గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు
26-01-2024
శుక్రవారం ఉ. 10 గం.లకు.
లెబెన్స్ హెల్ఫే
మానసిక దివ్యాంగుల పాఠశాల
ఎంవిపి కోలనీ, విశాఖపట్నం
అందరికీ ఆహ్వానం
సెల్ : 9989286663
Lebenshilfe
Freising e.V.
damit Teilhabe gelingt

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM
Postal Registration No. VSP / 96/ 2024 - 26.
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారమ్

గణతంత్ర దినోత్సవ
శుభాకాంక్షలు

పాఠకులు, ప్రకటన
కర్తలు, ఏజెంట్లు,
హితులకు 75వ
గణతంత్ర దినోత్సవ
శుభాకాంక్షలు.
మేనేజర్,
విశాఖ సమాచారమ్

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 101 విశాఖపట్నం, 26 జనవరి 2024 శుక్రవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

ప్రలోభాలకు లొంగకుండా ఓటు వేయండి : కలెక్టర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలోని ప్రతి ఒక్క ఓటరు తమ ఓటుహక్కును వినియోగించుకోవాలని, ఈ ఏడాది జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ నినాదం కూడా అదేనని జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లికార్జున ఓటర్లకు పిలుపునిచ్చారు. ఓటు హక్కు వినియోగంలో ఎటువంటి ప్రలోభాలకు గురికాకుండా, నిర్భయంగా తమ ఓటును సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ సూచించారు.

గురువారం ఉదయం ఉడా చిల్డ్రన్స్ ఎరీనాలో 14వ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ కార్యక్రమం జిల్లా కలెక్టర్ అధ్యక్షతన ఘనంగా జరిగింది. ఈ సందర్భంగా జాయింట్ కలెక్టర్ కె.ఎస్.విశ్వనాథన్, డిప్యూటీ పోలీస్ కమీషనర్ ఆనందరెడ్డితో కలిసి జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ గతంలో జిల్లాలో 67.8 శాతం మంది మాత్రమే తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారని, ఈసారి 80 (మిగతా 2లో)

కుటుంబ పార్టీలను ఓడించండి : యువ ఓటర్లకు మోదీ

కుటుంబ పార్టీలను... రాజకీయాలను ఓడించేందుకు మీ ఓటు అనే శక్తిని ఉపయోగించాలని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ యువ ఓటర్లను కోరారు. జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం సందర్భంగా బీజేపీ యువమోర్చా ఆధ్వర్యంలో కొత్త ఓటర్లతో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ప్రధాని మోదీ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ప్రసంగించారు. దేశ భవిష్యత్తును నిర్ణయించేది యువ ఓటర్లే అన్నారు. అవినీతి, ఆశ్రిత పక్షపాతానికి వ్యతిరేకంగా యువత ఉన్నారన్నారు. కానీ ప్రతిపక్ష పార్టీల నేతల ఆలోచనలు... విధానం మాత్రం

యువతకు వ్యతిరేకంగా ఉంటోందన్నారు. కుటుంబ పార్టీలను మీ ఓట్ల బలంతో ఓడించాలని యువతకు పిలుపునిచ్చారు.

ఓటరు జాబితాలో మీ పేర్లు నమోదు చేసుకోవడం ద్వారా ఇప్పుడు మీరు ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ముఖ్య భూమిక పోషించనున్నారని పేర్కొన్నారు. మన దేశం అమృత్‌కాల్ దిశగా వెళుతోన్న తరుణంలో మీరంతా ఓటరు జాబితాలో నమోదు చేసుకున్నారన్నారు. 2047 నాటికి అభివృద్ధి చెందిన భారతాన్ని నిర్మించడంలో మీ బాధ్యత కొనసాగుతుందన్నారు. అభివృద్ధి భారతంలో మీ పేర్లను సువర్ణాక్షరాలతో లిఖించుకోవడానికి మీ అందరికీ ఇదో గొప్ప అవకాశమన్నారు. భారత అభివృద్ధి వేగం, దిశ, విధానం నిర్ణయించడంలో మీదే అసలైన పాత్ర అన్నారు. ఇందుకు (మిగతా 2లో)

మీ ఎదుగుదలే ఆంధ్రా యూనివర్శిటీకి గర్వకారణం కావాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం గర్వించే స్థాయికి ఏయూ విద్యార్థులు ఎదగాలని ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి ఆకాంక్ష వ్యక్తం చేశారు. గురువారం ఏయూ స్నాతకోత్సవ మందిరంలో ఏయూ ఎంబిఏ విద్యార్థుల ఫ్రెషర్స్ డే వేడుకల్లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వర్సిటీలో ఉండే రెండేళ్ల కాలాన్ని పూర్తిస్థాయిలో సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. విద్యార్థులు పొందే జ్ఞానం వారి అభివృద్ధిని నిర్ణయిస్తుందన్నారు. ఏయూ ఎందరినో సాధారణ విద్యార్థులను సైతం అసాధారణ వ్యక్తులుగా తీర్చిదిద్ది అందించిందన్నారు. ఇక్కడ విద్యను అభ్యసించిన వారు వైవిధ్యమైన రంగాలలో ఎదిగిన విధానాన్ని వివరించారు. మన లక్ష్యం ఎంత ప్రధానమో...ప్రయాణించే మార్గం కూడా అంతే ప్రధానమన్నారు. కళాశాలలో ఉండే ప్రతీ క్షణాన్ని ఆస్వాదించాలన్నారు. సంతోషకరమైన ఆలోచనమనస్తత్వాన్ని కలిగి ఉండాలన్నారు. ఏయూ జ్ఞానానికి కేంద్రంగా, ప్రగతికి నిలయంగా ఉందన్నారు. ప్రస్తుతం ఏయూలో చేరిన విద్యార్థులు ఒక అపూర్వ ఘట్టానికి (మిగతా 2లో)

బాక్స్ కల్వర్టు బ్రిడ్జిని ప్రారంభించిన నగర మేయర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సంక్షేమము అభివృద్ధే లక్ష్యంగా జగనన్న ప్రభుత్వం పని చేస్తుందని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. గురువారం ఆమె 5 వ జోన్ 43వ వార్డు పరిధిలోని అక్కయ్యపాలెం 80 ఫీట్ రోడ్డు శ్రీనివాస్ నగర్ బ్రహ్మం గారి గుడి వద్ద జివిఎంసి నిధులతో సుమారు రూ.33.50 లక్షల వ్యయంతో నిర్మించిన బాక్స్ కల్వర్టు బ్రిడ్జిని ఉత్తర నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త కేకే రాజు, డిప్యూటీ మేయర్ కట్టమూరి సతీష్, వార్డు కార్పొరేటర్ ఉషశ్రీ తో కలిసి ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ నగర ప్రజలకు అవసరమయ్యే మౌలిక వసతులు జివిఎంసి కల్పించడమే ప్రథమ కర్తవ్యమని, రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్.జగన్మోహన్ రెడ్డి సారథ్యంలో విశాఖ నగరాన్ని ఆకర్షణీయమైన నగరంగా తీర్చిదిద్దడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వార్డులోని ప్రజలకు రోడ్లు, కాలువలు, వీధి దీపాల నిర్వహణ, పారిశుద్ధ్య నిర్వహణ, తాగునీరు, పార్కుల అభివృద్ధి లాంటి మౌలిక వసతులుతో పాటు అనేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలు ప్రజలకు నిత్యం అందించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ప్రస్తుతం సుమారు 33.50 లక్షల రూపాయలతో నిర్మించిన బ్రిడ్జిని ప్రారంభించామని తెలిపారు. అభివృద్ధితో పాటు ప్రతి పేదవానికి ఎన్నో సంక్షేమ పథకాలు జగనన్న ప్రభుత్వం అందిస్తుందని మేయర్ తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జివిఎంసి ఇంజనీరింగ్ అధికారులు, వైఎస్సార్సీపీ పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు హక్కు వినియోగంపై సిబ్బంది చే ప్రతిజ్ఞ చేయించిన ఎస్పీ మురళీకృష్ణ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లా పోలీసు కార్యాలయంలో జిల్లా ఎస్పీ కేవీ మురళీకృష్ణ పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది చే ప్రతిజ్ఞ చేయించి, ఓటు యొక్క ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. ఈ సంధర్బంగా ఎస్పీ మురళీకృష్ణ మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు అత్యంత కీలకమైన ఆయుధమని, ఓటరు దినోత్సవం ప్రధాన లక్ష్యం ఓటర్లకు సాధికారిత, భద్రత కల్పిస్తూ, ప్రతి ఒక్కరూ స్వేచ్ఛాయుత వాతావరణంలో ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవడమన్నారు. మీతో పాటు కుటుంబ సభ్యులకు, తోటి స్నేహితులు, స్థానికులకు లిఓటుకు ఇంకేది సాటి లేదు. నేను కచ్చితంగా ఓటు వేస్తాను అనే నినాదాన్ని అందరికీ చేరేలా చైతన్యం కల్పించాలన్నారు.

జిల్లాలోని అన్ని పోలీసు స్టేషన్లలోనూ పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది మరియు ప్రజలచే ప్రతిజ్ఞ చేయించారు

ప్రతిజ్ఞ: భారత దేశ పౌరులమయిన మేము, ప్రజాస్వామ్యంపై విశ్వాసంతో, మన దేశ ప్రజాస్వామ్య సాంప్రదాయాలను, స్వేచ్ఛాయుత, నిష్పక్షపాత, ప్రశాంత ఎన్నికల ప్రాభవాన్ని నిలబెడతామనీ, మతం, జాతి, కులం, వర్గం, భాష లేదా ఎటువంటి ఒత్తిడులకు ప్రభావితం కాకుండా ప్రతి ఎన్నికలో నిర్భయంగా ఓటు వేస్తామని ఇందు మూలంగా ప్రతిజ్ఞ చేస్తున్నాము.

ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు ఎస్పీలు బి.విజయభాస్కర్, పి.సత్యనారాయణరావు, డి.టి.సి డిఎస్పి పి.శ్రీనివాసరావు, సిఐలు లక్ష్మణమూర్తి, చంద్రశేఖర్, పైడపు నాయుడు, అప్పలనాయుడు, ఎస్సైలు ప్రసాద్, వెంకన్న , రామారావు, నాగ కార్తీక్, రఘువర్మ మరియు సావిత్రి ఇతర అధికారులు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

డయల్ యువర్ మేయర్ ఫిర్యాదుకు మేయర్ స్పందన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మహా విశాఖపట్నం నగరపాలక సంస్థలో ప్రతి సోమవారం నిర్వహించే డయల్ యువర్ మేయర్ కార్యక్రమానికి వచ్చిన ఫిర్యాదులకు నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి స్పందిస్తూ సంబంధిత అధికారులకు పరిష్కరించుటకు ఆదేశిస్తూ, అలా వచ్చిన ఒక ఫిర్యాదుపై గురువారం ఉదయం మధురవాడ మిధులపురి కాలనీ షిప్ యార్డ్ లేఔట్ లోని పార్కు స్థలాన్ని జివిఎంసి పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులతో కలిసి ఆమె స్వయంగా పరిశీలించారు.

ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ షిప్ యార్డ్ లేఔట్ లోని పార్కు స్థలాన్ని ఆక్రమించి అనధికార రేకుల షెడ్డు నిర్మించారని దానిని తొలగించాలని సిహెచ్.కరుణా సాగర్ డైల్ యువర్ మేయర్ కు ఫిర్యాదు చేశారని తెలిపారు. వచ్చిన ఫిర్యాదు ఆధారంగా ఆ స్థలాన్ని పరిశీలించామని పార్కు స్థలంకు సంబంధించిన పత్రాలను పరిశీలించి, స్థలము యొక్క హక్కులు, మొదలైన వాటిని పరిశీలన చేసి నివేదిక ఇవ్వాలని పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులను ఆదేశించారు. అలాగే పార్కుల పరిరక్షణకు, ఎటువంటి ఆక్రమణలుతోపాటు, అనధికార నిర్మాణాలు లేకుండా ముందస్తు చర్యలు చేపట్టాలని పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులను మేయర్ ఆదేశించారు.

ఈ పరిశ్రమంలో డి డి హెచ్ చక్రవర్తి, జోనల్ కమిషనర్ కె.కనకమహాలక్ష్మి, అసిస్టెంట్ సిటీ ప్లానర్ శాస్త్రి, ఇతర పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బూత్ స్థాయిలో టీడీపీ యువత, మహిళా కమిటీలు ఏర్పాటు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): టిడిపి శ్రేణులు సోషల్ మీడియా వేదికగా వైకాపా అవినీతిని, గత టీడీపీ ప్రభుత్వంలో చేసిన అభివృద్ధిని ప్రచారం చేయాలని మాజీ శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ పిలుపునిచ్చారు.ప్రతి బూత్ స్థాయిలో టీడీపీ యువత, మహిళా కమిటీలు ఏర్పాటు చేస్తున్నా మని అన్నారు.60రోజులు కష్టపడితే టీడీపీ అధికారంలోకి రాగానే కార్యకర్తలకు తగిన గుర్తింపు ఇస్తామని అన్నారు.భవిష్యత్తు గ్యారెంటీ పథకాలను ప్రతి ఇంటికి, ప్రతి ఓటరుకు వివరించాలని కోరారు. గురువారం కశింకోటలో జరిగిన కశింకోట మండల టీడీపీ ఇంటిగ్రేటెడ్ శిక్షణా తరగతులు కార్య క్రమంలో పాల్గొన్నారు.ఈ సంధర్బంగా బూత్ యూనిట్ క్లస్టర్ ఇంచార్జీలకు ఓటరు వెరిఫికేషన్, భవిష్యత్తు గ్యారెంటీ, కుటుంబ సాధికార సారథులపై శిక్షణా తరగతులు నిర్వహించారు.ఆసరా పేరుతో 34లక్షల మంది డ్వాక్రా మహిళలకు జగన్ రెడ్డి టోకరా పెట్టాడు అని అన్నారు. జగన్ రెడ్డిని నమ్ముకొని చట్ట విరుద్ధంగా దొంగ ఓట్లను నమోదు చేసిన అధికారులూ జైలుకు వెళ్లడం ఖాయం అని హెచ్చరించారు. జగన్ మోహన్ రెడ్డి దొంగ ఓట్లతో మరొకసారి ముఖ్య మంత్రి అవ్వాలని కుట్ర పన్నారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు దాడి రత్నాకర్, పీలా శ్రీకాంత్, కాయల మురళి, ఉగ్గిన రమణ మూర్తి, పెంటకోట రాము, సిద్ది రెడ్డి శ్రీనివాసరావు, వేగి గోపీకృష్ణ, కాంద్రేగుల సతీష్, ఆనాల తాతి నాయుడు, కృష్ణ,షేక్ బాబర్, ఒమ్మి సత్యనారాయణ, ట్రైనర్ సురేశ్, విజయ్, శ్రీనివాసరావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు హక్కు ప్రజాస్వామ్యానికి పునాది

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజాస్వామ్య పురోగమనానికి నాంది పలికే శక్తిగల ఓటు హక్కును ప్రతి ఒక్కరూ వినియోగించుకుని ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణలో భాగస్వాములు కావాలని ఈఆర్ఓ మనోరమ తెలిపారు. 14వ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం సందర్భంగా నియోజకవర్గ కేంద్రమైన యలమంచిలిలో గురువారం నాడు ఈ ఆర్ ఒ ఆధ్వర్యంలో తాశీల్దార్ కార్యాలయం నుంచి ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్ వరకు ర్యాలీ నిర్వహించి,వారిచే ప్రతిజ్ఞ చేయించారు.ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ఆమె మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్యంలో పౌరుడికి ఉన్న అత్యంత శక్తివంతమైన అహింసా సాధనం ఓటు హక్కు అని అన్నారు. స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటి నుంచి మన రాజ్యాంగం పౌరులందరికి సమాన ఓటు హక్కును కల్పించిందన్నారు. యువత అత్యంత చిత్తశుద్ధితో ఓటు హక్కును వినియోగించుకుని ఇతరులకు స్ఫూర్తిగా నిలవాలన్నారు. ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ఎటువంటి ప్రభావం లేకుండా దేశాన్ని ప్రపంచ దేశాల్లో శక్తివంతమైన దేశంగా నిలబెట్టడంలో ఎన్నికల వ్యవస్థదే కీలక పాత్ర అని తెలిపారు. 1950లో ఏర్పాటైన భారత ఎన్నికల సంఘం వ్యవస్థాపక రోజైన జనవరి 25న జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటామన్నారు. అనంతరం వృద్ధ ఓటర్లను వారు సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తాశీల్దార్ ఎస్. రాణిఅమ్మాజీ, ఎలక్షన్,రెవెన్యూ డిటి లు గణపతి, వీరభద్రాచారి,ఆర్ ఐ విష్ణు,మున్సిపల్ మ్యానేజర్ ప్రభాకర్ రావు,పట్టణ ఎస్సై కె.పాపినాయుడు, లైబ్రేరియన్ వి.ఆనంద్,రెవెన్యూ సిబ్బంది,సచివాలయ సిబ్బంది, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

శుక్రవారం 26-01-2024
శోభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం , హేమంత ఋతువు
పుష్య మాసం

తిథి : బ. పాడ్యమి రా. 12.02
నక్షత్రం : పుష్యమి ఉ. 09.54
వర్జ్యం : రా. 11.54 ల 01.34

కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో రిపబ్లిక్ డే వేడుకలకు గొంప గోవింద్ పిలుపు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శుక్రవారం ఉదయము 9: 30 నిమిషములకు 75వ గణతంత్ర దినోత్సవాన్ని విశాఖ జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆఫీసు నందు విశాఖ జిల్లా అధ్యక్షులు శ్రీ గొంప గోవిందరాజు గారు ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించబడును కావున కంటెస్టెడ్ ఎమ్మెల్యేలు కంటెస్టెడ్ కార్పొరేటర్లు స్టేట్ కమిటీ నాయకులు బిసి ఎస్సి మైనారిటీ అనుబంధ సంస్థ నాయకులు యూత్ కాంగ్రెస్ నాయకులు మహిళా నాయకులు కార్యకర్తలు అందరూ కార్యక్రమంలో పాల్గొనదరని కోరుకుంటున్నాను.

వెటర్నరీ అధికారిణి భాగ్యలక్ష్మి మృతి బాధాకరం

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తమ సేవలను అందించిన వెటర్నరీ లైవ్ స్టాక్ అధికారిణి ఎం భాగ్యలక్ష్మి మృతి బాధాకరమని పశుసంవర్ధక శాఖ జిల్లా డిప్యూటీ డైరెక్టర్ డాక్టర్ కరుణాకరరావు, విశాఖ పశు గణాభివృద్ధి సంఘం జిల్లా ఛైర్మెన్, భీమిలి జెడ్ పీ టీ సీ సభ్యులు గాడు వెంకట ప్పడు, భీమిలి మున్సిపల్ మాజీ చైర్మన్ కొప్పల రమేష్, పశువైద్య శాఖ ఎలమంచిలి అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ చల్లా గంగాధర్ అన్నారు. తగరపువలస రాజ వీధిలో బుధవారం జరిగిన ఆమె సంస్మరణ కార్యక్రమం కి హాజరై మాట్లాడారు. 1997 సం. లో ఉద్యోగం చేపట్టిన ఆమె డుంబ్రిగుడ, పెదబయలు వంటి ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో 15 ఏళ్ళు, భీమిలి, తాళ్ళవలస, రెడ్డి పల్లి, పాంద్రాంగి, పద్మనాభం, మాకవర పాలెం రాచ పల్లి, తామరం, విశాఖ పెద వాల్తేర్, గాంధీ గ్రామ్, రాంబిల్లి లాలము కోడూరు సెంటర్ లలో పనిచేసి ఉత్తమ ఉద్యోగి గా పేరు తెచ్చుకున్నారు అని అన్నారు. ఏజెన్సీ లో ఆంత్రాక్స్ సమయంలో పలు పశు వైద్య శిబిరాలు విజయవంతంగా నిర్వహించి మూగ జీవాల ప్రాణాలు కాపాడటం లో ఎంతో కృషి చేశారని అన్నారు. రాష్ట్ర, జిల్లా స్థాయి లో పశు సంవర్ధక ఉద్యోగుల సంఘం లో పలు పదవులను నిర్వహించి ఉద్యోగుల హక్కుల కోసం పనిచేసిన నాయకు రాలని కొనియాడారు. పశు సంవర్ధక శాఖ ఉద్యోగులు, పాల కొండ లార్డ్ వెంకటేశ్వర ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల పూర్వ విద్యార్థులు , నాయకులు, తదితరులు ఆమెతో తమ పరిచయాన్ని గుర్తు చేస్తూ ఆమె సేవలు, వ్యక్తిత్వాన్ని స్మరించు కున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పశు వైద్య శాఖ యలమంచిలి అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ చల్లా గంగాధర్, పద్మనాభం మండల పరిషత్తు సూపరిండెంట్ పోలుబోతు రాధ, అయిదు మండలాల కేబుల్ ఆపరేటర్లు సంఘం అధ్యక్షులు గాడు అప్పల నాయుడు, ఎల్ ఐ సీ విశ్రాంత మేనేజర్ మాదాబత్తుల పైడి శెట్టి, ఆయా సంఘాల నేతలు గౌరీ, శీలం ప్రసాద్ , ధోనీ కోదండ రామ్, జనార్ధన్, శంకర్, డాల్టన్ కాలేజ్ అధినేత ఎస్ ఎస్ ఎస్ ఎస్ రెడ్డి, రాధ కృష్ణ, జవ్వా ది రవి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

ప్రలోభాలకు లొంగకుండా ఓటు వేయండి : కలెక్టర్

శాతానికి పైగా ఓటర్లు తమ ఓటుహక్కును వినియోగించుకునేలా అధికార యంత్రాంగం కృషిచేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఓటర్ల నమోదుపై అవగాహన పెంపొందించడం, కొత్తగా అర్హులైన వారికి అవగాహన పెంపొందించి, తద్వారా భారత ప్రజాస్వామ్య నాణ్యతను మెరుగుపరచడం జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం ప్రధాన ఉద్దేశ్యమని, ఇది 14వ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవమని పేర్కొన్నారు. సంపూర్ణ ప్రజాస్వామ్యానికి ఎన్నికలు ప్రధానమని, ఓటుహక్కు వినియోగంతోనే అది సాధ్యమని, కొత్తగా ఓటరుగా నమోదు చేసుకున్న యువతని కలెక్టర్ ఈ సందర్భంగా అభినందించారు. జిల్లాలో ఓటరు నమోదు కార్యక్రమం బాగా జరిగిందని, ఇందుకు సహకరించిన అధికార యంత్రాంగాన్ని కలెక్టర్ ఈ సందర్భంగా అభినందించారు.

