విజయభాను

విశాఖపట్నం, బుధవారం 07-04-2021 | VIJAYABHANU DAILY * VISAKHAPATNAM | సంపుటి : 44 సంచిక : 177 పేజీలు : 8 వెల : 1 రూపాయి

ఏపీలో పరిషత్ ఎన్నికలకు హైకోర్టు బ్రేక్

పిటిషన్లపై తదుపరి విచారణను ఈనెల 15కి ఉన్నత న్యాయస్థానం వాయిదా

అమరావతి: ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో పరిషత్ ఎన్నికలకు బ్రేక్ పడింది. ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలను నిలిపివేస్తూ ఏపీ హైకోర్టు సింగిల్ జడ్జి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఎస్ఈసీ తాజాగా జారీ చేసిన నోటిఫికేషన్‌ను సవాల్ చేస్తూ తెదేపా, భాజపా, జనసేన వేసిన పిటిషన్లపై ఉన్నత న్యాయస్థానం విచారణ చేపట్టింది. పోలింగ్‌కు నాలుగు వారాల ముందు ఎన్నికల కోడ్ అమలు కావాలంటూ సుప్రీంకోర్టు స్పష్టమైన ఆదేశాలు ఇచ్చిన విషయాన్ని పిటిషనర్లు కోర్టు దృష్టికి తీసుకెళ్లారు.

ఆ నిబంధనలను బేఖాతరు చేస్తూ పదవీ బాధ్యతలు చేపట్టగానే ఎస్ఈసీ తాజాగా నోటిఫికేషన్ ఇవ్వడం.. వెంటనే ఎన్నికల ప్రక్రియ ప్రారంభించారనే అభ్యంతరాలను హైకోర్టు ముందుంచారు. ప్రధానంగా సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాలను అమలు చేయకపోడాన్ని ప్రస్తావించారు.

దీనిపై ప్రభుత్వం, ఎస్ఈసీ తరఫు న్యాయవాది స్పందిస్తూ సుప్రీంకోర్టు నాలుగు వారాలు అని స్పష్టంగా చెప్పలేదని కోర్టుకు తెలిపారు. ఇరువురి వాదనలను పరిగణనలోకి తీసుకున్న హైకోర్టు..పరిషత్ ఎన్నికల ప్రక్రియను నిలిపివేస్తూ మధ్యంతర ఉత్తర్వులు ఇచ్చింది. అనంతరం పిటిషన్లపై తదుపరి విచారణను ఈనెల 15కి ఉన్నత న్యాయస్థానం వాయిదా వేసింది. ఈలోపు కౌంటర్ దాఖలు చేయాలని.. కోడ్ నిబంధనల గడువు పాటించాలని ఎస్ఈసీని

తరువాయి 2లో..

సుప్రీం 'పీఠం'పై తెలుగు తేజం

హైదరాబాద్: భారత 48వ ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా తెలుగు వ్యక్తి జస్టిస్ నూతలపాటి వెంకట రమణ బాధ్యతలు చేపట్టనున్నారు. ఈ మేరకు సుప్రీంకోర్టు తదుపరి సీజేగా జస్టిస్ రమణ పేరును ప్రతిపాదిస్తూ ప్రస్తుత సీజేఐ జస్టిస్ ఎస్ఏ బోబ్డే కేంద్ర న్యాయ శాఖకు సిఫార్సు చేశారు. ఈ ప్రతిపాదనలను న్యాయశాఖ.. రాష్ట్రపతి రామ్‌నాథ్ కోవింద్‌కు పంపగా ఆయన ఆమోద ముద్ర వేశారు. జస్టిస్ ఎన్వీ రమణను ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా నియమిస్తూ రాష్ట్రపతి ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా నియమితులయ్యే రెండో తెలుగు వ్యక్తి జస్టిస్ రమణ కావడం విశేషం. అంతకుముందు 1966 జూన్ 30 నుంచి 1967 ఏప్రిల్ 11 వరకు తెలుగు వ్యక్తి జస్టిస్ కోకా సుబ్బారావు సీజేఐగా బాధ్యతలు నిర్వహించారు. ఆ తర్వాత ఇప్పటివరకు మరో తెలుగు వ్యక్తికి ఆ అవకాశం దక్కలేదు.

వ్యవసాయ కుటుంబం నుంచి..

కృష్ణా జిల్లా పొన్నవరం గ్రామంలోని ఓ వ్యవసాయ కుటుంబంలో జస్టిస్ ఎన్వీ రమణ 1957 ఆగస్టు 27న జన్మించారు. ఎన్. గణపతిరావు, సరోజినిలు ఆయన తల్లిదండ్రులు. జస్టిస్ రమణ కంచికచర్లలో ఉన్నత పాఠశాల విద్యాభ్యాసం పూర్తి చేసి, అమరావతిలోని ఆర్.వి.వి.ఎన్ కళాశాలలో బీఎస్సీలో పట్టా పొందారు. 1982లో నాగార్జున విశ్వవిద్యాలయంలో న్యాయశాస్త్రంలో పట్టా తీసుకుని 1983 ఫిబ్రవరి 10న రాష్ట్ర బార్ కౌన్సిల్‌లో న్యాయవాదిగా నమోదై, న్యాయవాద వృత్తి ప్రారంభించారు.

సివిల్, క్రిమినల్ చట్టాల్లో దిట్ట..

సివిల్, క్రిమినల్ చట్టాలతో పాటు రాజ్యాంగపరమైన అంశాల్లో జస్టిస్ రమణ దిట్ట. రాజ్యాంగపరమైన వివాదాలు, కార్మిక చట్టాలు, ఎన్నికల సర్వీసులకు సంబంధించిన కేసులపై న్యాయవాదిగా హైకోర్టు, సుప్రీంకోర్టులతో పాటు కేంద్ర, రాష్ట్ర పరిపాలనా ట్రైబ్యునళ్లలో వాదనలు వినిపించారు.

రైల్వేతో పాటు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సంస్థలకు స్టాండింగ్ కౌన్సిల్‌గా, ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో ప్రభుత్వం తరఫున అదనపు అడ్వొకేట్ జనరల్‌గా విధులు నిర్వహిస్తూ 2000 జూన్ 27న ఆంధ్రప్రదేశ్ హైకోర్టు న్యాయ మూర్తిగా నియమితులయ్యారు.

2013లో ఆంధ్రపదేశ్ హైకోర్టు తాత్కాలిక ప్రధాన న్యాయమూర్తిగానూ బాధ్యతలు నిర్వహించారు. ఆ తర్వాత దిల్లీ హైకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా

తరువాయి 2లో..

అధికార లాంఛనాలతో

అమర జవాన్లకు అంత్యక్రియలు

విజయనగరం/గుంటూరు: ఛత్తీస్‌గఢ్ మావోయిస్టుల కాల్పుల్లో వీర మరణం పొందిన అమర జవాన్లు రౌతు జగదీష్, మురళీకృష్ణ పార్థివ దేహాలకు స్వగ్రామాల్లో అధికార లాంఛనాలతో అంత్యక్రియలు నిర్వహించారు.

విజయనగరం జిల్లా గాజులరేగలో జగదీష్ స్వగృహం నుంచి అంతిమ యాత్ర ప్రారంభం కాగా, విజయనగరం ఎంపీ బెల్లాన చంద్రశేఖర్, ఎమ్మెల్యే కోలగట్ల వీరభద్రస్వామి, మేయర్ వెంపడాపు విజయలక్ష్మి, విశాఖ రేంజ్ డీఐజీ కాళిదాసు రంగారావు నివాళర్పించారు.

జోహార్ జగదీష్ అంటూ నినాదాలు చేస్తూ.. స్థానికులు పూల వర్షం

తరువాయి 2లో..

సీఎం వైఎస్ జగన్‌ను కలిసిన రమణ దీక్షితులు

తాడేపల్లి : తిరుమలలో అన్యమత ప్రచారం జరిగే ప్రసక్తే లేదని టీటీడీ ప్రధాన అర్చకులు రమణ దీక్షితులు స్పష్టం చేశారు. దేవాలయాల్లో నిత్య నైవేద్యాలు, దూపదీపాలు ఆటంకం లేకుండా కొనసాగించాలని ఏపీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డిని కోరినట్లు ఆయన తెలిపారు. ఈ మేరకు టీటీడీ ప్రధాన అర్చకులు రమణ దీక్షితులు మంగళవారం సీఎం జగన్‌ను కలిశారు. ఈ మేరకు టీటీడీ వంశ పారంపర్య అర్చకుల తరపున సీఎం వైఎస్ జగన్‌కు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ.. సంవత్సరాల నుంచి వంశ పారంపర్య అర్చకత్వం కొనసాగుతోందని తెలిపారు. ఇటీవల దానికి అడ్డంకులు ఏర్పడ్డాయని, సీఎం దీన్ని పునరుద్ధరించారన్నారు.

వంశపారంపర్య అర్చకులకు పదవీ విరమణను సీఎం వైఎస్ జగన్ రద్దు చేశారని రమణ దీక్షితులు తెలిపారు. సీఎం వైఎస్ జగన్ మరిన్ని సంవత్సరాలు సీఎంగా ఉండి రాష్ట్రంలోని అర్చకులకు మేలు చేయాలని కోరారు. చెట్టుకి పండ్లు ఉన్నపుడు రాతి దెబ్బలు సహజమని, టీటీడీపై ఆరోపణలు కూడా అలాంటివేనని అన్నారు. ఎవరు రాజకీయాల్లో ఉన్నా విమర్శ చేస్తూనే ఉన్నారని పేర్కొన్నారు. తిరుమలలో అన్యమత ప్రచారం జరగదని, వైఎస్సార్ హయాంలో కూడా ఇలానే దుష్ప్రచారం చేశారని టీడీపీ ఆరోపణలను ఖండించారు.

దేశంలో రాజకీయ అస్థిరతకు కుట్ర..!

భాజపా స్థాపనా దివస్‌లో ప్రధాని మోదీ

దిల్లీ: దేశంలో రాజకీయ అస్థిరతను సృష్టించడానికి జరుగుతోన్న కుట్రలో భాగంగానే ఎన్‌డీఏ ప్రభుత్వం గురించి పలువురు తప్పుడు ప్రచారాలు చేస్తున్నారని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ విమర్శించారు. అలాంటి వాటిని ఎప్పటికప్పుడు తిప్పికొడుతూ వాటి గురించి వాస్తవాలను ప్రజలకు తెలియజేయాలని భాజపా కార్యకర్తలకు మోదీ సూచించారు. భాజపా 41వ స్థాపనా దివస్ సందర్భంగా ప్రధాని మోదీ భాజపా కార్యకర్తలనుద్దేశించి మాట్లాడారు.

రైతుల భూమి స్వాధీనం చేసుకుంటారు, కొందరి పౌరసత్వం రద్దు చేస్తారు, రిజర్వేషన్లు రద్దు చేస్తారు, రాజ్యాంగాన్నే మార్చేస్తారు వంటి అసత్యాలను కొంతమంది వ్యక్తులు, సంస్థలు ప్రచారం చేస్తున్నాయి. ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన నూతన వ్యవసాయ చట్టాలు, సీఏఏ, కార్మిక చట్టాలపై ఇటువంటి తప్పుడు కథనాలే వ్యాపించాయి' అని మోదీ పేర్కొన్నారు. ఇలాంటి అసత్య

తరువాయి 2లో..

ఏపీలో విజృంభిస్తోన్న కరోనా

భారీగా నమోదవుతున్న కొత్త కేసులు

అమరావతి: ఏపీలో కరోనా విజృంభిస్తోంది. 24 గంటల వ్యవధిలో నమోదయ్యే కేసుల సంఖ్య భారీగా పెరుగుతోంది. ఒక్కరోజు వ్యవధిలో 31,657 నమూనాలను పరీక్షించగా 1,941 మందికి కొవిడ్ నిర్ధారణ అయింది. అత్యధికంగా గుంటూరు జిల్లాలో 424, అత్యల్పంగా పశ్చిమగోదావరి జిల్లాలో 25 కేసులు నమోదయ్యాయి.

ఈ మేరకు రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్యశాఖ బులెటిన్‌లో వెల్లడించింది. తాజా సంఖ్యతో రాష్ట్రంలో ఇప్పటివరకు

తరువాయి 2లో..

వివిధ పథకాలపై కార్పొరేటర్లకు అవగాహన కార్యక్రమం

విశాఖపట్నం : మహా విశాఖపట్నం నగరపాలక సంస్థకు ఇటీవల ఎన్నికైన కార్పొరేటర్లకు జివిఎంసిలో చేపడుతున్న వివిధ అభివృద్ధి పనులు, చేపడుతున్న ప్రాజెక్టులు, పథకాలపై, అవగాహన కల్పించుటకు గాను జివిఎంసి మేయర్, డిప్యూటీ మేయర్, కమిషనర్ కలసి తీసుకున్న నిర్ణయం మేరకు మంగళవారం, జివిఎంసి సమావేశ మందిరంలో కార్పొరేషన్ ఉన్నతాధికారుల ఆధ్వర్యంలో అవగాహన సమావేశం నిర్వహించారు. మొదటగా కార్పొరేటర్లు, అధికారులు యొక్క పరస్పర పరిచయ కార్యక్రమమును మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి, డిప్యూటీ మేయర్ జియ్యాని శ్రీధర్ అధ్వర్యంలో జరిగింది. అనంతరం, కార్పొరేషన్ ఉన్నతాధికారులు వారు నిర్వహిస్తున్న వివిధ శాఖల

తరువాయి 2లో..

కరోనా ఉధృతిపై చింతేలా... వ్యాక్సిన్ అందుబాటులో ఉండగా.!

- వ్యాక్సిన్ అవగాహన ర్యాలీలో వానపల్లి రవికుమార్

విశాఖపట్నం:- కరోనా ఉధృతి అవుతున్న తరుణంలో ప్రజలందరూ అవగాహనతో మెలగాలని, సామాజిక దూరం పాటిస్తూ, మాస్కులను విధిగా ధరించాలని, వ్యాక్సిన్ పట్ల అపోహ విడి 45 సంవత్సరాలు పైబడిన వారందరు వ్యాక్సిన్ వేసుకోవాలని 31 వ వార్డు టీడీపీ కార్పొరేటర్ వానపల్లి రవికుమార్ విజ్ఞప్తి చేశారు. కోవిడ్ వ్యాక్సిన్ పట్ల వార్డు ప్రజలకు అవగాహన పెంపొందించే నిమిత్తం మంగళవారం ఉదయం వార్డు పరిధిలో ముమ్మర ప్రచారం నిర్వహించారు. వి జె ఎఫ్ క్లబ్ వద్ద ప్రారంభమైన అవగాహన ర్యాలీ భాను స్ట్రీట్, డాబాగార్డెన్స్ మెయిన్ రోడ్, లాలితకొలనీ తదితర ప్రాంతాల్లో ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వానపల్లి రవికుమార్ మాట్లాడుతూ కరోనా రెండవ దశ విస్తృతంగా వ్యాప్తి చెందుతొందని,ఈ వ్యాధి భారిన పడకుండా అందురు జాగ్రత్తలు పాటించాలి విజ్ఞప్తి చేశారు. 45 సంవత్సరాలు పైబడిన వారు వ్యాక్సిన్ వెహించు కోవాలని, మాస్కులను ధరించి సామాజిక దూరం పాటిస్తూ మూడుపూట్ల ఆవిరి పట్టాలని ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు.

కార్యక్రమంలో వార్డు అధ్యక్షులు సారిపల్లి మహేష్, శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ అప్పారావు, మలేరియా విభాగం పర్యేక్షకులు అప్పారావు, వార్డు మహిళా నాయకురాలు మంగా, నాగమణి, నాయకులు బుజ్జి, నరేష్, వెంకటాద్రి, శ్రీనివాస్,వెంకీ, పల్లా శ్రీనివాస్, నాయడు, సన్యాసిరావు, నానీ,రవణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉక్కు కర్మాగారం ప్రైవేటీకరణ ను నిరసిస్తూ చేస్తున్న దీక్షకు స్టూడెంట్స్ ప్రైవేట్ కార్మికులు సంఘీభావం

గాజువాక: ఉక్కు కర్మాగారం ప్రైవేటీకరణకు కేంద్రం పచ్చ జెండా ఊపిన తరుణంలో ప్రైవేటీకరణ ను నిరసిస్తూ ఉక్కు పరిరక్షణ పోరాట సమితి ఆధ్వర్యంలో చేస్తున్న దీక్షకు స్టూడెంట్స్ ప్రైవేట్ కార్మికులు సంఘీభావం తెలిపారు. స్టీల్ ప్లాంట్ మద్దతుగా స్టూడెంట్స్ , ప్రైవేట్ కార్మికులు గాజువాక జంక్షన్ వద్దమంగళవారం నిరసన ధర్నా కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెంటరావు, అప్పలరాజు, గెద్దాడ నాగరాజు,జగదీష్, శివ, ప్రసాద్, సింహాద్రి, ప్రసాద్ రెడ్డి, ఐ. శివ, సునీల్, వాసు , నూకరాజు, అప్పారావు, ప్రసాద్, మోహన్, మురళి , సుదీర్ , మధు, హరి సాహు , హరిబాబు , అరుణ్ , రవి , శంకర్ , గురునాధ , రామరాజు , ఎన్. రాజు , శ్రీను , మహేష్ , వి. శ్రీనివాస్, ఉదయ్, సాయి ప్రసాద్, నాయుడు, సంతోష్, పైడిరాజు, సత్యనారాయణ, పి. జగదీష్, సతీష్, అచ్చిబాబు, బాబురావు, చిత్రాడ బాలకృష్ణ, చిత్రాడ మోహనరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మొదటి పేజీ తరువాయి

హైకోర్టు బ్రేక్

ఆదేశించింది.

ఎస్ఈసీ నోటిఫికేషన్ ప్రకారం ఈనెల 8న ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికల పోలింగ్ జరిగి.. 10న ఓట్ల లెక్కింపు చేపట్టాల్సి ఉంది. గత ఏడాది జారీ చేసిన నోటిఫికేషన్‌కు అనుగుణంగా ఆగిన చోట నుంచే పరిషత్ ఎన్నికలను చేపట్టనున్నట్లు రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం ప్రకటించింది. నామినేషన్ల ప్రక్రియ గతంలోనే ముగియడంతో కేవలం పోలింగ్, లెక్కింపు ప్రక్రియలు మాత్రమే మిగిలి ఉన్నాయి.

తాజాగా ఎన్నికల తేదీలు ప్రకటించిన నాటి నుంచి వారంలోపే పోలింగ్ జరగాల్సి ఉండటంతో అభ్యర్థులు ముమ్మరంగా ప్రచారం నిర్వహించారు. నేటితో ప్రచారం గడువు కూడా ముగియనుంది.

దేశంలో రాజకీయ అస్థిరతకు కుట్ర..!

ప్రచారాల వెనుక ఉద్దేశపూర్వక రాజకీయాలు ఉన్నాయని.. ఇదో పెద్ద కుట్ర అని స్పష్టంచేశారు. దేశంలో అపోహలు, భయాలను రేకెత్తించడం ద్వారా రాజకీయ అస్థిరతను సృష్టించడమే వీటి ఉద్దేశమని.. ఇది మనకు తీవ్రమైన సవాల్ అని భాజపా కార్యకర్తలకు వివరించారు. ఈ నేపథ్యంలో భాజపా కార్యకార్తలు ఇటువంటి వాటిపై అప్రమత్తంగా ఉండడంతో పాటు ప్రజలకు ఎప్పటికప్పుడు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు.

ఏపీలో విజృంభిస్తోన్న కరోనా

నమోదైన కరోనా కేసుల సంఖ్య 9,10,943కి చేరింది.

24 గంటల వ్యవధిలో కొవిడ్ చికిత్స పొందుతూ ఏడుగురు మృతిచెందారు. ప్రకాశం, విశాఖపట్నం జిల్లాల్లో ఇద్దరేసి.. చిత్తూరు, గుంటూరు, కర్నూలు జిల్లాల్లో ఒక్కొక్కరు చొప్పున మరణించారు. తాజా మరణాలతో రాష్ట్రంలో కొవిడ్‌తో మృతిచెందిన వారి సంఖ్య 7,251కి చేరింది. ఒక్కరోజులో 835 మంది కరోనా నుంచి పూర్తిగా కోలుకోగా.. ప్రస్తుతం 11,809 యాక్టివ్ కేసులున్నాయి. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఇప్పటివరకు 1,52,70,771 నమూనాలను పరీక్షించినట్లు ప్రభుత్వం బులెటిన్‌లో పేర్కొంది.

అధికార లాంఛనాలతో అమర జవాన్లకు అంత్యక్రియలు

కురిపించారు.

వీర జవాన్ మురళీకృష్ణ అంత్యక్రియలు

ఛత్తీస్‌గఢ్ వద్ద మావోయిస్టుల దురాగతానికి గుంటూరు జిల్లా సత్తెనపల్లి మండలం గుడిపూడికి చెందిన సీఆర్‌పీఎఫ్ జవాను శాఖమూరి మురళీకృష్ణ భౌతిక కాయానికి అధికార లాంఛనాలతో అంత్యక్రియలు నిర్వహించారు. పేద వ్యవసాయ కుటుంబానికి చెందిన శాఖమూరి రవీంద్రబాబు, విజయకుమారి దంపతుల చిన్నకుమారుడైన మురళీకృష్ణ ఆరేళ్ల క్రితం సీఆర్‌పీఎఫ్ జవానుగా ఉద్యోగంలో చేరి భరతమాత సేవకు అంకితమయ్యాడు. కోబ్రా-210 విభాగానికి చెందిన మురళీకృష్ణ ప్రస్తుతం ఛత్తీస్‌గఢ్‌లో విధులు నిర్వహిస్తున్నారుంం

సుప్రీం 'పీఠం'పై తెలుగు తేజం

నియమితులయ్యారు. 2014లో సుప్రీంకోర్టుకు పదోన్నతి పొందారు.

