అవినీతిని, అక్రమాలను చూస్తూ ఊరుకోవడమే అతి పెద్ద పాపం..
చైతన్య వారధి
ఛారిటబుల్ ట్రస్టు (ప్రజా చైతన్యం కోసం)

RNI.No.APTEL \ 2006 \18521
చైతన్య వారధి
తెలుగు దిన పత్రిక
website:www.cvdaily.in
CHAITANYA VARADHI TELUGU DAILY
Simultaneously Published from Visakhapatnam, Vizianagaram, Ananthapur and Guntur

చైతన్యవారధి పత్రికకు జిల్లాలో ప్రతి మండల కేంద్రం నుంచి రిపోర్టర్లు కావలెను. స్థానిక రాజకీయ, సామాజిక అంశాలపై అవగాహన ఉండి, ప్రజా సమస్యలను వార్తల రూపంలో వెలుగులోకి తేవాలన్న ఆసక్తి ఉన్న యువకులకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును. సంప్రదించండి - 9848682422

VISAKHAPATNAM | సంపుటి: 21 | సంచిక: 55 | శనివారం 8-8-2026 | ఎడిటర్ : బి.గోపీనాథరావు | పేజీలు : 8 | వెల : 1.00

చేనేతకు పూర్వవైభవమే లక్ష్యం

- చీరాలలో 'నేతన్నల సేవలో' పథకం ప్రారంభంలో సీఎం చంద్రబాబు
- రాష్ట్రంలో 71,536 కుటుంబాలకు రూ.179 కోట్లు జమ

అమరావతి: రాష్ట్రం ఆర్థికంగా ఇబ్బందుల్లో ఉన్నా సంక్షేమం, అభివృద్ధిలో రాజీ పడటం లేదని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పునరుద్ఘాటించారు. జాతీయ చేనేత దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని బాపట్ల జిల్లా చీరాల సమీపంలోని కొత్తపేటలో 'నేతన్నల సేవలో' పథకాన్ని సీఎం ప్రారంభించారు. రాష్ట్రంలోని అర్హులైన 71,536 చేనేత కుటుంబాలకు రూ.25 వేల చొప్పున మొత్తం రూ.179 కోట్లను విడుదల చేసి మాట్లాడారు. 'దేశం గర్వించే కళ చేనేత. మన రాష్ట్రం అలాంటి కళలకు నిలయం. చీరాల కర్చీఫ్‌లు ఒకప్పుడు విదేశాలకు ఎగుమతి చేసేవారు. దీన్ని మినీ ముంబయిగా పిలిచేవారు. అధికారంలో ఉన్నా, ప్రతిపక్షంలో ఉన్నా నేత కార్మికులు తెదేపాకే ఓటేశారు. అందుకే రాయితీపై చేనేతలకు విద్యుత్తు, 50 ఏళ్లకే పింఛను ఇస్తామన్న మాట నిలబెట్టుకున్నాం. ఉప్పాడలో మౌలిక సదుపాయాల ప్రాజెక్టు, మంగళగిరిలో హ్యాండ్లూమ్ పార్క్ ఏర్పాటు చేస్తున్నాం. చేనేతలకు ఏడాదికి రూ.25 వేలు ఇస్తున్నాం. ఈ రంగానికి పూర్వవైభవాన్ని తీసుకురావడమే లక్ష్యం. అందుకే జాతీయ చేనేత దినోత్సవం రోజు నేతన్నల సేవలో పథకం ప్రారంభించాం. ఎన్నికల్లో చెప్పినవే కాదు, చెప్పని వాటినీ నెరవేస్తున్నామనడానికి ఈ పథకమే నిదర్శనం. ఉచిత విద్యుత్తు ద్వారా 62,541 చేనేత కుటుంబాలకు, 10,032 పవర్‌లూమ్ యూనిట్లకు ప్రయోజనం కలుగుతోంది. 85 వేల మంది కార్మికులకు రూ.4 వేల చొప్పున నెలకు రూ.35 కోట్లు ఇస్తున్నాం. రాష్ట్రంలోని 109 చేనేత సొసైటీలకు క్యాష్ క్రెడిట్ ద్వారా రూ.79 కోట్లు ఇచ్చాం. 10 చేనేత క్లస్టర్లు, అమరావతిలోని శాఖమూరులో చేనేత హస్తకళా మ్యూజియం, విశాఖలో రూ.4,200 కోట్లతో టెక్స్‌టైల్ రీసైక్లింగ్ యూనిట్ వస్తున్నాయి. బీసీల సంక్షేమంలో భాగంగా మత్స్యకార కుటుంబాలకు రెండేళ్లలో రూ.505 కోట్లు ఇచ్చాం. వడ్డెరలకు మైనింగ్ లీజులు, గీత కార్మికులకు ఎక్సైజ్ షాపులు కేటాయించాం. సోలార్ రూఫ్‌టాప్ ఏర్పాటుకు బీసీలకు మూడు కిలోవాట్లకు అదనంగా రూ.20 వేలు రాయితీ ఇస్తున్నాం. గత పాలనలో రోడ్లన్నీ గుంతలే.. మన రాష్ట్రాన్ని చూసి ఎగతాళి చేశారు. మేం రాగానే మరమ్మతులు చేశాం. గడిచిన రెండేళ్లలో పేదల సంక్షేమానికి రూ.1.50 లక్షల కోట్లు, అభివృద్ధికి రూ.1.34 లక్షల కోట్లు వెచ్చించాం. ఇసుక అక్రమాలను కట్టడి చేయకుంటే నేనే రీచ్‌లలోకి వచ్చి కూర్చుంటా. బీచ్‌ల అభివృద్ధికి కట్టుబడ్డాం. చీరాలకు సమీపంలో విమానాశ్రయం ఏర్పాటుపై దృష్టి పెడతాం. గత ప్రభుత్వం ఏపీకి రాజధాని లేకుండా.. ఇతర రాష్ట్రాల్లో చులకనయ్యే స్థాయికి తెచ్చింది. మూడు ముక్కలాటతో వారు దెబ్బతీసిన ఏపీ ఇమేజ్‌ను మేం పునరుద్ధరించాం. ఈ నెల 13న సీడ్ యాక్సెస్ రోడ్డు ప్రారంభిస్తున్నాం. రాజధానిలో వేగంగా జరుగుతున్న పనులు చూసి ఓర్వలేక మావిగన్ అంటూ మళ్లీ కుట్రలు పన్నుతున్నారు. కుటుంబానికి ఇల్లు.. రాష్ట్రానికి రాజధాని అవసరం. పెట్టుబడులు తీసుకొచ్చి పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేయిస్తున్నాం. వాళ్లది బ్యాడ్ ఇమేజ్.. మాది బ్రాండ్ ఇమేజ్.

నియోజకవర్గాల అభివృద్ధిపై ఎంపీలకు మోదీ భరోసా

- పార్లమెంటు కార్యకలాపాలకు అంతరాయంపై ఆవేదన - కీలక బిల్లుల వేళ భేటీలకు ప్రాధాన్యం

దిల్లీ: విపక్షాల నిరసనలతో పార్లమెంటు కార్యకలాపాలకు పదేపదే అంతరాయం కలుగుతుండటంపై ప్రధాని మోదీ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ ప్రతిష్టంభన వల్ల ఎంతో ప్రతిభ కలిగి ఉన్న పలువురు కొత్త ఎంపీల ప్రసంగాలను దేశ ప్రజలు వినలేకపోతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఎన్డీయే భాగస్వామ్య పక్షాలైన నేషనలిస్ట్ సిటిజన్స్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా (ఎన్‌సీపీఐ), శివసేన, రిపబ్లికన్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా (అఠవాలే), రాష్ట్రీయ లోక్ మోర్చా, అన్నాడీఎంకే, యూపీపీఎల్‌లకు చెందిన 40 మందికిపైగా ఎంపీలతో మోదీ అల్పాహార సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. ఇందులో అత్యధికులు ఇటీవలే ఎన్డీయేతో చేతులు కలిపిన నేపథ్యంలో.. వారికి భరోసా ఇచ్చేలా మోదీ మాట్లాడారు. యోగా సాధన చేయాలని, క్రమం తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలని ఎంపీలకు సూచించారు. ఎన్డీయేలో కొత్తగా చేరిన ఎంపీలెవరూ తమ తమ నియోజకవర్గాల అభివృద్ధి అవసరాల గురించి ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని ప్రధాని పేర్కొన్నారు. "మీతో నేనున్నాను. ఎన్డీయే ఒక కుటుంబం. మా భాగస్వామ్య పార్టీలకు మేం అండగా ఉంటాం" అని ఆయన భరోసా ఇచ్చినట్లు తెలిసింది. తాను ఎన్డీయే సభ్యులకే కాకుండా, ప్రతి ఎంపీకీ అండగా ఉంటానని కూడా ఆయన పేర్కొన్నట్లు సమాచారం. సమావేశంలో పాల్గొన్న ప్రతి ఎంపీతోనూ అల్పాహారం సందర్భంగా ప్రధాని మాట్లాడారు. కీలకమైన మహిళా రిజర్వేషన్, నియోజకవర్గాల పునర్విభజన బిల్లులను పార్లమెంటులో ఆమోదింపజేసుకునేందుకు ప్రభుత్వం అడుగులు వేస్తున్న నేపథ్యంలో ఈ భేటీ ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది. తృణమూల్ కాంగ్రెస్‌కు చెందిన 20 మంది లోక్‌సభ సభ్యులు జూన్‌లో ఆ పార్టీని వీడి ఎన్‌సీపీఐలో చేరారు. శివసేన (యూబీటీ)ని వీడిన ఆరుగురు ఎంపీలు శివసేన తీర్థం పుచ్చుకున్నారు. ప్రధాని మోదీతో శిరోమణి అకాలీదళ్ అధ్యక్షుడు సుఖ్‌బీర్‌సింగ్ బాదల్ సమావేశమయ్యారు. పార్లమెంటు హౌస్ సముదాయంలోని ప్రధానమంత్రి కార్యాలయంలో జరిగిన ఈ భేటీలో వారు ఏం చర్చించుకున్నారన్నది స్పష్టంగా తెలియరాలేదు. అయితే పంజాబ్ అసెంబ్లీ ఎన్నికలు సమీపిస్తున్నవేళ భాజపా, అకాలీదళ్ మళ్లీ చేతులు కలుపుతాయన్న ఊహాగానాలకు ఈ సమావేశం ఊపునిస్తోంది.

తాడికి శాశ్వత పరిష్కారానికి అడుగులు

- కాలుష్య కష్టాలకు చరమగీతం పాడే దిశగా కీలక నిర్ణయాలు
- పెదముషిడివాడలో 56 ఎకరాల్లో ఆర్ అండ్ ఆర్ కాలనీకి ప్రతిపాదన - వారం రోజుల్లో లేఅవుట్ సిద్ధం చేయాలి
- పరవాడ తహసీల్దార్‌కు జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశం - నిర్వాసిత కుటుంబాల అర్హతలపై సమగ్ర పరిశీలన - 2016లో గుర్తించిన కుటుంబాలు.. ప్రస్తుత అర్హుల వివరాలపై చర్చ

అనకాపల్లి, చైతన్యవారధి: ఫార్మాస్యూటికల్ పరిశ్రమల కాలుష్య ప్రభావంతో ఏళ్ల తరబడి ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న పరవాడ మండలం తాడి గ్రామ ప్రజలకు శాశ్వత పరిష్కారం కల్పించే దిశగా కీలక ముందడుగు పడింది. జిల్లా కలెక్టర్ అధ్యక్షతన కలెక్టరేట్‌లో పెందుర్తి ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు, తాడి గ్రామ పెద్దలతో ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహించారు. తాడి గ్రామాన్ని పునరావాసం, పునరుద్ధరణ కింద పెదముషిడివాడకు తరలించి, అక్కడ అన్ని మౌలిక సదుపాయాలతో కూడిన ప్రత్యేక ఆర్ అండ్ ఆర్ కాలనీని అభివృద్ధి చేయడంపై సమావేశంలో విస్తృతంగా చర్చించారు.

56 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమి గుర్తింపు... ప్రతిపాదిత ఆర్ అండ్ ఆర్ కాలనీ కోసం పెదముషిడివాడలో 56 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమిని గుర్తించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. సంబంధిత నిబంధనల ప్రకారం వారం రోజుల్లోగా కాలనీ లేఅవుట్‌ను సిద్ధం చేసి సమర్పించాలని జిల్లా కలెక్టర్ పారవాడ తహసీల్దార్‌ను ఆదేశించారు.

నిర్వాసిత కుటుంబాలపై స్పష్టతకు కసరత్తు... 2016లో గుర్తించిన ప్రాజెక్టు నిర్వాసిత కుటుంబాల సంఖ్యతో పాటు ప్రస్తుతం ఉన్న అర్హుల వివరాలను కూడా సమగ్రంగా పరిశీలించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు, తాడి గ్రామ ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీని అమలు చేసే దిశగా ఈ సమావేశం నిర్వహించినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ తెలిపారు.

ఈ సమావేశంలో జాయింట్ కలెక్టర్ శౌరిమాన్ పటేల్, ఏపీఐఐసీ డిప్యూటీ జోనల్ మేనేజర్, గనులు మరియు భూగర్భ శాఖ సహాయ సంచాలకులు, పారవాడ తహసీల్దార్, ఇతర సంబంధిత శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

గ్రావెల్ అక్రమాల నియంత్రణకు ప్రత్యేక వ్యవస్థ

- అక్రమాలకు పాల్పడితే ఎవరినీ ఉపేక్షించం -ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు

పరవాడ, చైతన్యవారధి: పరవాడ మండల అధికారులతో జనసేన పార్టీ ఉమ్మడి విశాఖపట్నం రూరల్ జిల్లా అధ్యక్షులు, పెందుర్తి నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు పంచకర్ల రమేష్ బాబు సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో శుక్రవారం జరిగిన ఈ సమావేశంలో పలు అభివృద్ధి, పరిపాలన అంశాలపై అధికారులతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో గ్రావెల్ అక్రమాల నియంత్రణకు ప్రభుత్వం ఏఎంఆర్ అనే ప్రత్యేక వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసిందని తెలిపారు. ఈ సంస్థ సిబ్బంది క్షేత్రస్థాయిలో నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తూ అక్రమ రవాణాను అడ్డుకుంటున్నారని పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వ యంత్రాంగం పారదర్శకంగా పనిచేయాలని, వ్యవస్థలో ఎలాంటి లోటుపాట్లకు తావు లేకుండా అధికారులు బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వహించాలని ఆదేశించారు. రాజకీయ ఒత్తిళ్లకు తలొగ్గి పనిచేస్తే భవిష్యత్తులో ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయని హెచ్చరించారు. ప్రజలకు జవాబుదారీతనంతో అధికారులు పనిచేయాలని సూచించారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఇటీవల గ్రావెల్ అక్రమాలపై వందల కోట్ల రూపాయల మేర ఆరోపణలతో కథనాలు వస్తున్నాయని, వాటికి సంబంధించి సరైన ఆధారాలు ఉంటే అందించాలని మీడియా ప్రతినిధులను కోరారు. ఆధారాలు లేకుండా ప్రభుత్వం లేదా తనపై నిరాధార ఆరోపణలు చేయడం సరికాదని అన్నారు. గ్రావెల్ అక్రమాలకు సంబంధించి ఎక్కడైనా సమాచారం అందితే వెంటనే చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. అవసరమైతే అర్ధరాత్రి సమయంలో సమాచారం వచ్చినా అరగంటలో ఘటన స్థలానికి చేరుకుని అక్రమాలను అడ్డుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. ఎన్డీఏ కూటమిలోని ఏ నాయకుడైనా అక్రమాలకు పాల్పడితే ఉపేక్షించే ప్రసక్తే లేదని ఎమ్మెల్యే హెచ్చరించారు. గ్రావెల్ అక్రమాలను అరికట్టేందుకు ప్రభుత్వం ప్రత్యేక నిఘా వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసిందని, అక్రమాలకు అవకాశం లేకుండా చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని పునరుద్ఘాటించారు.

భూ సమస్యలు, రెవెన్యూ వివాదాల పరిష్కారంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలి

- రీ-సర్వే సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించాలి
- జాయింట్ కలెక్టర్ శౌరిమాన్ పటేల్

అనకాపల్లి, చైతన్యవారధి: మాడుగుల నియోజకవర్గ పరిధిలోని భూ సమస్యలు, రెవెన్యూ వివాదాల పరిష్కారంపై అధికారులు ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ శౌరిమాన్ పటేల్ ఆదేశించారు. ప్రజల నుంచి వచ్చిన అర్జీలను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని సూచించారు. కె.కోటపాడు మండలంలోని శ్రీ రామకృష్ణ కళ్యాణ మండపంలో నిర్వహించిన "ఒక నెల - ఒక నియోజకవర్గం - నాలుగు సందర్శనలు" కార్యక్రమాన్ని మాడుగుల ఎమ్మెల్యే బండారు సత్యనారాయణమూర్తితో కలిసి జాయింట్ కలెక్టర్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రజా సమస్యలను వేగంగా పరిష్కరించడం, రెవెన్యూ శాఖలో పారదర్శకత పెంపొందించడమే ఈ కార్యక్రమం ప్రధాన ఉద్దేశమన్నారు. ప్రజల అర్జీలను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి శాశ్వత పరిష్కారాలు చూపాలని అధికారులకు సూచించారు. రీ-సర్వే ప్రక్రియలో ప్రధానంగా భూ విస్తీర్ణం తగ్గడం, ఒకరి పేరుకు బదులుగా మరొకరి పేరు నమోదు కావడం వంటి ఫిర్యాదులు వస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు. ఇటువంటి పొరపాట్లు పునరావృతం కాకుండా భూ రికార్డులను పూర్తిస్థాయిలో ధృవీకరించి, శుద్ధి చేసిన తరువాతే నమోదు చేయాలని ఆదేశించారు. భూమి వద్ద ఎవరు ఉన్నారనే ఆధారంతో పేర్లు నమోదు చేయడం సరైన విధానం కాదని స్పష్టం చేశారు. విలేజ్ సర్వేయర్లు, వీఆర్వోలు వెంటనే క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలన చేపట్టి భూ విస్తీర్ణం, పేర్ల మార్పిడికి సంబంధించిన సమస్యలను పరిష్కరించి వచ్చే బుధవారం నాటికి నివేదిక ఇవ్వాలని ఆదేశించారు. మండల ప్రత్యేక అధికారులు, ఏడి సర్వే అధికారులు ఈ ప్రక్రియను పర్యవేక్షించాలని సూచించారు. ఇళ్ల స్థలాలకు అనుమతులు ఇచ్చినప్పటికీ లబ్ధిదారులకు స్థలాలు చూపించడంలో నిర్లక్ష్యం ప్రదర్శిస్తున్న వీఆర్వోలపై అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. గ్రామాల్లో ఖాళీ భూములు, దరఖాస్తుదారులు, అర్హుల వివరాలను సమగ్రంగా పరిశీలించి వచ్చే వారంలోనే అర్హులకు స్థలాలు చూపించాలని ఆదేశించారు. జల్ జీవన్ మిషన్‌కు సంబంధించిన ఫిర్యాదులను ఆర్‌డబ్ల్యూఎస్ అధికారులు ప్రాధాన్యంగా తీసుకుని, ఏఈలు, ఇంజినీరింగ్ అసిస్టెంట్లు క్షేత్రస్థాయిలో సమస్యలను పరిష్కరించాలని సూచించారు. ఎస్‌జీఎస్ దరఖాస్తులను కేవలం కన్వర్ట్ చేయడం కాకుండా త్వరితగతిన పరిష్కరించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా సీసీ రోడ్ల నిర్మాణానికి సంబంధించి వచ్చిన ప్రతిపాదనలపై వెంటనే అంచనాలు సిద్ధం చేయాలని జిల్లా పరిషత్ సీఈఓకు సూచించారు. నిధుల లభ్యతను బట్టి మండల పరిషత్ లేదా డ్వామా నిధులతో పనులకు త్వరగా పరిపాలనా అనుమతులు ఇవ్వాలని తెలిపారు. భూ వివాదాల పరిష్కారంలో రెవెన్యూ, పోలీసు అధికారులు సమన్వయంతో వ్యవహరించాలని, మండల స్థాయి సమన్వయ కమిటీ సమావేశాల్లో ఇరుపక్షాలను పిలిపించి చట్టబద్ధ పరిష్కార మార్గాలను వివరించాలని సూచించారు. అవసరమైతే సివిల్ కోర్టును ఆశ్రయించాలని స్పష్టంగా తెలియజేయా లన్నారు. ప్రజలకు సరైన అవగాహన కల్పించకపోవడం వల్లే ప్రజా సమస్యల వేదికలకు అధిక సంఖ్యలో ఫిర్యాదులు వస్తున్నాయని జాయింట్ కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. మండల, గ్రామ స్థాయి అధికారులు ప్రజలతో సమర్థంగా మాట్లాడి సమస్యలపై స్పష్టత ఇస్తే 90 శాతం ఫిర్యాదులు అక్కడికక్కడే పరిష్కారమవుతాయని చెప్పారు. వచ్చే వారంలో జరిగే సమీక్షకు అన్ని శాఖల అధికారులు పెండింగ్, పరిష్కరించిన, తిరస్కరించిన దరఖాస్తుల పూర్తి వివరాలతో హాజరు కావాలని ఆదేశించారు. మ్యుటేషన్ వంటి సేవలకు పట్టే గడువును దరఖాస్తుదారులకు ముందుగానే తెలియజేయాలని సూచించారు. మాడుగుల ఎమ్మెల్యే బండారు సత్యనారాయణమూర్తి మాట్లాడుతూ ఈ గ్రీవెన్స్ కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజలు ఆశించిన ఫలితాలు అందాలని, కనీసం 90 శాతం ఫిర్యాదులు పరిష్కారం కావాలని ఆకాంక్షించారు. జిల్లాలో తొలిసారిగా ఒక నియోజకవర్గంలో నెలరోజుల్లో నాలుగు సమీక్షా సమావేశాలు నిర్వహించడం అభినందనీయమన్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించిన జాయింట్ కలెక్టర్, డీఆర్వో, ఆర్డీవోతో పాటు అన్ని శాఖల అధికారులను ప్రజల తరఫున అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డీఆర్వో వై. సత్యనారాయణరావు, ఆర్డీవో ఆయిషా, వివిధ శాఖల జిల్లా స్థాయి అధికారులు, మండల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

