Visakha
Samacharam
MINI
FUNCTION HALL
100 Seating
Call : 93939 49345

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM

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

విశాఖ సమాచారమ్

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 156 విశాఖపట్నం, 30 మార్చి 2024 శనివారం E-mail : vspnews@gmail.com,పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

హరిక, హాసిని
కేటరింగ్ & కుకింగ్
All Function Catering (Veg) Order Taken
Ph: 8985488221, 9494322601
పెద్దగదిలి, సింహగిరి కాలనీ, విశాఖపట్నం
ప్రోప్రైటర్
సంతోష్‌కుమార్ గారు

సోదరీమణులతో జగన్ మాటామంతీ

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో రాజకీయ రణరంగంలోకి దిగారు సీఎం జగన్. రాష్ట్రంలోని ప్రతి పార్లమెంట్ నియోజకవర్గంలో మేమంతా సిద్ధం పేరుతో బస్సు యాత్రను చేపట్టారు. శుక్రవారం మూడవ రోజుకు చేరుకుంది ఈ యాత్ర. ఇడుపులపాయలో ప్రారంభమైన యాత్ర ప్రస్తుతం కర్నూలు జిల్లా ఎమ్మిగనూరుకు చేరుకుంది. అయితే దారిపొడవునా ప్రజలు సీఎం జగన్‌ను చూసి సీరజనాలు పడుతున్నారు. మార్గం మొత్తం జనసందోహంలో నిండిపోయింది. అడుగడుగునా జై జగన్ నినాదాల మధ్య ప్రజలతో మమేకం అవుతున్నారు సీఎం జగన్.

కోడుమూరులో బస్సు యాత్రను చూసేందుకు మహిళలు పెద్ద ఎత్తున అక్కడ చేరుకున్నారు. వారిని గమనించిన సీఎం జగన్ బస్సు దిగి అప్యాయంగా మాట్లాడారు. మహిళలు, వృద్ధులతో మాట్లాడిన సీఎం జగన్ మోహన్ రెడ్డి పథకాలు అందుతున్నాయా అని ప్రశ్నించారు. ప్రతి నెల పెన్షన్ అందుతుందా అంటూ వృద్ధురాలితో మాట్లాడారు. పెన్షన్లు, పథకాలు అందుతున్నాయని సీఎం జగన్‌కు స్థానిక మహిళలు చెప్పారు. రానున్న రోజుల్లో మీ బిడ్డను గెలిపిస్తే మరింత సంక్షేమం అందిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. ప్రతి పేదవాడిని ధనవంతుడిగా మార్చాలన్నదే తన ధ్యేయం అన్నారు. మీ ఆశీర్వాదం నాకు అందజేయండి అని వినమ్రతతో కోరారు.

టీడీపీ అభ్యర్థుల ఫైనల్ లిస్ట్ విడుదల - బరిలో నిలిచేది వీళ్లే

ఏపీలో టీడీపీ ఫైనల్ అభ్యర్థుల జాబితాను విడుదల చేసింది. ఇప్పటి వరకు ప్రకటించని పెండింగ్‌లో ఉన్న పార్లమెంట్, అసెంబ్లీ స్థానాలకు సంబంధించిన అభ్యర్థుల జాబితాను విడుదల చేసింది. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో అధికారమే లక్ష్యంగా టీడీపీ ముందుకు సాగుతోంది. ఎన్డీయేతో పొత్తు పెట్టుకుని ఎన్నికల శంఖారావాన్ని మోగించింది. మొన్నటి వరకు చిత్తూరు జిల్లాలో పర్యటించిన టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు, ప్రస్తుతం కర్నూలు జిల్లా బనగాన పల్లెలో ప్రచారం నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే తెలుగుదేశం పార్టీ మొత్తం 144 అసెంబ్లీ, 17 లోక్ సభ స్థానాలకు గాను ఇప్పటి వరకు 139 మంది శాసనసభ, 13 లోక్ సభ అభ్యర్థులను ప్రకటించింది.

మిగిలిన 9 అసెంబ్లీ, 4 లోక్ సభ స్థానాలకు క్యాండిడేట్ల జాబితాను విడుదల చేసింది. గత కొంత కాలంగా చీపురుపల్లి నుంచి గంటా శ్రీనివాస రావు పోటీ చేయాలని నిర్ణయించినప్పటికీ

(మిగతా 2లో)

గంటా అవంతిల బిగ్ ఫైట్

ఏపీ ఎన్నికల పోరు రసవత్తరంగా మారుతోంది. కూటమి వర్సస్ వైసీపీ ఎన్నికల రాజకీయం ఉత్కంఠ పెంచుతోంది. టీడీపీ మాజీ మంత్రి గంటా శ్రీనివాసరావుకు ఎట్టకేలకు చివరి జాబితాలో సీటు దక్కింది. భీమిలి సీటును గంటా దక్కించుకున్నారు. వైసీపీ నుంచి మాజీ మంత్రి అవంతి పోటీ చేస్తున్నారు. ఇద్దరు ఒకప్పటి మంచి మిత్రులు. ఒక విధంగా గురు శిష్యులు. ఇప్పుడు రాజకీయ ప్రత్యర్థులుగా ఒకటే నియోజకవర్గం నుంచి పోటీలో ఉన్నారు. మరి భీమిలి కలిసొచ్చేదెవరికి.

నువ్వా - నేనా

విశాఖ జిల్లాలో భీమిలి సీటుకు ప్రత్యేకత ఉంది. 2009లో ఇద్దరూ ప్రజారాజ్యం నుంచి విశాఖ జిల్లా నుంచి ఎన్నికయ్యారు. 2009లో భీమిలి నుంచి అవంతి శ్రీనివాస్, అనకాపల్లి నుంచి గంటా ప్రజారాజ్యం నుంచి గెలుపొందారు. ఆ తరువాత గంటా నారు కిరణ్ కేబినెట్‌లో మంత్రిగా అవకాశం దక్కించుకున్నారు. చిరంజీవితో సత్సంబంధాలు ఉన్న నేత కావటంతో మంత్రిగా అవకాశం దక్కింది. రాష్ట్ర విభజన తరువాత గంటా, అవంతి ఇద్దరూ టీడీపీలో జాయిన్ అయ్యారు. ఆ సమయంలో అయిష్టంగానే అవంతి అనకాపల్లి నుంచి పోటీ చేసి ఎంపీగా వెళ్లాల్సి వచ్చింది. భీమిలి స్థానం గంటా తీసుకున్నారు. ఆ ఎన్నికల్లో గెలిచిన గంటా చంద్రబాబు ప్రభుత్వంలో మంత్రి అయ్యారు.

గురు శిష్యుల పోరు

అప్పటి నుంచే గంటాతో అవంతికి గ్యాప్ మొదలైంది. భీమిలి నుంచి గంటా పోటీ చేసేందుకే తనను ఎంపీగా పంపారనేది అవంతి అభిప్రాయం. ఇక, గంటా టీడీపీలో ఉండగానే అవంతి వైసీపీలో చేరారు. భీమిలి నుంచి పోటీ చేసి 2019 ఎన్నికల్లో విజయం సాధించారు. తాను కోరుకున్న విధంగా జగన్ ప్రభుత్వంలో మంత్రి అయ్యారు. గంటా టీడీపీ నుంచి విశాఖ వార్డ్ ఎమ్మెల్యేగా గెలుపొందారు. కానీ, టీడీపీ వ్యవహారాల్లో అంటీ ముట్టనట్లుగానే వ్యవహరించారు. ఒక దశలో గంటా వైసీపీలో వస్తున్నారనే ప్రచారంతో అవంతి అలర్ట్ అయ్యారు. గంటాను చీపురుపల్లి నుంచి పోటీ చేయాలని చంద్రబాబు కోరారు. దీనికి గంటా నసేమిరా అనటంతో చివరి నిమిషంలో గంటాకు భీమిలి సీటు ప్రకటించారు.

గెలుపు దక్కేదెవరికి

భీమిలి నుంచి రెండు సార్లు అవంతి, ఒకసారి గంటా గెలుపొందారు. ఇద్దరూ ఒకటే సామాజిక వర్గం. భీమిలిలో కాపు వర్గంతో పాటుగా యాదవులు, బీసీ ఓట్ బ్యాంక్ కూడా ఎక్కువగానే ఉంటుంది. ఈ సారి జనసేనతో పొత్తు కారణంగా తనకు కలిసి వస్తుందని గంటా అంచనా వేస్తున్నారు. గతంలో ప్రజారాజ్యం నుంచి గెలిచి ఉండటంతో అప్పటి నుంచి ఉన్న పరిచయాలు, వైసీపీకి సహజంగా ఉండే ఓట్ బ్యాంక్ తో తనకు గెలుపు అవకాశాలు ఉన్నాయనేది అవంతి అంచనా. ఏరి కోరి తెచ్చుకున్న సీటు కావటంతో ఇక్కడ గెలుపు గంటాకు ప్రతిష్ఠాత్మకంగా మారుతోంది. గంటా పైన విజయం సాధించి తన సత్తా చాటాలనేది అవంతి లక్ష్యం. దీంతో ఈ ఇద్దరి మధ్య భీమిలి కేంద్రంగా సాగే ఎన్నికల యుద్ధం పైన రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఆసక్తి మొదలైంది.

జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో ఘనంగా పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక తెలుగుదేశం పార్టీ జిల్లా కార్యాలయంలో శుక్రవారం తెలుగుదేశం పార్టి 43వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు నాయకులు, అభిమానులు, కార్యకర్తల మధ్య అట్టహాసంగా జరిగాయి. విశాఖపట్నం పార్లమెంట్ లోక్ సభ అభ్యర్థి మతుకుమిల్లి శ్రీ భరత్ ముందుగా ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఆవిర్భావ దినోత్సవ కేకును పార్లమెంట్ అధ్యక్షులు గండి బాబ్జి, ప్రధాన కార్యదర్శి పొలమరశెట్టి శ్రీనివాసరావులు, ఎమ్మెల్యేలు వేపాడ చిరంజీవి రావు, ఎమ్మెల్సీ దువ్వారపు రామారావుల సమక్షంలో కట్ చేసి కేకును అందరికీ తినిపించారు. ఈ సందర్భంగా భరత్ మాట్లాడుతూ మహానటుడు ఎన్టీఆర్ రాజకీయాల్లో చేరి తెలుగుదేశం పార్టీని స్థాపించి 9 నెలల్లో ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేసి ప్రజా సంక్షేమ పరిపాలన సాగించారని అన్నారు. పేద ప్రజల అభివృద్ధి కోసం అహర్నిశలు పాటుపడిన మహా నేత ఎన్టీఆర్ అని కొనియాడారు. జనసేన బిజెపిలతో కలిసి ఒక సదాశయంతో ఎన్నికల్లోకి వెళుతున్నామని అన్నారు. ఇది రాష్ట్ర ప్రయోజనాల కోసమే అని ఉన్నారు.

జిల్లా టిడిపి అధ్యక్షులు గండి బాబ్జి మాట్లాడుతూ క్రమశిక్షణకు, నిబద్ధతకు పెట్టింది పేరైన టిడిపిలో ఉండటం మనకు గర్వకారణం అన్నారు. ఏపిలో రాక్షస పాలనను తరిమికొట్టేందుకు ప్రజలు టిడిపి జనసేన బిజెపి కూటమినిగెలిపించాలి, చంద్రబాబును సిఎంను చేయాలి అని అభ్యర్థించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో విశాఖపట్నం పార్లమెంట్ లోక్ సభ అభ్యర్థి మతుకుమిల్లి శ్రీ భరత్, పార్లమెంట్ అధ్యక్షులు గండి బాబ్జి, ఎమ్మెల్యేలు వేపాడ చిరంజీవి రావు, ఎమ్మెల్సీ దువ్వారపు రామారావు, ఫైర్ బ్రిగేడ్ పీలా శ్రీనివాసరావు,

(మిగతా 2లో)

ధనబలమా, జనబలమా అనేది ప్రజలే నిర్ణయిస్తారు

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎంతటి వారెనైనా మాయమాటలతో మహా కూటమి మభ్యపెడుతుందని, అందులో భాగంగానే ఎక్కడి నుండో దిగుమతి చేసుకుని వచ్చి జిల్లాలో సియం రమేష్‌ను మహాకూటమి నిలబెట్టిందని, వారికి తగిన గుణపాఠం చెప్పాలని, వైసిపి ఎంపీ అభ్యర్థి డిప్యూటీ సియం బూడి ముత్యాల నాయుడుని, అలాగే తనని గెలిపించాలని తిరుమల పంకజ్ హాల్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ఆత్మీయ సమావేశంలో రావికమతం మండల పార్టీ శ్రేణులను ఉద్దేశించి చోడవరం శాసనసభ్యులు కరణం ధర్మశ్రీ మాట్లాడారు. అనంతరం ఎంపీ అభ్యర్థి ముత్యాలనాయుడు మాట్లాడుతూ పెత్తందారుడికి పేదవాడికి బంగే యుద్ధానికి శ్రేణులు సిద్ధంగా ఉండాలని, కూటమి ధన బలంతో సియం రమేష్‌ను దిగుమతి చేసి బరిలో నిల్పిందని, జనబలం ముందు ధనబలం నిలబడదని, వైసిపి ప్రభుత్వం ప్రతి ఇంటికి అందించిన సంక్షేమాభివృద్ధి ప్రతి పేదవాడికి చేరువయ్యాయని, చేసిన మంచే కొలమానంగా ఎన్నికలకు సిద్ధం అవ్వాలని, ప్రభుత్వం ఎన్నో అభివృద్ధి పనులను మంజూరు చేయగా కొందరు ప్రతిపక్ష పార్టీ గుత్తేదారులు బెదరుపేసే పనులు జరగకుండా అడ్డుపడుతు అభివృద్ధికి ఆటంకంగా తయారయ్యారని ఎద్దేవా చేసారు. తనను వార్డు స్థాయి నుండి ఇప్పటి వరకు ఆదరించిన నాయకులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఎంపీగా గెలిచిన ఎప్పటిలాగే నిరంతరం అందరిలో ఒక్కడిగా అందుబాటులో ఉంటానని జిల్లా వ్యాప్తంగా పర్యటించి సమస్యలు పరిష్కరిస్తానని తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో రావికమతం మండల, గ్రామ ప్రజాప్రతినిధులు నాయకులు, కార్యకర్తలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

అనకాపల్లిలో సీఎం రమేష్‌కు అపూర్వ స్వాగతం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం అభ్యర్థిగా అనకాపల్లి తొలిసారిగా వస్తున్న సీఎం రమేష్‌కు తెలుగుదేశం జనసేన భారతీయ జనతా పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున ఘనస్వాగతం పలికారు. విశాఖపట్నం ఎయిర్పోర్ట్‌లో ఆయనకు పార్టీ శ్రేణులు స్వాగతం పలికారు. అనకాపల్లి వస్తున్న సందర్భంగా లంకెలపాలెం వద్ద వందల సంఖ్యలో కార్లు మోటారు బైకులతో మూడు పార్టీలను నినాదాలు చేస్తూ నాయకులు కార్యకర్తలు ర్యాలీలో ఓపెన్ టాప్ వాహనంపై సీఎం రమేష్ తెలుగుదేశం

(మిగతా 2లో)

జమ్మూ-శ్రీనగర్ హైవేపై ఘోర ప్రమాదం

జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో శుక్రవారం ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. జమ్మూ-శ్రీనగర్ జాతీయ రహదారిపై రాంబన్ సమీపంలో క్యాబ్ కాలువలో పడిపోవడంతో అందులోని ప్రయాణిస్తున్న 10 మంది మరణించారు. క్యాబ్ ప్రయాణికులతో జమ్మూ నుండి శ్రీనగర్ వెళ్తుండగా అదుపుతప్పి ప్రమాదానికి గురై కాలువలో పడిపోయింది. ఈ ఘటనపై సమాచారం అందిన వెంటనే ఘటన స్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు పోలీసులు.

జమ్మూ-శ్రీనగర్ జాతీయ రహదారిపై రాంబన్ ప్రాంతంలోని బ్యాటరీ చష్మా సమీపంలో ఈ ప్రమాదం జరిగింది. ప్రయాణికులతో వెళ్తున్న క్యాబ్ లోతైన గుంతలో పడిపోయింది. స్థానిక అధికారులకు ఈ సంఘటన గురించి సమాచారం అందిన వెంటనే, పోలీసులు, రాష్ట్ర విపత్తు ప్రతిస్పందన దళం, రాంబన్ నుండి సివిల్ క్విక్ రెస్పాన్స్ టీమ్ వెంటనే సంఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నారు. కాలువలోకి దిగిన బృందం సహాయక చర్యలు ప్రారంభించి మృతదేహాలను బయటకు తీశారు.

మరోవైపు, తెల్లవారుజాము నుంచే రెస్క్యూ ఆపరేషన్ ప్రారంభమైంది. 10 మంది మృతదేహాలను వెలికి తీశారు. అయితే, ఈ ప్రాంతంలో లోతైన కందకాలు, చీకటి, కుండపోత వర్షం కారణంగా రెస్క్యూ ఆపరేషన్ సవాలుగా మారుతోంది. మధ్యమధ్యలో కొంత సేపు సహాయక చర్యలు ఆగిపోయాయని సమాచారం. రెస్క్యూ ఆపరేషన్‌లో అతిపెద్ద సమస్య వర్షం, దీని వల్ల రెస్క్యూ సిబ్బంది చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.

తవేరా కారుతో క్యాబ్ ప్రయాణికులతో కాశ్మీర్‌కు వెళ్తుండగా,

(మిగతా 2లో)

విలేఖరులు కావలెను
విశాఖపట్నం నుండి 33 ఏళ్లుగా ప్రచురితమవుతున్న ఒక తెలుగు దినపత్రికకు కాంట్రాక్టు పద్ధతిపై విశాఖపట్నం, విజయనగరం, శ్రీకాకుళం, తూర్పు మరియు పశ్చిమ గోదావరి జిల్లాలలో అన్ని పట్టణములలోను కష్టపడి, సొంతంగా వార్తలు, విశ్లేషణలు, వాయగలిగిన వారు మీ బయోడేటాను 7013785256కు పంపగలరు.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

టీడీపీ అభ్యర్థుల ఫైనల్ లిస్ట్ విడుదల- బరిలో నిలిచేది వీళ్లే

చివరికి ఆ స్థానాన్ని కళా వెంకట్రావుకు కేటాయించారు. ఈ సీటుపై కళా వెంకట్రావు వర్గం ఆందోళనలు కూడా చేసింది. అలాగే కదిరి నియోజకవర్గంలో ముందుగా యశోద పేరును అనుకున్నప్పటికీ ప్రస్తుతం మాజీ ఎమ్మెల్యే ప్రసాద్ కు అవకాశాన్ని ఇచ్చింది.

