

మైనర్ బాలిక కిడ్నప్ కేసులో బాధితులకు అండగా డిప్యూటీ సి. ఎం. పవన్ కళ్యాణ్

భీమవరం జూన్ 23 ప్రభాతవార్త : మిస్సింగ్ కేసు విషయంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ స్పందించారు. తమ కుమార్తె అదృశ్యంపై ఓ మహిళ..డిప్యూటీ సి ఎం పవన్ కళ్యాణ్ ను కలిసి మొరపెట్టుకుంది. విజయవాడలో చదువుకుంటున్న తన కుమార్తె మైనర్ అని, ప్రేమ పేరుతో ట్రాప్ చేసి కిడ్నాప్ చేశారని పశ్చిమగోదావరి జిల్లా భీమవరం నుంచి వచ్చిన కిడ్నాప్ కు గురైన కుమార్తె తల్లి శివకుమారి కన్నీటి పర్యంతమైంది. మాచవరం పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేశామని, తమ కుమార్తె జూడ తెలిసినా పోలీసులు స్పందించడం లేదని వాపోయింది. దీనిపై వెంటనే స్పందించిన పవన్ కళ్యాణ్.. మాచవరం సీఐకి ఫోన్ చేసి కేసు విచారణ తెలుసుకున్నారు. వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. జనసేన నాయకులు, బాధితులను మాచవరం పోలీస్ స్టేషన్ కు పంపించారు. బాధితులకు అండగా ఉండాలని నేతలకు సూచించారు.



నేడు ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వ్యవస్థ ప్రారంభం

- జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి జె.ఉదయ భాస్కర్ రావు.



భీమవరం జూన్ 23 ప్రభాతవార్త : ఈనెల 24 వ తేదీ సోమవారం భీమవరం కలెక్టరేట్ లోని సమావేశ మందిరం నందు ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వ్యవస్థ (పబ్లిక్ గ్రివెన్స్ రెడ్రెస్సల్ సిస్టం) కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజల నుండి వినతులు స్వీకరించడం జరుగుతుందని జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి జె.ఉదయ భాస్కర్ రావు ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. జిల్లా కేంద్రంలో పాటు అన్ని మండల కేంద్రాల్లో, మునిసిపల్ కార్యాలయాల్లో, డివిజన్ స్థాయిలో కూడా ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వ్యవస్థ (పబ్లిక్ గ్రివెన్స్ రెడ్రెస్సల్ సిస్టం) కార్యక్రమం జరుగుతుందని, ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని వినియోగించుకోవాలని డిఆర్ఓ ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు.

జిల్లాకు రెండవ మహిళా కలెక్టర్ నాగరాణి ఐ.పి.ఎస్



భీమవరం జూన్ 23 ప్రభాతవార్త : పశ్చిమగోదావరి కలెక్టర్ గా సి. నాగరాణి నియమితులయ్యారు. ప్రస్తుత కలెక్టర్ సుమిత్ర కుమార్ గాంధీ చిత్తూరు జిల్లా కలెక్టర్ గా బదిలీ కాగా ఆస్థానం లో నాగరాణి నియమితులయ్యారు. జిల్లా పునర్వ్యవస్థాపక జరిగిన తరువాత పశ్చిమకు మొట్టమొదటి కలెక్టర్ గా ప్రసాంకి పనిచేసి మంచి పేరు తెచ్చుకున్నారు. రాజకీయవాత్సికత తటోగ్గుకుండా పనిచేశారు. కొన్ని సందర్భాలలో ప్రజాప్రతినిధులకు ఆమె కంట కిందయ్యారు కూడా. ఎన్నికల ముందు బదిలీ పై వెళ్లారు. నూతన కలెక్టర్ నాగరాణి జిల్లా కువస్తున్న రెండవ మహిళా కలెక్టర్ కావడం విశేషం. ఈమె ఎక్కువ పనిచేసినా తనదైన గుర్తింపు పొందారు. అభివృద్ధి లో గాడిలో చదవిన పశ్చిమ గోదావరి జిల్లాను ముందుకు నడిపే సత్తా ఉన్న ఐపిఎస్ ఆఫీసర్ అని చెబుతున్నారు ఆమె సమర్థత తెలిసినవారు. 2011-14 వరకు బడిపీఏ పీహోగా పని చేశారు. తర్వాత గ్రామీణ ఉపాధి హామీ ప డైరెక్టర్గా విధులు నిర్వహించారు. చేనేత శౌలికాభివృద్ధి సంఘాలకుగాని 2022 ఆగస్టు వరకు విధులు నిర్వహించారు. ప్రస్తుతం సాంకేతిక విద్యా విభాగానికి డైరెక్టర్గా కొనసాగుతున్నారు. రాష్ట్రస్థాయిలో విభిన్న విభాగాలకు డైరెక్టర్గా విధులు నిర్వహించటంతో ఆ అనుభవంతో జిల్లాలోని అన్ని రంగాలను అభివృద్ధి పథంలో నడిపించే అవకాశం ఉంది.

