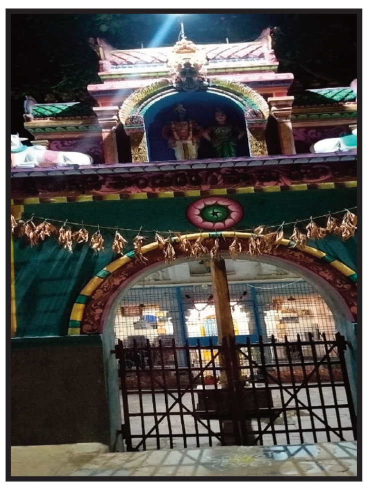
మృతి చెందిన వీఆర్ఏ కుటుంబానికి ఆర్థిక సహాయం

యాడికి రూరల్, మే 19 (అనంత ప్రభ)
యాడికి మండలం కోనుప్పలపాడు గ్రామ రెవెన్యూ సహాయకుడిగా విధులు నిర్వహిస్తున్న పెద్ద కంబన్న సోమవారం అనారోగ్యంతో మృతిచెందగా విషయం తెలుసుకున్న యాడికి మండల తహసిల్దార్ ప్రతాపరెడ్డి వారి సిబ్బంది కోనుప్పలపాడు గ్రామానికి వెళ్లి మృతి చెందిన పెద్ద కంబన్నకు పూలమాలలు వేసి నివాళు లర్పించారు. పెద్దకంబన్న భార్య సంజమ్మకు అంత్యక్రియలు నిమిత్తం 15 వేల రూ–పాయలు ఆర్థిక సాయం అందజేశారు

శ్రీ పాండురంగ స్వామి ఆలయ అభివృద్ధికి 25వేల రూపాయల విరాళం



యాడికి , మే 19 (అనంత ప్రభ)
యాడికి మండల కేంద్రంలోని పురాతనమైన శ్రీ రుక్మిణి పాండురంగ స్వామి దేవస్థానం గతంలో శిథిలావస్థలో ఉండగా గత రెండు సంవత్సరాల నుండి భక్తులందరూ కలసి దాతలు సహకారంతో చిట్స్ వేసి వచ్చిన నగదుతో గుడి గోపురం ప్రహరీ గోడ నిర్మాణం ఆలయం అంతా టైల్స్ వేయించి అభివృద్ధి చేసినామని ఆలయ కమిటీ వారు తెలిపారు. ఆలయ అభివృద్ధి కోసం మండల కేంద్రానికి చెందిన తనికంటి కృష్ణవేణి శేషాచలపతి జ్ఞాపకార్థం వారి కుమారుడు విజయ కుమార్ 25వేల రూపాయలను ఆలయ కమిటీ వారికి అందజేయడం జరిగిందని, ఇంకా దాతల సహకారంతో ఆలయాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేయడానికి అవకాశం ఉంటుందని ఆలయ కమిటీ సభ్యులు తెలిపారు

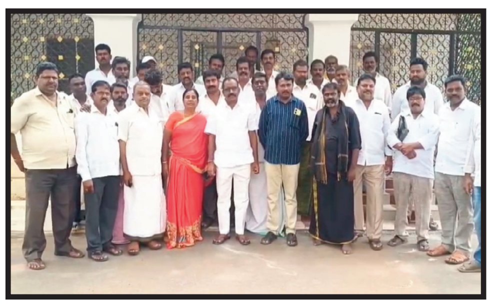
అనంతపురం 2 టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్ లో ద్విచక్ర వాహనాలు వేలం వేయబడును

అనంతపురం, మే 19 (అనంత ప్రభ)
అనంతపురం 2 టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్ లో ఉన్న 27 ద్విచక్ర వాహనాలను 22.05.2025 తేదీ ఉదయం 10.00 గంటలకు అనంతపురం 2 టౌన్ పోలీస్ స్టేషన్ నందు వేలం వేయుచున్నారు , కావున ఆసక్తి ఉన్నవారు 2000/- రూ–పాయలు డిపాజిట్ చెల్లించి వేలం పాటలో పాల్గొన వలసిందిగా తెలపడం అయినది. వేలం ముగిసిన తర్వాత వేలం దక్కని వారికీ 2000 రూపాయలు డిపాజిట్ డబ్బులు తిరిగి చెల్లించబడుతుంది.