సంపాదకీయం

పరిజ్ఞానంలో స్వయంసమృద్ధి అవసరం

పంటలకు సంబంధించి విస్తీర్ణ పటాల రూపకల్పన, దిగుబడి, నష్టాలపై నికర అంచనాలను అందించడంలో ఉపగ్రహ సాంకేతికతకు సాటి లేదు. ఇది రైతు నుంచి విధాన నిర్ణేతల వరకు సమాచారాన్నీ, కొత్త పరిజ్ఞానాలను అందించి, సరైన నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి సాయపడుతుంది. మన దేశంలో చిన్న కమతాల్లో విభిన్న వాతావరణ పరిస్థితుల్లో సాగుచేసే రైతులకు ఉపగ్రహ సాంకేతికత ఎంతో ఉపయోగకరం. అందుకని, ఈ పరిజ్ఞానంలో స్వయంసమృద్ధి అవసరం. గత దశాబ్దంలో సాగులో ఉపగ్రహ సాంకేతికత వినియోగం బాగా పెరిగింది. భవిష్యత్తులోనూ పెరుగుతూనే ఉంటుంది. ప్రధానమంత్రి ఫసల్ బీమా యోజన, ఆంధ్రప్రదేశ్ అగ్రికల్చర్ ఇన్ఫర్మేషన్ మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్, మధ్యప్రదేశ్ అగ్రి జీఐఎస్, పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని బంగ్లా సస్య బీమా యోజన వంటివి పెద్దఎత్తున ఉపగ్రహ సాంకేతికతను వినియోగించుకుంటున్నాయి. అంతరిక్ష సంస్థలు నిరంతరం కొత్త ఉపగ్రహాలను ప్రయోగిస్తున్నాయి, కొత్త డేటాసెట్‌లను సృష్టిస్తున్నాయి. సాంకేతిక సంస్థలు డేటా విశ్లేషణ కోసం ఓపెన్ సోర్స్ ప్లాట్‌ఫారమ్‌లను అందిస్తున్నాయి. ఫలితంగా, ఇటీవలి సంవత్సరాలలో వ్యవసాయం వేగంగా డిజిటల్ పరివర్తన చెందుతోంది. ఈ ఉపగ్రహ సాంకేతికత సృష్టి, వినియోగంలో భారత్ స్వావలంబన సాధించడం తప్పనిసరి. ఐరోపా అంతరిక్ష సంస్థ భూపరిశీలన కోసం ప్రయోగించిన సెంటినెల్స్ ఉపగ్రహాలు మధ్యస్థాయి రిజల్యూషన్‌తో కూడిన చిత్రాలను అందిస్తున్నాయి. అవి ఉచితంగా అందుబాటులో ఉండటంతో వాటిపైనే ఆధారపడుతున్నాం. ఇవి పంట భూముల సాధారణ మ్యాపింగ్, పర్యవేక్షణ కోసం సుమారు 80శాతం డేటాను అందిస్తున్నాయి. దీని తర్వాత అమెరికా లాండ్‌శాట్ ఉపగ్రహ డేటా, భారతీయ ఉపగ్రహాల డేటాను ఉపయోగిస్తున్నాం. హై, వెరీ-హై రిజల్యూషన్ చిత్రాలు, డేటా కోసం విదేశీ ఉపగ్రహాల మీద ఎక్కువగా ఆధారపడక తప్పడం లేదు. వాతావరణ మార్పులకు సంబంధించిన సమస్యల పరిష్కారానికి, పంటలలో దీర్ఘకాలిక మార్పులను గుర్తించడానికి తక్కువ రిజల్యూషన్ ఉపగ్రహ చిత్రాలైనా సరిపోతాయి. అయినా, వీటి విషయంలోనూ అంతర్జాతీయ డేటాపైనే ఎక్కువగా ఆధారపడుతున్నాం. ఉపగ్రహ చిత్రాలతోపాటు ఉష్ణోగ్రత, తేమ, గాలి వేగం, సౌర వికిరణం వంటి వాతావరణ సమాచారం (డేటాసెట్), ఆకు వైశాల్యం, పంట ఉష్ణోగ్రత, పంటలు గ్రహించే సౌర వికిరణం వంటి కొన్ని జీవసంబంధ డేటాసెట్‌లు పంట ఆరోగ్యాన్ని అంచనా వేయడానికి, దిగుబడి మోడలింగ్‌కు ఉపకరిస్తాయి. ఈ డేటాసెట్‌లు విదేశీ ఉపగ్రహాల నుంచే లభిస్తున్నాయి. కొన్ని సందర్భాల్లో ఇస్రో వంటి దేశీయ వనరుల నుంచి లభించే డేటాను వాడుతున్నారు. డిజిటల్ వ్యవసాయానికి ప్రాథమిక అవసరమైన పొలాల ప్రాదేశిక లొకేషన్ సమాచారం కోసం కూడా విదేశీ నావిగేషన్ ఉపగ్రహాలే దిక్కవుతున్నాయి. గూగుల్ ఎర్త్ ఇంజిన్ ఉపగ్రహ డేటా విశ్లేషణ కోసం అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన ప్లాట్‌ఫారమ్. దీనిపై ఆధారపడేవారే ఎక్కువ. కొన్ని అగ్రిటెక్ కంపెనీలు మాత్రం ఉపగ్రహ డేటా విశ్లేషణ, జీఐఎస్ అప్లికేషన్ల కోసం సొంత ప్లాట్‌ఫారమ్‌లను నిర్మించుకున్నాయి. విదేశీ అంతరిక్ష సాంకేతికతపై అతిగా ఆధారపడటం ఏ దేశానికీ మంచిదికాదు. కాబట్టి, పూర్తిగా స్వదేశీ ఉపగ్రహాల డేటాసెట్‌ల వాడకమే మనకు ప్రాధాన్యం కావాలి. కానీ, కొన్ని సమస్యల వల్ల స్వదేశీ ఉపగ్రహ సమాచార వినియోగం చాలా తక్కువగా ఉంది. ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న డేటా నాణ్యతను, లభ్యతను గణనీయంగా మెరుగుపరచడం తక్షణావసరం. 1988 నుంచి అనేక భారతీయ ఉపగ్రహాలు సేకరించిన సమాచారాన్ని భారీఎత్తున నిల్వచేసినా, దాన్ని వినియోగార్హంగా మార్చకపోవడం పెద్ద సమస్య. దీనివల్ల ఆ డేటాసెట్లు పనికిరావడం లేదు. అమెరికన్ లాండ్‌శాట్ ఉపగ్రహాల సమాచారం ప్రపంచవ్యాప్తంగా విస్తృతంగా వాడకంలో ఉంది. ఇస్రో దీన్ని స్ఫూర్తిగా తీసుకుని దీర్ఘకాలం నుంచి సేకరించిన డేటాసెట్‌లను మన సేద్యానికి అనువుగా అందుబాటులోకి తీసుకురావాలి. ఇందుకు విద్యాసంస్థలు, డేటాసైన్స్ ఏజెన్సీలు, అంతర్జాతీయ నిపుణులతో కలిసి పనిచేయాలి. 2022లో ప్రయోగించిన రిశాట్ 1ఏ ఉపగ్రహం ఆకాశం మేఘావృతమైన పరిస్థితుల్లోనూ భూఉపరితల చిత్రాలను తీయగలదు. ఈ చిత్రాల కోసం ఐరోపా సెంటినెల్ ఉపగ్రహాలపై ఆధారపడటాన్ని తగ్గించే అవకాశమున్నా, రిశాట్ ఉపగ్రహ చిత్రాలను ఇప్పటికీ చాలా తక్కువగానే వినియోగిస్తున్నారు. ఈ పరిస్థితి మారాలి. పంటల మ్యాపింగ్, ఆరోగ్య పర్యవేక్షణ వంటి అప్లికేషన్లకు రిశాట్ 1ఏ ఉపగ్రహ డేటాను పూర్తిస్థాయిలో వాడుకోవాలి. ఈ శాటిలైట్ జీవితకాలం ఇప్పటికే సగం పూర్తయినందున ఇకనైనా త్వరపడాలి. ఇస్రో వంటి ప్రభుత్వ సైన్స్, టెక్నాలజీ ఏజెన్సీల వెబ్‌పోర్టల్‌లలో అందుబాటులో ఉంచిన డేటాను సేద్య రంగం అవసరాలను తీర్చడానికి అనుకూలంగా మార్చాలి. ఉపగ్రహ డేటా కోసం విదేశీ వనరులపై అధికంగా ఆధారపడటం మనల్ని భౌగోళిక రాజకీయ సమస్యలకు గురిచేస్తుంది, డిజిటల్ వ్యవసాయాన్ని సాధించాలనే మన ప్రయత్నాలకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది. ఉపగ్రహ సాంకేతికతకు డిమాండ్ వేగంగా పెరుగుతోందన్న సంగతి తెలిసిందే. కాబట్టి, కొత్త ఉపగ్రహాలను ప్రయోగించి, అదనపు డేటాసెట్‌లను సేకరించి, రైతులకు అందించేముందు, ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న స్వదేశీ డేటా నాణ్యతను, లభ్యతను మెరుగుపరచడానికి ప్రయత్నించాలి. లేనిపక్షంలో అంతరిక్ష సాంకేతికత వినియోగంలో స్వయంసమృద్ధి సాధించడం కష్టం. సామాజిక ప్రయోజనాల కోసం భారత్ తన అంతరిక్ష కార్యక్రమాన్ని దశాబ్దాల క్రితమే చేపట్టినా, లక్ష్యానికి ఆమడ దూరంలోనే ఉండటం విచారకరం.

శ్రీ పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ జయంతి సందర్భంగా ఘన నివాళులు

- చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించిన నగర పోలీసు కమిషనర్ డా. శంఖబ్రత బాగ్చి

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వేడుకగా ప్రకటించిన శ్రీ పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ జయంతి సందర్భంగా నగర పోలీసు కమిషనరేట్‌లో ఆయన చిత్రపటానికి నగర పోలీసు కమిషనర్ డా. శంఖబ్రత బాగ్చి, ఐపీఎస్ పూల మాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా పోలీసు కమిషనర్ మాట్లాడుతూ శ్రీ పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ వెనుకబడిన వర్గాల సామాజిక, విద్యా, ఆర్థిక అభ్యున్నతి కోసం విశేష కృషి చేసిన గొప్ప సంఘ సంస్కర్త, విద్యావేత్త, సామాజిక చైతన్యవేత్త అని కొనియాడారు. ఆయుర్వేద వైద్య రంగంలోనూ విశిష్ట సేవలు అందించడంతో పాటు అగ్నికుల క్షత్రియ సమాజ అభ్యున్నతికి కృషి చేసిన నాయకుడిగా గుర్తింపు పొందారని పేర్కొన్నారు. సమాజంలో సమానత్వం, విద్యా వికాసం, సామాజిక న్యాయం కోసం ఆయన చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయమని పోలీసు కమిషనర్ అన్నారు. శ్రీ పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ ఆశయాలను స్ఫూర్తిగా తీసుకుని ప్రతి ఒక్కరూ సమాజ సేవకు అంకితభావంతో కృషి చేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో నగర పోలీసు కమిషనరేట్‌కు చెందిన అధికారులు, పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొని శ్రీ పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మకు ఘనంగా నివాళులర్పించారు.

సీజనల్ వ్యాధులను అరికట్టేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలి

- డ్రైడే-ఫ్రైడే కార్యక్రమంలో మాజీ టీడీపీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి బొండా జగన్నాథం (జగన్)

గాజువాక, చైతన్యవారధి: గాజువాక నియోజకవర్గంలోని 87వ వార్డు అప్పికొండ చెట్టిబలిజ వీధిలో డ్రైడే-ఫ్రైడే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ టీడీపీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి బొండా జగన్నాథం (జగన్) ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ డెంగ్యూ, మలేరియా, చికున్‌గున్యా వంటి సీజనల్ వ్యాధులకు కారణమయ్యే దోమలు పరిశుభ్రమైన నిల్వ నీటిలోనే ఎక్కువగా వృద్ధి చెందుతాయని తెలిపారు. అందువల్ల ఇళ్ల పరిసరాల్లో నిల్వ ఉండే నీటిని ఎప్పటికప్పుడు తొలగించి, పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని సూచించారు. ప్రతి ఇంటి నుంచి వచ్చే చెత్తను నిర్దేశిత సమయంలో చెత్త సేకరణ వాహనానికి అందజేయాలని, ప్రజలందరూ పరిశుభ్రత పాటిస్తే సీజనల్ వ్యాధులను సమర్థవంతంగా నివారించవచ్చని పేర్కొన్నారు. పరిశుభ్రమైన పరిసరాలే ఆరోగ్యకరమైన జీవితానికి పునాది అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో 87వ వార్డు అధ్యక్షుడు విజయరామరాజు, వార్డు కార్యదర్శి బొట్టా ప్రకాష్, పావాడ వెంకటరమణమూర్తి, కణితి ఈశ్వరరావు, వై. భాస్కరరావు, ఎస్. రాజు, సన్యాసిరావు, శానిటరీ ఇన్‌స్పెక్టర్ అనిల్, మలేరియా విభాగం సూపర్‌వైజర్ నరేష్, సచివాలయ సిబ్బంది వరలక్ష్మి, జగన్నాథం, దేముడు, జానకి తదితరులు పాల్గొన్నారు. గ్రామ ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై పరిశుభ్రత కార్యక్రమంలో భాగస్వాములయ్యారు.

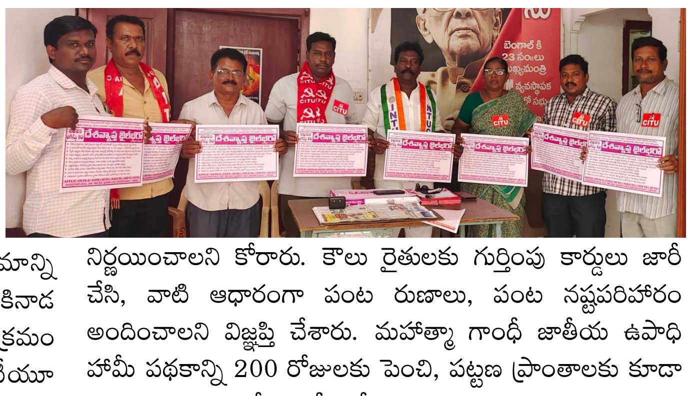
పోలీసులకు మానసిక ప్రశాంతత, ప్రజాసేవే ప్రధాన ధ్యేయం కావాలి

- శిక్షణ పొందుతున్న 5,560 మంది కానిస్టేబుళ్లకు బ్రహ్మశ్రీ చాగంటి కోటేశ్వరరావు

కాకినాడ, చైతన్యవారధి: ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర పోలీసు శాఖ ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా శిక్షణ పొందుతున్న సుమారు 5,560 మంది ఎస్‌సీటీపీసీ (ఎస్‌సీటీపీసీ) సివిల్, ఏపీఎస్పీ ట్రైనీ కానిస్టేబుళ్లకు ప్రముఖ ఆధ్యాత్మికవేత్త, ప్రవచనకర్త బ్రహ్మశ్రీ చాగంటి కోటేశ్వరరావు వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ప్రత్యేక అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమం కాకినాడ జిల్లా పోలీసు కార్యాలయం నుంచి నిర్వహించబడింది. ఈ సందర్భంగా బ్రహ్మశ్రీ చాగంటి కోటేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ పోలీసు విధుల్లో మానసిక ఒత్తిడి సహజమే అయినప్పటికీ, దానిని సమర్థవంతంగా అధిగమించే మార్గాలను అలవర్చుకోవాలని సూచించారు. నిజాయతీ, క్రమశిక్షణ, ఓర్పు వంటి విలువలు ప్రతి పోలీసు అధికారిని, సిబ్బందిని ఉన్నత స్థాయికి తీసుకెళ్తాయని అన్నారు. ప్రజలు పోలీస్ స్టేషన్‌కు ఆశ్రయంగా వస్తారని, కష్టాల్లో ఉన్న వారి సమస్యలను ఓర్పుతో విని, సహానుభూతితో స్పందించడం ద్వారా "పోలీసు ఉన్నారనే భరోసా" ప్రతి పౌరుడిలో కల్పించవచ్చని పేర్కొన్నారు. చిరాకు, ఆవేశంతో వ్యవహరించడం వల్ల ఫిర్యాదుదారులు మరింత మనోవేదనకు గురవుతారని, ప్రతి ఒక్కరితో మర్యాదపూర్వకంగా వ్యవహరించడం పోలీసు సిబ్బంది బాధ్యత అని సూచించారు. మానసిక ప్రశాంతత కోసం హాస్య రచనలు, మంచి పుస్తకాలు చదవడం అలవాటు చేసుకోవాలని చాగంటి కోటేశ్వరరావు సూచించారు. ప్రముఖ ఆర్థోపెడిక్ సర్జన్ డాక్టర్ గురవా రెడ్డి రచించిన 'గురవాయణం', చిలకమర్తి లక్ష్మీనరసింహం, జంధ్యాల హాస్య రచనలు వంటి పుస్తకాలను చదవడం ద్వారా ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవచ్చని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీసు శిక్షణ ఐజీ అంబురాజన్, ఐపీఎస్, ఏఐజీ (ట్రైనింగ్) సత్తిబాబు, ఐపీఎస్, రాష్ట్రంలోని 21 పోలీసు శిక్షణా కళాశాలల ప్రిన్సిపాళ్లు, కాకినాడ జిల్లా ఎస్పీ జి. బిందుమాధవ్, ఐపీఎస్, అడిషనల్ ఎస్పీ (అడ్మిన్) డాక్టర్ మహంతి కిషోర్ కుమార్, కాకినాడ మూడో బెటాలియన్ కమాండెంట్, ట్రైనింగ్ ప్రిన్సిపాల్ కె. నవీన్ కుమార్, అడిషనల్ కమాండెంట్ ఎస్. దేవానందరావు, ఎస్‌బీ డీఎస్పీ కె.వి.వి. సత్యనారాయణ, మూడో బెటాలియన్ వైస్ ప్రిన్సిపాల్ (అసిస్టెంట్ కమాండెంట్) గంగరాజుతో పాటు ఇతర అధికారులు, సిబ్బంది, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా శిక్షణ పొందుతున్న సుమారు 5,560 మంది ట్రైనీ కానిస్టేబుళ్లు వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా పాల్గొన్నారు.

కనీస వేతనం రూ.31 వేలు అమలు చేయాలి

- ఆగస్టు 10న జైల్ భరో కార్యక్రమం: కేంద్ర కార్మిక సంఘాల పిలుపు - రైతు పంటలకు గిట్టుబాటు ధర చట్టం చేయాలని డిమాండ్



కాకినాడ, చైతన్యవారధి: కేంద్ర కార్మిక సంఘాలు, రైతు, కౌలు రైతు, వ్యవసాయ కార్మిక సంఘాల ఆధ్వర్యంలో కేంద్ర ప్రభుత్వ కార్మిక, రైతు విధానాలకు నిరసనగా ఆగస్టు 10న రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జైల్ భరో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించనున్నట్లు సంఘాల నాయకులు ప్రకటించారు. కాకినాడ మెయిన్ రోడ్డులోని హెడ్ పోస్టాఫీస్ వద్ద ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. కచేరిపేట సీఐటీయూ కార్యాలయంలో శుక్రవారం నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో ఉమ్మడి గోడపత్రికను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా సీఐటీయూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి చెక్కల రాజ్‌కుమార్, ఐఎన్‌టీయూసీ రాష్ట్ర చీఫ్ సెక్రటరీ తాళ్లూరి రాజు, ఐఎఫ్‌టీయూ రాష్ట్ర నాయకుడు వి. చిట్టిబాబు, ఏఐటీయూసీ అధ్యక్షుడు కె.వి. రామయ్య మాట్లాడుతూ ఢిల్లీ రైతాంగ ఉద్యమం సందర్భంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీ మేరకు రైతు పంటలకు కనీస మద్దతు ధరకు చట్టబద్ధ హామీ కల్పించాలని డిమాండ్ చేశారు. అన్ని రంగాల కార్మికులకు ప్రస్తుత ధరలకు అనుగుణంగా నెలకు కనీస వేతనం రూ.31 వేలుగా నిర్ణయించాలని కోరారు. కౌలు రైతులకు గుర్తింపు కార్డులు జారీ చేసి, వాటి ఆధారంగా పంట రుణాలు, పంట నష్టపరిహారం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. మహాత్మా గాంధీ జాతీయ ఉపాధి హామీ పథకాన్ని 200 రోజులకు పెంచి, పట్టణ ప్రాంతాలకు కూడా విస్తరించాలని, రోజువారీ వేతనాన్ని రూ.700కు పెంచాలని డిమాండ్ చేశారు. మోడీ ప్రభుత్వ విధానాల కారణంగా రైతులు, కార్మికులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని ఆరోపించారు. రైతుల ఆత్మహత్యలపై ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తూ, ఆత్మహత్య చేసుకున్న ప్రతి రైతు కుటుంబానికి రూ.25 లక్షల పరిహారం చెల్లించాలని కోరారు. పార్లమెంట్‌లో ప్రభుత్వం వెల్లడించిన గణాంకాల ప్రకారం గత ఏడేళ్లలో ఐదు లక్షల చిన్న, మధ్య తరహా పరిశ్రమలు మూతపడటంతో లక్షలాది మంది కార్మికులు ఉపాధి కోల్పోయారని పేర్కొన్నారు.

