

పవన్ కల్యాణ్ ను పరామర్శించిన సీఎం చంద్రబాబు - ఆరోగ్య పరిస్థితిపై ఆరా

హైదరాబాద్?లో పవన్ కల్యాణ్ ను పరామర్శించిన సీఎం చంద్రబాబు - జూబ్లీహిల్స్ లోని పవన్ ఇంటికి వెళ్లి పరామర్శించిన సీఎం - ఆరోగ్య పరిస్థితిపై ఆరా తీసి తగిన విశ్రాంతి తీసుకోవాలని చంద్రబాబు సూచన హైదరాబాద్ లో ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్?ను ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పరామర్శించారు. ఇటీవల సర్దర్ జరగడంతో పవన్ కల్యాణ్ విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నారు. హైదరాబాద్ లోని నివాసంలో పవన్ కలిసిన చంద్రబాబు యోగక్షేమాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఆరోగ్య పరిస్థితిపై ఆరా తీసిన సీఎం, తగిన విశ్రాంతి తీసుకోవాలని సూచించారు. ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ ఇటీవల తీవ్ర అనారోగ్యం పాలయ్యారు. దీంతో వైద్యులు ఆయనకి శస్త్ర చికిత్స చేసినట్లు పవన్ రాజకీయ కార్యదర్శి హరిప్రసాద్ వెల్లడించిన విషయం తెలిసింది. హైదరాబాద్?లోని అపోలో ఆసుపత్రిలో ఈ శస్త్రచికిత్స జరిగింది. కొన్నిరోజుల క్రితం పంచాయితీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహిస్తున్న సందర్భంలో పవన్ తీవ్ర అస్వస్థతకు గురయ్యారు. కళ్ళు తిరగటం, తీవ్రమైన తలనొప్పి : తీవ్రమైన తలనొప్పి, కళ్ళు తిరగటంతో ఇబ్బందిపడ్డారు. దీంతో ఆయన వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాతో అధికారిక కార్యక్రమాలను రద్దు చేసుకుని హైదరాబాద్ బయలుదేరి వెళ్ళారు. అక్కడ అపోలో ఆసుపత్రిలో వైద్య పరీక్షలతోపాటు ఎం.ఆర్.ఐ. స్కానింగ్ చేశారు. వైద్య పరీక్షల నివేదికలు, స్కానింగ్ రిపోర్టును పరిశీలించిన వైద్యులు పవన్ కల్యాణ్?కు శస్త్ర చికిత్స చేయాలని చెప్పారు. ఆ మేరకు పవన్ కల్యాణ్?కు శస్త్రచికిత్స పూర్తి చేశారు. వారం నుంచి పది రోజులపాటు విశ్రాంతి : అనంతరం వారం నుంచి పది రోజులపాటు విశ్రాంతి అవసరమని వైద్యులు సూచించారు. ఆ తర్వాత పవన్ కల్యాణ్ అధికారిక కార్యక్రమాలలో పాల్గొనవచ్చని డాక్టర్లు తెలిపారు. అయితే తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఉంటుందని, పూర్తి స్వస్థత చేకూరడానికి ఎక్కువ కాలం పడుతుందని చెప్పారు. తాజాగా హైదరాబాద్ లోని జూబ్లీహిల్స్ లో ఉన్న పవన్ నివాసానికి సీఎం చంద్రబాబు వెళ్లారు. డిప్యూటీ సీఎంను పరామర్శించి యోగక్షేమాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. జీఎన్ నాయుడు పార్థివ దేహానికి నివాళులు : అంతకుముందు ఇటీవల మృతి చెందిన ప్రముఖ పారిశ్రామికవేత్త, రీజెన్సీ గ్రూప్ అధినేత జీఎన్ నాయుడు పార్థివ దేహానికి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నివాళులర్పించారు. హైదరాబాద్ లోని ఆయన నివాసానికి వెళ్లి జీఎన్ నాయుడుకు పుష్పాంజలి ఘటించారు. ఈ సందర్భంగా చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ, తెలుగు ప్రజలు ఒక గొప్ప పారిశ్రామికవేత్తను కోల్పోయారని,



రీజెన్సీ స్థాపన ద్వారా యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించడంలో జీఎన్ నాయుడు చేసిన సేవలు మరువలేనివని పేర్కొన్నారు. సమాజ సేవలోనూ ఆయన ప్రాత్ర విశేషమని అన్నారు. అలాగే మంత్రి నారా లోకేశ్ పైతం జీఎన్ నాయుడు పార్థివ దేహానికి నివాళులు అర్పించారు. ఆయన కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించి ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా జీఎన్ నాయుడుతో తనకు ఉన్న అనుబంధాన్ని గుర్తు చేసుకున్నారు. జీఎన్ నాయుడు మరణం పరిశ్రమ రంగానికి తీరని లోటని ఇద్దరు నాయకులు అభిప్రాయపడ్డారు.



నాలుగు అంతస్తుల భవనంలో మంటలు - 9 మంది సజీవ దహనం

వివేక్ విహార్ లో నాలుగు అంతస్తుల భవనంలో అగ్ని ప్రమాదం - మంటల్లో చిక్కుకుని తొమ్మిది మంది దుర్మరణం - 10--15 మందిని రక్షించిన అగ్నిమాపక సిబ్బంది : దేశ రాజధాని దిల్లీలో ఆదివారం తెల్లవారుజామున ఘోర అగ్ని ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. తూర్పు దిల్లీలోని వివేక్ విహార్ ప్రాంతంలో ఉన్న నాలుగు అంతస్తుల నివాస భవనంలో చెలరేగిన మంటల్లో తొమ్మిది మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఈ ఘటన స్థానికంగా తీవ్ర విషాదాన్ని మిగిల్చింది. పోలీసులు, అగ్నిమాపక సిబ్బంది, వివేక్ నిర్వహణ బృందాలు సమన్వయంతో పనిచేసి పలువురిని కాపాడగలిగారు. అధికారుల వివరాల ప్రకారం, ఈ ఘటన ఉదయం సుమారు 3.48 గంటల సమయంలో వెలుగులోకి వచ్చింది. వివేక్ విహార్ పోలీస్ స్టేషన్ కు ఫోన్ కాల్ అందగానే పోలీస్ బృందాలు వెంటనే ఘటనాస్థలానికి చేరుకున్నాయి. ఆ సమయంలో భవనంలోని రెండో, మూడో, నాలుగో అంతస్తుల్లో మంటలు తీవ్రంగా వ్యాపించి ఉండటం గమనించారు. మంటల తీవ్రత కారణంగా భవనంలో చిక్కుకున్నవారిని బయటకు తీసుకురావడం కష్టపాధ్యంగా మారింది. ఈ ప్రమాదాన్ని అదుపులోకి తీసుకురావడానికి మొత్తం 12 అగ్నిమాపక వాహనాలు రంగంలోకి దిగాయి. అగ్నిమాపక సిబ్బంది గంటలపాటు శ్రమించి చివరకు ఉదయం 8 గంటల ప్రాంతంలో మంటలను పూర్తిగా అదుపులోకి తీసుకువచ్చారు. ఈ సమయంలో భవనంలో చిక్కుకున్న 10 నుంచి 15 మందిని సురక్షితంగా బయటకు తీసుకొచ్చారు. వీరిలో స్వల్ప గాయాలు పొందిన ఇద్దరిని సమీపంలోని గురు తేగ్ బహదూర్ ఆసుపత్రికి తరలించారు. అయితే మంటల తీవ్రత కారణంగా తొమ్మిది మంది ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు పోలీసులు నిర్ధారించారు. మృతదేహాలు భవనంలోని వివిధ అంతస్తుల నుంచి వెలికితీస్తూ మొదటి అంతస్తు నుంచి ఒక మృతదేహం, రెండో అంతస్తు నుంచి ఐదు మృతదేహాలు, మెట్ల ప్రాంతంలో మూడు మృతదేహాలు లభ్యమైనట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. మృతుల గుర్తింపు ఇంకా సాధ్యంకాలేదని, దీనికి డీఎన్ఎ పరీక్షలు అవసరమని తెలిపారు. స్థానిక కార్పొరేటర్ పంకజ్ లూత్రా మాట్లాడుతూ, ఘటనాస్థలానికి చేరుకున్న వెంటనే పై అంతస్తులకు వెళ్లి పరిస్థితిని పరిశీలించినట్లు చెప్పారు. మృతుల పరిస్థితి చాలా దారుణంగా ఉండటంతో వారి లింగాన్ని కూడా గుర్తించడం కష్టంగా మారిందని ఆయన పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం మరన్ని బాధితులు ఉన్నారా అనే కోణంలో గాలింపు చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని తెలిపారు. దిల్లీ పోలీస్ ఉన్నతాధికారి రాజేంద్ర ప్రసాద్ మీనా మాట్లాడుతూ, అగ్ని ప్రమాద సమాచారం అందిన వెంటనే అగ్నిమాపక దళాలు, పోలీసులు వేగంగా స్పందించారని చెప్పారు. మొదట్లో 3 నుంచి 4 మృతదేహాలు మాత్రమే గుర్తించామని, తర్వాత గాలింపులో మరన్ని మృతదేహాలు బయటపడ్డాయని వివరించారు. భవనంలో ఇంకా ఎవరైనా చిక్కుకుపోయి ఉండే అవకాశం ఉండటంతో గాలింపు చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని తెలిపారు. ఈ ప్రమాదానికి గల కారణాలు ఇంకా స్పష్టంగా తెలియరాలేదు. అయితే ప్రాథమికంగా షార్ట్ సర్క్యూట్ కారణంగా మంటలు చెలరేగి ఉండవచ్చని అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. దీనిపై పోలీసులు, ఫోరెన్సిక్ నిపుణులు కలిసి సమగ్ర విచారణ చేపట్టారు. భవనంలోని విద్యుత్ వ్యవస్థ, అగ్ని భద్రతా ప్రమాణాలపై కూడా దర్యాప్తు కొనసాగుతోంది. స్థానికుల వివరాల ప్రకారం, మంటలు ఒక్కసారిగా వేగంగా వ్యాపించడంతో భవనంలో ఉన్నవారికి బయటకు రావడానికి ఎక్కువ సమయం దొరకలేదని తెలిపారు. ముఖ్యంగా పై అంతస్తుల్లో ఉన్నవారు మంటల్లో చిక్కుకుపోయి బయటపడలేకపోయారని చెబుతున్నారు. పొగ భారీగా వ్యాపించడం కూడా రక్షణ చర్యలకు అడ్డంకిగా మారింది. ఈ ఘటనతో పరిసర ప్రాంతాల్లో భయాందోళనలు నెలకొన్నాయి. అప్రమత్తంగా అధికారులు సమీప ప్రాంతాలను ఖాళీ చేయించి ప్రజలను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించారు. ట్రాఫిక్ పోలీస్ సిబ్బంది కూడా సహకరించి అంబులెన్సులు, అగ్నిమాపక వాహనాలకు మార్గం సులభం చేశారు. ప్రస్తుతం పరిస్థితి అదుపులో ఉన్నప్పటికీ, గాలింపు చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. మృతుల గుర్తింపు, వారి కుటుంబాలకు సమాచారం ఇవ్వడం వంటి ప్రక్రియలు కొనసాగుతున్నాయి..

