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

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 : 32 సంచిక : 193 విశాఖపట్నం, 13 మే 2023 శనివారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

ప్రణాళికా బద్ధ బోధనతో ఉత్తమ ఫలితాలు : కలెక్టర్

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రణాళిక ప్రకారము పాఠశాలల్లో విద్యాబోధన చేస్తే అద్భుత ఫలితాలు సాధించవచ్చునని జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎ.మల్లిఖార్జున అన్నారు. శుక్రవారం మధ్యాహ్నం స్థానిక వీఎమ్ఆర్డీఏ చిల్డ్రన్ ఎరీనాలో ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదివి, పదవ తరగతి పరీక్షల ఫలితాల్లో 570 పైగా మార్కులు సాధించిన ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థినీ, విద్యార్థులకు, పాఠశాలల ప్రధానోపాధ్యాయలకు మరియు తల్లిదండ్రులకు జిల్లా కలెక్టర్ విందు ఏర్పాటుచేశారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులతో ఏర్పాటు చెసిన సభలో జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లా పరిధిలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు చెందిన 63 మంది విద్యార్థులు 570 పైగా మార్కులు సాధించి, రాష్ట్ర స్థాయి లో జిల్లాను 3వ స్థానంలో ఉంచినందుకు అభినందనీయం అన్నారు. ఉపాధ్యాయులు ప్రణాళికతో బోధన చేసి ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించారన్నారు. గత

(మిగతా 7లో)

జీవో నంబర్ 1 కొట్టివేసిన హైకోర్టు

ఏపీలో రోడ్ షోలు, బహిరంగసభల్ని నిషేధిస్తూ వైసీపీ ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన జీవో నంబర్ 1పై హైకోర్టు ఇవాళ కీలక తీర్పు ప్రకటించింది. పౌరుల ప్రాథమిక హక్కులకు భంగం కలిగించేలా ఉన్న జీవో నంబర్ 1 చెల్లదంటూ హైకోర్టు తీర్పునిచ్చింది.జీవో నంబర్ 1ను సవాల్ చేస్తూ హైకోర్టును ఆశ్రయించిన సీపీఐ రామకృష్ణ ఎట్టకేలకు తన పంతం నెగ్గించుకున్నారు. అలాగే హైకోర్టు తీర్పును విపక్షాలు స్వాగతించాయి. అంతేకాదు జగన్ సర్కార్ పై విమర్శలు ఎక్కుపెట్టాయి.

హైకోర్టు జీవో నంబర్ 1 ని కొట్టేస్తూ ఇచ్చిన తీర్పుపై టీడీపీ నేత నారా లోకేష్ స్పందించారు. ఏ1 తెచ్చిన జీవో1ని హైకోర్టు కొట్టేసిందని, ఫ్యాక్షన్ పాలనపై

(మిగతా 7లో)

ప్రాథమిక విద్యారంగంలో సంస్కరణల ద్వారా ఉత్తమ ఫలితాలు

ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ అఖిల భారత ప్రాథమిక ఉపాధ్యాయుల సమాఖ్య యొక్క 29వ ద్వివార్షిక సమావేశం అయినటువంటి అఖిల భారతీయ శిక్షా సంఘ్ అధివేశన్ లో పాలుపంచుకొన్నారు. ఈ సందర్భం లో ఏర్పాటు చేసిన ఒక ప్రదర్శన లో ప్రధాన మంత్రి కలియదిరిగారు. 'టీచర్స్ ఆర్ ఎట్ ది హార్ట్ ఆఫ్ ట్రాన్స్‌ఫార్మింగ్ ఎడ్ యుకేశన్' (విద్య రంగం లో చోటు చేసుకొనే మార్పుల లో కేంద్ర స్థానం గురువుల దే) అనేది ఈ సమావేశం యొక్క ఇతివృత్తం గా ఉంది.

సభికులను ఉద్దేశించి ప్రధాన మంత్రి ప్రసంగిస్తూ, భారతదేశం ఎప్పుడైతే అమృతకాలంలో 'వికసిత్ భారత్' సంకల్పాన్ని తీసుకొని ముందుకు సాగిపోతుందో, ఆ కాలం లో గురువులు అందరి యొక్క భారీ తోడ్పాటులను గురించి ప్రముఖంగా ప్రస్తావించారు. ప్రాథమిక ఉపాధ్యాయుల సాయంతో గుజరాత్ ముఖ్యమంత్రిగా విద్య రంగంలో మార్పు చేర్పులు తీసుకు వచ్చిన తన అనుభవాన్ని గురించి ప్రధాన మంత్రి చెప్తూ, బడి కి వెళ్ళడం మధ్య లో మానివేసిన విద్యార్థుల సంఖ్య గుజరాత్ ప్రస్తుత ముఖ్యమంత్రి శ్రీ భూపేంద్ర పటేల్ తెలియ జేసిన ప్రకారం.. 40 శాతం స్థాయి నుండి 3 శాతం కంటే తక్కువ స్థాయి కి పడిపోయింది అని పేర్కొన్నారు. గుజరాత్ లో గురువుల వద్ద నుండి తాను సంపాదించిన అనుభవం జాతీయ స్థాయిలో తనకు సాయపడిందని, మరి అంతేకాకుండా, ఒక విధాన పరమైన విధి విధానాల రూపకల్పన లో సైతం ఆ అనుభవం దోహద పడిందని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. బాలికల కోసం పాఠశాలల్లో టాయిలెట్ లను ఉద్యమం తరహా లో నిర్మించడాన్ని ఈ సందర్భం లో ఆయన ఒక ఉదాహరణ గా పేర్కొన్నారు. ఆదివాసి ప్రాంతాల లో విజ్ఞాన శాస్త్ర విద్య బోధన ను మొదలు పెట్టడం గురించి కూడా ఆయన మాట్లాడారు.

భారతదేశాని కి చెందిన గురువులు అంటే ప్రపంచ నాయకుల లో ఉన్న ఉన్నతమైనటువంటి గౌరవాన్ని గురించి కూడా ప్రధాన మంత్రి వివరించారు. విదేశీ ఉన్నతాధికారుల తో తాను భేటీ అయినప్పుడల్లా చాలా తరచుగా ఈ మాటల ను తాను వింటూ ఉంటానని ఆయన అన్నారు. భూటాన్ రాజు, సౌదీ అరేబియా రాజు మరియు ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (డబ్ల్యుహెచ్ఒ) డైరక్టర్ జనరల్ వారి భారతీయ గురువుల గురించి ఎంతో గొప్పగా మాట్లాడిన సంగతి ని ప్రధాన మంత్రి ఈ సందర్భం లో గుర్తు కు తీసుకు వచ్చారు.

ఒక నిత్య విద్యార్థి గా తాను ఉంటూ వస్తుండటం తనకు ఎంతో గర్వకారణం గా అనిపిస్తుందని ప్రధాన మంత్రి చెప్తూ, సమాజం లో ఏ ఘటన జరిగినప్పటికీ ఆ ఘటన ను పరిశీలించాలి అని తాను నేర్చుకున్నట్లు ఆయన చెప్పారు. గురువుల తో తన

(మిగతా 7లో)

స్థాయీ సంఘంలో అన్ని అంశాలు ఆమోదం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థాయీ సంఘం లోని 15 అంశాలు సభ్యుల ఆమోదం తెలిపారని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలోని స్థాయి సంఘం సమావేశంలో నగర మేయర్ అధ్యక్షతన స్థాయీ సంఘ సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ స్థాయీ సంఘంలో మొత్తం 15 అంశాలు పొందుపరచగా అందు అన్ని అంశాలు సభ్యులు ఆమోదించారని తెలిపారు. ఒకటి నుండి పదమూడువ అంశం వరకు రెవిన్యూ విభాగానికి చెందిన మార్కెట్లు దుకాణాలు, ఫలసాయాలు, కళ్యాణ మండపాలు తదితర అంశాలను ఆమోదం

(మిగతా 7లో)

శ్రీలక్ష్మీ మహా యజ్ఞంలో పాల్గొన్న సీఎం జగన్

అమరావతి: సనాతన ధర్మ పరిరక్షణతోపాటు రాష్ట్రం సస్య శ్యామలంగా అభివృద్ధి చెందుతూ ప్రజలందరూ కల్యాణ సౌభాగ్యాలతో వర్థిల్లాలని కాంక్షిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దేవదాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం నుంచి అష్టోత్తర శత కుండాత్మక చండీ, రుద్ర, రాజశ్యామల, సుదర్శన సహిత శ్రీలక్ష్మీ మహాయజ్ఞానికి శ్రీకారం చుట్టింది. విజయవాడ బందరు రోడ్డులోని ఇందిరాగాంధీ మునిసిపల్ స్టేడియంలో నిర్వహిస్తున్న ఈ యజ్ఞంలో ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

ఉదయం 5గంటలకు మహామంగళ వాయిద్య హృద్య నాదం, భగవత్ ప్రీతిగా వేదస్వస్తి, గోపూజ, విఘ్నేశ్వర విష్వక్సేన పూజలు, పుణ్యాహవచనం, దీక్షాధారణ, అజస్ర దీపారాధన తదితర కార్యక్రమాలు మొదలయ్యాయి. సీఎం జగన్ యజ్ఞ సంకల్పం తీసుకున్న అనంతరం మహాయజ్ఞం ప్రారంభమైంది. గోశాల వద్ద

(మిగతా 7లో)

జనసేన సర్కార్ ఖాయం- పవన్ కీలక వ్యాఖ్యలు

ఏపీలో జనసేన ప్రభుత్వం కచ్చితంగా స్థాపిస్తామని అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ ఇవాళ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. గుంటూరు జిల్లా మంగళగిరిలో జనసేన పార్టీ కార్యాలయంలో జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో పవన్ మరోసారి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. సీఎం పదవిపై జరుగుతున్న చర్చ, రాష్ట్రంలో తాజా పరిస్థితులు, జనసేన పరిస్థితి, వైసీపీ రాజకీయాలు వంటి అంశాలపై పవన్ కళ్యాణ్ చేసిన వ్యాఖ్యలు మరోసారి చర్చనీయాంశం అయ్యేలా ఉన్నాయి.

నేను కూడా జనసేనలో ఓ కార్యకర్తనే అని పవన్ కళ్యాణ్ తెలిపారు. తాను పార్టీ పెట్టగానే సీఎం అయిపోతానని కొందరు అనుకున్నారని పవన్ వెల్లడించారు. డబ్బుల్లేకుండా రాజకీయాలు చేయమంటే కాఫీలు, టీలు కూడా ఇవ్వొద్దని కాదన్నారు. తనకు మండలాధ్యక్షుడు అయ్యే డబ్బు కూడా లేకపోవచ్చని, కానీ పది మంది దగ్గరికి వెళ్లి డబ్బులు అడుక్కుని అయినా తెచ్చి జనానికి నాలుగు టీలు ఇస్తానన్నారు. ఓ పార్టీ నిర్మాణం కోసం చాలా అవమానాలు ఎదుర్కోవాల్సి ఉంటుందని పవన్ తెలిపారు. 2008 నాటి పరిస్థితుల్ని కూడా తట్టుకుని జనసేన నిలబడిందన్నారు.

తాను ఓ కులానికి నాయకుడిని కాదని పవన్ కళ్యాణ్ తెలిపారు. తాను మానవతావాదినని, సమాజం బావుండాలని కోరుకునే వాడినన్నారు. తన కులానికి ఇచ్చే గౌరవంతో సమానంగా ఇతర కులాలకూ గౌరవం ఇస్తానన్నారు. ఓట్లు పడతాయో లేదో తెలియదు, కానీ తనకు ఇరు తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు మహారాష్ట్ర, తమిళనాడు, కర్నాటక సరిహద్దుల్లోనూ ఓట్లు ఉన్నాయని పవన్ తెలిపారు. ఇంత అభిమాన బలం ఉండి, తనను ఓ కులానికి పరిమితం చేస్తానంటే సరికాదన్నారు. ఎన్టీఆర్ పార్టీ పెట్టినప్పుడు పరిస్థితులు వేరని, 60 ఏళ్ల వయసు తర్వాత ఆయన వచ్చారని పవన్ గుర్తుచేశారు.

చాలా మందికి నచ్చకపోయినా పదవినే టార్గెట్ గా పెట్టుకుని రాజకీయం చేస్తే కుదరదని, నినాదాలతో సీఎం కాలేరని, ఓట్లు వేస్తేనే సీఎం అవుతారని పవన్ తెలిపారు. రోడ్లపై గజమాలలు వేస్తే, హారతులు వేస్తే కారని, ఓట్లు వేస్తేనా

(మిగతా 7లో)

73వ వార్డులో జివిఎంసి కమిషనర్ అకస్మిక పర్యటన

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జివిఎంసి పరిధి గాజువాక జోన్ 73వ వార్డులోని సమతా నగర్, కృష్ణానగర్, ఉడా 30' రోడ్డు తదితర ప్రాంతాలలో శుక్రవారం జివిఎంసి కమిషనర్ సి.ఎం.సాయికాంత్ వర్మ ఆకస్మికంగా పర్యటించారు.

ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ సమతా నగర్ రోడ్డులో ఎక్కడబడితే అక్కడ వ్యర్థాలు, చెత్త కుప్పలు ఉండుటను గమనించి వాటిని వెంటనే తొలగించాలని శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్లు ఆదేశించారు. డోర్ టు డోర్ చెత్త సేకరణ జరుగుతున్నప్పుడు రోడ్డుపై చెత్త కుప్పలు ఎందుకు దర్శనమిస్తున్నాయని ఆరా తీశారు. శానిటేషన్ సరిగా నిర్వహించడం లేదని, ఎప్పటికప్పుడే వ్యర్థాలు తొలగించాలని విభాగపు అధికారులను ఆదేశించారు. సమతా నగర్ డబల్ రోడ్డులో భవన నిర్మాణదారులు రోడ్లను ఆక్రమించి ఇసుక, పిక్క లాంటి మెటీరియల్ రోడ్ పై వేస్తున్నారని వారి నుండి అపరాధ రుసుం వసూలు చేయాలని సచివాలయ ప్లానింగ్ కార్యదర్శులను ఆదేశించారు. ఇకపై భావన నిర్మాణదారులు రోడ్లపై ఇసుక తిక్క వేయకుండా చూడాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రతి దుకాణాల వద్ద తడి పొడి చెత్త డబ్బాలు ఉండాలన్నారు. వ్యర్థాలను నేరుగా తమ వద్దకు వచ్చే జివిఎంసి చెత్త తరలించే వాహనానికి అందించాలని, ఎవరి దుకాణం ముందు వారే శుభ్రం చేసుకోవాలని కమిషనర్ దుకాణదారులకు తెలియజేశారు.

అనంతరం డాబాగార్డెన్, సౌత్ రైల్వే రోడ్, రైల్వే స్టేషన్ రోడ్, బి.ఆర్.టి.ఎస్. రోడ్డు తదితర ప్రాంతాలలో పర్యటించి రోడ్లులను ఏ విధముగా అభివృద్ధి పరచవచ్చో అవగాహన చేసుకొని అదే విధముగా రోడ్ల నిర్మాణాలు చేపట్టాలని ఇంజనీరింగ్ అధికారులను ఆదేశించారు.

ఈ పర్యటనలో పర్యవేక్షక ఇంజనీర్లు రవి, వినయ్ కుమార్, ఉప కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్లు దిలీప్, ఏడుకొండలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రద్ధాంజలి

జననం
25-05-1934

మరణం
12-05-2023

బ్రహ్మశ్రీ హనుమద్దాస్ స్వామీజీ గారు
శుక్రవారం ఉదయం (12-05-2023)
చెన్నైలోని వారి స్వగృహంలో స్వర్గస్తులయ్యారు.
ఆయన అకాల మరణానికి
చింతిస్తున్నాము. వారి ఆత్మకు శాంతి
కలగాలని, హనుమంతునిలో ఐక్యం
కావాలని కోరుకుంటున్నాము.
ఇట్లు
కుటుంబ సభ్యులు మరియు శిష్యులు

విశాఖ సమాచారమ్
శనివారం 13-05-2023

అందం అంతర్గతం

ఓ సినిమాలో అమితాబ్ బచ్చన్ ఓ పార్టీ సందర్భంగా ఇలా అంటాడు.... లోపల మాలిన్యం ఉన్నా, స్వార్థపూరిత ఆలోచనలు ఉన్నా, దుర్మార్గం ఉన్నా చివరికి బిచ్చగాడైనా సరే బయట అందంగా హుందాగా కనపడితేనే ఈ సమాజంలో గౌరవం, ఓ స్థానం ఉంటాయి. అంతా మనవైపే చూస్తారు. బాహ్య సౌందర్యమే ముఖ్యం నా ప్రియురాలు నాకు నేర్పిన పాఠం ఇది.... అంటాడు. మంచి డ్రెస్ అద్దెకి తీసుకుని వేసుకుని వస్తాడు. గూరా? సలాం కొట్టి లోపలికి వెళ్ళనిస్తాడు. అంటే మనం తెలుసుకో వలసినది.. మెరుపులు తళతళలే ముఖ్యం. అందానికి బాహ్య సౌందర్యానికే ప్రాధాన్యత ఇస్తాం. మనకు రాబోయే కోడలు గానీ అల్లుడు గానీ అందంగా ఉండాలనే కోరు కుంటాం. అందంగా లేకపోయినా సాధ నాల ద్వారా అందంగా కనపడటానికి ప్రయత్నం చేస్తాం. తనకు కాబోయే భర్త ఏ యద్దనపూడి సులోచనారాణి నవలా హీరోలానో లేదా రాజేష్ ఖన్నా లానో ఉండాలని కలలు కంటారు. అబ్బాయి పెళ్ళి సంబంధాల వేటలో అమ్మాయి అందానికే తొలి ప్రాధాన్యత. అందం కాదు గుణం ప్రధానమని తెలుసు కోవాలి. అందం ఎప్పుడూ అందంగా ఉండదు. మహా ఐతే ఐదేళ్ళో పదేళ్ళో. వ్యక్తి బాహ్య సౌందర్యం కంటే అంతర్గత విలువలకే ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. ఇప్పుడు క్రమేపీ వస్తున్న మార్పులు శుభపరిణామాలే. గుణగణాలు మంచి తనం పరిగణలోనికి తీసుకుంటున్నారు. ఆ మధ్య పెళ్ళి చేసుకున్న ఓ జంటని చూశాను. ఈడు జోడు సరిగా అనిపించ లేదు. అమ్మాయి ఓ మాదిరిగా ఉన్నా అబ్బాయి చామనచాయ కంటే తక్కువగా కొంచెం నల్లగా కనిపించాడు.. ఐనా నీట్ గానే ఉన్నాడు. ఐతే ఆ అమ్మాయి కోరి ఆ అబ్బాయినే చేసు కుంది. కారణం అబ్బాయి చాలా మంచివాడు, చాలా బాధ్యత గలవాడు, ఎటువంటి వ్యసనాలు లేనివాడు. తన పేరెంట్స్ ని ఎంతో గౌరవిస్తాడు, చెల్లెల్ని కంటికి రెప్పలా చూసుకుంటాడు, నెమ్మదిగా ఉంటాడు, మాటలో మర్యాద ఉంటుంది. తనకి బాగా తెలిసిన వారి కుటుంబానికి చెందిన అబ్బాయి కావడంతో, ఇవన్నీ కని పెట్టింది. అబ్బాయిలో ఉన్న ప్రొటెక్టివ్ నేచర్ తనని ఆకర్షించింది. ఈ అబ్బాయిని చేసుకుంటే తనకి మంచి రక్షణ లభిస్తుందని, ఏ లోటు ఉండదని భావించి తెలివైన నిర్ణయం తీసుకుని ఆ అబ్బాయినే చేసుకుంది. ఆ అమ్మాయిని మనసారా అభినందించాను. అందానికి అందమే శత్రువు.. కలకాలం ఉండేది అందం కాదు, మంచి స్వభావం మంచితనమే.. గుణమే ప్రధానం.

శివైక్యం చెందిన హనుమద్దాస్ స్వామీజీ

సుమారు 20 సంవత్సరాలుగా ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల హనుమత్ భక్తులకు ఆరాధ్య దైవంగా విరాజిల్లి, వారందరి మనస్సులోను ప్రేమాభిమానాలు పొందిన హనుమద్దాస్ స్వామీజీ శుక్రవారం మధ్యాహ్నం చెన్నైలోని స్వగృహంలో కుమారులందరి సమక్షంలో శివైక్యం చెందారు. 89 ఏళ్ల వయస్సులో కూడా వివిధ ప్రదేశాలు పర్యటించి భక్తులకు సమస్యలు తీర్చిన స్వామీజీ చెన్నైలోనే నెలరోజులుగా ఎండల కారణంగా అస్వస్థతకు గురయ్యారు. ఎటువంటి ఆరోగ్య సమస్య లేనప్పటికీ, ఎండ దెబ్బకు నీరసించిన స్వామీజీ ఇంటి వద్దనే కుమారుల, బంధువుల, భక్తుల అభిమానం నడుమ నెలరోజులుగా కాలం గడుపుతూ వచ్చారు. శుక్రవారం మధ్యాహ్నం 12 గంటలు దాటిన వెంటనే ఒక్కసారిగా ఆయన ఊపిరి ఆగిపోయిందని, వారు శివైక్యం చెందారని వారి కుమారులు ప్రకటించారు.

భక్తులు తమ సమస్యలను, కోరికలను ఉత్తరాల ద్వారా తెలిపితే వారికి తగిన విధంగా హనుమత్ శక్తిని ప్రసాదించి వారికి ఫలితం లభించి సంతోషించేలా హనుమద్దాస్ స్వామీజీ అనుగ్రహించేవారు. హనుమంతుడిని నమ్మి ఆరాధిస్తే అన్ని విధాలా సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుందని, నిజాయితీ కలిగిన వ్యవహారాలలో కోరికలన్నీ సిద్ధిస్తాయని ఆయన ప్రవచించేవారు. ఎన్నెన్నో దేవాలయాలను సందర్శించి వాటి అభివృద్ధికి హనుమత్ శక్తిని ప్రసాదించి వాటికి వైభోగం లభించేలా చేశారు.

విశాఖ నగరంలోని ఎందరో పెద్ద పెద్ద వ్యాపార ప్రముఖులు, రాజకీయ ప్రముఖులు, పారిశ్రామిక వేత్తలు కూడా ఆయనకు పాదపూజలు చేసుకొని ఉత్తమ ఫలితాలు పొందారు. నెల్లూరు జిల్లాలో జన్మించి, చెన్నైకి వలస వెళ్లి అక్కడే స్థిరపడి, ఆంజనేయ స్వామి ఉపాసకులుగా మారి, నిరంతర హనుమత్ జపం చేసి హనుమద్దాస్ స్వామీజీగా అవతరించిన ఆయన భక్తులకు చక్కటి విషయాలు బోధించేవారు. పెద్దల పట్ల, తల్లిదండ్రుల పట్ల గౌరవం చూపాలని, వినయ విధేయతలు పెంపొందించుకోవాలని, ధనం, అధికారం ఉన్నంత మాత్రాన వారు గొప్పవారు కాదని, ఇతరులకు సహాయం చేయడమే జీవిత పరమార్థమని స్వామీజీ చెప్పేవారు. మితాహారం, సాధారణ జీవనం, పవిత్రమైన మనస్సు మనుష్యులను దైవానికి దగ్గరగా చేరుస్తాయని ఆయన పాటించి మరీ చెప్పేవారు.