ఘనంగా ముగిసిన ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవం

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: ఆంధ్ర మెడికల్ కళాశాల, కింగ్ జార్జి ఆసుపత్రి (కేజీహెచ్) శిశువైద్య విభాగం ఆధ్వర్యంలో ఆగస్టు 1 నుంచి 7వ తేదీ వరకు నిర్వహించిన ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవం ఘనంగా ముగిసింది. ఈ ఏడాది ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాన్ని "జీవితానికి సుస్థిరమైన ఆరంభం కోసం తల్లిపాలు - పనిచేసే విధానాలను బలోపేతం చేద్దాం" అనే ఇతివృత్తంతో నిర్వహించారు. వారోత్సవంలో భాగంగా శిశువైద్య విభాగం ఆధ్వర్యంలో అధ్యాపకులు, పీజీ, యూజీ వైద్య విద్యార్థులు, నర్సింగ్ సిబ్బంది, ఎన్ఆర్‌సీ, డీఈఐసీ, స్కూల్ హెల్త్ విభాగాల సిబ్బంది చురుకుగా పాల్గొన్నారు. తల్లిపాల ప్రాముఖ్యతపై ప్రజలకు, తల్లులకు విస్తృత అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. ప్రసవం జరిగిన మొదటి గంటలోనే శిశువుకు తల్లిపాలు పట్టించడం, మొదటి ఆరు నెలలు కేవలం తల్లిపాలనే ఇవ్వడం, ఆ తర్వాత రెండేళ్లు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కాలం పరిపూరక ఆహారంతో పాటు తల్లిపాలను కొనసాగించడం వంటి అంశాలపై తల్లులకు అవగాహన కల్పించారు. వారోత్సవంలో భాగంగా యూజీ విద్యార్థులు తల్లిపాల ప్రాముఖ్యతను వివరించే స్కిట్లు, పోస్టర్ ప్రదర్శనలు, ఉపన్యాస పోటీలు నిర్వహించారు. శిశువైద్య విభాగాధిపతి ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ బి.ఎస్. చక్రవర్తి ఆకాశవాణి, టెలివిజన్ మాధ్యమాలకు ప్రత్యేక ఇంటర్వ్యూలు ఇచ్చి తల్లిపాల ప్రాధాన్యతను ప్రజలకు వివరించారు. ముగింపు కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఆంధ్ర మెడికల్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ కె.వి.ఎస్.ఎం. సంధ్యాదేవి మాట్లాడుతూ.. ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవం, ప్రపంచ ఓఆర్ఎస్ వారోత్సవం వంటి ప్రజారోగ్య కార్యక్రమాలను ప్రతి సంవత్సరం నిబద్ధతతో నిర్వహిస్తూ సమాజంలో ఆరోగ్య అవగాహన పెంపొందిస్తున్న శిశు వైద్య విభాగాన్ని అభినందించారు. ఇటువంటి కార్యక్రమాలు ఆరోగ్యవంతమైన భావితరాల నిర్మాణానికి ఎంతో దోహదపడతాయని తెలిపారు. అనంతరం ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ సంధ్యాదేవి, శిశువైద్య విభాగాధిపతి ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ బి.ఎస్. చక్రవర్తితో కలిసి వివిధ పోటీల్లో ప్రతిభ కనబరిచిన విద్యార్థులు, అధ్యాపకులకు బహుమతులు, ప్రశంసాపత్రాలను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో శిశువైద్య విభాగ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ రత్నకుమారి, అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ సత్యవాణి, అధ్యాపకులు, వైద్యులు, విద్యార్థులు, నర్సింగ్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. వారోత్సవ కార్యక్రమాలను అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ ఎం. గిరిధర్ సమన్వయం చేయగా, ముగింపు కార్యక్రమంలో అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ తాటం నాయుడు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

హరిత ఆంధ్రప్రదేశ్ లక్ష్య సాధనకు ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలి

- మొక్కలు నాటడమే కాకుండా వాటి సంరక్షణ బాధ్యత తీసుకోవాలి: కాకినాడ ఎస్పీ జి. బిందు మాధవ్, ఐపీఎస్

కాకినాడ, చైతన్యవారధి: రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన "హరిత ఆంధ్రప్రదేశ్" కార్యక్రమంలో భాగంగా కాకినాడ జిల్లా పోలీసు కార్యాలయ ఆవరణలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. జిల్లా పోలీసు సూపరింటెండెంట్ జి. బిందు మాధవ్, ఐపీఎస్ చేతుల మీదుగా ఈ కార్యక్రమం ప్రారంభమైంది. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ జి. బిందు మాధవ్ మాట్లాడుతూ పర్యావరణ పరిరక్షణ ప్రతి పౌరుడి సామాజిక బాధ్యత అని అన్నారు. ప్రస్తుతం నాటే ప్రతి మొక్క భావితరాలకు స్వచ్ఛమైన గాలి, ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణాన్ని అందించే అమూల్యమైన సంపద అని పేర్కొన్నారు. మొక్కలు నాటడం మాత్రమే కాకుండా వాటిని సంరక్షించే బాధ్యతను కూడా ప్రతి ఒక్కరూ తీసుకోవాలని ఎస్పీ పిలుపునిచ్చారు. హరిత ఆంధ్రప్రదేశ్ లక్ష్య సాధనలో ప్రజలందరూ భాగస్వాములు కావాలని కోరారు. అనంతరం అడిషనల్ ఎస్పీ (అడ్మిన్) డాక్టర్ మహంతి కిషోర్ కుమార్‌తో పాటు ఇతర పోలీసు అధికారులు మొక్కలు నాటి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్‌బీ డీఎస్పీ కె.వి.వి. సత్యనారాయణ, ఏఆర్ డీఎస్పీ వి.జి. శ్రీహరిరావు, కాకినాడ మహిళా పోలీస్ స్టేషన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ టి. దుర్గాప్రసాద్, టూ టౌన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ మజ్జి అప్పలనాయుడు, త్రీ టౌన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ కె.వి.ఎస్. సత్యనారాయణ, డీటీఆర్‌బీ ఇన్‌స్పెక్టర్ బి. రాజశేఖర్, డీసీఆర్‌బీ ఇన్‌స్పెక్టర్ వి. శ్రీనివాసరావు, రిజర్వ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ కె. వెంకటరావు తదితర అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పారిశ్రామిక అభివృద్ధికి, పెట్టుబడులకు అనుకూల వాతావరణం

- పెండింగ్ అనుమతులు, పారిశ్రామిక సమస్యల పరిష్కారంపై ప్రత్యేక దృష్టి - జిల్లా పారిశ్రామిక, ఎగుమతుల ప్రోత్సాహక కమిటీ సమావేశంలో కలెక్టర్ ఎం. అభిషిక్త్ కిశోర్

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: జిల్లాలో పారిశ్రామిక అభివృద్ధికి మరింత ఊతమివ్వడంతో పాటు పెట్టుబడులకు అనుకూల వాతావరణం కల్పించేందుకు అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ ఎం. అభిషిక్త్ కిశోర్ అధికారులను ఆదేశించారు. జిల్లా కలెక్టరేట్‌లో శుక్రవారం నిర్వహించిన జిల్లా పారిశ్రామిక, ఎగుమతుల ప్రోత్సాహక కమిటీ (డీఐఈపీసీ) సమావేశంలో కలెక్టర్ వివిధ అంశాలపై సమగ్రంగా సమీక్షించారు. పరిశ్రమలకు సంబంధించి ఆన్‌లైన్ పోర్టల్, పీజీఆర్ఎస్, ప్రత్యక్ష వినతుల ద్వారా అందిన ఫిర్యాదుల పరిష్కార స్థితిని పరిశీలించారు. ప్రజల నుంచి వచ్చిన ఫిర్యాదులను శాఖల అధికారులు సత్వరమే పరిష్కరించి, దరఖాస్తుదారులకు స్పష్టమైన సమాచారం అందించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. గత డీఐఈపీసీ సమావేశాల్లో తీసుకున్న నిర్ణయాల అమలుపై కార్యాచరణ నివేదికలను పరిశీలించిన ఆయన, పెండింగ్ అంశాలను ప్రాధాన్యత క్రమంలో పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. పరిశ్రమల ఏర్పాటుకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు, భూముల లభ్యత, రవాణా సౌకర్యాలు, నీటి సరఫరా, విద్యుత్ వసతుల కల్పనలో ఎలాంటి జాప్యం లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. సింగిల్ డెస్క్ పోర్టల్ ద్వారా పరిశ్రమలకు అవసరమైన అనుమతులు, క్లియరెన్సుల మంజూరులో ఆలస్యం లేకుండా చూడాలని కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు. వివిధ శాఖల్లో పెండింగ్‌లో ఉన్న దరఖాస్తులను ప్రత్యేకంగా పర్యవేక్షించి నిర్ణీత గడువులోగా పరిష్కరించాలని తెలిపారు. వ్యాపార అనుకూల వాతావరణం కల్పించడంలో జిల్లా ముందంజలో నిలవాలని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఎంఎస్ఎంఈలకు పారిశ్రామిక అభివృద్ధి విధానాల కింద అందించే ప్రోత్సాహకాలపై సమీక్ష నిర్వహించిన ఆయన.. అర్హత ఉన్న యూనిట్లకు పెట్టుబడి సబ్సిడీ, వడ్డీ సబ్సిడీ, స్టాంప్ డ్యూటీ రీయింబర్స్‌మెంట్ వంటి ప్రయోజనాలు త్వరితగతిన అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. పీఎంఈజీపీ, పీఎం విశ్వకర్మ యోజన పథకాల ద్వారా అర్హులకు సకాలంలో ప్రయోజనాలు అందేలా చూడాలని, యువత, సంప్రదాయ వృత్తిదారులకు ఉపాధి అవకాశాలు పెరిగేలా శాఖలు కృషి చేయాలని సూచించారు. జిల్లాలో కుదిరిన ఎంఓయూలు, వాటి పురోగతి, పారిశ్రామిక పార్కుల అభివృద్ధి, ఎగుమతుల ప్రోత్సాహానికి చేపడుతున్న చర్యలపై కూడా కలెక్టర్ సమీక్షించారు. జిల్లాను ఎగుమతుల కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు అందుబాటులో ఉన్న అవకాశాలను పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకోవాలని తెలిపారు. "డిస్ట్రిక్ట్ యాజ్ ఎక్స్‌పోర్ట్ హబ్" కార్యక్రమం ద్వారా స్థానిక ఉత్పత్తులకు జాతీయ, అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో గుర్తింపు తీసుకురావాలని అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. పరిశ్రమల స్థాపన, విస్తరణకు అవసరమైన అనుమతులు, మౌలిక వసతుల కల్పన, పెట్టుబడిదారుల సమస్యల పరిష్కారంలో బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాలని సూచించారు. ప్రభుత్వ లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా పారిశ్రామిక అభివృద్ధి, ఉపాధి కల్పన, ఎగుమతుల వృద్ధికి కృషి చేయాలని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా పరిశ్రమల కేంద్రం జనరల్ మేనేజర్ ఆదిశేషు, ఏపీఐఐసీ అధికారులు, పలువురు పారిశ్రామికవేత్తలు, వివిధ శాఖల అధికారులు, పారిశ్రామిక సంఘాల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

4 వార్డులో తాగునీటి కోసం ప్రణాళిక

-భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: జీవీఎంసీ 4వ వార్డు పరిధిలో తాగునీటి కోసం ప్రత్యేక ప్రణాళిక రూపొందించాలని భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు ఆదేశించారు. ఎంవీపీ కాలనీ క్యాంప్ కార్యాలయంలో శుక్రవారం ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదికను నిర్వహించారు. సముద్ర తీర గ్రామాలైన తిమ్మాపురం, చేపలుప్పాడ తదితర ప్రాంతాల్లో భూగర్భ జలాలు ఉప్పునీటిమయం కావడంతో తాగునీటి కోసం పడుతున్న ఇబ్బందులను ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తెచ్చారు. దీంతో జీవీఎంసీ ఎస్.ఈ. పల్లంరాజుతో ఫోన్ లో మాట్లాడారు. తీర గ్రామాల్లో తాగునీటి కొరత తీర్చడానికి ప్రణాళిక రూపొందించాలని తెలిపారు. వార్డులోని 27 గ్రామాల్లో రూ.10 కోట్లతో అభివృద్ధి పనుల కోసం ప్రతిపాదించామన్నారు. బోని గ్రామంలో మాన్సాస్ ట్రస్టుతో 614 ఎకరాల్లోని ఇనాం భూ సమస్య శాశ్వత పరిష్కారానికి సీఎంతో చర్చిస్తానని తెలియజేశారు. వికలాంగుల కాలనీలో తమకు కేటాయించిన స్థలాల్లోకి వెళ్లనివ్వకుండా మాజీ పోలీస్ ఉద్యోగితో కలిసి స్థానిక నాయకుడు ఒకరు దౌర్జన్యం చేస్తున్నారని దివ్యాంగులు ఫిర్యాదు చేశారు. దీనిపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసిన గంటా ఆ ప్రాంతాన్ని స్వయంగా పరిశీలిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. సాయిరాం కాలనీ ఫేజ్ 3లో ప్రభుత్వ భూమి ఆక్రమించడం సహా ఇళ్లు నిర్మించుకున్న తమను బెదిరిస్తున్నారని చెప్పారు. టీడీఆర్ లు ఇవ్వకుండా శివశక్తినగర్ లో షాపులను తొలగించారని నాగోతి సూర్య ప్రకాష్ తెలుపగా, జీవీఎంసీ అధికారులతో మాట్లాడి న్యాయం చేస్తానన్నారు. భీమిలి మెయిన్ రోడ్డు విస్తరణలో పూర్తిగా నష్టపోయిన వారికి ప్రత్యామ్నాయం చూపిస్తామని వ్యాపారులకు భరోసా ఇచ్చారు. నేతన్న భరోసా పథకం కింద వారి అకౌంట్లలోకి రూ. 25 వేల ఆర్థిక సాయాన్ని ప్రభుత్వం అందిస్తోందని ఎమ్మెల్యే గంటా తెలిపారు. నియోజకవర్గంలోని పొట్నూరుకు చెందిన నేతన్నలకు ప్రభుత్వం అన్ని రకాలుగా అండదండలు అందిస్తామన్నారు.

ప్రకృతి ఆధారిత సాగుతోనే ఆరోగ్యకరమైన భవిష్యత్తు

- భూమిని విష రసాయనాలతో నింపొద్దు - ప్రతి విద్యార్థి ఇంటి వద్ద కూరగాయలు పండించాలి - ప్రకృతి ఆధారిత పంటలే ఆరోగ్యకరం - ఏపీసీఎన్ఎఫ్ విశాఖ జిల్లా ప్రాజెక్టు మేనేజర్ బి. సత్యశ్యామల

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: ప్రకృతిని కాపాడుతూ ప్రకృతి ఆధారంగా పంటలు పండించాలని ఏపీసీఎన్ఎఫ్ విశాఖ జిల్లా ప్రాజెక్టు మేనేజర్ బి. సత్యశ్యామల పిలుపునిచ్చారు. భూమిని విష రసాయనాలతో నింపకుండా సహజ పద్ధతుల్లో సాగు చేయడం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని పొందవచ్చని ఆమె పేర్కొన్నారు. విశాఖ జంతుప్రదర్శనశాలకు సమీపంలోని విశాఖ వ్యాలీ విద్యాసంస్థలో శుక్రవారం ఉదయం పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ ఈశ్వరి ప్రభాకర్ అధ్యక్షతన విద్యార్థుల ఆధ్వర్యంలో కూరగాయలు, ఆకుకూరల సాగు, ట్రే నర్సరీ, ప్రాచీన గ్రామం మినియేచర్‌ను ప్రారంభించారు. అనంతరం నిర్వహించిన అవగాహన కార్యక్రమంలో సత్యశ్యామల మాట్లాడారు.

ఇంటి నుంచే ప్రకృతి సాగుకు శ్రీకారం... ప్రతి విద్యార్థి తమ ఇంటి వద్ద చిన్న స్థాయిలోనైనా కూరగాయలు, ఆకుకూరలు పండించాలని సత్యశ్యామల సూచించారు. విద్యార్థులకు ప్రకృతి ఆధారిత సాగుపై శిక్షణ ఇవ్వడం ద్వారా వారు తీసుకునే ఆహారం, దాని నాణ్యత, ఆరోగ్యంపై అవగాహన కల్పించవచ్చని తెలిపారు. రసాయన ఎరువులు, పురుగుమందుల వినియోగం వల్ల భూమి నాణ్యత దెబ్బతినడంతో పాటు పర్యావరణంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుందని పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్ తరాలకు ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణాన్ని అందించాలంటే ప్రకృతి వనరులను పరిరక్షించాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందన్నారు.

విద్యార్థులకు బహుముఖ శిక్షణ... ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ ఈశ్వరి ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు విద్యతో పాటు వివిధ రంగాల్లో శిక్షణ అందిస్తున్నామని తెలిపారు. ఆయా విభాగాలకు ప్రత్యేకంగా ఇన్‌చార్జిలను నియమించి, విద్యార్థుల్లో నైపుణ్యాలను పెంపొందించేలా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని వివరించారు. ప్రకృతి వనరుల పరిరక్షణ, పర్యావరణ సంరక్షణ, వాతావరణ మార్పులు, భూతాపం పెరగకుండా తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పిస్తున్నామని తెలిపారు. ప్రకృతితో మమేకమై జీవించే విధానాన్ని చిన్న వయస్సు నుంచే విద్యార్థులకు అలవాటు చేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో అగ్రి స్కిల్ సీఈఓ వి. మెహర్ ప్రసాద్, గ్రీన్ క్లైమేట్ టీమ్ ఎన్జీవో వ్యవస్థాపక కార్యదర్శి జె.వి. రత్నం తదితరులు పాల్గొని మాట్లాడారు.

చంద్రంపాలెం హైస్కూల్ కు పూర్వ వైభవం

- భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు - ఈనెల 21న అభివృద్ధి పనులు ప్రారంభించనున్న లోకేష్

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: చంద్రంపాలెం హైస్కూల్ కు పూర్వ వైభవానికి అవసరమైన అన్ని చర్యలు తీసుకుంటామని భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు స్పష్టం చేశారు. ఎంవీపీ కాలనీ క్యాంప్ కార్యాలయంలో శుక్రవారం ఎమ్మెల్సీ వేపాడ చిరంజీవి రావు, ఆర్జేడీ విజయ్ భాస్కర్, డిప్యూటీ డీఈఓ సోమశేఖర్ లతో సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ క్రమశిక్షణ రాహిత్యాన్ని ఉపేక్షించేది లేదని.. హైస్కూల్ ప్రగతి, విద్యార్థుల భవిష్యత్ ముఖ్యమని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత హెడ్ మాస్టర్ వెంకట్రావు స్థానంలో జిల్లాలో ఉత్తమ హెడ్ మాస్టర్లలో ఒకరిని చంద్రంపాలెం హైస్కూల్ లో నియమించాలని నిర్ణయించారు. ఇదే సమయంలో టీచర్లు కూడా క్రమశిక్షణగా ఉండాలన్నారు. హైస్కూల్ లో రూ. 6.5 కోట్లతో చేపట్టిన అభివృద్ధి పనులు విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేష్ ఈనెల 21 న ప్రారంభిస్తారని వెల్లడించారు. రాష్ట్రానికే ఆదర్శంగా చంద్రంపాలెం హైస్కూల్ ను తీర్చి దిద్దుతామన్నారు.

అగ్నికుల క్షత్రియుల అభ్యున్నతికి అహర్నిశలు శ్రమించిన పొన్నమండ

- సామాజిక సంస్కర్తగా ఆయన సేవలు చిరస్మరణీయం - పేదల సంక్షేమం, సామాజిక న్యాయం కోసం విశేష కృషి - పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ జయంతి వేడుకల్లో జిల్లా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్

అనకాపల్లి, చైతన్యవారధి: అగ్నికుల క్షత్రియుల అభ్యున్నతికి, పేదల సంక్షేమానికి విశేష కృషి చేసిన పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ గొప్ప సామాజిక సంస్కర్తగా నిలిచారని జిల్లా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్ కొనియాడారు. సమాజ అభ్యున్నతి, సామాజిక న్యాయం కోసం ఆయన చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయమని పేర్కొన్నారు. అగ్నికుల క్షత్రియుల జాతిపిత పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ జయంతి వేడుకలను శుక్రవారం అనకాపల్లి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు ఘనంగా నివాళులర్పించారు.

అగ్నికుల క్షత్రియులకు గుర్తింపు కోసం పోరాటం... ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్ మాట్లాడుతూ అగ్నికుల క్షత్రియులకు అధికారిక గుర్తింపు తీసుకురావడంలో పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ కీలక పాత్ర పోషించారని తెలిపారు. పేదల సంక్షేమం కోసం నిరంతరం కృషి చేసిన ఆయన సేవలు సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలిచాయని అన్నారు. ఆయుర్వేద రంగంలోనూ పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ విశిష్ట సేవలు అందించారని కలెక్టర్ తెలిపారు. సామాజిక సమానత్వం, న్యాయం, సమాజ అభ్యున్నతి కోసం ఆయన చేసిన కృషి భావితరాలకు స్ఫూర్తిదాయకమన్నారు.

