Visakha
Samacharam
MINI
FUNCTION HALL
100 Seating
Call : 99487 49799

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM

Postal Registration No. VSP / 96/ 2024 - 26.
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారము

P.V.Narayana
(S) 0891-2515158
74519 19119
NEELAM & SON'S
Ayurvedic & Homoeo
Dondaparthy, Akkayyapalem Main Road,
Opp. R.K.Vegetable Bazar,
Visakhapatnam-530 016
Email: neelamsons1930@gmail.com
THE ART OF LIVING

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 112 విశాఖపట్నం, 08 ఫిబ్రవరి 2024 గురువారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

రూ.2.86 లక్షల కోట్లతో ఏపీ బడ్జెట్

బడుగు బలహీన వర్గాల సంక్షేమమే ధ్యేయంగా రాష్ట్రంలోని వైసీపీ ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని ఏపీ మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ పేర్కొన్నారు. ముఖ్యమంత్రి జగన్ చాణక్యుడి తరహాలో పాలన అందిస్తున్నారని కొనియాడారు. బుధవారం అసెంబ్లీలో ఓట్ ఆన్ బడ్జెట్ ప్రవేశపెట్టి మంత్రి బుగ్గన ప్రసంగించారు. అంబేద్కర్ ఆశయాలే తమ ప్రభుత్వానికి అదర్శమని, రాష్ట్రంలోని ఏ బలహీన వర్గాన్నీ విస్మరించి కూడదన్న వైఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి స్ఫూర్తితో ఈ బడ్జెట్‌కు రూపకల్పన చేసినట్లు తెలిపారు. బడ్జెట్‌లో వ్యవసాయ రంగానికి అధిక ప్రాధాన్య మిచ్చినట్లు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఐదేళ్ల కిందట తాను ప్రవేశపెట్టిన తొలి బడ్జెట్ ప్రసంగాన్ని మంత్రి గుర్తుచేసుకున్నారు.

బడ్జెట్ స్వరూపం: వార్షిక బడ్జెట్ రూ. 2,86,389.27 కోట్లు, రెవెన్యూ వ్యయం రూ. 2,30,110.41 కోట్లు, మూలధన వ్యయం రూ. 30,530.18 కోట్లు, రెవెన్యూ లోటు రూ. 24,758.22 కోట్లు, ద్రవ్య లోటు రూ. 55,817.50 కోట్లు, జిఎస్డీపీలో ద్రవ్యలోటు 3.51 శాతం, రెవెన్యూ లోటు 1.56 శాతం.

బీసీల సంక్షేమం కోసం 56 కొత్త కార్పొరేషన్లు ఏర్పాటు చేశామన్న ఏపీ మంత్రి బుగ్గన

రాష్ట్రంలోని బీసీల సంక్షేమానికి జగన్ ప్రభుత్వం పాటుపడుతోందని మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ పేర్కొన్నారు. బడ్జెట్ సెషన్‌లో భాగంగా బుధవారం అసెంబ్లీలో ఆయన బడ్జెట్ ను ప్రవేశపెట్టారు. బీసీ సంక్షేమం కోసం రాష్ట్రంలో 56 కొత్త కార్పొరేషన్లు ఏర్పాటు చేశామని, బీసీల కోసం రూ. 71,170 కోట్లు ఖర్చు చేశామని మంత్రి బుగ్గన తెలిపారు. ఇళ్లు లేని పేదలకు ఐదేళ్లలో తమ ప్రభుత్వం 30.65 లక్షల ఇళ్ల పట్టాలు అందించినట్లు వివరించారు. తమ హయాంలో రూ. 2.53 లక్షల కోట్ల నగదు బదిలీ చేశామని చెప్పారు. వైఎస్సార్ పెన్షన్ మొత్తాన్ని రూ.3 వేలకు పెంచి, రాష్ట్రంలోని 66.35 లక్షల మందికి అందజేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఇందుకోసం ఈ ఐదేళ్లలో రూ. 84,731 కోట్లు వెచ్చించినట్లు మంత్రి వివరించారు. తమ ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయాలు, చేపట్టిన అభివృద్ధి కార్యక్రమాలతో రాష్ట్రం తలసరి ఆదాయంలో తొమ్మిదో స్థానంలో ఉందని తెలిపారు.

రేషన్ సరుకులను లబ్ధిదారుల ఇంటి వద్దకే పంపిస్తున్నామని, ఇందుకోసం 9,260 వాహనాలను సమకూర్చామని మంత్రి బుగ్గన తెలిపారు. వైఎస్సార్ బీమాకు రూ. 650 కోట్లు ఖర్చు చేశామని, కళ్యాణమస్తు, షాదీ తోఫా పథకాలకు రూ.350 కోట్లు పంపిణీ చేశామని చెప్పారు. ఈబీసీ నేస్తం రూ.1,257 కోట్లు, కాపునేస్తం రూ.39,247 కోట్లు, నేతన్న నేస్తం కింద రూ.983 కోట్లు, జగనన్న తోడు కింద రూ.3,374 కోట్లు, జగనన్న చేదోడు కింద రూ.1,268 కోట్లు, వాహన మిత్ర కింద రూ.1305 కోట్లు అందించామని, అగ్రిగోల్డ్ బాధితులను ఆదుకునేందుకు రూ.883.5 కోట్లు వెచ్చించామని మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ అసెంబ్లీలో పేర్కొన్నారు.

వైఎస్సార్ భరోసా - పీఎం కిసాన్‌తో 53.53 లక్షల మంది రైతులకు సాయం అందింది: ఏపీ మంత్రి బుగ్గన

సంక్షేమ ఆంధ్రప్రదేశ్ కోసం జగన్ సర్కారు ప్రవేశ పెట్టిన వివిధ పథకాలు ఫలితాలనిస్తున్నాయని మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ అసెంబ్లీలో వెల్లడించారు. ఇప్పటి వరకు ఏ ప్రభుత్వమూ చేయని పనులను తమ ప్రభుత్వం చేసిందని చెప్పారు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను అన్నపూర్ణగా తీర్చిదిద్దేందుకు, రైతు సంక్షేమానికి తమ ప్రభుత్వం పెద్దపీట వేసిందన్నారు. తాజా బడ్జెట్‌లోనూ వ్యవసాయ రంగానికి, అనుబంధ పరిశ్రమలకు మంచి కేటాయింపులు చేశామని చెప్పారు.

రాష్ట్రంలోని రైతులకు అండగా నిలిచేందుకు వైఎస్సార్ రైతు భరోసా - పీఎం కిసాన్ పథకాలకు రూ.33.3 వేల కోట్లు వెచ్చించామని మంత్రి బుగ్గన తెలిపారు. ఈ పథకాలతో 53.53 లక్షల మంది రైతులకు లబ్ధి చేకూరిందన్నారు. వైఎస్సార్ చేయూత పథకానికి రూ.14,129 కోట్లు కేటాయించామన్నారు. కౌలు రైతులతో పాటు అటవీ భూములు సాగుచేసుకునే రైతులకు రూ.13,500 చొప్పున ఆర్థిక సాయం అందిస్తున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు.

ప్రకృతి వైపరీత్యాలు, చీడ పీడలతో పంట నష్టం వాటిల్లితే రైతులను ఆదుకునేందుకు ఉచిత పంటల బీమా పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నామని మంత్రి వివరించారు. ఈ పథకానికి రూ.3,411 కోట్లు కేటాయించామన్నారు. నున్నా వడ్డీ పంట రుణాలకు రూ.1,835 కోట్లు ఇచ్చామన్నారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 10,778 రైతు భరోసా కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేసి నేరుగా సేవలందిస్తున్నట్లు వివరించారు. రాష్ట్రంలో రైతులకు 9 గంటల పాటు ఉచిత విద్యుత్ అందిస్తున్నామని, విద్యుత్ సబ్సిడీ కోసం రూ.37,374 కోట్లు కేటాయించామని పేర్కొన్నారు. ఇన్ పుట్ సబ్సిడీ కింద రూ.1,277 కోట్లు అందించడంతో పాటు ధరల స్థిరీకరణకు రూ.3 వేల కోట్లతో నిధి ఏర్పాటు చేశామన్నారు. యంత్ర సేవల పథకం కింద రైతులకు ఆధునిక యంత్రాలను అందజేస్తున్నామని మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ తెలిపారు. వైఎస్సార్ వ్యవసాయ పరీక్షా కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసి రైతులకు సేవలందిస్తున్నట్లు చెప్పారు.

(మిగతా 2లో)

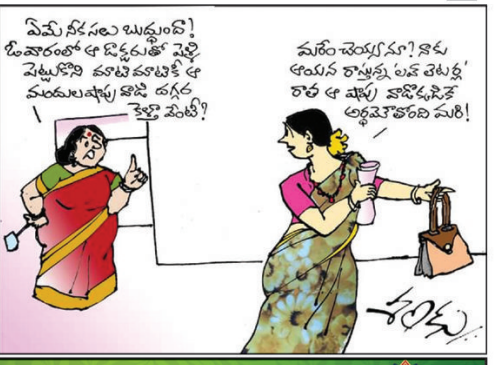
'మంచి పనులు చేసే వారికి గౌరవం దక్కదు': నితిన్ గడ్కరీ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

ముంబయి: రాజకీయాల్లో సిద్ధాంతాలకు కట్టుబడి ఉండేవారి సంఖ్య తగ్గిపోతోందని కేంద్రమంత్రి నితిన్ గడ్కరీ అన్నారు. వాటిని పట్టించుకోకుండా ఆ రోజున అధికారంలో ఉన్న పార్టీతో కలిసి వెళ్లాలనుకుంటున్న రాజకీయ నాయకుల ధోరణిపై ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఈ తీరు ప్రజాస్వామ్యానికి ఏ మాత్రం మంచిది కాదన్నారు. అలాగే మంచి పనులు చేసిన వారికి గౌరవం దక్కడం, అవినీతిపరులకు శిక్ష పడటం కష్టంగా మారిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఓ మీడియా సంస్థ నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు.

'దళ్లల్లో అభిప్రాయ భేదాలు ఉండటం ఇబ్బంది కాదు. తగిన ఆలోచన లేకపోవడమే అసలు సమస్య. కొందరు తమ సిద్ధాంతాల ఆధారంగా దృఢ నిశ్చయంతో ఉంటారు. అలా విలువలకు కట్టుబడే వారి సంఖ్య తగ్గిపోతోంది. భావజాలంలో క్షీణత కనిపిస్తోంది. అది ప్రజాస్వామ్యానికి మంచిది కాదు. నాయకులు అప్పటికి అధికారంలో ఉన్న పార్టీతో అనుబంధం కొనసాగించాలనుకుంటారు. భారత్ ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ప్రజాస్వామ్య దేశం. ఈ ప్రత్యేకత వల్లే మన పాలన వ్యవస్థ ఆదర్శంగా నిలుస్తోంది. రాజకీయ నాయకులు వస్తుంటారు, పోతుంటారు. పట్టినిటీ, పాపులారిటీ అవసరమే కానీ నేతలు తమ నియోజకవర్గాల్లో చేసిన పనే వారికి వన్నె తెస్తుంది' అని గడ్కరీ అభిప్రాయపడ్డారు.

ఈ సందర్భంగా తనపై

(మిగతా 2లో)



ఏపీ డీఎస్సీ, టెట్ షెడ్యూల్ విడుదల

AP DSC

ఏపీలో ఉపాధ్యాయ పోస్టుల భర్తీ కోసం మెగా డీఎస్సీ షెడ్యూల్ వెలువడింది. రాష్ట్రంలో 6100 టీచర్ పోస్టుల భర్తీ కోసం ప్రభుత్వం ఈ షెడ్యూల్ విడుదల చేసింది. తాజాగా కేబినెట్లో ఆమోదించిన ప్రకారం వివిధ కేటగిరీల్లో ఈ పోస్టులు భర్తీ చేయబోతున్నారు. అలాగే టెట్ పరీక్షకు సంబంధించిన వివరాలను కూడా విద్యాశాఖ మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ ఇవాళ విడుదల చేశారు. దీంతో ఉపాధ్యాయ పరీక్షల కోసం ఎదురుచూస్తున్న అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకోనున్నారు.

రాష్ట్రంలో 6100 ఉపాధ్యాయ పోస్టుల భర్తీ కోసం ఈ నెల 12 నుంచి దరఖాస్తుల స్వీకరణ ప్రారంభమవుతుందని విద్యాశాఖ మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ ప్రకటించారు. అలాగే ఫిబ్రవరి 8న టెట్ పరీక్ష నోటిఫికేషన్ విడుదల చేస్తామన్నారు. రాష్ట్రంలోని అన్ని యాజమాన్యాల కింద ఉన్న పాఠశాలలలోని ఖాళీలను భర్తీ చేయనున్నట్లు తెలిపారు. ఫిబ్రవరి 12 తేదీ నుంచి డీఎస్సీ ప్రక్రియ మొదలై ఏప్రిల్ 7 తేదీన ఫలితాల వెల్లడితో ముగియనుందన్నారు.

రాష్ట్రంలో ఈసారి డీఎస్సీలో భాగంగా భర్తీ చేస్తున్న పోస్టుల వివరాలను కూడా మంత్రి బొత్స వెల్లడించారు. ఇందులో 2280 ఎస్జీటీ పోస్టులు, 2299 స్కూల్ అసిస్టెంట్ లు, 1264 టీజీటి పోస్టులు, 215 పీజీటి పోస్టులు, 242 ప్రిన్సిపాల్ నియామకం చేయాలని నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు బొత్స వెల్లడించారు. వీటికి సంబంధించి ఒకే నోటిఫికేషన్ విడుదలైంది. అయితే అభ్యర్థులు కేటగిరీల వారీగా దరఖాస్తు చేసుకోవాల్సి ఉంటుందన్నారు.

డీఎస్సీ కంటే ముందుగా టెట్ పరీక్ష

(మిగతా 2లో)

పారా స్విమ్మింగ్ పోటీలలో దివ్యాంగులు తమ సత్తా చాటాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్నం వేదికగా రైల్వే ఆర్.ఆర్ ఆక్వా స్విమ్మింగ్ పూల్ నందు ఈ నెల 21 తేదీ నుంచి ప్రారంభం కానున్న 5వ రాష్ట్ర పారా స్విమ్మింగ్ పోటీల గోడ పత్రికను జిల్లా కలెక్టర్ డా॥ ఏ మల్లికార్జున బుధవారం కలెక్టరేట్‌లోని తన ఛాంబర్‌లో ఆవిష్కరించారు. పారా స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఆంధ్రప్రదేశ్ వారి ఆధ్వర్యంలో ఆర్.ఆర్ ఆక్వా స్విమ్మింగ్ పూల్ రైల్వే స్టేషన్ మరియు బ్రహ్మకుమారి స్పోర్ట్స్ వింగ్ విశాఖపట్నం వారి కలయికతో స్పోర్ట్స్ అథారిటీ ఆఫ్ ఆంధ్రప్రదేశ్ మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ అమెచ్యూర్ ఆక్వాటిక్ అసోసియేషన్ వారి సహకారంతో ఈ రాష్ట్ర స్థాయి పారా స్విమ్మింగ్ పోటీలు నిర్వహించనున్నారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఈ పోటీలకు దివ్యాంగ పారా క్రీడాకారులు అన్ని జిల్లాల వారు పాల్గొని మీ ప్రతిభను కనబరిచి జాతీయ స్థాయి పారా స్విమ్మింగ్ ఛాంపియన్షిప్‌కు ఎంపిక అవ్వాలని ఆకాం క్షించారు.

ఈ రాష్ట్ర స్థాయి పారా

(మిగతా 2లో)

సీఎం పర్యటన నేపథ్యంలో యాంఫీ థియేటర్ను పరిశీలించిన కలెక్టర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆడుదాం - ఆంధ్ర రాష్ట్రస్థాయి క్రీడాపోటీల ముగింపు వేడుకల సందర్భంగా ఈ నెల 13వ తేదీన విశాఖకు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైసీ జగన్ మోహన్ రెడ్డి విచ్చేస్తున్న నేపథ్యంలో ఆంధ్రా యూనివర్శిటీలోని కె.వి.గోపాలస్వామి యాంఫీ థియేటర్ను జిల్లా కలెక్టర్ డా॥ ఎ. మల్లికార్జున పరిశీలించారు. ముఖ్యమంత్రి రాక నేపథ్యంలో ఏయూ వీసీ కార్యాలయ సమీపంలో ఉన్న ఓపెన్ ఎయిర్ థియేటర్ను ఏయూ వీసీ పీవీజీడీ ప్రసాద్ రెడ్డి, రిజిస్ట్రార్ స్టీఫెన్, జీవీఎంసీ కమిషనర్ సీఎం సాయికాంత్ వర్మ, పోలీసు ఏడీసీపీ మణికంఠ, ఏడీసీ కె.ఎస్. విశ్వనాథన్‌లతో కలిసి బుధవారం పరిశీలించారు. అక్కడున్న పరిస్థితులను సమీక్షించారు. ఆడుదాం - ఆంధ్ర ముగింపు వేడుకల సందర్భంగా వీఎం

(మిగతా 2లో)

రూ. 7405.51 కోట్లతో జిల్లా పోటెన్షియల్ లింక్డ్ క్రెడిట్ ప్లాన్

విజయనగరం: జాతీయ వ్యవసాయ మరియు గ్రామీణాభివృద్ధి బ్యాంకు(నాబార్డ్)వారు 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరానికి రూపొందించిన జిల్లా పొటెన్షియల్ లింక్డ్ క్రెడిట్ ప్లాన్ ను రూ. 7405.51 కోట్లతో డిసెంబర్ సమావేశం లో జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి ఆమోదం తెలిపారు. కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల పాలసీలను మరియు జాతీయ ప్రాధాన్యతలను దృష్టిలో ఉంచుకుని వివిధ శాఖల సమన్వయం తో రూపొందించిన పీఎల్‌పి ని కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియం లో బుధవారం నిర్వహించిన డిసెంబర్ సమావేశంలో కలెక్టర్ ఆవిష్కరించారు. జిల్లాకు సంబంధించి, ప్రాధాన్యతా విభాగంలో 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరం లో క్రెడిట్ పొటెన్షియల్ క్రింద వ్యవసాయ ఇతర రంగాలకు అంచనా వేయబడిందన్నారు.

ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ పంట ఉత్పత్తి, నిర్వహణ, మార్కెటింగ్ కు రూ. 3929.13 కోట్లు, వ్యవసాయం మరియు అనుబంధ కార్యకలాపాల కోసం టర్మ్ లోన్ 675.32 కోట్లు, వ్యవసాయం మౌలిక సదుపాయాలకోసం రూ. 83.29 కోట్ల రూపాయలను అంచనా వేయడం జరిగిందన్నారు.

వ్యవసాయం అనుబంధ కార్యకలాపాలకు 41.25 కోట్లు, క్రెడిట్ పొటెన్షియల్ ఫర్ అగ్రిబిజినెస్ కు 4728.99కోట్లు, సూక్ష్మ, చిన్న మరియు మధ్య తరహా సంస్థలు 899.60 కోట్లు, ఎగుమతి క్రెడిట్ 4.48 కోట్లు కు అంచనాలు వేయడం జరిగిందన్నారు.

విద్య కు రూ. 47.79కోట్లు, హౌసింగ్ కు 502.04 కోట్లు, బ్యాంక్ క్రెడిట్‌తో కూడిన సామాజిక మౌలిక సదుపాయాలు 8.35 కోట్లు, l పునరుత్పాదక శక్తి 4.27కోట్లు, ద్వాక్రా సంఘాలు, ఆసంఘటిత రంగం 1210.00కోట్లు మొత్తం ప్రాధాన్యత రంగంకు రూ. 7405.52 కోట్ల రూపాయలను కేటాయించడం జరిగిందన్నారు.

వ్యవసాయ అదాయాలకు మరియు ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ వంటి కార్యక్రమాలకు బ్యాంకులు ఆర్థిక సహాయం అందించి రైతులకు మెరుగైన అదాయము జీవనోపాధి కల్పించాలని బ్యాంకులకు సూచించారు.

అంతకు ముందు పలు సంక్షేమ కార్యక్రమాలకు బ్యాంకులు అందిస్తున్న రుణాల పై శాఖల వారీగా సమీక్షించారు. జగనన్న తోడు 9 వ విడత నిధులకు డి సి సి లో ఆమోదం తెలిపారు. ఈ పథకానికి బ్యాంకు ల వారీగా లక్ష్యాలను నిర్దేశించడం జరిగిందని, బ్యాంకర్లు లబ్ధిదారుల పట్ల సానుకూల ధోరణ తో ఇందాలని తెలిపారు.

ఈ సమావేశం లో సంయుక్త కలెక్టర్ కే. కార్తీక్ మాట్లాడుతూ కొలు రైతులకు సత శాతం రుణాలు అందజేయాలని బ్యాంకర్లకు కోరారు.

కార్యక్రమంలో నాబార్డ్ డి డి ఎం టి.నాగార్జున, జిల్లా పి ఎల్ పి ప్రాధాన్యత ను వివరిస్తూ దేశ గ్రామీణ మరియు వ్యవసాయాభివృద్ధిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నటువంటి ప్రధమ, ద్వితీయ మరియు తృతీయ రంగాల ప్రగతికి అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు మరియు కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల ద్వారా ఆ రంగాల అభివృద్ధి కి అందిస్తున్న మద్దతును , సమీకరిస్తున్న భౌతిక మరియు ఆర్థిక వనరుల ఆధారం గా జిల్లా కు అవసరమైన పి ఎల్ పి ను రూపొందించడం జరిగిందన్నారు. ఈ పి ఎల్ పి క్షేత్ర స్థాయి లో ఉన్న అన్ని శాఖలు అనగా లీడ్ బ్యాంకు, బ్యాంకర్లు, ఆదర్శ రైతులు వ్యవసాయ, ఉద్యాన శాఖ, పశు సంవర్ధక శాఖ, మత్స్య శాఖ, ఎం.ఎస్.ఎం.ఈ , జిల్లా గ్రామీణాభివృద్ధి సంస్థ, మెప్మా, సి పి ఓ , మరియు ఇతర ప్రాధాన్యత రంగానికి రుణాలు మంజూరు , అభివృద్ధితో అనుసంధానించబడిన కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వ శాఖల సమన్వయం తో రూపొందించడం జరిగిందన్నారు.

