలుపై సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. సోమవారం నాడు అమరావతిలోని సచివాలయం ఐదో బ్లాక్ లో సంబంధిత శాఖల ఉన్నతాధికారులతో ఆయన సమావేశమై శాఖల వారీగా అమలు చేస్తున్న ఎస్.సి.కార్యాచరణ ప్రణాళికల అమలు తీరును సమీక్షించారు.

వ్యవసాయ అనుబంధ శాఖలతో పాటు విద్య, ఆరోగ్యం, కుంటుంబ సంక్షేమం, స్త్రీ,శిశు సంక్షేమం, గృహ నిర్మాణం, గ్రామీణాభివృద్ధి, త్రాగునీటి సరఫరా, పారిశుద్యం తదితర శాఖల ఎస్.సి.కార్యాచరణ ప్రణాళికల అమలు తీరును సమీక్షించిన శ్రీ నారాయణ స్వామి, పలు శాఖలు ఎస్.సి.కార్యాచరణ ప్రణాళికల అమలు తీరుపై సంతృప్తిని వ్యక్తం చేశారు. మరికొన్ని శాఖల కార్యాచరణ ప్రణాళికల అమలు తీరును మరింతగా మెరుగుపర్చుకోవాలని సంబంధిత శాఖ అధికారులకు ఆయన సూచించారు.

అనంతరం పాత్రికేయులతో మాట్లాడిన కేంద్ర సహాయ శాఖ మంత్రి, దేశంలోని బడుగు, బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతిని కాంక్షిస్తూ వారి సంక్షేమం, అభివృద్ధికై పలు కేంద్ర పథకాలను అమలు పర్చేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ఏటా కోట్లాది రూపాయల నిధులను పలు రాష్ట్రాలకు కేటాయిస్తోందన్నారు. ఇందు కోసం 2021-22 ఆర్థిక సంవత్సరంలో దాదాపు రూ.1 లక్షా 42 వేల కోట్ల మేర నిధులను కేంద్రం పలు రాష్ట్రాలకు కేటాయించిందన్నారు. అందులో దాదాపు రూ.2,837 కోట్ల నిధులను ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని పలు శాఖలకు కేటాయించడం జరిగిందన్న ఆయన, వ్యవసాయ శాఖకు రూ.356 కోట్లను, పశు సంవర్థక శాఖకు రూ.120 కోట్లను, ఉన్నత విద్యకు రూ.200 కోట్లను, పాఠశాల విద్యకు రూ.128 కోట్లను, గ్రామీణాభివృద్ధికై రూ.52 కోట్లను, పంచాయితీ రాజ్ కు రూ.24 కోట్లను, త్రాగునీరు & పారిశుద్యానికి రూ.14 కోట్లను, స్త్రీ, శిశు సంక్షేమానికి రూ.134 కోట్లను, ఆరోగ్యం & కుటుంబ సంక్షేమానికి రూ.468 కోట్లను మరియు వృత్తి నైపుణ్య శిక్షణా కార్యక్రమాలకై రూ.55 కోట్లతో పాటు గృహ నిర్మాణానికై పెద్ద ఎత్తున నిధులను కేటాయించడం జరిగిందన్నారు.

కేంద్రప్రభుత్వ పథకం జల్ జీవన్ మిషన్ అమల్లో భాగంగా రాష్ట్రంలో 95 లక్షల గృహాలను నేరుగా ట్యాప్ కనెక్షన్ ఇవ్వాల్సి ఉండగా, ఇప్పటి వరకూ 54 లక్షల గృహాలకు మాత్రమే ట్యాప్ కనెక్షన్ లు ఇవ్వడం జరిగిందని, మిగిలిన వాటికి కూడా త్వరలో ట్యాప్ కెనక్షన్లు ఇవ్వడంతో పాటు సోక్ పిట్స్ కూడా నిర్మించాలని సంబందిత శాఖల అధికారులను ఆదేశించడం జరిగిందని కేంద్ర సహాయ మంత్రి తెలిపారు. రాష్ట్రంలో 125 ప్లోరైడ్ నీటి సమస్య గ్రామాలు ఉన్నాయన్న ఆయన, ఇందులో దాదాపు 15 గిరిజన గ్రామాలు ఉన్న విషయాన్ని ప్రస్తావించారు. శ్రీకాకుళం జిల్లా ఉద్దానం, జగ్గయ్యపేట సమీపంలోని ఎ.కొండూరు గ్రామాల్లో కిడ్నీ సమస్యలతో బాధపడేవారిలో ఎక్కువగా గిరిజనులే ఉన్నారన్నారు. ఈ సమస్యకు తగిన కారణాలను వివరిస్తూ పరిశోధనా నివేదిక తమకు అందించిన వెంటనే కేంద్ర ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి తో మాట్లాడి ఒక బృందాన్ని రాష్ట్రానికి పంపించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటానని ఆయన తెలిపారు. ఆయుష్మాన్ భారత్ పథకం క్రింద రాష్ట్రంలో ఆరోగ్య భీమా కార్డులను వచ్చే నెలలోగా జారీచేయాలని ఆదేశించినట్లు తెలిపారు. మంగళగిరి ఎయిమ్స్ లో నీటి సమస్య పరిష్కారానికై మంగళగిరి మున్సిపాలిటీ తాత్కాలికంగా నీటిని సరఫరా చేస్తున్నదని, ఈ సమస్యను శాశ్వత ప్రాతిపదికన పరిష్కరించేందుకు రూ.38 కోట్ల ప్రతిపాదలకు ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలిపిందని, దాని డిపిఆర్, టెండరు ప్రక్రియ త్వరలో పూర్తికానున్నట్లు కేంద్ర సహాయక మంత్రి తెలిపారు. పి.ఎం.ఏ.జి.వై. పథకం క్రింద రాష్ట్రంలో 92 గ్రామాలను ఆదర్శ గ్రామాలుగా చేపట్టడం జరిగిందని, అయితే మరో 120 గ్రామాలను ప్రతిపాదించడం జరిగిందని, వాటికి సంబందించిన కార్యాచరణ ప్రణాళిక రావాల్సిఉందన్నారు. ఆయా గ్రామాల్లో డా.బి.ఆర్.అంబేద్కర్, బాబుజగజ్జీవన్ రాం భవనాలు నిర్మాణానికి నిధులను ఇస్తామని, అందుకు ప్రతిపాదనలు పంపాలని సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ అధికారులకు ఆయన సూచించారు. వ్యవసాయ, అటవీ, ఉద్యానవన, పట్టుపరిశ్రమల శాఖల ఎన్.ఆర్.ఇ.జి.ఎస్. కన్వర్జన్ల మాస్టర్ ప్లాన్ లను రూపొందించుకోవాలని సంబందిత శాఖల అధికారులను ఆదేశించినట్లు ఆయన తెలిపారు. నేషనల్ ఎస్.సి. డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ కు రూ.143 కోట్లను ఇవ్వడం జరిగిందన్నారు. మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్ ప్రాంతాల్లో వ్యర్థాల తరలింపుకు నేషనల్ సఫాయి కర్మచారీ డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ ద్వారా 112 సహాయక గ్రూపులకు 30 శాతం రాయితీ పై వాహనాలు ఇవ్వాలని ప్రతిపాదనలు పంపించడం జరిగిందన్నారు. అయితే సఫాయి కర్మచారీ కుటుంబ గ్రూపులకు మాత్రమే రాయితీపై ఈ వాహనాలు ఇవ్వడం జరుగుతుంది తెలపడంతో అందుకు తగ్గట్టుగా ప్రతిపాదనలు అందినట్లు ఆయన తెలిపారు. దేశంలోనే మొదటి సారిగా నేషనల్ ఎస్.సి. డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ ద్వారా రూ.50 వేల రాయితీపై పథకాలను అందజేయడం జరుగుచున్నదని, భవిష్యత్ లో రూ.1.00 లక్ష రాయితీపై పథకాలను అందజేయాలని ఆదేశించడం జరిగిందన్నారు.

