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

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

విశాఖ సమాచారమ్

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

RNI No.52722/90 సంపుటి : 33 సంచిక : 110 విశాఖపట్నం, 7 ఫిబ్రవరి 2023 మంగళవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

టర్కీ సిరియా దేశాలను కుదిపేసిన భూ ప్రకంపనలు

1300 మందికి పైగా మృతి

ఇస్తాంబుల్: టర్కీ మరోసారి వణికింది. ఒకే రోజు మూడు పెను భూకంపాలు ఆ దేశాన్ని అల్లకల్లోలం చేశాయి. వందలాది మందిని పొట్టనబెట్టుకున్నాయి. పొరుగునే ఉన్న సిరియాలోనూ ఇదే పరిస్థితి నెలకింది. ఈ మధ్య కాలంలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా పలు భూకంపాలు సంభవించినప్పటికీ- ఈ స్థాయిలో మరణాల సంఖ్య ఎప్పుడూ నమోదు కాలేదు.

ఈ తెల్లవారు జాము నుంచి వరుసగా చోటు చేసుకున్న రెండు భూకంపాల్లో ఇప్పటికే 1,300 మందికి పైగా మరణించారు. మృతుల సంఖ్య మరింత పెరిగే ప్రమాదం లేకపోలేదు. ఈ రెండు భూకంపాల ధాటికి కుప్పకూలిన భవనాల శిథిలాల నుంచి ప్రజలకు వెలికి తీసే చర్యలు శరవేగంగా కొనసాగుతున్న ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో మళ్లీ భూమి ప్రకోపించింది.

తాజాగా కహ్రమన్మరాస్ ప్రావిన్స్ లో భూకంపం సంభవించింది. టర్కీ దక్షిణ ప్రాంతంలో ఉంటుందీ ప్రావిన్స్. ఇక్కడి ఎల్బిస్తాన్ జిల్లాలో భూమి కంపించింది. రిక్టర్ స్కేలుపై దీని తీవ్రత 7.6గా నమోదైంది. పెద్ద ఎత్తున ఆస్తినష్టం సంభవించినట్లు ప్రాథమికంగా అందిన సమాచారాన్ని బట్టి తెలుస్తోంది. స్థానిక కాలమానం ప్రకారం.. ఈ మధ్యాహ్నం 1:24 నిమిషాలకు ఎల్బిస్తాన్ జిల్లాలో తాజా భూకంపం ఏర్పడింది.

ఎల్బిస్తాన్ కు పశ్చిమ దిక్కున 20 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న ప్రాంతాన్ని భూకంప కేంద్రంగా గుర్తించినట్లు యునైటెడ్ స్టేట్స్ జియోలాజికల్ సర్వే తెలిపింది. ఉపరితలం నుంచి ఏడు కిలోమీటర్ల దిగువన ఫలకాల్లో చోటు చేసుకున్న పెను కదలికల వల్ల భూకంపం సంభవించినట్లు (మిగతా 2లో)

బెంగళూరులో 'ఇండియా ఎనర్జీ వీక్-2023'కు ప్రధాని శ్రీకారం

విజయవాడ, (పీఐబీ): ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ సోమవారం బెంగళూరులో భారత ఇంధన వారోత్సవాలు-2023 (ఇండియా ఎనర్జీ వీక్)కు శ్రీకారం చుట్టారు. అలాగే ఇండియన్ ఆయిల్ లిమిటెడ్ (ఐఓఎల్) 'అన్ బాటిల్డ్' కార్యక్రమం కింద యూనిఫారాలను ప్రారంభించారు. వీటిని రీసైకిల్ చేసిన ప్లాస్టిక్ సీసాల (పెట్ బాటిళ్ల)తో తయారుచేశారు. దీంతోపాటు 'ఐఓఎల్' రూపొందించిన ఇన్‌డోర్ సౌరశక్తి వంట వ్యవస్థ జంట స్టవ్‌లను జాతికి అంకితం చేయడంతోపాటు మార్కెట్ ప్రవేశం చేయించారు.

అనంతరం ఇథనాల్ మిశ్రమ మార్గప్రణాళికకు అనుగుణంగా 11 రాష్ట్రాలు/కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల్లోని చమురు విక్రయ కంపెనీలకు చెందిన 84 చిల్లర విక్రయ కేంద్రాల్లో 'ఇ20' ఇంధన విక్రయాన్ని ప్రధానమంత్రి ప్రారంభించారు. మరోవైపు హరిత రవాణా ప్రదర్శనకు కూడా ప్రధానమంత్రి జెండా ఊపి శ్రీకారం చుట్టారు. హరిత ఇంధనాలపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంపు దిశగా చేపట్టిన ఈ ర్యాలీలో హరిత ఇంధనంతో నడిచే వాహనాలు పాల్గొన్నాయి. ఈ సందర్భంగా ప్రధానమంత్రి ప్రజలనుద్దేశించి మాట్లాడుతూ ముందుగా- భూకంపం వల్ల టర్కీ, పరిసర దేశాలలో సంభవించిన విధ్వంసం, ప్రాణనష్టంపై సంతాపం తెలిపారు. భారత్ తరఫున సాధ్యమైన మేర సహాయం అందించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామని ఆయన ప్రకటించారు. బెంగళూరు నగరం సాంకేతికత, ప్రతిభ, ఆవిష్కరణలకు నిలయమని ఆయన కొనియాడారు. ఇక్కడున్న ప్రతి ఒక్కరికీ నిత్యం ఈ అనిర్వచనీయ శక్తి అనుభవంలో ఉన్నదేనని ప్రధాని వ్యాఖ్యానించారు. 'ఇండియా ఎనర్జీ వీక్' అనేది జి-20 కేలండరులో తొలి కీలక ఇంధన కార్యక్రమం అని, దీనికి ప్రతి ఒక్కరినీ స్వాగతిస్తున్నానని ఆయన తెలిపారు.

ప్రపంచానికి 21వ శతాబ్దపు భవిష్యత్తు దిశను నిర్దేశించడంలో ఇంధన రంగానికిగల కీలక పాత్ర గురించి ప్రధానమంత్రి నొక్కిచెప్పారు. "ఇంధన పరివర్తన, సరికొత్త ఇంధన వనరుల అభివృద్ధి కోసం ప్రపంచంలో బలంగా గళం వినిపిస్తున్న భారతదేశం ఒకటి. ఆ మేరకు వికసిత భారతం సంకల్పంతో ముందుకెళ్తున్న మనదేశ ఇంధన రంగంలో అవకాశాలు అపారం" అని ప్రధాని పేర్కొన్నారు. భారతదేశం ప్రపంచంలో అత్యంత వేగంగా పురోగమిస్తున్న ప్రధాన ఆర్థిక వ్యవస్థ ఒకటని పేర్కొంటూ 'ఐఎంఎఫ్' ఇటీవల ప్రకటించిన అంచనాలను ప్రస్తావించారు. ప్రపంచం నేడు మహమ్మారి, యుద్ధం నడుమ చిక్కుకున్న నేపథ్యంలో భారతదేశం ఉజ్వల తారగా ప్రకాశిస్తున్నదని ప్రధాని అభివర్ణించారు. బాహ్యకారకాలతో నిమిత్తం లేకుండా ఎలాంటి అవరోధాన్నయినా అధిగమించగల సామర్థ్యాన్ని భారత ప్రతిరోధకత మనకు కల్పించిందని గుర్తుచేశారు.

ఈ మేరకు ప్రధానమంత్రి అనేక అంశాలను ఉదాహరించారు- మొదటిది నిలకడైన నిర్ణయాత్మక ప్రభుత్వం కాగా, రెండోది సుస్థిర సంస్కరణలని, మూడోది క్షేత్రస్థాయిలో సామాజిక-ఆర్థిక సాధికారతేనని స్పష్టం చేశారు. దీంతోపాటు బ్యాంకు ఖాతాల ద్వారా ఆర్థిక సార్వజనీనత, ఉచిత ఆరోగ్య సౌకర్యాలు, సురక్షిత పారిశుధ్యం, విద్యుత్తు, గృహనిర్మాణం, కొళాయిల ద్వారా కోట్లాది కుటుంబాలకు మంచినీరు వంటి బృహత్తర, సామాజిక మౌలిక సౌకర్యాలు పలు ప్రధాన దేశాల జనాభాకన్నా ఎక్కువమంది ప్రజలకు చేరువయ్యాయని తెలిపారు.

దేశంలో పేదరికం నుంచి మధ్యతరగతి స్థాయికి చేరుకున్న కోట్లాది ప్రజల జీవన నాణ్యతలో వచ్చిన సానుకూల మార్పులను ప్రధానమంత్రి గుర్తుచేశారు. దేశంలో 6,00,000 కిలోమీటర్ల మేర ఆప్టికల్ ఫైబర్ లైన్ ఏర్పాటు చేశామని, తద్వారా ప్రతి గ్రామానికీ ఇంటర్నెట్ సదుపాయం ఉందని ఆయన తెలిపారు. గత 9 సంవత్సరాల్లో జరిగిన పరిణామాలను ప్రస్తావిస్తూ, దేశంలో బ్రాడ్‌బ్యాండ్ వినియోగదారుల సంఖ్య 13 రెట్లు పెరిగిందన్నారు. అలాగే ఇంటర్నెట్ కనెక్షన్లు కూడా మూడు రెట్లు పెరిగాయని ప్రధానమంత్రి తెలిపారు. పట్టణ ప్రాంతాలతో పోలిస్తే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఇంటర్నెట్ వాడకందారుల సంఖ్య వేగంగా పెరుగుతోందన్నారు. అంతర్జాతీయంగా మొబైల్ ఫోన్ల తయారీలో భారత్ 2వ అతిపెద్ద దేశంగా అవతరించిందని ప్రధాని వెల్లడించారు. ఇది ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ఆకాంక్షాత్మక తరగతిగా ఏర్పడటానికి దారితీసిందని ప్రధాన మంత్రి తెలియజేశారు. "భారత ప్రజలు మెరుగైన ఉత్పత్తులు, మెరుగైన సేవలు, మరింత మెరుగైన మౌలిక సదుపాయాలను ఆకాంక్షిస్తున్నారు" అని పేర్కొన్నారు. భారత (మిగతా 2లో)

19వ వార్డులో మౌలిక వసతులు కల్పిస్తాం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): 19వ వార్డులో మౌలిక వసతులు కల్పించేందుకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేశామని జివిఎంసి కమిషనర్ పి రాజా బాబు పేర్కొన్నారు. సోమవారం ఆయన క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలో భాగంగా 3వ జోన్, 19 వ వార్డు పరిధిలోని పెదజాలారి పేట, శివగణేష్ నగర్, రేసవాని పాలెం, తదితర ప్రాంతాలలో వార్డ్ కార్పొరేటర్ నొల్లి నూకరత్నంతో కలిసి పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ వార్డులో మౌలిక వసతులు కల్పనకు కృషి చేస్తున్నామని 19వ వార్డు పరిసర ప్రాంతాలలో ఉన్న గెడ్డలను ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రజా సమస్యలైన పెదవాల్తేరు లోని పెదజాలారీపేట గెడ్డ నిర్మాణం, వీధి దీపాలు సరిగా వెలగడం లేదని, ప్రజా మరుగుదొడ్లు గత రెండు నెలల నుండి సరిగా నిర్వహించడం లేదని, వార్డులో ఇపిడిసిఎల్ వారు తీసిన గోతులు పూడ్చలేదని, ఆర్టీసీ డిపో వెనుక భాగం గుండా ఒక కాలువ నిర్మించాలని, ఈ ప్రాంతంలో ఉన్న బరియల్ గ్రౌండుకు ప్రహరీ నిర్మాణం, కాపలాదరుని గది, విద్యుత్తు, మంచినీరు ఏర్పాటు చేయాలని, అలాగే ఫిషర్ మెన్ కొరకు షెడ్లు, ఐస్ కోల్డ్ స్టోరేజీ రూమ్ నిర్మించాలని, రేసవానిపాలెం గెడ్డ నుండి అధికంగా చెత్త వస్తుందని అందుకు గేడ్డకు అడ్డంగా (మిగతా 2లో)

స్పందన అర్జీలను కాలపరిమితిలోగా పరిష్కరించాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): స్పందన కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజల నుండి స్వీకరించిన అర్జీలను నిర్ణీత కాలపరిమితిలోగా పరిష్కరించాలని జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఏ.మల్లికార్జున అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం ఉదయం కలెక్టరు కార్యాలయ సమావేశ మందిరంలో స్పందన దరఖాస్తుల పరిష్కారం పై అధికారులతో జిల్లా కలెక్టర్ సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పిటీషనర్లకు సమాధానం ఇచ్చే ముందు ఉన్నతాధికారులు క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి మళ్లీ తిరిగి రాకుండా జాగ్రత్త వహించాలన్నారు. ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో ఉద్యోగులకు అందరూ ముఖ ఆధారిత హాజరు యాప్ నందు వివరాలు నమోదు చేసుకుని, ప్రతి రోజు తప్పకుండా ఆ యాప్ నందు హాజరు వేయాలన్నారు. ప్రతి శాఖ (మిగతా 2లో)

మూడు రాజధానుల కేసులో సుప్రీంకోర్టు కీలక నిర్ణయం..!

ఏపీ మూడు రాజధానుల పై సుప్రీంకోర్టు తీర్పు కీలకం కానుంది. సుప్రీంలో ఉన్న కేసు త్వరగా విచారించాలని ఇప్పటికే ఏపీ ప్రభుత్వం అత్యున్నత న్యాయ స్థానానికి లేఖ రాసింది. ఈ రోజు సుప్రీం కోర్టు ప్రారంభమైన తరువాత మరోసారి ఏపీ ప్రభుత్వ తరపు న్యాయవాది ఇదే అంశాన్ని కోర్టు ముందుంచారు. దీంతో..కోర్టు తమ నిర్ణయానికి వెలువరించింది. ఏపీలో ఇప్పుడు మూడు రాజధానుల చుట్టూ రాజకీయం తిరుగుతోంది. విశాఖ నుంచి పాలన ప్రారంభించాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. ఇందుకు ముహూర్తం కూడా ఖరారు చేసుకున్నట్లుగా చెబుతున్నారు. ఇదే సమయంలో సుప్రీంలో కేసు పెండింగ్ లో ఉన్న సమయంలో నిర్ణయం తీసుకోవాలా లేదా అనే అంశం పైన ప్రభుత్వం ఆలోచన చేస్తోంది. ఇప్పుడు సుప్రీంకోర్టు ఈ కేసుకు సంబంధించి ఈ నెల 23న విచారించాలని నిర్ణయించింది.

అమరావతికి అనుకూలంగా హైకోర్టు తీర్పు ఏపీలో వైసీపీ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత 2019, డిసెంబర్ 18న అసెంబ్లీలో సీఎం జగన్ మూడు (మిగతా 2లో)

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

తేది : 19-02-2023, (ఆదివారం)
సమయం : మధ్యాహ్నం గం. 2.00 ల నుండి సాయంత్రం గం. 5.00 వరకు.
శ్రీకాకుళం నుండి విజయవాడ వరకు, హైదరాబాద్, ఢిల్లీ, ముంబై, చెన్నై, బెంగుళూరు, పూణే వంటి ప్రముఖ నగరాలలో పనిచేస్తున్న సుమారు 400 మంది వధూవరుల వివరములతో...
రిజిస్ట్రేషన్ మరియు వివరముల కొరకు :
9393949345, 8074541283

రైతు ల వద్ద మొత్తం ధాన్యం ఎటువంటి శరతులు లేకుండా కొనుగోలు చేయాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): రైతుల వద్ద ఉన్న మొత్తం ధాన్యం ఎటువంటి సరదాలు లేకుండా కొనుగోలు చేయాలని సిపిఎం జనసేన ఆ ద్వ ర్యం లో పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా కలెక్టర్ ఆఫీస్ వద్ద రైతులతో ధర్నా జరిగింది. ఈ సందర్భంగా సిపిఎం నాయకులు కొల్లి గంగనాయుడు మాట్లాడుతూ పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాలో సుమారు లక్ష టన్నుల వరకు రైతులు వద్ద ధాన్యం ఉంటుండగానే నిలిపివేయడం దుర్మార్గమని అన్నారు రైతులు ఈ ప్రాంతంలో సంక్రాంతి పండగ తర్వాత నూర్పులు చేసి ధాన్యం అమ్ముకోవడం ఆనవాయితీగా ఉంటుంది ప్రభుత్వం కావాలనే రైతులు వద్ద ధాన్యం కొనుగోలు చేయకుండా నరేంద్ర మోడీ తీసుకు వచ్చిన వ్యవసాయ చట్టాలను దొడ్డిదారిలో అమలు చేయడానికి దాన్యం కొనుగోలులో అనేకమైన షరతులు విధించి రైతులను ఇబ్బందులు గురి చేస్తున్నారని అన్నారు ఇప్పటికైనా రైతుల వద్ద ఉన్న ధాన్యం మొత్తం ఎటువంటి సరదాలు లేకుండా కొనుగోలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు జనసేన రాష్ట్ర నాయకులు పాలూరి బాబు మాట్లాడుతూ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారు రైతు భరోసా కేంద్రాల ద్వారా రైతులకు భరోసా కల్పించి ధాన్యం మొత్తం ఒక గింజ లేకుండా కొనుగోలు చేస్తామని ప్రచారం చేయడం తప్ప ఆచరణలో జరగడం లేదని రైతుల వద్ద కల్లాల్లో నూరుపులు చేయకుండా ఇంకా ధాన్యం నిలువ ఉంటుండగానే అధికారులు టార్గెట్ పూర్తయిపోయింది అనడం రైతులనుదగా చేయడమేనని అన్నారు ఇప్పటికైనా ప్రభుత్వం, జిల్లా అధికారులు గ్రామాల్లో పర్యటించి వాస్తవ పరిస్థితులు పరిశీలన చేసి రైతుల వద్ద ధాన్యం మొత్తం కొనుగోలు చేయాలని లేక పోతే ప్రతిపక్ష పార్టీలు అన్నిటినీ ఏకం చేసి రైతు భరోసా కేంద్రాల వద్ద ధాన్యం బస్తాలు తో ఆందోళన చేస్తామని హెచ్చరించారు ఈ కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు రెడ్డి ఈశ్వరరావు, సిపిఎం పార్టీ జిల్లా కమిటీ సభ్యులు కొల్లి సాంబ మూర్తి రైతులు జనసెన నాయుకులు పాల్గొన్నారు

పంచాంగం

మంగళవారం 07-02-2023
శుభకృత్ నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం శిశిర ఋతువు
పుష్య మాసం

తిథి : బ. విదియ తె. 03.01
నక్షత్రం : మఖ సా. 04.53
వర్జ్యం : తె. 01.35 ల 03.20 వ

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

టర్కీ సిరియా దేశాలను కుదిపేసిన భూ ప్రకంపనలు

వివరించింది. భూ ప్రకంపనలు సంభవించిన వెంటనే స్థానికులు రోడ్ల మీదికి పరుగులు తీశారు. ప్రధాన భూకంపం తరువాత కూడా ప్రకంపనలు సంభవిస్తోండటంతో వారిని మరింత భయాందోళనలకు గురి చేసింది. ఇళ్లల్లోకి వెళ్లడానికి భయపడ్డారు. రోడ్ల మీదే గడిపారు. పలు భవనాలు బీటలు వారాయి. కొన్ని చోట్ల కుప్పకూలాయి. ఈ తాజా భూకంపం వల్ల ఇప్పటి వరకు ప్రాణాపాయం సంభవించినట్లు వార్తలు అందలేదు.

కొన్ని చోట్ల భవనాలు కూలిపోయిన నేపథ్యంలో వాటి కింద పలువురు చిక్కుకుపోయి ఉండొచ్చని భావిస్తోన్నారు. కాగా సిరియా రాజధాని డమాస్కస్ సమీపంలోనూ మూడోసారి భూకంపం సంభవించింది. దీని తీవ్రత రిక్టర్ స్కేల్ పై 7.1గా నమోదైంది. ఈ రెండు దేశాల్లో సంభవించిన వరుస భూకంపాలు ఇటలీలో సునామీ హెచ్చరికలకు కారణం అయ్యాయి. ఇటలీ తీర ప్రాంతాల్లో అలలు ఉవ్వెత్తున ఎగిసిపడుతున్నాయి.

బెంగళూరులో 'ఇండియా ఎనర్జీ వీక్-2023'కు ప్రధాని శ్రీకారం

పౌరుల ఆకాంక్షలను నెరవేర్చడంలో ఇంధనానికిగల కీలక పాత్రను ఎత్తి చూపుతూ ప్రధాని ప్రసంగం కొనసాగించారు.

సమీప భవిష్యత్తులో భారతదేశంలో ఇంధన ఆవశ్యకతను, పెరిగే డిమాండ్‌ను నొక్కిచెప్పిన ప్రధానమంత్రి- అభివృద్ధి శరవేగం అందుకుంటున్నందున కొత్త నగరాలు ఆవిర్భవిస్తాయని తెలిపారు. అంతర్జాతీయ ఇంధన సంస్థను ఉటంకిస్తూ- ప్రస్తుత దశాబ్దంలో భారత ఇంధన డిమాండ్లు అత్యధికంగా ఉంటాయని, తద్వారా ఈ రంగంలోని పెట్టుబడిదారులకు, భాగస్వాములకు అపార అవకాశాలు కలిసివస్తాయని ప్రధాని వ్యాఖ్యానించారు. ప్రపంచ చమురు డిమాండ్‌లో భారత్ వాటా 5 శాతం కాగా, 11 శాతానికి వరకు పెరుగుతుందని అంచనాలున్నట్లు పేర్కొన్నారు. అలాగే భారత గ్యాస్ డిమాండ్ కూడా 500 శాతందాకా పెరుగుతుందని అంచనా. ఈ విధంగా దేశంలో ఇంధన రంగం విస్తరణతో పెట్టుబడులు, సహకారం దిశగా సరికొత్త అవకాశాలు సృష్టించబడుతున్నాయని ఆయన నొక్కిచెప్పారు.