ప్రజా సమస్యలపై సుమోటోగా కేసులు

దిల్లీ హైకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా ఉన్నప్పుడు ప్రజా సమస్యలకు సంబంధించిన పలు అంశాలపై సుమోటోగా పిటిషన్‌లను విచారణకు స్వీకరించి అప్పటి దిల్లీ ప్రభుత్వానికి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. దక్షిణ దిల్లీలో అరుణాచల్‌ప్రదేశ్‌కు చెందిన 20ఏళ్ల విద్యార్థి నిడో తానియాను దుకాణాదారులు కొట్టి చంపిన విషయంపై పత్రికల్లో వచ్చిన కథనాలను ఆధారంగా చేసుకుని సుమోటోగా విచారించారు. అదనపు కోర్టులు ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా నిర్భయ చట్టం కింద నమోదైన కేసుల సత్వర పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకున్నారు. అంతేగాక, కోర్టుల్లో మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు కృషిచేశారు. న్యాయవ్యవస్థలో పెరుగుతున్న సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అవసరాన్ని గుర్తించి దిల్లీ హైకోర్టులో ఇ-ఫైలింగ్‌ను ప్రారంభించారు.

తెలుగు భాషపై మక్కువ

జస్టిస్ ఎన్వీ రమణకు తెలుగు భాషపై మక్కువ ఎక్కువ. రాష్ట్ర న్యాయవ్యవస్థలో తెలుగు అమలు చేయడానికి చాలా కృషి చేశారు. కేసు విచారణ ప్రక్రియ కక్షిదారుకు అర్థమయ్యే స్థానిక భాషలో ఉండాలని, న్యాయవాదులు ఏం మాట్లాడుకుంటున్నారో తెలియని స్థితిలో వారుండరాదన్నది జస్టిస్ రమణ భావన. అందుకే న్యాయవ్యవస్థలో తెలుగు అమలు చేయాల్సిన అవసరం ఉందని, జ్యుడీషియల్ అకాడమీ అధ్యక్షుడిగా అధికార భాషా సంఘంతో కలిసి సెమినార్ నిర్వహించారు. న్యాయవ్యవస్థలో తెలుగు భాష అమలు నిమిత్తం ఈ సెమినార్ పలు తీర్మానాలు అప్పటి ప్రభుత్వానికి పంపింది. ఇందుకు ప్రభుత్వం కూడా సమ్మతించి తెలుగు అమలుకు సహకరిస్తామని హామీ ఇచ్చింది.

వివిధ పథకాలపై కార్పొరేటర్లకు అవగాహన కార్యక్రమం

పనులను, కార్యక్రమాలను సవివరంగా వివరించారు. ప్రధాన ఇంజినీరు ఎం. వెంకటేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ ఇంజినీరింగు విభాగంలో పలు అభివృద్ధి పనులు, నూతనంగా చేపట్టిన వివిధ ప్రాజెక్టుల పై వివరించారు. నీటి సరఫరా విభాగం, ఉద్యాన శాఖ, విద్యుత్ శ్శక్తి మొదలగు ఇంజినీరింగు విభాగంలో చేపడుతున్న పనులు గూర్చి చెప్పుతూ, ఇంజినీరింగు విభాగంలో సమస్యలు ఉన్నచో తనకు గాని, పర్యవేక్షక ఇంజినీర్లకు గాని లేదా జోనల్ స్థాయిలో ఉన్న ఇంజినీరింగు

అధికారులకు తెలియపరచినచో వాటిపై తగు చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

అదనపు కమిషనర్ ఆషాజ్యోతి మాట్లాడుతూ, వార్డు సచివాలయాల పనితీరుపై, ఆదాయపు వనరులు, పన్ను మదింపు వంటి విషయాలపై కార్పొరేటర్లకు అవగాహన కల్పించారు. అదనపు కమిషనర్ డా. వి. సన్యాసి రావు తన ఆధ్వర్యంలో చేపడుతున్న వివిధ శాఖల పనులు ముఖ్యంగా ప్రజారోగ్యం, విద్యా, ఐ.టి. విభాగాలలో అమలవుతున్న వివిధ కార్యక్రమాలు, పనులపై కార్పొరేటర్లకు వివరించారు. ఎగ్జామినర్ ఆఫ్ అక్కౌంట్స్ మంగపతి రావు, జె.డి.(అమృత్) విజయ భారతి, ఎఫ్.ఎ. ఎ.ఓ మల్లికాంబ మొదలగు ఉన్నతాధికారులు, ఆడిట్ మరియు అక్కౌంట్స్ విభాగంలో చేపడుతున్న విధులను గూర్చి వివరించారు. పట్టణ ప్రణాళికా విభాగపు పనితీరుపై సిటీ ప్లానర్ ప్రభాకర్ వివరించగా, పి.డి.(యు.సి.డి.) వై. శ్రీనివాస రావు, జివిఎంసి పరిధిలో యు.సి.డి. విభాగంలో అమలుచేస్తున్న పలు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలపై క్షుణ్ణంగా కార్పొరేటర్లకు వివరించారు. జివిఎంసి సలహాదారుడు జి.వి.వి.ఎస్.ఎన్. మూర్తి కార్పోరేషన్ చట్టంపై కూలంకుషంగా కార్పొరేటర్ల అందరికి వివరిస్తూ ముఖ్యంగా కౌన్సిల్ సమావేశంలో ఆచరించవలసిన నియమావళి గూర్చి కౌన్సిల్ / స్టాండింగ్ కమిటీ మొదలగు కమిటీలు తీసుకొనే నిర్ణయాలు తెలిపే నిబంధనల గూర్చి, వివిధ సమావేశాలు నిర్వహించడానికి సూచించే నిబంధనలు, వివిధ కమిటీలను ఏర్పాటు గూర్చి తెలిపే నిబంధనలపై కార్పొరేటర్లకు వివరించారు. ఈ అవగాహన కార్యక్రమంలో పలువురు కార్పొరేటర్లు అడిగిన ప్రశ్నలకు జివిఎంసి అధికారులు జవాబు తెలుపుతూ వారి ప్రశ్నలను నివృత్తి చేసారు.

అనకాపల్లి మునగపాక గ్రామం శ్రీ పరదేశమ్మ తల్లి అమ్మవారు జాతర మహోత్సవం లో మన 35వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ విల్లూరి భాస్కరరావు శ్రీ పరదేశమ్మ తల్లి ఆలయ కమిటీ సభ్యులతో మన కార్పొరేటర్ విల్లూరి భాస్కర్ రావు

దేశానికి దిశ దశ బీజేపీ తోనే

ములగాడ: దేశానికి దిశ దశ బీజేపీ తోనే సాధ్యం అని 61వ వార్డ్ బీజేపీ అధ్యక్షుడు పంచదార్ల అప్పలరాజు స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం మల్కాపురం ప్రధాన రహదారి వద్ద బీజేపీ41 వ ఆవిర్భావ దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. పార్టీ జెండాను ఆవిష్కరించి వందనం చేశారు. అనంతరం శ్రీ మారుడిమాంబ మినీ ట్రాన్స్పోర్ట్ కార్మికుల కు మిఠాయిలు పంచి పెట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో వార్డ్ ఉపాధ్యక్షుడు పి.రాజేష్, యువమోర్చా నాయకులు నమ్మి చిన్నారావు, పవన్ కుమార్ యాదవ్, ఎం. చంద్రయ్య మారుడిమాంబ మినీ ట్రాన్స్పోర్ట్ వర్కర్స్ పాల్గొన్నారు.

40వ వార్డులో జోన్ 5 జెడ్సీ పర్యటన

ములగాడ: జీవీఎంసీ 40వ వార్డులో మంగళవారం జోన్ - 5 కమీషనర్ పొందూరు సింహాచలం పర్యటించారు. ఈ పర్యటనలో వార్డు కార్పొరేటర్ గుండపు నాగేశ్వరరావు వార్డులో నెలకొన్న పారిశుధ్యం, యూజీడీ, ఇంజనీరింగ్ వర్క్స్ తదితర సమస్యలను జెడ్సీ దృష్టికి తీసుకొని వెళ్ళారు. తమ వార్డు పరిధిలో ఉన్న ప్రధాన గెడ్డలో పూడిక కూరుకు పోవడం వలన ఎగువ ప్రాంతాల నుండి భారీగా వరద నీరు, మురుగునీరు వస్తుందని దీంతో సమీప గృహాల్లోనికి తరచూ ఆ నీరు చేరుతుండడంతో ప్రజలు అనేక ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని అలాగే బ్లాక్ ఆయిల్ టెర్మినల్ వద్ద గల బ్రిడ్జ్ చాలా క్రిందకు ఉందని ఆ బ్రిడ్జి ఎత్తు పెంచాలని, అదేవిధంగా అండర్ గ్రౌండ్ డ్రెయినేజ్ పనులను తమ వార్డులో తక్షణమే చేపట్టాలని కార్పొరేటర్ జీఎన్నార్ జెడ్సీకి విన్నవించారు. దీనిపై జెడ్సీ స్పందిస్తూ తప్పనిసరిగా ఆయా సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. అనంతరం ఎకేసీ కాలనీలో పారిశుధ్య కార్మికులు చేపడుతున్న తడి-పొడి చెత్త సేకరణను, హెూం కంపోస్టింగ్ లను జెడ్సీ పరిశీలించారు. కాలనీలో రహదారికి ఇరువైపులా ఉన్న ఆక్రమణలను వెంటనే తొలగించాలని టౌన్ ప్లానింగ్ సిబ్బందిని ఆదేశించారు. హెచ్ పీసీఎల్ యాజమాన్యంతో మాట్లాడి సీఎస్సార్ నిధులతో ఎకేసీ కాలనీ ప్రధాన గెడ్డ పూడికతీత పనులను, బ్లాక్ ఆయిల్ టెర్మినల్ వద్ద బ్రిడ్జ్ ఆధునీకరణ పనులు చేయించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని జెడ్సీ ఇంజనీరింగ్ విభాగం అధికారులకు సూచించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో వార్డు కార్పొరేటర్ గుండపు నాగేశ్వరరావుతో పాటు ఇఇ రత్నాలరాజు, ఎఇలు సత్యనారాయణ, కనకరాజు, టీపీఎస్ వెంకటరెడ్డి, శానిటరీ ఇనిస్పెక్టర్ శివప్రసాద్, మలేరియా సూపర్ వైజర్ డి శ్రీనివాసరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

38 వ కార్పొరేటర్ గోడి విజయలక్ష్మి వార్డు పర్యటన

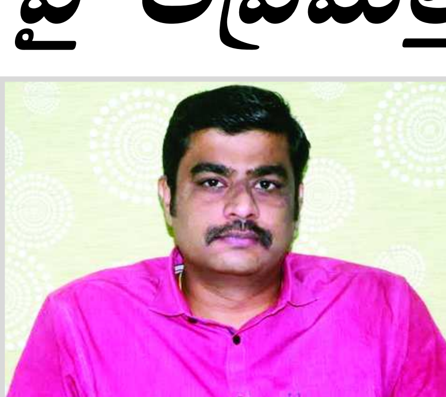
విశాఖ సిటీ : కురుపాం మార్కెట్, ఏప్రిల్ 06, గోదావరి (విలేఖరి) నేడు ఉదయం నగరంలోని కురుపాం మార్కెట్ పరిసర ప్రాంతాల్లో 38వ వార్డు లో నెలకొని ఉన్న పారిశుద్ధ్య పనులు , సానిటైజేషన్ పనులు, నీటి సరఫరా పనులు, రోడ్లు అద్వాన్న స్థితి ను 38వ వార్డు కార్పొరేటర్ గోడి విజయలక్ష్మి పరిశీలించారు.

ఈ పర్యటన ని వార్డ్ అధ్యక్షుడు గోడి నర్సింహాచారి పర్యవేక్షణలో జరిగిన వార్డు పర్యటనలో ప్రధాన కార్యదర్శి వెంకట అప్పారావు, జిల్లా టీడీపి నాయకులు తాళాబత్తుల మూర్తి, పక్కి కొండబాబు, పెదపూడి బ్రహ్మాజీ , ముదపాక రవి, తెలుగుదేశం వార్డ్ నాయకులు,కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

కొమ్మాది పైడితల్లి అమ్మవారిని దర్శించుకున్న ప్రియాంక

మధురవాడ : మహా విశాఖ 6 వార్డ్ పరిధి కొమ్మాది పైడితల్లి అమ్మవారి ఆలయంలో వైసీపీ నేతలు మొక్కులు తీర్చుకున్నారు, వైసీపీ వార్డ్ అధ్యక్షుడు బొట్టా అప్పలరాజు ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం ఏర్పాటు చేసిన ఈ కార్యక్రమానికి 6 వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ డాక్టర్ లక్ష్మి ప్రియాంక ముఖ్య అతిధిగా హాజరై పాల్గున్నారు, ఆలయ సంప్రదాయ ప్రకారం స్వాగతం పలికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు, ఈ సందర్భంగా లక్ష్మి ప్రియాంక మాట్లాడుతూ అమ్మవారు ఆసిస్సులతో విజయం సాధించడంతో ఈ రోజు మొక్కులు చెల్లించుకున్నామన్నారు. 6 వ వార్డును మోడరన్ వార్డ్ గా తీర్చిదిద్దుతానని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో నగరాల చైర్ పెర్సన్ పిళ్ళా సుజాత సత్యనారాయణ, మూర్తి బాబు, పోతిన ఎల్లాజీ, పిళ్ళా రమణ, సంజీవ్, సేయ్యాద్రి కనకరాజు, మల్లువలస జగదీశ్వర్ రావు, కొండపల్లి వరలక్ష్మి, జహనారే తదితరులు పాల్గున్నారు.

సెకండ్ వేవ్ పై అప్రమత్తంగా ఉండాలి



శ్రీకాకుళం : కోవిడ్ సెకండ్ వేవ్ పై ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని జిల్లా కలెక్టర్ జె నివాస్ పిలుపునిచ్చారు. ఈ మేరకు మంగళవారం జిల్లా ప్రజలకు ప్రత్యేక సందేశాన్ని ఇస్తూ జిల్లాకు సెకండ్ వేవ్ తాకిడి ఉందని అన్నారు. సోమవారం ఒక్క రోజున 102 పాజిటివ్ కేసులు వచ్చాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. జిల్లా యంత్రాంగం కోవిడ్ సెకండ్ వేవ్ ఎదుర్కొనుటకు మరిన్ని చర్యలు చేపట్టిందని ఆయన తెలిపారు. కోవిడ్ కేర్ సెంటర్లను వెయ్యి పడకలతో సిద్ధం చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. రిమ్స్, జెమ్స్ ఆస్పత్రులను కూడా సిద్ధం చేస్తున్నట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు. సెకండ్ వేవ్ ను ప్రతిఘటించాలని ఆయన పిలుపునిస్తూ ప్రతి ఒక్కరూ మాస్కు ధరించాలని, భౌతిక దూరం పాటించాలని, చేతులను తరచూ శుభ్రం చేసుకుంటూ అడ్డుకట్ట వేయాలని కోరారు. మొదటి విడతలో జిల్లా ప్రజలు ఎంతో సహాయ సహకారాలు అందించి జిల్లాపై ప్రభావం అధికంగా లేకుండా చేసారని చెప్పారు. ఇదే విధంగా ప్రజలు వ్యవహరించి సెకండ్ వేవ్ తీవ్రత జిల్లాపై లేకుండా చూడాలని ఆయన కోరారు. కుటుంబంలో చిన్నారులు, పెద్దలు ఉన్నారని వారి ఆరోగ్య బాధ్యతలు చూడాల్సిన బాధ్యత మనపై ఉందని ఆయన తెలిపారు.

గ్రామ సచివాలయాల్లో కోవిడ్ వాక్సిన్ :

ప్రతి ఒక్కరూ కోవిడ్ వ్యాక్సిన్ వేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ విజ్ఞప్తి చేశారు. వ్యాక్సిన్ సురక్షితమైనదని సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ ఏమీ లేవని అనుభవ పూర్వకంగా తెలుస్తోందని అన్నారు. జిల్లాలో ప్రస్తుతం అన్ని అర్బన్ హెల్త్ కేంద్రాల్లో వ్యాక్సిన్ను అందిస్తున్నామని, కొద్ది రోజుల్లో జిల్లా వ్యాప్తంగా అన్ని గ్రామ సచివాలయాల్లో వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభిస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. 45 సంవత్సరాలు పైబడిన ప్రతి ఒక్కరూ వ్యాక్సిన్ వేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ విజ్ఞప్తి చేశారు. వాక్సినేషన్ వలన కోవిడ్ వ్యాప్తి నుండి రక్షణ కల్పించుకోవచ్చని పేర్కొంటూ ప్రతి ఒక్కరూ స్వీయ నియంత్రణను విధిగా పాటించాలని పిలుపునిచ్చారు. జన రద్దీ ప్రాంతాలకు, జాతరలు, వేడుకలకు దూరంగా ఉండాలని ఆయన కోరారు. ప్రస్తుతం లాక్ డౌన్ లేదని ఎవరి స్వీయ రక్షణ వారిని, వారి కుటుంబాన్ని కోవిడ్ కు దూరంగా ఉంచుతుందని ఆయన సూచించారు.

రక్త దానం చేసిన అల్లు అర్జున్ అభిమానులు

గాజువాక: నియోజకవర్గంలో అల్లు అర్జున్ జన్మదిన వారోత్సవాలలో భాగంగా ఈ మంగళవారం వైజాగ్ రెడ్ క్రాస్ అద్వరంలో గాజువాక అల్లు అర్జున్ అభిమానులు సుమారు 30 మంది సభ్యులు రక్తదానం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గాజువాక మెగాఫ్యామిలీ, అల్లు అర్జున్ అభిమాన సంఘం అల్లు అర్జున్ ఆర్మీ యువత సభ్యులు పాల్గున్నారు.

ఘనంగా జాన్ వెస్లీ జన్మదిన వేడుకలు

డాబాగార్డెన్స్ : వైస్సార్సీపీ స్టేట్ సీనియర్ నాయకులు జాన్ వెస్లీ పుట్టిన రోజు సందర్భంగా గ్రేటర్ విశాఖ 33వార్డ్ ప్రెసిడెంట్ రంది గోపికృష్ణ ఆధ్వర్యంలో దాబాగార్డెన్స్ ప్రేమాసమాజం లో కేక్ కటింగ్ చేసి అక్కడ ఉన్న అభాగ్యులకు కేక్, పండ్లు, డ్రింక్స్ పంపిణీ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న విశాఖ దక్షిణ నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు వాసుపల్లి గణేష్ కుమార్.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ జాన్ వెస్లీ చాలా సౌమ్యుడు, మృదువైన స్వభావం కలిగిన వారని, నియోజకవర్గంలో వైస్సార్సీపీ బలోపేతానికి కృషి చేస్తున్న బలమైన నాయకుడని, వైస్సార్సీపీ లో ఉన్నతమైన పదవులు చేపట్టాలని, ఎమ్మెల్సీ పదవికి సిఫార్సు చేస్తామని తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా జాన్ వెస్లీ మాట్లాడుతూ ఎమ్మెల్యే వాసుపల్లి రాకతో దక్షిణం లో వైస్సార్సీపీ బలోపేతం అయిందని, రాబోయే కాలానికి మినిస్టర్ గా చూడాలని, దీనికోసం నియోజకవర్గంలో వైస్సార్సీపీ కార్యకర్తలు అందరం కలిసి పని చేస్తామని తెలియజేశారు.

చోడవరం పతంజలి యోగా గురు పుల్లేటి సతీష్ కు నేషనల్ బెస్ట్ యోగా టీచర్ అవార్డు

చోడవరం: - చోడవరంలో గత దశాబ్ద కాలానికి పైగా యోగ విద్యను అందిస్తున్న పతంజలి యోగా గురువు పుల్లేటి సతీష్ కు నేషనల్ బెస్ట్ యోగా టీచర్ అవార్డు లభించినట్లు మంగళవారం తెలిపారు. ఇటీవల నిర్వహించిన అంతర్జాతీయ యోగా పోటీల్లో నా దగ్గర విద్యనభ్యసిస్తున్న విద్యార్థులు ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచి బహుమతులు సాధించినందుకు గాను శివ జ్యోతి యోగా కేంద్రం, బెంగళూరు అవార్డును ప్రధానం చేసినట్లు తెలిపారు. కాగా గతంలోనూ పుల్లేటి సతీష్ కు అనేక అవార్డులు లభించ గా, ఈ సారి జాతీయ స్థాయిలోనూ అవార్డు దక్కడం పట్ల సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా స్థానిక చిన్న పిల్లల వైద్యులు బంగారి కృష్ణ, పసుమర్తి అశోక్, రెడ్డి అప్పారావు, పసుమర్తి గుప్త, పూసర్ల సతీష్, చోడవరం పంచాయతీ ఉప సర్పంచ్ పుల్లేటి వెంకట్రావు తదితరులు సతీష్ ను అభినందించారు.

