కావలెను
విశాఖ సమాచారమ్
తెలుగు దినపత్రిక
కార్యాలయం నందు పని చేయుటకు
డిటిపి ఆపరేటర్ కావలెను.
సెల్: 9393949345

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

విశాఖ సమాచారమ్

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

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 61 విశాఖపట్నం, 10 డిశంబరు 2023 ఆదివారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

రైల్వే మంత్రితో కలిసి ఎంపీ జీవీఎల్ విస్తృత పర్యటన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ నగరాన్ని అన్ని విధాలా అభివృద్ధిపరుస్తూ ప్రజలకు కేంద్రప్రభుత్వ పథకాలు నేరుగా అందించేందుకు విశేషంగా కృషి చేస్తున్న రాజ్యసభ సభ్యులు జీవీఎల్ నరసింహారావు శనివారం నాడు నగరానికి కేంద్ర రైల్వే మరియు ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్‌ను తీసుకువచ్చి వారితో కలిసి అనేక కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు. ఉదయాన్నే తొలుత సింహాచలంలోని శ్రీ వరాహ లక్ష్మీనృసింహస్వామి వారిని మంత్రితో సహా కలిసి దర్శనం చేసుకున్నారు. అనంతరం సింహాచలం రైల్వే స్టేషన్‌ను సందర్శించి మంత్రికి అక్కడ జరుగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను గురించి వివరించి రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ నుండి అవసరమైన సహాయ సహకారాలను తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా జీవీఎల్ ప్రజల కొరకు చేస్తున్న కృషిని మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ అందరి ఎదుట ప్రశంసించారు.

రైల్వేస్టేషన్ కార్యక్రమం ముగిసిన తరువాత వీరి బృందం వ్యాపార మండలంలోని వీలుపర్తి గ్రామాన్ని సందర్శించి అక్కడ ఏర్పాటు చేసిన వికసిత్ భారత్ యాత్ర కార్యక్రమంలో పాల్గొంది. పలువురు లబ్ధిదారులతోను, గ్రామస్థులతోను

మంత్రి నేరుగా సంభాషించగా జీవీఎల్ వారి భాషను ఉభయులకు అనువదించి అవగతం గావించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి బూడి ముత్యాలనాయుడు కూడా పాల్గొని ప్రజలతోను, మంత్రితోను సంభాషించారు. ప్రధానమంత్రి న్యూఢిల్లీ నుండి ప్రభుత్వ పథకాలపై లబ్ధిదారులకు ఇచ్చిన సందేశాన్ని ప్రత్యక్ష ప్రసారం చేయడం, ఆ ప్రసంగాన్ని జీవీఎల్ తెలుగులోకి అనువదించి గ్రామస్థులకు తెలియపర్చడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో రైల్వే డీఆర్ఎం, రాజాం ఎమ్మెల్యే కంబాల జోగులు, విజయనగరం జెడ్పీ ఛైర్మన్ మజ్జి శ్రీనివాసరావు, మాజీ ఎమ్మెల్సీ పి.వి.ఎన్.మాధవ్ కూడా పాల్గొన్నారు.

అనంతరం జీవీఎల్ బృందం నగరంలో జరిగిన కొన్ని కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు.

అర్హత ఉండి ఇప్పటి వరకు లబ్ది పొందని లబ్ధిదారులకు ప్రభుత్వ పథకాల లబ్దిచేకూర్చేలా చేయడం వికసిత బారత్ సంకల్పయాత్ర లక్ష్యమని కేంద్ర రైల్వే, కమ్యూనికేషన్, ఎలక్ట్రానిక్స్ మరియు ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజి మంత్రి వర్యులు అశ్వనీ వైష్ణవ్ అన్నారు. శనివారం సాయంత్రం నగరపాలక సంస్థ, జోన్-2 జోడిగుల్లపాలెంలో ఏర్పాటు చేసిన వికసిత భారత సంకల్పయాత్ర కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి అశ్వనీ వైష్ణవ్ మాట్లాడుతూ వికసిత బారత సంకల్పయాత్ర రధాన్ని ఇక్కడ నుండి ప్రారంభించడం ఆనందదాయకంగా ఉందన్నారు. గత 9సంవత్సరాలలో భారత దేశం ఎంతో అభివృద్ది చెందిందని, ప్రతి గ్రామంలో రహదారులు, మరుగుదొడ్లు, కరెంటు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. మహిళలకు అనేక పథకాల ద్వారా గ్యాస్ సిలిండర్లు, టిట్ కో ఇళ్లు, ఉచిత

(మిగతా 2లో)

వైసీపీకి కార్పొరేటర్ సాధిక్ రాజీనామా

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగర కార్పొరేటర్ సాధిక్ అహ్మద్ వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి రాజీనామా చేస్తున్నట్లు ఒక పత్రికా ప్రకటనలో తెలిపారు. విశాఖ దక్షిణ నియోజకవర్గంలో ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి గణేష్‌కుమార్ కారణంగా చాలామంది కార్యకర్తలు ఇబ్బందులకు గురి అవుతున్నారని, అవినీతి అధికంగా జరుగుతోందని తాము ఎన్ని ఫిర్యాదులు చేసినా ముఖ్యమంత్రి గాని, ఉత్తరాంధ్ర పార్టీ నాయకులు వై.వి. సుబ్బారెడ్డి గాని పట్టించుకోవడం లేదని, తాను పార్టీకి రాజీనామా చేస్తున్నానని సాధిక్ ఆ ప్రకటనలో తెలిపారు. పాత నగరంలో అభివృద్ధి ఎంత మాత్రమూ జరగలేదని, ఎంతోమంది ముస్లింలు ఉన్నప్పటికీ వారిలో ఎవ్వరికీ ఎటువంటి పదవులు ఇవ్వడం లేదని త్వరలోనే తన కార్యకర్తలు, అభిమానులతో కలిసి మరొక పార్టీలో చేరే ఆలోచనలో ఉన్నానని సాధిక్ తెలిపారు.

బంగారు, రజిత పథకాలు సాధించిన పట్టణ క్రీడాకారులు

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): జాతీయ స్థాయి టైక్వాండో పోటీల్లో యలమంచిలి క్రీడాకారులు బంగారు రజిత పథకాలు సాధించినట్టు శనివారం నాడు టైక్వాండో కోచ్ నాగిరెడ్డి సత్యనారాయణ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈనెల 2వ తేదీ నుండి 5వ తేదీ వరకు ఉత్తరాఖండ్ రాష్ట్రంలోని డెహ్రాడూన్ లో జరిగిన జాతీయ స్థాయి టైక్వాండో పోటీల్లో యలమంచిలి పట్టణ క్రీడాకారులు పాల్గొన్నారు.ఈ పోటీల్లో క్యాడేట్ బాలికల విభాగంలో పి. సుస్మిత బంగారు పతకం సాధించగా, బాలుర విభాగంలో ఆర్. విష్ణువర్ధన్ రజిత పతకం సాధించినట్లు ఆయన తెలిపారు. విజేతలను స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, టైక్వాండో అసోసియేషన్ సభ్యులు అభినందించారు.

13వ తేదీ నుండి జనవరి 11వ తేదీ వరకు కనకమహాలక్ష్మి మార్గశిర మాసోత్సవాలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఉత్తరాంధ్ర ప్రజల ఆరాధ్య దైవం శ్రీ కనకమహాలక్ష్మి అమ్మవారి దేవస్థానంలో ఈనెల 13వ తేదీ నుండి జనవరి 11వ తేదీ వరకు మార్గశిర మాస ఉత్సవాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు శ్రీ కనకమహాలక్ష్మి అమ్మవారి దేవస్థానం చైర్ పర్సన్ శ్రీమతి కొల్లి సింహాచలం తెలిపారు. శనివారం ఉదయం దేవస్థానం అన్నధాన భవనం నందు ఏర్పాటు చేసిన విలేఖరులసమావేశంలో కార్యనిర్వాహణాధికారిణి కె.శిరీషతో కలిసి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా చైర్ పర్సన్ శ్రీమతి కొల్లి సింహాచలం మాట్లాడుతూ ఈ నెల 13వ తేది ఉదయం 8.01 గంటలకు విశాఖపట్నం దక్షిణ నియోజక వర్గం శాసన సభ్యులు వాసుపల్లిగణేష్ ఉత్సవాలు ప్రారంభిస్తారని అన్నారు. నెల రోజులు పాటు జరిగే ఈ మహోత్సవాలలో దాదాపు 6 లక్షల మంది భక్తులు అమ్మవారిని దర్శించుకునే అవకాశం ఉందన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో నెలరోజుల పాటు దర్శనం కోసం వచ్చే భక్తుల కోసం ప్రత్యేకమైన ఏర్పాట్లు చేసినట్లు తెలిపారు. మంచినీటి సదుపాయం, వైద్యసదుపాయం తో పాటు భక్తులకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా పోలీసు శాఖ సమన్వయంతో భద్రతా ఏర్పాట్లను చేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

దేవస్థానం కార్యనిర్వాహణాధికారి శిరీష మాట్లాడుతూ ఉత్సవాలలో భాగంగా అమ్మవారి దర్శనానికి వచ్చే భక్తుల కోసం కొత్త రోడ్డు జంక్షన్ వద్ద నుండి క్యూలైన్ ఏర్పాటు చేసామన్నారు. భక్తులకు జగన్నాథ స్వామి ఆలయంలో అన్నదాన కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేశామన్నారు. విశాఖ జిల్లా కలెక్టర్ మల్లికార్జున సహకారంతో దేవస్థానానికి వచ్చే భక్తుల కోసం

(మిగతా 2లో)

స్వాగతం - సుస్వాగతం
బిజినెస్ బై బ్రాహ్మిన్ సొసైటీ
ఆత్మీయ సదస్సుకు విచ్చేసిన
గౌరవ అతిథులందరికీ స్వాగతం

శ్రీ జీవీఎల్ నరసింహారావు గారు
గౌ॥ రాజ్యసభ సభ్యులు

శ్రీ బులుసు శివశంకర్రావు గారు
ఛైర్మన్, ఏపీ జ్యుడీషియల్ అకాడెమి

శ్రీ పి సాయికుమార్ గారు
ప్రఖ్యాత సినీనటుడు

శ్రీ బుచ్చి రామ్ ప్రసాద్ గారు
ఛైర్మన్ ఇండో అమెరియన్ బ్రాహ్మిన్ ఫౌండేషన్

విశాఖ సమాచారమ్
తెలుగు దినపత్రిక
సంప్రదించడి : 9393949345,
పిఠాపురం కోలని, విశాఖపట్నం-530003,
Email : vspnews@gmail.com
Website : visakhasamacharam.com

ఆహ్వాన సంఘం
శ్రీ చెరువు రామకోటయ్య గారు
అధ్యక్షులు
శ్రీ పరిమి నాగేంద్ర, శ్రీ పరిమి గిరి,
శ్రీ బుర్రా ఫణి, శ్రీ గంటి రవికుమార్

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

రైల్వే మంత్రితో కలిసి ఎంపీ జీవీఎల్ విస్తృత పర్యటన

ఆహార దాన్యాల పంపిణీ , ఆయుష్మాన్ భారత్ ద్వారా 5లక్షల వరకు ఆరోగ్య సంరక్షణ ఇంకా అనేక పధకాలు ప్రజలకు చేరుతుంది లేనిది అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఇప్పటి వరకు ఎవరికి లబ్దిచేకూరలేదో అటువంటి వారిని గుర్తించి భారత సంకల్పయాత్ర ద్వారా లబ్ది చేకూర్చడం జరుగుతుందన్నారు. కోవిడ్ సమయంలో వ్యాక్సిన్ తయారికి పూనుకొని ప్రతి ఒక్కరికి రెండు వ్యాక్షన్లు వేసుకొనేలా కేంద్రప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టిందన్నారు. దేశంలో 80 కోట్ల మందికి ఉచితంగా నెలకు 5 కేజీల బియ్యం పంపిణీ చేయడం జరుగుతుందన్నారు. ముందుగా ప్రభుత్వ పథకాలను పొందిన లబ్దిదారులతో ముఖాముఖి మాట్లాడి వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు.

జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున మాట్లాడుతూ విశాఖ అర్బన్ ఏరియాలో నేడు వికసిత బారత సంకల్పయాత్ర ప్రారంభించడం జరిగిందన్నారు. 80 ప్రదేశాలను గుర్తించి రోజుకు రెండు ప్రదేశాలలో ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరుగుతుందని, అదే విధంగా ప్రజల నుండి ప్రభుత్వ పథకాలపై ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ జరుగుతుందన్నారు. ఇప్పటి వరకు అర్హత ఉండి లబ్ధిపొందని లబ్ధిదారులను ఎంపిక చేయడం జరుగుతుందన్నారు.

ముందుగా సభా ప్రాంగణంలో ఏర్పాటు చేసిన ఎగ్జిబిషన్ స్టాల్స్ 1) ఎకో వైజాగ్ ప్లాస్టిక్ వినియోగం పై అవగాహన 2) మలేరియా డెంగ్యూ వ్యాదుల నియత్రణ పై అవగాహన 3) జన ఔషిద కేంద్రం, జనరిక్ మందులు, 4) పి.యం .స్వానిధి 5) పోషణ్ అభియాన్, 6) ఆయుష్మాన్ భారత్, 7) ఆధార కేంద్రం 8) పి.యం .యు వై ఉజ్వల్ స్టాల్ లను మంత్రి సందర్శించారు. 2024 మన సంకల్పం వికసిత భారత్ కేలండరును మరియు బ్రోచర్ ఆవిష్కరించారు. అనంతరం బాక్సింగ్ రంగంలో అర్జున అవార్డు గ్రహిత జయరామిరెడ్డిని సత్కరించారు.

కార్యక్రమం అనంతరం మంత్రి వర్యులు అశ్వనీ వైష్ణవ్ ను జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున శాలువతో సత్కరించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పార్లమెంటు సభ్యులు జి.వి.ఎల్ నర్సింహరావు, జి.వి.ఎం .సి కమిషనర్ సి.ఎం .సాయికాంత్ వర్మ, రైల్వే డి.ఆర్.ఎం సౌరబ్ ప్రసాద్, జిల్లా అధికారులు, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఈనెల 13వ తేదీ నుండి జనవరి 11వ తేదీ వరకు కనకమహాలక్ష్మి మార్గశిర మాసోత్సవాలు

ప్రత్యేక వైద్య శిబిరాలు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. అంతేకాకుండా వికలాంగులు, చంటి పిల్లల తల్లి కోసం కొత్త రోడ్డు జంక్షన్ వద్ద నుండి ఆటో ఏర్పాటు చేశామని తెలిపారు. వికలాంగులకు ప్రత్యేక క్యూలైన్ లు ఏర్పాటు చేసామని తెలిపారు. అదే విధంగా ప్రతి రోజు ఉదయం 7గంటల నుండి 9గంటల మధ్యలో ప్రముఖుల కోసం దర్శనం ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. గాజువాక, సింహాచలం, మధురవాడ ల నుండి భక్తుల కోసం ఉచిత బస్సులను ఏర్పటు చేయడం తెలిపారు. ఈ నెల 31వ తేదిన సాయంత్రం 6గంటల నుండి వేద సభ, అర్చకసదస్సు నిర్వహిస్తామని,అదే విధంగా జనవరి 2వ తేది సాయంత్రం 4.00 గంటలకు నాదస్వర కచేరి జరుగుతుందన్నారు. జనవరి 6వ తేది మధ్యాహ్నం అంబికా బాగ్ రామాలయం నుండి అమ్మవారి ఆలయం వరకు రథయాత్ర అమ్మవారి మాల ధారణ చేసిన భక్తులతో సాగనుందన్నారు. జనవరి 11వ తేది మధ్యాహ్నం శ్రీ జగనాధస్వామి ఆలయ ప్రాంగణంలో మహాఅన్నదాన కార్యక్రమం, సాయంత్రం 4గంటల నుండి 1008 కలశములతో అమ్మవారికిసహస్ర ఘటాభిషేకం నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఎ.ఇ.ఓ., కె.తిరుమలేశ్వరరావు, దేవస్థానం బోర్డు సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

పోలీస్ కమిషనర్‌చే సిబ్బందికి దర్బార్ కార్యక్రమం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): శనివారం అడిషనల్ డి.జి.పి, కమీషనర్ ఆఫ్ పోలీస్ & అడిషనల్ జిల్లా మేజిస్ట్రేట్ డా. ఏ.రవి శంకర్, ఐ.పీ.ఎస్., నగర ఆర్మ్‌డ్ రిజర్వ్ పోలీసు సిబ్బందికి దర్బార్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు.

నగర ఆర్మ్‌డ్ రిజర్వ్ ఆవరణలో గల పోలీసు కల్యాణ మండపంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో 15 మంది ఆర్మ్‌డ్ రిజర్వు సిబ్బంది (ARHC-1065, A. సూర్యం, PC-3672, P. గోవింద్, ARWPC-4313,A. నాగమణి, ARWHC-1695, కె.అనూష అలిస్, ARHC-262, సి.హెచ్. రవి, ARSI- నారాయణ రావు, ARPC- 3317, ఎల్.అప్పల రాజు, ARWPC%-1659, భవానీ, ARHC-211, గోవింద రాజులు, ARHC-2439, టి.హరి కృష్ణ, ARHC-331, శ్రీనివాసరావు, ARHC-2662, J.V. రమణ, ARPC-4275, CH. కృష్ణ రావు, ARPC-1795, S.S.N. మూర్తి, ARPC-1891,P. సుమన్.) శాఖాపరముగా తమ వినతులను , సమస్యలను నేరుగా సి.పికి అధికారుల సమక్షంలో తెలియజేశారు.

సీపీ ఆర్మ్‌డ్ రిజర్వు సిబ్బంది సంక్షేమం నిమిత్తం ప్రత్యేకముగా ఏర్పాటు చేసిన ఈ దర్బార్ కార్యక్రమంలో సిబ్బంది ఆర్మ్‌డ్ రిజర్వ్ ఆవరణలో పార్కింగ్ షెడ్ కోసం, క్యాంటీన్ ఏర్పాటుకు, ఆఫ్ ల కోసం, పాచిపేట గార్డ్ విధులు భదలాయించలని, పరేడ్ కోసం, రిమాండ్ ఖైదీలను వీడియో ద్వారా విచారించాలని, ఔట్ ప్రిజనర్ ఎస్కార్ట్ లో ఉన్న సమస్యలను, నూతన హ్యాండ్ కఫ్స్ కోసం, గార్డు విధులలో గల వినతులను,డి.జి.పి వెల్ఫేర్ లోన్, డ్రైవర్ల వినతులు, రేంజ్ నందు సీనియారిటీ లిస్ట్ కోసం, టి.ఏ భత్యం పెంచాలని, పాత ఉమెన్ పోలీస్ స్టేషన్ వద్ద ఉన్న గోడను తొలగించాలని తెలిపారు.

వ్యక్తిగత వినతులుగా తాను తీసుకున్న వాలంటీర్ ఉద్యోగ విరమణ సవరణ కోసం, ఉమన్ హెచ్.సి ఉమన్ ఏ.ఆర్.ఎస్.ఐ గా ప్రమోషన్ నిమిత్తం, తిరుపతి పిటిసి నందు వేసిన శిక్షణా కార్యక్రమం నుండి వయసు రీత్యా మినహాయింపు ఇవ్వమని, జి. టి సిండ్రోమ్ తో బాధ పడుతున్న వ్యక్తి తనకు కఠినమైన విధుల నుండి మినహాయింపు ఇవ్వాలని,2007 బ్యాచ్ హెచ్.సి ప్రమోషన్ నిమిత్తం,కుటుంబం హైదరాబాద్ లో ఉన్న కారణముగా విజయవాడ నందు ఉద్యోగం వేయాలని, అనారోగ్య కారణాల వలన కఠినమైన విధుల నుండి మినహాయింపు ఇవ్వాలని, సి.పి.ఎస మిస్సింగ్ కోసం, పి.పి.ఐ మొడిఫికేషన్ కోసం, సిటీ సెక్యూరిటీ వింగ్ నందు విధులు నిర్వహించేందుకు ఆసక్తిగా ఉందని తెలిపారు.