కొన్ని గురుకుల పాఠశాలలు, వసతి గృహాలు అద్దె భవనాల్లో నిర్వహించడం జరుగుచున్నదని, వాటికి శాశ్వత భవనాల నిర్మాణానికై కేంద్ర నిధులను మంజూరు చేసేందుకు ప్రతిపాదనల పంపాలని అధికారులకు సూచించామన్న నారాయణస్వామి, ఆ ప్రతిపాదనలు అందిన వెంటనే నిధులను మంజూరు చేసేందుకు చర్యలు చేపడతామన్నారు. దేశ వ్యాప్తంగా 30 కేంద్ర విశ్వవిద్యాలయాలు ఉన్నాయని వాటిలో డా.బి.ఆర్.అంబేద్కర్ ఎక్స్ లెన్సు సెంటర్లను ఏర్పాటు చేసేందుకు కేంద్రం చర్యలు చేపట్టిందన్నారు. సివిల్ సర్వీసెస్, బ్యాంకింగ్ తదితర పోటీ పరీక్షలకు హాజరయ్యేందుకు అవసరమైన శిక్షణను ఈ సెంటర్లలో ఇచ్చేందుకు ప్రతి విద్యార్థికి రూ.75 వేలు ఇవ్వటం జరుగుతుందని, ఇందుకు దాదాపు 28 విశ్వవిద్యాలయాలు తమ ఆమోదం తెలిపాయన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో అనంతపురం విశ్వవిద్యాలయంలో ఈ కేంద్రాన్ని ప్రతిపాదించడం జరిగిందన్న ఆయన, ఎక్కువ జనసాంద్రత ఉన్న విజయవాడ వంటి ప్రాంతాల్లో ఈ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేసేందకు ప్రతిపాదనలు పంపినట్లైతే పరిశీలిస్తామని పేర్కొన్నారు.

ఈ సమీక్షా సమావేశంలో కేంద్ర సామాజిక న్యాయం %డ% సాధికారిత శాఖ అదనపు కార్యదర్శి సురేంద్ర సింగ్, రాష్ట్ర సాంఘిక, బి.సి. సంక్షేమ శాఖ ప్రిన్సిఫల్ సెక్రటరీ జి.జయలక్ష్మీ, సంచాలకులు కె.హర్షవర్థన్, బి.సి. సంక్షేమ శాఖ సంచాలకులు పి.అర్జున రావు తదితరులతో పాటు పలు శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఏపీ మంత్రుల మానసిక ఆరోగ్యంపై సందేహాలు కలుగుతున్నాయి

ఏపీ బీజేపీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి విష్ణువర్థన్ రెడ్డి వైసీపీ మంత్రులపై ధ్వజమెత్తారు. ఏపీ మంత్రులు బజారు రౌడీల్లా వ్యవహరిస్తున్నారని, వారి భాష అసభ్యకరంగా ఉందని మండిపడ్డారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ఇది అభ్యంతరకరమని అన్నారు.

ఇలాంటివాళ్లను మంత్రులుగా చేసిన జగన్ ఇష్టం వచ్చినట్టు మాట్లాడమని ఊళ్లమీదికి వదిలినట్టుందని విమర్శించారు. ముఖ్యమంత్రిని విమర్శిస్తే సంక్షేమ పథకాలు తొలగిస్తామని డిప్యూటీ సీఎం రాజన్న దొర మాట్లాడడం సిగ్గుచేటని, అవసరమైతే ఓటర్ల కాళ్లు పట్టుకుంటామని మరో మంత్రి సీదిరి అప్పలరాజు అంటున్నాడని వెల్లడించారు.

తాము తలుచుకంటే అమరావతి రైతుల పాదయాత్రను ఆపేయగలమని బొత్స అంటున్నాడని, రోజా, అంబటి రాంబాబు ఏంమాట్లాడతారో వారికే తెలియదని అన్నారు. చూస్తుంటే, మంత్రుల మానసిక ఆరోగ్యంపై సందేహాలు కలుగుతున్నాయని వ్యంగ్యం ప్రదర్శించారు. మానసిక వ్యాధిగ్రస్తులుగా మారిపోతున్న మంత్రుల కోసం మానసిక అసుపత్రులను నిర్మించాల్సి వచ్చేట్టుందని ఎద్దేవా చేశారు.

బాధిత వృద్ధురాలిని ఆదుకుంటాం: మంత్రి వేణు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): సభ్య సమాజం తలదించుకునేలా కాజులూరు మండలం, పల్లిపాలెంలో వృద్ధురాలు తల్లిబోయిన లక్ష్మిని కన్న కుమారుడే తీవ్రంగా హింసించిన ఘటన కలచివేసిందని రాష్ట్ర బీసీ సంక్షేమం, సినిమాటోగ్రఫీ, సమాచార, పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి చెల్లుబోయిన శ్రీనివాస వేణుగోపాలకృష్ణ అన్నారు. మంగళవారం కాకినాడ జీజీహెచ్‌లో చికిత్స పొందుతున్న వృద్ధురాలిని మంత్రి వేణుగోపాలకృష్ణ పరామర్శించారు.ఆమెకు అందుతున్న వైద్యం వివరాలను వైద్యులను అడిగి తెలుసుకున్నారు.అమ్మా.. భయపడకు...! నేనున్నాంటూ కొండంత ధైర్యం చెప్పారు. పండ్లు, కొంత ఆర్థిక సహాయం అందించారు.అనంతరం మంత్రి చెల్లుబోయిన శ్రీనివాస వేణుగోపాలకృష్ణ మీడియాతో మాట్లాడుతూ మద్యం మత్తులో కన్న కొడుకే తల్లిని హింసించడం తనకు చాలా బాధ కలిగించిందని.. విషయం తెలిసిన వెంటనే పోలీసుల సహకారంతో వృద్ధురాలు క్షేమంగా ఉండేలా చర్యలు తీసుకున్నట్లు తెలిపారు. యానాం ఆసుపత్రిలో ఉన్న వృద్ధురాలికి మెరుగైన వైద్యం అందించేందుకు కాకినాడ జీజీహెచ్‌కు తీసుకొచ్చినట్లు వివరించారు.ఆసుపత్రిలో మెరుగైన వైద్యం అందుతోందని..త్వరలోనే కోలుకుంటుందని వైద్యులు చెప్పడం చాలా ఆనందం కలిగించిందన్నారు.ప్రత్యక్ష దైవమైన తల్లిని హింసించిన కుమారుడుపై చట్ట పరంగా చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు.వృద్ధురాలికి పెన్షన్ ఇప్పటికే మంజూరైందని.. ఇల్లు మంజూరుకు చర్యలు తీసుకోనున్నట్లు వెల్లడించారు. ఏచిన్న సంఘటన తమ దృష్టికి వచ్చినా సంఘటనకు కారణమైన వ్యక్తులపై చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు బాధితులకు భరోసా కల్పిస్తున్నట్లు మంత్రి చెల్లుబోయిన వేణుగోపాలకృష్ణ పేర్కొన్నారు.

పాలకుల విధానాలను వ్యతిరేకించండి!

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతీపురంలో ప్రారంభమైన రైతుకూలీ సంఘం మన్యం జిల్లా మహాసభలు పార్వతీపురం జిల్లా నలుమూలల నుండి వేలాది గా వచ్చిన రైతుకూలీలు, గిరిజనులుతో ఉత్తేజకరంగా ప్రారంభమయ్యాయి. స్థానిక మార్కెట్ యార్డ్ లో మధ్యాహ్నం 1గంటకు బహిరంగ సభ ప్రారంభమయ్యింది. సభకు ముందుగా నెత్తుటి దీపాలు,కిందిరి, అమరవీరుల బుర్రకథ, సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలు, కళారూపాలను కళాకారులు ప్రదర్శించారు. సంఘం జిల్లా కార్యదర్శి కామ్రేడ్ డి.వర్మ అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సభలో ముఖ్య అతిథులైన ఉత్తరాంధ్ర ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీ పి.రఘువర్మ,ఏపీ టి ఎఫ్ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి కె.భానుమూర్తి, కొమరం భీం' పాత్రధారి ప్రజా రచయిత భూపాల్ లు రైతు కూలీ సంఘం మన్యం జిల్లా మహాసభలకు వచ్చిన వారికి అభినందనలు తెలుపుతూ, పాలకులు తీసుకొస్తున్న చట్టాలు గిరిజనుల, కార్మికుల, రైతాంగ,ప్రజా జీవితాలను తీవ్ర సంక్షోభంలోకి నెడుతున్నాయని వీటికి వ్యతిరేకంగా మీరంతా చేస్తున్న పోరాటాలకు మా సంఘీభావం ఎల్లవేళలా ఉంటుందన్నారు. ప్రధాన వక్త గా పాల్గొన్న రైతు కూలీ సంఘం (ఆం.ప్ర) రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కామ్రేడ్ సింహాద్రి. ఝాన్సీ మాట్లాడుతూ, "కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన 'అటవీ పరిరక్షణ నిబంధనావళి-2022' బిల్లు నామమాత్రంగా ఆదివాసులకు ఉన్న కనీస హక్కుల్ని కూడా రద్దుచేసి,మన అడవుల్ని సామ్రాజ్యవాదులకు, కార్పొరేట్ కంపెనీలకు అప్పగించే కుట్రలు పన్నుతున్నది. ఇది మన సహజ,ఖనిజ సంపదల్ని దోపిడీ చేస్తూ, పర్యావరణాన్ని కూడా తీవ్ర విధ్వంసం చేసేదిగా ఉంది. అదేవిధంగా ప్రభుత్వ ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను అమ్మకానికి పెట్టే దుర్మార్గ విధానాలను పాలకులు తీసుకొస్తున్నారు. ఇవి భారతదేశాన్ని పూర్తిగా అమ్మకానికి పెట్టే విధానాలేనని, ఈ విధానాలపై గిరిజన ,రైతుకూలీ ప్రజానీకంతో పాటు ప్రజలంతా ఐక్యంగా కదలాలని, ఈ పోరాటాలకు ప్రజాతంత్ర వాదులు, మేధావులు అండగా నిలవాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం."అన్నారు ఎఐఎఫ్‌టియు (న్యూ)ఉపాధ్యక్షులు కామ్రేడ్ గణేష్ పండా మాట్లాడుతూ,"కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు వ్యవసాయాధారిత పరిశ్రమలైన షుగర్ ,జ్యూట్ మిల్లులను మూసివేస్తూ, రైతాంగం, కార్మికుల ఉపాధిని తీవ్రంగా దెబ్బ కొడుతూ, వలసలను, నిరుద్యోగాన్ని పెంచుతున్నారని, పాలకుల ఈ విధానాలకు వ్యతిరేకంగా పోరాడాలన్నారు. ఇంకా ఈ బహిరంగ సభలో రైతుకూలీసంఘం జిల్లా నాయకులు పి .శ్రీనునాయుడు, ఇతర కార్మిక, ప్రజాసంఘాల నాయకులు మాట్లాడారు.బహిరంగ సభ అనంతరం మార్కెట్ యార్డ్ నుండి, పాత బస్టాండ్, ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్, మీదుగా బెలగాం సెంటర్ వరకు భారీ ప్రదర్శన డప్పు నృత్యాలు, కోలాటాలు, ప్రజాకళాకారుల నృత్యాలతో ఎంతో ఉత్తేజంగా సాగింది.

