వార్తా పత్రికలు,
అధిక సంఖ్యలో పుస్తకముల ముద్రణ కోసం సంప్రదించండి.
9393949345.
విశాఖ సమాచారమ్ ప్రెస్
మల్టీకలర్ వెబ్ ఆఫ్‌సెట్ ప్రింటర్స్

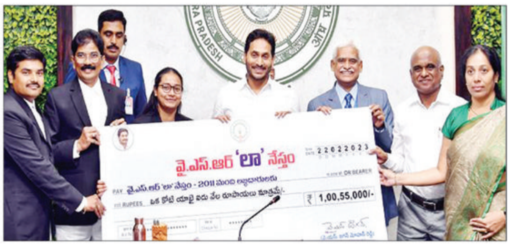
VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM
Postal License No. VSP / 96/ 2021 - 23
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారమ్

వైజాగ్ మీడియా ట్రైనింగ్ సెంటర్
ప్రింట్ మరియు ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాలో రిపోర్టింగ్- డీటీపి- ప్రింటింగ్- వీడియో ఫిల్మింగ్- సబ్ ఎడిటింగ్- మార్కెటింగ్- అడ్వర్టైజింగ్‌లలో ఉచిత శిక్షణ కొరకు సంప్రదించండి.
9393949345

RNI No.52722/90 సంపుటి : 33 సంచిక : 124 విశాఖపట్నం, 23 ఫిబ్రవరి 2023 గురువారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

ఇకపై 'లా నేస్తం' పథకం ఏడాదికి రెండుసార్లు: సీఎం



అమరావతి: ఇకపై 'లా నేస్తం' పథకాన్ని ఏడాదికి రెండు సార్లు అందిస్తామని ముఖ్య మంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి తెలిపారు. అర్హులైన 2,011 మంది జూనియర్ న్యాయ వాదుల కోసం రూ.1,00,55,000లను ఏపీ ప్రభుత్వం బుధవారం విడుదల చేసింది. సీఎం వైఎస్ జగన్ తాడేపల్లిలోని తన క్యాంప్ కార్యాలయంలో బటన్ నొక్కి ఆ మొత్తాన్ని జూనియర్ న్యాయవాదుల ఖాతాల్లోకి జమ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, గత మూడేళ్లుగా 'లా నేస్తం' నిధులు విడుదల చేస్తున్నామన్నారు. లా డిగ్రీ తీసుకున్న తర్వాత తొలి మూడేళ్లు న్యాయవాదిగా స్థిరపడేందుకు 'లా నేస్తం' కచ్చితంగా ఉపయోగపడు తుందని సీఎం అన్నారు

"గత మూడున్నరేళ్లలో 4,248 మంది లాయర్లకు 'లా నేస్తం' అందించాం. ఇప్పటి వరకు రూ.35.40 కోట్లు అందించాం. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కొత్తగా 2,011 మంది అడ్వకేట్లకు 'లా నేస్తం' అందిస్తున్నాం. 2,011 మంది అడ్వకేట్లకు రూ.కోటి 55 వేలు జమ చేస్తున్నాం. ఇకపై 'లా నేస్తం' పథకాన్ని ఏడాదికి రెండుసార్లు అందిస్తాం అడ్వకేట్ల కోసం రూ.100 కోట్లతో కార్పస్ ఫండ్ ఏర్పాటు చేశాం" అని సీఎం అన్నారు.

"న్యాయ వాదులుగా రిజిస్టర్ చేసుకున్న వారికి మొదటి మూడు సంవత్సరాలు చాలా ఇబ్బందులుంటాయని నాకు పాదయాత్రలో చెప్పారు. వాళ్ల కాళ్లమీద వాళ్లు నిలబడగలిగే వృత్తిలో ఉన్నారు. ప్రభుత్వం తోడుగా నిలబడ్డం వల్ల డబ్బులేని పేదవాడికి సహాయం చేయగులుగుతారనే విశ్వాసం ఉంది. ఈ పథకంలో కొంత మార్పులు తీసుకు వచ్చాం. ఆరు నెలలకు ఒకసారి, సంవత్సరానికి 2 దఫాలుగా ఇచ్చేందుకు నిర్ణయించాం. వారి అవసరాలు తీర్చుకునేలా వారికి ఉపయోగపడుతుందని. రూ. 100 కోట్లతో కార్పస్ ఫండ్ ఏర్పాటు చేశాం. దాదాపు రూ.25 కోట్ల మేర

(మిగతా 2లో)

రోడ్డు ప్రమాదాలు నివారణకు, ట్రాఫిక్ జరిమానాలు వసూలుకు స్పెషల్ డ్రైవ్ నిర్వహించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో బుధవారం జిల్లా ఎస్పీ గౌతమి శాలి నెల వారి నేర సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించి పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా తీవ్రమైన, సాధారణ పెండింగ్ కేసులు, ముఖ్యంగా గంజాయి, ఆస్తి దొంగతనాల కేసులు దర్యాప్తును సమీక్షించి, సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా

ఎస్పీ గౌతమి శాలి మాట్లాడుతూ గంజాయి నిర్మూలనకు ప్రణాళికతో పనిచేసి, గంజాయి కేసులో నిందితులుగా ఉండి తప్పించుకు తిరుగుతున్న వారిని అరెస్టు చేయాలన్నారు. గంజాయి కేసులో బెయిల్ పై ఉన్న నిందితులు మరియు శిక్ష అనుభవించి జైలు నుండి రిలీజ్ అయిన వారిపై ప్రత్యేక నిఘా కొనసాగించాలన్నారు.ఆస్తి దొంగతనాలు నివారించేందుకు రాత్రి, పగలు గస్తీలు ముమ్మరం చేయాలని, సీసీటీవీ కెమెరాలు ఏర్పాటుకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని, ఇప్పటికే ఉన్న సీసీటీవీ కెమెరాలు పనిచేసే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు.విశాఖపట్నం పి.డి.జె. కోర్టు స్పెషల్ పీపీ వై.తారక రామారావు ఈ సమావేశంలో పోలీసు అధికారులు విధినిర్వహణలో అరెస్టులు చేసే సమయంలో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు, సూచనలు తెలియజేసి, 41ఎ నోటీసు, 448 ఎ ఆర్డర్ గూర్చి స్పెషల్ క్లాస్ తీసుకుని, వృత్తిపరమైన సందేహాలను అధికారులకు నివృత్తి చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు ఎస్పీ (పరిపాలన) బి.విజయ భాస్కర్, అదనపు ఎస్పీ (క్రైమ్స్) పి.సత్యనారాయణ రావు, నర్సీపట్నం సబ్ డివిజన్ డిఎస్పి కె.ప్రవీణ్ కుమార్, అనకాపల్లి సబ్

(మిగతా 2లో)

రూ.7 లక్షల కోట్లతో యోగి సర్కార్ బడ్జెట్

యోగి ఆదిత్యనాథ్ నేతృత్వంలోని ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రభుత్వం బుధవారం నాడు దాదాపు రూ. 7 లక్షల కోట్లతో అతిపెద్ద బడ్జెట్‌ను సమర్పించింది. ఉత్తరప్రదేశ్ ఆర్థిక మంత్రి సురేష్ ఖన్నా ఈ బడ్జెట్‌ను ప్రవేశపెట్టారు. గవర్నర్ ఆనందిబెన్ పటేల్ ఉభయ సభల సంయుక్త సమావేశంలో ప్రసంగించిన తర్వాత ఖన్నా బడ్జెట్‌ను ప్రవేశపెట్టారు. రెండోసారి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత యోగి ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన రెండో బడ్జెట్ ఇది. 2022లో యోగి సర్కారు మరోసారి అధికారంలోకి వచ్చిన సంగతి తెలిసిందే.

బడ్జెట్ లోని కొన్ని ముఖ్యమైన విషయాలు ప్రాథమిక ఆరోగ్య సంరక్షణ కోసం రూ. 407 కోట్ల కేటాయింపు

ఉప ఆరోగ్య కేంద్రాలు మరియు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల కోసం 15వ ఆర్థిక సంఘం సిఫార్సు ప్రకారం, 2023-2024 ఆర్థిక సంవత్సరంలో సుమారు 407 కోట్ల వ్యయం చేయాలని నిర్ణయించారు. ప్రస్తుతం, ప్రధాన మంత్రి ఆవాస్ యోజన (అర్బన్) AHP భాగం కింద 76 ప్రాజెక్టులలో సుమారు 48,277 భవనాలు నిర్మిస్తున్నారు. వీటిలో 22,718 భవనాలు పూర్తి కాగా, మిగిలిన భవనాలను 2023 మార్చి నాటికి పూర్తి చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు.

బడ్జెట్ లో కొన్ని కీలక కేటాయింపులు

విద్యార్థులకు టాబ్లెట్ మరియు స్మార్ట్‌ఫోన్ కోసం రూ. 3600 కోట్లు . రాష్ట్రంలో స్టార్టప్‌లను ప్రోత్సహించేందుకు రూ.60 కోట్లు.

గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వ్యవసాయ సంబంధిత స్టార్టర్లను ప్రోత్సహించేందుకు రూ.20 కోట్లు కేటాయించడం. యువ న్యాయవాదికి సహాయం చేయడానికి రూ. 10 కోట్ల కేటాయింపు, న్యాయవాదుల సంక్షేమం కోసం 5 కోట్ల రూపాయల

(మిగతా 2లో)

అట్టహాసంగా ఎం.ఎల్.సి పీవీఎన్ మాధవ్ నామినేషన్ : పాల్గొన్న కేఎన్ఆర్

గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్): గాజువాక శ్రామికనగర్ బీజేపి ఎం.ఎల్.సి ఎన్నికల కార్యాలయం నుండి ర్యాలీగా బయలుదేరి ఎం.ఎల్.సి పీవీఎన్ మాధవ్ నామినేషన్ కార్యక్రమానికి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయానికి వెల్లారు. జెండా ఊపి ర్యాలీ ప్రారంభించిన బీజేపి గాజువాక నియోజకవర్గ కోఆర్డినేటర్ కరణంరెడ్డి నరసింగరావు. ఈ సందర్భంగ నరసింగరావు మాట్లాడుతూ ఉత్తరాంధ్రా అభివృద్ధి కేవలం బీజేపి వలనే సాధ్యమని,గతంలో ఎం.ఎల్.సి గా విశేష సేవలందించిన జననేత పీవీఎన్ మాధవ్ కి పట్టభద్రులు అందరూ తమ మొదటి ప్రాధాన్యత ఓటు వేసి గెలిపించాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా

(మిగతా 2లో)

సూచిక బోర్డులు ఏర్పాటు చేయండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రాంతాలను తెలిపే సూచిక బోర్డులు ఏర్పాటు చేయాలని జివిఎంసి కమిషనర్ పి రాజాబాబు ఇంజినీరింగ్ అధికారులను ఆదేశించారు. బుధవారం ఆయన క్షేత్ర స్థాయి పర్యటనలో భాగంగా విశాఖ విమానాశ్రయం విమాన నగర్, వినోద్ నగర్, ఎన్ఎడి ఫ్లై ఓవర్ వరకు పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ప్రాంతాలను తెలిపే సూచిక బోర్డులు ఏర్పాటుతో పాటూ, పాత బడిన సూచిక బోర్డుల స్థానంలో కొత్త బోర్డులు ఏర్పాటుచేయాలని, అవసరం ఉన్న చోట్ల జివిఎంసి ప్రకటన బోర్డులను ఏర్పాటు చేయాలని, రోడ్డుకు ఇరువైపులా, సెంట్రల్ మీడియంలోను పారిశుధ్య కార్మికులచే శుభ్రం చేయించాలని, చెట్లు, ఎలెక్ట్రికల్ పోల్సు, గోడలకు ఉన్న ప్రకటనల బోర్డులు, కేబుల్ వైర్లు, పోస్టర్లను తొలగించి శుభ్రం చేయాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. బస్ స్టాప్ లను ఆధునీకరించి ఆకర్షణీయంగా తీర్చిదిద్దాలని, గ్రీన్ బెల్టులను రక్షణగా ఉన్న గ్రిల్స్ ను కట్ చేసి రహదారులుగా ఏర్పాటు చేస్తున్నారని, వాటిని పరిశీలించి రహదారి ఏర్పాట్లు చేయకుండా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. రోడ్డు ప్రక్కన గోడలు, నడక దారుల మరమ్మత్తులు చేపట్టి ఆకర్షణీయమైన రంగులు వేయాలని, సదస్సులు జరిగే సమయంలో పారిశుధ్య కార్మికులను ఆయా ప్రాంతాలలో వుంచి రోడ్డును శుభ్రంగా వుంచేవిధంగా చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

ఈ పర్యటనలో

(మిగతా 2లో)

అట్టహాసంగా సీతంరాజు సుధాకర్ నామినేషన్ దాఖలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థిగా సీతంరాజు సుధాకర్ నామినేషన్ కార్యక్రమం అట్టహాసంగా జరిగింది. వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ రీజనల్ కో-ఆర్డినేటర్ వై .వి .సుబ్బారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో విశాఖ నగరంలో ర్యాలీ నిర్వహించి అనంతరం నామినేషన్ పత్రాలు దాఖలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా వైవీ సుబ్బారెడ్డి మాట్లాడుతూ..ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో వైయస్ఆర్‌సీపీదే విజయమని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. భారీ మెజారిటే లక్ష్యంగా ముందుకు వెళ్తున్నామన్నారు. పట్టభద్రులు టీడీపీ, బీజేపీ నాయకుల మాయమాటలను నమ్మవద్దని కోరారు. స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన తర్వాత ఉత్తరాంధ్ర అభివృద్ధి కోసం పరిపాలన వికేంద్రీకరణ చేపట్టిన పార్టీ వైయస్ఆర్‌సీపీ అని చెప్పారు. కార్యక్రమంలో పార్టీ ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ఢిల్లీ-ఎన్సీఆర్ సహా యూపీ, ఉత్తరాఖండ్, నేపాల్‌లో భూకంపం

న్యూఢిల్లీ: దేశంలో పలు ప్రాంతాల్లో భూకంపాలు కలకలం సృష్టించాయి. దేశ రాజధాని న్యూఢిల్లీతోపాటు రాజధాని పరిధిలోని ప్రాంతం, ఉత్తరప్రదేశ్, ఉత్తరాఖండ్ రాష్ట్రాల్లోని పలు ప్రాంతాల్లో బుధవారం భూ ప్రకపంనలు చోటు చేసుకున్నాయి. రిక్టర్ స్కేలుపై 4.4గా తీవ్రత నమోదైంది.

ఉత్తరప్రదేశ్, ఉత్తరాఖండ్, హర్యానా, ఢిల్లీ-ఎన్సీఆర్ ప్రాంతాల్లో బుధవారం మధ్యాహ్నం భూ ప్రకంపనలు చోటు చేసుకున్నాయి. దీంతో ప్రజలు భయంతో నివాసాలు, కార్యాలయాల నుంచి బయటికి పరుగులు తీశారు. అయితే, భూకంప తీవ్రత తక్కువగా ఉండటం పెద్ద ప్రమాదం తప్పినట్లయింది. ఎక్కడా కూడా ప్రాణ, ఆస్తి నష్టం జరిగినట్లు సమాచారం లేదు. ఉత్తరాఖండ్ లోని పితోర్‌గఢ్‌లో భూకంప కేంద్రం ఉన్నట్లు తెలిసింది.

మరోవైపు నేపాల్ దేశంలోనూ పలు చోట్ల భూ ప్రకంపనలు చోటు చేసుకున్నాయి. కాగా, మనదేశంలో హిమాలయ ప్రాంతంలోనూ టర్కీ-సిరియా తరహా భూకంపాలు వచ్చే అవకాశం ఉందని ఇప్పటికే నిపుణులు పేర్కొన్న విషయం తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలోనే తాజాగా, భూకంపాలు చోటు చేసుకోవడం ఆందోళనలు కలిగిస్తోంది.

కాగా, ఇటీవల టర్కీ-సిరియాలో చోటు చేసుకున్న పెను భూకంపం కారణంగా సుమారు 50 వేల మందికిపైగా ప్రాణాలు కోల్పోయారు. లక్షలాది

(మిగతా 2లో)

24-25 తేదీల్లో కర్ణాటకలోని బెంగళూరులో జీ20 ఆర్థిక మంత్రులు, సెంట్రల్ బ్యాంక్ గవర్నర్ ల (ఎఫ్ఎంసిబిజి) సమావేశం

విజయవాడ, (పీఐబీ): 2023 ఫిబ్రవరి 24-25 తేదీల్లో కర్ణాటకలోని బెంగళూరులో జీ20 ఆర్థిక మంత్రులు, సెంట్రల్ బ్యాంక్ గవర్నర్ ల (ఎఫ్ఎంసిబిజి) సమావేశం జరగనుంది.

జి 20 ఎఫ్ఎంసిబిజి సమావేశానికి సన్నాహకంగా ఈ రెండవ జి 20 ఆర్థిక, సెంట్రల్ బ్యాంక్ డిప్యూటీల (ఎఫ్ సీ బి డి) సమావేశం జరిగింది. దీనికి శ్రీ అజయ్ సేథ్, ఆర్ బి ఐ డిప్యూటీ గవర్నర్ డాక్టర్ మైఖేల్ డి పాత్రా సహ అధ్యక్షత వహించారు.

జీ20 ప్రక్రియలో ఫైనాన్స్ ట్రాక్ కీలకమైందని, ప్రపంచ ఆర్థిక చర్చలు, విధాన సమన్వయానికి సమర్థవంతమైన వేదికను అందిస్తుందని కేంద్ర సమాచార ,ప్రసార శాఖ మంత్రి శ్రీ అనురాగ్ ఠాకూర్ తమ ప్రసంగంలో పేర్కొన్నారు..

డెవలప్ మెంట్ ఫైనాన్స్ అండ్ గ్లోబల్ ఫైనాన్షియల్ సేఫ్టీ నెట్, ఫైనాన్షియల్ ఇన్ క్లూజన్ , ఇతర ఆర్థిక రంగ అంశాలు, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి, ఫైనాన్సింగ్, సస్టైనబుల్ ఫైనాన్స్, గ్లోబల్ హెల్త్ ఫైనాన్సింగ్ , ఇంటర్నేషనల్ టాక్సేషన్ సహా గ్లోబల్ ఎకనామిక్ అవుట్ లుక్, సవాళ్లు, ఇంటర్నేషనల్ ఫైనాన్షియల్ ఆర్కిటెక్చర్ మొదలైనవి ఫైనాన్స్ ట్రాక్ లోని ప్రధాన వర్క్ స్ట్రీమ్ లు.

2022 నవంబరులో, భారత ప్రధాన మంత్రి శ్రీ నరేంద్ర మోదీ ఇండోనేషియా అధ్యక్షుడు జోకో విడోడో నుండి జి 20 అధ్యక్ష పదవిని అందుకున్నప్పుడు అది దేశానికి గర్వకారణమైన క్షణం. ఇంకా జి 20 విభేదాల పరిష్కారం, అంతర్జాతీయ ప్రాముఖ్యత కలిగిన విషయాలపై ఏకాభిప్రాయాన్ని సాధించడం దిశగా పని చేయాల్సి రావడం ఒక గొప్ప బాధ్యత.

అనురాగ్ ఠాకూర్ తన ప్రారంభ ప్రసంగంలో, మన ఒకే భూమిని స్వస్థపరచడం, మన ఒకే కుటుంబంలో సామరస్యాన్ని సృష్టించడం, మన ఒకే భవిష్యత్తు కోసం ఆశను కల్పించడం భారతదేశ జీ20 అధ్యక్ష బాధ్యత ప్రాముఖ్యత , ప్రాధాన్యతగా స్పష్టం చేశారు. "ప్రపంచ సవాళ్లను పరిష్కరించడానికి సహకార ప్రయత్నాలకు భారతదేశం ఇచ్చే ప్రాముఖ్యతను ఈ ఇతివృత్తం ప్రతిబింబిస్తుంది. కొవిడ్-19 మహమ్మారి, ఆహార, ఇంధన అభద్రత, విస్తృత ఆధారిత ద్రవ్యోల్బణం, పెరిగిన రుణ బలహీనతలు, క్షీణిస్తున్న వాతావరణ మార్పులు, భౌగోళిక రాజకీయ ఉద్రిక్తతల ప్రభావాలను ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థ ఎదుర్కొంటోంది.ఈ సంక్షోభాలన్నింటి ప్రభావం ప్రపంచంలోని కీలక అభివృద్ధి ప్రాధాన్యాలపై పురోగతిని వెనక్కు నెట్టగలదు. కేంద్రీకృత చర్చలు, సంప్రదింపుల ద్వారా ఈ సవాళ్లకు ఆచరణాత్మక అంతర్జాతీయ పరిష్కారాలను కనుగొనడంలో జి 20 గణనీయమైన సహకారాన్ని అందించగలదని, భారత ప్రెసిడెన్సీ దీనిని చురుకుగా సులభతరం చేయడానికి ప్రయత్నిస్తుందని" శ్రీ ఠాకూర్ అన్నారు.

ఈ లక్ష్యాన్ని నెరవేర్చడానికి, 2023 లో జి 20 ఫైనాన్స్ ట్రాక్ చర్చలలో 21 వ శతాబ్ద భాగస్వామ్య ప్రపంచ సవాళ్లను ఎదుర్కోవటానికి బహుళపక్ష అభివృద్ధి బ్యాంకులను (ఎండిబి) బలోపేతం

(మిగతా 2లో)

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

ఇకపై 'లా నేస్తం' పథకం ఏడాదికి రెండుసార్లు: సీఎం

లాయర్లకు కోవిడ్ సమయంలో మంచి కూడా జరిగింది" అని సీఎం పేర్కొన్నారు.

"అత్యంత పారదర్శకంగా దీన్ని అమలు చేస్తున్నాం. అధీకృత వెబ్‌సైట్లలో దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. సంతృప్త స్థాయిలో దీన్ని అమలు చేస్తున్నాం. ఒక్కరు కూడా మిస్ కాకూడదనే ఉద్దేశంతో అమలు చేస్తున్నాం. మంచి జరగాలనే తపన, తాపత్రయంతో పాదయాత్రలో మాట ఇచ్చాం. దాన్ని నిలబెట్టుకుంటూ ముందుకు అడుగులు వేస్తున్నాం. ఈ పథకం ద్వారా మంచిని పొందుతున్న లాయర్లు, పేదవాడిపట్ల అదే అంకిత భావాన్ని చూపాలని కోరుతున్నాను. మీ వృత్తుల్లో మరింత రాణించాలని మనసారా కోరుకుంటున్నాను"అని సీఎం జగన్ అన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదాలు నివారణకు, ట్రాఫిక్ జరిమానాలు వసూలుకు స్పెషల్ డ్రైవ్ నిర్వహించాలి

డివిజన్ ఇంచార్జ్ డీఎస్పీ మళ్ల మహేశ్వరరావు, పరవాడ సబ్ డివిజన్ డిఎస్పీ పి.శ్రీనివాసరావు, ఆర్మ్డ్ రిజర్వ్ డిఎస్పీ పి.నాగేశ్వరరావు ఇన్స్పెక్టర్లు నరసింహారావు,చంద్రశేఖర్, లక్ష్మణ్ మూర్తి, అప్పలనాయుడు, సతీష్,ఎస్సైలు రామారావు, రఘువర్మ జిల్లా సిఐలు , ఎస్సైలు ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు.

రూ.7 లక్షల కోట్లతో యోగి సర్కార్ బడ్జెట్

ప్రయోజనం. శాంతిభద్రతలను బలోపేతం చేసేందుకు ఉత్తరప్రదేశ్‌లో మూడు కొత్త మహిళా పోలీసు బెటాలియన్‌లు. ņ వితంతు పింఛను పథకం కింద నిరుపేద మహిళల సంక్షేమానికి రూ.4,032 కోట్లు కేటాయింపు. కన్యా సుమంగళ యోజన కోసం రూ. 1050 కోట్ల రూపాయలు. సమాజంలోని అన్ని వర్గాలకు పేద ఆడపిల్లల వివాహాలకు రూ.600 కోట్లు కేటాయింపు. OBC కమ్యూనిటీకి చెందిన నిరుపేద బాలికల వివాహాలకు రూ.150 కోట్ల ప్రత్యేక కేటాయింపులు. మార్చి 2017 నుండి ప్రధానమంత్రి గృహనిర్మాణ పథకం కింద 17.62 లక్షల గృహాలకు మంజూరు చేయబడింది. ఇప్పటికే పనిచేస్తున్న పూర్వాంచల్ ఎక్స్‌ప్రెస్‌వే మరియు బుందేల్‌ఖండ్ ఎక్స్‌ప్రెస్ వే వెంట పారిశ్రామిక క్లస్టర్‌లను తీసుకురావడంపై దృష్టి. గోరఖ్‌పూర్ పూర్వాంచల్ లేక్ ఎక్స్‌ప్రెస్‌వేపై 50% కంటే ఎక్కువ పనులు పూర్తయ్యాయి. 36,230 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో మీరట్ - ప్రయాగ్‌రాజ్ మధ్య 5,004 కిలోమీటర్ల పొడవైన గంగా ఎక్స్‌ప్రెస్‌వే పనులు పురోగతిలో ఉన్నాయి.

