

జాతీయ ఎముకలు, కీళ్ల దినోత్సవం

సందర్భంగా ఎముకల ఆరోగ్యంపై అవగాహన

☀️ ధూమపానం, మద్యం అలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలి

☀️ డా. బొంద సూర్యరావు, డా. అద్దాల సత్యనారాయణ



కాకినాడ, పెన్ పవర్,ఆగస్టు 4: జాతీయ ఎముకలు మరియు కీళ్ల దినోత్సవం సందర్భంగా స్థానిక సన్రైజ్ ఆసుపత్రిలో ప్రజలకు ఎముకలు,కీళ్ల ఆరోగ్యంపై అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎముకల వైద్య నిపుణులు డా. బొంద సూర్యరావు,దంత వైద్యులు డా. అద్దాల సత్యనారాయణ ప్రజలకు పలు ఆరోగ్య సూచనలు చేశారు.ఈ సందర్భంగా డా. అద్దాల సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ, భారతదేశంలో ఇండియన్ ఆర్థోపెడిక్ అసోసియేషన్ 2012లో జాతీయ ఎముకలు,కీళ్ల దినోత్సవాన్ని ప్రారంభించిందని,ప్రతి సంవత్సరం ఆగస్టు 4వ “స్ట్రాంగర్ బోన్స్, స్ట్రాంగర్ ఇండియా” అనే నినాదంతో ఈ దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తున్నారని తెలిపారు.ఆస్టియోపోరోసిస్ (ఎముకలు పెరుగుదలదం),ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్, రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ వంటి వ్యాధులపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంపొందించడమే ఈ దినోత్సవం ముఖ్య ఉద్దేశమని చెప్పారు. ఆస్టియోపోరోసిస్ కేవలం చేతులు, కాళ్ల ఎముకలనే కాకుండా దవడ ఎముకను కూడా ప్రభావితం చేస్తుందని పేర్కొన్నారు.ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలంటే ధూమపానం, మద్యం వంటి అలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలని సూచించారు.ఎముకల వైద్య నిపుణులు డా. బొంద సూర్యరావు మాట్లాడుతూ,ఆరోగ్యకరమైన ఎముకలు,కీళ్ల కోసం క్యాల్షియం, విటమిన్-డి అత్యంత అవసరమని తెలిపారు.పాలు,పెరుగు,పచ్చి ఆకుకూరలు, గ్రై ఫ్రూట్స్ను ఆహారంలో తరచుగా తీసుకోవాలని సూచించారు. ప్రతిరోజూ కనీసం 30 నిమిషాల పాటు నడక, యోగా లేదా ఏరోబిక్స్ చేయడం వల్ల కీళ్లు చురుకుగా ఉంటాయని, బలపులు ఎత్తే వ్యాయామాలు ఎముకల సాంద్రతను పెంచుతాయని చెప్పారు.ఉదయం ఎండలో కొంతసేపు గడవడం ద్వారా సహజసిద్ధంగా విటమిన్-డి లభిస్తుందని, మోకాళ్లపై అదనపు ఒత్తిడి పడకుండా శరీర బరువును నియంత్రిణలో ఉంచుకోవాలని సూచించారు. ముఖ్యంగా 40--50 ఏళ్లు దాటిన మహిళలు క్రమం తప్పకుండా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలని, బలమైన ఎముకలే ఆరోగ్యకరమైన జీవితానికి పునాదిని పేర్కొన్నారు.ఈ అవగాహన కార్యక్రమంలో ప్రజలతో పాటు రిజ్నా రాజీ,గాయత్రి,రమ్య,నాగవల్లి పాల్గొన్నారు.

