Visakha Samacharam
MINI FUNCTION HALL
100 Seating
Call : 93939 49345

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

విశాఖ సమాచారమ్

V A S BHASKAR
+91 9063233197
yas.bhaskar@yahoo.co.in
EPF
ESIC
LABOUR OFFICE
PSARA LICENCES
CLIENT AUDITS
SECURITY SERVICES
PAYROLL
SRIVASTASA ASSOCIATES

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 168 విశాఖపట్నం, 14 ఏప్రిల్ 2024 ఆదివారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

హిందూ ధర్మ పరిరక్షణే ధ్యేయంగా విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠాధిపతులు శ్రీ స్వరూపానందేంద్ర సరస్వతీ మహాస్వామి వారు, ఉత్తరాధికారి శ్రీ స్వాత్మానందేంద్ర సరస్వతీ స్వామివారు జూబ్లీహిల్స్‌లో ఉన్న టీటీడీ అధ్వర్యంలోని శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి ఆలయాన్ని శనివారం సందర్శించారు. ఆలయ ఈవో, అర్చకులు వేద మంత్రోచ్చ రణల మధ్య పూర్ణకుంభంతో సాంప్ర దాయబద్ధంగా స్వాగతం పలికారు. స్వామివారు ముందుగా ఆలయం చుట్టూ ప్రదక్షిణాలు చేసి తరువాత వేంకటేశ్వర స్వామివారి దర్శనం చేసుకున్నారు. అనంతరం స్వామివారి ప్రసాదాన్ని, శేష వస్త్రాన్ని పీఠాధిపతులు వారికి అందజేశారు. ఆలయానికి వచ్చిన భక్తులకు పీఠాధిపతులు వారు స్వయంగా ప్రసాద వితరణ చేశారు. అనంతరం పీఠాధిపతులు వారు జూబ్లీహిల్స్‌లోని పెద్దమ్మ తల్లి గుడికి వెళ్లారు. తెలంగాణ దేవాదాయ, ధర్మాదాయ శాఖ అధికారులు స్వామివారికి ఘన స్వాగతం

(మిగతా 2లో)

దేవాదాయ శాఖ ఉద్యోగులకు ఎన్నికల విధులు

దేవాదాయ శాఖ ఉద్యోగులకు ఎన్నికల విధులు అప్పగిస్తుండడంపై ఆంధ్రప్రదేశ్ బీజేపీ అధ్యక్షురాలు పురందేశ్వరి కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం, ఏపీ సీఈవోకు లేఖ రాశారు. దేవాదాయ శాఖ సిబ్బంది ఎప్పుడూ ఎన్నికల విధుల్లో పాల్గొనలేదని పురందేశ్వరి స్పష్టం చేశారు. ఆలయాలకు సంబంధించిన విధులు నిర్వర్తించాల్సిన దేవాదాయ సిబ్బంది ఎన్నికల విధులకు వెళితే భక్తులు ఇబ్బంది పడతారని తెలిపారు. ఏప్రిల్, మే, జూన్ మాసాల్లో అనేక పండుగలు, ఉత్సవాలు ఉన్నా యని పురందేశ్వరి వెల్లడించారు. వేసవి సెల వుల్లో ఆలయాలకు వచ్చే భక్తుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉంటుందని, ఈ నేపథ్యంలో దేవాదాయ సిబ్బందికి ఎన్నికల విధులపై పునఃపరిశీలన చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

విద్యతోనే సమాజంలో సాధికారత, సమానత్వం సాకారం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విద్యతోనే సమాజంలో ప్రజల సాధికారత, సమానత్వం సాకారం అవుతాయని ఏయూ రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య ఎం.జేమ్స్ స్టీఫెన్ అన్నారు. శనివారం డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ శోధ్ పీఠ్, ఉన్నతి ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ సోషల్ సైన్స్ అండ్ మేనేజ్మెంట్, రేడియంట్ గ్రూప్ ఆఫ్ ఇనిస్టిట్యూషన్స్ సంయుక్తంగా నిర్వహిస్తున్న రెండు రోజుల అంతర్జాతీయ సదస్సు 'డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ థాట్స్ ఆన్ ఎడ్యుకేషన్, సోషల్ జస్టిస్ అండ్ ఎంపవర్మెంట్'లో పాల్గొని కీలకోపన్యాసం చేసారు. వర్చువల్ విధానంలో సదస్సులో పాల్గొని మాట్లాడుతూ దేశం ఆర్థికంగా, పారిశ్రామికంగా అభివృద్ధి సాధించాలని అంబేద్కర్ కోరుకున్నారన్నారు. నేడు డిజిటల్ ఇండియాతో ప్రజలందరికీ సేవలు చేరువ అవుతున్నాయన్నారు. గ్రామీణ భారతావనిని అనుసంధానం చేయడానికి డిజిటల్ ఇండియా వారధిగా నిలుస్తోందన్నారు. అందరికీ సమానంగా

అవకాశాలు అందుతున్నాయన్నారు. నాడు అత్యంత ఆదరణ, ఆదాయం కలిగిన న్యాయవాద వృత్తికంటే దేశానికి ఉపయుక్తంగా నిలచే ఎకనామిక్స్‌ను చదవడానికి ముందుగా ఆసక్తి చూపిన అంబేద్కర్

(మిగతా 2లో)

అభ్యర్థి అవినాశ్‌ను మార్చేందుకు యత్నాలు-కుండ బద్దలు కొట్టిన షర్మిల

కడపలో తన ప్రచారంతో వైసీపీలో వణుకు పుడుతోందని ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ అధ్యక్షురాలు వైఎస్ షర్మిల విమర్శించారు. అవినాష్ రెడ్డి హంతకుడు అని ప్రజలు నమ్ముతున్నారన్న షర్మిల కడప ఎంపీ అభ్యర్థిగా అవినాష్ రెడ్డిని మార్చాలని చూస్తున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. సొంత బాబాయిని చంపిన హంతకుడికి మళ్లీ టికెట్ ఎందుకు ఇచ్చారని ప్రశ్నించారు. తాను జమ్మలమడుగు క్యాంబెల్ ఆసుపత్రిలో పుట్టానని షర్మిల చెప్పారు. ఇదే తన జన్మస్థలం అని అన్నారు. వైఎస్ఆర్, వివేకాలు ప్రజా నాయకులుగా గొప్ప పేరు సంపాదించుకున్నారన్నారు. తమతో ఇంట్లో ఎలా ఉండే వారో ప్రజల కోసమూ అలాగే ఉన్నారని తెలిపారు. సమస్య పరిష్కారానికి ఎప్పుడు పిలిచినా పలికేవారని కొనియాడారు.

కడప జిల్లాకు స్టీల్ ప్లాంట్ తీసుకు రావాలని వైఎస్ కలలు కన్నారు. స్టీల్ ప్లాంట్ వస్తే లక్ష మందికి ఉద్యోగాలు

వస్తాయని భావించారు. వైఎస్ఆర్ అస్తమయంతో ఆ ప్రాజెక్ట్ శంకుస్థాపన ప్రాజెక్ట్‌గా మారింది. చంద్రబాబు ఒక సారి జగన్ రెండు సార్లు శంకుస్థాపన చేశారు. వైఎస్ వివేకా హంతకుడు అవినాష్ రెడ్డిని జగన్ కాపాడుతున్నారు. అధికారం అడ్డుపెట్టుకొని అండగా ఉన్నారు. హత్య చేసిన నిందితుడికి మళ్లీ టికెట్ ఇచ్చారు.

(మిగతా 2లో)

మోసపూరిత హామీలతో ప్రజలను మభ్య పెట్టేందుకు మూడు పార్టీలు ముందుకు వచ్చాయి

సబ్బవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): సచివాలయాలు, రైతు భరోసా కేంద్రాలు, డిజిటల్ లైబ్రరీలు, అరోగ్య కేంద్రాలు, నాడు నేడు పాఠశాలలు, ఉచిత ఇళ్లు, వంటివన్నీ ప్రభుత్వం చేసిన అభివృద్ధిలో భాగమని, నాణ్యమైన విద్య, వైద్యం కల్పించిన ఘనత వైసీపీది అని ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల రీజనల్ కోఆర్డినేటర్ ఎంపీ వైవీ సుబ్బారెడ్డి తెలిపారు. సబ్బవరం జి.ఎస్.కన్వెన్షన్ హాల్‌లో ఏర్పాటు వైయస్సార్ సిపి పెందుర్తి నియోజకవర్గ విస్తృత స్థాయి సమావేశంలో ఎంపీ వైవీ సుబ్బారెడ్డి, డిప్యూటీ సీఎం బూడి ముత్యాలనాయుడు, ఎమ్మెల్యే ఆదీప్ రాజ్, గాజువాక ఎమ్మెల్యే నాగిరెడ్డి, పెందుర్తి నియోజకవర్గ మండలాలు జెడ్పీటీసీలు, ఎంపీపీలు, పార్టీ అధ్యక్షులు, సర్పంచులు, ఎంపీటీసీలు, వార్డ్ సభ్యులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రతి జిల్లాలో సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ నిర్మాణం చేస్తున్నది వైసీపీ ప్రభుత్వమని, మోసపూరిత హామీలతో ప్రజలను మభ్యపెట్టేందుకు మూడు పార్టీలు ముందుకు వచ్చాయని, రానున్న ముప్పై రోజుల్లో జరుగనున్న ఎన్నికలలో స్థానికులైన ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులను గెలిపించాలని ఎంపీ సుబ్బారెడ్డి తెలిపారు.

డిప్యూటీ సీఎం బూడి ముత్యాలనాయుడు

ఎక్కడి నుండో వచ్చిన కూటమి వలస పక్షుల్ని తిరిగి సొంత గూటికి పంపిస్తామని, సీఎం రమేష్, పంచ కర్ల రమేష్ కూటమి అభ్యర్థులు ఇద్దరికీ నాయకత్వ లక్షణాలు లేవని, స్థానికేతరులైన వీరికి నియోజకవర్గ, జిల్లా ప్రజానీకం తగిన బుద్ధి చెబుతారని వైసిపి ఎంపీ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాల నాయుడు అన్నారు.

వైసిపి శ్రేణులు

ముత్యాలనాయుడు అత్యంత సాధారణ వ్యక్తని నిత్యం ప్రజలలో ఉండే నాయకుడని కొనియాడారు.

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రజల గుండెల్లో సీఎం జగన్ నిలిచారని, స్థానిక శాసనసభ్యులు అధీప్ రాజ్ మృదు స్వభావం, స్థానికంగా ప్రజల అందుబాటులో ఉంటారని.

నాయకులు, కార్యకర్తలు నిత్యం అనుకొని ఉన్నప్పుడే మంచి ఫలితాలు సాధించగలమని, పలువురు నాయకులు అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు.

ప్రతి కార్యకర్త ఎమ్మెల్యే, ఎంపీ అభ్యర్థులకు అండగా నిలుద్దామని పిలుపునిచ్చారు.

హంగు ఆర్భాటం లేని వ్యక్తి ఎంపీ అభ్యర్థి ముత్యాలనాయుడు ప్రతి ఉదయం స్వగ్రామంలో వేపచెట్టు నీడన ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండడం అతని వ్యక్తిత్వానికి నిదర్శనమని వైవి సుబ్బారెడ్డి తెలిపారు.

మంచి జరిగితేనే ఓటు వేయమన్న దమ్మున్న నాయకుడు సీఎం జగన్‌కు క్షేత్రస్థాయిలో

(మిగతా 2లో)

కనకదుర్గ వారధిపై సీఎం జగన్ బస్సుయాత్ర

రెండోవసారి అధికారమే లక్ష్యంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి చేపట్టిన మేమంతా సిద్ధం బస్సు యాత్ర జైత్రయాత్రలా కొనసాగుతోంది. ఎన్టీఆర్ జిల్లాలోకి సీఎం జగన్ బస్సు యాత్ర ప్రవేశించింది. ప్రకాశం బ్యారేజ్‌పై అరుదైన ఘట్టం ఆవిష్కృతమైంది. బస్సుయాత్ర జన జాతరను తలపించింది. ప్రజా సంక్షేమమే లక్ష్యంగా కొనసాగుతున్న యాత్రకు అశేష జనవాహిని బ్రహ్మరథం పడుతోంది.

అయితే సందర్భంగా తాడేపల్లి జంక్షన్‌లో ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి బస్సుయాత్రలో ఆయన సతీమణి వైఎస్ భారతి పాల్గొని ప్రజలను ఉత్సాహపరిచారు. బస్సుయాత్రలో వస్తున్న మార్గంలో జనంతో పాటు కలిసిపోయారు భారతి. ఈ సందర్భంగా జనంతో పాటు కలిసిపోయిన భారతి, ముఖ్యమంత్రికి అభివాదం చేశారు. దీంతో ప్రతిగా బస్సులో నుంచి ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ అభివాదం చేశారు. ప్రజలు, అభిమానుల మధ్య నుంచే ముఖ్యమంత్రికి భారతి అభివాదం చేశారు.

తిక్కలోడికి ఓటేస్తే రాజధాని లేకుండా చేశారు: చంద్రబాబు

తాడికొండ: 2019 ఎన్నికల్లో ప్రజలు తిక్కలోడికి ఓటేస్తే ఏపీకి రాజధాని లేకుండా చేశారని తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు ధ్వజమెత్తారు. గుంటూరు జిల్లా తాడికొండలో నిర్వహించిన ప్రజాగళం సభలో ఆయన పాల్గొని ప్రసంగించారు. జగన్ లాంటి రాక్షసులు వెయ్యి మంది వచ్చినా అమరావతిని అంగుళం కూడా కదల్చలేరన్నారు. ఈ ప్రాంత రైతులు, మహిళల పోరాటం చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతుందని కొనియాడారు.

"రాజధాని కోసం 29వేల మంది రైతులు 35వేల ఎకరాలు ఇచ్చారు. రాజధానికి కేంద్రం కూడా సహకరించింది. అమరావతిని కూడా హైదరాబాద్‌లా మారుద్దామని ప్రణాళికలు వేశాం. విజయవాడ, గుంటూరుతో కలిపి ఆదర్శ రాజధాని

చేయాలనుకున్నాం. ప్రపంచదేశాలన్నీ అమరావతి వైపు చూడాలని ఆలోచించా. సంపద సృష్టించే కేంద్రంగా తయారు చేయాలనుకున్నా. జగన్ వచ్చాక రాజధాని లేని రాష్ట్రంగా ఏపీని మార్చేశారు. ఉపాధి కోసం యువత పక్క రాష్ట్రాలకు వెళ్తున్నారు. రాజధాని అంటే పెద్ద పెద్ద భవనాలు కాదు, ఆంధ్రుల ఆత్మగౌరవం, ఆత్మ విశ్వాసం. మూడు రాజధానుల పేరుతో మూడు ముక్కలాట ఆడుతూ తమాషాలు చేస్తున్నారు. అమరావతిని ఎవరూ కూడా ఇక్కడి నుంచి కదల్చలేరు. అసాధ్యాన్ని సుసాధ్యం చేయడమే తెలుగుదేశం పార్టీ సత్తా. మన రాజధాని అమరావతే. విశాఖపట్నం, కర్నూలును అభివృద్ధి చేస్తాం. గోదావరి జిల్లాలు గర్జిస్తున్నాయి. ఆ జిల్లాల్లో వైకాపాకు ఒక్క సీటు కూడా వచ్చే పరిస్థితి లేదు. ఎన్నికల ఫలితాలు వచ్చిన రోజు ప్రజల సంబరాలతో పాటు, జగనాసుర వధ కూడా జరుగుతుంది. జగన్ పోవాలి-ప్రజలు గెలవాలి.

వైకాపా ఐదేళ్ల పాలనలో రాష్ట్రం 30 ఏళ్లు వెనక్కి వెళ్లింది. ఆ పార్టీ నేతలకు కమిషన్లు ఇవ్వలేక రాష్ట్రం నుంచి పరిశ్రమలు పారిపోయాయి. జాబ్ క్యాలెండర్, మెగా డీఎస్సీ అని నిరుద్యోగులను మోసం చేశారు. సీపీఎస్ రద్దు చేస్తామన్నారు. చేశారా? ఉద్యోగులకు పీఆర్సీ, డీఏలు ఇవ్వలేదు. బడికి రంగులు వేస్తే విద్యా వ్యవస్థ మారిపోతుందా? రూ.కోట్లు ఖర్చు పెట్టినా జగన్ సభలకు జనం రావడం లేదు.

(మిగతా 2లో)

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

హిందూ ధర్మ పరిరక్షణే ధ్యేయంగా విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠం

పలికారు. ఆలయానికి విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠాధిపతులు రావడంతో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో ఆలయానికి పోటెత్తారు. అనంతరం భక్తులనుద్దేశించి పీఠాధిపతుల వారు ఆశీర్వచనాలు అందజేశారు. హిందూ ధర్మ పరిరక్షణ కోసం విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠం తెలంగాణలో అనేక సందర్భాల్లో పర్యటించిందని స్వామివారు తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో, కేవలం హైదరాబాద్ జంట నగరాల్లోనే విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠం యొక్క ఆలయాలు 13కు పైగా ఉన్నాయి అని, ఈ ఆలయాల ద్వారా నిరంతరం, ఎప్పటికప్పుడు సాంస్కృతిక, అధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ ఉంటామని స్వామివారు తెలిపారు. హిందూ ధర్మ పరిరక్షణకు భక్తులు అందరూ కూడా ముందుకు వచ్చి తమ వంతు సహకారం అందించాలని స్వామివారు పిలుపునిచ్చారు.

విద్యతోనే సమాజంలో సాధికారత, సమానత్వం సాకారం

దార్శనికత మనం అర్థం చేసుకోవాలని సూచించారు.

సమాజంలో అట్టుడుగు వర్గాల ప్రజలకు సాధికారత సాధించాలంటే విద్య విద్యతోనే సాధ్యపడుతుందన్నారు. ప్రభుత్వ పరంగా విద్యకు ప్రాధాన్యత పెరుగుతోందన్నారు. అన్ని వర్గాలకు విద్యను అందించడం, తద్వారా దేశ అభివృద్ధిని సాకారం చేసే దిశగా ప్రభుత్వాలు దశాబ్దాలుగా కృషిచేస్తున్నాయన్నారు. ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం అంబేద్కర్ చైర్ చేస్తున్న సేవలు, పనితీరు వివరించారు.

అభ్యర్థి అవినాశ్ ను మార్చేందుకు యత్నాలు-కుండ బద్దలు కొట్టిన షర్మిల

అవినాష్ రెడ్డి హంతకుడు అని సీబీఐ అన్ని ఆధారాలు బయట పెట్టింది. అయినా ఎటువంటి చర్యలు లేవు. ఈ అన్యాయాన్ని ఎదురించేందుకే నేను ఎంపీగా పోటీ చేస్తున్నా. ఒకవైపు వైఎస్ఆర్ బిడ్డ మరో వైపు వివేకా హంతకుడు. ఎవరికి ఓటు వేయాలో ప్రజలే నిర్ణయించుకోవాలి.

జగన్‌కు బిగ్ షాక్ ఇచ్చిన ఎమ్మెల్యే, నేరుగా ఆమె వద్దకు వెళ్లి

వైఎస్ వివేకాకు ఎవరి మీదా కోపం ఉండదని ఆయన రాజకీయ అజాత శత్రువు అని ఆమె కుమార్తె వైఎస్.సునీత అన్నారు. అటువంటి మంచి మనిషిని దారుణంగా నరికి చంపారని, తలమీద 7 సార్లు గొడ్డలితో నరికారని కన్నీటి పర్యంతమయ్యారు. తమ కుటుంబ సభ్యులే చంపారని తెలిసి ఎంతో భయభ్రాంతులకు గురయ్యామన్నారు. వివేకా హత్య తమ ఫ్యామిలీ విషయం కాదన్న సునీత ఇది కడప జిల్లా ప్రజల విషయం అని వివరించారు. హత్య ఎవరు చేశారో అందరికీ తెలుసని, హత్యచేసిన నిందితులకు శిక్ష పడాలని పోరాటం చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. షర్మిల ఎంపీ అయితే దిల్లీ వరకు మన గొంతుక వినిపించవచ్చని సునీత స్పష్టం చేశారు.

మోసపూరిత హామీలతో ప్రజలను మభ్య పెట్టేందుకు మూడు పార్టీలు ముందుకు వచ్చాయి

ప్రభుత్వం పట్ల ప్రజల్లో పూర్తి నమ్మకం ఉందని కార్యకర్తలు సమన్వయంగా పనిచేయాలని కోరారు.

ఎమ్మెల్యే అదీప్ రాజ్

పెందుర్తి అభివృద్ధి నాడు రాజశేఖరరెడ్డి హయాంలోను నేడు సిఎం జగన్ నాయకత్వంలోనే జరిగిందని తెలిపారు. కరోనా కష్టకాలంలోను ప్రజలకు ప్రభుత్వం సంక్షేమాన్ని అందించిందని, నాలుగు లక్షల ఉద్యోగాలు ఏర్పాటు చేసిందని పేర్కొన్నారు. అభివృద్ధికి,విధ్వంసానికి తేడాను ప్రజలకు అర్థవంతంగా వైసిపి శ్రేణులు తెలియపరచాలని, టిడిపికి చెందిన ఎస్.ఆర్ కాన్స్ట్రక్షన్ వ్యక్తుల వల్ల వారు చేసిన పని కారణం చేత పాడేరు వెళ్లే రోడ్డు నిర్మాణం ఆగి స్థానిక ప్రయాణికులు ఇబ్బంది పెడుతున్నారని తెలిపారు.