సి.పి వినతులను పరిశీలించి అవసరమైన వాటికి తక్షణమే పరిష్కరించవలసినదిగా సంబంధిత సిబ్బందిని ఆదేశించారు.

ఎంవిఆర్ ను మర్యాద పూర్వకంగా కలిసిన సినీ నటుడు ప్రసన్నకుమార్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని నరసింగరావుపేట లో ఉన్న ఎంవిఆర్ ప్రధాన కార్యాలయంలో పారిశ్రామికవేత్త ముత్యాల వెంకటేశ్వర రావు(ఎం వి ఆర్) ను మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా ఇరువురు ఒకరినొకరు ఆప్యాయంగా పలకరించుకొని, యోగక్షేమలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఎప్పటినుంచో మీ యొక్క సేవా కార్యక్రమాల కోసం వింటున్నానని, అవకాశం చూసి కలవాలని ఉద్దేశంతో, ఇక్కడికి వచ్చాననీ ప్రసన్న కమార్ అన్నారు. ప్రజల సంక్షేమ కోసం ఎన్నో బృహతరకర మైన సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న మీరు తప్పనిసరిగా రాజకీయాల్లోకి వచ్చి, ప్రజలకు మరింత సేవలు అందించే స్థాయికి ఎదగాలని ఎం వి ఆర్ ను నటుడు ప్రసన్నకుమార్ కోరారు. మాటామంతీ అనంతరం ఎం వి ఆర్ కు శాలువా కప్పి పూల గుత్తులు(బొకే) ను ఇచ్చి ప్రసన్న కుమార్ ఘనంగా సత్కరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎం వి ఆర్ యువసేన సభ్యులు, ఎం.వి.ఆర్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సభ్యులు, సంజూ బాబు టీం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేడు ఆర్కేబీచ్‌లో నౌకాదళ దినోత్సవ విన్యాసాలు : హాజరవతున్న గవర్నర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): భారత నౌకాదళము నేవీ డే -2023 సందర్భంగా విశాఖపట్నం నగరంలో తే.10-12-2023 ది నాడు రామకృష్ణ బీచ్ రోడ్ లో ఎన్టీఆర్ విగ్రహం నుండి పార్క్ హెూటల్ జంక్షన్ వరకు నౌకాదళ యుద్ధ విన్యాసములు జరుగుతున్న సందర్భంగా సదరు కార్యక్రమమునకు ముఖ్యఅతిథిగా గౌరవ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర గవర్నర్ గారు మరియు మరికొంతమంది ప్రముఖులు మన విశాఖపట్నం నగరానికి విచ్చేయు సందర్భంగా ఆ రోజు మధ్యాహ్నం 1 నుండి రాత్రి 8 గంటల వరకు సాధారణ వాహనదారులు, యుద్ధ విన్యాసాలు వీక్షించవచ్చు వాహనదారులు మరియు Passes కలిగిన వాహనదారులు ఈ దిగువ తెలుపబడిన సూచనలు పాటించవలసినదిగా పోలీస్ వారు విజ్ఞప్తి చేయడమైనది

1. కలెక్టరేట్ జంక్షన్ నుండి నేవల్ కోస్టల్ బ్యాటరీ,సిరిపురం జంక్షన్ నుండి ఆల్ ఇండియా రేడియో జంక్షన్ మీదుగా ఎన్టీఆర్ విగ్రహం వరకు మరియు ఆల్ ఇండియా రేడియో జంక్షన్ నుండి పాండురంగాపురం డౌన్ వరకు, నావెల్ క్యాంటీన్ జంక్షన్ నుండి నావెల్ పోస్టల్ బ్యాటరీ వరకు, పంది మెట్ట జంక్షన్ నుండి Novetel హెూటల్ వరకు, సెంచరీ క్లబ్ నుండి Novetel hotel వరకు Passes లేని వాహనములు అనుమతించబడవు. కావున ప్రజలు పోలీసు వారికి సహకరించి ప్రత్యామ్నాయ మార్గాల ద్వారా ప్రయాణం ప్రయాణించవలసిందిగా కోరడమైనది.

2. MVP నుండి బీచ్ రోడ్డు గుండా ప్రయాణించు సాధారణ వాహనదారులు మరియు సిరిపురం నుండి బీచ్ వైపు వచ్చే సాధారణ వాహనదారులు పార్క్ హెూటల్ పక్కనగల ఎంజీఎం గ్రౌండ్ లో పార్క్ చేసి, పార్క్ హెూటల్ మీదుగా బీచ్ రోడ్ లోకి రాకుండా బీచ్ లోన ఉన్న enclosures లోనికి కాలినడకన వెళ్ళవలెను. పార్క్ హెూటల్ నుండి ఎటువంటి వాహనాలను బీచ్ రోడ్డులోకి అనుమతించబడవు.

3. Vehicle passes కలిగిన వాహనదారులు వారికి కేటాయించిన APIIC గ్రౌండ్ నందు గాని, AU English medium గ్రౌండ్ వద్ద గానీ లేదా foodboll గ్రౌండ్లో గాని పార్క్ చేసుకోవలెను. తర్వాత కాలినడకన బీచ్ రోడ్ లోకి తమకు కేటాయించిన enclosures లోనికి వెళ్ళవలెను.

4. జగదాంబ జంక్షన్ నుండి వచ్చిన వాహనదారులు, సెవెన్ హిల్స్ హాస్పిటల్ నుండి వచ్చే వాహనదారులు, KGH వైపు నుండి వచ్చు వాహనదారులు కలెక్టర్ ఆఫీస్ దగ్గరలో గల జిల్లా పరిషత్ ప్రాంగణంలో గాని లేదా ఆంధ్ర మెడికల్ కాలేజ్ గ్రౌండ్ నందు గాని పార్క్ చేసుకొని COSTAL బ్యాటరీ జంక్షన్ మీదుగా బీచ్ రోడ్డు లోనికి రాకుండా బీచ్ లోనే ఉన్న enclosures లోనికి నడిసి వెల్లవలెను.

5. Naval coastal బ్యాటరీ నుండి Park హెూటల్ వరకు నివసిస్తున్న వారు పోలీస్ వారికి సహకరించి ఈ కార్యక్రమమును దిగ్విజయం చేయవలసిందిగా కోరడమైనది. అత్యవసరమైనట్లయితే వారి యొక్క ఆధార్ కార్డును చూపించి వేరే ప్రత్యేక మార్గం లేనట్లయితే వారికి సందర్భాన్ని బట్టి అనుమతించబడును.

ప్రజలుపై సూచనలు పాటించి పోలీసు వారికి సహకరించి మన విశాఖ నగరంలో జరుగుతున్న ఈ కార్యక్రమమును జయప్రదం చేయవలసిందిగా పోలీసు వారి విన్నపములు.

రాజీయే ఉత్తమ మార్గం

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): కేసులు సత్వర పరిష్కారానికి రాజీ మార్గం అనుసరించడమే ఉత్తమ మార్గమని సీనియర్ సివిల్ జడ్జి జి . యజ్ఞ నారాయణ అన్నారు. శనివారం స్థానిక కోర్టులో జాతీయ లోక్ అదాలత్ ను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పెండింగ్ లో ఉన్న కేసులు త్వరితగతిన పరిష్కరించుకునే విధంగా జాతీయ లోక్ అదాలత్ ఏర్పాటు చేయడమైనది తెలిపారు. ఇటువంటి అవకాశం కల్పించడం వలన కక్షిదారులకు సమయంతో పాటు డబ్బు ఆదా చేసుకుని సత్వర న్యాయం పొందవచ్చుని అన్నారు. ఈ లోక్ అదాలత్ లో ప్రిన్సిపల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జి ఏ.రమేష్, అడిషనల్ జ్యుడిషియల్ ఫస్ట్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్ డి.సౌజన్య, బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు ఎన్.శ్రీనివాస రావు , పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ చంద్ర కుమార్, లోక్ అదాలత్ సభ్యులు, సీనియర్ న్యాయవాదులు, పోలీసు అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళల ఆర్థిక పరిపుష్టికి ప్రభుత్వం ఊతం

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): మహిళలు అన్ని రంగాల్లో రాణించి ఆర్థిక పరిపుష్టి సాధించే విధంగా ప్రభుత్వం ఊతం అందిస్తుందని జిల్లా కలెక్టర్ నిశాంత్ కుమార్ అన్నారు. స్థానిక కలెక్టర్ కార్యాలయ ఆవరణలో జిల్లా గ్రామీణ అభివృద్ధి సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఉన్నతి మహిళా శక్తి పథకం క్రింద మహిళలకు జిల్లా కలెక్టర్ శనివారం ఆటోలను పంపిణీ చేశారు. అనంతరం జండా ఊపి లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా మహిళలు ఆత్మస్థైర్యంతో అవకాశాలను అందిపుచ్చుకోవాలన్నారు. మహిళలు ఆర్థిక ప్రగతి సాధించాలన్న ఉన్నతమైన ఆశయంతో ప్రభుత్వం ఈ పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టిందని తెలిపారు. ఆటో నడుపుకొని వచ్చిన ఆదాయంతో జీవన ప్రమాణాలను పెంపొందించుకోవాలని సూచించారు. స్వయం శక్తి సంఘాల్లోని అర్హత కలిగిన షెడ్యూల్ తెగలు, కులాలకు చెందిన మహిళలకు ఉన్నతి పథకం ద్వారా వడ్డీ లేని రుణాలతో ఆటోలను పంపించేస్తున్నామన్నారు. జిల్లాకు 8 ఆటోలు మంజూరు కాగా ప్రస్తుతం ఐదు ఆటోలు లబ్ధిదారులకు పంపిణీ చేసినట్లు వెల్లడించారు. లబ్ధిదారులకు రూ.3 లక్షలు వరకు వడ్డీలేని రుణాలు అందజేస్తున్నామన్నారు. ఒక్కో లబ్దిదారులు పది శాతం వాటాను మూలధనంగా పెట్టుబడిపెట్టి నెలసరి వాయిదా క్రింద రూ.6,200లు చెల్లించవలసి ఉంటుందని వివరించారు. మహిళలు ఈ అవకాశాన్ని చక్కగా సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, కుటుంబాలు ఆర్థిక స్వావలంబన సాధించే విధంగా కృషి చేయాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా గ్రామీణాభివృద్ధి సంస్థ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ పి.కిరణ్ కుమార్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ధార్మిక చింతనతోనే సమాజ శ్రేయస్సు సాధ్యం: ఆడారి కిషోర్ కుమార్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆధ్యాత్మిక చింతన, ధార్మిక కార్యాచరణతోనే సమాజ శ్రేయస్సు సాధ్యం పడుతుందని, తెలుగుదేశం పార్టీ యువనేత ఆడారి కిషోర్ కుమార్ తెలియచేసారు. శనివారం నగరం లోని రైల్వే స్టేషన్ సమీపంలోని ఎరుకమాంబ దేవాలయం వద్ద విరాట్ హిందూ సంఘ్ నిర్వహించిన కార్తీక కోటి దీపోత్సవ శోభాయాత్ర ను ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సమాజంలో పాశ్చాత్య పోకడలు పెచ్చుమీరి, యువత, ప్రక్కదారి పడుతున్న ఘటనలు ఎన్నో చూస్తున్నామన్నారు. వారిని సన్మార్గం లో నడిపించేందుకు ఈ విధమైన ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు దోహద పడతాయన్నారు. విరాట్ హిందూ సంఘ్ ఆధ్వర్యం లో జరుగుతున్నా కోటి దీపోత్సవ శోభాయాత్ర కాన్వెంట్ జంక్షన్ నుంచి సింహాచలం పాతగోశాల వరకూ సాగుతుందన్నారు. సాయంత్రం గోశాల కూడలి నుంచి భారీ ఎత్తుగాను మహిళలు, చిన్నారులతో జలం తో నిండిన కళాశాలను చేతబూని భారీ శోభాయాత్రగా సింహాచలం స్వామి పుష్కరిణి వరకూ సాగుతుందన్నారు. రాత్రి శివపార్వతులకు ఈ కళాశాలతో అభిషేకం అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

ఈ శోభాయాత్ర లో హిమాలయ యోగి ప్రభాకర్ జి, విరాట్ హిందూ సంఘ్ కార్యదర్శి మీసాల రవీంద్ర, విశ్వ హిందూ పరిషత్ ఏపీ రాష్ట్ర మఠ్ మందిర్ తోలి పూడిపెద్ది శర్మ, భారీ సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు.

ఆహ్వానం

తెలుగు శాఖ, ఆంధ్రవిశ్వకళా పరిషత్
సమైక్య భారతి

ప్రముఖ కవి, ప్రఖ్యాత విమర్శకులు, గొప్ప పరిపాలనా దక్షులు,
ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్ మొట్టమొదటి ఉపకులపతి
డా॥ కట్టమంచి రామలింగారెడ్డి గారి జయంతి సందర్భంగా
సాహిత్య గోష్ఠి

తేది: 11-12-2023 సోమవారం ఉ॥ 10:00గం॥ లకు
వేదిక : సమావేశ మందిరం, తెలుగు శాఖ, ఆంధ్ర విశ్వకళాపరిషత్

సభా కార్యక్రమం

ఆహ్వానం : ఆచార్య బూసి వెంకట స్వామి, తెలుగుశాఖ , ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్
ప్రార్థనా గీతం : స్నాతకోత్తర విద్యార్థులు
సభాధ్యక్షులు : ఆచార్య జర్రా అప్పారావు, తెలుగు విభాగాధిపతి, ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్
ముఖ్య అతిథి : ఆచార్య ఏ. నరసింహారావు, ప్రాచార్యులు, ఆర్ట్స్& కామర్స్ కళాశాల, ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్
ఆత్మీయ అతిథి: ఆచార్య జి. యోహాన్ బాబు, తెలుగు శాఖ, ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్
విశిష్ట అతిథి : శ్రీ పి.కన్నయ్య, జాతీయ సమన్వయ కర్త, సమైక్య భారతి
వక్తలు : 1. డా॥ ఎస్.పోలయ్య, విశ్రాంత ఆచార్యులు, ఎ.వి.ఎన్ కళాశాల ,విశాఖపట్నం
అంశం - కట్టమంచి రామలింగా రెడ్డి సాహిత్య జీవితం - పరిచయం
2. డా॥ మరడాన సుబ్బారావు, విశ్రాంత ఆచార్యులు, డా॥ ఎల్.బి కళాశాల, విశాఖపట్నం
అంశం - కట్టమంచి రామలింగా రెడ్డి కవిత్వం - వివేచన
3. ఆచార్య వెలమల సిమ్మన్న, తెలుగు విభాగం, ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్
అంశం - దార్శనిక విమర్శకులు - కట్టమంచి రామలింగా రెడ్డి
సమీక్ష : డా॥ ఆతుకూరి వెంకటేశ్వర్లు , తెలుగు శాఖ, ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్
వందన సమర్పన : డా॥ పెండ్యాల లావణ్య, తెలుగు శాఖ, ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్

నిర్వహణ
ఆచార్యులు , పరిశోధకులు, విద్యార్థులు.
తెలుగు విభాగం , ఆంధ్రవిశ్వకళాపరిషత్ - విశాఖపట్నం

విశాఖ సమాచారమ్

ఆదివారం 10-12-2023

ఋణానుబంధం

ఇతరులతో పూర్వజన్మలో మనకు గల ఋణాను బంధాలు తీర్చుకోవడానికే ఈ జన్మలో భార్యగా, భర్తగా, సంతానంగా, తల్లిదండ్రులుగా, మిత్రులుగా, నౌకర్లుగా, ఆవులు, గేదెలు, కుక్కలు ఇలా ఏదో ఒక రకమైన సంబంధంతో మనకి తారస పడుతుంటారు...

ఆ ఇచ్చి పుచ్చుకునే ఋణాలు తీరగానే దూరమవడమో, మరణించడమో జరుగుతుంది. ఈ విషయాన్ని మనం చక్కగా అర్థం చేసుకో గలిగితే మన జీవిత కాలంలో మనకి ఏర్పడే సంబంధాల మీద మోజు కలుగదు.

ఇతర జీవులతో మన ఋణాలు ఎలా ఉంటాయి అంటే...

మనం పూర్వ జన్మలో ఒకరి నుంచి ఉచితంగా ధనం కానీ, వస్తువులు కానీ తీసుకున్నా, లేదా ఉచితంగా సేవ చేయించుకున్నా ఆ ఋణం తీర్చుకోవడానికి ఈ జన్మలో మన సంపాదనతో పోషించబడే భార్యగా, సంతానంగా, మనతో సేవ చేయించుకునే వారి గాను తారసపడతారు.

ద్వేషం కూడా బంధమే, పూర్వజన్మలో మన మీద గల పగ తీర్చుకోవడానికి మనల్ని హింసించే యజమానిగా లేదా సంతానంగా ఈ జన్మలో మనకి వారు తారసపడవచ్చు...

మనం చేసిన అపకారానికి ప్రతీకారం తీర్చుకోవడానికి ఈ జన్మలో శత్రువులుగానో, దాయాదులుగానో, ఏదో ఒక రకంగా మనకు అపకారం చేసే వారిగా ఎదురవుతారు.

మనం చేసిన ఉపకారానికి బదులుగా ఉపకారం చేయడానికి ఈ జన్మలో మిత్రులుగానో, సహాయకులు గానో ఎదురవుతారు...

ఉదాహరణకు ఒక జరిగిన కథ...

కొల్లూరు లోని మూకాంబికా తల్లి ఆలయం దగ్గర అడుక్కునే ఒక కుంటి బిచ్చగాడు ఉదయం ఆరు నుంచి రాత్రి పది గంటల దాకా గుడి పక్కన బిచ్చం అడుక్కుంటూ ఉండేవాడు. ఆ వృత్తిలో నెలకి పదివేలకు పైనే సంపాదించేవాడు. కానీ తను సౌకర్యవంతమైన జీవితం గడిపితే బిచ్చం వేయరని సాధారణ జీవితం గడుపుతూ, రోడ్డు పక్కన ఎవరి పంచలోనో పడు కుంటూ, మూకాంబికా తల్లి ఆలయంలో పెట్టే ఉచిత భోజనాన్ని తింటూ, చిరిగిన దుస్తులు ధరిస్తూ ఉండేవాడు.

తన సంపాదనతో ఇద్దరి కొడుకులను ఎం.బీ.బీ.ఎస్ చదివిస్తున్నాడు.

ఒకసారి మూకాంబికా తల్లి దర్శనానికి వచ్చిన ఒక మహానుభావుడు ఆ బిచ్చగాడిని చూసి ఇలా చెప్పాడు.

పూర్వజన్మలో ఇతను ఇద్దరు వ్యక్తుల దగ్గర డబ్బులు తీసుకుని, వాళ్లు చాలా బాధలో ఉన్నప్పుడు ఇతను, ఇవ్వగలిగే స్థితిలో ఉండి కూడా ఇవ్వలేదు.అందుకే ఈ జన్మలో తాను కష్టపడి సంపాదిస్తూ వున్నా, తాను బాధలు పడుతూ, వాళ్లను చదివిస్తూ వాళ్ల రుణాన్ని తీర్చుకుంటున్నాడు. అని..

అంతే కాక మనకు తెలిసి తెలియక చేస్తున్న చిన్న చిన్న తప్పులు కూడా మనకు బంధాలు అవుతాయని నిరూపించే ఒక కథ...

ఒకసారి మహర్షి బస చేసిన అతిథిగృహం బయట ఉన్న చెత్తకుండీలో తిని పారేసిన విస్తరాకులు కోసం అనాథ బాలలు వీధి కుక్కలతో పోట్లాడుతున్నారు. అది చూసిన కొందరు భక్తులు బాధగా స్వామిని అడిగారు, స్వామి ఈ దారుణ పరిస్థితికి కారణం ఏమిటి అని.

ఈ పిల్లలంతా వారి గత జన్మలో ఆహార పదార్థాలను అధికంగా దుర్వినియోగం చేశారు, అందుకని వారు ఈ జన్మలో ఆహారం కోసం పరితపిస్తున్నారు, అని స్వామి జవాబు చెప్పారు.

నీటిని దుర్వినియోగం చేస్తే ఎడారిలో పుడతారు. ఏ వనరులను దుర్వినియోగం చేసినా దాని ఫలితాన్ని తప్పక అనుభవించాల్సి ఉంటుంది అన్నారు మహర్షి...

