Visakha Samacharam
MINI
FUNCTION HALL
@100P/5K
99487 49799

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

విశాఖ సమాచారం

Site For Sale
4000 Sq. Yards
Site with mango tope in Madhurawada I.T.SEZ is for sale. East side 80 feet Road & West side 40 feet Road.
Cell : 8247526179

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 75 విశాఖపట్నం, 27 డిశంబరు 2023 బుధవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

విశాఖలో కోవిడ్ తొలి మరణం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏపీ సహా పలు రాష్ట్రాల్లో కోవిడ్ వైరస్ వ్యాప్తి పెరుగుతోంది. ఒమిక్రాన్ ఉపరకమైన జేఎన్1 వైరస్ వేగంగా వ్యాప్తి చెందుతోంది. అయితే ఇప్పటివరకూ రాష్టంలో కోవిడ్ మరణాలు మాత్రం నమోదు కాలేదని భావిస్తున్న క్రమంలో వైజాగ్‌లోని కింగ్ జార్జ్ ఆస్పత్రిలో ఓ మహిళ మృత్యువాత పడింది. కోవిడ్ లక్షణాలతో ఆస్పత్రిలో చేరిన ఈ మహిళ చనిపోవడంతో రాష్టం ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడింది. ముఖ్యంగా కోవిడ్ నియంత్రణ చర్యల్లో బిజీగా ఉన్న వైద్య వర్గాలు ఈ మహిళ మరణంపై స్పందించాయి.

వైజాగ్ కింగ్ జార్జ్ ఆస్పత్రిలో 51 ఏళ్ల బాదంపూడి సోమకళ అనే మహిళ చనిపోవడంతో రాష్టంలో ఈసారి తొలి కరోనా మరణం ఇదేనన్న ప్రచారం జరుగుతోంది. ఇప్పటివరకూ ఈ వేవ్‌లో కరోనా కారణంగా మనుషులు చనిపోకపోవడంతో ఇదే నిజమనే అభిప్రాయం కూడా వ్యక్తమైంది. దీనిపై వైజాగ్ కేజీహెచ్ ఆస్పత్రి (మిగతా 2లో)

టీటీడీ ఉద్యోగులకు ఇళ్లస్థలాలు

పాలకమండలి సమావేశంలో కీలక నిర్ణయాలు!

తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం పాలకమండలి సమావేశం ముగిసింది. మంగళవారం జరిగిన టిటిడి సమావేశంలో ఈ నిర్ణయాలను తీసుకున్నారు. టిటిడి ఉద్యోగులకు ఇళ్ల స్థలాలు, వేతనాల పెంపుపై శుభవార్తను అందించారు. ఈ మేరకు టీటీడీ చైర్మన్ భూమన కరుణాకర్ రెడ్డి కీలక ప్రకటన చేశారు.

తిరుమలలోని అన్నమయ్య భవనంలో టిటిడి చైర్మన్ భూమన కరుణాకర్ రెడ్డి అధ్యక్షతన జరిగిన పాలకమండలి సమావేశంలో తీసుకున్న నిర్ణయాలపై పాలకమండలి సమావేశం తర్వాత టిటిడి చైర్మన్ భూమన కరుణాకర్ రెడ్డి మీడియాతో మాట్లాడారు. టీటీడీ ఉద్యోగులు 3,518 మందికి ఈనెల 28న ఇంటి పట్టాలు ఇవ్వాలని టీటీడీ పాలకమండలి సమావేశంలో నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలిపారు.

శానిటేషన్ ఉద్యోగులకు వేతనాలు పెంచనున్నట్లు ఆయన శుభవార్త చెప్పారు. ఫిబ్రవరిలో రెండు రోజులు పాటు దేశవ్యాప్తంగా పీఠాధిపతులను (మిగతా 2లో)

వైసీపీకి ఎమ్మెల్సీ గుడ్ బై?

నేడు పవన్ కళ్యాణ్‌తో భేటీ

ఏపీలో ఎన్నికల వేళ రాజకీయాలు వేగంగా మారిపోతున్నాయి. రాష్టంలో నెలకొన్న రాజకీయ పరిస్థితుల నేపథ్యంలో ఇప్పటివరకూ మౌనంగా ఉంటూ వచ్చిన అసంతృప్త నేతలు ఎన్నికల వేళ గళం విప్పుతున్నారు.

రాజకీయంగా తమకు భవిష్యత్తు ఎటు బెటర్ అంటే అటు వెళ్లేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. ఇదే క్రమంలో వైసీపీ వైజాగ్ స్థానిక సంస్థల ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ జనసేనలో చేరేందుకు రెడీ అయిపోతున్నారు.

గతంలో గ్రేటర్ విశాఖ ఎన్నికల్లో కార్పొరేటర్‌గా గెలిచిన వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ జీవీఎంసీ మేయర్ పదవి ఆశించారు. అయితే సీఎం జగన్ మాత్రం సామాజిక సమీకరణాల నేపథ్యంలో ఆయనకు బదులుగా హరికుమారికి అవకాశం కల్పించారు. అప్పటి నుంచి వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ అసంతృప్తిగా ఉన్నారు. దీంతో ఆయనకు గతేడాది ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో స్థానిక సంస్థల కోటాలో వైజాగ్ నుంచి అవకాశం కల్పించారు. ఈ ఎన్నికల్లో సునాయాసంగా గెలిచి ఎమ్మెల్సీ అయిన వంశీకృష్ణ మండలి సభ్యుడిగా ఉన్నారు.

అయితే వైజాగ్ లో మారుతున్న రాజకీయ పరిణామాలు, వచ్చే ఎన్నికలు, అనంతర రాజకీయాల్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ పార్టీ మారేందుకు సిద్ధమవుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. (మిగతా 2లో)

31న ఏపీ యానిమల్ హజ్బెండరీ పరీక్ష

నేడు అడ్మిట్ కార్డులు విడుదల

Animal Husbandry Department
Government of Andhra Pradesh

AP Animal Husbandry Hall Ticket 2023

ఆంధ్రప్రదేశ్ పశుసంవర్ధక శాఖలో యానిమల్ హజ్బెండరీ అసిస్టెంట్ పోస్టుల నోటిఫికేషన్ విడుదలైన సంగతి తెలిసిందే. ఇప్పటికే దరఖాస్తు ప్రక్రియ కూడా ముగిసింది. అయితే, ఈ పోస్టులకు సంబంధించిన పరీక్ష డిసెంబరు 31న ఉంటుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం పశుసంవర్థక శాఖలో 1896 పోస్టుల భర్తీకి ఇటీవల నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. ఈ నోటిఫికేషన్ ద్వారా సచివాలయాలకు అనుబంధంగా వైఎస్ఆర్ రైతు భరోసా కేంద్రాల్లో పశు సంవర్థక సహాయకులు పోస్టులను భర్తీ చేయనున్నారు. ఈ పోస్టులకు (మిగతా 2లో)

ప్రజా సౌకర్యార్థమై థీమ్ పార్కుల అభివృద్ధి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజా సౌకర్యార్థమై అధునాతమైన సౌకర్యాలతో థీమ్ పార్కులను అభివృద్ధి చేసి ప్రజలకు అందుబాటులోనికి తీసుకువస్తున్నట్లు జివిఎంసి కమిషనర్ సిఎం సాయికాంత్ వర్మ తెలిపారు. మంగళవారం ఆయన రెండవ జోన్ 6, 8 వార్డుల పరిధిలోని పోతినమల్లయ్య పాలెం షిప్‌యార్డ్ లే అవుట్‌లోని యోగా థీమ్ పార్క్, బక్కన్న పాలెం, లచ్చిరాజు లేఅవుట్‌లలోని స్పోర్ట్స్ థీమ్ పార్క్, ఎమ్మెస్సార్ లేఅవుట్ లోని ల్యాండ్ స్కేప్ థీమ్ పార్క్, వై.ఎల్.పి లేఅవుట్ ఫామ్ గార్డెన్ పార్కులతో పాటు కొమ్మాది జంక్షన్, "లా" కాలేజ్ బస్టాపు జంక్షన్‌లను పరిశీలించారు.

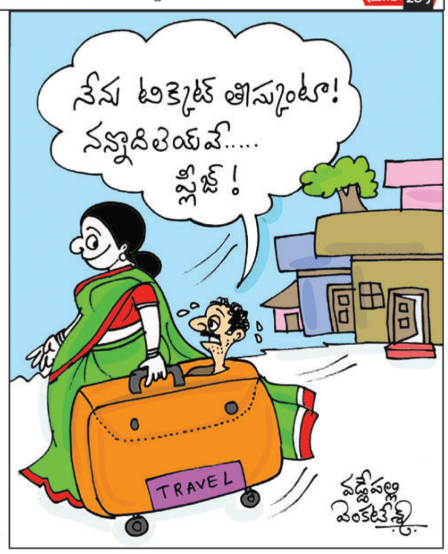
ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ యోగా థీమ్ పార్కులో పచ్చదనంతో కూడిన అందమైన మొక్కలను ఏర్పాటు చేయాలని, ఆకర్షణీయమైన విద్యుత్ అలంకరణ, ప్రధాన గేటు ఏర్పాటు చేసి వెంటనే ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని డిప్యూటీ డైరెక్టరు ఆఫ్ హార్టికల్చర్ ఎం.దామోదర రావును, పర్యవేక్షక ఇంజనీరు శాంసన్ రాజును ఆదేశించారు. స్పోర్ట్స్ థీమ్ పార్కులోని వాలీబాల్, షటిల్, క్రికెట్ నెట్ ప్రాక్టీస్ మల్టీప్లే గ్రౌండ్ పరిశీలించి గ్రీనరీ కొరకు ఆకర్షణమైన మొక్కలను నాటాలని డిడిహెచ్‌ను ఆదేశించారు. వై ఎల్ పి థీమ్ పార్కులో కెనోపి చెట్లతో పాటు 75 శాతం పార్కు పచ్చదనం నిండి ఉండేలా, అలాగే వై ఎల్ పి పార్కు అభివృద్ధి కొరకు నివాసిత సంక్షేమ సంఘాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని, ప్రజలకు ఆహ్లాదం కలిగించేలా పార్కులను అభివృద్ధి పరిచి, త్వరతగతిన ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని అధికారులను ఆదేశించారు. కొమ్మాది జంక్షన్‌లో జరుగుతున్న అభివృద్ధి పనులను పరిశీలించారు. నేషనల్ రోడ్డు నందు (మిగతా 2లో)

నేటి నుండి శాఖాపరమైన పరీక్షలు ప్రారంభం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో ఎపిపిఎస్సి ద్వారా నిర్వహించే కంప్యూటర్ ఆధారిత డిపార్ట్మెంటల్ పరీక్షలను సమర్థవంతంగా నిర్వహించాలని జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మోహన్ కుమార్ అన్నారు. పరీక్షలు సక్రమ నిర్వహణకు పకడ్బందీగా ఏర్పాట్లు చేయాలని ఆయన అధికారులకు సూచించారు. మంగళవారం స్థానిక కలెక్టరు కార్యాలయంలోని డిఆర్వో చాంబర్ నందు పోలీస్, విద్యుత్, వైద్య , పరీక్షా కేంద్రాల చీఫ్ సూపరింటెండెంట్లు, లైజన్ అధికారులు, తదితర అధికారులతో పరీక్షల నిర్వహణపై సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె.మోహన్ కుమార్ మాట్లాడుతూ కంప్యూటర్ ఆధారిత పరీక్షలు అయినటువంటి డిపార్ట్మెంటల్ పరీక్షలు ఈనెల 27వ తేది నుండి జనవరి 3 తేది వరకు (డిసెంబర్ 31, జనవరి 1వ తేది మినహా) మరియు ప్రభుత్వ పాలిటెక్నిక్ కళాశాల లెక్చరర్లకు శాఖాపరమైన పరీక్షలు జనవరి 4వ తేదిన నిర్వహించడం జరుగుతుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. విశాఖ జిల్లాలో మొత్తం 4719 మంది ఉద్యోగులు శాఖాపరమైన పరీక్షలకు హాజరు కానున్నారని ఆయన తెలిపారు. పరీక్షకు హాజరు అయ్యే అభ్యర్థులకు హాల్ టికెట్ మరియు వాల్యూడ్ ఒరిజినల్ ఐ డి ప్రూఫ్ కార్డు తప్పనిసరని అన్నారు. పరీక్షా కేంద్రం లోకి మొబైల్ ఫోన్లు, కాలిక్యులేటర్లు, ఐప్యాడ్, బ్లూటూత్ లేదా ఇంట్రాక్ట్ ప్రోగ్రామింగ్ చేయగల ఇతర ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలను కేంద్రంలోనికి అనుమతి లేదని అన్నారు. టాయిలెట్లు, విద్యుత్, త్రాగు నీరు సదుపాయం తదితర మౌలిక సదుపాయాలు పరిశీలన చేసు కోవాలన్నారు. కంప్యూటర్ల పనితీరును ఒక సారి చెక్ చేసుకోవాలన్నారు. మెడికల్ క్యాంపును ఏర్పాటుచేసి మందులు అందుబాటులో ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారులకు ఆయన సూచించారు. ఆబ్జెక్టివ్ మాదిరి (మిగతా 2లో)

ప్రతిభగల క్రీడాకారుల గుర్తింపుకే ఆడుదాం ఆంధ్ర : అమర్నాథ్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర యువతలోనున్న క్రీడా నైపుణ్యాన్ని పెంపొందించి ప్రపంచ స్థాయి క్రీడాకారులను గుర్తించేందుకే ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమాన్ని రూపొందించారని పరిశ్రమలు ఐటి శాఖామంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ తెలిపారు. ఆయన మంగళవారం స్థానిక ఎన్టీఆర్ క్రీడా మైదానంలో నిర్వహించిన ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమంలో పాల్గొని జ్యోతి ప్రజ్వలన చేశారు. మంత్రి మాట్లాడుతూ స్వాతంత్రం వచ్చిన తరువాత ఏ రాష్ట్రంలోనూ జరగనటువంటి క్రీడా పోటీలు మన రాష్ట్రంలో నిర్వహిస్తున్నట్లు చెప్పారు. రాష్ట్రంలోగల క్రీడా మాణిక్యాలను వెలికి తీసేందుకు ఈ పోటీలు ఉపకరిస్తాయన్నారు. వార్డు గ్రామ స్థాయి నుండి పోటీలు నిర్వహించడంతో యువతకు, పిల్లలకు క్రీడల పట్ల ఆసక్తి పెరుగుతుందన్నారు. ఈ క్రీడా పోటీలలో నియోజకవర్గ స్థాయి విజేతకు ప్రథమ బహుమతి 35 వేలు, ద్వితీయ తృతీయ బహుమతులు 15 వేలు, 5 వేలు, జిల్లా స్థాయిలో ప్రథమ బహుమతి 60 వేలు ద్వితీయ తృతీయ 30 వేలు 10 వేలు ఇక రాష్ట్రస్థాయి ప్రతిభ బహుమతి రూ.5 లక్షలు కాగా ద్వితీయ బహుమతి రూ. 3 లక్షలు తృతీయ బహుమతి రూ.2 లక్షలు లభిస్తుందని చెప్పారు. అనకాపల్లి ఎంపీ డాక్టర్ బి.వి.సత్యవతి మాట్లాడుతూ ఆటల వల్ల ఆరోగ్యాం మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుందన్నారు. అందుకే మన ముఖ్యమంత్రి వినూత్నమైన ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమాన్ని చేపట్టినట్లు తెలిపారు. ఈ పోటీల వల్ల ప్రతిభగల క్రీడాకారులు తయారవుతారన్నారు. అందరిలో క్రీడా స్ఫూర్తి వెల్లివిరుస్తుందన్నారు. ఆటలు, యోగా అందరిలో నవచైతన్యం తీసుకు వస్తాయన్నారు. మన జిల్లా నుండి వెళ్లిన క్రీడాకారులు రాష్ట్రస్థాయి పథకాలను గెలిచి జిల్లాకు పేరు తెస్తారని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి ప్రారంభోపన్యాసం చేస్తూ ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమాలను గూర్చి వివరించారు. ముఖ్యమంత్రి ప్రజారోగ్యం కొరకు ఇప్పటికే వైయస్సార్ ఆరోగ్యశ్రీ జగనన్న ఆరోగ్య సురక్ష కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తున్నారని ఇప్పుడు ప్రజలందరికీ ఆరోగ్యకర జీవనానికి ఆడుదాం ఆంధ్ర క్రీడా సంబరం ప్రారంభించినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్రికెట్ బ్యాడ్మింటన్, కబడ్డీ, ఖోఖో, వాలీబాల్ ఆటలు ఉంటాయన్నారు. వార్డు గ్రామ స్థాయి నుండి మొదలై మండల నియోజకవర్గ ఆపై జిల్లా స్థాయి తరువాత రాష్ట్ర స్థాయిలో ఆటల పోటీలు ఉంటాయన్నారు. అనకాపల్లి జిల్లా నుండి లక్ష 31 వేల 041 మంది క్రీడాకారులు రిజిస్టర్ చేయించుకున్నట్లు తెలిపారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా పోటీ పడేందుకు 14,098 టీములు సిద్ధమయ్యాయన్నారు. క్రీడలను ప్రోత్సహిస్తూ అన్ని (మిగతా 2లో)



కోవిడ్ పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో కోవిడ్ కేసులు పెరుగుతున్నాయని అందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా॥ ఎ. మల్లిఖార్జున వైద్య అధికారులను ఆదేశించారు. థర్డ్ వేవ్‌లో అమలు చేసిన నిబంధనలు తు.చ. తప్పక పాటించాలని, అప్పుడు వినియోగించిన పరికరాలను వినియోగంలోకి తీసుకొచ్చేలా మరమ్మతులు చేపట్టాలని సూచించారు. మాక్‌డ్రిల్ నిర్వహించి వినియోగ తీరును పరిశీలించాలన్నారు. కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో వైద్యాధికారులతో వివిధ అంశాలపై మంగళవారం సమీక్షా సమావేశాలు నిర్వహించారు. దానిలో భాగంగా జిల్లాలో ఇప్పటి వరకు 20 కేసులు నమోదయ్యాయని, కావున అందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని కోవిడ్ పరిస్థితులను ఎదుర్కొనేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలని సూచించారు. ర్యాపిడ్ టెస్ కిట్లను అందుబాటులో ఉంచుకోవాలని, అవసరమైన మేరకు ఇండెంట్ పెట్టుకోవాలన్నారు. కేజీహెచ్, ఛాతీ, శ్వాసకోస వ్యాధుల ఆసుపత్రిలో ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. పరిస్థితి చేయిదాటకుండా చూసుకోవాలని, ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని పేర్కొన్నారు.

సమావేశంలో డీఎం& హెచ్వో పి. జగదీశ్వరరావు, డీసీహెచ్ఎస్ డా.రమేశ్ కిశోర్, కేజీహెచ్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ పి. అశోక్ కుమార్, ఇతర వైద్యాధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం, ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ ఇంజనీరింగ్ గ్రౌండ్లో, ఏర్పాటు చేసిన ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమానికి హాజరైన డైరెక్టర్ ఏపీ పోలీస్ హౌసింగ్ కార్పొరేషన్, 22వ వార్డ్ అధ్యక్షులు పీతల గోవింద్
విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్)

పంచాంగం

బుధవారం 27-12-2023
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
దక్షిణాయణం హేమంత ఋతువు
మార్గశిర మాసం

తిథి : బ. పాడ్యమి తె. 05.44
నక్షత్రం : ఆరుద్ర రా. 11.06
వర్జ్యం : ఉ. 06.53 ల 08.32

5శాతం ఉచిత స్కానింగ్స్ తప్పనిసరి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మంగళవారం జిల్లా కలెక్టర్ సమావేశ మందిరం నందు జిల్లా కలెక్టర్ వారి అధ్యక్షతన PC&PNDT Act District Level Multi Member Appropriate Authority & District Level Advisory Committee సంయుక్త సమావేశం నిర్వహించారు.

డా॥ఎ.మల్లికార్జున, ఐఏఎస్. జిల్లా కలెక్టర్ వారు మాట్లాడుతూ 5% ఉచిత స్కాన్స్ అన్ని ప్రైవేటు స్కానింగ్ కేంద్రముల (క్లినిక్స్/ ల్యాబ్లు/ హాస్పిటల్స్)నందు విధిగా చేయాలని మరియు ఆ వివరాలను రిజిష్టర్‌లో నమోదు చేస్తూ జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి వారి కార్యాలయంలో విధిగా సమర్పించాలని ఆదేశించారు మరియు రెన్యువల్ రిజిస్ట్రేషన్ చేయించుకోవాల్సిన వారు నెల మొత్తంలో గర్భిణీ స్త్రీలకు సంబంధించి చేసిన స్కాన్స్‌లో 5% ఉచిత స్కాన్స్ వివరములు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి వారి కార్యాలయంలో సమర్పించి రెన్యువల్ రిజిస్ట్రేషన్ పొందాలని ఆదేశించారు. డెకాయ్ ఆపరేషన్స్ సంబంధిత అధికారులతో పకడ్బందీగా నిర్వహించాలని ఆదేశించారు.

డా.పి.జగదీశ్వర రావు, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి వారు మాట్లాడుతూ లింగ నిర్ధారణ చట్ట రీత్యా నేరమని ఈ విషయంలో అన్ని డిపార్ట్మెంట్స్ వారు సహకరించాలని దిశ సమావేశములలో పాల్గొని అవగాహన కలగచేయాలని పురుషునితో సమానంగా స్త్రీ యొక్క నిష్పత్తిని పెంచాలని కోరారు.

