కడప మనస్సాక్షి
తెలుగు దినపత్రిక
PRGI Reg.No: APTEL/26/A0309
KADAPA MANASSAKSHI - Telugu Daily

వైయస్ఆర్ కడప/అన్నమయ్య | ఎడిటర్: వసంత శ్రీనివాసుల రెడ్డి | సంపుటి: 01 సంచిక: 237 | మంగళవారం, 01 సెప్టెంబర్ 2026 | పేజీలు: 4 వెల.రూ.2/-

మార్కాపురం: మూడు దశాబ్దాలుగా ఎదురుచూస్తున్న వెలిగొండ ప్రాజెక్టు కల సాకారమైంది. పూల సుబ్బయ్య వెలిగొండ ప్రాజెక్టు తొలి దశను ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు సోమవారం జాతికి అంకితం చేశారు. నల్లమల కొండలను చీల్చుకుని జంట సొరంగాల ద్వారా వచ్చిన కృష్ణా జలాలకు గంటవానిపల్లె వద్ద సీఎం జలహారతి ఇచ్చి ఘన స్వాగతం పలికారు. అనంతరం కృష్ణమ్మ ప్రవాహానికి సాష్టాంగ నమస్కారం చేసి, అక్విడెక్టు వద్ద స్విచ్ నొక్కి జలాలను దిగువకు విడుదల చేశారు. తొలిదశలో నల్లమల సాగర్‌కు 10.70 టీఎంసీల కృష్ణా జలాలను తరలించి 1.19 లక్షల ఎకరాలకు సాగునీరు, 4 లక్షల మందికి తాగునీరు అందించనున్నట్లు సీఎం తెలిపారు. వెలిగొండ పూర్తయితే ఉమ్మడి ప్రకాశం, నెల్లూరు, కడప జిల్లాల్లోని 30 మండలాల్లో 4.47 లక్షల ఎకరాలకు సాగునీరు, 23 లక్షల మందికి తాగునీరు అందుతుందని చెప్పారు. 1996 మార్చి 5న తానే భూమిపూజ చేసిన ప్రాజెక్టును 30 ఏళ్ల తర్వాత ప్రారంభించడం తన జీవితంలో భావోద్వేగ సందర్భమని చంద్రబాబు అన్నారు. "కరువు నేలకు కృష్ణమ్మను తీసుకొచ్చాం. వెలిగొండ బంగారు కొండ అవుతుంది. ఈ ప్రాంత ప్రజల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపుతుంది" అని పేర్కొన్నారు. వెలిగొండ రెండో దశను 2028 నాటికి పూర్తి చేస్తామని సీఎం ప్రకటించారు. ప్రాజెక్టు పూర్తి కోసం మరో రూ.1,900 కోట్ల పనులు చేపట్టాల్సి ఉందన్నారు. 2028లో జరిగే కృష్ణా పుష్కరాలను మార్కాపురంలోనూ వైభవంగా నిర్వహిస్తామని తెలిపారు. వెలిగొండ కోసం భూములు, ఇళ్లు, గ్రామాలను త్యాగం చేసిన 11 గ్రామాల నిర్వాసితుల త్యాగాలను సీఎం కొనియాడారు. 6,206 నిర్వాసిత కుటుంబాలకు రూ.768 కోట్ల పరిహారం అందించామని, అదనంగా మరో రూ.169 కోట్లు చెల్లిస్తున్నామని వెల్లడించారు. "వెలిగొండ అంటే ఫ్లోరైడ్ కష్టాలకు ముగింపు.. కరువు నేలపై కృష్ణమ్మ రాసిన కొత్త చరిత్ర" అని సీఎం అభివర్ణించారు.

డేటా అనలిటిక్స్‌తో మరింత సమర్థంగా పౌర సేవలు

అమరావతి, ఆగస్టు 31: ప్రజల అభిప్రాయాల ఆధారంగా ప్రభుత్వ శాఖలు అందిస్తున్న పౌర సేవలను మరింత మెరుగుపరచాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం క్యాంపు కార్యాలయంలో రియల్‌టైమ్ గవర్నెన్స్‌పై సమీక్ష నిర్వహించిన సీఎం, ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్లో ప్రజల భాగస్వామ్యాన్ని మరింత పెంచాలని సూచించారు. మహిళలపై నేరాలు, గంజాయి నియంత్రణ వంటి అంశాలపై విస్తృత ప్రచారం నిర్వహించాలని, పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పారిశుధ్యంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని ఆదేశించారు. సంక్షేమ హాస్టళ్లలో పరిశుభ్రత, ఆహారం, తాగునీటి నాణ్యతపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని, ప్రతి నెలా మొదటి ఆదివారం విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులను ఆహ్వానించి హాస్టళ్ల పరిస్థితులను వివరించాలని సూచించారు. జిల్లాలు, నియోజకవర్గాల వారీగా ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షలు నిర్వహించి లోటుపాట్లను సరిచేయాలని, బాధ్యులకు రాష్ట్ర, జిల్లా స్థాయిలో ర్యాంకులు ఇవ్వాలని స్పష్టం చేశారు. అన్ని ప్రభుత్వ శాఖల్లో ఆన్‌లైన్ సేవలను విస్తృతం చేసి, రెవెన్యూ సహా వివిధ విభాగాల ధృవపత్రాలను ఆన్‌లైన్‌లోనే జారీ చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. అవేర్ ద్వారా సాగు పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించి రైతులకు సూచనలు ఇవ్వాలని, ప్రకృతి సేద్యాన్ని ప్రోత్సహించాలని, ఉద్యాన పంటల కోసం అందుబాటులో ఉన్న నీటి వనరులను సమర్థంగా వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. 5.70 లక్షల ఎకరాల్లో ప్రతి ఎకరాను సద్వినియోగం చేసుకునేలా చర్యలు తీసుకోవాలని, పీజీఆర్ఎస్ ద్వారా వచ్చే దరఖాస్తుల పరిష్కారంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని సీఎం ఆదేశించారు. ఈ సమీక్షలో సీఎస్ సాయి ప్రసాద్‌తో పాటు వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

తిరుపతి, విశాఖ జూలలో ప్రత్యేక పారిశుధ్య కార్యక్రమాలు

తిరుపతి: ఉప ముఖ్యమంత్రి, అటవీ, పర్యావరణ శాఖల మంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ఆదేశాల మేరకు తిరుపతిలోని శ్రీ వేంకటేశ్వర జంతు ప్రదర్శనశాల, విశాఖపట్నంలోని ఇందిరా గాంధీ జంతు ప్రదర్శనశాలలో సోమవారం ప్రత్యేక పారిశుధ్య కార్యక్రమాలు చేపట్టారు. జంతువుల ఆవాసాలు, సందర్శకుల మార్గాలు, ఉద్యానవనాలు, నీటి వనరులు, ఆహార పంపిణీ కేంద్రాలు, వ్యర్థాల సేకరణ ప్రాంతాలను శుభ్రం చేశారు. ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాల తొలగింపు, వ్యర్థాల వర్గీకరణ, పచ్చదనం సంరక్షణతో పాటు జూ పరిసరాల్లో పారిశుధ్య ప్రమాణాలను మరింత మెరుగుపరచనున్నారు. పరిశుభ్రమైన జూ పరిసరాలతో జంతువులకు ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణం కల్పించడంతో పాటు సందర్శకులకు మెరుగైన అనుభూతి కల్పించడమే లక్ష్యంగా కార్యక్రమాలు కొనసాగనున్నాయి. జంతు ప్రదర్శనశాలలు కేవలం వినోద కేంద్రాలు కాకుండా వన్యప్రాణుల సంరక్షణ, జీవ వైవిధ్య పరిరక్షణ, పర్యావరణ అవగాహనకు కేంద్రాలుగా నిలవాలని పవన్ కళ్యాణ్ సూచించారు. విశాఖ జూలో ఇటీవల అధునాతన ఇంక్యుబేషన్ పద్ధతిలో 128 కొత్త జీవాలకు జన్మనిచ్చిన నేపథ్యంలో జీవ వైవిధ్య పరిరక్షణకు మద్దతుగా తిరుపతి, విశాఖ జూలలో జంతువులను దత్తత తీసుకునేందుకు కార్పొరేట్ సంస్థలు, పారిశ్రామికవేత్తలు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు, ప్రజలు ముందుకు రావాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. వన్యప్రాణుల సంరక్షణను ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా స్వీకరించాలని కోరారు.

కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగుల డిమాండ్లపై ఉన్నతాధికారుల చర్చలు

తాడేపల్లి: ఆంధ్రప్రదేశ్ వైద్యారోగ్య శాఖ పరిధిలోని కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగుల జేఏసీ ప్రతినిధులతో వైద్యారోగ్య శాఖ ఉన్నతాధికారులు సోమవారం సాయంత్రం మూడు గంటలకు పైగా చర్చలు నిర్వహించారు. ఉద్యోగుల అపరిష్కృత డిమాండ్లపై తాడేపల్లిలోని డైరెక్టర్ ఆఫ్ సెకండరీ హెల్త్ కార్యాలయంలో జరిగిన సమావేశంలో ఆరోగ్య, కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ కమిషనర్ చక్రధర్ బాబు, వైద్యారోగ్య శాఖ జాయింట్ సెక్రటరీ రోణంకి గోపాలకృష్ణ, ప్రజారోగ్య శాఖ సంచాలకులు పద్మావతి, వైద్య విద్య శాఖ అదనపు సంచాలకురాలు డాక్టర్ రాధికా రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగుల క్రమబద్ధీకరణ, 100 శాతం గ్రాస్ వేతనం, విధి నిర్వహణలో మృతి చెందిన ఉద్యోగుల కుటుంబాలకు ఎక్స్‌గ్రేషియా, ఈహెచ్ఎస్ సౌకర్యం, రిక్వెస్ట్, మ్యూచువల్ బదిలీలు, రాత్రి విధుల్లో స్టాఫ్ నర్సుల భద్రత తదితర అంశాలను జేఏసీ ప్రతినిధులు అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. ఆర్థికేతర సమస్యల పరిష్కారానికి శాఖాపరంగా త్వరితగతిన చర్యలు తీసుకుంటామని అధికారులు తెలిపారు. రిక్వెస్ట్, మ్యూచువల్ బదిలీలపై అంతర్గత కమిటీతో చర్చించి ప్రభుత్వానికి ప్రతిపాదనలు పంపుతామని చెప్పారు. రాత్రి విధుల్లో స్టాఫ్ నర్సులకు భద్రత కల్పించడంతో పాటు గౌరవప్రదమైన పని వాతావరణం ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఉద్యోగాల క్రమబద్ధీకరణ, ఇతర ఆర్థికపరమైన డిమాండ్లపై ప్రభుత్వ స్థాయిలో నిర్ణయం తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని జేఏసీ ప్రతినిధులకు అధికారులు స్పష్టం చేశారు.

