

విశాఖ సామాచారము

0933520440
09305978486
09794395502

PRAYAG TEERTH PUROHIT KRISHNA SHASTRI AND HIS SON
ORGD : BY BHAIYAN SHASTRI (BABU GARU)
32, Daragani Near Police station PRAYAGARAJ.
GANGARAM PRABHUALALJI & SONS

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

RNI No.52722/90 సంపుటి : 33 సంచిక : 277 విశాఖపట్నం, 20 ఆగస్టు 2023 ఆదివారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : 2.00

అప్పన్న ఆలయంలో స్వర్ణ కాంతుల ధ్వజ స్తంభం



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారం): విశాఖనగరంలోని ప్రముఖ బంగారం, వజ్రాల వ్యాపార సంస్థ అధినేత మామూరి వెంకటరమణ ధ్వజ స్తంభం స్వర్ణ కాంతుల ధ్వజ స్తంభం నిర్మాణం పూర్తిచేసి అయ్యే ఖర్చును విరాళంగా సమర్పిస్తున్నారు. చెన్నైకి చెందిన స్వామి శ్రీయేపన్న సంస్థ ధ్వజస్తంభం స్వర్ణ కాండం పనులు చేపట్టనుంది. ఈ నేపథ్యంలో ధ్వజస్తంభం స్వర్ణ కాండం పనులు పుణ్యవరం సాంప్రదాయంగా ప్రారంభమయ్యాయి. హిందు మతాన్ని ఆనందపరిచి దేవాలయాలకు కొన్ని నిబంధనలు ఉంటాయి. అందులో భాగంగా ప్రధాన దేవాలయాల వద్ద గర్భాలయం, ఇది గర్భగుడి ముందున్న ప్రదేశమైన అంతరాలయం పాటు ప్రధాన ఆలయం ఎదురుగా ఉండే

పనులు తాజాగా ప్రారంభమయ్యాయి. కోటి ఒక స్తంభం మోతమే కాదు... ఆలయంలో మూలవిరాట్టు ఎంత ముఖ్యమో ధ్వజస్తంభం కూడా అంతే ముఖ్యం. ధ్వజస్తంభం ఉండేనే దేవాలయానికి ఆలయభవం ఉంటుంది. సాధారణంగా దీనిని కర్రతోగాని, రాయి తోగాని, లోహముతో గాని తయారు చేసే నిలబెడతారు. అలాంటి వాటికి స్వర్ణ కాండం చేయడం ఇక అదీ పెద్ద విశేషమే. అలాంటి ప్రయత్నమే నిండే చలం అప్పన్న ఆలయంలో జరుగుతోంది. **కోటి ఎనిమిది లక్షల రూపాయలతో స్వర్ణ కాండం పనులు ప్రారంభం** దక్షిణ భారతదేశంలో ప్రముఖ శ్రీకృష్ణ వైష్ణవ పుణ్యక్షేత్రమైన వారి పరమాలక్ష్మీస్వామిహస్త్యామి మఠ దేవాలయం ధ్వజస్తంభం స్వర్ణకాండం అధ్యక్షులు ధ్వజస్తంభం వర్ణ పూజాకార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. విశ్వేశ్వర ఆరాధన, పుణ్యాహారణం, కలశావాహనం చేశారు. 48 ఆడుగుల ఎత్తయిన ఈ ధ్వజ స్తంభం పై ప్రస్తుతం ఉన్న దాగి రేకులను కూరీలు జాగ్రత్తగా తొలగిస్తున్నారు. సెలరోజుల్లో పనులు పూర్తి చేసి తీసుకువచ్చేమిని కాంట్రాక్టర్ రాయవండ్ర రెడ్డి తెలిపిస్తాడు. ప్రస్తుతం ఉన్న ధ్వజస్తంభం పనులు నేపథ్యంలో కొన్ని లోపాలు ఉన్నాయని వాటిని సరిచేసి సంప్రదాయ బద్ధంగా తయారు చేయాలని వైదిక పెద్దలు సూచించినట్లు కాంట్రాక్టర్ తెలిపారు.

ఆకట్టుకున్న ఫోటో జర్నలిస్టుల ఎగ్జిబిషన్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారం): ఓ చిత్రం ఎన్నో కళ్ళను కట్టిపెట్టుంది... ఓ చిత్రం ఎన్నో గుండెలను కదిలిస్తుంది... ఓ చిత్రం ఎన్నో మనసులను హావ్యకుం టుంది. ఓ చిత్రం ఎన్నో సంఘటనలకు, సంఘర్షణలకు వేదికవుతుంది... విభిన్న చిత్రాలను ప్రజలకు అందించే మహా స్నేహ వేదికగా విశాఖ జి వి ఎం సి మ్యూజియం నిలిచింది. వైశాఖ ఫోటో గ్రాఫర్స్ జర్నలిస్టుల అసోసియేషన్ (వి.జి.ఎస్) ఆధ్వర్యంలో అనేక సంవేషాత్మక అవార్డులు దక్కని ఫోటోలలో ఎగ్జిబిషన్ ను శనివారం జి.వి.ఎం.సి కమిషనర్ డాక్టర్ సాయి కాంత్ వర్మ చేతుల మీదుగా ప్రారంభించారు. మానవీయతను, సంఘటనల చిత్రీకరణ, చారిత్రిక ప్రాధాన్యత కలిగిన చిత్రాలను ప్రదర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఫోటో ఎగ్జిబిషన్ అనే చిత్రాలను కమిషనర్



తిరువంచి ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. యువ్వారు. ప్రకృతిలో అరుదైన అనేక ఫోటోలు ఆలోచనచేతా చిత్రాలతో పాటు

టీటీడీ బోర్డు మెంబర్ ఎవరికి దక్కేనో..



చేయటం కోసం పలు మార్లు పార్టీ పెట్టడం నీ ఏం జగన్ సమాచారం అయ్యారు. అయితే లిక్కె ఇంకా సైన్ల కాలేదు. వచ్చే రెండు మూడు రోజుల్లో జాబితా రిలీజ్ చేస్తామని సభ్యులు రాయకట్ల రెడ్డి ఇటీవలే అన్నారు. తిరువంచి ఆలయం దేశస్థానం బోర్డు సైన్లతో పాటు టీటీడీ బోర్డు మెంబర్లు 25 మంది పుట్టాలారు. తాజాగా టీటీడీ వైస్చేసా భూమన కరణాకర్ రెడ్డిని నియమించిన సంగతి తెలిసింది. ఇక మిగతా 24 మంది బోర్డు మెంబర్లను నియమించాల్సి వుంది. ఈ లిస్టులో కర్ణాటక, తెలంగాణ, తమిళనాడు, మహారాష్ట్ర నుంచి అలయం అభివృద్ధికి పాటు పడుతున్న పాఠశాలకు సేత్రలకు కూడా బోటు కల్పించాల్సి వుంది. ఇంతే కాక వివిధ సామాజిక వర్గాల వారికి కూడా టీటీడీ బోర్డు మెంబర్లుగా ప్రాతినిధ్యం కల్పించాల్సి వుంది. ఈ నేపథ్యంలో టీటీడీ బోర్డు కూర్పు అన్నది ఇప్పుడు కష్టంగా మారింది. కాగా, ఎమ్మెల్యే కోటలో ఏపి నుంచి పేర్లు వాని, ద్వారాపూడి చంద్ర శేఖర్ రెడ్డి, అజలంకి జోగారావుకి బోర్డు మెంబర్లుగా అవకాశం దక్కనుంది ప్రచారం సాగుతోంది. అలాగే పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా నుంచి సుబ్బారాజు, రంగాచారి, రాయలసీమ నుంచి అందరెడ్డి సహా రాష్ట్రంలోని వివిధ సామాజిక వర్గాలకు చెందిన ప్రముఖులను... కర్ణాటక నుంచి సిద్ధరామయ్య కోటలో దేశ్ పాండి తీసుకువచ్చారన్న చర్చలు సాగుతున్నాయి. అయితే ఇప్పటి వరకు సరిజిమా, రోద ఇంకా తెలియకూర్చి ఉంది.