భారత ఇంధన రంగం సంబంధిత వ్యూహంలో నాలుగు అంచెల గురించి ప్రధానమంత్రి వివరించారు. మొదటిది దేశీయ అన్వేషణ-ఉత్పత్తిని పెంపు, రెండోది సరఫరా వైవిధ్యీకరణ, మూడోది జీవ ఇంధనం- ఇథనాల్, కంప్రెస్డ్ బయోగ్యాస్, సౌరశక్తి వంటి ఇంధనాల విస్తరణ. నాలుగోది ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలు, హైడ్రోజన్ ద్వారా కర్బనవిముక్తి. ఈ నేపథ్యంలో చమురుశుద్ధి సామర్థ్యం రీత్యా భారత్ ప్రపంచంలో నాలుగో అతిపెద్ద దేశమన్నారు. ప్రస్తుత వార్షిక సామర్థ్యం 250 మిలియన్ మెట్రిక్ టన్నులు (ఎంఎంటిపిఎ) కాగా, దీన్ని 450 'ఎంఎంటిపిఎ'కి పెంచే కృషి సాగుతోందన్నారు. ఈ మేరకు "మన శుద్ధి సామర్థ్యాన్ని నిరంతరం ఆధునికంగా, ఉన్నతంగా, దేశీయంగా మార్చుకుంటున్నాం" అని ఆయన చెప్పారు. అలాగే పెట్రో-రసాయనాల ఉత్పత్తి సామర్థ్యాన్ని పెంచడానికి భారత్ కృషి చేస్తోందన్నారు. ఇంధన రంగం తన సామర్థ్యాన్ని విస్తృతం చేసుకునేందుకు భారతదేశ సాంకేతికతను, అంకుర పర్యావరణ వ్యవస్థను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అగ్రశ్రేణి సంస్థలను ఆయన కోరారు.

దేశంలో ఇంధన మిశ్రమంరీత్యా 2030 నాటికి అందులో సహజ వాయు వినియోగాన్ని 6 నుంచి 15శాతానికి పెంచే దిశగా ప్రభుత్వం ఉద్యమ తరహాలో కృషి చేస్తోందని, ఇందుకు అవసరమైన అన్ని మౌలిక సదుపాయాల 'ఒన్ నేషన్-ఒన్ గ్రిడ్' కింద అందజేస్తామని ప్రధానమంత్రి తెలిపారు. "ఎల్ఎన్‌జి టెర్మినల్ రీగ్యాసిఫికేషన్ సామర్థ్యం పెంపునకు ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోంది" అని ప్రధాని చెప్పారు. ఈ మేరకు 2022లో టెర్మినల్ రీగ్యాసిఫికేషన్ సామర్థ్యం 21 'ఎంఎంటిపిఎ' స్థాయికి చేరి రెట్టింపైందని, మరింత పెంచే ప్రయత్నాలు సాగుతున్నాయని తెలిపారు. దేశంలో 'సిజిడి'ల సంఖ్య 9 రెట్లు పెరిగిందని, ఈ మేరకు 2014లో 900 కాగా, నేడు 'సిఎన్‌జి' స్టేషన్ల సంఖ్య 5000కు చేరిందని ఆయన అన్నారు. గ్యాస్ పైప్‌లైన్ నెట్‌వర్క్ కూడా 2014 నుంచి ఇప్పటిదాకా 14,000 స్థాయి నుంచి 22,000 కిలోమీటర్లకు పెరగడాన్ని ప్రధాని ఉటంకించారు. నాలుగైదేళ్లలో 35,000 కిలోమీటర్లకు విస్తరించగలదని ధీమాగా చెప్పారు.

దేశీయంగా చమురు అన్వేషణ-ఉత్పత్తికి సంబంధించి భారత్ ప్రాధాన్యాన్ని వివరిస్తూ- ఈ రంగం ఇప్పటిదాకా అందుబాటులో లేని ప్రాంతాలపైనా ఆసక్తి చూపుతున్నదని ప్రధాని తెలిపారు. ఈ మేరకు "మేము ప్రవేశ నిషిద్ధ (నో-గో) ప్రాంతాలను తగ్గించాం. దీంతో 10 లక్షల చదరపు కిలోమీటర్ల విస్తీర్ణం 'నో-గో' నిబంధన నుంచి విముక్తమైంది. ఈ అవకాశాలన్నిటినీ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, శిలాజ ఇంధన అన్వేషణలో మీ ఉనికిని చాటుకోవాలని పెట్టుబడిదారులందరినీ కోరుతున్నాను" అని ఆయన చెప్పారు.

జీవ ఇంధన విస్తరణకు సంబంధించి, ప్రధానమంత్రి గత ఏడాది ఆగస్టులో తొలి 2జి ఇథనాల్ బయో-రిఫైనరీ గురించి ప్రస్తావించారు. ఈ నేపథ్యంలో 12 వాణిజ్య 2జి ఇథనాల్ ప్లాంట్ల ఏర్పాటుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. అలాగే స్థిరమైన విమాన ఇంధనం, వాణిజ్యపరంగా పునరుత్పాదక డీజిల్ సాధ్యాసాధ్యాలపై ప్రయత్నాలు చేస్తున్నామని చెప్పారు. ఈ ఏడాది బడ్జెట్ కేటాయింపులను ప్రస్తావిస్తూ- 500 కొత్త 'వర్థ్యం నుంచి అర్థం' గోబర్ధన్ ప్లాంట్లు, 200 కంప్రెస్డ్ బయోగ్యాస్ ప్లాంట్లు, 300 సామాజికాధారిత ప్లాంట్లు వంటివి పెట్టుబడులకు కొత్త బాటలు వేస్తాయని తెలిపారు. మరోవైపు "జాతీయ హరిత ఉదజని కార్యక్రమం 21వ శతాబ్దపు భారతదేశానికి కొత్త దిశను నిర్దేశిస్తుంది" అని ప్రధానమంత్రి వ్యాఖ్యానించారు. ఈ దశాబ్దం చివరికల్లా 5 'ఎంఎంటిపిఎ' గ్రీన్ హైడ్రోజన్ ఉత్పత్తి లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామని ఆయన చెప్పారు. తద్వారా రూ.8 లక్షల కోట్లకుపైగా పెట్టుబడులు వచ్చే అవకాశం ఉందని నొక్కి చెప్పారు. అలాగే 'గ్రే హైడ్రోజన్' స్థానంలో భారత్ తన గ్రీన్ హైడ్రోజన్ వాటాను 25 శాతానికి పెంచుతుందని ఆయన ప్రకటించారు.

19వ వార్డులో మౌలిక వసతులు కల్పిస్తాం

ఐరన్ గ్రిల్స్ ఏర్పాటు చేయాలని, పెద జాలారీ పేటలో 9 టిడ్కో గృహాల నిర్మాణం పూర్తి చేయ్యాలని, అంగన్వాడి కేంద్రానికి గేట్లు, ఫ్లోరింగు, మరుగుదొడ్లు నిర్మించాలని, బీచ్ రోడ్డుకు ఆనుకుని ప్రవహిస్తున్న కాలువలన్నీ 20 మీటర్లు పొడుగున కట్టాలని స్థానిక కార్పొరేటర్ తెలిపారని వీటన్నింటినీ ఆధునికరిం చేందుకు చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని ముఖ్యంగా ఇపిడిసిఎల్ వారు తీసిన గోతులను పూడ్చాలని, టిడ్కో గృహాల పనులు వెంటనే పూర్తి చేయాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. అనంతరం కుర్పాం సర్కిల్ వద్ద రోడ్డును వెడల్పు చేయుటకు ఆ ప్రాంతాన్ని పరిశీలించి తగిన సూచనలు అధికారులకు ఇచ్చారు.

ఈ పర్యటనలో ప్రధాన వైద్యాధికారి కెఎస్ఎల్జి శాస్త్రి, డిసి(రెవెన్యూ) ఫణిరామ్, జోనల్ కమిషనర్ విజయలక్ష్మి, పర్యవేక్షక ఇంజనీర్ సత్యనారాయణ రాజు, ఎఎంఓహెచ్ డాక్టర్ సునీల్, కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్, డిప్యుటీ కార్యనిర్వాహక ఇంజనీర్లు, సహాయక ఇంజనీర్లు, శానిటరీ సూపర్వైజర్లు, శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్లు, కార్యదర్శులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్పందన అర్జీలను కాలపరిమితిలోగా పరిష్కరించాలి

విభాగాధిపతులు ఉద్యోగుల యొక్క హాజరు వివరాలను యాప్ నందు నమోదు చేసేటట్లు చూడాలన్నారు.

స్పందన గ్రీవెన్సు ద్వారా ప్రజలకు మరింత మేలు చేసే విధంగా " జగనన్నకి చెబుదాం" అనే ప్రభుత్వ కార్యక్రమాన్ని త్వరలో ప్రభుత్వం రూపకల్పన చేయనుందన్నారు.

గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమం సంబందించి ఆమోదించబడిన పనులు వెంటనే పూర్తి చేసి, వాటి యొక్క బిల్లులు సంబంధిత వెబ్ సైట్ లో అప్లోడ్ చేయాలన్నారు.

నాడు-నేడు ద్వారా జరుగుతున్న పనులను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలని ఆర్&బి అధికారులను ఆదేశించారు. తదుపరి ప్రజల నుండి ఫిర్యాదులు స్వీకరించారు.

హెపటైటిస్ బి (కాలేయ వ్యాధి) నివారణకై వ్యాక్సిన్ గోడపత్రిక ఆవిష్కరణ:

హెచ్.ఐ.వి, హై రిస్క్ ప్రవర్తన కలిగిన గ్రూపుల వారికి హెపటైటిస్ బి (కాలేయ వ్యాధి) సోకే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుందని జిల్లా కలెక్టర్ తెలిపారు. హెపటైటిస్ వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు అన్ని ప్రభుత్వ హెచ్.ఐ.వి చికిత్సా కేంద్రాలలో ఉచితంగా నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు. ఈ

సందర్భంగా హెపటైటిస్ బి (కాలేయ వ్యాధి) పట్ల ప్రజలలో అవగాహన కలిగించే నిమిత్తం గోడపత్రికను కలెక్టర్ ఆవిష్కరించారు.

సోమవారం స్పందన కార్యక్రమంలో 195 విజ్ఞప్తులు అందాయి.

ఈ కార్యక్రమంలో జాయింట్ కలెక్టర్ కె.యస్. విశ్వనాధన్, డీఆర్వో శ్రీనివాస మూర్తి, ఆర్డివో హుస్సేన్ సాహెబ్, జివియంసి అధికారులు, పోలీస్ అధికారులు, జిల్లా అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మూడు రాజధానుల కేసులో సుప్రీంకోర్టు కీలక నిర్ణయం..!

రాజధానుల ప్రకటన చేసారు. ఆ తరువాత అసెంబ్లీ దీనికి సంబంధించి బిల్లులను సభలో ప్రవేశ పెట్టింది. ఆమోదించింది. గవర్నర్ ఆమోద ముద్ర వేసారు. ఈ నిర్ణయం పైన అమరావతి ప్రాంత రైతులు...జేఏసీ నేతలు హైకోర్టులో వరుస పిటీషన్లు దాఖలు చేసారు. వీటిని హైకోర్టు విచారించే సమయంలోనే ప్రభుత్వం మూడు రాజధానుల బిల్లును ఉప సంహరించుకుంది. ఆ తరువాత హైకోర్టు అమరావతికి అనుకూలంగా తీర్పు వెలువరించింది. ఆరు నెలల్లో అమరావతి నిర్మాణం పూర్తి చేయాలని ఆదేశించింది. ఏపీ అసెంబ్లీకి రాజధాని మార్పుకు సంబంధించి చట్టం చేసే అధికారం లేదని స్పష్టం చేసింది. రైతులతో చేసుకున్న ఒప్పందాలను అమలు చేయాలని నిర్దేశించింది. దీని పైన ఏపీ ప్రభుత్వం సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించింది. హైకోర్టు తీర్పును రద్దు చేయాలని కోరింది.

విశాఖ నుంచి పాలనకు సిద్దమవుతున్న వేళ ప్రభుత్వం దాఖలు చేసిన సుప్రీం ధర్మాసనం మధ్యంతర ఉత్తర్వులు ఇచ్చింది. హైకోర్టు ఆరు నెలల్లోగా అమరావతి నిర్మాణం పై ఇచ్చిన ఆదేశాలపై సుప్రీం కోర్టు స్టే విధించింది. కానీ, పూర్తి ఆదేశాల పైన మాత్రం విచారణ కొనసాగించాలని నిర్ణయించింది. సుప్రీం నిర్ణయం మేరకు జనవరి 31న మూడు రాజధానుల పైన కేసు విచారణ చేయాల్సి ఉంది. కానీ, బెంచ్ సమావేశం కాకపోవటంతో వాయిదా పడింది. ఈ సమయంలోనే ఏపీ ప్రభుత్వం విశాఖ కేంద్రంగా పాలన ప్రారంభించే ఆలోచన చేస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి జగన్ విశాఖలో తన క్యాంపు కార్యాలయం ఏర్పాటు చేసుకొని..అక్కడి నుంచే పాలనా వ్యవహారాలు కొనసాగించాలనే ఆలోచనలో ఉన్నారు. అయితే, సీఎం విశాఖలో ఉండటానికి అభ్యంతరం లేకపోయినా.. కోర్టులో కేసు కొనసాగుతున్న సమయంలో పాలన విశాఖ నుంచి చేయటం సాధ్యం కాదనే వాదనలు మొదలయ్యాయి. దీంతో..మరోసారి ఏపీ ప్రభుత్వం సుప్రీంకోర్టుకు లేఖ రాసింది. మూడు రాజధానుల కేసును త్వరితగతిన విచారణ చేయాలని కోరింది.

ఈ నెల 23న సుప్రీంలో మూడు రాజధానుల కేసు ఏపీ ప్రభుత్వం నుంచి వచ్చిన వినతి మేరకు సుప్రీం కోర్టు ఈ నెల 23న మూడు రాజధానుల కేసు విచారణకు స్వీకరించాలని నిర్ణయించింది. సుప్రీంకోర్టులో తీర్పు తమకు అనుకూలంగా ఉంటుదని ప్రభుత్వ వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. రాజకీయంగానూ ఇప్పుడు సుప్రీం తీర్పు పైన ఆసక్తి కనిపిస్తోంది. హైకోర్టులో వచ్చిన తీర్పు మరసారి సుప్రీంకోర్టులోనూ వస్తుందని ప్రతిపక్ష పార్టీలు అంచనా వేస్తున్నాయి. పార్లమెంట్ కు మాత్రమే ఏపీ రాజధాని మార్పు అధికారం ఉందని వాదిస్తున్నాయి. ఎన్నికలు సమీపిస్తున్న వేళ రాజధానుల వ్యవహారం రాజకీయంగా ఉత్కంఠ పెంచుతోంది. ఈ సమయంలో సుప్రీంకోర్టు ఈ నెల 23న విచారణ తరువాత ఏం చెప్పబోతోంది.. రాజధానుల వివాదం పై సుప్రీం తీర్పు ఎలా ఉంటుందనే ఆసక్తి కొనసాగుతోంది.

క్షేత్ర స్థాయి పర్యటనలు చేయాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): మండల అధికారులు క్షేత్ర స్థాయి పర్యటనలు ఎక్కువగా చేయాలని జాయింట్ కలెక్టర్ ఓ.ఆనంద్ అన్నారు. పనుల పర్యవేక్షణ చేయడం వల్ల పనులు వేగవంతం అవుతాయని చెప్పారు. మండల అధికారులతో జాయింట్ కలెక్టర్ ఓ.ఆనంద్ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ను సోమవారం నిర్వహించారు. జాయింట్ కలెక్టర్ ఓ.ఆనంద్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో వివిధ మండలాల్లో రెండు వందల టవర్ల నిర్మాణానికి వెంటనే స్థలాలను గుర్తించిగుర్తించి నివేదిక సమర్పించాలని ఆయన ఆదేశించారు. రీ సర్వేలో అందరూ ఫారం 8 జనరేట్ చేయాలని ఆయన సూచించారు. పాలకొండ, బలిజిపేట, సీతానగరం, మక్కువ మండలాల్లో పట్టాల పంపిణీ జాప్యం జరుగుతోందని, త్వరితగతిన చేయాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ప్రతి డేటా ఎంట్రీ పక్కాగా ఉండాలని, ఎక్కడా తప్పులు ఉండరాదని ఆయన ఆదేశించారు. గృహ నిర్మాణాల ప్రగతిలో సీతానగరం, కొమరాడ మండలాలలో వెనుకబడి ఉందని అన్నారు. ఇది సరైన సమయం అని, లబ్దిదారులను సమాయత్తం చేయాలని ఆయన సూచించారు. లక్ష్యాలను నిర్దేశం మేరకు పూర్తి చేయాలని ఆయన అన్నారు. సాలూరు, పాలకొండ పట్టణ గృహ నిర్మాణాలపై దృష్టి సారించాలని ఆయన ఆదేశించారు. ఉపాధి హామీ పథకం క్రింద 1.50 కోట్ల పని దినాలు కల్పించాలని లక్ష్యం అని, అందుకు తగిన విధంగా పనులు గుర్తించాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అమృత్ సరోవర్ పనులు చేపట్టాలని దానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని ఆయన పేర్కొన్నారు. కనీస వేతనం రెండు వందలు రావాలని, అందుకు వేతనదారులు పనులు చేయుటకు కొలతలు ఇవ్వాలని ఆయన అన్నారు. పార్వతీపురం ఐటిడిఎ ప్రాజెక్టు అధికారి సి.విష్ణు చరణ్ మాట్లాడుతూ నాడు నేడు పనులపై ఎం.పి.డి.ఓలు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని అన్నారు. జిల్లా పంచాయతీ రాజ్ ఇంజినీరింగ్ అధికారి డా.ఎం.వి.ఆర్. కృష్ణాజి మాట్లాడుతూ గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో అందిన పనులను చేపట్టడం, వాటి బిల్లులు అప్ లోడ్ చేయుటకు చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో జిల్లా రెవిన్యూ అధికారి జె. వెంకట రావు, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి డా. బగాది జగన్నాథ రావు, జిల్లా నీటి యాజమాన్య సంస్థ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ కె. రామచంద్ర రావు, గిరిజన సంక్షేమ శాఖ ఇంజినీరింగ్ అధికారి జె. శాంతీశ్వర రావు, గ్రామీణ నీటి సరఫరా ఇంజినీరింగ్ అధికారి ఓ. ప్రభాకర రావు, ఇన్ ఛార్జ్ జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి పి.బ్రహ్మాజీ రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జివిఎంసిలో "స్పందన"కు 70 వినతులు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలో మీటింగ్ హాలు నందు "స్పందన" కార్యక్రమంను నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి, జివిఎంసి కమిషనర్ పి రాజా బాబు సోమవారం నిర్వహించారు.

"స్పందన" కార్యక్రమంలో స్వీకరించిన 70 ఫిర్యాదులు:

"స్పందన" కార్యక్రమంలో ప్రజల నుండి నేరుగా స్వీకరించిన ఫిర్యాదులు ఒకటవ జోనుకు 2, రెండవ జోనుకు 8, మూడవ జోనుకు 10, నాలుగవ జోనుకు 9, అయిదవ జోనుకు 10, ఆరవ జోనుకు 16, ఎనిమిదవ జోనుకు 3, మెయిన్ ఆఫీసునకు 12, మొత్తము 70 ఫిర్యాదులు వచ్చాయి. వీటిలో పరిపాలనా %ు% అక్కౌంట్స్ విభాగానికి 4, రెవెన్యూకు 7, ప్రజారోగ్యానికి 7, టౌన్ ప్లానింగ్ కు 30, ఇంజినీరింగ్ /హార్టికల్చర్ కు 16, యుసిడికి 6 ఫిర్యాదులు వచ్చాయి. వాటిని పరిశీలించి ఈ ఫిర్యాదులను 03 రోజులలో పరిష్కరించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని కమిషనర్ అధికారులను ఆదేశించారు.

