www.prajaprerana.co.in
RNI : APTEL/26/A3850
ప్రజా ప్రేరణ న్యూస్
prajaprerana.2026@gmail.com
నిజం | నిష్పక్షపాతం | ప్రజా ప్రేరణ

సంపుటి : 01 | సంచిక : 36 | ప్రకాశం | సోమవారం 06-07 -2026 | ప్రకాశం నుంచి ప్రచురణ | పబ్లిషర్ :కుందురు శ్రీనివాసరెడ్డి | పేజీలు: 4 | వెల : 2/-

Volume : 01 | Issue : 36 | PRAKASAM | 06-07-2026 | Publisher : KUNDURU SRINIVASA REDDY | Pages :4 | Rs : 2/-

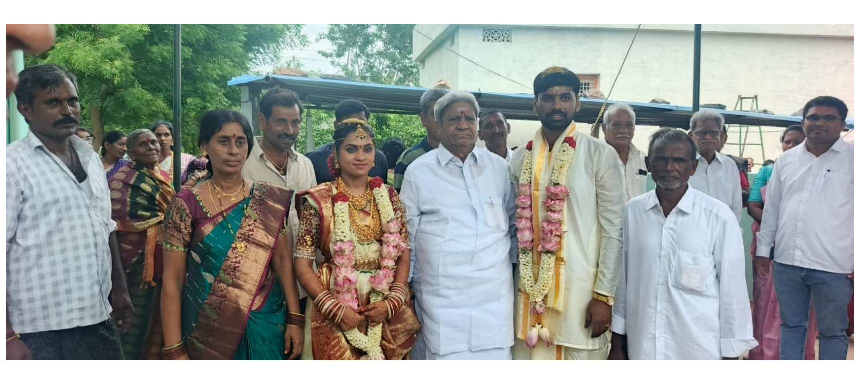
బాధిత కుటుంబాలకు అండగా నిలుస్తాం..

కంభం ప్రమాద బాధితులను పరామర్శించిన కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ఇటీవల కంభం పట్టణ పరిధిలో జరిగిన, ఘోర లారీ ప్రమాదంలో కుటుంబ సభ్యులను కోల్పోయి, తీవ్ర విషాదంలో ఉన్న గిద్దలూరు పట్టణం నల్లబండ బజారుకు చెందిన, బాధిత కుటుంబాలను గిద్దలూరు నియోజకవర్గ ఇంచార్జ్ కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి ఆదివారం పరామర్శించారు. ప్రమాదంలో తమ ఆప్తులను కోల్పోయిన కుటుంబ సభ్యులను కలిసి ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ విషాద సమయంలో ధైర్యంగా ఉండాలని, బాధిత కుటుంబాలకు తాము అండగా ఉంటామని భరోసా కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి మాట్లాడుతూ, ఒకే కుటుంబంలో లేదా కుటుంబ సభ్యులను కోల్పోవడం అత్యంత విషాదకరమని, ఇలాంటి ఘటనలు సమాజాన్ని కలచివేస్తాయని అన్నారు. ప్రమాదంలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన వారి ఆత్మలకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థించారు.బాధిత కుటుంబాలు ఎదుర్కొంటున్న మానసిక వేదనను మాటల్లో వర్ణించలేమని పేర్కొన్నారు.ప్రజలకు కష్టాలు వచ్చిన సమయంలో రాజకీయాలకు అతీతంగా ప్రతి ఒక్కరూ అండగా నిలవాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన అన్నారు. ప్రమాద బాధిత కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా సహాయం అందించి, వారి పునరావాసానికి చర్యలు చేపట్టాలని కోరారు. బాధిత కుటుంబాలు ధైర్యం కోల్పోకుండా ముందుకు సాగాలని, వారికి అవసరమైన సహకారం అందించేందుకు తాము ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఉంటామని హామీ ఇచ్చారు. ప్రమాదంలో కుటుంబ సభ్యులను కోల్పోయిన వారి పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకున్న కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి, వారి కుటుంబ సభ్యులను ఓదార్చారు. ఈ సందర్భంగా అక్కడి వాతావరణం విషాదభరితంగా మారింది. స్థానిక ప్రజలు, పార్టీ నాయకులు కూడా బాధిత కుటుంబాలకు తమ సానుభూతిని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ కన్వీనర్ మానం బాలిరెడ్డి, బత్తెం ఓబులరావు, రైతు విభాగం అధ్యక్షుడు దప్పిలి వెంకట రామిరెడ్డి, సురేపల్లి రామకృష్ణ, ఖాతా నరసింహారెడ్డి, ఈదుల పాండు రంగారెడ్డి, పాలకొలను మహేష్‌రెడ్డి, మానం దిలీప్‌రెడ్డి, కర్ర సుబ్బారెడ్డి, నేలటూరి శ్రీమిత్రరెడ్డి, కాటసాని హనుమారెడ్డి, పాలుగుళ్ల సుబ్బారెడ్డి తదితర నాయకులు పాల్గొన్నారు.4

వివాహ వేడుకల్లో పాల్గొన్న కె.పి. కొండారెడ్డి...



ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

మార్కాపురం జిల్లా, మార్కాపురం మండలంలోని కొండేపల్లి, పెద్ద యాచవరం గ్రామాల్లో ఆదివారం నిర్వహించిన వివాహ వేడుకలకు ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ ఐడీసీ మాజీ చైర్మన్, మార్కాపురం మాజీ ఎమ్మెల్యే కె.పి. కొండారెడ్డి హాజరై నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించారు. ముందుగా మార్కాపురం మండలం కొండపల్లి గ్రామానికి చెందిన గాయం గాలిరెడ్డి కుటుంబంలో జరిగిన వివాహ మహోత్సవానికి కె.పి. కొండారెడ్డి హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించి, వారి వైవాహిక జీవితం సుఖసంతోషాలతో, ఆయురారోగ్యాలతో కొనసాగాలని ఆకాంక్షించారు. అనంతరం కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులతో ఆత్మీయంగా మాట్లాడి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం మార్కాపురం మండలం పెద్ద యాచవరం గ్రామానికి చెందిన బూదాల యేసురత్నం కుమారుడి వివాహ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించిన కె.పి. కొండారెడ్డి, పరస్పర అవగాహన, ఆనందాలతో వారి కుటుంబ జీవితం సాఫీగా సాగాలని ఆకాంక్షించారు. కుటుంబ సభ్యులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ రెండు వివాహ వేడుకల్లోనూ పలువురు రాజకీయ నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, అభిమానులు, స్థానిక ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు. వివాహ కార్యక్రమాలు కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రుల సమక్షంలో ఘనంగా నిర్వహించబడ్డాయి.

ప్రతి రోజూ యుద్ధమే.. పోరాటం ఆగితేనే ఓటమి..

వైస్సార్సీపీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి, మంచా నాగ మల్లేశ్వరి...

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ప్రతి రోజు ఒక యుద్ధమే. కానీ, ఆ యుద్ధంలో ఓడిపోకుండా నిలబడటమే నిజమైన విజయం. పడిపోవచ్చు, అలసిపోవచ్చు. కానీ పోరాడటం మాత్రం ఎప్పుడూ ఆపకూడదు, అంటూ వైఎస్సార్సీపీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి మంచా నాగ మల్లేశ్వరి చేసిన వ్యాఖ్యలు పార్టీ శ్రేణుల్లో కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపుతున్నాయి. జీవితంలో ఎదురయ్యే ప్రతి సవాలును ధైర్యంగా ఎదుర్కొనే వారే నిజమైన విజేతలని, పోరాట పంథాను ఎంచుకున్న వారిని ఎలాంటి ఆటంకాలూ శాశ్వతంగా నిలువరించలేవని ఆమె స్పష్టం చేశారు. జీవితమంటే సుఖాలు మాత్రమే కాదని, కష్టాలు, నష్టాలు, విమర్శలు, అవమానాలు, అనేక పరీక్షల సమాహారమని మంచా నాగ మల్లేశ్వరి పేర్కొ న్నారు. అయితే, ఆ పరీక్షల ముందు భయపడకుండా నిలబడటం, పడిపోయినా మళ్లీ లేచి నడవడం, అలసిపోయినా లక్ష్యాన్ని వదులుకోకుండా ముందుకు సాగడమే అసలైన విజయమని ఆమె అన్నారు. జీవిత ప్రయాణంలో ఎదురయ్యే ప్రతి సవాలు మనిషిని మరింత దృఢంగా, మరింత శక్తివంతంగా మారుస్తుందని వ్యాఖ్యానించారు. ప్రతికూల పరిస్థితులు వచ్చినప్పుడు వెనక్కి తగ్గడం సులభమని, కానీ వాటిని ఎదుర్కొని ముందుకు సాగడమే అసలైన ధైర్యమని ఆమె పేర్కొన్నారు. చరిత్రలో నిలిచిన ప్రతి వ్యక్తి ఎన్నో కష్టాలు, అవమానాలు, అడ్డంకులను ఎదుర్కొన్న తర్వాతే విజయాన్ని అందుకున్నారని గుర్తు చేశారు. తాత్కాలిక పరాజయాలను శాశ్వత ఓటమిగా భావించడం సరైంది కాదని, ప్రతి ఓటమి ఒక కొత్త విజయానికి నాంది పలుకుతుందని అన్నారు. ప్రస్తుత సామాజిక, రాజకీయ పరిస్థితుల్లో పోరాట స్ఫూర్తి మరింత అవసరమని మంచా నాగ మల్లేశ్వరి అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రజల కోసం, సిద్ధాంతాల కోసం, న్యాయం కోసం నిలబడే వ్యక్తులు ఎన్నో ఒత్తిళ్లు, విమర్శలు, సవాళ్లను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని, అయితే నిజాయితీతో కూడిన పోరాటాన్ని ఎవరూ ఆపలేరని స్పష్టం చేశారు. తాత్కాలిక కష్టాలకు భయపడి వెనక్కి తగ్గేవారు లక్ష్యాలను చేరుకోలేరని, చివరి వరకు పోరాడే వారే చరిత్రను సృష్టిస్తారని పేర్కొన్నారు.జీవితంలో విజయం అనేది ఒక్కరోజులో రాదని, నిరంతర శ్రమ, ఆత్మవిశ్వాసం, పట్టుదల, సహనంతోనే సాధ్యమవుతుందని ఆమె చెప్పారు. ఎన్నిసార్లు పడిపోయినా మళ్లీ లేచి నిలబడే ధైర్యమే వ్యక్తిత్వానికి నిజమైన కొలమానమని వ్యాఖ్యానించారు. పరిస్థితులు ఎంత క్లిష్టంగా ఉన్నా, మనపై మనకు నమ్మకం ఉంటే ఏ లక్ష్యాన్నైనా సాధించగలమని అన్నారు.యువత నిరాశకు లోనుకాకుండా, ప్రతి సవాలును అవకాశంగా మలుచుకోవాలని మంచా నాగ మల్లేశ్వరి పిలుపు నిచ్చారు. జీవితంలో ఎదురయ్యే ప్రతి అడ్డం కి ఒక పాఠమని, ప్రతి పోరాటం ఒక అనుభవ మని, ప్రతి అనుభవం భవిష్యత్తు విజయానికి పునాది అవుతుందని పేర్కొన్నారు. పోరాటం చేసే వ్యక్తిని ఎవరూ శాశ్వతంగా ఓడించలేరని, పోరాడటం ఆపినప్పుడే అసలైన ఓటమి ప్రారం భమవుతుందని ఆమె స్పష్టం చేశారు.మంచా నాగ మల్లేశ్వరి చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలు వైఎస్సార్సీపీ శ్రేణుల్లో కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపుతు న్నాయి. కష్టకాలంలోనూ ధైర్యంగా నిలబడాలని, లక్ష్యం కోసం నిరంతరం శ్రమించాలని, పోరాటమే విజయానికి మార్గమనే సందేశాన్ని ఆమె బలంగా వినిపించారని పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ప్రజలకు అండగా నిలుస్తున్న అన్నా రాంబాబు...

