# విజయభాను

45వ వార్షికోత్సవం విజయభాను

విశాఖపట్నం, ఆదివారం 12-12-2021 VIJAYABHANU DAILY ⁎ VISAKHAPATNAM సంపుటి : 45 సంచిక : 73 పేజీలు : 08 వెల : 1 రూపాయి

## బిపిన్ రావత్ మరణం దేశానికి తీరని లోటు

### ప్రధాని నరేంద్రమోదీ

న్యూఢిల్లీ: దేశసైన్యం స్వయం సమృద్ధి సాధించేదిశగా సీడీఎస్ జనరల్ బిపిన్ రావత్ ఎంతో కృషి చేశారని ప్రధాని నరేంద్రమోదీ అన్నారు. ఉత్తర ప్రదేశ్‌లోని బలరాంపూర్‌లో రూ.9,800 కోట్లతో చేపట్టిన సరయూ నహర్ నేషనల్ ప్రాజెక్టు ప్రారంభోత్సవం సందర్భంగా శనివారం ఆయన మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా హెలికాప్టర్ ప్రమాదంలో మరణించిన వారికి నివాళులర్పించారు. భారతదేశ తొలి సీడీఎస్ జనరల్ బిపిన్ రావత్ మరణం ప్రతి దేశభక్తునికి తీరని లోటు. అతను ధైర్యవంతుడు. దేశంలోని సాయుధ బలగాలను స్వావలంబనగా మార్చడానికి చాలా కష్టపడ్డాడు, దీనికి దేశం సాక్షి' అని ప్రధాని నరేంద్రమోదీ అన్నారు. కాగా, 'భారతదేశం ప్రస్తుతం శోకసంద్రంలో ఉంది. అయితే దేశం సవాళ్లను అధిగమించి అభివృద్ధి దిశగా పనిచేస్తూనే ఉంటుంది. భారతీయులమైన మనం కష్టపడి పనిచేస్తాము. దేశం లోపల, దేశం బయట కూడా సవాళ్లను, ప్రతి సవాళ్లను ఎదుర్కొంటాము. భారతదేశాన్ని మరింత శక్తివంతంగా, సంపన్న దేశంగా తీర్చిదిద్దుతాం' అని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ అన్నారు.

### మూడో ఘాట్‌రోడ్ నిర్మాణానికి

## తితిదే పాలకమండలి ఆమోదం

తిరుమల (విజయభాను న్యూస్) : కొత్త ఏడాదిలో భక్తుల సౌలభ్యం కోసం దర్శన టికెట్ల సంఖ్యను పెంచాలని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం (తితిదే) నిర్ణయించింది. వచ్చే ఏడాది సంక్రాంతి తర్వాత దర్శన టికెట్లను పెంచాలని నిర్ణయం తీసుకుంది. ఆర్జిత సేవలకు సైతం భక్తులను అనుమతించాలని తితిదే పాలకమండలి తీర్మానం చేసింది. వైకుంఠ ఏకాదశి ఏర్పాట్లపై చర్చించేందుకు సమావేశమైన తితిదే పాలకమండలి పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంది. పాలకమండలి తీసుకున్న నిర్ణయాలను తితిదే ఛైర్మన్ వైవీ సుబ్బారెడ్డి మీడియాకు వివరించారు.

గత ఏడాది మాదిరిగానే 10 రోజుల పాటు వైకుంఠ ద్వారా దర్శనం కల్పించాలని తీర్మానించినట్లు చెప్పారు. అన్నమయ్య మార్గంలో మూడో ఘాట్‌రోడ్, నడక మార్గం నిర్మించాలని నిర్ణయం తీసుకున్నామన్నారు. త్వరలో నే పూర్తిస్థాయిలో నివేదిక తయారు చేసి రోడ్డు, కాలినడక మార్గాలను నిర్మిస్తామన్నారు. అన్నమయ్య ప్రాజెక్టు వల్ల దెబ్బతిన్న ఆలయాలను పునరుద్ధరణ చేసేందుకు పాలకమండలి ఆమోదం తెలిపిందని పేర్కొన్నారు. శ్రీశైలంలో ఆలయ గోపురానికి బంగారు తాపడం చేయిస్తామని

తరువాయి 2లో..

### ప్రత్యేక హోదాపై రాజీనామాకు

## మేం సిద్ధం.. మీరు సిద్ధమా?

### తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు

అమరావతి: వైకాపా అవకాశవాద రాజకీయాలు చేస్తోందని.. రోజురోజుకీ రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై వ్యతిరేకత పెరుగుతోందని తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు అన్నారు. త్వరలోనే ప్రజల నుంచి తిరుగుబాటు కూడా వస్తుందని చెప్పారు. మంగళగిరిలోని తెదేపా కేంద్ర కార్యాలయంలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో చంద్రబాబు

తరువాయి 2లో..

## నేటి తరాన్ని తీర్చిదిద్దే బాధ్యత పూర్వవిద్యార్థులు తీసుకోవాలి

- వారి ఆకాంక్షలను సాకారం చేసుకునే అవకాశాలు సృష్టించండి
- ఏయూ పూర్వవిద్యార్థుల సమావేశంలో కేంద్ర మంత్రి రాజీవ్ చంద్రశేఖర్

ఆంధ్రాయూనివర్శిటీ (విజయభాను న్యూస్) : నేటి తరం యువతను తీర్చిదిద్ది, స్ఫూర్తిని నింపే బాధ్యత పూర్వవిద్యార్థులు తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని కేంద్ర ఐటి, ఎలక్ట్రానిక్స్, ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్‌షిప్ శాఖ సహాయ మంత్రి రాజీవ్ చంద్రశేఖర్ అన్నారు. శనివారం సాయంత్రం వర్చువల్ విధానంలో నిర్వహించిన ఏయూ పూర్వవిద్యార్థుల వార్షిక సమావేశంలో ఆయన వర్చువల్ విధానంలో పాల్గొని ప్రసంగించారు. యువతతో అనుసంధానం అవుతూ పనిచేసే శాఖలను నిర్వహించడం నాకు చాలా సంతృప్తిని ఇచ్చింది. విశ్వం నూతన అవకాశాలను కల్పిస్తోంది. యువతలోని శక్తిని ఎంటర్‌ప్రెన్యూనర్స్‌గా మార్చడం ఎంతో

తరువాయి 2లో..

## సాయితేజ కుటుంబానికి ఏపీ ప్రభుత్వం ఆర్థికసాయం

అమరావతి: తమిళనాడులో జరిగిన హెలికాప్టర్ దుర్ఘటనలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన చిత్తూరుజిల్లా వాసి లాన్స్‌నాయక్ సాయితేజ కుటుంబానికి ఏపి ప్రభుత్వం ఆర్థిక సాయం ప్రకటించింది. రూ.50లక్షల సాయం అందించాలని సీఎం జగన్ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈమేరకు ఎపి ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం ట్విట్టర్ ద్వారా ప్రకటించింది. సీడీఎస్ జనరల్ బిపిన్ రావత్‌కు సాయితేజ్ పర్సనల్ సెక్యూరిటీ అధికారిగా పనిచేశారు.

ఈ క్రమంలో సీడీఎస్ దంపతులు, సాయితేజతో సహా 11మంది హెలికాప్టర్‌లో వెళుతుండగా ఘోర దుర్ఘటన జరిగింది. మరోవైపు సాయితేజ్ మృతదేహం గుర్తింపు ప్రక్రియ పూర్తయింది. ఢిల్లీ నుంచి ఆయన పార్థివ దేహాన్ని స్వగ్రామం చిత్తూరు జిల్లాలోని ఎగువరేగడకు తరలించనున్నారు. అనంతరం అక్కడ అంత్యక్రియలు నిర్వహిం చేందుకు అధికారులు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు.

### రైతు భరోసా కేంద్రాల ద్వారానే ధాన్యం కొనుగోలు

#### మంత్రి కన్నబాబు

తాడేపల్లి (విజయభాను న్యూస్) : రైతు భరోసా కేంద్రాల ద్వారానే ధాన్యం కొనుగోలు చేస్తున్నామని రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి కురసాల కన్నబాబు అన్నారు. శనివారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ధాన్యం సేకరణలో మిల్లర్లు, దళారుల ప్రమేయం తగ్గించామని పేర్కొన్నారు. అధిక వర్షాలతో కొన్ని జిల్లాల్లో పంటలకు నష్టం వాటిల్లిందన్నారు. ఇప్పటివరకూ 2,36,880 టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలు చేశామన్నారు. 7వేలకు పైగా ఆర్బీకేలలో ధాన్యం సేకరణ ఏర్పాటు చేశామని మంత్రి కన్నబాబు పేర్కొన్నారు.

### గంగమ్మ ఒడికి రావత్?

## దంపతుల అస్థికలు

హరిద్వార్: భారత త్రిదళాధిపతి బిపిన్ రావత్ ఆయన సతీమణి మధులిక అస్థికలను శనివారం ఉదయం ఉత్తరాఖండ్ హరిద్వార్ లోని గంగానదిలో వారి కుమార్తెలు కృతిక, తరణి కలిపారు. శుక్రవారం సాయంత్రం దిల్లీలోని బ్రార్ స్క్వేర్? శ్మశానవాటికలో వారి అంత్యక్రియలను నిర్వహించారు. శనివారం ఉదయం చితాభస్మాల్ని సేకరించి.. నేరుగా హరిద్వార్? చేరుకుని నదిలో కలిపారు. నదీ తీరంలో వారి ఆత్మకు శాంతి

తరువాయి 2లో..

# రక్తదాతలకు ప్రణామాలు

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : : ఫ్రెండ్స్ బ్లడ్ డోనర్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో జీవీఎంసీ 74వ వార్డులో శనివారం మెగా రక్తదాన శిబిరం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథిగా 74 వ వార్డు కార్పొరేటర్ జీవీఎంసీ స్టాండింగ్ కమిటీ మెంబర్ తిప్పల వంశీరెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి ఆయన మాట్లాడుతూ యుద్ధములో ఆయుధాలను సమకూర్చుకునేందుకు సైనికులు శ్రమ పడినట్లే అవసరమైన వారికి అత్యవసర సమయంలో రక్తాన్ని ఏర్పాటు చేసేందుకు తమ చేతులన్ని ఒక్కటి అవుతాయని 2001 సంవత్సరంలో ఇంటర్మీడియట్ చదువుకున్న పూర్వ విద్యార్థులందరు రుజువు చేశారని అన్నారు. ఇలాంటి రక్తదాన శిబిరాలు ఏర్పాటు చేయడం ఎంతో గొప్ప విషయంగా భావిస్తూ రోజుకు ఎంతో మంది అత్యవసర పరిస్థితుల్లో రక్తం అందక మరణిస్తున్నారని అలాంటి వారి కోసం మేమున్నామంటూ ఎంతోమంది విద్యార్థులు, బ్లడ్ బ్యాంకులు ముందుకు వచ్చి తమ రక్తాన్ని ఎదుటి వారికి పంచి వారి ప్రాణాలను కాపాడాలనే ఉద్దేశంతో రక్తదానం చేసిన ప్రతి ఒక్కరికి అభినందనలు తెలియజేస్తూ వారందరికీ జ్ఞాపికలు అందజేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో యువకులు,మహిళలు, ఫ్రెండ్స్ బ్లడ్ డోనర్స్ అసోసియేషన్, వేకప్ ఫ్రెండ్స్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్, మదర్ బ్లడ్ బ్యాంక్, విజ్ఞాన్ యూనివర్సిటీ, ఆదిత్య కళాశాల ల విద్యార్థులు, సోల్స్ ఆఫ్ హ్యూమనిటి, జె సి ఐ, యన్ జి ఓ సంస్థలు, వినోద్ బాలు, జాగరపు శ్రీను, గంధం సాయి, పురుకుటి చైతన్య, అమ్మ బ్లడ్ బ్యాంక్ కిరణ్, పాల్గొన్నారు.

## కాలభైరవ స్వామిని దర్శించుకున్న ఎమ్మెల్యే నాగిరెడ్డి

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : శ్రీ కాలభైరవ స్వామి జన్మాష్టమి సందర్భంగా శనివారం గాజువాక శాసన సభ్యులు తిప్పల నాగిరెడ్డి స్టీల్ ప్లాంట్ సెక్టార్, 8లో గల కాలభైరవ స్వామిని దర్శించుకున్నారు. అనంతరం హెూమం, అన్నసమారాధన ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ కాలభైరవను పరమేశ్వర పరిపూర్ణ అవతారంగా భావిస్తారని బ్రాహ్మవిష్ణుల అవహించిన అజ్ఞానాన్ని తొలిగించడానికి రుద్రుాది పోరీతిలోనుండి పుట్టిన ఆ మహాశక్తిమంతుడు, దుష్ట శిక్షకుడు, గ్రహపిడలని తొలిగించే దేవుడుగా పూజలు అందుకున్నాడని వారణాసి కి కాలభైరవుడే క్షేత్ర పాలికుడు అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లో గాజువాక వై సి పి ఇంచార్జ్, తిప్పల దేవన్ రెడ్డి,వై యస్ టీ యూ సి నాయకులు పిట్టా రెడ్డి, కమిటీ సభ్యులు వాసుబాబు, సీతాపతి, త్రినాధ్,మహాలక్ష్మి,శ్రీనివాస్, కనకమహాలక్ష్మి, కార్తీక్, సింహాచలం,ప్రవీణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# అట్టిక గోల్డ్ కంపెనీలో భారీ చోరీ..

## ఫిర్యాదు అందిన 2గంటల్లోనే కేసు కొలిక్కి

విజయవాడ (విజయభాను న్యూస్) : బందరు రోడ్డులోని అట్టిక బంగారు దుకాణంలో జరిగిన చోరీ కేసులో ఫిర్యాదు అందిన రెండు గంటల్లోనే నిందితుడిని అరెస్టు చేశారు. నిందితుడి నుంచి రూ.60లక్షల నగదు, 47 గ్రాముల బంగారం, కేజిన్నర వెండి ఆభరణాలు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. దుకాణంలో ఎగ్జిక్యూటివ్‌గా పనిచేస్తోన్న శిరికొండ జయ చంద్రశేఖర్ చోరీకి పాల్పడినట్టు విజయవాడ నగర పోలీసు కమిషనర్ కాంతిరాణా మీడియాకు తెలిపారు. వేలి ముద్రలు, సీసీ కెమెరా దృశ్యాలు, తాళం పగలగొట్టిన విధానం ఆధారంగా చేసుకొని నిందితుడ్ని గుర్తించినట్టు చెప్పారు. మొత్తం నగదు, ఆభరణాలను మీడియా ముందు ప్రదర్శించారు. విజయవాడ కృష్ణలంకకు చెందిన జయచంద్రశేఖర్ అట్టిక బంగారం దుకాణంలో ఎగ్జిక్యూటివ్‌గా పనిచేస్తున్నాడు. గత 45 రోజులుగా ఎక్కువ నగదు ఉన్న సమయంలో చోరీకి పాల్పడేందుకు నిందితుడు ప్రణాళిక రూపొందించుకున్నట్టు ప్రాథమిక దర్యాప్తులో తేలిందని సీపీ వెల్లడించారు. నకిలీ తాళాలు ఉపయోగించి 10వ తేదీ రాత్రి 1.30గంటల సమయంలో నిందితుడు ముందస్తు పథకం ప్రకారం ఎవరికీ ఎలాంటి అనుమానం రాకుండా లాకరు తెరిచి అందులోని నగదు, ఆభరణాలను రెండు సంచుల్లో భద్రపరిచాడు. చోరీ అనంతరం తాళం పగలగొట్టడంతో పాటు సీసీ కెమెరాపై దుప్పటి కప్పేందుకు ప్రయత్నించాడని, ఆ సమయంలో వేలిముద్రలు సీసీ కెమెరాపై నమోదయ్యాయన్నారు. చోరీ సొత్తును తన మిత్రుడి ఇంట్లో పెట్టి.. ఎవరికీ అనుమానం రాకుండా తిరిగి యథావిధిగా విధులకు హాజరయ్యాడని చెప్పారు. అట్టిక దుకాణం యాజమాన్యం చోరీ ఘటనపై పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసిన సమయంలో నిందితుడు చంద్రశేఖర్ కూడా దుకాణంలోనే ఉన్నారని సీపీ వివరించారు. తమకు అందిన ఫిర్యాదుపై మాచవరం పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేశారని, డీసీపీ హర్షవర్ధనరాజు, ఏడీసీపీలు కె.శ్రీనివాసరావు, ఖాదర్‌బాబు, శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో ఘటనాస్థలాన్ని పరిశీలించి పూర్తి ఆధారాలు సేకరించారని వివరించారు. ఇంటి దొంగల పనేనని నిర్ధారణకు వచ్చి సిబ్బందిని ప్రశ్నించి.. సీసీ కెమెరాలు పరిశీలించగా చంద్రశేఖర్ చోరీకి పాల్పడినట్టు నిగ్గు తేలిందన్నారు. తక్కువ సమయంలో చురుగ్గా కేసు దర్యాప్తు చేసి నిందితుడ్ని, నగదు, ఆభరణాలను స్వాధీనం చేసుకున్న సిబ్బందిని సీపీ కాంతిరాణా అభినందించారు. బంగారు దుకాణాల భద్రత విషయంలో వాటి నిర్వాహకులతో త్వరలోనే సమావేశం నిర్వహించి తగిన సూచనలు చేస్తామని సీపీ తెలిపారు.

# మామిడిపల్లి లో ఇంటింటా ధర్మప్రచారం

దేవరాపల్లి, (విజయభాను న్యూస్) : సమరత సేవా ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో మండలంలోని మామిడిపల్లి గ్రామంలో ఇంటింటి ధర్మప్రచారం శనివారం నిర్వహించారు. సమరత సేవా ఫౌండేషన్ దేవరాపల్లి మండలం సబ్ డివిజన్ ధర్మప్రచారక్ గంధ్రిరెడ్డి రాము, ఇంటింటా ధర్మ ప్రచార కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, హిందూ ధర్మాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ పాటించి సమసమాజ నిర్మాణం కొరకు దైవభక్తి ఎంతో అవసరమని ఆధ్యాత్మిక భావాలు ఎక్కడ వెల్లివిరుస్తాయో ఆ గ్రామం సత్య శ్యామలం గా ఉంటుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జడ్పిటిసి సభ్యుడు కర్రీ సత్యం, తిమిరాం ఉమామహేశ్వర శివాలయం ప్రధానార్చకులు పాకల కామేశ్వరరావు, లెక్కల సత్తిబాబు, నెక్కళ వెంకటరావు, చల్లా మహేష్, భజన గురువు భత్తి త్రిమూర్తులు, తదితరులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