జిల్లాలోని ఏడు శాసనసభ నియోజక వర్గాల్లోని 1941 పోలింగ్ స్టేషన్ల పరిధిలో 19,42,593 ఓటర్లు ఉన్నట్లు జిల్లా కలెక్టర్ వివరించారు. అన్ని విద్యాసంస్థలు అందించిన మద్దతు మరియు ఈఆర్ఓల కృషి, SVEEP కింద చేసిన ప్రయత్నాల ఫలితంగా 18-19 సం.ల యువ ఓటర్లు 16,321 నుండి 38,266కి పెంచబడ్డారని అన్నారు. తుది జాబితా నాటికి 15,311 మంది ఓటర్లు గా గుర్తించ బడినట్లు కలెక్టర్ వివరించారు. ఓటర్ల భాగస్వామ్యం మరింత బలమైన, శక్తివంతమైన ప్రజాస్వామ్యానికి దారితీస్తుందని, అందువలన ప్రతి ఒక్కరూ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని కోరారు. అనంతరం సంపూర్ణ ఓటర్ల జాబితా ప్రక్రియలో ఉత్తమ సేవలు అందించిన ఏఈఆర్ఓలకు సర్టిఫికేట్ తో పాటు రూ.10వేల పారితోషికం, ఎలక్షన్ డిటి, బిఎల్ఓలకు సర్టిఫికేట్ తో పాటు రూ.5వేలు, బి.ఎల్.ఓ సూపర్ వైజర్లకు సర్టిఫికేట్ తో పాటు రూ.3వేల పారితోషికాన్ని జిల్లా కలెక్టర్, జాయింట్ కలెక్టర్,డిసిపి లతో కలిసి అందించారు. తొలుత అధికారులు, యువతతో కలెక్టర్ ఓటరుగా ప్రతిజ్ఞను చేయించారు. అలాగే ఓటు హక్కు ప్రాధాన్యతను తెలిపే కేంద్ర ప్రధాన ఎన్నికల అధికారి రాజీవ్ కుమార్ సందేశాన్ని అధికారులతో కలిసి కలెక్టర్ తిలకించారు. అనంతరం సీనియర్ ఓటర్లయిన 95 ఏళ్ల కె.అప్పలనరసమ్మ, 76 ఏళ్ల ఎస్.అప్పన్నలను దుస్సాలువ, జ్ఞాపికతో కలెక్టర్ ఘనంగా సత్కరించారు.

యువ ఓటర్లతో ముచ్చటించిన జిల్లా కలెక్టర్

జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం సందర్భంగా 2024 జనవరి 1నాటికి 18ఏళ్ళు నిండి ఓటరుగా నమోదైన యువ ఓటర్లతో జిల్లా కలెక్టర్ డా. ఎ. మల్లికార్జున ముచ్చటించారు. ఓటు హక్కు రావడం పట్ల యువత స్పందనను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు విలువైనదని, అందువలన ఎటువంటి ప్రలోభాలకు, ఒత్తిళ్లకు తలొగ్గకుండా నిర్భయంగా, నిజాయితీగా ఓటు హక్కును వినియోగించు కోవాలని పిలుపునిచ్చారు. తొలిసారిగా ఓటు వేయనున్న యువత కోసం ప్రతి నియోజకవర్గ పరిధిలో ఈవిఎంలను ఉంచి, అవగాహన కల్పిస్తున్నట్లు యువ ఓటర్లకు తెలిపారు.

ఎన్నికల సమాచారం కోసం 1950 టోల్ ఫ్రీ నెంబర్

ఎన్నికలకు సంబంధించిన సమాచారం1950 టోల్ ఫ్రీ నెంబరు ఉందని కలెక్టర్ తెలిపారు. ఈ నెంబర్ ద్వారా మీ ఓటు, పోలింగ్ బూత్ వివరాలతో పాటు ఓటరు నమోదు కూడా చేసుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు. అలాగే మరో రెండు రోజుల్లో కలెక్టర్ కార్యాలయంలో కూడా జిల్లా ఎన్నికలకు సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం కొరకు కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటుచేసి నెంబరును అందుబాటులోకి తీసుకురానున్నట్లు కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు.

జాయింట్ కలెక్టర్ కె.ఎస్. విశ్వనాథన్ మాట్లాడుతూ 2014 నుండి ఓటర్లలో జాగృతి పెరిగిందని, తద్వారా రాష్ట్ర స్థాయిలో ఓటింగ్ శాతం పెరుగుతూ వచ్చిందన్నారు. అయితే జిల్లాలో గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో కంటే పట్టణ ప్రాంతాల్లోని ఓటర్లు పూర్తి స్థాయిలో ఓటుహక్కును వినియోగించుకోవడం లేదని, ఈసారి శత శాతం ఓటు హక్కును వినియోగించుకునేలా చేయడమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తున్నామని తెలిపారు.ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు ఆయుధ మని,కావున ప్రతి ఒక్కరూ ఓటుహక్కు ప్రాముఖ్యతను తెలుసుకొని, సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు.

డిప్యూటీ పోలీస్ కమీషనర్ ఆనంద్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ జిల్లాలోని ప్రతి ఒక్కరూ ఓటు విలువను తెలుసుకొని ఓటుహక్కును వినియోగించుకోవాలని, ఈ ఏడాది నినాదం కూడా అదేనని అన్నారు. ముఖ్యంగా పట్టణ ప్రాంత ఓటర్లతో పాటు యువత పాల్గొనాలని పేర్కొన్నారు.అంతకుముందు గురజాడ కళాక్షేత్రం నుండి ఉడా చిల్డ్రన్స్ ఎరీనా వరకు ఏర్పాటుచేసిన ర్యాలీలో జిల్లా రెవిన్యూ అధికారి కె. మోహన్ కుమార్, రెవిన్యూ డివిజనల్ అధికారి హుస్సేన్ సాహెబ్, జిల్లా అధికారులు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఈఆర్ఓలు, జిల్లా అధికారులు, యువ ఓటర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కుటుంబ పార్టీలను ఓడించండి: యువ ఓటర్లకు మోదీ

ఓటు సరైన ఆయుధం అన్నారు.

కీలకమైన నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి స్థిరమైన, పూర్తి మెజార్టీ ప్రభుత్వం అవసరమన్నారు. మీ ఒక్క ఓటుకు చాలా పెద్ద శక్తి ఉంటుందని... దేశంలో స్థిరమైన, పూర్తి మెజార్టీ ప్రభుత్వం ఉంటే దేశానికి మంచి జరిగే కీలక నిర్ణయాలు తీసుకోగలదని పేర్కొన్నారు. డిజిటల్ ఇండియా, మౌలిక సదుపాయాల పెంపు, స్టార్టప్స్ వంటి వాటి వల్ల యువతకు అపారమైన అవకాశాలు వస్తున్నాయన్నారు. మీ కలలే నా సంకల్పం... ఇది నా హామీ.. యువతే తన ప్రాధాన్యత అని ప్రధాని మోదీ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్ద సంఖ్యలో యువతీ యువకులు పాల్గొనడం పట్ల ప్రధాని మోదీ హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

మీ ఎదుగుదలే ఆంధ్రా యూనివర్శిటీకి గర్వకారణం కావాలి

సాక్షిగా నిలుస్తారన్నారు. ఏయూ శతాబ్ది ఉత్సవాలకు ప్రస్తుతం బ్యాచ్ పాల్గొనడం జరుగుతుందన్నారు.

ఆర్ట్స్ కామర్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య ఏ.నరసింహా రావు మాట్లాడుతూ ప్రతీ విద్యార్థికి ఉపాది కల్పన లక్ష్యంగా పనిచేస్తున్నామన్నారు. అభివృద్ధిని కాంక్షిచే ఉపకులపతి, నిరంతరం కష్టించి పనిచేసే రిజిస్ట్రార్‌లను ఏయూ కలిగి ఉందన్నారు. రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య ఎం.జేమ్స్ స్టీఫెన్ మాట్లాడుతూ యువత సామాజిక మాధ్యమాలను, సోషల్ మీడియాను సమర్ధవంతంగా, తమ అభ్యున్నతికి ఉపయుక్తంగా నిలుపుకోవాలన్నారు. తాము చదువుకుంటున్న ఏయూ అభివృద్ధికి ఉపకరించే విలువైన సూచనలు విద్యార్థులు అందించాలని సూచించారు. విభాగాధిపతి ఆచార్య జాలాది రవి మాట్లాడుతూ గతేడాది విభాగంలో 23 కార్యక్రమాలను నిర్వహించామని, 78 సంస్థలు ప్రాంగణ నియామకాలు జరిపి 171 మంది విద్యార్థులకు ఉపాధి అవకాశాలు అందించాయన్నారు. అత్యధికంగా తమ విభాగ విద్యార్థి రూ 24 లక్షలు వార్షిక వేతనం సాధించారన్నారు. కార్యక్రమం కన్వీనర్ ఆచార్య ఎం.ఉమాదేవి తదితరులు ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన వివిధ పోటీలలో విజేతలుగా నిలచిన విద్యార్థులకు వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి బహుమతులను ప్రధానం చేశారు.

జివిఎంసి 4, 5వ జోన్‌లలో బహిరంగ వేలం నిర్వహణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మహా విశాఖపట్నం నగరపాలక సంస్థ 4, 5 జోనులకు సంబంధించి పలు వాణిజ్య సముదాయాలు, కళ్యాణ మండపాలు, మార్కెట్లు గుత్తకు ఇచ్చేఉదుకు బహిరంగ వేలం నిర్వహించబడునని ఆయా జోనల్ కమిషనర్లు శివప్రసాద్, ఆర్జీవి కృష్ణ గురువారం పత్రికా ప్రకటన ద్వారా తెలిపారు. 4వ జోన్ లో వాణిజ్య సముదాయాలు, సర్దార్ వల్లభాయ్ పటేల్ (మార్కెట్, పూర్ణ మార్కెట్), రామకృష్ణ రైతు బజారు, రెల్లివీధి ఫిష్ మార్కెట్ కు తేదీ 31-01-2024 ఉదయం 11 గంటలకు 4వ జోన్ సూర్యా బాగ్ కార్యాలయంలోను, అలాగే 5వ జోనుకు సంబంధించి పలు వాణిజ్య సముదాయాలు, కళ్యాణ మండపాలు, పలు మార్కెట్లు కు తేదీ 30-01-2024 ఉదయం 11 గంటలకు కమిషనర్ గాని వారి అనుమతి పొందిన వారిచే గాని బహిరంగ వేలం పాట నిర్వహించబడునని వారు తెలిపారు. కావున ఆసక్తి గల వ్యక్తులు, సంస్థలు షెడ్యూల్ నిబంధనలకు లోబడి వేలం పాటలో పాల్గొనవలసిందిగా తెలియజేయడమైనదని, పూర్తి వివరాలకు సంబంధిత జోనల్ కార్యాలయంలోని పర్యవేక్ష కులను సంప్రదించగలరని జోనల్ కమిషనర్లు తెలిపారు.

జిల్లా పరిషత్ లో నేడు గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్టణం జిల్లా పరిషత్ కార్యాలయంలో నేడు 75వ గణతంత్ర దినోత్సవ వేడు కలను నిర్వహించనున్నట్లు ముఖ్య కార్యనిర్వాహణాధికారి ఎం. పోలినాయుడు గురువారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. జనవరి 26న ఉదయం 08.30 గం.లకు జాతీయ పతాక విష్కరణ ఉంటుందని, ఈ కార్యక్రమానికి జడ్పీటీసీలు తప్పక హాజరు కావాలని ప్రకటన ద్వారా కోరారు.

విశాఖ సమాచారమ్

శుక్రవారం 26-01-2024

హరిఓం

హరిఓం , - ఎవ్వరికీ ఏమీ ఇవ్వకపోతే మనం ధనవంతులమవుతామని అనుకోవడం వెర్రితనం.

దానివల్ల కుళ్ళిపోవడం తప్ప మరే ప్రయోజనం ఉండదు.

అనేక చిన్న నదుల నుంచి కూడా నీటిని సముద్రం తీసుకుంటుంది.

ఎన్ని నదుల నీళ్లు తాగినా సముద్రం నీరు ఉప్పగానే ఉంటుంది.

నదికి నీరు ఇవ్వడమే తెలుసు. సముద్రానికి తీసుకోవడమే తెలుసు.

వాటి నీటి రుచిలో తేడాకు అదే కారణం! - ప్రకృతి ధర్మమూ ఇదే.

'ఈ శరీరం ఉన్నది పరోపకారార్థమే' అని భావించే కొద్దిమంది మహానుభావుల వల్లనే ఇప్పటికీ ఈ ప్రపంచంలో మానవత్వం నిలిచి ఉన్నదని విజ్ఞులు చెబుతుంటారు.

మన ఇతిహాసాలన్నింటిలోనూ పరోపకార పరాయణులైనవారి చరిత్రలే ప్రధానంగా కనిపిస్తాయి.

లోకాలను రక్కసుల బారినుంచి కాపాడటానికి తన వెన్నెముకనే ఆయుధంగా ఇంద్రుడికి ఇచ్చిన దధీచి చిరస్మరణీయుడు. వాజశ్రవుడు తన గోసంపదను మొత్తాన్ని సంఘసేవకులైన ఉత్తమ పురుషులకు దానం చేశాడు.

చివరికి తన కుమారుడైన నచికేతుణ్ని సైతం యముడికి దానం చేశాడు. ఇతరులకు ఉపకారం చేయడమే ఉత్తమమైన తపస్సు అని ఒకనాటి విశ్వాసం!

ఒక శిష్యుడు గురువు చెప్పే విషయాన్ని శ్రద్ధగా వింటున్నాడు. 'అయిదు సంవత్సరాలు కీర్తిప్రతిష్ఠలకు దూరంగా ఉంటూ ఎవరు సమాజసేవ చేస్తారో వారికి సంఘంలో గౌరవం పెరుగుతుంది!'- అని గురువు బోధించాడు.

శిష్యుడు రోజులు లెక్కపెట్టుకుంటూ అయిదు సంవత్సరాలు దానధర్మాలు చేస్తూ గడిపాడు. కానీ అతడికి సమాజంలో ఆశించిన గౌరవం లభించలేదు.

'గురువుగారూ, మీరు చెప్పినట్లు చేసినా నాకు గౌరవం పెరగలేదు!' అని ఒకరోజు ఆయనకు లిచెప్పి వాపోయాడు.

'నాయనా, నువ్వు దానధర్మాలు చేసిన మాట నిజమే! నీ దృష్టి ఎప్పుడూ అయిదు సంవత్సరాల కాలాన్ని లెక్కపెట్టుకోవడంపైనే ఉంది. నీ మనసులో ప్రజల అవసరాలేమిటో, వాళ్ల కష్టాలేమిటో అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించలేదు!

నువ్వు పేరు ప్రతిష్ఠల కోసం, కీర్తి కోసం ఒక నాటకంలో పాత్రధారిలాగా దానధర్మాలు చేశావు!' అని గురువు అతడికి బుద్ధి చెప్పాడు. సంకుచిత మనస్కులకు తిరస్కారం తప్పదు. ఉదార మనస్కులపై లోకం ఔదార్యమే చూపుతుంది.

మహాకవి మాఘుడు గొప్ప సంపన్న కుటుంబంలో జన్మించాడు. తండ్రి తాతల ఆస్తి భారీగా మాఘ మహాకవికి సంక్రమించింది. ఆయనది దయార్ద్ర హృదయం.

అయన ఇల్లాలు కూడా భర్తకు తగినదే! ఇద్దరివీ పెద్ద చేతులు కావడం వల్ల ఆస్తి తరిగిపోయింది. ఒకసారి దేశంలో కరవు వచ్చింది. మాఘుడు తన పాత రచనలు అమ్మి ఆ వచ్చిన ధనాన్ని పేదలకు పంచి ఇచ్చాడు.

రోజురోజుకీ పేదల హాహాకారాలు ఎక్కువ అవుతున్నాయి. ఆ దశలో తాను రచిస్తున్న కొత్త కావ్యాన్నీ అమ్మడానికి సిద్ధమయ్యాడు.

దాన్ని కొనగల ధనవంతుడు ఎవరు? భోజుడు తప్ప! కానీ ఆ రాజు వద్దకు వెళ్ళడం మహాకవికి ఇష్టం లేదు.

ఎందుకంటే తాను రాజుగారి వద్దకు వెళితే ఆయన కావ్యానికి ఎక్కువ వెలకట్టి ధనం ఇస్తాడు. తనకు అది ఇష్టం ఉండదు. ఎంత విలువో అంతే ఇవ్వాలి! అందువల్ల తాను వెళ్ళకుండా తనభార్యను పంపించాడు.

భోజుడు ఆ కావ్యాన్ని చదివి, అది మాఘమహాకవి రచన అని గుర్తించాడు. గొప్ప సంపదను ఇచ్చి పంపాడు. దారిలోనే ఆ ధనాన్ని పేదలకు దానం చేస్తూ, శూన్యహస్తాలతో దంపతులిద్దరూ ఇంటికి చేరుకున్నారు.

మనకు శిశుపాలవధ అనే అజరామర కావ్యాన్ని ఇచ్చి పోయిన ఆ మహాకవి జీవితమే ఒక మహా కావ్యం!

అమనం గ్రామంలో పరిచయ కార్యక్రమం చేపట్టిన స్వతంత్ర అభ్యర్థి నాగోతి నాగమణి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం స్వతంత్ర అభ్యర్థి నాగోతి నాగమణి ఈరోజు అమనం ,జీరుపేట , పాత మాలకుద్దు ,నాగయ్యపాలెం, చిటీనగరం గ్రామాలలో ప్రజాపరిచయం కొరకై నాగోతి నాగమణి వెళ్ళారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా మహిళలకు చీరలు పంపిణీ చేయసారు. అలాగే గ్రామస్తుల కష్టాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు రాబోయే ఎన్నికలలో మీ నాగమణిని గెలిపించమని కోరారు మీకు ఎటువంటి కష్టం వచ్చినా మీ గ్రామంలో ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ప్రతి పని నేను చేయిస్తానని నాగోతి నాగమణి మాట్లాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా నాగోతి భాస్కర రావు, ఇల్లిపల్లి శ్రీనివాసరావు, తమ్మిన రామకృష్ణారావు, కందివలస రవి, కందివలస రామలక్ష్మి, జగ్గుపల్లి ఎల్లారావు గ్రామస్తులు మొదలగువారు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

గణతంత్ర వేడుకలకు సర్వం సిద్ధం

విజయనగరం: గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల కు పోలీస్ పెరేడ్ మైదానంలో ఏర్పాట్లు పూర్తయినాయి. శుక్రవారం ఉదయం 9 గంటల కు జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించి జిల్లా ప్రగతిని వివరిస్తారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా అభివృద్ధిని కనపరిచేల 13 శాఖల నుండి శకటాల ప్రదర్శన, 13 శాఖల కు చెందిన స్టాళ్లు ప్రదర్శించనున్నారు. పాఠశాల విద్యార్థుల చే సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల ప్రదర్శన, ఉత్తమ సేవలందించిన ఉద్యోగులకు ప్రశంసా పత్రాల పంపిణీ ఉంటుంది. ఏర్పాట్లను గురువారం సాయంత్రం జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ పోలీస్ పరేడ్ గ్రౌండ్స్ లో అధికారులతో కలసి పర్యవేక్షించారు.