మాజీ సైనిక ఉద్యోగుల ఘన సన్మానం..

"నేనున్నాను" అనే భరోసాతో ముందుకు సాగుతున్న ప్రజానాయకుడు..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

మార్కాపురం జిల్లా,మార్కాపురం నియోజకవర్గంలో వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీని క్షేత్రస్థాయిలో బలోపేతం చేస్తూ,పార్టీ నాయకులు,కార్యకర్తలు,అభిమానులు, ప్రజలకు ఎల్లప్పుడూ అండగా నిలుస్తున్న మాజీ ఎమ్మెల్యే అన్నా రాంబాబును మాజీ సైనిక ఉద్యోగులు, వారి మిత్రబృందం ఆదివారం మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి ఘనంగా సన్మానించారు. ప్రజల కష్టసుఖాల్లో భాగస్వామిగా ఉంటూ,"నేనున్నాను" అనే భరోసాతో ముందుకు సాగుతున్న అన్నా రాంబాబు నాయకత్వాన్ని వారు ప్రశంసలతో ముంచెత్తారు.మాజీ సైనిక ఉద్యోగి డి. కాసిం పీరా ఆధ్వర్యంలో సయ్యద్ గఫూర్, సి.ఎం. కాసిం, యూసుఫ్ తదితరులు అన్నా రాంబాబును కలిసి పుష్పగుచ్ఛాలు అందజేసి అభినందనలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి నిరంతరం కృషి చేస్తూ, పార్టీ శ్రేణులకు ధైర్యం, భరోసా కల్పిస్తున్న నాయకుడిగా అన్నా రాంబాబు ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందారని పేర్కొన్నారు.మార్కాపురం నియోజకవర్గ రాజకీయాల్లో ప్రజలతో మమేకమై, ప్రతి కార్యకర్తను కుటుంబ సభ్యుడిగా భావిస్తూ ముందుకు సాగుతున్న ఆయన సేవా తత్వం అభినందనీయమని కొనియాడారు.కష్టకాలంలో పార్టీ కార్యకర్తలకు, అభిమానులకు అండగా నిలుస్తూ, ప్రజా సమస్యలపై నిరంతరం పోరాడుతున్న నాయకుడిగా ఆయన పేరు ప్రజల హృదయాల్లో నిలిచిపోయిందని పేర్కొన్నారు. వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సిద్ధాంతాలను గ్రామస్థాయి వరకు తీసుకెళ్లడంలో, పార్టీని మరింత బలోపేతం చేయడంలో అన్నా రాంబాబు కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారని వారు అభిప్రాయపడ్డారు. మార్కాపురం నియోజకవర్గ అభివృద్ధి, ప్రజా సంక్షేమం కోసం ఆయన చేస్తున్న కృషి మరింత ఫలించాలని ఆకాంక్షించారు.ఈ సందర్భంగా అన్నా రాంబాబుకు ఘనంగా సన్మానం చేసిన మాజీ సైనిక ఉద్యోగులు, భవిష్యత్తులోనూ ప్రజల కోసం, పార్టీ కోసం ఆయన సేవలు మరింత విస్తరించాలని ఆకాంక్షిస్తూ హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం నియోజకవర్గ రాజకీయ పరిస్థితులు, ప్రజా సమస్యలు, పార్టీ బలోపేతంపై కొద్దిసేపు ఆత్మీయంగా చర్చించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు, స్థానిక ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు.

మళ్లీ డీలిమిటేషన్ బిల్లు చర్చకు?..

వర్షాకాల సమావేశాల్లో రాజకీయ వేడి పెరగనున్నది..

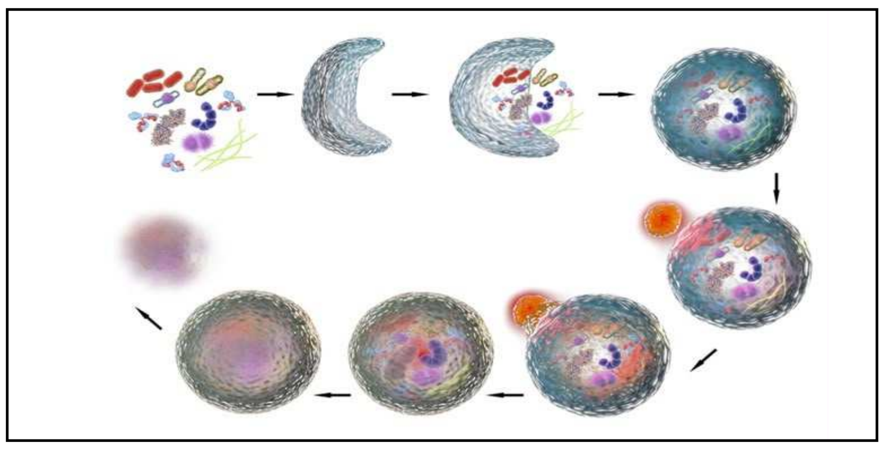
ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ఈ నెల 20 నుంచి ఆగస్టు 13 వరకు జరగనున్న పార్లమెంట్ వర్షాకాల సమావేశాలు రాజకీయంగా అత్యంత కీలకంగా మారే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. నాలుగు వారాల పాటు కొనసాగే ఈ సమావేశాల్లో మొత్తం 19 సమావేశ దినాలు ఉండే అవకాశం ఉందని కేంద్ర ప్రభుత్వ వర్గాలు వెల్లడించినట్లు సమాచారం. దేశవ్యాప్తంగా వివిధ రాజకీయ పరిణామాలు వేగంగా మారుతున్న నేపథ్యంలో అధికార, ప్రతిపక్ష పార్టీల మధ్య తీవ్ర స్థాయిలో వాగ్వాదాలు, రాజకీయ పోరు చోటుచేసుకునే అవకాశాలు ఉన్నాయని రాజకీయ విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఈ సమావేశాల్లో డీలిమిటేషన్ బిల్లు మరోసారి చర్చకు వచ్చే అవకాశం ఉందన్న ప్రచారం రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది. దేశంలో జనాభా ప్రాతిపదికన నియోజకవర్గాల పునర్విభజన అంశం దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో ఇప్పటికే తీవ్ర ఆందోళనలకు దారితీసిన నేపథ్యంలో, ఈ అంశంపై పార్లమెంట్‌లో వేడివేడి చర్చలు జరిగే అవకాశాలు ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇక అయోధ్య రామాలయ విరాళాల నిర్వహణలో జరిగినట్లు ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న అక్రమాలు, విరాళాల చోరీ వ్యవహారాన్ని కూడా ప్రతిపక్షాలు పార్లమెంట్‌లో ప్రధానంగా లేవనెత్తే అవకాశం ఉంది. ఈ అంశంపై కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని ఇరుకున పెట్టేందుకు ప్రతిపక్ష కూటమి వ్యూహాత్మకంగా ముందుకు సాగుతున్నట్లు రాజకీయ వర్గాలు పేర్కొంటున్నాయి. ఇటీవల పలు ప్రాంతీయ పార్టీల్లో చోటుచేసుకుంటున్న రాజకీయ పరిణామాలు కూడా వర్షాకాల సమావేశాల్లో ప్రతిధ్వనించే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. అధికార పక్షంపై దూకుడుగా వ్యవహరించాలని ప్రతిపక్షాలు ఇప్పటికే నిర్ణయించుకున్న నేపథ్యంలో, సమావేశాలు ప్రారంభమైన తొలి రోజు నుంచే రాజకీయ వేడి పెరిగే అవకాశం ఉందని పరిశీలకులు భావిస్తున్నారు. ఇదిలా ఉండగా, సమావేశాలు ప్రారంభానికి ముందే శివసేనలో చోటుచేసుకున్న రాజకీయ పరిణామాలపై కూడా కీలక నిర్ణయాలు వెలువడే అవకాశాలు ఉన్నాయి.

www.prajaprerana.co.in RNI : APTEL/26/A3850
ప్రజా ప్రేరణ న్యూస్
prajaprerana.2026@gmail.com
నిజం | నిష్పక్షపాతం | ప్రజా ప్రేరణ

ఆరోగ్య దీపిక - మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే..

