మీ ఆత్మీయులలో... స్నేహితులలో... సన్నిహితులలో... ఎవరికైనా... ఎలాంటి శుభ సందర్భమైనా
మీ హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు... విజయభాను ద్వారా అందించండి!
విజయభాను
9-3-17, PITHAPURAM COLONY , VISAKHAPATNAM-530 003
❖ Phone : 2564353, Fax : 0891-2569004

విజయభాను

Star Facilities with Economic Price @ 1399/-
Hotel VB Grand
Centrally located with good hospitality
9-3-17, Beside NH-5, Opp. Automotive Manufacturers, Pithapuram Colony, Visakhapatnam-3 ✆ : 07680-995759, 0891-2750555

విశాఖపట్నం, సోమవారం 26-03-2018 | VIJAYABHANU DAILY VISAKHAPATNAM EDITION | సంపుటి : 41 సంచిక : 192 పేజీలు : 8 వెల : 1 రూపాయి

తిరుమలలో శ్రీరామనవమి వేడుకలు

తిరుమల : శ్రీరామనవమిని పురస్కరించుకుని తిరుమల శ్రీవారి ఆలయంలో శ్రీరామనవమి ఆస్థానం అత్యంత వైభవంగా

తరువాయి 2లో

నేడు భద్రాద్రి రామయ్య కళ్యాణం

భద్రాచలానికి పోటెత్తిన భక్తజనం

భద్రాచలం: భద్రాచలం శ్రీ సీతారామస్వాముల వారిని దర్శించేందుకు ఆదివారం భక్తులు పోటెత్తారు. ఆదివారం ఉదయం మూలవిరాట్‌కు అభిషేక మహోత్సవం అంగరంగ వైభవంగా జరిగింది. ఈ వేడుకను చూసేందుకు వేలాది

తరువాయి 2లో

పాఠకులకు, ప్రకటనకర్తలకు, శ్రేయోభిలాషులకు

శ్రీరామ నవమి శుభాకాంక్షలు

– ఎడిటర్

దేశ ప్రజలందరికీ శ్రీరామనవమి శుభాకాంక్షలు

సరికొత్త భారతావనికి దేశప్రజలందరూ సహకరించాలి
యువత తమ ఆరోగ్యాన్ని ఫిట్‌గా ఉంచుకోవాలి
మహాత్మాగాంధీ ఆశయం ప్రకారమే స్వచ్ఛభారత్
అంబేడ్కర్ కృషి మనకు స్ఫూర్తి
యోగా వల్ల ఫిట్‌గా, ఆరోగ్యంగా ఉంటాం
మన్ కీ బాత్‌లో.. ప్రధాని మోదీ

దిల్లీ: దేశ ప్రజలందరికీ శ్రీరామనవమి శుభాకాంక్షలు చెబుతూ ప్రధాని నరేంద్రమోదీ ఆల్ ఇండియా రేడియోలో మన్ కీ బాత్ ద్వారా మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా వ్యవసాయం, ఆరోగ్యం, పంటల గిట్టుబాటు ధరలు, యోగా తదితర అంశాల గురించి ఆయన ప్రస్తావించారు. సరికొత్త భారతావని సృష్టించడానికి దేశప్రజలందరూ సహకరించాల్సిందిగా ఆయన పిలుపునిచ్చారు. రాజ్యాంగ నిర్మాత అంబేడ్కర్, జాతిపిత మహాత్మాగాంధీ ఆశయ సాధనల కోసం మన వంతు కృషి చేయాలని అన్నారు. మోదీ ప్రస్తావించిన పలు అంశాలు ఆయన మాటల్లోనే..

ఇటీవల జరిగిన గణతంత్ర దినోత్సవాలకు హాజరైన ఆసియాన్ దేశాల కళాకారులు రామాయణాన్ని ప్రదర్శించేందుకు ఆసక్తి చూపారు. రామాయణం మన దేశ ప్రజలకు మాత్రమే కాదు.. ఆసియన్ రీజియన్ వారికి కూడా స్ఫూర్తి.

యోగేశ్ భద్రేష అనే వ్యక్తి యువత ఆరోగ్యం గురించి మన్ కీ బాత్‌లో ప్రస్తావించాల్సిందిగా కోరారు. అందుకే నేను ఫిట్ ఇండియా గురించి మాట్లాడాలని నిర్ణయించుకున్నాను. యువత తమ ఆరోగ్యాన్ని ఫిట్‌గా ఉంచుకునేందుకు ఫిట్ ఇండియా ఉద్యమాన్ని ప్రారంభించాలి.

ఎగ్జామ్ వారియర్(రచయిత మోదీ) పుస్తకానికి వచ్చిన స్పందన నా హృదయాన్ని తాకింది. అసోంలోని కరీంజంగ్ ప్రాంతానికి చెందిన రిక్షా తొక్కే వ్యక్తి అహ్మద్ అలీ. పేద చిన్నారుల కోసం ఆయన తన కష్టార్జితంతో తొమ్మిది పాఠశాలలను కట్టించారు. భారతీయుడి శక్తి ఏమిటనేది ఆయన నిరూపించి ఎంతోమందికి ఆదర్శంగా నిలిచారు.

13ఏళ్ల క్రితం కోల్‌కతాకు చెందిన క్యాబ్ డ్రైవర్ సైదుల్ లస్కర్ అనే వ్యక్తి సోదరికి సరైన సమయానికి వైద్యం అందక మరణించింది. తన సోదరికి ఎదురైన పరిస్థితి మరెవరికీ ఎదురు కాకూడదని భావించిన ఆయన పేద ప్రజలకు హాస్పిటల్ కట్టించాలని నిర్ణయించుకున్నారు. అందుకోసం సైదుల్ తన ఇంట్లోని బంగారాన్ని అమ్మేశారు. విరాళాలు సేకరించారు. అలా సేకరించిన నగదుతో పన్నెండేళ్ల తర్వాత కోల్‌కతాలోని పున్రి గ్రామంలో ఆయన 30 పడకల ఆస్పత్రిని కట్టించారు. ఇదే న్యూఇండియా శక్తి.

నాకు కాన్పూర్‌కు చెందిన డా. అజిత్ మోహన్ చౌదరి గురించి తెలిసింది. ఫుట్‌పాత్‌ల మీద ఉండే నిరుపేదలకు ఆయన చికిత్స చేసేందుకు వెళ్తారు. వాళ్లకు మందులు ఇస్తారు. ఆయన గురించి చెప్పేందుకు ఎంతో గర్వపడుతున్నాను.

దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థలో వ్యవసాయం ఎంతో ప్రాముఖ్యమైనదని మహాత్మాగాంధీ, లాల్‌బహదూర్ శాస్త్రి వంటి వాళ్లు చెబుతూ ఉంటారు. దేశానికి వెన్నెముక లాంటి వారి సంక్షేమమే ధ్యేయంగా ఈ ఏడాది బడ్జెట్‌ను ప్రవేశపెట్టాం. పంటకు తగిన గిట్టుబాటు ధర అందేలా చేసేందుకు కృషి చేస్తాం.

ఈ ఏడాది మహాత్మాగాంధీ 150వ జయంతి. ఆయన ఆశయం ప్రకారమే స్వచ్ఛభారత్‌ను నిర్మిస్తున్నాం. ఆయనకు ఘనమైన నివాళి ఇచ్చే విధంగా ఉండే సలహాలు, సూచనలు ఏమైనా ఉంటే మాతో పంచుకోండి. పేద ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సదుపాయం అందించేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం పథకాలను తీసుకొస్తోంది. 3000 జన్ ఔషధి కేంద్రాల ద్వారా సరైన ధరలకే 800 రకాల మందులు ప్రజలకు అందేలా చూస్తున్నాం. మోకాలి శస్త్రచికిత్స ధరను 50-70 శాతానికి తగ్గించాం. ఆయుష్మాన్ భారత్ కింద 10కోట్ల కుటుంబాలకు ఏడాదికి రూ.5లక్షల చొప్పున బీమా అందేలా పథకాన్ని తీసుకొచ్చాం.

1930-40 సంవత్సర మధ్య కాలంలో ప్రపంచమంతా రెండో ప్రపంచ యుద్ధం, విభజన, ప్రచ్ఛన్న యుద్ధం గురించి మాట్లాడుకున్నారు. కానీ ఒక వ్యక్తి మాత్రం ఐక్యత గురించి మాట్లాడారు. ఆయనే రాజ్యాంగ నిర్మాత డా. అంబేడ్కర్. ఆశయ సాధన కోసం ఆయన చేసిన కృషిని స్ఫూర్తిగా తీసుకోవాలి. ఆయన జయంతికి నివాళిగా గ్రామ స్వరాజ్ అభియాన్‌ను దేశమంతా ఏప్రిల్ 14 నుంచి మే 5 వరకు నిర్వహించాలి. యోగా పట్ల అవగాహన కలిగేలా ప్రచార కార్యక్రమాలను నిర్వహించాలి. యోగా వల్ల ఫిట్‌గా ఉండటమే కాదు.. ఆరోగ్యంగా కూడా ఉంటాం.

స్టీవ్ స్మిత్, వార్నర్‌ల పదవులు తొలగింపు

కాని జట్టులో కొనసాగింపు
సారథ్య బాధ్యతలు తీసుకోనున్న టిమ్ పైన్
కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని మాజీ ఆటగాళ్లు డిమాండ్

కాన్‌బెర్రా: బాల్ టాంపరింగ్ వివాదం నేపథ్యంలో స్టీవ్‌స్మిత్, డేవిడ్ వార్నర్‌లపై క్రికెట్ ఆస్ట్రేలియా చర్యలు తీసుకుంది. బంతి ఆకారం దెబ్బ తీసేందుకు గాను బాన్ క్రాఫ్ట్ బాల్ టాంపరింగ్‌కు పాల్పడటంపై క్రికెట్ ఆస్ట్రేలియా తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ఈ నేపథ్యంలోనే స్మిత్ తన కెప్టెన్సీ పదవి నుంచి తప్పుకోవాల్సిందిగా పలువురు ఒత్తిడి తీసుకొచ్చారు. దీంతో స్మిత్, వార్నర్‌లను కెప్టెన్, వైస్ కెప్టెన్ పదవుల నుంచి తొలగిస్తున్నట్లు క్రికెట్ ఆస్ట్రేలియా ప్రకటించింది. కేప్‌టౌన్‌లో దక్షిణాఫ్రికాతో జరుగుతోన్న మూడో టెస్ట్ మ్యాచ్(మిగిలి ఉన్న రెండు రోజులు)కు ఆసీస్ జట్టు మరో ఆటగాడు టిమ్ పైన్ సారథ్య బాధ్యతలు తీసుకోనున్నారు. స్మిత్, వార్నర్ యథావిధిగా జట్టులోనే కొనసాగుతారు. బాల్ టాంపరింగ్‌పై విచారణ చేపడుతున్నట్లు క్రికెట్ ఆస్ట్రేలియా(సీఏ) వెల్లడించింది. ఈ ఘటనపై ఆస్ట్రేలియా ప్రధానమంత్రి మాల్కమ్ టర్నబుల్ సైతం స్పందించారు. కెప్టెన్ స్మిత్ జట్టు ప్రవర్తించిన తీరు తనను ఆశ్చర్యానికి గురి చేసిందని, దీన్ని ఆసీస్ క్రికెట్ అభిమానులు సైతం అంగీకరించబోరని ఆయన పేర్కొన్నారు. మరోవైపు యావత్ క్రీడాలోకం ఈ ఘటనపై విస్మయం వ్యక్తం చేస్తోంది. బాల్‌టాంపరింగ్‌కు బాధ్యులైన వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని మాజీ ఆటగాళ్లు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

బావిలోకి దూసుకెళ్లిన ఆటో: పది మంది మృతి

పరిమితికి మించి ప్రయాణికుల వల్లే ఈ ఘోరం
ఒక్కొక్కటిగా బయటపడుతున్న మృత దేహాలు
కలిచివేస్తున్న మృతుల బంధువులు, కుటుంబ సభ్యుల రోదనలు

నిజామాబాద్: నిజామాబాద్ జిల్లాలో ఘోర రోడ్డుప్రమాదం ప్రమాదం జరిగింది. మెండోరా సమీపంలో అదుపుతప్పిన ఓ ఆటో బావిలోకి దూసుకెళ్లింది. ఈ ఘటనలో పది మంది మృత్యువాత పడ్డారు. ముప్కాల్ నుంచి మెండోరా వెళ్తుండగా ఈ ఘోరం చోటుచేసుకుంది. మృతుల్లో ముగ్గురు మహిళలు, ఆరుగురు చిన్నారులు ఉన్నట్టు సమాచారం. రంగంలోకి దిగిన గజ ఈతగాళ్లు సహాయక చర్యలు కొనసాగిస్తున్నారు. ఈ ఘటనలో మృతుల సంఖ్య ఇంకా పెరిగే అవకాశం ఉంది.

ప్రమాదం సమయంలో ఈ ఆటోలో 14 మంది ప్రయాణికులు ఉండగా, కొందరు సురక్షితంగా బయటపడినట్టు పోలీసులు తెలిపారు. తొలుత ఓ మహిళ మృతదేహాన్ని బావిలోంచి బయటకు తీశారు. అనంతరం మిగతావారి కోసం గాలింపు చర్యలు చేపట్టగా ఇప్పటివరకు పది మృతదేహాలను గుర్తించారు. మెండోరా సమీపంలో అదుపు తప్పిన ఆటో రోడ్డుపక్కనే ఉన్న బావిలోకి దూసుకెళ్లింది. దీంతో అక్కడున్నవారు పోలీసులకు సమాచారం ఇచ్చారు. రంగంలోకి దిగిన పోలీసులు స్థానికుల సహాయంతో సహాయక చర్యలు కొనసాగిస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఆటోకు తాళ్లను కట్టి క్రేన్ సాయంతో బయటకు తీశారు. ఘటనా స్థలంలో సహాయక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. మరికొద్ది సేపట్లో గమ్యస్థానానికి ప్రయాణికులు చేరుకుంటున్నారనగా ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. మృతుల వివరాలపై పోలీసులు ఆరా తీస్తున్నారు. ఈ ఘోర ఘటనతో అక్కడ తీవ్ర విషాదం నెలకొంది. పరిమితికి మించి ప్రయాణికులను ఆటోలో ఎక్కించుకోవడం వల్లే ఈ ఘోరం చోటుచేసుకుందని పోలీసులు పేర్కొంటున్నారు. తొలుత నలుగురు లేదా ఐదుగురు మాత్రమే మృతిచెంది ఉంటారని భావించినప్పటికీ గాలింపు చర్యల్లో మృతదేహాలు ఒక్కొక్కటిగా బయటపడుతున్నాయి. విషయం తెలుసుకొని అక్కడికి చేరుకున్న మృతుల బంధువులు, కుటుంబ సభ్యుల రోదనలు అక్కడ ఉన్నవారిని కలిచివేస్తున్నాయి.

సుపరిపాలనకు శ్రీరాముడు ఆద్యుడు

ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు

అమరావతి :అష్టకష్టాలు ఎదురైనా ధర్మాన్ని విడిచిపెట్టని శ్రీరామ చంద్రుడు ఆదర్శనీయుడుని, సుపరిపాలనకు ఆయన ఆద్యుడని ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. రాష్ట్ర ప్రజలకు, దేశ విదేశాల్లోని తెలుగువారికి ముఖ్యమంత్రి శ్రీరామ నవమి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. శ్రీరాముడు విళంబి నామ సంవత్సరంలో జన్మించారని పండితులు చెబుతారని సీఎం గుర్తు చేశారు. కోదండరాముడు సమస్యల నుంచి పారిపోకుండా, సంక్షోభాలను ఎలా ఎదుర్కొని విజయాలు సాధించవచ్చో నిరూపించారని అన్నారు. ఎన్ని కష్టాలు ఎదురైనా ఆయన ధర్మాన్ని విడిచిపెట్టలేదని చెప్పారు. ధర్మానికి నష్టం వాటిల్లితే ఎంతటి వారినైనా శిక్షించటానికి దశరథ తనయుడు వెనుకాడలేదని చంద్రబాబు చెప్పారు. తండ్రి మాట జవదాటని పితృవాక్య పరిపాలకునిగా రాములవారు ప్రసిద్ధులని, తల్లిదండ్రులను గౌరవించే ఉత్తమ సంప్రదాయ, సంస్కారాలను రామాయణం తెలియజేస్తుందని, అలాంటి రామాయణం నిత్యజీవన పారాయణమని సీఎం అన్నారు. శ్రీరాముని కాలంలో ధర్మం నాలుగు పాదాలా నడిచిందని, నెలకు మూడు వర్షాలు కురిశాయని, రామరాజ్యం సుభిక్షంగా ఉండేదని ఇతిహాస కావ్యాలు చెబుతున్నాయని చంద్రబాబు గుర్తుచేశారు. కడపజిల్లా ఒంటిమిట్టలో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం శ్రీరామనవమి వేడుకలను అధికారికంగా నిర్వహిస్తోందని, ఈనెల 30న కల్యాణం జరుగుతుందని తెలిపారు. తాము అధికారానికి వచ్చాక ఒంటిమిట్ట ఆలయాన్ని అభివృద్ధి చేశామన్నారు.

మొదటి పేజీ తరువాయి

తిరుమలలో శ్రీరామనవమి వేడుకలు

నిర్వహిస్తున్నారు. ఆస్థానంలో భాగంగా రంగనాయకుల మండపంలో ఉత్సవమూర్తులకు స్నపన తిరుమంజన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. అర్చకుల వేదమంత్రోవేదమంత్రోచ్చరణలు, మంగళవాయిద్యాల నడుమ శ్రీవారి ఆలయ పెద్ద జీయంగార్ల ఆధ్వర్యంలో శాస్త్రోక్తంగా ఈ కార్యక్రమం జరిగింది. ఆస్థానం సందర్భంగా రాత్రి 7 గంటల నుంచి 9 గంటల మధ్య శ్రీ మలయప్పస్వామివారు హనుమద్వాహనంపై మాఢవీధుల్లో ఊరేగుతారు. రాత్రి 10 గంటల నుండి 11 గంటల మధ్య బంగారువాకిలి చెంత శ్రీరామనవమి ఆస్థానాన్ని వేడుకగా నిర్వహిస్తారు.