ఉద్యాన్ ఎక్స్ ప్రెస్ లో భారీ అగ్నిప్రమాదం

ఆగివున్న రైలులో అకస్మాత్తుగా చెలరేగిన మంటలు
వెంకటేశం: అయితే, ఆగివున్న రైల్లో మంటలు విలాసవంతంగా. ఈ ప్రమాదానికి కారణాలేంటో తెలియాల్సి ఉంది. రైలులో మంటలు చెలరేగడంలో రైల్వే స్టేషన్ లోని ప్రయాణికులు తీవ్ర భయభంగం గురయ్యారు. రైల్వే స్టేషన్ లో వ్యాపించిన పాగులు మెత్తినక బస్సులలోకి స్పృశించి కనిపించాయి. స్థానికులు తీవ్ర భయభంగం గురయ్యారు. ప్రమాదంపై



ఏపీలో సర్పంచ్, వార్డు సభ్యుల ఉప ఎన్నికలు..

అమరావతి: ఏపీలో 35 సర్పంచ్, 245 వార్డు సభ్యుల స్థానాలకు జరిగిన ఉప ఎన్నికలకు సంబంధించిన ఫలితాలు ఒక్కొక్కటిగా వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. ఉమ్మడి పశ్చిమగోదావరి జిల్లా ఉండ్రాజువరం మండలం ధమ్మస్థలలో పంచాయతీ వార్డు సభ్యుడి ఉప ఎన్నికలో తెదేపా వ్యతిరేకం అభ్యర్థి మట్లపర్తి అయ్యక రాయయ్య 27 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు. కొవ్వూరు మండలం 8వ వార్డుకు జరిగిన ఉప ఎన్నికలో జనసేన బలపరిచిన అభ్యర్థి కొండవీటి నాగమణి 31 ఓట్ల మెజారిటీతో విజయం సాధించారు. వివిధ బోల్డు గెలుపొందిన అభ్యర్థుల వివరాలను పరిశీలిస్తే కృష్ణాజిల్లా, సైన్ మలూరు నియోజకవర్గ పరిధిలోని గంధిగుంట గ్రామంలో పద వార్డుకు జరిగిన ఉప ఎన్నికలో తెదేపా బలపరిచిన పీఠికే పాడురంగారావు 31 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు. ఏలూరు జిల్లా బలపరిచిన మండలం చేగంటపల్లి అయ్యక రాయయ్య 27 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు. రాజా విజయం సాధించారు.



వచ్చేమ గోదావరి తణుకు మండలం లింగరాజుపాటి 5వ వార్డుకు జరిగిన ఉప ఎన్నికలో తెదేపా బలపరిచిన పీఠికే పాడురంగారావు 31 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు. అనకాపల్లి జిల్లా గొలుగొండ మండలం లింగరాజుపాటి 5వ వార్డుకు జరిగిన ఉప ఎన్నికలో తెదేపా బలపరిచిన పీఠికే పాడురంగారావు 31 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందారు. అనకాపల్లి జిల్లా యర్ర రాయవరం మండలం

భీమిలి రోడ్ల విస్తరణ పై ప్రత్యేక దృష్టి



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారం): భీమిలి కూడలి రోడ్డులను విస్తీర్ణపరచి ప్రత్యేక దృష్టి సారించడం జరుగుతుందని జి.వి.ఎం.సి కమిషనర్ సి.ఎం. సాయికాంత్ వర్మ

గోషపేరం ఎమ్మెల్యే కాన్వాయ్ కి ప్రీమాదం



గోషపేరం ఎమ్మెల్యే వల్లభనేని వంశీ కాన్వాయ్ ప్రమాదం జరిగింది. తెలంగాణలోని సూర్యాపేట జిల్లా వివ్వల మండలం కాకేపేట వద్ద (విజయవాడ - హైదరాబాద్ 65 జాతీయ రహదారిపై) ఈ ఘటన జరిగింది. పలు పనులు నిమిత్తం ఇతర ఎమ్మెల్యే వంశీ తన కాన్వాయ్ విజయవాడ నుంచి హైదరాబాద్ బయలుదేరారు. మార్గమధ్యంలో కాన్వాయ్ ప్రమాదానికి గురైంది. కాన్వాయ్ ని వీధి రెండు వాహనాలు ఒకదానికొకటి వరసగూర్చి ఢీకొన్నాయి. ఈ ప్రమాదంలో ఎవరికీ ఎటువంటి గాయాలు కాలేదని సమాచారం. రెండు వాహనాలు స్వల్పంగా దెబ్బతిన్నాయి.

కళాకేసరి
కల్పరత్న కళానిధి
ఆధ్వర్యంలో

టి.వి. నాగేశ్వరరావు (సహి) విరచిత
సమీక్షా చైతన్య దీపికలు
వచన కవితా సంపుటి
పుస్తక అభివృద్ధి కార్యక్రమం

సార గ్రంథాలయం, హోల్ నెం. 2, ద్వారాకానగర్, విశాఖపట్నం.
తేది 20-08-2023 ఆదివారం ఉం. 10:00 గంటలకు

సహాయకర్తలు : డా|| నండూరి రామకృష్ణ గారు
స్వనస్థాపక అధ్యక్షులు, కళానిధి

ముఖ్య అతిథి : పద్మశ్రీ డా|| కూటికపల్లి సూర్యారావు గారు
ప్రముఖ వైద్యులు, రచయిత

పుస్తక విశ్లేషకులు : డా|| దామెరల వెంకట సూర్యారావు గారు
ప్రముఖ రచయిత మరయు సాహితీ విశ్లేషకులు

అత్యుచిత అతిథి : కల్పరత్న ఎ.కె. సుబ్బారావు గారు
అధ్యక్షులు, గ్రీటర్ విశాఖ సీటీజెస్ ఫోరమ్

విశిష్ట అతిథి : పంకాయల సన్యాసరాజు (తాతాజీ)
అధ్యక్షులు, భారత విశాఖ పరిషత్, ఎ.సి. విశాఖపట్నం.