జాతీయ సాంకేతిక దినోత్సవంలో డైట్‌కు ప్రధమ బహుమతి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జాతీయ సాంకేతిక దినోత్సవం సందర్భంగా ఎన్ ఎస్ ట్ ఎల్ లా మూడు రోజులుగా జరుగుతున్న సాంకేతిక దినోత్సవ వేడుకలు గురువారంతో ముగిసాయి. ఈ కార్య క్రమానికి ముఖ్య అతిధులుగా ప్రొఫెసర్ డివిఎల్ ఎన్ సామయాజులు , డాక్టర్. జి ఎన్ రావ్, ఎన్ ఎస్ ట్ ఏల్ డైరెక్ట్ ర్ వై. శ్రీనివాస రావు హజరయ్యారు. ఇందులో భాగంగా ఏర్పాటు చేసిన వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనకి 96 ప్రాజెక్టులు రిజిస్టర్ అవ్వగా అందులో 43 మాత్రమే పోటీలలో నిలిచాయి.

డైట్ కళాశాలకు చెందిన లైట్ ట్రాన్స్మిట్టింగ్ కాంక్రీట్ బ్రిక్ అందరి సైంటిస్టుల మన్ననలు పొందడమే కాకుండా పోటీలో ప్రథమ స్థానాన్ని సంపాదించుకుంది. అనంతరం ఈ ప్రాజెక్ట్ రూపొందించిన విద్యార్థులను అభినందించారు. ఈ ప్రాజెక్టు ఇన్వెంటర్ మద్ది అర్ వి ఎస్ జి గుప్తా తొ చర్చించి మరింత ముందుకు తీసుకెల్లడానికి కావాల్సిన ఖర్చు ప్రాజెక్టు ఫండింగ్ రూపంలొ ఇస్తమని హామి ఇచ్చారు .. మరిన్ని సూచనలు కూడా తెలియజెసారు. కళాశాల ప్రిన్సిపల్ చల్లా నరసింహ%శీ%, కళాశాల చైర్మన్ దాడి రత్నాకర్ మట్లాడుతూ దేశంలొ వున్న ఐ ఐ టి ఎన్ ఐ టి లకు దీటుగ పొటి ప్రపంచాన్ని మా కళాశాల విధ్యార్థులకు ముందు నుండి ట్రైనింగ్ ఇస్తున్నాము అని అన్నారు. ఈ అభినందన కార్యక్రమం లో సివిల్ విభాగాధిపతి ఎన్.రాము మాట్లాడుతూ ఒకే ప్రాజెక్ట్ కి పేటెంట్, జె ఎస్ టి యు గత సంవత్సరం నిర్వహించిన యూనివర్శిటీ లెవెల్ ల్లో మొదటి బహుమతి , ఇప్పుడు ఎన్ ఎస్ ట్ ఎల్ నిర్వహించిన పోటీలలో ప్రధమ బహుమతి రావడం మాకు గర్వంగా ఉందని అన్నారు. ఇకపై ఇలాంటి మంచి ప్రాజెక్టులు తీసుకురావడా నికి కృషి చేస్తాం అని అన్నారు , డైట్ అర్ అండ్ డి కోఆర్డినేటర్.నలిని తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మొక్కజొన్న కొనుగోలు వేగవంతం చేయాలి

జాయింట్ కలెక్టర్ కె.మయూర్ అశోక్

విజయనగరం: మొక్కజొన్న కొనుగోలు ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని అధికారులను జాయింట్ కలెక్టర్ కె.మయూర్ అశోక్ ఆదేశించారు. జామి మండలం అన్నంరాజుపేట ఆర్‌బికెలోని మొక్కజొన్న కొనుగోలు కేంద్రాన్నిఆయన శుక్రవారం పరిశీలించారు. కొనుగోలు ప్రక్రియను తనిఖీ చేశారు. రైతులతో, సిబ్బందితో మాట్లాడారు. కొనుగోలు ప్రక్రియ వేగంగా జరిగేలా చూడాలని అధికారులను ఆదేశించారు. మొక్కజొన్నకు క్వింటాకు రూ.1962 చొప్పున ప్రభుత్వం మంచి గిట్టుబాటు ధరను అందిస్తోందని, దీనిని రైతులు వినియోగించుకోవాలని కోరారు. రైతులు దళారుల బారిన పడవద్దని, ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన కొనుగోలు కేంద్రాలలో మాత్రమే మొక్కజొన్న విక్రయించాని జెసి సూచించారు. ఈ పర్యటనలో మార్క్‌ఫెడ్ జిల్లా మేనేజర్ వై.విమల, తాశిల్దార్ హేమంత్‌కుమార్, ఏఓ కిరణ్ కుమార్, ఇతర సిబ్బంద పాల్గొన్నారు.

అందరికీ అందుబాటులో జగనన్న స్మార్ట్ టౌన్ షిప్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లాలో అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న మధ్య ఆదాయ వర్గాల వారికి అందుబాటులో ఉండే విధంగా అచ్యుతాపురం పిసీపీఐఆర్ లో విఎంఆర్డిఏ ప్లాట్లను సిద్ధం చేసినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి తెలిపారు. శుక్రవారం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో వి ఎం ఆర్ డి ఏ రూపొందించిన ప్లాట్ల అమ్మకాల వెబ్ సైట్, బ్రోచర్ పోస్టర్లను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ నిరంతరం అభివృద్ధి చెందుతున్న ఈ ప్రాంతం అనకాపల్లికి 16 కి.మీ విశాఖకు 36 కి. మీ. దూరంలో మాత్రమే ఉంటుంద న్నారు. మధ్య ఆదాయ తరగతుల వారికి అందుబాటులో ఉండే విధంగా చోడపల్లి భోగాపురం గ్రామాలలో రూ 16.5 రూ 22 రూ 26.40 లక్షల ఖరీదు లో 3రకాల 183 ఎం ఐజి ప్లాట్లు సిద్ధం చేసినట్లు చెప్పారు. ప్రజలు ఉద్యోగ వ్యాపార రంగాల వారు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో వికె పిసి పిఐఆర్ చైర్ పర్సన్ సిహెచ్ లక్ష్మి వెంకటరావు, విఎంఆర్డిఏ జాయింట్ కమిషనర్ రవీంద్ర నోడల్ అధికారి శిల్ప డిప్యూటీ డైరెక్టర్ బి.శ్రీనివాసమూర్తి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టిడ్కో ఇళ్లపై ఉన్నతస్థాయి సమావేశం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): టిడ్కో చైర్మన్ జమ్మాన ప్రసన్న కుమార్ పర్యటనలో భాగంగా ఉడా కార్యాలయంలో టిడ్కో ఇంజనీరింగ్, జి.వి.యం.సి. యూ.సి.డి మరియు కాంట్రాక్టింగ్ ఏజన్సీ ప్రతినిధులకు నిర్వహించే అత్యున్నత స్థాయి సమీక్షా సమావేశములో పాల్గొనడం జరిగింది.

ఈ సమీక్షా సమావేశములో టిడ్కో ఇంజనీరింగ్ అధికారులు చైర్మన్ గారిని పుష్ప గుచ్ఛంతో సత్కరించడం జరిగింది.

తదుపరి ఉమ్మడి విశాఖపట్నం టిడ్కో హౌసింగ్ ప్రాజెక్ట్ (హౌసింగ్ అండ్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్) యొక్క పనుల పురోగతి పై సంభందిత ఇంజనీరింగ్ అధికారులు మరియు టాటా కాంట్రాక్టింగ్ ఏజెన్సీ సిబ్బందితో కలిసి సంయుక్తంగా చర్చించడంతో పాటుగా ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు నిర్ణీతకాల వ్యవధిలోపల ఇళ్ళ నిర్మాణాలను త్వరితగతిన పూర్తి చేసి లబ్ధిదారులకు అందజేసే విధముగా సమిష్ట కృషి చేయాలని అధికారులకు మరియు టాటా ఏజేన్సీ వారికి తెలియజేయటం జరిగింది.

అనంతరం డి.సి.ఓ/డిప్యూటీ డి.సి.ఓ సి.ఎల్.టి.సిలతో మాట్లాడుతూ లబ్ధిదారులకు రుణాల మంజూరు కల్పించే విషయములో యూ.సి.డి మరియు మెప్మా డిపార్ట్మెంట్ అధికారులు మరియు టిడ్కో అధికారులు కలిసి సమన్వయముతో పనిచేయాలని సూచిస్తూ నేటివరకు లబ్ధిదారులకు కల్పించినటువంటి బ్యాంక్ లింకేజ్ ప్రగతిని సమీక్షించి ఇంకనూ చేయవలసి ఉన్నటువంటి లక్ష్యాలను వీలైనంత త్వరగా పూర్తి చేయాలని అదే విధముగా లబ్ధిదారుల పేరిట జరిగినటువంటి రిజిస్ట్రేషన్స్ గురుంచి సూచించడం జరిగింది.

తదుపరి ఈ మే మరియు జూన్ నెలాఖరునాటికి ప్రారంభోత్సవం చేసేందుకు అనకాపల్లి జిల్లాలో సత్యనారయణ పురంలో 2744 గృహాలు యలమంచిలి లో 432 గృహాలు మరియు విశాఖపట్నం లో దబ్బందలో1728 గృహాలను, విజయనగరం 1856 గృహాలను మొత్తము మీద 6760 గృహాలకు సంబందించి ప్రస్తుతమున్నటువంటి పరిస్థితులను గురుంచి టిడ్కో ఇంజనీరింగ్ అధికారులను మరియు కాంట్రాక్టింగ్ ఏజెన్సీ వారిని అడిగి తెలుసుకోవడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో టిడ్కో సూపరెంటెన్డింగ్ ఇంజనీర్స్ శ్రీ.డి.శ్రీ. నరసింహమూర్తి, ఎక్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ జ్యోతి, డిప్యూటీ ఎక్జిక్యూటివ్ ఇంజనీరు శ్రీమతి.ఉమా మహేశ్వరి గారు, కే.రాజేష్ చంద్ర గారు,బి.సంధ్య, డి.ఏ.ఓ, వాటర్ సప్లై డిజైనర్ ప్రొఫెసర్ శ్రీ.సత్య నారయణ గారు, సి.ఎల్.టి.సి సభ్యులు,డిస్ట్రిక్ట్ కో ఆర్డినేటర్స్ ఆఫ్ బ్యాంక్ లింకేజ్ మరియు కాంట్రాక్టింగ్ ఏజెన్సీ మరియు వారి సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

శనివారం 13-05-2022
శోభాకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయనం వసంత రుతువు
వైశాఖ మాసం

పంచాంగం

తిథి : బ. సప్తమి ఉ. 10.00

నక్షత్రం : శ్రవణం మ. 01.03 వ.

వర్జ్యం : సా. 06.21 ల 07.51 వ.

'విమ్స్'లో ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ జయంతి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవం సందర్భంగా విమ్స్ ఆస్పత్రిలో శుక్రవారం ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ జయంతిని ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా విమ్స్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ కె.రాంబాబు హాజరై జ్యోతి ప్రజ్వలన చేశారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ వైద్య రంగంలో నర్సుల పాత్ర ఎంతో కీలకమైనదన్నారు. రోగులకు మెరుగైన సేవలందించడంలో వారికెవరూ సాటిరారన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఉత్తమ సేవలందిస్తున్న నర్సింగ్ ఇన్‌చార్జి రాధ, స్టాఫ్‌నర్స్ వి.జ్యోతి, కల్యాణ్, తిరుమల, దుర్గ తదితరులు ఆయన ఘనంగా సత్కరించారు. ఇతర వైద్యులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నూరుశాతం ఫలితాలు సాధించిన సత్యసాయి విద్యార్థులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సిబిఎస్ఇ పదో తరగతి పరీక్ష (ఆల్ ఇండియా సెకండరీ స్కూల్ ఎగ్జామినేషన్)లో మళ్లీ 100% విజయం సాధించిన శ్రీ సత్యసాయి విద్యా విహార్ విద్యార్థులు

భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయి బాబా వారి దివ్య కృపతో విశాఖపట్నంలోని ఎం వి పి కాలనీ లోని శ్రీ సత్యసాయి విద్యా విహార్ విద్యార్థులు ఈరోజు ప్రకటించబడ్డ 2022-23 (ఆల్ ఇండియా సెకండరీ స్కూల్ ఎగ్జామినేషన్) ఫలితాలలో ఈ సంవత్సరం కూడా సిబిఎస్ఇ పదో తరగతి పరీక్షలలో 100% ఉత్తీర్ణత సాధించి మరోసారి ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచారని మీకు తెలియజేసేందుకు మేము చాలా సంతోషిస్తున్నాము.

పదో తరగతి పరీక్షలకు హాజరైన మొత్తం 195 మంది విద్యార్థులు ఉత్తీర్ణులయ్యారు (100% విజయం).

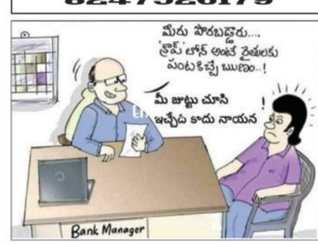
1. 195 మందిలో 135 మంది విద్యార్థులు డిస్టింక్షన్‌లో అంటే గ 75% కంటే ఎక్కువ మార్కులతో ఉత్తీర్ణులయ్యారు,
2. 46 మంది విద్యార్థులు 90% -100% మధ్య మార్కులు సాధించారు
3. 59 మంది విద్యార్థులు 80% - 90% మధ్య మార్కులు సాధించారు
4. 60 మంది విద్యార్థులు 70% - 80% మధ్య మార్కులు సాధించారు
5. 25 మంది విద్యార్థులు 60% - 70% మధ్య మార్కులు సాధించారు

మాస్టర్ సత్య శృతిష్ 98 శాతం మార్కులతో పాఠశాలలో ప్రథమ స్థానంలో నిలిచారు.

ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్‌లో 23 మంది, గణితంలో ఒక విద్యార్థి 100 శాతం మార్కులు సాధించారు.

పాఠశాల కన్వీనర్ మరియు శ్రీ సత్యసాయి గ్లోబల్ కౌన్సిల్ సభ్యులు శ్రీ ఎస్‌జి చలం, శ్రీ సత్యసాయి విద్యా విహార్ ప్రిన్సిపాల్ ఎ.కౌసల్య, పాలక మండలి సభ్యులు విద్యార్థులు మరియు సిబ్బంది విద్యార్థులందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు వారికి చాలా ఉజ్వల భవిష్యత్తు ఉండాలని శు భాకాంక్షలందించారు.

విశాఖ సమాచారమ్
చదవండి చదివించండి
సెల్: 9393949345
8247526179



ఈమె జాడ తెలిస్తే చెప్పండి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఈమె రైలులో ప్రయాణం చేస్తూ వరంగల్ స్టేషన్ లో దిగబోతు జారి పడిపోయింది. కాలు విరిగిపోయింది.

వివరాలు ఏమీ చెప్పలేకపోతోంది. ఏడుస్తూ ఉంది.

కొంతమంది మంచివారు చూసి ఆమెను వరంగల్. MGM ఆసుపత్రిలో జాయిన్ చేశారు. ప్రస్తుతము అక్కడే ఉంది.

మాది కంచరపాలెం విశాఖపట్నం అని మాత్రమే చెప్పగలుగుతోంది.

ఒక ఫోన్ నెంబర్ చెప్పింది. ఇప్పటికి ఒక వంద సార్లు ఆ ఫోనుకి చేసిన అది పనిచేయటం లేదు.

ఇది జరిగి నేటికి సుమారు 20 దినములు అయినది. ఆమె కొడుకు అనకాపల్లిలో ఉంటాడుట. వాడు వచ్చి నన్ను తీసుకువెళతాడు అని చెబుతోంది.

కానీ ఈ విషయము అతగాడికి చేరినట్లు లేదు.

ఆమెని ఆమె కొడుకు దగ్గరకు చేర్చడానికి ఈ ప్రయత్నము. మీ మీ గ్రూపులలో కూడా దీనిని పోస్ట్ చేయవలసిందిగా ప్రార్థన.

జిల్లాలో 50 చోట్ల వేసవి క్రీడా శిక్షణ శిబిరాలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్ క్రీడా ప్రాధికారిక సంస్థ వైస్ చైర్మన్ అండ్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ వారి సహకారంతో అనకాపల్లి జిల్లా క్రీడా ప్రాధికారిక సంస్థ చైర్మన్ , జిల్లా కలెక్టర్ ఆధ్వర్యంలో అనకాపల్లి జిల్లా క్రీడా ప్రాధికారిక సంస్థ అనకాపల్లి జిల్లా నలుమూలల సుమారుగా 50 వేసవి క్రీడా శిక్షణ శిబిరాలు ఉచితంగా నిర్వహిస్తోంది. అందులో భాగంగా అనకాపల్లి జిల్లా క్రీడా ప్రాధికారిక సంస్థ ఆధ్వర్యంలో వేసవి క్రీడా శిక్షణ శిబిరములు నిర్వహిస్తున్న శిక్షకులకు క్రీడా శిక్షణ సామగ్రిని అనకాపల్లి జిల్లా క్రీడా ప్రాధికారిక సంస్థ చీఫ్ కోచ్ నగిరెడ్డి సూర్యారావు ఆధ్వర్యంలో అనకాపల్లి జిల్లా క్రీడాభివృద్ధి సంస్థ ఆఫీస్ లో కోచ్ లకు పంపిణీ చేసింది. ఈ కార్యక్రమంలో జొన్నాడ శ్రీనివాసరావు , అనకాపల్లి జిల్లా క్రీడా ప్రాధికారిక సంస్థ కోచ్ లు , ఆఫీస్ సిబ్బంది వేణుగోపాల్ పాల్గొన్నారు, శిక్షణ శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్న శిక్షకులు కూడా పాల్గొన్నారు.

సీతారామయ్యను సత్కరించిన బ్రాహ్మణ క్షత్రియ వైశ్య సంక్షేమ సంఘం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి బ్రాహ్మణ, క్షత్రియ, వైశ్య సంక్షేమ సంఘం కోశాధికారి గరుడా సీతా రామయ్యను ఆ సంఘం అధ్యక్షులు, సీనియర్ వైద్యులు డాక్టర్ గ్రంధి శేషు కుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శి, జిల్లా విశ్రాంత విద్యాశాఖ అధికారి కేవీ గౌరీపతి సత్కరించారు. అంతిమ సేవల్లో భాగంగా స్మశానంలో అపర ఖర్మ ల భవణ నిర్మాణం, అంతిమయాత్ర వాహనాలు, ఫ్రీజర్ బాక్స్ లను అందుబాటులో ఉంచి అవసరమైన వారికి కులాలు, మతాలు, ప్రాంతాలకు అతీతంగా సేవా భావంతో అందజేస్తున్నారన్నారు. అనకాపల్లి పట్టణ హిందూ స్మశాన వాటికను అభివృద్ధి చేయడానికి కృషి చేస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ ఆడిటర్ బిల్లపాటి చిదంబరం, సంఘ ప్రతినిధులు గుంపెన రమేష్ గుప్తా, పసుమర్తి రాము, కే ఎల్ ఎన్ కుమార్, పెనుమత్స కృష్ణంరాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ట్రస్ట్ ఆస్పత్రిలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ నర్సెస్ డే

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): కాకినాడ ట్రస్ట్ ఆసుపత్రిలో అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవం ఘనంగా జరిగింది. శుక్రవారం ట్రస్ట్ మల్టీ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రిలో మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ వై. కళ్యాణ చక్రవర్తి అధ్యక్షతన, ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ సిరపరపు రామకృష్ణ, నర్సింగ్ సూపరింటెండెంట్ మహాలక్ష్మి సమక్షంలో ముందుగా కేక్ కట్ చేసి అందరికీ పంచారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ రామ కృష్ణ మాట్లాడుతూ ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ఈ ఏడాది మన నర్సులే, మన భవిష్యత్ నినాదాన్ని ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలని సంకల్పించిందన్నారు. కోవిడ్ క్లిష్ట సమయంలో ప్రాణాలను పణంగా పెట్టి వైద్యులతో సమానంగా వైద్య సేవల్లో పాల్గొని ఎంతో మంది ప్రాణాలు కాపాడటంలో ముందంజలో ఉన్నారన్నారు. నర్సులు అందిస్తున్న వైద్య సేవల వల్లే ట్రస్ట్ ఆసుపత్రి బ్రాండ్ ప్రజల్లో కి వెళ్లిందని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ట్రస్ట్ ఆసుపత్రి వైద్యులు డాక్టర్ శెనాయ్, డాక్టర్ లక్ష్మి, డాక్టర్ నిషాంత్, డాక్టర్ స్వాతి, డాక్టర్ గణేష్, డాక్టర్ సందీప్, డాక్టర్ దేవి, అడ్మినిస్ట్రేటివ్ అధికారి సానా నాగేశ్వర రావు, నర్సింగ్ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖపట్నం విచ్చేసిన రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ని వైస్సార్సీపీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి దంతులూరి దిలీప్ కుమార్ మర్యాదపూర్వకం గా కలవడం జరిగింది. **అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్)**

ప్రభుత్వ భవనాల నిర్మాతలకు కలెక్టర్ అల్టిమేటం

విజయనగరం: వివిధ నిర్మాణ దశల్లో ఉన్న ప్రభుత్వ భవనాల పనులను పూర్తి చేసి రెండు వారాల్లోగా ఆయా శాఖలకు అప్పగించాలని జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి. ఎస్ ఆదేశించారు. నిర్మాణ పనుల్లో మరింత పురోగతి కనిపించాలని, నిర్దేశిత లక్ష్యాలను నిర్ణీత కాలంలో చేరుకోవాలని సూచించారు. కారణాలు చెబుతూ కాలయపాన చేసే ఆలోచన నుంచి అధికారులు బయటకు రావాలని, సీరియస్‌గా తీసుకొని పనులను సకాలంలో పూర్తి చేయాలని నిర్దేశించారు. కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియంలో శుక్రవారం పంచాయతీ రాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖల తాలూక వివిధ అంశాలపై కలెక్టర్ అధ్వర్యంలో జిల్లా స్థాయి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఉపాధి హామీ పథకం, గ్రామీణ నీటి సరఫరా విభాగం, పంచాయతీ రాజ్ విభాగం, డీపీవో, జిల్లా పరిషత్ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన అనేక పనుల తీరుపై కలెక్టర్ ఆరా తీశారు. మండల వారీగా సమీక్ష నిర్వహిస్తూ లక్ష్యాలను చేరుకునేందుకు తీసుకోవాల్సిన చర్యలను సూచించారు.

జల్ జీవన్ మిషన్ లో భాగంగా ఇంటింటికీ కుళాయిలు వేయాలని, కమ్యూనిటీ శానిటరీ కాంప్లెక్సులను నిర్మించి అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని, జగనన్న స్వచ్ఛ సంకల్పం పథకంలో భాగంగా చెత్త నుండి సంపద తయారీ కేంద్రాలను వినియోగంలోకి తీసుకురావాలని, ఓడిఎఫ్ పథకంలో భాగంగా పరిశుద్ధమైన గ్రామాలను తయారు చేయాలని కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి నిర్దేశించారు. ఇప్పటి వరకు జిల్లాలో చేపట్టిన పనులకు సంబంధించి బిల్లులు ఆన్లైన్ ప్రక్రియలో అప్‌లోడ్ చేయాలని ఆదేశించారు. వీలైనంత అధిక మందికి ఉపాధి పని దినాలు కల్పించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని పేర్కొన్నారు. ఎస్సీ, ఎస్టీ, వికలాంగులపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి అధిక పనిదినాలు లభించేలా, వేతనం గిట్టుబాటు అయ్యేలా చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. అమృత్ సరోవర్ పథకంలో భాగంగా గుర్తించి చెరువులను బాగు చేయాలని, కొత్తగా గుర్తించిన వాటికి ప్రతిపాదనలు పంపించాలని సూచించారు.