### నేటి తరాన్ని తీర్చిదిద్దే బాధ్యత పూర్వవిద్యార్థులు తీసుకోవాలి

అవసరమన్నారు. నైపుణ్యాభివృద్ధి, ఎంటర్‌ప్యూనర్‌షిప్ కార్యక్రమాలలో విశ్వవిద్యాలయాలను భాగం చేయడం జరుగుతుందన్నారు. ఈ దిశగా భవిష్యత్తులో తామునిర్వహించే కార్యక్రమాలలో ఏయూను భాగం చేస్తామన్నారు."= ఏయూ వీసీ ఆచార్య పి.వి.జి.డి ప్రసాద రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఏయూ బ్రాండ్ ఇమేజీని నిలపే విధంగా వైవిధ్యమైన కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నామన్నారు. ఆర్థిక ప్రగతి, వృద్ధికి విజయవంతమైన ఏయూ పూర్వవిద్యార్థులు నిదర్శనంగా నిలుస్తారన్నారు. సమాజ అవసరాలను, సమస్యలను గుర్తించి పరిష్కారాలు చూపే విధంగా పనిచేస్తున్నామన్నారు. ఏయూ పూర్వవిద్యార్థుల సంఘం వ్యవస్థాపక అద్యక్షులు, జిఎంఆర్ సంస్థల అధిపతి జి.ఎం రావు మాట్లాడుతూ ఆంధ్రవిశ్వవిద్యాలయం వంద సంవత్సరాల వేడుకలకు ప్రణాళిక సిద్దం చేయాలని సూచించారు. నేడు ప్రపంచం భారత్ వైపు చూస్తోందన్నారు, ఏయూను ప్రపంచంతో అనుసంధానం చేయడం ఎంతో అవసరమని, ఈ బాధ్యతను పూర్వవిద్యార్థులు స్వీకరించాలని సూచించారు. అంతర్జాతీయంగా ప్రముఖ విశ్వవిద్యాలయాల సరసన ఏయూను నిలిపే విధంగా పూర్వవిద్యార్థులంతా సమిష్టిగా కృషిచేయాలని సూచించారు. ప్రపంచానికి అవసరమైన విభిన్న నిపుణులను ఏయూ అందించిందన్నారు. పెన్ స్టేట్ యూనివర్సిటీ తొలి మహిళా అద్యక్షురాలిగా ఏయూ పూర్వవిద్యార్థి నీలి బెండపూడి నియమితులవడం ఏయూకు గర్వకారణమన్నారు. సవాళ్లను అవకాశాలుగా భారత్ మార్చుకుంటోందన్నారు. బ్యాంక్ ఆఫ్ అమెరికా ఉపాద్యక్షులు, గ్లోబల్ కార్పొరేట్ అండ్ ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ బ్యాంకింగ్ చైర్మన్ పూర్ణ ఎన్ సగ్గుర్తి మాట్లాడుతూ పూర్వవిద్యార్థులు ప్రస్తుత తరానికి ఉపయుక్తంగా ఇంటర్న్‌షిప్స్, ఉద్యోగాలు, అవకావాలు కల్పించే దిశగా కృషిచేయాలని సూచించారు. ఈ దిశగా తనవంతు సహకారం పూర్తిస్థాయిలో అందిస్తామన్నారు. విశ్వవిద్యాలయంలో పరిశోధనలకు సహకారం అందించాలని సూచించారు. ఏయూను మరింత ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దడానికి కృషిచేయాలని పూర్వవిద్యార్థులకు పిలుపునిచ్చారు. ఏయూ పూర్వవిద్యార్థిని నీలి బెండపూడి అమెరికాలోని ప్రతిష్టాత్మకమైన పెన్‌స్టేట్ యూనివర్సిటీ అద్యక్షురాలిగా ఎంపిక కావడం ఎంతో గర్వకారణమన్నారు. సిసిఎంబి సంచాలకులు డాక్టర్ వినయ్ కుమార్ నందికూరి మాట్లాడుతూ తాను ఏయూలో చదువుకున్న రోజులు, విశాఖతో ఉన్న అనుబంధం మరువలేమన్నారు. ఏయూ పూర్వవిద్యార్థిని నీలి బెండపూడి సాధించిన ప్రగతి ఎందరికో స్ఫూర్తిని అందిస్తోందన్నారు. హైకోర్టు న్యాయమూర్తి డి.వి.ఎస్.ఎస్ సోమయాజులు మాట్లాడుతూ తాను ఏయూ పూర్వవిద్యార్థిగా గర్విస్తానన్నారు. హైకోర్టు, సుప్రీంకోర్టు న్యాయమూర్తులను, రాజకీయ నాయకులను, పరిపాలనా దక్షులను ఏయూ న్యాయ కళాశాల అందించిందన్నారు. మనందరి ప్రగతికి ఉపకరించిన ఏయూకు తిరిగి ఇవ్వడం మనందరి నైతిక బాధ్యతగా నిలుస్తుందన్నారు. టీచింగ్, మెంటారింగ్ బాధ్యతను మనందరం స్వీకరించాలని సూచించారు.మన జీవిత అనుభవాలను విద్యార్థులతో పంచుకోవడం ఎంతో అవసరమన్నారు. పూర్వవిద్యార్థుల సంఘం అద్యక్షులు ఆచార్య బీల సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ పూర్వవిద్యార్థుల సంఘం పనితీరు, ప్రగతి, భవిష్యత్ అభివృద్ది కార్యక్రమాలను వివరించారు. కార్యక్రమంలో పూర్వవిద్యార్థుల సంఘం సంయుక్త కార్యదర్శి డాక్టర్ కె.కుమార్ రాజ, జనరల్ సెక్రటరీ ఆచార్య బి.మోహన వెంకట రామ్, ఏయూ రెక్టార్ ఆచార్య కె.సమత,ఓఎస్‌డి ఆచార్య వి.క్రిష్ణమోహన్, ఇంచార్జి రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య జి.వి రవీంద్రనాథ్ బాబు, పాలక మండలి సభ్యులు టి.శోభశ్రీ, క్రిష్ణమంజరి పవార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మొదటి పేజీ తరువాయి

## మూడో ఘాట్‌రోడ్ నిర్మాణానికి

# తితిదే పాలకమండలి ఆమోదం

వెల్లడించారు.

**నెల రోజుల్లో 11 మంది పిల్లల ప్రాణాలు కాపాడాం..**

"కరోనా మార్గదర్శకాలు సడలించే అవకాశం ఉంటే సంక్రాంతి నుంచి దర్శనాల సంఖ్య పెంచుతాం. దర్శనాల సంఖ్య పెంపునకు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు లేఖ రాయాలని నిర్ణయించాం. తిరుపతిలో ప్రారంభించిన పీడియాట్రిక్ ఆసుపత్రిలో విజయవంతంగా హార్ట్ సర్జరీలు జరుగుతున్నాయి. నెల రోజుల్లో 11 మంది పిల్లల ప్రాణాలు కాపాడాం. పద్మావతి పిల్లల ఆస్పత్రి పూర్తి స్థాయిలో నిర్మించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటాం. హనుమ జన్మస్థలమైన ఆకాశగంగను విరాళాల ద్వారా పూర్తి స్థాయిలో అభివృద్ధి చేయాలని నిర్ణయించాం. శ్రీవారి ఆలయం ఎదురుగా నిర్మిస్తున్న పరకామణి భవనాన్ని త్వరలోనే ప్రారంభిస్తాం. పరకామణిలో చిల్లర నాణేల ప్యాకింగ్ కోసం రూ.2.80 కోట్లతో యంత్రాలు కొనుగోలు చేస్తున్నాం. వైకుంఠ ఏకాదశి సందర్భంగా వెనుకబడిన ప్రాంతాల్లోని గిరిజనులు, మత్స్యకారులను తీసుకొచ్చి దర్శనాలు చేయించాలని నిర్ణయించాం. శ్రీవేంకటేశ్వర నామకోటి పుస్తకాలను ప్రచురించాలని తీర్మానించాం. కళ్యాణకట్ట క్షురకులకు పీస్ రేట్ రూ.11 నుంచి రూ.15కు పెంచాలని నిర్ణయం తీసుకున్నాం.

అర్హత కలిగిన ఉద్యోగులతో తితిదే ఐటీ వింగ్..

ఎఫ్ఎంఎస్ కార్మికుల సమస్యల పరిష్కారానికి కమిటీ వేశాం. కార్మికుల సమస్యను పరిష్కరించేందుకు తితిదే ఎప్పుడూ సిద్ధంగా ఉంటుంది. సీఎం హామీ మేరకు తితిదేలో పనిచేసే కార్మికులను ఔట్ సోర్సింగ్ కార్పొరేషన్‌లో కలిపాం. కాంట్రాక్టర్ కింద పని చేసే కార్మికులను ఔట్ సోర్సింగ్ కార్పొరేషన్‌లో కలపలేం

ఇప్పటి వరకు తితిదేకి ప్రత్యేకమైన ఐటీ వింగ్ లేదు. తితిదే ఐటీ వింగ్ కోసం అర్హత కలిగిన ఉద్యోగులతో ప్రత్యేక ఐటీ వింగ్ ఏర్పాటు చేస్తాం" అని సుబ్బారెడ్డి వెల్లడించారు.

# గంగమ్మ ఒడికి రావత్ దంపతుల అస్థికలు

చేకూరాలని, హిందూ సంప్రదాయం ప్రకారం అన్ని కార్యక్రమాలు పూర్తి చేశారు. ఈనెల 8న తమిళనాడులోని జరిగిన హెలికాప్టర్ ప్రమాదంలో సీడీఎస్ బిపిన్ రావత్ దంపతులు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. శుక్రవారం దిల్లీలోని బ్రార్ స్క్వేర్ లో అధికారిక లాంఛనాలతో జరిపిన అంత్యక్రియల్లో త్రివిధదళాలు గౌరవసూచికంగా 17 శతఘ్నులను గాల్లోకి పేల్చి వందనం సమర్పించారు. సీడీఎస్ అంత్యక్రియల్లో 800 మంది సర్వీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. కేంద్ర రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్, ఉత్తరాఖండ్ ముఖ్యమంత్రి పుష్కర్ సింగ్ , దిల్లీ సీఎం అరవింద్ కేజ్రీవాల్‌తో పాటు పలువురు రాజకీయ ప్రముఖులు తదితరులు హాజరై తుది వీడ్కోలు పలికారు.

## ప్రత్యేకహెూదాపై రాజీనామాకు

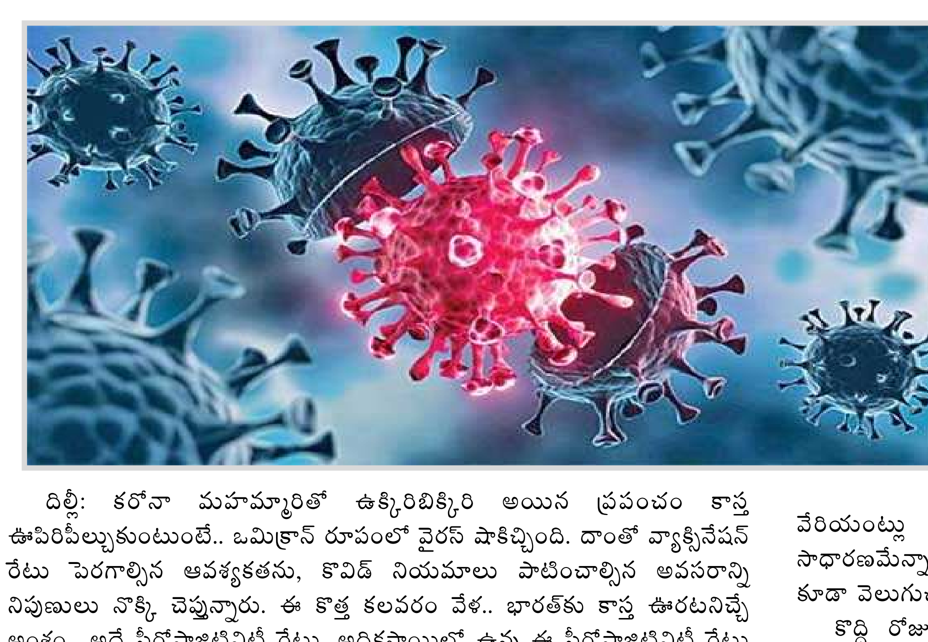
# మేం సిద్ధం.. మీరు సిద్ధమా?

మాట్లాడారు. ప్రత్యేకహెూదా, విభజన హామీల అమలు తదితర అంశాల్లో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న వైఖరిని ఎండగట్టారు. ప్రత్యేకహెూదా ముగిసిన అధ్యాయమని కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇటీవల పార్లమెంట్‌లో ప్రకటించిందని.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, వైకాపా ఎంపీలు ఏం చేస్తున్నారని ప్రశ్నించారు. హెూదాపై ఇంకెన్నాళ్లు ప్రజల్ని మభ్యపెడతారని చంద్రబాబు మండిపడ్డారు. దీనిపై వైకాపా సమాధానం చెప్పాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు.

ప్రత్యేకహెూదా తీసుకొస్తామని.. అలా చేయని పక్షంలో రాజీనామా చేస్తామని సీఎం జగన్ గతంలో చెప్పారని చంద్రబాబు గుర్తు చేశారు. నాడు ప్రజలు, యువతకు హామీ ఇచ్చారని.. ఇప్పుడు ఎందుకు సాధించలేకపోయారని చంద్రబాబు నిలదీశారు. ఇది మోసం, దగా కాదా అని ప్రశ్నించారు. ఈ అంశంపై వైకాపాకు ఏ మాత్రం చిత్తశుద్ధి ఉన్నా ఆ పార్టీ ఎంపీలు రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. తమ ఎంపీలు కూడా రాజీనామా చేస్తారని..

అందరం కలిసి ప్రత్యేకహెూదా కోసం పోరాడదామన్నారు. ఈ సవాలుకు సిద్ధమా? అని ప్రశ్నించారు. మాయ మాటలు, సన్నాయి నొక్కులు, డైవర్షన్‌లు వద్దని చంద్రబాబు హితవు పలికారు.

# ఒమిక్రాన్ వేళ.. భారత్‌కు ఒక సానుకూలత..!



దిల్లీ: కరోనా మహమ్మారితో ఉక్కిరిబిక్కిరి అయిన ప్రపంచం కాస్త ఊపిరిపీల్చుకుంటుంటే.. ఒమిక్రాన్ రూపంలో వైరస్ షాకిచ్చింది. దాంతో వ్యాక్సినేషన్ రేటు పెరగాల్సిన ఆవశ్యకతను, కొవిడ్ నియమాలు పాటించాల్సిన అవసరాన్ని నిపుణులు నొక్కి చెప్తున్నారు. ఈ కొత్త కలవరం వేళ.. భారత్‌కు కాస్త ఊరటనిచ్చే అంశం.. అదే సీరోపాజిటివిటీ రేటు. అధికస్థాయిలో ఉన్న ఈ సీరోపాజిటివిటీ రేటు వల్ల భారతీయులు పెద్దగా కంగారు పడాల్సిన పనిలేదని తెలుస్తోంది.

'భారతదేశం 70 నుంచి 80 శాతం సీరో పాజిటివిటీ రేటును కలిగి ఉంది. ఒమిక్రాన్ వేళ.. ఇది దేశానికి ఒక సానుకూలత. నగరాల్లో 90 శాతానికి పైగా ప్రజలు ప్రతిరోధకాలను కలిగి ఉన్నారు' అని సీఎస్ఐఆర్ మాజీ డైరెక్టర్ రాకేశ్ మిశ్రా ఓ మీడియా సంస్థతో అన్నారు. ఈ ప్రతిరోధకాలను కలిగి ఉండటం మూలానా.. ప్రజలు వ్యాధి బారినపడినప్పటికీ, లక్షణాలు చాలా స్వల్పంగా ఉండనున్నాయన్నారు. ఎక్కువశాతం మందిలో లక్షణాలు కనిపించకపోవచ్చని అంచనావేశారు. టీకా కార్యక్రమాన్ని మరింత విస్తృతం చేసి, చిన్నారులకు కూడా టీకాలు అందజేస్తే.. పరిస్థితి మరింత మెరుగ్గా ఉంటుందన్నారు.

అలాగే వైరస్ భారీస్థాయిలో ప్రబలకుండా ఉండాలంటే మాస్కులు వాడటం, భౌతిక దూరం పాటించడం వంటి కొవిడ్ నియమావళిని పాటించాల్సిందేనని స్పష్టం చేశారు. వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరి, మార్చిలో మూడో ముప్పు వస్తుందన్న అంచనాలపై ఆయన స్పందించారు. కొత్త వేరియంట్లతో సంబంధం లేకుండా పలు దఫాలుగా వైరస్ విజృంభించొచ్చన్నారు. అయితే ఎక్కువ మందిలో ప్రతిరోధకాలు ఉండటంతో.. తీవ్ర లక్షణాలకు ఆస్కారం ఉండకపోవచ్చన్నారు. నిర్లక్ష్యం వహిస్తే మాత్రం స్వల్ప స్థాయిలో మరో దఫా వైరస్ విజృంభిస్తుందని హెచ్చరించారు. కొత్త వేరియంట్లు వల్ల తేలికపాటి లక్షణాలు, వైరస్ వేగంగా ప్రబలడమనేది సాధారణమేన్నారు. అయితే ఒక్కోసారి భారీ ప్రమాదాన్ని తీసుకువచ్చే వేరియంట్లు కూడా వెలుగుచూడొచ్చని హెచ్చరించారు.

కొద్ది రోజుల క్రితం దక్షిణాఫ్రికాలో వెలుగుచూసిన ఒమిక్రాన్ దాదాపు 60 దేశాలకు వ్యాపించింది. భారత్‌లో 33 మందిలో ఈ వేరియంట్‌ను గుర్తించారు. ఇప్పటివరకు ఒమిక్రాన్ బాధితుల్లో తీవ్ర లక్షణాల ఆనవాళ్లు కనిపించలేదు. ఆ విషయం ఊరటనిస్తున్నప్పటికీ.. ఈ వేరియంట్ డెల్టా కంటే వేగంగా వ్యాపిస్తుందని ప్రారంభ నివేదికలను బట్టి వెల్లడవుతోంది. అందుకే నిర్లక్ష్యం వద్దని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ, ప్రభుత్వాలు ప్రజల్ని హెచ్చరిస్తున్నాయి.

## ఆంధ్రా యూనివర్సిటీ పూర్వ విద్యార్థి ఆచార్య నీలి బెండపూడి ఎన్నిక
## తెలుగు ప్రజలందరికీ గర్వకారణం
### మాజీ విద్యాశాఖ మంత్రివర్యులు సీనియర్ శాసన సభ్యులు గంటా శ్రీనివాసరావు

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : అత్యంత ప్రతిష్ఠాకరమైన అమెరికాలోని పెన్సిల్వేనియా రాష్ట్ర విశ్వ విద్యాలయానికి అధ్యక్షురాలిగా ఆంధ్రా యూనివర్సిటీ పూర్వ విద్యార్థి ఆచార్య నీలి బెండపూడి ఎన్నిక తెలుగు ప్రజలందరికీ గర్వకారణమని మాజీ విద్యాశాఖ మంత్రివర్యులు సీనియర్ శాసన సభ్యులు గంటా శ్రీనివాసరావు అన్నారు. ఆంధ్రవిశ్వ విద్యాలయంలో తనతోపాటు ఆచార్య నీలి బెండపూడి ఉన్నత విద్యనభ్యసించారని, తాను మానవవనరుల శాఖ మంత్రిగా ఉన్నప్పుడు అమెరికాలో నీలి బెండపూడి తనతో సమావేశమయి, ఉన్నత విద్యా అవకాశాలపై చర్చించామని గంటా శ్రీనివాసరావు తెలిపారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని విశ్వ విద్యాలయాలకు విద్యా, పరిశోధనలకు సహకారం అందిస్తామని ఆమె తెలిపారన్నారు. పెన్సిల్వేనియా స్టేట్ యూనివర్శిటీకి మొట్టమొదటి మహిళా అధ్యక్షురాలిగా తెలుగు మహిళ నియమించటం పట్ల చాలా ఆనందంగా ఉందన్నారు. ఆచార్య నీలిని గంటా శ్రీనివాసరావు అభినందించారు.

## ఎమ్మెల్సీగా ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన వంశీకృష్ణకు బైక్ ర్యాలీతో స్వాగతం పలికేందుకు
## 100 బైక్‌లతో విస్తృత స్థాయిలో ర్యాలీను ప్రారంభించిన
### 35వవార్డు వైయస్ఆర్‌సీపీ కార్పొరేటర్ విల్లూరి భాస్కరరావు

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : 35వవార్డు వైయస్ఆర్‌సీపీ కార్పొరేటర్ విల్లూరి భాస్కరరావు, 35వ వార్డు వైయస్ ఆర్‌సీపీ నాయకులు అందరూ కలిసి 35 వ వార్డు లో విస్తృత స్థాయిలో బైక్ ర్యాలీ గా వెళ్లి ఎమ్మెల్సీ గా ప్రమాణ స్వీకారం చేసి ప్రధమంగా విచ్చేసిన వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్‌కి స్వాగతం పలకడానికి 35వ వార్డు లో సుమారు 100 బైక్‌లతో ర్యాలీ పూర్ణా మార్కెట్ దుర్గాలమ్మ టెంపుల్ దగ్గర ప్రారంభం చేశారు.

జివియంసి 35వవార్డు వైయస్ఆర్‌సీపీ కార్పొరేటర్ విల్లూరి భాస్కరరావు మాట్లాడుతూ 75 సం॥ల ప్రజా స్వామ్యం లో ఎప్పుడూ లేని విధంగా రాష్ట్రంలో నామినేట్ పదవులు బీసీ, ఎసీలకు అమ్మకానికి కి కాకుండా పారదర్శకంగా రెండు ఎమ్మెల్సీలను జిల్లా లో ఒక బీసీ మహిళా నాయకు రాలుకు, ఒక బీసీ యువ నాయకుడుకు కేటాయించిన విషయం తెలుసుకుని ప్రత్యర్థులు జగన్ మోహన్ రెడ్డి పారదర్శకత పరిపాలనని చూసి సిగ్గు తెచ్చుకోవాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అభివృద్ధికి పెద్దపీట వేస్తూ అనతికాలం లోనే అత్యంత పారదర్శకంగా పరిపాలన కొనసాగుతుందని, ఆ ఘనత మన రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్.జగన్ మోహన్ రెడ్డికి దక్కుతుందని, జగన్ మోహన్ రెడ్డి చేసిన ఎనలేని సంక్షేమ పథకాలు ప్రజలకు గుర్తుండే ఉంటాయి అని ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర అభివృద్ధి దిశగా ఉన్నది అంటే దాదాపు ఆయన ఆలోచనలో భాగంగానే అని అన్నారు.