రెండు రోజుల పాటు పులివెందులలో జగన్ పర్యటన

పులివెందుల: మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి సెప్టెంబర్ 1 నుంచి రెండు రోజుల పాటు పులివెందులలో పర్యటించనున్నారు. సెప్టెంబర్ 1న మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు పులివెందులకు చేరుకుని భాకరాపురంలోని క్యాంపు కార్యాలయంలో ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటారు. అనంతరం పులివెందులలోని తన నివాసంలో బస చేయనున్నారు. సెప్టెంబర్ 2న ఉదయం ఇడుపులపాయకు చేరుకుని వైఎస్సార్ ఘాట్ వద్ద తన తండ్రి, దివంగత ముఖ్యమంత్రి డాక్టర్ వైఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి వర్ధంతి సందర్భంగా నివాళులర్పించనున్నారు. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ప్రత్యేక ప్రార్థనల్లో కూడా పాల్గొననున్నారు. ఈ పర్యటన సందర్భంగా స్థానిక ఎన్నికల నేపథ్యంలో పార్టీ నాయకులకు జగన్ కీలక దిశానిర్దేశం చేసే అవకాశం ఉందని సమాచారం.

కృష్ణమ్మ ప్రవేశించే.. కరవు నేల పరవశించే!
మార్కాపురం జిల్లా అంతటా వెలిగొండ సంబరం

యర్రగొండపాలెం, ఆగస్టు 31: దశాబ్దాల నిరీక్షణకు తెరపడింది. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ఫేజ్-1 ప్రారంభోత్సవంలో భాగంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు వెలిగొండ ఫీడర్ కెనాల్ గేట్లు ఎత్తి కృష్ణా జలాలను నల్లమల సాగర్‌కు విడుదల చేయడంతో మార్కాపురం జిల్లా ప్రజలు సంబరాల్లో మునిగిపోయారు. నీటి విడుదలను వీక్షించేందుకు భారీగా తరలివచ్చిన రైతులు, మహిళలు, ప్రజలు ఈలలు, కేరింతలతో ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. కృష్ణా జలాల ప్రవాహాన్ని తమ సెల్‌ఫోన్లలో చిత్రీకరించడంతో పాటు పలువురు నీటిని నెత్తిన చల్లుకుని, బాటిళ్లలో నింపుకుని తీసుకెళ్లారు. ఎన్నో ఏళ్లుగా కరువు కష్టాలను ఎదుర్కొన్న తమ ప్రాంతానికి కృష్ణా జలాలు చేరడం కొత్త ఆశలు నింపిందని రైతులు ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. కార్యక్రమం ముగిసిన తర్వాత కూడా ప్రజలు కాల్వకట్టపైనే ఉండి నీటి ప్రవాహాన్ని ఆసక్తిగా వీక్షించారు. కృష్ణా జలాలు నల్లమల సాగర్‌లోకి ప్రవేశించిన చారిత్రక ఘట్టం మార్కాపురం జిల్లా ప్రజల మదిలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోనుంది.

ఆక్వా కాలుష్య నియంత్రణపై పీసీబీ ప్రత్యేక దృష్టి

అమరావతి, ఆగస్టు 31: ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ఆదేశాల మేరకు ఆంధ్రప్రదేశ్ కాలుష్య నియంత్రణ మండలి (పీసీబీ) రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆక్వా ప్రాసెసింగ్ కేంద్రాల్లో ప్రత్యేక తనిఖీలు చేపట్టింది. కేంద్రాల నుంచి విడుదలయ్యే నీటి నమూనాలను సేకరించి ప్రయోగశాలలకు పంపించారు. నైట్రోజన్, ఫాస్పరస్, కరిగిన ఆక్సిజన్, బీఓడీ, సీఓడీ, ఘన వ్యర్థాల స్థాయిలను శాస్త్రీయంగా పరీక్షించనున్నారు. సోమవారం తూర్పు గోదావరి, పశ్చిమ గోదావరి, కోనసీమ, నెల్లూరు జిల్లాల్లో నమూనాలు సేకరించగా, మంగళవారం కృష్ణా, బాపట్ల, ప్రకాశం జిల్లాల్లో తనిఖీలు నిర్వహించనున్నారు. ఆక్వా కేంద్రాల్లో వ్యర్థాల నిర్వహణ విధానాలను పరిశీలించి, కాలుష్య నివారణ చర్యలపై యాజమాన్యాలకు అవగాహన కల్పించనున్నారు. పర్యావరణ పరిరక్షణతో పాటు ఆక్వా రంగంలో స్థిరమైన అభివృద్ధిని ప్రోత్సహించడమే లక్ష్యంగా చర్యలు చేపడుతున్నారు.

కడప మనస్సాక్షి తెలుగు దినపత్రిక
PRGI Reg.No: APTEL/26/A0309
KADAPA MANASSAKSHI - Telugu Daily

మీ పిల్లలు ఎక్కువ సమయం టీవీ చూస్తున్నారా ?

అయితే ఈ విషయాలను తప్పకుండా తెలుసుకోవాల్సిందే..

పిల్లలు ఎక్కువ సమయం టీవీ చూడడం ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరమని అందరికీ తెలిసిన విషయమే. ప్రస్తుతం రోజుల్లో పిల్లలు టీవీ చూడడం మరింత పెరిగిపోయింది. నిత్యం గంటలు గంటలు టీవీ ముందే కూర్చోవడం.. సరైన ఆహారం తినకపోవడం వలన వారు అలసిపోయినట్లుగా కనిపిస్తుంటారు. ఇక కరోనా వైరస్ ప్రభావం.. ఇప్పుడు పిల్లలందరూ.. ఆన్ లైన్ క్లాసెస్ వింటున్నారు. ఓవైపు ఆన్ లైన్ క్లాసులు.. మరోవైపు గంటల సమయం టీవీలు చూడడం వలన వారి కంటిపై ఎక్కువగా ఒత్తిడి ఏర్పడుతుంది. అంతేకాకుండా.. పలు రకాల అనారోగ్య సమస్యలు పిల్లలను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తాయి. పిల్లలను టీవీలను దూరంగా ఉంచాలని ఎంతగా ట్రై చేసిన వీలు కావడం లేదని.. ప్రస్తుత రోజుల్లో వారిని టీవీ, ఫోన్ వంటి వస్తువులకు దూరంగా ఉంచడం చాలా కష్టంతో కూడుకున్న పని అంటూ తల్లిదండ్రుల వాదన. అయితే పిల్లలు ఎక్కువగా టీవీ చూస్తున్నప్పుడు వారి ఆరోగ్యం పట్ల కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందామా. మీ పిల్లలు గంటలు గంటలు టీవీ ముందు కూర్చుంటే.. వారి కళ్లతోపాటు.. మెదడుపై కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంది. అందుకే దాదాపు ఒక గంట టీవీ చూస్తే ఆ తర్వాత వారు వేరే పనిలో నిమగ్నమయ్యేలా చేయండి. గంట తర్వాత టీవీ నుంచి పిల్లలను దూరంగా ఉంచాలి. అలాగే.. పిల్లలు టీవీ స్క్రీన్‌కు చాలా దగ్గరగా కూర్చుని టీవీ చూస్తే.. వారి కళ్లపై ప్రభావం చూపుతుంది. దీంతో డ్రై ఐ సమస్య కూడా కనిపిస్తుంది. అందుకే టీవీ చూస్తున్నప్పుడు మీ పిల్లలు స్క్రీన్‌కు దూరంగా ఉండేలా చేయండి.

ఇవే కాకుండా. పిల్లలు చాలాసార్లు బెడ్ పై పడుకుని.. తప్పుగా కూర్చుని టీవీ చూస్తుంటారు. దీంతో వెన్నునొప్పి, మెడ, భుజం నొప్పి సమస్యలు వస్తాయి. అందుకే వారు నేరుగా కుర్చీపై కూర్చోని టీవీ చూసేలా చేయండి. అలాగే.. వారు కూర్చున్నప్పుడు వెనకాల ఒక దిండు లేదా టవల్ పెట్టండి.. దీనివలన టీవీ చూస్తూ ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వలన వెన్నునొప్పి సమస్య రాకుండా ఉంటుంది. అలాగే ప్రతి గంట గంటకు టీవీ ఆఫ్ చేయాలి. గంట తర్వాత పిల్లలను టీవీ చూడకుండా చేయాలి. టీవీ చూసేటప్పుడు సమయం చాలా ముఖ్యం. ఎక్కువ సమయం పిల్లలు స్క్రీన్ ముందు ఉండడం వలన కంటి సమస్యలు వస్తాయి. టీవీ చూసిన తర్వాత మీ పిల్లలకు శారీరక శ్రమ కల్పించండి.. గేమ్స్ ఆడడం.. రన్నింగ్, వాకింగ్ చేయడం నేర్పించాలి. అలాగే టీవీ చూస్తున్నప్పుడు పిల్లలు ఉన్న గదిలోని లైట్స్ ఆఫ్ చేయకూడదు. ఇలా చేయడం వలన కేవలం టీవీ స్క్రీన్ పిల్లల కంటిపై నేరుగా పడుతుంది. అలగే ఆహారం తింటూ పిల్లలు టీవీ అస్సలు చూడకుండా తల్లిదండ్రులు జాగ్రత్తలు వహించాలి.

చిన్నవయసులోనే గుండెపోటుకి కారణాలేంటి..?