అసెంబ్లీ అభ్యర్థులు..

రాజంపేట- సుగవాసి సుబ్రహ్మణ్యం, అనంతపురం అర్బన్- దగ్గుబాటి వెంకటేశ్వర ప్రసాద్, కదిరి- కందికుంట వెంకట ప్రసాద్, ఆలూరు- వీరభద్ర గౌడ్, గుంతకల్లు- గుమ్మనూరు జయరామ్, చీపురుపల్లి- కళా వెంకట్రావు, భీమిలి- గంటా శ్రీనివాసరావు, పాడేరు- కె. వెంకటరమేశ్ నాయుడు, దర్శి- గొట్టిపాటి లక్ష్మి.

పార్లమెంట్ అభ్యర్థులు..

కడప- భూపేష్‌రెడ్డి, అనంతపురం- అంబికా లక్ష్మీనారాయణ, ఒంగోలు- మాగుంట శ్రీనివాసులురెడ్డి, విజయనగరం- కలిశెట్టి అప్పలనాయుడు.

జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టి కార్యాలయంలో ఘనంగా పార్టి ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు

పార్లమెంట్ ప్రధాన కార్యదర్శి పాలమరశెట్టి శ్రీనివాసరావు, డెప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్ గాడు చిన కుమారి లక్ష్మి, కార్పొరేటర్లు గొలగాని వీరాబాబు బుజ్జి, రాష్ట్ర కార్యదర్శి వివిఎస్ఎస్ మూర్తి యాదవ్, పార్లమెంట్ ఉపాధ్యక్షులు పైలా ముత్యాల నాయుడు, విల్లూరి చక్రవర్తి, గవర సత్తిబాబు, ఎర్రాగుల జగదీష్, యువత అధ్యక్షులు తాజాజ్, మహిళా ప్రధాన కార్యదర్శి గనగల సత్య, ఈతలపాక సుజాత, దాసన సత్యనారాయణ మరియు వార్డు అధ్యక్షులు జిల్లా నాయకులు పాల్గొన్నారు.

అనకాపల్లిలో సీఎం రమేష్ కు అపూర్వ స్వాగతం

నాయకులు చింతకాయల అయ్యన్నపాత్రుడు, బుద్ధ నాగ జగదీష్, పీలా గోవింద సత్యనారాయణ, ఎమ్మెల్సీ మాధవ, ఎలమంచిలి జనసేన అభ్యర్థి సుందరపు విజయ్ కుమార్ తదితరులు ఆసీనులయ్యారు. ఊరేగింపులో భాగంగా రోడ్లకు ఇరువైపులా ఉన్న ప్రజలకు సీఎం రమేష్ అభివాదం చేసుకుంటూ వచ్చారు. ఈ సందర్భంగా అనకాపల్లిలో అడుగున భారీ గజమాలతో క్రేన్లు సహాయంతో ఆయనకు స్వాగతం పలికారు. అనంతరం స్థానిక బైపాస్ రోడ్డు జంక్షన్ సమీపంలో ఉన్న జేఎంజే స్కూల్ ఎదురుగా ఉన్న బహిరంగ సభ వేదికకు ఆయన చేరుకున్నారు . అనకాపల్లి సర్వతోముఖ అభివృద్ధికి అభివృద్ధికి కృషి చేస్తానని ఈ సందర్భంగా ఆయన ప్రజలకు హామీ ఇచ్చారు. బహిరంగ స్థలం చాలక తెలుగుదేశం బిజెపి జనసేన నాయకులు కార్యకర్తలు సభాస్థులకు వెలుపలే ఉండి నాయకుల ప్రసంగాలు విన్నారు.

జమ్మూ-శ్రీనగర్ హైవేపై ఘోర ప్రమాదం

మార్గమధ్యంలో అకస్మాత్తుగా అవాంఛనీయ సంఘటన జరిగిందని పోలీసులు తెలిపారు. జమ్మూ-శ్రీనగర్ జాతీయ రహదారిపై 300 మీటర్ల లోతైన లోయలో క్యాబ్ పడిపోయింది. ఇప్పటి వరకు బయటకు తీసిన మృతదేహాలను ఆస్పత్రికి తరలించి, కుటుంబీకులకు సమాచారం అందించేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.

రాంబన్ ప్రమాదంపై కేంద్ర మంత్రి జితేంద్ర సింగ్ విచారం వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఘోర రోడ్డు ప్రమాదంపై డీసీ రాంబన్ బషీర్ ఉల్ హక్ తో మాట్లాడినట్లు తెలిపారు. పోలీసులు, ఎస్‌డీఆర్ఎఫ్, సివిల్ క్యూఆర్‌టీ సిబ్బంది సంఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నారు. రెస్క్యూ ఆపరేషన్ జరుగుతోంది. మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు కేంద్ర మంత్రి జితేంద్ర సింగ్.

ఒకటో తేది నుంచి ఉమ్మడి (ఎన్ డి ఏ) అభ్యర్థులకు మద్దతుగా బిజెపి నేతలు ప్రచారం

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): వచ్చేనెల ఒకటవ తారుకు నుంచి ఉమ్మడి బీజేపీ, టీడీపీ, జనసేన అరకు పార్లమెంట్ మరియు అరకు అసెంబ్లీ, పాడేరు అసెంబ్లీ అభ్యర్థుల ప్రచారం ప్రారంభం చేస్తున్నామని బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి పెసుమాక రవికుమార్ అన్నారు, పార్లమెంట్ లోని ప్రతి ఇంట కి ఉమ్మడి అభ్యర్థుల ప్రచార కరపత్రం అందించేందుకు నాయకులు, కార్యకర్తలు సంసిద్ధంగా ఉన్నామని అయన అన్నారు, నరేంద్ర మోదీ నేతృత్వం లో గిరిజన ప్రాంతానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్నా అభివృద్ధి మరియు సంక్షేమం, టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు సూపర్ సిక్స్ మేనిఫెస్టో అంశాలు, జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్‌కు ప్రజల్లో వున్నా ఆదరణ ఉమ్మడి అభ్యర్థుల గెలుపుకు దొహదం చేస్తుందన్నారు. కేంద్రంలో మోదీ సర్కార్, రాష్ట్రం లో ఎన్డిఏ ప్రభుత్వం ఏర్పాటుతో ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి సరవేగంగా జరుగుతుందని అన్నారు, కార్యక్రమంలో బీజేపీ ప్రధాన కార్యదర్శి కార్యదర్శి సల్ల రామకృష్ణ, పాడేరు అసెంబ్లీ ప్రచార కార్యదర్శి కుడుముల వెంకట రమణ, బీజేవైఎం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పాంగి మత్స్య కొండ బాబు, నాయకులు సింహాచలం, అనంతయ్య, చిన్నయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అవంతి గెలుపే కోసం 12వ రోజు వెంకట్ జగన్ ఇంటింట ప్రచారం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం వైసిపి పార్టీ అభ్యర్థి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు గారి ఆదేశాలుతో ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొని 8వ వార్డు గుడ్డవానిపాలెం లో వెంట నడిచిన ఇల్లాపు వెంకట్ జగన్.

భీమిలి నియోజకవర్గం వైసిపి పార్టీ అభ్యర్థి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు గెలుపుకోసం విశాఖ జిల్లా యువజన విభాగం ప్రదాన కార్యదర్శి ఇల్లాపు వెంకట్ జగన్ 8వ వార్డు గుడ్డవానిపాలెంలో ఎన్నికలు ప్రచారం లో బాగంగా 12వ రోజు కూడా ఇంటింటా తిరిగి మహిళలకు ప్రత్యేకంగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి గారు ఈ 5ఏళ్ళు లో కులం మతం ప్రాంతం పార్టీ చూడకుండా ఎలాంటి వివక్ష చూపకుండా పైసా లంచం లేకుండా సచివాలయ వాలంటీర్ వ్యవస్థ ద్వారా నేరుగా ప్రజలకు అందించిన సంక్షేమ పథకాలు అమలు పాలన కోసం వివరించి ఆయన మళ్ళీ వస్తేనే ఈ మరిన్ని మంచి సేవలు సంక్షేమ పథకాలు అమలు అవుతాయని ఆయన వలనే పేదలకు బుడుగు బలహీనుల వర్గాల వారి మరింత న్యాయం జరుగుతుందని ఆయన ముఖ్యమంత్రి అవ్వాలి అంటే భీమిలి లో ఫ్యాన్ గుర్తు పై ఓటేసి మూడోసారి ముచ్చటగా యంయల్‌ఏగా అవంతిని గెలిపించాలని ఓటును అభ్యర్థించారు.

జాతీయ రహదారిపై భారీ రోడ్డు ప్రమాదం

లంకెలపాలెం జాతీయ రహదారిపై రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. గాజువాక నుంచి వస్తున్న బొగ్గులారీ లంకెలపాలెం సిగ్నల్ పాయింట్ వద్దేవరికి బ్రేకులు తప్పడంతో ముందున్న వాహనాలను బొగ్గు లారీ ఢీకొట్టింది.

మూడు వాహనాలు ఒక దాని వెనుక ఒకటి ఢీకొనడంతో వాహనాలు నుజ్జు నుజ్జు అయ్యాయి. కారులో ప్రయాణిస్తున్న వారు స్వల్ప గాయాలతో బయటపడ్డారు.

లారీ డ్రైవర్ క్యాబిన్లో చిక్కు పోవడంతో అతి కష్టంగా పోలీసులు బయటకు తీశారు. హాస్పిటల్‌కు తరలించగా డ్రైవర్ పరిస్థితి విషమంగా ఉందని డాక్టర్లు చెప్పారు.

యాక్సిడెంటుతో భారీగా వాహనాలు స్తంభించడంతో ట్రాఫిక్‌కు తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడింది. తీవ్రంగా దెబ్బతిన్న వాహనాలలో రెండు కార్లు, ఒక ట్రాక్టర్, ఒక లారీ, నాలుగు ద్విచక్ర వాహనాలు ఉన్నాయి.

పరవాడ పోలీసులు ఈ సంఘటనను దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

పంచాంగం

శనివారం 30-03-2024
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం, శిశిర ఋతువు
ఫాల్గుణమాసం

తిథి	: బ. పంచమి సా. 05.25
నక్షత్రం	: అనూరాధ రా. 06.49
వర్జం	: రా. 12.29 ల 02.05

వైసీపీ నుండి టీడిపిలోకి భారీగా చేరికలు

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం మండలం బానేరు కోనేరులోని వైసీపీకి చెందిన 60 మంది కుటుంబాలు శుక్రవారం చోడవరం నియోజకవర్గ తెలుగుదేశం, జనసేన, బిజెపి అభ్యర్థి కేఎస్ఎస్ఎస్ రాజు, రాష్ట్ర తెలుగు రైతు ఉపాధ్యక్షులు గూనూరు మల్లునాయుడు ఆధ్వర్యంలో భారీ ఎత్తున తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరారు. ఈ సందర్భంగా కె ఎస్ ఎస్ రాజు మాట్లాడుతూ వైసీపీ ప్రభుత్వం పై విరక్తి చెంది టిడిపి పై ఉన్న నమ్మకంతో పార్టీలో చేరడం శుభ పరిణామం అని అన్నారు.

భీమిలిలో జోరుగా దూసుకుపోతున్న వైసీపీ ఎన్నికల ప్రచారం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి మండలంలో వైసిపి ఎన్నికల ప్రచారం జోరుగా రేఖవానిపాలెం, ములకుద్దు పంచాయతీలో ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అవంతి శ్రీనివాసరావు పాల్గొని వైసిపి ప్రభుత్వం ప్రజలకు అందించిన సంక్షేమ పథకాల ముద్రించిన కరపత్రాలను స్థానిక ప్రజలకు అందిస్తూ ఫ్యాన్ గుర్తుకే ఓటు వేయాలని కోరారు. ముఖ్యంగా వాలంటీర్ వ్యవస్థ ద్వారా ప్రజలకు నేరుగా ప్రభుత్వ పథకాలు అందిస్తుందంటే కేవలం వైసీపీ ప్రభుత్వంకే సాధ్యమన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీపీ వాసు రాజు, వైసీపీ సీనియర్ నాయకులు కార్యకర్తలు, మహిళలు, తదితరులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

శ్వాసకోశ వ్యాధులకు ఉపశమనం

- 40 సంవత్సరాలు పైబడిన ప్రతీ ఒక్కరికి రక్తాన్ని సక్రమంగా ప్రసరించేలా చూసుకునే అవసరం ఉంది.
- మీ రక్తం నిర్ణీత వేగంతో శరీరంలోని ప్రతీ భాగానికి అందేలా చూసుకోవాలంటే మీకు వివిధ వన మూలికలతో కూడిన ప్రత్యేక ఔషధం సేవించవలసిన అవసరం ఉంది.

కార్డోరియం ప్లస్

కావల్సిన వారు సంప్రదించండి:
9393949347

మన రక్త ప్రసరణను సమతుల్యం చేయడమే కాకుండా గుండెలోని రక్త నాళములు, మెదడు యందలి రక్త నాళములు మరియు శ్వాసకోశముల యందలి నాడులను ధృఢంగా చేస్తుంది. వీటిలో ఉండే అడ్డంకులను తొలగించి అరగచేస్తుంది. ఫలితంగా మీరు గుండెపోటు, పక్షవాతం, ఉబ్బసం వంటి వ్యాధులు రాకుండా నివారించుకోగలుగుతారు. ఇప్పటికే బాధపడుతుంటే సంపూర్ణంగా బయిటపడగలుగుతారు.

అన్ని గ్రామాలలోను, పట్టణాలలోను ప్రైవేట్ ప్రాక్టీస్ నిర్వహించే ఆర్ఎంపీ, పీఎంపీ, డీపీఎంపీ, బిపిఎంఎస్, హోమియో, నేచురోపతి, ఆల్టర్‌నేటివ్ మెడిసిన్, బిపిటీ అర్హతలు కలిగిన వైద్యులు, సాంప్రదాయ మూలికావైద్యం చేయువారు డీలర్‌షిప్ కొరకు సంప్రదించండి. స్వయం ఉపాధి పథకం కింద అలకనందా ఉత్పత్తులు విక్రయించగోరువారు కూడా సంప్రదించండి.

90 రోజుల కోర్సు కేవలం రూ. 2700/- మాత్రమే.
మీరు వాడండి- మిగిలిన వారిచే కూడా వాడించండి.
అందరూ ఆరోగ్యంగా ఉండండి.

జనహిత ట్రస్ట్(రి)
9-3-16, పిఠాపురం కోలని,
విశాఖపట్నం- 530003
ఫోన్: 8247526179
Compli

విశాఖ సమాచారమ్
శనివారం 30-03-2024

ఆరోగ్య సూత్రాలు

అల్లం తింటే ఎక్కిళ్ళు తగ్గుతాయి.
కరివేపాకు రక్తహీనతను తగ్గిస్తుంది.
నేరేడు పండ్ల గింజల్లో ఉండే జంబోలిన్ అనే గ్లూకోసైట్, మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది.
గుమ్మడికాయ మూత్ర సంబంధిత వ్యాధులను తగ్గిస్తుంది.
అవకాడో ఫలాలు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి తరచుగా తింటే మలబద్ధకం పోతుంది.
జామపళ్ళు హార్మోన్ల హెచ్చుతగ్గులను నివారిస్తాయి.
బ్లాక్ టీ మధుమేహాన్ని దూరంగా ఉంచుతుంది.
సజ్జల్ని ఎక్కువగా తీసుకుంటే, పైల్స్ బాధ నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.
మామిడిపండుకి మూత్రపిండాల్లోని రాళ్ళను కరిగించే శక్తి ఉంది.
దానిమ్మరసం కామెర్లకు మంచి మందుగా పనిచేస్తుంది.
అవాల్ని క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే ఇన్సులిన్ వృద్ధి చెందుతుంది.
అల్లం కడుపు ఉబ్బరాన్ని తగ్గిస్తుంది. మలబద్ధకాన్ని కూడా వదిలిస్తుంది.
కీరదోసలో ఉండే సిలికాన్, సల్ఫర్ లు శిరోజాలకు మేలు చేస్తాయి.
మునగాకు గ్యాస్ట్రిక్ అల్సర్ ని దరికి చేరనివ్వదు.
ద్రాక్షలో అధికపాళ్ళలో ఉండే బోరాన్.. ఆస్టియో పొరాసిస్ రాకుండా కాపాడుతుంది.
బీట్ రూట్ రసం 'లో బీపీ' సమస్య నుంచి గట్టెక్కిస్తుంది.
క్యారెట్ జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది.
మూత్రపిండాల వ్యాధులున్న వారికి మొక్కజొన్న మంచి ఔషధం.
ఉల్లిపాయ శ్వాసకోశ సమస్యలను తగ్గిస్తాయి.
అనాసపళ్ళలో బ్రోమిలిన్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. వాపుల్ని తగ్గిస్తుంది.
పుచ్చకాయలో ఉండే లైకోపీన్ గుండె, చర్మ సంబంధిత వ్యాధుల నుంచి కాపాడుతుంది.
సపోటాపళ్ళు మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తాయి.
దాల్చిన చెక్కకు పంటి నొప్పిని తగ్గించే శక్తి ఉంది.
ఆవాలు అజీర్తిని తగ్గిస్తాయి.
చేపలు తింటే రొమ్ము క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు తగ్గుతాయి.
కమలాఫలాలు న్యుమోనియాకు చక్కని మందు.
క్యారెట్లు సరాల బలహీనత నుండి కాపాడతాయి.
యాపిల్ తింటే నిద్ర బాగా పడుతుందని పరిశోధనలో తేలింది.
వాము దంత వ్యాధులను తగ్గిస్తుంది.
పచ్చి జామకాయలో ఉండే టానిన్ మాలిక్, ఆక్సాలిన్ ఆమ్లాలు నోటి దుర్వాసనను పోగొడుతాయి.
ఉలవలు ఊభకాయాన్ని తగ్గిస్తాయి.
ఖర్జూరం మూత్ర సంబంధిత వ్యాధుల్ని తగ్గించి, మూత్రం సాఫీగా అయ్యేలా చేస్తుంది.
ద్రాక్షలో ఉండే పైటోకెమికల్స్ b కొలెస్ట్రాల్‌ని దరి చేరనివ్వవు.
జామపళ్ళు ఎక్కువగా తింటే రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.
ప్రోస్ట్రేట్ క్యాన్సర్ సోకకుండా అడ్డుకునే శక్తి టొమాటోలకు ఉంది.
నేరేడు పళ్ళు తింటే కడుపులో పురుగులు చచ్చిపోతాయి.
మొలల వ్యాధికి బొప్పాయి మంచి మందు.
మునగ కాయలు ఆకలిని పెంచుతాయి.