జడ్పిటిసి రాజుకు ఘన సత్కారం

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): పరవాడ జడ్పిటిసి పి యస్ రాజు మొదటి సంవత్సరం పూర్తయిన సంధర్భంగా జడ్ పి సమావేశ మందిరంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి ,పంచాయతీ రాజ్ శాఖామాత్యులు బూడి ముత్యాలనాయుడు ,అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సభ్యురాలు బి.సత్యవతి ,అరకు పార్లమెంటు సభ్యురాలు జి మాధవి ,జడ్ పి చైర్మన్ సుభద్ర ,అరకు ఎమ్మెల్యే చేతుల మీదగా ఘనంగా సత్కరించారు.

సకలజనుల సమ్మేళనమే సనాతన ధర్మం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మానవాళికి దశ, దిశ నిర్దేశించి సన్మార్గంలో నడిపేది దైవం సూచించిన సనాతన ధర్మమేనని తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి, శ్రీకాకుళం జిల్లా పాలకొండ నియోజకవర్గం పరిశీలకులు గంటా నూకరాజు అన్నారు. దేవి శరన్నవరాత్రులు సందర్భంగా భీమిలి కీటిన్ పేటలో యరబాల అనిల్ రాజా వారి యూత్ అధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన దుర్గాదేవి మండపాన్ని గంటా నూకరాజు సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా భక్తులనుద్దేశించి గంటా నూకరాజు మాట్లాడుతూ మానవ సమాజాన్ని సన్మార్గంలో నడిపేది దైవత్వమేనని అన్నారు. ఏ మతంవారైనా వారియొక్క నియమ నిబంధనలను గౌరవించి ఆచార సాంప్రదాయాలు అనుసరించి నడుచుకోవాలని అన్నారు. అప్పుడే మానవ జన్మకు సరితార్థం లభిస్తుందని అన్నారు. హిందూ, క్రిస్టియన్, ముస్లిం ఏ మతం అయినా సరే భక్తి మార్గాన్ని అనుసరించి ఇలాంటి కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం ద్వారా మనుషుల మధ్య రాగ ద్వేషాలు తగ్గి ఉన్నతమైన మార్గాన్ని అనుసరించడానికి అవకాశం ఉంటుందని అన్నారు. దేవి నవరాత్రులు సందర్భంగా ఇంత మంచి కార్యక్రమానికి స్వీకారం చుట్టిన ప్రతీ భవాని భక్తునికి నా హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు అని గంటా నూకరాజు అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు యరబాల అనిల్ ప్రసాద్ తనయుడు అనిల్ రాజా, ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు మరియు భవాని భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

అవ్వకు కలెక్టరమ్మ ఆసరా

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): వృద్ధాప్యం.. ఆపై అనారోగ్య సమస్యలు.. కంటి చూపు మందగించింది.. మతిస్థిమితం కోల్పోయింది. పెద్దాపురం పట్టణానికి చెందిన వృద్ధురాలు వేములపల్లి దేవి దుర్భర స్థితిలో.. దిక్కుతోచని పరిస్థితిలో ఓ వారపు సంత వద్ద షెడ్డులో ఉంటూ ఆపన్న హస్తం కోసం ఎదురుచూస్తోందని.. భర్త రెండేళ్ల క్రితం మృతి చెందగా.. కుమారుడు, కుమార్తె వేర్వేరు ప్రాంతాల్లో ఉన్నారని.. అవ్వను ఆదుకోవాలంటూ వృద్ధురాలి దీనగాథపై మీడియాలో వచ్చిన వార్తపై జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా స్పందించారు. అవ్వను తక్షణమే వృద్ధాశ్రమంలో చేర్పించాలని సోమవారం స్థానిక అధికారులను ఆదేశించారు. మతిస్థిమితం కోల్పోయినందున ఏమీ చెప్పలేని స్థితిలో ఉన్న 85 ఏళ్ల అవ్వను పోలీస్, రెవెన్యూ అధికారులు, వార్డు సచివాలయ సిబ్బంది పాత పెద్దాపురం పరిధిలోని మన ఇల్లు బాధ్యత వృద్ధాశ్రమంలో చేర్చారు.

చింతపల్లి ఏరియా ఆసుపత్రిని సందర్శించిన జిల్లా కోఆర్డినేటర్

పాడేరు (చింతపల్లి), (విశాఖ సమాచారమ్): చింతపల్లి ఏరియా ఆసుపత్రిని ఆకస్మికంగా సందర్శించి, ఆస్పత్రి రికార్డులను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి, రోగులకు అందుతున్న వైద్య సేవలపై రోగులను అడిగి తెలుసుకోవడం జరిగిందని రాష్ట్ర వైద్య విధాన పరిషత్ అల్లూరి జిల్లా కోఆర్డినేటర్ ఎం హరి అన్నారు. మంగళవారం ఆస్పత్రి సూపరింటెండెంట్ డి మహేశ్వర రావు తో కలిసి శిశువులకు అందుతున్న వైద్య సేవలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం వివిధ రోగాలతో బాధపడుతున్న వారి నుంచి వైద్య సేవలు ఏ విధంగా అందుతుందని ఆరా తీశారు. రోగులకు గదులు సరిపోవటం లేదని రోగులు ఆయన దృష్టికి తీసుకు వచ్చారు. స్పందించిన ఆయన మరి కొన్ని గదులు కేటాయించేందుకు ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకువెళ్లి వీలైనంత త్వరలో గదులు మంజూరుకు కృషి చేస్తామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైద్యాధికారులు రఘురాం, నరేష్, హిమబిందు, కీర్తి, ల్యాబ్ టెక్నీషియన్ అనిల్ కుమార్, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సంక్షేమ పథకంలో మహిళల భాగస్వామ్యం

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): బడుగు, బలహీన వర్గాల మహిళల అభ్యున్నతికి గౌరవ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ప్రతి సంక్షేమ పథకంలో మహిళలను భాగస్వామ్యం చేయడం ద్వారా ఆర్థిక చేయూతనందిస్తున్నారని కాకినాడ పార్లమెంటు సభ్యురాలు వంగా గీత పేర్కొన్నారు. మంగళవారం కాకినాడ సర్పవరం జంక్షన్ స్పందన ఫంక్షన్ హాల్ లో జరిగిన కాకినాడ గ్రామీణ నియోజకవర్గానికి సంబంధించి వైఎస్సార్ చేయూత మూడో విడత ఆర్థిక సహాయం పంపిణీ కార్యక్రమానికి కాకినాడ ఎంపీ వంగాగీత, జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా, కాకినాడ గ్రామీణ నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు కురసాల కన్నబాబు ఇతర ప్రజాప్రతినిధులు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు.