అట్టహాసంగా ఎం.ఎల్.సి పీవీఎన్ మాధవ్ నామినేషన్ : పాల్గొన్న కేఎన్ఆర్

ఉపాధ్యక్షులు దేనంకొండ కృష్ణంరాజు,ఉత్తరాంధ్రా మహిళా మోర్చా ఇంచార్జ్ రోహిణి,రాష్ట్ర మహిళామోర్చా నాయకురాలు జిలకర్ర భువనేశ్వరి,మండల అధ్యక్షులు నాగేశ్వరరావు ,74వ వార్డు అధ్యక్షులు మాజీ బీజేపి కౌన్సిలర్ పేర్ల.సత్యారావు,65వ వార్డు ఉపాధ్యక్షులు రంజిత్,76వ వార్డు కార్యదర్శి రాజశేఖర్ ,65వ వార్డు కార్యదర్శి వెంకటనారాయణ ,రాహుల్,రామస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సూచిక బోర్డులు ఏర్పాటు చేయండి

అదనపు కమిషనర్ డాక్టర్ వి సన్యాసి రావు, పట్టణ ప్రణాళికాధికారి బి సురేష్ కుమార్, డిడి(హార్టికల్చర్) ఎం దామోదర రావు, జోనల్ కమిషనర్లు మల్లయ్య నాయుడు, ఆర్ జి వి కృష్ణ, పర్యవేక్షక ఇంజినీర్లు వేణుగోపాల రావు, రామ్మోహన్ రావు, డిసిపి సంజయ్, ఎసిపి, ఎఎంఓహెచ్, కార్యనిర్వాహక ఇంజినీర్, ఉప కార్యనిర్వాహక ఇంజినీర్, సహాయక ఇంజినీరు, శానిటరీ సూపర్వైజర్, శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఢిల్లీ-ఎన్సీఆర్ సహా యూపీ, ఉత్తరాఖండ్, నేపాల్‌లో భూకంపం

మంది నిరాశ్రయులయ్యారు. వేలాది మంది క్షతగాత్రులు ఆస్పత్రుల్లో చికిత్స పొందుతున్నారు. ఇప్పటికీ సహాయక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి.

24-25 తేదీల్లో కర్ణాటకలోని బెంగళూరులో జీ20 ఆర్థిక మంత్రులు, సెంట్రల్ బ్యాంక్ గవర్నర్ ల (ఎఫ్ఎంసిబిజి) సమావేశం

చేయడం, 'రేపటి నగరాలకు' నిధులు సమకూర్చడం, ఆర్థిక సమ్మిళితం, ఉత్పాదకత లాభాల కోసం డిజిటల్ పబ్లిక్ ఇన్‌ఫ్రాస్ట్రక్చర్ ను ఉపయోగించడం, అంతర్జాతీయ పన్నుల అజెండాను ముందుకు తీసుకెళ్లడం వంటివి ఉంటాయని శ్రీ ఠాకూర్ పేర్కొన్నారు.

2023 ఫిబ్రవరి 24, 25 తేదీల్లో జరిగే సమావేశంలో జి20 ఆర్థిక మంత్రులు, సెంట్రల్ బ్యాంక్ గవర్నర్లు ఆమోదించే ప్రకటనను ఈ డిప్యూటీల సమావేశం ఖరారు చేస్తుంది. ఈ ప్రకటన ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థను ప్రభావితం చేసే అత్యంత ముఖ్యమైన సమస్యలపై జి 20 సమిష్టి దృక్పథాన్ని ప్రతిబింబిస్తుంది. పెద్ద అంతర్జాతీయ సమాజాన్ని ప్రధాన ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థల ఆర్థిక మంత్రులు ,సెంట్రల్ బ్యాంక్ గవర్నర్లతో నేరుగా అనుసంధానిస్తుంది. కీలకమైన ప్రపంచ సమస్యలకు సమన్వయ పరిష్కారాలపై జి 20 దేశాల మధ్య ఏకాభిప్రాయం ప్రస్తుత మందగమనం నుండి ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థ కోలుకోవడానికి , వృద్ధి , సౌభాగ్యానికి కొత్త అవకాశాలను సృష్టించడానికి సహాయపడుతుందని ఈ ప్రకటన సామాన్యుడికి భరోసా ఇవ్వగల సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంది.

ఈ నమ్మకాన్ని నిలబెట్టుకునేలా చూడాల్సిన బాధ్యత విధాన నిర్ణేతలదే. సంక్షోభ సమయాల్లో ఏకాభిప్రాయం సాధించడంలో జీ-20 తన సత్తాను పదేపదే నిరూపించుకుంది.రాబోయే గణనీయమైన ప్రమాదాలను అంచనా వేయడం, నిరోధించడం ,సిద్ధం చేయడంలో మన సామర్థ్యంలోనే విజయం ఉందని భారత ప్రెసిడెన్సీ విశ్వసిస్తుంది. ఇది సమ్మిళిత, ద్విగుణీకృత బహుళపక్షవాదానికి పిలుపునిస్తుంది.

అనురాగ్ ఠాకూర్ తన ముగింపు ప్రసంగంలో, బహుళపక్ష స్ఫూర్తిని ఆకాంక్షించాల్సిన అవసరాన్ని నొక్కి చెప్పారు. వివాదాస్పద అంశాలు ఉన్నాయని, దేశాలు తమ దేశీయ ఆకాంక్షలను సమతుల్యం చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన పేర్కొన్నారు.

నిర్మాణాత్మక, క్రియాశీల చర్చల ద్వారా సమష్టిగా సరైన ఫలితాలను సాధించగలమని మంత్రి అన్నారు.

జి -20 సదస్సు నిర్వహణతో ఆంధ్రప్రదేశ్ ఖ్యాతి మరింత పెరగాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వచ్చే నెల 28,29 తేదీలలో నిర్వహించబోయే జి-20 సదస్సులను ఎటువంటి పొరపాట్లకు తావువివ్వకుండా నిర్వహించడానికి అవసరమైన అన్ని చర్యలు తీసుకోవాలని రాష్ట్ర ప్రత్యేక ముఖ్యకార్యదర్శి వై.శ్రీలక్ష్మి అధికారులను కోరారు. బుధవారం మధ్యాహ్నం ఉడా కార్యాలయంలో జిల్లా ఉన్నతాధికారులతో సమావేశమయ్యారు. జి-20 సదస్సు నిర్వహణ కొరకు అధికారులకు పలు సూచనలు చేసారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ మార్చి 27వ తేదిన వివిధ దేశాల నుంచి సదస్సుకు వచ్చే ప్రతినిధులకు సాంప్రదాయ స్వాగతంపలకడంతో పాటు ఎయిర్ పోర్టు నుంచి వారికి ఏర్పాటు చేసిన హెూటల్ వరకు తీసుకు వెళ్లేందుకు అవసరమైన రవాణా, లైజినింగ్, డెలిగేట్ కిట్స్ తదితర అంశాలపై జిల్లా కలెక్టర్ కు పలు సూచనలను జారీ చేసారు. విదేశీ ప్రతి నిధులు జిల్లాలో పర్యటించిన సందర్భాలలో భద్రత పరమైన అంశాలకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లు గురించి నగర పోలీసు కమిషనర్ సి.హెచ్. శ్రీకాంత్ ను అడిగి తెలుసుకున్నారు. వివిద దేశాల ప్రతినిధులకు జిల్లాలో టూరిజం ప్రాంతాలను సబ్ మేరైన్ మ్యూజియం, తొట్లకొండ తదితర ప్రాంతాలను సందర్శించు నిమిత్తం తగు ఏర్పాట్లు గావించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అదే విధంగా నగరాన్ని సుందరంగా ఆధునీకరించాలని జి.వి.ఎం .సి. కమిషనర్ కు తెలిపారు. చివరి రోజున ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరిచే యోగా, మెడిటేషన్ తదితర కార్యక్రమాలను నిర్వహించడంతో పాటు ఎగ్జిబిషన్ ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతుందని కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున, రాష్ట్ర ప్రత్యేక ముఖ్యకార్యదర్శి వై.శ్రీలక్ష్మి కి వివరించారు.

ఈ సమావేశంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె.ఎస్.విశ్వనాధన్,డి సి పి సుమిత్ సునీల్ గరుడ్, టూరిజం డైరక్టర్ మల్లిఖార్జునరావు, టూరిజం , పోలీసు,రెవెన్యూ,జి.వి.ఎం .సి, ఎయిర్ పోర్ట్ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున, నగర పోలీసు కమిషనర్ సి.హెచ్. శ్రీకాంత్, జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ కె.ఎస్.విశ్వనాధన్ లతో కలసి విమానాశ్రయానికి వెళ్లి విదేశీ ప్రతి నిధుల రాక సందర్భంగా విమానాశ్రయంలో చేపడుతున్న పనులను పరిశీలించారు.

పంచాంగం

గురువారం 23 -02-2023
శుభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం శిశిర రుతువు
ఫాల్గుణ మాసం

తిథి : శు. తదియ ఉ. 07.48
నక్షత్రం : ఉత్తరాభాద్ర తె. 09.10
వర్జ్యం : రా. 09.30 ల 11.04 వ

సమస్యలతో సతమతమవడం కంటే సాధకుల సహాయం కోరుట మేలు.

బ్రహ్మశ్రీ హనుమద్దాస్ స్వామీజీ గారు ప్రస్తుతం చెన్నైలో ఉన్నారు.

సెల్ : 9440537607

గుర్తుంచుకోవలసిన ముఖ్యమైన విషయాలు

1. BP: 120/80
2. పల్స్: 70 - 100
3. ఉష్ణోగ్రత: 36.8 - 37
4. శ్వాస: 12-16
5. హిమోగ్లోబిన్: మగ -13.50-18 స్త్రీ - 11.50 - 16
6. కొలెస్ట్రాల్: 130 - 200
7. పొటాషియం: 3.50 - 5
8. సోడియం: 135 - 145
9. ట్రైగ్లిజరైడ్స్: 220
10. శరీరంలో రక్తం మొత్తం: PCV 30-40%
11. చక్కెర స్థాయి: పిల్లలకు (70-130) పెద్దలు: 70 - 115
12. ఐరన్: 8-15 మి.గ్రా
13. తెల్ల రక్త కణాలు WBC: 4000 - 11000
14. ప్లేట్‌లెట్స్: 1,50,000 - 4,00,000
15. ఎర్ర రక్త కణాలు RBC: 4.50 - 6 మిలియన్లు.
16. కాల్షియం: 8.6 -10.3 mg/dL
17. విటమిన్ %ಐ3: 20 - 50 ng/ml.
18. విటమిన్ B12: 200 - 900 pg/ml.

40/50/60 సంవత్సరాల వయస్సు గల వృద్ధులకు ప్రత్యేక చిట్కాలు:లి

1- మొదటి సూచన:లి మీకు దాహం లేదా అవసరం లేకపోయినా అన్ని సమయాలలో నీరు త్రాగాలి, అతి పెద్ద ఆరోగ్య సమస్యలు మరియు వాటిలో ఎక్కువ భాగం శరీరంలో నీటి కొరత కారణంగా. రోజుకు కనీసం 2 లీటర్లు.

2- రెండవ సూచన: శరీరం నుండి సాధ్యమైనంత ఎక్కువ పని చేయండి, నడక, ఈత లేదా ఏదైనా క్రీడ వంటి శరీర కదలికలు ఉండాలి.

3-3వ చిట్కా:లి తక్కువ తినండి... ఎక్కువగా తినాలనే కోరికను విడనాడండి... ఎందుకంటే అది ఎప్పుడూ మంచిని తీసుకురాదు. మిమ్మల్ని మీరు కోల్పోకండి, కానీ పరిమాణాన్ని తగ్గించండి. ప్రొటీన్లు, కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని ఎక్కువగా వాడండి.

4- నాల్గవ సూచన:లి ఖచ్చితంగా అవసరమైతే తప్ప వాహనాన్ని ఉపయోగించవద్దు. మీరు కిరాణా సామాను తీసుకోవడానికి, ఎవరినైనా కలవడానికి లేదా ఏదైనా పని చేయడానికి ఎక్కడికైనా వెళు తున్నట్లయితే, మీ పాదాలపై నడవడానికి ప్రయత్నించండి. ఎలివేటర్లు, ఎస్కలేటర్లు ఉపయోగించకుండా మెట్లు ఎక్కండి.

5- 5వ సూచనలి కోపాన్ని విడిచిపెట్టండి, చింతించడం మానేయండి, ఈర్ష్య, ద్వేషం, అసూయ, ప్రతీకార ధోరణి లాంటి విషయాలను విస్మరించడానికి ప్రయత్నించండి.

సమస్యాత్మక పరిస్థితులలో మునిగిపోకండి, అవి అన్ని ఆరోగ్యాన్ని పాడు చేస్తాయి మరియు ఆత్మ యొక్క కీర్తిని తీసివేస్తాయి. సానుకూల వ్యక్తులతో మాట్లాడండి మరియు వారి మాటలు వినండి.

6- ఆరవ సూచనలి ముందుగా, డబ్బుతో ఉన్న అనుబంధాన్ని వదులుకోండి.

మీ చుట్టూ ఉన్న వ్యక్తులతో కనెక్ట్ అవ్వండి, నవ్వండి మరియు మాట్లాడండి! డబ్బు మనుగడ కోసం, డబ్బు కోసం జీవితం కాదు.

7-7వ గమనికలి మీ గురించి లేదా మీరు సాధించలేని దేని గురించి లేదా మీరు ఆశ్రయించలేని దాని గురించి చింతించకండి. దానిని విస్మరించండి మరియు మరచిపోండి.

8- ఎనిమిదో నోటీసులి డబ్బు, పదవి, పలుకుబడి, అధికారం, అందం, కులం మరియు ప్రభావం ఇవన్నీ అహాన్ని పెంచుతాయి. వినయం మనుషులను ప్రేమతో దగ్గర చేస్తుంది.

9- తొమ్మిదవ చిట్కాలి మీ జుట్టు తెల్లగా ఉంటే, అది జీవితాంతం అని కాదు. ఇది మంచి జీవితానికి నాంది. ఆశాజనకంగా ఉండండి, జ్ఞాపకశక్తితో జీవించండి, ప్రయాణం చేయండి, ఆనందించండి. జ్ఞాపకాలను సృష్టించండి!

10- 10వ సూచనలులి మీ చిన్నారులను ప్రేమ, సానుభూతి మరియు ఆప్యాయతతో కలవండి! వ్యంగ్యంగా ఏమీ అనకండి! మీ ముఖం మీద చిరునవ్వు ఉంచండి!

గతంలో ఎంత పెద్ద పదవిలో ఉన్నా, వర్తమానంలో దాన్ని మరచిపోయి అందరితో కలిసిపోండి!

మీ పిల్లల వ్యక్తిగత జీవితంలోకి వెళ్లి , అడగకుండానే సలహాలు, సూచనలు ఇవ్వడం మానండి.

ఈ బృందం ఆయుర్వేద వైద్యంపై ఆరోగ్య సమాచారాన్ని రూపొందించింది మరియు వ్యాధులు మరియు నిర్వహణ సమూహంపై అవగాహన కల్పించింది.

జె పి ఎం చట్టం, 1987 ప్రకారం 2022-23 జూట్ సంవత్సరానికి జనపనార ప్యాకేజింగ్ మెటీరియల్స్ కోసం రిజర్వేషన్ నిబంధనలు

విజయవాడ, (పీఐబీ): 2022-23 సంవత్సరానికి బియ్యం, గోధుమలు ,చక్కెర ప్యాకేజింగ్ లో జనపనారను తప్పనిసరిగా ఉపయోగించడానికి రిజర్వేషన్ నిబంధనలను భారత ప్రభుత్వం ఆమోదించింది. ఆహారధాన్యాల ప్యాకేజింగ్ కు పూర్తి రిజర్వేషన్లు, జనపనార సంచుల్లో చక్కెర ప్యాకింగ్ కు 20 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించడం పశ్చిమబెంగాల్ కు ఊతమివ్వనుంది.

జనపనార పరిశ్రమ భారతదేశ జాతీయ ఆర్థిక వ్యవస్థలో ఒక ముఖ్యమైన స్థానాన్ని ఆక్రమించింది, ముఖ్యంగా పశ్చిమ బెంగాల్లో దాదాపు 75 జనపనార మిల్లులు పనిచేస్తున్నాయి. లక్షలాది మంది కార్మికులకు జీవనోపాధిని కల్పిస్తున్నాయి. జనపనార రంగంలోని 40 లక్షల రైతు కుటుంబాలకు ఇది మద్దతు ఇస్తుంది. బీహార్, ఒడిశా, అసోం, త్రిపుర, మేఘాలయ, ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్రాల్లోని జనపనార రంగానికి ఈ నిర్ణయం ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది.

జెపిఎం చట్టం కింద రిజర్వేషన్ల నిబంధనలు 3.70 లక్షల మంది కార్మికులకు ప్రత్యక్ష ఉపాధిని కల్పిస్తాయి జనపనార రంగంలో సుమారు 40 లక్షల వ్యవసాయ కుటుంబాల ప్రయోజనాలను పరిరక్షిస్తాయి. జెపిఎం చట్టం, 1987 జనపనార రైతులు, కార్మికులు ,జనపనార వస్తువుల ఉత్పత్తిలో నిమగ్నమైన వ్యక్తుల ప్రయోజనాలను పరిరక్షిస్తుంది. జనపనార పరిశ్రమ మొత్తం ఉత్పత్తిలో 75% జనపనార సంచులు, వీటిలో 85% భారత ఆహార సంస్థ (ఎఫ్ సి ఐ), స్టేట్ ప్రొక్యూర్మెంట్ ఏజెన్సీ (ఎస్ పి ఎ) లకు సరఫరా చేయబడతాయి మిగిలినవి నేరుగా ఎగుమతి / అమ్మబడతాయి.

ఆహార ధాన్యాల ప్యాకింగ్ కోసం ప్రభుత్వం ఏటా సుమారు రూ.9,000 కోట్ల విలువైన జనపనార సంచులను కొనుగోలు చేస్తుంది. ఇది జనపనార రైతులు,

కార్మికుల ఉత్పత్తులకు గ్యారెంటీ మార్కెట్ ను నిర్ధారిస్తుంది.

జనపనార సంచుల సగటు ఉత్పత్తి సుమారు 30 లక్షల బేళ్లు (9 లక్షల మెట్రిక్ టన్నులు) . జనపనార రైతులు, కార్మికులు, జనపనార పరిశ్రమలో పనిచేసే వ్యక్తుల ప్రయోజనాలను పరిరక్షించడానికి జనపనార సంచుల ఉత్పత్తిని పూర్తిగా నిలిపివేయడానికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది.

ఈ రిజర్వేషన్ నిబంధనలు భారతదేశంలో ముడి జనపనార ,జనపనార ప్యాకేజింగ్ మెటీరియల్ దేశీయ ఉత్పత్తి ప్రయోజనాలను మరింత పెంచుతాయి, తద్వారా ఆత్మనిర్భర్ భారత్ కు అనుగుణంగా భారతదేశం స్వయం సమృద్ధి సాధించేందుకు దోహదపడతాయి. ఇది పర్యావరణాన్ని సంరక్షించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. ఎందుకంటే జనపనార సహజమైన, జీవ పరంగా క్షీణించదగిన,

మోహన వెంకట రెస్ట్ హోమ్స్ (రి)

ప్రశాంతినగర్, తిరుపతి: ఫోన్ : 9393932718

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

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

అనేక అధునాతన సౌకర్యాలతో సుమారు 500 స్టూడియో అపార్ట్‌మెంట్లు మీకు అందుబాటులోకి వస్తున్నాయి. ఇప్పటికే 40 అపార్ట్‌మెంట్లతో ఒక బ్లాక్ సిద్ధంగా ఉంది. 24X7 రవాణాసౌకర్యం కూడా యాజమాన్యం కల్పించింది.

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

లభించే సదుపాయాలు : ఆన్‌లైన్ ద్వారా బుకింగ్ సదుపాయం. 24X7 రవాణా సౌకర్యం. మీరు స్వయంగా కూడా వాహనాలు నడపవచ్చు. (2,4 వీలర్ ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలు) 24X7 క్లినిక్, గదిలో ఫ్రిజ్, మంచం, పరుపు, ఏసీ, సోఫా, టేబుల్, ఎల్‌పీజీ స్టౌ, గిన్నెలతో సహా కిచెన్.

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

24×7 రక్షణ, లాండ్రీ, ఇతర సేవలు లభిస్తాయి.

వివరములకు సంప్రదించండి.

9393949345, 8247526179

ముఖ ఆధారిత హాజరుపై దృష్టిసారించాలి

ఇరవై రెండవ "లా కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా" పదవీకాలాన్ని 2024 ఆగస్టు 31వ తేదీ వరకు పొడిగించేందుకు ఆమోదం తెలియజేసిన - కేంద్ర మంత్రివర్గం

విజయవాడ, (పీఐబీ): ఇరవై రెండవ "లా కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా" పదవీకాలాన్ని 2024 ఆగస్టు, 31వ తేదీ వరకు పొడిగించేందుకు గౌరవనీయులైన ప్రధానమంత్రి శ్రీ నరేంద్ర మోదీ నేతృత్వంలోని కేంద్ర మంత్రివర్గం ఆమోదం తెలియజేసింది.

"లా కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా" అనేది చట్టబద్ధత లేని సంస్థ, ఇది ఎప్పటికప్పుడు భారత ప్రభుత్వంచే ఏర్పాటు చేయబడుతూ ఉంటుంది. ఈ కమిషన్ మొదటిసారి 1955లో ఏర్పాటైంది. ఆ తర్వాత, ఎప్పటికప్పుడు తిరిగి ఏర్పాటవుతూ ఉంది. ప్రస్తుత ఇరవై రెండవ "లా కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా" పదవీకాలం 2023 ఫిబ్రవరి, 20వ తేదీతో ముగుస్తుంది.

వివిధ లా కమిషన్లు దేశ చట్టాల ప్రగతిశీల అభివృద్ధికి, క్రోడీకరణకు ముఖ్యమైన సహకారాన్ని అందించగలిగాయి. ఆ విధంగా, లా కమిషన్ ఇప్పటివరకు 277 నివేదికలు సమర్పించింది.

రెండవ లా కమిషన్ ఛైర్ పర్సన్, సభ్యులు ఇటీవలే కార్యాలయంలో చేరారు. అనేక పెండింగ్ ప్రాజెక్టులు పరిశీలించి నివేదిక కోసం చేపట్టిన పని పురోగతిలో ఉంది. అందువల్ల, ఇరవై రెండవ "లా కమిషన్" పదవీకాలం 2024 ఆగస్టు, 31వ తేదీ వరకు పొడిగించడం జరిగింది.

ఇది ఈ క్రింది విధంగా ఒకే రకమైన కూర్పును కలిగి ఉంటుంది:

ఏ) పూర్తి కాలపు ఛైర్ పర్సన్బీ

బి) నలుగురు పూర్తి కాలపు సభ్యులు (సభ్య-కార్యదర్శి తో సహా)

సి) ఎక్స్-అఫీషియో సభ్యుడిగా న్యాయ వ్యవహారాల శాఖ కార్యదర్శి

డి) ఎక్స్ అఫీషియో సభ్యుడిగా శాసన శాఖ కార్యదర్శి

ఇ) ఐదుగురికి మించకుండా పార్ట్ టైమ్ సభ్యులు.

