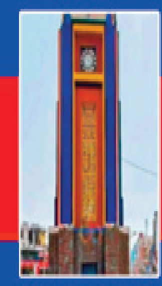
విలేకరులు కావలెను
ఆంధ్ర తెలంగాణ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో
జిల్లాల వారీగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్స్, మండల
రిపోర్టర్, కంట్రిబ్యూటర్స్, యాడ్ ఎగ్జిక్యూటివ్స్, కావలెను
తెలుగు భాష పై అవగాహన, వార్తలు రాయగల సత్తా
ఉన్న వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును
JBN NEWS 24/7
MOBILE : 8886090199, 9885211993,

అనంత ప్రభ
తెలుగు దిన పత్రిక



అనంతపురం 5
శ్రీ సత్యసాయి
శనివారం 09 ఆగష్టు 2025

పీఏబీఆర్ డ్యామ్ గుట్టకి .. దొంగలు పడ్డారు

- డ్యామ్ గట్టులో మైనింగ్ నిషేధం ఉన్నా.. డోంట్..కేర్
- ఓ నాయకుడు ఫామ్ హౌస్ లో మైనింగ్ వ్యాపారితో మంతనాలు
- గుట్టను పెకిలించి, రాయిని పగలగొట్టి
- యదేచ్ఛగా నల్ల గ్రానైట్ అక్రమంగా తరలిస్తున్న వైనం

కూడేరు, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)

కూడేరు మండల పరిధిలోని కొర్రకోడు పీఏ బీఆర్ డ్యాం (గట్టు) గుట్టలో టన్నులకొద్దీ కోట్ల విలువచేసే నల్లగ్రానైట్ ఉంది.ఆ రాయిని తవ్వాలన్న, మట్టి తవ్వాలన్నా, ఎలాంటి మైనింగ్ వ్యవహారాలు చేపట్టాలన్న, అక్కడ మైనింగ్ అనుమతులు నిషేధం, అయితే డ్యాం గట్టున నల్ల గ్రానైట్ ఉందని అక్కడ మైనింగ్ చేస్తే చిరులు కురిపిస్తుందని నల్లగుట్టను గట్టి పట్టు పట్టిన ఆ డోన్ వ్యాపారి డ్యాంగట్ట సర్వే నంబర్ 127 నల్లగుట్ట ప్రభుత్వ భూమి గా ఉన్నప్పటికీ అక్కడ నల్ల గ్రానైట్ పుష్కలంగా టన్నులు కొద్ది రాయి లభ్యం కావడంతో అక్రమంగా మైనింగ్ వ్యవహారానికి తెరలేపాడు. దాంతో గుట్టను త్రవ్వి దొంగ చాటుగా డోన్ కి తరలించి దర్జాగా అక్రమ సొమ్మును అర్జించాలని, నిషేధం ఉన్నా.. ఈ ప్రాంతంలో అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారం చేపట్టాలంటే అంత ఆషామాషీ వ్యవహారం కాదని... దాంతో ఆ వ్యాపారి మండల పరిధిలోని ఓ నాయకుని ఆశ్రయించగా ఆ నాయకుడు తన ఫామ్ హౌస్ లో ఆ వ్యాపారిని కూర్చొని బెట్టి అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారం పై మంతనాలు జరిపిగా ఆ వ్యాపారితో కొంతవరకు కమిషన్ రూపంలో ముట్ట చెప్పగానే ఆ నాయకుడు నియోజకవర్గ నేతకు ఆ డోన్ వ్యాపారిని ప్రసన్నం చేసినట్లు తెలుస్తోంది. దాంతో ఈ అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారం మండల వ్యాప్తంగా ప్రచారం జోరు సాగుతోంది. అయితే ప్రచారాలను, నిషేధాలను పక్కకు పెట్టి ఆ వ్యాపారి.. పెద్ద పెద్ద గ్రానైట్ రాళ్లను సైతం గుట్టు చప్పుడు కాకుండా అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారం నడుపుతున్నట్లు స్పష్టంగా అర్థమవుతోంది . అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారంపై దినపత్రికలలో ప్రచురితం అవుతున్న అధికారం యంత్రాంగం గాని, మైనింగ్ అధికారులు కానీ, జిల్లా స్థాయి ఉన్నతాధికారులు గాని,ఏమాత్రం అటువైపు కన్నెత్తి చూడలేదు. దాంతో రెచ్చిపోయిన ఆ వ్యాపారి అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారం స్థానిక పెద్దల కంటపడ్డంతో నల్లగుట్ట లో నడుపుతున్న గూడుపుఠాణి కాస్త బట్టబయలు అయింది. దాంతో పరిస్థితి అర్థం కాక అక్రమ మైనింగ్ వ్యాపారి ఆ నేతల ఇంటి ముందు ప్రదక్షణలు చేస్తు... ఆ నేతల ఆశీర్వాదంతో గట్టిగా మళ్ళీ డ్యాంగట్టు నల్లగుట్టలో వ్యవహారం నడపాలనుకున్నాడు. అయితే ఆ నేతలు నియోజకవర్గ వ్యవహారాలపై బిజీగా ఉన్నట్లు తెలుసుకున్న అక్రమ మైనింగ్ వ్యాపారి పరిస్థితి అర్థం కాక డైలమాలో పడ్డాడు.దాంతో ఆ మైనింగ్ వ్యాపారికి గుట్టంతా నేత సహకారం ఉన్నప్పటికీ అక్రమ మైనింగ్ వ్యవహారం కాస్త స్తంభించినట్టయింది