ఇటీవల చాలామంది ప్రముఖులు గుండెపోటుతో చనిపోతున్నారు. సాధారణంగా బీపీ, ఊబకాయం, కొలెస్ట్రాల్ వల్ల గుండె జబ్బులు వస్తాయని అందరు అనుకుంటారు. అలా జరగకుండా ఉండేందుకు ఫిట్‌నెస్‌పై శ్రద్ధ వహిస్తారు. రోజు వ్యాయామాలు చేస్తారు. అయినా కూడా కొంతమంది గుండెపోటుకి గురవుతున్నారు. హఠాత్తుగా చనిపోతున్నారు. ఒక రోజు ముందు ఆస్ట్రేలియా లెజెండరీ లెగ్ స్పిన్నర్ షేన్ వార్న్ 52 సంవత్సరాల వయస్సులో గుండెపోటుతో మరణించాడు. అంతకు ముందు నటుడు పునీత్ రాజ్‌కుమార్ కూడా గుండెపోటుతో మరణించాడు. ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ ఎప్పుడూ ఫిట్‌గా కనిపించే వ్యక్తులు కూడా గుండె జబ్బులకి గురవుతున్నారు. దీనికి కారణాలేంటో తెలుసా.. వాస్తవానికి హృదయ సంబంధ వ్యాధులకు మానసిక ఒత్తిడి కారణమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. గుండెపోటుకు గురయ్యే వారు మానసికంగా ఇబ్బందిపడేవారు ఎక్కువగా ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అవుతుంది. తరచుగా మానసిక ఒత్తిడి లేదా భయముతో బాధపడేవారు గుండె జబ్బులకు గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువ ఉంటుంది. చాలా సందర్భాలలో చనిపోవడం జరుగుతుంది.పెరుగుతున్న మానసిక ఒత్తిడి కారణంగా మెదడు అనేక రకాల హార్మోన్లను విడుదల చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. దీంతో శరీరంలో బీపీ పెరుగుతుంది. ఇలా పదే పదే జరిగినప్పుడు గుండె ధమనులు ఉబ్బడం ప్రారంభిస్తాయి. చాలా కాలంగా ఈ సమస్య కారణంగా ధమనులలో రక్తం గడ్డకట్టడం జరుగుతుంది. దానివల్ల గుండెపోటు వస్తుంది. నేటి కాలంలో ప్రజలు వివిధ కారణాల వల్ల ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. దీంతో వారికి గుండె సంబంధిత వ్యాధులు వస్తున్నాయి. ప్రజలు వారి శారీరక దృఢత్వంపై శ్రద్ధ చూపుతారు కానీ మానసిక ఆరోగ్యాన్ని విస్మరిస్తారు.జన్యుపరమైన కారణాల వల్ల కూడా గుండెపోటు వస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అంటే కుటుంబంలో ఎవరికైనా ఇంతకు ముందు గుండె జబ్బు ఉంటే అది రెండో తరానికి చేరుతుంది. ఈ సమస్య ఎవరి అదుపులో ఉండదు. ఎందుకంటే జన్యుపరమైన కారణాల వల్ల ఒక వ్యక్తి ఈ వ్యాధికి గురవుతాడు. వైద్యుల ప్రకారం.. హైపర్ కొలెస్టెరోలేమియా అనేది చిన్న వయస్సులోనే కొంతమందిలో ఉండే జన్యుపరమైన వ్యాధి. దీని కారణంగా చిన్న వయస్సులోనే %ూణూ% కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం ప్రారంభమవుతుంది. దీని కారణంగా గుండెపోటు ప్రమాదం ఉంటుంది.ఆహారంలో తక్కువ నూనె వాడాలి. రోజూ కనీసం అరగంట పాటు సైక్లింగ్, జాగింగ్ లేదా ఏదైనా వ్యాయామం చేయాలి. పొగాకు, మద్యపానానికి దూరంగా ఉండాలి. ఆరు నుంచి ఎనిమిది నెలలకు ఒకసారి గుండె పరీక్ష చేయించుకోవాలి. ఒత్తిడి లేని జీవితాన్ని గడపాలి.

విశేషసేవలు అందిస్తున్న భైరేనిగుండాలు

ప్రకృతి వరం భైరేనిగుండాలు. గిద్దలూరు మండలంలోని నల్లమల అటవీ ప్రాంతం దిగువమెట్ట గ్రామానికి 7 కిలోమీటర్ల దూరంలో నల్లమల అడవిలో ఎత్తైన కొండలమధ్య ఈ భైరేనిగుండాలు ఉన్నాయి. ఈ నీటిగుండాలలో కాలాలకు అతీతంగా ఎప్పుడూ నీళ్ళు ఉంటాయి. ఈ గుండాలకు పైననిరంతరంగా పారే సెలఏరులు ఉన్నాయి. వాటిద్వారా చిన్న చిన్న పాయలుగా ఈ గుండాలకు భారీగా నీరు చేరుతుంది. ఇలాంటి నీటి గుండాలు నల్లమల అడవిలో ఎన్నో ఉన్నాయి. ఈ నీటిగుండాలను బ్రిటిష్ వారి పరిపాలనలో కనుగొనడం జరిగింది. 1889 సం.లో బ్రిటిష్ పాలకుల రవాణా సౌకర్యార్థం గోవా నుంచి మచిలీపట్నం వరకు మీటరు గేజ్ రైలు మార్గం ఏర్పాటు చేశారు.అప్పటి స్టీమ్ ఇంజన్ రైల్లకు బొగ్గుఎంత అవసరమో నీళ్ళు కూడ అంతే అవసరం. నీటి కోసం బ్రిటిష్ పాలకులు సర్వేలు నిర్వహించి చివరికి నల్లమల అడవుల్లో ఎత్తైన కొండలమధ్య నీటి గుండాలు కనుగొన్నారు. ఈ గుండాలనే భైరేనిగుండాలు అంటారు. ఈ భైరే నిగుండాల పైభాగంలో సెలఏరు పారే చోట 3 అడుగుల పొడవు, 3 అడుగుల వెడల్పులో గచ్చుతో ఓతొట్టి నిర్మించారు. తొట్టికి అడుగుభాగాన పైపులు బిగించారు. అక్కడి నుంచి 7 కిలోమీటర్లు పైపులైను కొనసాగించి ఎలాంటి యంత్రాలు, విద్యుత్ సహాయం లేకుండా దిగువమెట్ట రైల్వే స్టేషన్ సమీపములోని తిప్పపై లక్షల లీటర్ల సామర్థ్యం గల నీటి తొట్లను ఏర్పాటు చేసి పైపులద్వార వచ్చే నీటిని అందులో పడే విధంగా చేశారు. నిల్వచేసిన నీటిని అక్కడ నుంచి పైపులద్వార దిగువమెట్ట రైల్వే స్టేషన్ కు వచ్చిపోయే రైల్లబోగీలకు నీరు ఎక్కిస్తుంటారు. భైరేనిగుండాల నుంచి పైపుల ద్వారా వచ్చే నీరు శతాబ్దకాలం దాటినా ఇప్పటి వరకు ఆగకుండా నిరంతరంగా వస్తూనే ఉన్నాయి. ఓక్కరోజు కూడా ఆగిన దాఖలాలు లేవు. దాదాపు రోజుకు 15 కు పైగా ప్యాసింజర్ ఎక్స్ ప్రెస్ రైల్లు దిగువమెట్ట రైల్వే స్టేషన్ మీదుగ ప్రయణిస్తుంటాయి. అన్నిరైల్లు నీటి కోసం కచ్చితంగా ఈ రైల్వేస్టేషన్ లో ఆగాల్సిందే. ఎన్నో లక్షల లీటర్ల నీరు రోజుకు అవసరం. గతంలో రాష్ట్రంలో వర్షాలు లేక కరువు వచ్చి నీళ్ళకై ఇబ్బంది ఎదుర్కొంటున్న సమయములో దిగువమెట్ట రైల్వే స్టేషన్ నుండి రైల్లద్వారా గుంతకల్లు, ద్రోణాచలం, గుంటూరు, నడికుడి రైల్వే స్టేషన్ లకు భైరేనిగుండాల నుంచి పైపులద్వార వచ్చే నీటినే తరలించడం జరిగింది. గిద్దలూరు మండలం క్రిష్టంశెట్టిపల్లే గ్రామం సమీపంలో 10సం క్రితం మండలంలో 14 గ్రామాలతో పాటు గిద్దలూరు పట్టణంలో త్రాగునీటి సమస్యను తీర్చేందుకు భైరేనిగుండాల ప్రాజెక్టు నిర్మాణం చేపట్టడం జరిగింది. సమ్మర్ స్టోరేజ్ ట్యాంక్ కూడా పూర్తయ్యింది. గిద్దలూరు వరకు పైపులైను కూడా పూర్తయ్యింది. భైరేనిగుండాల నుండి అటవీ ప్రాంతం గుండ పైపులైను కొనసాగించాలి కాని ఆ ప్రాంతం వన్యమృగ సంరక్షణ ఏరియాలో ఉండటంతో అటవీ శాఖ అనుమతులు ఇవ్వకపోవడంతో భైరేనిగుండాల ప్రాజెక్టు నిరుపయోగంగా మారింది.

చిన్న వయసులోనే కళ్లు దెబ్బతినడానికి కారణం ఏంటో తెలుసా..!

ఇటీవల కాలంలో చాలామంది కళ్ల సమస్యలని ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇందులో పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు ఉంటున్నారు. దీనికి కారణాలుచాలా ఉన్నాయి. మారిన జీవన పరిస్థితులు, ఆహారం, తదితర విషయాల వల్ల ఇలా జరుగుతుంది. అయితే ఇవి మాత్రమే కాదు కొన్ని ప్రత్యేక కారణాలు కూడా ఉన్నాయి. తరచుగా తలనొప్పి, అస్పష్టమైన చూపు, కళ్ళు ఎర్రబడటం వంటివి కంటి చూపు మందగించడానికి ముందు ఎదురయ్యే లక్షణాలు. ఇవి కనిపిస్తే అస్సలు విస్మరించవద్దు. వెంటనే డాక్టర్ వద్దకు వెళ్లి పరీక్ష చేయించుకోవాలి. అనేక కారణాల వల్ల కంటి చూపు తగ్గినప్పటికీ ఇందులో నాడీ సంబంధిత సమస్యలు కూడా ఉన్నాయి. నరాల సంబంధిత సమస్యలు చిన్న వయస్సులోనే అస్పష్టమైన దృష్టికి లేదా కంటి చూపు తగ్గడానికి కారణమవుతాయి. అందుకే చాలామంది చిన్నవయసులోనే చూపు కోల్పోతారు.ఇది కాకుండా జన్యుపరంగా కూడా కళ్ల సమస్యలు వస్తాయి. కుటుంబ సభ్యులకు అల్బినిజం వ్యాధి లేదా రెటినిటిస్ పిగ్మెంటోసా ఉన్నట్లయితే పిల్లలకి కూడా ఇవి వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఒక్కోసారి అనుకోకుండా అంధత్వం సంభవిస్తుంది. అలాగే దీర్ఘకాలికంగా అధిక రక్తపోటు సమస్యతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు హైపర్‌టెన్సివ్ రెటినోపతికి గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. హెల్త్‌లైన్ ప్రకారం.. మీ రక్తపోటు చాలా ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు రెటీనా రక్తనాళాల గోడలు చిక్కగా మారే అవకాశం ఉంది.