నేడు భద్రాద్రి రామయ్య కళ్యాణం

మంది భక్తులు తరలివచ్చారు. క్యూలైన్లు, ప్రసాదాల కౌంటర్లు కిటకిటలాడాయి. సుదూర ప్రాంతాల నుంచి పాదయాత్రగా వచ్చిన భక్తులు ఉచిత దర్శనం వద్ద గంటల తరబడి వేచిచూడాల్సి వచ్చింది. రేపు శ్రీరామ నవమి సందర్భంగా అధికారులు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశారు. ఇప్పటికే వందలాది మంది పోలీసులు బందోబస్తులో నిమగ్నమయ్యారు. కల్యాణం అనంతరం ముత్యాల తలంబ్రాలను భక్తులకు పంపిణీ చేసేందుకు ఈవో ప్రభాకర్ శ్రీనివాస్ నేతృత్వంలో ప్రత్యేక కౌంటర్‌ను ఏర్పాటుచేశారు.

వేదమంత్రోచ్చరణ మధ్య

ఒంటిమిట్టలో ఘనంగా ధ్వజారోహణం

భద్రాచలం కంటే మిన్నగా ఒంటిమిట్ట ఆలయాన్ని తీర్చిదిద్దుతాం - సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్ రెడ్డి

కడప : ఏక శిలానగరి ఒంటిమిట్ట కోదండరామస్వామి బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా ధ్వజారోహణ కార్యక్రమం ఘనంగా జరిగింది. తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం అధ్వర్యంలో పండితులు వేదమంత్రోచ్చరణ మధ్య ధ్వజారోహణం నిర్వహించారు. స్వామివారి ఉత్సవ మూర్తులను ప్రత్యేకంగా అలంకరించి పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి జిల్లా ఇంఛార్జ్ మంత్రి సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్ రెడ్డి, జిల్లా మంత్రి ఆదినారాయణ రెడ్డి, రాజ్యసభ సభ్యుడు సీఎం రమేశ్, ప్రభుత్వ విప్ మేడ మల్లికార్జునరెడ్డి ఇతర నేతలు హాజరయ్యారు. స్వామివారి కల్యాణానికి సంబంధించిన ముత్యాల తలంబ్రాలను నేతలంతా ఆలయం నుంచి మోసుకెళ్లి మండపం వద్ద ఉంచారు. తలంబ్రాలను పసుపు కుంకుమలతో కలిసి ఈ నెల 30న జరిగే కల్యాణానికి ఉపయోగిస్తారు. కల్యాణ వేదికను కూడా మంత్రులు సందర్శించారు. ఏర్పాట్లు త్వరగా పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. భద్రాచలం కంటే మిన్నగా ఒంటిమిట్ట ఆలయాన్ని తీర్చిదిద్దుతామని సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్ రెడ్డి తెలిపారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయపడ్డ షమి

దిల్లీ: పేసర్ మహ్మద్ షమి రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయపడ్డారు. ఆదివారం ఉదయం డెహ్రాడూన్ నుంచి దిల్లీకి కారులో వెళుతుండగా వాహనం అదుపుతప్పింది. దాంతో షమి తలకి స్వల్ప గాయాలయ్యాయి. వెంటనే అతన్ని దగ్గర్లోని ఆస్పత్రికి చికిత్స నిమిత్తం తరలించారు. తలకు కుట్లు పడినట్లు మీడియా వర్గాలు వెల్లడించాయి. ప్రస్తుతం ఆయన డెహ్రాడూన్‌లో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నట్లు పేర్కొన్నాయి.

మ్యాచ్ ఫిక్సింగ్, ఇతర మహిళలతో సంబంధాలు, హత్యాయత్నానికి పాల్పడ్డాడంటూ షమి భార్య హసీన్ జహాన్ సంచలన ఆరోపణలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. దీంతో అప్పుడు బీసీసీఐ షమికి కాంట్రాక్టులో స్థానం కల్పించలేదు. అనంతరం బీసీసీఐ అవినీతి నిరోధక విభాగాధికారులకు మ్యాచ్ ఫిక్సింగ్‌పై వచ్చిన ఆరోపణలపై దర్యాప్తు నిర్వహించి వారం రోజుల్లో నివేదిక ఇవ్వాలని సూచించారు.

అనంతరం దర్యాప్తులో షమి ఎలాంటి మ్యాచ్ ఫిక్సింగ్‌కు పాల్పడలేదని తేలడంతో బీసీసీఐ బి గ్రేడ్ కాంట్రాక్టులో చోటు కల్పించినట్లు స్పష్టం చేశారు. దీంతో ఈ ఏడాది ఐపీఎల్‌లో ఆడేందుకు మార్గం సుగమమైంది. వేలంలో దిల్లీ డేర్‌డెవిల్స్ షమిని రూ.3కోట్లకు దక్కించుకున్న సంగతి తెలిసిందే. మ్యాచ్ ఫిక్సింగ్ పాల్పడినట్లు వచ్చిన ఆరోపణల్లో నిజం లేకపోవడం, బీసీసీఐ కాంట్రాక్టు దక్కడం, ఐపీఎల్‌లో ఆడటంపై షమి తాజాగా సంతోషం వ్యక్తం చేశాడు. ఇది పూర్తిగా కుటుంబానికి సంబంధించిన సమస్య. నాకు వ్యతిరేకంగా వచ్చిన వార్తల్లో ఏ మాత్రం నిజం లేదు. గత 10-15 రోజులుగా ఎంతో మానసిక క్షోభకు గురయ్యా. ఈ రోజులన్ని ఎంతో కఠినంగా గడిచాయి. వీలైనంత త్వరగా వీటన్నింటి నుంచి బయటకు వచ్చేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నా అని తెలిపాడు షమి.

మధ్యప్రదేశ్‌లో రైతుల పాదయాత్ర

మధ్యప్రదేశ్: రుణమాఫీ, గిట్టుబాటు ధర కల్పించాలనే డిమాండ్లతో మధ్యప్రదేశ్‌లోని రైతులు 185 కి.మీ. పాదయాత్ర చేశారు. ఈ నెల 10న సాగర్‌జలాల నుంచి పాదయాత్ర ప్రారంభించి శనివారం రాజధాని భోపాల్ చేరుకున్నారు. రుణమాఫీసహా వేర్వేరు డిమాండ్లతో మహారాష్ట్రలో 30వేల మందికి పైగా రైతులు 180 కి.మీ. పాదయాత్ర చేసి ప్రభుత్వం సానుకూలంగా స్పందించేలా చేసిన కొద్దిరోజులకే మధ్యప్రదేశ్‌లోని కొందరు రైతులు ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. అయితే భోపాల్‌లో ముఖ్యమంత్రి శివరాజ్‌సింగ్‌చౌహాన్‌ను కలిసేందుకు ప్రయత్నించిన రైతులను అడ్డుకున్న పోలీసులు వారిని అంబేడ్కర్ మైదానానికి తరలించారు.

అరుదైన వృక్షసంపదను కాపాడుకుందాం : సుమన్

తిరుపతి : అరుదైన ఎర్రచందనాన్ని కాపాడుకోవడం ప్రతిఒక్కరి బాధ్యత అని సినీనటుడు సుమన్ అన్నారు. తిరుపతిలో ఎర్రచందనం ప్రత్యేక కార్యదళం కార్యాలయాన్ని ఆయన సందర్శించారు. అక్కడ ఎర్రచందనం మొక్కను నాటిన సుమన్.. అరుదైన వృక్షసంపదను కాపాడుకుందామని పిలుపునిచ్చారు. ఎర్రచందనం అక్రమ రవాణాకు వ్యతిరేకంగా అవగాహన కలిగిస్తానని చెప్పారు.

ఒక్కరోజులో 63మంది ఉగ్రవాదులు హతం

కాబూల్: అఫ్గానిస్తాన్ భద్రతా బలగాలు ఉగ్రవాదుల ఏరివేతపై దృష్టిసారించాయి. దీంతో కేవలం 24 గంటల వ్యవధిలో 63 మంది ఉగ్రవాదులను హతం చేసినట్లు అఫ్గాన్ అధికారులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఐసిస్‌కు చెందిన 14 మంది ఉగ్రవాదులు ఉన్నట్లుగా భద్రతా విభాగం భావిస్తోంది.

ఫరా, కాందహార్, పాక్తియా, ఉరుజ్గన్, నంగర్‌హార్ ప్రావిన్సులలో తమ భద్రతా సిబ్బంది ఆపరేషన్ చేపట్టారని అఫ్గాన్ రక్షణ మంత్రిత్వ శాఖ ఓ ప్రకటనలో పేర్కొంది. ఉగ్రవాదులను మట్టుపెట్టిన తమ సిబ్బంది వారి వద్ద నుంచి భారీగా పేలుడు పదార్థాలు, ఆయుధాలను స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు ఆ శాఖ అధికార ప్రతినిధులలో ఒకరైన మహ్మద్ రద్మానిష్ వెల్లడించారు. భద్రతా బలగాల ఆపరేషన్‌పై ఏ ఉగ్రసంస్థ కూడా స్పందించలేదని ఆయన వివరించారు.

విశ్వ.. విశ్వ అంటూ మరోసారి తడబడ్డ రాహుల్ గాంధీ

బెంగళూరు: కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు రాహుల్ గాంధీ మరోసారి తడబడ్డారు. గత పర్యటనలో బసవణ్ణ వచనాలు పలికే సమయంలో నవ్వులపాలైన రీతిలో చామరాజనగర్‌లో ఎం.విశ్వేశ్వరయ్య పేరు చెప్పే విషయంలో విశ్వవిశ్వవిశ్వరయ్య అని తికమకపడ్డారు. కర్ణాటక ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా శనివారం చామరాజనగర్లో ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో సీఎం సిద్ధరామయ్యతో కలిసి రాహుల్ గాంధీ పాల్గొన్నారు. ఈ సభలో రాహుల్ గాంధీ ప్రసంగిస్తూ టిప్పుసుల్తాన్ పేరును ప్రస్తావించారు. టిప్పు సుల్తాన్ జీ కృష్ణ కృష్ణ ఒడియాజీ, విశ్వవిశ్వవిశ్వరయ్యా, కువెంపు జీ అంటూ తడబడ్డారు. చివరకు కొన్నిపేర్లు పలకడం సాధ్యంకాక ఆయనకు ఆయననే నవ్వుకున్నారు. దీంతో సభలోనూ నవ్వులు పూశాయి.

మార్చి 28 నుండి 31 వరకు

వైజాగ్ యాచింగ్ ఫెస్టివల్

విశాఖపట్నం : ఇండియాలోనే మొట్టమొదటిసారిగా మార్చి 28 నుండి 31 వరకు నాలుగు రోజులపాటు నిర్వహించనున్న వైజాగ్ యాచింగ్ ఫెస్టివల్‌ను మంత్రి వర్యులు గంటాశ్రీనివాసరావు తన నివాసంలో పర్యాటక శాఖ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ శ్రీనివాసన్‌తో సమావేశం జరిపారు. టూరిజం శాఖ వారు గతంలో సౌండ్ అండ్ సౌండ్, బెలూన్ ఫెస్టివల్, దసరావళి, విశాఖ ఉత్సవ్, కైట్ ఫెస్టివల్ మొదలగునవి జరిపి విశాఖపట్నంలో ఉన్న అందాలను అంతర్జాతీయంగా పర్యాటకులను ఆకర్షించే విధంగా చెయ్యడంల ఈ కార్యక్రమం ఉపయోగపడుచున్నవి.

ఈ యాచింగ్ ఫెస్టివల్‌కు బడ్జెట్ రూ. 3 కోట్లు కేటాయించినట్లు, తొమ్మిది షిప్‌లు వస్తున్నాయని వాటిలో ఐదు గోవానుండి, రెండు చెన్నై నుండి రెండు థాయిలాండ్ నుండి వస్తున్నాయని మొత్తం 9 వాటిలో 120 సీట్ల సామర్థ్యం ఉంటుంది.

28వ తేదీన రుషికొండ (ఐఎన్ఎస్ విరాట్ వద్ద), 29వ తేదీన యారాడ, 30వ తేదీన ఆర్‌కె బీచ్ నుండి సైటసీయింగ్, 31వ తేదీన భీమిలి అక్కడ మత్స్యకారులకు పోటీలు ఉంటాయి. అదే విధంగా ప్రతిరోజు మ్యూజిక్ కార్యక్రమాలు ఉంటాయి.

ఈ కార్యక్రమంలో 29వ తేదీన ముఖ్యమంత్రి నారాచంద్రబాబు నాయుడు పాల్గొంటారని టూరిజం అధికారులు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమం చాలా జాగ్రత్తగా, ఎటువంటి ఇబ్బందులు కలుగకుండా దీని యొక్క ఉద్దేశ్యం నెరవేరే విధంగా ఈ ఉత్సవాన్ని నిర్వహించి స్మార్ట్‌సిటీ, సిటీ ఆఫ్ డెస్టీ గా పేరొందిన విశాఖకు వన్నె తేవాలని మంత్రి వర్యులు గంటాశ్రీనివాసరావు తెలియజేశారు.

విట్ కాలేజ్‌లో క్యాంపస్ డ్రైవ్

భీమునిపట్నం : విద్యార్థుల భవిష్యత్ రీత్యా ఉపాధి అవకాశాలు పెంపొందించడానికి కృషి చేస్తున్నట్లు విట్ కాలేజ్ డైరెక్టర్ ఎన్.గోపీనాథ్ రెడ్డి తెలిపారు. మండలంలోని దాకమర్రి లోని విట్ కాలేజ్ లో ఫైనల్ ఇయర్ ట్రిపుల్ ఇ (ఎలక్ట్రికల్) మెకానికల్ ఇంజనీరింగ్, పాలిటెక్నిక్ విద్యార్థులకు క్యాంపస్ డ్రైవ్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థుల భవిష్యత్ మాకు ముఖ్యమనీ వారికోసం ఇలాంటి క్యాంపస్ డ్రైవ్ లు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. అందువలన చెన్నైకు చెందిన రాజ్ శ్రీయ ఆటోమోటివ్ ఇండస్ట్రీ ప్రై లిమిటెడ్ వారు విద్యార్థులకు మౌఖిక పరీక్షలు నిర్వహించి మెకానికల్ నుంచి17, ఎలక్ట్రికల్ నుంచి 8మందిని ఎంపిక చేసినట్లు చెప్పారు.

అదే విధంగా పాలిటెక్నిక్ నుంచి 25 మందిని ఎంపిక చేసినట్లు చెప్పారు. కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ బి.పూర్ణసత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు కోర్ సబ్జెక్ట్‌తో పాటు కమ్యూషన్ స్కిల్‌పై పట్టుపెంచడానికి విద్యార్థులకు ప్రత్యేక తరగతులు నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపికయిన విద్యార్థులను కళాశాల చైర్మన్ గేదెల శివశంకర్రావు, సెక్రటరీ ఎన్.లక్ష్మణరావు, డైరెక్టర్, కళాశాల ప్రిన్సిపాల్, డీన్.డి. వర్రపసాదరావు, పాలిటెక్నిక్ ప్రిన్సిపాల్ జి.వి.ప్రదీప్ వర్మ, ప్లేస్ మెంట్ అధికారి సత్యనారాయణలు అభినందించారు. ఇంకా ఈ కార్యక్రమంలో కంపెనీ ప్రతినిధి, సీనియర్ హెచ్. ఆర్ పి.ప్లెక్స్, విభాగ అధిపతులు, అధ్యాపకులు, అధ్యాకేతర సిబ్బంది, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా శ్రీరామనవమి వేడుకలు

భీమునిపట్నం : స్థానిక అభయ ఆంజనేయ స్వామి ఆలయంలో, గొల్లవీది రామాలయం, షిర్డీసాయి దేవాలయంలో సీతారాములు కళ్యాణం ఘనంగా జరిగాయి. గొల్లవీదిలో రామాలయంలో సురేష్ కుమార్, దంపతులు, ఆదిత్యా దంపతులు, అలాగే సాయిబాబా మందిరంలో ముత్యాలరావు దంపతులు, రేలంగి.పెదబాబు దంపతులు సీతారామ కళ్యాణంలో పాల్గొన్నారు. సాయిబాబా దేవాలయంలో షిర్డి సాయిబాబా పుట్టిన రోజు సందర్భంగా అన్న సంతర్పణ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. సాయంత్రం బాబా గారిని పల్లకిలోబాబా గుడి దగ్గర నుండి పాత బస్సు స్టాండ్, చిన్న బజార్ మీదుగా ఊరేగించారు. అనంతరం బాబా గారికి చందనోత్సవం పురోహితులు అంపోలు శేషగిరి శర్మ, బాస్కరరావులు నిర్వహించారు. ఇందులో షిరిడి సాయి దేవాలయం సభ్యులు ప్రగడ చంటి, సన్నిబాబు దివాకర్, దారపు శ్రీను, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీసీతారామ కల్యాణ మహోత్సవములు