21.02.2020 నాటి ఉత్తర్వులో పేర్కొన్న ప్రకారం, "లా కమిషన్" దాని పొడిగించిన కాలవ్యవధిలో, దిగువ పేర్కొన్న ఇతర విషయాలతో పాటు, దాని ప్రస్తుత బాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తూనే ఉంటుంది: -

ఎ) ఇకపై ఉపయోగపడని చట్టాలను గుర్తించడం, వాడుకలో లేని, అనవసరమైన చట్టాల రద్దుకు సిఫార్సు చేయడం

బి) ఆదేశిక సూత్రాలను అమలు చేయడానికి, రాజ్యాంగ ప్రవేశికలో పేర్కొన్న లక్ష్యాలను సాధించడానికి, అవసరమైన కొత్త చట్టాలను రూపొందించాలని సూచించడంబీ

(సి) చట్టం, న్యాయ మంత్రిత్వ శాఖ (చట్టపరమైన వ్యవహారాల శాఖ) ద్వారా ప్రభుత్వం ప్రత్యేకంగా పేర్కొనే, చట్టం, న్యాయ పరిపాలనకు సంబంధించిన ఏదైనా అంశంపై ప్రభుత్వానికి దాని అభిప్రాయాలను పరిగణనలోకి తీసుకోవడం, తెలియజేయడం

డి) చట్టం, న్యాయ మంత్రిత్వ శాఖ (చట్టపరమైన వ్యవహారాల శాఖ) ద్వారా ప్రభుత్వం సూచించిన విధంగా ఏదైనా ఇతర దేశాలకు పరిశోధన అందించడానికి అభ్యర్థనలను పరిగణనలోకి తీసుకోవడంబీ

ఇ) కేంద్ర ప్రభుత్వం చేపడుతున్న అన్ని సమస్యలు, విషయాలు, అధ్యయనాలు, పరిశోధనలపై ఎప్పటికప్పుడు నివేదికలను సిద్ధం చేసి సమర్పించడం, యూనియన్ లేదా ఏదైనా రాష్ట్రం ద్వారా సమర్థవంతమైన చర్యల కోసం అటువంటి నివేదికలను సిఫార్సు చేయడంబీ

(ఎఫ్) కాలానుగుణంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం కేటాయించిన ఇతర విధులు నిర్వర్తించడం.

ఇంటర్ నేశనల్ సివిల్ ఏవియేశన్ (శికాగోకన్ వెన్షన్), 1944 లో సవరణల కు సంబంధించిన ఆర్టికల్ 3 బిఐఎస్, ఆర్టికల్ 50 (ఎ) మరియు ఆర్టికల్ 56 లతోముడిపడ్డ మూడు ప్రోటోకాల్స్ ను ధ్రువపరచడానికి ఆమోదాన్ని తెలియజేసిన మంత్రిమండలి

విజయవాడ, (పీఐబీ): ఇంటర్ నేశనల్ సివిల్ ఏవియేశన్ (శికాగో కన్ వెన్షన్), 1944 లో సవరణల కు సంబంధించినటువంటి ఆర్టికల్ 3 బిఐఎస్, ఆర్టికల్ 50 (ఎ) మరియు ఆర్టికల్ 56 లతో ముడిపడ్డ మూడు ప్రోటోకాల్స్ ను ధ్రువపరచడానికి గౌరవనీయ ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ అధ్యక్షత న జరిగిన కేంద్ర మంత్రివర్గ సమావేశం ఆమోదాన్ని తెలియ జేసింది.

శికాగో కన్ వెన్షన్ లోని ఆర్టికల్స్ ఒప్పందాల ను కుదుర్చుకునేటటువంటి అన్ని దేశాల యొక్క విశేష అధికారాల ను మరియు కర్తవ్యాల ను నిశ్చయపరచడం తో పాటు అంతర్జాతీయ ఐసిఎఒ స్టాండర్డ్ స్ ఎండ్ రెకమండెడ్ ప్రాక్టిసెస్ (ఎస్ఎఆర్ పి స్) ను అవలంభించేందుకు సైతం ప్రోత్సహిస్తాయి.

గడచిన 78 సంవత్సరాల కాలం లో, శికాగో కన్ వెన్షన్ లో కొన్ని సవరణ లు జరిగాయి. ఆయా సవరణల కు భారతదేశం ఎప్పటికప్పుడు అనుమోదాన్ని తెలియజేస్తూ వచ్చింది. ఇంటర్ నేశనల్ సివిల్ ఏవియేశన్ "శికాగో కన్ వెన్షన్', 1944 లో సవరణల కు సంబంధించి ఈ క్రింద ప్రస్తావించినటువంటి మూడు ప్రోటోకాల్స్ ను ధ్రువపరచేందుకు కు ఆమోదాన్ని ఇవ్వడమైంది:

i. శికాగో కన్ వెన్షన్, 1944 లో ఆర్టికల్ 3 బిఐఎస్ ను ప్రవేశపెట్టడాని కి సంబంధించిన ప్రోటోకాల్.. ఇది నింగి లో విహరిస్తున్నటువంటి పౌర విమానాల కు వ్యతిరేకం గా ఆయుధాల ప్రయోగాని కి పాల్పడకుండా సభ్యత్వ దేశాల ను అడ్డుకోవడానికి లక్షించింది. (ప్రోటోకాల్ పై 1984 మే నెల లో సంతకం చేయడమైంది)బీ

ii. శికాగో కన్ వెన్షన్ 1944 లో గల ఆర్టికల్ 56 ను సవరించడాని కి సంబంధించిన ప్రోటోకాల్.. ఇది ఎయర్ నేవిగేశన్ కమిశన్ యొక్క శక్తి ని 18 నుండి 21 కి పెంచేందుకు ఉద్దేశించినటువంటిది. (ప్రోటోకాల్ పై 2016 అక్టోబరు లో సంతకం చేయడమైంది).

ఈ ధ్రువపరచడం అనేది కన్ వెన్షన్ ఆన్ ఇంటర్ నేశనల్ సివిల్ ఏవియేశన్ లో నిహితమైనటువంటి సిద్ధాంతాల కు భారతదేశం కట్టుబడి ఉంటుంది అని పునరుద్ఘాటిస్తుంది. అంతేకాకుండా, ఈ అనుమోదం భారతదేశాని కి అంతర్జాతీయ పౌర విమానయానాని కి సంబంధించిన వ్యవహారాల లో మరింత మహత్వపూర్ణమైనటువంటి భూమిక ను నిర్వహించడం కోసం మెరుగైన సంభావనల ను మరియు అవకాశాల ను అందిస్తుంది.

జె పి ఎం చట్టం, 1987 ప్రకారం 2022-23 జూట్ సంవత్సరానికి జనపనార ప్యాకేజింగ్ మెటీరియల్స్ కోసం రిజర్వేషన్ నిబంధనలు

విజయవాడ, (పీఐబీ): 2022-23 సంవత్సరానికి బియ్యం, గోధుమలు ,చక్కెర ప్యాకేజింగ్ లో జనపనారను తప్పనిసరిగా ఉపయోగించడానికి రిజర్వేషన్ నిబంధనలను భారత ప్రభుత్వం ఆమోదించింది. ఆహారధాన్యాల ప్యాకేజింగ్ కు పూర్తి రిజర్వేషన్లు, జనపనార సంచుల్లో చక్కెర ప్యాకింగ్ కు 20 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించడం పశ్చిమబెంగాల్ కు ఊతమివ్వనుంది.

జనపనార పరిశ్రమ భారతదేశ జాతీయ ఆర్థిక వ్యవస్థలో ఒక ముఖ్యమైన స్థానాన్ని ఆక్రమించింది, ముఖ్యంగా పశ్చిమ బెంగాల్లో దాదాపు 75 జనపనార మిల్లులు పనిచేస్తున్నాయి. లక్షలాది మంది కార్మికులకు జీవనోపాధిని కల్పిస్తున్నాయి. జనపనార రంగంలోని 40 లక్షల రైతు కుటుంబాలకు ఇది మద్దతు ఇస్తుంది. బీహార్, ఒడిశా, అసోం, త్రిపుర, మేఘాలయ, ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్రాల్లోని జనపనార రంగానికి ఈ నిర్ణయం ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది.

జెపిఎం చట్టం కింద రిజర్వేషన్ల నిబంధనలు 3.70 లక్షల మంది కార్మికులకు ప్రత్యక్ష ఉపాధిని కల్పిస్తాయి జనపనార రంగంలో సుమారు 40 లక్షల వ్యవసాయ కుటుంబాల ప్రయోజనాలను పరిరక్షిస్తాయి. జెపిఎం చట్టం, 1987 జనపనార రైతులు, కార్మికులు ,జనపనార వస్తువుల ఉత్పత్తిలో నిమగ్నమైన వ్యక్తుల ప్రయోజనాలను పరిరక్షిస్తుంది. జనపనార పరిశ్రమ మొత్తం ఉత్పత్తిలో 75% జనపనార సంచులు, వీటిలో 85% భారత ఆహార సంస్థ (ఎఫ్ సి ఐ), స్టేట్ ప్రొక్యూర్మెంట్ ఏజెన్సీ (ఎస్ పి ఎ) లకు సరఫరా చేయబడతాయి మిగిలినవి నేరుగా ఎగుమతి / అమ్మబడతాయి.

ఆహార ధాన్యాల ప్యాకింగ్ కోసం ప్రభుత్వం ఏటా సుమారు రూ.9,000 కోట్ల విలువైన జనపనార సంచులను కొనుగోలు చేస్తుంది. ఇది జనపనార రైతులు,

కార్మికుల ఉత్పత్తులకు గ్యారెంటీ మార్కెట్ ను నిర్ధారిస్తుంది.

జనపనార సంచుల సగటు ఉత్పత్తి సుమారు 30 లక్షల బేళ్లు (9 లక్షల మెట్రిక్ టన్నులు) . జనపనార రైతులు, కార్మికులు, జనపనార పరిశ్రమలో పనిచేసే వ్యక్తుల ప్రయోజనాలను పరిరక్షించడానికి జనపనార సంచుల ఉత్పత్తిని పూర్తిగా నిలిపివేయడానికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది.

ఈ రిజర్వేషన్ నిబంధనలు భారతదేశంలో ముడి జనపనార ,జనపనార ప్యాకేజింగ్ మెటీరియల్ దేశీయ ఉత్పత్తి ప్రయోజనాలను మరింత పెంచుతాయి, తద్వారా ఆత్మనిర్భర్ భారత్ కు అనుగుణంగా భారతదేశం స్వయం సమృద్ధి సాధించేందుకు దోహదపడతాయి. ఇది పర్యావరణాన్ని సంరక్షించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. ఎందుకంటే జనపనార సహజమైన, జీవ పరంగా క్షీణించదగిన, పునరుత్పాదక పునర్వినియోగ ఫైబర్ కావడం చేత అన్ని సుస్థిరత ఆవశ్యకత లను నెరవేరుస్తుంది.

ముఖ ఆధారిత హాజరుపై దృష్టిసారించాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు నూరు శాతం ముఖ ఆధారిత హాజరు నమోదుకు అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా ఆదేశించారు. బుధవారం రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి అదనపు కార్యదర్శి రేవు ముత్యాలరాజు.. ఉన్నతాధికారులతో కలిసి అమరావతి నుంచి అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, జాయింట్ కలెక్టర్లతో ముఖ ఆధారిత హాజరుపై వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్సుకు కాకినాడ కలెక్టరేట్ నుంచి జిల్లా కలెక్టరు డా. కృతికా శుక్లా.. జాయింట్ కలెక్టరు ఎస్. ఇలక్కియ, జిల్లాస్థాయి అధికారులు హాజరయ్యారు. వీసీ అనంతరం కలెక్టర్.. అధికారులతో మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ముఖ ఆధారిత హాజరు నమోదుపై ప్రత్యేకంగా దృష్టిసారించినందున ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు అందరూ తప్పనిసరిగా ముఖ ఆధారిత హాజరు నమోదు చేసేలా ఆయా విభాగాల అధిపతులు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. వీసీలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె.శ్రీధర్రెడ్డి, జెడ్పీ సీఈవో ఎన్వీవీ సత్యనారాయణ, డీఆర్డీఏ, డ్వామా పీడీలు కె.శ్రీరమణి, ఎ.వెంకటలక్ష్మిబీ డీపీవో ఆర్.విక్టర్, డీఎఫ్వో ఐకేపీ రాజు తదితరులు హాజరయ్యారు.

- రాష్ట్ర మత్స్య శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి గోపాల కృష్ణ ద్వివేది.. కమిషనర్ కన్నబాబుతో కలిసి ఆక్వా జోన్ గుర్తింపుపై అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, జాయింట్ కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షించారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్సుకు కాకినాడ కలెక్టరేట్ నుంచి జిల్లా కలెక్టరు డా. కృతికా శుక్లా.. జేసీ ఇలక్కియ, మత్స్య శాఖ అధికారులతో కలిసి హాజరయ్యారు. పర్యావరణ హితమైన సుస్థిర ఆక్వా కల్చర్ను ప్రోత్సహించడం, ఆక్వా ఉత్పత్తి, ఉత్పాదకతను పెంచడం, ఆక్వా కార్యకలాపాలు జరిగే ప్రాంతంలో మౌలిక వసతుల అభివృద్ధి తదితర లక్ష్యాలతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 2019లో ఆక్వా జోన్లను నోటిఫై చేసింది. ఈ జోన్ పరిధి విస్తరణకు అవసరమైన సమగ్ర సర్వే, క్షేత్రస్థాయి పరిశీలనలపై సమావేశంలో చర్చించారు.

శ్వాసకోశ వ్యాధులకు ఉపశమనం

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

కార్డోరియం ప్లస్

కావల్సిన వారు సంప్రదించండి:

9393949347

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

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

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

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

కలెక్టర్ కు ఏపీయు డబ్ల్యూ జె డైరీ అందజేసిన ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా కలెక్టర్ రవి సుభాష్ పట్టాన్ శెట్టి ని కలిసి ఆంధ్రప్రదేశ్ యూనియన్ ఆఫ్ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ (ఏపీయూడబ్ల్యూజే) డైరీ ని యూనియన్ సభ్యులు బుధవారం అందజేశారు. కలెక్టర్ కార్యాలయంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీయూ డబ్ల్యూజే జిల్లా అధ్యక్షుడు స్వామి, జాతీయ సభ్యుడు మద్దాల రాంబాబు అనకాపల్లి ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు శేఖర్, పూర్వపు కార్యదర్శి మల్ల భాస్కరరావు,కిషోర్,జగదీష్,, ప్రసాద్ బాబు, వెలగా రమణ,మోహన్ బాబు,ఏడి బాబు రామారావు లు పాల్గొన్నారు.

సుస్థిర అభివృద్ధి సాధనకు మనసు పెట్టి పని చేయాలి

విజయనగరం: మానవ అభివృద్ధికి సంబంధించిన సుస్థిర అభివృద్ధి సూచీల సాధన కోసం ప్రతి ఒక్కరూ మనసు పెట్టి పని చేయాలని రాష్ట్ర ప్రణాళికా కార్యదర్శి విజయ్ కుమార్ తెలిపారు. ఏ పని ఎవరి కోసం చేస్తున్నాం, ఎందుకోసం చేస్తున్నాం అని ఆత్మావలోకనం చేసుకోవాలని, నిజమైన అభివృద్ధికోసం పని చేస్తున్న అవకాశం వచ్చినందుకు అదృష్టంగా భావించి ఇష్టం తో పని చేస్తే మంచి ఫలితాలు వస్తాయని పేర్కొన్నారు. ముందుగా ఎస్.డి.జి లక్ష్యాలను ఎందుకు పెట్టవలసి వచ్చింది, వాటి ఉద్దేశ్యాలను పూర్తిగా అర్ధం చేసుకోవాలని అన్నారు. బుధవారం కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియం లో విజయనగరం, పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాల అధికారులకు సుస్థిర అభివృద్ధి, స్పందన కార్యక్రమాల పై అవగాహనా సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమం లో సెక్రటరీ విజయకుమార్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రం లో 17 సుస్థిర అభివృద్ధి సూచీలను ప్రధాన్యతలుగా తీసుకొని 2030 నాటికి శత శాతం సాధించే దిశగా లక్ష్యాలను నిర్ణయించుకోవడం జరిగిందని అన్నారు. ఇందులో ప్రధానంగా సామజిక, ఆర్ధిక, పర్యావరణ, పీస్ అండ్ పార్టనర్షిప్ అంశాలు ఉన్నాయని తెలిపారు. రాష్ట్రం లో ఈ సుఛీలను సాధించడానికి ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న పథకాలను వీటికి మాపింగ్ చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. నీతి అయోగ్ అమలు చేస్తున్న 115 ఎస్.డి.జి సుచీలలో జిల్లా స్థాయి లో 61, గ్రామ, వార్డ్ స్థాయి లో 47 ప్రభుత్వ పథకాలను మాపింగ్ చేయడం జరిగిందన్నారు. రాష్ట్రం లో నాణ్యమైన విద్య నందించడానికి అనేక సంస్కరణలను చేపట్టడం జరిగిందని, విద్య కోసం అమలు చేస్తున్న పథకాలన్నిటినీ ఎస్.డి.జి సుచీలకు మాపింగ్ చేయడం జరిగిందని అన్నారు. ఎస్.డి.జి సూచీలను నెరవేరిస్తే కొన్ని తరాల వరకు అభివృద్ధి చేసిన వారం అవుతామని భావించి గ్రామ స్థాయి నుండి జిల్లా స్థాయి వరకు పర్యవేక్షణ చేసేలా డాష్ బోర్డు లను రూపొందించడం జరిగిందని అన్నారు. జాతి నిర్మాణం లో ఉద్యోగుల పాత్ర కీలకమని, మనసు పెట్టి పని చేస్తే సంతృప్తి మిగులుతుందని హితవు పలికారు.

ప్రతి అర్జీని నిర్ణీత గడువులో పరిష్కరించినందుకు అభినందనలు

విజయనగరం, పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాల్లో అందిన స్పందన అర్జీలను నిర్ణీత గడువు లోగా పరిష్కరించినందుకు రెండు జిల్లాల కలెక్టర్లను , అధికారులను సెక్రటరీ అభినందించారు. ప్రజల అవసరాలను గుర్తించడం లో , వాటిని సకాలం లో నెరవేర్చడం లో ప్రభుత్వం చిత్త శుద్ధి తో ఉందని అన్నారు. స్పందన లో వినూత్న మార్పులను తీసుకువచ్చి ప్రజలకు మరింత నాణ్యమైన సమాధానాలను అందించడానికి కృషి చేస్తోందన్నారు. అర్జీదారు సంతృప్తి చెందే వరకు అర్జీ ని పర్యవేక్షించే విధానాన్ని తీసుకువచ్చినట్లు చెప్పారు. అర్జీ సమాధానం పంపిన 24 గంటల్లో అర్జీ దారు నుండి ఫీడ్ బ్యాక్ తీసుకోవాలని, అర్జీదారు ఫోటో, సమస్య ముందు, తర్వాత ఫోటో ను, అర్జీదారుకు రాసిన సమాధానపు ప్రతిని సంబంధిత అధికారి అప్లోడ్ చేయాలనీ అన్నారు. మొదటి దశ లోనే అర్జీ ని ట్రాక్ చేయడానికి ఆర్ధికపరమైన, కోర్ట్ లో నున్న అంశాలను గుర్తించేలా ఫార్మటు చేయడం జరిగిందన్నారు. రీ ఓపెన్ కేసు లను తగ్గించడానికి ఈ నూతన విధానం ఉపకరిస్తుందన్నారు. స్పందన విచారణాధికారి అప్లోడ్ చేసేటప్పుడు అర్జీదారు అడిగిన సమాచారాన్ని మాత్రమే అప్లోడ్ చేయాలనీ స్పష్టం చేసారు. జిల్లాలో 13 శాతం రీ ఓపెన్ అర్జీ లు ఉన్నాయని, 42 శాతం అర్జీదారులు సంతృప్తిగా ఉన్నారని తెలిపారు. ఎక్కువగా రెవిన్యూ, హౌసింగ్ , సచివాలయ సేవలు, సిబ్బంది పై అర్జీలు అందుతున్నాయని, ఆయా శాఖల అధికారులు క్షేత్ర స్థాయి లో కూడా ఎందుకు ఎక్కువగా వస్తున్నదీ పరిశీలించాలన్నారు.

ఈ సందర్భంగా స్పందన వినతుల పై సృజన్, గ్రామ, వార్డ్ వాలంటీర్ ఎస్.డి.జి ల పై అనూషా, క్వాలిటీ ఎడ్యుకేషన్ పై డా. విజయ దుర్గా, మహిళా అభివృద్ధి పై రోజా రాణి, స్థానిక సంస్థల ఎస్.డిజి ల కు సంబంధించి ప్రసాద్, పట్టణాభివృద్ధి, పారిశుధ్యం పై రావీంద్ర బాబు తదితరులు పవర్ పాయింట్ ద్వారా అవగాహన కలిగించారు.

జగనన్న కాలనీ లలో ఇన్ఫ్రా అభివృద్ధి

తొలుత జిల్లా కలెక్టర్ సూర్య కుమారి మాట్లాడుతూ హౌసింగ్ కాలనీలలో మౌలిక వసతుల కల్పన లో జిల్లా ముందుందని తెలిపారు. అదే విధంగా జిల్లాలో ఎస్.డి.జి సూచీలలో మాతా, శిశు మరణాలను తగ్గించగలిగామని తెలిపారు. అయితే రక్త హీనత ఉందని, తగ్గించడానికి కృషి చేస్తున్నామని అన్నారు. అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లోనే తినిపించేలా ప్రయత్నం చేస్తున్నామనిఅన్నారు. ఇప్పటికే కౌమార బాలికల కోసం సఖి బృందాలను ఏర్పాటు చేసి వారికి ఆరోగ్య పరమైన అంశాల పై అవగాహన కలిగించడం జరుగుతోందని తెలిపారు. పార్వతీపురం మన్యం జాయింట్ కలెక్టర్ ఓ.ఆనంద్ మాట్లాడుతూ గిరిజన బాలికల్లో రక్త హీనత ఎక్కువగా ఉందని, తగ్గించడానికి చర్యలు చేపట్టడం జరిగిందని తెలిపారు.

ఈ కార్యకమం లో విజయనగరం సంయుక్త కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ మాట్లాడుతూ రిసోర్స్ పర్సన్స్ ఎస్.డి.జి ల పై వివరించిన అంశాలు అత్యంత విలువైనవని, వాటిని గుర్తించి ఎస్.డి.జి సూచీల సాధనకు కృషి చేస్తామని తెలిపారు. రెండు జిల్లాల డి.ఆర్.ఓ లు గణపతి రావు, వెంకట రావు, ఆర్.డి.ఓ లు, జిల్లా అధికారులు, తఃసిల్దార్లు, ఎం.పి.డి.ఓ లు ఈ కార్యక్రమం లో పాల్గొన్నారు.

లైఫ్ స్టైల్ ద్వారా మీ కోసం ప్రతి స్టైల్స్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): లైఫ్‌స్టైల్, లేటెస్ట్ ట్రెండ్‌ల కోసం భారతదేశంలోని ప్రముఖ ఫ్యాషన్ హౌస్, స్టైలిష్ కొత్త కలెక్షన్‌ను లాంచ్ చేసింది, ఇది మీ సమ్మర్ వార్డ్‌రోబ్‌కి సరైన ఎంపికగా మారుతుంది.

పూల ప్రింట్లు, ప్రకాశవంతమైన రంగులు లేదా పాస్టెల్ టోన్‌లను ధరించడానికి వేసవి మరియు వసంతకాలం అనువైన కాలం. అక్కడ ఉన్న అధునాతన మహిళలందరికీ, అల్లం మృదువైన ప్యాలెట్‌లలో పాప్ రంగు యొక్క సూచనతో చిక్ సిల్హౌట్‌లను కలిగి ఉంది. బూట్‌కట్ కో-ఆర్డ్ సెట్‌లు స్నేహితులతో బ్రంచ్ ఔటింగ్ కోసం సరైన ఎంపికను చేస్తాయి. బకెట్-లిస్ట్ చేయబడిన బీచ్ హాలిడే కోసం మీరు క్రమబద్ధీకరించిన ఘనపదార్థాలు మరియు బహుళ-రంగు ప్రింట్‌లలో షిఫ్ట్ మరియు కార్సెట్ డ్రెస్‌లు కూడా ఉన్నాయి. మరియు వారి డేట్‌ని చమత్కరించాలని చూస్తున్న వారి కోసం, బోల్డ్ అబ్‌స్ట్రాక్ట్ ప్రింట్స్‌లో ఫుచ్‌సియా పింక్ & బ్రైట్ బ్లూ కలర్ కాంబోలు మరియు అప్రయత్నంగా స్టైలిష్ ఇంప్రెషన్‌ను అందించే వన్-షోల్డర్‌లతో కూడిన కో-ఆర్డ్ సెట్‌లు ఉన్నాయి.

సౌలభ్యం కోరుకునే వారి కోసం, CODE గాలులతో కూడిన లైట్ వెయిట్ ఫ్యాబ్రిక్స్‌లో అనేక రకాల సొగసైన మరియు అధునాతన దుస్తులను అందిస్తుంది. సున్నితమైన పూల ప్రింట్లు మరియు స్కిఫ్లీ ఎంబ్రాయిడరీతో ఓదార్పు పాస్టెల్ కలర్ ప్యాలెట్‌లు స్మార్ట్ క్యాజువల్ ఔటింగ్ కోసం మీ దుస్తులను ఎంచుకోవాలి.