అందరూ ఆకాశ్రితులై

శ్రీమతి శ్రీమణి కార్వరెడ్డి శ్రీ ఆరుణం నిస్వామి కుమారులు డా|| డి. రజనీ నయ్యకర్ కార్వరెడ్డి

తక్కువ సమయంలో జాబ్బు ఒత్తుగా, పాడవుగా పెరగడం ఎలాగ!



బలపరుస్తుంది. మీరు ఆయం మహాకే చేయవచ్చు. నూనె జాబ్బు పెరుగుదలకు కూడా సహాయపడుతుంది.

2) గుడ్డతో హాయిగా మోస్తూ: గుడ్డలో తినేసిన మరలను ప్రాణిస్తు ఉంటాయి, ఇవి జాబ్బును బలపరుస్తాయి, పోషణను అందిస్తాయి మరియు దెబ్బతప్ప జాబ్బును బాగు చేస్తాయి. అయితే బలంగా లేకుంటే ఎప్పుడీకీ పెరగదు. కాబట్టి జాబ్బు ఆరోగ్యానికి ఉండటానికి గుడ్డు మోస్తూ గ్రేట్ గా పని చేస్తుంది.

3) మి జాబ్బును పచ్చటి నీటితో కడాలి: వేడి నీళ్ల వల్ల జాబ్బు పాడిపోతూ చేస్తుంది. కాబట్టి మీ జాబ్బును ఎల్లప్పుడూ పచ్చటి నీటితో కడాలి. ఇది జాబ్బును కూడా స్ట్రెయిన్ చేస్తుంది.

4) ఆమచం: జాబ్బు పెరుగుదలకు ఆమచం మిశ్రమం. ఆమచం నూనెలో యాదీ మింగి మరలను యాదీ బ్యాగ్లయలో లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇది జాబ్బు రాబడానికి ప్రధాన అంశమైన స్కాల్డ్ ఇన్ఫెక్షన్ ను నివారించుతుంది. ఆమచం నూనెలో ఐ.ఎం.6 ప్యాక్ యొక్క, విటమిన్ ఇ, ప్రాణిస్తు మరలను జాబ్బును తీసుకొని ఉండే ఇతర పదార్థాలు ఉన్నాయి. ఆమచం నూనెను జాబ్బు మూలాలపై మసాకే చేయడం వల్ల జాబ్బును బలపరచగలుగుతుంది.

5) జాబ్బుకు ఎక్కువ వేడిని ఉంచడం: మనం జాబ్బును ఆరబెట్టడానికి లేదా స్టైల్ చేయడానికి హాయిగా డ్రైయరులు, స్ట్రెయిన్లను, రంగులను ఉపయోగిస్తారు. ఆ ఎలక్ట్రానిక్లను ఉపయోగించడం వల్ల జాబ్బు తీవ్రంగా

మీరు ఒత్తిడితో పోరాడుతున్నారా..?

మీరు ముఖ్యమైన పనులు, పనికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలనేది నిజమే తెలుసుకుంటే, మీ స్నేహితులు, కుటుంబ సభ్యులతో ఎక్కువ సమయం గడపడం కూడా అంటే ముఖ్యం. సరైన సెడ్యూల్ను రూపొందించడం కూడా సాధ్యమవుతుంది. కానీ ఆచరణాత్మకంగా ఉండటం ముఖ్యం. మీరు చాలా ముఖ్యమైనవిగా భావించే పనులకు రోజూ ఎక్కువ సమయం ఇవ్వండి. ఇంట్లో గడుపుతూ ఆఫీసు పనులు చెడిపోతాయనే ఆలోచనలో కూరుకుపోకండి..

ప్రతిరోజు ఆరోగ్యం పనికి పనికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇస్తూ... విజయం సాధించుకుంటే, మనం నిరంతరం ఒత్తిడి సంతృప్తి కొట్టుమిట్టాడుతున్నాము. పని సులభం ఒత్తిడి తగ్గించడం మే శరీరానికి, మనస్సుకు మంచిది. పని చేసే వ్యక్తి తన వ్యక్తత జీవితంలో దీక్షాపాథకుల సమాన ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. వర్క్ ఫ్రైన్ లో బాధ్యతలు పెరగడం, ఎక్కువ గంటలు పని చేయడం, ఇంట్లో బాధ్యతలను ఎదుర్కోవడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. మీరు ముఖ్యమైన పనులు, పనికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలనేది నిజమే తెలుసుకుంటే, మీ స్నేహితులు, కుటుంబ సభ్యులతో ఎక్కువ సమయం గడపడం కూడా అంటే ముఖ్యం. సరైన సెడ్యూల్ను రూపొందించుకోవడం కూడా సాధ్యమవుతుంది. కానీ ఆచరణాత్మకంగా ఉండటం ముఖ్యం. మీరు



చాలా ముఖ్యమైనవిగా భావించే పనులకు రోజూ ఎక్కువ సమయం ఇవ్వండి. ఇంట్లో గడుపుతూ ఆఫీసు పనులు చెడిపోతాయనే ఆలోచనలో కూరుకుపోకండి.

మీరు ఎంచుకున్న శరీరంలో పాలంటి ఆధారాలు ఉండకూడవు. మీరు చేస్తున్న పనిలో మీరు అత్యధిక్కు చెందకపోతే మీరు ఒత్తిడిలో ఉన్నారని అర్థం. మీరు మీ ఉద్యోగంలో ప్రతి అంశాన్ని ప్రమేయంగానే అవసరం లేదు. అయితే పని పట్ల ఆసక్తి ఉండాలి. మీరు ప్రతిరోజూ ఉదయం ఉపయోగం మీద నుండి లేచినప్పుడు, మీ పని గురించి సానుకూలంగా ఆలోచించండి. మీరు ఆలసిపోయి, మీకు సన్నిహిత పనులు చేయడం కష్టంగా అనిపిస్తే ఏదో తప్పు జరిగిందని అర్థం. సన్నిహిత వాతావరణంలో పనిచేయడం చాలా ముఖ్యం. మీరు మీ ఉద్యోగానికి భయపడకండి. ఇప్పుడు మీకు సన్నిహిత ఉద్యోగం కోసం వెతకడం ప్రారంభించండి. ఆరోగ్యానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి. మానసిక