కాకినాడ పార్లమెంటు సభ్యురాలు వంగా గీత మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఇచ్చిన మాట ప్రకారం పేద వర్గాల ప్రజల ఉన్నతికి కృషిచేస్తున్నారని దేశవ్యాప్తంగా రాష్ట్రంలోనే అత్యధిక సంఖ్యలో సంక్షేమ పథకాలు అమలు జరగడం ఇందుకు నిదర్శనమన్నారు. 45 నుంచి 60 మధ్య వయసు ఉన్న మహిళలు ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకుంటే కుటుంబ జీవన స్థితిగతులు మెరుగుపరిచేందుకు అవకాశం ఉంటుందనే విషయాన్ని గుర్తించి గౌరవ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్సార్ చేయూత పథకానికి శ్రీకారం చుట్టారని ఎంపీ తెలిపారు. బడుగు, బలహీన వర్గాల మహిళల అభ్యున్నతికి నిబద్ధతతో కృషిచేస్తూ గృహం లేని లక్షలాది మంది గృహిణిలకు తమ సొంత ఇంటి కలను సాకారం చేసేందుకు వేల కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేయడం జరుగుతోందన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అందిస్తున్న ప్రతి సంక్షేమ పథకాన్ని మహిళలు సద్వినియోగం చేసుకొని తమ కుటుంబాలను ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దుకోవాలని ఎంపీ వంగా గీత సూచించారు.

జిల్లా కలెక్టరు డా. కృతికా శుక్లా మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మహిళలకు ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యాన్ని కల్పించేందుకు వైఎస్సార్ చేయూత పథకం ద్వారా నేరుగా మహిళల బ్యాంక్ ఖాతాలో సొమ్ము జమ చేయడం జరుగుతుందన్నారు. కాకినాడ జిల్లాకు సంబంధించి వైఎస్సార్ చేయూత పథకం మూడో విడత ద్వారా 1.2 లక్షల మంది మహిళలకు 18,750 రూపాయల చొప్పున సుమారుగా రూ.192 కోట్లు లబ్ధి చేకూరిందని ఇంకా ఎవరైనా అర్హతలు ఉండి వివిధ సాంకేతిక కారణాల వల్ల పథకం అందక పోయినట్లయితే స్పందన కార్యక్రమంలో దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని కలెక్టరు తెలిపారు. అదేవిధంగా జిల్లాలో ఉన్న వివిధ స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళలను ప్రముఖ కంపెనీలతో అనుసంధానించి కిరాణా, జ్యూట్ బ్యాగులు, కురగాయలు, పచ్చళ్ళు ఇతర వ్యాపారాలను అభివృద్ధి చేసేందుకు కృషిచేయడం జరుగుతోందన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఇటీవల జిల్లాలో యు.కొత్తపల్లిలో రాష్ట్రంలోనే మొదటి సారిగా డ్వాక్రా మహిళలతో సుమారు రూ.40 లక్షల వ్యయంతో చేయూత మార్ట్ ను ప్రారంభించడం జరిగిందని ఆమె తెలిపారు. రానున్న రోజుల్లో జిల్లాలో తాళ్లరేవు, తొండంగి ఇతర ప్రాంతాలలో ఇటువంటి మహిళా మార్టులు ఏర్పాటు చేసేందుకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తున్నట్లు కలెక్టరు తెలిపారు.

కాకినాడ గ్రామీణ నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు కురసాల కనబాబు మాట్లాడుతూ గౌరవ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి వైఎస్సార్ చేయూత, ఆసరా, ఈబీసీ నేస్తం వంటి పథకాల ద్వారా అన్ని వర్గాల మహిళలు సొంతంగా వ్యాపారాలు చేసుకునేందుకు అవకాశం కల్పించారన్నారు. వైఎస్సార్ చేయూత పథకం ద్వారా నాలుగు సంవత్సరాలలో ప్రతి మహిళకు రూ.75 వేలు ఆర్థిక సహాయం అందించడం జరుగుతుందన్నారు. జగన్ మోహన్ రెడ్డి ప్రతి విషయంలోనూ అక్కాచెల్లెమ్మల చేయి పట్టుకుని నడిపిస్తున్నారని ఆయన తెలిపారు. చేయూత పథకం ద్వారా చాలా మంది మహిళలు వస్త్ర, గొర్రెలు/మేకలు, పాలు ఇతర వ్యవసాయ ఆధారిత ఉత్పత్తులను వ్యాపారాలుగా ఎంచుకొని చక్కని జీవనోపాధి పొందుతున్నారన్నారు. 45 నుంచి 60 మధ్య వయసు ఉన్న మహిళల చేయూత పథకం ద్వారా లబ్ధి చేకూరుతుందని, 60 సంవత్సరాల దాటిన వారికి వృద్ధాప్య పింఛన్ అందిస్తున్న విషయాన్ని సచివాలయ సిబ్బంది మహిళలకు అవగాహన కల్పించాలన్నారు. రాష్ట్రలో వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి నాయకత్వంలో సుమారుగా 32 సంక్షేమ పథకాల ద్వారా లక్షలాది కుటుంబాలకు లబ్ధి చేకూరిందని కన్నబాబు తెలిపారు. కాకినాడ గ్రామీణ నియోజకవర్గాని సంబంధించి వైఎస్సార్ చేయూత పథకం మూడో విడత ద్వారా కాకినాడ గ్రామీణ, కరప మండలాలతో పాటు కాకినాడ అర్బన్ వార్డులో ఉన్న 12,768 మంది మహిళలకు సుమారుగా రూ. 24.56 కోట్లు లబ్ధి చేకూరినట్లు ఎమ్మెల్యే కన్నబాబు వివరించారు. కార్యక్రమంలో కాకినాడ గ్రామీణం, కరప మండలాల జెడ్పీటీసీలు నురుకుర్తి కృష్ణ, యాళ్ల సుబ్బారావు, డీఆర్డీఏ పీడీ కె.శ్రీరమణి, డీఎల్డీవో పి.నారాయణమూర్తి, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, మండల స్థాయి అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రతీ పేద వర్గానికి మేలు జరగాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతి పేద వర్గానికీ మేలు చేయాలనే సంకల్పంతో గౌరవ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి పనిచేస్తున్నారని రాష్ట్ర బీసీ సంక్షేమం, సినిమాటోగ్రఫీ, సమాచార, పౌర సంబంధాల శాఖా మంత్రి చెల్లుబోయిన శ్రీనివాస వేణుగోపాల కృష్ణ పేర్కొన్నారు.

మంగళవారం రామచంద్రపురం నియోజకవర్గం కాజులూరు మండలంలోని గొల్లపాలెం గ్రామంలో మూడవ విడత చేయూత కార్యక్రమంలో మంత్రి చెల్లుబోయిన వేణుగోపాల కృష్ణ పాల్గొని కాజులూరు మండలంలో 3,234 మంది చేయూత లబ్ధిదారులకు రూ. 6.03 కోట్ల చెక్కును అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ లక్షలాది మంది మహిళలు పడుతున్న కష్టాలు, మోస్తున్న కుటుంబ బరువును తన సుదీర్ఘ పాదయాత్రలో గమనించిన ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్‌రెడ్డి అనేక సంక్షేమ పథకాలు మహిళల పేరిట అమలు చేస్తున్నారన్నారు. గతంలో లక్షలాది రూపాయలు విలువైన వైద్య సదుపాయాలు సంపన్నులకు మాత్రమే అందేవని.. ఇప్పుడు ఆరోగ్య శ్రీ ద్వారా పేదవాడికి కూడా మంచి వైద్యాన్ని అందించిన గొప్ప వైద్యుడు దివంగత ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ రాజశేఖరరెడ్డి అని అన్నారు. అంతేకాకుండా పింఛను పెంపు, ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్, తదితర పథకాలతో ప్రజల గుండెల్లో చెరగని ముద్ర వేసుకున్నారన్నారు. ఆయన అడుగు జాడల్లో పేదల కష్టాలను గుర్తించిన ముఖ్యమంత్రి పేదలను ఉన్నత స్థాయిలో నిలపాలన్న లక్ష్యంతో అహర్నిశలు కృషి చేస్తున్నారన్నారు. చేయూత కార్యక్రమం ద్వారా 45 నుండి 60 సం. వయస్సు గల ఎస్.సి, ఎస్.టి, బిసి, మైనార్టీ వర్గాలకు చెందిన మహిళలకు నాలుగు విడతల్లో మొత్తం రూ.75,000 వేలు చొప్పున అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు. సచివాలయ వ్యవస్థ ద్వారా ప్రతి సంక్షేమ పథకాన్ని గడప ముంగిటకే అందిస్తూ ఎటువంటి లంచాలకు తావులేకుండా ఒక్క బటన్ నొక్కగానే లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లో చేస్తున్నారన్నారు. సంవత్సరం ముందే సంక్షేమ పథకాల అమలు క్యాలెండర్ ను ప్రకటించి ఇచ్చిన ప్రతీ హామీని చెప్పిన తేదీన కచ్చితంగా అమలు చేస్తున్న ఏకైక ముఖ్యమంత్రిగా వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి నిలిచారన్నారు. ప్రతి మహిళా తన కుటుంబాన్ని ఆర్థికంగా బలోపేతం చేసుకునేందుకు ప్రతీ ఇంటిలో పెద్దన్నగా నిలుస్తున్న ముఖ్యమంత్రికి ప్రజలంతా అండగా నిలవాలని ఈ సందర్భంగా మంత్రి కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీపీ మాతా భారతి, జెడ్పీటీసీ వనుము సుబ్బారావు, ఎంపీడీవో ఎస్ ఎస్ శర్మ, తహశీల్దార్ బి.సత్యనారాయణ, మండలంలోని వివిధ గ్రామాల సర్పంచ్ లు, ఎంపీటీసీలు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, సచివాలయ సిబ్బంది, వాలంటీర్లు, లబ్ధిదారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నాడు-నేడు పనులపై కలెక్టర్ తీవ్ర అసంతృప్తి