సమావేశం లో సహాయ కలెక్టర్ వెంకట త్రివినాగ్, ఎల్.డి.ఎం శ్రీనివాస రావు, పలు బ్యాంకు లకు చెందినా అధికారులు, జిల్లా అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పంచాంగం

గురువారం 08-02-2024
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం , హేమంత ఋతువు
పుష్య మాసం

తిథి	: బ. త్రయోదశీ ఉ. 09.35
నక్షత్రం	: ఉత్తరాషాఢ రా. 01.54
వర్జ్యం	: ఉ. 10.38 ల 12.09

డి వార్మింగ్ డే కోసం అల్బండెజోల్ మాత్రలు సిద్ధంగా ఉంచాలి

పార్వతీపురం గ్రామీణం, (విశాఖ సమాచారమ్): డీ వార్మింగ్ కార్యక్రమం ద్వారా పిల్లల్లో రక్త హీనత,పోషకాహార లోపం నివారించవచ్చని జిల్లా మలేరియా అధికారి(డీఎంఓ) డాక్టర్ టి. జగన్ మోహనరావు అన్నారు. కృష్ణపల్లి,చినమరికి గ్రామాల్లో వెల్నెస్ కేంద్రాలను ఆయన బుధవారం ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ నెల 9 న నిర్వహించనున్న డీ వార్మింగ్ డే కార్యక్రమానికి అవసరమైన అల్బెండజోల్ మాత్రల పంపిణీ, అర్హులైన పిల్లలు,విద్యార్థులు,అంగన్వాడీ కేంద్రాలు,పాఠశాలలు తదితర వివరాలపై ఆరా తీశారు.అందరి సమన్వయంతో కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలన్నారు.అక్కడ ప్రాథమిక పాఠశాలను సందర్శించి పంపిణీ చేసిన అల్బెండజోల్ మాత్రల స్టాక్ తనిఖీ చేశారు.విద్యార్థులకు వీటి అవశ్యకతను వివరించారు. కార్యక్రమానికి ముందుగా హ్యాండ్ వాషింగ్ పై అవగాహన కల్పించి, చేయించాలన్నారు. అనంతరం డాక్టర్ జగన్ మోహనరావు అక్కడ వెల్నెస్ కేంద్రాల్లో ఆరోగ్య తనిఖీల రికార్డులను, అందుబాటులో ఉంచిన మందులను,వైద్య పరికరాలను పరిశీలించారు.ఇ- సంజీవిని ద్వారా ఎంతమందికి వైద్య సేవలు అందజేసారు,గర్భిణీలకు కిల్కారీ సేవలపై ఆరా తీశారు.జ్వర నిర్ధారణ పరీక్షలు సిద్ధంగా ఉంచాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఎంఓ సూర్యనారాయణ,వైద్య సిబ్బంది టి.శిరీష,సి.నిర్మల,సిహెచ్ కృష్ణవేణి, బంగారునాయుడు, కన్నం నాయుడు,ఆశా కార్యకర్తలు,అంగన్వాడీ సిబ్బంది తదితరులు ఉన్నారు.

రెవెన్యూ ఉద్యోగులకు ప్రభుత్వం భరోసా ఇవ్వాలి

విజయవాడ: రెవిన్యూ శాఖ చరిత్రలోనే పాక్షిక న్యాయకరిగా అధికారాలు కలిగి ఉన్న ఒక ఎక్జిక్యూటివ్ మేజిస్ట్రేట్ హోదాలో ఉన్న వ్యక్తిని ఇంత కిరాతకంగా హత్య చేసి హతమార్చి 5 రోజులు గడిచిపోయినా ఈ రోజుకీ ఇటు ఉద్యోగుల భద్రత గురించి, అటు చనిపోయిన తహసీల్దారు రమణయ్య కుటుంబానికీ ప్రభుత్వం భరోసా కల్పించలేదని ఆంధ్రప్రదేశ్ రెవిన్యూ సర్వీసెస్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు బొప్పరాజు వెంకటేశ్వర్లు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. విచారణ పేరుతో నిందితులను శిక్షించేందుకు కాలయాపన చేస్తున్న విషయాన్ని ప్రభుత్వం తీవ్రంగా పరిగణించాలన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి , స్పెషల్ చీఫ్ సెక్రటరీ చీఫ్ కమిషనర్ అఫ్ ల్యాండ్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ ని కలిసి తహసీల్దారు రమణయ్య పై కిరాతకంగా దాడి చేసి హత్య చేసిన విషయమై విజయవాడ రెవిన్యూ భవన్ లో జరిగిన రాష్ట్ర కార్యవర్గ సమావేశంలో రాష్ట్రములోని అందరూ రెవెన్యూ ఉద్యోగుల మనోభావాలు, తీసుకున్న తీర్మానాలను ఏపీ రెవెన్యూ సర్వీసెస్ అసోసియేషన్ పక్షాన వినతి పత్రాన్ని అందజేశారు.

మెమొరాండం లోని ప్రధాన అంశాలు ఇవీ

ఏది నిర్వహణలో ఉన్న ఉద్యోగుల పై దాడి చేయాలనే ఆలోచనే రాకుండా చట్టాలను ఇంకా కఠినతరం చేయాలని , అత్యంత కిరాతకంగా జరిగిన తహసీల్దారు రమణయ్య హత్య రాష్ట్రంలోని యావత్తు రెవిన్యూ ఉద్యోగులను అభద్రత భావానికి గురిచేసిందని తెలిపారు. విశాఖపట్నం జిల్లాలో పనిచేస్తున్న తహశీల్దార్ రమణయ్య హత్యకు కారకులను వెంటనే అరెస్ట్ చేయాలని, ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం చేయకుండా హత్యకు కారకులైన నిందితులపై తక్షణమే కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని, తహశీల్దార్ రమణయ్య కుటుంబాన్ని అన్ని విధాలుగా ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని, తక్షణమే ఎక్సగ్రేషియా ప్రకటించాలని, భార్యకు గ్రూప్-2 స్థాయి ఉద్యోగం కల్పించాలని తీర్మానించారు. జ్యూడిషియల్ అధికారాలు కలిగి ఉన్న ఒక ఎక్జిక్యూటివ్ మేజిస్ట్రేట్ హోదాలో ఉన్న వ్యక్తిని ఇంత కిరాతకంగా హత్య చేసి హతమార్చితే , సామాన్య రెవిన్యూ ఉద్యోగి పరిస్థితి ఏంటి? అని, రాష్ట్రంలోని ప్రతీ రెవిన్యూ ఉద్యోగి భయాందోళనలకు గురి అగుచున్నారు. కావున ప్రభుత్వం తక్షణమే స్పందించి ,ఉద్యోగుల భద్రత విషయంలో ప్రభుత్వం తక్షణమే ఈ క్రింది చర్యలు చేపట్టాలని కోరారు

ఏ) భూమి విలువ అత్యధికంగా పెరిగిన పట్టణ ప్రాంతాలలో విధి నిర్వహణలో ఉన్న అధికారులు, ఉద్యోగులకు తక్షణమే భద్రత కల్పించాలి.

బి) రెవిన్యూ అధికారులు, ఉద్యోగులు నివాసం ఉండటానికి ఇంటెగ్రేటెడ్ రెవిన్యూ క్వార్టర్స్ ఏర్పాటు చేసి, అక్కడ తగిన భద్రతా ఏర్పాట్లు చెయ్యాలి.

సి) భూ వివాదాల పరిష్కారం కొరకు , భూ ఆక్రమణ తొలగింపులో ఐ.ఏ.యెస్, ఐ.పి.యెస్ స్థాయి అధికారులతో ప్రత్యేక విభాగాన్ని ప్రతీ జిల్లాలో నియమించాలి. భూ రికార్డులు అందుబాటులో ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలి.

డి) ప్రతీ మండలంలో స్వయంప్రతిత్తి కలిగిన న్యాయ విభాగాన్ని ఏర్పాటు చేయాలి, కోర్టు వివాదాలు ఎదుర్కోనుటకు తగినంత బడ్జెట్ ఇవ్వాలి, తద్వారా కోర్టు వివాదాలు త్వరితగతిన పరిష్కారం కోసం తోడ్పడాలి.

ఈ) రెవిన్యూ ఉద్యోగులపై దాడి కి పాల్పడిన కేసుల విషయంలో ప్రభుత్వం తక్షణమే దృష్టి సారించి, న్యాయం చెయ్యాలి.

ఎఫ్) పట్టణ ప్రాంత మండలాలు, భూవివాదాలు ఎక్కువగా ఉన్న సెన్సిటివ్ మండలాలలో తగినంత సిబ్బందిని నియమించాలి.

జి) ప్రభుత్వం తక్షణమే జోక్యం చేసుకుని ఉద్యోగుల పై దాడి జరిగితే , నిందితులను విధి కరాణాలతో తప్పించుకు పోకుండా, కఠినంగా శిక్షించేలా ఐ.పి.సీ లో మార్పులు చేయాలి. ఈ విషయాల పై సానుకూలంగా స్పందించిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి , స్పెషల్ చీఫ్ సెక్రటరీ చీఫ్ కమిషనర్ అఫ్ ల్యాండ్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ మాట్లాడుతూ పై విషయాలు అన్నీ వీలైనంత త్వరగా ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకు వెళ్తామని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శిని మంగళగిరి లోని సి.సి.ఎల్.ఏ కార్యాలయంలో స్పెషల్ చీఫ్ సెక్రటరీ, చీఫ్ కమిషనర్ అఫ్ ల్యాండ్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ ని కలిసిన వారిలో ఏపీ రెవెన్యూ సర్వీసెస్ అసోసియేషన్ రాష్ట్ర సహ అధ్యక్షుడు ఏతాని త్రినాథ్ రావు, గ్రామ రెవెన్యూ అధికారులు సంఘం రాష్ట్ర సహ అధ్యక్షుడు ఏ.సాంబశివ రావు, గ్రామ రెవెన్యూ సహాయకులు సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు గరికపాటి బ్రహ్మయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మూలపేటలో పేలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలో గల సత్యనారాయణపురం 2 సచివాలయం మూలపేట గ్రామంలో ఉన్న సచివాలయానికి కాలువపై వంతెన మరియు రోడ్డు,కాలువ రక్షణ గోడ,సీసీ కాలువల నిర్మాణానికి మండల ప్రజా పరిషత్ అధ్యక్షుడు గొల్లి నూరిబాబు బుధవారం కొబ్బరికాయ కొట్టి పనులు ప్రారంభించారు. 20 లక్షల రూపాయలు మండల ప్రజా పరిషత్తు నిధులతో పనులు చేపట్టినట్టు తెలిపారు. సర్పంచ్ పలకా భాగ్యలక్ష్మి, సత్తిబాబు, ఎంపీటీసీ కరిమజ్జి అలివేణి మల్లేశ్వరరావు, వైస్ఎంఆర్‌సిపి గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు చవ్వకుల ఈశ్వరరావు, పల్లా ముత్యాలరావు,కరిమజ్జి మహాలక్ష్మి నాయుడు,వార్డు సభ్యులు పిన్నిట్టు రాజు, పలకా నాగ విష్ణు,సెంటకోట సంతోష్ కుమార్,పప్పల జగన్నాథరావు, వైసీపి నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

రూ.2.86 లక్షల కోట్లతో ఏపీ బడ్జెట్

ఉద్యానవనాల సాగు కోసం వివిధ పథకాలతో రూ.4,363 కోట్లు అందించామని, 2,356 మంది ఉద్యానవన సహాయకులను నియమించామని చెప్పారు. మత్స్యకారుల సంక్షేమం కోసం వైఎస్సార్ మత్స్యకార భరోసా పథకం అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ పథకంతో రాష్ట్రంలోని 2,43,000 ల మత్స్యకార కుటుంబాలకు మేలు చేకూరిందని చెప్పారు. చేపల వేటపై నిషేధం ఉండే కాలంలో మత్స్యకార కుటుంబాలకు అందించే ఆర్థిక సాయాన్ని రూ.4 వేల నుంచి రూ.10 వేలకు పెంచామని, ఫిషింగ్ హార్బర్ లను ఏర్పాటు చేశామని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్రంలో 12 వేల హెక్టార్ల విస్తీర్ణంలో కొనసాగుతున్న ఆక్వా కల్చర్ తో 16 లక్షల మందికి ఉపాధి లభిస్తోందని మంత్రి తెలిపారు.

ఏపీ బడ్జెట్.. బోధనలో విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకొచ్చామన్న మంత్రి బుగ్గన

రాష్ట్రంలో విద్యారంగాన్ని మెరుగుపరిచి ప్రపంచ స్థాయిలో మన విద్యార్థులు పోటీపడేలా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యంగా జగన్ సర్కారు పనిచేస్తోందని మంత్రి బుగ్గన పేర్కొన్నారు. ఓట్ ఆన్ బడ్జెట్ లో విద్యారంగానికి జరిపిన కేటాయింపులను అసెంబ్లీలో వెల్లడించారు. తమ ప్రభుత్వ హయాంలో విద్యారంగంలో వచ్చిన మార్పులను మంత్రి తన ప్రసంగంలో ప్రస్తావించారు. రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ఇంగ్లిష్ మీడియంలో బోధన అమలు చేస్తున్నామని చెప్పారు. వెయ్యికి పైగా స్కూళ్లలో సీబీఎస్ఈ సిలబస్ ప్రవేశపెట్టినట్లు తెలిపారు. బోధనలో విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకొచ్చామని, ఐబీ విధానం, వినూత్న పద్ధతులను అవలంబిస్తున్నామని చెప్పారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు ప్రాధాన్యమిచ్చామని వివరించారు.

పేదరికం కారణంగా విద్యార్థులు చదువుకు దూరంకాకూడదనే ఉద్దేశంతో జగనన్న విద్యా కానుక పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నట్లు మంత్రి బుగ్గన వివరించారు. ఈ పథకంతో రాష్ట్రంలోని 47 లక్షల మంది విద్యార్థులు ప్రయోజనం పొందుతున్నారని చెప్పారు. ఇందుకోసం రూ.3367 కోట్లు ఖర్చుచేశామని వివరించారు. మరో 34 లక్షల మంది విద్యార్థులకు ఉచితంగా ట్యాబ్ అందించేందుకు జగన్ ప్రభుత్వం సంకల్పించిందని చెప్పారు. జగనన్న విద్యాదీవెన పథకానికి రూ.11,901 కోట్లు, జగనన్న వసతి దీవెన పథకానికి రూ.4,267 కోట్లు వెచ్చించినట్లు మంత్రి తెలిపారు.

ఈ పథకాలతో 52 లక్షల మంది విద్యార్థులకు లబ్ధి చేకూరిందన్నారు. స్కూళ్లలో గతంలో విద్యార్థుల డ్రాపౌట్ 20.37 శాతంగా ఉండగా.. తమ ప్రభుత్వం ప్రవేశ పెట్టిన పథకాలు, తీసుకున్న చర్యలతో ఇది 6.62 శాతానికి తగ్గించామన్నారు. ఇక వైకే విద్యాదీవెన కింద ఇప్పటి వరకు 1,858 మంది విద్యార్థులు ప్రపంచంలోని ప్రముఖ విశ్వవిద్యాలయాల్లో చదువుకున్నారని మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్ర ప్రసాద్ చెప్పారు. చదువు పూర్తిచేసుకున్న విద్యార్థులకు తగిన ఉద్యోగం సాధించుకునేలా వర్చువల్ ల్యాబ్ లు ఏర్పాటు చేసి నైపుణ్య శిక్షణ అందించామని, దీంతో 95 శాతం మందికి ఉద్యోగాలు లభించాయని తెలిపారు.

'మంచి పనులు చేసే వారికి గౌరవం దక్కుదు': నితిన్ గడ్కరీ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

ప్రభావం చూపిన వ్యక్తుల గురించి వెల్లడించారు. మాజీ ప్రధాని అటల్ బిహారీ వాజ్‌పేయీ తర్వాత రక్షణ శాఖ మాజీ మంత్రి జార్జ్ ఫెర్నాండెజ్ తీరు తనను ఆకట్టుకుందని గడ్కరీ చెప్పారు. అర్జేడీ అధినేత లాలూ ప్రసాద్ యాదవ్ వాక్చాతుర్యాన్ని కొనియాడారు. ఇటీవల భారతరత్న గౌరవం పొందిన బిహార్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి కర్పూరీ ఠాకుర్.. ప్రజాస్వామ్యాన్ని బలోపేతం చేసేందుకు కృషి చేశారన్నారు. రానున్న రోజుల్లో మన ప్రజాస్వామ్యం ఇంకా బలోపేతం అవుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

ఏపీ డీఎస్సీ, టెట్ షెడ్యూల్ విడుదల

ఉంటుంది. ఫిబ్రవరి 8న టెట్ నోటిఫికేషన్ విడుదల కానుంది. అదే రోజు దరఖాస్తుల స్వీకరణ ప్రారంభమవుతుంది. ఫిబ్రవరి 18 వరకూ ఆన్ లైన్లో దరఖాస్తుల స్వీకరణ ఉంటుంది. ఫిబ్రవరి 27 నుంచి మార్చి 9 వరకూ వివిధ కేటగిరీల్లో పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. అలాగే మార్చి 14న టెట్ ఫలితాలు ప్రకటిస్తారు. మరోవైపు ఫిబ్రవరి 12న డీఎస్సీకి నోటిఫికేషన్ విడుదలవుతుంది. ఫిబ్రవరి 21 వరకూ ఫీజు చెల్లించేందుకు గడువిచ్చారు. ఫిబ్రవరి 22 వరకూ దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తారు.

డీఎస్సీ పరీక్ష హాల్ టికెట్లు మార్చి 5 నుంచి వెబ్ సైట్ నుంచి డౌన్ లోడ్ చేసుకోవచ్చు. మార్చి 15 నుంచి 30 వరకూ ఆన్ లైన్లో డీఎస్సీ పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. డీఎస్సీ పరీక్షలు ఉదయం, సాయంత్రం సెషన్లలో ఉంటాయని ప్రభుత్వం తెలిపింది. ఏప్రిల్ 7 న డీఎస్సీ ఫలితాలు విడుదల చేస్తారు. ఈసారి కూడా 2018 సిలబస్ ప్రకారమే డీఎస్సీ పరీక్షలు ఉంటాయని అధికారులు తెలిపారు. అలాగే డీఎస్సీ, టెట్ పరీక్షలకు సంబంధించిన అన్ని వివరాలను అధికారిక వెబ్ సైట్ cse.ap gov.inలో అందుబాటులో ఉంచుతున్నారు. జనరల్ కేటగిరీ అభ్యర్థులకు గరిష్ట వయోపరిమితి 44 ఏళ్లుగా నిర్ణయించారు. రిజర్వ్ కేటగిరీ అభ్యర్థులకు మరో ఐదేళ్లు పెంచారు. అంటే 49 ఏళ్ల వరకూ పరీక్ష రాసే అవకాశం ఉంటుంది.

పారా స్విమ్మింగ్ పోటీలలో దివ్యాంగులు తమ సత్తా చాటాలి

స్విమ్మింగ్ పోటీలలో పాల్గొనే పారా దివ్యాంగ క్రీడాకారులు ఈ క్రింద ఇవ్వబడిన 7013569514, 9390131777 నంబర్లకు సంప్రదించి వెంటనే మీ పేర్లను రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవాలని పారా స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ అఫ్ ఆంధ్రప్రదేశ్ కో ఆర్డినేటర్ వై.శ్రీనివాస్ గౌడ్ తెలియచేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పారా స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ అఫ్ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి వి రామస్వామి, బ్రహ్మకుమారి సిస్టర్ రామేశ్వరి, జిల్లా దివ్యంగుల అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ మాధవి, జిల్లా ఆమెచూర్ ఎక్స్‌టెడ్ అసోసియేషన్ ట్రెజరర్ రఘునాథ రెడ్డి, స్విమ్మింగ్ కోచ్ లక్ష్మణ్ , భవేరా గజేష్ టి ఉదయ్, జ్యోతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సీఎం పర్యటన నేపథ్యంలో యాంపీ థియేటర్ను పరిశీలించిన కలెక్టర్

పీయంపాలెంలోని ఏసీఏ క్రికెట్ స్టేడియం, ఏయూలో ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించేందుకు అధికార యంత్రాంగం సన్నాహాలు చేస్తుంది. ఈ క్రమంలో ఓపెన్ ఎయిర్ థియేటర్లో ఉన్న పరిస్థితులను ఆయన గమనించారు. థియేటర్ సామర్థ్యం, ఎంట్రీ, ఎగ్జిట్ మార్గాలు, సభ ఏర్పాటు తదితర అంశాలపై ఏయూ వీసీ, రిజిస్ట్రార్, జీవీఎంసీ కమిషనర్, పోలీసు ఏడీసీపీ, ఏడీసీలతో కాసేపు చర్చించారు. ముఖ్యమంత్రి కార్యక్రమం నిర్వహించేందుకు అన్ని విధాలుగా థియేటర్ అనువైనదా కాదా అనే అంశాలపై కలెక్టర్ సమీక్షించారు.

జూనియర్ బాయ్స్ హాకీ పోటీలకు క్రీడాకారుల ఎంపిక

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): 14 వ అంతర్ జిల్లాల జూనియర్ బాయ్స్ హాకీ పోటీలకు ఈ నెల 10వ తేది నుంచి కర్నూలులో జరగబోవు పోటీలకు జిల్లా జట్టును ఎంపిక చేసినట్లు బుధవారం నాడు అనకాపల్లి జిల్లా హాకీ అడాక్ కమిటి వైస్ చైర్మన్ కొలాసు నరేశ్ తెలియజేశారు.యలమంచిలి జూనియర్ కళాశాలలో జట్టు ఎంపిక నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ అనకాపల్లి జిల్లా హాకీ చైర్మన్ అడారి వీరు నాయుడు సహాయ సహకారం తో అంతర్ జిల్లాల హాకీ పోటీలకు క్రీడా కారులను పంపించడం జరుగుతున్నాదని, క్రీడాకారులంతా క్రమశిక్షణతో పోటీలో ప్రతిభ కనబరిచి జిల్లా పేరు పేరు ప్రక్కాతులు ఇనుమడింప చేయాలని ఆకాక్షించారు. ఈ కార్యక్రమం లో ఆలిమేల్మ రాజు, రాంబాబు, సీనియర్ కోచ్ శెట్టి రమేశ్,క్రీడాకారులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ సమాచారమ్

గురువారం 08-02-2024

ఎందుకీ మానవ జన్మ - ఎప్పుడు దీనికి విముక్తి

జీవితం మీద మనకు విసుగు పుట్టినప్పుడు 'ఏ మనిషిగా ఎందుకు పుట్టాను రా బాబూ' అని మనం అనుకుంటూ ఉంటాం. అసలు మనిషి జన్మ ఏమిటి? దీనికి విముక్తి ఎప్పుడు అనే విషయాలను తెలుసుకుందాం.

నిజంగా మానవ జన్మ అంత నీచనికృష్టమైనదా? అసలు మనం ఈ భూమ్మీద ఎందుకు పుట్టాం, ఎందుకు చనిపోతున్నాం, చనిపోయాక ఎక్కడికి పోతాం, ఇలాంటి ప్రశ్నలన్నీ మనిషికి సర్వసాధారణంగా వస్తుంటాయి.

మనం అనుకున్నట్లుగా మనిషి జన్మ నీచమైనది కాదు ఉత్కృష్టమైనది. పునరపి జననం పునరపి మరణం అంటారు. జన్మ అంటే మళ్లీ పుట్టడం అంటే చనిపోయిన వాళ్ళు మళ్లీ పుట్టడమే జన్మ. కానీ తిరిగి మానవ జన్మే వస్తుంది అని మాత్రం చెప్పలేం. ఎందుకంటే మనం ఎలాంటి జన్మ ఎత్తాలో మనం సంపాదించుకున్న జ్ఞానం మీద మాత్రమే ఆధారపడి ఉంటుంది. కర్మ ఫలాలను బట్టే మనిషి జన్మ ఉంటుంది.

మనిషి జన్మ అనేది దేవుడికి మనిషి చేరువ కావడానికి దొరికిన ఓ అపూర్వమైన అవకాశం. భక్తి మార్గంలో ఉండి వైరాగ్యం చెంది భగవంతుడిని చేరుకోవడానికి మనిషి జన్మ తప్పితే మరో జన్మలో ఆ అవకాశం లేదు. అయినా పూర్వ జన్మ పుణ్య ఫలంతో సాలీడు, ఏనుగు, పాము, నెమలి వంటివి దేవుడిని పూజించి ముక్తి పొందినట్టు మన పురాణ గ్రంథాలు తిరగేస్తే తెలుస్తుంది. కానీ మనిషిగా పుట్టిన వారంతా భగవంతుడికి దగ్గరయ్యే మార్గాన్ని నిజంగా ఉపయోగించుకుంటున్నారా లేదా అనేది మనకు మనం ఆలోచించుకోవాలి. మనిషి పుట్టినప్పటి నుంచి తాను చెయ్యాల్సిన మంచి పనులు చేయక తప్పదు. సంసార సాగరంలో ఈదుకుంటూ పోవడం తప్ప మనకు మరో దారి లేదు. ఇందులో మరో దారి లేదు.

