



పరిపాలన

ఆదివారం 16-06-2024

శ్రీధ నామ సంవత్సరము

ఉత్తరాయణ, క్రిష్ణపక్షపు

జ్యేష్ఠమాసం

తిథి : శు. దశమి రా. 02.31

నక్షత్రం : హస్త ఉ. 10.09

వర్ణం : సా. 06.57 ల 08.43

రక్షితమైన మంచి
కరలిచి వరస
లని నిబంధనలు
క యామనస్యంపై
లని నేషనల్ గ్రీన్
కేసు వేరారు. 130
రూపీ ట్టులున్న

పేద ముసలైన విద్యార్థులను ప్రత్యేకంగా ఏ దిశగా ప్రతి ఏడాది స్కూలులకు అంశములను ప్రకటించి వారికి మునుపే కమ్యూనిటీ కేంద్రాల స్కాన్లలో ప్రతినిధులను ఎంపిక క్రితరక అభివృద్ధిచేసాడు.

మరి ఆతిథి తూర్పు ఎమ్మెల్యే వెంకట్రావి రామకృష్ణ గారు మాట్లాడుతూ పేదకాళ్ళ జంబులను... శాశ్వత స్థానం కూరాలను... చదువుతోనే పునరుద్ధరణచేయాలన్నారు. స్కాన్లలో పేదకాళ్ళను చూసారు. పరకూరీ మాట్లాడుతూ స్కాన్లలో ఉండరా అనేక చివా కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తూ వస్తున్నారన్నారు. అందులో భాగంగా ప్రతి ఏడాది పేద విద్యార్థులకు శాశ్వత స్థానం ఎంపిక చేయబడుతున్నారన్నారు. కోరె దాది ఒక్కసారి విద్యార్థి చేసేటప్పుడు రూపాయిలకు చొప్పున 118 మందికి ఆదాయమిస్తాడు. ఆ విధంగా 130 మంది విద్యార్థులకు ఏదీలేని రూపాయిల చొప్పున ఇబ్బందులు ఏదీకావు. బేదమేమిటో నడుము పెంపి ముందే అప్పుడు ముందే అప్పుడు కార్యక్రమం రూపాయిలన్నప్పుడు తెలియవచ్చింది. ఆ కార్యక్రమంలో స్కాన్లలో కార్యక్రమాల భాగం, కోరెదాది రోజునా రోజునా భాగం, విద్యార్థులు,

4 లవంగాలను ఉప్పుతో కలిపి ఇలా పెట్టుకుంటే ఇంట్లో దేబ్బ డబ్బు



ఒకరు కష్టపడే సంపాదించిన డబ్బు ఇంట్లో నిలవకపోతే, అది ఎలా ఉంటుంది? ఇది అద్భుతంగా పూర్వాయ విధానంగా ఉంటుంది. ను ఇంట్లో అలాంటి నగదు లేదా అయితే మీ ఇంట్లో డబ్బు ఉంచడానికి మరలయిన ఎక్కువ పాదధానిక ఉప్పుతో కొన్నిసార్లు చిట్టాలు పోతే అప్పుడంటే. రుచి కోసం అవారంలో ఉప్పు జోడించడం ఆహ్లాదకర ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని మీకు తెలుసా? ఇది ఇంట్లోని చెరు కళ్ళులను కూడా దూరం చేస్తుంది మరియు ఇంట్లో సంపదను పెంచుతుంది అని మీకు తెలుసా? అవును, మీరు కూడా మీ ఇంటికి మరింత డబ్బును ఆకర్షించాలనుకుంటే, ఉప్పును ఇలా వాడండి.