మెలాంజ్ మరియు కలర్‌మీ ద్వారా స్మార్ట్ వర్క్‌వేర్ కుర్తాలు కూడా మీ కోరికల జాబితాకు జోడించబడతాయి, వివిధ రకాల ఫాబ్రిక్‌లు మరియు ప్రింట్‌లలో భారతీయ పవర్ డ్రెస్సింగ్‌ను నిర్వచిస్తుంది, వీటిని స్టైల్ చేయడానికి తక్కువ ప్రయత్నం అవసరం.

నియాన్ టీ లాగా వేసవిని ఏమీ చెప్పదు! ఫేమ్ ఫరెవర్ నుండి నియాన్-కలర్ గ్రాఫిక్ టీస్‌తో పురుషులు తమ స్టైలిష్ సమ్మర్ వార్డ్‌రోబ్‌కి రంగుల పాప్‌ను జోడించవచ్చు.

గన్నవరం విధ్వంస కాండ వెనుక అసలు కారణం ఇదేనా?

కృష్ణా జిల్లా గన్నవరంలో టీడీపీ కార్యాలయాన్ని ధ్వంసం చేసి.. టీడీపీ నేతల కార్లను వైసీపీ కార్యకర్తలు తగులబెట్టిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ ఘటనలో బాధితులమైన తమపైనే పోలీసులు కేసులు పెట్టి అరెస్టు చేశారని టీడీపీ నేతలు ఆరోపిస్తున్నారు. మరోవైపు గన్నవరం ఎమ్మెల్యే వల్లభనేని వంశీ వాదన మరోలా ఉంది.

విజయవాడ నుంచి పెనమలూరు నుంచి టీడీపీ నేతలు తన నియోజకవర్గంలోకి వచ్చి తనను తన కుటుంబాన్ని ఇష్టమొచ్చినట్టు దూషించారని సోషల్ మీడియాలోనూ అసభ్యంగా పోస్టులు పెట్టించారని మండిపడ్డారు. ఇది తట్టుకోలేక తన అనుచరులు టీడీపీ నేతలను అడ్డుకోవడానికి ప్రయత్నించారని అంటున్నారు.

అయితే అంతా వ్యూహాత్మకంగానే గన్నవరం ఘటనకు వల్లభనేని వంశీమోహన్ ప్లాన్ చేశారని గాసిప్స్ వినిపిస్తున్నాయి. వాస్తవానికి 2009లో విజయవాడ ఎంపీగా టీడీపీ తరపున పోటీ చేసిన వల్లభనేని వంశీ ఓడిపోయారు. 2014 2019ల్లో గన్నవరం నుంచి టీడీపీ తరపున అసెంబ్లీకి పోటీ చేసి ఎమ్మెల్యే అయ్యారు. 2019లో రాష్ట్రంలో వైసీపీ అధికారంలోకి రావడంతో వంశీ ఆ తర్వాత వైసీపీకి అనుకూలంగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో చంద్రబాబు నారా లోకేష్ లపై తీవ్ర వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారనే విమర్శలు ఉన్నాయి.

ఈ నేపథ్యంలో వచ్చే ఎన్నికల్లో వల్లభనేని వంశీని ఓడించడానికి టీడీపీ గట్టి కంకణం కట్టుకుంది. టీడీపీ తరపున ఎమ్మెల్యేగా గెలిచి తమ పార్టీ అధినేతను తిట్టడంపై టీడీపీ శ్రేణులు గుర్రుగా ఉన్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో గన్నవరం ఇంచార్జిగా బచ్చుల అర్జునుడు పనిచేస్తున్నారు. అయితే ఆయన ఇటీవల గుండెపోటుకు గురయ్యారు. గత నెల రోజులుగా ఆస్పత్రిలోనే చికిత్స పొందుతున్నారు.

ఈ క్రమంలో వల్లభనేని వంశీ తాజాగా మీడియాతో మాట్లాడుతూ చంద్రబాబు లోకేష్ లపై చేసిన వ్యాఖ్యలు వివాదాస్పదమయ్యాయి. దీంతో టీడీపీ అధికార ప్రతినిధి పట్టాభిరామ్ మాజీ ఎమ్మెల్సీ బుద్ధా వెంకన్న తదితరులు వంశీపై మండిపడ్డారు.

మరోవైపు గన్నవరం సీటును ఆశిస్తున్న పట్టాభిరామ్ ఇటీవల విమర్శల జోరు పెంచారు. గన్నవరం కేంద్రంగా రాజకీయం చేస్తున్నారు. పట్టాభి కూడా కమ్మ సామాజికవర్గానికి చెందినవారు కావడం ఆయన చురుగ్గా ఉండటంతో వంశీకి ఓటమి భయం పట్టుకుందని అంటున్నారు. అందులోనూ వైసీపీలోకి వంశీ రాకను ఆయన అభ్యర్థిత్వాన్ని గత ఎన్నికల్లో వంశీపై వైసీపీ తరపున పోటీ చేసి ఓడిపోయిన యార్లగడ్డ వెంకట్రావు నియోజకవర్గంలో వైసీపీ కీలక నేతగా ఉన్న దివంగత సీఎం వైఎస్సార్ మిత్రుడు దుట్టా రామచంద్రరావు తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తున్నారు.

దీంతో వైసీపీలో అసమ్మతి ఓవైపు మరోవైపు గన్నవరం మొదటి నుంచి టీడీపీ కంచుకోట కావడం ఇంకోవైపు టీడీపీ అభ్యర్థిగా పట్టాభిరామ్ పోటీ చేసే అవకాశాలుండటం మరోవైపు... ఇలా అన్ని కారణాలతో ఫ్రస్టేషన్ కు గురయిన వంశీ టీడీపీని వైసీపీలో ఉన్న ప్రత్యర్థులను భయపెట్టడానికే ఈ విధ్వంసకాండకు వ్యూహరచన చేశారని టాక్ నడుస్తోంది. ఆదిలోనే టీడీపీని భయపెడితే తన జోలికి రావడానికి సాహసించరని వల్లభనేని వంశీ భావిస్తున్నట్టు చెబుతున్నారు. ఇందులో భాగంగానే గన్నవరం టీడీపీ కార్యాలయంపై దాడికి తన అనుచరులను పురమాయించారని అంటున్నారు.

చెక్క పని, ఫర్నిచర్ తయారీ & పరుపుల తయారీపై ఆసియాలోనే అతిపెద్ద ప్రదర్శన కోసం పరిశ్రమ సిద్ధమవుతోంది

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): గ్రేటర్ నోయిడా (ఢిల్లీ, ఎన్‌సిఆర్)లోని ఇండియా ఎక్స్‌పో మార్ట్‌లో 2023 మార్చి 2 నుండి 5 వరకు జరగనున్న ఢిల్లీ వుడ్ యొక్క రాబోయే 7వ ఎడిషన్‌లో, చెక్క పని మరియు ఫర్నిచర్ తయారీ పరిశ్రమకు చెందిన వాటాదారులు అనేక జాతీయ మరియు అంతర్జాతీయ నిర్ణయాధికారులు. ప్రదర్శనలో లేటెస్ట్ ఫర్నీచర్ ప్రొడక్షన్ టెక్నాలజీస్, వుడ్ వర్కింగ్ మెషినరీ, టూల్స్, ఫిట్టింగ్స్, యాక్సెసరీస్, రా మెటీరియల్స్ మరియు ప్రొడక్ట్స్ మొదలైనవి ఉంటాయి.

నాలెడ్జ్ షేరింగ్ ఫోరమ్‌గా, ఢిల్లీలో ప్రముఖ పరిశ్రమల సంఘాలు నిర్వహించే తాజా పోకడలు మరియు ఆవిష్కరణలపై బహుళ సెమినార్‌లు అలాగే ఫర్నీచర్ & ఫిట్టింగ్స్ స్కిల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా నిర్వహించే స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ ప్రోగ్రామ్‌లు ఉంటాయి. https://www.delhi-wood.com ఇండియా మ్యాట్రెస్‌టెక్ ం అప్హోల్స్టెరీ సప్లైస్ ఎక్స్‌పో (ఐఎంఈ), మెట్రెస్ ప్రొడక్షన్ మెషినరీ మరియు సామాగ్రి, మ్యాట్రెస్ ఫినిషింగ్ మెషినరీ మరియు సామాగ్రి, ప్రొడక్షన్ టూల్స్ మరియు ఎక్విప్‌మెంట్, అప్హోల్స్టరీ ప్రొడక్షన్ టెక్నాలజీ, మెషినరీ మరియు సామాగ్రి, బెడ్ సిస్టమ్స్, కొత్త మెటీరియల్స్, ట్రేడ్ అసోసియేషన్‌లు ప్రదర్శించబడతాయి. వ్యాపార సేవలు మరియు మీడియా. పెరుగుతున్న డిమాండ్లను తీర్చడానికి మరియు కస్టమర్‌లకు అతుకులు లేని అనుభవాన్ని అందించే ప్రయత్నంలో, mattress తయారీదారులు నేడు మొత్తం ఉత్పత్తి మరియు కొనుగోలు అనుభవాన్ని మెరుగుపరచడానికి సాంకేతికత మరియు డిజిటల్ కార్యక్రమాలపై ఆధారపడుతున్నారు. మెరుగైన ఉత్పత్తులు మరియు వినూత్న సంస్థల కోసం పెరిగిన డిమాండ్‌తో మ్యాట్రెస్ టెక్నాలజీ రంగంలోకి ప్రవేశించడం వల్ల, రాబోయే కాలంలో భారతదేశంలో మార్కెట్ గణనీయంగా మారుతుందని భావిస్తున్నారు. %http://www.indiamattressexpo.com లుయిగి డి వీటో, ప్రెసిడెంట్, యుమాబోయిస్ (యూరోపియన్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ వుడ్ వర్కింగ్ మెషినరీ మ్యానుఫ్యాక్చరర్స్, SCM గ్రూప్ జనరల్ మేనేజర్ మరియు SCM వుడ్ డివిజన్ డైరెక్టర్, భారతీయ మార్కెట్ మరియు పరిశ్రమల పరిధి గురించి ఉల్లాసంగా ఉన్నారు,

టీడీపి సీనియర్ నాయకులు కింజరాపు ఎర్రన్నాయుడు జయంతి. (ఫిబ్రవరి 23)

కింజరాపు ఎర్రన్నాయుడు 11వ(1996-98), 12వ(1998-99), 13వ(1999-2004), 14 వ (2004-09)వ లోక్ సభకు శ్రీకాకుళం స్థానం నుండి ఎన్నికైనారు. ఈయన తెలుగుదేశం పార్టీ పొలిట్ బ్యూరో సభ్యునిగా , కేంద్ర మాజీ మంత్రిగా పనిచేసారు .కోటబొమ్మాళి మండలంలోని నిమ్మాడ ఈయన స్వగ్రామం. 23 ఫిబ్రవరి 1957 న వీరు జన్మించారు. తల్లిదండ్రులు దాలినాయుడు, కళావతమ్మల ఏడుగురు సంతానంలో ఇతను పెద్ద కొడుకు.

ఉన్నత పాఠశాల విద్యాభ్యాసం గారలో సాగించి, టెక్కలిలోని ప్రభుత్వ కళాశాలలో ఇంటర్మీడియట్ చదివి, డిగ్రీ విశాఖపట్టణంలోని డాక్టర్ వి.ఎస్.కృష్ణ కళాశాలలో పూర్తిచేశాడు. ఎల్.ఎల్.బి. ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం న్యాయ కళాశాల నుండి మొదటి తరగతిలో ఉత్తీర్ణులయ్యాడు.

ఎన్.టి.రామారావు స్థాపించిన తెలుగు దేశం పార్టీలో చేరి 1982లో హరిశ్చంద్రపురం నియోజక వర్గం నుండి శాసన సభ్యునిగా ఎన్నికయ్యాడు. 1967లో స్వతంత్ర పార్టీ అభ్యర్థిగా హరిశ్చంద్రపురం నుండి ఎన్నికైన కింజరాపు కృష్ణమూర్తి ఇతడి చిన్నాన్న. అయన యోజకవర్గం నుండి నాలుగు సార్లు (1996, 1998, 1999, 2004) లోక్ సభ సభ్యునిగా భారత పార్లమెంటుకు ఎన్నికయ్యాడు.

ఇతడి భార్య విజయకుమారి. వీరికి ఇద్దరు పిల్లలు. ఒక అమ్మాయి. ఒక అబ్బాయి. సమాజ సేవ ప్రథమ ఉద్దేశంగా వీరు 'భవానీ చారిటబుల్ ట్రస్ట్' ప్రారంభించారు. ఆయన కుమారుడు కింజరాపు రామ్మోహన నాయుడు 2014 లోక్ సభ ఎన్నికలలో శ్రీకాకుళం లోకసభ స్థానం నుండి గెలుపొందారు.

నవంబర్ 2, 2012 న ఒక వివాహానికి హాజరై తిరిగి శ్రీకాకుళం వెళ్తుండగా ఈయన ప్రయాణిస్తున్న వాహనం శ్రీకాకుళం జిల్లా రణస్థలం మండలం దండానపేట కూడలి వద్ద రహదారికి అడ్డంగా ఉన్న ట్యాంకర్ కి ఢీకొని అపస్మారక స్థితిలోకి వెళ్లారు. ఉదయం 3:30 నిముషాలకి వైద్యులు మరణాన్ని ధ్రువీకరించారు . వీరి మరణాంతరం వీరి కుమారుడు కింజరాపు రామ్ మోహన్ నాయుడు ఎం పి గా ఎన్నికైనారు. ప్రస్తుత ఆంధ్రప్రదేశ్ శాసన సభలో వీరి కుమార్తె ఆదిరెడ్డి భవాని సభ్యురాలు.

డా. జొన్నకూటి ప్రమోద్ కుమార్
9490833108.

సిసిఐ ఆధ్వర్యంలో అడగండి చెప్తాం

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతిపురం పట్టణంలోని వేదాంత జూనియర్ కళాశాలలో జాతీయ వినియోగదారుల సమన్వయ సమితి (సిసిఐ) ఆధ్వర్యంలో బుధవారం అడగండి చెప్తాం - విద్యార్థులు.. హక్కులు తెలుసుకోండి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిసిఐ జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు డాక్టర్ చదలవాడ హరిబాబు మాట్లాడుతూ వినియోగదారుల సమస్యల కోసం ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఇంటిగ్రేటెడ్ టోల్ ఫ్రీ నెంబర్ ని 1967 ను ప్రవేశపెట్టిందన్నారు. ఆన్ లైన్ లో జరిగే మోసాల పై 1930 ను భారత ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిందని అన్నారు. ఐ ఎస్ ఐ ప్రమాణాలు, ఐ ఎస్ ఐ ముద్రను తీసుకోకుండా నడుపుతున్న ఆర్ ఓ ప్లాంట్లపై విజిలెన్స్ అధికారులు చర్యలు చేపట్టాలని ఆయన ఆదేశించారు. ఫుడ్ ఇన్స్పెక్టర్ పి.వెంకటరమణ మాట్లాడుతూ రంగులు వేయని ఆహార పదార్థాలను కొనుగోలు చేయాలని సూచించారు. విద్యార్థులు తప్పనిసరిగా ఫాస్ట్ ఫుడ్ సెంటర్లలోని ఆహార పదార్థాలైన పిజ్జా, బర్గర్లు మంచూరియా, చికెన్ ఫ్రైడ్ రైస్, ఎగ్ ఫ్రైడ్ రైస్ తిని ఆరోగ్యాన్ని చెడగొట్టుకోవద్దని భవిష్యత్తు నాశనం చేసుకోవద్దని అన్నారు. రాష్ట్ర జనరల్ సెక్రెటరీ ఇమ్మానుయేల్ ప్రసంగిస్తూ ఆహార నియంత్రణ అధికారులు చాలా తక్కువ మంది ఉన్నందున కల్తీ ఆహార తయారీదారులపై సరైన నియంత్రణ ఉండటం లేదని అన్నారు. దీనివలన కల్తీ ఆహార పదార్థాలను తిని వినియోగదారులు ఆసుపత్రి పాలవుతున్నారని అన్నారు. సిసిఐ మీడియా ప్రతినిధి రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ ప్రక్క రాష్ట్రంలో సంచార ఆహార తనిఖీ ప్రయోగశాల వాహనాలు ఇప్పటికే 10 ఉన్నాయని అన్నారు. సి సి ఐ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి వల్లెం లక్ష్మీ చెన్నకేశవరావు మాట్లాడుతూ పాలతో తయారుచేసిన స్వీట్స్ ప్యాకెట్స్ పై తప్పనిసరిగా ఎక్స్పైరీ డేట్ ముద్రించాలని, అటువంటి ఎక్స్పైరీ డేట్ ముద్రించని షాపుల వివరాలను తెలియపరిస్తే సంబంధిత అధికారుల తో తనిఖీ చేసి చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని అన్నారు. రుచి కొరకు వాడే టేస్టీ సాల్ట్ అనేది అత్యంత ప్రమాదకరమైనదని, వెనిగర్, సాసుల ప్రమాదాన్ని, ఈ ఆహారాన్ని తీసుకున్న వాటివలన వచ్చే జబ్బుల గురించి వివరించారు. మోతాదుకు మించి వాడే టెస్టింగ్ సాల్ట్, టమాటా సాస్ ఇవన్నీ కూడా నాడీ వ్యవస్థను దెబ్బతీస్తాయని, బుద్ధి మాంద్యం కలిగిస్తుందని వివరించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు పేట బాలకృష్ణ, కళాశాల యాజమాన్య ప్రతినిధులు, స్థానిక వినియోగదారుల సంఘ నాయకులు మన్యం రామకృష్ణ, వారణాసి శ్రీహరి, లక్ష్మణరావు, మహిళా మండలి నాయకురాలు రాణి, కళాశాల ఉపాధ్యాయిని ఉపాధ్యా యులు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

హెడ్ కానిస్టేబుల్ రాంబాబు కుటుంబానికి ఆర్థిక సాయం అందజేసిన బ్యాచ్ మేట్స్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా, అనంతగిరి వద్ద ఇటీవల జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించిన హెడ్ కానిస్టేబుల్.రాంబాబు కి అతని బ్యాచ్ మేట్ పోలీసులు బుధవారం ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు.తదనంతరం తెలంగాణ రాష్ట్రం, అంబర్ పేట పోలీస్ ట్రైనింగ్ సెంటర్ లో రాంబాబుతో ట్రైనింగ్ అయిన 1996 బ్యాచ్ పోలీస్ లు అంతా కలసి, విశాఖపట్నం, సాగర్ నగర్ లో రాంబాబు భార్య పద్మావతి కి సంఘీభావం తెలిపి,ఆర్థిక సహాయం గా 3, లక్షల 50 వేల రూపాయలు అందజేశారు. అంతేగాక

ఎల్లవేళలా అండగా ఉంటామని కుటుంబ సభ్యులకుభరోసా ఇచ్చారు.ఉమ్మడి విశాఖపట్నం రూరల్ జిల్లాలో నర్సీపట్నం టౌన్, అనకాపల్లి టౌన్, కొయ్యూరు, అన్నవరం, మునగపాక స్పెషల్ పార్టీలో రాంబాబు పనిచేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో కోటి, త్రినాథ్, రామకృష్ణ, బాబాజీ, అప్పారావు మరియు వివిధ జిల్లాల నుండి వచ్చిన రాంబాబు బ్యాచ్ మేట్ లు పాల్గొన్నారు.

ఈ ఎస్ ఐ ఆసుపత్రి కోసం కేటాయించిన స్థలంలో జీవీఎంసీ సీఐటీయూ కాంట్రాక్టు కార్మికుల ఆధ్వర్యంలో నిరసన

గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్): గాజువాక 69వ వార్డు షిలానగర్‌లో ఈ ఎస్ ఐ ఆసుపత్రి కోసం కేటాయించిన స్థలంలో జీవీఎంసీ సీఐటీయూ కాంట్రాక్టు కార్మికుల ఆధ్వర్యంలో నిరసన కార్యక్రమం చేపట్టారు..ఈ సందర్భంగా గౌరవ అధ్యక్షులు సుబ్బారావు మాట్లాడుతూ... గత తెలుగు దేశం ప్రభుత్వం మరియు బీజేపీ హయాంలో 500 పడకల ఈ ఎస్ ఐ ఆసుపత్రి ని నిర్మించాలని శంకుస్థాపన చేసారున్నారు. ఏళ్ళు గడిచిన, ప్రభుత్వాలు మారిన ఆసుపత్రి నిర్మాణం మాత్రం సూన్యంగా ఉందని అన్నారు..ఆసుపత్రి నిర్మాణం వెంటనే చేయాలని డిమాండ్ చేశారు, లేనిపక్షంలో రాబోయే రోజుల్లో పోరాటం ఉద్రిక్తం చేస్తామని హెచ్చరించారు.. కార్యక్రమంలో జీవీఎంసీ సీఐటీయూ అధ్యక్షులు నూకరాజు,ప్రధాన కార్యదర్శి వూరుకుటి రాజు,సీఐటీయూ నాయకులు రమణ, గణేష్, నాయుడు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తమాషాగా ఉందా.. ఈనెల 26న ఢిల్లీకి రండి!

ఆంధ్రప్రదేశ్ భారతీయ జనతాపార్టీలో అసమ్మతి రోజురోజుకు పెరుగుతోంది. పార్టీ మాజీ అధ్యక్షుడు కన్నా లక్ష్మీనారాయణ నిష్క్రమంచిన తర్వాత అసమ్మతివాదులంతా రోజురోజుకు గళం విప్పుతున్నారు. ప్రస్తుత అధ్యక్షుడు సోము వీర్రాజు వ్యవహారం తేల్చాలని, ఆయన నాయకత్వంలో పనిచేసేందుకు తాము సిద్ధంగా లేమని చెప్పేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. సోము వీర్రాజు, జీవీఎల్ నరసింహారావుతోపాటు నలుగురు నేతలు పెత్తందారీ తనాన్ని చూపిస్తున్నారని, వాటిని భరించలేకున్నామంటూ భారతీయ జనతాపార్టీ శ్రేణులు గగ్గోలు పెడుతున్నాయి.

రంగంలోకి దిగిన శివప్రకాష్ తాజాగా బీజేపీ అసమ్మతివాదులంతా మంగళవారం ఒక సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. ఢిల్లీ అధిష్టానానికి ఈ విషయం తెలిసింది. ఏపీ వ్యవహారాలను చూస్తున్న శివప్రకాష్ రంగంలోకి దిగారు. ఎటువంటి మీటింగ్ లు పెట్టవద్దని, అలాంటి చర్యలతో పార్టీ పరువు దెబ్బతింటుందని కోరారు. దీంతో రెబల్స్ మెత్తబడ్డారు. ఈనెల 26వ తేదీన ఢిల్లీ రావాలంటూ పార్టీలోని అసమ్మతి వాదులకు సమాచారం పంపించారు. అధ్యక్షుడు జేపీ నడ్డా సమక్షంలో అన్ని విషయాలు మాట్లాడుకుందామని సూచించారు.

సోముకు వ్యతిరేకంగా నివేదిక? అసమ్మతివాదులు సోము వీర్రాజుకు వ్యతిరేకంగా నివేదికను కూడా సిద్ధం చేస్తున్నారు. టెలికాన్ఫరెన్స్ ద్వారా వీరంతా చర్చించుకొని అన్ని వివరాలను నివేదికలో సిద్ధం చేయబోతున్నారు. కన్నా లక్ష్మీనారాయణ ఎందుకు వెళ్లిపోయారు? కారణాలేంటి? అసలేం జరిగింది? తదితర విషయాలను కూడా అందులో పొందుపరచనున్నారు. రాష్ట్రంలో అధికార పార్టీ తప్పిదాలను ఎండగడుతూ పార్టీని బలోపేతం చేయాల్సిన తరుణంలో కొంతమంది నాయకులు వైసీపీతో కలిసి సొంత పార్టీని దెబ్బతీసే ప్రయత్నంలో ఉన్నారని ఆరోపిస్తున్నారు. అలాగే కన్నా హయాంలో నియమితులైన ఆరుగురు జిల్లా అధ్యక్షులను తొలగించిన తీరును కూడా ప్రస్తావించబోతున్నారు.

అధికార పార్టీకి కొమ్ము కాస్తున్న సోము? సోము వీర్రాజుపై వస్తున్న అవినీతి ఆరోపణలను అసమ్మతి వాదులు అధిష్ఠానం దృష్టికి తీసుకువెళ్లబోతున్నారు. రాష్ట్రంలో అధికారంలో ఉన్న వైసీపీ అండతో వీర్రాజు కొన్ని అసైన్డ్ భూములను ఆక్రమించుకున్నారన్న ఆరోపణలు వస్తున్నాయి. అలాంటి ప్రయోజనాలను ఆశించే వైసీపీకి వీర్రాజు కొమ్ము క్కాన్నారన్నది పార్టీలో పలువురి వాదన. మరి ఈ నెల 26న నడ్డా ఎలాంటి దిశా నిర్దేశం చేస్తారో చూడాలి.