ఆటోఫాజీ అంటే ఏమిటి..



ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ఆటోఫాజీ అంటే ఏమిటి?,,ఆటోఫాజీ అనే పదం గ్రీకు భాష నుంచి వచ్చింది. దీని అర్థం "తనను తాను శుభ్రం చేసుకోవడం". ఇది శరీరంలోని కణాలు పాతవి, దెబ్బతిన్నవి లేదా అవసరం లేని భాగాలను విచ్ఛిన్నం చేసి, వాటిలోని ఉపయోగకరమైన పదార్థాలను మళ్లీ వినియోగించే సహజ ప్రక్రియ.దీనిని శరీరం యొక్క "కణాల శుభ్రపరిచే వ్యవస్థ అని కూడా అంటారు.ఆటోఫాజీ వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు,,దెబ్బతిన్న కణ భాగాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది.కొత్త, ఆరోగ్యకరమైన కణాల పనితీరుకు తోడ్పడుతుంది.శరీర కణాల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో పాత్ర పోషిస్తుంది.కొన్ని పరిశోధనల్లో వయస్సు పెరుగుదల, జీవక్రియ (మెటబాలిజం), మరియు కొన్ని వ్యాధులతో దీని సంబంధాన్ని అధ్యయనం చేస్తున్నారు. అయితే, మనుషుల్లో ఈ ప్రయోజనాలపై ఇంకా పరిశోధనలు కొనసాగుతు న్నాయి.ఆటోఫాజీ ఎప్పుడు జరుగుతుంది?,,ఆటోఫాజీ సాధారణంగా ఈ పరిస్థితుల్లో ఎక్కువగా చురుకుగా ఉండవచ్చు..కొంత సమయం ఆహారం తీసుకోకుండా ఉండటం (ఉపవాసం)క్రమమైన వ్యాయామం,,శరీరానికి శక్తి అవసరం పెరిగిన పరిస్థితులు,,అయితే 12, 16 లేదా 24 గంటల ఉపవాసం తర్వాత ఆటోఫాజీ ఖచ్చితంగా ప్రారంభమవుతుంది అని చెప్పడానికి ప్రస్తుతం స్పష్టమైన శాస్త్రీయ ఆధారాలు లేవు. ఇది వ్యక్తి ఆరోగ్యం, జీవక్రియ, ఆహారపు అలవాట్లు వంటి అనేక అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది.ఆటోఫాజీని పెంచడానికి ఏమి చేయవచ్చు?,,సమతుల్యమైన ఆహారం తీసుకోవడం,,క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం,,వైద్యుడి సలహాతో అవసరమైతే ఇంటర్మిటెంట్ ఫాస్టింగ్ పాటించడం,,తగినంత నిద్రపోవడం,,ముఖ్యమైన విషయం,,చాలామంది "ఇంటర్మిటెంట్ ఫాస్టింగ్ చేస్తే ఆటోఫాజీ ఖచ్చితంగా జరుగుతుంది" అని భావిస్తారు. కానీ ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న శాస్త్రీయ ఆధారాల ప్రకారం, ఉపవాసం ఆటోఫాజీని ప్రోత్సహించే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ, మనుషుల్లో అది ఎప్పుడు, ఎంత మేరకు జరుగుతుందో ఖచ్చితంగా నిర్ధారించడం కష్టం. సారాంశం,,ఆటోఫాజీ అనేది శరీరంలోని కణాలు తమ పాత లేదా దెబ్బతిన్న భాగాలను తొలగించి, వాటిని మళ్లీ ఉపయోగించుకునే సహజ ప్రక్రియ. ఇది ఆరోగ్యానికి ముఖ్యమైన ప్రక్రియ అయినప్పటికీ, దాన్ని ప్రత్యేకంగా పెంచడానికి దీర్ఘకాల ఉపవాసాలు చేయడం కంటే సమతుల్య ఆహారం, వ్యాయామం, మంచి నిద్ర వంటి ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు మరింత విశ్వసనీయమైన మార్గాలు.ఇంటర్మిటెంట్ ఫాస్టింగ్ అంటే ఏమిటి?,,ఇంటర్మిటెంట్ ఫాస్టింగ్ అనేది ఒక ప్రత్యేకమైన డైట్ కాదు. ఇది ఎప్పుడు తినాలి, ఎప్పుడు ఉపవాసం ఉండాలి అనే సమయ పద్ధతి. ఇందులో కొన్ని గంటలు ఆహారం తీసుకోకుండా ఉండి, మిగతా సమయాల్లో సమతుల్య ఆహారం తీసుకుంటారు. ప్రయోజనాలు,,బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది..మొత్తం క్యాలరీలు తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది.రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణకు సహాయపడవచ్చు (ముఖ్యంగా ప్రీడయాబెటిస్ ఉన్నవారిలో, కానీ మందులు వాడేవారు వైద్యుడి సలహా తీసుకోవాలి).ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ మెరుగుపడవచ్చు.గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే కొన్ని సూచికలు (కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిసరైడ్లు) మెరుగుపడే అవకాశం ఉంది.జీర్ణవ్యవస్థకు విశ్రాంతి లభించవచ్చు.కొంతమందిలో శక్తి, ఏకాగ్రత మెరుగుపడినట్లు అనిపించవచ్చు.గమనిక: ఈ ప్రయోజనాలు ప్రతి ఒక్కరిలో ఒకేలా ఉండవు.ముఖ్యంగా బరువు తగ్గడం అనేది మొత్తం ఆహారం నాణ్యత, పరిమాణం, వ్యాయామంపై కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది.ఎలా చేయాలి?1. 16:8 పద్ధతి (అత్యంత ప్రాచుర్యం),,16 గంటలు ఉపవాసం.8 గంటల సమయంలో మాత్రమే ఆహారం.ఉదాహరణ:మధ్యాహ్నం 12:00 - మొదటి భోజనం,,సాయంత్రం 4:00 - తేలికపాటి స్నాక్,,రాత్రి 7:30--8:00 - చివరి భోజనం,,1. 14:10 పద్ధతి (ప్రారంభించేవారికి సులభం),,14 గంటలు ఉపవాసం.10 గంటలలో ఆహారం.ఉపవాస సమయంలో ఏమి తీసుకోవచ్చు?,,నీరు,,చక్కెర లేకుండా గ్రీన్ టీ లేదా బ్లాక్ టీ,,చక్కెర లేకుండా బ్లాక్ కాఫీ (మితంగా),,తినే సమయంలో ఏమి తినాలి?,,ప్రోటీన్: పప్పులు, గుడ్లు, చేప, చికెన్, పెరుగు,,కూరగాయలు ఎక్కువగా,,పండ్లు మితంగా,,సంపూర్ణ ధాన్యాలు (బ్రౌన్ రైస్, మిల్లెట్స్/చిరుధాన్యాలు),,ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు (బాదం, వాల్‌నట్స్, వేరుశెనగలు),,పాటించాల్సిన జాగ్రత్తలు,,ఒక్కసారిగా 16 గంటలు కాకుండా 12 లేదా 14 గంటలతో ప్రారంభించి, తర్వాత క్రమంగా పెంచండి.తగినంత నీరు తాగండి.తినే సమయంలో అతిగా తినకండి.క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి.తగినంత నిద్ర (7--9 గంటలు) తీసుకోండి.ఎవరు చేయకూడదు లేదా ముందుగా వైద్యుడిని సంప్రదించాలి?,,గర్భిణీలు లేదా పాలిచ్చే తల్లులు,,18 సంవత్సరాల లోపు పిల్లలు (వైద్య సూచన లేకుండా),,టైప్ 1 మధుమేహం ఉన్నవారు,,టైప్ 2 మధుమేహంకోసం ఇన్సులిన్ లేదా రక్తంలో చక్కెర తగ్గించే మందులు వాడుతున్నవారు..చాలా తక్కువ బరువు ఉన్నవారు లేదా గతంలో తినే అలవాట్లకు సంబంధించిన సమస్యలు ఉన్నవారు..దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలు ఉన్నవారు (వైద్యుడి సలహా తీసుకోవడం మంచిది).

సాయికృష్ణ కేసులో తమిళనాడు తరహాలో దోషులకు ఉరిశిక్ష పడాలి..