మండల ఆర్వై-శై సంఘం అధ్యక్షుడిగా చిత్తపూడి పవన్ నియామకం

జీలుగుమిల్లి, జూన్-23, ప్రభాతవార్త: జీలుగుమిల్లి మండల ఆర్వై-శై సంఘం అధ్యక్షుడిగా జీలుగుమిల్లి చెందిన చిత్తపూడి పవన్ నియామకం అయ్యారు. ఆదివారం జీలుగుమిల్లి రామాలయంలో ఆర్వై-శై సంఘం సమావేశం ఉమ్మడి పశ్చిమగోదావరి జిల్లా ఆర్వై-శై సంఘం ఉపాధ్యక్షులు మద్దుల వాసు అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈ సమావేశంలో జీలుగుమిల్లి మండల అధ్యక్షుడిగా చిత్తపూడి పవన్ కుమార్ ను, మండల కార్యదర్శిగా ఒబిలిశెట్టి రవీంద్రుని, ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. నూతన అధ్యక్షుడు పవన్ మాట్లాడుతూ తన రెండేళ్ల పదవీ కాలంలో మండలంలోని ఆర్వై-శై పెద్దల సలహాలు, సూచనలు పాటిస్తూ మండలంలోని ఆర్వై-శై సంఘం అనుక్షణం

చిన్న వెంకన్న దర్శించుకున్న తాడేపల్లిగూడెం ఎమ్మెల్యే బిలిశెట్టి



ద్వారకా తిరుమల ప్రభాతవార్త : చిన్న వెంకన్న ఆలయానికి ఆదివారం ఉదయం తాడేపల్లిగూడెం చిన్నవర్ణులు టోలిశెట్టి శ్రీనివాస్ విచ్చేశారు. వారికి ఆలయ అధికారులు పందితులు మార్గదర్శకులగా స్వాగతం పలుకుగా స్వామి అమృతవార్షున దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించుకున్నారు. ఆలయంలో ఆలయ ముఖ పూజలలో వేద పండితులు వేద ఆశీర్వాదాలు పలికి ప్రసారాలను అందించారు. ఆలయ డిజిటల్, ఏకజన్మ సమరాలే స్వామి వారి జ్ఞాపకను అందించారు. ఈ క్రమంలో ఆలయ సూర్యోదయ రమణ రాజు సిబ్బంది ఉన్నారు.

జీవనాడికి అంతర్జాతీయ నిపుణులు

- అమెరికా నుండి ఇద్దరు కెనడా నుండి ఇద్దరు
- తొమ్మిది రోజులపాటు ప్రాజెక్టులోనే మకాం
- పోలవరం పనులపై చంద్రబాబు శ్రద్ధ



ప్రాజెక్టును ఇటీవల పరిశీలించిన చంద్రబాబు

ప్రభాతవార్త..... ఉమ్మడి పశ్చిమగోదావరి జిల్లా: పోలవరం ప్రాజెక్టు పనుల్లో కదలిక మొదలైంది. ప్రధానంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు వచ్చి వారం రోజులు తిరగకముందే ప్రాజెక్టు పనుల్లో ముందడుగు సాధించేందుకు అంతర్జాతీయ నిపుణులను దింపుతున్నారు. ఈనెల 27వ తేదీ నుండి జూలై బడీ తేదీ వరకు

ప్రాజెక్టులో మఖామ చేసి లోపాలను గుర్తిస్తుంది. అమెరికాకు చెందిన డేవిడ్ డి పాల్, ఫ్రాన్స్ కెనడాకు చెందిన డోనెల్ల బర్గర్ అన్న ఇంజనీర్లు వస్తున్నారు. సివిల్ పనుల్లోనూ హైడ్రాలిక్ పనుల్లోనూ మూడు నాలుగు దశాబ్దాలుగా ఇంజనీరింగ్ రంగంలో నిష్ణాతులు.