ఈ సమావేశంలో రవి శంకర్, ఎస్ఐ దిశ పోలీస్ స్టేషన్, ఎల్.వి.రమణి, ఎన్‌జిఓ, డా.సంధ్యా దేవి, గైనకాలజిస్ట్, కేజీహెచ్, డా.ఎన్.రాధ. రేడియోలజిస్ట్, కేజీహెచ్, డా.చక్రవర్తి, పిడియాట్రీషియన్, కేజీహెచ్, డా.ఎస్.జీవన రాణి, డిఐఓ, నారాయణ రావు, Div.PRO, సునీల్, ఎపిఆర్ఓ, డా.బి.ఉమావతి, మహిళా ఆరోగ్య అధికారి, డెమో శ్రీ బి.నాగేశ్వర రావు మరియు డెమో విభాగ సిబ్బంది, నాగభూషణం, MPHEO పాల్గొన్నారు.

క్రీడాస్ఫూర్తిని పెంపొందించేందుకే ఆడుదాం-ఆంధ్రా : ఎంవివి సత్యనారాయణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతీ ఒక్కరిలో క్రీడాస్ఫూర్తిని పెంపొందించేందుకు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ఆడుదాం-ఆంధ్రా కార్యక్రమం ప్రభుత్వ తరపున నిర్వహిస్తున్నారని పార్లమెంట్ సభ్యులు, తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త ఎంవివి సత్యనారాయణ అన్నారు. ఈ మేరకు మంగళవారం ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ ఇంజనీరింగ్ కాలేజీ గ్రౌండ్లో నిర్వహించిన ఆడదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన త్వరగా జ్యోతి ప్రజ్వలన కార్యక్రమంతో ఆడదాము ఆంధ్ర కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ఎంవివి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతోపాటు శారీరకంగా, మానసికంగా, ధృడంగా ఉండేందుకు క్రీడలు ఎంతగానో దోహదం చేస్తాయన్నారు. క్రీడల్లో రాణిస్తే మంచి భవిష్యత్ ఉంటుందన్నారు. అలాగే ఆరోగ్యం కోసం ప్రతీఒక్కరూ యోగా, మెడిటేషన్ వంటి కార్యక్రమాల్లోనూ పాల్గొనాలని కోరారు. ప్రభుత్వ నిర్వహిస్తున్న ఆడుదాం-ఆంధ్రా కార్యక్రమం ద్వారా నిర్వహించే క్రీడల్లో పాల్గొనే వారికి బహుమతులతోపాటు సర్టిఫికేట్లు కూడా అందజేస్తారని, అవి క్రీడాకారులకు భవిష్యత్‌లో ఎంతో ఉపయోగపడతా యన్నారు. కాగా ప్రతీ ఒక్కరూ ఈ పోటీల్లో పాల్గొనాలని అన్నారు. అనంతరం క్రికెట్ కబడ్డీ క్రీడాకారులను పరిచయం చేసుకొని అనంతరం టాస్ వేసి క్రీడలను ప్రారంభించారు. కార్యక్రమంలో జోనల్ కమిషనర్ విజయలక్ష్మి, నెడ్క్యాప్ ఛైర్మన్ కె కె రాజు, డిప్యూటీ మేయర్ కట్టమూరి సతీష్, తూర్పు నియోజకవర్గం ఎన్నికల పరిశీలకులు మొల్లి అప్పారావు జిల్లా యువజన విభాగం అధ్యక్షుడు ఆళ్ళ శివ గణేష్, వివిధ వార్డుల కార్పొరేటర్లు, వివిధ వార్డుల వైసిపి అధ్యక్షులు ఇన్చార్జిలు పాల్గొన్నారు.

నూతన ఫీచర్స్‌తో కొత్త ఆరోగ్య శ్రీ కార్డుల పంపిణీ

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణ, మండల పరిధిలో నూతన ఫీచర్స్‌తో కొత్త ఆరోగ్య శ్రీ కార్డులను నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు యువి రమణమూర్తి రాజు (కన్నబాబు) పంపిణి చేశారు. మంగళవారం ఈ సందర్భంగా యలమంచిలి పట్టణ మున్సిపాలిటీలో మున్సిపల్ కార్యాలయంలోను, మండలంలో కృష్ణాపురం సచివాలయ పరిధిలో అర్హులైన లబ్దిదారులకు ఆరోగ్య శ్రీ కార్డులను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ ఆరోగ్యశ్రీ కింద ఇప్పటి వరకూ ఉన్న రూ.5 లక్షల బీమా మొత్తాన్ని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డికి వైద్యం పై ఉన్న ప్రత్యేక శ్రద్ధతో రూ.25 లక్షలకు పెంచారన్నారు. కేన్సర్ వంటి అనేక ప్రొసీజర్స్‌లో వ్యయ పరిమితి లేకుండా వైద్య సేవలు అందిస్తారని తెలిపారు. ఇలాంటి వాటి కోసం గత నాలుగేళ్లగా రూ.1897 కోట్ల పైగా ప్రభుత్వం ఖర్చు చేసిందనీ, వెయ్యి రూపాయలు మొదలుకొని రూ.25 లక్షల వరకు ఖర్చుయ్యే చికిత్సలన్నీ ఇక నుంచి ఆరోగ్యశ్రీ పరిధిలోకి వస్తాయి. మొత్తం 3,257 ప్రొసీజర్లకు ఆరోగ్యశ్రీ కింద వైద్య సేవలు అందిస్తున్నారని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తాశీల్దార్ ఎస్.రాణీ అమ్మాజీ, మున్సిపల్ కమిషనర్ కె.కొండల రావు, మాజీ డిసిసిబి చైర్మన్ యు.సుకుమార్ వర్మ, ఎంపీపీ బోదెపు గోవింద్, వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బొద్దపు ఎర్రయ్యదొర, జెడ్పిటిసీ సేనాపతి, సంధ్యారాణి, రాము, గ్రామ సర్పంచ్లు, ఎంపిటిసి, మున్సిపల్ కో-అప్షన్ సభ్యులు దూది నర్శింహమూర్తి, వైసీపీ నాయకులు గంధం శివ లబ్ధిదారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రతిభ గుర్తింపుకు వేదిక "వైజ్ఞానిక ప్రదర్శన"

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): విద్యా వైజ్ఞానిక ప్రదర్శన విద్యార్థుల ప్రతిభను తెలిపేందుకు వేదికగా పని చేస్తుందని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి చెప్పారు. మంగళవారం జీవీఎంసీ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటుచేసిన జిల్లాస్థాయి విద్యా వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనను ఆయన ఎంపీ బీ.వీ. సత్యవతితో కలిసి ప్రారంభించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులలో గల శాస్త్ర సాంకేతిక వైజ్ఞాన రంగాలలో అవగాహనకు వారి సృజనాత్మకతను కలిపి ప్రదర్శించేలా అధ్యాపకులు వారిని ప్రోత్సహించాలన్నారు. విద్యార్థి జ్ఞానాన్ని సామర్థ్యాన్ని అంచనా వేసి ఆవిష్కరణల దిశగా వారిని ఉత్తేజవంతులుగా తీర్చిదిద్దాలన్నారు. విద్యార్థులు శాస్త్రాలలో ఉన్న విజ్ఞానాన్నే కాకుండా మానవాళి అభివృద్ధికి సంక్షేమానికి దానిని ఉపయోగించడానికి ఆలోచన చేయాలన్నారు. నేటి విద్యార్థులే రేపటి శాస్త్రవేత్తలని అభివర్ణించారు. విద్యాశాఖ అధికారులు విజ్ఞాన ప్రదర్శన ద్వారా జిల్లాలోని పాఠశాలల బోధన సామర్థ్యాన్ని అంచనా వేయాలన్నారు. అందుకు అనుగుణంగా భవిష్యత్తు ప్రణాళికను రూపొందించాలని ఆదేశించారు. ప్రదర్శన నిర్వహణకు కృషి చేసిన వారిని ఈ సందర్భంగా ఆయన అభినందించారు.

అనకాపల్లి ఎంపీ బి.వి.సత్యవతి మాట్లాడుతూ విద్య అంటే మూఢవిశ్వాసాలను నమ్మకుండా దృష్టంతా మూలంగా గ్రహించగలగాలన్నారు. విద్యాలయం అంటే గురుదేవులు ఉండే చోటని, వారి బోధన లను ఆకలింపు చేసుకుని, ఉన్నత చదువులు చదివి జిల్లాకు పేరు తేవాలని కోరారు. తల్లిదండ్రుల కలలు నిజం చేయాలన్నారు. చదువుకు ఆస్తి అంతస్తు సామాజిక అంతరం అడ్డురావన్నారు. ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి నాడు నేడు కార్యక్రమం ద్వారా పాఠశాలలను అభివృద్ధి చేశారని, విద్యా వ్యవస్థలో విప్లవాత్మకమైన మార్పులు తీసుకువచ్చారని చెప్పారు. విద్యార్థిగా ఉన్నప్పుడు తాను సైన్స్ ఫెయిర్ లో పాల్గొనడం గుర్తుతెచ్చుకున్నారు.

తరువాత వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనను సందర్శించిన కలెక్టర్ రవి విద్యార్థుల ఆవిష్కరణల గూర్చి వారిని అడిగారు. చెప్పిన సమాధానంతో సంతృప్తి చెందిన ఆయన వారిని అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో విద్యాశాఖ ఏడి రవిబాబు, ఎలమంచిలి డిప్యూటీ డిఇఓ అప్పారావు ఎంఈఓ లు చిట్టిబాబు, కోటేశ్వరరావు, పాఠశాల హెచ్ఎం బ్రహ్మాజీ, జిల్లాలోని పాఠశాలల అధ్యాపకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

వైజాగ్‌లో కోవిడ్ తొలి మరణం

వర్గాలు క్లారిటీ ఇచ్చాయి. మహిళ కరోనాతో చనిపోయిందన్న ప్రచారంపై స్పందిస్తూ ఆమెకు కోవిడ్ సోకిందనే అంశాన్ని నిర్ధారించాయి.

తీవ్ర శ్వాససంబంధిత సమస్యలతో ఈ మహిళ ఈ నెల 22వ తేదీన వైజాగ్ ఛాతీ ఆస్పత్రిలో అడ్మిట్ అయినట్లు కేజీహెచ్ ఆస్పత్రి వర్గాలు తెలిపాయి. అలాగే ఆమె కిడ్నీ కూడా ఫెయిల్ అయిందని, వివిధ అవయవాల సమస్యలతో బాధపడుతున్నట్లు వెల్లడించాయి. దీంతో ఆమెకు కోవిడ్ పరీక్ష కూడా నిర్వహించామని, ఇందులో పాజిటివ్‌గా నిర్ధారణ అయిందని తెలిపాయి. అనంతరం ఆమెను ఈ నెల 24వ తేదీన డయాలసిస్ కోసం కేజీహెచ్‌కు తీసుకొచ్చారని తెలిపాయి.

కేజీహెచ్‌లో ఆమె శాంపిల్స్ తీసుకుని కరోనా జీనోమ్ నిర్ధారణ కోసం విజయవాడలోని సెంట్రల్ ల్యాబ్‌కు పంపామని తెలిపారు. వాటి ఫలితాల కోసం ఎదురు చూస్తున్నామన్నారు. అయితే ఆలోపు ఆమెను రక్షించడానికి తాము తీవ్రంగా ప్రయత్నించినా ఫలితం లేకుండా పోయిందన్నారు. దీంతో ఈ నెల 26న తెల్లవారుజామున 3 గంటలకు ఆమె చనిపోయినట్లు నిర్ధారించామన్నారు. అయితే ఈ మరణం కోవిడ్ వల్ల మాత్రమే జరిగింది కాదని, ఆమెకు ఉన్న ఇతర తీవ్ర ఆరోగ్య సమస్యల వల్ల అని నిపుణులు వెల్లడించారు.

టీటీడీ ఉద్యోగులకు ఇళ్లస్థలాలు

ఆహ్వానించి సదస్సు నిర్వహిస్తామని వెల్లడించారు. కల్యాణ కట్ట పీస్ రేట్ క్షురకులకు నెలకు 20 వేల వేతనం ఇవ్వనున్నట్టు వెల్లడించారు. పోటు కార్మికులకు 10వేల రూపాయల మేరకు జీతాలను పెంచుతున్నామన్నారు.

చిన్నజీయర్, పెద్ద జీయర్ మఠాల నిర్వహణ, ఉద్యోగుల ఉద్యోగ భద్రత కోసం అదనంగా ఏటా కోటి రూపాయల సహాయం అందజేస్తామని చెప్పారు. అలాగే డిసెంబరు 28వ తేదీ నుంచి ఉద్యోగులకు ఇంటి స్థలాలను పంపిణీ చేస్తామన్నారు. టిటిడి ఉద్యోగుల ఇళ్ల స్థలాల కోసం మరో 350 ఎకరాల భూమి కొనుగోలు చేస్తున్నట్టుగా కూడా ఆయన చెప్పారు.

తిరుపతి నగరం సర్వతోముఖాభివృద్ధి చెందాలని భావిస్తున్నామని, తిరుపతి అభివృద్ధి, పారిశుధ్య నిర్వహణ చూసి ఇతర ప్రాంతాల వారు గొప్పగా చెప్పుకోవాలి అనేలా కృషి చేస్తున్నామన్నారు. తమ ప్రయత్నాలను అడ్డుకుంటున్న దుష్ట శక్తులకు బుద్ధి చెప్పి, తమకు టీటీడీ ఉద్యోగులు, తిరుపతి ప్రజలు అండగా ఉండి మద్దతు తెలిపి కృతజ్ఞత చూపాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.

వైసీపీకి ఎమ్మెల్సీ గుడ్ బై?

బుధవారం కాకినాడకు చేరుకోనున్న జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్‌తో ఆయన భేటీ కాబోతున్నారు. ఈ మేరకు కార్యకర్తలకు కూడా సమాచారం ఇచ్చారు. పవన్‌తో భేటీ తర్వాత వంశీకృష్ణ జనసేన పార్టీలో చేరే అవకాశాలున్నాయి. దీంతో వైజాగ్ వైసీపీలో కలకలం రేగింది.

వైసీపీ ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ పార్టీ మార్పు వ్యవహారంపై స్థానిక మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ స్పందించారు. ఆయన పార్టీ మారితే రాజకీయంగా ఆత్మహత్యా సదృశ్యం అవుతుందన్నారు. అయితే ఎమ్మెల్సీ వంశీ పార్టీ మారుతున్నట్లు తన దగ్గర ఎలాంటి సమాచారం లేదని చెప్పుకొచ్చారు. దీంతో వైజాగ్ వైసీపీలో ఏం జరుగుతుందనే చర్చ మొదలైంది.

31న ఏపీ యానిమల్ హజ్బెండరీ పరీక్ష

సంబంధించి నవంబర్ 20 నుంచి డిసెంబర్ 11 వరకు దరఖాస్తులు కూడా స్వీకరించారు.

రాత పరీక్ష, ఇంటర్వ్యూ, సర్టిఫికెట్ వెరిఫికేషన్ ద్వారా ఈ ఉద్యోగాలకు అభ్యర్థులను ఎంపిక చేయడం జరుగుతుంది. అయితే, ఈ రాతపరీక్షకు సంబంధించిన అడ్మిట్‌కార్డులను ఈ నెల 27 వ తేదిన అంటే రేపటి నుంచి విడుదల చేయనున్నారు. ఈ నెల 31వ తేదీన ఆన్‌లైన్‌లో రాతపరీక్ష ఉంటుంది. ఈ రాత పరీక్షలో ఎంపికైన అభ్యర్థులకు జనవరిలో జాయినింగ్ లెటర్స్ అందజేస్తారు. ఈ పోస్టులకు ఎంపికైన అభ్యర్థులకు మొదట రెండేళ్ల పాటు ప్రొబేషన్ పీరియడ్ ఉంటుంది. ఆ సమయంలో రూ.15,000 చొప్పున జీతం చెల్లిస్తారు. ప్రొబెషన్ పీరియడ్ అనంతరం నెలకు రూ.22,460 వరకూ జీతం ఉంటుంది. ఈ పరీక్షకు దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులు https://apaha-recruitment.aptonline.in ఈ వెబ్‌సైట్ నుంచి హాల్‌టికెట్లను డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

పోస్టుల వివరాలు : పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా- 102, తూర్పు గోదావరి జిల్లా- 15, అనంతపురం జిల్లా- 473, చిత్తూరు జిల్లా- 100, కర్నూలు జిల్లా- 252, కడప జిల్లా- 210, గుంటూరు జిల్లా- 229, కృష్ణా జిల్లా- 120, నెల్లూరు జిల్లా- 143, ప్రకాశం జిల్లా- 177 విశాఖపట్నం జిల్లా- 28, విజయనగరం జిల్లా- 13, శ్రీకాకుళం జిల్లా- 34.

కంప్యూట్యర్ ఆధారిత పరీక్ష :

ఈ పరీక్ష మొత్తం 150 మార్కులకు ఉంటుంది. 150 ప్రశ్నలు ఉంటాయి. పరీక్ష సమయం 150 నిమిషాలు.

ఇందులో పార్ట్-ఎ: జనరల్ స్టడీస్ అండ్ మెంటల్ ఎబిలిటీ నుంచి 50 ప్రశ్నలు అడుగుతారు. 50 మార్కులు-50 నిమిషాలు.

పార్ట్-బి : యానిమల్ హస్బెండరీ సబ్జెక్టు నుంచి మొత్తం 100 ప్రశ్నలు అడుగుతారు 100 మార్కులు-100 నిమిషాలు ఉంటుంది. ఒక్కో ప్రశ్నకు ఒకమార్కు ఉంటుంది. అలాగే ప్రతి తప్పు సమాధానానికి 1/3 వంతు మార్కులు కోత విధించడం జరుగుతుంది.

ప్రజా సౌకర్యార్థమై థీమ్ పార్కుల అభివృద్ధి

లా కాలేజీ జంక్షన్ వద్ద ఉన్న బస్ స్టాప్ రోడ్డు మధ్యలో ఉన్నందున ట్రాఫిక్ అంతరాయం కలుగుతున్నందున "వి" కన్వెన్షన్ సెంటర్ ఎదురుగా విశాలమైన స్థలాన్ని సూచించి అచ్చటకు మార్పు చేయుటకు ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని జోనల్ కమిషనర్ కనకమహాలక్ష్మిని కమిషనర్ ఆదేశించారు.

ఈ పర్యటనలో ఏ.ఎం.ఓ.హెచ్ కిషోర్, ఉప కార్యనిర్వాహక ఇంజనీరు వంశీ, సహాయక ఇంజనీర్ సురేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేటి నుండి శాఖాపరమైన పరీక్షలు ప్రారంభం

పరీక్షలు ఉదయం 10 గంటలు నుండి 12 గంటల వరకు, మధ్యాహ్నం పరీక్ష 3 గంటలు నుండి 5 గంటలు వరకు జరుగుతాయని పేర్కొన్నారు. పరీక్షా సమయానికి గంట ముందుగా హాజరు కావాలని ఆయన అన్నారు. నిర్దేశిత పరిక్షా సమయానికి అర్ధ గంట ముందగా గేట్స్ మూసివేయడం జరుగుతుందని అన్నారు.

ఈ సమావేశంలో జీవిఎంసి, పోలీస్, మెడికల్, ఈపిడిసిఎల్ వివిధ కాలేజీల లైజనింగ్ ఆఫీసర్లు, రెవెన్యూ సంబంధిత శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ప్రతిభగల క్రీడాకారుల గుర్తింపుకే ఆడుదాం ఆంధ్ర : అమర్నాథ్

స్థాయిల పోటీలు చూసేందుకు ఎక్కువమంది పాల్గొనాలని పిలుపునిచ్చారు. అందరికీ ఆటలపై అవగాహన రావాలన్నారు. జిల్లా నుండి ప్రపంచస్థాయి క్రీడాకారులు తయారవ్వాలన్నారు. నేటినుండి జనవరి 9వ తేదీ వరకు వార్డు, 10 నుండి 23వ తేదీ వరకు గ్రామస్థాయి, 24 నుండి 30 వరకు స్థాయి 31 నుండి 5 ఫిబ్రవరి వరకు జిల్లా ఆరవ తేదీ నుండి పదవ తేదీ వరకు రాష్ట్రస్థాయి పోటీలు నిర్వహిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. ఈ పోటీల నిర్వహణకు నెలరోజుల ముందు నుండి జిల్లా యంత్రాంగం ముందస్తు ఏర్పాట్లు చేసినట్లు తెలిపారు. వెబ్సైట్ ద్వారా క్రీడాకారుల నమోదు, రిఫరీలకు శిక్షణ, మైదానాల తయారీ మొదలైనవన్నీ పూర్తయినట్లు చెప్పారు.

ముందుగా మంత్రి జాతీయ పతాకను ఎగురవేశారు. ఆడుదాం ఆంధ్ర పోటీలను ప్రారంభిస్తున్నట్లు డిక్లరేషన్ ఇచ్చారు. జాతీయ అంతర్జాతీయ క్రీడల్లో పాల్గొన్న క్రీడాకారిణులను సత్కరించారు. అతిథులందరూ బెలూన్లను ఎగురవేశారు. జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టణ శెట్టి బౌలింగ్ చేయగా మంత్రి అమర్నాథ్ బ్యాటింగ్ చేసి ఆటలను ప్రారంభించారు. ఆసియా క్రీడలలో పవర్ లిఫ్టింగ్ కాంస్య పథక విజేత డి. కుసుమ, జాతీయ బాక్సింగ్ కాంస్య పతక విజేత బి మౌనిక, వుషు క్రీడలో జాతీయ జట్టుకు ఆడిన జి.జ్యోతి కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు. ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ ఎం.జాహ్నవి, గ్రామ వార్డు సచివాలయాల ప్రత్యేక అధికారి మంజుల వాణి, ఆర్డీవో చిన్ని కృష్ణ, జీవీఎంసీ జోనల్ కమిషనర్ వెంకటరమణ, డి ఎస్ డి ఓ వేణుగోపాలరావు, రాష్ట్ర జల రవాణా చైర్మన్ దంతులూరిదిలీప్ కుమార్, జీవీఎంసీ కార్పొరేటర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ సమాచారమ్

బుధవారం 27-12-2023

విలువైన భూమి

టాడ్ హెన్రీ ఒక వ్యాపార సమావేశంలో పాల్గొన్నప్పుడు కంపెనీ డైరెక్టర్ ఒక ప్రశ్నవేసాడంట. 'ఈ ప్రపంచం మొత్తంలో అత్యంత ఖరీదైన భూమి ఎక్కడ వుంది?' అనీ! "గల్ఫ్ దేశాలు" అని ఒకరన్నారు.