ఒకమారు శ్రీ విద్యా ప్రకాశానందగిరి స్వామి వారు బందరుకి వెళ్తూ గురువైన శ్రీ మలయాళ స్వామి వారి అనుమతి తీసుకుని వెళుతూ ఉంటే, ఆయన వెనక్కి పిలిచి నీ చేతి సంచి ఏది అని అడుగుతే, పక్కనున్న మిత్రుడి చేతిలో ఉంది అని చెబుతారు. అప్పుడు మలయాళ స్వామి వారు నువ్వు మోయగలిగి ఉండి, ఈ జన్మలో నీ మిత్రుడు చేత సంచీని మోయిస్తే వచ్చే జన్మలో నువ్వు అతని బియ్యం బస్తాను మోయాల్సి ఉంటుంది అన్నారు.

ఇలాంటివి మనము తెలిసి తెలియక చాలా చేస్తూ ఉంటాం, మనం ఇతరుల నుంచి మొహమాటం చేతనో, మర్యాదకో, కృతజ్ఞత గానో, గౌరవంతోనో లేదా మరే ఇతర కారణాల ద్వారానో ఉచితంగా స్వీకరించిన వన్నీ కర్మ బంధాలై జనన మరణ చక్రంలో మనల్ని బంధిస్తాయి.

కొత్త వాళ్ల నుంచి పెన్ను లాంటి వస్తువులను తీసుకోవడం, మన పెట్టె లాంటివి మోయించడం, పక్క వాళ్ళు షాప్ కి వెళ్తుంటే నాకు ఫలానాది తీసుకురా అని చెప్పడం, ఇలాంటివి అనేక సందర్భాల్లో ఇతరుల సేవలను ఉచితంగా తీసుకుంటాం.

అవి కర్మ బంధాలవుతాయి అని తెలియక మన జీవితకాలంలో చేసే ఇలాంటి వేలకొద్దీ కర్మబంధాల్లో చిక్కుకుపోతుంటాము...

ఆరడుగుల తాచుపాము విషం ఎంత ప్రమాదకరమో, అలాగే అంగుళం తాచుపాము విషం కూడా అంతే ప్రమాదకరం,అలాగే కర్మ ఎంత పెద్దదైనా, చిన్నదైనా దాని ఫలితం దానికి ఉండి తీరుతుంది తప్ప మాయం కాదు.

22వ వార్డులో జగనే ఎందుకు కావాలి?

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం స్థానిక జీవీఎంసీ 22 వ వార్డు వైసీపీ ఇన్చార్ఫ్ పీతల గోవింద్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఆంధ్రప్రదేశ్‌కి జగనే ఎందుకు కావాలంటే..." ప్రచార కార్యక్రమాన్ని శుక్రవారం శివాజీపాలెం,సచివాలయం (21086151) పీతలవాని పాలెం, శివాజీపాలెం పరిధిలో లిపార్లమెంట్ సభ్యులు తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త ఎంవివి.సత్యనారాయణ ప్రారంభించారు తొలుతగా వైసిపి పార్టీ పతాకాన్ని ఎగరవేసి వార్డులో గడపగడపకు వెళ్లి పార్టీ పతాకాన్ని ఆయా ఇళ్ళపై ఎగరవేసి ఇప్పటివరకు వైసీపీ ప్రభుత్వం చేపట్టిన అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలను గురించి స్థానికులకు అవగాహన పరిచారు. మన జగనన్న ప్రభుత్వం ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న ఆంధ్రప్రదేశ్ కి జగనే ఎందుకు కావాలంటే కార్యక్రమాన్ని ముందుగా పార్టీ జెండాను ఎగురవేశారు . నియోజకవర్గానికి సమన్వయకర్తగా బాధ్యతలు స్వీకరించినప్పటి నుంచి కోట్ల రూపాయలు అభివృద్ధి పనులు చేపట్టడం జరిగిందని ..అందుకే మళ్లీ సీఎంగా వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి కావాలని ఎంవివి సత్యనారాయణ అన్నారు. కార్యక్రమంలో తూర్పు నియోజకవర్గ ఎన్నికల పరిశీలకులు మొల్లి అప్పారావు, గ్రామపెద్దలు పార్టీ నాయకులు కన్వీనర్లు, కార్యకర్తలు గృహసారథులు మహిళలు,జే సి ఎస్ క్లస్టర్ కన్వీనర్లు, సచివాలయ క్లస్టర్ కన్వీనర్లు, మాజీ కార్పొరేటర్లు, రాష్ట్ర కార్పొరేషన్ సభ్యులు, అనుబంధ సంఘాల సభ్యులు , సచివాలయ కన్వీనర్లు, వాలంటీర్లు, గృహసారుదులు, సోషల్ మీడియా కోఆర్డినేటర్లు, పార్టీ అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

పాఠశాల నూతన తరగతి గదుల మంజూరుకు కృషి

నక్కపల్లి. (విశాఖ సమాచారమ్): పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం నక్కపల్లి మండలంలో పెదబోదుగల్లం హైస్కూల్ లో శిధిలావస్థకు చేరుకున్న తరగతి గదులను శనివారం యలమంచిలి ఉపవిద్యాశాఖాధికారి పి.అప్పారావు పరిశీలించారు. ఇటీవల కురిసిన భారీవర్షాలకు తరగతి గదుల శ్లాబ్ లు పెచ్చులూడుతుండడంతో స్థానిక మండలవిద్యాశాఖాధికారి కె.నరేష్ ఉన్నతాధికారుల దృష్టికి సమస్య తీవ్రతను తీసుకు వెళ్లారు దీనిలో భాగంగా శనివారం డివైఈవో పి.అప్పారావు హుటాహుటిన పాఠశాల తరగతి గదులను పరిశీలించారు. శిధిలమైన తరగతి గదులను ఉపయోగించ రాదన్నారు. ఆతరగతి గదులను బ్లాక్ చేసి పిల్లలను దరి చేరకుండా చూడాలన్నారు. ఇదిలావుండగా ప్రధానోపాధ్యాయుడు సి.హెచ్. సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ కేవలం ఏడుతరగతి గదులు ఉండగా వాటిలో ఐదు గదులు శిధిలావస్థకు చేరుకున్నాయని, కేవలం రెండు తరగతి గదులలో మాత్రమే తరగతులను నిర్వహించడానికి వీలుగా ఉందని ఆయన దృష్టి కి తెలియజేశారు. పాఠశాల వసతి సమస్యను గుర్తించిన డివై ఈవో పి.అప్పారావు మాట్లాడుతూ వీలయినంత త్వరగా ఉన్నతాధికారులు దృష్టికి సమస్యలను నివేదించి నూతన తరగతి గదుల మంజూరునకు కృషిచేస్తానని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. ఎక్కడైనా ఇటువంటి సమస్యలు ఉంటే తమ దృష్టి కి తీసుకుని రావాలని ఆయన అన్నారు. ఈయన వెంట మండలవిద్యాశాఖాధికారి కె.నరేష్, డి.ఆర్.వో.దయానిధి, పాఠశాల కమిటీ చైర్మన్ మహబూబ్ నిషా లతోపాటు ప్రధానోపాధ్యాయుడు సి.హెచ్. సత్యనారాయణ, ఉపాధ్యాయుడు ఎన్.వి.ఎస్.ఆచార్యులు తదితరులు ఉన్నారు.

యువగళం పాదయాత్ర పేటలో దద్దరిల్లాలి-అనిత

నక్కపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పాయకరావుపేటలో యువ గళం పేరుతో టిడిపి జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి, మాజీ మంత్రి నారా లోకేష్ చేపట్టిన పాదయాత్ర అనకాపల్లి జిల్లా పాయకరావుపేట నియోజకవర్గానికి చేరుకునేసరికి అశేష ప్రజా బలంతో పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం దద్దరిల్లాలని అందుకోసం ప్రతి కార్యకర్త సైనికుల్లా పనిచేయాలని మాజీ ఎమ్మెల్యే, టిడిపి రాష్ట్ర మహిళా అధ్యక్షురాలు, పొలిట్ బ్యూరో సభ్యురాలు వంగలపూడి అనిత, మాజీ ఎమ్మెల్యే పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు ఏ.రామకృష్ణారెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. మండలంలోని సారి పల్లి వాని పాలెం వద్ద ఉన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే అనిత ఇంటి ప్రాంగణంలో శనివారం జరిగిన పార్టీ కార్యకర్తలు ముఖ్య నాయకులు సమావేశంలో పాదయాత్ర విజయవంతం పై మండలాల వారీగా రాష్ట్రస్థాయిలో ఏర్పాటుచేసిన మండలాల బాధ్యులతో చర్చించారు. అనంతరం టిడిపి రాష్ట్ర మహిళా అధ్యక్షురాలు వంగలపూడి అనిత మాట్లాడుతూ నారా లోకేష్ పాదయాత్ర చారిత్రాతకమైన పాదయాత్రని దాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని ఇంతవరకు ఏ పాదయాత్ర పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం మీదుగా వెళ్లలేదని అది ఒక్క నారా లోకేష్ పాదయాత్ర మాత్రమే వెళుతుందని దాని దృష్టిలో ఉంచుకొని ప్రతి ఒక్క కార్యకర్త నాయకులు మహిళలు పెద్ద ఎత్తున వేలాదిగా తరలి 11వ తేదీ న పాయకరావుపేట కు చేరుకునేటప్పుడు ఘన స్వాగతం పలకాలని కోరారు. తుఫాన్ కారణంగా గ్రామీణ రహదారులు సక్రమంగా లేకపోవడం వలన 20వ తేదీన పాదయాత్ర ముగింపు ఉండడం వలన జాతీయ రహదారి మీదుగానే పాదయాత్ర కొనసాగుతుందని చెప్పారు. పాయకరావుపేట మొదలుకొని విశాఖపట్నం వరకు జాతీయ రహదారి మీదుగానే పాదయాత్ర కొనసాగుతుందని 12వ తేదీ ఉదయం పాయకరావుపేట వైభవ్ లే-అవుట్ దగ్గరనుంచి బయలుదేరే పాదయాత్ర దేవవరం జంక్షన్ వద్ద వేలాదిగా చుట్టుపక్కల గ్రామాల ప్రజలు కోటవురట్ల పాయకరావుపేట నుంచి కార్యకర్తలు ప్రజలు చేరుకొని ఘన స్వాగతం పలకాలని అన్నారు. గో డిచర్ల వద్దకు వచ్చేసరికి ప్రత్యేకమైన రీతిలో 10,000 మంది మహిళలు తో నారా లోకేష్ కు స్వాగతం పలికేటట్లు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని అందుకు పార్టీ కార్యకర్తలు సహకరించాలని కోరారు. అక్కడి నుంచి నేరుగా చిన్న దొడ్డి గళ్ళు చేరుకొని విశ్రాంతి తీసుకున్న అనంతరం రాత్రికి క్రిస్ లేఔట్ చేరుకుంటారని అని చెప్పారు. 12, 13 తేదీల్లో మన ప్రాంతంలోనే పాదయాత్ర కొనసాగుతాది కనుక ఎక్కడ ఏ ఒక్కరు తగ్గకుండా పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం రహదారులతో సహా పసుపుమయం కావాలని అందుకు ఎప్పటి నుంచే స్థానిక పార్టీ బాధ్యులు మండల ఇన్చార్జీలతో సమన్వయం చేస్తూ ముందుకు నడవాలని కోరారు. 13వ తేదీ ఉదయం క్రిష్ లే-అవుట్ వద్ద మొదలై పులపర్తి వరకు మన పాదయాత్ర ఊహించిన విధంగా కార్యకర్తలు నడుమ జరగాలని అన్నారు. పాయకరావుపేట నియోజకవర్గానికి ఈ పాదయాత్రకు చరిత్ర కావాలని ప్రతి గడప కదలి రావాలని అందుకు ప్రతి ఒక్కరు సన్నద్ధం కావాలని అని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సమావేశంలో పాదయాత్ర నియోజవర్గం ఇంచార్జ్ మాజీ ఎమ్మెల్యే రామకృష్ణారెడ్డి మాట్లాడుతూ ఉత్తరాంధ్ర ముఖద్వారం పాయకరావుపేట నియోజకవర్గ అక్కడికి ఉత్తరాంధ్ర నాయకత్వంతో చేరుకుంటాదని పేటలో లోకేష్ పలికే స్వాగతం ఉత్తరాంధ్రలోనే చరిత్ర కావాలని అహంకారానికి ..అవినీతికి మధ్య జరిగే ఈ పాదయాత్ర రాష్ట్ర చరిత్రనే మార్చాలని, అది లోకేష్ తోనే సాధ్యమవుతుందని ఎక్కడ చూసినా బ్రహ్మరథం పడుతున్నారని అన్నారు. అటు చంద్రబాబును ఇటు లోకేష్ ను మరో పక్క పవన్ కళ్యాణ్ ను చూసి తాడేపల్లిలో ఆందోళన మొదలైందని అన్నారు. ఫిబ్రవరి మార్చిలో ఎన్నికలు రానున్నాయని, ఈ యువ గళం పాదయాత్ర అందుకు నాంది కావాలని కోరారు. ఏ నోరుతో అయితే అవహేళన చేశారో ఆ నోట్లో నుంచి మాట రాకుండా తాడేపల్లి తగలబడి పోయే విధంగా లోకేష్ పాదయాత్ర కనిపిస్తుందని రెడ్డి అన్నారు. కడపలోనే లోకేష్ పాదయాత్రకు ఘన స్వాగతం లభిస్తే మిగతా చోట్ల ఏ విధంగా ఉందో వైకాపా నాయకులు అర్థం అవుతుందని అన్నారు. చంద్రబాబును టచ్ చేసి టిడిపికి జగన్ మేలే చేశారని అందు కృతజ్ఞతలు చెప్పాలని అన్నారు. 12, 13 తేదీల్లో ఒక్కొక్క కార్యకర్త ఒక్కొక్క సైనికుడై ముందుకు నడవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సమావేశంలో మండల స్థాయిలో రాష్ట్రస్థాయి పరిశీలకులుగా వచ్చిన మాజీ ఎమ్మెల్సీ ఏ. జగదీష్, రాష్ట్ర పార్టీ కార్యదర్శి చింతల రామకృష్ణ, కాకినాడ రామారావు ,మాజీ ఎమ్మెల్సీ బాబురావు మాస్టర్ ,ప్రభాకర్ లు కలిసి పాదయాత్ర విజయవంతం పై మాట్లాడిన అనంతరం గ్రామాల వారీగా చర్చించారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి లాలం కాసినాయుడు, పంచాయతీరాజ్ ఛాంబర్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు వినోద్ రాజు, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు కొప్పిశెట్టి వెంకటేష్ ,పార్టీ జిల్లా నాయకులు జనార్ధన్, గింజాల లక్ష్మణరావు, కురం దాసు నూకరాజు, దేవర సత్యనారాయణ, నల్లల వెంకటరాజు, కొప్పిశెట్టి బుజ్జి, వెలగా శ్రీనివాస్, గోసల శ్రీకాంత్, గుర్రం రామకృష్ణ, పెద్దిరెడ్డి శ్రీనివాసరావు, కోన అప్పలరాజు, నాగరాజు, వెదుళ్ళ పాపారావు, సర్పంచులు ఎంపిటీసీలు పార్టీ గ్రామ స్థాయి నాయకులు, మహిళా అధ్యక్షురాలు రమా కుమారి, ఆకేటి శాంతి తదితరులు ఉన్నారు.

గర్భిణీలు ఆరోగ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి

పార్వతీపురం/సీతానగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): హైరిస్క్ గర్భిణీ లను గుర్తించాలని జిల్లా హెల్త్ ప్రోగ్రాం అధికారి డాక్టర్ టి. జగన్మోహనరావు సూచించారు. ఈ మేరకు ఆయన సీతా నగరం ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో గర్భిణీల ఆరోగ్య తనిఖీల కొరకు నిర్వహించిన ప్రదాన్ మంత్రి సురక్షిత్ మాతృత్వ అభియాన్ (పిఎంఎస్ఎంఎ) కార్యక్రమాన్ని శనివారం తనిఖీ చేశారు. ఆసుపత్రిలో గర్భిణీలకు నిర్వహించిన వైద్య పరీక్షలను పరిశీలించారు. మాతా, శిశు సంరక్షణ కార్డులో నమోదు చేసిన ఆరోగ్య వివరాలు పరిశీలించి,వైద్య పరీక్షల నివేదికలు అసాధారణంగా ఉన్న గర్భిణీలను హైరిస్క్ గా గుర్తించాలని, వీరికి తగు చికిత్స అందజేసి పూర్తి స్థాయి ఆరోగ్య పర్యవేక్షణ ఉండాలని స్పష్టం చేశారు.రక్తహీనత మరియు హైరిస్క్ గా గుర్తించిన గర్భిణీలు ఎంతమంది ఉన్నారని ఆరా తీసారు.అదేవిధంగా ప్రతీ గర్భిణీ ఐరన్,కాల్షియం మాత్రలు నిర్దేశించిన మోతాదులో వేస్తున్నదీ,లేనిదీ ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించాలన్నారు.టిడి వ్యాక్సిన్ రెండు డోసులు నెల వ్యవధిలో గర్భిణీలందరికీ వేయాలన్నారు. కాన్పు సమయం దగ్గరగా ఉన్న గర్భిణీల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలన్నారు.

రక్తహీనత గా ఉన్న గర్భిణీలకు పిహెచ్సి లో ఐరన్ సుక్రోజ్ ఇంజెక్షన్లు ద్వారా చికిత్స కొరకు ఆసుపత్రికి చేర్చడానికి తల్లి-బిడ్డ ఎక్స్ప్రెస్ వాహనం వినియోగించాలన్నారు. అనంతరం డాక్టర్ జగన్మోహనరావు అక్కడ గర్భిణీలతో మాట్లాడి వారికి గల ఆరోగ్య సమస్యలు తెలుసుకొని తీసుకోవాల్సిన జాగ్రతలు వివరించారు. పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైద్యాధికారి డాక్టర్ ఉషారాణి ,సిహెచ్ఓ ఎస్వీ రమణ, సూపర్ వైజర్ భవాని,వైద్య సిబ్బంది, ఆశా కార్యకర్తలు ఉన్నారు.