వారి ఆధ్వర్యంలో ఆయన అడుగు జాడల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం ఇంకా ముందుకు నడవాలని అన్నారు.

## ఘనంగా రాష్ట్ర తూర్పు కాపు కార్పోరేషన్ చైర్మన్
# మామిడి శ్రీకాంత్ జన్మదినం వేడుకలు

విశాఖపట్నం తూర్పు కాపు సంఘం (సింహాచలం) ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు సింహాచలం పరిధి శ్రీనివాసనగర్ లో గల శ్రీ బంగారుతల్లి వృద్ధాశ్రమంలో వృద్ధులకు మరియు మనసు అనాధ బాలికల ఆశ్రమంలో బాలికలకు పండ్లు పంపిణీ చేసి సింహాచలం తూర్పు కాపు కార్యా లయంలో కేక్ కట్ చేసి పిల్లలకు మిఠాయిలు పంపిణీ చేసి ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర తూర్పుకాపు సంఘం శెక్రటరీ లోగిశ గణేష్ సింహచలం సంఘం అధ్యక్షుడు ఎన్ని భాస్కర రావు జెర్రిపోతుల

సింహాచలం (విజయభాను న్యూస్) : రాష్ట్ర తూర్పు కాపు కార్పోరేషన్ చైర్మన్ మామిడి శ్రీకాంత్ జన్మదినం సందర్భంగా నర్సింహ మూర్తి బెవరరాజేశ్వరరావు రాంబారికి తిరుపతిరావు రామ్ మోహన్ తదతరులు పాల్గొన్నారు.

## చింతకాయల సేవకు దక్కిన డాక్టరేట్
### ముత్యాలమ్మపాలెం సర్పంచ్ సుజాత ముత్యాలుకు డాక్టరేట్ అందజేత

పీస్ యూనివర్సిటీ వారు చెన్నై లో సోషల్ సర్వీస్ కేటగిరి లోగౌరవ డాక్టరేట్ ను ముత్యాలమ్మపాలెం సర్పంచ్ చింతకాయల

పరవాడ (విజయభాను న్యూస్) : ముత్యాలమ్మపాలెం గ్రామ పంచాయతీ గ్రామ సర్పంచ్ చింతకాయల సుజాత ముత్యాలు దంపతులకువారి చేసిన సోషల్ సేవా కార్యక్రమాలకుగాను మంచి గుర్తింపు లభించింది. ఈ సేవలును గుర్తించి గ్లోబల్ హ్యూమన్ సుజాత ముత్యాలుకు ప్రదానం చేసారు. ఈ డాక్టరేట్ తీసుకున్న సర్పంచ్ దంపతులకు వారి చేసిన సేవలకు ముత్యాలమ్మపాలెం గ్రామ పంచాయతీ ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.ఈ దంపతు లకు పలువురు ప్రత్యేకమైన అభినందనలు తెలియజేశారు.

## ప్రశాంతి విద్యాసంస్థలో
# ఘనంగా ఫ్రెషర్స్ డే వేడుకలు

సర్వే ఆఫ్ ఇండియా డిప్యూటి డైరెక్టర్ జనరల్ వి.అంబిలి హాజ రయ్యారు. ఈ సంద ర్భంగా ఆమె మాట్లా డుతూ గ్రామీణ ప్రాంత విద్యార్థులు దృఢ సంక ల్పం కలిగి ఉంటా రన్నారు. భారతదేశం సంస్కృతి, సంప్రదా యాలు చాలా గొప్పవని, ప్రపంచ దేశాలకు విజ్ఞా నాన్ని అందించింద న్నారు. అనంతరం విద్యా ర్థులు చేసిన నృత్యాలు ఆకట్టు కున్నాయి. ఈ కార్య క్రమంలో ప్రశాంతి విద్యాసంస్థల చైర్మన్

అచ్యుతాపురం (విజయభాను న్యూస్) : స్థానిక ప్రశాంతి విద్యాసంస్థలో శనివారం ఫ్రెషర్స్ డే వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా జియాలాజికల్ ధర్మిరెడ్డి ప్రసాద్, ప్రిన్సిపాల్ కె శ్రీనివాసరావు, వెంకటరావు, అప్పలనాయుడు, అధ్యాపక బృందం, విద్యార్థిని, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

## డిజైర్ సొసైటీ పిల్లలకు పౌష్టికాహార కిట్లను పంపిణీ
### - అనాథలకు చేయూత అందరి బాధ్యత - కె.ఎన్.ఆర్

కరణంరెడ్డి నరసింగరావు జ్యోతి దంపతులు, వారి పిల్లలు సాహితి, చిరుహాసన్ లు అందజేశారు. ఈ సంద ర్భంగా నరసింగ రావు మాట్లా డుతూ కరోన సమయంలో డిజైర్ సొసైటీ వంటి స్వచ్ఛంద సంస్థలను ప్రతి ఒక్కరు ఆదు కోవాలని అన్నారు. పిల్లలకు చిన్నప్పటినుండే సేవా కార్య క్రమాల్లో పాల్గొనే అలవాటు చేయాలనే ఉద్దే శంతో తన కుమారుడు చిరుహాసన్ పుట్టిన రోజు వేడుకలను నిరాడం

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : శ్రీనగర్ డిజైర్ సొసైటీ లో వున్న హెచ్.ఐ.వి సోకిన చిన్నారులకు పౌష్టికాహార కిట్లను కొంత నగదును శనివారం బీజేపి గాజువాక నియోజకవర్గ కోఆర్డినేటర్ బరంగా డిజైర్ సొసైటీ లో గల పిల్లల మధ్య జరిపించామని ఆయన చెప్పారు. కార్య క్రమంలో లక్ష్మణ్ రజని తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ యాదవ్ కు ఘన స్వాగతం

విశాఖపట్నం, (విజయభాను న్యూస్) : శాసన మండలి సభ్యుని గా ప్రమాణ స్వీకారం చేసి శనివారం విశాఖ వచ్చిన ఏమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ యాదవ్ కు విశాఖపట్నం ఎయిర్ పోర్ట్ లో ఘనస్వాగతం లభించింది.వైసీపీ నాయకులు,కార్యకర్తలు,వంశీ అభిమానులు పెద్ద ఎత్తున ఎయిర్ పోర్ట్ కు చేరుకొని అభిమాన నాయకునికి ఘన స్వాగతం పలికారు.ఎయిర్ పోర్ట్ నుంచి భారీగా మొదలైన ర్యాలీ లో జీవీఎంసీ కార్పొరేటర్ లు డాక్టర్ కందుల నాగరాజు,వూరుకుటి నారాయణరావు, మొహమ్మద్ సాదిక్,మాజీ కార్పొరేటర్ బీ.ఉమా మహేశ్వరరావు లు పాల్గొని వంశీని శాలువాలతో సత్కరించి అభినందనలు తెలిపారు.

IN THE HONOURABLE COURT OF THE IVth ADDITIONAL JUNIOR CIVIL JUDGE AT VISAKHAPATNAM

O.S.204/2020

Between:

M/s Varun Leasing
Rep.by its Special Power of Attorney Holder,
Polipalli Appala Raju ... Plaintiff

A n d:

Kanithi Kanaka Rao & Another ...Defendants

NOTICE

To,

D-1. Kanithi Kanaka Rao, S/o Kanithi Suri Demudu,
Hindu, aged 27 Years, D.No.13-143-1, Shyam Nagar,
Madhurawada, Near: Durgalamma Temple,
Visakhapatnam-530048

Please take notice that the above named Plaintiff has instituted the above suit against you. You are here by summoned to appear in the above court in person or through an Advocate duly instructed and the matter stands posted to 23-12-2021 at 10.30 A.M for your appearance, in default of your appearance on that day the suit will be heard and determined in your absence basing on the material available in the court.

Hg: 23-12-2021

TULALA VENKATESWARA RAO,
KURUMUJI KOTESWARA RAO,
ADVOCATES
VISAKHAPATNAM-530002
Phone-9985747149

## కిశోర్ బాలికలు పోషకాహారన్ని తీసుకోవాలి

అచ్యుతాపురం (విజయభాను న్యూస్) : కిశోర్ బాలికలు అందుబాటులో ఉండే మంచి పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారాన్ని తీసుకోవాలని పిహెచ్‌సి వైద్యాధికారిణి ఆలేఖ్య అన్నారు . శనివారం మండలంలో రామన్నపాలెం గ్రామంలో కిశోర్ బాలికలకు అవగాహన సదస్సు నిర్వహించి సానిటరీ నాప్కిన్స్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ కిశోర్ బాలికలు వ్యక్తి గత శుభ్రత పాటిస్తూ, రక్తహీనత లేకుండా జాగ్రతలు పాటిం చాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సి హిచ్ ఒ వేణుగోపాల్, హెచ్ఒ సరోజ, అంగన్వాడీ, ఆశ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

## సిలిండర్ పేలి క్షతగాత్రులలైన కార్మికులకు నష్టపరిహారం చెల్లించాలి

భీమునిపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : దివిస్ లేబరేటరీ సిలిండర్ పేలి క్షతగాత్రుల లైన కార్మికులకు 50 లక్షలు నష్టపరిహారం చెల్లించాలని సిపిఎం పార్టీ డిమాండ్ చేస్తుంది భీమిలి మండలం దివిస్ లేబరేటరీలో శనివారం ఉదయం 10 గంటలకు ఫ్యాబ్రికేషన్ వర్క్స్ చేస్తుండగా సిలిండర్ పేలి నలుగురు కార్మికులు క్షతగాత్రు లయ్యారు క్షతగాత్రులు అయిన కార్మికులకు మెరుగైన వైద్యం అందించి ఒక్కొక్క రకు 50 లక్షలు నష్ట పరిహారం ఇవ్వాలని సిపిఎం నాయకులు మూర్తి రవ్వ నర్సింగ్ రావు నాయుడు డిమాండ్ చేశారు శ్రీకాకుళం జిల్లాకు చెందిన జి.లక్ష్మణ్‌రావు బి.శ్రీనివాస్ మొఖము చేతులు కాళీ అపోలో ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నారు విజయనగరం జిల్లాకి చెందిన రమేష్ కుమార్ కు చేయి ఫ్యాక్చర్ అయినది బీహార్ రాష్ట్రానికి చెందిన ది రాజ్ కుమార్ కు తలపై గాయమైనది వీరికి మెరుగైన వైద్యం అందించాలని దివిస్ యాజమాన్యం నిర్లక్ష్య వైఖరికి ఎప్పటికప్పుడు కార్మికులకు ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయి భద్రతా పరమైన లోపాలు కారణంగా ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయి కావున అధికారులు సమగ్ర దర్యాప్తు జరిపి యజమాన్యం పై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని సిపిఎం పార్టీ డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

## వెయ్యి యూనిట్ల
# పెరటి కోళ్ల పెంపకానికి ప్రణాళిక

నాతవరం (విజయభాను న్యూస్) : పెరటి కోళ్ల పెంపకానికి సంబంధించి 1000 యూనిట్ల మంజూరుకు ప్రణాళిక సిద్ధం చేశామని వెలుగు ఏరియా కోఆర్డినేటర్ పోతల రమణ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన స్థానిక విలేకరులతో మాట్లాడుతూ పెరటి కోళ్ల పెంపకం యూనిట్‌కు రూ.4400 ధర నిర్ణయించారన్నారు. నాతవరం, మాకవరపాలెం, రోలుగుంట, గొలుగొండ, నర్సీపట్నం మండలాల పరిధిలో 1000 మందికి యూనిట్లు అందించాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారని చెప్పారు. జగనన్న తోడు పథకంలో 8వేల మంది చిరు వ్యాపారులకు వడ్డీ లేని రుణం అందించేందుకు లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామన్నారు. ఈ ఏడాది డ్వాక్రా సంఘాలకు బ్యాంక్ లింకేజీ రుణాలు రూ.148 కోట్లలో ఇప్పటి వరకు రూ.89 కోట్లు ఇవ్వగా, మిగతావి మార్చి నెలాఖరులోగా అందజేస్తామని చెప్పారు.

## దివీస్ కాంట్రాక్టర్ పనివారికి స్వల్ప గాయాలు

భీమునిపట్నం : భీమిలి మండలం చిప్పాడ దీవిస్ లెబో రీటరిస్ లో ఓ కాంట్రాక్టర్ షేడ్ లో ఆక్సిజన్ సిలిండర్ లో ఏర్పడిన చీలికల వల్ల సంభవించిన ప్రమాదం లో ఇద్దరు కాంట్రాక్ట్ పనివారు గాయపడ్డారు ఘటన జరిగిన ప్రాంతానికి దగ్గరలో ఉన్న మరో ఇద్దరు కాంట్రాక్టర్ పనివారికి స్వల్ప గాయాలు కాగా వారికి కావలసిన చికిత్సను నగరంలోని ఆసుపత్రి లో అందజేయడం జరిగింది కాలిన గాయాలైన జి.లక్ష శిక్ ,బి. శ్రీనివాసరావు చికిత్సకోసం వీరిని ఆరిలోవ అపోలో ఆసుపత్రి కి తరలించారు. ప్రమాదానికి గల కారణాలను దివిస్ భద్రతా విభాగం మాన వనరుల విభాగం విశ్లేషిస్తున్నారు.

GREATER VISAKHAPATNAM MUNICIPAL CORPORATION

| S.No | Tender Notice No. | No of Works | Value of Works(ECV) | Tender Opening Dt | Closing Date | Contact No |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | SH.T.N.No.89/2021-22/SE(Mech)/EE(Mech), Dt:08-12-2021 | 1 No | Rs.45.22 Lakhs | 09-12-2021 | 16-12-2021 | 9490837666 |
| 2 | SH.T.N.No.23/2021-22/E.E-II(WS-M)/DB/Dt:10-12-2021 | 1 Work | Rs.17.47 Lakhs | 10-12-2021 | 17-12-2021 | 9948078503 |
| | T.N.No.23/2021-22/E.E-II(WS-M)/DB/Dt:10-12-2021 | 7 Works | Rs.103.29 Lakhs | 10-12-2021 | 27-12-2021 | 9948078503 |
| 3 | T.N.No.26/2021-22/EE-I(WS)/DB-I, Dt:10-12-2021 | 4 Nos | Rs.49.77 Lakhs | 11-12-2021 | 27-12-2021 | 9951532875 |

Note: Further details at http://www.tender.apeprocurement.gov.in For Commissioner

# విజయభాను

## సంపాదకీయం

### సంస్కృతానికి అగ్రాసనం

కాకతీయ రాజుల్లో గణపతిదేవుడి తర్వాత కుతుబ్‌షాహీ కాలంలో కొంత కాలం మాత్రమే ఆంధ్ర ప్రాంతాలు ఏకఛత్రాధిపత్యం కింద ఉన్నాయి. ఆంధ్రభాషను మాట్లాడే ప్రజలందరినీ ఏకఛత్రం కిందకు తెచ్చిన మొదటి వారు కాకతీయులే. ఈ కాలంలోనే ఓరుగల్లుకు ఆంధ్రనగరి అని పేరు వచ్చింది.

కాకతీయులు ఆంధ్రప్రాంతాలను పాలిస్తూ ఆంధ్రాభిమానం కలిగి ఉన్నవారు సంస్కృత భాషను అభిమానించి, సంస్కృత భాషలో శాసనాలను వేయించారు. అప్పటికి ఉత్తరభారతం తురుష్కుల చేత ఆక్రమించబడింది. సంస్కృత సాహిత్యాన్ని ఆదరించేవారు కరువైనారు. అప్పుడు సంస్కృత భాష దక్షిణ దేశానికి వలస వచ్చింది. ఎందరో సంస్కృత కవి పండితులు దక్షిణ దేశ రాజులను ఆశ్రయిం చారు. అట్లా ఆదరించిన ప్రభువుల్లో కాకతీయులు అగ్రభాగాన కలరు. అగస్త్యుడు అనే గొప్ప సంస్కృత పం డితుడు ఓరుగల్లు అనే నగరం బయట పెద్ద ఆశ్రమాన్ని నిర్మించుకున్నాడు. అతని వద్ద ఎంతో మంది సంస్కృత విద్యార్థులు విద్యలను అభ్యసించేవారు.అగస్త్యుడు స్వయంగా 74 సంస్కృత గ్రంథాలు రచించాడు. అతని కొడుకు నరసింహరుషి 'సిద్ధోద్వాహము' అనే సంస్కృత లఘు కావ్యాన్ని ఓరుగల్లు గుట్టపై, శిలలపై లిఖింపచేశాడు.

1968లో ఇది పుస్తకంగా వచ్చింది. అగస్త్యుని మేనల్లుడు విశ్వనాథుడు గొప్ప పండితుడు. విద్యానాథుడు అనే మరో పండితుడు 'ప్రతాపరుద్ర యశోభూషణ' అనే అలంకార శాస్త్ర గ్రంథాన్ని రచించాడు. ఈ గ్రంథంలో ఉదాహరణలుగా ప్రతాపరుద్రుని శౌర్యపరాక్రమాలను వర్ణించే పద్యాలు ఉన్నాయి. మొట్టమొదటి సారిగా లక్షణ గ్రంథాల్లో కృతి భర్త రాజును గూర్చి ఉదాహరణ శ్లోకాలుండటం ఇదే మొదలు. మొదటి రుద్రదేవుడు సంస్కృతంలో 'నీతిశాస్త్ర ముక్తావళి'అనే గ్రంథాన్ని రచించాడు. రెండో ప్రతాపరుద్రుడు కూడా కవి. అతడు రుద్రదేవుడు అనే పేరుతో 'యయాతి చరిత్ర' అనే సంస్కృత నాటకాన్ని రచించాడు. ఇది ప్రసిద్ధ నాటకం. తెలుగులో భాస్కర కవి రచించిన రామాయణంలో కొన్ని భాగాలు రుద్రదేవుడు రచించాడు. ప్రతాపరుద్రుడే రుద్రదేవుడనే పేరుతో రచించాడని అంటారు. ఓరుగల్లుకు చెందిన గంగాదేవి బుక్కరాయల కుమారుడు కంపరాయలను వివాహం చేసుకొని అతడు మధురానగరాన్ని జయించిన ఇతివృత్తాన్ని తీసుకొని 'మధురా విజయం' అనే కావ్యాన్ని రచించింది. ఆమె అగస్త్యుని మేనల్లుడు విశ్వనాథుడు తనకు విద్యాగురువని పేర్కొన్నది. సంస్కృతంలో మహాకావ్యాన్ని రచించిన మొట్టమొదటి కవయిత్రి గంగాదేవి. ఈ కావ్యం క్రీ.శ. 1371-74 మధ్య (మధురా) విజయం రాయబడింది. ఆ తర్వాత రఘునాథ రాయల ఆస్థానంలో కవయిత్రులు సంస్కృత కావ్యాలు రాశారు.

మొత్తం సంస్కృత సాహిత్యంలోనే కావ్యరచన చేసిన మొట్టమొదటి కవయిత్రి ఓరుగల్లు వాసియైన గంగాదేవియే. గణపతిదేవుడి దగ్గర గురువుగా ఉన్న శివదేవయ్య 'పురుషార్థసారము', 'నీతిసారము', 'శివదేవధీమణి' అనే సంస్కృత గ్రంథాలను రచించాడు. తిక్కన సోమయాజి గణపతిదేవుడి ఆస్థానానికి వచ్చినప్పుడు శివదేవయ్యను చూసి.. 'ఈతడీశ్వరుడు గాని మనుజమాత్రుడు గాదు' అని ప్రస్తుతించాడు.

ఈ విధంగా ఎంతో సంస్కృత సాహిత్యం కాకతీయుల కాలంలో సృష్టించబడింది. స్వయంగా రాజులే సంస్కృత గ్రంథాలు రచించారు. ఈ విధంగా మీద కవయిత్రి రచించిన మహాకావ్యం రావడము, అనేకమంది సంస్కృత పండితులు కావ్యాలు, శాస్త్రగ్రంథాలు రచించటం తెలంగాణ గడ్డకే గర్వకారణం.

మొట్టమొదటి సారిగా లక్షణ గ్రంథాల్లో కృతి భర్త రాజును గూర్చి ఉదాహరణ శ్లోకాలుండటం ఇదే మొదలు. మొదటి రుద్రదేవుడు సంస్కృతంలో 'నీతిశాస్త్ర ముక్తావళి'అనే గ్రంథాన్ని రచించాడు.