భీమిలి టిక్కెట్ గంటాకు ఖరారు పై పద్మనాభం మండలం తెలుగు తమ్ముళ్లు జోష్

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం ఉమ్మడి పార్టీల, టిడిపి అభ్యర్థిగా ఓటమి ఎరుగని నేత గంటా శ్రీనివాసరావు పేరును తెలుగుదేశం పార్టీ అధిష్ఠానం ఖరారు చేయడంపై పద్మనాభం మండలంలో ఉన్న నాయకులు కార్యకర్తలు ఫుల్ జోష్‌లో ఉన్నారు. ముసుపటి వలె భీమిలి ఎమ్మెల్యేగా పోటీ చేసి గెలిచినప్పుడు పద్మనాభము నుండి తెలుగుదేశం పార్టీకి వచ్చిన మెజార్టీ కంటే ఎక్కువ మెజార్టీతో ఈ ఎన్నికలలో ఉమ్మడి పార్టీ ల కార్యకర్తలు నాయకులు అందరూ కలిసి ఎక్కువ మెజార్టీతో గెలిపిస్తామని కార్యకర్తలు నాయకులు ఈ సందర్భంగా తెలిపారు.

ఘనంగా గుడ్ ఫ్రై డే వేడుకలు

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రపంచ వ్యాప్తంగా క్రైస్తవులు ఘనంగా జరుపుకునే పర్వదినాల్లో ఒకటైన శుభ శుక్రవారం (గుడ్ ఫ్రైడే) వేడుకలు శుక్రవారం యలమంచిలి పట్టణ, గ్రామీణ వ్యాప్తంగా అత్యంత భక్తి శ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. మున్సిపాలిటీ పరిధిలో క్రైస్తవులు శుక్రవారం ఘనంగా గుడ్ ఫ్రైడే వేడుకలు జరుపుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రార్థనా మందిరాల్లో వేకువజామునే ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేశారు. ఈ పండగను పురస్కరించుకొని పలు చర్చిలను విద్యుత్తు దీపాలతో అలంకరించారు. పురవీధుల్లో క్రిస్టియన్ భక్తులు ర్యాలీగా వెళ్తూ ఏసు తలపై ముళ్లకిరీటం పెట్టి శిలువ మోయించే సన్నివేశాలను ప్రదర్శించారు. ఏసును కీర్తిస్తూ భక్తిగీతాలను ఆలపించారు. సర్వమానవుల పాపాల కోసం ఏసు తన రక్తాన్ని శిలువలో పణంగా పెట్టారని ఆరోన్ఎం మతగురువులు అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్రైస్తవ పెద్దలు, కేథలిక్ చర్చ్ సభ్యులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సమీకరణాలకి నిస్వార్థంగా సేవే దేస్తున్న వాలంటీర్లపై అక్కసు తీగడు - మాడుగుల వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అనురాధ

దేవరాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): వాలంటీర్లను చూస్తే చంద్రబాబుతో పాటు తెలుగుదేశం పార్టీ నేతల గుండెల్లో వైళ్లు పరుగెడతాయని, కాబట్టే వాలంటీర్లపై చంద్రబాబు నాయుడు, ఆ పార్టీ నేతలతో పాటు దత్తపుత్రుడి నోట్లో నుంచి కించపరిచే మాటలు వినవడుతున్నాయని, మాడుగుల వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అనురాధ తారువలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడారు. మహిళల అదృశ్యానికి వాలంటీర్లు కారణమని, తనకు అధికారం ఇస్తే వాలంటీర్ల వ్యవస్థ నడుం విరగ్గొడతానని, తాము అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత వాలంటీర్ల కథ తేలుస్తాం అని బెదిరింపులకు దిగడం హాస్యాస్పదమని, విపక్షాలకు వాళ్ల జేబులు నిండడం లేదు కాబట్టే వారి కడుపులు మండుతున్నాయని, టీడీపీ వారి కడుపులు ఎందుకు మండుతున్నాయంటే వారి జేబులు గతంలో మాదిరిగా నిండటం లేదు కాబట్టే మండుతున్నాయని, అందుకే వాలంటీర్లపై అక్కసు వెళ్లగక్కుతూ, నోటికొచ్చినట్లు మాట్లాడుతూ వాలంటీర్లను ఉగ్రవాదులు, జిహాదీలు, స్లీపర్ సెల్స్‌తో పోల్చుతూ అత్యంత అవమానకరంగా మాట్లాడుతూ వాలంటీర్ల ఆత్మస్థైర్యాన్ని దెబ్బతీసే ప్రయత్నం చేయడం బాధాకరమని, వాలంటీర్లు రూ.5వేల రూపాయిల గౌరవ వేతనంతో సమాజంలో నిస్వార్థంగా సేవ చేస్తు కోవిడ్ మహమ్మారి టైంలో ఆ రోజు తెలుగుదేశం పార్టీ నేతలు హాయిగా నిద్రపోతూ ఇళ్లకే పరిమితమైతే, ఇదే వాలంటీర్లు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా గడప గడపకూ సేవలందించిన విషయం గుర్తు చేసుకోవాలని తెలిపారు. అంత గొప్ప సేవ చేసిన వీరిపై టీడీపీ నేతలు ఈ రకంగా మాట్లాడటం సిగ్గుచేటు అని ఆమె అసహనం వ్యక్తం చేశారు.

దక్షిణ ప్రచార యాత్రలో వైసిపిలోకి చేరికలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రతిపక్షమే లేని నియోజకవర్గంగా అన్ని వర్గాల నుండి వైసీపీలో చేరడం ఆనందంగా ఉందని దక్షిణ నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ అన్నారు. 35వ వార్డు వైసిపి అధ్యక్షుడు అలుపున కనక రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో కొనసాగిన మూడవరోజు ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా కల్లుపాకల ప్రాంతంలో శుక్రవారం ఉదయం పర్యటించారు. దీనిలో భాగంగా కల్లుపాకల ఏరియాలో యూత్ విభాగం నుండి టెంకు దుర్గా, గండి బోయిన చిన్న ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి, వైసిపి దక్షిణ ఎన్నికల పరిశీలకులు శ్రీ వాత్సవ్ సమక్షంలో వారు పార్టీలో చేరారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ జగనన్న అందిస్తున్న కనివిని ఎరుగని సంక్షేమ పాలన మునిపెన్నడూ చూడలేదని, సాయం అంటే ప్రజల ముందుండే ఇళ్కడి ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ గెలిపించుకోవడం తమ లక్ష్యంగా పనిచేస్తామని వెల్లడించారు.

విశాఖ సమాచారమ్
ప్రతులకు, ప్రకటనలకు
సెల్: 9393949345,
8247526179

భీమిలిలో గంట మోగిద్దాం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి అసెంబ్లీ టికెట్ తెలుగుదేశం పార్టీ అధినేత నారా చంద్రబాబు నాయుడు మా ప్రియతమ నాయకుడు గంటా శ్రీనివాసరావుకి కేటాయించడంతో గెలుపు ఖాయమైందని తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి గంటా నూకరాజు అన్నారు.

భీమిలి గంటా శ్రీనివాసరావు కార్యాలయం వద్ద గంటా నూకరాజు సమక్షంలో సంబరాలు చేసుకున్నారు. అభివృద్ధికి చిరునామా, స్వచ్ఛమైన పాలనకు నాంది గంటా శ్రీనివాసరావు అని అన్నారు. 50 వేల ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపే ధ్యేయంగా భీమిలి ప్రజలు తీర్పు ఇవ్వడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని అన్నారు. విద్యాశాఖ మంత్రిగా ఉండేటప్పుడు భీమిలి నియోజకవర్గంను ఎంతో అభివృద్ధి చేశారని అన్నారు. నియోజకవర్గంలో ప్రతీ గ్రామంలో కూడా గంటా చేసిన అభివృద్ధి కనిపిస్తుందని చెప్పారు. ఆ సమ్మకమే అత్యధిక మెజారిటీతో గంటా విజయం తద్యమని గంటా నూకరాజు ఆశాభావం వ్యక్తం చేసారు.

ఈ కార్యక్రమంలో భీమిలి మాజి ఎంపిపి యరబాల కృష్ణవేణి, నాయకులు యరబాల అనిల్ ప్రసాద్, మారోజు సంజీవకుమార్, పెంటపల్లి యోగీశ్వరరావు, వాడమొదలు సత్యారావు, అప్పికొండ నూకరాజు, సంకురుభుక్త జోగారావు, షేక్ అన్వర్, కంచెర్ల కామేష్, గండిబోయిన పోలిరాజు, పుక్కళ్ళ లక్ష్మి కుమారి, పైడపల్లి ఎల్లయ్యమ్మ, పైడిపల్లి నర్సింగరావు, కొక్కిరి అప్పన్న, జలగడుగుల మురళి, కుప్పిల గురుమూర్తి, పూతి రవి, కోండ్రు కృష్ణ, గూడుపు రాజు, దొలపల్లి హరీష్, పీరుపల్లి రాజు, జనసేన నాయకులు కొక్కిరి కిషోర్, కొక్కిరి వీర్రాజు, చింతకాయల మూర్తి, లక్ష్మణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేను ప్రజా శాంతి పార్టీలోనే ఉన్నాను

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): బాబూ మోహన్‌కి బీ ఆర్ ఎస్ టికెట్ వచ్చింది, పార్టీ మారి పోయారు అని శుక్రవారం ఉదయం నుంచి తప్పుడు వార్త ప్రచారంలో వుంది అని ప్రజా శాంతి పార్టీ నా యకుడు, వరంగల్ ఎం పి అభ్యర్థి, సినీ నటుడు బాబూ మోహన్ పేర్కొన్నారు. ఆయన ఆశీల్‌మెట్ట వద్ద గల డాక్టర్ కే ఏ పాల్ ఫంక్షన్ హాలులో శుక్రవారం జరిగిన మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు.

తాను వరంగల్ ఎం పి అభ్యర్థిగా పోటీ చేస్తున్నాను అనీ, తాను గతంలో టీడీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో కార్మిక శాఖ మంత్రి గా సమర్థ వంతంగా పని చేశాను అనీ, ఒక్క రూపాయి కూడా లంచం తీసుకోకుండా పని చేశాను అని గుర్తు చేశారు. బాబు మోహన్ తెల్లని కాగితం వంటి వాడు అని స్పష్టం చేశారు.

ప్రజా శాంతి పార్టీ అధ్యక్షుడు డాక్టర్ కే ఏ పాల్ మాట్లాడుతూ, కేఏ పాల్ అంటే మీకు ఎందుకు భయం అని ప్రశ్నించారు. రాష్ట్రంలో వైసీపీ, టీడీపీ కుటుంబ, కుల పాలనకు వ్యతిరేకంగా ప్రచారం చేస్తున్నాము అని తెలిపారు.

స్టీల్‌ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణకు వ్యతిరేకంగా పని చేస్తున్నాము అని గుర్తు చేశారు.

గెలుపు మనదే అని కోర్టుల్లో తేలింది అని స్పష్టం చేశారు.

వరంగల్ ఎం పి గా బాబూ మోహన్, విశాఖ ఎం పి గా తనను గెలిపించాలని కే ఏ పాల్ కోరారు.

Sugar Free
Fitearly | నడిపయస్సులకు 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 ఎర్లి" 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
Compli

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

చపాతీలు చేయడానికి ఈ పిండి చాలా మంచిది

ఇండియాలో చాలా ఫుడ్స్ దొరుకుతాయి. స్నాక్స్, ఫుడ్స్ ఇలా అన్నీ దొరుకుతాయి. పిటన్నింటిని పిండితో తయారు చేస్తారు. చపాతీ, రొటీలను పిండితో చేస్తారు. ఈ పిండి హెల్దీగా ఉండాలనుకుంటున్నారా అందుకోసం కొన్ని పిండి పదార్థాల గురించి మీరు తెలుసుకోండి.

రాగులు : రాగుల్లో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. మిల్లెట్స్‌లో అత్యధిక కాల్షియం, ఐరన్, అమినో యాసిడ్స్ ఉంటాయి. రాగుల్లో ఫైబర్ కంటెంట్ జీర్ణక్రియని మెరుగ్గా చేసి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు కంట్రోల్ చేస్తాయి. ఇందులోని గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకి చాలా మంచిది.

నజ్జ పిండి : నజ్జల్లో రకరకాల పోషకాలు ఉంటాయి. వీటితో పాటు మెగ్నీషియం, ఫాస్పరస్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. జీర్ణక్రియని మెరుగ్గా చేసి ఇమ్యూనిటీ పెంచుతాయి. తేలిగ్గా ఉంటాయి. కాబ్టటి, త్వరగా జీర్ణమవుతాయి.

గోధుమపిండి : గోధుమపిండి రుచిగా ఉంటుంది. ఇందులో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటితో పాటు ఫైబర్, విటమిన్స్, ఖనిజాలు ఉంటాయి. కాబట్టి, వంటగదిలో ఖచ్చితంగా ఉండాలి.

బుక్వీట్ పిండి : బుక్వీట్‌ల పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. గ్లూటెన్ రహితంగా ఉంటాయి. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, హైపోగ్లైజెమిక్, అనేక ముఖ్యమైన పోషకాలని కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో మెగ్నీషియం, ఇనుము వంటి ఖనిజాలు ఎక్కువ పరిమాణంలో ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడి, జీర్ణక్రియని మెరుగ్గచేస్తాయి. రోజంతా శరీరంలో శక్తిని అదా చేయడానికి సాయపడుతుంది.

శనగపిండి : శనగపిండిలో ప్రోటీన్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. కూరగాయల్లో ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇవి కండరాలని పెంచుతుంది. ఆకలిని కంట్రోల్ చేస్తుంది. తక్కువ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్‌ని కలిగి ఉంటుంది. షుగర్ ఉన్నవారికి రక్తంలో చక్కెరస్థాయిలను కంట్రోల్ చేస్తుంది.

ఓట్స్ : ఓట్స్ రెడీమేడ్ ఫుడ్. ఇందులో పీచు పదార్థం ఎక్కువగా ఉంటుంది. కాబట్టి, పొట్ట నిండుగా ఉంటుంది. ఇది ఆరోగ్యం గురించి ఆలోచించేవారికి బెస్ట్ అని చెప్పొచ్చు. ఓట్స్‌లో మాంగనీస్, ఫాస్పరస్, మెగ్నీషియం వంటి ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది జీర్ణక్రియని మెరుగ్గా చేస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది.

వంటగది వాస్తు

పరిశుభ్రత ఎక్కువగా ఉండే ఆ ఇంట్లో లక్ష్మి ఆశీస్సులు ఎప్పుడూ ఉంటాయని చెబుతారు. శుభ్రమైన ఇంటి వాతావరణం కూడా సానుకూలంగా ఉంటుంది. ఇంటిలోని ప్రతి మూల ప్రత్యేకంగా ఉన్నప్పటికీ, వంటగదిలో లక్ష్మి దేవితో పాటు అన్నపూర్ణ మాత కూడా నివసిస్తుంది.

మిగిలిన గదుల్లాగే మనం కూడా వంటగదిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టాలి. చిన్న చిన్న విషయాలను మార్చుకోవడం ద్వారా మన ఇంటి ఆనందాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. మీ ఇంట్లో ధనం మరియు ధాన్యాల కొరత ఉండకూడదని మీరు కూడా కోరుకుంటే, ఖచ్చితంగా క్రింద ఇవ్వబడిన ఈ సాధారణ చర్యలను అనుసరించండి.

సరైన దిశలో జాగ్రత్త వహించండి : మీ వంటగది సరైన దిశలో లేకుంటే, మిమ్మల్ని ఎల్లప్పుడూ వ్యాధులు చుట్టుముడతాయి. ఇది మీ ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది, కాబట్టి వంటగది ఎల్లప్పుడూ సరైన దిశలో నిర్మించబడటం ముఖ్యం. మీరు మీ వంటగదిని సౌత్ ఈస్ట్ జోన్‌లో చేసుకోవాలి.

విండో ఈ దిశలో ఉండాలి : వంటగదిలో తూర్పు దిశలో కిటికీ ఉంటే, అది చాలా పవిత్రమైనదిగా పరిగణించబడుతుంది. ఈ దిశ నుండి వంటగదిలోకి సానుకూల శక్తి ప్రవేశిస్తుంది. ఉదయాన్నే వంటగదిలో సూర్యకాంతి పడటం చాలా మంచిదని చెబుతారు.

ఇలా వంట చేయండి : వంటగదిలో తప్పుడు దిశలో ఆహారాన్ని వండడం కూడా హానికరం అని నిరూపించవచ్చు. అటువంటి పరిస్థితిలో, వంట చేసేటప్పుడు, మీ స్థానం ఎల్లప్పుడూ తూర్పు వైపు ఉండాలి.

ఇక్కడ ఫ్రిజ్, మైక్రోవేవ్ మరియు మిక్సర్ ఉంచండి : వంటగదిలో ఫ్రిజ్, మైక్రోవేవ్, మిక్సర్ గ్రైండర్ మొదలైన అనేక ఎలక్ట్రానిక్ వంటగది ఉపకరణాలు ఉన్నాయి. వాస్తు శాస్త్రం ప్రకారం, ఈ వస్తువులను ఉంచడానికి సరైన దిశ కూడా ఉంది. మీరు సౌత్ ఈస్ట్ జోన్‌లో మిక్సర్‌ను ఉంచవచ్చు. మరియు ఫ్రిజ్‌ను నార్త్ వెస్ట్ జోన్‌లో ఉంచవచ్చు. మీకు కావాలంటే, మీరు నార్త్ వెస్ట్ జోన్‌లో వంటగది వెలుపల ఫ్రిజ్‌ను ఉంచవచ్చు. ఇది మీకు అదృష్టాన్ని కలిగిస్తుంది.

ఇది పాత్రలకు సరైన స్థలం : పాత్రలను ఉంచడానికి, ముఖ్యంగా పెద్ద పాత్రలను ఉంచడానికి ఎల్లప్పుడూ వెస్ట్ లేదా సౌత్ వెస్ట్ జోన్‌ను ఎంచుకోండి, ఇది సరైన దిశ.

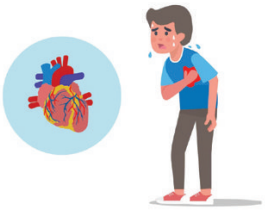
పొరపాటున కూడా వంటగదిలో ఈ రంగు వేయవద్దు : అవును, వంటగదిని పెయింటింగ్ చేసేటప్పుడు, మీరు రంగులను కూడా చాలా జాగ్రత్తగా ఎంచుకోవాలి. ఎరుపు వంటి చాలా ముదురు రంగులను వేయడం మానుకోండి. ఇది కాకుండా, మీరు నలుపు మరియు గోధుమ రంగు పెయింట్ చేయకుండా ఉండవలసి ఉంటుంది. నిమ్మకాయ పసుపు, పాస్టెల్ గ్రీన్ మొదలైన రంగులను ఎంచుకుంటే ఆహ్లాదకరమైన ఫలితం కూడా లభిస్తుంది.