ప్రజలకు ఆరోగ్యకరమైన జీవనం అందించేందుకు జగనన్న ప్రభుత్వం నిరంతరం కృషి చేస్తుంది

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగర ప్రజలకు ఆరోగ్యకరమైన జీవనం అందించేందుకు జగనన్న ప్రభుత్వం నిరంతరం కృషి చేస్తుందని విశాఖ పార్లమెంట్ సభ్యులు తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త ఎం.వి.వి సత్యనారాయణ పేర్కొన్నారు. శనివారం అయన మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి గారితో 16వవార్డు కె అర్ ఎం కాలనీ పార్కునకు, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి చేయు నిమిత్తము జీవీఎంసీ నిధులతో రూ 39.80 లక్షల రూపాయల జీవీఎంసీ సాధారణ నిధులతో శంకుస్థాపన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా లిగౌరవనీయులు విశాఖ ఎంపీ తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త గౌరవనీయులు శ్రీ ఎంవివి సత్యనారాయణ కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ దేశంలోనే పరిశుభ్ర నగరాలలో విశాఖ నగరం ఒకటగా అభివృద్ధి చెందిందని తెలిపారు. నగర ప్రజలకు మంచి ఆరోగ్యం అందించాలని నిరంతరం పారిశుధ్య నిర్వహణ, పటిష్టమైన భూగర్భ డ్రైనేజీ వ్యవస్థ, కాలుష్య నియంత్రణ , పర్యావరణ పరిరక్షణ కొరకు ఏ పి ప్రభుత్వం అనేక చర్యలు చేపట్టి అమలు చేస్తుందని తెలిపారురాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి గౌరవనీయులు వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి నాయకత్వంలో విశాఖనగరం మరింత అభివృద్ధి సాధించిందని తెలిపారు.తూర్పు నియోజకవర్గం పరిధిలో అనేక అభివృద్ధి కార్యక్రమాలతో పాటు సంక్షేమ పథకాలు అమలు,మన జగనన్న ప్రభుత్వంమేనని తెలిపారు. నియోజకవర్గ పరిధిలో కోట్ల రూపాయల వ్యయంతో పలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపనలు చేశామని తెలిపారు. అయితే ఇప్పటికే శంకుస్థాపనలు చేసిన పనులను త్వరితగతిన నిర్మాణం చేపట్టాలని గుత్తేదారులకు గౌరవనీయులు శ్రీ ఎంవివి సత్యనారాయణ తెలిపారు కార్యక్రమములో వార్డు కార్పొరేటర్ మొల్లి లక్ష్మి అప్పారావు, తూర్పు నియోజకవర్గం ఎన్నికల పరిశీలకులు మొల్లి అప్పారావు, జెసిఎస్ కన్వీనర్లు ముఖ్య నాయకులు జీవీఎంసీ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

కెఆర్ఎమ్ కాలనీలో పార్కుకు శంఖుస్థాపన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): కెఆర్ఎం కోలని గంగా అపార్ట్మెంట్స్ ఎదురుగా వున్న ఖాళీస్థలంలో, వాకింగ్ పార్కు,ఓపెన్ జిమ్,చుట్టూ వివిధ మొక్కలతో అహ్లాదకరంగా ఉండేలా పార్క్కి శంఖుస్థాపన చేయడం జరిగినది.ముఖ్య అతిధులుగా గౌరవ మేయర్ గొలగాని హరి వెంకటకుమారీ, గౌరవ పార్లమెంట్ సభ్యులు,విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గం సమన్వయ కర్త ఎం.వి.వి సత్యనారాయణ, గౌరవ ఏపీఐఐసీ డైరెక్టర్,తూర్పు నియోజకవర్గం ఎన్నికల పరిశీలకులు మొల్లి అప్పారావు, గౌరవ 16 వ వార్డు కార్పొరేటర్ మొల్లి లక్ష్మి విచ్చేసారు.ఈయొక్క కార్యక్రమంలో వైఎస్సార్సీపీ జిల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ మెంబర్ కందిమల్ల రాజశేఖర్ గారు,వార్డు కన్వీనర్లు,బి.ఎల్.ఎ లు, కార్యకర్తలు, ఆర్.పి లు,సచివాలయ అధికారులు, వాలంటర్లు, గృహసారధులు, స్థానిక అసోసియేషన్ల పెద్దలు పాల్గొన్నారు.

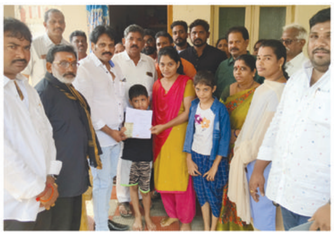
నక్కపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ ను ఆకస్మిక తనఖీ చేసిన జల్లా ఎస్పీ మురళీకృష్ణ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా ఎస్పీ కె.వి.మురళీకృష్ణ నక్కపల్లి సర్కిల్ కార్యాలయం పరిధిలోని పోలీస్ స్టేషన్ లను వార్షిక తనిఖీల్లో భాగంగా ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ .మురళీకృష్ణ కి పోలీస్ స్టేషన్ లో రిపోర్ట్ అవుతున్న కేసులు గూర్చి అధికారులు ఎస్పీ కి వివరించారు.వార్షిక తనిఖీల్లో భాగంగా సర్కిల్ కార్యాలయం ను జిల్లా ఎస్పీ సర్కిల్ కార్యాలయం రికార్డ్స్ ను తనిఖీ చేసి సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం నక్కపల్లి స్టేషన్ ఆవరణాన్ని మరియు స్టేషన్ లోని రిసెప్షన్, లాకప్, కంప్యూటర్ గది, రైటర్ గది పరిశీలించారు. స్టేషన్ ఆవరణలో పచ్చదనం పెంపొందిం చాలని, ఆహ్లాదకరంగా ఉండేలా చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. పోలీసు స్టేషనులో నిర్వహించే పలు రికార్డులు పరిశీలించి... నమోదైన కేసులపై ఆరా తీశారు.పోలీస్ స్టేషన్ లో నమోదయిన మర్డర్, దొంగతనాలు, క్రైమ్ ఎగైనెస్ట్ ఉమెన్ మరియు ఇతర గ్రేవ్/నాన్ కేసుల సి.డి ఫైల్స్ ను, పి.టి కేస్ ఫైల్స్ ను,యు ఐ కేసుల ఫైల్స్ ను పరిశీలించారు. అలాగే స్టేషన్ లో నిర్వహిస్తున్న జనరల్ డైరీ, డ్యూటీ రోస్టర్, ప్రాసెస్ రిజిస్టర్ తదితర రికార్డ్స్ ను క్షుణంగా పరిశీలించి రికార్డ్స్ ను సక్రమంగా నిర్వహించాలని ఆదేశించారు.పోలీసు స్టేషన్ల పరిధిలోని లా అండ్ ఆర్డర్ నిర్వహణ పై, ఈ సంవత్సరంలో ఇప్పటివరకు స్టేషన్ పరిధిలో ఎన్ని కేసులు నమోదు అయినవి, ఎన్ని కేసులలో నిందితులకు శిక్షలు పడ్డాయి, ఎక్కువగా ఎలాంటి నేరాలు, ఏ ఏ ప్రాంతాలలో జరుగుతున్నాయి, రోడ్డు ప్రమాదాలు మరియు తదితర విషయాలపై ఎస్పీ కి అధికారులు వివరించారు.పోలీసు స్టేషన్ సిబ్బందితో మాట్లాడి వారి పని తీరు, వారికేమైనా సమస్యలు ఉన్న స్వయంగా అడిగితెలుసుకున్నారు. వారికి కేటాయించిన విధులను సమర్థవంతంగా నిర్వర్తించాలని, వృత్తి నైపుణ్యం పెంచుకోవాలని, సాంకేతికంగా ప్రతి ఒక్కరూ అవగాహన కలిగి ఉండాలని సూచించారు. వివిధ ఫిర్యాదు లతో పోలీసు స్టేషన్ కు వచ్చే బాధితుల పట్ల మర్యాద పూర్వకంగా వ్యవహరించాలన్నారు.

ఈ తనిఖీల్లో అనకాపల్లి జిల్లా ఎస్పీ తో పాటు నర్సీపట్నం, సబ్ డివిజన్ అదనపు ఎస్పీ అది రాజ్ సింగ్ రాణా నక్కపల్లి సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ వెంకన్న, నక్కపల్లి ఎస్సై విభీషణరావు, ఎలమంచిలి ట్రాఫిక్ ఎస్సై ఈశ్వరరావు మరియు పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మృతుని బంధువులకు వైఎస్ఆర్ బీమా అందజేసిన ఎం.వి.వి



విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ స్థానిక జీవీఎంసీ 10 వ వార్డు ఇందిరానగర్ -2 లో ఇటీవల అనారోగ్యం కారణంగా వీ దుర్గారావు (35) మృతి చెందారు. ఈ మేరకు శనివారం మృతిని బంధువుల ఇంటికి విశాఖ పార్లమెంట్ సభ్యులు తూర్పు నియోజకవర్గం వైసీపీ సమన్వయకర్త ఎం.వి.వి సత్యనారాయణ వెళ్లి వైయస్సార్ బీమా ద్వారా వచ్చిన 10 వేలు ఆర్థిక సహాయాన్ని అందచేశారు. తదుపరి మిగతా వైయస్సార్ బీమా ఆర్థిక సహాయం మృతుని బంధువుల ఖాతాల్లో పడుతుందని ఎంవివి సత్యనారాయణ మృతుడి బంధువులకు తెలిపారు . కార్యక్రమములో వార్డు వైసిపి ఇన్చార్జ్ జగ్గుపళ్ళ అప్పలరాజు, తొమ్మిదో వార్డు వైసిపి ఇన్చార్జి ఉమ్మడి దాస్, బోండా శ్రీనివాసరావు, చొక్కార శేఖర రావు, వరలక్ష్మి కనకాల కృష్ణ కన్వీనర్లు మహిళలు పార్టీ శ్రేణులు పాల్గొన్నారు.

అనకాపల్లి శూలముల మహోత్సవ కరపత్రం ఆవిష్కరించిన ఎంపి సత్యవతి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానికచిన్న రాజపేట శ్రీ చౌడేశ్వరి సాంబశివ ఆలయ కమిటీ సభ్యులు పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ సత్యవతమ్మ ని వారి కార్యాలయంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలసి ఈనెల 11న జరగబోవు శ్రీ చౌడేశ్వరి సాంబశివ శూలముల మహోత్సవ కరపత్రాన్ని పార్లమెంట్ సభ్యురాలు చేతుల మీదుగా ఆవిష్కరించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ మాట్లాడుతూ ఈ శూలముల మహోత్సవ సంబరము మన అనకాపల్లి మహోత్సవ కార్యక్రమము అని ఈ సంబరం లో శివ భక్తులు తమ శరీరముల పై శూలములను గుచ్చుకొని శివ తాండవ నృత్యాలు చేస్తూ శివుని ఆరాధిస్తారని అలాగే ఆనాటి ఉదయం నుండి అర్ధరాత్రి వరకు భక్తులు ఈ సాంబశివాలయానికి విచ్చేసి శివునికి ప్రత్యేకించి పూజలు చేసి,తమ మొక్కులను చెల్లించుకుంటారని అన్నారు.

ఈ శూలాల మహోత్సవ కార్యక్రమానికి భక్తులందరూ విచ్చేసి విజయ వంతము చేయాలని తెలియ చేసారు.

ఈ కార్యక్రమం లో అనకాపల్లి వైఎస్ఆర్సిపి గ్రీవెన్స్ అధ్యక్షులు డా క్టర్ శ్రీ కె.విష్ణుమూర్తి ,పాయకరావుపేట పరిషత్ సభ్యులు ఆర్.చంద్ర రావు,సాంబశివ శూలముల కమిటీ సభ్యులు వేమన సంతోశ్,లోక నాథం కృష్ణ బాబు,విశ్వ హిందూ పరిషత్ సభ్యులు ఐ.వి.కూర్మనాథం,

సిద్దార్థ సంస్థ ఉపాధ్యక్షులు విన్నకోట నీలేశ్ గుప్తా తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ నూకాంబికా అమ్మవారిని దర్శించుకున్న డిప్యూటీ మేయర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): గ్రేటర్ విశాఖ నగర డిప్యూటీ మేయర్ కటుమూరి సతీష్ కుటుంబ సభ్యులతో శనివారం శ్రీ నూకాంబిక అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ ధర్మకర్తలు బుద్ధ నర్సింగరాజు, పీలా లక్ష్మి శ్రీనివాసరావు, కొండూరి రవీంద్ర, మళ్ళవరపు ఈశ్వర్రావు, ఎక్స్ ఆఫిసియో సభ్యులు, అర్చకులు యనమంద్ర శ్రీనివాస్, ఆసాది కొణతాల బోసుస్వామి,అర్చకులు కామేశ్వర్రావు, ఆఫీస్ సిబ్బంది రాంబాబు తదితరులు వారికి ఆలయ మర్యాదలతో స్వాగతం పలికి అమ్మవారి దర్శనం చేయించి అమ్మవారి ఆశీర్వాదం, ప్రసాదం, అమ్మవారి ఫోటో అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ మేయర్ కటుమూరి సతీష్ అమ్మవారి ఆలయ నిర్మాణానికి లక్ష రూపాయిల విరాళం ప్రకటించారు. త్వరలోనే ఈ విరాళం అందజేయగలనని తెలియజేసారు.

నైతిక విలువలే ప్రజాస్వామ్యానికి రక్ష : భీశెట్టి బాబ్జీ

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): నైతిక విలువలే ప్రజాస్వామ్యానికి రక్ష అని లోకసత్తా పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు భీశెట్టి బాబ్జీ అన్నారు. అవినీతి నిరోధక దినోత్సవం సందర్భంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ గ్రంథాలయ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు సముద్రాల గురుప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలో గురజాడ విద్యాసంస్థలలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో పాల్గొని మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్యం, ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థ లను అవినీతి తినేస్తుందని, రాజ్యాంగం ఎంత బాగున్నా అది అమలు చేసే వారు చెడ్డవారైతే ఫలితాలు చెడుగా, చేదుగా ఉంటాయని అన్నారు. సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు గురుప్రసాద్ మాట్లాడుతూ దేశంలో ఏ మూల చూసినా అవినీతి పరంపరే అని, ఈ వ్యవస్థను మార్చాలంటే దాని మూలాలు నుండి మార్పు తీసుకురావాలని విలువలతో కూడిన వ్యవస్థ ఆవిర్భవించాలని అన్నారు. జవాబుదారీతనంతోనే అవినీతిని అంతం చేయవచ్చని, అవినీతి భూతం అభివృద్ధికి శరాఘాతంగా పరిణమించిందని అన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో విద్యార్థులు-నైతిక విలువలు అనే అంశంపై నిర్వహించిన వక్తృత్వ పోటీలలో విజేతలుగా నిలిచిన జి షర్మిల, కె లక్ష్మీ శ్రావణి,జి.కౌశల్యకు బహుమతులు, పతకాలు ప్రదానం చేసారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధాన ఉపాధ్యాయులు పూడి శేఖర్, ఎ ఎన్ నాయుడు, లత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లోక్ అదాలత్ లో సమస్యలు పరిష్కరించుకోవచ్చు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాజీ మార్గం ద్వారా సమస్యలను పరిష్కరించుకుంటే కోర్టు ల చుట్టూ తిరిగే పని ఉండదని అనకాపల్లి జిల్లా న్యాయమూర్తి శ్రీవిద్య పేర్కొన్నారు. నేషనల్ లోక్ అదాలత్ లో భాగంగా అనకాపల్లి కోర్టులో అదాలత్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా న్యాయమూర్తులు మాట్లాడుతూ కక్షిదారులకు సూచనలు చేశారు. అనవసరమైన గొడవలు పెంచుకొని బంధుత్వాలు పోగొట్టుకోవద్దన్నారు. కోర్టు ల చుట్టూ తిరిగితే ఆర్థికంగా కూడా ఇబ్బందులు పడతారన్నారు. సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాల మేరకు కక్షిదారుల ప్రయోజనార్థం నిర్వహిస్తున్న లోక్ అదాలత్ కార్యక్రమాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని తెలిపారు. ప్రిన్సిపల్ సీనియర్ సివిల్ జడ్జ్ గంగరాజు, ప్రిన్సిపల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జ్ ప్రదీపా, రెండో అడిషనల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జ్ విజయలక్ష్మి, మూడో అడిషనల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జ్ శివకిరణ్ , బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు సాయి లక్ష్మణ్, సెక్రెటరీ సూరా శ్రీనివాస్, ఎగ్జిక్యూటివ్ సభ్యులు సాయిరాం, రామచంద్ర రావు, కిషోర్, లీలా, సురేష్, ఎమ్ ఎల్ ఎస్ సి ప్రతినిధి సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంపూర్ణ కార్తీక మహాపురాణం

(నిత్య పారాయణం)

ఇరువది ఎనిమిదవ రోజు పారాయణము

పంచవింశోధ్యాయః

శ్రీకృష్ణుడు చెబుతున్నాడు: సత్యభామా! నారద ప్రోక్తాలైన సంగతులతో ఆశ్చర్యమానసుడయిన పృథువు ఆ ఋషిని పూజించి, అతని వద్ద సెలవు తీసుకున్నాడు. ఆ కారణంగా ఈ మూడు వ్రతాలూ కూడా నాకు అత్యంత ప్రీతిపాత్రాలయి వున్నాయి. మాఘ, కార్తీక వ్రతముల వలెనే తిథులలో ఏకాదశి, క్షేత్రములలో ద్వారక నాకు అత్యంత ప్రియమైనవి సుమా! ఎవరయితే వీటిని విధివిధానంగా ఆచరిస్తారో వాళ్లు నాకు యజ్ఞాదిక్రతు కర్మకాండలు చేసిన వారి కంటే కూడా చేరువ సన్నిహితులవుతున్నారు. అటువంటి వాళ్లు నా కరుణాపూర్ణులై పాపభీతి లేని వాళ్లవుతారు.

శ్రీకృష్ణ వచనామృత శ్రవణజాత విస్మయమైన సత్యభామ 'స్వామీ! ధర్మదత్తునిచే ధారబోయబడిన పుణ్యం వలన 'కలహ'కు కైవల్యం లభించింది. కేవలం కార్తీక స్నానపుణ్యం వలన రాజద్రోహాది పాపాలు పటాపంచలయిపోతున్నాయి. స్వయం కృతాలో, కర్తల నుండి దత్తములో అయినవి సరే! అలా కాకుండా మానవజాతికి పాప పుణ్యాలేర్పడే విధానమేమిటి? దానిని వివరించు' అని కోరడంతో గోవిందుడిలా చెప్పసాగాడు.

పాప-పుణ్యములు ఏర్పడు విధానము

శ్లో॥ దేశ గ్రామకులానిస్యు ర్భేగ
భాంజికృతాదిషు ।
కలౌతు కేవలం కర్తా ఫలభక్పుణ్య పాపయోః ॥

'ప్రియా! కృతయుగంలో చేయబడిన పాప పుణ్యాలు గ్రామానికీ, ద్వాపరయుగం లోనివి వారి వారి వంశాలకీ చెందేవి, కలియుగంలో చేయబడిన కర్మఫలం మాత్రం కేవలం ఆ కర్తకొక్కడికే సిద్ధిస్తుంది.

సంసర్గ-రహిత సమాయత్తములయే పాప పుణ్యాలను గురించి చెబుతాను విను. ఫలాపేక్ష కలిగిన మానవుడు ఒక పాత్రలో భుజించటం వలన, ఒక స్త్రీతో రమించడం వలన కలిగే పాప పుణ్యాలను తప్పనిసరిగానూ, సంపూర్తిగానూ అనుభవిస్తున్నాడు.

వేలాది బోధనవల వలన, యజ్ఞము చేయడం వలన, పంక్తి భోజనం చేయడం వలన కలిగే పాప పుణ్యాలలో నాలుగవ వంతును మాత్రమే పొందుతున్నాడు. ఇతరులచే చేయబడే పాప పుణ్యాలను చూడడం వలన, తలంచుకోవడం వలన అందులోని వందవ భాగాన్ని తాను పొందుతున్నాడు. ఇతరులను దూషించేవాడూ, తృణీకరించేవాడు, చెడుగా మాట్లాడేవాడు, పితూరీలు చేసేవాడూ వీడు ఇతరుల పాపాలను తాను పుచ్చుకుని పుణ్యాన్ని జారవిడుచుకుంటున్నాడని తెలుసుకో తన భార్య చేతనో, కొడుకు చేతో, శిష్యుని చేతనో తప్ప, ఇతరుల చేత సేవలు చేయించుకొన్నట్లయితే తప్పనిసరిగా వారికి తగినంత ద్రవ్యమును ఇచ్చి తీరాలి. అలా ఇవ్వని వాడు తన పుణ్యంలో సేవానురూపమైన పుణ్యాన్ని ఆ ఇతరులకు జార విడుచుకున్న వాడవుతున్నాడు. పంక్తి భోజనాలలో, భోక్తలలో ఏ లోపం జరిగినా, ఆ లోపం ఎవరికి జరిగిందో వారు యజమానుల పుణ్యంలో ఆరవ భాగాన్ని హరించిన వారవుతున్నారు. స్నాన, సంధ్యాదులు ఆచరిస్తూ ఇతరులను తాకినా, ఇతరులతో పలికినా వారు తమ పుణ్యంలో అరవ వంతును, ఆ ఇతరులకు కోల్పోతారు. ఎవరి నుండి అయినా యాచన చేసి తెచ్చిన ధనంతో ఆచరించిన సత్కర్మ వలన కలిగే పుణ్యం ధనమిచ్చిన వానికే చెందుతుంది. కర్తకు కర్మఫలం వినా మరేమీ మిగలదు. దొంగిలించి తెచ్చిన పరద్రవ్యంతో చేసే పుణ్య కర్మ వలన పుణ్యం ఆ ధనం యొక్క యజమానికే చెందుతుంది తప్ప ఈ కర్మఘనికి దక్కదు.

