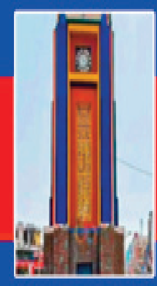
విలేకరులు కావలెను
ఆంధ్ర తెలంగాణ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో
జిల్లాల వారీగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్స్, మండల
రిపోర్టర్, కంట్రిబ్యూటర్స్, యాడ్ ఎగ్జిక్యూటివ్స్, కావలెను
తెలుగు భాష పై అవగాహన, వార్తలు రాయగల సత్తా
ఉన్న వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును
MOBILE : 8886090199, 9885211993,

అనంత ప్రభ
తెలుగు దిన పత్రిక



అనంతపురం 5
శ్రీ సత్యసాయి
శనివారం 24 మే 2025

రేషన్ సరఫరా సక్రమంగాజరగాలి జిల్లా కలెక్టర్ టి.ఎస్.చేతన్

పుట్టపర్తి, మే 23 (అనంత ప్రభ)

ప్రజలకు నిత్యవసర పంపిణీ పై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకున్న నేపథ్యంలో జూన్ 1వ తేదీ నుంచి రేషన్ దుకాణాల ద్వారా సరుకులు సక్రమంగా చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. శుక్రవారం కలెక్టరేట్లోని మినీ కాన్ఫరెన్స్ హాల్ లో జాయింట్ కలెక్టర్ అభిషేక్ కుమార్ తో కలిసి పౌరసరఫరాల శాఖ సిఎస్ డి టి లతో రేషన్ దుకాణాల ద్వారా నిత్యవసరాలు పంపిణీ పై సమావేశం నిర్వహించి పలు ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ నిబంధనల మేరకు రేషన్ సరుకులను వినియోగదారులకు సరఫరా చేయాలని, నిబంధనలను ఉల్లంఘించిన ఎఫ్ .పి. షాపుల డీలర్ల వారిపై చట్టరీత్యా చర్యలు తప్పవని కలెక్టర్ హెచ్చరించారు.

ముఖ్యంగా జిల్లాలోని 13 67 ఎఫ్ పి షాపులలో లబ్ధి పొందే విధంగా ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థ ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ మెరుగుపడే విధంగా అవసరమైన మేరకు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. దీపం-2 మరియు రేషన్ పంపిణీలో లబ్ధిదారులకు అవగాహన పెంచాలన్నారు. దీనికై క్షేత్రస్థాయిలో ఎఫ్. పి. షాపు డీలర్లు గ్యాస్ ఏజెన్సీ గ్యాస్ డెలివరీ బాయ్ లతో సమావేశం నిర్వహించి తగిన సూచనలు జారీ చేయాలని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఉత్తర్వుల మేరకు జూన్ మాసం నుండి నిత్యసర్వస్తులు రేషన్ సాలువ ద్వారానే పంపిణీ చేయడం జరుగుతుందన్న విషయాన్ని కార్డుదారులందరూ గమనించాలని అలాగే డీలర్లు కూడా ఈ విషయాన్ని ప్రతి కార్డు హోల్డర్ కుటుంబానికి తెలియజేయాలని ఆదేశించారు. ప్రతినెలా ఒకటో తేదీ నుండి 15వ తేదీ వరకు ప్రతిరోజు ప్రభుత్వం ద్వారా నిర్దేశించబడిన సమయాల్లో ఉదయం 8 నుండి 12 గంటల వరకు మరియు సాయంత్రం నాలుగు గంటల నుండి 8 గంటల వరకు ఎఫ్.. పి షాపులను తెరిచి ఉంచాలని, గౌరవ దేశ ప్రధాని మరియు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఫోటోలు షాపుల్లో ఉంచాలని, అలాగే పని వేళలు ఎఫ్ పి షాప్ నంబరు ధరలు సరుకు నిల్వ వివరాలు తదితర విషయాలను సూచించే బోర్డును తప్పనిసరిగా ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు.

జాయింట్ కలెక్టర్ అభిషేక్ కుమార్ మాట్లాడుతూ 65 సంవత్సరాలు పైబడిన వారికి దివ్యాంగులకు వారి ఇంటి వద్ద వెళ్లి రేషన్ పంపిణీ చేసే విధంగా ఎఫ్ పి షాప్ చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఎఫ్పి షాపుల పరిసరాలను శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని ప్రతిరోజు ఎంతమందికి సరుకులు సరఫరా చేస్తున్నారో అనే అంశాన్ని ప్రతి రేషన్ డీలర్ షాపులో ఫోటోలతో రికార్డుల వివరాలు నమోదు చేయాల్సి ఉంటుందన్నారు.