గాజువాక ఎమ్మెల్యే నాగిరెడ్డి.

పేదవారికి ఎంతగానో మేలు చేస్తున్నామని అందుకే అందరూ ప్రభుత్వానికి అండగా ఉండాలని కోరారు. పేదలకు ఉచిత ఇళ్లు ఇస్తామంటే అడ్డుపడ్డ నాయకులు టిడిపి వాళ్ళలని ఎద్దేవా చేసారు.

సిఎం బస్సు యాత్ర

రానున్న రోజుల్లో సిఎం జగన్ బస్సు యాత్ర విజయవంతం చేయాలని ఎంపీ సుబ్బారెడ్డి పార్టి శ్రేణులకు పిలుపునిచ్చారు.

తిక్కలోడికి ఓటేస్తే రాజధాని లేకుండా చేశారు: చంద్రబాబు

ఏ ముఖ్యమంత్రి అయినా మంచి పనితో పాలన ప్రారంభిస్తారు. కానీ, రూ. 10కోట్లతో కట్టిన ప్రజావేదిక కూల్చివేసి దుర్మార్గుడు పాలన ప్రారంభించారు. రాష్ట్రం బాగుపడాలంటే జగన్ దిగిపోవాలి. రాష్ట్ర ప్రజలకు వైకాపాపై కక్ష తీర్చుకునే అవకాశం వచ్చింది. నేను సీఎంగా ఉంటే పోలవరం ఈ పాటికి పూర్తయ్యేది. పోలవరం పూర్తి చేశాక నదుల అనుసంధానం చేద్దామనుకున్నా. కేంద్రంలో, రాష్ట్రంలో ఎన్డీయే ప్రభుత్వం వస్తుంది. జూన్ 4న ఇక్కడ విజయోత్సవాలు చేసుకుందాం. నేను, పవన్, మోదీ కలిసి అమరావతిని అభివృద్ధి చేస్తాం" అని చంద్రబాబు భరోసా కల్పించారు.

సకాలంలో పన్నులు చెల్లిస్తే 5శాతం రాయితీ

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ భీమిలి జోన్ పరిధిలో ప్రజలు సకాలంలో పన్నులు చెల్లిస్తే 5 శాతం రాయితీ ఈయనున్నట్లు జోనల్ కమిషనర్ కనకమహాలక్ష్మి తెలిపారు. స్థానికంగా శనివారం విడుదల చేసిన పత్రిక ప్రకటనలో ఆమె పేర్కొంటూ 2024-2025 ఆర్థిక సంవత్సరంకు గాను పన్ను చెల్లింపుదారులు తాము చెల్లించవలసిన ఇంటి పన్నులు, ఖాళీ స్థలం పన్నులు ఈ 30వ తేదీ లోగా ఏక మొత్తంలో చెల్లిస్తే వారికి అస్థి పన్నులపై 5 శాతం రాయితీ ఈయనున్నామని, కావున పన్ను చెల్లింపు దారులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగ పరుచూకోవాలని ఆమె ఆ ప్రకటనలో కోరారు.

ఎన్‌డిఏ ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులు గెలుపు కోరుతూ జి మాడుగుల, గడుతూరు నుర్మతి, ఇసుక గురువులలో విస్తృత ప్రచారం

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): బీజేపీ జనసేన, టీడీపీ అభ్యర్థులు కొత్తపల్లి గీత, కిల్లు వెంకట రమేష్ నాయుడు గెలిపించాలని బీజేపీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సల్లా రామకృష్ణ పిలుపునిచ్చారు, శనివారం బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి రవికుమార్ పెనుమాక, బీజేపీ అసెంబ్లీ కోర్ కమిటీ సభ్యుడు కుడుముల వెంకట రమణ, బీజేపీ యువ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు నందోలి ఉమా మహేష్‌తో కలసి జి మాడుగుల మండలం నుర్మతిలో ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి రవికుమార్ పెనుమాక మాట్లాడుతూ దేశంలో అవినీతి లేని పాలన ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ పాలన అని దేశంలో అన్ని వర్గాలకు సముచిత స్థానం ఇచ్చి దేశంలో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపట్టారు అని కోవిడ్ సమయంలో వ్యాక్సిన్ ఉచితంగా ఇవ్వడం, గరీబ్ కళ్యాణ్ యోజన ద్వారా ఉచితంగా బియ్యాన్ని ఇవ్వడం జరుగుతుంది. ఉజ్వల యోజన గ్యాస్ కనెక్షన్లు ఉచితంగా ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీ పథకాలను అత్యోదయా సిద్ధాంతం ద్వారా అట్టడుగు పేదలకు పథకాలను అందించడమే నరేంద్ర మోదీ ధ్యేయం అని తెలిపారు. జఠిలమైన సమస్యలు పరిష్కారం చేసి రామజన్మ భూమిలో రామలయం కట్టి చేసి దేశంలో శాంతి భద్రతల సమస్య లేకుండా ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీ ఘనత అని తెలిపారు, రాబోయే ఎన్నికల్లో బిజెపి, టీడీపి జనసేన, అభ్యర్థులు విజయానికి ప్రతీ ఒక్కరూ కృషి చేయాలని కోరారు. అరకు పార్లమెంట్‌లో కొత్తపల్లి గీతకు కమలం గుర్తుకి, పాడేరు అసెంబ్లీలో కిల్లు రమేష్ నాయుడుకు టీడీపీ గుర్తు సైకిల్‌కి వోటు వేయాలని కోరారు. టీడీపీ అధికారంలోకి వస్తే గిరిజన ప్రాంతాల్లో జీవో నంబర్ 3ని పునరుద్ధరణ చేస్తారని తెలిపారు. గిరిజన ప్రాంతాల్లో ఉపాధి అవకాశాలు కల్పనకు స్పెషల్ డిఎస్సి, ప్రతీ ఏటా జాబ్ క్యాలెండర్ విడుదల చేస్తారు అని తెలిపారు,

ఎన్‌డిఏ జనసేన బీజేపీ టీడీపీ ఉమ్మడి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తే ఏడాదికి మూడు గ్యాస్ సిలిండర్‌లు ఉచితంగా, అమ్మ ఒడి కుటుంబంలో ఎంతమంది చుదువుకున్న వారుఉన్న ఒక్కక్కరికు 15,000 వేలు రూపాయల చొప్పున ఇవ్వనున్నారు అని, మహిళలకు ఉచితంగా బస్ ప్రయాణం సౌకర్యం కల్పించడం జరుగుతుంది అని, మే 13వ తేదీన ఓటు బటన్ నొక్క వైసీపీ పాలనకు స్వస్తి చెప్పాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ సోషల్ మీడియా మండల కన్వీనర్ నందోలి శివ ప్రసాద్, జనసేన సోషల్ మీడియా విభాగం కన్వీనర్ అశోక్, బీజేపీ మాజీ మండల అధ్యక్షుడు సుబ్బారావు, టీడీపి నాయకులు, గ్రామస్తులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఫ్యాన్ గుర్తుకే మా ఓటు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): వైసిపి అధినేతలు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డిని స్థానిక శాసన సభ్యులు అలజంగి జోగారావుని ఆదరించి అభిమానించడంలో పల్లెలతో పాటు సమానంగా పోటీపడుతూన్న పార్వతీపురం పట్టణం ప్రజానీకం 2024 ఎన్నికల్లో మళ్లీ వైసిపి గెలుపు తధ్యమని ఆశీర్వదిస్తూ తమ ఓటు ఫ్యానుకేనని తామందరి మద్దతు మళ్ళీ మీకేనని పురపాలక సంఘం 12వ వార్డులలో వాడ వాడలా గల ప్రతీ గుమ్మం వద్దనా ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావుని మనసారా దీవిస్తూ ఆశీర్వదిస్తున్న పట్టణ ప్రజానీకం వారి గడప వద్దకు విచ్చేసిన వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అలజంగి జోగారావుకి సంపూర్ణ మద్దతును తెలియచేయడం జరుగుతుంది. గతం కంటే మెరుగ్గా పార్వతీపురం పురపాలక సంఘం చరిత్రను తిరగరాస్తూ వైసిపికి భారీ ఆధిక్యతను చేకూర్చేందుకు తామంతా సిద్ధమని చెప్పకనే చెబుతున్నారు, జోగన్నకు మాటిస్తున్నారు, పార్వతీపురం పట్టణమంతా ఏకమై ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని చెపుతున్నారు. నేటి ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యేతో పాటు రాష్ట్ర టిడ్కో చైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్నకుమార్, పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షులు కొండపల్లి బాలకృష్ణ మునిసిపల్ వైస్ చైర్మన్ యిండుపూరు గున్నేశ్వర రావు, పార్టీ ఫ్లోర్ లీడర్ మంత్రి రవికుమార్, ఎక్స్ వైస్ చైర్మన్ బెలగాం జయబాబు, స్థానిక వార్డుల కౌన్సిలర్ సభ్యులు తాడ్డి అరుణ శంకరరావులతో పాటుగా వివిధ వార్డుల కౌన్సిలర్ సభ్యులు, కోఆప్షన్ సభ్యులు, సీనియర్ నాయకులు, స్టేట్ డైరెక్టర్లు, ఏఎంసీ డైరెక్టర్లు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, గృహ సారథలు, కార్యకర్తలు, తదితరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

శిథిలావస్థలో ఉన్న పూనిగట్టును పునర్నిర్మించాలి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ భీమిలి జోన్ చిట్టివలస వద్ద గోస్తనీ నదిపై శిథిలావస్థలో ఉన్న పూనిగట్టును పునర్నిర్మించాలని భీమిలి నీడి వెల్ఫేర్ సంఘము స్థానిక ఎంఎల్ఏ అవంతి శ్రీనివాసరావును కోరింది. ఈ మేరకుసంఘ సభ్యులు స్థానికంగా గల ఎంఎల్ఏ అవంతి శ్రీనివాసరావు క్యాంపు కార్యాలయంలో అయన్ను కలిసి వినతి పత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా సంఘము గౌరవాధ్యక్షులు డాక్టర్ ఎన్ఎల్ రావు మాట్లాడుతూ గతంలో చిట్టివలస వద్ద గోస్తనీ నది పై ఉన్న పూనిగట్టువల్ల గోస్తనీ నది అవతల ఉన్న పలు గ్రామాల ప్రజలు వివిధ పనుల నిమిత్తం తగరపువలసకు నిత్యం రాకపోకలు సాగించే వారని గుర్తు చేసారు. అయితే పూనిగట్టు శిథిలం అవ్వడం వల్ల ప్రజల రాకపోకల మాట అలావుంచితే గోస్తనీ నది నీరు నేరుగా సముద్రపు నీటిలో కలవడం దానివల్ల భీమిలి, తగరపువలస వాసులకు తాగు నీటి కొరత ఏర్పడిందని, దీనివల్ల భవిష్యత్ తరాలకు శాశ్వతంగా తాగు నీటి సమస్య ఉత్పన్నం అవుతుందని ఆయన అన్నారు. అలాగే తాగే నీరు కూడా ఉప్పు నీరుగా తయారు అవుతున్నదని అన్నారు. అందువల్ల శిథిలమయిన పూనిగట్టు స్థానంలో రెండు పూనిగట్లు నిర్మాణం చేపడితే సమస్యలు రావని కావున పనిగట్టు నిర్మాణంపై దృష్టి సారించాలని ఆయన ఎంఎల్ఏను కోరారు. ఎంఎల్ఏను కలిసినవారిలో ఫోరమ్ ఫర్ బెటర్ భీమిలి అధ్యక్షులు రాజేటి బసవ కృష్ణ మూర్తి, వెంపాడ వెల్ఫేర్ సొసైటీ అధ్యక్షులు వెంపాడ శ్రీనివాసరెడ్డి, భీమిలి నీడి వెల్ఫేర్ సంఘము సభ్యులు వాండ్రాసి సతీష్, అరవింద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈ నెల 24న అవంతి శ్రీనివాసరావు నామినేషన్

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భీమిలి నియోజకవర్గ వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి అవంతి శ్రీనివాసరావు ఈ నెల 25వ తేదీన తన నామినేషన్‌ను దాఖలు చేయనున్నారు. స్థానికంగా గల అవంతి శ్రీనివాసరావు క్యాంపు కార్యాలయంలో శనివారం జరిగిన సమావేశంలో పాల్గొన్న ఆయన మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి జగన్ అమలు చేసిన సంక్షేమ పథకాలే తనను గెలిపిస్తాయని అన్నారు. రాష్ట్రంలో ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో వాలంటీర్ వ్యవస్థ ప్రధాన భూమిక వహించారాని ఆయన అన్నారు. ఎవరు ఎన్ని కుట్రలు చేసిన రాష్ట్రంలో మరలా వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీయే ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేస్తుందని ఆయన అన్నారు. 24వ తేదీ మధ్యాహ్నం ఒంటిగంట కుతన నామినేషన్ కార్యక్రమంను పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు జయప్రదం చేయాలని ఆయన కోరారు. సమావేశంలో ఎంపీపీ వాసురాజు, వైస్ ఎంపీపీ బంగారు నాయుడు, వ్యవసాయ సలహా మండలి జిల్లా అధ్యక్షులు పెదబాబు, వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ భీమిలి అధ్యక్షులు యలమంచిలి సూర్యనారాయణ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అగ్ని ప్రమాద బాధితులకు సూర్య ఆర్థిక సాయం

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం మండలం జన్నవరం కొత్తూరు గ్రామంలో జరిగిన అగ్నిప్రమాదం విషయం తెలుసుకున్న చోడవరం ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ సంఘటన స్థలానికి చేరుకొని అగ్ని బాధితులు అందరికీ మేమంతా మీకు అండగా ఉంటాం అని ధైర్యం చెప్పారు.

ఈ సందర్భంగా బాధితులను పార్టీ కార్యాలయానికి తరలించి ఓదార్చి అత్యవసర నిత్యవసర ఖర్చులకు లక్ష రూపాయలు ఆర్థిక సహాయం ధర్మశ్రీ తనయుడు సూర్య చేతుల మీదగా బాధిత కుటుంబాలకు అందజేశారు.

పంచాంగం

ఆదివారం 14-04-2024
క్రోధి నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం, వసంత ఋతువు
చైత్రమాసం

తిథి	: శు. షష్ఠి ప. 03.39
నక్షత్రం	: ఆరుద్ర తె. 05.18
వర్జ్యం	: ప. 01.44 ల 03.20

జన్నవరం పాఠశాలకు లైన్స్ క్లబ్ సహకారం

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం మండలం జన్నవరం జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలకువిశాఖ లైన్స్ క్లబ్ వారు 50 వేలు విలువ చేసే కంప్యూటర్, ప్రింటర్, 20 వేల రూపాయల విలువ గల సైకిల్స్, స్పోర్ట్స్ మెటీరియల్ అందజేశారు. లైన్స్ క్లబ్ సభ్యులైన దుర్గాప్రసాద్, కార్యదర్శి వెంకటరమణ, పూర్వ అధ్యక్షులు చంద్రశేఖర్, అశోక్ అగర్వాల్, హెచ్ఎం బివి కేపద్మావతి, గ్రామ సర్పంచ్ సన్యాసిరావు, కమిటీ చైర్మన్ మరిసా ఈశ్వరమ్మ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వైసిపి నుండి జనసేనలోకి చేరికలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని, సీతానగరం గ్రామంలో అనకాపల్లి జిల్లా బీసీ సెల్ సెక్రటరీ పాలమరశెట్టి నరసింగరావు, మాజీ సర్పంచ్ గంగుపాం మహేష్ తమ అనుచరులతో కలిసి మాజీ మంత్రి, అనకాపల్లి టీడీపీ, బీజేపీ, జనసేన ఉమ్మడి అసెంబ్లీ అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ సమక్షంలో జనసేన పార్టీలో చేరారు. వీరికి కండువా కప్పి జనసేన పార్టీలోకి ఉమ్మడి అసెంబ్లీ అభ్యర్థి రామకృష్ణ ఆహ్వానించారు.

గ్రూప్ 1 ప్రిలిమ్స్‌లో గిరిజన విద్యార్థుల సత్తా

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ నిర్వహించిన గ్రూప్ 1 ప్రిలిమ్స్‌లో ఇద్దరు గిరిజన విద్యార్థులు సత్తా చాటారు. సమగ్ర గిరిజన అభివృద్ధి సంస్థ ఆధ్వర్యంలో 21 సెంచరీ ఎడ్యుకేషన్ సొసైటీ అందిస్తున్న సివిల్స్ మొదటి బ్యాచ్‌లో శిక్షణ పొందిన సీదరి శ్రీనివాస్, ఈ ఏడాది శిక్షణ పొందుతున్న గుజ్జెలి కమల్ భార్గవ్ మార్చి నెలలో జరిగిన గ్రూప్ 1 ప్రిలిమ్స్‌లో ప్రతిభ కనబరిచి గ్రూప్ 1మెయిన్స్‌కు అర్హత సాధించారు. మెయిన్స్‌కు అర్హత సాధించిన శ్రీనివాస్, కమల్ భార్గవ్‌లకు ఐ టి డి ఏ ప్రాజెక్ అధికారి వి.అభిషేక్, 21వ సెంచరీ ఎడ్యుకేషనల్ సొసైటీ కరస్పాండెంట్ సెక్రటరీ కె.ధరణి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. వీరిద్దరూ ఎస్పై ఉద్యోగాలు సాధించారని ధరణి తెలిపారు. సివిల్స్‌లో ర్యాంకులు సాధిస్తారని ఆకాంక్షించారు.

20వ వార్డులో వైసిపి ప్రచారం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శనివారం 20వ వార్డు పెదవాల్తేరు వైఎస్ఆర్సిపి సీనియర్ లీడర్స్ ఆధ్వర్యంలో గడప గడపకి కార్యక్రమం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో అసెంబ్లీ అభ్యర్థి ఎం.వి.వి సత్యనారాయణ, పార్లమెంట్ సభ్యులు బొత్స ఝూన్సీలను మీ అమూల్యమైన ఓటు ముద్రను ఫ్యాన్ గుర్తుపై వేసి అత్యధిక మెజారిటీ గెలిపించాలని కోరడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో 20వ వార్డు ప్రెసిడెంట్ మద్ది పోలి రెడ్డి, బి.రమాదేవి, దాసరి పండరీబాయి (ఆలయ చైర్పర్సన్), బుజ్జి, Ch. శేఖర్ రెడ్డి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ సమాచారమ్
ఆదివారం 14-04-2024

రక్తసంబంధాలు

తల్లిదండ్రులు వదిలిపెట్టిన అత్యంత విలువైన బహుమతులు మన అన్నదమ్ములు అక్కాచెల్లెళ్లు.

మనం వృద్ధాప్యంలో ఉన్నప్పుడు మన తల్లిదండ్రులు వదిలిపెట్టిన అత్యంత విలువైన బహుమతులు అన్నదమ్ములు, అక్కాచెల్లెళ్లు మాత్రమే అని మనము గ్రహించగలము.

మనము బాల్యంలో ఉన్నప్పుడు, అన్న దమ్ములు అక్కాచెల్లెళ్లు మనతో సన్నిహితముగ ఆడుకున్న వారే.

ప్రతిరోజూ, మనము ఒకరిని ఒకరు వెంబడిస్తూ సందడిగా ఉల్లాసంగా గడిపాము, కలిసి మంచి బాల్యాన్ని గడిపాము.

పెద్దయ్యాక, మనము మన స్వంత కుటుంబాలను కలిగిన తరువాత, మన స్వంత ప్రత్యేక జీవితాలను గడుపుతాము. సాధారణంగా అరుదుగా కలుసుకుంటాము. మనందరినీ కనెక్ట్ చేసే ఏకైక లింక్ మన తల్లిదండ్రులు.

మనం వృద్ధాప్యం సమీపించే సమయానికి అప్పటికే మన తల్లిదండ్రులు మనల్ని విడిచిపెట్టి వెళ్తారు మరియు మన చుట్టూ ఉన్న బంధువుల సంఖ్య తగ్గిపోతుంది, అప్పుడే మనకు క్రమంగా ఆప్యాయత విలువ తెలుస్తుంది.

ఇటీవల ఇంటర్నెట్‌లో ఒక వీడియో వచ్చింది. అందులో 101 ఏళ్ల అన్నయ్య తన దూరపు 96 ఏళ్ల చెల్లెల్ని చూడటానికి వెళ్లాడు. కొంత సమయం గడిపిన తర్వాత ఇద్దరూ విడిపోవడానికి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు, చెల్లెలు తన అన్న కారుని వెంబడించి, తన సోదరుడికి కొంత డబ్బు ఇచ్చి, తినడానికి ఏదైనా మంచిది కొనుక్కోమని కోరింది. ఆమె మాటలు చెప్పడం పూర్తికాక ముందే ఇద్దరూ కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నారు.