అంతర్జాతీయ నిపుణులు రష్యన్లచేత చంద్రబాబు ఒడివడిగా అడుగులు వేశారు. కేంద్ర మంత్రి రామ్మోహన్ రావు నాయుడు వారితో సంప్రదింపులు జరిపారు. జల వనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు బృందం వెంట ఉండి మొత్తం సమస్యలను వారికి చెప్పడానికి ఇంజనీర్లతో మాట్లాడుతున్నారు. పోలవరం ప్రాజెక్ట్ వాస్తవానికి 2022 నాటికి పూర్తి కావాలి. గత ప్రభుత్వంలో పనులు జరగకపోవడం గ్లెట్ బంద్ కాపర్ ద్వారా దయాప్రం వాల్ బాగా దెబ్బతిన్నాయని గుర్తించారు. పనులు ఇప్పటినుండి చేసినా మరో నాలుగు సీజన్లు పడుతుందని తెలిపారు. దయాప్రమ్ వాల్ మరమ్మతులు చేస్తే 446 కోట్లు ఖర్చు కాగలవని కొత్తది నిర్మిస్తే దాదాపు 1000 కోట్లు ఖర్చు అవుతుందని గమనించారు. కావురం కూడా నాలుగు చోట్ల దారుణంగా ద్యామేజీ అయింది. వీటన్నిటికైనా అధ్యయనం చేసి తీవ్రవాది పనులు వేగంగా పూర్తి చేసేందుకు ప్రభుత్వం సంకల్పించినట్లు కనబడుతుంది. చంద్రబాబు వచ్చిన వారం రోజుల్లోనే అంతర్జాతీయ నిపుణుల బృందం రావడం పోలవరానికి మంచి రోజులా వచ్చాయని చెప్పడానికి నిదర్శనం.

జూలై-05న మావుళ్ళమ్మ అమ్మవారి ఉత్సవాలు



పెనుమంట్ల, జూన్-23, ప్రభాతవార్త: పెనుమంట్ల మండలం మార్తూరు దేవాలయపేటలో వేంచేసేయన్న శ్రీ మావుళ్ళమ్మ అమ్మవారి మహోత్సవములు జూలై 5న నిర్వహిస్తున్నట్లు శ్రీ మావుళ్ళమ్మ అమ్మవారి ఉత్సాహ కమిటీ ఆదివారం తెలిపింది. ఈ సందర్భంగా ఉత్సాహ ప్రభా ఉరేగింపు, మేళ తాళాలతో, గగరులు బుట్ట బొమ్మలు, తీర్థార్చన, కేరళ ద్రవ్య, చిన్నారలతో వారే రామ వారి కొలాటంతో అత్యంత వైభవంగా ఈ సంబంధం మహోత్సవం జరుగునని తెలిపింది. అదే రోజు అమ్మవారి చీరలు పాట జరుగునని కమిటీ తెలిపింది. యావచ్చుంది భక్తులు, అమ్మవారిని దర్శించుకొని జయప్రథం చేయవలసిందిగా అమ్మవారి కమిటీ కోరింది.



అందుబాటులో ఉంటానని అన్నారు. ఎవరికి ఏ సమస్య ఉన్నా సమస్యలు పరిష్కరించే వరకూ పోరాడతానన్నారు.

ప్రకాశం పంతులు విగ్రహాన్ని నెలకొల్పడానికి అనుమతులు కోరుతూ ఎమ్మెల్యే అంజిబాబుకు వినతి

