మనం

తూర్పు పశ్చిమ, కృష్ణ జిల్లాలు

సోమవారం 21- 04 - 2025

4 పేజీలు

నల్లజర్ల శ్రీ చైతన్య విద్యార్థిని అభినందించిన ముళ్ళపూడి బాపిరాజు.

నల్లజర్ల, ఏప్రిల్ 20,మనం న్యూస్:జాతీయ స్థాయి పోటీ పరీక్షలో ప్రథమ బహుమతి గెలుచుకున్న నల్లజర్ల శ్రీ చైతన్య స్కూల్ లో 3వ తరగతి చదువుతున్న దర్శిన్ ను రాష్ట్ర తెలుగుదేశం పార్టీ ప్రముఖ నాయకులు,మాజీ జిల్లాపరిషత్ చైర్మన్ ముళ్ళపూడి బాపిరాజు అభినందించారు. ప్రతిష్టాత్మక ఎన్.టి.ఎస్.ఓ. పోటీ పరీక్షల విభాగంలో విజయం సాధించినందుకు దర్శిన్‌ను ప్రోత్సాహక నగదు బహుమతితో స్వయంగా అభినందించారు.పిమ్మట సాధించిన లెనోవ టాబ్ ను దర్శిన్ కు బాపిరాజు అందజేశారు. కేవలం విజయమే లక్ష్యంగా చదువుపై దర్శిన్ పెట్టిన శ్రద్ధను కొనియాడారు.విద్యార్థి చదివిన విధానాన్ని అడిగి తెలుసుకోవడమే కాకుండా దర్శిన్ కు నగదు బహుమతిని అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా బాపిరాజు మాట్లాడుతూ, “దూబచర్ల గ్రామానికి చెందిన తాడిగడప దర్శిన్ లాంటి విద్యార్థులు రాష్ట్ర భవిష్యత్తుకు వెలుగు విరజిమ్మే దీపస్తంభాలుగా నిలుస్తారు అని, మరియు ఆ బాలుడి ప్రతిభను గుర్తించి, మరింత ప్రోత్సహించాల్సిన బాధ్యత అందరిపైన ఉంది అన్నారు.దర్శిన్ సాధించిన విజయం రాష్ట్ర యువతకు మార్గదర్శకంగా నిలవాలని, విద్యారంగంలో మరిన్ని గౌరవాలు తెచ్చే విధంగా ప్రతి విద్యార్థి కృషి చేయాలని బాపిరాజు పిలుపునిచ్చారు.ఈ సందర్భంగా నల్లజర్ల శ్రీ చైతన్య పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు ఆకుల రాంప్రసాద్ ఈ పోటీ పరీక్షల్లో విజయం సాధించిన విద్యార్థి దర్శిన్ కు చదువు పట్ల ఉన్న శ్రద్ధను బాపిరాజుకు వివరించారు.పాఠశాలలో ఈ జాతీయ స్థాయి పరీక్షల్లో 80 మంది విద్యార్థులు విజయం సాధించి అనేక ప్రోత్సాహక బహుమతులు,రాష్ట్రస్థాయి ర్యాంకులతో పాటు ద్వితీయ,తృతీయ బహుమతులు పొందారని బాపిరాజుకు తెలిపారు. దర్శిన్ సాధించిన ఈ ఘనత నల్లజర్ల శ్రీ చైతన్య పాఠశాలకే కాక, జిల్లా విద్యారంగానికి గర్వకారణం అన్నారు. క్రమశిక్షణ, పట్టుదల, ఉపాధ్యాయుల మార్గదర్శనం, తల్లిదండ్రుల సహకారం వంటి అంశాలు ఈ విజయానికి మూలస్తంభాలుగా నిలిచాయి అన్నారు.

రాష్ట్రానికి విజనరీ లీడర్ చంద్రబాబు

మంత్రి రామానాయుడు ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా పుట్టినరోజు వేడుకలు

రక్తదాన శిబిరం, పేదలకు పలు సేవా కార్యక్రమాలు.

పాలకొల్లు, ఏప్రిల్ 20,మనం ప్రతి నిధి :ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆవిర్భావం నుంచి నవ్యాంధ్రప్రదేశ్ వరకు చరిత్ర రాస్తే సగానికి సగం చంద్రబాబు అధ్యాయాలు ఉంటాయని రాష్ట్ర జల వనరుల అభివృద్ధి శాఖ మంత్రి డాక్టర్ నిమ్మల రామానాయుడు అన్నారు. పాలకొల్లులో ఆయన కార్యాలయం వద్ద ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పుట్టినరోజు వేడుకలను ధర్మారావు ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రక్తదాన శిబిరంతో పాటు పేదలకు పలు సేవా కార్యక్రమాలను మంత్రి రామానాయుడు నిర్వహించారు. ముందుగా కేక్ కట్ చేసి నియోజకవర్గ ప్రజల తరఫున చంద్రబాబుకు పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటుచేసిన 106వ రక్తదాన శిబిరంలో 50 మంది రక్తదానం చేశారు. నిరుపేద మహిళలకు చీరలు, దివ్యాంగులకు బియ్యం దుప్పటి వంటివి అందజేశారు. అందరికీ ఫ్రూటీ ప్యాకెట్లు పంచారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన సభలో మంత్రి రామానాయుడు మాట్లాడుతూ చంద్రబాబు నేతృత్వంలో పని చేయడం మా అదృష్టం అన్నారు.చంద్రబాబు, వ్యక్తిత్వం, విలక్షణ శైలి, పాలనా అనుభవం గురించి చెప్పాలంటే పది పుస్తకాలు రాయొచ్చుని తెలిపారు.నాలుగున్నర దశాబ్దాల రాజకీయ అనుభవం ఉన్న ఆయన సాధించని ఉన్నత శిఖరాలు గాని, దాటని మైలురాళ్ళు గాని లేవన్నారు.గవర్నెన్స్ లో, టెక్నాలజీ వినియోగాన్ని ప్రోత్సహించిన తొలి నేతల్లో ఒకరు గా...ఈ గవర్నెన్స్ కు మార్గదర్శకులన్నారు.చంద్రబాబు నేతృత్వంలో పోలవరం ప్రాజెక్టు ,పోలవరం-బనకచర్ల పూర్తయి రాష్ట్రం కరువు రహిత రాష్ట్రంగా మారుతుందని మంత్రి రామానాయుడు తెలిపారు. జగన్ ఐదేళ్ల పాలనలో విధ్వంసానికి గురైన రాష్ట్రాన్ని అన్ని విధాల గాడిలో పెడుతూ ఆర్థిక వ్యవస్థను సరిదిద్దుతున్న చంద్రబాబు అందరికీ ఆదర్శనీయులు అన్నారు. చంద్రబాబు రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి సంక్షేమాన్ని సమాంతరంగా ముందుకు తీసుకెళుతూ మంచి పాలన అందిస్తున్నారన్నారు. మాజీ ఎమ్మెల్సీ అంగర రామ్మోహన్ మాట్లాడుతూ నవ్యాంధ్ర సృష్టికర్త చంద్రబాబు రాష్ట్రాన్ని అన్ని విధాల అభివృద్ధి చెందే దిశగా నిరంతరం కృషి చేస్తున్నారన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాలకొల్లు నియోజకవర్గం టిడిపి పరిశీలకులు పెచ్చెట్టి చంద్రమౌళి, కూటమి నాయకులు పెచ్చెట్టి బాబు, బోనం చినబాబు, ఉనమట్ల ఖబర్ది, బోనం నాని, మామిడి శెట్టి పెద్దిరాజు, గొట్టుముక్కల సూర్యనారాయణ రాజు, కడలి గోపి, తులా రామలింగేశ్వరరావు, జక్కంపూడి కుమార్, బొప్పన హరికిషోర్, పాలవలస తులసిరావు, పీతల శ్రీనివాస్, బిరుదు కోట శేఖర్, ధనాన్ని సూర్య ప్రకాష్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అనితర సాధ్యుడుచంద్రబాబు.డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్.

గొల్లప్రోలుఏప్రిల్ 20 మనంన్యూస్, పిఠాపురం శాసనసభ్యుడు రాష్ట్ర డిప్యూటీ సీఎం ఏపీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు కి 74వ జన్మదిన శుభాకాంక్షలు సందర్భంగా అమరావతి రాజధాని ముఖ్యమంత్రి క్యాంప్ కార్యాలయంలో సీఎంచంద్రబాబుకి.సాలువా కప్పి పూల గుచ్చాన్ని పవన్ కళ్యాణ్ అందజేశారు ఈ సందర్భంగా పిఠాపురం శాసనసభ్యులు పవన్ కళ్యాణ్ ఇలా ప్రసంగించారు అనితర సాధ్యుడు మన ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు రాజకీయాలలో ఎన్నో ఒడి దుడుకులుఎత్తుపల్లాలుచూసిన నాయకుడిగా అభివర్ణించారు రాజకీయాలలో ఆర్థికంగా నష్టపోయిన ఏపీ రాజకీయాలలో అభివృద్ధి చెందుతూ ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజలకు ఆయన రాజకీయ సేవలు అందిస్తున్నారని రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ కొనియాడారు వైసీపీ ప్రభుత్వం నుండి రాష్ట్రంలో లా అండ్ ఆర్డర్ అగమ్య గోచరంగా తయారైన శాంతిభద్రతలను పరిరక్షిస్తూ రాష్ట్ర పురోగతిని పునర్జీవింప చేసిన నాయకుడు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు నిరంతరం ప్రజా శ్రేయస్సుకు కృషి చేయడమే ఆయన విజన్ అన్నారు ముందుగానే రాష్ట్ర భవిష్యత్తును అంచనా వేసి దానికి అనుగుణంగా వ్యవస్థలను నడిపించే ఆదర్శనీయుడైన భావా లు కలిగిన మహోన్నతమైన వ్యక్తి చంద్రబాబు అని జనసేన పార్టీ అధినేత రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ కొనియాడారు

క్రైస్తవత్వం అంటేనే ప్రేమ, మంచి తనం

సంతోషాలతో ఉండాలి అని మంత్రి తెలియజేశారు

- క్రీస్తు మార్గం పవిత్ర మార్గం మంచి మార్గం
- క్రైస్తవ సోదరుల అభివృద్ధికి సంక్షేమానికి రూ,150 కోట్లు
- కేటాయించిన ప్రభుత్వం
- ,క్రైస్తవ సోదరులకు అనేక సంక్షేమ అభివృద్ధి పథకాలను అందజేస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వం..

నూజివీడు ఎప్రిల్ 20 మనం ప్రతినిధి ఈస్టర్ పర్వదినం సందర్భంగా నూజివీడు పట్టణంలో గల పెంతు కోస్తు దేవాలయానికి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని భక్తులకు క్రైస్తవ సోదరులకు ఈస్టర్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన రాష్ట్ర గృహనిర్మాణ మరియు సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి కొలుసు పార్ధసారధి,

మొదటిగా మంత్రి కి ఘనస్వాగతం పలికిన చర్చి పెద్దలు పాస్టర్లు.అనంతరం క్రీస్తుకు ప్రత్యేక ప్రార్ధనలు చేసిన అనంతరం కేక్ కోసి భక్తులకు క్రైస్తవ సోదరులకు పంచి ఈస్టర్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన మంత్రి మాట్లాడుతూ మునుపెన్నడూ లేని విధంగా క్రిస్టియన్ సోదరుల అభివృద్ధి సంక్షేమానికి రూ.150 కోట్లు కేటాయించిన ప్రభుత్వం కూటమి ప్రభుత్వం అన్నారు, క్రిస్టియన్ సంక్షేమానికి,వారి అభివృద్ధికి, క్రైస్తవ సోదరుల పవిత్ర స్థలం ఐన జెరూసలెము యాత్రకు, విదేశీ విద్యను అభ్యసించటానికి ప్రభుత్వం మరిన్ని నిధులు కేటాయించిందని, దాన్ని క్రిస్టియన్ సోదరులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని దానికి కావలసిన నా వంతు సహాయ సహకారం అందిస్తామని మంత్రి తెలిపారు.