## ఆకట్టుకున్న 'మధురమైన ఈరేయి'

# సినీ సంగీత సంగీత విభావరి

సినీ గీతాలను ఆలపిస్తున్న కళాకారులు

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్): శృతిలయ రసరాగమాధురి స్వర మాలిక సాంస్కృతిక సంస్థల ఆధ్వర్యంలో కళా భారతిలో మధురమైన ఈరేయి పేరిట నిర్వహించిన సినీ సంగీత విభావరి ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది.

విశాఖ నగరానికి చెందిన పై సాంస్కృతిక సంస్థల అధినేతలు గాయకులు వి ప్రభాకర్, ఎం ఎస్ మాధవ్, జి ఆంజనేయరెడ్డిలు విశాఖకు చెందిన గాయనీ మణులతో కలసి వివిధ తెలుగు చలనచిత్రాల లోని సినీ గీతాలను ఆలపించి ప్రేక్షకుల హర్షధ్వానాలు అందు కున్నారు. సిహెచ్‌వి. సత్యనారాయణ ప్రోగ్రాం కన్వీనర్ గా వ్యవహరించగా ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక వేత్త ఆధ్యాత్మికవేత్త ఎన్.వి రాజశేఖర్, సోషల్ మీడియా స్టేట్ చైర్మన్ సన్ మూర్తి,, ఎస్.ఎస్.ఎన్.రాజు., ఫణి స్వామి తదితరులు హాజరయ్యారు.

సెంచూరియన్ విశ్వవిద్యాలయం వైస్ చాన్సలర్ ప్రొఫెసర్ జిఎస్ఎన్ రాజు ఈ కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక అతిథిగా హాజరై కళాకారులను అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్.ఉదయ్ కుమార్, బి.ఫణి భూషణ్, కళాభిమానులు సినీ సంగీత ప్రియులు పాల్గొన్నారు.

## డాక్టర్ రవిరాజుకు లైఫ్ టైం అచీవ్మెంట్ అవార్డు

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : ప్రపంచ ప్రఖ్యాత నెఫ్రాలజిస్ట్, కిడ్నీ వ్యాధులపై నిరంతరం పరిశోధనలు చేస్తూ వైద్యాన్ని నిరుపేదలకు చేరవేసిన ప్రముఖ వైద్యులు, జీవన్ దాన్ ప్రోగ్రాం కింద ప్రజల్లో కిడ్నీల దానంపై అవగాన కల్పించడం,అప్పుడే చనిపోయే వ్యక్తుల నుండి కిడ్నీలను సేకరించి వాటిని కిడ్నీ రోగులకు అమర్చి వారికి కొత్త జీవితాలను ప్రసాదిస్తున్న అపర వైద్య బ్రహ్మ డాక్టర్ తాటపూడి రవి రాజుకు ఇండియన్ సొసైటీ ఆఫ్ నెఫ్రాలజీ లైఫ్ టైం అచీవ్మెంట్ అవార్డుతో సత్కరించింది.చెన్నైలోని హయత్ రీజెన్సీలో శుక్రవారం జరిగిన ఇండియన్ సొసైటీ ఆఫ్ నెఫ్రాలజీ 51వ వార్షిక సదస్సులో రవిరాజును ఘనంగా సన్మానించి అవార్డును ప్రదానం చేశారు. తమిళనాడు రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్య, కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ ముఖ్యకార్యదర్శి జై రాధాకృష్ణన్ ఈ అవార్డును రవిరాజుకు అందజేశారు. ఈ సదస్సులో తమిళనాడు రాష్ట్ర డీఎంఈ డాక్టర్ నారాయణ్ బాబు, ప్రెసిడెంట్ అఫ్ ఇండియన్ సొసైటీ డాక్టర్ ఏ.కే.భల్లా, సెక్రటరీ ఐఎస్ఎన్ డాక్టర్.నారాయణ్ ప్రసాద్, ఆర్గనైజింగ్ చైర్మన్ డాక్టర్ జయకుమార్, ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ డాక్టర్ గోపాల కృష్ణన్ పాల్గొన్నారు. భారతదేశంలో నెఫ్రాలజీ విభాగాన్ని అభివృద్ధి చేయడం, వ్యాధులకు సరైన చికిత్స విధానం పై నిరంతరం పరిశోధనలు చేస్తూ వేనోళ్ళ కొనియాడబడుతున్న రవిరాజుకు వైద్య వృత్తిలో పదోన్నతులు, అవార్డులు రివార్డులు అనేకం లభించాయి. భారతదేశం గర్వించ దగ్గ వైద్యుల్లో ఒకరిగా డాక్టర్ రవి రాజు పేరొందారు

డాక్టర్ ఎన్టీఆర్ హెల్త్ యూని వర్సిటీ వైస్ ఛాన్సలర్ గాను, ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ రిటైర్డ్ డీఎంఈగాను, నీట్ ఆన్ లైన్ పరీక్షల నిర్వహణలోనూ ముఖ్య భూమిక పోషించారు. ఆంధ్రవైద్య కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ గాను, కేజీహెచ్ సూపరింటెండెంట్ గాను విశేషమైన సేవలందించారు. మానవ సేవే మాధవ సేవగా తలచి కిడ్నీ రోగులకు మెరుగైన అత్యాధునిక వైద్య సేవలందిస్తూ వైద్య వృత్తికే వన్నె తెచ్చారు.సూపర్ స్పెషలిటీ కోర్సులను డిజైన్ చేయడంలో అందవేసిన చేయిగా పేరొందారు.

## రక్త దానం చేయండి.... ప్రాణాలను కాపాడండి

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : వేకప్ ఫ్రెండ్స్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్, ఫ్రెండ్స్ బ్లడ్ డోనర్స్ అసోసియేషన్ సంయుక్తంగా శనివారం నిర్వహించిన బ్లడ్ డొనేషన్ క్యాంపుకు ముఖ్యఅతిథిగా గాజువాక వైఎస్సార్సీపీ ఇన్చార్జ్ తిప్పల దేవన్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బ్లడ్ డొనేట్ చేసిన అందరిని అభినందించారు.

బ్లడ్ డొనేట్ చేయడం చాలా మంచి కార్యక్రమమని,బ్లడ్ లేక చాలా మంది చనిపోతున్నారని ప్రతి రక్తపు బొట్టు ప్రాణాన్ని నిలబడుతుందని వీలైనంత వరకు ప్రతి ఒక్కరు బ్లడ్ డొనేషన్ చేయాలని అందరినీ కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్పొరేటర్లు మొహమ్మద్ ఇమ్రాన్, ఊరికూటి చందు, గంధం సాయి, ట్రస్టు సభ్యులు అసోసియేషన్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

## కవి సమయం

### కోరికలు

ఆలోచనల నుండి కోరికలు ఉద్భవం
ప్రగతి సాధన పతనం అనుభవం
ఆలోచనల వలనే సాధ్యం
కోరికల వలన కర్మాచరణ
వివిధ పరిణామాల సంభవం
కోరికలకు అంతం ఎక్కడ?
సముద్రంలో అలల వలే
కోరికల నిరంతర ప్రవాహం
మానసిక చింతన, ఆందోళన
అలుపెరుగని జీవిత పోరాటం
కోరికలను జయించుట కంటే
నియంత్రణే ఉత్తమం
నిత్యజీవిత పోషణార్థం
అవసరమైన వాటికోసం ప్రయత్నం
మనస్సు పగ్గాలతో కోరికల
గుర్రాలకు కళ్లెం వేస్తూ
సంతృప్తితో నిండైన జీవితం
అత్యుత్తమం, సదా ఆచరణీయం

...కవితా రచన
సి.ప్రతాప్

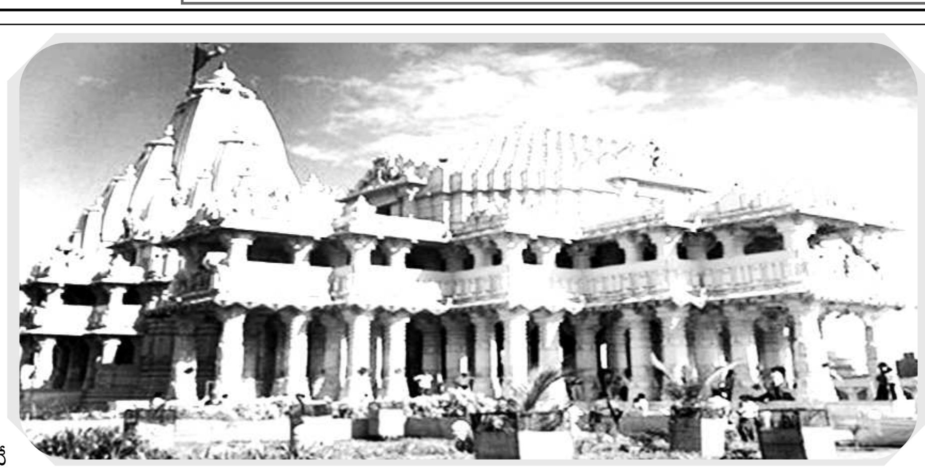
## పంచాంగం

మాసం : మార్గశిర; తిథి : నవమి రా.11.47; ఉత్తరాభాద్ర రా.తె.3.36; వ.మ.1.10ల 2.48.

ఆదివారం 12-12-2021

a **మేషం** : సమయానికి నిద్ర, భోజనం ఉండదు. ఉద్యో గులకు పై అధికారుల ఒత్తిడి కలుగుతుంది. అవసరాలకు అనుకున్న సమయానికి ధనం చేతికి అందుతుంది. రాజకీయ నాయకులకు అనుకూలం. నూతన వ్యాపారములు చేయువారికి అనుకూలించును. ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. పాత సన్నిహితులను కలుసుకుంటారు. b **వృషభం** : దూర ప్రయాణములు చేస్తారు. దర్ఘీరోగులు మాత్రం జాగ్రత్త అవసరం. పెద్దల సహకారం కలుగును. శరీర ఒత్తిడి అలసట ఎక్కువగా ఉంటుంది. నిరుద్యోగులకు ఉపశమనం కలుగుతుంది. పెద్దల సహకారం కలుగును. C **మిథునం** : దూరపు బంధువులతో ఇష్టాగోష్ఠి చేస్తారు. నూతన సినీ రంగంలో ప్రవేశించు వారికి గుర్తింపు కలుగుతుంది. విందు, వినోద కార్యక్రమాల్లో పాల్గొం టారు. ఆరోగ్యం బాగుండును. d **కర్కాటకం** : వృత్తి వ్యాపారాలు చేయువారు ముఖ్యమైన నిర్ణ యాలు తీసుకుంటారు. ఆధ్యాత్మిక, దైవ, సేవా కార్యక్రమాలపట్ల ఆసక్తి పెరుగుతుంది. మీ బాధ్యతలు ఇతరులకు అప్పగించవద్దు. ఎంత సంపాధించినా ధనం నిలబెట్ట లేకపోతారు. మీ ప్రత్యర్థుల విషయంలో అప్రమత్తంగా మెలగండి. సహోద్యోగులు మనసు తెలిసి వ్యవహరిస్తారు. e **సింహం** : ఆర్థిక విషయాలలో ప్రోత్సాహకరంగా వుంటుంది. కష్టమైన పనులన్నింటిని దిగ్విజయంగా పూర్తిచేస్తారు. ఉద్యోగస్తులు ఒత్తిళ్ళు, ప్రలోభాలకు దూరంగా ఉండటం మంచిది. కుటుంబీకులు మీ అభిప్రాయాలతో ఏకీభవిస్తారు. కొబ్బరి, పండ్ల, పూల, కూరగాయలు, చిరు వ్యాపా రులకు పురోభివృద్ధి. f **కన్య** : బంధుమిత్రులను కలుసుకుంటారు. కొత్త పరిచయాలు ఏర్పడతాయి. మీ మనస్సుకు ఆనందం కల్గించే పరిణామాలు చోటు చేసుకుంటాయి. ఆర్థికంగా లాభం. ప్రియతముల వైఖరిలో మార్పు, ఆనందం కలుగుతుంది. g **తుల** : బంధువుల ఆకస్మిక రాక మీకు ఎంతో ఆశ్చర్యానికి గురి చేస్తుంది. ఏదన్న అమ్మకానికి చేయు ప్రయత్నాలలో సఫలీకృతులు కాగలరు. నిరుద్యో గులకు సదవకాశాలు లభించినప్పటికిని వాటిని సద్వినియోగం చేసుకొలేకపోతారు. ఓర్పు పట్టుదలతో శ్రమించి అనుకున్నది సాధిస్తారు. పొదుపు ఆవశ్యకతను గుర్తిస్తారు. h **వృశ్చికం** : రిటైల్, రియల్ ఎస్టేట్ రంగాల వారు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. కుటుంబ సభ్యులతో ఉల్లాసంగా గడుపుతారు. మీరు మార్పు కోసం ఆరాటపడతారు. కొత్త ఆలోచనలు మీ మదిలో మెదులుతుంటాయి. i **ధనుస్సు** : బ్యాంకు వ్యవహారాలలో అపరిచిత వ్యక్తులపట్ల అవసరం. పెద్దల ఆరోగ్యము గురించి ఆందోళన చెందుతారు. గృహమునకు కావలసిన వస్తువులను కొనుగోలు చేస్తారు. ప్రైవేటు సంస్థలలోని వారికి పనిభారం అధికమవుతుంది. j **మకరం** : వృత్తి వ్యాపారాలకు సంబంధించి ముఖ్యమైన నిర్ణయాలు తీసు కుంటారు. ప్రముఖ వ్యక్తులను కలుసుకుంటారు. మీ ప్రతిభకు గుర్తింపు లభిస్తుంది. కోర్టు వ్యవహారాల్లో ప్లీడర్ల ధోరణి ఆందోళన కలిగి స్తుంది. మిత్రులను కలుసుకుంటారు. సోదరీ, సోదరులతో ఏకీభవించలేరు. ఉద్యో గస్తులు అధికారులతో సంభాషించునప్పుడు మెళుకువ అవసరం. k **కుంభం** : బ్యాంకుల ఆర్థిక సంస్థలతో వాయిదా పడతాయి. స్త్రీలు టి.వి.ఛానెళ్ళ కార్యక్రమాల్లో రాణిస్తారు. విద్యార్థుల్లో మనోధైర్యం, ఏకాగ్రత నెలకొంటాయి. దూర ప్రయాణాలు, పుణ్యక్షేత్రాల సందర్శ నలకు పథకాలు రూపొందిస్తారు. మీ అలవాట్లు, బలహీనతలు గోప్యంగా ఉంచటం క్షేమదాయకం. ఖర్చులు పెరిగే ఆస్కారం ఉంది. L **మీనం** : వృత్తి పరమైన సమా వేశాలకు అను కూలం. లక్ష్యసాధనకు మీరు చేసే ప్రయత్నాలు ఫలిస్తాయి. న్యాయ, బోధన కళారంగాలవారికి శ్రమకు తగిన ప్రతిఫలం లభిస్తుంది. దీక్షా, పట్టుదలతో అనుకున్న లక్ష్యం సాధిస్తారు. వ్యాపారాల్లో భాగస్వామి సహాయ సహకారం లభిస్తుంది. మీ కళత్ర మొండివైఖరి మీకు చికాకు కలిగిస్తుంది. రుణయత్నాల్లో స్వల్ప ఆటంకాలు ఎదుర్కుంటారు.

# సౌరాష్ట్రే సోమనాథంచ..



పరమశివుని ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలలో ప్రథమస్థానంలో వున్న సోమనాథక్షేత్రం గుజరాత్‌లో వుంది. లయకారకుడు జ్యోతిర్లింగ ఆకారంలో భక్తులకు యుగయుగాల నుంచి దర్శనమిస్తూ అభయమిస్తున్నారు. అనేక దండయాత్రలకు గురైనప్పటికీ తిరిగి పునర్ నిర్మితమైన క్షేత్రమది. సిరిసంపదలతో వున్న ఈ క్షేత్రంపైకి అనేక మంది విదేశీపాలకులు దండయాత్రలు చేశారు. చంద్రునికి శాపవిముక్తి జరిగిన క్షేత్రం కాబట్టే సోమనాథక్షేత్రంగా పేరొం దింది. దక్షప్రజాపతి తన 27 కుమార్తెలను చంద్రునికిచ్చి వివాహం చేశాడు. అయితే చంద్రుడు రోహిణితో మాత్రమే సఖ్యంగా వున్నాడని మిగిలిన భార్యలు తమ తండ్రైన దక్షప్రజాపతికి ఫిర్యాదు చేశారు. దీంతో ఆగ్రహం చెందిన ఆయన చంద్రుడు క్షయవ్యాధితో బాధపడాలని శాపమిచ్చాడు. దీంతో భూలోకంపై వచ్చిన చంద్రుడు ప్రస్తుత క్షేత్రమున్న ప్రాంతంలో శివ విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠించి తపస్సు చేశాడు. తపస్సుకు మెచ్చిన పరమేశ్వరుడు ప్రత్యక్షమై శాపం నుంచి విముక్తి కలిగించాడు. 27 సతీమణులను సరిసమానంగా చూసుకోవాలని చంద్రునికి హితవు పలికాడు. చంద్రునికి శాపవిముక్తి జరిగిన ప్రదేశం కాబట్టి సోమనాథక్షేత్రంగా పేరొచ్చింది.

చంద్రుడికి ఈ క్షేత్రంలో శాపవిముక్తి కలిగింది. దీంతో ఆయన పరమానందభరితుడై బంగా రంతో ఆలయం నిర్మించినట్టు తెలుస్తోంది. అనంతరం రావణా సురుడు వెండితో ఆలయాన్ని నిర్మించగా, ద్వాపరయుగంలో శ్రీకృష్ణుడు చందనపు చెక్కలతో నూతన ఆలయాన్ని నిర్మించినట్టు పురాణాలు పేర్కొం టున్నాయి. శివపురాణం, నంది పురాణంలో పరమేశ్వ రుడు ఇలా పేర్కొంటాడు. 'అన్ని చోట్ల నేనుంటాను. పన్నెండు ప్రదేశాల్లో మాత్రం మరింత ప్రభావ వంతంగా వుంటాను' ఈ పన్నెండు ప్రదేశాలనే ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు అని పిలుస్తారు. సాక్షాత్తు ఆ లయకారకుడు ప్రత్యక్షంగా ఈ క్షేత్రాల్లో కొలువ్కైవున్నాడు. అందుకనే ఈ క్షేత్రాలు పరమపవిత్రమైనవి. ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగ క్షేత్రాల్లో గుజరాత్‌లోని సోమనాథ ఆలయం మొదటిది. అందుకనే ఇది మహిమాన్విత క్షేత్రమైంది. సోమనాథ క్షేత్రంలో భారీ సంపద వుండటంతో అనేకసార్లు దండ యాత్రలకు గురైంది. క్రీ.శ. 1024లో గజనీ పాలకుడ్కైన మహమ్మద్ చేసిన దండయాత్రలో ఆలయం తీవ్ర నష్టానికి గురైంది. ఆ సమయం లోనే ఆలయం నుంచి ఎక్కువ సంపదను గజనీకి తరలించినట్టు చారిత్రక గ్రంథాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. అనంతరం స్థానిక పాలకులు తిరిగి నిర్మించారు. ఢిల్లీ పాలకుడ్కైన అల్లావుద్దీన్ ఖిల్జీ, మొగల్ చక్రవర్తి ఔరంగజేబ్ పాలనలోనూ ఆలయంపై దాడులు జరిగాయి. జునాగఢ్ సంస్థానం భారత యూనియన్‌లో విలీనమైన తరువాత ఉక్కుమనిషి, భారతదేశ ప్రథమ హోంమంత్రి వల్లభాయ్‌పటేల్ ఆలయాన్ని సందర్శించి పునర్ నిర్మాణానికి ఆదేశాలిచ్చారు. 1951లో నూతన ఆలయ నిర్మాణం పూర్తయింది. భారత దేశ రాష్ట్రపతి బాబురాజేంద్రప్రసాద్ ఆలయాన్ని ప్రారం భించారు.

ఆలయాన్ని తిరిగి నిర్మించేందుకు నిధుల సేకరణ చేయకుండా కేవలం భక్తులు ఇచ్చిన విరాళాలతో నిర్మించడం విశేషం.

యుగయుగాలుగా భక్తుల కోసం కొలువ్కైవున్న సోమనాథమూర్తి తన దివ్యశక్తితో అందరిని ఆశీర్వదిస్తుంటారు.