నెల్లూరులో ప్రతిష్ఠాత్మకంగా మహానాడు ఏర్పాట్లపై మంత్రులు ఆనం, ఫరూక్, నారాయణ కీలక సమీక్ష

రాష్ట్రం గర్వించేలా మహానాడు విజయవంతానికి మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు మాస్టర్ ప్లాన్ మంత్రుల హైలెవల్ మీటింగ్ పక్కా ప్లాన్ తో సిద్ధమైన నేతలు నెల్లూరులో నిర్వహించనున్న మహానాడు పై మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు శనివారం ఆర్ అండ్ బి గెస్ట్ హౌస్ లో విస్తృత స్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో రాష్ట్ర పురపాలక పట్టణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి డాక్టర్ పొంగూరు నారాయణ ,దేవదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి, జిల్లా ఇన్చార్జి మంత్రి ఫరూక్, సీఎం ప్రోగ్రాం కోఆర్డినేటర్ సత్యనారాయణ రాజు, శాసనసభ్యులు సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్ రెడ్డి, కోటంరెడ్డి శ్రీధర్ రెడ్డి, కాకర్ల సురేష్, కావ్య కృష్ణారెడ్డి, రాష్ట్ర వక్స్ బోర్డ్ చైర్మన్ అబ్దుల్ అజీజ్, జిల్లా అధ్యక్షుడు, ఎమ్మెల్యే బీద రవిచంద్ర, టిడిపి రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి కోటంరెడ్డి గిరిధర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొని మహానాడు వేదిక ఖరారు, బహిరంగ సభ స్థలం, వాహనాల పార్కింగ్ మరియు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా తరలివచ్చే అతిథులకు,



కార్యక్రమాలకు కల్పించాల్సిన వసతి సౌకర్యాలపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. నెల్లూరు జిల్లా ఇచ్చే అతిథ్యం రాష్ట్రస్థాయిలో ఒక మైలురాయిగా నిలిచిపోయేలా, మహానాడును కళ్ళుమిరుమిట్లు గొలిపే రీతిలో విజయవంతం చేసేందుకు నేతలందరూ సమన్వయంతో భారీ ప్రణాళికను సిద్ధం చేశారు.

మన మహర్షులు చూపించిన మార్గం మహత్తరం

విశ్వకర్షికి అనుగుణమైన జీవన విధానం మనది అన్నార్తులకు అన్నం పెట్టడమే అన్నిటికన్నా గొప్ప కార్యం ఈ పుణ్య కార్యాన్ని జీవితాంతం ఆచరించిన మహానీయుడు భగవాన్ వెంకయ్య స్వామి భారత గౌరవ 13వ ఉపరాష్ట్రపతి శ్రీ ముప్పవరపు వెంకయ్య నాయుడు గారి స్పృహకరణ భగవాన్ వెంకయ్య స్వామి జీవిత ముఖ్య ఘట్టాలతో రాసిన 'విశ్వంభరుడు' పుస్తకావిష్కరణ నెల్లూరు, మే 2, 2026విశ్వకర్షికి అనుగుణంగా జీవించేందుకు మన మహర్షులు యుగ యుగాలుగా అనేక సంస్కారాలను రూపొందించారని భారత గౌరవ 13వ ఉపరాష్ట్రపతి శ్రీ ముప్పవరపు వెంకయ్యనాయుడు గారు చెప్పారు. శనివారం ఆయన గౌలగమూడి పుణ్యక్షేత్రంలో భగవాన్ వెంకయ్యస్వామి వారి చారిత్రక ప్రస్థానాన్ని చాటిచెప్పే 'విశ్వంభరుడు' పుణ్య గ్రంథాన్ని ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ఆవిష్కరించి ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీ వెంకయ్య నాయుడు గారు ప్రసంగిస్తూ, భారత దేశంలో ఉన్నన్ని సంస్కారాలు మరక్కడా ఉండవని, ఇంటి ముందు ముగ్గు వేయడం నుండి గడపకు పసుపు రాయడం వరకు ప్రతి చిన్న ఆచారం వెనుక ఒక గొప్ప శాస్త్రీయత దాగి ఉందని వివరించారు. ఈ భూమిని, ఈ విశ్వాన్ని ఎలా ఆర్ధం చేసుకోవాలో మన మహర్షులు వివరించారని గుర్తు చేశారు. పుణ్యసప్తటి నుంచి మరణించేవరకు ఏమి చేయాలో బోధించిన గొప్ప సంస్కృతి మనదని, భారతీయ తత్వశాస్త్రం యొక్క అసలైన సారాంశం 'షేర్ అండ్ కేర్' (పంచుకోవడంలోనూ, కరుణ చూపడంలోనూ) ఉందని ఆయన నొక్కి చెప్పారు. అందరితోనూ ఆహారాన్ని పంచుకునే వాడు పునీతుడవుతాడని భగవద్గీత చేసిన బోధన వెంకయ్యస్వామి తన జీవితాంతం ఆచరించి చూపారని శ్రీ వెంకయ్య నాయుడు గారు చెప్పారు. ఈ మట్టిలో పుణ్య వాడిగా గౌలగమూడి క్షేత్రానికి రావాలని గతంలో ఎన్నోసార్లు అనుకున్నా, రాజకీయ బాధ్యతలు మరియు కార్యాంగబద్ధమైన పనుల వల్ల అది వీలుపడలేదని, ఇప్పటికీ ఆ అవకాశం కలగడం తనకు అనిర్వచనీయమైన ఆధ్యాత్మిక తృప్తిని ఇచ్చిందని సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. తన కుమార్తె శ్రీమతి దీపా వెంకట్ ఈ ఆశ్రమ బ్రదర్స్ బోర్డులో సభ్యురాలిగా ఉండటంపై సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. జస్టిస్ నరసింహారెడ్డి గారి తీర్పు మేరకు స్వచ్ఛంద సంస్థల ప్రతినిధిగా ఆమె స్వామివారి సేవలో భాగస్వామ్యం కావడం తనకు ఎంతో ఆనందాన్ని కలిగించిందని పేర్కొన్నారు. వ్యక్తిగతంగా

తాను వారసత్వాలకు వ్యతిరేకినని, తన వారసులు పడవుల వల్ల కాకుండా కేవలం తన సేవా మార్గంలోనే ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షించే వ్యక్తిగా దీపమ్మ ఆధ్యాత్మిక సేవా మార్గంలో పయనించడం సంతోషకరమని చెప్పారు. వెంకయ్యస్వామి వంటి మహానీయుల జీవిత విశేషాలను 'విశ్వంభరుడు' పేరుతో గ్రంథస్థం చేసిన రిటైర్డ్ తహసీల్దార్ శ్రీ దంపూరు రామకృష్ణ గారి కృషిని ఆయన అభినందించారు. సుమారు నాలుగు దశాబ్దాలుగా స్వామివారి సూక్తులలోని వేదాధ్యయనం చేస్తూ, ఇప్పటికే 'అవధూత జ్యోతి', 'అగ్నిస్వరూపుడు' వంటి పుస్తకాలు రాసిన రామకృష్ణ గారి తపన అభినందనీయమని, ఈ పుస్తక ప్రచురణకు సహకరించిన శ్రీ నాగినేని లక్ష్మయ్య నాయుడు గారికి కూడా అభినందనలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమ నిర్వహణకు విశేష సహకారం అందించారంటూ శ్రీ దువ్వూరి రాధాకృష్ణారెడ్డి గారికి, శ్రీ పేర్కాటి ఆదిశేషారెడ్డి, శ్రీ నెల్లూరు డోలెండ్ర ప్రసాద్, శ్రీ తుంగా శివప్రభాత్ రెడ్డి మరియు శ్రీ జి.వి. రమణారెడ్డి గార్లకు అభినందనలు తెలియజేశారు. గౌలగమూడి పుణ్యక్షేత్రం అభివృద్ధిలో ఈ పుణ్యక్షేత్రం ఈవో, రిటైర్డ్ ఐఎస్ ఆర్ గారు శ్రీ బాల సుబ్రహ్మణ్యం గారు ముఖ్యభూమిక పోషిస్తున్నారని, ఎటువంటి జీతం ఆశించకుండా ఆయన ఈ పుణ్యకార్యంలో భాగస్వామి కావడం ఆయన ధర్మ నిరతి కి నిదర్శనమని శ్రీ వెంకయ్య నాయుడు గారు అన్నారు. గౌలగమూడి క్షేత్రం కేవలం ఒక ఆధ్యాత్మిక కేంద్రం మాత్రమే కాదని, అది అన్నదానానికి ఒక నిలువెత్తు రూపమని, ఇక్కడ అన్నదానం కోసం ఒక రైస్ మిల్లునే స్థాపించి, 'నీవు తిన్నది నీది కాదు, నీవు పెట్టినదే నీది' అన్న స్వామివారి అమూల్యమైన సూక్తిని ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తుంచుకోవాలని, నిస్వార్థమైన సేవ మాత్రమే చరిత్రలో శాశ్వతంగా నిలుస్తుందని ఆయన వివరించారు. భారతీయ సమాజం నేటికీ ఇంత ధృఢంగా ఉండంటే దానికి కారణం వెంకయ్యస్వామి వంటి మహానీయుల ఉనికి అని, ఇప్పటి తరం భావితరాలకు ఈ విజ్ఞానాన్ని మరియు మన సంస్కృతిని పదిలంగా అందించాల్సిన బాధ్యత ఉందని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్వేపల్లి శాసనసభ్యులు శ్రీ సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్ రెడ్డి గారు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రూ.2.43 లక్షల కోట్ల జీఎస్టీ వసూళ్లు... కేంద్ర విధానాల విజయమని రాజేశ్వరి