టాయిలెట్ పైన ఎప్పుడూ వంటగదిని నిర్మించవద్దు : మన దేశంలో ధాన్యాన్ని కూడా దేవుడిగా భావిస్తారు. దీన్ని ఎలా మెచ్చుకోవాలో తెలిసిన వారు, దేవుడు కూడా వారి పట్ల సంతోషిస్తాడు. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఇంటి వంటగది ఆలయం కంటే తక్కువ కాదు, కాబట్టి పొరపాటున కూడా టాయిలెట్ పైన లేదా క్రింద వంటగదిని కట్టవద్దు.

మీ ముందు కత్తి మరియు వెంచా ఉంచవద్దు : వండేటప్పుడు కత్తులు, స్పూన్లు కానీ వాటిని ఎప్పుడూ మనముందు ఉంచుకోవలసిన కాదు. మీరు ఇలాంటి వాటిని లోపల ఉంచాలి.

విరిగిన వస్తువులను వెంటనే తొలగించండి : మీ వంటగదిలో పాత పగిలిన పెట్టెలు, ఏదైనా విరిగిన పాత్రలు మొదలైన అనేక పనికిరాని వస్తువులు పేరుకుపోయినట్లయితే, మీరు వెంటనే మీ వంటగది నుండి అలాంటి వాటిని విసిరేయాలి. అలాంటివి ఇంట్లో ప్రతికూలతను తెస్తాయని నమ్ముతారు.

రక్తపోటుకి వయస్సుతో పనేంటి?



రక్తపోటు ఈ మధ్యకాలంలో చాలా మందిని వేధిస్తున్న సమస్య. చిన్న వయస్సు వారిలోనూ ఈ సమస్య కనిపిస్తోంది. రక్తపోటు గుండెపోటుకు దారి తీసి ప్రాణాలను సైతం హరిస్తోంది. అధిక రక్తపోటును హైపర్ టెన్షన్ అని కూడా అంటారు. కొన్ని కారణాల వల్ల గుండెపై పడే ఒత్తిడితో గుండెకు రక్తాన్ని సరఫరా కష్టంగా మారుతుంది. ఇది రక్తనాళాలకు హాని కలిగించవచ్చు, గుండెకు రక్త ప్రసరణ, ఆక్సిజన్ సరఫరా తగ్గిపోతుంది. ఇది గుండె జబ్బులకు, గుండె పోటుకు దారి తీస్తుంది.

చాలా మంది రక్తపోటు గురించి తక్కువ అంచనా వేస్తుంటారు. మరికొందరు ఎక్కువగా ఆలోచించి టీపీ పెంచేసుకుంటారు. రక్తపోటుకు సంబంధించి చాలా మంది చాలా రకాలుగా చెబుతుంటారు. అందులో కొన్ని నిజాలు, కొన్ని తప్పులు ఉండొచ్చు. రక్తపోటు గురించి అపోహలు ఏంటి, నిజాలు ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

1. 140/90 mm Hg కంటే ఎక్కువ ఉంటేనే అధిక రక్తపోటు : ఒకప్పుడు 140/90 mm Hg కంటే రక్తపోటు ఎక్కువగా ఉంటే అధిక రక్తపోటుగా భావించే వారు. అయితే 130/80 mm Hg ఉన్నప్పటికీ వారిలో హృదయ సంబంధ వ్యాధుల చరిత్ర ఉన్నా, కుటుంబంలో ఎవరికైనా గతంలో గుండె జబ్బులు వచ్చిన సందర్భాలు ఉన్నా వైద్యులు దానిని అధిక రక్తపోటుగా భావించి వైద్యులు రాసిస్తుంటారు.

2. అధిక రక్తపోటు సంకేతాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి : రక్తపోటులో రెండు రకాలు ఉంటాయి. ప్రాథమికం, ద్వితీయం. ప్రాథమిక రక్తపోటులో ఎలాంటి లక్షణాలూ కనిపించవు. శరీరంలోపలి ధమనుల్లో సమస్య ఉన్నా అది బయటకు కనిపించదు. ద్వితీయ రక్తపోటు ఉన్న వారిలో మాత్రమే లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. అందుకే లక్షణాలు బయటకు కనిపించనంత మాత్రాన రక్తపోటు లేదనుకోవడం పొరపాటే.

3. ఉప్పు తినకపోతే చాలు రక్తపోటు రాదు : అధిక రక్తపోటుకు ఉప్పు ప్రధాన కారణం అని చాలా మందికి తెలిసిందే. కూరల్లో, చిరు తిండ్లలో ఉప్పు వేసుకోనంత మాత్రాన ప్రమాదం తొలగిపోదు. ఇతర ఆహారాల నుంచి సోడియం లాంటివి శరీరంలోకి వస్తూనే ఉంటాయి. రొట్టెలు, రోల్స్, పిజ్జా, మాంసం, చీజ్‌బర్గర్‌లు, శాండ్‌విచ్‌లు, సాల్టెడ్ పుడ్స్, ప్యాకేజ్డ్ పుడ్స్, చిప్స్ వంటి వాటిలో సోడియం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

4. కాఫీ తాగడం వల్ల రక్తపోటు పెరుగుతుంది : కాఫీ, టీలలో కెఫెన్ ఉంటుంది. అదో ఉద్దీపన పదార్థం. దాని వల్ల రక్తపోటు పెరుగుతుందని చాలా మంది అనుకుంటారు. అయితే కాఫీ తాగడం వల్ల పెద్దగా ప్రమాదం లేదని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కానీ సోడా, కూల్ డ్రింక్స్, ఎనర్జీ డ్రింక్స్, మద్యం సేవించడం వల్ల రక్తపోటు పెరిగే అవకాశాలు ఉంటాయి. కాబట్టి వాటిని నియంత్రించుకోవడం ముఖ్యం.

5. అధిక రక్తపోటు స్త్రీలలో కంటే పురుషుల్లోనే ఎక్కువ : ఇది వయస్సు మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. 50 ఏళ్లు దాటిన స్త్రీ, పురుషుల్లో రక్తపోటు వచ్చే అవకాశాలు పురుషులకే ఎక్కువ. అయితే మెనోపాజ్ (రుతువిరతి) తర్వాత స్త్రీలలో కూడా రక్తపోటు ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. పురుషుల కంటే కూడా మహిళలు రక్తపోటును ఎదుర్కొనే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. గర్భనిరోధక మాత్రలు, గర్భధారణ సమయంలో స్త్రీలలో అధిక రక్తపోటు రావొచ్చు.

6. యువకుల్లో రక్తపోటు రాదు : సాధారణంగా రక్తపోటు సమస్య వృద్ధులను ఎక్కువగా వేధిస్తుంది. అలా అని యువకుల్లో రాదు అని చెప్పడానికి వీల్లేదు. ఈ మధ్యకాలంలో చాలా మంది యువకులు కూడా బీపీతో బాధపడుతున్నారు. ధమనుల్లో ఏర్పడే సమస్యల వల్ల ఎవరికైనా హైబీపీ, లోబీపీ రావొచ్చు. యువకుల్లో హైబీపీ ఉండే అవకాశాలు ఎక్కువ. అధిక బరువు, ఊబకాయం, కదలకుండా ఉండే జీవనశైలి వల్ల రక్తపోటు సమస్య యువకులు కూడా ఎదుర్కొంటున్నారు.

7. కుటుంబంలో ఎవరికైనా ఉంటే ఏం చేసినా రక్తపోటు వస్తుంది : కుటుంబంలో ఎవరికైనా రక్తపోటు ఉంటే ఇతరులకు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. అయితే సమతుల్యమైన ఆహారం, సరైన బరువు నిర్వహణ, జీవనశైలి మార్పులతో రక్తపోటు ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చు.

ఇంట్లో మొక్కలతో ఆరోగ్యం

ఇంట్లో మొక్కలు పెంచుకోవడం అంటే చాలా మందికి ఇష్టంగానే ఉంటుంది. అవి ఇంటికి సహజ సౌందర్యాన్ని తీసుకువస్తాయి. ఇల్లు చూడటానికి పచ్చగా కలకల లాడుతుంది. ఇంట్లో మొక్కలు పెంచు కోవడం ద్వారా కేవలం ఆకర్షణగా మాత్ర మే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయంటున్నారు వైద్య నిపుణులు. ఇండోర్ ప్లాంట్స్ వల్ల మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని చెబుతున్నారు. ఇంట్లో మొక్కలు పెంచడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

1. ఒత్తిడి, ఆందోళనను తగ్గిస్తుంది : పచ్చని మొక్కలతో సమయం గడపడం వల్ల ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతుందని పలు పరిశోధనలు తేల్చాయి. మొక్కల్లో ఒత్తిడి హార్మోన్ అయిన కార్టిసాల్ తక్కువ స్థాయిలో ఉంటుంది. దాని వల్ల ప్రశాంతత, విశ్రాంతిని ప్రోత్సహిస్తుంది. అందువల్లే ఈ మధ్య చాలా ఆసుపత్రులు తమ డిజైన్లలో మార్పులు చేసి మరీ మొక్కల పెంపకంపై ఎక్కువ దృష్టి పెడుతున్నారు.

2. మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది : ఇండోర్ మొక్కల పెంచుకోవడం వల్ల ఒత్తిడి స్థాయిలను చాలా వరకు తగ్గించుకోవచ్చు. మొక్కల చుట్టూ ఉండడం వల్ల మీరూ చాలా ప్రశాంతంగా ఫీలవుతుంటారు. దీని వల్ల ఒత్తిడి తగ్గడమే కాదుదోయ్ జ్ఞాపకశక్తి కూడా పెరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

3. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది : ఇంట్లో మొక్కలు ఉండడం వల్ల రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పెంచుకోవచ్చని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. మొక్కలు పైటోన్సైడ్లను విడుదల చేస్తాయి. ఇవి హానికరమైన బ్యాక్టీరియా మరియు వైరస్‌లతో పోరాడడానికి సహాయపడే సహజ రసాయనాలు. మీ ఇంట్లో మొక్కలు ఉండడం వల్ల మీరు అనారోగ్యానికి గురయ్యే అవకాశాలను తగ్గించుకోవచ్చు.

4. మెరుగైన నిద్ర : మొక్కలు ఒత్తిడిని తగ్గిస్తూ విశ్రాంతిని ప్రోత్సహిస్తాయి. లావెండర్ సహా జాస్మిన్ తో సహా కొన్ని మొక్కలు మంచి నిద్రను ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడే ఉపశమన ప్రభావాలను కలిగి ఉంటాయి.

కాబట్టి మీరు ఇంట్లో, ఇంటి ఆవరణలో పీలైనంత ఎక్కువగా మొక్కలను పెంచుకోండి. మీ మానసిక ఆరోగ్యంతో పాటు శారీరక ఆరోగ్యాన్ని బాగు చేసుకోండి.

సమయానికి నిద్రపోవడం లేదా?

నిద్ర లేకపోవడం, సరిగా నిద్రపోకపోవడం మొత్తం ఆరోగ్యానికి హానికరం. అందుకే ప్రతి రోజూ కనీసం 6-8 గంటలు నిద్రపోవాలని సూచిస్తున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. లండన్‌లోని కింగ్స్ కాలేజ్ పరిశోధకులు ప్రకారం నిద్ర విధానాలలో చిన్న క్రమరాహిత్యాలు కూడా జీవక్రియను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఈ పరిశోధన బృందంతో సీనియర్, డాక్టర్ వెండీ హాల్ ప్రకారం నిద్రకు అంతరాయం, రాత్రి వేళ పని చేయడం ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుంది. ఇది జీర్ణ క్రియను నెమ్మదింపజేస్తుంది. పేగులో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాను నిర్మూలిస్తుంది. ఫలితంగా అనారోగ్య సమస్యలు ఒక్కొక్కటిగా ప్రారంభమవుతాయి.

మనం అనుసరించే రోజువారి దినచర్యే మన ఆరోగ్యాన్ని నిర్దేశిస్తుంది. ఆరోగ్యం బాగుండాలంటే జీవనశైలి కూడా బాగుండాలి. లేదంటే సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ప్రస్తుత కాలంలో ఒత్తిడితో కూడిన జీవనశైలి కారణంగా నేడు పెద్దవారి కంటే యువతలోనే చాలా ప్రమాదకరమైన ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయి. అందులో ముఖ్యమైనది నిద్ర. దినచర్యలో నిద్రకు సరైన సమయం లేకపోతే, అది నేరుగా మీ జీర్ణక్రియను ప్రభావితం చేస్తుంది. తగినంత నిద్ర లేకపోవడం వల్ల పేగులో హానికరమైన బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఈ రకమైన బ్యాక్టీరియా జీర్ణ వ్యవస్థను దెబ్బతీస్తుంది. ఇక అవి కడుపులో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాను కూడా తగ్గిస్తాయని పరిశోధకులు నిర్ధారించారు.

పరిశోధకుల ప్రకారం నిద్ర, మేల్కొనే సమయానికి మధ్య 90 నిమిషాల గ్యాప్ మైక్రోబయోమ్‌ను ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుందని పరిశోధకులు అంటున్నారు. నిద్ర లేమి సమస్య ఆరోగ్యాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం..

నిద్ర లేకపోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై కలిగే దుష్ప్రభావాలు ఏంటో తెలుసుకుందాం

నిద్ర లేకపోవడం, సరిగా నిద్రపోకపోవడం మొత్తం ఆరోగ్యానికి హానికరం. అందుకే ప్రతి రోజూ కనీసం 6-8 గంటలు నిద్రపోవాలని సూచిస్తున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. లండన్‌లోని కింగ్స్ కాలేజ్ పరిశోధకులు ప్రకారం నిద్ర విధానాలలో చిన్న క్రమరాహిత్యాలు కూడా జీవక్రియను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఇది జీర్ణ క్రియను నెమ్మదింపజేస్తుంది. పేగులో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాను నిర్మూలిస్తుంది. ఫలితంగా అనారోగ్య సమస్యలు ఒక్కొక్కటిగా ప్రారంభమవుతాయి.

అంతేకాదు నిద్రలేమి సమస్య కారణంగా పేగులో చెడు బ్యాక్టీరియా పెరుగుతుందని పరిశోధకులు కనిపెట్టారు. నాణ్యత లేని ఆహారం, జంక్ ఫుడ్స్ ఊబకాయం, కార్డియోమెటబోలిక్, గుండెపోటు, స్ట్రోక్, మధుమేహం ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. గట్‌లో మంచి బ్యాక్టీరియా లేకపోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యం క్షీణిస్తుంది. ఇది అనేక వ్యాధులకు దారితీస్తుందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. ఇక నిద్రలేమి కారణంగా శరీర బరువు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. అధిక బరువుతో ఇబ్బంది పడాల్సిన పరిస్థితి వస్తుంది. రోజంతా నిరుత్సాహంగా ఉండటం, నిస్తుత్తు వగా ఉంటుంది. నిద్రలేమి సమస్య జ్ఞాపక శక్తిపైనా ప్రభావం చూపుతుందంటున్నారు పరిశోధకులు. మెదడు పనితీరు నెమ్మదిస్తుందని చెబుతున్నారు.

ఈ సమస్యలు రావొద్దంటే

ఊబకాయం, గుండెపోటు, అధిక కొలెస్ట్రాల్, జీర్ణక్రియ సరిగా ఉండాలంటే అన్నింటికి మెడిసిన్ సరైన నిద్ర అని సూచిస్తున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. రోజుకు కనీసం 6 నుంచి 8 గంటలు నిద్రపోవాలని సూచిస్తున్నారు. అలాగే, జంక్ ఫుడ్స్, అయిల్ ఫుడ్స్‌కి దూరంగా ఉండాలని వార్నింగ్ ఇస్తున్నారు. సరైన జీవనశైలితోనే సరైన ఆరోగ్యం ఉంటుందని హితవుచెబుతున్నారు పరిశోధకులు.

గుట్టగా మారిన పొట్టకు ఘామంత్రం వెన్నలా కరగాల్సిందే

యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్‌లో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. మీరు దీన్ని నీటిలో కలిపి ప్రతిరోజూ తాగితే, బరువు తగ్గడంతోపాటు అనేక తీవ్రమైన వ్యాధులను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మేలు చేస్తుందని వైద్య నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. కొంచెం గోరు చెచ్చని నీటిలో ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కలిపి తాగడం వల్ల కలిగే ఐదు ప్రయోజనాలు, ఎప్పుడు తాగితే మంచిది అనే విషయాలను ఇప్పుడు తెలుసుకోండి.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది: యాపిల్ వెనిగర్ తీసుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఇది యాంటిబైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది ప్రమాదకరమైన బ్యాక్టీరియా నుంచి శరీరాన్ని దూరంగా ఉంచుతుంది.

రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణలో ఉంటుంది : యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీ గ్లైసెమిక్ ఎఫెక్ట్, యాంటీ డయాబెటిక్ లక్షణాలు దీనికి కారణం.

జీర్ణక్రియ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం: యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణక్రియ సులభం అవుతుంది. ఇది అజీర్ణం, గ్యాస్ వంటి కడుపు సమస్యల నుంచి కూడా ఉపశమనం అందిస్తుంది.

కొలెస్ట్రాల్ తగ్గిస్తుంది: ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ చెడు LDL కొలెస్ట్రాలను తగ్గించడం ద్వారా మంచి HDL కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచడంలో సహాయపడుతుంది.

బరువు తగ్గడంలో కూడా మేలు చేస్తుంది: యాపిల్ వెనిగర్ ఊబకాయాన్ని తగ్గించడంలో ప్రయోజనకరంగా పరిగణిస్తారు. 3 వారాల పాటు 1-2 టీస్పూన్ల వెనిగర్‌ను తీసుకునే వ్యక్తులు 2-4 పౌండ్ల బరువును తగ్గారని కనుగొన్నారు.

ఈ సమయంలో తీసుకోవడం వల్ల వేలు జరుగుతుంది. 1-2 టీస్పూన్ల యాపిల్ వెనిగర్‌ను నీటిలో కలిపి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తాగడం చాలా ప్రయోజనకరమని వైద్య నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.