పంచాయతీ రాజ్ విభాగంలో చేపట్టిన సచివాలయ, రైతు భరోసా కేంద్రాలను, వెల్‌నెస్ సెంటర్లను రెండు వారాల్లోగా అందుబాటులోకి తీసుకురావాల్సిందేనని కరాఖండిగా చెప్పారు. వివిధ దశల్లో ఉన్న వాటిని అప్‌డేట్ చేయాలని సూచించారు. భవనాల ప్రస్తుత దశల గురించి అడుగుతూ రెండు వారాల్లోపు ఎన్నింటిని అప్పగించగలరు అని ఆరా తీశారు. అధికారులు చెప్పిన గడువు, భవనాల సంఖ్యలను కలెక్టర్ స్వయంగా డైరీలో నమోదు చేసుకున్నారు. రెండు వారాల తర్వాత ఈ లెక్కల ఆధారంగా మళ్లీ సమీక్ష నిర్వహిస్తానని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. పనులకు సంబంధించి ఉన్నది ఉన్నట్లు చెప్పాలని ఆ మేరకే తదుపరి చర్యలు తీసుకోవాలని స్పష్టంగా చెప్పారు. ఈ వారంలో ఒక్కో ఎస్.డబ్ల్యూ.పి.సి. కేంద్రాన్ని వినియోగంలోకి తీసుకురావాలని నిర్దేశించారు. అలాగే ఇప్పటి వరకు జరిగిన పనులకు ప్రభుత్వం నిధులు విడుదల చేసిందని సరి చూసుకోవాలని ఆయా విభాగాల అధికారులకు కలెక్టర్ సూచించారు.

జగనన్న కాలనీల్లో ఇంటింటికీ కుళాయిలు వేయాలని, అవసరాల మేరకు తాగునీటి సదుపాయం కల్పించాలని సూచించారు. అంగన్ వాడీ కేంద్రాల్లో, సచివాలయాల్లో శానిటరీ కాంప్లెక్సులను నిర్మించి అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని చెప్పారు. గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో గుర్తించి మంజూరు చేసిన పనులకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇచ్చి త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. ఇక నుంచి సమీక్షలకు వచ్చేటప్పుడు పూర్తి అవగాహనతో రావాలని కొంతమంది అధికారులను ఉద్దేశించి కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు.

సమావేశంలో జిల్లా పరిషత్ సీఈవో అశోక్ కుమార్, పంచాయతీ రాజ్ ఎస్.ఈ. ఆర్.ఎస్. గుప్తా, ఆర్.డబ్ల్యు.ఎస్. ఎస్.ఈ. ఉమా శంకర్, డ్వామా పీడీ ఉమా పరమేశ్వరి, డీపీవో శ్రీధర్ రాజా, ఆయా శాఖల ఈఈలు, డీఈలు, ఏఈలు, జేఈలు, ఎంపీడీవోలు, ఏపీడీలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పవన్ కళ్యాణ్‌పై జమ్మలమడక వ్యాఖ్యలు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ సినిమాల్లోనే కాదు రాజకీయాల్లోనూ బాగా నటిస్తున్నారని ఆంధ్రప్రదేశ్ సివిల్ సప్లయిస్ రాష్ట్ర డైరెక్టర్, వైఎస్ఆర్సిపి ఉమ్మడి ఉభయగోదావరి జిల్లాల మహిళా విభాగం కోఆర్డినేటర్ జమ్మలమడక నాగమణి ఎద్దేవా చేశారు. ఈ సందర్భంగా అమె మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజలకు ఏదైనా మంచి చేయాలనుకుని సీఎం జగన్ అధికారులకు ఆదేశాలను పంపనున్న విషయం తెలుసుకుని అక్కడ వాలిపోయి రాజకీయ నటన చేస్తున్నారన్నారు. ఉద్దానంలోని కిడ్నీ బాధితులకు శాశ్వతంగా ఆసుపత్రి నిర్మించాలని సీఎం జగన్ అధికారులకు ఆదేశాలు ఇచ్చారని, ఒకరోజు ముందే ఉద్దానం వెళ్లి హడావిడి చేశారన్నారు. అలాగే పంట నష్టం కలిగిన రైతులకు ఐదు రోజుల్లో పంట బీమా అందించాలని సీఎం జగన్ అధికారం ఆదేశిస్తే, ఒకరోజు ముందు రైతుల వద్దకు వెళ్లి రైతులకు న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేసి, ఆ నటనతో కార్యకర్తల నుండి సభ్యత్వ రూపంలో వసూలు చేసిన డబ్బుల్లో కొంత రైతులకు ఇచ్చి రైతులను ఆదుకున్నట్టు రాజకీయ నటన అమోఘం అన్నారు. ఎన్నడూ లేని విధంగా పంట నష్టపోయిన రైతులకు ఐదు రోజుల్లోనే నష్టపరిహారం అందించిన ఘనత సీఎం జగన్ కే దక్కుతుందన్నారు. తాను రైతులు వద్దకు వచ్చి ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేసినందుకే మిగతా రైతులకు ప్రభుత్వం నష్టపరహారం అందించిందని తన నటనతో నమ్మించే ప్రయత్నం పవన్ కళ్యాణ్ చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. దీంతోపాటుగా వేట విరామ సమయంలో మత్స్యకారులకు ఇచ్చే బృతిని పెంచి సకాలంలో ఆ కుటుంబాలకు ఆర్థిక సహాయం అందించిన ఘనత సీఎం జగన్ కే దక్కుతుందన్నారు. మీ రహస్య స్నేహితుడు చంద్రబాబు ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్న సమయంలో మత్స్యకారులకు వలలు ఇస్తామని 50వేల రూపాయలు కట్టించుకుని ఏమి చేయలేకపోయారన్నారు. వైఎస్ జగన్ సీఎం అయ్యాక మత్స్యకార కుటుంబంలోని బోటు ద్వారా చేపల వృత్తి సాగిస్తున్న వారికి సబ్సిడీ డీజిల్ అందించి మత్స్యశాఖ ద్వారా వలలు కూడా అందించారు. ఇంతే కాకుండా మత్స్యకార వర్గాలలోని అన్ని కుటుంబాలకు వేట విరామ సాయం తో పాటుగా ఇతర పథకాలైన అమ్మ ఒడి, విద్యా దీవెన, విద్యా వసతి, ఆసరా, ఇంటి పట్టాలు, పింఛన్లు, అందించారన్నారు. అంటే ఒక్కో మత్స్యకారి కుటుంబానికి సుమారుగా రెండు లక్షల రూపాయల ఆర్థిక సహాయం వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అందించింది అన్నారు. అంతేకాకుండా మత్స్యకార సామాజిక వర్గానికి రాజకీయంగా కూడా గౌరవం అందించే విధంగా ఒక ఎమ్మెల్సీ పదవి, రాజ్యసభ ఎంపీ, మత్స్యకార వర్గాల్లోని ఉప సామాజిక వర్గాలకు కార్పొరేషన్ పదవులను ఇచ్చి గౌరవించిన ఘనత ముఖ్యమంత్రి జగన్ కే దక్కుతుందన్నారు. మత్స్యకార సామాజిక వర్గాలు ఆర్థికంగా, విద్య పరంగా, రాజకీయంగా, సామాజికంగా ఎదగడానికి వారి జీవనోపాధిని పెంపొందించుకోవడానికి కృషి చేసిన ఏకైక వ్యక్తి సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి అని జమ్మలమడక నాగమణి అభిప్రాయపడ్డారు. తీర ప్రాంత నియోజకవర్గాలైన కాకినాడ సిటీ కాకినాడ రూరల్ నియోజకవర్గాల్లో ఎమ్మెల్యేలుగా ఉన్న ద్వారంపూడి చంద్రశేఖర్ రెడ్డి కురసాల కన్నబాబు లు మత్స్యకార సామాజిక వర్గ అభివృద్ధికి కృషి చేస్తున్నారన్నారు. గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం ద్వారా మరిన్ని సమస్యలను నేరుగా తెలుసుకుని అప్పటికప్పుడు కొన్ని మరికొన్ని సమస్యలను త్వరితగతిన పరిష్కరిస్తున్నారన్నారు. ఈ ప్రభుత్వం చేయని విధంగా ప్రజా సంక్షేమ, అభివృద్ధి పనులు చేపట్టిన ఘనత సీఎం జగన్ కే దక్కుతుందని జమ్మలమడక నాగమణి పేర్కొన్నారు. ఇప్పటం గ్రామ అభివృద్ధికి రోడ్లు వేయడానికి వైఎస్ఆర్సిపి ప్రభుత్వం కబ్జా చేసి కట్టుకున్న గోడలను తొలగిస్తే పవన్ కళ్యాణ్ రాజకీయం చేశారన్నారు. ఆయన రాజకీయ నటన వల్ల కోర్టుకు వెళ్లిన జనసేన కార్యకర్తలకు ఒక్కొక్క ఇంటికి లక్ష రూపాయలు ఫైన్ కోర్టు వారి విధించేలా పవన్ కళ్యాణ్ చేశారన్నారు. తిరిగి 2024లో వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా రెండోసారి ప్రమాణ స్వీకారం చేయనున్నారని, ప్రజల జీవనశైలి ప్రమాణాలు మరింతగా పెరగడం ఖాయమని జమ్మలమడక నాగమణి జ్యోష్యం చెప్పారు.

ఆదిత్య మహిళా కళాశాలలో మహిళా చట్టాలపై అవగాహన

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): శుక్రవారం స్థానిక సాంబమూర్తి నగర్‌లో గల ఆదిత్య మహిళా డిగ్రీ కళాశాలలో మహిళల చట్టాలపై అవగాహన కార్యక్రమం జరిగిందని కళాశాల ప్రిన్సిపల్ కె. కరుణ తెలియజేశారు,

ఆదిత్య డిగ్రీ మరియు పి.జి కళాశాలల అకడమిక్ డైరెక్టర్ డా॥ బి.ఇ.వి.ఎల్ నాయుడు మాట్లాడుతూ ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం దిశ చట్టం పేరిట ఒక కొత్త చట్టాన్ని రూపొందించిదని, ఎవరైనా భయపడకుండా తమ సమస్యని తెలియచేసి పరిష్కారం దిశగ అడుగులు వేయాలని తెలిపారు.

కాకినాడ జిల్లాకు చెందిన దిశ బ్రాంచ్ ఎస్.ఐ అర్జనమ్మ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు సైబర్‌క్రైమ్, దిశ చట్టం, ఫోక్సో చట్టం మొదలైన వాటి గురించి వివరిస్తూ, ప్రస్తుతం విద్యార్థులు సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని మంచికి ఉపయోగించుకోవాలని, దుర్వినియోగం చేయకూడదని తెలిపారు.

ఆదిత్య మహిళ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ కె.కరుణ మాట్లాడుతూ ఆపద సమయాల్లో మహిళలు యువతులకు దిశ యాప్ అండగా నిలుస్తుందని, పోలీసుశాఖ విస్తృతంగా ప్రచారం

నిర్వహిస్తున్నారని, విద్యార్థులు కూడా వీటిపై అవగాహన తెచ్చుకోవాలని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో దిశ విభాగానికి చెందిన వారు, ఈ కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపల్ జి. నాగశ్రీకాంత్, జాతీయ సేవాపథక కార్యనిర్వహణాధికారులు కుమారి ఎన్.హేమశ్రీ, పి.సురేఖ, పి. సాయి కుమార్, కె. వంశీ మరియు కళాశాల వ్యాయామ ఉపాధ్యాయురాలు శ్రీమతి పి. సత్యవతి, అధిక సంఖ్యలో విద్యార్థినులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ క్షేత్రంలో శ్రీనివాసునికి పంచామృత అభిషేకాలు

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ భారతీయ తత్వ దర్శన కేంద్రం శ్రీ క్షేత్రం లో కొలువై ఉన్న అష్టలక్ష్మి సమేత ఐశ్వర్య వెంకటేశ్వర స్వామి దేవాలయంలో శ్రీనివాసునికి పంచామృత అభిషేకాలు, అర్చన, ప్రత్యేక పూజలు గావించారు. వేదమంత్రాల నడుమ దేవాలయం అర్చకులు చామర్తి శ్రీనివాస రమేష్ ఆచార్యులు ,చామర్తి రమేష్ ఆచార్యులు సంయుక్తంగా వేంకటేశ్వరస్వామికి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు .ఈ ఉత్సవంలో దేవాలయం ధర్మకర్తలు దుర్గా బాలాజీ ఉమాదేవి దంపతులు భక్తులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

జాతీయ లోక్ అదాలత్‌ను కక్షిదారులందరు ఉపయోగించుకోవాలి

పిఠాపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పిఠాపురం పట్టణంలో శుక్రవారం కోర్టు ఆవరణలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో 12వ అదనపు జిల్లా జడ్జి ఏ.వాసంతి మాట్లాడుతూ 13-5-2023 శనివారం ఉదయం 10 గంటలకు జాతీయ లోక్ అదాలత్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నామని పెండింగ లో ఉన్న సివిల్ తగాదాలు, యాక్సిడెంట్ కేసులు, బ్యాంకు కేసులు రాజీపడ్డదగ్గ క్రిమినల్ కేసులు , ప్రీ-లిటిగేషన్ కేసులు రాజీమార్గం ద్వారా పరిష్కరింపబడును. కావున కక్షిదారులందరు ఈ సదావకాశాన్ని ఉపయోగించుకోవాలి అని కోరారు.

నాడు నేడు పనులను జూన్ 12 నాటికి పూర్తిచేయాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): కాకినాడ జిల్లాలో మన బడి- నాడు నేడు కింద చేపట్టిన రెండో దశ పనులను జూన్ 12 నాటికి పూర్తిచేసే విధంగా అధికారులు సమన్వయంతో కృషిచేయాలని కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం క్యాంపు కార్యాలయం నుంచి కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా.. పాఠశాల విద్య, ఐసీడీఎస్, పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణ నీటి సరఫరా తదితర శాఖల అధికారులతో కలిసి మండల విద్య, ఇంజనీరింగ్ అధికారులతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం వేసవి సెలవులతో పాటు నిర్మాణాలకు అనువైన వాతావరణం ఉన్నందున నాడు-నేడు పనులను త్వరితగతిన పూర్తిచేయాలన్నారు. మరుగుదొడ్లు, విద్యుదీకరణ, తాగునీరు తదితర పది రకాల పనులను పూర్తిచేయాలని.. ఇందుకు వివిధ శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు. జిల్లాలో నాడు నేడు రెండో దశ కింద సుమారు 882 అంగన్‌వాడీ, ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో నిర్మాణ పనులు చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. పనుల పురోగతిపై మండల స్థాయిలో ఎప్పటికప్పుడు సమీక్ష నిర్వహించాలని సూచించారు. ఎంపీడీవోలు, ఎంఈవోలు ప్రాధాన్య పనులపై దృష్టిసారించాలని స్పష్టం చేశారు. పాఠశాలలు ప్రారంభమయ్యే నాటికి పనులను శతశాతం పూర్తిచేయాలని ఆదేశించారు. జగనన్న విద్యా కానుక (జేవీకే) కిట్లను ప్రణాళికాయుతంగా పంపిణీకి సిద్ధంగా ఉండాలన్నారు. సమావేశంలో అయిదేళ్లలోపు చిన్నారులకు ఆధార్ సీడింగ్, ఉన్నత విద్యలో స్థూల నమోదు నిష్పత్తి (జీఈఆర్), ఇంటర్ విద్యార్థులకు రెమెడియల్ తరగతులు తదితర అంశాలపైనా చర్చించారు. సమావేశంలో జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి కేఎన్‌వీఎస్ అన్నపూర్ణ, గ్రామీణ నీటి సరఫరా ఎస్ఈ ఎం.శ్రీనివాసరావు, పంచాయతీరాజ్ ఎస్ఈ ఎం.శ్రీనివాసరావు, ఐసీడీఎస్ పీడీ కె.ప్రవీణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అడివివరంలో కొనసాగుతున్న వేసవి విజ్ఞాన శిబిరం

సింహాచలం, (విశాఖ సమాచారమ్): సింహాచలం అడివివరం శాఖ గ్రంథాలయం లో వేసవి విజ్ఞానశిబిరం ఉత్సాహంగా కొనసాగుతుంది. శుక్ర వారం విద్యార్థులతో యోగ సాధన మరియు బుక్ రీడింగ్,కిట్టీ గేమ్స్,వంటి పలు కార్యక్రమాలతో విద్యార్థుల లో నూతన ఉత్సాహం సంతరించు కుంటోంది. విశ్రాంత ప్రధానోపాధ్యులు కోరాడ శ్రీరామ్మూర్తి మాట్లాడుతూ, విద్యార్థుల మేధాశక్తి పెంపొందించడానికి ఎంతగానో దోహదపడతాయన్నారు. రాజేంద్రప్రసాద్ విద్యార్థుల చే లఘునాటిక వేయించారు. లైబ్రేరియన్ ఎన్.వి. నరసింహం, వక్త భాను, కిరణ్, వరలక్ష్మిసంధ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం పాల్గొన్న వారికి చాక్లెట్లు, బిస్కట్లు, పానీయం పంచడమైనది.

ప్రొటీన్ రిచ్ డైట్‌తో.. షుగర్‌కు చెక్ పెట్టండి..!

డయాబెటిస్ పేషెంట్స్ హెల్తీ లైఫ్‌స్టైల్ గడపడానికి.. వారి ఆహారం, పానీయాల విషయంలో చాలా కేర్ తీసుకోవాలని మనకి తెలుసు. వాళ్లు.. తినడం, తాగడం విషయంలో కొంచె అజాగ్రత్త వహించినా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ దీర్ఘకాలికంగా.. కంట్రోల్‌లో లేకపోతే.. కిడ్నీ వ్యాధులు, నరాల సమస్యలు, కంటి సమస్యలు వంటి తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీసే ప్రమాదం ఉంది. డయాబెటిక్ పేషెంట్స్ ప్రొటీన్-రిచ్ ఫుడ్స్/ సప్లిమెంట్స్ తీసుకోవడం వల్ల బ్లడ్ షుగర్ నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ మెరుగుపడుతుంది. అంటే ప్రొటీన్ మీ బ్లడ్ షుగర్స్‌ను అదుపులో ఉంచుతాయి.

చికెన్.. మీరు నాన్ వెజిటేరియన్ అయితే ప్రొటీన్ తీసుకోవడానికి చికెన్, టర్కీ మీకు బెస్ట్ ఆప్షన్స్. మేక, గొర్రె వంటి మాంసాహారంలో ప్రొటీన్లు దండిగా ఉంటాయి. అయితే వీటిల్లో కొవ్వు కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది కాబట్టి మితంగానే తినాలి. 85 గ్రాముల మాంసం ద్వారా 21 గ్రాముల ప్రొటీన్ లభిస్తుంది. అలాగే చర్మం తీసేసిన కోడి మాంసం తీసుకోవడం మంచిది.

చేపలు.. వీటిల్లో ప్రొటీన్లతో పాటు గుండెకు మేలు చేసే ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలూ ఎక్కువగానే ఉంటాయి. ట్యూనా, సాల్మన్, సార్డ్కెన్, ట్రౌట్ వంటి చేపల్లోనూ ప్రొటీన్ ఎక్కువగానే ఉంటుంది. సుమారు 115 గ్రాముల చొప్పున వారానికి కనీసం రెండుసార్లు ఫిష్ తినడం మంచిది.

గుడ్లు.. ఇక ఒక కోడిగుడ్డులో 6 గ్రాముల ప్రొటీన్ ఉంటుంది. కానీ కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉన్నవారు, గుండెజబ్బు, డయాబెటిస్ ఉంటే.. డాక్టర్ల సలహా మేరకే ఎన్ని గుడ్లను తినొచ్చో నిర్ణయించుకోవాలి.

సోయాబీన్స్.. సోయాబీన్స్‌లో ప్రొటీన్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది. వీటిని సోయా పాలు, సోయా పేస్ట్, టోఫూ రూపంలోనూ తీసుకోవచ్చు. మామూలు పాలలో మాదిరిగానే సోయా పాలలోనూ ప్రొటీన్ ఉంటుంది.

డైరీ ఉత్పత్తులు.. ప్రొటీన్లు పాల పదార్థాల్లో పుష్కలంగా ఉంటాయి. వెన్న తీసిన పాలు ఒక గ్లాసు తాగితే 8 గ్రాముల ప్రొటీన్ లభిస్తుంది. పూర్తిగా కొవ్వు తీసేసిన లేదా తక్కువ కొవ్వు ఉండే పాల పదార్థాలను తీసుకోవాలి. పెరుగు, పనీర్, గ్రీక్ యోగర్ట్, కాటేజ్ చీజ్‌లో ప్రొటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. పనీర్‌లో సంతృప్త కొవ్వు ఉంటుంది. ఇది తింటే రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణలో ఉంటుంది.

కూరగాయలు, చిక్కుళ్లు.. బఠాణీలు, రాజ్మా బీన్స్, చిక్కుళ్లు, ఇతర కూరగాయల్లోనూ ప్రొటీన్ ఉంటుంది. ఒక కప్పు రాజ్మాతో 18 గ్రాములు, బఠాణీలతో 9 గ్రాముల ప్రొటీన్ లభిస్తుంది. ఒక మాదిరి బంగాళాదుంపలో 4 గ్రాముల ప్రొటీన్ ఉంటుంది.

నట్స్.. రోజూ క్రమం తప్పకుండా నట్స్ తీసుకుంటే.. ప్రొటీన్ పుష్కలంగా లభిస్తుంది. మీ ఆహారంలో బాదం, వాల్‌నట్‌లు, ఎండుద్రాక్ష, జీడిపప్పు , పిస్తా వంటివి తీసుకోండి. ఇవి నానబెట్టి తింటే మంచిది. అయితే నట్స్‌లో క్యాలరీలు కూడా ఎక్కువగానే ఉంటాయి కాబట్టి మితంగానే తీసుకోవాలి.

అర్థరైటిస్ ఎందుకు వస్తుందో తెలుసా..?

ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా మంది అర్థరైటిస్ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. కానీ చాలా తక్కువ మందికి మాత్రమే దీని గురించి తెలుసు. అర్థరైటిస్ అంటే.. కీళ నొప్పి. సాధారణంగా ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కీళ్ల దగ్గర నొప్పి, వాపు, అవి గట్టిగా (స్టిఫ్‌గా) మారడాన్ని, ఆయా కీళ్లలో కదలికలు తగ్గడాన్ని 'అర్థరైటిస్'గా చెప్పవచ్చు. ఈ సమస్యల తీవ్రత సాధారణంగా ఉదయం పూట ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీన్ని మొదట్లో గుర్తిస్తే.. అదుపులో ఉంచుకోవడం సాధ్యం. ఏ మాత్రం నిర్లక్ష్యం చేసినా శరీర వైకల్యాలు రావచ్చు. మన దేశంలో 180 మిలియన్లకు పైగా అర్థరైటిస్ కేసులు ఉన్నాయి. అర్థరైటిస్ సాధారణంగా రెండు రకాలు ఉంటుంది.. ఆస్టియో అర్థరైటిస్, రుమటాయిడ్ అర్థరైటిస్. భారతదేశ జనాభాలో దాదాపు 22 నుంచి 39 శాతం మంది రుమాటిజంతో బాధపడుతున్నారు. పురుషుల కంటే మహిళలలో ఈ సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది.