నాయి బ్రాహ్మణుల ఆధ్వర్యంలో ముఖ్యమంత్రి చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం

ఆత్మకూరు, ఆగష్టు8 (అనంత ప్రభ)

ఆత్మకూరు మండల కేంద్రంలో నాయి బ్రాహ్మణులు రాష్ట్ర సాధికార కమిటీ సభ్యులు ఆనందు ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం రోజున ముఖ్యమంత్రి చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం చేశారు. కూటమి ప్రభుత్వం ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు నాయి బ్రాహ్మణులకు సేవింగ్ సెలూన్లకు 200యూనిట్ల ఉచిత కరెంటు జీవో విడుదల చేయడంతో రాప్తాడు నియోజకవర్గం ఆత్మకూరు మండల కేంద్రం నందు రాష్ట్ర టిడిపి నాయి బ్రాహ్మణ సాధికార కమిటీ సభ్యులు సీఎం చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం చేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఆత్మ కూరు నాయి బ్రాహ్మణ సంక్షేమ అధ్యక్షుడు సద్దానప్ప, తిప్పే స్వామి, శ్రీరాములు, ప్రసాదు, సతీష్, శ్రీనివాసులు, ధనుంజయ, వెంకటేశులు, పనిభూషణ్, నాగరాజు, పాల్గొన్నారు. అనంతరం ఆనంద్ మాట్లాడుతూ తెలుగుదేశం పార్టీ నాయి బ్రాహ్మణులకు అన్నవిధానాల ఆదుకుంటుందని గతంలో ఆదరణ పనిముట్లు సబ్సిడీ లోన్స్ వాయిద్య కళాకారులకు వాయిద్య పరికరాలు ఇవ్వడం జరిగిందని అలాగే దేవాలయాల కమిటీలో నాయి బ్రాహ్మణులకు ఒక కమిటీ సభ్యుడు గా అవకాశం కల్పించడం జరిగిందని. నాయి బ్రాహ్మణులను అన్ని విధాన ఆదుకున్న కూటం ప్రభుత్వ ముఖ్యమంత్రివర్యులు నారా చంద్రబాబు నాయుడు విద్యాశాఖ మంత్రివర్యులు నారా లోకేష్ బాబు కు విద్యుత్ శాఖ మంత్రివర్యులకు రాప్తాడు ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీతమ్మ కు నాయి బ్రాహ్మణుల తరపున ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.

కేజీబీవీ పాఠశాల సమస్యలపై ఉన్నతాధి విద్యాధికారుల ఆరా తీయండి

- కేజీబీవీలో ట్యాంక్ లోపల భాగం పాసి పట్టిన వైనం
- ఉన్నత విద్యాధికారులు కేజీబీవీ పాఠశాలను ఆకస్మిక తనిఖీ చేయండి

కూడేరు, ఆగష్టు8 (అనంత ప్రభ)