ప్రతివారం జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలో జరుగుతున్న "స్పందన" కార్యక్రమం లో ప్రజల నుండి స్వీకరిస్తున్న వినతులు, సలహాల అంశాలపై ఆయా విభాగాధిపతులు చేపట్టిన చర్యలకు సంబంధించి వివరాలతో కూడిన సమాచారంతో..., ఆ తరువాత వారం వచ్చే "స్పందన" కార్యక్రమానికి అర గంట ముందుగా సమర్పించ వలసిన వివరాలుతో ఆయా విభాగాధిపతులు సిద్ధం చేయాలని కమిషనర్ ఆదేశించారు. అలాగే నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి నిర్వహిస్తున్న "డయల్ యువర్ మేయర్" కార్యక్రమంలో కూడా..., అదే మాదిరిగా ప్రజా వినతుల పై చేపట్టిన చర్యల వివరాలతో తరువాత నిర్వహించబోయే "డయల్ యువర్ మేయర్" కార్యక్రమానికి అరగంట ముందుగా కూడా ఆ యా వివరాలుతో సంబంధిత విభాగాధిపతులు సమాచారాన్ని సిద్ధం చేయాలని కమిషనర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఆ యా వివరాలను తరువాత వారంలో సమర్పించడం వలన నిర్ణీత సమయంలో ఎన్ని సమస్యలు పరిష్కారం అవుతున్నాయో తెలుసుకోవడానికి వీలుగా ఉంటుందని కమిషనర్ అధికారులకు సూచించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు కమిషనర్లు వై. శ్రీనివాస రావు, డాక్టర్ వి. సన్యాసి రావు, ఎస్ ఎస్ వర్మ, ప్రధాన ఇంజినీరు రవికృష్ణ రాజు, ప్రధాన పట్టణ ప్రణాళికాదికారి బి సురేష్ కుమార్, ప్రధాన వైద్యాధికారి డాక్టర్ కెఎస్ఎల్జి శాస్త్రి, ఎగ్జామినర్ ఆఫ్ అక్కౌంట్స్ వాసుదేవ రెడ్డి, జెడి(అమృత్) విజయ భారతి, సెక్రెటరి పి. నల్లనయ్య, డిడి(హార్టికల్చర్) ఎం. దామోదర రావు, రీజనల్ ఫైర్ ఆఫీసర్ నిరంజన్ రెడ్డి, ఎఫ్.ఎ & ఎ.ఓ మల్లికాంబ, డిపిఓ చంద్రిక, పిఓ(యుసిడి) సూర్యకళ, పర్యవేక్షక ఇంజినీర్లు, టౌన్ ప్లానింగ్, యుసిడి సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంతూర్ ఆరెంజ్ ఆల్-ఇన్-వన్ స్కిన్‌కేర్ అవసరాలను చూసుకుంటుంది!

ఇండియా, (విశాఖ సమాచారమ్): శీతాకాలం, రంగురంగుల వసంతకాలం ఆనందం, ఉత్సవాలు మరియు సంతోషాలను తీసుకు వస్తుంది. హాట్ చాక్లెట్ తాగుతూ దుప్పటి కింద ఉండాలనే కోరికతో పాటు అవకాశం లభిస్తే ప్రయాణించాలని కూడా కోరుకుంటాము. ఈ ఉత్సాహాలతో పాటు, ఈ సీజన్ పొడి మరియు కఠినమైన చర్మాన్ని కూడా తెచ్చిపెట్టడం మనల్ని చాలా వేధిస్తుంది. పొడి వాతావరణం తరచుగా చాలా మందికి చర్మంపై దురద కలిగిస్తుంది మరియు పొలుసులతో చర్మం నిస్తేజంగా మరియు డీహైడ్రేట్ అయ్యేలా చేస్తుంది. ఈ సమయంలో, మన చర్మ సంరక్షణ దినచర్యకు పది అదనపు దశలను జోడించకుండానే, ఈ సీజన్‌లలో మనం ఉల్లాసంగా ఉన్నప్పుడు మన చర్మాన్ని తేమగా, మృదువుగా మరియు ఆరోగ్యంగా కనిపించేలా చేసే ఉత్పత్తి మనందరికీ అవసరం. విప్రో కన్స్యూమర్ కేర్ మరియు లైటింగ్ తన కొత్త మరియు మెరుగైన సంతూర్ శాండల్ %ు% టర్మరిక్ సబ్బును మెరుగైన మాయిశ్చరైజేషన్ మరియు అందమైన సువాసనతో పరిచయం చేస్తోంది. ఈ క్లాసిక్ సంతూర్ సబ్బు గంధం మరియు పసుపుల శక్తితో నిండుగా, తన వినియోగదారులకు మృదువైన, మరింత హైడ్రేటెడ్ మరియు యవ్వనంగా కనిపించే చర్మాన్ని అందించేలా మెరుగుపరచి అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారు.

కొత్త సంతూర్ ఆరెంజ్ జనరల్ ట్రేడ్ మరియు ఆధునిక వ్యాపార దుకాణాలు మరియు ఇ-కామర్స్ ప్లాట్‌ఫారమ్‌లలో రూ.100గ్రాములకు రూ.34కు లభిస్తుంది.

సీఎం జగన్ వ్యాఖ్యలు కోర్టు ఆఫ్ కంటెంప్ట్ పరిధిలోకి వస్తాయి

అమరావతి: ఇటీవల ఢిల్లీలో జరిగిన గ్లోబల్ ఇన్వెస్టర్ల సన్నాహక సదస్సులో పాల్గొన్న ఏపీ సీఎం వైఎస్ జగన్ రాజధానిపై సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. తాను త్వరలోనే విశాఖపట్నానికి షిఫ్ట్ అవుతున్నానని వెల్లడించారు. అక్కడి నుంచే పరిపాలన సాగిస్తానని తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో పెట్టుబడిదారులు పారిశ్రామిక వేత్తలు విశాఖపట్నంలో పెట్టుబడులు పెట్టాలని సీఎం జగన్ కోరారు.సీఎం జగన్ వ్యాఖ్యలపై పెద్ద ఎత్తున చర్చ జరిగింది. జగన్ మూడు రాజధానులు ఏర్పాటు చేస్తూ తెచ్చిన జీవోలను హైకోర్టు కొట్టేసింది. దీంతో జగన్ ప్రభుత్వం సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించింది. సుప్రీంకోర్టులో రాజధాని అంశంపై విచారణ సాగుతోంది. కోర్టు పరిధిలో రాజధాని అంశం ఉన్నప్పుడు జగన్ రాజధాని అంశంపై వ్యాఖ్యలు ఎందుకు చేస్తారని ప్రతిపక్షాల నుంచి తీవ్ర విమర్శలు వ్యక్తమయ్యాయి. జగన్ వ్యాఖ్యలపై కోర్టు ధిక్కరణ కింద సుప్రీంకోర్టుకు లేఖ రాస్తానని జై భీమ్ పార్టీ అధ్యక్షుడు జడ శ్రావణ్ కుమార్ తెలిపారు.

మరోవైపు సీఎం జగన్ త్వరలోనే విశాఖకు షిఫ్ట్ అవుతానని చేసిన వ్యాఖ్యలపై సీబీఐ మాజీ జాయింట్ డైరెక్టర్ లక్ష్మీనారాయణ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాజధాని అంశం ప్రస్తుతం సుప్రీంకోర్టు పరిధిలో ఉందని లక్ష్మీనారాయణ వ్యాఖ్యానించారు. సీఎం జగన్ వ్యాఖ్యలు కోర్టు ఆఫ్ కంటెప్ట్ పరిధిలోకి వస్తాయన్నారు. రాజధాని అంశం కోర్టు పరిధిలో ఉన్నప్పుడు ఇలాంటి వ్యాఖ్యలు చేయడం సరికాదని లక్ష్మీనారాయణ తెలిపారు.కాగా సీబీఐ మాజీ జాయింట్ డైరెక్టర్ వీవీ లక్ష్మీనారాయణ ఫోన్ ట్యాపింగ్ వ్యవహారంలో జగన్ ప్రభుత్వానికి మద్దతుగా నిలిచారు. ఇతరుల మొబైల్ ఫోన్లను ట్యాపింగ్ చేయడం అంత సులువు కాదని ఆయన అన్నారు. ఇంటెలిజెన్స్ బ్యూరో (ఐబీ) సెంట్రల్ బ్యూరో ఆఫ్ ఇన్వెస్టిగేషన్ (సీబీఐ) నేషనల్ ఇన్వెస్టిగేషన్ ఏజెన్సీ (ఎన్ఐఏ) రా వంటి అత్యున్నత ఏజెన్సీలకు మాత్రమే ఎవరి టెలిఫోన్నైనా ట్యాప్ చేసే అధికారం ఉంటుందని తెలిపారు. అవన్నీ కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆధీనంలో ఉన్నాయని.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేతిలో లేవని స్పష్టం చేశారు.

ఈ ఏజెన్సీలు కూడా ఏ నిర్ణయం తీసుకోవాలన్నా కేంద్ర హోంశాఖ అనుమతి తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని లక్ష్మీనారాయణ తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కూడా టెలిఫోన్ ట్యాపింగ్ చేయగలిగినప్పటికీ.. అయితే అసాధారణమైన పరిస్థితులలో మాత్రమే చేయగలదన్నారు. అది కూడా కేంద్ర హోం కార్యదర్శి అనుమతితో మాత్రమేనని చెప్పారు.

అయితే అసాధారణ పరిస్థితుల్లో ఇచ్చిన ట్యాపింగ్ అధికారాలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం దుర్వినియోగం చేసే అవకాశం కూడా ఉందన్నారు. రాజకీయ కారణాలతో ట్యాపింగ్ జరిగితే అది ఖచ్చితంగా చట్టవిరుద్ధమని లక్ష్మీనారాయణ తేల్చిచెప్పారు.

అదే సమయంలో.. కేంద్రం నుండి అనుమతి తీసుకోకుండానే రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు తరచుగా ప్రైవేట్ సంస్థల నుంచి ట్యాపింగ్ పరికరాలను కొనుగోలు చేస్తున్నాయని లక్ష్మీనారాయణ తెలిపారు. రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం వాటిని దుర్వినియోగం చేసే ప్రమాదం ఉందన్నారు. కాగా ఇటీవల రోడ్లపై బహిరంగ సభలు సమావేశాలు ర్యాలీలు రోడ్ షోలను నిషేధిస్తూ జగన్ ప్రభుత్వం తెచ్చిన జీవో నెంబర్ 1కు అనుకూలంగానూ జేడీ లక్ష్మీనారాయణ వ్యాఖ్యలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే.

కిశోర బాలికలలో రక్తహీనత నివారణకు కృషి చేయాలి

పార్వతీపురం , (విశాఖ సమాచారమ్): కిశోర బాలికలలో రక్తహీనత నివారణకు కృషి చేయాలని జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి డాక్టర్ బి. జగన్నాథరావు అన్నారు. జిల్లా ఆసుపత్రి సమావేశ భవనంలో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి డాక్టర్ బి. జగన్నాథరావు ఆధ్వర్యంలో ఆశా నోడల్ అధికారులకు పలు ఆరోగ్య కార్యక్రమాలపై సోమవారం సమీక్ష సమావేశం జరిగింది. డా.జగన్నాథరావు మాట్లాడుతూ పి.హెచ్.సి ల వారీగా హెల్త్ ప్రోగ్రామ్ ల ప్రగతి నివేదికలు పక్కాగా ఉండాలని ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా హై రిస్క్ గర్భిణీలను గుర్తించడం, ఆరోగ్య తనిఖీల వివరాలు పూర్తిస్థాయిలో నమోదు చేయాలని ఆయన పేర్కొన్నారు. ప్రసవ సమయానికి వారం రోజుల ముందుగానే సంబంధిత రిఫరల్ కేంద్రంలో అడ్మిట్ అయ్యేలా చూదాలని, అందుకు అవసరమైన రవాణా ఏర్పాటు చేయడం, డెలివరీ అయ్యేంత వరకు పర్యవేక్షణ చేయడం వాటిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధవహించాలని, అదేవిధంగా గర్భిణీలను త్వరగా గుర్తించి రిజిస్ట్రేషన్ చేయాలని ఆయన సూచించారు. నవజాత శిశువుల ఆరోగ్య పర్యవేక్షణ చేయడం, శిశువుల టీకా కార్యక్రమాన్ని షెడ్యూల్ ప్రకారం క్రమం తప్పకుండా నిర్వహించి ఆర్ సి హెచ్ పోర్టల్ లో నమోదు చేయాలని ఆయన అన్నారు. ఫ్యామిలీ డాక్టర్ ప్రోగ్రాం ద్వారా కల్పించబడిన అన్ని వైద్య సేవలు ఆ పరిధిలో ఉండే ప్రజలుకు పూర్తి స్థాయిలో అందించాలని, గర్భిణీలు, కిశోర బాలికలలో రక్తహీనత నివారణ దిశగా కృషి చేయాలని ఆయన ఆదేశించారు. యుక్త వయస్సు వివాహాల పై తద్వారా ప్రబావితమయ్యే శారీరక , మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలపై క్షేత్ర స్థాయిలో అవగాహన కల్పించాలని పలు ఆరోగ్య కార్యక్రమాలపై వివరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఇమ్యునైజేషన్ అధికారి డాక్టర్ టి. జగన్మోహనరావు , ఎపిడిమియాలజిస్ట్ డాక్టర్ నవీన్ కుమార్, డి పి ఒ లీలారాణి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్వాసకోశ వ్యాధులకు ఉపశమనం

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

కార్డోరియం ప్లస్

కావల్సిన వారు సంప్రదించండి:

9393949347

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

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

90 రోజుల కోర్సు కేవలం రూ. 2700/- మాత్రమే.

మీరు వాడండి- మిగిలిన వారిచే కూడా వాడించండి.

అందరూ ఆరోగ్యంగా ఉండండి.

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

స్పందనకు 90 ధరఖాస్తులు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజల సమస్యల సత్వర పరిష్కారానికి తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టరు నిశాంత్ కుమార్ అధికారులను ఆదేశించారు. స్పందన కార్యక్రమం సోమవారం జిల్లా కలెక్టరు కార్యాలయ సమావేశ మందిరంలో జాయింటు కలెక్టరు ఒ. ఆనంద్, ఐ.టి.డి.ఎ ప్రాజెక్ట్ అధికారి సి. విష్ణు చరణ్, జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి జి.వెంకట రావుతో కలసి స్పందన కార్యక్రమంను జిల్లా కలెక్టరు నిశాంత్ కుమార్ నిర్వహించి ప్రజల నుండి అర్జీలు స్వీకరించారు.

స్పందన కార్యక్రమంలో 90 అర్జీలు అందాయి.

పాచిపెంట మండలం కుడుమూరు గ్రామంలో బి.టి రోడ్డు నుండి అసైండ్ భూమి పట్టా సర్వే నెంబర్ 34 -17,34-18,34-19 సబ్ డివిజన్ లు చేసి పట్టాలు ఇచ్చి ఉన్నారని, ఆ డి పట్టా భూమి నుండి సొంత జిరాయితీ భూమికి 15 అడుగులు వెడల్పు గల దారి మార్గము ఏర్పాటు కొరకు ఎం. కోటేశ్వరరావు దరఖాస్తు అందజేశారు.

పార్వతీపురం మున్సిపాలిటీ పరిధిలో 26వ వార్డులో ఉన్న రహదారి పై ఆక్రమణ చేసి ఇల్ల నిర్మాణం చేపడుతున్నారని, ప్రజలు ఇబ్బందికి గురవుతున్నారని నరసింగ సాహు వినతి పత్రం సమర్పించారు.

మక్కువ మండలం శంబర గ్రామానికి చెందిన జె.ప్రసాద రావు సర్వే నెంబర్ 536-1డి పట్టా వేరే వారి పేరు మీద నమోదు చేసి ఉన్నదని, నా పేరు మీద రెవెన్యూ రికార్డుల్లో నమోదు చేయవలసిందిగా అర్జీ అందజేశారు.

పార్వతిపురం మండలం గెంజి గడ్డ గ్రామానికి చెందిన ఎం.లండు ఎన్ ఆర్ జి ఎస్ ద్వారా శాంక్షన్ అయిన రోడ్డుని తిరిగి ప్రారంభించాలని అర్జీ అందజేశారు.

పార్వతీపురం మండలం అడ్డాపు శిల గ్రామానికి చెందిన డి. మణిభూషణరావు సర్వే నంబర్ 117-2%దీ%,119-7,120-2,120-6 కు పాస్ పుస్తకం ఇప్పించవలసిందిగా కోరారు.

జియ్యమ్మవలస మండలం కన్నపుదొరవలస గ్రామానికి చెందిన రెడ్డి.గంగాభవాని జనవరి 8వ తేదీ నుండి ప్రొక్యూర్ మెంట్ నిలిచిపోవడంతో ఇబ్బందికి గురవుతున్నామని, ధాన్యం మిల్లకు చేరే ఏర్పాటు చేయాలని దరఖాస్తు అందజేశారు.

మక్కువ మండలం ఎ వెంకంపేట గ్రామానికి చెందిన ఎస్.లక్ష్మణ్, ఎ వెంకంపేట గ్రామ సచివాలయం పరిధిలో గ్రీన్ అంబాసిడర్ గా మూడు సంవత్సరాలు నుండి విధులు నిర్వహిస్తున్నానని, గత 10 మాసాల గా జీతం రావడం లేదని, జీతం అందేలా చేయాలని కోరారు. పార్వతిపురం మండలం చలమవలస గ్రామానికి చెందిన సిహెచ్.శ్రీను డోకిశిల పంచాయతీలో గల ధాన్యం జనవరి నెల నుండి ఆన్లైన్ అవడం లేదని రైతుల దగ్గర సుమారుగా 700 బస్తాలు ధాన్యం నిలిచిపోయి ఉన్నాయని రైతు భరోసా కేంద్రం ద్వారా ధాన్యాన్ని సేకరించవలసిందిగా వినతి పత్రం అందజేశారు.

సీతానగరం మండలం గెడ్డలుప్పి గ్రామ రైతులు మా యొక్క పంట ధాన్యం కి ఈక్రాప్ అయ్యిందని, సుమారుగా 40 బస్తాల ధాన్యం రైతుల వద్ద ఉండిపోవడం జరిగిందని, ధాన్యాన్ని రైతు భరోసా కేంద్రానికి తరలించవలసినదిగా దరఖాస్తు సమర్పించారు.

జియ్యమ్మవలస మండలం పెద్ద బుడ్డిడి గ్రామ సర్పంచ్ ఎస్.సుజాత, రైతులు ప్రభుత్వం తమ ధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేయవలసిందిగా దరఖాస్తు అందజేశారు.

భామిని మండలం బత్తిలి గ్రామానికి చెందిన టి.ప్రకాశం పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని కోరారు.

వికలాంగులకు ప్రత్యేక స్పందన

దివ్యాంగ అభ్యర్థులకు ఇబ్బందులు కలుగకుండా జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో గ్రౌండ్ ఫ్లోర్ లో ప్రత్యేకంగా స్పందన కార్యక్రమం జరిగింది. జిల్లా రెవిన్యూ అధికారి జె.వెంకట రావు ఈ స్పందన కార్యక్రమానికి హాజరు అయ్యారు.

ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య అధికారి బి.జగన్నాథం, డి.ఆర్.డి.ఏ ప్రాజెక్టు డైరెక్టర్ పి. కిరణ్ కుమార్, జిల్లా పంచాయతీరాజ్ ఇంజనీరింగ్ అధికారి డా.ఎం.వి.జి.కృష్ణాజి, జిల్లా ఆర్.డబ్ల్యు.ఎస్ ఇంజినీరింగ్ అధికారి ఓ. ప్రభాకర రావు, జిల్లా నీటి యాజమాన్య సంస్థ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ కె. రామ చంద్ర రావు, గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల సమన్వయ అధికారి వి.చిట్టి బాబు, పౌర సరఫరాల సంస్థ జిల్లా మేనేజర్ ఎం.డి.నాయక్, జిల్లా సరఫరా అధికారి కె.వి.ఎల్.ఎన్ మూర్తి, జిల్లా గ్రామ పంచాయతీ అధికారి బలివాడ సత్యనారాయణ, జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి కె. రాబర్ట్ పాల్, జిల్లా నైపుణ్య అభివృద్ధి అధికారి ఉరిటి సాయి కుమార్, జిల్లా ప్రణాళిక అధికారి పి. వీర రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగనన్నకు చెపుదాం (స్పందన) కార్యక్రమానికి 124 వినతులు

విజయనగరం: జిల్లా కలెక్టర్ ఆధ్వర్యంలో కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో సోమవారం నిర్వహించిన జగనన్నకు చెపుదాం (స్పందన) కార్యక్రమంలో ప్రజల నుంచి వివిధ సమస్యలకు సంబంధించి 124 వినతులు అందాయి. వాటిలో రెవెన్యూ విభాగానికి సంబంధించి అత్యధికంగా 79 ఉన్నాయి. హౌసింగ్ కు 09, మున్సిపల్ శాఖ కు 06, వైద్య శాఖ కు 6 మిగిలినవి ఇతర శాఖలకు చెందిన వినతులు . పించన్ల కోసం, రేషన్ కార్డుల జారీ, ఉపాధి కల్పన, ఉపాధి హామీ బిల్లుల చెల్లింపు ఇతర సమస్యలపై మిగిలిన వినతులు అందాయి. జిల్లా కలెక్టర్ ఎ. సూర్యకుమారి, జె.సి మయూర్ అశోక్, డి.ఆర్.ఓ గణపతి రావు, ప్రత్యేక ఉప కలెక్టర్లు పద్మావతి, సూర్యనారాయణ, దొర పాల్గొని ప్రజల నుంచి వినతులు స్వీకరించారు.

అనంతరం కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ. స్పందన లో అందిన వినతులు పెండింగ్ పెట్టకుండా గడువు లోగా పరిష్కారం అయ్యేలా చూడాలన్నారు.

ఉగాది నాటికి గృహాలు సిద్ధం చేయాలి:

పేదలందరికీ ఇళ్లు కార్యక్రమం క్రింద నిర్మిస్తున్న గృహాలు ఉగాది కి గృహ ప్రవేశాల కోసం సిద్ధం చేయాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ లోపల పెండింగ్ పనులన్నీ వేగంగా జరగాలన్నారు. రెండవ శనివారం సెలవు అయినప్పటికీ హౌసింగ్ డే జరపాలని ఆదేశించారు. ప్రత్యేకాధికారులు దీనిపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు.