ఈపాస్ వేయింగ్ మిషన్ కండిషన్లో ఉంచుకొని కార్డుదారులందరికీ ఖచ్చితమైన తూకంతో నిత్యసర వస్తువులను పంపిణీ చేసి రసీదును కూడా ఇవ్వాలని జాయింట్ కలెక్టర్ సూచించారు. రానున్న రోజుల్లో ప్రభుత్వం ద్వారా డీలర్లకు కొంత మేరకు ఆదాయం కూడా పెరిగే అవకాశం ఉంటుందన్నారు.

పై తెలిపిన విషయాలన్నీ ఆయా ప్రాంతాల సిఎస్డిటిలో కచ్చితంగా డీలర్లతో సమావేశం నిర్వహించి ప్రభుత్వ ఆదేశాలను కచ్చితంగా అమలు చేసే విధంగా అవగాహన కల్పించాలన్నారు.

ఈ సమావేశంలో డీఎస్ఓ వంశీకృష్ణారెడ్డి, జిల్లాలోని సి ఎస్ డిటిలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యోగా పై చైతన్యవంతులు కావాలి...

పుట్టపర్తి, మే 23 (అనంత ప్రభ)

సమాజంలోని ప్రతి ఒక్కరూ వయస్సుతో నిమిత్తం లేకుండా యోగాసనాలు చేస్తూ ఆరోగ్యం కాపాడుకోవాలని దీనికై యోగా పై చైతన్యవంతులు కావాల్సిన అవసరం ఉందని జిల్లా కలెక్టర్ టి.ఎస్. చేతన్ తెలిపారు. శుక్రవారం ఉదయం జిల్లాలో యోగాంధ్రా కార్యక్రమం నిర్వహణలో భాగంగా జాయింట్ కలెక్టర్ అభిషేక్ కుమార్ తో కలిసి డివిజన్ స్థాయి ఆర్డీవోలు, ఎంపీడీవోలు, తాసిల్దార్ లు, మున్సిపల్ కమిషనర్లతో టెలి కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్ష నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రతి మనిషి తన దైనందిన జీవితంలో యోగాకు అత్యధిక ప్రాముఖ్యత కల్పించుకునే విధంగా యోగ పై విస్తృతంగా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. మరి ముఖ్యంగా జిల్లాలోని డివిజన్ స్థాయిలలో ఆయా ప్రాంతాలలో షెడ్యూల్ ప్రకారంనిర్వహిస్తున్న యోగా కార్యక్రమాలకు ముందస్తు ప్రణాళికలను సిద్ధం చేసుకోవాలని యోగా %శీ%ధ్రా -2025కార్యక్రమాలను జిల్లావ్యాప్తంగాపకడ్బందీగాఅమలు చేయాలని కలెక్టర్ సూచించారు. ప్రభుత్వంనిర్దేశించినకార్యక్రమాలను ముమ్మరంగా ప్రజల్లోకి తీసుకు వెళ్ళవలసిన బాధ్యత మనందరిపై ఉందన్నారు. ముఖ్యంగా యోగాంధ్ర యాప్ లో ఆసక్తి కలిగిన వారిని నమోదు చేయించలా చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఇందులో ప్రధానంగా

సచివాలయ సిబ్బంది సేవలను వినియోగించుకోవాలని ఇంటింటికి సిబ్బంది వెళ్లి యోగా పై అవగాహన కల్పించి యోగాను దినచర్యగా అలవర్చుకోవాలని తెలియజేస్తూ యాప్ లో పేరును రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ నమోదు చేయించాల్సి ఉంటుందన్నారు. జిల్లాలో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం ప్రారంభ వేడుకలు పలు ప్రాంతాలలో జరుగుతున్నాయని రానున్న మాసం జూన్ 21నజిల్లాలో కూడా ఎంతోప్రతిష్టాత్మకంగాయోగా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నందున

అందరి సమన్వయ సహకారాలతో ఆ కార్యక్రమాన్ని విజయంతం చేయాలని కలెక్టర్ కోరారు

పుట్టపర్తి ఆర్టీసీ బస్టాండ్ ను తనిఖీ చేసిన జిల్లా కలెక్టర్ టి.ఎస్. చేతన్

పుట్టపర్తి, మే 23 (అనంత ప్రభ)

పుట్టపర్తి ప్రధాన కేంద్రంలోని ఏపీఎస్ఆర్టీసీ కేంద్రాన్ని శుక్రవారం ఉదయం జిల్లా కలెక్టర్ టిఎస్ చేతన్ ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. తొలుత బస్టాండ్ ప్రాంతంలోని పరిసరాల్లో పారిశుద్ధ్య పనుల నిర్వహణ ను పరిశీలించి ప్లాట్ ఫా%శీ% ల నిర్వహణ,విద్యుత్ సరఫరా, బస్సు సర్వీసులపై ఆర్టీసీ ఆర్ఎం మధుసూదన ద్వారా అడిగి తెలుసుకున్నారు. అలాగే బస్టాండ్ మరుగుదొడ్ల స్థితిగతులు పరిశుభ్రత, బస్టాండ్ కాంప్లెక్స్ లలో హోటల్స్, సమాచార కేంద్రం రిజర్వేషన్ కౌంటర్ల ద్వారా సేవల నిర్వహణ పనితీరు చర్యలపై ఆరా తీశారు.