విశాఖపట్నం : శ్రీకనకమహాలక్ష్మీ అమ్మవారి దేవస్థాన దత్తత దేవాలయం అయిన జగదాంబ వద్ద గల అంబీకాబాగ్ సీతారామచంద్రస్వామి దేవస్థానంలో శ్రీసీతారామచంద్రస్వామి కళ్యాణ మహోత్సవంలో భాగంగా ఆదివారం ఉదయం అభిషేకం, స్వామివారి కళ్యాణం వేదపండితులు సిహెచ్.ఎల్,ఎన్ అవధానులు మరియు అర్చకులు పివిబిఎస్ అచార్యుల ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా జరిగింది. ఈ కళ్యాణంకు దేవదాయ ధర్మదాయ శాఖ కమీషనర్ శ్రీమతి వైవి అనురాధ, విశాఖ దక్షిణ నియోజకవర్గం శాసన సభ్యులు వాసుపల్లి గణేశ్‌కుమార్ దంపతులు ముఖ్య అతిధిగా విచ్చేసారు. స్వామి వార్ని దర్శించుకున్న వారిలో విద్యాశాఖామాత్యులు గంటా శ్రీనివాసరావు, విశాఖపోర్టు చైర్మన్ కృష్ణబాబు, ఎంఎల్‌సి ఎం.వి.ఎస్. మూర్తి పాల్గొన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో ఉపలెక్టర్ మరియు కార్యనిర్వాహణాధికారి శ్రీమతి ఎస్‌జె. మాధవి దంపతులు మరియు ఆలయ ధర్మకర్తలు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఆంధ్రప్రదేశ్ కు ప్రత్యేక హోదా ఇవ్వాలని నిరాహారదీక్ష

భీమునిపట్నం : ఆంధ్రప్రదేశ్ కు ప్రత్యేక హోదా ఇవ్వాలని భీమిలి క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద అఖిలపక్ష నాయకులు ఒకరోజు నిరాహారదీక్ష నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొని సంఘీభావం తెలిపిన భీమునిపట్నం వైకాపా సమన్వయకర్త అక్కరమాని. విజయనిర్మల మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంను విడదీసి మనకు అన్యాయం చేసారని తెలిపారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ కు ప్రత్యేక హోదా రావడం వలన. చాలా లాభాలు ఉన్నాయని అన్నారు. మన మందరం కలిసి కట్టుగా పనిచేస్తే ఏదైనా సాధించగలమని చెప్పారు. రాష్ట్ర విభజన జరిగి 4 ఏళ్ళు అయి పోయిను అధికార పార్టీ ఇంతవరకు ప్రత్యేక హోదా సాధించకపోవడం చాలా బాధా కరమని ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు. సి.పి.ఐ. నగర కార్యదర్శి మరుపల్లి పైడిరాజు మాట్లాడుతూ ఆంధ్రప్రదేశ్ కు ప్రత్యేక హోదా ఇవ్వకుండా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఎందుకు తాత్సారం చేస్తుందని అన్నారు. ప్రత్యేక హోదా వస్తే పరిశ్రమలు వస్తాయని, ఉపాధి అవకాశాలు పెరుగుతాయని చెప్పారు. ఇంకా ఈ ధర్నా లో ఆంధ్రచైతన్యపార్టీ నుండి కంటుభుక్త రామానాయుడు, కె.సునీత, కె.శ్రీనివాస్,కె లావణ్య, వైకాపా నుండి అక్కరమాని వెంకటరావు, ఉప్పాడ నాగేశ్వరరావు, జీరువెంకటరెడ్డి, హరి కిరణ్ రెడ్డి, వాసుపల్లి. ఎల్లాజీ, వాసుపల్లి. కొండ బాబు అల్లిపిల్లి నరసింగరావు, గుండాసు. మధు నాయుడు, వై.కా.పా విద్యార్థి విభాగం రాష్ట్ర కార్యదర్శి రాంభుక్త ప్రభాకర్ నాయుడు, గరికిన. వెంకట్, సిపిఐ నుంచి అల్లు.బాబూ రావు, నాగోతి అప్పలరాజు, సరగడ ఈశ్వర్రావు, సి.పి.ఎం., రవ్వనర్సింగరావు, భాగంలక్ష్మి , ఎస్. అప్పల నాయుడు, సిపిఐనుంచి అల్లు బాబూరావు, డి.కృష్ణ, సోమరాజు, ఈశ్వర్రావు, జనసేన నుంచి వాసుపిల్లి. తేజ , సతీష్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చోడమాంబిక పుట్టుక మహోత్సవం

అచ్యుతాపురం: మండలంలో చోడపల్లి గ్రామ ఇలవేల్పు అయిన చోడమాంబిక అమ్మవారి పుట్టుక మహోత్సవం ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆలయ ఉత్తవ కమిటీ తెలిపింది. ఈ సందర్భంగా గుర్రం పందాలు, మ్యూజికల్ నైట్, తప్పిట గుళ్ళ పోటీలు, బానా సంచా పోటీలు, డ్యాన్స్ హంగామా, బాల నాగమ్మ నాటకం, రికార్డింగ్ డ్యాన్స్‌లు, పలు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేసామ న్నారు. కాగా ఏడూర్ల పండగైన చోడమాంబ పుట్టుక మహోత్సవానికి జిల్లా నలుమూలల నుండి బారీ ఎత్తున భక్తులు తరలివచ్చి అమ్మవారిని దర్శించు కుంటారు. కన్నులు మిరుమిట్లు గొలిపే విదంగా విద్యుత్ దీపలం కరణలతో పాటు బారీ ఎత్తున బానా సంచా కాల్చడం జరుగు తుందని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఎలాంటి అవాం చనీయ సంఘటనలు జరగకుండా గట్టి పోలీసు బందోబస్తు చేసారు.

అంగరంగ వైభవంగా శ్రీరాముని కళ్యాణం

పరవాడ: మండల కేంద్రమైన పరవాడలో శ్రీరామునికళ్యాణంఅదివారము అంగరంగ వైభవంగా జరిగింది. ఈకళ్యాణంలో పరవాడ సర్పంచ్ చుక్క రామునాయుడు , ఎంపిటిన సభ్యులు సిరపురపు అప్పలనాయుడు, పైలపోతి నాయుడు(పెద్దింటి), చుక్క రవికుమార్ దంపతలు, సిరపురపు అప్పలనాయుడు దంపతులు, గండి సురేష్ దంపతులు పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. వేకువజాము నుండే పరవాడ రామాలయం భక్తులుతో కిక్కరించుకు పోయింది. అనంతరము మద్యహ్నం బారీ అన్నసమారాదను ఏర్పాటు చేసారు. ఈ అన్నసమారాదనకు బారీ స్పందన లబించింది. పరవాడనలుమూలలునుంచి పరవాడ గ్రామస్తులు ఈ అన్నసమారాదనలో పోల్గొని స్వామి వారి ప్రసాదాన్ని స్వీకరించారు. సాయంత్రము నాలుగు గంటలు నుండి రామునివారిని గ్రామ పురివీదిల్లో చిటికెలు భజనలుతో, కోలాటాలుతో, పలుసంస్కృతి కార్యక్రమాలుతో మరియు బారీ మందు గుండుతో ఉరేగింపు జరిపారు. చిటికెలు భజనలు, కోలాటములు ప్రజలును ఎంతగానో అకట్టుకున్నాయి. ఈ కార్యక్రమంలో పోతల అప్పల నాయుడు, పైల రామచంద్రరావు, రెడ్డి శ్రీనువాసురావు, పైలహరేష్ మరియు అదిక సంఖ్యలో మహిళలు, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

చదువు కొంచెం... సాధన ఘనం

దేశానికే తలమానకికం స్కూల్ ఆఫ్ వండర్ కిడ్స్ విద్యా విధానం

విశాఖపట్నం : జ్ఞాన సముపార్జన ఏ ఒక్కరి సొత్తుకాదు, అది ప్రాథమిక హక్కు కావాలి, అప్పుడే దేశం అభివృద్ధి పథంలో దూసుకెళ్తుందని వీఎస్ఈజెడ్ కమిషనర్ డాక్టర్ త్రినాథ్ కుమార్ అభిప్రాయం వ్యక్తంచేశారు. స్కూలాఫ్ వండర్ కిడ్స్ ఓ సరస్వతీ నిలయంగా గోచరిస్తోంది. ఇక్కడ విద్యావిధానం దేశానికే తలమానికంగా నిలుస్తుందని ఆయన కితాబునిచ్చారు. స్కూలాఫ్ వండర్ కిడ్స్‌పేరుకు తగ్గట్టుగానే అద్భుతాలను సృష్టిస్తోంది. చదివే తరగతి చిన్నదైనా వీరు అభ్యాసం విభిన్నంగా ఉంటుంది. ముందు అక్షరాల్ని గుర్తుపట్టడం తరువాత అక్షరాల్ని కలిపి పదాలుగా చదవడం నేర్పిస్తారు. అంగ్ల పత్రికలు తడుంకోకుడా చదివేస్తారు. తరువాత రాయడం నేర్పిస్తారు. రెండేళ్లలోనే అభ్యాసంతో రాత కూడా నేర్చుకుంటారు. ఒకటో తరగతి నాటికి ఉపాధ్యాయులు చెబుతుంటే నేరుగా నోట్సు రాసేసుకోగల్గుతారు. మూడో తరగతి లో పుస్తక నుండి ఏ అంశాన్ని ఇచ్చిన అక్షర దోషం లేకుండా రాసేస్తారు. అంతేకాకుండా ఎవ్వరి పుస్తకం తెరిచినా దస్తూరి ఆణిముత్యాలాగా ఉంటుంది. రెండవ తరగతినుండి హిందీ, అంగ్లం ఔపోశన పట్టి ఏ అంశాన్ని అయినా హిందీలో ఉత్తర భారతదేశం పిల్లకు ఏమాత్రం తీసిపోకుండా రాసేస్తారు. మూడో తరగతి వచ్చాక తెలుగు రాయడం నేర్పిస్తారు. గణితంలో ఈ అంశం ఇచ్చినా కాగితం, కలం అవసరం లేకుండా మూడునాలుగా మార్కుల ప్రశ్నకు సెకన్లలో జవాబు చెప్పేస్తారు. ఐదో తరగతి పిల్లలైతే ప్రపంచంలో ఏ అంశాన్నిచ్చినా టీచర్ వివరించిన కొద్ది నిమిషాలలోనే అద్భుతంగా వ్యాసం రాస్తారు. ఇక పై తరగతుల పిల్లలు సైన్స్ ప్రయోగాలు, పవర్‌పాయింట్ ప్రజెంటేషన్లు అలవోకగా చేస్తారు. ఈ తరహా చదువులు దేశానికి చాలా అవసరమని ప్రముఖులు, మేధావులు అభిప్రాయ పడుతున్నారు.

అనకాపల్లిలో సీతారామ కల్యాణంలో పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహిస్తున్న టిడిపి అర్బన్ ఉపాధ్యాక్షుడు మల్లా సురేంద్ర

ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే

ఆన్-బోర్డు హౌస్‌కీపింగ్ సర్వీసులు

ప్రకటన సంఖ్య: eT-SrDME-WAT-53-2018

పని పేరు: విశాఖపట్నం కోచింగ్ డిపో వద్ద విశాఖపట్నం ఆధారిత ప్రైమరి రైళ్ళు (ఫేజ్-I) కొరకు ఆన్-బోర్డు హౌస్ కీపింగ్ సర్వీసులు 01 సంవత్సరం కాలం పాటు ఏర్పాటు చేయుట.

సుమారు పని విలువ: ₹ 2,57,24,472/-, బయాన: ₹ 2,78,630/-, టెండరు డాక్యుమెంట్ ఖరీదు: ₹11,800/-, పని పూర్తి చేయు కాలం: 12 (పన్నెండు) నెలలు.

టెండరు ముగింపు తేదీ మరియు సమయం: 25.04.2018న 1500 గంటలకు.

ఇందుకు సంబంధించి మాన్యువల్ ఆఫర్లు ఇ-టెండర్లకు సంబంధించి పోస్టు / కొరియర్ / ఫ్యాక్స్ లేదా స్వయంగా తమ సంస్థ లెటర్ హెడ్స్ పైన, సకాలంలో అందునట్లు పంపినప్పటికీ అంగీకరించబడవు. అట్టి అన్ని మాన్యువల్ ఆఫర్లు చెల్లుబాటు కానివిగా పరిగణించవడతాయి మరియు ఎలాంటి పరిశీలన లేకుండానే తిరస్కరించబడతాయి.

సూచన: విశ్వసనీయ టెండరుదారులు ఈ టెండరుకు సంబంధించి ఏదైన మార్పులు / సవరణలు కోసం టెండరు ముగింపు తేదీకి 10 (పది) రోజులు ముందుగా ఈ టెండరును మరొకసారి చూడవలసినదిగా సలహానీయటమైనది.

పై ఇ-టెండరుకు సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం ఇ-టెండరు డాక్యుమెంట్లతో పాటు http://www.ireps.gov.in వెబ్‌సైట్ నందు లభిస్తాయి.

సీనియర్ కోచింగ్ డిపో ఆఫీసర్/ విశాఖపట్నం

PR-804/I/17-18

విజయభాను సంపాదకీయం

వినియోగదారుల చిట్టా

తాజా సాంకేతిక పరిజ్ఞానం మూలంగా ఒక వ్యక్తి ఇష్టాయిష్టాలు, ప్రయోజనాలు, స్థితిగతులు మొదలైనవన్నీ వారికితెలువకుండానే, ఇతరుల చేతికి చేరే ప్రమాదం ఏర్పడ్డది. ఈ వివరాల ఆధారంగా వారిని ఏ విధంగా ఆకర్షించాలో వ్యాపార సంస్థలు ఎత్తుగడలను రూపొందించుకోవచ్చు. వినియోగదారులు తాము ఒక వ్యాపార వ్యూహంలో భాగంగా ప్రభావితం అవుతున్నామనేది గ్రహించలేరు. ఇది నైతికంగా సమర్థనీయం కాదు. అయితే వినియోగదారుల చిట్టాను సేకరించడం ద్వారా ప్రభుత్వాలు వ్యక్తుల హక్కులను హరించవచ్చుననీ, ప్రత్యర్థులను ఇబ్బంది పెట్టవచ్చునని ఎంతోకాలంగా ఆందోళన వ్యక్తమవుతున్నది. ఇది వ్యాపార సంస్థలు ఉపయోగించుకోవడం కన్నా ప్రమాదకరమైనది. భారతీయుల వ్యక్తిగత వివరాలను దొంగిలించినట్టయితే సహించబోమంటూ కేంద్ర ఐటీ, న్యాయశాఖ మంత్రి రవిశంకర్ ప్రసాద్ సోషల్ మీడియా సైట్ ఫేస్‌బుక్ స్థాపకుడిని హెచ్చరించడం సందర్భోచితంగా ఉన్నది. ప్రభుత్వం భావవ్యక్తీకరణ స్వేచ్ఛను గుర్తిస్తున్నదని, సోషల్ మీడి యా వేదికపై స్వేచ్ఛగా అభిప్రాయాలు పంచుకోవాలనేదే తమ అభిమతమని అయితే అవాంఛనీయ విధానాల ద్వారా ఎన్నికల ప్రక్రియను ప్రభావితం చేయ ప్రయత్నిస్తే సహించబోమని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అమెరికాలో, బ్రిటన్‌లో ప్రజాభిప్రాయాన్ని ప్రభావితం చేయడానికి సోషల్ మీడియా ఉపయోగపడిన తీరు ప్రజాస్వామ్య ప్రియులు ఉలిక్కిపడేలా చేసింది. 2016 అమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికల్లోనూ, ఇదేవిధంగా బ్రిటన్‌లో బ్రెగ్జిట్‌పై ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ జరిగినప్పుడు కేంబ్రిడ్జి అనలిటికా అనే సంస్థ ప్రజాభిప్రాయాన్ని ప్రభావితం చేయడానికి సోషల్ మీడియాను ఉపయోగించుకున్నదనే ఆరోపణలు దుమారం రేపుతున్నాయి. దీంతో అమెరికాలోనూ, బ్రిటన్‌లోనూ ఈ సంస్థపై దర్యాప్తు సాగుతున్నది. ఈలోగా భారత్‌తోపాటు దక్షిణాసియా దేశాలలోనూ ఈ కేంబ్రిడ్జి అనలిటికా చాప కింద నీరులా ప్రవేశిస్తున్నదనే వార్తలు ప్రకంపనలు సృష్టిస్తున్నాయి. మన దేశంలో 2019 ఎన్నికలలో సహకరిస్తామంటూ ఈ సంస్థ కాంగ్రెస్, బీజేపీ పార్టీల నాయకత్వాలతో చర్చలు జరుపుతున్నదని తాజా వార్తలను బట్టి తెలుస్తున్నది. అయితే దేశంలోని రాజకీయపక్షాలు కూడబలుక్కుని ఇటువంటి అనారోగ్యకర పోకడలను అడ్డుకునే విధానాన్ని చర్చించాలె. కానీ బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించవలసిన బీజేపీ, కాంగ్రెస్ పరస్పరం బురద జల్లుకుంటున్నాయి. కేంబ్రిడ్జి అనలిటికాతో సంబంధాలు ఉన్నది మీకంటే మీకని విమర్శించుకుంటున్నాయి. కేంబ్రిడ్జి అనలిటికా సంస్థ ఫేస్‌బుక్ ఆధారంగా వినియోగదారుల వ్యక్తిగత వివరాలను సేకరించి తమతో ఒప్పందం కుదుర్చుకున్న నాయకులకు మద్దతుగా ప్రచారం చేయడానికి ఉపయోగించుకున్నది. ఒక పరిశోధకుడు తన పరిశోధన కోసమనే కారణం చూపి ఈ వివరాలను సేకరించాడు. అంతిమంగా ఈ వివరాలు కేం బ్రిడ్జి అనలిటికా సంస్థతో ఒప్పందం కుదుర్చుకున్న నాయకుల కోసం ఉపయోగపడ్డాయి. ఈ వినియోగదారుల చిట్టా (డేటా) చౌర్యం సాగుతున్నదని తెలిసీ ఫేస్‌బుక్ సంస్థ చూడనట్టు వ్యవహరించింది. వ్యక్తిగత వివరాలను పెద్ద ఎత్తున సేకరించడం ద్వారా తాము రాజకీయాలను ప్రభావితం చేశామని కేంబ్రిడ్జి అనలిటికా సంస్థ సీఈవోగా పనిచేసిన వ్యక్తే స్వయంగా వెల్లడించడం గమనార్హం. ఎన్నికలను ప్రభావి తం చేయడానికి కేంబ్రిడ్జి అనలిటికా అనుసరించిన విధానాలు దిగ్భ్రాంతికరంగా ఉన్నాయి. వ్యక్తిగత వివరాలను సేకరించడమే కాకుండా, ఆ విషయం పొక్కకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకున్నారు. ప్రత్యర్థుల ప్రతిష్ఠను దెబ్బతీయడానికి యువతులను ఎరగా వేశారు. దాదాపు ఐదు కోట్లమంది వివరాలను సేకరించారు. నలభైకి పైగా రాజకీయ పోటీలలో ఈ సంస్థ తలదూర్చిందనేది ఆ సంస్థ సీఈవోగా ఇటీవలి వరకు పనిచేసిన నిక్స్ స్వయంగా వెల్లడించాడు. ఈ నేపథ్యంలో వ్యక్తిగత వివరాల పరిరక్షణకు చర్యలు తీసుకోవాలనే భావన బలపడుతున్నది. అయితే దీని ని అరికట్టడం కూడా అంత సులభం కాదు. తాజా సాంకేతిక పరిజ్ఞానం మూలంగా ఒక వ్యక్తి ఇష్టాయిష్టాలు, ప్రయోజనాలు, స్థితిగతులు మొదలైనవన్నీ వారికి తెలువకుండానే, ఇతరుల చేతికి చేరే ప్రమాదం ఏర్పడ్డది. ఈ వివరాల ఆధారంగా వారిని ఏ విధంగా ఆకర్షించాలో వ్యాపార సంస్థలు ఎత్తుగడలను రూపొందించుకోవచ్చు. వినియోగదారులు తాము ఒక వ్యాపార వ్యూహంలో భాగంగా ప్రభావితం అవుతున్నామనేది గ్రహించలేరు. ఇది నైతికంగా సమర్థనీయం కాదు. అయితే వినియోగదారుల చిట్టాను సేకరించడం ద్వారా ప్రభుత్వాలు వ్యక్తుల హక్కులను హరించవచ్చుననీ, ప్రత్యర్థులను ఇబ్బంది పెట్టవచ్చునని ఎంతోకాలంగా ఆందోళన వ్యక్తమవుతున్నది. ఇది వ్యాపార సంస్థలు ఉపయోగించుకోవడం కన్నా ప్రమాదకరమైనది. అయితే ఈ వ్యక్తుల చిట్టాను రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం వాడుకోవచ్చునని భావిస్తున్నారు.