ఉత్సాహంగా దివ్యాంగ బాలల ఆటల పోటీలు

చోడవరం: - ఈ నెల 2 న ప్రపంచ ఆటిజం అవగాహన దినోత్సవం సందర్భంగా పట్టణంలోని భవిత కేంద్రంలో దివ్యంగా బాలలకు మంగళవారం ఆటల పోటీలు నిర్వహించారు. భవిత కేంద్రం సహిత ఉపాధ్యాయులు చిన్నారులకు ఆటల పోటీలు నిర్వహించి, బహుమతులను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎం ఈ ఓ పి అచ్యుతరావు మాట్లాడుతూ చిన్నారులలో వచ్చే అవయవ లోపాలను మూడేళ్ల లోపు గుర్తించి సకాలంలో వారికి తగిన చికిత్స, తర్ఫీదు ఇవ్వడం ద్వారా చాలా వరకు సమస్యలను అధిగమించవచ్చు అన్నారు. అంతకుముందు సహిత ఉపాధ్యాయులు కిల్లి దేముడు నాయుడు మాట్లాడుతూ ఆటిజం అనేది నాడీ వ్యవస్థ లో అపసవ్యత వలన, జన్యులోపం, గర్భస్త సమయంలో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోవడం వల్ల వస్తుందన్నారు. ఈ లోపం గల పిల్లలు సాంఘిక సంబంధాలలో ఇతరుల కన్నా వెనకబడి ఉంటారని, బాలికలతో పోల్చితే పురుషులలో మూడు రెట్లు అధికంగా ఉంటుందన్నారు. దివ్యాంగ చిన్నారులను శారీరకంగా, మానసికంగా తగిన తర్ఫీదు ఇవ్వడం ద్వారా చాలా వరకు సమస్యను అధిగమించవచ్చని విద్యార్థుల కు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వైసిపి, టిడిపి పరిషత్ ఎన్నికల ప్రచారం జోరు

చోడవరం: - జిల్లా, మండల పరిషత్ ఎన్నికల ప్రచారం ఆఖరి రోజు కావడంతో వైసిపి, టిడిపి పార్టీల ఎన్నికల ప్రచారం మంగళవారం జోరుగా సాగింది. స్థానిక ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ, చోడవరం పట్టణంతోపాటు, మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో ప్రచారం నిర్వహిస్తూ, వైసిపి అభ్యర్థులను అఖండ మెజార్టీతో గెలిపించి, ప్రాంత అభివృద్ధికి తోడ్పాటు అందించాలని కోరారు. టిడిపి తరపున మాజీ ఎమ్మెల్యే కె ఎస్ ఎ. ఎస్ రాజు, మాజీ సుగర్ ఫ్యాక్టరీ చైర్మన్ గూనూరు మల్లు నాయుడు, బత్తుల తాతయ్య బాబు , ముడుసు గోవిందా, స్థానిక టిడిపి నాయకులతో కలిసి ప్రచారం నిర్వహించారు.

రసాయన శాస్త్ర పరిశోధనలపై గీతం వెబ్‌నార్

సాగర్‌నగర్ : రసాయనిక శాస్త్ర రంగంలో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా చోటుచేసుకుంటున్న నూతన పరిశోధనా విధానాలపై గీతం డీమ్డ్ విశ్వవిద్యాలయం సైన్స్ కళాశాల రసాయనిక శాస్త్ర విభాగం ఆధ్వర్యంలో ఏప్రిల్ 19,20 తేదీలలో అంతర్జాతీయ వెబ్‌నార్ నిర్వహిస్తున్నట్లు కన్వీనర్ ప్రొఫెసర్ జి.వి.ఆర్.శర్మ తెలిపారు. రసాయనిక శాస్త్ర పరిశోధనలు చేపట్టిన యువ పరిశోధక విద్యార్థులకు, కళాశాలలు, విశ్వవిద్యాలయాలు, పరిశోధనా సంస్థలు, పరిశ్రమలలో పనిచేసే వారికి అంతర్జాతీయ సమకాలీన రసాయన శాస్త్ర పరిశోధనల తీరు తెలుసుకోవడానికి ఈ వెబ్‌నార్ ఉపయోగపడుతుందన్నారు. వెబ్‌నార్‌లో ప్రముఖ రసాయిన శాస్త్రవేత్త, ఫెలో ఆఫ్ రాయల్ సోసైటీ ప్రొఫెసర్ జి. మెహత, చికాగో విశ్వవిద్యాలయం ప్రొఫెసర్ వీరేష్ రావెల్, పర్డూ విశ్వవిద్యాలయం (యుఎస్ఎ) ప్రొఫెసర్ పి.వి.రామచంద్రన్, జర్మనీ విశ్వవిద్యాలయం ప్రొఫెసర్లు ఉర్లేక్, డబ్ల్యు.డి.ఫెసనర్, లివర్‌పూల్ విశ్వవిద్యాలయం ప్రొఫెసర్ నిక్ గ్రీవెస్ పలువురు ఐఐటిల ప్రొఫెసర్‌లు, అంతర్జాతీయ శాస్త్రవేత్తలు పాల్గొని దిశానిర్దేశం చేస్తారని కన్వీనర్ తెలిపారు. ఈ వెబ్‌నార్‌లో పాల్గొనేవారు ఏ విధమైన రుసుము చెల్లించనవసరం లేదన్నారు.

పూర్తి వివరాలకు గీతం డీమ్డ్ విశ్వవిద్యాయం వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించాల్సిందిగా సూచించారు.

ఘనంగా నాగదుర్గమ్మ అమ్మవారి 3వ జాతర మహోత్సవాలు

మధురవాడ : జీవీఎంసీ 5వవార్డు పరిధి కొమ్మాది జం, డ్రైవర్స్ కాలనీలో వేంచేసి ఉన్న శ్రీనాగదుర్గమ్మ అమ్మవారి 3వ జాతర మహోత్సవాలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్యఅతిథిగా విచ్చేసిన 5వ వార్డు కార్పొరేటర్ మొల్లి హేమలత,రమణ దంపతులతో పాటు టిడిపి జిల్లా కార్యదర్శి మొల్లి లక్ష్మణరావు హాజరై ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి,మొక్కులు తీర్చుకున్నారు.

ఈ సందర్భంగా ఆలయ కమిటీ సభ్యులు మాట్లాడుతూ ప్రతి సంవత్సరం అమ్మవారి జాతర నిర్వహిస్తున్నామని, కోవిడ్ నిబంధనలు పాటిస్తూ భక్తులకు అమ్మవారి దర్శనం ఏర్పాటు చేశామని తెలిపారు. ఈకార్యక్రమంలో టిడిపి జిల్లా మహిళా నాయకురాలు గోడి అనురాధ, ఆలయ కమిటీ గుర్రం గోవిందమ్మ,పి లక్ష్మి, నోడగలరవణమ్మ, ఒమ్మి కుమారి,కర్రి అప్పయ్యమ్మ,కె అప్పల నరసమ్మ, గుర్రం చిలకమ్మ,ఒమ్మి ప్రసాద్,ఎం వెంకట్రావు,గుర్రంలక్ష్మి,బొట్ట లక్ష్మి, తదితరులు పాల్గొన్నారు. బొట్టవానిపాలెంలో జరిగిన మరో కార్యక్రమంలో 5వ వార్డు కార్పొరేటర్ గా మొల్లి హేమలత గెలుపొందిన సందర్భంగా స్థానిక యువత, కొర్రయి మంగరాజు ఆధ్వర్యంలో బొట్టవానిపాలెం గ్రామ దేవత అయిన శ్రీ ముత్యాలమ్మ అమ్మ వారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి 101కొబ్బరి కాయలు మొక్కు తీర్చుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో కార్పొరేటర్ మొల్లి హేమలత రమణ, టీడిపిజిల్లా కార్యనిర్వహక కార్యదర్శి మొల్లిలక్ష్మణారావు, ఈగల కిరణ్,పెడాడ పూర్ణచంద్రరావు, భక్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉద్యోగుల స్మార్ట్ కార్డుల పంపిణీ

శ్రీకాకుళం : ఉద్యోగుల ఆరోగ్య స్మార్ట్ కార్డులను జిల్లాలో పంపిణీ ప్రారంభించారు. జిల్లాలో పంపిణీ ప్రారంభించినట్లు ఖజానా శాఖ ఉపసంచాలకులు పి.సావిత్రి తెలిపారు. ఈ మేరకు మంగళవారం జిల్లా ఖజానాలో విశ్రాంత అధ్యాపకులు, యూజీసీ విశ్రాంత ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షులు కె.వి.జె. రాధా ప్రసాద్ కు డిజిటల్ స్మార్ట్ కార్డును ఉపసంచాలకులు అందజేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ అన్ని ఖజానా కార్యాలయాలలో స్మార్ట్ కార్డులు పంపిణీ జరుగుతుందని తెలిపారు.

ఇప్పటికే పంపిణీ ప్రారంభం అయిందని ప్రతి ఒక్కరూ ఈ కార్డులను పొందాలని ఆమె కోరారు.

ఘనంగా పరవాడ పైడిమాంబ మారువారం పండుగ

పరవాడ : మండలకేంద్రమైన పరవాడ ఇలవేల్పు పరవాడ శ్రీశ్రీశ్రీపైడిమాంబ అమ్మవారి మారువారము పండుగ మంగళవారము ఘనంగా జరిగింది, భక్తులు వేకువ జామునుండే అమ్మవారిని దర్శించుకోని ప్రత్యేక పూజలుచెసారు, దీంట్లో బాగంగా వైసిపి సిఇసీ సభ్యులు పైలశ్రీనువాసురావు పరవాడ సర్పంచ్ సిరపురపు అప్పలనాయుడు, మాజీ సర్పంచ్ పైలఅప్పారావు (పెదబాబు)వైస్ సర్పంచ్ బండారు రామారావు ,10వ వార్డు మెంబర్ పైల అప్పలనాయుడు (అప్పి),సిరపురపు అయ్యబాబు తథితర్లు అమ్మవారిని దర్శించుకోని ప్రత్యేక పూజలు చేసారు. అనంతరము ఏర్పాటు చేసిన అమ్మవారి ప్రసాదమను పరవాడ సర్పంచ్ సిరపురపు అప్పలనాయుడు భక్తులుకు అందజేసారు.

ఈకార్యక్రమంలో ప్రజలు భక్తులు తథితర్లు పాల్గోన్నారు.

విశాఖ నగరం శరవేగంతో అభివృద్ధి చెందుతుంది

విశాఖపట్నం: విశాఖపట్నం జిల్లా విభిన్న భౌగోళిక నేపథ్యం కలిగి ఉందని, విశాఖ నగరం శరవేగంతో అభివృద్ధి చెందుతున్నదని జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ ఎం.వేణుగోపాల్ రెడ్డి తెలిపారు.మంగళవారం నాడు స్థానిక కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో జాతీయ డిఫెన్స్ కాలేజీ ప్రతినిధి బృందం తో సమావేశమయ్యారు. ఎన్.డి.సి. 61 వ కోర్సు లో భాగంగా భారత దేశ ఆర్థిక భద్రత అధ్యయనా పర్యటన లో ఆర్మీ, నేవీ, ఎయిర్ ఫోర్స్ విభాగాల కు చెందిన 20 మంది సీనియర్ అధికారులు, 6 గురు విదేశీ అధికారులు విశాఖపట్నం జిల్లా లో పర్యటిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా జాయింట్ కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, సముద్ర తీర ప్రాంతంలోని 19 తుఫాను ప్రభావిత మండలాల్లో విపత్తు నిర్వహణ సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తున్నామని తెలియజేశారు. ఏజెన్సీ

ప్రాంతంలో అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపట్టి, గిరిజనుల జీవన ప్రమాణాలు మెరుగు పరచడానికి కృషి చేస్తున్నామని తెలిపారు.అరకు ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో దేశ, విదేశీ పర్యాటకులను ఆకర్షించేందుకు మౌలిక సదుపాయాలు కల్పిస్తున్నామన్నారు.

జిల్లా లో జాతీయ ఉపాధి హామీ పథకం సమర్థవంతంగా అమలు చేస్తున్నామన్నారు.కోవిడ్ నివారణ చర్యల్లో భాగంగా అత్యధికంగా కోవిడ్ పరీక్షలు నిర్వహిస్తున్నట్లు, ప్రజల్లో అవగాహన కల్పిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిఆర్ఓ ఎ.ప్రసాద్, డిఆర్ డిఎ పిడి విశ్వేశ్వర రావు, ఇతర జిల్లా అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా బి.జే.పి ఆవిర్భావ ధినోత్సవం

గాజువాక: నియోజకవర్గం చినగంట్యాడ శ్రీకృష్ణ దేవరాయ కూడలిలో సిరసపల్లి .నూకరాజు ఆద్వర్యంలో 41వ భాజపా ఆవిర్భావ దినోత్సవ కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. మంగళవారం జరిగిన ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిదిగా నియోజకవర్గ కోఆర్డినేటర్ కరణంరెడ్డి. నరసింగరావు పాల్గొని జెండా ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ 1951 సం.లో డా.శ్యామ్ ప్రసాద్ ముఖర్జీ జన్ సంఘ్ పార్టీ స్థాంపించారని దీన్ దయాల్ ఉపాధ్యాయ పార్టీ సిద్ధాంతాలను రూపొందించారని, అనంతరం 1975లో జనతా పార్టీగా, 1980 సం. ఏప్రెల్ నెల 6వ తేదీన భారతీయ జనతా పార్టీగా రూపాంతరం చెంది, నేడు ప్రపంచంలోనే అత్యధిక సభ్యులు గల ఏకైక రాజకీయ పార్టీగా ఎదిగిందని అని అన్నారు. దేశ ప్రధాని నరేంధ్ర మోదీ నాయకత్వంలో ఎన్నో సంక్షేమ పతకాలు ద్వారా బడుగు బలహీన వర్గాల వారికి విశేష సేవలందిస్తున్నారని , ఆర్టికల్ 370 , త్రిబుల్ తలాక్, శ్రీ రామజన్మభూమి వంటి ఎన్నో ఏళ్ల సమస్యలను పరిష్కరించి, దేశ అభ్యున్నతి కోసం నిరంతరం ఒక కాపలాదారుడిలా , రాజకీయ నాయకుడిలా కాకుండా ఒక సేవకుడిగా పనిచేస్తున్న గొప్ప నాయకులు నరేంధ్ర మోదీ అని అన్నారు. మన రాష్ట్రంలో అద్యక్షులు సోము.వీర్రాజు నాయకత్వంలో జనసేనతో కలసి రాబోయే 2024 ఎన్నికలలో విజయమే ద్యేయంగా మనమంతా కృషి చేద్దామని ఈ సందర్భంగా ఆయన పిలుపునిచ్చారు.

ఈ కార్యక్రమంలో వార్డు అధ్యక్షులు సిరసపల్లి .సత్యనారాయణ , సీనియర్ నాయకులు శశిదరన్ పిల్లై,రాష్ట్ర మహిళామోర్చా కార్యవర్గ సభ్యురాలు రోహిణి,కో కన్వీనర్ తులసీదాస్,ఒ.బి.సి మోర్చా జిల్లా ప్రదాన కార్యదర్శి బొండా.యల్లాజీ , జిల్లా ఎస్.సి మోర్చా కార్యవర్గ సభ్యులు పేకేటి.పెంటయ్య,జిల్లా కమిటీ కార్యవర్గ సభ్యులు వెన్నా.శ్రీరాంమూర్తి,71వ వార్డు అధ్యక్షులు పుష్పలత,86వ వార్డు ప్రదాన కార్యదర్శి కృష్ణంరాజు , జనసేన నాయకులు కంతంరెడ్డి.మనోజ్, జనపరెడ్డి .సురేష్, కరణం.ప్రసాద్ ,శ్రీను , వాసు ,రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విజయభాను

సంపాదకీయం

నిత్యజీవితంలో భాగమైన టెక్నాలజీ

ఇప్పటి తరానికి- అంటే 2000 సంవత్సరం తర్వాత పుట్టినవాళ్లకు (పోస్ట్ మిలీనియం జనరేషన్‌కు) టెక్నాలజీ ప్రధాన సాధనం, ఆసక్తి. ఈ టెక్నాలజీ ఆధారిత పరికరాలతో పనిచేస్తుంటారు. ఆధునిక సౌకర్యాలు పొందుతుంటారు. ఇలా నిత్యజీవితంలో భాగమైన టెక్నాలజీతోనే వాళ్ల అనుబంధం పెనవేసుకుంటున్నది. ఏ ఫుడ్ ఏ హోటల్‌లో బాగుంటుందో ఆన్‌లైన్ రివ్యూలు చూసి తెప్పించుకుంటారు. ఎలాంటి బట్టలు కావాలన్నా, సినిమాలు చూడాలనుకున్నా, ప్రయాణాలు చేయాలనుకున్నా, డాక్టర్‌ను కలువాలనుకున్నా ప్రతిదానికీ ఆన్‌లైన్ మార్గమే పరిష్కారం. ఎలక్ట్రానిక్ టెక్నాలజీపైనే విస్తృతంగా ఆధారపడే 'ఇ- జనరేషన్' ఇది. మొబైల్ ఫోన్ ద్వారా కంఫర్ట్ జోన్‌ను ఏర్పరుచుకున్న తరం ఇతరత్రా కోల్పోతున్నదేమిటో అర్థం చేసుకోలేకపోతున్నది.

యువతరంలో కొందరు ఊహాలోకంలో విహరిస్తూ, సినిమాలు, రకరకాల మీడియాల ప్రభావాలకు లోనవుతూ ప్రేమ, పెండ్లి పేరిట జీవితాలను గందరగోళానికి గురిచేసుకుంటున్నారు. కాలేజీ చదువులప్పుడే తప్పనిసరిగా ప్రేమించాలి, లేకుంటే జీవితం వ్యర్థం అనుకుంటున్నారు. కొంతకాలానికే ప్రేమ విఫలమయిందంటూ ప్రాణాలు తీసుకుంటున్నారు. మరికొందరు ఎదుటివారిపై ప్రతీకార చర్యలకు దిగుతున్నారు. కొన్నిసార్లు తమ ప్రేమను తల్లిదండ్రులు అంగీకరించడంలేదని ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్నారు. ఇలాంటి వార్తలు తరచూ మీడియాలో కనిపిస్తున్నాయి. తాజాగా.. పెద్దపల్లి జిల్లాలో ఓ యువకుడు తన ప్రియురాలు చనిపోయిందని ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. హైదరాబాద్‌లో తన ప్రేమను నిరాకరించిందంటూ ఓ ఇంటర్ అమ్మాయిని యువకుడు పొడిచి చంపాడు. మహబూబ్‌నగర్ జిల్లాలో తల్లిదండ్రులు తమ పెండ్లికి అంగీకరించడం లేదంటూ యువతీయువకుల జంట ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. ఇలా అర్ధాంతరంగా బతుకులను ముగించేస్తున్న ఘటనలు సమాజానికి ఆందోళనకరమైన పరిణామం. ఆధునిక శాస్త్ర సాంకేతికాభివృద్ధితో అద్భుత ప్రగతి సాధిస్తున్నట్టు ఒకవైపు భావిస్తుంటే, మరోవైపు మానవ జీవితంలో ఇలాంటి అపసవ్యతలు ఎందుకు సంభవిస్తున్నాయనేది విశ్లేషించుకోవాల్సిన అంశం.