రానున్న రోజుల్లో నూజివీడు క్రైస్తవ సోదరుల ఎంతో ఇష్ట దైవం అయిన సిలువగట్టు మరింత అభివృద్ధి చేస్తానని మంత్రి హామీ ఇచ్చారు,సిలువ గట్టుకు ఇరువైపులా వీధి దీపాలు త్వరలో ఏర్పాటు చేస్తామని మంత్రి అన్నారు,రానున్న సిలువ గట్టు తిరునాల్లకు ఎటువంటి అసౌకర్యాలు లేకుండా సకల సౌకర్యాలు ఏర్పాటు చేస్తామని మంత్రి తెలిపారు, నూజివీడు ప్రాంత వాసులకు భక్తి, అభిమానం ఎక్కువ అని దానికి అనుగుణంగా పని చేస్తానని మంత్రి అన్నారు, అన్ని మతాలను గౌరవించి అందరూ అన్యూన్యంగా జీవించాలని మంత్రి కోరారు,నూజివీడు నియోజకవర్గాన్ని మంచి నియోజకవర్గంలా తీర్చిదిద్దుతామని మంత్రి తెలియజేశారు,నూజివీడు నియోజకవర్గ ప్రజల ప్రవేట్, మరియు ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు సౌకర్యార్థం త్వరలో ఈ, ఎస్, ఐ. హాస్పటల్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేసే ప్రయత్నం చేస్తునట్లు మంత్రి అన్నారు, నెహ్రూ పేట, ఎమ్, ఆర్, అప్పారావు కాలనిలో హెల్త్ అర్బన్ సెంటర్ త్వరలో ప్రారంభిస్తున్నట్లు మంత్రి అన్నారు,రాష్ట్రంలో గల పవిత్ర పుణ్యక్షేత్రాలలో ఒకటిగా సిలువ గట్టు తీర్చిదిద్దుతామని మంత్రి అన్నారు, గతంలో 255 క్రైస్తవ మందిరాలకు బడ్జెట్ కేటాయించిన ప్రభుత్వం కూడా మాదే అన్నారు. గతంలో క్రిస్టియన్ సోదరులకు అనేక అభివృద్ధి సంక్షేమ ఫలాలు ఇచ్చింది రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు అని తెలిపారు.

ప్రభు ఆశీస్సులతో పట్టణ ప్రజలంతా సుఖ

రాష్ట్ర ప్రజలందరూ ఆయురారోగ్యాలతో ఐశ్వైస్వర్యాలతో సంతోషాలతో జీవించాలని ప్రార్ధించామన్నారు , ప్రభు వారి ఆశీస్సులు అందరిపై ఉండాలి.నూజివీడు నియోజకవర్గ ప్రజలు, జిల్లా ,రాష్ట్ర ప్రజలందరికీ సకల శుభాలు కలగాలని, అందరి జీవితాల్లో చీకటి తొలగిపోయి వెలుగులు నింపాలని విజయాలు సిద్ధించాలని ప్రభువును ఆకాంక్షించాలన్నారు. ప్రభు వారి ఆశీస్సులతో రాష్ట్రంలోని, జిల్లాలోని ప్రతీ కుటుంబం సంతోషాలతో అభివృద్ధిలో ముందడుగు వేయాలని అభిలషించారు. అలాగే రాష్ట్ర సమగ్రాభివృద్ధికి, సంక్షేమ కార్యక్రమాల అమలుకు ప్రజలు సహకరించాలన్నారు .క్రీస్తు వారి ఆశీస్సులతో పాడి పంటలు బాగా పండి రాష్ట్ర ప్రజానీకం సుఖ సంతోషాలతో వర్ధిల్లాలని ప్రభు వారి ఆశీస్సులతో ప్రజలకు అంతా మేలు జరుగుతుందన్నారు ఈ రోజు మరొక పండుగ ఏమనగా మన ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు పుట్టినరోజు జరుపుకోవడం మరో పండుగ అని ఆయన ఆయురారోగ్యాలతో వర్ధిల్లాలని మీరంతా ప్రభువుకి ప్రార్ధించాలని క్రైస్తవ సోదరులను కోరిన మంత్రి,ఈ కార్యక్రమంలో, క్రైస్తవ పెద్దలు పాస్టర్లు,నాయకులు తెలుగుదేశం కూటమి నాయకులు, మున్సిపల్ ఫ్లోర్ లీడర్ దుర్గాప్రసాద్, చర్చి ఫాదర్లు సిస్టర్స్, చర్చి, పెద్దలు ఇళయరాజా, రమేష్,ప్రసన్న కుమార్, తెలుగుదేశం నాయకులు పెద్దలు, రఘు,నాగేశ్వరరావు, ఆది, గణేష్,పి, నాగరాజు, పి,సాంబశివరావు, పి,సత్యన్నారాయణ, కౌన్సిలర్లు, తెలుగుదేశం నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

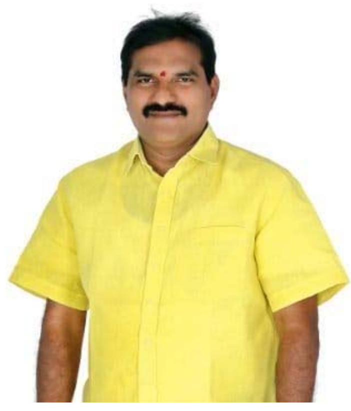
నేడు కలెక్టరేట్ లో పిజిఆర్ఎస్

కలెక్టర్ పి ప్రశాంతి

రాజమండ్రి ఏప్రిల్ 20 మనం ప్రతినిధి ప్రతి సోమవారం ప్రజా సమస్యలు పరిష్కార కోసం నిర్వహిస్తున్న పిజిఆర్ఎస్ కార్యక్రమం ఏప్రియల్ 21 వ తేదీ సోమవారం యధావిధిగా కలక్టరేట్ , డివిజన్, మండల కేంద్రంలో, మునిసిపల్ కార్పొరేషన్ పురపాలక సంఘం పరిధిలో నిర్వహిస్తున్నట్లు జిల్లా కలెక్టర్ పి ప్రశాంతి ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారుజిల్లా కలెక్టరేట్లో అదే విధంగా డివిజన్, మునిసిపల్ , మండల కేంద్రంలో ఉదయం 10.00 నుంచి మ.1.00 వరకు ప్రజల నుంచి పీజీఆర్ఎస్ అర్జీలను స్వీకరిస్తామని కలెక్టర్ తెలిపారు. ప్రత్యేక అధికారులు , జిల్లా, డివిజన్ మండల, మునిసిపల్ క్షేత్ర స్థాయి అధికారులు తప్పనిసరిగా హాజరు కావాలని స్పష్టం చేశారు.

సోమవారం డి ఆర్ సి సమావేశం

పాల్గొననున్న జిల్లా ఇంచార్జీ మంత్రి నిమ్మల రామా నాయుడు



రాజమండ్రి ఏప్రిల్ 20 మనం ప్రతినిధి జిల్లా ఇంచార్జీ మంత్రి, రాష్ట్ర జలవనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు ఏప్రియల్ 21 వ తేదీన తూర్పు గోదావరి జిల్లా పర్యటన కార్యక్రమం వివరములు...ఏప్రియల్ 21 వ తేదీ ఉదయం 10.00 గంటలకు పాలకొల్లు నుంచి రోడ్డు మార్గంలో రాజమండ్రి ఉదయం 11.40 గంటలకు చేరుకుని ఆర్ అండ్ బి అతిథి గృహం బస చేస్తారు. అనంతరం స్థానిన శాసన సభ్యులు, ప్రజా ప్రతినిధులతో, కూటమి నేతలతో , పార్టీ జిల్లా ఇంచార్జీ లతో ఉదయం 11.40 నుంచి మధ్యాహ్నం 3 గంటల వరకు సమావేశం లో పాల్గొంటారు.తదుపరి మ.3 నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు స్థానిక బొమ్మూరు లోని కలెక్టరేట్‌లో తూర్పు గోదావరి జిల్లా.. జిల్లా సమీక్షా (డీఆర్సీ) సమావేశంలో పాల్గొంటారు. సాయంత్రం 6 నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల నుంచి రాత్రి 7.30 వరకు రిజర్వు. అనంతరం రాత్రి 7.50 రాజమహేంద్రవరం నుంచి శ్రీకాకుళం రోడ్డు కు బయలుదేరి వెళ్లడం జరుగుతుంది.

ఆరోగ్య భారత్ ఆవిష్కృతమవుతోంది

- క్యాన్సర్ చికిత్సల్లో విప్లవాత్మక ఆవిష్కరణలు
- అత్యాధునిక వైద్య సేవలు ప్రజలందరికీ అందుబాటులోకి రావాలి
- సేవా దృక్పథంతో పేదలకు చికిత్సలను అందించాలి
- సిటిజెన్ ఫోర్స్ క్యాన్సర్ హాస్పిటల్ అండ్ రీసెర్చ్ ఇనిస్టిట్యూట్ శంకుస్థాపన సందర్భంగా రాజమండ్రి ఎంపీ, ఏపీ బీజేపీ అధ్యక్షురాలు దగ్గుబాటి పురంధేశ్వరి
- పేద ప్రజలకు క్యాన్సర్ చికిత్సలందించడంలో సిటిజెన్ ఫోర్స్ మార్గదర్శిగా నిలవాలని ఆకాంక్ష
- రాష్ట్ర మంత్రి పార్థసారథిచే సిటిజెన్ ఫోర్స్ క్యాన్సర్ క్లినిక్ ప్రారంభం