కాంగ్రెస్‌కు మద్దతు... బీజేపీకి గుణపాఠం...

సీపీఎం

న్యూఢిల్లీ : బీజేపీని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఓడించేందుకు గట్టిగా కృషి చేస్తామని సీపీఎం పేర్కొంది. ఉత్తర ప్రదేశ్ ఉప ఎన్నికల ఫలితాలు తమకు మంచి పాఠం నేర్పినట్లు తెలిపింది. బీజేపీని కాంగ్రెస్ ఓడించగలిగే అవకాశం ఎక్కడ ఉంటే అక్కడ తాము కాంగ్రెస్‌కు మద్దతు ఇస్తామని సీపీఎం మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రకాశ్ కారత్ తెలిపారు.

సీపీఎం పత్రిక పీపుల్స్ డెమొక్రసీలో ప్రకాశ్ కారత్ ఉత్తర ప్రదేశ్ శకునాలు శీర్షికతో సంపాదకీయం రాశారు. బీజేపీని ఓడించేందుకు ఎన్నికల వ్యూహాలకు సంబంధించి ముఖ్యమైన పాఠాలను ఉత్తర ప్రదేశ్ ఉప ఎన్నికలు తమకు అందించాయని పేర్కొన్నారు. బీజేపీయేతర పార్టీల్లో ప్రధానమైనవి ఏకమైతే, చిన్న పార్టీలు, శక్తులు మద్దతు ప్రకటిస్తాయని పేర్కొన్నారు.

బీజేపీని ఓడించడానికి కాంగ్రెస్‌తో పొత్తు పెట్టుకోవాలని సీపీఎం ప్రధాన కార్యదర్శి సీతారాం ఏచూరి వాదించిన సంగతి తెలిసిందే. ఆయన వాదనను కేరళ సీఎం పినరయి విజయన్, తదితర సీపీఎం నేతలతో కలిసి ప్రకాశ్ కారత్ గతంలో వ్యతిరేకించారు. కొద్ది నెలల క్రితం విడుదలైన సీపీఎం ముసాయిదా రాజకీయ తీర్మానంలో కాంగ్రెస్‌తో ఎన్నికల పొత్తు, అవగాహనను తోసిపుచ్చారు. ప్రస్తుతం ఈ వైఖరిని పక్కనబెట్టినట్లు కనిపిస్తోంది. ప్రతిపక్షాల ఓట్లు చీలిపోతే, దానివల్ల బీజేపీ లాభపడుతుందనే విషయాన్ని అంగీకరించినట్లు కనిపిస్తోంది. ప్రకాశ్ కారత్ రాసిన సంపాదకీయాన్ని పరిశీలించినపుడు పశ్చిమ బెంగాల్, త్రిపుర రాష్ట్రాల్లో బీజేపీయేతర శక్తులు కలిసే అవకాశాలకు బాటలు పడుతున్నట్లు భావించవచ్చు. మరోవైపు తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి చంద్రశేఖర రావు ప్రతిపాదిస్తున్న బీజేపీయేతర, కాంగ్రెసేతర పార్టీలతో ఫెడరల్ ఫ్రంట్ విజయం సాధించకపోవచ్చునని ప్రకాశ్ కారత్ పేర్కొన్నారు. డీఎంకే, ఆర్జేడీ ఆయా రాష్ట్రాల్లో కాంగ్రెస్‌తో కలిసి ప్రయాణిస్తున్నాయని గుర్తు చేశారు. ప్రాంతీయ పార్టీల మధ్య సిద్ధాంతాలు, ప్రాంతీయ ప్రయోజనాల విషయంలో ఉన్న వైరుధ్యాలు ఆ పార్టీలు ఏకతాటిపైకి రావడానికి నిరోధకంగా మారుతాయని జోస్యం చెప్పారు. దీనినిబట్టి థర్డ్ ఫ్రంట్ పట్ల సీపీఎం ఆసక్తి కనబరచడం లేదని స్పష్టమవుతోంది.

కప్పు టీ ధరతో షాకైన చిదంబరం

ట్విటర్‌లో వెల్లడించిన కేంద్ర మాజీ ఆర్థిక మంత్రి

చెన్నై : కప్పు టీ ధర రూ.135. కాఫీ ధర రూ.180. ఈ ధర చూసి కేంద్ర మాజీ ఆర్థిక శాఖ మంత్రి పి.చిదంబరం కూడా బెంబేలెత్తిపోయారు. ఈ విషయాన్ని ఆయన ట్విటర్ ద్వారా వెల్లడించారు. ఆదివారం ఉదయం చిదంబరం చెన్నై ఎయిర్‌పోర్ట్‌కు చేరుకున్నారు. ఫ్లైట్‌కు ఇంకా సమయం ఉండడంతో వీఐపీ క్యాబిన్‌లో కూర్చున్నారు.

ఈ నేపథ్యంలో తన గార్డుని టీ తీసుకురావాల్సిందిగా కోరారు. అతను టీ తెచ్చాక దాన్ని చూసి షాకవడం చిదంబరం వంతైంది. ఎందుకంటే అందులో పాలతో చేసిన టీ కాకుండా టీ బ్యాగ్ ముంచిన టీ ఉంది. ఈ విషయాన్ని చిదంబరం ట్విటర్ ద్వారా వెల్లడిస్తూ.. చెన్నై ఎయిర్‌పోర్ట్‌లోని కాఫీ హోటల్‌లో టీ ఆర్డర్ చేశాను. చిన్న కప్పులో వేడి నీళ్లు పోసి ఓ టీ బ్యాగ్ వేసి ఇచ్చారు. దాని ధర రూ.135. ఆ తర్వాత కాఫీ ఎంత అని అడిగాను. రూ.180 అని చెప్పారు. ఇంత ధర ఉంటే ఎవరు కొంటారు అని అడిగాను. అతను చాలా మంది కొంటారు అని చెప్పడంతో షాకయ్యాను. వెంటనే ఆ టీ వద్దని చెప్పి వచ్చేశాను. నేను చేసింది తప్పా? కరెక్టా? అని పేర్కొన్నారు చిదంబరం.

ఘనంగా ఆకాశ్ అంబానీ-శ్లోకా నిశ్చితార్థ వేడుక

స్విట్జర్లాండ్‌లో వివాహం?

గోవా: రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్ అధినేత ముఖేశ్ అంబానీ కుమారుడు ఆకాశ్ అంబానీ-శ్లోకా మెహతా నిశ్చితార్థ వేడుక ఘనంగా జరిగింది. స్నేహితులు, సన్నిహితుల ఆధ్వర్యంలో మార్చి 24న గోవాలో ఈ వేడుకను నిర్వహించారు.

ఈ వేడుకలో అంబానీ తనకు కాబోయే కోడలికి స్వీట్ తినిపిస్తున్న ఫొటోలు సోషల్‌మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. శ్లోకా..ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద వజ్రాల కంపెనీ అయిన రోజీ బ్లూ డైమండ్స్ సంస్థ అధినేత రసెల్ మెహతా కుమార్తె. ఆకాశ్-శ్లోకా వివాహం చేసుకోబోతున్నట్లు చాలా కాలంగా వార్తలు వెలువడుతున్న సంగతి తెలిసిందే.

అయితే ఈ విషయమై అంబానీ కుటుంబీకులు స్పందించలేదు. శ్లోకా, ఆకాశ్.. ధీరూభాయ్ అంబానీ పాఠశాలలో కలిసే చదువుకున్నారు.

అలా ఇద్దరి మధ్య చిన్నప్పటి నుంచి స్నేహం ఏర్పడింది. డిసెంబర్‌లో స్విట్జర్లాండ్‌లో ఘనంగా వివాహ వేడుక జరగనున్నట్లు విశ్వసనీయ వర్గాల సమాచారం.

చిన్నారితో మైదానంలో ధోనీ ఆటలు

చెన్నై :ఐపీఎల్ 11వ సీజన్ ప్రారంభానికి సమయం దగ్గరపడుతుండటంతో ఆయా జట్ల ఆటగాళ్లు ప్రాక్టీస్ సెషన్లతో బిజీగా గడుపుతున్నారు. రెండేళ్ల సస్పెన్షన్ అనంతరం ఐపీఎల్‌లోకి తిరిగి అడుగుపెడుతున్న చెన్నై సూపర్‌కింగ్స్ జట్టుపైనే ఇప్పుడు అందరి దృష్టి ఉంది. ఎందుకంటే ఈ జట్టుకు టీమిండియా మాజీ కెప్టెన్ మహేంద్ర సింగ్ ధోనీ సారథ్యం వహిస్తున్నాడు. ధోనీని ఎల్లో జెర్సీలో తిరిగి ఎప్పుడెప్పుడు చూద్దామా.. అని అభిమానులు అతృతగా ఉన్నారు. ధోనీ కూడా గత వారమే జట్టులో చేరి నెట్‌లో ప్రాక్టీస్ మొదలెట్టాడు. సాధనలో బిజీగా ఉన్నప్పటికీ అభిమానుల కోసం సమయాన్ని కేటాయించే ధోనీ.. తాజాగా ఆటకు కాస్త విరామం ఇచ్చి ఓ చిన్నారితో ముచ్చటించాడు. మైదానానికి తల్లిదండ్రులతో కలిసి వచ్చిన ఓ బాలుడితో కాసేపు సరదాగా గడిపాడు. బాలుడు చేతితో తన చేతిపై కొడుతుండగా తప్పించుకోవడానికి ధోనీ యత్నించడం ఆకట్టుకుంటోంది.

సమయం

'పోలీస్ పార్టనర్'

పార్టనర్ - పార్టనర్
పోలీస్ పార్టనర్
నువ్వంటే! .. అదుర్
నువ్వంటే! .. బెదుర్
ఆ అదురు - ఆ బెదురులేకుంటే!
పెల్సి - పెచ్చి రేగిపోరా! జనుల్
ఆ అదును పెట్టుకొని
ఎదుటోడ్ని బురిడీ కొట్టావంటే;
నీ చేయి కల్పుతారు
నీదింతా! - నా దింతా అని
నిన్ను వాటా కల్పుతారు... ॥పార్టనర్॥
ఎంతటి సమస్యనైనా!
సూక్ష్మంగా దృక్పథ కోణాలతో
చిక్కుముడులు విప్పేటంతటి వాడివి,
ఆత్మ రక్షణకై మీ ప్రొటెక్షన్
కావాలంటారు - అలాంటిది
ఎవడు చూసినా - పోలీషోడ్ని నమ్మొద్దంటారు
ఎందుకనీ?!
సంబంధాలు పెట్టుకోవద్దంటాడు
ఎందుకనీ!?
ముందుకొంగి నమస్కరిస్తుంటారు
నీ కాళ్ల దగ్గర కొచ్చి
వెనుదిరిగి తిట్టి పోస్తుంటారు
ఎందుకనీ!?
ఏమిటో దుస్థితి? - ఏమిటీ దుర్గతి?... ॥పార్టనర్॥
మాటకాయడమంటేన్!.. ప్రాణం పోయినంత
పనేగదా!
మీలో ఒక్కడు వెధవ పనిచేస్తే;
తమ వ్యవస్థనే తప్పుపడుతుంటారు
నిబంధనలకు వ్యతిరేకముగా తిరిగే
వాహనాలను నిర్బంధించుట మంచిదే!
లాలూచీపడి...
ప్రభుత్వ ఆదాయాన్ని గండిపరుస్తుంటారు
ఇది జగమెరిగిన సత్యమే గదా!
ఆ, ప్రవర్తన - పాలించే ప్రభుత్వానికి
చుక్కెదురేగదా! పార్టనర్
ఆ, చుక్కెదురు - రే చుక్కగా మారకుండా
చూసే బాధ్యత మీదే గదా పార్టనర్... ॥పార్టనర్॥

... కవితా రచన
యల్.సిద్దూ
సెల్ నెం : 7702977293

పంచాంగం

మాసం : చైత్ర; తిథి: దశమి రా.తె. 2.49 పునర్వసు మ. 12.19 రా.వ. 7.46ల 9.16 | సోమవారం 26-03-2018

a మేషం : గృహంలో మార్పులు, చేర్పులు అనుకూలమైన కాలం. బంధువులను కలుసుకుంటారు. స్త్రీలకు షాపింగ్‌లోనూ, వాహనం నడుపుతున్నపుడు ఏకాగ్రత ముఖ్యం. రావలసిన ధనం వసూలు విష యంలో శ్రమాధిక్యత, ప్రయాస లెదుర్కొంటారు. నూతన పరిచయాలు, వాతావరణం సంతృప్తి నిస్తాయి. **b వృషభం** : బ్యాంకుల్లో మీ పనుల్లో స్వల్ప ఆటంకాలు ఎదుర్కో వలసి వస్తుంది. కుటుంబ కలహాలు, ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. రియల్ ఎస్టేట్ రంగాల వారికి నూతన వెంచర్లు కలిసివస్తాయి. ఇచ్చిపుచ్చుకునే వ్యవహారాలు, ఒప్పందాల్లో మెలకువ వహించండి. **C మిథునం** :స్త్రీలకు, గృహ వాతావరణం, సంతానం వైఖరి వల్ల చికాకులు తప్పవు. కళాకారులకు, క్రీడాకారులకు మంచి గుర్తింపు రాణింపు లభిస్తుంది. పలుకుబడి కలిగిన వ్యక్తుల పరిచయం వల్ల పనులు అనుకూలిస్తాయి. ద్విచక్ర వాహనంపై దూర ప్రయాణం మంచిది కాదు. **d కర్కాటకం** :విదేశీ వస్తువుల పట్ల ఆకర్షితులవుతారు. ప్రముఖు లను కలుసు కుంటారు. బంధువుల రాకతో గృహంలో సందడి నెలకొంటుంది. మీ సంతానం ఉన్నతి కోసం కొత్తకొత్త పథకాలు రూపొందిస్తారు. స్త్రీలలో ఒత్తిడి, హడావుడి అధికమవుతాయి. **e సింహం** : పోస్టల్, కొరియర్ రంగాల వారికి ఒత్తిడి, పనిభారం అధికమవుతుంది. నిరుద్యోగులకు సదావకాశాలు లభించిన సద్వినియోగం చేసుకోలేరు. ఉపాధ్యాయులకు పై అధికారుల నుంచి గుర్తింపు, రాణింపు లభిస్తుంది. మీ కళత్ర మొండివైఖరి మీకు ఎంతో చికాకు కలిగిస్తుంది. **f కన్య** : కొంతమంది మీతో సన్నిహితంగా ఉంటూనే చాటుగా అపకారం తలపెట్టేందుకు యత్నిస్తారు. చిన్ననాటి మిత్రులను, ప్రియమైన వ్యక్తులను కలుసుకుంటారు. స్థిరాస్తిని కొనుగోలుచేయు యత్నాలు ఫలిస్తాయి. పనులు మొదట్లో మందగించినా క్రమేపీ పూర్తికాగలవు. కుటుంబీకులతో దైవ దర్శనాలు చేసుకోగలగుతారు. **g తుల** : కాంట్రాక్టర్లకు కార్మికులతో సఖ్యత నెలకొంటుంది. కుటుంబ సభ్యుల వైఖరిని సమీక్షించుకుంటారు. నిరుద్యోగులకు తాత్కాలిక అవకాశం లభిస్తుంది. పెద్దలతో కుటుంబ విషయాలు చర్చించి ఒక నిర్ణయం తీసుకుంటారు.