దేశవ్యాప్తంగా జీఎస్టీ వసూళ్లు రికార్డు స్థాయికి చేరిన నేపథ్యంలో, బిజిపి రాష్ట్ర నాయకులు కందికట్లు రాజేశ్వరి స్పందించారు. ఆమె మాట్లాడుతూ... 'ఏప్రిల్ నెలలో జీఎస్టీ వసూళ్లు రూ. 2.43 లక్షల కోట్లకు చూపిస్తోంది. ఇది ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో తీసుకున్న పారదర్శక ఆర్థిక సంస్కరణల ఫలితం. జీఎస్టీ వ్యవస్థ ద్వారా పన్నుల వసూళ్లు పెరగడమే కాకుండా, వ్యాపార వ్యవస్థలో నమ్మకం కూడా పెరిగింది,' అని పేర్కొన్నారు. అలాగే, 'డిజిటల్ ట్యాక్స్ అడ్వీనిస్ట్రేషన్ బలోపేతం కావడం, పన్ను చెల్లింపుదారుల సంఖ్య పెరగడం వల్లే ఈ రికార్డు సాధ్యమైంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆర్థిక అనిశ్చితులు ఉన్నా, భారత్ మాత్రం స్థిరంగా ముందుకు సాగుతోంది,' అని ఆమె తెలిపారు. 'జీఎస్టీ రేట్ల సవరణలు చేసినప్పటికీ, అదాయ వృద్ధి తగ్గకుండా కొనసాగడం ప్రభుత్వ ఆర్థిక విధానాల విజయాన్ని సూచిస్తోంది,' అని కందికట్లు రాజేశ్వరి అన్నారు.



పదవ తరగతి పరీక్ష ఫలితాలలో గాయత్రి విద్యా మందిర్ స్కూల్ విద్యార్థుల ప్రభంజనం

విజ్ఞాన్ దినపత్రిక పాఠశాలకు రిపోర్టర్ నిన్ను విడుదల చేసిన పదో తరగతి పరీక్ష ఫలితాలలో పాఠశాలకు మండలంలోని గాయత్రి విద్యా మందిర్ ఇంగ్లీష్ మీడియం స్కూల్ విద్యార్థులు సిపావ్ ఫున్ 600 మార్కులకు గాను 585 మార్కులు, అలాగే యు వర్గత 583, పల్లవి కుమారి 571 సాధించడం జరిగింది ఆ స్కూల్ కరస్పాండెంట్ చైతన్య తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ తమ పాఠశాలలో చదువుతున్న విద్యార్థిని విద్యార్థులు 600 మార్కులకి 500 మార్కులు పైచిలుకు ఐదు మంది, అలాగే 500 మార్కులు 13 మంది 400 పైచిలుకు 27 మంది, 360 మార్కుల పైచిలుకు 33 మంది సాధించడం జరిగిందిని వారన్నారు. తమ పాఠశాల విద్యార్థులు 100% ఉత్తీర్ణ ఫలితాలు సాధించారన్నారు. తమ పాఠశాలలో చదువుతున్న ప్రతి విద్యార్థి పై ప్రత్యేక శ్రద్ధను తీసుకొని వారిని ఉన్నత చదువులకు చేర్చడమే మా ప్రత్యేక లక్ష్యమన్నారు. తమ పాఠశాలలో అనుభవజ్ఞులైన అధ్యాపకులచే విద్య బోధన అందిస్తున్నామని వారన్నారు.



గూడూరు పట్టణం :- అల్లూరు ఆడిశేషారెడ్డి ప్రాంగణం నందు పిల్లలకు హాకీ సమ్మర్ క్యాంప్ పోటీలను ప్రారంభించి, వారికి స్టిక్ లను అందించి, సమ్మర్ హాకీడీస్ ను పిల్లలు వుధా చేయకుండా ఇలాంటి గేమ్ లను నేర్చుకోవాలని, ఈ హాకీ సమ్మర్ క్యాంప్ ను పిల్లలు అందరూ నద్వినియోగం చేసుకోవాలని తెలిపిన...శాసన సభ్యులు మరియు రాష్ట్ర పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి సతీమణి శ్రీమతి సంధ్యా రాణి గారు

ఎమ్మెల్యే కాకర్ల సురేష్ తో మర్యాదపూర్వక భేటి అయిన వింజమూరు నూతన ఎస్సై ఉమామహేశ్వరరావు..!

శాంతి భద్రతలపై దృష్టి సారించాలని సూచించిన ఎమ్మెల్యే కాకర్ల..! వింజమూరు విజ్ఞాన్ దినపత్రిక రిపోర్టర్ మే 2న వింజమూరులో ఉదయగిరి శాసనసభ్యులు కాకర్ల సురేష్ ని వింజమూరు నూతన ఎస్సైగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన ఉమామహేశ్వరరావు మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కాకర్ల సురేష్ మాట్లాడుతూ, శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో ఎస్సై సమర్థవంతంగా పనిచేయాలని, ప్రజలతో సాన్నిహిత్యంతో (ఫ్రెండ్లీ పోలీసింగ్) విధులు నిర్వహిస్తూ ప్రజల్లో విశ్వాసాన్ని పెంపొందించుకోవాలని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజల సమస్యలకు త్వరితగతిన స్పందిస్తూ, న్యాయం జరిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. అలాగే సహచర సిబ్బందితో సమన్వయంతో పని చేస్తూ, వింజమూరు మండలంలో శాంతి భద్రతలను మరింత బలోపేతం చేయాలని ఆకాంక్షించారు.



ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులకు కలెక్టర్ అభినందనలు

నెల్లూరు, మే 02 : నెల్లూరు జిల్లా సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ అధ్యక్షులలో 2025-2026 విద్యాసంవత్సరానికి గాను వసతి గృహాలలో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించి అత్యధిక మార్కులు పొందిన విద్యార్థిని, విద్యార్థులను జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్సు శు క్ల అభినందిస్తూ శనివారం తన క్యాంపు కార్యాలయంలో ప్రశంసా పత్రాలను అందజేశారు. అత్యధిక మార్కులు సాధించిన కావలి, ఉదయగిరి, పాదలకూరు పరిధిలోని విద్యార్థులైన ఏ. సంతోష్ (584), వి.వి. సూర్య ప్రణీత్ (574), సి హెచ్. వినీత్ (574), పి. ప్రవీణ్ కుమార్ (574), ఆకుల సంతోష్ (562), జే. నిరంజన్ (561), యం. సాయి శశాంక్ రెడ్డి (561), టి. కార్తిక్ (558)లకు కలెక్టర్ చేతుల మీదుగా ప్రశంసా పత్రాలు అందజేయగా, విద్యార్థులు తమ ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్సు శుక్లా మాట్లాడుతూ.. అత్యుత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులకు, వారిని ప్రోత్సహించిన వసతి గృహ సంక్షేమ అధికారులకు ప్రత్యేక అభినందనలు తెలియజేశారు. భవిష్యత్తులో మరింత మెరుగైన ఫలితాలు సాధించాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ ఉపసంచాలకులు శోభారాణి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



వి ఎస్ యూ స్నాతకోత్సవ దరఖాస్తుల గడువు పెంపు

- ఈ నెల 11 వరకు దరఖాస్తులకు అవకాశం
- ఎలాంటి అపరాధ రుసుము లేదని అధికారుల సృష్టికరణ నెల్లూరు:
విక్రమ సింహపురి విశ్వవిద్యాలయం (వీఎస్ యూ) పరిధిలో నిర్వహించనున్న 10, 11, 12వ స్నాతకోత్సవాలకు (కాన్వోకేషన్) దరఖాస్తు చేసుకునే గడువును అధికారులు పొడిగించారు. అర్హులైన విద్యార్థులు ఈ నెల 11వ తేదీలోపు ఎలాంటి అపరాధ రుసుము (ఫైన్) లేకుండానే తమ దరఖాస్తులను సమర్పించవచ్చని వర్గీ పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి డాక్టర్ ఆర్. మధుమతి ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ పొడిగించిన గడువు ముగిసిన తర్వాత ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ దరఖాస్తులను స్వీకరించబోమని ఆమె స్పష్టం చేశారు. దరఖాస్తు చేసుకునే విధానం, చెల్లించాల్సిన ఫీజులు, దరఖాస్తుకు జతచేయాల్సిన అవసరమైన ధ్రువపత్రాలకు సంబంధించిన పూర్తి వివరాల కోసం విద్యార్థులు విశ్వవిద్యాలయ అధికారిక వెబ్ సైట్ ఎం.ఎ.జం.బి.ఎ.అ.అ.ను సందర్శించాలని సూచించారు. అర్హులైన విద్యార్థులు సకాలంలో ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.



పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రారంభించిన మంత్రి ఆనం రామనారాయణరెడ్డి

విజ్ఞాన్ దినపత్రిక ఆత్మకూరు రిపోర్టర్ సంగం, మే 2: సంగం మండలంలోని తరుణవాయి, పడమటిపాలెం గ్రామాల్లో రాష్ట్ర దేవదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి పర్యటించి పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రారంభించారు. ముందుగా తరుణవాయి గ్రామంలోని హనుమాన్ జంక్షన్ వద్ద ఆంజనేయ స్వామి విగ్రహానికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన మంత్రి ఆనంతరం భోజనశాలను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా రూ. 72.90 లక్షల వ్యయంతో ఐటీఐ కాలేజీ సిమెంట్ రోడ్డును ప్రారంభించడంతో పాటు, గ్రామపంచాయతీ పరిధిలో రూ. 57.75 లక్షలతో నీటిపారుదల కాలువల మరమ్మత్తు పనులు, రూ. 31.60 లక్షలతో ఇంధింటికి రక్షిత తాగునీటి పథకం పంపు షెడ్ పనులకు శ్రీకారం చుట్టారు. తరుణవాయి గ్రామంలోనే మొత్తం రూ. 1.62 కోట్లతో పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రారంభించారు. ఆనంతరం తన స్వగ్రామమైన పడమటిపాలెంకు విచ్చేసిన మంత్రికి నెల్లూరు రూరల్ ఎమ్మెల్యే కోటంరెడ్డి శ్రీధర్ రెడ్డి ఆత్మీయ స్వాగతం పలికారు. ఇక్కడ రూ. 1.71 కోట్లతో అభివృద్ధి పనులను ఎమ్మెల్యే తో కలిసి మంత్రి ప్రారంభించారు. ఇందులో రూ. 20 లక్షలతో సిమెంట్ రోడ్డు, రూ. 31.60 లక్షలతో రక్షిత తాగునీటి పథకం, రూ. 97.50 లక్షలతో సాగునీటి కాలువల మరమ్మత్తు పనులు ఉన్నాయి. అదనంగా రూ. 27 లక్షలతో విలేజ్ క్లినిక్ అసంపూర్తి పనులకు శంకుస్థాపన చేశారు. అలాగే పడమటిపాలెంలో రూ. 5.47 లక్షల సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కులను లభిదారులకు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ గ్రామాల్లో గతంలో ఎన్నడూ లేనివిధంగా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నామని తెలిపారు. కోట్లాది రూపాయలతో మౌలిక వసతులు కల్పిస్తూ సిమెంట్ రోడ్లు, తాగునీటి సౌకర్యం, సాగునీటి కాలువల అభివృద్ధికి ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని చెప్పారు. తరుణవాయి, పడమటిపాలెం గ్రామాల్లో కలిపి రూ. 3.38 కోట్ల అభివృద్ధి పనులు చేపట్టామని వెల్లడించారు. త్వరలోనే తరుణవాయి ఐటీఐ కళాశాల భవనాలను పూర్తి చేసి తరగతులను ప్రారంభిస్తామని, లగడపాటి కుటుంబ సభ్యుల కోరిక మేరకు ఆ కళాశాలకు లగడపాటి వెంకట రామనాయుడు పేరు పెట్టనున్నట్లు తెలిపారు. ప్రతి గ్రామంలో సాగునీటి పనులను పూర్తి చేసి ప్రతి ఎకరాన్ని సస్యశ్యామలం చేయడమే లక్ష్యమని, సంఘం బ్యారేజ్ పెండింగ్ పనులను కూడా పూర్తి చేస్తున్నామని మంత్రి పేర్కొన్నారు. గత ప్రభుత్వంలో అభివృద్ధి పనులు ముందుకు సాగలేదని విమర్శిస్తూ, ప్రస్తుత ప్రభుత్వం ప్రతి పనిని వేగంగా పూర్తి చేస్తోందన్నారు. ఎన్ని ఆర్థిక ఇబ్బందులున్నా తమ ప్రభుత్వం సంక్షేమ కార్యక్రమాల విజయవంతంగా అమలుచేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఇచ్చిన ప్రతి హామీని అమలు



: రాష్ట్ర కార్యవర్గ సమావేశంలో నెల్లూరు జిల్లాకు చెందిన వారికి పార్టీ పదవులు. ఆర్ పి ఐ.....

నెల్లూరు గాంధీ బొమ్మ ఆర్.పి.ఐ పార్టీ జిల్లా కార్యాలయంలో పత్రికల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా అధ్యక్షులు ఎస్ కే మాబు మాట్లాడుతూ గత ఆదివారం నెల్లూరు జిల్లాలో రాష్ట్ర కార్యవర్గ సమావేశం నిర్వహించి పదవులను నిర్ణయించారన్నారు. నెల్లూరు జిల్లా కి చెందిన వాటంభేటి నాగేంద్ర ను జిల్లా కార్యదర్శి గా ఆర్ వై ఎఫ్ ఎఫ్ ఐ యూత్ వింగ్ ఆర్ ఎస్ ఎఫ్ ఐ స్టూడెంట్ వింగ్ జిల్లా ఇన్చార్జిగాను. నెల్లూరు మహిళా సంఘం జిల్లా అధ్యక్షురాలుగా గరికపాటి స్వప్నను యూత్ వింగ్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శిగా తూపిలి వంశీకృష్ణను కల్చులర్ వింగ్ జిల్లా ఇన్చార్జిగా జయ్ కుమార్ ను యూత్ వింగ్ నగర అధ్యక్షులుగా వల్లం నాగ సందీప్ ప్రధాన కార్యదర్శిగా యడ్లీ రవికుమార్ నియమిస్తున్నట్లు తెలియజేశారు త్వరలో ఉమ్మడి నెల్లూరు జిల్లా అన్ని నియోజకవర్గాల ఇన్చార్జి లను కూడా ప్రకటిస్తామని తెలియజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పట్టపు రంగారావు ఉపాధ్యక్షులు బిత్తల మధుసూదన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

కమీషనర్ విజయవాడ కార్యాలయంలో... విధి నిర్వహణ లో పాత్రికేయులకు తమ వంతు సహకారం అందించిన,ఆత్మీయులు అడిషనల్ డైరెక్టర్ శ్రీమతిస్వర్ణలత , డిప్యూటీ డైరెక్టర్ పూర్ణవంధ్రరావు గార్ల ఉద్యోగ విరమణ సభలో..



చేశామని చెప్పారు. పెన్షన్స్ పెంచి క్రమం తప్పకుండా అందిస్తున్నామని, తల్లికి వందనం, అన్నదాత సుఖీభవ, ఉచిత నీలిండ్లు, స్త్రీ శక్తి, అన్నా కాంటీన్ మొదలైన పథకాలను దిగ్విజయంగా అమలు చేసిన ఘనత తమ ప్రభుత్వానికే దక్కిందన్నారు.

ఈ గ్రామాలతో తమ కుటుంబానికి ఉన్న అనుబంధం ప్రత్యేకమని, ప్రజలు చూపుతున్న ఆత్మీయతను ఎప్పటికీ మరచలేనని పేర్కొన్నారు. అన్ని రంగాల్లో ఆత్మకూరు నియోజకవర్గాన్ని అగ్రగణ్యంగా నిలపడానికి కృషి చేస్తామని మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, పెద్ద ఎత్తున ప్రజలు పాల్గొన్నారు.



గాంధీ గిరిజన కాలనీలో నూతన సచివాలయ భవనాన్ని ప్రారంభించిన మంత్రి

నెల్లూరు నగరంలోని 53వ డివిజన్ అభివృద్ధిపై రాష్ట్ర పురపాలక శాఖ మంత్రి పొంగూరు నారాయణ ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు..అందులో భాగంగా గాంధీ గిరిజన కాలనీలో గత ప్రభుత్వం అసంపూర్తిగా వదిలేసిన సచివాలయ భవనాన్ని 20 లక్షల వ్యయంతో పూర్తి చేసి శనివారం ప్రారంభించారు. డివిజన్ వ్యాప్తంగా మొత్తం 151.71 లక్షలతో చేపట్టిన 10 అభివృద్ధి పనులకు ఆయన శ్రీకారం చుట్టారు. ఇప్పటికే 90.41 లక్షలతో 7 పనులు విజయవంతంగా పూర్తి కాగా, ప్రస్తుతం నిర్మాణ దశలో ఉన్న మరో 60.38 లక్షల విలువైన 3 పనులను కూడా రాజోయే రెండు నెలల్లో పూర్తి చేస్తామని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన ప్రతి హామీని నెరవేర్చి ప్రజలకు మెరుగైన వసతులు కల్పిస్తామని, అసంపూర్తిగా ఉన్న ప్రాజెక్టులన్నింటినీ యుద్ధ ప్రాతిపదికన పూర్తి చేస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో కమీషనర్ నందన్,మేయర్ దేవరకొండ సుజాత అశోక్,రాష్ట్ర వక్స్ బోర్డ్ చైర్మన్ అబ్దుల్ అజీజ్, ఎమ్మెల్యే బీద రవిచంద్ర,మాజీ జెడ్పీటీసీ విజేతా రెడ్డి ,స్థానిక టిడిపి ముఖ్య నేతలు నాయకులు పాల్గొన్నారు



శ్రీ పాణ్డె శ్రీరాములు నెల్లూరు జిల్లా

ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులకు కలెక్టర్ అభినందనలు??