ఈ తరానికి స్వతంత్రంగా ఉండాలనే కోరిక ఎక్కువగా ఉంటుంది. డామినేట్ చేస్తుంది. తమ కంఫర్ట్ జోన్‌కు ఇబ్బందికరమనుకుంటే ఎలాంటివారినైనా, ఎలాంటి పరిస్థితులనైనా ఎదిరించాలనుకుంటారు. తల్లిదండ్రులతో ఎక్కువగా కలిసి ఉండాలనే ఆలోచన ఉండదు. అలాగే బంధుమిత్రులు.. వాళ్లతో అనుబంధాల విషయంలోనూ భిన్నంగానే ప్రవర్తిస్తుంటారు. ఇలా ఒకవైపు ఏకపక్షంగా జీవించే లక్షణాలుండేవారికి, మరోవైపు కొన్ని సమస్యాత్మక పరిస్థితుల్లో దృఢంగా, ఆత్మవిశ్వాసంతో నిలదొక్కుకునే ట్కస్థైర్యం లోపించడం విచిత్రకరంగా అనిపిస్తుంది. వీటికి కారణాలను అన్వేషిస్తే- పెరుగుతున్న పోటీ, అవాస్తవిక జీవిత లక్ష్యాలు, ఒంటరితనానికి లోనుకావడం వంటి అంశాలని భావించవచ్చు. జీవన నైపుణ్యాలను తగినంతగా అలవరుచుకోలేనప్పుడు సమస్యలు వారిని భయపెడతాయి. ఇతరుల నుంచి సరయిన సహాయ సహకారాలు పొందకుండా రకరకాల ఆలోచనలతో నిర్ణయాలకు వస్తుంటారు. ఇప్పటి ఆధునికత ఆత్మనిబ్బరాన్ని కలిగించలేకపోతున్నది. 'ఇ- జనరేషన్'కు ఇంగితం లోపిస్తున్నది. దానిని సరిదిద్దాల్సి ఉన్నది. టీనేజ్, యువతీయువకులకు విపరీత ఆలోచనలు రావడానికి కారణాలను అనేక రకాలుగా విశ్లేషించుకోవచ్చు. పరిణతి లేకపోవడం, ఎమోషనల్‌గా తొం దరపడటం అనిపించినప్పటికీ వాటికీ పరిష్కారాలను పరిశీలించాలి. ఇంటిలో తల్లిదండ్రులు, ఇతర కుటుంబసభ్యులు, విద్యాసంస్థల్లో ఉపాధ్యాయులు, స్నేహితులు, బయట ఇరుగుపొరుగు.. వీరందరితో అనుబంధాలు కూడా కీలక ప్రభావం చూపుతాయని గమనించాలి. అలా పెరిగేవారిలో తొందరపాటు ప్రమాదకర నిర్ణయాలు తీసుకోవడం తక్కువ. పలు సందర్భాల్లో సమస్యలకు పరిష్కార మార్గాలను పరిశీలించే స్వభావం అలవడుతుంది. తీవ్ర నిర్ణయాలకు వచ్చేవారి లక్షణాలను గమనిస్తే- వాళ్ల ప్రవర్తనలో విపరీత ధోరణులుంటాయి. మాట్లాడటం, నిద్రపోవడం, తినడంలో తేడాలను గమనించాలి. ఇవన్నీ అయితే ఎక్కువగా ఉంటాయి లేదా అసలు ఉండవు. మానసికంగా కుంగుబాటులో ఉంటారు. ఏడుస్తుంటారు. బిగుసుకుపోతారు. చూపుల్లో, చేతల్లో అశాంతి కనిపిస్తుంది. స్తబ్ధుగా లేదా దీర్ఘంగా ఆలోచిస్తున్నట్లు కనిపిస్తారు.

డెప్యూటీ సీఎం ధర్మానను కలిసిన ఇంజనీర్స్ నూతన కార్యవర్గం

పోలాకి : శ్రీకాకుళం జిల్లా లైసెన్స్ డ్ అండ్ కన్సల్టింగ్ ఇంజనీర్స్ అసోసియేషన్ నూతన కార్యవర్గం ఉప ముఖ్యమంత్రి ధర్మాన కృష్ణదాస్ ను ఆయన స్వగ్రామం మబగాం లో మంగళవారం మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా కృష్ణదాస్ అసోసియేషన్ ను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ అంతా ఐక్యతతో కలిసిమెలసి ఉండాలని సూచించారు.

అసోసియేషన్ భవనానికి కావాల్సిన స్థలం కోసం తనవంతు కృషి చేస్తానని మంత్రి హామీఇచ్చారు. కృష్ణదాసను కలిసిన వారిలో అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు హరికా ప్రసాద్, ఉపాధ్యక్షులు బి. సత్యన్నారాయణ, కార్యదర్శి వాండ్రంగి శ్రీనివాసరావు, ట్రెజరర్ జి. శ్రీనివాసరావు, జాయింట్ సెక్రటరీ దీఎస్ఎల్ఎన్ మూర్తి, ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ బి. రమేష్, ఇగ్జిక్యూటివ్ బాడీ మెంబర్లు బి. శశికాంత్, బి. సురేష్, సిమెంట్ డీలర్ల అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు కాపవరపు సీజులు ఉన్నారు

జలుమూరు మండలం లింగాలవలస గ్రామపంచాయతీ రాణ గ్రామ టీడీపీ ఎంపీటీసీ అభ్యర్ధి గేదెల రత్నాలమ్మ డిప్యూటీ సీఎం ధర్మాన కృష్ణదాస్ సమక్షంలో వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. ఈ కార్యక్రమంలో నరసన్నపేట మాజీ మార్కెట్ కమిటీ ఛైర్మన్ ఆరంగి మురళీబాబు, తదితరులు

వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర సీనియర్ నాయకులు జాన్ వెస్లీ జన్మదిన వేడుకలను వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ 35వ వార్డు అధ్యక్షులు, అలుపన కనకరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో, పాప హోమ్ లో పిల్లల మధ్య భారీ కేక్ కట్ చేసి అనంతరం పిల్లలకు అల్పాహారం ఏర్పాటు చేయడం జరిగినది ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో వార్డు వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు వార్డ్ అనుబంధ సంఘ ప్రెసిడెంట్ లు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భీమిలి ప్రజలకు సేవచేసుకోవడమే నాధ్యేయం

టిడిపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి గంటా నూకరాజు

భీమునిపట్నం: జీ వి ఎం సి భీమిలి జోన్ 3వ వార్డు నేరెళ్ళవలస కోలనీలో కోర్టు వెనుక భాగంలో ఉన్న రోడ్డుకు ఇరువైపులా తుప్పలు పేరుకు పోవడంతో బాటసారులు ఇబ్బంది పడటం, చిన్న చిన్న పాములు బాటసారులను ఇబ్బంది పెడుతున్న దృష్ట్యా స్థానికులు టిడిపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి, భీమిలి డివిజన్ అధ్యక్షుడు గంటా నూకరాజుకి తెలియజేయడంతో వెంటనే స్పందించి భీమిలి జోనల్ కమీషనర్ సి.హెచ్.గోవిందరావుతో మాట్లాడి బాబుకాట్ మిషన్ ద్వారా దగ్గర ఉండి తుప్పలను తొలగించడం జరిగింది. . ఈ సందర్భంగా గంటా నూకరాజు మాట్లాడుతూ మీకు ఎప్పుడు ఏ సమస్య ఉన్నా వెంటనే నాకు తెలియజేయండని, మీకు అందుబాటులో ఉంటూ సేవ చేసుకొనే భాగ్యం కల్పించండని అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి నాయకులు కాసరపు నాగరాజు, అల్లిపిల్లి సతీష్, నడిగట్ల క్రిష్ణ, నాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమయం

గీతార్థం యిదిగో

- గీత ఒక కల్ప వృక్షము
- అది శ్రీ కృష్ణునిచే నాటబడినది
- వ్యాసునిచే పెంచబడినది
- ఉపనిషత్తులు దాని విత్తనములు
- జ్ఞాన ప్రభోదమే దాని అంకురం
- వివిధ శాస్త్ర రహస్యములు దాని కొమ్మలు
- విషయ విరక్తి, సహనము దాని చిగుళ్లు
- పరమాత్మ యొక్క పద్మముల పాద పద్మముల యందు
- భక్తియే దాని పుష్ప సుగంధం
- మోక్షమే దాని ఫలం
- నీవు దేవునివైపు ఒక అడుగు వేసినచో
- దైవం నీ వైపు పది అడుగులు వేయును
- నీ కర్తవ్యం నీవు చిత్తశుద్ధితో చేసినచో
- దైవం నీవు పొందవలసిన ఫలితం కన్న ఎక్కువే యిచ్చును
- కొండ గృహంలోనికి వెళ్లి అది పలుకలేదే అని తలంపకుము
- నీవు ధ్వని చేయి - అది ప్రతధ్వని చేయును
- ధనముతో వస్తువులను కొనగలము
- కాని మనఃశాంతిని కొనలేము
- ప్రలోభాలకు లొంగని మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది.

... కవితా రచన
శ్రీ స్వామి అప్పాజి భగవాన్
సెల్ నెం: 98486 44336

టిడిపి కి భారీ షాక్

వై సీపీ లోకి పద్మనాభం మండలం టీడీపీ కి చెందిన మాజీ ఎంపిపి కాళ్ళ పద్మ, మండల పార్టీ ప్రెసిడెంట్ కాళ్ళ నగేష్ ల తో పాటు టిడిపి నాయకులు వై సి పి లో చేరిక

భీమునిపట్నం : భీమిలి నియోజకవర్గ పద్మనాభం మండలంలో టీడీపీకి భారీ షాక్ ఇచ్చారు. సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి మీద విశ్వాసం, మంత్రి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు మీద అభిమానంతో వైఎస్సార్ సీపీ లోకి పద్మనాభం మండలం టీడీపీ కి చెందిన మాజీ ఎంపిపి కాళ్ళ పద్మ, మండల పార్టీ ప్రెసిడెంట్ కాళ్ళ నగేష్ ప్ర స్తుతం టీడీపీ ఎంపిటీసి అభ్యర్ధి కాళ్ళ సత్యవతి, పలు వురు ఎంపీటీసీ లు, ఇతర నాయకులు మంత్రి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు సమక్షంలో వైఎస్సార్ సీపీలో చేరారు. గత కొద్ది రోజులుగా భీమిలీ నియోజకవర్గంలో ఆనందపురం, భీమిలీ, పద్మనాభం మండలాల నుంచి పెద్దఎత్తున టీడీపీ నుంచి నాయకులు, కార్యకర్తలు, వైఎస్ఆర్ సీపీ తీర్థం పుచ్చుకున్నారు.పద్మనాభం మండలం టీడీపీ కి చెందిన మాజీ ఎంపిపి కాళ్ళ పద్మ, మండల పార్టీ ప్రెసిడెంట్ కాళ్ళ నాగేష్, ప్రస్తుతం టీడీపీ ఎంపిటిసి అభ్యర్ధి కాళ్ళ సత్యవతి లు మంగళవారం టీడీపీ పార్టీకి గుడ్బై చెప్పి మంత్రి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు సమక్షంలో భీమిలీ పార్టీ కార్యాలయంలో వై సిపి పార్టీలోకి జాయిన్ అయ్యారు.ఈ సందర్భంగా మంత్రి వైఎస్ఆర్సిపి పార్టీ కండువా కప్పి సాదరంగా పార్టీ లోకి ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి ముత్తంశెట్టి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ భీమిలీ నియోజకవర్గంలోరోజు రోజుకి వైయస్సార్సిపిలోకి అన్ని పార్టీల నుండి పెద్ద ఎత్తున జాయిన్ కావడం శుభపరిణామమని మంత్రి తెలిపారు. చంద్రబాబు నాయుడు స్వయంకృతాపరాధం వల్లే టీడీపీ నాశనం అయిందని ఎన్నికల్లో గెలుపు ఓటములు సహజం చంద్రబాబు నాయుడు అతని కొడుక్కి పదవులు ఉంటే చాలు కార్యకర్తలు అవసరం లేదనీ అన్నారు. జగన్ మోహన్ రెడ్డి సంక్షేమ పథకాలకు ఆకర్షితులై టిడిపి నాయకులు వై సీపీ లో చేరుతున్నార నీ గత ప్రభుత్వ హయాంలో అన్ని వర్గాల ప్రజలను దగా చేసి మాయమాటలతో ఓట్ల కోసం అనేక రకాలుగా మోసం చేశారని చెప్పారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి సహకారంతో అనేక అభివృద్ధి సంక్షేమ కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తున్నామని భీమిలీ లో ఇప్పటికే కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేసి

అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని గత ప్రభుత్వం భీమిలీ నియోజకవర్గ న్ని పూర్తిగా విస్మరించడం తో ప్రజలు అనేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నార నీ వైఎస్ఆర్సిపి ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు పెట్టి అభివృద్ధి పనులకు శ్రీకారం చుట్టారనీ భీమిలీ నియోజకవర్గంలో వైయస్సార్సీపి అన్ని ఎంపిటిసి , జెడ్పిటిసి స్థానాలలో విజయం సాధించడం తధ్యమని ఈ గెలుపుతో అభివృద్ధి పనులు మరింత వేగవంతం చేస్తామని మంత్రి చెప్పారు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వై.ఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి చేపట్టిన సంక్షేమ పథకాలతో ప్రజలు వైఎస్ఆర్సీపీకి బ్రహ్మరథం పట్టారన్నారు. ఎంపీటీసీ , జెడ్పిటిసి ఎన్నికల్లో కూడా వైఎస్సార్ సీపీ అన్ని స్థానాలలో వైఎస్ఆర్సిపి విజయదుందుభి మోగించడం ఖాయమని మంత్రి తెలిపారు.టిడిపి ఎంపిటిసి అభ్యర్థి కాళ్ళ నగేష్ వైఎస్సార్ సీపీ లోకి చేరిన అనంతరం మాట్లాడుతూ.చంద్రబాబు నాయుడు తీరు వల్లే పార్టీ ని వీడామనీ అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో మండల స్థాయి నాయకులు, పాల్గొన్నారు.

ఉక్కు ప్రైవేటీకరణను వ్యతిరేకిస్తూ కౌన్సిల్లో తీర్మానం చేయాలి

- విశాఖ స్టీల్ మహానగరానికి తలమానికం
- స్టీల్ ఉద్యోగులు నగరపాలక సంస్థ అభివృద్ధిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారు
- గ్రేటర్ మేయర్ హరి వెంకట కుమారి కి వినతిపత్రాన్ని అందించిన జనసేన కార్పొరేటర్ పీతల మూర్తి యాదవ్

విశాఖసిటీ : ఈ నెల 9వ తేదీన జరిగే మహా విశాఖ నగర పాలక సంస్థ కౌన్సిల్ సమావేశంలో మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ చట్టం 1955, సెక్షన్ 88, 122 కింద ప్రతిష్టాత్మక విశాఖ ఉక్కు కర్మాగారం ప్రైవేటీకరణ నిర్ణయాన్ని ఉపసంహరించాలని కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని కోరుతూ తీర్మానం చేసే అంశాన్ని ఎజెండాలో ప్రధానాంశంగా చేర్చాలని మేయర్ హరి వెంకట కుమారిని 22వ వార్డ్ జనసేన కార్పొరేటర్ పీతల మూర్తియాదవ్ కోరారు.

ఉక్కు నగరంగా పేరొందిన విశాఖ కు 'స్టీల్ ప్లాంట్' తలమానికమని . అటువంటి విశాఖ ఉక్కు కర్మాగారాన్ని(ఆర్ ఐ ఎన్ ఎల్) ను 100% ప్రైవేట్ చేయాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన సంగతి తెలిసిందేనని ఈ నిర్ణయానికి వ్యతిరేకంగా పెద్దఎత్తున అన్ని పార్టీల నాయకులు, ఉద్యోగులు, ప్రజా సంఘాలు ఉద్యమాలు చేస్తున్నాయని , ఈ నేపథ్యంలో విశాఖ నగర పాలక సంస్థ తొలి సమావేశంలో స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణను వ్యతిరేకిస్తూ తీర్మానం చేయాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందిని తెలిపారు . విశాఖ అంటేనే విశాఖ ఉక్కు విశాఖ ప్రజలతో పాటు విశాఖ నగర పాలక సంస్థ కూడా ఈ ఉక్కు కర్మాగారం తో అవినాభావ సంబంధం ఉందని , విశాఖ నగరానికి చెందిన వేలాదిమంది త్యాగాలతో ఈ కర్మాగారం ఏర్పాటు అయిందని, స్టీల్ ప్లాంట్ ఉద్యోగులు నగరపాలక సంస్థ ప్రగతిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారని, అటువంటి కర్మాగారం ప్రైవేటీకరణ జరిగితే దాని ప్రభావం నగరాభివృద్ధి మీద కూడా పడుతుందని కాబట్టి ఏప్రిల్ 9వ తేదీన జరిగే కౌన్సిల్ సమావేశం ఎజెండా లో ముఖ్యమైన అంశంగా స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణ వ్యతిరేక తీర్మానాన్ని పెట్టాలని పీతల మూర్తి యాదవ్ విన్నవించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జనసేన కార్పోరేటర్ దల్లి గోవిందరాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు .

59వ వార్డ్ మాజీ సైనికుల కాలనీలో నూతన ట్రాన్స్‌ఫర్మేర్ ఏర్పాటు

ములగాడ: మాజీ సైనికులు కాలనీ లో 3 లక్షలు విలువ చేసే క్రొత్త ట్రాన్స్ఫర్మర్ ను 59వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ పుర్రె పూర్ణశ్రీ చేతుల మీదుగా మంగళవారం ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ ఈ ట్రాన్స్ఫర్మర్ వలన సుమారు 150 కుటుంబాలకు లో వోల్టేజ్ సమస్య పరిస్కారం జరిగిందని తెలిపారు. ఈ వోల్టాజ్ సమస్యను పరిష్కరించే దిశగా తొలి అడుగు వేసిన కార్పొరేటర్ పూర్ణశ్రీని స్థానిక మహిళలు అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యక్షులు పుర్రె సురేష్ , ఎస్సిసెల్ కార్యదర్శి పెంటారావు ,వార్డు ఇన్చార్జి రేవల్ల సత్యనారాయణ ఎలక్ట్రికల్ ఎ ఇ శ్రీనివాస్ ,జానీ ,సంపత్,ఎం ఎస్ వి గిరి, శ్రీదేవి,వరలక్ష్మి ,శ్రీను ,ఖాన్ స్థానిక మహిళలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

గుడ్లవల్లేరు గ్రామంలో రూ .7 కోట్లతో మౌలిక వసతులను కల్పిస్తున్నాం

గుడివాడ : కృష్ణాజిల్లా గుడివాడ నియోజకవర్గంలోని గుడ్లవల్లేరులో రూ. 7 కోట్లతో డ్రైన్లు, రోడ్లు వంటి మౌలిక వసతులను కల్పిస్తున్నామని రాష్ట్ర పౌరసరఫరాలు , వినియోగదారుల వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి కొడాలి శ్రీవెంకటేశ్వరరావు (నాని) చెప్పారు . మంగళవారం ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా మండల కేంద్రమైన గుడ్లవల్లేరు , డోకిపర్రు గ్రామాల్లో జడ్పీటీసీ అభ్యర్థిని ఉప్పాల హారికతో కలిసి ఆయన పర్యటించారు . ఈ సందర్భంగా ఆయా గ్రామాల ప్రజలు మంత్రి కొడాలి నానికి హారతులతో బ్రహ్మరథం పట్టారు .

పూలదండలతో సత్కరించారు . మంత్రి కొడాలి నానిపై అడుగడుగునా పూలవర్షం కురిపించారు . గుడ్లవల్లేరులో అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు . అనంతరం జరిగిన సభల్లో మంత్రి కొడాలి నాని మాట్లాడుతూ జడ్పీటీసీ , ఎంపీటీసీ ఎన్నికల ప్రచారం ముగింపు దశకు చేరిందని , పోటీలో ఉన్న వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థులకు ప్రజల నుండి మంచి మద్దతు లభిస్తోందన్నారు . సీఎం జగన్మోహనరెడ్డి గత 20 నెలలుగా సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తున్నారని , అర్హత ఉన్న ప్రతి ఒక్కరికీ వీటిని అందజేస్తుండడంతో వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీని ప్రజలు ఆదరిస్తున్నారన్నారు . గుడ్లవల్లేరులో ప్రజలకు అవసరమైన అన్ని మౌలిక వసతులను కల్పించడం జరుగుతుందన్నారు . దాదాపు 1200 మందికి ఇళ్ళపట్టాలను అందజేశామన్నారు . మరికొంత మంది లబ్ధిదారులకు అర్హత ఉన్నా ఇళ్ళపట్టాల జాబితాలో పేర్లు లేవనే విషయాన్ని తన దృష్టికి తీసుకువచ్చారని చెప్పారు . ఇళ్ళపట్టాల పంపిణీ ప్రక్రియ నిరంతరం జరుగుతుందని చెప్పారు . అర్హులెవరైనా ఇంటి పట్టా కోసం దరఖాస్తు చేసుకుంటే 90 రోజుల్లో విచారణ జరిపి ఇంటి పట్టాను అందజేయాలని సీఎం జగన్మోహనరెడ్డి స్పష్టమైన ఆదేశాలు జారీ చేశారన్నారు . ఎంత మంది అర్హులున్నా ఇళ్ళపట్టాలను ఇస్తామని చెప్పారు . పెన్షన్ , బియ్యం కార్డులు వంటి సమస్యలను 20 రోజుల్లో పరిష్కరిస్తున్నామని తెలిపారు . జడ్పీ , మండల పరిషత్ ఎన్నికల్లో వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభంజనం స్పష్టంగా కన్పిస్తోందన్నారు . వైసీపీ నుండి పోటీ చేస్తున్న అభ్యర్థులందరూ భారీ మెజార్టీలతో విజయం సాధిస్తారని చెప్పారు .

ఈ కార్యక్రమంలో వైసీపీ రాష్ట్ర నేత దుక్కిపాటి శశిభూషణ్ , పార్టీ నాయకులు పాలేటి చంటి , పాలడుగు రాంప్రసాద్ , ఉప్పాల రాము , పార్టీ గుడ్లవల్లేరు మండల అధ్యక్షుడు శాయన రవికుమార్ , శ్రీ కొండాలమ్మ దేవస్థానం చైర్మన్ కనుమూరి రామిరెడ్డి , కేడీసీసీ బ్యాంక్ చైర్మన్ పడమట సుజాత , నాయకులు అల్లూరి లక్ష్మణరావు , అల్లూరి ఆంజనేయులు , కసుకుర్తి బాబ్జి , శీరం వెంకట సుబ్బారావు , పెనుమాల రంగారావు , కొమ్మనబోయిన రవిశంకర్ , మురళి , దుర్గాప్రసాద్ , డోకాల కనకత్నం , పడవల వెంకటేశ్వరరావు , ఈడే కృష్ణ , గుడివాడ పట్టణానికి చెందిన పి బెనర్జీ (బెన్ను) తదితరులు పాల్గొన్నారు .