యుగాలు విలువలుచాటే యాగాలు

సంకీర్తన

యాగాల్లో రకాలు...
అశ్వమేధ యాగం,
సర్ప యాగం,
రాజసూయ యాగం,
పుత్రకామేష్టి యాగం,
అశ్వజిత్ యాగం, వరుణయాగం.

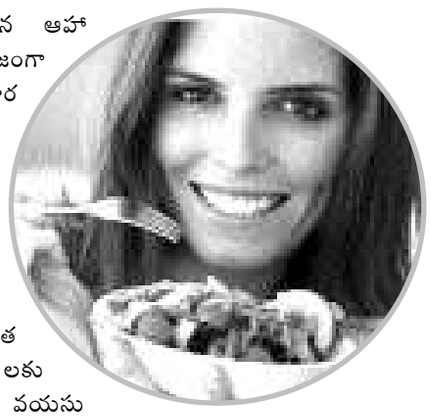
యజ్ఞం లేదా యాగం ఒక విశిష్టమైన హిందూ సంప్రదాయం. భారతదేశంలో పురాణకాలం నుంచి వివిధ రకాలైన యజ్ఞాలు జరిగాయి. దేవతలకు తృప్తి కలిగించం యజ్ఞం లక్ష్యం. సాధారణంగా యజ్ఞం అనేది అగ్ని (హోమం) వద్ద వేదమంత్రాల సహితంగా జరుగుతుంది. ఇందుకు అనుబంధంగా అనేక నియమాలు, సంప్రదాయాలు ఉన్నాయి. అగ్ని హోత్రం అనేది యజ్ఞంలో ముఖ్యమైన అంశం యజంలో ఒకటిగాని అంతకంటే ఎక్కువగాగాని హోమాగ్నులు ఉంటాయి. ఆ అగ్నిలో నెయ్యి,పాలు ధాన్యం, వంటివి పోస్తుంటారు.

అశ్వమేధ యాగం :

అశ్వమేధ యాగం వేద కాలం నుంచి వస్తున్న రాజ సాంప్రదాయాలలో అతి ముఖ్యమైనది. ఈ యాగము వివరముగా యజుర్వేదములో చెప్పబడినది. ఋగ్వేద ములో గుర్రపు బలి గురించి, శ్లోకాలలో కొంత ప్రస్తావన ఉన్నా, యజుర్వేదములో చెప్పినంత వివరముగా చెప్పబడిలేదు. గాయత్రీ పరివార్ 1991 నాటి నుంచి జంతు బలి లేకుండా, అశ్వ మేధ యజ్ఞాన్ని ఆధునిక శైలిలో నిర్వహిస్తున్నారు. అశ్వమేధ యాగాన్ని కేవలం రాజ వంశానికి చెందిన వారు మాత్రమే చేయాలి. ఈ యాగం ఉద్ధేశ్యం ఇరుగు పొరుగు దేశాల రాజ్యాల పై ఆధిపత్యాన్ని తెలుపడం తమ రాజ్యం యొక్క గొప్పతనాన్ని చాటుకోవడం. ఈ యాగంలో దృఢంగా ఉండే 24 నుంచి 100 సంవత్సరాల మధ్య వయసు గల మేలు జాతి మగ గుర్రాన్ని మాత్రమే వాడతారు. గుర్రాన్ని మంత్ర జలంతో శుద్ధి చేశాక, ఋత్విక్కులు దాని చెవిలో మంత్రాలను పఠిస్తారు. ఎవరైనా ఈ గుర్రాన్ని ఆపబోయే వారికి శాపాలను ఇస్తూ, ఒక కుక్కను చంపి సంకేతికంగా శిక్షను తెలియచేస్తారు. ఆ తర్వాత గుర్రాన్ని ఒక సంవత్సరరకాలం (కొంతమంది అర్థ సంవత్సర కాలమని చెపుతారు) యధేచ్ఛగా తిరగడనికి ఈశాన్య దిశగా వదిలేస్తారు. ఈ గుర్రాన్ని సూర్యునితోనూ, సూర్యుని సాంవత్సరిక గమనముతోనూ పోలుస్తారు. అశ్వము శత్రు రాజ్యంలో సంచరిస్తే నిర్వాహకుడు ఆ శత్రు రాజ్యాన్ని ఆక్రమించుకుంటాడు. గుర్రాన్ని ప్రతీ ఆపద, ఇబ్బందుల నుంచి కాపాడడానికి తోడుగా రాజ కుమారులు కాని సేనాధిపతులు గాని ఉంటారు. నిర్వాహకుని ఇంట్లో ఈ గుర్రం తిరిగే కాలంలో యజ్ఞ యాగాదులు జరుపుతారు.

గుర్రం తిరిగి వచ్చాక మరికొన్ని ఆచారాలను పాటిస్తారు. మరి మూడు గుర్రాలతో ఈ అశ్వాన్ని బంగారు రథానికి కాడి వేసి కట్టి ఋగ్వేదాన్ని పాటిస్తారు. ఆ తర్వాత గుర్రాన్ని స్నానమాడించి, మహారాణీ, తన పరిచారకులు గుర్రాన్ని నేతితో అభ్యంగనమాచరిస్తారు. మహారాణీ ముందు కాళ్లను, పరిచారకులు కడుపు భాగాన్ని, వెనుక కాళ్లను అభ్యంగనమాచరిస్తారు. అశ్వము తల, మెడ, తొకలను బంగారు ఆభరణములతో అలంకరిస్తారు. నిర్వాహకుడు గుర్రానికి రాత్రి నైవేద్యాన్ని సమర్పిస్తాడు. ఆ తర్వాత గుర్రాన్ని, ఒక కొమ్ములులేని మగ మేకను, ఒక గోమృగాన్ని (అడవి బర్రె)ని అగ్ని గుండానికి దగ్గరగా బలి పీఠానికి కట్టి వేస్తారు. ఇంకా 17 జంతువులను గుర్రానికి కడతారు. ఇంకా చాలా పెంపుడు అడవి జంతువులను (ఒక వ్యాఖ్యాత ప్రకారం మొత్తం 609 జంతువులు) వేర్వేరు బలి పీఠాలకు కట్టి వేస్తారు.అప్పుడు ఆ గుర్రాన్ని బలి చేస్తారు.

మహిళల ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలు



ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలు అంటే సహజంగా పచ్చటి కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, తాజా పండ్లు, గింజ ధాన్యాలు, పప్పులు మొదలైనవిగా వుంటాయి. అయితే, కొంత మంది మహిళ లకు 30 సంవత్సరాల వయసు పైబడినవరికి విటమిన్లు, ప్రొటీన్లు అధికంగా వుండే ఆహారాలు కావాలి. వ్యాధులతో పోరాడటానికి, సంతానోత్పత్తికి, ఆరోగ్యకరమైన శరీరంకొరకు వీరికి ఈ ఆహారాలు ప్రధానం. మీరు కనుక 30 సంవత్సరాలుపైబడిన మహిళలైతే, విటమిన్లు, ప్రొటీన్లు అధికంగా వుండే ఆహారాలను మీ రోజువారీ ఆహారంలో తప్పక చేర్చండి.

30 సంవత్సరాలు పైబడిన మహిళలకు ఆహారం!

ఐరన్ అధికంగా - మహిళ ప్రతినెలా తన శరీరంనుండి పిరియడ్ కారణంగా కొంత ఐరన్ నష్టపోతుంది. ఐరన్ తగ్గితే అది మిమ్మల్ని బలహీనపరచి శరీరంలో రక్తహీనత ఏర్పరుస్తుంది. ఐరన్ అధికంగా వుండే ఆహారాలు, అలసట పొగొట్టి, రక్తహీనత, జుట్టు రాల టం, తలనొప్పి వంటివి కలిగించ కుండా వుంటాయి. పచ్చని కూరలు, ఆకు కూరలు, బచ్చలి, గోంగూర, బీన్స్ వంటి వాటిలో ఐరన్ అధికం. లివర్, టూనా చేప కూడా అధిక ఐరన్ కలిగి వున్నాయి.

పండ్లు - 30 సంవత్స రాలు పైబడిన మహిళకు పచ్చి లేదా తాజా పండ్లు మంచి పోషకాలనిస్తాయి. వీరికి ఐరన్, కాల్షియం రెండూ ప్రధానం. బొప్పాయి, బఠాణీ, ఆలివ్, స్ట్రాబెర్రీ, ఆరెంజ్, కేన్ బెర్రీలు జంక్ ఫుడ్ బదులుగా తినండి. ఆకలి, అలసట లను వదలాలంటే పండ్లు తినాలి

కాల్షియం - విటమిన్ డి, మెగ్నీషియంలతో ఇది వస్తుంది. 30 సంవత్సరాల పైన మంచి కార్బోహైడ్రేట్లు, కొవ్వులు మిమ్మల్ని రక్తపోటునుండి, గుండె జబ్బులనుండి కాపాడ తాయి. కొవ్వు తక్కువగా వున్న పాల ఉత్పత్తులు, గోంగూర, బచ్చలి, వేపిన చేపలుసల్మాన్, టూనా, కొవ్వు తక్కువవుండే జున్ను, గుడ్లు, వెన్నతీసిన పాలు , గింజలు తినాలి. జంతు సంబంధిత ప్రొటీన్లు శరీరంనుండి కాల్షియం తీసుకుంటాయి.

కనుక వీటిని తగ్గించండి. సాధ్యమైన మేరకు మొక్కల సంబంధిత ఆహారాలు తినాలి.

కొవ్వులు - చెడు కొలెస్టరాల్ తగ్గాలంటే మోనోశాట్యురేటెడ్ ఆహారాలు తినాలి. ఇవి గుండె జబ్బులు, రక్తపోటు, షుగర్ వ్యాధి రాకుండా చేస్తాయి.

బాదంపప్పులు, జీడిపప్పులు, బీఫ్, ఓట్ మీల్, పస్తా, బ్రౌన్ బ్రెడ్, వాల్ నట్స్, నువ్వులు, గుమ్మడి గింజలు మొదలైనవి మోనో శాట్యురేటెడ్ కొవ్వులు కలిగి వుంటాయి. మొక్క సంబంధిత నూనెలు ఆలివ్ నూనె, కెనోలా నూనె, గ్రేప్ సీడ్ నూనె, అవిసె గింజల నూనె మొదలైనవి కూడా 30 ఏళ్ళ మహిళలకు మంచివే.

ఈ వయసు మహిళలు, ఆహారం ఒకటే తీసుకుంటే చాలదు. శారీరక సౌష్టవం కొరకు క్రమం తప్పకుండా కొంత సమయం రోజూ వ్యాయామం కూడా చేయాలి. తగినంత నీరు తాగి శరీరంలోని మలినాలు విసర్జించాలి.

డెంగ్యూ జ్వరానికి నివారణ మార్గాలు

డెంగీ అనేది ఒక వైరస్. 'ఈడిస్ ఈజిప్టై' అనే ఒక రకం ఆడదోమ కుట్టడం ద్వారా ఈ వైరస్ ఒకరి నుంచి మరొకరికి వ్యాపిస్తుంటుంది. ఈ వైరస్ జీవితచక్రమం దోమల నుంచి మనుషులకు, మనుషుల నుంచి దోమలకు ఇది ఒక విష వలయంలా ఉంటుందన్నమాట. దోమ, దోమ కుట్టిన 5 నుంచి 6 రోజులకు జ్వరం ప్రారంభమవుతుంది. పగలు కుట్టే దోమల వల్ల ఈ విషజ్వరం వ్యాపిస్తుంటుంది. దోమలకు ఆవాసం: నిలువ నీళ్లల్లో ఈడిస్ ఈజిప్టై దోమ గుడ్లు పెడుతుంది. ఓవర్‌హెడ్ ట్యాంకులు, అండర్‌గ్రౌండ్ ట్యాంకులు, కూలర్లు, ఇంట్లోని పాత్రలు, ఫ్లవర్‌వాజులు, నీటి కుండీలు, పాతటైర్లు, పనికిరాని పడేసిన బాటిళ్లు, పాత్రలు, డబ్బాలు... ఇలా ఎక్కడ నీళ్లు నిలువ ఉండటానికి అవకాశం ఉంటే అక్కడ ఈ దోమ గుడ్లు పెడుతుంది. ఈ నీళ్ల నుండి వారం, పది రోజుల్లో లక్షలాది దోమలు తయారవుతాయి. ఇవి చల్లగా ఉండే, నీడగా ఉండే ప్రదేశాల్లో విశ్రాంతి తీసుకుంటాయి. అంటే మన ఇళ్లల్లో కర్టెన్ల వెనకా, తలుపుల వెనకా, గోడల మాటన విశ్రమించి మధ్యాహ్నం, సాయం సమయాలలో కుట్టడం ప్రారంభిస్తాయి. సాధారణంగా ఈ దోమలు అరమైలు కంటే ఎక్కువ దూరానికి తిరగలేవు. అయితే బస్సుల్లో, రైళ్లల్లో, విమానాల్లో ఇతర వాహనాల్లో చేరి ఎంతదూరమైనా వెళ్తాయి. డెంగీ జ్వరమని అనుమానించినప్పుడు ఆందోళన చెందకుండా వైద్యుని సలహా తీసుకోవడం తప్పనిసరి. అవసరాన్ని బట్టి వైద్యులు రక్తపరీక్షలు చేయించి, చికిత్స ఇస్తారు. డెంగీ లక్షణాలు : 2 నుంచి 7 రోజుల వరకూ జ్వరం తగ్గకపోవడం ఒళ్లంతా తీవ్రమైన నొప్పులుగా ఉండటం (కండరాలలో, కీళ్లలో, తలలో విపరీతమైన నొప్పి వస్తుంటుంది) చర్మంపై ఎర్రటిమచ్చలు ర్యాష్‌లాగా కనిపించడం తెల్ల రక్తకణాలు బాగా పడిపోవడం (ఇది రక్తపరీక్షలో తెలుస్తుంది) హిమోగ్లోబిన్ 16 శాతం కంటే ఎక్కువ ఉండటం బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ తగ్గిపోవడం (రక్తపరీక్షలో తెలుస్తుంది) ప్లేట్‌లెట్స్ సంఖ్య కూడా బాగా తగ్గిపోతుంది. వీటి సంఖ్య సాధారణంగా 1.5 లక్షల నుంచి 4.5 లక్షలు ఉండాలి. కానీ... డెంగీ వ్యాధిలో ప్లేట్‌లెట్స్ సంఖ్య బాగా తగ్గిపోతుంది. ప్లేట్‌లెట్స్ అనేవి రక్తస్రావం జరగకుండా ఆపే కణాలు. అవి తగ్గడం వల్ల శరీరం లోపలి భాగాల్లో రక్తస్రావం జరిగి, అది ప్రమాదకరమైన పరిస్థితికి దారితీయవచ్చు. జ్వరం వచ్చిన మూడో రోజు నుంచి రెండో వారాంతం వరకు ఎప్పు డైనా ఇలా జరగవచ్చు. (అయితే మొదటివారం లోనే ఇది కనిపించే అవకాశాలు ఎక్కువ). ఇది ప్రమాదకరమైన దశ. ఈ సమయంలో రోగిని పర్య వేక్షిస్తూ అప్రమత్తంగా ఉండాలి. చికిత్స: లక్షణాలను బట్టి చికిత్స చేయాల్సి ఉంటుంది. రోగికి బాగా విశ్రాంతినివ్వాలి ఈ జ్వరానికి యాంటీబయాటిక్స్ పనిచేయవు. (కానీ సెకండరీ ఇన్ఫెక్షన్స్ వచ్చినప్పుడు దాన్ని నియంత్రించడానికి తగిన యాంటిబయాటిక్స్ వాడాల్సి ఉంటుంది). ఐవీ ఫ్లుయిడ్స్ ఇచ్చి బీపీని పడిపోకుండా చూసుకోవడం అవసరం. పారాసిటమాల్ మాత్రలు డాక్టర్ల సూచన మేరకు ఇవ్వాలి పథ్యం అవసరం లేదు. అయితే తాజాగా, వేడిగా ఉన్న ఆహారాన్ని ఇవ్వాలి. జ్వరం రెండు నుంచి ఏడు రోజుల్లో పూర్తిగా తగ్గిపోతుంది. జ్వరం తగ్గినా... తీవ్రమైన కడుపునొప్పి, మలం నల్లగా రావడం, చర్మంలో ఎర్రటి మచ్చలు, ముక్కు నుంచి రక్తం కారడం, ఒళ్లు చల్లబడటం, విపరీతంగా చెమటపట్టడం... ఈ లక్షణాలు ఉంటే నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. వీటిని ప్రమాద సూచికలుగా గుర్తించాలి. వెంటనే ఆసుపత్రిలో చేర్పించి వైద్యులతో చికిత్స ఇప్పించాలి. చికత్సతో పాటు డెంగీ పేషంట్స్ ఫుడ్ డైట్ లో ఫాలో అవ్వాలి. ఈ లక్షణాలున్నప్పుడు సరైన ఆహార నియాలమాలు పాటించగలిగితే శరీరంలో మరే ఇతర భాగాలకు హాని కలగకుండా పూర్తి శరీర ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. మీరు ఈ డెంగీ ఫీవర్ నుండి త్వరగా కోలుకోవడానికి ఈ ఆహారాలు బాగా సహాయపడుతాయి. డేంగీ లక్షణాలున్నవారు వీటిని ఖచ్చితంగా తినాలనే నియమం లేదు. కానీ వీటిని తీసుకోవడం వల్ల డెంగీ పేషంట్స్ కు కోలుకోవడానికి గొప్పగా సహాయపడుతాయి. మరి అటువంటి ఆహారాలేంటో ఒకసారి చూద్దాం...