నెల్లూరు జిల్లా సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో 2025-2026 విద్యాసంవత్సరానికి గాను వసతి గృహాలలో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన అత్యధిక మార్కులు పొందిన విద్యార్థిని, విద్యార్థులను జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్సు శుక్ల అభినందిస్తూ శనివారం తన క్యాంపు కార్యాలయంలో ప్రశంసా పత్రాలను అందజేశారు. అత్యధిక మార్కులు సాధించిన కావలి, ఉదయగిరి, పాడలకూరు పరిధిలోని విద్యార్థులైన ఏ. సంతోష్ (584), వి.వి. సూర్య ప్రదీప్ (574), సి హెచ్. వినీత (574), పి. ప్రవీణ్ కుమార్ (574), అకుల సంతోష్ (562), జే. నిరంజన్ (561), యం. సాయి శశాంక్ రెడ్డి (561), టి. కార్తీక్ (558)లకు కలెక్టర్ చేతుల మీదుగా ప్రశంసా పత్రాలు అందజేయగా, విద్యార్థులు తమ ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు.



ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్సు శుక్ల మాట్లాడుతూ.. అత్యుత్తమ ఫలితాలు సాధించిన విద్యార్థులకు, వారిని ప్రోత్సహించిన వసతి గృహ సంక్షేమ అధికారులకు ప్రత్యేక అభినందనలు తెలియజేశారు. భవిష్యత్తులో మరింత మెరుగైన ఫలితాలు సాధించాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ ఉపసంచాలకులు శోభారాణి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విమర్శ

విమర్శలకు భయపడి మీ లక్ష్యాన్ని ఎప్పుడూ మార్చుకోవద్దు రేపు మీ లక్ష్యం చేరుకున్నాక విమర్శలు అనేవి కూడా వాళ్ళ అభిప్రాయంగా మార్చుకునే ప్రమాదం ఉంటుంది జాగ్రత్త! ఎదుటి వాళ్ళు మనల్ని తప్పుగా చూడాలని ముందుగా డిసైడ్ అయినప్పుడు మనం మంచి చేసినా వాళ్ళకు అది తప్పుగానే కనపడుతుంది గ్రహించు! కష్టాన్ని నమ్ముకున్న వాడికి ఖచ్చితంగా ఆ దేవుడు దీవిస్తాడు ఇతరులను నష్టపెట్టిన వాడు చివరికి కాణ్ణి వెళ్ళేలోపు ఖచ్చితంగా కర్మ అనుభవిస్తాడు మనిషికి చాపు అనేది ఏ క్షణం లోనైనా సరే రావొచ్చు అని తెలుసుకున్నవాడే ప్రతీ రోజూ



ప్రతీ నిమిషం ఆనందంగా త్రవ్వకగలడు. రచన : కె.మరళిమోహన్ రాజు నెల్లూరు. చరవాణి : 9866179385

: పదవ తరగతి ఫలితాలలో మండల్ టాపర్ గా నిలిచిన అమ్మాయి ని ఘనంగా సన్మానించిన కొడంగల్ మున్సిపల్ రెండవ

విజ్ఞాన్ దినపత్రిక కొడంగల్ రిపోర్టర్ :-వికారాబాద్ జిల్లా కొడంగల్ హై స్కూల్ బాలికల పాఠశాల లో పదవ తరగతి ఫలితాలలో మండల్ టాపర్ గా నిలిచిన అమ్మాయి ని ఘనంగా సన్మానించిన కొడంగల్ మున్సిపల్ రెండవ వార్డ్ కౌన్సిలర్ కొడంగల్ మున్సిపల్. గర్ల్స్ బాలికల హైస్కూల్లో. కొడంగల్ పట్టణంలోని గాంధీనగర్ కు చెందిన బాలిక. గుర్రాల ప్రవన్తి, అనే అమ్మాయి,,కొడంగల్ గర్ల్స్ బాలికల హైస్కూల్లో చదువుతూ మొన్న పదవ తరగతి ఫలితాలలో కొడంగల్ మండల్ టాపర్ గా . 565 మార్కులతో. పాస్ కావడం జరిగింది. ఈ విషయం తెలుసుకొని. కొడంగల్ మున్సిపల్ రెండవ వార్డ్ కౌన్సిలర్ ఆర్ వాణిశ్రీ మధుసూదన్ యాదవ్ గారు. ఆ బాలిక ను కొడంగల్ మున్సిపల్ రెండవ వార్డులో వారి నివాసానికి పిలిపించుకొని,, రెండవ వార్డ్ కాలనీవాసులతో కలిసి. ఘనంగా సన్మానించి ఆర్థిక సహాయం చేసి అభినందించడం జరిగింది.



కారుణ్య నియామకంలో అటెండర్ గా విధుల కేటాయింపు

నెల్లూరు సి.టి. మే. 2/(విజ్ఞాన్ ప్రతినిధి). నెల్లూరు నగర పాలక సంస్థ ఆధ్వర్యంలోని ఫతే ఖాన్ పేట ఎమ్.సి.హెచ్.ఎస్ మున్సిపల్ పాఠశాలలో క్రాఫ్ట్ టీచర్ గా విధులు నిర్వహిస్తూ మరణించిన పి. శ్రీనివాసులు కుటుంబానికి ఆర్థిక భద్రత కల్పించే దిశగా కారుణ్య నియామకం ద్వారా ఆయన కుమారుడు పి. వెంకట రమేష్ కు అటెండర్ గా విధులను కేటాయిస్తూ కమిషనర్ వై.ఓ. నందన్ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. కార్పొరేషన్ కార్యాలయం కమిషనర్ ఛాంబర్ లో శనివారం కారుణ్య నియామకం పత్రాలను వెంకట రమేష్ కమిషనర్ నుంచి అందుకున్నారు. విధుల నిర్వహణలో క్రమశిక్షణ ప్రదర్శిస్తూ, బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వర్తించాలని కమిషనర్ సూచించారు...



: కృప సేవా చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సభ్యుల సహాయ సహకారాలతో ప్రభుత్వ హాస్పిటల్ నందు ఉన్న రోగులకు పౌష్టి కాహారం బ్రెడ్డు పండ్లు వాటర్ బాటిల్ బిస్కెట్ పంపిణీ...

నెల్లూరు జిల్లా గూడూరు పట్టణంలోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న రోగులకు 02/05/2026 వ తేదీ శనివారం రోజున కృప సేవా చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సభ్యుల సహకారంతో అలాగే ఈరోజు ముఖ్య అతిథిగా డాక్టర్ ప్రసన్న చేతులమీదుగా బ్రెడ్, బిస్కెట్లు, వాటర్ బాటిల్స్ పంపిణీ చేశారు... ట్రస్ట్ అధ్యక్షుడు కలకం శ్రీనివాసులు మాట్లాడుతూ:- మా కృప సేవ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సభ్యుల యొక్క సొంత నిధులతో వెచ్చించి ప్రతి నెల మొదటి వారంలో గూడూరు ప్రభుత్వ హాస్పిటల్ లో ఉన్న పేషెంట్లకు బిస్కెట్లు, వాటర్ బాటిల్స్ ప్రతి నెల క్రమం తప్పకుండా పంపిణీ చేస్తున్న కార్యక్రమం మా ట్రస్ట్ సభ్యులు సహాయ సహకారాలతో ఈ కార్యక్రమం చేస్తున్నామని తెలియజేశారు దాదాపు 100 మంది రోగులకు బిస్కెట్లు మరియు బ్రెడ్, వాటర్ బాటిల్స్ పంపిణీ చేస్తున్నట్లు తెలియజేశారు అలాగే మా ట్రస్టు ద్వారా మేము చేస్తున్న సేవా కార్యక్రమాలు దాతలు సహాయ సహకారాలతో అనేక కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నామని అలాగే మా ట్రస్టు ఎక్కడ నిరుపేదలు ఉంటారో అక్కడ మా ట్రస్ట్ ఉంటుందని తెలియజేశారు. ఈరోజు ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన డాక్టర్ ప్రసన్న కి మా కృప సేవ



చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సభ్యుల తరఫున ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు... ఈ కార్యక్రమంలో కృప సేవా చారిటబుల్ ట్రస్ట్ అధ్యక్షులు కలకం శ్రీనివాసులు, ఉపాధ్యక్షుడు అత్తి మంజరి గోపాల్, చల సురేంద్ర, పర్యటాల రమేష్ , పేయ్యల రమణయ్య, ఎస్ కే ముజీఫ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు...