మహానేత ఎన్టీఆర్‌కు భారతరత్న ప్రకటించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగు దేశం పార్టీ పేదవాడి ఆకలి మంటల్లో నుంచి పుట్టిందని, ఆవిర్భావం నుండి తెలుగుదేశం పార్టీని స్పష్టమైన సిద్ధాంతాలతో, విధానాలతో, ఉన్నత రాజకీయ విలువలతో నడిపిన మహోన్నతమైన నాయకుడు సందమూరి తారకరామారావుని మాజీ ఎమ్మెల్సీ, పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు అన్నారు. స్థానిక రింగ్ రోడ్డులో ఉన్న తెలుగుదేశం పార్టీ పార్లమెంట్ నియోజకవర్గంలో ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలను ఆత్యంత ఘనంగా నిర్వహించారు. సందర్భంగా ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి భారీ పూలమాలలు వేసి జగదీష్ తెలుగుదేశం శ్రేణులు ఘన నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా జగదీష్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రానికి దేశానికి ఎన్టీఆర్ చేసిన సేవలను పరిగణనలోకి తీసుకున్నప్పుడు, అనితర సాధ్యమైన ఆయన నటనా జివితాన్ని లెక్కల్లోకి తీసుకున్నప్పుడు ఎన్టీఆరుకు భారతరత్న ఇప్పటికైనా ఆలస్యం చేయకుండా కేంద్రం ప్రభుత్వం ప్రకటించాలని పార్టీ 42వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ సందర్భంగా కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. 1983లో తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే 2 రూపాయలకే కేజి బియ్యం పథకం, పక్కా గృహ నిర్మాణం, సగం ధరకే జనతా వస్త్రాలు వంటివి సంక్షేమ పథకాలను ప్రవేశపెట్టిన ఘనత తెలుగు దేశం పార్టీదేనని నాగ జగదీష్ అన్నారు. కూడు, గూడు నీడ ప్రతి పేదవానికి ఉండాలనే నినాదంతో అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే అమలు చేసిన నాయకుడు ఎన్టీఆర్ అని అన్నారు. భారతదేశంలో సమాఖ్య విధానం సంపూర్ణంగా అమలై వికేంద్రీకరణ జరగడం కోసం ఎన్టీఆర్ చేసిన కృషి అసమాన్యం, అద్వితీయం, పేరుకే పెదరరిజం కాకుండా రాష్ట్రాల ఆత్మగౌరంతో మనుగడ సాగించేలా కేంద్రం సహకరించాలని అందుకోరకు రాష్ట్రాలకు మరిన్ని అధికారాలు ఇచ్చి తీరాల్సిందేనని నాటి కేంద్ర ప్రభుత్వంపై ఎన్టీఆర్ ఒత్తిడి చేసే వారిని, రాష్ట్రాల హక్కులు సాధన కోసం ప్రతిపక్ష పార్టీలు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రిలను ఒక వేదికపై తెచ్చి కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని అనుసరిస్తున్న కేంద్రీకృత విధానాలను ఎండగట్టారని అటువంటి మహనీయులకు భారతరత్న బిరుదు ఇచ్చి గౌరవించాలని కేంద్ర ప్రభుత్వానికి మరొకసారి నాగ జగదీష్ విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ శాఖ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కే కే వి ఏ నారాయణరావు పార్లమెంట్ కార్యాలయం కార్యదర్శి బొలిశెట్టి శ్రీనివాసరావు, రాష్ట్ర కార్యదర్శి కోట్ని బాలాజి, టి ఎన్ టి యు సి రాష్ట్ర కార్యదర్శి ధనాల విష్ణు చౌదరి, తెలుగు మహిళ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షురాలు కొణతాల రత్నకుమారి, పట్టణ శాఖ ప్రధాన కార్యదర్శి కోట్ని రామకృష్ణ, ఉపాధ్యక్షులు కుప్పిలి జగన్, బోడి వెంకటరావు, కడిమిశెట్టి నర్సింగరావు, మల్ల గణేష్, బొడ్డేడ మురళి, కాంత్రీగుల సత్యనారాయణ, కాంత్రీగుల ముకుంద, పాలిమేర నాయుడు, దూలం ప్రసాద్, కర్రి మల్లేశ్వరరావు, మారిశెట్టి శంకర్రావు, వేదుల సూర్యప్రభ, శంకర్ల పద్మలత, షేక్ రియాజ్, కెబుల్ రమేష్, గుర్రాల వాసు, పెతకంశెట్టి వెంకటరావు, తగరంపూడి శ్రీను, రాజు, చెక్కల శ్రీను, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కొణతాల ఆధ్వర్యంలో భారీ బైక్ ర్యాలీ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక జనసేన టిడిపి, బిజెపి ఉమ్మడి అభ్యర్థి మాజీ మంత్రి కొణతాల రామకృష్ణ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం భారీ బైక్ ర్యాలీ జరిగింది. అనకాపల్లి కూటమి నుండి పోటీ చేసే ఎంపీ అభ్యర్థి బిజెపి నేత సీఎం రమేష్ మొట్టమొదటి సారిగా అనకాపల్లి విచ్చేస్తున్న సందర్భంగా ఆయనకు స్వాగతం పలికేందుకు ఏర్పాటు చేసిన బైక్ ర్యాలిని రామకృష్ణ రింగ్ రోడ్డు జనసేన పార్టీ ఎన్నికల కార్యాలయం నుండి ప్రారంభించారు. భారీ ఎత్తున ద్విచక్ర వాహనాలతో ఈ ర్యాలీ సాగింది. రింగ్ రోడ్ లోని జనసేన పార్టీ కార్యాలయం నుండి గవరపాలెం గుండా నూకాంబిక ఆలయానికి చేరుకుంది. అనంతరం వేల్పుల వీధి గౌరీ పరమేశ్వరుల ఆలయం వద్దకు వెళ్లి అక్కడ నుండి నెహ్రూ చౌక్, ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్ మీదుగా జేఎంజె పాకలా వద్ద ఉన్న బహిరంగస్థలి ప్రాంతానికి చేరుకుంది. ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి నాయకులు గొంతిన శ్రీనివాసరావు, మల్ల సురేంద్ర, కొరిబిల్లి పరి, ఎం సంతోష్, జనసేన టిడిపి బిజెపి పార్టీకి చెందిన కార్యకర్తలు, అభిమానులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

మావుళ్ళమ్మకి లక్ష విరాళం

నేడు హుండీల లెక్కింపు

సుబ్బరాజు దంపతులకు అమ్మవారి ఫోటో అందిస్తున్న ఈ వో

భీమవరం, (ఆర్ఎన్ఐ): భీమవరం లో వేంచేసియున్న శ్రీ మావుళ్ళమ్మ అమ్మవారికి భీమవరం చినఅమిరం కి చెందిన కే వెంకట సుబ్బరాజు శ్రీ దేవి దంపతులు శ్రీ అమ్మవారికి 1,11,116/ రూ ఒక లక్ష పదకొండు వేల నూట పదహారు రూపాయలు విరాళంగా అందచేశారు. ఈ సందర్భంగా వీరికి ఆలయ అర్చకులు కొప్పేశ్వరరావు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి ప్రసాదం శేషవస్త్రం, అమ్మవారి ఫోటో అందచేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ సహాయ కమిషనర్ మరియు కార్యనిర్వహణాధికారి బుద్ధా మహాలక్ష్మి నగేష్ పాల్గొన్నారు. శనివారం అమ్మవారి హుండీల లెక్కింపు జరుగుతుందని ఆయన ఈ సందర్భంగా తెలిపారు.

రోడ్లు మరమ్మత్తుకి ధర్మశ్రీ సొంత నిధులు

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): రహదారులు మరమత్తుకు సొంత నిధులను ఖర్చు చేస్తున్నారు చోడవరం ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ. దీంతో ప్రజలు హర్షిస్తున్నారు. కాంట్రాక్టర్ నిర్లక్ష్యం మూలంగా చోడవరం ప్రధాన రహదారి పనులు నిలిచిపోయాయి. దీంతో ప్రధాన రహదారిలో రోడ్డు బెర్మలు నిర్మించేందుకు ఇప్పటికే 40 లారీల గ్రావెల్ సిద్ధం చేస్తున్నారు. ఇందుకోసం 60 లక్షల రూపాయలు ఖర్చు చేస్తున్నారు. దీనితోపాటు పెదపదిన, గున్నేంపూడి రహదారి మరమ్మతు చేసేందుకు మరో 10లక్షల రూపాయలు కాంట్రాక్టర్ ద్వారా సొంత నిధులు ఖర్చు చేస్తున్నారు.

ఉత్సాహంగా ఉరకలెత్తుతున్న ధర్మశ్రీ ప్రచారం

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం స్థానిక ఎమ్మెల్యే చోడవరం వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి కరణం ధర్మశ్రీ ఎన్నికల ప్రచారం హెూరెత్తుతోంది. ఉత్సాహంగా ఉరకలెత్తుతోంది. వీధి వీధినా ప్రజలు అఖండ స్వాగతం పలుకుతూ మంగళ హారతులు పడుతున్నారు. మహిళలు సుడుపు తిలకం దిద్దుతూ మేమున్నామంటూ భరోసా ఇస్తున్నారు. చోడవరంలో వెలమవీధి, లక్ష్మీదేవిపేటలో ఆయన ఇంటింటా ప్రచారం నిర్వహించారు. ఆయా వీధుల ప్రజలు బాజాభజంత్రీలు, తప్పెట గుళ్ళు, బాణాసంచాతో ఘన స్వాగతం పలికారు.

డివిఆర్ కార్యాలయంలో అట్టహాసంగా టిడిపి ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భవించి 42 సంవత్సరాలు పూర్తయిన సందర్భంగా పట్టణంలోని లక్ష్మీనారాయణ నగర్ లోని దాడి వీరభద్రరావు తెదేపా కార్యాలయం వద్ద ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు అట్టహాసంగా శుక్రవారం జరిగాయి. ఈ సందర్భంగా తెలుగుదేశం పార్టీ జిల్లా మాజీ అధ్యక్షులు దాడి రత్నాకర్ పార్టీ పతాకాన్ని ఎగరవేశారు. ఈ సందర్భంగా పార్టీ ఆవిర్భవించిన నాటి నుంచి పార్టీకి విశేషంగా సేవలందిస్తున్న సీనియర్ తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులను దాడి రత్నాకర్ ఘనంగా శాలువాతో సత్కరించి మెమొంటోలు అందజేశారు. తెదేపా సీనియర్ నాయకులు కర్రి దివాకర్ రావు, పల్లా శ్రీనివాసరావు, ఎదుర్ల రామారావు, కరాటి త్రినాథ్, దాడి భోగ లింగం, పీఎస్ అప్పారావు, పివి రాజు, మందపాటి సత్యనారాయణ రాజు, కె ఎస్ ఎన్ రాజు, సాంబశివరావు, పి.శివరామరాజు, నర్సింగరావు, ఎంఎస్ఎన్., ఎస్.గుప్తా, ఎ.సత్యనారాయణ, వేగి వెంకటరావు, ఆటో భద్రం, కాళ్ల ఈశ్వర అప్పారావులను శాలువాతో సత్కరించి ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా దాడి రత్నాకర్ మాట్లాడుతూ ప్రస్తుత సార్వత్రిక ఎన్నికల సందర్భంగా తెలుగుదేశం పార్టీని మరింత బలోపేతంగా చేయాలని కోరారు తెలుగుదేశం పార్టీ ఉందేనే అందరికీ భవిష్యత్తు ఉంటుందని చెప్పారు.

ఈ సందర్భంగా కార్యాలయంలో వేడుకల్లో అనకాపల్లి నియోజకవర్గ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు భారీ సంఖ్యలో హాజరయ్యారు. ఎన్టీఆర్ అమర్ రహే, తెలుగుదేశం పార్టీ జిందాబాద్, వర్ధిల్లాలి వర్ధిల్లాలి తెలుగుదేశం పార్టీ అంటూ నినాదాలు చేశారు. వారి నినాదాలతో కార్యాలయం మార్మోగింది. ఈ సందర్భంగా సీనియర్ నాయకులు పార్టీతో తమకున్న అనుబంధాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి మండల నాయకులు బొడ్డపాటి చిన్న రాజారావు, కర్రి దివాకర్, మల్ల రాజా, బొడ్డేడ శంకర్రావు, జెర్రిపోతుల ధర్మారావు, ఇంట్ర త్రినాథ్, నందవరపు కుమార్, కొడి నాగేశ్వరరావు, యాదగిరి రామచంద్రరావు, కరణం సామనాయుడు, కర్రి బాబూరావు, కాంత్రీగుల రవి, కొడి అప్పారావు, అల్లం అప్పారావు, సేనాపతి రవి, ఒమ్మి శ్రీను, అనసూరి అప్పారావు, బుద్ధ చిరంజివి, బుద్ధ శివ నాయుడు, పాలమరశెట్టి సూరిబాబు, పాలమరశెట్టి అప్పలస్వామి నాయుడు, ఆడారి నారాయణరావు, నంబారి రమణ, బోయిన రమణ, గుంత్రాల కన్నారావు, పాలిన సత్యారావు, మేకలపాటి సుదర్శన రాజు, కశింకోట మండల తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు నిమ్మదల సన్యాసినాయుడు, గోకివాడ లోవకృష్ణ, అందే రమణ, వేగి వెంకటరావు, దిబ్బపాలెం టీడీపీ నాయకులు పెంటపాడు గోవిందరావు, పెంటకోట సత్యనారాయణ, దాడి రమణ, పీలా కృష్ణ, చదరం నాగేశ్వరరావు, నెల్లూరు సత్యనారాయణ, మళ్ల వెంకటరావు, బుద్ధ జగన్, అనకాలి అనకాపల్లి పట్టణ తెదేపా నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లికి జననీరాజనాలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దక్షిణ నియోజకవర్గంలో వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ ఎన్నికల ప్రచారంలో జననీరాజనాలు పడుకున్నారు. 35వ వార్డు వైసిపి అధ్యక్షులు అలువున కనకారెడ్డి, అది విష్ణు రెడ్డి, వాసర్ల సుబ్రమణ్యం ఆధ్వర్యంలో మూడవరోజు దక్షిణ శాసనసభ్యుడు అభ్యర్థి వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ ప్రచార యాత్ర కొనసాగింది. ప్రత్యేక అతిథిగా దక్షిణ ఎన్నికల వైసీపీ పరిశీలకులు ట్రోణంరాజు శ్రీ వాత్సవ్ వాసుపల్లి తో కలిసి ప్రచారం చేశారు. కల్లుపాకలు ప్రాంతం గడపగడపకు వెళ్లి ప్రజలను పలకరించి విలువైన ఓటును ఫ్యాను గుర్తుకు వేయాలని అభ్యర్థించారు. స్థానికులు పెద్ద ఎత్తున స్వాగతం పలుకుతూ హారతులు ఇచ్చి ఆశీర్వచనాలు అందజేశారు. దక్షిణంలో జగనన్న అందించిన పిలుపు వాసుపల్లి గెలుపు అంటూ జేజేలు పలికారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీ వాత్సవ్ మాట్లాడుతూ దక్షిణంలో వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ గెలుపు కోసం ఒకే కుటుంబంలా కష్టపడతామన్నారు. ప్రచారంలో ప్రజల పలకరింపు చూస్తేనే కచ్చితంగా గెలుస్తామన్న నమ్మకాన్ని కలిగిస్తున్నారన్నారు. ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ దేశంలో ఎక్కడాలైన సంక్షేమ ఫలాలు అందించిన ఘనత జగన్మోహన్ రెడ్డికే దక్కుతుందన్నారు. ఈరోజు ఓటు ప్రజల దగ్గరికి వెళ్లి ధైర్యంగా అడిగే హక్కు కల్పించినందుకు ఆయనకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. దుర్గాలమ్మ ఆశీస్సులతో మరో 20 ఏళ్లు ముఖ్యమంత్రి సీఎంగా ఉంటారని అన్నారు. ప్రభుత్వం అందించే సంక్షేమ ఫలాలు, తాను చేసే దక్షణంలో పెద్ద ఎత్తున ప్రజాధారణ పొందడం ఆనందంగా ఉందన్నారు.

మాజీ కార్పొరేటర్ గంకిన గౌరీ మాట్లాడుతూ కల్లుపాకల ప్రచారంలో వార్ వన్ సైడ్ లా ప్రజల ఆదరిస్తున్నారని వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో దక్షిణ నియోజకవర్గం వైసీపీ శ్రేణులు, 35వ వార్డు వైసిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

పేద ప్రజల అభ్యున్నతి కోసం పాటుపడిన మహా నేత ఎన్టీఆర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని ఎన్టీఆర్ స్టేడియం వద్దనున్న ఎన్టీఆర్ విగ్రహం వద్ద తెలుగుదేశం పార్టీ 42వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా శుక్రవారం అనకాపల్లి మాజీ శాసనసభ్యులు నియోజవర్గం ఇంచార్జీలా గోవింద సత్యనారాయణ ఆధ్వర్యంలో ముఖ్యఅతిథిగా అనకాపల్లి ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ చేతుల మీదుగా తెలుగుదేశం పార్టీ జెండా ఆవిష్కరించారు. అనంతరం ఎన్టీ రామారావు చిత్రపటానికి పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించి ఘన నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా కొణతాల రామకృష్ణ, పీలా గోవింద్ మాట్లాడుతూ దివంగత ముఖ్యమంత్రి నందమూరి తారక రామారావు బడుగు బలహీన వర్గాల ప్రజల కోసం, తెలుగువారి ఆత్మగౌరవం నినాదంతో తెలుగుదేశం పార్టీని స్థాపించి ఉమ్మడి ఆంధ్ర రాష్ట్ర ప్రజలకు కూడు, ఇల్లు, బట్ట, ప్రతి ఒక్కరికి ఉండాలని, సినిమా రంగాన్ని సైతం వదులుకొని రాజకీయాల్లోకి వచ్చారని అన్నారు. తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం హయాంలో ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్లో రాష్ట్రంలో ఎన్నో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు జరిగాయని అటువంటి మహోన్నత వ్యక్తి ఎన్టీఆర్ ఎన్టీఆర్‌కు భారతరత్న ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీసీ సాధికార రాష్ట్ర కన్వినర్ మళ్ళ సురేంద్ర, 82వ డివిజన్ ఇంచార్జ్ పోలారపు త్రినాథ్, సూరే సతీష్, పీలా లోకేష్, ఆకుల నానాజి, మళ్ళ సూరిబాబు, ఆకుల వెంకట అప్పారావు, గణేష్, యల్లపు శ్రీనివాసరావు, ఖాదర్, ఎస్. భానుచందర్ (అఖి), గేపురి త్రినాథరావు, ధనుంజయ్, బుద్ధ జోగి నాయుడు, కర్రి మహాలక్ష్మి నాయుడు, ఎండకుర్తి అప్పలరాజు, ఆళ్ల జగతి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్యేగా అవకాశం ఇవ్వండి అభివృద్ధి చేసి చూపిస్తా: వైసిపి అభ్యర్థి భరత్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 82వ వార్డులో కార్పొరేటర్ మందపాటి సునీత జానకిరామరాజు ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం అంజయ్య కాలనీలో వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. ముందుగా గాంధీనగర్ శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయంలో స్వామివారిని దర్శించుకొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అంజ కాలనీలో ప్రజలు భరత్ కుమార్‌కు పూల వర్షంతో అఖండ స్వాగతం పలకగా, అడుగడుగునా మహిళలు హారతులు ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి గడిచిన ఐదు సంవత్సరాలలో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి చేశారన్నారు. మే 13 జరగబోయే ఎన్నికల్లో ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే, ఓటును ఫ్యాను గుర్తుపై వేసి గెలిపించాలని ఆయన ప్రజలను కోరారు. ఎంపీగా ఉపముఖ్యమంత్రి బూడి ముత్యాల నాయుడు, ఎమ్మెల్యేగా తాను పోటి చేస్తున్నానని ప్రజలందరూ సహకరించాలని అని కోరారు. ఎమ్మెల్యేగా ఒక అవకాశం ఇస్తే అనకాపల్లి నియోజవర్గాన్ని అభివృద్ధి చేస్తానని ఆయన తెలియజేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అనకాపల్లి జిల్లా వైసీపీ కార్యదర్శి జాజుల రమేష్, ఆకుల సంతోష్, అల్లుమల్ల జయరాం, కోడూరు అప్పారావు, సంబారి అప్పారావు, అండిబోయిన మోహన్, బుద్ధ రాంబాబు, కోడూరు శ్రీను, నూతి తాతబాబు, ఏడవకల నూకమ్మ, మెల్లిపాక దుర్గ, పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మట్టి కుండలో నీరు తాగితే కలిగే ప్రయోజనాలు

ప్రస్తుతం వేసవికాలంలో ఫ్రిజ్లో చల్లటి నీరు తాగేందుకు అందరూ ఆసక్తి చూపుతారు. కానీ ఫ్రిజ్‌కు బదులు మట్టి కుండలో నీరు తాగితే ఎక్కువ ప్రయోజనాలు ఉంటాయని నిపుణులు అంటున్నారు. మట్టి కుండలో నీరు సహజంగా రుచిగా ఉంటాయి. ఆ నీరు తాగితే గ్యాస్, అసిడిటీ, శ్వాసకోశ సమస్యలు రావు. జీర్ణక్రియ కూడా మెరుగవుతుంది. ఈ నీటిని తాగడం వల్ల డీహైడ్రేషన్ నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. జిడ్డు, మొటిమల నుంచి చర్మాన్ని కాపాడుకోవచ్చు.