అర్థరైటిస్ ఎందుకు వస్తుంది.. అర్థరైటిస్‌లో ప్రధానంగా ఆస్టియో ఆర్థ్రయిటిస్, రుమటాయిడ్ ఆర్థ్రయిటిస్ అని రెండు రకాలు ఉంటాయి. వృద్ధాప్యంలో మోకాలు, తుంటి కీళ్లు అరగటం వల్ల ఆస్టియో ఆర్థ్రయిటిస్ వస్తుంది. రుమటాయిడ్ ఆర్థ్రయిటిస్‌లో రోగనిరోధకశక్తి ఎదురు తిరగడంవల్ల కీళ్ల దగ్గరున్న కణాలన్నీ ఇన్‌ఫ్లమేషన్‌కి గురై వాచిపోతాయి. చేతులూ వేళ్లూ మణికట్టూ కాళ్లూ... ఇలా కీళ్ల భాగాలతోపాటు శరీరంలోని ఇతర కణజాలాలూ కండరాలమీదా దీని ప్రభావం ఉంటుంది. దాంతో పిత్తాశయం, ఊపిరితిత్తుల సమస్యలతోపాటు రక్తహీనత, లో బీ1, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు కూడా వస్తాయి. ఇన్ఫెక్షన్ల కారణంగా సొరియాటిక్, సెప్టిక్, థంబ్... వంటి ఇతరత్రా ఆర్థ్రయిటిస్ వ్యాధులూ వస్తుంటాయి. వంశపారంపర్యంగాగానీ, ఆటలు ఆడేటప్పుడు తగిలిన గాయాలవల్లో, ఊబకాయం కారణంగా కీళ్లమీద బరువు ఎక్కువ పడటం, పోషకాహార లోపం, శారీరక శ్రమ, కాల్షియంలోపం, నిద్రలేమి, జీవక్రియాలోపాలు, ఒత్తిడి, డిప్రెషన్...ఇలా అనేక కారణాల వల్ల ఆర్థ్రయిటిస్ సమస్యలు వస్తుంటాయి.

లక్షణాలు.. అర్థరైటిస్ లక్షణాలు అందరిలోనూ ఒకేలా ఉండవు. మొదటిదశలో ఆకలి తగ్గడం, జ్వరం, బాగా నీరసించిపోవడం, బరువు తగ్గడం వంటివి కనిపిస్తాయి. చేతులు, కాళ్లలోని కీళ్లలో నొప్పులు, వాపులు ఉంటాయి. కీళ్లు ఎర్రగా కమిలినట్లుగా ఉండి, విపరీతమైన నొప్పివస్తాయి. ప్రత్యేకించి ఉదయం పూట నొప్పి ఉంటుంది.

వృద్ధులకే వస్తుందా..? అర్థరైటిస్‌లో చాలా రకాలు ఉన్నాయి. ఇది వృద్ధులలో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. కానీ ఇది పిల్లలలో, యువకులనూ ప్రభావితం చేస్తుంది. పిల్లలలో జువైనల్ ఇడియోపతిక్ ఆర్థ్రయిటిస్ వస్తుంది. ఇది 16 ఏళ్ల కన్నా చిన్నవారిలోనే వస్తుంటుంది. ఎక్కువగా 2-4 ఏళ్ల వయసులో కనిపిస్తుంటుంది. ఇది కీళ్లను శాశ్వతంగా దెబ్బతీస్తుంది.

అర్థరైటిస్ ఉంటే వ్యాయామం చేయవచ్చా..? అర్థరైటిస్ ఉన్నవారు వ్యయామం చేయవచ్చని చెబుతున్నారు. వ్యాయమం వాపు, అసౌకర్యాన్ని తగ్గిస్తుంది. కదలికలను, కీళ్ల బలాన్ని, ఫ్లెక్సిబిలిటీని పెంచుతుంది. మీకు శారీరక శ్రమ లేకపోతే.. లక్షణాలు అధ్వాన్నంగా మారే అవకాశం ఉంది. ఏ వ్యాయామం చేసినా.. మీ లిమిట్ తెలుసుకోవడం మంచిది. ట్రైనర్ పర్యవేక్షణలో వ్యాయామం చేయండి.

హీట్ ప్యాడ్‌తో నొప్పి తగ్గుతుందా..? కూల్, హీట్ ప్యాడ్‌లు రెండూ కీళ్ల నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం ఇస్తాయి. కూల్ ప్యాట్ కీళ్ల వాపు, నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. మీకు కీళ్లు నొప్పిగా ఉన్నప్పుడు, వ్యాయామం చేసే ముందు హీట్ ప్యాట్ పెట్టుకుంటే రిలీఫ్‌గా ఉంటుంది.

ఈ ఆసనాలు వేయండి.. అర్థరైటిస్ సమస్యతో బాధపడేవారు యోగా ప్రాక్టిస్ చేసినా రిలీఫ లభిస్తుంది. మార్జారాసనం, త్రికోణాసనం, వృక్షాసనం, సేతుబంధాసనం, వజ్రాసనం, ఆంజనేయాసనం, కుక్కుటాసనం కూడా అర్థరైటిస్ పేషెంట్స్‌కు మేలు చేస్తాయిని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఏదైనా యోగాసనాన్ని ప్రారంభించే ముందు, మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

ఆలివ్ ఆయిల్.. పబ్మెడ్‌లో ప్రచురించిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం, ఆలివ్ ఆయిల్ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ డిసీజ్ అర్థరైటిస్‌ను నివారించడానికి, దాని నుంచి రిలీఫ్ ఇవ్వడానికి సహాయపడుతుందిత. ముడి ఆలివ్ నూనెలో ఒలియోకాంథాల్ ఉంటుంది, 50 %ఎశ్రీ% ఆలివ్ ఆయిల్ తీసుకున్నా..10 శాతం ఇబుప్రొఫెన్ తీసుకున్నా అదే రియాక్షన్ ఉంటుంది. ఆలివ్ ఆయిల్ యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ పెయిన్ రిలీవర్‌గా పని చేస్తుంది. రోజుకు 1-4 టేబుల్ స్పూన్ల ఆలివ్ ఆయిల్ తీసుకుంటే మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఈ డైట్ తీసుకోండి.. మన ఆహారంలో కొన్ని మార్పులు చేస్తే అర్థరైటిస్ సమస్య తగ్గుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మీ డైట్‌లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం మంచిది. సీజనల్ పండ్లు తీసుకుంటే మేలు జరుగుతుంది. క్యారెట్, బీట్రూట్, కాప్సికం, బీన్స్, చిక్కుడు వంటి కూరగాయలను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోండి. క్యాబేజి, కాలీఫ్లవర్, బ్రొకొలి, ముల్లంగి ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. ఆహారంలో పసుపు, అల్లం, వెల్లుల్లి ఎక్కువగా వాడాలి. ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. సాల్మన్ రకం చేపలు, అవిసె గింజలు, ఆలివ్ నూనెలో ఈ ఫ్యాట్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి.

మునగ విత్తనాల పొడి మధుమేహానికి దివ్యఔషధం

మొరింగ గింజలు(మునగకాయలోని విత్తనాలు) మునగ చెట్టు యొక్క కాయల నుండి పొందిన విత్తనాలు. ఈ మొరింగ గింజలు అనేక వ్యాధులకు చికిత్స చేస్తాయి మరియు వివిధ ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటాయి. మునగ చాలా ప్రజాదరణ పొందిన ఆహార పదార్థం. ఈ మునగను భారతీయ వంటల్లోనే కాకుండా అనేక విదేశీ వంటకాల్లో కూడా ఉపయోగిస్తారు.

మునగకాయలు మొత్తం వంటకు ప్రత్యేకమైన రుచిని అందించగల సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉన్నాయని మనందరికీ తెలుసు. మునగకాయలు తినకూడదనుకునే వారు ఈ గింజలను ప్రత్యామ్నాయ ఆహారంగా ఎంచుకుంటే అందులోని పోషకాలన్నీ ఒకేసారి అందుతాయి. ఈ గింజల్లో ఔషధ గుణాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

ఒక విత్తనం అనేక శారీరక సమస్యలను నయం చేస్తుంది కాబట్టి మేము ఈ రోజు ఈ పోస్ట్‌ను మీతో పంచుకుంటున్నాము.

అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు 1. అధిక రక్తపోటును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది 2. మధుమేహంలో సహాయపడుతుంది 3. బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది 4. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది 5. జుట్టు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది ఈ ప్రయోజనాల గురించి వివరంగా తెలుసుకుందాం.

అధిక రక్తపోటును తగ్గించడానికి ఈ రోజుల్లో చాలా మంది బాధపడుతున్న రుగ్మతలలో అధిక రక్తపోటు ఒకటి. దాదాపు ప్రతి ఒక్కరూ జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో అధిక రక్తపోటు యొక్క ఈ లక్షణాలను అనుభవించవచ్చు. అనారోగ్యకరమైన ఆహారం, ఒత్తిడి, క్రమరహిత వ్యాయామం మరియు జన్యుపరమైన సమస్యలతో సహా అధిక రక్తపోటుకు కారణమయ్యే అనేక అంశాలు ఉన్నాయి. అయినప్పటికీ, అధిక రక్తపోటు యొక్క వ్యక్తీకరణలు చాలా ప్రమాదకరమైనవి, కొన్నిసార్లు మరణానికి దారితీస్తాయి.

గుండె జబ్బులకు ప్రధాన కారణాలలో అధిక రక్తపోటు ఒకటి అని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. కాబట్టి సరైన పరిష్కారాలను తీసుకోవడం ద్వారా మీరు ఈ సమస్యను సులభంగా వదిలించుకోవచ్చు. అధికరక్తపోటు వ్యతిరేక గుణాల కారణంగా మొరింగ గింజలు ఈ సమస్యకు చక్కని ఔషధంగా పనిచేస్తాయి. దీంతో ప్రతి ఒక్కరి వ్యక్తిగత ఆరోగ్యం పెరుగుతుంది.

మధుమేహం సమయంలో అధిక రక్తపోటు ఉన్నంత మందిని ప్రభావితం చేసే మరో వైద్య పరిస్థితి మధుమేహం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మిలియన్ల మంది ప్రజలు ఈ మధుమేహంతో బాధపడుతున్నారు. ఈ వ్యాధి ప్రపంచాన్ని భయపెట్టే తీవ్రమైన వ్యాధిగా అభివృద్ధి చెందుతోంది. మధుమేహం కోసం వివిధ రకాల సింథటిక్ మందులు కనిపెట్టబడినప్పటికీ, శరీరంలోని చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడటానికి కొన్ని సహజ పరిష్కారాల అవసరం ఉంది. రక్తంలో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తిని పెంచే పదార్థాన్ని ఎంచుకోవడం ద్వారా, చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించవచ్చు. మొరింగ విత్తనాలు ఈ అవసరాన్ని తీర్చడంలో సహాయపడతాయి. ఈ గింజలు జింక్‌లో అధికంగా ఉండటం వల్ల రక్తంలో ఇన్సులిన్ హార్మోన్ స్రవించడంలో సహాయపడతాయి.

బరువు తగ్గడానికి మొరింగ గింజలు బరువు తగ్గడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తాయని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. కాబట్టి బరువు తగ్గాలనుకునే వారు ఉసిరికాయలను రెగ్యులర్‌గా తీసుకోవచ్చు. ఎందుకంటే ఈ గింజల్లో ఉండే ఫైబర్ తిన్నప్పుడు తృప్తి అనుభూతిని ఇస్తుంది, మళ్లీ ఆకలి అనుభూతిని అరికడుతుంది మరియు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. అదనంగా, మొరింగ గింజల్లో ఉండే ఒలేయిక్ యాసిడ్ శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను బర్న్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. గుండె జబ్బు ప్రభావం యొక్క ప్రధాన కారణం

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి వివిధ ప్రాణాంతక వ్యాధులతో పోరాడటానికి బలమైన మరియు బాగా పనిచేసే మానవ రోగనిరోధక వ్యవస్థ అవసరం. బహుశా ఒక వ్యక్తి యొక్క రోగనిరోధక శక్తి బలహీనంగా ఉంటే, అతని శరీరం సులభంగా క్రిములకు గురవుతుంది. మొరింగ గింజల్లో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. విటమిన్ సి శరీరంలోని హానికారక మూలకాలతో పోరాడి వాటిని బయటకు నెట్టే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది.

జుట్టు ఆరోగ్యం మొరింగ గింజల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు జుట్టును ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. మరియు అవి జుట్టు పెరుగుదలకు వివిధ ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి.

చలికాలంలో రోజూ గుడ్డు తింటే ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

గుడ్డు పోషకాల గని. బరువు తగ్గడానికి, కండరాలను నిర్మించడానికి గుడ్డు తప్పక తీసుకోవాల్సిన పోషకం. చలికాలంలో చాలా మంది రోగాల బారిన పడతారు. గుడ్డు తింటే రోగనిరోధక శక్తి మెరుగుపడుతుంది. చలికాలంలో రోజుకో గుడ్డు తినడం వల్ల ఇమ్యూనిటీ పెరిగి రోగాలను ఎదుర్కోవచ్చు.

చలికాలంలో గుడ్డు ఎందుకు తినాలంటే.. చలికాలంలో గుడ్డు తినడం వల్ల ఒంటికి వెచ్చదనం వస్తుంది. గుడ్లలో మంచి కొవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి కణాల పెరుగుదలకు తోడ్పడతాయి. అవయవాలను రక్షిస్తాయి. శరీరాన్ని వెచ్చగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. చలికాలంలో గుడ్డును ఎందుకు తినాలో ఇక్కడు కొన్ని కారణాలు ఉన్నాయి.

1. గుడ్లలో జింక్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. జింక్ జలుబు, ఫ్లూ వంటి సాధారణ వ్యాధులతో పోరాడటంలో సహాయపడుతుంది.

2. విటమిన్ డి లేదా సూర్యరశ్మి విటమిన్ యొక్క అరుదైన ఆహార వనరుల్లో గుడ్లు ఒకటి. రోగనిరోధక శక్తి పెంపొందించడంలో విటమిన్ డి ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. బలమైన రోగనిరోధక శక్తి శరీరాన్ని అంటువ్యాధుల నుండి కాపాడుతుంది. వాటితో పోరాడే సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది.

3. విటమిన్ బి6, బి12 రోగనిరోధక వ్యవస్థను మరింత బలోపేతం చేయడంలో విటమిన్ బి6, బి12 కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి.

4. బరువు తగ్గడం గుడ్లు బరువు తగ్గడానికి అనుకూలమైన ఆహారం. కీటో డైట్‌లోనూ గుడ్లు ప్రధాన ఆహారం. కొందరు గుడ్డులోని తెల్ల సొన మాత్రమే తినాలని, పచ్చ సొన తినొద్దని చెబుతుంటారు. అందులో ఏమాత్రం నిజం లేదని న్యూట్రిషనిస్టులు చెబుతున్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ గుడ్డు మొత్తాన్ని తినవచ్చని వివరిస్తున్నారు.

5. గుడ్లు మంచి కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతాయి గుడ్లు కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతాయి. మొత్తం ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే కొలెస్ట్రాల్ గుడ్డు వల్ల వస్తుంది. అధిక సాంద్రత కలిగిన లిపోప్రొటీన్ స్థాయిలు గుండె పోటు, గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. గుడ్లు చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను పెంచవు. అలాగే అనేక వ్యాధులతో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి.

6. గుడ్లు కడుపును నింపేస్తాయి గుడ్లు కడుపును ఎక్కువసేపు నిండుగా ఉన్న భావన కలిగిస్తాయి. ఆకలి కాకుండా చూస్తాయి. గుడ్లలో ప్రొటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి.

7. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి మెదడును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలనుకుంటే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం విటమిన్లు మరియు ఖనిజాలు గుడ్లలో ఉంటాయి. ఇవి మెదడు ఆరోగ్యానికి తోడ్పడతాయి. ముఖ్యమైన విటమిన్లు, ఖనిజాల కారణంగా మీ మెదడు కణాలు, జ్ఞాపకశక్తి, నాడీ వ్యవస్థ, జీవక్రియ అన్నీ సరిగ్గా పని చేస్తూనే ఉంటాయి.

అల్పాహారంలో గుడ్డు.. సంతృప్తికరమైన ఆహారాల జాబితాలో గుడ్డు మొదటి స్థానంలో ఉంటుంది. ఈ ఆహారాలు తీసుకున్న తర్వాత రోజంతా పొట్ట నిండిన అనుభూతి కలుగుతుంది. గుడ్లలో అతి తక్కువ కేలరీలు ఉంటాయి. తక్కువ కొవ్వు పదార్థాలు, ఎక్కువ శాతంలో ప్రొటీన్ ఉంటుంది. ఒక గుడ్డులో 6 గ్రాముల ప్రొటీన్ ఉంటుంది. కోడి గుడ్డులో 9 రకాల అమైనో ఆమ్లాలు, ఐరన్, సల్ఫర్, సెలీనియం, విటమిన్ ఏ, సి, విటమిన్ బి 12 వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి.

భ్రమలు వద్దు.. గుడ్డు తినడం వలల కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుందని చాలా మంది అనుకుంటారు. కానీ వాస్తవానికి ఆహారం నుండి పొందిన కొలెస్ట్రాల్ కు శరీరానికి సంబంధించిన కొలెస్ట్రాల్‌తో సంబంధం లేదు. కాబట్టి గుడ్డులో కొలెస్ట్రాల్ ఉన్నప్పటికీ, అది మన శరీరం ఉత్పత్తి చేసే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని పెంచదు. ఒకవేళ ఒంట్లో అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉంటే మాత్రం గుడ్డులోని తెల్లని సొన తీసుకుంటే మంచిది.

ఎక్కువసేపు ఒకే దగ్గర కూర్చుంటున్నారా.. ఆరోగ్య సమస్యలు రావొచ్చు

గతంలో డయాబెటిస్ రావడానికి కొన్ని కారణాలుండేవి. పెద్ద వయసువారికే ఎక్కువగా మధుమేహం వ్యాధి వచ్చేది. కాలం మారతున్న కొద్ది.. జీవనశైలి మారడం వంటి కారణాలతో వయసుతో సంబంధం లేకుండా యువకులు సైతం అనేక రోగాల బారిన పడుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఇటీవల కాలంలో 40సంవత్సరాల లోపు వ్యక్తులు కూడా మధుమేహం బారిన పడుతున్నారు. డయాబెటిస్ రావడానికి ప్రధాన కారణాలు చెడు ఆహారపు అలవాట్లు, మారుతున్న జీవనశైలి, ఒత్తిడి, కదలకుండా ఒకే దగ్గర కూర్చోవడం, వారసత్వం వంటి కారణాల వల్ల డయాబెటీస్ వస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇది ఒకసారి వచ్చాకా.. పూర్తిగా నయం అవడం అంటూ జరగదు. జీవితాంతం ఈ వ్యాధిని భరించాల్సి ఉంటుంది. అయితే కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించడం ద్వారా వ్యాధి తీవ్రత పెరగకుండా నియంత్రించుకునే అవకాశం ఉంటుంది. మధుమేహం ఉన్న వారు మర్చిపోకుండా వైద్యులు సూచించిన మందులు వేసుకోవాలి. అంతేకాదు కొన్ని రకాల ఆహారలను తీసుకోవడం వల్ల వారి రక్తంలో షుగర్ లెవెల్స్ విపరీతంగా పెరిగిపోతాయి. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధిబారిన పడిన వారు బలహీనంగా ఉండటం, అధికంగా చెమట పట్టడం, కళ్లు తిరగడం, తరచుగా అలసిపోవడం, మూత్రం ఎక్కువ సార్లు రావడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

షుగర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉండే డ్రింక్స్ ను తాగడం ఆరోగ్యానికి ఏ మాత్రం మంచిది కాదు. ఈ డ్రింక్స్ ను తరచుగా తాగారో పక్కాగా డయాబెటీస్ బారిన పడతారని హెచ్చరిస్తున్నారు. ప్రాసెస్డ్ జ్యూసెస్, సోడా, సాఫ్ట్ డ్రింక్స్, తియ్యని లెమన్ వాటర్ వంటివి ఎక్కువగా తాగితే టైప్ 2 మధుమేహం వస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఈ డ్రింక్స్ లల్లో కేలరీలు ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటాయి.

చెక్కెర, వైట్ రైస్, మైదా పిండి వంటి వాటివల్ల డయాబెటీస్ వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. మధుమేహ ప్రమాదం ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాల వల్లే ఎక్కువగా వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. మనం తీసుకునే ప్రాసెస్ చేసిన ఆహార పదార్థాల్లో విటమిన్లు, మినరల్స్, ఫైబర్స్, పొట్టు వంటివి ఏవీ ఉండవనిఞ% ఇక వీటిని మితిమీరి తిన్నారో.. మీ రక్తంలో షుగర్ లెవెల్స్ విపరీతంగా పెరిగిపోయి షుగర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందట. షుగర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉండే డ్రింక్స్‌ను తాగడం మన ఆరోగ్యానికి ఏ మాత్రం మంచిది కాదు. ఈ డ్రింక్స్ ను తరచుగా తాగారో పక్కాగా డయాబెటీస్ బారిన పడతారని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వేయించిన ఆహార పదార్థాలను గానీ, ప్యాకెట్ ఫుడ్స్ ను గానీ ఎక్కువగా తిన్నారో మీరు ఖచ్చితంగా షుగర్ వ్యాధి బారిన పడతారని సూచిస్తున్నారు.

శ్రీవారి భక్తులకు గుడ్ న్యూస్ - దర్శన,వసతి గదుల కోటా క్యాలెండర్ విడుదల..!

తిరుమల భక్తులకు సంబంధించి టీటీడీ కీలక ప్రకటన చేసింది. ప్రతీ నెలా ఆన్ లైన్ లో దర్శన,వసతి గదులు కోటా విడుదలకు సంభంధించిన క్యాలండర్ ని టీటీడీ విడుదల చేసింది. ఏ తేదీన ఏ కోటా విడుదల చేసేదీ స్పష్టత ఇచ్చింది. దీనికి సంబంధించి టీటీడీ ఈవో కీలక ప్రకటన చేసారు. అదే విధంగా అహ్మదాబాద్,రాయపూర్ లో శ్రీవారి ఆలయాల నిర్మాణం ప్రారంభిస్తామని వెల్లడించారు. శ్రీవారి ఆనంద నిలయం వీడియో వ్యవహారంలో నిఘా వైఫల్యంగా ధర్మారెడ్డి పేర్కొన్నారు.