అన్నదాత సుఖీభవ 115వ రోజు అన్న క్యాంటీన్

గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్): స్వర్గీయ నందమూరి తారకరామారావు శత జయంతి సందర్భంగా తెలుగుదేశం పార్టీ జాతీయ అధ్యక్షులు నారా చంద్రబాబు నాయుడు పిలుపు మేరకు పేద ప్రజల ఆకలి తీర్చాలన్న సంకల్పంతో బాపట్ల నియోజకవర్గ తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయం వద్ద తెలుగుదేశం పార్టీ ఇన్ ఛార్జ్ వేగేశన నరేంద్ర వర్మ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన అన్న క్యాంటీన్ నందు నేడు 115వ రోజు బాపట్ల చెందిన చివుకుల దుర్గాప్రసాద్ శాస్త్రి కుమారుడు సోమసుందర్ శాస్త్రి పుట్టినరోజు సందర్భంగా సందర్భంగా వారు అందించిన సహకారంతో దాదాపు 320 మంది పేదలకు దాతలతో కలిసి నరేంద్ర వర్మ అన్న వితరణ చేయడం జరిగింది. పేదల ఆకలి తీర్చే ఇంత మంచి కార్యక్రమంలో భాగస్వాములు అయ్యి తమ సహకారాన్ని అందించిన దాతలకు నరేంద్ర వర్మ కేక్ కట్ చేపించి పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలిపి, చిరు సత్కారం చేసి ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. తదనంతరం ప్రజలతో కలిసి నరేంద్ర వర్మ భోజనం చేసి పదార్థాల రుచి, నాణ్యత పరిశీలించారు.

క్యాన్సర్‌పై ప్రతీ ఒక్కరూ అవగాహన కల్పించుకోవాలి

లండన్లో జరిగిన అంతర్జాతీయ క్యాన్సర్ సెమినార్లో నూటికి నూరు మంది సైంటిస్ట్ లు చెప్పిన నిజమిది. ఇండియాలో చదువుకున్న వాళ్లు కూడా కాగితం కప్పులల్లో టీ లు, కూల్ డ్రింక్ లు తాగుతూ క్యాన్సర్ ని కొనుక్కుంటున్నారు, వాళ్ళను ఎడ్యుకేట్ చేసేందుకు గవర్నమెంట్ ఎలాంటి చర్యలు చేపట్టడం లేదు అని బాధపడ్డారు. ఎయిడ్స్ నివారణ కోసం కండోమ్ లు పంచిన ప్రభుత్వం క్యాన్సర్ నివారణచేసేందుకు గవర్నమెంట్ ఎలాంటి చర్యలు చేపట్టడం లేదు అని బాధపడ్డారు.

ఎందుకు బ్యాన్ చేస్తారు? పేపర్ కంపెనీలనుంచి లంచాలు వస్తే క్యాన్సర్ వస్తుంది అని ఎందుకు ప్రచారం చేస్తారు? పింగాణి కప్పులు, గాజు గ్లాస్ లో టి ఇస్తే వాటిని కడగాలి. దానికోసం నీళ్ళు కావాలి. పని వాళ్లు కావాలి. కాబట్టి బండివాడు కాగితం కప్పులో టి ఇచ్చి క్యాన్సర్ ని మీకు పది రూపాయలకు అమ్ముతున్నాడు.

మీరు ఎప్పుడైనా కాగితం తయారు చేసే ఫ్యాక్టరీ కి వెళ్ళరా? ఒకసారి వెళ్లి చూడండి. జీవితంలో మీరు కాగితం కప్పులో టి తాగరు. కాగితం తయారు చేయడానికి మురికి కాలువలో ప్రవహించే నీళ్ళు వాడతారు. వాటర్ ట్యాంక్ నాచుతో కంపు వాసనతో ఉంటుంది. దాని నిండా పురుగులే. చనిపోయిన ఎలుకల ఎముకలు తేలుతాయి. రా మేటిరియల్ని కుల్లబెడతారు. కాళ్ళతో తొక్కి మెత్తగా చేస్తారు. దాదాపు 15 రకాల కెమికల్స్ వాడుతారు. అందులో ఆసిడ్ లాంటి విషపూరిత కేమికల్స్ ఎక్కువ.

కాగితం కప్పు మెత్తబడుకుండ ప్లాస్టిక్ తో చేసిన ఫెవికాల్ లాంటి కెమికల్ గమ్ కూడా వాడతారు.

ఆ కాగితంలో చేసిన కప్పులో వేడి వేడి టీ పోయగానే చాలా రకాల కేమికల్స్ బయటికి వచ్చి టీ లో కలుస్తాయి. మీరు గమనించండి. టి కప్పులో తాగే టి కంటే కాగితం కప్పులో తాగే టి కొంచం చేదుగా ఉంటుంది. అవే అడ్డమైన కెమికల్స్. సాటి మనిషి ఎంగిలి కప్పులో మనం కూడా టి తాగితే చిన్నా చితక రోగాలు రావచ్చుగాకా. కానీ ప్రాణాంతక మైన క్యాన్సర్ రాదు.

లివర్ చెడిపోయి మీరు డాక్టర్ దగ్గరికి వెళ్ళితే ముందుగా "మీరు సిగరెట్లు కాలుస్తారా? మందు తాగుతారా?" అని అడుగుతాడు. అలాగే ఇప్పుడు క్యాన్సర్ పేషెంట్లు వెళ్ళగానే అడిగే మొదటి ప్రశ్న "మీరు కాగితం కప్పులో టి తాగే వారా?" అని.

కాగితం కప్పులకు గుడ్ బై చెప్పి క్యాన్సర్ కి దూరంగా ఉండండి.

తిరుమలలో కరెంట్ బుకింగ్ ప్రారంభం..!

తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. టీటీడీ ప్రవేశ పెట్టిన శ్రీవాణి టికెట్ల విషయంలో పాత విధానాన్ని తిరిగి కొనసాగించాలని నిర్ణయం తీసుకుంది. శ్రీవాణి టికెట్ల కరెంటు బుకింగ్ విధానం పునఃప్రారంభిస్తున్నట్లు టీటీడీ ప్రకటించింది. గతంలో ఆఫ్ లైన్ విధానంలోనే శ్రీవాణి టికెట్లను కేటాయించే వారు. అయితే, ఆ సమయంలో టికెట్లు బ్లాక్ మార్కెట్ అవుతున్నాయనే ఆరోపణలతో గతేడాది డిసెంబర్ 29 నుంచి కరెంటు బుకింగ్ కౌంటర్‌ను మూసివేసారు. అయితే, కొంత కాలంగా భక్తుల నుంచి వస్తున్న అభ్యర్ధనలతో తిరిగి తిరుమలలో ఆఫ్‌లైన్‌లో శ్రీవాణి దర్శన టిక్కెట్లు కేటాయింపుని ప్రారంభించింది. ఇదే సమయంలో టీటీడీ మరిన్ని కీలక నిర్ణయాలను తీసుకుంది.

తిరుమలలో కరెంట్ బుకింగ్ కౌంటర్లను తిరిగి ప్రారంభించిన టీడీపీ వీటి జారి విషయంలో కొత్త నిబంధనలను అమల్లోకి తెచ్చింది.టికెట్ల కోటాను కుదిస్తూ నిర్ణయం తీసుకుంది. గతంలో నిత్యం రెండున్నార వేల టికెట్లను అందుబాటులో ఉంచేవారు. కానీ, ఇప్పుడు ప్రస్తుతం వాటి సంఖ్య 150కే పరిమితం చేసింది. మార్చి1వ తేదీ నుంచి రోజు 400 టికెట్లను జారీ చేస్తామని టీటీడీ ప్రకటించింది. తిరుపతి విమానాశ్రయంలో కొద్ది రోజుల క్రితం శ్రీవాణి దర్శనం టికెట్లు రోజు 250 కేటాయించే వారు. ప్రస్తుతం వాటిని 100 టికెట్లకే పరిమితం చేస్తూ టీటీడీ నిర్ణయించింది. ఇక..ఈ రోజు నుంచి శ్రీవారి ఆర్జిత సేవా టికెట్లను ఆన్ లైన్ విధానంలో అందుబాటులోకి తీసుకొస్తూ టీటీడీ నిర్ణయం తీసుకుంది.

ఆర్జిత సేవా టికెట్లను టీటీడీ పోర్టల్ తో పాటుగా గత నెల అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చిన యాప్ ద్వారా భక్తులకు అందుబాటులో ఉంచింది. ఊంజల్ సేవ, కళ్యాణోత్సవం, ఆర్జిత బ్రహ్మోత్సవం, సహస్ర దీపాలంకరణ సేవా టిక్కెట్లు విక్రయించనుంది. వీటితో పాటుగా... మార్చి, ఏప్రిల్, మే నెలలకు చెందిన ఇతర ఆర్జితసేవా టికెట్లకు ఆన్‌లైన్ ద్వారా అందుబాటులో ఉంచనున్నారు. ఆన్ లైన్ లక్కీడిప్ నమోదు ప్రక్రియ ఫిబ్రవరి 22వ తేదీ ఉదయం 10 గంటల నుంచి ఫిబ్రవరి 24 వ తేదీ ఉదయం 10 గంటల వరకు ఉంటుందని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం తెలిపింది.

లక్కీడిప్ లో టికెట్లు పొందిన వారు డబ్బులు చెల్లించి ఖరారు చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. భక్తులు ఈ విషయాలను గమనించి శ్రీవారి ఆర్జిత సేవలను బుక్ చేసుకోవాలని టీటీడీ కోరింది. శ్రీవారి ప్రతి కోట్లాది మంది భక్తులు దర్శించుకుంటారు. తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు దేశంలో ఇతరు రాష్ట్రాల ప్రజలు కూడా ఎంతో భక్తితో తిరుమలకు వస్తారు. భక్తులను దృష్టిలో పెట్టుకుని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం అనేక సేవలను ఆన్ లైన్ ద్వారా అందించడం ప్రారంభించింది.

రక్తదానానికి అన్నిశాఖలు ముందుకు రావాలి

శ్రీకాకుళం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాలో రక్తనిల్వలు చాలా అవసరమని, ఇందుకోసం అన్ని శాఖలు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు ముందుకురావాలని జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీకేశ్ లాఠకర్ పిలుపునిచ్చారు. రక్తదాతల స్ఫూర్తి హర్షణీయమని, ఇటువంటి సేవా కార్యక్రమాలతో రక్త దాతలకు సంతృప్తి లభిస్తుందని కలెక్టర్ అభిప్రాయపడ్డారు. జిల్లాలోని పశుసంవర్ధక శాఖలోని అందరు వైద్యులు, సిబ్బంది, అన్ని అసోసియేషన్ల వారితో రక్తదాన కార్యక్రమం పశు సంవర్ధక శాఖ ఆధ్వర్యంలో బుధవారం స్థానిక పశు సంవర్ధక శాఖ శిక్షణ మందిరంలో జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి జిల్లా కలెక్టర్ ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొని రక్తదాన శిబిరాన్ని ప్రారంభించారు. అనంతరం రక్తదాతలను కలిసి అభినందించారు. రక్తదానానికి పురుషులతో పాటు స్త్రీలు కూడా పాల్గొనడం అభినందనీయమని, ఇందులో మహిళా వైద్యులు కూడా రక్తదానం చేయడం

స్ఫూర్తిదాయకమన్నారు. వీరిని స్ఫూర్తిగా తీసుకుని మరింత మంది మహిళలు రక్తదానానికి ముందుకు రావాలని కలెక్టర్ ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో అతి పొడవైన జాతీయ రహదారిలో జరిగే ప్రమాదాలు, తలసేమియా, ఇతర అవసరాల కోసం రక్తం చాలా అవసరమని, అందుకు తగినంత రక్తనిల్వలు లేవని అన్నారు. ఇందుకు రక్తదానం చేయవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని పేర్కొన్నారు. జిల్లాలోని అన్ని ప్రభుత్వ శాఖలు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు, యువత ముందుకు వచ్చి రక్తదానం చేయగలిగితే కొంతమంది ప్రాణాలను కాపాడవచ్చన్నారు. ఎంత రక్తం దానం చేసినప్పటికీ ఇంకా అవసరం ఉంటుందని, కావున ఆరోగ్యవంతులు ప్రతి మూడు లేదా ఆరు మాసాలకు ఒకసారి రక్తదానం చేయాలని కోరారు. ఈ విధంగా రక్తదానం చేయడం వలన రక్తదాతలకు సంతృప్తి లభిస్తుందని తెలిపారు. ఈ రక్తదాన కార్యక్రమంలో సుమారు 86 మంది రక్తదానం చేసేందుకు ముందుకు వచ్చారని, ఇది శుభదాయకమన్నారు. అనంతరం రక్తదాతలకు కలెక్టర్ ధ్రువీకరణ పత్రాలను, మెడల్స్ లను బహూకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పశు సంవర్ధక శాఖ సంయుక్త సంచాలకులు డా. ఎం.కిశోర్,ఉప సంచాలకులు డా.ఎం.జగన్నాధరావు, ఐ.ఎస్.డి.పి సహాయ సంచాలకులు డా. పి.సూర్యం, ఆమదాలవలస, పొందూరు, నరసన్నపేట, సరుబుజ్జిలి, గార సహాయ సంచాలకులు డా. ఆర్.ఆనందరావు, డా. పి.ఎస్.జి. బాలకృష్ణ, డా. కె.రాజగోపాలరావు, డా. సిహెచ్. సుబ్రహ్మణ్యం, డా. జి.వి.రాజశేఖరం, ఇతర వైద్యులు, రెడ్ క్రాస్ సంస్థ ఎం.సి మెంబర్లు పి.శ్రీకాంత్, శ్రీధర్, పెంకి చైతన్య కుమార్, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

40 లక్షల రూపాయలతో అభివృద్ధి పనులను శంకుస్థాపన

గాజువాక, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 74 వ వార్డు పరిధి దల్లివానిపాలేం, సిద్దేశ్వరం ప్రాంతాలలో రోడ్లు, డ్రైనేజీల నిర్మాణానికి 40,00,000 రూపాయలతో అభివృద్ధి పనులను ప్రారంభించిన జీవీఎంసీ 74 వ వార్డు కార్పొరేటర్, జిల్లా సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ తిప్పల వంశీరెడ్డి ప్రారంభించారు. ఈ సంధర్భంగా వంశీరెడ్డి మాట్లాడుతూ వార్డుని అన్ని రంగాలలో అభివృద్ధి చేయడం జరుగుతోందని అందులో భాగంగా ఈ రెండూ ప్రాంతాలలో రోడ్లు, డ్రైనేజీల నిర్మాణం చేయడం కొరకు పనులు ప్రారంభించడం జరిగిందని ఈ పనులు వేగవంతం చేయడంతోపాటు మిగిలిన అభివృద్ధి పనులు కూడా పూర్తి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో గొందేశీ సత్యరావు, దల్లి పైడికొండ, గొందేశీ సత్తిరెడ్డి, అప్పారావు, గొరుసు రామలక్ష్మి, కోన రాజు, కోన రాము, చిన్నరెడ్డి, వార్డు వైఎస్ఆర్సిపి నాయకులు, గ్రామ పెద్దలు, ఆలయ కమిటీలు, మహిళలు, యువకులు పాల్గొన్నారు.

దేశభక్త కొండా వెంకటప్పయ్య పంతులు జయంతి (ఫిబ్రవరి 22)

దేశభక్త జన్మదినోత్సవం నాడు కృష్ణా పత్రిక 1945 ఫిబ్రవరి లో ఒక వ్యాసంలో ఇలా వ్రాసింది. " శరీరము, ఇంద్రియములు, మనస్సు అన్ని తిరిగి పసితనం లో మాదిరిగా బీజావస్థలోకి చేరిపోతాయి ముసలితనం లో. కాని పంతులు గారి బాల్యం మాత్రం అలా వృధ్యాప్య వలన కలిగిన బాల్యం మటుకు కాదు. ముసలి ప్రాయంలో కూడా వారు బాలురు. బాల్యం ఆయన తత్వం, ఆయన స్వరూపం.

పుట్టినప్పటి నుండి ఒకటే తీరు. ఉత్సాహం, అమాయకత్వం,ఆగ్రహం,అనుగ్రహం ఈ మొదలైన బాల్య లక్షణాలన్నీ ఆయనలో ఎప్పుడు అద్దంలో ప్రతిఫలించినట్లు కనిపిస్తుంటాయి. మనస్సులో ఏది అనిపిస్తే అది నిస్సంకోచంగా నిర్మొహమాటంగా కుండ పగలగొట్టినట్లు అని వేయడమే ఆయన స్వభావం. మనసులో ఉన్నదాన్ని బయటకు వెళ్లగక్కకటమే కాదు, తాను ఉచితమని నమ్మినదానిని వెంటనే ఆచరణలో పెట్టే

ఉత్సాహ పరులు.ఏదైనా చెయ్యాలనుకుంటే అది తాను స్వంతంగా చేయాలి, శాంతంగా చేయాలి. అదే వారి స్వభావం"

కొండా వెంకటప్పయ్య పంతులు 1866 ఫిబ్రవరి 22 న పాత గుంటూరు లో జన్మించారు. వీరు మద్రాసులో ప్లీడరు పరీక్షలో ఉత్తీర్ణులైన 1894 లో బందరులో న్యాయవాద వృత్తిలో ప్రవేశించారు. వీరి జీవిత పర్యంతం ప్రజాహిత కార్యక్రమాలలో పాల్గొన్నారు. 1913 లో భాషా ప్రయుక్త రాష్ట్రాల ఏర్పాటుకు కృషి చేశారు. 1920 లో గాంధీజీ పిలుపు మేరకు సహాయ నిరాకరణోద్యమంలో లో పాల్గొన్నారు. 1930 లో ఉప్పు సత్యాగ్రహం లో పాల్గొన్నారు. వెంకటప్పయ్య బి. ఎ చదువుతున్న సమయంలో మూడవ దేశీయ మహాసభ మద్రాసు లో జరిగింది. ఆ మహాసభలో వీరు వలంటీరుగా పనిచేశారు. ఆ విధంగా మూడవ కాంగ్రెస్ సభలు నాటి నుండి కాంగ్రెసు తో సంబంధం ఏర్పడింది. ఇరవయ్యో శతాబ్ది ఆరంభంలో, జాతిని చైతన్యవంతం చేయడానికి అనేక రంగాలలో కృషి జరుగుతున్న రోజులలో వెంకటప్పయ్య 1902లో వాసు నారాయణరావుతో కలసి కృష్ణా పత్రిక ప్రచురణను ప్రారంభించాడు. 1905 వరకు ఆయనే ఆ పత్రికను నడిపి, గుంటూరులో స్థిరపడగానే దాని సంపాదకత్వ బాధ్యతలను ముట్నూరు కృష్ణారావుకు అప్పగించాడు. న్యాయవాద వృత్తిలో వెంకటప్పయ్య కేవలం ధనార్జనే ప్రధాన వృత్తిగా పెట్టుకోలేదు. దాన, ధర్మాల కోసం సొంత ఆస్తినే అమ్ము కొనవలసి వచ్చింది. ఉన్నవ దంపతులు స్థాపించిన శారదా నికేతన్?కి వెంకటప్పయ్య తన ఆస్తి నుంచి కొంత భాగం అమ్మివేసి పదివేల రూపాయల విరాళం ప్రకటించారు.1910లో బందరులో జాతీయ కళాశాల ఇతనిచే ప్రారంభోత్సవం చేయబడింది. 1937లో జరిగిన ఎన్నికల్లో అతను మద్రాసు శాసన సభకు ఎన్నికయ్యారు. కొండా వెంకటప్పయ్య కడలూరు జైలులో ఉన్నప్పుడు "డచ్ రిపబ్లిక్" అనే గ్రంథాన్ని రచించారు. తన స్వీయ చరిత్రను రెండు భాగాలుగా రాశారు. "శ్రీ వేంకటేశ్వర సేవానంద లహరి" అన్న భక్తి రసభరితమైన శతకాన్ని, ఆధునిక రాజ్యాంగ సంస్థలు అనే పుస్తకం రచించారు. అతను ఇంగ్లీషులోనూ తెలుగులోనూ మంచి వక్త, కవి. మొదటి నుంచి నాటకాలంటే కొండా వెంకటప్పయ్యకు చాలా మక్కువ, స్త్రీ పాత్రను పోషించి ప్రేక్షకుల మన్ననలను పొందారు. కళాదృష్టితో, కళాతృష్ణతో, మానవతావాదిగా, దేశభక్తుడుగా జీవితాంతం కృషి చేసిన నిరాడంబర మూర్తి కొండా వెంకటప్పయ్య 1949 ఆగష్టు 15 న దేశ స్వాతంత్ర్య పుణ్యదినాన దేశభక్తులైన వారందరినీ సంతాప సాగరంలో ముంచుతూ స్వర్గస్థులయ్యారు.

డా. జొన్నకూటి ప్రమోద్ కుమార్,
పైడిమెట్ట. 9490833108.

వేసవిలో గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం సమస్యలకు చెక్ పెట్టాలంటే.. ఈ ఆహారం తినండి..!

వేసవి కాలం వచ్చేస్తోంది. ఇప్పటికే సూర్యుడు ప్రతాపం చూపడం మొదలు పెట్టేశాడు. ఈ సీజన్‌లో జీర్ణవ్యవస మందగిస్తుంది. వేసవిలో, మన శరీరం అంతర్గత ఉష్ణోగ్రతను తగ్గించడానికి శక్తిని ఖర్చు చేస్తుంది. ఇది జీర్ణక్రియ వంటి ఇతర శరీర ప్రక్రియల నుంచి శక్తిని మళ్లిస్తుంది. దీని కారణంగా జీర్ణవ్యవస్థ కాస్త నెమ్మదిగానే పని చేస్తుంది. దీని కారణంగా కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అపానవాయువులు వంటి జీర్ణ సమస్యలు ఎక్కువవుతాయి. ఈ సీజన్‌లో, ఆకలి తక్కువగా ఉంటుంది, కడుపు నిండుగా ఉంటుంది, కొంచెం తిన్నాక, కడుపు ఉబ్బరంగా ఉంటుంది. కొన్ని సార్లు శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, తక్కువ నీరు తాగడం, ఆహారంలో ఫైబర్ తక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థలో గ్యాస్, ఉబ్బరానికి దారితీస్తుంది. వేసవి కాలంలో జీర్ణ సమస్యలను దూరం చేయాడాని మన ఆహారంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ సీజన్‌లో మన కడుపును, జీర్ణక్రియను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి ఎలాంటి డైట్ తీసుకోవాలో అన్నారు.

పెరుగు.. పెరుగులో లాక్టోబాసిల్లస్, అసిడోఫిలస్, బైఫిడస్ వంటి బ్యాక్టీరియాలు ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియకు సహాయపడతాయి. దీన్ని ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే జీర్ణక్రియ సాఫీగా జరిగి, ఉదర సంబంధిత సమస్యలను నయం అవుతాయి. గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరాన్ని తగ్గిస్తాయి. భోజనం తర్వాత పెరుగు తింటే.. పొట్ట ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. పెరుగు జీర్ణ ప్రక్రియను వృద్ధి చేసి మలబద్ధకాన్ని దూరం చేస్తుంది.

పచ్చకాయ.. వేసవికాలంలో పచ్చకాయలు ఎక్కువగా దొరుకుతాయి. పుచ్చకాయలో 92% నీరు ఉంటుంది. ఈ సీజన్‌లో పుచ్చకాయ తరచుగా తీసుకుంటే.. డీహైడ్రేషన్ సమస్య దూరం అవుతుంది. పుచ్చకాయలో ఉండే పొటాషియం ఉబ్బరం, గ్యాస్ సమస్యలను నివారిస్తుంది.

పసుపు.. పసుపు అన్ని జీర్ణ సమస్యలకు గొప్ప ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. ఇది పిత్త రసం ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. కొవ్వులను బాగా జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. పసుపులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఈ కాలంలో మీ వంటల్లో పసుపు చేర్చుకోండి.

పాలకూర.. పాలకూరలో నీటిలో కరగని ఫైబర్ మెండుగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను శుభ్రంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. గ్యాస్ అపానవాయువును తగ్గిస్తుంది. ఈ సీజన్‌లో పాలకూర ఎక్కువగా తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అయితే, పాలకూర పచ్చిగా తింటే.. అజీర్తికి దారి తీస్తుంది.

అనాసపండు.. అనసపండులో 85% నీరు ఉంటుంది. దీనిలో బ్రోమెలైన్ అని పిలిచే.. జీర్ణ ఎంజైమ్‌లు ఉంటాయి. జీర్ణవ్యవస్థను శుభ్రంగా, లూబ్రికేట్‌గా ఉంచుతుంది. పైనాపిల్‌లో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. జీర్ణక్రియ సజావుగా సాగటానికి, మలబద్ధకం దరిజేరకుండా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. ఈ సీజన్‌లో అనాసపండు తరచుగా తీసుకుంటే.. . కడుపుబ్బరం, అజీర్ణం వంటి సమస్యలూ దూరమవుతాయి.