రాష్ట్ర పండుగగా జయంతి వేడుకలు... పొన్నమండ లక్ష్మణస్వామి వర్మ సేవలను భావితరాలకు పరిచయం చేయడంతో పాటు ఆయన ఆశయాలను స్మరించుకునేలా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆయన జయంతిని రాష్ట్ర పండుగగా నిర్వహిస్తోందని కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెందుర్తి ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు, చోడవరం ఎమ్మెల్యే కె.ఎస్.ఎన్.ఎస్. రాజు, గవర కార్పొరేషన్ చైర్మన్ మళ్ల సురేంద్ర, జిల్లా ప్రణాళిక అధికారి రామారావు, బీసీ సంక్షేమ అధికారిణి శ్రీదేవి, బీసీ సంఘాల నాయకులు, కమ్యూనిటీ సభ్యులు, జిల్లా అధికారులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మందకొడిగా ఇంటింటి ప్రచారం- గంటా అసంతృప్తి

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: నియోజకవర్గంలో "ఇంటింటికి తెలుగుదేశం" మందకొడిగా జరగడం పట్ల భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ఎంవీపీ కాలనీ క్యాంప్ కార్యాలయంలో శుక్రవారం 12 క్లస్టర్ల నేతలతో జరిగిన సమావేశంలో మాట్లాడుతూ పార్టీ కార్యక్రమాల నిర్వహణలో భీమిలికి ప్రత్యేక స్థానముందని, అలాంటిది ఇంటింటి ప్రచారంలో నిరాజనకంగా పని చేస్తున్నారని ఆవేదన చెందారు. గతంలో లక్షకు పైగా సభ్యత్వాలతో రాష్ట్రంలో టాప్ టెన్ లో నిలిచిన నియోజకవర్గం ఈ కార్యక్రమంలో బాగా వెనకబడిందన్నారు. భవిష్యత్ లో నామినేటెడ్ పదవులు, స్థానిక ఎన్నికల్లో ఎంపికకు పార్టీ కార్యక్రమాలే కొలమానంగా పేర్కొన్నారు. గతంలో మాదిరిగా ఇంటింటి ప్రచారంలో కూడా భీమిలి ఎ గ్రేడ్ లో ఉండాలని, ఆ దిశగా అందరూ పని చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈనెల 15 నాటికి కనీసం 50 శాతం ఇళ్లు పూర్తి చేయాలని లక్ష్యంగా నిర్దేశించారు. కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు చిక్కాల విజయ్ బాబు, గాడు వెంకటప్పుడు, సరగడ అప్పారావు, కసిరెడ్డి దామోదరరావు, మీసాల సత్యనారాయణ, మొల్లి లక్ష్మణరావు, నాగోతి సత్యనారాయణ, మాన్యాల సోంబాబు, గరే గుర్నాథ్, పిల్లా వెంకట్రావు, గంటా నూకరాజు, గాడు చిన్ని కుమారి లక్ష్మి, పీవీ నరసింహం, జానకిరాం, పంచదార్ల శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మార్గదర్శకాల ప్రకారం ఆహార భద్రత పథకాలను పక్కాగా అమలు చేయాలి

- రాష్ట్ర ఆహార కమిషన్ సభ్యులు ఈ. లక్ష్మీరెడ్డి - జిల్లాలో ఆహార భద్రతా పథకాల అమలుపై ఆకస్మిక తనిఖీలు

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన మార్గదర్శకాల ప్రకారం అన్ని ఆహార భద్రతా పథకాలను సమర్థవంతంగా అమలు చేసి, లబ్ధిదారులకు నాణ్యమైన సేవలు అందేలా చూడాలని రాష్ట్ర ఆహార కమిషన్ సభ్యులు ఈ. లక్ష్మీరెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. ఆయన విశాఖపట్నం జిల్లాలో ఆహార భద్రతా పథకాల అమలుపై ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించారు. తనిఖీల్లో భాగంగా పెదవాల్తేరు-2, ఆదర్శనగర్-1, పెద్దజాలారిపేట-1, 4, 5 అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలను సందర్శించి విద్యార్థుల హాజరు, గుడ్లు, పాలు, నూనె, రేషన్ సరుకుల నిల్వలు, స్టాక్ రిజిస్టర్లు, భౌతిక నిల్వలను పరిశీలించారు. ఆదర్శనగర్-1 అంగన్‌వాడీ కేంద్రంలో గుడ్ల కొరతను గుర్తించారు. స్టాక్ నమోదులకు, భౌతిక నిల్వలకు మధ్య వ్యత్యాసాలు ఉండటంతో పాటు దెబ్బతిన్న గుడ్లు, ఇతర లోపాలను గమనించి సంబంధిత అధికారులకు సూచనలు చేశారు. అనంతరం పెద్దజాలారిపేట మున్సిపల్ ప్రాథమిక పాఠశాల, గోపాలపట్నం జెడ్పీ హైస్కూల్, చిన్నబుజ్జి రాజుపాలెం ఎంపీపీ పాఠశాలలను సందర్శించి మధ్యాహ్న భోజన పథకం (ఎండీఎం) అమలు, ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన మెనూ పాటిస్తున్న తీరును, స్టాక్ రిజిస్టర్లు, భౌతిక నిల్వలను నిశితంగా పరిశీలించారు. గోపాలపట్నం జెడ్పీ హైస్కూల్‌లో స్టాక్ రిజిస్టరులో 697 గుడ్లు నమోదై ఉండగా, భౌతికంగా 1,350 గుడ్లు ఉండటంతో 683 గుడ్లు అదనంగా ఉన్నట్లు గుర్తించారు. అలాగే చిన్నబుజ్జి రాజుపాలెం ఎంపీపీ పాఠశాలలో జూలై నాలుగో దశకు చెందిన 180 బ్రౌన్ గుడ్లు నిల్వలో ఉన్నట్లు గుర్తించి, సంబంధిత అంశాలపై తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని మధ్యాహ్న భోజన పథకం సహాయ సంచాలకులను ఆదేశించారు. తదుపరి పెదవాల్తేరు, పెద్దజాలారిపేట ఫెయిర్ ప్రైస్ షాపులను తనిఖీ చేసి బియ్యం నిల్వలు, ఈ-పాస్ యంత్రాల నిర్వహణ, రేషన్ కార్డుల నమోదును పరిశీలించారు. అలాగే సర్కిల్-1 ఎంఎల్ఎస్ పాయింట్‌ను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసి సరుకుల నిల్వలు, రికార్డులను పరిశీలించారు. కొన్ని కేంద్రాల్లో రిజిస్టర్ల నిర్వహణలో నిర్లక్ష్యం, సరుకుల నిల్వల నమోదులో లోపాలు, పంపిణీ విధానంలో వ్యత్యాసాలను గుర్తించిన రాష్ట్ర ఆహార కమిషన్ సభ్యులు బాధ్యులపై తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు, పాఠశాలలు, ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థ ద్వారా లబ్ధిదారులకు నాణ్యమైన ఆహారం, నిత్యావసర వస్తువులు ఎటువంటి అంతరాయం లేకుండా అందేలా అధికారులు నిరంతర పర్యవేక్షణ చేపట్టాలని సూచించారు. పథకాల అమలులో పారదర్శకత, జవాబుదారీతనం ఉండాలని పేర్కొన్నారు. సివిల్ సప్లైస్, ఐసీడీఎస్, ఫుడ్ సేఫ్టీ, లీగల్ మెట్రాలజీ, విద్యాశాఖలకు చెందిన అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నిద్రలేచిన వెంటనే అద్దంలోకి చూసుకుంటున్నారా..?

మనలో చాలా మందికి ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే అద్దంలో చూసుకునే అలవాటు ఉంటుంది. కానీ వాస్తు శాస్త్రం ప్రకారం ఇది అశుభం అంటున్నారు జ్యోతిశాస్త్ర నిపుణులు. ఇది శరీరం, మనస్సుపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుందని చెబుతున్నారు. వాస్తు నియమాల ప్రకారం ఉదయాన్నే నిద్రలేచి ముఖాన్ని అద్దంలో చూసుకోకూడదు. దీనివల్ల జీవితంలో సమస్యలు పెరుగుతాయంటున్నారు. ఈ కారణంగా పడకగదిలో అద్దం ఉండకూడదనే నియమం ఉంది. ఉదయాన్నే అద్దం చూసుకోవడం వాస్తులో నిషిద్ధం. ఉదయం నిద్రలేవగానే అద్దంలో చూసుకోవడం మీ జీవితాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం..రాత్రి నిద్రిస్తున్నప్పుడు, అద్దం చుట్టూ ప్రతికూల శక్తి ఉంటుందని నమ్ముతారు. అందువల్ల, మీరు ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే అద్దంలో చూసుకోవడం వల్ల ఈ ప్రతికూల శక్తి వ్యక్తిని ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. ఫలితంగా ఆ వ్యక్తి అనవసరమైన అలసట, ఒత్తిడిని అనుభవించాల్సి వస్తుంది. ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే అద్దంలో చూసుకుంటే మనసుకు ఆటంకం కలుగుతుందని నమ్ముతారు. ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే అద్దంలో చూసుకుంటే ముఖంపై మొటిమలు, ముడతలు, నెరిసిన జుట్టు, మచ్చలు కనిపిస్తాయి. ఇది ఆ వ్యక్తి ఆత్మ విశ్వాసాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. వాస్తుశాస్త్రం ప్రకారం, ఉదయాన్నే వారి వారి ముఖాన్ని అద్దంలో చూసుకోవటం, తమ నీడను తామే చూడటం అశుభం. ఉదయం నీడను చూడటం వల్ల నెగెటివ్ ఎనర్జీ వ్యక్తి లోపలికి ప్రవేశిస్తుంది. నీడను చూసినప్పుడు వ్యక్తి మానసిక ఉద్రిక్తత పెరుగుతుంది. నెగెటివ్ శక్తి ఆధిపత్యం చెలాయిస్తుంది. ఉదయం పూట సొంత నీడను చూడటం వాస్తులో నిషేధం.

అక్షయ తృతీయ రోజు పొరపాటున కూడా వీటిని కొనకండి..

ఈ ఏడాది మే 10న అక్షయ తృతీయ. హిందూ మతంలో ఈ రోజు చాలా పవిత్రమైనది ప్రజలు భావిస్తారు. ఈ రోజున, విష్ణువు మూర్తి, లక్ష్మీ దేవిని పూజిస్తారు. దానధర్మాలు కూడా చేస్తారు.సంపదలకు రక్షకుడిగా కుబేరుడిని నియమించిన రోజును అక్షయ తృతీయగా చెబుతారు. అంతేకాదు శ్రీ మహాలక్ష్మి శ్రీహరిని పరిణయమాడిన రోజుగా అక్షయ తృతీయకు విశేషమైన స్థానం ఉంది. అలాంటి పవిత్ర రోజున పొరపాటున కూడా కొన్ని వస్తువులు కొనకూడదని జ్యోతిశాస్త్ర నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిని కొంటే ఇంట్లోకి దరిద్ర దేవతను ఆహ్వానించినట్టే అవుతుందని అంటున్నారు. అలాంటి వస్తువులు ఏవో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం..నలుపు రంగుఈ రోజున నలుపు రంగు వస్తువులను కొనుగోలు చేయడం వల్ల ఇంట్లోకి ప్రతికూల శక్తి వస్తుందని నమ్ముతారు. అలాగే, ఈ రోజున కత్తులు, కత్తెరలు లేదా సూదులు వంటి ముళ్ల వస్తువులు కూడా కొనకూడదు. అక్షయ తృతీయ రోజు రుణం తీసుకోకూడదు. ఇలా చేయడం వల్ల ఇంట్లో దారిద్ర్యం వస్తుందని నమ్ముతారు. అక్షయ తృతీయ రోజున మాంసం, మత్తు పదార్థాలు తినకూడదు. అక్షయ తృతీయ పండుగ నాడు పొరపాటున కూడా వెల్లి గడ్డలు, ఉల్లిగడ్డలతో వండిన ఆహారాన్ని తినకూడదు.అక్షయ తృతీయ నాడు మద్యం సేవిస్తే లక్ష్మీదేవికి ఆగ్రహం వస్తుంది. ఫలితంగా అనారోగ్యాల బారిన పడే అవకాశం కూడా ఉంటుంది.లక్ష్మీదేవికి ఇల్లు శుభ్రంగా ఉంటేనే ఇష్టం. మురికిగా ఉన్న ఇంట్లోకి లక్ష్మీ ప్రవేశించదు.. కాబట్టి అక్షయ తృతీయ రోజు ఇంటిని శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని చెబుతున్నారు. చెత్తా చెదారంతో ఇల్లు పెట్టుకుంటే లక్ష్మీ కటాక్షం కలగదు. అక్షయ తృతీయ పర్వదినాన పొరపాటున కూడా శ్రీమహావిష్ణువుకు ఇష్టమైన తులసి మొక్క ఆకులను తుంచకూడదు. అలా తుంచితే లక్ష్మీదేవికి కోపం వస్తుంది. అలాగే, అల్యూమినియం, ఉక్కు స్టీల్ పాత్రలు కూడా ఈ రోజున కొనడం అశుభంగా చెబుతున్నారు. రోజున ప్లాస్టిక్ వస్తువులు కొనకూడదు. అలాగే, ప్లాస్టిక్ వస్తువులు కొనుగోలు చేయటం కూడా ఈ రోజు నిషేధం అంటున్నారు. ఇక అక్షయ తృతీయ రోజున చేయాల్సిన మంచి విషయాలంటే.. బంగారం, వెండి, ఆస్తులను కొనుగోలు చేయడానికి ఈ రోజు శుభప్రదంగా పరిగణించబడుతుంది.

ప్రపంచాన్ని మరిపించే శక్తి అమ్మకే సొంతం

మదర్స్ డే... అమ్మల ప్రేమను, గొప్పతనాన్ని తలచుకుని వేడుకలా నిర్వహించుకునేందుకు ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక దినోత్సవం. అమ్మ ప్రేమ గురించి ఎంత చెప్పినా...ఇంకా ఎంతో కొంత మిగిలే ఉంటుంది. సముద్రమంత తల్లి ప్రేమ గురించి చెప్పడం ఎవరితరం కాదు. ప్రేమతో ప్రపంచాన్నే మరిపించగల శక్తి అమ్మ ప్రేమకే ఉంది. మదర్స్ డేను ప్రతి ఏడాది మే నెలలో వచ్చే రెండో ఆదివారమే నిర్వహించుకుంటారు. ఆరోజే ఎందుకు నిర్వహించుకుంటారామో ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకోవాలి.తొలి మదర్స్ డే: తొలిసారిగా మాతృ ఓదినోత్సవాన్ని 1908లో అమెరికాలో నిర్వహించారు. అన్నా జార్విస్ అనే మహిళ ఈ మదర్స్ డేను ప్రారంభించింది. 1905లో ఆమె తల్లి మరణించింది. తన తల్లి మరణించాక ఆమె పదేపదే అన్నా జార్విస్ కు గుర్తొచ్చేది. ఆమె తన తల్లిపడిన వారి కష్టాన్ని, ప్రేమను గుర్తించేందుకు ఒక ప్రత్యేక దినోత్సవాన్ని నిర్వహించుకోవాలని ఆమెకు ఆలోచన వచ్చింది. అలా తొలిసారి 1908లో వెస్ట్ వర్జీనియాలోని గ్రాఫ్టన్ నగరంలో మొదటి సారిగా మదర్స్ డేను నిర్వహించింది. అన్నా ఆమె స్నేహితులు మదర్స్ డేను జాతీయ సెలవు దినంగా ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేస్తూ ర్యాలీ చేశారు. 1911 కల్లా ఈ డిమాండ్ అమెరికాలోని అన్ని రాష్ట్రాలకు వ్యాపించింది.1914లో అప్పటి అమెరికా అధ్యక్షుడు ఉడ్రో విల్సన్ ప్రతి ఏటా మదర్స్ డేను ఎప్పుడు నిర్వహించాలో ఆలోచించారు. చివరికి మే నెలలో వచ్చే రెండో ఆదివారాన్ని మదర్స్ డేగా కేటాయించారు. మే 8, 1914న, %ఖా% కాంగ్రెస్ మేలో రెండవ ఆదివారాన్ని మదర్స్ డేగా పేర్కొంటూ ఒక చట్టాన్ని రూపొందించారు.అమెరికాలో మదర్స్ డేను చాలా ఘనంగా నిర్వహించుకుంటారు. ఆ ఒక్కరోజే తల్లికి శుభాకాంక్షలు చెప్పేందుకు రెండు కోట్ల 20 లక్షల ఫోన్ కాల్స్ చేస్తారు. మదర్స్ డే రోజు రెస్టారెంట్లన్నీ బిజీగా ఉంటాయి. ఆరోజున తల్లిని వంట చేయవద్దని చెప్పి ఆమెతో లంచ్ లేదా డిన్నర్ చేసేందుకు పిల్లలు ఇష్టపడతారు. ఒక్క బ్రిటన్లోనే మదర్స్ డే రోజున మూడు కోట్ల గ్రీటింగ్ కార్డులు అమ్ముడవుతాయి. అమెరికాలో మొదలైన ఈ పండుగ ప్రస్తుతం ప్రపంచంలోని 46 దేశాల్లో నిర్వహించుకుంటున్నారు. ప్రపంచం మొత్తంమీద రెండు వందల కోట్ల తల్లులు ఉన్నారు. వారందరి ప్రేమను, సేవను తలచుకుని మదర్స్ డే నిర్వహించుకోవడం మనందరి కర్తవ్యం.

కొబ్బరి బోండా నుండి నేరుగా కొబ్బరినీళ్లు తాగకూడదట

తాజా కొబ్బరి నీళ్లు తాగితే శరీరానికి ఉపశమనంగా ఉంటుంది. కొబ్బరినీరు మంచిదే కానీ, కొబ్బరి బోండం నుండి నేరుగా తాగకూడదని వైద్యుల అభిప్రాయం.ఆ కొబ్బరి బోండంలో నీళ్లను ఒక గాజు గ్లాసులో పోసి అప్పుడు వాటిలో ఎలాంటి మలినాలు లేవని నిర్ధారించుకున్నాకే తాగాలని చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే కొన్నిసార్లు కొబ్బరిబోండం లోపల మైకోటాక్సిన్ల ఉత్పత్తి జరుగుతుంది. దీనివల్ల ఆ నీళ్ల తాగితే తీవ్రమైన అలెర్జీలు, శ్వాసకోశ సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కొబ్బరినీళ్లు ఆరోగ్యానికి అంతా మేలే చేస్తాయి. తీవ్రమైన ఉష్ణోగ్రతల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. మీ జీర్ణక్రియ, మూత్ర విసర్జన సజావుగా సాగేలా చేస్తాయి. కొబ్బరి నీళ్లలో పొటాషియం, మాంగనీస్, క్యాల్షియం, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, సైటోకైనిన్ వంటి ఖనిజాలు అధికంగా ఉంటాయి. అలాగే శరీరానికి శక్తిని అందించే ఎలక్ట్రోలైట్లు కూడా ఉంటాయి. కానీ కొబ్బరి బోండాం లోపలి భాగంలో కొన్నిసార్లు ఒక రకమైన ఫంగస్ పెరిగే అవకాశం ఉంది. ఇది నీటి రుచిని కూడా మారుస్తుంది. అలాగే కొన్ని రకాల తీవ్రమైన శ్వాసకోశ సమస్యలకు కారణం అవుతుంది. కాబట్టి కొబ్బరిబోండం లోపల అంతా శుభ్రంగా ఉందో లేదో చూడకుండా ఆ నీటిని తాగకూడదు. కొబ్బరి బొండంలో అధికంగా తేమ ఉన్నప్పుడు ఈ మౌల్డ్ వ్యాప్తి చెందుతూ ఉంటుంది. కొబ్బరి బోండానికి అడుగున ఈ మౌల్డ్ పెరగ్గానే సూక్ష్మజీవులు చేరుతూ ఉంటాయి. ఇది ఒక చిన్న జీవి. దీనిని ఫంగస్ అని కూడా పిలుచుకోవచ్చు. తడిగా ఉండే ప్రాంతాల్లో ఇవి అభివృద్ధి చెందుతాయి. తగినంత నీటి సౌకర్యం జీవించే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి ఆ నీటిని ఒక గాజు గ్లాసులో పోసుకొని ఎలాంటి నల్లని పదార్థాలు లేవని నిర్ధారించుకున్నాకే తాగాలి. ఈ మౌల్డ్ ఉన్న ఆహారాలు తినడం వల్ల తీవ్రమైన అలెర్జీ వస్తుంది. తుమ్ములు, ముక్కు నుండి నీరు కారడం, కళ్ళు ఎరుపుగా మారడం, కళ్ల నుండి నీరు కారడం, చర్మంపై దద్దుర్లు రావడం, ముక్కులో దురద రావడం, దగ్గు రావడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఒక్కోసారి వీటిలో హానికరమైన టాక్సిన్లు కూడా ఉంటాయి. ఇవి పొట్ట, కాలేయం, మూత్రపిండాలపై ప్రభావాన్ని చూపిస్తాయి. హార్మోన్ల అసమతుల్యతకు దారితీస్తాయి. అలాగే క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతాయి. ఈ కొబ్బరి బోండాల్లోనే కాదు, తడిగా ఉండే ఇతర ఏ ఆహార పదార్థాల పైన అయినా ఈ ఫంగస్ పెరగవచ్చు. కాబట్టి ఆహారాన్ని చాలా జాగ్రత్తగా భద్రపరుచుకోవాలి. త్వరగా పాడవుతాయనుకునే పదార్థాలను ఫ్రిజ్లో ఉంచుకోవడం మంచిది.

ప్రకృతి సేద్యాన్ని ప్రోత్సహించాలి

- కలెక్టర్ విజయకృష్ణన్

పాయకరావుపేట, చైతన్యవారధి: ప్రకృతి వ్యవసాయం చేసేలా రైతులను ప్రోత్సహించాలని కలెక్టర్ విజయకృష్ణన్ వ్యవసాయ శాఖ అధికారులకు సూచించారు. మండలంలోని అరట్లకోట సమీపంలోని పొలాల్లో 'రైతన్నా మీ కోసం- ఎల్‌నినో ప్రభావ నివారణ కార్యాచరణ ప్రణాళిక' కార్యక్రమంలో ఆమె పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా దమ్ముపట్టిన పొలంలోకి దిగి రైతులు, కూలీలతో కలిసి కొద్దిసేపు వరి నాట్లు వేశారు. అనంతరం కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, ప్రకృతి సేద్యం వల్ల రైతులకు పెట్టుబడి వ్యయం తగ్గుతుందని, నాణ్యమైన పంట దిగుబడులు సాధించవచ్చని అన్నారు. అంతేకాక ప్రజలకు రసాయన అవశేషాలు లేని ఆహార పదార్థాలు అందుబాటులో వుంటాయని, పర్యావరణానికి ఎంతో మేలు కలుగుతుందని అన్నారు. ఎల్‌నినో ప్రభావం వల్ల ఈ ఏడాది సాధారణం కంటే తక్కువ వర్షపాతం నమోదు అవుతుందని, అందువల్ల పంటల సాగు విషయంలో రైతులు ఆచీతూచీ వ్యవహరించాలని కోరారు. సేంద్రియ వ్యవసాయంలో వినియోగించే ఘన జీవామృతం, ద్రవజీవామృతం, అజొల్ల, అగ్నాస్త్రం, పంచగవ్యం, తదితర వాటిని కలెక్టర్ పరిశీలించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వ్యవసాయ శాఖ అధికారి ఆశాదేవి, ప్రకృతి సేద్యం జిల్లా ప్రాజెక్టు మేనేజర్ లచ్చన్న, డీఆర్‌డీఏ పీడీ శచీదేవి, వ్యవసాయ శాఖ ఏడీ ఉమాప్రసాద్, ఏవో ఆదినారాయణ, ఏఈవోలు నాగమణి, సత్యనారాయణ, తాండవ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సేవాకేంద్రం సీఈవో జీ.సత్యనారాయణ, కూటమి నాయకులు చించలపు ప్రదీప్, యాళ్ల వరహాలు, ముజ్జూరి నారాయణరావు, గొల్లపల్లి నాగు, కట్టా శ్రీను, వెంకటేశ్వరరావు, పలువురు రైతులు పాల్గొన్నారు.