బొమ్మల పెళ్లిళ్లను అంగరంగ వైభవంగా చేసి హైందవ సాంప్రదాయంలో పెళ్లి యొక్క విశిష్టత

పిఠాపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): అంతరించిపోతున్న బొమ్మల పెళ్లిళ్లను అంగరంగ వైభవంగా చేసి హైందవ సాంప్రదాయంలో పెళ్లి యొక్క విశిష్టతను చాటుతున్నారు అక్కడి వారు.. సుమారు 1000 మంది వరుకు పాల్గొన్నారు. ఈ బొమ్మల పెళ్లి ధూమ్ దాం గా ఏ విధంగా నిర్వహించారు చూద్దాం... పెళ్ళిలో ఉండే ఆచారాలు చేసే కార్యక్రమాలు వాటి ప్రత్యేకతను యువతరాలకు తెలియజేయాలని సదుద్దేశంతో చేసే ఈ బొమ్మల పెళ్లిళ్ల కాల క్రమేణా కనుమరుగయ్యాయి.. అయితే బొమ్మల పెళ్లి పేరుతో కాకినాడ జిల్లా పిఠాపురం సిష్టికరణాలు చేసే వేడుకను మాఘమాసంలో జరిపిస్తుంటారు.. ఈ వేడుకకు సిష్టి కారణాల కుటుంబాల ఆర్థిక సహాయంతో మాత్రమే నిర్వహిస్తారు.. ఇది సమాజంలో ఓ మద్యతరగతి కుటుంబం నిర్వహించుకునే పెళ్లిలా, ఘనంగా నిర్వహించి అందరిని మైమరిపిస్తారు.. అష్టాదశ శక్తి పీఠాల్లో పదోవ శక్తి పీఠం వెలసిన ప్రాంతంలో సుమారు 300 కుటుంబాలు సిష్టికరాణాలు వారు నివసిస్తుంటారు.. బావ్విలు కోసం గొయ్యులు తీయడం, మెట్ట ప్రాంతంలో వివిధ రకాల కాయగూరలు పండించడం వంటివి వీరు ప్రధాన వృత్తిగత చేస్తుంటారు.. గత మూడు సంవత్సరాల నుంచి హిందూ వివాహ సాంప్రదాయం, అందరికీ తెలియాలని ఉద్దేశంతో బొమ్మల పెళ్లి పేరుతో ఒక వేడుకను కనుల పండుగగా నిర్వహిస్తుంటారు.. దానికోసం వారి చుట్టాలు ఏ ప్రాంతంలో ఉన్న కబురు పెట్టి ఈ వేడుకలో పాల్గొనేలా చేస్తుంటారు.. పెళ్ళి కూతుర్ని పెళ్లి కొడుకును చేయడం, కాలుగోల్లు తీయడం, పానకాల కావిడి మోయడం, శతమానం,చుట్లు,పిల్లెల్లు తేవడం, మంగళ స్నానం చేయించడం, అనంతరం ప్రధానం చేసి పెళ్లి కూతుర్ని వివాహ వేడుకకు ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్లడం వంటివి జరుగుతాయి.. ఈ ఊరేగింపులో మహిళలు చేసే నృత్యాలు ప్రత్యేకంగా నిలుస్తాయి.. విఘ్నేశ్వరుడు పూజతో ఈ బొమ్మలు పెళ్లి ప్రారంభమవుతుంది.. అయితే గత మూడు సంవత్సరాల నుంచి వేలూరి సూర్యనారాయణ, నాగరత్నం దంపతులు పెళ్ళికొడుకు పెళ్ళికూతురు మాదిరిగా పీట్ల మీద కూర్చోవడం ఆనవాయితీగా వస్తుంది.. అలాగే బాసకం కట్టడం, జీలకర్ర బెల్లం పెట్టడం, తాళికట్టడం, తలంబ్రాలు పోయడం భారీ స్థాయిలో భోజనాలు పెట్టడం వీరి చేసే బొమ్మల పెళ్లిల్లో ముఖ్య ఘట్టాలుగా నిలుస్తాయి... ఈ పెళ్లి వేడుకలో మహిళలు చేసే సందడి చూస్తే మనుషులకు జరిగే పెళ్లిలా అనిపిస్తుంది.. వేద మంత్ర ఉత్సరణతో పెళ్లి మంత్రాలను పట్టిస్తూ ఈ వేడుకను నిర్వహిస్తుంటారు పురుహితిక అమ్మవారి ఆలయ అర్చకులు రామకృష్ణ.. పెళ్ళైన బొమ్మలకు పెళ్లి కాని యువతి యువకులు ఆశీర్వాదం తీసుకుంటే పెళ్లిళ్లు అవుతాయనే నమ్మకంతో పాటు ఇలా చేయడం సమాజ శ్రేయస్సుగా వారు భావిస్తారు.. హిందూ సాంప్రదాయ వివాహం విశిష్టతను చాటి చెప్పడంతో పాటు, సుదూర ప్రాంతాల్లో ప్రస్తుతం బిజీ లైఫ్ అనుభవిస్తున్న వారందరూ ఈ వేడుకల్లో పాలుపంచుకోవడం ఆనందదాయకంగా ఉంటుందని పేర్కొంటున్నారు.

నదుల అనుసంధానం
8 లింకులపై డీపీఆర్‌లు పూర్తి

న్యూఢిల్లీ: దేశంలోనదుల అనుసంధానం ప్రక్రియలో భాగంగా గుర్తించిన మొత్తం 30 లింకులలో 8 లింకు ప్రాజెక్ట్‌లకు సంబంధించి సవివర ప్రాజెక్ట్ నివేదికలు పూర్తయ్యాయని జల శక్తి శాఖ సహాయ మంత్రి బిశ్వేశ్వర్ తుడు తెలిపారు. రాజ్యసభలో సోమవారం వైఎస్సార్సీపీ సభ్యులు వి.విజయసాయి రెడ్డి అడిగిన ప్రశ్నకు మంత్రి రాతపూర్వకంగా జవాబిస్తూ మరో 24 లింకు ప్రాజెక్ట్‌లకు సంబంధించి ఫీజిబిలిటీ (సాధ్యాసాధ్యాల) నివేదికలు కూడా పూర్తయినట్లు చెప్పారు. ప్రభుత్వ నేషనల్ పర్స్‌పెక్టివ్ ప్లాన్ కింద నదుల అనుసంధానం కోసం జాతీయ జలాభివృద్ధి సంస్థ (ఎన్‌డబ్ల్యూడీఏ) దేశవ్యాప్తంగా 30 లింకులను గుర్తించింది. ఈ లింకులన్నింటికీ ప్రీ ఫీజిబిలిటీ నివేదికలు పూర్తయ్యాయని మంత్రి తెలిపారు. నదుల అనుసంధాన ప్రాజెక్ట్ అమలు కోసం కేంద్రం 60 శాతం, రాష్ట్రాలు 40 శాతం భరించాల్సి ఉంటుందని ఈ నిర్ణయంలో ఎలాంటి మార్పు లేదని మంత్రి చెప్పారు. నదుల అనుసంధానం ప్రాజెక్ట్ అమలు దశలో మాత్రమే ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణం వ్యయం, నిధుల సమీకరణ వంటి తదితర అంశాలు చర్చకు వస్తాయని పేర్కొన్నారు.

సెకండ్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్ నియామకానికి దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

విజయనగరం: బొబ్బిలి కోర్టులో సేవలందించేందుకు గాను స్పెషల్ జ్యుడీషియల్ సెకండ్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్ నియామకానికి అనుభవజ్ఞులైన అభ్యర్థుల నుంచి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నట్లు జిల్లా కోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి బి. సాయి కల్యాణ్ చక్రవర్తి సోమవారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. రాష్ట్ర హైకోర్టు పరిధిలో సేవలందించిన వారు, ఏదైనా ప్రభుత్వ కార్యాలయంలో గెజిటెడ్ హెూదాలో పని చేసి రిటైర్ అయిన వారు, న్యాయవాదిగా బార్ కౌన్సిల్‌లో సేవలందించిన వారు అర్హులని పేర్కొన్నారు. ఆసక్తి కలిగిన అభ్యర్థులు ఫిబ్రవరి 17వ తేదీ లోగా నమూనా ప్రకారం దరఖాస్తుల పూర్తి చేసి జిల్లా కోర్టులో అందజేయాలని సూచించారు. ఎంపికైన అభ్యర్థికి నెలకు రూ.30,000 గౌరవ వేతనం అందుతుందని స్పష్టం చేశారు.

2026 నాటికి పోలవరం హైడ్రో పవర్ ప్రాజెక్ట్

న్యూఢిల్లీ: పోలవరం ప్రాజెక్టులో భాగంగా 5338 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టిన 960 మెగావాట్లహైడ్రో పవర్ ప్రాజెక్టు నిర్మాణం 2026 జనవరి నాటికి పూర్తి చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు ఏపీజెన్‌కో తెలిపిందని కేంద్ర జలశక్తి శాఖ మంత్రి శ్రీ గజేంద్ర సింగ్ షెకావత్ వెల్లడించారు. రాజ్యసభలో శ్రీ వి.విజయసాయి రెడ్డి అడిగిన ప్రశ్నకు మంత్రి జవాబిస్తూఏపీజెన్‌కో (ఆంధ్రప్రదేశ్ పవర్ జనరేషన్ కార్పొరేషన్) ఆధ్వర్యంలో హైడ్రో పవర్ ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణ పనులు జరుగుతున్నట్లు వివరించారు. ఏపీజెన్‌కో ఇచ్చిన సమాచారం ప్రకారం ప్రాజెక్టు పవర్ హౌస్ పునాది నిర్మాణం కోసం తవ్వకాల పనులు ఇప్పటికే పూర్తయ్యాయని అన్నారు. ఈ ప్రాజెక్ట్ పూర్తిగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం సొంత నిధులతోనే అమలు చేస్తోందని కేంద్ర ప్రభుత్వం అందుకు నిధులేమీ కేటాయించడం లేదని మంత్రి తెలిపారు.

జగనన్న ఇంటి నిర్మాణానికి ఐదులక్షలు ఇవ్వాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): జగనన్న గృహ నిర్మాణానికి లబ్దిదారులకు ఐదు లక్షలు మంజూరు చేసి ఇవ్వాలని, జగనన్న కోలనీలో మౌళిక సదుపాయాలను కల్పించాలని, లబ్దిదారుల సమస్యలను పరిష్కరించాలని సీపీఐ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు పి. కామేశ్వరరావు డిమాండ్ చేసారు, జగనన్న గృహ పథకం లబ్దిదారుల సమస్యలను పరిష్కరించాలని లబ్దిదారులతో కలెక్టర్ కార్యాలయం వద్ద ధర్నా చేపట్టడం జరిగింది.ఈ సంద ర్భంగా మాట్లాడుతూ ఈ మధ్య కాలంలో పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాలో 15 మండలాలో జగనన్న గృహ సముదాయాలను లను సీపీఐ బృందం పర్యటించడం జరిగిందన్నారు. ఎక్కడా సవ్యంగా జరగటం లేదన్నారు.ఇంటి నిర్మాణానికి ప్రభుత్వం ఇచ్చే సాయం సరిపోక లబ్ధిదారులు గగ్గోలు పెడుతున్నారని అన్నారు. జగనన్న కాలనీలలో చాలా గృహాలు పునాదులకే పరిమితం అయ్యాయని అన్నారు. సీపీఐ తరపున అడిగి తెలుసుకోవడం జరిగింది . ప్రభుత్వ సహాయం సరిపోక అదనపు భారం భరించలేక చాలామంది ఇల్లు కట్టుకోలేదని ఆయన అన్నారు. ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించి 5 లక్షల రూపాయలు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. 1,80,000 నుండి 5 లక్షల రూపాయలు పెంచాలని సీపీఐ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా జగనన్న ఇళ్ళ లబ్దిదారులతో కలిసి ఆందోళనలు చేయనున్నామని అన్నారు, లబ్దిదారులతో గృహాలను పరిశీలించామని ఇంకా చాలామందికి ఇల్లు ఇవ్వాలని, కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఇల్లు నిర్మాణాలు చేపట్టాలని ఆయన కోరారు. జగనన్న గృహ నిర్మాణానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం రూ, లక్షా ఎనభై వేలు ఉపాధి హామీ పథకం ద్వారా రూపాయలు ముప్పై వేలు ఇస్తున్నది మరి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వాటా ఇల్లు నిర్మాణంలో ఎంత ఇస్తున్నదని ప్రశ్నించారు,ఇవ్వక పోగా విస్తృతమైన ప్రచారం చేసుకొంటున్నది జగనన్న ఇళ్ళ లబ్దిదారులకు 5లక్షలు మంజూరు చేయాలని, ఇనుము, సిమెంట్, ఇసుకను ప్రభుత్వం ఉచితంగా సరఫరా చేయాలని,ఫిబ్రవరి 6 వ తేదీన లబ్దిదారులతో కలెక్టర్ కార్యాలయం వద్ద ధర్నా,,అప్పటికీ ప్రభుత్వం స్పందించకపోతే ఛలో విజయవాడ కార్యక్రమం చేపడతామని అన్నారు, జగనన్న కాలనీలో మంచినీరు, మురుగు నీటి పారుదల, తదితర మౌళిక సదుపాయాలను కల్పించాలని డిమాండ్ చేస్తూ,భవిష్యతు ఉద్యమ కార్యాచరణ కోసం సూచనలు, సలహాలు తీసుకునేందుకు రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం నిర్వహిస్తున్నామని అన్నారు, ఈ కార్యక్రమంలో కూరంగి మన్మదరావు, జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు ఇ.వీ.నాయుడు, కుండంగి లింగరాజు, వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి గరుగుబిల్లి సూరయ్య,పువ్వల ప్రసాద్, మండంగి సింగన్న పైడిశెట్టి, బీటీనాయుడు నీలమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కేంద్ర మాజీ మంత్రి మల్లు అనంత రాములు

మల్లు అనంత రాములు తెలంగాణ రాష్ట్రంకు చెందిన రాజకీయ నాయకులు, మాజీ పార్లమెంట్ సభ్యుడు, కేంద్ర మాజీ మంత్రి. భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ పార్టీ నుండి నాగర్‌కర్నూలు లోకసభ నియోజకవర్గం ఎంపీగా ప్రాతినిధ్యం వహించారు.

అనంత రాములు 1943, జనవరి 2న అఖిలాండ దాసు, మాణిక్యమ్మ దంపతులకు ఖమ్మం జిల్లా, వైరా మండలం, లక్ష్మీపురం గ్రామంలో జన్మించారు. అనంత రాములు, ఆ కుటుంబానికి పెద్ద కుమారుడు. మల్లు రవి, మల్లు భట్టివిక్రమార్క ఇతని సోదరులు. పొలిటికల్ సైన్స్‌లో ఎంఏ పూర్తిచేసి, 1962లో గ్రామ అభివృద్ధి అధికారిగా చేరారు. 1959లో జానకితో అనంత రాములు వివాహం జరిగింది. వీరికి ఇద్దరు కుమారులు, ఇద్దరు కుమార్తెలు. గ్రామ అభివృద్ధి ఆఫీసర్ అసోసియేషన్ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శిగా, ఆంధ్రప్రదేశ్ పంచాయితీరాజ్ ఉద్యోగుల సమన్వయ కమిటీకి ఛైర్మన్‌గా 16 సంవత్సరాలపాటు పనిచేశారు. 1978లో తన ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. 1980, 1989లలో మహబూబ్ నగర్ జిల్లా, నాగర్‌కర్నూల్ లోకసభ నియోజకవర్గం నుండి లోక్‌సభ సభ్యునిగా ఎన్నికయ్యారు. మంత్రిగా కూడా పనిచేశారు. పార్లమెంటు సభ్యునిగా, తన నియోజకవర్గంలోని వివిధ సమస్యలపై సకాలంలో స్పందిస్తూ నిజమైన ప్రజా ప్రతినిధిగా నిరూపించుకున్నారు. ఇందిరా గాంధీ పార్లమెంటరీ కమిటీలో ప్రతినిధిగా ఉంటూ రెండుసార్లు విదేశాలకు పంపబడ్డారు. 1986లో రాజీవ్ గాంధీ ఆధ్వర్యంలో స్టేట్ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా ఛైర్మన్‌గా ఎంపికయ్యారు. అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటికి జాయింట్ సెక్రటరీగా నామినేట్ అవ్వడంతోపాటు 1989లో ప్రధాన కార్యదర్శిగా ఎన్నికయ్యారు. పిసిసి అధ్యక్షుడిగా కూడా పనిచేశారు.

అనంత రాములు 1990, ఫిబ్రవరి 7న గుండెపోటుతో మరణించారు.

డా జొన్నకూటి ప్రమోద్ కుమార్
9490833108

హేపటైటిష్ బి నుండి రక్షణ పొందండి అనే గోడ పత్రిక ఆవిష్కరణ

హెచ్.ఐ.వి/ఎయిడ్స్ బాధితులకు హేపటైటిష్ బి వ్యాక్సిన్ ఉచితముగా అందించే కార్యక్రమము పై విస్తృత ప్రచారము నిమిత్తము రాష్ట్ర ఎయిడ్స్ నియంత్రణ సంస్థ వారూ పంపిన గోడ పత్రికలను డా.ఎస్. వి. రమణ కుమారి, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి వారి చేతుల మీదుగా ఆవిష్కరించదము జరిగినది. ఈ సందర్భయముగా డా.ఎస్. వి. రమణ కుమారి గారు మాట్లాడుతూ హెచ్.ఐ.వి/ఎయిడ్స్ వ్యాధి గ్రస్తులు అందరూ ఈ వ్యాక్సిన్ తప్పకుండా వేయించుకోవాలని, ఇది వారి ఆరోగ్య సంరక్షణకు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది అని తెలియజేశారు.

ఈ కార్యక్రమములో భాగముగా హేపటైటిష్ బి నెగిటివ్ వచ్చిన హెచ్.ఐ.వి/ఎయిడ్స్ బాధితులకు హేపటైటిష్ బి వ్యాక్సిన్ ఉచితముగా ఈ రోజు నుండి జిల్లాలో ఎ.ఆర్.టి కేంద్రాలలో ఇవ్వడము ప్రభుత్వ సర్వజన ఆసుపత్రి, విజయనగరం నందు జిల్లా అధికారుల చేతుల మీదుగా ప్రారంభించడమైనది అని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమములో డా. జె. రామేశ్వరి ప్రభు, జిల్లా ఎయిడ్స్ నియంత్రణాధికారి, డా. ఏం. వరలక్ష్మి మరియు డా. జ్యోతిర్మయి, వైద్యాధికారులు, ఏ. ఆర్. టి సెంటర్, పి. బాలాజీ, జిల్లా ప్రోగ్రామ్ మేనేజర్, ఎన్. సాక్షి గోపాల్, జిల్లా సూపర్వైజర్, సోనీ లాల్, ప్రోగ్రామే ఆఫీసర్, షేర్ ఇండియా మరియు శ్రీ. వెంకట రమణ, డెమో పాల్గొన్నారు.

అసమానతలు లేని సమాజం కావాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): స్వచ్ఛ పాలన పరిశీలన కోసం వందమంది ప్రముఖులతోఒక ప్రయోగశాల అవసరమని మాజీ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కాకి మాధవరావు అభిప్రాయ పడ్డారు .దేశంలో ఉన్న అసమానతలు, పీడనలు పోవాలంటే రాజకీయ ప్రక్షాళన జరగాలని ఆయన తెలిపారు. నగరంలోని సిరిపురం జంక్షన్ లో గల వి ఎం ఆర్ డి ఏ చిల్డ్రన్స్ ఏరియాలో శనివారం సాయంత్రం జరిగిన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు . సంకెళ్లను తెంచుకుంటూ... ఒక దళిత మాజీ చీఫ్ సెక్రటరీ ఆత్మకథ అనే పేరుతో స్వయంగా ఆయన రాసిన ఈ పుస్తకాన్ని ఈ కార్యక్రమంలో విడుదల చేశారు. అంబేద్కర్ మెమోరియల్ సొసైటీ దళిత హక్కుల పోరాట సమితి పంచశీల ఫౌండేషన్ ట్రస్ట్ తదితర సంస్థల ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రాజకీయ పార్టీల తీరుతెన్నులపై ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించి సమాజశ్రేయస్సుకు అభిప్రాయాలు వ్యక్తం చేసేందుకు ఈ ప్రయోగశాల ఉపయోగపడాలి అన్నారు . దేశంలో ఎంతో గుర్తింపు కలిగి వారు ఇలా తనిఖీ చేసుకుంటూ వెళ్తే రాజకీయాల్లో మార్పు వస్తుందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. ఇప్పటికే దీనిపై ఢిల్లీ, ముంబై, బెంగళూరు నగరాలలో చర్చించామని మంచి స్పందన వచ్చిందని తెలిపారు. 42 ఏళ్లకు పైగా ఐఏఎస్ అధికారిగా ప్రభుత్వాలకుఅనేక సూచనలు చేశానని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన మాజీ ఐఏఎస్ అధికారి కొప్పుల రాజు మాట్లాడుతూ కాకి మాధవరావు రాసిన ఈ పుస్తకం పేద ప్రజల గుండెచప్పుడన్నారు. ఈనాటి తరం, రేపటి తరం ఐఏఎస్ లకు ఇదొక దిక్సూచి కావాలని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు .యు పి ఎస్ సి మాజీ సభ్యులు ప్రొఫెసర్ కె. ఎస్. చలం ఈ కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించి మాట్లాడుతూ మాధవరావు జీవితం ఎంతో ఆదర్శనీయమని ఈ పుస్తకం సమాజంలో ఉన్న అనేక అసమానతలు ,లోపాలను ఎత్తి చూపించిందని పరిష్కారానికి ఒక మార్గం వేసింది అన్నారు. విశాఖపట్నం పోర్ట్ అథారిటీ చైర్మన్ కె.రామ్మోహన్ రావు మాట్లాడుతూ ఆయన ఎక్కడా కుటుంబ విషయాల్లో కూడా రాజీ పడేవారు కాదనే విషయం ఈ పుస్తకం ద్వారా తెలుస్తుందని చెప్పారు. ఆయనలో ఎంత క్రమశిక్షణ ఉందో తెలుస్తుందని ఆయన జీవిత కథను గొప్ప సినిమాగా తీయవచ్చు అని పేర్కొన్నారు.