రాత్రిళ్లు భోజనం తినడం మానేసినవారికి షాకింగ్ న్యూస్

ప్రస్తుత కాలంలో చాలా మంది బరువు పెరగడం వంటి సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. బరువు తగ్గడానికి అనేక ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. వెయిట్ లాస్ డైట్ ఫాలో కావడం.. అన్నం తినడం తక్కువ చేయడం.. కేవలం లిక్విడ్ ఫుడ్ మాత్రమే తినడం చేస్తుంటారు. అంతేకాకుండా.. వర్కవుట్స్.. జాగింగ్.. యోగా వంటి వ్యాయమాలు చేస్తూ బరువు తగ్గించుకునేందుకు ట్రై చేస్తున్నారు. అయితే ఇప్పుడు ఎక్కువ మంది ఫాలో అవుతున్న వెయిట్ లాస్ డైట్ .. ఒక్క పూట మాత్రమే భోజనం చేయడం.. రోజులో అల్పహారం.. మధ్యాహ్నం మాత్రమే భోజనం చేసి రాత్రిళ్లు భోజనం చేయడం మానేస్తున్నారు. దీంతో బరువు తగ్గిపోతారు అనే అపోహ చాలా మందిలో ఉంది. అయితే రాత్రిళ్లు భోజనం మానేయడం వలన ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రమాదం. అనారోగ్య సమస్యలతోపాటు.. బలహీనంగా మారిపోతుంటారు. అలా కొన్ని రోజులపాటు రాత్రిళ్లు భోజనం చేయడం మానేయడం వలన అనారోగ్య సమస్యలు మొదలవుతాయి. అవెంటో తెలుసుకుందామా. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం ఉదయంఅల్పాహారం చేయడం,మధ్యాహ్నం భోజనం చేయడం రాత్రిళ్లు భోజనానికి చాలా గ్యాప్ ఉంటుంది. దీంతో ఒక్కపూట భోజనం మానివేసినా.. బలహీనంగా మారిపోతుంటారు. దీంతో మీరు ప్రతి సారి అలసటకు గురవుతుంటారు. ముఖ్యంగా రాత్రిళ్లు భోజనం మానివేస్తే.. శరీరానికి తగినంత పోషకాలు అందవు.. దీంతో బలహీనంగా ఉంటారు. బరువు తగ్గడం కోసం డైట్ ఫాలో అవుతున్నవారు.. రాత్రిళ్లు తేలికపాటి ఆహారం తీసుకోవాలి. రాత్రి భోజనం చేయకపోవడం వలన ఆకలి తీరదు. అలాగే.. నిద్రపోతున్న సమయ ంలో

కడుపులో గ్యాస్ ఏర్పడుతుంది. దీంతో నిద్ర పూర్తిగా ఉండదు. ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది.బరువు తగ్గించుకోవడం ఎంత ముఖ్యమో.. అదే సమయంలో శరీరానికి పోషకాలను అందివ్వడం కూడా అంతే ముఖ్యం. రాత్రిళ్ళు భోజనం చేయకపోవడం వలన శరీరానికి తగినంత పోషకాహారం అందదు. దీంతో రోగ నిరోధక శక్తితగ్గిపోతుంది. ఇదిఆరోగ్యంపై ప్రభావితం చేయడమే కాకుండా రక్తహీనతబలహీనత, తలతిరగడం.. తర్వగా అనారోగ్యానికి గురయ్యే అవకా శాలుకూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందుకే రాత్రిళ్లు భోజనం మానివేయ కుండా తేలికపాటి ఆహారం తీసుకోవడం ఉత్తమం అంటున్నారు

చేపలతో పాటు ఈ ఆహారాలు పొరబాటున కూడా తినొద్దు!

మనకు ఆరోగ్యాన్ని ఇచ్చే ఆహారపదార్థాలలో చేపలను ఒకటిగా చెబుతారు. చేపలలో ఉండే ప్రోటీన్, ఐరన్, విటమిన్లు, ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు మన శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యానికి ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. కనుక మనం తినే ఆహారంలో చేపలను భాగం చేసుకుంటే మంచిదని చెబుతారు.ఈ ఆహారాలతో నిద్రలేమి సమస్యకు చెక్.. హాయిగా నిద్రపోండి!ఈ ఆహారాలతో నిద్రలేమి సమస్యకు చెక్.. హాయిగా నిద్రపోండి. చేపలు తినడం వల్ల కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది. మెదడు ఆరోగ్యం పెరుగుతుంది. జుట్టు కూడా దృఢంగా ఉంటుంది. అయితే చేపలతో పాటు కొన్ని ఆహార పదార్థాలను తినకూడదని, చేపలు తిన్నప్పుడు లేదా తిన్న తర్వాత కొన్ని ఆహార పదార్థాలను తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా హానిని కలిగిస్తుందని చెబుతున్నారు. మరి ఆ ఆహార పదార్థాలు ఏమిటి? అనేది ప్రస్తుతం మనం తెలుసుకుందాం. చేపలతో పాటు ఐస్ క్రీమ్ అసలే తినకూడదు. అలా తినడం వల్ల కడుపు సంబంధిత సమస్యలు, చర్మ సంబంధిత సమస్యలు పెరుగుతాయని అనేక పరిశోధనలు, అధ్యయనాలలో తేలింది. కాబట్టి చేపలు తినే రోజు ఐస్ క్రీమ్ తినడం మానేయండి. ఇక చేపలతో పాటు పెరుగును తినకూడదు. చేపలు, పెరుగును కలిపి తినడం ప్రమాదకరమైందిగా పరిగణించబడుతుంది. దీనివల్ల స్కిన్ ఎలర్జీలు ప్రమాదం ఉంటుంది. ఒకవేళ స్కిన్ ఎలర్జీ ఉన్నవారికి ఆ సమస్య మరింత తీవ్రతరంగా మారుతుంది. చేపలతో పాటు పాలు పొరపాటున కూడా తాగకూడదు. చేపల కూర తిన రోజు పాలు తాగడం వల్ల జీర్ణశక్తి చెడిపోయి, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయి. అంతేకాదు చర్మ సమస్యలు కూడా పెరుగుతాయి. చేపలు తిన్న రోజు సిట్రస్ ఎక్కువగా ఉండే ఫలాలను తినకూడదు. నారింజ, బత్తాయి, కమలాలు వంటి పండ్లను తినడం వల్ల జీర్ణ సమస్య తలెత్తుతుంది. ఫలితంగా ఇబ్బంది పడాల్సి వస్తుంది. ఇక చేపల కూర తిన్న రోజు చేపలతో పాటు కాఫీని కానీ, టీని కానీ తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి హానికరంగా చెప్పబడింది. చేపలు తిన్నప్పుడు పాలతో చేసిన స్వీట్లు తీసుకోవడం కూడా ఆరోగ్యానికి హానికరం అని చెప్పబడింది. ముఖ్యంగా చేపలు తిన్న తర్వాత పాలు, పాల పదార్థాలు తీసుకుంటే చర్మ సమస్యలు వస్తాయి అన్నది ప్రధాన కారణం. అందుకే చేపలు తిన్న తర్వాత వీటిని కచ్చితంగా తినకుండా ఉండాలి.

షెడ్యూల్డ్ కులాల కమీషన్ చైర్మన్ కే.ఎస్. జవహర్ నేడు జిల్లాపర్యటన

–జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్షు శుక్లా

నెల్లూరు, ఆగస్టు 26: రాష్ట్ర షెడ్యూల్డ్ కులాల కమీషన్ చైర్మన్ కే.ఎస్. జవహర్, కమీషన్ సభ్యులతో కలిసి నేడు శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు నెల్లూరు జిల్లాలో పర్యటించనున్నారని జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్షు శుక్లా బుధవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. నేడు (గురువారం) ఉదయం 4.00 గంటలకు ఎన్టీఆర్ జిల్లా తిరువూరు మండలం గణుగపాడు గ్రామంలోని తన నివాసం నుంచి రోడ్డు మార్గాన బయలుదేరి, ఉదయం 9.30 గంటలకు నెల్లూరు చేరుకుంటారు. అనంతరం ఉదయం 10.00 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 1.00 గంట వరకు కలెక్టరేట్ లోని తిక్కన ప్రాంగణంలో ప్రజల నుంచి ఫిర్యాదులు స్వీకరించి, వారి సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు చర్యలు తీసుకోనున్నారు. మధ్యాహ్నం 1.00 గంట నుంచి 1.45 గంటల వరకు భోజన విరామం అనంతరం, మధ్యాహ్నం 2.00 గంటలకు తిక్కన ప్రాంగణంలో జిల్లా స్థాయి నుంచి మండల స్థాయి వరకు అధికారులతో సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించనున్నారు. అనంతరం మధ్యాహ్నం 3.30 గంటల నుంచి సాయంత్రం 5.00 గంటల వరకు జిల్లా పోలీసు అధికారులతో సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించనున్నారు. అనంతరం సాయంత్రం 5.00 గంటలకు నెల్లూరు నుంచి నరసరావుపేటకు బయలుదేరి వెళ్తారని కలెక్టర్ ఆ ప్రకటనలో తెలిపారు.

ప్యాషన్ ఫ్రూట్స్ గురించి తెలుసా?

శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను అందించడం లో పండ్ల పాత్ర ఎనలేనిది. ఇవి కేవలం విటమిన్లతో నిండి ఉండటమే కాకుండా వివిధ రకాల జబ్బుల బారిన పడకుండా మనల్ని కాపాడుతూ ఉంటాయి. ఫ్రూట్స్ అనగానే ఆపిల్, దానిమ్మ, మామిడి, అరటి వంటి రోజువారీ పండ్లు గుర్తుకు వస్తాయి. అయితే వీటికి భిన్నంగా వేలాది రకాల పండ్లు ఉన్నాయి. వాటిలో కొన్నింటి గురించి మనకు తెలియదు కూడా. అటువంటి వాటిలో ఒకటే ప్యాషన్ పండు. ప్యాషన్ ఫ్రూట్ మందంగా, ముడతలతో కూడి ఉంటుంది. దక్షిణ అమెరికా లో పుట్టిన ఈ ఫలం ఇతర ప్రాంతాల్లోనూ పెరుగుతుంది. ఇది రుచికరంగానే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో ఉపయోగకరమని వైద్యులు చెబుతున్నారు. దీనిలోపల జెల్లీ తరహా గుజ్జు మరియు గింజలు ఉంటాయి. కొందరు వివిధ వంటకాలలోనూ విరివిగా వినియోగిస్తారు. పండుగా తినడంతో పాటు జ్యూస్, డెసర్ట్‌లలో జోడించడాన్ని ఎక్కువగా ఇష్టపడుతుంటారు. విటమిన్ Cతో నిండి ఉండే ప్యాషన్ ఫ్రూట్‌లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరం లోని రక్త నాళాలు, మృదులాస్థి, కండరాలు మరియు కొల్లాజెన్‌కు దన్నుగా నిలుస్తాయి. చర్మాన్ని యవ్వనంగా ఉంచడంతో పాటు శరీర రుగ్మతలను సమర్థవంతంగా నయం చేస్తుంది. వాపును తగ్గిస్తూ, కణాలు దెబ్బతినకుండా కాపాడుతుంది. తగినంత విటమిన్ C అందిస్తూ జలుబు మరియు కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లు వచ్చే అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది. ప్యాషన్ ఫ్రూట్ గుజ్జు మరియు కరకరలాడే గింజలు రోజువారీ అవసరమైన విటమిన్ Aలో 8 శాతాన్ని కలిగి ఉంటాయి. ఆరోగ్యకరమైన కళ్లు మరియు కణాలు, పునరుత్పత్తి, రోగనిరోధక శక్తికి ఇది ఎంతో అవసరం. ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉండే ఈ పండు ప్రేగులను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. కొలెస్ట్రాల్, మధుమేహం, గుండె జబ్బులు మరియు పలు రకాల క్యాన్సర్‌లు వచ్చే ప్రమాదాన్ని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొంటుంది. ఈ

పండు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడమే కాకుండా డైటరీ ఫైబర్ ఎక్కువ ఉండటంతో జీర్ణక్రియ మెరుగుదలకు మద్దతు ఇస్తుంది. వీటికి అదనంగా ప్యాషన్ ఫ్రూట్‌లో గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే యాంటిఆక్సిడెంట్లు కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. శరీరానికి అవసరమైన కాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఫాస్పరస్, పొటాషియం, ఫోలేట్‌లను కూడా ఇది అందిస్తుంది. మూత్రపిండాలు, నరాలు, కండరాలు మరియు గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతుంది. పండు మాత్రమే కాకుండా సీడ్స్ కూడా పలు కీలక పోషక విలువలను కలిగి ఉన్నాయి. ఫైబర్, ప్రోటీన్, ఖనిజ లవణాలతో పాటు హృదయారోగ్యానికి దన్నుగా నిలిచే కొవ్వులు వీటిలో ముఖ్యమైనవి. రక్త నాళాలను విశాల పరచడంలో ఈ ఫ్రూట్ ఎంతగానో సహాయపడుతుందని కొన్ని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. ఇంత ఆరోగ్యకరమైన పండు తినేటప్పుడు జాగ్రత్త వహించడం కూడా ముఖ్యం. ఎందుకంటే వీటిలో పల్ఫ్‌లో సైనోజెనిక్ గ్లైకోసైడ్ అనే పదార్థం ఉంటుంది. ఇది సహజ టాక్సిన్ కాగా ఎక్కువ మోతాదులో సైనెడ్‌ను కలిగి ఉంటుంది. పూర్తిగా పండని ఫ్రూట్స్ తినడం సురక్షితం కాదు.

కడప మనస్సాక్షి తెలుగు దినపత్రిక
PRGI Reg.No: APTEL/26/A0309
KADAPA MANASSAKSHI - Telugu Daily
మంగళవారం, 01 సెప్టెంబర్ 2026

పరిశ్రమల అనుమతుల్లో జాప్యానికి తావివ్వొద్దు..!

కడప, (మనస్సాక్షి): జిల్లాలో పరిశ్రమల స్థాపనకు వచ్చే దరఖాస్తులను నిర్ణీత గడువులోగా పరిష్కరించి, అనుమతుల విషయంలో ఎలాంటి జాప్యానికి తావివ్వకూడదని జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మల్లికార్జునుడు అధికారులను ఆదేశించారు. కలెక్టరేట్‌లోని పీజీఆర్ఎస్ హాల్‌లో జిల్లా పరిశ్రమలు, ఎగుమతుల ప్రోత్సాహక కమిటీ సమావేశం డీఆర్వో మల్లికార్జునుడు ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. పారిశ్రామికవేత్తలకు అవసరమైన అనుమతులు, ప్రోత్సాహకాలు సకాలంలో అందేలా సంబంధిత శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు. సింగిల్ డెస్క్ పోర్టల్ ద్వారా పరిశ్రమలకు మంజూరయ్యే అనుమతులపై సమీక్షించారు. జిల్లాలో మొత్తం 11,905 దరఖాస్తులు అందగా 11,774 దరఖాస్తులకు అనుమతులు మంజూరైనట్లు అధికారులు తెలిపారు. మరో 36 దరఖాస్తులు పెండింగ్‌లో ఉండగా, వాటిలో కాలుష్య నియంత్రణ మండలికి సంబంధించిన 20, కర్మాగారాల శాఖకు సంబంధించిన 16 దరఖాస్తులు ఉన్నట్లు వివరించారు. పెండింగ్ దరఖాస్తులను వేగంగా పరిష్కరించాలని డీఆర్వో సూచించారు. చిన్న, సూక్ష్మ, మధ్యతరహా పరిశ్రమలకు ప్రభుత్వం అందిస్తున్న ప్రోత్సాహకాలు, ఎస్సీ, ఎస్టీ పారిశ్రామికవేత్తలకు రవాణా వాహనాల కొనుగోలుకు మూలధన పెట్టుబడి రాయితీలు, సాధారణ పారిశ్రామికవేత్తలకు విద్యుత్ వ్యయాల రీయింబర్స్‌మెంట్, వడ్డీ రాయితీల మంజూరుపై సమావేశంలో చర్చించారు. కోప్పర్తిలో శ్రీ షిర్డీ సాయి ఎలక్ట్రికల్స్ సంస్థ రూ.4,914 కోట్ల పెట్టుబడితో 5,000 మందికి ఉపాధి కల్పించే ప్రాజెక్టు అమలు చేస్తున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. జేఎస్‌డబ్ల్యూ రాయలసీమ స్టీల్ ప్లాంట్‌కు రూ.8,800 కోట్ల పెట్టుబడి, 800 ఉద్యోగాల లక్ష్యంతో చేపడుతున్న పనులతో పాటు డాల్మియా సిమెంట్, శ్రీసిమెంట్ తదితర ప్రాజెక్టుల పురోగతిని సమీక్షించారు. జిల్లాలో అమలవుతున్న, ప్రతిపాదిత సౌర, పవన, పంప్డ్ స్టోరేజీ జలవిద్యుత్ ప్రాజెక్టుల పురోగతిని కూడా పరిశీలించారు. ప్రతిపాదిత పంప్డ్ స్టోరేజీ ప్రాజెక్టుల సామర్థ్యం మొత్తం 15,150 మెగావాట్లుగా ఉన్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఏపీఐఐసీ పరిధిలో పారిశ్రామిక భూముల కేటాయింపునకు సంబంధించి పెండింగ్‌లో ఉన్న 48 దరఖాస్తులపై చర్చించారు. కోప్పర్తి, కోప్పర్తి ఎంఎస్ఎంఈ పార్క్, మెగా ఇండస్ట్రియల్ హబ్, చౌడూరు ఎంఎస్ఎంఈ పార్క్ తదితర ప్రాంతాల్లో పరిశ్రమల స్థాపనకు వచ్చిన దరఖాస్తులను పరిశీలించారు. జిల్లాలో పారిశ్రామికవేత్తలకు అనుకూల వాతావరణం కల్పించి, పెద్ద ఎత్తున పెట్టుబడులు తీసుకురావడం ద్వారా స్థానికంగా ఉపాధి అవకాశాలను పెంచేందుకు అధికారులు సమన్వయంతో కృషి చేయాలని డీఆర్వో మల్లికార్జునుడు సూచించారు. సమావేశంలో పరిశ్రమల శాఖ జీఎం చాంద్‌బాషా, డిప్యూటీ ఇన్‌స్పెక్టర్ చీఫ్ చిన్నారావు, ఎల్‌డీఎం జనార్దనం, కాలుష్య నియంత్రణ మండలి, అగ్నిమాపక శాఖ, డీటీఓ, వాణిజ్య పన్నుల శాఖ, ఏపీఎస్‌పీడీసీఎల్, ఏపీఐఐసీ, టూరిజం, బ్యాంకర్లు, వివిధ పరిశ్రమల ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నూతన ప్రధాన జిల్లా న్యాయమూర్తిని కలిసిన అధికారులు

కడప (మనస్సాక్షి): కడప జిల్లాకు నూతనంగా నియమితులై బాధ్యతలు స్వీకరించిన ప్రధాన జిల్లా మరియు సెషన్స్ న్యాయమూర్తి జి. రామగోపాల్‌ను రాజంపేట సబ్ కలెక్టర్ హెచ్.ఎస్. భావన, డీఆర్వో కె. మల్లికార్జునుడు, కడప జిల్లా సెకండ్ క్లాస్ మెజిస్ట్రేట్లు, రాజంపేట ఎంఆర్‌ఓ దస్తగిరి, జిల్లా ఫారెస్ట్ ఆఫీసర్ టి. రాజశేఖర్ బాబు, స్పెషల్ మహిళా జైలు సూపరింటెండెంట్ ఎ. కృష్ణవేణి, జైలర్ ఆర్. భువనేశ్వరి, జిల్లా పీఆర్వో రవి కుమార్, ప్రెస్, ప్రింట్, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా ప్రతినిధులు మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా నూతన ప్రధాన జిల్లా న్యాయమూర్తికి పుష్ప మొక్కను అందజేసి స్వాగతం పలికారు. అనంతరం వివిధ అంశాలపై పరస్పరం చర్చించారు. సెప్టెంబర్ 12న నిర్వహించనున్న జాతీయ లోక్ అదాలత్‌ను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, పెండింగ్‌లో ఉన్న వివిధ రకాల కేసులను సత్వరంగా, సౌహార్దపూర్వకంగా పరిష్కరించుకునేందుకు లోక్ అదాలత్ మంచి వేదిక అని ప్రధాన జిల్లా న్యాయమూర్తి జి. రామగోపాల్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ సెక్రటరీ కమ్ సీనియర్ సివిల్ జడ్జి ఎస్. బాబా ఫక్రుద్దీన్ పాల్గొన్నారు.