45 సంవత్సరాలు దాటిన వారందరికీ వ్యాక్సిన్

గొలుగొండ : గొలుగొండ మండలంలో 45 సంవత్సరాలు దాటిన వారందరికీ కరోనా వ్యాక్సిన్ వేస్తునట్లు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం వైద్యాధికారి డాక్టర్ శ్యామ్‌కుమార్ తెలిపారు. మంగళవారం గొలుగొండ మండలం పుత్తడిగైరంపేటలో వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమం ప్రారంభించినట్లు తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వ్యాక్సిన్ పై అపోహలు వద్దని వ్యాక్సిన్ కరోనా నుంచి రక్షణ కల్పిస్తుందని తెలిపారు.

మళ్లీ కరోనా విజఅంభిస్తున్న నేపథ్యంలో ప్రతి ఒక్కరు అప్రమత్తంగా ఉండాలని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ పత్తి రమణ పాల్గొన్నారు.

ప్రచారంలో దూసుకుపోతున్న డౌనూరు ఎంపిటిసి అభ్యర్థి అప్పారావు

కొయ్యూరు : మండలంలో డౌనూరు వైసిపి ఎంపిటిసి అభ్యర్థి బిజరాంగి అప్పారావు ప్రచారంలో దూసుకుపోతున్నారు. సుమారు 150 మంది కార్యకర్తలతో కలిసి చిట్టెంపాడు, రామన్నపాలెం, గదబపాలెం, కొత్తూరు, ధర్మవరం, మర్రిపాలెం, మూలపేట, కొండసంత, బొంకుల పాలెం, గ్రామాల్లో ఓటర్లను ఫ్యాన్ గుర్తుకు ఓటేసి తనను గెలిపించాలంటూ విస్తృతంగా ప్రచారం నిర్వహించారు. ప్రచారంలో స్పీడ్ పెంచి, కార్యకర్తలను ఉత్సాహపరుస్తూ ముందుకు వెళ్లారు.

ఈ సందర్భంగా అప్పారావు మాట్లాడుతూ రాబోయే రోజుల్లో నాలుగు పంచాయతీలు 30 గ్రామాలలో అభివృద్ధి చేసి చూపుతామని ఆయన తెలిపారు. తనతో పాటు జెడ్పీటీసీ అభ్యర్థి వారా నూకరాజు కూడ ఫ్యాన్ గుర్తుకు ఓటు వేసి గెలిపించాలన్నారు. ముఖ్యమంత్రి వైయస్.జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ప్రవేశపెట్టిన సంక్షేమ పథకాలే తమ విజయానికి దోహదపడతాయన్నారు. రాష్ట్రంలో ఓటు అడిగే హక్కు పార్టీ ఏదైనా ఉందంటే అది ఒక్క వైసిపి పార్టీ అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో డౌనూరు సర్పంచ్ పొట్టిక భవాని, మూలపేట సర్పంచ్ రావుల వెంకటలక్ష్మి, చిట్టెంపాడు సర్పంచ్ నేమాని నూకాలమ్మతో పాటు మాజీ సర్పంచ్ నీలపు సూరిబాబు, బిత్తర కళ్యాణం, యూత్ నాయకులు సురేష్, పొట్టిక పోతురాజు, కొండలరావు, సాయికిరణ్, పలువురు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ఉపాధి కల్పించే ప్రభుత్వ రంగాన్ని కాపాడుకుందాం!

5వ రోజు దీక్షా శిబిరంలో అజశర్మ పిలుపు

విశాఖపట్నం : యువతకు ఉద్యోగాలు, ఉపాధి కల్పించే ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను ప్రజా పోరాటాల ద్వారానే కాపాడుకోవాలని, అందుకు ప్రజలు సిద్దం కావాలని ఉత్తరాంధ్ర అభివృద్ధి వేదిక ప్రధాన కార్యదర్శి ఎ. అజశర్మ పిలుపునిచ్చారు. 5వ రోజు నిరాహారదీక్ష లో కూర్చున్న వారికి పూలదండలు వేసి ప్రారంభించారు. దీక్షలో కూర్చున్న వారిలో సీఐటీయూ నాయకలు పీతల అప్పారావు, అనపర్తి అప్పారావు, కె.కుమారి, పి.వెంకటరావు, బేగం, పోతురాజు, ఎఐటీయూసీ నాయకులు వామనమూర్తి, టి.వెంకటేశ్వరరావు, ఐద్వా మౌనిక, యస్.యఫ్.ఐ రాఘవేంద్రరావు తదితరులు దీక్షలో కూర్చొన్నారు.

అజశర్మ మాట్లాడుతూ నరేంద్రమోదీ ప్రభుత్వం బరితెగించి ప్రభుత్వ రంగాన్ని అమ్ముతామని చెప్పడం సిగ్గుచేటన్నారు. ఎన్నికల్లో ధరలు తగ్గిస్తామని, ఉద్యోగాలు కల్పిస్తామని, నల్లధనాన్ని తీసుకొచ్చి ప్రజల ఖాతాల్లో 15లక్షల రూపాయలు వేస్తామని చెప్పి ఎన్నికల్లో గెలిచాడు తప్పా ప్రభుత్వ పరిశ్రమలు అమ్ముతామని, ధరలు పెంచుతామని చెప్పలేదు. ఆ రకంగా చెప్పి ఉంటే ప్రధాని గా మోడీ ఉండేవారు కాదని అన్నారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో విశాఖనగరం ఆర్థిక రాజధాని గా మంచిపేరు ఉందంటే ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలు ఉండటమే అది సాధ్యమైందన్నారు. నగరంలో అసంఘటిత రంగ కార్మికులకు ఉపాధి దొరుకుతుందంటే స్టీల్ ప్లాంట్ పరిశ్రమలు ఉన్నాయికాబట్టేనని తెలిపారు. లాభాల్లో వుండే పరిశ్రమలను, ప్రజల అస్తులు అమ్మితే ప్రజలు చూస్తూ ఊరుకోరని హెచ్చరించారు. రైతులు, కార్మికులు కలిసి పోరాడితే బిజెపికి పుట్టగతులు వుండవన్నారు. ఇప్పటికైనా మోడీ ప్రభుత్వం వెనక్కు తగ్గకపోతే ఈ ఉద్యమాన్ని మరింత ఉధృతం చేస్తామని తెలిపారు.

ఈ దీక్షలో సీఐటీయూ నగర అధ్యక్షులు ఆర్.కె.యస్.వి.కుమార్, ఏఐటీయూసీ జిల్లా అధ్యక్షులు పడాల రమణ, ఐద్వా కార్యదర్శి డా.జి.ప్రియాంక, యస్.యఫ్. ఐ కార్యదర్శి యల్.జె.నాయుడు, పిడియస్ఓ అధ్యక్షులు సురేష్, డివైయఫ్ఐ కార్యదర్శి యు.యస్.యన్.రాజు, ఏఐటీయూసీ రెహమాన్, మన్మధరావు, సీఐటీయూ నగర కార్యదర్శి బి.జగన్, ప్రజానాట్యమండలి చంటి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పదవులకే వన్నె తెచ్చే వ్యక్తులు

గోపాలపట్నం : కొందరికి పదవులు అలంకార ప్రాయమయితె మరికొందరు ఆ పదవులకే అలంకారం అవుతారు అంటూ 91 92 వ వార్డులో అభిమానులు ప్రజలు అభిప్రాయపడుతున్నారు. జీవీఎంసీ స్టాండింగ్ కమిటీ సభ్యునిగా బెహరా భాస్కరరావు,టౌన్ ప్లానింగ్ సబ్ కమిటీ సభ్యురాలిగా 92 వ వార్డు కార్పొరేటర్ బెహర స్వాతి,జీవీఎంసీ పారిశుద్ధ్య ప్రజాఆరోగ్య కమిటీ సభ్యురాలిగా 91వ వార్డు కార్పొరేటర్ బెహర జ్యోష్ణ నియామకం జరగడంతో ఆయా వార్డులలో అభిమానులు వార్డు ప్రజలు ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేస్తున్నారు వీళ్ళు ఆ పదవికే వన్నె తెస్తారంటూ తమ అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

జెడ్పీటీసి, ఎంపిటిసి ఎన్నికల్లో వైసిపి అభ్యర్థులను గెలిపించండి

నర్సీపట్నం ఎమ్మెల్యే ఉమాశంకర్‌గణేష్

మాకవరపాలెం : ఈ నెల 8వ తేదీన జరుగు జెడ్పీటీసీ, ఎంపిటిసి ఎన్నికల్లో వైసిపి అభ్యర్థులను గెలిపించాలని నర్సీపట్నం ఎమ్మెల్యే ఉమాశంకర్ గణేష్ పిలుపునిచ్చారు. మంగళవారం కొండలఅగ్రహారం, జి.కోడూరు, మాకవరపాలెం తదితర గ్రామాల్లో ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ అన్నిచోట్లా ఎంపీటీసీ అభ్యర్థులు విజయం సాధించేందుకు స్థానిక నాయకులు కృషి చేయాలని కోరారు. ఇటీవల జరిగిన పంచాయతీ, మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో వచ్చిన ఫలితాలను ఎంపిటిసి, జెడ్పీటీసీ ఎన్నికల్లో కొనసాగించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైసిపి మండలాధ్యక్షులు రుత్తల సత్యానారాయణ, నాయకులు పెట్ల భద్రాచలం, సర్వం, వాసు పాల్గొన్నారు.

కోవిడ్-19 నిబంధనలు అనుసరించి శ్రీ నూకాలమ్మ అమ్మవారి వార్షిక జాతర మహోత్సవం

పెద్దాపురం : కోవిడ్-19 నిబంధనలు అనుసరించి శ్రీ నూకాలమ్మ అమ్మవారి వార్షిక జాతర మహోత్సవం ఏర్పాట్లు జరగాలని ఆర్డీఓ ఎస్. మల్లి బాబు తెలిపారు. మంగళవారం పెద్దాపురం మండలంలోని కాండ్రకోట గ్రామంలో 45 రోజుల పాటు జరగనున్న శ్రీ నూకాలమ్మ అమ్మవారి వార్షిక జాతర మహోత్సవం కోవిడ్-19 నిబంధనలు అనుసరించి ఏర్పాట్లు చేయాలని సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు.ఈ సమీక్షా సమావేశంలో ఆర్డీఓ ఎస్. మల్లి బాబు మాట్లాడుతూ కరోనా మహమ్మారి పెరుగుతున్న కారణంగా శ్రీ నూకాలమ్మ అమ్మవారి దర్శనానికి వేలాది సంఖ్యలో విచ్చేయునున్న ప్రజాలందరుకు తగిన ఏర్పాట్లు చేయాలని పలు శాఖల అధికారులకు సూచనలు ఇచ్చారు. అదేవిధంగా పంచాయతీ రాజ్ శాఖకు సంబంధించి పారిశుధ్యం, త్రాగునీటి సౌకర్యం కల్పించాలని,తాత్కాలిక టాయిలెట్స్, డ్రమ్ములు, వాటర్ ట్యాంకులు ఏర్పాటు చేయాలని పంచాయితీ కార్యదర్శికు తెలియజేసారు.వైద్య ఆరోగ్య శాఖ కు సంబంధించి ఎటువంటి ఆరోగ్య ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా చూసేందుకు మెడికల్ క్యాంపులు నిర్వహించాలని,108 సర్వీస్ అందుబాటులో ఉంచాలని డి యమ్ అండ్ హెచ్ ఓ ను కోరారు. నీటిపారుదల శాఖ కు సంబంధించి జాతర మహోత్సవం ను తిలకించుటకు వచ్చే భక్తులు ఏలేరు కాలువలో స్నానాదులు కావించేందుకు,నీటిఉధృత తగ్గించాలని, అదేవిధంగా స్నానాలరేవు నిర్మాణం చేపట్టవసిందిగా కోరారు. వేసవికాలంలో ఎటువంటి విద్యుత్తు అంతరాయం కలగకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఎలక్ట్రికల్ ఏ.ఈకు సూచించారు.అగ్నిమాపక శాఖకు సంబంధించి ముందస్తు చర్యలలో భాగంగా ఫైర్ ఇంజిన్ ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు.

అదేవిధంగా దేవాదాయశాఖ ఏ.డిను కోవిడ్-19 నిబంధనలు అనుగుణంగా భక్తులందరూ సామాజిక దూరం, శానిటేషన్, మాస్కులు ధరించి త్వరితగతిన దర్శనం అయ్యే విధంగా ఏర్పాట్లు చేయాలని సూచించారు. పోలీస్ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేసి ఎటువంటి అవాంతరాలు లేకుండా చేయాలని, జాతర మహోత్సవం ప్రశాంత వాతావరణంలో జరగాలని కోరారు.అడిషనల్ డి.యమ్ అండ్ హెచ్.ఓ డా. సరిత మాట్లాడుతూ శ్రీ నూకాలమ్మ అమ్మ వారి జాతర మహోత్సవంలో కోవిడ్ నియంత్రణ కు ప్రజలందరూ మాస్కులు, సామాజిక దూరం, శానిటేషన్ చేయాలని, వేసవికాలంలో ఎండల తివ్రత ఎక్కువ ఉన్నందున పిల్లలు కు మంచినీటి సౌకర్యం కల్పించాలని, ఆలయ ప్రాంగణంలో భక్తులకు అర్థమయ్యే విధంగా కోవిడ్-19 గురించి ఆరోగ్య సూత్రాలు, పాంప్లెట్స్ లో కరోనా గురించి చిత్ర పాటలతో అవగాహన కలిగేవిధంగా తెలియజేయాలని కోరారు.

ఈ సమావేశంలో సర్పంచ్ ఎం. శ్రీనివాస్, వైస్ సర్పంచ్ జె.పద్మనాభం, దేవస్థానం ఈవో భవాని ఎలక్ట్రికల్ ఏ.ఈ ఎస్. ఈశ్వరప్రసాద్, ఇరిగేషన్ ఏ. ఈ.ఈ పి. వీరబాబు, మెడికల్ పి హెచ్ సి లు సి.హెచ్ ఎం. ధనలక్ష్మి, ఏ. అనూష, పంచాయతీ కార్యదర్శి వి. రాజంబాబు, వీఆర్వో లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సుఖవంతమైన నిద్రతో ఆరోగ్యం

నిద్ర సుఖమెరగదు. ఎక్కడ పడుకుంటే ఏం అనుకునే వాళ్ళ సంఖ్యం ఎక్కువే కానీ ఎలా పడితే అలా పడుకుంటే ఉన్న నిద్ర కాస్త ఎగిరిపోతుంది. పరిసరాలను మైమరచి కునుకు తీయాలంటే మెత్తని పరుపు ఉండాల్సిందే. ఆదమరచి నిదురపోవడంలో ఉండే ఆనందం అంతా ఇంతా కాదు. పానుపు మెత్తగా ఉండే సౌకర్యంగా ఉంటే ఇక మీ ఇంట్లో టీవీ చుట్టూ ఎవరూ చేరరు. అంతా మంచంమీదే కబుర్లు చెప్పుకుంటారు.

అంత మహిమ గల పరుపులు ఏమున్నాయనేగా మీ సందేహం! దూది పరుపులు, పీచు పరుపుల స్థానానే ఇప్పుడు మార్కెట్‌లో టెక్నాలజీ పరుపులు సిద్ధమై వూరిస్తున్నాయి. పడుకోగానే మెత్తగా కూరుకుపోయే మెమెరీ ఫోమ్ పరుపులొచ్చాయి. మేఘాలలో తేలిపోతున్న అనుభూతినిచ్చే లాటెక్స్ పరుపులున్నాయి. ఎలా కావాలంటే అలా మనల్ని ఒదిగిపోయేలా చేసే ఎలక్ట్రిక్ పరుపులొచ్చాయి. నిజంగానే గాలిలో తేలేలా చేసే గాలి పరుపులూ ఉన్నాయి.

మీరు మెచ్చేట్లు..

మీకు ఎలాకావాలంటే అలా ఒదిగిపోయే పరుపు కావాలంటే మెమొరీ ఫోమ్‌ని ఎంచుకోవాల్సింది. మీ బరువు ఆకారాన్ని బట్టి పరుపు దానంతట అదే అడ్జెస్ట్ అవుతుంది.అంతేకాకుండా ఇది ఉష్ణోగ్రతకు అనుగుణంగా మార్పులు చెందుతుంది. ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రత వద్ద సాఫ్ట్‌గాను తక్కువ ఉష్ణోగ్రత వద్ద గట్టిగాను మారుతూ ఉంటుంది. అంటే మీ బాడీ టెంపరేచర్, మీ శరీరాకృతి, బరువులను బట్టి మీకు సౌకర్యంగా తన రూపును మార్చుకుంటుంది. ఇది నిజంగా ఒక అద్భుత సృష్టి అనే చెప్పాలి. దీనివల్ల చాలా లాభాలు కూడా ఉన్నాయి.ఈ ఫోమ్ బెడ్ మీద ఎంత మంది పడుకున్నా అందరికీ కమ్‌ఫర్ట్‌గా ఉంటుంది. సాధారణంగా భార్యాభర్తలు పడుకున్నపుడు ఇద్దరి బరువూ ఒకేలా ఉండదు కనుక ఇద్దరిలో ఎవరో ఒకరు కదులుతూనే ఉంటారు. ఇది మరొకరికి విసుగ్గా ఉంటుంది. ఈ మెమొరీ బెడ్ పై పడుకుంటే ఈ సమస్యలే ఉండవు. ఎందుకంటే ఎవరి బరువుకు తగ్గట్టు వారి ఆకృతి ఏర్పడిపోతుంది కనుక. చాలా మంది నిద్దర్లో మెడ పట్టేసింది, నడుం పట్టేసిందని అంటుం టారు. కాని ఈ ఫోమ్ మీ మెడ, నడుంనొప్పులను ఇట్టే తీసేస్తుంది.వెన్నుముకకు మంచిది. మొత్తానికి ఇది మీ తలనుండి కాళ్ళ వరుకు ఎంతో సపోర్టింగ్‌గా ఉం టుంది. ఇన్ని సౌకర్యాలు ఉన్న ఈ బెడ్ చాలా ఖరీదేమో అనుకోకండి. సామాన్యులకు కూడా దీని ధర అందుబాటులోనే ఉంది.

మీ వెంటే

మూవింగ్ బెడ్‌పైపై పడుకుంటే బంతిలా ఎగురుతారు.దీనిలో స్ప్రింగ్ లు ఉండవు కాని బౌన్స్ అవుతారు. దీనిలో ఎక్కువ పొరలు ఉండడం వలనే ఇది ఇంత మెత్తగా ఉండడానికి కారణం.గదిలోని ఉష్ణోగ్రతను బట్టి దాని తత్వాన్ని మార్చుకుంటుంది.ఇది చాలా తేలికగా ఉండడం వలన ఎక్కడికైనా తీసుకువేళ్ళే అవకాశం ఉంటుంది. నిద్రలేమితో బాధపడుతున్న వారికిది సరైన మందు. డాక్టర్లు కూడా వీటినే వాడమని చెబుతున్నారు. ఏఏమైనా సర్జరీలు చేయించుకున్న వాళ్ళకి చేయించుకునే వాళ్ళకి ఇది చాలా సౌకర్యంగా ఉంటుంది. శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు రక్త ప్రసరణ బాగా జరిగేవిధంగా చేస్తుంది. నిద్రలో ఉన్నపుడు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఏమైనా సమస్యలున్నా ఈ అడ్జస్టబుల్ బెడ్ వలన ఉపశమనం కలుగుతుంది.

ఎయిర్ బెడ్

ఒకసారి ఈ బెడ్‌పై పడుకుంటే మరే బెడ్‌పై పడుకోడానిక ఇష్టపడరు. ఈ బెడ్ మొత్తం ఖరీదైన యాంటీ మైక్రో బయల్ కాటన్‌తో కప్ప బడి ఉంటుంది. దీని అడుగు భాగంలో గ్రిప్‌టైట్ నాన్ స్లిప్ అమర్చి ఉంటుంది. బెడ్‌ని శుభ్రం చేసుకునేటప్పుడు ఈ కవర్‌ను తీసేయొచ్చు. ఇది గాలితో నిండి ఉండేది కనుక గదిలో ఎక్కడ కావాలంటే అక్కడ సులువుగా దీనిని పెట్టుకోవచ్చు. ఈ బెడ్ పై మీరు ఎలా పడుకోవలనుకుంటే అలా మీకు అనుగుణంగా ఉంటుంది. మెడ, నడుము నొప్పులకు ఇక టాటా చెప్పేయొచ్చు.

సొంతింటి మసాజ్

దీని పేరు కంట్రోల్ బెడ్. ఇది మీ తల నుండి కాలి వరుకు మీకు ఎన్ని వందల రకాల మలుపులు తిప్పాలనుకుంటే అన్ని రకాల ఆకారాలలో పెట్టుకోవచ్చు. ఇదంతా ఒక చిన్న కంట్రోల్‌తో సాధ్యం. మీబెడ్‌కి ఒక సందేశం ఇచ్చిశరీరానికి మసాజ్ చేయిం చుకోవచ్చు. వైర్‌లెస్ చేతి రిమోట్ ద్వారా ఈ సందేశాలన్నీ ఇవ్వొచ్చు. ఈ ఎలక్ట్రికల్ సామాగ్రి అంతా బెడ్ అడుగు భాగంలో అమర్చబడి ఉంటుంది.