అసలు నిందితులను కాపాడే కుట్ర జరుగుతోంది,,అంబటి రాంబాబు..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

కాపు యువకుడు సాయికృష్ణ కస్టడీ మరణం కేసులో ప్రభుత్వం చేపట్టిన మెజిస్టీరియల్ విచారణపై వైఎస్సార్సీపీ తీవ్ర అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేసింది. ఈ కేసులో అసలు నిందితులను కాపాడేందుకు పక్కా ప్రణాళికతో ముందుకు వెళు న్నారనే అనుమానాలను వ్యక్తం చేస్తూ, సీఐ నాగరాజును ఒక్కరినే బాధ్యుడిగా చూపించి కేసును ముగించే ప్రయత్నం జరుగుతోందని ఆరోపించింది. సాయికృష్ణ కస్టడీ మరణం కేసులో పూర్తి స్థాయి దర్యాప్తు జరిపి, తమిళనాడులో జరిగిన కస్టడీ మరణం కేసులో మాదిరిగా అసలు దోషులందరికీ ఉరిశిక్ష విధించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేసింది.ప్రభుత్వం చేపట్టిన మెజిస్టీరియల్ విచారణకు శనివారం వైఎస్సార్సీపీ ప్రతినిధుల బృందం హాజరై తమ అభ్యంతరాలు, అనుమానాలు, డిమాండ్లను లిఖితపూర్వకంగా సమర్పించింది.అనంతరం మాజీ మంత్రి అంబటి రాంబాబు, మాజీ ఎమ్మెల్యేలు టీజేఆర్ సుధాకర్‌బాబు, మల్లాది విష్ణు మీడియాతో మాట్లాడారు.ఈ సందర్భంగా మాజీ మంత్రి అంబటి రాంబాబు మాట్లాడుతూ, సాయికృష్ణ కస్టడీ మరణం కేసు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మాత్రమే కాకుండా దేశవ్యాప్తంగా తీవ్ర ఆందోళన కలిగించిన ఘటన అని పేర్కొన్నారు. ఒక యువకుడిని పోలీసు అదుపులోకి తీసుకుని చిత్రహింసలకు గురిచేసి ప్రాణాలు కోల్పోయే పరిస్థితి రావడం అత్యంత దారుణమని అన్నారు. అంతేకాకుండా, ఈ ఘటనకు సంబంధించిన ఆధారాలను మాయం చేసే ప్రయత్నాలు జరిగాయనే అనుమానాలు మరింత తీవ్రమయ్యాయని పేర్కొన్నారు.ఈ కేసులో సీఐ నాగరాజును ఒక్కరినే బాధ్యుడిగా చూపించి అసలు సూత్రధారులను, ఇతర బాధ్యులను కాపాడేందుకు ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయనే అనుమానాలను మెజిస్టీరియల్ విచారణ అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లామని అంబటి రాంబాబు వెల్లడించారు. ఒక కస్టడీ మరణం కేసులో అదే వ్యవస్థకు చెందిన అధికారులతో విచారణ జరిపించడం వల్ల పూర్తి స్థాయిలో నిజాలు వెలుగులోకి వచ్చే అవకాశాలు తక్కువగా ఉంటాయని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. అందువల్ల ఈ కేసులో మెజిస్టీరియల్ విచారణతో సరిపెట్టకుండా న్యాయ విచారణ నిర్వహించాలని, అలాగే స్వతంత్ర దర్యాప్తు సంస్థ ద్వారా సమగ్ర విచారణ చేపట్టాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. సాయికృష్ణను అదుపులోకి తీసుకురావాలని ఎవరు ఆదేశించారు, ఎక్కడికి తరలించారు, ఎవరెవరు ఇందులో పాల్గొన్నారు, ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో ఈ ఘటన చోటు చేసుకుంది అనే అంశాలన్నింటిపై సమగ్ర దర్యాప్తు జరగాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. మార్కాపురం నుంచి విజయవాడ వరకు సాయికృష్ణ ప్రయాణానికి సంబంధించిన సీసీటీవీ దృశ్యాలు, సెల్‌ఫోన్ టవర్ లొకేషన్లు, కాల్ డేటా రికార్డులు, ఇతర సాంకేతిక ఆధారాలన్నింటినీ స్వాధీనం చేసుకుని ప్రజల ముందుంచాలని అంబటి రాంబాబు డిమాండ్ చేశారు. ఈ కేసులో ఎంతటి పెద్ద వ్యక్తులు ఉన్నా, ఎంతటి రాజకీయ లేదా అధికార అండ ఉన్నా చట్టం ముందు నిలబడాల్సిందేనని స్పష్టం చేశారు.సాయికృష్ణ కేసును నీరుగార్చే ప్రయత్నం జరిగితే అది కేవలం ఒక కుటుంబానికి జరిగిన అన్యాయం మాత్రమే కాదని, మొత్తం సమాజానికి జరిగిన అన్యాయంగా చరిత్రలో నిలిచిపోతుందని ఆయన హెచ్చరించారు. బాధిత తల్లి పడుతున్న ఆవేదనను ప్రభుత్వం అర్థం చేసుకోవాలని, ఆమెకు పూర్తి న్యాయం జరిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు.తమిళనాడులో జరిగిన కస్టడీ మరణం కేసులో మాదిరిగానే ఈ కేసులోనూ నిజమైన దోషులను గుర్తించి కఠిన శిక్షలు అమలు చేయాలని అంబటి రాంబాబు డిమాండ్ చేశారు. బాధిత కుటుంబానికి న్యాయం జరిగే వరకు వైఎస్సార్సీపీ ప్రజల తరఫున పోరాటం కొనసాగిస్తుందని తేల్చిచెప్పారు.మాజీ ఎమ్మెల్యే టీజేఆర్ సుధాకర్‌బాబు మాట్లాడుతూ, సాయికృష్ణ కేసుకు సంబంధించి తమ అనుమానాలు, అభ్యంతరాలను లిఖితపూర్వకంగా సమర్పించామని తెలిపారు. ప్రభుత్వం సీఐ నాగరాజును ఒక్కరినే బాధ్యుడిగా చూపించి కేసును ముగించే ప్రయత్నం చేస్తోందనే అనుమానాలు ప్రజల్లోనూ ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. ఈ కేసు వెనుక ఇంకెవరు

ఉన్నారో పూర్తిగా వెలుగులోకి తీసుకురావాలని డిమాండ్ చేశారు.మార్కాపురం నుంచి విజయవాడ వరకు ఉన్న అన్ని సీసీటీవీ దృశ్యాలను స్వాధీనం చేసుకుని బహిరంగంగా విడుదల చేయాలని ఆయన కోరారు. సాయికృష్ణను అదుపులోకి తీసుకురావాలని ఎవరు ఆదేశించారు, ఏ పరిస్థితుల్లో అదుపులోకి తీసుకున్నారు, ఆ తర్వాత ఏమి జరిగిందనే అంశాలపై ప్రభుత్వం ప్రజలకు సమాధానం చెప్పాల్సిన బాధ్యత ఉందన్నారు.ఈ కేసు రాజకీయాలకు సంబంధించినది కాదని, పూర్తిగా మానవ హక్కులకు సంబంధించిన అత్యంత కీలకమైన అంశమని టీజేఆర్ సుధాకర్ బాబు పేర్కొన్నారు. బాధిత కుటుంబానికి న్యాయం చేయాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉందని, ప్రస్తుతం జరుగుతున్న ప్రత్యేక దర్యాప్తు, మెజిస్టీరియల్ విచారణలపై తమకు విశ్వాసం లేదని స్పష్టం చేశారు. అందుకే స్వతంత్ర దర్యాప్తు సంస్థ ద్వారా విచారణ జరిపి నిజమైన దోషులను చట్టం ముందు నిలబెట్టాలని వైఎస్సార్సీపీ డిమాండ్ చేస్తోందని తెలిపారు.మాజీ ఎమ్మెల్యే మల్లాది విష్ణు మాట్లాడుతూ, ప్రస్తుతం జరుగుతున్న విచారణలు కేవలం కంటి తుడుపు చర్యలుగా కనిపిస్తున్నాయని వ్యాఖ్యానించారు. సాయికృష్ణ కుటుంబానికి పూర్తి న్యాయం జరగాలంటే స్వతంత్ర దర్యాప్తు సంస్థ ద్వారా సమగ్ర విచారణ ఒక్కటే మార్గమని పేర్కొన్నారు. ఈ కేసులో అసలు వాస్తవాలు వెలుగులోకి వచ్చే వరకు, బాధిత కుటుంబానికి న్యాయం జరిగే వరకు వైఎస్సార్సీపీ ప్రజల తరఫున నిరంతరం పోరాటం కొనసాగిస్తుందని స్పష్టం చేశారు.సాయికృష్ణ కస్టడీ మరణం కేసులో పూర్తి స్థాయి దర్యాప్తు జరిపి, బాధ్యులందరినీ చట్టం ముందు నిలబెట్టి కఠిన శిక్షలు విధించాలని వైఎస్సార్సీపీ నేతలు ప్రభుత్వాన్ని మరోసారి డిమాండ్ చేశారు.

సర్ ప్రక్రియలో ఉత్సాహంగా పాల్గొంటున్న మండల ఓటర్లు..

మార్కాపురం తహసీల్దార్ చిరంజీవి..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ఐఆర్) కార్యక్రమంలో మార్కాపురం మండల ఓటర్లు ఉత్సాహంగా పాల్గొంటున్నట్లు మార్కాపురం తహసీల్దార్ కె. చిరంజీవి తెలిపారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నిర్వహిస్తున్న ఓటరు జాబితా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ కార్యక్రమానికి ప్రజల నుంచి మంచి స్పందన లభిస్తోందని పేర్కొన్నారు.ఆదివారం మార్కాపురం మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో విస్తృతంగా పర్యటించిన తహసీల్దార్ చిరంజీవి, ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ కార్యక్రమం అమలు తీరును పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా బూత్ స్థాయి అధికారులు, సూపర్‌వైజర్లతో మాట్లాడి, కార్యక్రమం పురోగతిపై వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు.మార్కాపురం మండల గ్రామీణ ప్రాంత పరిధిలోని 51 పోలింగ్ కేంద్రాల్లో మొత్తం 41,672 మంది ఓటర్లు ఉండగా, ఇప్పటివరకు 26,283 మంది తమ వివరాలను నమోదు చేసుకున్నారని తెలిపారు. ఇది మొత్తం ఓటర్లలో 63 శాతానికి సమానమని పేర్కొన్నారు. ఇంకా 15,389 మంది ఓటర్లు తమ వివరాలను నమోదు చేసుకోవాల్సి ఉందని వెల్లడించారు.ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ కార్యక్రమంలో పాల్గొనేందుకు ఈ నెల 14వ తేదీ వరకు అవకాశం ఉన్నందున, మిగిలిన ఓటర్లు కూడా తమ ఓటరు

వివరాలకు సంబంధించిన ఫారాలను సంబంధిత బూత్ స్థాయి అధికారులకు అందజేయాలని తహసీల్దార్ సూచించారు. ప్రతి అర్హ ఓటరు తమ వివరాలను నమోదు చేసుకుని, ఓటు హక్కును పరిరక్షించుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. అలాగే, మిగిలిన పనులను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలని బూత్ స్థాయి అధికారులు, సూపర్‌వైజర్లకు తహసీల్దార్ ఆదేశించారు. నిర్దేశించిన గడువులోగా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ ప్రక్రియను పూర్తి చేసేందుకు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు.