కూడేరు మండల కేంద్రంలోని కస్తూరిభ గాంధీ పాఠశాలలో కలుషిత మైన నీరు ఉందని దాని వల్ల పాఠశాలలో చదువుతున్న విద్యార్థినిలు ఆనారోగ్యనికి గురి అవుతున్నారని మండల పరిధిలోని గ్రామాలలో ఉన్నటువంటి పిల్లల తల్లి తండ్రులు సమాచారం ఇవ్వగా సమాచారం మేరకు మీడియా ప్రతినిధిలతో కలసి కస్తూరిభ పాఠశాలలో విద్యుత్, త్రాగునీరు లాంటి సమస్యలపై పరిశీలనకు వెళ్ళ మీడియాను అక్కడ ఉన్నటు వంటి టీచర్స్ ఎస్ ఓ స్టడీ అవర్స్ సమయానికి వస్తారని మధ్యలో ఎస్ ఓ పాఠశాలలో ఉండారని ప్రిన్సిపల్ వచ్చేంతవరకు లోపలకు అనుమని అని తెలిపారు. ప్రస్తుతానికి ఎస్ ఓ పాఠశాలలో లేరని అయితే మీడియా దృష్టికి వచ్చిన పాఠశాల సమస్యలను ప్రిన్సిపాల్ కు తెలియపరచాలంటూ వారు తెలిపారు. అందుకు ప్రిన్సిపల్ నీరకరించారూ పాఠశాలలో ఆవరణం బిల్డింగ్ కానుకొని చెత్తాచెదారంతో అపరిశుభ్రంగా ఉండడంతో బయట ఉన్నటువంటి నీటి ట్యాంక్ లోపల చెత్త చెదారంతో నిండి అడుగుభాగాన పాసిపట్టి పేరుకోపోయింది. అదేవిధంగా ఉన్న వాటర్ ట్యాంక్ చిత్త కాగితాలతో నీటితో నిండి పోయింది దాని గూర్చి వివరణ అడుగగా ఆ నీరు వేస్టేజ్ నీరు అని సమాధానము ఇచ్చారు.తల్లి తండ్రుల వాదన మరోలా ఉంది ఆ ట్యాంక్

నుండే లోపలికి పురిఫైర్ ట్యాంక్ లోకి నీరు వెళ్తుంది అని ఫిల్టర్ పనిచేయక పోతే అవే నీటినే వాడుకోవాలని అని విద్యార్థినిలకు చెపుతారని తల్లి తండ్రలు వాపోయారు. పాఠశాల లోని త్రాగునీరు విద్యుత్ వంట గదిలో దగ్గర ఉన్నటువంటి అపరిశుభ్రత లాంటి సమస్యలు బయటపడ పడతాయనే లోపలికి వెళ్ళటం లేదా అనే పలు సందేహాలు పిల్లల తల్లి తండ్రలకు అనుమనాలు రేకెత్తిస్తున్నాయి ఇప్పటికైనా స్థానిక ఎంఈఓ గానీ జిల్లాస్థాయి డీఈఓ కస్తూరిబా పాఠశాలను సందర్శిస్తే తప్ప నిజ నిజాలు నిర్ధారణ కావుని పిల్లల తల్లిదండ్రుల ఆవేదన మేరకు పాఠశాల సందర్శించి వారికున్న అనుమానాలు నివృత్తి చేయాల్సిన బాధ్యత స్థానిక విద్యాధికారుల మీద ఉందిని ఈ విషయాన్ని సీరియస్ గా పరిగణించి పాఠశాలను సందర్శించి సమస్యలకు సమాధానం తెలపాలని విద్యార్థినుల తల్లిదండ్రులు మీడియా ముందు తెలిపారు.

నాకు, పార్టీకి చెడ్డ పేరు తీసుకురావడానికి ప్రయత్నిస్తే సహించను

అనంతపురం, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)

తెలుగుదేశం పార్టీకి, నాకు చెడ్డ పేరు రావడానికి ఎన్నికలలో పార్టీకి వ్యతిరేకంగా పనిచేసిన ఒక నాయకుడు ఇప్పటికీ కుట్రలు పన్నుతున్నారని, అలాంటి వారి భరతం పడతానని అనంతపురం ఎమ్మెల్యే దగ్గుపాటి హెచ్చరించారు... నగర అభివృద్ధి కోసం ఓర్పుతో ఉన్నానని... ఓర్పును చేతగానితనంగా భావిస్తే తీవ్ర పరిణామాలు ఉంటాయని ఆయన హెచ్చరించారు... సాయి నగర్ లో ఎమ్మెల్యే అనుచరులు కబ్జాకు ప్రయత్నించారని మహిళను కారులో ఎక్కించుకొని వచ్చి ఒక నాయకుని చెంచా ప్రెస్ మీట్ లో చెప్పించాడని ఆయన ఆరోపించారు... టిడిపి కార్యాలయాలపై దాడులు చేసే నీచ సంస్కృతి కలిగిన ఆ నాయకుడు చెప్పిన మాటలు విని, తాము చెపాఎమని... స్టేషన్ కు స్వయంగా బాధితులే వెళ్లి చెప్పిన విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలన్నారు... నగరంలో తనకు చెడ్డ పేరు రావడానికి నా