మాధ్యం 1: మీ ఇంట్లో డబ్బు వచ్చిన వెంటనే ఇప్పుడు చేస్తున్నారా? తర్వాత ఇంటి మూలల్లో రాళ్ళ ఉప్పు వేయండి. ఇలా పెట్టడం వల్ల డబ్బు అర్హత కారణమైన దుష్టశక్తులు ఇంటి నుండి వెళ్ళగొట్టబడతాయి. అలాగే ఒక చిన్న గాజు గిన్నెలో కొన్ని రాళ్ళ ఉప్పును నింపి ఇంటి మధ్యలో ఉంచండి. దీంతో ఇంట్లో సంపద పెరుగుతుంది. ప్రాథమికంగా ఉప్పును ప్రతి 10 రోజులకు మార్చండి.

మాధ్యం 2: మీ వారితో నగదు లేదా వచ్చినంత త్వరగా

అప్పుతుందా? తర్వాత ఒక టీస్పూన్ రాళ్ళ ఉప్పును ఒక చిన్న ప్లాస్టిక్ సంచిలో వేసి మీ పర్సనల్ రహస్య ప్రదేశంలో ఉంచండి. ఇలా ఉంచిన ఉప్పు ఇతరులకు కనిపించకూడదు. ఈ ఉప్పును 10 రోజుల తర్వాత మార్చండి. ఇలా చేయడం వల్ల మీ వారితో మరింత డబ్బు చేరుతుంది.

మాధ్యం 3: ఈ నెల మొత్తం మీ చేతుల్లో బోలెడంత డబ్బు ఉండాలంటే ఈ సాల్ట్ రిమెడీ మీకు చాలా సహాయపడుతుంది. అది కూడా నెలలో మొదటి అదివారం నాడు ఈ ఉప్పు పరివారం చేయండి. దానికి ఒక గ్లాస్ లుట్టర్ ఉప్పులో మూడో వంతు తీసుకోవాలి. తర్వాత అంతే మొత్తంలో నిల్వ పొసి గుంటపాలు అలాగే ఉంచండి.

గుంట తర్వాత ఆ ఉప్పునీటిలో రుద్ది చేతులు కడుక్కోవాలి. అలా చేతులు కడుక్కన్న సమయంలో డబ్బును ఎప్పుడూ ఆత్మవిశ్వాసంతో ఉంచుకుంటే అవసరం అప్పులు పెట్టుకోకూడదని ఆలోచించాలి. మరియు ఈ నీటిని ఇంటికి తోట లేదా పూల కుండ ప్రాంతంలో కడగాలి. అప్పుడు మీ చేతులు మూడు సార్లు పుస్తకం కొట్టండి. ఈ కార్యాచరణను రోజూ నిర్వహించండి.

మాధ్యం 4: మీకు ఇంట్లో డబ్బు సమస్యలు ఎక్కువగా ఉన్నాయా? అన్ని సమస్యలను పరిష్కరించాలనుకుంటున్నారా? అప్పుడు ఉప్పు లవంగాల రెమెడీ ఈ విధంగా ప్రయత్నించండి. అందుకోసం ఒక గాజు గిన్నెలో లుట్టర్ తీసుకుని అందులో రాళ్ళ ఉప్పు వేసి, అందులో 4-5 లవంగాలు వేసి ఇంట్లో ఏదో ఒక మూలలో ఉంచండి. దీంతో ఇంటికి మరింత డబ్బు వస్తుంది. అలాగే ఇంట్లో ఉన్న నీటిని ఎవరైనా తాగినప్పుడు ఇంట్లో పాజిటివ్ ఎనర్జీ నిండిపోతుంది.

మీ కళ్ళు బాగా కనిపించాలంటే ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి..!



సరిహద్దు నిల్వ తాగండి.. కళ్ళను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి, సరిహద్దు నిల్వ తాగడం చాలా ముఖ్యం. హైడ్రేషన్ ఉండే. కళ్ళ పొడిబారపు, కంటి లాక్రిమేషన్ మెయింటెన్ చేయవచ్చు. మీ కళ్ళను రక్తింపకోవడానికి రోజుకు. కనీసం 8 గ్లాసుల నిల్వ తాగండి. సర్వీస్ పెట్టకండి.. ఇంటిలోని నిల్వను మీ కళ్ళను యావని కిరణాల నుండి సంరక్షించుకోవడానికి.. నవ్వు గ్లాస్ పెట్టకండి. తద్వారా, సూర్యరశ్మి వలన కంటి కంటిపక్వం, కంటి సమస్యల ముప్పును తగ్గిస్తుంది.