మీకు బ్లాక్ వాటర్ గురించి తెలుసా.. తాగితే ఎన్నో లాభాలు



నిసి తారల సీడెడ్ బ్లాక్ వాటర్! ప్రయోజనాలు తెలిస్తే ఆస్థలు విడిచిపెట్టడం.. బ్లాక్ వాటర్.. ఈ పేరు వింటే చాలామందికి వికారం, వాతులు వచ్చతారు. ఎందుకంటే.. తెల్లటి, స్వల్పమైన నీటికే మనం ఎక్కువగా ఇష్టపడతాం. అలాంటి స్వల్పమైన నీటికే మనం డబ్బు ఇచ్చిపెట్టే మరే మార్కులో కనిపించు చేస్తుంటారు. కానీ, ఇక్కడ మాత్రం సబ్బాగా, కనిపించే కంటే దారుణంగా కనిపిస్తున్న ఈ బ్లాక్ వాటర్ నిసి, కీడా ప్రముఖులు కొందరు ఏగడలే తాగుతున్నారు. ఆఫీసు, ఈ మాట నిజమే.. ఎందుకంటే ఇలాంటి బ్లాక్ వాటర్లో అత్యధిక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయంటున్నారు. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

బ్లాక్ వాటర్ ప్రయోజనాలు సాధారణ మనం లోగి మందికిష్టం phస్థాయి 7 కంటే.. ఈ బ్లాక్ వాటర్లో

అంతకుమంది ఉంటుందట. అలానే బాడీని హైడ్రేషన్, బ్లాక్ వాటర్ అంటే ఆ బ్లాక్ వాటర్ మెరుగ్గా పనిచేస్తుంది. ఇందులో ఉండే 70% నివిజాలు శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచడంలో పాటు జీర్ణప్రక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. శరీరానికి సరిహద్దు ఈ నీటి తీసుకోవడం వల్ల మలబద్దకం, ఆకట్లం, జీర్ణహారంతో ప్రేగు సమస్యలను నివారిస్తుంది.

బ్లాక్ వాటర్ ని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. చర్మం పాడిపోతుంటే వచ్చేస్తుంది. జాబ్బు రాబడాన్ని తగ్గిస్తుంది. మలబద్దకం పనిచేయడం మెరుగుపరుస్తుంది. ఈ బ్లాక్ వాటర్ సహాయపడుతుందని చాలా ఆధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఈ నీరు ఏకాగ్రతను పెంచుతుంది, మానసిక స్థితిని మెరుగుపరుస్తుంది.

నేపిల్లో ఈ నీటిని ఎక్కువగా తీసుకుంటే.. సన్ స్క్రీమ్ తగ్గిస్తుంది. బ్లాక్ వాటర్ రక్తపోటును ఆదుకుంటుంది ఉండడం, కీళ్లలో జీర్ణం పెంచడంలోనూ శరీర కీలమైన పనిలో సాధించుతుంది. జీవిత్యం, వాడి సంబంధిత విధులను మారుస్తుంది.

మనం రోజూ తీసుకునే నీటిలో సాధారణంగా ఆకట్లను లభజాలు ఉంటాయి. అయితే బ్లాక్ వాటర్ లో నీరు ఎక్కువ అల్కలైడింగ్ ఉంటుంది. అందువల్ల బ్లాక్ వాటర్ ని తాగడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని తాగడం చెబుతున్నాయి.

అందుకే, ప్రస్తుతం చాలామంది మర్యాద అలాగే, ఊర్లలో తాగే, బలైతే పానీయం తగ్గింపులకు ఈ బ్లాక్ వాటర్ ని తాగుతున్నారు. భారతంలో ఏదాడో కేన్సర్ పాటు ప్రస్తుతం బ్లాక్ వాటర్ తాగుతున్న జాతికా కూడా గత కొన్ని నెలల నుండి జీర్ణం పెరుగుతున్నట్లు తెలుస్తుంది.

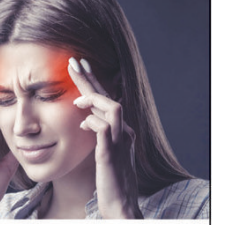
మగవారి కంటే ఆడవారికి ఎందుకు మైగ్రేన్ ఎక్కువ వస్తుంది?

మైగ్రేన్ అంటే కుడి లేదా ఎడమవైపు తలనొప్పి రావడం. ఒక్కసారి దీని కారణంగా.. తలలో నరాలు బలహీనపడి ఆలోచనాశక్తి తగ్గిపోతుంటుంది. స్త్రీ, పురుషులు ఇద్దరిలోనూ.. మైగ్రేన్ వచ్చుతుంటుంది. కానీ పురుషుల్లో కంటే.. స్త్రీలలోనే మైగ్రేన్ తో బాధపడుతున్నవారు అధికంగా ఉంటున్నారు. అందుకు కారణం.. ఇంటి పని, ఆఫీసు పని ఒత్తిడి, సమస్యలతో ఆహారం సరిగ్గా తీసుకోకపోవడం, తీసుకునే ఆహారంలో సరైన పోషకాలు లేకపోవడమేనని వైద్యులు చెబుతున్నారు. వాటికి తోడు ఎన్నో రకాల ఆలోచనలు, చిన్నచిన్న విషయాలకే అందోళన చెందడం..

సాధారణంగా తలనొప్పి వస్తేనే తగ్గుతుంది. తెలుగు దానికి సంబంధించిన ట్యాబ్లెట్ నేనుకుని లేదా తీసుకుంటాం. లేదంటే.. ఒక లీ రేడా కాఫీ తాగుతాం. నిద్రపోతే, కాఫీ వల్ల తలనొప్పి తగ్గుతుంది. వాటిలో ఒకటి తెలిసే కారణంగా మనం కొంత ప్రకారంగా ఉండగలముతాం. తలనొప్పి భరించలేక కూడా.. ముగి మైగ్రేన్ పొందుతే వస్తే? అది ఇకా తీవ్రంగా ఉంటుంది. కనీసం రోజూవారం పనులు కూడా చేసుకోలేకపోతే అవస్థ పెడుతుంది మైగ్రేన్. శరీరంలో విటమిన్ లోపం కారణంగా మైగ్రేన్ వస్తుంది.

మైగ్రేన్ అంటే కుడి లేదా ఎడమవైపు తలనొప్పి రావడం. ఒక్కసారి దీని

కారణం.. తలలో నరాలు బలహీనపడి ఆలోచనాశక్తి తగ్గిపోతుంటుంది. స్త్రీ, పురుషులు ఇద్దరిలోనూ.. మైగ్రేన్ వచ్చుతుంటుంది. కానీ పురుషుల్లో కంటే.. స్త్రీలలోనే మైగ్రేన్ తో బాధపడుతున్నవారు అధికంగా ఉంటున్నారు. అందుకు కారణం.. ఇంటి పని, ఆఫీసు పని ఒత్తిడి, సమస్యలతో ఆహారం సరిగ్గా తీసుకోకపోవడం, తీసుకునే ఆహారంలో సరైన పోషకాలు లేకపోవడమేనని వైద్యులు చెబుతున్నారు. వాటికి తోడు ఎన్నో రకాల ఆలోచనలు, చిన్నచిన్న విషయాలకే అందోళన చెందడం కూడా మైగ్రేన్ కు కారణాలు. వీటినించే వరకూ ప్రకారంగా ఉండగలముతాం. అందుకే మైగ్రేన్ వైద్యం చేయడం అవసరం. మైగ్రేన్ వైద్యం చేయడం అవసరం. మైగ్రేన్ వైద్యం చేయడం అవసరం. మైగ్రేన్ వైద్యం చేయడం అవసరం.