ఆరెంజ్: డెంగీ రోగికి ఒక మంచి ఆహారం సిట్రస్ పండ్లు, ఆరెంజ్ జ్యూస్ మరియు పండ్లలో పుష్కలమైన విటమిన్ సి మరియు శక్తి నిండి ఉంటుంది. ఆరెంజ్ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల, ఇది జీర్ణశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. యూరినరీ అవుట్ పుట్ ను మెరుగుపరిచి యాంటీబాడీస్ ప్రోత్సహించి రోగి త్వరగా కోలుకొనేందుకు సహాయపడుతుంది.

బొప్పాయి: డెంగ్యు పేషంట్స్ కు బొబ్బాయి ఆకులు చాలా మంచిదని డాక్టర్స్ మరియు నిపుణులు సూచిస్తుంటారు. అందుకు 2తాజా బొప్పాయి ఆకులను తీసుకొని, వాటిని మెత్తగా పేస్ట్ చేసి, వాటి నుండి జ్యూసును తీసి, ప్రతి రోజూ ఉదయం మరియు రాత్రి రెండు చెంచాల జ్యూస్ ను డెంగ్యూ రోగికి ఇచ్చినట్లైతే రోగి త్వరగా కోలుకోవడానికి అవకాశం ఉంది. డెంగీ ఫీవర్ కు ఇది ఒక బెస్ట్ హోం రెమడీ.

గంజి: ఈ ప్రాణాంతక వైరస్ తో పోరాడాలంటే డెంగీ రోగికి ఒక బెస్ట్ ఫుడ్ గంజి. గంజి తాగడం వల్ల పేషంట్ లో కొంత శక్తిని, బలాన్ని నింపడానికి సహాయపడుతుంది. గంజి తాగడానికి, మింగడానికి చాలా తేలికగా ఉంటుంది. ఇందులో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉంటాయి.

హెర్బల్ టీ: డెంగీ ఫీవర్ తో బాధపడుతున్న వారు, ఈ ఫీవర్ ను తగ్గించుకోవడానికి ఒక మంచి మార్గం నేచురల్ హెర్బల్ టీ తాగడమే. ఈ హేర్బల్ టీ అల్లం మరియు యాలకులతో తయారు చేయబడి ఉంటుంది. ఇది చాలా అద్భుతంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇది డెంగ్యు పేషంట్స్ కు ఒక మంచి ఆహారం.

కొబ్బరి బోండాం: డెంగీ ఫీవర్ తో పోరాడుతున్నప్పుడు, పేషంట్ ఎంత ఎక్కువగా కొబ్బరి బోండాం తాగితే అంత మంచిది. కొబ్బరి నీళ్ళు శరీరం ద్వారా కోల్పోయిన ఎలెక్ట్రోలైట్స్ మరియు ఇతర ట్రేస్ మినిరల్స్ ను నింపి శరీరంను డీహైడ్రేషన్ నుండి కాపాడుతుంది.

వెజిటేబుల్ జ్యూస్: డెంగ్యు ఫీవర్ తో బాధపడుతున్న పేషంట్స్ కు ఒక మంచి ఆహారం తాజాగా ఉండే క్యారెట్, కీరదోస జ్యూస్ లు మరియు గ్రీన్ లీఫీ వెజిటేబుల్. నిపుణుల ప్రకారం మనుషులకు కావల్సిన పుష్కలమైన న్యూట్రీషియన్ వీటి ద్వారా అందుతుందని, దాంతో పేషంట్స్ త్వరగా కోలుకుంటారని సూచిస్తుంటారు.

పండ్ల రసాలు: డెంగ్యు పేషంట్స్ కు చాలా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం విటమిన్ సి ఫుడ్స్. రోగి యొక్క రోగనిరోధక శక్తిని పెంపొంధించుకోవడానికి విటమిన్ సి బాగా సహాయపడుతుంది మరియు అడ్రినల్ హార్మోన్స్ నిర్మాణం కోసం ఇది చాలా ముఖ్యమైనవి.స్ట్రాబెర్రీ, జామకాయ,కివి మరియు బొప్పాయి వంటి సి విటమిన్ ఆహారాలు లైఫో సైట్స్ ఉత్పత్తిలో సహాయపడుతాయి . ఇది కూడా బాక్టీరియా మరియు వైరస్ మీద ప్రత్యక్షప్రభావం కలిగి ఉంటుంది.

ప్రొటీన్ రిచ్ ఫుడ్: డెంగ్యు ఫీవర్ తో బాధపడే వారికి ప్రొటీన్ రిచ్ ఫుడ్స్ చాలా అవసరం. పాలు, డైరీప్రొడక్ట్స, గుడ్లు వంటివి చాలా ముఖ్యం. ఈ వైరస్ తో పోరాడాలంటే డెంగ్యు పేషంట్ చేపలు మరియు చికెన్ కూడా తినడం వల్ల సహాయపడుతుంది.

సూప్స్: డెంగ్యు ఫీవర్ తో బాధపడే వారికి కావల్సిన శక్తిని, బలాన్ని అందివ్వడానికి సూప్స్ చాలా బాగా ఉపయోగపడుతాయి. జాయింట్ పెయింట్స్, కండరాల నొప్పుల నివారించడానికి, పేషంట్స్ లో ఆకలిని మరియు రుచిని కలిగించడానికి ఇవి బాగా సహాయపడుతాయి.

నిమ్మరసం: డెంగ్య ఫీవర్ తో బాధపడేవారిలో శరీరంలోని హానికర వైరస్ మరియు టాక్సిన్స్ ను తొలగించడానికి నిమ్మరసం బాగా సహాయపడుతుంది. ఈ జ్యూస్ తాగడం వల్ల శరీరంలో ఉండే వైరస్ మూత్రం ద్వారా బయటకు విసర్జింపబడుతుంది. మరియు శరీరంలోకి వైరస్ చేరికను తగ్గిస్తుంది.

రుగ్మతలకు దివ్యౌషధం !

వేసవి కాలం వచ్చిందంటే చాలు కర్బూజాలు, మామిడి, పుచ్చకాయలు దర్శనమిస్తుంటాయి. వీటిలో ముఖ్యంగా చెప్పుకొదగ్గవి మాత్రం కర్బూజ పండ్లు. ఇవి మామిడి పళ్లంత రంగూ రుచీ ఉండవు, పుచ్చకాయలంత ఆకర్షణీయంగానూ కనిపించవు. అందుకే చాలామంది దృష్టి వీటి మీదకు పోదు. కాని కర్బూజ పండ్లు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. పుచ్చకాయలో శక్తి చాలా తక్కువ. ప్రొటీన్ తక్కువ. కొవ్వు తక్కువ. కొలెస్టరాల్ అసలు ఉండదు. పిండి పదార్థాలు ఎక్కువ. పీచు పదార్థాలు ఎక్కువ. సోడియం తక్కువ. విటమిన్లలో విటమిన్-ఎ, ఫోలేట్, విటమిన్-సిలు ఎక్కువ. రాబోయే వేసవి కాలంలో ఎండలో దాహార్తిని తీర్చుకోవాలంటే మొదట ప్రాధాన్యం ఇచ్చేది ఎర్రని పుచ్చకాయలకే. అన్ని సీజన్లలోనూ ఇవి దొరుకుతున్నా ఈ కాలంలో లభ్యమయ్యే వాటికి నాణ్యత, రుచీ ఎక్కువ. ఎ, బి, మరియు సి విటమిన్లు , పొటాషియం పుష్కలంగా ఉండే పుచ్చకాయ నుంచి ఎలక్ట్రోలైట్లు సమృద్ధిగా అందుతాయి. ఇంకా చెప్పాలంటే తక్కువ కెలోరీలు, ఎక్కువ పోషకాలు ఉంటాయి. పుచ్చకాయ జూస్ తాగేందుకు అనువైన పానీయం. ఎందుకంటే, అందులో 92% నీరు ఉంటుంది, పైగా కొలెస్ట్రాల్ లాంటివి అందులో ఉండవు.

అది వెంటనే తన ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. ఎందుకంటే నీటిని కలిగి ఉండడం వల్ల. బి విటమిన్లు శరీరానికి శక్తినందిస్తే.. పొటాషియం గుండెకు మేలు చేస్తుంది. వడదెబ్బ బారినపడి శరీరం నిస్తేజం అయిపోకుండా కాపాడుతుంది. మీరు నమ్మినా నమ్మకపోయినా ఇది నిజం. పుచ్చకాయలో కొన్ని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు నిండి ఉన్నాయి.

ఇది పుచ్చకాయలు విరివిగా దొరికే కాలం. మృదువుగా, తీయగా, రసపూరితమైన పుచ్చకాయ ఈ వేసవికి చాలా ఉపయోగకరమైనది. వాటిని తింటే దాహం తీరిపోతుంది. అందులో సందేహం లేదు. కానీ, వాటిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్‌లు పుష్కలంగా ఉన్నాయన్న సంగతి మీకు తెలుసా?

1. పురుష హార్మోనులను రెట్టింపు చేస్తుంది: వేసవి తాపాన్ని తగ్గించే పుచ్చకాయ (తర్భూజా)లో ఉండే లైకోపీన్ అనే పదార్థం పురుషుల్లో వీర్యకణాల ఉత్పత్తిని పెంచుతుందని తాజా పరిశోధనల ద్వారా తెలుస్తోంది. అంతేగాకుండా ఈ లైకోపీన్ వీర్యకణాలు ఎక్కువసేపు సజీవంగా ఉండేలా కూడా చేస్తుందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. మామూలుగా పుచ్చకాయలో 92 శాతం నీళ్లే ఉంటాయి. అందులోని 8 శాతం లైకోపీన్ మాత్రం వీర్యవృద్ధిని పెంచటమేగాకుండా ఆరోగ్యానికి ఉపయోగపడే ఎన్నో సులక్షణాలను కలిగి ఉంది.

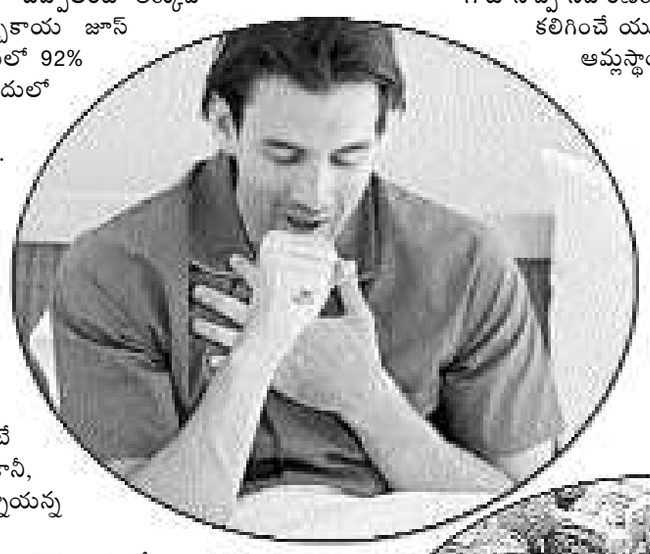
2. బ్లాక్ హెడ్స్ : చర్మ రక్షణలో బాగంగా ముఖం, ముక్కు మీద ఏర్పడే బ్లాక్ హెడ్స్ ను తొలగించడం సహాయపడుతుంది.

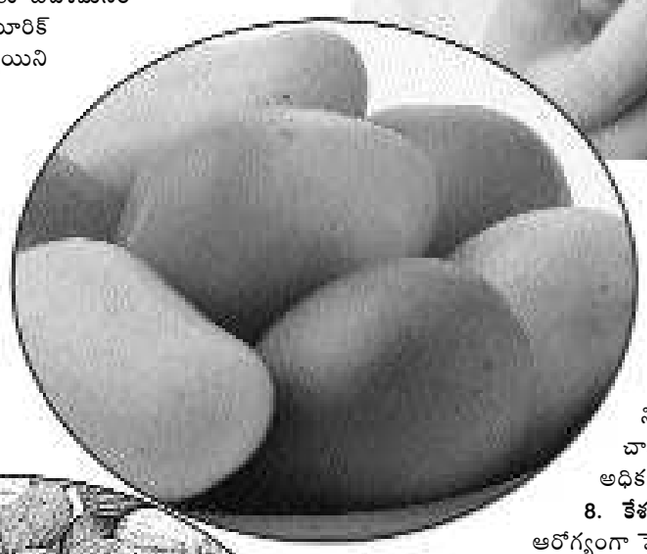
3. గుండెకు : గుండెపోటు రిస్కును పుచ్చకాయతో తగ్గించుకోవచ్చు. పుచ్చకాయలో ఉండే ఫోలేట్‌వల్ల, విటమిన్-బి6వల్ల మహిళల్లో గుండె పోటు సంఘటనలు దాదాపు 50శాతం తగ్గినట్లు అధ్యయనాల్లో తేలింది. శరీరానికిహానికరమైన కొలెస్ట్రాల్ ఏర్పడటాన్ని అడ్డుకుంటాయి.

4. వద్ధాప్యం: వృద్ధాప్య ఛాయలను పోగొడుతుంది: వాటర్ మెలోన్ లో ఉండే లైకోపిన్, విటమిన్ సి మరియు విటమిన్ ఎ శరీరంలోని ఫ్రీరాడికల్స్ ను తొలగించడంలో బాగా సహాయపడుతుంది. అంలాగే యాంటీఆక్సిడెంట్స్ కూడా

ముడతలను, కళ్ళ కింద చారలను తొలగిస్తుంది.

5. కీళ్ళ నొప్పులు: బలమైన కీళ్ళ కోసం: దోసకాయలోని సిలికా కీళ్ళ జాయింట్లను, సహాయపడే కణజాలాలకు పటిష్టం చేయడానికి బాగా సహాయపడుతుంది. శరీరంలో యూరిక్ ఆమ్లం పెరుకోవడం ద్వార వచ్చే కీళ్ళ జబ్బులకు కీర రసంలో క్యారెట్ రసం కలిపి తాగితే ఎంతో మంచిది. ఆర్థ్రైటిస్ మరియు గౌట్ నివారణకు: ఆర్థ్రైటిస్ మరియు గౌట్ నొప్పి నివారణకు ఉపశమనం కలిగించే యూరిక్ ఆమ్లస్థాయిని





తగ్గిస్తుంది. ఎగ్జిమ , గౌట్ రోగులు క్రమం తప్పకుండ కీర రసం తీసుకోవడం వల్ల పలితం ఉంటుంది.

6.ఫ్లూ: మనందరికి తెలుసు జలుబు, దగ్గు, జ్వరం ఇటువంటి సాధారణ జబ్బుల నుండి బయటపడాటానికి వ్యాధినిరోధక శక్తి పెంచుకోవడానికి, సరైన ఆహార, పానియాలు తీసుకోవాలని. ఐతే అందులో కూడా ఫ్లూ నివారణకు సరైన ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. అటువంటి సమయంలో పుచ్చకాయ బాగా సహాయపడుతుంది. ముక్కు మరియు గొంతు, మ్యూకస్ పొర యొక్క వాపు కూడా దోసకాయ గింజలు తగ్గిస్తుంది. దోసకాయ గింజలను పొడి చేసి నీటిలో కలిపి త్రాగడం వల్ల ఈ సమస్యలను సమర్థవంతంగా నియంత్రించవచ్చు. **7. బరువు తగ్గడానికి:** కాని కర్బూజ పండ్లు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. కొవ్వు పదార్థాలు అత్యంత తక్కువుగానూ, పీచు పదార్థాలు అధికంగానూ ఉండే ఈ పండు బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి వరం లాంటింది.

8. కేశ సంరక్షణకు: పుచ్చకాయలో ఉండే సిలికాన్ మరియు సల్ఫర్ జుట్టు ఆరోగ్యంగా పెరగడానికి సహాయపడుతుంది. పాలకూర, క్యారెట్ రసాలకు కాస్త కీర రసం కలపి తరచు తాగితే శిరోజాలు చక్కగా పెరుగుతాయి.

9. పళ్ళు మరియు మంచి చిగుళ్ళ ఆరోగ్యానికి: దంతాల ఆరోగ్యానికి మరియు చిగుళ్ళ నుండి రక్తం కారుట, దంత క్షయం వంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్నవారికి పుచ్చకాయ రసం చాలా సహాయపడుతుంది. ఇందులో ఉండే ఫైబర్ ఆరోగ్యకరంగా ఉంచుతుంది.

10. క్యాన్సర్: పుచ్చకాయలో ఎరుపు రంగుకు కారణమైన లైకోపీన్ అనే కెరటినాయిడ్ పదార్థం ఉంటుంది. ఇది క్యాన్సర్లను రానివ్వకుండా కాపాడటమే కాకుండా గుండె జబ్బులను, మ్యాక్యులర్ డీజెనరేషన్‌ను (కంటిలోపలి పొర క్షీణించి పోవటం) సైతం నిరోధిస్తుంది. క్యాన్సర్ నివారణకోసం పుచ్చకాయను వాడుకోవచ్చు.

పుచ్చకాయలో బీటాకెరోటిన్ ఎక్కువ మొత్తాల్లో ఉంటుంది కాబట్టి క్యాన్సర్ నిరోధకంగా పనిచేస్తుంది. ముఖ్యంగా గొంతు, ఊపిరి తిత్తుల క్యాన్సర్లను, స్వరపేటిక క్యాన్సర్లను పుచ్చకాయలోని బీటా కెరోటిన్ గణనీయంగా నిరోధించినట్లు అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ నివేదికల్లో ప్రచురించింది. మరో ఆసక్తికరమైన అంశం ఉంది. ఇదే బీటాకెరోటిన్ పదార్థాన్ని సప్లిమెంట్ల రూపంలో వాడినప్పుడు ఈ ప్రయోజనం కనిపించలేదు.