ఋణ శేషం వుండగా మరణించిన వారి పుణ్యంలో శేష ఋణానికి తగినంత పుణ్యం ఋణదాతకు చెందుతూ వుంది. పాపంగాని, పుణ్యంగాని ఫలానా పని చేయాలనే సంకల్పం కలిగినవాడూ, ఆ పని చేయడంలో తోడుపడేవాడు, దానికి తగినంత సాధన, సంపత్తిని సమకూర్చినవాడు, ప్రోత్సహించేవాడు తలా ఒక ఆరవ వంతు ఫలాన్నీ పొందుతారు. ప్రజల పాప - పుణ్యాలలో రాజుకు, శిష్యుని వాటిలో గురువుకు, కుమారుని నుండి తండ్రికి, భార్య నుండి భర్తకు ఆరవభాగం చేరుతుంది. ఏ స్త్రీ అయితే పతిభక్తి కలదై, నిత్యం తన భర్తను సంతోష పెడుతుందో ఆ స్త్రీ తన భర్త చేసిన పుణ్యంలో సగభాగానికి అధికారిణి అవుతుంది. తన సేవకుడో, కొడుకో గాని ఇతరుని చేత ఆచరింపచేసిన పుణ్యాలలో తనకు ఆరవ వంతు మాత్రమే లభిస్తుంది. ఈ విధంగా ఇతరులెవరూ మనకి దానం చేయకపోయినా, మనకే నిమిత్తమూ లేకపోయినా వివిధ జనసాంగత్యాల వలన పాప పుణ్యాలు మానవులకు ప్రాప్తించక తప్పడము. లేదు. అందువలనే సజ్జన సాంగత్యం చాలా ప్రధానమని గుర్తించాలి. ఇందుకు ఉదాహరణగా ఒక కథ చెబుతాను విను.

పంచవిశోధ్యాయ స్సమాప్తః (ఇరువది అయిదవ అధ్యాయము సమాప్తము)

షడ్వింశోధ్యాయము

ధనేశ్వరుడి కథ - సత్సాంగత్య మహిమ

బహుకాలం పూర్వం అవంతీపురంలో ధనేశ్వరుడనే బ్రాహ్మణుడుండేవాడు. సహజంగానే ధనికుడయిన అతగాడు కులాచార భ్రష్టుడయి పాపాసక్తుడయి చరించేవాడు. అసత్యభాషణం, చౌర్యం, వేశ్యాగమనం, మధుపానం- ఇత్యాది దుష్కర్మలలో చురుకుగా పాల్గొనడమే కాక షడ్రసాలూ, కంబళ్ళు చర్మాలు మొదలైన వర్తకాలు కూడా చేసేవాడు.

వర్తకం నిమిత్తము ఒక దేశము నుంచి మరొక దేశానికి వెళ్లడం అతని అలవాటు. అదే విధంగా ఒకసారి మహిష్మతీ నగరం చేరాడు. ఆ నగర ప్రాకారం చుట్టూ నర్మదానది ప్రవహిస్తూ వుంది.

ధనేశ్వరుడు ఆ పట్టణంలో వర్తకం చేసుకుంటూ వుండగానే కార్తీకమాసం ప్రవేశించింది. దానితో ఆ ఊరు అతి పెద్ద యాత్రాస్థలిగా పరిణమించింది. వచ్చేపోయే జనాల రద్దీ వలన వర్తకం బాగా జరుగుతుంది కదా! ధనేశ్వరుడు నెలంతా అక్కడే వుండిపోయాడు. వర్తక లక్ష్యంతో ప్రతి రోజూ నర్మదా తీరంలో సంచరిస్తూ అక్కడ స్నాన, జప, దేవతార్చనా విధులు నిర్వహిస్తున్న వారిని చూశాడు. నృత్యగాన మంగళ వాద్యయుతంగా హరికీర్తనలనూ, కథలనూ ఆలాపించేవారూ, విష్ణు ముద్రలను ధరించిన వాళ్లూ, తులసీ మాలలతో అలరారుతున్న వాళ్లూ అయిన భక్తులను చూశాడు. చూడటమే కాదు, నెల పొడుగునా తానక్కడే మసలుతూండటం వలన వారితో పరిచయం కలిగింది. వారితో సంభాషిస్తూండే వాడు. ఎందరో పుణ్యపురుషులను స్వయంగా స్పృశించాడు. తుదకు ఆ సర్జన సాంగత్యం వలన అప్పుడప్పుడు విష్ణు నామోచ్ఛరణం కూడా చేసేవాడు. నెల రోజులూ ఇట్టే గడిచిపోయాయి. కార్తీకోద్యాపనా విధిని, విష్ణు జాగరాన్నీ కూడా దర్శించాడా ధనేశ్వరుడు. పౌర్ణమినాడు గో బ్రాహ్మణ పూజలు ఆచరించి, దక్షిణ భోజనాదులను సమర్పించే వ్రతస్థులను చూశాడు. పిదప సాయంకాలం శివ ప్రీత్యర్థం చేయబడే దీపోత్సవాలను తిలకించాడు. సత్యభామా! నాకు అత్యంత ప్రీతికరమైన కార్తీకమాసంలో శివారాధన దేనికి! అని ఆశ్చర్యపడకు సుమా!

శ్లో॥ మమరుద్రస్యయః కశ్చి దంతరం
వరికల్పయేత్
తస్య పుణ్య క్రియాస్సర్వానిష్ఫ లాస్స్యుర్న
సంశయః ॥

ఎవరైతే నన్నూ, శివుణ్ణి భేదభావంతో చూస్తారో, వారి యొక్క సమస్తమైన పుణ్య కర్మలూ కూడా వృథాయై పోతాయి. అదీగాక ఆ శివుడు కార్తీక పౌర్ణమినాడే త్రిపుర సంహారం చేసిన వాడవడం చేత కూడా, ఆయననా రోజున ఆరాధిస్తారు. ఇక, ధనేశ్వరుడి పూజా మహోత్సవాలనన్నింటినీ ఎంతో ఆశ్చర్యంతోనూ, వాంఛతోనూ చూస్తూ అక్కడక్కడే తిరుగుతున్నాడు. కాని, ఆ సమయంలోనే కాలవశాన ఒక కృష్ణసర్పం అతనిని కాటు వేయటం, తక్షణమే స్పృహ కోల్పోవడం, అపస్మారకంలో వున్న అతగాడికి అక్కడి భక్తులు తులసి తీర్థాన్ని సేవింప చేయడం ఆ అనంతరం క్షణంలోనే ధనేశ్వరుడు దేహ త్యాగం చేయడం జరిగింది. మరుక్షణమే యమదూతలు వచ్చి అతని జీవుని పాశబద్ధుడిని చేసి, కొరడాలతో మోదుతూ యముని వద్దకు తీసుకు వెళ్లారు. యముడు అతని పాస-పుణ్యాల గురించి విచారణ ఆరంభించగా చిత్రగుప్తుడు "హే ధర్మరాజా! వీడు ఆ గర్భ పాపాత్ముడే గాని, అణువంతయినా పుణ్యం చేసిన వాడు కాడని చెప్పాడు. ఆ మాట మీద దండధరుడు తన దూతల చేత ధనేశ్వరుడి తలను చితుగగొట్టించి, కుంభీపాక నరకంలో వేయించాడు.

కానీ, ధనేశ్వరుడు ఆ నరకంలో పడగానే, అక్కడి అగ్నులు చప్పగా చల్లారి పోయాయి. ఆశ్చర్యపడిన దూతలీ విషయాన్ని కాలునికి విన్నవించారు. అంతకంటే అబ్బురపడిన నరకాధీశుడు తక్షణమే ధనేశ్వరుని తన కొలువుకు పిలిపించి పునర్విచారణను తలపెట్టుతూండగా అక్కడికి విచ్చేసిన దేవర్షియైన నారదుడు 'ఓ యమధర్మరాజా! ఈ ధనేశ్వరుడు తన చివరి రోజులలో నరక నివారకాలయిన పుణ్యాలను ఆచరించాడు. గనుక, ఇతనిని నీ నరకం ఏమీ చేయలేదు. ఎవరైతే పుణ్య పురుష దర్శన, స్పర్శన, భాషణలకు పాత్రులో వారా సజ్జనుల యొక్క పుణ్యంలో ఆరవ భాగాన్ని పొందుతూ వున్నారు. అటువంటిది ధనేశ్వరుడు ఒక నెల పాటు కార్తీక వ్రతస్థులయిన ఎందరెందరో పుణ్యాత్ములతో సాంగత్యం చేసి విశేష పుణ్య భాగాలను పొంది వున్నాడు. కార్తీక వ్రతస్థుల సహజీవనం వలన ఇతను కూడా సంపూర్ణ కార్తీక వ్రతఫలాన్ని ఆర్జించుకున్నాడు. అదీగాక అవసానవేళ హరిభక్తుల చేత తులసి తీర్థమును పొందాడు. కర్ణపుటాలలో హరి నామ స్మరణం జరుపబడింది. పుణ్య నర్మదా తీర్థాలతో వీని దేహము, సుస్నాతమయ్యింది. అందరు హరిప్రియుల ఆదరణకు పాత్రుడయిన ఈ నిప్రుడు నరకానుభవానికి అతీతుడేనని తెలుసుకో. ఇతగాడు దేవతా విశేషుడు. పుణ్యాత్ముడైన ఈ భూసురుడు పాప భోగాలయైన నరకమందు వుండేందుకు అనర్హుడు' అని బోధించి వెళ్లాడు.

ఇరువది అయిదు, ఇరువది ఆరు- అధ్యాయములు

ఇరువది ఎనిమిదవ (బహుళ త్రయోదశి) రోజు పారాయణము సమాప్తము

ఇరువది తొమ్మిదవ రోజు పారాయణము

సప్తవింశోధ్యాయము

నారదుని హితవుపై రవంత చింతించిన రవిసుతుడు ఆ ధనేశ్వరునకు ప్రేతపతియనే తన దూతను తోడిచ్చి, నరకాన్ని తరింపచేయవలసినదిగా ఆదేశించాడు. ఆ దూత, ధనేశ్వరుని తనతో తీసుకొని వెడుతూ మార్గమధ్యమందలి నరక భేదాలను చూపిస్తూ వాటి గురించి ఇలా వినిపించసాగాడు.

తప్తవాలుకము: 'ఓ ధనేశ్వరా! మరణించిన వెంటనే, పాపకర్ములు ఇక్కడ కాల్చబడిన శరీరములు కలవారై - దిక్కులు ప్రక్కలయ్యేలా రోదించుతూ వుంటారు. దీనినే 'తప్తవాలుక నరకము' అంటారు. వైశ్వదేవపరులైన అతిథులను పూజించనివారూ, గురువులను - అగ్నిని బ్రాహ్మణులను గోవును వేదవిదులను యజమానిని - కాళ్లతో తన్నిన వారి పాదాలను మా యమదూతలు ఎలా కాల్చుతున్నారో చూడు.

అంధతామిస్రము: ఈ నరకములో సూది మొనలు వంటి భయంకర ముఖాలు కలిగిన పురుగులు - పాపాత్ముల శరీరాలను దొలిచి వేస్తూ వుంటాయి. ఇది పదహారు రకములుగా - కుక్కలు, గ్రద్దలు, కాకులు మొదలగు పక్షి జంతు సమన్వితమై వుంటుంది. పరుల రహస్యాల్ని భేదించే పాపాత్ములందరూ ఈ నరకంలోనే దండింపబడుతూంటారు.

క్రకచము:అనే పేరుగల ఈ నరకం మూడవది. ఇక్కడ పాపాత్ములను అడ్డముగానూ, నిలువుగానూ, ఏటవాలుగానూ, సమూలముగానూ, అంగాంగాలుగానూ రంపాలతో కోస్తూంటారు.

అసిపత్రవనం: నాలుగు నరకధోరణి అయిన దీనినే అసిపత్రవనం అంటారు.

భార్యా-భర్తలను, తల్లి-దండ్రుల నుండి సంతానమును ఎడబాపులు చేసే పాపులంతా ఈ నరకానికి చేరి - నిలువెల్లా బాణాలతో గుచ్చబడి అసిపత్రాలచే శరీరాలు చించబడి, ధారలుగా కారే నెత్తుటి వాసనకు వెంటబడి తరిమే తోడేళ్ల గుంపులకు భయపడి, పారిపోవాలని పరుగులు తీసి, పారిపోయే దిక్కులేక పరితపిస్తూ వుంటారు. చంపుట, భేదించుట మొదలగు విధులతో ఈ నరకం ఆరు రకాలుగా వుంటుంది.

కూటశాల్మలి: పదహారు రకాలుగా దండించేదీ పరస్త్రీలనూ, ద్రవ్యాన్నీ హరించే వాళ్లూ, పరాపకారులూ అయిన పాపులు వుండేదీ 'కూటశాల్మలీ' నరకం.

రక్తపూయము: 'రక్తపూయ' మనే ఈ విభాగం అరవనరకం. ఇక్కడ పాపాత్ములు తల క్రిందులుగా వ్రేలాడుతూ యమకింకరుల చేత దండించబడుతూ వుంటారు. ఎవరైతే తమ కులాచారరీత్యా తినకూడని వస్తువులు తింటారో, పరులను నిందిస్తారో, చాడీలు చెబుతుంటారో వారంతా ఈ నరకంలోనే వుంటారు.

కుంభీపాకము: మొట్టమొదట నీకు విధించబడినదీ ఘోరాతి ఘోరమైనదీ, నరకాలన్నిటిలోకీ నికృష్టమైనదీ అయినది ఈ 'కుంభీపాక'మే ఏడవ నరకం. దుష్టద్రవ్యములు, దుర్భరాగ్ని కీలలు, దుస్సహ దుర్గంధాలతో కూడి వుంటుంది.

రౌరవము: నరకాలలో ఎనిమిదదైన ఈ 'రౌరవం' దీర్ఘకాలికమని తెలుసుకో. ఇందులో పడిన వారు కొన్ని వేల సంవత్సరములు దాకా బైటపడలేరు.

ధనేశ్వరా! మన ప్రమేయం లేకుండా మనకు అంటిన పాపాన్ని శుష్కమనీ, మనకు మనమై చేసుకున్న పాపాన్నీ ఆర్ద్రమనీ అంటారు. ఆ రెండు రకాల పాపాలూ కలిపి ఏడు విధాలుగా వున్నాయి.

1. అపకీర్ణం 2. పాంక్తేయం 3. మలినీకరణం 4. జాతిభ్రంశం, 5.ఉపవీతకం 6. అతిపాతకం 7. మహాపాతకం. ఈ పరిదృశ్యమానులైన నరుల చేత ఉపరి ఏడు రకాల నరకాలూ వరుసగా అనుభవింపబడుతూ వున్నాయి. కాని, నువ్వు కార్తీక వ్రతస్థులైన వారి సాంగత్యం ద్వారా పొందిన అమితపుణ్యం కలిగిన వాడవు కావడం వలన ఈ నరకాలను కేవల దర్శనమాత్రంగానే తరించగలిగావు.

పై విధంగా చెబుతూ - యమదూతయైన ప్రేతాధిపతి, అతనిని యక్షలోకానికి చేర్చాడు.

అక్కడ అతడు యక్షరూపుడై, కుబేరునకు ఆప్తుడై, ధనయక్షుడనే పేరును పొందాడు. విశ్వామిత్రుడు అయోధ్యలో ఏర్పరచిన ధనయక్షతీర్థం ఇతని పేరు మీదనే సుమా! అందువలన, సత్యభామా! పాపహారిణీ, శోకనాశినీ అయిన ఈ కార్తీక వ్రత ప్రభావం వల్ల మానవులు తప్పనిసరిగా మోక్షాన్ని పొందగలరనడం ఏ మాత్రమూ అతిశయోక్తి లేదు' అని - సత్యభామకు చెప్పిన వాడై శ్రీకృష్ణుడు సాయం సంధ్యానుష్ఠానార్థమై స్వీయ గృహానికి వెళ్లాడని - సూతుడు ఋషులకు ప్రవచించాడు.

సప్తవింశోధ్యాయ స్సమాప్తః (ఇరువది ఏడవ అధ్యాయము సమాప్తము)

అష్టావింశోధ్యాయము

సూత ఉవాచ: ఈ కార్తీకమాసము పాపనాశని, విష్ణువుకు ప్రియకరి, వ్రతస్థులకు భుక్తి- ముక్తిదాయినీ అయి వుంది. కల్పోక్త విధిగా ముందుగా విష్ణు జాగరణము, ప్రాతః స్నానము, తులసీ సేవ ఉద్యాపనం, దీపదానం అనే ఈ అయిదింటినీ కూడా కార్తీక మాసంలో ఆచరించినవారు ఇహాన భుక్తినీ పొందుతున్నారు. పాపాలు పోవాలన్నా, దుఃఖాలు తీరాలన్నా, కష్టాలు కడతేరాలన్నా కార్తీక వ్రతాన్ని మించినది మరొకటి లేదు. ధర్మార్థ కామమోక్షాలు నాలుగింటి కోసమూ ఈ కార్తీక వ్రతం ఆచరించవలసి వుంది. కష్టములలో వున్నవాడయిననూ, దుర్గారణ్యగతుడయినా, రోగి అయినా సరే - విడువకుండా ఈ వ్రతాన్ని పాటించాలి. ఎటువంటి ఇబ్బందులు కలిగినాసరే వ్రతమును మానకుండా శివాలయంలోనో, విష్ణ్వాలయంలోనో హరి జాగరాన్ని ఆచరించాలి. శివ విష్ణు దేవళాలు చేరువలో లేనప్పుడు రావిచెట్టు వద్దగాని, తులసీవనంలో గాని వ్రతం చేసుకొనవచ్చును. విష్ణు సన్నిధానంలో విష్ణు కీర్తనలు ఆలపించే వాళ్లు సహస్ర గోదానఫలాన్నీ, వాద్యాలు వాయించే వాళ్లు అశ్వమేథ ఫలాననీ, నర్తకులు సర్వతీర్థాల స్నానఫలాన్నీ పొందుతారు. ఆపదలలో వున్నవాడూ, రోగీ మంచినీరు దొరకనివాడూ - వీళ్లు కేశవనామములతో లాంఛన మార్జన మాచరించితే చాలు. వ్రతోద్యాపనకు శక్తి లేని వాళ్లు బ్రాహ్మణులకు భోజనం పెడితే సరిపోతుంది.

శ్లో॥అవ్యక్త రూపిణో విష్ణోః స్వరూపో బ్రాహ్మణోభువి ॥

శ్రీ మహావిష్ణువు యొక్క స్వరూపమే బ్రాహ్మణుడు. కావున కార్తీకమందు బ్రాహ్మణుని సంతోషపరచడం చాలా ప్రధానం.

అందుకుగాను శక్తిలేనివాళ్లు గోపూజ చేసినా చాలును. ఆపాటి శక్తయినా లేని వాళ్లు రావి, మర్రి వృక్షాలనూ పూజించినంత మాత్రం చేతనే వ్రతాన్ని సంపూర్తి చేసిన ఫలాన్ని పొందగలుగుతారు.

దీపదానం చేసే స్థోమతు లేనివారు, దీపారాధనకయినా తాహతు లేని వారు - ఇతరులచే వెలిగించబడిన దీపాన్ని ప్రజ్వలింప చేసి గాలి మొదలైన వాటి వలన అది ఆరిపోకుండా పరిరక్షించినా కూడా పుణ్యం పొందుతారు. పూజకు తులసి అందుబాటులో లేనివారు - తులసికి బదులు విష్ణుభక్తుడైన బ్రాహ్మణుని పూజించాలి.