తీయవచ్చు. దీనినే మైగ్రేన్ కాగ్ నవే అక్కడనే కంప్లెక్స్ తీసుకోవడం అలవాటు.

విటమిన్ లో లోపాన్ని నివారించగలిగితే.. మైగ్రేన్ నుండి నివారించుకోవచ్చు. భయామకం (విటమిన్ బి1), రైబోఫ్లేవిన్ (విటమిన్ బి2) సరైన మోతాదులో శరీరానికి అందించే వస్తేనే మైగ్రేన్ వస్తుంది. శరీరానికి విటమిన్ బి1 అందాలంటే బానానా, హెచ్చెరీడ్, నవ్వు పంటిని ఆహారంగా తీసుకోవాలి. అలాగే విటమిన్ బి కౌసం పాలు, గుడ్డు, పెరుగు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ ఉండాలి. అలాగే తిండ, మర్యాద, మాంసం, చేపలు, తాజా ఆరటి పండ్లు, కమలా పండ్లులో భయామకం (విటమిన్ బి1) ఎక్కువగా లభిస్తుంది. రైబోఫ్లేవిన్ (విటమిన్ బి2) పాలు, గుడ్డుతో పాలు.. పుట్టగొడుగుల్లో ఎక్కువగా లభిస్తుంది.

దానిమ్మ తోక్కులను ఎండబెట్టి ఉపయోగిస్తే అద్భుత ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

దానిమ్మ తోక్కులు తీసాక చాలామంది వాటిని వేదేస్తుంటారు. అయితే అవి ఆహార్యవైద్య వైద్యంలో వివిధ ఆరోగ్య సాధనాలకు ప్రయోజనాలు కోసం క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించబడుతున్నాయి. దానిమ్మ తోక్కులతో కలిగి ప్రయోజనాలు విమోచి తెలుసుకుందాము. దానిమ్మ రసం కంటే దానిమ్మ తోక్కులులో 50 శాతం ఎక్కువ యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. దానిమ్మ తోక్కులను తీసి 2 లేదా 3 రోజులు సేదగా సూర్యకాంతి ఉన్న కిటికీ దగ్గర ఉంచండి.

ఎండవేసి దానిమ్మ తోక్కులను ఖైదర్ లేదా పుర్రీ డ్రాసర్లో వేసి మెత్తగా మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఈ దానిమ్మ పొడిని గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద గాలి చొరబడని కంటైనర్లో నిల్వ చేసుకోవాలి. ఈ దానిమ్మ పొడి కొన్ని చర్మ వర్ణితులకు చికిత్స చేయడంలో సహాయపడుతుంది.



దానిమ్మ తోక్కులు గుండె జబ్బులు- మడుమీసా వంటి దీర్ఘకాలిక సమస్యలను అడ్డుకుంటాయి. దానిమ్మ తోక్కుల చూపుతో మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచవచ్చు. దానిమ్మ తోక్కులలో పునికాలాగిన అనే పాఠపాఠ అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది, ఇది క్యాన్సర్ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంది. దంత ఆరోగ్యాన్ని గంభీరంగా తగ్గించడానికి, మడుమీసా ఆర్థరైటిస్ చికిత్సకు దానిమ్మ తోక్కులు సహాయపడుతాయి.

అత్తిపండ్లను తింటే కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడతాయా..?

అత్తిపండ్లు ఆరోగ్యానికి మంచివి. కానీ అతి సర్దులా వర్షయేత అన్నట్లుగా అత్తిపండ్లను ఎక్కువగా తీసుకోవడం ఏ మాత్రం మంచిది కాదు. వీటిని అతిగా తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. వీటిని తినడం వల్ల శరీరంలో అత్తిపండ్ల ప్రమాణం పెరుగుతుంది. ఫలితంగా కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడే అవకాశం పెరుగుతుంది.

అలాగే అత్తిపండ్లను అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల మైగ్రేన్ సమస్య ఎదురవుతుంది. ఎండవేసి అత్తి పండ్లతో సన్నోడే వరిమాణం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇలా సన్నోడే అధికంగా ఉండే ఆహారాలను ఎక్కువగా తినడం మైగ్రేన్ కలుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఈ అత్తిపండ్లను అతిగా తింటే కడుపు నొప్పి సమస్య కూడా రావచ్చు. ఎక్కువ మొత్తంలో అత్తిపండ్లను తింటే జీర్ణవ్యవస్థ చెడు ప్రభావం పడి, కడుపునొప్పి వస్తుంది. ఈ



క్రమంలోనే మీకు అత్తి, మలబద్దకం, గ్యాస్ సమస్యలు కూడా ఎదురవుతాయి. అత్తి పండ్లను ఎక్కువగా తినడం దంతాలకు కూడా హానికరం. ఈ క్రమంలో మీ దంతాలు పుల్చిపోతాయి. అత్తిపండ్లలో అధికంగా ఉండే చక్కెర పంటి నొప్పి, దంతక్షయం వంటి సమస్యలను దాటిపోతుంది.

అత్తిపండ్లు మడుమీసాతో బాధపడేవారి ఆరోగ్యానికి మంచివి. కానీ పరిమితం దాటి తింటే రక్తంలో మగ్గరి బెటాల్బిన్ పెంచుతాయి. అత్తిపండ్లను తింటే జీర్ణవ్యవస్థ పరిమితంగా తీసుకోవడమే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది.

స్త్రీలు ఎండుద్రాక్ష తింటే ఏమవుతుంది?

ఎండు ద్రాక్ష, ఇవి కొంతవరకు తీసుకుంటే ఉప్పును తీసుకుంటే తక్కువగా ఉంటుంది. కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. దాదాపు కొద్ది పాతంగా ఉంటాయి. ఎండు ద్రాక్ష ఇతర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలుసుకుందాము. ఎండు ద్రాక్షలో బిటిఎ ఆయానిక్ ఉన్నందున దంతాలలో ఉన్న బ్యాక్టీరియాను పెరుగుదలకుండా వ్యర్థం రక్షిస్తుంది. ఎండుద్రాక్షలో పైబిట్ పుష్పలంగా ఉన్నందున వీరపదం సాఫీగా జరుగుతుంది. స్త్రీలు ఎండుద్రాక్ష తీసుకోవడం వలన చరణ, విటమిన్ లో కొంతవరకు అందుతాయి. దీని వలన బలపై కాండ్ ట్యూగా పెరిగేలా అవకాశం ఉంది. ఎండుద్రాక్షలో ఉండే పాఠిసోఫిల్ యాదీ అక్సిడెంట్ల క్యాన్సర్ రాకుండా కాపాడుతాయి.