భూమి లేని పేదలకు పట్టాలు పంపిణీ చేసిన ఎమ్మెల్యే

రాంబిల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలో లాలంకోడూరు గ్రామంలో ఎస్ సి, బిసి లు పూర్వం నుండి సాగులో వున్న వారికి ప్రభుత్వం ఆదేశాల మేరకు ఎమ్మెల్యే యువి రమణమూర్తి రాజు(కన్నబాబు) కృషితో శాసనసభ్యులు యు.వి రమణమూర్తి రాజు (కన్నబాబు) మాజీ డిసిసిబి ఛైర్మన్ యు.సుకుమార్ వర్మ (తేజ)ల చేతులమీదుగా ఎస్ సి, లకు 17 పట్టాలు బిసి లకు 6 పట్టాలు ఒక్కరికి 1.4 సెంట్ల చొప్పున పంపిణీ చేశారు.ఈ సందర్భంగా గ్రామ పెద్దలు, లబ్ధిదారులు మాట్లాడుతూ గడచిన 50 సంవత్సరాలలో ఎన్నడూ ఏ ప్రభుత్వం కూడా పేదలకు పట్టాలు పంపిణీ చేయటం చూడలేదని,గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలోతమ ఎమ్మెల్యే గ్రామానికి వచ్చినపుడు వారి సమస్యను చేప్పడం జరిగిందని, తక్షణమే ప్రభుత్వాధికారులతో మాట్లాడి పట్టాలు ఇప్పించే బాధ్యత తీసుకుంటానన్నారని అన్నారు. ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకుని నేడు ఎమ్మెల్యే చేతుల మీదుగా తమ పట్టాలు అందుకోవటం వారికి చాలా సంతోషంగా వుందని ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యేకు కృత జ్ఞతలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో రాంబిల్లి ఎమ్మార్వో పి. భాగ్యవతి, మండలం ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు, కార్య కర్తలు ప్రభుత్వ అధికారులు లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

లెక్చర్ సీరీస్ పోస్టర్ ఆవిష్కరణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం గాంధీ అధ్యయన కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే లెక్చర్ సీరీస్ పోస్టర్‌ని ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి గురువారం తన కార్యాలయంలో ఆవిష్కరించారు. వర్తమాన సమాజంలో గాంధీజీ ఆలోచనల ఆవశ్యకత అనే అంశంపై గాంధీ అధ్యయన కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో లెక్చర్ సిరీస్‌ని నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెక్టార్ ఆచార్య కె.సమత, రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య ఎం.జేమ్స్ స్టీఫెన్, ఆర్ట్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య ఏ.నరసింహా రావు, గాంధీ అధ్యయన కేంద్రం సంచాలకులు ఆచార్య కె.సీతామాణిక్యం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జర్నలిస్టుల ఇళ్ల స్థలాల ప్రక్రియ వేగవంతం చేయాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జర్నలిస్టుల ఇళ్ల స్థలాల కేటాయింపు ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని విశాఖ అక్రిడేటెడ్ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ హౌసింగ్ సొసైటీ కార్యవర్గం ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేసింది. సొసైటీ అధ్యక్షులు బి.రవికాంత్ అధ్యక్షతన సొసైటీ కార్యవర్గ సమావేశం గురువారం ఉదయం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా జర్నలిస్టుల ఇళ్ల స్థలాల అంశంపై కార్యవర్గ సభ్యులు సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. జర్నలిస్టుల ఇళ్ల స్థలాల కేటాయింపు ప్రక్రియను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని, అలాగే నగరానికి చేరువగా స్థలాలు ఉండేలా అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. అలాగే ప్రభుత్వం ఇళ్ల స్థలాల జీవోలో పేర్కొన్న విధంగా 60:40 నిష్పత్తిని సవరించాలని కోరారు. ఇళ్ల స్థలాల కోసం లబ్ధిదారుల వాటాగా చెల్లించాల్సి మొత్తాన్ని వాయిదాల పద్ధతిలో చెల్లించే వెసులుబాటును ప్రభుత్వం కల్పించాలని కోరారు. అదేవిధంగా సొసైటీలో సభ్యులుగా ఉన్నవారిలో 250 మంది వరకూ 2023 సంవత్సరంలో అక్రెడిటేషన్ లేకపోవడం వల్ల ఇళ్ల స్థలాలకు అర్హత పొందలేక పోయారని వారికి కూడా న్యాయం చేయాలని కోరారు. ప్రస్తుతం స్థల లబ్ధి పొందేందుకు అర్హత పొందిన జర్నలిస్టులతో పాటూ ఈ 250 మందికీ ఇళ్ళ స్థలాలు కేటాయించాలని కోరారు. కోవిడ్ సమయంలోనూ, ఇతర అనారోగ్య కారణాలు, ప్రమాదాల్లో మృతి చెందిన జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు కూడా మానవీయ కోణంలో ఇళ్ల స్థలాలు కేటాయించాలని కోరారు.ఈ అంశాలన్నింటినీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి దృష్టి కి తీసుకొని వెళ్లాలని తీర్మానించారు. అదేవిధంగా ఇళ్ల స్థలాలకు సంబంధించిన జిల్లాకమిటీలో సభ్యులుగా ఉన్న జర్నలిస్టులు అర్హులైన జర్నలిస్టులు అందరికీ మేలు జరిగేలా చూడాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అర్హులందరికీ ఇళ్ల స్థలాలు వచ్చేలా సొసైటీ నిరంతరం కృషి చేస్తుందని పునరుద్ఘాటించారు. కార్యవర్గ సమావేశంలో సొసైటీ గౌరవాధ్యక్షులు జి.జనార్ధనరావు, సొసైటీ సలహాదారు ధవళేశ్వరపు రవికుమార్, ఉపాధ్యక్షులు పరుశు రాం, మురళి కృష్ణా రెడ్డి, కోశాధికారి శరత్ కుమార్, కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శులు పి.ఎ.రావు, బొప్పన రమేష్, సంయుక్త కార్యదర్శులు అనురాధ, బి.శివప్రసాద్, చిట్టిబాబు, ప్రత్యేక ఆహ్వానితులు యర్రా నాగేశ్వరరావు, కార్యవర్గ సభ్యులు కీర్తన్ , శ్రీనివాసరావు, లక్ష్మణరావు, విజయలక్ష్మి, స్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నియోజకవర్గ స్థాయి పోటీలలో మొదటి స్థానంలో నిలిచిన యలమంచిలి

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాజీవ్ క్రీడా మైదానంలో గత రెండు రోజులుగా జరుగుతున్న నియోజకవర్గ స్థాయి ఆడుదాం-ఆంధ్ర పాటీలలో భాగంగా క్రికెట్ పురుషుల విభాగంలో మొదటి స్థానంలో యలమంచిలి మున్సిపాలిటీకి చెందిన తెరువుపల్లి టీమ్ కైవసం చేసుకోగా ద్వితీయ, తృతీయ స్థానాలను అచ్యుతాపురం, రాంబిల్లి టీమ్‌లు కైవసం చేసుకు న్నాయి. క్రికెట్ మహిళల విభాగంలో మూడు టీమ్ లు పాల్గొనాల్సి ఉండగా ఏ టీమ్ పాల్గొనలేదు.బాడ్మింటన్ పురుషుల విభాగంలో మొదటి స్థానం యలమంచిలి కైవసం చేసుకోగా ద్వితీయ,తృతీయ స్థానాలను అచ్యుతా పురం,మునగపాక టీమ్ లు కైవసం చేసుకున్నాయి.అలాగే మహిళల బాడ్మింటన్ విభాగంలో మొదటి స్థానం యలమంచిలి కైవసం చేసుకోగా ద్వితీయ,తృతీయ స్థానాలను మునగపాక అచ్యుతాపురం టీమ్ లు కైవసం చేసుకున్నట్లు ఎంపిడిఓ అప్పలనాయుడు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.విన్నింగ్ టీమ్ లను ఎంపిడిఓ అప్పలనాయుడు, ఎమ్ ఈ ఓ 2 అరుణ్ కుమార్,కౌన్సిలర్ పిట్టా సత్తిబాబు, కో-అప్షన్ సభ్యులు దూది నర్సింహమూర్తి, వ్యాయమ ఉపాధ్యాయులు మూర్తి తదితరులు అభినందించారు.

లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే రోజూ ఆకుకూరలు తినాలి

లివర్ మన శరీరంలో అత్యంత ముఖ్యమైన భాగం. లివర్ మన శరీరంలోని వ్యర్థాలను తొలగిస్తుంది. జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది. తిన్న ఆహారం జీర్ణం అవ్వాలన్నా, శరీరానికి శక్తి సరిగ్గా అందాలన్నా, విష పదార్థాలు బయటికి వెళ్లాలన్నా లివర్ సరిగ్గా పని చేయాలి. ముఖ్యంగా శరీరంలో ఏర్పడే ఇన్ఫెక్షన్లు, కొవ్వులు, రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను కూడా లివర్ నియంత్రిస్తుంది. ఇది దాదాపు 500 రకాలకు పైగా క్రియలను నిర్వర్తిస్తుంది. మన శరీరం నుంచి వ్యర్థాలను తొలగించే లివర్‌ను డీటాక్స్ చేయడం చాలా ముఖ్యం. లివర్ డీటాక్స్ ద్వారా లివర్, శరీరం నుంచి విష పదార్థాలు తొలగుతాయి. లివర్‌ను ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రం చేస్తే.. అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు దూరం అవుతాయి.

మనం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి, లివర్‌ను హెల్తీగా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యమని ప్రముఖ పోషకాహార నిపుణులు అన్నారు. కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో లివర్‌ను క్లీన్ చేయవచ్చు. లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే జంక్ ఫుడ్స్, ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్ సోడా, ఆల్కహాల్, ఇతర కార్బోనేటేడ్ పానీయాలకు దూరంగా ఉండాలి. లేదంటే తీవ్రమైన కాలేయ సమస్యలు, ఊబకాయం, ఫ్యాటీ లివర్ లాంటి సమస్యలు వస్తాయి. వీటిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే సిర్రోసిస్‌కు దారి తీస్తుంది. లివర్ ఆరోగ్యానికి ఆహారం, పానీయాల విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలి.

ఆకు కూరలు ఆకు కూరల్లో క్లోరోఫిల్ ఉంటుంది, దీనికి క్లెన్సింగ్ గుణాలు ఉన్నాయని పోషకాహార నిపుణురాలు నితికా తన్వర్ అన్నారు. క్లోరోఫిల్ రక్తప్రవాహం నుంచి విష పదార్థాలను గ్రహిస్తుందని అన్నారు. ఆకు కూరలు కడుపులో లైట్‌గా ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణం కావడానికి ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదు. మీ డైట్‌లో తరచుగా పాలకూర, కాలే, కొత్తిమీరు తీసుకుంటే లివర్ డీటాక్స్ అవుతుంది.

సిట్రస్ పండ్లు సిట్రస్ పండ్లలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది డీటాక్సిఫికేషన్‌కు సహాయపడుతుంది. ద్రాక్ష, ఆరెంజ్, నిమ్మకాయలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి ఇన్ఫ్లమేషన్‌ను తగ్గించి, లివర్‌ను రక్షిస్తాయి. బ్లూబెర్రీస్, క్రాన్‌బెర్రీస్‌లో ఉండే ఆంథోసైనిన్‌లు యాంటీఆక్సిడెంట్స్‌గా పనిచేస్తాయి.

వెల్లుల్లి వెల్లుల్లిలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి శరీరం నుంచి విషపదార్థాలను తొలగించడానికి సహాయపడతాయి. వెల్లుల్లిలో ఉండే సెలీనియం, లివర్‌ను డీటాక్స్ చేసే ఎంజైమ్‌లను యాక్టివ్ చేస్తుంది.

క్రూసిఫెరస్ కూరగాయలు మన శరీరం శుభ్రంగా ఉండటానికి ఫైబర్ చాలా అవసరం. క్రూసిఫెరస్ కూరగాయలలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరం నుంచి టాక్సిన్స్, క్యాన్సర్ కారకాలను బయటకు పంపడంలో సహాయ పడుతుంది. మీ లివర్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి, మీ డైట్‌లో క్యాబేజీ, బ్రోకలీ, కాలీఫ్లవర్, బ్రస్సెల్స్ స్ప్రౌట్స్ వంటి కూరగాయలను తీసుకోండి. వీటిలో ఉండే పోషకాలు లివర్‌ను క్లీన్ చేసే ఎంజైమ్స్‌ను ప్రేరేపిస్తాయి.

ఆలివ్ ఆయిల్ ఆలివ్ ఆయిల్ ఎంజైమ్‌ల యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను పెంచుతుందని అధ్యయనాలు వెల్లడించాయి. ఆలివ్ ఆయిల్ ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య నుంచి రక్షణ కల్పిస్తుంది.

పసుపు పసుపులో ఉండే కర్కుమిన్ లివర్ కణాలను రిపేర్ చేస్తుంది, టాక్సిన్‌లను తొలగిస్తుంది. కర్కుమిన్, లివర్ దెబ్బతినకుండా బైల్ ఉత్పత్తిని కూడా కాపాడుతుంది.

నట్స్ వాల్‌నట్‌లలో ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, గ్లూటాతియోన్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి సహజంగా లివర్‌ను శుభ్రపరచడానికి, లివర్ ఎంజైమ్ స్థాయిలను మెరుగు పరచడంలో సహాయపడతాయి.

చక్కెర తినడం మానేస్తే ఎన్ని లాభాలో

మన దేశ సంస్కృతిలో స్వీట్స్‌కు ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. పుట్టిన రోజైనా, ఏదైనా ఫంక్షన్ అయినా, శుభకార్యం అయినా స్వీట్ లేకపోతే అసంపూర్తిగానే ఉంటుంది. మన ఆనందాన్ని స్వీట్స్‌తో సెలబ్రెట్ చేసుకుంటేనే మజా. కొందరికి, భోజనం తర్వాత స్వీట్ తినకపోతే కంప్లీట్ మీల్ ఫీలింగ్ రాదు. మరికొందరు స్వీట్స్ అంటే ప్రాణం ఇస్తారు. స్వీట్స్‌లో చక్కెర ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటుంది. కానీ, చక్కెర ఎక్కువగా తీసుకుంటే ఎన్నో ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చక్కెరను స్వీట్ పాయిజన్ అని పిలుస్తారని నిపుణులు అంటున్నారు. చక్కెరలో క్యాలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయని, ఎటువంటి పోషకాలు ఉండవని పబ్మెడ్ వెల్లడించింది. చక్కెర ఎక్కవగా ఉండే ఆహార పదార్థాలు తీసుకుంటే శరీరానికి క్యాలరీలు ఎక్కువగా అందుతాయని, దీనివల్ల అధిక బరువు, డయాబెటిస్, హైపర్‌టెన్షన్ వంటి సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

చక్కెరను స్వీట్ పాయిజన్ అని న్యూట్రిషనిస్టులు అంటున్నారు. కానీ, చాలా మంది ఈ విషయాన్ని పట్టించుకోకుండా అధిక మొత్తంలో చక్కెర తీసుకుంటారని అన్నారు. పండ్లు, కూరగాయలలో ఉండే సహజ చక్కెర ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపదని అంటున్నారు. స్వీట్స్, బేకరీ ఫుడ్స్, సాఫ్ట్ డ్రింక్స్ సిఫార్సు చేసిన దానికంటే ఎక్కువ చక్కెర శాతం ఉంటుందని తెలిపారు. ఇవి ఎక్కువగా తింటే ఎన్నో ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించారు. చక్కెర తీసుకోవడం మానేస్తే ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాల కలుగుతాయని తెలిపారు.

గట్ హెల్త్‌కు మంచిది

షుగర్ గట్‌లో ఇన్‌ఫ్లమేటరీ ప్రొఫైల్‌ను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఇది మైక్రోబయోమ్‌ను దెబ్బతీస్తుంది. చక్కెర కారణంగా మంచి బ్యాక్టీరియా మరణించి, చెడు బ్యాక్టీరియా అధికం అవుతుంది. దీనివల్ల పేగుల ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. మీరు చక్కెరను తీనడం మానేస్తే గట్ హెల్త్‌కు మంచిదని అన్నారు.

ఎనర్జీ లెవల్స్ పెరుగుతాయి

షుగర్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను వేగంగా పెంచుతాయి. మీరు స్వీట్స్ తింటే కొంతసమయం ఎనర్జిటిక్‌గా ఫీలవుతారు. కానీ, ఈ ఫీలింగ్ చాలా తక్కువ సమయం మాత్రమే ఉంటుంది. దాని ప్రభావం తగ్గిన తర్వాత అలసటగా అనిపిస్తుంది. మీరు ఎనర్జీ లెవల్స్ ఎప్పుడు పడిపోకుండా ఉండాలంటే చక్కెర పదార్థాలకు దూరంగా ఉండండి.

ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుంది

మీ డైట్‌లో షుగర్ స్కిప్ చేస్తే ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుందని పోషకాహార నిపుణురాలు అభిప్రాయపడ్డారు. చక్కెర ఎక్కువగా తీసుకుంటే దీర్ఘకాలిక ఇన్ఫ్లమేషన్‌కు కారణం అవుతుంది. ఇన్ఫ్లమేషన్ కారణంగా రోగనిరోధక శక్తి తగ్గుతుంది. మీరు చక్కెర ఎక్కువగా తీసుకుంటుంటే ఏడాది పొడవునా, జలుబు, ఫ్లూతో బాధపడతారు.

స్కిన్ గ్లో అవుతుంది

ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్, చక్కెర ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకుంటే వృద్ధాప్య ఛాయలు త్వరగా మొదలవుతాయి. మీరు ఎక్కువ కాలం యంగ్ లుక్‌తో ఉండాలనుకుంటే చక్కెరకు దూరంగా ఉండటం మంచిది.

ఇన్ఫ్లమేషన్ సమస్య దూరం అవుతుంది

అధిక చక్కెర సైటోకిన్‌లను పెంచుతుంది, ఇవి ఇన్ఫ్లమేటరీ మాలిక్యూల్స్. ఇన్ఫ్లమేషన్ కారణంగా అనేక వ్యాధులకు గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. దీనికి దూరంగా ఉండటానికి చక్కెర తీసుకోవడం మానేయండి.

లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది

మన లివర్ డైటరీ కార్బోహైడ్రేట్‌లను కొవ్వుగా మారుస్తుంది. మనం చక్కెర ఎక్కువగా తింటే లివర్‌లో కొవ్వు అధికంగా పేరుకుపోతుంది. దీని కారణంగా నాన్ ఆల్కహాలిక్ ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. దీని వల్ల ప్రాణానికే ముప్పు వాటిల్లే ప్రమాదం ఉంది. మన చక్కెర తినడం మానేస్తే లివర్ ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుంది.

అరటిపండు తింటే థైరాయిడ్ కంట్రోల్‌లో ఉంటుందా?

ఒక దశాబ్దకాలంగా థైరాయిడ్ సమస్య ఎక్కువుతోంది. ఇటీవల థైరాయిడ్ సమస్యతో బాధపడేవారి సంఖ్య బాగా పెరిగిపోయింది. అంచనా ప్రకారం, భారతదేశంలో దాదాపు 42 మిలియన్ల మంది ప్రజలు థైరాయిడ్ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. పురుషుల కంటే.. స్త్రీలలో థైరాయిడ్ వచ్చే ప్రమాదం 10 రెట్లు ఎక్కువ. ప్రతి 8 మంది మహిళల్లో ఒకరికి థైరాయిడ్ ఉంది. థైరాయిడ్ హార్మోను సవ్యంగా విడుదలైనప్పుడే శరీరంలో ప్రతి కణం సరిగ్గా పనిచేసి, జీవక్రియ పనితీరు బాగుంటుంది. థైరాయిడ్ హార్మోన్ విడుదలలో ఎప్పుడైతే సమతుల్యం లోపిస్తుందో అప్పుడు ఇబ్బందులు తప్పవు. శ్వాసవ్యవస్థ, గుండె, నాడీ, జీర్ణవ్యవస్థ, సంతానోత్పత్తి వ్యవస్థ ఇలా చాలా వాటిపై థైరాయిడ్ హార్మోన్ ప్రభావం ఉంటుంది. హైపోథలామస్, పిట్యూటరీ, థైరాయిడ్ వ్యవస్థలలో మార్పులు రావడం వల్ల థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరులో మార్పులు వచ్చి హైపర్ థైరాయిడిజమ్, హైపోథైరాయిడిజం వంటి సమస్యలు వస్తాయి.