ఇంత వృద్ధాప్యంలో కూడా అన్నదమ్ములు మరియు అక్కాచెల్లెళ్లు ఉండటం నిజంగా చాలా అదృష్టమే.

అవును, ఈ లోకంలో మనకు రక్తసంబంధం ఉన్న వ్యక్తిని కలిగి ఉండటం ఎంత ముఖ్యమో మనం వృద్ధాప్యంలోకి వచ్చిన తర్వాత మాత్రమే మనకు తెలుస్తుంది.

మీరు పెద్దవారైనప్పుడు, మీ తల్లిదండ్రులు ఇద్దరూ వెళ్లిపోయినప్పుడు, మీ అన్నదమ్ములు అక్కాచెల్లెళ్లు ఈ ప్రపంచంలో మనకు అత్యంత సన్నిహితులవుతారు.

స్నేహితులు దూరంగా వెళ్లిపోవచ్చు, పిల్లలు పెరిగి ఎగిరి పోవచ్చు కానీ మీ పక్కన మీ జీవితభాగస్వామి తప్ప, మీ జీవితపు చివరి అంకాన్ని పూర్తి చేయడానికి మీ అన్న దమ్ములు అక్కాచెల్లెళ్లు మాత్రమే వుంటారు.

మనము వృద్ధాప్యంలో ఉన్నప్పుడు కూడా అన్నదమ్ములు అక్కాచెల్లెళ్లు ఒకచోట చేరడం చాలా ఆనందంగా వుంటుంది.

వారితో కలిసి మెలిసి ఉండడం వల్ల ఎలాంటి ఇబ్బందులు వచ్చినా భయపడం. మనము వృద్ధాప్యానికి చేరుకున్న తరుణంలో దయచేసి మీ అన్నదమ్ములు అక్కాచెల్లెల్లతో కరుణ మరియు దయతో ఉండండి.

గతంలో ఏది జరిగినప్పటికీ ఏది ఏమైనప్పటికీ, అన్నదమ్ములు అక్కాచెల్లెలళ్లు మరింత సహనంతో మరియు ఒకరినొకరు క్షమించుకుంటూ ఉండాలి.

అన్నదమ్ముల అక్కాచెల్లెళ్ల మధ్య విడదీయలేని ముడి లేదు. తొలగించలేని కవచం లేదు.

ఎప్పుడూ పాత చేదు సంగతుల జోలికి వెళ్లకూడదు లేదా పాత పగ, ద్వేషం పెట్టుకోకూడదు. ఎక్కువగా పరస్పర ఆధార పడటం, పరస్పర ప్రేమతో, సంబంధాలు మెరుగవుతాయి.

ఈ ప్రపంచంలో మన తల్లిదండ్రులు వదిలి పెట్టిన అత్యంత విలువైన బహుమతులు మన అన్నదమ్ములు అక్కాచెల్లెళ్లు.

సుంకర అప్పలరాజు మృతి తీరని లోటు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): పిన్నవయసులోనే గుండెపోటుతో మృతి చెందిన సుంకర అప్పలరాజు మృతి ఆ కుటుంబానికి తీరని లోటు అని దక్షిణ నియోజకవర్గ వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ అన్నారు. రామా టాకీస్ వినాయక నగర్ వద్ద కాలనీ అధ్యక్షులు సుంకర పద్మనాభం కుమారుడు అప్పలరాజు పెదకర్మ కార్యక్రమానికి ఆయన హాజరై గణేష్ కుమార్ నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా వాసుపల్లి మాట్లాడుతూ ఆయనకి ఇద్దరి చిన్న పిల్లలు, భార్య ఉన్నారనీ, ఆర్మీలో సేవలందించి, ఉద్యోగ విరమణ పొంది ప్రైవేట్ సెక్యూరిటీ కంపెనీలో ఉద్యోగం చేస్తూ జీవనం సాగిస్తున్న చిన్న కుటుంబానికి కాలం కన్నెర్ర చేయడం బాధాకరమన్నారు. కుటుంబానికి తన ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తున్నానని వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైసిపి నాయకులు సర్వేశ్వర్ రెడ్డి, పాత్రికేయులు, మృతుడి సోదరుడు సుంకర రాజా, పి.ఎస్.బి. సతీష్, యువ సురేష్, పాల్గొన్నారు.

అమెరికాలో భార్యను చంపి పరారీ

భారతీయుడిపై రూ.2 కోట్ల రివార్డు

వాషింగ్టన్: సరిగ్గా తొమ్మిదేళ్లక్రితం అమెరికాలో ఓ హత్య ఘటన చోటుచేసుకుంది. భారత్‌కు చెందిన ఓ వ్యక్తి తన భార్యను అత్యంత కిరాతంగా కత్తితో పొడిచి చంపి పరారయ్యాడు. ఈ ఘటనలో నిందితుడైన భద్రేశ్ కుమార్ చేతన్‌భాయ్ పటేల్‌ను అగ్రరాజ్య ఫెడరల్ బ్యూరో ఆఫ్ ఇన్వెస్టిగేషన్ టాప్ టెన్ మోస్ట్ వాంటెడ్ జాబితాలో చేర్చింది. తాజాగా అతడి తలపై భారీ రివార్డును ప్రకటించింది. నిందితుడి ఆచూకీ తెలిపిన వారికి 2,50,000 డాలర్లు (అంటే భారత కరెన్సీలో దాదాపు రూ.2 కోట్లకు పైమాటే) ఇస్తామని వెల్లడించింది.

2015 ఏప్రిల్ 12న మేరీల్యాండ్‌లోని హనోవర్‌లో ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. భద్రేశ్ పటేల్, అతడి భార్య పాలక్ స్థానికంగా ఉండే ఓ డోనట్ దుకాణంలో పని చేసేవారు. హత్య జరిగిన రోజున వీరిద్దరూ నైట్ షిఫ్ట్‌లో ఉన్నారు. అర్ధరాత్రి దాటిన తర్వాత ఆ దుకాణంలోని కిచెన్‌లో పనిచేస్తున్న పాలక్ దగ్గరకు అతడు వెళ్లి పలుమార్లు కత్తితో పొడిచాడు. అనంతరం అక్కడినుంచి పారిపోయాడు. ఈ ఘటనలో తీవ్రంగా గాయపడిన ఆమె అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసుకున్న ఎఫ్‌బీఐ అధికారులు నిందితుడి కోసం తీవ్రంగా గాలించారు. హత్య అనంతరం తన అపార్ట్‌మెంట్‌కు వచ్చిన భద్రేశ్ కొన్ని వస్తువులు తీసుకుని న్యూజెర్సీ ఎయిర్‌పోర్టుకు వెళ్లినట్లు సీసీటీవీ దృశ్యాల్లో కన్పించింది. ఆ తర్వాత అతడి జాడలేదు. అప్పటినుంచి నిందితుడి కోసం గాలిస్తున్న ఎఫ్‌బీఐ 2017లో అతడిని టాప్‌టెన్ మోస్ట్ వాంటెడ్ జాబితాలో చేర్చింది. తాజాగా రివార్డు ప్రకటించింది. వీసా గడువు తీరడంతో పాలక్ భారత్ తిరిగి వెళ్లిపోవాలని నిర్ణయించుకుందట. ఇది నచ్చని ఆమె భర్త ఈ దారుణానికి పాల్పడి ఉంటాడని దర్యాప్తు అధికారులు ప్రాథమికంగా ధ్రువీకరించారు. నిందితుడు భద్రేశ్ కెనడా పారిపోయి ఉంటాడని లేదా భారత్‌కు తిరిగి వెళ్లి ఉండొచ్చని అనుమానిస్తున్నారు.

జగన్‌ను కొనియాడిన ప్రవాసాంధ్రులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ముఖ్య మంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి పరిపాలన జన రంజకంగా ఉంది అని పలువురు ప్రవాసాంధ్రులు కొనియాడారు. ఏ పి ఎడిటర్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో కిర్లంపూడి లే అవుట్ లో గల ఒక హోటల్‌లో జగన్ పాలన - ప్రవాసాంధ్రులు స్పందన అంశం మీద జరిగిన రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో పలువురు మాట్లాడుతూ, ఆరోగ్య శ్రీ పరిమితి రూ.25 లక్షలకు పెంచడం ప్రజలకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది అన్నారు. వ్యవసాయ రంగం, ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ రంగంలో ఏ పి గణనీయ వృద్ధి సాధించింది అన్నారు. జగన్ ప్రభుత్వం ముందు చూపుతో సర్వతో ముఖాభివృద్ధి సాధించింది అన్నారు. రాష్ట్ర అభివృద్ధి ప్రపంచ స్థాయికి చేరుకుంది అన్నారు. నాలుగు స్వచ్ఛంద సంస్థలు సహకారంతో సమావేశం ఏర్పాటు చేశామని తెలిపారు.

అనంతరం ప్రవాస ఆంధ్రుడు వెంకట్ మేడపాటి మీడియాతో మాట్లాడారు.

సుమారుగా 40 మంది ఎన్ ఆర్ ఐ లు ఈ రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు అని తెలిపారు. ఏ పిలో సంక్షేమం, అభివృద్ధి విశేషంగా జరిగింది. గత ఐదేళ్లుగా రాష్ట్రంలో 280 కొత్త కంపెనీలు ఏర్పాటు చేశారు. ఇందులో భాగంగా రూ.15 వేల కోట్లు పెట్టుబడులు పెట్టారని చెప్పారు. తద్వారా 30 లక్షల మందికి ఉపాధి అవకాశాలు లభించాయి. కోస్టల్ కారిడార్ రూపంలో కూడా అభివృద్ధి జరుగుతుంది. రాష్ట్రంలో సచివాలయం వ్యవస్థ సత్ఫలితాలు ఇచ్చాయి. ఆరోగ్య శ్రీ లో 25 లక్షల పరిమితి పెంపు ఎంతో గొప్ప విషయం అన్నారు. ఏ పి లో వైసిపి హయాంలో రైతులు, బీసీ, ఎస్సీ,ఎస్టీలకు ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఐదేళ్లలో కొత్తగా నాలుగు లక్షల చిన్న తరహా పరిశ్రమలు ఏర్పాటు అయ్యాయి. వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసీపీ గెలుపు కోసం ప్రజలు కూడా ఎదురు చూస్తున్నారు అని ఆయన పేర్కొన్నారు.

ఉమ్మడి అభ్యర్థుల గుర్తులపై విస్తృత ప్రచారం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా ఎన్టీఆర్ బెల్లం వ్యాపారస్తులు, తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి నాయకులు ఉమ్మడి అభ్యర్థుల కొణతాల రామకృష్ణ జనసేన గ్లాస్ గుర్తుపై బిజెపి పార్లమెంట్ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ కమలం గుర్తుపై పోటీ చేస్తున్న విషయాన్ని సుమారు 200 కుటుంబాలకు ఇంటింటి ప్రచార కార్యక్రమంలో వివరించారు. శనివారం ఉదయం ఏడు గంటల నుండి 10 గంటల వరకు పూల్ బాగ్ జంక్షన్ నుండి జగన్నాథ థియేటర్ రోడ్డు వరకు గుర్తుల ను పరిచయం చేస్తూ వారిచేత ఎవరు గుర్తు ఎవరికీ ఓటర్ల చేత నినాదాలు చేయించారు. రాష్ట్ర భవిష్యత్తు కోసం మీ పిల్లలు భవిష్యత్తు కోసం ఒక రాక్షస పాలన నుండి పన్నుల భారాల నుండి ప్రజలకు విముక్తి కలగాలంటే, చెత్త పన్ను పోవాలంటే రెండు గుర్తులు మీ అమూల్యమైన ఓటు ముద్రలను గ్లాస్ గుర్తుపై, కమలం గుర్తుపై వేసి వైసిపి నిరంకుశ పాలన నుండి ప్రజలకు విముక్తి కలిగే విధంగా మీ ఓటు వేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. మధ్య నిషేధం చేస్తామని హామీ ఇచ్చి మా కుటుంబాలను నట్టేట ముంచారని మా మాంగల్యాలతో చెలగాటమాడుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తపరిచారు. ఈ కార్యక్రమంలో సామాజిక సేవా కార్యకర్త కాండ్రేగుల సత్యనారాయణ, ఎన్టీఆర్ మార్కెట్ వ్యాపారస్తులు బొడ్డేడ రాము, కర్రి సన్యాసి నాయుడు, యల్లపు సత్యనారాయణ, బొడ్డేడ చిన్న రాము, పాలిమేర బాబ్జి, బిజెపి రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు కొణతాల అప్పలరాజు, కాండ్రేగుల నూక రామలింగస్వామి, కాండ్రేగుల వెంకట్ వీర అప్పారావు, కాండ్రేగుల సూర్య అప్పారావు, పీలా శ్రీనివాసరావు, జనసేన నాయకులు విల్లూరి హరి, కైచర్ల లోకేష్, బిశెట్టి టాటా, మహిళా నాయకురాలు బిశెట్టి హేమ, కాయల ప్రసన్న, కూరాకుల భారతి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖలో ఫ్లెక్సీల కలకలం! 7 ప్రశ్నలతో ఏర్పాటు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలోని తూర్పు నియోజకవర్గంలో ఏర్పాటు చేసిన ఫ్లెక్సీలు కలకలం సృష్టించాయి. ఎంవీపీ కాలనీలోని బస్ కాంప్లెక్స్ ఎదుట 7 ప్రశ్నలతో కూడిన ఫ్లెక్సీలు శనివారం దర్శనమిచ్చాయి. "విశాఖలోని సిరిపురంలో క్రిస్టియన్ భూములు కొట్టేసిందెవరు? స్థల వివాదాల్లో తలదూర్చి సొంత కుటుంబం కిడ్నాప్‌నకు కారణమైందెవరు? ఐపీఎస్ అధికారుల స్థలాలనూ కబ్జా చేసిందెవరు? వృద్ధుల కోసం ప్రభుత్వం కేటాయించిన ఆశ్రమ స్థలాలను కాజేసిందెరు?" అంటూ ప్రశ్నలు సంధించారు. తూర్పు నియోజకవర్గంలో ఓ ప్రధాన పార్టీ అభ్యర్థిని ఉద్దేశించే ఈ ఫ్లెక్సీలు ఏర్పాటు చేసినట్లు గుసగుసలు వినిపిస్తున్నాయి.

పరవాడలో ఘనంగా సీతారాముల వారి పందిరి రాట

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా మండల కేంద్రమైన పరవాడలో శ్రీరామనవమి పురస్కరించుకొని శనివారం సీత రాములవారి పందిరి రాట ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈనెల 17న జరగనున్న శ్రీరామనవమి మహోత్సవం ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు సర్పంచ్ సిరిపురపు అప్పలనాయుడు తెలిపారు. సర్పంచ్ అప్పలనాయుడు దంపతులు, ఎంపీపీ పైల వెంకట పద్మ లక్ష్మి శ్రీనివాస్ దంపతులు, మాజీ సర్పంచ్ చుక్క రామునాయుడు దంపతులు పాల్గొని స్వామివారి పూజలు చేసి, రాట కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్ బండారు రామారావు, పెద్ద చెరువు రైతు సంఘం అధ్యక్షుడు రెడ్డి శ్రీనివాసరావు, పెద్దలు పైల పోతి నాయుడు, వార్డు మెంబర్ పోతల అప్పలనాయుడు, పైల హరీష్, చీపురుపల్లి సన్యాసిరావు, పైలా టీవీ అప్పారావు, అధిక సంఖ్యలో మహిళలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కార్మిక నేత కోన సత్యనారాయణకు ఘన నివాళులు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని మూలపేట గ్రామంలో గల ఏఐటీయూసీ నేత కోన లక్ష్మణ ఇంటి వద్ద తన తండ్రి అయిన దివంగత కార్మిక నేత కోన సత్యనారాయణ సంతాప సభ కార్యక్రమము జరిగింది అనకాపల్లి రిక్షా కార్మిక సంఘాల ఐక్యవేదిక కన్వీనర్ సూదికొండ మాణిక్యాలరావు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో అనకాపల్లి వైఎస్ఆర్సిపి శాసనసభ అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ తెలుగుదేశం పార్టీ మాజీ జిల్లా అధ్యక్షులు దాడి రత్నాకర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ శాసనసభ అభ్యర్థి ఐ ఆర్ గంగాధర్ సమాజ్ వాది పార్టీ పార్లమెంట్ అభ్యర్థి కోన గురవయ్య శాసనసభ అభ్యర్థి ఉమ్మి వెంకట యాదవ్ సిపిఐ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బాలేపల్లి వెంకటరమణ సహాయ కార్యదర్శి రాజన దొరబాబు సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి కె.లోకనాథం సిఐటియు నేత శ్రీరామ్ వైయస్సార్సీపి పట్టణ అధ్యక్షులు మందపాటి జానకిరామరాజు బిజెపి పార్టీ మాజీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కొణతాల అప్పలరాజు మూలపేట గ్రామ పెద్దలు చేవ్వకుల ఈశ్వరరావు పలక విష్ణు పలువురు ఎంపీటీసీలు పలు గ్రామల సర్పంచ్‌లు తదితరులు పాల్గొని ప్రసంగిస్తూ ఒక సాధారణ కార్మికుడిగా జీవితం ప్రారంభించి రిక్షా కార్మిక సంఘ నాయకుడిగా ఎదిగి కార్మిక వర్గం కోసం ఎన్నో పోరాటాలు చేసిన కోన సత్యనారాయణ సేవలు అపూర్వమైనవని ఆయన మరణం కార్మిక వర్గానికి తీరని లోటని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. మూలపేట గ్రామ ప్రజలు వివిధ ప్రజా సంఘాలు, కార్మిక సంఘాల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

ఇవిఎంల కేటాయింపును పరిశీలించిన కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి

విజయనగరం: స్థానిక ఇవిఎం గోదాములో నిర్వహిస్తున్న ఇవిఎంల కేటాయింపు ప్రక్రియను జిల్లా కలెక్టర్, జిల్లా ఎన్నికల అధికారి నాగలక్ష్మి శనివారం పరిశీలించారు. ర్యాండమైజేషన్ ద్వారా ఈవిఎంలను వివిధ నియోజక వర్గాలకు ఇప్పటికే కేటాయించిన విషయం తెలిసిందే. రాష్ట్ర ఎన్నికల సాధారణ పరిశీలకులు, రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు సమక్షంలో కంప్యూటర్ ఆధారంగా కలెక్టరేట్లో ఈ ఎంపిక జరిగింది. దీనిలో నియోజకవర్గాలకు వచ్చిన ఇవిఎంల సీరియల్ నంబర్ల ప్రకారం, వాటిని ఆయా నియోజకవర్గాల వారీగా వేరుచేసి, స్కానింగ్ చేసే కార్యక్రమం ప్రస్తుతం జరుగుతోంది. ఈ ప్రక్రియనే కలెక్టర్ పరిశీలించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె.కార్తీక్, డిఆర్ఓ ఎస్‌డి అనిత, ఇవిఎమ్స్ నోడల్ ఆఫీసర్ బి.ఉమాశంకర్, డిఆర్డిఏ పిడి ఏ.కళ్యాణ చక్రవర్తి, నెల్లిమర్ల తాశిల్దార్ రామరాజు, రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు, రెవెన్యూ, డిఆర్డిఏ, అర్.డబ్ల్యు.ఎస్. సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మీ శరీరంలో ఈ మార్పులు ఉంటే మీ బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్ ఎక్కువే!

మధుమేహం గురించిన అవగాహన మనలో చాలా తక్కువగా ఉంది, నిజానికి మనం అనేక అపోహలను నమ్ముతాము. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తుల సంఖ్య నిరంతరం పెరగడానికి ఇదే ప్రధాన కారణం. మధుమేహం లక్షణాలు తరచుగా మూత్రవిసర్జన, నెమ్మదిగా గాయం మానడం మరియు అలసట.

దురదృష్టవశాత్తు, చాలామంది ఈ లక్షణాలను విస్మరిస్తారు మరియు వ్యాధి తీవ్రం అవ్వడానికి అనుమతిస్తారు. మధుమేహంతో సంబంధం ఉన్న కొన్ని అసాధారణ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఈ లక్షణాలను గుర్తించడం ద్వారా, వ్యాధిని ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించవచ్చు.

మెడ నల్లబడటం: మెడపై చర్మం మందంగా మరియు నల్లగా ఉండటం మధుమేహానికి సంకేతం. ఈ చర్మం కొన్నిసార్లు గరుకుగా మారుతుంది. అకాంథోసిస్ నైగ్రికన్స్ అని పిలువబడే ఈ పరిస్థితి గజ్జ మరియు చంకలలో కూడా కనిపిస్తుంది.

మూత్ర మార్గం అంటువ్యాధులు: మూడు ప్రాథమిక కారణాల వల్ల, అనియంత్రిత అధిక రక్త చక్కెర స్థాయిలు ఉన్న వ్యక్తులు మూత్ర మార్గము అంటువ్యాధులు అభివృద్ధి చెందే అవకాశం ఉంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉన్న యూరినరీ ట్రాక్ట్ బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలకు కారణమవుతుంది. దాంతో నిరోధక వ్యవస్థ పనితీరును ప్రభావితం చేస్తుంది.