"ఆస్ట్రేలియా బంగారు గనులు"అని మరొకరు చెప్పారు.

"ఆఫ్రికా వజ్రాల గనులు" ఇంకొకరన్నారు.

రకరకాల జవాబు చెప్పారు. అన్ని విన్న ఆ డైరెక్టర్ ఇవేవీ కావంటూ అందర్నీ ఆశ్చర్యచకితులను చేసే ఇలా చెప్పాడు.

"'ఈ లోకంలో అతి ఖరీదైన స్థలం స్మశానం"' అన్నాడు.

అందరు నిశ్శబ్దంగా ఉన్నారు. ఆశ్చర్యపోయారు. ఏమి అర్థం కానట్టు మొఖం పెట్టారు.

"పుట్టిన వారిలో చాలా కొద్దిమంది మాత్రమే తమలోని తెలివితేటలను ప్రపంచానికి పంచారు. కానీ అధికసంఖ్యాకులు మాత్రం తమలో నిగూఢంగా వున్న మేధస్సును, అనేక ఆలోచనలను, అద్భుతమైన ఐడియాలను తమలోనే దాచుకుని ఈ లోకాన్ని దాటిపోయారు. అవేవీ వెలుగు చూడలేదు."

అప్పుడాయన వివరిస్తూ 'ఈ ప్రపంచంలో అనాదిగా కోటానుకోట్లమంది పుట్టారు, మరణించారు. ఇంకా పుడుతూనే ఉంటారు, చనిపోతూనే ఉంటారు. పుట్టిన వారిలో చాలా కొద్దిమంది మాత్రమే తమలోని తెలివితేటలను ప్రపంచానికి పంచారు. కానీ అధిక సంఖ్యాకులు మాత్రం తమలో నిగూఢంగా వున్న మేధస్సును, అనేక ఆలోచనలను, అద్భుతమైన ఐడియాలను తమలోనే దాచుకుని ఈ లోకాన్ని దాటిపోయారు. అవేవీ వెలుగు చూడలేదు. వాటివల్ల ఈ ప్రపంచానికి దక్కాల్సిన ప్రయోజనమూ దక్కకుండా పోయింది. అవన్నీ సమాధుల్లోనే నిక్షిప్తం అయిపోయాయి. అంతటి విలువైన సంపదను దాచుకున్న స్మశానం కంటే విలువైన భూమి ఇంకెక్కడ వుంటుంది చెప్పండి." అని ఆగాడు ఆ డైరెక్టర్. ఇక కరతాళ ధ్వనులు.

డైరెక్టర్ చెప్పిన ఆ మాటలు "'టాడ్ హెన్రీ మనస్సులో ఎంత గట్టిగా నాటుకుని పోయాయీ అంటే అది తనలోని రచయితకు సైతం స్ఫూర్తి నిచ్చింది.

ఆ ప్రేరణతోనే టాడ్ హెన్రీ "Die empty" అనే పుస్తకం రాశాడు.

'ఆడుదాం ఆంధ్ర' - ఇది అందరి ఆట

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమంపై నియోజకవర్గ కేంద్రమైన యలమంచిలి వైసీపీ కార్యాలయంలో విలేఖర్ల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా చేపట్టిన ఆడుదాం ఆంధ్ర ఇది అందరి ఆట కార్యక్రమం ద్వారా గ్రామీణ స్థాయి లో వివిధ నైపుణ్యాలు కలిగిన వారిని ఎంపిక చేసి వారిని మండల స్థాయి, నియోజకవర్గస్థాయి, జిల్లా స్థాయి, రాష్ట్రస్థాయి వరకు పోటీలు నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు వైసిపి నాయకులు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా క్రికెట్, కోకో, వాలీబాల్, కబ్బడ్డి & బ్యాడ్మిటన్ ఆటలను నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు. ఇప్పటికే ఈ ఆటలో పాల్గొనేందుకు ఉత్సాహాన్ని చూపిన ప్రతి ఒక్కరికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ ఆటలు నేటి నుండి ఫిబ్రవరి 10వ తేదీ వరకు సచివాలయ స్థాయిలో నిర్వహించడం జరుగుతున్నదని తెలియజేశారు.

గ్రామీణంలో ఆణిముత్యాలను దేశానికి అందించే లక్ష్యమే 'ఆడుదాం-ఆంధ్ర'

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): 'ఆడుదాం ఆంధ్రా' పోటీలను నియోజక వర్గములో యలమంచిలి మండలం, మున్సిపాలిటీలో శాసనసభ్యులు యువి రమణమూర్తి రాజు ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మంగళవారం నాడు పట్టణంలో గల ప్రభుత్వ కళాశాల మైదానంలోను, మండలంలో గల పులపర్తి గ్రామంలోను ఆడుదాం-ఆంధ్రలో భాగంగా క్రీడాపోటీలను ఎమ్మెల్యే క్రికెట్ ఆడి పోటీలను ప్రారంభించి, అనంతరం క్రీడాకారులకు కిట్లను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ క్రీడా సంబరాలు దేశ చరిత్రలోనే మైలురాయి అన్నారు. ఇది అందరూ పాల్గొనే గొప్ప పండగని,ఆరోగ్యం సరిగా ఉండాలంటే ప్రతీ ఒక్కరి జీవితంలో క్రీడలు అవసరమన్నారు.తదుపరి మాజీ డీసీసీబీ చైర్మన్ యువి సుకుమార్ వర్మ,ఎంపీపీ బోదెపు గోవింద్, వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బొద్దపు ఎర్రయ్యదొరలు మాట్లాడుతూ క్రీడలతో అనారోగ్య సమస్యలు దూరమవుతాయని, మంచి ఆరోగ్యానికి క్రీడలు ఎంతగానో ఉపయోగ పడతాయన్నారు. అంతర్జాతీయ స్థాయికి మన క్రీడాకారులను పరిచయం చేయడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమన్నారు.నేటి నుంచి ఫిబ్రవరి 10 వరకు ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ప్రతి ఊరికి ప్రతి ఒక్కరికీ పండుగే అని కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వారు తెలిపారు. మండలంలో మేజర్ పంచాయతీ ఏటికొప్పాక గ్రామంలో స్థానిక జిల్లా పరిషత్ హై స్కూల్లో జెడ్పిటిసి సేనాపతి సంధ్యారాణి రిబ్బన్ కట్ చేసి పోటీలను ప్రారంభించారు. లైన్ కొత్తూరులో గ్రామ సర్పంచ్ కొల్లి రజిని త్రినాథ్ పాల్గొని పోటీలను ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల ప్రత్యేకాధికారి చాముండేశ్వరి నాథ్,పట్టణ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్లు, కౌన్సిలర్లు, వైసీపీ నాయకులు, క్రీడాకారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అదనపు కోచ్‌ల తాత్కాలిక పెంపు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వెయిట్‌లిస్ట్ చేయబడిన ప్రయాణీకుల అదనపు రద్దీని క్లియర్ చేయడానికి, దిగువ వివరించిన విధంగా అదనపు కోచ్‌లతో రైళ్లను పెంచాలని నిర్ణయించారు.

1. 08522 విశాఖపట్నం-గుణపూర్ ప్యాసింజర్ ప్రత్యేక రైలు 01.01.2024 నుండి 31.01.2024 వరకు ఒక 3వ AC కోచ్ మరియు ఒక స్లీపర్ క్లాస్ కోచ్‌తో పెంచబడుతుంది మరియు రైలు నం. 08521 గుణుపూర్-విశాఖపట్నం ప్రత్యేక రైలు 3వది. 01.01.2024 నుండి 31.01.2024 వరకు AC కోచ్ మరియు ఒక స్లీపర్ క్లాస్.

2. రైలు నం. 18311 విశాఖపట్నం-బనారస్ ఎక్స్‌ప్రెస్ 03.01.2024 నుండి 31.01.2024 వరకు (నామినేట్ చేయబడిన రోజులలో) ఒక 3వ AC ఎకానమీ కోచ్‌తో పెంచబడుతుంది మరియు రైలు నం. 04.01.2024 నుండి 01.02.2024 వరకు ఎకానమీ కోచ్. (నామినేట్ చేయబడిన రోజులలో)

3. రైలు నం. 18117 రూర్కెలా-గుణపూర్ రాజ్య రాణి ఎక్స్‌ప్రెస్ ఒక స్లీపర్ క్లాస్ కోచ్‌తో 28.12.2023, 29.12.2023, 30.12.2023 01.01.2024 మరియు రాజ్‌కే 01.01.2024 మరియు 202.01.202.018. రాజ్‌కే. రాణి ఎక్స్‌ప్రెస్ 29.12.2023, 30.12.2023, 31.12.2023 02.01.2024 మరియు 03.01.2024 తేదీలలో ఒక స్లీపర్ క్లాస్‌తో జతచేయబడుతుంది.

4. రైలు నెం. 18107 రూర్కెలా-జగ్దల్‌పూర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ 28.12.2023, 30.12.2023, మరియు 31.12.2023 తేదీలలో ఒక స్లీపర్ క్లాస్ కోచ్‌తో పెంచబడుతుంది మరియు రైలు నెం. 29.12.2023, 31.12.2023 మరియు 01.01.2024.

అనకాపల్లి రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో వార్షిక తనిఖీలు నిర్వహించిన విశాఖ రేంజ్ డిఐజి హరికృష్ణ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): నేరాలను అరికట్టుటలో గ్రామ, వార్డు సచివాలయ మహిళా పోలీసుల పాత్ర కీలకమని విశాఖపట్నం రేంజ్ డీఐజీ ఎస్. హరికృష్ణ తెలిపారు. వార్షిక తనిఖీలో భాగంగా మంగళవారం జిల్లా ఎస్పీ కె.వి.మురళీకృష్ణ అనకాపల్లి సబ్ డివిజన్ పరిధిలోని అనకాపల్లి రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్‌కు సంబంధించిన సమాచారాన్ని డీఐజీ కి వివరించారు.

డీఐజీ ముందుగా సిబ్బంది వద్ద నుండి గౌరవ వందనం స్వీకరించి స్టేషన్ పరిసరాలను, ఎస్.హెచ్.ఓ, రైటర్, కంప్యూటర్ గదులను, కేస్ ప్రాపర్టీ భద్రపరిచిన గదిని పరిశీలించి, కేసు ప్రాపర్టీ సంబంధించిన వివరాలు ఎప్పటికప్పుడు రికార్డులో నమోదు చేయాలన్నారు. అనకాపల్లి రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని గ్రామ/వార్డు సచివాలయ మహిళా పోలీసుల సహాయంతో బాల్యవివాహాలను అరికట్టాలని, సైబర్ క్రైమ్స్, రోడ్డు భద్రతా నియమాలు గూర్చి అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించాలని తెలిపారు.

పోలీస్ సిబ్బందితో ప్రత్యేకంగా సమావేశమై వారి సమస్యలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఎటువంటి నేరాలు జరుగుతున్నాయి, రౌడీలు, సస్పెక్ట్ లు, పాత నేరస్తులు ఎవరు ఉన్నారు, వారి కదలికలు గురించిన వివరాలను, స్థల వివాదాలు, కుటుంబ తగాదాలు, వర్గ విభేదాలు గురించిన సమాచారాన్ని, గతంలో ఎటువంటి నేరాలు జరిగినయి, అందులో ముద్దాయిలు ఎవరు బాధితులు ఎవరు వారి ప్రస్తుత జీవన విధానం వంటి విషయాల గురించి విపులంగా అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం అనకాపల్లి సబ్ డివిజన్ కార్యాలయ రికార్డులను తనిఖీ చేసి సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు.

ఈ వార్షిక తనిఖీల్లో అనకాపల్లి సబ్ డివిజన్ డిఎస్పి వి.సుబ్బరాజు, ట్రైని డిఎస్పి భవ్య, అనకాపల్లి రూరల్ సర్కిల్ సీఐ రవికుమార్, అనకాపల్లి ట్రాఫిక్ సిఐ శ్రీను, అనకాపల్లి రూరల్ ఎస్సై సిహెచ్. నర్సింగరావు మరియు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నీటి సమస్యను తక్షణమే పరిష్కరించాలి-టిడ్కో చైర్మన్

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): టిడ్కో గృహ సముదాయంలో ప్రధానంగా నెలకొన్న నీటి సమస్యను తక్షణమే పరిష్కరించాలని సాంకేతిక సిబ్బందిని రాష్ట్ర టిడ్కో చైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్నాకుమార్ ఆదేశించారు. మంగళవారం నాడు పట్టణంలో రామ్ నగర్ కాలనీలో నిర్మించిన టిడ్కో గృహాల సముదాయాన్ని ఆయన పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా అక్కడి నివాసితులు ఆయనకు పలు సమస్యలను వివరించగా ప్రధానంగా నీటి సమస్య ఎక్కువైందని తెలియజేయడంతో వారం రోజులలో కొత్త మోటార్లను ఏర్పాటు చేసి లబ్ధిదారులకు నీటి సమస్యను పరిష్కరించాలని సిబ్బందికి ఆదేశించారు. అనంతరం గృహ సముదాయంలో జరిగిన నూతన గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమంలో పాల్గొని విందు భోజనం చేశారు.

శ్రీ దత్తాత్రేయ స్వామి వారిని దర్శించుకున్న మాజీ ఎమ్మెల్యే పీలా

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): కశింకోట మండలం, తేగాడ గ్రామంలో మంగళవారం జరిగిన దత్తాత్రేయ జయంతి వేడుకలలో మాజీ శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ పాల్గొని శ్రీ దత్తాత్రేయ స్వామి వారికీ ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ కమిటీ సభ్యులు ఆయనను ఘనంగా సత్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు జిల్లా తెలుగు రైతు కార్యదర్శి ఉగ్గిన రమణ మూర్తి, నియోజక వర్గ రైతు కార్యదర్శి గొంతిన శ్రీనివాసరావు, మండల తెలుగు యువత అధ్యక్షుడు సూర్యనారాయణ, మాజీ డి.సి.సి.బి. డైరెక్టర్ సిదిరెడ్డి. శ్రీనివాసరావు, బుదిరెడ్డి. గంగయ్య, బాబర్, విస్సన్నపేట శ్రీను, కలగా సోమేశ్వరరావు, ప్రసాద్, చెట్టుబిల్లి అప్పల నాయుడు, గుమ్మాల మాణిక్యం, పప్పల అప్పారావు, కర్రి దుర్గి నాయుడు, అద్దేపల్లి. బాబురావు, బుదిరెడ్డి. రామారావు, గొర్లి. దత్తా, రాజు, తాతాజీ, గణేష్, రామారావు, భార్గవ్, విషెసలు మరియు తెలుగు దేశం పార్టీ కార్యకర్తలు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

రైళ్ల రద్దు, మళ్లింపు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దక్షిణ మధ్య రైల్వేలోని విజయవాడ డివిజన్‌లో భద్రతా పనుల కారణంగా ఈ క్రింది రైళ్లు రద్దు చేయబడ్డాయి

1. 01.01.2024 నుండి 14.01.2024 వరకు గుంటూరు నుండి బయలుదేరే రైలు నెం. 17239 గుంటూరు-విశాఖపట్నం సింహాద్రి ఎక్స్‌ప్రెస్ రద్దు చేయబడుతుంది.

2. 02.01.2024 నుండి 15.01.2024 వరకు విశాఖపట్నం నుండి బయలుదేరే రైలు నం. 17240 విశాఖపట్నం-గుంటూరు సింహాద్రి ఎక్స్‌ప్రెస్ రద్దు చేయబడుతుంది.

3. రైలు నెం, 22702 విజయవాడ-విశాఖపట్నం ఉదయ్ ఎక్స్‌ప్రెస్ విజయవాడ నుండి 01.012024, 02.01.2024,03.01.2024, 05.01.2024, 06.01.2024, 08.2024,201.2024.20201,201. , 12.01.2024 మరియు 13.01 .204 రద్దు చేయబడుతుంది.

4. రైలు నం. 22701 విశాఖపట్నం- విజయవాడ ఉదయ్ ఎక్స్‌ప్రెస్ విశాఖపట్నం నుండి 01.012024, 02.01.2024,03.01.2024, 05.01.2024, 06.01.2024, 02.02,401.202,41.202.01. 4, 12.01.2024 మరియు 13.01 .204 రద్దు చేయబడుతుంది.

రైళ్ల మళ్లింపు

ఎ. దక్షిణ మధ్య రైల్వేలోని విజయవాడ డివిజన్‌లో భద్రతా పనుల కారణంగా ఈ క్రింది రైళ్లు విజయవాడ- గుడివాడ- భీమవరం టౌన్- నిడదవోలు మీదుగా మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తాయి, బదులుగా విజయవాడ- ఏలూరు- నిడదవోలు- వివరాలు క్రింద ఇవ్వబడ్డాయి.

1. రైలు నం. 22643 ఎర్నాకులం-పాట్నా SF ఎక్స్‌ప్రెస్ 01.01.2024 మరియు 08.01.2024 తేదీలలో ఎర్నాకులం నుండి బయలుదేరి దారి మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది.

2. రైలు నం. 12509 SMV బెంగళూరు-గౌహతి SF ఎక్స్‌ప్రెస్ SMV బెంగళూరు నుండి 03.01.2024, 05.01.2024, 10.01.2024 మరియు 12.01.2024 మళ్లింపు మార్గంలో నడుస్తుంది.

3. రైలు నం. 11019 CST ముంబై-భువనేశ్వర్ కోణార్క్ ఎక్స్‌ప్రెస్ CST ముంబై నుండి 01.01.2024, 03.01.2024, 05.01.2024, 06.01.2024, 06.01.2024, 08.01.2024, 120.41.20.41.20.40 తేదీలలో CST ముంబై నుండి బయలుదేరుతుంది 24 నడుస్తుంది మళ్లించిన మార్గం. స్టాపేజ్ ఏలూరు, తాడేపల్లిగూడెంను తొలగించింది.

బి. కింది రైళ్లు సాధారణ మార్గంలో నిడదవోలు-భీమవరం టౌన్- గుడివాడ-విజయవాడ మీదుగా దారి మళ్లించిన మార్గంలో కాకుండా నిడదవోలు-ఏలూరు-విజయవాడ మీదుగా నడుస్తాయి.

1. 01.01.2024 నుండి 14.01.2024 వరకు ధన్‌బాద్ నుండి బయలుదేరే రైలు నెం. 13351 ధన్‌బాద్-అల్లెప్పి బొకారో ఎక్స్‌ప్రెస్ దారి మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది. స్టాపేజ్ తాడేపల్లిగూడెం, ఏలూరును తొలగించింది.

2. రైలు నం. 12889 టాటా నగర్-SMV బెంగళూరు ఎక్స్‌ప్రెస్ 05.01.2024 మరియు 12.01.2024న టాటా నగర్‌లో బయలుదేరుతుంది.

3. 04.01.2024 మరియు 11.01.2024 తేదీలలో టాటా నుండి బయలుదేరే రైలు నం. 18111 టాటా-యశ్వంత్‌పూర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది. ఆగిపోవడం ఏలూరును తొలగించింది.

4. 02.01.2024, 07.01.2024, 09.01.2024 మరియు 14.01.2024 తేదీలలో హటియా నుండి బయలుదేరే రైలు నెం. 12835 హతియా-SMV బెంగళూరు ఎక్స్‌ప్రెస్ దారి మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది.

5. 03.01.2024 మరియు 10.01.2024 తేదీలలో జసిదిహ్ నుండి బయలుదేరే రైలు నెం. 12376 జసిదిహ్-తాంబరం ఎక్స్‌ప్రెస్ దారి మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది. స్టాపేజ్ తొలగించబడింది: ఏలూరు.

6. 01.01.2024 మరియు 08.01.2024 తేదీలలో హటియా నుండి బయలుదేరే రైలు నెం. 22837 హతియా-ఎర్నాకులం %ూజ% ఎక్స్‌ప్రెస్ దారి మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది. స్టాపేజ్ తొలగించబడింది: ఏలూరు.

7. 06.01.2024 మరియు 13.01.2024 తేదీలలో హటియా నుండి బయలుదేరే రైలు నెం. 18637 హతియా-SMV బెంగళూరు ఎక్స్‌ప్రెస్ దారి మళ్లించిన మార్గంలో నడుస్తుంది.

ప్రజలు మార్పులను గమనించి తదనుగుణంగా వ్యవహరించాలని అభ్యర్థించారు.

బరువు తగ్గించే ఈ పానీయాలను ఇంట్లోనే తయారు చేసుకోండి

బరువు తగ్గాలని నిర్ణయించుకునే వారు తమ డైట్‌పై ఎక్కువ శ్రద్ధ పెట్టాలి. మీరు బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు కేలరీలు చాలా ముఖ్యమైనవి. అందువల్ల, బరువు తగ్గే సమయంలో చక్కెర మరియు అధిక కేలరీల శీతల పానీయాలు తీసుకోకూడదు.

మీరు బరువు తగ్గాలని ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు, మీరు ఇంట్లోనే సులభంగా తయారు చేసుకోగల కొన్ని రుచికరమైన పానీయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. శరీరానికి ఆహ్లాదకరంగానూ, నాలుకకు రుచిగానూ, బరువు తగ్గడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి. నీరు మరియు ఇతర గృహోపకరణాల నుండి బరువు తగ్గించే పానీయాలను తయారు చేయవచ్చు.