క్యాలెండర్ విడుదల : తిరుమలకు వచ్చే భక్తుల కోసం టీటీడీ దర్శన..వసతి కోటా క్యాలెండర్ ను విడుదల చేసింది. ప్రతి నెల 18వ తేది నుంచి 20 వ తేది వరకు లక్కిడిప్ విధానంలో ఆర్జిత సేవా టిక్కేట్లు విడుదల చేయనుంది. అదే విధంగా 21వ తేదిన వర్చువల్ సేవా టిక్కేట్లుతో పాటు నేరుగా బుక్ చేసుకునే సేవా టిక్కేట్లు విడుదల చేయనున్నారు. 23వ తేదిన శ్రీవాణి, అంగప్రదక్షణం, వయోవృద్ధులు, వికలాంగుల దర్శన టిక్కేట్లు విడుదల చేయాలని నిర్ణయించారు. 24వ తేదిన 300 రూపాయల ప్రత్యేక ప్రవేశ దర్శనం టిక్కేట్లు విడుదల చేస్తారు. 25వ తేదిన వసతి గదులు కోటా విడుదల చేసే విధంగా క్యాలెండర్ ను ఖరారు చేసారు. ఇక నుంచి ఈ తేదీల ప్రకారం కోటా విడుదల కానుంది.

నకిలీ పై చర్యలు : అలిపిరి నడకమార్గంలో వచ్చే భక్తులుకు తిరుపతిలోని భూదేవి కాంప్లెక్స్ వద్ద టోకేన్లు జారి చేస్తూన్నామని ఈవో దర్మారెడ్డి చెప్పారు. సర్వదర్శన భక్తులుకు తిరుపతిలోని శ్రీనివాసం,విష్ణు నివాసం, గోవింద రాజస్వామి సత్రాలు వద్ద టోకేన్లు జారి చేస్తున్నట్లు వివరించారు. నకిలీ వెబ్ సైట్లు 52 గుర్తించామని, 13 మొబైల్ యాప్ లను గుర్తించి పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసామని చెప్పారు. రంపచోడవరంలో మే 17 నుంచి 22వ తేది వరకు మహాసంప్రోక్షణ నిర్వహిస్తామని చెప్పారు. త్వరలోనే అహ్మదాబాద్,రాయపూర్ లో శ్రీవారి ఆలయాల నిర్మాణం ప్రారంభిస్తామని వెల్లడించారు. జమ్ములో వచ్చే నెల 8న మహా సంప్రోక్షణ జరుగుతుందని చెప్పుకొచ్చారు.

నిఘా వైఫల్యమే : తాజాగా శ్రీవారి ఆలయంలోనూ మొబైల్ ఫోన్ తీసుకెళ్లిన ఘటన పైన స్పందించిన ఈవో ధర్మారెడ్డి భక్తుడు ఉద్దేశ పూర్వకంగానే తీసుకెళ్లినట్లు గుర్తించామన్నారు. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చిత్రీకరించిన వ్యక్తిని పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారని చెప్పారు. భద్రతా సిబ్బంది వైఫల్యం కారణంగానే ఘటన జరిగిందని భావిస్తున్నట్లు చెప్పారు. విచారణ తరువాత బాధ్యుల పైన చర్యలు తీసుకుంటామని వెల్లడించారు. కేంద్రం, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల సహకారంతో భద్రత మరింత కట్టుదిట్టం చేస్తామని ఈవో ధర్మారెడ్డి స్పష్టం చేసారు.

వరల్డ్ టాప్-10 రైల్వేస్టేషన్స్.. ఇండియాలోనే

రైల్వే వ్యవస్థ రూపొందించుకున్న దేశాల్లో భారత్ కు ప్రత్యేక స్థానం ఉంటుంది. అన్ని దేశాల్లోకన్నా భారత్ లో రైల్వేస్టేషన్లు ఎక్కువ. అంతేకాదు.. ప్రపంచంలో అతి పొడవైన ప్లాట్ ఫామ్ కలిగిన రైల్వేస్టేషన్లు కూడా మనదగ్గరే ఉన్నాయి. ప్రపంచంలోనే అతి పొడవైన ప్లాట్ ఫామ్ ఉన్న టాప్ 10 స్టేషన్లలో కర్నాటకలోని హుబ్లీది మొదటిస్థానం.

కర్ణాటకలోని హుబ్లీలో సిద్ధరూడ స్వామిజీ రైల్వే స్టేషన్ ఉంది. ఈ స్టేషన్‌లోని ప్లాట్‌ఫామ్ పొడవు 1505 మీటర్లు (4,938 అడుగుల). మొత్తం 8 ప్లాట్ ఫారాలున్నాయి. 1, 8 నెంబరు ప్లాట్ ఫామ్స్ పొడవైన ట్రాక్‌ను కలిగి ఉన్నాయి.

ఉత్తరప్రదేశ్ లోని గోరఖ్ పూర్ లో టాప్ 2 లో నిలిచే పొడవైన ప్లాట్ ఫామ్ ఉంది. దీని పొడవు 1366.33 మీటర్లు (4483 అడుగులు).

కేరళలోని కొల్లంలో టాప్ 3 స్టేషన్ ఉంది. ఈ ప్లాట్ ఫామ్ పొడవు 1180.5 మీటర్లు (3873 అడుగులు).

పశ్చిమ బెంగాల్ లోని ఖరగ్ పూర్ రైల్వేస్టేషన్ నాలుగోస్థానంలో నిలుస్తుంది. ప్లాట్‌ఫామ్ పొడవు 1072.5 మీటర్లు (3519 అడుగులు).

స్టేట్ స్ట్రీట్ సబ్‌వే ఆఫ్ చికాగో టాప్ 5లో ఉంది. ప్లాట్‌ఫామ్ పొడవు 1067 మీటర్లు (3501 అడుగులు). ఉత్తర అమెరికాలోనే అతి పొడవైన ప్లాట్‌ఫామ్‌గా పేరు పొందింది.

ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని పిలిభిత్ రైల్వే జంక్షన్ టాప్ 6 లో ఉంది. పొడవు దాదాపు 900 మీటర్లు (2953 అడుగులు).

టాప్ 7లో యుఎస్‌లోని కాలిఫోర్నియాలో పొంటానా అనే ఆటో క్లబ్ స్పీడ్‌వే స్టేషన్ ఉంది. దీని పొడవు 791 మీటర్లు (2675).

టాప్ 8లో ఛత్తీస్‌గఢ్‌లోని బిలాస్‌పూర్ స్టేషన్ 802 మీటర్ల పొడవు (2631 అడుగులు) ఉంది.

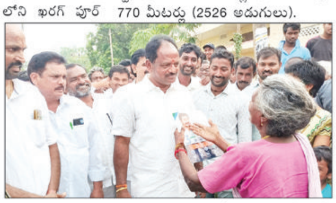
టాప్ 9లో బ్రిటన్‌కు చెందిన షెరటన్ షటిల్ టెర్మినల్ ఫోక్‌స్టోన్. దీని ప్లాట్‌ఫాం పొడవు 731 మీటర్లు (2595 అడుగులు).

టాప్ 10లో ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ఝూన్సీ స్టేషన్ ఉంది. దీని ప్లాట్‌ఫాం పొడవు 770 మీటర్లు (2526 అడుగులు).

ఈనెల 14న రామనారాయణంలో హనుమాన్ జయంతి

విజయనగరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రముఖ అధ్యాత్మిక పర్యాటక కేంద్రం రామనారాయణం ప్రాంగణంలో ఈనెల 14వ తేదీ ఆదివారం నాడు హనుమాన్ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నామని ఎన్సీఎస్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సభ్యులు నారాయణం శ్రీనివాస్ తెలిపారు. .14వ తేదీ ఉదయం 6 గంటలకు పంచామృత స్నపనము, ఉదయం 8 గంటలకు లక్ష తమలపాకుల పూజ ,సింధూరంతో ఆంజనేయస్వామికి సామూహిక సహస్రనామార్చన ,హనుమాన్ చాలీసా పారాయణం , సాయంత్రం ఏడు గంటలకు 60 అడుగుల అభయ ఆంజనేయస్వామి వారికి మహా హారతి ఉంటుందని భక్తులందరూ పాల్గొనాలని కోరారు.

ప్రజల సమస్యల పట్ల ప్రతి ఒక్కరు స్పృహ కలిగి పనిచేయాలి



చీడికాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలం లోని చుక్కపల్లిలో నిర్వహించిన గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న పంచాయతీ రాజ్ శాఖ మంత్రి ముత్యాల నాయుడు ఘన స్వాగతం పలికారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా రాజ్యాంగ నిర్మాత బి.ఆర్.అంబేత్కర్ విగ్రహానికి స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులతో కలసి డిప్యూటీ సీఎం ముత్యాల నాయుడు పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. 1.5 కోట్ల రూపాయలతో జల్ జీవన్ మిషన్ ద్వారా గడపగడపకు మంచినీటి కుళాయిలు ఏర్పాటు చేయడానికి సకలం సిద్ధం. గ్రామంలో 690 ఇంటికుళాయిలకు గాను 580 కుళాయిలు నిర్మాణం పూర్తి, అదనంగా 40 వేల లీటర్ల వాటర్ ట్యాంక్ నిర్మాణానికి ఏర్పాటు పూర్తి చేశారు . సాంకేతిక కారణాల వల్ల అగిన సంక్షేమ పథకాల సమస్యలను మంత్రి పరిష్కరించారు. అర్హత కలిగిన ఏ ఒక్కరు సంక్షేమ పథకాలు పొందకుండా ఉండకూడదని కోరుకుంటూ, వెతికి వెతికి పథకాలు వారికీ మంజూరు చేయాలనీ సచివాలయమ సిబ్బందిని ఆదేశించారు. గ్రామంలో ప్రజలకు నిస్వార్థంగా సేవ చేయాలనీ, అక్షర జ్ఞానం లేని పెద్దలకు వాలంటీర్ లు ప్రతిదీ దగ్గరుండి వారికీ తోడ్పడాలని మంత్రి దిశానిర్దేశం చేసారు. గ్రామంలో సుమారుగా 400 నివాసాలను తీవ్ర ఎండలో సందర్శించి, ప్రభుత్వం ముద్రించిన కరపత్రాలను అందించి, ఆయా కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అందించిన సంక్షేమ పథకాల గూర్చి వివరించారు.

దివ్యాంగులను పలకరించి వారికి కావలసిన చేయూత అందిస్తానని హామీ ఇచ్చిన మంత్రి, వృద్దులు, అనారోగ్య సమస్యలతో బాధ పడుతున్న వారిని ప్రత్యేకంగా పలకరించి వారి యోగక్షేమాలు అరా తీసి అనంతరం పెంటా కోట రమణ గత కొన్ని సంవత్సరాల నుండి కాళ్ళు చేతులలో చేలనం లేకపోవడం తో వారికీ ఆర్థిక సహాయం చేసిన, సదరు సమస్యను పరిష్కరించి ఆరోగ్య పింఛను పథకం అందేవిధంగా చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులకు ముత్యాల నాయుడు సూచించారు .4.05 లక్షల రూపాయలతో నిర్మించిన నూతన అంగన్వాడీ భవనాన్ని ప్రారంభించిన డిప్యూటీ సియం , తదుపరి అంగన్వాడీ పిల్లలతో ముచ్చటించారు, నూతన అంగన్వాడీ కేంద్రం లో విద్యుత్ సదుపాయం లేకపోవడం తో స్పందించిన మంత్రి విధ్యుత్ మీటర్ నూతన కనెక్షన్ ఏర్పాటుకు కావలసిన ఆర్థిక మొత్తాన్ని విధ్యుత్ సాధికారులకు కట్టి హుటాహుటిన చిన్నారులకు విధ్యుత్ సదుయాన్ని ఏర్పాటు చేసారు.

చుక్కపల్లి నుండి బోయిల కింతాడ గ్రామానికి 1.80 కి.మీటర్ తారు రోడ్డు నిర్మాణానికి 1.15 కోట్ల రూపాయలు. బి. కొత్తూరు నుండి చుక్కపల్లి వరకు గల 1.60 కిలో మీటర్లు మరో తారు రోడ్డు నిర్మాణానికి 2.80 కోట్ల రూపాయలు నిధులు మంజూరు చేశామని మంత్రి తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో మండల పార్టీ ప్రెసిడెంట్ రాజా బాబు, నాయకులు లాలం జానకి రామ్, కురచ సత్యనారాయణ, మజ్జీ దేవానంద్, ఎంపీడీవో ఎమ్మార్వో మండల, గ్రామ స్థాయి అధికారులు ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

అనకాపల్లిలో వైఎస్సార్ క్రికెట్ టోర్నీ

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్ర పరిశ్రమలశాఖ మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ అధ్వర్యంలో రైల్వే గ్రౌండ్ , విశాఖపట్నంలో అనకాపల్లి నియోజకవర్గ వైస్సార్ క్రికెట్ టోర్నమెంట్ జరుగుతుంది. ఈ టోర్నమెంట్ లో అనకాపల్లి రూరల్,కశింకోట మండలం, అనకాపల్లి టౌన్ టీం లు పాల్గొనడం జరిగినది. మొట్ట మొదటి మ్యాచ్ అనకాపల్లి రూరల్, కశింకోట టీంల మధ్య జరిగినది. మొదటిగా టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ తీసుకున్న కశింకోట టీం 10 ఓవర్లో 57 పరుగులు చేసినది.తర్వాత బ్యాటింగ్ చేసిన అనకాపల్లి రూరల్ టీం కూడా అద్భుతమైన బ్యాటింగ్ చేసి చివరికి ఆశ్చర్యకరమైన పరిస్థితులులో ఎవరు ఊహించని విధంగా 10 ఓవర్లో 57 పరుగులు చేసి మ్యాచ్ టై గా ముగిసినది. ఈ మ్యాచ్ లో అనకాపల్లి రూరల్ టీం తరుపున రాష్ట్ర పరిశ్రమల శాఖ మంత్రివర్యులు గుడివాడ అమర్నాథ్ బ్యాటింగ్ చేసి ప్రేక్షకులను ఉత్సాహ పరిచారు..

ది కేరళ స్టోరీ సినిమా నిషేధించడంపై సుప్రీం నోటీసులు

'ది కేరళ స్టోరీ' సినిమా దేశవ్యాప్తంగా ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా నడుస్తున్నప్పుడు పశ్చిమ బెంగాల్‌లో సినిమా ఎందుకు నిషేధించారని సుప్రీం కోర్టు ప్రశ్నించింది. చిత్రం నిషేధం వెనక ఉన్న హేతుబద్ధత ఏంటో చెప్పాలని బెంగాల్ ప్రభుత్వానికి సూచించింది. "పశ్చిమ బెంగాల్ సినిమాను ఎందుకు నిషేధించాలి? దేశంలోని ఇతర ప్రాంతాలలో కూడా ఇదే విధమైన జనాభా కూర్పు ఉన్న రాష్ట్రాలతో సహా ఇది నడుస్తోంది. ఏమీ జరగలేదు. దీనికి సినిమా కళాత్మక విలువతో సంబంధం లేదు" అని సుప్రీం కోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి డివై చంద్రచూడ్, జస్టిస్ పిఎస్ నరసింహ కూడిన బెంచ్ అభిప్రాయపడింది. పశ్చిమ బెంగాల్, తమిళనాడు ప్రభుత్వాలకు నోటీసులు జారీ చేశారు.

పశ్చిమ బెంగాల్ ప్రభుత్వం తరపున సీనియర్ న్యాయవాది అభిషేక్ సింఘ్వీ వాదనలు వినిపించారు. రాష్ట్రంలో విద్వేషం, హింసాత్మక ఘటనలు చోటుచేసుకోకూడదన్న ఉద్దేశంతో బెంగాల్ ప్రభుత్వం ఈ నిర్ణయం తీసుకుందని వివరించారు. సోమవారం మమతా బెనర్జీ ది కేరళ స్టోరీ మూవీపై నిషేధం విధిస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. ఈ సినిమా ట్రైలర్ విడుదలైనప్పటి నుంచి వివాదాల్లో ఉంది. కేరళకు చెందిన 32,000 మంది బాలికలు అదృశ్యమయ్యారని, ఆ తర్వాత ఉగ్రవాద సంస్థ ఐఎస్ఐఎస్‌లో చేరారని ట్రైలర్‌పై విమర్శలు వచ్చాయి. "పశ్చిమ బెంగాల్ ప్రభుత్వం కేరళ స్టోరీ చిత్రాన్ని నిషేధించాలని నిర్ణయించింది. ద్వేషం, హింసాత్మక సంఘటనలను నివారించడానికి ఈ నిర్ణయం" తీసుకున్నట్ల మమతా చెప్పారు ."కశ్మీర్ ఫైల్స్ అంటే ఏమిటి? అది ఒక వర్గాన్ని కించపరచడమే. కేరళ కథ అంటే ఏమిటి?... ఇది వక్రీకరించిన కథే" అని అన్నారు. పశ్చిమ బెంగాల్ ది కేరళ స్టోరీ నిషేధం చిత్ర నిర్మాత సుప్రీం కోర్టును ఆశ్రయించారు. దీనిపై విచారణ చేపట్టిన సుప్రీం పశ్చిమ బెంగాల్ తో పాటు తమిళనాడు ప్రభుత్వాలకు నోటీసులు ఇచ్చింది. తమిళనాడులో సినిమాని నిషేధించనప్పటికీ, థియేటర్ యజమానులు శాంతిభద్రతల సమస్యల కారణంగా దీనిని ప్రదర్శించకూడదని నిర్ణయించుకున్నారు. చిత్ర నిర్మాతలు ఈ చర్యను "వాస్తవ నిషేధం" అని పేర్కొన్నారు. ది కేరళ స్టోరీలో అదా శర్మ, యోగితా బిహానీ, సిద్ధి ఇద్నానీ, సోనియా బలానీ ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. కేరళలో 32,000 మంది మహిళలు బలవంతంగా ఇస్లాం మతంలోకి మారారని, వారు %ఐూఐూ%లో చేరారని, ఇది తప్పుడు వాదన అని ప్రతిపక్షాలు ఆరోపిస్తున్నాయి.

దివ్యాంగుల రైల్వే పాస్ ఆన్లైన్ విధానం రద్దు చేయాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): దివ్యాంగుల రైల్వే పాస్ ఆన్ లైన్ విధానాన్ని రద్దు చేయాలని ప్రతిభావంతుల సంక్షేమ సంఘం వ్యవస్థాపకుడు పాత్రపల్లి వీరు యాదవ్ అనకాపల్లి ఎంపీ డాక్టర్ కి విజ్ఞాపన పత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా వీరు యాదవ్ మాట్లాడుతూ అనకాపల్లి జిల్లాలో దివ్యాంగులు పలు సమస్యలతో తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని దానిలో ముఖ్యమైన కారణం ఆన్ లైన్ విధానమని. ఈ ఆన్ లైన్ విధానాలతో దివ్యాంగులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారనే కనీస అవగాహన కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు లేకపోవడం ఎంతో బాధాకరమని. అలాంటి సమస్యల్లో నేడు ప్రధానమైన సమస్య రైల్వే పాస్ అని. గతంలో రైల్వే పాస్ ల మంజూరు విషయంలో మేన్యువల్ గా స్థానికంగా ఎక్కడ రైల్వేస్టేషన్ ఉంటే అక్కడ, ఆ పరిధికి సంబంధించిన దివ్యాంగులు రైల్వే పాస్ ల కొరకు దరఖాస్తు చేసుకునేవారని అన్నారు. కొంత కాలవ్యవధి అయినప్పటికీ రైల్వే పాస్‌ల మంజూరు జరిగేవని. కానీ నేడు మేన్యువల్ పద్ధతిని తొలగించి ఆన్ లైన్ విధానం పెట్టి ఒక వెబ్ సైట్ ద్వారా రైల్వే డిపార్ట్మెంట్ వారు ఇంటర్నెట్ తదితర వాటిలో దరఖాస్తు చేసుకోమంటున్నారని. ఇక్కడే అసలైన సమస్య మొదలయిందని. నిస్సహాయులైన దివ్యాంగులు ఏ విధంగా ఈ ఇంటర్నెట్ ల చుట్టూ తిరగగలరని ఆయన వాపోయారు. ఒకవేళ ఎంతో ప్రయాసపడి తోటి వారి సహాయంతో ఈ ఆన్ లైన్ లో అప్లై చేసినా, కుంటి సాకులతో ఆన్ లైన్ లోనే దరఖాస్తు రిజెక్ట్ చేస్తున్నారని. ఇలా రిజెక్ట్ చేసిన అనంతరం దివ్యాంగులు రైల్వే స్టేషన్ కి వెళ్లి రైల్వే డిపార్ట్మెంట్ వారిని అడిగితే మాకు తెలియదని అంటున్నారని. ఈ విషయమై ఒక ఎం.పి గా చొరవ తీసుకొని కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకి దివ్యాంగులు పడుతున్న ఇబ్బందులను తెలియజేసి సమస్యను త్వరితగతిన పరిష్కరిస్తారని అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో సంఘ సభ్యులు యలమర్తి.రవి, కరణం. శివ, ముక్కా.గణేష్, కాంద్రేగుల.నూకఅప్పారావ్, షేక్.రెహ్మాన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వాకపల్లి సూర్యప్రకాష్ ఆధ్వర్యంలో కందరాడ నుండి తొలి తిరుపతి వరకు పాదయాత్ర

పిఠాపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): జనసేన పార్టీ అధికారంలోకి రావాలని పవన్ కళ్యాణ్ ముఖ్యమంత్రిగా చూడాలని ఆశతో దళిత నాయకులు జనసేన పార్టీ అభిమాని వాకపల్లి సూర్యప్రకాష్ ఆధ్వర్యంలో కందరాడ నుండి తొలి తిరుపతి వరకు పాదయాత్ర చేసి శ్రీ శృంగార వల్లభ స్వామికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పవన్ కళ్యాణ్ ముఖ్యమంత్రి అయితే ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి జరుగుతుందని ప్రజా సమస్యలన్నీ కూడా పరిష్కారం అవుతాయని అన్నారు పాదయాత్రలోని కోలాటం మరియు తప్పెటగుళ్ళు అందరిని విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీటీసీ పిల్లా సునీత, జనసేన నాయకులు వెన్న జగదీష్, చెల్లుబోయిన సతీష్,వూటానాని బాబు, కంబాల దాసు,కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

ప్రపంచ రైతుల దినోత్సవాన్ని జయప్రదం చేయండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రపంచ రైతుల రోజును జయప్రదం చేయండి అని గ్రీన్ క్లైమేట్ టీం వ్యవస్థాపక కార్యదర్శి జే వి రత్నం పిలుపునిచ్చారు. ఈ మేరకు గురువారం ఉదయం ఉమెన్స్ కాలేజీలోని ఉద్యానవనాల శాఖ ఇంటర్న్ షిప్ విద్యార్థులతో గ్రీన్ క్లైమేట్ టీం ప్రపంచ రైతుల రోజును నిర్వహించింది. ఈ మేరకు ఆయన మాట్లాడుతూ వాస్తవానికి ఈ నెల 14వ తేదీన ప్రపంచ రైతుల రోజు సందర్భంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక దేశాలలో విభిన్న కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు అని ఆయన వివరించారు. ప్రపంచానికి ఆహారం పెట్టే రైతును ఆదుకోవాలని ఆయన కోరారు. రసాయన ఎరువులు, రసాయన కలుపుతీత మందులు, రసాయన పురుగుల మందులు ఇవన్నీ చేస్తున్నాయని, మానవాళికి, సమస్త జీవరాశికి నష్టం కలిగిస్తున్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. అంతేకాక జలవనరులన్నీ విషతుల్యమవుతున్నాయని, కాలుష్యం వల్ల సముద్రాలలో నిర్జీవ ప్రాంతాలు ఏర్పడుతున్నాయని అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్ పుష్పలత మాట్లాడుతూ ప్రకృతి ఆధారంగా పంటలు పండించుకుందాం, ఆరోగ్యవంతంగా జీవిద్దాం అని పిలుపునిచ్చారు. మనమంతా రైతులకు చేయూత ఇవ్వాలని, అలాగే రైతులకు అవగాహన కలిగించి ప్రకృతి ఆధారంగా పంటలు పండించేందుకు కృషి చేయాలని అన్నారు. ప్రకృతి ఆధారంగా పంటలు పండిస్తే భూమికి, మనుషులకు, సమస్త జీవరాశికి ఎంతో మేలు చేసిన వాళ్ళం అవుతాము అన్నారు. అంతేకాక మత్స్య సంపద కు హాని కలగదు అన్నారు. రసాయనాల వినియోగం వల్ల కప్పలు చేపలు, పీతలు ఇలా ఎన్నోజీవులు అంతరించిపోతున్నాయని విచారం వ్యక్తం చేస్తారు. భూగోళం నిర్జీవం కాక ముందే ప్రతి ఒక్కరు కాలుష్య కారకాలను పక్కనపెట్టి ఆరోగ్య వంతంగా జీవించడానికి సేంద్రియ ఎరువులతో ప్రకృతి ఆధారంగా పంటలు పండించాలని పిలుపునిచ్చారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు ఉమెన్స్ కాలేజీలోని ఉద్యానవనాల శాఖ ఇంటర్న్ షిప్ విద్యార్థులు మాట్లాడారు.