ఎండుద్రాక్షలో వినిపించిన తగ్గింపే పాటునయం, మెగ్నీషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఎండుద్రాక్ష తినడం వలన శరీరంలో రక్త కణాలు, హెమోగ్లోబిన్ లో తగ్గింపే పెరిగేలా చేస్తాయి. ఎండుద్రాక్షలో పుంజే పాటకాలు వాడతారు. గుండె, సరాలు, విటమిన్లు, కారణం వల్ల కుడి పాటు చేస్తాయి.

భారీ రాకెట్లు అవసరం: ఇస్రో మాజీ చీఫ్ శివన్



సాధించలేం. అత్యాధునిక సాంకేతికతతోపాటు అత్యంత శక్తిమంతులైన రాకెట్లు అవసరం. ఇందుకోసం ప్రభుత్వం ఇటీవల ఓ మంది పనిచేసింది. అంతరిక్ష కార్యకలాపాల్లో డ్రైవేటు సంస్థలకు అనుమతి ఇచ్చింది అని కే ఇవన్ పేర్కొన్నారు. దీనిపై ఇప్పటికే డ్రైవేటు రంగం ఆసక్తి చూపుతోంది.. ఫలితాలు కూడా కనిపిస్తున్నాయని అన్నారు. త్వరలోనే అత్యాధునిక సాంకేతికతను అందిచ్చుకుంటామని ఆశిస్తున్నావని చెప్పారు..

అంతరిక్ష పరిశోధనలో ఎంతో పురోగతి సాధిస్తోన్న భారత్. తక్కువ ఖర్చుతోనే ప్రయోగాలను చేపడుతూ ప్రపంచ దేశాలను ఆకట్టుకుంది.. ఓ హరిత్ర దినమా బజెట్ కన్నా తక్కువ వ్యయంతోనే అంగారక మిషన్ చేపట్టి తన సత్తా చాటుకుంది. ఇలా అంతరిక్ష పరిశోధనల్లో పాదుపు మంత్రం దూసుకెళ్తున్నా. భవిష్యత్తులో భారీ రాకెట్లు అవసరమని ఇస్రో మాజీ చైర్మన్ కే ఇవన్ అభిప్రాయపడ్డారు. 'మనకు భారీ సామర్థ్యం కలిగిన రాకెట్లతో పాటు పెద్ద వ్యవస్థలు అవసరం. కేవలం పాదుపు ఇంజనీరింగ్తో మనగడ

తొలిసారి మనదీ అంతరిక్షంలోకి తీసుకెళ్లే 'గగన్యాన్ మిషన్'లో భారత్ అంతరిక్ష ఆశయాలు మరింత ఉపయోగపడుతూనే ఇస్రో మాజీ చీఫ్ కే ఇవన్ పేర్కొన్నారు. ఈ సాంకేతికత నిరూపితమైన తర్వాత.. స్పేస్ ప్లేషన్ నిర్మాణం, చంద్రుడిపై శాశ్వత అవాసం, ఇతర అంతరిక్ష గురించి ఆలోచించవచ్చున్నారు. భారత్ ఇప్పటికే అత్యంత శక్తిమంతులైన ప్రయోజనీక ఇంజనీలను తయారు చేసింది.. ఈ ఆద్యుతంగా పనిచేస్తున్నాయని అన్నారు. స్పేస్ ఏక్స్ ముదిరిగా పునర్నియోగం రాకెట్లపై భారత్ ప్రయోగాలు చేస్తుందా? అన్న ప్రశ్నకు కే ఇవన్ బదులిచ్చారు. ప్రస్తుతం సిద్ధమైనట్లు ల్యాండింగ్ ప్రక్రియపై ప్రయోగాలు జరుగుతున్నాయని చెప్పారు.

46వార్డులో పేలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేసిన కె.కె రాజు



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారము): విశాఖ ఉత్తర నియోజక వర్గం 46వార్డు కస్తూరినగర్ వద్ద 2కోట్ల 85లక్షల 45వేలు రూపాయల వ్యయంతో కస్తూరినగర్, మధుసూదన్ నగర్, సూరిబాబునగర్, నంబోద్ది నగర్, సంజీవయ్య కాలనీ,స్రాంతలో SW డ్రైస్సు, రోడ్లు, కలర్లబ్ల్యూరైలింగ్

సామాజిక భవనం, అంగన్వాడీ భవనం,నిర్మాణం మరియు పలు అభివృద్ధి పనులు కోసం 46వార్డు కస్తూరినగర్ మేయర్ కే.కె.రాజు శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కో-అప్రెన్సిస్ పథ్యం సేవనాథి అప్పారావు, EE శ్రీనివాస్, DE భరణి AE ఉమామహేశ్వరరావు, 46 వార్డు నాయకులు కె.వి.నాగయ్య, రాయారావు, ఎన్ కృష్ణ, జి.పార్థివారావు, లావణ్య, యమ్ వి రమణ,దూదిసర్పింగ్ రావు,, కె.శ్రీను, దూర్భావని, అప్పలరెడ్డి, కె రామారావు, నారయణరావు, యడ్ల అప్పారావు, డి.వి. విజయలక్ష్మి, గ్రామ పెద్దలు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, కార్యకర్తలు, మహిళలు, సచివాలయం సిబ్బంది, వాలంటీర్ల తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పంచాయతీ కార్యకల గ్రీన్ అంబాసిడర్ లకు పెండింగ్ వేతనాలు తక్కువే నిధుల వేయాలి



ఆరకులూరు, (విశాఖ సమాచారము): గ్రామాలను విడుదల చేసిన తర్వాత దేవుల ప్రజల ఆలోచన పట్ల నిబంధనతో పనిచేస్తూ పర్యావరణ కాపాడుతూ చారిత్రానిక వేతనాలతో అనుభవించి లాగిస్తున్న గ్రీన్ అంబాసిడర్ల న్యాయమైన దిమాండ్ల పరిష్కారం చేయాలని ఏపీ గ్రామసంఘాలతో ఎంపీయస్ అండ్ పర్మిట్స్ యూనియన్ నివేదికను దిమాండ్ చేస్తుంది. గత 6 నుండి 24 నెలల వరకు బకాయి వేతనాలు చెల్లించకుండా నిర్లక్ష్యం చేయడం సరైనది కాదు బకాయి వేతనాలు కోసం విడుదలకే 57 132. 680 జీవాల అమలు చెందట్ల విషయంలో హైకోర్టు తీర్పును అమలు చేయాలని- 010 పద్మ ద్వారా వేతనాలు