**సౌరాష్ట్రే సోమనాథంచ...**

ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగ దర్శనాల్లో మొదటి లింగం సోమనాథ్‌లో వుంది. ఈ పట్టణాన్ని ప్రభాస్ పటాన్ అనికూడా పిలుస్తారు.

# 35వ వార్డులో జీవియంసి కమిషనర్, వైఎస్సార్‌సీపీ కార్పొరేటర్ విస్తృత పర్యటన

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : జీవీఎంసీ 35వ వార్డు కార్పొరేటర్ విల్లూరి భాస్కరరావు, జీవీఎంసీ కమిషనర్ డాక్టర్ లక్ష్మి షా లు శనివారం వార్డులో అధికారులతో కలిసి పర్యటించారు. వార్డు పర్యటనకు మొదటిసారి వచ్చిన కమిషనర్ కు విల్లూరి భాస్కర రావు పూలమొక్క ఇచ్చి శాలువాతో సత్కరించారు. వార్డు వైస్సార్సీపీ నాయకులు,కార్యకర్తలు జీవీఎంసీ అధికారులతో కలిసి విస్తృత స్థాయిలో పర్యటన లో భాగంగా తో పూర్ణా మార్కెట్ లో చెత్త కంప్రెస్స్ యూనిట్ పెట్టాలని స్థానికులు కోరారు. వెలంపేట లక్ష్మీనగర్ స్లం ఏరియా లో డ్రైనేజీ కాలువలు లేకపోవడంతో నూతన డ్రైనేజీ నిర్మించాలని నిర్ణయించారు. శిథిలావస్థకు చేరుకున్నఇందిరా ప్రియదర్శిని మున్సిపల్ స్టేడియం ఆధునీకరించాలని కోరారు.

జనతా బజారు షాపింగ్ కాంప్లెక్స్ పక్కన నిరుపయోగంగా ఉన్న అన్నాకాంటీన్ ను వార్డు సానిటరీ ఆఫీస్ కింద వాడుకకు అనుమతి నివ్వాలన్నారు.వార్డు అభివృద్ధికి పూర్తి సహకారమందిస్తానని కమిషనర్ లక్ష్మిషా హామీ ఇచ్చారు.

### దివీస్ ల్యాబ్ ఫ్యాబ్రికేషన్ యార్డులో జరిగిన ప్రమాదంపై సమగ్ర విచారణ జరపాలి

# క్షతగ్రాతులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలి

### - సిపిఎం జిల్లా కార్యదర్శి కె.లోకనాథం

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : భీమిలి మండలం చిప్పాడ వద్ద ఉన్న దివీస్ ల్యాబ్ ఫ్యాబ్రికేషన్ యార్డులో సిలిండర్ పేలిన ఘటనపై సమగ్ర విచారణ జరిపి యాజమాన్యంపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని, గాయపడిన క్షతగ్రాతులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని సిపిఎం విశాఖ జిల్లా కమిటీ డిమాండ్ చేస్తోంది. దివీస్‌లో సిలిండర్ పేలిన ఘటనలో నలుగురు కార్మికులు శ్రీకాకుళంకు చెందిన జి.లక్ష్మణరావు, బి.శ్రీనివాస్, విజయనగరం జిల్లాకు చెందిన రమేష్ కుమార్, బీహార్‌కు చెందిన రాజ్‌కుమార్‌లు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. వీరిని విశాఖలోని అపోలో ఆసుపత్రికి తరలించారు. వీరిలో ఇద్దరు పరిస్థితి విషమంగా వుంది. దివీస్ యాజమాన్యం నిర్లక్ష్యం కారణంగాను, భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించని కారణంగా పరిశ్రమలో ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయి. జిల్లాలో ఫార్మా కంపెనీల్లో ప్రమాదాలు నిత్యకృత్యం అవుతున్నాయి. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, జిల్లా అధికార యంత్రాంగం పర్యవేక్షణలేని కారణంగా ప్రమాదాలు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. మొన్న పరవాడ రాంకీ ఫార్మాసిటీలో రాంకీ ట్రీట్‌మెంట్‌ప్లాంట్ పంప్ హౌస్‌లో విష వాయువు లీకై ఇద్దరు కాంట్రాక్ట్ కార్మికులు మృతి చెందారు. ప్రమాదాలు జరిగినప్పుడు హడవడి చేయడం తప్ప వాటిని నివారించడంలో విఫలమౌతున్నారు. ప్రమాదాలు జరిగిన కంపెనీల యాజమాన్యాలపై కఠిన చర్యలు తీసుకొని వుంటే ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా వుండేవి. ఫార్మా కంపెనీల భద్రతా ప్రమాణాలపై భద్రతా ఆడిట్ నిర్వహించాలి. ప్రమాణాలు పాటించని కంపెనీలపై క్రిమినల్ కేసులు తీసుకోవాలని సిపిఎం పార్టీ డిమాండ్ చేస్తోంది.

# 30న రైల్వే కారుణ్య నియామకాల అదాలత్

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : తూర్పుకోస్తా రైల్వే వాల్తేరు డివిజన్‌లో కారుణ్య నియామకాల పెండింగ్ కేసులు పూర్తి చేసేందుకు ఈ నెల 30న ఉదయం 11 గంటల నుంచి అదాలత్ నిర్వహించనున్నట్లు వాల్తేరు డివి జన్ సీనియర్ డీసీఎం ఎ.కె.త్రిపాఠి తెలిపారు. రైల్వే శాఖ మృతుల కుటుంబాల కారుణ్య నియామకాలకు సంబంధించి పెండింగ్‌లో ఉన్న ఫిర్యాదుల కేసులు మాత్రమే పరిశీలించనున్నట్లు తెలిపారు.

అభ్యర్థులు ఈనెల 24వ తేదీలోగా వాల్తేరు డివిజన్ ప్రధాన కార్యాలయంలోని సీనియర్ డివిజన్ పర్సనల్ ఆఫీసర్ విభాగంలో దరఖాస్తులు అందజేయాలని సూచించారు.

# తగరపువలసలోని అవంతి ఇంజనీరింగ్ క్యాంపస్‌లో గ్రాడ్యుయేషన్ డే

భీమునిపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : తగరపువలసలోని అవంతీ ఇంజనీరింగ్ క్యాంపస్ లో గ్రాడ్యుయేషన్ డే ఘనంగా నిర్వహించారు. 2020-21 విద్యా సంవత్సరానికి గానూ ఇంజనీరింగ్, ఫార్మసి కోర్సుల నుంచి ఉత్తీర్ణులైన దాదాపు 600 మంది విద్యార్థులకు మెడల్స్, సర్టిఫికెట్లను అవంతీ విద్యా సంస్థల చైర్మన్, రాష్ట్ర పర్యాటక శాఖ మంత్రి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు అందజేశారు. ఈసందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ.. సమాజంలో ఒక విద్యావేత్తగా నాకు దక్కే గౌరవం చాలా ఆనందాన్నిస్తుందని మంత్రి అన్నారు. విద్యార్థులు గ్రాడ్యుయేట్స్ అయినా కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం అపొద్దని.. పోస్టు గ్రాడ్యుయేట్స్, రీసెర్చ్ స్కాలర్స్ గా ఎదగాలని అభిలాషించారు. యువత స్వామి వివేకానంద, అబ్దుల్ కలాంను ఆదర్శంగా తీసుకుని జీవితంలో ఎదగాలని అన్నారు. గ్రాడ్యుయేట్స్ అయిన విద్యార్థులు తమలోని ప్రతిభను పెంచుకునేందుకు అనేక అవకాశాలు ఉన్నాయని. వాటిని అందిపుచ్చుకోవాలని అన్నారు. ప్రపంచంలో మరే దేశానికి లేనంత బలం భారత్ కు యువత రూపంలో ఉందని.. మీప్రతిభ దేశానికి ఉపయోగపడాలని మంత్రి కోరారు. విద్యాపరంగా ఒకప్పుడు భారత్ ప్రపంచానికి విశ్వగురువుగా ఉండేదని మంత్రి గుర్తు చేశారు. సీఎం వైఎస్ జగన్ రాష్ట్రంలో విద్యా ప్రమాణాలు పెంచుతున్నారని. ఫీజు రీయంబర్స్ మెంట్ ద్వారా, విద్యాదీవెన, అమ్మఒడి వంటి పథకాల ద్వారా అనేకమందికి చదువుకు చేరువ చేస్తున్నారని అన్నారు. అవంతీ విద్యాసంస్థల నుంచి వెళ్లే విద్యార్థులు భవిష్యత్ లో ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుకోవాలని మంత్రి ఆకాంక్షించారు. ఈకార్యక్రమంలో నర్సీపట్నం, చెరుకుపల్లి పట్టణాల్లోని అవంతి ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ కాలేజీలు, గరివిడిలోని సెయింట్ థెరిసా ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ, తగరపువలసలోని అవంతి ఫార్మసి కాలేజీ, భోగాపురంలోని అవంతి రీసెర్చ్ అండ్ టెక్నాలాజికల్ అకాడమీకి చెందిన విద్యార్థులు సర్టిఫికెట్లు అందుకున్నవారిలో ఉన్నారు. టాపర్స్ గా నిలిచిన వారికి బంగారు, వెండి మెడల్స్ బహుకరించారు. అవంతీ విద్యాసంస్థల నుంచి వెళ్లే విద్యార్థులు భవిష్యత్ లో ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుకోవాలని మంత్రి ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నర్సీపట్నం, చెరుకుపల్లి పట్టణాల్లోని అవంతి ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ కాలేజీలు, గరివిడిలోని సెయింట్ థెరిసా ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ, తగరపు వలసలోని అవంతి ఫార్మసి కాలేజీ, భోగాపురంలోని అవంతి రీసెర్చ్ అండ్ టెక్నాలాజికల్ అకాడమీకి చెందిన విద్యార్థులు సర్టిఫికెట్లు అందుకున్నవారిలో ఉన్నారు.

టాపర్స్ గా నిలిచిన వారికి బంగారు, వెండి మెడల్స్ బహు కరించారు. ఈకార్యక్రమంలో అవంతి విద్యా సంస్థల మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ శ్రావణ్ కుమార్, జీవీఎంసీ చీఫ్ విప్, ఆరో వార్డు కార్పొరేటర్, అవంతి విద్యా సంస్థల జనరల్ సెక్రటరీ ముత్తంశెట్టి ప్రియాంక, డాక్టర్ వై. శ్రీనివాసరావు, డైరెక్టర్ ఎన్ఎస్ టీఎల్, ఆంధ్రా యూనివర్సిటీ వైస్ ఛాన్సలర్ ప్రొఫెసర్ పీవీజీడీ ప్రసాద్ రెడ్డి, విజయనగరం జిల్లా ఎస్పీ ఎం. దీపిక, ఐపీఎస్, ప్రొపెక్టా టెక్నాలజీస్ సీఈఓ సుధాకర్ పంతుల, ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ మోహన్ రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ఎమ్మెల్సీ వంశీకు స్వాగతం పలికేందుకు 200 బైక్‌లతో ర్యాలీ

### ర్యాలీని జెండా ఊపి ప్రారంభించిన బొరా

పరవాడ (విజయభాను న్యూస్) : శాసనమండలి సభ్యులుగా ప్రమాణ స్వీకారం చేసి విశాఖపట్నం విమానాశ్రయం చేరుకున్న శాసనమండలి సభ్యులు వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ కి స్వాగతం తెలిపేందుకుగానూ 85వ వార్డుకు చెందిన పార్మాసిటి కాలనీ నుండి సుమారు 200 మంది ద్విచక్రవాహనాలుతో ర్యాలీగా బేయలుదేరారు. ఈ ర్యాలీని విశాఖజిల్లా యాదవ్ సంఘం వైస్ ప్రెసిడెంట్, పెందుర్తి యాదవ్ సంఘం ఇంచార్జి బొర సోము నాయుడు మరియు 85వ వార్డు యూత్ లీడర్ ఐ. అప్పలరాజు జెండా ఊపి ర్యాలీనీ ప్రారంభించారు. ఈ ర్యాలీ అగనంపూడి, కూర్మన్నపాలెం, గాజువాకమీదగా విమానాశ్రయానికి చేరుకోని ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణశ్రీనువాస్ యాదవ్ కు స్వాగతం పలికారు. అనంతరము వంశీ కృష్ణ శ్రీనువాస్ యాదవ్ దంపతులుకు బొరసోమునాయుడు, ఐ.అప్పలరాజు ప్రత్యేక అభినందనలు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో 85వ వార్డు నాయకులు,వంశీకృష్ణ అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# 30వ వీబీ నాయుడు హాకీ టోర్నమెంట్ ప్రారంభం

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : ఆర్ ఐ ఎన్ ఎల్ డైరెక్టర్ (వాణిజ్య) అండ్ డైరెక్టర్ (పర్సనల్) అదనపు ఇంచార్జ్ డీకే మొహంతి శనివారం ఉక్కునగరం వి ఎస్ పి హాకీ గ్రౌండ్‌లో పాఠశాల విద్యార్థుల కోసం (బాలురు,బాలికలు) "30వ వి బి నాయుడు హాకీ టోర్నమెంట్"ని ప్రారంభించారు. ఫ్రెండ్స్ హాకీ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న టోర్నమెంట్లో 11 బాలుర జట్లు, 3 బాలికల జట్లు విశాఖపట్నం, పరిసర ప్రాంతాలకు చెందిన వారు ఈ టోర్నమెంట్‌లో పాల్గొంటున్నాయని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఫైనల్స్ ముగింపు వేడుక 12 డిసెంబర్'21న సాయంత్రం 04.30 గంటలకు జరుగు తుందని విజేతలకు బహు మతులు అందజేస్తారని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఫ్రెండ్స్ హాకీ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు రవిశంకర్ అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో...

చీఫ్ జనరల్ మేనేజర్ ఎఫ్ కే.లక్రా, జిఎమ్ (క్రీడలు) ఎంఎస్ కుమార్, మాజీ ఈడి (మార్కెటింగ్) ఆర్ శంకర్ మాజీ కార్యక్రమానికి హాజరయ్యారు.

# సమత కళాశాలలో అంతర కళాశాలల చెస్ టోర్నీ ప్రారంభం

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : ఆంధ్ర యూనివర్సిటి అంతర కళాశాల చెస్ పోటీలు సమత కాలేజీలో ప్రారంభమయ్యాయి. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసినటువంటి ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య వి.కృష్ణ మోహన్ గారు పోటీలను ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ డైరెక్టర్ మరియు డీన్ ఆఫ్ స్టూడెంట్స్ ఎఫైర్ ఆచార్య ఎన్. విజయమోహన్ మాట్లాడుతూ ప్రతి విద్యార్థికి క్రీడలపై అవగాహన ఉండాలని అందులోనూ చెస్ ఆట మైండ్ తో ఆడే క్రీడ అని తెలియజేశారు. అనంతరం కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ప్రొఫెసర్ ఎస్ విజయ రవీంద్ర గారు మాట్లాడుతూ క్రీడలను ప్రోత్సహించడంలో సమత కళాశాల ఎప్పుడు ముందు వరుసలో ఉంటుందని ప్రతి విద్యార్థి చదువుతో పాటు క్రీడలలో కూడా రాణించాలని అని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సమత కళాశాల డైరెక్టర్ డాక్టర్ జి. శ్రీనివాసరావు, ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ డిపార్ట్మెంట్ డాక్టర్. వాసుదేవ రాజు, డాక్టర్ విజయలక్ష్మి, డాక్టర్. శివప్రసాద్ గారు,మరియు ఇంటర్నేషనల్ స్కేటింగ్ మరియు సినీ నిర్మాత సీరం లక్ష్మణ్, acts కళాశాల ప్రిన్సిపల్ పద్మారావు గారు, వివిధ కళాశాలల పిజికల్ డైరెక్టర్స్, సమత కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ జి వెంకటేశ్వరరావు, అధ్యాపకులు, సిబ్బంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.ఈ పోటీలలో వివిధ కళాశాలల నుంచి బాలురు మరియు బాలికల విభాగం లో సుమారు గా 100 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

# చందన దీక్షకు విశేష స్పందన

ముంచంగిపుట్టులో ర్యాలీగా వెళుతున్న మాలధారణ చేపట్టిన స్వాములు

ముంచంగిపుట్టు (విజయ భాను న్యూస్) : విశాఖ ఏజెన్సీ లోని ముంచంగిపుట్టు మండల కేంద్రంలో వరాహ లక్ష్మీ నృసింహస్వామి చందన దీక్ష మాలధారణకు విశేష స్పందన లభించింది.

సింహా చలం దేవస్థానం నుంచి వచ్చిన సురేంద్ర స్వామి చేతుల మీదుగా 182 మంది భక్తులు మాలధారణ చేశారు. మాలధారణకు అవసరమైన సామగ్రిని ఉచితంగా అందించారు. మాలధారణ చేపట్టిన స్వాములు స్థానిక ప్రధాన రహదారి మీదుగా శ్రీమన్నారాయణ అంటూ లక్ష్మీ నృసింహస్వామి చిత్రపటంతో ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా దోడిపుట్టు స్వాములు అన్నసంతర్పణ నిర్వహించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో....

స్వాములు దామోదరం, దొన్నో, కేశవరావు, కర్రి బాబు, చిరంజీవి, సీతారాం, పాల్గొన్నారు.

# కుట్టు శిక్షణ కేంద్రం ప్రారంభం

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : నగరంలోని పందిమెట్ట వద్ద సిటీ టెంట్ హౌస్ దగ్గర ఇన్నర్ వీల్ క్లబ్ ఆఫ్ (విశాఖపట్నం) సహకారంతో కుట్టు శిక్షణ కేంద్రాన్ని ఆ సంస్థ డిస్ట్రిక్ట్ చైర్మన్ యశోద పాటిబండ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, స్థానికంగా ఉన్న మహిళలకు ఉపాధి అవకా శాలు కల్పించే ఉద్దేశంతో ఈ సెంటరు ప్రారంభి స్తున్నట్లు చెప్పారు. మిషన్లకు సహాయం అందించిన పాస్ట్ ప్రెసిడెంట్స్ సుశీల, డాక్టర్ సరోజిని కు ధన్యవాదాలు తెలియజేసారు.స్థానిక ఐద్వా అఖిల భారత ప్రజాతంత్ర మహిళా సంఘం, వైజాగ్ చిల్డ్రెన్స్ క్లబ్ శిక్షణ నేర్చుకునేందుకు ముప్పై మందిని గుర్తించారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్లబ్ ప్రెసిడెంట్ మనిరారు, సెక్రటరీ రమా విద్యాసాగర్, వైస్ ప్రెసిడెంట్ సౌమ్య, ట్రెజరర్ విభ, కమ్యూనిటీ సర్వీసెస్ డాక్టర్ రజని, పిడిసి కస్తూరి, పాస్ట్ ప్రెసిడెంట్స్ ఉషాకిరణ్, మంజుల, భారతి పాల్గొన్నారు.

## సింహాద్రినాధునికి వైభవంగా నిత్యకల్యాణం
# ఘనంగా గరుడ సేవ

సింహాచలం (విజయభాను న్యూస్) : శ్రీ వరాహలక్ష్మీ నరసింహ స్వామి ఆలయంలో శనివారం నాడు శ్రీ సింహాద్రి నాధుని నిత్య కల్యాణం అత్యంత ఘనంగా నిర్వహించారు, ఉత్సవంలో భాగంగా సింహాద్రి నాథుడు శ్రీదేవి భూదేవి అమ్మవార్లు ను అత్యంత సర్వాంగ సుందరంగా అలంకరించి శాస్త్రోక్తంగా నిత్య కల్యాణం జరిపించారు, తదుపరి స్వామివారి ఆర్జిత సేవలలో అత్యంత కీలకమైన గరుడ సేవను ఘనంగా జరిపించారు వేద మంత్రోచ్చారణల నడుమ మృదుమధుర మంగళవాయిద్యాల నడుమ సాగిన సేవల్లో భక్తులు పాల్గొని స్వామి వారి సేవలో తరించారు.