Hospitals in Visakhapatnam (Vizag)

Hospital & Address with Phone Numbers

King George Hospital:
Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002, Tel: 0891-2564893

Govt. Victoria Hospital:
Chengalarao peta, Visakhapatnam. Tel: 0891-2562637

Apollo Hospitals:
Waltair Main Road Ram Nagar, Visakhapatnam – 530002. Tel: 0891 272 7272

Abhaya Hospital:
KGH Down, Visakhapatnam -2. Tel: 0891-2703444, 2703555

A N Beach Hospital:
#15-9-13/24, Krishna Nagar Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 326 8080, 0891 326 3339, 9849447777

Anupama Surgical & Children Hospital:
Dwaraka Nagar 3rd Lane, Visakhapatnam – 530016. Tel: 0891-666 2122, 274 8811, 9848193004

Aditya Multicare Hospital:
#18-1-33, Opp: KGH Gate, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-256 6664, 9542220555, 9949877717

Apoorva Hospital:
#50-17-62, Rajendra Nagar, Seethammapeta, Visakhapatnam.
Tel: 0891-2747436, 2701258

Bharathi Hospital:
#14-24-1, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002. Tel: 0891 252 6500, 7093772862

CARE Hospitals:
Ramnagar Main road, Visakhapatnam – 530002. Tel: 0891 304 1444

Manipal Hospital Vishakhapatnam:
#15-2-8 / A, Near Century Club Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.

OMNI RK Super Specialty Hospital:
Opp: Lions Club, Waltair Main Road, Ram Nagar, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 308 0300

Padmasri Hospital:
#49-48-16 / 5, NH- 5, Akkayyapalem, Visakhapatnam – 530016.
Tel: 0891 273 4747, 656 4747

Seven Hills Hospital:
Rockdale Layout, Waltair Main Road, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 667 7777, 9393110402

Samudra Hospitals:
Andhra Bank, KGH Down, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-253 3955, 9492533955, 9848133660

Sraddha Hospital:
#14-37-45, Near Collector Office Jn., Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-279 7878, 271 6868

Suraksha Health Park :
#38-40-42 / 2, 104, Main Road, Marripalem, Visakhapatnam – 530018.
Tel: 0891 664 6666, 669 7777, 9295062622, 9295062636

Vizag Hospital & Cancer Research Centre:
MVP Sector- 7, P. No: 1, Visakhapatnam – 530017.
Tel: 0891 255 1811, 255 3212

Kala Hospitals :
Beside BVK Degree College Lane, Dwaraka Nagar, Visakhapatnam – 530016.
Tel: 0891 276 4748, 9849123546

Kanaka Durga Nursing Home:
#15-6-10A, Near Zillaparishaid, Visakhapatnam -2. Tel: 0891- 5567201, 2569865, 2566932

Sagara Durga Hospital:
#15-13-6, Krishna Nagar, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-252 6833

Dr. Mangamma Hospital :
#17-1-17, Opp: KGH Gate, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891-272 0077, 0891-272 0088, 8019131694

Indus Hospitals :
KGH down, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 250 8881, 9848724365, 9948724365

Mahatma Gandhi Cancer Hospital and Research :
MVP Colony , Visakhapatnam – 530017.
Tel: 0891 287 8787

Queens NRI Hospital :
#50-53-14, Near Gurudwar Rd, Seethammadhara, Visakhapatnam – 530013.
Tel: 0891-282 7777

Lazarus Hospitals :
Waltair Main Rd, Opp: Vasan Eye Care, Ram Nagar, Visakhapatnam – 530002
Tel: 0891-2780780, 0891-278 4784

Icon Krishi Hospitals:
Near Bharat Heavy Plate & Vessels Ltd. Sheela Nagar, Visakhapatnam – 530012.
Tel: 8885542944, 8885542955, 8885542977

MGR Hospitals:
#8-4-32, Doctor's Colony Pedawaltair, Visakhapatnam – 530017.
Tel: 0891 275 5908, 9573247590

R K Hospital:
#26-16-7, Gajuwaka, Visakhapatnam – 530026. Tel: 9348423777

Vivekananda Hospital:
49-9-24 Akkayyapalem, Visakhapatnam – 530016. Tel: 0891 274 8353,
0891-275 0654

Nikitha Hospital:
Seethammadhara Junction, Visakhapatnam – 530013. Tel: 0891-250 1501,
271 9797, 271 9696

Vaishnavi Hospital:
2nd Lane, Collectorate, Maharanipeta, Visakhapatnam – 530002.
Tel: 0891 252 6896, 395 4185, 9848191332

Lata Hospitals :
Gajuwaka, Visakhapatnam – 530026.
Tel: 0891-251 1351

Subham Prema Hospital:
#9-1-227, Opp: Ramatalkies Cinema Hall Jn., Visakhapatnam – 530003.
Tel: 0891-666 6655

Pallavi Hospital:
Maharanipeta, Visakhapatnam. Tel: 0891-2567735, 2567736

విశాఖ రెస్టారెంట్‌లు

1. విండీస్ ఫ్యామిలీ రెస్టారెంట్, బీచ్ రోడ్డు
9848113366, 8985113366
2. హోటల్ న్యూ అనుపమ గ్రాండ్, మిథిలాపురి కాలనీ
9701874255, 9491400500
3. రెడ్ స్పైస్.. ది ఫుడ్ హౌస్
9849700112
4. సన్‌రైస్ రెస్టారెంట్, రుషికొండ
7674888978, 8374298989
5. అతిథి ఇన్, న్యూ రేసపువానిపాలెం
0891 2727567
6. బెస్ట్ వెస్టన్, గాజువాక
929500521
7. దసపల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ కోర్టు, వాల్తేరు మెయిన్ రోడ్డు
0891 2717300 - 305
8. అమరావతి హోటల్స్ & రిసార్ట్స్ డాబాగార్డెన్స్
98667 96491
9. ఫార్చ్యూన్ ఇన్ శ్రీకన్య, ద్వారకానగర్
0891 6688444
10. శ్రీ సాయిరాం పార్లర్, ద్వారకానగర్
0891 9763173
11. వాసన్ పోలి, సర్క్యూట్ హౌస్ ఎదురుగా
88859 79799
12. హోటల్ ఆల్ఫా, జగదాంబ
0891 2761818
13. హోటల్ దసపల్లా, జగదాంబ జంక్షన్
0891 2564825
14. హోటల్ గ్రీన్ పార్కు, వాల్తేరు మెయిన్ రోడ్డు
0891 2564444
15. హోటల్ కృష్ణ టవర్స్, రైల్వే న్యూకాలనీ
93955 54158
16. హోటల్ మేఘాలయ, ఆశీలమెట్ట
0891 2755141
17. ఆరెంజ్ హోటల్, సరస్వతి పార్కు జంక్షన్
0891 2515151
18. క్వాలిటీ ఇన్ బెజ్ కృష్ణ, ద్వారకానగర్
0891 6662666
19. రాయల్ పోర్టు హోటల్, ఆశీలమెట్ట
0891 6622888
20. సరోవర్ హోటల్, ద్వారకానగర్
0891 2755995
21. హోటల్ బెజ్ కృష్ణ, ద్వారకానగర్
0891 6668666

13న సర్పంచుల సంఘం సదస్సు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ జిల్లా సర్పంచుల సంఘం ఆధ్వర్యంలో సర్పంచుల సమస్యల సాధనకై ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా సర్పంచుల సదస్సు ఈనెల 13న అనకాపల్లి వై. ఎం.వి.ఏ. కమ్యూనిటీ హాల్ (కన్యకా పరమేశ్వరి దేవాలయం)నందు ఉదయం 10 గంటలకు జరుగుననీ సర్పంచుల సంఘం అధ్యక్షుడు చింతకాయల సుజాత ముత్యాలు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. సర్పంచుల సదస్సుకు ముఖ్య అతిథులుగా ఆంధ్రప్రదేశ్ పంచాయతీ రాజ్ ఛాంబర్ అధ్యక్షులు వై.వీ.బీ. రాజేంద్రప్రసాద్, మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ సర్పంచుల సంఘం అధ్యక్షురాలు వానపల్లి లక్ష్మీ ముత్యాలరావులు విచ్చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. జిల్లాలోని సర్పంచులు పడుతున్న ఇబ్బందులపైనా, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గ్రామపంచాయతీల నిధులను విద్యుత్ బకాయిల పేరుతో దొంగిలించడం పైనా, నరేగా నిధుల పైనా, సర్పంచుల అధికారాలను తీసివేయడం గూర్చి, గ్రామ సచివాలయాలు, వాలంటీర్లు, గృహసారదులు, సచివాలయ కన్వీనర్ల ద్వారా సర్పంచుల హక్కులు - అధికారాలు, విధులు - బాధ్యతలను హైజాక్ చేసి సర్పంచులను ఉత్సవ విగ్రహాలుగా మార్చి వేసి పంచాయతీరాజ్ వ్యవస్థను నిర్వీర్యం చేయడం గూర్చి మరియు వివిధ సమస్యల పైన ఈ సదస్సులో సవివరంగా చర్చించి భవిష్యత్ కార్యాచరణ పథకాన్ని రూపొందించి తీర్మానాలు చేయడం జరుగుతుందనీ అన్నారు.కావునా ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా సర్పంచులందరూ అన్ని పార్టీలకు చెందిన వారు రాజకీయాలకతీతంగా ఈ సదస్సులో పాల్గొని, సర్పంచుల నిధులు, విధులు, అధికారాలను లాక్కొని, ఈ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సర్పంచులను ఉత్సవ విగ్రహాలు లాగా మార్చి వేస్తున్నందున ప్రభుత్వ నిరంకుశ దోరణిని మనందరం కలిసికట్టుగా ఏ విధంగా ఎదుర్కోవాలో ఈ సదస్సులో చర్చించుకోవాలని కావున సర్పంచులు తప్పక హాజరు కావాలని ముత్యాలు కోరారు.

నేడే జాతీయ లోక్ అదాలత్

విజయనగరం: శనివారం విజయనగరం మరియు పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాలలో నేడు జాతీయ లోక్ అదాలత్ నిర్వహించ బడునని ఈ జాతీయ లోక్ అదాలత్ ను కక్షిదారులందరు వినియోగించుకోవాలని గౌ శ్రీ బి. సాయి కళ్యాణ్ చక్రవర్తి, జిల్లా ప్రధాన న్యాయ మూర్తి మరియు చైర్మన్ జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ, విజయనగరం వారు పేర్కొనిరి ఈ జాతీయు లోక్ అదాలత్ లొ పలు సివిల్ మరియు కాంపౌండబుల్ క్రిమినల్ కేసులు, ప్రి లిటిగేషన్ కేసులు బ్యాంకు కేసులు, ప్రామిసరీ నోట్, విద్యుత్ , మొదలగు కేసులు పరిష్కరించబడును కావున కక్షిదారులు ముందుగా వారి కేసుల వివరాల కొరకు వారికీ దగ్గరలోని న్యాయస్థానం లేదా పోలీస్ స్టేషన్ గాని లేదా న్యాయవాది లేదా కోర్టు సిబ్బందిని గాని సంప్రదించి వారి కేసులను పరిష్కరించు కోవాలని కోరిరి, విజయనగరం మరియు పార్వతీపురం మన్యం ఉమ్మడి జిల్లాలలో జరుగబోయే జాతీయ లోక్ అదాలత్ ను జయప్రదం చేయాలనీ కక్షిదారులందరు వారి కేసులను రాజీ మార్గంలో పరిష్కరించుకోవాల ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా విజయనగరం, పార్వతీపురం మన్యం, బొబ్బిలి, సాలూరు, శృంగవరపుకోట, చీపురుపల్లి, గజపతి నగరం, కొత్తవలస, కురుపాం, కోర్టులలో జాతీయ లోక్ అదాలత్ నిర్వహించబడునని జిల్లా ప్రధాన న్యాయ మూర్తి తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమం లొ శ్రీమతి కె. నాగమణి, సీనియర్ సివిల్ జడ్జి మరియు కార్యదర్శి జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ, విజయనగరం వారు పాల్గొన్నారు.

అప్కో వస్త్రాలయం తెరవాలని ఆందోళన

అరకులోయ, (విశాఖ సమాచారమ్): శుక్రవారం కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్చార్జి పాచి పెంట శాంతకుమారి .సుమారు 30 సంవత్సరాల క్రితం ఈ గ్రామంలో స్థాపించిన ఆప్కో వస్త్రాలయం. పరిశీలించగా ఆంధ్ర ఊటీ పర్యాటకులకు స్థానికులకు ఈ వస్త్రాలయం ఎంతో ఆకర్షణగా. నాణ్యమైన. పట్టు చీరలు పోచంపల్లి జరి చీరలు కాటన్ చీరలు. ఖద్దరు పంచెలు లుంగీలు. అనేక రకాల. వస్త్రాలు మహిళలకు పురుషులకు ఆదరణ పొందిన వస్త్రాలయం సుమారు3 నెలల నుండి అనివర్య కారణము వలన.మూతపడి ఉండడం దురదృష్టకరము దీనివలన ఆర్థికంగా ప్రభుత్వాన్ని కూడా నష్టం జరుగుతుంది కనుక ఇప్పటికైనా శ్రీయుత డివిజనల్ మార్కెటింగ్ అధికారి. ఆప్కో విజయనగరం వారు అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా కలెక్టర్ గారు స్పందించి తక్షణమే ఆప్కో వస్త్రాలయము ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ నుండి డిమాండ్ చేస్తున్నాము ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆదివాసీ విభాగం జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు కిల్లో రామకృష్ణ. అరకు వ్యాలీ మండల అధ్యక్షుడు బోయి మోహన్ రావు ఉపాధ్యక్షుడు పాంగి గంగాధర్ డుంబ్రిగూడ మండల ప్రధాన కార్యదర్శి తడ బారికి భీమారావు నాయకులు మహిళలు పాల్గొన్నారు.

పద్మభూషణ్ ఆర్.కె.నారాయణ్ వర్ధంతి (మే 13)

పత్రికా విలేఖరి నుండి ప్రపంచ సాహితీ ప్రముఖుడి స్థాయి వరకు ఎదిగిన ఆర్.కె.నారాయణ్ తమిళనాడు లోని మద్రాసులో 1906 అక్టోబర్ 10న జన్మించారు. ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసం మద్రాసులో, ఉన్నత విద్యాభ్యాసం మైసూర్ లో పూర్తిచేశారు. తన ఉద్యోగ జీవితాన్ని జర్నలిస్ట్ గా ప్రారంభించారు. ఆంగ్ల భాషలో ఆరితేరిన రచయితగా ఖ్యాతి గడించి, పరాయి భాషకు భారతీయ ఆత్మ నింపి తన ప్రత్యేక శైలితో సాహితీ అభిమానులను పెంచుకున్నారు. తన రచనల్లో ఎక్కువ భారతీయ సంస్కృతి, ఆచారవ్యవహారాలు మాల్గుడి అన్న కాల్పనిక ప్రదేశాలలో ప్రస్తావన వర్ణన తప్పకుండా ఉంటుంది. ఈయన రాసిన కొన్ని నవలలు పాఠకులను విపరీతంగా ఆకర్షించి, ఆయనకు ఎనలేని కీర్తిని తెచ్చిపెట్టాయి. రచనా విధానం సులభశైలిలో, సాధారణ పాఠకులకు అర్ధమయ్యేలా ఉండి సంచలనాన్ని సృష్టించాయి. పాఠకులందరూ నారాయణ్ రచనల కోసం ఎదురుచూసేలా చేసాయి. పుస్తకం చదవడం కూడా మరో మనిషితో మాట్లాడటంవంటిదే. ఆర్.కె. రచనలు ఆయన సృష్టించిన పాత్రలు మనుష్యులతో స్నేహం చేస్తాయి. నువ్వు రాస్తుంటేనే రచయిత వవుతావు %--% ఒక యోగిలాగా అదీ ఒక సాధనే అన్న ఆర్.కె మాటలు అక్షర సత్యాలు. ఆయన అసలు పేరు రాసిపురం కృష్ణస్వామి అయ్యర్ నారాయణ స్వామి. పాలకుడికి పాలితుడికి మధ్య భాషా పరమైన అగాధాన్ని పూడ్చినది నారాయణన్. భారతీయ ఆంగ్ల సాహిత్యానికి విశిష్టమైన గుర్తింపు తెచ్చింది నారాయణన్. ఆయనకు మైసూర్ తో ఉన్న అనుబంధం లోంచి పుట్టుకొచ్చిన సృజనాత్మక పట్టణం మాల్గుడి. దక్షిణ భారతదేశంలో కన్నడ-తమిళ సువాసనలు కలగలుపుగా రూపొందించిన ఓ చిన్న పట్టణం. దీన్ని ఆయన థామస్ హర్డ్ వేసెక్స్ ల చరిత్రలో నిలిచిపోయేలా మాల్గుడి రచన చేశారు. ఆర్.కె రచనల్లో ది గైడ్ హిందీలో ఎవర్ గ్రీన్ హీరో దేవానంద్ హీరో గా ఉండి సంచలనాన్ని సృష్టించింది. ఒక నర్తకికి, సాధారణ టూరిస్ట్ గైడ్ కు మధ్య జరిగిన సంఘటనల సమూహమే ది గైడ్ ఒక చక్కని క్లాసిక్, రొమాంటిక్ చిత్రం. యాత్రా దర్శినులు, నవలలు, కథాసంకలనాలు, వ్యాస సంకలనాలు వంటివి అనేకం రచించి భారతీయ సాహిత్య చరిత్రలో సుస్థిర స్థానాన్ని పొందారు. ది డార్క్ రూమ్, ది ఇంగ్లీష్ టీచర్, స్వామి అండ్ ఫ్రెండ్స్, వెయిటింగ్ ఫర్ మహాత్మా, టాకిటివ్ మాక్, ఎ పెయింటింగ్ ఆఫ్ సైన్స్, ఎ టైగర్ ఫర్ మాల్గుడి, ఎ వెండర్ ఆఫ్ స్వీట్స్, వంటి నవలలు, యాన్ అస్ట్రాలజీర్స్, మాల్గుడి డేస్, ది గ్రాండ్ మదర్స్ టేల్, ఎ హార్స్ అండ్ టు గోట్స్ వంటి కథాసంకలనాలు, ది లక్టట్ గురు, ఎ రైటర్స్ నైట్‌మేర్, స్టోరీ టెల్లర్స్ వరల్డ్ వంటి వ్యాస సంకలనాలు, ది మహాభారత, ది రామాయణ, గాడ్స్ డేమాన్ అండ్ అథర్స్ వంటి అనేక రచనలు రాసిన ఆర్.కె.మనకు చిరస్మరణీయులు. మాల్గుడి డేస్ ను శంకర్ నాగ్ తో టీవీ సీరియల్ గా తీయడంతో దేశంలో ప్రతి ఇంటికి చేరువైంది. నారాయణ్ సాహితీ ప్రస్థానంలో ఆయన ప్రతిభకు పట్టంకట్టి అనేక అవార్డులు ఆయనను వరించాయి. ఎ. సి.బెన్సన్ అవార్డు, సాహిత్య అకాడమీ అవార్డు (ది గైడ్ రచనకు 1958) , 1960లో సాహిత్య అకాడమీ బహుమతి, 1964లో పద్మభూషణ్ పురస్కారాన్ని, 1982లో అమెరికన్ అకాడమీ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఆర్ట్స్ అండ్ లెటర్స్ అవార్డును అందుకున్న ఆర్.కె. 1989లో రాజ్యసభ సభ్యుడిగా నామినేట్ అయ్యారు. ఆయన సాహిత్య ప్రస్థానంలో మొత్తం 15 నవలలు, 6 కథాసంపుటాలు, 3 భారతీయ పురాణ గాథలు, 2 యాత్ర గాథలు, 4 వ్యాస సంకలనాలు రాశారు. ఆయన ముల్కరాజ్ ఆనంద్, రాజారావు ల సమకాలికులు. ఆర్.కె లక్ష్మణ్, ఆర్.కె. నారాయణ్ ఇద్దరూ సోదరులు. ఆర్.కె.నారాయణ్ 2001 మే 13న తుదిశ్వాస విడిచారు.

డా.జె.వి.ప్రమోద్ కుమార్
పైడిమెట్ట 9490833108.

గుండె పోటుతో ఏఎస్ఐ మృతి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎయిర్ పోలీసు స్టేషన్ లో విధులు నిర్వహిస్తున్న ఏఎస్ఐ వాసుదేవ రావు శుక్రవారం గుండె పోటుతో మృతి చెందారు షీలానగర్ ప్రాంతానికి చెందిన వాసుదేవరావు 1983 పోలీసు శాఖలో చేరారు నాటి నుండి అనేక పోలీసు స్టేషన్ లతో విధులు నిర్వహించిన ఆయన ప్రస్తుతం ఎయిర్ పోలీసు స్టేషన్ లో ఏఎస్ఐ విధులు నిర్వహిస్తున్నారు ఇదిలా ఉండగ షీలానగర్ ఆయన నివాసంలో గుండె పోటుతో మృతి చెందారు విధినిర్వహణలో అంకిత భావంతో పనిచేసె వారని సిబ్బంది ఆయన సేవలను గుర్తు చేసు కున్నారు విషయం తెలుసుకున్న వెస్ట్ సబ్ డివిజన్ ఎసిపి అన్నెపు నర్సింహా మూర్తి,ఎయిర్ పోలీసు స్టేషన్ సిఐబి ఎండి ప్రశాద్ తో పాటుగా సిబ్బంది ఆయన నివాసం వద్దకి చేరుకుని అంజలి ఘటించారు.