అల్లం మరియు నిమ్మకాయ పానీయం: అల్లంలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ మరియు యాంటిపైరేటిక్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. కొన్ని పరిశోధనల ప్రకారం, అల్లం కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. బరువును కూడా తగ్గిస్తుంది. బ్లెండర్‌లో అల్లం మరియు నీరు వేసి బాగా కలపాలి. తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని గ్లాసులో పోసి నిమ్మరసం వేయాలి. తర్వాత బాగా కలపాలి. చిటికెడు వేయించిన జీలకర్ర పొడిని వేసి కలపాలి మరియు అల్లం నిమ్మకాయ డ్రింక్ తాగడానికి సిద్ధంగా ఉంది.

జీలకర్ర పానీయం: జీలకర్రలో థైమోక్వినోన్ అనే ప్రత్యేకమైన పదార్థం ఉంది, ఇది బరువు తగ్గడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. జీలకర్ర చాలా అధిక ఉష్ణ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంది. జీలకర్రలో కేలరీలు చాలా తక్కువ. ఇది జీవక్రియను పెంచడానికి మరియు జీర్ణక్రియను మెరుగు పరచడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.

మీరు జీలకర్రను ఒక గ్లాసు నీటిలో నానబెట్టి, రాత్రంతా ఉంచండి. దీనిని వడగట్టి ఉదయాన్నే తాగవచ్చు. అలాగే జీలకర్రను నీళ్లతో మరిగించి తాగితే శరీర బరువు తగ్గుతుంది.

దాల్చిన చెక్క పానీయం: దాల్చిన చెక్క రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది శరీరంలోని కొవ్వు పదార్థాలను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. నీటిని వేడి చేసి దాల్చిన చెక్క పొడి వేయాలి. బాగా తాగిన తర్వాత నిమ్మరసం వేసి గోరువెచ్చగా అయిన తర్వాత తాగాలి. ఇది శరీరానికి బలాన్ని ఇస్తుంది మరియు బరువు తగ్గిస్తుంది.

పుదీనా మరియు నిమ్మకాయ: బరువు తగ్గడంలో పుదీనా చాలా ఎఫెక్టివ్ ఫుడ్. పుదీనాలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. దీనితో తయారుచేసిన పానీయం బరువు తగ్గడానికి ఉపయోగ పడుతుంది. ఒక పాత్రలో నీళ్లు, పుదీనా ఆకులు వేసి మరిగించాలి. అది ఉడికిన తర్వాత అందులో నిమ్మరసం వేసి తాగాలి. మీరు ఉడికించిన పుదీనా ఆకులను కూడా తినవచ్చు.

సబ్జా నీరు: సబ్జా లేదా చియా గింజలు పొట్టలోని కొవ్వును తగ్గిస్తాయి. సబ్జా విత్తనాలు చాలా తక్కువ ధరలకు లభించే అత్యంత ఉపయోగకరమైన ఆహారం. సబ్జా వాటర్ బరువు తగ్గడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. సబ్జా గింజలు నానబెట్టి తాగడం. లేదా అందులో నిమ్మరసం కలుపుకుని రెగ్యులర్‌గా తాగితే బరువు తగ్గుతారు.

దాల్చినచెక్క మరియు నల్ల మిరియాల టీ: దాల్చిన చెక్క రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది మరియు శరీరంలోని కొవ్వు ప్రభావాలను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. నల్ల మిరియాలు మీ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల జీవక్రియ మెరుగుపడుతుంది. దాల్చిన చెక్కలను నీటితో ఉడకబెట్టి, గోరు వెచ్చగా ఉండే వరకు చల్లబరచండి. తర్వాత ఎండుమిర్చి, నిమ్మరసం వేసి బాగా కలిపి తాగాలి.

గూస్బెర్రీ మరియు అల్లం రసం: ఉసిరికాయలోని కార్బోహైడ్రేట్లు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. 1/4 కప్పు నీరు, తరిగిన ఉసిరి మరియు అల్లం కలపండి, మిశ్రమాన్ని ఒక గ్లాసులో వడకట్టి ఉప్పు కలపండి. బాగా కలిపి త్రాగాలి.

మెంతి నీరు: మెంతి గింజలు పురాతన భారతీయ వంటకాలలో ఒక భాగం. సుగంధ ద్రవ్యాలు వారి స్వంత శ్రేష్ఠతను కలిగి ఉంటాయి. ఇది నిరోధకతను పెంచింది. ఇది శరీరం నుండి హానికరమైన టాక్సిన్స్ ను కూడా తొలగిస్తుంది. మెంతి గింజలను రాత్రంతా నీటిలో నానబెట్టి, ఉదయం ఆ నీటిని తాగండి.

నిమ్మరసం: నిమ్మ పండు నుండి తయారైన పానీయం సాధారణంగా బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. నిమ్మరసం రెగ్యులర్‌గా తీసుకోవడం వల్ల శరీర బరువు తగ్గుతుంది. గోరువెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసం, ఉప్పు కలిపి తాగితే బరువు తగ్గుతారు. ఔషధ గుణాలున్న ఇతర పానీయాలతో పాటు నిమ్మరసం కూడా తాగడం శరీరానికి మేలు చేస్తుంది.

జుట్టుకు సంబంధించి ఏ సమస్య అయినా ఈ సింపుల్ హోం రెమెడీస్ ట్రై చేయండి

స్త్రీలు జుట్టు రాలడం, చుండ్రు, నెరిసిన జుట్టు వంటి సమస్యలతో బాధపడడం సహజమే. దాని కోసం ఖరీదైన డబ్బు ఖర్చు చేయకుండా, ఇంటి నివారణలను ప్రయత్నించండి.

ఈ రోజుల్లో చాలా మందికి హోమ్ రెమెడీస్ అంటే చాలా మంది ఇష్టపడే ఉత్పత్తులు, టీవీలో చాలా అందంగా కనిపించే ఉత్పత్తులే. కానీ దాని వెనుక దాగి ఉన్న రసాయనాలు వారి దృష్టికి రావడం లేదు.

బ్యూటీ ప్రొడక్ట్స్ మరియు హెయిర్ షాంపూలు, కండీషనర్లు మొదలైన వాటిలో మితిమీరిన రసాయనాలు జుట్టును మరింత దెబ్బతీస్తాయి. కానీ కొన్ని హోం రెమెడీస్ జుట్టు రాలడం, చిట్లడం మరియు చుండ్రును వదిలించుకోవడానికి చాలా సులభం.

హోం రెమెడీస్ వాడాలంటే చాలా ఓపిక అవసరం. ఎందుకంటే ఈరోజు వాటిని ఉపయోగిస్తే రేపటికిరేపు ఫలితాలు రావు. దీన్ని కొన్ని వారాల పాటు వాడితే తప్పకుండా ఫలితం ఉంటుంది. అది కూడా శాశ్వతం.

అత్యంత కలుషిత వాతావరణం, ఆహారం మరియు జీవనశైలి కారణంగా ఈ రోజుల్లో జుట్టు సమస్యలు సర్వసాధారణం. దీన్ని పోగొట్టుకోవడానికి కొన్ని హోం రెమెడీస్ చెప్పబోతున్నాం. మీరూ ఒకసారి ప్రయత్నించండి

జుట్టు రాలడం సమస్యకు మందారం

మందార ఆకులను ఒక కప్పు నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టండి. తర్వాత ఆలివ్ ఆయిల్ మరియు పచ్చి పాలతో కలిపి రుబ్బండి. ఈ ప్యాక్‌ని జుట్టుకు పట్టించండి.

హెయిర్ మాస్క్‌ను 20 నుండి 25 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి, మిగిలిన మందార నీటిని కడిగి, చివరగా గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోండి.

ఉసిరికాయ: విటమిన్ సి మరియు యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్న ఉసిరికాయ జుట్టు రాలడానికి ఉపయోగ పడుతుంది. తలకు పట్టిస్తే జుట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది. దీని వినియోగం కూడా బాగానే ఉంది.

ఉసిరికాయను చూర్ణం చేసి దాని రసాన్ని తీయండి.

రెండు చెంచాల ఉసిరికాయ రసానికి రెండు చెంచాల నిమ్మరసం కలపండి.

దీన్ని సరిగ్గా మిక్స్ చేసి తలకు పట్టించి ఆరనివ్వాలి. దీని తర్వాత వేడి నీటితో కడగాలి.

టమోటో: మీకు చుండ్రు సమస్య ఉంటే, టమోటా పండును ఉపయోగించండి. టొమాటోలను మిక్సీలో లేదా గ్రైండర్‌లో వేసి బాగా రుబ్బుకోవాలి. దాని రసాన్ని ఒక గిన్నెలోకి పిండాలి కావాలంటే కొబ్బరినూనెతో కలుపుకోవచ్చు. అలాగే, కేవలం టొమాటో రసాన్ని నేరుగా స్కాల్ప్ మరియు చుండ్రు ఉండే ప్రాంతాలకు అప్లై చేయవచ్చు. టమాటా రసాన్ని పది నిమిషాల పాటు బాగా మసాజ్ చేయాలి మసాజ్ చేసిన తర్వాత దాదాపు ఇరవై నిమిషాల పాటు ఇలాగే వదిలేయండి. తర్వాత నీళ్లలో తలను బాగా కడగాలి ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే చుండ్రు నుండి శాశ్వత ఉపశమనం పొందవచ్చు. ఇలా నెల రోజుల పాటు నిరంతరంగా ఈ విధానాన్ని అనుసరించడం వల్ల రాబోయే రోజుల్లో చుండ్రు వచ్చే అవకాశం ఉండదు.

మీ జుట్టు దుర్వాసన వస్తుంటే నిమ్మరసం వాడండి: ఒకటి నుండి రెండు కప్పుల గోరువెచ్చని నీటిలో రెండు టీస్పూన్ల నిమ్మరసం కలపండి. తేలికపాటి క్లెన్సర్ ఉపయోగించి మీ జుట్టును కడగాలి. కడిగే సమయంలో చివర్లో నిమ్మరసం మిశ్రమంతో శుభ్రం చేసుకోవాలి.

కొన్ని నిమిషాల పాటు అలాగే వదిలేయండి. తర్వాత నీటితో బాగా కడగాలి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేయండి. జుట్టు చెడు వాసనకు కారణమయ్యే బ్యాక్టీరియాతో పోరాడటానికి ఇది సహాయపడుతుంది. అంతే కాదు నిమ్మకాయ చుండ్రుతో పోరాడుతుంది.

నెరిసిన జుట్టు సమస్య ఉంటే... నాలుగు నుండి ఐదు టేబుల్ స్పూన్ల కొబ్బరి నూనెలో కొన్ని కరివేపాకులను జోడించండి. మీడియం వేడి మీద మరిగించి, ఆపై తక్కువ మంట మీద ఉంచండి చల్లబడిన నూనెను ప్రతిరోజూ జుట్టుకు అప్లై చేయవచ్చు. ఈ నూనెను పెరుగు లేదా మజ్జిగలో కలిపి తలస్నానానికి ముందు తలకు పట్టించాలి. దీనివల్ల జుట్టు కూడా ముదురు రంగులో మెరిసిపోతుంది.

కొలెస్ట్రాల్ కరిగించే టీ

కొలెస్ట్రాల్ అనేది మైనం లాంటి పదార్థం. శరీరంలో హార్మోన్లు, విటమిన్లు, కొత్త కణాలు ఉత్పత్తి చేయడానికి కొలెస్ట్రాల్ తోడ్పడుతుంది. అయితే, శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరిగితేనే అనారోగ్యాల ముప్పు పెరుగుతుంది. అధిక కొలెస్ట్రాల్ సమస్యను సైలెంట్ కిల్లర్ అనొచ్చు. ప్రతి 1 మిల్లీ గ్రాము చెడు కొవ్వు పెరిగితే గుండెపోటు పెరిగే ప్రమాదం ఒకశాతం పెరుగుతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. మన శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ మితిమీరితే హైపర్‌టెన్షన్, స్ట్రోక్, గుండె పోటు, గుండె సమస్యలు, కీళ్ల నొప్పులు, వెన్నునొప్పుల, ఊబకాయం ముప్పు పెరుగుతుంది. ప్రముఖ ఆయుర్వేద డాక్టర్ కపిల్ త్యాగి కొలెస్ట్రాల్‌ను కరిగించే కొన్ని ఆయుర్వేద చిట్కాలు మనతో పంచుకున్నారు.

వేప ఆకులు : వేప ఆకుల్లో యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ఫమేటరీ, లిపిడ్ రెగ్యులేటింగ్ లక్షణాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వేపాకులు తీసుకుంటే కొలెస్ట్రాల్ కరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీని కోసం వేప ఆకులను నీడలో ఎండబెట్టి పొడి చేసుకోవాలి. ఒక గ్లాస్ నీటిలో ఒక స్పూన్ వేప పొడి వేసి మరిగించాలి. ఈ కషాయాన్ని రోజుకు 2 నుంచి 3 సార్లు తాగితే మేలు జరుగుతుంది. మీరు లేత వేప ఆకులు తిన్న కొలెస్ట్రాల్ కరుగుతుంది.

తులసి ఆకులు : ప్రతి ఒక్కరి ఇంట్లో దాదాపు తులసి మొక్క ఉంటుంది. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్‌ను కరిగించడానికి తులసి ఆకులు ఎఫెక్టివ్‌గా పనిచేస్తాయి. తులసి శరీరంలో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. మీరు అధిక కొలెస్ట్రాల్ సమస్యతో బాధపడుతుంటే, తలసి ఆకులను శుభ్రం చేసి, ఎండబెట్టండి. వాటిని టీగా ఉపయోగించండి. నీటిని మరిగించి అందులో తులసి ఆకులను వేసి మరిగించాలి. రోజూ ఈ టీ తాగితే, అధిక కొలెస్ట్రాల్ కరుగుతుంది. రోజూ తులసి ఆకులు నమిలినా కొలెస్ట్రాల్ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు.

నేరేడు ఆకులు : నేరేడు ఆకులు కొలెస్ట్రాలను నియంత్రించడానికి సహాయపడతాయి. నేరేడు ఆకులలో ఆంథోసైనిన్‌లు, యాంటీఆక్సిడెంట్‌లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి కొలెస్ట్రాల్‌ను కరిగిస్తాయి. తాజా నేరేడు ఆకులను నీడలో ఎండబెట్టి పొడిగా చేయండి. ఆ తర్వాత, ఈ పొడిని నీళ్లలో వేసి మరిగించాలి. ఈ కషాయాన్ని రోజుకు 2-3 సార్లు త్రాగాలి.

మెంతి ఆకులు : మెంతి ఆకులు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడానికి సహాయపడతాయి. ఈ ఆకులలో కొలెస్ట్రాల్‌ను కరిగించే ఫైబర్ ఉంటుంది. మీ వంటల్లో, సలాడ్స్‌లో మెంతి కూరను చేర్చండి. అంతే కాకుండా తాజా మెంతి ఆకులను బాగా కడిగి నీటిలో వేసి రాత్రంతా నానబెట్టాలి. ఆ నీటిని ఉదయం పూట తాగండి.

శీతాకాలం ఆస్తమా పేషెంట్స్‌కు యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ ఫుడ్స్

ఆస్తమా అనేది దీర్ఘకాలిక శ్వాసకోశ స్థితి. అలర్జీతో వాయు నాళాలకు వాపు రావడంతో అవి కుంచించుకొని పోతాయి. దీంతో గాలి లోపలికి, బయటకు రావడం కష్టంగా మారుతుంది. శీతాకాలంలో అస్తమా పేషెంట్స్‌కు కష్టకాలమే అని చెప్పుకోవాలి. చలిగాలులు, వాతావరణంలో మార్పులు, మంచు కారణంగా ఆస్తమా లక్షణాలు ట్రిగ్గర్ అవుతాయి. దీంతో ఊపిరి సరిగా అందకా ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుంటారు. ఊపిరి సరిగ్గా ఆడకపోవడం, దగ్గు, ఛాతీ బిగుతుగా మారడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ఈ సీజన్‌లో ఆస్తమా లక్షణాలు కంట్రోల్‌లో ఉంచడానికి కొన్ని యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ ఫుడ్స్ తీసుకోవాలని నిపుణులు అంటున్నారు. యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ ఫుడ్స్.. ఆస్తమా లక్షణాలను కంట్రోల్ చేయడమే కాదు ఆస్తమా ఎటాక్స్ ఫ్రీక్వెన్సీ, తీవ్రతను కూడా తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది.

ఫ్యాటీ ఫిష్ : సాల్మన్, ట్యూనా, సార్డినెస్ వంటి కొవ్వు చేపలలో ఒమేగా - 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వీటిలో ఆస్తమా లక్షణాలు తగ్గించే యాంటీ ఇన్ఫమేటరీ గుణాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయని నిపుణులు అంటున్నారు. ఆస్తమా పేషెంట్స్ వారానికి రెండుసార్లు అయినా ఫ్యాటీ ఫిష్ తీసుకుంటే మంచిదని నిపుణులు అంటున్నారు.

పసుపు : పసుపులో ఉండే యాక్టివ్ కాంపౌండ్ కర్క్యుమిన్‌కు యాంటీఇన్ఫమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో వాపును, మంటను తగ్గిస్తాయి. పసుపు ఆస్తమా లక్షణాలను కంట్రోల్‌లో ఉంచడానికి తోడ్పడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మీరు ఆస్తమాతో బాధపడుతుంటే మీ కూరల్లో పసుపును చేర్చుకోండి, రోజూ పసుపు టీ తాగితే ఇంకా మంచిది.

అల్లం : కూరల్లో చక్కటి రుచిని, సువాసనను ఇచ్చేందుకు అల్లం ఉపయోగిస్తుంటాం. ఆస్తమా పేషెంట్స్‌కు ఔషధంలా పనిచేస్తుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అల్లంలోని యాంటీ ఇన్ఫమేటరీ గుణాలు వాయుమార్గ వాపును తగ్గించడానికి తోడ్పడుతుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. రోజు వారీ ఆహారంలో అల్లం తప్పనిసరిగా వాడుకోవాలి. కుదిరితే అల్లం టీ కూడా తాగొచ్చు.

ఆకు కూరలు : పాలకూర, కాలే, ఆకుకూరల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి ఆస్తమా లక్షణాలను నిర్వహించడంలో సహాయపడతాయి. ఈ కూరగాయలను సలాడ్‌లు, స్టైర్-ఫ్రైస్, స్మూతీస్‌లో చేర్చండి.

బెర్రీలు : బెర్రీలు, ముఖ్యంగా బ్లూబెర్రీస్‌లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి, ఇవి వాయుమార్గ వాపు నుంచి రక్షిస్తాయి.

అవకాడో : అవోకాడోలో విటమిన్ ఇ అధికంగా ఉంటాయి. ఇది శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్‌గా పనిచేస్తుంది. వాయు మార్గాల్లో మంటు తగ్గించడానికి సహాయపడతుంది. మీ సలాడ్స్, శాండ్‌విచ్‌లలో అవకాడో యాడ్ చేసుకోండి.

వెల్లుల్లి : వెల్లుల్లిలో యాంటీఆక్సిడెంట్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఆస్తమా లక్షణాలను తగ్గించడానికి, ఊపిరితిత్తుల పనితీరును మెరుగపరచడానికి తోడ్పడుతుంది. మీ వంటల్లో వెల్లుల్లి చేర్చుకోండి.

వాల్‌నట్స్ : వాల్‌నట్స్‌లో ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో వాపును తగ్గించడానికి తోడ్పడతాయి. రోజూ ఉదయం నానబెట్టిన వాల్‌నట్స్ తీసుకుంటే ఆస్తమా లక్షణాలు కంట్రోల్‌లో ఉంటాయి.

గ్రీన్ టీ : గ్రీన్ టీలో యాంటీఇన్ఫమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి ఆస్తమా లక్షణాలను కంట్రోల్‌లో ఉంచడానికి సహాయపడతాయి.

ప్రోబయోటిక్స్ : పెరుగు, పులియబెట్టిన ఆహారాలలో లభించే ప్రోబయోటిక్స్ (ఉదా., సౌర్‌క్రాట్, కిమ్చి), గట్ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది ఆస్తమా లక్షణాలను తగ్గిస్తుంది. ఆస్తమా పేషెంట్స్ వారి డైట్ సమతుల్య ఆహారం చేర్చుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

మందారం టీ తాగితే ఏంటి ప్రయోజనం?

మందారం టీ. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతో నిండి ఉండటం వల్ల ఆరోగ్యాన్ని రక్షిస్తుంది. మందార మొక్కలో బీటా కెరోటిన్, విటమిన్ సి, ఆంథోసైనిన్ వంటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఈ మందార టీలో ఉన్న ఇతర ప్రయోజనాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాము. శరీరం వాపులకు ఏమయినా గురైతే దానిని తగ్గించేందుకు మందార టీ మేలు చేస్తుంది. మందార టీలోని ప్రత్యేక గుణాలు రక్తపోటును తగ్గిస్తాయి.

మందార టీ తాగితే కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది, ఆరోగ్యంగా వుంటారు. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు మందార టీ తాగితే ఉపయోగం వుంటుంది. వ్యాధి కారక బ్యాక్టీరియాతో మందార టీ పోరాడుతుంది. కాలేయ ఆరోగ్యానికి మందార టీ ఎంతో మేలు చేస్తుంది.

అన్నం ఇలా వండి తింటే బరువు పెరగకపోగా లాభాలెన్నో

బియ్యంలో చాలా రకాలు ఉంటాయి. ఒక్కో రకానికి ఒక్కో ప్రత్యేక రుచితో పాటు పోషక విలువలు ఉంటాయి. ఈ అన్నం తింటే ఎన్నో హెల్త్ బెనిఫిట్స్ ఉంటాయి. అయితే, ఇవి మనం ఎలా వండాం ఎలా తిన్నామనేదానిపై కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది. కాబట్టి, అన్నం సరిగ్గా ఎలా వండాలో కూడా తెలుసుకోండి.