సువాసనగల శ్వాస: మధుమేహ లక్షణాల్లో మరొక లక్షణం ఫ్రూట్ వాసన, దీనిని వైద్యపరంగా డయాబెటిక్ కీటోయాసిడోసిస్ అంటారు. శరీరం ఇన్సులిన్‌ను ఉపయోగించలేనప్పుడు అది శక్తి కోసం కొవ్వును విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది మరియు ప్రక్రియలో కీటోన్‌లు విడుదలవుతాయి. రక్తంలో కీటోన్ల అధికంగా ఉండటం వల్ల శ్వాసలో అసిటోన్ వాసన లేదా పండ్ల వాసన వస్తుంది.

నోరు తడి ఆరిపోవడం: నోరు పొడిబారడం మధుమేహం యొక్క అసాధారణ లక్షణం. అధకచక్కెర లాలాజల స్రావాన్ని తగ్గిస్తుంది, కాబట్టి నోరు పొడిబారుతుంది. ఫలితంగా, నోటిలో చాలా తక్కువ లాలాజలం స్రవిస్తుంది. ఇది దంతాలు మరియు చిగుళ్ళకు కూడా ప్రమాదాన్ని కలిగిస్తుంది.

వికారం: వికారం మరియు వాంతులు ఆరోగ్య సమస్యలకు శరీరంలో సాధారణ ప్రతిచర్య. ముఖ్యంగా, ఇది మధుమేహం యొక్క ప్రధాన లక్షణం. మధుమేహం శరీరంలో జీర్ణ సామర్థ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. అధిక రక్త చక్కెర గ్యాస్ట్రోపరేసిస్‌కు కారణమవుతుంది, ఇది మీరు ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసే విధానాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది.

కాలులో విపరీతమైన నొప్పి: కాళ్లు లేదా పాదాలలో నొప్పి ఎక్కువగా ఇబ్బంది కలిగిస్తుంటే, అది ఆ వ్యక్తి రక్తంలో చక్కెర అధికంగా ఉండవచ్చని సంకేతం. మధుమేహం, లేదా డయాబెటిక్ న్యూరోపతి వల్ల కలిగే నరాల నష్టం, అవయవాలలో నొప్పి లేదా తిమ్మిరికి దారితీస్తుంది. చాలా మంది వ్యక్తులు తమ అవయవాలలో మంటను అనభవిస్తారు.

రోజూ ఉదయం నానబెట్టిన శెనగలు గుప్పెడు తినండి

శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే ఏ పనినైనా చురుగ్గా, సమర్థవంతంగా చేయగలుగుతారు. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే పౌష్టికాహారాన్ని ఎంచుకుని తినాలి. ఉదయం పూట ఖాళీ కడుపుతో పోషక విలువలున్న ఆహారాన్ని తీసుకుంటే, ఆ ఆహారాలలోని పోషకాలను శరీరం పూర్తిగా గ్రహిస్తుంది. కాబట్టి అల్పాహారం ఆరోగ్యకరంగా ఉండాలని అంటారు. అలాగే ఉదయం పూట ఖాళీ కడుపుతో కొన్ని ఆహారాలు తినడం చాలా మంచిది. ఆ ఆహారాల జాబితాలో శెనగలు కూడా ఒకటి. ఉదయాన్నే నిద్రలేచి ఖాళీ కడుపుతో శెనగలు తింటే అందులోని పోషకాలు పూర్తిగా శరీరంలోకి చేరి అనేక రోగాల బారిన పడకుండా ఉంటాయి.

చికపీస్(శెనగలు)లో నలుపు మరియు తెలుపు అనే రెండు రకాలు ఉన్నాయి. బ్లాక్ చిక్ పీస్ లో ఐరన్ మరియు ఇతర పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ నల్ల శెనగలను ఉడకబెట్టడం కంటే, నీటిలో నానబెట్టి, ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఒక పిడికెడు తింటే శరీరంలో ఎన్నో అద్భుతాలు జరుగుతాయి.

1. ప్రోటీన్ మరియు ఐరన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది: శాకాహారులకు ప్రోటీన్ లోపం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ. కాబట్టి అలాంటి వారికి ఆహారంలో ప్రోటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటే ప్రోటీన్ పెరుగుతుంది. శనగలను నానబెట్టి ఉదయాన్నే ఒక పిడికెడు తింటే శరీరానికి కావలసిన ప్రోటీన్లు అందుతాయి. ఇందులో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల రక్తహీనత నుండి కూడా బయటపడవచ్చు.

2. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది: నానబెట్టిన చికపీస్‌లో పీచుపదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి కాబట్టి వాటిని రోజూ ఉదయం తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. ఇది శరీరం నుండి హానికరమైన టాక్సిన్స్‌ను బయటకు పంపడానికి మరియు శరీరం మరియు జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. మీరు ఇప్పటికే జీర్ణ సమస్యలతో బాధపడుతుంటే, ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో నానబెట్టిన శనగలు తినడం వల్ల మలబద్ధకం మరియు అజీర్ణం నుండి బయటపడవచ్చు.

3. గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది : నానబెట్టిన చికపీస్‌లో యాంటీఆక్సిడెంట్లు మరియు ఫైటోన్యూట్రియెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి రక్తనాళాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని నిరోధించే అవసరమైన ఖనిజాలు కూడా ఇందులో ఉన్నాయి. ఫలితంగా, గుండె సమస్యల ప్రమాదం తగ్గుతుంది.

4. బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారా? : అలాంటప్పుడు శనగలు చాలా సహాయం చేస్తాయి. ఎందుకంటే నల్ల శనగల్లో యాంటీఆక్సిడెంట్లే కాకుండా, ఫైబర్ కూడా పుష్కలంగా ఉంటుంది, ఇది కడుపుని ఎక్కువసేపు నిండుగా ఉంచుతుంది మరియు ఆకలిని అరికడుతుంది. ఎక్కువ సేపు కడుపు నిండుగా ఉంటే ఖండాంతర ఆహారాల పట్ల ఆకలి తగ్గుతుంది. ఫలితంగా బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది.

5. కొలెస్ట్రాల్ కరిగిస్తుంది : నల్ల శెనగల్లో కరిగే ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది పిత్త ఆమ్లాలను బంధించడంలో సహాయపడుతుంది మరియు శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్ మొత్తాన్ని తగ్గిస్తుంది. ప్రధానంగా ఇందులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ మొత్తం ఆరోగ్యానికి మంచిది.

6. జుట్టుకు మంచిది : బ్లాక్ బీన్స్ లో అవసరమైన విటమిన్లు మరియు మినరల్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. జుట్టు ఆరోగ్యానికి ఇవి చాలా అవసరం. మరియు ఇందులోని ప్రోటీన్ జుట్టు కుదుళ్లను బలంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది మరియు జుట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది. కాబట్టి మీకు హెయిర్ ఫాల్ ఎక్కువగా ఉన్నట్లయితే, ప్రతిరోజూ ఉదయం శెనగలను నానబెట్టి తినండి.

7. శక్తిని పెంచుతుంది: మీరు తీవ్రమైన శారీరక అలసట, బలహీనతను అనుభవిస్తున్నారా? కాబట్టి ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో నానబెట్టిన నల్ల శనగలను ఒక గుప్పెడు తినండి. ఇది రోజంతా శరీరానికి కావలసిన శక్తిని అందిస్తుంది. ప్రధానంగా శనగలును రోజూ తీసుకుంటే శరీర బలం పెరిగి బలహీనత నివారిస్తుంది.

8. రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ: ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో నానబెట్టిన బ్లాక్ బీన్స్ తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. అయితే, బ్లాక్ బీన్స్‌లోని కాంప్లెక్స్ కార్బోహైడ్రేట్లు నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతాయి మరియు చక్కెరను నెమ్మదిగా రక్తప్రవాహంలోకి విడుదల చేస్తాయి. మరియు బ్లాక్ బీన్స్‌లోని కార్బోహైడ్రేట్లు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గిస్తాయి మరియు టైప్-2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి.

9. క్యాన్సర్ నివారిస్తుంది: ప్రతిరోజూ ఉదయం నానబెట్టిన కొన్ని నల్ల శెనగలలో ఉండే ఫైటోన్యూట్రియెంట్లు మరియు యాంటీఆక్సిడెంట్ల కారణంగా రొమ్ము మరియు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

10. చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది: మనం తినేవి మన ముఖం మీద ప్రతిబింబిస్తాయి. ప్రతి రోజూ ఉదయాన్నే నానబెట్టిన నల్ల శనగలు ఒక గుప్పెడు తీసుకుంటే, చర్మ సమస్యలను నివారించి, చర్మ కాంతిని పెంచుతుంది.

బ్రేక్ ఫాస్ట్ మానేస్తే బరువు తగ్గుతారా?

ఉదయం లేవగానే మనందరం ఎదురుచూసేది ఏదైనా ఉందంటే అది అల్పాహారమే. ప్రతి ఒక్కరూ అల్పాహారం తినడానికి ఇష్టపడతారు కానీ చాలా మంది వారి పని భారం మరియు బద్ధకం కారణంగా అల్పాహారం తినకుండా మానేస్తుంటారు.

రోజు ప్రారంభంలో మనం తీసుకునే అల్పాహారం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే రోజు ప్రారంభంలో మనం తీసుకునే అల్పాహారం ఆరోజుకి ఒక ఇంజన్ లా పనిచేస్తుంది. భోజనంలో అది రారాజు అని, రోజులో అత్యంత ముఖ్యమైన భోజనం అని చాలా ఏళ్లుగా చెబుతున్నారు. అయితే బ్రేక్‌ఫాస్ట్‌కి ఇంత ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం అవసరమా, దాని గురించి చెప్పేదంతా నిజమేనా అనేది మనం తెలుసుకోవాలి. ఇక్కడ, మీరు అల్పాహారం గురించి కాలక్రమేణా చెప్పబడిన అపోహలు మరియు వాస్తవాల గురించి తెలుసుకోవచ్చు.

అపోహ: అల్పాహారం రోజులో అత్యంత ముఖ్యమైన భోజనం

వాస్తవం: ఇది పూర్తిగా తప్పు కానప్పటికీ, ఇది పూర్తిగా సరైనది కాదు. ఎందుకంటే మనం రాత్రి 8నుండి 9, 10 గంటలకు తీసుకున్న ఆహారం తర్వాత మన శరీరం రాత్రంతా ఎక్కువ గంటలు ఆహారం ఉండదు. కాబట్టి, ఉదయం మనం తినే మొదటి భోజనం కాబట్టి అల్పాహారం మన ఆహారంలో ముఖ్యమైన భాగం. ఉదయం తినడం వల్ల జీవక్రియ మొదలవుతుంది, అయితే బ్రేక్ ఫాస్ట్ లో మనం ఏమి తింటాము అనేది కూడా చాలా ముఖ్యం. అంతే కాకుండా ఉదయం ఏం తింటున్నాం, రోజంతా ఎప్పుడు తింటున్నాం అనేది ముఖ్యం. మీరు ఆరోగ్యకరమైన మరియు సమతుల్య భాగాలను తిన్నంత మాత్రాన మీరు రోజుకు మూడు లేదా రెండు పూటలా తిన్నా పర్వాలేదు.

అపోహ: అల్పాహారం తినడం వల్ల రోజంతా తక్కువగా తినవచ్చు

వాస్తవం: మీరు ఫైబర్ మరియు ప్రోటీన్లతో కూడిన అల్పాహారాన్ని తీసుకుంటే, అది మీ ఆకలిని బాగా నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. అయితే, అల్పాహారం తినడం వల్ల రోజులో మీ మొత్తం కేలరీల తీసుకోవడం తగ్గిపోతుందని ఎటువంటి హామీ లేదు. బ్రేక్‌ఫాస్ట్ స్కిప్పర్లు చాలా కాలంగా తినని కారణంగా లంచ్‌లో ఆకలి ఎక్కువగా ఉండవచ్చు, కానీ అల్పాహారం తినే వారు తక్కువ కేలరీలు తింటున్నారని దీని అర్థం కాదు. దాహం, నీరసం లేదా ఒత్తిడి వంటి అనేక కారణాలు అల్పాహారం తిన్న తర్వాత కూడా రోజంతా హమ్ చేసేలా చేస్తాయి.

అపోహ: అల్పాహారం తీసుకోవడం వల్ల బరువు తగ్గుతారు

అల్పాహారం తినడం ఒక వ్యక్తి రోజంతా వారి కేలరీల తీసుకోవడం తగ్గించడంలో సహాయపడుతుందనే భావనపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అయితే, మీకు ఇష్టమైన మరియు పోషకమైన అల్పాహారం లేకపోతే, మీరు అల్పాహారం మానేసిన వారి కంటే మధ్యాహ్నం ఎక్కువగా తినడానికి అవకాశం ఉంటుంది. బరువు తగ్గడం విషయానికి వస్తే మీరు తినే ఆహారం నాణ్యత చాలా ముఖ్యం. అందువల్ల, అల్పాహారం తినడం వల్ల మీరు బరువు తగ్గాల్సిన అవసరం లేదు, ఎందుకంటే మీరు బరువు తగ్గడానికి కేలరీల లోటులో ఉండాలి.

అపోహ: అల్పాహారం మానేయడం వల్ల కండరాల నష్టం జరుగుతుంది

వాస్తవం: మీరు బలాన్ని పొందేందుకు ప్రయత్నిస్తుంటే మరియు అల్పాహారం మానేయడం వల్ల కండరాల నష్టం జరుగుతుందా అని ఆలోచిస్తున్నట్లయితే, చింతించకండి. దీర్ఘకాల ఉపవాసం కండరాల ద్రవ్యరాశిని తగ్గించగలదనేది నిజమే అయినప్పటికీ, కండర ద్రవ్యరాశిని విచ్ఛిన్నం చేయడానికి శరీరానికి 16 గంటల ఉపవాసం అవసరం. మీరు డిన్నర్‌ను దాటవేయాలని ప్లాన్ చేస్తే తప్ప, కండరాల బలం కోల్పోవడం గురించి ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు.

అపోహ: అల్పాహారం మానివేయడం బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది

కొందరు వ్యక్తులు బరువు తగ్గాలనే ఉద్దేశంతో అల్పాహారాన్ని దాటవేయడాన్ని ఎంచుకుంటారు. అయితే, మీరు అల్పాహారం దాటవేసి, 300 కేలరీలు ఆదా చేస్తే, మధ్యహ్నన భోజనం మరియు రాత్రి భోజనంలో 600 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కేలరీలు తింటే, మీరు బరువు తగ్గలేరు ఎందుకంటే మీ శరీరం ఎక్కువ క్యాలరీలను ఒకే సారి తగ్గించదు. అలాగే, ప్రతి ఒక్కరి అల్పాహారం అవసరాలు భిన్నంగా ఉంటాయి. కొంతమంది ఉదయాన్నే ఒక పండు తిని కడుపు నింపుకుంటారు, మరికొందరికి టోస్ట్ మరియు ఆమ్లెట్ తింటారు.ఇలా కేలరీల వినియోగం మరియు బరువు తగ్గడం గురించి మాట్లాడేటప్పుడు ఈ ప్రాధాన్యతలు ముఖ్యమైనవి.

అపోహ: పోషకమైన అల్పాహారం సిద్ధం చేయడానికి చాలా శ్రమ పడుతుంది

వాస్తవం: ఆహారం యొక్క నాణ్యత మరియు పోషకాల కంటెంట్ దాని సమయం కంటే చాలా ముఖ్యమైనది. ఇక్కడ అతిపెద్ద అల్పాహారం అపోహలను ఛేదిద్దాం. ఆరోగ్యకరమైన అల్పాహారం సిద్ధం చేయడానికి ఎక్కువ శ్రమ అవసరం లేదు. ఉదాహరణకు, గింజలు మరియు క్రీమ్‌తో ఆరోగ్యకరమైన సలాడ్‌ను సిద్ధం చేయడానికి కొన్ని నిమిషాలు మాత్రమే పడుతుంది. టోస్ట్‌తో గిలకొట్టిన గుడ్ల ప్లేట్ 10 నిమిషాలు పడుతుంది. ప్రోటీన్లు, ఫైబర్, విటమిన్లు, మినరల్స్ మరియు మంచి కొవ్వులు అధికంగా ఉండే మీ బ్రేక్‌ఫాస్ట్ ఐటమ్‌లను ఎంచుకున్నారని నిర్ధారించుకోండి.

మడమల మీద ఒత్తిడి పడితే నొప్పి వస్తుందా..

మడమ నొప్పికి ప్రధాన కారణం ప్లాంటార్ ఫాసిటిస్. అరికాలి మడమ ఎముక నుండి పాదాల బంతి వరకు నడిచే బలమైన స్నాయువు. మడమ ఎముకకు లిగమెంట్ అంటుకునే చోట నొప్పి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ సమస్య 40-70 ఏళ్ల వయస్సులో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది.

గర్భిణీ స్త్రీలలో ప్లాంటార్ ఫాసిటిస్ కూడా ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ఇది అధిక బరువు లేదా ఊబకాయం ఉన్నవారిలో కూడా సంభవిస్తుంది.

అకిలెస్ టెండినిటిస్ అనేది మీ కండరాలను మడమ ఎముకకు కలిపే కణజాల బ్యాండ్. నడుస్తున్నప్పుడు, దూకేటప్పుడు, పరిగెత్తేటప్పుడు దీన్ని ఉపయోగిస్తారు. అకిలెస్ టెండినిటిస్ అనేది రన్నర్లు, భారీ వ్యాయామం చేసేవారిలో ఒక సాధారణ సమస్య.

హీల్ బుర్సిటిస్ అనేది గట్టిగా నడవడం వల్ల మడమల మీద మంట వస్తుంది. బూట్లు మడమపై ఎక్కువ ఒత్తిడిని కలిగించినప్పుడు కూడా ఈ సమస్య ఏర్పడుతుంది. మీరు సాధారణంగా మడమ లోపల లేదా వెనుక భాగంలో నొప్పిని అనుభవించవచ్చు. రోజు గడుస్తున్న కొద్దీ ఈ నొప్పి తీవ్రమవుతుంది.

యువ క్రీడాకారులలో మడమ నొప్పి ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ఇది సాధారణంగా 8-13 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల బాలికలను, 10-15 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల అబ్బాయిలను ప్రభావితం చేస్తుంది. మడమ ఎముక పాదాల స్నాయువుల కంటే వేగంగా పెరుగుతుంది. హీల్ స్పర్స్ వల్ల మడమ ఎముక దిగువన అస్థి పొడుచుకు వస్తుంది. అథ్లెట్లలో మడమ స్పర్స్ ఒక సాధారణ సమస్య. మడమ నొప్పి నుండి తాత్కాలిక ఉపశమనం పొందడానికి వేడి నీటి బ్యాగ్‌తో మసాజ్ చేసుకోండి. ఇది నొప్పిని తగ్గించడమే కాకుండా ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. లేదా బాటిల్‌లో నీళ్లు నింపి ఫ్రిజ్‌లో పెట్టండి. గట్టిపడ్డాక సీసాని గుడ్డలో చుట్టి అరికాళ్లపై మసాజ్ చేయాలి. లేదా రెడీమేడ్ ఐస్ ప్యాక్ కూడా ఉపయోగించవచ్చు. లేదా ఒక బకెట్ గోరువెచ్చని నీటిలో కొంచెం పసుపు, ఉప్పు వేయండి. అందులో మీ పాదాలను కాసేపు నానబెట్టండి. దీంతో మడమ నొప్పి కూడా తగ్గుతుంది.

మీరు నాన్ స్టిక్ పాన్స్ ని వాడుతున్నారా..!

మారుతున్న కాలం ప్రకారం.. అందరూ కొత్త జీవనానికి అలవాటు పడుతున్నారు. టెక్నాలజీ కూడా పెరుగుతుంది. ఇంట్లో, వంటింట్లో కొత్త కొత్త వస్తువులు వస్తున్నాయి. ఈ క్రమంలో గృహిణులకు హెల్ప్ చేసే నాన్ స్టిక్ పాన్స్ వచ్చాయి. వేపుళ్లకు ఇది సరిగ్గా సరిపోతుంది. ఆయిల్ ఎక్కువ వేయకుండా, మాడకుండా ఉంటాయి. దీంతో ఆడవాళ్లందరూ వీటికే ఓటు వేశారు. చాలా మంది ఇప్పుడు ఈ నాన్ స్టిక్ పాన్సే వాడుతున్నారు. అందులో ఈ నాన్ స్టిక్ పాన్స్ పై దోశలు వేస్తే తక్కువ ఆయిల్ తో క్రిస్పీగా, సాఫ్ట్ గా వస్తాయి. అయితే కొన్ని రోజులకు వీటిపై ఉన్న కోటింగ్ ఊడిపోయి చూడటానికి బాగోవు. అలాంటి వాటిని వాడకపోవడమే బెటర్. అయితే వీటిని క్లీన్ చేసేటప్పుడు చాలా జాగ్రత్తలు పాటించాలి. ఇతర గిన్నెలు వాష్ చేసినట్లు.. ఇవి చేస్తే వాటి కోటింగ్ పోతాయి. అలా అవ్వకుండా.. ఇవి ఎక్కువ రోజులు రావాలంటే కొన్ని టిప్స్ పాటించాలి.

