

విజయభాను



మీ అత్యుయలలో... సునీతులలో... సన్నిహితులలో... ఎవరికైనా... ఎలాంటి ఖుభ సందర్భమైనా... మీ హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు... విజయభాను ద్వారా అందించండి!

విజయభాను

9-3-17, PITHAPURAM COLONY, VISAKHAPATNAM-530 003
Phone : 2564353, Fax : 0891-2569004

విశాఖపట్నం, ఆదివారం 18-04-2021 **VIJAYABHANU DAILY * VISAKHAPATNAM** సంపుటి : 44 సంచిక : 186 పేజీలు : 8 వెల : 1 రూపాయి

బడిశా సీఎం నవీన్ పట్నాయక్ కు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ లేఖ



తాడేపల్లి : బడిశా ముఖ్యమంత్రి నవీన్ పట్నాయక్ కు ఏపీ సీఎం వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి శనివారం లేఖ రాశారు.

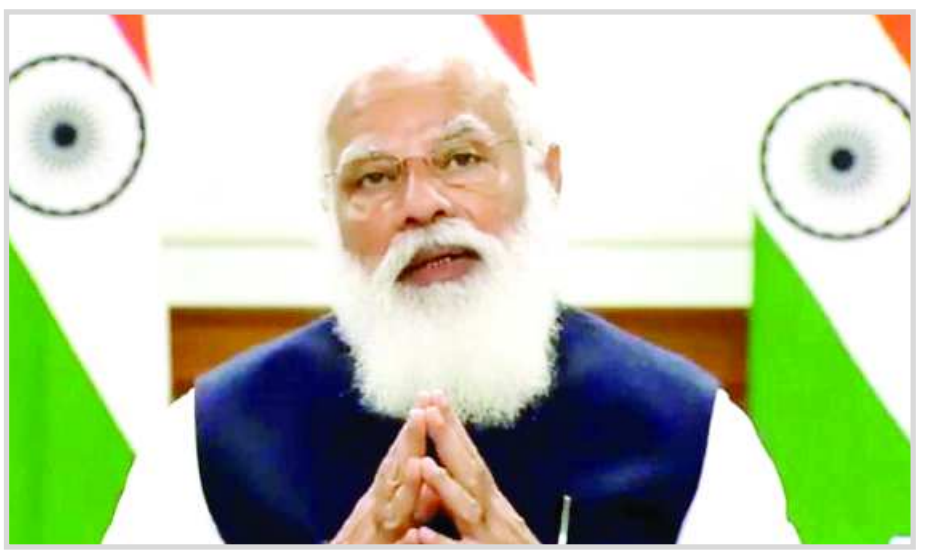
వంశధార సద్భక్తి నేరడి బ్యారేజ్ నిర్మాణంలో బడిశా ప్రభుత్వం సహకారం కోరుతూ

ముఖ్యమంత్రి ఈ లేఖ రాశారు. నేరడి బ్యారేజ్ నిర్మాణ విషయంలో బడిశాలో సంబంధించిన లక్ష్యాలు సాధించేందుకు తాము సిద్ధమని లేఖలో పేర్కొన్నారు. దీనికి సంబంధించి చర్చించేందుకు బడిశా సీఎం నవీన్ పట్నాయక్ సహాయం కోరారు. నేరడి బ్యారేజ్ నిర్మాణంలో బడిశా రైతులకు లబ్ధి చేకూరుతుందన్నారు. దీనివల్ల ఏపీలోని క్రికాకుళం జిల్లా రైతులకు, బడిశాలోని గణపతి జిల్లా రైతులకు ఉపయోగంగా ఉంటుంది దని లేఖలో తెలిపారు. సముద్రం లోకి వృథాగా పోయే 80 టీఎమ్సీల నీటిని నేరడి బ్యారేజ్ నిర్మాణం ద్వారా వినియోగంలోకి తీసుకు రావచ్చన్నారు.

ఏకాంతంగా ఒంటిమిట్ట బ్రహ్మాత్మవాలు

ఒంటిమిట్ట: ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రమైన కడప జిల్లా ఒంటిమిట్టలోని కోదండరామస్వామి బ్రహ్మాత్మవాల నిర్వహణపై నెలకొన్న సందిగ్ధత ఎట్టకేలకు తొలగిపోయింది. ఈనెల 21వ తేదీ నుంచి ఒంటిమిట్టలో శ్రీరామనవమి ఉత్సవాలు జరగాల్సి ఉంది. కొవిడ్ వ్యాప్తి దృష్ట్యా కేంద్ర పురావస్తుశాఖ ఆదేశాల మేరకు ఒంటిమిట్ట ఆలయాన్ని మే 15వ తేదీ వరకు మూసివేయనున్నట్లు అధికారులు ఇప్పటికే ప్రకటించారు. ఈ నేపథ్యంలో బ్రహ్మాత్మవాలను ఏకాంతంగా నిర్వహించనున్నట్లు తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం(తితిదే) ప్రకటించింది. ఈ మేరకు బ్రహ్మాత్మవాల ఏర్పాట్లను ఆపాలని అధికారులను ఆదేశించింది. ఏటా ఒంటిమిట్ట కోదండరామస్వామి ఆలయంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో శ్రీరామనవమి వేడుకలు అత్యంత వైభవంగా నిర్వహిస్తున్న విషయం తెలిసింది.

లాంచనప్రాయంగానే కుంభమేళా



దిల్లీ: దేశంలో కరోనా రెండో దశ విజృంభణ ఉధృతంగా ఉన్న సమయంలో హరిద్వార్ లో కుంభమేళా నిర్వహించడంపై సర్వత్రా విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో ప్రధాన మంత్రి నరేంద్రమోదీ దీనిపై స్పందించారు. ప్రస్తుత మహమ్మారి కఠిన పరిస్థితుల్లో కుంభమేళాను ప్రతికాత్యంగానే జరపాలంటూ సాధువులను కోరారు.

కుంభమేళాలో పాల్గొన్న సాధువుల్లో అనేక మందికి కొవిడ్ పాజిటివ్గా నిర్ధారణ అయిన విషయం తెలిసింది. దీంతో ప్రధాని మోదీ ఇవాళ... జనా అఖాడాహెడ్ స్వామి అవధేశానంద్ గిరితో ఫోన్లో మాట్లాడారు. ఈ విషయాన్ని మోదీ ట్వీట్ ద్వారా వెల్లడించారు. సాధువుల ఆరోగ్యంపై ఆరా తీసిన ప్రధాని.. వారికి ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా వైద్యసాయం అందిస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. కుంభమేళాను కొనసాగించడంపై విమర్శలు వెల్లువెత్తు తున్నాయి. మరోవైపు

“రెండు షాహీ స్నాన్(రాజ స్నానాలు) పూర్తయ్యాయి కనుక ఇప్పుడున్న కరోనా సంకట పరిస్థితుల్లో కుంభమేళాను ప్రతికాత్యంగా (భక్తులెవరూ లేకుండా కేవలం లాంచనప్రాయంగా కొనసాగించడం) జరపాలని స్వామి అవధేశానంద్ గిరిని ప్రార్థించారు. ఈ నిర్ణయం మహమ్మారిపై పోరాటానికి మరింత బలాన్ని చేకూరుస్తుంది” అని మోదీ ట్వీట్ ద్వారా పేర్కొన్నారు.

ఉత్తరాఖండ్ లోని హరిద్వార్ లో జరుగుతున్న కుంభమేళాలో నిత్యం లక్షల మంది భక్తులు పాల్గొంటున్నారు. ఇటీవల ఏప్రిల్ 12, 14 రోజుల్లో జరిగిన షాహీ స్నాన్ లో అత్యధిక సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొని గంగానదిలో పవిత్ర స్నానాలు ఆచరించారు. అయితే దేశంలో కరోనా ఉగ్రరూపం దాల్చిన నేపథ్యంలో కుంభమేళాను కొనసాగించడంపై విమర్శలు వెల్లువెత్తు తున్నాయి. మరోవైపు

‘నిరూపిస్తే రాజకీయాల నుంచి తప్పుకుంటా’

ఏపీ మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి తిరుపతి : తెదేపా నేతలు దొంగ ఓటర్లను పురమాయింది.. వైకాపా దొంగ ఓట్లు వేయిస్తోందని అబద్ధపు ప్రచారం చేస్తున్నారని ఏపీ మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి ఆరోపించారు. తిరుపతిలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ... తెదేపా అనుకూల మీడియా పోలింగ్ బూత్లకు వెళ్లి ఓటర్లను భయభ్రాంతులకు గురి చేస్తున్నారన్నారు. ఓటర్లను మీడియా ఇబ్బంది పెట్టడంపై ఎన్నికల కమిషన్ కు ఫిర్యాదు చేసినట్లు చెప్పారు.

“నారా లోకేళ్ నన్ను వీరప్పగనా ట్వీట్ చేశారు. రాజకీయం లబ్ధికోసం ఏదంటే అది మాట్లాడితే ఉపేక్షించం. కిరణ్ కుమార్ రెడ్డితో కలిసి తెదేపా వాళ్ళి ఎర్రచందనం స్పృగ్గింగ్ చేశారు. నన్ను స్పృగ్గింగ్ నిరూపిస్తే రాజకీయాల నుంచి తప్పుకుంటా. తెదేపా తీరు చాలా అభ్యంతరకరం. తిరుపతి ఉప ఎన్నికలో వైకాపాను ఎదుర్కోలేక ముందుగా ప్రణాళిక రచించి దారుణాలు చేస్తున్నారు.

తెదేపాకి ప్రజాబలం ఉందా? వైకాపాకి ప్రజా బలం లేదా ఫలితాల రోజు తెలుస్తుంది.. ఎవరికి ప్రజాబలం ఉందో. **[తరువాతి 2లో..]**



తెదేపాది అనవసర రాద్ధాంతం

రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారు సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి దీని చెప్పారు. తాడేపల్లిలోని వైకాపా కేంద్ర కార్యాలయంలో సజ్జల మీడియాతో మాట్లాడారు. తిరుపతిలో దొంగ ఓట్లు వేస్తున్నారంటూ తెదేపా నేతలు అనవసర రాద్ధాంతం చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు కుట్రపూరితంగా వ్యవహరిస్తూ ఆరోపణలు చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. శ్రీవారి దర్శనానికి బస్సుల్లో వస్తే, దానిపై కూడా గలాటా చేస్తారా? అని నిలదీశారు. రెండు రోజుల క్రితం నుంచే ఈ తరహా ఆరోపణలు తమపై చేస్తోందని, దీనికి తగిన రంగాన్ని తెదేపా ముందే నిర్ణయం చేసుకున్నట్లు కనిపిస్తోందని సజ్జల ఆరోపించారు.