ఎల్‌నినో ప్రభావాన్ని ఎదుర్కొనేందుకు రైతన్నకు అండగా 'రైతన్నా మీకోసం'

అనకాపల్లి (కే.కోటపాడు), చైతన్యవారధి: ఆత్మ వారి సౌజన్యంతో కోటపాడు మండల రైతు సేవా కేంద్రంలో "రైతన్నా మీకోసం – ఎల్‌నినో ప్రభావ ఉపశమన కార్యాచరణ ప్రణాళిక–2026 ఖరీఫ్" అమలుపై కిసాన్ మేళా నిర్వహించారు. కార్యక్రమాన్ని మాడుగుల శాసనసభ్యులు బండారు సత్య నారాయణమూర్తి ప్రారంభించగా, అనకాపల్లి జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ శౌర్య మాన్ పటేల్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ, ఎల్‌నినో ప్రభావంతో వర్షాభావ పరిస్థితులు ఏర్పడే అవకాశం ఉన్నందున రైతులు ముందస్తు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ప్రధానమంత్రి ఫసల్ బీమా పథకం కింద వరి పంటకు ఎకరానికి రూ.84 ప్రీమియం చెల్లించి పంటను బీమా చేసుకోవాలని, నష్టం జరిగితే ఎకరానికి రూ.42,400 వరకు పరిహారం పొందే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. చిరుధాన్యాలు, పప్పుదినుసులు, పూలతోటలు వంటి ప్రత్యామ్నాయ పంటలను సాగు చేయాలని కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం కొండెంపూడి శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ కిశోర్ కుమార్ సూచించారు. జాయింట్ కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, "రైతన్నా మీకోసం" జాయింట్ కమిటీలు ప్రతి రైతు కుటుంబాన్ని, ప్రతి సర్వే నంబర్‌ను సందర్శించి పంట పరిస్థితిని పరిశీలించి సాంకేతిక సలహాలు అందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. చోడవరం సహాయ వ్యవసాయ సంచాలకులు రవీంద్రనాథ్ మాట్లాడుతూ పంటల వివరాలను PMDS, e-Crop, APAIMS 2.0లో నమోదు చేయాలని, నేలతేమ సంరక్షణ, నీటి పొదుపు, ప్రత్యామ్నాయ పంటలపై రైతులకు అవగాహన కల్పించాలని తెలిపారు. ప్రతి వారం రైతులను కలిసి 7–8 వారాలపాటు అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా ఉద్యానశాఖ అధికారి రాజశేఖరం, కేవీకే శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ కిశోర్ కుమార్, రెవెన్యూ, వ్యవసాయ, ఉద్యాన శాఖల అధికారులు, ప్రకృతి వ్యవసాయ సిబ్బంది, ప్రజాప్రతినిధులు, రైతులు పాల్గొన్నారు.

80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు

- జాయింట్ కలెక్టర్ సౌర్యమాన్ పటేల్ - శాఖల సమన్వయంతో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలను విజయవంతం చేయాలి

అనకాపల్లి, చైతన్యవారధి: ఆగస్టు 15న నిర్వహించనున్న 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలను పకడ్బందీగా, అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించేందుకు అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని జాయింట్ కలెక్టర్ సౌర్యమాన్ పటేల్ అధికారులను ఆదేశించారు. కె.కోటపాడు మండలం లో గల శ్రీ రామకృష్ణ ఫంక్షన్ హాల్ లో జిల్లా అధికారులతో నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో ఆయన స్వాతంత్ర్య వేడుకల ఏర్పాట్లపై శాఖల వారీగా సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జాయింట్ కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ అనకాపల్లి లో యన్.టి.ఆర్ మైదానంలో జరుగబోయే వివిధ ఏర్పాట్లు, అనగా పిఏ సిస్టం విద్యుత్, తాగునీరు, పారిశుద్ధ్యం, పార్కింగ్, బారికేడ్లు, అగ్నిమాపక, వైద్య సదుపాయాలు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, భద్రతా ఏర్పాట్లను ముందస్తుగా పూర్తి చేయాలని సూచించారు.విశిష్ట అతిథులకు ప్రత్యేకంగా స్థల ఏర్పాట్లు చేసి, వారికి ఎలాంటి అసౌకర్యం లేకుండా చూడాలని అధికారులను ఆదేశించారు. పోలీస్ శాఖ భద్రతా ఏర్పాట్లు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, పరేడ్ నిర్వహణకు సంబంధించిన అన్ని ఏర్పాట్లను ముందుగానే పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. మున్సిపల్ శాఖ కార్యక్రమం జరిగే ప్రాంగణంతో పాటు పరిసర ప్రాంతాల్లో పారిశుద్ధ్యం, ఫాగింగ్, తాగునీటి సౌకర్యం కల్పించి, ఆకర్షణీయంగా అలంకరించాలని సూచించారు. రోడ్లు ఒ భవనాల శాఖ (ఆర్ ఒ బి) వేదిక నిర్మాణం, వీఐపీ గ్యాలరీ, బ్యారికేడ్లు, కుర్చీలు, షామియానాలు తదితర ఏర్పాట్లను నాణ్యతతో పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. విద్యుత్ శాఖ నిరంతర విద్యుత్ సరఫరా ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు ప్రత్యామ్నాయంగా జనరేటర్ ఏర్పాట్లు సిద్ధంగా ఉంచాలని సూచించారు. వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అంబులెన్స్, వైద్య బృందం, అత్యవసర మందులు అందుబాటులో ఉంచి అవసరమైన వైద్య సేవలు కల్పించాలని ఆదేశించారు. అగ్నిమాపక శాఖ అగ్నిప్రమాదాల నివారణకు అవసరమైన అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకొని అగ్నిమాపక వాహనాలను సిద్ధంగా ఉంచాలని సూచించారు విద్యాశాఖ విద్యార్థులతో దేశభక్తిని చాటిచెప్పే సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, పరేడ్, మార్చ్‌పాస్ట్‌ను క్రమశిక్షణతో నిర్వహించాలని తెలిపారు. రవాణా శాఖ విద్యార్థులు, కళాకారులు, పాల్గొనే అధికారుల రవాణాకు అవసరమైన బస్సులను సమయానికి అందుబాటులో ఉంచాలని సూచించారు. సమాచార ఒ పౌర సంబంధాల శాఖ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలకు విస్తృత ప్రచారం కల్పించడంతో పాటు మీడియా సమన్వయం, ఫోటోలు, వీడియోలు, పత్రికా ప్రకటనలు సకాలంలో విడుదల చేయాలని, పబ్లిక్ అడ్రెసింగ్ సిస్టమ్ ను ముందుగా చెక్ చేసుకోవాలన్నారు. జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి వై.సత్యనారాయణ రావు మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ పథకాల అమలులో విశేష సేవలందించిన అధికారులు, ఉద్యోగులకు ప్రశంసాపత్రాల ప్రదానం, వివిధ శాఖల శకటాల ప్రదర్శన, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు సమయపాలనతో నిర్వహించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ప్రశంస పత్రాలకు అర్హత కలిగిన ఉద్యోగుల పేర్లను 10వ తేదీ సాయంత్రం లోగా సంబంధిత అధికారులకు అందజేయాలని సూచించారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు జిల్లాకు ప్రతిష్ఠాత్మకమైనవని, అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేసి 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలను వేడుకలను విజయవంతం చేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ఈ సమావేశంలో అనకాపల్లి ఆర్. డి.ఓ షేక్ ఆయేషా, పోలీసు, మున్సిపల్, విద్య, వైద్య, విద్యుత్, ఆర్ అండ్ బి, అగ్నిమాపక, రవాణా తదితర శాఖల జిల్లా అధికారులు పాల్గొన్నారు.

దానిమ్మ ఆకులను ఇలా తీసుకుంటే చాలు..

దానిమ్మ ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది.. అలాంటి దానిమ్మ మాత్రమే కాదు ఆకులు కూడా చాలా మంచివని నిపుణులు చెబుతున్నారు.. దానిమ్మ గింజలలో ఎన్నో పోషకాలు ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి.. ఈ ఆకులను ఎలా తీసుకుంటే మంచి ఫలితాలు ఉన్నాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. దానిమ్మ ఆకులలో కూడా చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఈ ప్రయోజనాల గురించి మనలో చాలా మందికి తెలియదు.. ఈ ఆకులను తీసుకోవడం వల్ల అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి.. ఆకులను, దానిమ్మ బెరడును ఉపయోగిస్తున్నారు. చలికాలంలో జలుబు, దగ్గు సమస్య ఎక్కువగా వేధిస్తూ ఉంటుంది.. ఐదు లేదా ఆరు ఆకులను తీసుకొని నీటితో శుభ్రంగా కడిగి పక్కన పెట్టుకోవాలి.. ఒక గిన్నె తీసుకొని ఒక గ్లాస్ నీళ్లు పోసుకొని ఆకులు వేసి బాగా మరిగించి పక్కన పెట్టుకోవాలి.. ఆ నీటిని వడగట్టి ఉదయం, సాయంత్రం తీసుకుంటే దగ్గు, జలుబు నుండి ఉపశమనం కలుగుతుంది.. నిద్రలేమి సమస్యలతో బాధపడేవారు రాత్రి పడుకోవటానికి అరగంట ముందు దానిమ్మ ఆకుల కాషాయం తాగితే ఒత్తిడి లేకుండా ప్రశాంతంగా నిద్ర పడుతుంది. అంతేకాకుండా అధిక బరువు సమస్య, చెడు కొలెస్ట్రాల్ తొలగిపోతుంది.. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. చర్మ సమస్యలు తగ్గిపోతాయి.. అలాగే నోటి సమస్యలు కూడా మయం అవుతాయి.. మలబద్ధకం, గ్యాస్ సమస్యలు కూడా తగ్గిపోతాయి.. దానిమ్మ పండ్లు కూడా ఆరోగ్యానికి మంచిదే..

లవంగాలను ఇలా తీసుకుంటే ఆ సమస్యలన్నీ మాయం..

మన వంట గది ఒక వైద్యశాల అని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.. ప్రతి వస్తువుతో ఎన్నో రోగాలను నయం చెయ్యవచ్చు అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులో పవర్ ఫుల్ యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, యూజీనాల్ ఉంటాయి. ఇది ఓ రకమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్, ఇది శరీరాన్ని ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడేందుకు హెల్ప్ చేస్తుంది. లవంగాల వల్ల కలిగే ఉపయోగాలేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. అధిక బరువు తో బాధపడేవారికి ఇవి బెస్ట్ చాయిస్.. బరువు తగ్గడానికి బాగా హెల్ప్ చేస్తుంది. అలాగే క్యాన్సర్, మధుమేహం, పంటి నొప్పి, కడుపుపూతల వంటి సమస్యలు దూరమవుతాయి.. నోటి సమస్యలను దూరం చేస్తుంది..యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, మన రక్తాన్ని క్లీన్, హెల్దీగా చేయడంలో హెల్ప్ చేస్తాయి. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. అంతేకాదు .. లవంగాల్లో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు పెప్టిక్ అల్సర్ వల్ల వచ్చే మంటను తగ్గించేందుకు సహాయపడుతుంది. క్యాన్సర్‌తో పోరాడడంలో హెల్ప్ చేస్తాయి. లవంగాల్లోని ఎల్లాజిక్ యాసిడ్ సమ్మేళనాలు క్యాన్సర్ అభివృద్ధిని నిరోధించడంలో సాయపడతాయి.. యూజినాల్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్, డైటరీ ఫైబర్, విటమిన్స్ ఉన్నాయి. ఇవి జీవక్రియని పెంచి, కేలరీలను వేగంగా బర్న్ చేస్తాయి.. దాంతో త్వరగా బరువు తగ్గుతారు.. ఇంకా ఎన్నో సమస్యలను దూరం చేస్తుంది..

కోపం హృదయ సంబంధ వ్యాధులను పెంచుతుందట..!

కొలంబియా యూనివర్శిటీ మెడికల్ సెంటర్ పరిశోధకులు నిర్వహించిన ఒక కొత్త అధ్యయనం ప్రకారం, కేవలం కొన్ని నిమిషాల కోపం మీ గుండెపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. పదేపదే కోపం మన రక్తనాళాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచే మరియు గుండె ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసే ఎండోథెలియల్ కణాలను ప్రభావితం చేస్తుందని పరిశోధన వెల్లడించింది. ప్రజలు ప్రతిరోజూ కోపం, ఆందోళన మరియు నిరాశ వంటి ప్రతికూల భావోద్వేగాలను అనుభవించడం సాధారణమని అధ్యయన రచయితలు తెలిపారు. ఈ భావోద్వేగాలు గుండె సమస్యల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయని కొన్ని పరిశోధనలు ఉన్నాయి. ఆసక్తికరంగా, ఈ భావోద్వేగాల గురించి పెద్దగా తెలియదు. కొన్ని సందర్భాల్లో ఒక వ్యక్తికి కోపం వచ్చినప్పుడు, అది రక్తనాళాలపై ప్రభావం చూపుతుంది. కాబట్టి కోపం గుండె ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుందో లేదో తెలుసుకోవడానికి ఈ అధ్యయనం రూపొందించబడింది, పరిశోధకులు తెలిపారు. “కోపం, ఆందోళన మరియు నిరాశతో సహా ప్రతికూల భావోద్వేగాలను అనుభవించడం సాధారణం మరియు హృదయ సంబంధ వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది” అని అధ్యయనం పేర్కొంది. ఈ అధ్యయనంలో 280 మంది ఆరోగ్యవంతమైన పెద్దలు పాల్గొన్నారు, వారు కోపాన్ని ప్రేరేపించే సంఘటన, విచారకరమైన సంఘటన లేదా ఆందోళన కలిగించే సంఘటనను గుర్తుకు తెచ్చుకోవలసిందిగా కోరారు మరియు సుమారు ఎనిమిది నిమిషాల పాటు తటస్థంగా ఉండమని కోరారు. కోపం నేరుగా గుండె ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుందని పరిశోధకులు కనుగొన్నారు.

ఈ నూనెలు వాడుతున్నారా.. ఆరోగ్యం ప్రమాదంలో ఉన్నట్టే..

వంటల తయారీలో నూనె వినియోగం తప్పనిసరి. ఒకప్పుడు గానుగ నూనెలు వాడేవారు. ఆ తర్వాత టెక్నాలజీ పెరగడంతో ప్రాసెసింగ్ నూనె వాడుకలోకి వచ్చింది. క్రమంగా గానుగలు కాలగర్భంలో కలిసిపోయాయి. ప్రస్తుతం ఎక్కడో ఒకచోట అవి కనిపిస్తున్నాయి కానీ.. ఆదరణ లేక అవి కూడా మూతపడే స్థాయికి వచ్చాయి. అయితే వంటల్లో వాడే నూనెలు మన ఆరోగ్యాన్ని సూచిస్తాయి. ఎందుకంటే కొవ్వులు ఎక్కువగా ఉన్న నూనెలు వాడితే.. అవి గుండె జబ్బులకు దారి తీస్తాయి. ఇతర రోగాలకు కూడా కారణం అవుతాయి. ఇంతకీ ఎలాంటి నూనెలు వాడకూడదో.. వాటి వల్ల వచ్చే ప్రమాదం ఏంటో.. ఈ కథనంలో తెలుసుకుందాం.

పామాయిల్: పామాయిల్ నూనెకు బహిరంగ మార్కెట్లో ధర తక్కువగా ఉంటుంది. అయితే ఇప్పటికి ఈ నూనెను మన దేశం విదేశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకుంటోంది. బయట కనిపించే హొటల్స్, ఇతర ఫుడ్ స్టాల్స్ లో పామాయిల్ నూనెతో వంటలు తయారు చేస్తారు. అయితే పామాయిల్ ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదట. ఇందులో అధిక మొత్తంలో సంతృప్తి కొవ్వులు ఉంటాయట. ఇవి “లో డెన్సిటీ లైపో ప్రోటీన్” కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి పెరిగేందుకు కారణమవుతాయట. అలాంటి కొవ్వులు పెరిగితే గుండె జబ్బులకు దారి తీసే ప్రమాదం ఉందట. సోయాబీన్ నూనె: తేలికపాటి రుచి కారణంగా చాలామంది వంటల్లో దీనిని వాడుతారు. ఈ నూనెలో ఒమేగా -6 కొవ్వు ఆమ్లాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఒమేగా -3 కొవ్వు ఆమ్లాల స్థాయి కూడా ఇందులో అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల ఈ నూనెను మితంగా వాడాలి. దానివల్ల శరీరంలోకి ఒమేగా - 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు సరిపడినంత స్థాయిలోనే చేరుతాయి.

పత్తి గింజల నూనె: పత్తి గింజల ద్వారా తయారు చేస్తారు కాబట్టి ఈ నూనెకు ఆ పేరు వచ్చింది. ఇందులో ఒమేగా 6 ఫ్యాటీ యాసిడ్ కంటెంట్ అధికంగా ఉంటుంది. దీనిని అధికంగా తీసుకుంటే కడుపులో మంట, ఇతర అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కాబట్టి ఈ నూనెను సాధ్యమైనంతవరకు తక్కువగా వాడాలి. హైడ్రోజనేటెడ్ నూనెలు: హైడ్రోజేనేషన్ అనే ప్రక్రియ ద్వారా ఈ నూనెలు తయారు చేస్తారు. ఘన కొవ్వులను ఈ ప్రక్రియ ద్వారా ద్రవ నూనెగా మారుస్తారు. ఇందులో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి అధికంగా ఉంటుందట. అలాంటి నూనెను విరివిగా వాడటం వల్ల గుండె జబ్బులు వస్తాయట. అలాంటప్పుడు ఈ నూనెలు వాడకపోవడమే మంచిదట. కూరగాయలతో చేసిన నూనె మిశ్రమం: సోయాబీన్, మొక్కజొన్న, పొద్దు తిరుగుడు గింజల నుంచి ఈ నూనెలు తయారు చేస్తారు.. అధిక శుద్ధి ప్రక్రియల త్వరలోనే తయారవుతుంది. ఇందులో ఒమేగా -6 కొవ్వు ఆమ్లాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.. అలాంటి ఈ నూనెను అధికంగా తీసుకుంటే కడుపులో మంటతో పాటు, ఇతర అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అలాంటప్పుడు వీటిని తీసుకోకపోవడమే మంచిది.

మామిడికాయ ఆ వ్యాధికి దివ్యౌషధం..!

వేసవిలో పండిన మామిడిపండు చాలా రుచిగా ఉంటుంది. కానీ పచ్చి మామిడిలో అనేక ఔషధ గుణాలు కూడా ఉన్నాయి. అందుకే వేసవిలో మామిడి పండ్లను తినడానికి ఇష్టపడతారు. పచ్చి మామిడిలో ఎన్నో పోషకాలు ఉంటాయి. ఇది మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. పచ్చి మామిడిలో విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, విటమిన్ ఇ, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, ఐరన్, జింక్, ఫైబర్, కాపర్, పొటాషియం, సోడియం వంటి పోషకాలు ఉన్నాయని గత సంవత్సరాలుగా వ్యవసాయ విజ్ఞాన కేంద్రం నియామత్‌పూర్‌లో పని చేస్తున్న హోమ్ సైన్స్ నిపుణుడు డాక్టర్ విద్యా గుప్తా తెలిపారు. పచ్చి మామిడి వల్ల అనేక రకాల వ్యాధులను దూరం చేస్తుందని ఆయన అన్నారు. ఉదర వ్యాధులకు పచ్చి మామిడి దివ్యౌషధం: డాక్టర్ విద్యా గుప్తా మాట్లాడుతూ పచ్చి మామిడిలో ఉండే విటమిన్ సి వల్ల శరీరంలో వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీని వల్ల మన శరీరాన్ని అనేక రకాల అంటు వ్యాధుల నుండి దూరంగా ఉంచుతుంది. అంతే కాదు, పచ్చి మామిడి కడుపుకు కూడా చాలా మేలు చేస్తుంది. ఇది మలబద్ధకం సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను కూడా బలపరుస్తుంది. పచ్చి మామిడి కడుపులో ఎసిడిటీ సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. పచ్చి మామిడి కంటికి మేలు చేస్తుంది : పచ్చి మామిడిపండు తింటే ఎముకలు దృఢంగా ఉంటాయని డాక్టర్ విద్యా గుప్తా తెలిపారు. నిజానికి ఇందులో కాల్షియం పుష్కలంగా లభిస్తుంది. ఎముకలు ఆరోగ్యంగా మరియు దృఢంగా ఉండటానికి ఇది చాలా అవసరం. దీని రెగ్యులర్ వినియోగం ఎముక సంబంధిత సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. పచ్చి మామిడి ఎండాకాలం నుండి వడదెబ్బ నుండి రక్షిస్తుంది అని డాక్టర్ విద్యా గుప్తా తెలిపారు . పచ్చి మామిడి పన్నాను వినియోగిస్తే, హీట్ స్ట్రోక్ నుండి రక్షించడంలో ఇది చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. మీరు పచ్చి మామిడికాయ పచ్చడిని కూడా తినవచ్చు.

ఎండాకాలంలో కీరదోసను తీసుకుంటే...

కీరదోస కాయను తీసుకోవడం వల్ల ఎన్ని ప్రయోజనాలు ఉన్నాయో అందరికీ తెలిసే ఉంటుంది.. వేడి కారణంగా చాలా మంది హెల్త్ ప్రాబ్లమ్స్‌ని ఫేస్ చేస్తున్నారు. అదే విధంగా, తగినంత పోషకాలు అందించాలి. సమ్మర్‌లో రోజూ దోసకాయ తినడం మంచిది. ఇందులో పోషకాలు అనేక లాభాలను అందిస్తాయి.. సమ్మర్ లో కీరాను తీసుకోవడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు ఏంటో తెలుసుకుందాం.. శరీరాన్ని లోపల్నుంచి కూడా చల్లబరచడం చాలా ముఖ్యం. హాట్ సీజన్ స్నాక్‌గా దోసకాయని తీసుకోవాలి. దోసకాయని తీసుకుంటే వేడిని తగ్గించాలి.. వడదెబ్బతో పాటు గుండె జబ్బులు రాకుండా ఉంటాయి.. వేసవిలో ఈ కాయలు మనకు బాగా ఉపయోగపడతాయి.. ముఖ్యంగా డిహైడ్రేషన్ కు గురవ్వకుండా కాపాడుతుంది. వీటిలో 95 శాతం నీళ్లు ఉంటాయి.. ఇక శరీరానికి కావలసిన అన్ని పోషకాలు ఇందులో ఉంటాయి.. అంతేకాదు వీటిలో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, సోడియం లోపం ఉన్నవారు కచ్చితంగా వారి ఆహారంలో దోసకాయని యాడ్ చేసుకోవాలి.. ఇంకా చెప్పాలంటే వేడిని తట్టుకొనేలా, ఎప్పుడు శరీరాన్ని హైడ్రేడ్ గా ఉండేలా చేస్తుంది.. ట్యాన్ రిమూవల్ గా కూడా పనిచేస్తుంది.. చర్మ సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయ పడుతుంది.

మధ్యాహ్నం భోజనం చేశాక నిద్రపోతున్నారా?