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): నాడు-నేడు క్రింద రహదారులు భవనాల శాఖ చేపట్టిన ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల పనుల నిర్వహణ పట్ల జిల్లా కలెక్టర్ సుమిత్ కుమార్ తీవ్ర అసంతృప్తిని వ్యక్తపరిచారు. పాడేరు కలక్టరేట్ సమావేశమందిరంలో ఆర్ అండ్ బి ఇంజనీరింగ్ అధికారులతో నిర్వహించిన సమీక్షా సమావేశంలో కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, పని పూర్తి కాకుండానే పూర్తి చేసి అప్పగించేసినట్లు తప్పుడు నివేదికలు ఇస్తున్నారని మండి పడ్డారు. తద్వారా ముఖ్యమంత్రికి ప్రభుత్వానికి తప్పు త్రోవ పట్టిస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తపరిచారు. అదేవిధంగా పనులు చేపట్టిన 33 భవనాలలో పనులన్నీ అసంపూర్తిగా ఉన్నాయని, విధ్యుత్ సదుపాయం కల్పించి బిల్లులు అప్లోడ్ చేయలేదని, ఇన్వర్టర్ ఏర్పాటు చేయలేదని, టాయిలెట్లకు అవుట్ లెట్లు ఏర్పాటు చేయలేదని సకాలంలో బిల్లులు అప్లోడ్ చేయకపోతే ఎలా అని మందలించారు. ఈ విషయమై ఇంజనీర్- ఇన్ చీఫ్ కు ప్రధాన కార్యదర్శికి లేఖ రాస్తానని హెచ్చరించారు. కాంట్రాక్టర్ ముందుకు రాకపోతే ప్రైవేటు వ్యక్తులతో చేయించి బిల్లు అందజేస్తే డబ్బు చెల్లిస్తానని కలెక్టర్ తెలిపారు. 85 రోజుల క్రితం రూడకోట, ఈదులపాలెం ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలను తనిఖీ చేసి పనుల గూర్చి స్వయంగా ఫోన్ చేసి చెప్పినప్పటికీ ఇప్పటి వరకు చెప్పిన పనులు చేయలేదని ఆగ్రహించారు.

జి.కే వీధి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం పనుల ప్రగతిపై సమావేశం నుండే మెడికల్ అధికారితో మాటాడి తెలుసుకున్నారు. అక్కడ వారంలోగా ఇన్వర్టర్ ఏర్పాటు చేయకపోతే చర్యలు తీసుకుంటామని ఎఇఇ పై చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. అదేవిధంగా పినకోట పి హెచ్ సి సమీక్ష సందర్భంగా రెండు నెలల క్రితం సందర్శించి ఫోన్ చేసి చెప్పినప్పటికీ అక్కడ పనులు పెండింగ్ లో ఉండటం పట్ల ఆగ్రహం వ్యక్తపరిచిన కలెక్టర్ అందుకు సంబంధించి విశాఖపట్నం పర్యవేక్షక ఇంజనీర్ కు ఫోన్ చేసి తరచూ ఆయా ప్రాంతాలు సందర్శించి సమీక్షించాలని ఇంజినీరింగ్ అధికారులకు తగు సూచనలు జారీ చేయాలని ఆదేశించారు.

ఈ సందర్భంగా ఒక ప్రోఫార్మాను అప్పటికప్పుడు తయారు చేయించిన కలెక్టర్ 33 ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలు సంబంధిత ఇంజనీర్లు మరొక్క సారి తనిఖీ చేసి ఆయా ప్రాంతాలలో పెండింగ్ పనులను గుర్తించి ప్రోఫార్మాలో నమోదు చేసి సంబంధిత మెడికల్ అధికారితో ధ్రువీకరింపజేసి నివేదిక సమర్పించాలని ఆదేశ%శ%చారు. విధులు సకాలంలో పూర్తి చేయక, సక్రమంగా విధులు నిర్వర్తించక తప్పుడు నివేదికలు అందజేస్తే దూర ప్రాంతాలకు బదిలీ లేదా డెప్యుటేషన్ పై పంపిస్తామని హెచ్చరించారు. విధ్యుత్ కనెక్షన్లు ఇవ్వటం, ఇన్వర్టర్ ఏర్పాటు చేయటం జరగక ప్రసవ సమయంలో అవాంచనీయ సంఘటనలు జరిగితే సంబంధిత ఇంజనీరే దానికి పూర్తి భాద్యత వహించాల్సి ఉంటుందని, కేసులను ఎదుర్కోవలసి వస్తుందని హెచ్చరించారు. అదేవిధంగా పూర్తి ఐన పనులకు వెంట వెంటనే బిల్లులు అప్లోడ్ చేయాలని, కాంట్రాక్టర్లను పిలిచి సమీక్షించాలని పనులు త్వరగా, నాణ్యవంతంగా పూర్తీ చేయాలని ఆదేశించారు.

ఈ సమీక్షా సమావేశంలో ఐటిడిఎ ప్రాజెక్ట్ అధికారి రోణంకి గోపాల కృష్ణ, ఆర్ అండ్ బి కార్య నిర్వాహక ఇంజనీర్ బాల సుందర బాబు, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి డా. బి సుజాత, అదనపు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి డా. లీలా ప్రసాద్, ఆర్ అండ్ బి ఉప కార్య నిర్వాహక ఇంజనీర్లు, సహాయ ఇంజనీర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పరిశ్రలమ స్థాపనకు ముందుకు రండి

విజయనగరం: ఔత్సాహిక పారిశ్రామికవేత్తలు జిల్లాలో పరిశ్రమలను స్థాపించడానికి ముందుకు రావాలని, కలెక్టర్ ఎ.సూర్యకుమారి పిలుపునిచ్చారు. జిల్లా యంత్రాంగం తరపున సంపూర్ణ సహకారాన్ని అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఔత్సాహిక పారిశ్రామికవేత్తలకు, రైతు సంఘాలకు, విద్యార్థులకు కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియంలో పరిశ్రమల స్థాపనపై మంగళవారం అవగాహనా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

కలెక్టర్ సూర్యకుమారి మాట్లాడుతూ, జిల్లాలో పరిశ్రమల స్థాపనకు ఎన్నో అవకాశాలు ఉన్నాయని, వాటిని వినియోగించుకొని పరిశ్రమలను స్థాపించాలని కోరారు. ముఖ్యంగా వ్యవసాయాధారిత పరిశ్రమల స్థాపనకు జిల్లా ఎంతో అనుకూలమని అన్నారు. పరిశ్రమల స్థాపనకు ముందుకు వచ్చే రైతు సంఘాలకు సహకారాన్ని అందించేందుకు ప్రత్యేకంగా ఒక వ్యవసాయ సహాయ సంచాలకుడిని కేటాయిస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. క్లష్టర్ రూపంలో ఒకే ప్రాంతంలో పరిశ్రమలను స్థాపిస్తే, మౌలిక సదుపాయాల కల్పన సులువవుతుందని అన్నారు. ఎపిఐఐసి ద్వారా జిల్లాలో మరిన్ని పారిశ్రామిక పార్కులను ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు చెప్పారు. కొత్తవలస, ఎల్‌కోట, పూసపాటిరేగ ప్రాంతాల్లో పారిశ్రామిక పార్కులను ఏర్పాటు చేసేందుకు ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నట్లు తెలిపారు. బొబ్బిలి పారిశ్రామిక వాడలో 200 ఎకరాలు సిద్దంగా ఉన్నాయని, కావాల్సిన వారికి కేటాయిస్తామని చెప్పారు. విద్యార్థులు తమ చదువు అయిపోయిన తరువాత, ఉద్యోగాల కోసం ఎదురు చూడకుండా, స్వయం ఉపాధి యూనిట్ల స్థాపనపై దృష్టి పెట్టాలని కోరారు. పరిశ్రమలను స్థాపించాలనుకొనేవారు, సవివరంగా ప్రాజెక్టు రిపోర్టుతో ముందుకు రావాలని కలెక్టర్ సూచించారు.