సత్వర న్యాయానికి లోక్ అదాలత్

కడప, (మనస్సాక్షి): ప్రజలకు సత్వర, సులభమైన న్యాయం అందించడంతో పాటు కోర్టుల్లో పెండింగ్‌లో ఉన్న కేసులను రాజీ మార్గంలో పరిష్కరించేందుకు సెప్టెంబర్ 12న నిర్వహించనున్న జాతీయ లోక్ అదాలత్‌ను ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని డీఎల్ఎస్ఏ చైర్మన్, జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి రామ్‌గోపాల్ పిలుపునిచ్చారు. జిల్లా కోర్టు సముదాయంలో సోమవారం నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, గత రికార్డును అధిగమించేలా ఈసారి అధిక సంఖ్యలో కేసులను పరిష్కరించేందుకు కృషి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. 2026 జూలై 11న నిర్వహించిన జాతీయ లోక్ అదాలత్‌లో కడప జిల్లాలో సుమారు 1,05,798 కేసులు పరిష్కరించామని, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కడప జిల్లా రెండో స్థానంలో నిలిచిందని వెల్లడించారు. సివిల్ కేసులతో పాటు రాజీకి అవకాశం ఉన్న క్రిమినల్ కేసులను లోక్ అదాలత్ ద్వారా వేగంగా పరిష్కరించుకోవచ్చని సూచించారు. ప్రజలకు ఉచిత న్యాయ సహాయం అందించడం, న్యాయ అవగాహన కల్పించడం, సత్వర న్యాయం అందించడమే న్యాయ సేవా సంస్థల ప్రధాన లక్ష్యమని తెలిపారు. సెప్టెంబర్ 12న జరిగే జాతీయ లోక్ అదాలత్‌పై ప్రజలకు విస్తృత అవగాహన కల్పించేందుకు మీడియా సహకరించాలని కోరారు. ఈ సమావేశంలో డీఎల్ఎస్ఏ కార్యదర్శి, జిల్లా సీనియర్ సివిల్ జడ్జి బాబా ఫక్రుద్దీన్ పాల్గొన్నారు.

ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో నాణ్యతకు ప్రాధాన్యం

కడప, (మనస్సాక్షి): ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో నాణ్యత, పారదర్శకతతో పాటు ప్రజల సంతృప్తికి అత్యంత ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ డా. నిధీ మీనా అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కలెక్టరేట్ సభాభవనంలో నిర్వహించిన ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదికలో ఆమె ప్రజల నుంచి నేరుగా వినతిపత్రాలు స్వీకరించారు. ప్రతి అర్జీని క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి నిర్ణీత సమయంలో పరిష్కరించాలని, జాప్యానికి తావులేకుండా అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు. ఫిర్యాదుదారులతో నేరుగా మాట్లాడి వారి సంతృప్తికి అనుగుణంగా సమస్యలను పరిష్కరించాలని, వాస్తవ సమాచారంతోనే నివేదికలు అందించాలని స్పష్టం చేశారు. పీజీఆర్ఎస్ ద్వారా పరిష్కరించిన ఫిర్యాదులపై ప్రజల అభిప్రాయం ప్రభుత్వానికి ఎంతో ముఖ్యమని పేర్కొంటూ, ప్రతి ప్రభుత్వ శాఖ కార్యాలయంలో పీజీఆర్ఎస్ ఫీడ్‌బ్యాక్ క్యూఆర్ కోడ్‌లను తప్పనిసరిగా ప్రదర్శించాలని ఆదేశించారు. ప్రజలు క్యూఆర్ కోడ్‌ను మొబైల్ ఫోన్ ద్వారా స్కాన్ చేసి సేవలపై తమ అభిప్రాయాలను నమోదు చేయవచ్చని తెలిపారు. అలాగే ఫిర్యాదుల స్థితిగతులను టోల్‌ఫ్రీ నంబర్ 1100కు ఫోన్ చేసి తెలుసుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి మల్లికార్జునుడు, డిప్యూటీ కలెక్టర్లు రంగస్వామి, శివరామిరెడ్డి, డీఆర్డీఏ పీడీ రాజ్యలక్ష్మి, ఎస్ఎస్ఏ ఏసీపీ అనురాధతో పాటు వివిధ శాఖల జిల్లా స్థాయి అధికారులు పాల్గొన్నారు.

వధూవరులను ఆశీర్వదించిన తులసి రెడ్డి, సురేష్ బాబు

కడప (మనస్సాక్షి) : పెండ్లిమర్రి మండలం పగడాలపల్లి గ్రామానికి చెందిన పద్మావతి, కీర్తిశేషులు రామసుబ్బారెడ్డి గార్ల కుమారుడు మధుసూదన్ రెడ్డికి, వేంపల్లి మండలం అయ్యవారిపల్లి గ్రామానికి చెందిన శ్రీమతి నాగూరు లక్ష్మీదేవి,భాస్కర్ రెడ్డి గార్ల కుమార్తె సాయిజ్యోతి కి ఆదివారం రాత్రి కడప శ్రీ మహాలక్ష్మి కళ్యాణ మండపంలో వైభవంగా వివాహం జరిగింది.ఈ వివాహానికి రాజ్యసభ మాజీ సభ్యులు,కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర మీడియా చైర్మన్ డాక్టర్ నర్రెడ్డి తులసి రెడ్డి,కడపనగర మాజీ మేయర్,వైకాపానాయకులు సురేష్ బాబు,సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు అమర్నాథ్ రెడ్డి ఉత్తన్న, ఐచర్ రమణ తదితరులు హాజరై నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించారు.ఈ సందర్భంగా డా. నర్రెడ్డి తులసిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, మానవ సంబంధాలలో భార్యాభర్తల బంధం అతిపవిత్రమైనదని,ఈ బంధానికి వివాహం చట్టబద్ధత, సామాజిక భద్రత కల్పిస్తుందని అన్నారు.

పోలీస్ శాఖకు అందించిన సేవలు చిరస్మరణీయం

కడప, (మనస్సాక్షి): క్రమశిక్షణ, అంకితభావంతో నిర్విరామంగా సేవలందించి పదవీ విరమణ పొందడం అభినందనీయమని ఏఆర్ అదనపు ఎస్పీ బి. రమణయ్య అన్నారు. జిల్లా ఎస్పీ షెల్కే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐపీఎస్ ఆదేశాల మేరకు ఆగస్టు నెలాఖరున పదవీ విరమణ పొందిన ఏఆర్ హెడ్ కానిస్టేబుల్ పి. జయరామరాజు (ఏఆర్‌హెచ్‌సీ 2428)ను జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో ఘనంగా సన్మానించి జ్ఞాపిక అందజేసి ఆత్మీయ వీడ్కోలు పలికారు. ఈ సందర్భంగా ఏఆర్ అదనపు ఎస్పీ బి. రమణయ్య మాట్లాడుతూ ప్రజల భద్రత, శాంతిభద్రతల పరిరక్షణలో జయరామరాజు అందించిన సేవలు అభినందనీయమన్నారు. కుటుంబాలకు దూరంగా ఉంటూ విధులు నిర్వహించడం సులభమైన విషయం కాదని, ఎన్ని ఇబ్బందులు ఎదురైనా బాధ్యతతో పనిచేయడం పోలీస్ శాఖలో ఎంతో ముఖ్యమన్నారు. పదవీ విరమణ అనంతరం కుటుంబ సభ్యులతో సంతోషంగా గడుపుతూ ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో ఆర్‌ఐలు సోమశేఖర్ నాయక్, టైటస్, పోలీసు అధికారుల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు దూలం సురేష్, రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు ఉప్పు శంకర్, అసోసియేషన్ సభ్యులు, డీపీఓ సూపరింటెండెంట్ సురేష్, ఆర్ఎస్ఐలు, ఏఆర్ఎస్ఐలు, పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

కడప పాత బస్టాండ్ లో ఘనంగా అన్నదాన కార్యక్రమం

–కామనూరు శ్రీనివాసులురెడ్డి

కడప,ఆగస్టు 31(మనస్సాక్షి) : సోమవారం కడప నగరంలోని పాత బస్టాండ్ ఆవరణంలో సి.ఐ.టి.యు,హమాలి వర్కర్స్ యూనియన్ ఆధ్వర్యంలో మిలాద్-ఉన్-నబి (ఈద్-ఎ-మిలాద్) సందర్భంగా ఘనంగా అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. మహ్మద్ ప్రవక్త జన్మదినాన్ని మరియు వారి జీవిత విశేషాలను స్మరించుకునే ఈ పవిత్ర దినాన్ని పురస్కరించుకుని ఈ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా సిఐటియు నాయకులు కామనూరు శ్రీనివాసులురెడ్డి హాజరై అన్నదానాన్ని ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ,మహ్మద్ ప్రవక్త చూపించిన మానవతా మార్గంలో పయనిస్తూ ఆకలిగా ఉన్న ప్రతి ఒక్కరికీ అన్నం పెట్టడమే సమాజంలో అత్యంత ఉత్తమమైన,పవిత్రమైన పని అన్నారు.కష్టపడి పనిచేసే సిఐటియు హమాలి వర్కర్స్ యూనియన్ సభ్యులు సమాజ హితం కోరి ఇలాంటి గొప్ప సేవా కార్యక్రమం చేపట్టడం ఎంతో అభినందనీయం అని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిఐటియు,హమాలి వర్కర్స్ యూనియన్ నాయకులు మస్తాన్, మౌలా,షరీఫ్,షబ్బీర్,బాలాజీ,షేక్ బాబ్జి నాయక్ కార్యకర్తలు,స్థానిక హమాలి కార్మికులు మరియు ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.పాత బస్టాండ్‌కు వచ్చిన ప్రయాణికులు,బాటసారులు మరియు పేదలకు అన్నప్రసాదం వితరణ చేశారు.