పలుచని పొట్టకు పండంటి ఆహారాలు!

పలుచని పొట్ట వుండాలి, నాజూకుగా వుండాలి అనేది ప్రతి మహిళకు ఒక కలగా వుంటుంది. కఠినమైన ఆహార నియమాలు, ప్రతిరోజూ వ్యాయామాలు చాలామందికి సాధ్యం కావు. కనుక చివరకు వారు కఠినమైన ఆహార నియమావళికే అలవాటు పడి ఉన్న ఆరోగ్యం కూడా కోల్పోతారు. ఏరకమైన శ్రమా లేకుండా పలుచని పొట్ట పొందాలనుకునేవారు దిగువ పేర్కొనిన ఆహారాలు ఆహార ప్రణాళికలో చేర్చండి.

పలుచని పొట్టకు 5 ఆహారాలు.

కాయలు - బాదం, వాల్ నట్స్, పిస్తా, మొదలైన నట్స్ శరీర కొవ్వును కరిగించేస్తాయి. బాదం పప్పు కూడా సమర్ధవంతంగా పలుచని పొట్టను సహజంగా ఇస్తుంది. వివిధ పోషకాలు కల ఈ కాయలు మీకు ఎపుడు ఆకలి వేసినా తినేయండి. ఇవి ఆరోగ్యకరం మరియు కడుపు నింపే స్నాక్స్ గా వుంటాయి.

బ్లాక్ బీన్స్ - మీ జీర్ణవ్యవస్థ సరిగా పనిచేయకుంటే, ఆహారంలో బ్లాక్ బీన్స్ చేర్చండి. ఇవి పోషక విలువలు కలిగి శరీరంలోని మలినాలను విసర్జిస్తాయి.

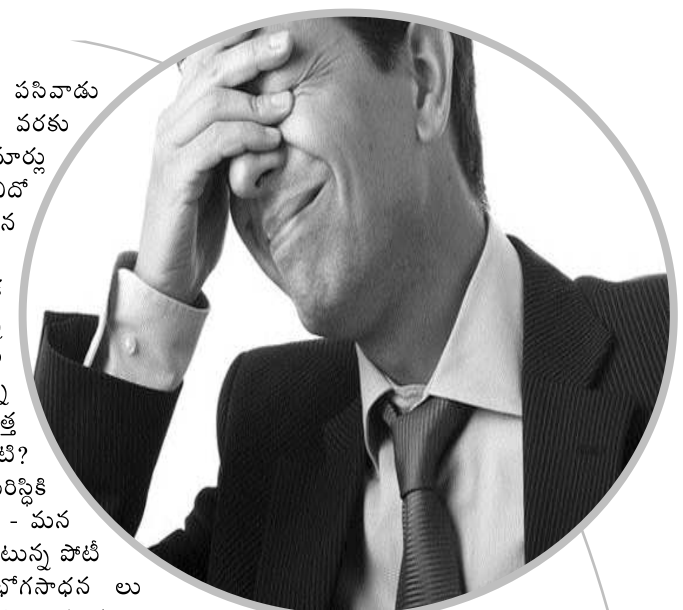
గుడ్లు - ఉడికించిన లేదా పగులగొట్టిన గుడ్లు ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్ గా తినండి. ఏ కష్టం లేకుండా పలుచని పొట్టకు ఇది మంచి ఆహారం. రీసెర్చర్ల మేరకు, గుడ్లు తింటే తేలికగా బరువుతగ్గుతారట. గుడ్లు లో అనేక పోషకాలుంటాయి. కడుపు నింపుతాయి. డార్క్ చాక్లెట్ లు - వింటే ఆశ్చర్యపడతారు.

కాని అది ఒక రహస్యమే. డార్క్ చాక్లెట్ లు తింటే పలుచని పొట్ట ఏర్పడుతుందట. ప్రత్యేకించి కోకో బీన్స్ తో చేసిన చాక్లెట్ లు లేదా వాటి పౌడర్ శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. కోకో గుండెను వ్యాధులనుండి రక్షించటమే కాదు శరీర కొవ్వు ఖర్చు చేసి బరువు తగ్గేలా చేస్తుంది.

పండ్లు - శరీరంలో కొవ్వు కరిగించుకోటానికి నిమ్మ పండ్లు, లేదా నిమ్మజాతివైన ఆరెంజ్ వంటివి తినండి. తేలికగా కొవ్వు కరిగిపోతుంది. వీటిలో పోషక విలువలు కూడా వుంటాయి. నిమ్మ, ద్రాక్ష, ఆరెంజ్, బెర్రీలు ...బ్లూ బెర్రీలు, స్ట్రాబెర్రీలు, రాస్ప బెర్రీలు మొదలైన వాటిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు వుండి శరీర కొవ్వు కరిగిస్తాయి. కనుక పలుచని పొట్ట పొందాలంటే ఈ పండ్లు తినండి.

ఈ చిట్కాలలోని పండ్లు తింటే....కఠినమైన డైటింగ్, గంటలతరబడి జిమ్ వ్యాయామాలు లేకుండానే అంగాంగ సౌందర్యం అద్భుతంగా పెంచుకోవచ్చు.

టెన్షన్ జయించాలంటే ..



ఈ రోజుల్లో పసివాడు మొదలుకొనిపండుముసలి వరకు అందరూ ప్రతిదినం అనేకమార్లు వల్లించే మాట ఇది. ప్రతి దానికీ ఏదో తెలియనిఆందోళన. ఫలితంగా యవ్వన దశలోనేవివిధశారీరక,మానసికరుగ్మతలు.ఆధునిక జీవన విధానంలో సంక్లిష్టత వల్ల ఏర్పడుతున్న దు:స్థితి ఇది. ఒకవైపు సాంకేతిక వైజ్ఞానిక ప్రగతి, నవ నాగరికత వల్ల ఏర్పాటౌతున్న సుఖభోగాల...ఎన్నిఉన్నాఉద్విగ్నం, బెంగ, దిగులుకొత్త కొత్త తరహాల్లోఎదురౌతున్నాయివీటికి కారణాలేమిటి? పరిష్కారమేమిటి?.. మానసిక స్థైర్యం కొరవడటమే ఈ పరిస్థితి కారణం. నిజానికి దీనికి పరిష్కారం- పూర్తిగా ఆధారపడదగినది - మన పూర్వీకులే మనకు ఇచ్చారు. బాల్యం నుండే పెంచి పోషించుకుంటున్న పోటీ ప్రవృత్తిని ఒకరిని మించి పోవాలనే తాపత్రయం, అన్నిభోగసాధన లు తమకుఅందుబాటులో ఉండాలనే లాలస... ఈ విధమైన దృక్పథాలవలన అశాంతికి లోనౌతున్నాడు నవీన మానవుడు. ఆధ్యాత్మిక ధార్మిక ఆలోచనారవళినిపెంపొందించుకోవడమే దీనికి పరిష్కారం. ఎటువంటి పరిస్థితి ఎదురైనా వెంటనే ప్రతికూలం (Negative) గా స్పందించకుండా, ప్రశాంతతని కోల్పోకుండా మసలగలిగే అనుకూల (Positive) ధోరణిని అభ్యాసం చేయాలి.

ఎవరు ఆదర్శం?ఈ మానవలోకానికి 'మిశ్ర' లోకం అని పేరు. సుఖదు:ఖ మిశ్రణమే ఇహలోక వైఖరి. ఈ అనుభవాలకి ఎలా స్పందించాలి?

దు:ఖేష్వనుద్విగ్నమనా: సుఖేషు విగత స్పృహ:।
వీతరాగ భయక్రోధ: స్థిత నీర్మునిరుచ్యతే ॥

"దు:ఖంలో మనస్సు ఉద్విగ్నం చెందకుండా, సుఖాలలో అంటుకొని పొంగిపోకుండా, మోహం, క్రోధం, భయం వంటి వికారాలకు లోనుకాకుండా ఉండేవాడే స్థితప్రజ్ఞుడు" అని గీతాచార్యుని మాట జ్ఞాని మన:స్థితి 'సంయమనం' 'సమతుల్యం'గా ఉంటుంది. అలాంటి యోగిని మనం ఆదర్శంగా తీసుకొని పురోగమించిడం సుఖజీవన మార్గం. కానీ మనం అధిక సంపన్నుల్నీ, కీర్తిమంతుల్నీ మనకు 'మోడల్స్' గా ఎంచుకుంటాంగానీ, గొప్ప వ్యక్తిత్వాలను ఆదర్శాలుగా భావించం.పైగా మానసిక దృఢత్వమనేది ఏదో ఆధ్యాత్మిక వాదంగా పరిగణిస్తాం గానీ మానవుని వికాస వ్యక్తిత్వంగా లెక్కించం. ఆందోళన ముందువెనుకల్ని ఆలోచించనీయదు. కార్యశీలతకు భంగకరం కూడా. దూరాన వస్తున్న రామలక్ష్మణుల్ని మొదటి సారిగా చూసిన సుగ్రీవుడు విపరీతమైన టెన్షన్‌కి (ఉద్విగ్నానికి) లోనై, అటూ ఇటూ పచార్లు చేస్తుండగా, హనుమంతుడు గమనించి-" నువ్వు ప్రశాంతతని కోల్పోతే ఏపనీ చేయలేవు. వారిద్దర్నీ చూసి, 'వాలి నీ పైకి పంపిన బలవంతులైన యోధులు' అని నిర్ణయించుకొని భయపడుతున్నావు. కానీ అది రూఢి కాలేదు. ఏమీ తేలకుండానే ఉద్విగ్నపడే మనస్తత్వమున్న వాడు కార్యదక్షుడు కాలేడు" అని మందలించి, తాను స్వయంగా వెళ్ళి, రామలక్ష్మణుల సమాచారం గ్రహించాడు. వారిని సుగ్రీవునికి మిత్రులుగా చేసి మహోపకారం చేశాడు.

కేవలం కథా దృష్టితో చూస్తే -మారీచుడు మాయాజాలంతో రాముని కంఠస్వరాన్ని అనుకరిస్తూ అరచిన ధ్వనికి - వేగిరపడిని సీతమ్మ ఆందోళనే మాటల్లో వర్ణించలేనంత టెన్షన్‌కి గురయింది. ఆ టెన్షనే చికరికి ఆమె అపహరణం వరకు దారితీసింది. భయచకితమైన మానసిక స్థితిలో తీసుకొనే నిర్ణయాలు ప్రమాదాలకి దారితీస్తాయి.

జరగవలసింది జరగకమానదు - అనే ధోరణి ఒక విధంగా మనశ్శాంతినీ, ఊరటనీ ఇస్తుందనేది వాస్తవమే. కానీ ఈ ధోరణి మన ప్రయత్నాన్ని కుంటుపరచదా? అని కొందరి సందేహం. ఏ సిద్ధాంతాన్నైనా ఎలా, ఎంతవరకు స్వీకరించాలి? అనేది మనయుక్తిపై ఆధారపడి ఉంటుంది భారతీయుల కర్మ సిద్ధాంతాన్ని సరిగ్గా అర్థం చేసుకుంటే చక్కని మన:స్థితిని ఏర్పడుతుంది. కర్మకు తగ్గ ఫలితం అనుభవించక తప్పదు. మన ప్రయత్నం మనం చేసినా తొలగించలేని దానినే ప్రారబ్ధం అంటాం. పురుష ప్రయత్నం తో చేసినదే కదా! ఇది వరకటి కర్మలఫలానికే 'అదృష్టం' 'దైవం' 'భాగ్యం' అని పేరు. ప్రపంచంలో అందరూ ఒకేలా ఉండరు. ఎవరి 'అదృష్టం' వారిది. అలాగని ప్రయత్నం మానం. ప్రయత్నానికి 'పౌరుషం' అని పేరు. మన ప్రయత్నం దృఢంగా, ఏకాగ్రంగా, పట్టుదలగా ఉంటే అదృష్టాన్ని కూడా మార్చవచ్చు అని శాస్త్రం. 'అదృష్టం ఇంతే' అని సరిపెట్టుకునే స్థితి మనసుకి శాంతినిస్తుంది. పట్టుదలగా కృషి చేసేవాడూ ఆందోళనని ప్రక్కకి పెడతాడు.రెండింటికీ చెందని బలహీనుడే అశాంతి పాలవుతాడు. మన కృషికి తగినదీ, మన అవసరాలను తీర్చేదీ అయిన సంపాదనతో తృప్తిపడడం నేర్చుకోవాలి. పోటీ, ఆందోళన లేకుండా ధర్మబద్ధంగా ప్రయత్నించడానికి సాధన చేయాలి. కొందరు ఎల్లప్పుడూ తామున్న ఉద్యోగం, స్థితి విషయంలో అసంతృప్తి గానే గడుపుతుంటారు. 'గతిలేక అందులో ఉన్నాం' అనే భావన లో ఉంటారు. ఇది కూడా ఒక విధమైన మానసిక రుగ్మతయే. 'ఎవరెక్కడవుండాలో అక్కడేసరిగ్గాఉంచబడ్డారు' (Everyone is rightly placed) అనే ఆంగ్లనానుడి కర్మ సిద్ధాంతానికి దగ్గరిదే.

పరిషత్ ఎన్నికలపై హైకోర్టు తీర్పు హర్షదాయకం

- సీఎం జగనకు అవమానం.
- టీడీపీ ఎన్నికల్లో పోటీ చేయాలి..
- నిఘావర్గాల వైఫల్యమే ఎన్ కౌంటర్‌కు కారణం
- సీపీఐ జాతీయ కార్యదర్శి డాక్టర్ కె నారాయణ

విజయవాడ : ఏపీ జడ్పీటీసీ, ఎంపీటీసీ ఎన్నికల నిర్వహణ విషయంలో దుందుడుకుగా వ్యవహరించిన ఎన్నికల కమిషన్ తీరును తప్పుబడుతూ హైకోర్టు ఇచ్చిన తీర్పు చెంపపెట్టులాంటిదని సీపీఐ జాతీయ కార్యదర్శి డాక్టర్ కె నారాయణ వ్యాఖ్యానించారు. మంగళవారం విజయవాడలోని సీపీఐ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో నారాయణ మాట్లాడుతూ... ఎన్నికల నోటిఫికేషను, పోలింగ్ కు 4 వారాల సమయం ఉండాలన్న సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాలను పాటించకపోవడంతో మండల, జిల్లా పరిషత్ ఎన్నికలను నిలిపేస్తూ హైకోర్టు ఉత్తర్వుల్విడాన్ని స్వాగతిస్తున్నట్టు పేర్కొన్నారు. ఈ నెల 1న ఎస్‌ఈసీ జారీచేసిన నోటిఫికేషన్ విషయంలో తదనంతర చర్యలు నిలిపివేయాలని హైకోర్టు ఆదేశించడం సబబేనన్నారు. రాష్ట్రంలోని అధికారులు ప్రభుత్వానికి తొత్తులుగా మారితే ఇబ్బందులు తప్పవని ఎన్నికల కమిషనర్ నీలం సాహ్నిని ఉద్దేశించి వ్యాఖ్యానించారు. అధికార వ్యామోహంతో తొత్తులుగా వ్యవహరించిన అధికారులు గతంలో జైలు పాలైన ఉదంతాలున్నాయని గుర్తు చేశారు. రాజ్యాంబద్ధమైన విధుల్లో ఉన్న వారెవరైనా రాజ్యాంగానికి అనుగుణంగానే నడుచుకోవాలని పేర్కొన్నారు. కమిషనర్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించడమే తడవుగా, రాజకీయ పార్టీలను సమావేశానికి ఆహ్వానించి కూడా అంతకుముందే చాలా హడావిడిగా ఎన్నికల నిర్వహణకు పూనుకోవాల్సిన అవసరమేముందని ప్రశ్నించారు. రాజకీయ పార్టీలు అభ్యంతరపెడుతున్నా, సుప్రీంకోర్టు మార్గదర్శకాలను పక్కన పెట్టి ఇష్టానుసారం వ్యవహరిస్తూ నోటిఫికేషన్ ఇవ్వడాన్ని తప్పుబట్టారు. ఈ విషయాన్నే హైకోర్టు పరిగణలోకి తీసుకుని ఎన్నికలపై స్టే ఇచ్చిందని స్పష్టం చేశారు. హైకోర్టు తీర్పు సీఎం జగన్ పాలనకు అవమానకరమని వ్యాఖ్యానించారు. సంక్షేమ పథకాల అండ ఉందని చెప్పుకునే వైసీపీ ప్రభుత్వ పెద్దలు ఏకగ్రీవాల కోసం ఎందుకంత హంగామా చేస్తున్నారో అర్థం కావడం లేదని చెప్పారు. ఓటమి భయంతోనే ఆ తరహా చర్యలకు పాల్పడుతున్నారనే అనుమానాలు కలుగుతు న్నాయని పేర్కొన్నారు.

రాష్ట్రంలోని ప్రధాన ప్రతిపక్షం ఎన్నికలను బహిష్కరించడం సబబుకాదని పేర్కొన్నారు. కార్పొరేషన్, మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ప్రతిపక్షాలకు వచ్చిన ఓట్ల శాతం తక్కువేమీ కాదని గుర్తు చేశారు. ఎన్నికలను బహిష్కరించడమంటే రాజ్యాంగ సృష్టికర్త అంబేద్కర్ అందించిన ఓటు హక్కును అవమానించడమేనని పేర్కొన్నారు. హైకోర్టు తీర్పు నేపథ్యంలో టీడీపీ అధినేత తమ పార్టీ నిర్ణయాన్ని మార్చుకుని ఎన్నికలకు సమాయత్తం కావాలని సూచించారు.

ఛత్తీస్ ఘడ్ లో పోలీసులకు, మావోయిస్టులకు మధ్య జరిగిన ఎన్‌కౌంటర్ దురదృష్టకరమని నారాయణ పేర్కొన్నారు. ఈ ఘటనలో ఎక్కువమంది యువకులైన పోలీసులు మృతి చెందడం తమను తీవ్రంగా కలచివేసిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ నిఘా వర్గాల వైఫల్యం కారణంగానే ఈ భీకర సన్నివేశం చోటుచేసుకుందని వ్యాఖ్యానించారు. మావోయిస్టుల ప్రాబల్యమున్నప్రాంతాల్లో కూంబింగ్ నిర్వహణ సమయంలో నిఘావర్గాల ముందస్తు సమాచారం ఎందుకు అందలేదో కేంద్రం సమాధానం చెప్పాలని డిమాండు చేశారు. ప్రతిపక్ష పార్టీల నేతలు, రాజకీయ ప్రత్యర్థులపై నిఘా పెట్టినట్టిన బీజేపీ ప్రభుత్వం దేశ భద్రత విషయంలో ఎందుకు ఉదాసీనంగా వ్యవహరించిందని కేంద్రాన్ని నిలదీశారు. ఇంతకన్నా దేశద్రోహం ఏముందని ప్రశ్నించారు. మావోయిస్టుల సమస్యను కేవలం శాంతిభద్రతల సమస్యగా చూస్తే ఇటువంటి పరిణామాలు ఆగవని పేర్కొన్నారు.

మావోయిస్టుల సమస్యలకు కారణమైన ఆర్థిక, సామాజిక అంశాలపై దృష్టి సారించి పరిష్కారాల్ని చూపాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వాలపై ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. హింసా విధానాన్ని విడచి మావోయిస్టులు కూడా జన జీవన స్రవంతిలో కలవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఈ సమావేశంలో సిపిఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శివర్గ సభ్యులు రావుల వెంకయ్య, కృష్ణాజిల్లా కార్యదర్శి అక్కినేని వనజలు పాల్గొన్నారు.

వంతెన నిర్మాణనికి కృషిచేస్తాం

- రాష్ట్ర యువజన విభాగం కార్యదర్శి చెట్టి వినయ్

అనంతగిరి : అనంతగిరి మండలం ఎగువసోభ పంచాయతీ హెక్టాగుడా వంతెన హుద్ హుద్ తుఫాన్ లో కొట్టుకొనిపోయి నేటికి 7,8 సంవత్సరాలు అయినా ఎవరూ పట్టించు కోవడం లేదని ప్రజలు వాపోయారు..వారి బాధలు విన్న యువనేత , రాష్ట్ర యువజన విభాగం కార్యదర్శి చెట్టి వినయ్ వంతెన నిర్మాణనికి కృషిచేస్తాం అన్నారు. ఈ సమస్యపై అరకు ఎమ్మెల్యే చెట్టి ఫాల్గుణ గారి చెప్పి ఈ బ్రిడ్జి నిర్మాణం పనులు త్వరితగతిన చేపట్టేలా చూస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఆయా గ్రామాల్లో నెలకొన్న సమస్యలు పరిష్కరిస్తామన్నారు. ఈయన వెంట అనంతగిరి వైసీపీ మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు శెట్టి ఆనంద్, జెడ్పీటీసీ అభ్యర్థి స్వామి, ఎగువసోభ సర్పంచ్ సింహాద్రి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని కోరిన బాధితుడు..