అన్నం : కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు అన్నం తినకూడదని అనుకుంటారు. కానీ, ఆయుర్వేద డాక్టర్ చైతాలీ రాథోడ్ ఇదే విషయంలో బరువు తగ్గడం, షుగర్, థైరాయిడ్, పిసిఓడి వంటి సమస్యలు ఉన్నప్పటికీ అన్నం తినొచ్చని చెబుతున్నారు. అందుకోసం కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

బియ్యంలోని పోషకాలు : అన్నం సరిగ్గా వండి తింటే బియ్యం గరిష్ఠ ప్రయోజనాలు పొందొచ్చు. అది ఎలా వండాలో సరైన పద్ధతి, అన్నం తినడం వల్ల కలిగే లాభాలు తెలుసుకోవాలి. బియ్యం కార్బోహైడ్రేట్స్‌కి మంచి మూలం. ఇవి శరీరానిక శక్తిని అందిస్తాయి. గ్లూటెన్ రహితమైనది, ఐరన్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, బి విటమిన్స్ వంటి అనేక ముఖ్య పోషకాలను కలిగి ఉంటుంది. అంతేకాకుండా తక్కువ సోడియం కంటెంట్ ఉంటుంది. బియ్యం ఫైబర్‌కి మూలం. జీర్ణక్రియకి హెల్ప్ అవుతుంది. రక్తంలో చక్కెరని కంట్రోల్ చేస్తుంది.

ఎలా వండాలి : బియ్యాన్ని వండే ముందు వాటిని డ్రై రోస్ట్ చేయాలి. ఇలా బియ్యాన్ని వేయించి డబ్బాలో స్టోర్ చేసుకోవచ్చు. దీని వల్ల రుచి పెరగడమే కాకుండా స్టార్చ్ కూడా తగ్గుతుంది. అన్నం మొత్తగా కాకుండా పొడిపొడిగా వస్తుంది.

ఉడికించడం : వేయించిన బియ్యాన్ని 1 కప్పు రైస్‌కి 4 కప్పుల నీరు పోసి 1 టేబుల్ స్పూన్ ఆవు నెయ్యి కొద్దిగా ఉప్పు వేసి ఉడికించండి. అన్నం ఉడికిన తర్వాత ఎక్కువగా ఉన్న నీటిని తీసేయాలి. వీటిని మీరు గంజిలా తాగడం, లేదా సూప్స్‌లా చేసుకోవచ్చు. అన్నాన్ని పప్పులు, కూరగాయలతో ఎంజాయ్ చేయొచ్చు.

ఇవి మరువొద్దు : ఇలా అన్నం వండి తింటే బరువు పెరగరు. ఎలాంటి సమస్యలు రావు. అయితే, ఒక్కటి గుర్తుపెట్టుకోండి. తక్కువగా తిన్నప్పుడు మాత్రమే ఈ లాభాలు. ఎక్కువగా తింటే ఎలాంటి లాభాలు ఉండవు. ఆవు నెయ్యి కలపడం వల్ల పోషకాలు పెరుగుతాయి. కాబట్టి అస్సలు మరవకండి.

మండల యువజన విభాగం అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన చిల్ల హరి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వై ఎస్ ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సంస్థాగత నియామకాల్లో భాగంగా ఇటీవల జారీ చేసిన వై యస్ ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ యువజన విభాగం భీమిలి నియోజక వర్గంలో ఉన్న 12 మందిని మండల యువజన విభాగ అధ్యక్షులుగా నియమిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. అందులో భాగంగా భీమునిపట్నం మండలం తాళ్లవలస పంచాయతీ ఎరుసు పేట గ్రామానికి చెందిన చిల్ల హరిని మండల యువజన విభాగం అధ్యక్షుడిగా నియమించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంలో చిల్ల హరి మాట్లాడుతూ భీమిలి శాసన సభ్యులు ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు, భీమిలి ఎమ్ పి పి దంతులూరి వాసురాజు, పార్టీ యువజన విభాగం ఉత్తరాంధ్ర ఇన్చార్జ్ ముత్తంశెట్టి శివ నందీష్, భీమిలి నియోజకవర్గం ఇన్చార్జ్ ముత్తంశెట్టి మహేష్‌ల ఆశీస్సులతో తనకు ఈ పదవి దక్కిందని, రానున్న ఎన్నికల్లో వై.ఎస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ విజయానికి తన సాయసక్తుల కృషి చేస్తానని, తనను నమ్మి ఈ పదవి ఇచ్చిన నాయకులకు కృతజ్ఞతలు తెలుపుతూ చిల్లహరి మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా భీమునిపట్నం నాయకులు మరియు తాళ్లవలస పంచాయతీ నాయకులు గ్రామస్తులు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ ఆనందం వ్యక్తం చేశారు.

13,16 వ వార్డులలో క్రిస్మస్ వేడుకలలో పాల్గొన్న ఎంవివి సత్యనారాయణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ తూర్పు నియోజక వర్గం 13, 16వ వార్డులలో క్రిస్మస్ సంబరాలు ఘనంగా జరిగాయి. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా పార్లమెంట్ సభ్యులు, తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త ఎంవివి సత్యనారాయణ పాల్గొని ఆయా ప్రాంతాల్లో చర్చిలలో ప్రత్యేక ప్రార్థనలు నిర్వహించి కేక్ కటింగ్ చేసి క్రైస్తవ సోదరసోదరీ మణులకు క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. అనంతరం నూతన సంవత్సర క్యాలెండర్‌ను ఆవిష్కరించారు. దైవ కుమారుడు జీసస్ మానవునిగా జన్మించిన రోజును ప్రపంచవ్యాప్తంగా క్రిస్మస్ పండుగగా జరుపుకుంటారని ఏసుప్రభువు జీవనం అందరికీ ఆదర్శప్రాయమని తన బోధనల ద్వారా మానవాళిని సన్మార్గం వైపు నడిపించేలా ఏసుక్రీస్తు మార్గనిర్దేశం చేశారని పేర్కొన్నారు. నిస్సహాయులపై కరుణ, సాటివారిపై ప్రేమ, క్షమ, సహనం, దాతృత్వం, త్యాగం ఇవన్నీ తన జీవితం ద్వారా మానవాళికి క్రీస్తు అందించిన మహోన్నత సందేశాలని అన్నారు.

ఎల్లప్పుడూ ఆ కరుణామయుని ఆశీస్సులు, దీవెనలు ప్రజలకు ఉండాలని పార్లమెంట్ సభ్యులు ఎంవివి సత్యనారాయణ ఆకాంక్షించారు. కార్యక్రములో 13, 16 వార్డుల కార్పొరేటర్లు మొల్లి లక్ష్మి అప్పారావు, కెల్లా సునీత సత్యనారాయణ, తూర్పు నియోజకవర్గం ఎన్నికల పరిశీలకులు మొల్లి అప్పారావు, బోణి శివరామకృష్ణ, జ్యోతి ప్రకాష్, రెవరెండ్ పాస్టర్ బుజ్జి బాబు, సంఘ పెద్దలు ఆశీర్వాదం, యోనా కుమార్, రాజు, చిట్టిబాబు, డానియల్ సూరిబాబు, సామ్యూల్ జయరాం, ఆదిలక్ష్మి ప్రఫుల్ల కుమార్, డాక్టర్ కిరణ్, ఈశ్వరరావు, అబ్రహం, రతన్ రాజు, మాజీ బిసి సెల్ అధ్యక్షురాలు సత్యాల సాగరిక, వెంకట్, క్రీస్ట్ చర్చ్ పాస్టర్ కిరణ్ అబీదాస్, సిస్టర్ శాంతి అబీదాస్, పాల్గొన్నారు.

క్రిస్మస్ వేడుకలలో పీతల గోవింద్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం జీవీఎంసీ 22వ వార్డులో మంగాపురం కాలనీలో గల క్రిస్మస్ వేడుకల్లో ముఖ్య అతిథిగా డైరెక్టర్ ఏపీ పోలీస్ హౌసింగ్ కార్పొరేషన్ & 22 వార్డ్ అధ్యక్షులు మరియు ఇన్‌చార్జ్ పీతల గోవింద్ పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ ముందుగా అక్కడున్నటు వంటి క్రైస్తవ సోదరులు సోదరీమణులకు క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. క్రైస్తవులు బైబిల్‌ని ఎలా అయితే బోధిస్తారో మన రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రివర్యులు వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి, బైబిల్‌లో చెప్పిన విధంగా ఇల్లు లేనటువంటి పేదవాళ్ళకి ఇల్లు ఉండాలని, విద్యా, వైద్యం, ఉండాలని బైబిల్‌ని పాటించి నెరవేర్చిన వ్యక్తి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి అని సిఎంను కొనియాడారు. ఈ సందర్భంగా కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసిన పెద్దలు పీతల గోవింద్‌కి పుష్పగుచ్ఛం ఇచ్చి, శాలువతో సత్కరించారు.

భారత కమ్యూనిస్టు పార్టీ 99వ వ్యవస్థాపక దినం

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): భారత కమ్యూనిస్టు పార్టీ సిపిఐ 99 వ వ్యవస్థాపక దినోత్సవం అల్లూరి జిల్లా పాడేరు సిపిఐ పార్టీ కార్యాలయంలో ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి డి బిమలమ్మ సబద్యక్షతగా వహిస్తూ, సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి పోట్టిక సత్యనారాయణ. జెండావిష్కరించడం జరిగింది. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ: సమసమాజ స్థాపన కోసం 1925 డిసెంబరు 26వ తేదీన ఆవిర్భవించిన భారత కమ్యూనిస్టు పార్టీ (సీపీఐ) వందేళ్ల రాజకీయ పర్వాన్ని పూర్తి చేసేందుకు వడివడిగా అడుగులు వేస్తోంది. రవి అస్తమించని బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యా నికి వ్యతిరేకంగా తొలి విప్లవ దివిటీని ప్రజ్వలింపజేసిన సీపీఐ ఆనాటి నుంచి పెట్టుబడిదారీ, బూర్జువా వ్యవస్థలకు వ్యతిరేకంగా నినదిస్తూ, ప్రజా వ్యతిరేక ప్రభుత్వాల విధానాలను ఎండగడుతూ, కార్మిక, కర్షక, మహిళా, యువజన, విద్యార్థి, ఉద్యోగ, కళాకారులతోపాటు బలహీన, బడుగు వర్గాల హక్కుల కోసం పోరాడుతూ, భారత సార్వభౌమ, సామ్యవాద, లౌకిక, ప్రజాస్వామ్య, గణతంత్ర భారతావని పరిరక్షణకు అహర్నిశలూ శ్రమిస్తున్న సీపీఐ శతవసంతంలోకి అడుగుపెడుతూ నేడు 99వ వ్యవస్థాపక దినాన్ని జరుపుకుంటున్నది. పేదల పక్షపాతిగా మహోజ్వల పోరాటాలను నిర్మించుకొని అపారమైన ఉద్యమ చరిత్రను సొంతం చేసుకుంది. కారల్మార్క్స్, ఏంగెల్స్, వీఐ లెనిన్ అందించిన సైద్ధాంతిక స్ఫూర్తితో నడిచిన సీపీఐ అనేక త్యాగాలకు పుట్టినిల్లు. ఎన్నో ఒడిదుడుకులను ఎదుర్కొంటూ, ఇంకెన్నో రాజకీయ సునామీలకు పడిలేస్తూ అచంచలమైన, అభేద్యమైన నడకతో 'నిండు నూరేళ్ల పార్టీగా సీపీఐ జనం గుండెల్లో మహోన్నత స్థానాన్ని పదిలపర్చుకుంది. నేడు భారత కమ్యూనిస్టు పార్టీ 99వ వార్షికోత్సవం జరుపుకుంటుందని వారన్నారు. అదేవిధంగా ప్రజా వ్యతిరేక విధానాల అవలంబిస్తున్న కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు వైఖరిను ప్రజల్లోకి వివరిస్తూ రానున్న రోజుల్లో కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు గద్దె దించేందుకు భారత కమ్యూనిస్టు పార్టీ నాయకులు సైనికుల పనిచేయాలని వారి పిలుపునిచ్చారు ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ పార్టీ జిల్లా నాయకులు కే సింహాచలం, కూడా, రాధాకృష్ణ, సిపిఐ పార్టీ మండల కార్యదర్శి చంటిబాబు, సిహెచ్ నూకరాజు ఏం లక్ష్మణరావు ,కే విశ్వనాథం, పి కృష్ణారావు, లక్ష్మి తదితరులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

నాన్నగారి సంకల్ప బలంతోనే ముందుకు వెళ్తున్నా

ఆయన ఆశయాల సాధన దిశగా ఈ నాలుగున్నరేళ్లుగా పనిచేస్తున్నా

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): కొట్టగుల్లి చిట్టినాయుడు 12వ వర్ధంతి కార్యక్రమంలో పాడేరు శాసనసభ్యులు కొట్టగుల్లి భాగ్యలక్ష్మి తన తండ్రి కొటగుల్లి చిట్టి నాయుడు సంకల్ప బలమే తనను ముందుకు నడిపిస్తోందని, ఆయన ఆశయాలు సాధించే దిశగా ఈ నాలుగున్నరేళ్లుగా తాను శాసనసభ్యులుగా ప్రజలకు సేవలు అందిస్తున్నానని పాడేరు శాసనసభ్యులు కొట్టగుల్లి భాగ్యలక్ష్మి అన్నారు. మాజీ శాసనసభ్యులు స్వర్గీయ కొట్టగుల్లి చిట్టినాయుడు 12వ వర్ధంతి వేడుకలు పాడేరు పట్టణంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే భాగ్యలక్ష్మి ఆయన కాంస్య విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం పేదలకు దుస్తులు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా భాగ్యలక్ష్మి మాట్లాడుతూ చిట్టి నాయుడు తమకు దూరమై 12 సంవత్సరాల పూర్తయిందని భగవంతుడు తమ కుటుంబానికి తీరని లోటును మిగిల్చారని భాగ్యలక్ష్మి పేర్కొన్నారు. "మీ అందరి దయ, ఆశీర్వాదం, మీరు చూపించిన ప్రేమతోనే ఈ స్థాయికి రాగలిగాం" అని పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రతి ఒక్కరికీ ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఇంతకాలంగా మమ్మల్ని ఆదరిస్తున్న ప్రజలందరికీ కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నట్లు చెప్పారు. ఏజెన్సీలోనే మచ్చలేని నాయకుడిగా అందరినీ పేరు పెట్టి పిలిచే వ్యక్తిగా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న చిట్టి నాయుడు కూతురునని తెలియజేసేందుకు తాను ఎంతో గర్వపడుతున్నట్లు చెప్పారు. తండ్రిగారి బాటలోనే తాను నడుస్తున్నానని ఆమె చెప్పారు. ఆయన ఎక్కడ ఉన్నా ఆయన ఆశీర్వాదం మనందరి పైన ఉండాలని ఆయన ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని శ్రీశ్రీశ్రీ పాడేరు మోదకొండమ్మను, ఆయన ఎంతగానో పూజించే నీలకంఠేశ్వర స్వామిని కోరుకున్నట్లుగా చెప్పారు.

చిట్టి నాయుడు వర్ధంతి సందర్భంగా నివాళులర్పించిన ప్రతి ఒక్కరికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో చిట్టి నాయుడు అభిమానులు, వైఎస్ఆర్సిపి శ్రేణులు, కుటుంబ సభ్యులు, ఆంధ్రప్రదేశ్ ట్రైకార్ చైర్మన్ సతక బుల్లిబాబు పాల్గొన్నారు.

రైవాడ ఆయకట్టును దెబ్బతీసే పంప్డ్ స్టోరేజ్ పనులు నిలిపివేయాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలోని రైవాడ జలాశయానికి ప్రధాన నీటి వనరయిన శారద నదిపై పంప్డ్ స్టోరేజ్ ప్రాజెక్టు (పిఎస్‌పి) ఏర్పాటుకు చేస్తున్న ప్రయత్నాలను వెంటనే విరమించాలని సిపిఎం అనకాపల్లి జిల్లా కమిటీ డిమాండ్ చేస్తోంది.

రైవాడ జలాశయానికి వచ్చే నీటి ప్రవాహాన్ని దెబ్బతీసే విధంగా ప్రభుత్వ విధానాలు వున్నాయి. అనంతగిరి మండలం పెదకోట వద్ద పంప్డ్ స్టోరేజ్ ప్రాజెక్టు ఏర్పాటును రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అదానికి అప్పజెప్పడం, మరోవైపు రైవాడకు నీరు వచ్చే శారద నదిపై పిఎస్‌పిను ఏర్పాటు చేయడమంటే ఆయకట్టును పూర్తిగా నాశనం చేయడమే. రైవాడ జలాశయంపై ఆధారపడి బతుకులీడుస్తున్న ప్రజానీకం మనుగడ ప్రశ్నార్థకమౌతుంది అన్నారు. రైవాడ జలాశయానికి ఎదురయ్యే ముప్పు గురించి సాక్షాత్తు రాష్ట్ర జలవనరుల శాఖే సవివరమైన నివేదికను సిద్ధం చేసినా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మాత్రం అదానీకి ప్రాజెక్టు అప్పజెప్పాలని చూస్తోంది అని అన్నారు. అందులో భాగంగానే దేవరాపల్లి మండలం చింతలపూడి పంచాయతీ బలిపురం వద్ద మట్టి నమూనాలు సేకరిస్తున్నారు. బలిపురం, మారికకొండ మధ్య శారద నది ఉంది. ఈ నది నీరు రైవాడ జలాశయానికి ప్రధాన నీటి వనరు. ఈ నదిపై పిఎస్‌పి ఏర్పాటైతే 15,344 ఎకరాల రైవాడ ఆయకట్టు దెబ్బతింటుంది. ఈ నీటివనరులను పవర్ ప్రాజెక్టులకు కేటాయిస్తే రైవాడ జలాశయం నిరుపయోగంగా మారుతుంది. ఆయకట్టు రైతుల ప్రయోజనాలు దెబ్బతింటాయి. విశాఖ నగర ప్రజలకు తాగునీరు సరఫరా చేసే అవకాశం భవిష్యత్తులో ఉండదు.

ప్రభుత్వ స్థలంలో ఎక్కడైనా చిన్న నిర్మాణ పనులు ప్రారంభిస్తే హడావడి చేసి అడ్డుకొనే ప్రభుత్వ యంత్రాంగం యథేచ్ఛగా స్థానిక సంస్థల అనుమతుల్లేకుండా మైనింగ్ & జియాలజీల ప్రమేయం లేకుండా కలకత్తాకు చెందిన సంస్థతో ఈ సర్వేలు చేస్తున్న ప్రభుత్వం వారు పట్టీపట్టనట్లు వ్యవహరిస్తున్నారు. ఉప ముఖ్యమంత్రి, జిల్లా మంత్రి బూడి ముత్యాలనాయుడు నియోజకవర్గంలో ఇంత జరుగుతున్నా కనీసం ఎందుకు స్పందించడంలేదు అని నిలదీశారు. తక్షణమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పిఎస్‌పి ఏర్పాటుకు సంబంధించిన మట్టి నమూనా పనులు నిలిపివేయాలి అని డిమాండ్ చేశారు. పిఎస్‌పి ప్రాజెక్టును వెనక్కి తీసుకోవాలనీ లేనిపక్షంలో ప్రభావిత ప్రాంతాల గిరిజనులు, ఆయకట్టు రైతులు, ప్రజలతో పోరాడి అడ్డుకుంటామని సిపిఎం హెచ్చరిస్తోంది అని ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.

సర్వ మానవాళికి లోక రక్షకుడు యేసు క్రీస్తు : రవికుమార్ పెనుమాక

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): సర్వ మానవాళికి లోక రక్షకుడు యేసుక్రీస్తు అని ఆయన శాంతి స్థాపనకు లోకానికి మానవ రూపుడై కన్యక గర్భాన జన్మించారు అని బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి రవికుమార్ అన్నారు. సోమవారం పాడేరు సిల్వర్ నగర్ నిబంధన ప్రార్థన మందిరం దైవజలు వై.వై.రత్నం ఆధ్వర్యంలో యేసుక్రీస్తు జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా క్రిస్మస్ ప్రత్యేకత గురించి దైవజనుడు వై వై రత్నం మాట్లాడుతూ క్రీస్తు యేసు ప్రతీ వారి హృదయంలో ఉంటే అదే నిజమైన మీరు అన్నారు. దేవునికి ఇచ్చే క్రిస్మస్ కానుక అని ప్రతీ మానవుడు యేసు మార్గంలో నడవాలని ఆయన కోరారు. ఈ సందర్భంగా క్రిస్మస్ కేక్ కట్ చేశారు. చిన్నారులు వేసిన స్కిట్‌లు అలరించాయి. చిన్నారులు క్రిస్మస్ డాన్సులు చేశారు. అనంతరం స్కిట్‌లు, డాన్సులలో గెలుపొందిన వారికి బహుమతులను రవికుమార్, రమణ మాస్టారు అందచేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు కె వి రమణ, దైవజనుడు సుమంత్ కుమార్, అశోక్ కుమార్, సత్యరావు, అజయ్ పాల్, హేమలత, భీమరాజు రాణి, రిబ్కా, కారుణ్య జాస్మిన్, రినా, మోహన్ మేరీ, చంద్రిక, జయ, తదితరులు, భక్తులు హాజరయ్యారు.

దత్తజయంతి వేడుకల్లో పాల్గొన్న దాడి రత్నాకర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): కశింకోట మండలం తేగాడ గ్రామంలో మంగళవారం నిర్వహించిన శ్రీ దత్త జయంతి వేడుకల్లో వైసీపీ పార్లమెంట్ పరిశీలకులు దాడి రత్నాకర్ పాల్గొన్నారు. ముందుగా దత్తాత్రేయస్వామి వారిని దర్శించుకొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆలయానికి విచ్చేసిన రత్నాకర్‌కు నిర్వాహకులు ఘనస్వాగతం పలికారు. దర్శనం అనంతరం శాలువాతో సత్కరించి తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు. అలాగే దత్తాత్రేయుని జయంతిలో భాగంగా కొండచుట్టూ నిర్వహించిన ఊరేగింపులో రత్నాకర్ పాల్గొని కొంతదూరం తన భుజాలపై పల్లకీ మోసారు. అనంతరం నిర్వహించిన భారీ అన్నసమారాధన కార్యక్రమాన్ని రత్నాకర్ చేతులమీదుగా ప్రారంభించారు. అలాగే దత్తాత్రేయ ఆలయ ప్రాంగణంలో వంటశాల, మండపం నిర్మాణాలకు తనవంతు సహకారం అందిస్తానని రత్నాకర్ హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీటీసీ తుంపాల మంగతాయారు, సర్పంచ్ నీటిపల్లి ఈశ్వరమ్మ, నీటిపల్లి దివాకర్, నీటిపల్లి లక్ష్మి, వేగి దొరబాబు, వేగి పవన్ కుమార్, బెజవాడ రాజు, అధిక సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు.