కడపలో 60 ఉద్యోగాల భర్తీకి నోటిఫికేషన్

కడప (మనస్సాక్షి): జిల్లా నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ ఆధ్వర్యంలో రెండు రకాల ఉద్యోగాల భర్తీకి అర్హులైన అభ్యర్థుల నుంచి దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తున్నట్లు జిల్లా గిరిజన సంక్షేమ శాఖాధికారి తెలిపారు. రిటైల్ సేల్స్ ఎగ్జిక్యూటివ్ పోస్టులు 30, డొమెస్టిక్ డేటా ఎంట్రీ ఆపరేటర్ పోస్టులు 30 చొప్పున మొత్తం 60 పోస్టులను భర్తీ చేయనున్నారు. 18 నుంచి 35 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు ఉండి 10వ తరగతి అర్హత కలిగిన అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు. ఆసక్తి, అర్హత కలిగిన అభ్యర్థులు తమ వివరాలతో కూడిన దరఖాస్తులను జిల్లా గిరిజన సంక్షేమ శాఖాధికారి కార్యాలయంలో సమర్పించాలని, పూర్తి వివరాలకు జిల్లా గిరిజన సంక్షేమ శాఖాధికారి లేదా సంబంధిత అధికారులను సంప్రదించాలని సూచించారు. దరఖాస్తుల స్వీకరణకు సెప్టెంబర్ 5, 2026 వరకు గడువు ఉన్నట్లు తెలిపారు.

మైదుకూరులో మహిళా భద్రత, ట్రాఫిక్, సైబర్ నేరాలపై అవగాహన

మైదుకూరు (మనస్సాక్షి): జిల్లా ఎస్పీ షెల్కే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐపీఎస్ ఆదేశాల మేరకు మైదుకూరు ఎస్ఐ కె. వెంకటరమణ ఆధ్వర్యంలో ప్రజలతో సమావేశం నిర్వహించి మహిళల భద్రత, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు, సైబర్ నేరాల నివారణపై అవగాహన కల్పించారు. మహిళలు, బాలికల భద్రతకు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, ట్రాఫిక్ నిబంధనల పాటింపు, హెల్మెట్ వినియోగం, సైబర్ మోసాల పట్ల అప్రమత్తతపై వివరించారు. గుర్తుతెలియని వ్యక్తుల నుంచి వచ్చే ఫోన్ కాల్స్, అనుమానాస్పద లింకులు, ఓటీపీలు, బ్యాంకింగ్ వివరాలను ఎవరితోనూ పంచుకోవద్దని సూచించారు. సైబర్ మోసాల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉంటూ అనుమానం వచ్చిన వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని కోరారు.

పి. అనంతపురం గ్రామంలో పోలీసుల అవగాహన కార్యక్రమం

కడప (మనస్సాక్షి): జిల్లా ఎస్పీ షెల్కే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐపీఎస్ ఆదేశాల మేరకు కొండాపురం సీఐ రాజా, తాళ్లప్రొద్దుటూరు ఎస్ఐ మంజునాథ కలిసి సమస్యాత్మక గ్రామమైన పి. అనంతపురంలో పర్యటించి గ్రామస్థులతో సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా నూతన క్రిమినల్ చట్టాలు, సైబర్ నేరాలు, అత్యవసర హెల్ప్‌లైన్ నంబర్లపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. రానున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నేపథ్యంలో గ్రామంలో శాంతి, సామరస్యాలను కాపాడాలని సూచించారు. నేర కార్యకలాపాలు, అల్లర్లకు పాల్పడే అసాంఘిక శక్తులను హెచ్చరించి చట్టవ్యతిరేక చర్యలకు దూరంగా ఉండాలని స్పష్టం చేశారు. ప్రజలు శాంతిభద్రతల పరిరక్షణకు పోలీసులకు సహకరించాలని కోరారు.

వంకమర్రిలో ఎన్నికలపై పోలీసుల అవగాహన

కడప (మనస్సాక్షి): రానున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నేపథ్యంలో శ్రీ అవధూత కాశీనాయన పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని వంకమర్రి గ్రామంలో ఎస్ఐ పి. యోగేంద్ర ఆధ్వర్యంలో గ్రామస్థులతో సమావేశం నిర్వహించారు. జిల్లా ఎస్పీ షెల్కే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐపీఎస్ ఆదేశాల మేరకు నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్నికల సమయంలో శాంతిభద్రతలకు విఘాతం కలిగించే చర్యలకు పాల్పడవద్దని, ఎలాంటి నేర కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనవద్దని ప్రజలకు సూచించారు. ప్రశాంత వాతావరణంలో ఎన్నికలు జరిగేలా పోలీసులకు సహకరించాలని గ్రామస్థులకు అవగాహన కల్పించారు.

కడప మనస్సాక్షి తెలుగు దినపత్రిక
PRGI Reg.No: APTEL/26/A0309
KADAPA MANASSAKSHI - Telugu Daily

వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ప్రారంభం హర్షనీయం.

-సింహభాగం పనులు పూర్తయింది కాంగ్రెస్ పాలనలో.. టిడిపి డబ్బా కొట్టుకుంటున్నది...

-సొమ్మొకడిది - సోకు మరొకడిది

-డాక్టర్ నర్రెడ్డి తులసి రెడ్డి.

వేంపల్లి, (మనస్సాక్షి) : మార్కాపురం, ప్రకాశం, నెల్లూరు, కడప జిల్లాల లో నాలుగు లక్షల నలభై ఏడు వేల ఎకరాలకు సాగునీరు, 23 లక్షల మందికి త్రాగునీరు అందించే వెలిగొండ సాగునీటి ప్రాజెక్టులో మొదటి ఫేజ్ ను సోమవారం ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు ప్రారంభించడం హర్షనీయమని రాజ్యసభ మాజీ సభ్యులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర మీడియా చైర్మన్ డాక్టర్ నర్రెడ్డి తులసి రెడ్డి అన్నారు. ఈ ప్రాజెక్టు నిర్మాణంలో అన్ని పార్టీల కృషి,భాగస్వామ్యం ఉందని,అందులో సింహభాగం పనులు కాంగ్రెస్ హయాంలో జరిగాయని తులసి రెడ్డి వివరించారు. పైన పేర్కొన్న నాలుగు జిల్లాలలో క్షామ పీడితో ప్రాంతాలకు సాగునీరు, ఫ్లోరైడ్ బాధిత ప్రజలకు త్రాగునీరు అందించేటందుకు వెలిగొండ ప్రాజెక్టును నిర్మించాలని కమ్యూనిస్టు పార్టీ నాయకుడు,మాజీ శాసనసభ్యుడు పూల సుబ్బయ్య నేతృతంలో కమ్యూనిస్టు నాయకులు దశాబ్దాల పాటు అలుపెరుగని పోరాటం చేశారని తులసి రెడ్డి గుర్తు చేశారు.అందుకోసమే కాంగ్రెస్ హయాంలో ఈ ప్రాజెక్టుకు పూల సుబ్బయ్య వెలిగొండ ప్రాజెక్టు అని నామకరణం చేయడం జరిగింది. 1985లో ఎన్టీఆర్ ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్నప్పుడు ఈ ప్రాజెక్టుకు రూపకల్పన జరిగింది. 1996 మార్చి 5వ తేదీన ఆనాటి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ఈ ప్రాజెక్టుకు గొట్టిపడియ వద్ద తొలిసారిగా శంకుస్థాపన చేశారు. శంకుస్థాపన చేశారు తప్ప 2004 వరకు కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చే టంత వరకు ఆ ఎనిమిది సంవత్సరాల కాలంలో ఈ ప్రాజెక్టుపై పైసా ఖర్చు పెట్టలేదు, తట్టెడు మట్టి పోయలేదు,తీయలేదు. 2004లో రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత 2004 అక్టోబర్ 27న ఆనాటి కాంగ్రెస్ ముఖ్యమంత్రి స్వర్గీయ రాజశేఖర్ రెడ్డి ఈ ప్రాజెక్టుకు మళ్ళీ శంకుస్థాపన చేశారు. ఒక్కొక్క సొరంగం పొడవు 18.82 కిలోమీటర్లు.రెండు సమాంతర సొరంగాల పొడవు 37.64 కిలోమీటర్లు..ఇందులో 20.333 కిలోమీటర్ల సొరంగం పనులు కాంగ్రెస్ హయాంలో జరిగాయి.6.686 కిలోమీటర్ల పొడవు మేరకు పనులు తెలుగుదేశం పార్టీ హయాంలో జరిగాయి.10. 5 6 8 కిలోమీటర్ల పొడవు గల పనులు వైకాపా పాలనలో జరిగాయి. దీనిని బట్టి చూస్తే వెలుగొండ ప్రాజెక్టు నిర్మాణంలో కమ్యూనిస్టుల, కాంగ్రెస్, వైకాపా, టిడిపిల పార్టీల కృషి ఉన్నదని స్పష్టంగా అర్థం అవుతుంది. ఏమాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా నిర్వాసితుల న్యాయమైన సమస్యలు పరిష్కరించాలని,రెండో పేజ్ పనులు కూడా త్వరగా పూర్తి చేయాలని తులసి రెడ్డి రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేశారు. మీడియా సమావేశంలో కిసాన్ సెల్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు సింగం రామకృష్ణారెడ్డి,జిల్లా కాంగ్రెస్ ఉపాధ్యక్షుడు డాక్టర్ సుబ్రహ్మణ్యం,పులివెందుల నియోజకవర్గం కాంగ్రెస్ పార్టీ సమన్వయకర్త ధ్రువ కుమార్ రెడ్డి, సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు అమర్నాథ్ రెడ్డి ఉత్తన్న తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మెగా యూత్ ఫోర్స్ -- కడప జిల్లా కమిటీ సభ్యునిగా హితేష్ రాయల్

-అభినందనలు తెలిపిన హితేష్ రాయల్.

పులివెందుల, (మనస్సాక్షి): మెగా యూత్ ఫోర్స్ కడప జిల్లా కమిటీలో జిల్లా కార్యనిర్వాహక సభ్యుడిగా (డిస్ట్రిక్ట్ ఎగ్జిక్యూటివ్ మెంబెర్) నియమితులైన బీహారం హితేష్ రాయల్ మెగా యూత్ ఫోర్స్ కమిటీకి అభినందనలు తెలియజేశారు. తదనంతరం మాట్లాడుతూ యువతను ఏకతాటిపైకి తీసుకువస్తూ, ప్రజా సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొంటూ, సమాజ అభివృద్ధి కోసం మరింత బాధ్యతతో ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాము అని కమిటీ తెలియజేసిందని తెలిపారు.మీ నాయకత్వంలో మెగా యూత్ ఫోర్స్ మరింత బలోపేతం కావాలని కోరుకుంటూ, మెగా యూత్ ఫోర్స్ కమిటీ హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలియజేశారు అని మాట్లాడారు. “యువత సేవే లక్ష్యంగా” ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షించారు అని చెప్పారు.