ఈ సందర్భంగా బస్టాండ్ లో ఆర్టీసీ సంస్థ ద్వారా ప్రయాణికులకు అందిస్తున్న సేవలు గురించి ప్రయాణికులతో కాసేపు ముచ్చటించి సదుపాయాల కల్పనపై అడిగి తెలుసుకున్నారు. హిందూపురం కు చెందిన శ్రీధర్ అనే ప్రయాణికుడు స్పందించిన తీరుపై కలెక్టర్ సంతృప్తిని వ్యక్తం చేశారు.

అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఆర్టీసీ బస్టాండ్ ప్రాంతాన్ని పరిశుభ్రంగా ఉంచే విధంగా మెరుగైన పారిశుద్ధ్య చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ప్రయాణికులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా సేవలందించాలని ఆర్టీసీ అధికారులకు సూచించారు.

అలాగే భద్రత విషయాలపై కూడా ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని సూచించారు. ఆర్టీసీ సముదాయంలో ఉన్న హోటల్స్ ల వద్ద చెత్తాచెదారం లేకుండా పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని, బస్సులు బస్టాండ్ నుండి బయలుదేరు సర్వీసు వేళలు వివరాలు వాట్సాప్ గవర్నమెంట్ ద్వారా సేవల ఫ్లెక్సీలను ఏర్పాటు చేయాలని ఆర్ఎం ఆర్టీసీని ఆదేశించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్టిసి ఆర్ ఎం మధుసూదన, డి.ఎం.ఇనాయతుల్లా,ఏ. వో.ఉషారాణి, అసిస్టెంట్ మేనేజర్ హరిత ఆర్టీసీ ఉద్యోగ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సింగనమల క్రాస్ వద్ద వాహనాల అండర్‌పాస్ (వి యు పి) కోసం ఎంపీ , ఎమ్మెల్యే యన్.ఎచ్.ఏ.ఐ అధికారులతో చర్చ

అనంతపురం, మే 23 (అనంత ప్రభ)

అనంతపురం ఎంపీ కార్యాలయంలో జరిగిన సమావేశంలో శింగనమల శాసనసభ్యురాలు బండారు శ్రావణి శ్రీ గారు, అనంతపురం పార్లమెంట్ సభ్యులు శ్రీ అంబికా లక్ష్మీనారాయణ గారితో ప్రత్యేకంగా సమావేశమై, వినతి పత్రం అందించారు. ఈ సమావేశంలో జాతీయ రహదారి 544డి (అనంతపురం %-% గుంటూరు) పై నిర్మాణం జరుగుతున్న ప్రాజెక్టు పరిధిలో సింగనమల క్రాస్ వద్ద వాహనాల అండర్‌పాస్ (వి.యు.పి) నిర్మాణం అత్యవసరమై ఉందని, ప్రజలకు పెరుగుతున్న ప్రమాదాలను వివరించారు.

ఈ విషయంపై ఎంపీ అంబికా లక్ష్మీనారాయణ గారు స్పందిస్తూ, ప్రాజెక్టు అమలు దశలో ఉండే ఈ సమయంలోనే వి.యు.పి. నిర్మాణాన్ని ప్రణాళికలో చేర్చడం సాంకేతికంగా సాధ్యమవుతుందని, ఈ సమస్యను వీలైనంత త్వరగా పరిష్కరించాలని యన్.ఎచ్.ఏ.ఐ ఉ

న్నతాధికారులకు చెప్పారు.

ఈ సమావేశంలో పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ సంబంధిత ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు. ప్రజల ప్రాణభద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకొని, ఇది అత్యవసంమైన అంశంగా భావించి, త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని ఎంపీ గారు చెప్పారు

కళ్యాణదుర్గం నియోజకవర్గం గొంచితాండ నుండి పాదయాత్ర చేపట్టనున్న తలారి రంగయ్య

కళ్యాణదుర్గం, మే 23 (అనంత ప్రభ)