పేరుతో ఎవరైనా బెదిరింపులకు పాల్పడితే స్వయంగా కార్యాలయానికి నా వచ్చి ఫిర్యాదు చేయాలని ఆయన కోరారు... తన పేరు ఎవరు ఉపయోగించుకొని కబ్జాలకు పాల్పడాలని ప్రయత్నించిన కఠినంగా శిక్షించాలని పోలీసులను కోరినట్లు ఎమ్మెల్యే స్పష్టం చేశారు... ఎమ్మెల్యే నైనా తనకు, టిడిపి పార్టీకి చెడ్డ పేరు తెచ్చే విధంగా ప్రవర్తించే వారిని గుర్తించి, ప్రజలను జాగృతం చేయాలని కార్యకర్తలకు ఎమ్మెల్యే దగ్గుపాటి పిలుపునిచ్చారు.

ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీత చేతుల మీదుగా 34మందికి 20లక్షల విలువైన సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కులు అందజేత

రాప్తాడు, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)

రాప్తాడు నియోజకవర్గంలో 34మందికి 20లక్షల విలువైన సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కులు మంజూరు కాగా, ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీత అనంతపురం రూరల్ మండలానికి చెందిన 9మంది లబ్దిదారులకు 5లక్షల 76వేల రూపాయలు విలువైన సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కులు పంపిణీ చేశారు. ఆత్మకూరు, అనంత రూరల్, రాప్తాడు మండలాలకు చెందిన 19 మంది లబ్ధిదారులకు, 12లక్షల, 10వేల రూపాయలు, అలాగే రామగిరి, కనగానపల్లి, చెన్నేకొత్తపల్లి మండలాలకు చెందిన 15 మంది లబ్ధిదారులకు 7లక్షల 90వేల రూపాయల చెక్కులు మంజూరయ్యాయి. అనంతపురంలోని తన క్యాంప్ కార్యాలయంలో ఎమ్మెల్యే సునీత లబ్ధిదారులకు ఈ చెక్కులు అందజేశారు. చెక్కులు అందుకున్న వారు ఎమ్మెల్యే సునీతతో పాటు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే సునీత మాట్లాడుతూ ఏవైనా పెద్ద జబ్బులు వచ్చిన సమయంలో ఆరోగ్యశ్రీ వర్తించక ప్రైవేటు ఆసుపత్రుల్లో చికిత్సలు పొంది ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటుంటారన్నారు. ఇలాంటి వారి విషయంలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఎంతో ఉదారంగా వ్యవహరిస్తున్నారన్నారు. అడిగిన వెంటనే సీఎంఆర్ఎఫ్ మంజూరు చేస్తున్నారన్నారు. రాప్తాడు నియోజకవర్గంలో ఇప్పటికే ఎంతో మందికి ఈ విధంగా సాయం అందిందన్నారు. అందుకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు రాప్తాడు నియోజకవర్గ ప్రజల తరఫున ప్రత్యేకంగా ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నట్టు సునీత తెలిపారు..

AP 4PG 09 08 2025 SATURDAY qxp_Layout 1 09-08-2025 06:30 AM Page 2

శ్రీ చౌడేశ్వరి దేవి ఆలయంలో సామూహిక వరలక్ష్మీ వ్రతం

యాడికి, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)
యాడికి మండలంలో శ్రావణమాసాన్ని పురస్కరించుకొని శ్రావణ శుక్రవారం వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని మహిళలు భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. మండల కేంద్రంలోని సంత మార్కెట్ నందు శ్రీ చౌడేశ్వరి దేవి ఆలయంలో ఆలయ కమిటీ వారు సామూహిక వరలక్ష్మీ వ్రతాలను ఏర్పాటు చేయించారు. వేకువజాముననే శ్రీ చౌడేశ్వరి మాతకు ఆలయ అర్చకులు ఆలయ కమిటీ మరియు భక్తుల ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక అభిషేకాలు పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం ఆలయ అర్చకులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్న మహిళలచే ఆలయంలో సామూహిక వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని చేయించారు. ప్రత్యేక పూజాది కార్యక్రమాల అనంతరం ఆలయ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో భక్తులకు తీర్థ ప్రసాదాలు పంపిణీ చేశారు. శ్రావణ మాసంలో వరలక్ష్మీ వ్రతం చేసుకుంటే తమ కుటుంబం సర్వసంపదలతో అష్టైశ్వర్యాలతో వర్ధిల్లుతుందని భక్తుల విశ్వాసం