వివాహ వేడుకల్లో పాల్గొన్న కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

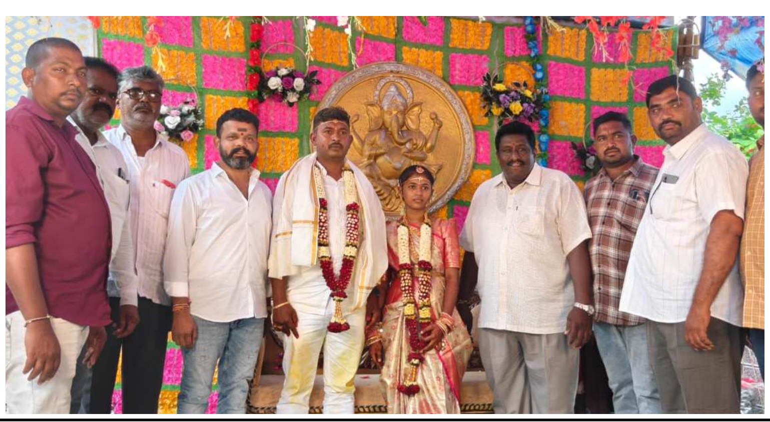
మార్కాపురం జిల్లా,గిద్దలూరు నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి ఆదివారం, జరిగిన రెండు వివాహ వేడుకలకు హాజరై వధూవరులను ఆశీర్వదించారు. ఈ సందర్భంగా కుటుంబ సభ్యులను కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. రాచర్ల పట్టణానికి చెందిన ఇడమకంటి నాగిరెడ్డి, రంగలక్ష్మి దంపతుల కుమారుడు వెంకట నవీన్ కుమార్ రెడ్డి, భావనల వివాహ మహోత్సవంలో కె.పి. నాగార్జున రెడ్డి పాల్గొన్నారు. నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించి, వారి దాంపత్య జీవితం ఆనందంగా, ఆయురారోగ్యాలతో కొనసాగాలని ఆకాంక్షించారు. అనంతరం కుటుంబ సభ్యులతో కొద్దిసేపు ఆత్మీయంగా ముచ్చటించారు.అలాగే, బేస్తవారిపేట మండలం దర్గా కొండ ప్రాంతంలో జరిగిన మరో వివాహ కార్యక్రమానికి కూడా ఆయన హాజరయ్యారు. కనుమర్ల రంగారెడ్డి, విజయలక్ష్మి దంపతుల కుమార్తె చతుర్ష, అట్లా రంగారెడ్డి, వెంకట లక్ష్మీదేవి

దంపతుల కుమారుడు రాంనాథ్‌ల వివాహ వేడుకలో పాల్గొని నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించారు. వారి వైవాహిక జీవితం సుఖసంతోషాలతో కొనసాగాలని ఆకాంక్షించారు.ఈ రెండు కార్యక్రమాల్లోనూ పలువురు వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

పలు వివాహ వేడుకల్లో పాల్గొన్న అన్నా కృష్ణచైతన్య..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

మార్కాపురం జిల్లా,గిద్దలూరు మాజీ ఎమ్మెల్యే, మార్కాపురం నియోజకవర్గ వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్‌చార్జి అన్నా రాంబాబు తనయుడు అన్నా కృష్ణచైతన్య ఆదివారం గిద్దలూరు నియోజకవర్గ పరిధిలో నిర్వహించిన పలు వివాహ వేడుకలకు హాజరై నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించారు. కుటుంబ సభ్యులను కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ముందుగా మార్కాపురం మండలం మిట్టమీదిపల్లి గ్రామంలో దివంగత జగన్నాథం వెంకటేశ్వర్లు, ఆదిలక్ష్మి దంపతుల కుమారుడు శ్రీకాంత్, మేరీ శృతి వివాహ మహోత్సవానికి అన్నా కృష్ణచైతన్య హాజరయ్యారు.నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించి, వారి వైవాహిక జీవితం ఆనందంగా, ఆయురారోగ్యాలతో కొనసాగాలని ఆకాంక్షించారు.అనంతరం గిద్దలూరు నియోజకవర్గం కంభం మండలం ఎల్.కోట గ్రామంలో బత్తుల ఈశ్వరయ్య, లింగమ్మ దంపతుల కుమార్తె రేణుక, తిరుపతయ్యల వివాహ వేడుకలో పాల్గొని నూతన వధూవరులకు ఆశీస్సులు అందజేశారు.తదుపరి కంభం మండలం కందులపురం గ్రామంలో మొర్రి పెద్ద ఆవులయ్య, వెంకటలక్ష్మి దంపతుల కుమారుడు శ్రీకాంత్, వాగ్దేవిల వివాహ మహోత్సవానికి హాజరై నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించారు. వారి కుటుంబ జీవితం సుఖసంతోషాలతో కొనసాగాలని ఆకాంక్షించారు.అలాగే బెస్తవారిపేట మండలం దర్గా కొండలోని వెంకటేశ్వరస్వామి త్రిలోక పుణ్యక్షేత్రంలో నిర్వహించిన అట్లా పాండు రంగారెడ్డి, లక్ష్మీదేవి దంపతుల కుమారుడు రాంనాథ్, కనుమర్ల రంగారెడ్డి, విజయలక్ష్మి దంపతుల కుమార్తె చతుర్షల వివాహ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. నూతన వధూవరులకు ఆశీస్సులు అందజేసి కుటుంబ సభ్యులను అభినందించారు.చివరగా గిద్దలూరు మండలం ముండ్లపాడు గ్రామంలో దివంగత అరవీటి గురువయ్య, పద్మావతి దంపతుల కుమారుడు గురు ప్రసాద్, లక్ష్మీదేవిల వివాహ వేడుకలో పాల్గొని నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించారు.ఈ సందర్భంగా అన్నా కృష్ణచైతన్య మాట్లాడుతూ, కుటుంబ విలువలు, పరస్పర అవగాహన, అనురాగాలతో నూతన దంపతులు ఆనందమయ జీవితాన్ని గడపాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో పలువురు వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు, స్థానిక ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు.12



సర్ ప్రక్రియలో కుట్రలు జరుగుతున్నాయి,, లేళ్ల అప్పారెడ్డి..

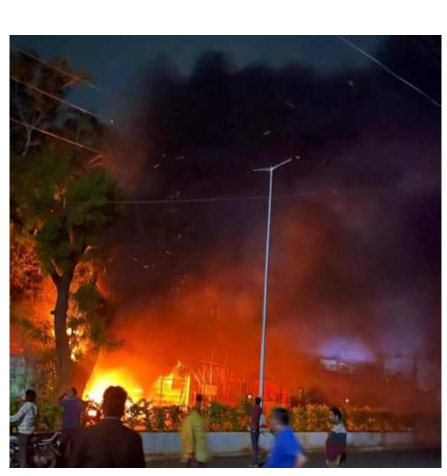
ఏపీ స్టేట్ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ఓటరు జాబితా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ఐఆర్) ప్రక్రియలో అక్రమాలు, కుట్రలు జరుగుతున్నాయని వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నేత, ఎమ్మెల్సీ లేళ్ల అప్పారెడ్డి ఆరోపించారు. ఈ ప్రక్రియ ద్వారా వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన ఓట్లను తొలగించే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.ఆదివారం తాడేపల్లిలో నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో లేళ్ల అప్పారెడ్డి మాట్లాడారు. ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియలో అధికారులు పక్షపాత ధోరణితో వ్యవహరిస్తు న్నారని, అధికార పార్టీకి అనుకూలంగా పనిచేస్తున్నారనే ఆరోపణలు చేశారు. ఎన్నికల ప్రక్రియలో రాజకీయ జోక్యం పెరిగిందని, మంత్రు లు, అధికార పార్టీ నాయకులు నేరుగా జోక్యం చేసుకుంటూ అధికారులకు ఆదేశాలు ఇస్తున్నారని విమర్శించారు.సర్ ప్రక్రియలో వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి నష్టం కలిగించే విధంగా వ్యవహరిసు _న్నారని, ప్రజాస్వామ్య విలువలను దెబ్బతీసే చర్యలు జరుగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు.బూత్ స్థాయి అధికారులపై అధికార పార్టీ నాయకుల నుంచి ఒత్తిళ్లు, బెదిరింపులు పెరిగాయని ఆరోపించారు. చివరకు ఉన్నతాధి కారులు కూడా ఆ ఒత్తిళ్లకు తలొగ్గడం విచారకర మని అన్నారు.ఎన్యూమరేషన్ ఫారాలు ఇప్పటికీ అనేక మంది ఓటర్లకు అందలేదని, అయితే 99.11 శాతం ఫారాలు పంపిణీ పూర్తయిందని ఎన్నికల సంఘం ప్రకటించడం ఆశ్చర్యానికి గురిచేస్తోం దన్నారు. కేవలం కాగితాలపై లెక్కలు నమోదు చేయడం ద్వారా ప్రక్రియ పూర్తయినట్లు ప్రకటించడం సరైన విధానం కాదని విమర్శిం చారు.సర్ ప్రక్రియపై ఇప్పటికీ ప్రజల్లో పూర్తి అవగాహన లేదని, ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడంలో ఎన్నికల సంఘం విఫలమైందని లేళ్ల అప్పారెడ్డి పేర్కొన్నారు. హడావుడిగా ప్రక్రియను ముగించే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నా యని ఆరోపించారు. ఈ నేపథ్యంలో సర్ ప్రక్రియ గడువును కనీసం మరో నెల రోజుల పాటు పొడిగించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ మేరకు ఇప్పటికే ఎన్నికల సంఘానికి లేఖ రాసినట్లు వెల్లడించారు.ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, తమ ఓటు హక్కును పరిరక్షించుకు నేందుకు సర్ ప్రక్రియపై పూర్తి అవగాహనతో వ్యవహరించాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.