వైకాపా ఓడిపోతుందని.. మెజారిటీ తగ్గుతుందనే భయం తమకేమీ లేదని సజ్జల స్పష్టం చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికలు, పంచాయతీ ఎన్నికల **[తరువాతి 2లో..]**

ముగిసిన తిరుపతి ఉప ఎన్నిక...

తిరుపతి లోక్ సభ ఉపఎన్నిక పోలింగ్ ముగిసింది. క్యూలైన్ లో ఉన్నవారికి ఓటు వేసే అవకాశం కల్పించారు. సాయంత్రం 5 గంటల వరకు 55% పోలింగ్ నమోదైంది. మే 2న కౌంటింగ్ ప్రక్రియ జరగనుంది.

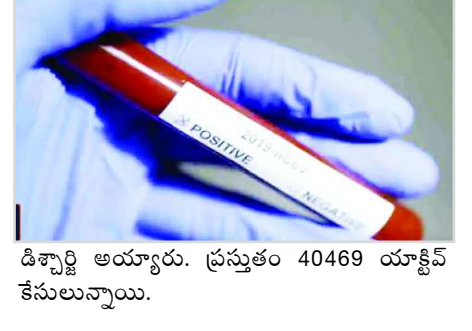
తిరుపతి పార్లమెంట్ ఉపఎన్నికకు పోలింగ్ కొనసాగుతోంది. సాయంత్రం 5 గంటల వరకు 54.99% పోలింగ్ నమోదైంది. నియోజకవర్గాల వారీగా చూసు కుంటే..

- సర్వేపల్లి నియోజకవర్గంలో 57.91% పోలింగ్
- గూడూరు నియోజకవర్గంలో 51.82% పోలింగ్
- సూళ్లూరుపేట నియోజకవర్గంలో 60.11% పోలింగ్
- వెంకటగిరి నియోజకవర్గంలో 55.88% పోలింగ్
- తిరుపతి నియోజకవర్గంలో 45.84% పోలింగ్
- శ్రీకాళహస్తి నియోజకవర్గంలో 57% పోలింగ్
- సత్యవేడు నియోజకవర్గంలో 58.45% పోలింగ్

24 గంటల్లో 2,332 మంది డిస్చార్జి

అమరావతి : ఆంధ్రప్రదేశ్ లో కరోనా వైరస్ సెకండ్ వేవ్ వ్యాప్తి కొనసాగుతోంది. గడిచిన 24 గంటల్లో 35,907 మందికి పరీక్షలు చేయగా వారిలో 7,224 మందికి కొవిడ్ పాజిటివ్ గా నిర్ధారణ జరిగింది. శుభవారం రోజు 15 మంది కరోనాతో మృతి చెందారు. మొత్తం కరోనా కేసుల సంఖ్య 9,55,455 కు చేరింది. ఇప్పటి వరకు 7,388 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. కొత్తగా 2,332 మంది కోలుకున్నారు.

దీంతో ఇప్పటి వరకు 9,07,598 మంది **[తరువాతి 2లో..]**



ప్రముఖ హాస్యనటుడు వివేక్ కన్నుమూత

చెన్నై : కోటివుడ్ ప్రముఖ హాస్యనటుడు వివేక్(59) కన్నుమూశారు. శుభవారం మధ్యాహ్నం తీవ్ర గుండెపోటుతో చెన్నైలోని ఓ ప్రైవేటు ఆస్పత్రిలో వివేక్ చేరిన విషయం తెలిసింది. చికిత్స పొందుతూ ఈ తెల్లవారుజామున 4.30 గంటలకు ఆయన తుదిశ్వాస విడిచారు. వివేక్ ఆకస్మిక మరణంతో తమిళ చిత్రసరికల్లో తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి నెలకొంది.

వివేక్ మృతిపట్ల పలువురు సినీ ప్రముఖులు సంతాపం ప్రకటించారు. ప్రముఖ దర్శకుడు కె.బాలచందర్ వెంటితెరకు పరిచయం చేసిన నటుల్లో వివేక్ ఒకరు. బాలచందర్ దర్శకత్వం వహించిన ‘మనదిల్’ ఉరుది వేండం **[తరువాతి 2లో..]**

తిరుపతి ఉపఎన్నికపై సీఈసీకి చంద్రబాబు లేఖ

అమరావతి: తిరుపతి లోక్ సభ ఉప ఎన్నికలో భాగంగా తిరుపతి అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం పరిధిలో జరిగిన పోలింగ్ ను రద్దు చేసి, కేంద్ర బలగాలతో తిరిగి నిర్వహించాలని కేంద్ర ఎన్నికల సంఘాన్ని తెలుగుదేశం అధినేత చంద్రబాబు కోరారు. ఈ మేరకు కేంద్ర ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్ (సీఈసీ)కి ఆయన లేఖ రాశారు. తిరుపతి పార్లమెంట్ పరిధిలో జరిగిన అక్రమాలపై తగు చర్యలు తీసు కోరమని పేర్కొన్నారు.

తిరుపతి ఉపఎన్నికలో స్థానికేతరులు వేల కొద్ది దొంగ ఓట్లు వేశారని.. వారిని అరికట్టడంలో పోలీసులు, అధికారులు పూర్తిగా విఫలమయ్యారని ఆరోపించారు.

తిరుపతిలో తిప్పవేసి ఎన్నికల అక్రమాలకు పాల్పడుతున్న స్థానికేతరులను మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డిపై చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. దొంగ ఓట్లు వేస్తున్న వారిని పట్టించిన తెదేపా శ్రేణులను పోలీసులు అక్రమంగా అరెస్టు చేశారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. వారిని తక్షణమే విడుదల చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అక్రమాలకు సంబంధించిన వీడియో, ఫోటో ఆధారాలను తన లేఖలో పాటు జతచేశారు.



Star Facilities with Economic Price @ 999/-

Centrally located with good hospitality

- 32" LED TV with USB drive
- E-Safe Locker
- Coffee / Tea Maker
- WIFI Internet
- 24 Hrs running hot/cold water
- Lift facility
- Standby Generator
- Complimentary Mineral Water Bottle

Hotel VB Grand

9-3-17, Beside NH-5, Opp. Automotive Manufacturers, Pithapuram Colony, Visakhapatnam-3
Cell : 07680-995759, 0891-2750555

అయోధ్య రామ మందిర నిర్మాణంతో హిందువుల కల సాకారం

- ఆర్ఆర్ సేవ సంఘం వ్యవస్థాపకులు కుప్పిలి అప్పలస్వామి

చోడవరం : దేశ ప్రజలంతా ఎంతగానో ఎదురు చూస్తున్న అయోధ్య రామమందిర నిర్మాణం తో దీర్ఘకాలికంగా ఉన్న హిందువుల కల సాకారమవుతుందని రాజరాజేశ్వరి (ఆర్.ఆర్) సేవ సంఘం వ్యవస్థాపకులు కుప్పిలి అప్పలస్వామి అన్నారు. మండలంలోని గోవాడ గ్రామంలో అయోధ్య రామ మందిర, హనుమాన్ అమ్మలతో ఉన్న కాషాయం జెండాలను స్థానిక వైసిపి నాయకులు ఏడువారక సత్యాపావు తదితరుల చేతుల మీదగా శనివారం భక్తులకు ఉచితంగా పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా అప్పల స్వామి మాట్లాడుతూ ప్రతి హిందువు ఇంటి పైన అయోధ్య రామ మందిర జెండా ఎగరాలి అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో అల్లం రామ అప్పారావు, బెహరా శివ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



వైసిపి జిల్లా కార్యదర్శి ఏడువారక సత్యాపావు చేతుల మీదగా జెండాలు పంపిణీ చేస్తున్న దృశ్యం

వాటంటలను సన్నానించిన

1వ వార్డు కార్పొరేటర్ అక్కరమాని పద్మావతి రామునాయుడు



రామునాయుడు సన్నానించారు. ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి వారంటలను మంచి సేవలు చేశారని మంత్రి అవంతి శ్రీనివాస్ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు సంక్షేమ పథకాలు, ప్రజలు దృష్టికి తీసుకొచ్చారని కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి జీరు వెంకటరెడ్డి, మహిళ అధ్యక్షురాలు జీరు సుజాత, కొప్పల కృష్ణజీరు శ్రీనివాస్ రెడ్డి, తమిళనర్సింగం రావు, తదితర నాయకులు, కార్యకర్తలు,, సచివాలయం నిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

భీమునిపట్నం : శనివారం బొగ్గురోడ్డు సచివాలయంలో చిట్టివలస, కొత్తపేట, జ్యూట్ మిల్, గాంధీ బొమ్మసెం ఇష్ట కిర్, వారంటలను 1వ వార్డు కార్పొరేటర్ అక్కరమాని పద్మావతి

సంపద కేంద్రాలకు తూట్లు



మాకవరపాలెంలో నిరుపయోగంగా ఉన్న సంపద కేంద్రం

మాకవరపాలెం : పల్లెలను చెత్త రహితంగా తీర్చిదిద్ది, తద్వారా గ్రామంలోనే అన్నదాతలకు సెంద్రియ ఎరువులం దించాలన్న సంకల్పంతో టీడీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో నిర్మాణమైన సంపద కేంద్రాలు నేడు వృధాగా పడివున్నాయి. దీంతో గ్రామాల్లో ఎక్కడికక్కడ చెత్త దర్శన మిస్తోంది. చాలా చోట్ల చెత్తను రోడ్లపైన పారబోస్తుండటంతో జనం తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. గత టీడీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో మండలంలోని 18 గ్రామాల్లో సంపద కేంద్రాలను నిర్మించారు. ఇందులో తామరం ఒక్కటే పని చేస్తోంది. మిగిలిన గ్రామాల్లోని సంపద కేంద్రాల్లో వానపాములను విడుదల చేసి నిరుపయోగంగా వదిలివేశారు. మాకవర పాలెంలో ఇప్పటికే పూర్తిగా చెత్త పారబోయడంతో సవిత్ర గెడ్డ పూర్తిగా చెత్తతో పూడుకుపోయింది. ఇక్కడ నిత్యం చెత్తను వేస్తూ నిప్పు పెడు తుండటంతో పొగ వల్ల అటుగా వెళ్లేవారు ఉక్కిరిబిక్కిర వుతున్నారు.