దక్షిణంలో దూసుకుపోతున్న వంశీ కృష్ణ శ్రీనివాస్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శుక్రవారం ఉదయం 39వ వార్డు కోటవీధి, సొల్జీయర్ పేట, పాత పోస్టాఫీసు ఏరియాలలో తెలుగుదేశం జనసేన, భాజపా (ఉమ్మడి) అభ్యర్థి వంశీ కృష్ణ ఎన్నికల ప్రచారం చేసారు. ఆ ఏరియాల్లో ప్రజల అవసరాలు తెలుసుకున్నారు. మన పరిస్థితులు మారాలంటే సైకో ప్రభుత్వం పోవాలి అన్నారు. ఆ ఏరియా ప్రజలు వంశీ కృష్ణకి బ్రహ్మరథం పట్టారు. అడుగుడుగునా హారతులు పట్టారు. తెలుగుదేశం, జనసేన, బీజేపీ కార్యకర్తలు ఉత్సాహంతో ప్రచారం చేసారు. ఈ ప్రచారంలో కోటవీధికి చెందిన లడ్డూ భాయ్, ఇతర ముస్లిం నాయకులు, 39వ వార్డు జనసేన వార్డు అధ్యక్షులు తాతారావు, టీడీపీ వార్డు అధ్యక్షులు దినేష్, బీజేపీ వార్డు అధ్యక్షులు రాజు, బీజేపీ పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, అత్తిలి శంకరరావు, రాంకుమార్, జనసేన పార్టీ ముఖ్య నాయకులు శివప్రసాద్ రెడ్డి, జకె మరియు టీడీపీ నాయకులు పాడుగు కుమార్, త్రినాథ్, తెలుగుదేశం, జనసేన, బిజెపి, వార్డు అధ్యక్షులు, మహిళా కార్యకర్తలు, అభిమనులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

'చాట్ జీపీటీ ఉపయోగం మంచిదే కానీ...' బిల్‌గేట్స్‌తో మోదీ

భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, మైక్రోసాఫ్ట్ అధినేత బిల్ గేట్స్‌ల ఆసక్తికర చర్చ జరిగింది. ఈ నెల మొదటి వారంలో భారత పర్యటనకు వచ్చిన బిల్‌గేట్స్ ప్రధానితో సమావేశమై పలు విషయాలపై ముచ్చటించారు. ఈ సందర్భంగా పీఠిద్దర మధ్య టెక్నాలజీ మెదలు వ్యవసాయం వరకు అన్ని అంశాలపై చర్చించారు.

భారత్‌లో టెక్నాలజీ వినియోగం తీరుతెన్నులను ప్రధాని బిల్‌గేట్స్‌కు వివరించారు. పాఠశాలల్లో ఉపాధ్యాయుల కొరతను అధిమించడానికి టెక్నాలజీని వాడాలని నేను భావించానన్న మోదీ, అలాగే మైండ్‌సెట్‌ను కూడా మార్చాలని భావించినట్లు చెప్పుకొచ్చారు. G-20 సదస్సులో AI టెక్నాలజీని వాడుకున్నామని చెప్పిన ప్రధాని సమాయాసను ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో గేట్స్‌కు వివరించారు. చాట్ జీపీటీ వినియోగం మంచిదేనని తెలిపిన మోదీ, ఇది అనర్థాలకి దారి తీయకూడదని సూచించారు.

డిజిటల్ రంగంలో భారత్ తీసుకొచ్చిన మార్పులను ప్రధాని మోదీ సమక్షంలో బిల్‌గేట్స్ ప్రశంసించారు. భారత్‌లో మైక్రోసాఫ్ట్ ప్రారంభమై 25 ఏళ్లు గడిచిందని బిల్‌గేట్ తెలిపారు. ఇక డేటా వినియోగం గురించి మోదీ మాట్లాడుతూ ప్రైవసీని దెబ్బతీయకుండా డేటా వినియోగం జరగాలన్నారు. రీసెర్చ్ డేటా వాడుకునే సమయంలో డేటా యజమానికి ఈ విషయం తెలియాలని అన్నారు.

ఇక వీరిద్దరి మధ్య పర్యావరణ పరిరక్షణపై కూడా చర్చ జరిగింది. సస్టైనబ్ల్ సెక్టార్ల కోసం రూ.లక్ష కోట్ల కార్పస్ ఫండ్‌ను విడుదల చేసినట్లు తెలిపిన ప్రధాని.. జీవనశైలిలో మార్పుల కోసం మిషన్ లైఫ్ తీసుకొచ్చినట్లు తెలిపారు. విద్యుత్, ఉక్కు, వినియోగం పర్యావరణ ఎరుద్ధం అన్ని మోదీ గ్రీన్ జీడీపీ వృద్ధి చేసుకోవడంలో దృష్టిపెడతామన్నారు. సిరిధాన్యాల వాడకాన్ని పెంచాల్సిన అవసరం ఉందని, ప్రస్తుతం మిల్లెట్స్ ఉత్పత్తిపై పెద్ద కంపెనీలు దృష్టిపెట్టాయన్నారు. ఇక సర్దార్ వల్లభాయ్ పటేల్ విగ్రహం స్టాట్యూ ఆఫ్ యూనిటీ గురించి కూడా బిల్‌గేట్స్‌కు మోదీ వివరించారు.

ఈ విగ్రహ నిర్మాణం కోసం ఆరులక్షల గ్రామాల నుంచి ఉక్కు, మట్టిని తెప్పించామన్నారు. ఏకత్వాన్ని చాటిచెప్పేలా ఈ విగ్రహ నిర్మాణం చేపట్టామన్నారు. భావితరాలకు ఈ నిర్మాణంలో ఇంజనీరింగ్‌ను నేర్పిస్తామన్నారు. ఇక తనకు టెక్నాలజీ అంటే ఎంతో ఇష్టమన్న మోదీ.. తాను ఎక్కడ ఏ వస్తువును చూసినా, ఏ టెక్నాలజీని చూసినా దాని వినియోగం గురించి ఆలోచిస్తానని చెప్పుకొచ్చారు.

శ్రీ క్షేత్రంలో సంతాన లక్ష్మికి పంచామృతాభిషేకాలు

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ భారతీయ తత్వ దర్శన కేంద్రం శ్రీ క్షేత్రంలో కొలువైయున్న అష్టలక్ష్మి సమేత ఐశ్వర్య వెంకటేశ్వర స్వామి దేవాలయంలో సంతాన లక్ష్మికి పంచామృత అభిషేకాలు చేశారు. శుక్రవారం ఉదయం దేవాలయం అర్చకులు చామర్తి రమేష్ ఆచార్యులు, చామర్తి శ్రీనివాస రమేష్ ఆచార్యులు సంయుక్తంగా వేదమంత్రాలు నడుమ సంతాన లక్ష్మికి అర్చన, పంచామృత అభిషేకాలు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవాలయం ధర్మకర్తలు దుర్గా బాలాజి, ఉమాదేవి దంపతులు, భక్తులు పాల్గొన్నారు

జనసేన పార్టీ నుండి వైసీపీలోకి చేరికలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి నియోజకవర్గం వైసిపిఆర్సిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మలసాల భరత కుమార్ సమక్షంలో ఏ.ఎస్ పేట గ్రామంలో గల వారి నివాసం వద్ద సంపతిపురం గ్రామానికి చెందిన కల్లపల్లి లోవరాజు, బోద్దపు పవన్ కల్లపల్లి ఈశ్వరరావు ఆధ్వర్యంలో జనసేన పార్టీకి చెందిన పవన్ కుమార్, గణేష్, శ్రీను, ఫరీద్, సాయి, ప్రదీప్, దుర్గ, రాము, మణికంఠ, యువ శంకర్, నవీన్, ఈశ్వర్, కృష్ణ, ఆదర్శ్, నాగరాజు. 20 మంది యువకులు వీరిని మలసాల భరత్ కుమార్ పార్టీ కండువా వేసి వైసీపీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి భరత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ నియోజకవర్గంలో ప్రజలు వైసీపీకి బ్రహ్మరథం పడుతున్నారని, రాష్ట్రంలో ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డిని మరల ముఖ్యమంత్రి చేయడానికి రాష్ట్ర ప్రజలు నృత్పందంగా వైసీపీకి ఓటు వేసి ఎమ్మెల్యేలను గెలిపించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని అన్నారు. నేను ఎమ్మెల్యేగా గెలిచిన వెంటనే నియోజకవర్గంలో యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పిస్తానని ఈ సందర్భంగా హామీ ఇచ్చారు. కార్యక్రమంలో వైసిపి నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గంలో వైసీపీ జెండా ఎగరడం ఖాయం

అరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): 3వ రోజు విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం 11వ వార్డు, 43వ బూత్ పరిధిలో, స్వామి వివేకానంద నగర్, బాలాజి నగర్, ఏరియాలో మన వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు గొలగాని శ్రీనివాస్ ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించడం జరిగింది. ప్రతి గడపకు వెళ్లి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ఈ బడేళలో ప్రవేశపెట్టిన అనేక సంక్షేమ పథకాల గురించి ప్రజలకు వివరిస్తూ మరొకసారి జగనన్న ప్రభుత్వం రావాలి అని చెప్పి తూర్పునియోజకవర్గంలో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా పోటీ చేయుచున్న ఎంపీపీ సత్యనారాయణకి మరియు విశాఖ పార్లమెంట్ అభ్యర్థిగా పోటీ చేయుచున్న బొత్స ఝాన్సీకి మీ మద్దతు తెలిపి అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించాలని ప్రజలను కోరడం జరిగింది.

పోలీస్ బ్యారక్ ను ప్రారంభించిన జిల్లా ఎస్పీ తుహిన్ సిన్హా ఐపీఎస్

జి.మాడుగుల, (విశాఖ సమాచారమ్): మండల కేంద్రంలో స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్ అవరణలో నూతనంగా నిర్మించిన పోలీస్ బ్యారకను అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా ఎస్పీ తుహిన్ సిన్హా శుక్రవారం ప్రారంభించారు. పోలీసులకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించడం కోసం ఇవి ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందని ఆయన అన్నారు. మొత్తం నాలుగు గదులలో కూడిన బ్యారకకు ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాడేరు ఏఎస్పీ దీరజ్, డిఎస్పీ (సి ఆర్ పీ ఎఫ్) ఉదయ్ కుమార్, రాజ కె.సి. జి.మాడుగుల సీఐ రమేష్, ఎస్సై శ్రీనివాసరావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అవంతి గెలుపే ఎంపీ అభ్యర్థి ఝాన్సీ భీమిలి అభివృద్ధి కి మేలుపే అంటూ ఇంటింట ప్రచారం లో ఇల్లాపే

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం వైసిపి పార్టీ అభ్యర్థి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు ఆదేశాలతో ఎన్నికలు ప్రచారం లో పాల్గొని తర్లువాడ లో యంపి అభ్యర్థి బొత్సా ఝాన్సీ వెంట నడిచిన ఇల్లాపు వెంకట్ జగన్.

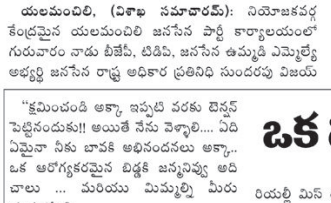
భీమిలి నియోజకవర్గం వైసిపి పార్టీ అభ్యర్థి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు గెలుపు కోసం విశాఖ జిల్లా యువజన విభాగం ప్రదాన కార్యదర్శి ఇల్లాపు వెంకట్ జగన్ 4వ వార్డు తర్లువాడ - పాలవలస పంచాయతీ లలో ఎన్నికలు ప్రచారం లో బాగంగా 11వ రోజు కూడా ఇంటింటా తిరిగి మహిళలకు ప్రత్యేకంగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఈ 5ఏళ్ళు లో కులం మతం ప్రాంతం పార్టీ చూడకుండా ఎలాంటి వివక్ష చూపకుండా పైసా లంచం లేకుండా సచివాలయ వాలంటీర్ వ్యవస్థ ద్వారా నేరుగా ప్రజలకు అందించిన సంక్షేమ పథకాలు అమలు పాలన కోసం వివరించి ఆయన మళ్ళీ వస్తేనే ఈ మరిన్ని మంచి సేవలు సంక్షేమ పథకాలు అమలు అవుతా యని ఆయన వలనే పేదలకు బుడుగు బలహీనుల వర్గాల వారి మరింత న్యాయం జరుగుతుందని ఆయన ముఖ్యమంత్రి అవ్వాలి అంటే భీమిలి లో ప్యాన్ గుర్తు పై ఓటేసి మూడోసారి ముచ్చటగా యంయంఎల్ గా అవంతిని గెలిపించాలని ఓటు ను అభ్యర్థించారు.

89వ వార్డు టీడీపీ, జనసేన నుండి వైస్సార్సీపీలో చేరికలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): తమ నాయకత్వాన్ని ప్రోత్సహిస్తూ పార్టీలోకి వచ్చిన వారిని కండువా వేసి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి ఆదారి ఆనంద్ కుమార్, పశ్చిమ నియోజకవర్గం పరిశీలకులు ఎస్ ఏ రెహమాన్, డా.బి.ఆర్.అంబేద్కర్ విశ్వవిద్యాలయం పాలకమండలి సభ్యులు మరియు రాష్ట్ర మహిళా విభాగం ఉపాధ్యక్షురాలు పేడాడ రమణికుమారి.

శుక్రవారం విశాఖపట్నంలో వై.యస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ పశ్చిమ నియోజకవర్గం కార్యాలయంలో పిఎసిఎస్ చైర్మన్ అళ్ల ప్రెజాజు అధ్వర్యంలో వైస్ఆర్సిపిలో చేరారు. 50 మంది కార్యకర్తలు మర్రిపాలెం పుడా లేఅవుట్ ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో వై.యస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. వీరికి విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త ఆదారి ఆనంద్ కుమార్ కండువా వేసి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. పార్టీలో జాయిన్ అయిన వారిని ఆనంద్ కుమార్ అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా పేడాడ రమణికుమారి మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై.యస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి చేస్తున్న సంక్షేమం మరియు అభివృద్ధి చూసి వీరందరూ పార్టీలోకి రావడం జరిగింది అని అన్నారు. వై.యస్ జగన్మోహన్ రెడ్డిని స్ఫూర్తిగా తీసుకుని ఇలా రాజకీయంలో ముందుకు రావడం చాలా సంతోషం అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సుందరపు విజయ్ కుమార్ సమక్షంలో చేరికలు



యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): నియోజకవర్గ కేంద్రమైన యలమంచిలి జనసేన పార్టీ కార్యాలయంలో గురువారం నాడు బీజేపీ, టిడిపి, జనసేన ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి జనసేన రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి సుందరపు విజయ్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో పట్టణ మున్సిపాలిటీలో 21వ వార్డు మంత్రిపాలెం గ్రామానికి చెందిన సుమారు 20 మంది యువకులు జనసేన పార్టీ తీర్థం పుచ్చుకున్నారు.

ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యేగా సుందరపు విజయ్ కుమార్‌ని ఎమ్మెల్యేగా గెలిపించుకుంటామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ జెడ్పిటిసి సభ్యులు జనపరెడ్డి శ్రీనివాసరావు, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు బయలుపూడి శ్రీరామదాసు, పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షుడు బొద్దపు శ్రీనివాసరావు, రూరల్ పార్టీ అధ్యక్షుడు అన్నం బాబ్జి, జిల్లా కార్యదర్శి మోటూరు శ్రీవేణి, జిల్లా సంయుక్త కార్యదర్శి చొప్ప శ్రీను, కోటూరు నరేష్, సుంకర బుల్లిబాబు, టౌన్ సెక్రటరీ రామకృష్ణ, చిట్టిబాబు, కొండయ్య నాయుడు, రవి, ఇతర నాయకులు. తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పార్లమెంట్ అభ్యర్థి రమేష్‌కు ఘన స్వాగతం పలికిన చింతకాయల ముత్యాలు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్డీఏ మహాకూటమి పొత్తులో భాగంగా అనకాపల్లి పార్లమెంట్ బిజెపి ఉమ్మడి అభ్యర్థిగా సీఎం రమేష్ నియమితులైన శుభ సందర్భంగా శుక్రవారం మొట్టమొదటి సారిగా అనకాపల్లి పార్లమెంట్ జిల్లాకు పర్యటనకు విచ్చేసిన రాజ్యసభ సభ్యులు అనకాపల్లి పార్లమెంట్ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్‌కు గజ మాలతో ఘన స్వాగతం పలికిన రాష్ట్ర పంచాయతీ రాజ్ చాంబర్ ఉపాధ్యక్షుడు ముత్యాలమ్మపాలెం సర్పంచ్ డా॥ చింతకాయల సుజాత ముత్యాలు ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎమ్మెల్సి పి.వి ఎస్ మాధవ్, రావాడ సర్పంచ్ మోటూరు సన్యాసి నాయుడు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఒక విద్యార్థిని ఆత్మ హత్య లేఖ

"క్షమించండి అక్కా ఇప్పటి వరకు టెన్షన్ పెట్టినందుకు!! అయితే నేను వెళ్ళాలి.... ఏది ఏమైనా నీకు బావకి అభినందనలు అక్కా... ఒక ఆరోగ్యకరమైన బిడ్డకి జన్మనివ్వు అది చాలు ... మరియు మిమ్మల్ని మీరు చూసుకోండి.