రావి మర్రి

సూతుడు చెప్పినది విని - ఇతర వృక్షములన్నిటి కంటే కూడా రావి, మర్రి వృక్షాలు మాత్రమే గో బ్రాహ్మణ తుల్య పవిత్రతని ఎలా పొందాయి అని అడిగాడు సూతుడు. పూర్వమొకసారి పార్వతీ పరమేశ్వరులు మహాసురత భోగంలో వుండగా - కార్యాంతరం వలన దేవతలు, అగ్నీ కలిసి బ్రాహ్మణ వేషధారులై వెళ్లి ఆ సంభోగానికి అంతరాయం కలిగించారు. అందుకు కినిసిన పార్వతీ దేవి 'సృష్టిలోని క్రిమికీటకాదులు సహితము సురతములోనే సుఖపడుతూ వున్నాయి. అటువంటిది మీరు మా దంపతుల సంభోగ సుఖాన్ని చెడగొట్టారు. నాకు సురత సుఖభ్రంశాన్ని పాటించిన మీరు చెట్లయి పడి వుండండి' అని శపించింది. తత్కారణంగా దేవతలంతా వృక్షాలుగా పరిణమించవలసి వచ్చింది. ఆ పరిణామంలో బ్రహ్మ పాలాశవృక్షంగానూ, విష్ణువు అశ్వత్థంగానూ, శివుడు వటముగానూ మారారు. బ్రహ్మకు పూజార్హత లేదు. జగదేక పూజనీయులైన శివ కేశవ రూపాలు గనుకనే రావి, మర్రి వృక్షాలకు అంతటి పవిత్రత కలిగింది. వీటిలో రావిచెట్టు శని దృష్టికి సంబంధితమైన కారణంగా శనివారం నాడు మాత్రమే పూజనీయమైంది. ఇతర వారాలలో రావిచెట్టును తాకరాదు సుమా! అంటూ చెప్పడాన్ని ఆపాడు సూతుడు.

(ఇరువది ఏడు - ఇరువది ఎనిమిది అధ్యాయములు)

ఇరువది తొమ్మిదవ (బహుళ చ తుర్దశి) రోజు పారాయణము సమాప్తము

సీతాఫలంతో ఎన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయో!

సీతా ఫలంలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. అలాగే విటమిన్లు ఎ, బి, కె, ప్రొటీన్లు, కాల్షియం, ఫాస్పరస్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, ఐరన్ వంటి మినరల్స్ కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఉదయాన్నే బ్రేక్ ఫాస్ట్ లో లేదా బ్రేక్ ఫాస్ట్ చేశాక చాలామందికి పండ్లు తినే అలవాటుంటుంది. వాటితో పాటు సీతాఫలాన్ని కూడా తింటే.. శరీరానికి రోజంతా కావలసిన శక్తి లభిస్తుంది. వీటిలో ఉండే విటమిన్ ఎ కంటిచూపును..

సీతా ఫలంలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. అలాగే విటమిన్లు ఎ, బి, కె, ప్రొటీన్లు, కాల్షియం, ఫాస్పరస్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, ఐరన్ వంటి మినరల్స్ కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఉదయాన్నే బ్రేక్ ఫాస్ట్ లో లేదా బ్రేక్ ఫాస్ట్ చేశాక చాలామందికి పండ్లు తినే అలవాటుంటుంది. వాటితో పాటు సీతాఫలాన్ని కూడా తింటే.. శరీరానికి రోజంతా కావలసిన శక్తి లభిస్తుంది. వీటిలో ఉండే విటమిన్ ఎ కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. చర్మం, జుట్టును ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

అలాగే మెగ్నీషియం, సోడియం, పొటాషియం గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. సీతాఫలాల్లో ఉండే ఇతర పోషకాలు చెడు కొవ్వును కరిగించి.. మంచి కొవ్వును పెంచుతాయి. వీటిలో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఐరన్ లోపం ఉన్నవారు సీతా ఫలాన్ని తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. హిమోగ్లోబిన్ ను పెంచుతుంది. అలాగే అనేమియా సమస్య ఉన్నవారు కూడా సీతా ఫలం తినాలి.

సీతాఫలంలో ఉండే విటమిన్ బి6 కడుపు ఉబ్బరం, అజీర్తి, అల్సర్లు వంటి సమస్యల్ని తగ్గిస్తుంది. మెగ్నీషియం ఆర్థరైటిస్, రుమాటిజం లక్షణాలను నియంత్రిస్తుంది. క్యాల్షియం ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని బలంగా ఉంచుతుంది. 100 గ్రాముల సీతాఫలాల్లో 94 క్యాలరీలు ఉంటాయి. బరువు పెరగాలనుకునే వారు సీతా ఫలాలను ఈ సీజన్ లో రెగ్యులర్ గా తినడం మంచిది.

ఆవు పాలు కు బదులు అదే పోషకాలుతో ఉన్న బాదం పాలు మేలు....

చాలా మంది ఏం తిన్నా కడుపునొప్పి, కడుపులో చికాకు వస్తోందని.. ఈ మధ్యకాలంలో ఈ సమస్య ఎక్కువగా కనిపిస్తోందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఇది ఇలా ఉంటే, ప్రేగుల ఆరోగ్యంపై ఎక్కువ శ్రద్ధ వహించండి. పేగు సమస్యలు పెరగని ఆహారాలు తీసుకోవాలి.

ఈ సమస్యను అధిగమించాలంటే ఆవు పాలకు బదులు బాదం పాలను ఉపయోగించవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. సున్నితమైన ప్రేగులు ఉన్నవారికి ఆవు పాలు కంటే బాదం పాలు ఎందుకు మంచిదో ఇక్కడ ఉంది.

ఆవు పాలకు ప్రత్యామ్నాయం బాదం పాలు: మనం ఉదయం కాఫీ నుండి సాయంత్రం టీ వరకు పాలు ఉపయోగిస్తాము. ముఖ్యంగా పాలు కాల్షియం యొక్క అద్భుతమైన మూలం. కాబట్టి పిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకు ఆవు పాలు తాగని వారు ఉండరు. కానీ పేగు సమస్యలు ఉన్నవారు, పాల ఉత్పత్తులతో అలర్జీ ఉన్నవారు, వేగన్ డైట్ పాటించే వారు బాదం పాలు తాగవచ్చు. ఎందుకంటే పొత్తికడుపు సమస్యలు ఉన్నవారికి బాదం పాలు బెస్ట్ అంటున్నారు నిపుణులు. ఆవు పాల కంటే ఇది ఎందుకు మంచిది అనే కారణాలను క్రింద చూడండి.

1. **ఆవు లేదా గేదె పాలు** : బాదం పాలు జంతు ఉత్పత్తి కాదు, శాకాహారి ఆహారాన్ని ఎంచుకున్న వ్యక్తులకు మరియు లాక్టోస్ సమస్యలు లేదా పాలకు అలెర్జీలు ఉన్నవారికి ఇది ఆదర్శవంతమైన ఎంపిక. ఆల్మండ్ మిల్క్ డైరీ-ఫ్రీ మరియు లాక్టోస్-ఫ్రీ, ఇది లాక్టోస్ అసహనం ఉన్నవారికి సాధారణ పాలకు సరైన ప్రత్యామ్నాయం.

అదనంగా, బాదం పాలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది, ఇది ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియకు సహాయపడుతుంది. ఇది మీ జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది మరియు మలబద్ధకం మరియు ఇతర ప్రేగు సంబంధిత రుగ్మతల వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది.

2. **పాలు ఇష్టపడని వారికి ఉత్తమ ఎంపిక:** "చాలా మందికి పాల చక్కెర (లాక్టోస్) తో అధిక సమస్య ఉంది మరియు పాల పదార్థాలను సరిగ్గా జీర్ణం చేయడంలో సమస్యలు ఉంటాయి. అప్పుడు ఈ జీర్ణం కాని లాక్టోస్ ప్రేగుల గుండా వెళుతుంది, అక్కడ ప్రత్యక్ష బ్యాక్టీరియా పులియబెట్టడం. ఇది మరింత గ్యాస్, ఉబ్బరం, అతిసారం మరియు ఇతర సమస్యలకు దారితీస్తుంది. సంబంధిత రుగ్మతలు కాబట్టి ఈ సమస్య ఉన్నవారు బాదం పాలను ఉపయోగించవచ్చు.

3. **రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది:** మీరు డయాబెటిక్ పేషెంట్ అయితే, చక్కెర లేని పాలు తాగడం కష్టం. కానీ బాదం పాలలో కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి, ఇవి శరీరానికి మంచి గ్లూకోజ్ కంటెంట్‌ను శక్తిగా మార్చడంలో సహాయపడతాయి, ఇది మరింత శక్తిగా మారుతుంది. రెగ్యులర్ డైరీ మిల్క్‌కు బదులుగా బాదం మిల్క్‌ను ఎంచుకోవడం కూడా మంచి గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి సహాయపడుతుంది.

4. **వాపును తగ్గిస్తుంది:** బాదం పాలలో విటమిన్ ఇ వంటి యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ పదార్థాలు ఉన్నాయి, ఇది మీ గుండెల్లో మంటను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. అధ్యయనాల ప్రకారం, విటమిన్ ఇ కడుపు యొక్క లైనింగ్‌ను దెబ్బతీసే వ్యాధుల నుండి రక్షిస్తుంది. ఇది కండరాల సడలింపుకు సహాయపడుతుంది మరియు జీర్ణవ్య వస్థలో మంటను తగ్గిస్తుంది. ఫలితంగా, ఇది కడుపులో తిమ్మిరి మరియు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది.

5. **అపానవాయువును తగ్గిస్తుంది:** బాదం పాలలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఫాస్పరస్ మరియు పొటాషియం పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల శరీరంలో నీరు నిలుపుదల తగ్గుతుంది, ఇది కడుపు ఉబ్బరాన్ని తగ్గిస్తుంది.

6. **గుండెల్లో మంట మరియు యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ నుండి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది:** బాదం పాలలో మెగ్నీషియం మరియు కాల్షియం కారణంగా ఆల్కలీన్ లక్షణాలు ఉన్నాయి, ఇది కడుపు యొక్క ఆమ్లతను సమతుల్యం చేయడానికి మరియు తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. ఫలితం గా, ఇది యాసిడ్ రిఫ్లక్స్‌ను నిర్వహిస్తుంది మరియు గుండెల్లో మంటను తగ్గించడం లో సహాయపడుతుంది.

7. **డీహైడ్రేషన్‌ను నివారిస్తుంది** : బాదం పాలలో సోడియం, పొటాషియం, భాస్వరం మరియు మెగ్నీషియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్లు ఉంటాయి, ఇవి కణాల ద్రవ సమతుల్యతను నియంత్రించడంలో మరియు డీహైడ్రేషన్‌తో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి.

8. **ఎముకల ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది** : మీ ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి కాల్షియం ముఖ్యం. అయితే, మీకు లాక్టోస్ అలెర్జీ ఉన్నట్లయితే, మీరు ఆవు పాలకు ప్రత్యామ్నాయంగా బాదం పాలను తాగవచ్చు, ఇందులో 30% కాల్షియం ఉంటుంది. అదనంగా, బాదం పాలు తాగడం వల్ల ఆర్థరైటిస్ మరియు బోలు ఎముకల వ్యాధి ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. మీరు వివిధ రకాల స్మూతీలు మరియు టీలను తయారు చేయడానికి బాదం పాలను కూడా ఉపయోగించవచ్చు.

డైలీ ఐ లైనర్ ఉపయోగిస్తున్నారా?

సాధారణంగా స్త్రీలకు అందంపై మక్కువ ఎక్కువ. ఆ అందం కోసం ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తూంటారు. అందరిలో వారే సెంట్రాఫ్ ఎట్రాక్షన్ గా ఉండాలనుకుంటారు. బ్యూటీ పార్లలో వేలకు వేలు ఖర్చు చేస్తూ ఉంటారు. స్త్రీల అందంలో కళ్లు కూడా ఒకటి. ఆ కళ్లను మరింత అందంగా మార్చేందుకు కళ్లకు కాటుక, ఐ లైనర్లను ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు.

ఐ లైనర్స్ వల్ల కళ్లకు సమస్యలు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చాలా మందికి ఐ లైనర్స్ ని ఎలా వాడాలో తెలీదు.. అలాగే ఎలా రిమూవ్ చేయాలో కూడా తెలీదు. ఇష్టానుసారంగా వాడుతూ ఉంటారు. దీంతో కళ్లు మసక బారినట్లు ఉండటం, కళ్ల కింద మండటం, కళ్లల్లో మంట వంటి ప్రమాదాలు వస్తాయి. మరి ఎలాంటి ఐ లైనర్స్ వాడాలి? ఎలా వాడితే సేఫ్టీనో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

ఐ లైనర్స్ ని అయితే వాడుతూ ఉంటారు కానీ.. దాన్ని ఎలా శుభ్రం చేయాలో తెలియక నానా తిప్పలు పడుతూ ఉంటారు. కొందరు కాటన్ తో తీస్తారు. మరికొందరు నూనె రాసి, సబ్బుతో కడుగుతారు. ఐ లైనర్లను వాడటమే కాదు దాన్ని ఎలా రిమూవ్ చేయాలో కూడా నిపుణుల నుంచి తెలుసుకోవడం ఉత్తమం. లేకుంటే కళ్లు పోయే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

చాలా మంది లిక్విడ్ ఐ లైనర్స్ ని ఉపయోగిస్తారు. ఇది ఎంత మాత్రం సేఫ్టీ కాదని చర్మ నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎవరైతే ఐ లైనర్లను వాడతారో వారు పడుకునే ముందు ఖచ్చితంగా.. ఐ లైనర్ ని తొలగించి శుభ్రంగా కళ్లను కడుక్కొని పడుకోవాలి. రాత్రి పూట ఐ లైనర్ ను రిమూవ్ చేయకుండా ఉంచడం వల్ల ఎలాంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్ వస్తాయో.. సోషల్ మీడియాలో పలు వీడియోలు కూడా వైరల్ గా మారాయి.

ఐ లైనర్లు వాటర్ లైన్ ప్రాంతంలో అప్లై చేయడం వల్ల అక్కడ ఉండే గ్రంథులు సరిగా నూనెలను ఉత్పత్తి చేయలేవు. అవి సరిగా పని చేయని కారణంగా కళ్లకు సంబంధించి అనేక సమస్యలు వస్తాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. కాబట్టి వీలైనంత వరకు లిక్విడ్ ఐ లైనర్లను వాడకపోవడమే బెటర్. ఒకవేళ వాడినా.. నీటిగా క్లీన్ చేసుకుంటే మంచిది.

టీ తాగుతూ తినకూడని ఆహారాలు

టీ తాగే విషయంలో కొన్ని రకాల నియమాలు పాటించాల్సి ఉంది. టీ అధికంగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదు. అధిక మొత్తంలో టీ తాగడం వల్ల నిద్రలేమి, డీహైడ్రేషన్, దంత సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ఇదే కాదు, టీ తాగే సమయంలో కొన్ని రకాల ఆహారాలను అసలు తీసుకోకూడదు. వాటిని టీ తాగే సమయంలో తింటే ఆరోగ్య సమస్యల బారిన పడాల్సి ఉంటుందని ప్రముఖ పోషకాహార నిపుణురాలు దిశా సేథీ సూచిస్తున్నారు. మనలో చాలా మందికి టీ అంటే ఎంతో ఇష్టం ఉంటుంది. వీరిలో కొందరికి రోజు మొత్తంలో కనీసం 5 సార్లు అయినా టీ తాగకుండా తాగినట్లు అనిపించదు. అయితే టీ తాగే విషయంలో కొన్ని రకాల నియమాలు పాటించాల్సి ఉంది. టీ అధికంగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదు. అధిక మొత్తంలో టీ తాగడం వల్ల నిద్రలేమి, డీహైడ్రేషన్, దంత సమస్యలు ఎదురవుతాయి. ఇదే కాదు, టీ తాగే సమయంలో కొన్ని రకాల ఆహారాలను అసలు తీసుకోకూడదు. వాటిని టీ తాగే సమయం లో తింటే ఆరోగ్య సమస్యల బారిన పడాల్సి ఉంటుందని ప్రముఖ పోషకాహార నిపుణురాలు దిశా సేథీ సూచిస్తున్నారు. **నట్స్:** దిశా సేథి ప్రకారం టీ తాగే సమయంలో జీడిపప్పు, బాదం, శనగలు వంటి గింజలను తీసుకోవడం మంచిది కాదు. టీలో ఉండే టానిన్ల కారణంగా.. విత్తనాల్లో ఉండే ఐరన్ శోషణను శరీరం నిరోధిస్తుంది. ఇలా ఐరన్ శోషణ జరగకపోతే శరీరంలో రక్తహీనత ఏర్పడుతుంది.

ఆకు కూరలు: బచ్చలికూర, మెంతి కూరతో చేసిన పకోడీలు టీతో కలిపి తాగడానికి రుచిగా అనిపించవచ్చు. కానీ అవి ఆరోగ్యానికి హాని చేస్తాయని సేథీ అంటున్నారు. నట్స్ మాదిరిగానే ఆకుకూరల్లో కూడా టానిన్లు ఉంటాయి, అవి శరీరం ఐరన్ శోషణను నిరోధించేలా చేస్తాయి. ఫలితంగా రక్తహీనత కలుగుతుంది.

పసుపు: భారతీయ వంట గదుల్లో పసుపు ప్రధానమైన పదార్థం. అయితే పసుపుతో చేసిన ఆహారాలను టీతో పాటు తాగ కూడదు. ఇలా చేస్తే జీర్ణ వ్యవస్థపై చెడు ప్రభావం పడుతుంది.

జిమ్‌కి వెళ్లకుండా, ఎక్సర్‌సైజెస్ చేయకుండా అధిక బరువు తగ్గడం ఎలా?

అధిక బరువు పెరగకుండా ఉండాలంటే కచ్చితంగా జిమ్‌కే వెళ్లాల్సిన పని లేదు. పొట్ట రాకుండా ఉండాలంటే కచ్చితంగా కఠినమైన వ్యాయమాలు చేసి ప్రాణాలపైకి తెచ్చుకోవాల్సిన అవసరం అంతకంటే లేదు. హెల్తీ లైఫ్ స్టైల్‌తో, హెల్తీ ఫుడ్ తీసుకుంటూ కూడా అధిక బరువు పెరగకుండా నివారించవచ్చు.

మీరు తినే ఆహారాన్ని పూర్తిగా నిమిలి మింగండి. ఎవరో వెంట పడ్డట్టుగా హడావుడిగా పరుగెడుతున్నట్టు వేగంగా తినకుండా కొంత నెమ్మదిగానే తినండి. ఎందుకంటే మీరు ఆహారం తీసుకుంటున్నారనే సంకేతాలు మీ మెదడుకి చేరుకున్నప్పుడే మీ జీర్ణ ప్రక్రియ కూడా సరిగ్గా జరిగి పొట్ట రాకుండా చేస్తుందని సైన్స్ చెబుతోంది.

తిన్నప్పుడే ఒకేసారి కడుపునిండా కుమ్మేయకుండా.. స్మాల్ స్మాల్ పోర్షన్స్‌లో తినండి. అలా తినడం వల్ల మీకు స్థూలకాయం రాకుండా ఉంటుంది.

ప్రొటీన్ అధికంగా ఉండే ఫుడ్స్ ఆహారంగా తీసుకోండి. ప్రొటీన్ ఫుడ్స్ తినడం వల్ల మీకు త్వరగా ఆకలి కాకుండా పొట్ట నిండుగా అనిపిస్తుంటుంది. ఒకరకంగా ఇది మీరు ఓవర్ ఈటింగ్ బారిన పడకుండా కాపాడుతుంది. అందుకే అధిక బరువు కూడా పెరిగే అవకాశాలు ఉండవు.

హొటల్ ఫుడ్ కాకుండా ఇంట్లో తయారు చేసుకున్న ఆహారం తినడానికే అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి. హొటల్ ఫుడ్స్ లో ఎక్కువగా జంక్ ఫుడ్స్ ఉంటాయి. అవి మీ ఆరోగ్యానికి హాని చేసి అధిక బరువు పెరిగేలా చేస్తాయి. ఇంట్లో వండుకునే ఆహారంలో పోషక విలువలు ఉంటాయి. బయట తినే ఆహారంలో పోషకాలు ఉండకపోగా ఆరోగ్యానికి హాని చేసేవే ఎక్కువగా ఉంటాయి.

ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోండి. ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. స్థూలకాయం రాకుండా నివారిస్తుంది.

నీరు ఎక్కువగా తాగే అలవాటు చేసుకోండి. ఒక మనిషి రోజుకు కనీసం 3 లీటర్ల నీరు తాగాలి.