మాస్కు ధరించి భౌతిక దూరం పాటించాలి

గోపాలపట్నం : కరోనా సెకండ్ వేవ్ విజృంభిస్తున్న తరుణంలో లో 92 వ వార్డులో విశాఖ పార్ల మెంటరీ నియోజకవర్గం వర్సింగ్ సెంటెంట్ జివీఎస్ కోఆర్డినేట్ సభ్యులు బెహరా భాస్కర రావు గారి ఆధ్వర్యంలో పుడకాలని, ప్రశాంతి నగర్, బంకుజంక్షన్, అజంతా పార్క్, పారిశుధ్య కార్మి కులు హైడ్రోకోర్డెడ్ డ్రావణాన్ని జిల్లారు అలాగే దోమలు నియంత్రణకు ఫాగింగ్ చేశారు ఈ సందమాట్లాడుతూ ఒక్కరూ మాస్కు ధరించాలని అలాగే భౌతిక దూరం పాటించాలని వార్డు ప్రజలకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జివీఎస్ వైద్య సిబ్బంది, మలేరియా సిబ్బంది, సచివాలయ సెక్రటరీలు, వైఎస్ఆర్ఎస్ నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.



విశాఖపట్నం : స్వచ్ఛ విశాఖ సాధన లో భాగంగా మునిసిపల్ సౌలిడ్ వేస్ట్ మేనేజ్మెంట్ రూల్స్-2016 మరియు ప్లాస్టిక్ వేస్ట్ మేనేజ్మెంట్ రూల్స్-2016 ప్రకారం శాస్త్రీయ పద్ధతిలో మునిసిపల్ ఫున వ్యర్థాల నిర్వహణ పటిష్టంగా అమలు చేయవలసి మహా విశాఖపట్టణం నగర పాలక సంస్థ వివిధ రకములైన చర్యలను చేపట్టడమైనది. సదరు రూల్స్ ప్రకారం ఆంధ్ర ప్రదేశ్ ప్రభుత్వం వారు నిర్దేశించిన ఆధునిక మరియు శాస్త్రీయ పద్ధతిలో ఫున వ్యర్థాలను ఉత్తమ అయినచోటనే తడి, మెరుగైన వ్యర్థ నిర్వహణ

పాడి, మరియు ప్రమాద కరమైన వ్యర్థాలను విభజించి గృహ, వాణిజ్య సముదాయాల నుండి సేకరణ జరుప వలసి సదిగా గతంలోనే జి.వి.ఎం.సి కార్పొరేషన్ తీర్మానం ద్వారా తెలియ చేయడం అయినది. ఉత్తమ అయినచోటనే తడి, పాడి మరియు ప్రమాద కరమైన వ్యర్థాలను విభజించి జి.వి. ఎం.సి వారికి అందచేయవలసి పలన స్థానిక వ్యర్థాల మరియు ఇతర పాడి వ్యర్థాలను ఉపయోగకరమైన వస్తువులుగా మార్చే దుకు వీలు పడుతుంది. తడి వ్యర్థాలను కంపోస్టింగ్ పద్ధతి ద్వారా సెంద్రియ ఎరువులుగా మార్చుట తో పాటు పెరటి పంటలను ప్రోత్సహించవచ్చు. ప్రమాద కరమైన వ్యర్థాలను మరింత మెరుగగా శాస్త్రీయ పద్ధతిలో నిర్వహించుటకు వీలు పడుతుంది. ఎవరైనా తడి, పాడి మరియు ప్రమాదకరమైన వ్యర్థాల కోసం మూడు(3) బిన్ లను ఏర్పాటు చేసుకొనలేకపోతే వారిని గుర్తించి ఉచితంగా ఇవ్వటం జరగబడుతుంది. ఇక మీదట విభజించి వ్యర్థాలను ఇవ్వనివిధాల జి.వి.ఎం.సి సిబ్బంది వ్యర్థాల సేకరణను చేపట్టారని, దీనికి గాను ప్రజలు సహకరించ వలసినదిగా మున్సిపల్ కోరడమైనది. వాణిజ్య సముదాయ ప్రాంతాలలో తడి మరియు పాడి వ్యర్థాలను వేరు వేరుగా సేకరించుటకు గాను ప్రతి 50 మీటర్ల దూరమునకు బిన్స్ (2) బిన్ పద్ధతి ని అందుబాటులోకి తేవటం జరిగినది. ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాల నిర్వహణ నియమాలు 2016 అనుసరించి నగరంలో 50 మైక్రో కన్నా తక్కువ మందం కలిగిన ప్లాస్టిక్ సంఘాల వినియోగం పూర్తిగా నిషేధించడమైనది కావున వాటిని విక్రయించినా లేదా ఉపయోగించినా జరిమాన విధించబడును. దీని ద్వారా మన వనరులను సమర్థ వంతగా వినియోగించటం తో పాటు పర్యావరణ సమతుల్యతను పరిరక్షించు కోవచ్చు.

రైల్వే పట్టణంపై వివాహిత ఆత్మహత్య

ఉపాధి హామీ పనులను పరిశీలించిన అరకు ఎమ్మెల్యే అరకులోయ : మండలం లోని పద్మావతి మేజర్ పంచాయతీ పరిధిలోని రాజా జిల్లేడ గ్రామంలో శనివారం కు ఎమ్మెల్యే. పాల్గొన్న సర్కటించారు ఇందులో భాగంగా గ్రామంలో జరుగు తున్న ఉపాధి హామీ పథకం పనులను ఆయన పరిశీలించారు. పనుల నాణ్యత గురించి ఉపాధి హామీ నిబ్బందిని అడిగి తెలుసు కున్నారు. అనంతరం క్రూల్ తో మాట్లాడారు ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు సక్రమంగా అందేలా అందుతున్నాయా లేదా అని అడిగి తెలుసుకున్నారు.

గాజువాక : యాదవ జగ్గరాజు పేటకు చెందిన వివాహిత దువ్వడ రైల్వేస్టేషన్ రైలు పట్టణంపై ఆత్మహత్య చేసు కుంది. దువ్వడ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధి లో శనివారం ఈ సంఘటన చోటు చేసుకుంది. స్థానికులు తెలిపిన వివరాలు ప్రకారం... దువ్వడ యాదవ జగ్గరాజు పేట కి చెందిన జోగి ఆదిలక్ష్మి (35) శు క్రవారం ఉదయం భర్త తో గొడవపడి అనంతరం ఇంటి నుండి వెళ్లిపోయింది. అయితే శని వారం తుంగ్గం రైల్వే ట్రాక్ పై మృతి చెంది ఉండటాన్ని గుర్తించి రైల్వే లోక్ పైలెట్ పోలీసులు కి సమాచారం అందించారు. రైలు పట్టణంపై ఆదిలక్ష్మి తల.. శరీరం వేరువేరుగా



పడిపోయి ఉన్నాయి. విష యం తెలుసుకున్న దువ్వడ పోలీసులు ఘటన స్థలానికి చేరుకుని పరిస్థితి సమీక్షించారు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు.

ఘనంగా తెలుగు నాటకరంగ దినోత్సవ వేడుకలు



సాగింది. ప్రముఖ రంగస్థల, సినీ నటులు ఎన్. కె. మిత్ర ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. లీడర్ దినపత్రిక సంపాదకులు రమణ మూర్తి ప్రత్యేక అతిథిగా, తెలుగు దండు వ్యవస్థాపకులు పరవస్తు సూరి ఆత్యయ అతిథిగా హాజరై శుభాకాంక్షలు తెలియ జేశారు. ఈ సందర్భంగా బళ్ల షణ్ముఖరావు రచించిన నటులున్నారు జాగ్రత్త అనే హాస్య నాటికను రంగస్థల నాటక కళాకారులు ప్రదర్శించారు. ఈ నాటకం వివి రమణ మూర్తి దర్శకత్వం వహించారు. రంగస్థల నాటక సంఘం వ్యవస్థాపకులు దాదగిరి సాయి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో నగరం లోని రంగస్థల కళాకారులు, సాంకేతిక నిపుణులు హాజరయ్యారు. సీనియర్ పాత్రికేయులు ఎన్. ఎన్. ఆర్. వ్యాఖ్యాతగా వ్యవహరించిన ఈ వేడుకల్లో రంగస్థల సీనియర్ నటి హేమ వెంకటేశ్వరి, జమ్మా చినబాబు, బెల్లెకొండ దానయ్య సహకారం అందించారు. నటులున్నారు జాగ్రత్త నాటికలో బి. కేశవ శ్రీ, ఎన్. వి. కె. సాయి కుమార్, ఎస్. ఎస్. గజేష్, రమణ, చిన్నారావు, ఆర్. యశ్వంత్, కె. శ్రీనివాస్, వీరభద్ర రావు, ఇమంది ఉత్సవరావు, పి. వి. రమణమూర్తి మరియు అంజలి ఫోన్ నటించారు.

విశాఖపట్నం : తెలుగు నాటక రంగ దినోత్సవ వేడుకలు రంగస్థల నాటక సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా జరిగాయి. సంఘసంస్కర్త కందుకూరి వీరేశలింగం పంతులు జయంతి సందర్భంగా ఏటా నిర్వహించే తెలుగు నాటక రంగ దినోత్సవాన్ని రంగ సాయి నాటక గ్రంథాలయంలో శుక్రవారం కనుల పండుగ్గా

శ్రీ చైతన్య పాఠశాలలో అగ్ని ప్రమాదాలపై అవగాహన సదస్సు



విశాఖపట్నం : అగ్ని మాపక వాోత్సవాల సందర్భంగా చైతన్య పాఠశాలలో జిల్లా సహాయక అగ్ని మాపక అధికారి, సింహపలం, శ్రీచైతన్య విద్యా సంస్థల - ప్రాంతీయ అధికారి ఆశిబాబు మరియు - అగ్నిమాపక సిబ్బంది, పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు, సిబ్బంది పాల్గొని విద్యార్థులకు వ్యాసరచన, చిత్రలేఖనం మరియు వక్రత్వ పోటీలను నిర్వహించారు. తదననంతరం అగ్ని ప్రమాదాలు జరగటానికి గల కారణాలను వివరిస్తూ, ఒక వేళ - అగ్ని ప్రమాదం జరిగితే వాటిని ఏవిధంగా ఆర్థి వేయవచ్చు, ఆ ప్రమాదాల నుండి ఏవిధంగా వారిని వారు, ఆ ప్రమాదంలో చిక్కుకున్న వారిని

రక్షించ వచ్చి వివరిస్తూ సమాన డిల్లీ ను చేసి చూపించారు. దీనిలో భాగంగా గ్యాస్ లీక అయినప్పుడు ఏ విధంగా అరికట్టాలో, విద్యుత్ షాక్ సర్క్యూట్ అయ్యి అగ్ని ప్రమాదాలు జరగ కుండా ఉండుటకు ఎటువంటి చర్యలను తీసుకోవాలో వివరించారు. అవేవిధంగా పాఠశాలలో ఉన్న అగ్నిమాపక పరికరాల గూర్చి వివరిస్తూ వాటిని ఏవిధంగా ఉపయోగించాలో ప్రయోగాత్మకంగా తెలియపరిచారు. ఏదైనా ప్రమాదం జరిగితే వెంటనే అరికట్టే విధంగా పాఠశాలలో ఒక అత్యవసర స్పందనా దళాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సూచించారు.