మనుషులనైనా చెట్టుకు ఉండవా?

ఇవన్నీ మానవ మాత్రులకైనా చెట్టూ చేమలకు ఉండవా అని మీరనుకోవచ్చు. అక్కడికే వద్దాం. ఒక చెట్టుకు మొగ్గ వచ్చింది. అది పువ్వై ఆ తర్వాత కాయగా మారింది. పండిపోయి కొంతకాలానికి అది నేల రాలిపోతుంది. ఇక్కడ మనం గమనించాల్సిన విషయం ఏమిటంటే పిందెగానో, కాయగానో ఉన్నప్పుడు దానిని కొమ్మ నుంచి కోసి వేరు చేస్తున్నప్పుడు అది ఉన్న చోటు నుంచి నీరు కారుతుంది. కాయ మొదలు లోనూ ఆ నీటి తడిని మీరు చూడవచ్చు. కానీ పండు రాలినప్పుడు కొమ్మలో ఎలాంటి నీటి తడి ఉండదు. పండు రాలిన చోట కూడా నీటి తడి ఉండదు. కానీ కాయ కోస్తున్నప్పుడు నీటి తడి ఉండటానికి కారణం, అయ్యో మరిన్ని రోజులు నన్ను అంటిపెట్టుకుని ఉంటే అది పండు అయ్యేదే కదా అని చెట్టు కొమ్మ కంట తడి పెడుతుంది. కాబట్టి అక్కడ నీటి తడిని మనం చూస్తుంటాం.

అలాగే కాయ మొదలులోనూ ఆ నీటి తడి ఉంటుంది. 'అయ్యో ముందుగానే నన్ను చెట్టు కొమ్మ నుంచి వేరు చేసేశారు కదా' అని కాయ కూడా బాధపడుతుంది. కానీ పండు విషయంలో అలా కాదు. కాయ పండి రాలుతున్నప్పుడు చెట్టు కొమ్మన నీటి తడి కనిపించదు. పండు మొదలు లోనూ నీటి తడి ఉండదు. రెండింటిలోనూ ఓ పరిపక్వత వస్తుంది. దాని బంధం అయిపోయింది కాబట్టే పండు రాలిపోయిందని చెట్టు కొమ్మ అనుకుంటుంది. పండు కూడా తన కాలం ముగిసినట్టు అనుకోవడంతో అటూ ఇటూ రెండువైపులా బాధ అనేది ఉండదు. అలాంటిదే మనిషి జీవితం కూడా.

సంసార చక్రంలో ఉండి కుటుంబ వ్యవహారాలు సాగిస్తున్న సమయంలో ఉన్నట్టుండి పక్కకు తప్పుకుంటే అటు కుటుంబ సభ్యులకూ బాధే. మధ్యలోనే దూరమవుతున్నామని అతనికి బాధే. ఆ వ్యక్తి తన బాధ్యతలను సక్రమంగా నిర్వర్తించి నెమ్మదిగా జ్ఞానమార్గం వైపు అడుగులు వేస్తూ అందులో మునిగి తేలినప్పుడు అటు అతనికీ ఇటు కుటుంబ సభ్యులకూ బాధ ఉండదు. రెండువైపులా కన్నీరు కార్చడం అనేది ఉండదు. జ్ఞానమనేది ఒక్క రోజులో వచ్చేది కాదు. నెమ్మదిగా రావాలి. అందుకే మెల్లమెల్లగా దాని వైపు అడుగులు వేయాలి.

కర్మ ఫలాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాం

జ్ఞానం, కర్మలు ఒకదానితో ఒకటి ముడిపడి ఉంటాయి. జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ కర్మలు అంతరిస్తాయి. అనేక జన్మలుగా మనం చేసిన పాపపుణ్యాలు కర్మల రూపంలో మనతోనే వస్తాయి. ఈ కర్మలు మూడు రకాలుగా ఉంటాయి. ఆగామి, సంచితం, ప్రారబ్ధం అని మూడు రకాలుగా ఈ కర్మలు ఉంటాయి. నిత్యం మనం చేసే కర్మలన్నీ ఆగామి కర్మల కిందికే వస్తాయి. కొన్ని వెంటనే ఫలిస్తాయి మరికొన్ని తర్వాతి జన్మల్లో ఫలితాన్ని చూపిస్తాయి. మనం ఎన్ని పాపాలు చేశాం? ఎన్ని పుణ్యాలు చేశాం? దానధర్మాలు ఏమైనా చేశామా లాంటివన్నీ ఆగామి కర్మల కిందికే వస్తాయి.

ఇక సంచిత కర్మలలోకి వెళదాం. మనం పూర్వ జన్మలో చేసిన కర్మలు ఈ జన్మకు వచ్చాయనుకోండి మనం ఈ జన్మలో కూడా వాటిని అనుభవించకుండే అవి మళ్లీ రాబోయే జన్మకు వెళ్లిపోతాయి. వీటిని సంచిత కర్మలు అంటారు. ఉదాహరణకు గత జన్మలో మీరు ఒకర్ని హత్య చేశారనుకుందాం ఈ జన్మలో దాని ఫలితం అనుభవించాల్సి ఉన్నా రకరకాల కారణాలవల్ల అది జరగలేదు అది రాబోయే జన్మకు తరలిపోతుంది. దీన్ని సంచిత కర్మ అంటారు. ఇక ప్రారబ్ధం విషయానికి వస్తే అంతా నా ప్రారబ్ధం అని మనం తరచూ అంటూ ఉంటాం.

సంచిత కర్మల్లో కచ్చితంగా అనుభవించి తీరాల్సినవి ఉంటాయి. వాటినే ప్రారబ్ధం అంటారు. ఇందాకటి ఉదాహరణ విషయానికే వస్తే గత జన్మలో మీరు చాల హత్యలు చేశారనుకోండి పైగా మీ దగ్గర పుణ్యబలం కూడా లేదనుకోండి జన్మ తీసుకోగానే దాని సమయం వచ్చినవుడు ఆ ప్రారబ్ధం తగిన ఫలితం చూపిస్తుంది. ఇలాంటి దావు ఎవరికీ రాకూడదు అని అందరూ అనుకుంటూ ఉంటారు. అది ప్రారబ్ధ కర్మ కాబట్టే అతను అనుభవించక తప్పలేదు. అనేక జన్మలలో చేసిన కర్మఫలాలు ఆ జీవుడితో పాటుగా ప్రయాణిస్తుంటాయి.

పుణ్య కర్మలు పక్వానికి వస్తే ఆ వ్యక్తి దేవలోకంలో పుడతాడు. ఆ కర్మల ఫలితంగా అనేక భోగాలు అనుభవిస్తాడు. ఆ భోగాలు అయిపోగానే 'క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశంతి' అన్నట్లు మళ్లీ మానవ లోకాన్ని చేరుకుంటాడు. అక్కడ మళ్లీ మనిషిగానో, జంతువుగానో పుడతాడు. అంతకుముందు అతను దేవలోకంలో పుట్టినా అతనికి కర్మలు చేసే సద్భుత శరీరం ఉండదు. ఎందుకంటే అక్కడ భోగాలు అనుభవించటానికి మాత్రమే అధికారం ఉంటుందిగాని కర్మలు చేసే అధికారం ఉండదు. పుణ్య కర్మలు పక్వన పెట్టి మనం పాపాలు మాత్రమే చేస్తూ పోయామనుకోండి అవి కూడా పక్వానికి వస్తాయి. అప్పుడు ఏ కుక్కగానో పిల్లిగానో పుట్టక తప్పదన్నమాట.

కోడ్ వచ్చేవరకు ఓటర్ల జాబితాలో మార్పులు

విజయనగరం: ఎన్నికల ప్రకటన వెలువడే వరకూ ఓటర్ల జాబితాలో చేర్పులు, మార్పులకు అవకాశం ఉందని జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి చెప్పారు. అయితే పేర్ల తొలగింపునకు సంబంధించి, నియోజకవర్గంలో 0.1 శాతం దాటితే ఎన్నికల కమిషన్ అనుమతి తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని తెలిపారు. ఎన్నికల కోడ్ వచ్చిన తరువాత జాబితాలో మార్పులకు, తొలగింపునకు అవకాశం ఉండదని, నామినేషన్ల గడువు వరకు చేర్పులు మాత్రమే ఉంటాయని స్పష్టం చేశారు. వివిధ రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులతో తన ఛాంబర్‌లో బుధవారం సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఓటర్ల జాబితా సవరణ ప్రక్రియ, మార్పులు, చేర్పులు, తొలగింపుల పట్ల ఆయా పార్టీల అభిప్రాయాన్ని తెలుసుకున్నారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా సుమారు 4,400 ధరఖాస్తులు వచ్చాయని, వాటిని త్వరగా పరిశీలించి, తగిన చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. అలాగే తమకు అందిన ఫిర్యాదులపైనా చర్యలు తీసుకొని, వాటి వివరాలను తెలియజేస్తామని అన్నారు.

ఈ సమావేశంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె.కార్తీక్, అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ వెంకట త్రివినాగ్, నియోజకవర్గాల ఇఆర్‌ఓలు ఎల్.జోసెఫ్, పి.మురళీకృష్ణ, నూకరాజు, ఎన్నికల సూపర్నెంట్ ప్రభాకర్, వివిధ రాజకీయ ప్రతినిధులు రొంగలి పోతన్న, కుటుంబరావు, సోములు, దయానంద్, డిటిలు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

గాజువాకలో రోడ్డు భద్రత కార్యక్రమం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆర్డీవో జయప్రకాష్ అధ్వర్యంలో రోడ్డు భద్రత సేఫ్టీ కార్యక్రమాన్ని గాజువాక మండలం కూర్మన్నపాలెం జంక్షన్ లోచేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో తన సహ చరసిబ్బంది ఎం వీజ ఇన్స్పెక్టర్లు టి హరి ప్రసాదరావు, జి సత్యమనాయుడు, జి సుజనా, ఏఎస్ కృష్ణమోహన్ , హెడ్ కానిస్టేబుల్ నాగరాజు, కూర్మన్నపాలెం ట్రాఫిక్ పోలీస్ సిబ్బంది మరియు నగర పౌరులు పాల్గొన్నారు పాల్గొన్నారు.

అక్రమంగా మద్యం సీసాలు తరలిస్తున్న వ్యక్తి అరెస్ట్

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలో ఆర్టీసి కాంప్లెక్స్ వద్ద బుధవారం నాడు అక్రమంగా మద్యం సీసాలు విక్రయిస్తున్నారన్న సమాచారం మేరకు గస్తీ నిర్వహించి,యలమంచిలి మునగపాక మండలం రామగిరికి చెందిన వ్యక్తి నుంచి 6 మద్యం సీసాలు స్వాధీనం చేసుకుని కేసు నమోదు చేసినట్లు టౌన్ ఎస్సై కె.సాయినాయుడు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఎవరైనా చట్ట వ్యతిరేకముగా మద్యం తరలించినా, అమ్మినా చట్టపరమైన చర్యలు తప్పవన్నారు.

రెవెన్యూ సిబ్బంది రక్షణకు ప్రత్యేక చర్యలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో పని చేసే రెవెన్యూ సిబ్బంది రక్షణకు పూర్తిస్థాయిలో ప్రత్యేకమైన చర్యలు తీసుకుంటామని.. అందరూ ధైర్యంగా విధులు నిర్వహించే విధంగా పని వాతావరణాన్ని కల్పిస్తామని జిల్లా కలెక్టర్ డా. ఎ. మల్లికార్జున భరోసా ఇచ్చారు. దీనిలో భాగంగా గ్రామీణ తహశీల్దార్ కార్యాలయ వద్ద నిత్యం పోలీసు సెక్యూరిటీ ఉండేలా నిర్ణయం తీసుకున్నామని పేర్కొన్నారు. ఇప్పటికే కార్యాలయ అభివృద్ధి నిమిత్తం రూ.5 లక్షలు కేటాయించామని, వాటిలో కొంత మొత్తం వినియోగించి కార్యాలయ ఆవరణలో సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేస్తామని వెల్లడించారు. ఇటీవల గ్రామీణ తహశీల్దార్ కార్యాలయ పరిధిలో జరిగిన ఘటన నేపథ్యంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె. మయూర్ అశోక్, ఆర్డీవో భాస్కర్ రెడ్డిలతో కలిసి గ్రామీణ తహశీల్దార్ కార్యాలయాన్ని బుధవారం ఆయన సందర్శించారు. కార్యాలయ అధికారులు, వీఆర్వోలు, సర్వేయర్లతో ప్రత్యేకంగా సమావేశమయ్యారు. విధుల నిర్వహణలో అప్పుడప్పుడు క్లిష్టమైన పరిస్థితులు ఎదురవుతాయని వాటిని ధైర్యంగా ఎదుర్కొని ముందుకు వెళ్లాలని అధికారులు, ఎట్టి పరిస్థితిల్లోనూ భయపడవద్దని సిబ్బందిలో ధైర్యం నింపారు.

జాయింట్ కలెక్టర్, ఆర్డీవోలతో కలిసి కార్యాలయాన్ని సందర్శించిన ఆయన కాసేపు రెవెన్యూ సిబ్బందితో మాట్లాడారు. తాజా ఘటనలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన స్పందిస్తూ విధుల నిర్వహణలో నిష్పక్షపాతంగా వ్యవహరించాలని, కర్తవ్యాలను విధిగా నిర్వహించాలని చెప్పారు. కార్యాలయ పనుల నిమిత్తం ఎవరినీ ఇంటికి అహ్వానించవద్దని హితవు పలికారు. గ్రామీణ పరిధిలో జరిగే కార్యకలాపాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తామని, పూర్తి స్థాయి రక్షణ చర్యలు చేపడతామని పేర్కొన్నారు. కార్యాలయ ఆవరణలో సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేస్తామని వెల్లడించారు. ప్రీర్వేలంతా ఒక చోట విధులు నిర్వహించుకునేందుకు అనువుగా ప్రత్యేక కౌంటర్ ఏర్పాటు చేస్తామని, త్వరలోనే కార్యాలయానికి అధునికీకరణ పనులు చేపడతామని జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ. మల్లిఖార్జున పేర్కొన్నారు. కార్యాలయ సందర్శన అనంతరం స్థానిక మీడియాతో కలెక్టర్ మాట్లాడారు. ఇటీవల జరిగిన పరిణామాలపై స్పందించారు. కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె. మయూర్ అశోక్, భీమిలి ఆర్డీవో భాస్కర్ రెడ్డి, స్థానిక రెవెన్యూ అధికారులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పలు అభివృద్ధి పనులకు స్థాయి సంఘం ఆమోదం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలో పలు అభివృద్ధి పనులు చేపట్టేందుకు స్థాయి సంఘం ఆమోదం తెలిపింది స్థాయి సంఘం చైర్ పర్సన్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. బుధవారం ఆమె జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలోని స్థాయి సంఘం సమావేశ మందిరంలో స్థాయి సంఘం సమావేశం నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా స్థాయి సంఘం చైర్ పర్సన్ మాట్లాడుతూ స్థాయి సంఘంలో 80 అజెండాలతోపాటు 61 టేబుల్ అజెండాలు తో కలిపి మొత్తం 141 అంశాలు పొందుపరిచారని వీటిని స్థాయి సంఘం సభ్యులు చర్చించి ఆమోదించారని తెలిపారు. పట్టణ ప్రణాళిక విభాగానికి సంబంధించి పలు ప్రాంతాలలో భవన నిర్మాణ వ్యర్థాలు తొలగింపుకు రూ.3.85 లక్షలు, ప్రజా ఆరోగ్య విభాగానికి సంబంధించి పలు వార్డులలో తాత్కాలిక పద్ధతిపై అదనపు పారిశుద్ధ్య కార్మికులను ఏర్పాటు చేసేందుకు జెసిబి లతో వ్యర్థాలు కాపులుపాద తరలించేఁదుకు రూ 3.20 కోట్లు, అలాగే ఇంజనీరింగ్ విభాగానికి సంబంధించి రూ.21.63 కోట్ల తో పలు అభివృద్ధి పనులు చేపట్టేందుకు స్థాయి సంఘం ఆమోదం తెలిపిందన్నారు.

ఈ సమావేశంలో స్థాయి సంఘం సభ్యులతో పాటు కార్యదర్శి నల్లనయ్య, ప్రధాన వైద్యాధికారి డాక్టర్ నరేష్ కుమార్, ఎగ్జామినర్ ఆఫ్ అకౌంట్స్ వాసుదేవ రెడ్డి, కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మోహన వెంకట రెస్ట్ హోమ్స్ (రి)

ప్రశాంతినగర్, తిరుపతి: ఫోన్ : 9393932718

మీరు ప్రతీఏటా తిరుపతి-తిరుమల పుణ్యక్షేత్రంలోని శ్రీవేంకటేశ్వర, పద్మావతి అమ్మవార్ల దర్శనం ఇష్టంగా చేసుకుంటూ ఉంటారు. రోజు రోజుకు పెరుగుతున్న భక్తుల కారణంగా ఇప్పుడు తిరుపతిలో గాని, తిరుమలలో గాని వసతి చాలా కష్టమవుతోంది.

ఇలాంటి సమస్యకు పరిష్కారంగా తిరుపతిలో (బస్‌స్టాండ్ రైల్వేస్టేషన్‌లకు కేవలం 8.5 కి.మి. దూరంలో) ప్రకృతి వనరులతో 14 ఎకరాల స్థలంలో ప్రశాంతినగర్ నిర్మాణంలో ఉంది.

అనేక అధునాతన సౌకర్యాలతో సుమారు 500 స్టూడియో అపార్ట్‌మెంట్లు మీకు అందుబాటులోకి వస్తున్నాయి. ఇప్పటికే 40 అపార్ట్‌మెంట్లతో ఒక బ్లాక్ సిద్ధంగా ఉంది. 24x7 రవాణాసౌకర్యం కూడా యాజమాన్యం కల్పించింది.

సంవత్సరానికి 5 రోజులు ఈ సుభప్రదమైన ఆవాసం పొందడానికి మీకు ఇప్పుడు చక్కని అవకాశం లభిస్తోంది. కేవలం ఒక లక్షరూపాయలు (+ 18శాతం జీఎస్టీ చెల్లించి) ఒక సింగిల్ బెడ్ అపార్ట్‌మెంట్‌ను మీరు ఒక సంవత్సరంలో 5 రోజులు చొప్పున 12 ఏళ్ల పాటు వినియోగించుకోవచ్చును.

లభించే సదుపాయాలు : ఆన్‌లైన్ ద్వారా బుకింగ్ సదుపాయం. 24x7 రవాణా సౌకర్యం. మీరు స్వయంగా కూడా వాహనాలు నడపవచ్చు. (2,4 వీలర్ ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలు) 24x7 క్లినిక్, గదిలో ఫ్రిజ్, మంచం, పరుపు, ఏసీ, సోఫా, టేబుల్, ఎల్‌పీజీ స్టా, గిన్నెలతో సహా కిచెన్.

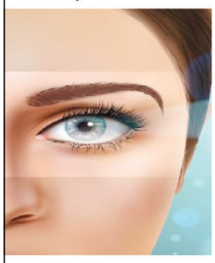
పూర్తి శాఖాహార భోజన, ఫలహారశాల, అన్నిరకాల వస్తుసామాగ్రి దుకాణములు, వాకింగ్ ట్రాక్, ఈతకొలను, ఔషధ మొక్కలతో కూడిన వనసంపదల ఉద్యానవనం. అహ్లాదకరమైన ఆధ్యాత్మిక సంగీతభరిత వాతావరణం, ఉచిత వైఫై లభిస్తాయి.

24×7 రక్షణ, లాండ్రీ, ఇతర సేవలు లభిస్తాయి.

వివరములకు సంప్రదించండి.

9393949345, 8247526179

కళ్లు నక్షత్రాల్లా మెరిసిపోవాలన్నా ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్నా, తీసుకోవాల్సిన ఆహారాలు



మనిషి శరీరంలో ఉన్న జ్ఞానేంద్రియాల్లో కళ్లు చాలా ముఖ్యమైనవి. అవి లేకపోతే మనం ఏవీ చూడలేము. ప్రపంచం అంతా నల్లగానే కనిపిస్తుంది. ఆ అద్భుతమైన రంగుల లోకాన్ని చూడాలంటే ఖచ్చితంగా నేత్రాలు కావాల్సిందే. కళ్లు లేని వాళ్లు పడే బాధ చూస్తుంటేనే అది అర్థం అవుతుంది.

ఏ పనీ చేసుకోలేక వారు పడే ఇబ్బందులు అంతా ఇంతా కాదు. మరొకరి సాయం లేకుండా వారి పనులు కూడా వారు చేసుకోలేరు. అలాంటి సమస్యలు మీరు కూడా పడొద్దు అనుకుంటే కళ్లను కాపాడుకోవాల్సిందే. కళ్ల ఆరోగ్యం ఎంత బాగుంటే మీ జీవితం అంత బాగుంటుంది.

అయితే అవి కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్నా, నక్షత్రాల్లా మెరిసిపోవాలన్నా కొన్ని ఆహారాలు తప్పనిసరి. కళ్ల ఆరోగ్యం బాగుంటనే మనిషి కూడా చాలా అందంగా కనిపిస్తాడు. కళ్లపైనే చాలా మంది అందం కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది. మరి చేప కళ్ల లాంటి అందమైన కళ్లు కావాలన్నా, అవి బాగా కనిపించాలన్నా తీసుకోవాల్సిన ఆహార పదార్థాలు ఏవో మనం ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

1. ఆకుకూరలు: ఆకుకూరలు దృష్టిని మెరుగు పరచడానికి చాలా బాగు ఉపయోగపడతాయి. అందులో ఉండే విటామిన్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల వల్ల కళ్లు చక్కగా కనిపిస్తాయి. ముఖ్యంగా పీటిలో ఉండే లుటిన్ కూడా నేత్రాల ఆరోగ్యానికి మంచిది.

2. క్యారెట్: క్యారెట్‌లో విటమిన్ ఏ, బీటా కెరోటిన్ రూపంలో ఉంటుంది. విటామిన్ ఏ కంటి చూపునకు తోడ్పడుతుంది. దీని వల్ల రెటినాలో ఉండే వర్ణ ద్రవ్యాల్ని ఏర్పరచడానికి సహాయ పడుతుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. కంటి ఇన్ఫెక్షన్లు కూడా రాకుండా రక్షిస్తుంది.

3. చిలకడదుంప: చిలకడదుంపలో ఉండే విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సీ, లుటిన్‌లు అధికంగా ఉంటాయి. దీనిలో గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కూడా చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది.

4. బాదాం: బాదాం పప్పులో విటమిన్ ఇ ఉంటుంది. బాదాం తరచుగా తీసుకుంటే వయసు మీద పడడం వల్ల వచ్చే మచ్చల క్షీణత, కంటి శుక్లం సమస్యను నివారిస్తుంది.

5. గుడ్లు: గుడ్లలో లుటిన్, జియాక్సంతిన్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇది వయసు సంబంధిత దృష్టి లోపం ప్రభావాన్ని తగ్గిస్తుంది. వీటిలో విటమిన్ సి, ఇ, జింక్ కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి.

6. సిట్రస్ పండ్లు: సిట్రస్ పండ్లలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. విటమిన్ ఇ లాగా విటమిన్ సి అనేది యాంటీ ఆక్సిడెంట్. ఇది వయసు సంబంధిత దృష్టి సమస్యలతో పోరాడుతుంది.