మధ్యాహ్నం భోజనం చేశాక నిద్ర ముంచుకోస్తుంది.. ఎంత కంట్రోల్ చేసుకున్నా కూడా నిద్ర వస్తుంది.. అయితే కొంతమంది మాత్రం నిద్రపోతారు.. మరి కొంతమంది మాత్రం నిద్రపోతే ప్రమాదకరమైన జబ్బులు వస్తాయని భయపడుతుంటారు..మధ్యాహ్నం నిద్ర పోవడం వల్ల ఎటువంటి అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయో? నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..భోజనం అవ్వగానే నిద్ర రావడం సహజమే. అయితే నిపుణులు ఇలా మధ్యాహ్నం భోజనం అయ్యాక పడుకుంటే కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయని చెబుతున్నారు.. ముఖ్యంగా జీర్ణ సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయాని చెబుతున్నారు.. భోజనం తిన్న వెంటనే పడుకుంటే జీర్ణ రసాలు తిన్న ఆహారంలో కలుస్తాయి.. దాంతో ఆమ్లత్వం ఏర్పడుతుంది.. అలా ఆమ్ల స్వభావం కారణంగా గొంతు మంట ఏర్పడుతుంది. కాబట్టి భోజనం చేసిన వెంటనే పడుకోకూడదు. అంతేకాకుండా భోజనం చేసిన వెంటనే పడుకోవడం వల్ల తీసుకున్న ఆహారం మొత్తం జీర్ణాశయం మీద ఒత్తిడి తెస్తుంది.. అప్పుడు జీర్ణం అవ్వదు.. జీర్ణ వ్యవస్థ పని తీరు తగ్గుతుంది.. అంతేకాదు గురక కూడా వస్తుందట.. అందుకే భోజనం అయ్యాక ఒక గంట తర్వాత పడుకుంటే ఎటువంటి సమస్యలు ఉండవు. భోజనం చేసిన వెంటనే పడుకుంటే హార్ట్ స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశం ఉందని ఇటీవల జరిగిన పరిశోధనల్లో తేలింది.. తిన్న వెంటనే ఒక పదినిమిషాలు వాక్ చెయ్యడం మంచిది.. ఆ తర్వాత అరగంట తర్వాత నిద్రపోవాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు..

మొలకలతో ఉన్న ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు...

సాధారణంగా ఎవరైనా ఆరోగ్యంగా, అందంగా ఉండాలని కోరుకుంటారు. అయితే అనుకున్నంత మాత్రం అందరికీ ఇది సాధ్యపడదు. దీని కోసం చేయాల్సిన పనులతో పాటు తినాల్సిన ఆహార పదార్థాలు కూడా ఉంటాయి. అయితే ఆరోగ్యం మరియు అందం రెండూ కావాలంటే ఏం చేయాలి? ఏం తినాలి? అనుకుంటున్నారా? అయితే ఇది చూసేయండి. హెల్త్ బావుండాలంటే తప్పనిసరిగా వ్యాయామం చేయాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎవరికైనా శారీరక శ్రమ లేకపోతే ఆరోగ్యంగా ఉండటం కొంచెం కష్టమేనట. అలాగే తినే పదార్థాల్లో కూడా మంచి పోషకాలు ఉండే వాటిని తీసుకోవాలని తెలియజేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే మొలకలు తినడం వలన అందం, ఆరోగ్యం రెండూ సాధ్యమేనని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మొలకలను ప్రతి రోజూ ఉదయం లేక సాయంత్రం సమయంలో తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. మన శరీరానికి కావాల్సిన ఎన్నో పోషకాలు ఈ మొలకల్లో ఉన్నాయట. బాడీకి కావాల్సిన వివిధ రకాల విటమిన్లు, మెగ్నీషియం, రాగి, ఐరన్ మరియు పొటాషియం వంటి మినరల్స్ కూడా సమృద్ధిగా ఉంటాయి. బరువు తగ్గడంలో మొలకలు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. వీటిలో ఉండే ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అదేవిధంగా రక్త ప్రవాహంలో ఉండే చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని కూడా తగ్గిస్తుంది. కంటి ఆరోగ్యం మెరుగుపడటంతో పాటు మెదడు పనితీరు మెరుగ్గా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మొలకలను తినడం వలన ఎర్ర రక్తకణాల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతుందని తెలుస్తోంది. అదేవిధంగా మొలకలను తినడం వలన శరీరానికి కావాల్సిన విటమిన్ -సి తో పాటు ఇనుము, జింక్ వంటి పోషకాలు అందుతాయి.

సులువుగా బరువు తగ్గాలనుకుంటున్నారా?

బరువు తగ్గడం అంత తేలికైన పని కాదు. చాలా మందికి ఇది 'మిషన్ అసాధ్యం' లాంటిది. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలితోపాటు జిమ్‌లో చెమటలు పట్టించడం, కఠినమైన డైట్ ఫాలో అయితే గానీ కోరుకున్న శరీరాకృతి సొంతం కాదు. డైట్, ఎక్సర్ సైజ్‌ల వల్ల బరువు తగ్గుతారని నిపుణులు ఎప్పుడూ చెబుతుంటారు. దానితో పాటు 7 గంటల నిద్ర కూడా అవసరం. అలాగే ఒత్తిడిని తగ్గించడం, ధూమపానం, మద్యపానం వంటి అలవాట్లకు దూరంగా ఉండటం వంటి ఆరోగ్యవంతమైన జీవనం అవసరం. వీటన్నింటితోపాటు ప్రతిరోజూ ఒక గ్లాసు ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీటిని తాగితే బరువు ఇట్టే తగ్గిపోవచ్చు. ఎండుద్రాక్షను సూపర్‌ఫుడ్‌గా చెప్పవచ్చు. ఎముకలను బలోపేతం చేయడం నుంచి రక్తపోటును తగ్గించడం, ఊపిరితిత్తులను నిర్విషీకరణ చేయడం, జీవక్రియను పెంచడం వరకు ఈ డ్రై ఫ్రూట్ బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది. ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీటిని తాగినప్పుడల్లా, అది మీ బరువు తగ్గించే ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. అయితే ఎండుద్రాక్షను మాత్రమే తింటే సరిపోదు. వీటిని నీళ్లలో నానబెట్టిన తర్వాత తినాలి. ఎండు ద్రాక్షలో పీచుపదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇది పొట్టను ఎక్కువసేపు నిండుగా ఉంచుతుంది. ఫలితంగా అతిగా తినడం మానేస్తారు. ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీరు కూడా తీపి పదార్థాలు తినాలనే కోరికను నివారిస్తుంది. ఎండుద్రాక్షలో సహజ చక్కెరలు ఉంటాయి. ఇవి శక్తిని అందించడంలో సహాయపడతాయి. మరోవైపు ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీరు శరీరంలో పేరుకుపోయిన అన్ని టాక్సిన్స్‌ను బయటకు పంపుతుంది. ఇది శరీరానికి అవసరమైన ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లను కూడా అందిస్తుంది. ఇది జీర్ణక్రియ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. జీవక్రియ రేటును పెంచుతుంది. ఒక పాన్‌లో 2 కప్పుల నీటిని మరిగించాలి. గ్యాస్‌ను ఆపివేసి ఆ నీరు గది ఉష్ణోగ్రతకు వచ్చే వరకు వేచి ఉండాలి. తర్వాత అందులో 1 కప్పు ఎండుద్రాక్షను నానబెట్టాలి. ఎండుద్రాక్షను కనీసం 8 గంటలపాటు నీటిలో నానబెట్టాలి. తర్వాత ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీటిని మైక్రోవేవ్‌లో మళ్లీ వేడి చేయాలి. వీటిని రాత్రంతా నానబెట్టాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం నిద్రలేచి ఈ ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీటిని తాగాలి. ఎండుద్రాక్ష నానబెట్టిన నీటిని రోజు ప్రారంభంలో తాగడం వల్ల బరువు సులభంగా తగ్గుతుంది.

పళ్ళు తోముకోకుండా ఉదయాన్నే నీళ్లు తాగడం మంచిదేనా?

చాలా మంది ఉదయం బ్రష్ చేసిన తర్వాత మాత్రమే ఏదైనా తినడానికి, తాగడానికి ఇష్టపడతారు. బ్రష్ చేయకుండా నీటిని తాగితే మంచిదేనా? వైద్యుల ప్రకారం.. ఒక వ్యక్తి ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే రోజూ 8 నుండి 10 గ్లాసుల నీరు తాగాలి. అయితే బ్రష్ చేసిన తర్వాతే నీటిని తాగడం మంచిదని భావిస్తుంటారు. కొందరు బ్రష్ చేయకుండానే నీటిని తాగుతుంటారు. ఆయుర్వేదం నుండి ఆరోగ్య నిపుణుల వరకు ప్రతి ఒక్కరూ మీరు ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే నీటిని తాగాలని సూచిస్తున్నారు. ఇలా చేయడం వల్ల చాలా వ్యాధులు రావని భావిస్తున్నారు. ఈ వ్యాధులలో గ్యాస్, అసిడిటీ, చర్మ వ్యాధులు, మలబద్ధకం, నీరసం, బిపి, మధుమేహం కూడా ఉన్నాయి. పళ్ళు తోముకున్న తర్వాత ఎంత సేపటికి నీరు తాగాలి? ఉదయాన్నే పళ్లు తోముకోకుండా నీటిని తాగడం వల్ల కలిగే అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. బ్రష్ చేయకుండా నీటిని తాగడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు: బరువు తగ్గడంలో మేలు చేస్తుంది– ఉదయం పూట బ్రష్ చేయకుండా వాటర్ తాగడం వల్ల బరువు తగ్గుతారు. ఇలా చేయడం వల్ల శరీరంలో జీవక్రియ రేటు పెరుగుతుంది. ఇది కేలరీలను బర్న్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది కాకుండా బ్రష్ చేయకుండా నీటిని తాగడం ఒక వ్యక్తి ఆకలిని అదుపులో ఉంచుతుంది. దీని కారణంగా వ్యక్తి ఉదయం అదనపు కేలరీలు తీసుకోకుండా ఉంటారు. పళ్లు తోమకుండా ఉదయాన్నే నీళ్లు తాగితే ఊబకాయం సమస్య నుంచి తప్పించుకోవచ్చునని పలువురు నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. మీరు బరువు తగ్గాలని కోరుకుంటే, ఉదయాన్నే పళ్ళు తోముకునే ముందు నీరు తాగే అలవాటు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని చెబుతున్నారు. హై బీపీ, హై షుగర్– హై బీపీ, బ్లడ్ షుగర్ సమస్య ఉదయాన్నే నీటిని తాగడం ద్వారా నియంత్రించవచ్చు. ఇందుకోసం ఉదయం నిద్ర లేవగానే ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీరు తాగాలి. మెరుగైన జీర్ణక్రియ– ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే పళ్ళు తోమకుండా నీరు త్రాగడం వల్ల మీ జీర్ణవ్యవస్థ బలపడుతుంది. ఈ అలవాటు ఎసిడిటీ, మలబద్ధకం, గ్యాస్‌ను తొలగించడం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. మెరుగైన రోగనిరోధక శక్తి – ఉదయం పళ్ళు తోముకునే ముందు నీరు తాగడం వల్ల వ్యక్తి రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. సీజనల్ ఇన్ఫెక్షన్ల కారణంగా జలుబు, దగ్గుతో బాధపడేవారు తప్పనిసరిగా ఉదయం పూట బ్రష్ చేయకుండానే నీటిని తీసుకోవాలి. నోటి దుర్వాసన పోతుంది – తరచుగా నోరు పొడిబారడం వల్ల ఒక వ్యక్తికి నోటి దుర్వాసన మొదలవుతుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో ఉదయం నిద్రలేచిన తర్వాత నీరు తాగటం ద్వారా ఈ సమస్య నయమవుతుందంటున్నారు నిపుణులు. నోటిలో బ్యాక్టీరియాను తొలగించడానికి లాలాజలం కలిగి ఉండటం అవసరం. కానీ నిద్రిస్తున్నప్పుడు తక్కువ స్థాయి లాలాజలం కారణంగా నోటిలో బ్యాక్టీరియా పెరుగుతుంది. దీని వల్ల నోటి దుర్వాసన రావచ్చు. అటువంటి పరిస్థితిలో ఈ సమస్యను నివారించడానికి ఉదయం పళ్ళు తోముకునే ముందు నీరు తాగాలి. బ్రష్ చేసిన తర్వాత ఎంతసేపు నీరు తాగాలి? ఒక వ్యక్తి బ్రష్ చేసిన తర్వాత 15 నుండి 20 నిమిషాల వరకు ఏదైనా తినడం లేదా తాగడం మానుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

గర్భధారణ సమయంలో చేతులు, కాళ్ళు ఎందుకు ఉబ్బుతాయి?

గర్భధారణ సమయంలో స్త్రీల శరీరంలో అనేక హార్మోన్ల మార్పులు సంభవిస్తాయి. ఇది వారి శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యంపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతుంది. చాలా మంది స్త్రీలు వాంతులు, తలనొప్పి, తల తిరగడం, ఊబకాయం, ముఖం మీద దద్దుర్లు, చేతులు, కాళ్ళలో వాపులను ఎదుర్కొనే సమయం ఇది. గర్భధారణ సమయంలో పాదాలలో వాపు అనేది ఒక సాధారణ సమస్య. దీనిని వైద్య భాషలో ఎడెమా అంటారు. అదే సమయంలో ఈ వాపు చేతులు, ముఖంపై కనిపించినట్లయితే, అది ప్రీఎక్లంప్సియాకు సంకేతం కావచ్చు. గర్భధారణ సమయంలో అధిక రక్తపోటు పరిస్థితి అంటారు. గర్భధారణ సమయంలో మహిళల పాదాలలో ఈ వాపుకు కారణమేమిటి? కొన్ని ఇంటి నివారణలను ప్రయత్నించడం ద్వారా ఇంట్లోనే నయం చేయవచ్చనే ప్రశ్న ఇప్పుడు తలెత్తుతుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. గర్భధారణ సమయంలో పాదాలలో వాపు చాలా సాధారణం. శిశువు అవసరాలను తీర్చడానికి శరీరం ఉత్పత్తి చేసే అదనపు రక్తం, ద్రవం వల్ల ఈ పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. దీని కారణంగా పాదాలలో మాత్రమే కాకుండా చేతులు, ముఖం, శరీరంలోని ఇతర భాగాలలో కూడా వాపు సంభవించవచ్చు. హార్మోన్లలో మార్పులు– గర్భధారణ సమయంలో ప్రొజెస్టెరాన్, ఈస్ట్రోజెన్, హెచ్‌సిజి, ప్రోలాక్టిన్ వంటి అనేక హార్మోన్ల స్థాయి మహిళల శరీరంలో గణనీయంగా పెరుగుతుంది. దీని కారణంగా ఎడెమా (వాపు) రావడం ప్రారంభమవుతుంది. బరువు పెరగడం– గర్భధారణ సమయంలో స్త్రీల బరువు చాలా పెరుగుతుంది. బరువు పెరగడం వల్ల పాదాలు కూడా వాపు ప్రారంభమవుతాయి. హిమోగ్లోబిన్ లోపం– గర్భధారణ సమయంలో స్త్రీల శరీరంలో ప్రోటీన్, హిమోగ్లోబిన్ లేకపోవడం వల్ల కాళ్లలో వాపు సమస్య మొదలవుతుంది. అయితే, డెలివరీ తర్వాత పాదాలు సాధారణ స్థితికి వస్తాయి. ఎక్కువ సేపు ఒకే భంగిమలో కూర్చోవద్దు లేదా నిలబడవద్దు – గర్భధారణ సమయంలో ఎక్కువసేపు ఒకే భంగిమలో నిలబడటం లేదా కూర్చోవడం వల్ల కూడా కాళ్లలో వాపు వస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో ఎక్కువసేపు ఒకే భంగిమలో కూర్చోవద్దు. స్థానం మార్చండి. కాళ్ళను చురుకుగా ఉంచుకోండి. మీరు ఎక్కువసేపు నిలబడి లేదా నడుస్తున్నట్లయితే విరామం తీసుకోండి. ఇలా చేయడం వల్ల వాపు తగ్గుతుంది.

ఉంగరం ఎందుకు పెట్టుకుంటారు?

ఉంగరం వేలుకు గుండె నరాలకు చాలా దగ్గర సంబంధం ఉంటుందట. అందుకే ఉంగరం వేలుకు ఉంగరం పెట్టాలి అంటారు పెద్దలు. అదే విధంగా ఆయుర్వేదంలో కూడా వేళ్ల నరాలకు మన శరీరంలోని అవయవాలకు సంబంధం ఉందని చెబుతారు ఆయుర్వేద నిపుణులు. అదే ఉంగరంతో మన ఆరోగ్యం బాగుండేలా ఓ సరికొత్త ఉంగరాన్ని తయారు చేశారు. ఇంతకీ అదేంటంటే..టెక్నాలజీ మారుతున్న కొద్ది వింత వింత, కొత్త కొత్త పరికరాలు వస్తున్నాయి. అందులో భాగంగానే ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన పరికరాలు కూడా చాలా వస్తున్నాయి. అయితే అదే తరహాలు ఇప్పుడు చైనా ఓ ఉంగరాన్ని కనిపెట్టింది. గుండెకు, చెవికి, కాలికి, చేతులకు ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే ప్రతి అవయవానికి కావాల్సిన పరికరాలు చాలానే ఉన్నాయి. అదే విధంగా ఈ ఉంగరం ఆరోగ్యం కోసం వచ్చేసిందట. మరి దీని పని తీరును కూడా తెలుసుకుందాం. శరీరం పనితీరును, ఆరోగ్య పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు గమనిస్తుంటుంది స్మార్ట్ వాచ్. అదే విధంగా స్మార్ట్ రింగ్ లు కూడా వచ్చాయి. అలాంటి కోవకే చెందుతుంది ఈ స్టార్ రింగ్. చైనీస్ కంపెనీ అమాజ్ ఫిట్ ఇటీవల ఈ స్మార్ట్ రింగ్ ను హీలియో రింగ్ పేరుతో అందుబాటులోకి తీసుకొని వచ్చింది. వ్యాయామం చేస్తున్నప్పుడు, క్రీడాకారులకు ఈ ఉంగరం చాలా ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులోని సెన్సర్లు, ఎప్పటికప్పుడు శరీర పనితీరును గమనిస్తూ స్మార్ట్ వాచీ/ స్మార్ట్ ఫోన్ యాప్ ద్వారా మనకు తెలియజేస్తుందట. రక్తంలోని ఆక్సిజన్ స్థాయి, ఊపిరితిత్తుల పనితీరు, గుండె పనితీరు, ఒత్తిడి, నిద్ర తీరు వంటి అంశాలపై ఈ ఉంగరం చాలా సమాచారాన్ని తెలియజేస్తుంది. ఈ ఉంగరం కొనుగోలు చేస్తే అమాజ్ ఫిట్ మూడు నెలల జెప్ ఆరా హెల్త్ సర్వీస్ ను ఉచితంగా అందిస్తుందట. దీని ధర 71 డాలర్లు. అంటే 5,914 వేలు అన్నమాట. మరి మీకు నచ్చితే ఆర్డర్ పెట్టేసేయండి.

పీరియడ్స్ సమయంలో నొప్పితో బాధపడుతున్నారా..?

సాధారణంగా స్త్రీలు పీరియడ్స్ సమయంలో అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొంటుంటారన్న సంగతి తెలిసిందే. ఆ టైమ్ లో వచ్చే కడుపు నొప్పితో ఎక్కువ మంది బాధపడుతుంటారు.ప్రస్తుతం ఎండాకాలం కావడంతో ఓ వైపు ఎండలు.. మరోవైపు నెలసరి సమస్యతో ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుంటారు. అయితే పీరియడ్స్ సమయంలో వచ్చే నొప్పికి ఈ చిట్కాతో చెక్ పెట్టొచ్చట. ఇంతకీ ఆ చిట్కా ఏంటి? అనేది మనం తెలుసుకుందాం. పీరియడ్స్ టైమ్ వచ్చిందంటే చాలు చాలా మంది మహిళలు అనేక సమస్యలను ఫేస్ చేస్తుంటారు. వెన్ను నొప్పి, కాళ్ల నొప్పులు, తలనొప్పి, వికారం, పొట్టనొప్పి ఇలా అనేక రకాలుగా బాధపడుతుంటారు. ఈ సమయంలో బాడీలో శక్తి స్థాయి తగ్గడంతో పాటు నీరసం, అలసట ఎక్కువగా ఉంటుంది. మరి కొందరు మహిళలు పీరియడ్స్ సమయంలో మానసిక సమస్యలతోనూ బాధపడుతుంటారు. హార్మోన్ల కారణంగా మానసిక స్థితిపై ప్రభావం పడుతుంటుంది. ఒత్తిడి, ఆందోళన పెరగడంతో పాటు నిరాశలో మునిగిపోతుంటారు. రక్తస్రావం గురించి అనేక అనుమానాలు, భయాలను పెట్టుకుంటారు. దాంతోపాట నెలసరి సమయంలో హాజరు కావాల్సిన కొన్ని ముఖ్యమైన కార్యక్రమాలను సైతం దూరంగా ఉంటారు. వాటితో పాటు నిద్రలేమి, అసాధారణ రక్తస్రావం ఇలాంటి సమస్యలు కూడా నెలసరి సమయంలో మహిళలను వేధిస్తుంటాయి. ఈ క్రమంలోనే గర్భాశయ కణజాలం శరీరంలోని ఇతర ప్రాంతాల్లో పెరగడం వల కడుపు నొప్పి ఎక్కువగా ఉంటుంది. అయితే ఈ వంటింటి చిట్కాను ఉపయోగించి ఉపశమనం పొందవచ్చు. ముందుగా ఒక గ్లాసు వేడి నీటిని తీసుకోవాలి. అందులో ఒక స్పూన్ అల్లం మరియు అర స్పూన్ పసుపు వేసి పది నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచాలి. తరువాత అర స్పూన్ నిమ్మరసం, తేనే వేసి ఆ మిశ్రమాన్ని బాగా కలపాలి. ఇప్పుడు కలిపిన ఈ ద్రావణాన్ని త్రాగాలి. ఈ విధంగా తాగడం వలన ఎలాంటి కడుపునొప్పి ఉండదని చెబుతున్నారు. అంతేకాదు రక్తస్రావం కూడా కంట్రోల్ అవుతుందంట. మరి ఇంకెందుకు ఆలస్యం.. మీరు కానీ, మీ మహిళా స్నేహితులు కానీ ఇటువంటి సమస్యతో బాధపడితే కనుక ఈ చిట్కాను ఉపయోగించమని చెప్పండి.