పుత్తడిగైరంపేటలో సామూహిక హారతి కార్యక్రమం

గోలుగొండ : మండలంలోని పుత్తడి గైరంపేటలోని తలుపులమ్మ తల్లికి శుక్రవారం రాత్రి సామూహిక హారతి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. సమరసత సేవ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో ముందుగా భజన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ పత్తి రమణ, సమరసత సేవ ఫౌండేషన్ డివిజన్ ప్రచారక నక్కా సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు.



భజన కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్న దృశ్యం

తేకు ప్లాంటేషన్ల పరిశీలించిన డిఎఫ్ఓ



కొయ్యూరు : శనివారం నర్సేపట్నం డివిజనల్ అటవీశాఖాధికారి వినోద్కుమార్ తేకు ప్లాంటేషన్లను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. ప్రస్తుతం అడవి అగ్ని ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశం ఉన్నందున తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, అక్రమ రవాణా జరగకుండా చూడాలని సూచించారు. డిఎఫ్ఓ వెంబ ఎఫ్ఆర్ఆ. జి.అనిల్కుమార్, డిఆర్ఎస్.కె.వెంకటరమణ, అటవీ సిబ్బంది టి.రమేష్వర్, ఆర్.కొండబాబు, కె.దుర్గప్రసాద్, బేసె క్యాంపు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

తేకు ప్లాంటేషన్ల పరిశీలిస్తున్న డిఎఫ్ఓ

కరోనా కేసులు పై సర్పంచ్ సిరపురపు స్పందన పరవాడలో శానిటేజేషన్ పిచికారీ



పరవాడ : పరవాడ గ్రామం లో కోవిడ్ పాజిటివ్ కేసులు వచ్చిన సంగతి అందరికీ తెలిసిందే. దీనిపై స్పందించిన పరవాడ గ్రామ సర్పంచ్ సిరపురపు అప్పలనాయుడు శని వారము పరవాడ గ్రామముతా శానిటేజేషన్ చేయించారు. అనంతరము అయిన మాట్లాడుతూ కరోనా మహమ్మారి విలయతాండవం చేస్తున్న వేళ ప్రతి ఒక్కరూ తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి అని సూచించారు. ప్రతి ఒక్కరు విధిగా మాస్కు ధరించాలి అని అన్నారు. షాటిక దూరం పాటించాలి అని సూచించారు. అత్యవసరము అయితే తప్ప ఇంట్లో నుండి బయటికి రాకూడదు అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పరవాడ గ్రామ కార్యదర్శి అమృతరావు, పోతల అప్పలనాయుడు, సిరపురపు రాజేష్, పైల రాధాకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మోద కొండమ్మ రాట శంకుస్థాపన



శంకుస్థాపన చేసిన ఎంపీ గట్టెటి మాధవి, ఎమ్మెల్యే కొట్లగుర్తి భాగ్యలక్ష్మి

పాడేరు : ఉత్తరాంధ్ర జిల్లా అరాధ్య దైవంగా పిలవబడే ప్రజల ఇలవేల్పుగా రాష్ట్ర పండుగ గుర్తింపు పొంది, పాడేరులో వేలసయ్యన్న మోదకొండమ్మ అమ్మవారి పండుగ(జాతర)మహోత్సవాలు, మే నెల 16, 17, 18 తేదీలలో జరుపుటకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసి శనివారం ఉదయం 10గంటలకు పాడేరు విశాఖపట్నం వెళ్ళే మెయిన్ రోడ్డు క్రింద బజార్ భవని కట్ పివ్ సెంటర్ నందు శతకం పట్టు వడ్డ అలయ ప్రధాన అధ్యక్షులు గ్రామ పెద్దలు నిర్ణయం మేరకు పందిరి రాట్ట వేసిన పాడేరు శాసన సభ్యులు, అలయకమిటీ చైర్ పర్సన్ కొట్లగుర్తి భాగ్యలక్ష్మి అరుకు ఎంపీ గట్టెటి మాధవి వేరారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ మోదకొండమ్మ పండుగ గత రెండు సంవత్సరాలుగా పండుగ మహోత్సవములు ఎన్నికలు, కరోనా కారణంగా జరగలేదని ఈసారి పండుగను ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టి ఉత్సవాలు ఘనంగా జరిపించుటకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారని, మోదకొండమ్మ అమ్మవారి పాదాలవద్దనుంచినీటిసదుపాయం, మరుగుదొడ్డు ఏర్పాటుచేశామని, అలాగే పాడేరు జాతరకు వచ్చే ప్రజలకు ఇబ్బందులు గురికాకుండా పారిశుధ్య పనులు, మంచినీటి సౌకర్యం, రవాణా వంటివి ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు గిరిజన నాగరికత చాటిచెప్పే దిమ్మ, కోయ స్వత్వాలు, కళాజాత, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. పండుగ మూడు రోజులు పాడేరు లో గట్టి పోలీసుల బందోబస్తు ఏర్పాటుచేస్తామని, మంచినీటి సదుపాయం మొలైల్లూరుగుదొడ్డు, రవాణా సదుపాయం ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. అలాగే మూడు (మందుగుండ్) సామగ్రి వెలిగించుటకు ప్రత్యేక స్థలాన్ని ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర మెడికల్ కౌన్సిల్ సభ్యుడు డాక్టర్ తమరబ్బ సర్పింగరావు మాజీ మంత్రి మణికుమారి ఆలయ ఉత్సవ కమిటీ అధ్యక్షులు కొట్లగుర్తి సినోచలం నాయుడు, అలయ కమిటీ ప్రధాన కార్యదర్శి కొట్లగుర్తి సుబ్బారావు, శివరాత్రి నాగేశ్వరరావు, బూరిశ్రీ రామోహన్ నాయుడు, వెయ్యంకుల సత్య నారాయణ, బోసంగిరమణ, దామోదరం, రమేష్, గోపి నాయుడు తదితర కమిటీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

తిరుపతి శ్రీవారిని దర్శించుకున్న ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ



చోడవరం : తిరుపతి ఉప ఎన్నికల ఎంపీ స్థానానికి పోటీ చేస్తున్న గురుమూర్తి కి మద్దతుగా ప్రచారం నిర్వహించిన అనంతరం చోడవరం ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ శ్రీ వారిని శనివారం దర్శించుకున్నారు. ప్రజలంతా సుఖిక్రంగా ఉండాలని కోరుకున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.

వార్డు ప్రజలకు ఏ ఇబ్బందులు కలగకుండా చర్మలు తీసుకోవాలి జివియంసి 32వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ కందుల నాగరాజు



విశాఖపట్నం : వార్డు ప్రజలకు ఏ ఇబ్బందులు కలుగకుండా చర్మలు తీసుకోవాలని జివిఎంసి 32వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ కందుల నాగరాజు అధికారులను ఆదేశించారు. వార్డు పరిధిలో

పూతివారిమాన్యం లో ఒక వ్యక్తి కి కరోనా సోకిందన్న సమాచారం అందుకున్న నాగరాజు పూతివారి మాన్యం వీధిలో ప్రజలకు ఆందోళన చెందవద్దని ధైర్యం చెప్పారు. మలేరియా అధికారులకు సమాచారం అందించి వార్డు మొత్తం సోడియం హైపో క్లోరైట్ పిచికారీ చేయాలని ఆదేశించారు. వెంటనే నాగరాజు ఆదేశాలకు స్పందించిన జివిఎంసి సిబ్బంది పూతి వారి మాన్యంలో ట్రిచింగ్ చల్లి సోడి యం హైపో క్లోరైట్ పిచికారీ చేశారు. మొత్తం ప్రక్రియను దగ్గర ఉండి పర్యవేక్షించిన నాగరాజు మాట్లాడుతూ కరోనా వట్ట ఆందోళన చెందవద్దని, ప్రభుత్వం సూచించిన జాగ్రత్తలను పాటిస్తే కరోనా దరి చేరదన్నారు. నలభై సంవత్సరాలు దాటిన వారందరూ వాక్సిన్ వేయించుకోవాలని కోరారు. నాగరాజు చేపట్టిన చర్యలపట్ల వార్డు ప్రజలు సంతోషిస్తున్నారని చెప్పారు.

గోవాడ లో ఘనంగా సీతారాముల కళ్యాణ రాట మేహోత్సవం



ఉత్సవ మూర్తుల ఆభరణాలను ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్తున్న దృశ్యం

చోడవరం : మండలంలోని గోవాడ గ్రామంలోని సీతారాముల కళ్యాణ రాట మహోత్సవం శనివారం ఘనంగా జరి గింది. వైసిపి జిల్లా కార్యదర్శి ఏడువాక సత్యారావు, స్థానిక భక్తులతో కలిసి శాస్త్రయుక్తంగా స్వామివారి ఉత్సవం జరిపించారు. శ్రీరామ నవమి సందర్భంగా సీతా రామ లక్ష్మణ సహిత ఆంజనేయ స్వామి ఉత్సవ మూర్తులకు ఇతడి కిరీటాలు, వెండి నేతాలను మాజీ సర్పంచ్ ఏడువాక లక్ష్మణ్ కుమార్, మాధవి దంపతులు తయారు చేయించి ఊరేగింపుగా వెళ్లి స్వామి వారికి కానుకగా అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ ఏడువాక అమ్మయమ్మ, ఉప సర్పంచ్ అర్జునరావు, ఏడువాక సురేష్, కుంచం రాము, గోపి, కుప్పిలి నాగేశ్వరరావు, అల్లం రామ అప్పారావు, బేరా సత్యారావు ఏడువాక అప్పలస్వామి అధిక సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు.