ప్రకాశం జిల్లా చిన్న గంజాం మండలం సోపిరాల గ్రామంలో శ్రీ రామనవమి ఉత్సవం పురస్కరించుకుని వార్షిక కళ్యాణోత్సవం లోపాల్గొన్న విశాఖ శ్రీ శారదాపీఠాధిపతులు శ్రీ శ్రీ శ్రీ స్వరూపానందేంద్ర సరస్వతీ మహ స్వామి వారు

గోపాలపట్నంలో నిర్వహించిన సీతారామ కల్యాణంలో పాల్గొని ప్రత్యేకపూజలలో పాల్గొన్న ప్రభుత్వ విప్ పివిజిఆర్ నాయుడు (గణబాబు)

జగద్గురు శంకరాచార్య విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠాధిపతులు శ్రీ శ్రీ శ్రీ స్వరూపానందేంద్ర సరస్వతీ మహాస్వామివారి దివ్యమంగళ ఆశీస్సులతో శ్రీరామనవమి సందర్భంగా శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణం పీఠప్రాంగణంలో అత్యంత వైభోవపేతంగా నిర్వహింపబడినది

విశాఖ జిల్లా వెన్నెల పాలెంలో సీతారామ కల్యాణంలో పాల్గొని ప్రత్యేకపూజలు నిర్వహించిన శ్రీకాకుళం జిల్లా ఎంపి కింజరాపు రామ్మోహన్‌నాయడు దంపతులు , పెందుర్తి ఎమ్మెల్యే బండారు సత్యనారాయణమూర్తి దంపతులు, పూజల అనంతరం భక్తులకు అన్నసమారాధన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

చట్ట పరిజ్ఞానంతో సత్వర న్యాయం

జిల్లా న్యాయమూర్తి ఎం.లక్ష్మణ్

ఖమ్మం : దేశంలో మారుతున్న పరిస్థితులకు అనుగుణంగా వచ్చే చట్టాలు, ఉన్నత న్యాయస్థానాల తీర్పులను అధ్యయనం చేస్తూ సత్వర న్యాయానికి సహకరించాలని జిల్లా జడ్జి ఎం.లక్ష్మణ్ అన్నారు. జిల్లా కోర్టు ప్రాంగణంలో న్యాయ సేవాధికార సంస్థ ప్యానల్ న్యాయవాదుల రెండు రోజుల శిక్షణ శిబిరాన్ని ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన ప్రసంగిస్తూ వాద పటిమలో నాణ్యతా ప్రమాణాలను, నైపుణ్యాలను పెంపొందించుకోవటం వల్ల కక్షిదారులకు న్యాయం జరుగుతుందన్నారు. న్యాయమూర్తులకు కూడా కేసులు పరిష్కారం సులభతరం అవుతుందన్నారు. అణగారిన వర్గాలు, తమ హక్కుల సాధన కోసం న్యాయస్థానాలను ఆశ్రయిస్తారని వారికి నాణ్యత ప్రమాణాలతో సలహాలు, సూచనలు ఇస్తూ వారికి దోహదపడాలన్నారు.

వారి తరపు సమర్థంగా కేసులను వాదించాలన్నారు. చట్టంలోని మెలకువలను అర్థం చేసుకుని న్యాయార్థులకు దోహదపడాలన్నారు. న్యాయావాదులు అభ్యసిం చటమనేది నిరంతర ప్రక్రియగా కొనసాగాలన్నారు. చర్చలు, సంప్రదింపులు చేస్తూ సరికొత్త విషయాలను తెలుసు కోవాలన్నారు. న్యాయవాది పరిపూర్ణుడైతే అది కక్షిదారు డికి వరం అన్నారు.

గ్రామస్థాయి, మండల స్థాయిలోనూ పీడిత ప్రజలకు ఉన్న సమస్యలను అధ్యయనం చేస్తూ వారి హక్కులను చైతన్యం పరిచేలా వ్యవహరిం చాలన్నారు. బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు పి.పట్టాభి మాట్లాడుతూ శిక్షణ ద్వారా న్యాయార్థులకు సత్వర న్యాయం అందించాలని న్యాయవాదులను కోరారు. న్యాయసేవా సంస్థ న్యాయమూర్తి వినోద్ కుమార్ మాట్లాడుతూ గత కొంత కాలంగా న్యాయసహాయం కోసం వచ్చే న్యాయార్థుల సంఖ్య పెరుగుతుందని ప్యానెల్ న్యాయవాదులు సమర్థంగా సేవలు అందిస్తున్నారనే దానికి ఇదే నిదర్శనం అన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర న్యాయసేవాసంస్థ మాస్టర్ ట్రైనర్ ఎస్.నంద శిక్షణ ఉద్దేశాలను వివరించారు. వెనుకబడిన వర్గాల వారికి ఉచిత న్యాయసేవలు అందించే లక్ష్యంతో రూపొందించిన న్యాయసేవా సంస్థ చట్ట లక్ష్యాలు సామాన్యులకు అందాలంటే ప్యానెల్ న్యాయవాదులు సమర్థంగా వ్యవహరిం చాలని ఆమె అన్నారు.

కార్యక్రమంలో న్యాయమూర్తులు ఎన్.ప్రే మలత, డాక్టర్.బి. జ్ఞానేశ్వర్‌రావు, వెంకటరమణ, బి.అపర్ణాదేవి, ఎస్‌కే.రహెనా, డి.గీతారాణి, సౌమ్యవార్థా, రుబినాఫాతిమా, ఎం.ఉషశ్రీ, మాస్టర్ ట్రైనర్ జి.నారాయణ, న్యాయవాదులు తౌఫిక్, యడ్లపల్లి రమేష్, ప్రవీణ్, రాజేశ్వరి, రమాదేవి, కన్నాంబ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాళేశ్వరంతో సస్యశ్యామలం

మెదక్ అర్బన్ : ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్‌తో మెతుకుసీమ సస్యశ్యామలం అవుతుందని శాసనసభ ఉప సభాపతి, ఎమ్మెల్యే పద్మాదేవేందర్‌రెడ్డి అన్నారు. ఈ ప్రాజెక్ట్ కాల్వల నిర్మాణం పూర్తయితే జిల్లాలోని హల్దీవాగు, ఘనపూర్ ఆనకట్టకు నీరందుతుందని, చెరువులు నిండి సాగు నీటికి ఇబ్బంది ఉండదన్నారు. వ్యవసాయ సాంకేతిక యాజమాన్య సంస్థ(ఆత్మ) సౌజన్యంతో శనివారం మెదక్‌లో ఏర్పాటు చేసిన రైతు సమన్వయ సమితి సమన్వయకర్తల శిక్షణ, అవగాహన సదస్సుకు ఆమె హాజరై మాట్లాడారు. రైతుల సాదక బాధకాలు తెలిసిన ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ వారి సంక్షేమమే ధ్యేయంగా వినూత్న పథకాలు రూపొందించి అమలు చేస్తున్నారన్నారు. రైతుల సంక్షేమం, వారి సమస్యల పరిష్కారానికి రైతు సమన్వయ సమితులను ఏర్పాటు చేశారన్నారు. వ్యవసాయ శాఖ ద్వారా చేపట్టే కార్యక్రమాలు, సమావేశాల నిర్వహణకు వీలుగా అన్ని వ్యవసాయ క్లస్టర్ కేంద్రాల్లో రైతు వేదిక భవనాలను నిర్మించనున్నట్లు తెలిపారు. జిల్లా పాలనాధికారి ధర్మారెడ్డి మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం రైతుల కోసం ప్రవేశపెడుతున్న పథకాలను ప్రతి ఒక్కరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. శిక్షణలో వ్యవసాయాధికారులు చెప్పే విషయాలను ఆకళింపు చేసుకుని ఆచరణలో పెట్టి మంచి పంట దిగుబడులు సాధించాలన్నారు. సమితి జిల్లా సమన్వయకర్త సోములు మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి ఆశయాలకు అనుగుణంగా జిల్లాలో రైతు సమన్వయ సమితిలు పనిచేసేలా ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెడతామన్నారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా వ్యవసాయాధికారి పరశురాం, మెదక్ ఆర్డీఓ నగేష్, పురపాలక సంఘం ఉపాధ్యక్షులు అశోక్, జడ్పీటీసీ లావణ్యారెడ్డి, మండల రైసస సమన్వయకర్త కిషన్‌గౌడ్, తహసీల్దార్ యాదగిరి, ఏడీఓ మనోహర, ఏఓ రెబల్‌సన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పట్టణంలో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రం, స్థానిక ప్రభుత్వాసుపత్రిలో క్షయ వ్యాధి నిర్ధరణ యంత్రాన్ని ఉపసభాపతి ప్రారంభించారు. పట్టణంలోని పెద్ద బజారులో సీసీ రోడ్డు, మురికి కాలువల నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశారు. మార్కెట్ యార్డులో కొత్తగా ఏర్పాటు చేసిన వేబ్రిడ్జ్‌ను ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా ఆశా కార్యకర్తలకు దుస్తులు అందజేశారు. ఆయా కార్యక్రమాల్లో పురపాలక అధ్యక్షులు మల్లికార్జున్‌గౌడ్, ఉపాధ్యక్షులు అశోక్, మార్కెట్ కమిటీ అధ్యక్షులు అకిరెడ్డి కృష్ణారెడ్డి, జడ్పీటీసీ లావణ్యారెడ్డి, పీఎసీఎస్ ఛైర్మన్ హన్మంత్‌రెడ్డి, డీఎంహెచ్‌వో వెంకటేశ్వర్‌రావు, డీసీహెచ్ చంద్రశేఖర్, కమిషనర్ సమ్మయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కొలువుదీరిన టీఎన్జీఓ ఉద్యోగుల గృహ నిర్మాణ సహకార సంఘం పాలకవర్గం

సంఘం అధ్యక్షుడిగా ఏలూరి

ఖమ్మం : ఉభయ జిల్లాలో అత్యంత ప్రతిష్ఠాత్మకంగా సాగిన టీఎన్జీఓ ఉద్యోగుల గృహ నిర్మాణ సహకార సంఘం ఎన్నికల్లో గెలుపొందిన ఏడుగురు డైరెక్టర్లు ఖమ్మంలో సంఘం నూతన పాలకవర్గాన్ని ఎన్నుకున్నారు. ఎన్నికల అధికారి ప్రసాద్ సమక్షంలో జరిగిన ఎన్నికల్లో సంఘం అధ్యక్ష పదవికి ఏలూరి శ్రీనివాసరావు, ఉపాధ్యక్ష పదవికి పెదమళ్ల సత్యనారాయణ, కార్యదర్శి పదవికి పొట్టపింజర రాజారావు (రామయ్య), కోశాధికారి పదవికి మూటా గోపాల్ నామినేషన్ వేశారు. మిగతా ముగ్గురు డైరెక్టర్లు గంగవరపు నరేందర్, వెంకటనర్సమ్మ, అక్తరున్నీసాబేగం వారికి మద్దతు తెలిపారు. పోటీగా ఎవరూ నామినేషన్లు దాఖలు చేయకపోవటంతోపాటు ఎలాంటి అభ్యంతరాలు రానందున మధ్యాహ్నం 2.30 గంటల తర్వాత సంఘం పాలకవర్గం ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైనట్లు ఎన్నికల అధికారి ప్రసాద్ ప్రకటించారు. ఎన్నికైన వారికి ధ్రువీకరణ పత్రాలు అందించారు. దీంతో టీఎన్జీఓ ఉద్యోగుల గృహ నిర్మాణ సహకార సంఘం పాలకవర్గం నుంచి కొలువుదీరినట్లైంది. ఇప్పటి నుంచి ఐదేళ్లు పాలకవర్గం కొనసాగుతుంది. ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైన పాలకవర్గంతో పాటు ముగ్గురు డైరెక్టర్లను ఉద్యోగులు అభినందనలతో ముంచెత్తారు. శాలువాలు కప్పి, పుష్పగుచ్ఛాలు అందించి అభినందనలు తెలిపారు. మిఠాయిలు పంపిణీ చేశారు. ఉదయం నుంచి మొదలైన ఎన్నికల ప్రక్రియలో ఏలూరి ప్యానల్‌కు మద్దతుగా టీఎన్జీఓ సంఘం నాయకులు గంగవరపు బాలకృష్ణ, జైపాల్, కొణిదెన శ్రీనివాసరావు, వల్లోజు శ్రీనివాసరావు, గుంటుపల్లి శ్రీనివాసరావు, రమణయాదవ్, దుర్గాప్రసాద్, పుల్లమ్మ, శ్రీదేవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్నికల్లో ఉద్యోగులంతా సమష్టి విజయం సాధించారని, ఈ గెలుపు ఏఒక్కరికో సొంతం కాదని, అందరూ కలసి గృహ నిర్మాణ సహకార సొసైటీని బలోపేతం చేయటంలో భాగంగానే తమకు ఓట్లు వేసి గెలిపించారని సొసైటీ అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన ఏలూరి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. సొసైటీ అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన అనంతరం తన సహచరులతో కలసి విలేకరులతో మాట్లాడుతూ తమ ప్యానల్‌లో వారందరికీ ఓట్లు వేసి గెలిపించిన వారందరికీ పేరుపేరునా కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఓట్లు అడిగేందుకు ఇంటింటికి వచ్చిన తాము ఎన్నికల్లో గెలిచిన తర్వాత ఇంటింటికి వెళ్లి అందరినీ కలసి కృతజ్ఞతలు చెపుతామన్నారు. ఉద్యోగులంతా ఏకతాటిపై నిలిచి తమ హక్కులు సాధించుకోవాలని, అందుకు తాము ఎల్లవేళలా అండగా నిలుస్తామన్నారు. ఏదులాపురం, దానవాయిగూడెం ఉద్యోగుల కాలనీల అభివృద్ధికి శక్తివంచన లేకుండా కృషి చేస్తామన్నారు. అర్హులైన ఉద్యోగులకు ఇళ్ల స్థలాలు కేటాయించేందుకు కృషి చేస్తామన్నారు. ఎన్నికల్లో ఎవరి అభిప్రాయం మేరకు వారు ఓటేసినా ఆతర్వాత ఉద్యోగులంతా ఒకటిగానే ఉంటారని అన్నారు. ఉద్యోగులందరి సంక్షేమం కోసం సొసైటీ పాటుపడుతుందన్నారు.

టీఎన్జీఓ ఉద్యోగుల గృహ నిర్మాణ సహకార సొసైటీ అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన ఏలూరి శ్రీనివాసరావు, ఉపాధ్యక్షుడు పెదమళ్ల సత్యనారాయణ, కార్యదర్శి రామయ్య, కోశాధికారి గోపాల్, డైరెక్టర్లు నరేందర్, వెంకటనర్సమ్మ, అక్తరున్నీసాబేగంలను ర.భ.శాఖ సర్కిల్ కార్యాలయం ఉద్యోగులు, ట్రెజరీ ఉద్యోగులు వేర్వేరుగా సన్మానించారు. శాలువాలు కప్పి, పుష్పగుచ్ఛాలు అందించి అభినందనలు తెలిపారు. అన్ని ప్రభుత్వ శాఖల్లోని ఉద్యోగులు వేర్వురుగా సొసైటీ నూతన పాలకవర్గం సభ్యులను సన్మానాలతో సత్కరించారు.

నాసాలో ప్రదర్శనకు ఖని విద్యార్థుల ప్రాజెక్టు

ఖమ్మం : గోదావరిఖని సంజయ్‌గాంధీనగర్‌లోని శ్రీచైతన్య ఉన్నత పాఠశాల విద్యార్థులు తయారు చేసిన ద్వారక ప్రాజెక్టు నాసాలో ప్రదర్శించేందుకు ఎంపికైందని పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ చైతన్య తెలిపారు. నాసా వారు ప్రతి సంవత్సరం విద్యార్థుల్లోని సృజనాత్మకతను వెలికితీసేందుకు ప్రాజెక్టును ఆహ్వానిస్తారు. ఇందులో భాగంగా ఖని విద్యార్థులు తయారు చేసి సమర్పించిన ద్వారక ప్రాజెక్టు రూపకల్పన ఎంపికైంది. విద్యార్థులు సాయిసుప్రీత్‌రెడ్డి, జితేంద్ర, బుషేంద్ర, సాయిసాకేత్, వైష్ణవి తయారు చేసిన ద్వారక ప్రాజెక్టు నమూనాను అమెరికాలోని లాస్‌ఏంజిల్స్‌లో నాసా శాస్త్రవేత్తల సమక్షంలో ప్రదర్శించే అవకాశం లభించింది. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను పాఠశాల డీన్ సాయిరాం, ప్రాజెక్టు ఇన్‌ఛార్జి నాగరాజు అభినందించారు.