స్ట్రీస్ తగ్గించండి. ఎక్కువసార్లు స్ట్రీస్ అను భూమి ఉండటం వలన డిజిటల్ కంటి ఒత్తిడి, కళ్ళ పొడిబారపు, దృష్టి సమస్యలకు కారణమవుతుంది. మీ కళ్ళకు విశ్రాంతి ఇవ్వడానికి డిజిటల్ స్ట్రీస్ నుండి కొంత తగ్గించండి.

పరిశుభ్రత పాటించండి. మురికి చేతులతో మీ కళ్ళను తాకవద్దు. అవసరమైనప్పుడు ఉన్న చేతులతో కళ్ళ తాగితే కంటి ఇన్ఫెక్షన్ ముప్పు పెరుగుతుంది.

వీటి దూరంగా ఉండండి.. స్మోకింగ్ దూరంగా ఉండండి.. స్మోకింగ్ కంటిపక్వం, ముప్పుల క్షీణత, కంటి సమస్యల ముప్పు పెంచుతుంది. దూరమండి.. కళ్ళను పొడిబారపు చేస్తుంది. కంటి ఆరోగ్యానికి హాని చేస్తుంది.

కళ్ళను దృఢపెట్టండి. తరచుగా రుద్దడం వల్ల చికాకు, మంట వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. దీని కారణంగా, కార్మికులకు కంటి కంటి ఉంటుంది ఉంది. కళ్ళను తరచు రుద్దండి. కళ్ళ పొడిబారపు, కంటిపక్వం, కంటి సమస్యలను తీవ్రతరం చేస్తుంది.

కాంటాక్ట్ లెన్స్ పరిశుభ్రత పాటించండి.. కాంటాక్ట్ లెన్స్ ను సరిగ్గా ఉంచడం అవసరం. ముఖ్యంగా విటమిన్ A, C, E వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్స్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోండి. ఇవి యెక్కువసంఖ్యలో ముప్పుల క్షీణత, కంటిపక్వం కంటి అనారోగ్యం ముప్పును తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది.

ప్రాంతంగా నిద్రపోండి.. కంటి ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకోవడానికి ప్రాంతమైన నిద్ర చాలా అవసరం. నిద్రను నిద్రగ్గించండి. కళ్ళ పొడిబారపు, కంటి సమస్యలు, దృష్టి సమస్యలు ఎదురవుతాయి.

రెస్ట్రైన్డ్ ఫుడ్ పరిమితి చేయండి.. మీ కళ్ళను ఆరునెలలకు, పొడిబారపు ఒకసారి వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. దీంతో కంటి సమస్యలు, దృష్టి సమస్యలను ముందుగానే గుర్తించవచ్చు.

డబ్బు ఎంత సంపాదించినా మిగలడం లేదా



డబ్బు సంపాదన కోసం మనమంతా రాత్రిబెపట్ట అవిశ్రాంతంగా శ్రమిస్తున్నాం. కానీ సంపాదించిన డబ్బును నిల్వలేం లేదు, ఎలా అప్పు అవుతుందో అని చాలా మంది చెప్పడం తరచూ మనం వింటుంటాం. అలా వచ్చిన డబ్బు కూడా వ్యర్థంగా అప్పు అయిపోతుంటే, అది అద్భుతంగా కళ్ళపై. ఒక్కసారి అప్పుడంటే తోట లేకుండా ఎంత కష్టపడినా ఫలితం ఉండదు. మీ విషయంలో బహుశా ఇది జరుగుతుందనేదాన్ని? కాబట్టి మీ ఇంట్లో సానుకూల శక్తిని నింపడానికి కొన్ని అద్భుత మంత్రాలు లేదా చిహ్నాలను కొనుగోలు చేయండి.