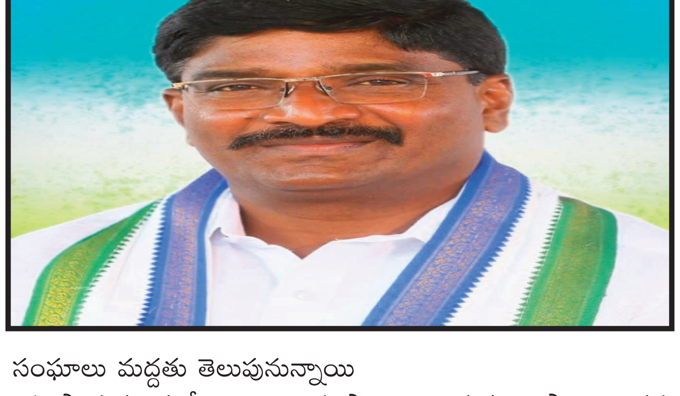
ఆర్.డి.టి. పరిరక్షణకై మరో ఉద్యమానికి సిద్ధమైన కళ్యాణదుర్గం వైస్సార్సీపీఅనంతపురం మాజీ యమ్.పి. సమన్వయకర్త తలారి రంగయ్య 1975 వ సంవత్సరంలో ఆర్.డి.టి ప్రారంభమైన బెళుగుప్ప మండలం గొంచితాండ నుండి కళ్యాణదుర్గం నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా పాదయాత్రకు శ్రీకారం చుట్టారు

ఆర్.డి.టి స్వచ్ఛంద సంస్థకు యఫ్.సి.ఆర్.ఏ.ను రెన్యూవల్ చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ.. ఇప్పటికే కళ్యాణదుర్గం నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా బైక్ ర్యాలీ చేపట్టిన తలారి రంగయ్య...

కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపై మరింత ఒత్తిడి పెంచే వ్యూహంలో భాగంగా కళ్యాణదుర్గం నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా పాదయాత్ర చేయనున్నారు

జూన్ నాలుగు వ తేదీన సాయంత్రం నాలుగు గంటలకు గొంచితాండ నుండి పాదయాత్ర మొదలుకానుంది

అనంత వరప్రదాయని ఆర్.డి.టి పరిరక్షణకై చేపట్టనున్న ఈ పాదయాత్రకు వివిధ రాజకీయ పార్టీలు, ప్రజా సంఘాలు, కుల



సంఘాలు మద్దతు తెలుపనున్నాయి

ఈ పాదయాత్రలో జిల్లా, రాష్ట్ర స్థాయి నాయకులు పాల్గొని తమ సంఘీభావాన్ని తెలియజేస్తారు

ఆర్.డి.టి.ని కాపాడుకుందాము.వై.ఎస్.ఆర్.సి.పి.మాజీ యమ్ పి.తాలారీ రంగయ్య

షిరిడి సాయిబాబా ట్రస్ట్ చైర్మన్ భారతి ఆధ్వర్యంలో ఉచిత కంటి ఆపరేషన్

కూడేరు, మే 23 (అనంతప్రభ)

కూడేరు మండల కేంద్రంలోని శ్రీ షిరిడి సాయిబాబా దేవాలయము నందు కడప జిల్లాలోని సప్తగిరి కంటి ప్రైవేట్ ఆసుపత్రి నందు కూడేరు మండల వ్యాప్తంగా పలు గ్రామాల నుండి కంటి చూపుతో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న అలాంటివారికి శ్రీ షిరిడి సాయిబాబా ట్రస్ట్ చైర్మన్ తుపాకుల భారతి ఆధ్వర్యంలో ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరమును కూడేరు సాయిబాబా దేవాలయం నందు ఏర్పాటు చేశారు. మండలం నుండి దాదాపు 50 మందికి పైగా కంటి చికిత్స కోసం వారిని కడప జిల్లా సప్తగిరి ప్రైవేట్ హాస్పటల్ కు చికిత్స నిమిత్త బయలుదేరి వెళ్లినట్లు ట్రస్ట్ చైర్మన్ భారతి విలేకరులకు తెలియజేశారు, ఈ సందర్భంగా సాయిబాబా ట్రస్ట్ చైర్మన్ భారతి మాట్లాడుతూ ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరం ను రెండు నెలలకు ఒకసారి సాయిబాబా దేవాలయము నందు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు, అలాగే కంటి చికిత్స కోసం వందల సంఖ్యలో సప్తగిరి హాస్పిటల్ నందు కంటి వైద్యమును చేయించుకుని వచ్చిన వారందరూ కూడా కంటి చూపు బాగా

కనపడుతుందని చికిత్స కోసం వెళ్లేవారు హాస్పిటల్ నందు మంచి భోజన వసతి మరియు ఇక్కడ నుండి అక్కడకు వెళ్లడం వారి సొంత ఖర్చులతోనే తీసుకు వెళుతున్నట్లు భారతి విలేకరులకు తెలియజేశారు. కూడేరు మండల వ్యాప్తంగా ఎవరైనా కూడా కంటి వైద్యం కోసం సాయిబాబా ట్రస్ట్ చైర్మన్ భారతి ను సంప్రదించవచ్చునని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కడప జిల్లా సప్తగిరి హాస్పిటల్ వైద్య సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. కంటి చికిత్స కోసం వచ్చిన ప్రజలకు అన్నదాన కార్యక్రమం ట్రస్ట్ చైర్మన్ భారతి ఆధ్వర్యంలో జరిగినది