థైరాయిడ్ కారణంగా బరువు పెరగడం లేదా తగ్గడం, జుట్టు రాలడం, అలసట, నెలసరి సక్రమంగా రాకపోవడం, గర్భం దాల్చకపోవడం వంటి ఎన్నో సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. థైరాయిడ్ సమస్యకు దూరంగా ఉండటానికి, థైరాయిడ్ ఉంటే కంట్రోల్‌లో ఉంచుకోవాలంటే లైఫ్‌స్టైల్ మార్పులు చేసుకుని, మంచి ఆహారం తీసుకోవాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ప్రొబయోటిక్స్ ప్రొబయోటిక్స్ థైరాయిడ్ సమస్యకు చెక్ పెడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవి డైరీ ఉత్పత్తులలో ఎక్కువగా లభిస్తాయి. ప్రొబయోటిక్స్‌తో డిప్రెషన్, మానసిక ఒత్తిడి సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు. ఆనందంగా ఉండడానికి ప్రొబయోటిక్స్ ఆహారం కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని పోషకారహార నిపుణులు అంటున్నారు. ఒత్తిడి తగ్గితే.. చాలా వరకు థైరాయిడ్ కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది.

కుంకుమ పువ్వు రాత్రంతా నానబెట్టిన కుంకుమపువ్వు నిద్రలేవగానే తీసుకుంటే థైరాయిడ్ సమస్యలు ఉన్నవారికి మూడ్ స్వింగ్స్ కంట్రోల్‌లో ఉంటాయి. ఇది నెలసరి సమయంలో పొత్తికడుపు నొప్పి, పీఎంఎస్ నుంచి ఉపశమనాన్ని ఇస్తుంది. హైపోథైరాయిడ్ కారణంగా చాలా మంది బరువు పెరుగుతారు. కుంకుమ పువ్వు తీసుకుంటే బరువు కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది. దీనిలో అమైనో యాసిడ్స్ మెండుగా ఉంటాయి. మీరు పడుకునే ముందు ఒక గ్లాసు కుంకుమ పువ్వు పాలు తాగితే మంచిది ఇది మీకు కాల్షియం, ప్రోటీన్‌లను అందిస్తుంది.

అయోడిన్ డైట్ థైరాయిడ్ పని తీరుకు తగినంత మొత్తంలో అయోడిన్ అవసరం. అయోడిన్ థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది. ట్రైఅయోడోథైరోనిన్ (T3), థైరాక్సిన్ (T 4)థైరాయిడ్ హార్మోన్లలో అయోడిన్ ఉంటుంది. అయోడిన్ లోపం కారణంగా థైరాయిడ్ సమస్యకు దారి తీస్తుంది. మీ ఆహారంలో పాలు, పెరుగు, చీజ్, గుడ్లు, అయోడైజ్డ్ ఉప్పు, రొయ్యలు వంటి ఆహారం తీసుకోవాలి.

సెలీనియం : సెలీనియం ఎక్కువగా ఉండే ఎల్లోఫిన్ ట్యూనా, బీఫ్ లివర్, గుడ్లు మొదలైన వాటిని ఆహారంలో చేర్చుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. సెలీనియం T 4ని శరీరంలోని హార్మోన్లతో సమతుల్యం చేయడంలో సహాయపడుతుంది.

అరటిపండు రోజూ అరటిపండు తింటే థైరాయిడ్ సమస్య కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది. అరటిపండులో అయోడిన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. అయోడిన్ శరీరంలో T4ని T3గా యాక్టివ్ చేయడానికి అవసరం.

ఐరన్ శరీరంలో ఐరన్ లోపం హిమోగ్లోబిన్ ఉత్పత్తిని ప్రభావితం చేస్తుంది. దీని కారణంగా శరీరంలోని వివిధ హార్మోన్ల స్థాయి పెరగడం, తగ్గడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. థైరాయిడ్ హార్మోన్ T4ని T3గా మార్చడానికి థైరాయిడ్‌కు ఐరన్ అవసరం. మీ డైట్‌లో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉండే ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, లివర్, అంజీర్, ఖర్జూరం వంటి ఆహారం చేర్చుకోండి.

చేతి దగ్గర ఇలా చేయండి మీకు థైరాయిడ్ సమస్య ఉంటే మీ చూపుడు వేలు, బొటనవేలు మధ్య కనెక్టింగ్ పాయింట్ దగ్గర నెమ్మది నొక్కండి. మీ రెండు చేతులపై 20-50 సార్లు రిపీట్ చేయాలి. ప్రతి రోజూ దీన్ని ప్రాక్టిస్ చేస్తే థైరాయిడ్ కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది. దీనితో పాటు అనులోమ-విలోమ ప్రాణాయామం, ఉజ్జయి ప్రాణాయామం ప్రాక్టిస్ చేయండి.

ప్రశాంతంగా నిద్రపోండి థైరాయిడ్‌తో బాధపడేవారికి గాఢనిద్ర ఔషధంలా పనిచేస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మంచి నిద్ర కాలేయాన్ని డీటాక్స్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది, ఇది థైరాయిడ్ హార్మోన్లను బ్యాలెన్స్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది.

ఈ ఆహారాలు వద్దు

సోయా ఆహారాలు: టోఫు, టేంపే, ఎడామామ్.

కొన్ని కూరగాయలు: క్యాబేజీ, బ్రోకలీ, కాలే, కాలీఫ్లవర్, పాలకూర. పండ్లు, **దుంపలు:** చిలగడదుంపలు, కాసావా, పీచెస్, స్ట్రాబెర్రీలు.

గింజలు, విత్తనాలు: మిల్లెట్, పైన్ గింజలు, వేరుశెనగ.

శీతాకాలంలో మీ రక్తపోటు ఎందుకు పెరుగుతుంది?

నేటి చురుకైన జీవనశైలిలో, ఆఫీసులో పై అధికారుల ఒత్తిడి, కుటుంబ నిర్వహణ, పిల్లల చదువులు, సమయ పాలన, డబ్బు సమస్యలు, వృద్ధ తల్లిదండ్రులను చూసుకోవడం వంటి అనేక సమ స్యలు మీ జీవితంలో వరుసలో ఉంటాయి. భారతీయ మధ్య తరగతిలో చాలా మంది తమ దైనందిన జీవితంలో ఇటువంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటూ ప్రతిరోజూ గడుపుతున్నారు. ఇది డిప్రెషన్ మరియు అధిక రక్తపోటుకు కారణమవుతుంది. ఇది గుండె సమస్యలకు దారితీస్తుంది.

దీన్ని నివారించడానికి, మన రోజువారీ జీవితంలో కొన్ని చిన్న ఆరోగ్యకరమైన అల వాట్లను పాటిస్తే సరిపోతుంది. మాత్రల సహాయం లేకుండా మీ రక్తపోటును నియంత్రణలోకి తీసుకురావడానికి ఈ శీతాకాలంలో మీరు ఏమి చేయవచ్చు.

అధిక రక్త పోటు ఉష్ణోగ్రతలో తగ్గుదల అనేక ఆరోగ్య పరిస్థితుల లక్షణాలను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉండటం, కీళ్ల నొప్పులు మరియు ఉబ్బసం, ఈ ఆరోగ్య సమస్యలన్నీ శీతాకాలంలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. చల్లని వాతా వరణంలో చాలా మందిని ఇబ్బంది పెట్టే మరో ఆరోగ్య సమస్య అధిక రక్తపోటు. బయట ఉష్ణోగ్రత తగ్గడం మొదలవుతుంది, ఇప్పటికే అధిక రక్తపోటు సమస్యలతో బాధపడుతున్న వ్యక్తుల రక్తపోటు స్థాయి పెరుగుతుంది. వృద్ధుల్లో ఈ సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది గుండెపోటు మరియు గుండె సమస్యల ప్రమాదాన్ని మరింత పెంచుతుంది.

చల్లని వాతావరణం రక్తపోటు స్థాయిలను ఎందుకు పెంచడానికి దారితీస్తుంది? చల్లని వాతావరణం రక్త నాళాలు మరియు ధమనులను పరిమితం చేస్తుంది. దీని కారణంగా, శరీరంలోని వివిధ భాగాలకు రక్తాన్ని రవాణా చేయడానికి ఎక్కువ శక్తి అవసరమవుతుంది. ఫలితంగా, రక్తపోటు పెరుగుతుంది.

వైద్యుడిని ఎప్పుడు సంప్రదించాలి? తేమ, వాతావరణ పీడనం, మేఘావృతం లేదా గాలి వంటి వాతావరణంలో ఆకస్మిక మార్పుల వల్ల కూడా రక్తపోటు ప్రభావితమవుతుంది. రక్తపోటులో వాతావరణ సంబంధిత వైవిధ్యం 65 ఏళ్ళ పైబడిన వారిలో సర్వసాధారణం. అదనంగా, శీతాకాలంలో బరువు పెరగడం మరియు శారీరక శ్రమ లేకపోవడం రక్తపోటు స్థాయిలను పెంచడానికి దోహదం చేస్తుంది. చలికాలంలో రక్తపోటులో ఏదైనా మార్పు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించండి. మీ రక్తపోటును సాధారణ స్థితికి తీసుకు రావడానికి కొన్ని ఇతర మార్గాలు ఉన్నాయి.

ఆల్కహాల్ మరియు కెఫిన్ మానుకోండి చలికాలంలో ఎక్కువగా ఆల్కహాల్ తాగడం వల్ల మీ శరీరంలోని వేడి త్వరగా తగ్గిపోతుంది. ఇది శరీరం యొక్క కోర్ ఉష్ణోగ్రతను తగ్గిస్తుంది మరియు మీకు చల్లగా అనిపిస్తుంది. దీనివల్ల రక్తనాళాలు కుంచించుకుపోయి రక్తపోటు పెరుగు తుంది. మీరు ఎల్లప్పుడూ ఇంటి లోపల ఉన్నప్పటికీ, మీ ఆల్కహాల్ మరియు కెఫిన్ తీసుకోవడం పరిమితం చేయడం ముఖ్యం. ప్రతి రోజూ 2 కప్పుల కాఫీ మరియు 1 కప్పు ఆల్కహాల్ సరి పోతుంది. మరియు గుండె నాళాలలో రక్త ప్రవాహం సక్రమంగా ఉండటం అవసరం. సిగరెట్‌లోని నికోటిన్, వైన్‌లోని ఆల్కహాల్, టీ, కాఫీలలో ఉండే కెఫిన్ గుండెలో రక్తపోటును పెంచుతాయి. దీని వల్ల అధిక రక్తపోటు, గుండె దడ, ఆకస్మికంగా తల తిరగడం మరియు చెమటలు పట్టడం వంటివి జరుగుతాయి.

రెండు మూడు లేయర్లుగా ఉండే దుస్తులు ధరించండి ఒక మందపాటి జాకెట్ ధరించడానికి బదులుగా, లేయర్లలో డ్రెస్సింగ్ ప్రయత్నించండి. లేయర్‌లుగా ఉండే దుస్తులు వేసుకోవడం వల్ల చలిని దూరం చేస్తుంది మరియు వెచ్చగా అనిపించేలా చేస్తుంది. మందపాటి జాకెట్ వేసుకుంటే శరీరం తేలికగా వేడిని కోల్పోతుంది. ఇది మీకు చల్లగా అనిపిస్తుంది మరియు మీ రక్తపోటు స్థాయిని పెంచుతుంది. అలాగే, చల్లని రోజులలో మీ చర్మాన్ని కనిష్టంగా బహిర్గతం చేయడానికి ప్రయత్నించండి. ఇది చర్మం పొడిబారకుండా కూడా సహాయపడుతుంది.

కాలానుగుణ పండ్లు మరియు కూరగాయలు తినండి మీ రక్తపోటు స్థాయిలను నిర్వహించడంలో మీ ఆహారం ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన మరియు పోషకమైన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల మీ రక్తపోటు లక్షణాలను అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు. మీకు ఇప్పటికే అధిక రక్తపోటు ఉన్నట్లయితే, ఎక్కువ కూరగాయలు, పండ్లు, తక్కువ కొవ్వు పాల ఉత్పత్తులు మరియు సన్నని మాంసాలు, చేపలు మరియు తృణధాన్యాలు మితమైన మొత్తంలో తినండి.

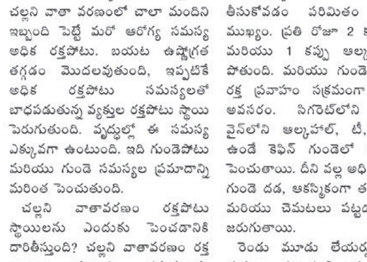
మధ్యస్తంగా వ్యాయామం చేయండి అధిక రక్తపోటు ఉన్నవారికి మితమైన వ్యాయామం సిఫార్సు చేయబడింది. మీ శరీరంపై అధిక ఒత్తిడిని ఉంచడం వల్ల శరీరం అవసరమైన దానికంటే ఎక్కువ చెల్లించేలా చేస్తుంది మరియు మీ సమస్యలను అనవసరంగా పెంచు తుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు, అధిక రక్తపోటు మరియు ఊబకాయం ఒకదా నికొకటి సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఊబకాయం పెరిగితే చక్కెర స్థాయిలు, రక్తపోటు పెరుగుతాయి. ఉదయం పూట కనీసం 15 నిమిషాలు వ్యాయామం చేయడం చాలా ముఖ్యం. అదేవిధంగా ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ 20 నిమిషాల పాటు నడవడం మంచిది. ఇది మన శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుతుంది మరియు రక్తపోటును స్థిరంగా ఉంచుతుంది.

డెంగ్యూ వ్యాధికి మందు బొప్పాయి ఆకుల్లో దాగి ఉందా!

దోమల వల్ల అనేక రకాల వ్యాధులు వ్యాపిస్తాయి కానీ అత్యంత ప్రమాదకరమైనది డెంగ్యూ జ్వరం. ఈ వ్యాధిలో, ఒక వ్యక్తి శరీరంలో ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్య వేగంగా తగ్గడం ప్రారంభమవుతుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, రోగి తీసుకునే ఆహారాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.

శరీరంలో ప్లేట్‌లెట్లను పెంచడానికి, మీరు మీ ఆహారంలో కొన్ని రసాలను చేర్చుకోవచ్చు, ఇది చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని నిరూపించవచ్చు. ప్లేట్‌లెట్లను పెంచడానికి బొప్పాయి ఆకుల రసం అత్యంత ప్రభావవంతమైన ఔషధంగా పరిగణించబడుతుంది. డెంగ్యూ చికిత్సకు బొప్పాయి ఆకుల రసం నిజంగా ప్రభావవంతంగా ఉంటుందా లేదా అది కేవలం పుకారు కాదా అని తెలుసుకుందాం.

శాస్త్రీయ కారణం : నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ బయోటెక్నాలజీ ఇన్ఫర్మేషన్‌లో ఇటీవల ప్రచురించిన ఒక నివేదిక ప్రకారం, డెంగ్యూ జ్వరాన్ని నివారించడంలో బొప్పాయి ఆకులను ఉపయోగించడం ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. డెంగ్యూ దోమ కాటుకు గురైన 45 ఏళ్ల రోగిపై పరిశోధకులు తమ అధ్యయనాన్ని రూపొందించారు. రోగికి ఐదు రోజుల పాటు ప్రతిరోజూ ఉదయం మరియు సాయంత్రం బొప్పాయి ఆకుల రసం ఇవ్వబడింది. చికిత్సకు ముందు రోగి యొక్క రక్త పరీక్షల్లో, తక్కువ సంఖ్యలో ప్లేట్‌లెట్లు, తెల్ల రక్త కణాలు మరియు న్యూట్రోఫిల్స్ కనుగొనబడ్డాయి. కానీ ఐదు రోజుల పాటు బొప్పాయి రసం ఇవ్వడంతో రోగికి ప్లేట్‌లెట్స్ పెరిగాయి. డెంగ్యూపై బొప్పాయి ఆకులు ప్రభావవంతంగా ఉన్నాయని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. వైరల్ వ్యాధుల చికిత్సలో కూడా దీనిని ఉపయోగించవచ్చు.



బొప్పాయి ఆకుల రసంతో ప్లేట్‌లెట్స్ ఎలా పెరుగుతాయి: కార్పైంటైన్, విటమిన్ సి, ఫైబర్, ఫోలేట్ మరియు విటమిన్ ఎ వంటి మూలకాలు బొప్పాయిలో ఉంటాయి, ఇవి ప్లేట్‌లెట్లను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. కార్పైన్ ప్లేట్‌లెట్ ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తుంది. విటమిన్ సి మరియు ఫైబర్ కూడా ప్లేట్‌లెట్స్ ఏర్పడటానికి సహాయ పడతాయి. ప్లేట్‌లెట్ ఉత్పత్తిలో విటమిన్ ఎ ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. రక్త కణాల నిర్మాణానికి ఫోలేట్ అవసరం. కాబట్టి బొప్పాయిలోని ఈ పోషకాల వల్ల ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్య పెరుగుతుంది, అయితే డెంగ్యూ చికిత్సకు వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం.

బొప్పాయి ఆకుల నుండి రసం ఎలా తయారు చేయాలి : అన్నింటిలో మొదటిది, 5-10 తాజా మరియు మృదువైన బొప్పాయి ఆకులను తీసుకోండి. కుళాయి తిప్పి పారుతున్న నీటిలో వాటిని 5-6 సార్లు కడగాలి. ఇప్పుడు ఆకులను జ్యూసర్ జార్‌లో వేసి రసం వచ్చే వరకు రుబ్బుకోవాలి. ఇప్పుడు, మిశ్రమాన్ని చక్కటి గుడ్డ సహాయంతో వడకట్టండి. ఈ రసాన్ని గ్లాసులో నింపి తాగాలి.