ఎక్సైజ్ సీఐ ని సస్పెండ్ చేయాలి
న్యాయ బ్రాహ్మణుల వృత్తి దారుల సమాఖ్య నగర అధ్యక్షులు గోవిందరాజులు

అనంతపురం రూరల్, మే 19 (అనంత ప్రభ)
కళ్యాణ్ దుర్గం ఎక్సైజ్ సీఐని సస్పెండ్ చేయాలని న్యాయ బ్రాహ్మణుల కుర్చీ దారుల సమాఖ్య నగర అధ్యక్షులు గోవిందరాజులు డిమాండ్ చేశారు. సిపిఐ ప్రధాన కార్యాలయంలో ఈ విషయంపై సోమవారం విలేకరుల సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నాయి బ్రాహ్మణ వృత్తి దారుల నగర అధ్యక్షులు గోవిందరాజులు, చేతివృత్తిదారుల రాష్ట్ర కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు సి. లింగమయ్య లు చేతి వృత్తిదారుల సమాఖ్య జిల్లా కార్యదర్శి సివి హరికృష్ణ మాట్లాడుతూ... కళ్యాణ్ దుర్గం ఎక్సైజ్ సీఐ అటెండర్ ఏదైనా తప్పు చేస్తే అతనిపై విచారణ చేపట్టాలని గాని అతనిని చెప్పుతో కొట్టడం ఏమాత్రం సరికాదన్నారు. సీఐ చెప్పుతో కొట్టు తున్న వీడియోలు వైరల్ అవుతున్నప్పటికీ ఉన్నతాధికారులు ఈ విషయంపై ఉన్నతాధికారులు సిఐ పై ఎటువంటి చర్యలు తీసుకోకుండా బదిలీ చేయడం సిగ్గుచేటు అన్నారు. ఈ సమావేశంలో , రజక వృత్తిదారుల సమాఖ్య అధ్యక్షులు సి. నాగప్ప, గీత పని వాళ్ళ సంఘం జిల్లా కార్యదర్శి రఘు, చేతివృత్తిదారుల సమాఖ్య అధ్యక్షులు టిసి భూషణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హంద్రీనీవా కాలువ పనులపై బహిరంగ చర్చకు డేట్ ఫిక్స్ చేసిన శివరాం రెడ్డి



ఉరవకొండ, మే 19 (అనంత ప్రభ)
రాయదుర్గం ఎమ్మెల్యే, కాలువ శ్రీనివాసులుకు, ఉరవకొండ ఎమ్మెల్సీ వైస్. శివరాం రెడ్డి, బహిరంగ చర్చకు సిద్ధం కావాలని డేట్ ఫిక్స్ చేసి సవాలు విసిరారు. హంద్రీనీవా కాలువ మీదనైనా, ఉరవకొండ నడి బొడ్డున ఆర్ అండ్ బి గెస్ట్ హౌస్ దగ్గరైన ప్రజల మధ్యనే హంద్రీనీవా కాలువ పనులకు స్వర్గీయ రాజశేఖర్ రెడ్డి ఎంత ఖర్చు చేశారు. ప్రజలకు తెలుసు అని తెలిపారు. శివరాం రెడ్డి కుటుంబంలో పలువురు ఎమ్మెల్యేలుగా ప్రజలచే ఎన్నుకోబడి గెలుపొంది ప్రజల కోసం పని చేశారు అని అన్నారు. అలాంటి శివరాం రెడ్డి పై అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేసేది తగదు అన్నారు. కాల్వ శ్రీనివాసులు బహిరంగ చర్చకు సిద్ధం కావాలని సవాలు విసిరారు. ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ప్రతిభ పురస్కారాలు అవార్డులు కార్యక్రమంపాల్గొన్న యమ్.పి.అంబికా లక్ష్మి నారాయణ