విజయవాడ: ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో ఆరోగ్య భారత్ ఆవిష్కృతమవుతోందని రాజమండ్రి ఎంపీ, ఏపీ బీజేపీ అధ్యక్షురాలు దగ్గుబాటి పురంధేశ్వరి అన్నారు. కృష్ణాజిల్లా ముళ్లపూడిలో నిర్మించబడుతున్న సిటిజెన్ ఫోర్స్ క్యాన్సర్ హాస్పిటల్ అండ్ రీసెర్చ్ ఇనిస్టిట్యూట్ కు ఆదివారం ఆమె వర్చువల్ విధానంలో శంకుస్థాపన జరిపారు. పటమట కృష్ణవేణి స్కూల్ రోడ్డులోని సిటిజెన్ ఫోర్స్ కార్యాలయం వేదికగా జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో పురంధేశ్వరి ప్రసంగిస్తూ.. క్యాన్సర్ చికిత్సల్లో అనేక విప్లవాత్మక ఆవిష్కరణలు వెలుగుచూస్తున్నాయని, అత్యాధునిక వైద్య సేవలు ప్రజలందరికీ అందుబాటులోకి రావాలని అన్నారు. ప్రజలకు మెరుగైన క్యాన్సర్ చికిత్సలందించేందుకు సిటిజెన్ ఫోర్స్ స్వచ్ఛంద సంస్థ ముందుకురావడం అభినందనీయమని పేర్కొన్నారు. పేద ప్రజలకు క్యాన్సర్ చికిత్సలందించడంలో సిటిజెన్ ఫోర్స్ మార్గదర్శిగా నిలవాలని ఆకాంక్షను వెలిబుచ్చారు. వైద్య రంగంలో సేవా దృక్పథం వృద్ధి చెందాలని, నూతన ఆవిష్కరణలను అందిపుచ్చుకుని ప్రజలకు మరింత మెరుగ్గా సేవలందించాలని పిలుపునిచ్చారు. దేశ ప్రజలందరికీ నాణ్యమైన వైద్యం అందించేందుకు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పలు పథకాలను అమలు చేస్తున్నాయని, ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో సంపూర్ణ ఆరోగ్య భారతం ఆవిష్కరించబడుతోందని పేర్కొన్నారు. కేంద్ర బడ్జెట్ లో క్యాన్సర్ సంరక్షణకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇచ్చారని, ఆరోగ్య, కుటుంబ సంక్షేమ మంత్రిత్వ శాఖకు మొత్తం రూ.99,858.56 కోట్లు కేటాయించగా, ఆరోగ్య పరిశోధన శాఖకు రూ.3,900.69 కోట్లు కేటాయించారని తెలిపారు. రాబోయే మూడేళ్లలో అన్ని జిల్లా ఆసుపత్రుల్లో డే కేర్ క్యాన్సర్ సెంటర్లను ఏర్పాటు చేయాలని కేంద్రం యోచిస్తోందని, ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం ముగిసే నాటికి 200 కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు వివరించారు. క్యాన్సర్ తదితర అరుదైన వ్యాధులు, దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల చికిత్సకు ఉపయోగించే వివిధ ఔషధాలను ప్రాథమిక కస్టమ్స్ సుంకం నుండి పూర్తిగా మినహాయించారని చెప్పారు. ఎన్డీయే నేతృత్వంలోని కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ప్రజారోగ్య పరిరక్షణకు అత్యంత ప్రాధాన్యతనిస్తున్నాయని పురంధేశ్వరి వెల్లడించారు. వైద్యో నారాయణో హరిః అని డాక్టర్లను దేవుళ్లుగా చూసే మన దేశ మహోన్నత సంస్కృతిని మరింత దృఢపరిచే విధంగా సేవా దృక్పథంతో సిటిజెన్ ఫోర్స్ క్యాన్సర్ వైద్య సంస్థకు రూపకల్పన చేసిన పి. రమేష్ బాబు, తట్టి అర్జునరావులకు ఎంపీ పురంధేశ్వరి ఈ సందర్భంగా అభినందనలు తెలియజేశారు. సిటిజెన్ ఫోర్స్ క్యాన్సర్ క్లినిక్ ను రాష్ట్ర గృహ నిర్మాణ, సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి కొలుసు పార్థసారథి ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి మాట్లాడుతూ.. పేద ప్రజలకు అత్యున్నత శ్రేణి క్యాన్సర్ వైద్య సేవలను అందించేందుకు సిటిజెన్ ఫోర్స్ ముందుకురావడం అభినందనీయమని కొనియాడారు. అనంతరం, సిటిజెన్ ఫోర్స్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ పి. రమేష్ బాబు మాట్లాడుతూ.. పేద ప్రజల కోసం స్వచ్ఛందంగా క్యాన్సర్ వైద్య చికిత్సలు అందించాలనే లక్ష్యంతో ఈ హాస్పిటల్ ను తీర్చిదిద్దుతున్నట్లు తెలిపారు. ఎటువంటి లాభాపేక్ష లేకుండా పూర్తి సేవాభావంతో పేద ప్రజల పాలిట సంజీవనిగా సిటిజెన్ ఫోర్స్ హాస్పిటల్ సేవలందిస్తుందని అన్నారు. బంగారం స్వచ్ఛతకు హాల్ మార్క్ లాగా.. వైద్య రంగంలో స్వచ్ఛతకు ప్రామాణికంగా సిటిజెన్ ఫోర్స్ నిలుస్తుందని రమేష్ బాబు చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యేలు గద్దె రామ్మోహన్ రావు, వర్ల కుమార్ రాజా, బీజేపీ ఏపీ మీడియా ఇంచార్జి పాతూరి నాగభూషణం, టీడీపీ నేత బొప్పన భవకుమార్, కార్పొరేటర్లు చెన్నుపాటి క్రాంతిశ్రీ, దేవినేని అపర్ణ, సిటిజెన్ ఫోర్స్ ప్రతినిధులు డాక్టర్ లలిత, డాక్టర్ కె. వంశీకృష్ణ, డాక్టర్ కె. సంజీవరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్రికెట్ బెట్టింగ్ రాకెట్ గుట్టురట్టు

ఇద్దరు బెట్టింగ్ రాయుళ్లు అరెస్ట్

పాలకొల్లు, ఏప్రిల్ 20,మనం ప్రతినిధి :పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా పాలకొల్లులో క్రికెట్ బెట్టింగ్ రాకెట్ గుట్టు రట్టయింది. ఇద్దరు బెటింగ్ రాయుళ్లు అరెస్టయ్యారు. డీఎస్పీ శ్రీ వేద బెట్టింగ్ రాకెట్ గురించి ఆదివారం పాలకొల్లు పోలీస్ స్టేషన్ లో నిర్వహించిన పాత్రికేయుల సమావేశం లో తెలిపిన వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. పెనుమదం బైపాస్ రోడ్డు టీ జంక్షన్ వద్ద ఆన్లైన్ క్రికెట్ బెట్టింగ్ నడుపుతున్న పాలకొల్లుకు చెందిన ఎం వెంకట్రావు, వై వెంకట మురళి లను అరెస్ట్ చేసినట్లు తెలిపారు. వీరి వద్ద నుంచి రెండు లాప్టాప్ లు, 10 సెల్ ఫోన్లు, 33 వేల రూపాయలు నగదు, హోండా క్రెటా కారు స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు తెలిపారు. బెటింగ్ నిర్వహిస్తున్న వారిలో వై నాగేశ్వరరావు, వై తాతాజీ ఉన్నారని వారిని కూడా త్వరలో అరెస్ట్ చేస్తామని తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో సిఐకోలా రజిని కుమార్, ఎస్సై సీజే ప్రసాద్ పాల్గొన్నారు. కాగా బెట్టింగ్ రాకెట్ను పట్టుకోవడంలో కీలకపాత్ర వహించిన సీఐ రజిని కుమార్, ఎస్సై ప్రసాదులను ఎస్పీ ఏ నయీమ్ అస్మీ, డీఎస్పీ శ్రీ వేద అభినందించారు.

పలు శుభకార్యాలలో పాల్గొన్న జనసేన జిల్లా అధ్యక్షులు సామినేని ఉదయభాను

జగ్గయ్యపేట ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ జనసేన పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షులు సామినేని ఉదయభాను ఆదివారం జగ్గయ్యపేటలో జరిగిన పలు వేడుకలలో పాల్గొన్నారు. పట్టణంలోని అమ్మాని కాలేజీ రోడ్డులో గల ఆర్ కన్వెన్షన్ నందు గణితి శ్రీధర్ కుమారుల పట్టు పంచల వేడుక కార్యక్రమంలో పాల్గొని చిరంజీవులు వైభవ్ సాయి, కశ్యప్ సాయి లను సామినేని ఉదయభాను ఆశీర్వదించారు ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు జనసేన నేతలు ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు. జగ్గయ్యపేట మండలం చిల్లకల్లు గ్రామంలోని పాలసీతల కేంద్రం ఫంక్షన్ హాల్లో ఆరుద్ర నరసింహారావు కుమారుని వివాహ మహోత్సవ వేడుకల్లో పాల్గొన్న సామినేని ఉదయభాను నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. జగ్గయ్యపేట పట్టణం లోని చెరువు బజార్ కు చెందిన బత్తుల చెంచయ్య కుమార్తె వివాహ వేడుకలలో పాల్గొని సామినేని ఉదయభాను నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించారు. పట్టణంలోని సీతారాంపురం కు చెందిన ఎస్ ఉపేంద్ర గృహంలో జరిగిన ఉప్పలమ్మ అమ్మవారి పూజా కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సామినేని ఉదయభాను ప్రత్యేక పూజలను నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో జనసేన నేతలు ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు.

చైర్మన్ చలసాని పై ఆరోపణలు అవాస్తవం

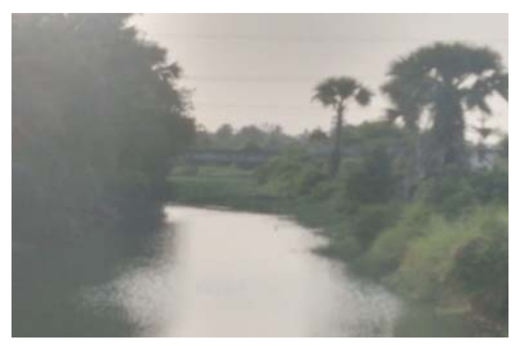
కృష్ణా మిల్క్ యూనియన్ డైరెక్టర్లు

హనుమాన్ జంక్షన్ : ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ హనుమాన్ జంక్షన్ పాల శీతలీకరణ కేంద్రంలో ఆదివారం పాలకవర్గ సభ్యులు సమావేశమై చైర్మన్ చలసాని ఆంజనేయులు పై వచ్చిన ఆరోపణలను ఖండించారు. కొడాలి ప్రమీల అనే గుర్తుతెలియని మహిళా చేసిన వ్యాఖ్యలు అన్ని అవాస్తవాలు అని వారి దగ్గర సాక్షాలు ఉంటే భయట పెట్టేందుకు భయమెందుకని అన్నారు. పాలకవర్గం ముఖాముకి చర్చకు సిద్ధమని అన్నారు. విజయా డైరీ లో 1500 మంది మహిళలు ఆంజనేయులుగారు మంచి మనసున్న మనిషని అన్నారు. అబద్దాలు సృష్టించి బురద చల్లుతున్నారని చాలా బాధగా ఉందన్నారు. ఇటువంటి చర్యను తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామని డైరెక్టర్లు తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో పాలకవర్గ సభ్యులు ఉయ్యూరు అంజిరెడ్డి (రెడ్డిగూడెం)పల్లగాని కొండలరావు (ఆగిరిపల్లి) బొట్టు రామచంద్రరావు (చీపురుగూడెం), నెక్కలపు వాణీశ్రీ (విస్సన్నపేట) శనగల వెంకట శివజ్యోతి (వెంకటాద్రిపురం) తదితరులు పాల్గొన్నారు .