రోటరాక్ట్ క్లబ్ సూతన కార్యవర్గం ఎంపిక



గండేపల్లి,పెన్ పవర్,ఆగస్టు,04 గండేపల్లి మండలం సూరంపాలెం ఆదిత్య యూనివర్సిటీలో రోటరాక్ట్ క్లబ్ ఆఫ్ ఆదిత్య యూనివర్సిటీ సూతన కార్యవర్గ ఇన్స్టాలేషన్ సెరిమనీ ఘనంగా నిర్వహించారు. కార్యక్రమానికి ప్రో వైస్ చాన్సలర్ డా. ఎ. రమేష్ గారు ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకాగా, ఇన్స్టాలేషన్ ఆఫీసర్ ఆరీటిఎస్. పుట్ట రాజేంద్ర సూతన కార్యవర్గ సభ్యులతో ప్రమాణ స్వీకారం చేయించి అభినందించారు.ఈ సందర్భంగా డా. ఎ. రమేష్ గారు విద్యార్థులు విద్యతో పాటు సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుగ్గా పాల్గొని బాధ్యతాయుతమైన నాయకులు గా ఎదగాలని సూచించారు. ఆరీటిఎస్. పుట్ట రాజేంద్ర మాట్లాడుతూ రోటరాక్ట్ క్లబ్ విద్యార్థుల్లో నాయకత్వ లక్షణాలు, సేవా భావం మరియు వ్యక్తిత్వ వికాసాన్ని పెంపొందిస్తుంది అని తెలిపారు.కార్యక్రమంలో డీన్ ఆఫ్ స్కూలెట్స్ యాక్సివిటీస్ డా. డి. కిషోర్ గారు, రోటరాక్ట్ క్లబ్ ఫ్యాకల్టీ కోఆర్డినేటర్ వి.వి. శ్రీమన్నారాయణ గారు, అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం అతిథులను సత్కరించి, జాతీయ గీతాలాపన తో కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసింది.

వైసీపీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధిగా ముదునూరి మురళీకృష్ణంరాజు.

కిర్లంపూడి/ప్రత్తిపాడు, పెన్ పవర్, ఆగస్టు, 04: వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధిగా ప్రత్తిపాడు నియోజకవర్గం వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, నరసాపురం పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం పరిశీలకులు, ఎంఎంఆర్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ ముదునూరి మురళీకృష్ణంరాజు నియమితులయ్యారు. ఇప్పటికే నరసాపురం పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం పరిశీలకులుగా ఉన్న ముదునూరి మురళీకృష్ణంరాజును వైసిపి అధినేత వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధిగా తాడేపల్లి పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ప్రకటించింది. ముదునూరి మురళీ కృష్ణంరాజు అధికార ప్రతినిధిగా ఎంపిక అవ్వడంతో ప్రత్తిపాడు నియోజకవర్గంలోని వైసిపి నాయకులు,కార్యకర్తలు, అభిమానులు హార్దం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.



ఏలేశ్వరం ఉద్యోగ,ఉపాధ్యాయ,కార్మికుల జేపీసీ ఎన్నికలు ఏకగ్రీవం.

ఏలేశ్వరం, పెన్ పవర్, ఆగస్టు 4: ఏలేశ్వరం మండల ఉద్యోగ,ఉపాధ్యాయ,కార్మికుల జాయింట్ యాక్షన్ కమిటీ (జేపీసీ) సూతన కార్యవర్గాన్ని మంగళవారం ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. స్థానిక యూటీఎఫ్ కార్యాలయంలో యూటీఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి జె. సోమరాజు అధ్యక్షతన జరిగిన సమావేశంలో సూతన కార్యవర్గాన్ని ఏర్పాటు చేశారు.జేపీసీ అధ్యక్షుడిగా ఏపీ ఎన్టీఎఫ్ సంఘం అధ్యక్షుడు ఎంపీఆర్ఆర్ వర్మప్రధాన కార్యదర్శిగా కె. రవిబ్రెజరర్గా యూటీఎఫ్కు చెందిన ఎస్. రాజశేఖర్ను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు.జేపీసీ కో-చైర్మన్లుగా అవసరాల తిరుమల కుమార్ (కిషోర్),యూటీఎం కుమార్ (ఏపీఎస్ఆర్సీ),ఎస్ శేషురాజు (నగర పంచాయతీ), జి జె విల్సన్ బాబు (పెన్షనర్స్ అసోసియేషన్) ఎన్నికయ్యారు.వైస్ చైర్మన్లుగా ఎస్. పొన్నాలసి హెచ్ కిరణ్ కుమార్, డాక్టర్ ఆర్ ఎస్ ఎస్ మూర్తి,ఎం లక్ష్మణ్ గొలగాని ని ఎన్నుకున్నారు.సహాయ కార్యదర్శులుగా పి శ్రీను, పి మణికంఠ,బి రాజేంద్ర ప్రసాద్ (మెడికల్), యు. విజయ్ కుమార్ రాజు (సీబీటియూ), బి శ్రీహరి యాదవ్ (ఇంగీషన్), బి కొండలరెడ్డి (యూటీఎఫ్) ఎన్నికయ్యారు.ఆర్గనైజింగ్ కార్యదర్శిగా పి గంగాధర్ రావు దొరను ఎన్నుకున్నారు.ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ సభ్యులుగా ఎస్ విజయలక్ష్మి, కె సునీత, పి నానిబాబు,ఆర్. సత్యవేణిలను



ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు.ఉద్యోగ, ఉపాధ్యాయ,కార్మికుల సమస్యల పరిష్కారానికి సమష్టిగా కృషి చేయడంతో పాటు వారి హక్కుల పరిరక్షణకు జేపీసీ వేదికగా పనిచేయాలని సమావేశంలో నిర్ణయించినట్లు తెలిపారు.వివిధ ఉద్యోగ,కార్మిక సంఘాలను సమన్వయం చేసుకుంటూ సమస్యల పరిష్కారం కోసం ఐక్యంగా ముందుకు సాగాలని సూతన కార్యవర్గం నిర్ణయించింది.

సైబర్ సెక్యూరిటీ మరియు ఏఐ ఆధారిత డిజిటల్ మార్కెటింగ్ వర్క్‌షాప్-



గండేపల్లి, పెన్ పవర్,ఆగస్టు,04:గండేపల్లి మండలం ఆదిత్య విశ్వవిద్యాలయం, స్కూల్ ఆఫ్ కంప్యూటింగ్, కంప్యూటర్ సైన్స్ అండ్ ఇంజనీరింగ్ (సీఎస్ఈ) విభాగం ఆధ్వర్యంలో నెట్‌వర్క్ సెక్యూరిటీ మైనర్ డ్రీమోల్ చదువుతున్న మూడవ సంవత్సరం బి.టెక్ విద్యార్థుల కోసం “సైబర్ సెక్యూరిటీ మరియు ఏఐ ఆధారిత డిజిటల్ మార్కెటింగ్” అనే అంతంపై నాలుగు రోజుల ప్రత్యేక వర్క్‌షాప్ ఈ నెల 4వ తేదీ నుంచి 7వ తేదీ వరకు నిర్వహించబడుతుంది అని డిప్యూటీ ప్రో.ఛాన్సలర్ డా. ఎం. శ్రీనివాస రెడ్డి తెలిపారు.ఈ వర్క్‌షాప్‌లో మొత్తం 120 మంది విద్యార్థులు పాల్గొంటున్నారు. ప్రస్తుతం డిజిటల్ యుగంలో సైబర్ భద్రత, కృత్రిమ మేధస్సు , డిజిటల్ మార్కెటింగ్ రంగంలో అభివృద్ధి చెందుతున్న సాంకేతికతలు, పరిశ్రమ అవసరాలు, ఉపాధి అవకాశాలపై విద్యార్థులకు సమగ్ర అవగాహన కల్పించడం ఈ కార్యక్రమం ప్రధాన లక్ష్యం.ఈ కార్యక్రమానికి హైదరాబాద్‌కు చెందిన ప్రముఖ నిపుణులు, ట్రైనింగ్ గ్రూప్ సీఈఓ, ప్రమీల్ అర్జున్ మరియు కోడియో సాఫ్ట్ సొల్యూషన్స్ సీఈవో దీప్తి చౌదరి వనరుల

వ్యక్తులుగా (రిసోర్స్ పర్సన్స్) హాజరై వివిధ అంశాలపై శిక్షణ అందిస్తున్నారు. సైబర్ దాడుల నివారణ, నెట్‌వర్క్ భద్రత, ఎథికల్ హ్యాకింగ్, డిజిటల్ భద్రతా విధానాలు, కృత్రిమ మేధస్సు ఆధారిత డిజిటల్ మార్కెటింగ్ వ్యూహాలు, పరిశ్రమలో అమలవుతున్న ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానంపై వారు విద్యార్థులకు ప్రాయోగిక అవగాహన కల్పించనున్నారు. సీఎస్ఈ డిజిటల్ మార్కెటింగ్” అనే అంతంపై నాలుగు రోజుల ప్రత్యేక వర్క్‌షాప్ ఈ నెల 4వ తేదీ నుంచి 7వ తేదీ వరకు నిర్వహించబడుతుంది అని డిప్యూటీ ప్రో.ఛాన్సలర్ డా. ఎం. శ్రీనివాస రెడ్డి తెలిపారు.ఈ వర్క్‌షాప్‌లో మొత్తం 120 మంది విద్యార్థులు పాల్గొంటున్నారు. ప్రస్తుతం డిజిటల్ యుగంలో సైబర్ భద్రత, కృత్రిమ మేధస్సు , డిజిటల్ మార్కెటింగ్ రంగంలో అభివృద్ధి చెందుతున్న సాంకేతికతలు, పరిశ్రమ అవసరాలు, ఉపాధి అవకాశాలపై విద్యార్థులకు సమగ్ర అవగాహన కల్పించడం ఈ కార్యక్రమం ప్రధాన లక్ష్యం.ఈ కార్యక్రమానికి హైదరాబాద్‌కు చెందిన ప్రముఖ నిపుణులు, ట్రైనింగ్ గ్రూప్ సీఈఓ, ప్రమీల్ అర్జున్ మరియు కోడియో సాఫ్ట్ సొల్యూషన్స్ సీఈవో దీప్తి చౌదరి వనరుల