అనంతపురం, మే 19 (అనంత ప్రభ)
అనంతపురం అర్బన్ నియోజకవర్గంలోని వాల్మీకి భవన్‌లో వాల్మీకి ఉద్యోగ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ప్రతిభా పురస్కార అవార్డు కార్యక్రమంలో అనంతపురం పార్లమెంట్ సభ్యులు లిశ్రీ అంబికా లక్ష్మీనారాయణ గారు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు.
ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, "విద్యార్థుల ప్రతిభను గుర్తించి గౌరవించడం స్ఫూర్తిదాయకం. ఇలాంటి కార్యక్రమాలు వారి భవిష్యత్తుకు తోడ్పడే విధంగా ఉండాలి," అని పేర్కొన్నారు.
కార్యక్రమంలో రాయదుర్గం శాసన సభ్యులు శ్రీ కాలువ శ్రీనివాసులు గారు, వాల్మీకి సంఘ నాయకులు, రాజకీయ నాయకులు, రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు, విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.
ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించిన వాల్మీకి ఉద్యోగ సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు శ్రీ ఆర్పి అక్కులప్ప గారు, ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీ చైతన్య కుమార్ గారు, ఆర్థిక కార్యదర్శి శ్రీ పవన్ కుమార్ గారులి మరియు ఇతర సభ్యులకు ఎంపీ గారు హృదయపూర్వకంగా అభినందనలు తెలిపారు.
ఈ తరహా కార్యక్రమాలు సమాజంలో విద్యాభివృద్ధికి దోహదపడతాయని ఎంపీ అంబికా లక్ష్మి నారాయణ తెలిపారు

రామగిరి మండల ప్రజా పరిషత్ ఉప ఎన్నిక వాయిదా

రామగిరి, మే 19 (అనంత ప్రభ)
రాప్తాడు నియోజకవర్గం రామగిరి మండలంలో సోమవారం జరిగిన మండల ప్రజా పరిషత్ ఉప ఎన్నిక ఎట్టకేలకు వాయిదా పడింది. రామగిరి ఎంపీపీ స్థానం మహిళాకు రిజర్వ్ కావడంతో ఉప ఎన్నికకు మహిళ ఎంపీటీసీ ల సపోర్ట్ లేకపోవడం వల్ల ఎంపీపీ ఉప ఎన్నిక వాయిదా పడింది. 19వ తేదీన జరిగిన మండల ప్రజా పరిషత్ ఉప ఎన్నికలకు ముగ్గురు ఎంపీటీసీలు (పురుషులు) హాజరు కాగా మహిళ ఎంపీటీసీల నామినేషన్ దాఖలు కాకపోవడంతో ఎంపీపీ ఉప ఎన్నికకు మద్దతు లేక వాయిదా పడినట్లు స్పెషల్ ఆఫీసర్ తెలియజేశారు.