ఆశాజ్యోతిలో ఘనంగా జరిగిన ముఖ్య మంత్రి చంద్రబాబు జన్మదిన వేడుకలు

హనుమాన్ జంక్షన్ : ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ కృష్ణా మిల్క్ యూనియన్ చైర్మన్ చలసాని ఆంజనేయులు ఆధ్వర్యంలో హనుమాన్ జంక్షన్ ఆశాజ్యోతి హ్యాండీక్యాప్డ్ వెల్ఫేర్ సొసైటీ లో ఆదివారం ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు75 వ జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. దెందులూరు ఎమ్మెల్యే చింతమనేని ప్రభాకర్ ముఖ్య అతిధిగా హాజరయ్యారు.సుమారు 100 మంది దివ్యాంగుల బాలల సమక్షంలో ఎమ్మెల్యే చింతమనేని, చైర్మన్ చలసాని కేక్ కట్ చేశారు. అనంతరం చైర్మన్ చలసాని అందించిన దుస్తులు బాలబాలికలకు అందించారు. అనంతరం అల్పాహారం ఏర్పాటు చేశారు . ఈ కార్యక్రమంలో ఆశాజ్యోతి నిర్వాహకులు మరీదు మాధవీలత, వెంకటస్వామి లను ఎమ్మెల్యే చింతమనేని, చైర్మన్ చలసాని అభినందించారు. హనుమాన్ జంక్షన్, పెదపాడు పరిసరప్రాంత తెలుగుదేశం, జనసేన, బిజెపి నాయుకులు కార్యకర్తలు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

రైతులు కష్టాలు తీరేనా,



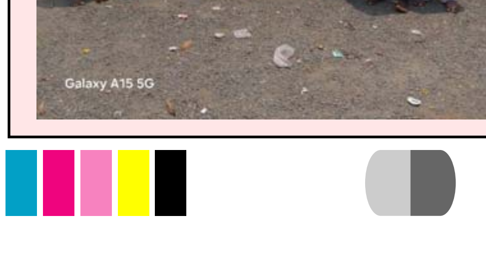
గొల్లప్రోలుఏప్రిల్ 20 మనంన్యూస్ పిఠాపురంలో కలింగల్లు పంటకాల్వ లు,అభివృద్ధికి కూటమి ప్రభుత్వం ప్రతిపాదనలు పిఠాపురం నియోజకవర్గం యు కొత్తపల్లి పిఠాపురం గొల్లప్రోలు మండలాలలో దశాబ్దాల పంట కాల్వలు పూడికతీతలకు నోచుకోని కారణంగా పిఠాపురం శాసనసభ్యులు పవన్ కళ్యాణ్ రాష్ట్ర డిప్యూటీ సీఎం రైతుల విజ్ఞప్తి మేరకు పిఠాపురం నియోజకవర్గంలో రైతు సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించాలంటూ ఇరిగేషన్ శాఖ అధికారులను ఆదేశించినట్లుగా ప్రాథమిక సమాచారం వివరాల్లోకి వెళితే దశాబ్దాల నుండి పిఠాపురంలో ప్రజా ప్రతినిధులు రాష్ట్రంలో ప్రభుత్వాలు మార్పు చెందాయి కానీ గొల్లప్రోలు లక్ష్మీపురం సీతానగరం ఏపీ మల్లవరం ఏకే మల్లవరం గ్రామాల రైతు సమస్యలు సమస్యలగానే మిగిలిపోయాయి దీనిపై కూటమి ప్రభుత్వం రైతులకు సాగునీరు అందించే పంట కాల్వలు సాగునీరు విడుదలచేసేకలింగళ్ళఅభివృద్ధికి ప్రభు త్వం సరిపడా ప్రత్యేక నిధులను విడుదల చేసి ఈ నెలాఖరి కల్లా ఏప్రిల్ చివర వారం పనులు ప్రారంభించేలా చర్యలు చేపట్టాలని రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ అధికారులను ఆదేశించినట్లుగా జనసేన పార్టీ వర్గాల నుండి వినిపిస్తున్న మాట 2014 2019. ప్రభుత్వాలు ఇరిగేషన్ అభివృద్ధి పనులకు. ఒక రూపాయి కూడా కేటాయించకపోవడంతో కలింగల్లు కలవట్లు శిథిలావస్థకు చేరుకున్నాయి అలాగే పంటకాల్వలు గుర్రపు డెక్కతో కూర్చుకుపోయి పిచ్చి మొక్కలతో దట్టమైన అడవిని తలపిస్తున్నాయి దీనిపై గొల్లప్రోలు మండలం హాయ్ కొట్టు రైతులకు సాగునీరు ఇబ్బంది తల ఎత్తడంతో శివారుపంటపొలాలుకు సకాలంలో సాగునీరు విడుదల కాక రైతులు నిరాశకు గురయ్యారు దీనిపై కూటమి ప్రభుత్వం అడుగు ముందుకేసి రైతు కష్టాన్ని తీర్చేందుకు ప్రతిపాదనలు కేటాయించడంపై అన్నదాతలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు అలాగే గొల్లప్రోలు నుండి సీతానగరం పొలిమేర పుంత అభివృద్ధి చేయాలని రాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ని ఇరిగేషన్ అధికారులను పిఠాపురం ఇంచార్జ్ మర్రెడ్డి శ్రీనివాసరావును కాకినాడ జిల్లా కలెక్టర్ సాన్ మోహన్ ప్రజలు రైతులు కోరారు

దార్శనికునికి 75 యేళ్లు

- పనితనం, ఆలోచనా విధానంలో నవ యువకుడు చంద్రబాబుకు పుట్టిన రోజు శుభాకాంక్షలు
- ఎమ్మెల్యే సత్యానందరావు.
- కొత్తపేట నియోజకవర్గంలో ఘనంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడి జన్మదిన వేడుకలు.
- క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద రక్తదాన శిబిరం ఏర్పాటు.

రావులపాలెం ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్. భవిష్యత్తు తరాల అవసరాలను, భవిష్యత్తు తరాలకు కావాల్సిన అభివృద్ధిని ముందుగానే అందించే దార్శనికుడు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు 75 యేళ్ల పుట్టిన రోజు సందర్భంగా కొత్తపేట ఎమ్మెల్యే బండారు సత్యానందరావు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. రావులపాలెం క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద జరిగిన చంద్రబాబు జన్మదిన వేడుకలలో ఎమ్మెల్యే సత్యానందరావు, ఆకుల రామకృష్ణ, కె వి సత్యనారాయణ రెడ్డి పాల్గొని కేక్ కటింగ్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రపంచ దేశాలు సైతం చంద్రబాబు నాయకత్వాన్ని కొనియాడిన సందర్భాలు ఉన్నాయని చెప్పారు. సంక్షేమంలో గానీ అభివృద్ధి గానీ, యువతకు ఉపాధి, ఉద్యోగ కల్పనలో గానీ చంద్రబాబుకు ఎలాంటి పోటీ లేదన్నారు. ఉమ్మడి రాష్ట్రాన్ని కానీ, విభజిత ఆంధ్రప్రదేశ్ ను కానీ అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు తీసుకెళ్లింది చంద్రబాబు నాయుడు మాత్రమే అని తెలిపారు. ఆయన వయసు 75 సంవత్సరాలు గాని చంద్రబాబు ఆలోచనా విధానంలో, పనితనంలో నవ యువకుడు నారా చంద్రబాబునాయుడు అని కొనియాడారు. నియోజకవరగంలోని కొత్తపేట, రావులపాలెం, ఆలమూరు, ఆత్రేయపురం మండలాల్లో చంద్రబాబు జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించినట్లు ఎమ్మెల్యే సత్యానందరావు తెలిపారు. చంద్రబాబునాయుడు పుట్టిన రోజుని పురస్కరించుకు ని రావులపాలెం క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన రక్తదాన శిబిరాన్ని ఎమ్మెల్యే ప్రారంభించారు. రక్తదానం చేసిన వారిని అభినందించారు. అలాగే నియోజకవర్గంలోని ప్రముఖ దేవాలయాల్లో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అలాగే రావులపాలెం ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయం వద్ద నిర్వహించిన దుస్తులు, భోజనం పంపిణీ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే సత్యానందరావు పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

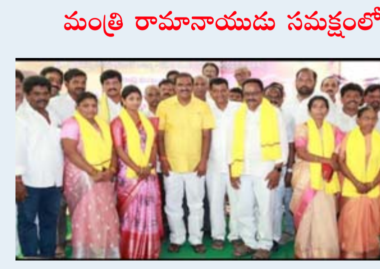
కుండలేశ్వర స్వామికి ప్రత్యేక పూజలు



కాట్రేనికోన ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ దక్షిణ కాశీగా పేరు పొందిన కుండలేశ్వరం స్వామిని ఏపీ ప్రభుత్వ అర్థ గణంక శాఖ డైరెక్టర్ బి గోపాల్ ఆదివారం దర్శించుకోన్నారు, ఈ ఓ గంగాధర్ అధర్వంలో పండితులు కే కామేశ్వరరావు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు,ఆయన వెంట అమలాపురం ఉప గణంకాదికారి ప్రభు దాస్,కాట్రేనికోన సహాయ గణంకాదికారి కె ఎల్ ఎన్ శ్రాస్త్రి,గ్రామ రెవెన్యూ అధికారులు యేసు రత్నం,నరసింహ మూర్తి తదితరులున్నారు

యలమంచిలి లో వైసీపీకి5గురు సర్పంచ్ లు షాక్

మంత్రి రామానాయుడు సమక్షంలో టీడీపీ లో చేరిక



పాలకొల్లు, ఏప్రిల్ 20,మనం ప్రతినిధి :పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా యలమంచిలి మండలం లోని వైసీపీ సర్పంచ్ లు ఐదుగురు టీడీపీ లో చేరారు. గుంపర్రు సర్పంచ్ తుంగా అమూల్య, దొడ్డిపట్ల సర్పంచ్ చెల్లబోయిన ప్రమీలా కుమారి,బూరుగుపల్లి సర్పంచ్ చెల్లింకల లక్ష్మీ, నార్నిమెరక సర్పంచ్ లక్ష్మీ, కంచుస్తంభంపాలెం సర్పంచ్ఆకులసూర్యనారాయణ (సూరిబాబు) టీడీపీ తీర్థం పుచ్చుకున్నారు. వీరందరికి మంత్రి నిమ్మల టీడీపీ కండువాలు వేసి పార్టీ లోకి ఆహ్వానిచ్చారు.

భావితరాలకు భవిష్యత్తు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబే

- ఎమ్మెల్యే శ్రీరాం రాజగోపాల్ తాతయ్య
- జగ్గయ్యపేటలో ఘనంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు జన్మదిన వేడుకలు

జగ్గయ్యపేట ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ దార్శనికుడు,సంపద సృష్టికర్త,నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఒక్కరే భావితరాలకు భవిష్యత్తు అని,ఎమ్మెల్యే శ్రీరాం రాజగోపాల్ టతాతయ్యఉ అన్నారు.ఆదివారం నాడు ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి మన్య నారా చంద్రబాబు నాయుడు 75వ పుట్టినరోజు వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా జగ్గయ్యపేట పట్టణంలోని స్వయంభు శ్రీ విజ్ఞేశ్వర స్వామి వారి దేవాలయం లో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి అక్కడ నుండి బైక్ ర్యాలీతో బయలుదేరి ఎన్టీఆర్ సర్కిల్ వరకు చేరుకొని చంద్రబాబు పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన కేకు ను ఎమ్మెల్యే శ్రీరాం రాజగోపాల్ టతాతయ్యఉ కట్ చేసి నారా చంద్రబాబు నాయుడు కి పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.ముందుగా అన్న నందమూరి తారకరామారావు విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళు లర్పించారు,అనంతరం చంద్రబాబు నాయుడు పుట్టినరోజు సందర్భంగా స్థానిక ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో పేషెంట్లకు,గర్భిణీ స్త్రీలకు పాలు,పండ్లు,బ్రెడ్లు అందజేశారుఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ మాట్లాడుతూ 40 ఏళ్ల సుదీర్ఘ రాజకీయ అనుభవంతో ఆంధ్ర రాష్ట్రానికి ప్రపంచ స్థాయి గుర్తింపు తెచ్చిన మహానేత చంద్రబాబు నాయుడు అని అన్నారు.సమాజమే దేవాలయం,ప్రజలే దేవుళ్ళు అన్న స్వర్గీయ ఎన్టీ రామారావు ఆశయ వారసత్వాన్ని ముందుకు తీసుకెళ్లి ప్రపంచ దేశాల్లో తెలుగువారికి ప్రత్యేక గౌరవాన్ని తీసుకొచ్చిన చంద్రబాబు నాయుడు అవసరం ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో రాష్ట్రానికి ఎంతయినా ఉందన్నారు.ఎంతో ముందు చూపు,విజన్ ఉన్న మహోన్నతమైన నాయకుడు చంద్రబాబు నాయుడు ఆ ని అన్నారు.2024లో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రానికి ముఖ్యమంత్రి అయి రాష్ట్రాన్ని అందరి సహకారంతో అభివృద్ధిలో ముందుకు తీసుకువెళు తున్నారని అన్నారు.ఆంధ్ర రాష్ట్రానికి చంద్రబాబు నాయుడు లాంటి వ్యక్తి ముఖ్యమంత్రిగా ఉండటం అవసరం అని అన్నారు.అభివృద్ధి అనే పదాన్ని తన చిరునామాలు గా మార్చుకున్న చంద్రబాబు నాయుడు మరింతకాలం సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతోజీవించాలని కోరుకుంటున్నట్లు తెలిపారు.దేవుని చల్లని దీవెనలు,చంద్రబాబు నాయుడు పై ఉండాలని ఆకాంక్షించారు.