అనురాగ బంధం నేడు రక్షాబంధన్

యాడికి, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)
నవీన జీవన విధానం ఎంత అధునాతనంగా ఉన్నా అంతర్లీన అనుబంధాలకు మన దేశంలో ఎన్నటికీ తరగని ఆదరణ ఉన్నది, అన్నా చెల్లెలు అక్క తమ్ముళ్లది అనురాగ బంధం రక్తం పంచుకొని పుట్టిన వారిని విడదీయలేని, జీవితాంతం తరిగిపోని ఆప్యాయత బంధం, రక్త బంధానికి రూపం రక్ష, ఆత్మీయ బంధానికి ఆధారం రాఖి, ఈ రెండింటి సమ్మిళితమైన తోబుట్టువులైన తీయటి జ్ఞాపకం రక్షాబంధన్, తరాలు మారినా తరగని వన్నెతో తారతమ్యం లేకుండా జరుపుకునే పండుగ, శ్రావణ పౌర్ణమి పేరుతో జరుపుకునే రాఖీ పౌర్ణమి పర్వదినానికి చాలా ప్రాముఖ్యత ఉన్నది, సోదరీ సోదరుల అనుబంధానికి ప్రతీక అయిన రక్షాబంధన్ వేడుకను నేడు ప్రజలు ఘనంగా జరుపుకోనున్నారు

బీటెక్ ఫస్టియర్ విద్యార్థి విద్యార్థినులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపిన సమాచార హక్కు జిల్లా వైస్ ప్రెసిడెంట్ కోటే గంటి నబి రసూల్

తాడిపత్రి, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)
గుజరాత్ రాష్ట్రంలోని రాజ్కోట్ మార్వాడి యూనివర్సిటీలో బీటెక్ ఫస్టియర్ చదువుతున్న విద్యార్థులకు మంచి మార్కులతో ఉన్నతమైన స్థానాలకు వెళ్లాలని శుభాకాంక్షలు తెలిపిన సమాచార హక్కు జిల్లా వైస్ ప్రెసిడెంట్ కోటే గంటి నబి రసూల్ ఆంధ్ర తెలంగాణ విద్యార్థి విద్యార్థినులకు బీటెక్ క్లాసులు ప్రారంభం అయినందున శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ తల్లిదండ్రులకు గురువులకు మంచి పేరు తెచ్చి ఆంధ్ర విద్యార్థి విద్యార్థులు మంచి మార్కులతో ర్యాంకులతో పేరు తేవాలని ఉన్నతమైన స్థానాలకు వెళ్లాలని ఆ దేవుని ఆశీస్సులు ఎల్ల వేళలా ఉండాలని మనసారా కోరుకుంటూ సమాచార హక్కు జిల్లా వైస్ ప్రెసిడెంట్ కోటేగంటి నబి రసూల్, ఆయన కుమారులు , జావిద్ భాష, వారితోపాటు విద్యార్థులు దాసరి విక్రమ్, జూటూరు విజయ్, ధర్మతేజ్ రెడ్డి,గుణదీప్, శ్రీనువాస్, యుగంధర్, భూపతి,అరవింద్, గోపి, శివశంకర్, పాల్గొన్నారు

బాబు షూరిటీ మోసం గ్యారెంటీ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వైసీపీ నాయకులు