ఎన్.వి.ఆర్.స్కూల్లో పదవ తరగతి ఫలితాల ప్రభంజనం

నెల్లూరు జూకీర్ హుస్సేన్ నగర్ లోని ఎస్వీఆర్ ఇంగ్లీష్ మీడియం హైస్కూల్లో 2026 ఎస్.ఎస్.సి.ఫలితాల్లో అద్భుతమైన ఫలితాలు సాధించారు. అందులో యు.వి కార్తిక 595 స్టేట్ ర్యాంక్ మార్కులు సాధించగా, ఆర్.వి. భరద్వాజ 589 మార్కులతో పాఠశాల ద్వితీయ స్థానంలోనూ, యు.దేవిమేధల్ 585 మార్కులతో తృతీయ స్థానంలో నిలవగా వి.మహిధర్ 584 మార్కులతో తర్వాత స్థానంలో నిలిచాడు. 22 మంది 550 మార్కుల పైగా సాధించగా, 39 మంది 500 పైగా మార్కులు సాధించారు. అలాగే తెలుగు, హిందీ, లెక్కలు, సైన్సు, సోషల్ సైన్సులలో నూటికి నూరు మార్కులు సాధించి, నూరు శాతం రిజల్ట్ సాధించామని ఆపాఠశాల కరెస్పాండెంట్ అండ్ శ్రీనివాసులు తెలియజేశారు. ఇందుకు కారణమైన ఉపాధ్యాయులను, విద్యార్థులను, తల్లిదండ్రులను ప్రశంసించారు. పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ బి.రమేష్ బాబు మాట్లాడుతూ మాపాఠశాల సిల్వర వార్షిక్ ఉన్నది జూనియర్ సివిల్ జడ్జి స్టేట్ సెకండ్ ర్యాంక్ సాధించిన కావలి వాస్తవ్యులు బృందావనం కాలనీ దర్శి వెంకట సత్య ధనుషా(బి/శి వెంకట శ్యాం ప్రసాద్ వనజ) గార్ల కుమార్తె జడ్జి గా సెలెక్ట్ అయిన సందర్భంగా మాజీ శాసన సభ్యులు మరియు. శా. =.జ.శా . జ. జ. సభ్యులు గౌరవనీయులు శ్రీ కాటం రెడ్డి విష్ణు వర్ధన్ రెడ్డి గారు కలసి శాలువ తో సత్కరించినరు. మీరు ఈ గణత సాధించడం మాకు చాలా సంతోషంగా వుంది, మీరు ఇంకా వున్నత శిఖరాలు అధిరోహించి న్యాయం ప్రతి సామాన్యుడికి చెరువ చేయాలని కోరుతున్నాను.

రైతుకు తన భూమిపై హక్కును, ధైర్యాన్ని కల్పించిన చంద్రబాబు- ఏఎంసీ చైర్మన్ కొండా ప్రవీణ్ కుమార్.

విజ్ఞాన్ దినపత్రిక, కృష్ణాజిల్లా , ఉయ్యూరు పెనమలూరు నియోజకవర్గం ఉయ్యూరు రూరల్ మండలం ఆకుసూరు గ్రామంలో రెవెన్యూ అధికారుల ఆధ్వర్యంలో రైతులకు రీసర్వే చేసి, రాజముద్ర కలిగిన పట్టాదారు పాసుపుస్తకాలను శనివారం పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న ఉయ్యూరు వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కొండా ప్రవీణ్ కుమార్, ఈ సందర్భంగా గత ప్రభుత్వం రైతుల వ్యవసాయ భూములకు పట్టాదారు పాసుపుస్తకం మీద, సర్వే రాళ్ళ మీద ఇతర వ్యక్తుల ఫోటోలు ముద్రించడం పట్ల ఆందోళన చెందిన పరిస్థితులలో అప్పటి తెదేపా అధినేత, ప్రస్తుత ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, రైతులకు వ్యవసాయ భూములపై హక్కును కల్పించడంలో ధైర్యాన్ని, నమ్మకాన్ని, కలిగించేలా ప్రభుత్వ రాజముద్ర, ఇతర సాంకేతిక వెసులుబాటు కల్పిస్తామన్న హామీ నెరవేరుస్తూ, పట్టాదారు పాసుపుస్తకం పంపిణీ చేయడం కూటమి ప్రభుత్వం యొక్క నిబద్ధతకు నిదర్శనమని స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆకుసూరు గ్రామంలో రైతులకు పట్టాదారు పాసుపుస్తకాలు అందించి, కూటమి ప్రభుత్వం చంద్రబాబు నాయుడు పరిపాలన సుస్థిర పాలన గా ఆశీర్వదించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల తెదేపా అధ్యక్షులు వెనిగళ్ల కుటుంబరావు, రైతు కమిటీ నియోజకవర్గం అధ్యక్షులు సూరపనేని ప్రసాద్, గ్రామ తెదేపా అధ్యక్షులు వెలగపూడి వెంకన్న , దమ్ము సాల్మన్ రాజు, పిఎసిఎస్ డైరెక్టర్ స్టాన్లీ పాల్గొన్నారు.



జూనియర్ సివిల్ జడ్జి స్టేట్ సెకండ్ ర్యాంక్ సాధించిన కావలి వాస్తవ్యులు బృందావనం కాలనీ దర్శి వెంకట సత్య ధనుషా(బి/శి వెంకట శ్యాం ప్రసాద్ వనజ) గార్ల కుమార్తె జడ్జి గా సెలెక్ట్ అయిన సందర్భంగా మాజీ శాసన సభ్యులు మరియు. శా. =.జ.శా . జ. జ. సభ్యులు గౌరవనీయులు శ్రీ కాటం రెడ్డి విష్ణు వర్ధన్ రెడ్డి గారు కలసి శాలువ తో సత్కరించినరు.

మీరు ఈ గణత సాధించడం మాకు చాలా సంతోషంగా వుంది, మీరు ఇంకా వున్నత శిఖరాలు అధిరోహించి న్యాయం ప్రతి సామాన్యుడికి చెరువ చేయాలని కోరుతున్నాను. కమ్యూనిస్ట్ నేత వెంకటేశ్వర్లు పరామర్శించిన మాజీ ఎమ్మెల్యే విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి

కమ్యూనిస్టు సీనియర్ నేత బలిజేపల్లి వెంకటేశ్వర్లు శనివారం వారి స్వగృహంలో పరామర్శించారు ఈ సందర్భంగా వారి ఆరోగ్య పరిస్థితి గురించి మాజీ ఎమ్మెల్యే విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి తెలుసుకొని . వెంకటేశ్వర్లు త్వరగా కోలుకొని మా మధ్యలో రావాలని, ప్రజా సమస్యపై పోరాడాలని ఈ సందర్భంగా మాజీ ఎమ్మెల్యే కోరారు

నెల్లూరు జిల్లా, కావలి రూరల్ ,సర్పాయిపాలెం గ్రామం లో “శ్రీ దామిశెట్టి శ్రీనివాస నాయుడు గారి” విగ్రహోవిష్కరణలో పాల్గొన లేకపోవడం తో శ్రీ కాటంరెడ్డి విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి గారు ఈ రోజు ఆనగా 02.05.2026 న తన అనుచరులతో కలిసి సర్పాయిపాలెం గ్రామం లోని శ్రీ దామిశెట్టి శ్రీనివాస నాయుడు గారి విగ్రహానికి పూల మాలలతో నివాళులు అర్పించరు.

తరువాత వారి కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడుతు ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉండడం జరుగుతుందని శ్రీ కాటంరెడ్డి విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి గారు పేర్కొన్నారు.

దామిశెట్టి శ్రీనివాసులు నాయుడు నాకు మంచి అప్పుడు మాజీ ఎమ్మెల్యే కాటంరెడ్డి విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి సర్పాయిపాలెం లో ఆయన విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించిన వైయస్సార్సీపీ సీనియర్ నాయకులు విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి



ప్రకాశం జిల్లా ఓంగోలు



: తెదేపా జాతీయ వర్కింగ్ అధ్యక్షులుగా ప్రమాణస్వీకారం చేసిన నారా లోకేష్ బాబుకు శుభాకాంక్షలు -- తెదేపా జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు వై.వి.బి.రాజేంద్రప్రసాద్. లోకేష్ బాబు జాతీయ కమిటీలో జాతీయ ఉపాధ్యక్షులుగా నియమించినందుకు కృతజ్ఞతలు తెలిపిన రాజేంద్రప్రసాద్.

విజ్ఞాన్ దినపత్రిక కృష్ణాజిల్లా ఉయ్యూరు ఆంధ్రప్రదేశ్ భావితరాల వారికి భరోసాగా నిలబడి, రాష్ట్రాన్ని అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేయగల సత్తా గల నాయకుడు నారా లోకేష్ బాబు అని అపార్టీ జాతీయ ఉపాధ్యక్షుడుగా నియమించబడ్డ రాజేంద్రప్రసాద్ అన్నారు. మంగళగిరి కేంద్ర పార్టీ కార్యాలయంలో ఇటీవల జరిగిన జరిగిన తెలుగుదేశం పార్టీ జాతీయ మరియు రాష్ట్ర కమిటీల ప్రమాణస్వీకారం మహోత్సవంలో పాల్గొని తెలుగుదేశం పార్టీ జాతీయ ఉపాధ్యక్షులుగా ప్రమాణస్వీకారం చేసిన రాజేంద్రప్రసాద్, తదుపరి ఆయన్ను జాతీయ కమిటీలో ఉపాధ్యక్షుడిగా నియమించినందుకు నారా లోకేష్ బాబుని కలిసి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా రాజేంద్రప్రసాద్ మాట్లాడుతూ జాతీయ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ గా ప్రమాణస్వీకారం చేసిన పార్టీ రథసారథి లోకేష్ కు శుభాకాంక్షలు తెలియజేసి, ఆయన నాయకత్వంలో తెలుగుదేశం పార్టీ ప్రజాసేవలో దూసుకుపోతుందని, యువగళం పాదయాత్రలో రాష్ట్రంలోని ప్రజల కష్టనష్టాలు తెలుసుకొని వాటిని ఒక్కొక్కటిగా నెరవేరుస్తూ ప్రజల మన్ననలు పొందుతున్న నాయకుడని వైసిపి నాయకులు వార్డు మెంబర్లు కూడా గెలవడం అని ఎవరైతే గతంలో ఆయన్ను కించపరిచేలాగా మాట్లాడారో వాటన్నిటికీ సమాధానం చెబుతూ ఎప్పుడు తెలుగుదేశం పార్టీ గెలవని మంగళగిరిలో కనివిని ఎరగని విధంగా 92 వేల మెజారిటీతో గెలిచి ఆయన రాజకీయ సత్తా ఏంటో, మంగళగిరి ప్రజలు ఆయనపై పెట్టుకున్న నమ్మకం ఏంటో చూపించాడు అని, అలాగే ఇప్పుడు లోకేష్ బాబు ని చూస్తుంటే వైసిపి నాయకుల వెన్నులో వణుకు పుడుతుందని రాజేంద్రప్రసాద్ పేర్కొన్నారు.