పంచాయతీ కాలంలో గ్రామసంఘాలతో కార్యకల ప్రజలకు తెలిపి ప్రజలకు సేవ చేశారు. ఈ సందర్భంగా కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ద్వారా, నర్సులు, ఆశ పర్మిట్స్, మునిసిపల్ గ్రామసంఘాలతో కార్యకల పాఠశాల లను ప్రపంచ వైస్ వారియర్ల అనే ముద్దు పేరు పెట్టి కేంద్ర వారికి చెయ్యాలి అన్న విషయం మాన్యులు, బ్లౌజులు, శానిటరీ వంటివి కూడా అందించకుండా నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించారు.వరతికలిగి కార్యకల మన రాష్ట్రంలో 170 మంది బలయ్యారు. పేరుకే అభివృద్ధిలో అమలు చేయాలి చెప్పింది. ఇందులో కార్యకలను బతి పశువులను చేసే అంబిడర్ల తప్ప కార్యకలకు ఉపయోగపడే గుర్తింపు కార్డులు కనీస వేతనాలు వంటి కార్యకలను నేటి వరకు చేపట్టలేదు నాటి తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం జియో నెంబర్ 132 భారీ చేసింది. ఈ జీవాల కోసం కేంద్ర అమలు తప్ప ఏ ఒక్కటి అమలు కాలేదు 2023లో కూడా హైకోర్టు తీర్పు ఇచ్చిన ప్రభుత్వం ఆ దిశగా ఆదేశాలు ఇవ్వడం లేదు కరోనా

వ్యాపార రంగానికి విశాఖ అనుకూలం



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారము): వ్యాపార రంగానికి విశాఖ అనుకూలమైన నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. శనివారం ఆమె విశాఖ న్యూ కాలనీ

పరిషత్ లోని శ్రీ కన్య థియేటర్ వద్ద వివిధ ఆర్ ఆఫ్ ఇ - మోడల్స్ నూతన షో రూమును ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ వ్యాపార రంగానికి విశాఖ నగరం ఎంతో అనుకూలమైనదని, ఎంతోమంది

వ్యాపారులు విశాఖలో పెట్టుబడులు పెట్టి వారికి లాభాలతో పాటు ఎంతోమందికి ఉపాధి కల్పిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి విశాఖ నగరం అభివృద్ధి చెందేందుకు ఎన్నో ప్రణాళికలు తీసుకువస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. త్వరలోనే విశాఖ నగరం పరిపాలనా రాజధానిగా అవతరించబోతుంది తెలిపారు. ఆర్ ఆఫ్ ఇ - మోడల్స్ ద్వారా పర్యావరణమరగాని విలువలను హాని ఉండదని ప్రస్తుతం ప్రతి ఒక్కరూ, ఇ- ఆటోలనే ఉపయోగిస్తున్నారని, ఇటువంటి షో రూమ్ లో ప్రతి నియోజకవర్గ పరిషత్ లోని ఏర్పాటు చేయాలి అలాగే పరిషత్ ఆఫ్ ఇ - మోడల్స్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో షోరూం నిర్వాహకులు సీహెచ్ ఏ రామారెడ్డి వారి నిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హిందూస్థాన్ సిట్టింగీయం కార్యక్రమం లిమిటెడ్ ఎలీజీవ్ డైటాగ్ ఆరోగ్య మోగ మోకాణాసాఫ్టీ క్లినిక్ క్యాంపు



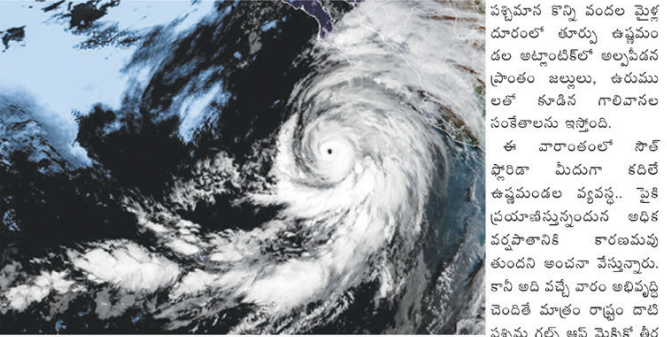
విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారము): హిందూస్థాన్ సిట్టింగీయం కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ LPG డైటాగ్ RO మోగ మోకాణా భాగంగా 58వ వార్డు కుర్యన్సెటివ్లో మహిళా సామాజిక పాలికా సంస్థ సామాజిక భవనంలో హెన్సెన్ గ్యాస్ శ్రీ విజయ దుర్గా గ్యాస్ ఏజెన్సీ మోగ మోకాణా సంస్థ క్లినిక్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా గ్యాస్ ఏజెన్సీ కొత్త స్టేషన్ మోగ సేట్, పాత స్టేషన్లపై ఎక్స్పాంట్ అఫర్, డబుల్ సిండర్, కొత్త కనెక్షన్ అఫర్ మరియు 5 కీలో అన్న సిలిండర్ అఫర్ను నిర్వహించింది. అలాగే వినియోగదారులకు సేఫ్టీ క్లినిక్ క్యాంపు నిర్వహించి, గ్యాస్ పరికరాలను వినియోగించేటప్పుడు పాటించాల్సిన భద్రతా చర్యలపై వారికి అవగాహన కల్పించారు. గ్యాస్ ఏజెన్సీ మోకాణా సిట్టింగీయం కూడా తప్పనిసరిగా తనిఖీ చేసి, ప్రతి 5 సంవత్సరాలకు ఒకసారి నిర్వహించబడుతుందని వినియోగదారులకు వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో విజయ దుర్గా గ్యాస్ ఏజెన్సీ నిర్వాహకులు, సిబ్బంది, మోకాణా మరియు తెలివితే బాయి, వినియోగదారులు పాల్గొన్నారు.

తిరుమలలో భక్తుల రద్దీ కొనసాగుతోంది



శనివారం తిరుమలలో భక్తుల రద్దీ కొనసాగుతోంది. శ్రీవారి టీకెస్ రవాణా సర్వదర్శనం కోసం భక్తులు 17 కంపార్టుమెంట్లలో వేచి ఉన్నారు. శ్రీవారి సర్వదర్శనానికి 10 గంటల సమయం పడుతోంది. స్వామివారిని 81,904 మంది భక్తులు దర్శించుకుని మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. ఇక నిన్న శ్రీవారి హుండ్లీ ఆదాయం 3.42 కోట్ల రూపాయలు వచ్చినట్లు తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం వెల్లడించింది. స్వామివారికి 31,205 మంది భక్తులు తలసీలాల సమర్పించి మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు.

అమెరికాలో ఘోరితగా, కాలిఫోర్నియాకు హారికేన్ ముప్పు..!