భీమవరం జూన్ 23 ప్రభాతవార్త : ఆంధ్ర కేసరి టంగుటూరి ప్రకాశం పంతులు విగ్రహ కమిటీ అధ్యక్షులలో భీమవరం ప్రకాశం చౌక్ లో ప్రకాశం పంతులు విగ్రహాన్ని నెలకొల్పడానికి అనుమతులు కోరుతూ భీమవరం ఎమ్మెల్యే పులవర్తి రామాంజనేయులు లకు వారి కార్యాలయంలో వినతి పత్రాన్ని అందించారు. ప్రకాశం పంతులు విగ్రహ నిర్మాణ కమిటీ కార్యదర్శి చెరుకువాడ రంగసాయి మాట్లాడుతూ 90 ఏండ్ల నాటి స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో ప్రకాశం పంతులు భీమవరం గ్రామానికి వచ్చినప్పుడు ఆయనతో జెండా ఎగుర వేసిన ప్రాంతంలో ప్రకాశం చౌక్ అని నామకరణం చేశారని, ఇప్పటి వరకు విగ్రహం లేని ప్రకాశం చౌక్ ఉందని, 15 ఏళ్లుగా ప్రజా ప్రతినిధులకు ఈ విషయంపై చర్చిస్తూ వస్తున్నామని, ఈ సారి ఎమ్మెల్యే అంజిబాబు తప్పక విగ్రహ ఆవిష్కరణకు స్థలం అనుమతి మంజూరు చేస్తారని భావిస్తున్నామని అన్నారు. దీనిపై ఎమ్మెల్యే అంజిబాబు మాట్లాడుతూ ఈ ప్రభుత్వం అన్ని మంచి అభివృద్ధి చేస్తుందని, తొలి ముఖ్యమంత్రిగా ప్రకాశం పంతులు విగ్రహం ప్రకాశం చౌక్ లో ఏర్పాటుకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుతో మాట్లాడి ఏర్పాటు చేస్తానని అన్నారు. విగ్రహ కమిటీ సభ్యులు కంటే వెంటకరాజు, ఆరనపల్లి నుబ్రహ్మణ్యం, భిక్షుప్రసాద్ శ్రీనివాసరావు, నందమూరి రాజేష్, బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు ఎంపి రమణ, ఉండవల్లి రమేష్ నాయుడు, లయన్స్ క్లబ్ ఉపాధ్యక్షులు నరహరిశెట్టి కృష్ణ, ఎర్దు



పినుపారం, ఇందుకూరి శివాజీ వర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అభినందన దండలు... వేదనల దండలు

ప్రభాతవార్త... పాలకొల్లు నరసాపురం : పాలకొల్లులో రాష్ట్ర జలవనరుల అభివృద్ధి శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు ను అభినందనలతో ముందెత్తారు. పలువురు సమస్యలపై వినతులు ఇచ్చారు. పాలకొల్లులోని ఆయన కార్యాలయంలో మంత్రిని పెద్ద సంతకాలతో ప్రజలు, అధికారులు ఉద్యోగులు, టీడీపీ జనసేన బీజేపీ శ్రేణులు కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఆయనను అభినందించేందుకు వచ్చిన ప్రతి ఒక్కరిని ఆహ్వానంగా పలకరించారు. పలువురు సమస్యల వినతులను ఇప్పూ చూస్తానంటూ సానుకూలంగా మంత్రి స్పందించారు. మంత్రిని మాజీ ఎమ్మెల్యే బంగారు ఉషారాణి కలిసి సత్కరించారు. పురపాలక పరిపాలనా శాఖ రాజమండ్రి రీజియన్ ఆఫ్ డి నాగ నరసింహారావు కలిసి పుష్పగుచ్ఛం అందించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. మంత్రిని రామరాజు కలిసి శాలువ కట్టి సత్కరించు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఉమ్మడి పశ్చిమగోదావరి జిల్లా నలుమూలల నుంచి వచ్చిన అధికారులు, ఉద్యోగులు, కలిశారు.



మాకు న్యాయం చేయండి....

తమ సమస్యలు పరిష్కరించే న్యాయం చేయాలంటూ పలు సంఘాల ప్రతినిధులు మంత్రిని కలిసి కోరారు. 98 డిఎస్సీ ఎమ్మెల్యే వినోదం వెల్లేర్ అసోసియేషన్ తరపున రాష్ట్ర కమిటీ అధ్యక్షుడు వై సుబ్బారాయుడు, కోశాధికారి మోహనాచార్య తదితరులు వినతి పత్రం అందజేశారు. తమను పర్సనెల్



చేయడంతో పాటు పయోవరిమిత 62 సంవత్సరాలు పెంచాలని, 12 నెలల జీతాలు ఇప్పించాలని కోరారు. కొత్తపేటకు చెందిన దివ్యాంగురాలు కోళ్ల సావిత్రి పెన్షన్ ఇప్పించాలని కోరారు. లి ఫూలపల్లి కొత్త కాలనీలో మౌలిక సౌకర్యాల కల్పించాలని ఆ కాలనీ వాసులు మంత్రిని కలిసి కోరారు.