అంగరంగ వైభవంగా శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణ మహోత్సవం

కోట మండలం తిన్నెలపూడి గ్రామంలోని శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి ఆలయ ప్రాంగణంలో శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణ మహోత్సవం అంగరంగ వైభవంగా జరిగింది. తిరుపతి జిల్లా వాకాడు మండలం భారతదేశం గ్రామంలోని శ్రీ పట్టాభిరామాలయం కేంద్రంగా నడపబడుతున్న శ్రీ సీతారామ ధార్మిక సేవా సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ప్రవాస భారతీయులు రామిరెడ్డి వేంకటరామిరెడ్డి, హైమావతమ్మ, లావణ్య, మధు కిరణ్ రెడ్డి కుటుంబ సభ్యుల ఆర్థిక సౌజన్యంతో మానం మానం శ్రీవారి కళ్యాణ మహోత్సవంలో భాగంగా సంస్థ ప్రతినిధులు పారా నందకిషోర్ శర్మ, అరసి నరేష్ శర్మలు శాస్త్రోక్తంగా స్వామివారి కళ్యాణ ఘట్టములను వివరిస్తూ విష్ణుశ్వర పూజ, పుణ్యహవాచనం, కంకణ ధారణ, వస్త్ర సమర్పణం, మాంగల్య ధారణ, యజ్ఞోపవీత ధారణ, తలంబ్రాలు, మాల మార్పిడి కార్యక్రమాలను కనులవిందుగా జరిపించారు. దుప్పల వెంకటేశ్వర్లు, సుజాత, కేతంరెడ్డి సురేంద్రరెడ్డి, మమత దంపతులు పూజాకర్తలుగా పాల్గొన్నారు. ఎస్. బి. కె. ఆర్. ఐ. ఎస్. టి. ఐ. టి. ఏ. ఐ. డి. ఎస్. విభాగం వారు విచ్చేసిన భక్తులకు అన్నప్రసాద వితరణ చేశారు. పూసమల్లి సునీల్ కుమార్ బృందం అన్నమాచార్య కీర్తనలు, లేబారు సాయి బృందం నాదస్వర కచేరి భక్తులను ఆలరింపజేశాయి. కార్యక్రమంలో సామ్య రెడ్డి, మల్లె, నులక కోటయ్య, విజయలక్ష్మి, కోస సాయిబాబు శర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు. కళ్యాణం అనంతరం విచ్చేసిన భక్తులకు కళ్యాణ తలంబ్రాలు, తీర్ధప్రసాదాలను నిర్వాహకులు అందజేశారు.

బేబీ కార్న్ ఉపయోగాలు...

సాధారణంగా మనం స్వీట్ కార్న్, మొక్కజొన్నలు వంటివి చూస్తూనే ఉన్నాము. అయితే బేబీ కార్న్ అనేది కూడా చాలా రుచికరమైనవే.. ఇవి పూర్తిగా ఆకులతో చుట్టబడినట్టుగా ఉంటాయి. పురుగుమందుల ప్రభావం కూడా పెద్దగా ఉండదు.. బేబీ కార్న్ లో ఎక్కువగా కార్టోఫైడ్రైట్లు, ప్రోటీన్స్, క్యాలియం, విటమిన్ , బెరన్ వంటివి చాలా సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఇందులో ఎలాంటి కొవ్వు లేకుండా ఫైబర్ కంటెంట్ మాత్రమే పుష్కలంగా లభిస్తుంది. ఇందులో కూడా చాలా తక్కువ క్యాలరీలు కలిగి ఉంటుంది. దీనివల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండేలా సహాయపడుతుంది. బేబీ కార్న్ అనేది యాంటీ ఆక్సిడెంట్ పవర్ హెల్త్ ఫుడ్. ఇది రోగనిరోధక వ్యవస్థను సైతం వెంటనే అందించడానికి సహాయపడతాయి. బేబీ కార్న్ మంచి ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడడానికి అవసరమైన సమయాలలో విటమిన్ ఖనిజాలు కూడా అందిస్తాయి. బేబీ కార్న్ దయాబెటిస్ ఉన్న వ్యక్తులకు తినడం వల్ల రక్తంలో ఉండేటటువంటి చక్కెర స్థాయిలను కూడా పెరగకుండా చేస్తుంది. జీర్ణ క్రియ సమస్యలతో ఇబ్బంది పడేవారు.. ఇది ఒక దివ్య ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. బేబీ కార్న్ ఎక్కువగా ఫైబర్ కంటెంట్ ఉండడం వల్ల జీర్ణక్రియలో సహాయపడతాయి. సాధారణ ప్రేగు కదలికలను కూడా ప్రోత్సహించడానికి అధిక బరువుతో ఇబ్బంది పడుతున్న వారికి ఈ బేబీ కార్న్ చాలా మంచిది. బేబీ కార్న్ తినడం వల్ల చర్మానికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుందట. ఇందులో విటమిన్-%ఇ% పుష్కలంక లభిస్తుంది. ఇందులో ఉండే పోషకాలు చర్మ కణాలను సైతం పునరుద్ధరించడానికి ఉపయోగపడతాయి.. చర్మం మృదువుగా కనిపించిన కొలెస్ట్రాల్ తగ్గలంటే వీటిని తినాల్సిందే. ఇందులో ఉండేటటువంటి ఫైబర్ కొలెస్ట్రాల్ ను సైతం తగ్గించడానికి ఉపయోగపడుతుందట. బేబీ కార్న్ లో కెరోటి నాయుడులు ఉంటాయి. ఇవి కంటి ఆరోగ్యానికి కూడా ఉపయోగపడతాయి. బేబీ కార్న్ లో పొటాషియం మరియు ఫైబర్ కలయిక ఉండటం వల్ల రక్తపోటును కూడా నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుంది. దీనివల్ల ఆరోగ్యంగా కూడా ఉండవచ్చు.

ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ పంపిణీ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే కాకర్ల సురేష్

ఇంటింటికి వెళ్లి లబ్ధిదారులకు పింఛన్ను అందజేసిన ఎమ్మెల్యే కాకర్ల సురేష్ .! జలదంకి విజ్ఞాన్ దినపత్రిక రిపోర్టర్ మే 1న జలదంకి మండలం, కమ్మవారిపాలెం గ్రామంలోని ఎన్టీఆర్ కాలనీ నందు ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ పంపిణీ కార్యక్రమం ఉదయగిరి శాసనసభ్యులు కాకర్ల సురేష్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రజలతో మమేకమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే గ్రామంలోని ప్రతి ఇంటికి స్వయంగా వెళ్లి, అర్హులైన లబ్ధిదారులకు పెన్షన్లను అందజేశారు. వృద్ధాప్య, వితంతు మరియు వికలాంగ పెన్షన్ లను స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు సంబంధిత అధికారులతో కలిసి పంపిణీ చేశారు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు నిజమైన లబ్ధిదారులకు చేరేలా కృషి చేయడం తమ బాధ్యత అని స్పష్టం చేశారు. ప్రజల సమస్యలను కూడా ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే ఆతీయంగా విన్నారు మరియు తక్షణ పరిష్కారానికి అవసరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు.



“సమాజమే దేవాలయం.. ప్రజలే దేవుళ్ళు” - అన్న ఎన్టీఆర్ ఆశయ సాధనలో..

భరోసా ఇచ్చాం.. బాధ్యత నెరవేర్చాం! కందుకూరు పట్టణంలోని 6వ వార్డులో ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు గారి ఆదేశాల మేరకు “సమాజమే దేవాలయం.. ప్రజలే దేవుళ్ళు” అన్న మహానీయుడు సందమూరి తారక రామారావు గారి ఆశయాలను స్ఫూర్తిగా తీసుకుని, కూటమి ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన ‘ఎన్టీఆర్ భరోసా’ పెన్షన్ల పంపిణీ కార్యక్రమం అత్యంత ఉత్సాహంగా సాగింది. “భరోసా ఇచ్చాం.. బాధ్యత నెరవేర్చాం” అని నినాదంతో ఒకటో తేదీన లబ్ధిదారుల ఇళ్లకు వెళ్లి పెన్షన్ అందజేయడం జరిగింది. తెల్లవారుజాము నుంచే సందడి?? ఉదయం 6:30 నిమిషాల నుంచే వార్డు సచివాలయ సిబ్బందితో కలిసి లబ్ధిదారుల పెన్షన్ పంపిణీ చేయడం జరిగింది.