కేలరీలు లెక్కించుకునే అలవాటు చేసుకుంటే మీరు ఏం తింటున్నారో, ఎలాంటి ఫుడ్ తింటున్నారో, ఎంత తింటున్నారో అనే స్వీయ విచక్షణ ఉంటుంది. అప్పుడు ఆటోమేటిగ్గా అధిక బరువు పెరగకుండా మీకు మీరే అలారం లేదా అలర్ట్ ఇచ్చుకున్న వాళ్లు అవుతారు. అంతేకాదు.. జంక్ ఫుడ్ తినకుండా మీపై మీకు ఒక స్వీయ క్రమశిక్షణ కూడా ఏర్పడుతుంది.

రోజూ మిడ్నైట్ వరకు బింగ్ వాచింగ్ లేదా టైమ్ పాస్ చేయకుండా నిద్ర విషయంలో ఒక సమయపాలన పాటించండి. త్వరగా పడుకోవడం, త్వరగా నిద్ర లేవడం అనేది ఒక మంచి అలవాటు. రోజూ 8 గంటల నిద్ర ఉంటే సరిపోతుంది.

ఒత్తిడిని జయించండి. లేదంటే ఒత్తిడి ఎలాంటిదైనా అది మీకు తెలియకుండానే ఎక్కువ తినేలా చేస్తుంది. మానసిక ఒత్తిడి, శారీరక ఒత్తిడి, పని ఒత్తిడి.. ఇలాంటి సమస్యలన్నీ మిమ్మల్ని అధికబరువు పాలయ్యేలా చేసే వాటిలో ఒకటిగా ఉన్నాయి. అందుకే ఒత్తిడి ఎలాంటిదైనా అందులోంచి బయటికొచ్చేందుకు ప్రయత్నించండి.

షుగర్ అధికంగా ఉంటే బేవరేజెస్ తాగడం మానేయండి. ఎందుకంటే సాఫ్ట్ డ్రింక్స్‌లో అధిక మోతాదులో ఉండే కేలరీలు మిమ్మల్ని అధిక బరువు పెరిగేలా చేస్తుంది.

ఆరోగ్యానికి సంజీవని నల్ల జీలకర్ర..

మనం రోజూ తినే ఆహారపదార్థాల్లో ఏదోరకంగా జీలకర్రను వాడుతాం. తాలింపుల్లో, మసాలా పొడుల్లో జీలకర్రను వేస్తుంటాం. కానీ.. నల్ల జీలకర్రను ఆహారంగా తీసుకోం. జీలకర్ర వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల కంటే.. నల్ల జీలకర్ర వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు మరింత రెట్టింపుగా ఉంటాయి. నల్ల జీలకర్ర శాస్త్రీయ నామం నిజెల్లా సటీవ. వీటిని కలోంజీ విత్తనాలు అని కూడా పిలుస్తారు. హొటల్స్, రెస్టారెంట్లలో తందూరీ రోటీ, పాస్తా వంటి వంటకాల్లో గార్నిష్ కోసం వాడుతుంటారు. నల్ల జీలకర్రను వాడటం వల్ల కలిగే ఉపయోగాలేంటో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.

కొలెస్ట్రాల్ అరగదు: నల్లజీలకర్ర తింటే మలబద్ధకం సమస్య తగ్గుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ పెరగకుండా నియంత్రిస్తూ.. ఊబకాయం, ఉబ్బసం వంటి సమస్యలను అదుపు చేస్తుంది.

తలనొప్పి మాయం: నల్ల జీలకర్రతో తయారు చేసిన నూనెను నుదిటిపై రాస్తే తలనొప్పి తగ్గి.. ప్రశాంతమైన నిద్ర అందుతుంది.

పళ్ల సమస్యలు ఉండవు: నల్లజీలకర్ర నూనె పంటి సమస్యలను కూడా తగ్గుతుంది. పంటినొప్పి, చిగుళ్ల సమస్యలను ఈ నూనెలో ఉండే థైమోక్వీన్ అనే కెమికల్ నివారించి, చిగుళ్లను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

మతిమరుపు మాయం: వృద్ధాప్యంలో వచ్చే మతి మరుపుకి నల్ల జీలకర్ర సరైన ఔషధం. పరగడుపునే ఒక అర టీ స్పూన్ నల్ల జీలకర్రను తింటే.. జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది.

జుట్టు పెరుగుతుంది: నల్లజీలకర్రను తలకు, చర్మానికి రాస్తే.. అందులో ఉన్న ప్రొటీన్స్, ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ రక్త ప్రసరణకు తోడ్పడుతుంది. కొబ్బరి నూనెలో, నల్ల జీలకర్ర నూనెను కలిపి రాస్తే.. జుట్టు పెరిగి దృఢంగా తయారవుతుంది. చుండ్రుకూడా తగ్గుతుంది.

మెటబాలిజంను మెరుగు: నల్ల జీలకర్ర లివర్ మెటబాలిజంను మెరుగు పరుస్తుంది. కిడ్నీల్లో రాళ్లు ఏర్పడకుండా రక్షణనిస్తుంది. అలాగే రక్తంలో షుగర్ లెవల్స్ ను కంట్రోల్ చేస్తుంది.

ఆస్తమా తగ్గుతుంది: నల్లజీలకర్ర నూనె, తేనె.. గోరువెచ్చని నీటిలో కలిపి తీసుకుంటే ఆస్తమా తగ్గుతుంది. జలుబు, దగ్గు వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.

క్యాన్సర్ కు దూరం: నల్ల జీలకర్రలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి కాబట్టి.. ఇవి బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్, సెర్వికల్ క్యాన్సర్, లంగ్ క్యాన్సర్, పాంక్రియాటిక్ క్యాన్సర్లను నివారిస్తాయి.

మొటిమలు పోతాయి: ఒక కప్పు నిమ్మరసంలో అర టీ స్పూన్ నల్ల జీలకర్ర నూనెను కలిపి రోజుకు రెండుసార్లు ముఖానికి రాస్తే.. మొటిమలు తగ్గుతాయి.

బాధిత కుటుంబాన్ని పరామర్శించిన భాస్కర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ అనకాపల్లి జోన్ పరిధిలోని 80 వ వార్డులో ఉన్న చినరామ స్వామి గుడి వద్ద మృతి చెందిన పిల్లా నాయుడు కుటుంబాన్ని 80 వార్డ్ వైసిపి ఇన్చార్జ్ కొణతాల భాస్కర్ పరామర్శించారు, వారి కుటుంబానికి ధైర్యం చెప్పారు. జగనన్న ప్రవేశపెట్టిన వైయస్సార్ బీమా కింద లక్ష రూపాయిలు వాళ్ళ కుటుంబానికి ఇవ్వడం జరుగుతుంది. చనిపోయిన రోజే మృతుని అంత్యక్రియల ఖర్చులకు పదివేల రూపాయలు వీరి చేతుల మీదుగా ఇవ్వడం జరిగింది. మిగిలిన 90వేలు వారి అకౌంట్లో వేయడం జరుగుతుందన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పొలిమేర అదిబాబు, కర్రి కృష్ణ, కర్రి ఉమ మహేశ్వరావు, కర్రి రాము, కర్రి నాయుడు, కర్రి రమేష్,కర్రి గోపి, కర్రి సత్యనారాయణ, సురిసెట్టి రవి, కంద్రేగుల దేవా ,వలెంట్రీ యశోద పాల్గొన్నారు.

పీలావారి గౌరమ్మను దర్శించుకున్న నాగ జగదీష్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): శ్రీ పీలా వారి గైరమ్మ కమిటీ వారి ఆహ్వానం మేరకు శనివారం తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు మాజీ శాసనమండలి సభ్యులు శ్రీ బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు గౌరీ పరమేశ్వరులను దర్శనం చేసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ కమిటీ జగదీష్ కు స్వాగతం పలికారు. తీర్థప్రసాదాలు ఇచ్చి అక్షింతలు వేసి అర్చకులు ఆశీర్వదించారు. అనంతరం నాగ జగదీష్ ను తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులను సత్కరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో మల్ల గణేష్ ,సాలాపు నాయుడు, బుద్ధ భువనేశ్వరరావు కాండ్రేగుల సత్యనారాయణ కొణతాల బాల పీలా శ్యామ్ సూరిశెట్టి బల్లమ్మ మారిశెట్టి జగన్ కర్రీ సన్యాసినాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పీలావారి గౌరీ పరమేశ్వరులను దర్శించుకున్న రత్నాకర్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక గవరపాలెం పీలావారి గౌరీ పరమేశ్వరులను వైసీపీ పార్లమెంట్ పరిశీలకులు, డైట్ కళాశాల చైర్మన్ దాడి రత్నాకర్ శనివారం దర్శించుకొని పూజలు నిర్వహించారు. దర్శనం అనంతరం ఆలయ నిర్వాహకులు రత్నాకర్ ని శాలువాతో సత్కరించారు. కార్యక్రమంలో కమిటీ సభ్యులు భీమరిశెట్టి శ్రీనివాసరావు, బుద్ధ బలరాం, పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వం పంట నష్టపోయిన రైతులకు పూర్తి నష్టపరిహారం చెల్లించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): మిచౌంగు తుఫాన్ కి పూర్తిగా రైతులు పంట పొలాలు మునిగి పోయి పూర్తిగా నష్టపోయారని ఎకరాకు 25 వేల రూపాయల చొప్పున నష్టపరిహారం చెల్లించాలని అనకాపల్లి వ్యవసాయదారుల సంఘం ఉపాధ్యక్షులు విల్లూరి పైడారావు ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. అనకాపల్లి పట్టణ పరిధిలో సుమారు 7 వేల ఎకరాల పొలాలు తుఫాన్ కి నీటి మునిగాయని అన్నారు.అధికారులు మాత్రం కేవలం 1200 ఎకరాలుకుమాత్రమే నష్టం జరిగిందని లెక్కలు చూపిస్తున్నారు అలా కాకుండా పూర్తిస్థాయిలో వ్యవసాయ అధికారులు బాధ్యతగా పంట పొలాలు పరిశీలన చేసి నష్టపోయిన రైతులకు నష్టపరిహారం

జాబితా తయారుచేసి ప్రభుత్వానికి అందజేయాలని పైడారావు కోరారు

తుఫాన్ పోయి మూడు రోజులైనా ఇప్పటికీ వరి పొలాలు పూర్తిగా ఒరిగిపోయి నీళ్లలోనే ఉన్నాయని రైతుల బాధలు అర్థం చేసుకొని ప్రతి రైతుకు నష్టపరిహారం అందేలా అధికారులు కృషి చేయాలని పైడారావు కోరారు.

ప్రజలందరి ప్రభుత్వం మనది

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా కేంద్రంలో గల పెన్షనర్స్ భవనంలో నేడుగోపాల కృష్ణ యాదవ సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన కార్తీక సమారాధన కార్యక్రమంలో వారి ఆహ్వానం మేరకు ప్రత్యేక అతిథులుగా విచ్చేసిన స్థానిక ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు కి సంఘం పెద్దలు, ప్రజలు అంతా కలిసి సాదర ఆహ్వానం పలికారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే వారందరితో కలిసి అన్నసమారాధన కార్యక్రమంలో పాల్గొని అన్న ప్రసాదాలు అందరికీ వడ్డించి పెట్టడం జరిగింది. కార్తిక సామరాధన కార్యక్రమానికి విచ్చేసిన ఎమ్మెల్యే గారికి తమ సంఘం తరపున ప్రత్యేక ధన్యవాదములు తెలియజేసుకుంటున్నా మని పెద్దలు మంచిపల్లి శ్రీరాములు తెలుపుతూ ఎన్నో ఏళ్ళుగా ఎదురు చూస్తున్న తమ సంఘం ప్రజలందరి ఆశయాన్ని తమ స్థానిక ఎమ్మెల్యే ద్వారా నేడు నెరవేరబోతుండడం తమ అందరికీ చాలా సంతోషంగా ఉందని ఎమ్మెల్యే సహకారంతో తాము అంతా కలిసి శ్రీకృష్ణ జ్ఞానమందిరం నిర్మాణం చేసుకోవడం జరుగుతుందని, త్వరలోనే ఆయన చేతుల మీదుగా ఘనంగా ప్రారంభం చేసుకోవాలని కోరుకుంటున్నామని సంఘం పెద్దలు, ప్రజలందరూ కోరుకున్నారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే గారు వారిని ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ మీలో ఒకడిని, మీ అందరితోపాటు తనను కూడా ఒక కుటుంబ సభ్యుడిగా చేసుకొని తనను ఈనాటి గొప్ప కార్యక్రమానికి ఆహ్వానం పలికినందుకు అందరికీ కూడా ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు అని తెలిపారు. మీరందరూ ఎంతగానో ఎదురు చూసిన శ్రీకృష్ణ జ్ఞానమందిరం నేడు ఈ ప్రక్కనే నిర్మాణం చేసుకోవడం నిజంగా గొప్ప విషయమని అయితే మీరందరూ కోరుకున్నట్లు మందిరం నిర్మాణానికి చెందిన పొజిసన్ పట్టాను మీ అందరి సమక్షంలో నేడు మీ పెద్దలకు అందజేయడం జరుగుతుందని తెలుపుతూ ఎమ్మెల్యే కుల సంఘం పెద్దలకు పట్టాను అందజేయడం జరిగినది. మీరందరూ ఎక్కడ ఉన్న, ఏ నియోజకవర్గంలో నివసిస్తున్న సరే మీ అందరికీ మేలు చేస్తున్న, మీ అందరికీ అండగా నిలుస్తున్న మన ప్రియతమ నాయకులు ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారిని మళ్లీ మంచి మనసుతో మీ అందరూ దీవించి రానున్న 2024 ఎన్నికల్లో వైయస్ జగన్ గారిని ముఖ్యమంత్రిగా గెలిపించుకోవాలని ఎమ్మెల్యే పిలుపునివ్వడం జరిగినది. తప్పకుండా తాము ఏప్పుడు కూడా ఒక కుటుంబంలా మీ వెంటనే నిలిచి సీఎం వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారికి తమ పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందించడం జరుగుతుందని సంఘం పెద్దలు, ప్రజలందరూ ముక్తకంఠంతో స్పందించడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షులు కొండపల్లి బాలకృష్ణ, వైసిపి సీనియర్ నాయకులు బత్తుల శ్రీదేవి, భత్తుల నాగేష్, బత్తుల శ్రీనివాసరావు, వార్డు కౌన్సిలర్ సభ్యులు ఎడ్ల త్రినాధ, సర్పంచ్ జక్కు ప్రవీణ్ కుమార్, యాదవ సంఘం పెద్దలు, ప్రజలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఫార్మా వ్యర్థ రసాయనాల వలన మత్స్య సంపద నాశనం

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): రాంకీ ఫార్మా యాజమాన్యం నిర్లక్ష్యం వలన వ్యర్థ రసాయనాలను పెద్ద చెరువులో విడుదల చేయడం వలన మత్స్య సంపద నాశనం అయిందని తక్షణమే రైతులను ఈ ప్రాంత ప్రజలను ఆదుకోవాలని సిఐటియు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు గని శెట్టి సత్యనారాయణ డిమాండ్ చేశారు శనివారం చనిపోయినచేపలను ఆయన పరిశీలించారు అనంతరం మాట్లాడుతూ ఫార్మా కంపెనీల కాలుష్య వ్యర్థాలు చేరడం వలన చేపలు భారీ స్థాయిలో మృత్యువాత పడ్డాయి, ప్రతీ ఏడాది ఇలానే జరుగుతూ వస్తుంది, ఫార్మా కంపెనీల యాజమాన్యాలను, అధికారులని కలిసి సమస్య విన్నపించుకున్న ఎలాంటి పరిష్కారం చూపడంలేదు, గత సంవత్సరం ఈ సమస్య పైన అనకాపల్లి జిల్లా కలెక్టర్ , పొల్యూషన్ కంట్రోల్ బోర్డు వారికి వినతి పత్రం కూడా ఇవ్వడం జరిగింది, అయిన కూడా ఈ సమస్యపై ఎటువంటి పరిష్కారం చూపించలేదు. ప్రభుత్వం రాంకీ యాజమాన్యంపై సక్రమమైన చర్యలు తీసుకోకపోవడం పొల్యూషన్ కంట్రోల్ బోర్డు అధికారులు పర్యవేక్షించకపోవడం వలన ప్రతి సంవత్సరం వర్షాలు వచ్చినప్పుడు రాంకీ యాజమాన్యం విసరసైన్యాలను విడిచిపెడుతున్నారని దీనివల్ల మత్స్య సంపద నాశనం అవుతుందని వెంటనే ఆదుకోవడానికి చర్యలు చేపట్టాలని శాశ్వతమైన పరిష్కారం చూపించాలని డిమాండ్ చేశారు ఈ ప్రాంతంలో భూగర్భ జలాలు నాశనం అయ్యాయని గాలి నీరు నేల పూర్తిగా నాశనం అవుతున్నాయని అన్నారు వెంటనే రాంకీ యాజమాన్యంపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు రాంకీ చైర్మన్ రాజ్యసభ సభ్యుడు కావడంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రాంకీ యాజమాన్యానికి అడుగులకి మడుగులు ఎత్తుతుందని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో రైతులు రైతు సంఘం నాయకులు ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు దీనిపై జిల్లా కలెక్టర్ ఫిర్యాదు చేస్తున్నట్లు గని శెట్టి తెలిపారు.