బేతస్త చర్చిలో ప్రత్యేక ప్రార్థనలు

రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు 75వ పుట్టినరోజు వేడుకలను పరిష్కరించుకొని పట్టణంలోని కోదాడ రోడ్డులో ఉన్న బేతస్థ ప్రార్థన మందిరంలో ఎమ్మెల్యే శ్రీరామ్ రాజగోపాల్ ప్రత్యేక ప్రార్థనలను నిర్వహించారు.

శాంతినగర్ లో అన్న సమారాధన

ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు జన్మదిన పురస్కరించుకొని పట్టణంలోని శాంతినగర్ లో వార్డు సభ్యుల ఆధ్వర్యంలో అన్న సమారాధన నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటుచేసిన భారీ కేకును ఎమ్మెల్యే శ్రీరామ్ రాజగోపాల్ తెలుగుదేశం పార్టీ నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త నెట్టెంశివరాం మున్సిపల్ చైర్మన్ రంగాపురం రాఘవేంద్ర తదితర ప్రముఖులతో కలిసి కేకును కట్ చేశారు. అనంతరం అన్న సమారాధనను నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ రంగాపురం రాఘవేంద్ర తెలుగుదేశం పార్టీ నేతలు , మున్సిపల్ కౌన్సిల్ సభ్యులు అభిమానులు పెద్ద సంఖ్యలో కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

డీఎస్సీ నోటిఫికేషన్ విడుదల చారిత్రాత్మక నిర్ణయం..

- మంత్రి నిమ్మల
- ఘనంగా సంబరాలు నిర్వహించిన డీఎస్సీ ఉచిత శిక్షణ అభ్యర్థులు.
- మోదీ, చంద్రబాబు, పవన్ కళ్యాణ్, లోకేష్ ల కటౌట్ కు పాలాభిషేకం.

పాలకొల్లు, ఏప్రిల్ 20,మనం ప్రతినిధి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పుట్టినరోజు కానుకగా డీఎస్సీ నోటిఫికేషన్ ను మంత్రి లోకేష్ విడుదల చేయడం చారిత్రాత్మక నిర్ణయం అని రాష్ట్ర జల వనరుల అభివృద్ధి శాఖ మంత్రి డాక్టర్ నిమ్మల రామానాయుడు తెలిపారు. పాలకొల్లులో 78 రోజులుగా మంత్రి రామానాయుడు ధర్మారావు ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో సుమారు వెయ్యి మందికి డీఎస్సీ ఉచిత కోచింగ్ తరగతులను నిర్వహిస్తున్నారు. డీఎస్సీ నోటిఫికేషన్ విడుదలతో శిక్షణ కేంద్రంలో అభ్యర్థులు సంబరాలు జరుపుకున్నారు. కేక్ కట్ చేసి ఈ వేడుకల్లో పాల్గొన్న మంత్రి రామానాయుడు కు తినిపించారు. అభ్యర్థులు ఒకరికొకరు తినిపించుకున్నారు. మోదీ, చంద్రబాబు, పవన్ కళ్యాణ్, లోకేష్ ల కటౌట్ కు పాలాభిషేకం జరిపారు.ప్లే కార్డులు ప్రదర్శించి థాంక్యూ సీఎం థాంక్యూ అంటూ నినాదాలు చేశారు. దాదాపు రెండు నెలలకు పైగా డీఎస్సీ ఉచిత తరగతులు నిర్వహిస్తున్న మంత్రి రామానాయుడు కు అభ్యర్థులందరూ మూకుమ్మడిగా కృతజ్ఞతలు వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి రామానాయుడు మాట్లాడుతూ డీఎస్సీ అంటే చంద్రబాబు.. చంద్రబాబు అంటే డీఎస్సీ అని తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రిగా చంద్రబాబు అధికారం చేపట్టిన తరువాత చేసిన మొదటి తొలి 5 సంతకాల్లో డీఎస్సీ ఒకటి అన్నారు. ఈ విద్యా సంవత్సరం కు ముందుగానే డీఎస్సీ నిర్వహించి 16347 ఉపాధ్యాయ పోస్టులు భర్తీ చేస్తామని ఇచ్చిన మాటను నేడు నిలబెట్టుకున్నామన్నారు. రాష్ట్ర చరిత్రలో లక్ష ఎనభై వేల ఉపాధ్యాయ పోస్టులను భర్తీ చేసిన ఘనత చంద్రబాబుకే దక్కుతుందన్నారు. మంత్రి లోకేష్ విద్యా రంగంలో అనేక సంస్కరణలకు శ్రీకారం చుట్టారని తెలిపారు. వన్ క్లాస్, వన్ టీచర్ విధానంతో రాష్ట్రంలో ప్రభుత్వ విద్య బలోపేతం అయ్యేలా మంత్రి లోకేష్ విప్లవాత్మకమైన నిర్ణయాలు తీసుకున్నారని మంత్రి రామానాయుడు చెప్పారు. మాది మాటల ప్రభుత్వం కాదని, చేతల ప్రభుత్వాన్ని మరోసారి నిరూపించామని తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో డీఎస్సీలో మొదటి స్థానం సాధించి ఉపాధ్యాయ వృత్తిని సాధించిన మహాలక్ష్మి, నగేష్ లు మాట్లాడుతూ మంత్రి రామానాయుడు నిర్వహిస్తున్న డీఎస్సీ ఉచిత కోచింగ్ వెలకట్టలేనిదని, ఎంత వెచ్చించిన ఇటువంటి కోచింగ్ ఎక్కడ ఉండదన్నారు . కృషి పట్టుదలతో చదివి ఉపాధ్యాయ ఉద్యోగాలు పొందాలని ఆకాంక్షించారు. అభ్యర్థులు మాట్లాడుతూపాలకొల్లులో మంత్రి రామానాయుడు డీఎస్సీ ఉచిత కోచింగ్ తరగతులను దాదాపు రెండు నెలలకు పైగా నిర్వహిస్తున్నారని, సుమారు వెయ్యి మందికి అవసరమైన స్టడీ మెటీరియల్ ను ఉచితంగా అందించారని తెలిపారు. శిక్షణ సమయంలో భోజనాలు, అల్పాహారం, బాదంపాలు వంటివి అందిస్తూ అన్ని సౌకర్యాలతో ఉత్తమ అనుభవజ్ఞులైన అధ్యాపకులతో బోధన ఇప్పించడం పట్ల కృతజ్ఞతలు వ్యక్తం చేశారు. తమకు ఉపాధ్యాయ ఉద్యోగాలు వచ్చినా రాకపోయినా ఇటువంటి మంచి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించిన రామానాయుడు పేరు చరిత్రలో ఒక పేజీలో నిలిచిపోతుందంటూ గర్వంగా చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఫౌండేషన్ కన్వీనర్ రావూరి వెంకట అప్పారావు, కోచింగ్ సెంటర్ ప్రిన్సిపల్ డి నాగలింగేశ్వరరావు, పెచ్చెట్టి బాబు, జి వీరాస్వామి, పీతల శ్రీనివాస్, ముగ్గుల రామకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భక్తిశ్రద్ధలతో సెంటినరి లూథరన్ చర్చిలో ఈస్టర్ వేడుకలు

స్మశాన వాటికల్లో ప్రత్యేకంగా అలంకరించిన సమాధుల వద్ద ప్రత్యేక ప్రార్థనలు.

ఆత్రేయపురం ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్. ఈస్టర్ పండుగను పురస్కరించుకుని ఆదివారం తెల్లవారుజామున మండలంలోని పలు గ్రామాలలో క్రైస్తవులు శ్మశానవాటికల వద్దకు చేరుకుని వారి కుటుంబ సభ్యుల సమాధులను ప్రత్యేకంగా అలంకరించి కొవ్వొత్తులు వెలిగించి ప్రార్థనలు నిర్వహించారు. యేసుక్రీస్తు సిలువ వేయబడిన రోజు నుండి తిరిగి మూడవ రోజు సజీవునిగా తిరిగి లేచాడనే విశ్వాసం కలిగి, ఆయనతో పాటు తమ కుటుంబికులు కూడా తిరిగి లెగుస్తారనే విశ్వాసంతో చేసుకొనే పండుగే ఈస్టర్ అని క్రైస్తవులు పరిశుద్ధ రోజుగా, ఆనందం గా జరుపుకొంటారని తెలిపారు. ర్యాలి గ్రామంలోని సెంటినరి లూథరన్ చర్చ్ ఆధ్వర్యంలో పాస్టర్ జయజేసుదాసు, సిఆర్ ప్రసాదరావు లతో వందలాది మంది పిల్లలు, పెద్దలు (విశ్వాసులు) కలిసి కొవ్వొత్తులతో ప్రదర్శనగా శ్మశానవాటికకు చేరుకుని సమాధుల వద్ద ప్రార్థనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా పాస్టర్ జయజేసుదాసు మాట్లాడుతూ ప్రభువైన ఏసుక్రీస్తు సమాధిని గెలిచి తిరిగి లేచినరోజు క్రైస్తవులకు పెద్ద పండుగ అని ఈ పండుగను ఏదో ఒక ప్రాంతంలోనే కాకుండా విశ్వావ్యాప్తంగా క్రైస్తవులు జరుపుకొంటారని పేర్కొన్నారు. అనంతరం ఈస్టర్ సందర్భంగా చర్చిలో ప్రార్థనలు నిర్వహించి సంతోసాన్ని పంచుకొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధిక సంఖ్యలో సంఘస్తులు, విశ్వాసులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు జన్మదిన వేడుకలు...

టిడిపి మహిళా నాయకులు కొవ్వాసు జగదీశ్వరి ఆధ్వర్యంలో..