ఎంఎస్ఎంఈ ఎడి జి.రఘురామ్ మాట్లాడుతూ, పరిశ్రమలు, సేవా సంస్థల స్థాపనకు ప్రభుత్వం ఇస్తున్న ప్రోత్సాహకాలను పవర్ పాయింట్ ప్రెజెంటేషన్ ద్వారా తెలిపారు. సూక్ష, చిన్న, మధ్య తరహా పరిశ్రమల విభాగాలు, ఉద్యమ్ రిజిష్ట్రేషన్, పిఎంఇజిపి, ముద్రా, స్టాండప్ ఇండియా, స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్, ట్రైనింగ్, ఎంఎస్ఎంఈ టెక్నాలజీ సెంటర్, ఇన్‌ఫ్రాస్ట్రక్చర్ సపోర్ట్ స్కీమ్, క్లష్టర్ డెవలప్‌మెంట్, టెక్నాలజీ అప్‌గ్రేడేషన్, జెడ్ఈడి సర్టిఫికేట్, ఇన్‌క్యుబేట్స్, ఐపిఆర్, పిఎంఎస్ తదితర అంశాలను, ప్రభుత్వ రాయితీలను వివరించారు.

సమన్వయం తో ఉత్సవాలు

విజయనగరం: జిల్లా అధికారులు శాశ్వత సభ్యులతో కలిసి విజయనగరం ఉత్సవాలను సమన్వయం తో నిర్వహించి విజయవంతం గావించాలని జిల్లా రెవిన్యూ అధికారి గణపతి రావు తెలిపారు. మంగళవారం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో ఉత్సవాల వేదికల ఇంచార్జ్ అధికారులు, ఉత్సవాల శాశ్వత సభ్యుల తో కలసి వేదిక వారీగా, కార్యక్రమాలకు చేస్తున్న ఏర్పాట్ల పై సమీక్షించారు. వేదికల వద్ద చేయవలసిన ఏర్పాట్లన్నీటికీ ఇంచార్జ్ అధికారులే బాధ్యత తీసుకోవాలని సూచించారు. అందరిని కలుపుకొని, ఎలాంటి సంఘటనలు జరగకుండా జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలని, ఏదయినా సమస్య ఉంటే తమ దృష్టికి తేవాలని అన్నారు. ముఖ్య0గా ప్రారంభోత్సవ ర్యాలీ, ఆనంద గజపతి ఆడిటోరియం, అయోధ్య మైదానం, పుష్ప ప్రదర్శనలు వద్ద ఎక్కువగా ప్రేక్షకులు ఉంటారు కనుక పోలీస్ బందో బస్తు ను అందుకు తగ్గట్టుగా ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. అదే విధంగా ట్రాఫిక్ సమస్య తలెత్తకుండా పోలీస్ అధికారులు చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. ఎక్కడ ఎలాంటి పొరపాట్లు జరగకుండా చూడాలని, విమర్శలకు తావులేని విధంగా అధికారులంతా మనసు పెట్టి పని చేయాలన్నారు.

ఈ సమావేశంలో డి.ఆర్.డి.ఏ, మెప్మా, పి.డి లు కల్యాణ చక్రవర్తి, సుధాకర్ రావు, జిల్లా పరిషత్ సి.ఈ.ఓ డా.అశోక్ కుమార్, ఐ.సి.డి.ఎస్.పి.డి శాంతకుమారి, మున్సిపల్ కమీషనర్ శ్రీరాములు నాయుడు, డిప్యూటీ కలెక్టర్ వెంకటేశ్వర రావు, డి.ఎస్.పి లు ఎల్.మోహన రావు, త్రినాధ్, డి. ఐ.పి.ఆర్.ఓ రమేష్, ఇతర శాఖల అధికారుల తో పాటు శాశ్వత సభ్యులు ధవళ సర్వేశ్వర రావు, పెద్దింటి అప్ప రావు, డా.వెంకటేశ్వర రావు, కాపుగంటి ప్రకాష్, నాలుగెస్సుల రాజు, పలు స్వచ్ఛంద సంస్థల సభ్యులు తదితర సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులను సమాజానికి చేరువచేయాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విద్యార్థులకు సమాజానికి చేరువ చేయాలని, వారి సామర్థ్యాలు, మేధస్సును సమాజ ఉపయుక్తంగా నిలపాలని ఏయూ రెక్టార్ ఆచార్య కె.సమత అన్నారు. మంగళవారం ఏయూ హెచ్ఆర్‌డిసి కేంద్రంలో డిగ్రీ కళాశాలల ప్రిన్సిపాల్స్‌కు కమ్యూనిటీ సర్వీస్‌లో విద్యార్థులను భాగస్వాములను చేయడంపై ఒకరోజు అవగాహన తరగతులను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రెక్టార్ ఆచార్య కె.సమత మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు గ్రామాలకు, వార్డులకు వెళ్లి అక్కడ ప్రజల సమస్యలను గుర్తించాలన్నారు. వాటికి పరిష్కారాలు చూపడానికి విద్యార్థులు కృషిచేస్తారని, వారికి తగిన మార్గదర్శకం అధ్యాపకులు అందించాలన్నారు.

సీడీసీ డీన్ ఆచార్య ఎస్. సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ ఉన్నత విద్యామండలి కమ్యూనిటీ సర్వీస్, ఇంటర్న్‌షిప్‌లను తప్పనిసరి చేసాయని, ప్రతీ కళాశాల తమ విద్యార్థులను వీటిలో భాగం చేయాలన్నారు. వీటిపై కళాశాలలు అలక్ష్యం వహించరాదన్నారు.

శిక్షణ తరగతుల సమన్వయకర్త ఆచార్య ఎన్.ఏ.డి పాల్ మాట్లాడుతూ కరికులంలో వీటిని భాగం చేయడం జరిగిందన్నారు. మూడు సంవత్సరాలు మూడు విభిన్నమైన కార్యక్రమాలలో విద్యార్థులు భాగం కావడం జరుగుతుందన్నారు. తద్వారా వారికి ప్రత్యక్ష జ్ఞానం, మెరుగైన అవగాహన ఏర్పడతాయన్నారు.

పర్యాటకులు నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తే చర్యలు తప్పవు

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏజెన్సీలోని దర్శనీయ స్థలాలను సందర్శించే పర్యాటకులు పర్యాటక నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తే చర్యలు తీసుకుంటామని జిల్లా కలెక్టర్ సుమిత్ కుమార్ హెచ్చరించారు . ఐటిడి ఏ సమావేశ మందిరంలో రెవెన్యూ, పోలీస్ , చింతపల్లి , పాడేరు, అరకువ్యాలీ మండలాల తాహశీల్దార్లు, ఎంపిడిఓలు, అగ్నిమాపక, విద్యుత్ అధికారులు , టెంట్లు , రిసార్టుల నిర్వాహకులుతో పర్యాటక ప్రాంతాల నిర్వహణ , తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలపై మంగళవారం సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ చింతపల్లి , పాడేరు, అరకు వ్యాలీ పర్యాటక ప్రాంతాలను మూడు క్లస్టర్లుగా విభజించి డౌనూరు, పాడేరు మండలం గరిక బంద, అనంతగిరి మండలం చిలకల గెడ్డ వద్ద టూరిజం చెకో పోస్టులు ఏర్పాటు చేస్తామన్నారు . పర్యాటకుల వాహనాలను తనిఖీలు చేస్తామని చెప్పారు . పర్యాటకుల వాహనాల్లో మద్యం బాటిళ్లు , పర్యావరణానికి హానికలిగించే ప్లాస్టిక్ సీసాలు , కవర్లు రవాణా చేసేవారిపై చట్టరీత్యా చర్యలు తీసుకుంటా మన్నారు . పర్యాటక ప్రాంతాల్లో అసాంఘిక కార్య క్రమాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు . పర్యాటక కేంద్రాల వద్ద సౌండ్ సిస్టంలు పెట్టి స్థానికులకు ఇబ్బందులు పెట్టకూడదన్నారు . తనిఖీలు చేయడానికి అవసరమైన సిబ్బందిని నియమిస్తామన్నారు . పర్యాటక ప్రాంతాల్లో లిక్కర్ విక్రయిస్తే నాన్ బెయిలబుల్ కేసులు పెడతామని చెప్పారు.