7. చేపలు: చేపల వల్ల కూడా కంటి ఆరోగ్యం చాలా బాగుంటుంది. వీటిలో ఉండే ఒమేగా-3 కొవ్వు ఫ్యాటీ అమ్లాలు, యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది కంటి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. కళ్లు మసకగా కనిపించే సమస్య ఉన్న వారికి ఆ సమస్యను దూరం చేస్తుంది.

సో ఇంకెందుకు ఆలస్యం? పైన చెప్పిన ఆహార పదార్థాలన్నింటినీ వారంలో ఒక్కసారైనా తినండి. అంటే ఒక్కో రోజు ఒక్కో రకమైన ఆహారం తీసుకుంటే కేవలం కళ్ల ఆరోగ్యమే కాదండోయ్ మీ శరీర ఆరోగ్యం కూడా చాలా బాగుంటుంది.

హిమోగ్లోబిన్ లేకపోతే ఎన్ని రకాల సమస్యలో ?

మీరు ఎప్పుడైనా ఏదైనా అనారోగ్య సమస్య వచ్చినప్పుడు డాక్టర్ వద్దకు వెళ్తే డాక్టర్ పలు వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించడం, అందులో ఎక్కువ ఛాన్సెస్ మీకు హిమోగ్లోబిన్ లోపం ఉందని చెప్పడం చూసే ఉంటారు. దానికి కారణం హిమోగ్లోబిన్ లేకపోవడం వల్ల శరీరంలో టాటూ వేసుకునే మార్పులే ఆరోగ్య సమస్యల రూపంలో బయటపడుతుంటాయి.

ఇంతకీ హిమోగ్లోబిన్ లోపం ఎందువల్ల ఏర్పడుతుంది అంటే ఐరన్ లోపం వల్ల హిమోగ్లోబిన్ లోపిస్తుంది. ఐరన్ ఉన్న ఫుడ్స్ తినకపోతే ముందుగా శరీరంలో ఐరన్ లోపిస్తుంది. ఆ తరువాత అది కాస్తా హిమోగ్లోబిన్ లోపానికి దారితీస్తుంది. అందుకే ఐరన్ ఫుడ్స్ ఎక్కువగా తినాలి. అలాగే విటమిన్ B12, ప్రోటీన్స్ వంటి పోషక విలువలు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడానికే అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి.

త్వరగా అలసిపోకుంటారు

శరీరంలో ఎర్ర రక్త కణాలు కానీ లేదా హిమోగ్లోబిన్ కానీ తక్కువగా ఉన్నప్పుడు శరీరంలోని అన్ని అవయవాలకు ఆక్సిజన్ అందడం ఇబ్బందిగా మారుతుంది. ఈ కారణంగానే హిమోగ్లోబిన్ లోపంతో బాధపడే వారు త్వరగా అలసిపోతుంటారు. అంతేకాకుండా హిమోగ్లోబిన్ లోపంతో బాధపడే వారిలో తలనొప్పి, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు, కళ్లు తిరగడం, చర్మం పేలిపోవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తుంటాయి.

స్త్రీ, పురుషుల్లో హిమోగ్లోబిన్ నార్మల్ లెవెల్స్ ఎంత ఉంటాయి ?

పురుషుల్లో నార్మల్ హిమోగ్లోబిన్ లెవెల్స్ 14.0 గ్రామ్స్ పర్ డెసిలిటర్ నుండి 17.5 gm/dl ఉంటాయి. స్త్రీల విషయానికొస్తే నార్మల్ హిమోగ్లోబిన్ లెవెల్స్ 12.3 gm/dl నుండి 15.3 gm/dl ఉంటాయి.

మెడిసిన్స్‌పై ఆధారపడకుండా హిమోగ్లోబిన్‌ని సహజంగా పెంచుకోవాలంటే పాలకూర లాంటి ఆకు కూరలు బాగా తినాలి. పాలకూరలో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.

పచ్చి బఠానీలు, పుప్పు ధాన్యాలు, బీన్స్ వంటి గింజల్లోనూ ఐరన్ అధికంగా ఉంటుంది. మీ ఆహారంలో వీటిని ఒక భాగంగా చేసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మంచిది. డ్రై ఫ్రూట్స్‌తో పాటు ఎండు ద్రాక్షల్లోనూ ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.

ఎలాంటి పండ్లు తింటే హిమోగ్లోబిన్ లెవెల్స్ పెరుగుతాయంటే

యాపిల్స్, ద్రాక్ష పండ్లు, అరటి పండ్లు, దానిమ్మ పండ్లు, పుచ్చకాయలు వంటి పండ్లు తింటే హిమోగ్లోబిన్ లెవెల్స్ సహజంగా పెరుగుతాయి.

ఐరన్‌కి, హిమోగ్లోబిన్‌కి ఎలాగైతే లింక్ ఉందో అలాగే ఐరన్‌కి, విటమిన్ సి కూడా అంతే లింక్ ఉంది. ఐరన్ లోపంతో హిమోగ్లోబిన్ లోపం ఏర్పడినట్టుగానే ఒంట్లో విటమిన్ సి తగినంత మోతాదులో లేకపోతే మీరు తినే ఆహారంలో ఉన్న ఐరన్‌ని మీ శరీరం స్వీకరించలేదు. అందుకే ఐరన్ ఫుడ్స్ తీసుకునే క్రమంలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉండే ఆరెంజెస్, నిమ్మరసం, స్ట్రాబెర్రీ పండ్లు, టమాటాలు వంటివి ఆహారంలో ఒక భాగం చేసుకోవడం మర్చిపోవద్దు.

సీతాఫలంతో క్యాన్సర్ కణాలకి చెక్

ఆరోగ్య పరిరక్షణ కోసం నిత్యం పండ్లను కూడా ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. వాటితో ఎన్ని రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందడంతో పాటు సమస్యలను నివారించవచ్చు. ఎందుకంటే పండ్లలో మానవ శరీరానికి కావలసిన ఎన్నో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అలాంటి పండ్లలో సీతాఫలం కూడా ఒకటి. సీతాఫలం తినడం వల్ల ఎన్ని రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి సీతాఫలంలో మానవ శరీరానికి అవసరైమన విటమిన్స్, మినరల్స్, ఇతర ప్రయోజనకర పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ కారణంగా సీతాఫలం మన ఆరోగ్యాన్ని రక్షించగల శక్తిని కలిగి ఉంటుంది.

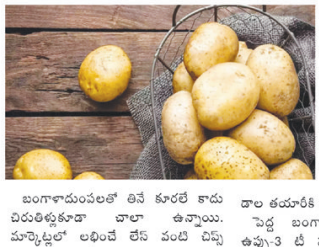
సీతాఫలంలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు మన శరీర రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరిచి సీజనల్ వ్యాధుల నుంచి రక్షణ కల్పిస్తాయి.

అలాగే ఫైబర్‌ని ఎక్కువగా కలిగిన ఈ ఫలాలు శరీర జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరిచి మలబద్ధకం, అజీర్తి, కడుపు మంట వంటి జీర్ణ సంబంధ వ్యాధులను నివారిస్తాయి.

ఇంకా సీతాఫల్‌లోని అసిమైసిన్, బులాటాజిమ్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్లు క్యాన్సర్ నిరోధకాలుగా పనిచేస్తాయి. ఫలితంగా శరీరంలో ఏవైనా క్యాన్సర్ కణాలు ఏర్పడినా వాటిని నివారిస్తాయి.

ఇవే కాక ఈ పండ్లలో మెగ్నిషియం, పొటాషియం వంటి మినరల్స్ కూడా ఉన్నందున ఇవి గుండె పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. అదనంగా గుండె సంబంధిత సమస్యలను నిరోధిస్తాయి.

బంగాళ దుంపలతో అప్పడాలు తయారు చేసుకోండిలా!



బంగాళాదుంపలతో తినే కూరలే కాదు చిరుతిళ్లుకూడా చాలా ఉన్నాయి. మార్కెట్లలో లభించే లేస్ వంటి చిప్స్ లలోనే కాదు బిస్కెట్లు తయారీలోనూ బంగాళాదుంపలను వాడుతున్నారు. ఆలుగడ్డలతో తయారు చేసే ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్ టేస్ట్ గురించైతే ఇక ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. పేరు ఎంటేనే నోట్లో నీళ్లూరిపోతాయి. ఇవన్నీ కాదు గానీ.. ఇంట్లోనే బంగాళాదుంపలతో అప్పడాలు తయారు చేసుకుని వాటిని వేడివేడి నూనెలో వేయించి పప్పు, సాంబార్ రైస్‌లో నంచుకుని తింటే ఎలా ఉంటుంది ఒక్కసారి ఊహించుకోండి. ఇంకెందుకు లేటు, ఇలా తయారు చేసేసుకోండి మరి.

బంగాళదుంపల అప్పడాల తయారీకి కావలసిన పదార్థాలు:

పెద్ద బంగాళా దుంపలు- 18లో, ఉప్పు-3 టీ స్పూన్లు, నూనె-డీప్ ఫ్రైకి తగినంత

తయారీ విధానం: బంగాళదుంపలపై పొట్టును శుభ్రంగా చెక్కు తీసేసి నీటిలో వేసుకోవాలి. ఒక్కొక్క దుంపను తీసుకుని స్లైసర్ తో చిన్న చిన్న స్లైస్ లుగా కట్ చేసుకుని వాటిని నీటిలో వేసి కడగాలి.

మరో గిన్నెలో నీరు పోసి అందులో కొద్దిగా ఉప్పువేసి వేడి చేయాలి. అవి వేడయ్యాక స్లైస్ గా చేసిన బంగాళదుంప ముక్కలను వేసి రెండు నిమిషాలు ఉడకించాలి.

ఆ నీటిని వడగట్టి శుభ్రంగా ఉన్న కాటన్ వస్త్రాన్ని తీసుకుని బంగాళదుంప స్లైస్‌లను ఒక్కొక్కటిగా దానిపై వడియాల మాదిరిగా ఉంచి ఎండలో పెట్టాలి. లేదా ఫ్యాన్ కిందైనా పూర్తిగా ఎండేంతవరకూ ఆరనివ్వాలి. కానీ ఎండలో పెడితే అవి పూర్తిగా అరతాయి.

ఇలా తడి లేకుండా ఆరబెట్టిన లేదా ఎండబెట్టిన బంగాళాదుంప స్లైస్ లను డబ్బాలో గాలి తగలకుండా వేసి నిల్వ ఉంచుకోవాలి. ఇవి 6 నెలల వరకూ తాజాగా ఉంటాయి. ఎంతో సింపుల్‌గా ఇలా ఆలూ అప్పడాలను తయారు చేసుకుని అన్నం తినేటపుడు నూనెలో వేయించుకుని తింటే మ రుచే వేరు.

కొబ్బరినూనెతో వంట చేస్తే సూపర్ బెనిఫిట్స్

కొబ్బరినూనెతో వంట అనగానే ఛీ అలా ఎవరు తింటారు అనుకున్నారు కదూ. కానీ మనం రోజూ వంటల్లో వాడే సన్ ఫ్లవర్, పామాయిల్, వేరుశెనగ నూనెల కంటే కొబ్బరినూనెతో తయారు చేసే వంటతినడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. కేరళ రాష్ట్రం వైపు ఎక్కువగా కొబ్బరినూనెనే వంటలో వాడుతారు. ఇందులో 90 శాతం సంతృప్త కొవ్వు అమ్లాలు ఉంటాయి. ఇతర వంట నూనెలల్లో ఇవి నామమాత్రంగానే ఉంటాయి. కొబ్బరి నూనెలో ఉండే లారిక్ అమ్లం శరీరంలో పేరుకుపోయిన కొవ్వుని కరిగించడంలో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తుంది.

ఊబకాయాన్ని తగ్గించడంలో కొబ్బరినూనెకు సాటి మరొకటి లేదు. సోయాబీన్ నూనెతో పోల్చితే కొబ్బరినూనెకే కొవ్వును కరిగించే శక్తి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా పొట్టను తగ్గించడంలో కొబ్బరినూనె సహాయపడుతుంది. శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాలను కరిగించి మంచి కొలెస్ట్రాలను పెంచుతుంది.

కొబ్బరి నూనె వంటలో ఉపయోగించడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగవుతుంది. కొబ్బరినూనెలో లభించే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు జీర్ణ వ్యవస్థలోని చెడు బ్యాక్టీరియాను నాశనం చేస్తాయి. అలాగే కడుపులో మంటను కూడా తగ్గిస్తాయి.

మూర్ఛ, అల్జీమర్స్ వంటి వ్యాధులను నివారించాలంటే కొబ్బరినూనెతో చేసిన వంటకాలు తినడం మంచిది. అలాగని రెండు, మూడు గరిటల నూనెను ఒకేసారి వాడకూడదు. ఒకటిరెండు టేబుల్ స్పూన్ల కొబ్బరి నూనెను వినియోగించి ఆహారాన్ని తయారు చేసుకోవాలి.

కొబ్బరి నూనెలో ఉండే లారిక్ యాసిడ్ దంతాల పటుత్వాన్ని పెంచుతాయి. ముఖ్యంగా మెదడు పనితీరును కొబ్బరి నూనె మెరుగుపరుస్తుంది. అందుకే కొబ్బరినూనెతో చేసిన వంటకాలు తినేవారిలో తెలివితేటలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.

మీరు తరచుగా తలనొప్పితో బాధపడుతున్నారా?

మనిషి పుట్టిన తర్వాత అనారోగ్యానికి గురికావడం సర్వసాధారణం. అదేవిధంగా చిన్న పిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకు కూడా తలనొప్పి వస్తుంది. ఈ నొప్పి ఏ పనిపైనా స్పష్టంగా ఆలోచించడానికి అనుమతించదు. అందుకే తలనొప్పి వచ్చిన వెంటనే తగిన మాత్ర కోసం వెతకడం ప్రారంభిస్తాం. కానీ అది తప్పు. తలనొప్పులు జీవితంలో ఒక్కసారైనా రావనేది ఉండదు. ప్రతిసారీ మాత్రలు వేసుకోవడం శరీరానికి మంచిది కాదని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. బదులుగా తలనొప్పి, దాని దుష్ప్రభావాల నుండి బయటపడటానికి మరింత శక్తివంతమైన హెూం రెమెడీస్ కోసం వెళ్లడం మంచిది.

తలనొప్పి అనేక కారణాల వల్ల రావచ్చు. అయితే మీరు దానిని గుర్తించి దానికి తగిన పరిష్కారాన్ని కనుగొనాలి. చాలా సార్లు మనం ఎండ, వేడి, శబ్దం మొదలైన వాటి వల్ల తీవ్రమైన తలనొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటాము. కొన్నిసార్లు తలనొప్పి అధిక శరీర ఉష్ణోగ్రత లేదా పిత్త ప్రభావం కారణంగా కూడా కనిపిస్తుంది. కొంతమందికి చల్లని వాతావరణం అంటే వర్షాకాలం, చలికాలం లేదా ఏసీ నుంచి సైనస్ తలనొప్పి వస్తుంది. ఇలాంటి అనేక సమస్యలకు హెూం రెమెడీస్‌తో పరిష్కారం లభిస్తుంది. ఇవి ఆరోగ్యానికి హాని కలిగించకుండా తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

తరచూ తలనొప్పి వచ్చిన ప్రతిసారీ తులసి ఆకులను ఒక కప్పు నీటిలో వేసి మరిగించాలి. అందులో తేనె కలుపుకుని తాగితే తలనొప్పి తగ్గుతుంది.

శరీర ఉష్ణోగ్రత వల్ల తలనొప్పి వస్తుంటే, మజ్జిగ లేదా మంచినీళ్లు తాగడం లేదా మీ ఇంట్లో పటిక నూనె ఉన్నట్లయితే దానిని తలకు, పాదాలకు రాసుకుంటే తలనొప్పి సమస్య నుంచి బయటపడవచ్చు.

దీనికి మరో అద్భుతమైన రెమెడీ లవంగాలు. మీరు దానిని పాన్‌లో కొద్దిగా వేడి చేసి, ఆపై ఈ వేడి లవంగ మొగ్గలను శుభ్రమైన రుమాలులో చుట్టండి. కొంత సమయం పాటు దాని వాసనను ఆస్వాదించండి. ఇలా చేయడం వల్ల తలనొప్పి చాలా త్వరగా తగ్గిపోతుంది. ఇది చిన్న పిల్లలకు కూడా చేయవచ్చు. అంతే కాకుండా లవంగం, కొబ్బరినూనె కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని నుదుటిపై రాసుకుని జజ్జి పాలలో లవంగం ఉప్పు కలిపి తాగితే తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

ఎండుమిర్చి, పుదీనాతో టీ తయారు చేసి తాగడం వల్ల కూడా తలనొప్పి నుంచి బయటపడవచ్చు. లేదా రోజూ తీసుకునే టీలో కొన్ని పుదీనా ఆకులు, మిరియాల పొడి వేసి బాగా మరిగించి తాగవచ్చు.

తమలపాకులను మిశ్రమం లేకుండా తీసుకుంటే తలనొప్పి కూడా తగ్గుతుంది.

6-7 ఎండుద్రాక్షలను ఉదయం లేదా రాత్రి లేదా రెండుసార్లు తీసుకుంటే తరచుగా వచ్చే తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇలా ఒక నెల రోజులు ఆగకుండా చేయాలి. ఇది జీర్ణక్రియను కూడా సులభతరం చేస్తుంది. కొన్నిసార్లు జీర్ణక్రియ బలంగా లేనప్పుడు కూడా తలనొప్పి కనిపిస్తుంది.

మరో సింపుల్ హెూం రెమెడీ ఏంటంటే ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగాలి. ఇది తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. కొన్నిసార్లు కడుపులో గ్యాస్‌తో తలనొప్పి వస్తుంది. అందుకే దీనిని తగ్గించుకోవడానికి నిమ్మరసం, గోరువెచ్చని నీరు చాలా ఉపయోగపడతాయి.

తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం పొందేందుకు తులసి, అల్లం మంచి పదార్థాలు. ఈ రెండూ తలనొప్పిని తగ్గిస్తాయి. తులసి ఆకు, అల్లం రసం కలపండి. తర్వాత దీన్ని నుదుటిపై రాసుకుంటే తలనొప్పి తగ్గుతుంది. దీనిని తినవచ్చు. కానీ తలకు అప్లై చేయడం వల్ల ఎక్కువ ఫలితాలు వస్తాయి.

ఇవన్నీ కాకుండా మరో ఎఫెక్టివ్ హెూం రెమెడీ చింతపండును నుదుటిపై రుద్దడం. ఇలా చేయడం వల్ల తలనొప్పి తుర్రగా తగ్గిపోతుంది.

జాజికాయ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుందని మీకు తెలిసి ఉండవచ్చు. అంతే కాకుండా మీకు తలనొప్పి వచ్చినా, జాజికాయ పొడిని వేడి నీటిలో కలిపి తీసుకుంటే తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు.

కూరల్లో సాధారణ ఉప్పుకి బదులు దీనిని వాడండి

ఇప్పుడు ఏ వయసువారిని కదిలించినా ఒళ్లు నొప్పులు, కాళ్ల నొప్పులు, కీళ్ల నొప్పులు అంటుంటారు. ఒకప్పుడు వయసు పైబడిన వారిలో కనిపించే అనారోగ్య సమస్యలు ఇప్పుడు యుక్తవయసైనా రాకుండానే వచ్చేస్తున్నాయి. అందుకు కారణాలు ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. మన తినే ఆహారం, జీవనశైలే కారణం. ఉప్పు లేకపోతే ఏ వంటకూ రుచి ఉండదు. అలాంటి ఉప్పు కూడా ఇప్పుడు కల్తీ అయిపోతుంది. అయోడిన్ ఉన్నది వాడాలో లేనిది వాడాలో కూడా కన్ఫ్యూజనే. మన పెద్దలు కల్లుప్పు (గల్లు ఉప్పు) వాడేవారు కాబట్టి వాళ్లకు నొప్పుల పరంగా ఇబ్బందులు వచ్చేవి కావు.

ఇప్పుడు ఒళ్లు నొప్పులు వస్తున్నాయంటే వైద్యులు కూడా కొన్ని రకాల ఆయుర్వేద ఉప్పులను వాడాలని సూచిస్తున్నారు. పింక్ సాల్ట్, బ్లాక్ సాల్ట్ ఇలా రకరకాల ఉప్పులను తయారు చేస్తున్నారు. సాధారణ ఉప్పు కంటే నల్ల ఉప్పును ఆహారంలో తీసుకుంటే మంచిదని నిపుణులు కూడా సూచిస్తున్నారు.

ఇది ప్రత్యేకంగా విడిగా తీసుకోవాల్సిన పనిలేదు. సాధారణంగా కూరల్లో ఉప్పును ఎలా వేస్తామో దానికి బదులు నల్ల ఉప్పును వేస్తే చాలు. ఈ ఉప్పును వాడితే జీర్ణ సమస్యలు తగ్గుతాయి. కడుపుబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్ణం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలకు బాగా పనిచేస్తుంది.

కండరాల నొప్పులు, గుండెల్లో మంట, కాలి పిక్కలు పట్టేయడం వంటి సమస్యలను కూడా నల్ల ఉప్పు తగ్గిస్తుంది.

అధిక రక్తపోటు (హైబీపీ) ఉన్నవారికి నల్ల ఉప్పు మంచి ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. దీనివల్ల రక్తం పలుచబడటంతో పాటు రక్తనాళాల్లో రక్తం గడ్డకట్టకుండా కూడా ఉంటుంది. గుండెజబ్బుల ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుంది.

నల్ల ఉప్పును రోజూ తీసుకుని ఆహారంలో కలిపి తినడం వల్ల రక్తహీనత సమస్య తగ్గడంతో పాటుగా సైనస్, దగ్గు, జలుబు, ఇతర శ్వాసకోశ సమస్యల నుంచి కూడా విముక్తి లభిస్తుంది. అంతేకాదు షుగర్ లెవల్స్ కూడా అదుపులో ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

బీమా చెక్కుల పంపిణి

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): కొక్కిరాపల్లి ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘంలో సంఘంలో వ్యవసాయ ఋణం పొంది మరణించిన ఇద్దరు రైతు కుటుంబాల నామినీ సభ్యులకు జనతా ఇన్సూరెన్స్ చెక్కులను పంపిణీ చేశారు. సంఘం నందు నూతన సభ్యులను చేర్చుకొని వ్యవసాయ, వ్యవసాయేతర ఋణములు మంజూరు చేస్తున్నామని సదరు అవకాశమును సభ్య రైతులు వినియోగించుకోవాలని సంఘ ప్రతినిధులు కోరారు.

ఎన్‌వైకెఎస్ సభ్యుడుగా బి.సాయి ధర్మరాజు నియామకం

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): బిజెపి అరకు అసెంబ్లీ కన్వీనర్ బి.సాయి ధర్మరాజుకి నెహ్రూ యువ కేంద్ర సంఘటన్ జిల్లా అడ్వైజరి కమిటీ మెంబర్‌గా నియమిస్తూ కేంద్ర క్రీడా శాఖ మంత్రి అనురాగ్ సింగ్ ఠాకూర్ ప్రకటన విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా బిసాయి ధర్మరాజుకి అరకువేలి బీజేపీ మండల అధ్యక్షుడు స్వాబి రామచందర్ అధ్వర్యంలో నెహ్రూ యువ కేంద్ర అడ్వైజరి కమిటీ మెంబర్‌గా నియమితులైన ధర్మరాజు ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ జిల్లా అడ్వైజరీ మెంబర్‌గా తన సేవలను గిరిజన ప్రాంత యువకుల కోసం నిరంతరం కృషి చేయాలని కొనియాడారు. అలాగే గిరిజన ప్రాంతం యొక్క క్రీడా స్ఫూర్తి కలిగిన యువకుల కొరకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి రావలసిన సహాయ సహకారాలను అందే విధంగా తన సలహాలను కేంద్ర ప్రభుత్వానికి తెలియజేయాలని యువకులు కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిజెపి సోషల్ మీడియా అసెంబ్లీ కన్వీనర్ బలరాం, సద్దు నాయుడు, బల్ బదర్, యువకులు పాల్గొన్నారు.