హాయ్ అమ్మా, నాన్న, అక్కా, చెల్లి మరియు కుటుంబం మొత్తానికి.... నేను ఎందుకు వెళ్లిపోతున్నానో చెప్పలేను... చెప్పినా మీకు అర్థం కాదు... ఇంక నా గురించి మార్చిపోండి... నన్ను క్షమించండి.. ఇప్పటి వరకు నన్ను కని పెంచినందుకు అమ్మ, నాన్న చాల చాల థాంక్స్.. అండ్ ఐ మిస్ యూ సో మచ్... ఇంకా నా చాప్టర్ ఎండ్ అయిపోయింది.. మిమ్మల్ని చాలా ఇబ్బంది పెట్టాను కదా ఇంక పెట్టనులే నాన్న... నేను ఉంటే ఇంకా చాలా సమస్యలు వస్తాయ్... అందుకే వెళ్లిపోతున్నా...అమ్మా, నాన్న ఆరోగ్యం జాగ్రత్త... అక్కా, బావ అభినందనలు ఇద్దరికి!! మరియు దివ్య ఐ రియల్లీ మిస్ యూ సో మచ్... నీ ప్యూచర్ పైన ఫోకస్ పెట్టు.. స్టడీలో నీకు ఏది ఇష్టం అయితే అదే చెయ్యు... పక్కవాళ్ళు అది చెప్పారూ ఇది చెప్పారు అని నీ ఇష్టాన్ని నాలా వదలకు... మరియు ఎల్లప్పుడూ సంతోషంగా ఉండండి.. గుడ్ బై మీ అందరికీ నేను మిమ్మల్ని చాలా మిస్ అవుతున్నాను.

మరియు నన్ను నిజంగా చాలా చాలా క్షమించండి నాన్న నీ పరువు తీస్తున్నందుకు.... నేను ఈ నిర్ణయం ఎందుకు తీసుకున్నాను అంటే ఇప్పుడు నేను వెళ్లిపోతే కొన్నేళ్లు బాధపడి తరవాత నన్ను మార్చిపోతారు కానీ నేనుంటే నన్ను చూసిన ప్రతి సారి బాధపడతారని ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నాను. నీ కూతురిగా పుట్టినందుకు నేను చాలా సంతోషంగా ఉన్నాను కానీ నీ పరువు తీసేస్తున్నందుకు నిజంగా చాలా చాలా క్షమించండి నాన్నా?

అసలు నేను ఆత్మహత్య చేసుకోవటానికి కారణం ఏంటి అంటే ఈ కాలేజిలో లైంగిక వేధింపులు జరుగుతున్నాయి నాన్నా.... మరి ఫ్యాకల్టీకి చెప్పాచ్చు కదా అని మీరు అనుకోవచ్చు కానీ ఆ ఫ్యాకల్టీ అందులో ఒకరు అని అంటే ఇంకేం చెప్పగలము నాన్నా... చాలా చెండాలంగా ప్రవర్తిస్తున్న ఫోటోలు కూడా తీసుకుని బెదిరిస్తున్నారు నాన్న .. స్టుడెంట్స్‌కి ఇంకా ఫ్యాకల్టీ చెప్పవలసింది పోయి.. ఆ ఫ్యాకల్టీ ఆ స్టుడెంట్స్‌ని ప్రోత్సహిస్తే ఇంకా ఎవరికి చెప్పాలి నాన్న? నా ఫోటోలు కూడా తీసుకుని బెదిరిస్తున్నారు నాన్న.. ఇంకా నాకు ఒక్కదానికే కాదు ఇంకా కాలేజ్‌లో చాలా మంది అమ్మాయిలు ఉన్నారు నాన్న.. ఎవరికి చెప్పుకోలేక... అలా అని కాలేజికి వెళ్లలేక మధ్యలో నలిగిపోతున్నాం నాన్న... ఇదీ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసిన సోషల్ మీడియాలో అప్‌లోడ్ చేస్తాం అని బెదిరించారు నాన్నా... ఇంకా నాకు వేరే దారి కనిపించలేదు నాన్నా.... ఎవరో ఒకరు చస్తేనే కానీ ఈ విషయం బయటి ప్రపంచానికి తెలుస్తుంది... ఆ పని నేనే చేస్తున్నా నాన్నా... నేను నిజంగా క్షమించండి నాన్నా.. క్షమించండి అక్కా ఇప్పటి వరకు టెన్షన్ పెట్టినందుకు... అయితే నేను వెళ్ళాలి.... ఏది ఏమైనా నీకు బావకి అభినందనలు అక్కా... ఒక ఆరోగ్యకరమైన బిడ్డకి జన్మనివ్వు అది చాలు ...మరియు మీరు జాగ్రత్త వహించండి.

విద్యార్థిని పేరు రూపశ్రీ
తండ్రి పేరు గండికోట రమణ

ఎన్నికల కమిషన్ కోడ్‌ను ఉల్లంఘించి ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొన్న వాలంటీర్లపై పై చర్యలు తీసుకోవాలి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పద్మనాభం మండలంలో భీమిలి వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అవంతి శ్రీనివాసరావు ఎన్నికల ప్రచార పర్వంలో భాగంగా పర్యటించిన గ్రామాలలో ఎన్నికల కమిషన్ కోడ్‌ను ఉల్లంఘించి అధికార పార్టీ కోసం ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొన్న వాలంటీర్లు పై తక్షణమే చర్యలు తీసుకోవాలని పద్మనాభ మండల తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు కోరాడ రమణ తెలిపారు. మిత్రపక్షాలైన తెలుగుదేశం బిజెపి జనసేన పార్టీలు, ఎన్నికల కమిషన్ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వాలంటీర్లు పాల్గొనడంపై సర్వత్రా తీవ్ర విమర్శలు చేస్తున్నాయి. దీంతో ఎన్నికల నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొంటున్న వాలంటీర్లపై తక్షణమే తగు చర్యలు తీసుకోవాలని పద్మనాభం తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు కోరాడ రమణ తెలిపారు. ప్రచారంలో పాల్గొన్న వాలంటీర్ల వాస్తవ ఫోటోలతో ఎలక్షన్ కమిషన్‌కు ఫిర్యాదు చేశామని ఈ సందర్భంగా తెలిపారు.

ఆర్థిక రంగం ఇబ్బందుల్లో ఉన్నా బీజేపీ 'డాక్టర్లకు' పట్టట్లేదు: పి.చిదంబరం

భారత ఆర్థికరంగం తీవ్ర ఇబ్బందుల్లో ఉన్నా బీజేపీ వాళ్లకు పట్టట్లేదని మాజీ ఆర్థికశాఖ మంత్రి పి.చిదంబరం మండిపడ్డారు. 2023-24 సంవత్సరంలో భారత ఆర్థికరంగం గొప్పగా ఉందన్న నరేంద్ర మోదీ వ్యాఖ్యలను ఆయన ట్విట్టర్ వేదికగా ఖండించారు. విదేశీ పెట్టుబడుల్లో 31 శాతం కోత పడ్డ విషయాన్ని ప్రస్తావించారు. భారత ఆర్థికవ్యవస్థ, ప్రభుత్వ పాలసీలపై తగ్గుతున్న నమ్మకానికి ఇది కొలమానమని వ్యాఖ్యానించారు.

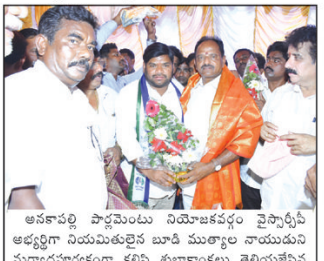
"వడ్డీ రేట్లు పెరుగుతున్నాయి, వాస్తవ వేతనాల్లో పెరుగుదల జాడే లేదు. నిరుద్యోగిత పెరుగుతోంది. కుటుంబాల్లో వినియోగం తగ్గుతోంది. ఆర్థిక రంగం తీవ్ర ఇబ్బందుల్లో ఉందనేందుకు ఇవన్నీ సంకేతాలే. కానీ బీజేపీ 'డాక్టర్లు' మాత్రం ఈ విషయాలను పట్టించుకోరు" అని ఆయన అన్నారు.

దేశీ మదుపర్లకు కూడా ప్రభుత్వ విధానాలపై నమ్మకం తగ్గిందని అన్నారు. ఫలితంగా పెట్టుబడులు తగ్గి నిర్మలా సీతారామన్ వారిపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారన్నారు. అయినా, ఫలితం లేకపోవడంతో పెట్టుబడులు పెంచాలంటూ వారికి విజ్ఞప్తులు చేశారని గుర్తు చేశారు. ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న తప్పుడు పాలసీలు, ఆర్థిక రంగ అసమర్థ నిర్వహణను విదేశీ మదుపర్లు గుర్తించి పెట్టుబడులను ఉపసంహరించుకుంటున్నారని అన్నారు.

త్వరలో లోక్‌సభ ఎన్నికలు జరగనున్న నేపథ్యంలో ప్రస్తుతం రాజకీయ ఆర్థికరంగం చుట్టూ తిరుగుతోంది. తమ హయాంలో దేశ ఆర్థికరంగం దూసుకుపోయిందని బీజేపీ ప్రచారం చేసుకుంటుంటే అదంతా బూటకమంటూ కాంగ్రెస్ కొట్టిపారేసే ప్రయత్నం చేస్తోంది.

టీడీపీ ఆవిర్భావ వేడుకలు నిర్వహించిన 'నిజం గెలవాలి'

తెలుగు జాతి ఆత్మగౌరవ నినాదంతో నందమూరి తారక రామారావు 1982 మార్చి 29న తెలుగుదేశం పార్టీ స్థాపించారు. ఈ నేపథ్యంలో, టీడీపీ నేడు 42వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం జరుపుకుంది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా టీడీపీ ఆవిర్భావ వేడుకలను పార్టీ శ్రేణులు ఘనంగా నిర్వహించాయి. నిజం గెలవాలి టీమ్ ఆధ్వర్యంలోనూ టీడీపీ 42వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం జరిపారు. ఉండవల్లిలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమానికి నారా భువనేశ్వరి హాజరయ్యారు. తన తండ్రి ఎన్టీఆర్ విగ్రహం వద్ద నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన స్పెషల్ కేక్‌ను కట్ చేసి టీడీపీ కార్యకర్తలతో ఆనందాన్ని పంచుకున్నారు.



అనకాపల్లి పార్లమెంటు నియోజకవర్గం వైస్రార్సీపీ అభ్యర్థిగా నియమితులైన బూడి ముత్యాల నాయుడును మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన అనకాపల్లి వైఎస్ఆర్సిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్, పార్టీ శ్రేణులు. **అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్)**

ఘనంగా తెలుగుదేశం పార్టీ 42వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం వేడుకలు

పద్మనాభం, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగుదేశం పార్టీ 42వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ సందర్భంగా ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు తెలుగు తమ్ముళ్ళు. ఈ సందర్భంగా తెలుగుదేశం పార్టీ పేదల ప్రభుత్వమని, బడుగు బలహీన వర్గాలను ఆదుకున్న ప్రభుత్వమని ఆనాటి నుండి ఈనాటి వరకు అదే స్థాయిలో పార్టీ ఉందని గంటా నూకరాజు తెలిపారు. భీమిలి పార్టీ కార్యాలయంలో నాయకులకు కార్యకర్తలకు అభిమానులకు కార్పొరేటర్ గంట నూకరాజు ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో 3వ వార్డు కార్పొరేటర్ గంటా నూకరాజు, దేవుళ్ళు. చిలకల నర్సింగరావు రావు, నీలకంఠం, పద్మనాభం మండల తెలుగుదేశం పార్టీ పార్టీ మాజీ అధ్యక్షులు కాళ్ల నాగేష్ కుమార్, సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొనడం జరిగింది.

కళ్లద్దాలు పంపిణీ చేసిన టిడిపి జిల్లా కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి ఎం.నందేశ్

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పద్మనాభం మండలం పొట్నూరు గ్రామంలో ఎన్టీఆర్ సేవా ట్రస్ట్ మరియు ఎం వి వి ఎస్ మూర్తి సేవా సంస్థల ఆధ్వర్యంలో విశాఖ పార్లమెంట్ అభ్యర్థి ఎం భరత్ ఆదేశాలతో ఉచిత వైద్య శిబిరం నిర్వహించి కంటికి సంబంధించిన పరీక్షల నిర్వహించి అద్దాలు అవసరమైన 16 మందికి కంటి అద్దాలు ఉచితంగా ఇవ్వడం జరిగినది. ఈ కంటి అద్దాల పంపిణీ కార్యక్రమం ఎన్టీఆర్ సేవా ట్రస్ట్ మరియు ఎం వి వి ఎస్ మూర్తి సేవా సంస్థల ఆధ్వర్యంలో జరిగినది.

ఈ కంటి అద్దాల పంపిణీ కార్యక్రమం పొట్నూరు గ్రామ తెలుగుదేశం పార్టీ మరియు జనసేన కార్యకర్తల సౌజన్యంతో జరిగినది.

ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ జిల్లా కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి మజ్జి నందీశ్వర రావు, పొట్నూరు గ్రామ బూత్ ఇంచార్జ్ రొట్టి సూర్యనారాయణ, పద్మనాభం మండలం తెలుగుదేశం పార్టీ ఐటిడిపి అధ్యక్షులు సంగు శ్రీనివాసరావు, జనసేన నాయకులు గోలగాని అప్పలనాయుడు పాల్గొనడం జరిగింది.

ఉమ్మడి అభ్యర్థులు కొత్తపల్లి గీత, పాంగి రాజారావు, కీళ్లు వెంకట రమేష్‌నైయుడు ఏంపికపై హర్షం వ్యక్తం చేసిన బీజేపీ నేతలు

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): అరకు పార్లమెంట్ పరిధిలోని అరకు అసెంబ్లీ, పాడేరు అసెంబ్లీ అభ్యర్థులుగా పాంగి రాజారావు, కిల్లు వెంకట రమేష్ నాయుడుల నియామకం పై శుక్రవారం బీజేపీ అరకు పార్లమెంట్ నాయకులు బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి రవికుమార్ పెనుమాక, బీజేపీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సల్లా రామకృష్ణ, బి జె వై ఎమ్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు మత్యకొండబాబు, బీజేపీ పాడేరు మండలం అధ్యక్షుడు పాంగి రవిచంద్ర హర్షం వ్యక్తం చేసారు, బీజేపీ, టీడీపీ, జనసేన కూటమిలో భాగంగా ఈ అభ్యర్థులను రాష్ట్ర అధిష్టానం నియమించటం గెలుపు లక్ష్యం గా తీసుకున్న నిర్ణయంగా బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి పెనుమాక రవికుమార్ పేర్కొన్నారు, ఉమ్మడి అభ్యర్థుల గెలుపు నకు బీజేపీ, టీడీపీ, జనసేన నాయకులు సంయుక్తం గా పని చేసి, వైసీపీ ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను ప్రజల్లోకి తీసుకు వెళ్లాలని కోరారు, వైసీపీ పాలనలో తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కున్నా యువత, ఉద్యోగులు, కార్మికులు, రైతులు ఉమ్మడి అభ్యర్థులకు ఈ సారి పట్టం కట్టి అరకు పార్లమెంట్ అభివృద్ధికి ప్రాతినిద్యం వహించబోతున్నారని అన్నారు, అరకు పార్లమెంట్ ప్రజల చూపు ఉమ్మడి అభ్యర్థుల వైపు ఉందని అరకు పార్లమెంట్, అరకు అసెంబ్లీ, పాడేరు అసెంబ్లీ అభ్యర్థులు అఖండ మెజారిటీ గెలుపొందుతారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సల్లా రామకృష్ణ, బీజేవైఎం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పాంగి మత్య కొండబాబు, బీజేపీ అసెంబ్లీ ప్రచార కార్యదర్శి కుడుముల వెంకట రమణ, బీజేపీ పాడేరు మండల అధ్యక్షులు పాంగి రవిచంద్ర, నాయకులు నందాలి శివకృష్ణ, భాను ప్రకాష్, బాలకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగన్మోహన్ రెడ్డి నాకు మద్దతుగా నిలిచారు : ధర్మశ్రీ

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులుగా తనను గెలిపించిన ఈ నియోజకవర్గ ప్రజల రుణం తీర్చుకున్నానని ఓ శాసనసభ్యుడిగా చోడవరం నియోజకవర్గం అభివృద్ధిలో తాను 100 శాతం కృషి చేశానని స్థానిక ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ అన్నారు. జగన్మోహన్ రెడ్డి బలపరిచిన వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ చోడవరం నియోజకవర్గం అభ్యర్థిగా మీ అందరి ఐక్య కృషితో గత ఎన్నికల్లో అత్యధికంగా 29 వేల మెజార్టీతో తనను గెలిపించినందుకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. అదే స్ఫూర్తితో ఈ సార్వత్రిక ఎన్నికల్లోనూ కూడా శ్రేణులు పని చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. త్వరలో జరగబోయే ఎన్నికల్లో అనకాపల్లి నియోజకవర్గం పార్లమెంట్ సభ్యులుగా బూడి ముత్యాల నాయుడును చోడవరం నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులుగా ధర్మశ్రీ అనే నన్ను అత్యధిక మెజార్టీతో అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించాలని కోరారు. శుక్రవారం చోడవరం నియోజకవర్గ పరిధిలో గల రావికమతం తిరుమల ఫంక్షన్ హాల్‌లో మండల వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన పరిచయ కార్యక్రమంలో ధర్మ శ్రీ, ముత్యాల నాయుడు చోడవరం నియోజకవర్గం పరిశీలకులు బొడ్డేడ కాశి విశ్వనాథ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ధర్మశ్రీ మాట్లాడుతూ చోడవరం నియోజకవర్గం అభివృద్ధిలో తనకు ప్రజలు మద్దతుగా నిలిచారని పార్టీ, ప్రభుత్వం కూడా అంతే సహకారం అందించడంతోనే తాను ముందుకు అడుగులు వేయగలిగానన్నారు. ముఖ్యంగా జగన్మోహన్ రెడ్డి తనకు మద్దతుగా నిలిచారు కాబట్టే ఈరోజు ఈ అభివృద్ధిని సాధించుకోగలిగానన్నారు.