నిమ్మకాయ.. కడుపు సమస్యలను నివారించడానికి నిమ్మకాయ ఎఫెక్టివ్‌గా పనిచేస్తుంది. వేసవి కాలంలో వేధించే ఎసిడిటీ, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలను ఇది దూరం చేస్తుంది. నిమ్మరసం.. పేగులను శుభ్రం చేస్తుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగ్గా జరిగేలా సహాయపడుతుంది.

సోంపు గింజలు.. సోంపు గింజలలో ఉండే నూనెలు జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడతాయి. గ్యాస్, అపానవాయువు, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు రాకుండా చేస్తాయి. భోజనం తర్వాత సోపు గింజలను నమలడం మంచిది.

కీరా.. కీరాలో సిలికా, విటమిన్ సి అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. ఈ రెండు పోషకలు నీరు నిలుపుదలని నివారిస్తాయి. కడుపు ఉబ్బరాన్ని దూరం చేస్తాయి. కీర దోసలోని పోషకాలు పేగుల పనితీరు మెరుగుపరచి, జీర్ణసమస్యలను పరిష్కరిస్తుంది. కీరాలో ఫైబర్ మెండుగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది.

ఉదయం పూటే గుండెపోటు రావడానికి కారణాలు ఏంటి?

కరోనావైరస్, లాక్ డౌన్ తర్వాత గుండెపోటుతో మరించే వారికి సంఖ్య అమాంతం పెరిగిపోయింది. గతంతో పోల్చితే ఈ రెండు మూడు ఏళ్ళలో మరణాల సంఖ్య ముఖ్యంగా గుండెపోటు మరణాల సంఖ్య పెరగడానికి కారణాలు ఏంటో అంతుపట్టడం లేదు. స్త్రీ మరియు పురుషులతో పోల్చితే ఈ సంఖ్య పురుషుల్లోనే ఎక్కువగా కనబడుతోంది. ఈ మధ్య కాలంలో సినీ ఇండస్ట్రీలో కూడా చాలా మంది గుండె పోటుతో చనిపోయిన వారి సంఖ్య చాలానే ఉంది. ఇదే క్రమంలో రీసెంట్ గా తారకరత్న గుండెపోటుతో హాస్పిటల్లో చేరి ఇరవై ఎనిమిది రోజుల పాటు ప్రాణాలతో పోరాడి మరణించిన విషయం తెలిసిందే.

చాలా వరకు గుండెపోటులు తెల్లవారు జామున మరియు నిద్రలో వస్తాయని మనం విన్నాము. ఇతర సమయాల్లో కంటే ఉదయాన్నే గుండెజబ్బులు ఎందుకు ఎక్కువగా వస్తాయని, దీనికి శాస్త్రీయ కారణాలు ఏమిటో మనం తెలుసుకుంటే మంచిది. ఈ కారణాలు, లక్షణాలను ఈ కథనం ద్వారా తెలుసుకోవడం వల్ల గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని నివారించవచ్చు మరియు తగ్గించవచ్చు.

గుండెపోటు గురించి అపోహలు ఒకరు అధిక ఒత్తిడికి లోనైనప్పుడు, అధిక బరువులు మోయడంతోపాటు తీవ్రమైన శారీరక శ్రమల సమయంలో లేదా అధిక రక్తపోటు, ఊబకాయం మరియు కొన్ని ఇతర వైద్య కారణాల వల్ల మాత్రమే గుండెపోటు వస్తుందని మనం ఇదివరకు భావిస్తున్నాం. అయితే మనం ఊహించని, ఆలోచించలేని కొన్ని చిన్న విషయాలు కూడా ఇలాంటి గుండెపోటుకు కారణమవుతున్నాయి. ముఖ్యంగా తెల్లవారుజామున ఇలా జరగడానికి కొన్ని కారణాలున్నాయి.

ఉదయం గుండెపోటుకు కారణాలు మయోకార్డియల్ ఇన్ఫార్క్షన్ అనేది కరోనరీ హార్ట్ డిసీజ్ యొక్క అత్యంత సాధారణ రూపం. గుండె ధమనుల గోడలపై ఫలకం ఏర్పడినప్పుడు, రక్త నాళాలు ఇరుకైనవి. రక్త నాళాలు కుంచించుకుపోవడంతో, గుండెకు రక్త ప్రసరణ తగ్గడం ప్రారంభమవుతుంది. అదనంగా, ఫలకం రక్త నాళాలను మూసుకుపోతుంది, రక్త నాళాల గుండా రక్తం గడ్డకట్టడానికి కారణమవుతుంది మరియు ధమనిని అడ్డుకుంటుంది. ఇది రక్త ప్రసరణను పూర్తిగా అడ్డుకుంటుంది మరియు గుండెపోటుకు కారణమవుతుంది.

ఉదయం పూట గుండెపోటు ఎందుకు ఎక్కువగా వస్తుంది? ఇతర సమయాల్లో కంటే ఉదయాన్నే గుండెపోటు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయని వివిధ వైద్య అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. దీనికి అతి ముఖ్యమైన కారణం మన రక్తంలో PA1 అనే ప్రొటీన్ రకం పెరగడమే. ఇది రక్తం గడ్డకట్టడం మరియు రక్తం కరగకుండా నిరోధించే ప్రోటీన్. PA1 ప్రొటీన్ స్థాయిలు మనం రాత్రిపూట నిద్రించిన తర్వాత, సాధారణంగా ఉదయం మేల్కొన్నప్పుడు 4 - 6.30 గంటల ప్రాంతంలో మన శరీరంలో అత్యధికంగా ఉంటుంది. ఈ అదనపు %ాూ%1 ప్రొటీన్ రక్తం గడ్డకట్టే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఫలితంగా గుండెకు రక్తప్రసరణ తగ్గి బాగా దెబ్బతింటుంది.

మరికొన్ని కారణాలు మీరు పడుకుని, నిద్రపోయే ముందు ఏదో ఒక దాని గురించి ఆలోచిస్తున్నప్పుడు చాలా ఒత్తిడి హార్మోన్ కార్టిసాల్ ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. తెల్లవారుజామున గుండెపోటు రావడానికి ఇది కూడా ఒక ప్రధాన కారణం కావచ్చు. కాబట్టి ఉదయాన్నే ఉత్సాహంగా లేవాలంటే, రాత్రి నిద్రపోయేటప్పుడు ఆనందంగా ఉండాలి. తెల్లవారుజామున గుండెపోటు రావడానికి శరీరంలోని డీహైడ్రేషన్ కూడా ప్రధాన కారణమని చెబుతున్నారు.

గుండెపోటు లక్షణాలు పురుషులు, స్త్రీలలో గుండెపోటు లక్షణాలు ఎల్లప్పుడూ ఒకేలా ఉండవు. తేడా ఉండవచ్చు. స్త్రీలలో పొత్తికడుపు నొప్పి, డిప్రెషన్, హఠాత్తుగా ఛాతీలో చెప్పలేనంత బిగుతుగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి చాలా సాధారణంగా బాధించే లక్షణాలు కాబట్టి చాలాసార్లు ఇవి గుండెపోటుకు సంబంధించిన లక్షణాలు అని గుర్తించరు.

సాధారణ లక్షణాలు ఛాతీలో నొప్పి, ఒత్తిడి లేదా బిగుతు యొక్క భావన, ఛాతీ నొప్పి మెడ, దవడ మరియు వీపు వరకు వ్యాపిస్తుంది, వికారం మరియు వాంతులు అజీర్ణం గుండెల్లో మంట పొత్తి కడుపు నొప్పి శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది మరియు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది శరీరం తడిగా ఉంటుంది మరియు విపరీతంగా చెమట పడుతుంది శారీరక అలసట మైకము లేదా మూర్ఛ ఈ లక్షణాలు సాధారణంగా గుండెపోటుకు మొదటి సంకేతాలు. ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే, వెంటనే ఆసుపత్రికి వెళ్లడం అవసరం.

మార్గాలు అన్ని గుండెపోటులను నివారించలేము, కానీ జీవనశైలి మార్పుల ద్వారా ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చు. నిర్ణీత వ్యవధిలో వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ప్రత్యేకించి మీకు కుటుంబ చరిత్రలో గుండె జబ్బులు ఉన్నట్లయితే లేదా మీకు ఏవైనా గుండె సమస్యలు ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అయినట్లయితే, వెంటనే చికిత్స ప్రారంభించండి.

వైద్యులు సూచించిన మందులను సకాలంలో మరియు క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవాలి. మధుమేహం వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధి పరిస్థితులను సరిగ్గా పర్యవేక్షించాలి మరియు ఎల్లప్పుడూ నియంత్రణలో ఉంచుకోవాలి. శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలి. గుండె ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించే ఆహారాలను ఎంచుకుని తినండి. రోజూ క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి. శరీరాన్ని చురుకుగా ఉంచుకోవాలి. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడానికి మరియు మీ మనస్సును ఎల్లప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉంచడానికి ప్రయత్నించండి. మీకు ఆరోగ్యం బాగాలేకపోతే జ్వరం, జలుబు వంటి సమస్యలకు వైద్య సలహా లేకుండా మందులు వాడకుండా ఉండాలి. కొన్ని నొప్పి నివారణలు మరియు మందులు ధమని సంకుచితం కలిగించే ప్రమాదం కలిగి ఉండవచ్చు. మీరు ఛాతీ నొప్పికి ఆస్పిరిన్ మాత్రలు తీసుకోవచ్చు మరియు వాటిని ఎల్లప్పుడూ మీ వద్ద ఉంచుకోవచ్చా అని మీ వైద్యుడిని అడగండి. మీకు ఉదయం పూట మొదట బెడ్ కాఫీ తాగే అలవాటు ఉంటే, దానిని ఆపండి. లేచి, మీ శరీరాన్ని కొంచెం చురుగ్గా మార్చుకోండి, పళ్ళు తోముకోండి, నడవండి, ఆ తర్వాత మీకు అవసరమైతే కొంచెం త్రాగండి.

బాదంపప్పును తినేసి తొక్కను పడేస్తున్నారా..

ఈ విషయాలు తెలిస్తే భద్రంగా దాచుకుంటారు

బాదం ఆరోగ్యకరమైన డ్రై ఫ్రూట్స్‌లో ఒకటి. అందరికీ అందుబాటు ధరలో ఉండటంతో పాటు చిన్నా పెద్దా అందరూ ఇష్టపడుతుంటారు. మనలో చాలా మంది బాదంపప్పును నేరుగా తినకుండా నానబెట్టి తినేందుకు ఇష్టపడతారు. అయితే.. చాలా మంది బాదం పప్పు తొక్కలను తినేటప్పుడు వాటిని పారేస్తుంటారు. కానీ.. అలా చేయడం సరికాదంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. బాదం పొట్టు అనేక విధాలుగా ఉపయోగపడతాయి. కాబట్టి బాదం పొట్టును తీయకుండా తినడమే మంచిది. బాదం తొక్కను మొక్కలకు ఎరువుగా ఉపయోగించవచ్చు. బాదం తొక్కలోని యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీమైక్రోబయల్, యాంటీవైరల్, ప్రీబయోటిక్ లక్షణాలు మొక్కల మెటాబోలైట్స్, విటమిన్ ఇ ను పెంచుతాయి. బాదం తొక్కను కంపోస్ట్‌గా తయారు చేయడానికి, ముందుగా బాదం తొక్కలను

ఎండలో బాగా ఆరబెట్టాలి. తర్వాత మెత్తగా మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఇప్పుడు బాదం తొక్కతో తయారు చేసిన పొడిని మొక్కల వేర్ల దగ్గర అప్లై చేయాలి.

బాదం తొక్కను నేరుగా తినకూడదనుకునే వారు దానిని వివిధ రకాలుగా తినవచ్చు. ఉదాహరణకు మీరు బాదం తొక్కను చట్నీ రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు. ఇందు కోసం బాదం పొట్టును రాత్రంతా నానబెట్టాలి. తర్వాత వేరుశనగలు వేయించి, బాదం తొక్కతో పాటు రుబ్బుకోవాలి. తర్వాత వేడి పాన్‌లో నూనె పోసి అందులో కొద్దిగా ఉల్లిపాయ, మిరియాల పొడి, జీలకర్ర వేసి బాగా వేగించాలి. చల్లారిన తర్వాత ఈ మిశ్రమంలో బాదం తొక్క, వేరుశనగలు వేసి తగినంత ఉప్పు, చింతపండు రసం కలపాలి. చివరగా ఆవాలు, జీలకర్ర, కరివేపాకు వేసి, బాదం చట్నీతో కలపాలి.

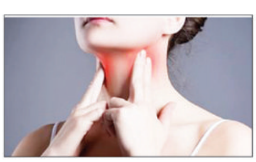
బాదంపప్పుతో చేసిన బాడీ వాష్ యాంటీ ఏజింగ్ లక్షణాల సహాయంతో చర్మాన్ని తేమగా, మృదువుగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందుకోసం 1 టేబుల్ స్పూన్ బాదంపప్పు పొట్టుకు 2 టేబుల్ స్పూన్ల పాలు, 1 టేబుల్ స్పూన్ పసుపు, కొద్దిగా రోజ్ వాటర్, తేనె కలిపి 5 నిమిషాలు నానబెట్టాలి. ఇప్పుడు ఈ మిశ్రమాన్ని బాడీ స్క్రబ్, ఫేస్ ప్యాక్ లాగా అప్లై చేయాలి. ప్రకృతి సిద్ధంగా లభించే పదార్థాలకు బాదంపప్పును మంచి ఉదాహరణగా చెప్పవచ్చు.

థైరాయిడ్ వ్యాధిగ్రస్తులు ఈ ఫుడ్స్ జోలికి అస్సలు వెళ్లకూడదు..!

జీవనశైలిలో మార్పులు, ఆహారపు అలవాట్లు..ఇవన్నీ కూడా ఈరోజుల్లో దీర్ఘకాలిక వ్యాధులకు కారణం అవుతున్నాయి. వాటిలో ఒకటి థైరాయిడ్. థైరాయిడ్ అనేది సీతాకోకచిలుక ఆకారంలో గొంతు వద్ద ఒక ఎండోక్రైన్ గ్లాండ్. ఇది థైరాక్సిన్ అనే థైరాయిడ్ హార్మోన్?ను రిలీజ్ చేయడం ద్వారా శరీరంలో అనేక మెటబాలిక్ ప్రాసెస్?లను ప్రభావితం చేస్తుంది. థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరు సరిగ్గా లేనట్లయితే థైరాయిడ్ సమస్య వస్తుంది. సాధారణంగా థైరాయిడ్ సమస్య రెండు రకాలుగా ఉంటుంది. థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరు విపరీతంగా పెరిగినప్పుడు దాన్ని హైపర్ థైరాయిడిజం అంటారు. తక్కువ పనిచేస్తే దాన్ని హైపో థైరాయిడిజం అని అంటారు.

అయితే థైరాయిడ్ హార్మోను సవ్యంగా విడుదలైనప్పుడు శరీరంలో ప్రతి కణం సరిగ్గా పనిచేస్తుంది. జీవక్రియ పనితీరు కూడా బాగుంటుంది. థైరాయిడ్ హార్మోన్ విడుదలలో ఎప్పుడైతే సమతుల్యం లోపిస్తుందో అప్పుడు ఇబ్బంది ఎదుర్కోవల్సి వస్తుంది. బరువు పెరగడం లేదా తగ్గడం, అలసట, నీరసం, నెలసరి సమస్యలు, పొడి చర్మం, మలబద్ధకం, సంతానలేమి వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. అయితే థైరాయిడ్ సమస్య ఉన్నవారు కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు తీసుకుంటే సమస్య మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది.

ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలకు దూరంగా ఉండండి: మైక్రోవేవ్ డిన్నర్లు, పిజ్జాలు, డోనట్స్ వంటి పదార్థాలు అధికంగా ప్రాసెస్ చేయబడిన ఆహారా జాబితాలో ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యకరమైనవి కావు. ఇవి థైరాయిడ్ వ్యాధి ఉన్నవారిపై నేరుగా ప్రభావం



చూపుతాయి. తాజా పండ్లు, కూరగాయలు తృణధాన్యాలు, ప్రాసెస్ చేయని ఆహారాలను అలవాటు చేసుకోవడం మంచిది. కొన్ని ప్రాసెస్ చేయబడిన మాంసాహారాలు కూడా క్యాన్సర్ కు కారణం అవుతాయి. అవసరమైన కొవ్వు ఆమ్లాలను కలిగి ఉన్న ఆహారాలు థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తికి మంచివి. అయితే, డీప్ ఫ్రైడ్, ఒమేగా 6 కొవ్వు ఆమ్లాలు, ట్రాన్స్ లేదా ఇతర ఇన్ఫ్లమేటరీ కొవ్వులు థైరాయిడ్ గ్రంధి, థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తిని ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తాయని చెబుతున్నారు.

ఉప్పు అధికంగా తీసుకోవడం తగ్గించండి: ఒక కొత్త అధ్యయనం ప్రకారం, భారతీయులు సగటున రోజుకు 10 గ్రాముల ఉప్పును తీసుకుంటారు. ఇది ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సిఫార్సు చేసిన మొత్తం కంటే రెట్టింపు. థైరాయిడ్ గ్రంథి అయోడిన్‌ను థైరాయిడ్ హార్మోన్ సంశ్లేషణకు ఉపయోగిస్తుంది. థైరాయిడ్ పనితీరును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి, అధిక అయోడిన్ లేదా అయోడిన్ లోపం థైరాయిడ్ పనితీరును దెబ్బతీస్తుంది. ఇది వివిధ థైరాయిడ్ రుగ్మతలు లేదా థైరాయిడ్ విస్తరణకు దారితీస్తుంది.

స్వీట్లు తినకూడదు: థైరాయిడ్ వ్యాధి ఉన్న వ్యక్తులు స్వీట్లకు దూరంగా ఉండాలి. ఎందుకంటే థైరాయిడ్ వ్యాధి టైప్ 2 డయాబెటిస్ వ్యాధికి కారణం అవుతుంది. దాని ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకునేందుకు శీతల పానీయాలు, కేకులు, ఐస్ క్రీములు, ఇతర కృత్రిమ స్వీటెనర్‌లతో సహా మీరు తీసుకునే ఆహారంలో అధికంగా చక్కర ఉండకుండా జాగ్రత్త పడటం చాలా అవసరం.

గ్లూటెన్ రహిత ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి: గోధుమలలో ఉండే గ్లూటెన్ అనే ప్రొటీన్ చిన్న ప్రేగులను చికాకుపెడుతుంది. థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తికి అవసరమైన వివిధ పోషకాలను గ్రహించడంలో ఆటంకం కలిగిస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అంతేకాదు ఇది గట్‌లో మంటను పెంచుతుంది. ఇది క్రియారహిత థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లను క్రియాశీల హార్మోన్‌లుగా మార్చడాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఆటో-ఇమ్యూన్ థైరాయిడ్ రుగ్మతలకు దారితీస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

అధికంగా ఆహారం తీసుకోకూడదు: కొంతమంది అధికంగా తింటుంటారు. అలా తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెరస్థాయి పెరుగుతుంది. ఇది ఆహార ఒత్తిడికి కారణం అవుతుంది. అందుకే అతిగా తినడం తగ్గించాలి.

రాత్రిపూట ఆహారం తినడం మానుకోండి: రాత్రిపూట ఆహారం తీసుకోవడం మానేయడానికి ప్రయత్నించండి.మీరు అల్పాహారం తినడానికి ముందు 10 నుండి 12 గంటల విరామం తీసుకోండి. మీరు నిద్రపోతున్నప్పుడు, మీ శరీరం అడ్రినల్, గ్రోత్ హార్మోన్లు, థైరాయిడ్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఇది మీ నిల్వ ఉన్న కొవ్వు నుండి శక్తిని తీసుకుంటుంది. మీరు నిద్రిస్తున్న సమయంలో కొవ్వు బర్న్ అవుతుంది.

ఈ కూరగాయలు మీ శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను ఐస్‌లా కరిగిస్తాయి !

కొలెస్ట్రాల్ ఇది రక్తంలో ఉండే మైనపు పదార్థం. ఇది కణత్వచాల పనితీరు, హార్మోన్ స్థాయిలను సమతుల్యం చేస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్?లో రెండు రకాలు ఉంటాయి. 1 మంచి కొలెస్ట్రాల్. 2 చెడు కొలెస్ట్రాల్. శరీరానికి చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం చాలా ఇబ్బందులకు కారణం అవుతుంది. శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుదల ఛాతీనొప్పి, ఊబకాయం, కాళ్లనొప్పి, చర్మంపై పసుపు రంగులో మచ్చలు, వేగవంతమైన గుండె చప్పుడు, గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్, పెరిఫెరల్ వాస్కులర్ డిసిజ్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. దీనంతటికి కారణంగా మన జీవనశైలి. ఆహారంలో కొన్ని రకాల ఆహారాలు అంటే జంక్ ఫుడ్, నూనెలు, మసాలాలు, శుద్ధి చేసిన పిండితో చేసిన ఆహారాలు కొలెస్ట్రాల్ ను ప్రభావితం చేస్తాయి.

చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించుకోవాలంట మనం తీసుకునే ఆహారంలో మార్పులు చేయాలి. కాలనుగుణంగా వచ్చే ఆహారాలు మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. అనేక దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదాన్నితగ్గిస్తాయి. అధ్యయనాల ప్రకారం, కరిగే ఫైబర్ తక్కువ సాంద్రత కలిగిన లిపోప్రొటీన్ (%ూణూ%) కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మొక్కల ఆధారిత ఆహారాలు లేదా కూరగాయలలో సంతృప్త కొవ్వు తక్కువగా ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ ఉండదు. కరిగే ఫైబర్ కొలెస్ట్రాల్ శోషణను నెమ్మదిస్తుంది. అంతేకాదు కాలేయం ఉత్పత్తి చేసే కొలెస్ట్రాల్ మొత్తాన్ని తగ్గిస్తుంది.

న్యూట్రిషనిస్టు ప్రీతి త్యాగి మాట్లాడుతూ శరీరంలో అధిక కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడే 8 కాలానుగుణ కూరగాయాలను సూచించారు.

1. **బచ్చలికూర:** మనం తీసుకునే ఆహారంలో ఆకుకూరలు ఉండేలా చూసుకోవాలి. బచ్చలికూర కాలానుగుణ కూరగాయ.ఇందులో విటమిన్లు, ఖనిజాలు శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. చురుకైన జీవనశైలిని అనుసరించాలనుకుంటే బచ్చలికూర నిజంగా అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాలన్?ను తగ్గిస్తుందని అనేక అధ్యయనాల్లో నిరూపించబడింది.

2. **బ్రోకలీ:** బ్రోకలీలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే విటమిన్ సి, కాల్షియం గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులో ఉండే పీచుపదార్థం శరీరాన్ని అంటుపెట్టుకుని ఉన్నచెడు కొలెస్ట్రాల్?ను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది.

3. **క్యారెట్లు:** ఇందులో పీచుపదార్థం, బీటాకొరోటిన్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో LDL యొక్క ఆక్సీకరణను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది గొప్ప గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. అలాగే రక్త శుద్ధిలో సహాయపడుతుంది.

4. **బీట్ రూట్స్** : దుంపలు, మూల కూరల్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. కరిగే, కరగని రెండూ రకాల ఫైబర్ ఇందులో ఉంటుంది. ఇది రక్త నాళాలను విస్తరించడంతోపాటు శరీరంలోని రక్తపోటు స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడే నైట్రేట్ల యొక్క గొప్ప మూలం. ఇది శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

5. **ఆస్పరాగస్:** ఆస్పరాగస్, పైన పేర్కొన్న కూరగాయల మాదిరిగానే అవసరమైన విటమిన్లు, ఖనిజాల యొక్క గొప్ప మూలం. ముఖ్యంగా ఇందులో ఫోలేట్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తొలగిస్తుంది, శరీరంలో రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన గుండెను ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడుతుంది.

6. **క్యాబేజీ:** క్యాబేజీలో పీచు పదార్థం ఎక్కువగా ఉంటుంది. యాంటీఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలతో నిండి ఉంటుంది. ఇది గుండె జబ్బుల నుండి నివారణకు సహాయపడుతుంది. ఇందులో ఉండే విటమిన్ సి చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తొలగించడంలో మాత్రమే కాకుండా శరీరంలోని రక్తపోటు స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది.

7. **బ్రస్సెల్స్ మొలకలు:** క్రూసిఫరస్ కూరగాయల కుటుంబం నుండి వచ్చిన బ్రస్సెల్ మొలకలు మన కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచి చేస్తుంది.