మహా చండీ యాగం నిర్వహించిన ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు (ఎం.వి.ఆర్)

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మంగళవారం పట్టణంలోని నర్సింగరావుపేట పరిధిలో ఉన్న స్వగృహంలో ఎం.వి.ఆర్ కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి మహా చండీయాగం నిర్వహించారు. ప్రముఖ చతుర్వేద వేద పండితులు ఈ కార్యక్రమం జరిపించారు. ఈ యాగం వలన అత్యంత సంపద మరియు ధన ప్రాప్తి కలుగుతుందని, దానికి తోడు జాతకాలలో దోషాలను పరిష్కరించడంలో కూడా ఇది సహాయ పడుతుందని పండితులు పేర్కొన్నారు. వినాయకుని పూజతో ప్రారంభమై హోమం, రుద్రాభిషేకం, పుణ్యాహవచనం, రక్షాబంధనం వంటివి చేపట్టారు. వీటి వలన జీవితంలో సంపద, శ్రేయస్సు మరియు అదృష్టాన్ని పెంచుతుందన్నారు. అర్ధాంగి సూర్య కుమారి, చిన్న కుమారుడు, పెద్ద కోడలితో ఎం.వి.ఆర్ ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. హోమము అనంతరం అర్చకులు తీర్థ ప్రసాదాలను ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు కుటుంబ సభ్యులకు అందించారు. నిత్యం దానధర్మాలు, సహాయాలు చేసే విధంగా మీరు ఉన్నతమైన స్థానంలో ఉండాలని ఎం వి ఆర్‌ను, అతని పరివారాన్ని అర్చకులు ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎం వి ఆర్ బంధు మిత్రులు, ఇతర కుటుంబ సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అంగన్వాడీల న్యాయమైన డిమాండ్స్ పరిష్కారం చేయాలి

అరకులోయ, (విశాఖ సమాచారమ్): అంగన్వాడీలు తమ న్యాయమైన డిమాండ్ పరిష్కారం చేయాలని 15 రోజులుగా సమ్మె చేస్తున్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కనీసం స్పందించకపోవడం, చర్చలకు పిలవకపోవడం దుర్మార్గమని తక్షణమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జోక్యం చేసుకొని అంగన్వాడీల సమస్య పరిష్కారం చేయాలని ఆదివాసి గిరిజన సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పి.బాలదేవ్ డిమాండ్ చేశారు. అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా అరకువేలి మండల కేంద్రంలో సమ్మె చేస్తున్న అంగన్వాడీలకు ఆదివాసి గిరిజన సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పి.బాలదేవ్ సంపూర్ణ మద్దతు తెలియజేసి మాట్లాడుతూ అంగన్వాడీలు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని గొంతెమ్మ కోరికలు కోరడం లేదని, కనీస వేతనం 26వేలు, రిటైర్మెంట్ బెనిఫిట్స్ వేతనంలో సగం పెన్షన్, మినీ సెంటర్‌లను మెయిన్ సెంట్రల్‌గా మార్చాలని, తెలంగాణ ప్రభుత్వం కంటే అదనంగా వేతనం చెల్లించాలని, ఎఫ్ ఆర్ ఎస్ యాప్ రద్దు చేయాలని, అంగన్వాడి భవనాలు లేని సెంటర్లకు భవనాలు మంజూరు చేసి నిర్మాణం చేయాలని, ఐసిడిఎస్‌ను పరిరక్షించాలని కోరారు. సమ్మె చేస్తున్న అంగన్వాడీలపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కక్ష సాధింపు చర్యగా సచివాలయాలకు అంగన్వాడి కేంద్రాలను అప్పగించడం దారుణమని, రాష్ట్రంలో మున్సిపల్ వర్కర్లు సమ్మె చేస్తున్నారని, ఆ పని ఎవరితో చేయిస్తారో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సమాధానం చెప్పాలని, ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అంగన్వాడి నాయకత్వంతో చర్చలు జరిపి సమస్యలు పరిష్కారం చేయాలని, లేని పక్షంలో అంగన్వాడీలు చేస్తున్న పోరాటానికి ఆదివాసి గిరిజన సంఘం సంపూర్ణ మద్దతు తెలియజేస్తుందని, న్యాయమైన డిమాండ్ల పరిష్కారం కోసం పోరాడుతుందని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరిస్తున్నాం అని తెలిపారు.

చండీయాగ మహోత్సవంలో ముగ్గుల పోటీలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గవరపాలెంలో ఉన్న శ్రీ గంగ పరదేశమ్మ గుడి వద్ద భవాని భక్తుల ఆధ్వర్యంలో జరుగుతున్న శ్రీ కనకదుర్గ అమ్మవారి చండీయాగ మహోత్సవాలలో భాగంగా గంగిరావి చెట్టు వద్ద మహిళలకు ముగ్గులు పోటీలు నిర్వహించారు. పోటీల్లో గెలుపొందిన వారికి బహుమతులను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉత్సవ కమిటీ అధ్యక్షులు కాండ్రేగుల శ్రీరామ్, మద్దాల శ్రీను, కే. సుబ్బు, కే.వెంకట, బీ.వర, వి.మహేష్, ఎం.గోపి, బి.ఆది, ఎం. సుబ్బు, పి.యుగంధర్, కే.సాంబ, బి.గంగాధర్, డి.కుమార్, కే. శంకర్రావు, ఎం.నగేష్, శ్రీ గంగ పరదేశమ్మ ఆశ్రమం భక్తులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అక్కిరెడ్డిపాలెంలో ఆడుదాం ఆంధ్ర ఆటల పోటీలు ప్రారంభం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని అక్కిరెడ్డిపాలెం, మారేడుపూడి, గోపాలపురం పంచాయతీలలో ఆడుదాం ఆంధ్రా కార్యక్రమాన్ని అక్కిరెడ్డిపాలెం పంచాయతీ గణేష్ నగర్ గ్రౌండ్‌లో గ్రామ వైఎస్ఆర్సిపి పార్టీ అధ్యక్షులు నారపిన్ని ప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలో ప్రారంభమయ్యాయి. అనకాపల్లి మండల ప్రజా పరిషత్ అధ్యక్షులు గొర్లి సూరిబాబు ముఖ్య అతిథిగా హాజరై కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఎంపీపీ గొర్లి మాట్లాడుతూ క్రికెట్, వాలీబాల్, బ్యాట్మెంటన్, కబడ్డీ పోటీల్లో పాల్గొనే ఆటగాళ్ళు అందరు కూడా మంచి ఆనందకరమైన వాతావరణంలో అందరితో కలిసికట్టుగా ఆడి మన గ్రామానికి, మండలానికి కూడా మంచి పేరు, ప్రైజ్ తెచ్చే విధంగా ఆడాలని ఆకాంక్షిస్తూ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. కాసేపు ఎంపీపీ సూరిబాబు క్రికెట్ ఆటగాళ్లతో బ్యాటింగ్ చేసి అందర్నీ ఉత్సాహపరిచారు. ఈ కార్యక్రమంలో మరిడిపూడి సర్పంచ్ సాలాపు కనకరాజు, అక్కిరెడ్డిపాలెం, మారేడుపూడి, గోపాలపురం గ్రామానికి చెందిన సెక్రటరీలు, వాలంటీర్లు, ఆటగాళ్లు, వైఎస్ఆర్సిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు, కన్వీనర్లు, గృహసారథులు పెద్ద ఎత్తున హాజరయ్యారు.

విజయనగరం జిల్లాలో కుష్టు వ్యాధి పై ఇంటింటి సర్వే

విజయనగరం: విజయనగరం జిల్లాలో జాతీయ కుష్టు వ్యాధి నిర్మూలనలో భాగంగా కుష్టు వ్యాధి ఇంటింటి సర్వే 27-12-2023 నుండి 12-01-2024 నిర్వహించ బడుతుంది. ఇందులో భాగంగా కుష్టు వ్యాధి అనుమానితులను గుర్తించుటకు ఆశ కార్యకర్తలు మరియు వాలంటీర్‌లు ఇంటి ఇంటిని సందర్శించి చర్మము పై ఈ మధ్య ఏర్పడిన మచ్చలు మరియు ఈ మధ్యకాలంలో వచ్చిన అంగవైకల్యం ఉన్న వాళ్ళని గుర్తించటం జరుగుతుంది అని తెలియజేశారు. అనుమానితులను వైద్యాధికారికి చూపించి నిర్ధారించిన తర్వాత తగిన చర్యలు చేపట్టడం జరుగుతుందన్నారు. కుష్టు వ్యాధి నిర్మూలనకు తగిన చర్యలు చేపట్టడం జరుగుతుంది అని వారు తెలిపారు. కుష్టు వ్యాధి గ్రహస్తులను తగిన సమయంలో గుర్తించి వైద్యం అందించటం వలనే ఈ వ్యాధిని నిర్మూలించొచ్చు అని స్పష్టం చేశారు. జిల్లాలో గత ఏడాది సర్వేలో 112 కేసులు ఈ ఏడాది 106 కేసులు గుర్తించామన్నారు. 2027 నాటికి లెప్రసి కేసులు జీరో శాతం చేయాలన్నదే కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల లక్ష్య, కావున ప్రజలందరూ ఈ సర్వేలో పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని జిల్లా వైద్య అధికారి డా॥ ఎస్.భాస్కర రావు మరియు జిల్లా లెప్రసీ ఎయిడ్స్ & టిబి అధికారి డా॥ రాణి తెలియజేయడం జరిగినది.

క్రీడాస్ఫూర్తిని పెంపొందించేందుకే ఆడుదాం-ఆంధ్రా

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతీ ఒక్కరిలో క్రీడాస్ఫూర్తిని పెంపొందించేందుకు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ఆడుదాం-ఆంధ్రా కార్యక్రమం ప్రభుత్వ తరపున నిర్వహిస్తున్నారని వైసీపీ పార్లమెంట్ పరిశీలకులు దాడి రత్నాకర్ అన్నారు. ఈ మేరకు మండలంలోని తేగాడా గ్రామం కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల విద్యాలయంలో నిర్వహిస్తున్న ఆడుదాం-ఆంధ్రా కార్యక్రమాన్ని దాడి రత్నాకర్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా రత్నాకర్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతో పాటు శారీరకంగా, మానసికంగా ఎదగడానికి క్రీడలు ఎంతో దోహదం చేస్తాయన్నారు. క్రీడల్లో రాణిస్తే మంచి భవిష్యత్ ఉంటుందన్నారు. అలాగే ఆరోగ్యం కోసం ప్రతీఒక్కరూ యోగా, మెడిటేషన్ వంటి కార్యక్రమాల్లోనూ పాల్గొనాలని కోరారు. ప్రభుత్వ నిర్వహిస్తున్న ఆడుదాం-ఆంధ్రా కార్యక్రమం ద్వారా నిర్వహించే క్రీడల్లో పాల్గొనే వారికి బహుమతులతో పాటు సర్టిఫికేట్లు కూడా అందజేస్తారని, అవి మీకు భవిష్యత్‌లో ఎంతో ఉపయోగపడతాయని ప్రతీ ఒక్కరూ ఈ పోటీల్లో పాల్గొనాలని రత్నాకర్ కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ నీటిపల్లి ఈశ్వరమ్మ, ఎంపీడీసీ తుంపాల మంగతాయారు, నీటిపల్లి దివాకర్, పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ డి.చంద్రకళ, నీటిపల్లి లక్ష్మి, వేగి దొరబాబు, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల పాఠశాలను సందర్శించిన రత్నాకర్

తేగాడ గ్రామంలో గల కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల పాఠశాలను దాడి రత్నాకర్ సందర్శించారు. ఈ మేరకు పాఠశాలలో విద్యార్థులకు అందుతున్న విద్య మరియు హస్టల్‌లో అందుతున్న సౌకర్యాలను పరిశీలించారు. క్లాస్ రూంలకు వెళ్లి పాఠశాలలో అన్ని సక్రమంగా అందుతున్నాయా లేదా అని అడిగి తెలుసుకున్నారు. భవిష్యత్‌లో ఉన్నత స్థానాలకు చేరుకోవాలంటే ఇప్పటి నుంచి తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను విద్యార్థులకు వివరించారు. అలాగే డార్మెటరీ, వంటశాలను పరిశీలించి అక్కడ సౌకర్యాలపై అడిగి తెలుసుకున్నారు. భోజన పథకం నిర్వహణలో నలుగురు సిబ్బందికి ఇద్దరే ఉన్నారని, మరో ఇద్దరు అవసరమని ప్రిన్సిపల్ వివరించగా డీఈవోతో మాట్లాడి సిబ్బందిని నియమిం చేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. అలాగే విద్యార్థులకు అవసరమైన స్టడీ మెటీరియల్ తన నిధులతో అందిస్తానని రత్నాకర్ హామీ ఇచ్చారు.

భూమి లోపల ఏదో ఉన్నట్టు డిటెక్టర్‌లో సిగ్నల్స్

తవ్వి చూడగా...

ఆంధ్ర, ఒడిశా సరిహద్దు. దట్టమైన అటవీ ప్రాంతం. బలగాలు గాలిస్తూ ఉన్నాయి, బాంబు డిస్పొజల్ ఎక్విప్మెంట్‌తో పాటు. డిటెక్టర్లను కూడా తమతో పాటు తీసుకెళ్లాయి బలగాలు. అటవీ ప్రాంతంలో వెళ్తున్న క్రమంలో డిటెక్టర్లకు ఏవో సిగ్నల్స్ అందాయి. ఏదో అనుమానంతో భూమి లోపల ఏదో ఉన్నట్టు సంకేతాలు వెతుక్కుంటూ వెళ్లారు. ఒకచోట ఆగారు. అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకొని నెమ్మదిగా ఆ ప్రాంతాన్ని పరిశీలించి తవ్వారు.

ఆంధ్ర, ఒడిశా సరిహద్దులో మావోయిస్టు డంప్ స్వాదీనం చేసుకున్నాయి ఒడిశా ఎస్ఓజీ, డీవీఎఫ్ బలగాలు. మల్కన్‌గిరి జిల్లా కలిమెల పోలీస్ స్టేషన్ పరిధి కుర్మనూరు అటవీ ప్రాంతంలో డంప్ ఉన్నట్టు గుర్తించి వెలికితీశారు. డంప్‌లో తుపాకీతో పాటు భారీగా జిలెటిన్ స్టిక్స్, ఐఈడీలు, స్టీల్ క్యారేజ్ మందు పాత్రలు, గ్యాస్ సిలెండర్, ఫ్యూజ్ వైర్లు, ఐరన్ ప్లేట్లు లభ్యమయ్యాయి.

వివరాల్లోకి వెళితే మల్కనగిరి అటవీ ప్రాంతంలోని కలిమేలా పోలీస్ స్టేషన్ పరిధి కూర్మనూరు ఏరియాలో బలగాలు కుంబింగ్ నిర్వహిస్తున్నాయి. ఎస్ఓజి, డివిఎఫ్ సంయుక్తంగా ఆపరేషన్ నిర్వహిస్తున్నాయి. ఈ క్రమంలో ఓ చోట డంపు ఉన్నట్టు అనుమానం వచ్చి వెతికారు. దీంతో బలగాల అనుమానం నిజమే అయింది. డంపు బయటపడింది. వాటిలో దాదాపుగా 34 రకాల వస్తువులను స్వాధీనం చేసుకున్నాయి బలగాలు. ఎస్బిఎంఎల్ గన్ ఒకటి, బేరల్ పైప్స్ 13, గ్రనేడ్స్ 15, కార్డెక్స్ వైర్ 1.5 కిలోలు, జిలెటిన్ స్టిక్స్ 39, టిఫిన్ గ్యారేజ్ మందు పాత్రలు భారీగా లభ్యమయ్యాయి. వాటిలో ఐదు కేజీల ఐఈడి, 8 కిలోల ఐఈడి నుంచి 1.5 కిలోల వరకు 17 టిఫిన్ బాక్స్ ఐఈడీలు లభ్యమయ్యాయి. వాటితో పాటు ఒక యూనిఫామ్ ప్యాంటు, ఇతర వస్తువులు కూడా బలగాలు గుర్తించాయి. ఆంధ్ర ఒడిస్సా బోర్డర్ స్పెషల్ జోనల్ కమిటీ (ఏవోబి ఎస్‌జెడ్‌సి) కి చందన డంపుగా బలగాలు గుర్తించాయి. భద్రతా బలగాలను లక్ష్యంగా చేసుకొని డంపు దాచినట్టు అనుమానిస్తున్నారు. కూంబింగ్‌ను కొనసాగిస్తున్నామని మల్కనగిరి జిల్లా ఎస్పీ కార్యాలయం నుంచి ప్రకటన విడుదల చేశారు.

ఆడుదాం ఆంధ్ర - ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే బాబురావు

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన ఆడుదాం ఆంధ్ర ప్రోగ్రాంను అనకాపల్లి జిల్లా పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం నక్కపల్లి మండలం గొడిచర్ల గ్రామంలో జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల లో స్థానిక ఎమ్మెల్యే గొల్ల బాబురావు ప్రారంభించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యా, ఆరోగ్యానికి మన ముఖ్య మంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి మొదటి ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని, ఆ విధంగా స్కూల్స్ అభివృద్ధి చేశారని, అందులో భాగంగా ఆటలు మానసిక ఉల్లాసానికి దోహద పడేలా పల్లెలలో, పట్టణాలలో ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరుగుతుందని వారన్నారు.

యువ క్రీడాకారుల్లో ఉత్తజం నింపేందుకు స్వయంగా వాలీబాల్, క్రికెట్ ఆడి యువతలో ఉత్సాహాన్ని నింపారు. శీరం నర్సింహా మూర్తి మాట్లాడుతూ గ్రామీణ ప్రాంతాలలో ఆటలు ఎంతో ప్రముఖ పాత్ర పోసిస్తాయని విద్యార్థులకు ఒత్తిడిని తట్టుకునే శక్తి ఆటల వల్ల సాధ్యం అవుతుంది అని ఈ కార్యక్రమాన్ని అందరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. సర్పంచ్ అల్లు పార్వతి రమణ కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించి మాట్లాడుతూ ఎమ్మెల్యే మన పాఠశాల అభివృద్ధికి పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందించి మనందరి వాడు అయ్యారని, అలానే మొదటి రోజునే మన గ్రామంలో నిర్వహించడం ఎంతో సంతోషంగా ఉందని ఆయనకు మనం రుణగ్రస్తులయ్యం అని అన్నారు. ఇతర వక్తలు మాట్లాడుతూ ఇలాంటి ప్రతిష్టత్మకమైన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జగనన్నకే సాధ్యమన్నారు. నవరత్నాలులో ఇచ్చిన మాట ప్రకారం ప్రతి పని చేసారన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్కూల్ హెచ్.ఎమ్.ఎం.ఇ.ఓ నరేష్, ఎంపీడీఓ శ్రీనివాసరావు, స్పెషల్ ఆఫీసర్ ఎంపీటీసీ స్థానిక నాయకులు ఎన్ రామకృష్ణ, ఎన్ గోవిందు, కె. ఈశ్వర్రావు, బి. ఎస్.ఫ.శ్రీను, వెలగ బాబ్జి, సూరకాసుల గోవిందు, ఎల్. చంద్రరావు, మొల్లిశ్రీను, శేషారత్నం, కోరా జగదీష్, తదితర నాయకులు, సచివాలయం సిబ్బంది, వాలంటరీ సిబ్బంది, యువత, నాయకులు, కార్యకర్తలు, విద్యార్థులు, వివిధ శాఖల అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్యానికి క్రీడలు, వ్యాయామం అవశ్యకం

ఆడుదాం ఆంధ్రా క్రీడా పోటీల ప్రారంభ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ నిశాంత్ కుమార్

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రస్తుత జీవన శైలిలో మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యానికి క్రీడలు, వ్యాయామం అత్యంత ఆవశ్యకమని జిల్లా కలెక్టర్ నిశాంత్ కుమార్ అన్నారు. ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మిస్తున్న ఆడుదాం ఆంధ్రా క్రీడా పోటీలను మండలంలోని నర్సిపురం జిల్లా పరిషత్ పాఠశాల క్రీడా మైదానంలో శాసన సభ్యులు అలజంగి జోగారావుతో కలిసి లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఆడుదాం ఆంధ్రా క్రీడా పోటీల్లో భాగంగా క్రికెట్, వాలీ బాల్, కబడ్డీ, టెన్నీ క్యాయిట్, ఖో ఖో, వంటి ఐదు విభాగాలలో క్రీడా పోటీలను కలెక్టర్, శాసన సభ్యులు క్రీడాభిమానులు కేరింతలు మధ్య ఆటలు ఆడి క్రీడాకారుల్లో ఉత్సాహాన్ని, ఉల్లాసాన్ని నింపారు. జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించి క్రీడా సంబరాలను మొదలు పెట్టారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఈ నెల 26వ తేదీ నుండి ఫిబ్రవరి పదవ తేదీ వరకు 47 రోజుల పాటు ఆడుదాం ఆంధ్ర క్రీడా పోటీలు జిల్లాలో పెద్ద ఎత్తున నిర్వహించుటకు చర్యలు చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. గ్రామ సచివాలయం, మండల, నియోజక వర్గ, జిల్లా, రాష్ట్ర స్థాయిలో క్రికెట్, వాలీ బాల్, కబడ్డీ, టెన్నీ క్యాయిట్, ఖో ఖో, వంటి ఐదు విభాగాలలో జరిగే క్రీడా పోటీల్లో క్రీడాకారులు ఉత్సాహంగా పాల్గొని ప్రతిభను నిరూపించుకోవాలన్నారు. మానసిక ఒత్తిడి జయించేందుకు, దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల బారిన పడకుండా క్రీడలు, వ్యాయామం వంటివి జీవితంలో ఒక భాగం చేయాలన్నదే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. క్రీడా స్ఫూర్తిని ప్రదర్శించి స్నేహభావం పెంపొందించుకోవాలని సూచించారు. క్రీడాకారులకు పరిచయం చేసుకొని అభినందనలు తెలియజేశారు. శాసన సభ్యులు అలజంగి జోగారావు మాట్లాడుతూ విద్యతో పాటు క్రీడలకు ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యతనిస్తుందని తెలిపారు. క్రీడాకారుల్లో దాగిఉన్న ప్రతిభను గుర్తించి, ప్రోత్సహించేందుకు ప్రతీ ఏటా ఆడుదాం ఆంధ్రా క్రీడా పోటీలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని అన్నారు. ఈ అవకాశాన్ని క్రీడాకారులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు. అంతకు ముందు వివిధ విభాగాల క్రీడాకారులకు ప్రభుత్వం అందించిన క్రీడా సామాగ్రిని కలెక్టర్, శాసన సభ్యులు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ బంగరమ్మ, అర్జున అవార్డు గ్రహీత ఎస్ జయరాం, జిల్లా క్రీడాభివృద్ధి అధికారి ఎస్.వెంకటేశ్వర రావు, ఎమ్ పి డి ఓ జావెద్, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థిని, విద్యార్థులు, క్రీడాకారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

28న "ఆడుదాం ఆంధ్రా" బైక్ ర్యాలీ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): గ్రామీణ క్రీడాకారులను ప్రోత్సహించాలన్న ఉద్దేశంతో వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహిస్తున్న "ఆడుదాం అంధ్రా" క్రీడా మహొత్సవాల్లో భాగంగా ఈనెల 28వ తేదీన అనకాపల్లిలో నిర్వహించనున్న భారీ బైక్ ర్యాలీని విజయవంతం చేయాలని వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు బొడ్డేడ ప్రసాద్ పిలుపునిచ్చారు. ఆడుదాం అంధ్రా క్రీడోత్సవాలు మంగళవారం ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రివర్యులు వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి గుంటూరు జిల్లా, నల్లపాడు లయోలా పబ్లిక్ స్కూల్లో ప్రారంభించిన నేపథ్యంలో అనకాపల్లిలో ప్రసాద్ విలేకరుల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా డిసెంబర్ 28వ తేదీన ఉదయం 10 గంటలకు బైక్ ర్యాలీ ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని వెల్లడించారు. వైయస్ ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ మరియు జిల్లా యువజన విభాగం ఆధ్వర్యంలో ఈ ర్యాలీ ఉంటుందని చెప్పారు. పూడిమడక జంక్షన్ నుంచి అనకాపల్లి రింగ్ రోడ్‌లో ఉన్న పెంటకోట కన్వెన్షన్ హాల్ వరకు ఈ ర్యాలీ సాగుతుందన్నారు.