అన్నవరం దేవస్థానం నాయీ బ్రాహ్మణులకు యూనిఫాం వస్త్రములు పంపిణీ

అన్నవరం : తూ.గో.జిల్లా ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రము అన్నవరం శ్రీ పీఠం కల సత్యనారాయణ స్వామి వారి దేవస్థానం కేళఖండన శాల నందు పని చేస్తున్న నాయీ బ్రాహ్మణులకు దేవస్థానం చైర్మన్ ఐ.వి.రోహిత్, దేవస్థానం కార్య నిర్వహణాధికారి వేంకట త్రినాధ రావు, ఏఈవో పాలంకి జగ్గారావు చేతులు మీదుగా యూనిఫాం వస్త్రములు (రెండు షర్టులు, రెండు పంచెలు) పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా నాయీ బ్రాహ్మణులు యూని ఫాం బట్టలు పంపిణీ చేయడంపై ఈవో త్రినాధరావు, చైర్మన్ ఐ.వి. రోహిత్ లకు ప్రత్యేక అభినందనలు తెలియజేశారు.



కేంద్రం అనుసరిస్తున్న కార్మిక్ విధానాలను వ్యతిరేకిస్తూ నిరసన



ములగాడ: ప్రజావ్యతిరేక విధానాలు అవలంబిస్తున్న ప్రధాని మోడీకి ప్రజలు, కార్మికులు బుద్ధి చెప్పే రోజులు దగ్గర్లోనే ఉన్నాయని షివ్ యార్డ్ గుర్తింపు యూనియన్ ప్రతినిధులు ఉద్యమిస్తామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్మిక్ సంఘాల నాయకులు, ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రమణమూర్తి, చంటిబాబు, గివింద్ పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను నిర్మూలన చేసే కుట్రలు మానుకోవాలన్నారం. లాభాల్లో ఉన్న పరిశ్రమలను ప్రైవేటీకరించాలన్న యోచన మానుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా శనివారం షివ్ యార్డ్ గేటు వద్ద ప్రభుత్వం తో మోడీకి వ్యతిరేకంగా నివాదాలు చేశారు. కేంద్రం తన నిర్ణయాలు మార్చుకోకపోతే పెద్ద ఎత్తున



గాజువాక : విశాఖ ఉక్కు పరిశ్రమ పోరాట కమిటీ అధ్యక్షులతో స్టేట్ ఫ్లాట్ ఆర్మి వద్ద 65 వ రోజు నిర్వహిస్తున్న రిలే నిరాహార దీక్షను విశాఖ ఉక్కు పరిశ్రమ పోరాట కమిటీ సభ్యులు మురళి రాజు శనివారం ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మురళి రాజు మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం కార్మిక్ వర్గాన్ని అత్యగౌరవంతో గౌరవంగా జీవించే హక్కును లాక్కొని బానిసలుగా బతికే లేబర్ కోడ్లను అమలు చేస్తోందని ఆయన అన్నారు. మేడే సూక్ష్మదాయకంగా ఉన్నా వినిమిది గంటల పని విధానాన్ని తూట్టు పొడిచి రోజుకి 8-12 గంటల నుంచి 14 గంటల వరకు పనిచేస్తున్నారని ఆయన అన్నారు. ఇప్పటికే బీజేపీ పాలిత రాష్ట్రాలైన ఉత్తర ప్రదేశ్, మధ్యప్రదేశ్, గుజరాత్ రాష్ట్రాలలో అమలువుతుందని

గౌరవంగా జీవించే హక్కు కల్పించండి

ఆయన వివరించారు. తద్వారా విశ్రాంతి దొరక్క ఆరోగ్యం క్షీణించి వ్యాధులు పాటుపడతారని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ప్రధానంగా ఈరోజు కరోనా సెకండ్ వేవ్ భారత లో ఎక్కువ అవధానికే ఇదే ప్రధాన కారణమని ఆయన అన్నారు. మనలను మనం కాపాడుకోవడానికి జరుగుతున్న ఉద్యమాలను బలపరచడం మనందరి ప్రధాన కర్తవ్యమని ఆయన విలుపునిచ్చారు. పోరాట కమిటీ సభ్యులు వైటి దాన్ మాట్లాడుతూ గౌరవంగా జీవించడం అంటే ఉపాధి భద్రతతో కూడినదే ఉండాలని ఆయన అన్నారు. అది నేడు కొరవడిందని ఢిల్లీ టర్నెట్ అండ్ సెయింట్ పేరుతో అది నేడు అమలువుతుందని ఆయన వివరించారు. అది కూడా మన విశాఖ నగరంలోనే షివ్ యార్డ్ లో అమలు చేస్తున్నారని ఆయన తెలియజేశారు. ఈ చట్టాలను పార్లమెంటులో ఆమోదించిన ఆ సమయంలో మన రాష్ట్రంలో ఉన్న ప్రధాన పార్టీలు వీటిని అంగీకరించాయని ఆయన గుర్తు చేశారు. ఉపాధి భద్రత కరువు ఐతే గౌరవంగా జీవించడం సాధ్యమని ఆయన తెలియజేశారు. గౌరవంగా జీవించడం కోసం జరుగుతున్న

ఉద్యమాల్లో భాగస్వాములు అవ్వడం మనందరి భద్రత అని ఆయన విలుపునిచ్చారు. కో కన్సీనర్ కె.సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ కేంద్రంలోని మోడీ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రావడానికి సంవత్సరానికి రెండు కోట్ల ఉద్యోగాలను కల్పిస్తామని వాగ్దానం చేశారని ఆయన గుర్తు చేశారు. దాన్ని ప్రభుత్వం వారితో మన మోడీ బజ్జీలు అమ్ముకోవడం కూడా ఉపాధి అని ఆయన అనడం ఆశ్చర్యం కలిగిస్తోందని ఆయన ఎద్దేవా చేశారు. ఉపాధి అంటే వర్గానికి జరిగే ప్రమాదాన్ని వివరిస్తూ కార్యకర్తలను ఉత్తేజ పరిచారు. దీనిలో పోరాట కమిటీ సభ్యులు వరసా శ్రీ నివాస్, వి.ప్రసాద్, కె.బాలశౌరి, డి.సత్యనారాయణ, వి.మరళి, త్రినాథ్, ఎ.వి.కె.రాజు, ఎ.డి.ప్రసాద్, కె.వి.అప్పలరాజు, యస్.కె.సత్యనారాయణ, మల్లి కార్జున రావు విశాఖపట్నం స్టేట్ ఫ్లాట్ వివిధ విభాగాల అధ్యక్ష కార్యదర్శులు, కార్యకర్తలు అధికారులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సీడిపిడి తో జాగ్రత్త



ఆస్థమా, అలర్జీ, బ్రాంకైటిస్

మనం ప్రతి రోజు తినే ఆహారం, తాగినీరు కాదు పిచ్చే గాలి కూడా పరిశ్రుభంగా ఉండాలి. లేకపోతే ఊపిరితిత్తులు దెబ్బతిన అది క్రానిక్ అబ్స్ట్రక్టివ్ పల్మనరీ డిసీజ్(సీడిపిడి), ఆస్థమా, అలర్జీ, బ్రాంకైటిస్ వంటి వ్యాధులకు దారితీయవచ్చు. సీడిపిడి ఇది హఠాత్తుగా వచ్చేది కాదు. కొన్ని ఏళ్ళపాటు చాపకం దీనిలా వ్యాధి కొనసాగుతూ ఒక స్థాయికి వచ్చే సరికి మనిషిని కంగడిస్తుంది.

సీడిపిడి బాధితుల్లో 70శాతం మంది సిగరెట్లు తాగివారే కావడం గమనార్హం. ఇతరు లు వదిలే సిగరెట్ పాగవల్ల సీడిపిడి 130శాతం పెరుగుతోందని తేలింది. క్యాజేజీ, గోబిబువ్వు, బ్రకోలీ వంటి కూరగాయల్లో ఐసోదియోసయనేట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి పాగవల్ల ఊపిరితిత్తులు దెబ్బతినకుండా అడ్డుకుంటారు.

ఆప్పుడు చేయడానికి యేమి ఉండదు. దీనికి ప్రధాన కారణం ధూమపానమే. సిగరెట్ తాగినా, చుట్టూతాగినా, బీడీలు ఇవన్నీ సీడిపిడి వ్యాధిని కలిగించేవే. ఇది పురుషుల్లోనే కాదు స్త్రీలలో కూడా కనిపిస్తుంది. స్త్రీలలో పంజాబ్, క్యాన్సర్ వంటి ప్రదేశాలలో కనిపిస్తోంది. ఆస్థమా కూడా ఊపిరితిత్తుల సంబంధ వ్యాధి కాని ఇది ఆయా సీజన్లలో వస్తుంది, పోతుంది. సీడిపిడి అలా కాదు వచ్చిందంటే పొదు. పైగా క్రమేపి ముదురుతూ ఉంటుంది. దీని వల్ల ఆయాసంతో పాటు జ్వరం, కళ్ళి సమస్యలు ఉంటాయి. కొందరు ఎంత తిన్నా బరువు తగ్గుతుంటారు.

అక్షణాలు..... సీడిపిడి లక్షణాలు మొదట ఎక్కువగా దగ్గుతూ ఉండటం, ఒక్కోసారి దగ్గులో క్షేమం కూడా రావచ్చు. కాస్త గట్టిగా పనిచేస్తే, త్వరగా నడిస్తే తగ్గినట్లు అనిపించవచ్చు.

ఇంకాస్త ముందిరితే శారీరక పనుల్లో కష్టం అనిపించడం, జలుబు, ఛాతి ఇన్ ఫెక్షన్ల నుంచి అలసత్వంగా కోలుకోవడం, విపరీతమైనప్పుడు మెట్లు ఎక్కిలేని పరిస్థితి, గదిలో ఓ మూల నుంచి మరో మూలకు నడవలేని పరిస్థితి, చివరకు విశ్రాంతి తీసుకున్నా అలసిపోతుంటారు.

కారణాలు..... ఈ వ్యాధి ఎక్కువగా ధూమపానం చేసే వారిలో ఎక్కువ. పరోక్ష ధూమపానం వల్ల క్రానిక్ బ్రాంకైటిస్ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. వాతావరణ కాలూష్యం, వత్తులు (వడ్రంగులు, మైనింగ్లో పనిచేసేవారు, రోడ్లు శుభ్రంచేసేవారిలో) గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో కట్టెల పొయ్యిలు వాడే స్త్రీలు, నగరాల్లో వాహనాల నుంచి వెలువడే కాలూష్యకారకాలు పీల్చడం కూడా రిస్క్. వీటితో పాటు కొంతమందిలో వంశపారంపర్యంగా కూడా సీడిపిడి రావచ్చు.