ఓటర్ లిస్టులను సవరించకపోతే తెలుగుదేశం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఆందోళన కార్యక్రమాలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): భారత రాజ్యాంగం ప్రకారం ఎన్నికల కమిషన్ ఏర్పడిన తర్వాత ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ఓటర్ లిస్ట్ లో ఇంత గందరగోళ పరిస్థితి ఏనాడు చూడలేదని అనకాపల్లి పార్లమెంటు పరిధిలో 79559 ఓట్లు తొలగించకపోతే తెలుగుదేశం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఆందోళన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తామని తెలుగుదేశం పార్టీ అనకాపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు మాజీ శాసనమండలి సభ్యులు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు ఎన్నికల కమిషన్ పై మండిపడ్డారు. వారం పార్లమెంట్ కార్యాలయంలో జరిగిన సమావేశంలో నాగ జగదీష్ మాట్లాడుతూ 2019 ఎన్నికలకు ముందు వైసీపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు జగన్మోహన్ రెడ్డి 5 లక్షల దొంగ ఓట్లు తెలుగుదేశం పార్టీ హైదరాబాదులో ఒక సంస్థకు అప్పగించి ఎన్నికల్లో లబ్ది పొందాలని చూస్తున్నారని ఆరోపణ చేసిన ఏ ఒక్క విషయాన్ని కూడా నిరూపించలేకపోయారని ఆ అబద్ధపు ప్రచారాలతో ప్రజలను నమ్మించి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 20 లక్షల ఓట్లను అన్ని నియోజకవర్గాల్లో వైసిపి మంత్రులు చోట మోట నాయకులతో కలిపి సచివాలయాల సిబ్బందితో దొంగ ఓట్లు నమోదు కుట్ర పన్నారని నాగ జగదీష్ అన్నారు. పట్టణ తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కేకేవి ఏ నారాయణరావు మాట్లాడుతూ ప్రతి నియోజకవర్గంలో 5000 నుండి 20,000 వరకు జీరో డోర్ నెంబర్ తో వందల సంఖ్యలో ప్రతి చోటా నమోద చేశారని రెండు మూడు బూత్ లో డబుల్ ఎంట్రీలు వలస వెళ్లినవారు, చనిపోయిన వారు పేర్లతో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో ఆధార్ కార్డులు రేషన్ కార్డులు డూప్లికేట్లు కార్డులు చేయించి ఎన్నికల్లో లబ్ది పొందారని, అదే విధంగా రానున్న శాసనసభ పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో వైసీపీ ప్రభుత్వం పై ప్రజా వ్యతిరేకత రావడంతో ఈ దొంగ ఓట్లతో ఎలాగైనా అధికారంలోకి రావాలని అడ్డదారులు తొక్కుతున్నారని, దీనికి ప్రభుత్వ యంత్రాంగ%శ%, సచివాలయం సిబ్బంది, వాలంటీర్లు సహాయంతో ఇటువంటి కుట్రలు కుయుక్తులతో దొంగ ఓట్లు నమోదు చేయించారని నారాయణ రావు అన్నారు. పార్లమెంట్ అధికార ప్రతినిధి కడిమిశెట్టి నరసింగరావు మాట్లాడుతూ ఓటర్ లిస్టులు గత నెల రోజుల నుండి ఓటర్ వెరిఫికేషన్ కు ఎన్నికల కమిషన్ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఎన్నికల అధికారులకు నిర్దిష్టమైన ఆదేశాలు ఇస్తూ దొంగ ఓట్లను తొలగించాలని, చనిపోయిన వారు, వలస పోయిన వారిని, డబుల్ ఎంట్రీలు, ఓకే డోర్ నెంబర్ తో వందల సంఖ్యలో ఉన్న ఓట్లను తొలగించి సరియైన ఓటర్ లిస్టులను రాజకీయ పార్టీలకు ఇవ్వాలని ఎన్నికల అధికారులకు ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశించిన ఎన్నికల కమిషన్ అన్న భయం లేకుండా ఉన్నదని, ఓటర్ ప్రభుత్వ అధికారుల పాత్రను గుర్తించి వారిని సస్పెండ్ చేస్తున్న భయం లేకుండా వాలంటరీలో సహాయంతో అధికార పార్టీ సభ్యులు ఆదేశాలతో బి ఎల్ వోలు

పనిచేస్తున్నారని క్షేత్రస్థాయిలో తప్పులను సవరించకపోతే తెలుగుదేశం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఆందోళన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తామని సక్రమమైన ఓటర్ లిస్టులో డిసెంబర్ 15వ తేదీ నాటికి అవకతవకలన్నీ గుర్తించి ఇచ్చిన ఫిర్యాదుల సరిచేసి నూతన ఓటర్ లిస్టులను ఎన్నికల అధికారి జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టాన్ శెట్టి ఎన్నికల పర్యవేక్షకులు యువరాజ్ ఇటీవల రాజకీయ పార్టీలతో జరిగిన సమావేశంలో అనకాపల్లి పార్లమెంటులో 79559 ఓట్లు చనిపోయిన వారివి, వలసలు, డబులు ఎంట్రీలు ఉన్నాయని చెప్పిన ప్రకారం చేస్తారని సవరణ చేసి లిస్టు ఇస్తారని ఆశిస్తున్నామని నాగ జగదీష్ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ధనాల విష్ణు చౌదరి కుప్పిలి జగన్మోహన్ బోడి వెంకటరావు కాయలు ప్రసన్న మల్ల గణేష్ పొలిమేర నాయుడు బుద్ధ భువనేశ్వరరావు బుద్ధ మహాలక్ష్మి నాయుడు సాలాపు నాయుడు దాడి వేణు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

81 వ వార్డులో భవిష్యత్తుకు గ్యారెంటీ బాబు ష్యూరిటీ

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): 81వ వార్డులో శనివారం జరిగిన భవిష్యత్తుకు గ్యారెంటీ- బాబు షూరిటీ కార్యక్రమంలోమాజీ శాసనసభ్యులు నియోజకవర్గ టీడీపీ ఇంఛార్జి పీలా గోవింద సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఇంటింటికీ వెళ్లి భవిష్యత్తుకు గ్యారెంటీ పథకాలను ప్రజలకు,మహిళలుకు వివరించారు.టీడీపీ అధికారంలోకి రాగానే సూపర్ సిక్స్ పథకాలు అమలు చేస్తాం అని హామీ ఇచ్చారు.టీడీపీ అధికారంలోకి రాగానే ఏడాదికి 3 గ్యాస్ సిలిండర్లు ఉచితంగా ఇస్తాం అని అన్నారు.జగన్ మోహన్ రెడ్డి రహిత ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రమే టీడీపీ, జనసేన లక్ష్యం అని అన్నారు.చంద్రబాబు నాయుడు పాలన కోసం రాష్ట్ర ప్రజలందరూ ఎదురుచూస్తున్నారు అని అన్నారు.టీడీపీ అధికారంలోకి రాగానే యువతకు 20లక్షల ఉద్యోగాలు కల్పిస్తామం అని హామి ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర బీసీ సాధికార కన్వీనర్ మళ్ళ సురేంద్ర, పీలా శ్రీనివాస రావు, కాండ్రే గుల చిన్నా, కాండ్రేగుల రాజు,మోయ్య నూకరాజు, భాను చంద్ర అఖిల్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అంతర్జాతీయ అవినీతి వ్యతిరేక దినోత్సవం

సమాజంలో అణువణువునా అవినీతి విశ్వరూపం ప్రదర్శిస్తోంది. అవినీతి, అధికారం ఒక నాణేనికి రెండు ముఖాలుగా మారిపోయార్ను. అవినీతి, అక్రమాలకు పాల్పడిన వారిని ఉరి తీసినా, చైనాలో అవినీతిని అడ్డుకోలేక పోయారు.

భారతదేశంలో మౌలిక వసతులు కల్పించేందుకు ప్రతీఏటా రూ.10లక్షల కోట్లు, రోజుకు రూ.2,750కోట్లు, గంటకు రూ.115కోట్లు, నిముషానికి రూ.1.80కోట్లు ఖర్చు పెడుతున్నారు. సుమారు తొమ్మిదికోట్ల మంది నిరుద్యోగులున్నారు. ఎనిమిదికోట్లు మంది పాఠశాలలకు దూరంగా ఉన్నారు. 35కోట్లుమంది నిరక్షరాస్యులుగా ఉన్నారు. 52కోట్ల మందికి రక్షిత మంచినీరే లేదు. మరెందరికో మరుగుదొడ్ల సౌకర్యం లేనేలేదు. మరి మౌలిక వసతులకు ఖర్చు పెడుతున్న సొమ్ము ఏమవుతుంది? ఇదే సామాన్యుడ్ని తొలుస్తున్న ప్రశ్న. ఎక్కడ చూసినా అవినీతి. ఏ పథకం ఊసెత్తినా అవినీతే. ఏ ప్రభుత్వ కార్యాలయంలో చూసినా అవినీతివరదే. ఎయిడ్స్ మహమ్మారీకన్నా ఎక్కువగా అదుపులేని పెనుభూతంగా మారి అభివృద్ధికి అడ్డుగోలు అవుతుంది. చైనాతో పోలిస్తే అభివృద్ధిలో వెనుకంజ వేస్తూ అవినీతిలో మనదేశం ముందుంది. 2007లో ఢిల్లీకి చెందిన ట్రాన్స్ఫరెన్సీ ఇంటర్నేషనల్ సంస్థ సెంటర్ ఫర్ మీడియా స్టడీస్ (సిఎంఎస్) సంయుక్తంగా నిర్వహించిన అధ్యయనంలో 11 ప్రజాసేవ అంశాల్లో ఏదో ఒకదానిని పొందేందుకు మూడువంతులు మంది నిరుపేదలు ఏడాది పరిధిలో రూ.900కోట్లు లంచాలుగా చెల్లించినట్లు తేలింది. 2003 అక్టోబర్ 31న అవినీతికి వ్యతిరేకంగా ఐక్యరాజ్యసమితి కన్వెన్షన్ తరువాత డిసెంబర్9న అవినీతి వ్యతిరేక దినోత్సవాన్ని నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా వస్తోంది.యూరప్‌లోని కొన్ని

దేశాల్లో అవినీతి అతి తక్కువ స్థాయిలో ఉండగా, ఆఫ్రికాదేశాల్లో అవినీతి తారస్థాయిలో ఉంది.

అవినీతిని అంతం చేయడానికి చేపట్టాల్సిన చర్యలపై ఐక్యరాజ్యసమితి చారిత్రాత్మక పత్రాన్ని డిసెంబర్ 9న రూపొందించింది. దీంతో ప్రతీఏటా అంతర్జాతీయ అవినీతి వ్యతిరేక దినంగా పాటిస్తున్నారు.

అవినీతి ప్రభావం

అవినీతి కారణంగా పేద ప్రజల జీవన ప్రమాణాలు మరింతగా దిగజారుతాయి. దారిద్ర్యం, వివిధ రంగాల్లో అస్థిరత పెరిగిపోతాయి. అంతిమంగా అది మౌలిక వసతుల వైఫల్యానికి, రాజ్య వైఫల్యానికి దారి తీస్తుంది. ప్రభుత్వాలు, ప్రయివేటు సంస్థలు, ఎన్జీవోలు, మీడియా, వ్యక్తులు కలసికట్టుగా అవినీతి వ్యతిరేక ఉద్యమంలో పాలుపంచుకోవాల్సి ఉంది. అవినీతి వల్ల మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనలు, మార్కెట్ అనిశ్చితి, జీవన ప్రమాణాల నాణ్యంలో క్షీణత లాంటివి చోటు చేసుకుంటాయి. వ్యవస్థీకృత నేరాలు పెరిగిపోతాయి.

అవినీతిని అరికట్టగలిగే మార్గాలు(నిరోధించడమెలా?

కోర్టుల్లో ప్రజా ప్రయోజన వ్యాజ్యాలు దాఖలు చేయడం, హక్కుల కమిషన్లను ఆశ్రయించడం, ఇంటర్నెట్, టీవీ, ప్రింట్ మీడియాను ఆశ్రయించడం, సమాచార హక్కు చట్టం కింద సమాచారం కోరడం వంటి వాటి ద్వారా అవినీతిని కొంతమేరకైనా తగ్గించవచ్చు. యాంటీ కరెప్షన్ సంస్థలు ఏర్పాటు చేయడం, రాజకీయ పక్షాలకు నిధులు అందించడం లో, పాలనావ్యవహారాల్లో పారదర్శకత పెంచడం, ప్రతిభ, సామర్థ్యం లాంటి అంశాల కారణంగా నియామకాలు, ప్రమోషన్లు చేపట్టడం లాంటి చర్యలు తీసుకోవాలని ఈ రంగంలో నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అనుమానాస్పద లావా దేవీలను గుర్తించడం, వివిధ దేశాలు పరస్పరం సహకరించు కోవడం, అన్ని రంగాల్లో అధునాతన సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించడం లాంటి వాటి ద్వారా అవినీతిని కొంతమేరకు తగ్గించవచ్చు.

ఎన్నికల రాజకీయ వ్యవస్థలో అవినీతి తొలగించేందుకు సంస్కరణలు చేపట్టాలి. ప్రతీ కార్యాలయంలో సేవల వివరాలు అవి పొందే విధి విధానాలు ఏ పని ఎన్నిరోజుల్లో చేస్తారో వివరించే ఫిజికల్ చార్టర్‌లు చాలా శాఖల్లో ప్రకటించారు. వీటిని సక్రమంగా అమలుజరిగేలా కార్యాచరణ ఉండాలి. పారదర్శకతకోసం సమాచార హక్కు చట్టం ద్వారా పూర్తి సమాచారం ప్రజలకు తెలుసుకునే వీలు కలిగింది. దీన్ని సక్రమంగా వినియోగించుకుంటే అవినీతి దూరమవుతుంది. కేంద్రీకృత పాలన అవినీతికి మూలమైంది. దీనికి విరుగుడుగా అధికార వికేంద్రీకరణ జరగాల్సి ఉంది. జవాబుదారీతనంతో స్థానిక ప్రభుత్వాలు సాధించాలి. మనదేశాన్ని మనమే రక్షించుకునే దిశగా ప్రతిఒక్కరూ అవినీతికి వ్యతిరేకంగా ప్రతిన బూనాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది.

పీలావారి గౌరీ పరమేశ్వరుల మహోత్సవం సందర్భంగా పదివేల మందికి భారీ అన్న సమారాధన

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానికగరపాలెంలో ప్రసిద్ధి చెందిన శ్రీ వినాయక గౌరీ సేవా సమితి శ్రీ పీలా వారి గౌరీ పరమేశ్వరుల మహోత్సవంలో భాగంగా. కార్తీక మాసం ఏకాదశి శుక్రవారం సందర్భంగా ఆలయం వద్ద శ్రీ గౌరీ పరమేశ్వరులకు కళ్యాణం ఘనంగా జరిగింది. కళ్యాణ మహోత్సవం సందర్భంగా శనివారం ఆలయం వద్ద సుమారు 10వేల మందికి భారీ అన్న సమారాధన నిర్వహించారు. శ్రీగౌరీ పరమేశ్వరుల భారీ అన్న సమారాధన సందర్భంగా గౌరమ్మనుదర్శించుకున్న వారిలో. బోడేడ భాగ్యలక్ష్మి కుటుంబ సభ్యులు, పార్లమెంటు సభ్యురాలు బీశెట్టి వెంకట సత్యవతి, విష్ణుమూర్తి దంపతులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే పీలా గోవింద సత్యనారాయణ,మాజీ ఎమ్మెల్సీ బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు, మళ్ల సురేంద్ర,సంఘ సేవకుడు ఎస్టీ గ్రూప్ అధినేత కాండ్రేగుల శ్రీరామ్ దంపతులు, బుద్ధ రమణాజీ, పెద్ద సంఖ్యలోభక్తులు అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ నిర్వాహకులు ప్రత్యేక ఏర్పాటు చేశారు, ఆలయాన్ని పువ్వులతో చేసిన అలంకరణ అందరినీ ఆకట్టుకుంది. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ శాశ్వత చైర్మన్ భీమర శెట్టివరహ నూకరాజు, అధ్యక్షులు బీమరశెట్టి శ్రీనివాసరావు, కార్యదర్శి బుద్ధ బల్లమ్మ నాయుడు, కోశాధికారి బీమరశెట్టిలక్ష్మీనారాయణ, ఉపాధ్యక్షులు. మారిశెట్టి జగన్నాథరావు, జాయింట్ సెక్రెటరీ దాడి రామకృష్ణ, బుద్ధ శ్రీనివాసరావు, కొణతాల కృష్ణ, బుద్ధ శివ,ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీవారి సేవలో వంశీకృష్ణ, లాలూ ప్రసాద్ కుటుంబాలు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): బీహార్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి, మాజీ కేంద్ర రైల్వే మంత్రి పార్టీ, రాష్ట్ర జనతా దళ్ అద్యక్షులు లాలు ప్రసాద్ యాదవ్ కుటుంబ సభ్యులతో గౌరవ ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ యాదవ్ తిరుమల శ్రీవారి సేవలో పాల్గొన్నారు. శ్రీవారిని దర్శన నిమిత్తం తిరుమల విచ్చేసిన మాజీ ముఖ్యమంత్రి లాలూ తో పాటు , వారి కుటుంబ సభ్యులైన మాజీ ముఖ్యమంత్రి రబ్రిదేవి, ప్రస్తుత బీహార్ ఉప ముఖ్యమంత్రి తేజస్వి యాదవ్ కుటుంబ సభ్యులుకు వంశీ, పెద్దలు జంగా కృష్ణమూర్తి ఘనంగా స్వాగతం పలికారు.

అనంతరం ఈరోజు ఉదయం వేకువ జామున ప్రోటోకాల్ సమయంలో లాలు ప్రసాద్ యాదవ్ సభ్యులతో కలిసి ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ యాదవ్ ఎమ్మెల్సీ పెద్దలు జంగా కృష్ణమూర్తి శ్రీవారిని దర్శించుకున్నారు. శ్రీవారి దర్శనం అనంతరం వేద ఆశీర్వచనం చేసి, తీర్థ ప్రసాదములు అందించారు. ఈ సందర్భంగా తిరుమల విచ్చేసిన లాలు కుటుంబ సభ్యులను శాలువా వేసి ఘనంగా సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో గౌరవ ఎమ్మెల్సీ యాత్ర జంగా కృష్ణమూర్తి, గౌరవ ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ యాదవ్, సన్నిధి యాదవ్ పాల్గొన్నారు.

అర్హత గల ప్రతి ఓటరూ నమోదు కావాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అర్హత గల ప్రతి ఒక్క ఓటరు తప్పనిసరిగా నమోదయ్యేలా చూడాలని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి అధికారులను ఆదేశించారు. ఓటర్ల నమోదు చివరి రోజు అయిన శనివారం ఆయన జిల్లాలోని చోడవరం నియోజకవర్గం లోని బుచ్చయ్యపేట మండలం నర్సీపట్నం నియోజకవర్గం మాకవరపాలెం మండలం పాయకరావుపేట నియోజకవర్గ కోటవురట్ల మండలాల్లో ఓటర్ల నమోదు కేంద్రాలను తనిఖీ చేశారు. జనాభా ఓటర్లు, స్త్రీ పురుష నిష్పత్తి, 18 -19 సం.ల సమతుల్యతను పరిశీలించారు. ప్రకారం ఓటర్ల సంఖ్య గణాంకాలకు దగ్గరగా ఉండేలా చూసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఈ పర్యటనలో ఆర్డీవోలు చిన్నికృష్ణ, జయరాం, ఈఆర్వోలు ప్రమీలా గాంధీ, రామలక్ష్మి, మండలాల తాసిల్దార్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మీ ఆరోగ్యాన్ని పటిష్టంగా ఉంచుకుంటూ.....
మరికొంతమందికి అవకాశం కల్పించండి.

- 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

అలకనంద హెర్బల్స్ వారి విశిష్ట ఉత్పాదన
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.

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

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

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

Sugar Free Fitearly | నడివయస్కులకు దివ్య శక్తి ఫిట్ ఎర్లీ | थकावट से सत्वर उपसमन फिट एर्ली

వివిధ వృత్తి, ఉద్యోగాలలో అలసటకు లోనై నీరసించి పోతున్నారా?
మందులు మింగలేక, చక్కెరతో కూడిన ఎనర్జీ బూస్టర్లు సేవించలేకపోతున్నారా?

దిగులు చెందకండి.

"ఫిట్ ఎర్లీ" మిమ్మల్ని నిరంతరం శక్తివంతం గాను, ఉత్సాహవంతంగాను ఉంచుతుంది.

సోయప్రోటీన్, వే ప్రోటీన్, బ్రాహ్మి, హరితకి, సీ భక్తారన్, శొంఠి, తులసి, అశ్వగంధ

తదితర హిమాలయముల నుండి సేకరించిన విశిష్ట వన మూలిక సమ్మిళితమైన "ఫిట్ ఎర్లీ" విశిష్టానుభవం గల పరిశోధకులచే రూపొందించబడింది. అంతేకాక ప్రఖ్యాత వైద్యరంగ పరిశోధన శాలలో అన్ని విధములుగా పరీక్షించబడి సంతృప్తి కంమైన ఫలితాలను ప్రకటించుకోబడిన ఉపాహారం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో డీలర్‌షిప్ వివరాలకు సంప్రదించండి
ఎస్.వీరభద్రరావు : సెల్: 8247526179
ఈ-మెయిల్: surampudi43@gmail.com

HERBINDO LABS PRIVATE LIMITED®
HEALTH AND HAPPINESS
Compli

HERBINDO LABS PVT LTD.
2-2-642/1/1/1A, Sadguru Krupa,
Street No 16,
Amberpet, Hyderabad - 500013,
Telangana, India
E-Mail: herbindolabs@gmail.com
Mob: +91 9704885252
GSTN: 36AAECH6684G1ZA
CIN: U24100TG2018PTC127052

మెగా బ్రాహ్మణ వివాహ వేదిక
తెలుగు బ్రాహ్మణ వధూవరుల వివాహ పరిచయ కార్యక్రమం
విశాఖ సమాచారమ్ దినపత్రిక కార్యాలయం
9-3-16, పిఠాపురం కోలనీ, (కృష్ణా కాలేజ్ జంక్షన్, మెయిన్‌రోడ్డు) విశాఖపట్నం-530003

తేది : 21-01-2024, (ఆదివారం)
సమయం : మధ్యాహ్నం గం. 2.00 ల నుండి సాయంత్రం గం. 5.00 వరకు.

శ్రీకాకుళం నుండి విజయవాడ వరకు, హైదరాబాద్, ఢిల్లీ, ముంబై, చెన్నై, బెంగుళూరు, పూణే వంటి ప్రముఖ నగరాలలో పనిచేస్తున్న సుమారు 500 మంది వధూవరుల వివరములతో...

రిజిస్ట్రేషన్ మరియు వివరముల కొరకు
జనహిత మ్యాట్రిమోనీ
9393949345, 8074541283
Compli

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