నగర పోలీస్ కమిషనర్ సిహెచ్ .శ్రీకాంత్ మాట్లాడుతూ ఒక దళిత సామాజిక వర్గానికి చెందిన పాలేరు కొడుకు ఐఏఎస్ అధికారిగా మారి రాష్ట్రానికి చీఫ్ సెక్రటరీగా ఎదిగారంటే ఇంతకుమించి గొప్పతనం ఏముందని కొనియాడారు. సంకెళ్లను తెంచుకుంటూ అనే పేరుతో సాగిన ఆయన ఆత్మ కథ మంచి విషయాలతో పాటు జరిగిన లోపాలను కూడా ఎత్తిచూపుకుంటూ సాగిందన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఐఏఎస్ అధికారులు ప్రవీణ్ కుమార్, రాజాబాబు హాజరయ్యారు. ఈ కార్యక్రమంలో పి ఎస్ ఎన్ మూర్తి ,అంబేద్కర్ మెమోరియల్ సొసైటీ అధ్యక్షుడు బొడ్డు కళ్యాణ్ రావు, డి హెచ్ పి ఎస్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు జే వి ప్రభాకర్, డాక్టర్ తెన్నేటి జయరాజ్, గూడూరు సీతామహాలక్ష్మి, సిద్దో జీరరావు ,వి .కేశవరావు ,డాక్టర్ పద్మావతి,ఎం. రవి సిద్ధార్థ తదితరులు మాట్లాడారు.

గంటెడ గౌరు నాయుడు కు తెలుగు బుక్ అఫ్ రికార్డులో స్థానం

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లాకు చెందిన ప్రముఖ కవి, రచయిత శ్రీ గంటేడ గౌరునాయుడు మాస్టారి రచన "పాడుదామా స్వేచ్ఛా గీతం " కు తెలుగు బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్ లో స్థానం లభించడం పట్ల ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రెస్ అకాడెమీ మాజీ చైర్మన్ అదపాక సత్యా రావు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. సత్యా రావు సోమవారం ఒక ప్రకటన లో గౌరునాయుడుకు హృదయ పూర్వక అభినందనలు తెలియజేస్తూ, సామాన్య ప్రజలు ముఖ్యంగా రైతులు, రైతు కూలీలు, ప్రకృతి పట్ల తన రచనల్లో ఎంతో ఆర్తి ప్రస్ఫుటింప జేసే విధంగా ఉంటాయని, వారి రచనలు మరిన్ని అవార్డులు, రివార్డులు గెలుచుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.

ఉన్నత లక్ష్యాల సాధనతోనే సత్ఫలితాలు

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): విద్యార్థి దశ నుండే ఉన్నత లక్ష్యాలను సాధించే ప్రయత్నంతో కృషి చేస్తే సత్ఫలితాలు లభిస్తాయని ఎన్‌టిఆర్ హెల్త్ యూనివర్శిటీ మాజీ ఉపకులపతి & మాజీ డైరెక్టర్ ఆఫ్ మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్ (డిఎంఈ) డా.ఐవి.రావు పేర్కొన్నారు. స్థానిక శాంతినగర్‌లోని 'శ్రీ అగస్త్య' ఐఐటి-మెడికల్ అకాడమీలో నీట్ లాంగ్ టర్మ్ విద్యార్థులకు నిర్వహించిన అవగాహన సదస్సులో ఆయన మాట్లాడారు.

అకాడమీ కరస్పాండెంట్ & సీనియర్ ఫిజిక్స్, ఫ్యాకల్టీ దొడ్డిపట్ల నాగేశ్వరరావు (డిఎన్‌ఆర్) అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో డా.ఐ.వి.రావు ముఖ్య వక్తగా పాల్గొన్నారు.

ఈ సందర్భంగా డా.ఐ.వి.రావు మాట్లాడుతూ ప్రణాళికాబద్ధమైన విద్య, సమయపాలన, నిరంతర పరిశ్రమతో ప్రయత్నించినపుడే తాను అనుకున్న లక్ష్యాన్ని సాధించేందుకు వీలవుతుందన్నారు. విద్యార్థి దశలో ప్రతీ క్షణం ఎంతో విలువైనదని, వైద్యులుగా స్థిరపడాలనే బలమైన కోరిక ఉన్నప్పుడు మెడికల్ సీటు సాధనే ధ్యేయంగా ప్రయత్నించాలన్నారు.

ఇంజనీర్ కావాలనుకున్న తాను కుటుంబ సభ్యుల సూచనతో మెడికల్ సీటు సాధన, వైద్య వృత్తిలో మెరుగైన ఫలితాలు సాధించేందుకు ఏవిధంగా కృషి చేసినది డా.ఐ.వి.రావు తెలియజేశారు. అమెరికాలో ఉద్యోగం వచ్చినప్పటికీ తన తల్లి ఆరోగ్యం కోసం భారతదేశానికి వచ్చేశానని, రాష్ట్రంలో ఒక ఫిజీషియన్‌గా వైద్య వృత్తిలో ఉంటూ మెడికల్ కళాశాలలో ప్రొఫెసర్‌గా వైద్య విద్యా బోధన చేయగలిగానన్నారు.

కాకినాడ ప్రభుత్వ సామాన్య ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్‌గా, డా.ఎన్‌టిఆర్ హెల్త్ యూనివర్శిటీ ఉపకులపతిగా, డైరెక్టర్ ఆఫ్ మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్ (డిఎంఈ)గా, ఆరోగ్య శ్రీ ట్రస్ట్ సలహాదారునిగా వ్యవహరించినట్లు డా.ఐ.వి.రావు తెలియజేశారు. ప్రభుత్వాసుపత్రిలో వైద్యునిగా పనిచేయడంతో వేలాది మంది పేద, మధ్యతరగతి రోగులకు మెరుగైన సేవలందించే భాగ్యం కలిగిందన్నారు. వైద్య వృత్తిని ప్రతీ ఒక్కరు సేవా దృక్పథంతో ఆర్థిక ప్రయోజనాలను ప్రక్కన పెట్టి నిర్వహించినపుడే సంతృప్తి కలుగుతుందన్నారు.

జన్మనిచ్చిన తల్లిదండ్రులను, విద్య నేర్పిన గురువులను దైవంగా భావించి వైద్య వృత్తిని భగవంతుడు ఇచ్చిన గొప్ప వరంలా భావించాలని విద్యార్థులకు ఆయన సూచించారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన భగవద్గీతలోని 'మన పని మనం చేసుకుంటూ పోతే-ఫలితం దానంతట అదే వస్తుంది' అనే సూక్తిని తెలియజేస్తూ నిరంతర సాధనతోనే అనుకున్న లక్ష్యాన్ని సాధించవచ్చునన్నారు.

శ్రీ అగస్త్య అకాడమీలో దశాబ్దాల అనుభవం గల ఫిజిక్స్, కెమిస్ట్రీ, బోటనీ, జువాలజీ అధ్యాపకులు అందించే విలువైన విద్యా బోధనను విద్యార్థులు సద్వినియోగపర్చుకోవాలని ఆయన కోరారు.

అనంతరం విద్యార్థులు వైద్య విద్యపై తమకున్న అనుమానాలను ప్రశ్నల రూపంలో అడిగి నివృత్తి చేసుకున్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యాపకులు, అధ్యాపకేతర సిబ్బంది, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జిల్లా ఖజానా అధికారిగా రుద్రపాటి అశోక్ సమర్పణ కుమార్

విజయనగరం: జిల్లా ఖజానా, లెక్కల అధికారిగా రుద్రపాటి అశోక్ సమర్పణ కుమార్, సోమవారం బాధ్యతలు చేపట్టారు. ఇప్పటివరకు జిల్లా ఖజానా అధికారిగా ఉన్న ఎస్ఆర్‌కె గణేష్ అనారోగ్య కారణాలతో సెలవు పెట్టడంతో, ఉమ్మడి జిల్లా ఖజానా అధికారిగా అశోక్ సమర్పణ కుమార్ పూర్తి అదనపు బాధ్యతలను స్వీకరించారు. బాధ్యతలు స్వీకరించిన అశోక్‌కుమార్‌కు, ఏపిటిఎస్ఎ నాయకులు, ఖజానా కార్యాలయ సిబ్బంది అభినందనలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సహాయ ఖజానా అధికారులు నితిన్, ఆదిత్య, ఏపిటిఎస్ఎ రాష్ట్ర కార్యదర్శి పద్మనాభం, జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు నరేష్, సంతోషి, రామకృష్ణ, చంద్రశేఖర్, నాగమునిరెడ్డి పాల్గొన్నారు.

తెలుగుదేశం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో అన్నా క్యాంటీన్

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): పెందుర్తి నియోజకవర్గం పరవాడ మండల తెలుగుదేశం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో మాఘ పౌర్ణమి సందర్భంగా మాజీ మంత్రివర్యులు బండారు సత్యనారాయణ మూర్తి , యువనేత రాష్ట్ర కార్యదర్శి బండారు అప్పలనాయుడు ఆర్థిక సహాయ సహకారాలతో ముత్యాలమ్మ పాలెం లో సుమారు 5 వేల మందికి అన్నా క్యాంటీన్ నిర్వహించారు అన్న క్యాంటీన్ నిర్వహించడం చాలా ఆనందదాయకమని మంచి కార్యక్రమం చేపట్టారని భక్తులు వారి అభిప్రాయాన్ని తెలియపరిచారు ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ మండల నాయకులు, కార్యకర్తలు, ముత్యాలంపాలెం గ్రామ తెలుగుదేశం పార్టీ యువత పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా ఎంవిఆర్ జన్మదిన వేడుకలు

రావికమతం, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి కీ చెందిన ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త ముత్యాల వెంకటేశ్వరావు పుట్టినరోజు సందర్భంగా తట్టబంద మాజీ సర్పంచ్ రమణ మండలం లో గల తట్టబంధ, ఎల్ ఎన్ పురం, బూరుగుపాలేం, కసిరెడ్డి పాలెం, గ్రామల్లో సుమారు 280 మంది పేదలకు బట్టలు పంపిణి చేశారు. ఈ కార్యక్రమం తన సొంత నిధులు తో నిర్వహించడం జరిగిందన్నారు . ఈ సందర్భంగా రమణ మాట్లాడుతూ వెంకటేశ్వరావు వ్యాపారం తో పాటు ఎన్నో సామాజిక, సేవ,ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమలు నిర్వహిస్తున్నారన్నారు.

ప్రతిష్టాత్మక ఇరిసెట్ కేంద్రంలో " కవచ్" వ్యవస్థ పనితీరును సమీక్షించిన రైల్వే శాఖా మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్

విజయవాడ, (పీఐబీ): ఇండియన్ రైల్వేస్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సిగ్నల్ ఇంజినీరింగ్ అండ్ టెలికమ్యూనికేషన్స్ (ఐఆర్ఐఎస్ఈటి) ప్రతిష్టాత్మక కేంద్రాన్ని గౌరవ రైల్వే, కమ్యూనికేషన్స్ మరియు ఎలక్ట్రానిక్స్ & ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ సందర్శించారు . ఈ సందర్భంగా " కవచ్" స్వదేశీ ఆటోమేటిక్ రైలు రక్షణ వ్యవస్థ పనితీరును మంత్రి సమీక్షించారు. సాంకేతికతను వేగంగా విస్తరించేందుకు దేశీయంగా రూపొందించిన ఈ వ్యవస్థ యొక్క సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి వ్యూహాలను రూపొందించాలని సంబంధిత కార్యనిర్వాహకులను ఆయన ఆదేశించారు. ఇనిస్టిట్యూట్ లో " కవచ్" పరికరాలకు సంబంధించి ఏర్పాటు చేసిన ప్రయోగశాలను కూడా సందర్శించారు. రైల్వే స్టేషన్లలో ఉపయోగించే ఎలక్ట్రానిక్ ఇంటర్‌లాకింగ్ సిస్టమ్‌లతో " కవచ్" అనుసంధానం వంటి అంశాలపై ప్రదర్శనశాలను ఏర్పాటు చేసారు .

ఈ కేంద్రంలో వివిధ విభాగాల్లో శిక్షణ పొందుతున్న 170 మందికి పైగా ఇంజనీర్లతో మంత్రి సంభాషించారు. రైలు సర్వీసుల ఉత్పాదకతలో అభివృద్ధి మరియు ఇతర సమస్యల పరిష్కారం కోసం వినూత్న రీతిలో ఆలోచిస్తూ భవిష్యత్తులో పురోగమించాలని రైల్వే మంత్రి వారికీ ఉద్బోధించారు. ప్రజల అంచనాలకు తగ్గట్లుగా పరిష్కారాలను కనుగొనడానికి ప్రపంచ స్థాయి ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్నిఅందిపుచ్చుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని ఆయన కోరారు. బహుళ సాంకేతికతలు మరియు మౌలిక సదుపాయాల కల్పన సవాళ్లపై శిక్షణార్థులు అడిగిన పలు ప్రశ్నలకు మంత్రి సమాధానమిచ్చారు.

ఇండియన్ రైల్వేస్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సివిల్ ఇంజినీరింగ్ (ఐ ఆర్ ఐ సి ఈ ఎన్) పూణేలో ఏర్పాటు చేసిన చీఫ్ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ఆఫీసర్స్ కాన్ఫరెన్స్‌లో కుడా మంత్రి వీడియో కాన్ఫరెన్సింగ్ ద్వారా పాల్గొన్నారు. మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు నిర్దేశించిన ఉన్నత స్థాయి లక్ష్యాలను సాధించేందుకు తగిన కార్యాచరణ ప్రణాళికలతో ముందుకు రావాలని జోనల్ రైల్వే చీఫ్ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ఆఫీసర్లకు మంత్రి సూచించారు. ఈ పర్యటనలో గౌరవ మంత్రితో పాటు దక్షిణ మధ్య రైల్వే జనరల్ మేనేజర్ అరుణ్ కుమార్ జైన్ మరియు ఇరిసెట్ డైరెక్టర్ జనరల్ సుధీర్ కుమార్ కుడా ఉన్నారు.

30 ఏళ్ల మాగ్రామాల కలలను సహకారం చేస్తున్నప్రభుత్వం కు ధన్యవాదములు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): సుమారుగా 17 కోట్ల రూపాయల అంచనా వ్యయంతో ఒరిస్సా రాష్ట్రం నుంచి పార్వతీపురం మండలం మీదుగా గల అంతరాష్ట్ర రహదారిపై జరుగుతున్న రోడ్డు విస్తరణ పనులను స్థానిక ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు తో కలిసి పరిశీలించిన రాష్ట్ర డిప్యూటీ సీఎం పీడిక రాజన్నదొర పార్వతిపురం మండలం గృహ సారుదుల సమావేశానికి వెంకంపేట గ్రామం విచ్చేసిన డిప్యూటీ సీఎం దానికి ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు పిలుపుమేరకు దగ్గర్లో గల చినబొండపల్లి గ్రామంలో జరుగుతున్న రోడ్డు విస్తరణ పనులను స్వయంగా పరిశీలించడం జరిగినది. ఈ రోడ్డు విస్తరణ పనులను ఆనాడు తమ చేతుల మీదుగా శంకుస్థాపన చేసుకుంటూ నేడు విస్తరణ పనులు దాదాపు 70 శాతం పూర్తి చేసుకోవడంతో పాటు ఎంఆర్ నగరం, చినబొండపల్లి మరియు వెంకంపేట గ్రామాల ప్రజలు గత 30 ఏళ్ల కాలంగా ఎదురుచూస్తున్న రోడ్డు విస్తరణ కాలువల నిర్మాణం పనులు వైసీపీ ప్రభుత్వం హయాంలో జరుగుతుండడం అందుకు ప్రధాన కారకులైన తమ స్థానిక ఎమ్మెల్యే జోగారావు కి రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పీడిక రాజన్నదొర కి మేమంతా రుణపడి ఉంటామని ఆయా గ్రామాల ప్రజలు, ప్రజా ప్రతినిధులు ఈ సందర్భంగా కృతజ్ఞతలు తెలియ జేసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల పార్టీ అధ్యక్షులు బొమ్మి రమేష్, ఎంపీపీ మధ్య శోభారాణి, వైస్ ఎంపీపీ సిద్ధ జగన్నాథరావు, మూడు గ్రామాల సర్పంచులు గండి శంకర్రావు, తీళ్ళ కృష్ణారావు, వంగపండు త్రినాథ నాయుడు, ఎంపీటీసీ సభ్యులు బంకూరు రవికుమార్, బడే రామారావు లతో పాటుగా ఇతర గ్రామాల సర్పంచులు, ఎంపీటీసీ సభ్యులు, వైసీపీ సీనియర్ నాయకులు కార్యకర్తలు స్థానిక ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కోమిర గ్రామంలో తాటాకు ఇల్లు దగ్ధం

రావికమతం, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలం లో కోమిర గ్రామం లో కాకి రాజు అనే వ్యక్తి కీ సంబందించిన తాటాకు ఇల్లు శనివారం మధ్యాహ్నం మూడున్నర గంటలకు అగ్నికి అహుతి అయింది.కుటుంబ సభ్యులు పొలం పని నిమిత్తం బయటకి వెళ్ళమని ఆ సమయం తాటాకు ఇల్లు దగ్ధం అయిందని ఇంట్లో ఉన్న,నిత్యఅవసర సరుకులు, బట్టలు,ఇటీవల తీసుకొని వచ్చిన కొత్త ధాన్యం కాలి బూడిదయ్యాయని సుమారు 1లక్ష 50 వేలు వరకు తనకు ఆస్తి నష్టం వాటిల్లింది అని గృహ యజమాని రాజు తెలిపారు. అగ్ని మాపాక సిబ్బంది వచ్చేసరికి ఇల్లు మొత్తం కాళీ బూడిద అయిందని వాపోయారు.

నేడు తాల్లబురిడీలో సచివాలయం లో గృహప్రవేశం సారదులతో జరిగే శిక్షణ కార్యక్రమం విజయవంతం చేయాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): నేడు తాల్లబురిడీలో సచివాలయం లో గృహప్రవేశం సారదులతో జరిగే శిక్షణ కార్యక్రమం విజయవంతం చేయాలనీ ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు అన్నారు ఎమ్మెల్యే అలజంగి చేతుల మీదుగా ఘనంగా ప్రారంభము కానున్న తాల్లబురిడీలో గ్రామం నూతన సచివాలయం భవనం పార్టీ ఆదేశాల మేరకు పార్వతీపురం నియోజకవర్గం పరిధిలో ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు సారధ్యంలో నూతనంగా నియామకం కాబడిన 2600 మంది గృహ సారథుల శిక్షణా కార్యక్రమాలను మండలానికి రెండు చెప్పున నిర్వహిస్తున్న సందర్భంగా ఇప్పటికే నియోజకవర్గ పరిధిలో 5 సమావేశాలను పూర్తి చేసుకునీ మిగతా 3 శిక్షణా సమావేశాలు రేపటిలోగా పూర్తి చేయడం జరుగుతుంది అని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఎమ్మెల్యే గ క్యాంప్ కార్యాలయంలో సమావేశమై రేపు పార్వతీపురం మండలం, తాల్లబురిడీ గ్రామంలో రెండవ శిక్షణా సమావేశంలో బందలుప్పి, పూట్బురు, జమదాల, తాల్లబురిడీ, డికే పట్టణం, డోకుషీల, ములగ, గంగాపురం, సంఘంవలస మరియు ఏంఅర్ నగరం మొత్తం 10 సచివాలయంల పరిధిలో గల గృహ సారథులు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, వాలంటీర్లుతో కలిసి శిక్షణా కార్యక్రమం నిర్వహణకు అవసరమైన ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయడంతో బాటు ప్రతీ ఒక్కరూ కార్యక్రమానికి హాజరైయ్యేలా చూడాలి అని సచివాలయం కార్యదర్శులకు, మండల నాయకులకు, ఆయా సచివాలయం ప్రజా ప్రతినిధులకు, కన్వీనర్లు తెలియాచేసారు.

జగనన్న గృహ నిర్మాణాన్ని పరిశీలించిన సిపిఎం లోకనాథం

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జగనన్న గృహ నిర్మాణాలను సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి కె. లోకనాథం పరిశీలించారు అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ జగనన్న గృహాలకు ప్రభుత్వం ఇస్తున్న బడ్జెట్ ను ఐదు లక్షలకు పెంచాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం ఇస్తున్న నిధులు నిర్మాణాలకి సరిపోక అప్పులకు గురి అవుతున్నారని ప్రభుత్వం ఈ నిధులను పెంచడానికి చర్యలు చేపట్టాలని అన్నారు. ఇనుము, రాయి, ఇటుకులు ఇంటి నిర్మాణ సమగ్రి ధరల భారీగా పెరిగాయని ఈ సమయంలో పేదలు మధ్యతరగతి ప్రజలకు ఇస్తున్న ఈ ఇల్లులు నిర్మాణం చేయడానికి ప్రభుత్వం నిధులు పెంచవలసిన అవసరం ఉందని ఇస్తున్న బిల్లులు ను కూడా వెంటవెంటనే విడుదల చేయడానికి చర్యలు చేపట్టాలని జగనన్న ఇల్లులు నిర్మాణ సందర్భంగా రోడ్లు కాలువలు ప్రతి ఇంటికి విద్యుత్తు , వీధిలైట్లు ,ఏర్పాటు చేయాలని ఆయన కోరారు ఈ కార్యక్రమంలో సిఐటియు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు గని శెట్టి సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు.