టెంట్లు ఏర్పాటు చేసిన ప్రదేశంలో లిక్కరు పట్టుబడితే టెంట్ల నిర్వహకులు బాధ్యత వహించవలసి ఉంటుందన్నారు. అటువంటి లైసెన్సును రద్దు చేసి కేసు నమోదు చేయడం జరుగుతుందన్నారు . పర్యాటకుల వివరాలు రిజిష్టరులో నమోదు చేయాలని , గుర్తింపు కార్డులు , ఆధార్ కార్డుల వివరాల సేకరించాలన్నారు. తాహశీల్దారులు , ఎంపిడి ఓ , ఎస్.ఐ ఆధ్వర్యంలో మండల స్థాయిలో సమావేశాలు నిర్వహించాలన్నారు. ఐటిడిఏ పి ఓ రోణంకి గోపాల క్రిష్ణ మాట్లాడుతూ టెంట్లకు నిర్దేశించిన రుసుము మాత్రమే వసూళ్లు చేయాలన్నారు . టెంట్ల నిర్వహకులు ట్రేడ్ లైసెన్సు , అత్యవసర మందుల కిట్లు , అగ్ని ప్రమాదాలు నివారణ పరికాలు ఏర్పాటు చేయాలన్నారు . అధికారులు టెంటెడ్ అకామిడేషన్లను తరుచూ తనిఖీ చేయాలని ఆదేశించారు . పర్యాటక ప్రాంతాలలో నిషేదిత గంజాయి వంటి మత్తు పదార్థాలు వినియోగిస్తే చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. ప్రభుత్వ భూములు , అటవీ భూములలో టెంట్లు వేయడానికి వీలు లేదన్నారు . ఏజెన్సీలో ప్లాస్టిక్ నిషేదించామని ప్లాస్టిక్ కవర్లు విక్రయం, వినియోగం చేసేవారిపై కఠినంగా వ్యవహరిస్తామన్నారు . చింతపల్లి ఏ ఎస్ పి కె .. ప్రతాప్ కిశోర్ మాట్లాడుతూ మైనర్లకు టెంట్లు ఇస్తే ఓనర్లు , పర్యాటకులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు . రిసార్టులు , టెంట్ల నిర్వహకులు సిసి కెమెరాలు ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు . టెంట్ల నిర్వహకులు సమస్యలు అడిగి తెలుసుకుని పరిష్కరిస్తామన్నారు . ఈ సమావేశంలో సబ్ కలెక్టర్ వి . అభిషేక్ , డివిజనల్ పంచాయతీ అధికారి పి ఎస్ కుమార్ , పాడేరు తాహశీల్దార్ వి.త్రినాధరావు నాయుడు, పాడేరు, చింతపల్లి, అరకువ్యాలీ ఎంపిడిఓలు, తాహశీల్దారులు , సి ఐలు , ఎస్ ఐలు , టెంట్ల నిర్వహకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మంచి పోషకాహారంతో మంచి ఆరోగ్యం

సంతోషంగా సుఖవంతమైన జీవితాన్ని గడపాలంటే మన శరీరం మంచి ఆరోగ్యాన్ని కలిగి ఉండాలి. మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే మన జీవితంలో అద్భుతాలు సృష్టించగలం. సంపద కంటే ఆరోగ్యం ముఖ్యం. మంచి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలంటే మన ఆరోగ్య పరిస్థితులను బట్టి తీసుకునే ఆహారం సమతుల్యంగా ఉండాలి. ఆహారం గురించి అర్థం చేసుకోవడానికి మన ఆరోగ్య పరిస్థితుల గురించి తెలుసుకోవాలి. అదే సమయంలో మనం పోషణ గురించి కూడా అర్థం చేసుకోవాలి.

ఆరోగ్యం అభివృద్ధిలో పోషకాహారం ముఖ్యమైన భాగం. మెరుగైన పోషకాహారం మెరుగైన ఆరోగ్యానికి సంబంధించినది మాత్రమే కాకుండా బలమైన రోగనిరోధక శక్తిని, గర్భిణులకు సురక్షితమైన ప్రసవాన్ని కూడా అందిస్తుంది, సాధారణ వ్యాధుల వల్ల కలిగే ప్రమాదాన్ని రక్షించడానికి లేదా తగ్గించడానికి కూడా ఉపకరిస్తుంది. పోషకాహార లోపం ఉన్న పిల్లల కంటే ఆరోగ్యకరమైన పిల్లలు విద్యను బాగా నేర్చుకుంటారు. తగినంత పోషకాహారాన్ని అందుకునే వ్యక్తులు మరింత ఉత్పాదకతను కలిగి ఉంటారు పేదరికం-ఆకలి చక్ర భ్రమణంలో విచ్ఛిన్నం చేసే పరిస్థితులను ఎదుర్కొని, క్రమంగా సానుకూల అవకాశాలను సృష్టించుకోగలరు.

పోషకాహార లోపం అనేది సాధారణంగా అందరికీ తెలిసిన పదం కానీ దానిని తీవ్రమైన సమస్యగా ఎవ్వరూ పరిగణించరు. పోషకాహార లోపం, ప్రతి రూపంలో, మానవ ఆరోగ్యానికి ముఖ్యమైన ముప్పులను అందిస్తుంది. నేడు ప్రపంచం పోషకాహార లోప రెట్టింపు భారాన్ని ఎదుర్కొంటోంది, ఇందులో పోషకాహారం, అధిక బరువు రెండూ ఉన్నాయి, ముఖ్యంగా తక్కువ మధ్య-ఆదాయ దేశాలలో ఇవి ఎక్కువ . పోషకాహార లోపం (వృధా లేదా కుంగిపోవడం), సరిపడా విటమిన్లు లేదా ఖనిజాలు, అధిక బరువు, ఊబకాయం ఫలితంగా ఆహారం-సంబంధిత అంటువ్యాధులు వంటి అనేక రకాల పోషకాహార లోపం ఉన్నాయి. ప్రస్తుత దృష్టాంతంలో గణాంక డేటా ప్రకారం, అనేక ప్రభుత్వ కార్యకలాపాల ద్వారా పోషకాహార ప్రాముఖ్యతపై అవగాహన కల్పించడం ద్వారా మాత్రమే 1990 నుండి పిల్లల మరణాలు నియంత్రణ అయ్యాయి. ఇప్పుడు ప్రతి ఒక్కరూ మన రోజువారీ కార్యకలాపాలలో పోషకాహారం ప్రాముఖ్యత గురించి తెలుసుకోవడానికి ఆసక్తి చూపుతున్నారు.

మానవ ఆహారంలో పోషకాలు, శరీరంలోని ప్రతి కణంలో బహుళ జీవక్రియ ప్రక్రియలను నడిపించే ముడి పదార్థాలను సరఫరా చేయడం పోషకాలు లేని పదార్థాలు రెండింటినీ కలిగి ఉన్న విభిన్న భాగాలను కలిగి ఉంటుంది. మంచి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి వైవిధ్యమైన సమతుల్య ఆహారం చాలా అవసరం. విభిన్న ఆహార సమూహాల నుండి విభిన్న భౌగోళిక మూలం కాలానుగుణత కలిగిన ఆహారాన్ని కలపడం ద్వారా వైవిధ్యాన్ని సాధించగలిగినప్పటికీ, సమతుల్య ఆహారం అనేది ఆహార సిఫార్సుల ద్వారా వినియోగించడాన్ని కలిగి ఉంటుంది.

ఆహారం ద్వారా మనం పొందే పోషకాలు శారీరక ఎదుగుదల అభివృద్ధి, సాధారణ శరీర పనితీరు నిర్వహణ, శారీరక శ్రమ ఆరోగ్యంపై కీలక ప్రభావాలను చూపుతాయి. పౌష్టికాహారం, కాబట్టి జీవితం కార్యాచరణను కొనసాగించడానికి అవసరం. మన ఆహారం తప్పనిసరిగా అవసరమైన అన్ని పోషకాలను అవసరమైన మొత్తంలో అందించాలి. అవసరమైన పోషకాల అవసరాలు వయస్సు, లింగం, శారీరక స్థితి శారీరక శ్రమతో మారుతూ ఉంటాయి. శరీర అవసరాల కంటే తక్కువ లేదా ఎక్కువ ఆహారం తీసుకోవడం వరుసగా పోషకాహారం (లోపం వ్యాధులు) లేదా ఓవర్ న్యూట్రిషన్ (సంపన్నుల వ్యాధులు)కి దారి తీస్తుంది. బాల్యం, బాల్యం, కౌమారదశ, గర్భం చనుబాలివ్వడం వంటి కొన్ని ముఖ్యమైన కాలాల్లో చాలా తక్కువ ఆహారం తీసుకోవడం ఏ వయసులోనైనా అతిగా తినడం హానికరమైన పరిణామాలకు దారితీయవచ్చు. సరైన ఆహారం, అన్ని పోషకాలను అందించడం, మన జీవితమంతా అవసరం. పోషకాలను సరైన ఎంపిక వివిధ ఆహార సమూహాల నుండి వివిధ రకాల ఆహార పదార్థాల కలయిక ద్వారా పొందాలి.