యాడికి, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)
యాడికి మండల పరిధిలోని కత్తిమానిపల్లి మరియు కేశవరాయనిపేట గ్రామాల్లో తాడిపత్రి మాజీ ఎమ్మెల్యే కేతిరెడ్డి పెద్దారెడ్డి ఆదేశాల మేరకు వైఎస్ఆర్సిపి రాష్ట్ర జాయింట్ సెక్రెటరీ వెన్నపూస వెంకటరామిరెడ్డి మరియు యాడికి వైసీపీ మండల కన్వీనర్ సంజీవ రాయుడు ఆధ్వర్యంలో వైసిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు రీకాల్ మేనిఫెస్టో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వైసిపి నాయకులు ఇంటింటికి తిరుగుతూ ప్రజల దగ్గరికి వెళ్ళినప్పుడు జగనన్న సీఎంగా ఉన్నప్పుడు పథకాలన్నీ సక్రమంగా వాలంటీర్లు ఇంటి దగ్గరికి తెచ్చి ఇచ్చేవారని, ఇప్పుడు ఏ పథకం కావాలన్నా అధికారుల చుట్టూ తిరుగుతున్న సమస్యలు తీరడం లేదని, గతంలోని అన్ని పథకాలు మరలా కొనసాగాలంటే సీఎంగా జగనన్న గెలవాలని ప్రజలు అంటున్నారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో చంద్రశేఖర్ రెడ్డి, గోపాల్ రెడ్డి, కొట్టె వెంకట్రామిరెడ్డి, రామ్మోహన్, వాసుదేవరెడ్డి, రామచంద్రారెడ్డి, రవీంద్రారెడ్డి, లోకేశ్వర్ రెడ్డి, చంద్రహాస్ రెడ్డి, సునీల్ రెడ్డి, సుధాకర్, శ్రీనాథ్, రాముడు, పుల్లయ్య, కృష్ణారెడ్డి, నరేష్, చిన్న శ్రీరాములు తదితర వైసిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు

రీ కాల్ మేనిఫెస్టో కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న బాల రమేష్ బాబు

యాడికి, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)
తాడపత్రి మాజీ ఎమ్మెల్యే కేతిరెడ్డి పెద్దారెడ్డి ఆదేశాల మేరకు యాడికి మండల వైసీపీ సీనియర్ నాయకుడు బాల రమేష్ బాబు ఆధ్వర్యంలో యాడికి మండలంలోని తిరునాంపల్లి, రామన్న గుడిసెలు మరియు మండల కేంద్రంలోని రాఘవేంద్ర కాలనీలో రీకాల్ మేనిఫెస్టో కార్యక్రమాన్ని వైసిపి నాయకులు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జూటూరు భాస్కర్ రెడ్డి, వేళ్ళబోయిన వెంకటేష్, కోడూరు సుబ్బారెడ్డి, చందా చౌడయ్య, చందా రామాంజనేయులు, వెంకట రంగారెడ్డి, ఎరుకలప్ప కొండారెడ్డి చిదంబరెడ్డి, ఆనంద్ రెడ్డి, తిరునాంపల్లి ప్రభాకర్ రెడ్డి, రాజారెడ్డి, కరుణాకర్ తదితర వైసిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు

నేడు యాడికి మండలంలో విద్యుత్ అంతరాయం

యాడికి, ఆగష్టు 8 (అనంత ప్రభ)
నేడు యాడికి మండలంలో విద్యుత్ అంతరాయం ఉంటుందని కె విజయుడు అసిస్టెంట్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ ఏపీ ట్రాన్స్కో యాడికి తెలిపారు. 33 కెవి రాయల్ చెరువు ఫీడర్ లో మరమ్మత్తులు చేసత్తున్నందున యాడికి మండల పరిధిలో గల గ్రామాలకు నేడు శనివారం ఉదయం 9 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం రెండు గంటల వరకు విద్యుత్తు అంతరాయం కలుగునని. ఈ విషయాన్ని గమనించి విద్యుత్ శాఖ వారికి సహకరించాలని తెలిపారు.

డయాబెటిస్ రోగుల కోసమే ఈ తియ్యని పాయసం రెసిపి

డయాబెటిస్ రోగులు టేస్టీ పాయసాలకు దూరంగా ఉండాల్సిందేనా? జీవితాంతం నోరు కట్టేసుకోవాల్సిందేనా? అవసరం లేదు. ఇలా తీయడి పాయసాలు తయారుచేసుకుని తినవచ్చు. వీటిని తినడం వల్ల స్వీట్ తిన్న ఫీలింగ్ కలుగుతుంది. స్వీట్ క్రేవింగ్స్ కూడా తీరుతాయి. వీటిని తయారుచేయడం చాలా సులువు. పైగా ఇందులో చక్కెర, బెల్లం వంటివి వినియోగించము. కాబట్టి ఆరోగ్యం కూడా.