సూపర్ మార్కెట్లో దొరికే వీటిని అస్సలు కొనొద్దు

సాధారణంగా బ్రకోలీని మనం కొంటుంటాం. ఇది ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిదని తెలుసు. కానీ, దీనని ఫ్రోజెన్ చేసినప్పుడు రుచితో పాటు ఆకృతిని కూడా కోల్పోతుంది. దీంతో వాటిని సూపర్ మార్కెట్స్ నుంచి కాకుండా స్థానిక మార్కెట్ నుండి కొనడం ఉత్తమం. బ్రోకలీని కవర్‌లో వేసి గడ్డకట్టేలా ఉంచడం వల్ల స్ఫటికాల అభివృద్ధికి దారితీస్తుందని, ఇది బ్రోకలీ పోషక విలువలని తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు.

స్ట్రాబెర్రీస్.. స్ట్రాబెర్రీస రుచి కారణంగా చాలా మంది వీటిని ఇష్టపడతారు. ఈ కారణంగా వీటిని ఏడాది పొడవునా అందుబాటులో ఉంచేందుకు ప్రయత్నిస్తారు. అయితే, వీటిని సీజన్‌లో మాత్రమే కొనాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే స్ట్రాబెర్రీస్ పోరస్ స్వభావాన్ని కలిగి ఉంటాయి. నీటితో నిండినవి, ఘనీభవించడంతో ఇవి విచ్ఛిన్నమవుతాయి. ఇది రుచి, ఆకృతిని నాశనం చేస్తాయి. అదనపు ద్రవంతో నిండి ఉంటాయి. కొన్ని సందర్భాల్లో కాల్షియం క్లోరైడ్, కాల్షియం లాక్టేట్, కాల్షియం అస్కార్బేట్, కాల్షియం ప్రొపియోనేట్ వంటి ప్రిజర్వేటివ్స్ స్ట్రాబెర్రీల షెల్ఫ్ లైఫ్, రుచిని పెంచేందుకు ఉపయోగిస్తారు.

మూలికలు.. అంటే, కొత్తిమీర, పుదీనా వంటివి అన్నమాట. ఇవి తాజా సువాసన కలిగి భోజనానికి మరింత రుచిని జోడించగలవు. మనలో చాలా మంది వీటిని క్లీన్ చేసి, కట్ చేసేంత ఓపిక లేదని వీటిని తీసుకుంటారు. కానీ, ఇవి గడ్డకట్ట క్రమంలో వీటి సామర్థ్యాన్ని, రుచిని కోల్పోతాయి. కలిపి ప్యాక్ చేయడం వల్ల త్వరగా లోపల కుళ్ళిపోయే ప్రమాదం కూడా ఉంది. వీటి షెల్ఫ్ జీవితాన్ని కాపాడేందుకు గడ్డకట్టిన కూరలను కొనడం కంటే వాటిని తాజాగా పెంచుకోవడం మంచిది.

బర్గర్ ప్యాటీస్.. బర్గర్ ప్యాటీలు, కోల్డ్ చైన్ స్టోర్ నుండి నగ్గెట్స్ కొనడం ఇంట్లో బర్గర్ చేసేందుకు మాంచి ఆప్షన్ అనుకోవచ్చు. కానీ, అవి చేసిన పిండి పదార్థాలు, ఎమల్సిఫైయర్‌ల వంటి సంకలితాలతో నిండి ఉన్నాయని తెలిస్తే మీరు షాక్ అవుతారు. అంతేకాకుండా ఓవర్ ఫ్రీజింగ్ కారణంగా రుచిని తగ్గిస్తుంది. నిజమైన ఆకృతిని కోల్పోతుంది.

పుట్టగొడుగులు.. సూపర్ మార్కెట్ నుండి క్లీన్ ఫ్రోజెన్ ప్యాక్ పుట్టగొడుగులు కొనడం ఈజీనే కానీ, వీటిని ఫ్రోజెన్ చేసిప్పుడు అవి మెత్తగా, తడిగా మారుతుంటాయి. వీటిని తినడం అంత మంచిదికాదు.

ఏవైనా సరే మనం కొంటున్నప్పుడు అవి తాజాగా ఉండడం మంచిది. అయితే సూపర్ మార్కెట్లో లభించే ఈ ఫ్రోజెన్ ఫుడ్స్ చాలా రోజులుగా ఉండి వాటి తాజాదనాన్ని కోల్పోతాయి. వీటిని కొనడం వల్ల తాజా ఫుడ్స్‌లో లభించే పోషకాలు లభించవు. అందుకే వీటి బదులు తాజా పదార్థాలు తీసుకోవడం ఉత్తమం.

బి12 లోపిస్తే కాళ్ళు, చేతుల్లో సూదులు గుచ్చినట్లుగా అనిపిస్తుంది

అతి ముఖ్యమైన పోషకాలలో ఒకటి విటమిన్ బి 12, ఇది శరీరంలోని ముఖ్యమైన ప్రక్రియలకు సాయపడు తుంది. ఇందులో ఎర్ర రక్తకణాలు, డిఎన్ఏ ఏర్పడటం, మెదడు, నరాల కణాలను అభివృద్ధి చేయడం, ఆరోగ్యకరమైన నాడీ వ్యవస్థను నిర్వహించడం వంటివి ఉంటాయి. అందుకే శరీరంలో విటమిన్ బి12 లేకపోవడం, తగినంతగా లేకపోవడం అనేక రకాల లక్షణాలను కలిగిస్తుంది.

బి12 లోపం లక్షణాలు.. ఎర్ర రక్తకణాల నిర్మాణం, ఎముకల ఆరోగ్యం, శక్తి స్థాయిలు, మానసిక స్థితికి సాయపడేం దుకు విటమిన్ బి12 అవసరం కాబట్టి, ఈ ముఖ్య పోషకం తక్కువ స్థాయిలు మీ జీవితాన్ని ప్రభావితం చేసే ఆరోగ్య సమస్యల్ని కలిగిస్తాయి.

ఈ కారణంగా అలసట, చిరాకు, చర్మంపై లేత పసుపు రంగు, గ్లోసిటిస్, నోటి పూత, మీరు తిరిగే విధానంలో మార్పులు, దృష్టి సమస్యలు, నిరాశ, బలహీన సామర్థ్యాలు ఉంటాయి.

పరస్తేసియా ఉంటే.. విటమిన్ బి12 లోపం లక్షణాలలో ఒకటి పరేస్తేసియా, ఇది సాధారణంగా చేతులు, కాళ్ళు, పాదాలలో వస్తుంది. కానీ, శరీరంలోని ఇతర భాగాలలో కూడా వస్తుంది.

అత్యంత తీవ్రమైన విటమిన్ బి 12 లోపం కేస్ ప్రజెంటేషన్, సాహిత్య సమీక్ష అనే కేసు నివేదిక ప్రకారం, 83 ఏళ్ళ వ్యక్తి తన వేళ్ళలో పరేస్తేసియా అని చెప్పాడు. అలసట, వెర్టిగో, శారీరక శ్రమ అసహనం, కడుపు నొప్పి, ఆకలి లేకపోవడం.

వచ్చే 2, 3 నెలల ముందే లక్షణాలు ప్రారంభమయ్యాయని నివేదిక చెబుతోంది. పరిశీలించిన తర్వాత, అన్ని ఇతర ముఖ్య లక్షణాలు సాధారణంగా ఉండగా, వైద్య నిపుణులు రోగి శరీ రంలో తక్కువ స్థాయి బి12ని గుర్తించారు.

ట్రీట్‌మెంట్‌లో బి12 ఇంజెక్షన్స్ ఉన్నాయి. రెండు సంవత్సరాల సమ యంలో రోగికి ఎలాంటి లక్షణాలు లేవు.

సూదులు గుచ్చుకున్నట్లుగా ఉంటే..

పరేస్తేసియా, పిన్స్, సూదులు అనేది చాలా తరచుగా చేతులు, కాళ్ళు, పాదాలలో వచ్చే శరీరంలో ఇతర భాగంలో వచ్చే సమస్య. పరేస్తేసియా ఉన్న వ్యక్తులు, ముడతలు, దురద, జలదరింపు సమస్యని అనుభవిస్తారు.

ఇది బి12 లోపం లక్షణాలలో ఒకటి అయితే, పరేస్తేసియా ఉంటే ఆ పరిస్థితి ఉందని కాదు. ఇది ఓ నరాల మీద నిర్దిష్ట ఒత్తిడిని సూచిస్తుంది. దీర్ఘకాలిక పరేస్తేసియా అనేది మెడికల్ కండీషన్, నరాల దెబ్బతినడానికి లక్షణం.

ట్రీట్‌మెంట్ చేయకపోతే..

యూకె నేషనల్ హెల్త్ సర్వీసెస్ విటమిన్ బి 12 లక్షణాలను తేలిగ్గా తీసుకోవద్దని హెచ్చరించింది. చికిత్సతో అనేక లక్షణాలు మెరుగుపడినప్పటికీ, ట్రీట్‌మెంట్ చేయకుండా వదిలేస్తే పరిస్థితి వల్ల కలిగే సమస్యలు కోలుకోలేనివిగా ఉంటాయని ఆరోగ్యం చెబుతోంది. పరిస్థితి ఎక్కువ కాలం ట్రీట్‌మెంట్ చేయకపోతే, సమస్య మరి ఎక్కువయ్యే అవకాశం ఉందని చెబుతోంది. మీ సమస్య ఎంత తీవ్రంగా ఉందో తెలుసుకుని తగ్గట్టు డాక్టర్స్ ట్రీట్‌మెంట్ ఇస్తారు.

ఏమేం తినాలంటే.. మీరు ఎప్పుడు విటమిన్ బి12 అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. పాలు, గుడ్లు, పెరుగు, ఫ్యాటీ ఫిష్, రెడ్ మీట్, క్లామ్స్, తృణధాన్యాలు తీసుకోవడం చాలా మంచిది.

చాపింగ్ బోర్డు ఇలా క్లీన్ చేస్తే.. మరకలు మాయం అవుతాయ్..!

కిచెన్‌లో కత్తులు, పీలర్లు, చాపింగ్ బోర్డులు.. ప్రతి రోజూ వాడుతూనే ఉంటాం. ఈ వస్తువులు.. క్లీన్‌గా ఉండటం చాలా ముఖ్యం. లేకపోతే.. వీటిపై క్రిములు చేరి ఆరోగ్యానికి హాని జరిగే ప్రమాదం ఉంది. ముఖ్యంగా.. చాపింగ్‌బోర్డు రోజూ ఉపయో గిస్తాం. దానిపై కత్తిగాట్లు, కూరగాయల మరకలు, మచ్చలు పడి డర్టీగా మారుతుంది. దాన్ని రోజూ నీటితో శుభ్రం చేస్తాం.. అయినా కత్తిగాట్ల చాటిన క్రిములు దాగి ఉంటాయి. దీనిపై కట్‌చేసిన కూరగాయలు తింటే ఆరోగ్యానికి హాని జరిగే ప్రమాదం ఉంది. వాటిని వారానికి ఒకసారైనా డీప్ క్లీన్ చేయాలని చెబుతున్నారు. మనం వుడెన్, ప్లాస్టిక్ చాపింగ్‌బోర్డులు వాడతూ ఉంటాం.

బేకింగ్ సోడా, నిమ్మకాయ.. బేకింగ్ సోడా, నిమ్మకాయతో చాపింగ్‌బోర్డు క్లీన్ చేస్తే.. తళతళమెరుస్తుంది. ఇవి క్రిములను కూడా నాశనం చేస్తాయి. ముందుగా చాపింగ్ బోర్డుపై బేకింగ్ సోడా చల్లండి. నిమ్మకాయ బద్ధను తీసుకుని బోర్డుపై రుద్దండి. పూర్తైన తర్వాత, బోర్డును 20 నిమిషాల పాటు పక్కన పెట్టేయండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో బోర్డు వాష్ చేసి.. శుభ్రమైన క్లాత్‌తో తుడవండి.

నిమ్మకాయతో మరకలు పోతాయ్.. రోజూ కూరగాయాలు, పండ్లు కట్ చేయడం వల్ల చాపింగ్ బోర్డుపై మరకలు అవుతుంటాయి. ఆ మరకలు పోగొట్టేందుకు నిమ్మ తొక్కతో చాపింగ్ బోర్డును గట్టిగా రుద్దితే మరకలు పోయి శుభ్రమవుతుంది.

చింతపండు.. చింతపండు గుజ్జుకు కొద్దిగా ఉప్పు కలపండి. ఈ మిక్స్‌తో చాపింగ్‌బోర్డుపై రుద్ది శుభ్రం చేయండి. ఇవి న్యాచురల్ క్లీనింగ్ ఏజెంట్‌లా పనిచేస్తాయి. చింతపండు, ఉప్పుతో బోర్డు రుద్దితే.. మరకలు తొలగుతాయి. క్రిములు కూడా నాశనం అవుతాయి.

ప్లాస్టిక్ చాపింగ్‌బోర్డు ఇలా క్లీన్ చేయండి.. మీకు ప్లాస్టిక్ చాపింగ్ బోర్డ్ ఉంటే, దానిని ఉప్పు, బేకింగ్ సోడా, వెనిగర్ సహాయంతో చాలా తక్కువ సమయంలో శుభ్రం చేయవచ్చు. బోర్డుపై ఉప్పు, బేకింగ్ సోడాను అప్లై చేసి సుమారు 10 నిమిషాలు అలాగే ఉంచండి. తర్వాత స్పాంజ్ సహాయంతో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇప్పుడు నిమ్మతొక్కతో బాగా రుద్దండి. ఇప్పుడు వైట్ వెనిగర్‌ని నీళ్లలో వేసి చాపింగ్ బోర్డ్ ఆ నీటిలో ముంచి అలాగే ఉంచాలి. ఆ తర్వాత తరిగిన బోర్డును శుభ్రమైన నీటితో కడిగి ఆరబెట్టాలి.

బ్లాక్ సాల్ట్, వైట్ సాల్ట్ ఏది బెటర్?

ఉప్పు.. అన్నం, కూరల్లో చిటికెడు వేసినా అద్భుతమైన రుచిని ఇస్తుంది. ఉప్పు లేని వంటకాలు రుచీ పచీ లేకుండా ఉంటాయి. ఉప్పుతో అనర్థాలు ఎక్కువ అని వైద్యులు చెబుతుంటారు. కానీ ఉప్పు లేకుండా వంట పూర్తి కాదు.

ప్రతి ఇంటిలో ఉప్పు సులభంగానే దొరుకుతుంది. కానీ నల్ల ఉప్పును మాత్రం చాలా కొంత మంది మాత్రమే వాడతారు. నల్ల ఉప్పులో ఆయుర్వేద గుణాలు ఉంటాయి. అందుకే రాక్ సాల్ట్ ను ఆయుర్వేద ఔషధాల తయారీలో విరివిగా ఉపయోగిస్తారు.

వైట్ సాల్ట్ ఎక్కువ ఇళ్లలో వాడతారు. బ్లాక్ సాల్ట్ చాలా కొద్ది మంది మాత్రమే ఉపయోగిస్తారు. అయితే ఈ రెండింటిలో ఏది ఉత్తమం..

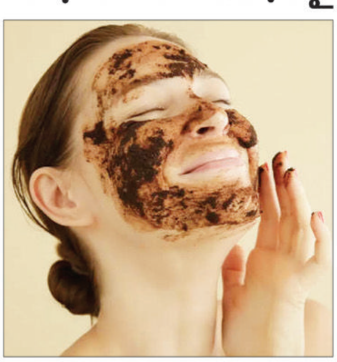
ఉప్పు ప్రయోజనాలు: ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ మానవ శరీరానికి ప్రతి రోజు 5 గ్రాముల సోడియం లేదా ఉప్పు అవసరమని పేర్కొంది. సోడియం క్లోరైడ్ అని కూడా పిలువబడే ఉప్పులో 40 శాతం సోడియం మరియు 60 శాతం క్లోరైడ్ కనిపిస్తాయి. ఇది భోజనానికి రుచిని జోడిస్తుంది మరియు స్టెబిలైజర్ మరియు బైండర్‌గా పనిచేస్తుంది. అధిక ఉప్పు వాతావరణంలో బ్యాక్టీరియా మనుగడ సాగించదు. ఉప్పు ఆహార సంరక్షణకారిగా కూడా పనిచేస్తుంది. నరాల ప్రేరణలను నిర్వహించడానికి, కండరాలను సంకోచించడానికి మరియు విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి, నీరు మరియు ఖనిజాల సరైన నిష్పత్తిని ఉంచడానికి మానవ శరీరానికి సోడియం అవసరం.

ఉప్పుతో సమస్యలు తక్కువ రక్తపోటు సమస్య ఉన్నవారు సలాడ్ లేదా ఏదైనా కూరగాయల రసంలో ఉప్పు కలిపి తినాలి. అలాంటివారు ఉప్పుతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవాలి. అదే సమయంలో, అధిక రక్తపోటు సమస్య ఉన్నవారు, ఉప్పు ఎంత తక్కువ తింటే అంత మంచిదని వైద్యులు చెబుతుంటారు. ఉప్పు ఎక్కువగా తినడం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్లు, తలనొప్పి, గుండె వైఫల్యం, అధిక రక్తపోటు, స్ట్రోక్, ఉబ్బరం మొదలైన వాటి అవకాశాలను పెంచుతుంది. మీకు ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్నట్లైతే మీరు వైట్ సాల్ట్ తీసుకోవడాన్ని పూర్తిగా తగ్గించాలి. అలాగే వైట్ సాల్ట్ బదులు బ్లాక్స్ సాల్ట్ వాడుకోవాలి.

నల్ల ఉప్పు ఆరోగ్యకరమా? 1. పోషకాలు సమృద్ధిగా: బ్లాక్ సాల్ట్‌లో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. సోడియం స్థాయిలు తక్కువ ఉంటాయి. 2. కడుపు సమస్యలను తగ్గిస్తుంది: నల్ల ఉప్పు కాలేయానికి పిత్త ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది. ఇది గుండెల్లో మంట లేదా ఉబ్బరం వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. శరీరంలో యాసిడ్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. 3. కండరాల నొప్పులను నివారిస్తుంది: బ్లాక్ సాల్ట్‌లో మంచి పొటాషియం కూడా ఉంటుంది. ఇది మీ కండరాల ఆరోగ్యానికి మంచిది. 4. రక్తంలో గ్లూకోజ్‌ని తగ్గిస్తుంది: డయాబెటిస్ లేదా హైపర్‌టెన్షన్‌తో బాధపడే రోగులకు నల్ల ఉప్పు మంచిది. ఎందుకంటే ఇది రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో, రక్తపోటు స్థాయిలను పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. 5. బరువు తగ్గడంలో సహాయం: బ్లాక్ సాల్ట్ బరువు తగ్గడంలో కూడా అనువైనది. ఇది నీరు నిలుపుదల మరియు ఉబ్బరం నివారించడం ద్వారా సోడియం తీసుకోవడాన్ని తగ్గిస్తుంది. 6. మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది: అల్, నిమ్మరసం వంటి పదార్థాలతో నల్ల ఉప్పు తీసుకున్నప్పుడు మలబద్ధకం సమస్య తలెత్తదు. 7. అలసటను తగ్గిస్తుంది: నల్ల ఉప్పు పగిలిన చర్మానికి చికిత్స చేయడంలో సహాయపడుతుంది. అలసటనూ దూరం చేస్తుంది.

తెల్ల ఉప్పు కంటే నల్ల ఉప్పు మంచిదా? ఆరోగ్య ప్రయోజనాల కోసం మీ తెల్ల ఉప్పును నల్ల ఉప్పుతో మార్చుకోవాలని వైద్యులు సిఫార్సు చేస్తున్నారు. 1. గడ్డలు ఏర్పడకుండా ఉండటానికి సాధారణ ఉప్పులో రసాయనాలు కలుపుతారు. నల్ల ఉప్పును ప్రాసెస్ చేయరు. కాబట్టి నల్ల ఉప్పు గడ్డలుగా ఏర్పడుతుంది. 2. తెల్ల ఉప్పులో అధిక స్థాయిలో సోడియం ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటును పెంచుతుంది. ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలను కలిగిస్తుంది. అయితే నల్ల ఉప్పులో సోడియం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. 3. సాధారణ ఉప్పులో ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. లవణాలలోని ఖనిజాలు మానవ శరీరం ద్వారా సులభంగా గ్రహించబడవు. నల్ల ఉప్పులో చాలా తక్కువ ఖనిజాలు ఉంటాయి. 4. నల్ల ఉప్పు జీర్ణక్రియలో సహాయపడుతుంది. అయితే తెల్ల ఉప్పు సమస్యలను పెంచుతుంది. కాబట్టి, తెలుపు కంటే నల్ల ఉప్పును ఎంచుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

కాఫీ పౌడర్‌తో ముఖంపై మచ్చలు దూరమవుతాయి



కంటి వాపు.. కాఫీలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఉబ్బిన కళ్ళు, వాపులను తగ్గించడంలో మేలు చేస్తాయి. గ్రౌండ్ కాఫీని గోరువెచ్చని నీటిలో కలిపి అందులో దూది ముంచి కళ్ళ వాపు ప్రాంతంలో రాయండి.

డార్క్ సర్కిల్స్.. అరటేబుల్ స్పూన్ కాఫీ పౌడర్‌కి 1 టేబుల్ స్పూన్ తేనె కలపండి. ఈ పేస్ట్‌ని కంటి కింద నల్లటి వలయాలకు అప్లై చేయండి. దీని 10 నుంచి 15 నిమిషాలు అలానే ఉంచి చల్లని నీటితో కడిగేయండి. ఇది రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సాయపడుతుంది. ఈ కారణంగా నల్లటి వలయాలు చాలా వరకూ దూరమవుతాయి.