వ్యాధి ప్రమాదాన్ని నిర్ణయించే లక్ష్యం ఉన్న ఆహార ప్రాముఖ్యతను గుర్తించి, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) సాధారణ వ్యాధుల నివారణ నియంత్రణ కోసం ప్రవర్తనా ప్రమాద కారకాలను తగ్గించడానికి ఉద్దేశించిన గ్లోబల్ యాక్షన్ ప్లాన్ దాని కార్యక్రమాలలో అనారోగ్యకరమైన ఆహార విధానాలను పరిష్కరించడానికి వ్యూహాలను కలిగి ఉంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అనేది శరీర శారీరక అవసరాలను తీర్చడానికి తగినంత సూక్ష్మపోషకాలు హైడ్రేషన్‌ను అందించడంతోపాటు శక్తివంత శారీరక అవసరాలకు మద్దతివ్వడానికి తగిన నిష్పత్తిలో మాక్రోన్యూట్రియెంట్‌లను వినియోగించడం కూడా. మాక్రోన్యూట్రియెంట్లు (కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రోటీన్లు, కొవ్వుపదార్థాలు) రోజువారీ పనితీరుకు అవసరమైన సెల్యులార్ ప్రక్రియలకు అవసరమైన శక్తిని అందిస్తాయి. సాధారణ పెరుగుదల, అభివృద్ధి, జీవక్రియ శారీరక పనితీరు కోసం సూక్ష్మపోషకాలు (అంటే విటమిన్లు, ఖనిజాలు) తులనాత్మకంగా తక్కువ మొత్తంలో అవసరం.

సమతుల్య ఆహారం అనేది నిర్దిష్ట పరిమాణాలు నిష్పత్తులలో వివిధ రకాలైన ఆహారాలను కలిగి ఉన్న ఆహారం, తద్వారా కేలరీలు, ప్రోటీన్లు, ఖనిజాలు, విటమిన్లు ప్రత్యామ్నాయ పోషకాల అవసరాలు సరిపోతాయి తక్కువ పొడవు లేదా సన్నగా ఉన్నవారికి అదనపు పోషకాల కోసం మరికొంత మోతాదు అవసరం అవుతుంది. అదనంగా, సమతుల్య ఆహారం అనేది డైటరీ ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సానుకూల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉండే న్యూట్రాస్యూటికల్స్ వంటి బయోయాక్టివ్ ఫోటోకెమికల్‌లను అందించాలి. సమతుల్య ఆహారం కార్బోహైడ్రేట్ల నుండి మొత్తం కేలరీలలో 60-70%, ప్రోటీన్ల నుండి 10-12% కొవ్వు నుండి మొత్తం కేలరీలలో 20-25% అందించాలి.

పైన వివరించిన విధంగా పోషకాహార అవసరాలు వాటి ఆరోగ్య ప్రభావాలపై మన అవగాహన ఆధారంగా, ఆరోగ్యకరమైన ఆహార విధానాలను సాధారణంగా మొక్కల ఆధారిత ఆహారాలు, తాజా పండ్లు కూరగాయలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, సోయా, నట్స్ తో సహా ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహించే ఆహారాలు అధికంగా ఉండేవిగా వర్ణించవచ్చు. , ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాల మూలాలు, సంతృప్త కొవ్వుపదార్థాలు ట్రాన్స్ కొవ్వులు, జంతు-ఉత్పన్నమైన ప్రోటీన్లు జోడించిన/శుద్ధి చేసిన చక్కెరలు తక్కువగా ఉంటాయి.

1.20 కోట్ల రూపాయలతో పలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): వార్డులో మౌలిక వసతుల కల్పనే ప్రధాన ధ్యేయమని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. మంగళవారం ఆమె 2వ జోన్, 9వ వార్డు లోని విశాలాక్షి నగర్లో రూ.1.20 కోట్ల వ్యయంతో పలు అభివృద్ధి పనులకు తూర్పు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త అక్రమాని విజయనిర్మల, కార్పొరేటర్ కోరుకొండ స్వాతితో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై. ఎస్. జగన్మోహన్ రెడ్డి నాయకత్వంలో శాసనసభ్యులు, సమన్వయకర్తలు, కార్పొరేటర్లు సమిష్టిగా నగర అభివృద్ధిపై ఎంతో కృషి చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వార్డు ప్రజలకు జివిఎంసి నిధుల నుండి రూ.1.20 కోట్ల తో పలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేశామన్నారు. ముఖ్యంగా వార్డులో రూ.48.98 లక్షల వ్యయంతో సచివాలయం నిర్మాణానికి, రూ.34.56 లక్షల వ్యయంతో సిసి రోడ్ల నిర్మాణానికి, రూ.35.41 లక్షల అంచనా వ్యయంతో తారు రోడ్డు నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేస్తామన్నారు. వార్డులో ఇప్పటికే చాలా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపట్టామని మరిన్ని నిధులు కేటాయించి అనేక మౌలిక వసతులు కల్పించడానికి కృషి చేస్తున్నామని తెలిపారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై. ఎస్. జగన్మోహన్ రెడ్డి విశాఖ నగరంపై ఉన్న ప్రేమతో ఎన్నో ప్రాజెక్టులుతో పాటు, యువతకు ఉద్యోగ కల్పనకు అనేక కంపెనీలతో ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నారని త్వరలో ఇవి ప్రారంభమవుతాయని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జోనల్ కమిషనర్ బొడ్డేపల్లి రాము, జివిఎంసి కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్, ఇతర అధికారులు, వైఎస్ఆర్ సిపి నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆహ్వానము

పూజ్య గురుదేవులు యోగాచార్య

శ్రీ రాపర్తిరామారావు గారి

శత జయంతి మహోత్సవములు

30, సెప్టెంబరు 2022 ని యోగ చైతన్యారామం,
విజినిగిరి, జామిమండలం, విజయనగరం జిల్లాలో ప్రారంభించబడును.

సభాధ్యక్షులు
శ్రీ టి. ఎల్. నరసింహారావు గారు
అధ్యక్షులు, యోగ చైతన్యసంస్థ

ముఖ్య అతిధి
శ్రీ ఉమర్ అలీషా గారు
పీఠాధిపతులు, శ్రీ విశ్వవిజ్ఞాన విద్య ఆధ్యాత్మిక పీఠము, పిఠాపురము

ఆత్మీయ అతిధులు
శ్రీ కె. పార్వతీ కుమార్ గారు
అధ్యక్షులు, జగద్గురు పీఠము, విశాఖపట్నం
శ్రీ జి. అక్కుభొట్ల శర్మ గారు
విశ్రాంత సంస్కృత ఆచార్యులు, ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం, విశాఖపట్నం
శ్రీ ఎం. నరసింహప్ప గారు
పూర్వ ప్రిన్సిపల్ ఛీఫ్ కమీషనర్, ఇన్‌కమ్‌టాక్స్ . అనంతపురం
శ్రీ బి. సత్యనారాయణరాజు గారు
కమీషనర్, ఇన్‌కమ్‌టాక్స్, విశాఖపట్నం
ప్రొఫెసర్ ఎం. ముత్యాలనాయుడు గారు
పూర్వ ఉపకులపతి, ఆదికవి నన్నయ యూనివర్శిటీ, రాజమహేంద్రవరం
శ్రీ ప్రాతూరి విద్యాసాగర్ గారు
కైవల్యాశ్రమ చలాచలబోధోపదేశ మందిరము ట్రస్టు, పాగోలు, కృష్ణాజిల్లా
శ్రీ ఆర్. వెంకటేశ్వరరావు గారు
చైర్మన్, ఆర్.వి.ఆర్. ప్రాజెక్ట్స్, విశాఖపట్నం

కార్యక్రమములు
సభ : ఉ. గం॥ 9.00 నుండి గం॥ 12-30 ని॥ వరకు
ప్రసాద వితరణ : మ.గం॥ 12-30 నుండి గం॥ 2-00 వరకు
సాంస్కృతిక కార్యక్రమములు : మ. గం॥ 2-00 నుండి గం॥ 5-00 వరకు

అందరినీ ఈ కార్యక్రమములకు విచ్చేసి
విజయవంతము చేయవలసినదిగా కోరుచున్నాము.

- యోగ చైతన్యసంస్థ

పేదలకు సహాయం దేవుని సేవే

పార్వతీపురం మన్యం, (విశాఖ సమాచారమ్): పేదలకు సహాయం చేయడం దేవునికి సేవ చేసినట్లే అవుతుందని మాజీ ఎమ్మెల్యే బొబ్బిలి చిరంజీవులు అన్నారు. మంగళవారం పట్టణంలోని ఆర్ సీఎం చర్చి నందు ఫాదర్ వినోద్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో పునీత విన్సెంట్ పాల్ పండగ సందర్భంగా పేద కుటుంబాలకు ఆ సంఘ నాయకులు నడిమింటి గోపాలనాయుడు అధ్యక్షతన నిత్యావసర సరుకులు దుస్తులు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న చిరంజీవులు మాట్లాడుతూ మానవసేవే మానవ సేవ అన్న పెద్దల సూక్తిని ప్రతి ఒక్కరూ పాటించి ఎవరికి తోచిన రీతిలో వారు పేదలకు సహాయం చేయడమే భగవంతుని సేవ అవుతుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘ పెద్దలు చింతాడ చంటిబాబు ఎస్ ప్రసాద్ ఎస్ సురేష్ బాబు బంటు దాసు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

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.