వైద్య సిబ్బంది రోగులకు మెదుగైన వైద్యం అందించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని 84వ వార్డు కార్పొరేటర్ మాదంశెట్టి చిన్న తల్లి ఉదయం కొట్టి ఏరియాలో ఉన్న హెల్త్ సెంటర్లో అభివృద్ధి కమిటీ సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో సిబ్బంది పనితీరు వైద్యం కోసం వచ్చే వారి పట్ల మర్యాదపూర్వకంగా ఉండాలని, ఆనారోగ్యంతో వచ్చేవారి సమస్యను తెలుసుకొని తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని చిన్న తల్లి సిబ్బందికి సూచించారు. ప్రజలకి మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించి హెల్త్ సెంటర్‌కి మంచి పేరు తీసుకురావాలని చిన్న తల్లి కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ 84వ ఇన్‌చార్జ్ మాదంశెట్టి నీలబాబు, డాక్టర్లు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

అక్రమంగా మద్యం బాటిల్స్ తరలిస్తున్న వ్యక్తి అరెస్టు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా ఎస్పీ కె.వి.మురళీకృష్ణ సెబ్ జాయింట్ డైరెక్టర్ బి.విజయ భాస్కర్ ఆదేశాలతో ఫిబ్రవరి 7న అనకాపల్లి పట్టణం వెంకటేశ్వర థియేటర్ జంక్షన్ వద్ద ప్రభుత్వ మద్యం దుకాణంలో సూపర్వైజర్‌గా పని చేస్తున్న కె.గణేష్, సత్య కీర్తి, (29) అక్రమ మద్యం బాటిళ్లు రవాణా చేస్తూ పట్టుబడ్డాడు. వేరొక మద్యం దుకాణంలో సేల్స్ మెన్‌గా పనిచేస్తున్న జస్వంత్ (పరారీలో ఉన్న వ్యక్తి)కు అమ్మే క్రమంలో అనకాపల్లి సెబ్ స్టేషన్ ఇన్స్పెక్టర్ డి.అనిల్ కుమార్ తమ సిబ్బందితో అదుపులోనికి తీసుకొని 115 మద్యం బాటిళ్లు (క్వార్టర్ బాటిళ్లు) ఒక ద్విచక్ర వాహనంను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. దీని విలువ సుమారు 17,500 రూపాయలు ఉంటుంది. దీనిపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు సెబ్ పోలీసులు. ఈ దాడులలో సెబ్ పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

బ్రిటీషు కాలం నాటి మన్యంలో నివసిస్తున్న మాదిగలకు కనీస సౌకర్యాలు కల్పించండి

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): బ్రిటీషు ప్రభుత్వం నుండి గిరిజన ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా మాదిగలకు కనీస సౌకర్యాలు కల్పించాలని అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా రంపచోడవరం, పాడేరు, ఏటపక, చింతూరు, వి.ఆర్. పురం, గంగవరం, అడ్డతీగల, రాజవొమంగి, చింతపల్లి చెందిన మాదిగలు పాడేరు జిల్లా కేంద్రంలో భారీ ర్యాలీ చేసి కదం తొక్కారు. తమకు ప్రభుత్వ గృహ నిర్మాణం, పిల్లలకు హాస్టల్ సదుపాయాలు, బ్రిటీష్ కాలం నాటి భూములకు ప్రభుత్వం డి పట్టాలు మంజూరు చేయాలని జిల్లా నేతలు ఎమ్ ఆర్ పి ఎస్, జిల్లా అధ్యక్షుడు ముద్దా పిచ్చయ్య, రాష్ట్ర ఇన్వోర్మ్ నాయకులు గెడ్డం బాపిరాజు, యమగిరి అర్జున్, ఇన్వోఅమ్ నాయకులు జడ్డంగి ముసలయ్య, ఆధ్వర్యంలో భారీ ర్యాలీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ గిరిజన ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న మా మాదిగలకు గిరిజన ప్రాంతాల్లో 1/70 చట్టం అమలు చేస్తూనే మాదిగలకు హక్కులకు ప్రభుత్వం నుండి బ్రిటీష్ కాలం నుండి నివసిస్తున్న వారికి గృహ నిర్మాణాలు, ఇంటి నివాసంకి మూడు సెంట్లు భూమి ఇవ్వాలని, అలాగే బ్రిటీష్ వారు ఇచ్చిన భూములకు పూర్తి హక్కులు, వారసత్వంగా హక్కులు కల్పించాలని వారు కోరారు. ప్రభుత్వ పథకాలను తమకు కేటాయింపు చెయ్యాలని వారు కోరారు. తమను ఓటర్లుగా వాడుకుని ప్రజా ప్రతినిధులు ఎన్నికల తర్వాత తమకు న్యాయం చెయ్యటం లేదని వారు వాపోయారు. 1992కి ముందు ఎన్టీఆర్ ప్రభుత్వం శాశ్వత గృహ నిర్మాణం పథకం ద్వారా కొంతమందికి గృహ నిర్మాణం చేశారని, తర్వాత కొందరు గిరిజన సోదరులు కోర్టులో కేసు వేసి తమకు కనీస సౌకర్యాలు లేకుండా అడ్డుకున్నారు అని ప్రభుత్వం వెంటనే చట్టాలను సరిచేసి శాశ్వతంగా ఉంటున్న మాదిగలకు ప్రభుత్వ పథకాలు అందేలా, కోర్టులో ఉన్న పెండింగ్ కేసు కూడా సడలింపు ప్రభుత్వం ద్వారా తమకు అనుకూలంగా న్యాయం చెయ్యాలని జిల్లా కలెక్టర్ సుమిత్ కుమార్‌కి వినతిపత్రం అందజేశారు. అందుకు జిల్లా కలెక్టర్ బ్రిటీష్ కాలం నుండి నివసిస్తున్న మాదిగల వివరాలు పూర్తి స్థాయిలో మూడు పేజిల లేఖ ఇవ్వాలని తెలిపారని వారు అన్నారు.

మినీ గురుకులం హెచ్ ఎం సరెండర్

పాడేరు/పెదబయలు, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలం లోని గొమంగి మిని గురుకులం ప్రధానోపాధ్యాయురాలు వి.చంద్రకళను ఐటీడీఏకు సరెండర్ చేయాలని ఐటిడిఎ ప్రాజెక్టు అధికారి వి. అభిషేక్ గురుకులం అధికారులను ఆదేశించారు. మండలంలో పర్యటనలో భాగంగా గొమంగి మినీ గురుకులం, ప్రాథమిక వైద్యశాలలను ఆయన సందర్శించారు. మినీ గురుకులం ప్రధానోపాధ్యాయురాలు వి.చంద్రకళ విధులకు హాజరు కావడం లేదని గుర్తించి షోకాజ్ నోటీస్ జారీ చేసి సరెండర్ చేయాలని ఆదేశించారు. గురుకులంలో మెనూ అమలపై విద్యార్థులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన మెనూను సక్రమంగా అమలు చేయాలని ఆదేశించారు. గురుకులంలో ఒకటో తరగతి విద్యార్థులకు తెలుగు పాఠ్యాంశం, ఏడవ తరగతి విద్యార్థులకు సాంఘిక శాస్త్రం, ఆరో తరగతి విద్యార్థులకు గణిత శాస్త్రాలను బోధించారు. విద్యార్థుల విద్యా ప్రమాణాలను మెరుగుపరచాలని ఉపాధ్యాయులకు సూచించారు. అనంతరం ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని తనిఖీ చేశారు. వైద్య సేవలపై ఆరా తీశారు. ఆసుపత్రి రికార్డులు, మందుల నిలువలపై ఆడిగి తెలుసుకున్నారు. ఆసుపత్రికి వచ్చే గిరిజనులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని వైద్యాధికారులకు సూచించారు.

47వ వార్డ్‌లో రూ.88.45 లక్షల వ్యయంతో పలు అభివృద్ధి పనులకు మేయర్ శంకుస్థాపన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగర ప్రజలకు మౌలిక వసతుల కల్పనకు కృషి చేయడం జరుగుతుందని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. బుధవారం ఆమె 5వ జోన్ 47వ వార్డు పరిధిలోని బాబు జగ్జీవన్ నగర్, రాంజి ఎస్టేట్, సంజీవయ్య కాలనీ తదితర ప్రాంతాలలో సుమారు రూ. 88.45 లక్షల వ్యయంతో పలు అభివృద్ధి పనులకు ఉత్తర నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త కేకే రాజు, వార్డు కార్పొరేటర్ కంటిపాము కామేశ్వరితో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు.

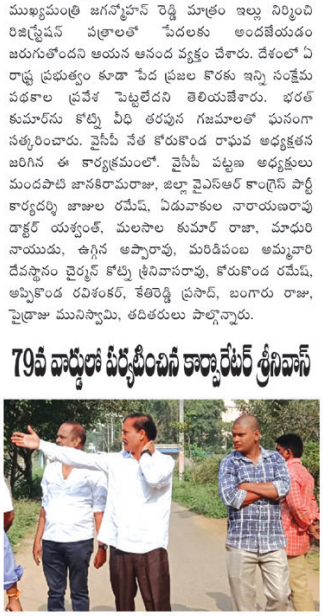
ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ నగర ప్రజలకు మౌలిక వసతులు కల్పించేందుకు కోట్లాది రూపాయలు వెచ్చించడం జరుగుతుందని, అందులో భాగంగా 47వ వార్డు పరిధిలోని బాబు జగ్జీవన్ నగర్‌లో సుమారు 27.15 లక్షల రూపాయలు వ్యయంతో సామాజిక భవనం అధునీకరణ, సిసి రోడ్డు, కాలువల నిర్మాణ పనులకు, రాంజి ఎస్టేట్ నందు సుమారు 39.60 లక్షల రూపాయల వ్యయంతో ప్రధాన పరద నీటి కాలువల నిర్మాణ పనులకు, సంజీవయ్య కాలనీ - 2 నందు సుమారు 18.70 లక్షల రూపాయల వ్యయంతో సామాజిక భవనం మొదటి అంతస్తు నిర్మాణ పనులకు శంకుస్థాపన చేశామన్నారు. అలాగే రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి సారధ్యంలో విశాఖ నగరాన్ని ఎంతో అభివృద్ధి చేయడం తోపాటు ఎన్నో సంక్షేమ కార్యక్రమాలు అమలు చేసామన్నారు. తాగునీరు విద్యుత్తు, పారిశుద్ధ్యం, విద్య, ఆరోగ్యం మొదలైన ప్రజలకు అందించడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జీవీఎంసీ ఇంజనీరింగ్ అధికారులు, సచివాలయం సిబ్బంది, వైయస్సార్ సిపి నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లబ్దిదారులకు టిడ్కో గృహాల రిజిస్ట్రేషన్ పత్రాలను అందజేసిన భరత్

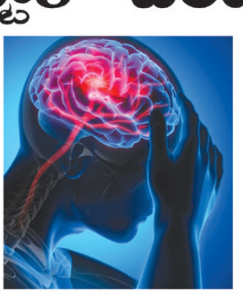
అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ అనకాపల్లి జోన్ పరిధిలోని 84వ వార్డ్ ఇన్‌చార్జ్ కొరుకొండ రాఘవ అధ్వర్యంలో బుధవారం కొట్టి ఏధి కల్యాణ మండపంలో 10,11,12 సచివాలయాల పరిధిలో నిరుపేదలకు సుమారు 300 మందికి టిడ్కో గృహాల రిజిస్ట్రేషన్ పత్రాలను, తాళం కప్పలను అనకాపల్లి నియోజకవర్గ వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సమన్వయకర్త మలసాల భరత్ కుమార్ పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వాలు పేదలకు ఇళ్ల స్థలాలు మాత్రమే ఇచ్చే వారిని, ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి మాత్రం ఇల్లు నిర్మించి రిజిస్ట్రేషన్ పత్రాలతో పేదలకు అందజేయడం జరుగుతోందని ఆయన ఆనంద వ్యక్తం చేశారు. దేశంలో ఏ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కూడా పేద ప్రజల కొరకు ఇన్ని సంక్షేమ పథకాల ప్రవేశ పెట్టలేదని తెలియజేశారు. భరత్ కుమార్‌ను కొట్టి ఏధి తరపున గజమాలతో ఘనంగా సత్కరించారు. వైసీపీ నేత కొరుకొండ రాఘవ అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో. వైసీపీ పట్టణ అధ్యక్షులు మందపాటి జానకిరామరాజు, జిల్లా వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యదర్శి జాజుల రమేష్, ఏడువాకుల నారాయణరావు డాక్టర్ యశ్వంత్, మలసాల కుమార్ రాజా, మాధురి నాయుడు, ఉగ్గిన అప్పారావు, మరిడిపంబ అమ్మవారి దేవస్థానం చైర్మన్ కోట్ల శ్రీనివాసరావు, కొరుకొండ రమేష్, అప్పికొండ రవిశంకర్, కేతిరెడ్డి ప్రసాద్, బంగారు రాజు, పైడ్రాజు మునిస్వామి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

79వ వార్డులో పర్యటించిన కార్పొరేటర్ శ్రీనివాస్



పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 79వ వార్డు కార్పొరేటర్ రౌతు శ్రీనివాస్ వార్డులో బుధవారం పర్యటించారు. ప్రశాంతి నగర్ సచివాలయం పరిధి షిరిడి సాయి నగర్ రోడ్ నెంబర్ 4 సాయి వైష్ణవ ఎంక్లేవ్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ సభ్యులు మురుగునీరు పోయే డ్రైనేజి లేవని కార్పొరేటర్‌కు విన్నవించుకున్నారు. వెంటనే కార్పొరేటర్ స్పందించి వాళ్ల సమస్యలు స్వయంగా చూసి త్వరలో మీ సమస్యను పరిష్కరిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. అలాగే స్టీల్‌ప్లాంట్ ప్రహరీ ఆనుకొని కొత్తగా అపార్ట్మెంట్ నిర్మిస్తున్న బిల్డర్ డ్రైనేజి వ్యవస్థను పూర్తిగా కప్పి ఆక్రమణ చేయుచున్న ప్రదేశమును సందర్శించారు. ఈ సమస్యను వెంటనే కమిషనర్ దృష్టికి తీసుకు వెళ్తానని అన్నారు. చీకటి వారివీధిలో గల డ్రైనేజి సమస్యను కూడా పరిశీలించారు. కాలనీవాసులు చేతిపంపు కావాలని కార్పొరేటర్‌ని కోరడం జరిగింది. దానిపై కూడా ఆయన హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ కోటేశ్వరావు, సచివాలయ కార్యదర్శి కనకేశ్వరరావు, మలేరియా సిబ్బంది, గ్రామ పెద్దలు పాల్గొన్నారు.

బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ - విండో వ్యవధి



బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వచ్చింది. ఒక వైపు కాళ్ళూ చేతులు పడిపోయాయి. ఎన్ని మందులు వాడినా తిరిగిరాలేదు. వాటికి శక్తి రాలేదు. అని అంటుంటారు. కొంతమంది పక్షవాతం వచ్చాక పూర్తిగా బెడ్ కే పరిమితం అవుతుంటారు.

ఒక్కోసారి పక్షవాతం వచ్చి హాస్పిటల్‌లో కోమాలోకి వెళుతుంటారు.

ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో తెలుసా?

పక్షవాతం లక్షణాలు కనబడగానే వెంటనే ఆసుపత్రికి వెళ్ళకపోవడం వలన. వెంటనే అంటే ఎంత త్వరగా? గంటలోపల.

ఏంటా లక్షణాలు?

ఒకవైపు మూతి వకరగా పోవడం, మాటలు ముద్దగా రావడం, శరీరం ఒకవైపంతా చచ్చుబడిపోవడం లేదా ఒకవైపంతా తిమ్మిర్లెచ్చినట్టు అనిపించడం. ఇంట్లో ఎవరికి ఈ లక్షణాలు కనబడ్డా వెంటనే అలర్ట్ కావాలి. 108 కి ఫోన్ క్షణాల్లో కొట్టాలి.

న్యూరలజిస్టు ఉండే ఆసుపత్రికి ఎంత త్వరగా వెళితే అంత మంచిది. గంట లోపలే వెళ్ళగలిగితే చాలా మంచిది.

ఎందుకంత త్వరగా వెళ్ళాలి?

మొదట ముక్కులో నిమ్మకాయ రసం పిండుకుని చూస్తాం. వెల్లుల్లిపాయ కరకరా నమిలి తిని చూస్తాం అనుకునేవారు చదవనవసరం లేదు.

కానీ బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వచ్చి రక్తనాళాలు మూసుకుపోయి బ్రెయిన్ కణజాలానికి రక్త సరఫరా ఆగిపోయాక, బ్రెయిన్ కణజాలం మనతో మొరపెట్టుకుంటుంది. మీకు మూడు గంటలు సమయమిస్తున్నా. ఈ లోపల నన్ను కాపాడుకోండి అని. కాపాడుకోగలిగామంటే మనం జీవితాంతం బెడ్ రిడెస్‌గా పడి ఉండనవసరం లేదు. సింపుల్. అందుకే అది మూడు గంటలు సమయం ఇచ్చింది కాబట్టి మనం గంట లోపల హాస్పిటల్‌లో ఉండగలగాలి. ఎందుకంటే హాస్పిటల్‌లో మిగిలిన రెండు గంటల్లో డాక్టర్లు ఏమైనా చేయగలరు కాబట్టి.

ఏం చేస్తారంటే

మొదట సిటీస్కాన్ చేయాలి. సిటీస్కాన్‌లో రక్తనాళాల్లో రక్త సరఫరా ఆగిపోయిందని రూఢీ చేసుకున్నాక ఆ ఆగిపోయిన రక్తాన్ని పలుచన చేసే క్లాట్‌ని కరిగించి మళ్ళీ సరఫరాను పునరుద్ధరించడానికి "థ్రాంబోలైటిక్ ఇంజక్షన్" ఇస్తారు. ఇదంతా మూడు గంటల్లోపలే చేయాలి.

లక్షణాలు కనబడ్డాక హాస్పిటల్‌కి నాలుగైదు గంటల తర్వాత చేరుకుంటే ఈ థ్రాంబోలైటిక్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వరు. ఇవ్వమన్నా ఇవ్వరు. ఎందుకంటే అప్పటికే బ్రెయిన్ ఉబ్బిపోయి ఉంటుంది. ఇపుడు ఇవ్వడం వలన లాభం ఉండదు. ఒక్కసారి నష్టం కూడా. ఉబ్బిపోయిన కణజాలం నుండి రక్తస్రావం జరిగి పేషంట్ చనిపోవచ్చు కూడా. కాబట్టి ఉన్న సమయం మూడుగంటలు. మూడు గంటల్లో హాస్పిటల్‌లో ఉండాలి. ప్లస్ సిటీ స్కాన్ జరిపుయుండాలి. అపుడే థ్రాంబోలైటిక్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వడం సాధ్యమౌతుంది. బ్రెయిన్ మనకిచ్చే ఈ మూడుగంటల సమయాన్నే విండో పీరియడ్ అంటాం.

థ్రాంబోలైటిక్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వగానే చాలా డ్రమాటిక్‌గా పేషంట్లు లేచి కూర్చుంటారు. ఏంటి మేము ఇక్కడెందుకున్నాం. ఏమయింది మాకు అని అడుగుతుంటారు. అంతగా సినిమా మారిపోతుంది.

జీవితాంతం బెడ్ లోనే అన్ని కొనసాగిస్తూ బతకవలసిన వ్యక్తి మళ్ళీ మామూలు వ్యక్తిగా నవ్వుకుంటూ ఇంటికి వెళ్ళిపోవడం జరగడం వింత కదా. అదే విజ్ఞానం అంటే

కానీ, మన దేశంలో గంటలోపల హాస్పిటల్ వచ్చి ఇలా ఇంజెక్షన్లు తీసుకునేవారు ఎంత మంది ఉంటారో తెలుసా? వేలల్లో ఒక్కరు. ఎంత చెప్పినా వినకుండా అనవసరంగా చెట్లమందులనీ తాయెత్తులనీ తిరిగి, జీవితాంతం బెడ్‌కి పరిమైపోతుంటారు. చాలా దారుణం కదా. ఒకసారి అలాంటి పేషంట్‌ని క్లినిక్‌లో చూసి మీరు విండో పీరియడ్ లోనే ఉన్నారు వెంటనే హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళండి అని చెబితే సరే అని తలలూపుతారు. కానీ వీళ్ళు ఎవరికెవరికో ఫోన్లు చేస్తుంటారు, ఆ సమయంలో చూసిన ఎక్స్పర్ట్ డాక్టర్ చెప్పినది వినరు గానీ ఫ్రెండ్లో సో కాల్డ్ బంధువులు స్నేహితులు అనబడేవారు చెప్పే పుచ్చు సలహాలు వింటుంటారు. తీరా చూస్తే ఏమైంది. అతడు చెట్లమందు పోస్తే తగ్గుతుందని చెప్పారని అటెటో పోతారు. అలవెప్పటికీ బెడ్ మీద అన్నీ చేస్తుంటాడు. మాటలేదు. గుర్తుపట్టలేదు. ఇలా ఉంటుంది.

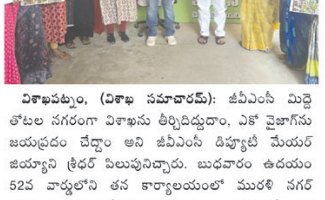
సమస్యల పరిష్కారానికి బెల్ పెన్షనర్ల ధర్నా

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఐదు రోజుల ధర్నా కార్యక్రమంలో భాగంగా మూడో రోజు బుధవారం మర్రి పాలెం దరినున్న ఏపీఎస్ ఆఫీసు వద్ద ఉదయం 10 గంటల నుండి ఒంటిగంట వరకు వంద మంది బిహెచ్ఈఎల్ పెన్షనర్లు ధర్నా కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ప్రశాంత వాతావరణంలో జరిగిన కార్యక్రమానికి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ఎస్కే హుస్సేన్, ఆప్రా గౌరవ అధ్యక్షులు బీటీ మూర్తి నేతృత్వం వహించి మాట్లాడుతూ పింఛన్ పెంపు, వైద్య సహాయం, రైలు ప్రయాణాల్లో రాయితీ వంటి సమస్యలపై దృష్టి సారించి ప్రభుత్వం పరిష్కరించాలన్నారు. ఆపరా సీనియర్ నాయకులు ఎస్ కనకేశ్వర్ రావు,టి భాస్కర రావు, కే పి కుమార్, శ్రీనివాస్ మూర్తి, సూర్య ప్రకాష్, నాగులాపల్లి రామలింగేశ్వర రావు, అంధ్రాజు నారాయణ రావు (సెయిల్) అధిక సంఖ్యలో ఈపీఎఫ్ 95 పెన్షనర్స్ హాజరయ్యారు. గురువారం విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ విశ్రాంత ఉద్యోగులు ధర్నా కార్యక్రమంలో పాల్గొంటారన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి అందరూ హాజరై తమలో ఐక్యత భావాన్ని చాటి జయప్రదం గావించేందుకు కృషి చేయవలసిందిగా హుస్సేన్ కోరారు.