ఉండవల్లిలో భారీ అగ్నిప్రమాదం..

పెట్రోల్ బంక్ సమీపంలో తప్పిన పెను ప్రమాదం..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :



గుంటూరు జిల్లా, తాడేపల్లి మండలం, ఉండవల్లి సెంటర్‌లో ఆదివారం తెల్లవారుజామున జరిగిన భారీ అగ్నిప్రమాదం స్థానికులను తీవ్ర భయాందోళనకు గురి చేసింది. పెట్రోల్ బంక్‌కు ఎదురుగా ఉన్న పంచర్ దుకాణంలో ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగడంతో ఆ ప్రాంతమంతా దట్టమైన పొగతో కమ్ముకుంది. మంటలు వేగంగా వ్యాపించి పక్కనే ఉన్న బిల్డింగ్ మెటీరియల్ దుకాణానికి కూడా అంటుకోవడంతో స్థానికులు ఆందోళనకు గురయ్యారు.ప్రాథమిక సమాచారం ప్రకారం, విద్యుత్ షార్ట్ సర్క్యూట్ కారణంగానే ఈ అగ్నిప్రమాదం సంభవించినట్లు తెలుస్తోంది. పంచర్ దుకాణంలో ప్రారంభమైన మంటలు క్షణాల్లోనే తీవ్రరూపం దాల్చి సమీపంలోని నిర్మాణ సామగ్రి దుకాణానికి వ్యాపించాయి. ఈ ఘటనలో దుకాణంలో నిల్వ ఉంచిన నిచ్చెనలు పూర్తిగా దగ్ధమయ్యాయి. ఇతర సామగ్రికి కూడా నష్టం వాటిల్లినట్లు సమాచారం.అగ్నిప్రమాదం చోటుచేసుకున్న ప్రాంతానికి అతి సమీపంలోనే పెట్రోల్ బంక్ ఉండటంతో స్థానికులు తీవ్ర ఆందోళనకు గురయ్యారు. మంటలు మరింత వ్యాపించి పెట్రోల్ బంక్‌ను చేరితే భారీ ప్రమాదం సంభవించే అవకాశం ఉండేదని ప్రత్యక్ష సాక్షులు తెలిపారు. అయితే, మంటలు పెట్రోల్ బంక్ వైపు వ్యాపించకపోవడంతో పెను ప్రమాదం తప్పినట్లైంది.సమాచారం అందుకున్న వెంటనే మంగళగిరి అగ్నిమాపక సిబ్బంది సంఘటన స్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు.చాకచక్యంగా వ్యవహరించిన అగ్నిమాపక సిబ్బంది మంటలను అదుపులోకి తీసుకురావడంతో పాటు, అవి మరింత వ్యాపించకుండా అడ్డుకున్నారు. దీంతో సమీపంలోని ఇతర దుకాణాలు, ఆస్తులు రక్షించబ డ్డాయి.ఈ ఘటనలో ఎలాంటి ప్రాణనష్టం జరగకపోవడంతో స్థానికులు ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. అగ్నిమాపక సిబ్బంది సకాలంలో స్పందించడంతో భారీ ఆస్తి నష్టం తప్పిందని స్థానికులు పేర్కొన్నారు. ఘటనపై సంబంధిత అధికారులు విచారణ చేపట్టినట్లు సమాచారం.

రేషన్ దుకాణంపై ఆకస్మిక తనిఖీ..

డీలర్‌పై కేసు నమోదు..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

బాపట్ల పట్టణంలోని ప్యాడిసన్‌పేట ప్రాంతంలో ఉన్న రేషన్ దుకాణంపై పౌరసరఫరాల శాఖ అధికారులు ఆకస్మికంగా తనిఖీలు నిర్వహించారు. జిల్లా పౌరసరఫరాల శాఖ అధికారి, సీఎస్‌డీటీ అధి కారుల బృందం శనివారం నిర్వహించిన తనిఖీల్లో రికార్డుల్లో నమోదైన నిల్వలకు భిన్నంగా అదనపు బియ్యం నిల్వలు ఉన్నట్లు గుర్తించారు.అధికారుల వివరాల ప్రకారం, రేషన్ షాప్ నెం. 0789027లో రికార్డుల ప్రకారం ఉండాల్సిన నిల్వల కంటే ఆరు బస్తాల బియ్యం, అంటే సుమారు మూడు క్వింటాళ్ల బియ్యం అధికంగా ఉన్నట్లు తేలింది. ఈ నేపథ్యంలో సంబంధిత డీలర్‌పై కేసు నమోదు చేసినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు.కాగా, ఈ రేషన్ దుకాణాన్ని రాజీవ్ మహిళా పొదుపు సంఘం ఆధ్వర్యంలో కె. రూతమ్మ నిర్వహిస్తున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థలో ఎలాంటి అక్రమాలకు తావులేకుండా జిల్లాలో తనిఖీలు మరింత విస్తృతంగా నిర్వహిస్తామని అధికారులు హెచ్చరించారు.5

బాధిత కుటుంబాలను పరామర్శించిన కె.పి. కొండారెడ్డి...

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

మార్కాపురం జిల్లా, మార్కాపురం నియోజకవర్గం లోని, కొండేపల్లి గ్రామంలో వివిధ కారణాలతో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న కుటుంబాలను మార్కాపురం మాజీ ఎమ్మెల్యే కె.పి. కొండారెడ్డి ఆదివారం పరామర్శించారు.గ్రామానికి చెందిన ఒట్టి రామిరెడ్డి, మందటి ఆవులరెడ్డి కుటుంబాలను కలిసి వారి యోగక్షేమాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా బాధిత కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తూ, ధైర్యంగా ఉండాలని సూచించారు. ముందుగా ఒట్టి రామిరెడ్డి కుటుంబ సభ్యులను కలిసిన కె.పి. కొండారెడ్డి, వారు ఎదుర్కొంటున్న పరిస్థితులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సమయంలో కుటుంబ సభ్యులను ఓదార్చి, కష్టకాలంలో అండగా ఉంటామని భరోసా కల్పించారు. అనంతరం మందటి ఆవులరెడ్డి కుటుంబాన్ని పరామర్శించి, వారికి ధైర్యం చెప్పారు. ఈ సందర్భంగా కె.పి. కొండారెడ్డి మాట్లాడుతూ, ప్రజలకు కష్టాలు వచ్చిన సమయంలో వారితో కలిసి ఉండటం ప్రతి నాయకుడి బాధ్యత అని అన్నారు. బాధలో ఉన్న కుటుంబాలకు మానసిక ధైర్యం అవసరమని, ప్రజల కష్టసుఖాల్లో భాగస్వాములుగా ఉండటమే తమ లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు.బాధిత కుటుంబాలు ధైర్యంగా ఉండాలని, వారికి అవసరమైన సహాయ సహకారాలందించేందుకు తాము ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఉంటామని చెప్పారు.6

ప్రతిష్ఠ మహోత్సవంలో పాల్గొన్న అన్నా రాంబాబు...

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

మార్కాపురం జిల్లా, మార్కాపురం పట్టణంలోని, కొండేపల్లి రోడ్డులో నిర్వహించిన సీతారామచంద్ర స్వామి నూతన విగ్రహ, ధ్వజస్తంభ ప్రతిష్ఠ మహోత్సవంలో గిద్దలూరు మాజీ ఎమ్మెల్యే, మార్కాపురం నియోజకవర్గ వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్‌చార్జి అన్నా రాంబాబు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి స్వామివారిని దర్శించుకున్నారు.వేద మంత్రోచ్చారణల నడుమ అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించిన ప్రతిష్ఠ మహోత్సవ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న అన్నా రాంబాబు, ఆలయ అర్చకుల ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం ఆలయ అభివృద్ధికి కృషి చేస్తున్న నిర్వాహకులను అభినందించి, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు ప్రజల్లో ఐక్యతా భావాన్ని, సనాతన సంప్రదాయాల పరిరక్షణను బలోపేతం చేస్తాయని పేర్కొన్నారు.ఈ సందర్భంగా భక్తులతో ఆత్మీయంగా ముచ్చటించిన అన్నా రాంబాబు, రాష్ట్ర ప్రజలందరూ సుఖసంతోషాలతో, ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలని స్వామివారిని ప్రార్థించినట్లు తెలిపారు. ఆలయ ప్రతిష్ఠ మహోత్సవాలు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఆధ్యాత్మిక చైతన్యాన్ని పెంపొందించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ కమిటీ సభ్యులు, వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, భక్తులు, స్థానిక ప్రముఖులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సముద్రంలో ఏడుగురు మత్స్యకారులు గల్లంతు..