# బీసీ జనగణనకు కేంద్రం వెంటనే చొరవ చూపాలి

### - పూలేసేన వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు, న్యాయవాది కదిరి రాము

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : దేశంలో బీసీ జనాభా గణనకు తక్షణమే చొరవ చూపి,వెంటనే ఆదిశగా కేంద్రం చట్టబద్ధ చర్యలు చేపట్టాలని, విశాఖపట్నానికి చెందిన న్యాయవాది, పూలేసేన వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు, కదిరి రాము డిమాండ్ చేశారు.బీసీల పట్ల ఉదాసీన వైఖరితో రాజకీయ పార్టీలు తీరని అన్యాయం చేశాయని ఆయన విచారం వ్యక్తం చేశారు.రాష్ట్రంలో 2014లోనే టిడిపి హయాంలో బీసీ జనగణనకు తీర్మానం చేసినప్పటికీ,ఇటీవల వైసిపి మరోసారి తీర్మానం చేయడాన్ని ఆయన స్వాగతించారు.వెంటనే కేంద్రం స్పందించి బీసీ జనగణనకు పూనుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. 72 ఏళ్ల గణతంత్ర భారతదేశంలో బీసీల జనగణన చేపట్టకపోవడం దుర్మార్గమైన చర్యగాను, ఎస్సీ,ఎస్టీ,మైనార్టీలను గణన చేసినప్పుడు, బీసీలను విస్మరించడ మేమిటని ప్రశ్నించారు.90 ఏళ్ల క్రితం, 1931లో చేపట్టిన బీసీ జనగణన, నేడది ఆత్మ గౌరవ డిమాండ్ గా మారడం శోచనీయమన్నారు.90 ఏళ్ల క్రితం గణాంకాలతో పాటు,నేటికీ అంచనాగా బీసీలను 54 శాతంగా,తక్కువగా పరిగణించి చూపడం అన్యాయమన్నారు.బీసీలు కళ్ళు తెరవాలని, ఐక్యంగా ముందడుగు వేసి, జనగణనలో బీసీల కేటగిరి తేల్చడంలో కేంద్రంపై ఒత్తిడి తేవడానికి ప్రతి ఒక్కరూ ఉద్యుక్తులు కావాలని కోరారు.రాష్ట్రంలో 139 బిసి కులాలు,సుమారు 1400 ఉప కులాలు ఉండగా,దేశంలో సుమారు 3,000 బీసీ కులాలు,అందులో 2600 ఓబీసీ కులాలు ఉన్నాయన్నారు. బీసీల జనగణన జరిగినప్పుడే,దేశంలోని ఓబీసీలకు సామాజిక, శ్రేయో,సంక్షేమ పథకాల,రిజర్వేషన్ల తదితర అంశాల్లో ఖచ్చితమైన ప్రణాళిక,అమలుకు వీలుకలుగుతుందని కదిరి రాము పేర్కొన్నారు.

## కనక మహాలక్ష్మి అమ్మవారికి పట్టు వస్త్రములు సమర్పణ

అన్నవరం (విజయభాను న్యూస్) :తూర్పుగోదావరి జిల్లా ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రము అన్నవరం శ్రీ వీరవేంకట సత్యనారాయణ స్వామివారి దేవస్థానం తరపున మార్గశిరమాసము సందర్భంగా శ్రీ కనక మహాలక్ష్మి అమ్మవారికి శనివారం అన్నవరం దేవస్థానం ఈవో వేంద్ర.త్రినాధరావు దంపతులు పట్టువస్త్రములు సమర్పించి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో అన్నవరం దేవస్థానం ఆలయ ప్రధాన అర్చకులు కోట.శ్రీనివాస్,ఏఈవో ఎం.కె.టి.వి.ప్రసాద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# కార్మిక హక్కులను కాలరాస్తే... కేంద్రం మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పదు

### - విశాఖ ఉక్కు దేశ సంపద
### - ప్రభుత్వ రంగాన్ని నిర్వీర్యం చేస్తే సహించం
### - ఏ.ఐ.టి.యు.సి జాతీయ కార్యదర్శి ఓబులేసు

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : దేశంలో రెండోసారి అధికారం లోకి వచ్చిన నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వం కార్మిక హక్కులు పరిశ్రమలను నిర్వీర్యం చేసే దిశగా కుట్రలు పన్నుతున్నదని, ఈ ప్రయత్నాలను ఏ.ఐ.టి.యు.సి చూస్తూ ఊరుకోదని ఏ.ఐ.టి.యు.సి జాతీయ కార్యదర్శి, విశాఖ స్టీల్ వర్కర్స్ యూనియన్ గౌరవ అధ్యక్షులు జి.ఓబులేసు అన్నారు. విశాఖ స్టీల్ వర్కర్స్ యూనియన్ (ఏ.ఐ.టి.యు.సి) ఆధ్వర్యంలో ఉక్కునగరం క్లబ్ లోని ఎం.పి హాల్ లో రెండు రోజుల ఏ.ఐ.టి.యు.సి వర్క్ షాప్ ను శనివారం ఆయన ప్రారంభించారు.

అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ కేంద్రం లోని నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వం పెద్దనోట్ల రద్దు తో పాటు ప్రభుత్వ రంగాన్ని అమ్మేందుకు ప్రయత్నాలను ముమ్మరం చేసిందన్నారు. విశాఖ ఉక్కు కర్మాగారం కు సొంత గనులు లేనప్పటికీ ఉద్యోగులు, కార్మికులు 3.2 మిలియన్ టన్నుల నుంచి 7.3 మిలియన్ టన్నుల సామర్థ్యానికి తీసుకు వెళ్లారన్నారు. ఉక్కు ఉత్పత్తిని అధికం చేస్తూ లాభాల బాటలో పయనిస్తున్న విశాఖ ఉక్కు కర్మాగారాన్ని ప్రైవేటీకరించడం దుర్మార్గమన్నారు. ఢిల్లీ సరిహద్దుల్లో రైతులు ఏడాది పాటు దీక్షలు చేపట్టారని, ఈ దీక్షల సందర్భంగా 700 మంది రైతులు చనిపోయారని ఐనప్పటికీ రైతు ఉద్యమం ఆగలేదన్నారు.

రైతుల ఉద్యమానికి తలొగ్గిన నరేంద్ర మోదీ తన నిర్ణయాన్ని మార్చుకోవడం శుభ పరిణామమన్నారు. రైతుల ఉద్యమ స్ఫూర్తి తో విశాఖ ఉక్కు ఉద్యోగులు ఉక్కు ను ప్రభుత్వ రంగంలో కొనసాగే వరకు పోరాటం చేయాలనీ పిలుపునిచ్చారు. ఏ.ఐ.టి.యు.సి జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు డి.ఆదినారాయణ మాట్లాడుతూ దేశ స్వాతంత్ర్యానికి ముందే ఆవిర్భవించిన ఏ.ఐ.టి.యు.సి కార్మికుల హక్కులు, పరిశ్రమ పరిరక్షణ కోసం పోరాడిందని అన్నారు. ఎస్.ఏ.డాంగే, కె.ఎల్.మహేంద్ర, వై.విజయ్ కుమార్ నేతృత్వం లో ఏ.ఐ.టి.యు.సి పోరాటాలను ఉధృతం చేసిందన్నారు. దేశ వ్యాప్తంగా ఏ.ఐ.టి.యు.సి శ్రామిక వర్గం హక్కుల కోసం పోరాడిన విషయాన్నీ ఆయన గుర్తు చేసారు. సాంకేతిక, వ్యవసాయ, రక్షణ రంగంలో ఏ.ఐ.టి.యు.సి కీలక పాత్ర పోషించి ముందుకు సాగిందని తెలిపారు. ఏ.ఐ.టి.యు.సి రాష్ట్ర గౌరవ అధ్యక్షులు చలసాని వెంకరామారావు మాట్లాడుతూ పరిశ్రమల పరిరక్షణ, కార్మికుల హక్కుల కోసం ఏ.ఐ.టి.యు.సి రాజీ లేని పోరు సాగిస్తుందన్నారు. దేశం లో వ్యవసాయ రైతులు, కార్మికులు ఏ.ఐ.టి.యు.సి పక్షాన నిలబడి పోరుసాగిస్తున్నారని అన్నారు.

తొలుత స్టీల్ ఏ.ఐ.టి.యు.సి మాజీ అధ్యక్షులు ఎం.ఏ.మాధవరావు ఏ.ఐ.టి.యు.సి పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. స్టీల్ ఏ.ఐ.టి.యు.సి అధ్యక్షులు కె.ఎస్.ఎన్.రావు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ వర్క్ షాప్ లో ఏ.ఐ.టి.యు.సి నాయకులు ఏ.మసేన్ రావు, జె.రామకృష్ణ, నరేష్ కుమార్, డొక్కా నర్సింగరావు, కె.రాజబాబు, ఎల్లేటి శ్రీనివాసరావు, తాండ్ర కనకరాజు, డి.దేముడు, చీకటి శ్రీనివాసరావు, జి.ఆనంద్, మంచాల గోవిందరావు, కోటేష్ నాయక్, జ్యోతి ప్రసాద్, బాబు రావు, జి.జయ, రామకోటేశ్వరరావు, సిహెచ్.వి.సత్యనారాయణ, మహిళా కార్యకర్తలు దమయంతి, శ్యామల, భారతి, హేమలు పాల్గొన్నారు.

## సత్యదేవుని దర్శించిన హీరో సుహాస్

అన్నవరం (విజయభాను న్యూస్) : తూర్పుగోదావరి జిల్లా ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రం అన్నవరం శ్రీ వీర వేంకట సత్యనారాయణ స్వామి వారిని కలర్ ఫొటో సినిమా హీరో సుహాస్ కుటుంబ సమేతంగా శ్రీ స్వామివారిని దర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వ హించారు.

## గెడ్డ ఆక్రమణ తొలగింపు

మాకవరపాలెం (విజయభాను న్యూస్) : గెడ్డ భూమి ఆక్రమణను రెవెన్యూ అధికారులు తొలగించారు. తామరం రెవెన్యూలోని 120 సర్వే నెంబర్లో ఉన్న గెడ్డను ఇటీవల పక్కనే భూమితో పాటు మట్టిని వేసి చదును చేశారు. దీనిపై స్థానికుడు అడిగర్ల రాంబాబు అధికారులకు ఫిర్యాదు చేయడంతో సర్వే చేసి 7 సెంట్లు ఆక్రమణను గుర్తించిన అధికారులు హెచ్చరిక బోర్డు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో గెడ్డలో వేసిన మట్టిని కూడా పూర్తిగా తొలగించారు. ఇకపై ఎవరూ ఆక్రమించినా కేసులు తప్పవని తహశీల్దార్ రాణీఅమ్మాజి హెచ్చరించారు.

## విధుల్లోకి చేరిన భీమబోయినపాలెం విఓఏ

మాకవరపాలెం (విజయభాను న్యూస్) : ఎట్టకేలకు భీమ బోయినపాలెం విఓఏ సీతారత్నంను వెలుగు అధికారులు విధుల్లోకి తీసుకున్నారు. డ్వాక్రా సంఘాల్లో నిధులు పక్కదారి పట్టాయంటూ రెండు నెలల క్రితం ఈమెను విధుల నుండి తొలగించారు. అయితే ఈమె భర్త టీడీపీ నాయకుడు కావడం వల్లే విధుల నుంచి తొలగించారని అప్పట్లో సదరు పార్టీ నాయకులు పెద్ద ఎత్తున ఆందోళనలు చేపట్టారు. జిల్లా కలెక్టర్, వెలుగు ఉన్నతాధికారులకు సైతం ఫిర్యాదులు చేశారు. ఇంతలో ఏం జరిగిందో ఏమో కానీ, రెండు రోజుల క్రితం ఈమెను విధుల్లోకి తీసుకున్నట్టు అధికారులు తెలిపారు.

## 2వేల బెల్లం పులుపు ధ్వంసం

గొలుగొండ : సారా తయారీ కేంద్రాలపై దాడులు నిర్వహించి 10లీటర్ల నాటుసారాతో పాటు 2వేల లీటర్ల బెల్లం పులుపును ధ్వంసం చేసినట్లు గొలుగొండ ఎస్సై ధనుంజయనాయుడు తెలిపారు. ఒక వ్యక్తిని అరెస్టు చేసినట్లు తెలిపారు.

# వ్యవసాయ సలహా మండలి సమావేశం

భీమునిపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : భీమిలి మండలం రైతు భరోసా కేంద్రం లో మండల స్థాయి వ్యవసాయ సలహా మండలి సమావేశం చిల్ల వెంకటరమణ అధ్యక్షతన నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సహాయ వ్యవసాయ సంచాలకులు (భీమిలి) సిహెచ్ సుబ్రమణ్యం హాజరై మాట్లాడుతూ రైతు భరోసా కేంద్రాలలో వరి ధాన్యం కొనుగోలు చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. రబీ కాలానికి సంబంధించిన వరి, రాగి, మినుములు, పెసలు విత్తనాలు రాయితీపై కావలసిన రైతులు నమోదు చేసుకోవాలని అన్నారు. రబీ పంట వేసిన రైతులు పంట నమోదు తప్పనిసరిగా చేసుకోవాలని తెలిపారు. వాతావరణ పరిస్థితుల వలన రంగుమారిన ధాన్యంను కొనుగోలు చేయాలని రైతులు కోరారు. వెటర్నరీ డాక్టర్ మహేష్ వారి శాఖ నుంచి అమలు చేసే పథకాలను వివరించారు.

ఇంకా ఈ కార్యక్రమంలో భీమిలి మండల వ్యవసాయ అధికారి సిహెచ్ సంధ్యా రత్నప్రభ, ఇరిగేషన్ ఎఈ ఆర్ విజయ్ కుమార్, సలహా మండలి సభ్యులు పళ్ళ అప్పారావు, సురపతి అప్పలరాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# సర్పంచ్ ఆధ్వర్యంలో ముమ్మరంగా రోడ్డు పనులు

### ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ ఇంజనీరింగ్ డిపార్ట్మెంట్ ఎ.ఈ, జె.ఈ ల పర్యవేక్షణ లో రోడ్డు నిర్మాణం

అనంతగిరి (విజయభాను న్యూస్) : విశాఖ జిల్లా అనంతగిరి మండలం పినకోట గ్రామపంచాయతీ లో పలు గ్రామాలకు రోడ్లు సర్పంచ్ యస్. గణేష్ ఆధ్వర్యంలో ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ ఇంజనీరింగ్ డిపార్ట్మెంట్ డి.ఈ,ఎ.ఈ, జె.ఈ మరియు సచివాలయం ఇంజనీర్ అసిస్టెంట్ పర్యవేక్షణ లో ముమ్మరంగా జరుగుతున్నాయి. శనివారం పినకోట ఆర్ అండ్ బి రోడ్డు నుండి బొర్ర పాలెం మీదుగా చటకంభ వెళ్తున్న బి.టీ రోడ్డు పనులను సర్పంచ్ యస్. గణేష్ మరియు ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ ఇంజనీరింగ్ డిపార్ట్మెంట్ ఎ.ఈ అప్పలనాయుడు, జె.ఈ జి. శ్రీనివాసరావు పరిశీలించడం జరిగింది. సర్పంచ్ యస్. గణేష్ మాట్లాడుతూ ఎన్ని ఇబ్బందులు వచ్చిన పంచాయతీ లో గల అన్ని గ్రామాలకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం, ఐటీడీఏ,వారి సహకారం తో పూర్తి చేస్తామని, ఇప్పటికే గ్రామ పంచాయతీ ద్వారా బొర్రపాలెం,బోనూరు, చిడిమెట్టు, గడ్డిబందతో పాటు పదిగ్రామాలను కలుపుతూ మట్టి రోడ్డు పనులు పూర్తి చేశామని, ప్రస్తుతం సుమారు ఐదు కిలోమీటర్లు మేర బి.టి రోడ్డు వేస్తున్నామని, రానున్న రెండు లేదా మూడు మాసాల్లో బోనూరు, చిడిమెట్టు మీదుగా గడ్డిబంద గ్రామాలకు రోడ్డు పనులను పూర్తి చేస్తామని ఇప్పటికైనా మా ప్రియతమా నేత, ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి వర్యులు వై.యస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి మాతో పాటు విశాఖ మన్యం లో గల వివిధ గ్రామపంచాయతీ లకు రావాల్సిన నిధులు మంజూరు చేసేందుకు చర్యలు తీసుంటే పంచాయతీ లో పలు అభివృద్ధి పనులను సర్పంచ్ లుగా మేము చేయడానికి ముందుటామని తెలియపరిచారు. ఎ.ఈ అప్పలనాయుడు మాట్లాడుతూ పది రోజులు లో బి.టీ రోడ్డు పనులను పూర్తి చేస్తామని, వర్షాలు కారణంగా మెటీరియల్ రావణాకు పలు రకాల ఇబ్బందులు ఎదుర్కొనమని ప్రస్తుతం బాగానే ఉందని రానున్న మూడు నెలలోనే బోనూరు, చిడిమెట్టు మీదుగా గడ్డిబంద రోడ్డు ను పూర్తి చేస్తామని తెలిపారు. చిడిమెట్టు, బోనూరు, గడ్డిబంద గ్రామాల గిరిజనులు మాట్లాడుతూ మట్టి రోడ్డు వర్షాలు కు కొట్టుకుపోవడం వల్ల అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నామని ఇప్పటికైనా రోడ్డు పనులను పూర్తి చేసి మా కష్టాలను తీర్చాలని పలు గ్రామాల గిరిజనులు వేడుకొంటున్నారు.

## సమరసతసేవా ఫౌండేషన్ వారు
# ఇంటింటా కరపత్రాలు అవిష్కరణ

పరవాడ (విజయభాను న్యూస్) : పరవాడ మండ లం పరవాడ గ్రామం రామాలయం లో గ్రామం పెద్దలు కలిసి రామాలయ నుండి 16-12-21 మేలు కొలుపు ప్రారంభం జరు గును అని అన్నారు. కావున ధనుర్మాస ప్రారంభం కానున్నది కావున భక్తులు అందరూ ధను ర్మాసంలో ఉదయం పాల్గొన్ని ఈ కార్యక్రమం నిర్వహిం చాలని కోరారు.మేలుకొలుపు ఘనంగా నిర్వహించాలని పెద్దలు నిర్ణయించారు. అనంతరం సమరసత సేవా ఫౌండేషన్ ఇంటింటా కరపత్రం ఆవిష్కరించారు.

దేవాలయాల కేంద్రంగా అన్ని కార్యక్రమాలు జరగాలని నిర్ణయం చేసారు. ఇంటింటా ధర్మప్రచారం కార్యక్రమం ప్రతీ మారుమూల గుడిసెకి హిందూ ధర్మప్రచారం జరగాలని చెప్పారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పరవాడ ఎంపిపి పైల వెంకట పద్మశ్రీనువాసరావు, గ్రామం సర్పంచ్ సిరపురపు అప్పలనాయుడు, వైసిపి జిల్లా ప్రధానకార్యదర్శి చుక్కరామునాయుడు, ఉపసర్పంచ్ బండారు రామారావు, సిర పురపు అయ్యబాబు, పైల పోతు నాయుడు, రాంబిల్లి మాష్టారు, బొడ్డు అచ్చం నాయుడు, వడిశెల అప్పలరాజు, సమరసత సేవా ఫౌండేషన్ మాతృమూర్తులు రెడ్డి రవణమ్మ, రాజేశ్వరి, కోరుపుల నారాయణమ్మ మండలం కన్వీనర్ చిరికి అప్పారావు, ఉపమండల కన్వీనర్ వానపల్లి అప్పలరాజు, భజన గురువులు లోవరాజు, అప్పలనాయుడు, రెడ్డి రామారావు, సపెందుర్తి సబ్ డివిజన్ ధర్మప్రచారక్ వెన్నల అప్పలనాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# నిమ్మ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు..