మృతి చెందిన తెదేపా కార్యకర్త బాదపు శ్రీను కుటుంబాన్ని పరామర్శించిన రత్నాకర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని సుందరయ్య పేట గ్రామానికి చెందిన తెదేపా కార్యకర్త బాదపు శ్రీను కుటుంబానికి తెలుగుదేశం పార్టీ అండగా ఉంటుందని తెలుగుదేశం పార్టి విశాఖ జిల్లా మాజీ అధ్యక్షులు దాడి రత్నాకర్ అన్నారు. కె. కోటపాడు మండలం గొండు పాలెంలో సోమవారం జరిగిన రా.. కదలిరా.. సభలో దురదృష్టవశాత్తు ఎండదెబ్బతో శ్రీను మృతి చెందాడన్నారు. ఈ సందర్భంగా డి. వి. ఆర్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ తరపున నెలకు రూ.4000/-లను ఆర్థిక సాయంగా అతని భార్య బాదపు లక్ష్మికి అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ప్రభుత్వం నుండి రావలసిన రూ.1,00,000ల భీమాకు సంబంధించి అప్లై సచివాలయ ఉద్యోగుల నిర్లక్ష్యం కారణంగా అవ్యవహారంలో దగ్గరుండి అప్లై చేయించి తక్షణ సాయంగా 10వేల రూపాయలను ప్రభుత్వం నుండి అందేలా చర్యలు తీసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ బాదపు తాతారావు, ఉప సర్పంచ్ బాదపు హరికృష్ణ, సరిపల్లి వేంకటేశ్, బాదపు అప్పారావు, బొట్టా రామకృష్ణ, మొల్లి శ్రీను, సి. హెచ్. నాయుడు, బొడ్డపాటి చిన రాజారావు, దాడి గణేష్, దొడ్డి శివనాయుడు, ఇంటి శ్రీనాథ్, ఒమ్మి శ్రీను, నందవరపు కుమార్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మిద్దె తోటల నగరంగా విశాఖను తీర్చిదిద్దుదాం



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ మిద్దె తోటల నగరంగా విశాఖను తీర్చిదిద్దుదాం, ఎకో వైజాగ్‌ను జయప్రదం చేద్దాం అని జీవీఎంసీ డిప్యూటీ మేయర్ జియ్యాని శ్రీధర్ పిలుపునిచ్చారు. బుధవారం ఉదయం 52వ వార్డులోని తన కార్యాలయంలో మురళి నగర్ గార్డెనర్స్‌తో సమావేశం నిర్వహించారు. ఇప్పటికే తన వార్డులో ఇంటి వద్ద కూరగాయలు ఆకుకూరలు పండించుకునే వారికి వంగ, టమాటా, పచ్చిమిర్చి నారు అందజేశామన్నారు. విస్తృత స్థాయిలో కూరగాయలు, ఆకుకూరలు పెంచేయడు, ప్రకృతి ఆధారంగా పంటలు పండించేందుకు కృషి మొదలుపెట్టామన్నారు. రసాయన ఎరువులు రసాయన కలుపు తీత మందులు లేకుండా జీవామృతం, కషాయాలతో ఇంటి వద్ద కూరగాయలు పండించుకునేందుకు ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. ఇప్పటికే కూరగాయలు పండిస్తున్న వారు, కొత్తగా పెంచాలనుకునేవారు సంయుక్తంగా ముందడుగు వేయాలని కోరారు. ఎవరికి వారు తమ ఇంటి వద్ద కూరగాయలు పెంచుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యంగా జీవించగలమన్నారు. దీనిని దృష్టిలోనికి తీసుకుని ప్రతి ఒక్కరు ముందు అడుగు వేయాలని కోరారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అగ్రికల్చరల్ మార్కెటింగ్ కమిటీ చైర్మన్ బి ఎస్ కృష్ణ, మురళి నగర్ గార్డెనర్స్, గ్రీన్ క్లైమేట్ టీం కార్యదర్శి జేవి రత్నం, తదితరులు పాల్గొని మాట్లాడారు.

జిల్లా నుండి బదిలీపై వెళ్తున్న అధికారులకు ఘనంగా వీడ్కోలు తెలిపిన పోలీసులు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లా నుండి నర్సీపట్నం సబ్ డివిజన్ అధికారి అదిరాజేశాంగ్ రాణా, డిటిసి డీఎస్పీ పి.శ్రీనివాసరావు, రిజర్వ్ ఇన్స్పెక్టర్లు రామకృష్ణారావు, వెంకటరావు, కోటి బాబులకు పోలీస్ అధికారుల వీడ్కోలు కార్యక్రమం అనకాపల్లి పట్టణంలోని పోలీసు గెస్ట్‌హౌస్‌లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ మురళీకృష్ణ మాట్లాడుతూ ఈ అధికారులు అత్యుత్తమంగా వారి సేవలు, సహకారం అందించి, శాంతి భద్రతల పరిరక్షణకు ఎంతో పాటు పడ్డారన్నారు. పోలీస్ అధికారులకు బదిలీలు సర్వ సాధారణం అని, భవిష్యత్తులో వృత్తి జీవితంలో వారు మరిన్ని విజయాలు సాధించాలని ఏరిని ఘనంగా సత్కరించి జ్ఞాపికలను అందజేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు ఎస్పీలు బి.విజయ భాస్కర్, పి.సత్య నారాయణ రావు, అనకాపల్లి సబ్ డివిజన్ డిఎస్పి వి.సుబ్బరాజు, పరవాడ సబ్ డివిజన్ డీఎస్పీ కె.వి. సత్యనారాయణ, ఏ.అర్ డీఎస్పీ పి.నాగేశ్వరరావు, ట్రైనీ డీఎస్పీ భవ్య మరియు జిల్లా సిఐలు, ఎస్ఐలు పాల్గొన్నారు.

ఎన్నికల యాప్స్ విషయంలో భద్రత, గోప్యత ముఖ్యం

విజయనగరం: వివిధ రకాల ఎన్నికల యాప్స్, ఆన్‌లైన్ అప్లికేషన్స్ వినియోగించుకోవడంలో తప్పనిసరిగా భద్రత, గోప్యతను పాటించాలని జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి అదేశించారు. ఐటికి సంబంధించిన అంశాల్లో సమయపాలన, భద్రతతోపాటు, ఖచ్చితమైన సమాచారం అందించాలని సూచించారు. జిల్లా స్థాయి ఎన్నికల శిక్షణా కార్యక్రమంలో భాగంగా కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో ఐటి అప్లికేషన్స్‌కి సంబంధించిన కార్యకలాపాలపై బుధవారం పవర్ పాయింట్ ద్వారా శిక్షణ ఇచ్చారు. ఈ అంశానికి సంబంధించి సిపిఓ పి.బాలాజీ, డిఐఓ ఆర్.నరేంద్ర మాస్టర్ ట్రైనీలుగా వ్యవహరించి శిక్షణ ఇచ్చారు. వెబ్ కాస్టింగ్, ఇవిఎంల ర్యాండమైజేషన్, ఇటిపిబిఎస్, ఎన్నికల సిబ్బంది ర్యాండమైజేషన్, ఐటి స్టాఫ్ గురించి వివరించారు. ముఖ్యంగా ఎన్నికలకు సంబంధించి వివిధ యాప్స్, ఐటి అప్లికేషన్స్ వినియోగంపై అవగాహన కల్పించారు. ఓటర్ హెల్పులైన్ యాప్, ఓటర్ పోర్టల్, నేషనల్ గ్రీవెన్స్ రిడ్రషనల్ సిస్టమ్, ఇవిఎం మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్, బిఎల్ఓ యాప్స్, ఇఎన్‌సిఓఆర్‌ఎఫ్, సువిధ, సివిజిల్ తదితర యాప్స్ వినియోగాన్ని వివరించారు. ఎన్నికల ముందు, ఎన్నికల సమయంలో, ఎన్నికలు పూర్తి అయ్యాక చేయాల్సిన కార్యకలాపాలు, వినియోగించాల్సిన యాప్స్‌పై అవగాహన కల్పించారు.

ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, ఐటి అప్లికేషన్స్, యాప్స్ వినియోగంపై ఎన్నికల అధికారులు తప్పనిసరిగా అవగాహన కలిగిఉండాలని సూచించారు. ముఖ్యంగా ఈ యాప్స్‌కు సంబంధించిన పాస్ వర్డ్స్ విషయంలో గోప్యత పాటించాలని, అనధికార వ్యక్తులు వినియోగించే అవకాశం లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని అదేశించారు. పాస్‌వర్డ్ మేనేజ్‌మెంట్ పాలసీ గురించి వివరించాలన్నారు. గతంతో పోలిస్తే యాప్స్ సంఖ్య పెరిగిందని చెప్పారు. వీటి వినియోగానికి రెండు బృందాలను ఏర్పాటు చేయాలని, ఒక బృందాన్ని యాప్స్‌కోసం, మరో బృందాన్నిఎన్‌కోర్ కోసం కేటాయించాలని సూచించారు. ఎన్నికలకోసం నియమించే కంప్యూటర్ ఆపరేటర్లతోపాటు, కార్యాలయాల్లో ఉన్న ఆపరేటర్లను కూడా దీనికి వినియోగించాలన్నారు. ఆన్‌లైన్లో, యాప్‌లలో అవసరమైన వివరాలను ఎప్పటికప్పుడు, ఖచ్చితమైన సమాచారాన్ని అప్‌లోడ్ చేయాల్సి ఉంటుందన్నారు.

ఈ శిక్షణా కార్యక్రమంలో అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ వెంకట త్రివినాగ్, డిఆర్ఓ ఎస్‌డి అనిత, మెప్మా పిడి సుధాకరరావు, ఎన్నికల సూపరింటెండెంట్ ప్రభాకర్, ఎన్ఐసి నుంచి బాలు, వివిధ నియోజకవర్గాల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

రక్త హీనత రహిత జిల్లాగా ఆవిర్భవించాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): రక్తహీనత రహిత జిల్లాగా ఆవిర్భవించాలని జిల్లా కలెక్టర్ నిశాంత్ కుమార్ అన్నారు. జిల్లాలో ప్రిమ్-10 ప్రాజెక్టు అమలు, అభిలాష తదితర అంశాలపై మండల అధికారులతో జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం నుండి వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌లో జిల్లా కలెక్టర్ బుధవారం సమీక్షించారు. గర్భిణీ స్త్రీలలో రక్తహీనత సమస్య నివారించుటకు గ్రామ, వార్డు స్థాయిలో ఆశా, ఎ ఎన్ ఎం, అంగన్వాడి కార్యకర్త, మహిళా పోలీస్ బృందం ఎం.పి.డి.ఓ పర్యవేక్షణలో ప్రతి మండలంలో రక్త హీనత నివారణ కార్యాచరణ బృందంను ఏర్పాటు చేశామని ఆయన పేర్కొన్నారు. రక్తహీనత గల గర్భిణులు, బాలింతలు, చిన్నారులు, కిశోర బాలికలను గుర్తించి క్రమం తప్పకుండా ఐరన్ ఫోలిక్ యాసిడ్ మాత్రలు పంపిణీ చేయడం, పౌష్టికాహారం తీసుకునే విధంగా చర్యలు చేపట్టాలని ఆయన సూచించారు. రక్త హీనత రహిత జిల్లాగా ఆవిర్భవించాలని ఆయన చెప్పారు. హై రిస్క్ కేసులు అనేకం నివారించడం జరిగిందని ఆయన చెప్పారు. సంబంధిత జాబితా ప్రతి సచివాలయంలో ఉండని ఆయన అన్నారు. పాచిపెంట మండలం మంచి పనితీరు కనపరిచిందని ఆయన ప్రశంసించారు. మాతృ శిశు మరణాలు నియంత్రణ ముఖ్య ధ్యేయంగా ప్రిమ్‌ను జిల్లాలో ప్రత్యేకంగా అమలు చేస్తున్నామని ఆయన అన్నారు. గర్భిణీలను గుర్తించాలని, నమోదు చేయాలని వారిలో రక్త హీనత నివారణకు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన అదేశించారు. ఆశాలు ఇంటింటికీ వెళ్లి గర్భిణీలను గుర్తించాలని ఆయన అదేశించారు. తద్వారా ప్రభుత్వం అందిస్తున్న పౌష్టిక ఆహారం, ఆర్థిక సహాయం, వైద్యం అందుతుందని ఆయన అన్నారు. వైద్య శిబిరాలు నిర్వహించే ప్రదేశాల్లో అవగాహన కల్పించాలని ఆయన సృష్టం చేశారు. టేక్ హోమ్ రేషన్ (ఇంటికి అందిస్తున్న రేషన్) గర్భిణీలు మాత్రమే తీసుకోవాలని ఆయన అదేశించారు. హీమోగ్లోబిన్ పరీక్షలు నిర్వహించాలని ఆయన అన్నారు. ప్రతి గర్భిణీపై ఆశా, ఎ ఎన్ ఎం, అంగన్వాడి కార్యకర్త సంయుక్తంగా పనిచేయాలని, వారిపై ప్రతి వారం విధిగా సమీక్షించాలని ఆయన సృష్టం చేశారు. ఇమ్యునైజేషన్ శత శాతం జరగాలని ఆయన సృష్టం చేశారు. అసుపత్రికి వచ్చే పేషెంట్‌ల స్పందనను సంబంధిత యాప్‌లో నమోదు చేయాలని ఆయన సూచించారు. కిల్కారి వాయిస్ కాల్‌ను ఉపయోగించుకోవాలని ఆయన చెప్పారు. ఈ నంజివిని విధానాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ అన్నారు. ప్రతి పిహెచ్సి నుండి ప్రతి రోజు కనీసం ఐదుగురు గర్భిణీలకు వైద్య నిపుణులు (స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్)తో సంప్రదించేటట్లు చేయాలని ఆయన అదేశించారు.

9న డీ వార్మింగ్ డే

ఈ నెల 9న డీ వార్మింగ్ డే (జాతీయ నులిపురుగుల నివారణ దినోత్సవం)ను విజయవంతం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ చెప్పారు. 1 నుండి 19 సంవత్సరాల వయస్సు గల వారికి అల్‌బెండజోల్ మాత్రలు ఇవ్వాలని ఆయన అదేశించారు. 1 నుండి 2 సంవత్సరాల చిన్నారులకు "అర మాత్ర" గుండగా చేసి వేయించాలని, 2 నుండి 19 సంవత్సరాల విద్యార్థులకు "ఒక మాత్ర" బాగా నమిలి మింగేటట్లు చేయాలని ఆయన చెప్పారు.

యువతకు భరోసాగా అభిలాష గ్రంథాలయాలు : జిల్లా యంత్రాంగం యువతకు భరోసాగా నిలుచుటకు "అభిలాష" కార్యక్రమంను జిల్లాలో ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. గ్రామ సచివాలయాలలో అభిలాష గ్రంథాలయాలు ప్రారంభం అయ్యాయని ఆయన చెప్పారు. గ్రంథాలయాలలో 66 రకాల పుస్తకాలను రెండు సెట్లు చొప్పున ఏర్పాటు చేశామని అన్నారు. సివిల్స్, గ్రూప్ 1,2. యుపి ఎస్ సి, ఎస్సిఆర్బి, ఆర్ ఆర్ బి, బ్యాంకింగ్, జె ఇ ఇ, నీట్ తదితర పరీక్షలకు అవసరం అయ్యే పుస్తకాలను ఇందులో పెట్టడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు. త్వరలో మరో 25 గ్రంథాలయాలు అందుబాటులోకి వస్తాయని ఆయన తెలిపారు. ప్రిమ్-10, అభిలాష కార్యక్రమాలను రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి కూడా అభినందించారని జిల్లా కలెక్టర్ చెప్పారు. మంచి స్ఫూర్తితో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమాలను చక్కగా కొనసాగించాలని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి బి. జగన్నాథ రావు, జిల్లా నీటి యాజమాన్య సంస్థ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ కె. రామ చంద్రరావు, జిల్లా ఇమ్యునైజేషన్ అధికారి నారాయణ రావు, ప్రిమ్ నోడల్ అధికారి డా॥ ఎం.వినోద్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉత్తరాంధ్రలో వెలమ సామాజిక వర్గానికి రాబోయే సార్వత్రి ఎన్నికల్లో 13 అసెంబ్లీ, 3 పార్లమెంటు స్థానాలలో అన్ని పార్టీలు సరైన రాజకీయ ప్రాధాన్యత కల్పించాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాబోయే అసెంబ్లీ, పార్లమెంట్ సార్వత్ర ఎన్నికల్లో అన్ని రాజకీయ పార్టీలు వెలమ సామాజిక వర్గానికి ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల నుండి 13 అసెంబ్లీ మూడు పార్లమెంటు స్థానాలు కేటాయించాలని వెలమ సంక్షేమ సంఘం సెంట్రల్ ఆర్గనైజేషన్ విశాఖపట్నం అధ్యక్షులు చుక్క చినబాబు, వెలమ పెద్దలు అన్ని రాజకీయ పార్టీ నాయకులను డిమాండ్ చేశారు. బుధవారం డాబాగార్డెన్స్ వీజేఎఫ్ ప్రెస్ క్లబ్‌లో నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో వెలమ సంక్షేమ సంఘం సెంట్రల్ ఆర్గనైజేషన్ అధ్యక్షులు చుక్క చినబాబు మాట్లాడుతూ త్వరలో జరగబోయే సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో రాష్ట్రంలో 32 లక్షలు జనాభా కలిగిన వెలమలకు పార్లమెంట్, అసెంబ్లీ ఎన్నికలలో ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని అన్ని పార్టీలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. వైయస్సార్సీపి, టిడిపి, జనసేన, భారతీయ జనతా పార్టీ, కాంగ్రెస్ పార్టీ తదితర అన్ని రాజకీయ ప్రధాన పార్టీలు వెలమ కులవర్గానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లాలో సుమారు 10 లక్షలు లక్షల పైన వెలమ సామాజిక వర్గం ఉన్నారన్నారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో, విశాఖ పార్లమెంటుగాని, అనకాపల్లి పార్లమెంటు గాని ఒకటి వెలమలకు కేటాయించాలన్నారు. ఉమ్మడి విశాఖపట్నం జిల్లాలో ఐదు ఎమ్మెల్యే స్థానాలు కల్పించాలని అన్ని రాజకీయ పార్టీలను కోరుతున్నట్లు తెలిపారు. విశాఖపట్నం అర్బన్ జిల్లాలో అసెంబ్లీ స్థానాలను విశాఖపట్నం ఉత్తర నియోజకవర్గం, దక్షిణ నియోజకవర్గం, గాజువాక, భీమునిపట్నం నియోజకవర్గంలో రెండు అసెంబ్లీ స్థానాలలో కేటాయించాలని డిమాండ్ చేశారు.

అనకాపల్లి జిల్లాలో పెందుర్తి, చోడవరం, మాడుగుల, నర్సీపట్నం, నియోజవర్గాలలో వెలమ సామాజ వర్గానికి కేటాయించాలని అన్ని రాజకీయ పార్టీలను కోరుతున్నట్లు తెలిపారు. విజయనగరం జిల్లాలో విజయనగరం పార్లమెంటు స్థానం, ఎస్ కోట, గజపతినగరం, బొబ్బిలి నియోజకవర్గంలో వెలమ సమాజ వర్గానికి కేటాయించాలని, శ్రీకాకుళం జిల్లాలో శ్రీకాకుళం పార్లమెంటు స్థానం, శ్రీకాకుళం, టెక్కలి, నరసన్నపేట నియోజవర్గాలను వెలమ సామాజిక వర్గానికి కేటాయించాలని అన్ని రాజకీయ పార్టీలను కోరుతున్నట్లు తెలిపారు. విశాఖపట్నం వెలమ సంక్షేమ సంఘం కమ్యూనిటీ భవనానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 75 సెంట్లుభూమి వేపగుంట దగ్గరలో కేటాయించిందని, కాని అన్ని కులాలకి ఇచ్చే విధంగానే జీవో ద్వారా ఇవ్వాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని వెలమ సంఘం నాయకులు కోరారు. వెలమ సంక్షేమ సంఘం కార్యదర్శి, ప్రముఖ న్యాయవాది బండారు రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ అన్ని రాజకీయ పార్టీలు గతంలో వెలమ సామాజిక వర్గానికి అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇచ్చి శాసనసభ్యులుగా, పార్లమెంట్ మెంబర్లుగా వివిధ పదవుల్లో అవకాశం కల్పించడం జరిగిందని, ఆ తర్వాత కాలంలో వెలమ సామాజిక వర్గానికి సరైన రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం కల్పించడం లేదని అవేదన వ్యక్తం చేశారు. అన్ని రాజకీయ పార్టీలు వెలమ సామాజిక వర్గానికి అత్యధిక స్థానాలు కేటాయించాలని రాజకీయ పార్టీల అధినేతలకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నామన్నారు. విజయనగరం జిల్లాను విభజించాక ఏర్పడిన పార్వతీపురం జిల్లాలో సాలూరు, కురుపం, పాలకొండ రిజర్వ్ అయ్యాయని ఈ నాలుగు నియోజకవర్గాల్లో 60 శాతం వెలమ జనాభా ఉందని, అందువల్ల ఆయా నియోజకవర్గాలలో జరిగిన నష్టానికి ఎమ్మెల్సీ, రాజ్యసభ, జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ వంటి పదవులు, నామినేటెడ్ పదవులు ఇవ్వాలని రాజకీయ పార్టీల అధినాయకులకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నామన్నారు. వెలమ సామాజ వర్గానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వని ఎడల రాబోయే ఎన్నికల్లో తగిన బుద్ధి చెబుతామని అన్నారు.

ఈ సమావేశంలో వెలమ సంక్షేమ సంఘం (సెంట్రల్ ఆర్గనైజేషన్) కార్యదర్శి బండారు రామకృష్ణ, ఆర్గనైజేషన్ సెక్రటరీ మిడతాన బాపు నాయుడు, వెలమ సంక్షేమ సంఘం (సెంట్రల్ ఆర్గనైజేషన్) మాజీ అధ్యక్షులు ఎర్ర సన్యాసినాయుడు, ఉత్తర నియోజకవర్గం వెలమ సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు పాశల సూర్యనారాయణ, అనకాపల్లి వెలమ సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు కుంచ్రపు సోమేశ్వరరావు, సంఘం ఉపాధ్యక్షులు సిరికి పాతురాజు, మూడేడ్ల తమ్మునాయుడు, సిరికి కొండలరావు, గూనూరు వెంకట రమేష్, పోలా ప్రసాద్, రంధి పరదేశి నాయుడు, చొక్కాకల రామకృష్ణ, మీడియా కన్వీనర్ తమటపు కృష్ణమూర్తి నాయుడు, వెలమ ఫౌండేషన్ అధినేత మిడతాన వెంకట రమణమూర్తి, పరవాడ రమణ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఐస్‌క్రీం తిన్న ఎంవివి, ముప్పల సురేష్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దేవి కార్తికేయ ఫ్రూట్ జ్యూస్ అండ్ ఐస్ క్రీమ్ షాప్ ఓపెనింగ్ విశాఖ జిల్లా ఎంపీ ఎంవీవీ సత్యనారాయణ మరియు 20వ వార్డు కార్పొరేటర్ ముప్పల లక్ష్మి సురేష్ చేతుల మీదుగా జరిగింది. ఇప్పుడు సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి ఎంపీవీ సత్యనారాయణని తూర్పు నియోజకవర్గం సమన్వయకర్తగా నియమించడం, వారు గడపగడపకి మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో భాగంగా దేవి కార్తికేయ ఫ్రూట్ జ్యూస్ అండ్ ఐస్ క్రీమ్ షాపుకు వచ్చి వ్యాపారం ఎలా ఉంది అని అడగటం, కాసేపు కూర్చొని ఐస్ క్రీమ్ తింటూ కష్ట సుఖాలు అడగడం తమకు చాలా ఆనందంగా ఉందన్నారు నిర్వాహకులు. ఇలాంటి నాయకుల్ని గెలిపించుకుంటే జగనన్న మళ్ళీ సీఎం అవుతారు, ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజలు ఆర్థికంగా ఆరోగ్యంగా జీవిస్తారు అని కోరుకుంటున్నామన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ప్రజలు.