తీసుకోవాలైన జాగ్రత్తలు..... తేమకు దూరంగా ఉండటం. గ్యాస్ లీకవడం, కట్టెల పొయ్యి, మాడిపోయిన వేపుళ్ళ వంటివి ఇంట్లోని గాలిని కలుషితం చేస్తాయి. వీటి వల్ల సీడిపిడి వచ్చే అవకాశాలు మూడు రెట్లు ఎక్కువ. సీడిపిడి బాధితుల్లో 70శాతం

మంది సిగరెట్లు తాగివారే కావడం గమనార్హం. ఇతరులు వదిలే సిగరెట్ పాగవల్ల సీడిపిడి 130శాతం పెరుగుతోందని తేలింది. క్యాజేజీ, గోబిబువ్వు, బ్రకోలీ వంటి కూరగాయల్లో ఐసోదియోసయనేట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి పాగవల్ల ఊపిరితిత్తులు దెబ్బతినకుండా అడ్డుకుంటాయి. పట్టణాల్లో దుమ్ము, దూలి, సుని పాగకు ఎక్స్ పోజ్ కాకుండా చూసుకోవాలి. రద్దీ ప్రదేశాల్లో, రోడ్ల ప్రక్కన వ్యాయామం వంటివి చేయకుండా చూసుకోవాలి. వ్యాయామం సమయంలో ఊపిరితిత్తులు ఆక్సిజన్ ను ఎక్కువగా గ్రహిస్తాయి. అధిక బరువు ఊపిరితిత్తుల పనితీరు దెబ్బతీస్తుంది. బీఎంబి 30కన్నా తక్కువ ఉన్నవారు బరువు తగ్గించుకోవాలి.

స్మోకర్స్ కాఫ్ దీర్ఘకాలపు దగ్గుకు అతి ప్రధాన కారణం ధూమపానం. సిగరెట్లు తాగివారిలో కనిపించే నుసిడగ్గు (స్మోకర్స్ కాఫ్) ఎంపైసిమా అనే ప్రమాదకరమైన సరిచేయలేని ఊపిరితిత్తుల వ్యాధికి సూచన. సిగరెట్ పాగకు పరోక్షంగా గురికావటం వల్ల కూడా ఊపిరితిత్తుల వ్యాధులు, దానిని అనుసరించి దగ్గు వచ్చే రిస్క్ ఉంటుంది.

మాతృత్వపు మధురిమ ఆస్వాదించండి



గర్భధారణ సమయంలో శరీరంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకోవడం చాలా సర్వసాధరణం. ఈ మార్పులు ప్రతి మహిళ శరీరంలోనూ ఏర్పడుతాయి. గర్భధారణ సమయంలో మహిళలకు సాధారణ జీవితాన్ని గడపాలని సూచిస్తుంటారు. అయితే గర్భధారణ సమయంలో ప్రమాదకర కార్యకలాపాలు కొన్ని ఉన్నాయి. కాబట్టి గర్భధారణ సమయంలో ఎల్లప్పుడూ సురక్షితంగా ఉండటం ఉత్తమైన మార్గం. దాని తర్వాత అన్నీ.

ఎందుకంటే గర్భధారణ అనేది 9నెలల మాత్రమే కాబట్టి ఆ 9నెలలు మహిళలకు చాలా విలువైన సమయంగా భావించాలి. గర్భధారణ సమయంలో ఎటువంటి కార్యకలాపాలు ప్రమాదకరమైనవో మీకు తెలిసుండకపోవచ్చు. కానీ మనకు తెలిసిన కొన్ని కార్యకలాపాలు మాత్రం న్యూట్రిషియన్ వుడే అధికంగా తీసుకోవాలి. దూరప్రయాణాలు చేయకూడదు. దగ్గర ప్రయాణాలేనా తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి మరియు అధిక బరువులు మోయకూడదు మొదలగునవి. కాబట్టి మీ గర్భధారణ సమయంలో సురక్షితంగా ఉండటానికి చాలా చాలా లౌకిక విషయాలను తెలుసుకోవలసిన అవసరం ఉంది. ఉదా: మీకు రాక్ బ్యాండ్ యొక్క సంగీతానికి హాజరు కావడం అనేది గర్భధారణ సమయంలో ప్రమాదకర కార్యకలాపంగా చెప్పవచ్చు. గర్భధారణ సమయంలో అధికంగా వ్యాయామం చేయడంతో హార్ట్ బీట్ పెరుగుతుంది మరియు ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా పెంచుతుంది. గర్భధారణ సమయంలో ఉదర భాగంలో వ్యాక్సింగ్ చేయించుకోవడం కూడా మంచిది కాదు. ఇటువంటి కొన్ని చిన్న విషయాలు మీ గర్భధారణ సమయంలో సురక్షితమా కాదా అని గుర్తించేందుకు మరికొన్ని మీకోసం బోల్డ్ స్టా అందిస్తుంది. ఈ రిస్క్ యాక్టివిటీస్ కు గర్భధారణ సమయంలో దూరంగా ఉండి ఆరోగ్యాన్ని సురక్షితం చేసుకోండి...

ఫర్మిచర్లను మార్చకూడదు సాధారణంగా ఇంట్లో వస్తువులు ఫర్మిచర్ లను ఇక్కడి అక్కడే. అక్కడవి ఇక్కడ మార్చుతుంటారు. అయితే మీ గర్భ ధారణ మొదటి 9నెలల్లో (మొదటి మూడు నెలల్లో) ఇటువంటి రిస్క్ యాక్టివిటీస్ ను నివారించడం చాలా క్షేమం. ఇది మీ మీద ఒత్తిడిని పెంచుతుంది.

పిల్లలను మోయడం మీ రెండవ ట్రైమిస్ట్రీ కంటే ముందు మీకు పిల్లలను చూసుకోవలసిన బాధ్యత ఉంటుంది కాబట్టి, వారు 5కేజీల బరువు కంటే ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు అతనిని/ఆమెను ఎత్తుకోవడం నివారించడం. లేదంటే మీ వెన్నుకు ఒత్తిడి కలిగించవచ్చు.

స్నేటింగ్ వ్యాయామంలో చాలా మంది రోలర్ స్కేటింగ్ ను ఉపయోగిస్తారు. అయితే మహిళలు గర్భధరించి నప్పుడు, ఈ రోలర్ స్కేటింగ్ వ్యాయామాన్ని మానుకోండి. రోలర్ స్కేటింగ్ చేయడానికి మంచి బ్యాల్ సెటింగ్ ఉండాలి.

స్టీమ్ బాత్ గర్భధారణ సమయంలో స్టీమ్ బాత్ చేయడం అనేది చెడు ఆలోచన. ఎప్పుడైతే మీ శరీరం వేడి పొందుతుందో, అప్పుడు మీ చర్మం బ్లెడ్ సెల్స్ రిడైరెక్ట్ గావించబడి మీ చర్మాన్ని చల్లబరుస్తుంది. అలా చేయడం వల్ల కడుపులో పెరగుతున్న శిశువుకు అదనపు రక్తప్రవాహం కోల్పోతుంది.

కుడుములు తయారు చేయండిలా!



బియ్యం నానబెట్టుకొని తెల్లారాక మిక్సీలో రవ్వలా వేసుకోవాలి. అలాగే కెనగలను 15 నిమిషాలపాటు నానబెట్టుకోవాలి. తర్వాత స్టా మీద మందపాటి గిన్నె పెట్టి వేడయ్యాక, అందులో స్పూన్ నెయ్యి వేసి శనగపప్పును వేసి కొద్దిగా వేగనివ్వాలి. శనగపప్పు వేగ వెంటనే నీళ్లు పోసి మరగనివ్వాలి. అందులో తగిన ఉప్పు వేసి, ఆ తర్వాత బియ్యపు పిండిని వేసి ఉండలు లేకుండా కలియబెట్టుకోవాలి. వెంటనే మూతపెట్టి 4-5 నిమిషాలు ఉక్కిరిపట్టాలి. నీరంతా పిండి పీల్చేసుకున్నాక స్టా మీద నుంచి దించుకోవాలి. ఆ పిండితో నచ్చిన సైజులో ఉండలు చేసుకోవాలి. వీటిని ఇడ్లీ ప్లేట్లలో పెట్టి 25 నిమిషాలు ఆవిరిపై ఉడకనివ్వాలి. అంతే కుడుములు రెడీ.

కావాల్సిన పదార్థాలు: రవ్వలా కొట్టిన బియ్యపు పిండి - రెండు కప్పులు, శనగపప్పు - ఆర కప్పు, నెయ్యి - ఒక స్పూన్, ఉప్పు, నీళ్లు - తగినంత.
తయారుచేయు విధానం: ముందుగా రాతిపూటే

స్వీట్ కార్న్ రైస్



మొక్కజొన్న గింజలు ఒక మంచి బలమైన ఆహార పదార్థము. దీని గింజలను పచ్చిగా గాని, కాల్యుకొని లేదా ఉడకబెట్టుకొని తింటారు. మొక్కజొన్న గింజలనుండి పేలాలు 'పాప్ కార్న్', 'కార్న్ ప్లేన్స్' తయారుచేస్తారు. లేత 'బేబీకార్న్' జొన్న కంకులు కూరగా వండుకుంటారు. మొక్కజొన్న పిండితో రొట్టెలు చేసుకుంటారు. కొంచెం వెరైటీగా వెజిటేబుల్స్ చేర్చి పాప్ కార్న్ రైస్ రుచి చూడండి. పిల్లలకు, పెద్దలకు ఇష్టమైన స్వీట్ కార్న్ రైస్ రేపిటీ మరియు ఆరోగ్యం కూడా.