పోలవరం, ఏప్రియల్ 20(మనం న్యూస్):రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు పుట్టినరోజు వేడుకలను పోలవరం నియోజకవర్గ టిడిపి మహిళా నాయకురాలు కొవ్వాసు జగదీశ్వరి ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు.పోలవరం మండలం చేగొండపల్లి పంచాయతీ గుంజవరం జంక్షన్ వద్ద ఆదివారం టిడిపి నాయకుల, అభిమానుల సమక్షంలో కేక్ కట్ చేసి వేడుకలను అట్ట హాసంగా నిర్వహించారు. అదేవిధంగా తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర ఎస్టి సెల్ ఉపాధ్యక్షులు విజయ్ నాయక్ పుట్టినరోజు వేడుకలు కార్యకర్తలు,ప్రజలు సమక్షంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు బర్త్ డే కేక్ ను కొవ్వాసు జగదీశ్వరి,విజయ్ నాయక్ బర్తే కేక్ ను విజయ నాయక్ కట్ చేసి కార్యకర్తలకు ప్రజలకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగాకొవ్వాసు జగదీశ్వరి మాట్లాడుతూ ఆర్థికంగా కుంగిపోయి,అభివృద్ధి అగమ్యగోచరంగా తయారై, శాంతిభద్రతలు క్షీణించిపోయిన ఆంధ్ర రాష్ట్ర ప్రగతిని పునర్జీవింప చేయడం ఒక్క నారా చంద్రబాబు నాయుడు లాంటి దార్శనికునికి మాత్రమే సాధ్యంమని అన్నారు.భవిష్యత్తును ముందుగానే అంచనా వేసి అందుకు అనుగుణంగా వ్యవస్థలను నడిపించే ప్రజా నాయకుడు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడుకు వజోత్సవ జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.చంద్రబాబుకి సంపూర్ణ ఆయుషును, ఆనందాన్ని ప్రసాదించాలని ఆ భగవంతుణ్ణి కోరుకుంటున్నాను అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలవరం నియోజకవర్గం టిడిపి మహిళా నాయకురాలు కొవ్వాసు జగదీశ్వరి, టిడిపి రాష్ట్ర ఎస్టి సెల్ ఉపాధ్యక్షులు విజయ్ నాయక్,, పోతరాజు, నరేష్ చౌదరి, చెల్లూరి మణికంఠ,బొరగం బొజ్జి దొర, ముచ్చిక శివ, ముచ్చిక యోగి, ముచ్చిగ నాగేశ్వరరావు, మడకం పోసిరావు, మోజేష్ , ముసలయ్య , సత్యనారాయణ ,కూటమి నాయకులు కార్యకర్తలు, చిన్నారులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగాజరిగిన స్వరాంధ్ర నిర్మాత 75 వ జన్మదిన వేడుకలు

హనుమాన్ జంక్షన్ : ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి ప్రదాత, నిత్యకృషివలుడు, స్వర్ణాంధ్రప్రదేశ్ నిర్మాత, ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు 75 వ జన్మదిన సందర్భంగా బాపులపాడు గ్రామంలో మేడేపూడి రామ్మోహన్ రావు, వీరమాచినేని బుజ్జి ఆధ్వర్యంలో కేక్ కట్ చేసి జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా మేడేపూడి రామ్మోహన్ రావు పార్టీ జెండా ఎగురవేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తుమ్మల చిన్న ,పోతుమర్తి సత్యనారాయణ, రామారావు, నందమూరి తారక రామారావు చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం వీరమాచినేని సత్య ప్రసాద్, బుజ్జి కేక్ కట్ చేసి ముఖ్యమంత్రి కి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసినారు ఈ కార్యక్రమంలో కడగల శ్రీనివాసరావు, యార్లగడ్డ సత్యనారాయణ, గొట్టాపు వాసు ,ఆళ్ల సురేష్, ఇమ్మంది రంగారావు, గారపాటి విజయలక్ష్మి, ముప్వ రామారావు, వడ్డీల్లి లక్ష్మి చలసాని కుసుమకుమారి వడ్లమూడి ఆంజనేయులు మొవ్వా వేణుగోపాల్, మొవ్వా లక్ష్మి, మొవ్వా నాగరాజు, కే నాగరాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టి స్సార్ గ్రూప్ ఆధ్వర్యంలో విజయవాడలో మజ్జిగ పంపిణీ

మజ్జిగ పంపిణీ ప్రారంభించిన టి ఎస్ ఆర్ గ్రూప్ చైర్మన్ తిరుపతి శ్రీనివాసరావు.

గాంధీనగర్ ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్): టి ఎస్ ఆర్ గ్రూప్ ఆధ్వర్యంలో ఈ ఏడాది విజయవాడలో రెండు చోట్ల చలివేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. బీసెంట్ రోడ్ లో గల టిఎస్ఆర్ ట్రెండీ బట్టల షాపు వద్ద, గాంధీనగర్ లోని టిఎస్ఆర్ షూ మార్ట్ వద్ద ఏర్పాటుచేసిన చలివేంద్రాలను టి ఎస్ ఆర్ గ్రూప్ చైర్మన్ తిరుపతి శ్రీనివాసరావు ప్రారంభించారు. మొదటి రోజు ఈస్టర్ సందర్భంగా రెండు చోట్ల మూడువేల మందికిపైగా ప్రజలకు చల్లటి మజ్జిగను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా తిరుపతి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ గత ఐదు సంవత్సరాల నుండి అవనిగడ్డ నియోజకవర్గంలోని కోడూరు మండలంలో చలివేంద్రాలు ఏర్పాటు చేస్తూ వస్తున్నామని ఏడాది విజయవాడ లో ఏర్పాటు చేయాలని అనే ఉద్దేశంతో రెండుచోట్ల ప్రారంభించామని ఆయన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రముఖ వాక్యోపదేశకులు కోట కరణ్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిశ్చితార్థ కార్యక్రమంలో పూటుకూరి

అమలాపురం ఏప్రిల్ 20 మనం ప్రతినిధి రాష్ట్ర దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం కార్యదర్శి వరదయపాలెం గ్రామస్తులు పృథ్వి రవి కుమార్తె నిక్షితార్త కార్యక్రమం ఆదివారం జరిగింది. కార్యక్రమానికి హాజరై నూతన వధూవరులను పెద్దలు ఆశీర్వదించారు. వారిలో తిరుపతి దేవాంగ సత్రం ప్రధాన కార్యదర్శి నక్కిన చిన వెంకటరాయుడు రాష్ట్ర దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు. పూటుకూరి సుబ్రహ్మణ్యేశ్వర స్వామి , ఏ ఐ డబ్లు ఎఫ్ జాతీయ అధ్యక్షులు. బండారు ఆనంద్ ప్రసాద్ రాష్ట్ర దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం ప్రధానకార్యదర్శి మాడిశెట్టి శివశంకరయ్య కోశాధికారి కొండపల్లి పరమేశ్వర రావు ఉపాధ్యక్షులు. కర్ణ చంద్రశేఖర్ కార్యదర్శులు..అల్లంకి నాగేశ్వరావు రాష్ట్ర నాయకులు బూసం రాజశేఖర్ రాష్ట్ర యువజన విభాగం అధ్యక్షులు పులి రామచంద్ర కార్యవర్గ సభ్యులు చల్లా విజయ్ , బాపట్ల జిల్లా దేవాంగ సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు కుర్మా రాహుల్ జీ అసోషియేట్ అధ్యక్షులు. బండ్ల బాబు గౌరవ పెద్దలు గుత్తి కోట నాగేశ్వరావు గౌరవ సలహాదారులు బూసం విరభద్రయ్య సూళ్లూరుపేట దేవాంగ పెద్దలు పెన్నెం రవి కార్యక్రంలో పాల్గొన్నారు.

చంద్రబాబు 75 పుట్టినరోజు సందర్భంగా మెగా రక్తదాన శిబిరం.

ఏర్పాటు చేసిన ఎమ్మెల్యే జ్యోతుల నెహ్రూ, జిల్లా టిడిపి అధ్యక్షుడు జ్యోతుల నవీన్.

జగ్గంపేట ఏప్రిల్ 20: మనంన్యూస్. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి తెలుగుదేశం పార్టీ జాతీయ అధ్యక్షులు నారా చంద్రబాబు నాయుడు 75వ పుట్టినరోజు వేడుకలు జగ్గంపేట ఎమ్మెల్యే జ్యోతుల నెహ్రూ, కాకినాడ జిల్లా టిడిపి అధ్యక్షులు జ్యోతుల నవీన్ ఆధ్వర్యంలో అంగరంగ వైభవంగా అంబరాన్నంటిన సంబరాలు అర్ధరాత్రి 12 గంటలకు వేలాదిమంది జన సందోహంతో కేక్ కట్ చేసి సంబరాలు నిర్వహించారు. ఉదయం 8 గంటలకు తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో మెగా రక్తదాన శిబిరం ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే జ్యోతుల నెహ్రూ దంపతులు, నవీన్ ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నెహ్రూ మాట్లాడుతూ యువతకు స్ఫూర్తి ప్రదాత చంద్రబాబు అని ఒక వెజినరీతో ఈ రాష్ట్రాన్ని పరిపాలిస్తున్న ఆయన ఎంతోమందికి ఆదర్శమని అన్నారు. 75 సంవత్సరాల నవ యువకుడు చంద్రబాబు అని ఏప్రిల్ 20వ తేదీ చరిత్రలో సువర్ణ అక్షరాలతో లిఖించదగ్గ రోజు అని ఈరోజు చంద్రబాబు పుట్టినరోజు ఒక పండగ రోజుగా జగ్గంపేట నియోజకవర్గంలో ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో పుట్టిన రోజు కార్యక్రమాలు నిర్వహించడమే కాకుండా మెగా రక్తదాన శిబిరం ఏర్పాటు చేసి ఎన్టీఆర్ ట్రెస్ట్ కు 406 మంది రక్తదానం చేసి చంద్రబాబుపై అభిమానాన్ని చాటుకున్నారని ఎమ్మెల్యే నెహ్రూ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జగ్గంపేట నియోజకవర్గంలోని నాలుగు మండలాల తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు, అభిమానులు రక్తదాతలు పాల్గొన్నారు .

అత్యంత సన్నని స్మార్ట్‌ఫోన్ గెలాక్సీ ఎం56 5జిని విడుదల చేసిన సామ్‌సంగ్

గాంధీనగర్ ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్: భారతదేశపు అతిపెద్ద వినియోగదారు ఎలక్ట్రానిక్స్ బ్రాండ్ సామ్‌సంగ్, తమ విభాగంలోనే అత్యంత సన్నని స్మార్ట్‌ఫోన్ అయిన గెలాక్సీ ఎం 56 5జిని విడుదల చేస్తున్నట్లు వెల్లడించింది. ప్రసిద్ధ గెలాక్సీ ఎం సిరీస్‌కి తాజాగా జోడించిన ఈ స్మార్ట్‌ఫోన్ వినియోగదారులకు ముందు, వెనుక రెండింటిలోనూ గొరిల్లా గ్లాస్ విక్టస్ ప్లస్ రక్షణ, ఓఐఎస్ తో కూడిన 50ఎంపి ట్రిపుల్ కెమెరా, 12 ఎంపి ఫ్రంట్ హెచ్ డి ఆర్ కెమెరా, అధునాతన ఏఐ ఎడిటింగ్ సాధనాలతో ఉన్నతమైన స్మార్ట్‌ఫోన్ అనుభవాన్ని అందిస్తుంది.