కావాల్సిన పదార్థాలు
పాలు - రెండు కప్పులు
కుంకుమ పువ్వు - అయిదు రేకులు
ఆర్టిఫిషియల్ చక్కెర గుళికలు - మూడు టీస్పూన్లు
బియ్యం - పావు కప్పు
పిస్తాలు - నాలుగు
యాలకుల పొడి - అర స్పూను

తయారీ ఇలా
1. పాలు ముందుగా మరిగించి పక్కన పెట్టుకోవాలి.
2. బియ్యాన్ని ముందుగానే మూడు గంటల పాలూ నానబెట్టాలి. వాటిని నీళ్లు వడకట్టి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి.
3. చిన్న గిన్నెలో పాలు వేసి, కుంకుమ పూలను నానబెట్టాలి.
4. పిస్తా పప్పును తరగి పక్కన పెట్టుకోవాలి.
5. మరిగించిన పాలను గిన్నెలో వేసి స్టవ్ మీద పెట్టుకోవాలి.
6. చిన్న మంటపై ఉడికించాలి. అందులో బియ్యం పేస్టును వేసి గరిటెతో తిప్పుతూ ఉండాలి.
7. అందులో పచ్చి యాలకుల పొడి కూడా వేసి కలపాలి.
8. ఆర్టిఫిషియల్ చక్కెర గుళికలను మెత్తటి పేస్టులా చేసి వాటిని వేసి కలపాలి. చిక్కని పాయసంలా అయ్యాక స్టవ్ కట్టేయాలి.
9. పిస్తా పప్పును సన్నగా తరిగి పైన చల్లుకోవాలి. టేస్టీ పాయసం రెడీ అయినట్టే.

వేసవిలో ఇన్ఫ్లమేషన్ తగ్గించే మూలికలు ఇవే..!

వేసవి కాలం ఇన్ఫ్లమేషన్ సీజన్. ఈ సీజన్లో ఉష్ణోగ్రతలు అధికంగా ఉంటాయి.. ఇవి శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలహీనపరుస్తాయి. ఇది ఇన్ఫ్లమేటరీ రెస్పాన్స్కు అవకాశం ఎక్కువగా కల్పిస్తుంది. మన శరీరంలో వాపు, మంట కారణంగా కడుపులో సమస్యలు, అలర్జీలు, తలనొప్పి, కీళ్ల నొప్పులు, చర్మంపై దద్దుర్లు వంటి అనేక సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. మన శరీరంలోని ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలను తగ్గించడానికి.. అనేక శక్తివంతమైన మూలికలు, సుగంధ ద్రవ్యాలు సహాయపడతాయి. ఇవి శరీరంలో ఇన్ఫ్లమేషన్తో పోరాడటంతో పాటు, రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేస్తాయి. ఈ వేసవిలో మీ ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే మూలికలు, సుగంధ ద్రవ్యాలు ఏమిటో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.

పసుపు..

పసుపులో ఔషధ గుణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఆయుర్వేదంలో అనేక వ్యాధుల చికిత్సలో పసుపును వినియోగిస్తారు. కర్కుమిన్ ఒక శక్తివంతమైన యాంటీఇన్ఫ్లమేటరీ ఏజెంట్గా పనిచేస్తుంది. పసుపు కీళ్లనొప్పులు, డయాబెటిస్, క్యాన్సర్ వంటి సమస్యల్లో వాపును తగ్గించడానికి ఎఫెక్టివ్గా పనిచేస్తుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది, జీర్ణవ్యవస్థను శాంతపరచడానికి సహాయపడుతుంది. మీరూ తీసుకునే ఆహారం, పానీయాలలో పసుపు తీసుకుంటే మీ ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుంది.

అల్లం..
అల్లం అద్భుతమైన హెర్బ్. అల్లంలో జింజెరోల్స్, షోగోల్స్లో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో నొప్పి, వాపు, మంటను తగ్గించడానికి సహాయపడతాయి. అల్లంలోని ఔషధ గుణాలు.. రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తాయి, పొట్టకు ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. వేసవికాలంలో మీ ఆహారంలో మసాలాగా అల్లాన్ని తీసుకుంటే మంచిది. అల్లం టీ తాగినా మంచిదే.

దాల్చిన చెక్క..
దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో మంటను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను కంట్రోల్లో ఉంచుతాయి, రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. దీనిని ఓట్ మీల్, స్మూతీస్, వంటల్లో మసాలాగా దాల్చిన చెక్కను తీసుకోండి.

ఈ మూలికలతో.. శరీరంలో మంట, వాపు తగ్గుతాయి..!
వెల్లుల్లి..
వెల్లుల్లిలో శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. వెల్లుల్లి మీ డైట్లో చేర్చుకుంటే శరీరంలో ఇన్ఫ్లమేషన్ తగ్గిస్తుంది, రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. వెల్లుల్లిలో అల్లిసిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది యాంటీఆక్సిడెంట్గా పనిచేస్తుంది. ఇన్ఫ్లమేషన్ వల్ల కలిగే ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. దీనిని వంటల్లో వేసుకుని తీసుకోవచ్చు, పచ్చిగా తిన్నా మంచిదే.