గౌరీ పరమేశ్వరుల ఉత్సవం సందర్భంగా మెగా మెడికల్ క్యాంప్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రసిద్ధి చెందిన గవరపాలెం శ్రీ గౌరీ పరమేశ్వరుల మహోత్సవ సందర్భంగా కొణతాల లక్ష్మీనారాయణ సూర్య కళదంపతుల జ్ఞాపకార్థం వారి కుమారులు డాక్టర్ కొణతాల నగేష, కొణతాల జగదీష్ ఆధ్వర్యంలో గురువారం గవరపాలెం పార్క్ సెంటర్ మళ్ల జగన్నాథ్ కళ్యాణ మండపంలో ఉచిత మెగా మెడికల్ క్యాంపు జరిగింది. ఈ మెడికల్ క్యాంప్ ఆధునిక పరికరాలతో క్యాన్సర్ పరీక్షలతో పాటు అన్ని రకాల పరీక్షలు చేసి ఉచితంగా మందులు పంపిణీ చేస్తామని ఉత్సవ కమిటీ చైర్మన్ కొణతాల సంతోష్ అప్పారావు నాయుడు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్లు బ్రహ్మనాయుడు, వైద్య సిబ్బంది, గౌరీ పరమేశ్వరుల ఆలయ కార్యదర్శి కొణతాల శ్రీనివాస రావు, కోశాధికారి కొణతాల మహాలక్ష్మి నాయుడు, ఆలయ ప్రతినిధులు శ్రీ నూకంబిక అమ్మవారి దేవస్థానం చైర్మన్ కొణతాల మురళీకృష్ణ, కొణతాల శ్రీనివాసరావు, దొడ్డి భోగేష్, బుద్ధ లక్ష్మణ్, పిళ్ళా సత్యనారాయణ, గండేపల్లి మురళీ, పెంటకోట లక్ష్మీనారాయణ, మళ్ళ రాజు, కొణతాల లోకేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అత్యంత వైభవంగా దుర్గా భవాని అంబలం పూజ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ పారిశ్రామిక వేత్త ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు (ఎం.వి.ఆర్) నివాసం వద్ద, అనకాపల్లి స్థానిక నర్సింగరావుపేట, ఎం.వి.ఆర్ స్వగృహం వద్ద, శ్రీ దుర్గా భవాని అంబలం, పూజా కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు, ఈ పూజా కార్యక్రమంలో గురు భవానీలు భజనలు చేసి అమ్మవారిని స్తుతిస్తూ ఆలపించిన భక్తి గీతాలు భక్తులను భక్తి పారవశ్యంలో ముంచెత్తాయి. వచ్చిన భవాని భక్తులకు, ఎం.వి.ఆర్ తనయులు చేతుల మీదుగా ముందుగా, గురుభవానికి చిరు సత్కారం చేసి షీల్డ్ బహుకరించారు, అనంతరం ఎం.వి.ఆర్ కుటుంబ సమేతంగా పడి వెలిగించారు. భజనలు చేశారు, అనంతరం వచ్చిన భక్తులకి చద్ది ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎం.వి.ఆర్ యువసేన సభ్యులు సంజు టీం సభ్యులు, అధిక సంఖ్య భక్తులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఖజానా లో భద్రపరిచిన అవసరం లేని పత్రాలు దహనం

విజయనగరం: జీవో 135 ప్రకారం ప్రభుత్వం వారు ఖజానా కార్యాలయములో భద్రపరిచిన ఉపయోగంలో లేని చెక్ బుక్కులను దహనం చేయుటకు డిస్ట్రిక్ట్ లెవెల్ కమిటీ విజయనగరం వారు కే మయూరి అశోక్, ఐ.ఏ.ఎస్., జాయింట్ కలెక్టర్ వారి అధ్యక్షతన ఆదేశములు జారీ చేసినారు. వారి ఆదేశానుసారం గురువారం ఉదయం 11 గంటలకు కలెక్టర్ కార్యాలయం ప్రాంగణంలో జిల్లా ఖజానా స్ట్రాంగ్ రూమ్ దగ్గర జిల్లా ఖజానా కార్యాలయములలో ఉన్న నిరుపయోగ చెక్ బుక్‌లను ఏ.వో., కలెక్టర్ కార్యాలయము, వన్ టౌన్ సి ఐ, అసిస్టెంట్ డిస్ట్రిక్ట్ ఫైర్ ఆఫీసర్, జిల్లా ఖజానా మరియు లెక్కలు అధికారి మరియు ఉపఖజానా అధికారుల సమక్షంలో దహనం చేయడం జరిగినట్లు ఆర్ ఏ ఎస్ కుమార్ జిల్లా ఖజానా మరియు లెక్కల అధికారి తెలియజేశారు.

ప్రమాదవశాత్తు సెప్టిక్ ట్యాంక్ లో పడి వ్యక్తి మృతి

పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం నక్కపల్లి మండలం రాజయ్యపేట గ్రామంలో విషాదం

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): సెప్టిక్ ట్యాంక్ గొయ్య తవ్వుతుండగా ఇసుక మేటల్లో ఇరుక్కుపోయిన రంగాల జగదీష్ (28) ఊపిరి ఆడకుండా అక్కడక్కడే చనిపోయారు జేసీబీ సహాయంతో ఇసుక మేటలు తవ్వుతు రెండు గంటలకు పైన శ్రమ పడి శవాన్ని బయటకు తీసిన యువకులు కన్నీరు మున్నేరైనా కుటుంబ సభ్యులు గ్రామస్తులు. ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న పోలీసులు. కేసు నమోదు చేసి జరిగిన సంఘటన పై దర్యాప్తు జరుపుతున్నట్లు నక్కపల్లి పోలీసులు తెలిపారు.

గాత్ర విద్వాంసురాలు జలజాక్షికి 'సంగీత కళాభారతి' బిరుదు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): త్యాగరాజస్వామి వారి సంగీత కృతులను పాడుకుంటూ ఎంతో మంది సంగీత కాళాకారులు జీవనం కొనసాగిస్తున్నారు, త్యాగరాజస్వామి భిక్షని కూడా భావిస్తూ ఉంటారు.

త్యాగరాజ స్వామివారు సాక్షాత్తు శ్రీరామచద్రుని దర్శించుకొని ఆయన లోనే ఐక్యం అయ్యారు. అలాంటి మహనీయుని 176 వర్ధంతి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా జరుపుకుంటారని త్యాగరాజ ఆరాధన ఉత్సవాల ట్రస్ట్ అధ్యక్షుడు మంతెన సత్యనారాయణ రాజు, ప్రధాన కార్యదర్శి డాక్టర్ గుమ్ములూరి రాంబాబు వెల్లడించారు. మద్దిలపాలెం దరి పిఠాపురం కాలనీలో గల కళాభారతిలో జరిగిన మీడియా సమావేశంలో వారు మాట్లాడారు అలాగే రెండవ తిరువాయురుగా పేరు గాంచిన విశాఖలోని త్యాగరాజ ఆరాధన ట్రస్ట్ గత 28 సంవత్సరాలగా ఘనంగా జరుపుకుంటోంది. ఈ ఏడు 29వ సంవత్సరం ఉత్సవాలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ ఏడాది జనవరి 29 నుంది ఫిబ్రవరి 3వ తేదీన వరకు 6 రోజుల పాటు ఉత్సవాలు జరగనున్నాయన్నారు త్యాగరాజ ఆరాధన ట్రస్ట్ చేస్తున్న ఉత్సవాలకు వీఎండిఎ కో స్పాన్సర్‌గా సంపూర్ణ సహకారం అందిస్తోంది.

ఈ నెల 29, సోమవారం సాయంత్రం జరిగే ప్రారంభ సభకు ముఖ్య అతిథిగా ప్రఖ్యాత విద్వాంసులు "సంగీత కళానిధి" డాక్టర్ నైవేలీ సంతాన గోపాలని విచ్చేస్తున్నారు. ఆదేరోజు ప్రముఖ స్థానిక గాత్ర విద్వాంసురాలు ముట్నూరి జలజాక్షికి "సంగీత కళాభారతి" బిరుదు అందజేస్తాం అన్నారు. వ్యవస్థాపక కార్యదర్శి ఐ.వి.ఎల్ శాస్త్రి, ప్రొఫెసర్ కె.సరస్వతి విద్యార్థి ఏర్పాటు చేసిన ఎండోమెంట్ ఫండు పై వచ్చిన వడ్డీ 10 వేల నగదు, ప్రాఖ్యపన పత్రం, నూతన వస్త్రాలతో జలజాక్షిని సత్కరించనున్నామన్నారు. ప్రముఖ గాత్ర విద్వాంసురాలు లలిత చంద్రశేఖర్ సారథ్యంలో సుమారు 90 మంది కళాకారులతో శ్రీరామ నామ దివ్యోత్సవం" పేరున అన్ని త్యాగరాజ స్వామివారి కీర్తనలు బృంద గానం ఉంటుంది అని తెలిపారు. ఈ నెల 30వ తేదీన ఉదయం 7గంటలకు త్యాగరాజస్వామి గుడి వద్ద పూజ, 7:30కు తిరువీధి, 8:20కి ఘనరాగ పంచరత్న కృతులు, వేదిక నిండా కూర్చొని ముఖ్య అతిథితో పాటు సుమారు 100 మంది కళాకారులే కాకుండా స్టేజీ కిందనుండి కూడా కళాకారులు సుమారు 200 మంది బృంద గానం "పంచరత్న సేవ" ఉంటుంది. మొదటగా గురువుల్ల అప్పన్న నాదశ్వర మంగళవాయిద్య కచేరితో ప్రారంభించి రాత్రి 9:30 వరకు కొనసాగుతాయి. అలాగే 31వ తేది నుంచి ఫిబ్రవరి 3వ తేదీ వరకు కచేరిలు వుంటాయని తెలిపారు.

3వ తేదీన రాత్రి 8:30కి హనుమాన్ చాలీసా, చతుర్వేద పారాయణ, 108 వడల మాల పంచముఖ అంజనేయ స్వామికి సమర్పణ, మంత్రపుష్పముతో ఈ ఉత్సవాలు ముగుస్తాయి. ప్రతి రోజు రాత్రి ప్రసాద వితరణ ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. మొత్తం 1015 మంది నుండి అప్లికేషన్స్ రాగా 985 మందికి అవకాశం ఇవ్వడం జరిగింది అన్నారు. వైయలిన్ పై 24 మంది, మృదంగంపై 36 మంది, తబలపై వేరుపక్క వాయిద్యాలుగా సహకారం అందిస్తున్నారు మొత్తం 6 రోజులు 348 కచేరీలు ఉంటాయి అన్నారు ఇందులో కాకినాడ, తుని, హైదరాబాద్, రాజమండ్రీ, విజయవాడ, బెంగళూరు, పాండిచ్చేరి, చెన్నై, అమెరికా, ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల కళాకారులు కూడా వస్తున్నారు అని తెలిపారు. మీడియా సమావేశంలో కార్యనిర్వాహక కమిటీ చైర్మన్ గోపాలరావు పాల్గొన్నారు.

సిసి రోడ్లు, కాలువలు నిర్మాణానికి మేయర్ శంకుస్థాపన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగర ప్రజల అవసరాలకు అనుగుణంగా జివిఎంసి మౌలిక వసతులు కల్పించడం జరుగుతుందని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. గురువారం ఆమె మూడవ జోన్ 16వ వార్డు పరిధిలోని ఇసుకతోట రామాలయం వద్ద సుమారు రూ.38.40 లక్షల రూపాయలతో సిసి రోడ్లు, కాలువల నిర్మాణానికి పార్లమెంటు సభ్యులు ఎంవివి సత్యనారాయణ, కార్పొరేటర్ మొల్లి లక్ష్మీ అప్పారావులతో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు.

ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ మౌలిక వసతుల కల్పనే, ప్రధాన ధ్యేయంగా వైయస్సార్ ప్రభుత్వం పని చేస్తుందని నగరంలో ప్రజలకు అవసరమయ్యే కాలువలు, రోడ్లు నిర్మాణంతో పాటు నగర సుందరీకరణ కొరకు, పార్కుల అభివృద్ధి, ప్రజా సౌకర్యార్థమై ఆధునిక బస్ బే లు మొదలైన వాటికి అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం జరుగుతుందని తెలిపారు. అంతేకాకుండా వార్డులో కార్పొరేటర్ సూచన మేరకు కోట్లాది రూపాయలు వెచ్చించి ఎన్నో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపట్టినట్లు తెలిపారు.

అనంతరం పార్లమెంటు సభ్యులు మాట్లాడుతూ తూర్పు నియోజకవర్గం పరిధిలో ఎన్నో అభివృద్ధి సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేశామని, రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి సారథ్యంలో విశాఖ నగరాన్ని సుందర నగరంగా తీర్చిదిద్దడం జరిగిందని తెలిపారు.

అవినీతి తోటలో విరబూసిన రోజా : వంగలపూడి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరి మంత్రి రోజాని అవినీతి తోటలో విరబూసిన 'రోజా' అని తెలుగు మహిళా రాష్ట్ర అధ్యక్షురాలు వంగలపూడి అనిత అన్నారు. గురువారం జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో జరిగిన విలేఖరుల సమావేశంలో ఆమె మాట్లాడుతూ సాక్షాత్తు నగరి ప్రజలే ఈరోజు బయటకు వచ్చి రోజాను ఛీకొడుతూ ప్రెస్ మీట్లు పెడుతున్నారు అని చెప్పారు. దళిత మహిళా కౌన్సిలర్‌కు మున్సిపల్ చైర్మన్ చైర్పర్సన్ చేస్తానని చెప్పి, నమ్మబలికి ఆవిడ దగ్గర 70 లక్షలు డిమాండ్ చేసింది.

40 లక్షలు తీసుకొని మున్సిపల్ చైర్మన్ పదవిని కూడా వేలం పాటకు పెట్టింది అని అన్నారు. ప్యాకేజికి ఆశపడి వైఎస్ఆర్ సీపీలోకి రోజా జాయిన్ అయింది తప్ప, ప్రజా సేవ చేద్దామని కాదు అని అన్నారు. తొమ్మిది నెలల కాలంలో కొన్ని వందల కోట్లకు అధిపతి అయింది.

ఐదు మండలాలకి ఒక్కో బినామీని పెట్టుకుంది. స్టేజ్ షోలు పెట్టుకునే వారి పొట్ట కూడా కొట్టింది. ఆవిడ పర్యటించాల్సిన ప్లేసుల గురించి మాట్లాడుకునే సగం అనుకున్న ఏంటో తెలియదు కానీ పర్యాటక శాఖకు ఎంత మొత్తం కేటాయించేమో రోజా చెప్పలేని పరిస్థితి లో ఉంది అన్నారు జగన్ పుట్టినరోజు పేరు చెప్పి 29 కోట్లు కొట్టేసింది. విశాఖ ఉత్సవాలు ఎందుకు చేయలేకపోయారు అని ఎద్దేవా చేశారు గ్రావెల్ అమ్మకాల్లో రోజా మితిమీరిపోయింది.

ఆర్డీఓ , సబ్ రిజిస్ట్రార్ ఆఫీసుల్లో సమస్యలు సృష్టించి దందాలు చేస్తూ ప్రజలను దోచుకుంటున్నారు. ఆర్.టాక్స్ కట్టకుండా బతకలేని పరిస్థితి నగరి ప్రజలది అని అన్నారు ఏపి లో అమ్మాయిల అక్రమరవాణా జరుగుతోంటే రోజా కు ఎందుకు పట్టదు అని ప్రశ్నించారు షర్మిళ కాళు ్ళకడిగి నెత్తిమీద జల్లుకోవాలి జగన్ అధికారంలోకి రావడానికి షర్మిళ కృషిని మరిచిపోయారు. తిరుమల దర్శనాలపై నెలకు 20 లక్షలు సంపాదిస్తోంది అవినీతి తోటలో విరబూసిన రోజా అనే గ్రంథం రాయొచ్చు అని అన్నారు.

29 నుండి విద్యుత్ నియంత్రణ మండలి ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ

విజయనగరం: ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యుత్ నియంత్రణ మండలి ఆధ్వర్యములో 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరానికి వార్షిక ఆదాయ అవసరాలు, రిటైల్ ధరలపై బహిరంగ ప్రజాభిప్రాయ సేకరణను స్థానిక సూపెరింటెండింగ్ ఇంజనీర్, ఆపరేషన్, విద్యుత్ భవన్, దాసన్నపేట, విజయనగరం వారి కార్యాలయం మరియు ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్, ఆపరేషన్, బొబ్బిలి మరియు పార్వతీపురం కార్యాలయములలో ఈ నెల జనవరి 29 వ తారీకు నుండి ఫిబ్రవరి 01 తేదీ వరకు నిర్వహించటం జరుగుతుందని ఎపిఇపిడిసిఎల్ ఎస్ఇ ఎమ్.లక్ష్మణ రావు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ఈ ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ కార్యక్రమం జరుగుతుందన్నారు. నాలుగు రోజుల పాటు జరిగే ఈ ప్రజాభిప్రాయ సేకరణలో విద్యుత్ నియంత్రణ మండలి ప్రతిరోజు అన్ని డిస్కామ్ ల టారిఫ్ ఫైలింగ్ కు సంబంధించిన సూచనలు అభ్యంతరాలు వినడం జరుగుతుందన్నారు. విశాఖపట్నం నుండి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా జరిగే ఈ కార్యక్రమం ఆయా తేదీల్లో ఉదయం 10:30 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 01:00 గంట వరకు అలాగే మధ్యాహ్నం 02:00 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4:30 గంటల వరకు నిర్వహిస్తారని, ఈ ధరలపై సందేహాలు, సూచనలు ఇచ్చేందుకు వినియోగదారులెవరైనా పాల్గొనవచ్చున్నారు.

ఈ మేరకు రిజిస్ట్రేషన్ కొరకు స్థానిక విద్యుత్ ఆపరేషన్ సర్కిల్ కార్యాలయములో(ఎస్.ఈ. ఆఫీస్) లేదా ఏదైనా విద్యుత్ డివిజనల్ కార్యాలయములలో (ఈ.ఈ. ఆఫీస్) సంప్రదించాలని కొరటమైనది. ప్రతిరోజు ముందుగా నమోదు చేసుకున్న వినియోగదారుల అభ్యంతరాలు విన్న తరువాత విద్యుత్ నియంత్రణ మండలి అనుమతితో నమోదు చేసుకోని వినియోగదారుల అభ్యంతరాలు వినడం జరుగుతుంది ఆయన తెలిపారు.

కన్నుల పండువగా సీతారామకళ్యాణం

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక పర్యాటక కేంద్రం శ్రీమద్రామాయణ ప్రాంగణం శ్రీరామనారాయణంలో సీతారాములకు కళ్యాణం కన్నుల పండువగా జరిగింది. పునర్వసు నక్షత్రాన్ని పురస్కరించుకుని గురువారం ఉదయం దేవాలయం అర్చకులు శ్రీ హర్ష ఆధ్వర్యంలో వేదమంత్రాల నడుమ సీతారాములకు స్నపనము, పంచామృతాభిషేకాలు గావించారు. అనంతరం వేదమంత్రాల నడుమ అంగరంగ వైభవంగా కళ్యాణం జరిగింది. ఈ ఉత్సవంలో ఎన్‌సిఎస్ ట్రస్ట్ సభ్యులు నారాయణం శ్రీనివాస్, నీరజవల్లి, పద్మశ్రీ , ఎం వి రమణ, శ్రీనివాసరాజు , భక్తులు పాల్గొన్నారు.

స్టాఫ్ కోపరేటివ్ సొసైటీ నూతన సంవత్సర క్యాలెండర్ను ఆవిష్కరించిన వైస్ ఛాన్సలర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ స్టాఫ్ కోపరేటివ్ సొసైటీ నూతన సంవత్సర క్యాలెండర్ను అవిష్కరించిన వైస్ ఛాన్సల్లర్ ఆచార్య ప్రసాద్ రెడ్డి రిజిస్టర్ ఆచార్య జేమ్స్ స్టీఫెన్. 2024 నూతన సంవత్సరాన్ని పురస్కరించుకుని ఆంధ్ర కోపరేటివ్ సొసైటీ విడుదల చేసిన క్యాలెండర్ ఉపయోగకరంగా ఉన్నదని అందులో పొందుపరిచినటువంటి ఐత్యకి సెలవులు సాధారణ సెలవులు పొందుపరచడం వలన ఉద్యోగులకు ఉపయోగకరంగా ఉన్నదని విసి, రిజిస్టార్లు కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యక్షులు ప్రొఫెసర్ సిద్దయ్య కార్యదర్శి ఖాదర్ బాబా ఉపాధ్యక్షులు లక్ష్మి బాబు డైరెక్టర్ డాక్టర్ శ్రీనివాస్, డి గోవింద్, డాక్టర్ పల్లవి గారు డాక్టర్ యుగంధర్, కిలాని కిరణ్, మేనేజర్ ఆర్‌వి రమణ, మంగరాజు తదితర సిబ్బంది పాల్గొనడం జరిగింది.

ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించే దిశగా గ్రీవెన్స్ నిర్వహించిన అన్నంరెడ్డి అదీప్ రాజ్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నియోజకవర్గం నుండి పలువురు కార్యాలయంకు విచ్చేసి తమ సమస్యలను శ్రీ అన్నంరెడ్డి అదీప్ రాజ్‌కి స్వయంగా వచ్చి విన్నవించారు.వారి వద్ద నుండి సంబంధిత వినతి పత్రాలు, దరఖాస్తులు తీసుకుని అధికారులతో మాట్లాడి కొన్ని వెంటనే పరిష్కరించారు. మరికొన్ని సంబంధిత అధికారులకు రిఫర్ చేసి త్వరలోనే పరిష్కరిస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

ప్రజాసేవకుడు.. జగన్ అన్న తోనే ఆంధ్ర భవిష్యత్తు..ఆంధ్రాకి మళ్లీ జగన్ కావాలి..అదీప్ అన్న తోనే పెందుర్తి భవిష్యత్తు..పెందుర్తికి మళ్ళీ అదీప్ కావాలి..అదీప్ తోనే మార్పు..ఎల్లప్పుడు మన పెందుర్తి తో,మన జగన్ తో మీ అదీప్ రాజ్.