హెలికాప్టర్ ప్రమాదంలో చిలీ మాజీ అధ్యక్షుడి దుర్మరణం

దక్షిణ అమెరికా దేశమైన చిలీ మాజీ అధ్యక్షుడు సెబాస్టియన్ పినేరా హెలికాప్టర్ ప్రమాదంలో దుర్మరణం చెందారు. మంగళవారం లాగో రాంకో టౌన్‌లో హెలికాప్టర్ కూలడంతో ఆయన మరణించారు. హెలికాప్టర్‌లోని మిగతా ముగ్గురు ప్రయాణికులు ప్రాణాలతో బయటపడ్డారు. పినేరా మృతదేహాన్ని అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ప్రమాదంలో పినేరా మృతి విషయాన్ని దేశ అంతర్గత వ్యవహారాల మంత్రి కెరోలీనా డ్రుపికరించారు. మాజీ అధ్యక్షుడి మృతితో యావత్ చిలీ శోక సంద్రంలో కూరుకుపోయింది. వివిధ దేశాధినేతలు తమ సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. 74 ఏళ్ల పినేరా రెండు సార్లు చిలీ దేశాధ్యక్ష పదవిని అధిష్టించారు. 2010-14, 2018-2022 మధ్య కాలంలో ఆయన అధ్యక్షుడిగా ఉన్నారు. తొలిసారి పినేరా అధ్యక్షుడయ్యాక చిలీ మంచి ఆర్థికాభివృద్ధి సాధించింది. పొరుగు దేశాలు ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు పడుతున్న సమయంలో ఆయన చిలీని ఆర్థిక పురోభివృద్ధి దిశగా నడిపించారు. దేశంలో నిరుద్యోగత తగ్గేలా చేశారు. రెండో సారి అధ్యక్షుడయ్యాక ఆయనపై పలు విమర్శలు తలెత్తాయి. దేశాన్నప్పుంగా పలు హింసాత్మక ఘటనలు, మానవహక్కుల ఉల్లంఘనలు వెలుగు చూశాయి. గొప్ప వ్యాపారవేత్తగా ఖ్యాతి గడించిన పినేరా 1980ల్లో దేశంలో తొలిసారిగా క్రెడిట్ కార్డులు ప్రవేశపెట్టి సంచన్నుడిగా మారారు. ఆయన సంపద సుమారు 2.7 బిలియన్ డాలర్లని సమాచారం.

కాంగ్రెస్ పార్టీకి మూర్తి చేసిన సేవలు మరువలేనివి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): గ్యాస్ మూర్తిగా పేరుగాంచిన భోగాది రాధాకృష్ణ మూర్తి కాంగ్రెస్‌వాది అని ఆయన కాంగ్రెస్ పార్టీకి చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయమని మాజీ శాసనమండలి సభ్యుడు, బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు, ఆంధ్రప్రదేశ్ ఇన్ ల్యాండ్ వాటర్ వెఫ్ అథారిటీ చైర్మన్ దంతులూరి దిలీప్ కుమార్ కొనియాడారు. బుధవారం స్థానిక నర్సింగరావుపేటలో మూర్తి నివాసం వద్ద జరిగిన సంస్మరణ కార్యక్రమంలో పలువురు పట్టణంలోని ప్రముఖులు పాల్గొని మూర్తి చిత్రపటానికి పుష్పాలు సమర్పించి నివాళులర్పించారు. అలాగే తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు మాజీ శాసనమండలి సభ్యులు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు పాల్గొని రాధాకృష్ణమూర్తి చిత్రపటానికి పుష్పాలు సమర్పించి ఘన నివాళులర్పించారు. రాధాకృష్ణమూర్తి కాంగ్రెస్ పార్టీలో కీలక వ్యక్తిగా అనకాపల్లి ప్రజా సమస్యలపై పనిచేశారని నిజమైన కాంగ్రెస్ వాది మూర్తి అని అన్నారు. తరువాత కాలంలో జర్నలిస్టుగా పనిచేస్తూ హెచ్.పీ గ్యాస్ డీలర్‌గా గ్యాస్ మూర్తిగా మంచి పేరు సంపాదించారని, వివాదరహితుడిగా రాజకీయాలకు అతీతంగా వ్యాపార అభివృద్ధికి కృషి చేశారన్నారు. కాంగ్రెస్ వాది అయినా అన్ని రాజకీయ పార్టీల వారితో స్నేహంగా మెలిగే వారన్నారు. అటువంటి వ్యక్తి మన మధ్యన లేకపోవడం మిక్కిలి బాధారకం ఆయన పవిత్ర ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని వారి కుటుంబానికి భగవంతుడు మనోధైర్యాన్ని ప్రసాదించాలని నాగ జగదీష్ కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ పార్లమెంట్ మీడియా కోఆర్డినేటర్ కొణతాల వెంకటరావు, వైకాపా అనకాపల్లి నియోజకవర్గం సమన్వయకర్త మలంపాల భరత్, మందపాటి జానకిరామరాజు, సత్య రావు మాస్టారు, బైర పౌండేషన్ కె. బ్రహ్మనాయుడు, మాజీ మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ పలకా రాము కర్రి వెంకట సన్యాసినాయుడు (బాబి) జాజుల రమేష్, వెంపరాల శర్మ, ఎడ్ల త్రినాథరావు, టిడిపిపార్లమెంట్ కార్యదర్శి మల్ల గణేష్ నోబుల్ టీచర్స్ అసోసియేషన్ గౌరవ అధ్యక్షులు కాంద్రేగుల సత్యనారాయణ వైయస్సార్సీపి నాయకులు మూర్తి కుమారులు రామచంద్ర రావు, విజయ రామరాజుపేట గ్రామ కమిటీ సభ్యులు, గ్యాస్ డీలర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా చింతకాయల ముత్యాలు జన్మదిన వేడుకలు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా పరవాడ మండలం ముత్యాలమ్మ పాలెం గ్రామంలో రాష్ట్ర పంచాయతీ రాజ్ చాంబర్ ఉపాధ్యక్షులు, మత్స్యకార నేత చింతకాయల ముత్యాలు జన్మదిన వేడుకలను చింతకాయల యువసేన ఆధ్వర్యంలో బుధవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. అభిమానుల మధ్య కేక్‌కట్ చేశారు. 300 మందికి దుప్పట్లు, 450 మందికి చీరలు, 100 మందికి 10 కేజీల చొప్పున రైస్ దివ్యాంగులకు పంపిణీ చేశారు. అలాగే మహిళా పారిశుధ్య కార్మికులకు బియ్యం పంపిణీ చేశారు. పదోతరగతిలో ప్రతిభ గల విద్యార్థులకు మొదటి బహుమతి వానుపల్లి దిలీప్‌కు రూ.5000లు, గనగళ్ళ భానుకు రెండవ బహుమతి రూ.3500లు, చింతకాయల మనోజ్ కుమార్‌కు మూడవ బహుమతి రూ.2500లు నగదు అందజేసినారు. అనంతరం వెయ్యి మందికి అన్నసమారాధన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తిక్కవానిపాలెం సర్పంచ్ చేపల మహేను, మండల కోఆప్షన్ మైలపల్లి అప్పన్న, మాజీ ఎంపిటీసి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలింగ్ కేంద్రాలు సందర్శించండి

పాడేరు. (విశాఖ సమాచారమ్): తాహశీల్దారులు స్వయంగా పోలింగ్ కేంద్రాలను సందర్శించాలని జిల్లా కలెక్టర్ సుమిత్ కుమార్ ఆదేశించారు. కొత్తగా బదిలీపై వచ్చిన పాడేరు డివిజన్ 11 మండలాల తాహశీల్దారులతో కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో బుధవారం సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఎన్నికలలో పాల్గొంటున్న అభ్యర్థుల ఖర్చులను పక్కాగా నమోదు చేయాలని సూచించారు. మీడియాలో ప్రచురిస్తున్న ప్రకటనలు, కరపత్రాలు, గోడ పత్రికలు, ప్రసార మాధ్యమాలలో ప్రకటనలను తప్పని సరిగా పరిశీలించి ఖర్చులను గుర్తించి నమోదు చేయాలని చెప్పారు. పోలింగ్ కేంద్రాలను తాహశీల్దారులు పరిశీలించి నివేధించాలని సూచించారు. నిరంతరం అప్రమత్తంగా ఉంటూ సజావుగా ఎన్నికల ప్రక్రియ నిర్వహించాలని స్పష్టం చేసారు. ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశాలు తు.చ. తప్పకుండా అమలు చేయాలన్నారు. జోనల్ అధికారులు, బూత్ స్థాయి అధికారులతో సమావేశాలు నిర్వహించాలన్నారు.

ఈ సమావేశంలో జాయింట్ కలెక్టర్ భావన, ఐటిడి ఏ వి. ఓ. వి. అభిషేక్, సబ్ కలెక్టర్ ధాత్రి రెడ్డి, ఎస్టీసెలు పి. అంబేద్కర్, వి.వి.ఎస్.శర్మ, 11 మండలాల తాహశీల్దారులు, డిప్యూటీ తాహశీల్దారులు పాల్గొన్నారు.

ఉత్తరాంధ్ర పార్టీ ప్రతినిధిగా సతీష్ కుమార్ నియామకం

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): జనసేన పార్టీ ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల ముఖ్య ప్రతినిధిగా ఇటీవలే పార్టీ అధ్యక్షులు కొణిదెల పవన్ కళ్యాణ్ నేతృత్వంలో పార్టీ తీర్థం పుచ్చుకున్నటువంటి సుందరపు వెంకట సతీష్ కుమార్‌ను నియమించడంతో యలమంచిలి జనసైనికులు పార్టీ ముఖ్య నాయకులు కేక్ కట్ చేసి సంబరాలు జరుపుకున్నారు. ఈ సందర్భముగా పార్టీ జిల్లా సంయుక్త కార్యదర్శి కొఠారు నరేశ్, సీనియర్ నాయకులు గుర్రాల శేఖర్‌లు మాట్లాడుతూ సుందరపు వెంకట్ సతీష్ కుమార్‌ని పార్టీ ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల ముఖ్య ప్రతినిధిగా నియమించడం వారికెంతో ఆనందంగా ఉందని మెగా ఫ్యామిలీలో సుందరపు ఫ్యామిలీకి అత్యంత గౌరవం లభిస్తుంటుందని, రానున్న ఎన్నికల్లో సుందరపు విజయ్ కుమార్, వెంకట సతీష్ కుమార్‌లు కూడా విజయం సాధించి, మరిన్ని ఉన్నత పదవులను చేపట్టాలని కోరుకున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జన సైనికులు కొఠారు బాబ్జీ, ఖాన్, షీలా, పాపారావు, పవర్ స్టార్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆశా వర్కర్స్ అక్రమ అరెస్టులను ఆపాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆశా వర్కర్స్‌కు కనీస వేతనం అమలు చేయాలని, కోవిడ్‌తో చనిపోయిన వారికి నష్టపరిహారం చెల్లించాలని, సెలవులు ఇవ్వాలని, ప్రమాద బీమా సౌకర్యం కల్పించాలని 8-02-2024న విజయవాడలో ధర్నా చేయాలని ఆశావర్కర్స్ యూనియన్ (సిఐటియు) రాష్ట్ర కమిటీ పిలుపు నిచ్చింది. ఆశా వర్కర్స్ న్యాయమైన సమస్యలు పరిష్కరించవలసిన ప్రభుత్వం ఎక్కడిక్కడ అరెస్టులు చేసి తీవ్ర నిర్బంధాన్ని ప్రయోగించడాన్ని సిఐటియు విశాఖ జిల్లా కమిటీ తీవ్రంగా ఖండిస్తుంది. జగనన్న ఆరోగ్య సురక డ్యూటీలో వున్న వారికి పిహెచ్‌సి, యుపిహెచ్‌సిలో డ్యూటీలో వున్న వారిని, సిఐటియు ఆఫీసులో వున్న నాయకులను ముఖ్యంగా యూనియన్ అధ్యక్షురాలు పి.మణిని అక్రమంగా అరెస్టు చేసారు. నోటీసులు ఇచ్చి విజయవాడ వెళ్ళవద్దని హెచ్చరిస్తున్నారు. రోడ్డు మీద వున్నా, బస్‌స్టాండ్‌లో వున్నా, రైల్వేస్టేషన్‌లో ఉన్నా, అరెస్టులు చేసి బలవంతంగా పోలీస్ స్టేషన్లకు తరలిస్తున్నారు. ఆశా వర్కర్స్‌ను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తున్నారు. ఆశా వర్కర్స్ అధార్ కార్డుతో పాటు మొత్తం కుటుంబ సభ్యుల అధార్‌కార్డులు ఇవ్వమని ఒత్తిడి చేస్తున్నారు. కుటుంబ సభ్యులను కూడా ఆందోళనకు గురిచేస్తున్నారు. ప్రతి యుపిహెచ్‌సి, పిహెచ్‌సిలను పోలీస్ స్టేషన్‌ల క్రింద మార్చారు. ప్రభుత్వ విధులను కూడా నిర్వర్తించకుండా అడ్డుకున్నారు. ఈ రకంగా ప్రభుత్వం నిరకుంశంగా వ్యవహరిస్తోంది. కనీసమైన ప్రజాస్వామిక హక్కులను కూడా గౌరవించడం లేదు.

గత 2 సంవత్సరాల క్రితం ఆశా వర్కర్స్ సమస్యలను పరిష్కరించడానికి ప్రభుత్వం సానుకూలంగా ఉందని యూనియన్ నాయకులతో చర్చిస్తామని చెప్పిన ప్రభుత్వం ఇప్పటి వరకు చర్చలకు పిలవ లేదు. ఇక గత్యంతరం లేక ధర్నా చేయాలని రాష్ట్ర కమిటీ పిలుపు నిచ్చింది. ఈ పిలుపును విచ్ఛిన్నం చేయడానికి ప్రభుత్వం చూపిస్తున్న చొరవలో 100వ భాగం సమస్యల పరిష్కారం కోసం కృషి చేస్తే ఎంతో మేలు జరిగేది. ఇప్పటికైన ఈ నిర్బంధాన్ని అవి సమస్యలను పరిష్కరించాలని కోరుకున్నాము. ప్రజాస్వామిక వాదులందరూ ఈ నిర్బంధాన్ని ఖండిరచాలని కోరుకున్నాము.

గ్రూప్ 2కు ప్రిపేర్ అవుతున్న అభ్యర్థులకు స్టడీ మెటీరియల్ అందించిన జడ్పీ చైర్మన్

విజయనగరం: ముఖ్యమంత్రి సూచనలతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గ్రూప్ 2 పరీక్షకు చదువుతున్న అర్హికంగా వెనుకబడిన బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ అభ్యర్థులకు ఉచిత శిక్షణ కార్యక్రమం విజయనగరం జిల్లా బిసి స్టడీ సర్కిల్ ద్వారా డిసెంబర్ 28 నుండి ఫిబ్రవరి 24 వరకు (50 రోజులు) ఎంపిక కాబడిన 80 విద్యార్థులకు ఉచిత శిక్షణ కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరుగుచున్నది. ఇందులో భాగంగా స్టడీ మెటీరియల్ లేని 44 మంది విద్యార్థులకు జిల్లా పరిషత్ నిధుల నుండి ఉచితంగా గ్రూప్-2 సంబంధిత స్టడీ మెటీరియల్లు సమకూర్చి వారికి జిల్లా పరిషత్ సమావేశ మందిరంలో గౌరవ విజయనగరం జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు (చిన్న శ్రీను), జడ్పీ సీఈఓ రాజకుమార్ అందజేశారు. దాంతోపాటు గ్రూప్ 2 పరీక్షకు హాజరైనంతవరకు శిక్షణ పొందుతున్న విద్యార్థులందరికీ మధ్యాహ్నం భోజనంతో పాటు సాయంత్రం స్నాక్స్ జిల్లా పరిషత్ నిధుల నుంచి సమకూర్చాలని జెడ్పీ సీఈఓకి జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు (చిన్న శ్రీను) ఆదేశించారు.

పార్వతీపురం జూనియర్ కళాశాలలో ప్రవేశలకు ఆహ్వానం

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల పార్వతీపురం ప్రిన్సిపల్ జే.రామారావు ఆధ్వర్యంలో అధ్యాపకులు 7 బృందాలుగా ఏర్పడి, పార్వతీపురం పరిసరాలలో ఉన్న జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలకు వెళ్లి ప్రభుత్వ కళాశాల, పార్వతీపురంలో జా యిన్ కావాలని 10వ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థిని విద్యార్థులకు అధ్యాపకులు కోరడమైనది. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యాపకులు తెర్లి రవికుమార్, ఎస్. శ్రీనివాసరావు, సుకన్య, శాంతి, ధనలక్ష్మి, తేజ, తవిటి నాయుడు, లక్ష్మణరావు, రామకృష్ణ, సత్యనారాయణ, శర్మ, కైలాష్, రవికాంత్, వెంకటేశ్వరరావు, బాబ్జీరావ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా ఈరోజు ఎమ్మార్ నగరము, తాళ్ల బురిడీ, నడిమి మూలగ, దోకి శీల జిల్లా పరిషత్ హైస్కూల్ కి అధ్యాపకు వెళ్లి ప్రభుత్వ కళాశాలలో ఉన్న సౌకర్యాలను విద్యార్థులకు హెచ్ఎం లకు ప్రభుత్వ కళాశాల, పార్వతీపురంలో ఉన్న అవస్థపన సౌకర్యాలను తెలియజేయడం జరిగింది.

యోగి, ఆయుర్వేదం పై నాలుగు రోజులు ప్రత్యేక శిక్షణ తరగతులు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): భారత స్వాభిమాన ట్రస్ట్ నిర్వహణలో గత కొంతకాలంగా నిర్వహిస్తున్న పతాంజలి యోగ సమితి, భారత స్వాభిమాన ట్రస్ట్ జిల్లా అధ్యక్షులు భీశెట్టి దొరమ్మ నాయుడు మాట్లాడుతూ ఫిబ్రవరి 8 గురువారం నుండి ఆదివారం వరకు విశాఖ జిల్లా మహిళ పతాంజలి యోగ అధ్యక్షురాలు యోగానిపుణులు ప్రభ సాహో ప్రత్యేక తరగతులకు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరుకానున్నారని తెలిపారు. జార్జి క్లబ్‌లో క్లబ్ సహకారంతో యోగా శిక్షణ తరగతులు నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. జీవితాంతం ఆరోగ్యంతో మెలగాలంటే అందరం ప్రతిరోజు యోగా సాధన చేయాలన్నారు. ఆరోగ్యం పెంపొందించుకునే యోగాతో శారీరక మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుందన్నారు. నిర్వాహకులు కాంద్రేగుల చిన్న, కొణతాల పెద్ద, అధ్యక్షులు కోలపర్తి కన్నబాబు, కార్యదర్శి భీమరశెట్టి శ్రీనివాసరావు, బిఎస్ ఎం కె జోగి నాయుడు, ఆదారి చిన్న పీరు నాయుడు, కొణతాల శివాజీ, ఆళ్ల శ్రీరామకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎస్టీ కమిషన్ చైర్మన్‌ని కలిసిన గిరిజనులు

శ్రీకాకుళం జిల్లా సారవకోట, మెలియాపుట్టి, మందస మండలాల నుంచి పలుపురు గిరిజనులు, గిరిజన ఐక్య వేదిక ఆధ్వర్యంలో ఏపీ ఎస్టీ కమిషన్ చైర్మన్‌ని వారి క్యాంప్ కార్యాలయంలో కలిశారు. పోడు పట్టాలు, ఉపాధి సంబంధించి వారు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు వివరించారు. తమ ప్రాంతాన్ని సందర్శించమని కోరారు. త్వరలో కమిషన్ శ్రీకాకుళం జిల్లాలో గిరిజన ప్రాంతాలను పర్యటించనుందని, ఏ సమస్య ఉన్నా ఫోన్ ద్వారా తెలియబర్చినా స్పందించడం జరుగుతుందని చైర్మన్ డా॥ డి.వి.జి.శంకర రావు హామీ ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన్ని వారు సత్కరించి ధన్యవాదములు తెలిపారు. గిరిజన ఐక్య వేదిక నాయకులు చౌదరి లక్ష్మీనారాయణ, శాంతారావు, భాస్కరరావు, గంగన్న తదితరులు పాల్గొన్నారు.

Sugar Free Fitearly | సడిపయస్సులకు దివ్య శక్తి ఫిట్ ఎర్లీ | थकावट से सत्वर उपसमन फिट एर्ली

వివిధ వృత్తి, ఉద్యోగాలలో అలసటకు లోనై నీరసించి పోతున్నారా?

మందులు మింగలేక, చక్కెరతో కూడిన ఎనర్జీ బూస్టర్లు సేవించలేకపోతున్నారా?

దిగులు చెందకండి.

"ఫిట్ ఎర్లీ" మిమ్మల్ని నిరంతరం శక్తివంతం గాను, ఉత్సాహవంతంగాను ఉంచుతుంది.

సోయప్రోటీన్, వే ప్రోటీన్, బ్రాహ్మి, హరితకి, సీ భక్తారన్, శొంఠి, తులసి, అశ్వగంధ

తదితర హిమాలయముల నుండి సేకరించిన విశిష్ట వన మూలిక సమ్మిశితమైన "ఫిట్ ఎర్లీ" విశిష్టానుభవం గల పరిశోధకులచే రూపొందించబడింది. అంతేకాక ప్రఖ్యాత వైద్యరంగ పరిశోధన శాలలో అన్ని విధములుగా పరీక్షించబడి సంతృప్తి కరమైన ఫలితాలను ప్రకటించు కోబడిన ఉపాహారం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో డీలర్‌షిప్ వివరాలకు సంప్రదించండి

ఎస్.వీరభద్రరావు : సెల్: 8247526179

ఈ-మెయిల్: surampudi43@gmail.com

HERBINDO LABS PRIVATE LIMITED HEALTH AND HAPPINESS

HERBINDO LABS PVT LTD.
2-2-642/1/1/1A, Sadguru Krupa, Street No 16, Amberpet, Hyderabad - 500013, Telangana, India
E-Mail: herbindolabs@gmail.com
Mob: +91 9704885252
GSTN: 36AAECH6684G1ZA
CIN: U24100TG2018PTC127052

Compli

9న జాతీయ నులిపురుగల నివారణ కార్యక్రమం

విజయనగరం: జాతీయ నులిపురుగుల నిర్మూలన కార్యక్రమంలో భాగంగా ఫిబ్రవరి 9వ తేదీన జిల్లాలోని 19 ఏళ్లలోపు వయస్సు గల బాల బాలికలందరికీ ఆల్బెండజోల్ మాత్రలు ఇచ్చేందుకు ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశామని జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య అధికారి డా.ఎస్.భాస్కరరావు చెప్పారు. జిల్లాలో 3.58 లక్షల మంది బాల బాలికలకు ఆరోజు భోజనం అనంతరం నులిపురుగల నివారణ మాత్రలు ఆల్బెండ జోల్ వేయించేందుకు అవసరమైన 3.80 లక్షల మాత్రలు సిద్ధం చేశామన్నారు. నులిపురుగుల నివారణ కార్యక్రమం కోసం చేసిన ఏర్పాట్లపై బుధవారం తమ కార్యాలయంలో విలేకరులతో మాట్లాడారు. తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు పిల్లలకు 9వ తేదీన మధ్యాహ్న భోజనం అనంతరం మాత్రలు తప్పనిసరిగా మింగినంత అనారోగ్య సమస్యల నుంచి వారికి విముక్తి కలిగించాలన్నారు. జిల్లాలోని అన్ని ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు పాఠశాలలు, కళాశాలల విద్యార్థులకు అక్కడే మాత్రలు ఇస్తారని, పాఠశాల బయట ఉండే బాల బాలికలకు అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల ద్వారా మాత్రలు అందిస్తామన్నారు. జిల్లాలోని అన్ని ప్రైవేటు పాఠశాలల్లో విద్యార్థులకు కూడా ఈ మాత్రలను ఆయా యాజమాన్యాల ద్వారా అందించే ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని చెప్పారు. జాతీయ నులిపురుగుల నివారణ దినోత్సవం రోజున మాత్రలు వేయించలేని వారికి ఫిబ్రవరి 16న వేయించేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని పేర్కొన్నారు.