ఎండల తీవ్రతను దృష్టిలో ఉంచుకుని, వృద్ధులు మరియు దివ్యాంగులు సచివాలయం చుట్టూ తిరిగి పని లేకుండా నేరుగా వారి ముంగిటనే వెళ్లి పెన్షన్ సొమ్మును ఇవ్వడం జరిగింది. అవ్యాతాలకు పెన్షన్ అందించి వారి యోగక్షేమాలను అడిగి తెలుసుకోవడం జరిగింది. లబ్ధిదారులు సైతం తమ ఇంటి వద్దకి వచ్చి పెన్షన్ అందిస్తున్నందుకు కూటమి ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో 6వ వార్డు టీడీపీ అధ్యక్షుడు షేక్ నాయబ్ రసూల్, నియోజకవర్గ ఐ-టిడిపి అధ్యక్షుడు షేక్ మున్ను, నియోజకవర్గ ముస్లిం మైనార్టీ ఉపాధ్యక్షుడు షేక్ ఫిరోజ్, పట్టణ ముస్లిం మైనార్టీ అధ్యక్షుడు సయ్యద్ అహ్మద్ బాషా, 6వ వార్డు టీడీపీ ప్రధాన కార్యదర్శి జంగాల మాలాద్రి మరియు వార్డ్ సచివాలయ సిబ్బంది పాల్గొనడం జరిగింది.

మైగ్రేన్ తగ్గిపోవాలంటే..

.?మైగ్రేన్ తగ్గిపోవాలంటే క్రమంగా కెఫిన్ తీసుకోవడం ఖచ్చితంగా తగ్గించాలి. ఎల్లప్పుడూ కూడా హైడ్రేటెడ్ గా ఉండాలి. అలాగే ఖచ్చితంగా ఎలక్ట్రోలైట్ బ్యాలెన్స్ ను మైంటెన్ చేస్తూ ఉండాలి. ఇంకా అలాగే యోగా వంటి వ్యాయామాలు అలవాటు చేసుకోండి. ఖచ్చితంగా సమయానికి నిద్రపోవాలి. అధిక ఉష్ణోగ్రతలు గాలి నాణ్యతను మరింత దిగజారుతున్నాయి. ఇది కాలుష్యం, అలెర్జి కారకాలకు దారితీస్తుంది. కొంతమందికి ఈ వాతావరణ మార్పు సైన్స్ తలనొప్పిని ప్రేరేపిస్తుంది. మైగ్రేన్ పరిస్థితులను తీవ్రతరం చేస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మైగ్రేన్ రిస్క్ తగ్గలంటే కొన్ని ఆహారాలు, పానీయాలు మానుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. కార్బోనేటెడ్ డ్రింక్స్, ఎస్టీ డ్రింక్స్ ఇంకా ఫాస్ఫే మైగ్రేన్లను తీవ్రతరం చేస్తాయి. కొంతమందికి వేసవిలో మైగ్రేన్లు ఎక్కువ అవుతాయి. ఇది ప్రధానంగా అధిక ఉష్ణోగ్రత, తేమ, పగటిపూట సూర్యరశ్మికి గురికావడం వంటి కారణాల వల్ల జరుగుతుంది. కెఫిన్ కొందరిలో మైగ్రేన్లను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. కెఫిన్ కలిగిన పానీయాల వినియోగం వల్ల మైగ్రేన్లు, తేలికపాటి నిద్రలేకరణంపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం వల్ల తలనొప్పి రావచ్చు. సన్స్క్రీమ్ లోషన్స్ లేదా పెన్సిస్టెన్స్ లోని కొన్ని రసాయనాలు వాటి బలమైన సువాసనల కారణంగా మైగ్రేన్ బాధితులలో తలనొప్పిని ప్రేరేపిస్తాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. వేసవి కాలంలో తలనొప్పిలు రావడానికి ప్రధాన కారణం ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడమే అంటున్నారు వైద్యులు. డీహైడ్రేషన్ మైగ్రేన్లకు కారణమవుతుంది. వివేకమైన వేడి డీహైడ్రేషన్ కు దారితీస్తుంది. మీరు ఉపశమనం కోసం మాత్రమే తీసుకునే ముందు మీ శరీరం బాగా హైడ్రేట్ అయ్యిందని నిర్ధారించుకోండి. అప్పుడు నీరు పుష్కలంగా తాగాలి. ఎలక్ట్రోలైట్స్ కోల్పోకుండా ఉండటానికి నిమ్మకాయ నీటిలో ఉప్పు కలుపుకుని తాగితే మంచిది. మైగ్రేన్ సమస్య చాలా మందిని కూడా ఎంతగానో ఇబ్బంది పెడుతుంది. వేసవి కాలంలో మైగ్రేన్ బాధితుల సంఖ్య పెరుగుతుందని అనేక నివేదికలు సూచిస్తున్నాయి. వేసవి కాలంలో మైగ్రేన్లను మరింత తీవ్రమవుతాయి కాబట్టి ఖచ్చితంగా పైన పేర్కొన్న జాగ్రత్తలు ఖచ్చితంగా పాటించండి.

నిద్రలేమికి చెక్ పెట్టే ఆహారాలు?

నిద్రలేమి కారణంగా బలహీనమైన రోగనిరోధక శక్తి, అధిక రక్తపోటు, బలహీనమైన జ్ఞాపకశక్తి ఇంకా అలాగే దృష్టి లేకపోవడం వంటి సమస్యలకు ఖచ్చితంగా దారి తీస్తుంది. సరిగ్గా నిద్ర లేకపోవడం వల్ల చిరాకు, అలసట ఇంకా అలాగే మానసిక కల్లోలం వంటి సమస్యలు కూడా ఎక్కువగా వస్తాయి. అయితే తీసుకునే ఆహారంలో కొన్ని మార్పులని చేసుకోవడం వల్ల ఖచ్చితంగా మనం నిద్రలేమి సమస్యకి చాలా ఈజీగా చెక్ పెట్టవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం. యాపిల్స్ లో ఫైబర్, నేచురల్ షుగర్స్ ఉంటాయి, ఇవి మన శరీరంలో బ్లడ్ షుగర్స్ ని మెయింటెయిన్ చేయడానికి సహాయపడతాయి. రక్తంలో చక్కెరను అదుపులో ఉంచుకోవడం వల్ల మంచి నిద్ర వస్తుంది. టొపాయిలో విటమిన్ సి, ఇ, ఫోలేట్ , పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. పొటాషియం కండలాలను రిలాక్స్ చేస్తుంది. ఇందులో పాపైన్ అనే ఎంజైమ్ కూడా ఉంటుంది, ఇది ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. మంచి జీర్ణక్రియ వల్ల నిద్ర కూడా మెరుగుపడుతుంది. నారింజ అనేది యాంటీ ఆక్సిడెంట్లకు పెట్టింది పేరు. అలాగే ఇందులోని విటమిన్ సి నిద్రలేమి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంతో పాటు ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో ఇది ఉపయోగపడుతుంది. అలాగే విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉండే కివిలో సెరోటోనిన్ ఇంకా పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి, నిద్ర నాణ్యతను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే చెర్రీలు కూడా నిద్రలేమి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. వీటిలోని మెలటోనిన్ అనే హార్మోన్, నిద్ర చక్కాన్ని సమతుల్యం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. మంచి నిద్రకు ఈ హార్మోన్ చాలా అవసరం. ఇది నిద్ర నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తుంది. అరటిపండ్లు విటమిన్ బి6, మెగ్నీషియం వంటి పోషకాలను కలిగి ఉండటం వల్ల నిద్రలేమి నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.

బార్లీ వాటర్ తాగడం నేర్చుకోండి

రోజూ బార్లీ వాటర్ తాగడం వల్ల వివిధ రకాల వ్యాధులను దూరం చేసుకోవచ్చు. అవసరమైన పోషకాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. బార్లీలో నీటిలో కరగే, కరగని ఫైబర్, విటమిన్లు, కార్బియం, బెరన్, మాంగనీస్, మెగ్నీషియం, జింక, కాపర్ మరియు యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. బార్లీ నీరు మూత్రనాశం, మూత్రాశయం వంటి ప్రాంతాలలో ఇన్ఫెక్షన్తో పోరాడటానికి కూడా సహాయపడుతుంది. బార్లీ వాటర్లోని మూత్రవిసర్జన లక్షణాలు దీనికి సహాయపడతాయి. యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్ విషయంలో ఇన్ఫెక్షన్ తగ్గించేందుకు రోజూ బార్లీ వాటర్ తాగండి. బార్లీ నీటిలో అధిక మొత్తంలో ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది మంచి జీర్ణక్రియ, పేగు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. బార్లీలో ఉండే ఫైబర్ బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. ఎందుకంటే పీచు ఎక్కువ సేపు కడుపు నిండుగా ఉంచే అనుభూతి చెందడానికి సహాయపడుతుంది. బార్లీలో ముఖ్యంగా బీటా-గ్లూకాన్ అని పిలిచే ఒక రకమైన కరగే ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. వీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిజెరైడ్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

అడపాదడపా ఉపవాసం చేస్తున్నారా?!

ఇంటర్మిటెంట్ ఫాస్టింగ్ (అడపాదడపా ఉపవాసం) వల్ల గుండె జబ్బులు వస్తాయని, స్ట్రోక్ వస్తుందని గత నాలుగైదు రోజులుగా ఎన్నో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. మనం ఆహారాన్ని తీసుకున్న వెంటనే నోట్ నుంచే జీర్ణక్రియ అనేది ప్రారంభమవుతుంది. లాలాజలంలో టయూలిన్ అనే ఎన్జైమ్ ఉంటుంది. మన జీరాశయంలో 4 గంటల పాటు ఉండి అక్కడ జీరాశయంలో ఉండే హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్.. కాలేయం నుంచి వచ్చే కాలేయ రసాలు బైల్డ్ యాసిడ్స్, క్లోమం నుంచి వచ్చే