అనంతగిరి : మండలంలోని బొర్రా పంచాయతీ నినిమామిడికి గ్రామానికి చెందిన పాంగి కొండప్ప (50) విద్యుత్ ప్రమాదంలోని తన కుడి జబ్బా కోల్పోయాడు. తనకు పెన్షన్ మంజూరు చేయించాలని, బొర్రా కు పర్యటించిన వైసీపీ రాష్ట్ర యువజన విభాగం కార్యదర్శి చెట్టి వినయ్ ను కోరాడు. వెంటనే వినయ్. ఎంపీడీఓ తో ఫోన్ లో మాట్లాడి, పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని కోరారు.

అధిక స్వేచ్ఛను పిల్లలకు ఇవ్వకూడదు

ఎంతో మంది పిల్లలు తల్లిదండ్రుల దగ్గర ఎక్కువగా గారాబంగా ఉండి కొన్ని విషయాలలో చేయారాని విషయాలు చేస్తుంటారు. తల్లితండ్రులనుంచి చాలా గారాబం పొందే పిల్లలకు ఏ నియమాలు కాని, నిరాశ కాని, వస్త్రధారణ నియమనిబంధనలు కాని మర్యాద కాని ఉండవని మీరు అనుకుంటారు. నిజమే, కాని వారు ఒక్కరే కాదు. మీ అలవాట్లలో కొన్నిటి మూలంగా మీరు గారాబం చూపించే తల్లితండ్రుల కేటగిరి క్రిందకు వస్తారు అంటే మీరు ఆశ్చర్యపోతారు, నిపుణుల ప్రకారం కూడా, మీరు మీ పిల్లల పట్ల చేస్తున్నది సరిఅయినదిగా భావిస్తుంటారని తెలుస్తున్నది.

చాలామంది తల్లితండ్రులు వారివారి పాత్రను తప్పుగా అర్థం చేసుకుంటున్నారు అని పేరెంటింగ్ ఎక్స్పర్ట్ లియోనార్డ్ సాక్స్, చెస్టర్ దేశం లోని ఫామిలి డాక్టర్, గర్ల్స్ ఆన్ ది ఎడ్జ్ అండ్ బాయ్స్ అడ్రిఫ్ట్' రచయిత చెపుతున్నారు. తమ పిల్లలని టాప్ కాలేజ్‌లో సీట్ సంపాయించటం వాళ్ల నిరాశకు గురి కాకుండా ఉండేందుకు మాత్రమే వారి పాత్ర ఉంటుందని చాలామంది తల్లితండ్రుల అభిప్రాయం. క్లిష్ట పరిస్థితులలో రక్షణ వలయంలాగా తల్లితండ్రులు ఉండాలి కాని పిల్లలని కూడా వాటి యొక్క పరిణామాలను తెలుసుకోగలిగే అవకాశాన్ని,తెలివిని పెంపొందించుకోని వ్వాలి. ఇక్కడ సాధారణంగా తల్లిదండ్రులు ఎందుకు, ఎలా పిల్లలని గారాబం చేస్తారో 5 పాయింట్లలో చెపుతున్నాం.

1. వివాదానికి దూరంగా ఉండటం చాలామంది తల్లితండ్రులు పిల్లలతో వాదనలు పెంచుకోవటం కన్నా వారి కోరికలని తీర్చటం సులభం అనుకుంటారు, ఫలి తంగా పిల్లలు తల్లి తండ్రులను అలుసుగా తీసుకుంటు న్నారు. ఈ విషయం చాలామంది తల్లితండ్రులలో చూస్తున్నాము. వారు పిల్లల పట్ల కతినంగా ఉండటానికి ఇష్టపడరు.

2. స్కూల్ పని ఒక వంక స్కూల్ హోం వర్క్ సాకుతో చాలా మంది పిల్లలు ఇంట్లో వారి బాధ్యతలనుండి తప్పించుకుం టున్నారు ఎందుకంటే తల్లితండ్రులు చదువుకి సంబంధిం చిన విషయాలపట్ల చాలా శ్రద్ధ చూపిస్తారు. 3. పిల్లలని తమ స్నేహితులలాగా చూడటం కొంతమంది తల్లి తండ్రులు తమ పిల్లలని, అధికారికంగా కాకుండా స్నేహి తులలాగా ఉండాలన్న ప్రయత్నంలో చాలా గారాబం చేస్తారు. 4. నిత్యకృత్యాలు లేదా పరిమితులు లేవు చాలామంది తల్లితండ్రులకు పిల్లలని పెంచటంలో ప్రణాళిక లేకపోవ టం ఒక లోపంగా ఉంటున్నది.

దీనితో, వారి సంసారం లోనే క్రమశిక్షణ లేకపోవటం వలన పిల్లలు కూడా క్రమశిక్ష ణారాహిత్యంగా తయారవుతున్నారు. 5. టెక్నాలజీ పేరుతో పిల్లలకి బహుమతులు ఈ రోజుల్లో చిన్నవాళ్లకి చిన్న వయస్సున్న పిల్లలకి కూడా మొబైల్ ఫోన్ ఉంటున్నది ఎందుకంటే వారి తల్లితండ్రులను అడిగి, అలిగి మరీ తీసుకుంటున్నారు. కాని ఇది మంచిది కాదు.

కొలెస్ట్రాల్ పై... కొన్ని అపోహాలు !

శరీరంలోని జీవక్రియలన్నీ సక్రమంగా జరగాలంటే అందుకు ప్రొటీనులు, విటమిన్స్, పోషకాంశాలు ఎంత ముఖ్యమో కొలెస్ట్రాల్ కూడా అంతే ముఖ్యం. శరీరంలోని జీవక్రియలు సక్రమంగా పనిచేయడానికి కొలెస్ట్రాల్ కూడా కావాల్సిన స్థాయిలో ఉండాలి. అదే శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి అవసరానికి మించి పెరుగుతే అది ఆరోగ్యం మీద తీవ్రంగా చెడు ప్రభావాన్ని చూపెడుతుంది. శరీరంలో అధనంగా కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం వల్ల స్ట్రోక్ (మూర్ఛవ్యాధికి)కారణం అయ్యే బ్లాకేజ్ లు రక్తం ఏర్పడుతాయి. ఇంకా గుండె సంబంధిత సమస్యలు కూడా అధికంగా వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందుకు కారణం హై కొలెస్ట్రాలే. కొలెస్ట్రాల్ ను తరచూ అపార్థం చేసుకొంటాం. మనలో ఉండే కొలెస్ట్రాల్ గుండె జబ్బుల ప్రమాదాలను పెంచుతుందనే సమాచారం కోకొల్లలుగా ఉంది. కాని దీనిలో చాల వరకు కేవలం కల్పితమే. అదెలాగో చూద్దాం..

కొలెస్ట్రాల్ గూర్చి మనలో ఉన్న తప్పుడు అపోహలు!

అధిక కొలెస్ట్రాల్ కేవలం మగవారికి మాత్రమే సంబంధించినది- ఆడవారికి కాదు. స్త్రీల దగ్గర ఈస్ట్రోజెన్ ఉంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్ మోతాదును సాధారణ స్థాయిలో ఉంచేందుకు సాయపడుతుంది. అయితే మెనోపాజ్ తర్వాత ఈ ప్రయోజనం ఉండదు. 45 దాటిన మగవారు, 55 దాటిన ఆడవారిలో కొలెస్ట్రాల్ వలన ప్రమాదం ఉంది.

అధిక కొలెస్ట్రాల్ అనేది జన్యుపరమైనది, దీనికి మనం చేయదగినది ఏది లేదు. జన్యువులు తప్పనిసరిగా తమ పాత్రను పోషిస్తాయి, అయితే ఆహార అలవాట్లు, జీవనశైలి విధానం కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిపై ప్రభావం చూపిస్తాయి. మన కుటుంబంలో అధిక కొలెస్ట్రాల్ చరిత్ర ఉంటే, మీరు నివారణ చర్యలు చేపట్టి మీ మోతాదు స్థాయి మించకుండా చర్యలు చేపట్టండి.

కొలెస్ట్రాల్ ను విజయవంతంగా ధ్యానం ద్వారా తగ్గించవచ్చు. మీకు అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉందని తెల్సి నప్పుడు, కారణం తెల్సుకోవడం ముఖ్యం. తరచుగా మీరు కారకాలను సరిచేస్తుంటే, అది సాధారణ స్థితికి చేరుతుంది. కారణాలలో సరైన ఆహారంలేకపోవడం, తగినంత వ్యాయామం లేకపోవడం, అంటురోగాలు, మానసిక ఒత్తిడి, శారీరిక ఒత్తిడి (సర్జరీ వంటివి) వంటివి ఉంటాయి.

కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించే మందులను వాడినప్పుడు ఆహార అలవాట్లను మార్చవలసిన అవసరం లేదు లేదా ఎక్కువ చురుకుగా ఉండక్కరలేదు. కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించే మందులు కొంత వరకు పనిచేస్తాయి. కాని మన గుండెకు మంచిదనుకొనే ఆహారాన్ని తీసుకొని, మన జీవన శైలిని మార్చినప్పుడు మీ మందులు బాగా పనిచేస్తాయి.

భోజనం గుండెకు - ఆరోగ్యం అంటే అర్థం 0 మి.గ్రా. కొలెస్ట్రాల్ పోషకాహార జాబితాలో మంచి కొలెస్ట్రాల్ అనే కొలెస్ట్రాల్ భాగం, మీ కొలెస్ట్రాల్ మోతాదును పై స్థాయికి తీసుకొని పోయే విషయ మౌతుంది. సాచ్యురేటెడ్ ఫాట్ (మాంసాహారం, డైరీ ఉత్పత్తులు) ట్రాన్స్ ఫాట్స్ (ప్యాక్ చేసిన ఆహారంలో ఉండేది) చాల వరకు తక్కువ సాంద్రత లిపోప్రొటీన్ పై పెద్దగా ప్రభావం ఉండదు, చెడు కొలెస్ట్రాల్ అనేది మంచి కొలెస్ట్రాల్ కంటే అతేరోస్కిరోసిస్ కు కారణమౌతుంది.

పిల్లలకు అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉండదు అతేరోస్కి రోసిస్ - ధమనులు కుచించుకొని పోయి గుండెజబ్బులకు దారి తీయడం - అనేది ఎనిమిదేళ్ళ చిన్న వయసు లోనే మొదలు కావచ్చని పరిశో ధనలు తెలియచేస్తున్నాయి. అమెరి కా పిడియాట్రిక్ అకాడమి వారు పిల్లలు, కొలెస్ట్రాల్ అనే విషయంపై సూచనలు చేస్తూ అధిక బరువు ఉన్న పిల్లలు, అధికరక్తపోటు లేదా కుటుంబంలో గుండెజబ్బుల చరిత్రను ఉన్నవారికి రెండేళ్ళ వయసులోనే కొలెస్ట్రాల్ పరీక్ష చేయించాలని తెలిపారు. అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉన్న పిల్లలు సంతృప్త కొవ్వు, ఆహార కొలెస్ట్రాల్ వరకు ఆహారపు అలవాట్లను పరిమితం చేసి, మరింత వ్యాయామం చేయమని సూచించారు.

భోజనం గుండెకు - ఆరోగ్యం అంటే అర్థం 0 మి.గ్రా. కొలెస్ట్రాల్ పోషకాహార జాబితాలో మంచి కొలెస్ట్రాల్ అనే కొలెస్ట్రాల్ భాగం, మీ కొలెస్ట్రాల్ మోతాదును పై స్థాయికి తీసుకొని పోయే విషయమౌతుంది. సంతృప్త కొవ్వు (ాంసాహారం, డైరీ ఉత్పత్తులు) ట్రాన్స్ ఫాట్స్ (ప్యాక్ చేసిన ఆహారంలో ఉండేది) చాల వరకు తక్కువ సాంద్రత ఉన్న లిపోప్రొటీన్ పై పెద్దగా ప్రభావం ఉండదు, చెడు కొలెస్ట్రాల్ అనేది మంచి కొలెస్ట్రాల్ కంటే అతేరోస్కిరోసిస్ కు కారణమౌతుంది.

కొలెస్ట్రాల్ ఎల్లప్పుడు చెడ్డది చాలామంది కొలెస్ట్రాల్ అని విన్నప్పుడు అది చెడ్డది అనుకుంటారు. కాని అసలు విషయం చాల క్లిష్టమైనది. అధిక కొలెస్ట్రాల్ ప్రమాదకరం కావచ్చు. కాని కొలెస్ట్రాల్ శరీర ప్రక్రియలు జరగడానికి అత్యవసరం, మెదడు లోని నాడీ కణాలను ఉత్తేజితం చేయడం నుండి కణత్వచాలకు రూపాన్ని ఇవ్వడం వరకు పని చేస్తుంది. గుండె జబ్బులలో కొలెస్ట్రాల్ పాత్రను తప్పుగా అర్థం చేసుకుంటారు. కొలెస్ట్రాల్ రక్తనాళాల నుండి తక్కువ, ఎక్కువ సాంద్రత ఉన్న లిపోప్రొటీన్ ల ద్వారా రవాణా చేయబడుతుంది. ఎల్ డి ఎల్ అంటే చెడు కొలెస్ట్రాల్. ఇది అతేరోస్కిరోసిస్ కు కారణమౌతుంది అంతేకాని కేవలం కొలెస్ట్రాల్ కాదు.

తక్కువ కొలెస్ట్రాల్ ఎల్లప్పుడు మంచి ఆరోగ్యానికి సంకేతం తక్కువ స్థాయి ఎల్ డి ఎల్ కొలెస్ట్రాల్ సాధారణంగా ఆరోగ్యకరమైనప్పటికి, ఒక కొత్త పరిశోధన ప్రకారం సాధారణంగా అసలు క్యాన్సర్ రాని వారి కంటే క్యాన్సర్ వచ్చే వారిలో తక్కువ స్థాయి ఎల్ డి ఎల్ ను క్యాన్సర్ వచ్చే ముందు ఏళ్ళలో ఉన్నట్లు ఒక కొత్త పరిశోధనలో తెల్సుకున్నారు. రక్తంలో తక్కువ కొలెస్ట్రాల్ ఉన్న వారు అనేక వ్యాధులకు కూడా గురి ఔతారు. చాల కాలం వీటితో బాధపడి, ఈ వ్యాధితోనే చనిపోతారు.

అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉన్న లక్షణాలు కనబడటం లేదు అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉన్న వారిలో కొంతమందికి పసుపు - ఎరుపు గ్జంతోమస్ అనే గడ్డలు కనురెప్పలు, కీళ్ళు, చేతులు, శరీరంలోని ఇతర భాగాల మీద వస్తాయి.

మధుమేహం లేదా అనువంశికంగా ఫామిలియాల్ హైపర్ కొలెస్ట్రోలేమియా ఉన్నవారిలో ఈ గ్జంతోమస్ సాధారణంగా ఉంటుంది. మీకు అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉన్నదా లేదా అనే విషయం తెల్సుకోవడానికి మంచి మార్గం, మీ ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షకులు సలహా ఇస్తే మీకు 20 ఏళ్ళు వచ్చినప్పటి నుండి ప్రతి మూడేళ్ళ కొకసారి కొలెస్ట్రాల్ ను పరీక్షించుకోవాలి లేదా మీ డాక్టర్ సలహా ఇస్తే తరచు పరీక్ష చేయించుకోవాలి.

కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి తగ్గితే మందులను వాడటం ఆపేయవచ్చు. మీ కొలెస్ట్రాల్ మందులను వాడటం ఆపేస్తే, మీ చెడు ఎల్ డి ఎల్ కొలెస్ట్రాల్ బహుశ తిరిగి అది ఉన్న చోటుకే రావచ్చు. మీ కొలెస్ట్రాల్ మోతాదు మించితే, మీ గుండె జబ్బులు, పోటు పరిస్థితి కూడా అంతే. అధిక కొలెస్ట్రాల్ ను నయం చేయలేనప్పుడు, ఇలా వాడకం విజయవంతంగా నిర్వహించవచ్చు. కొలెస్ట్రాల్ నిర్వహణ మీ జీవిత కాలమంతా ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా ఉంచుకోవడానికి అవసరం - ప్రతి రోజు వాడే మందులతో సహా.

అధిక కొలెస్ట్రాల్ సన్నగా ఉండే వారిలో పెద్ద సమస్యేమి కాదు సన్నని, అధిక బరువు, లేదా మధ్య రకం ఎవరైనా సరే తమ కొలెస్ట్రాల్ ను తరచూ పరీక్షించుకోవాలి. అధిక బరువు ఉన్న వారు ఎక్కువ కొవ్వు ఉన్న ఆహారం తీసుకోరాదు. అలాగే త్వరగా బరువు పెరగని వారు ఎంత సంతృప్త కొవ్వులు తింటున్నామో చూసుకోవాలి.

వెన్న కాకుండా వనస్పతిని వాడట0 వలన కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. వనస్పతిలో, వెన్న లాగే కొవ్వు ఎక్కువగా ఉంటుంది - మీకు అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉంటే అన్ని కొవ్వు ఆహారాలు మితంగా తినాలి. చాలావరకు వనస్పతిలో అధిక కొలెస్ట్రాల్ కు కారణమైన ఒక ప్రధాన సంతృప్త కొవ్వులు ఉంటాయి. సూచించబడిన ఎంపికలో ఒక ద్రవరూపంలోని విజిటబుల్ నూనె లేదా ఏ రకమైన ట్రాన్స్ కొవ్వులు లేని నూనె (హైడ్రోజనేటేడ్ విజిటబుల్ నూనె) ఉన్నాయి.

మీరు మధ్య వయస్సు వారయ్యే వరకు మీ కొలెస్ట్రాల్ ను చూపెట్టుకొనే అవసరం లేదు పిల్లలు అయినప్పటికీ - గుండె జబ్బుల కుటుంబ చరిత్ర ఉన్నవారు - అధిక కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని కల్గి ఉండవచ్చు.

చిన్న వయసులోనే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని పరీక్షించుకోవడం ఒక మంచి ఆలోచన.

గ్రీన్‌టీలో ... ఔషధ గుణగణాలు

పొద్దున్నే టీ కప్పు కనిపిస్తే మనిషికి ఉదయించే సూర్యుణ్ణి చూసినంత ఆనందం కలుగుతుంది. టీ మాధుర్యాన్ని చవి చూసిన ఆనందంలో కొందరు పాలు కలపడానికి కూడా ఇష్టపడక ఏకంగా బ్లాక్ టీనే తాగడం మొదపూట్టారు. ఈ క్రమంలోనే ఇటీవల గ్రీన్ టీ పట్ల మోజు బాగా పెరుగుతోంది. ఆరోగ్యపరమైన ఎన్నో సమస్యలకు గ్రీన్ టీ మంచి ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. అందుకే దీన్ని తీసుకునేవారి సంఖ్య ఇటీవల బాగా పెరుగుతోంది. గ్రీన్ టీలోని విశేషాలను, ఔషధ గుణాలను మరింత లోతుగా పరిశీలిస్తే.... గ్రీన్ టీని తయారుచేయడంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. టీ ఆకులో ఉండే సహజమైన ఆకుపచ్చదనాన్నీ, పరిమళాన్నీ నిలబెట్టే ప్రయత్నం ఈ తయారీలో ఉంటుంది. నిజానికి పూర్వకాలం నుంచే గ్రీన్ టీ వినియోగం ఉంది. అయితే, ఇప్పుడు ఆ ప్రాచీన విజ్ఞానానికి కొంత ఆధునిక అవగాహన జత చేయడం ద్వారా గ్రీన్ టీ ప్రయోజనాలు రెట్టింపు అవుతున్నాయి. వ్యాధి నిరోధక శక్తి కలిగిన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండడం గ్రీన్ టీలోని ఒక ప్రధాన విశేషం. బరువు తగ్గించడంలో అద్భుతమైనది మార్గం గ్రీన్ టీ, గ్రీన్ టీ డైట్ వల్ల శరీరంలోని అనేక వ్యాధులు క్యాన్సర్, రక్తంలోని హై కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ మరియు డయాబెటిస్ వంటివి అనేక రుగ్మతలను నివారించడంలో అద్భుతమైన మార్గం గ్రీన్ టీ డైట్. మరి మీ డైట్ లో గ్రీన్ టీ తీసుకోవడం వల్ల కలిగే అనేక ప్రయోజనాలేంటో ఒక సారి చూద్దాం...