రోజ్మేరీ..
రోజ్మేరీని మెడిటరేనియన్ వంటకాలలో ఎక్కువగా వాడుతూ ఉంటారు. రోజ్మేరీలో రోస్మరినిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ సమ్మేళనం. ఇది శరీరంలో మంటను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరచి, జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహిస్తోంది.

తులసి
తులసిలో ఇటాలియన్ వంటకాల్లో ఎక్కువగా వాడుతూ ఉంటారు. ఇందులో యూజీనాల్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది, దీనికి యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు మెండుగా ఉంటాయి. తులసి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి తోడ్పడుతుంది. . దీనిని సలాడ్లలో మసాలాగా, పాస్తాలో వేసుకుని తినొచ్చు. ఉదయం పూట నాలుగు ఆకులు తిన్నా మంచిదే.

నోటి పూతతో బాధపడుతున్నారా..? ఈ టిప్స్ ఫాలో అయితే త్వరగా తగ్గుతాయ్..!

ఈ సమస్య ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీరంలో వేడి ఎక్కువ అవ్వడం, అధిక ఒత్తిడికి గురవడం, డీహైడ్రేషన్, నిద్రలేమి, విటమిన్ బి12, సి లోపం, వైరల్, బ్యాక్టీరియా ఇన్ఫెక్షన్ల కారణంగా నోటి ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. నోటి పూత నోటి లోపల, చిగుళ్ల అడుగుభాగం, బుగ్గలు, పెదవులు, నాలకపై కూడా వస్తూ ఉంటుంది. నోటు పూత ప్రాణాంతకం కానప్పటికీ.. వీటి కారణంగా తీవ్రమైన నొప్పి ఉంటుంది. నోటి పూత ఉంటే..కనీసం లిక్విడ్ ఫుడ్ తీసుకోవడానికీ కష్టంగా ఉంటుంది. కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో నోటి పూతను సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు. అవేంటో తెలుసుకోవాలంటే.. ఈ స్టోరీ చదివేయండి.

తేనె..
నోటి ఆల్సర్లను తగ్గించడానికి తేనె ఎఫెక్టివ్గా పనిచేస్తుంది. నోటి పూత ఉన్నచోట తేనె పొడిబారిన చర్మానికి ఉపశమనాన్ని కలిగిస్తాయి. తేనెలో చిటికెడు పసుపు కలిపి అప్లై చేస్తే.. మీకు మరింత త్వరగా రిజల్ట్స్ వస్తాయి.

కలబంద..

మన చర్మానికి కలబంద వల్ల కలిగే అనేక ప్రయోజనాల గురించి మనందరికీ తెలుసు. నోటి పూతను తగ్గించడానికి కలబంద సమర్థవంతంగా పని చేస్తుంది. మీరు నోటి పూతతో బాధపడుతుంటే.. తాజా కలబంద గుజ్జును వాటిపై అప్లై చేయండి. కలబందలోని యాంటీసెప్టిక్ గుణాలు.. నోటి అల్సర్ల నుంచి త్వరగా ఉపశమనం ఇస్తాయి.

గసగసాలు..
శరీరంలో వేడి పెరిగినా.. నోటి అల్సర్లు వస్తాయి. మన బాడీలో వేడిని తగ్గించడంలో గసగసాలు సహాయపడతాయి. ఒక టేబుల్ స్పూన్ పొడిచేసిన గసగసాలకు, అంతే పరిమాణంలో పంచదారను జతచేసి, సమస్య తగ్గే వరకు రోజూ రెండు లేదా మూడు సార్లు తీసుకుంటే త్వరగా తగ్గుతాయి.

నెయ్యి..
నెయ్యి వాపును తగ్గిస్తుంది, నోటి అల్సర్లతో బాధపడేవారికి.. నెయ్యి గొప్ప ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. మీ వేలితో కొద్దిగా స్వచ్ఛమైన నెయ్యి తీసుకొని అల్సర్లపై రాయండి. కొద్దిసేపు అలాగే ఉంచి, ఆ తర్వాత సాధారణ నీటితో మీ నోటిని శుభ్రం చేసుకోండి. రోజుకు ఒక్కసారైనా ఇలా చేస్తే.. మీ త్వరితగతిన ఉపశమనం లభిస్తుంది.
నమలడం వల్ల ఈ సమస్య దూరం అవుతుంది.