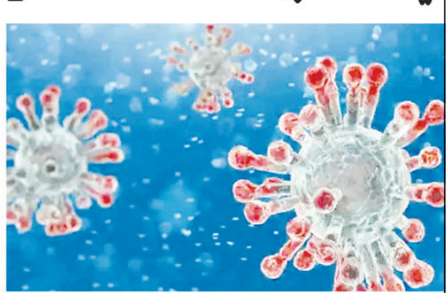


అమెరికాకు ఈ వారాంతం హారికేన్ ముప్పు పొంది ఉంది. ముఖ్యంగా కాలి ఫోర్నియాలో పాటు దక్షిణ ఫ్లోరిడా ప్రాంతాలకు ఈ వారాంతంలో హారికేన్ కారణంగా భారీ వర్షాలు ముంచెత్తే ప్రమాదం పొంది ఉందని జాతిసం హారికేన్ సెంటర్ తాజాగా ప్రకటించింది. దీంతో ప్రజలు ఇళ్లలోనే ఉండాలని హెచ్చరికలు చేస్తున్నారు. వాస్తవానికి సెప్టెంబర్, అక్టోబర్ నెలల్లో ఇక్కడ హారికేన్ ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. కానీ వాతావరణ మార్పు కారణంగా ముందే ఈ ప్రభావం కనిపిస్తోంది. అట్లాంటిక్ మహాసముద్రం గుండా కదులుతున్న నాలుగు ఉష్ణమండల వ్యవస్థలు నిన్ను రాతి సునిచి క్రమంగా బలపడుతూ ఉన్నాయి. గల్ఫ్ ఆఫ్ మెక్సికోలోకి వెళ్లడానికి సిద్ధంగా ఉన్న ఈ వ్యవస్థల కారణంగా.. దక్షిణ ఫ్లోరిడాలో భారీ వర్షాలు తప్పని సేషన్ల హారికేన్ సెంటర్ తెలిపింది. మయమి-డెడ్, బ్రోవార్డ్, సహా ఫ్లోరిడా కీస్, సాత్ ఫ్లోరిడా, కొన్ని ప్రాంతాలలో 10 నుండి 15 మైల్స్ అంతర్వేదికలు ఉష్ణమండల తరంగాలు రేపే దక్షిణ ఫ్లోరిడాను చేరుకోవచ్చని భావిస్తున్నారు. దీని ప్రభావంతో ఈ వారాంతంలో భారీ వర్షాలు, ఉరుములతో కూడిన జల్లులు ఈ ప్రాంతాన్ని ముంచెత్తే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిస్తోంది. దీంతో ఫ్లోరిడా వాసులు ఆ ప్రత్యేకంగా ఉండాలని అందరూ సూచించారు.

ప్రపంచం కొన్ని వందల మైళ్ల దూరంలో తూర్పు ఉష్ణమండల అట్లాంటిక్లో అల్పచీపడ ప్రాంతం జల్లులు, ఉరుములతో కూడిన గాలివానల సంతోలను ఇస్తోంది. ఈ వారాంతంలో సాత్ ఫ్లోరిడా మీదుగా కదిలే ఉష్ణమండల వ్యవస్థ.. ఫైకి ప్రయాణిస్తున్నందున ప్రతి వర్షపాతానికి కారణమవుతుందని అంచనా వేస్తున్నారు. కానీ అది వచ్చే వారం అభివృద్ధి చెందితే మాత్రం రాష్ట్రం దాటి పశ్చిమ గల్ఫ్ ఆఫ్ మెక్సికో తీర ప్రాంతంలోకి వెళ్లితేమందని అంచనా. సేషన్ల హారికేన్ సెంటర్ మధ్య, తూర్పు అట్లాంటిక్, గల్ఫ్ ఆఫ్ మెక్సికో అంతా అనేక ఉష్ణమండల వ్యవస్థలను బ్రాక్ చేస్తోంది. ఈ అస్తవ్యస్తమైన ఉష్ణమండల తరంగాలు రేపే దక్షిణ ఫ్లోరిడాను చేరుకోవచ్చని భావిస్తున్నారు. దీని ప్రభావంతో ఈ వారాంతంలో భారీ వర్షాలు, ఉరుములతో కూడిన జల్లులు ఈ ప్రాంతాన్ని ముంచెత్తే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిస్తోంది. దీంతో ఫ్లోరిడా వాసులు ఆ ప్రత్యేకంగా ఉండాలని అందరూ సూచించారు.

కరోనావైరస్ మరో కొత్త వేరియంట్ కలకలం: డబ్ల్యూహెచ్ఎఫ్ఐ అల్బర్ట్

వాషింగ్టన్: ప్రపంచ వ్యాప్తంగా కరోనా వైరస్ వ్యాప్తి, తీవ్రత తగ్గుముఖం పట్టినప్పటికీ కొత్త వేరియంట్లు కలవరపెడుతున్నాయి. తాజాగా, అమెరికాలో కొవిడ్ 198 చెందిన కొత్త వేరియంట్ గుర్తించారు. ఈ వేరియంట్ ను బీ.2.86 పేర్కొన్నారు. దీనిని అమెరికాలో పాటు డెలావేర్, ఇటాలిలోనూ కనుగొన్నారు. దీంతో అమెరికా వ్యాధి నియంత్రణ కేంద్రం ఆందోళనపడ్డాయి.



ఈ కరోనా కొత్త వేరియంట్ ను బ్రాక్ చేసే పనిని సమగ్రమైంది. ఈ కొత్త రోనావీరస్ సంబంధించి పూర్తి సమాచారాన్ని సేకరిస్తున్నామని, కరోనా వైరస్ నుంచి రక్షించుకునేందుకు తీసుకొచ్చాల్సిన జాగ్రత్తల్లో ఎటువంటి మార్పు లేదని తెలిపింది. ఈ బీ.2.86 కొత్త రోనావీరస్ సంబంధించి అటు ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) స్పందించింది. ఈ వేరియంట్లో భారీ సంఖ్యలో ఉత్పన్నమవుతున్న వాటూ చేసుకుంటున్నందున ప్రపంచం అవసరమని, దీనిపై ప్రపంచ వైశాలతో ఎన్నటికప్పుడూ సమాచారం పంపిణీ చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. డబ్ల్యూహెచ్ఎఫ్ఐ ప్రస్తుతం 10 వేరియంట్లను పర్యవేక్షిస్తోంది. కరోనా వైరస్ ఆరోగ్య అత్యయక స్థితి చెప్పారు.

వెలుగు చూచాయని.. ప్రస్తుతం మూడు వేరియంట్ ఆఫ్ ఇండోనేషియాతోపాటు జలదర్ డాక్టర్ బిల్లింగ్స్ పెట్రెయిస్ సె తెలిపారు. కొత్తగా గుర్తించిన బీ.2.86 వేరియంట్ ప్రస్తుతం పర్యవేక్షిస్తున్నా మన్నారు. సుజాతలో జరుగుతోన్న జీ20 ఆరోగ్య మంత్రుల సమావేశంలో పాల్గొన్న సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడారు. కొత్తగా వెలుగుచూస్తున్న వేరియంట్లలో ఎన్నో పరివర్తనాలు ఉన్నాయన్నారు. దేశాలపై అభయంతంగా ఉండాలనే అవసరాన్ని ఇలాంటి కొత్త వేరియంట్ల గుర్తు చేస్తున్నాయని చెప్పారు.