8. **కాకరకాయ:** కాకరకాయ రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడంలో మెరుగ్గా పనిచేస్తుంది. గుండె పనితీరును ప్రోత్సహించడంలోనూ సహాయపడుతుంది. ఇది శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్, చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. శరీరాన్ని నిర్విషీకరణ చేయడానికి ప్రతిరోజూ కాకరకాయ రసం తీసుకున్నట్లయితే అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది.

సిసి పనులు తనిఖీ చేసిన పిఓ

పార్వతీపురం/గుమ్మలక్ష్మీపురం/కురుపాం, (విశాఖ సమాచారమ్): గుమ్మలక్ష్మీపురం మండలంలో సిసి రహదారులు, కాలువలు, వరద నివారణ కరకట్టల పనులను ఐటిడిఎ ప్రాజెక్టు అధికారి సి. విష్ణు చరణ్ మంగళ వారం తనిఖీ చేశారు. కురుపాం మండలం మంతినివలస, నేరేడు వలస గ్రామాలు, గుమ్మలక్ష్మీపురం మండలం బాలేసు గూడ, కేసరి గూడ కొండ శిఖర గ్రామాలను సందర్శించారు. పనుల నాణ్యతలో రాజీ ఉండరాదని ఆయన పేర్కొన్నారు. అన్ని గిరిజన గ్రామాలకు రహదారుల నిర్మాణానికి అవసరమైన ప్రణాళికలు ఉండాలని ఆయన ఆదేశించారు.

జిసిసి గోడౌన్ పరిశీలన :

గిరిజన సహకార సంస్థ గిడ్డంగులు, ఎం.ఎల్.ఎస్ పాయింట్లు, గ్యాస్ గోడౌన్, జీసిసి పెట్రోల్ బంక్ లను ప్రాజెక్టు అధికారి తనిఖీ చేశారు. వాటి నిర్వహణపై వివరాలు తెలుసుకున్నారు. నిర్వహణ పట్ల సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. గిరిజనులకు మేలు జరగాలని ఆయన పేర్కొన్నారు. అటవీ ఫలసాయం కొనుగోలు పరిస్థితులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. గిరిజనులకు లాభదాయకత ఉండాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గిరిజన సహకార సంస్థ డివిజనల్ మేనేజర్ వి. మహేంద్ర కుమార్, గిరిజన సంక్షేమ శాఖ డిఇ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భారతదేశాని కి మరియు గుయాన కు మధ్య వాయు సేవల ఒప్పందాని కి ఆమోదం తెలిపినమంత్రిమండలి

భారతదేశ ప్రభుత్వాని కి మరియు గుయాన సహకార గణతంత్ర ప్రభుత్వాని కి మధ్య వాయు సేవల ఒప్పందం పై సంతకాలు చేసేందుకు గౌరవనీయులు ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ అధ్యక్షత న సమావేశమైన కేంద్ర మంత్రివర్గం ఆమోదాన్ని తెలియ జేసింది. ఈ ఒప్పందం లో చేరేందుకు గాను అవసరమైన అంతరంగిక ప్రక్రియ ను పూర్తి చేసినట్లు గా ప్రతి ఒక్క పక్షం రూఢి చేస్తూ తత్సంబంధి దౌత్య పత్రాల ను ఇచ్చిపుచ్చుకొన్న అనంతర కాలం లో వాయు సేవల ఒప్పందం అమలు లోకి వస్తుంది.

గుయాన లో భారతదేశాని కి చెందిన వారు చెప్పుకోదగిన సంఖ్యల లో ఉన్నారు. మరి 2012 వ సంవత్సర జన గణన ప్రకారం జనాభా లో దాదాపు గా 40 శాతం లెక్క కు వచ్చేటటువంటి అతి పెద్ద నిర్దిష్ట జాతీయ సమూహం గా కూడాను వారు ఉన్నారు. గుయాన తో వాయు సేవ ల ఒప్పందం పై సంతకాలు చేయడం వల్ల రెండు దేశాల మధ్య వాయు మార్గ సేవల ఏర్పాటు కు ఒక రూపు రేఖ సిద్ధం కాగలదు. విమాన యానం బజారు అంతకంత కు పెరుగుతూ ఉండడం, భారతదేశం లో విమాన యాన రంగం లో సంస్కరణల ను చేపట్టిన తరువాత, అంతర్జాతీయ వాయు సంధానం కోసం మార్గాన్ని సుగమం చేయడానికని అనేక దేశాల తో వాయు సేవ ల సంబంధి ఒప్పందం పై సంతకాలు చేయడం జరిగింది. ఎయర్ సర్వీసెస్ అగ్రిమెంట్ (ఎఎస్ఎ) ఇరు దేశాల మధ్య వాయు మార్గ కార్యకలాపాల కోసం ఒక చట్టపరమైన నియమావళి రంగాన్ని సిద్ధం చేస్తుంది. ఇది దేశాల సార్వభౌమత్వం, విమాన యాన సంస్థ ల జాతీయత మరియు ప్రతి ఒక్క పక్షాని కి చెందిన నిర్దిష్ట ఎయర్ లైన్స్ కు వాణిజ్య అవకాశాల ఆదాన ప్రదానం సంబంధి సిద్ధాంతాల పైన ఆధారపడుతుంది. వర్తమానం లో భారతదేశ ప్రభుత్వాని కి మరియు గుయాన సహకార గణతంత్ర ప్రభుత్వాని కి మధ్య ఎటువంటి ఎయర్ సర్వీసెస్ అగ్రిమెంట్ (ఎఎస్ఎ) అనేది లేదు.

భారతదేశం, గుయాన లు కన్ వెన్శన్ ఆన్ ఇంటర్ నేశనల్ సివిల్ ఏవియేశన్ (చికాగో కన్ వెన్శన్) యొక్క సంతకం దారు దేశాలు గా ఉన్నాయి. భారతదేశ గణతంత్ర ప్రభుత్వం మరియు గుయాన సహకార గణతంత్ర ప్రభుత్వం ల ప్రతినిధి వర్గాలు ఐసిఎఒ ఎయర్ సర్వీసెస్ సంప్రదింపుల కార్యక్రమం జరిగిన కాలం లో అంటే 2016 వ సంవత్సరం లో డిసెంబర్ 6 వ తేదీ నాడు బహామస్ లోని నసావు లో కలుసుకొన్నాయి ఆ సందర్భం లో భారతదేశాని కి, గుయానా కి మధ్య 06 2016 వ సంవత్సరం డిసెంబర్ 06 న జరిగిన అవగాహన పూర్వక ఒప్పందం ప్రకారం రెండు దేశాల మధ్య నిర్ధారిత వాయు సేవల కై ఎఎస్ఎ యొక్క ప్రచురిత దస్తావేజు లను దాఖలు చేశాయి.

భారతదేశాని కి మరియు గుయాన సహకార గణతంత్రాని కి మధ్య క్రొత్త వాయు సేవల ఒప్పందం ఇరు పక్షాల విమాన రవాణాదారు సంస్థల కు వాణిజ్య పరమైన అవకాశాల ను అందిస్తూనే, అంతరాయాని కి తావు ఉండనటువంటి సంధానాని కి అనువైన వాతావరణాన్ని కల్పించగలదు.

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల నామినేషన్ కు తరలి వెళ్లిన వైసీపీ వైసిపి నాయకులు

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల శాసన మండలి అభ్యర్థి గా సీతంరాజు సుధాకర్ విశాఖపట్నం కలెక్టరేట్ కార్యాలయం లో నామినేషన్ వేశారు. ఈ సందర్భంగా సంపత్ వినాయక టెంపుల్ నుంచి కలెక్టర్ కార్యాలయం వరకు 12వ వార్డు వైసిపి అధ్యక్షులు కన్నేటి సుబ్బారెడ్డి, స్థానిక వైసీపీ నాయకులు ర్యాలీ లో పాల్గొన్నారు.

నామినేషన్ దాఖలు చేసిన తెలుగుదేశం ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి చిరంజీవి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వచ్చే నెలలో జరుగనున్న ఎమ్మెల్సీ పట్టభద్రులు ఎన్నికల నామినేషన్ లో భాగంగా బుధవారం తెలుగుదేశం పార్టీ ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి వేపాడ చిరంజీవి విశాఖపట్నం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. అంతకుముందు పట్టణంలోని తెలుగుదేశం పార్టీ ప్రధాన కార్యాలయం నుండి ఊరేగింపుగా జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయానికి తరలి వెళ్లారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయనతోపాటు తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కింజరపు అచ్చ నాయుడు, ఎమ్మెల్యే పెతకం శెట్టి గణబాబు, జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షుడు పల్లా శ్రీనివాసరావు, అనకాపల్లి జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షుడు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బ్రహ్మకుమారిస్ పద్ధతులతో మానసిక ప్రశాంతత చేకూరుతోంది

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని శ్రీ కన్యకా పరమేశ్వరి దేవస్థానం సంఘం శ్రీ ఉప్పల చంద్రశేఖర రావు కళ్యాణ మండపం లో జరిగిన ఓం శాంతి ఓం ఆత్మీయ పరివార రజతోత్సవము, 40 వసంతాల వేడుక కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న అనకాపల్లి పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ సత్యవతమ్మ ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ సత్యవతి మాట్లాడుతూ ప్రతి మానవుడు ఒత్తిడికి లోనవుతున్నారని ఒత్తిడిని దరిచేయకుండా ఉండాలి అంటే ఇటువంటి బ్రహ్మకుమారిస్ పద్ధతులను పాటిస్తూ మనశ్శాంతిని పొందాలని బ్రహ్మకుమారిస్ పద్ధతుల వలన మన జీవనశైలిలో ఎంతో మార్పు వస్తుందని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాజయోగి బికే రాజు బాయిజీ రాజయోగిని బికే అన్నపూర్ణ రాజయోగిని బికే వేణి జంపా వారి వీధి బ్రహ్మకుమారిస్ వారు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీజేపీ-జనసేన-టీడీపీ పొత్తు.. చిన్నమ్మకు చుక్కలేనా?

ఏపీలో జనసేన - టీడీపీల పొత్తుపై ఎవరికీ ఎలాంటి అభ్యంతరం లేదు. అసలు ఈ రెండు పార్టీలూ కలిసి పోటీ చేయాలని కోరుకుంటున్నవారు.. కోరుకునే వారు కూడా ఎక్కువగానే కనిపిస్తున్నారు.

అయితే.. ఎటొచ్చీ.. ఎన్నికల సమయంలో జగన్ దూకుడు.. వైసీపీ హవాకు బ్రేకులు వేయాలంటే.. కేంద్రంలో బలంగా ఉన్న పార్టీ బీజేపీ మద్దతు అవసరమని చంద్రబాబు భావిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే ఆపార్టీ కోసం వెయిట్ చేస్తున్నారు.

ఇప్పటి వరకు ఉన్న అంచనాల మేరకు బీజేపీ ఎటూ తేల్చడం లేదు. వచ్చే ఎన్నికలకు కలిసి వస్తామని .. కానీ లేదు.. మా దారి మేం చూసుకుంటామని కానీ చెప్పడం లేదు. ఇంకా టైం ఉంది.. అప్పుడే ఎందుకు .. సమయం వచ్చాక మేమే చెబుతాం.. అన్నట్టుగా బీజేపీ పెద్దలు వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు. దీంతో బీజేపీతో పొత్తు విషయం ఇంకా సందిగ్ధంలోనే ఉంది. ఇదిలావుంటే.. పొత్తుల విషయం లో కేంద్రంలో చక్రం తిప్పుతున్న కీలక నేత చిన్నమ్మ.. పురందేశ్వరి.

ఆమెకు మాత్రం బీజేపీ-టీడీపీతో పొత్తుకు రెడీ కావడం ఇష్టం లేదని అంటున్నారు. ఎందుకంటే.. ఇదే జరిగితే.. తన సీటుకు ఎక్కడ ఎసరు వస్తుందో.. అనే భయం ఆమెను వెంటాడుతోంది. దీంతో చిన్నమ్మ ఈ విషయంలో సైలెంట్ గా ఉంటున్నారు.

మరి ఆమెకు వచ్చిన ఇబ్బందేంటి? అంటే.. విశాఖపట్నం నుంచి పోటీ చేసి 2009లో ఎంపీగా గెలిచిన చిన్నమ్మ.. గతంలో 2014లో బీజేపీతో టీడీపీపొత్తు కారణంగా ఈ టికెట్ను కోల్పోయారు.

ఆమెకు అసలు పరిచయమే లేని కడప నియోజకవర్గాన్ని ఇచ్చారు. అక్కడ పోటీ చేసి ఓడిపోయారు. ఇక 2019లో బీజేపీ ఒంటరిగా పోటీ చేయడంతో ఆమె మరోసారి వైజాగ్ నుంచి పోటీ చేసి విజయం కోసం ప్రయత్నించారు. కకానీ ఓడిపోయారు. అయితే.. వచ్చే ఎన్నికల్లో కనీసం జనసేన అండతో బీజేపీ తరఫున పోటీ చేసి విజయందక్కించుకునేందుకు చిన్నమ్మ ప్రయత్నిస్తున్నారని తెలుస్తోంది.

అయితే.. టీడీపీ-జనసేన లతో బీజేపీ కలిస్తే.. ఈ టికెట్ను టీడీపీ తీసుకుని.. బాలయ్య రెండో అల్లుడు భరత్కు ఇచ్చే అవకాశం ఉంది. దీంతో చిన్నమ్మకు మరోసారి టికెట్ గండం ఖాయమని అందుకే పొత్తుపై చిన్నమ్మవిముఖతగా ఉన్నారని సమాచారం.

ఏపీయూడబ్ల్యూజే స్టిక్కర్లను ఆవిష్కరించిన ఎస్పీ గౌతమిశాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏపీయూడబ్ల్యూజే సభ్యులుఅనకాపల్లి జిల్లా ఎస్పీ గౌతమ్ శాలిని కలిసి ఆంధ్రప్రదేశ్ యూనియన్ ఆఫ్ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్ డైరీ ని బుధవారం,.ఎస్పీ గౌతమి శాలికి అందజేశారు. అనంతరం ఆమె చేతుల మీదగా బైక్ స్టిక్కర్లను విడుదల చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీయూడబ్ల్యూజే జిల్లా అధ్యక్షుడు స్వామి, రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు రాంబాబు, ఏపీ ఈఎంజేఏ రాష్ట్ర కార్యదర్శి కిషోర్, ఏపీ ఈఎం జె ఏ జిల్లా అధ్యక్షుడు జగదీష్, అనకాపల్లి ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు శేఖర్, మోహన్ బాబు, ఏడి బాబు, రామారావు లు పాల్గొన్నారు.

డిసిసిబి రిటైర్డ్ ఉద్యోగులకు న్యాయం చేయాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్నం జిల్లా కేంద్ర సహకార బ్యాంకులో పిఎసిఎస్ కార్యదర్శిగా పనిచేసి 9:1 ప్రకారం పదోన్నత పొంది జిల్లా కేంద్ర సహకార బ్యాంకు ఉద్యోగులుగా నియమింపబడి మేనేజర్ల కు అసిస్టెంట్ మేనేజర్ లకు స్టాఫ్ అసిస్టెంటుగారిటైర్ అయిన 45 మంది ఉద్యోగులకు పిఎసిఎస్ సర్వీస్ తీసుకొని 20 మాసాల గ్రాడ్యుటిని ఇవ్వాలని జిల్లా కేంద్ర సహకార బ్యాంకు అధ్యక్షులు చింతకాయల అనితా సన్యాసి పాత్రుడు గారికి రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు తమకు న్యాయం చేయాలని నర్సీపట్నంలో చైర్మన్ నివాసానికి వెళ్లివిన్నవించుకున్నారు.

సమస్యలన్నీ సానుకూలంగా విని రిటైర్డ్ఉద్యోగులకు న్యాయం చేస్తానని బ్యాంకు చైర్మన్ చింతకాయల అనిత తెలిపారు.

బ్యాంకు రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు విల్లూరి పైడారావు ఎంవి రమణ. ఎస్ రమణ, సుర్ల నరసింహమూర్తి వి నాగేశ్వరరావు ఆర్ నాగేశ్వరరావు సుబ్రహ్మణ్యం కాశీపతి తదితరులు చైర్మన్ నీ కలిసిన వారిలో ఉన్నారు

బ్యాంకు సీఈఓ గారిని కూడా కలిసి తమ విజ్ఞప్తి పత్రాలు ఇస్తామని రిటైర్డ్ సిబ్బంది తెలియపరిచారు.

గృహ నిర్మాణాలు వేగవంతం చేయాలి

పార్వతీపురం/ సీతానగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): గృహ నిర్మాణాలు వేగవంతం చేయాలని రాష్ట్ర గృహ నిర్మాణ సంస్థ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ లక్ష్మీశా అన్నారు. జిల్లాలో గృహ నిర్మాణాల ప్రగతిని పరిశీలించుటకు బుధవారం పర్యటించిన మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ సీతానగరం మండలం కాసాపేటలో ఇళ్ల నిర్మాణంను తనిఖీ చేశారు. ప్రారంభంకాని ఇళ్ల నిర్మాణం పనులను వెంటనే ప్రారంభించాలని ఆయన ఆదేశించారు. పునాదుల స్థాయి, లింటల్ స్థాయి, రూఫ్ స్థాయిలో ఉన్న గృహాల నిర్మాణంలో ప్రతి వారం పురోగతి సాధించాలని ఆయన సూచించారు. విద్యుత్ స్తంభాలు వేసినప్పటికీ, విద్యుత్ కనెక్షన్ లేదని లబ్ధిదారులు తెలియజేయగా వెంటనే విద్యుత్ అధికారులతో మాట్లాడి విద్యుత్ సరఫరా ఏర్పాటు చేయాలని ఆయన ఆదేశించారు.

గృహ నిర్మాణ సంస్థ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ పి. రఘురాం మాట్లాడుతూ 8 గృహాలు పూర్తి అయ్యాయని, 26 గృహాలకు స్లాబ్ వేయాలని వివరించారు. మొత్తం 59 గృహాలు నిర్మాణం జరుగుతోందని ఆయన చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో గృహ నిర్మాణ సంస్థ డిఇ ప్రసాద్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉద్ధవ్ థాకరేకు సుప్రీంకోర్టు షాక్

న్యూఢిల్లీ: ఉద్ధవ్ థాకరే కు సుప్రీంకోర్టు షాకిచ్చింది. ఏక్‌నాథ్ శిండే వర్గానిదే అసలు శివసేన పార్టీ అని, 'విల్లు, బాణం' గుర్తు కూడా శిండే వర్గానిదేనని ఎన్నికల సంఘం నిర్ణయించడాన్ని ఉద్ధవ్ సుప్రీంకోర్టులో సవాలు చేశారు. ఈసీ నిర్ణయంపై స్టే విధించాలని కోరారు. అయితే ఈసీ నిర్ణయంపై స్టే విధించేందుకు సుప్రీం నిరాకరించింది. దీంతో ఉద్ధవ్ థాకరే వర్గం బిత్తరపోయింది. మరోవైపు ఈసీ నోటిఫికేషన్‌పై సుప్రీంకోర్టు శిండే వర్గానికి, ఈసీకి నోటీసులు జారీ చేసింది. రెండువారాల్లోగా జవాబివ్వాలని ఆదేశించింది. మరో వారం రోజుల్లోగా రిజాయిండర్ దాఖలు చేయాలని కూడా ఆదేశించింది. ఉద్ధవ్ వర్గం ఉద్ధవ్ బాలాసాహెబ్ థాకరే పార్టీ పేరును, కాగడా గుర్తును కూడా కొనసాగించవచ్చని స్పష్టం చేసింది.కేంద్ర ఎన్నికల కమిషన్ ఇటీవలే మహారాష్ట్ర సీఎం ఏక్‌నాథ్ శిండే వర్గానిదే అసలైన శివసేన అని ప్రకటించింది. అంతేకాదు.. 1966లో శివసేన ఆవిర్భవించినప్పటి నుంచి కొనసాగుతున్న ఆ పార్టీ ఎన్నికల గుర్తు 'విల్లు-బాణం' కూడా శిండే వర్గానిదేనని స్పష్టం చేసింది. ఈ మేరకే ఈసీఐ త్రిసభ్య కమిషన్ శుక్రవారం 78 పేజీల ఆదేశాలు విడుదల చేసింది. గత ఏడాది జూన్‌లో ఉద్ధవ్ ఠాక్రే నేతృత్వంలోని మహా వికాస్ అఘాఢీ(ఎంవీఏ) ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా శిండే తిరుగుబాటు బావుటా ఎగురవేసింది. అ తర్వాత.. ఉద్ధవ్, శిండే వర్గాల మధ్య శివసేన పేరు, పార్టీ వ్యవస్థాపకుడు బాలాసాహెబ్ ఠాక్రే పేరును వాడుకోవడం, పార్టీ గుర్తు విషయంలో ఆదిపత్య పోరు మొదలైంది. ఆర్నెల్ల క్రితం తమ వర్గాన్నే అసలైన శివసేనగా గుర్తించాలని, పార్టీ గుర్తు 'విల్లు-బాణం' తమకే కేటాయించాలని కోరుతూ ఉద్ధవ్ ఠాక్రే ఈసీఐకి విజ్ఞప్తి చేశారు. దీనిపై ఈసీఐ త్రిసభ్య కమిషన్ ఏర్పాటైంది. ఉద్ధవ్, శిండే వర్గాల వాదోపవాదాలు, ఇతర ఆధారాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని తుది ఆదేశాలను జారీ చేసింది. శిండే వర్గానిదే అసలైన శివసేన అని ఆ ఆదేశాల్లో ప్రకటించింది. ఆర్నెల్ల క్రితం కమిషన్ ఏర్పాటవ్వగానే.. శివసేన పార్టీ పేరు, గుర్తును ఈసీఐ ఫ్రీజ్ చేసింది. ఉప ఎన్నికల నేపథ్యంలో ఉద్ధవ్ వర్గానికి శివసేన(ఉద్ధవ్ బాలాసాహెబ్ ఠాక్రే) పార్టీ పేరును, వెలుగుతున్న కాగడాను ఎన్నికల గుర్తుగా కేటాయించింది. శిండే వర్గానికి 'బాలాసాహెబ్ అంచి శివసేన' పేరును, రెండు కత్తులతో ఉన్న డాలు గుర్తును కేటాయించింది. శుక్రవారం నాటి ఆదేశాల నేపథ్యంలో ఉద్ధవ్ వర్గానికి ఈ నెల 27న జరగనున్న ఉప ఎన్నికల వరకు ఆర్నెల్ల క్రితం కేటాయించిన పార్టీ పేరు, గుర్తులు కొనసాగుతాయని త్రిసభ్య కమిషన్ స్పష్టం చేసింది. శిండే వర్గానికి కేటాయించిన పార్టీ పేరు, గుర్తు తక్షణం రద్దవుతాయని, ఇకపై శివసేన పేరును, విల్లు-బాణం గుర్తును ఉపయోగించుకోవొచ్చని పేర్కొంది. "ఉద్ధవ్ వర్గం ఈ పిటిషన్ దాఖలు చేసినప్పుడు.. 2018 నాటి పార్టీ రాజ్యాంగ సవరణను ఉటంకించింది. 1999 నాటి శివసేన పార్టీ రాజ్యాంగమే ఈసీఐ రికార్డుల్లో ఉంది. అందుకే.. ఉద్ధవ్ వర్గం లేవనెత్తుతున్న 2018 పార్టీ రాజ్యాంగాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకోలేం" అని కమిషన్ తన ఆదేశాల్లో తేల్చిచెప్పింది. శివసేన తరపున ఎన్నికైన ఎమ్మెల్యేల సంఖ్యాబలంలో 76 శాతం మంది శిండే వర్గంలో ఉన్నారని, ఉద్ధవ్ వైపు 23.5 శాతం మందే ఉన్నట్లు వెల్లడించింది. ఈ నేపథ్యంలో శిందేవర్గానిదే అసలైన శివసేన అని గుర్తిస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. ఈసీఐ నిర్ణయాన్ని మహారాష్ట్ర సీఎం ఏక్‌నాథ్ శిండే స్వాగతించగా ఎన్నికల కమిషన్ నిర్ణయం ప్రజాస్వామ్యం పాలిట ప్రమాదకరమని ఉద్ధవ్ విమర్శించారు. సుప్రీంకోర్టులో సవాలు చేశారు. బుధవారం ఉద్ధవ్ పిటిషన్‌పై విచారణ జరగనుంది.