నూనె అస్సలు వాడకూడదు: నాన్ స్టిక్స్ పాత్రలు వాడేపట్టప్పుడు నూనె అస్సలు వాడకూడదని చెబుతారు. అయితే కొద్ది మొత్తంలో ఆయిల్ ని వాడవచ్చు. కొంచెం నూనె పాన్ మొత్తం స్ప్రెడ్ చేసి.. ఆ తర్వాత పేపర్ తో పాన్ అంతా తుడవాలి.

ఎసిడిక్ ఫుడ్స్ ని వాడకూడదు: నాన్ స్టిక్ పాన్స్ లో ఎసిడిక్ ఫుడ్స్ ని చేయకూడదు. అలా చేస్తే వాటి కోటింగ్ త్వరగా పోతుంది.

ఎక్కువగా వాడకూడదు: నాన్ స్టిక్ పాత్రలు బావుంటున్నాయి కదా అని అన్నింటికి వాటినే వాడకూడదు. ఎక్కువ ఆహారాలు వండి.. ఎక్కువగా వాష్ చేస్తే వాటిపై ఉండే నాన్ స్టిక్ పొర ఊడిపోతుంది.

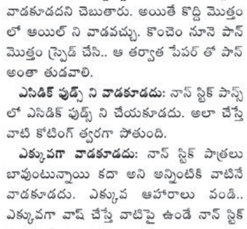
మెటల్ స్పూన్స్-కత్తులు వాడకూడదు: నాన్ స్టిక్ వాడేటప్పుడు మెటల్ స్పూన్స్, పదునైన కత్తులు వాడకూడదు. కత్తులని వాడటం వల్ల నాన్ స్టిక్ తవాపై పొర ఊడి వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

మీడియం మంట మీదనే వాడాలి: నాన్ స్టిక్ పాత్రలను హై ఫ్లేమ్ లో ఉంచకూడదు. ఈ పాన్స్ తక్కువ, మధ్యస్థ వేడికి అనుకూలంగా ఉంటాయి.

నాన్ స్టిక్ పాన్స్ ని ఇలా క్లీన్ చేయాలి: ఈ పాత్రలను సబ్బు నీటితో క్లీన్ చేయవచ్చు. ఆ తర్వాత మెత్తని స్పాంజ్‌తో క్లీన్ చేసుకోవాలి. అలాగే పదునైన అంచులు ఉన్న కంటైనర్ మధ్యలో వీటిని పెట్టకూడదు. వీటికంటూ సపరేట్ ప్లేస్ ఉండాలి. వీటిని వంట చేసిన వెంటనే కడగకూడదు. కాసేపు నీటిలో నానబెట్టి కడగాలి.

ఇలా చిన్న చిన్న టిప్స్ పాటిస్తే.. నాన్ స్టిక్ పాన్స్ ఎక్కువ రోజులు వస్తాయి. అయితే ఈ నాన్ స్టిక్ పాన్స్ ని వాడితే క్యాన్సర్ వస్తుందని ఇప్పటికే పలు అధ్యయనాలు కూడా చెప్పాయి. వీటి వల్ల సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ ఎక్కువ కానీ.. బెనిఫిట్స్ ఉండవని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ధనియాలు, జీలకర్ర, బెల్లం కలిపి చిన్నచిన్న గుళికల్లా తీసుకుంటే కీళ్ళ నెప్పులు తగ్గుతాయి!



ధనియాలు. మసాలలో వీటిని విరివిగా వాడుతుంటారు. ధనియాల తినడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. అవేమిటో తెలుసుకుందాము. నిద్రలేమితో బాధపడే వారు ధనియాల కషాయంలో కొద్దిగా పాలు కలుపుకొని తాగితే నిద్ర బాగా పడుతుంది. ధనియాలు, జీలకర్ర, బెల్లం కలిపి నూరుకుని గుళికల్లా చేసుకొని మూడు పూటలా ఒక్కోటి వేసుకొంటే కీళ్ల నొప్పులు తగ్గుతాయి.

గర్భవతులు తమ ఆహారంలో ధనియాలు తీసుకోవడం వల్ల గర్భకోశానికి ఎంతో మేలు కలుగుతుంది. అజీర్తితో బాధపడేవారు ధనియాలకి తగినంత ఉప్పు కలిపి దోరగా వేయించి మిక్సీలో వేసి పొడిచేసి రోజూ ఆ పొడి వాడితే సమస్య తగ్గుతుంది. కడుపులో మంట, కడుపు నొప్పి, తలనొప్పి, మలబద్ధకం వున్నవారు ధనియాల పొడిని మజ్జిగలో కలుపుకొని త్రాగితే తగ్గిపోతుంది.

బియ్యం కడిగిన నీటిని కలిపి ధనియాలు మెత్తగా నూరి, ముద్ద చేసి దానికి పటికబెల్లం చేర్చి కొద్ది మోతాదుల్లో తింటే పిల్లలకు వచ్చే దగ్గు, ఆయాసం తగ్గుతాయి. ధనియాలు తీసుకోవడం వల్ల స్త్రీలతో పాటు పురుషులకు కొత్త శక్తి వస్తుంది, మేలు చేస్తుంది.

భరద్వాజ కళాక్షేత్రంలో నంది అవార్డు గ్రహీత డేవిడ్ రాజు కు,దాలినాయుడికు ఘనంగా సన్మానం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శ్రీ సాయి కళానికేతన్ వెల్ఫేర్ సొసైటీ 307వ నెల వారి కార్యక్రమంలో భాగంగా మాధవధారలోని భరద్వాజ కళాక్షేత్రంలో జరిగిన కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రతిష్టాత్మక నంది అవార్డు గ్రహీత అయిన డేవిడ్ రాజు ను ఘనంగా సత్కరించారు. సంస్థ అధ్యక్షులు చౌదరి అప్పారావు జీవీఎంసీ అడిషనల్ కమిషనర్ పల్లి నల్లనయ్య, వార్డు కార్పొరేటర్ ప్రసాద్ గారు, ప్రముఖ న్యాయవాది వెంకటరమణ, అంతర్జాతీయ వెయిట్ లిఫ్టర్ కంచరాన సూర్యనారాయణ, తాతారావు గారు వంటి ప్రముఖుల సమక్షంలో సంస్థ నిర్వాహకులు, నంది అవార్డు గ్రహీతలైన బి వి ఏ నాయుడు గారు విజయ సారథి, విజయ సాయి లో ఆధ్వర్యంలో సత్కారం ఘనంగా జరిగింది. అంతకుముందు ప్రముఖ పౌరాణిక కళాకారులు శ్రీ దాలినాయుడిని ఘనంగా సత్కరించారు. అనంతరం శ్రీకృష్ణ రాయబారం పద్య నాటకం ప్రదర్శించారు.

అదానీ గంగవరం పోర్టు కార్మికుల డిమాండ్లను పరిష్కారం చేయాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): అదానీ గంగవరం పోర్టులో పనిచేస్తున్న నిర్వాసితులు, జిపిఎల్, జిపిఎస్ పర్మినెంట్ కార్మికులతో పాటు కాంట్రాక్ట్ కార్మికులు, లోడింగ్, అన్‌లోడింగ్, ట్రాన్స్ పోర్టు, మెకానికల్, ఎలక్ట్రికల్ ఆపరేటర్స్ కార్మికుల తమ న్యాయమైన డిమాండ్లను అదానీ గంగవరం పోర్టు యాజమాన్యం, ప్రభుత్వం తక్షణమే పరిష్కారం చేయాలని, గతంలో ఇచ్చిన హామీలు అమలు చేయాలని సిపిఎం విశాఖ జిల్లా కార్యదర్శి మరడాన జగ్గునాయుడు డిమాండ్ చేసారు.

గత 5రోజులుగా అదానీ గంగవరం పోర్టు కార్మికులు చేస్తున్న పోరాటానికి సంఘీభావంగా సిపిఎం విశాఖ జిల్లా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో శనివారం జివిఎంసి గాంధీవిగ్రహం వద్ద నిరసన చేపట్టింది. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి జిల్లా కార్యదర్శి జగ్గునాయుడు మాట్లాడుతూ అదానీ గంగవరం పోర్టు కార్మికులకు ఇతర పోర్టుల వలె కనీసవేతనం 36000 రూ.లు అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేసారు. సుమారు మూడు వేలకు పైగా పనిచేస్తున్న గంగవరం పోర్టును షాప్స్ అండ్ ఎస్టాబ్లిష్‌మెంట్ పరిధిలో గత తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం తెచ్చి కార్మికులకు వేతనాలు పెరగకుండా, కార్మికచట్టాలు అమలు కాకుండా ద్రోహం చేసిందన్నారు. వైసిపి ప్రభుత్వం కూడా ఫ్యాక్టరీచట్టంలోకి తీసుకురాకుండా గత ప్రభుత్వ విధానాన్నే కొనసాగించి నేడు బిజెపి కలిసి అదానీకి గంగవరం పోర్టును కట్టబెట్టడాన్ని తీవ్రంగా విమర్శించారు. గతంలో 64 రోజులు పాటు సమ్మెచేస్తే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, ప్రజాప్రతినిధులు, యాజమాన్యం కలిసి కార్మికుల డిమాండ్లను పరిష్కరిస్తామని వ్రాతపూర్వకంగా హామీ ఇచ్చి అమలు చేయకపోవడాన్ని తీవ్రంగా దుయ్యబట్టారు.

అదానీ గంగవరం పోర్టులో ఎరువులు, బొగ్గు, రసాయిన విషపదార్థాల మధ్య కార్మికులు పనిచేయడం వలన అనారోగ్య సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారన్నారు. కార్మికులే కాకుండా గాజువాక, మల్కాపురం పరిసర ప్రాంతాల ప్రజలు కూడా పోర్టు కాలుష్యానికి బాధితులయ్యారన్నారు. పోర్టు కాలుష్యాన్ని తక్షణం అరికట్టి, సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ నిర్మించి మెరుగైన వైద్యం అందించాలని డిమాండ్ చేసారు.

పోర్టులో పనిచేసిన క్రమంలో కార్మికులు చనిపోతే ఆందోళనలు చేస్తేగాని యాజమాన్యం నష్టపరిహారం చెల్లించడం లేదన్నారు. గత ఒప్పందం ప్రకారం మరణించిన కార్మికుని కుటుంబానికి 50లక్షలు నష్టపరిహారం, ఒకరికి ఉద్యోగం ఇవ్వాలన్నారు.

గంగవరం పోర్టు నిర్మాణం వలన నిర్వాసితులు తమ భూములు, వేట, ఉపాధిని కోల్పోయారని గుర్తుచేసారు. అటువంటి నిర్వాశితులకు నేడు న్యాయం చేయకుండా టిడిపి, వైసిపి, బిజెపి, జనసేన పార్టీలతో పాటు అదానీ యయాజమాన్యం కార్మికుల శ్రమను దోచుకొని లాభాలు సంపాదిస్తోందన్నారు. తక్షణమే నిర్వాసిత కార్మికులకు, పర్మినెంట్, కాంట్రాక్ట్ కార్మికుల డిమాండ్లను పరిష్కరించకపోతే ఆందోళన ఉధృతం చేస్తామని హెచ్చరించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శివర్గ సభ్యులు బి.జగన్, నాయకులు పి.వెంకటరెడ్డి, జి.వి.ఎన్.చలపతి, జి.అప్పలరాజు, ఎం.సూరీడు, జి.వి.రమణ, అనపర్తి అప్పారావు, వి.నరేంద్రకుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రామనారాయణంలో కన్నుల పండువగా నృత్యోత్సవం

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): వసంత నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా ప్రముఖ ఆధ్యాత్మికకేంద్రం రామనారాయణంలో నృత్యోత్సవం అంగరంగవైభవంగా జరిగింది. అమృత శ్రీవర్షిణి స్కూల్ ఆఫ్ డాన్స్ విద్యార్థులు తమ నృత్యంతో అందరినీ అలరించారు. అనంతరం చిన్నారులను, డాన్స్ స్కూల్ వ్యవస్థాపకులు సౌమ్యను నారాయణం నీరజవల్లి అభినందించారు.

దక్షిణంలో వెనుక బడి వున్న వంశీ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ దక్షిణ నియోజక వర్గంలో కూటమి అభ్యర్థి వంశీ కృష్ణ శ్రీనివాస్ ప్రచారంలో వెనుక బడి పోయారు అని 39 వార్డు కార్పొరేటర్ మహ్మద్ సాదిక్ పేర్కొన్నారు. ఆయన శనివారం మీడియాతో మాట్లాడారు. దక్షిణంలో సర్వేలు కూడా వంశీ కి ప్రతికూలంగా వున్నాయి అన్నారు. వంశీ దక్షిణంలో నాన్ లోకల్ గా ప్రచారం సాగుతోంది అన్నారు. దీంతో గెలవాల్సిన స్థానంలో ఒడిపోవాల్సిన దుస్థితి దాపురించిం ది అని విచారం వ్యక్తం చేశారు. ఎమ్మెల్సీ పదవికి రాజీనామా చేయకుండా జన సేన పార్టీలో చేరిన తరువాత వైసిపి నాయకులను టార్గెట్ చేసి సస్పెండ్ అయ్యేలా స్కెచ్ వేశారు అని ఆరోపించారు. వంశీని మార్చి 12 న పార్టీ మారినందున సస్పెండ్ చేశారు. ఏప్రిల్ 4 న ఎమ్మెల్సీ పదవి కోసం కోర్టును ఆశ్రయించారు. దక్షిణ నియోజక వర్గం ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అని ప్రకటించుకున్న మరుసటి రోజే కోర్టు ను ఆశ్రయించడం విడ్డూరంగా ఉందన్నారు. సానుభూతి కోసం పవన్ కళ్యాణ్ ను మోసం చేసినట్లు అధిష్ఠాన వర్గానికి వివరించాను అని గుర్తు చేశారు. దక్షిణ నియోజక వర్గంలో మైనారి టి వ్యక్తి అయిన తనకు టికెట్ ఇస్తే విజయం సాధిస్తాను అన్నారు. వంశీ కృష్ణ శ్రీనివాస్ కుట్ర చేసి టికెట్ సాధించారు అని ఆరోపించారు. వంశీ కృష్ణ శ్రీనివాస్ ప్రకాశం జిల్లా నుంచి వ్యాపారం నిమిత్తం విశాఖ వచ్చారు అని గుర్తు చేశారు. ఆయన తనను బెదిరించడం హాస్యాస్పదం అన్నారు. ముస్లిం వీధుల్లో తిరగ గలవా అని ప్రశ్నించారు. అధిష్ఠాన వర్గానికి ఇప్పటికే ఫిర్యాదు చేసాము అన్నారు. విజయం సాధించాల్సిన దక్షిణ నియోజక వర్గం టికెట్ సమర్థులకే కేటాయించాలి అని కోరారు. కార్పొరేటర్ కందుల నాగ రాజు ఇండిపెండెంట్ గా పోటీ చేస్తారు, మత్స్య కార సెల్ నేత మూగి శ్రీనివాస రావు జన సేన పార్టీకి రాజీనామా చేసే యోచనలో ఉన్నారు అని ఒక ప్రశ్నకు సమాధానంగా చెప్పారు. స్థానిక అభ్యర్థి కే టికెట్ ఇవ్వాలి అని కోరారు.

మీడియా సమావేశంలో దక్షిణ నియోజక వర్గం జన సేన నేతలు సూరాడ తాతా రావు, అర్జిల్ల మసీను, మశ్రుల్లా ఖాన్, ఎం డి సలీం, బుక్కారీ ఖాన్, మోతి భాయ్, రాగతి భాను, పీ.రమ, షేక్ అభిధా, కనక మహాలక్ష్మి, బొడ్డి అప్పారావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ధన రాజకీయాలను ఓడించి... ప్రజా గొంతుకను అసెంబ్లీకి పంపుదాం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): కేంద్రంలోని బీజేపీతో ప్రత్యక్షంగా అంటకాగుతున్న టీడీపీ, జనసేన, పరోక్షంగా కలిసి ఉంటూ రాష్ట్రాన్ని అన్ని విధాల సర్వనాశనం చేసిన వైసీపీ పార్టీల ధన రాజకీయాలను ఓడించి ప్రజా ప్రజాపక్షణ నిలబడి పోరాటం చేస్తున్న ఇండియా కూటమి అభ్యర్థులను గెలిపించి అసెంబ్లీలో ప్రజా గొంతుక వినపడేందుకు తాము కృషి చేస్తామని విశాఖలోని పలు పౌర ప్రజాసంఘాల నేతలు స్పష్టం చేశారు.

విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గ సీపీఐ అభ్యర్థి అత్తిలి విమల అభ్యర్థిత్వాన్ని బలపర్చుతూ విశాఖలో పౌర ప్రజాసంఘాల నేతలు మద్రిపాలెం లో శనివారం విలేకరుల సమావేశం నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ కేంద్రంలోని బీజేపీ, రాష్ట్రంలోని వైసీపీ రెండు ప్రభుత్వాలు ప్రజల నుంచి ఓటు అడిగే నైతిక హక్కు లేదని, గత ఎన్నికల సమయంలో చేసిన వాగ్దానాలు ఏఒక్కటి అమలు చేసిన పరిస్థితి లేదని ఆరోపించారు. విభజన సమయంలో కేంద్రం ప్రకటించిన హామీలు అమలు కాలేదని వాటిని సాదించేందుకు ప్రస్తుత అధికార వైసీపీ, ప్రతికపక్ష పార్టీలు కేంద్రంపై ఒత్తిడి తీసుకురావడంలో వైఫల్యం చెందాయని విమర్శించారు. స్వప్రయోజనాలకు ప్రాధాన్యత ఇస్తూ రాష్ట్రాన్ని అధోగతిపాలు చేసిన వైసిపి, ఎన్ డి ఎ కూటమి అభ్యర్థులను చిత్తుగా ఓడించి ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణకు కృషి చేయాలని విజ్ఞప్తి చేసారు.

సమావేశంలో విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గ సీపీఐ అభ్యర్థి అత్తిలి విమల, విదసం ఐక్యవేధిక రాష్ట్ర కన్వీనర్ డాక్టర్ భూసి వెంకట్రావు,పౌర ప్రజాసంఘాల వేదిక సమన్వయకర్త పి.చంద్రశేఖర్, ఐద్వా నాయకురాలు బొట్టా ఈశ్వరమ్మ, ఏ ఐ ఎస్ ఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి నాగరాజు,కాంగ్రేస్ నాయకులు సోడిదాసు సుధాకర్, ఏఐటీ యూసీ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎం మన్మథ రావు, ఇన్సాఫ్ జిల్లా నాయుకులు ఎస్ కె రెహమాన్, విశాఖ పశ్చిమ నియోజకవర్గ సీపీఐ ఇంచార్జి కసిరెడ్డి సత్యనారాయణ, ఏపీ ఆటో వర్కర్స్ యూనియన్ నేత జి వామనమూర్తి,ఏ పి మత్స్య కార్మిక సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ఎన్ నాగభూషణరావు, వసుపల్లి.నల్లయ్య కోడా వజ్రం, ఆదినారాయణ, ఏపి మహిళా సమాఖ్య జిల్లా కార్యదర్శి ఏం.డి బేగం, అధ్యక్షులు వనజాక్షి, పుష్పలత, ప్రజా నాట్య మండలి నాయకులు దేవుడమ్మ, డీ హెచ్ పి ఎస్ నేత ఏ.రవి,అరసం ప్రతినిధి క్షేత్రపాల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసీపీ గెలుపు ఖాయం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసీపీ గెలుపు ఖాయం అని ఎమ్మెల్సీ వరుదు కల్యాణి పేర్కొన్నారు. సిరిపురంలో గల కార్యాలయంలో ఆమె శనివారం మీడియాతో మాట్లాడారు. నెల రోజుల్లో రాష్ట్రంలో ఎన్నికలు జరుగుతాయి. వైసీపీ బస్సు యాత్రలకు ప్రజలు నుంచి విశేష స్పందన లభించింది అన్నారు. ప్రభుత్వ వ్యతిరేకత వుండడం సాధారణం. కానీ, రాష్ట్రంలో ప్రజాదరణ ఇంకా కనిపిస్తుంది. కూటమి గతంలో ఇచ్చిన హామీలు కూడా నెరవేరలేదు. సి ఎం జగన్ ని విమర్శించే వారు ప్రజలకు చేసిన మేలు వుంటే చెప్పుకోవాలి. ఫ్యాన్ ఇంట్లో వుంది, జగన్ ప్రజలు గుండెల్లో వున్నారు. ప్రతిపక్ష కూటమి కాల కుట విషం కక్కుతున్న వైనం ప్రజలు గమని స్తున్నారు. చంద్ర బాబు నాయుడు అగ్ని వాయువు అయితే జగన్ తుఫాన్ అన్నారు. చంద్ర బాబు 600 దొంగలు మాదిరిగా కూటమి సమావేశాలు జరుగుతున్నాయి అన్నారు. నమ్మకానికి సీఎం జగన్ కేర్ ఆఫ్ అడ్రెస్ అన్నారు. కూటమి హామీలు ప్రజలు నమ్మే స్థితిలో లేరు. బద్దలు కావల్సింది తాడేపల్లి కాదు పుండవల్లి లో ఆక్రమించి కట్టిన కరకట్ట బద్దలు కావాల్సి వుంది. సచివాలయం, వాలంటీర్ వ్యవస్థ కొనసాగిస్తాం అంటున్న కూటమి అవసరం ప్రజలకు లేదు. పవన్ కళ్యాణ్ వలంటీర్లు మీద గతంలో అభాండాలు వేశా రు. జగన్ విజనరీ వల్లనే సచివాలయం వ్యవస్థ ను కొనసాగిస్తాం అని కూటమి చెప్పడమే వైసిపి పాలన గొప్పదని నిదర్శనం. రాష్ట్రంలో అవినీతి లేని పాలన చేస్తున్నారు అని కొనియాడారు. టీడీపీ హయాంలో ప్రతిపక్షాలు మెచ్చిన మంచి పనులు మచ్చుకైనా కనిపించవు అని ఎద్దేవా చేశారు. జగన్నాథ రథ చక్రాలు కింద గ్లాసు, సైకిల్ పగిలి పోతాయి, కమలం రెక్కలు విరిగిపోతాయి అని అన్నారు. రైతు రుణ మాఫీ చేయనీ, నిరుద్యోగ భృతి అందజేయని టీడీపీ ఓటమి ఖాయం. చంద్ర బాబు నాయుడు సేఫ్టి డ్రైవర్ కాదు, వరస్ట్ డ్రైవర్ అని ఎద్దేవా చేశారు. హోదా ఇవ్వని బీజేపీతో టీడీపీ, జన సేన కూటమి ఏర్పాటు హాస్యాస్పదం అన్నారు. జగన్ ను జైలుకు పంపుతారు అని పవన్ కళ్యాణ్ టీట్ చేయడం విడ్డూరం. చంద్ర బాబు నాయుడు లోకేష్ కూడా అవినీతి పరులనీ గతంలో మోడీ ఆరోపించి నందున వారు ఎప్పుడు జైలుకి వెళతారు అని పవన్ కళ్యాణ్ మోడీ నీ ప్రశ్నించాలి అని డిమాండ్ చేశారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసీపీ గెలుపు ఖాయం అన్నారు.