మొటిమలు.. మొటిమలు, దానికి కారణమయ్యే బ్యాక్టీరియాతో పోరాడేందుకు కాఫీ పొడి చక్కగా పనిచేస్తుంది. ఇందులోని యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు సహజమైన ఎక్స్‌ఫోలియేటర్‌గా పనిచేస్తుంది. దీంతో మీ ముఖాన్ని నెమ్మదిగి రాయండి. స్లో మోషన్‌లో మసాజ్ చేయండి. ఇలా చేయడం వల్ల డెడ్ స్కిన్ తొలగిపోయి మొటిమలు తగ్గుతాయి.

ఫేస్ ప్యాక్ కోసం.. 1 టేబుల్ స్పూన్ శనగపిండిలో 3 టీ స్పూన్ల కాఫీ కలపండి. 3 టీ స్పూన్ల తేనె, 2 టీ స్పూన్ల అలోవేరా జెల్, 2 చుక్కల లావెండర్ ఎసెన్షియల్ వేసి బాగా కలపండి. ఇలా తయారైన ప్యాక్‌ని 15 నిమిషాల పాటు ముఖానికి రాసి ఆరిపోయే వరకూ ఉంచి నీటితో శుభ్రం చేయండి.

యూవీ కిరణాల నుండి.. కాఫీలోని పాలీఫెనాల్స్ యూవి కిరణాల నుండి రక్షిస్తుంది. సూర్యరశ్మికి గురికావడం వల్ల ఏర్పడే వచ్చే ఫైన్ లైన్లు తగ్గిస్తుంది. 1 టేబుల్ స్పూన్ కాఫీతో పాటు 1 టేబుల్ స్పూన్ నిమ్మరసం కలపండి. దీన్ని 15 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి ఆపై శుభ్రం చేసుకోండి.

కాఫీ, ఆలివ్ ఆయిల్ రెండింటిలోనూ యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ఉంటాయి. ఇవి అకాల వృద్ధాప్యం నుంచి చర్మాన్ని రక్షించడంలో సాయపడతాయి.

అరటీస్పూన్ కాఫీ పౌడర్‌కి 1 టేబుల్ స్పూన్ ఆలివ్ ఆయిల్ వేసి బాగా మిక్స్ చేసి పేస్ట్‌లా చేయాలి. దీన్ని ముఖమంతా అప్లై చేయాలి. మీ శరీరంలో డ్రైగా ఉన్న భాగాలపై ఈ పేస్ట్‌ని వాడొచ్చు. దీన్ని 15 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి కడిగేయాలి.

మచ్చలు.. కాఫీ మాస్క్‌ని రెగ్యులర్‌గా వాడితే మచ్చలు మాయమై మృదువైన, ప్రకాశవంతమైన, మచ్చలేని చర్మాన్ని పొందుతారు. కాఫీ వల్ల పెదవుల నలుపుదనం కూడా దూరమవుతుంది.

అర టేబుల్ స్పూన్ కాఫీ పౌడర్, అర టేబుల్ స్పూన్ తేనె, సగం నిమ్మరసం కలిపి మిశ్రమాన్ని తయారు చేయండి. మీ మచ్చలను దూరం చేసేందుకు స్పాట్ ట్రీట్‌మెంట్‌గా వాడొచ్చు. దీన్ని మచ్చలు, పెదాలపై అప్లై చేసి కొన్ని నిమిషాల పాటు 10 నిమిషాల పాటు అలానే ఉంచి చల్లని నీటితో కడిగేయాలి.

డయాబెటిస్ బాధితులు ఈ పప్పులు ఓ వరం

పప్పులో అధిక పరిమాణంలో ప్రొటీన్ ఉంటుంది. ప్రొటీన్ కోసం పప్పులు తినమని వైద్యులు తరచుగా రోగులకు సలహా ఇస్తుంటారు. అయితే మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు కూడా పప్పులు తినాలి కదా.. మరి మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు పప్పులు తినాలా వద్దా అనేది నిపుణుల ఏమంటున్నారు..? అవి తినాలంటే, ఏ పప్పు వారికి మేలు చేస్తుంది..? ముఖ్యంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగడం ద్వారా మధుమేహం వంటి దీర్ఘకాలిక పరిస్థితులు ఉన్నవారికి . కానీ అవి ఎలా సహాయపడతాయి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను కంట్రోల్ చేసుకునేందుకు వైద్యుల సలహా ఇచ్చే నిర్దిష్ట పప్పులు ఏమైనా ఉన్నాయా? మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు కొన్ని పప్పులు ఎలా మంచివి..?

మధుమేహానికి కారణం ఏంటి? 2030 నాటికి మధుమేహంతో జీవిస్తున్న వారి సంఖ్య 643 మిలియన్లకు చేరుతుంది. 2045 నాటికి 783 మిలియన్లకు పెరుగుతుందని అంచనా వేయబడింది. ది ఇండియన్ ఎక్స్‌ప్రెస్‌లో ప్రచురించబడిన ఒక నివేదిక. ఇంటర్నేషనల్ డయాబెటిస్ ఫెడరేషన్ యొక్క ఏడీఎఫ్ డయాబెటిస్ అట్లాస్ టెన్త్ ఎడిషన్ 2021లో ప్రకారం, ఈ పెరుగుదల వెనుక ఉన్న ముఖ్య అంశాలను అర్థం చేసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. స్థూలకాయం తో పాటు సమతుల ఆహారం తీసుకోకపోవడం మధుమేహానికి ప్రధాన కారణమని వైద్య నిపుణులు అంటున్నారు.

మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ధాన్యాలు ఉపయోగకరంగా ఉంటాయా? జనాభాలో ఎక్కువ భాగం శాఖాహారం తినేవారని వైద్య నిపుణులు అంటున్నారు. ప్రపంచ మధుమేహ రాజధానిగా భారత్ మారుతోందని తాజా లెక్కలు చెబుతున్నాయి. డయాబెటిస్ డైట్ ప్లాన్‌లో పప్పు ధాన్యాలు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. అయితే వీటికి ప్రొటీన్ మూలంగా ఉండటమే ముఖ్య కారణం. అధిక ఫైబర్, ప్రొటీన్, కాంప్లెక్స్ కార్బోహైడ్రేట్ కంటెంట్ కారణంగా కాయధాన్యాలు నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతాయని పరిశోధనలో తేలింది.

శరీరంలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్లస్ తక్కువ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచదు. కాయధాన్యాలు ఫైటోకెమికల్స్ (సపోనిన్లు , టానిన్లు) కూడా కలిగి ఉంటాయి. పప్పు తినడం వల్ల రక్తపోటు మెరుగుపడుతుందని పరిశోధనలు కూడా చెబుతున్నాయి.

డయాబెటిక్ రాగులు ఏ పప్పులు తినాలి? మధుమేహం ఉన్నట్లయితే పప్పు దినుసులను తెలివిగా ఎంచుకోవాలని సూచిస్తున్నారు వైద్య నిపుణులు. నువ్వులు తినడం చాలా మంచిదని అంటారు. ఇది కొలెస్ట్రాల్ పెరగడాన్ని నియంత్రిస్తుంది. అంతేకాదు బరువును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. అదే సమయంలో, మీరు మినుములను కూడా తినవచ్చు. ఇది మీకు శక్తిని ఇస్తుంది. ఇది కాకుండా, మీరు పెసర పప్పు కూడా తినవచ్చు. ఇందులో ఫైబర్, ప్రొటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు మేలు చేస్తుంది.

అయితే ఈ విషయంలో మీరు మీ వైద్యుడని ఓసారి సంప్రదించడం కూడా అవసరం. ఎందుకంటే మీ రక్తంలో చెక్కర స్థాయి ఎలా ఉందో మీ వైద్యుడు మాత్రమే చెప్పగలరు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడానికి మీకు తగిన పప్పులను ఎంచుకోవడంలో మీ వైద్యుడు మాత్రమే సూచించగలడు. పప్పులు చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉండవచ్చు.. అయితే అలా అని మీరు పప్పులను ఎక్కువగా తినవచ్చని దీని అర్థం కాదు. పప్పు దినుసులను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కడుపు ఉబ్బరం, పేగు సంబంధిత సమస్యలు తలెత్తుతాయని మాత్రమే గుర్తుంచుకోవాలి.

శ్రీ శంకర విజయేంద్ర సరస్వతీ స్వామిని దర్శించుకున్న మంత్రి అమర్నాథ్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): శ్రీ కంచి కామకోటి పీఠాధిపతులు జగద్గురు శ్రీ శంకర విజయేంద్ర సరస్వతి స్వామి వారిని రాష్ట్ర పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ ఆదివారం దర్శించుకున్నారు. స్థానిక శంకర్ మఠంలో విడిది చేసి ఉన్న స్వామివారిని మంత్రి అమర్నాథ్ భక్తి ప్రపత్తులతో సేవించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా స్వామి వారు, అమర్నాథ్ పలు అంశాలపై చర్చించారు. అనంతరం విజయేంద్ర సరస్వతి స్వామి పలు విలువైన పుస్తకాలను మంత్రి అమర్నాథ్ కు అందజేశారు. అమర్నాథ్ వెంట వైసిపి ఉత్తర నియోజకవర్గం ఇన్చార్జి కే.కే.రాజు, కార్పొరేటర్ బాణాల శ్రీనివాస రావు, డాక్టర్ రవి రాజు తదితరులు ఉన్నారు.

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లా ఎస్పీ గౌతమి శాలి ఆదేశాల మేరకు జిల్లా పోలీసులు ఎస్.ఈ.బి., ఏ.పి మాదకద్రవ్యాల నివారణ, దానివలన జరిగే అనర్థాలను యువతకు అవగాహన కల్పించి, మాదకద్రవ్యాల వాడకం, రవాణా చేసే వారి వివరాలు సెబ్ టోల్ ఫ్రీ నెంబర్: 14500 కు సమాచారం తెలియజేయాలని, జిల్లాలోని విద్యాసంస్థల వద్ద ముఖ్య కూడళ్ల వద్ద హోర్డింగులను పోలీసులు ఏర్పాటు చేశారు.అనకాపల్లి జిల్లా పోలీసులు జూదం, కోడి పందాలు తదితర ఆడుతున్న వారిపై దాడి చేసి 14 కేసులు నమోదు చేసి, 42మందిని అరెస్ట్ చేసి, రూ.16,855/- నగదు, 14 పందెం కోళ్లు, 54 కేజీల గంజాయి, 75.12 టన్నుల ఇసుకను స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

మాఘ పౌర్ణమి సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ Ms గౌతమి శాలి ఐపీఎస్., వారి ఆదేశాలపై పరవాడ, నర్సీపట్నం సబ్ డివిజన్ పరిధిలో పూడిమడక, రేవుపోలవరం, ముత్యాలమ్మపాలెం , వాడపాలెం తదితర సముద్రతీర ప్రాంతాల్లో భక్తులు పుణ్య

మాదక ద్రవ్యాలపై యువతకు అవగాహన కల్పించిన పోలీసులు

స్నానాలు ఆచరించి, దేవాలయాలను, జాతరలను సందర్శించేభక్తుల సౌకర్యార్థం, పటిష్ట భద్రత ఏర్పాట్లు చేయడం మరియు ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరణ, నేరాలు అదుపుకు క్రైమ్ పోలీసులను ఏర్పాటు చేసి, ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా బందోబస్తు విధులు నిర్వహించిన అధికారులను, సిబ్బందిని అభినందించారు.

పాయకరావుపేట పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో పాల్తేరు, ఈదటం, రాజానగరం, కొర్లయ్యపేట మరియు పాయకరావుపేట జడ్పీ హైస్కూల్లో నందు

ప్రచార వాహనం ద్వారా విద్యార్థులకు ఫోక్సో, మహిళా చట్టాలపై అవగాహన కల్పించారు. పోలీసులు, సెబ్ అధికారులు దాడులు నిర్వహించి, 12 కేసులు నమోదు చేసి, 12మందిని అదుపులోనికి తీసుకుని, 1500 లీటర్ల బెల్లం పిలుపును ధ్వంసం చేసి, 41 లీటర్ల నాటు సారాను, 9.62 లీటర్ల అక్రమ మద్యం ను స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

బహిరంగ ప్రదేశాల్లో మద్యం సేవించి, ప్రజాశాంతికి భంగం కలిగించిన 33 మందిపై కేసులు నమోదు చేశారు. మద్యం సేవించి వాహనాలు నడిపిన 14 మందిపై కేసులు నమోదు చేశారు. ఎం.వి.నిబంధనలు ఉల్లంఘించిన వారిపై 135కేసులు నమోదు చేసి, ఈ-చలానా గా 65,915/-లను విధించారు.

ప్రజలకు దిశా యాప్ పట్ల అవగాహన కల్పించి, 15 మందితో యాప్ డౌన్లోడ్ చేయించారు. ఇప్పటి వరకు 5,09,374 మంది యాప్ డౌన్లోడ్ చేయించగా, 1,88,625 మంది తో రిజిస్ట్రేషన్ చేయించారు.

జిల్లా పోలీసులు వాహన తనిఖీలు, విజిబుల్ పోలీసింగ్ నిర్వహించడం, ఎన్ఫోర్స్మెంట్ కేసులు నమోదు చేయడం, లాడ్జ్ లు, దాబాలు తనిఖీలు నిర్వహిస్తున్నారు.

బ్యాంకులు, ఏటీఎం, సెంటర్ల వద్ద ఖాతాదారులు మోసపోకుండా హెచ్చరిక బోర్డులు ప్రదర్శించాలని బ్యాంక్ అధికారులకు కోరిన జిల్లా పోలీసులు గ్రామ దేవతల పండుగలు, తీర్థాలలో పోలీసులు బందోబస్తు నిర్వహిస్తూ, ఎటువంటి అసాంఘిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించకూడదని గ్రామస్తులకు అవగాహన కల్పిస్తున్నారు.

పోలీసు అధికారులు రాత్రి గస్తీ లో సస్పెక్ట్ షీట్ హోల్డర్స్ ను తనిఖీ చేస్తూ, అనుమానాస్పద వ్యక్తులను ఫిన్స్ పరికరంతో వేలిముద్రల ద్వారా నేరచరిత్ర తెలుసుకునేందుకు తనిఖీలు నిర్వహిస్తున్నారు.మహిళా పోలీసులు తమ పరిధిలోని గ్రామస్తులకు, విద్యార్థులకు సైబర్ క్రైమ్స్, ఓటిపి ఫ్రాడ్స్ తక్కువ వడ్డీకి లోన్ ఇస్తామని చెప్పి జరిగే మోసాలను వివరించి జాగ్రత్తలు వహించాలని తెలిపారు.

ప్రజా సమస్యలకు సకాలంలో పరిష్కారం చూపి న్యాయం చేయండి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో ఫిబ్రవరి 6 న జిల్లా ఎస్పీ గౌతమి శాలి "స్పందన"కార్యక్రమంలో విన్నవించే ప్రజా సమస్యలకు సకాలంలో పరిష్కారంచూపి న్యాయం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

స్పందనకు వచ్చిన ఫిర్యాదుల్లో ముఖ్యంగా ఆస్థి తగాదాలు, కుటుంబ కలహాలు తదితర ఫిర్యాదులు అందాయి. సంబంధిత పోలీసు అధికారులతో మాట్లాడి చట్ట పరిధిలో సమస్యలకు పరిష్కారం చూపాలని జిల్లా ఎస్పీ సూచించారు.

తెలుగుదేశం పార్టీ ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి చిరంజీవిని అఖండ మెజారిటీతో గెలిపించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జరుగునున్న శాసనమండలిపట్టభద్రుల ఎన్నికల్లో తెలుగుదేశం పార్టీ ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి వేపాడ చిరంజీవిని అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించాలని మాజీ మంత్రి బండారు సత్యనారాయణ కోరారు. సోమవారం స్థానిక రింగ్ రోడ్డు లో ఉన్న తెలుగుదేశం పార్టీ జిల్లా కార్యాలయంలో శాసన మండల అభ్యర్థి చిరంజీవి పరిచయ కార్యక్రమం జరిగింది. అనకాపల్లి పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షుడు బుద్ధ నాగ జగదీశ్వరరావు అధ్యక్షతన జరిగిన కార్యక్రమంలో మాజీ మంత్రి బండారు మాట్లాడారు. అధిష్టానం నిర్ణయాన్ని శిరోధార్యంగా భావించి పార్టీ ప్రకటించిన చిరంజీవి మాస్టర్ను అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించి రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికలకు నాంది పలకాలని ఆయన కోరారు. ఉపాధ్యాయ వృత్తిని సైతం వదులుకొని తెలుగుదేశం పార్టీ అభ్యర్థిగా పోటీ చేసేందుకు చిరంజీవి ఎన్నికల్లో నిలబడ్డారన్నారు. విద్యార్థులు, నిరుద్యోగులు, ఉపాధ్యాయులు తో సన్నిహిత సంబంధాలు ఉన్న చిరంజీవి గెలుపు సునాయాసం అని ఆయన అన్నారు. మాజీ ఎమ్మెల్సీ పప్పల చలపతిరావు మాట్లాడుతూ తెలుగుదేశం శ్రేణులు సంఘటతంగా ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో పనిచేసి అభ్యర్థి చిరంజీవిని గెలిపించి అధికార పార్టీ వైసీపీ ఆగడాలకు అడ్డుకట్ట వేయాలన్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీ క్రమశిక్షణ గల పార్టీ అని, అభ్యర్థి మార్పు అనేది అధిష్టానం నిర్ణయమని ఆయన అన్నారు. ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి వేపాడ చిరంజీవి మాట్లాడుతూ ఈ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసేందుకు పుష్కరకాలం ఉన్న ఉపాధ్యాయ వృత్తిని వదులుకున్నానన్నారు. సభలో వక్తలు అన్నట్టు తెలుగుదేశం పార్టీ గుండె అయితే తనకు ఒక భుజం ఉపాధ్యాయులు ఒక భుజం విద్యార్థులు తన విజయానికి సహకరిస్తారని అన్నారు. తను ఉపాధ్యాయ వృత్తిలో 70 వేల మంది విద్యార్థులకు సత్సంబంధాలు ఉన్నాయని అందులో 10,000 మంది వివిధ శాఖల్లోనూ వివిధ రంగాల్లోనూ పనిచేస్తున్నారని ఆయన అన్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీ నిర్ణయించిన తొలి అభ్యర్థి సమ్మతి మేరకు తను ఈ పోటీలలో అధిష్టానం పిలుపుమేరకు పనిచేస్తున్నానని అన్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీకి ఉత్తరాంధ్ర కంచుకోట అని ఎన్నికల

ద్వారా తిరిగి దానిని నిరూపించుకోవాలని ఆయన పార్టీ శ్రేణులను కోరారు. పార్టీ శ్రేణులు ఎన్నికల ప్రచారంలో ఓటర్లను మొదటి ప్రాధాన్యత ఓటు కే ఓటు వేయాలని అభ్యర్థించాలి అని కోరారు. కార్యక్రమంలో పార్టీ మాజీ ఎమ్మెల్యేలు కే ఎస్ ఎన్ రాజు, గిడ్డి ఈశ్వరి పార్టీ నాయకులు బత్తుల తాతయ్య బాబు గూడూరు మల్లు నాయుడు, పివిజేయస్ కుమార్, వంజంగి కాంతమ్మ విజయరాణి తదితరులు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమం ముందు ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి పార్టీ నాయకులు పూలమాలలు వేసి నివాళు లర్పించారు. కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి చిరంజీవి ని నాగ జగదీశ్వరరావు బండారు సత్యనారాయణమూర్తి పప్పుల చలపతిరావు శాలువాతో సత్కరించారు.

స్పందన అర్జీలను వేగంగా పరిష్కరించాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్పందన అర్జీలను వేగంగా పరిష్కరించాలని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టణ శెట్టి అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన స్పందన కార్యక్రమంలో ఆయన ప్రజల నుండి దరఖాస్తులు ఫిర్యాదులు స్వీకరించారు. కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ మీరు పునరావృతమావకుండా స్పష్టమైన సమాధానం ఇవ్వాలన్నారు. ఈరోజు స్పందనకు 200 అర్జీలు వచ్చాయి.

త్వరలో "జగనన్నకు చెబుదాం" అనే కార్యక్రమాన్ని ప్రభుత్వం రూపకల్పన చేయనున్నట్లు తెలిపారు.అన్ని ప్రభుత్వ కార్యాలయ సిబ్బంది ముఖ ఆధారిత హాజరు (ఎఫ్ ఆర్ ఎస్ హాజరు) తప్పనిసరిగా నమోదు చేయాలన్నారు. కార్యాలయాలన్నీ పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలన్నారు. జాయింట్ కలెక్టర్ కల్పనా కుమారి, డిఆర్ఓ పి.వెంకటరమణ అర్జులను సేకరించారు. డిఆర్ఓ విభిన్న ప్రతిభావంతుల వద్దకు వెళ్లి అర్జీలు స్వీకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అందరు జిల్లా అధికారులు పాల్గొన్నారు.