ఉచిత కళ్ళజోళ్ళు పంపిణీ చేస్తున్న పద్మనాభం ఎంపీటీసీ కంటూబోతు లక్ష్మీ నాయుడు

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పద్మనాభ మండలం పద్మనాభం గ్రామం సంతబయలు వద్ద రచ్చ బండ దగ్గర ఎన్టీఆర్ సేవా సమితి ట్రస్ట్ మరియు ఎం.వి.వి.ఎస్ మూర్తి ట్రస్ట్ అధ్వర్యంలో విశాఖ పార్లమెంట్ టీడీపీ ఎంపీ అభ్యర్థి మతుకుమిల్లి శ్రీ భరత్ మరియు భీమిలి టీడీపీ ఇంచార్జి కోరాడ రాజాబాబుల అధ్వర్యంలో మెడికల్ క్యాంపు నిర్వహించడం జరిగింది.

ఈ మెడికల్ క్యాంపులో పద్మనాభం ఎంపీటీసీ కంటుబోతు లక్ష్మి నాయుడు అధ్వర్యంలో కంటి సమస్యలను పరీక్షించి సుమారు 40 మందికి ఉచితంగా కళ్ళజోడులు అందజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో భీమిలి నియోజకవర్గం టిఎన్ఎస్ఎఫ్ అధ్యక్షులు కంటుబోతు సుమంత్ నాయుడు మరియు గ్రామస్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నూకాంబిక అమ్మవారిని దర్శించుకున్న భాజపా ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ సతీమణి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర ప్రజల ఇలవేల్పు అయిన అనకాపల్లిశ్రీ నూకాంబిక అమ్మవారిని అనకాపల్లి భాజపా ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ సతీమణి, కుటుంబ సభ్యులు దర్శించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా శుక్రవారం నూకాంబిక అమ్మవారి అలంకారానికి విచ్చేసిన సీఎం రమేష్ సతీమణి శ్రీదేవిని తెలుగుదేశం పార్టీ మాజీ జిల్లా అధ్యక్షులు దాడి రత్నాకర్, జిల్లా ఖోఖో అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు దాడి జయవీర్ సాదరంగా ఆహ్వానించి శాలువాతో ఘనంగా సత్కరించి అమ్మవారి చిత్రపటాన్ని బహూకరించారు. అమ్మవారి తీర్థ ప్రసాదాలను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్సీ వేపాడ చిరంజీవి, తెదేపా నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

చోడవరంలో ఎమ్మెల్యేగా పోటీ చేయబోతున్న ఎంవీఆర్

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం నియోజక వర్గంలో అభిమానులు ప్రజల కోరిక మేరకు చోడవరం ఎమ్మెల్యేగా స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా పోటీ చేయబోతున్నాను అని ఎంవిఆర్. తెలిపారు. నియోజకవర్గ అందరూ సహకరించాలి అని ఎంవిఆర్ ఈ సందర్భంగా ప్రజలను అభ్యర్థించారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో వ్యక్తి మృతి ఇద్దరికి తీవ్ర గాయాలు

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలో పులపర్తి గ్రామ శివారులో శుక్రవారంనాడు తెల్లవారుజామున జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో మైలపల్లి వెంకట శివ కుమార్ (45) అనే వ్యక్తి మృతి చెందగా మరో ఇద్దరికి తీవ్ర గాయాలైనట్లు రూరల్ ఎస్సై సింహాచలం తెలిపారు. ఈ ఘటనపై ఎస్సై తెలిపిన వివరాల ప్రకారం గుడివాడ నుంచి వైజాగ్ వైపు ప్రయాణిస్తున్న ఆయిల్ ట్యాంకర్‌ను అదే దిశగా ప్రయాణిస్తున్న ఓ బంగారు దుకాణంకి చెందిన ఉద్యోగులు వారి ఉద్యోగ పని నిమిత్తం భీమవరం నుంచి వైజాగ్‌కు వస్తుండగా శుక్రవారం తెల్లవారుజామున 2 గంటల ప్రాంతంలో పులపర్తి గ్రామ శివారున టీ తాగేందుకు జాతీయ రహదారి పక్కన ఆపిన ఆయిల్ ట్యాంకర్‌ను వెనుక నుంచి కార్ ఢీకొట్టింది. దీనితో కారు డ్రైవర్ కె.మల్లుదొర కుమార్, మైలపల్లి వెంకట శివ కుమార్, మరో వ్యక్తికి తీవ్ర గాయలవ్వడంతో ఎన్టీఆర్ ఆసుపత్రికి తరలించగా చికిత్స పొందుతూ విశాఖపట్నంకి చెందిన మైలపల్లి వెంకట శివ కుమార్ మరణించినట్లు ఎస్సై తెలిపారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్సై తెలిపారు.

వాల్తేరు డివిజన్ మొదటి సారి 75ఎంటి సరుకు రవాణాను తాకింది

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): 'వాల్తేరు డివిజన్, ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరంలో రూ.10,000 కోట్ల అసాధారణమైన ఆర్థిక పనితీరును ఫ్రైట్ లోడింగ్‌లో అపూర్వమైన విజయాన్ని సాధించడం ద్వారా మరియు ముసుపటి అన్ని రికార్డులను అధిగమించడం ద్వారా ప్రారంభించబడింది. ఇది మార్చి 26న 75 మిలియన్ టన్నుల సరకు రవాణా యొక్క మ్యాజికల్ ఫిగర్‌ను దాటింది మరియు ఆర్థిక సంవత్సరంలో మరో మూడు రోజులు మిగిలి ఉండగానే ఎన్నడూ లేని విధంగా 75.64ఎంటి లోడ్‌ను తాకింది. ప్రకృతి వైపరీత్యాలతో సహా అనేక సవాళ్లను ఎదుర్కొన్నప్పటికీ, గత ఆర్థిక సంవత్సరం 69.6 ఎంటి లోడింగ్ కంటే ఈ గణనీయమైన పెరుగుదల డివిజన్ యొక్క బలమైన వృద్ధి పథాన్ని ప్రతిబింబిస్తుంది.

రికార్డు స్థాయిలో 22.88 మిలియన్ టన్నులు, ప్రధానంగా ఇనుప ఖనిజం, కొత్తవల్సు-కిరండూల్ లైన్‌లో లోడ్ చేయబడింది, ఇది గత సంవత్సరం కంటే 22.4% ఎక్కువ. వైజాగ్ పోర్టులో 20.66 మెట్రిక్ టన్నులు, అదానీ గంగవరం పోర్టులో 17.75 మెట్రిక్ టన్నులు లోడ్ అయ్యాయి. వైజాగ్ స్టీల్ ప్లాంట్ 4.19 మిలియన్ టన్నులను అందించింది, ఇది గత సంవత్సరం కంటే 16.7% ఎక్కువ.

కమోడిటీ వారీగా, బొగ్గు & కోక్ 25.29 ఎంటి వద్ద ప్రధాన భాగాన్ని కలిగి ఉంది, తర్వాత ఇనుప ఖనిజం 22.53 మిలియన్ టన్నులు, బాక్సైట్ 5.52ఎంటి, అల్యూమినా 3.77 ఎంటి, ఐరన్ & స్టీల్ 3.02 ఎంటి మరియు స్లాగ్, కాస్టిక్ సోడా వంటి ఇతర వస్తువులను లోడ్ చేస్తోంది. జిప్సం మరియు కంటైనర్ ట్రాఫిక్ 12.30 ఎంటి అందించడం ద్వారా 23.7% పెరిగింది.

డివిజన్ యొక్క అద్భుతమైన పనితీరుపై డివిజనల్ రైల్వే మేనేజర్ సౌరభ్ ప్రసాద్ సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేస్తూ, "టీమ్ వాల్టెయిర్ సాధించిన ఈ విజయాలు మా విభాగానికి ఒక చారిత్రాత్మక మైలురాయి. సమన్వయ ప్రయత్నాలు, వ్యూహాత్మక ప్రణాళిక, సమర్థవంతంగా కార్యకలాపాల నిర్వహణ మరియు సరుకు రవాణా వినియోగదారులతో సన్నిహిత సహకారం మాకు సహాయపడింది. కొత్త రికార్డులను నెలకొల్పింది. ఈ అద్భుతమైన విజయం కార్యాచరణ శ్రేష్ఠతకు మా నిబద్ధతను నొక్కి చెబుతుంది' అని సీనియర్ డివిజనల్ కమర్షియల్ మేనేజర్ ఎ.కె.త్రిపాఠి తెలిపారు.

భీమిలి బిఎస్పి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా భాగం గోపాలరావు

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దళితుల గురించి చెప్తున్న పొరాటాలు చూసి విశాఖ పార్లమెంట్ బిఎస్పి అభ్యర్థి పి.శివ ప్రసాద్, ఉత్తరాంధ్ర బిఎస్పి ఇన్‌ఛార్జ్ కరణం తిరుపతి రావుల కోరిక మేరకు భీమిలి బిఎస్పి పార్టీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా పోటీ చేస్తున్నట్లు మాలమహానాడు వ్యవస్థాపకులు భాగం గోపాలరావు అన్నారు. శుక్రవారం ఆయన నివాసంలో విశాఖ పార్లమెంట్ బిఎస్పి అభ్యర్థి పి.శివ ప్రసాద్, ఉత్తరాంధ్ర బిఎస్పి ఇంఛార్జ్ కరణం తిరుపతిరావులతో సమావేశం ఏర్పాటు చేసారు. ఈ సందర్భంగా విశాఖ పార్లమెంట్ బిఎస్పి అభ్యర్థి పి.శివ ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ భాగం గోపాలరావు దళితుల గురించి చెప్తున్న పొరాటాలు చూసి భీమిలి నుంచి బిఎస్పి అసెంబ్లీకి పోటీ చేయమనీ కోరడంతో ఈ పోటీకి దిగుతున్నట్లు తెలిపారు. రాష్ట్రంలో మాల మహానాడు వ్యవస్థాపకులుగా ఎన్నికైన నాటినుండి నియోజకవర్గంలో కుల వివక్షత పైన, అత్యాచారాల పై అనేక పొరాటాలు చేసినట్లు చెప్పారు. ఆయన దళితులకు మంచి చేస్తారనే ఉద్దేశ్యంతో ఎమ్మెల్యే పదవికి పోటీ చేయమని చెప్పామనీ అన్నారు. ఉత్తరాంధ్ర బిఎస్పి ఇంఛార్జ్ కరణం తిరుపతి రావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దళితులకు అన్యాయం చేసిందనీ అన్నారు. భాగం గోపాల రావు మాట్లాడుతూ ఈ ప్రాంతంలో మొట్టమొదట అంబేద్కర్ విగ్రహాలు స్థాపించి 35 సంవత్సరాలుగా దళిత బిసి నిరుపేద సమస్యలపై పనిచేయడం జరిగిందన్నారు. భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్.అంబేద్కర్ నినాదమైన అడుక్కుంటే హక్కులు రావు పోరాటమే తప్ప అను నినాదాన్ని పాటించి పోరాటం ద్వారా కొన్ని వందల ఎస్సీ, బిసీలకు ఇండ్ల స్థలాలను ఇవ్వడం జరిగిందని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దళితులకు సంబంధించిన 27 పథకాలు రద్దు చేసి ఎస్సీలకు సంబంధించిన సబ్ ప్లాన్ నిధులు దారి మళ్లించారు అన్నారు. నియోజకవర్గ ప్రజలు, మేధావులు, విద్యావంతులు ఆలోచించి మూల్యమైన ఓటు వేసి స్థానికుడైనన్ను గెలిపించాలని కోరారు. భీమిలి నియోజకవర్గంలో జగనన్న కాలనీలో దళితులకు జరిగిన అన్యాయాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని బిఎస్పి నుంచి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా డ్యూటీ చేయాలనే నిర్ణయించుకున్నట్టు తెలియజేశారు.

విస్తరిస్తున్న డ్రగ్స్ మహమ్మారి - తెరపైకి కొకైన్ వ్యాక్సిన్

ప్రస్తుత సమాజంలో డ్రగ్స్ అనేది పెనుభూతంగా మారిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమంలో ఎంతో ఉజ్వల భవిష్యత్ ఉన్న యువత డ్రగ్స్ బారిన పడి జీవితం నాశనం చేసుకుంటున్నరని అంటున్నారు. 2021లో సుమారు 22 మిలియన్ల మంది డ్రగ్స్ తీసుకున్నారంటూ అంచనా వేస్తున్నారంటే పరిస్థితి అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఈ క్రమంలో తాజాగా కొకైన్ వ్యాక్సిన్ తెరపైకి వచ్చింది.

డ్రగ్స్ వాడకంలో వినియోగదారులు పెరగకుండా ఉండటానికి, బానిసత్వం తగ్గడానికి, వ్యసనాన్ని నిరోధించడానికి బ్రెజిల్ లోని పరిశోధకులు కొకైన్ వ్యాక్సిన్‌ను అభివృద్ధి చెస్తున్నారు. ఈ సమయంలో ఈ వ్యాక్సిన్‌ను చికిత్సలో పాటే తీసుకోవాలని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ప్రధానంగా ఐరోపాలో గంజాయి వాడకం తర్వాత కొకైన్ రెండవ అత్యంత సాధారణ వీధి డ్రగ్స్‌గా మారిందని చెబుతున్నారు.

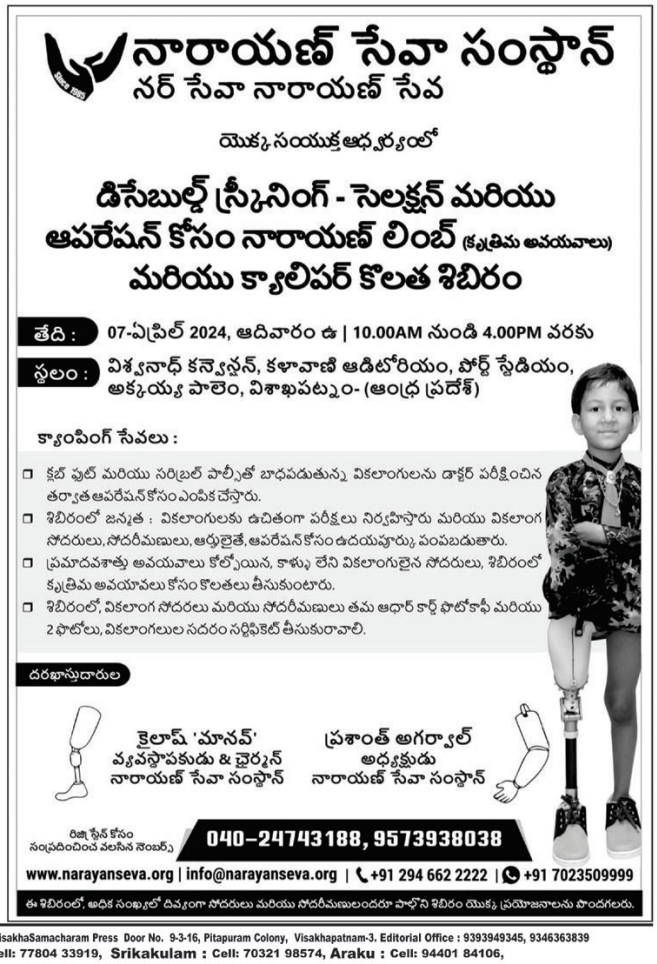
ఈ క్రమంలో బ్రెజిల్ లోని పరిశోధకులు కొకైన్ వ్యసనంతో పోరాడుతున్న వ్యక్తులకు వ్యాక్సిన్‌తో మద్దతివ్వాలని ఆశిస్తున్నారని ఫలితంగా వినియోగదారుల డ్రగ్స్ వాడకం, అధిక మోతాదుకు వెళ్లకుండా ఆపివేస్తుందని, వ్యసన ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుందని అంటున్నారు. వాస్తవానికి కొకైన్‌ను తీసుకున్నప్పుడు ఆ పదార్థం రక్తం ద్వారా మెదడుకు త్వరగా చేరుతుంది.

అనంతరం ఔషదం డోపమైన్ తో సహా వివిధ మెసెంజర్ పదార్థాలను విడుదల చేయడానికి శరీరాన్ని ప్రేరేపిస్తుంది. ఈ సమయంలో శరీరం హైపర్‌యాక్టివ్, చికాకు పొందుతుంది. ఇదే సమయంలో శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరగడంతో పాటు రక్తపాటూ పెరుగుతుంది. ఇదే సమయంలో ఆకలి, దాహం అసంబద్ధంగా పెరిగిపోతాయి. ఈ సమయంలో మూర్ఛ రావడం, గుండె ఆగిపోవడానికి దారితీయొచ్చు! ఈ మత్తు గరిష్ట స్థాయి ఐదు నిమిషాల నుంచి అరగంట మధ్య ఉంటుందని చెబుతుంటారు!

ఈ సమయంలో అన్ని ట్రాఫిక్ లైట్లూ ఆకుపచ్చగానే కనిపిస్తుంటాయని బెర్లిన్ డ్రగ్ థెరపీ అసోసియేషన్‌లోని థెరపిస్ట్ హాన్స్ పీటర్ చెబుతూ ఈ సమయంలో మెదడు మరింత కోరుకుంటుందని తెలిపారు. ఈ క్రమంలో తాజాగా బ్రెజిల్ పరిశోధకులు తయారు చేస్తున్న వ్యాక్సిన్ ఎలా ఉపయోగ పడొచ్చనేది నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఇందులో భాగంగా బ్రెజిల్‌లోని పరిశోధకులు తమ వ్యాక్సిన్ డ్రగ్స్ ద్వారా వెలువడిన పదార్థం రక్తం గుండా మెదడులోకి వెల్లడాన్ని మరింత కష్టతరం చేస్తుందని చెబుతున్నారు. ఇలా కొకైన్ మెదడుకు చేరి దానిని ఉత్తేజపరచలేకపోతే వినియోగదారుడు అధిక స్థాయికి చేరుకోలేడని ఫలితంగా మెదడు ప్రతిచర్యలు ఆగిపోతాయని చెబుతున్నారు.

మరోపక్క యూఎస్ లోని పరిశోధకులు కూడా కొకైన్ వ్యాక్సిన్‌ను అభివృద్ధి చేస్తున్నారని తెలుస్తుంది. దీనికి సంబంధించి మనుషులపై క్లినికల్ ట్రయల్స్ పెండింగ్‌లో ఉన్నాయని చెబుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఈ టీకా ఎప్పుడు అందుబాటులోకి వస్తుందో ఇంకా నిశ్చితంగా చెప్పలేరని అంటున్నారు.



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