నవోదయ కాలేజీలో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థినీ విద్యార్థులను అభినందించిన అధ్యాపక బృందం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఇంటర్ ఫలితాల్లో విశాఖపట్నం శ్రీ నవోదయ జూనియర్ కాలేజీ విద్యార్థినీ, విద్యార్థులు కార్పొరేట్ కళాశాలలకు దీటుగా ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించి ప్రతిభ చాటారని కాలేజ్ సెక్రటరీ, కరస్పాండెంట్ భీశెట్టి రాము తెలిపారు.శనివారం కాలేజీ లో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థినీ, విద్యార్థులకు ఏర్పాటుచేసిన అభినందన కార్యక్రమంలో అయన మాట్లాడుతూ తమ నిపుణులైన అధ్యాపక బృందం నిబద్ధత వల్లే ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించామన్నారు. 2014 లో ప్రారంభించిన తమ కాలేజీ నానాటికీ మెరుగైన ఫలితాలు సాధిస్తోందన్నారు. పట్టుదల, స్వయంకృషి ఉంటే నిర్దేశిత లక్ష్యాన్ని సాధించడం కష్టమేమీకాదని తమ అధ్యాపక సిబ్బంది నిరూపించారన్నారు. రెండవ సంవత్సరం ఎంపీసీ లో టీ సాత్విక 984 మార్కులు,జె రాణి రెడ్డి 979 మార్కులు,కే భరత్ 976 బైపీసీ లో పీ మేనక 980 మార్కులు, కె కృష్ణ భవాని 978 మార్కులు, సాధించారని, ఇంటర్ మొదటి సంవత్సరం ,ఎంపీసీ లో కే సత్యసాయి ప్రసీద 458 మార్కులు,యూ లావణ్య 457 మార్కులు బైపీసీ లో బీ హేమ మాధురి 431 మార్కులు,ఎం ప్రవల్లిక 428 మార్కులు,ఎన్ ప్రేమకుమారి 426 మార్కులు సాధించినట్లు తెలిపారు.భవిష్యత్తులో మరింత మెరుగైన ఫలితాలు సాధించడానికి తమ అధ్యాపక అధ్యాపక బృందంతో కలిసి ప్రణాళికలు రూపొందించామన్నారు.

ఈ సందర్భంగా ఉత్తమ మార్కులు సాధించిన విద్యార్థినీ, విద్యార్థులకు కళాశాల సెక్రటరీ, కరస్పాండెంట్ భీశెట్టి రాము,డీన్ మురళి ప్రసాద్ భీశెట్టి,డైరెక్టర్ లు భీశెట్టి విశ్వ కీర్తి,భీశెట్టి భవాని మరియు ఉపాధ్యాయులు పుష్పగుచ్ఛాలు అందజేసి, మిఠాయిలు తినిపించి అభినందనలు తెలిపారు.

కెకె రాజుకి ఆత్మీయ స్వాగతం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఇటీవలే మార్నింగ్ వాక్ పేరుతో ఎన్నికల ప్రచారం చేపడుతున్న వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఉత్తర నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి శ్రీ కె కెరాజుకి ఆత్మీయ స్వాగతం లభిస్తుంది. ఈ మేరకు జీవీఎంసీ 53 వార్డు పరిధి శ్రీరామ్ నగర్, శివనగర్ తదితర ప్రాంతాల్లో ఈరోజు వార్డు కార్పొరేటర్ బర్కత్ అలీ తో కలిసి ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఇంటింటా ప్రచారం నిర్వహించిన ఆయనకు స్థానికులు ఘన స్వాగతం పలికి హారతులు పట్టారు. రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి పూర్తి మద్దతిస్తామని స్థానిక మహిళలు హామీ ఇచ్చారు. కె కె రాజు మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి అదేశాల మేరకు ఇటీవల నిర్వహించిన గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమం ద్వారా తమకు స్థానికల వద్ద నుండి మంచి ఆదరణ లభించిందని అన్నారు.

ప్రతి ఒక్కరూ సంక్షేమ పాలనకు మద్దతుగా ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ గెలుపుకి సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమం లో 53వార్డు అధ్యక్షులు గుజ్జు వెంకటరెడ్డి,డైరెక్టర్స్ భాకిశ్యామ్ కుమార్ రెడ్డి, రాయుడు శ్రీను,షేక్ బాబ్జి,హనుమంత్, పైడిరాజు, పట్నాల కనకరాజు, సంపత్, జ్ఞానేష్, రామలక్ష్మి, ఝాన్సీ, జోషనా, జయ, సుశీల, మరియు సీనియర్ నాయకులు ఏం.సునీల్, అంబటి శైలేష్, పార్టీ శ్రేణులు కార్యకర్తలు, సచివాలయం కన్వీనర్లు,గృహ సారథులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రామ్ కి ఎస్ సి జెడ్ కార్మిక హక్కులు కాపాడాలి

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): పరవాడ రాంకి ఎస్సీ జడ్ లో కార్మిక హక్కులు, కార్మిక చట్టాలు కాపాడాలి సిఐటియు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు గనిశెట్టి సత్యనారాయణ డిమాండ్ చేశారు. శనివారం ఆయన రాంకి ఎస్సీ జడ్ లో పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన దృష్టికి ఒరిస్సా రాష్ట్రానికి చెందిన 150 మంది కార్మికులు, మహిళలు, చిన్నారులు ఏ విధమైన సౌకర్యాలు లేకుండా తడకల గుడారాలను నివాసాలుగా ఏర్పాటుచేసి కార్మికులకు భద్రత లేకుండా మహిళలు, చిన్నారులకు మరుగుదొడ్లు కూడా లేకుండా ఉంచారన్నారు. కార్మిక చట్టాలు అమలకు నోచుకోవడం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు, ఈఎస్ఐ, పిఎఫ్ అమలు చేయడం లేదని అన్నారు, రసాయనిక పరిశ్రమలు ఆనుకొని ఏర్పాటు చేశారు. పరిశ్రమలు ఉత్పత్తి చేస్తున్న కార్మికులను నివాసాలు ఏర్పాటు చేసిపెట్టడం మంచిది కాదన్నారు. కడుపు చేత పట్టుకొనీ కొంతమంది భార్య పిల్లలతో వలస వచ్చిన పేదలు దుర్భర జీవితాలు గడుపుతున్నారు. పగలంతా పనిచేసి రాత్రి ఈ గుడారాల్లోనే తలదాచుకుంటున్నారు. ఏ విధమైన సదుపాయాలు లేని గుడారాల్లో పిల్లలు తల్లులు ఉంటున్నారు. మలవిసర్జనకు ఆరుబయటే మహిళలు చిన్నారులు వెళ్తున్నారు. మహిళలకుఇలాంటి ప్రాంతంలో రక్షణ ఎవరు కల్పిస్తారని గని శెట్టి ప్రశ్నించారు.గతంలో అచ్చుతాపురం ఎస్సీ జడ్ లో ఒక మహిళ పై అత్యాచారం చేసి హత్య చేసిన ఘటనతోనైనా జిల్లా అధికారులు పరిశ్రమల వద్ద ఇలాంటి గుడారాలు ఏర్పాటు చేయకుండా తగు చర్యలు తీసుకోవాల్సి ఉన్నది. స్పెషల్ ఎకనామిక్ జోన్ అంతర్జాతీయంగా అభివృద్ధి చెందిన పరిశ్రమల వద్ద ఈ విధంగా చిన్నారులు చదువుకి దూరంగా ఉంచడం దుర్మార్గం. ఇప్పటికైనాడెవలప్మెంట్ కమిషనర్, కార్మిక శాఖ, పోలీస్, రెవెన్యూశాఖలు విచారణ చేసి తగు చర్యలు తీసుకోవాలని గని శెట్టి డిమాండ్ చేశారు దీనిపై జిల్లా కలెక్టర్ కి ఫిర్యాదు చేస్తున్నట్లు గని శెట్టి తెలిపారు.

విశాఖ 2వ అదనపు జిల్లా కోర్టు పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ గా 'కాండ్రేగుల ' కి అదనపు బాధ్యతలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్నం జిల్లా ప్రధాన, సెషన్స్ కోర్టు పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ కాండ్రేగుల జగదీశ్వర్ రావు విశాఖపట్నం రెండవ అదనపు జిల్లా కోర్టు పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ గా అదనపు బాధ్యతలు చేపట్టారు.ఈ మేరకు ఆయనను నియమిస్తూ ప్రభుత్వం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఈయన ప్రధాన జిల్లా కోర్టు పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ గా విధులు నిర్వహిస్తూనే, రెండవ అదనపు జిల్లా కోర్టు పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ గా అదనపు బాధ్యతలు చేపట్టారు. ఈయన 2023 వరకు ఒకటవ అదనపు జిల్లా కోర్టు , మెట్రోపాలిటన్ సెషన్స్ కోర్టు, మాదకద్రవ్యాల నిరోధక చట్టం ఎన్ డి పి ఎస్ ప్రత్యేక కోర్టు ప్రత్యేక పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ గా సేవలందించారు.

కాండ్రేగుల జగదీశ్వర్ రావు గత 26 సంవత్సరాలుగా విశాఖపట్నం బార్ అసోసియేషన్ లో న్యాయవాద వృత్తిలో కొనసాగుతూ, బాధ్యతాయుతమైన పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ గా నియమితులు కావడం విశేషం. ఈయన విశాఖపట్నం బార్ అసోసియేషన్ కోశాధికారిగా 2007 లోనూ, ప్రధాన కార్యదర్శిగా 2017 లోనూ ఎన్నికై స్ఫూర్తిదాయకమైన సేవలందించారు . విశాఖపట్నం బార్ అసోసియేషన్ కార్యక్రమాలలోనూ, చేపట్టే ఉద్యమాలలోనూ చురుకుగా పాల్గొంటూ, క్రియాశీలకంగా పనిచేస్తూ అందరి మన్ననలు పొందుతున్నారు. విశాఖపట్నానికి చెందిన జగదీశ్వర రావు సంఘ సేవకునిగాను, సామాజిక కార్యకర్తగాను, రాజకీయ నాయకుని గాను ఉమ్మడి విశాఖ వాసులకు సుపరిచితులు. ఈయన మరిన్ని ఉన్నత పదవులు చేపట్టాలని పలువురు కాంక్షిస్తున్నారు. ఈయన నియామకం పట్ల విశాఖపట్నం బార్ అసోసియేషన్ కార్యవర్గం, ఏపీ రాష్ట్ర బార్ కౌన్సిల్ సభ్యులు, విశాఖ బార్ అసోసియేషన్ న్యాయవాదులు ,న్యాయస్థానాల సిబ్బంది,సంఘ సేవకులు,సామాజిక కార్యకర్తలు, రాజకీయ నాయకులు ,ప్రతినిధులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

కంప్యూటేషనల్ ఇంటెలిజెన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ ప్రోగ్రామ్‌పై రెండు రోజుల జాతీయ సదస్సు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): "కంప్యూటేషనల్ ఇంటెలిజెన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ ప్రోగ్రామ్"పై రెండు రోజుల జాతీయ సదస్సును గాయత్రీ విద్యా పరిషత్ సెక్రటరీ ప్రొఫెసర్ పి. సోమరాజు జీ ఏప్రిల్ 13, 24 తేదీల్లో రుషికొండలోని గాయత్రీ విద్యా పరిషత్ కళాశాల టెక్నికల్ క్యాంపస్‌లో (ఎ) ప్రారంభించారు. . వెళ్లిన. ఈ సందర్భంగా ప్రొఫెసర్ సోమరాజు మాట్లాడుతూ.. నేడు ప్రపంచంలో జరుగుతున్న పెను మార్పులను ఎదుర్కొనేందుకు నేటి తరం సిద్ధంగా ఉండాలన్నారు. తరగతి గది, ల్యాబ్ అనే తేడాలు ఉండకూడదన్నారు.

ప్రత్యేక అతిథి మిస్టర్ సురేంద్ర వర్మ పేరిచెర్ల, ఉడెమీ నుండి ఉత్తమ శిక్షకుడు సాంకేతిక మార్పుల గురించి తన అంతర్దృష్టితో సమావేశాన్ని ప్రేరేపించారు మరియు ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ యొక్క డిజిటల్ ట్విన్ టెక్నాలజీ గురించి పంచుకున్నారు.

"A1కి బలమైన గణిత నేపథ్యం మరియు కోడింగ్ అవసరం" ప్రొఫెసర్ D.V.L.N. యొక్క ప్రారంభ పదాలు. ముఖ్యఅతిథిగా కర్నూలులోని ఐఐఐటీడీఎం డైరెక్టర్ సోమయాజులు ప్రసంగిస్తూ ఏ1 శరవేగంగా మారుతున్నదని, సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో విద్యార్థులు ఎప్పటికప్పుడు అప్‌డేట్ కావాలని, కృషి, అంకితభావం, నిబద్ధత ఉంటేనే ఇది సాధ్యమని పునరుద్ఘాటించారు. ప్రొఫెసర్ సోమయాజులు జీ విద్యార్థులు స్టార్టప్‌లను ప్రారంభించి, ఉద్యోగార్థులుగా కాకుండా అవకాశాల ప్రదాతలుగా మారాలని ప్రోత్సహించారు. మరియు అతనికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

టీచర్ ప్రగడ రాజగణపతి , ఆచార్య. వి.ఎస్.ఆర్. ప్రసాద్, గాయత్రీ విద్యా పరిషత్ సభ్యులు ఆచార్య ఎస్. రజని, ప్రిన్సిపాల్ గాయత్రీ విద్యా పరిషత్, ఆచార్య పి. వినయ్, డైరెక్టర్ టెక్నికల్ కోర్సులు మరియు ఆచార్య ఎన్. కంప్యూటర్ సైన్స్, టెక్నికల్ కోర్సుల విభాగాధిపతి రామన్ మూర్తి, రెండు రోజుల జాతీయ సదస్సుకు కోఆర్డినేటర్ డాక్టర్ చంద్రావతి ముఖ్య అతిథిని సన్మానించారు.

80 వ వార్డు లో భరత్ కుమార్ సతీమణి నివేదితకు అపూర్వ స్వాగతం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జీవీఎంసీ 80 వ వార్డు 19 వ సచివాలయం పరిధిలో కార్పొరేటర్ కొణతాల నీలిమ -భాస్కర్, శ్రీ నూకాంబికా అమ్మవారి దేవస్థానం చైర్మన్ కొణతాల మురళి కృష్ణ నేతృత్వంలో శ్రీ భోగలింగేశ్వర దేవస్థానం డైరెక్టర్ కాండ్రేగుల రాము, గౌరీ పి. ఎ.సి.ఎస్ డైరెక్టర్ పెంటకోట సన్యాసి నాయుడు, సచివాలయం కన్వీనర్లు ఆళ్ల శంకర్, పెట్ల నాగేశ్వరావు,రైతు విభాగం సెక్రటరీ మద్దాల సురేష్, యువజన నాయకుడు కర్రి కిరణ్ ల పర్యవేక్షణలో జరిగిన గడప గడపకు కార్యక్రమంలో మలసాల నివేదిత ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు.ముందుగా పల్లపు వీధి, బుద్ధ ప్రకాష్ రావు నాయుడు వీధి, అరుంధతి నగర్ లో పర్యటన సాగింది భర్త మలసాల భరత్ కుమార్ కు మద్దతుగా మలసాల నివేదిత 80 వ వార్డు లో విస్తృతంగా పర్యటించారు. అడుగడుగునా మహిళలు హారతులతో నీరాజనాలు పలికారు. ప్రతి గడపకు వెళ్లి ప్రజలతో నివేదిత మమేకమై వారి యోగక్షేమాలను అడిగి తెలుసుకుని ఎన్నికల కరపత్రాలను పంపిణీ చేశారు. తన భర్త భరత్ కుమార్ కు ఒక్క అవకాశం కల్పించాలని ఓటర్లను అభ్యర్థించారు భరత్ కు ఒక్క అవకాశం ఇచ్చి ఎమ్మెల్యేగా గెలిపిస్తే అనకాపల్లి ని అభివృద్ధి చేస్తారని, ప్రజల సమస్యలను పరిష్కరిస్తారని చెప్పారు తామంతా భరత్ కుమార్ గెలుపుకు సహకరిస్తామని భరోసా ఇచ్చారు . మే 13 న జరిగే సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో రెండు ఓట్లను పార్లమెంట్ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాల నాయుడు, అసెంబ్లీ అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ కు ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి గెలిపించాలని ప్రజలను కోరారు..ఈ కార్యక్రమంలో గౌరీ పి. ఎ. సి. ఎస్ చైర్మన్ విల్లూరిశివసూరి, సూర్యనారాయణ మూర్తి స్వామి దేవస్థానం చైర్మన్ కే. ఎమ్. నాయుడు, భోగలింగేశ్వరా దేవస్థానం చైర్మన్ ఆళ్ల నాగేశ్వరావు,యువజన విభాగం అధ్యక్షుడు వేగి త్రినాథ్, కర్రి రుద్రి నాయుడు, పెంటకోట శ్రీను, రైతు నాయకులు కర్రి రమేష్, కర్రి మోదినాయుడు, దేవస్థానాల డైరెక్టర్లు పీలా శ్రీను,బుద్ధ నర్సింగరాజు, పెంటకోట అప్పల నాయుడు, మారిశెట్టి శ్రీను, వాసుపల్లి తాతయ్యలు, వైష్ణవ కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ నారాయణ మూర్తి దంపతులు ,ఆళ్ల జయంతి, బొడ్డేడ శ్రీదేవి, వైసీపీ యువనాయకులు ఎల్లపు వాసు, పెంటకోట దామోదర్, కాండ్రేగుల శ్యాం కుమార్, సూరిశెట్టి రవి, కాండ్రేగుల దేవా,కొణతాల గంగాధర్, సునీల్, సూరిశెట్టి నాయుడు, తొండ గీతాంజలి, శరగడం రవిశంకర్ పార్టీ నాయకులు,కార్యకర్తలు, మహిళలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కూటమి గెలుపు ఖాయం