యువత ఆత్మ స్థైర్యంతో ముందుకెళ్తేనే విజయం

విజిలెన్స్ అండ్ ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ ఎస్పీ రామారావు

వేములవాడ : యువత నిరుత్సాహ పడకుండా ఆత్మస్థైర్యంతో ముందుకెళ్తేనే ఏ రంగంలోనైనా విజయం సాధ్యపడుతుందని ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా విజిలెన్స్ అండ్ ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ ఎస్పీ రామారావు పేర్కొన్నారు. వేములవాడ పట్టణంలోని సినారె కళామందిరంలో ఆధ్య గోలి మోహన్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో టాటా స్ట్రైవ్ సంస్థ నిర్వహించిన ఉద్యోగ మేళాను ఆయన ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ పోలీసుశాఖలో ఇరవై వేల పోస్టులు భర్తీ కానున్నాయని చెప్పారు. యువత ఒక లక్ష్యం ఎంచుకొని ముందుకు పోవాలన్నారు. ఉద్యోగాలకు ప్రయత్నించే నిరుద్యోగ యువతీ, యువకులు ఇప్పటి నుంచే సన్నద్ధం కావాలన్నారు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగాల వైపు దృష్టి సారించాలన్నారు. ప్రతి ఒక్కరిలో అన్ని రకాల స్కిల్స్ ఉంటాయని, వినియోగంలో లోపంతోనే వెనుకబడతారని పేర్కొన్నారు. పేద కుటుంబం నుంచి వచ్చి అనేక కష్టాలకు ఓర్చుకుని ముందుకెళ్లడంతోనే మోహన్ ఎన్ఆర్ఐ స్థాయికి ఎదిగారని ప్రశంసించారు. ప్రతి ఒక్కరు ఏదో రకంగా సమాజానికి సేవ చేయాలనేది అలవర్చుకోవాలని పేర్కొన్నారు. మనం చేసే పనులు సమాజానికి ఉపయోగకరంగా ఉండాలన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ రామారావు, డీఎస్పీ చంద్రశేఖర్‌లను శాలువాలతో ఘనంగా సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో డీఎస్పీ అవధాని చంద్రశేఖర్, నగర పంచాయతీ ఛైర్ పర్సన్ నామాల ఉమ, ఎంపీపీ రంగు వెంకటేశ్‌గౌడ్, ఆధ్య ఫౌండేషన్ అధ్యక్షుడు మోహన్‌గోలి, కోనరావుపేట ఎంపీడీవో శ్రీనివాస్, టీఆర్ఎస్ యూఎస్ఏ అడ్వజర్ బోర్డు ఛైర్మన్ తన్నీరు మహేశ్, ఐటీ కమిటీ సభ్యుడు శశి కనపర్తి, సర్వోదయ మిత్రమండలి అధ్యక్షుడు దాస్యం అభినవ్ భాస్కర్, ఆస్ట్రేలియా కల్చరల్ ఛైర్మన్ శివంత్‌రెడ్డి, ఎంపీటీసీ సభ్యులు, సర్పంచులు, వివిధ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన దాదాపు వేయి మంది నిరుద్యోగ యువతీ, యువకులు పాల్గొన్నారు.

చిత్రభాను

సైంటిఫిక్ థ్రిల్లర్!

అర్జున్‌రెడ్డి చిత్రంతో సంచలన విజయాన్ని సొంతం చేసుకున్నారు యువ హీరో విజయ్ దేవరకొండ. ఈ సినిమా తరువాత ఆయన కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న తాజా చిత్రం టాక్సీవాలా. రాహుల్ సంక్రిత్యన్ దర్శకుడిగా పరిచయమవుతున్నారు. ప్రియాంక జవాల్కర్, మాళవిక నాయర్ కథానాయికలు. జీఏ2, యువీ పిక్చర్స్ పతాకంపై ఎస్‌కెఎన్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఫస్ట్‌గేర్ పేరుతో తొలి టీజర్‌ను శుక్రవారం విడుదల చేసిన చిత్ర బృందం ఫస్ట్‌లుక్‌ను విడుదల చేసింది. ఈ చిత్రం మే 18న విడుదల కానుంది. నిర్మాత మాట్లాడుతూ హీరో విజయ్ దేవరకొండ క్రేజ్‌ని దృష్టిలో పెట్టుకుని దర్శకుడు ఈ చిత్ర కథను సిద్ధం చేశాడు. విజయ్ పాత్ర చిత్రణ, మేనరిజమ్స్ ప్రేక్షకుల్ని సంభ్రమాశ్చర్యాలకు గురిచేస్తాయి. ప్రస్తుతం నిర్మాణానంతర కార్యక్రమాలు జరుగుతున్నాయి అన్నారు. దర్శకుడు మాట్లాడుతూ ఇదొక సైంటిఫిక్ ఫిక్షన్ థ్రిల్లర్. ఆద్యంతం వినోదాన్ని పండిస్తూనే థ్రిల్‌కు గురిచేస్తుంది. ఈ చిత్రంలో విజయ్ దేవరకొండలోని మరో కోణాన్ని చూస్తారు. విజయ్ టైమింగ్‌కు ప్రేక్షకులు తప్పకుండా ఫిదా అవుతారు అన్నారు. కల్యాణి, మధునందన్, సిజ్జు మీనన్, రవిప్రకాష్, రవివర్మ, ఉత్తేజ్, విష్ణు తదితరులు నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: జేమ్స్ బిజాయ్, ఛాయాగ్రహణం: సుజిత్ సారంగ్, ఎడిటింగ్ అండ్ కలరిస్ట్: శ్రీజిత్ సారంగ్, సౌండ్: సింక్ సినిమా, స్క్రీన్‌ప్లే, మాటలు: సాయికుమార్‌రెడ్డి, కథ, దర్శకత్వం: రాహుల్ సంక్రిత్యన్.

అనుష్క కొత్త చిత్రం

బాహుబలి-2 చిత్రంలో పోషించిన దేవసేన పాత్ర అనుష్క ఖ్యాతిని శిఖరాగ్రానికి చేర్చింది. ఆమెకు జాతీయస్థాయిలో అభిమానగణాన్ని సంపాదించిపెట్టింది. ప్రస్తుతం అనుష్కను ఒక సినిమాకు ఒప్పించాలంటే మామూలు విషయం కాదంటున్నారు. ఆమె ఇమేజ్‌కు అనుగుణమైన కథను తయారుచేసుకోవడంతో పాటు అది ఖచ్చితంగా మహిళా ప్రధాన ఇతివృత్తమై వుండాలని చెబుతున్నారు. ఈ కారణంగానే బాహుబలి-2 తర్వాత అనుష్క మరే కొత్త చిత్రానికి ఓకే చెప్పలేదు. ఇటీవలే విడుదలైన భాగమతి చిత్రాన్ని బాహుబలి-2 కంటే ముందే అంగీకరించడంతో ప్రేక్షకులు దానిని కొత్త సినిమాగా భావించలేదు. తాజా సమాచారం ప్రకారం గౌతమ్‌మీనన్ దర్శకత్వంలో అనుష్క ఓ సినిమాకు అంగీకరించినట్లుగా తెలిసింది. మహిళా ప్రధాన ఇతివృత్తంతో, తనదైన శైలి భావోద్వేగభరిత అంశాలతో గౌతమ్‌మీనన్ చెప్పిన కథ అనుష్కను బాగా ఆకట్టుకుందని అంటున్నారు. రాబోవు రెండుమూడు మాసాల్లో ఈ సినిమాను సెట్స్‌మీదకు తీసుకొచ్చేందుకు గౌతమ్‌మీనన్ సన్నాహాలు చేస్తున్నారని చెన్నై సినీవర్గాల్లో వినిపిస్తున్నది. ప్రస్తుతం విక్రమ్ కథానాయకుడిగా ధృవ నక్షత్రం చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్నారు గౌతమ్‌మీనన్. ఈ సినిమా పూర్తయిన వెంటనే అనుష్క కథానాయికగా నటించే చిత్రాన్ని పట్టాలెక్కిస్తారని సమాచారం.

నిలదీస్తా నిత్యం జనహితం..

శ్రీమంతుడు చిత్రం తర్వాత ప్రిన్స్ మహేశ్‌బాబు, దర్శకుడు కొరటాల శివ కాంబినేషన్లో రూపొందిన 'భరత్ అనే నేను' చిత్రంపై భారీ అంచనాల నెలకొన్నాయి. ముఖ్యమంత్రి పాత్రలో మహేశ్‌బాబు నటిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన ప్రమోషన్‌ను యూనిట్ విభిన్నమైన విధానంలో రూపొందిస్తున్నారు. ఇప్పటికే రిలీజ్ అయిన ఫస్ట్ ఓథ్, టీజర్లు అభిమానులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. మార్చి 25న (ఆదివారం) విడుదల చేసిన ఫస్ట్ సాంగ్ మహేశ్ సినిమాపై అంచనాలను మరింత పెంచేసింది.

అతనే నా కాబోయే భర్త..

సూపర్‌స్టార్ హీరోయిన్ ట్యాగ్ తెచ్చిపెట్టాయి. కెరీర్ విషయంలో రాకెట్‌లా దూసుకెళ్తున్న నయనతార వ్యక్తిగత జీవితంలో మాత్రం అనేక ఒడిదుడుకులు ఆరంభం నుంచి మీడియాను ఆకర్షిస్తునే ఉన్నాయి. గతంలో శింబు, ప్రభుదేవా, ఆర్య లాంటి హీరోలతో అఫైర్లు పెళ్లి దాకా వచ్చి ఆగిపోయాయి. ప్రస్తుతం దర్శకుడు విగ్నేష్ శివన్‌తో అఫైర్, డేటింగ్ వార్తలు మీడియాలోనే కాదు సోషల్ మీడియాలో హల్‌చల్ రేపుతున్నాయి. ఇప్పటి వరకు విగ్నేష్‌తో రిలేషన్‌పై పెదవి విప్పని నయన్ తాజాగా ఆయన గురించి ఓపెన్ అయ్యారు. చెన్నైలో ఇటీవల మీడియా సంస్థ నిర్వహించిన కార్యక్రమం సందర్భంగా నయనతార సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసింది. ఎక్సెలెన్స్ ఇన్ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ అవార్డు అందుకొన్న ఆమె మాట్లాడుతూ.. నా కెరీర్‌లో ఒడిదుడుకులకు లోనప్పుడు నాకు సపోర్ట్‌గా నిలిచిన అమ్మ, నాన్న, అన్నయ్య, నా కాబోయే భర్త అందించిన సహకారం మరువలేనిది అని నయనతార అన్నారు. ఇప్పటి వరకు నేను హాజరైన అన్ని అవార్డుల ఫంక్షన్ అన్నింటిలోకి ఇదే గొప్ప ఫీలింగ్ కలిగించిన కార్యక్రమిది. ఇక్కడ పలు రంగాల్లో [illegible] అద్భుతమైన స్ఫూర్తి కలిగించింది. ఆ గొప్ప భావనతో ముందుకెళ్లడం మంచి సంతృప్తిని కలిగిస్తున్నది అని నయనతార అన్నారు.

దక్షిణాదిలో ప్రస్తుతం లేడి సూపర్‌స్టార్ ఎవరంటే ఠక్కున నయనతార అనే ఒకే ఒక పేరు గుర్తొస్తుంది. ఇటీవల ఆమె నటించిన కర్తవ్యం, ఇతర చిత్రాలు లేడీ

పవన్ కళ్యాణ్ మూడో పెళ్లిపై మాధవి లత హాట్ కామెంట్స్!

ప్రజా సేవ చేసేందుకు రాజకీయాల్లోకి వచ్చిన పవన్ కళ్యాణ్ మీద కొందరు చాలా దారుణంగా మాట్లాడుతున్నారు. మూడు పెళ్లిళ్లు చేసుకున్నోళ్లు కూడా సమాజ సేవ చేస్తారా? అంటూ వెటకారం చేస్తున్నారు. రెండు మూడు రోజులుగా పవన్ కళ్యాణ్ గురించి మాట్లాడుతూ హాట్ టాపిక్ అయిన హీరోయిన్ మాధవి లత... ఆయన 3 వివాహాలపై కూడా స్పందించారు. పవన్ కళ్యాణ్ లీగల్‌గా అందరికీ విడాకులు ఇచ్చేసే మూడో పెళ్లి చేసుకున్నారు. ఆయన నిజంగా అన్యాయం చేసి ఉంటే, మోసం చేసి ఉంటే రేణు దేశాయ్ ఇప్పటికీ అంత గౌరవంగా ఎందుకు మాట్లాడుతుంది? నో కామెంట్స్ అని ఒకటే మాట చెప్పేది. ఆమె ఏ రోజూ అలాంటి వర్డ్స్ యూజ్ చేయలేదు. పవన్ కళ్యాణ్ పేరు చెబితే చాలు ఆమె చాలా ఎగ్జైట్ అవుతారు.... అని మాధవి లత తెలిపారు. కొందరి జీవితాలు అంతే ఒక్కొక్కరి లైఫ్ లో ఒక్కో సిచ్యువేషన్ ఉంటుంది. కొంత మంది భార్యభర్తలుగా అన్యోన్యంగా ఉండలేక పోవచ్చు. స్నేహితులుగా ఎంతో గొప్పగా ఉండొచ్చు. కంపానియన్ కుదరకనే ఇలా జరుగుతుంటుంది, కొన్ని జీవితాలు అంతే.... అని మాధవి లత తెలిపారు. వారు ఇల్లీగల్‌గా పదేసి సంసారాలు మెయింటేన్ చేస్తున్నారు అలా మాట్లాడుకుంటే మన రాజకీయ నాయకులు ఒక్క పెళ్లి చేసుకుని పది సంసారాలు మెయింటేన్ చేస్తున్నవారు ఉన్నారు. దాన్నేమంటారు? ఇవన్నీ అందరికీ తెలిసినవే. వారి పీఏలు, వారి అసిస్టెంట్లు, డ్రైవర్లు ఏయే ఇంటికి ఏమేం తీసుకెళుతున్నారు, ఏయే సరుకులు పట్టుకెళుతున్నారు, ఏ డబ్బులు ఎవడిస్తే ఎక్కడికి తీసుకెళ్లి ఇస్తున్నారు అనేది ఎవరికీ తెలియనివేంకాదు. అంటే వాళ్లు ఇల్లీగల్‌గా చేస్తే తప్పులేదా? పవన్ కళ్యాణ్ అఫీషియల్‌గా చట్టప్రకారం విడాకులు ఇచ్చి చేస్తే తప్పా?... అంటూ మాధవి లత ప్రశ్నించారు. దేవుళ్లు రెండు మూడు పెళ్లిళ్లు చేసుకోలేదా? అలా అని పవన్ కళ్యాణ్‌ను నేను దేవుడు అనడం లేదు, ఆయన మంచి మనిషి... సమాజానికి మంచి చేయాలనుకుంటున్న మనిషి... దేవుడు రెండు మూడు పెళ్లిళ్లు చేసుకున్నారు అంటే కొందరు సందర్భం అలా కలిసొచ్చింది చేసుకున్నారని చెబుతుంటారు. పవన్ కళ్యాణ్‌కు కూడా అలాంటి సందర్భం కలిసొచ్చిందేమో? అక్కడ దేవుడు ఎవరికీ విడాకులు ఇవ్వలేదు. ఒకరు ఉండగానే ఇంకొకరిని చేసుకున్నారు... అని మాధవి లత అన్నారు.

శివాని రాజశేఖర్ టూ స్టేట్స్ ప్రారంభం

సీనియర్ నటులు రాజశేఖర్-జీవిత దంపతుల పెద్ద కుమార్తె శివాని రాజశేఖర్ కథానాయికగా అరంగేట్రం చేస్తున్న తాజా చిత్రం టూ స్టేట్స్ (వర్కింగ్ టైటిల్) శనివారం హైదరాబాద్‌లో ఘనంగా ప్రారంభమైంది. అడివి శేష్ కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి వెంకట్ కుంచం దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. హిందీ చిత్రం టూ స్టేట్స్‌కు రీమేక్‌గా తెరకెక్కిస్తున్నారు. లక్ష్య ప్రొడక్షన్స్, పీపుల్స్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ పతాకాలపై ఎమ్.ఎల్.వి సత్యనారాయణ నిర్మిస్తున్నారు. ముహూర్తపు సన్నివేశానికి ప్రముఖ దర్శకుడురాజమౌళి క్లాప్‌నివ్వగా, సీనియర్ నటుడు కృష్ణంరాజు కెమెరా స్విఛాన్ చేశారు. తొలి సన్నివేశానికి కె.రాఘవేంద్రరావు గౌరవ దర్శకత్వం వహించారు. దర్శకుడు మాట్లాడుతూ చేతన్ భగత్ రచించిన టూ స్టేట్స్ నవలను తెలుగుకు అన్వయించుకోవడం అంత సులభం కాదు. ఈ కథపై శ్రద్ధగా పనిచేశాం. తెలుగు నేటివిటీకి అనుగుణంగా తీర్చిదిద్దాం. భిన్న నేపథ్యాలు కలిగిన ఓ జంట ప్రేమ కథ ఇది అన్నారు. ఇప్పటివరకు తాను ప్రేమకథా చిత్రంలో నటించలేదని, కెరీర్‌లో భిన్నమైన ఇమేజ్‌ను తీసుకొచ్చే చిత్రమిదని అడివి శేష్ తెలిపారు. శివాని మాట్లాడుతూ అమ్మానాన్న ఆశీస్సులతో కథానాయికగా మీ ముందుకు రావడం ఆనందంగా వుంది. తొలి చిత్రంలోనే సవాలుతో కూడుకున్న పాత్ర దొరికింది. నాకు శుభారంభాన్నిచ్చే చిత్రమవుతుంది అని చెప్పింది. నిర్మాత మాట్లాడుతూ మూడు షెడ్యూల్స్‌లో చిత్రాన్ని పూర్తి చేస్తాం. హైదరాబాద్, కోల్‌కతా, అమెరికాలో చిత్రీకరణ జరుపుతాం. ఉన్నత నిర్మాణ విలువలతో చిత్రాన్ని తెరకెక్కించబోతున్నాం అని నిర్మాత పేర్కొన్నారు. రజత్ కపూర్, భాగ్యశ్రీ, లిజి, ఆదిత్య మీనన్, ప్రియదర్శి, రాహుల్ రామకృష్ణ, విద్యుల్లేఖరామన్, హేమ, ఉత్తేజ్ తదితరులు నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి సినిమాటోగ్రఫీ: షానిల్‌డియో, మాటలు: మిథున్‌చైతన్య, ఎడిటర్: నవీన్ నూలి, ఎగ్జిక్యూటివ్ నిర్మాతలు: ఎం.ఎస్.కుమార్, వివేక్ కూచిబొట్ల, సమర్పణ: టి.జి.విశ్వప్రసాద్, స్క్రీన్‌ప్లే, దర్శకత్వం: వెంకట్ కుంచం.

VIJAYABHANU - Visakhapatnam
Editor : B. Chandra Sekhar, Printed and Published by him on behalf of **VIJAYABHANU PUBLICATIONS PVT. LTD.,** 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