పితానివారిపాలెంలో ఘనంగా పాఠశాల వార్షికోత్సవం

ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన డిఇఓ సలీం భాష

అమలాపురం ఏప్రిల్ 20 మనం ప్రతినిధి అమలాపురం మండల ప్రజా పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాల పితానివారి పాలెం నందు పాఠశాల వార్షికోత్సవం ఘనంగా జరిగింది .పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు సత్యప్రియ ఉపాధ్యాయిని రోజా రాణి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమానికి జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి డాక్టర్ షేక్ సలీం భాష ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేశారు. పాఠశాల ఎస్ఎంసి చైర్మన్ నక్కాసుజాత అధ్యక్షత వహించారు.విశిష్ట అతిథిగా అమలాపురం మండల విద్యాశాఖ అధికారి యస్.దుర్గాదేవి ప్రత్యేక అతిథిగా కామన గరువు సర్పంచ్ నక్కా అరుణకుమారి చంద్రశేఖర్ స్థానిక వార్డు సభ్యులు టి.శ్రీనివాస్ హాజరయ్యారు. పాఠశాల విద్యార్థుల స్వాగత వచనాలతో కార్యక్రమం ప్రారంభమైంది. డీఈవో ఈ సంవత్సరం ఉత్తీర్ణులైన విద్యార్థులకు స్నాతకోత్సవం నిర్వహించి సర్టిఫికెట్స్ అందించారు.డీఈఓ మాట్లాడుతూ సమాజం అభివృద్ధి చెందాలంటే విద్య ద్వారానే సాధ్యమని అది ఇలాంటి ప్రభుత్వ పాఠశాలలలోనే సాధ్యమని జీవితంలో ఎదురయ్యే ఎలాంటి సమస్యనైనా పరిష్కరించుకోగలిగిన శక్తి ప్రభుత్వ పాఠశాలలు అందిస్తాయని కొనియాడారు. ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులు ఏ రంగంలోనూ తీసిపోరని వారిలో అపారమైన ప్రతిభ నైపుణ్యాలు దాగి ఉన్నాయని వారిలోని సృజనాత్మకతను కళాత్మకతను గుర్తించి ప్రతిభను ప్రోత్సహించడం అభినందనీయమని తెలియజేశారు. ఎం.ఇ.ఓ మాట్లాడుతూ తక్కువ మంది పిల్లలతో పద్దెనిమిది సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలు నిర్వహింప చేయడం ఉపాధ్యాయుల పట్టుదలకు పనితీరుకు నిదర్శనమని, ఓర్పు సహనం తపన ఉంటేనే ఇలాంటి ఫలితాలు వస్తాయని అన్నారు.సర్పంచ్ నక్కా అరుణ కుమారి మాట్లాడుతూ ఉపాధ్యాయుల ప్రతి ఏటా వార్షికోత్సవాలు సంక్రాంతి సంబరాలులాంటి అనేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం ద్వారా ప్రతిభగల విద్యార్థులను తయారు చేస్తున్నారని వారి కృషి మరువలేనిదని తెలియజేశారు. విద్యార్థులు ప్రదర్శించిన జానపద నృత్యాలు,సేవ్ ది ప్లాంట్స్ అనే సందేశాత్మక లఘు నాటిక,నృత్యాభినయాలు,పిరమిడ్ ఫార్మేషన్, హాస్య నాటిక,పాటలతో కూడిన సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలు అందరినీ అలరించాయి. విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు గ్రామస్తులతో పాఠశాల ప్రాంగణం పండగ వాతావరణంలో ఆహ్లాదకరంగా కొనసాగింది. పలువురు తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు ఈ పాఠశాలలో ఉపాధ్యాయులు చక్కని విద్యను క్రమశిక్షణను అందిస్తున్నారని వారు మా పాఠశాలలో పనిచేయడం మా పిల్లల అదృష్టమని తెలియజేశారు. ఉపాధ్యాయుల పనితీరు నిబద్ధత అంకిత భావం విద్యార్థులకు చదువుతోపాటు ఆటలు పాటలు నృత్యాలు అభినయాలు కళలలో తీర్చిదిద్దుతూ ప్రోత్సహిస్తూ వార్షికోత్సవాన్ని అద్భుతంగా నిర్వహించిన ఉపాధ్యాయులు సత్యప్రియ రోజారాణిలను డీఈవో సలీం భాష దుశ్శాలువాతో ఘనంగా సత్కరించి

అభినందించారు. శిధిలావస్థలో ఉన్న పాఠశాల భవనాన్ని చూసి నిర్మాణ దశలో ఆగి ఉన్న భవనానికి నిధులను వెంటనే అక్కడికక్కడే స్పందించి నిధులను మంజూరు చేశారు. పాఠశాల పున ప్రారంభం నాటికి పూర్తి చేసే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు గ్రామస్తులు డీఈఓ గారిని సత్కరించి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్ టి యు నాయకులు దొరబాబు ఎస్ఎస్ పళ్ళంరాజు వివిధ పాఠశాలల ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ చైతన్య విద్యార్ధులను అభినందించిన

ఎమ్మెల్యే జోగేశ్వర రావు

తాపేశ్వరం,ఏప్రిల్20,మనం న్యూస్జాతీయ స్థాయిలో నిర్వహించిన ఐ ఎన్ టీ ఎస్ ఓ ఒలింపియాడ్ రెండవ దశ పోటీ పరీక్షలో అద్భుత ప్రతిభ కనబరచి గ్రాండ్ ప్రైజ్ ల్యాప్ టాప్ మరియు రాష్ట్ర స్థాయిలో మొదటి బహుమతి లెనోవ ట్యాబ్ కైవసం చేసుకున్న తాపేశ్వరం శ్రీ చైతన్య విద్యార్థులను స్థానిక మండపేట ఎమ్మెల్యే జోగేశ్వర రావు అభినందించారని స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ లక్ష్మి నారాయణ తెలియజేశారు.ఈ సందర్భంగా పార్టీ ఆఫీసు లో విద్యార్థులను శాలువాతో సత్కరించి ల్యాప్ టాప్,ట్యాబ్ మరియు బంగారు పతకాలను విద్యార్డులకు అందచేశారు.విద్యార్డులకు ఇలాంటి బహుమతులు రావడానికి కృషి చేసిన పాఠశాల యాజమాన్యాన్నీ అభినందించారు. మన పరిసరాల విద్యార్థులకు శ్రీ చైతన్య విద్యాసంస్థల ద్వారా రాష్ట్ర స్థాయిలో మంచి ర్యాంకులు మరియు బహుమతులు రావడం ఆనందదాయకం అని అన్నారు.తమ పాఠశాలలో అందిస్తున్న ఐ ఐ టీ శిక్షణ వలన తమ విద్యార్థులు ఒలింపియాడ్ పోటీ పరీక్షలలో ముందంజలో ఉంటున్నారని రీజినల్ ఇన్చార్జి నరేష్ అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో డీన్ రాఘవరెడ్డి, సి ఇంచార్జీ మల్లికార్జున , ప్రైమరీ ఇన్చార్జి ఉమా మరియు ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు..

కూటమి ప్రభుత్వంతోనే మత్స్యకార కుటుంబాలకు భరోసా

యు.కొత్తపల్లి ఏప్రిల్ 20(మనం న్యూస్) కూటమి ప్రభుత్వంతోనే మత్స్యకార కుటుంబాలకు భరోసా ఉంటుందని ఉప్పాడ గ్రామ టిడిపి అధ్యక్షులు చోడిపల్లి ప్రసాద్ అన్నారు. ఆదివారం చంద్రబాబు జన్మదిన సందర్భంగా టిడిపి నాయకులు పుట్టినరోజును పురస్కరించుకొని ఉప్పాడ లో టిడిపి నాయకులు కేకును కట్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా టిడిపి నాయకులు చోడిపల్లి ప్రసాద్, మాజీ ఎంపీటీసీ సనపయ్య మాట్లాడుతూ యువగలం పేరుతో నారా లోకేష్ పాదయాత్ర చేసిన సమయంలో మత్స్యకారుల స్థితిగతులు తెలుసుకొని అధికారం చేపట్టిన తర్వాత మత్స్యకారుల భరోసా పదివేల నుండి 20,000 పెంపుదల చేస్తామని హామీ ఇచ్చిన తరుణంలో కూటమి ప్రభుత్వం అధికారం చేపట్టిన తర్వాత మత్స్యకార భరోసా ఈనెల 26 తేదీన 20వేల రూపాయలను వేట నిషేధ సమయం లో అందివ్వడం జరుగుతుందని తెలిపారని అన్నారు చంద్రబాబు ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టినప్పుడు నుండి అభివృద్ధి పథంలో రాష్ట్రం దూసుకుపోతుందని మధ్య పేద తరగతులకు అనుగుణంగా కూటమి ప్రభుత్వం పనిచేస్తుందని తెలిపారు. నియోజవర్గ టిడిపి ఇన్చార్జి ఎస్ వి ఎస్ ఎన్ వర్మ ఆధ్వర్యంలో టిడిపి మరిన్ని పేదలకు సంక్షేమ పథకాలు అందువడానికి కృషి చేస్తున్నారని అన్నారు. రెండు నెలల వేట నిషేధ సమయంలో కూటమి ప్రభుత్వం ఇస్తున్న మత్స్యకారుల భరోసా మత్స్యకారులకు ఎంతో తోడ్పాటు అందిస్తుందని పేర్కొన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి నాయకులు కార్యకర్తలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు

నేడు ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక ద్వారా వినతుల స్వీకరణ

జిల్లా కలెక్టర్ డా. జి.లక్ష్మీశ

విజయవాడ ఏప్రిల్ 20 మనం ప్రతినిధి ఈ నెల 21వ తేదీ సోమవారం కలెక్టరేట్ లోని పింగళి వెంకయ్య సమావేశ మందిరంలో ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక (పబ్లిక్ గ్రీవెన్స్ రెడ్రెస్సల్ సిస్టం)కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజల నుండి వినతులు స్వీకరించడం జరుగుతుందని జిల్లా కలెక్టర్ డా. జి.లక్ష్మీశ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారుప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి పబ్లిక్ గ్రీవెన్స్ రెడ్రెస్సల్ సిస్టమ్ (పీజీఆర్ఎస్) ద్వారా అర్జీల స్వీకరణ చేపట్టనున్నట్టు తెలిపారు. కలెక్టరేట్, డివిజన్, మునిసిపల్, మండల కేంద్రాల్లో సంబంధిత అధికారులు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండి అర్జీలు స్వీకరిస్తారన్నారు. జిల్లా కేంద్రంతో పాటు, డివిజన్, మండల కేంద్రాలు, మునిసిపల్ కార్యాలయాల్లో కూడా ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక (పబ్లిక్ గ్రీవెన్స్ రెడ్రెస్సల్ సిస్టం) కార్యక్రమం జరుగుతుందని, ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కలెక్టర్ ఆ ప్రకటనలో కోరారు.

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నేడు తీవ్రవడగాలు లు వీచే అవకాశం

విజయవాడ ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ సోమవారం శ్రీకాకుళం-4విజయనగరం-16, పార్వతీపురం మన్యం-11మండలాల్లో తీవ్ర వడగాలులు (31), అలాగే 20 మండలాల్లో వడగాలులు ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉన్నట్లు విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ రోణంకి కూర్మనాథ్ తెలిపారు. మంగళవారం 10 మండలాల్లో తీవ్ర,15 మండలాల్లో వడగాలులు వీచే అవకాశం ఉందన్నారు.