మరోవైపు పార్లమెంటు హౌస్‌లోని శివసేన కార్యాలయాన్ని ఏక్‌నాథ్ షిండే వర్గానికి కేటాయించారు. ఈ మేరకు లోక్‌సభ సెక్రటేరియట్ ఒక అధికారిక ప్రకటనను షేర్ చేసింది. ఆ ప్రకారం లోక్‌సభలోని 128వ నెంబర్ గదిని ఏక్‌నాథ్ షిండే క్యాంప్‌కు కేటాయించారు. మహారాష్ట్ర లెజిస్లేటివ్ బిల్డింగ్‌లోని పార్టీ కార్యాలయాన్ని షిండే వర్గం తమ అధీనంలోకి తీసుకున్న మరుసటి రోజే ఈ తాజా పరిణామం చోటుచేసుకుంది. లెజిస్లేటివ్ బిల్డింగ్‌లోని పార్టీ కార్యాలయం ఇప్పటికి వరకూ శివసేన అధ్యక్షుడు ఉద్ధవ్ థాకరే చేతిలో ఉండేది.

వైయస్ జగన్ పాలనలోనే సామాజిక న్యాయం

శ్రీకాకుళం, (విశాఖ సమాచారమ్): దేశంలోనే ఎక్కడా లేని విధంగా బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనారిటీలకు పరిపాలనలో పెద్ద ఎత్తున భాగస్వామ్యం కల్పించిన ఘనత సీఎం వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డికే దక్కుతుందని మాజీ డిప్యూటీ సీఎం, జిల్లా పార్టీ అధ్యక్షులు ధర్మాన కృష్ణదాస్ అన్నారు. ఎమ్మెల్సీగా నర్తు రామారావు నామినేషన్ వేస్తున్న సందర్భంగా జిల్లా పార్టీ కార్యాలయంలో బుధవారం ఉదయం ఆయన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడారు. శాసన మండలిలో బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనారిటీలకు సంబంధించి జగన్ కల్పిస్తున్న ప్రాధాన్యత ఆయా వర్గాల అభివృద్ధి పట్ల ఉన్న చిత్తశుద్ధిని, దూరదృష్టిని తెలియచేస్తోందనీ వివరించారు. ఉమ్మడి శ్రీకాకుళం జిల్లా నుంచి యాదవ సామాజిక వర్గానికి చెందిన నర్తు రామారావుకు ఎమ్మెల్సీ పదవిని అంతకు ముందు చేసిన వాగ్దానం ప్రకారం ఇవ్వడం చరిత్రలో నిలిచిపోతుందన్నారు.

జిల్లాలో యాదవ సామాజిక వర్గం నాలుగవ పెద్ద సామాజిక వర్గమని వారి ప్రతినిధిగా జిల్లా నుంచి చట్టసభల్లో ప్రాధాన్యత దక్కడం పెద్ద గౌరవమని పేర్కొన్నారు. తదుపరి అవకాశం కళింగ వైశ్యులకు దక్కుతుందని, అలాగే అన్ని కులాలకు సరైన సమయంలో సరైన అవకాశం లభిస్తుందని కృష్ణదాస్ చెప్పారు. విలేకరుల సమావేశంలో ఎమ్మెల్సీ పాలవలస విక్రాంత్, రాజాం ఎమ్మెల్యే కంబాల జోగులు, కళింగ కోమటి కార్పొరేషన్ చైర్మన్ అందవరపు సూరిబాబు, డిసిసిబి చైర్మన్ కరిమి రాజేశ్వరరావు, చిరంజీవి నాగ్, ఎంపీపీ వాన గోపి, చింతు రామారావు, అంబటి శ్రీనివాసరావు, పాల వసంత రెడ్డి, రాజాపు అప్పన్న తదితరులు ఉన్నారు.

సరికొత్త ఆవిష్కరణలు దిశగా అడుగులు వేయాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): మన రోజువారీ జీవితంలో ఎదురయ్యే సమస్యలను గుర్తించి.. వాటికి పరిష్కారాలను చూపే సరికొత్త ఆవిష్కరణలు దిశగా ముందడుగు వేయాలని కాకినాడ జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా విద్యార్థులకు సూచించారు. బుధవారం కాకినాడ, ఏఎంజీ ఇంగ్లిష్ మీడియం స్కూల్లో జిల్లాస్థాయి విద్యా వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనను కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా.. విద్యాశాఖ అధికారులతో కలిసి ప్రారంభించారు. తొలుత కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించగా.. డీఈవో కేఎన్‌వీఎస్ అన్నపూర్ణ సైన్స్ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. అనంతరం సైన్స్ ఎగ్జిబిషన్ స్టాళ్లను ప్రారంభించి.. విద్యార్థులు రూపొందించిన ప్రాజెక్టులను కలెక్టర్ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా మాట్లాడుతూ ఏపీజే అబ్దుల్ కలాం, సీవీ రామన్ వంటి గొప్ప శాస్త్రవేత్తలు మన దేశానికి మంచి పేరు తెచ్చారని.. వారిని విద్యార్థులు ఆదర్శంగా తీసుకోవాలన్నారు. మూడు, నాలుగో తరగతుల నుంచే విద్యార్థులు సైన్స్‌పై ఆసక్తి పెంచుకునేలా ఉపాధ్యాయులు ప్రోత్సహించాలన్నారు. సమస్యలను గుర్తించి, వాటి పరిష్కార మార్గాలను అన్వేషించేందుకు మేధోమథనం చేసేలా చూడాలన్నారు. అటల్ టింకరింగ్ ల్యాబ్స్‌లో ప్రయోగాలకు అవసరమైన ఉపకరణాలు అందుబాటులో ఉన్నాయని.. 3డీ ప్రింటర్స్, 3డీ స్కానర్లు వంటివి ఉన్నట్లు తెలిపారు. పాఠశాలల ప్రయోగశాలలను విద్యార్థులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. ప్రస్తుతం జిల్లాస్థాయి సైన్స్ ఎగ్జిబిషన్‌లో లేజర్ సెక్యూరిటీ సిస్టమ్, రోబోటిక్ వాక్యూమ్ క్లీనర్, హైడ్రాలిక్ వంతెన వంటి ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానానికి సంబంధించిన ప్రాజెక్టులను విద్యార్థులు ప్రదర్శించినట్లు తెలిపారు. ఈ ప్రాజెక్టులను మరింత అభివృద్ధి చేసేందుకు ప్రత్యేకంగా ఇంజనీరింగ్ బృందాన్ని ఎగ్జిబిషన్‌కు పంపనున్నట్లు వెల్లడించారు. నేడు పర్యావరణం పరంగా వివిధ సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయని.. వీటి పరిష్కారాలపై దృష్టిసారించేలా సైన్స్ ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థులకు మార్గనిర్దేశనం చేయాలన్నారు. అంతరిక్ష రంగానికి సంబంధించి ఉప గ్రహాలు, వాహక నౌకలు తదితర అంశాలపైనా విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించి.. ఆ దిశగా ప్రాజెక్టులు రూపొందించేలా ప్రోత్సహించాలన్నారు. జిల్లాస్థాయి సైన్స్ ఎగ్జిబిషన్‌లో ఉత్తమ ప్రాజెక్టులుగా ఎంపికైనవి.. రాష్ట్రస్థాయికి పంపనున్నట్లు కలెక్టర్ వెల్లడించారు. ఈ విద్యా వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనలో భాగస్వాములైన విద్యార్థులు, గైడ్ టీచర్లకు అభినందనలు తెలియజేస్తున్నట్లు కలెక్టర్ కృతికాశుక్లా తెలిపారు. ప్రజలు, వివిధ పాఠశాలల ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు ఈ ప్రదర్శనను తిలకించి విద్యార్థులను ప్రోత్సహించాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సైన్స్ అధికారి ఎం.శ్రీనివాస్ వినీల్, డిప్యూటీ ఎడ్యుకేషన్ ఆఫీసర్లు డి.సుభద్ర, ఆర్‌జే డేనియల్ రాజు, ఏఎంజీ స్కూల్ కరస్పాండెంట్ రెనే వేదమ్ కె.మొహంతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కె.కె రాజు ఆధ్వర్యంలో సీతంరాజు సుధాకర్ నామినేషన్ కార్యక్రమానికి భారీగా తరలివెళ్లిన ఉత్తర నియోజకవర్గ శ్రేణులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మార్చి13న జరనున్న ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో వై.యస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున పోటీ చేయుచున్న సీతంరాజు సుధాకర్ బుధవారం జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నామినేషన్ దాఖలు చేశారు.ఈ కార్యక్రమానికి విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గం నుండి విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త,రాష్ట్ర నెడ్ క్యాప్ చైర్మన్ కె.కె రాజు ఆధ్వర్యంలో ఉత్తర నియోజకవర్గ శ్రేణులు సత్యం జంక్షన్ నుండి కారులు,ఆటోలు,బైకులుపై భారీ ర్యాలీగా వెళ్ళారు.ముందుగా సత్యం జంక్షన్ నుండి సంపత్ వినాయక గుడి వరకు వెళ్లి అక్కడ స్వామివారిని దర్శించుకుని అనంతరం ఉత్తరాంధ్ర పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి లిశ్రీ సీతంరాజు సుధాకర్ గారిలి నామినేషన్ కార్యక్రమంలో విశాఖ,అనకాపల్లి,విజయనగరం జిల్లాల రీజనల్ కో-ఆర్డినేటర్,టిటిడి చైర్మన్ వైవి సుబ్బారెడ్డి, మాజీ మంత్రి వర్యులు ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు, జిల్లా పార్టీ అధ్యక్షులు పంచకర్ల రమేష్ బాబు, పార్లమెంట్ సభ్యులు,ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, వివిధ కార్పొరేషన్ చైర్మన్లు,ఇతర ప్రజాప్రతినిధులతో కలిసి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం వరకు భారీర్యాలీగా వెళ్లి నామినేషన్ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటి మేయర్ కటుమూరి సతీష్,ఫ్లోర్ లీడర్ బాణాల శ్రీనివాసరావు,డిప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్లు కంపా హనుక్,అల్లు శంకర రావు,స్టాండింగ్ కమిటీ మెంబర్ సారిపిల్లి గోవింద్,బర్కత్ అలి, కార్పొరేటర్లు కె.అనిల్ కుమార్ రాజు,సాడి పద్మారెడ్డి,ఆళ్ల లీలావతి & శ్రీనివాస్,పి.ఉషశ్రీ,కె.కామేశ్వరి,వి.ప్రసాద్,రెయ్యి వెంకట రమణ,చల్లా రజిని & ఈశ్వరవు,కె.వి.యన్ శశికళ, కో-అప్షన్ సభ్యులు సేనాపతి అప్పారావు,సీనియర్ నాయకులు దేముడు బాబు మాస్టర్,వార్డు అధ్యక్షులు గుజ్జు వెంకటరెడ్డి,పైడి రమణ,నీలి రవి,కె.పి రత్నాకర్,షేక్ జుబేర్,దుప్పలపూడి శ్రీనివాస్,మాజీ కార్పొరేటర్లు జి.వి రమణి,బాక్సర్ రాజు,బులుసు జగదీశ్,పోతు సత్యనారాయణ,సచివాలయం మండల కన్వీనర్లు కృష్ణారావు మాస్టర్, రాష్ట్ర డైరెక్టర్లు,అనుబంధ సంఘాల అధ్యక్షులు & సభ్యులు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, గృహ సారథులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విజ్ఞానంతోనే సమాజాభివృద్ధి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): సమాజాభివృద్ధి విజ్ఞానంతో మాత్రమే సాధ్యమవుతుందని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి తెలిపారు. ప్రాథమిక స్థాయి నుండి విద్యార్థులకు శాస్త్రీయ విజ్ఞానం అభివృద్ధి చెందేందుకు సైన్స్ ఎగ్జిబిషన్స్ ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటాయన్నారు. బుధవారం ఆయన స్థానిక జీవీఎంసీ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటుచేసిన జిల్లా స్థాయి సైన్స్ ఎగ్జిబిషన్ ను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థుల జ్ఞానానికి ప్రాథమిక, ఉన్నత పాఠశాలలు గట్టి పునాది వేయాలని పిలుపునిచ్చారు. విద్యార్థులలో వున్న విజ్ఞానం సృజనాత్మకత శాస్త్రీయ పరిజ్ఞానాలను వెలికి తీయడం ద్వారా భావి భారత శాస్త్రజ్ఞులను తయారు చేయాలన్నారు. జిల్లా స్థాయిలో ఏర్పాటు చేస్తున్నటువంటి శాస్త్రీయ ప్రదర్శనలు విద్యార్థులలో ఉత్సాహాన్ని ఇనుమడింప చేస్తాయన్నారు. ప్రదర్శనలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు వ్యవసాయం, పర్యావరణం, సౌర శక్తి, సేంద్రీయ ఎరువులు, ప్రకృతి వ్యవసాయం, భౌతిక, వైద్య, గణిత శాస్త్రాలకు సంబంధించిన విషయాలను అందరికీ సులభంగా అర్థమయ్యే రీతిలో ఆవిష్కరణలను ప్రదర్శించారని మెచ్చుకున్నారు. ఆయన ఎగ్జిబిషన్లో ప్రదర్శించిన అన్ని అంశాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. ఆయా అంశాలపై విద్యార్థులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ ప్రదర్శనలో జిల్లాలోని 89 పాఠశాలలకు చెందిన 120 ప్రాజెక్టులను విద్యార్థులు ప్రదర్శించారు. వివిధ రంగాలలో విద్యార్థులు ప్రదర్శించిన పరికరాలు, సూచనలు, విజ్ఞాన విషయాలు, ప్రకృతి పరిజ్ఞానం అందరినీ అబ్బురపరిచాయి. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్.ఐ.ఓ. సుజాత, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి ఎం. వెంకట లక్ష్మమ్మ, డిప్యూటీ డిఇఓ ప్రేమ కుమార్, ఎం.ఈ.ఓ. దివాకర్, జిల్లా లోని వివిధ ఉన్నత పాఠశాలల అధ్యాపకులు విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీ నినాదంతో దద్దరిల్లిన హాథ్ సే హాథ్ జోడో అభియాన్ యాత్ర!

డుంబ్రిగుడ, (విశాఖ సమాచారమ్): డుంబ్రి గుడా మండలం పోతంగి పంచాయతీ చంప పట్టి శిలం గొంది గ్రామంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నినాదాలతో 9వ రోజు హాథ్ సే హాథ్ జోడో అభియాన్ లిఆంధ్రప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి గిరిజన విభాగ రాష్ట్ర చైర్మన్ శ్రీమతి పాచిపెంట శాంతకుమారిలి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించడం జరిగింది. ఆమెని అపూర్వ గౌరవంతో గ్రామ మహిళలు ప్రజలు ఘన స్వాగతం పలికారు.

గిరిజన ప్రాంతం అభివృద్ధికి మైళ్ల దూరంలో నిత్యం నెట్టి వేయబడుతుందని కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల నిరంకుశ ధోరణి గిరిజన ప్రజలకు శాపంగా మారుతుందని శాంత కుమారి పేర్కొన్నారు. డుంబ్రి గుడా మండలం పోతంగి పంచాయతీ చంప పట్టి శిలం గొంది గ్రామాలకు వెళ్లే మార్గంలో ఉన్న బ్రిడ్జి హుదూద్ తుఫాన్ కాలంలో కొట్టుకుపోయి సుమారు 7 సంవత్సరాలు కావస్తున్న నేటికీ దానిపై అధికారులు స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు పట్టించుకోకపోవడం చాలా దారుణం అని స్థానిక ఎమ్మెల్యే శిలాఫలకంతో చేతులు దులుపుకొని ఇచ్చిన మాట మర్చిపోయారని గ్రామస్తులు వాపోతున్నారని తక్షణమే ఉన్నతాధికారులు జిల్లా కలెక్టర్ ఐటీడీయే పీ.ఓ స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు స్పందించి నిర్మాణానికై నిధులు మంజూరు చేసి నిర్మాణం పూర్తి చేసే వరకు ప్రత్యేక చొరవ చూపించాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు.

బ్రిడ్జి కూలిపోవడంతో గ్రామస్థులకు రావాల్సిన ప్రభుత్వ సేవలకు పూర్తిగా అంతర్యం కలుగుతుందని అంబులెన్స్ రావాలన్న నిత్యవసర సరుకులు రేషన్ బండి రావాలన్న గర్భిణీ స్త్రీలకు హాస్పిటల్ కి తీసుకెళ్లలన్న అన్ని రకాలుగా ఒకే మార్గం అయిపోవడంతో వేరే దారి లేక ప్రజలు చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నారనీ ఇది అధికారులకు ఎన్నిసార్లు విన్నవించిన చూసి చూడనట్లు విని వినీ వినట్లు ఉంటున్నారని గ్రామాలలో అనేక సమస్యలతో ప్రజలు చాలా అవస్థలు పడుతున్నారని ఆమె అన్నారు. శిలం గొంది నుండి 2 కిలోమీటర్లు 150 మంది తో పాదయాత్ర చేయడం జరిగింది. గ్రామస్తులకు కాంగ్రెస్ పార్టీని బలపరచండి అని 2024 లో రాహుల్ గాంధీని ప్రధానమంత్రిగా గెలిపించుకుందాం అని ఆమె ఇంటింటికీ శ్రీ రాహుల్ గారి సందేశాన్ని కాంగ్రెస్ పార్టీ విధి విధానాలను వివరించడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో యూత్ కాంగ్రెస్ పార్లమెంట్ జిల్లా అధ్యక్షుడు మొస్య ప్రేమ్ కుమార్ అరకు వేలి మండల అధ్యక్షుడు బోయి మోహన్ రావు డుంబ్రిగూడ మండల ఉపాధ్యక్షుడు బాక సులోచన డుంబ్రిగూడ ప్రధాన కార్యదర్శి తడబారికి భీమారావు పిసిసి డెలిగేట్ మెంబర్ పాచిపెంట చిన్నస్వామి బ్లాక్ కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షుడు కొర్ర పోతురాజు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు తదితరులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర విభజనపై సుప్రీంలో విచారణ వాయిదా

న్యూఢిల్లీ ఫిబ్రవరి 22 (ఎక్స్ ప్రెస్ న్యూ స్)బీ: రాష్ట్ర విభజనపై సుప్రీంకోర్టు లో దాఖలైన పిటిషన్లపై విచారణ వాయిదా పడింది. రాష్ట్ర విభజనపై ఉండవల్లి అరుణ్ కుమార్ తెలంగాణ వికాస్ కేంద్ర సహా పలువురు దాఖలు చేసిన పిటిషన్లను ఈరోజు సుప్రీంకోర్టులో విచారణకు వచ్చింది. రాజ్యాంగ ధర్మాసనాలు కొన్ని ప్రత్యేక కేసులపై విచారణ చేపట్టిన నేపథ్యంలో సుప్రీం ఈ కేసును వాయిదా వేసింది. బుధ, గురువారాల్లో కేవలం నోటీసులు ఇచ్చిన పిటిషన్లపై, తుది విచారణలో ఉన్న పిటిషన్లపై మాత్రమే వాదనలకు తీసుకోవాలని ఉన్నతన్యాయస్థానం ఇటీవల ప్రత్యేక నిబంధన తీసుకువచ్చింది. సుప్రీంకోర్టు తాజా నిర్ణయం, రాజ్యాంగ ధర్మాసనాల కారణంగా ఈరోజు విచారణకు రావాల్సిన రాష్ట్ర విభజనపై దాఖలైన పిటిషన్లు వాయిదా పడ్డాయి.సుప్రీంకోర్టు తాజా సర్క్యులర్, రాజ్యాంగ ధర్మాసనం కేసు విచారణ నేపథ్యంలో రాష్ట్ర విభజన కేసుపై తేదీ నిర్ణయించాలని ఉండవల్లి తరపు న్యాయవాది అల్లంకి రమేష్ ప్రత్యేకంగా ప్రస్తావించారు. గతంలో విచారణకు వచ్చినప్పుడు ఈరోజు విచారిస్తామని త్రిసభ్య ధర్మాసనం చెప్పిన విషయం తెలిసిందే. రాష్ట్ర విభజన సహేతుకంగా జరగలేదని దీనివల్ల రెండు రాష్ట్రాల మధ్య అనేక సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయని ఉండవల్లి సహా పలువురు వ్యక్తులు పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్తులో రాష్ట్ర విభజన జరగాలంటే కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులు నియమ నిబంధనలు అవసరమని ఆ మేరకు కేంద్రానికి తగిన ఆదేశాలు ఇవ్వాలని పిటిషన్‌లో కోరారు. న్యాయవాది అల్లంకి రమేష్ విజ్ఞప్తితో పిటిషన్లపై విచారణను జస్టిస్ కెఎం జోసెఫ్, జస్టిస్ నాగరత్న, జస్టిస్ పార్దీవాల ధర్మాసనం ఏప్రిల్ 11కి వాయిదా వేసింది.

'పునాది దశలో' పిల్లల అభ్యాసాన్ని బలోపేతం చేయాలి

విజయవాడ, (పిఐబీ): జాతీయ విద్యా విధానం 2020 దేశానికి జాతీయ ప్రాధాన్యతగా 'పునాది దశలో' పిల్లల అభ్యాసాన్ని బలోపేతం చేయాలని సిఫార్సు చేసింది. పునాది దశలో పిల్లలందరికీ (3 నుండి 8 సంవత్సరాల మధ్య) 5 సంవత్సరాల అభ్యాస అవకాశాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో 3 సంవత్సరాల ప్రీ-స్కూల్ విద్య మరియు 2 సంవత్సరాల ప్రారంభ ప్రైమరీ గ్రేడ్-%×% మరియు గ్రేడ్-%××% ఉన్నాయి. ఈ విధానం ప్రీ-స్కూల్ నుండి గ్రేడ్- %××% వరకు పిల్లలకు అవాంతరాలు లేని అభ్యాసాన్ని మరియు అభివృద్ధిని ప్రోత్సహిస్తుంది. అంగన్‌వాడీలు లేదా ప్రభుత్వ/ప్రభుత్వ-సహాయం పొందిన, ప్రైవేట్ మరియు ఎన్‌జీఓ ఆధ్వర్యంలోనడిచే ప్రీస్కూల్ సెంటర్‌లలో చదువుతున్న పిల్లలందరికీ మూడు సంవత్సరాల నాణ్యమైన ప్రీస్కూల్ విద్యను అందించడం నిర్ధారించడం ద్వారా మాత్రమే ఇది సాధ్యమవుతుంది.

అంతేకాకుండా పునాది దశలో ఉన్న అతి ముఖ్యమైన అంశం వయస్సు మరియు అభివృద్ధికి తగిన పాఠ్యాంశాలు మరియు బోధనా విధానంలో ప్రత్యేకంగా శిక్షణ పొందిన అర్హతగల ఉపాధ్యాయుల లభ్యత కలిగి ఉండటం. ఫౌండేషన్ స్టేజ్ (ఎన్‌సిఎఫ్-ఎఫ్ఎస్) కోసం నేషనల్ కరికులం ఫ్రేమ్‌వర్క్ కూడా ఇటీవల 20.10.2022న ప్రారంభించబడింది.

ఈ దృక్పథాన్ని నెరవేర్చడానికి పాఠశాల విద్య %డ% అక్షరాస్యత శాఖ, విద్యా మంత్రిత్వ శాఖ డి.ఓ. లెటర్ 22-7/2021-ఈఈ.19/ఐఎస్.13 తేదీ 09.02.2023న అన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు మరియు కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల అడ్మినిస్ట్రేషన్‌లకు వారి వయస్సును పాలసీతో అడ్మిషన్ చేయడానికి మరియు గ్రేడ్-1కి అడ్మిషన్ అందించడానికి 6ం సంవత్సరాలు ఉండాలన్న ఆదేశాలను పునరుద్ఘాటించింది.

రాష్ట్రాలు తమ రాష్ట్రం మరియు యుటిలో రెండేళ్ల డిప్లొమా ఇన్ ప్రీస్కూల్ ఎడ్యుకేషన్ (డిపిఎస్ఈ) కోర్సు రూపకల్పన మరియు అమలు ప్రక్రియను ప్రారంభించాలని కూడా సూచించబడింది.

ఈ కోర్సును స్టేట్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఎడ్యుకేషనల్ రీసెర్చ్ అండ్ ట్రైనింగ్ (ఎస్‌సిఈఆర్‌టి) రూపొందించి ఎస్‌సిఈఆర్‌టిల పర్యవేక్షణ మరియు హోల్డ్‌లో డిస్ట్రిక్ట్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఎడ్యుకేషన్ & ట్రైనింగ్ (డైట్స్) ద్వారా అమలు చేయాలని భావిస్తున్నారు.

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : S.Veerabhadra Rao , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16,Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 7013118088, Simhachalam : Cell: 96660 15921, Paravaada : Cell: 77804 33919, Aarilova : Cell: 97050 51389, Cheedikaada : Cell: 97686 33999, Gaajuwaaka : Cell: 70139 78488