అంగన్వాడీ కార్యకర్తలు నిరవదికంగా 15 వ రోజు సమ్మె

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): అంగన్ వాడి వర్కర్స్ & హెల్పర్స్ యూనియన్ ప్రాజక్టు లీడర్స్ మద్రాపు అలివేలు,సాలూరు గౌరీమణి, సెక్టార్ లీడర్స్ బి.శాంతి,ఎం.గౌరి,సిఐటియు జిల్లా కార్యదర్సి యమ్మల మన్మదరావు, కోశాధికారి గొర్లి వెంకట రమణ,సిఐటియు నాయకులు వారాడ ఇందిర,బొత్స లక్ష్మి ఆద్వర్యంలో 15.వ. రోజు సమ్మెలో భాగంగా పార్వతీపురం కలెక్టరు కార్యాలయం బయట సమ్మె శిభిరంలో ప్లేట్లు,పళ్లేలపై గరిటిలతో శబ్ధం చేస్తు వినూత్నంగా నినాదాలు ఇచ్చారు. ప్రభుత్వం మా సమస్యలు పరిష్కారం చేయాలని నినదించారు. అంగన్వాడీలకు ఎపిటియఫ్ రాష్ట్ర,జిల్లా నాయకులు ధనుంజయ నాయుడు,ధనుంజయ రావు,గోవిందరావు, సిఐటియు నాయకులు బంకురు సూరిబాబు,పట్టణ పౌర సంక్షేమ సంఘం కార్యదర్శి పాకల సన్యాసిరావు,ఆశ వర్కర్స్ యూనియన్ నాయకులు శివాని మద్దతు తెలిపారు. నాయకులు మాట్లాడుతూ కనీస వేతనం 26,000/ రూపాయలు ఇవ్వాలని, రిటైర్మెంట్ బెనిఫిట్స్ కల్పించాలని, ముఖ్యమంత్రి హామీ అమలు చేయాలని అంతవరకూ సమ్మె కొనసాగుతుందని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో సెక్టార్లీడర్ర్సి. రాజేశ్వరి, బి.నీలవేణి,పార్వతి,బి.సునీత, ధర్మావతి, లలిత మరియు అధిక సంఖ్యలో అంగన్వాడి వర్కర్స్ & హెల్పర్స్ పాల్గొన్నారు.

ఏపీ మున్సిపల్ ఇంజనీరింగ్ కార్మికులు ఈనెల 29 నుండి నిరవధిక సమ్మె

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏపీ మున్సిపల్ ఇంజనీరింగ్ కార్మికులు తమ సమస్యల పరిష్కారము చేయాలని ఈనెల 29 నుండి సమ్మె చేస్తున్నట్టు సమ్మె నోటీస్ సిఐటియు జిల్లా కోశాధికారి గొర్లి వెంకటరమణ ఆధ్వర్యంలో కార్మికులతో కలిసి మున్సిపల్ కమిషనర్ రామ అప్పల నాయుడుకి అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా గొర్లి వెంకటరమణ మాట్లాడుతూ మున్సిపల్ ఇంజనీరింగ్ కార్మికులందరినీ రెగ్యులర్ చేయాలని, స్కిల్, సెమిస్కిల్ వేతనాలు చెల్లించాలని, రిస్క్ అలవెన్స్ హెల్త్ అలవెన్స్ అమలు చేయాలని, టి.ఎ, డి.ఏలను ఇవ్వాలని, ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు వర్తింపచేయాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏ.తాతబాబు, నాగరాజు, చిన్నికృష్ణ, ఉమా, జి. శంకర్రావు, పి.చంద్రమౌళి, టి.రాజశేఖర్, జగదీష్, వాసుదేవ రావు, వినయ్ పాల్గొన్నారు.

పారిశుద్ధ్య నిర్వహణ అంతరాయానికి సహకరించండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మహా విశాఖపట్నం నగర పాలక సంస్థ పారిశుద్ధ్య కార్మికులు మంగళవారం నుండి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా సమ్మెలో పాల్గొంటున్నందున పారిశుధ్య నిర్వహణలో కలుగు అసౌకర్యానికి ప్రజలు జివిఎంసికి సహకరించాలని జివిఎంసి కమిషనర్ సిఎం సాయికాంత్ వర్మ మంగళవారం పత్రికా ప్రకటన ద్వారా తెలిపారు. డిసెంబర్ 26, 2023 మంగళవారం నుండి పారిశుధ్య కార్మికులు సమ్మె చేయుచున్నందున మీ ఇంటి వద్దకు వచ్చే క్లాప్ వాహనాలకు వేరుచేసిన వ్యర్థాలను అందించాలని లేదా సమీపంలో ఉన్న డస్ట్‌బిన్లలో వేయాలని కమిషనర్ నగర ప్రజలకు సూచించారు. కావున పారిశుధ్య కార్మికుల సమ్మె కాలంలో ప్రజలు జివిఎంసికి సహకరించి తమ వ్యర్థాలను బయట పారవేయకుండా జివిఎంసి ఏర్పాటు చేసిన డస్ట్‌బిన్‌లలో మాత్రమే వేయాలని కమీషనరు విజ్ఞప్తి చేశారు.

అంబరాన్నంటిన క్రీడా సంబరం : కోలగట్ల

విజయనగరం: ఆడుదాం ఆంధ్రా క్రీడా సంబరం అంబరాన్ని తాకింది. జిల్లా కేంద్రంలోని రాజీవ్ క్రీడామైదానంలో, పులివేషాలు, కర్రసాము, కత్తిసాము తదితర సంప్రదాయ జానపద కళల కోలాహలం నడుమ పండగ వాతావరణంలో మంగళవారం క్రీడా పోటీలు ప్రారంభమయ్యాయి. క్రీడాకారులు ఉరకలెత్తే ఉత్సాహంతో పోటీల్లో పాల్గొన్నారు. డిప్యూటీ స్పీకర్ కోలగట్ల వీరభద్రస్వామి ఈ పోటీలను లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. జాతీయ గీతాలాపన అనంతరం పోటీలకు శ్రీకారం చుట్టారు. స్వయంగా తాము కూడా ఆటల్లో పాల్గొని ఉత్సాహపరిచారు. స్పోర్ట్స్ అంబాసిడర్లుగా నియమితులైన కామన్‌వెల్త్ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ పతక విజేత మత్స సంతోషి, జాతీయ వెయిట్‌లిఫ్టింగ్ క్రీడాకారిణి శ్రీలక్ష్మి, ప్రముఖ స్కేటింగ్ క్రీడాకారుడు సాయితేజను ఈ సందర్భంగా సత్కరించారు.

ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సభలో కోలగట్ల వీరభద్రస్వామి మాట్లాడుతూ, క్రీడా నైపుణ్యాన్ని వెలికితీసేందుకే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆడుదాం ఆంధ్రా పోటీలను నిర్వహిస్తోందని చెప్పారు. ఆరోగ్య. ఆనందకర కార్యక్రమం ఇదని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్రంలో అన్ని రంగాల్లో పురోభివృద్ధి జరుగుతోందని, క్రీడా రంగాన్ని కూడా అభివృద్ధి చేయాలన్న గొప్ప సంకల్పంతో ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఈ కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టారని కొనియాడారు. రాష్ట్ర చరిత్రలో క్రీడల పరంగా ఇంతటి భారీ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం ఇదే తొలిసారని చెప్పారు. ఈ పోటీలవల్ల గ్రామీణ స్థాయి క్రీడా ప్రతిభ వెలుగులోకి వస్తుందని చెప్పారు. క్రీడా నైపుణ్యాన్ని పెంచేందుకు ఇటువంటి పోటీలు ఎంతగానో దోహదపడతాయని అన్నారు. విజయనగరం జిల్లాకు క్రీడల పరంగా గొప్ప పేరు ఉందని, దానిని నిలబెట్టుకొని, రాష్ట్రస్థాయిలో పతకాలను సాధించాలని కోరారు.

జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి మాట్లాడుతూ, ఆరోగ్యకర జీవన విధానం కోసం క్రీడలపై ప్రతీ ఒక్కరూ మక్కువ పెంచుకోవాలని కోరారు. క్రీడల్లో గెలుపు కంటే, క్రీడా స్ఫూర్తిని ప్రదర్శించడం ముఖ్యమని సూచించారు. యువ క్రీడాకారుల్లో స్ఫూర్తిని నింపేందుకు ప్రముఖ క్రీడాకారులను స్పోర్ట్స్ అంబాసిడర్లుగా నియమించడం జరిగిందని చెప్పారు. క్రీడాకారులను భారీ ఎత్తున ప్రోత్సహించేందుకు ఈ పోటీలు ఎంతగానో దోహదపడతాయని పేర్కొన్నారు. నియోజకవర్గ స్థాయి నుంచి విజేతలకు నగదు బహుమతులను కూడా ఇవ్వడం జరుగుతుందని చెప్పారు. గ్రామ స్థాయి నుంచి రాష్ట్ర స్థాయి వరకు మొత్తం ఐదు స్థాయిల్లో పోటీలు జరుగుతాయని తెలిపారు.

జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ మాట్లాడుతూ, జిల్లాలో ఆడుదాం ఆంధ్రా క్రీడా పోటీల వివరాలను వెల్లడించారు. జిల్లాలో సుమారు లక్షా, 42వేల మంది ఈ పోటీల్లో పాల్గొనడానికి ముందుకు రావడం అభినందనీయమని అన్నారు. ఆసక్తి ఉన్నవారికి ఇప్పటికీ అవకాశాన్ని కల్పిస్తామని చెప్పారు. ఇంతటి భారీ క్రీడా సంబరం గతంలో ఎన్నడూ జరగలేదని పేర్కొన్నారు. కబడ్డీ, క్రికెట్, ఖోఖో, వాలీబాల్, బ్యాడ్మింటన్ పోటీలతో పాటు, యోగా, మారథాన్ పోటీలను కూడా నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు.

నగర మేయర్ వెంపడాపు విజయలక్ష్మి, డిప్యూటీ మేయర్ కోలగట్ల శ్రావణి ప్రసంగించారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా కబడ్డీ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు ఈశ్వర్ కౌశిక్, జెడ్‌పి సిఇఓ కె.రాజ్‌కుమార్, మున్సిపల్ కమిషనర్ ఆర్.శ్రీరాముల నాయుడు, సహాయ కమిషనర్ ప్రసాదరావు, సచివాలయాల నోడల్ అధికారి నిర్మలాదేవి, సెట్విజ్ సిఇఓ రామ్‌గోపాల్, ఛీఫ్ కోచ్ అచ్యుత్, వివిధ శాఖల అధికారులు, పలువురు కోచ్‌లు, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు, క్రీడాకారులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

విద్యతో పాటు క్రీడా రంగాలలో కూడా యువత రాణించాలి : మజ్జి శ్రీనివాసరావు

విజయనగరం : చీపురుపల్లి నియోజకవర్గంలో అన్ని మండలాల్లో ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమం మొదలు పెట్టారు. ముందుగా చీపురుపల్లి పాట్నలో ఉన్న బాయ్స్ హై స్కూల్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమాన్ని విజయనగరం జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు ప్రారంభించారు. అలాగే గరివిడిలో విజయనగరం పార్లమెంట్ సభ్యులు బెల్లనా చంద్రశేఖర్ ప్రారంభించారు.

అనంతరం ఈ సభను ఉద్దేశించి అయన మాట్లాడుతూ, విద్యార్థులు విద్యతో పాటుగా అన్ని రంగాలలో విద్యార్థులు రాణించాలని చెప్పి మన ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ఆడుదాం ఆంధ్ర ఇది అందరి ఆట అనే కార్యక్రమాన్ని మన ముందుకి తీసుకురావడం జరిగింది అని, ఏ రాష్ట్రంలో కూడా తీసుకోలేని మంచి నిర్ణయాలు మన వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి తీసుకుంటున్నారని ఆయన వివరించారు. విద్య, వైద్య అన్ని విషయాల్లో కూడా జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రతి విషయంలో కూడా మంచి ఆలోచన చేపడుతున్నారని ఆయన అన్నారు. ఇలాంటి మంచి మనసున్న వ్యక్తి మన జగన్మోహన్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా ఉండడం మనం ఎంతో అదృష్టవంతులం అని అయన అన్నారు. వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి విద్యార్థుల విషయంలో చూసుకు న్నట్లయితే దుస్తులు దగ్గర నుంచి పుస్తకాలు, మధ్యాహ్నం భోజన విషయంలో మరియు పాఠశాలలో ఆవరణంలో అసౌకర్యాలకు తావలేకుండా విద్యార్థికి ఉండవలసిన సౌకర్యాలు అన్నీ కూడా ఉండే విధంగా మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నారని అన్నారు. గ్రామల్లోనే కాకుండా అన్ని రాష్ట్రలల్లో ఉన్న అన్ని గడపలకు మన ఆట తెలియాలి అనే ఉద్దేశ్యంతో ఆడుదాం ఆంధ్ర అనే కార్యక్రమం మన ముందుకు తీసుకొచ్చారు అని అయన అన్నారు. ఈరోజు మన విజయనగరం జిల్లా విషయం తీసుకుంటే 14 వేల మంది విద్యార్థులను ఎంపిక చేసుకోవడం జరిగింది అని, అలాగే జిల్లాలో 12వేల టీమ్స్ ఎంపిక చేసారు అని అయన అన్నారు. ఒక పక్క సంక్షేమ పథకాల నుంచి మరోపక్క క్రీడా రంగంలో కుడా విద్యార్థులు రాణించాలని మంచి ఆలోచన అయన చేసారు అని అయన అన్నారు. దేశంలో మన రాష్ట్రము విద్యలో మూడో స్థాయిలో ఉంది అంటే కేవలం ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డ్ మాత్రమే అని అయన అన్నారు. ఈరోజు చూసుకున్నట్లు అయితే చాలా పాఠశాలలో విద్యార్థుల విద్యాభ్యాసం చూస్తూ ఉంటే నాకు చాలా సంతోషంగా వుంది అని అయన అన్నారు. అనంతరం అయన కోకో మరియు వాలీబాల్, క్రికెట్, కబాడీ ఆటలను ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గ నాలుగు మండలాల ఎంపీపీలు జడ్పీటిసిలు నాలుగు మండలాల నాయకులు, విద్యార్థులు, క్రీడాకారులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ భోగ లింగేశ్వర స్వామి ఆలయ హుండీ ఆదాయం 65 వేల 424 రూపాయలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గవరపాలెం శ్రీ భోగలింగేశ్వర స్వామివారి దేవస్థానం కార్తీకమాస నెలరోజులకు హుండీ ద్వారా 65వేల 4వందల 24 రూపాయలు వచ్చినట్లుగా ఆలయ ఈవో కీర్తి ఆదినారాయణ ఆలయ చైర్మన్ ఆళ్ల నాగేశ్వరరావులు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఈవో ఆదినారాయణ మాట్లాడుతూ భోగలింగేశ్వర స్వామి దేవస్థానం ఈవోగా భాద్యతలు చేపట్టి నేటికీ 6 సంవత్సరములు కావస్తోందని ఇప్పటి వరకు ఏ కార్తీక మాసంలో కూడా రాని విధంగా ఈ కార్తీక మాసంలో భోగలింగేశ్వర స్వామి హుండీ ఆదాయం విశేషంగా పెరిగిందన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ చైర్మన్ మాట్లాడుతూ గతంలో 7 నెలలకు 64,574ల రూపాయలు రాగా ఇప్పుడు ఒక్క కార్తీక మాస నెలరోజులకు 65,424 రూపాయలు రావటం చాలా ఆనందాన్ని కలిగించిందన్నారు. మరీ ముఖ్యంగా అరబ్ దేశానికి సంబంధించిన కరెన్సీ అనకాపల్లి భోగలింగేశ్వర దేవస్థాన హుండీలో ఉండటం విశేషం అన్నారు. దేవాలయ అభివృద్ధికి సహకరించిన ధర్మకర్తలకు, అర్చకులకు, దేవాలయ సిబ్బందికి, స్వయంభువు శ్రీ భోగలింగేశ్వర స్వామి వారి భక్తులకు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు, భక్తుల సహకారముతో ఆలయాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేస్తామని అన్నారు.

పకడ్బందీగా డిపార్ట్‌మెంటల్ పరీక్షల నిర్వహణ

విజయనగరం: జిల్లాలో ఆంధ్రప్రదేశ్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ ఆధ్వర్యంలో డిసెంబరు 27వ తేదీ నుంచి నిర్వహించే డిపార్ట్‌మెంటల్ పరీక్షలు పకడ్బందీగా నిర్వహించేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్టు జిల్లా రెవిన్యూ అధికారి ఎస్.డి.అనిత చెప్పారు. పరీక్షల నిర్వహణకు ఏర్పాట్లపై మంగళవారం తన ఛాంబరులో ఏపిపిఎస్‌సి అధికారులు, జిల్లా అధికారులతో సమీక్షించారు. జిల్లాలోని ఐదు కేంద్రాల్లో ఈ పరీక్షలు జరుగుతాయని ఈ పరీక్షలకు 1918 మంది అభ్యర్థులు హాజరుకావలసి ఉందన్నారు. రాతపరీక్ష ఉదయం 10 నుంచి మధ్యాహ్నం 1 గంటల వరకు సాయంత్రం 3 నుంచి 6 గంటల వరకు, ఆబ్జెక్టివ్ పరీక్షలు ఉదయం 10 నుంచి 12 వరకు, మధ్యాహ్నం 3 నుంచి 5 వరకు, సంప్రదాయ పద్ధతిలో జరుగుతుందన్నారు.

ఈ పరీక్షలకు హాజరయ్యే అభ్యర్థులు ఉదయం 8.30 నుంచి 9.30 గంటల మధ్య పరీక్ష కేంద్రంలో హాజరు కావలసి ఉంటుందని చెప్పారు. నిర్ణీత సమయం తర్వాత హాజరైన వారినిలోనికి అనుమతించరని స్పష్టం చేశారు. ఏపిపిఎస్‌సి జారీచేసిన హాల్‌టిక్కెటు, ఏదైనా ఒక ఒరిజినల్ గుర్తింపు కార్డుతో అభ్యర్థులు పరీక్షా కేంద్రానికి హాజరుకావలసి ఉంటుందన్నారు. డిపార్ట్‌మెంట్ పరీక్షలకు పుస్తకాలతో సహా అనుమతి ఉన్నవారు ఏపిపిఎస్‌సి అనుమతించిన అధీకృత పుస్తకాలు మాత్రమే తీసుకురావలసి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. మొబైల్ ఫోన్లు, ఇతర ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలను పరీక్ష కేంద్రంలోకి అనుమతించరని స్పష్టంచేశారు. జిల్లా కేంద్రంలో ఎం.వి.జి.ఆర్, లెండి, సత్య, ఐయాన్ డిజిటల్ జోన్, బొబ్బిలి మండలం కలవరాయిలోని స్వామి వివేకానంద ఇంజనీరింగ్ కళాశాలల్లో ఈ పరీక్షలు జరుగుతాయన్నారు.