బాలల కోసం భారత రాజ్యాంగ ప్రవేశికలి పుస్తకము ఆవిష్కరణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): గురువారం ఉదయం ఆర్.బి.ఎం యు.పి. స్కూల్స్, డాబాగార్డన్‌లో ప్రధానోపాధ్యాయులు ఎచ్.ప్రభాకరరావు గారు, ఉపాధ్యాయులు కె.రాంబాబు వైజాగ్ చిల్డ్రన్స్ క్లబ్ జగదాంబ జోన్ కన్వీనర్ ఎళ్ళాజి, సతీష్ ఉపాధ్యాయులు లిబాలల కోసం భారత రాజ్యాంగ ప్రవేశికలి పుస్తకం ను ఆవిష్కరించారు. ఎమ్మెల్సీ కె.ఎస్ లక్ష్మణరావు గారు రూపొందించిన ఈ పుస్తకం బాలల్లోకి విస్తృతంగా తీసుకొని వెళ్లి బాలల్లో రాజ్యాంగము పట్ల అవగాహన పెంచడం ముఖ్య ఉద్దేశ్యం.

2024 జనవరి 26 భారత రాజ్యాంగం 74 ఏళ్ళు పూర్తి చేసుకుని 75 వ సంవత్సరంలో అడుగుపెడుతున్నది. రాజ్యాంగం పై అవగాహన పెంచేందకు వైజాగ్ చిల్డ్రన్స్ క్లబ్, భాగవతుల చారిటబుల్ ట్రస్ట్ "ప్రతి హృదయంలో రాజ్యాంగం" అనే నినాదం తో ప్రాథమిక హక్కులు, ప్రాథమిక విధులు మరియు ఆదేశిక సూత్రాలతో దేశ ప్రజలందరూ ఒక్కటే అని చాటి చెప్పింది. నేటి బాలల్లో చిన్నప్పటినుంచే రాజ్యాంగ విలువలు పెంపొందించటానికి, ప్రజలంతా ఒక్కటే అనే భావనను కల్పించుటకు, మనుషుల మధ్య ఉన్న సామాజిక మరియు ఆర్థిక అంతరాలు మనుషులను దూరం చేయకూడదని బాలల్లో సమతా భావనను పెంపొందించుటకు ఈ కార్యక్రమం నిర్విస్తున్నట్లు తెలియజేశారు. అన్ని పాటశాలలు పిల్లలకు పుస్తకము పరిచయము చేయాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాము.

డైట్ కళాశాల ఆధ్వర్యంలో స్థానిక పాఠశాలలో ఇన్నోవేషన్ ఎంట్రప్రెన్యూర్షిప్ ఔట్రీచ్ ప్రోగ్రామ్"

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక దాడి ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ (డైట్) అటానమస్ కళాశాల ఇన్స్టిట్యూషన్ ఇన్నోవేషన్ కౌన్సిల్ మరియు డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ సివిల్ ఇంజనీరింగ్ సంయుక్తంగా అనకాపల్లి జిల్లా కొప్పాక గ్రామంలోని జడ్పీ హైస్కూల్‌లో "పాఠశాలలు కమ్యూనిటీలలో ఇన్నోవేషన్ ఎంట్రప్రెన్యూర్షిప్ ఔట్రీచ్ ప్రోగ్రామ్" అనే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఇన్నోవేషన్ అండ్ ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్‌షిప్ గురించి విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించడం ఈ కార్యక్రమం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. ఈ కార్యక్రమంలో పదో తరగతి విద్యార్థులు పాల్గొని, ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఆవిష్కరణల ప్రాముఖ్యత గురించి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా సివిల్ ఇంజనీరింగ్ విభాగాధిపతి ఎ దేవి ప్రసాద్ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించి, రోజువారీ జీవితంలో ఆవిష్కరణల ప్రాముఖ్యత గురించి ప్రసంగించారు. ప్రోగ్రాం కోఆర్డినేటర్ వి.వి. ప్రసన్న కుమార్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులను ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్‌షిప్‌లో నైపుణ్యాలను పెంపొందించుకోవాలని అన్నారు. కొత్త వినూత్న ఆలోచనలను రూపొందించడానికి వారిని ప్రోత్సహించారు.

కస్తూరిబా గాంధీ బాలిక విద్యాలయంలో రోడ్డు సేఫ్టీ అవగాహన

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమునిపట్నం మండలం కస్తూరీబా గాంధీ బాలిక విద్యాలయంలో రోడ్ సేఫ్టీ అనే అంశంపై విద్యార్థినులకు అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో విశాఖపట్నం డిస్ట్రిక్ట్ యూత్ ఆఫీసర్, జి . మహేశ్వర రావు మాట్లాడుతూ ట్రాఫిక్ నియమాలు పాటిస్తూ, ట్రాఫిక్ పోలీసులను గౌరవిస్తూ ,వివేచనతో వాహనాలను వినియోగించడం మన కర్తవ్యం. రోడ్డుని దాటేటప్పుడు జీబ్రా క్రాసింగ్ ఉన్నచోటనే దాటండి అని అన్నారు. న్యూఢిల్లీ స్కూల్ ఆఫ్ జర్నలిజం వైస్ చైర్మన్ ఎన్. నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ ఎప్పుడూ ఫుట్ పాత్ పైనే నడవండి. ఫుట్ పాత్ లేకపోతే రోడ్డుకు ఓ పక్క నుంచి నడవండి .రోడ్డుపై నడిచేటప్పుడు చదవడం గాని, ఆడడం గాని చేయకండి .లైట్ రంగుల్ని గమనించండి .ఎర్ర లైట్ వేసి ఉంటే ఆగండి , ఆకుపచ్చ రంగు లైట్ వేసి ఉంటే ముందుకు వెళ్ళండి అని చెప్పారు. సమగ్ర శిక్షా ఏ పీ సి పి .శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ ప్రయాణం అనేది ప్రగతికి చిహ్నం .మానవులుగా మనకు ప్రయాణం అనేది తప్పనిసరి. ప్రతీ ఒక్కరూ తమ పనులు త్వరగా చేయాలనే ఆలోచనతో ,తమ గమ్యానికి చేరుకోవడం కొరకు ఎక్కువగా వాహనాలను ఉపయోగిస్తున్నారు. దాని వల్ల కూడా కాలుష్యం పెరిగిపోతుంది. సాధ్యమైనంత వరకు కాలినడకన నడవండి. అది ఆరోగ్యానికి మంచిది.కాలుష్యం తగ్గించడానికి మన వంతు బాధ్యత నిర్వర్తించినవారము అవుతాము అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపాల్ గంగా కుమారి , సిబ్బంది మరియు విద్యార్థినులు పాల్గొన్నారు.

ప్రణవానంద ప్రభుకి స్పిరిట్యుయల్ సైంటిస్ట్ అవార్డు బహూకరణ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని సెంటర్ ఫర్ ఎమోషనల్ ఎడ్యుకేషన్ సంస్థ ముంబయికి చెందిన శ్రీమాన్ ప్రణవానంద ప్రభుకి స్పిరిట్యుయల్ సైంటిస్ట్ అవార్డును ఆంధ్ర విశ్వ విద్యాలయం ఆర్ట్స్ అండ్ కామర్స్ ప్రిన్సిపాల్ ప్రొఫెసర్ ఎ. నరసింహారావు చేతుల మీదుగా అందజేశారు. గురువారం ప్రిన్సిపాల్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ప్రణవానంద్ ప్రభు మాట్లాడుతూ యువత సన్మార్గంలో నడవాలంటే ఆధ్యాత్మిక చింతన అలవడాలన్నారు. పరిపూర్ణమైన ఆనందం పొందాలంటే తాత్కాలికమైన వాటి మీద వ్యామోహం విడనాడి భగవంతుని ధ్యానంలో ఉండాలన్నారు. ప్రిన్సిపాల్ ప్రొఫెసర్ ఎ. నరసింహారావు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు స్పిరిట్యుయల్ ఇంటలిజెన్స్ ద్వారా సమగ్ర అభివృద్ధి సాధించగలరన్నారు. సంస్థ డైరెక్టర్ డాక్టర్ చల్లా కృష్ణవీర్ అభిషేక్ రాసిన 'అల్టిమేట్ లాఫ్టర్' అనే పుస్తకాన్ని ప్రణవానంద చేతుల మీదుగా ఆవిష్కరించారు.

ఏపీఎస్ఆర్టీసీ యాజమాన్యం కార్మికులపై కక్ష సాధింపు చర్యలు ఆపాలని ఎమ్మెల్యేకు వినతి

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏపీఎస్ఆర్టీసీ యాజమాన్యం కార్మికులపై కక్ష సాధింపు చర్యలు ఆపాలని విశాఖపట్నం జిల్లా డిపోల ఆర్టీసీ కార్మికులు పెందుర్తి ఎమ్మెల్యే అన్నం రెడ్డి అదీప్ రాజుకు గురువారం పరవాడలో జరిగిన బహిరంగ సభలో వినతి పత్రం అందజేశారు. ఆర్టీసీని ప్రభుత్వంలో విలీనం చేసిన తర్వాత యాజమాన్యం కార్మికులపై ఒత్తిడి తెస్తూ రూట్ బస్సులను తగ్గించడం వలన కండక్టర్, డ్రైవర్లను పలు ఇబ్బందులకు గురి చేస్తూ ప్రభుత్వంపై వ్యతిరేకత వచ్చే విధంగా వ్యవహరిస్తున్నారని అంటున్నారు. బస్సు లో ప్రయాణం చేసేటప్పుడు ఎవరైనా ప్రయాణికులు టిక్కెట్ తీసుకోకపోతే ఆ బస్సు యొక్క డ్రైవర్ కండక్టర్ పై కేసులు అడ్డగోలుగా పెడుతున్నారని ప్రధాన కార్యాలయం నుంచి వచ్చిన జీవో ప్రకారం కాకుండా డిపో మేనేజర్లు సిబ్బందిపై వ్యక్తిగతమైన కక్ష సాధింపు చర్యలు చేపడుతున్నారని కార్మికులు ఆవేదన వ్యక్తపరుస్తున్నారు. ప్రభుత్వం ఇచ్చిన 1/2019 సర్క్యులర్ ప్రకారం కాకుండా కార్మికులను ఉద్యోగాల నుండి తాత్కాలికంగా సస్పెండ్ చేస్తున్నారని, రూట్ బస్సులు తగ్గించడం వలన ప్రయాణికులకు ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని, ఒకేసారి ఎక్కువమంది బస్సు ఎక్కడ వలన ఒక్కరూ టిక్కెట్ తీయకపోయినా బలవంతంగా చెకింగ్ అధికారులు ప్రయాణికులను బాధితులు చేయకుండా ఆ బస్సు కండ డ్రైవర్ పై అడ్డగోలుగా కేసులు పెడుతున్నారని అంటున్నారు. టిఐసి పాయింట్లు కాకుండా ఎక్కడ పడితే అక్కడ చెకింగ్లు చెయ్యటం వలన కండక్టర్ ఇబ్బందులు పడుతున్నట్లు తెలిపారు. యాజమాన్యం ఈ పద్ధతి మార్చుకోవాలని సూచించారు. ఆర్టీసీ కార్మికుల సమస్యలను, ఇబ్బందులను ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లి తగు న్యాయం చేయాలని ఎమ్మెల్యే కోరారు.

శ్రీ నూకాంబిక అమ్మవారిని దర్శించుకున్న వైసిపి సమన్వయకర్త భరత్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి నియోజకవర్గ వైసిపి సమన్వయకర్త మలసాల భరత్ కుమార్ తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ప్రసిద్ధి చెందిన అనకాపల్లి శ్రీ నూకంబిక అమ్మవారిని గురువారం దర్శించుకున్నారు. ఆయనతోపాటు అమ్మవారిని దర్శించుకున్న వారిలో భరత్ భార్య నివేదిత, తల్లిదండ్రులు రమణారావు, ధనమ్మ, సోదరుడు కుమార్ రాజా, మావ గంగుపాం నాగేశ్వర్రావులు ఉన్నారు. వీరికి దేవస్థానం చైర్మన్ కొణతాల మురళీకృష్ణ , పాలకమండలి సభ్యులు సాదరంగా స్వాగతం పలికి, పూజలు చేయించి, అమ్మవారి ఆశీర్వాదం, ఆలయ సత్కారం, ప్రసాదం అందజేశారు. ఈ సందర్భం గా పునర్నిర్మాణం అవుతోన్న అమ్మవారి ఆలయ నిర్మాణ పనులు పరిశీలించి భరత్ పాలకమండలి సభ్యులను సభ్యులను వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు, ఈ ఆలయ నిర్మాణం లో తన వంతు సహకారం అందిస్తామన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లో ధర్మకర్తలు బుద్ధ నర్సింగరాజు, పీలా లక్ష్మి శ్రీనివాసరావు, ఆడారి ఉమా శ్రీనివాసరావు, కొండూరు రవీంద్రనాథ్, గొల్లవిల్లి నర్సింగరావు, పాము అనురాధ సన్నిబాబు, కంటపల్లి శోభారాణి వెంకటరావు, మల్లవరపు ఈశ్వర్రావు, అర్చకులు యనమండ్ర శ్రీనివాసు, రాష్ట్ర గవర కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ బొడ్డేడ శివ,జిల్లా వైస్సార్సీపీ కార్యదర్శి జాజుల రమేష్, గౌరీ పి. ఏ. సి. ఎస్ మాజీ అధ్యక్షులు విల్లూరి శివసూరి, భోగలింగేశ్వరా దేవస్థానం చైర్మన్ అల్ల నాగేశ్వర్రావు,సుంకరమెట్ట శ్రీ సత్యనారాయణ స్వామి దేవస్థానం చైర్మన్ కే ఎం.నాయుడు, వెంకటేశ్వర దేవస్థానం చైర్మన్ సకల గోవిందా, మాజీ కౌన్సిలర్ దాడి నారాయణరావు, వైస్సార్సీపీ ప్రతినిధులు వేగి త్రినాథ్, ఉగ్గిన అప్పారావు,కొణతాల కృష్ణంరాజు, వాసుపల్లి తాతయ్యలు, కొణతాల శ్యాం,మారిశెట్టి శ్రీను, రాయవరపు జోగిరాజు, మేడిశెట్టి గణేష్, పాలమరశెట్టి సన్యాసినాయుడు, కారుకుండి కన్నబాబు,జెట్టి శ్రీను, కొడుకుల విశ్వేశ్వర్రావు, సూరిశెట్టి రవి, కాండ్రేగుల దేవా,సింగంపల్లి నాగరాజు, దండ జ్ఞానదీప్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

"ఓటర్ హెల్ప్ లైన్ యాప్" అవగాహన కలిగించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఓటర్ల జాబితాలో తమ పేరును, బూత్ గుర్తించడం వోటర్ హెల్ప్ లైన్ యాప్ గూర్చి అందరికీ అవగాహన కలిగించాలని రాజకీయ పార్టీలను జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి బి.దయానిధి కోరారు. బుధవారం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులతో జరిగిన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ http://electoral search.eci.gov.in వెబ్ సైట్ ద్వారా కూడా తమ ఓటును గుర్తించవచ్చని చెప్పారు. వోటర్ సేవ పోర్టల్ లో పేరు, గుర్తింపు కార్డు ఎపిక్ నెంబరు, రిజిస్టర్ మొబైల్ నెంబరు దేనితోనైనా తమ ఓటు ఏ పోలింగ్ బూత్ లో ఉన్నదీ గుర్తించవచ్చన్నారు. జాబితాలో తమ పేరు లేనట్లయితే ఫారం6ఏ ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకోవాలన్నారు. కలెక్టర్ కార్యాలయంలో, ప్రతి నియోజకవర్గ కేంద్రంలోని తాసిల్దార్ కార్యాలయంలో ఈవీఎం అవగాహన కేంద్రం ఉందని, అలాగే ప్రతి నియోజకవర్గంలో ఒక ఈవీఎం సంచార వాహనం పర్యటిస్తున్నదని దానిద్వారా ఓటు ఎలా వేయాలో అవగాహన కల్పిస్తారని చెప్పారు. ఈ సమావేశంలో రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు పి. నాగేశ్వరరావు(బిజెపి), బి.శ్రీనివాసరావు (టిడిపి) ఎన్నికల విభాగం సూపరింటెండెంట్ లక్ష్మీదేవి, డిటి రవికుమార్, ఎస్ ఏ తులసిరామ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా పరిచయ కార్యక్రమంలో తిరుగుతున్న నాగోతి నాగమణి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గం లో స్వతంత్ర అభ్యర్థి నాగోతి నాగమణి పోటీ చేయుచున్నారు ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా -23-01-2024- మంగళవారం నాడు తగరపువలస గ్రామ దేవతలను దర్శించి అనంతరం పర్యటించటం జరిగినది . ముందుగా అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలు మాలలు వేసి తమ కార్యకర్తలతో ర్యాలీ నిర్వహించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంలో 1వ వార్డు లో మార్కెట్ ,బంగ్లామెట్ట కొండపేట లలో ఉన్న ప్రజల యొక్క కష్టాలను అడిగి తెలుసుకుంటూ పరిచయం చేసుకోవడం జరిగినది. అదేవిధంగా నేను జన్మించిన తగరపువలస లోనే ప్రజా పరిచయ కార్యక్రమం మొదలుపెట్టడం నాకు చాలా సంతోషం కలిగించిందని రాబోయే ఎలక్షన్ లో నాకు మద్దతు ఇస్తే మీకు అందుబాటులో ఉండి మీకు న్యాయం చేస్తానని "నాగోతి నాగమణి "భరోసా ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా భాస్కరరావు, ఇల్లు పల్లి శ్రీనివాసరావు, తమ్మిన రామకృష్ణారావు, కందివలస రవి, కందివలస రామలక్ష్మి, జగ్గపల్లి ఎల్లారావు మద్దతి ఇస్తూ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొనడం జరిగినది.

జిల్లాలో క్రీడల అభివృద్ధికి పటిష్ట చర్యలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో ఆటలు, క్రీడల అభివృద్ధికి అవసరమైన అన్ని చర్యలను చేపట్టాలని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టణ శెట్టి అధికారులను ఆదేశించారు. బుధవారం ఆయన చాంబర్లో జరిగిన సమావేశంలో మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం జరుగుతున్న ఆడుదాం ఆంధ్ర కార్యక్రమం క్రీడాకారులలో ఉన్న నైపుణ్యాలను వెలికి తీసేందుకు ఒక వేదికగా పనిచేస్తుందన్నారు. ఈ పోటీల్లో పాల్గొన్న యువతలోనున్న ప్రతిభను గుర్తించి వారికి సంబంధించిన ఆటలో శిక్షణ ఇవ్వాలన్నారు. ఆయా ఆటల్లో గల మెలుకువలను, నిబంధనల పట్ల క్షుణ్ణమైన అవగాహన కలిగించాలన్నారు. వాలీబాల్ బ్యాడ్మింటన్ క్రికెట్ బాక్సింగ్ హాకీ కబాడీ అథ్లెటిక్స్ లలో తగిన కోచింగ్ ఇవ్వాలన్నారు. ప్రస్తుతం ఆడుదాం ఆంధ్రాలో నియోజకవర్గ స్థాయి పోటీలు జరుగుతున్నందున నైపుణ్యం ఉన్న క్రీడాకారులను గుర్తించడం మరింత సులభం అవుతుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో అడిషనల్ ఎస్పీ విజయ భాస్కర్, జిల్లా పరిషత్ సీఈవో పోలినాయుడు, గ్రామ వార్డు సచివాలయ ప్రత్యేక అధికారి మంజులవాణి, ఏపీఐఐసీ జడ్.ఎమ్. త్రినాథ్ డిపిఓ శిరీష రాణి, డీఎస్ డిఓ ఎల్.వి. రమణ పిఆర్ ఏఈ వీరు నాయుడు, ఆర్ అండ్ బి ఈఈ రమేష్, డీఈవో వెంకట లక్ష్మమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టెన్నికోయిట్ శిక్షణ శిబిరాన్ని ప్రారంభించిన కార్పొరేటర్ లక్ష్మీ సౌజన్య

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర టెన్నికాయిట్ జాతీయ పోటీలలో పాల్గొనే బాలబాలికల జట్ల శిక్షణా శిబిరం గురువారం ఉదయం స్థానిక జీవీఎంసీ గవరపాలెం ఉన్నత పాఠశాలక్రీడా మైదానంలో జీవీఎంసీ 81వ వార్డు కార్పొరేటర్ పీలా లక్ష్మీ సౌజన్య, వార్డు ఇంచార్జ్ పీలా రాంబాబు దంపతులు ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమానికి పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు సూర్యనారాయణ , జాతీయ వాలీబాల్ క్రీడాకారుడు పి రమణ రావు, శిక్షణ శిబిరం కోచ్ లు జి రాజు, ఎల్. త్రిమూర్తులు, ఆఫీసర్ జనార్ధన్ , వ్యాయామ ఉపాధ్యాయుని పూర్ణిమ, ఉపాధ్యాయులు హాజరయ్యారు. జాతీయ పోటీల్లో క్రీడాకారులు బి చంటిబాబు, పవన్ కుమార్, ఉపేంద్ర, రామకృష్ణ ,వేణు చరణ్, పి జగదీష్ బాలికలు అలేఖ్య, సుప్రియ, మౌనిక,జయశ్రీ, బంగారమ్మ, జ్యోతిక లు 2024 ఫిబ్రవరి 2 వరకు శిక్ష శిబిరం లో పాల్గొంటారు అనంతరం 40వ జాతీయ జూనియర్ బాలబాలికల టెన్నికాయిట్ పోటీలు రాజస్థాన్ రాష్ట్రం మహావీర్ జైలో ఫిబ్రవరి 6 నుండి 10 వరకు జరిగే జాతీయ పోటీల్లో పాల్గొంటారని ఆంధ్రప్రదేశ్ టెన్నికాయిట్ అసోసియేషన్ ప్రధాన కార్యదర్శి కే ఎన్ వి సత్యనారాయణ తెలియజేశారు.