కావలసిన పదార్థాలు: మొక్కజొన్న గింజలు - 2 కప్పులు, క్యారెట్ - పావు కప్పు (చిన్న ముక్కలుగా కట్టేసుకోవాలి), పచ్చిబఠాణి- ఆర కప్పు, ఉల్లిపాయ- 1 (చిన్న ముక్కలుగా కట్టేసుకోవాలి), అల్లం వెల్లుల్లి పేస్ట్ - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, పచ్చిమిర్చి - 4-6, నూనె - వేయించడానికి సరిపడా, జీల కర్ర - 1 టేబుల్ స్పూన్, పంచదార - 1 టేబుల్ స్పూన్, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, భాస్వతి బియ్యం: 3 కప్పులు (ఉడికించిన అన్నం). జీడిపప్పు - 3 టేబుల్ స్పూన్లు, కిన్మిస్ - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, కొబ్బరిపాలు - 3 కప్పులు.
తయారుచేయు విధానం: - బియ్యం కడిగి కొబ్బరి పాలలో అరగంబు నానబెట్టాలి. తర్వాత కొబ్బరి పాలతో సహా బియ్యం వేసి అవసరమనుకుంటే కొద్దిగా నీళ్లు కలిపి

సీజన్లో వేదించే జలుబు

వర్షాకాలంలో బాగా వేదించే సమస్య జలుబు, దగ్గు. ఏ వయసువారైనా వీటి బారిన పడకతప్పదు. ముఖ్యంగా వీటి కారణంగా పిల్లలు చాలా ఇబ్బంది పడతారు.దాదాపు రెండు వందల వైరస్లు కారణం. ఇన్నింటిలో ఏ ఒక్క వైరస్ వల్ల అయినా జలుబు రావచ్చు. అందుకని జలుబుకు సరైన మందు కనిపెట్టలేకపోయారు. విసిగించే జలుబు వల్ల మేలే ఎక్కువ ఉంది. వైరస్ శరీరంలోకి వెళ్ళాక మనలోని వ్యాధి నిరోధక శక్తి వల్ల దానితో పోరాడటానికి యాంటిబాడీస్ తయారవుతాయి. ఇవి వ్యాధిని ఎదుర్కోవడానికి కావలసిన శక్తిని ఇస్తాయి. అందుకని జలుబు గురించి దిగులు చెందాల్సిన అవసరం లేదు. సాధారణంగా పుట్టిన నెల రోజుల వయసు నుంచే పిల్లలకు జలుబు రావడం మొదలవుతుంటుంది. మందులు వాడినా వాడకపోయినా ఏడు రోజుల్లో తగ్గిపోయే జలుబుకు ఎన్నో ఇతర కారణాలు ఉన్నాయి...



సమస్యలు లేనప్పుడు ఎక్కువ సార్లు జలుబు చేసినా భయపడాల్సిన అవసరం లేదు.

మందులు అక్కరలేదు: జలుబుకు ప్రత్యేకించి మందులు వాడాల్సి అవసరం లేదు. ముక్కులు మూసుకుపోయినప్పుడు మాత్రం సెలెన్ డ్రాప్స్, జ్వరంగా ఉంటే పారాసిటమాల్ సెర్వె వైద్యుల సలహా మేరకు వాడాలి. జలుబు ఏడు రోజులకు కూడా తగ్గక ఇంకా కొనసాగుతూ ఉంటే నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. యాంటిబయాటిక్స్ వాడనవసరం లేదు. అయితే డాక్టర్ సలహా మేరకు ఇవ్వాలి ఉంటుంది. జలుబుకు ప్రత్యేకించి వ్యాక్సిన్లు ఏమీ లేవు. అయితే పిల్లల్లో వ్యాధినరోధక శక్తి పెరగడానికి, ఇతర వ్యాధులు రాకుండా ఉండటానికి సమయానుకూలంగా వ్యాక్సిన్లు ఇవ్వించడం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు.

వంటింటి చిట్కాలు: వెల్లుల్లిని బాగా నలగొట్టి గంటకొకసారి బాగా వాసన పీలుస్తూ, అప్పుడప్పుడు కొన్ని వెల్లుల్లి రెబ్బలు నమలి మింగాలి. ఇలా చేస్తూ ఉంటే కూడా జలుబు తగ్గుతుంది. ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనెలో హాఫ్ టేబుల్ స్పూన్ దాల్చిన చెక్క పొడిని కలిపి వడుకునేటప్పుడు తాగితే జలుబు ,దగ్గు నుంచి కొంతవరకు ఉపశమనం పొందవచ్చు.

2 లేదా 3 తులసి ఆకులను వాటర్ తో కలిపి చిన్న మంటపై కొంత సేపు ఉడక బెట్టి.. నీళ్లు చల్లారాక పుక్కిలిస్తే గొంతు నొప్పి నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు.. తులసి, మిరియాలతో చేసే కషాయం జలుబు సమస్యను అదుపులో ఉంచుతుంది.

జలుబు, ముక్కుదిబ్బడ ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు కొద్దిగా యాకలిప్సెన్ అయిలను చేతి రుమాలుపై వేసి వాసన పీలుస్తూ ఉంటే ముక్కుదిబ్బడ తగ్గుతుంది.

ముక్కులో, గొంతులో : ముక్కులో అడినానాడ్స్, గొంతులో టాన్సిల్స్ ఇన్ఫెక్షన్ ఉన్నప్పుడు పిల్లలకు జలుబు ఎక్కువసార్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. అలాగే వీరిలో జలుబు తగ్గడానికి కూడా ఎక్కువ రోజులు పట్టవచ్చు. పెద్దలు ఎక్కడ పడితే అక్కడ ఉమ్మడిం వల్ల, అందులో ఉండే వైరస్ ఎక్కువైనా వ్యాపిస్తుంది. ఇలాంటి చోట ఉండే పిల్లలను జలుబు ఎక్కువగా వేదిస్తుంది. ఉమ్మి ద్వారా టి.బి., స్ట్రెప్టోకోక్కి వంటి దీర్ఘకాలిక జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదమూ ఉంటుంది. తల్లిపాలు తాగని పిల్లల్లో తరచూ జలుబే కాదు ఏ ఇన్ఫెక్షన్ అయినా ఎక్కువగా వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయి.

ఎలాంటి నిబంధనలు లేవు : జలుబుకి ఆహారం విషయంలో ఎలాంటి నిబంధనలు లేవు. అయితే ముక్కులు మూసుకుపోవడం వల్ల పిల్లలు సరిగా తినలేరు. అందుకని తక్కువ తక్కువ ఆహారాన్ని వీలేనన్ని ఎక్కువసార్లు ఇస్తుండాలి. రెండు - మూడు గంటలకు ఓ సారి పాలిచ్చే తల్లులు పిల్లలకు జలుబు ఉన్నప్పుడు ఎక్కువ సార్లు ఇస్తుండాలి. పెద్దలు ఎక్కడ పడితే అక్కడ ఉమ్మడిం వల్ల, అందులో ఉండే వైరస్ ఎక్కువైనా వ్యాపిస్తుంది. ఇలాంటి చోట ఉండే పిల్లలను జలుబు ఎక్కువగా వేదిస్తుంది. ఉమ్మి ద్వారా టి.బి., స్ట్రెప్టోకోక్కి వంటి దీర్ఘకాలిక జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదమూ ఉంటుంది. జలుబు తగ్గకపోగా పిల్లలు గాలి తీసుకునేటప్పుడు, పదిలేటప్పుడు పిల్లకాతలుగా వినిపిస్తుంటాయి. ఎన్నో కారణాల వల్ల వచ్చే ఈ సమస్య నియంత్రణకు ఫ్రాంకోడయలేటర్ మందులు, నెబులిజేషన్లు అవసరం పడతాయి.పిల్లల్లో సాధారణంగా రెండు నెలలకొకసారి జలుబు వస్తూనే ఉంటుంది. ఎదుగుదలలో ఎలాంటి

రింగురింగుల జుట్టుతో జాగ్రత్తసుమా!

రింగు రింగుల జుట్టు సాధారణంగా ఉండే జుట్టుకంటే పెళుసుగా ఉండటమేగాకుండా, పొటిపొడిగా ఉంటుంది. కాబట్టి రింగుల జుట్టు ఉన్నవారు ప్రత్యేకమైన శ్రద్ధ తీసుకోవాలి ఉంటుంది. రింగుల జుట్టు ఉన్న వారు షాంపూతో వారానికి ఒక సార్లైనా తప్పకుండా తలస్నానం చేయాలి. దానివల్ల తలలో చర్మం, వెంట్రుకలు జిడ్డులేకుండా ఉంటాయి. తలస్నానానికి మాయిశ్చరణగం షాంపూ అయితే మరి మంచిది. ఇది జుట్టు పొడిపొడిగా ఉంచేందుకు సహకరిస్తుంది. వారంలో వీలనైనన్ని సార్లు షాంపూతో తలస్నానంచేస్తే రింగుల జుట్టు జిడ్డులేకుండా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అయితే స్నానం చేసిన తరువాత రింగుల జుట్టును సహజంగానే గాలికి ఆరనివ్వాలి. అలాకాకుండా శ్రద్ధయర్పించుకునే వాడితే జుట్టు విరిగిపోయే ప్రమాదం ఉంటుంది. అసలే రింగు రింగులుగా ఉన్న జుట్టు మరింతగా రింగులు తిరగకుండా ఉండేందుకు యాంటిఫ్రైజ్ నిరమను ఉపయోగించటం ఉత్తమం. ఈ నిరమను జుట్టు కుదుళ్లనుంచీ రాస్తే సరిపోతుంది.



నల్లగా ఉన్నారని బాధపడుతున్నారా...?

మహిళలు నల్లగా ఉన్నారని బాధపడుతున్నారా.. అయితే ఇక మీరు బాధపడాల్సిన పనిలేదు. నల్లగా ఉన్నవాడు మీగడలో పసుపు కలుపుకుని ప్రతిరోజూ చర్మానికి రాసుకుంటే మెరిసే ఛాయను పొందుతారని బ్యూటీషియన్లు అంటున్నారు. మీగడలో పసుపు కలిపి ప్రతిరోజూ చర్మానికి రాసుకుని పది నిమిషాల తర్వాత మెత్తగా, నెమ్మదిగా అక్కడక్కడ మసాజ్ చేస్తే రంగులో తేడా గమనించవచ్చు. నిమ్మ, తులసి ఆకుల రసం సమ పాళ్లలోకలిపి రోజుకు రెండుసార్లు ముఖానికి పట్టించాలి. 20 నిమిషాల తర్వాత చల్లటి నీటితో ముఖం కడుక్కోవాలి. అలాగే బంగాళాదుంపల రసం తీసిముఖానికి రాసుకుని 20 నిమిషాల తర్వాత చల్లని నీటితోకడిగియాలి.