కుటుంబాల్లో తీవ్ర ఆందోళన..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

విశాఖపట్నం తీరంలో వేటకు వెళ్లిన ఏడుగురు మత్స్యకారులు సముద్రంలో గల్లంతైన ఘటన తీవ్ర ఆందోళనకు గురిచేస్తోంది. ఈ నెల 1వ తేదీన విశాఖపట్నం హార్బర్ నుంచి చేపల వేట కోసం సముద్రంలోకి వెళ్లిన మత్స్యకారుల బృందం, ప్రతికూల వాతావరణ పరిస్థితుల కారణంగా తిరిగి వస్తున్నట్లు కుటుంబ సభ్యులకు సమాచారం ఇచ్చినప్పటికీ, ఇప్పటి వరకు వారి ఆచూకీ లభించకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు ఆందోళన చెందుతున్నారు.అందిన సమాచారం ప్రకారం, సముద్రంలో వేట నిర్వహిస్తున్న సమయంలో వాతావరణం ఒక్కసారిగా ప్రతికూలంగా మారడంతో, తాము తిరిగి తీరానికి చేరుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు మత్స్యకారులు గురువారం మధ్యాహ్నం తమ కుటుంబ సభ్యులకు ఫోన్ ద్వారా సమాచారం అందించారు.అనంతరం వారితో సంబంధాలు పూర్తిగా తెగిపోయినట్లు తెలుస్తోంది. అప్పటి నుంచి పలుమార్లు సంప్రదించేందుకు కుటుంబ సభ్యులు ప్రయత్నించినప్పటికీ ఎలాంటి స్పందన రాకపోవడంతో పరిస్థితిపై ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది.గల్లంతైన ఏడుగురు మత్స్యకారుల్లో ఆరుగురు విజయనగరం జిల్లా భోగాపురం మండలానికి చెందినవారిగా, మరో మత్స్యకారుడు భీమిలి ప్రాంతానికి చెందిన వ్యక్తిగా గుర్తించినట్లు సమాచారం.మత్స్యకారులు ప్రయాణించిన పడవతో కూడా సంబంధాలు లేకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మత్స్యకారుల గల్లంతు విషయం తెలిసిన వెంటనే కుటుంబ సభ్యులు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు సంబంధిత అధికారులకు సమాచారం అందించినట్లు తెలిసింది. సముద్రంలో ప్రతికూల వాతావరణ పరిస్థితులు నెలకొన్న నేపథ్యంలో గల్లంతైన మత్స్యకారుల కోసం గాలింపు చర్యలు చేపట్టాలని కుటుంబ సభ్యులు అధికారులను కోరుతున్నారు.ఇప్పటి వరకు మత్స్యకారుల ఆచూకీపై ఎలాంటి స్పష్టత రాకపోవడంతో భోగాపురం, భీమిలి ప్రాంతాల్లో విషాద ఛాయలు అలుముకున్నాయి. తమ కుటుంబ సభ్యులు క్షేమంగా తిరిగి రావాలని బంధువులు, గ్రామస్తులు ఆందోళనతో ఎదురు చూస్తున్నారు. 1

సర్ ప్రక్రియ డిజిటలీకరణ పనులు వేగవంతం చేయాలి..

మార్కాపురం జిల్లా కలెక్టర్ విజయ సునీత..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

మార్కాపురం జిల్లా, మార్కాపురం పట్టణంలోని పలు ప్రాంతాల్లో జరుగుతున్న సర్ కార్యక్రమం ఎన్యూమరేషన్, డిజిటలీకరణ ప్రక్రియను జిల్లా కలెక్టర్ విజయ సునీత ఆదివారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ సిబ్బందిని వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు.ఇంటింటి సర్వే ప్రక్రియ, వివరాల నమోదు, డిజిటలీకరణ పనుల పురోగతిపై సిబ్బందితో చర్చించిన కలెక్టర్, ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన గడువు తక్కువగా ఉన్నందున పనులను మరింత వేగవంతం చేయాలని ఆదేశించారు. క్షేత్రస్థాయిలో ఎలాంటి జాప్యం లేకుండా, ప్రతి వివరాన్ని కచ్చితంగా నమోదు చేస్తూ ప్రక్రియను సకాలంలో పూర్తి చేయాలని సూచించారు.సర్వే ప్రక్రియలో పారదర్శకత, ఖచ్చితత్వానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని పేర్కొన్న కలెక్టర్, ప్రజలకు అవసరమైన సమాచారం అందిస్తూ సమన్వయంతో పనిచేయాలని సిబ్బందికి సూచించారు.ప్రతి ఇంటి వివరాలను సమగ్రంగా నమోదు చేసి, డిజిటలీకరణ పనులను నిర్దేశిత గడువులోగా పూర్తి చేయాలని స్పష్టం చేశారు.ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ అధికారులు, సిబ్బంది చేపడుతున్న పనులపై ఆమె సంతృప్తి వ్యక్తం చేస్తూనే, మిగిలిన ప్రక్రియను కూడా అదే స్థాయిలో వేగంగా పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు.

"హే రామ్.. సేవ్ ఆంధ్రప్రదేశ్"..

రాష్ట్రంలో ప్రజాస్వామ్యం ప్రమాదంలో పడిందన్న జగన్...

పోలీసు వ్యవస్థను రాజకీయ అణచివేతకు వాడుతున్నారని తీవ్ర విమర్శలు...

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

రాష్ట్రంలో ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థ, రాజ్యాంగ విలువలు, పౌర హక్కులు, ప్రజల భద్రత తీవ్ర సంక్షోభంలోకి నెట్టివేయబడ్డాయని మాజీ ముఖ్యమంత్రి, వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాజకీయ ప్రత్యర్థులను అణచివేయడం, ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నించే ప్రతి గొంతును నొక్కివేయడం, భయభ్రాంతులకు గురిచేయడం కోసం పోలీసు వ్యవస్థను ప్రమాదకర దిశలో నడిపిస్తున్నారని ఆయన ఆరోపించారు. "హే రామ్.. సేవ్ ఆంధ్రప్రదేశ్" అంటూ ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో తీవ్ర చర్చకు దారితీశాయి. ఆదివారం విడుదల చేసిన సుదీర్ఘ ప్రకటనలో జగన్ మాట్లాడుతూ, రాష్ట్రంలో శాంతిభద్రతల పరిస్థితి రోజురోజుకూ దిగజారుతోందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ప్రజల ప్రాణాలు, మహిళల భద్రత, చిన్నారుల రక్షణ వంటి అత్యంత కీలక అంశాల్లో ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని ఆరోపించారు.ప్రజలకు భరోసా కల్పించాల్సిన వ్యవస్థలు రాజకీయ కక్షసాధింపులకు వేదికలుగా మారుతున్నాయని విమర్శించారు.కాకినాడ జిల్లా తుని ప్రాంతానికి చెందిన చిన్నారి జ్ఞానేశ్వరి అదృశ్యమై నెలరోజులు దాటినా ఇప్పటికీ ఆచూకీ లభించకపోవడం రాష్ట్ర ప్రజలను తీవ్ర ఆందోళనకు గురిచేస్తోందని జగన్ పేర్కొన్నారు. తన కుమార్తె ఫొటోలను చేతబట్టి తల్లిదండ్రులు వీధుల్లో తిరుగుతున్నా, ప్రభుత్వం స్పందించకపోవడం అత్యంత బాధాకరమని అన్నారు. బాధను తట్టుకోలేక చిన్నారి తల్లి తీవ్ర అనారోగ్యానికి గురైందని, అయినప్పటికీ ప్రభుత్వ యంత్రాంగంలో చలనం కనిపించకపోవడం విచారకరమని పేర్కొన్నారు. ఒక చిన్నారి ఆచూకీనే కనుగొనలేని ప్రభుత్వం ప్రజల భద్రతకు ఎలా హామీ ఇస్తుందని ప్రశ్నించారు.కాకినాడ జిల్లా పెద్దాపురంలో మానసిక దివ్యాంగ బాలికపై జరిగిన లైంగిక దాడి ఘటనలో కేసు నమోదు విషయంలో జరిగిన జాప్యం, నిందితులపై చర్యలు తీసుకోవడంలో కనిపించిన నిర్లక్ష్యం రాష్ట్ర పాలనా వైఫల్యానికి నిదర్శనమని విమర్శించారు. బాధితులకు అండగా నిలవాల్సిన వ్యవస్థలు నిందితులకు అనుకూలంగా వ్యవహరిస్తున్నాయనే అనుమానాలు ప్రజల్లో వ్యక్తమవుతున్నాయని అన్నారు. పొట్టిశ్రీరాములు నెల్లూరు జిల్లా కావలిలో గిరిజన మహిళను వివస్త్రను చేసి దాడి చేసిన ఘటన రాష్ట్రాన్ని కుదిపేసిందని జగన్ పేర్కొన్నారు. ఇంతటి అమానుష ఘటనలో బాధితురాలి ఫిర్యాదు స్వీకరించడానికి వారం రోజులు పట్టడం, ఇప్పటివరకు నిందితులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోకపోవడం మరింత దారుణమని విమర్శించారు. పైగా బాధితులపైనే ఎదురు కేసులు నమోదు చేయడం రాష్ట్ర పోలీసు వ్యవస్థ పనితీరుపై తీవ్ర అనుమానాలకు తావిస్తోందని ఆరోపించారు.సాయికృష్ణ లాకప్ మరణం, అనంతరం చోటుచేసుకున్న పరిణామాలు రాష్ట్ర ప్రజలను తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి గురిచేశాయని జగన్ పేర్కొన్నారు. ఆ ఘటనపై బాధిత కుటుంబ సభ్యులు అడుగుతున్న ప్రశ్నలకు ఇప్పటికీ సమాధానాలు లభించలేదని అన్నారు. క్రాంతికుమార్ ఆత్మహత్య ఘటన, ఆయన చేసిన ఆరోపణలు, మరణ వాంగ్మూలం ప్రజలను తీవ్ర కలవరానికి గురిచేశాయని పేర్కొన్నారు. గంగమ్మ, తిరుపతమ్మల లాకప్ మరణాలు, పోలీసుల వేధింపులతో కళావతి ఆత్మహత్య చేసుకున్న ఘటనలు రాష్ట్ర పోలీసు వ్యవస్థకు తీరని మచ్చగా మిగిలిపోయాయని వ్యాఖ్యానించారు. ఈ సంఘటనలన్నింటి నుంచి ప్రజల దృష్టిని మళ్లించేందుకే సామాజిక మాధ్యమాల కార్యకర్తలు, యూట్యూబ్ ఛానళ్ల నిర్వాహకులు, ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నించే వారిపై వరుసగా కేసులు నమోదు చేస్తున్నారని జగన్ ఆరోపించారు. సాధారణ చట్టపరమైన నిబంధనలతో కాకుండా, బెయిల్ లభించని సెక్షన్లు విధించడం, వ్యవస్థీకృత నేరాలతో ముడిపెట్టే ప్రయత్నాలు చేయడం అత్యంత ప్రమాదకర ధోరణి అని పేర్కొన్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో విభిన్న అభిప్రాయాలను అణచివేయడానికి అధికార యంత్రాంగాన్ని వినియోగించడం రాజ్యాంగ స్ఫూర్తికి విరుద్ధమని అన్నారు. యూట్యూబ్ పాత్రికేయుడు, ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయం స్వర్ణపతక గ్రహీత కేవీఆర్‌ను చట్టపరమైన ప్రక్రియలను పూర్తిగా విస్మరించి భారీ పోలీసు బలగాలతో అదుపులోకి తీసుకురావడం ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థకు ప్రమాదకర సంకేతమని జగన్ వ్యాఖ్యానించారు. అలాగే యూట్యూబర్ రావణ్‌పై నమోదైన కేసులు, పలుమార్లు బెయిల్ వచ్చినప్పటికీ కొనసాగుతున్న చర్యలు ప్రజల్లో తీవ్ర ఆందోళనకు దారితీశాయని పేర్కొన్నారు.విమర్శలను ఎదుర్కోలేక విమర్శకులను నేరస్తులుగా చిత్రీకరించడం, వారిపై తీవ్ర అభియోగాలు మోపడం, భయాందోళనలు సృష్టించడం ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థను బలహీనపరుస్తుందని జగన్ హెచ్చరించారు. రాజకీయ ప్రత్యర్థులను అణచివేయడానికి పోలీసు వ్యవస్థను ఉపయోగించడం ద్వారా రాష్ట్రంలో ప్రమాదకర సంప్రదాయాలకు నాంది పలుకుతున్నారని ఆరోపించారు.