పర్యావరణహిత జీవన విధానంపై అవగాహన కల్పించాలి

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): పర్యావరణహిత జీవన విధానంపై ప్రజలకు పూర్తిస్థాయిలో అవగాహన కల్పించాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా అధికారులను ఆదేశించారు. కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా.. శుక్రవారం కలెక్టరేట్ కోర్టుహాల్‌లో లైఫ్‌స్టైల్ ఫర్ ఎన్విరాన్‌మెంట్ (లైఫ్) కార్యక్రమంపై రెవెన్యూ, కాలుష్యం, మునిసిపల్, కార్మిక, ఐసీడీఎస్ తదితర శాఖల అధికారులతో సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా మాట్లాడుతూ గ్లాస్గోలో జరిగిన కాప్-26 సదస్సు సందర్భంగా గౌరవ ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ లైఫ్‌స్టైల్ ఫర్ ఎన్విరాన్‌మెంట్ (లైఫ్)ను ప్రవేశపెట్టారని.. ఈ మిషన్‌ను విజయవంతంగా అమలుచేసేందుకు వివిధ శాఖలు సమన్వయంతో, ప్రణాళికాయుతంగా కృషిచేయాలని సూచించారు. పర్యావరణ స్పృహతో కూడిన జీవనశైలిని ప్రజలు అవలంబించడం ద్వారా పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించుకోవచ్చని.. ఈ అంశంపై పెద్ద ఎత్తున అవగాహన కల్పించాలన్నారు. ఆరోగ్యకర, సుస్థిర జీవితం కోసం పర్యావరణాన్ని కాపాడుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని.. మన జీవన విధానాన్ని అందుకు తగిన విధంగా మార్చుకోవాలన్నారు. పర్యావరణ అనుకూల అలవాట్ల ప్రాముఖ్యతను ప్రజలు తెలుసుకునేలా వివిధ కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని సూచించారు. జిల్లాస్థాయి నుంచి గ్రామస్థాయి వరకు వివిధ శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో ఈ కార్యక్రమాలను విజయవంతంగా నిర్వహించాలన్నారు. ఇంధనం, జల వనరుల సంరక్షణబీ ఈ-వ్యర్థాలను తగ్గించడం, సుస్థిర ఆహారపు అలవాట్లను ప్రోత్సహించడం వంటివాటిపై ఈ కార్యక్రమాల ద్వారా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. జిల్లాలో ఈ మిషన్‌ను విజయవంతంగా అమలుచేసేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ డా. కృతికా శుక్లా అధికారులను ఆదేశించారు. సమావేశంలో ఇన్‌ఛార్జ్ డీఆర్‌వో కె.శ్రీరమణి, సీపీవో పి.త్రినాథ్, ఐసీడీఎస్ పీడీ కె.ప్రవీణ, ఎన్విరాన్‌మెంటల్ ఇంజనీర్ ఎస్.అశోక్‌కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ప్రణాళికా బద్ధ బోధనతో ఉత్తమ ఫలితాలు : కలెక్టర్

ఏడాది విశాఖ జిల్లా 5వ స్థానంలో నిలవగా, ఈ ఏడాది మూడో స్థానానికి చేరడం అభినందనీయమన్నారు. పదవ తరగతి తర్వాత ఉన్నత విద్యాభ్యాసం, లక్ష్య సాధనపై విద్యార్థులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. పరీక్షల్లో మంచి ఫలితాలు సాధించాలంటే ఉపాధ్యాయుల సూచనలు పాటిస్తూ ప్రణాళికతో చదవాలన్నారు. మంచి ఫలితాలను సాధించిన విద్యార్థులకు ప్రశంసాపత్రాలను అందజేశారు. అలాగే విద్యార్థులు మెరుగైన ఫలితాలు సాధించడానికి కృషి చేసిన పాఠశాలల ప్రధానోపాధ్యాయులను కూడా కలెక్టర్ అభినందించారు. విద్యార్థులు మంచి ఫలితాల సాధనలో తల్లిదండ్రుల పాత్ర కూడా కీలకం అన్నారు. నిరుపేద విద్యార్థులు కూడా ఉన్నత చదువులు అభ్యసించాలనే లక్ష్యంతో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి విద్యావ్యవస్థలో తీసుకువచ్చే మార్పులు గొప్ప ఫలితాలు తీసుకువస్తున్నాయన్నారు. నాడు-నేడు కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో మౌలిక వసతులు కల్పించడం జరుగుతోందన్నారు. పాస్ పర్సెంటేజ్ తక్కువగా ఉన్న పాఠశాలలను గుర్తించి పత్యేక శ్రద్ధ వహించి, ప్రణాళికలు సిద్ధం చెసి, వచ్చే విద్యాసంవత్సరం నాటికి 100 శాతం పాస్ పర్సెంటేజ్ నమోదు అయ్యేలా చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. సరైన

మౌలిక వసతులు, అనుకూలమైన వాతావరణం కల్పించడం వల్ల విద్యార్థులు ఉత్తమ ఫలితాలు సాధిస్తారని, అవసరమైన పాఠశాలల్లో మౌలిక వసతులు మెరుగుపర్చుటకు 50వేల రూపాయలు కేటాయిస్తామని తెలిపారు. అందుకు అవసరమైన ప్రతిపాదనలు సమర్పించాలని డిఈఓ ను ఆదేశించారు. గురుకులాల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులు అందరూ ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులకు ఆదేశించారు.

100 రోజుల ప్రణాళికను అమలు చేశాం : డీఈవో చంద్రకళ

జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారిణి చంద్రకళ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అత్యున్నత ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులను ప్రోత్సహించాలనే సదుద్దేశంతో జిల్లా కలెక్టర్ తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని అభినందించారు. వంద రోజుల ప్రణాళిక పకడ్బందీగా అమలు చేయడం ద్వారానే ఆశించిన స్థాయిలో ఫలితాలు వచ్చాయన్నారు. కార్పొరెట్ స్కూళ్లకు ధీటుగా ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులు సాధించిన అత్యధిక మార్కులు శుభపరిణామం అన్నారు.

ముఖ్యమంత్రికి కృతజ్ఞతలు...: ఇ. రేవతి, ఆనందపురం కేజీబీవీ పాఠశాల

ఆనందపురం కెజిబివి పాఠశాలలో చదువుతున్న ఇ.రేవతి మాట్లాడుతూ పదవ తరగతి ఫలితాల్లో తనకు 600 గాను 585 మార్కులు వచ్చినట్లు తెలిపారు. ప్రభుత్వ ప్రవేశ పెట్టిన నాడు-నేడు, అమ్మఒడి పథకాల ద్వారా స్కూళ్లలో కల్పించిన వసతులు, విద్యాభోదనతోనే మంచి మార్కులు వచ్చాయంటూ ముఖ్యమంత్రికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

ఉపాధ్యాయులు, తల్లిదండ్రుల ప్రోత్సాహం వల్లే...: పి. మణికంఠ, మల్కాపురం జీవీఎంసీ హైస్కూల్.

మల్కాపురం జివియంసి హైస్కూల్ లో చదువుతున్న పి.మణికంఠ మాట్లాడుతూ పదవ తరగతి ఫలితాల్లో 600 గాను 592 మార్కులు సాధించినట్లు తెలిపారు. ఉపాధ్యాయుల విద్యాభోదన, తల్లిదండ్రులు ప్రోత్సాహం వల్లే తనకు ఇటువంటి మార్కులు వచ్చాయన్నారు.

తదుపరి జిల్లా కలక్టరు ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విధ్యార్థులతో సహపంక్తి భోజనం చేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో సర్వశిక్ష అభియాన్ ప్రాజెక్ట్ కార్డినేటర్ శ్రీనివాసరావు, సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ జాయింట్ డైరెక్టర్ రమణమూర్తి, బిసి వెల్ఫేర్ ఆఫీసర్ శ్రీదేవి, డైట్ ప్రిన్సిపాల్ మాణిక్యం నాయుడు, సమాచార శాఖ జాయింట్ డైరెక్టర్ వి.మణిరామ్, జిల్లా లేబర్ అధికారి సునీత, డిఎస్ఓ సూర్యప్రకాష్ రావు, ప్రధానోపాద్యాయులు మండల విద్యాశాఖాధికారులు, విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రలు పాల్గొన్నారు.

జీవో నంబర్ 1 కొట్టివేసిన హైకోర్టు

ప్రజాస్వామ్యం గెలిచిందని లోకేష్ తెలిపారు. రాజారెడ్డి రాజ్యాంగం ఇక చెల్లదంటూ అంబేద్కర్ రాజ్యాంగం నిరూపించిందన్నారు. బీజేపీ నేత విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి కూడా హైకోర్టు తీర్పుపై రియాక్ట్ అయ్యారు. ప్రాథమిక హక్కులకు విఘాతంగా ఉన్న జీవో నెం.1ని కొట్టివేసిన ఏపీ హైకోర్టు నిర్ణయాన్ని స్వాగతిస్తున్నట్లు తెలిపారు. రాష్ట్రంలో ప్రతిపక్షాల గొంతు నొక్కేందుకు సభలు, రోడ్ షోలు, ర్యాలీలపై ఆంక్షలు తెచ్చారన్నారు.అంతిమంగా ఈ తీర్పు ప్రజా విజయమన్నారు.

జీవో నంబర్ 1పై హైకోర్టు ఇచ్చిన తీర్పుపై బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు సోము వీర్రాజు కూడా స్పందించారు. "న్యాయస్థానం న్యాయమే చేసిందన్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ప్రజా సమస్యల పట్ల నినదించే హక్కు ప్రతిపక్షాలకు ఉంటుందని, ప్రభుత్వ ఆంక్షలు ఫలితంగా ప్రజా ఉద్యమాలు నిర్వీర్యం అవుతున్న తరుణంలో కోర్టు తీర్పును స్వాగతిస్తున్నామన్నారు. జీవో లు పేరు తో ప్రాధమిక హక్కులు కాలరాయాలని వైసీపీ ప్రభుత్వం కలగనడం ఇక నైనా మానాలన్నారు.

మరోవైపు జీవో నంబర్ 1 పై హైకోర్టులో పిటిషన్ వేసి విజయం సాధించిన సీపీఐ రామకృష్ణ కూడా దీనిపై స్పందించారు.ప్రభుత్వం తెచ్చిన జీవో నంబర్ 1ను కొట్టేస్తూ హైకోర్టు తీర్పునివ్వడం వైసీపీ ప్రభుత్వానికి చెంపపెట్టని రామకృష్ణ తెలిపారు.రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా విజ్ఞత ప్రదర్శించి ప్రతిపక్షాలను, ప్రజాసంఘాలను గౌరవించాలన్నారు. ప్రజా ఉద్యమాలపై పోలీసులను ప్రయోగించి, ఉక్కుపాదం మోపటం మానాలని సీపీఐ రామకృష్ణ కోరారు.

స్థాయీ సంఘంలో అన్ని అంశాలు ఆమోదం

ఇచ్చారని, 15 అంశం ఇంజనీరింగ్ విభాగానికి చెందిన సింహాచలం, ఆర్టీసీ బస్టాండ్ అప్రోచ్ రోడ్డునకు బీటీ బ్యాచ్ వర్క్ పనులు చేయి నిమిత్తం, 15వ అంశం ప్రజా ఆరోగ్యపు విభాగానికి చెందిన కుక్కలకు ఆహారము, టీకాలు, మందులు కొనేందుకు పరిపాలనపరమైన అనుమతి కొరకు స్థాయి సంఘం ఆమోదించడం జరిగిందని తెలిపారు.

ఈ సమావేశంలో స్థాయి సంఘం సభ్యులతో పాటు ఎగ్జామినర్ అఫ్ అకౌంట్స్ వాసుదేవ రెడ్డి, డిప్యూటీ కమీషనర్ (రెవిన్యూ) ఫణిరామ్, కార్యదర్శి నల్లనయ్య, జోనల్ కమీషనర్లు కనక మహాలక్ష్మి, శివ ప్రసాద్, కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్ సంతోషి, ఎ.ఎం.ఒ.హెచ్. కిశోర్, ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీలక్ష్మీ మహా యజ్ఞంలో పాల్గొన్న సీఎం జగన్

ప్రత్యేక పూజలు చేసిన సీఎం జగన్.. కపిల గోవుకు హారతి ఇచ్చారు. అనం తరం అఖండ దీపారాధనలో పాల్గొన్నారు.

నాలుగు ఆగమాల నడుమ..

మే 17వ తేదీ బుధవారం వరకు 6 రోజులపాటు ఈ మహాయజ్ఞం కొనసాగనుండగా.. వైఖానసం, పాంచరాత్రం, శైవం, వైదిక స్మార్తం ఆగమాలతో ఏర్పాటు చేసిన నాలుగు ప్రధాన యాగశాలల్లో యజ్ఞాలు జరుగుతాయి. ఒక్కొక్క యాగశాలలో 27 కుండాల చొప్పున మొత్తం 108 కుండాలతో రుత్వికులు యజ్ఞ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తారు. తొలి రోజు ఉదయం మినహా ప్రతిరోజు ఉదయం 9 గంటల నుంచి 12 గంటల వరకు.. సాయంత్రం 6 గంటల నుంచి 9 గంటల వరకు కొనసాగుతాయి. పవిత్ర సప్తనదీ, త్రి సముద్ర జలాలతో 1008 కలశాల తో విశేష అభిషేకాలు నిర్వహించనున్నట్టు దేవదాయ శాఖ వర్గాలు వెల్లడించాయి.

భక్తుల కోసం నాలుగు క్యూలైన్లు

యజ్ఞ కార్యక్రమాలను భక్తులు వీక్షించేలా ఉమ్మడిగా యాగశాలల చుట్టూ 4 క్యూలైన్లను ఏర్పాటు చేశారు. యజ్ఞ కార్యక్రమాలను వీక్షిస్తూనే ఆ యాగశాల చుట్టూ ప్రదక్షిణ చేసేలా వీటిని తీర్చిదిద్దారు. వాటిలో ఒకటి వీఐపీల కోసం కేటాయించారు. రాష్ట్రంలోని ప్రముఖ ఆలయాల ఆధ్వర్యంలో భక్తులకు రోజుకు ఒక ఆలయం చొప్పున ప్రసాదాల పంపిణీ చేపడుతున్నాయి. తొలిరోజు విజయవాడ దుర్గ గుడి ఆధ్వర్యంలో భక్తులకు పులిహోర, చక్రపొంగ లి పంపిణీ చేస్తారు.

యజ్ఞం తొలిరోజున శ్రీ దుర్గా మల్లేశ్వర స్వామి, 13న ద్వారకా తిరుమల శ్రీ వేంకటేశ్వరస్వామి, 14న అన్నవరం శ్రీ వీరవేంకట సత్యనారాయణ స్వామి, 15న శ్రీశైల శ్రీ భ్రమరాంబ మల్లికార్జునస్వామి, 16న శ్రీ వరాహలక్ష్మీ నరసింహస్వామి కల్యాణ మహోత్సవాలు జరుగుతాయి. 17వ తేదీన చివరి రోజు సీఎం జగన్ చేతుల మీదుగా విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠాధిపతి స్వ రూపానందేంద్ర, పీఠం ఉత్తరాధికారి స్వాత్మానందేంద్ర అన్వయంతో మహా పూర్ణాహుతితో యజ్ఞ కార్యక్రమాలు ముగుస్తాయి.

జనసేన సర్కార్ ఖాయం- పవన్ కీలక వ్యాఖ్యలు

అవుతారన్నారు. ప్రజాభిమానం ఓట్లుగా మారకపోతే ఎంతున్నా ప్రయోజనం లేదు. తాను అజాత శత్రువును కావడానికి రాజకీయాల్లోకి రాలేదన్నారు. తనను చూసి కొందరు భయపడితే మంచిదేనన్నారు. రాజకీయాల్లో ఓ అభిప్రాయం చెప్పినప్పుడు వచ్చే వ్యతిరేకత తీసుకోవడానికి సిద్ధంగానే ఉన్నట్లు పవన్ తెలిపారు. ఏపీ కోసం కొందరికి శత్రువు కావడానికి సిద్ధమేనన్నారు.

137 స్థానాల్లో గతంలో పోటీ చేసినప్పుడు 30-40 సీట్లయినా రావాలని, అప్పుడు సీఎం పదవి అడిగే పరిస్థితి ఉండేదన్నారు. కానీ ఓట్లేయకుండా ఇప్పుడు సీఎం పదవి కావాలని కోరుకోవడం తప్పన్నారు. ఎంఐఎం ఆలోచనా విధానం నచ్చినా నచ్చకపోయినా ఆ పార్టీకి కూడా ఏడు సీట్లలో గెలుస్తున్నారన్న విషయాన్ని పవన్ గుర్తుచేశారు. ఇంత ఆదరణ ఉండి పట్టుమని పది సీట్లు కూడా రాకపోతే ఏం చేస్తామన్నారు. పవన్ కష్టాల్లోనే గుర్తుకొస్తాడని, ఓట్లేసేటప్పుడు గుర్తుకు రావడం లేదన్నారు. మోసం చేసే వారినే నమ్ముతారేమో అని నిర్వేదం వ్యక్తం చేశారు.

నమ్మకం అనేది ఒక్క రోజులో సంపాదించలేమని పవన్ కళ్యాణ్ తెలిపారు. పరిస్థితులు అనుకూలంగా ఉన్నప్పుడు అంతా కాలర్ ఎగరేస్తారని, కానీ విపత్కర పరిస్థితుల్లో నిలబడ్డ వాడే నాయకుడన్నారు. టీడీపీ నేతల్ని సీఎంలు చేయడానికి జనసేన లేదని పవన్ తెలిపారు. ముందు మన బలం బేరీజు వేసుకోవాలని పార్టీ నేతలకు సూచించారు. ఓట్లు రావాలంటే తనంత బలంగా నేతలు జనంలో తిరగాలన్నారు. జనం కోసమే అయినా తాను కర్నాటక వెళ్లినా వస్తారన్నారు. ఇక్కడికి మించి జనం వస్తారని తెలిపారు. ప్రజాస్పందనను ఓట్లుగా మార్చుకోవడం అనేది వేరన్నారు.

ప్రాథమిక విద్యారంగంలో సంస్కరణల ద్వారా ఉత్తమ ఫలితాలు

అనుభవాలను గురించి ప్రధాన మంత్రి వెల్లడించారు. 21వ శతాబ్ది తాలూకు వారు మారుతున్న కాలాల లో భారతదేశం యొక్క విద్య వ్యవస్థ గురువులు, మరియు విద్యార్థులు మారుతున్నారని ఆయన అన్నారు. ఇంతకు ముందు వనరుల తోను, మౌలిక సదుపాయాల తోను సవాళ్ళు ఉండేవి, విద్యార్థులేమో అనేక సవాళ్ళ ను రువ్వేవారు కాదు అని ఆయన అన్నారు. ప్రస్తుతం మౌలిక సదుపాయాల కల్పన ను మరియు వనరుల పరమైనటువంటి సవాళ్ళ ను పరిష్కరించడం జరుగుతూ ఉన్నప్పటికీ, విద్యార్థుల లో ఎక్కడ లేని కుతూహలం వ్యక్తం అవుతోంది. ఇటువంటి ఆత్మవిశ్వాసం కలిగిన మరియు భయమేమిటో ఎరుగనటువంటి విద్యార్థులు గురువుకు సవాలు వలె మారారు. ఆ విద్యార్థులు చర్చ ను సాంప్రదాయకమైన ఎల్లల నుండి సరిక్రొత్త దృష్టి కోణాల కు తీసుకుకొని పోతున్నారు అని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. విద్యార్థుల కు అనేక మార్గాల లో సమాచారం లభ్యం అవుతున్న పరిస్థితి లో గురువులు ఎప్పటికప్పుడు ఒక అడుగు ముందే ఉండవలసిన స్థితి తలెత్తింది అని ఆయన అన్నారు. "ఈ విధమైనటువంటి సవాళ్ళ ను గురువులు ఏ విధం గా పరిష్కరించగలరు అనే అంశం పైన మన విద్య వ్యవస్థ యొక్క భవిష్యత్తు ఆధారపడుతుంది" అని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. ఈ సవాళ్ళ ను గురువులు వ్యక్తిగత మరియు వృత్తిగత వృత్తి కి తోడ్పడే అవకాశాలు గా చూడాలి అని ఆయన అన్నారు. "ఈ సవాళ్ళు మనకు నేర్చుకొనేందుకు, నేర్చుకొన్నదాని లో కొన్ని విషయాల ను వదలి వేసేందుకు మరియు తిరిగి క్రొత్తవి నేర్చుకొనేందుకు ఒక అవకాశాన్ని ప్రసాదిస్తాయి" అని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు.

విద్యార్థులకు గురువులు విద్య బోధకులు గా ఉండడంతోపాటు, వారి కి మార్గదర్శి గా మరియు వారిని తీర్చిదిద్దే శిల్పి గా మారాలని ప్రధాన మంత్రి విజ్ఞప్తి చేశారు. ఏదైనా ఒక సబ్జక్టు ను కూలంకషం గా అర్థం చేసుకోవడం ఎలా అనే విషయాన్ని ప్రపంచం లోని ఏ సాంకేతిక విజ్ఞానం నేర్పజాలదని, మరి సమాచారం అన్నివైపుల నుండి పెద్ద ఎత్తున లభిస్తూ ఉండగా, ప్రధానమైనటువంటి విషయం పైన శ్రద్ధ తీసుకోవడం విద్యార్థుల కు ఒక సవాలు గా మారుతుందని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. విషయాన్ని లోతుగా ఆకళింపు చేసుకోవడం ద్వారా ఒక తర్కబద్ధమైనటువంటి తీర్మానాని కి చేరుకోవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని శ్రీ నరేంద్ర మోదీ నొక్కి చెప్పారు. ఈ కారణం గా 21వ శతాబ్ది లో విద్యార్థుల జీవనం లో గురువులు పోషించవలసిన పాత్ర ఇదివరకటి కంటే మరింత సార్థకం గా మారిపోయిందని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. ప్రతి ఒక్క తల్లి, తండ్రి వారి పిల్లల కు అత్యుత్తమమైనటువంటి ఉపాధ్యాయులు చదువు చెప్పాలి అనే కోరుకుంటారు, మరి వారు వారి యొక్క ఆశల ను సంపూర్ణం గా వారి మీదే పెట్టుకొంటారు అని ఆయన అన్నారు.

గురువు యొక్క ఆలోచన విధానం మరియు ప్రవర్తన ద్వారా విద్యార్థులు ప్రభావితులు అవుతారు అనే విషయాన్ని ప్రధాన మంత్రి స్పష్టం చేస్తూ, విద్యార్థులు వారికి బోధిస్తున్నటువంటి సబ్జెక్టు ను అర్థం చేసుకోవడం ఒక్కటే కాకుండా, ఇతరుల తో ఏ విధం గా తమ భావాల ను తెలియ జేయాలి, ఇంకా తమ ఆలోచనల ను ఏ విధం గా ఓపిక గా, ధైర్యం గా, ఆప్యాయం గా మరియు దురభిప్రాయాని కి తావు ఇవ్వకుండా చాటి చెప్పాలనేది కూడా నేర్చుకొంటారని ఆయన వివరించారు. ప్రాథమిక పాఠశాల ఉపాధ్యాయుల యొక్క ప్రాముఖ్యత ఏమిటి అనేది ప్రధాన మంత్రి ప్రముఖం గా చెప్తూ, బాలల తో ఎక్కువ కాలం గడిపేటటువంటి సదరు కుటుంబాని కి తోడు, గురువులే బాలల తో ఎక్కువ చనువు ను కలిగి ఉంటారు అని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. "ఒక ఉపాధ్యాయుడు లేదా ఉపాధ్యాయురాలు వారి బాధ్యతల ను గ్రహించారా అనే విషయం దేశం యొక్క భావి తరాల వారిని మరింత బలోపేతం చేస్తుంది" అని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు.