సీఎం రమేష్ వెల్లడి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి పార్లమెంట్ పరిధి మాడుగుల నియోజక వర్గం చీడికాడలో టీడీపీ కూటమి అభ్యర్థి పైలా ప్రసాదు అధ్యక్షతన కార్యకర్తల సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిధిగా అనకాపల్లి పార్లమెంట్ బీజేపీ ఉమ్మడి అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బీజేపీ ,టీడీపీ,జనసేన కూటమి అధికారం లోకి రావడం ఖాయమన్నారు. ఈ నెల రోజులు నాయకులు, కార్యకర్తలు గెలుపుకోసం కృషి చేయాలని కోరారు. కష్టపడి పని చేసిన ప్రతి కార్యకర్తకు తగిన గుర్తింపు వస్తుందన్నారు. .అనంతరం జరిగిన బహిరంగ సభలో రమేష్ మాట్లాడుతూ వైసీపీ అరాచక పాలన పోయే రోజులు దగ్గరలోనే ఉన్నాయన్నారు. ఏపీ రాష్ట్రాన్ని నాశనం చేసిన వైసీపీని ప్రజలు ఓటు ద్వారా ఓడించాలని విజ్ఞప్తి చేసారు. రాష్ట్రంలో కూటమి పట్ల ప్రజా స్పందన చూస్తుంటే టీడీపీ, బీజేపీ, జనసేన ల గెలుపు లాంఛనమేనని పేర్కొన్నారు. ఈ ఎన్నికలు రాష్ట్ర ప్రయోజనాన్ని, ప్రజల భవిష్యత్తును నిర్దేశిస్తాయని, అందువలన టిడిపి,బిజెపి,జనసేన పార్టీల నాయకులు,కార్యకర్తలు సైన్యం లా పనిచేసి విజయానికి కృషి చేయాలని రమేష్ పిలుపునిచ్చారు. కాగా, మాజీముఖ్యమంత్రి,టీడీపీ జాతీయ అధ్యక్షులు నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఈనెల 14వ తేదిన మన పార్లమెంట్ ప్రాంతం అయిన పాయకరావుపేట, చోడవరం లలో జరుగానున్న బహిరంగ సభలలో పాల్గొంటారని, ఈ సభలను జయప్రదం చేయాలని కార్యకర్తలకు, అభిమానులకు, శ్రేయోభిలాషులకు సీ ఎం రమేష్ పిలుపు నిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో అధిక సంఖ్యలో బీజేపీ, టీడీపీ, జనసేన కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

జనసేనాని కొణతాలకు అపూర్వ ఆదరణ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని వెంకుపాలెం , తగరంపూడి , మెట్టపాలెం జగన్నాధపురం , సీతానగరం గ్రామాల్లో జరిగిన మహాత్మ గాంధీ నేషనల్ రూరల్ ఎంప్లాయిమెంట్ గ్యారంటీ స్కీం సభ్యులతో జరిగిన గ్రామ సభల్లో కూటమి అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణకు ప్రజలు ఘన స్వాగతం పలికారు. ఈ సమావేశాల్లో కొణతాలతో పాటుగా మాజీ ఎమ్మెల్యే పీలా గోవింద సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు. సమావేశాల్లో మండల స్థాయి నాయకులు పలువురు ప్రజలు ఆయా గ్రామాల్లో ఉన్నటువంటి సమస్యలపై మాట్లాడుతూ పవన్ కళ్యాణ్ కి తోడుగా మీ ఆశయాలు కలవడం మీరు గెలవాలని మీలాంటి నాయకులను మేము ఎప్పటికీ వదులుకోమని మీరు రాజకీయాల్లో ఉన్న లేకపోయినా మా నాయకుడు మీరేనని రైతుల కోసం ఎన్నో పోరాటాలు ఉద్యమాలు చేసిన నాయకుడు ఎవరైనా ఉన్నారు అంటే అది వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి తర్వాత మీరు మాత్రమేనని కచ్చితంగా మిమ్మల్ని గెలిపించుకు తీరుతామని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా కొణతాల రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ మీకు మీ పిల్లలు భవిష్యత్తు బాగుండాలంటే మన ప్రాంతంలో నిరుద్యోగులకు ఉపాధి అవకాశాలు కలగాలంటే ఖచ్చితంగా కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడాలని కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే మీకు వస్తున్నటువంటి వృద్ధాప్య పెన్షన్ 50 ఏళ్లకు నుంచి నెలకు 4000 రూపాయలు చొప్పున ఇవ్వడం జరుగుతుందని అలాగే మీ పిల్లలకు ఇద్దరున్నా ముగ్గురు ఉన్నా ప్రతి ఒక్కరికి ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ ఇస్తామని మహిళలకు సంవత్సరానికి మూడు గ్యాస్ సిలిండర్లు ఉచితంగా ఇస్తామని ఇలా ఎన్నో పథకాలను రూపొందించిన చంద్రబాబునాయుడు పవన్ కళ్యాణ్ నరేంద్ర మోదీ కూటమిగా ఏర్పడటం మనకు ఎంతో శుభ పరిణామమని ఈ ముగ్గురు త్రిమూర్తులు దగ్గర ఏ శక్తులు పనిచేయవని వైసీపీ ప్రభుత్వాన్ని గద్దె దించడం చంద్రబాబు నాయుడు ముఖ్యమంత్రి కావటం కచ్చితంగా జరుగుతుందని అన్నారు. ప్రస్తుతం ఏదైతే వాలంటరీ వ్యవస్థ ఉందో వారికి పదివేల రూపాయలు ఇచ్చి రాజీనామాలు చేస్తున్నారని వాలంటరీల జీవితాలను ఉరి వేసుకునెలా చేస్తున్నాడని ఇటువంటి దుర్మార్గపు పాలనను అంత మొందించాలని వాలంటరీలు పార్టీలకు అతీతంగా డబ్బుకి ప్రలోభ పడకుండా పనిచేస్తే రాబోయే కూటమి ప్రభుత్వంలో వాలంటీర్ల జీతం కూటమి ప్రభుత్వం పదివేలు ఇవ్వటానికి సిద్ధంగా ఉందని వాలంటీర్ల పేరుతో ఉద్యోగాలు వేసామని చెప్పుకున్న జగన్ వాలంటీర్ల కడుపులపై కొట్టి ఉరి వేసుకునే పరిస్థితి తీసుకొచ్చాడని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమాల్లో తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి ఉమ్మడి నాయకులు కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

రండి "తరలి" రండి "నామినేషన్" కార్యక్రమంలో వేలాదిగా పాల్గొనండి!

24న ఇండిపెండెంట్ అభ్యర్థి వడ్డాది ఉదయకుమార్ నామినేషన్

పెందుర్తి, (విశాఖ సమాచారమ్): పెందుర్తి నియోజకవర్గం అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పోటీ చేయుచున్న ఇండిపెండెంట్ అభ్యర్థి వడ్డాది ఉదయ కుమార్ తాను ఈ నెల 24వ తేదీ ఉదయం 10 గంటలకు పెందుర్తి తహసిల్దార్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన నియోజకవర్గం ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారికి తన నామినేషన్ దాఖలు చేయనున్నట్లు శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలియజేశారు. నామినేషన్ కార్యక్రమానికి స్నేహితులు అభిమానులు బంధువులు, జర్నలిస్టు మిత్రులు అన్ని సామాజిక వర్గాలకు చెందిన నాయకులు పలు ప్రజాసంఘాల నాయకులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొనాలని కోరారు.నామినేషన్ కార్యక్రమంలో వేలాదిగా తరలిరావాలని పిలుపునిచ్చారు. పెందుర్తి నియోజకవర్గం అభివృద్ధి చేయంగా ఎన్నికల్లో ఇండిపెండెంట్ అభ్యర్థిగా పోటీ చేయుచున్నానని ఉదయకుమార్ పేర్కొన్నారు. అభివృద్ధి నిర్లక్ష్యం కాబడి ఎక్కడ వేసిన గొంగళి అక్కడే ఉన్న చందాన పెందుర్తి నియోజకవర్గం ఉన్నదని దానిని అభివృద్ధి చేసి రాష్ట్రాల్లోనే ఆదర్శ నియోజకవర్గంగా తీర్చిదిద్దుతానని ఉదయకుమార్ తెలియజేశారు. నామినేషన్ అనంతరం ప్రజలతో ప్రత్యక్షంగా కలిసి నియోజక అభివృద్ధికి సంబంధించిన తన ఎజెండాను ప్రకటిస్తానని ఉదయ కుమార్ వెల్లడించారు.

నూకంబిక అమ్మను దర్శించుకున్న ఏపి ఎస్సిపిసిఆర్ సభ్యులు సీతారాం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రసిద్ధి చెందిన అనకాపల్లి శ్రీ నూకంబిక అమ్మవారిని ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర బాలల హక్కుల పరిరక్షణ కమిషన్ (ఏపి ఎస్సిపిసిఆర్) సభ్యులు గొండు సీతారాం కుటుంబ సభ్యులతో శనివారం దర్శించుకున్నారు. అనంతరం ఆలయ ప్రాంగణంలో నెలరోజులు పాటు నిర్వహించనున్న జాతరలో భాగంగా లక్షలాది మంది భక్తులు వేలాది మంది పిల్లలు కోసం ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక క్యూ లైన్లు, ఇతర సదుపాయాలపై ఆరా తీశారు. దివ్యాంగ పిల్లలు, చంటి పిల్లలతో దర్శించుకునేందుకు వచ్చే కుటుంబ సభ్యులకు ఎటువంటి దర్శనం ఏర్పాట్లు చేశారో అడిగి తెలుసుకున్నారు. తల్లులు పాలు పెట్టే ప్రత్యేక క్యాబిన్లు ఏర్పాటు, వేడి పాలు, బిస్కెట్లు పంపిణీ కేంద్రాలుపై ఆరా తీశారు.

ఈ సందర్భంగా కమిషన్ సభ్యులు గొండు సీతారాం మాట్లాడుతూ వార్షిక జాతర నెల రోజులు పాటు జరగనున్న నేపథ్యంలో పిల్లల హక్కులు, వారి సంక్షేమానికి ఉపయుక్తంగా ఉండే వివిధ సలహాలు సూచనలను అనుసంధానం చేస్తూ జిల్లా ఉన్నతాధికారులకు, కార్మిక శాఖ, స్త్రీ, శిశు సంక్షేమ శాఖ, విద్యా శాఖాధికారులకు, అమ్మవారి ఆలయ అధికారులకు స్పష్టమైన ఆదేశాలు జారీ చేసినట్టు తెలిపారు. అమ్మ వారి జాతరలో బాలల హక్కులకు ఎక్కడ విఘాతం కలిగినా ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర బాలల హక్కుల పరిరక్షణ కమిషన్ తనదైన శైలిలో వ్యవహరించనున్నట్టు సీతారాం తెలిపారు.

పక్కాగా ఎంసీసీ నిబంధనలు అమలు

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్నికల కోడ్ నిబంధనలను సక్రమంగా అమలు చేయాలని నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తే చర్యలు తప్పవని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి జిల్లా కలెక్టర్ ఎం విజయ సునీత స్పష్టం చేశారు. ఎన్నికల అధికారులకు ఎన్నికల ప్రక్రియలో భాగంగా విధులు కేటాయించిన పీవోలు, ఏపీవోలు తప్పకుండా బాధ్యతలను నిర్వర్తించాలని, తప్పించుకోవడానికి ప్రయత్నించవద్దన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ శిక్షణ సదస్సులకు హాజరుకావాలని, ప్రతి అంశంపైనా క్షుణ్ణంగా అవగాహన పెంచుకోవాలని, అర్థం కాకపోతే అడిగి తెలుసుకోవాలని సూచించారు. ఈవీఎంలు, వివి పాట్, బ్యాలెట్ యూనిట్ నిర్వహణపై అవగాహన కల్పించారు. పోలింగ్ బూత్ ఏర్పాట్లపై పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా వివరించారు. ఏపీ ఆర్ గురుకుల కళాశాలలో జీకే వీధి, కొయ్యూరు, అరకు వ్యాలీ మండలాల పీవో, ఏపీవోల శిక్షణ శిబిరాలను శనివారం ఆమె సందర్శించారు. ఈ క్రమంలో విధులు కేటాయించిన సిబ్బందితో, అధికారులతో కాసేపు మాట్లాడారు. శిక్షణలో నేర్చుకున్న అంశాలపై అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఎంవోటీలు శిక్షణ అందిస్తున్న తీరును పరిశీలించారు. పోలింగ్ ఏజెంట్లకు ఐదున్నర గంటలకు పోలింగ్ ప్రారంభిస్తామని సమాచారం అందించాలన్నారు.

ఈ సందర్భంగా ఎన్నికల ప్రవర్తనా నియమావళి, శిక్షణ అంశాలపై కలెక్టర్ మాట్లాడారు. విధులను అందరూ బాధ్యతగా నిర్వర్తించాలని, నిర్లిప్తత పనికిరాదని హెచ్చరించారు. జిల్లాలో అందుబాటులో ఉన్న అధికారులకు వారి అర్హతల మేరకు పీవో, ఏపీవో విధులు కేటాయించామని అందరూ తప్పకుండా హాజరై వారి విధులను సమర్థంగా నిర్వహించాలని సూచించారు. శిక్షణ సదస్సులకు సమయానికి విచ్చేసి అన్ని అంశాలపై అవగాహన పెంచుకోవాలని, సందేహాలుంటే నివృత్తి చేసుకోవాలని చెప్పారు. ఈవీఎంల వినియోగం, మాక్ పోలింగ్, ఇతర సాంకతిక అంశాలపై సంపూర్ణ అవగాహన పెంచుకోవాలన్నారు. టెండర్ ఓటింగ్, ఛాలెంజింగ్ ఓట్ పై అవగాహన ఉండాలన్నారు. ప్రధానంగా పీవో పాత్ర చాలా కీలకమని, అనుక్షణం అప్రమత్తంగా ఉండాలని పీవోలకు సూచించారు. ఎన్నికల కమిషన్ నిబంధనలను పూర్తిగా తెలుసుకొని సక్రమంగా అమలు చేయాలని చెప్పారు. అందరి సహకారంతో ఎన్నికలను ప్రశాంత వాతావరణంలో నిర్వహించేందుకు జిల్లా యంత్రాంగం తరఫున కృషి చేస్తున్నామని ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఓటింగ్ శాతాన్ని 75 నుంచి 80 శాతం వరకు పెంచేందుకు అందరూ తమ వంతు సహకారం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్ డి సి వివిఎస్ శర్మ పీవోలు, ఏపీవోలు, సెక్టర్ అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా మురళి జన్మదిన వేడుకలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): తెలుగు యువత జిల్లా అధికార ప్రతినిధి బొడ్డేడ మురళీకృష్ణ జన్మదిన వేడుకలు స్థానిక టిడిపి పార్లమెంట్ కార్యాలయంలో తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు మాజీ శాసనమండలి సభ్యులు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ముందుగా మురళిని నాగ జగదీష్ శాలువాతో సత్కరించి మెమొంటోను పట్టణ శాఖ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కేకేవిఏ నారాయణరావు నాగ జగదీష్ కలిపి బహుకరించారు. అనంతరం కేక్ కటింగ్ చేయించి మురళికి ఇరువురు తినిపించారు. తెలుగుదేశం పార్టీ జనసేన బిజెపి నాయకులు మురళిని సత్కరించారు. ఈ సందర్భంగా నాగ జగదీష్ మాట్లాడుతూ మురళి కుటుంబం తల్లిదండ్రుల నుండి కాంగ్రెస్ వ్యతిరేక పార్టీలో ఉంటూ తెలుగుదేశం ఆవిర్భావం నుండి మురళి తండ్రి సూర్య అప్పారావు కార్మిక నాయకుడిగా ఎన్టీఆర్ మార్కెట్ యార్డులో ఉంటూ పార్టీకి ఎల్లవేళలా పనిచేశారని ఇటువంటి నేపథ్యం నుండి వచ్చిన మురళి కార్యకర్తగా, వార్డు అధ్యక్షులుగా, జిల్లా తెలుగు యువత అధికార ప్రతినిధిగా అంచెలంచెలుగా ఎదిగారని నాగ జగదీష్ అన్నారు. డాక్టర్ నారాయణరావు మాట్లాడుతూ మురళి నిబద్ధత కలిగిన కార్యకర్తని పార్టీకి నిరంతరం పనిచేస్తూ పెద్దల మన్ననలు పొందారని, సేవా కార్యక్రమాల్లో గ్రీన్ క్లబ్, లాఫింగ్ క్లబ్ కార్యదర్శిగా చురుకైన పాత్ర వహిస్తున్నారని నారాయణరావు అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బోలిశెట్టి శ్రీనివాస రావు, కడిమిశెట్టి నరసింగరావు, బోడి వెంకట రావు, కోట్ని రామకృష్ణ, కుప్పిలి జగన్, విల్లూరి రమణబాబు, మల్ల గణేష్, మల్ల శివన్నారాయణ, గుడాల సత్య నారాయణ, కాంద్రేగుల సత్యనారాయణ, షేక్ బాబర్, తలారి ప్రసాదు, పూడి త్రినాథ్, బొడ్డేడ శ్రీనివాస్, బివిఎస్ అప్పారావు, బుద్ధ శ్రీనివాసరావు, దొడ్డి జగదీష్, డివివి అప్పారావు, జనసేన పార్లమెంట్ కమిటీ సభ్యులు శ్రీరామదాసు, గోవిందా, భారతీయ జనతా పార్టీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు కొణతాల అప్పలరాజు, తదితరులు పాల్గొని శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

నిరంతర పటిష్ట నిఘా ఉండాలి

పార్వతీపురం,పాచిపెంట/సాలూరు, (విశాఖ సమాచారమ్): సాధారణ ఎన్నికల దృష్ట్యా ఆంధ్రా, ఒడిస్సా సరిహద్దు ప్రాంతాల్లో ఏర్పాటు చేసిన చెక్ పోస్టులు వద్ద నిరంతర పటిష్ట నిఘా ఉండాలని జిల్లా కలెక్టర్ మరియు జిల్లా ఎన్నికల అధికారి నిశాంత్ కుమార్ అన్నారు. శనివారం పాచిపెంట మండలం పద్మాపురం, సాలూరు మండలం పి కోనవలస చెక్ పోస్టను కలెక్టర్ తనిఖీ చేశారు. చెక్ పోస్టుల వద్ద కేసుల నమోదు, నగదు, వాహనాలు సీజ్ చేసిన వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. అక్రమ మద్యం, నగదు తరలించకుండా 24 గంటలూ నిరంతర పటిష్ట నిఘాను పెట్టాలని సూచించారు. చెక్ పోస్ట్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన సీసీ కెమెరాలు ద్వారా చెక్ పోస్ట్ తనిఖీలను కంట్రోల్ రూమ్ నుండి ప్రత్యేక పర్యవేక్షణ ఉంటుందని ఆయన తెలిపారు. చెక్ పోస్టుల నుండి సీసీ కెమెరాలు పని తీరును ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఏ విధమైన ఉదాసీనతను ప్రదర్శించిన సంబంధిత అధికారులపై కఠిన చర్యలు తప్పవని అన్నారు. ప్రజలు తమతో పాటు తీసుకువెళ్ళే నగదు, బంగారం, ఆభరణాలు వంటి వాటికి విధిగా ఆధారాలు కలిగి ఉండాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. మద్యం, మాదక ద్రవ్యాలు రవాణాపై గట్టి నిఘా ఉండాలని ఆయన ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల పరిషత్ అభివృద్ధి అధికారి లక్ష్మీకాంత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అక్రమ రవాణా మరియు సెక్స్ వర్కర్స్ సమస్యలు, డిమాండ్లను పరిగణనలోకి తీసుకోకపోతే నోటాను ఎంచుకొంటాం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): మనవ అక్రమ రవాణా బాధితులు మరియు సెక్స్ వర్కర్స్ తమ జీవితంలో ప్రతి అంశంలోను మరియు కుటుంబం, సమాజం మరియు ప్రభుత్వాల నుంచి కూడా వివక్షత, కళంకం ఎదుర్కొంటూ కనీసం పునరావాసంతోపాటు నష్టపరిహారం అందక చాలా దయనీయ స్థితిలో బ్రతుకులు వెళ్ళదీస్తూ ఉన్నారని, వీరి సమస్యలపై రాజకీయ పార్టీలు దృష్టి పెట్టి తమ ఎన్నికల మేనిఫెస్టోలో తమకు హామీ ఇవ్వాలని కోరుతూ అక్రమ రవాణా భాదితులు మరియు సెక్స్ వర్కర్స్ రాష్ట్ర సమాఖ్య "విముక్తి" తమకు మద్దతు ఇచ్చే స్వచ్ఛంద సంస్థలతో కలిసి తమ డిమాండ్‌ల చార్టర్‌ను విడుదల చేయడం జరిగింది. రాజకీయ పార్టీలు ఏవీ మా డిమాండ్లను పరిగణనలోకి తీసుకోకపోతే లేదా వారి నుండి మాకు తగిన హామీ లభించకపోతే, ఓటు వేసేటప్పుడు నోటాను ఎంచుకోవడం తప్ప మాకు వేరే మార్గం లేదు" అని విముక్తి నాయకులు తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా శనివారం స్థానిక విశాఖ పబ్లిక్ లైబ్రరీ సమావేశ మందిరంలో జరిగిన మీడియా సమావేశంలో విముక్తి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు ఎన్. అపూర్వ మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం లెక్కల ప్రకారం 2022 నాటికీ రాష్ట్రంలో షుమారు 1.40 లక్షల మంది వ్యభిచారంలో ఉన్నారని, దేశంలోనే ఆంధ్ర ప్రదేశ్ మొదటి స్థానంలో ఉందని అంటూ, ఈ వృత్తిలోనికి ప్రవేశించే వారి సంఖ్య ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ఏటా పెరుగుతోంది. ప్రధానంగా జీవనోపాధి లేకపోవడం, కుటుంబ ఆర్థిక పరిస్థితులు, ప్రేమ, ఉపాధి, ఉద్యోగ అవకాశాలు పేరిట మోసపోయి ఈ వృత్తిలోనికి వచ్చే వాళ్ళు ఏటా పెరుగుతున్నారు. 10 నుంచి 15 శాతం మంది ఈ వృత్తిలోనికి వస్తున్నారని అంచనా. కొత్తగా వృత్తిలోకి వస్తున్నవారి వయసు సరాసరి 18 నుంచి 40 ఏళ్ల మధ్య ఉంటోంది. ఇదే విధంగా వయసు రీత్యా ఈ వృత్తి నుంచి వైదొలుగుతున్న వారు కూడా 10 శాతం వరకు ఉన్నారని గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. ముఖ్యంగా అక్రమ రవాణా బాధిత మహిళలకు, సెక్స్ వర్కర్స్‌కు పునరావాసం కల్పించడంలోను, వారికీ నష్టపరిహారం అందించి వీరిని జనజీవన స్రవంతిలో చేర్చడంలో కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పూర్తిగా విఫలమైనాయని ఆమె ఆందోళన వ్యక్తం చేసారు.