ఏపీఈడబ్ల్యుఐడీసీ ఈఈగా రావి జయకర్ బాధ్యతల స్వీకరణ



జిల్లా కలెక్టర్‌ను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన ఈఈ

కాకినాడ, పెన్ పవర్,ఆగస్టు 4: ఆంధ్రప్రదేశ్ ఎడ్యుకేషనల్ అండ్ వెల్ఫేర్ ఇన్‌ఫ్రాస్ట్రక్చర్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్ కాకినాడ జిల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ (ఈఈ)గా రావి జయకర్ మంగళవారం బాధ్యతలు స్వీకరించారు.

బాధ్యతలు స్వీకరించిన అనంతరం ఆయన కాకినాడ కలెక్టరేట్‌లో జిల్లా కలెక్టర్ ఎం.ఎన్. హరేంద్ర ప్రసాద్ను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శుభాకాంక్షలు అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా జిల్లాలో ఏపీఈడబ్ల్యుఐడీసీ అధ్యర్థులలో చేపట్టనున్న అభివృద్ధి పనులు, మౌలిక వసతుల కల్పనకు సంబంధించిన అంశాలపై స్వల్పంగా చర్చించినట్లు తెలిసింది.

చేక్ బాన్స్ కేసులో ముద్దాయికి 6 నెలలు జైలు 1 లక్ష రూపాయలు జరిమానా

కిర్లంపూడి, పెన్ పవర్, ఆగస్టు, 04: చెక్కు బొన్స్ కేసులో ముద్దాయికి ప్రత్తిపాడు న్యాయస్థానం ఆరు నెలలు జైలు శిక్ష, 1లక్ష రూపాయలు జరిమానా విధించింది.సీసీ నెంబర్ 110/2919 లో సేవారు చేయబడిన కేసులో సుదీర్ఘ వాదనలు విన్న న్యాయస్థానం ఫిర్యాదు తరువున న్యాయవాది చలివెల నాగేంద్ర రాజు, ముద్దాయి తరపున బుగత శివన్నారాయణలు వాదనలు వినిపించారు.ఫిర్యాదు తరపు న్యాయవాది

నాగేంద్ర రాజు వాదనలతో ఏభీభవించిన న్యాయస్థానం, అన్నవరం గ్రామానికి చెందిన ముద్దాయి బేతా భారతి భర్త బేతా లక్ష్మణరావు కి 6 నెలలు జైలు శిక్ష 1 లక్ష రూపాయలు జరిమానాతో పాటు ఫిర్యాదుదారుడైన బలపు మల్లేశ్వర రావు కు 8,00,000/- లక్షల రూపాయల నష్టపరిహారం ఇవ్వమని న్యాయస్థానం ఆదేశించింది.