వేసవి వేడి.. ఇలా చేస్తే చిన్నారులు సురక్షితం

ఎండా కాలం వచ్చేసింది. మొదటి నుంచి వేసవితాపం ఎక్కువగా ఉండగా.. ప్రస్తుతం మే నెల కావడంతో ఎండ ప్రభావం మరింత ఎక్కువగా ఉంది. భారీ ఉష్ణోగ్రతలతో పాటు వడగాల్పులు కూడా అధికమయ్యాయి. రానున్న రోజుల్లో వడదెబ్బలు కూడా ఎక్కువ అయ్యే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది. హై టెంపరేచర్స్ మరియు వడగాల్పులతో పెద్దలే ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నారు. ఇక చిన్నారుల పరిస్థితి అయితే చెప్పాల్సిన పని లేదు. అందుకే పిల్లల విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మధ్యాహ్న సమయాల్లో చిన్నారులను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ బయటకు తీసుకెళ్లకూడదని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఇందులో ముఖ్యంగా ఉదయం 11 నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు పిల్లలను బయటకు వెళ్లనివ్వకూడదని స్పష్టం చేస్తున్నారు. తప్పనిసరిగా బయటకు వెళ్లాల్సి వస్తే సాయంత్రం 6 గంటల తరువాత వెళ్లడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు.. అలాగే ఎండాకాలంలో పసి పిల్లలు ఎక్కువగా డీహైడ్రేషన్ కు గురి అవుతుంటారు. కనుక వారికి తరచూ మంచినీటిని తాగిస్తుండాలని చెబుతున్నారు. కొబ్బరి బోండాలు, మజ్జిగ, ఓఆర్ఎస్ వంటి ద్రావణాలను అందిస్తుండాలి. దాంతో పాటుగా నీటి శాతం ఉండే పండ్లను తినిపిస్తుండాలని చెబుతున్నారు. అయితే ఆరు నెలలలోపు చిన్నారులు హైడ్రేటెడ్ గా ఉండటానికి ప్రత్యేకంగా నీళ్లు తాగించాల్సిన అవసరం లేదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఆరు నెలలలోపు చిన్నారులకు తల్లి పాలే సురక్షితమని వెల్లడించారు. ఈ క్రమంలోనే తల్లిపాలు అవసరమైనన్ని పసి వారికి పట్టిస్తే చాలు. వారు డీ హైడ్రేట్ కాకుండా ఉంటారని తెలిపారు. అయితే ఈ విషయంలో వైద్యుల సలహాలు, సూచనలను తీసుకోవాలి. అదేవిధంగా చిన్నారులు ఈ సమయంలో చెమటకాయలతో బాధ పడుతుంటారు. ఛాతీ, మెడ, వీపు భాగాలపై వచ్చే చెమటకాయల వలన పిల్లలు ఇబ్బంది పడుతుంటారు.

గోధుమ చపాతీతో జీర్ణ సమస్యలా?

రోజువారీ భోజనంలో అన్నంతో పాటు రొట్టెలు తినే అలవాటు చాలా మందికి ఉంటుంది. రొట్టె అంటే ప్రాథమికంగా గోధుమ పిండితో చేసిన రొట్టె అనే అందరూ అనుకుంటారు.కానీ చాలా మందికి గోధుమ రొట్టె తినడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. గొంతు–ఛాతీ చికాకు, గొంతు సమస్యలు కూడా కనిపిస్తుంటాయి.గోధుమలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల జీర్ణం కావడం కష్టం. అదనంగా గోధుమలలో ఉండే గ్లూటెన్ చాలా మందికి సహించదు. ఇలాంటి రొట్టె తింటే జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. గోధుమలకు బదులుగా తృణధాన్యాలతో చేసిన రొట్టె తినవచ్చు. వోట్స్, మిల్లెట్, బార్లీ పిండితో తయారు చేసిన రొట్టెలు తినవచ్చు. ఈ రొట్టెలు తినడం వల్ల బరువు అదుపులో ఉంటుంది. పోషకాల లోపం తలెత్తదు.గోధుమ పిండికి ప్రత్యామ్నాయంగా శెనగపిండి కూడా వినియోగించవచ్చు. బరువు నియంత్రణతో పాటు, మొత్తం ఆరోగ్యానికి కూడా ఇది మేలు చేస్తుంది. అలాగే గోధుమ పిండికి బదులుగా జొన్నలతో చేసిన పిండితో రొట్టెలు తయారు చేసుకోవచ్చు. సులభంగా జీర్ణమయ్యే ఈ ఆహారంలో ప్రొటీన్లు, ఐరన్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. మిల్లెట్‌తో చేసిన పిండి రొట్టె కూడా ఆరోగ్యానికి ఎంతో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇందులో ఐరన్, మెగ్నీషియం, వివిధ యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

జన సంద్రం మధ్య టీడీపీ ఇంటింటి ప్రచారం

- 65వ వార్డు సంజీవ గిరి కాలనీలో కూటమి ప్రభుత్వ అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాల వివరణ

గాజువాక, చైతన్యవారధి: కూటమి ప్రభుత్వం రెండేళ్ల పాలనలో చేపట్టిన అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ప్రజలకు వివరించే లక్ష్యంతో తెలుగుదేశం పార్టీ 65వ వార్డు కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ఇంటింటి ప్రచార కార్యక్రమం నిర్వహించారు. టీడీపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు, గాజువాక శాసనసభ్యులు పల్లా శ్రీనివాసరావు ఆదేశాల మేరకు “2 ఏళ్ల నమ్మకం... అభివృద్ధి, సంక్షేమం” కార్యక్రమంలో భాగంగా 65వ వార్డు అధ్యక్షులు రట్టి వాసు ఆధ్వర్యంలో సంజీవ గిరి కాలనీలో పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు విస్తృతంగా పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా వార్డు నాయకులు ఇంటింటికీ వెళ్లి ప్రజలను ఆత్మీయంగా పలకరిస్తూ కూటమి ప్రభుత్వం చేపట్టిన పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు సంబంధించిన కరపత్రాలను అందజేశారు. స్థానిక ప్రజల సమస్యలను అడిగి తెలుసుకుని, వాటిని ప్రాధాన్యత క్రమంలో నమోదు చేసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా రట్టి వాసు మాట్లాడుతూ.. ప్రచార కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రతి బూత్ పరిధిలోని ప్రతి ఇంటిని క్రమపద్ధతిలో సందర్శిస్తూ ప్రజలతో మమేకమవుతున్నామని తెలిపారు. ప్రభుత్వం సాధించిన ప్రగతి, సంక్షేమ పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలపై రూపొందించిన వీడియోలను ప్రజలకు చూపించి అవగాహన కల్పిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో 65వ వార్డు ఉపాధ్యక్షులు పాటిబల్ల శివశాస్త్రి, యూనిట్ ఇన్‌చార్జ్ రేఖ సత్తిబాబు, ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ కొయ్య గురుమూర్తి, వార్డు సెక్రటరీ కనకాల త్రినాథ్, ఐటీడీపీ వార్డు అధ్యక్షులు రట్టి సంతోష్, వార్డు మహిళా అధ్యక్షురాలు కోరుకొండ మంగ, కొట్టిన శ్రీలక్ష్మి, జయంతి చౌదరి, గోకిన జయ, 231 బూత్ ఇన్‌చార్జ్ కనకాల ఉమా, విల్లా శివ తదితర నాయకులు పాల్గొన్నారు. అలాగే వివిధ బూత్ కమిటీ ప్రతినిధులు, పార్టీ ముఖ్య కార్యకర్తలు, మహిళలు, యువత పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు.

ఘనంగా అమ్మవారికి ఆషాఢం సారె సమర్పణ

గాజువాక, చైతన్యవారధి: స్టీల్ ప్లాంట్ సమీపంలోని కణితి కాలనీలో వెలసిన శ్రీ పరదేశమ్మ అమ్మవారికి ఆషాఢ మాసం సందర్భంగా భక్తిశ్రద్ధలతో సారె సమర్పించారు. సమరసత సేవా ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిర్వహిస్తున్న ఆషాఢ అమ్మవారి సారె కార్యక్రమాల్లో భాగంగా స్టీల్ ప్లాంట్ ఆవరణలోని శ్రీ పరదేశమ్మ అమ్మవారికి కణితి కాలనీ మహిళలు, పెద్దలు ఊరేగింపుగా తరలివచ్చి సారెను సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఉత్తరాంధ్ర ధర్మ ప్రచారక్ ఆడారి గంగాధర్ మాట్లాడుతూ.. సమరసత సేవా ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్రంలోని వివిధ గ్రామ దేవాలయాల్లో సామూహిక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ ఆషాఢ మాసంలో గ్రామ దేవతలకు సారె సమర్పించే సంప్రదాయాన్ని కొనసాగిస్తున్నామని తెలిపారు. ఇటువంటి కార్యక్రమాల ద్వారా హిందూ సనాతన ధర్మంలోని ఆచారాలు, సంప్రదాయాలపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంపొందుతుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా మహిళా కన్వీనర్ పెదపాటి కృష్ణవేణి, మండల మహిళా కన్వీనర్ బొద్దపు నూకరత్నం, సహ కన్వీనర్ పూర్ణ, కూర్మన్నపాలెం మహిళా కన్వీనర్ పి. మంగ, చౌదరి రోజా, పూడి ధనలక్ష్మి, పి. లక్ష్మి, డి. ఇందిరా, గాయత్రీ పరివార్ శ్రీరామ్ మూర్తి, గణేష్, పలువురు మాతృమూర్తులు, సబ్ డివిజన్ ధర్మ ప్రచారక్ వెన్నెల అప్పలనాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అంగన్వాడీ కార్యకర్తలకు తాత్కాలిక నియామక పత్రాలు అందజేసిన ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు

పరవాడ, చైతన్యవారధి: అంగన్వాడీ కార్యకర్తలు, సహాయకులకు తాత్కాలిక నియామక ఉత్తర్వులను జనసేన పార్టీ ఉమ్మడి విశాఖపట్నం రూరల్ జిల్లా అధ్యక్షులు, పెందుర్తి నియోజకవర్గ శాసనసభ సభ్యులు శ్రీ పంచకర్ల రమేష్ బాబు అందజేశారు. 2026 ఆగస్టు 7న పెందుర్తి నియోజకవర్గం పరవాడ మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయంలో మహిళా అభివృద్ధి మరియు శిశు సంక్షేమ శాఖ సేవా పథకం ద్వారా ఐసీడీఎస్ సబ్బవరం ప్రాజెక్టు పరిధిలో ఎంపికైన అంగన్వాడీ కార్యకర్తలు, సహాయకులకు తాత్కాలిక నియామక పత్రాల పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. సబ్బవరం ఐసీడీఎస్ సీడీపీఓ లలిత్ కుమార్ సమక్షంలో ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు నియామక పత్రాలను అందజేసి నూతనంగా బాధ్యతలు స్వీకరిస్తున్న అంగన్వాడీ సిబ్బందికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అంగన్వాడీ వ్యవస్థ ద్వారా చిన్నారులు, గర్భిణులు, బాలింతలకు అందుతున్న సేవలు మరింత మెరుగుపడేలా సిబ్బంది కృషి చేయాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు పంచకర్ల ప్రసాదరావు, బిగిడి రామగోవింద్, మోటూరు సన్యాసి నాయుడు, వియ్యపు చిన్నా, కరణం నర్సింగరావు, పావని తదితరులు పాల్గొన్నారు. అలాగే ఉమ్మడి ఎన్డీఏ మహాకూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు, మహిళలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు.

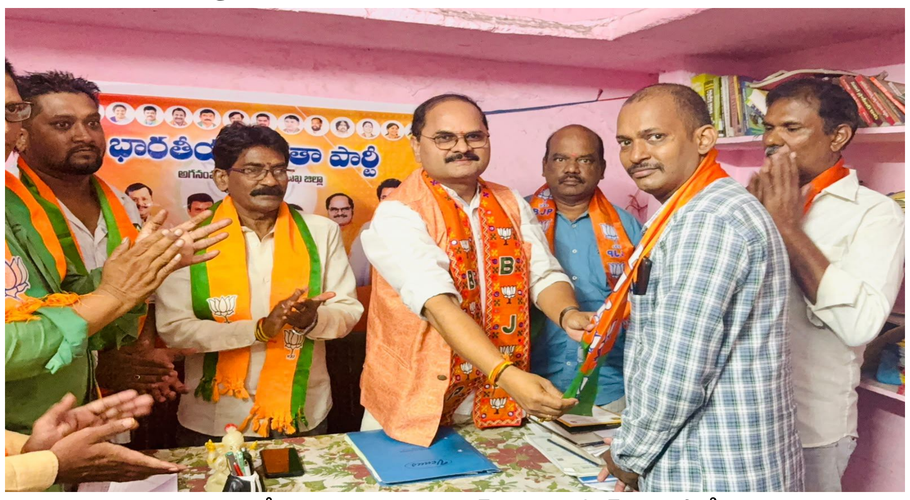
జీవీఎంసీ మినిస్టీరియల్ ఉద్యోగులను ఒకే యూనిట్‌గా కొనసాగించాలి

- ప్రెసిడెన్షియల్ ఆర్డర్‌పై పునరాలోచించాలని ఎమ్మెల్యేలకు ఉద్యోగుల విజ్ఞప్తి - ఏపీ సీఎస్‌తో పాటు పలువురు ఉన్నతాధికారులకు లేఖలు

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: ప్రెసిడెన్షియల్ ఉత్తర్వుల నుంచి తమను మినహాయించి, జీవీఎంసీ మినిస్టీరియల్ ఉద్యోగులను ఒకే యూనిట్‌గా కొనసాగించాలని ఉద్యోగ సంఘాలు కోరుతున్నాయి. ఈ మేరకు ప్రభుత్వ ఉన్నతాధికారులకు లేఖలు రాసిన ఉద్యోగులు.. తాజాగా తమ సమస్యలను ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్లాలని కోరుతూ ఎమ్మెల్యేలను ఆశ్రయించారు. మాజీ మంత్రి, భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావును కలిసిన ఉద్యోగ సంఘ నేతలు తమ సమస్యలను వివరించారు. సమస్య పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని ఆయన హామీ ఇచ్చినట్లు ఉద్యోగ సంఘ నేతలు తెలిపారు. జీవీఎంసీలోని మినిస్టీరియల్ ఉద్యోగులందరినీ ఒకే యూనిట్‌గా కొనసాగించాలని, నియామక అధికారిగా జీవీఎంసీ కమిషనర్‌ను యథాతథంగా కొనసాగించాలని ఉద్యోగులు విజ్ఞప్తి చేశారు. జీవో నెం.135పై పునఃపరిశీలన చేయాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా ఉద్యోగులు మాట్లాడుతూ.. జీవీఎంసీ అనేది ప్రత్యేకంగా రూపొందించిన విశాఖపట్నం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ చట్టం-1979 నిబంధనల ప్రకారం నిర్వహించబడుతోందని తెలిపారు. మినిస్టీరియల్ విభాగం ఇప్పటి వరకు ఒకే యూనిట్‌గా పనిచేస్తోందని, దీనికి అనుగుణంగానే ప్రత్యేక సర్వీస్ నిబంధనలు రూపొందించబడ్డాయని పేర్కొన్నారు. ఇప్పటి వరకు జీవీఎంసీ ఉద్యోగులకు సంబంధించి ఎలాంటి సర్వీస్ ప్రొవిన్షియలైజేషన్ (రాష్ట్ర స్థాయి సర్వీసులో విలీనం) ప్రక్రియ చేపట్టలేదని తెలిపారు. స్థానిక సంస్థలకు చట్టబద్ధంగా అందాల్సిన గ్రాంట్లకు బదులుగా ప్రభుత్వం నేరుగా జీతాలు చెల్లిస్తున్నప్పటికీ, ఉద్యోగుల సర్వీస్ నిబంధనలు మాత్రం జీవీఎంసీ చట్టం, ప్రత్యేక సర్వీస్ నిబంధనల ప్రకారమే కొనసాగుతున్నాయని వివరించారు. మినిస్టీరియల్ ఉద్యోగులను రాష్ట్ర స్థాయి సర్వీసుగా కాకుండా జీవీఎంసీ పరిధిలో ఒకే యూనిట్‌గా పరిగణించాలని వారు కోరారు. ఈ అంశానికి సంబంధించి చట్టంలోని పలు ముఖ్యమైన అంశాలను ఎమ్మెల్యేల దృష్టికి తీసుకెళ్లారు.

ప్రధాన డిమాండ్లు: అన్ని కేటగిరీల మినిస్టీరియల్ ఉద్యోగులకు జీవీఎంసీని ఒకే యూనిట్‌గా కొనసాగించాలి. చట్ట ప్రకారం జీవీఎంసీ కమిషనర్‌నే నియామక అధికారిగా కొనసాగించాలి. ప్రస్తుత సర్వీస్ విధానాన్ని యథాతథంగా కొనసాగించాలి. జీవో నెం.135పై పునఃపరిశీలన చేయాలి. ఎమ్మెల్యేలను కలిసిన వారిలో వీఎంసీ స్టాఫ్ అండ్ వర్కర్స్ యూనియన్ అధ్యక్షులు వీవీ వామన్‌రావు, గుమ్మడి నర్సింగ్, జీవీఎంసీ ఏఐటీయూసీ అధ్యక్షులు పడాల రమణ, కార్యదర్శి ప్రియదర్శిని, ఏపీ మున్సిపల్ ఎంప్లాయీస్ సర్వీస్ అసోసియేషన్ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి అక్కరబోయిన అప్పలరాజు, కోశాధికారి రవి, జీవీఎంసీ మినిస్టీరియల్ ఎంప్లాయీస్ సర్వీస్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు ఎ. అప్పలనాయుడు, సన్నీ, క్లాస్ ఫోర్ ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షులు గణపతి, జీవీఎంసీ అవుట్‌సోర్సింగ్ ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షులు శ్రీనుబాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీజేపీలోకి భారీ చేరికలు.. కండువా కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించిన కేఎన్‌ఆర్



గాజువాక, చైతన్యవారధి: అగనంపూడి మండల బీజేపీ కార్యవర్గ సమావేశం మండల అధ్యక్షులు కోసూరు త్రినాథ్ అధ్యక్షతన అగనంపూడి కూడలిలోని బీజేపీ కార్యాలయంలో నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథిగా రాష్ట్ర మీడియా ప్యానలిస్ట్, గాజువాక కన్వీనర్ కరణంరెడ్డి నరసింగరావు (కేఎన్‌ఆర్) హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పార్టీ సంస్థాగత నిర్మాణాన్ని మరింత బలోపేతం చేసేందుకు ప్రతి నెల మొదటి వారంలో మండల కమిటీ సమావేశాలను నిర్వహిస్తామని తెలిపారు. స్థానిక ప్రజల సమస్యలను జనతా వారధి కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామని పేర్కొన్నారు. అనంతరం పార్టీలో నూతనంగా చేరిన కృష్ణంరాజు, విజయ్, వరప్రసాద్‌లకు పార్టీ కండువాలు కప్పి బీజేపీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల కమిటీ సభ్యులు రవీంద్ర, ప్లీడర్ ఈశ్వరరావు, కుమారి, సత్యారావు, రాజు, శంకరరావు, పూర్ణచంద్రరావు, తాతారావు, సుధీర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చేనేత కుటుంబాల సంక్షేమానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పెద్దపీట

- అనకాపల్లి జిల్లాలో 288 చేనేత కుటుంబాలకు రూ.72 లక్షల ఆర్థిక సహాయం

అనకాపల్లి (పాయకరావుపేట), చైతన్యవారధి: చేనేత కార్మికుల సంక్షేమానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని రాష్ట్ర హోం శాఖ మంత్రి వంగలపూడి అనిత తెలిపారు. జాతీయ చేనేత దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని పాయకరావుపేట చేనేత సహకార సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో మంత్రి వంగలపూడి అనిత, జిల్లా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్ ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అమలు చేస్తున్న ‘చేనేత సేవలు’ పథకం ద్వారా అనకాపల్లి జిల్లాలోని 288 చేనేత కుటుంబాలకు ఒక్కొక్క కుటుంబానికి రూ.25 వేల చొప్పున మొత్తం రూ.72 లక్షల ఆర్థిక సహాయాన్ని మంత్రి వంగలపూడి అనిత, జిల్లా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్ చేతుల మీదుగా లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. అదేవిధంగా పాయకరావుపేట నియోజకవర్గంలోని చేనేత మహిళా సంఘాల సభ్యులకు జిల్లా గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ ఆధ్వర్యంలో రూ.3.27 కోట్ల విలువైన చెక్కును అందించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి వంగలపూడి అనిత మాట్లాడుతూ.. చేనేత రంగం భారతీయ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు ప్రతీకగా నిలుస్తోందన్నారు. చేనేత కార్మికుల శ్రమ, నైపుణ్యాన్ని గుర్తించి వారి ఆర్థిక, సామాజిక అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు చేనేత కుటుంబాల సంక్షేమానికి ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని, ‘చేనేత సేవలు’ పథకం ద్వారా ప్రతి కుటుంబానికి రూ.25 వేల ఆర్థిక సహాయం అందించడం ఎంతో ప్రయోజనకరమని పేర్కొన్నారు. ఈ అవకాశాలను సద్వినియోగం చేసుకుని చేనేత కుటుంబాలు ఆర్థికంగా అభివృద్ధి చెందాలని ఆకాంక్షించారు. జిల్లా కలెక్టర్ విజయ కృష్ణన్ మాట్లాడుతూ.. చేనేత కార్మికుల జీవన ప్రమాణాల మెరుగుదలకు ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను అర్హులైన ప్రతి లబ్ధిదారునికి చేరేలా జిల్లా యంత్రాంగం చర్యలు తీసుకుంటోందన్నారు. అనకాపల్లి జిల్లాలో 288 చేనేత కుటుంబాలకు రూ.72 లక్షల సహాయం అందించడం సంతోషకరమని తెలిపారు. చేనేత రంగంలో మహిళా సంఘాలను ప్రోత్సహించడం ద్వారా మహిళలకు ఉపాధి అవకాశాలు, ఆర్థిక స్వావలంబన కల్పించేందుకు చర్యలు చేపడుతున్నామని చెప్పారు. పాయకరావుపేట నియోజకవర్గ చేనేత మహిళా సంఘాలకు రూ.3.27 కోట్ల నిధులు అందించడం ద్వారా వారి కార్యకలాపాలకు మరింత ప్రోత్సాహం లభిస్తుందని పేర్కొన్నారు. చేనేత కార్మికులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు, వారికి అవసరమైన ప్రభుత్వ సహాయం అందించేందుకు జిల్లా యంత్రాంగం ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటుందని కలెక్టర్ తెలిపారు. చేనేత ఉత్పత్తులకు మార్కెటింగ్ సదుపాయాలు కల్పించి, చేనేత కుటుంబాల ఆదాయాన్ని పెంచేందుకు సమన్వయంతో చర్యలు తీసుకుంటామని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర కాపు కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ పేదిరెడ్డి చిట్టిబాబు, రాష్ట్ర నియోజకవర్గ కన్వీనర్ కొప్పిశెట్టి వెంకటేష్, రాష్ట్ర నాటక అకాడమీ డైరెక్టర్ పల్లా విలియం కేరి, జిల్లా చేనేత మరియు జౌళి శాఖ అధికారి ఎం. యశ్వంత్, డీఆర్‌డీఏ పీడీ శచీదేవి, పాయకరావుపేట మండల అధ్యక్షులు చింతాలపు ప్రదీప్, టౌన్ ప్రెసిడెంట్ యాళ్ల వరహాలు, పాండురంగస్వామి దేవస్థానం చైర్మన్ మజ్జురి నారాయణరావు తదితర నాయకులు, కార్యకర్తలు, చేనేత సంఘాల ప్రతినిధులు, లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