గ్రామీణ ప్రాంత ఆణిముత్యాల వెలికితీతకై ఆడుదాం : ఆంధ్ర

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): దేశ ప్రగతికి పట్టుకొమ్మలు పల్లెలు అని జాతిపిత మహాత్మా గాంధీజీ అన్నట్టు పల్లెల్లో యువత క్రీడలపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపించి క్రీడాపోటీలలో అణిముత్యాలుగా తయారవ్వాలనే ప్రధానోద్దేశ్యంతో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆడుదాం-ఆంధ్ర కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారని ఎంపీపీ బోదెపు గోవింద్ అన్నారు. గురువారం నాడు మండల కేంద్రమైన యలమంచిలి రాజీవ్ క్రీడా మైదానంలో నియోజకవర్గ స్థాయిలో క్రీడా పోటీలలో భాగంగా గోవింద్ క్రికెట్ ఆడి ఫైనల్ టోర్నమెంట్ పోటీలను ప్రారంభించారు.తదుపరి డాక్టర్ వైఎస్సార్ ఇండోర్ స్టేడియంలో షటిల్ ఫైనల్ పోటీలను ప్రారంభించి విజయం సాధించాలని క్రీడాకారులతో అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపిడిఓ అప్పలనాయుడు, ఎమ్ ఈ ఓ 2 అరుణ్ కుమార్,వ్యాయమ ఉపాధ్యాయులు ఎస్ మూర్తి, క్రీడా పోటీల కో-ఆర్డినేటర్లు,క్రీడాకారులు,వైసిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పెన్షనర్ల సమస్యలు పరిష్కరించాలి

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): పెన్షనర్ సమస్యలను పరిష్కరించాలని డిమాండ్ చేస్తూ రాష్ట్ర పెన్షనర్ల సంఘం పిలుపు మేరకు గురువారం నాడు పెన్షనర్ అసోసియేషన్ తాలూకా యూనిట్ ఆధ్వర్యంలో యలమంచిలి ఎమ్మార్వో కార్యాలయం వద్ద ధర్నా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ధర్నాలో పాల్గొన్న సి.హెచ్. సోమేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ 11వ పీఆర్సీలో తగ్గించిన అడిషనల్ క్వాంటమ్‌ను పునరుద్ధరించాలని, డీఆర్ బకాయిలను వెంటనే విడుదల చేయాలని, పీఆర్సీ ఎరియర్స్ వెంటనే చెల్లించాలని, మెడికల్ రీయింబర్స్ మెంట్‌ను రూ.5 లక్షలకు పెంచాలని డిమాండ్ చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు పాల్గొన్నారు.

సంపూర్ణ మహిళా సాధికారత దిశగా జగనన్న అడుగులు : అవంతి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆదేశాలతో భీమిలి నియోజకవర్గం శాసనసభ్యులు అయిన గౌ ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు ముఖ్య అతిథి గా వార్డు సమన్వయ కర్త పోతిన హనుమంతు రావు ఆధ్వర్యంలో 5వ విడత ఆసరా కార్యక్రమం 6వ వార్డు లో ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది.

కార్యక్రమం కి విచ్చేసిన అవంతి కి నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు ప్రజలు సాదర స్వాగతం పలకడం జరిగింది.

అవంతి పాలనలో ఈ నాలుగున్నర ఏళ్ళలో 5వ వార్డు లో అందించిన సంక్షేమం చేసిన అభివృద్ధి ని ప్రజలకు పోతిన హనుమంతు రావు వివరించడం చేసారు.

నాలుగో విడత ఆసరా పథకం ద్వారా 46 కోట్ల 25 లక్షలు రూ లబ్ది చెక్కును అవంతి చేతులు మీదుగా మహిళలకు అందివ్వడం జరిగింది.

అనంతరం ఇచ్చిన మాట ప్రకారం మాట తప్పకుండా మడం తిప్పకుండా ఆసరా తమ ఖాతాల్లో జమ చేసినందుకు సంతోషం తో మహిళా అక్కాచెల్లెళ్ళు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి చిత్ర పటానికి పాలాభిషేకం చేసి జై జగన్ జై అవంతి అంటూ నినాదాలతో హోరెత్తించి మళ్ళీ జగనన్నే రావాలి మా బ్రతుకులు మారాలి అంటూ హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

కార్యక్రమం ను ఉద్దేశించి అవంతి మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వాలు పాలనలో పేదవారు ఏడిస్తే జగనన్న పాలనలో ఉన్నోడు ఏడుస్తున్నాడు అని,ఇప్పుడు జరుగుతున్నది పేదలకు పెత్తందారులు కు మద్య యుద్ధం అని,పేదల పక్షాన నిలబడి వారి జీవితాల్లో సంక్షేమం ద్వారా వెలుగులు నింపిన గొప్ప నాయకుడు జగనన్న అని,ప్రజలు బాగుంటేనే రాష్ట్రం బాగుంటుంది అనే సిద్ధాంతాన్ని నమ్మి పాలనలో నూతన ఒరవడులు తో నాడు గాని నేడు గాని దేశంలో ఏ ముఖ్యమంత్రి కి చేయని పాలన చేసి రాజన్న పాలన మళ్లీ జగనన్నతోనే సాధ్యం అనేలా చేసి ప్రతీ పేద మధ్యతరగతి ప్రజలు గుండెల్లో నిలిచారని, బూటకపు మాటలు చెప్పి పబ్బం గడుపుకునే విధానం గత నాయకుడులా జగనన్న కు తెలియదు అని, జగనన్న కు చేతలతోనే పాలన చేసి చూపడం తెలుసునని అలాంటి నాయకుడు మళ్ళీ వస్తేనే మీ బ్రతుకులు మరింత బాగుపడతాయి కనుక ఆయన చేసిన మేలు మరువకుండా రాబోయే ఎన్నికల్లో భీమిలి లో ఫ్యాన్ గుర్తు పై ఓటేసి గెలిపించాలని నేను ఇక్కడ గెలిస్తేనే అక్కడ జగనన్న ముఖ్యమంత్రి అవుతారని ముఖ్యంగా మీ మహిళలు కే ఆయన అన్నింటా పెద్ద పీట వేసారు కనుక మీరు మరింత బాధ్యత తో గెలిపించుకోవాలని పిలుపునిస్తూ మాట్లాడారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ప్రభుత్వ అధికారులు - 5వ వార్డు వైసిపి శ్రేణులు - సచివాలయం కన్వీనర్ లు గృహ సారథులు - కార్యకర్తలు - సచివాలయం సిబ్బంది వాలంటీర్లు పాల్గొన్నారు.

నింగికెగసిన స్ఫూర్తి - ఘనంగా జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం

విజయనగరం: జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ స్ఫూర్తిని చాటిచెప్పేలా, ఓటుహక్కు ప్రాముఖ్యతను వివరిస్తూ 14వ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ వేడుకలు పట్టణంలో గురువారం అత్యంత ఘనంగా జరిగాయి. ఓటుహక్కు ప్రాధాన్యతను వివరిస్తూ ర్యాలీలు, నినాదాలతో పుర వీధులు మారుమ్రోగాయి. జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, అయోధ్యా మైదానంలో ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఐ ఓట్ ఫర్ ష్యూర్ నినాదాన్ని మానవ హారంతో ప్రదర్శించారు. విద్యార్థులు విన్యాసాలు చేశారు. బెలూన్లు ఎగురవేసి స్ఫూర్తిని చాటారు. మైదానం చుట్టూ విద్యార్థులు జాతీయ పతాకాలతో మానవహారం నిర్వహించారు. పులివేషాలు, కోలాటం, విచిత్ర వేషాలు, డప్పుల చప్పుడుతో మైదానం హోరెత్తిపోయింది. అక్కడి నుంచి భారీ ప్రదర్శన నిర్వహిస్తూ గురజాడ కళాక్షేత్రానికి చేరుకున్నారు.

ఓటుహక్కు వినియోగించుకోవడం మన బాధ్యత

ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవడం ప్రతీ పౌరుని బాధ్యత అని జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ అన్నారు. గురజాడ కళాక్షేత్రంలో జరిగిన జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, ప్రజాస్వామ్య మనుగడకు, దేశాభివృద్ధికి ఓటు మూలస్థంభం లాంటిదని పేర్కొన్నారు. ఓటుహక్కు ప్రాధాన్యతను వివరించేందుకు 2011 నుంచి ప్రతీఏటా జనవరి 25ను జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవంగా నిర్వహిస్తున్నామని చెప్పారు. ప్రతీ ఒక్కరికీ ఓటు హక్కు కల్పించడమే కాకుండా, దానిని శతశాతం వినియోగించుకొనే విధంగా ప్రతీఒక్కరికీ అవగాహన కల్పించడమే ఈ కార్యక్రమం లక్ష్యమని చెప్పారు. ముఖ్యంగా యువ ఓటర్లపై దృష్టి పెట్టామని, 18 ఏళ్లు నిండిన ప్రతీఒక్కరికీ ఓటుహక్కు కల్పించేందుకు కృషి చేస్తున్నామని తెలిపారు. త్వరలో ఎన్నికలు జరగనున్న నేపథ్యంలో స్వీప్ కార్యక్రమం ద్వారా ఓటు వినియోగంపైనా, ప్రాధాన్యత పైనా, విలువ పైనా విస్తృతంగా అవగాహనా కార్యక్రమాలను నిర్వహించనున్నట్లు చెప్పారు. వచ్చే ఎన్నికలలో శాతశాతం ఓటుహక్కు వినియోగించుకొనే విధంగా ఓటర్లను చైతన్య పరుస్తామని అన్నారు. ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ వచ్చినప్పటికీ, అర్హత ఉన్నవారందరికీ నిబంధనల మేరకు ఓటుహక్కు కల్పిస్తామని జెసి తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా స్వీప్ కార్యక్రమం కేలండర్‌ను ఆవిష్కరించారు. ప్రచార రథాన్ని ప్రారంభించారు. జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని, విజయనగరం కోట చుట్టూ మానవ హారాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. భారత ముఖ్య ఎన్నికల నిర్వహణ అధికారి రాజీవ్ కుమార్ సందేశాన్ని వినిపించారు. సీనియర్ ఓటర్ మురళీలాల్ శర్మ, యువ ఓటర్ ఆదాడ మనోహర్, విభిన్న ప్రతిభావంతుడు డి.కొండబాబు, ట్రాన్స్ జెండర్ డి.మీనాలను సన్మానించి, ప్రశంసాపత్రాలను అందజేశారు. ఓటర్ల జాబితా సవరణ ప్రక్రియలో ప్రశంసనీయంగా పనిచేసిన ఇఆర్‌ఓలు, ఎఇఆర్‌ఓలు, ఎన్నికల డిటిలు, సూపర్‌వైజర్లు, కంప్యూటర్ ఆపరేటర్లు తదితర 59 మందికి ప్రశంసా పత్రాలతో సత్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రదర్శించిన పులివేషాలు, కోలాటం, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఆకట్టుకున్నాయి. కళాకారులను, ఆహుతులను జ్ఞాపికలతో సత్కరించారు. కార్యక్రమంలో అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ వెంకట త్రివినాగ్, డిఆర్‌ఓ ఎస్‌డి అనిత, ఆర్‌డిఓ ఎం.వి.సూర్యకళ, స్పెషల్ డిప్యుటీ కలెక్టర్లు సుదర్శనదొర, నూకరాజు, జెడ్‌పి సిఇఓ కె.రాజ్‌కుమార్, మెప్మా పిడి సుధాకరరావు, విజయనగరం తాశిల్దార్ కోరాడ శ్రీనివాసరావు, పలువురు జిల్లా అధికారులు, పిఇటిలు, విద్యార్థులు, డ్వాక్రా సంఘాల సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్ భగవంత్కేసరి, డ్యాన్స్ రియాలిటీ షో సూపర్ జోడీ ప్రారంభం, జనవరి28నమీ జీ తెలుగులో!

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగుప్రేక్షకులకు సరికొత్త కాన్సెప్ట్తో అలరించే జీ తెలుగు ఈ ఆదివారం మరింత వినోదంఅందించేందుకు సిద్ధమైంది. థియేటర్లలో విడుదలై ప్రేక్షకులను విపరీతంగా ఆకట్టుకున్న యాక్షన్ఎంటర్టైనర్ భగవంత్ కేసరి సినిమాను వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్గా ఈ ఆదివారం అందిస్తోంది. అంతేకాదు, తెలుగు ప్రేక్షకులను బుల్లితెర, వెండితెరపై అలరిస్తున్న తారలు తమ జోడీతోకలిసి జంటగా తమలోని ప్రతిభను నిరూపించుకునేందుకు సూపర్ జోడీవేదికను అందిస్తోంది జీ తెలుగు. నందమూరి బాలకృష్ణ హ్యాట్రిక్ హిట్ భగవంత్కేసరి ఆదివారం సాయంత్రం 5:30 గంటలకు మరియు మెగాప్రిన్స్ వరుణ్ తేజ్ ముఖ్య అతిథిగాసూపర్ జోడిప్రారంభం, ప్రతి ఆదివారం రాత్రి 9 గంటలకు, జీతెలుగులో మాత్రమే!

సక్సెస్ఫుల్ నాన్ఫిక్షన్ షోలతో అలరించిన జీ తెలుగు ఈఆదివారం సెలబ్రిటీ డ్యాన్స్ రియాలిటీ షో సూపర్ జోడిని ప్రారంభిస్తోంది. జీతెలుగులో జనవరి 28న టాలీవుడ్హీరో మెగా ప్రిన్స్ వరుణ్ తేజ్ ముఖ్య అతిథిగా ప్రారంభం కానున్న సూపర్ జోడీ ప్రతిఆదివారం రాత్రి 9గంటలకు ప్రసారం కానుంది. చాలా రోజుల గ్యాప్ తర్వాత ప్రముఖ యాంకర్ ఉదయ భాను జీతెలుగు సూపర్ జోడి షోతో రీఎంట్రీ ఇవ్వనున్నారు. ఈ షోకి న్యాయనిర్ణేతలుగా ఎవర్గ్రీన్నటి మీనా, ప్రముఖ కొరియోగ్రాఫర్ రఘుమాస్టర్, హీరోయిన్శ్రీదేవి విజయ్ కుమార్ వ్యవహరించనున్నారు.

ప్రేక్షకులను మెప్పించి బ్లాక్బస్టర్ హిట్గా నిలిచినభగవంత్ కేసరి సినిమాను వరల్డ్ టెలివిజన్ ప్రీమియర్గా జీ తెలుగు అందిస్తోంది. అనిల్రావిపూడి దర్శకత్వంలో రూపొందినఈ సినిమా కథ జైలు నుండి విడుదలైన మాజీ పోలీస్అధికారి నేలకొండ భగవంత్ కేసరి(బాలకృష్ణ) పాత్ర చుట్టూ తిరుగుతుంది. ఈ సినిమాలోనందమూరి బాలకృష్ణ, కాజల్ అగర్వాల్, శ్రీలీల ప్రధాన పాత్రల్లో నటించగా అర్జున్ రాంపాల్, పి.రవిశంకర్, ఆర్. శరత్ కుమార్, రఘుబాబుఇతర కీలక పాత్రల్లో నటించారు. యాక్షన్, ఎమోషన్స్, కెమిస్ట్రీ అన్నింటి మేళవింపుగా సాగిన భగవంత్ కేసరి సినిమా వరల్డ్ టెలివిజన్ప్రీమియర్గా మీ జీ తెలుగులో ఈ ఆదివారం సాయంత్రం 5.30 గంటలకు ప్రసారంకానుంది. ఈ సందర్భంగా జీ తెలుగు 'బనావో బేటీకో షేర్' కాంటెస్ట్ని నిర్వహించనుంది. ఈ పోటీలో విజేతలుగా నిలిచిన వారు సర్ప్రైజ్ గిఫ్ట్లు పొందుతారు. భగవంత్ కేసరి సినిమా చూడండి.. మీరు కూడా ఈ పోటీలో పాల్గొనండి, మీజీ తెలుగులో!

75వ గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా సిఎంఆర్ సెంట్రల్ వరకు భారీ ర్యాలీ

గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్): గాజువాక చైతన్యనగర్ లో గల విద్యా వికాస్ జూనియర్ కళాశాల ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులు 75వ గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా గురువారం 500 అడుగుల జాతీయ జెండాతో చైతన్య నగర్ నుండి శ్రీనగర్ మీదుగా శ్రీకృష్ణదేవరాయులు మార్గం మీదుగా గాజువాక సిఎంఆర్ సెంట్రల్ వరకు భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ ర్యాలీని గాజువాక శాసనసభ్యులు తిప్పల నాగిరెడ్డి జెండా ఊపి ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైయస్ఆర్సీపీ విద్యార్థి విభాగం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి జీలకర్ర నాగేంద్ర, కళాశాల డైరెక్టర్ పి.వశిష్ట, ప్రిన్సిపాల్ ఆర్.కిరణ్ కుమార్, అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

పరవాడలో వైయస్సార్ ఆసరా

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా మండల కేంద్రమైన పరవాడలో గురువారం సర్పంచ్ సిరిపరపు అప్పలనాయుడు ఆధ్వర్యం లో ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన వై.ఎస్. ఆర్ ఆసరాలి నాల్గోవ విడత కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా పెందుర్తి శాసనసభ్యులు అన్నంరెడ్డి అదీప్ రాజ్ పాల్గొని డ్వాక్రా అక్కచెల్లమ్మలకు చెక్కులు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ డ్వాక్రా మహిళలు వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి కి తమ కష్టాలను చెప్పడంతో వైసిపి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత డ్వాక్రా మహిళలకు అండగా ఉండి డ్వాక్రా రుణాలను మాఫీ చేస్తామని చెప్పిన మాట ప్రకారం వైయస్సార్ ఆసరా కింద నాలుగు విడతల్లో పొదుపు మహిళల ఖాతాల్లో నగదు జమ చేయడం జరిగిందని అన్నారు. పొదుపు మహిళలు తీసుకున్న రుణాలు మాఫీ చేస్తానని, ఎవరు బ్యాంకులకు నగదు చెల్లించవద్దని చెప్పి అధికారంలోకి వచ్చి చంద్రబాబు ఆ తర్వాత మహిళలను మోసం చేసి పొదుపు సంఘాలను నిర్వీర్యం చేశారని ఆరోపించారు. మహిళలు ఆర్థికంగా ఎదిగి స్థిరపడాలన్నది జగన్ అన్న ధ్యేయమని ప్రభుత్వం ఏ పథకం అమలు చేసిన మహిళల పేరుతోనే అందిస్తున్నారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీపీ పైల వెంకట పద్మ లక్ష్మి శ్రీనివాస్, జడ్పీటీసీ పైల సన్యాసిరాజు , వైస్ ఎంపీపీ లు బంధం నాగేశ్వరరావు, బూస అప్పల రాజు, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి చుక్క రాము నాయుడు, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు కోన రామారావు, మండల జే సి ఎస్ కన్వీనర్ వెన్నెల సన్యాసిరావు, ఎంపీడీఓ హేమ సుందర రావు, డ్వాక్రా ఏపిఎం కనకమ్మ ప్రభుత్వ అధికారులు, డ్వాక్రా మహిళలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెదబోదుగల్లం హైస్కూలులో ఓటరుదినోత్సవం

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం నక్కపల్లి మండలంలో పెదబోదుగల్లం హైస్కూలు లో గురువారం ప్రధానోపాధ్యాయుడు సి.హెచ్. సత్యనారాయణ ఆధ్వర్యంలో 14 వ జాతీయ ఓటరు దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ముందుగా ఓటుహక్కు సద్వినియోగం వలన కలిగే ఉపయోగాలను ఉపాధ్యాయులు వివరించారు. ర్యాలీ నిర్వహించి చైతన్యం కలిగించారు. అనంతరం మానవహారం గా ఏర్పడి తెలుగు ఉపాధ్యాయుడు ఎన్.వి.ఎస్.ఆచార్యులు విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు చే ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు ఎస్.ఫల్గుణరావు, చిన్నారావు, రమేష్ బాబు పాల్గొన్నారు.