అన్ని రాజకీయ పార్టీలతో గణపతి ఉత్సవాల అఖిలపక్ష సమావేశం

జిల్లా అడిషనల్ ఎస్సీసీ కలిసిన నగర గణేశ ఉత్సవ సమితి అధ్యక్షుడు దూసర్లపూడి రమణరాజు



కాకినాడ, పెన్ పవర్,ఆగస్టు 4: సెప్టెంబర్ 14 నుంచి 22 వరకు నిర్వహించనున్న గణపతి సవరాల్ని ఉత్సవాలు, సెప్టెంబర్ 23, 24 తేదీల్లో జరిగే నిమజ్జన ఏర్పాట్లపై జిల్లా స్థాయిలో ముందస్తు చర్యలు చేపడుతున్నట్లు నగర గణేశ ఉత్సవ సమితి అధ్యక్షుడు దూసర్లపూడి రమణరాజు తెలిపారు.సోమవారం జిల్లా అడిషనల్ ఎస్సీ డాక్టర్ ఎం.కిషోర్ కుమార్‌ను ఆయన చాంబర్‌లో కలిసి గణపతి ఉత్సవాలపై విస్తృతంగా చర్చించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు గణపతి ఉత్సవాల నిర్వహణ,శాంతిభద్రతల ఏర్పాట్లపై జిల్లా యంత్రాంగం ముందస్తు సమావేశాలకు సిద్ధపవుతోందని ఈ సందర్భంగా వివరించారు.రమణరాజు మాట్లాడుతూ,నగర గణేశ ఉత్సవ సమితి అధ్వర్యంలో గత 38 ఏళ్లుగా కాకినాడ నీటి వినాయక సాగర్‌లో, 12 ఏళ్లుగా వాకలపూడి సముద్రతీరంలో, నాలుగోళ్లుగా అన్నవరం పంపా తీరం, పితాపురం సముద్ర తీరం,సామర్లకోట కెనాల్, చిన్నకాకీ చౌల్లంగి రేవు వద్ద జిల్లా స్థాయిలో గణపతి నిమజ్జనాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు.కాకినాడ నగరంలో సుమారు 430 గణపతి మండపాలు, వాటిలో 40 వరకు భారీ విగ్రహాలు ఏర్పాటు నిర్వాహకులతో ప్రత్యేక సమావేశాన్ని సెప్టెంబర్ తొలి వారంలో నిర్వహిస్తామని తెలిపారు.

మండపాలు ఉండనున్నాయని చెప్పారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా సుమారు 3 వేల గణపతి మండపాలు ఏర్పాటు కానున్నాయని తెలిపారు.ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం నుంచి జారీ చేసిన మార్గదర్శకాల మేరకు జిల్లా పోలీసు యంత్రాంగం ముందస్తు సమాచార సేకరణతో పాటు శాంతిభద్రతల పరిరక్షణకు చర్యలు చేపడుతోందన్నారు.గణపతి మండపాల నిర్వాహకులకు ఉచిత విద్యుత్, మైక్ లైసెన్స్, పోలీసు అనుమతులు, మున్సిపల్ శానిటేషన్ వంటి అన్ని అనుమతులను సింగిల్ విండో విధానం ద్వారా అందించే చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని చెప్పారు. జిల్లాలోని అన్ని పోలీసు స్టేషన్ల పరిధిలో గత ఏడాది నిర్వాహకుల జాబితా ఆధారంగా గణపతి ఉత్సవ కమిటీలతో ముందస్తు సమావేశాలు నిర్వహించాలని జిల్లా పోలీసు అధికారులను కోరినట్లు తెలిపారు.అనంతరం పాత్రికేయులతో మాట్లాడుతూ,గణపతి ఉత్సవాల నిర్వహణపై అన్ని రాజకీయ పార్టీలతో అఖిలపక్ష సమావేశం ఏర్పాటు చేసి జిల్లా ఆవస్థ కమిటీని ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు.జిల్లా ఆవస్థ కమిటీ పత్రికను ఆగస్టు 31న అన్నవరం దేవస్థానంలో ఆవిష్కరించనున్నట్లు,ఉత్సవ నిర్వాహకులతో ప్రత్యేక సమావేశాన్ని సెప్టెంబర్ తొలి వారంలో నిర్వహిస్తామని తెలిపారు.

వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డిని కలసిన మురళీ కృష్ణంరాజు.



కిర్లంపూడి/పెన్ పవర్, ఆగస్టు, నివాసంలో మంగళవారం 04: ప్రత్తిపాడు నియోజకవర్గం మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఈ సందర్భంగా పలు అంశాలపై నాయకులు, నరసాపురం చర్చించారు. వైసిపి రాష్ట్ర అధికార పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం ప్రతినిధిగా నియమించినందుకు పరిశీలకులు, ఎంఎంఆర్ కృతజ్ఞతలు తెలియజేయడమే చారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ కాకుండా, తనకు అప్పజెప్పిన ముదునూరి మురళీకృష్ణంరాజు, బాధ్యతతో వైసిపి పార్టీ వైసిపి అధినేత, మాజీ బలోపేతానికి శక్తివంచన ముఖ్యమంత్రి,వైఎస్ జగన్మోహన్ లేకుండా కృషి చేస్తానన్నారు. రెడ్డిని తాడేపల్లిలోని ఆయన