మాధ్యం 1: ఈ చిహ్నాలు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. అది మరియు ఈ పరిశీలన ఇంట్లో సానుకూల శక్తిని పెంచుతాయి మరియు అప్పుడంటే కూడా తొలగిస్తే స్థానికులు వారి జీవితంలో పురోగతిని చూస్తూ ఇంటి అర్ధిక పరిస్థితి కూడా మెరుగుపడుతుంది.

ఇప్పుడు మాన్యువల్ ఇంట్లో ఏదో వస్తువులకు అద్భుతం తోడుతుందని చూద్దాం. మీ ఇంట్లో ఈ వస్తువులు లేకుంటే వెంటనే కొనుగోలు చేసి లాభాలను పొందండి.

1. ఆక్సీర్యం సంపదకు శక్తివంతమైన చిహ్నం. చేపల తొట్టి ఇంట్లో ఉంచుకుంటే ఆ ఇంటికి ఐక్యత వస్తుంది. ఇంటి పోలీస్ ఆక్సీర్యం ఉంచడం మంచిది. చేపలు అద్భుతమైన చిహ్నంగా పరిగణించబడుతుంది. కాబట్టి ఈ రకమైన చేపలను కొని ఉంచడం వల్ల ఇంట్లో సంపద పెరుగుతుంది.

1. లాంఛన్ బుడ్ల సంపదకు చిహ్నంగా బానిసలే మరో వస్తువు నమ్మకంను బుడ్లు. ఈ స్ట్రెలింగ్ బుడ్లు ఇంటి తలుపుకు అభిముఖంగా ఉంచాలి. ఇలా ఉంచితే ఇంట్లోకి సంపద ఆకర్షిస్తుంది. లాంఛన్ బుడ్ల విగ్రహాన్ని వివిధ రంగులలో పెట్టుకుంటారు. మీ ఇంటికి సరియైన కొరకే.
2. మూడు కాళ్ళ కన్ను పొంగి ముందు కాళ్ళ కన్ను అద్భుతం మరియు సంపదను ఆకర్షించే మరొక చిహ్నంగా పరిగణించబడుతుంది. మీరు మీ ఇంట్లో సంపద పెరగాలంటే, దాని నోటిలో నాణేలు ఉన్న మూడు కాళ్ళ కన్నును కొనండి. మరియు అది ఒక టేబుల్ దాదా కుర్చీ మీద ఉంచినట్లుకునే గరిష్ట ప్రయోజనం పొందవచ్చు.
3. 6-చైర్ పొడిసిన సాధారణంగా ఇంట్లో పొడిసిన ఉంటే అందులో నుంచి వచ్చే నీటి కప్పు ఇంట్లో పాజిటివ్ ఎనర్జీని పెంచుతుంది. మీరు కూడా ఇంట్లో సంపదను పెంచుకోవాలనుకుంటే, 6-చైర్ పొడిసిన కొనండి. ఇంటికి ఆకర్షణ వైపు పెట్టండి.
4. గుండ్రని అకులతో మొక్కలు సాధారణంగా, మొక్కలు ఇంట్లో ప్రతీకలు శక్తులను తోలిగిస్తాయి. ఇంట్లో పెంచుకున్న మొక్కలు ఎండిపోకుండా చూసుకోవాలి. వృక్షాల అకులతో మొక్కలను పెంచడం ఇంట్లో సంపదను పెంచే ఉత్తమ మార్గాలలో ఒకటి. కాబట్టి తామర, బలవ పంట మొక్కలను పెంచండి.
5. మెయిలింగ్ షిట్ పెయింట్ షిట్ల సంపదను ఆకర్షించడానికి గొప్ప సంకేతం. పడవ పోట్లను ఇంట్లో ఉంచండి. అది ఇంటికి సంపదను తెస్తుంది. మీకు ఉన్న చిహ్నాన్ని ఓడలు ఉంచవచ్చు. ఒకటి కంటే ఎక్కువ ఓడలను ఉంచవచ్చు. అది ఒకటి కంటే ఎక్కువ అదాయ పడవలను ఆకర్షిస్తుంది.
6. అద్భుతం వైపు వైపు వైపు. అదాయ పడవలను ఆకర్షించడానికి గొప్ప సంకేతం. పడవ పోట్లను ఇంట్లో ఉంచండి. అది ఇంటికి సంపదను తెస్తుంది. మీకు ఉన్న చిహ్నాన్ని ఓడలు ఉంచవచ్చు. ఒకటి కంటే ఎక్కువ ఓడలను ఉంచవచ్చు. అది ఒకటి కంటే ఎక్కువ అదాయ పడవలను ఆకర్షిస్తుంది.
7. అద్భుతం వైపు వైపు వైపు. అదాయ పడవలను ఆకర్షించడానికి గొప్ప సంకేతం. పడవ పోట్లను ఇంట్లో ఉంచండి. అది ఇంటికి సంపదను తెస్తుంది. మీకు ఉన్న చిహ్నాన్ని ఓడలు ఉంచవచ్చు. ఒకటి కంటే ఎక్కువ ఓడలను ఉంచవచ్చు. అది ఒకటి కంటే ఎక్కువ అదాయ పడవలను ఆకర్షిస్తుంది.

పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల కలిగే బెనిఫిట్స్.. సైడ్ ఎఫెక్ట్ ..?



పచ్చి ఉల్లిపాయలు గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు, హాని గురించి తెలుసుకోండి. ఉప్పుననే పంట వ్యాధులలో కూడా పచ్చి ఉల్లిపాయ ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని నిరూపించబడింది. అలాగే సాధారణ జలుబుతో దాని వినియోగం ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో, గుండెపోటు, డైబెట్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో ఇది చాలా సహాయపడుతుంది. పచ్చి ఉల్లిపాయలు మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతాయి. మధుమేహానికి ప్రధాన కారణం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగడం. ఇందులో సల్ఫర్ ఉంటుంది సమీకృతం ఉండటం వల్ల శరీరంలో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేసే సామర్థ్యం పెరుగుతుంది.

పచ్చి ఉల్లిపాయలలో విటమిన్ కె కూడా ఉంటుంది. ఎముకల బలానికి, సాధారణ పనితీరును ఇది అవసరం. విటమిన్ కె ఎముకల సంరక్షణను నిర్వహించడానికి చాలా సహాయపడుతుంది. ఇది ఎముకలను దెబ్బతినకుండా కాపాడుతుంది. ఎముకలను బలోపేతం చేయడానికి

దోహదపడే సమీకృతాలను కలిగి ఉంటుంది. పచ్చి ఉల్లిపాయలు కాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. వాటిలోని అల్లెల సల్ఫైడ్, ఫ్లవనాయిడ్లు వంటి సమీకృతాలు కాన్సర్ల క్షణాలను ఉత్పత్తి చేసే ఎంజైములతో పోరాడతాయి. తద్వారా కాన్సర్ల వచ్చే అవకాశాలను తగ్గిస్తాయి.

పచ్చి ఉల్లిపాయలు, ట్రైగ్లిసెరిడ్ల అనియన్లలో విటమిన్ కె ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని చెరు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గిస్తుంది. ఇది గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఇందులోని సల్ఫర్ కరోనరీ హార్ట్ డిజిజీ ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. పచ్చి ఉల్లిపాయలు కూడా హైబర్ కలిగి ఉంటాయి. హైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారం మొత్తం శరీర నిరసన-సాంద్రత తగ్గించే లిపిడ్స్ కొలెస్ట్రాల్ (చెరు కొలెస్ట్రాల్) ను కొంత వరకు తగ్గిస్తుంది.

పచ్చి ఉల్లిపాయలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం ప్రభావం చూపుతుంది. ఇందులో ఉండే అధిక మొత్తంలో కొలెస్ట్రాల్ దీనికి కారణం కావచ్చు. ఉల్లిపాయల వల్ల అల్లెల ఉంటే, పచ్చి ఉల్లిపాయల వల్ల కూడా అల్లెల రావచ్చు. పచ్చి ఉల్లిపాయలను పచ్చి రూపంలో తీసుకోవడం వల్ల నోటి దుర్వాసన వస్తుంది.

పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో పీచు ఎక్కువగా ఉన్నందున మీరు అనీడిట్, గ్యాస్, పొతులు లేదా వికారం వంటి సమస్యలను ఎదుర్కోవచ్చు. అధికంగా తీసుకుంటే హానికరం. దీన్ని సరైన పరిమాణంలో తినండి. (నోట్: ఇందులో అలెర్జిక్ రేషన్ల అవకాశం కోసం మాత్రమే. నిపుణుల సలహాలు, సూచనల మేరకు అందించడం జరిగింది.

ముల్లంగితో ఎన్ని లాభాలో..



దుంపకూరల్లో ముల్లంగి ఒకటి. రుచికి కొంచెం పెరుగుగా ఉన్నా వీటిల్లో ఎక్కువగా ఉంటాయి. విటమిన్, మినరల్స్ వల్ల ముల్లంగి ఉంటాయి. ముఖ్యంగా పొటాషియం, పీచు, జింక, భాస్వరం, మెగ్నీషియం, కాపర్, కాల్షియం, ఐరన్, మాంగనీస్, ఓ, ఓ, సి, ఇ, కె విటమిన్లు అధికంగా ఉంటాయి. దృష్టిలో ఉండేలా ముల్లంగి ఉంటాయి. ఇది గుండెకు కనీసం కాపాడుతుంది.

ముల్లంగిలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది వల్ల గాయాల త్వరగా అధిక నీరు, హైబర్ కడుపును

కేలరలు ఉంటాయి. బరువు తగ్గుతున్నారని వారికి ఇది మంచి ఎంపిక. దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నుండి రక్షించడంలోనూ ఇది సహాయ పడుతుంది.

ముల్లంగిలోని యాంటీఆక్సిడెంట్స్ ఇన్ఫ్లేమేషన్, ఒత్తిడితో పోరాడతాయి. ముల్లంగి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. ముల్లంగిలోని పోషకాంశాలు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుందని తాజా అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

కేలరలు పెరుగుదలను నిరోధిస్తుంది. అందులోని తగ్గిన కీడిని ఉండేందుకు. ముల్లంగి తినడం వల్ల జీర్ణశక్తి సంబంధించిన అనేక సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది. జీర్ణశక్తి రాలడం వల్ల జీర్ణశక్తి బలంగా మారుతుంది.

ముల్లంగిలోని యాంటీఆక్సిడెంట్స్ ఇన్ఫ్లేమేషన్, ఒత్తిడితో పోరాడతాయి. ముల్లంగి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. ముల్లంగిలోని పోషకాంశాలు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుందని తాజా అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

కేలరలు పెరుగుదలను నిరోధిస్తుంది. అందులోని తగ్గిన కీడిని ఉండేందుకు. ముల్లంగి తినడం వల్ల జీర్ణశక్తి సంబంధించిన అనేక సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది. జీర్ణశక్తి రాలడం వల్ల జీర్ణశక్తి బలంగా మారుతుంది.

మూలం. నిన్నును చూచి, ఆ నిన్నును చూచి, ఆ తర్వాత
పాట్లూడుతూ గత ప్రభుత్వం క్రిడలను విర్ధిర్యం
చేసిందన్నారు. చంద్రబాబు ప్రభుత్వం క్రిడకారలను
ప్రొత్పించి క్రిడలు అభివృద్ధి కి తోడ్పడు
తుందన్నారు. ప్రత్యేక నిధులు కేటాయించి క్రిడాకారలను
గుర్తింపునిచ్చేలా తిలుగుదేశం ప్రభుత్వం నిర్ణయాలను
తినుకుంటుందన్నారు. అనకాపల్లిలో క్రిడాకారల తన
సహాయ సహకారాలను అందించేందుకు తాను కృషి