నూతన జాతీయ విద్య విధానాన్ని గురించి ప్రధాన మంత్రి మాట్లాడుతూ, ఆ విధానాన్ని రూపొందించడం లో లక్షల కొద్దీ గురువుల తోడ్పాటు పట్ల తన ఆదరాన్ని వ్యక్తం చేశారు. "ప్రస్తుతం భారతదేశం 21వ శతాబ్దం యొక్క అవసరాల కు తగినటువంటి క్రొత్త క్రొత్త వ్యవస్థల ను నిర్మిస్తున్నది. మరి ఈ విషయాన్ని దృష్టి లో పెట్టుకొని ఒక క్రొత్త జాతీయ విద్య విధానాన్ని రూపొందించడం జరిగింది" అని ఆయన అన్నారు. విద్యార్థుల ను కేవలం పుస్తక ప్రధానమైనటువంటి జ్ఞానాని కి పరిమితం చేసినటువంటి పాత అసందర్భ విద్య వ్యవస్థ స్థానం లో 'జాతీయ విద్య విధానం' అమలు లోకి వచ్చిందని ఆయన అన్నారు. ఈ నవీన విధానం అభ్యాస పూర్వకమైనటువంటి అవగాహన పైన ఆధారపడింది అని ఆయన చెప్పారు. ప్రధాన మంత్రి తన చిన్నతనం లో నేర్చుకొన్న స్వీయ అనుభవాల ను జ్ఞప్తి కి తెచ్చుకొంటూ, నేర్చుకొనే ప్రక్రియ లో గురువు యొక్క వ్యక్తిగత ప్రమేయం తాలూకు సాకారాత్మకమైన ప్రయోజనాల ను గురించి స్పష్టం చేశారు.

మాతృభాష లో విద్య బోధన ను గురించిన నిబంధన ను జాతీయ విద్య విధానం లో చేర్చిన అంశాన్ని గురించి ప్రధాన మంత్రి మాట్లాడుతూ, భారతదేశం 200 సంవత్సరాల పైబడి బ్రిటిషు వారి పాలన లో ఉండిపోయినప్పటికీ కూడాను, ఇంగ్లీషు భాష స్వల్ప జనాభా కే పరిమితం అయింది అని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. ప్రాంతీయ భాషల లో విద్య బోధన ను గురించి నేర్చుకొనే ప్రాథమిక పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు ఇంగ్లీషు లో విద్య బోధన మెలకువల ను నేర్చుకొన్న ఉపాధ్యాయుల తో పోలిస్తే, అంతగా ఆదరణ కు నోచుకోలేదని ఆయన అన్నారు. అయితే, ప్రాంతీయ భాషల లో విద్య బోధన ను ప్రవేశపెట్టి, ప్రస్తుత ప్రభుత్వం ఈ స్థితి ని మార్చివేసిందని, దీని ద్వారా ప్రాంతీయ భాషల వైపు మొగ్గు చూపిన గురువుల కొలువుల ను కాపాడిందని ఆయన అన్నారు. "ప్రాంతీయ భాషల లో చదువు చెప్పడానికి ప్రభుత్వం పెద్దపీట వేస్తోంది, ఇది గురువుల జీవితాల ను సైతం మెరుగు పరుస్తుంది" అని ప్రధాన మంత్రి వ్యాఖ్యానించారు.

గురువులు గా మారడం కోసం ప్రజలు చొరవ తీసుకొని ముందడుగు వేసేటటువంటి వాతావరణాన్ని ఏర్పరచవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని ప్రధాన మంత్రి స్పష్టం చేశారు. గురువు యొక్క స్థితి ని ఒక వృత్తి మాదిరి గా ఆకర్షణీయం గా మలచవలసిన ఆవశ్యకత ను గురించి ఆయన నొక్కి చెప్పారు. ప్రతి ఒక్క గురువు తన హృదయాంతరాళం లో నుండి ఒక విద్య బోధకుడు/విద్య బోధకురాలు గా ఎదగాలి అని ఆయన అన్నారు.

ప్రధాన మంత్రి తాను ముఖ్యమంత్రి అయిన సందర్భం లో తనకు రెండు కోరికలు ఉన్నట్లు గుర్తు కు తెచ్చుకొన్నారు. వాటిలో ఒకటోది.. తాను చదివిన బడి లోని తన స్నేహితుల ను ముఖ్యమంత్రి నివాసాని కి రమ్మని పిలవడం, మరి రెండోదేమో.. తన టీచర్ లు అందరినీ సన్మానించడం అని ఆయన వివరించారు. ఈ నాటి కి కూడాను తనకు సమీపం లో ఉంటున్న ఉపాధ్యాయుల తో తాను తరచుగా భేటీ అవుతూ ఉంటానని శ్రీ నరేంద్ర మోదీ తెలిపారు. గురువుల కు మరియు విద్యార్థుల కు మధ్య వ్యక్తిగతమైన బంధం అనేది అంతకంతకూ క్షీణిస్తున్న సరళి పట్ల ఆయన తన విచారాన్ని వ్యక్తం చేశారు. క్రీడారంగం లో మాత్రం ఈ యొక్క బంధం ఇప్పటికీ దృఢం గానే ఉంది అని ఆయన అన్నారు. అదే విధం గా విద్యార్థులు పాఠశాల ను వీడి వెళ్ళిన తరువాత ఆ విద్యా సంస్థ ను మరచిపోతున్నారని, ఈ నేపథ్యం లో విద్యార్థుల కు మరియు బడి కి మధ్య దూరం పెరిగిపోతోందని ప్రధాన మంత్రి అన్నారు. విద్యా సంస్థ ను ఏ తేదీన స్థాపించారన్న సంగతి విద్యార్థులకే కాకుండా, యాజమాన్యాని కి కూడా తెలియడం లేదని ఆయన అన్నారు. పాఠశాల యొక్క స్థాపన దినాన్ని వేడుక గా జరుపుకోవడం బడుల కు మరియు విద్యార్థుల కు మధ్య ఏర్పడుతున్న దూరాన్ని తగ్గించగలుగుతుందని ఆయన అన్నారు.

పాఠశాలల్లో పెడుతున్న భోజనాల ప్రాముఖ్యాన్ని గురించి ప్రధాన మంత్రి ప్రధాన విషయం గా చెప్తూ, బడి లో ఏ ఒక్క విద్యార్థి పస్తు ఉండకూడదు అనే ఉద్దేశ్యం తో పూర్తి సమాజం ఏకతాటి మీద కు వస్తోంది అన్నారు. విద్యార్థుల కు వారి మధ్యాహ్న భోజన వేళల్లో ఆహారాన్ని వడ్డించడం కోసం పల్లెల నుండి వయస్సు మళ్ళినవారిని ఆహ్వానించాలని, అది జరిగినప్పుడు బాలలు సంప్రదాయాల ను గురించి తెలుసుకోవడం వీలుపడుతుందని, అంతేకాకుండా, వారికి వడ్డిస్తున్న వంటకాల గురించి అడిగి తెలుసుకొనేందుకు వీలవుతుందని ప్రధాన మంత్రి సూచించారు.

బాలల్లో వ్యక్తిగత ఆరోగ్య సంరక్షణ సంబంధి అలవాటుల ను ఏర్పరచడాని కి ఇవ్వవలసిన ప్రాముఖ్యాన్ని గురించి ప్రధాన మంత్రి మాట్లాడుతూ, ఆదివాసీ ప్రాంతం లో ఒక ఉపాధ్యాయుని యొక్క సేవల ను జ్ఞప్తి కి తెచ్చుకొన్నారు. ఆమె బడి పిల్లల కు చేతి రుమాళ్ళు తయారు చేయడం కోసం తన పాత చీర ను చింపి ముక్కలు గా చేసేవారని, వాటిని వారి వద్ద అట్టిపెట్టుకొమ్మని ఇచ్చేవారని, వాటితో ఆ పిల్లలు వారి ముఖాల ను తుడుచుకోవడం కోసం ఉపయోగించేవారని ఆయన వివరించారు. ఒక ఆదివాసీ పాఠశాల లో టీచరు విద్యార్థుల కోసం ఒక అద్దాన్ని తెచ్చిపెట్టారని ఆయన చెప్పారు. ఈ చిన్నదైనటువంటి మార్పు బాలల ఆత్మవిశ్వాసాన్ని వర్ధిల్లేటట్లు చేయడం లో పెద్ద మార్పు ను తీసుకు వచ్చిందని ఆయన అన్నారు.

ప్రధాన మంత్రి తన ప్రసంగం ముగింపు లో గురువులు తీసుకువచ్చేటటువంటి ఒక చిన్న మార్పు విద్యార్థుల జీవితాల లో మహత్తరమైన పరివర్తనల ను తీసుకు రాగలుగుతుందన్నారు. గురువుకు అత్యున్నతమైనటువంటి సమ్మానాన్ని ఇస్తున్న భారతదేశం యొక్క సంప్రదాయాల ను ముందుకు తీసుకు పోవడం కోసం మరియు ఒక 'వికసిత్ భారత్' తాలూకు స్వప్నాల ను సాకారం చేయడం కోసం అందరు గురువులు పాటుపడతారన్న విశ్వాసాన్ని ఆయన వ్యక్తం చేశారు.

ఈ కార్యక్రమం లో గుజరాత్ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ భూపేంద్ర పటేల్, పార్లమెంటు సభ్యుడు శ్రీ సి.ఆర్. పాటిల్, కేంద్ర మంత్రి శ్రీ పురుషోత్తమ్ రూపాలా, సహాయ మంత్రి డాక్టర్ ముంజ్ పరా మహేంద్రభాయీ, అఖిల భారత ప్రాథమిక ఉపాధ్యాయుల సంఘం అధ్యక్షుడు శ్రీ రామ్ పాల్ సింహ్, పార్లమెంటు సభ్యులు మరియు గుజరాత్ ప్రభుత్వం లోని మంత్రులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శుక్రవారం జివిఎంసి టౌన్ ప్లానింగ్ స్పందనకు మూడు ఫిర్యాదులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జివిఎంసి పరిధిలో ఉన్న ఎనిమిది జోన్లలో పట్టణ ప్రణాళిక విభాగముపై అధికంగా ఫిర్యాదులు వస్తున్న నేపథ్యంలో జివిఎంసి కమిషనర్ సి.ఎం.సాయి కాంత్ వర్మ ఆదేశాల మేరకు ప్రతి శుక్రవారం ప్రత్యేకంగా స్పందన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరుగుతుంది. జివిఎంసి చీఫ్ సిటీ ప్లానర్ సురేష్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో డిసిపి లు ఏసీపీలు ప్లానింగ్ సిబ్బంది WPRS సిబ్బంది జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలోని పట్టణ ప్రణాళిక విభాగంలో స్పందన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ స్పందన కార్యక్రమంలో 5వ జోన్ నుండి రెండు ఫిర్యాదులు, ఆరవ జోన్ నుండి ఒక ఫిర్యాదు అందినట్లు జివిఎంసి కమిషనర్ తెలిపారు. 8 జోన్ల పరిధిలో ఎలాంటి అనధికార నిర్మాణాలు, నిబంధన ఉల్లంఘన, భవన నిర్మాణ వ్యర్థాలు పై ఎటువంటి ఫిర్యాదులైన జివిఎంసి టోల్ ఫ్రీ నెంబర్ 1800 4250 0009 కు ఫోన్ ద్వారా నేరుగా తెలియపరచని, అలాగే ఫోన్ నెంబర్ 81878 97569 కు వాట్సాప్ ద్వారా పూర్తి వివరాలతో సమస్యలను తెలియపరచవచ్చని కమిషనర్ తెలిపారు. స్పందన ద్వారా అందిన ఫిర్యాదులను సత్వర చర్యలు చేపట్టాలని పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులకు ఆదేశించామని కమిషనర్ తెలియజేశారు.

రైతు పోరుబాటలో చంద్రన్నతో "పిల్లి" దంపతులు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): అకాలవర్షాల వలన రైతులకు జరిగిన నష్టానికి తక్షణమే పరిహారం అందచేయాలని కోరుతూ టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు నాయుడు శుక్రవారం తణుకు నియోజకవర్గం ఇరగవరం సెంటర్ నుంచి తణుకు టౌన్ వరకు నిర్వహిస్తున్న "చంద్రన్న రైతు పోరుబాట" పాదయాత్రలో కాకినాడ రూరల్ నియోజకవర్గ మాజీ శాసన సభ్యులు పిల్లి అనంతలక్ష్మి, తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి పిల్లి సత్య నారాయణమూర్తి దంపతులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాజీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు దృష్టికి కాకినాడ రూరల్ నియోజకవర్గంలో అకాల వర్షాల వలన నష్టపోయిన రైతుల గురించి ప్రస్తావించారు.తమ రూరల్ నియోజకవర్గంలో కూడా చాలా మంది రైతులు,ముఖ్యంగా కౌలు రైతులు నష్టపోయారని,రైతులను ఆదుకుంటున్నామని వైసీపీ నేతలు చెప్పే మాటలు కేవలం ప్రకటనలకే పరిమితమని, రైతు కన్నీరు మున్నీరయ్యి సాయం చేయండి అని గగ్గోలు పెడుతుంటే రైతులను వైసీపీ నేతలు పరిహాసమాడుతున్నారని ఇంతకు మించిన దౌర్భాగ్యం,అవమానం మరొకటి ఉండదన్నారు. రైతులకు న్యాయం జరిగే వరకూ తమ నాయకుడు చంద్రబాబు, తాము పోరాటం చేస్తామని వైసిపి ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించి రైతులను ఆదుకోవాలని డిమాండ్ చేసారు.

సమస్యల శాశ్వత పరిష్కారం కోసమే జగనన్నకు చెబుదాం

విజయనగరం: ప్రజల సమస్యలను శాశ్వతంగా పరిష్కరించి, వారిని శతశాతం సంతృప్తి పరచడమే జగనన్నకు చెబుదాం కార్యక్రమం లక్ష్యమని జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి.ఎస్ అన్నారు. ఈ నెల 9న ముఖ్యమంత్రి ప్రారంభించిన జగనన్నకు చెబుదాం కార్యక్రమంపై జిల్లా అధికారులకు అవగాహనా కార్యక్రమాన్ని శుక్రవారం సాయంత్రం కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియంలో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంపై పవర్ పాయింట్ ప్రెజెంటేషన్ ద్వారా వివరించారు.

ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి మాట్లాడుతూ, ప్రజల సంతృప్త స్థాయిని పెంచడానికి, ప్రభుత్వపరంగా మరింత మెరుగైన సేవలను పౌరులకు అందించే లక్ష్యంతో స్పందన కార్యక్రమాన్ని జగనన్నకు చెబుదాం గా మార్పు చేయడం జరిగిందన్నారు. వచ్చిన ప్రతీ ఫిర్యాదుపైనా వివిధ స్థాయిల్లో పర్యవేక్షణ ఉంటుందని, ప్రతీ సమస్యను సంపూర్ణంగా అధ్యయనం చేయాలని అన్నారు. ఇప్పటివరకు నిర్వహించన స్పందన కార్యక్రమం వేరని, జగనన్నకు చెబుదాం కార్యక్రమం దీనికి విభిన్నంగా ఉంటుందని, కొత్త కోణంలో చూడాలని సూచించారు. అధికారులకు తమ దృక్పథంలో, వైఖరిలో సంపూర్ణ మార్పు రావాల్సి ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. వచ్చిన ప్రతీ ఫిర్యాదుపైనా ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం స్థాయిలో పర్యవేక్షణ జరుగుతుందని తెలిపారు. అందువల్ల ప్రతీ ఫిర్యాదుపైనా సంబంధిత అధికారి వ్యక్తిగత పర్యవేక్షణ ఉండాలని చెప్పారు. ఫిర్యాదు చేయడానికి వచ్చిన వారితో వ్యవహరించే విధానం మార్చుకోవాలని, వారు చెప్పింది ఓపికగా విని సమస్యను అర్థం చేసుకోవాలని సూచించారు. సాధారణంగా రెవెన్యూ, పోలీస్, మున్సిపల్, పంచాయితీరాజ్, హౌసింగ్ శాఖలకు సంబంధించిన ఫిర్యాదులు ఎక్కువగా వస్తాయని, ఈ శాఖలు మరింతగా ఈ కార్యక్రమంపై దృష్టి సారించాలని సూచించారు. ప్రతీరోజూ తమ శాఖకు వచ్చిన దరఖాస్తులను పరిశీలించి, ఏ రోజుకు ఆ రోజు పరిష్కారం దిశగా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

జాయింట్ కలెక్టర్ మయూర్ అశోక్ మాట్లాడుతూ, ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన గడువులోగా వారి సమస్యలను పరిష్కరించి, ప్రజల సంతృప్త స్థాయిని పెంచాలని కోరారు. వచ్చిన దరఖాస్తులను ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించి, వెంటవెంటనే పరిష్కరించేందుకు చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిఆర్ఓ ఎం.గణపతిరావు, ట్రైనీ డిప్యూటీ కలెక్టర్ శ్రీకర్, వివిధ శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

వైద్య రంగంలో నర్సులు సేవలు వెలకట్టలేనివి

మానవసేవే మాధవ సేవగా రోగులకు సేవలు అందజేస్తున్న నర్సులు అందరికీ ఏరియా ఆసుపత్రి అభివృద్ధి కమిటీ సభ్యులు తొగరు మూర్తి అంతర్జాతీయ నర్సులు దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా తొగరు మూర్తి మాట్లాడుతూ వైద్యరంగంలో కీలకమైన నర్సుల గౌరవాన్ని, హుందాతనాన్ని తీసుకువచ్చిన ఫ్లొరెన్స్ నైటింగేల్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా అంతర్జాతీయ నర్సులు దినోత్సవంగా జరుపుకుంటున్నారు. 1859లో నోట్స్ ఆన్ నర్సింగ్ అనే పుస్తకాన్ని రచించిన నైటింగేల్, ప్రపంచంలోనే మొట్టమొదటి నర్సుల శిక్షణా కాలేజి స్థాపించింది.ఆమె సేవలను గుర్తించిన ఇంటర్నేషనల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ నర్సెస్ సంస్థ 1965 నుండి నైటింగేల్ పుట్టినరోజు అయిన మే 12న అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవం గా ప్రకటించారు.

రామచంద్రపురం ఏరియా హాస్పిటల్ లో ప్రతిరోజు వందలాది ముందు రోగులకు సేవలు అందజేస్తున్న నర్సులకు ఈ సమాజం సదా రుణపడి ఉంటుందని తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారు అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత విద్య వైద్య రంగాలకు అధిక ప్రాధాన్యతనిస్తున్నారని తెలిపారు. రామచంద్రపురం నియోజక వర్గంలో మొట్టమొదటిసారిగా మంత్రివర్యులు వేణుగోపాలకృష్ణ గారి సహకారంతో త్వరలో బ్లడ్ బ్యాంక్ ని ఏర్పాటు చేస్తున్నామని తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా బ్లడ్ బ్యాంకు ఏర్పాటు కృషిచేసిన మంత్రి వేణుగోపాలకృష్ణ గారికి నియోజకవర్గ ప్రజలందరి తరపున కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.

నైటింగేల్ సేవలు స్ఫూర్తిదాయకం

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): ఫ్లొరెన్స్ నైటింగేల్ సేవలు స్ఫూర్తి దాయకం అని కాకినాడ ప్రభుత్వ సామాన్య ఆసుపత్రి నర్సింగ్ సూపరింటెండెంట్ సంధ్యారాణి పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం ఫ్లొరెన్స్ నైటింగేల్ 203 జన్మదిన సందర్భంగా కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసి విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు ఈ సందర్భంగా నరసింహులు విశేష సేవలు అందించిన నర్సింగ్ స్టాఫ్ కు ఘనంగా సత్కరించారు.ఈ సందర్భంగా నర్సింగ్ సూపరింటెంట్ ఎన్. సంధ్యారాణి మాట్లాడుతూ రోగులు పట్ల సేవా నిరతితో సేవలందించిన ఫ్లొరెన్స్ నైటింగేల్ కీర్తి నేటికీ సజీవంగా ఉందని ఆమె బాటలో నర్సింగ్ వృత్తిని ఎంచుకున్న వారు పయనించాలని కోరారు. అనంతర ఎస్ బి ఐ లైఫ్ ఇన్సూరన్స్ బ్రాంచి మేనేజర్ పి.రాజేష్, ప్రేమకు మార్లు సీనియర్ ,హెడ్ నర్సులకు ప్రశంసా పత్రాలు అందజేసీ ప్రోత్సాహాన్ని అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ స్టాఫ్ నర్సులు, గ్రేడ్ టూ నర్సింగ్ సూపరింటెండెంట్ అన్నపూర్ణ, అక్కమ్మ,శ్యామల, కాకి పరమేశ్వరి,యాని గ్రేస్ హేమలత తదితులున్నారు.

క్లాసిఫైడ్స్, ప్రకటనల కొరకు సంప్రదించండి
8186030813

Looking for Builder/Developer.
10 Acres land available for sale Near Ghatkesar, Only for out rate or Half Development half Out rate. 3.5 Cr Per Acre, Inside ORR, Conservative Zone, Clear Title, Suitable for Villas, Suitable for Layout,
Further details contact me 8147212488

Wanted Independent House
Madhurawada, kommadi, pm palem line lo individual house or villa purchase cheyutaku kavalenu. 200 -250 sq yards lo kavalenu. Budget 2 to 2.5 cr. Compound wall undali Car parking kuda undali. Please confirm me if anybody knows.
7989422831, 9652694110
my contact numbers

WANTED DISTRIBUTERS
Fitearly
A food supplement powder to drink with milk to regain Energy. Purely without sugar and Very Very Tasty.
IQ Up-HG
A food supplement for school and college going GIRLS to Improve Memory power, Growth, balance Harmones and keep ENERGYTIC.
IQ Up-HB
An interesting and tasty food supplement for school and college going boys to improve concentration on study, sports, memory, IQ, fitness and keeps always ENERGYTIC.
These Three products are manufactured by shri Akella Subrahmanya Sharma, M.D., Herbindo pvt.ltd. Hyderabad.
* Marketing and Business promotion Support is offered for Distributors. Minimum Investment :
Rs. 25,000/- Only
Atractive profits and lagre Sales assured.
Contact : 9393949345
S.V.Rao, Visakhapatnam

FLAT for SALE
MVP colony, 1250/ 1160 SFT
2Flats for sale, 2BHK, 2years old,
Floring granite, cupboards, modular kitchen,car parking,lift, generator available. South/North. facing, UDS 40, For details contact
KADAMBARI consultancy services.
PSR Prabhu,
9063801556, 8977901556 (wats up number)

జన్మదిన శుభాకాంక్షలు
మా చిరంజీవి శ్రీకాంత్‌కు
పుట్టినరోజు వేడుకలు మరెన్నో జరుపుకోవాలని
మనసారా ఆకాంక్షిస్తూ
తల్లిదండ్రులు :
కందుకూరి లలిత,
తిరుమల రావు

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : S.Veerabhadra Rao , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16,Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345,
Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 7013118088, Simhachalam : Cell: 96526 99699, Paravaada : Cell: 77804 33919, Aarilova : Cell: 97050 51389,
Cheedikaada : Cell: 97686 33999.