నిమ్మరసంలోని అనేక హెల్త్ మరియు బ్యూటీ బెనిఫిట్స్ గురించి వినే ఉంటారు. ఈ సిట్రస్ ఫ్రూట్ ను వివిధ రకాలుగా, వివిధ కారణాలకు ఉపయోగిస్తుంటారు. ఈ సిట్రస్ ఫ్రూట్ నిమ్మకాయ యొక్క రసాన్ని, ఒప్పులుగా, నిమ్మ తొక్క మరియు నిమ్మ గుజ్జు ఇవన్నీ కూడా అనేక చర్మ మరియు ఆరోగ్య సమస్యల నివారణకు ఉపయోగించి ఉంటాము. ఈ సిట్రస్ ఫ్రూట్లో సిట్రిక్ యాసిడ్ పుష్కలంగా ఉంది. పుల్లని మరియు ఉప్పగా ఉండే నిమ్మ ఆరోగ్యం మరియు చర్మానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. నిమ్మరసం కలిపిన నీటిని ప్రతి రోజూ ఉదయం పరకడుపుతో త్రాగాలని చాలా మంది చెప్పడం మీరు వినే ఉంటా రు. ఆరోగ్యకరమైన శరీరంకు మరియు మెరిసేటి కాంతివంతమైన చర్మ సౌందర్యానికి, ఈ లెమన్ వాటర్ చాలా అద్భుతంగా సహాయపడుతుంది. లెమన్ వాటర్ వల్ల అనేక ప్రయోజనాలున్నాయి. తేలికగా బరువు తగ్గించే బాడీని స్లిమ్ గా మార్చే లెమన్ డైట్:క్లిక్ చేయండి ముఖ్యంగా బరువు తగ్గించుకోవడం నుండి శరీరాన్ని డిటాక్స్ఫై చేయడం వరకూ, లెమన్ వాటర్ ఒక ఉత్తమ నేచురల్ రెమెడీగా మీ ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనాలను అంధిస్తుంది. నిమ్మరసాన్ని తీసుకోవడానికి అనే మార్గాలున్నాయి. ఈ నిమ్మరసానికి మీరు వేరే ఏదైనా పండ్లను లేదా పండ్ల రసాలాను మిక్స్ చేసి, మరింత రుచికరంగా తీసుకోవచ్చు. నిమ్మకాయలోని వైద్యపరమైన 13 ఆరోగ్య సద్గుణాలు: క్లిక్ చేయండి ప్రతి రోజూ ఉదయాన్నేపరకడుపున లెమన్ వాటర్ ను తీసుకోవడం వల్ల అనేక ప్రయోజ నాలను పొందవచ్చు. వికారం తగ్గించుకోవడానికి, బౌల్ క్లియర్ చేసుకోవాడా నికి, శరీరాన్ని డిటాక్సి ఫై చేసుకోవడానికి. లివర్ శుభ్రపరుచుటకు, శ్వాస సంబంధిత సమస్యల నివార ణకు మరియు మరీ ముఖ్యంగా బరువు తగ్గించుకోవ డానికి, చాలా మంది డైటర్స్ గోరువెచ్చని లెమన్ వాట ర్ ను ఉదయాన్నే తీసుకుంటారు. అలా పరకడుపు గోరువెచ్చని లెమన్ వాటర్ తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో కొవ్వు కణాలు విచ్ఛిన్నం కాబడుతాయి. అందువల్ల, ఈ వార్మ్ లెమన్ వాటర్ లో ఇతర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగి ఉండటాన్ని మీరు తెసులుకో వడం కోసం....

బరువు తగ్గిస్తుంది ఉదయాన్నేఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని లెమన్ వాటర్ తీసుకోవడం వల్ల బరువు తగ్గించుకోవడం అనేది బాగా తెలిసిన ఒక అద్భుత ప్రయోజనం. మంచి ఫలితం కోసం ఇందులో పంచదార కాకుండా తేనె మిక్స్ చేసుకోవాలి.

లివర్ ప్యూరిఫికేషన్ లివర్ డిటాక్స్ఫై చేయడంతో పాటు ప్రోటీనులను మరియు బయోకెమికల్స్ ను ఉత్పత్తి చేయడంతో జీర్ణక్రియకు బాగా సహాయపడుతాయి. ఉదయాన్నే పరకడుపున గోరువెచ్చని లెమన్ వాటర్ తీసుకోవడం వల్ల అవసరం అయ్యే ఎంజైమ్స్ ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. లెమన్ వాటర్ యూరినేషన్ పెంచి కిడ్నీలను శుభ్రపరుస్తుంది మరియు కిడ్నీ ఇన్ఫెక్షన్స్ ను నివారిస్తుంది. శ్వాససంబంధిత సమస్యలకు చికిత్సవంటిది జలుబు, దగ్గు వంటి సమస్యలే కాకుండా, ఆస్తమా మరియు అలర్జీలతో బాధపడే వారికి ఇది ఒక ఉత్తమ వంటింటి ఔషధం.

మెరిసే చర్మం కోసం నిమ్మరసం శరీరంలో ముఖ్యమైన అవయవాలను శుభ్రం చేయడం మరియు డిటాక్స్ఫై చేయడం వల్ల చర్మం ప్రకాశవంతంగా కనబడుతుంది. యాంటీ ఏజింగ్ ఉదయాన్నే నిమ్మరసం త్రాగ డం వల్ల మరో గొప్ప ప్రయోజనం యాంటీఏజింగ్ వయస్సైనవారిగా కనబడనియ్యదు. ఇందులో ఉండే సిట్రిక్ ఆసిడ్ ముడుతలు మాత్రమే తగ్గించడం కాకుండా, మొటమలు, మచ్చలకు ఉత్తమం ఔషదం. ఓరల్ హెల్త్ ఈ సిట్రస్ ఫ్రూట్ నేచురల్ మౌత్ రిఫ్రెషనర్. చెడు శ్వాసతో పోరాడుతుంది మరియు సున్నితంగా నొప్పిని నివారిస్తుంది మరియు దంత క్షయంను నివారిస్తుంది.

ఓరల్ హెల్త్ ఈ సిట్రస్ ఫ్రూట్ నేచురల్ మౌత్ రిఫ్రెషనర్. చెడు శ్వాసతో పోరాడుతుంది మరియు సున్నితంగా నొప్పిని నివారిస్తుంది మరియు దంత క్షయంను నివారిస్తుంది. మార్నింగ్ సిక్ నెస్ ను నివారిస్తుంది గర్భిణీ స్త్రీలు ఎవరైతే మార్నింగ్ సిక్ నెస్ తో బాధపడుతుంటారు అవారు గోరువెచ్చగా ఉండే లెమన్ వాటర్ ను ఒక గ్లాసు తీసుకోవడం వల్ల ఇది మార్నింగ్ సిక్ నెస్ మరియు వికారంకు విరుగుడుగా పనిచేస్తుంది. బౌల్ ను క్లీన్ చేస్తుంది ఇర్రెగ్యులర్ బౌల్ మూమెంట్, మల బద్ధక సమస్యలున్నప్పుడు లెమన్ వాటర్ ఒక నేచు రల్ రెమెడీగా పనిచేస్తుంది.

ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగు పరచడంతో పాటు, శరీరం టాక్సిన్స్ ను తొలగిస్తుంది.

## మీ లివర్ డేంజర్ జోన్ లో ఉన్నది.. తెలిపే కొన్ని లక్షణాలు...

మన శరీరంలో అత్యంత పెద్ద అవయవం కాలేయం(లివర్). మన శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి అనేకవిధాలుగా ముఖ్య విధులను నిర్వర్తిస్తుంది. మన శరీరంలో అతిపెద్ద అవయవం లివరే..!లివర్(కాలేయం) పెద్ద అవయవమే కాదు అతి ప్రత్యే కమైన అవయవం కూడా! శరీరంలో ఐదుకి పైగా పనుల్ని నిర్వర్తిస్తోంది. వెయ్యికి పైగా ఎంజైమ్స్ని లివర్ తయారు చేస్తుంటుంది. శరీరంలో ఎక్కడైనా గాయం అయినప్పుడు రక్తం కొద్దిసేపు కారి, అక్కడ గడ్డకట్టి, రక్తం కారిపోతోందంటే అందుకు అవసరమైన ఎంజైమ్స్ని లివరే ఉత్పత్తిచేస్తుంది. అనారోగ్యాలు కలిగినప్పుడు, వాటినుంచి తట్టుకోవడానికి అవసరమైన యాంటిబాడీస్ని కాలేయమే(లివర్) ఉత్పత్తి చేస్తుంది. మద్యపానం ఒక్కటే లివర్ డ్యామేజ్ కు కారణం కాదు. మేము మద్యం త్రాగము కాబట్టి మాకు లివర్ డ్యామేజ్ సమస్యలు ఏం ఉండవనుకోవడం చాలా పొరపాటు. కొన్ని సార్లు మీరు తీసుకొనే ఆహారపు అలవాట్లలో మార్పుల వల్ల కాలేయం చుట్టూ అధికంగా క్రొవ్వు చేరుతుంది. దీన్ని ఫ్యాటీ లివర్ సింద్రోమ్ అంటారు. అంతే కాదు దీన్ని లివర్ డ్యామేజ్ గా కూడా వర్గీకరిస్తారు. అంతే కాదు కాలేయ వ్యాధులు వివిధ రకాలుగా ఉన్నాయి.

లివర్(కాలేయ)వ్యాధులను ఉత్తమ చికిత్సనందించే 14 హోం రెమెడీస్ చిన్న వయస్సులోనే లివర్ డ్యామేజ్ అయితే అది ప్రాణానికే ప్రమాధంగా గుర్తించాలి . అందుకు లివర్ డ్యామేజ్ లక్షణాలను వెంటవెంటనే గుర్తించాలి. ఎందుకంటే ఎటువంటి సంకేతాలు లేకుండా లివర్ డ్యామేజ్ అవుతుంటాయి. సడన్ గా బయటపడుతుంటాయి. కాబట్టి, మనకు తెలియకుండా లివర్ డ్యామేజ్ కు కారణం అయ్యే కొన్ని లక్షణాలు ఈ క్రింది విధంగా గుర్తించండి... ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోండి.

**లివర్ ఫైబ్రోసిస్:** లివర్ డ్యామేజ్ అవ్వడం వల్ల కణజాలాల్లో ఫైబ్రయోస్ స్కార్స్ వల్ల కాళ్లల్లో కొద్దిగా వాపులు కనబడుతాయి.

**కామెర్లు:** చర్మంలో పసుపుపచ్చవర్ణంలో మరియు కళ్ళు లేత పసుపు రంగులోకి మారినట్లైతే అది జాండీస్ (కామెర్ల)కు చిహ్నంగా గుర్తించాలి. పాలిపోయిన చర్మం, కళ్ళు పచ్చరంగులో మారడం దెబ్బతిన్న కాలేయానికి లక్షణాలు.

పచ్చని చర్మం, తెల్లని కళ్ళు బిలిరుబిన్ (బిల్ పిగ్మేంట్) వలె రక్తంలో పెరుగు తుంది, ఇది శరీరం నుండి మలినాలను తొలగించ లేదు.

**లివర్ సిస్ట్:** కాలేయంలో సిస్టులు (గడ్డలు)వంటివి ఏర్పడినప్పుడు నొప్పి మెలిపెడుతుంటుంది. పరిస్థితి తీవ్రమైనప్పుడు లక్షణాలు బయటపడుతాయి. పొత్తికడుపు, ప్రత్యేకంగా పొత్తికడుపు పైన కుడివైపు మూలన లేదా పక్కటేముకకు కింద కుడి భాగంలో నొప్పి ఉంటే అది కాలేయం దెబ్బతిన్న లక్షణాన్ని సూచిస్తుంది.

**హెపటైటిస్:** లివర్ సమస్యలు తీవ్రమైనప్పుడు, అలాంటి పరిస్థితిని హెపటైటిస్ గా పిలుస్తారు . ఇలాంటి స్థితిలో వాంతులు, అలసట, జ్వరం, కళ్ళు తిరగడం, మరియు జలుబు వంటి లక్షణాలుతో రోగి బాధపడుతారు.

**ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం:** జీవక్రియలు సరిగా పనిచేయనప్పుడు ఆల్కహాల్ ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల, కాలేయం పూర్తిగా దెబ్బతింటుంది.

మగతగా ఉండటం మరియు గందరగోళం వంటి లక్షణాలు కాలేయ సమస్యలను సూచిస్తుంది.

**వికారం:** కాలేయం సరిగా పనిచేయనప్పుడు, వికారంగా అగుపించవచ్చు. తిన్నది సరిగా జీర్ణం అవ్వని పరిస్థితిలో వెంటనే డాక్టర్ ను సంప్రదించి, చికిత్స చేయించుకోవాలి.

**మూత్రం ముదురు రంగులో ఉండటం:** కాలేయ వ్యాధులకు మరో సూచన డార్క్ ఎల్లో యూరిన్ . ఇలాంటి పరిస్థితిలో మెడికల్ చెకప్ తప్పనిసరి.

**అలసట:** దీర్ఘకాలం పాటు, తరచూ అలసటకు గురి అవుతున్నట్లైతే అది కాలేయ వ్యాధిలకు సూచన. ఇలాంటి వాటికి కేవలం వైద్యపరమైన టెస్ట్ లు మాత్రమే నిర్ధారించగలవు.

పొడి కళ్ళు మరొక కంటి ఆందోళనగా పొడి కళ్ళు అని చెప్పవచ్చు. కంటి లూబ్రికేట్ గా కంటిని ఉంచేందుకు తగినంత కన్నీళ్లు నిర్వహించడం లేదని అర్థం. కన్ను మంట మరియు చాలా అసౌకర్యంగా ఉంటుంది.

పొడి కళ్ళు అనేవి ఎక్కువగా కంప్యూటర్ వాడకం లేదా చాలా ఎక్కువగా బయట గాలి నుండి సంభవించవచ్చు.

ఈ పరిస్థితి సుదీర్ఘ కాలం ఉంటే, సంప్రదించాలి. పొడి కళ్ళ చికిత్సకు సాదారణంగా బయట తీసుకున్న కంటి డ్రాప్స్ వేసుకుంటే సరిపోతుంది.

కానీ ఈ సమస్య దీర్ఘకాలికంగా ఉంటే, చికిత్స ప్రణాళికలో పారుదల రంధ్రాలను పూరించే శస్త్రచికిత్స చేయాలి. కనురెప్పల కూడలిలో కన్నీళ్లు నిర్వహించడానికి ఈ చికిత్స అవసరం అవుతుంది.

# బరువు తగ్గించుకోవడానికి సహజ మార్గాలు

ప్రస్తుత జనరేషన్ లో చాలా మంది యువత తమ శరీర సౌష్టం కోసమని జిమ్ లు, ఫిట్ నెస్ సెంటర్లు చుట్టూ చక్కర్లు కొడుతున్నారు. సుందరమైన శరీర సౌష్టం పొందడానికి, ఆకర్షణీయంగా కనబడటానికి వేలకు వేలు డబ్బు ఖర్చు చేస్తున్నారు. అయితే ప్రస్తుతానికి ఫలితం కనిపించినా, తర్వాత తర్వాత తిరిగి పూర్వ స్థితికి చేరుకుంటారు.

దాంతో ఒక్కోక్కో సారి విసిగు చెంది, అసలు డైయట్ చేయడమే మానేస్తారు. కాబట్టి కృత్రిమంగా కాకుండా సహజంగా బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నిస్తే తప్పకుండా శాశ్వత పరిష్కారం ఉంటుంది. దాంతో అధిక బరువును తగ్గించుకోవడం ద్వారా సౌందర్యం మాత్రమే కాదు, ఆరోగ్యంగా కూడా ఉండగలుగుతారు.

**వేగంగా బరువు తగ్గాలంటే**
**వెంటనే వీటిని ప్రారంభించండి**

అధిక బరువు పెరిగితే ఒబేసిటి, కొలెస్ట్రాల్, అధిక బ్లడ్ ప్రెజర్ వంటి అనారోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కో వలసి ఉంటుంది. కాబట్టి అధిక బరువును తగ్గించు కోవడానికి మీకు సహాయపడే కొన్ని చిట్కాలు మీకోసం

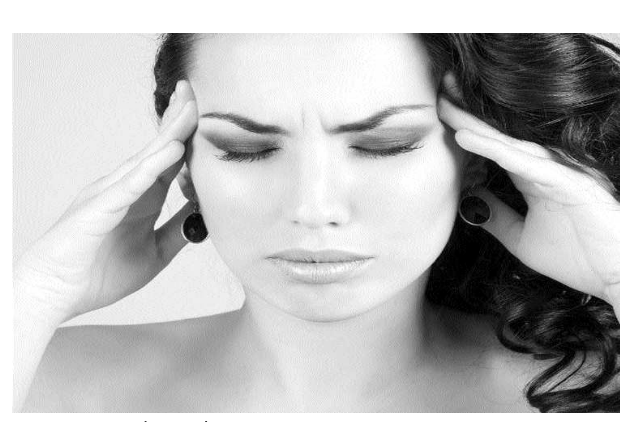
**వ్యాయామం:** వ్యాయామం చేస్తున్నా, ఆహార నియ మాలు పాటిస్తున్నా బరువు తగ్గటం లేదని చాలామంది వాపోతుంటారు. కానీ తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై అంతగా దృష్టిపెట్టరు. బరువు తగ్గటానికి వ్యాయామం, ఆహార నియమాల వంటి వాటిని సరైన క్రమంలో చేయటం ఎంతో ముఖ్యం. అలాంటి కొన్ని వివరాలు .. వారానికి కనీసం 5-6 రోజులు వ్యాయా మం చేయటం తప్పనిసరి. అదీ 30-45 నిమిషాల పాటు వేగంగానూ చేయాలి. ముందు నెమ్మదిగా మొదలుపెట్టి క్రమంగా వేగం పెంచుకుంటూ వెళ్లాలి. మధ్యలో విశ్రాంతి తీసు కోవటమూ ముఖ్యమే. దీనివల్ల వ్యాయామం ఆపేసిన తర్వాత కూడా కేలరీలు ఖర్చు అవుతాయి. నిద్రలేమీ కారణమే నిద్రలేమి కూడా బరువు పెరగటానికి దోహదం చేస్తుంది. తగినంత నిద్రలేకపోతే జీవక్రి యలు మార్పు చెందుతాయి. ఇది అతిగా తినటానికి, స్థూలకాయానికి దారి తీస్తుంది. నిద్రలేమితో శరీరంపై పడే ఒత్తిడీ బరువు పెరగటానికి కారణమవుతుంది. ఆరోగ్య సమస్యలతో కొన్ని రకాల ఆరోగ్య సమస్యలు.. ముఖ్యంగా థైరాయిడ్ హార్మోన్ లోపం వల్ల జీవక్రియలు మందగిస్తాయి. ఇది బరువు పెరగటానికి బీజం వేస్తుంది. అధిక బరువు గలవారు నిపుణులతో థైరాయిడ్ పరీక్ష చేయించుకోవాలి. అవసరమైతే తగు చికిత్స తీసుకోవాలి. మితాహారం మేలు బరువు తగ్గకపోవటానికి ఎక్కువగా తినటమూ ఒక కారణమే. అందువల్ల మితంగా ఆహారం తీసుకోవాలి. నిపుణుల సలహా మేరకు చేసే పనిని బట్టి శరీరానికి రోజుకు అవసరమైన పోషకాలు, కేలరీల ప్రకారం ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి.

ఒత్తిడి ముప్పు అధిక బరువు, ఒత్తిడి ఒకదాంతో మరొటి ముడిపడి ఉన్నాయని మరవరాదు. నిరంతరం ఒత్తిడితో బాధపడేవారిలో కార్టిజోల్ అనే హార్మోన్ ఉత్పత్తి ఎక్కువవుతుంది. ఇది ఆకలి పెరగటానికే కాదు కడుపు చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోవటానికీ దోహ దం చేస్తుంది. రోజులో కొద్దిసేపు విశ్రాంతి పొందేలా చూసుకుంటూ ఒత్తిడికి దూరంగా ఉండొచ్చు.

పోషకమిళితమైన పదార్థాలను అల్పాహారం మానేస్తే సన్నగా మారిపోవడం చాలా సులువనుకుం టారు కొందరు. కానీ ప్రతిరోజూ అల్పాహారం తీసుకునే వారు త్వరగా చిక్కుతారని చెబుతోందో అధ్యయనం. అల్పాహారం తీసుకోవడం వల్ల మిగిలిన రోజులో ఆకలి తక్కువ కలుగుతుంది. దాంతో ఆహారాన్ని మితంగా తీసుకుంటాం. రోజంతా చురుగ్గానూ ఉండటం వల్ల శరీరానికీ వ్యాయామం అందుతుంది. జీవక్రియ ఆరో గ్యంగా మారుతుంది. ఇవన్నీ సన్నగా మారేలా చేస్తాయి. అయితే పోషకమిళితమైన పదార్థాలను ఎంచుకుంటేనే ఆ లాభాల్ని పొందవచ్చని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

క్రమం తప్పరాదు వ్యాయామం నుంచి చేసే పని వరకూ ఏదైనా క్రమం తప్పకుండా చూసుకోవాలి. చాలాసార్లు వ్యాయామం చేయటం మానుకుంటే తిరిగి పరిస్థితి మొదటికి చేరుకుంటుంది. కాబట్టి అలాంటి సమయాల్లో కుటుంబంతో కలిసి విహారయాత్రకు వెళ్లటం, ఆటలు ఆడుతూ హాయిగా గడపటం అల వాటు చేసుకోవాలి.