రెండవ జోన్ పరిధిలోని 7వ వార్డులో కమిషనర్ పర్యటన



విశాఖపట్నం : జిఎంసీ కమిషనర్ డా. జి. సృజన శనివారం, రెండవ జోన్ పరిధిలోని 7వ వార్డు లో గల దుర్గా నగర్, ఖార్ వేళ నగర్ ప్రాంతాలలో, రెసిడెన్షియల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధులతో కలిసి పర్యటించారు. కోలనీలో అమలవుతున్న గృహాలనుండి తడి-పాడి చెత్త సేకరణ గూర్చి అర్.డబ్ల్యూ.ఎ. ప్రతినిధులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. కొన్ని ప్రాంతాలలో గృహ యజమానులు చెత్తను వేరు చేసి ఇవ్వక పోవడం గమనించి, ఈ విధానం మారాలని, గృహ యజమానులు, చెత్తను వేరు చేసి, పారిశుధ్య కార్యక్రమాలను అందించాలని, ఇటువంటి కోలనీలో శతశాతం చెత్తను వేరు చేసి కార్యక్రమాలను చేపడతామని కమిషనర్ అర్.డబ్ల్యూ.ఎ. ప్రతినిధులకు

సూచించారు. ఖార్ వేళ నగర్ కోలనీలో ప్రజాభివృద్ధి కమిషనర్ డా. జి. సృజన శనివారం, రెండవ జోన్ పరిధిలోని 7వ వార్డు లో గల దుర్గా నగర్, ఖార్ వేళ నగర్ ప్రాంతాలలో, రెసిడెన్షియల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధులతో కలిసి పర్యటించారు. కోలనీలో అమలవుతున్న గృహాలనుండి తడి-పాడి చెత్త సేకరణ గూర్చి అర్.డబ్ల్యూ.ఎ. ప్రతినిధులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. కొన్ని ప్రాంతాలలో గృహ యజమానులు చెత్తను వేరు చేసి ఇవ్వక పోవడం గమనించి, ఈ విధానం మారాలని, గృహ యజమానులు, చెత్తను వేరు చేసి, పారిశుధ్య కార్యక్రమాలను అందించాలని, ఇటువంటి కోలనీలో శతశాతం చెత్తను వేరు చేసి కార్యక్రమాలను చేపడతామని కమిషనర్ అర్.డబ్ల్యూ.ఎ. ప్రతినిధులకు



సూచించారు. ఖార్ వేళ నగర్ కోలనీలో ప్రజాభివృద్ధి కమిషనర్ డా. జి. సృజన శనివారం, రెండవ జోన్ పరిధిలోని 7వ వార్డు లో గల దుర్గా నగర్, ఖార్ వేళ నగర్ ప్రాంతాలలో, రెసిడెన్షియల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధులతో కలిసి పర్యటించారు. కోలనీలో అమలవుతున్న గృహాలనుండి తడి-పాడి చెత్త సేకరణ గూర్చి అర్.డబ్ల్యూ.ఎ. ప్రతినిధులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. కొన్ని ప్రాంతాలలో గృహ యజమానులు చెత్తను వేరు చేసి ఇవ్వక పోవడం గమనించి, ఈ విధానం మారాలని, గృహ యజమానులు, చెత్తను వేరు చేసి, పారిశుధ్య కార్యక్రమాలను అందించాలని, ఇటువంటి కోలనీలో శతశాతం చెత్తను వేరు చేసి కార్యక్రమాలను చేపడతామని కమిషనర్ అర్.డబ్ల్యూ.ఎ. ప్రతినిధులకు



శ్రీకాళహస్తి నియోజకవర్గంలోని మన్న సముద్రం గ్రామంలో తమ ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్న వైకాపా ఎంపీ అభ్యర్థి మద్దల గురుమూర్తి కుటుంబ సభ్యులు

పట్టణవాసుల చెంతకు అరుకు కాఫీ - జిల్లా పరిషత్ మాజీ చైర్మన్ వంజంగి కాంతమ్మ



విశాఖనీటి : ప్రపంచ ప్రసిద్ధి చెందిన అరుకు అరోమా కాఫీని రాష్ట్రము లోని పట్టణప్రాంత ప్రజలందరికీ అందుబాటులోకి తీసుకురావడానికి ప్రత్యేక వికేయ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు మాజీ జెడ్ పి చైర్మన్, సంస్థ చైర్మన్ వంజంగి కాంతమ్మ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా విజేప్ డెస్ క్లబ్ లో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశం సంస్థ బ్రాచర్ విడుదల అమె ఆవిష్కరించారు.

అనంతరం ఆమె మాట్లాడుతూ నాణ్యమైన రుచికరమైన సహజనిర్మిత కాఫీ మన రాష్ట్రంలో ఉత్పత్తి అయ్యి ఇతర ప్రాంతాలకు ఎగుమతవుతుందని, పట్టణ ప్రాంతాలవారు కూడా దీని వినియోగానికి ఆసక్తి కనబరుస్తున్నారని తెలిపారు. అనంతరం ఆమె మాట్లాడుతూ నాణ్యమైన రుచికరమైన సహజనిర్మిత కాఫీ మన రాష్ట్రంలో ఉత్పత్తి అయ్యి ఇతర ప్రాంతాలకు ఎగుమతవుతుందని, పట్టణ ప్రాంతాలవారు కూడా దీని వినియోగానికి ఆసక్తి కనబరుస్తున్నారని తెలిపారు.

ప్రశాంతంగా తిరుపతి ఉపఎన్నిక పోలింగ్

తిరుపతి: తిరుపతి పార్లమెంటరీ నియోజకవర్గంలో ప్రశాంతంగా పోలింగ్ జరుగుతుందని ఏపీ డిజిటీ గౌతమ్ సవాగ్ తెలిపారు. శనివారం డిజిటీ మీడియాలో మాట్లాడుతూ.. తిరుపతి ఎన్నిక ప్రశాంత వాతావరణంలో జరిగిందని చర్యలు తీసుకున్నామని చెప్పారు. రాష్ట్ర పోలింగ్ బలగాలతో పాటు 69 ప్లటాన్ల కేంద్ర బలగాలతో భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశామన్నారు. ఓటర్లు స్వేచ్ఛగా ఓటు హక్కును వినియోగించుకుంటున్నారని తెలిపారు. సరిహద్దుల్లో బయట వ్యక్తులు, వాహనాలు రాకుండా కఠిన చర్యలు తీసుకున్నామని స్పష్టం చేశారు.



సనపల కు గౌరవ డాక్టరేట్



విశాఖపట్నం : ఆంధ్ర ప్రదేశ్ కళింగ వెల్ఫేర్ అండ్ డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ స్టేట్ డైరెక్టర్ సనపల రవీంద్ర భర్త రాజకీయాల తో పాటు అనేక సామాజిక కార్యక్రమాలు తో సమాజానికి సేవ చేస్తూ రాజీనామా చేసిన అందరికీ తెలిసినట్లు గతంలో ఓ స్థానిక దినపత్రికలో సామాజిక సేవలో దశాబ్దం అనే శీర్షిక ప్రచురించింది అందుకు కారణంగా అమెరికాకు చెందిన డే స్ప్రింగ్ థియోలాజికల్ యూనివర్సిటీ వారు విశాఖపట్నం లో జరిగిన డిగ్రీ ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమంలో గౌరవ డాక్టరేట్ ప్రధానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా రవీంద్ర భర్త మాట్లాడుతూ మధ్య తరగతి కుటుంబం నుండి వచ్చిన తనకి డాక్టరేట్ లభించడం చాలా సంతోషంగా ఉంది అని అన్నారు. ఏటవంటి లాభాపేక్ష లేకుండా చేసిన సేవా కార్యక్రమాలు ద్వారా ఈ అరుదైన గౌరవం దక్కింది అని అన్నారు.



నిస్వార్థ సేవలందిస్తున్న వాలంటీర్లకు వందనం..

- సంక్షేమ ఫలాలను ఇంటి గడప వద్దకే అందిస్తున్న వాలంటీర్లకు అభివందనం..
- ప్రాణాలను సైతం లెక్కచేయక వాలంటీర్లు చేసిన కోవిడ్ సేవల విలువ కట్టలేనివి....
- రాష్ట్ర పర్యాటక శాఖ మంత్రి ముత్తం శెట్టి శ్రీనివాసరావు



నర్సపట్నం : వాలంటీర్ల వ్యవస్థ ద్వారా రాష్ట్రానికి దేశంలోనే మంచి గుర్తింపు వచ్చిందని నిస్వార్థ సేవలందిస్తున్న వాలంటీర్ల అందరికీ తన ప్రత్యేక అభినందనలు అని రాష్ట్ర పర్యాటక శాఖ మంత్రి ముత్తం శెట్టి శ్రీనివాసరావు పేర్కొన్నారు. శనివారం స్థానిక ఎన్టీఆర్ స్టేడియంలో నర్సపట్నం నియోజకవర్గం నర్సపట్నం, నాకవరం, గొలుగొండ, మాకవరపాలెం మండలాలకు చెందిన గ్రామ /వార్డు వాలంటీర్ లకు ఉగాది విశిష్ట పురస్కారాలను అందజేశారు.

ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రవేశపెట్టిన వాలంటీర్ వ్యవస్థ దేశవ్యాప్తంగా గుర్తింపు వచ్చిందని, అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరికీ ఇంటి ముంగిటకే సంతకం పథకాలు చేరే విధంగా వాలంటీర్ల నిస్వార్థంగా సేవలందిస్తున్నారన్నారు. వీరు చేస్తున్న సేవలను గుర్తించి రాష్ట్రప్రభుత్వం సేవా పత్ర, సేవా రత్న సేవా మిత్ర పురస్కారాలను, నగదు, అవార్డుల బహుమతులను అంద చేయడం జరుగుతుందన్నారు. గ్రామ స్థాయిలో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడకుండా సమస్యలను గుర్తించి పై అధికారులకు తెలియజేయడం, అదేవిధంగా పంపిణీ చేయడం, అర్హులైన వాలంటీర్లను గుర్తించి వారికి పథకాలను అందే విధంగా చూస్తున్నారన్నారు. ప్రత్యేక వైవర్యాలు సంభవించినప్పుడు విస్తృత సేవలను అందించారన్నారు. కోవిడ్ కష్టకాలంలో ధైర్యంగా విధులను నిర్వహించి విశేష కృషి చేసిన ప్రజారోగ్యం కాపాడారన్నారు. నర్సపట్నం నియోజకవర్గం, మునిసిపాలిటీ కలిపి మొత్తం 1483 మంది వాలంటీర్లు ఉన్నారని వీరిలో 1165 మంది సేవా మిత్ర, 25 మంది సేవా రత్న, 5 మంది సేవా పత్ర అవార్డులకు అర్హులు అయ్యారని తెలిపారు పురస్కారాలు అందుకున్న వాలంటీర్లందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నారన్నారు.

నేడే శ్రీ శ్రీ శ్రీ నూకాలమ్మవారి మారు వారం

భీమునిపట్నం : భీముని గ్రామ దేవత శ్రీ శ్రీ శ్రీ నూకాలమ్మవారి మారువారం మహోత్సవం ఈ రోజు నిర్వహిస్తామని ఆలయ పూజారి చౌదరి సత్య రాజ్ తెలిపారు. ఉదయం అమ్మవారికి కుంకుమ పూజ నిర్వహిస్తారు. సాయంత్రం ఉత్సవ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో సంస్కృతిక కార్యక్రమం నిర్వహిస్తామని తెలిపారు.