చిన్నారి అక్టరకు శ్రీ.. రామ.. రక్ష

- కిడ్నీ బాధిత చిన్నారికి మంత్రి నిమ్మల అభయ హస్తం
- తక్షణ సీఎం సహాయ నిధి కోసం స్పందించిన మంత్రి

ప్రభాతవార్త పాలకొల్లు : కిడ్నీ సమస్యతో బాధపడుతున్న 13 నెలల చిన్నారి బాధను చూసి రాష్ట్ర జలవనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు చలించారు. వైద్య సహాయం అందేందుకు తక్షణ సీఎం సహాయ నిధి అందేందుకు స్పందించారు. ఆయన కార్యాలయంలో ఆదివారం పాలకొల్లు పట్టణ 18 వ వార్డుకు చెందిన చిన్నారి అక్టరను వెంటబెట్టుకుని ఆమె తల్లిదండ్రులు మంత్రి రామానాయుడును కోరారు. దీనిపై రామానాయుడు తక్షణం స్పందించి సీఎం సహాయనిధి అందేలా సీఎం కార్యాలయానికి ఫోన్ చేసి అపూర్ణుడారు. చిన్నారి పరిస్థితిని వివరించి పది రోజుల్లో శస్త్ర చికిత్స చేయాలని ఉన్నందున అప్పట్లోగా సహాయం అందేలా చూడాలని



కోరారు. చిన్నారి తల్లిదండ్రులకు అవైరపడవద్దని మీ పాప క్షేమంగా ఉండేలా నేనున్నానంటూ మంత్రి రామానాయుడు ధైర్యం చెప్పి భరోసా ఇచ్చారు. తమ పాప పరిస్థితిని అర్థం చేసుకుని వెంటనే స్పందించిన మంత్రికి పాప తల్లిదండ్రులు కృతజ్ఞతలు వ్యక్తం చేశారు.

జెల్ మాస్ వేద్దామా ?

అలసిపోయిన ముఖం తిరిగి జీవం పుంజుకోవాలంటే తగిన పోషణ అందించాల్సిందే! అది చిటికెలో పూర్తవుతుందని 'మాస్'ను ఆశ్రయిస్తుంటాం కూడా. ఆ ఖర్చు తగ్గిస్తూ ఇంట్లోనే కొన్నింటిని ప్రయత్నించొచ్చని తెలుసా? అవేంటంటే..

- ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఆరోగ్యానికి మేలని అవినెలను రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకునేవారు ఎక్కువే. అయితే ఇవి అందానికి చేసే మేరెంతో.
- రెండు కప్పుల నీటికి పావుకప్పు అవి సెలను చేర్చి మరిగించండి. జెల్లా అయ్యాక దింపేసి చల్లారనివ్వాలి. జెల్లిన వడకట్టి, ముఖానికి వట్టించాలి. 20 నిమిషాలయ్యాక చల్లని నీటితో కడిగేస్తే సరి. ఇది చర్మానికి తేమను అందించడమే కాదు, ముడతలు, గీతలనూ దరిచేరనియదు. కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. ఈ జెల్లిన ఒకసారి చేసుకొని ఫ్రీజర్లో పెట్టుకుంటే నెలరోజులు ఉంటుంది.
- స్నానం కలబంద గుజ్జుకు రెండు టేబుల్ స్పూన్ల మిల్క్ డ్రీమ్. చిటికెడు చనవు కలపాలి. ఈ మిశ్ర మాస్ని ముఖానికి వట్టిచిచి,



అరగంబయ్యాక గోరువెచ్చని నీటితో కడిగేసుకోవాలి. ఈ మాస్ని చర్మానికి పోషణనివ్వడంతోపాటు ఆరోగ్యంగా కనిపించేలానూ చేస్తుంది. అల్లీలు, ఎరుపెక్కుడం నుండి కాపాడుతుంది.