విముక్తి రాష్ట్ర కార్యదర్శి శ్రీమతి పుష్ప మాట్లాడుతూ "వృత్తితో సంబంధం లేకుండా, ఈ దేశంలోని ప్రతి వ్యక్తికి భారత రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 21 ప్రకారం గౌరవప్రదంగా జీవించే హక్కు ఉందని చెప్పనవసరం లేదు." అయితే ఈ ప్రాథమిక హక్కు నేడు సెక్స్ వర్కర్లు మరియు వారి పిల్లలకు అందుబాటులో లేదు, ఫలితంగా వారు, వారి పిల్లలు గౌరవంగా జీవించే హక్కును కోల్పోయి తమ పనికి సంబంధించిన సామాజిక కళంకాన్ని భరించి, సమాజంలోని వివక్షకు గురికాబడుతూ ఉన్నారు. ఇందుకు ఉదాహరణ వీరి పిల్లలకు పాఠశాలలో ప్రవేశం మరియు ఉద్యోగాలలో ప్రవేశం మరియు సేవల రంగంలో కెరీర్ అవకాశాలు వంటి ప్రజా సంక్షేమ సేవలను పొందటంలో వారు తరచుగా వివక్షను ఎదుర్కొంటున్నారు. తమ డిమాండ్లను పరిగణనలోకి తీసుకున్న పార్టీలు లేదా అభ్యర్థులకు ఈ ఎన్నికల్లో మద్దతు ఇవ్వాలని విముక్తి రాష్ట్ర సమాఖ్య నిర్ణయించిందని ఆమె అన్నారు.

విముక్తి రాష్ట్ర నాకురాలు శాంతి మాట్లాడుతూ విధాన రూపకల్పనలో జాతీయ, రాష్ట్ర మరియు జిల్లా స్థాయిలో విధాన రూపకల్పనలో పాల్గొనే ప్రభుత్వ సంస్థలతో పాటు సెక్స్ వర్కర్స్ లేదా అక్రమ రవాణా భాదితులకు తగిన ప్రాతినిధ్యం కల్పించాలని డిమాండ్ చేసింది. ఆరోగ్య, సామాజిక సంక్షేమం, స్త్రీలు మరియు శిశు అభివృద్ధి వంటి సమస్యలను పరిష్కరించడంలో అందరితో పాటు ఈ వర్గాన్ని కూడా పరిగణలోకి సంబంధిత ప్రభుత్వ సంస్థలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేసారు.

"మాకు అవసరమైనప్పుడు ఎవరూ సహాయం చేయరు. బతుకుదెరువు కోసం కష్టపడుతున్నాం. ఎన్నికల సమయంలో మాత్రమే ఓట్లు అడగడానికి వస్తారు. నోటా మాకు బెస్ట్ ఆప్షన్" అని మరో విముక్తి నాయకురాలు మౌనిక ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు .

ఈ డిమాండ్ పత్రంలో బాధితులకు కమ్యూనిటి ఆధారిత పునరావాసం కల్పించాలని, ప్రాథమిక సేవలు, విద్య, 40 ఏళ్ల దాటిన ప్రతి సెక్స్ వర్కర్‌కు పెన్షన్ సుదుపాయం కల్పించాలని, భాదిత మహిళలందరికి నష్టపరిహారం 3 నెలలో అందేలా చూడాలని, అక్రమ రవాణా వ్యవస్థను ఎదుర్కోవడానికి ఒక బలమైన కొత్త వ్యవస్థ కోసం చట్టం రుపొందిచాలని, రాష్ట్రంలో కొత్తగా ఏర్పాటు చేసిన యాంటి హ్యూమన్ ట్రాఫికింగ్ యూనిట్స్ నేరుగా అక్రమ రవాణా కేసులు చేపట్టేలా చూడాలని, ప్రభుత్వ విధాన రూపకల్పన మరియు వాటి అమలు, పర్యవేక్షణ వంటి కార్యక్రమాల్లో సెక్స్ వర్కర్స్ మరియు అక్రమ రవాణా భాదితులను పాల్గొనేలా చర్యలు చేపట్టడంతో పాటు తొమ్మిది డిమాండ్‌లు ఆ వినతి పత్రంలో ఉన్నాయి.

ఈ సమావేశంలో బాలవికాస ఫౌండేషన్ స్వచ్ఛంద సంస్థ వ్యవస్థాపక గౌరవ కార్యదర్శి నరవ ప్రకాశ రావు, హెల్ప్ సంస్థ కార్యదర్శి రామమోహన్ నిమ్మరాజు, హెల్ప్ ప్రోగ్రాం డైరెక్టర్ వి.భాస్కర్ రావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

Sugar Free Fitearly | నడివయస్కులకు దివ్య శక్తి ఫిట్ ఎర్లీ | थकावट से सत्वर उपसमन फिट एर्ली
వివిధ వృత్తి, ఉద్యోగాలలో అలసటకు లోనై నీరసించి పోతున్నారా?
మందులు మింగలేక, చక్కెరతో కూడిన ఎనర్జీ బూస్టర్లు సేవించలేకపోతున్నారా?
దిగులు చెందకండి.
"ఫిట్ ఎర్లీ" మిమ్మల్ని నిరంతరం శక్తివంతం గాను, ఉత్సాహవంతంగాను ఉంచుతుంది.
సోయప్రొటీన్, వే ప్రొటీన్, బ్రాహ్మి, హరితకి, సీ భక్తారన్, శొంఠి, తులసి, అశ్వగంధ
తదితర హిమాలయముల నుండి సేకరించిన విశిష్ట వన మూలిక సమ్మిళితమైన "ఫిట్ ఎర్లీ" విశిష్టానుభవం గల పరిశోధకులచే రూపొందించబడింది. అంతేకాక ప్రఖ్యాత వైద్యరంగ పరిశోధన శాలలో అన్ని విధములుగా పరీక్షించబడి సంతృప్తి కం ~మైన ఫలితాలను ప్రకటించు కోబడిన ఉపాహారం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో డీలర్‌షిప్ వివరాలకు సంప్రదించండి
ఎస్.వీరభద్రరావు : సెల్: 8247526179
ఈ-మెయిల్: surampudi43@gmail.com
HERBINDO LABS PRIVATE LIMITED ® HEALTH AND HAPPINESS
Compli
HERBINDO LABS PVT LTD.
2-2-642/1/1/1A, Sadguru Krupa,
Street No 16,
Amberpet, Hyderabad - 500013,
Telangana, India
E-Mail: herbindolabs@gmail.com
Mob: +91 9704885252
GSTN: 36AAECH6684G1ZA
CIN: U24100TG2018PTC127052

వేసవిలో పక్షులు, మూగజీవాల దాహార్తికి సహకరిద్దాం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వేసవి తాపానికి విలవిలలాడుతున్న పక్షులు, మూగజీవాల దాహార్తికి అందరూ సహకరిస్తూ సామాజిక బాధ్యతను చేపట్టాలని జి.వి.ఎం.సి కమీషనర్ సిఎం.సాయికాంత్ శనివారం పత్రికా ప్రకటన ద్వారా నగర ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఈ వేసవిలోఎండలు విపరీతంగా కాస్తున్నందున, పక్షులను, మూగజీవాలను కాపాడుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందని, ఈ భూ ప్రపంచంలో సకల మానవాళికి, పక్షులకు, మూగజీవాలకు నీరు ప్రాణధారమైనదని, వేసవి కాలంలో ప్రతి ఇంటి పై, పరిసరాలలో ప్రతిరోజు నీటి తొట్టెలలో త్రాగు నీటిని, చిరు ధాన్యాలను ఏర్పాటుచేసి పక్షులు, మూగజీవాల దాహాన్ని, ఆకలిని తీర్చేందుకు నగరంలో గల నివాసితులందరూ సహకరించాలని కమిషనర్ విజ్ఞప్తి చేశారు. వేసవి తాపానికి పక్షులు, మూగజీవాలు నీటి కోసం ఎదురు చూస్తూ సంచరిస్తుంటాయని, వాటి ఆకలికి, దాహానికి ప్రతి ఇంటి మిద్దిపై, బాల్కనీలలో, పరిసరాలలో తొట్టెలలో నీటిని, గిన్నెలో చిరు ధాన్యాలను, ఆహారాన్ని ఏర్పాటు చేసి వాటిని రక్షించుకునేందుకు నగర ప్రజలు సామాజిక బాధ్యతతో సహకరించాలని కమిషనర్ సూచించారు. అలాగే అంతరించిపోతున్న పిచ్చుకల సంతతిని కాపాడుకునేందుకు, ప్రతి నివాసిత పరిసరాలలో పిచ్చుక గూళ్లను ఏర్పాటు చేస్తూ, వాటి ఆహారానికి వరి కంకెలను కూడా ఏర్పాటు చేసి పిచ్చుకల సంతతిని సంరక్షించు కోవాల్సిన అవసరం మనందరి బాధ్యతగా భావించాలన్నారు.

ఈ వేసవి కాలంలో నగర ప్రజలు, ముఖ్యంగా వృద్ధులు, చిన్నపిల్లలు ఎండలకు గురికాకుండా జాగ్రత్తలు చేపడుతూ, తరచుగా మంచినీటిని తీసుకుంటూ, నీడలో ఉంటూ, ఆరోగ్య రక్షణకు జాగ్రత్తలు చేపట్టాలని నగర ప్రజలకు సూచిస్తూ కమిషనర్ విజ్ఞప్తి చేశారు.

కేజ్రీవాల్ పిటిషన్‌ను ఏప్రిల్ 15న విచారించనున్న సుప్రీం

దిల్లీ: మనీలాండరింగ్ కేసులో ఈడీ తనను అరెస్టు చేయడాన్ని సమర్థిస్తూ దిల్లీ హైకోర్టు వెలువరించిన తీర్పును సవాల్ చేస్తూ దిల్లీ సీఎం అరవింద్ కేజ్రీవాల్ సుప్రీంలో వేసిన పిటిషన్‌ను భారత సుప్రీంకోర్టు ఏప్రిల్ 15న విచారించనుంది. న్యాయమూర్తులు సంజీవ్ ఖన్నా, దీపాంకర్ దత్తాలతో కూడిన ధర్మాసనం దీనిపై విచారణ జరపనుంది.

ఎక్సైజ్ పాలసీ కేసులో మనీలాండరింగ్ విచారణకు సంబంధించి అరవింద్ కేజ్రీవాల్‌ను ఈడీ నెల రోజుల క్రితం అరెస్టు చేసింది. తన అరెస్టును సవాల్ చేస్తూ కేజ్రీవాల్ దిల్లీ హైకోర్టును ఆశ్రయించగా అక్కడ ఆయనకు నిరాశే ఎదురైంది. సీఎం అరెస్టును సమర్థించేందుకు ఈడీ వద్ద తగినన్ని ఆధారాలు ఉన్నాయని దిల్లీ హైకోర్టు తీర్పునిచ్చింది. అరెస్టు విషయంలో దర్యాప్తు సంస్థను నిందించలేమని పేర్కొంది. మనీలాండరింగ్‌పై ఈడీ ఆధారాలు చూపించిందని, 2022 గోవా ఎన్నికలకు రూ.45 కోట్లు ఇచ్చినట్లు అప్రూవర్ చెప్పారని పేర్కొంది. తాజాగా కోర్టు ఆయనకు ఏప్రిల్ 15 వరకు జ్యుడీషియల్ కస్టడీ విధించింది. దీనిపై కేజ్రీవాల్ సుప్రీంను ఆశ్రయించారు.

మద్యం దుకాణాల వ్యాపారులకు లైసెన్సులు మంజూరు చేయడానికి వారి నుంచి ఆప్ నాయకులు రూ.100 కోట్లు తీసుకున్నారని సీబీఐ, ఈడీ ఆరోపించాయి. ఈ విధానం ప్రభుత్వ ఖజానాకు నష్టం వాటిల్లేలా, కొందరు మద్యం వ్యాపారులకు అనుకూలంగా ఉందని దర్యాప్తు సంస్థలు వెల్లడించాయి. కేజ్రీవాల్‌తోపాటు ఆప్ నేత మనీష్ సిసోడియా ఇదే కేసులో గతేడాది ఫిబ్రవరి నుంచి జైల్లో ఉన్నారు. ఈ కేసులో జైలు శిక్ష అనుభవించిన మరో ఆప్ నేత సంజయ్ సింగ్ ఇటీవల బెయిల్ పై బయటకు వచ్చారు.

జిల్లాలోని పోలీస్ చెక్ పోస్ట్ లను ఆకస్మిక తనిఖీ చేసిన ఎస్పీ మురళీకృష్ణ

పాయకరావుపేట/అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికలు సజావుగా జరిగేందుకు పాయకరావుపేట మండలం, తాండవ పోలీస్ చెక్ పోస్ట్ నాతవరం మండలం, గన్నవరం మెట్ట పోలీస్ చెక్ పోస్ట్ లను జిల్లా ఎస్పీ కె .వి మురళీకృష్ణ సందర్శించి ఓటర్లను మభ్యపెట్టేందుకు డబ్బు, మద్యం ఇతర ఉచిత కానుకలు పంపిణీ అరికట్టేందుకు చెక్ పోస్ట్ లలో విధులు నిర్వహిస్తున్న పోలీస్ సిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉంటూ, ప్రతి వాహనాన్ని క్షుణ్ణంగా తనిఖీలు చేయాలని, ఎన్నికల నియమ నిబంధనలను ఉల్లంఘించిన వారిపై తక్షణమే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఎన్నికల ప్రవర్తన నియమావళి పాటించాలని విజ్ఞప్తి చేస్తూ గ్రామస్థులు ఎటువంటి గొడవలు, అల్లర్ల కు దూరంగా ఉంటూ గ్రామాల్లో అందరూ సోదర భావంతో మెలగాలని సార్వత్రిక ఎన్నికల ప్రశాంతంగా, స్వేచ్ఛగా జరిగేలా అందరూ సహకరించాలని, జిల్లా పోలీసులు ఎల్లవేళలా అండగా ఉంటారని,గ్రామాల్లో శాంతి భద్రతలను విఘాతం కలిగించే వ్యక్తులు పట్ల చట్ట ప్రకారం కఠిన చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని ఈ సందర్భంగా తెలిపారు.ఈ తనిఖీలలో అదనపు ఎస్పీ బి.విజయభాస్కర్, నర్సీపట్నం సబ్ డివిజన్ డీఎస్పీ జి.ఆర్.ఆర్.మోహన్, ఎస్.బి డీఎస్పీ బి.అప్పారావు, పాయకరావుపేట ఇన్స్పెక్టర్ పి.అప్పలరాజు ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

జోగారావు సారధ్యంలో టీడీపి నుంచి వైసిపిలోకి చేరిన 150 కుటుంబాలు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతిపురం నియోజకవర్గ స్థానిక శాసనసభ్యులు అలజంగి జోగారావు ఆధ్వర్యంలో 12వ వార్డులో గడపగడపకు ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమం నిర్వహించిన అనంతరం స్థానిక వార్డు నాయకులు కార్యకర్తలు ఎమ్మెల్యే సమక్షంలో మేదర వీధి రాములవారి కళ్యాణ మండపంలో పార్టీ కండువా వేసుకొని చేరడం జరిగినది. పార్టీలో చేరిన వారిలో ప్రధానంగా పిల్లి ప్రతాప్, పిల్లి కృష్ణ, పిల్లి శివాజీ, పోల చిన్నారావ్, పిల్లి యాకాశి, ఆరి తాతబాబు, పిల్లి శ్రీను, ఆరి వెంకటేష్, పిల్లి రాంబాబు, పిల్లి పవన్, పోల నూకరాజు, పోల రాము, ఆరి చిన్నారావ్, పిల్లి కల్యాణి, ఆరి కుమారి, పోల పద్మ, పోస్ట్ సీతమ్మ, పోస్ట్ నీలలతో పాటు మొత్తం 150 కుటుంబాలు మేధర వీధి, మహంతి వీధి, గంటా వీధి, బండి వీధుల నుంచి చేరడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ మీరందరూ కూడా కలిసికట్టుగా పనిచేసి మన ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డిని మళ్లీ గెలిపించుకునేందుకుగాను అందరూ పనిచేసి ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి రెండోసారి ముఖ్యమంత్రిగా గెలిపించు కోవాలని, అలానే తనను కూడా ఎంఎల్ఏగా గెలిపించుకున్నచో మీ అందరికీ వ్యక్తిగతంగాను మరియు మన వీధుల్లో గల సమస్యలను సైతం పరిష్కరించడం జరుగుతుందని, అలానే మన వీధిలో నిర్మించ తలపెట్టిన కల్యాణ మండపం కొరకు తన పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందజేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. అలానే మీకు ఎవ్వరికైనా ఏ సమస్య వచ్చినా తనను ఇప్పుడైనా సంప్రదించవచ్చని, మీకు ఎల్లవేళలా ఒక అన్న దమ్ముడుగా అండగా ఉండడం జరుగుతుందని మాటిస్తూ వాళ్ళందరికీ పార్టీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానం పలకడం జరిగినది. అలానే ఇంకా ఎవరైనా మన వీధిలో తెలుగుదేశం పార్టీలో ఉన్నట్లయితే వాళ్లందర్నీ కూడా మన పార్టీలోకి ఆహ్వానించాలని, మనందరం ఒక కుటుంబంలా ఉండి మన ప్రాంతాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేసుకోవడానికి తోడ్పాటు అందించాలని ఎమ్మెల్యే పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో టీడిక్కో చైర్మన్ జమాన ప్రసన్నకుమార్, పార్టీ అధ్యక్షులు కొండపల్లి బాలకృష్ణ, పార్టీ ఫ్లోర్ మంత్రి రవికుమార్, స్థానిక కౌన్సిలర్ తాడ్డి అరుణ శంకర్రావు, కో ఆప్షన్ సభ్యులు షేక్ షఫీ, జేవైయస్సె కన్వీనర్ గొర్లి మాధవరావు, శుభలేఖ శ్రీను, పెద్ద రెడ్డి, చిటికన్నా, త్రినాధ, వివిధ వార్డుల కౌన్సిలర్ సభ్యులు, వైసిపి సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, గృహసారథలు, స్థానిక ప్రజలు, తదితరులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

పార్వతీపురం లో జోరుగా తెలుగు దేశం – జనసేన, బిజెపి పార్టీల,ప్రచార జోరు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతీపురం పట్టణం 30వార్డు జగన్నాధపురం లో బాబు ష్యూరిటీ భవిష్యత్ గ్యారెంటీ ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన తెలుగుదేశం పార్టీ పార్వతీపురం నియోజకవర్గ ఎన్డీఏ కూటమి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి బోనెల విజయ్ చంద్ర, బోనెల విజయ్ చంద్ర రాక ఘన స్వాగతం పలికిన టీడీపీ - జనసేన, బిజెపి పార్టీల శ్రేణులు,ప్రజానీకం. ఇంటింటికీ తిరుగుతూ ప్రజా సమస్యలు అడిగి తెలుసుకుంటూ, చంద్రబాబు సూపర్ సిక్స్ మేనిఫెస్టో అంశాలను ప్రజానీకానికి వివరిస్తున్న, విజయ చంద్ర ఈ కార్యక్రమంలో ద్వారపురెడ్డి శ్రీనివాసరావు, బార్నాల సీతారాం, కోరాడ నారాయణరావు,

బడే గౌరి నాయుడు, కోల మధు,గుండ్రెడ్డి రవికుమార్ , మజ్జి వెంకటేష్ జనసేన నాయకులు చందక అనిల్ కుమార్, గోవిందమ్మ, ఆగూరుమణీ,టిడిపి, జనసేన బిజెపి నాయకులు , మహిళలు యువత టీడీపీ ,జనసేన ,బిజెపి అనుబంధ విభాగాల నేతలు, కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు .ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి,జనసేన, బిజెపి కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

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