విశాఖ మత్స్యకారుల గల్లంతుపై జగన్ ఆందోళన..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

విశాఖపట్నం ఫిషింగ్ హార్బర్ నుంచి చేపల వేటకు వెళ్లి ఏడుగురు మత్స్యకారులు గల్లంతైన ఘటనపై మాజీ ముఖ్యమంత్రి, వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.గల్లంతైన మత్స్యకారులను గుర్తించి సురక్షితంగా రక్షించేందుకు ప్రభుత్వం అత్యవసర చర్యలు చేపట్టాలని కోరారు. ఆదివారం విడుదల చేసిన ప్రకటనలో జగన్ మాట్లాడుతూ, సముద్రంలో చేపల వేటకు వెళ్లిన మత్స్యకారుల బోటు సాంకేతిక కారణాలతో తిరిగి రాకపోవడం, వారితో సంబంధాలు పూర్తిగా తెగిపోవడం అత్యంత బాధాకరమని పేర్కొన్నారు. గల్లంతైన మత్స్యకారుల కుటుంబ సభ్యులు తీవ్ర ఆందోళనలో ఉన్న నేపథ్యంలో ప్రభుత్వం మరింత వేగంగా స్పందించి, గాలింపు చర్యలను యుద్ధ ప్రాతిపదికన చేపట్టాలని సూచించారు.కోస్టుగార్డు, నౌకాదళం, మెరైన్ పోలీసు విభాగాలు పరస్పర సమన్వయంతో పనిచేసి, సముద్రంలో గల్లంతైన మత్స్యకారులను గుర్తించేందుకు అన్ని వనరులను వినియోగించాలని ఆయన కోరారు. అవసరమైతే అదనపు నౌకలు, హెలికాప్టర్లు వినియోగించి గాలింపు చర్యలను మరింత విస్తృతం చేయాలని ప్రభుత్వానికి సూచించారు.గల్లంతైన మత్స్యకారుల కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం తక్షణమే భరోసా కల్పించాలని, గాలింపు చర్యల పురోగతిపై ఎప్పటికప్పుడు సమాచారం అందించాలని జగన్ పేర్కొన్నారు. ఈ క్లిష్ట సమయంలో బాధిత కుటుంబాలకు అన్ని విధాలుగా అండగా నిలవాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉందన్నారు. విశాఖపట్నం ప్రాంతానికి చెందిన వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు వెంటనే బాధిత కుటుంబాలను పరామర్శించి, వారికి అవసరమైన సహాయ సహకారాలు అందించాలని జగన్ సూచించారు. అలాగే, అధికారులతో నిరంతరం సమన్వయం చేసుకుంటూ గాలింపు చర్యల పురోగతిని పర్యవేక్షించాలని కోరారు.గల్లంతైన ఏడుగురు మత్స్యకారులు క్షేమంగా తిరిగి రావాలని ప్రార్థిస్తున్నట్లు జగన్ పేర్కొన్నారు. బాధిత కుటుంబాలు ధైర్యంగా ఉండాలని, ఈ క్లిష్ట సమయంలో వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ వారి వెంట ఉంటుందని భరోసా ఇచ్చారు.

ప్రతి ఓటు ప్రజాస్వామ్యానికి ఆయువుపట్టు..

ఒక్క అర్హుడి ఓటు కూడా కోల్పోకుండా అప్రమత్తంగా పనిచేయాలి..

మార్కాపురం నియోజకవర్గ ఇంచార్జి అన్నా రాంబాబు..

ఏపీ బ్యూరో / జులై 05, ప్రజా ప్రేరణ :

ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థకు ఓటు హక్కు మూలస్తంభమని, ప్రతి అర్హ ఓటరు హక్కును పరిరక్షించడం సామాజిక బాధ్యతగా భావించి పనిచేయాలని గిద్దలూరు మాజీ ఎమ్మెల్యే, మార్కాపురం నియోజకవర్గ వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్‌చార్జి అన్నా రాంబాబు పిలుపునిచ్చారు. ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ఐఆర్) ప్రక్రియలో ఒక్క అర్హ ఓటరు కూడా నష్టపోకుండా క్షేత్రస్థాయిలో పార్టీ శ్రేణులు అప్రమత్తంగా వ్యవహరించాలని సూచించారు.మార్కాపురం పట్టణంలోని 35, 36, 37, 38 పోలింగ్ బూత్‌ల పరిధిలో పనిచేస్తున్న బూత్ స్థాయి ప్రతినిధులతో ఆదివారం నిర్వహించిన సమన్వయ సమావేశంలో అన్నా రాంబాబు పాల్గొన్నారు. ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ కార్యక్రమం అమలు తీరును సమీక్షించి, క్షేత్రస్థాయిలో చేపట్టాల్సిన కార్యాచరణపై విస్తృతంగా చర్చించారు.ఈ సందర్భంగా అన్నా రాంబాబు మాట్లాడుతూ, ఓటరు జాబితా ప్రక్రియ కేవలం ఎన్నికల నిర్వహణలో భాగం మాత్రమే కాదని, ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణకు సంబంధించిన అత్యంత కీలకమైన ప్రక్రియ అని పేర్కొన్నారు. ప్రజల ఓటు హక్కును కాపాడటం ప్రతి రాజకీయ కార్యకర్త, ప్రతి బూత్ స్థాయి ప్రతినిధి బాధ్యత అని స్పష్టం చేశారు.ప్రస్తుతం జరుగుతున్న ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ ప్రక్రియపై ప్రజల్లో ఇంకా పూర్తి స్థాయి అవగాహన లేదని, ఈ నేపథ్యంలో బూత్ స్థాయి ప్రతినిధులు ఇంటింటికీ వెళ్లి ప్రజలకు కార్యక్రమం ప్రాముఖ్యతను వివరించాలని సూచించారు.

PRAJA PRERANA ,APTEL/26/A3850,Registration Number TELUGU DAILYKUNDURU SRINIVASA REDDY Publisher 9000449821 D NO 1-145-B, NOORANI MASEED, RTC BUS STATION BACK SIDE, PRAKASAM, ANDHRA Address PRADESH - 523316.D NO 1-145-B, NOORANI MASEED, RTC BUS STATION BACK SIDE, MARKAPUR,Place of Publication PRAKASAM, ANDHRA PRADESH - 523316.MADDINENI NAGESWARA RAOP rinter BUILD-ING NO. 1-17-18, SVN COLONY, GUNTUR, ANDHRA PRADESH - 522006. Address : SUNDAY PRINTING PRESS Printing Press (Name & Address) DOOR NO 1-94, KONETI BAZAR, PRAKASAM, ANDHRA PRADESH - 523316. KUNDURU SRINIVASA REDDY Owner D NO 1-145-B, NOORANI MASEED, RTC BUS STATION BACK SIDE, PRAKASAM, ANDHRAPRDESH