మెగా యూత్ ఫోర్స్ -- కడప జిల్లా పులివెందుల నియోజకవర్గ కన్వీనర్ గా డాక్టర్.హరీష్

-అభినందనలు తెలిపిన డాక్టర్.హరిష్.

పులివెందుల, (మనస్సాక్షి) : మెగా యూత్ ఫోర్స్ కడప జిల్లా కమిటీలో పులివెందుల నియోజకవర్గ కన్వీనర్ గా (పులివెందుల కాన్స్టెన్సీకన్వీనర్)గా నియమితులైన డాక్టర్.హరీష్ మెగా యూత్ ఫోర్స్ కమిటీకి అభినందనలు తెలియజేశారు. తదనంతరం డాక్టర్.హరీష్ మాట్లాడుతూ, యువతను ఏకతాటిపైకి తీసుకువస్తూ, ప్రజా సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొంటూ, సమాజ అభివృద్ధి కోసం మరింత బాధ్యతతో ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాము అని కమిటీ తెలియజేసిందని తెలిపారు.మీ నాయకత్వంలో మెగా యూత్ ఫోర్స్ మరింత బలోపేతం కావాలని కోరుకుంటూ, మెగా యూత్ ఫోర్స్ కమిటీ హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలియజేశారు అని మాట్లాడారు. “యువత సేవే లక్ష్యంగా” ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షించారు అని చెప్పారు.

విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనం అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలి

-శాసనమండలి సభ్యులు భూమిరెడ్డి రామగోపాల్ రెడ్డి.

పులివెందుల, (మనస్సాక్షి) :పులివెందుల పట్టణంలోని స్మార్ట్ కిచెన్‌ను శాసనమండలి సభ్యులు భూమిరెడ్డి రామగోపాల్ రెడ్డి ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులకు స్మార్ట్ కిచెన్ ద్వారా సరఫరా చేస్తున్న భోజనాన్ని పరిశీలించారు.భోజనం నాణ్యత, పరిశుభ్రతతో పాటు విద్యార్థులకు అందిస్తున్న కోడి గుడ్లను పరిశీలించారు. స్మార్ట్ కిచెన్ నుంచి ఏయే ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు భోజనం సరఫరా చేస్తున్నారనే వివరాలను సిబ్బందిని అడిగి తెలుసుకున్నారు.విద్యార్థులకు ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన మెనూ ప్రకారం నాణ్యమైన, రుచికరమైన మరియు పరిశుభ్రమైన భోజనం అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సిబ్బందికి సూచించారు. విద్యార్థుల ఆరోగ్యం, భద్రత విషయంలో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యానికి తావులేకుండా బాధ్యతగా విధులు నిర్వహించాలని ఆదేశించారు.

రౌడీషీటర్లు, నేరచరిత్ర కలిగిన వారికి పోలీసుల కౌన్సిలింగ్

-నేరాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరిక

చెన్నూరు, (మనస్సాక్షి): జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ షెల్కే నచికేత్ విశ్వనాథ్, ఐపీఎస్ గారి ఆదేశాల మేరకు చెన్నూరు పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని రౌడీషీటర్లు, నేరచరిత్ర కలిగిన వ్యక్తులు, చెడు నడత కలిగిన వారికి సర్కిల్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఎస్.కె చాంద్ బాషా ఆధ్వర్యంలో కౌన్సిలింగ్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పోలీసులు వారికి నేరాలకు, చట్టవ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు దూరంగా ఉంటూ సత్ప్రవర్తనతో జీవించాలని సూచించారు. శాంతిభద్రతలకు విఘాతం కలిగించే విధంగా వ్యవహరించినా, నేరాలకు పాల్పడినా చట్టప్రకారం కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలిగించకుండా శాంతియుత వాతావరణానికి సహకరించాలని పోలీసులు సూచించారు.

సంతకాల సేకరణ కార్యక్రమం

-కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగుల న్యాయమైన డిమాండ్ల సాధన కోసం

-కాంట్రాక్ట్ఉద్యోగుల హక్కుల కోసం -ఐక్యంగా ముందుకు.

వేంపల్లి, (మనస్సాక్షి) : కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగులను రెగ్యులర్ చేయాలని ఆసుపత్రి సిబ్బంది ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. విధుల్లో ఉండగా మరణించిన సందర్భంలో వారి కుటుంబానికి ఎక్స్గ్రేషియా మరియు తగిన ఆర్థిక సహాయం అందించాలని ప్రధాన డిమాండ్లతో ప్రభుత్వానికి వినతి పత్రం సమర్పించేందుకు సంతకాల సేకరణ కార్యక్రమం నిర్వహించామని ఆసుపత్రి సిబ్బంది తెలియజేశారు.

రహదారి ప్రమాదాల నివారణకు సమన్వయంతో చర్యలు..!

కడప, (మనస్సాక్షి): జిల్లాలో రహదారి ప్రమాదాలను నియంత్రించి ప్రాణనష్టాన్ని తగ్గించేందుకు అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మల్లికార్జునుడు అధికారులను ఆదేశించారు. కలెక్టరేట్‌లో జిల్లా రహదారి భద్రతా సమన్వయ కమిటీ సమావేశం నిర్వహించారు. 2026 జనవరి నుంచి జూలై వరకు జిల్లాలో 486 ప్రమాదాలు జరగగా 243 మంది మృతి చెందారు. గత ఏడాది ఇదే కాలంలో 482 ప్రమాదాల్లో 258 మంది మృతి చెందారని అధికారులు తెలిపారు. ప్రమాదాలు నాలుగు పెరిగినా మృతుల సంఖ్య 15 తగ్గడం కొంత ఊరటనిచ్చే అంశమని పేర్కొన్నారు. జాతీయ రహదారులపై ప్రమాదాల సంఖ్య అధికంగా ఉన్నందున ఎన్‌హెచ్--67, ఎన్‌హెచ్--716 ప్రాంతాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని డీఆర్వో సూచించారు. జాతీయ రహదారులపై 269 ప్రమాదాలు, 146 మరణాలు నమోదైనట్లు తెలిపారు. ద్విచక్ర వాహన ప్రమాదాలు అధికంగా ఉన్న నేపథ్యంలో హెల్మెట్ వినియోగంపై కఠినంగా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. 2026లో ద్విచక్ర వాహనాలకు సంబంధించి 221 ప్రమాదాల్లో 125 మంది మృతి చెందగా, హెల్మెట్ ధరించకపోవడం వల్ల 89 మరణాలు సంభవించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. సాయంత్రం 6 నుంచి రాత్రి 9 గంటల మధ్య ప్రమాదాలు అధికంగా జరుగుతున్నందున ఈ సమయాన్ని ప్రత్యేక ప్రమాద నియంత్రణ కాలంగా పరిగణించి పోలీసు, రవాణా, రహదారుల శాఖలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆదేశించారు. జిల్లాలో గుర్తించిన 338 ప్రమాదకర ప్రాంతాల్లో రహదారి భద్రతా లోపాలను ప్రాధాన్యతా క్రమంలో పరిష్కరించాలని, బ్లాక్ స్పాట్ల వద్ద వేగ నియంత్రణ సూచికలు, హెచ్చరిక బోర్డులు, వేగ నిరోధకాలు, సౌర విద్యుత్ మెరుపు దీపాలు, రహదారి లైట్లు ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. మద్యం సేవించి వాహనాలు నడపడం, అతివేగం, ప్రమాదకర డ్రైవింగ్, రహదారులపై వాహన విన్యాసాలపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని డీఆర్వో స్పష్టం చేశారు. తెల్లవారుజామున జాతీయ రహదారులపై వాహన తనిఖీలను మరింత సమర్థవంతంగా నిర్వహించాలని సూచించారు. ప్రతి శాఖకు అప్పగించిన రహదారి భద్రతా పనులను నిర్ణీత గడువులోగా పూర్తి చేసి అమలు నివేదికలు సమర్పించాలని డీఆర్వో కె. మల్లికార్జునుడు ఆదేశించారు. ప్రజల ప్రాణ రక్షణే రహదారి భద్రతా చర్యల ప్రధాన లక్ష్యంగా ఉండాలని ఆయన పేర్కొన్నారు.

ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక చర్యలు

కడప (మనస్సాక్షి): రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజల ఫిర్యాదులను సక్రమ పద్ధతిలో స్వీకరించి, నిర్దిష్ట గడువులో పరిష్కరించేందుకు ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వ్యవస్థ (పీజీఆర్ఎస్)ను అమలు చేస్తోందని జిల్లా అధికారులు తెలిపారు. ప్రజల సేవల కోసం ఏర్పాటు చేసిన గ్రామ, వార్డు కార్యాలయాల్లో ప్రతిరోజూ మధ్యాహ్నం 3 గంటల నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు సంబంధిత అధికారులు అందుబాటులో ఉండాలని సూచించారు. ఫిర్యాదుల స్వీకరణ, పరిష్కారంలో నిర్లక్ష్యం వహించే అధికారులపై చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. ఫిర్యాదులను సకాలంలో పరిష్కరించి, ప్రజలకు మెరుగైన సేవలు అందించడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని తెలిపారు. ప్రజల నుంచి వచ్చే ఫిర్యాదులను నిర్దేశిత గడువులోగా పరిష్కరించి, సంతృప్తికరమైన సేవలు అందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

Editor, Printed, Published and Owned by VASANTHA SREENIVASULA REDDY, DOOR NO. 41/1077, SANKARAPURAM, KADAPA, Y.S.R., ANDHRA PRADESH - 51600. RNI REG NO:- APTEL/26/A0309.
Printed at. VSAR PUBLICATIONS, DOOR NO. 41/1077, SANKARAPURAM, KADAPA, Y.S.R., ANDHRA PRADESH - 516002. Editor: VASANTHA SREENIVASULA REDDY, E-mail: sreenu1167@gmail.com, Cell: +91 8341698284