పిల్లలకు పాట్లలో నులిపురుగుల కారణంగా పోషకాల జీర్ణ ప్రక్రియకు ఆటంకం కలిగి శారీరక, మానసిక లోపాలకు రక్తహీనతకు దారితీస్తుందని పేర్కొన్నారు. తద్వారా పిల్లల్లో చురుకుదనం లోపించి నీరసపడిపోతారన్నారు. పర్యాపసానంగా చదువు సంధ్యల్లోనూ వెనకబడిపోతారన్నారు. ఈ సమస్యతో బాధపడే పిల్లలు తరచు అనారోగ్యంగా, అలసటగా వుంటూ, ఏకాగ్రత కోల్పోతారని, పాఠశాలకు తరచూ గైర్హాజరవుతుంటారని పేర్కొన్నారు. ఇటువంటి పిల్లలకు ఆల్బెండజోల్‌తో చికిత్స సురక్షితమైన, తక్కువ ఖర్చుతో కూడిన వైద్య పరిష్కారంగా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందిందన్నారు.

నులిపురుగుల నివారణ మాత్రలను ఆరునెలలకోసారి పిల్లలకు ఇవ్వాల్సి ఉంటుందన్నారు. 1 నుంచి 2 సంవత్సరాల బాలబాలికలకు అరమాత్రను గుండచేసి ఇవ్వడం జరుగుతుందన్నారు.

2 నుండి 5 వయస్సుగల బాలబాలికలకు ఒక పూర్తి మాత్ర గుండచేసి ఇస్తామన్నారు.

6 నుంచి 19 సంవత్సరాల వయస్సుగల బాలబాలికలకు 400 మిల్లీగ్రాముల పూర్తిమాత్రను ఇవ్వడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

జిల్లాలోని ఎం.ఇ.ఓ.లు ప్రధానోపాధ్యాయులు ద్వారా ఆయా పాఠశాలలకు అవసరమైన మాత్రల పంపిణీని బుధవారం పూర్తి చేశామన్నారు. జిల్లాలో నులిపురుగుల నివారణ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేసేందుకు అన్ని వర్గాలు సహకరించాలని ఆయన కోరారు.

సమావేశంలో అదనపు జిల్లా వైద్యాధికారి డా.కె.రాజ్, డిప్యూటీ డి.ఎం.హెచ్.ఓ. డా.సూర్య నారాయణ, ఆర్.బి.ఎస్.కె. ఏ.ఓ. డా॥ రవికుమార్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పరిశోధకులకు పనికొచ్చే "మూడు దారులు"

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సీనియర్ పాత్రికేయులు దేవులపల్లి అమర్ రచించిన "మూడు దారులు" రాజకీయ రణరంగాన భిన్న ధృవాలు పుస్తకం సమకాలీన రాజకీయ పరిస్థితులకు అద్దం పడుతుందనీ, పరిశోధకులకు చక్కటి గైడ్‌గా, రిఫరెన్స్ మెటీరియల్‌గా పనికొస్తుందని పుస్తక పరిచయ సభలో వక్తలు అభిప్రాయపడ్డారు.

విశాఖపట్నంలోని పౌర గ్రంథాలయం సభా మందిరంలో నిర్వహించిన "మూడు దారులు" పుస్తక పరిచయం కార్యక్రమంలో మాట్లాడిన వక్తలు రచయిత అమర్ కృషిని అభినందించారు.

ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం జర్నలిజం శాఖ పూర్వ ప్రధాన ఆచార్యులు ప్రొఫెసర్ పి. బాబీ వర్ధన్ సభకు అధ్యక్షత వహించగా, లీడర్ దినపత్రిక సంపాదకులు, రైటర్స్ అకాడమి వైర్మన్ వి.వి.రమణమూర్తి పుస్తకంలోని అంశాలను వివరించారు.

కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఆచార్య నాగార్జున విశ్వవిద్యాలయం పూర్వ వైస్ ఛాన్సలర్ ప్రొఫెసర్ వి.బాలమోహన్ దాస్ ప్రసంగిస్తూ తొలి అధ్యాయంలో రచయిత తెలుగు రాష్ట్రాల పూర్వ చరిత్రను, ఆనాటి రాజకీయాలను వివరించిన తీరు, ముఖ్యమంత్రుల వ్యవహార శైలి సమగ్రంగా పొందుపరిచారని ప్రశంసించారు.

డాక్టర్ వై.ఎస్.రాజశేఖర రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా ఉండగా తనకు ఆచార్య నాగార్జున విశ్వవిద్యాలయం వైస్ ఛాన్సలర్‌గా అవకాశం కల్పించారని గుర్తు చేసుకున్న ప్రొఫెసర్ బాల మోహన్ దాస్ వైఎస్ ఆర్ విద్యా విషయాల పట్ల ఎంతో శ్రద్ధ పెట్టేవారనీ, పాలనా వ్యవహారాలలో తమకు పూర్తి ఫ్రీడం ఇచ్చేవారని పేర్కొన్నారు. రాజకీయాలలో నైతిక విలువలకు వైఎస్ ఎంతో ప్రాధాన్యం ఇచ్చేవారని అన్నారు. ముగ్గురు దారులు పుస్తకంలో రచయిత ప్రత్యేకంగా ప్రస్తావించిన డాక్టర్ వైఎస్ రాజశేఖరరెడ్డి, నారా చంద్రబాబు నాయుడు, వై.ఎస్.జగన్మోహన రెడ్డి గురించి పుస్తకం చదివిన తర్వాత ప్రజలు ఏమనుకుంటున్నారో తానే స్వయంగా రాండమ్ శాంపిల్ సర్వే చేశానని ఆయన వివరిస్తూ వైఎస్ఆర్‌కు 87 శాతం, చంద్రబాబు కు 49.5 శాతం, జగన్ కు 78.5 శాతం జనం మద్దతుగా మాట్లాడారని పేర్కొన్నారు.

మూడు దారులు పుస్తకం భావి తరాలకు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందని పుస్తకాన్ని సమగ్రంగా సమీక్ష చేసిన లీడర్ దిన పత్రిక ఎడిటర్ రమణమూర్తి అన్నారు. ఎన్టీఆర్‌ను చంద్రబాబు గద్దె దించేందుకు జరిపిన వైస్రాయ్ ఉదంతాన్ని రచయిత కళ్లకు కట్టినట్లు వివరించారనీ, ఎన్నో ఆధారాలతో ఆ కుట్రను పాఠకుల ముందు ఉంచారని పేర్కొన్నారు.

చరిత్రను ప్రజలకు తెలియజేయాల్సిన బాధ్యత పాత్రికేయులపై ఉందని, ఈ పుస్తకం ద్వారా అమర్ నెరవేర్చారన్నారు. పుస్తకములో ముగ్గురు ముఖ్యమంత్రులను కథా వస్తువుగా అమర్ తీసుకున్నారని, అయితే నాలుగో ముఖ్యమంత్రి ఎన్టీఆర్ కూడా దర్శనమిస్తారని తెలిపారు. అధికారం కోసం అనాడు చంద్రబాబు నాయుడు, ఎన్టీఆర్‌ని వెన్నుపోటుకు పైతం వెనుకాడని సంఘటన పుస్తకంలో సాక్షాత్కరిస్తుందన్నారు. ముఖ్యంగా చంద్రబాబు చేసిన "వైస్రాయ్ కుట్ర" పాఠకులను సంభ్రమాశ్చర్యాలకు గురిచేస్తుందని తెలిపారు. ఎన్టీఆర్ ఆత్మ ఎలా క్షోభించింది, అడ్డదారిలో చంద్రబాబు పాలన ఎలా కైవసం చేసుకున్నారో తెలుసుకోవచ్చన్నారు. ఇవన్నీ ఆధారాలతో అమర్ రాయడం విశేషమని చెప్పారు.

తెలుగు రాష్ట్రాల ఆవిర్భావం మొదలు, విలీనం, విభజన వంటి పరిణామాలు, వాటి వెనుక ఉద్యమాలు, రాజకీయాలను రచయిత సాధికారికంగా ఆవిష్కరించారన్నారు. చరిత్రలో వాస్తవిక దృష్టితో రాయడంలో రచయిత సఫలీకృతులయ్యారన్నారు.

సభకు అధ్యక్షత వహించిన ఏయూ జర్నలిజం శాఖ విశ్రాంత ప్రధాన ఆచార్యులు ప్రొఫెసర్ పి.బాబీవర్ధన్ మాట్లాడుతూ పాత్రికేయులు అమర్ రాసిన మూడు రహదారుల పుస్తకంపై పి.హెచ్.డి చేయవచ్చన్నారు. సాధారణంగా చరిత్రలను, జీవిత కథలను రాస్తూ ఉంటారని, అందుకు భిన్నంగా ముగ్గురు ముఖ్యమంత్రుల పాలనా చరిత్రను తొలిసారిగా రాసి అమర్ శ్రీకారం చుట్టారని తెలిపారు. పరిశోధనాత్మక జర్నలిజం ప్రాంతీయ భాషలోనే చేయవచ్చని, అందుకు ఉదాహరణ ఈ పుస్తకమే అన్నారు.

పాత్రికేయ ప్రముఖులు మంగు రాజగోపాల్ ఆత్మీయ ప్రసంగం చేస్తూ జర్నలిస్టులలో రాసే జర్నలిస్టు అక్షర బాహుబలి అమర్ అన్నారు. జర్నలిస్టులు ఎప్పటికప్పుడు సమాజంలోని రాజకీయ పరిణామాలకు అస్టేట్ అవ్వాలని, వారిలో అమర్ ముందుంటారన్నారు. ముగ్గురు ముఖ్యమంత్రుల పరిపాలన స్వయంగా చూసి అమర్ ఈ పుస్తకం రాశారని తెలిపారు.

పుస్తక రచయిత అమర్ మాట్లాడుతూ దక్షిణాది వారిని ఉత్తరాది వారు పట్టించుకోరని, మద్రాసీయులూ పిలిచే తెలుగువారిని ఆంధ్రులుగా ఎన్టీఆర్ గుర్తింపు తెచ్చారన్నారు. వైయస్సార్, చంద్రబాబు నాయుడు ఒకేసారి రాజకీయాల్లోకి వచ్చారని, 1983 వరకు ఒకే పార్టీలో కలిసి ప్రయాణించారని తెలిపారు. 83లో కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున ఓడిపోయిన తర్వాత చంద్రబాబు టిడిపిలో చేరి ఎన్టీఆర్‌కి వెన్నుపోటు పొడిచి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారన్నారు. వైయస్సార్, చంద్రబాబు నాయుడు తెలుగు రాజకీయాలను ప్రభావితం చేశారన్నారు. ఈ పుస్తకం ద్వారా వాస్తవాలను వెలుగులోకి తీసుకువచ్చానని, ఎవరిని కించపరిచే ఉద్దేశంతో రాయలేదన్నారు. అనంతరం రచయిత అమర్ ను అతిథులు శాలువాతో జ్ఞాపికను అందజేసి ఘనంగా సత్కరించారు. పాత్రికేయులు బివిస్ రామకృష్ణ వందన సమర్పణతో సభ ముగిసింది.

రమాబాయి అంబేద్కర్ జయంతి నిర్వహణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): త్యాగానికి రూపంగా రమాబాయి అంబేద్కర్ నిలుస్తారని ఏయూ విద్య విభాగాధిపతి ఆచార్య టి.షారోన్ రాజు అన్నారు. భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ సతీమణి రమాబాయి అంబేద్కర్ జయంతిని బుధవారం విభాగంలో నిర్వహించారు. ముందుగా రమాబాయి అంబేద్కర్ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి అంజలి ఘటించారు. అనంతరం ఆచార్య టి.షారోన్ రాజు మాట్లాడుతూ రమాబాయి అంటే ఒక పోరాటం అని అన్నారు. అమెరికాలో అంబేద్కర్ చదువుకుంటున్న సమయంలో తాను పస్తులుండి ప్రతి పైసా కూడబెట్టి అంబేద్కర్‌కు పంపిన ఆమె చిరస్మరణీయురాలన్నారు. అంబేద్కర్ విజయంలో, ప్రగతిలో రమాబాయి అంబేద్కర్ కృషి, సహకారం నిరుపమానన్నారు. అంబేద్కర్ ఆలోచనలు, సిద్ధాంతాలను గౌరవిస్తూ, వాటిని ఆచరణలో చూపడంలో సమాజంతో అనమానతలు రూపుమాపడంలో ఆమె అంబేద్కర్‌ని వెన్నంటి నిలచి, తాను సైతం కొన్ని సందర్భాలలో ముందుండి వాటిని నడిపించారన్నారు. నేటితరం యువతరం ఇటువంటి మహనీయుల జీవితాలను చదవాలని సూచించారు.

టిడ్కో గృహ సముదాయ ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణ పనుల పూర్తి పై ఇంజినీరింగ్ అధికారులతో కలిసి పర్యటన

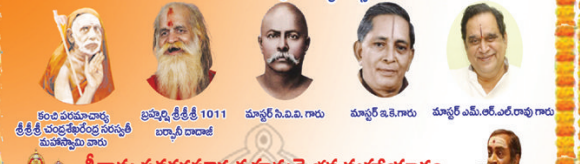
పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏ.పి.టిడ్కోచైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్న కుమార్ అధికారిక పర్యటనలో భాగముగా ఫిబ్రవరి 2024 నాటికి రాష్ట్రములో ఒక లక్షా యాభై వేలు టిడ్కో గృహాలను లబ్ధిదారులకు అందించాలని ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి నిర్దేశించిన లక్ష్యాన్ని పూర్తి చెయ్యాలనే దిశగా అనంతపురం, తాడిపత్రిలలో ఏ.పి.టిడ్కో గృహ సముదాయాలలో జరుగుతున్న నిర్మాణ పనులను ఇంజనీరింగ్ అధికారులు మునిసిపల్ అధికారులతో కలిసి నిర్మాణ పనులను పరిశీలించి సత్వర పూర్తి కొరకు కీలక సూచనలు చెయ్యడం జరిగింది. తాడిపత్రిలో గన్నేవారిపల్లి వద్ద నిర్మాణం జరుగుతున్నటు వంటి 1024 అనంతపురంలో పండదేరు వద్ద నిర్మాణం జరుగుతున్నటువంటి 2304 మొత్తంగా కలిసి 3328 టిడ్కో ఇళ్లకు సంబంధించి (హౌసింగ్ అండ్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్) యొక్క పనుల పురోగతిని సంభందిత ఇంజనీరింగ్ అధికారులు కాంట్రాక్టింగ్ ఏజెన్సీ సిబ్బందితో కలిసి పర్యటించి తదుపరి వారితో సంయుక్తంగా చర్చించడంతో పాటుగా ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు తాడిపత్రిలో ఫిబ్రవరి రెండవ వారంలో ఇళ్ళ నిర్మాణాలను పూర్తి స్థాయిలో లబ్ధిదారులకు అందజేసేందుకు సమిష్టిగా కృషి చేయాలని అధికారులకు ఏజెన్సీ సిబ్బందికి తెలియజేయటం జరిగింది. ఇప్పటికే రాష్ట్రంలో తొంభై అయిదు వేలు గృహాలు అందించడం జరిగింది, తదుపరి ఈ ఫిబ్రవరి 15 నాటికి ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన ఒక లక్షా యాభై వేల ఇళ్లను లబ్ధిదారులకు అందించే కార్యక్రమములో భాగముగా చేయవలసిన హౌసింగ్ మురుగు నీటి శుద్ధి (ఎస్ టి పి) ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ (రోడ్లు మంచినీటి డ్రైనేజ ఎలక్ట్రికల్) అన్ని పనులు పూర్తి చేసి అన్ని సదుపాయాలతో ఇళ్లను లబ్ధిదారులకు అందించాలని అధికారులకు ఆదేశించడమైనది. తెలిపిన ఈ కార్యక్రమంలో టిడ్కో సూపరిండెంటింగ్ ఇంజనీర్ రాజశేఖర్, ఎక్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ మల్లి భార్గునప్ప, డిప్యూటీ ఎక్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ సాలన్న, సబనా సి.ఎల్.టి.సి కాంట్రాక్టింగ్ ఏజెన్సీ వారి సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఎన్నికల ప్రక్రియలో అలసత్వం ప్రదర్శిస్తే ఉపేక్షించను

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్నికల ప్రక్రియలో అలసత్వం ప్రదర్శిస్తే ఉపేక్షించనని అరుకు నియోజకవర్గం రిటర్నింగ్ అధికారి, ఐటిడిఏ పి.ఓ.వి.అభిషేక్ అన్నారు. ఆయన కార్యాలయంలో నియోజక వర్గంలోని అరుగురు సహాయ ఎన్నికల అధికారులతో (తాహశీల్దారులు)తో బుధవారం సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికలను విజయవంతంగా నిర్వహించి జిల్లాకు మంచి పేరు తీసుకుని రావాలన్నారు. ప్రతీ పోలింగ్ కేంద్రంలో ఓటింగ్ ప్రక్రియను పూర్తి చేయాలని సూచించారు. సకాలంలో ఓటింగ్ యంత్రాలను, ఎన్నికల సిబ్బందిని పోలింగ్ కేంద్రాలకు తరలించడానికి ఏర్పాట్లు చేయాలన్నారు. ఆమేరకు అన్ని ఏర్పాట్లును తాహశీల్దారులు స్వయంగా పరిశీలించి లోపాలుంటే సరిచేయాలని చెప్పారు. ఏజెన్సీలో భౌగోళిక, సామాజిక పరిస్థితులు మైదాన ప్రాంతానికి భిన్నంగా ఉంటుందని సానుకూల దృక్పథంతో విధులు నిర్వహించాలని స్పష్టం చేసారు. పోలింగ్ కేంద్రాలను సహాయక సిబ్బందితో కలిసి పరిశీలించి సమస్యలుంటే తన దృష్టికి తీసుకుని వస్తే పరిష్కరిస్తామన్నారు. సమస్యాత్మక పోలింగ్ కేంద్రాలను గుర్తించి సజావుగా ఓటింగ్ జరిగేలా చర్యలు చేపట్టాలని పేర్కొన్నారు. పోలింగ్ కేంద్రాల సమీపంలో ఉన్న రైతు భరోసా కేంద్రాలు, గ్రామ సచివాలయం భవనాలలో ఉన్న మరుగుదొడ్లను ఎనియోగించుకోవాలని సూచించారు. అవసరమైన చోట మరుగుదొడ్లు, ర్యాంపులు నిర్మాణాలకు చర్యలు చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. అవసరమైన మేరకు రహదారులు ప్రతిపాదనలు సమర్పించాలని చెప్పారు. ఈ సమావేశంలో ఎస్సీ, వి.వి.ఎస్. శర్మ, అరుకు నియోజవర్గం పరిధిలోని అరు మండలాల తహశీల్దారులు, డిప్యూటీ తాహశీల్దారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీరస్తు శుభమస్తు అవిఘ్నమస్తు

పరమ గురువుల దివ్యాశీస్సులతో



కంచి పరమాచార్య శ్రీశ్రీశ్రీ చంద్రశేఖరేంద్ర సరస్వతీ మహాస్వామి వారు | బ్రహ్మశ్రీ శ్రీశ్రీశ్రీ 1011 బర్మానీ దాదాజీ | మాస్టర్ సి.వి.వి. గారు | మాస్టర్ జి.కె.గారు | మాస్టర్ ఎమ్.ఆర్.ఎల్.రావు గారు

శ్రీరామ షడక్షరపూర్వక హనుద్వైభవ మహాయాగం
మరియు
హనుమద్వైభవ ప్రవచనములు
సమన్వయ సరస్వతి, వాగ్దేవీ వరపుత్ర, వాచస్పతి
"బ్రహ్మ శ్రీ సామవేదం షణ్ముఖ శర్మ" గారిచే

ఎబిసి పార్క్ (శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి దేవాలయం ప్రక్కన), సెక్టార్ -6, ఎం.వి.పి.కాలనీ, విశాఖపట్టణం నందు

తేదీ: 8-2-24 నుండి 14-2-24 వరకు

ప్రతిరోజు సాయంత్రం గం॥6.30 నుండి గం॥8.30 వరకు

"హనుమద్వైభవ ప్రవచనములు" (హనుమాన్ చాలీసా వ్యాఖ్యానంతో) నిర్వహించబడును

ప్రతి రోజు సాయంకాలం గం॥5.30 నుండి 6.15 వరకు "సాంస్కృతిక కార్యక్రమములు" జరుగును

సాంస్కృతిక కార్యక్రమములు

8-2-24	శ్రీమతి రత్నమాల బృందంచే	"అన్నమాచార్య కీర్తనలు"
9-2-24	శ్రీమతి మానం లక్ష్మి బృందంచే (శ్రీ సామవేదం షణ్ముఖ శర్మ విరచిత హనుమదీర్తనలు)	"కోలాటం"
10-2-24	శ్రీమతి కొడుకుల కృష్ణవేణి బృందంచే	"అన్నమాచార్య కీర్తనలు"
11-2-24	శ్రీ ఆకొండి వేంకటరావు బృందంచే	"భక్తి సంగీతము"
12-2-24	శ్రీమతి కల్పన (మద్రాస్) చే (శ్రీ సామవేదం షణ్ముఖ శర్మ విరచిత హనుమదీర్తనలు)	"కూచిపూడి నృత్యం"
13-2-24	శ్రీ దుర్గారావు చే (శ్రీ ఎం.ఎస్ రామారావు విరచిత "సుందరకాండ")	"భక్తి సంగీతము"
14-2-24	శ్రీ చైతన్య బ్రదర్స్ బృందంచే భక్తరామదాసు కీర్తనలు	"భక్తి సంగీతము"

గమనిక : ప్రతి రోజూ
ఉదయం 8:00 నుండి మధ్యాహ్నం 1:00 వరకు
విశేష పూజా కార్యక్రమములు నిర్వహింపబడును.
కార్యక్రమ వేదిక : భద్రం కమ్యూనిటీ హాల్, సెక్టార్-6, ఎం.వి.పి.కాలనీ, విశాఖపట్టణం.

వివరాలకు : శ్రీమతి అరుణ గాయత్రి
సెల్ : 9160885953

ఇట్లు
శ్రీ డి.శ్రీనివాస్
శ్రీ వి.వి.ఆదినారాయణ మూర్తి
ఆహ్వాన సంఘం

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, Parawada : Cell: 77804 33919, Srikakulam : Cell: 70321 98574, Araku : Cell: 94401 84106,
VSP : 7981904385, 8885687610, Maddilapalem : 9966708776, Yelamanchili : 9441356676