- 30 డాలాయో లేదో చర్మం నిర్దీపంగా మారడం, చర్మరంధ్రాలు పెద్దవిగా కనిపించడం సహజమే కదూ! అవి తగ్గి, యవస్థనవంతమైన లుక్ కావాలంటే.. గుడ్డ తెల్లనానకు రెండు టేబుల్ స్పూన్ల తేనె కలిపి, బాగా గిలకొట్టాలి. ఆత్మ ముఖానికి వేసి, పావుగంటయ్యాక కడిగేస్తే సరి. □

నాకు నీడలేదు.. నా అన్నవాళ్ళు లేరు.. ఈ మాటలు ఎవరినోటా వినకూడదనుకున్నాడు. డాక్టర్ గీత, థామస్ రెడ్డిలు. వాళ్ళది ఒకటే ఆలోచన, ఒకటే ఆశయం.. అదే సేవాపథం. 23 ఏళ్లుగా లక్షల మంది అభాగ్యుల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపుతున్న వీరు.. మనకీ సేవాపథంలో నడిచే అపకాశం కల్గిస్తున్నారు. ఈ సేవాయజ్ఞం వైపు ఎందుకు అడుగులు వేశో **డాక్టర్ గీత** గూర్చి తెలుసుకుందాం..

చిన్నప్పటి జ్ఞాపకాలు మనసులో చెరగని ముద్రవేస్తాయి కదా! అలాంటి ఒక జ్ఞాపకమే నన్ను సేవవైపు నడిపించింది. మూది కర్నూలు. నాన్న బాలరెడ్డి సైనికోద్యోగి. అమ్మ ఆనందమ్మ. దేశానికి సేవ చేయడంలోనే సంతృప్తి ఉంటుందని నమ్మేవారు నాన్న. ఆయన ఆలోచనలు నన్నూ ప్రభావితం చేశాయి. నేను చదివే స్కూల్లో మమ్మల్ని దగ్గర్లోని గ్రామాలకు తీసుకెళ్లేవారు. అలా ఓసారి మారుమూల గ్రామానికి వెళ్ళినప్పుడు ఓ పూరిగూడిసెలో నాకంటే చిన్నగా ఉన్న ఓ అమ్మాయి ఒక్కతే జ్వరంతో ఏడవడం చేశా. నేనూ, నా ఫ్రెండ్స్ ఆ పాపకి నయమయ్యేంతవరకూ ఉండి, తోచిన సాయం చేశాం. కాస్త కోలుకున్నాక.. మా అమ్మనాన్నలు కూలికి వెళ్లారని చెప్పిందా పాప. గ్రామీణ ప్రజల ఆర్థిక పరిస్థితి, వైద్య సదుపాయాల లేమి ఆ వయసులో నన్ను చాలా బాధ పెట్టాయి. పెద్దయ్యాక డాక్టర్వ్వాలని, ఇలాంటి పేదల కష్టాలు తీర్చాలని అప్పుడి నిష్ఠయించుకున్నా. జెంగళూరులో ఎంబీబీఎస్ చదువుతున్న సమయంలో మదర్ థెరిసెసాతో మాట్లాడే అవకాశం వచ్చింది. పదిమందికీ సేవలందించడంలోనే సంతృప్తిని వెతుక్కోవాలని అన్న ఆమె మాటలు మనసులో అన్నప్పటికీ ఉన్న నా లక్ష్యాన్ని సరికల్పంగా మార్చాయి. పదిహేడేళ్ల వయసులోనే స్నేహితులతో కలిసి చందాల్సేతుకుని మా పరిసర గ్రామాల్లో పేద పిల్లలకు పుస్తకాలు అందించేదాన్ని. మెడిసిన్ అవ్వగానే పేదలకు వైద్య సేవలందించడం మొదలుపెట్టా. అప్పుడి థామస్ రెడ్డి చిల్లా నాకు పరిచయమయ్యారు. అప్పటికే ఆయన సేవామార్గంలో ఉన్నారు. ఇద్దరి ఆలోచనలూ ఒకటే కావడంతో 2002లో పోరుమామిళ్లలో 'పాండ్ షన్ ఫర్ చిల్డ్రన్ ఇన్ నీడ్ (ఎఫ్సీఎన్) అనే సంస్థని స్థాపించాం. అప్పటికి మాకు వివాహం కాలేదు. ఆనీ ఒక్కటైతే.. ఇంకా ఎక్కువమందికీ సేవ చేయొచ్చని