**పై చదువులకు వెళ్లేందుకు ప్రీ స్కూల్
పిల్లలకు సర్టిఫికేట్లు అందజేత**

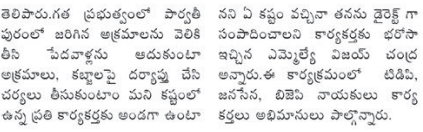


తెలియ జేసారు. కూటమి కార్యకర్తలకు నాయకులకు అభిమాని చేసి వారితో కానీపు ముట్టచుండి ఎం.ఎ. ఉండాలియిం అందుబాటులో ఉంటును అని తెలియజేసారు. కార్యకమం అి మాజి ఎం.ఎల్. రాష్ట్ర సీనిపిఎం వాడవ్ దిజేసి వార్తా సాక్షి కార్యకర్త సురేంద్ర మోహన్,విశాఖ జిల్లా అధ్యక్షులు రవింద్ర, ఆనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు పరమేశ్వర్ రావు గ్రామీణులు, ధర్మారావు జనసేన గాంధీనాయకులు సీనిపిఎం ఎన్ రాజు మరెయిదు భాజపా ముఖ్య నేతలు,



ఉండి జ్వరాలు, నీజనల్ వ్యాధులు
 ప్రబలకుండా ఆప్రమత్తంగా
 ఉండాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో
 ఎంపీకి మార్గనారాయణ, డిప్యూటీ
 డి.ధర్మాజి, మాన్యుజ్యెర్ల జయగడ్,
 శర్యువెడ్ల నీబుంది చైతన్య, లావణ్య,
 సుప్రసానయ్య, వనశి గృహ నీబుంది
 ముఖానుమది, ఆశి కార్యకర్తలు
 తదితరులు పాల్గొన్నారు.

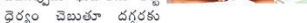
A group of men, including political figures, standing together and making the 'V' hand gesture.



ఆలయ ప్రాంగణం లో నవగ్రహ

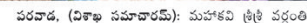
వారికి తిండిన, వాస్తవ యజ్ఞం, హిమాలయ జరిగాయి. చుట్టూపక్కల వర్షాలు స్వామి వారిని దర్శించుకొని వారికి తీర్థ ప్రసాదాలను న్ననమారాదన కార్యక్రమం జరిగింది.

విశాఖపట్నం, (విశాఖ



హాకుమీ వద్ద ఉన్న నాన్న నేనీ నగర మేయర్ గెలవానని పాపం వెంటక కుమారి కవివారిని ఒక ప్రదర్శనలో పాల్గొన్నాను. ప్రతి ఏటా జూన్ 3వ తేదీవారం పెళ్ళి దినోత్సవం జరుపుకుంటామని ఈ సందర్భంగా నేను ప్రజలకు హాథ్యం చే టుకావాలని తెలిపారు. తన పిల్లలను కలుపుకొత్తైన స్థితికి తీర్చిదిద్దాలని కుమారి కేసు విల్లెలు నాన్నలొచ్చి వారు కట్టెలపై, అమ్మ నడవూపుతూ దేవుని ప్రార్థన చేసి, నాన్న కేసు విల్లెల కేసున గుమనానానం నగరం పోవడం పాటించడంతో, బిడ్డల కేసున తాను కయగుతూ ఇంకా వెలుగునన్నె పురార్థమైన వక్తగా నాన్నని, తప్పుటకులను నేనందిచి బిడ్డలకు వేమిష్టతను కనెను తనవ పరే నెర్పార్లె ప్రవక్తగా నాన్నని ఆమె పాల్గొన్నాను.

ఈ సందర్భంగా నగరంలో ఉన్న పిల్లలు పెళ్ళి దినోత్సవం వేడుకలను ప్రదర్శించి వెంట అనంతంగా జరుపుకోవాలని కందుకూరిగా ప్రజలకు పెళ్ళి దినోత్సవం టుకావాలనం నాన తెలియజేశారు.

[illegible]