సైబర్ సెక్యూరిటీపై 'కౌంటరింగ్ సైబర్ అటాక్స్ & సైబర్ ఫ్రాడ్స్ ఆన్ ఉమెన్

కాకినాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): జెఎన్టియుకె ప్రాంగణంలో విసి కాన్ఫరెన్స్ హాలు నందు ఎంపవర్మెంట్ ఆఫ్ ఉమెన్ & గ్రీవెన్సెస్ డైరెక్టరేట్ మరియు డిజిటల్ మోనిటరింగ్ సెల్ (డిఎంసి) సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో సైబర్ సెక్యూరిటీపై 'కౌంటరింగ్ సైబర్ అటాక్స్ & సైబర్ ఫ్రాడ్స్ ఆన్ ఉమెన్' అనే అంశంపై అనుబంధ కళాశాలల మహిళా అధ్యాపకులు, విద్యార్థినులకు అవగాహన సదస్సును వర్చువల్ విధానంలో నిర్వహించారు. కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా గౌరవనీయులైన ఉపకులపతి ప్రొ.జివిఆర్.ప్రసాదరాజు గారు విచ్చేయగా ప్రత్యేక అతిథులుగా రెక్టార్ ప్రొ.కెవి.రమణ, రిజిస్ట్రార్ ప్రొ.ఎల్.సుమలత, యుసిఇకె ప్రిన్సిపాల్ ప్రొ.ఎం.హెచ్.ఎం.కృష్ణప్రసాద్ లు పాల్గొన్నారు. ఎంపవర్మెంట్ ఆఫ్ ఉమెన్ & గ్రీవెన్సెస్ డైరెక్టర్ ప్రొ.ఎం.స్వరూపారాణి, డిజిటల్ మోనిటరింగ్ సెట్ స్పెషల్ ఆఫీసర్ ప్రొ.ఏఎస్ఎన్.చక్రవర్తిలు సదస్సుకు కన్వీనర్లుగా వ్యవహరించారు. ఈ సందర్భంగా ఉపకులపతి ప్రొ.జివిఆర్.ప్రసాదరాజు గారు మాట్లాడుతూ మహిళల్లో డిజిటల్ అక్షరాస్యత, సైబర్ సెక్యూరిటీపై మరింత అవగాహన పెంపొందించాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందన్నారు. ఇందులో భాగంగా వరల్డ్ ఆఫ్ ఉమెన్ (డబ్ల్యుఓడబ్ల్యు) సంస్థ మహిళా సాధికారతకు మరియు డిజిటల్ అక్షరాస్యతపై అవగాహన కల్పించడానికి తమ వంతు కృషి చేయడం జరుగుతుందన్నారు.

అనంతరం వరల్డ్ ఆఫ్ ఉమెన్ (డబ్ల్యుఓడబ్ల్యు) సంస్థ వారు భారతదేశంలోని మహిళల జీవితాలపై సానుకూల ప్రభావం చూపేందుకు గాను రూపొందించిన యాప్ను ఉపకులపతి ప్రొ.జివిఆర్.ప్రసాదరాజు గారు ప్రారంభించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అనుబంధ కళాశాలల మహిళా అధ్యాపకులు, విద్యార్థినులు, వరల్డ్ ఆఫ్ ఉమెన్ (డబ్ల్యుఓడబ్ల్యు) సంస్థ ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన ఉపముఖ్యమంత్రి బూడి

కె. కోటపాడు, (విశాఖ సమాచారమ్): మండలంలోని చౌడువాడలో 1.64 కోట్లా రూపాయలతో నిర్మించిన ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన రాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి పంచాయతీరాజ్ ,గ్రామీణ అభివృద్ధి శాఖ మంత్రి బూడి ముత్యాల నాయుడు. సోమవారం ప్రారంభించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న జిల్లా వైద్యాధికారి, ఆసుపత్రి సిబ్బంది మండల ప్రజా ప్రతినిథులు.తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంక్షేమ పథకాలే జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రభుత్వానికి శ్రీరామరక్ష

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): కులం, మతం, పార్టీలు చూడకుండా నిర్విరామంగా సంక్షేమ పథకాల అమలు చేస్తున్నది జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రభుత్వమేనని, ఈ పథకాలతో లక్షలాది మంది ప్రజలు సంతోషంగా ఉన్నారని, అందుకే ప్రజా ప్రతినిధులు ధైర్యంగా గడపగడపకు రాగలుగుతున్నారని రాష్ట్ర పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ చెప్పారు. 83వ వార్డులో చాకలిపేట, ఆమంచివారివీధి, శాఖ వీధి, ఫైర్ స్టేషన్ ప్రాంతాలలో నిర్వహించిన గడపగడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ప్రభుత్వం మంజూరు చేసిన పథకాలను లబ్ధిదారులకు అందజేస్తూ, పథకాలు అందుతున్న తీరుతెన్నులను ఆయన అడిగి తెలుసుకున్నారు. పథకాలు అమలుపట్ల లబ్ధిదారులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. దీనిపై మంత్రి అమర్నాథ్ స్పందిస్తూ రాష్ట్రంలో అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రభుత్వానికి శ్రీరామరక్షగా నిలవనున్నాయని అన్నారు. రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు నడిపిస్తున్న జగన్మోహన్ రెడ్డిని తిరిగి అధికారంలోకి తీసుకురావల్సిన బాధ్యత ప్రజలపై ఉందని అన్నారు. రాష్ట్రం మరింతగా అభివృద్ధి చెందడానికి ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి కృషి చేస్తున్నారని ఆయనకు ప్రజలంతా అండగా నిలబడాలని అమర్నాథ్ విజ్ఞప్తి చేశారు. పేద, బడుగు, బలహీన వర్గాలవారు జగన్మోహన్ రెడ్డి అందిస్తున్న ఆర్థిక ఆసరాను చేసుకోవాలని ఆయన సూచించారు. గత ప్రభుత్వాలలో లేని విధంగా అవినీతి రహితంగా పథకాలు నేరుగా. లబ్ధిదారులకు అందిస్తున్నారని మంత్రి అమర్నాథ్ తెలియజేశారు....

ఈ కార్యక్రమంలో స్టాండింగ్ కమిటీ సభ్యురాలు జాజుల ప్రసన్న లక్ష్మి, పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షుడు మందపాటి జానకిరామరాజు,డాక్టర్ రామమూర్తి, 83 వ వార్డ్ ఇంఛార్జి జాజుల రమేష్, రాష్ట్ర గవర కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ బొడ్డేడ శివ,జిల్లా అధికార ప్రతినిధి మళ్ల బుల్లిబాబు,అనకాపల్లి ఎంపీపీ గొర్లి సూరిబాబు రాష్ట్ర యువజన విభాగ కార్యదర్శి పలకారవి, కొణతాల మురళీకృష్ణ , కలగా గున్నయ్య నాయుడు,జిల్లా ఎన్టీఆర్ వైద్యాలయం డైరెక్టర్స్ పాలమరశెట్టి మురళీ, మూనురు శ్రీను, రత్న కుమారి, పెతకంశెట్టి జగన్ మోహనరావు, సకల గోవిందు, ఆళ్ల నాగేశ్వరరావు మలసాల కిషోర్, గైపూర రాజు, బోండా శంకర రావు, వాసు,ఉగ్గిన అప్పారావు కొండూరు రవి బుద్ధ రాజు మనోజ్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు....

గృహ సారధులకు శిక్షణ తరగతులు

పరవాడ, (విశాఖ సమాచారమ్): పరవాడ మండలం వెన్నలపాలెం ఏసి కళ్యాణమండపం లో మండలం జేసీఎస్ కన్వీనర్ వెన్నెల సన్యాసిరావు ఆధ్వర్యంలో సోమవారం మండల 14 సచివాలయాల పరిధి లో గల గృహసారధులకు పార్టీ శిక్షణ. తరగతులను ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన పెందుర్తి శాసనసభ్యులు అన్నంరెడ్డి అదీప్ రాజ్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం చేపట్టిన అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి మరింత చేరువ చేసే లక్ష్యం తో పనిచేయాలని ఇటీవల నియమించిన గృహ సారధులకు పార్టీ శిక్షణ కార్యక్రమంలో పిలుపునిచ్చారు. ఈనెల 11వ తేదీ నుండి ప్రారంభం కానున్న "మా నమ్మకం నువ్వే జగన్" అనే కార్యక్రమం ద్వారా గృహ సారథులు అంతా సచివాలయం కన్వీనర్లు, వాలంటీర్లు సహాయంతో తమ పరిధిలో గల ప్రతీ ఇంటికి వెళ్లి ప్రభుత్వం అమలు చేసిన సంక్షేమ పథకాలు,అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను గురించి ప్రజలకు వివరించాలన్నారు. గత ప్రభుత్వం మోసపర్చిన విధానం,వైసీపీ ప్రభుత్వం చేస్తున్న అభివృద్ధి గురించి వివరించి వారి అనుమతితో డోర్ స్టికర్,మొబైల్ స్టికర్ అంటించే బాధ్యత మీరంతా తీసుకుని పార్టీని ప్రజల్లోకి మరింత చేరువ చేసేలా చూడాల్సిన బాధ్యత ప్రతిఒక్కరిపై ఉందన్నారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో వైసీపీ గెలుపే లక్ష్యంగా చేసుకుని కృషి చేయాలని దిశా నిర్దేశం చేశారు. 2024 ఎన్నికల్లో మళ్లీ వైయస్ జగన్ సీఎం ను చేయాల్సిన బాధ్యత గృహసారథులు,సచివాలయం కన్వీనర్లు,వాలంటీర్లు వైసీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పై ఉందని వీళ్లంతా తమ విధిగా భావించి కృషిచేయలన్నారు. అనంతరం గృహ సారధులకు కిట్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీపీ పైల వెంకట పద్మ లక్ష్మీ శ్రీనివాస్, జడ్పిటిసి పిఎస్ రాజు, నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి అన్నం రెడ్డి అజయ్ రాజు, వైస్ ఎంపీపీ బూస అప్పలరాజు , జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి చుక్క రాము నాయుడు , పరవాడ సర్పంచ్ సిరిపురపు అప్పల నాయుడు ,మండల పార్టీ అధ్యక్షులు కోన రామరావు, ముత్యాలమ్మపాలెం సర్పంచ్ చింతకాయల సుజాత ముత్యాలు, భరణికం సర్పంచ్ పెదిశెట్టి పూజ శేఖర్, పిఎసిఎస్ చైర్మన్ బురద రాజ, ఆర్ఇసిఎస్ మాజీ చైర్మన్ చల్లా కనకారావు, పరవాడ ఉపసర్పంచ్ బండారు రామారావు, బొడ్డపు చిన్నారావు వాలంటీర్లు, సచివాలయం కన్వీనర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా రవాణా వ్యవస్థను ఉపయోగించి కాలుష్య నియంత్రణకు సహకరించండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ప్రజా రవాణా వ్యవస్థను ఉపయోగించి వారంలో ఒక్క రోజు కాలుష్య నియంత్రణకు సహకరించాలని నగర మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి నగర ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. సోమవారం ఆమె కాలుష్య నియంత్రణలో భాగంగా జివిఎంసి తీసుకున్న నిర్ణయం మేరకు ప్రతి సోమవారం జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలోనికి ఎటువంటి వాహనాలకు అనుమతి లేనందున తమ క్యాంపు కార్యాలయం నుండి ప్రజా రవాణా అయిన ఆర్టీసీ బస్సులో ప్రయాణించి జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయానికి చేరుకొని, "స్పందన" తో పాటు ఇతర కార్యక్రమాలు నిర్వహించి తిరిగి బస్సులో తమ క్యాంపు కార్యాలయానికి చేరుకున్నారు.

ఈ సందర్భంగా నగర మేయర్ మాట్లాడుతూ నగరంలో విపరీతంగా కాలుష్యం పెరిగిపోతుందని, కాలుష్య నియంత్రణ కొరకు ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు ఉద్యోగులు, నగర ప్రజలు, వివిధ వ్యాపార సంస్థలు, విద్యా సంస్థల యాజమాన్యం వారి పరిధిలో ఉన్న ఉద్యోగులకు వారంలో ఒక్క రోజు ప్రజా రవాణాను ఉపయోగించేలా చర్యలు చేపట్టాలని, అలాగే ప్రజా ప్రతినిధులు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు, ప్రజా సంఘాల, రెసిడెన్షియల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ సభ్యులు కాలుష్య నియంత్రణ కొరకు కృషి చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

పామాయిల్ కార్మికులకు సంక్షేమ బోర్డ్ ఏర్పాటు చేయాలి

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పామాయిల్ కార్మికులు సమస్యలు పరిష్కారం చేయాలని డిమాండ చేస్తూ జిల్లా కలక్టర్ ఆఫీసు వద్ద ధర్నా నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర కార్యదర్శి సత్యన్నారాయణ మాట్లాడుతూ దేశంలో నూనేగింజల కొరత ను ఎదుర్కొంటోందని ప్రభుత్వం పామాయిల్ రైతులకు అనేక రాయితీలు కల్పిస్తుంది కానీ ప్రానాలకు తెగించి గెలలు నరికి, లోడింగ్ అన్ లోడింగ్ చేసే కార్మికులు ను మాత్రం గుర్తించడం లేదు పామాయిల్ కార్మికులు గెలలు నారికేటప్పుడు చెట్లు పై పాములు, తేల్లు, జర్రిలు కరిచి కొంతమంది చనిపోతున్నారు 20నుండి 40అడుగుల ఎత్తులో ఉన్న ఇనుప గడల తో గెలలు కోసినప్పుడు గడలు కరెంట్ వైర్లు పై పడి షాక్ కు గురై కొంత మంది చనిపోతున్నారు కొంత మంది కి కాళ్ళు చేతులు కాలిపోయి జీవితం లో పని చేయడానికి పనికి రాకుండా పోతున్నారు అని అన్నారు కాబట్టి ప్రభుత్వం పామాయిల్ కార్మికులకు సంక్షేమ బోర్డు ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు ఉచిత భీమా పథకం వర్తింపచేయాలని డిమాండ్ చేశారు పామాయిల్ కార్మికుల సంఘం జిల్లా కన్వీనర్ మర్రి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ జిల్లాలో సుమారు నాలుగువేల మంది పామాయిల్ కార్మికులు ఉన్నారని రైతులకు ఇస్తున్న ప్రోత్సాహకాలు ఏవి కార్మికులకు ఇవ్వడం లేదని సాలూరు మండలం చినగా భారీగాంలో గన్నేరు నూకరాజు చింతలవలసలో మధ్య సోములు కరెంట్ షాక్ గురై కాలు చేతులు కాలిపోయాయని ఒకరికి గల భుజం మీద పడి చేయి సెప్టిక్ అయిందని వీళ్లు జీవితంలో పనిచేయడానికి పనికిరాకుండా అయిపోతున్నారని అన్నారు పనిచేసే కార్మికులకు కూడా నష్టపరిహారాలు సబ్సిడీలు ఇవ్వాలని రోజు కూలి వెయ్యి రూపాయలు ఇచ్చేటట్టు రైతులపై చట్టం చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు లేకపోతే రానున్న కాలంలో కార్మికులందరినీ కదిలించి పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన చేస్తామని హెచ్చరించారు ఈ కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం జిల్లా అధ్యక్ష కార్యదర్శులు రెడ్డి ఈశ్వరరావు,కొల్లి గంగు నాయుడు పాల్గొన్నారు.

మాదక ద్రవ్యాల నివారణకు పటిష్ట ప్రణాళిక

విజయనగరం: మత్తు పదార్థాలు, మాదక ద్రవ్యాల విక్రయాలపై నిఘా పెంచాలని జిల్లా కలెక్టర్ ఎ.సూర్యకుమారి ఆదేశించారు. జాతీయ బాలల హక్కుల కమిషన్, మాదక ద్రవ్యాల నిరోదక శాఖలు సంయుక్తంగా రూపొందించిన జాయింట్ యాక్షన్ ప్లాన్ అమలుపై, సోమవారం తన ఛాంబర్‌లో సంబంధిత శాఖల అధికారులతో సమావేశం నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, మాదక ద్రవ్యాలు, మత్తు పదార్థాల నివారణకు నెలవారీ యాక్షన్ ప్లాన్ రూపొందించాలని ఆదేశించారు. జిల్లాలో మాదక ద్రవ్యాల వాడకాన్ని పూర్తిగా నిరోధించాలని, దీనికోసం పటిష్టమైన ప్రణాళికను రూపొందించాలని సూచించారు. మత్తు పదార్థాలు, మాదకద్రవ్యాల వాడకం వల్ల కలిగే అనర్థాలపై, పాఠశాలలు, జూనియర్, డిగ్రీ కళాశాలల విద్యార్థులకు అవగాహన కల్గించాలన్నారు. దీనికోసం స్వచ్ఛంద సంస్థల సహకారాన్ని తీసుకోవాలని సూచించారు. మత్తు కల్గించే పదార్థాలను విక్రయించే షాపులపై నిఘా పెట్టాలన్నారు. మద్యం షాపుల్లో సిసి కెమేరాలను ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. మందుల షాపులు, ఇతర ట్రేడర్స్‌తో సమావేశాలు నిర్వహించి, చట్టంలోని అంశాలను వివరించాలని చెప్పారు. ముఖ్యంగా మైనర్లకు మద్యం, పొగాకు, గంజాయి విక్రయించకుండా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. మాదక ద్రవ్యాలు, మత్తు పదార్థాల దుష్పరిణామాలను వివరిస్తూ, విద్యాసంస్థల్లో హోర్డింగులు, ఫ్లెక్సీలను ఏర్పాటు చేయాలని కలెక్టర్ సూచించారు. ప్రతీ పాఠశాలలో కంప్లయింట్ బాక్సులను ఏర్పాటు చేయాలని, ఫిర్యాదు చేసేందుకు టోల్ ఫ్రీ నంబర్లను ప్రదర్శించాలని చెప్పారు.

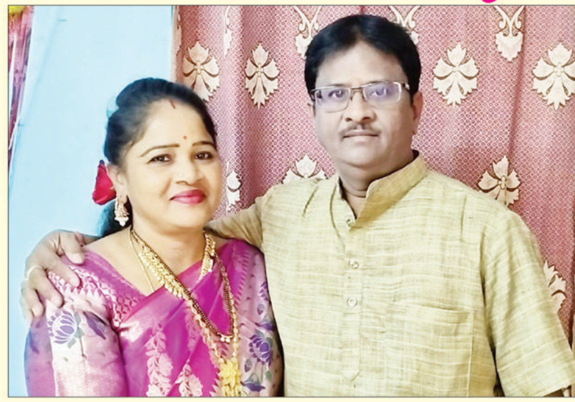
ఈ సమావేశంలో జాయింట్ యాక్షన్ ప్లాన్ నోడల్ ఆఫీసర్, జిల్లా ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ వి.సుధీర్, డిఎంఅండ్‌హెచ్‌ఓ డాక్టర్ ఎస్‌వి రమణకుమారి, ఐసిడిఎస్ పిడి బి.శాంతకుమారి, ఔషద నియంత్రణ శాఖ ఎడి కె.రజిత, జిల్లా సాంఘిక సంక్షేమాధికారి పి.రత్నం, బిసి సంక్షేమాధికారి యశోధనరావు, మున్సిపల్ హెల్తాఫీసర్ డాక్టర్ కెవిఎస్ సత్యనారాయణ, జిల్లా బాలల సంరక్షణాధికారి ఎ.సత్యనారాయణ, జిల్లా యువజన సమన్వయాధికారి విక్రమాధిత్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వాలంటరీల సమీక్ష సమావేశం

ఆరిలోవ, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 12,13 వార్డుల గృహసారథులు, సచివాలయ కన్వీనర్లు, వాలంటీర్ల సమీక్ష సమావేశాన్ని తోట గరువు ఎర్ని దుర్గ మాంబ కళావేది లో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విశాఖ తూర్పు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త అక్కరమాని విజయనిర్మల, నియోజకవర్గ పరిశీలకులు మాజీ శాసన మండల సభ్యులు సూర్యనారాయణ రాజు, సీనియర్ నాయకులు గోలగాని శ్రీనివాస్ పాల్గొని మాట్లాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర అదనప కార్యదర్శి మొల్లి అప్పారావు, కార్పొరేటర్లు అక్కరమాని రోహిణి , కెల్లా సునీత సత్యనారాయణ , 20వ వార్డు కార్పొరేటర్ ముచ్వల లక్ష్మి సురేష్, 12,13 సచివాలయ కన్వీనర్లు, గృహ సారథులు, వాలంటీర్లు తదితరులు హాజరయ్యారు.

వివాహ వార్షికోత్సవ

శుభాకాంక్షలు



శ్రీమతి కందుకూరి లలిత గారు,
తిరుమలరావు గారు దంపతులు

ఇలాంటి వివాహ దినోత్సవ వేడుకలు మరెన్నో
జరుపుకోవాలని మనసారా కోరుకుంటూ

కుమారుడు: కందుకూరి శ్రీకాంత్
బంధువులు మరియు స్నేహితులు

SRI SANKARAMATHAM, VISAKHAPATNAM.
INVITATION

Srirasthu Subhamasthu Avignamasthu

Sri Chandra Mouleeswaraya Namaha

JAYA JAYA SANKARA HARA HARA SANKARA

Sri Sankara Bhagavat Paadaachaarya Paramparaagata Moolamnaaya Sarvagnyapeetha
Sri Kanchi kamakoti Pithadheeswarulu Jagadguru Sri Sankaracharya of Kanchipuram

Sri Sri Sri Sankara Vijayendra Sarswathi Maha Swami Varu
Has been camping at Visakhapatnam being part of Dharma Vijaya Yatra
and has been blessing the devout.
On the occassion of His Holiness completing Visakhapatnam Yatra
citizens of Visakhapatnam are gratefully organizing

POURA ABHIVANDANA SABHA
at
AU CONVENTION CENTER,Beach Road,
from 5.00 PM onwards on Tuesday, 21-02-2023
We earnestly request the countless devotees with there family and friends
to take part in this auspicious function and be blessed by Sri Swami Varu

Your's in Devotional Service
Sri Sankara Matham.

CONTACT PHONE NUMBERS
98480 90255 | 98482 65155 | 91330 74370 | 98496 45932

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