పరీక్ష కేంద్రాల్లో విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం కలగకుండా చర్యలు చేపట్టాలని ఇ.పి.డి.సి.ఎల్. పర్యవేక్షక ఇంజనీర్ లక్ష్మణ రావును కోరారు. అన్ని కేంద్రాల వద్ద మెడికల్ టీములను ఏర్పాటు చేయాలని వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారులకు సూచించారు.

పాలిటెక్నిక్ కళాశాలల్లో లెక్చరర్ పోస్టుల భర్తీకోసం రాత పరీక్ష జనవరి 4వ తేదీన ఐయాన్ డిజిటల్ జోన్‌లో జరుగుతుందని తెలిపారు.

ఈ సమావేశంలో ఏపిపిఎస్‌సి సెక్షన్ ఆఫీసర్ డి.ఎన్.మల్లిఖార్జున రెడ్డి, సహాయ సెక్షన్ అధికారి జె.చంద్రరావు, ఇంజనీరింగ్ కళాశాలల ప్రతినిధులు, కలెక్టర్ కార్యాలయ సూపరింటెండెంట్ శ్రీకాంత్, రిజర్వు ఇన్‌స్పెక్టర్ టి.శ్రీనివాసరావు పరీక్ష కేంద్రాల సమన్వయ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఉపమాకలో గజ వాహనంపై స్వామి వారి తిరువీధి సేవ

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా నక్కపల్లి మండలం ఉపమాక గ్రామంలో గరుడాద్రి పర్వతం పై స్వయం వ్యక్తంగా వేంచేసియున్న శ్రీ కల్కి వేంకటేశ్వర స్వామి వారి ఆలయంలో ధనుర్మాస ఉత్సవాల్లో భాగంగా మంగళవారం ఉదయం పుణ్యకోటి వాహనముపై స్వామివారి గ్రామ తిరువీధి సేవ ఘనంగా జరిగింది. ఉదయం ఆలయంలో అర్చకులు గొట్టుముక్కల వరప్రసాద్ ఆచార్యులు, సంకర్షణ పల్లి రాజగోపాల కృష్ణమా చార్యులు భాగవతం గోపాలచార్యులు, నల్లాన్ చక్రవర్తుల శ్రీనివాసులు, నండూరి వెంకట రాజగోపాలాచార్యుల వారి ఆధ్వర్యంలో నిత్య కార్యక్రమములు యధావిధిగా నిర్వహించారు. అనంతరం శ్రీదేవి భూదేవి సమేత వేంకటేశ్వర స్వామి వారి ఉత్సవమూర్తులను గజవాహనం పైన, గోదాదేవి అమ్మవారిని పల్లకిలోనూ అధిష్టింపజేసి గ్రామంలో తిరువీధి సేవ నిర్వహించారు. అనంతరం గోదాదేవి అమ్మవారి మూల విరాట్ సన్నిధిలో నీరాజన మంత్ర పుష్పములు సమర్పించిన తర్వాత తిరుప్పావైలోని కత్తుక్కరవై కణంగళ్ పలకరన్ధు పదకొండవ పాశురంతో ప్రత్యేక నీరాజన మంత్రపుష్పములు తీర్థ గోష్టి భక్తులందరకూ ప్రసాద వినియోగం నిర్వహించారు. స్వామి వారి తిరువీధి సేవలో సమరసతా సేవా ఫౌండేషన్‌కు పేకేటి రాజారావు, ఆల్ ఇండియా దుర్గా భవానీ సేవా ట్రస్ట్ సభ్యులు దవరశింగి రాంబాబు, కె. లలిత కుమారి, తదితరుల ఆధ్వర్యంలో సుమారు వెయ్యి మంది భక్తులు పాల్గొన్నారు. సమరత సేవ ఫౌండేషన్ వారు భక్తులకు మధ్యాహ్నం భోజనాలు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నక్కపల్లి గ్రామానికి చెందిన రాష్ట్ర కాపు కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ వీసం రామకృష్ణ, నక్కపల్లి మండలం టి డి పి అద్యక్షుడు కొప్పిశెట్టి వెంకటేష్, ప్రముఖ కవయిత్రి గొట్టుముక్కల గాయత్రీ దేవి, వివిధ గ్రామాల నుండి శ్రీరామ భక్తులు, కోలాటం గ్రూప్ సభ్యులు, పలువురు భక్తులు పాల్గొన్నారు.

సాయంత్రం పుణ్యకోటి వాహనముపై తిరువీధి సేవ.

స్వామి వారి ఆలయంలో రాపత్తు అధ్యయన ఉత్సవములలో భాగంగా సాయంత్రం స్వామి వారికి పుణ్యకోటి వాహనము పై గ్రామ తిరువీధి సేవ నిర్వహించారు. అనంతరం ఆలయంలో ద్రావిడ వేద ప్రబంధ పారాయణం నిర్వహించారు. తరువాత నిత్య కార్యక్రమములు యధావిధిగా నిర్వహించారు.

అంతర్జాతీయ వేదికలపై మన క్రీడాకారులు రాణించాలి : ముత్తంశెట్టి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాల్లోని క్రీడాకారులు జాతీయ, అంతర్జాతీయ వేదికలపై కూడా రాణించేలా, వారిని ప్రోత్సహించేందుకు ఆడుదాం ఆంధ్ర అనే కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీకారం చుట్టినట్లు మాజీ మంత్రి, భీమిలి శాసనసభ్యులు ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు పేర్కొన్నారు.

ఆడుదాం ఆంధ్ర క్రీడా పోటీలు చంద్రంపాలెం జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల మైదానంలో మంగళవారం ఉదయం ఘనంగా ప్రారంభమ య్యాయి. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిధిగా పాల్గొని శాసన మండలి సభ్యులు వరుదు కళ్యాణి, జిల్లా కలెక్టర్ డా॥ ఎ. మల్లిఖార్జున, జివిఎంసి కమిషనర్ సీఎం సాయికాంత్ వర్మ, డిసిసిబి చైర్మన్ కోలా గురువులుతో కలిసి జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి లాంఛనంగా ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా శాసన సభ్యులు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎన్నో మంచి కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుట్టారని, అందులో ముఖ్యంగా విద్య, వైద్య రంగాలకు అధిక ప్రాధాన్యతను ఇచ్చారన్నారు. వీటితో పాటు క్రీడలను, క్రీడాకారులను ప్రోత్సహించే దిశగా ఈ కార్యక్రమానికి రూపకల్పన చేసినట్లు చెప్పారు. మట్టిలో మాణిక్యాలను వెలికితీసినట్లు గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాల్లోని క్రీడాకారులను గుర్తించి, వారు జాతీయ, అంతర్జాతీయ క్రీడల్లో పోటీపడేలా తీర్చిదిద్దాలన్నదే ముఖ్యమంత్రి తపన అని పేర్కొన్నారు. ఇందుకోసం జిల్లా వ్యాప్తంగా గ్రామ, వార్డు సచివాలయ పరిధి నుండి రాష్ట్ర స్థాయి వరకు ఐదు రకాల క్రీడలను నేడు ప్రారంభించుకోవడం జరిగిందన్నారు. రాష్ట్ర స్థాయి కార్యక్రమం విశాఖపట్నం జిల్లాలోనే నిర్వహించుకుంటామని చెప్పారు. గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా ఈ ప్రభుత్వం క్రీడలకు, క్రీడాకారులకు అధిక ప్రాధాన్యతను ఇస్తుందని తెలిపారు. ఈ ప్రభుత్వం వచ్చిన తరువాత వైఎస్ఆర్ క్రీడా పురస్కారాల పేరిట ప్రతిభ గల క్రీడాకారులను గుర్తించి, నియోజకవర్గ, జిల్లా, రాష్ట్ర స్థాయి క్రీడాకారులకు రూ.15 కోట్లు ఇచ్చి ప్రోత్సహించిన సంగతిని గుర్తు చేశారు. అలాగే ఒలింపిక్స్‌లో పతకం సాధించిన పి.వి.సింధు అకాడమీ స్థాపన కోసం విశాఖ నడిబొడ్డున 3 ఎకరాల ప్రభుత్వ స్థలాన్ని మంజూరు చేసిన సంగతిని ఆయన వివరించారు. విద్యా వ్యవస్థలో సమూల మార్పులు తెచ్చి అమ్మ ఒడి, విద్యా కానుక, వసతి దీవెన, విద్యా దీవెన వంటి కార్యక్రమాల కోసం సుమారు 35వేల కోట్ల రూపాయలకు పైగా ఖర్చు చేస్తున్న ప్రభుత్వం ఇదన్నారు. విద్యతో పాటు క్రీడలు కూడా ముఖ్యమని, క్రీడలు మానసిక స్థైర్యాన్ని ఇస్తుందన్నారు. అందుకే క్రీడల పట్ల ప్రతి ఒక్కరికి అవగాహన కల్పించే దిశగా ఈ కార్యక్రమం ప్రారంభించుకోవడం జరిగిందన్నారు. ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న మంచి కార్యక్రమంలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. అనంతరం అతిధులతో కలిసి క్రీడా జ్యోతిని వెలిగించి, క్రీడలను ప్రారంభించి క్రీడల్లో పాల్గొన్నారు. తొలుత ప్రాంగణంలోని సరస్వతి దేవి విగ్రహానికి పూలమాలలు వేశారు.

శాసన మండలి సభ్యులు వరుదు కళ్యాణి మాట్లాడుతూ గ్రామీణ క్రీడాకారులను ప్రోత్సహించడం కోసం ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమం ముఖ్య ఉద్దేశమన్నారు. గ్రామీణ క్రీడాకారుల్లోని ప్రతిభను వెలికి తీసి అంతర్జాతీయ వేదికలపై పాల్గొనాలన్నదే ముఖ్యమంత్రి లక్ష్యమని చెప్పారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఇచ్చిన పిలుపుకు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 34 లక్షల 19 వేల మంది క్రీడాకారులు రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవడం వలన వారందరికీ ఇదొక వేదిక కానుందన్నారు. ఇందులో ప్రతి ఒక్కరు భాగస్వాములు కావాలని కోరారు.

జిల్లా కలెక్టర్ డా॥ ఎ. మల్లిఖార్జున మాట్లాడుతూ నేటి నుంచి జిల్లా వ్యాప్తంగా 607 సచివాలయ పరిధిలో ఆడుదాం ఆంధ్ర క్రీడలను ప్రారంభించుకోవడం జరిగిందన్నారు. ఈ క్రీడా పోటీలకు 1 లక్ష 34 వేల 398 మంది రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోగా, ఇందులో 78,485 మంది పురుషులు, 55,913 మంది మహిళలున్నట్లు చెప్పారు. క్రీడల కోసం జిల్లాలో 247 ప్రాంగణాలను సిద్ధం చేసినట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు. అనంతరం క్రీడలను ప్రారంభించి క్రీడల్లో పాల్గొన్నారు.

ఆడుదాం ఆంధ్ర షెడ్యూలు :

సచివాలయ స్థాయిలో ఈ నెల 26 నుంచి జనవరి 9 వ తేదీ వరకు, మండల స్థాయిలో జనవరి 10 నుంచి 23 వరకు, నియోజకవర్గ స్థాయిలో జనవరి 24 నుండి 30 వరకు, జిల్లా స్థాయిలో జనవరి 31 నుండి ఫిబ్రవరి 5 వరకు, రాష్ట్ర స్థాయిలో ఫిబ్రవరి 6 నుండి 10 వరకు జరుగుతాయని కలెక్టర్ వివరించారు.

రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలు విశాఖపట్నం జిల్లాలోనే జరుగుతాయని కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు. గతంలో నిర్వహించిన జగనన్న సురక్ష, జగనన్న ఆరోగ్య సురక్ష కార్యక్రమాలకు అనూహ్యరీతిలో స్పందన వచ్చిందని, అదేవిధంగా ఈ కార్యక్రమానికి కూడా మంచి స్పందన లభించిందన్నారు. ప్రతి క్రీడాకారుడు ఇందులో భాగస్వాములై విజయవంతం చేయాలని చెప్పారు. అనంతరం క్రీడలను ప్రారంభిస్తున్నట్లు కలెక్టర్ తెలియజేసి, క్రీడాకారులతో క్రీడా ప్రతిజ్ఞ చేయించారు.

జివిఎంసి కమిషనర్ సిఎం సాయికాంత్ వర్మ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఇటీవల చేపట్టిన జగనన్న సురక్ష, జగనన్న ఆరోగ్య సురక్ష కార్యక్రమాల తరువాత మరో మంచి కార్యక్రమం ఆడుదాం ఆంధ్ర అన్నారు. ఈ పోటీలకు ద్వారా మంచి నైపుణ్యం కలిగిన క్రీడాకారులు మన జిల్లా నుండి రావాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. ఇందులో అందరూ భాగస్వాములై తమ ప్రతిభను నిరూపించుకోవాలని, అందుకు ఇది చక్కని వేదికని అన్నారు.

కార్యక్రమంలో డి.ఎస్.డి.ఒ జూన్ గ్యాలియేట్, డి.ఎల్.డి.ఒ. పూర్ణిమాదేవి, స్థానిక కార్పొరేటర్లు, కోచ్‌లు, పి.ఈ.టీలు, సచివాలయ సిబ్బంది, క్రీడాకారులు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టిడ్కో గృహాల మౌలిక సదుపాయాలు వివరించిన ఏ.పి.టిడ్కో ఛైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్న

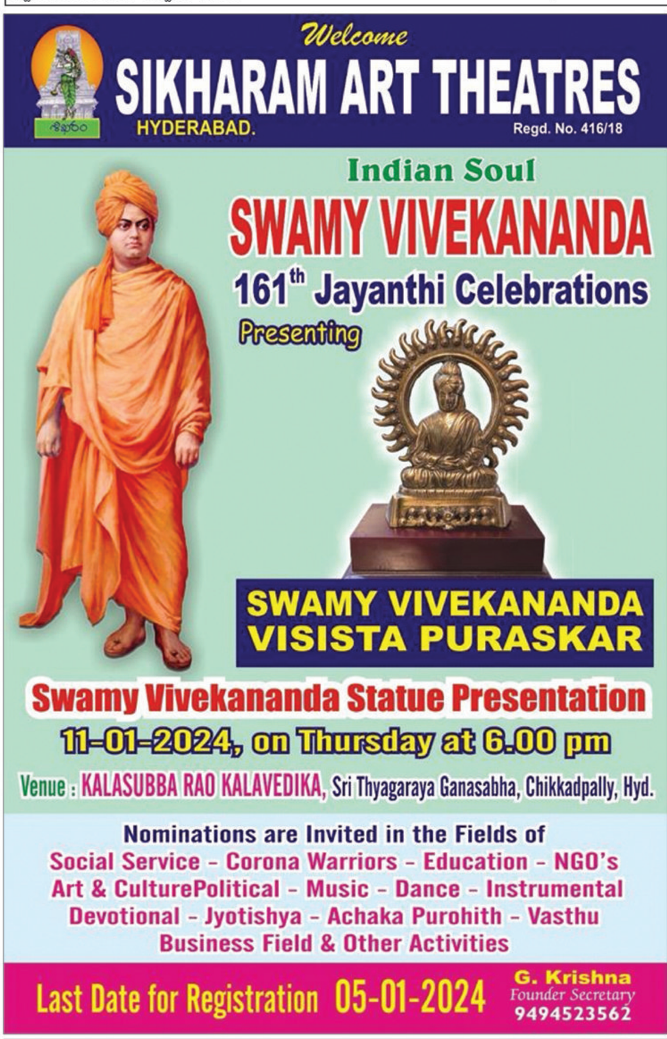
పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): టిడ్కో ఛైర్మన్‌ని లబ్ధిదారులు అందరూ కలిసి ఆత్మీయంగా పలకరిస్తూ ఘనముగా స్వాగతం ఆహ్వానించారు. నూతనముగా గృహ ప్రవేశం చేసినటువంటి ప్లాట్ల లబ్ధిదారులతో మాట్లాడి గృహ యజమానులుగా వారు నిర్వహించ వలసిన భాద్యతల గురించి వారికి వివరిస్తూ అందరూ కలిసి ముందుగా ఒక రెసిడెంషియల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ఏర్పాటు చేసుకుంటూ, గృహ సముదాయాలలో పరిసరాల పరిశుభ్రత, తడి చెత్త, పొడి చెత్త ప్రత్యేక ప్లాస్టిక్ డబ్బాలలో సేకరించిన తదుపరి పారిశుద్ధ్య కార్మికులకు అందజేత, త్రాగు నీరు వృధా కాకుండా క్రమపద్ధతిలో వాడుక మొదలగు అంశాలపైన అవగాహన కల్పించి లబ్ధిదారులను చైతన్య పరచడం జరిగింది. ఈ విషయంలో అవగాహన కల్పించుటకు మెప్మా అధికారులు మహిళలతో మాట్లాడి పరిసరాల శుభ్రతలో పూర్తి అవగాహనా కల్పించాలని ప్రత్యేకంగా ఒక రోజు వారికి శిక్షణ ఇవ్వవలసిందిగా ఆదేశాలిచ్చారు. పిదప లబ్ధిదారులు వారికి ఉన్నటువంటి కొన్ని స్థానిక సమస్యలను ఛైర్మన్‌కి తెలియజేయగా వెనువెంటనే సంభందిత అధికారులతో మాట్లాడి తగు సమస్యలను వెనువెంటనే పరిష్కరించారు. లబ్ధిదారుల ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో ఆరోగ్యముగా జీవించాలి అంటే చెత్త సేకరణ మరియు నిర్వహణ కొరకు డుంప్లర్ ప్లాజాను గృహ సముదాయాలలో ఏర్పాటు చేయవలసిందిగా స్థానిక మున్సిపల్ కమిషనర్‌ని కోరడం జరిగింది. దీనిపై సంబంధిత మునిసిపల్ కమిషనర్ తప్పకుండా ఏర్పాటు చేస్తామని లబ్ధిదారులకు హామీ ఇవ్వడం జరిగింది. చక్కటి వాతావరణంలో విలువైన స్థలములో నాణ్యమైన, దృఢమైన ఇళ్లను అందించిన ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డికి ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేయడం జరిగింది. అనంతరం లబ్ధిదారుల ఆహ్వానం మేరకు వారితో కలిసి భోజనం చేయడం జరిగింది. భవిష్యత్‌లో ఎటువంటి సమస్యలు ఉన్నా ఎల్లవేళలా సి.ఎల్.టి.సి/ ఇంజినీరింగ్ సిబ్బంది మీకు అందు బాటులో ఉంటారని, వారి ద్వారా మీ సమస్యలు పరిష్కరించుకోవచ్చు అని, ఈ విషయములో ఎవ్వరూ అధైర్య పడవద్దని లబ్ధిదారులకు భరోసా కల్పించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్ద ఎత్తున లబ్ధిదారులు, వారి కుటుంబ సభ్యులు, స్థానిక మున్సిపల్ అధికారులు, ఇంజినీరింగ్ అధికారులు, మెప్మా సిబ్బంది పాల్గొనడం జరిగింది.

29న జిల్లా ఉపాధి కార్యాలయంలో జాబ్ మేళా

విజయనగరం: నిరుద్యోగులకు పలు ప్రైవేటు సంస్థల్లో ఉద్యోగవకాశాలు కల్పించే లక్ష్యంతో డిసెంబరు 29న జిల్లా ఉపాధి కార్యాలయంలో జాబ్ మేళా నిర్వహిస్తున్నట్టు జిల్లా ఉపాధి అధికారి డి.అరుణ తెలిపారు. రిలయన్స్ జియో లిమిటెడ్‌లో హెూం సేల్స్ ఆఫీసర్, డిజిటల్ సేల్స్ స్పెషలిస్ట్ పోస్టుల్లో నియామకాల కోసం 29న శుక్రవారం ఉదయం 10 గంటలకు జాబ్ మేళా జరుగుతుందన్నారు.

హెూం సేల్స్ ఆఫీసర్ పోస్టుల్లో శాశ్వత ప్రాతిపదికన నియామకాలు చేపడతారని, ఈ పోస్టుల్లో నియామకం కోసం అభ్యర్థుల వయస్సు 18 -30 సంవత్సరాల మధ్య ఉండాలని, అభ్యర్థులు ఏదైనా డిగ్రీ కలిగి ఉండాలన్నారు. నెలకు రూ.15 వేల జీతంతో పాటు అలవెన్సులు ఇస్తారని తెలిపారు. డిజిటల్ సేల్స్ స్పెషలిస్టు పోస్టులకు తాత్కాలిక ప్రాతిపదికన నియమాకాలు చేపడతారని, ఈ పోస్టుల్లో నియామకం కోసం అభ్యర్థుల వయస్సు 18 నుంచి 30 ఏళ్ల మధ్య వుండాలని, ఇంటర్ ఉత్తీర్ణులై ఉండాలని పేర్కొన్నారు.

ఈ రెండు కేటగిరీ పోస్టులకు పురుష అభ్యర్థులు మాత్రమే అర్హులని తెలిపారు. ఆసక్తి కలిగిన అభ్యర్థులు తొలుత www.ncs.gov.in వెబ్‌సైట్ నందు జాబ్ సీకర్ లాగిన్‌లో నమోదు చేసుకొని తమ బయోడేటా, రెండు పాస్‌పోర్టు సైజు ఫోటోలతో జిల్లా ఉపాధి కార్యాలయంలో జాబ్ మేళాకు హాజరు కావాలని కోరారు.



VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : T.Sirisha , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16, Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, 9346363839
Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 9949413661, Pardwada : Cell: 77804 33919, Srikakulam : Cell: 70321 98574, Araku : Cell: 94401 84106,
VSP : 7981904385, 8885687610, Maddilapalem : 9966708776, Yelamanchili : 9441356676