1. వేగగంగా బరువు తగ్గిస్తుంది : గ్రీన్ టీ లో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు ముఖ్యంగా, ఉదరంలో ఉన్న శరీరాన్ని ఉత్తేజపరిచే కాలరీలను తగ్గించి బరువు తగ్గించి, శరీరంలోని కొవ్వును తగ్గిస్తుంది.అధికబరువుతో బాధ పడేవారికి 'గ్రీన్‌టీ' ఓ చక్కని పరిష్కారం. కొవ్వును తగ్గించడంలో 'గ్రీన్‌టీ' చాలా ఉపయోగపడుతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. ఉరుకులు, పరుగుల జీవితంలో అధికబ రువుతో అనారోగ్యాల పాలవుతున్న వారికి 'గ్రీన్‌టీ' దివ్యౌషదం అని చెబుతు న్నారు. **2. డయాబెటిస్‌ను దూరంగా ఉంచుతుంది** : డయాబెటీస్ బాధితులకు ఇది ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది. ప్రాథమిక ధశలో ఉంటే ఈ 'టీ' మంచి ఫలితాలను ఇస్తుంది. బ్లడ్‌షుగర్ బాధితులకు కూడా ఎంతో మేలు చేస్తుంది. **3. కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తుంది:** గ్రీన్‌టీలో మెం డుగా వున్న రెస్‌పెర్రటాల్ అనే పదార్థం శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను అదుపులో వుంచుతుంది. దీనితో, రక్తనాళాలలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ వలన రక్తం గడ్డకట్టిపోదు. తద్వారా గుండెపోట్ల వంటివి నివారించబడతాయి. **4. క్యాన్సర్‌ను నిరోధిస్తుంది:** (టీ లో కనిపించే యాంటీఆక్సిడెంట్లు) టీ లోని పాలీఫేనాల్స్ వల్ల, ఒక కప్పు టీ లో కాన్సర్ ఎదుర్కొనే సామర్థ్యం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అయితే పరిశోధన అసంపూర్తిగా ఉన్నప్పటికీ, టీ లో పాలీఫేనల్స్ అధికంగా ఉన్నట్లు ఆధారాలు ఉన్నాయి, ముఖ్యంగా కాటచిన్స్, కాన్సర్ నివారణకు సంబంధించిన జీవకార్యకలాపాలను కలిగి ఉండవచ్చు. **5. దంత సమస్యలను నివారిస్తుంది:** టీ లో సహజమైన ఫ్లోరైడ్లు, దంతక్షయాన్ని నివారించడానికి సహాయపడే రసాయనాలు స్వల్ప పరిమాణంలో కలిగిఉంటాయని ఆమె చెప్పారు. ఫ్లోరైడ్ లాలాజలంతో కలిసినపుడు, బాక్టీరియా కావిటీస్ ప్రోత్సహించే ఉత్పత్తులుగా ఆమ్లాలను ఉత్పత్తి చేయదు. అదనంగా, ఫ్లోరైడ్ ప్రారంభ దశలో ఉన్న దంతక్షయాన్ని నివారించడానికి పనిచేస్తుంది. **6.వ్యాధినిరోధకతను మెరుగుపరుస్తుంది:** ఈ గ్రీన్‌టీ' రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. **7. ఆర్థరైటిస్ (కీళ్ళనొప్పుల)ను మాయం చేస్తుంది:** బోన్‌వూఫాక్చర్ అయినప్పుడు గ్రీన్‌టీ ఎంతో లాభదాయకం, తిరిగి ఆరోగ్యకరమైన ఎముకల నిర్మాణం జరుగుతుంది. బోన్స్ పటిష్టంగా, దృఢంగా తయారవుతాయి.

8. బ్యూటీ బెనిఫిట్స్: గ్రీన్‌టీ తీసుకోవడం వల్ల కాంతివంతమైన చర్మం కూడా మీ సొంతం అవుతుంది. ఇది పూర్తిగా ప్రకృతి సిద్ధమైనది కావడంతో ఎలాంటి సైడ్‌ఎఫెక్ట్స్ ఉండవు. ప్రతిరోజు 2 నుంచి 5 కప్పుల 'గ్రీన్‌టీ' తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. గ్రీన్‌టీలో ఉండే బలమైన యాంటి ఆక్సిడెంట్లు వృద్ధాప్యాన్ని కొంతమేరకు నిలుపుచేస్తాయి.

శరీరంలోని డిఎన్‌ఎ దెబ్బతినకుండా నిరోధించడం ద్వారా వృద్ధాప్యాన్ని ఆలస్యం చేస్తుంది. చర్మం ముడుతలు పడటం తగ్గిస్తుంది.

కూర్చోవడం ఎలా?

మనం కూర్చుంటున్న విధానాల గురించి ముందు పరిశీలిద్దాం. మన చుట్టూ కొన్ని వందల సంవ త్సరాల నుంచి రకరకాల కుర్చీలువస్తున్నాయి. కానీ అన్ని కుర్చీల్లోనూ కూర్చోవటం ఎంతవరకు మంచిది? చాలామంది రోజులో గంటల కొద్ది సమయాన్ని కూర్చో వడానికే కేటాయిస్తారు. అది పనిప్రదేశంలో కావచ్చు, ఇంటిదగ్గర కావచ్చు. వాహనంమీద కావచ్చు - ఎక్క డైనా సరిగ్గా కూర్చోకపోతే వెన్ను మీద అదనపు భారం పడుతుంది. దాంతో వెన్నునొప్పి వచ్చి మనల్ని బాధ పెడుతుంది. గుంటలా ఉండి వెనుక కొంతవరకు అను కోవడానికి ఉపయోగించే కుర్చీలు మనకి సౌకర్యంగా అనిపించవచ్చు. కానీ వాటివల్ల కూర్చున్నప్రదేశంలో ఇబ్బంది లేకపోయినా వెన్నుమీద ఒత్తిడి పడవచ్చు. మెడవరకు కుర్చీలో తిన్నగా ఆనుకోవడానికుంటే వెన్ను అంతగా ఇబ్బంది పడకపోవచ్చు. ముందుకి ఒంగి కూర్చోవటం వల్ల కడుపు ప్రాంతంలో ఒత్తిడి కలుగవచ్చు. ఇక్కడ కనిపిస్తున్న బొమ్మని చూడండి ఆభంగిమ గురించి తెలుసుకోండి. -మొదటిది నడుం మీద ఒత్తిడి పడుతుంటుంది. వెన్నుమీద, ప్రేగుల మీద, కడుపుమీద, మూత్రపిండాల మీద, ఎడ్రిన ల్‌గ్లాండ్స్ మీద, ఉదరవితానం మీద, ఛాతిమీద, మెడ, గొంతుల మీద కూడా ఒత్తిడి పడవచ్చు. దంతాల మీద కూడా ఒత్తిడి పడవచ్చు. దానిని నివారించడం అవసరం. పొట్టకి, తొడకి మధ్య కనీసం 135 డిగ్రీలు ఉండాలి. అలాగే తొడభాగం అంతటికి, కింద పూర్తి ఆధారం ఉండాలి. రెండు పాదాసలూ నేలకు ఆనాలి. నడుంకి కూడా ఆధారం ఉండాలి. ఇలాంటి కూర్చోవడానికి వీలున్న కుర్చీలు మంచిది. ఎదురుగా కంప్యూటర్ గాని, టీవిగాని ఉంటే కళ్ళస్థాయి కంప్యూట్ లేక టీవి పై స్థాయికి సమంగా ఉండాలి. కాళ్ళని క్రాస్‌చేసి కూర్చోవడం, అలాగే చతికిల బడి కూర్చోవడం మంచిది కాదు. కూర్చున్నప్పుడు తొడకంటే మోకాలు పైకి ఉండకూడదు. ఇందాక చెప్పినట్లు 135 డిగ్రీలు ఉండేట్లు తప్పక చూసుకోవాలి. ఇలా ఇంటిదగ్గరె%నా, కార్యాలయాలలో అయినా మంచిది. కారులో కూర్చు న్నప్పుడు కూడా ఈ పద్దతినే అవలంభించాలి.

ఇంట్లో కొంతమంది పొడుగాటి వాళ్ళు ఉండొచ్చు, కొంతమంది పొట్టివాళ్ళు ఉండవచ్చు. కానీ కుర్చీలు కొనేటప్పుడు పొట్టివాళ్ళను బేస్ చేసుకొని కొంటే మంచిది.

పార్టీలకు అతీతంగా ప్రతి ఒక్కరికి సంక్షేమమే సీఎం జగన్ లక్ష్యం

- సబ్బవరం మండలంలో ఉన్న అన్ని స్థానాల్లో గెలిచి సీఎం జగన్ కు బహుమతిగా ఇవ్వాలి

- జిల్లా ఎన్నికల పరిశీలకులు చొక్కాకుల వెంకటరావు

సబ్బవరం: ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ ఆఖరి ఎన్నికల ప్రచార ర్యాలీకి మంగళవారం మేజర్ పంచాయతీ లో భాగమైన చిన్నయ్యపాలెం దగ్గర వైసీపీ కార్యదర్శి చొక్కాకుల వెంకటరావు ప్రారంభించారు సబ్బవరం మేజర్ పంచాయతీలో 4 ఎంపీటీసీ అభ్యర్థులు 1 జడ్పీటీసీ అభ్యర్థులు తమ వైసీపీ అభిమానులతో ప్రచార ర్యాలీని హెూరెత్తించారు మంగళవారం సాయంత్రంతో ఎన్నికల ప్రచారపర్వము ముగుస్తుంది

ఈ సందర్భంగా చొక్కాకుల వెంకటరావు మాట్లాడుతూ ఎంపీటీసీ,జడ్పీటీసీ ఎన్నికలలో వైసీపీ అభ్యర్థులు అత్యంత మెజారిటీతో విజయం సాధిస్తారన్నారు ముఖ్యమంత్రి జగన్ మోహన్ రెడ్డి ప్రజలకు అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకాలే వైసీపీ పార్టీ అభ్యర్థుల విజయానికి శ్రీ రామ రక్ష అన్నారు ముందు ఇచ్చిన హామీలన్నింటినీ నెరవేర్చడమే కాకుండా అనేక పథకాలను పార్టీలకతీతంగా కులమతాలకతీతంగా నెరవేస్తున్నారని అన్నారు అభివృద్ధిని చూసి సంక్షేమాన్ని కూడచూసి ఓటేసి వైసీపీ అభ్యర్థులను గెలిపించాలని ప్రజలను కోరారు.

కార్యక్రమంలో బిసి సెల్ అధ్యక్షులు కోటాన రాము, సబ్బవరపు ముత్యాలు నాయుడు, నారాయణ మూర్తి,తుంపాల అప్పారావు,మండల సముద్రం, కర్రిబాబు, మండల లక్ష్మణ,పల్లా కృష్ణ , వడ్డాది అప్పలరాజు, మహిళా నాయకురాలు బంతికోల పద్మ,సబ్బవరపు సత్యనారాయణ (బుజ్జి),సబ్బవరపు శ్రీను (వీరప్ప),గొర్లె శ్రీను తదితరులు పాల్గొన్నారు

తిరుపతి ఉప ఎన్నికలో భారీ మెజారిటీతో విజయం సాధిస్తాం : సజ్జల

విజయవాడ: ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డికి వస్తోన్న ఆదరణ చూసి తట్టుకోలేకనే పవన్ కల్యాణ్ విమర్శలు చేస్తున్నారని వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రధాన కార్యదర్శి సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి మండి పడ్డారు. ఈ సందర్భంగా మంగళవారం ఇక్కడ ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. "బీజేపీ, జనసేన మధ్య లోపాయికారి ఒప్పందం కుదిరింది. సీఎం జగన్‌ని ఎదుర్కోలేకనే తెర వెనక రాజకీయాలు నడుపుతున్నారు. పవన్ కల్యాణ్‌కు సొంత అభిప్రాయం అంటూ ఏమి లేదు. ఆయన రాత్రి ఓ పార్టీతో.. పగలు ఓపార్టీతో తిరుగుతుంటారు" అని సజ్జల విమర్శించారు. "ఎవరు ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసిన ప్రజలు సీఎం జగన్‌కు అండగా నిలిచారు. ఓట్ల రూపంలో తమ ఆశీర్వాదాన్ని తెలుపుతున్నారు.

సీఎం జగన్ సంక్షేమ పాలనను మెచ్చి జనాలు స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో వైసీపీకి భారీ విజయం కట్టబెట్టారు. తిరుపతి ఉప ఎన్నికలో కూడా భారీ మెజార్టీతో గెలుస్తాం. చంద్రబాబు రాష్ట్రాన్ని అప్పుల్లో ముంచి పోయారు.

రాష్ట్ర ఆర్థిక పరిస్థితి బాగా లేకున్నా ఇచ్చినా హామీలన్నింటిని అమలు చేశాం" అని సజ్జల తెలిపారు.

ఈ నెల 14 నుండి శరభన్నపాలెంలో

క్రికెట్ టోర్నమెంట్

కొయ్యూరు : ఈ నెల 14న కొయ్యూరు మండలంలో శరభన్నపాలెంలో నేను సైతం చారిటబుల్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో జిల్లా స్థాయి క్రికెట్ టోర్నమెంట్ నిర్వహిస్తున్నామని నేను సైతం చారిటబుల్ ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపకులు కుసిరెడ్డి శివప్రసాద్ పేర్కొన్నారు. మంగళవారం ఆయన స్థానిక విలేకరులతో మాట్లాడారు. విజేతలకు ప్రథమ బహుమతి రూ.లక్ష, ద్వితీయ బహుమతి రూ.50వేలు, మ్యాన్ ఆఫ్ ది సిరీస్ రూ.10వేలు, బెస్ట్ బ్యాట్స్మెన్ రూ.5వేలు, బెస్ట్ బౌలర్ రూ.5వేలు, హ్యాట్రిక్ సిక్సెస్ రూ.500, హ్యాట్రిక్ వికెట్స్ రూ.500 ఇవ్వడం జరుగుతుందన్నారు. ప్రవేశ రుసుం రూ.1000 చెల్లించి ఈ నెల 12 కల్లా పేర్లు నమోదు చేసుకోవాలన్నారు. మరెన్ని వివరాలకు 8466007978, 6300118640, 9494972326, 8331012162, 8958204964 నెంబర్లకు సంప్రదించాలన్నారు.

విశాఖ పోర్టు ట్రస్టు సందర్శించిన నేషనల్ డిఫెన్స్ కాలేజ్ బృందం

విశాఖపట్నం : మేజర్ జనరల్ మనోజ్ కుమార్, ఎస్ ఎమ్ ఆధ్వర్యంలో 20 మంది సభ్యులతో కూడిన నేషనల్ డిఫెన్స్ కాలేజ్ బృందం మంగళవారం విశాఖపట్నం పోర్ట్ ట్రస్ట్ ను సందర్శిన్చింది. అండర్ స్టాండింగ్ ఇండియా అండ్ ఎకనమిక్ సెక్యూరిటీ స్టడీస్‌లి అనే అంశం పై స్టడీ టూర్ లో భాగంగా వారు పోర్ట్ ను సందర్శించారు. పోర్ట్ డెప్యూటీ చైర్మన్ దుర్గేశ్ కుమార్ దుబె నేషనల్ డిఫెన్స్ కాలేజ్ బృందం కు సాదర స్వాగతం పలికారు. ముందుగా పోర్ట్ లో జరుగుతున్నా కార్యకలాపాలను ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా విశాఖపట్నం పోర్ట్ లో జరుగుతున్నా కార్యకలాపాలను డెప్యూటీ చైర్మన్ వారికి వివరించారు. పోర్ట్ లో ఉన్న మౌలిక వసతులు, చేపట్టిన అభివృద్ధి పనులు, యాంత్రీకరణ వంటి అంశాలను వివరించారు.

ఈ సందర్భంగా డిఫెన్స్ కాలేజ్ టీమ్ లేవనెత్తిన పలు అంశాలను డెప్యూటీ చైర్మన్ నివృత్తి చేశారు. పోర్ట్ లో చేపడుతున్న పలు కార్యక్రమాలను వారు డెప్యూటీ చైర్మన్ ను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోర్ట్ సెక్రెటరీ వేణుగోపాల్ , ఇతర ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

కరోనా నియంత్రణకు మాస్కులు తప్ప నిసరి

కంచరపాలెం : విస్తృతంగా వ్యాపిస్తున్న కరోనా నుంచి రక్షణ పొందేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ విధిగా మాస్కులు ధరించాలని ఎయిర్ పోర్ట్ జోన్ క్రైం ఎస్ .ఐ మన్మథరావు పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు ఎన్ .ఎస్ .టి ఎల్ కూడలి , ఆర్ .అండ్ .బి కూడలి తదితర ప్రాంతల్లో సిబ్బందితో కలిసి మాస్కులు లేకుండా ద్విచక్ర వాహనాలపై వెళ్లేవారికి , పాదచారులకు అవగాహన కల్పించారు. ప్రజ లంతా మాస్క్ లు ధరించాలని , తరచూ చేతులను సబ్బు లేదా శానిటైజర్‌తో శుభ్రం చేసుకోవాలని సూ చించారు . మాస్క్ లు లేకపోతే జరిమా నాలు విధిస్తామని హెచ్చరించారు . అదేవిధంగా ప్రమాదాల నివారణలో భాగంగా ద్విచక్ర వాహనాలపై ప్రయాణించేటప్పుడు తప్పనిసరిగా హెల్మెట్లు వాడాలని సూచించారు. మాస్ కే శరణ్యం, భౌతిక దూరం పాటిద్దాం, వేగం వద్దు ప్రాణం ముద్దు పర్యావరణ ప్రేమికుడు భూషణ్ మాస్టర్ తో కలిసి ప్లకార్డులు ప్రదర్శించారు.

వై ఎస్ ఆర్ విగ్రహానికి పాలాభిషేకం చేసిన

ఉత్తర నియోజకవర్గ శ్రేణులు

విశాఖసిటీ : జివిఎంసి డిప్యూటీ మేయర్, ఫ్లోర్ లీడర్, డిప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్ లు మరియు స్టాండింగ్ కమిటీ వైస్ చైర్మన్ తో పాటు మొత్తం 16 మంది కి వివిధ హెూదాల్లో ఉత్తర నియోజకవర్గం వారికి అవకాశం కల్పించడంతో విశాఖ ఉత్తర నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త కె కె రాజు ఆధ్వర్యంలో శ్రేణులు మంగళవారం బీచ్ రోడ్డులో గల స్వర్గీయ వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి విగ్రహానికి పాలాభిషేకం చేశారు. ఈ సందర్భంగా కె కె రాజు మాట్లాడుతూ స్వర్గీయ వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా పని చేసిన కాలంలో విశాఖ నగర అభివృద్ధికి అనేక రకాలుగా కృషి చేశారని, అదే స్ఫూర్తితో ప్రస్తుత ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి కూడా విశాఖ నగరాన్ని అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేయుటకు కృషి చేస్తున్నారని తదనుగుణంగానే ఈ జీవీఎంసీ ఎన్నికల్లో అత్యధిక సీట్లు సాధించి మేయర్ పీఠం వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కైవసం చేసుకోవడం జరిగిందని కేకే రాజు అన్నారు. అంతేకాకుండా సోమవారం ప్రకటించిన జీవీఎంసీ కౌన్సిల్ లో డిప్యూటీ మేయర్ గా ఉత్తర నియోజకవర్గం లో 46 వ వార్డు కు చెందిన కటుమూరి సతీష్ కు , ఫ్లోర్ లీడర్ గా 44 వ వార్డు కు చెందిన బాణాల శ్రీనివాస్ కు మరియు డిప్యూటీ ఫ్లోర్ లీడర్ లతో పాటు మొత్తం 16 మందికి వివిధ హెూదాల్లో అవకాశం కల్పించినందుకు ముఖ్యమంత్రి వై ఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డికి, ఉత్తరాంధ్ర పరిశీలకులు రాజ్యసభ సభ్యులు విజయ సాయి రెడ్డికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నామని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఉత్తర నియోజకవర్గ కార్పొరేటర్లు , వైకాపా నాయకులు, మహిళలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

వార్డులో మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించండి

- 14వ వార్డు ఏ.ఎస్.ఆర్ నగర్, బిలాల్ కాలనీలో పర్యటించిన కె కె రాజు, వార్డు కార్పొరేటర్ అనిల్ కుమార్ రాజు

సీతమ్మధార : గ్రేటర్ విశాఖ 14వ వార్డు ఏ ఎస్ ఆర్ నగర్, బిలాల్ కాలనీ కొండవాలు ప్రాంతాల్లో ఉత్తర నియోజకవర్గం వైస్సార్సీపీ ఇంచార్జ్ కె కె రాజు ఆ వార్డు కార్పొరేటర్ కటారి అనిల్ కుమార్ రాజుతో కలసి పర్యటించారు.

సంబంధిత జివిఎంసి అధికారులతో కే కే రాజు మాట్లాడుతూ ప్రతీ కుటుంబానికి మంచినీటి సదుపాయం కల్పించాలని, అవసరం ఉన్న ప్రాంతాలలో వాటర్ ట్యాంక్స్ పెట్టాలని వాటర్ సప్లై అధికారులకు తెలిపారు. కొండవాలు ప్రాంతాల్లో మెట్లు, రెయిలింగ్, రక్షణ గోడలు నిర్మించాలని పబ్లిక్ వర్క్స్ అధికారులకు తెలిపారు. విద్యుత్ సదుపాయం లేని ఇళ్లకు ఎలక్ట్రికల్ మీటర్స్ ఇవ్వాలని అధికారులకు సూచించారు.

ఈ ప్రాంతంలో నివసిస్తున్న ఇల్లు లేని ప్రతీ కుటుంబానికి ఇంటి పట్టాలు ఇప్పిస్తామని తెలిపారు.

మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించడానికి ఎప్పుడూ ముందుంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో 14వ వార్డు కార్పొరేటర్ కటారి అనిల్ కుమార్ రాజు, జోనల్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్,ఈఈ శ్రీనివాస్, ఏ.జడ్.సీ రమేష్, ఏ.ఈ రహీమ్, సానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ సత్యనారాయణ, వైస్సార్సీపీ నాయకులు కోడూరు.

సత్యనారాయణ, స్వరూప్, బల్ల శ్రీనివాస్, ఏ.ఎస్.ఆర్ నగర్ అధ్యక్షులు వడ్డి అప్పన్న, బిలాల్ కాలనీ అధ్యక్షులు బాషా, సింహాచలం, శంషుద్దీన్, లక్ష్మీనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు..

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