కాలుష్యం వెదజల్లే కంపెనీలను ఉపేక్షించేది లేదు

- లంకెలపాలెం జంక్షన్ రోడ్డును పరిశీలించిన ఎమ్మెల్యే పంచకర్ల రమేష్ బాబు

పరవాడ, చైతన్యవారధి: జీవీఎంసీ 79వ వార్డు పరిధిలోని లంకెలపాలెం జంక్షన్ మెయిన్ రోడ్డును జనసేన పార్టీ ఉమ్మడి విశాఖపట్నం రూరల్ జిల్లా అధ్యక్షులు, పెందుర్తి నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు పంచకర్ల రమేష్ బాబు అధికారులతో కలిసి శుక్రవారం పరిశీలించారు. లంకెలపాలెం జంక్షన్ నుంచి ఫ్లైఓవర్ బ్రిడ్జి మీదుగా ఫార్మా కంపెనీ గేటు వరకు ఉన్న రహదారి, అలాగే ప్రతిపాదిత రైల్వే అండర్‌పాస్ బ్రిడ్జి ప్రాంతాలను ఎమ్మెల్యే పరిశీలించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జీవీఎంసీ ఇంజినీరింగ్ అధికారులు, ఆర్‌అండ్‌బీ అధికారులు, రైల్వే శాఖ అధికారులు, కాలుష్య నియంత్రణ మండలి అధికారులు, స్థానిక ఎన్డీఏ కూటమి నాయకులు, కంపెనీల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రహదారిపై పేరుకుపోయిన కాలుష్యం, దెబ్బతిన్న రోడ్డు పరిస్థితిపై ఎమ్మెల్యే ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. స్థానిక ప్రజలతో మాట్లాడి వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. లంకెలపాలెం జంక్షన్, ఫ్లైఓవర్ బ్రిడ్జిపై ఎన్టీపీసీ, హిందూజా కంపెనీల నుంచి భారీ వాహనాలు ఓవర్‌లోడ్‌తో రాకపోకలు సాగించడం వల్ల రోడ్లపై గోతులు ఏర్పడ్డాయని స్థానికులు ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. దీనిపై సంబంధిత అధికారులు, కంపెనీ ప్రతినిధులతో మాట్లాడి ఇప్పటివరకు తీసుకున్న చర్యలపై ఆరా తీశారు. కంపెనీల యాజమాన్యాలు, వాహనాల నిర్వాహకులు నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తే చర్యలు తప్పవని ఎమ్మెల్యే హెచ్చరించారు. అవసరమైతే కాలుష్యం వెదజల్లే వాహనాలను అక్కడికక్కడే నిలిపివేయాలని అధికారులకు సూచించారు. సమస్యల పరిష్కారానికి పోలీసులు, ఇతర శాఖల సహకారం తీసుకుంటామని తెలిపారు. చిన్న మొత్తంలో బొగ్గు పొడి రోడ్డుపై పడినా వెంటనే శుభ్రం చేయాలని, నిత్యం నీటిని చల్లే విధానాన్ని కొనసాగించాలని గతంలో కంపెనీ ప్రతినిధులు అంగీకరించారని, ప్రస్తుతం ఆ చర్యలు నిలిపివేయడం సరికాదని ఎమ్మెల్యే ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీ మేరకు రోడ్ల అభివృద్ధి పనులు చేపట్టామని, రైల్వే అండర్‌పాస్ బ్రిడ్జి ప్రతిపాదనను ముందుకు తీసుకెళ్లామని తెలిపారు. కాలుష్య సమస్య పరిష్కారానికి కంపెనీ ప్రతినిధులతో చర్చించి కమిటీ ఏర్పాటు చేశామని చెప్పారు. అయితే గత కొంతకాలంగా కంపెనీల ప్రతినిధులు కాలుష్య నియంత్రణ చర్యలను నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఈ అంశంపై జిల్లా కలెక్టర్, కాలుష్య నియంత్రణ మండలి అధికారులతో చర్చించి శాశ్వత పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. కాలుష్య నియంత్రణ కమిటీ మరింత చురుకుగా పనిచేయాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జీవీఎంసీ అగనంపూడి జోన్ ఇంజినీరింగ్ అధికారులు, రెవెన్యూ అధికారులు, ఆర్‌అండ్‌బీ, రైల్వే, కాలుష్య నియంత్రణ మండలి అధికారులు పాల్గొన్నారు. అలాగే సీనియర్ నాయకులు పంచకర్ల ప్రసాద్ రావు, మాజీ జడ్పీటీసీ సభ్యులు పైలా జగన్నాథరావు, అప్పారావు మాస్టర్, మాజీ కార్పొరేటర్ రౌతు శ్రీనివాసరావు, దుళ్ల రాము నాయుడు, ఇల్లపు ప్రసాద్, వార్డు అధ్యక్షులు పిల్లా శివకృష్ణ, గవర సోమశేఖర్, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు వియ్యపు చిన్నా, జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు బిగిడి రామగోవింద్, మండల నాయకులు, మాజీ సర్పంచులు, స్థానిక ఎన్డీఏ కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు, మహిళలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

జాతీయ చేనేత దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రధాని మోదీకి మంగళగిరి చేనేత వస్త్ర బహూకరణ

న్యూఢిల్లీ: జాతీయ చేనేత దినోత్సవం సందర్భంగా ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు చెందిన ప్రముఖులు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీని మర్యాదపూర్వకంగా కలుసుకుని మంగళగిరి చేనేత వస్త్రాన్ని బహూకరించారు. రాజ్యసభ సభ్యులు చింతకాయల విజయ్, సానా సతీష్, భాష్యం రామకృష్ణ, లింగమనేని రమేష్ తదితరులు ప్రధానమంత్రి మోదీని కలిసి జాతీయ చేనేత దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ చేనేత కళాకారుల ప్రతిభకు ప్రతీకగా నిలిచే మంగళగిరి చేనేత వస్త్రాన్ని ప్రధానికి అందజేశారు. రాష్ట్ర మంత్రి నారా లోకేష్ ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న మంగళగిరి నియోజకవర్గానికి చెందిన ఈ ప్రసిద్ధ చేనేత వస్త్రం దేశవ్యాప్తంగా ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందింది. చేనేత కార్మికుల శ్రమ, నైపుణ్యం, సంప్రదాయ కళా వైభవాన్ని గౌరవిస్తూ ప్రధానికి వస్త్రాన్ని అందించడం ద్వారా మంగళగిరి చేనేత ప్రాధాన్యతను జాతీయ స్థాయిలో మరోసారి చాటిచెప్పినట్లయింది. చేనేత రంగ అభివృద్ధికి, కళాకారుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం అందిస్తున్న ప్రోత్సాహానికి ఈ కార్యక్రమం ప్రతీకగా నిలిచిందని పలువురు పేర్కొన్నారు.

చేనేత కళాకారులకు జిల్లా కలెక్టర్ ఆత్మీయ సత్కారం

విశాఖపట్నం, చైతన్యవారధి: జాతీయ చేనేత దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని జిల్లాకు చెందిన చేనేత కళాకారులను జిల్లా కలెక్టర్ ఎం. అభిషిక్త్ కిశోర్ ఆత్మీయంగా సత్కరించారు. స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో భాగంగా 1905లో విదేశీ వస్త్రాలను బహిష్కరిస్తూ స్వదేశీ వస్త్రాల వినియోగాన్ని ప్రోత్సహించేందుకు చేపట్టిన స్వదేశీ ఉద్యమ స్ఫూర్తిని స్మరించుకుంటూ, 2015 నుంచి ప్రతి సంవత్సరం ఆగస్టు 7ను జాతీయ చేనేత దినోత్సవంగా నిర్వహిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో పలువురు సీనియర్ చేనేత కళాకారులను కలెక్టర్ ఘనంగా సన్మానించారు. చేనేత, జౌళి శాఖ అధికారులతో కలిసి కళాకారులు కలెక్టర్‌ను ఆయన ఛాంబర్‌లో మర్యాదపూర్వకంగా కలుసుకోగా, ఆయన వారికి జాతీయ చేనేత దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. చేనేత రంగం గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థకు వెన్నెముకగా నిలుస్తోందని, సంప్రదాయ కళలను పరిరక్షించడంలో చేనేత కార్మికుల పాత్ర అమూల్యమని పేర్కొన్నారు. అనంతరం కళాకారులకు దుశ్శాలువాలు కప్పి, జ్ఞాపికలు అందజేసి సత్కరించారు. కార్యక్రమంలో చేనేత, జౌళి శాఖ సహాయ సంచాలకురాలు వి. పద్మ, జిల్లా అభివృద్ధి అధికారి కె. ముఖర్జీ, ఇతర అధికారులు, చేనేత కళాకారులు పాల్గొన్నారు.

నా జీవితాన్ని ఒక్కరి కోసం మార్చుకోలేను

పెళ్లిపై 51 ఏళ్ల అమీషా సంచలన కామెంట్స్

ఒకప్పుడు తెలుగు, హిందీ చిత్రాల్లో స్టార్ హీరోయిన్‌గా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న అమీషా పటేల్ మరోసారి తన వ్యక్తిగత జీవితంపై చేసిన వ్యాఖ్యలతో వార్తల్లో నిలిచారు. 51 ఏళ్ల వయసులోనూ అవివాహితగా కొనసాగుతున్న ఆమె, పెళ్లి గురించి తన అభిప్రాయాన్ని స్పష్టంగా వెల్లడించారు. తాను ఎప్పటికీ పెళ్లి చేసుకోనని, ప్రస్తుతం సింగిల్ జీవితంతో ఎంతో సంతోషంగా ఉన్నానని చెప్పారు. తాజాగా ఎక్స్ (ట్విట్టర్) వేదికగా అభిమానులతో నిర్వహించిన 'ఆస్క్ మీ ఎనీథింగ్' సెషన్‌లో ఓ అభిమాని.. మీరు ఎప్పుడు పెళ్లి చేసుకుంటారు? అని ప్రశ్నించాడు. దీనికి ఏమాత్రం సందేహించకుండా అమీషా తన అభిప్రాయాన్ని వెల్లడించారు. నేను ఎప్పటికీ పెళ్లి చేసుకోను. సింగిల్‌గా చాలా సంతోషంగా ఉన్నాను. నన్ను ప్రేమించే కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు నాకు చాలామంది ఉన్నారు. ఒక్క వ్యక్తి కోసం నా జీవితాన్ని, నా ఆనందాన్ని పూర్తిగా మార్చుకోవాలని నేను అనుకోవడం లేదు అని ఆమె సమాధానం ఇచ్చారు. అమీషా వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారాయి. ఆమె అభిప్రాయానికి కొందరు నెటిజన్లు మద్దతు తెలుపుతూ.. ప్రతి ఒక్కరికీ తమ జీవితాన్ని తమకు నచ్చిన విధంగా గడిపే హక్కు ఉందని కామెంట్లు చేస్తున్నారు. మరికొందరు మాత్రం పెళ్లి అనేది పరస్పర అవగాహన, ప్రేమ, సహజీవనానికి ప్రతీక అని అభిప్రాయపడుతున్నారు. గతంలో ఓ ఇంటర్వ్యూలో అమీషా పటేల్ తన ప్రేమ జీవితం గురించి కూడా మాట్లాడారు. సినీ రంగంలోకి రావడం తన అప్పటి ప్రియుడికి ఇష్టం లేకపోవడంతో ఆ బంధం ముగిసిందని ఆమె వెల్లడించారు. ఆ అనుభవం తన జీవితంలో చాలా విషయాలు నేర్పిందని చెప్పారు. అలాగే, తన కెరీర్‌ను అర్థం చేసుకుని ప్రోత్సహించే వ్యక్తి దొరికితే పెళ్లి గురించి ఆలోచించేవారినని, కానీ అలాంటి మానసిక పరిణతి ఉన్న భాగస్వామిని కనుగొనడం సులభం కాదని పేర్కొన్నారు. వయసు కంటే వ్యక్తిత్వం, ఆలోచనా విధానమే ముఖ్యమని కూడా ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. అమీషా పటేల్ ఇటీవల సన్నీ డియోల్ సరసన నటించిన 'గదర్ 2' చిత్రంతో ఘన విజయాన్ని అందుకున్నారు. సకీనా పాత్రలో ఆమె నటన ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోగా, ఈ చిత్రం ప్రపంచవ్యాప్తంగా భారీ వసూళ్లు సాధించింది. అనంతరం 'తౌబా తేరా జల్వా' చిత్రంలో కనిపించిన అమీషా, ప్రస్తుతం తన తదుపరి ప్రాజెక్ట్‌లపై దృష్టి సారిస్తున్నారు.

బన్నీ-లోకేష్ మూవీలో బాలీవుడ్ స్టార్ ...

విలన్‌గా షాహిద్ కపూర్‌ని తీసుకుంటున్నారా..!

'పుష్ప' సిరీస్‌తో పాన్ ఇండియా స్థాయిని దాటి గ్లోబల్ గుర్తింపు సంపాదించిన ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ వరుస భారీ ప్రాజెక్టులతో దూసుకెళుతున్నారు. ప్రస్తుతం అట్లీ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న 'రాకా' చిత్ర షూటింగ్‌లో బిజీగా ఉన్న బన్నీ, ఆ తర్వాత దర్శకుడు లోకేష్ కనగరాజ్‌తో చేయనున్న ఎ ఎ23పై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ఓ ఆసక్తికర వార్త సోషల్ మీడియాలో చక్కర్లు కొడుతోంది. తాజా ప్రచారం ప్రకారం, ఎ ఎ23 లో కీలకమైన ప్రతినాయకుడి పాత్ర కోసం బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో షాహిద్ కపూర్ పేరును పరిశీలిస్తున్నట్లు సినీ వర్గాల్లో వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇది సాధారణ గెస్ట్ రోల్ కాకుండా, కథలో హీరోతో సమానంగా తలపడే శక్తివంతమైన పాత్రగా ఉండబోతుందని టాక్. అయితే దీనిపై చిత్రబృందం నుంచి ఇప్పటివరకు ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన వెలువడలేదు. లోకేష్ కనగరాజ్ సినిమాల్లో ప్రతినాయకుల పాత్రలకు ప్రత్యేక స్థానం ఉంటుంది. మాస్టర్ లో విజయ్ సేతుపతి, విక్రమ్ లో సూర్య, లియో లో సంజయ్ దత్, కూలీ లో నాగార్జున వంటి స్టార్ నటులను విభిన్నమైన నెగెటివ్ షేడ్స్‌లో చూపించి ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్నారు. అదే తరహాలో ాూ23 లో కూడా బలమైన, ఇంటెన్స్ విలన్ పాత్రను రూపొందిస్తున్నట్లు సమాచారం. ఇక షాహిద్ కపూర్ కూడా 'కబీర్ సింగ్', 'ఫర్జీ' వంటి ప్రాజెక్ట్‌లలో తన నటనతో విశేష ప్రశంసలు అందుకున్నారు. ఆయన నిజంగానే ఈ చిత్రంలో భాగమైతే ఉత్తరాది మార్కెట్‌లో సినిమాకు మరింత క్రేజ్ పెరిగే అవకాశం ఉందని సినీ విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్న ఈ భారీ యాక్షన్ ఎంటర్‌టైనర్ ప్రస్తుతం ప్రీ-ప్రొడక్షన్ దశలో ఉంది. సంగీత దర్శకుడు అనిరుధ్ రవిచందర్ స్వరాలు సమకూరుస్తుండగా, విదేశీ లొకేషన్లు, భారీ సెట్లలో చిత్రీకరణ చేపట్టనున్నట్లు తెలుస్తోంది. కథ మొత్తం పవర్‌ఫుల్ యాక్షన్, కాన్ఫ్లిక్ట్ డ్రామా చుట్టూనే తిరుగుతుందని, ఇందులో హీరోయిన్ పాత్రకు పెద్దగా ప్రాధాన్యం ఉండదనే ప్రచారం కూడా సాగుతోంది. మరోవైపు అట్లీ దర్శకత్వంలో అల్లు అర్జున్ నటిస్తున్న 'రాకా' చిత్రంపై కూడా రోజురోజుకు అంచనాలు పెరుగుతున్నాయి. కథ, పాత్రలు, సాంకేతిక ప్రమాణాలపై ఇప్పటికే పలు వార్తలు వైరల్ అవుతుండగా, ఈ చిత్రం విడుదలకు ముందే భారీ హైప్‌ను సొంతం చేసుకుంది.

"కొరియన్ కనకరాజు"పై చిరంజీవి ప్రశంసలు...

ఈ విజయానికి వరుణ్ తేజ్ పూర్తిగా అర్హుడంటూ మెగా ట్వీట్

మెగా ప్రిన్స్ వరుణ్ తేజ్ హీరోగా, దర్శకుడు మేర్లపాక గాంధీ తెరకెక్కించిన హారర్ కామెడీ ఎంటర్‌టైనర్ 'కొరియన్ కనకరాజు' ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి మంచి స్పందనను సొంతం చేసుకుంటోంది. విడుదలైన తొలి షో నుంచే సినిమాకు పాజిటివ్ టాక్ రావడంతో చిత్రబృందంలో ఆనందం వ్యక్తమవుతోంది. ఈ సందర్భంగా మెగాస్టార్ చిరంజీవి సోషల్ మీడియా వేదికగా చిత్రబృందానికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ ప్రత్యేక ట్వీట్ చేశారు. యూవీ క్రియేషన్స్, ఫస్ట్ ఫ్రేమ్ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ బ్యానర్లపై రాజీవ్ రెడ్డి, సాయిబాబు జాగర్లమూడి నిర్మించిన కొరియన్ కనకరాజు లో వరుణ్ తేజ్ సరసన రితిక నాయక్ హీరోయిన్‌గా నటించారు. రాయలసీమ నేపథ్యానికి కొరియన్ ఫాంటసీ, హారర్, కామెడీ అంశాలను జోడిస్తూ దర్శకుడు మేర్లపాక గాంధీ ఈ చిత్రాన్ని వినోదాత్మకంగా తెరకెక్కించారు. సినిమా విడుదలైన తర్వాత ప్రేక్షకుల నుంచి ముఖ్యంగా కామెడీ ట్రాక్‌కు మంచి స్పందన లభిస్తోంది. ముఖ్యంగా వరుణ్ తేజ్ నటనతో పాటు కమెడియన్ సత్య పంచ్ డైలాగ్స్, కామెడీ టైమింగ్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయని సోషల్ మీడియాలో అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. సినిమాకు వస్తున్న స్పందనపై ఆనందం వ్యక్తం చేసిన మెగాస్టార్ చిరంజీవి తన అధికారిక సోషల్ మీడియా ఖాతాలో ట్వీట్ చేశారు. ఈ చిత్రానికి వస్తున్న స్పందన చూస్తుంటే ఎంతో సంతోషంగా ఉంది. ఎక్కడ విన్నా నవ్వులే నవ్వులు అనే మాట వినిపిస్తోంది. ప్రియమైన వరుణ్ తేజ్... ఈ విజయానికి నిజంగా నువ్వు అర్హుడివి. నీ కష్టం, నిబద్ధతకు తగిన ఫలితం దక్కింది. ఈ గొప్ప విజయాన్ని అందుకున్న చిత్రబృందానికి నా హృదయపూర్వక అభినందనలు. త్వరలోనే ఈ సినిమాను చూస్తాను. ఈ చిత్రం ఇంకా పెద్ద బ్లాక్‌బస్టర్‌గా నిలవాలని కోరుకుంటున్నాను అని చిరంజీవి పేర్కొన్నారు. ఈ ట్వీట్ ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. మెగా అభిమానులు చిరంజీవి ట్వీట్‌ని తెగ షేర్ చేస్తూ చిత్రబృందానికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నారు. కాగా, గత కొన్ని చిత్రాలు ఆశించిన స్థాయిలో విజయం సాధించకపోవడంతో వరుణ్ తేజ్‌కు 'కొరియన్ కనకరాజు' చాలా కీలకమైన ప్రాజెక్ట్‌గా మారింది. వినూత్న కథాంశంతో తెరకెక్కిన ఈ చిత్రానికి మొదటి రోజు నుంచే వస్తున్న పాజిటివ్ రెస్పాన్స్ వరుణ్ కెరీర్‌కు మంచి ఊపునిస్తుందని సినీ విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ప్రస్తుతం సినిమాకు మౌత్ పబ్లిసిటీ బాగా పెరుగుతుండటంతో వీకెండ్‌లో కలెక్షన్లు మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని ట్రేడ్ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. కుటుంబ ప్రేక్షకులతో పాటు యువత కూడా సినిమాకు మంచి ఆదరణ చూపుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇక మెగాస్టార్ చిరంజీవి ప్రశంసలతో కొరియన్ కనకరాజుకు మరింత బజ్ ఏర్పడింది. ఈ పాజిటివ్ టాక్‌ను కొనసాగిస్తూ సినిమా బాక్సాఫీస్ వద్ద ఎలాంటి విజయాన్ని నమోదు చేస్తుందనేది ఇప్పుడు ఆసక్తికరంగా మారింది.

CHAITANYA VAARADHI" Telugu Daily Printed, Published and owned by Bonda Gopinadha Rao, D.No. 3-9, Bharanikam village&post, Paravada Mandalam, Visakhapatnam-531 021. Published at D.No. 3-9, Bharanikam village&post, Paravada Mandalam, Visakhapatnam-531 021.and Printed at Chaitanya Vaaradhi Printers, D.No. 3-9, Bharanikam village&post, Paravada Mandalam, Visakhapatnam-531 021. Editor : Bonda Gopinadharao, D.No. 3-9, Bharanikam village&post, Paravada Mandalam, Visakhapatnam-531 021. Cell : 9848682422, RNI.NO.APTEL\2006\18521, Postal Regd.No. ANK/0017/2015/2017 E-mail: chaitanyavaradhi@gmail.com