పదవీ విరమణ పొందిన కూడేరు పి.ఎస్ మహిళా హెూంగార్డుకు ఘనంగా సన్మానం

అనంతపురం, మే 19 (అనంత ప్రభ)
సుదీర్ఘ కాలంగా జిల్లా పోలీసు శాఖకు సేవలందించి పదవీ విరమణ పొందిన కూడేరు పోలీసు స్టేషన్ మహిళా హెూంగార్డు కృష్ణవేణిను జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ పి.జగదీష్ ఈరోజు ఘనంగా సన్మానించారు. జిల్లా ఎస్పీ గారు తన ఛేంబర్లో పూలమాల, శాలువలతో ఆమెను సత్కరించారు. జిల్లా పోలీసుశాఖకు అనుబంధంగా హెూంగార్డు విధుల్లో చేరి మంచి సేవలు అందించారని ఈసందర్భంగా గుర్తు చేశారు. సుదీర్ఘకాలం పనిచేసి రిటైర్డ్ అయ్యాక శేష జీవితం సుఖమయంగా ఉండాలని... కుటుంబ సభ్యులతో సంతోషంగా గడపాలని ఎస్పీ గారు ఆకాంక్షించారు. ఈకార్యక్రమంలో ఏఆర్ డీఎస్పీ నీలకంఠేశ్వరరెడ్డి, ఆర్ఎస్ఐ జాఫర్ మరియు ఏఆర్ ఎస్ఐ లు, సాటి హెూంగార్డులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యాడికి ఐసిడిఎస్ సూపర్వైజర్ గా విజయకుమారి

యాడికి, మే 19 (అనంత ప్రభ)
యాడికి ఐసిడిఎస్ సూపర్వైజర్ గా విజయకుమారి బాధ్యతలు తీసుకున్నారు. గతంలో యాడికి ఐసిడిఎస్ సూపర్వైజర్ గా పనిచేస్తున్న విజయ కుమారి తాడపత్రికి బదిలీ అయ్యారు. బాధ్యతలు స్వీకరించిన విజయ కుమారి మాట్లాడుతూ అధికారులు, అంగన్వాడి సిబ్బంది, ప్రజల సహకారాలతో అంగన్వాడీ కేంద్రాల నిర్వహణను మరింత మెరుగు పరుస్తానని తెలిపారు

వేసవిలో తియ్యటి పండ్లతో టేస్టీ ఐస్ క్రీములు ఇంట్లోనే చేసేయండిలా

వెనిల్లా, చాకొలెట్, బట్టర్ స్కాచ్... ఇలా రకరకాల ఐస్ క్రీములు బయట దొరుకుతాయి కదా, ఎప్పుడూ వాటినే తింటే బోరింగ్. ఇంట్లోనే తాజా పండ్లు ఐస్ క్రీములు తయారుచేసుకోండి. ఆరోగ్యకరం కూడా. మామిడి, కివీ, పుచ్చకాయలతో మూడు రకాల ఐస్ క్రీములు తయారు చేసుకోవచ్చు.

మ్యాంగో ఐస్ క్రీమ్
కావాల్సిన పదార్థాలు
కొబ్బరిపాలు - అరలీటరు
మామిడి పండు - ఒకటి
వెనిల్లా ఎసెన్స్ - ఒక స్పూను
మాపుల్ సిరప్ - అరకప్పు

తయారీ ఇలా
మామిడి పండ్లు గుజ్జును మిక్సీలో వేసి మెత్తగా చేసుకోవాలి. దాన్ని తీసి ఒక గిన్నెలో వేయాలి. కొబ్బరిపాలు, వెనిల్లా ఎసెన్స్ వేసి బ్లెండర్లో బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మామిడి పండ్లు గుజ్జున గిన్నెలో వేసి బాగా గిలక్కొట్టాలి. మాపుల్ సిరప్‌ను కూడా మామిడి గుజ్జులో వేసి బాగా కలపాలి. ఐస్ క్రీమ్ మౌల్డ్ లో వీటిని వేయాలి. నాలుగ్గంటల పాటూ ఫ్రీజర్లో ఉంచితే మ్యాంగ్ ఐస్ క్రీమ్ రెడీ అయిపోతుంది.
....