నూతన వివాహ వధూవరులను ఆశీర్వదించిన మాజీ ఆలయ చైర్మన్ బాణా

తాడిపత్రి, మే 23 (అనంత ప్రభ)
అనంతపురం జిల్లా తాడిపత్రి మండలం రావి వెంకటాంపల్లి దగ్గరలో ఆంధ్ర నాంచారమ్మ కళ్యాణ మండపంలో కుమ్మెత గొలుసు వారి ఆహ్వానం మేరకు వివాహం నకు హాజరై మనోహర్ రెడ్డి, ప్రవల్లిక నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించిన మాజీ ఆలయ చైర్మన్ బాణా నాగేశ్వర్ రెడ్డి ఆయనతోపాటు జిల్లా సమాచార హక్కు చట్టం పరిరక్షణ సంఘం ఉపాధ్యక్షుడు కోటే గంటి నబి రసూల్

రాకెట్ల లో సెక్టార్ మీటింగ్ నిర్వహించిన పీహెచ్సీ డాక్టర్ పావని

ఉరవకొండ, మే 23 (అనంత ప్రభ)
ఉరవకొండ మండలం రాకెట్ల ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం నందు డాక్టర్ పావని పిహెచ్సి సిబ్బందితో శుక్రవారం రోజు సెక్టార్ సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో పలు రికార్డులు తనిఖీ చేసి నెలవారీ రిపోర్టులు సేకరించారు. అనంతరం సిబ్బందితో మాట్లాడుతూ మతాశిశు సంరక్షణ సేవల(ఆర్ సి హెచ్) శాతం పెంపొందించాలని ఆమె సూచించారు. అసంక్రమిత వ్యాధుల సర్వే వేగవంతం చేయాలని, (అభ ఐడి) లో వ్యాధుల సర్వే వివరాలను నమోదు చేయాలని అలాగే క్షయ వ్యాది సర్వే ను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని డాక్టర్ పావని సూచించారు. గర్భస్థ లింగనిర్ధార పరిక్షలు జరగకుండా ,భృణ హత్యలకు పాల్పడ్డాడు వారిని గుర్తించి గర్భస్థ లింగ నిర్ధారణ నిరోధక చట్టం గురించి అవగాహన కల్పించాలని సూచిస్తుంది.
బాల్య వివాహాలు జరగకుండా చూడాలని తద్వారా టీనేజ్ గర్భధారణ నివారించ వచ్చునని సూచించారు.
ఈ కార్యక్రమంలో కమ్యూనిటీ హెల్త్ ఆఫీసర్ నాగరంగయ్య, హెల్త్ ఎడ్యుకేటర్ ఎస్ ఎం డి షఫీ , సూపర్వైజర్లు శేఖర్, ఏఎన్ఎం స్వర్ణలత లు ఆశాలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పంపనూరు దేవస్థానం ను సందర్శించిన శృంగేరి శారదాపీఠం శ్రీ జగద్గురు విధుశేఖర భారతి స్వామి

ఆత్మకూరు, మే 23 (అనంత ప్రభ)
ఆత్మకూరు మండలం పంపనూరు గ్రామంలో వెలసినటువంటి ప్రసిద్ధి చెందిన పుణ్యక్షేత్రం శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యేశ్వర స్వామి వారిని శృంగేరి శారదాపీఠం ఉత్తరాధికారి జగద్గురు శ్రీ శ్రీ విధుశేఖర భారతి తీర్థ మహా స్వామి వారు విజయ యాత్ర లో భాగంగా శుక్రవారం రోజున దేవస్థానమును సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామ పెద్దలు , గ్రామ ప్రజలు , భక్తులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

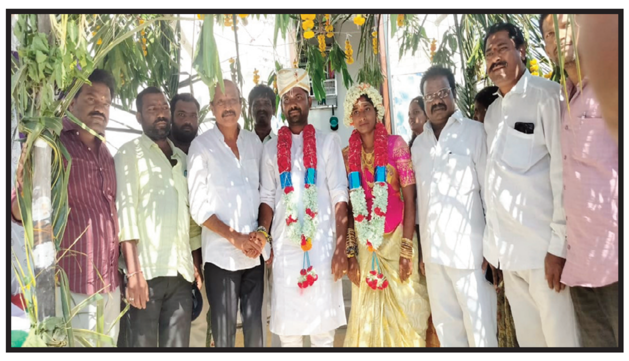
స్వచ్ఛ వాహనాల ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం

అనంతపురం, మే 23 (అనంత ప్రభ)
అనంతపురం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన స్వచ్ఛ వాహనాల ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో అనంతపురం పార్లమెంట్ సభ్యులు శ్రీ అంబిక లక్ష్మీనారాయణ గారు మరియు అనంతపురం అర్బన్ శాసనసభ్యులు శ్రీ దగ్గుబాటి వెంకటేశ్వర ప్రసాద్ గారితో కలిసి పాల్గోనడం జరిగింది.
స్వచ్ఛతకే ప్రాముఖ్యత ఇస్తూ, నగర శుభ్రతలో కీలకపాత్ర పోషించే ఈ వాహనాల ప్రారంభం మహత్తరమైన దిశగా ముందడుగు. ఈ కార్యక్రమంలో మునిసిపల్ కమిషనర్ శ్రీ బాలస్వామి గారు, ఇంజనీరింగ్ అధికారులు మరియు మునిసిపల్ సిబ్బంది పాల్గొనడం ఎంతో సంతోషకరం

కుర్లపల్లి లో మలేరియా నివారణ కు చర్యలు చేపట్టిన వైద్య ఆరోగ్య సిబ్బంది

ఆత్మకూరు, మే 23 (అనంత ప్రభ)
ఆత్మకూరు మండల పరిధిలోని కుర్లపల్లి గ్రామంలో బ్యాల్ల సురేష్ కుమార్తె వర్షిత 8 సంవత్సరాల బాలికకు మలేరియా నిర్ధారణ కాగా గురువారం జిల్లా మలేరియా అధికారి ఓబులు కుర్లపల్లి గ్రామాన్ని సందర్శించి బాలిక ఆరోగ్య పరిస్థితిని గురించి తెలుసుకొని 14 రోజులు చికిత్స తీసుకోవాలని సూచించారు. గ్రామంలో దోమల నివారణ చర్యలు చేపట్టాలని వైద్య సిబ్బందిని, మలేరియా సబ్ యూనిట్ సిబ్బందిని ఆదేశించారు. మలేరియా అధికారి ఆదేశాల మేరకు అనంతపురం మలేరియా సబ్ యూనిట్ అధికారి మద్దయ్య దోమల నివారణకు కాలువలలో అబేటు, ఇండ్లలో పైరిత్రం మందును మరియు మాలధి యాన్ డబ్ల్యు డి పి 25% అనే మందును స్ప్రే చేయించారు. అంతకు ముందు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం వైద్యాధికారి సబిహా సుల్తానా ఆదేశాల మేరకు గ్రామములో మలేరియా నిర్ధారణ కొరకు కాంటాక్ట్ మరియు మాస్ రక్త పరీక్షలు తమ సిబ్బంది చేత 183 మంది సేకరించి ఆత్మకూరులోని ల్యాబ్ కు పంపించారు.
సచివాలయ కార్యదర్శితో సంప్రదించి రెండు మూడు రోజులలో ఫాగింగ్ కూడా చేయిస్తామని వైద్యాధికారి తెలిపారు. వైద్య సిబ్బంది గ్రామంలో పర్యటించి ఇంటి పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని ఇంటి లోపల ఇంటి బయట నీటి నిల్వలలో దోమలు పెరగకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సబ్ యూనిట్ సూపర్వైజర్లు శ్రీధర్ మూర్తి, నూర్ భాషా,ఆత్మకూరు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం సూప= ర్వైజర్ మధుబాబు, ఆరోగ్య కార్యదర్శి మహేశ్వరి, ఆశా కార్యకర్త మాంభావతి పాల్గొన్నారు

ఆపద్బాంధవ ట్రస్ట్ అధ్యక్షుడు వేల్పుల మురళి వివాహానికి హాజరైన డిసిసి.



ఉరవకొండ, మే 23 (అనంత ప్రభ)
ఉరవకొండ పట్టణంలోని రాయంపల్లి రస్తా ప్రభుత్వ లేఅవుట్ లో జరిగిన ఆపద్బాంధవ ట్రస్ట్ అధ్యక్షుడు వేల్పుల మురళి వివాహానికి జిల్లాడిసిసి అధ్యక్షుడు వై మధుసూదన్ రెడ్డి శుక్రవారం హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వేల్పుల మురళి, దీప వివాహానికి హాజరై వధూవరుల కు అచ్చింతలు వేసి ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపీపీ ఏసీ ఎర్ర స్వామి, కాంగ్రెస్ నాయకుడు ప్రసాద్, ఆపద్బాంధవ ట్రస్ట్ మురళి స్నేహితులు హాజరయ్యారు . వధూవరులను ఆశీర్వదిస్తున్న డిసిసి అధ్యక్షుడు మధుసూదన్ రెడ్డి.