శ్రీకాకుళం-1, విజయనగరం-8,

మన్యం-4, అల్లూరి-1, విశాఖ-1, అనకాపల్లి-5 మండలాల్లో వడగాలులు వీచే అవకాశం ఉందన్నారు. ఆదివారం నంద్యాల జిల్లా ఔకు లో 42.6ళీ%జ%, తిరుపతి జిల్లా వెంకటగిరి,చిత్తూరు జిల్లా నగరి, ప్రకాశం జిల్లా పునుగోడు 42.5 నెల్లూరు జిల్లా మనుబోలు లో 42.4 పల్నాడు జిల్లా వినుకొండ,వైఎస్సార్ జిల్లా ఉప్పలూరు 42.2 చొప్పున అధిక ఉష్ణోగ్రతలు నమోదైందన్నారు.ఎండతీవ్రంగా ఉండి బయటకు వెళ్లేప్పుడు తలకు టోపి, కర్చీఫ్ కట్టుకోవాలి, గొడుగు ఉపయోగించాలి. చెవుల్లోకి వేడిగాలి వెళ్ళకుండా జాగ్రత్త పడాలి. గుండె సంబంధిత వ్యాదులు, షుగర్, బీపీ ఉన్నవారు ఎండలో తిరగకూడదని, శారీరక శ్రమతో కూడిన కఠినమైన పనులను ఎండలో చేయరాదని సూచించారు ఆకస్మాతుగా పిడుగులతో పడే వర్షాలు పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. ఉరుములతో కూడిన వర్షం పడేపుడు ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, చెట్ల క్రింద నిలబడరాదన్నారు. రైతులు వ్యవసాయ పనుల్లో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు

పెందుర్తి వెంకటేష్ తూర్పుగోదావరి జిల్లా పర్యటన

రాజమండ్రి ఏప్రిల్ 20 మనం న్యూస్ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి కార్యక్రమాల సమన్వయకర్త శ్రీ పెందుర్తి వెంకటేష్ ఏప్రియల్ 21 వ తేదీన తూర్పు గోదావరి జిల్లా పర్యటన కార్యక్రమం వివరములుఏప్రియల్ 21 వ తేదీ ఉదయం 10.00 గంటలకు హైదరాబాద్ నుంచి బయలు దేరి రాజమండ్రి విమానాశ్రయం కి ఉదయం 11.30 గంటలకు చేరుకుని అక్కడ నుంచి ఉ.11.45 కి బయలుదేరి మ.12 గంటలకి ఆర్ అండ్ బి అతిథి గృహంలో బస చేస్తారు. అనంతరం మ.2.45 కి అక్కడి నుంచి బయలుదేరి కలెక్టరేట్ కు చేరుకుని , మ.3 నుంచి స్థానిక బొమ్మూరు లోని కలెక్టరేట్లో తూర్పు గోదావరి జిల్లా.. జిల్లా సమీక్షా (డీఆర్సీ) సమావేశంలో పాల్గొంటారు. సాయంత్రం 5.30 అక్కడి నుంచి బయలుదేరి నుంచి సాయంత్రం 5.45 కి రాజమండ్రి విమానాశ్రయం కు చేరుకుంటారు. అనంతరం రాత్రి 6.45 కు బయలుదేరి హైదరాబాద్ వెళ్ళడం జరుగుతుంది.

జబ్బులన్నీ పారిపోవాలంటే ఈ టీ తాగాల్సిందే..!

మామూలు టీ కాదు ఇది.. ఆరోగ్యానికి సూపర్ టానిక్

దాల్చిన చెక్క టీ తయారు చేయడం చాలా సులభం. ఒక చిన్న పాత్రలో నీటిని తీసుకుని దాన్ని మరిగించండి. నీరు మరిగిన తర్వాత దాల్చిన చెక్క పొడిని దానిలో వేసి సన్న మంటపై 5-10 నిమిషాలు మరిగించాలి. మరొక ముఖ్యమైన అంశం ఏమిటంటే ఎక్కువ సమయం పెట్టడం ద్వారా టీ ఆవిరైపోతుంది.. కాబట్టి 10 నిమిషాలకే సరిపోతుంది. తరువాత ఈ టీని వడకట్టి దానిలో తేనె లేదా బెల్లం చేర్చడం ద్వారా రుచి పెరుగుతుంది. ఇంకా కొద్దిగా నిమ్మరసం కూడా కలుపుకుంటే రుచి మరింత మెరుగుపడుతుంది.దాల్చిన చెక్క ఆరోగ్యకరమైనది ప్రతిరోజు అలవాటుగా చేసుకోవడం వల్ల మన శరీరానికి అనేక లాభాలను అందిస్తుంది. ఇందులో ఉన్న పోషకాలు, ఆహార తత్వాలు శరీరంలోని అనేక వ్యాధుల నివారణలో భాగంగా ఉంటాయి.దాల్చిన చెక్కలో విటమిన్ %జు%, యాంటీఆక్సిడెంట్లు అనేక ఇతర పోషకాలు ఉంటాయి.. ఇవి మన జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతాయి. అనేక పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు కూడా ఈ అంశాన్ని నిరూపించాయి.దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి శరీరంలోని అనేక రకాల ఇన్ఫెక్షన్లను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది మీ రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.దాల్చిన చెక్క గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇది రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించి గుండె సంబంధిత అనేక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.దాల్చిన చెక్క శరీరంలోని హజ్మా ప్రక్రియను సమతుల్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది జీర్ణం వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తుంది.. జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు లేకుండా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది.పుష్కలమైన ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్లతో కూడిన దాల్చిన చెక్క శరీర బరువును అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి మేలైనది, మంచిగా పెరిగిన పోషక విలువలతో కూడిన ఆహార ఎంపికలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది పేగుల శోధన, ఇతర ఆహారపోషణ చర్యలలో కూడా సహాయపడుతుంది. దీనివల్ల పొట్ట నొప్పి, అజీర్తి వంటి సమస్యలు తగ్గిపోతాయి.దాల్చిన చెక్కను వాడే ముందు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. దీన్ని అధిక పరిమాణంలో నిరంతరం తీసుకుంటే కొంతమందికి అల్లర్జీ వంటి సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. కానీ ప్రతిరోజూ కొంత పరిమితంగా తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి ఉపయోగకరంగా మారి మంచి ఫలితాలు ఇవ్వవచ్చు.దాల్చిన చెక్క మన శరీర రక్షణ వ్యవస్థను బలంగా ఉంచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది శరీరాన్ని విశ్రాంతిగా ఉంచడంలో, ఆకలి భావాన్ని ఉత్తేజితం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా దాల్చిన చెక్కలో పుష్కలంగా ఉండే పోషకాలు శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందిస్తాయి.దాల్చిన చెక్క మన ఆరోగ్యాన్ని బలోపేతం చేసే ఒక సహజ, శక్తివంతమైన ఔషధం. దీనిని ప్రతిరోజూ ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ద్వారా.. మీరు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించుకోగలుగుతారు. ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. నిపుణులు అందించిన సమాచారం ప్రకారం ఇక్కడ తెలియజేయడమైనది. ఆరోగ్యరీత్యా ఎలాంటి సమస్యలు ఉన్నానేరుగా వైద్య నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది)

వీగన్ డైట్ చేస్తున్నారా..

ఇది మీకోసమే..!

ఈ డైట్తో దీర్ఘకాలిక వ్యాధులనుంచి కోలుకోవడంతోపాటు క్యాన్సర్, గుండెసంబంధిత వ్యాధులు దరిచేరవు. బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి వీగన్ డైట్ చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో శాచురేటెడ్ ఫ్యాట్స్ తక్కువగా ఉంటాయి. మాంసం, డెయిరీ ఉత్పత్తుల్లో శాచురేటెడ్ ఫ్యాట్స్ అధికం. వీటివల్ల శరీరానికి అందే శక్తికూడా తక్కువే. ఇవే బరువు పెరిగేందుకు కారణమవుతాయి. పండ్లు, కూరగాయలతో కూడిన వీగన్ డైట్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. తక్కువ కేలరీలతో తొందరగా కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. జీవక్రియ మెరుగుపడుతుంది. వీగన్ డైట్ బరువును అదుపులో ఉంచేందుకు సహాయపడుతుంది. దీంతో ఒబెసిటీ సమస్య రాదు. టైప్-2 మధుమేహం, రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటాయి. వీగన్ డైట్లో ఉన్నా ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్తో పాటు, చక్కెరను ఆహారంలో తీసుకుంటే శక్తి హీనంగా మారడంతోపాటు బరువు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. మాంసం వినియోగం తగ్గితే గ్రీన్ హౌస్ గ్యాస్ ఉద్గారాలు అదుపులోకి వస్తాయి. తద్వారా పర్యావరణానికి కలిగే హాని కూడా తగ్గే అవకాశం ఉంది.

ఎండలో బయటకు వెళ్తున్నారా..?

తలనొప్పికి గురికాకుండా ఉండటానికి ఈ జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి..!

బాబోయ్ తలనొప్పిని భరించలేం.. కంటికి కనిపించిన శత్రవు ఈ తలనొప్పి.. చాలా మందికి తరచుగా తలనొప్పి వేధిస్తుంటుంది. విపరీతమైన నొప్పి కారణంగా చేసే పని మీద కూడా శ్రద్ధ పెట్టలేకపోతుంటారు. నొప్పి తగ్గడానికి మందులు వాడదామంటే.. ఎలాంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ వస్తాయేమోనని భయపడతుంటారు. తలనొప్పిని తట్టుకోలేక చాలా మంది టీ, కాఫీలను ఎక్కువగా తాగేస్తుంటారు. ఇదో మరో తలనొప్పిని కలిగిస్తుంది. పదే పదే టీ, కాఫీలు తీసుకోవటం వల్ల నిద్రపట్టక అవస్థ పడాల్సి వస్తుంది. అయితే, ఈ తలనొప్పి ఎండాకాలంలో మరింత ఎక్కువగా వేదిస్తుంటుంది. ఏ మాత్రం ఎండలోకి వెళ్లినా కూడా వెంటనే ఎంటాక్ చేస్తుంది. ఎండాకాలంలో తీవ్ర ఇబ్బందికి గురి చేసే తలనొప్పికి గురి కాకుండా ఉండేందుకు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు అవేంటంటే..వేసవిలో ఎండ వేళ ఇంటి నుండి ఎప్పుడు బయటికి వెళ్లినా సన్ గ్లాసులు, టోపీ లేదా గొడుగు వంటివి తప్పనిసరిగా పెట్టుకోవాలని చెబుతున్నారు. వీటిని పొరపాటున కూడా మర్చిపోవద్దని చెబుతున్నారు. అంతే కాదు మధ్యాహ్నం 12 నుంచి 4 గంటల మధ్య అత్యవసర పరిస్థితుల్లో మాత్రమే బయటికి రావాలని చెబుతున్నారు. డీహైడ్రేషన్ గురికాకుండా ఎక్కువగా నీళ్లు తీసుకోవడం అలవాటు చేసుకోవాలి. వీటితో పాటు శక్తినిచ్చే కొన్ని జ్యూసులు కూడా డైట్లో చేర్చుకోవడం మంచిదిపుచ్చకాయ, దోసకాయ నీరు అధికంగా ఉండే ఫుడ్స్ తీసుకోవాలి.ఎండాకాలం టీవీ, లాప్ టాప్, ఫోన్లు వంటివి తక్కువగా వినియోగించాలి. బయటికి వెళ్లినప్పుడు తప్పకుండా సన్స్క్రీన్ రాసుకోవడం మర్చిపోకండి. ఇది మాత్రమే కాదు సమయానికి భోజనం చేసి షుగర్ లెవెల్స్ ఎప్పటికప్పుడు చెక్ చేసుకోవాలి.

చెడు కొలెస్ట్రాల్ తో టెన్షన్ వద్దు..

ఈ ఫుడ్స్ తింటే అంతా సెట్ అయిపోద్ది..!

ఉడికించిన మినుములు, కందిపప్పు, బఠాణీ వంటి పప్పుల్లో విటమిన్ 9 (ఫోలేట్) అధికంగా ఉంటుంది. ఈ పదార్థం రక్త ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరచడంతో పాటు చెడు కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. పప్పులు తినడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన ఫైబర్, ప్రోటీన్ కూడా అందుతుంది. రోజూ ఆహారంలో ఒక్కసారి అయినా పప్పులను చేర్చితే ఆరోగ్యంపై మంచి ప్రభావం చూపుతుంది.