వాటర్ మెలన్ ఐస్ క్రీము
కావాల్సిన పదార్థాలు
పుచ్చకాయ - అర ముక్క
నిమ్మరసం - రెండు స్పూన్లు
చక్కెర - రుచికి సరిపడా

తయారీ ఇలా
పుచ్చకాయ గింజలను తీసి ముక్కలుగా చేసుకోవాలి. బ్లెండర్లో వేసి గుజ్జులా చేసుకోవాలి. ఆ గుజ్జును ఒక గిన్నెలో వేయాలి. ఆ గిన్నెలో చక్కెర పొడి, నిమ్మరసం కూడా వేసి బాగా కలపాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని ఐస్ క్రీమ్ మౌల్డ్‌లో వేసి ఫ్రీజర్లో పెట్టాలి. నాలుగ్గంటల తరువాత తీసి చూస్తే ఐస్ క్రీమ్ రెడీ.

....
కివీ ఐస్ క్రీమ్
కావాల్సిన పదార్థాలు
కివీ పండ్లు -నాలుగు
చక్కెర - పావు కప్పు
క్రీమ్ - మూడు కప్పులు
వెనిల్లా ఎసెన్స్ - అర స్పూను

తయారీ ఇలా
కివీ పండ్ల బయటి పొరను తీసేసి చిన్న ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. వాటిని మిక్సీలో వేసి మెత్తటి పేస్టులా చేసుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో చక్కెర, క్రీమ్, వెనిల్లా ఎసెన్స్ వేసి బాగా కలపాలి. హ్యాండ్ బ్లెండర్ తో బాగా విస్క్ చేయాలి. ఇప్పుడు దానిలో ముందుగు చేసి పెట్టుకున్న పేస్టును కలపాలి. బాగా కలిపాక ఒక ట్రేలో వేయాలి. ఆ ట్రేను ఫ్రీజర్లో ఏడు నుంచి ఎనిమిది గంటల పాటూ ఉంచితే కివీ ఐస్ క్రీమ్ రెడీ అయినట్టే.

పొట్ట క్లీన్ అవ్వాలా? ఇవిగో చిట్కాలు

ఇది చిన్న, పెద్ద ప్రేగులను శుభ్రపరిచే పాత టెక్నిక్. దీన్ని ఖాళీ పొట్టతో ఉదయానే చేయాలి. ఇందుకోసం పది గ్లాసుల గోరువెచ్చని నీటిలో చిటికెడు ఉప్పు కలుపుకుని తాగేయాలి. ఈ నీటిని తీసుకునేటప్పుడు లోతైన శ్వాస తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఈ నీరు తాగాక సింపుల్‌గా ఉండే యోగసనాలు వేయాలి. ఇలా శారీరక శ్రమ చేయడం వల్ల పేగుల్లో కదలిక ఉంటుంది. పేగుల మూలల్లో ఉన్న వ్యర్థాలు కూడా మలం ద్వారా బయటికి పోతాయి.

పీచు ఆహారం
ఆహారంలో పీచు అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మసాలాలు, నూనెలు దట్టించిన ఆహారాన్ని రోజూ తినడం వల్ల పేగుల్లో వ్యర్థాలు చేరుతాయి. పీచు నిండిన కూరగాయలను ఉడికించి తినాలి. అలాగే పండ్లను అధికంగా తీసుకోవాలి. ఇవి కొన్నిరోజుల పాటూ తీసుకోవడం వల్ల పేగులు శుభ్రపడతాయి. ఆ సమయంలో మాంసం, తీపి, కారం, మసాలాలు వేసిన పదార్థాలు తినకూడదు.

హైడ్రేషన్‌జి
వ్యాధులను నయం చేయడానికి నీరు చాలా అవసరం. కాబట్టి దానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. మీరు తినడానికి 30 నిమిషాల ముందు, భోజనానికి ఒక గంట తర్వాత ఒక గ్లాసు నీరు త్రాగాలి. అలా చేయడం వల్ల పేగు సరైన పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. పేగులను డిటాక్స్ చేయాలంటే మజ్జిగ, నిమ్మరసం తాగాలి. ఇది శరీరానికి కావల్సినంత శక్తిని అందిస్తుంది, అదే సమయంలో పెద్ద పేగులను కూడా శుభ్రపరుస్తుంది.