కౌకుంట్ల రహదారిపై పొంచి ఉన్న ప్రమాదం

ఉరవకొండ, మే 23 (అనంత ప్రభ)
ఉరవకొండ మండలం చిన్న ముస్టురు గ్రామం జాతీయ రహదారి 42 వ నుండి కళ్యాణ్ దుర్గం వెళ్లే ప్రధాన కూడలి వద్ద పొంచి ఉన్న ప్రమాదం, ఈదురు గాలులకు వర్షానికి కూలిన ముళ్ళకంపులను చెట్లను తొలగించకుండ ఆర్అండ్ బి అధికారులు నిర్లక్ష్యంగా ఉన్నారు. అటు గ్రామ ప్రజలు రహదారిలో ప్రయాణించే వాహన చోదకులు ఇబ్బందులకు గురి అవుతున్నారు, ఏ క్షణం ఏం జరుగుతుందో అని ఆందోళన చెందుతున్నారు. పొలిమేర దగ్గర రహదారిపై కూలిన చెట్లు వాహన చోదకుడు ప్రమాదానికి గురై వారి కుటుంబ పోషణకు లోటుగా మిగిలాడు. ఇప్పటికైనా గ్రహించి ఆ పిచ్చి మొక్కలను కూలిన కంప చెట్లను తొలగించి ప్రయాణికులకు సౌకర్యంగా కల్పించాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

పుట్టపర్తి ఆర్టీసీ బస్టాండ్ ను తనిఖీ చేసిన జిల్లా కలెక్టర్ టి.ఎస్. చేతన్

పుట్టపర్తి, మే 23 (అనంత ప్రభ)
పుట్టపర్తి ప్రధాన కేంద్రంలోని ఏపీఎస్ఆర్టీసీ కేంద్రాన్ని శుక్రవారం ఉదయం జిల్లా కలెక్టర్ టిఎస్ చేతన్ ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. తొలుత బస్టాండ్ ప్రాంతంలోని పరిసరాల్లో పారిశుద్ధ్య పనుల నిర్వహణ ను పరిశీలించి ప్లాట్ ఫా%శీ% ల నిర్వహణ,విద్యుత్ సరఫరా, బస్సు సర్వీసులపై ఆర్టీసీ ఆర్ఎం మధుసూదన ద్వారా అడిగి తెలుసుకున్నారు. అలాగే బస్టాండ్ మరుగుదొడ్ల స్థితిగతులు పరిశుభ్రత, బస్టాండ్ కాంప్లెక్స్ లలో హొటల్స్, సమాచార కేంద్రం రిజర్వేషన్ కౌంటర్ల ద్వారా సేవల నిర్వహణ పనితీరు చర్యలపై ఆరా తీశారు.
ఈ సందర్భంగా బస్టాండ్ లో ఆర్టీసీ సంస్థ ద్వారా ప్రయాణికులకు అందిస్తున్న సేవలు గురించి ప్రయాణికులతో కాసేపు ముచ్చటించి సదుపాయాల కల్పనపై అడిగి తెలుసుకున్నారు. హిందూపురం కు చెందిన శ్రీధర్ అనే
ప్రయాణికుడు స్పందించిన తీరుపై కలెక్టర్ సంతృప్తిని వ్యక్తం చేశారు.
అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఆర్టీసీ బస్టాండ్ ప్రాంతాన్ని పరిశుభ్రంగా ఉంచే విధంగా

అధిక రక్తపోటును అదుపులో ఉంచాలా?

పాలలో ఇది కలుపుకొని తాగండి

ప్రపంచంలో అధిక శాతం మంది హైపర్ టెన్షన్ లేదా హైబీపీతో బాధపడుతున్నట్టు అంచనా. చాలామందిలో హై బీపీ తీవ్ర స్థాయికి చేరుకునే వరకు పట్టించుకోరు. ఆ తర్వాత వైద్యుడు వద్దకు పరుగులు తీస్తారు. తలనొప్పి, జ్వరం, ఒళ్ళు నొప్పులు, దగ్గు వంటివి బీపీ పెరిగితే కనిపించే లక్షణాలు. ఒకప్పుడు వయసు పెరిగాక మాత్రమే హైబీపీ వచ్చేది. ఇప్పుడు 18 ఏళ్ల వయసు నుంచి కూడా హైపర్ టెన్షన్ లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ప్రతి ముగ్గురిలో ఒకరికి హైబీపీ ఉంటున్నట్టు వైద్యుల అంచనా.

ఇది ఎందుకు వస్తుందో కచ్చితంగా చెప్పలేము. వంశపారంపర్యంగా కూడా హైపర్ టెన్షన్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా ఆధునిక కాలంలో ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తినడం తగ్గించేసింది యువత. ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్, పిజ్జాలు, బర్గర్లు, నిల్వచేసిన మాంసం, కూల్ డ్రింకులు, ఫ్రిజ్ లో ఎక్కువ కాలం నిల్వ చేసిన పదార్థాలు తినడం వల్ల కూడా హైబీపీ వస్తున్నట్లు అంచనా. ఉప్పు అధికంగా వాడడం వల్ల హై బీపీ త్వరగా వచ్చేస్తుంది. టెన్షన్ కూడా హైబీపీ వచ్చే అవకాశాన్ని పెంచుతున్నట్టు వైద్యులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా ట్రాఫిక్ లో ఎక్కువగా తిరిగేవారు ఈ టెన్షన్ బారిన పడుతున్నారు.