మద్యానికి దూరం ఏ రకం మద్యంలో నె%నా కొవ్వు ఉండదు కానీ కేలరీలు మాత్రం ఉంటాయి. కాబట్టి మద్యం తాగినవెంటనే కేలరీలు ఖర్చయ్యేలా చూసుకోవటం మంచిది. లేకపోతే అవి



బరువు పెరిగేలా చేస్తాయి. కూల్డ్రింకులు, సోడాలనూ అతిగా తాగరాదు. ఇవి రక్తంలోని చక్కెర మోతాదును కూడా పెంచుతాయి. వీటికి బదులుగా నీళ్లను తాగటం మేలు. తిండి మానేస్తే చేటు బరువు తగ్గటానికి చాలామంది మధ్యమధ్యలో తిండి తినటం మానేస్తుంటారు. దీనివల్ల కీడే ఎక్కువ. ఈ సమయంలో శరీరంలో అమైనో ఆమ్లం మోతాదును నియంత్రించుకోవటానికి కండరాలు క్షీణించటం ఆరంభిస్తాయి. దీంతో జీవక్రియలు మందగిస్తాయి. కాబట్టి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవటం, తక్కువ మోతాదులో రోజుకి 5-6 సార్లు తినటం మంచిది. మంచి ప్రోటీన్లు గల అల్పాహారంతో రోజుని ప్రారంభించటం మేలు.

## ప్రేగు క్యాన్సర్ రాకుండా ఉండాలంటే
## ఈ ఆహారాలు తినడం తప్పనిసరి

**పెద్ద** ప్రేగును ప్రక్షాళన (శుభ్రం) చేసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఇది చర్మానికి కూడా మేలు చేస్తుంది. పెద్దప్రేగు శుభ్రపడటం వల్ల శరీరంలోని మలినాలు మరియు విషాలు శరీరం నుండి బయటకు ప్రవించబడుతుంది. దాంతో డిటాక్సిఫికేషన్ వల్ల చర్మం అందం పెరుగుతుంది. పెద్దప్రేగు సరిగా పనిచేయనట్లైతే మీరు మలబద్ధకం మరియు జీర్ణ మరియు పొట్టకు సంబంధించిన రోగాల భారీన పడేలా చేస్తుంది. కాబట్టి పెద్దపేగు సక్రమంగా పనిచేయాలన్నా.. మలబద్ధకం మరియు జీర్ణ సమస్యలను నివారించాలన్నా ఫైబర్ రిచ్ ఫుడ్స్ బాగా సహాయపడుతాయి. వీటితో పాటు కొన్ని కోలన్ క్లీనింగ్ రిచ్ ఫుడ్స్ ను మీ రెగ్యులర్ డైట్ లో చేర్చుకోవాలి. పెద్ద పేగులో వచ్చే మలబద్ధకం వంటి చాలా సాధారణ సవుస్యలను మంచి ఆహారంతోనే నివారించవచ్చు. పురుషుల్లో లైంగిక సామర్ధ్యంను పెంచే ఆహారాలు అంతేకాదు... ఇదే ఆహారంతో పెద్ద పేగుకు వచ్చే తీవ్రమైన సవుస్య అయిన క్యాన్సర్ లాంటి వాటినీ సవుర్థంగా నివారించవచ్చు. పెద్దపేగులో జీర్ణమైన ఆహారం తేలిగ్గా ముందుకు కదిలేందుకు ఉపయోగపడేది ఈ పీచు పదార్థాలే. పొట్టుతో ఉండే గోధుమ, ఓట్స్, మొక్క జొన్న, జొన్న, సజ్జ, రాగి వంటి తృణధాన్యాల్లో, రాజ్మా, శనగలు, పెసలు, సోయాబీన్ వంటి పప్పుధాన్యాల్లో (పల్సెస్), తొక్కతో పాటే తినదగ్గ తాజా పళ్లు, తాజా కూరగాయల్లో ఈ పీచుపదార్థాలు ఎక్కువ. పెద్ద ప్రేగు, జీర్ణాశయంను శుభ్రం చేసే 10 ఉత్తమ హోం రెమెడీస్ వీటితో పాటు కొన్ని కోలన్ క్లీనింగ్ రిచ్ ఫుడ్స్ ను మీ రెగ్యులర్ డైట్ లో చేర్చుకోవాలి.ఈ ఫుడ్స్ తో పాటు కొన్ని హోం రెమెడీస్ కూడా అనుసరించాలి. కోలన్ శుభ్రపరచడం వల్ల చిన్న ప్రేగులో ఆరోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్సహిస్తుంది . ఇది ఎనర్జీ ని అందిస్తుంది. కాబట్టి కోలన్ శుభ్రపరచాలనుకుంటే, డాక్టర్ ను సంప్రదించాలి. అంతకు ముందుగా మనం తినాల్సిన హెల్తీ కోలన్ క్లెన్సింగ్ ఫుడ్స్ ...

**గార్లిక్:** వెల్లుల్లి వాసన అంటే పడనివారు చాలా మందే ఉండవచ్చు. అయితే గుండె ఆరోగ్యాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది, అంతే కాదు పెద్దప్రేగు ను శుభ్రపరచేటటువంటి ఆహారాల్లో ఇది ఒకటి.

**తృణధాన్యాలు:** వీటిలో లోక్యాలరీస్, లో కొలెస్ట్రా ల్ కలిగి మరియు సులభంగా జీర్ణ అవ్వడానికి సహాయపడే ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.

**గ్రీన్ టీ:** లివర్ ను డిటాక్స్ చేస్తుంది. కాబట్టి గ్రీన్ టీ ని తప్పని సరిగా త్రాగాలి. గ్రీన్ టీ బరువు తగ్గడానికి కూడా బాగా సహాయపడుతుంది.

**గ్రీన్ లీఫీ వెజిటేబుల్స్:** గ్రీన్ లీఫీ వెజిటేబుల్స్ ఆకుకూరలు కోలన్ (పెద్ద ప్రేగును)శుభ్రం చేయడానికి చాలా ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. (జీర్ణ కోశాన్ని) శుభ్రంగా ఉంచడానికి సహాయ పడతుంది.

**నిమ్మరసం:** సిట్రస్ పండ్లు, ముఖ్యంగా నిమ్మ కోలన్ (పెద్ద ప్రేగును)శుభ్రం చేయడానికి చాలా ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. ప్రతి రోజూ ఉదయం ఒక గ్లాసు లెమన్ జ్యూస్ త్రాగడం వల్ల శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేసి మరియు శుభ్రపరుస్తుంది. శరీరంలోని మలినాలను తొలగిస్తుంది.

**ఫ్లాక్స్ సీడ్స్:** ఫ్లాక్సీడ్స్ ల ఓమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ యాంటీఆక్సిడెంట్స్ మరియు నేచురల్ ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.

అందువల్ల వీటిని రెగ్యులర్ డైట్ లో చేర్చుకోవడం ఒక ఉత్తమ మార్గం. ఫ్లాక్ సీడ్స్ నీటిని గ్రహించి కోలన్ ను విస్తృతపరుస్తుంది. దాంతో టాక్సిన్ మరియు మ్యూకస్ను శరీరం నుండి బయటకు నెట్టేస్తుంది. దాంతో పాటు, క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులను మరియు డయాబెటిస్ ను నివారిస్తుంది.

**అవొకాడో:** అవొకాడోలో కూడా ఓమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ అధికం. ఇవి కోలన్ ను శుభ్రం చేస్తుంది. మరియు జీర్ణ సమస్యలను నిరోధిస్తుంది.

ఓమేగా 3 ఫ్యాటీ ఆయిల్స్ పెద్ద ప్రేగు గోడకు ఒక లూబ్రికెంట్ వలే పనిచేస్తుంది. అన్ని ఆహారపు అణువులను మరియు వ్యర్థాలను మరియు విషాలను బయటకు విసర్జింపబడుతుంది.

## నిద్రలేమి సమస్యను నివారించే.. హెల్తీ బెడ్ టైమ్ డ్రింక్స్

**రాత్రుళ్ళు** నిద్రించడానికి సమస్యగా ఉందా? అలాంటి వారికోసం నిద్రలేమి సమస్యకు పరిష్కారం ఉంది. నిద్రలేమి సమస్యను నయం చేసుకోవడానికి వివిధ రకాల మందులు, వంటింటి చిట్కాలు, ఆయుర్వేద ట్రీట్మెంట్స్ మరియు ట్రిక్స్ తో ఇప్పటికి విసిగెత్తిపోయారా? అయితే ఇవన్నీ కాకుండా కొన్ని బెవరేజెస్ (పానీయాలను )మీరు ఎప్పుడైనా ట్రై చేశారా? ఈ పానియాలు మీరు రాత్రుల్లో త్రాగడం వల్ల గాఢంగా మరియు పీస్ ఫుల్ గా నిద్రించేలా చేస్తాయి. నిద్రకు ఉపక్రమింపచేసే 13 ఆశ్చర్యకరమైన ఆహారాలు రీసెంట్ గా జరిగిన ఒక పరిశోధన ప్రకారం రాత్రి సమయాల్లో 8 రకాల పానీయాలు నిద్ర బాగా పట్టేందుకు ఉపయోగపడు తాయని కనుగొన్నారు . ఈ ఎఫెక్టివ్ డ్రింక్స్ మీరు గాఢంగా నిద్రపోయేలా చేయడం మాత్రమే కాదు, మరుసటి రోజు మీరు మరింత ఉత్సహం, ఆరోగ్యంగా.. అందంగా కనబడేలా చేస్తాయి. వార్మ్ టీ, హెర్బల్ టీ , చాక్లెట్ టీ మరియు మరికొన్ని పానీయాల లిస్ట్ ను మీకోసం..మీరు ప్రయత్నించడం కోసం ఉన్నాయి. వీటిని ప్రయత్నించి మంచి నిద్రను పొందండి. ఇటు అనారోగ్యాన్ని... అటు నిద్రాభంగి మను కలిగించే 10 ఆహారాలు.. బాగా నిద్రపట్టాలంటే కాఫీకి దూరంగా ఉండాలి. ఇది మిమ్మల్ని మేల్కొనేలా చేస్తుంది. మరియు రాత్రుల్లో తీసుకొనే పానియాల్లో షుగర్ చేర్చకుండా తీసుకోవడం వల్ల మరింత యాక్టివ్ గా పనిచేస్తాయి.

మంచిగా నిద్రపట్టేలా చేస్తాయి. మరి 8 బెస్ట్ బెడ్ టైమ్ బెవరేజెస్ ఏంటో ఒక సారి ఈ క్రింది లిస్ట్ ద్వారా తెలుసుకుందాం. మంచి నిద్రతో మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకుందాం...

**హాట్ చాక్లెట్:** పాలలో హాట్ చాక్లెట్ సిరఫ్ ను మిక్స్ చేసి త్రాగడం వల్ల పొట్ట నిండుగా ఉన్న అనుభూతి కలిగిస్తుంది మరియు నరాలను విశ్రాంతి పరుస్తుంది.

**మింట్ టీ:** కొద్దిగా నిమ్మరంస మిక్స్ చేసి పుదీనా టీని త్రాగడం వల్ల చిన్న పిల్లలు నిద్రపోయినంత గాఢంగా మీరు నిద్రపోతారు. మీరు నిద్రించడానికి ఒక గంట ముందు ఈ టీని ప్రయత్నించండి.

**చామంతి టీ:** చమోమెలీ టి స్మూతింగ్ బెవరేజ్. రాత్రి పడుకొనే ముందు ఒక గంట ముందుగా త్రాగాలి. ఈ టీ త్రాగడం వల్ల నరాలను విశ్రాంతి పరుస్తుంది మరియు ఒత్తిడి తగ్గిస్తుంది.

**కోక్:** చాలా మంది ఎక్కువగా ఇష్టపడే మరో బెవరేజ్ హాట్ కోక్. నిద్రలేమితో బాధపడే వారు వేడిగా ఉండే కోక్ త్రాగితో స్మూత్గా నిద్రపట్టే స్తుంది. దీన్ని మీ డైలీ హ్యాబిట్ గా మార్చుకోవాలి.

**గోరువెచ్చని పాలు:** నిద్రలేమితో బాధపడుతు న్నట్లైతే మీరు ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని పాలలో ఒక స్పూన్ హనీ మిక్స్ చేసి నిద్రించడానికి ఒక గంట ముందు త్రాగితే మంచి నిద్రపడు తుంది.

**బాదం మిల్క్:** బాదం మిల్క్ లో విటమిన్ ఇ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల, బాదం పౌడర్ ను గోరువెచ్చని పాలలో మిక్స్ చేసి రాత్రి నిద్రించ డానికి ముందు త్రాగాలి.

**హనీ మిల్క్:** ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని పాలలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనె మిక్స్ చేసి త్రాగడం వల్ల వెంటనే నిద్ర పట్టేస్తుంది.

# ఎమ్మెల్సీ వంశీకృష్ణశ్రీనివాస్ కు ఎమ్మెల్యే నాగిరెడ్డి శుభాకాంక్షలు

గాజువాక (విజయభాను న్యూస్) : వైఎస్సార్ సీపీ నగర అధ్యక్షులు వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ యాదవ్ ఆంధ్రప్రదేశ్ వైఎస్ఆర్సీపీ శాసనమండలి సభ్యులుగా (ఎమ్మెల్సీ ) గా ప్రమాణ స్వీకారం చేసి మొట్టమొదటిసారిగా హైదరాబాదు నుండి ఇండిగో విమానంలో విశాఖ చేరుకున్న శాసనమండలి సభ్యుడు వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ యాదవ్ కు శనివారం ఘనస్వాగతం లభించింది. వంశీకృష్ణకు విశాఖ విమానాశ్రయంలో లో అభిమానులు పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు భారీగా ఘన స్వాగతం పలికారు. గాజువాక నియోజకవర్గం నుంచి ఎమ్మెల్యే తిప్పల నాగిరెడ్డి తో పాటు కార్పొరేటర్, జీవీఎంసీ స్టాండింగ్ కమిటీ మెంబెర్ తిప్పల వంశీ రెడ్డి ఆయనకు విమానాశ్రయం లో కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసారు. అనంతరం విశాఖ విమానాశ్రయం నుండి అభిమానులు కార్యకర్తలు నడుమ భారీ బైక్ ర్యాలీతో మద్దిలపాలెం వైఎస్ఆర్ పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయానికి బయలుదేరారు.

# అవసరమైతే రాత్రి కర్ఫ్యూలు పెట్టండి..

## రాష్ట్రాలకు కేంద్రం లేఖ

దిల్లీ: దేశంలో కరోనా మహమ్మారి వ్యాప్తి కట్టడిలోనే ఉన్నప్పటికీ.. కొత్తగా పుట్టుకొచ్చిన 'ఒమిక్రాన్' వేరియంట్ చాప కింద నీరులా విస్తరిస్తుండటం ఆందోళనకు గురిచేస్తోంది. ఈ వేరియంట్ కేసులు నానాటికీ పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం అన్ని రాష్ట్రాలను అప్రమత్తం చేసింది. కొవిడ్ నిబంధనలపై నిర్లక్ష్యంగా ఉండొద్దని, వైరస్ వ్యాప్తి ఎక్కువగా ఉన్న జిల్లాలపై మరింత దృష్టిపెట్టాలని ఆదేశించింది. ఈ మేరకు అన్ని రాష్ట్రాల సీఎస్‌లకు కేంద్ర ఆరోగ్యశాఖ కార్యదర్శి రాజేశ్ భూషణ్ లేఖ రాశారు.

దేశవ్యాప్తంగా 10 రాష్ట్రాలు/కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల్లోని 27 జిల్లాల్లో గత రెండు వారాలుగా పాజిటివిటీ రేటు పెరుగుతోందని, వాటిపై దృష్టి పెట్టాల్సిన అవసరం ఉందని కేంద్రం లేఖలో పేర్కొంది.

కేరళ, మిజోరం, సిక్కిం రాష్ట్రాల్లోని 8 జిల్లాల్లో పాజిటివిటీ రేటు 10శాతం కంటే ఎక్కువగా ఉన్నట్లు తెలిపింది. మిగతా 7 రాష్ట్రాలు/కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల్లోని 19 జిల్లాల్లో పాజిటివిటీ రేటు 5 నుంచి 10శాతంగా నమోదైనట్లు పేర్కొంది.

"ఏ జిల్లాలోనైనా కేసులు, పాజిటివిటీ రేటు పెరిగినట్లు కన్పిస్తే.. వెంటనే అక్కడి స్థానిక యంత్రాంగం వ్యూహాత్మక చర్యలు ప్రారంభించాలి. ఆ ప్రాంతాల్లో పరీక్షలు, వ్యాక్సినేషన్ పెంచాలి. కంటైన్మెంట్ జోన్లుగా పరిగణించి.. అవసరమైతే రాత్రి కర్ఫ్యూ విధించాలి. జనసమూహాలు, పెళ్లిళ్లు, అంత్యక్రియల్లో పాల్గొనేవారిపై పరిమితులు విధించాలి" అని రాజేశ్ భూషణ్ ఆ లేఖలో పేర్కొన్నారు.

దేశవ్యాప్తంగా కరోనా కేసులు తగ్గుముఖం పట్టినప్పటికీ.. ఒమిక్రాన్ కేసులు నానాటికీ పెరుగుతుండటం కలవరపెడుతోంది. తాజాగా దేశ రాజధాని దిల్లీలో ఈ వేరియంట్ రెండో కేసు నమోదైంది. దీంతో దేశంలో మొత్తం ఒమిక్రాన్ కేసుల సంఖ్య 33కు చేరింది.

# మార్కెట్లో ఉన్న ప్రతి దుకాణం ట్రేడ్ లైసెన్స్ కలిగి ఉండాలి

## - జివిఎంసి కమిషనర్ డాక్టర్ జి. లక్ష్మీశ

విశాఖపట్నం (విజయభాను న్యూస్) : స్ప్రింగ్ రోడ్డు , పూర్ణ మార్కెట్లో ఉన్న ప్రతి దుకాణానికి ట్రేడ్ లైసెన్స్ తప్పనిసరిగా ఉండాలని జివిఎంసి కమిషనర్ డాక్టర్ జి. లక్ష్మిశ అధికారులను ఆదేశించారు. శనివారం క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలో భాగంగా 4వ జోన్ 35వ వార్డు పరిధిలోని పూర్ణా మార్కెట్, పప్పుల సందు, వెలమ పేట, మున్సిపల్ స్టేడియం పరిసర ప్రాంతాలలో వార్డ్ కార్పొరేటర్ వల్లూరి భాస్కర రావుతో కలిసి పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ మార్కెట్లో ఉన్న ప్రతి దుకాణానికి ట్రేడ్ లైసెన్స్ తో పాటు యూజర్ చార్జీలు వసూలు చేయాలని, ట్రేడ్ లైసెన్స్ లేని దుకాణాలకు ట్రేడ్ లైసెన్స్ వేయాలని అధికారులు ఆదేశించారు. ప్రతి దుకాణం ముందు డస్ట్ బిన్లు పక్కాగా ఉండాలన్నారు. మార్కెట్లోని వచ్చే చెత్తను ఏ రోజుకారోజు బయో వేస్ట్ సెంటర్ కు తరలించాలని ఎఎంఒహెచ్ ను ఆదేశించారు. టెలిఫోన్ ఆఫీసు కార్నర్ లో ఉన్న పనికిరాని బడ్డీలను వెంటనే తొలగించాలని పట్టణ ప్రణాళిక అధికారులను ఆదేశించారు.

టెలిఫోన్ ఆఫీస్ వద్ద ఉన్న కాలువ పూడికి పోయినందున కాలువలోని మురుగునీరు ప్రవహించడం లేదని, లక్ష్మీ నగర్ మురికివాడలో జిప్లస్ టు ఇళ్ళు కట్టించాలని, రాత్రిపూట ప్రజా మరుగుదొడ్లు తొందరగా కడుతున్నారని, వాటి సమయం రాత్రి 12 గంటల వరకు పెంచాలని స్థానికులు కోరగా దానికి కమిషనర్ పరిశీలించి చర్యలు చేపడతామని తెలిపారు. జనతా బజార్ వద్ద ఉన్న అన్న క్యాంటీన్ ని వార్డు శానిటేషన్ కార్యాలయంగా ఉపయోగించు కొనుటకుగల అవకాశాలను పరిశీలించాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

VIJAYABHANU - Visakhapatnam
Editor : B. Chandra Sekhar, Printed and Published by him on behalf of **VIJAYABHANU PUBLICATIONS .,** Published and Printed at **VIJAYABHANU PRESS,** D.No. 9-3-17, Pithapuram Colony, Visakhapatnam - 530 003.
R.N.I. No. 32157/77. Postal Regd. No. J/VM-RNP/32 ⋆ Phone : 2564353, Fax : 0891-2569004 ⋆ e-mail: vijayabhanudaily@gmail.com