Sugar Free Fitearly | నడివయస్కులకు 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 సమ్మిళితమైన "ఫిట్ ఎర్లీ" విశిష్టానుభవం గల పరిశోధకులచే రూపొందించబడింది. అంతేకాక ప్రఖ్యాత వైద్యరంగ పరిశోధన శాలలో అన్ని విధములుగా పరీక్షించబడి సంతృప్తి కరమైన ఫలితాలను ప్రకటించుకోబడిన 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

తూర్పు కనుమల సంస్కృతి ఎంతో గొప్పది

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): తూర్పు కనుమలలోని గిరిజనుల సంస్కృతి , సంప్రదాయాలు, వారసత్వ సంపద గొప్పది వైవిధ్య వంతమైనదని సామాజిక సమరసతా వేదిక జాతీయ కన్వీనర్ శ్యాం ప్రసాద్ అన్నారు. గురుద్వారా సమీపం లోని కాటమ్మ అమ్మవారి ఆలయం వద్ద గురువారం ఉదయం ఆయన వనవాసీ కళ్యాణ్ ఆశ్రమ్ నిర్వహించే తూర్పు కనుమల యాత్ర లో పాల్గొనే విశాఖపట్నం బృందం పర్యటన ను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ , మహోన్నతమైన తూర్పు కనుమల నాగరికతను ప్రపంచానికి తెలియజేసేందుకు జనవరి 25 వ తేదీ నుంచి ఫిబ్రవరి 4వ తేదీ వరకు గిరిజన సంస్కృతిక యాత్ర ను నిర్వహిస్తున్నట్లు చెప్పారు . వనవాసి కళ్యాణ ఆశ్రమం యాత్ర ప్రముఖ్ ఉబ్బేటి నాగేశ్వరావు నేతృత్వం లో విజయనగరం కేంద్రీయ గిరిజన విశ్వవిద్యాలయంతో కలిసి ఆంధ్రప్రదేశ్ వనవాసీ కళ్యాణ ఆశ్రమం ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తుందని అన్నారు.

ఎంతో ఉన్నతమైన గిరిజన జీవన శైలి ,సంస్కృతి సాటి ప్రపంచానికి ఆదర్శం అని, ఎన్నో అంశాలను గిరిజన నుంచి సాటి సమాజం నేర్చుకుంటుందని కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న శాసనమండలి మాజీ సభ్యుడు పీ వీ ఎన్. మాధవ్ ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. గిరిజన సంస్కృతి ద్వారానే తూర్పు కనుమలు సుసంపన్నం అయ్యాయని అన్నారు. గిరిజన సంప్రదాయాలు సంస్కృతి ,కళలు వంటివి అంతరించి పోకుండా భావితరాలకు అందించాల్సిన అవసరం ఉందని ఆ లక్ష్యంతోనే యాత్రను చేపట్టామని మరో అతిథి ఆర్ ఎస్ ఎస్ విశాఖ నగర సంఘచాలక్ పీ వీ నారాయణ రావు అన్నారు. గిరిజనుల సాంప్రదాయక పరిజ్ఞానాన్ని వెలికితీసి దేశాభివృద్ధికి ఉపయోగపడేలా చేయాల్సిన అవసరం ఉందని అన్నారు. గిరిజన అచార సంప్రదాయాలు, సంస్కృతి హక్కులకు కూడా ప్రమాదం పొంచి ఉందని వీటిని రక్షించాల్సిన అవసరాన్ని ఈ యాత్ర గుర్తుచేస్తుందని కార్యక్రమం లో పాల్గొన్న ఆంధ్ర విశ్వ విద్యాలయం సైకాలజీ విభాగాధిపతి ఆచార్య రాజు పేర్కొన్నారు.

గిరిజనుల మూలికా వైద్యం ,గీతం ,సాహిత్యం ,నాట్యం విలువిద్య , కొండలు ఎక్కటం, చెట్లు ఎక్కడం వంటివాటిని సాటి సమాజానికి నేర్పాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని శక్తి సంస్థ నిర్వాహకులు పి. శివరామకృష్ణ అన్నారు. గిరిజనులు ప్రకృతి ఆరాధకులని పర్యావరణ పరిరక్షణకు పాటుపడి జీవన వైవిధ్యాన్ని కాపాడారని గుర్తు చేశారు. ఒడిస్సా లోని నందపురం, జయపూర్ లను పాలించిన గిరిజన రాజులు ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం స్థాపనలో, విశాఖ అభివృద్ధిలో కీలకపాత్ర వహించారని ఆ విషయాలను కూడా యాత్ర ప్రజలకు వివరిస్తుందని అన్నారు.

యాత్ర సహ ప్రముఖ్ వలురౌతు మోహన్ రావు, వనవాసీ కళ్యాణ్ ఆశ్రమం ఆంధ్ర ప్రదేశ్ సంఘటన కార్యదర్శి విద్యాధర మహంతో, వనవాసి నగర ప్రముఖ్ అద్దేపల్లి ఈశ్వర్ , బీజేపీ సీనియర్ నేత చెరువు రామకోటయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనవరి 25వ తేదీ సాయంత్రం ఐదు గంటలకు జైపూర్ లో ప్రారంభమయ్యే ఈ యాత్ర కోరాపుట్ ,పెద్దబయలు, అరకు లోయ, హుకుంపేట, పాడేరు మినుములూరు, వంట్లమామిడి కోనం, ఎస్.కోట ,విజయనగరం అనందపురం ,సింహాచలం మీదుగా నాలుగో తేదీన విశాఖ చేరుకుంటుంది. ఫిబ్రవరి 4వ తేదీ సాయంత్రం మూడు గంటలకు ఆంధ్రా విశ్వవిద్యాలయం కన్వెన్షన్ హాలులో ముగింపు సభ కేంద్ర గిరిజన సంక్షేమ శాఖా మంత్రి అర్జున్ ముండా హాజరు కానున్నారు.

ఓటు హక్కు సామాన్యుడి వజ్రాయుధం

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం నక్కపల్లి మండలం లో ఓటు సద్వినియోగం తోనే ప్రజాస్వామ్యానికి మనుగడ ఉంటుందని, సామాన్యుడి చేతిలో వజ్రాయుధంగా ఉంటుందని మండల తహశీల్దార్ అంబేద్కర్ అన్నారు. గురువారం స్థానిక హైస్కూలులో జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఓటర్లు, పాఠశాల, కళాశాల విద్యార్థులతో ర్యాలీ, మానవహారం నిర్వహించారు. కొత్తగా 18 ఏండ్లు దాటి ఓటుహక్కు పొందిన ఓటర్లకు ఓటరు గుర్తింపు కార్డులను అందజేశారు. దేశభవిష్యత్తును మార్చే శక్తి ఓటుకు మాత్రమే ఉంటుందని, ఓటు విలువను ప్రతీఒక్కరూ గుర్తించాలన్నారు. ఓటర్లందరిచే ప్రజాస్వామ్యాన్ని పరిరక్షించుకునేలా ఓటును సద్వినియోగం చేసుకుంటామని ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. సీనియర్ సిటిజన్లను ఘనంగా సత్కరించారు. అనంతరం జరిగిన ప్రత్యేక సమావేశం లో మండల విద్యాశాఖాధికారి కె.నరేష్ మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్యం లో ఓటుహక్కు వజ్రాయుధం వంటిదని, ఆ ఓటే మనిషి జీవితాలను మార్పు చేస్తుందని అన్నారు. కావున దానిని సద్వినియోగం చేసుకుని మంచి పాలకులను ఎన్నుకోవాలన్నారు అప్పుడే ప్రజాస్వామ్యం పరిఢవిల్లుతుందన్నారు ఓటుహక్కు ను దుర్వినియోగం చేసుకుంటే మనలను మనం మోసం చేసుకున్నట్లేనన్నారు, ఓటుహక్కు వినియోగంలో డాక్టర్ బి.ఆర్.అంబేద్కర్ సూచించిన వాక్యాలను గుర్తించి ఓటుహక్కు పొందాలన్నారు. ముగ్గులపోటీలను నిర్వహించారు . ఓటర్ల దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని వివిధ పాఠశాల కళాశాల విద్యార్థులకు వ్యాసరచన వక్తృత్వం పోటీలను నిర్వహించి ప్రథమ, ద్వితీయ, తృతీయ స్థానాలను సాధించిన విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహక బహుమతులు, ప్రశంసాపత్రాలను ప్రముఖుల చేతులమీదుగా అందజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో స్వచ్ఛందంగా విచ్చేసిన .నాయకులు వీసంరామకృష్ణ, వైస్ ఎం.పి.పి. వీసం నానాజీ, ఏ.వో. సీతారామరాజు మండలవిద్యాశాఖాధికారి కె.నరేష్, హెచ్. ఎమ్.రాణీలలిత, ఎన్నికల డీటీ. తాతాచార్యులు, రెవెన్యూ సిబ్బంది సత్య బంగారుపాప హాకీ కార్యదర్శి కొల్నాటి తాతాజీ, ఇతర ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు అందరి హక్కు - ఓటేయడం అందరి బాధ్యత

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ప్రజాస్వామ్య దేశంలో ఉన్న మనం, 18సం.లు నిండిన ప్రతి ఒక్కరూ ఓటరుగా నమోదు చేసుకోవాలని, కోవాలని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి జిల్లా కలెక్టర్ పిలుపునిచ్చారు. 14వ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం పురస్కరించుకొని ఎన్టీఆర్ మైదానం నుండి రోటరీ క్లబ్ వరకు ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఓటు పొందడం మన హక్కని అలాగే ప్రతి ఎన్నికలలో తప్పనిసరిగా ఓటు వినియోగించు కోవడం మన బాధ్యతగా గుర్తించాలన్నారు. ప్రజాస్వామ్యానికి ఎన్నికలే మూల స్తంభాలని చెప్పారు. దేశానికి దిశా నిర్దేశం చేసే చట్టసభలను మనం ఎన్నుకోవాలన్నారు. ఎన్నికల కమిషన్ నిస్పాక్షిక ఎన్నికల నిర్వహణకు అనేక చర్యలను చేపట్టి అమలు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఓటును సద్వినియోగం చేస్తామని ప్రతి ఒక్కరూ ప్రతిజ్ఞ చేయాలన్నారు.

జిల్లా ఎస్పీ కె.వి.మురళీకృష్ణ మాట్లాడుతూ నేటి బాలలే రేపటి పౌరులని విద్యార్థులందరూ ఓటు హక్కు పై అవగాహన పెంపొందించుకోవడమే కాకుండా వారు అందరికీ అవగాహన కల్పించాలన్నారు. ఓటర్లందరూ స్వేచ్ఛగా నిర్భయంగా తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవచ్చన్నారు. ఎటువంటి ప్రలోభాలకు లోను కావద్దని ఆలోచించి తమకు నచ్చిన ప్రతినిధిని ఎన్నుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు.యూనివర్సిటీ వైస్ ఛాన్స్ లర్ డి.సూర్య ప్రకాష్ రావు మాట్లాడుతూ దేశ చరిత్రలో అనకాపల్లికి ప్రత్యేకమైన స్థానం ఉందని 1989 ఎన్నికలలో అనకాపల్లి నుండి పోటీ చేసిన ఎంపీ అభ్యర్థి కేవలం 7 ఓట్ల మెజార్టీతో గెలుపొంది చరిత్ర సృష్టించారని చెప్పారు. ఎన్నికల

సమయంలో మన దేశ చీఫ్ ఎలక్షన్ కమిషనర్ కు పార్లమెంటరీ, ఎగ్జిక్యూటివ్, న్యాయపరమైన 3 అధికారాలు ఉంటాయన్నారు. ప్రపంచంలోనే మొట్టమొదటిసారిగా మన దేశంలో జన్మించిన ప్రతి పౌరుడికి 18 సంవత్సరాలు దాటిన తర్వాత ఓటు హక్కు కల్పించడం జరిగిందన్నారు.

తరువాత జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి బి. దయానిధి అందరి చేత ఓటరు ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. అనంతరం రోటరీ క్లబ్ లో జరిగిన కార్యక్రమంలో చీఫ్ ఎలక్షన్ కమిషనర్ ప్రసంగాన్ని ఎల్ఈడి తెరపై ప్రదర్శించారు.80సం.లు దాటిన ఆడారి బంగారమ్మ కొణతాల అప్పల నరసమ్మ అనే వద్ద ఓటర్లను, పి.వీరూ యాదవ్, ఎం చంద్రశేఖర్, వై రవి అనే దివ్యాంగ ఓటర్లను సన్మానించారు. ఓటర్ల దినోత్సవం పురస్కరించుకొని ఎన్టీఆర్ గ్రౌండ్స్ లో నిర్వహించిన ముగ్గుల పోటీలు అందరినీ అలరించాయి.

ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ ఎం.జాహ్నవి, అడిషనల్ ఎస్పీ బి.విజయ భాస్కర్, అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ బి. స్మరణ రాజ్, డిఆర్వో బి. దయానిధి, వివిధ శాఖల అధికారులు రెవెన్యూ పోలీస్ ఇతర శాఖల సిబ్బంది విద్యార్థిని విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గతిశక్తి నేషనల్ మాస్టర్ ప్లాన్‌పై హైదరాబాద్‌లో రెండు రోజుల ప్రాంతీయ సదస్సు

విజయవాడ (పీఐబీ): ప్రధానమంత్రి గతిశక్తి నేషనల్ మాస్టర్ ప్లాన్పై జరిగే రెండు రోజుల ప్రాంతీయ సదస్సును రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ ఇండియన్ రైల్వేస్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫైనాన్షియల్ మేనేజ్ మెంట్, మౌలా అలీ, హైదరాబాద్లో జనవరి 22 & 23, 2024న నిర్వహిస్తోంది. ఈ 64 వ నెట్వర్క్ ప్లానింగ్ గ్రూప్ (ఎన్.పి.జి) మీటింగ్ కమ్ వర్క్ షాప్ లో భారతీయ రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ, పరిశ్రమల ప్రోత్సాహం మరియు అంతర్గత వాణిజ్య మంత్రిత్వ శాఖ రోడ్డు రవాణా & రహదారుల మంత్రిత్వ శాఖ మరి యు ఓడరేవులు, షిప్పింగ్ మరియు జల మార్గాల మంత్రిత్వ శాఖల నుండి సీనియర్ అధికారులు పాల్గొంటున్నారు. దక్షిణ మధ్య రైల్వే జనరల్ మేనేజర్ అరుణ్ కుమార్ జైన్ ఈ ప్రాంతీయ సదస్సులో కీలకోపన్యాసం చేశారు.

గతిశక్తి జాతీయ మాస్టర్ ప్లాన్కు సంబంధించిన కీలక అంశాలను ముందుకు తీసుకువెళ్లడములో భారతీయ రైల్వే పాత్ర చాలా ఉంది. రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ రైల్వే బోర్డులో బహుళ-క్రమశిక్షణా గతిశక్తి డైరెక్టరేట్ను ఏర్పాటు చేసింది. భారతీయ రైల్వేలోని అన్ని డివిజన్లలో గతిశక్తి యూనిట్లు పని చేయడం ప్రారంభించాయి. ప్రాజెక్టుల వేగవంతమైన మంజూరు, పనుల అమలు పర్యవేక్షణ మరియు ఇతర మంత్రిత్వ శాఖలు/రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలతో సమన్వయం చేయడంలో ప్రధాన మంత్రి గతిశక్తి జాతీయ మాస్టర్ ప్లాన్ ఎంతగానో సహాయపడింది.

అరుణ్ కుమార్ జైన్, తన ప్రసంగంలో, ఈ సదస్సు దేశంలో రవాణా అనుసంధానం మరియు మౌలిక సదుపాయాల కల్పన రూపురేఖలను మార్చే దిశగా మన గౌరవనీయులైన ప్రధాన మంత్రి యొక్క దార్శనికతను ముందుకు తీసుకెళ్లేందుకు మరో ముఖ్యమైన ముందడుగు అని పేర్కొన్నారు. ప్రతి దేశం అభివృద్ధిలో మౌలిక సదుపాయాలు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. ఒక తరంలో సామాజిక-ఆర్థిక పరివర్తనను సాధించడంలో మౌలిక సదుపాయాలపై పెట్టుబడి కీలకమైన అంశాలలో ఒకటి. మల్టీ-మోడల్ ట్రాన్స్పోర్ట్ నెట్ వర్క్ న్ను ఏర్పాటు చేయడం దీని కోసం క్లిష్టమైన శక్తిగా ఉండి తద్వారా లాజిస్టిక్స్ ధరను తగ్గించడమే కాకుండా, పరిశ్రమ యొక్క పోటీతత్వాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది మరియు దేశం యొక్క ఎగుమతుల ను గణనీయంగా పెంచుతుంది. గతి శక్తి, డిపార్టెమెంటలిజం యొక్క లోటుపాట్లను విచ్ఛిన్నం చేస్తూ నిర్ణయం తీసుకోవడంలో ఒక సమూల మార్పు ను సూచించే జాతీయ మాస్టర్ ప్లాన్.

ప్రపంచ పోటీతత్వాన్ని సాధించేందుకు సమర్థవంతమైన లాజిస్టిక్స్ నెట్ వర్క్ లు కీలకమైన అంశం అని మరియు గతిశక్తి ద్వారా ఈ అవసరాన్ని పరిష్కరించే అవకాశం కలుగుతుందని ఆయన నొక్కిచెప్పారు. సమగ్రత, ప్రాధాన్యత, ఆప్టిమైజేషన్, సింక్రోనైజేషన్, సమకాలీకరణ విశ్లేషణ సామర్థ్యం మరియు డైనమిక్ విజువలైజేషన్ ను నొక్కిచెబుతూ ఈ ఆరు స్తంభాలు గతిశక్తి మాస్టర్ ప్లాన్ను సమర్థిస్తాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. జనరల్ మేనేజర్ ప్రాజెక్టుల ప్రణాళిక మరియు మంజూరు కోసం దక్షిణ మధ్య రైల్వే కూడా ప్రధానమంత్రి జి. ఎస్ పోర్టల్ను సమర్థవంతంగా ఉపయోగిస్తోందని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం, దాదాపు 600 కి.మీ.ల పొడవుతో విస్తరించి ఉన్న 09 ప్రాజెక్టులు పోర్టల్ ద్వారా కేటాయించబడ్డాయి ..

ప్రమోషన్ పరిశ్రమ మరియు అంతర్గత వాణిజ్య శాఖ ప్రత్యేక కార్యదర్శి శ్రీమతి సుమిత దావ్రా, ప్రధానమంత్రి గతిశక్తి మరియు దాని ప్రయోజనాలు పై ప్రదర్శన ద్వారా వివరించారు. ఈ ప్రాంతీయ సదస్సులో రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ, రోడ్డు రవాణా మరియు రహదారుల మంత్రిత్వ శాఖ మరియు ఓడరేవులు, షిప్పింగ్ మరియు జలమార్గాల మంత్రిత్వ శాఖకు చెందిన సీనియర్ అధికారులు కూడా పాల్గొన్నారు.

ఉత్తమ ఎన్నికల అధికారిగా అవార్డు అందుకున్న జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి

విజయనగరం: జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి ఉత్తమజిల్లా ఎన్నికల అధికారిగా అవార్డు అందుకున్నారు. విజయవాడ లోని తుమ్మలపల్లి కళాక్షేత్రం లో గురువారం జరిగిన రాష్ట్ర స్థాయి జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ వేడుకల్లో ఉత్తమ జిల్లా ఎన్నికల అధికారిగా రాష్ట్ర గవర్నర్ శ్రీ ఎస్. అబ్దుల్ నజీర్ నుండి అవార్డు ను స్వీకరించారు. ఓటర్ల సవరణ జాబితాలో భాగంగా ఉత్తమ ప్రతిభ కనపరిచినందుకు రాష్ట్రంలో ముగ్గురు కలెక్టర్లను ఎంపిక చేయగా వారిలో విజయనగరం కలెక్టర్ ఒకరు కావడం విశేషం. అదే విధంగా బి.ఎల్.ఓ కేటగిరీ లో గాజులరేగ కు చెందిన పి.హేమలత కూడా ఇదే వేదిక నుండి అవార్డును అందుకున్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ప్రధాన ఎన్నికల అధికారి ముకేశ్ కుమార్ మీనా, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి జవహర్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

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