ఆయుర్వేదం ప్రకారం అధిక రక్తపోటు వాత, పిత్త, కఫ అనే మూడు దోషాలలో అసమతుల్యత వల్ల వస్తుంది. శరీరంలో టాక్సిన్స్ చేరడం, చెడు జీవనశైలి, వ్యాయామం లేకుండా నిశ్చలంగా ఉండడం, జీవక్రియ సరిగా జరగకపోవడం వంటివి కూడా అధిక రక్తపోటుకు కారణాలు. అయితే ఆయుర్వేదంలో అధిక రక్తపోటును నియంత్రణలో ఉంచే ఒక అద్భుత ఔషధం ఉంది.

ఇదొక్కటి చాలు
హైబీపీ బారిన పడినవారు దాన్ని అదుపులో ఉంచాలనుకుంటే ఆయుర్వేదం చిట్కాను సూచిస్తోంది. ప్రతిరోజు ఉదయం పాలలో రెండు మూడు గ్రాముల అర్జున బెరడు పొడిని కలుపుకొని తాగాలి. ఇది రక్తపోటును తగ్గించడమే కాదు గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచే శక్తివంతమైన ఔషధం.

దీన్ని ఎలా చేయాలంటే
ఈ పానీయాన్ని ఇంట్లో సులభంగా చేసుకోవచ్చు. ముందుగానే అర్జున చెట్టు బెరడు పొడిని కొని ఇంట్లో పెట్టుకోవాలి. ఒక కప్పు పాలను మరిగించి గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడు ఈ పొడిని వేయాలి. ఇలా రోజుకు

రెండుసార్లు ఈ పాలను తాగడం వల్ల మార్పు మీకే కనిపిస్తుంది. రక్త పోటు అదుపులో ఉంటుంది. అలాగే తాజా ఆకుకూరలు, కూరగాయలు తింటూ క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయాలి. దీని వల్ల రక్తపోటు పెరగదు. అర్జున చెట్టు ఎక్కడైనా కనిపిస్తే దాని బెరడు ఒలిచి ఎండబెట్టుకుని పొడి చేసి దాచుకోండి.

పిసిఓఎస్ సమస్యతో బాధపడే మహిళలు తినాల్సిన, తినకూడని ఆహార పదార్థాల జాబితా ఇదిగో

పిసిఓఎస్ సమస్యతో బాధపడే మహిళలకు ఏం తినాలి? అన్న విషయంలో చాలా సందేహాలు ఉంటాయి.పిసిఓఎస్ లేదా పాలీ సిస్టిక్ ఓవరీ సింద్రోమ్ అనేది ప్రపంచవ్యాప్తంగా 10 శాతం కంటే ఎక్కువ మంది మహిళలను వేధిస్తున్న హార్మోన్ల రుగ్మత. పిసిఓఎస్ ఉన్న మహిళల్లో ఆండ్రోజన్ హార్మోన్ అధిక స్థాయిలో ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఇది ఒక మగ హార్మోను. ఇది ఇన్సులిన్ నిరోధకతకు దారితీస్తుంది. దీనివల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగిపోతాయి. అంతేకాదు టైప్2 డయాబెటిస్, రక్తపోటు, డిప్రెషన్ వంటివి వీరిలో త్వరగా వస్తాయి. జుట్టు అధికంగా పెరగడం, మొటిమలు రావడం, బరువు త్వరగా పెరగడం, పీరియడ్స్ సరిగా రాకపోవడం వంటివి కూడా వీరిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. గర్భం ధరించడంలో ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. అందుకే పిసిఓఎస్ సమస్యతో బాధపడుతున్న మహిళలు ఆహారం విషయంలో చాలా జాగ్రత్తలు పాటించాలి.

పాలకు బదులు
ఈ సమస్యతో బాధపడుతున్న మహిళలు పాల వినియోగం వల్ల మరింతగా ఇబ్బంది పడే అవకాశం ఉంది. 2013లో చేసిన అధ్యయనం ప్రకారం తక్కువ పాల ఉత్పత్తులను తీసుకునే వారితో పోలిస్తే, ఎక్కువ మొత్తంలో పాల ఉత్పత్తులను వినియోగించే పిసిఓఎస్ స్త్రీలు ఇన్సులిన్ నిరోధకతను అధికంగా కలిగి ఉంటారు. అయితే వ్యక్తికి వ్యక్తికి ఈ ఫలితం భిన్నంగానే ఉన్నట్టు కూడా అధ్యయనం చెప్పింది. పాల ఉత్పత్తులు మీకు సరిపడకపోతే ప్రత్యామ్నాయంగా ఓట్స్ పాలు, బాదం పాలు, సోయా పాలను ఎంచుకోవడం మంచిది. పనీర్‌కు బదులుగా సోయాతో చేసిన టోఫూను తినవచ్చు.