భావించి పెళ్లి చేసుకున్నాం. చిన్నారులు, అనాథలు, దివ్యాంగులు, వృద్ధులూ ఇలా ఎవరూ లేని అభాగ్యులను అక్కర్లే చేర్చుకున్నాం. వాళ్ళలో చిన్నారులకు మంచి చదువునిస్తే వారి జీవితాలు బాగుపడతాయని ఓ పాఠశాలను స్థాపించి ఆ ఖర్చులా మేమే చూసుకునేవాళ్ళం. ఆ పిల్లలకు ఏటా 40 వేల పుస్తకాలు, 1500 స్కూల్ బ్యాగులతోపాటు పాఠశాలలో గ్రంథాలయాన్ని నిర్వహించేవాళ్ళం.

ఉచితంగా శస్త్ర చికిత్సలు... వైకల్యంతో బాధపడుతున్న ఓ పెద్దాయన్ని తీసుకోవాల్సి వాళ్ళ అబ్బాయి. తనకే పూట గడవడం కష్టంగా ఉందనీ, తండ్రిని చూసుకోనే ఓపిక లేదని చెప్పినప్పుడు నా కళ్ళలో నీళ్ళు తిరిగాయి. అంతవరకూ చిన్నారులపైనే ఎక్కువగా దృష్టిపెట్టిన మేం పెద్దలకోసం 2019లో హైదరాబాద్లోని పాప్ నగర్లో ఆరున్నరకరాల



సేవాయజ్ఞం వైపు అడుగులు వేస్తూ..



ఉన్నవాళ్ళలా మనవాళ్ళే అనే ధైర్యంతో బతికేట్టు ఆ సంస్థని తీర్చిదిద్దాం. ప్రస్తుతం మా సంస్థలో 50 మందికిపైగా పెద్దవాళ్ళు ఉన్నారు. ఇక్కడి వరకూ రాలేని పరిస్థితుల్లో ఉన్నవారికి ఆర్థికసాయం చేస్తున్నాం. హైస్కూల్, కళాశాల చదివే ఆడపిల్లల్లో లేడీస్ హెల్త్ సెరిట పుస్తకాలతో లైంగిక విజ్ఞానం అందజేస్తున్నాం. ఒంటరి మహిళలకు ఆడపిల్లల్లో లేడీస్ హెల్త్ సెరిట పుస్తకాలతో లైంగిక విజ్ఞానం అందజేస్తున్నాం. ఒంటరి మహిళలకు శిశుజనిచ్చి ఉచితంగా కుటుంబివస్సు అందజేస్తూ, వాళ్ళ స్వతంత్రంగా ఉండేలా ఉండేలా చేస్తున్నాం. ముఖ్యంగా గ్రహాణం మొత్తం, గ్రహాణశాల బాధితులకు ప్రతి నెలా క్యాంపులు నిర్వహించి జీవనోత్తర ఆసుపత్రిలో శస్త్రచికిత్సలు చేయిస్తున్నాం. ఇప్పటి వరకూ 2,000 మందికి ఈ శస్త్ర చికిత్సలు నిర్వహించాం. □

స్థలంలో 'ఎఫ్సీఎన్ హోం'ని స్థాపించాం. పెద్దవాళ్ళు మారెవరూ లేరు అనే చింతతో కాలం వెళ్లడమయ్యిందా.. చుట్టూ



అవసరమౌతాయి. చేరుశనగ గుళ్లను వేయించి పొట్టు తీసి, గ్రెండ్ చేయాలి. పిల్లలు బిష్కెట్ లాంటి స్పాక్స్ తింటే వాటిల్లో ఉండే ఫ్రిజర్గేటివ్ వల్ల జబ్బులపాలవుతారు. ఇలాంటి చిరుతిట్ల పెడితే

నూనె పీల్చని జొన్న మురుకులు

ఆరోగ్యంగా, పుష్టిగా ఉంటారు. ముఖ్యంగా డయాబెటిస్ తో బాధపడేవారికి ఇవెంతో ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. మా పిల్లలూ, మనవరాళ్లే కాదు. వాళ్ళ స్నేహితులు కూడా నేను చేసేఇలాంటి చిరుతిట్ల ఇంకా కావాలంటూ ఇష్టంగా తింటుంటే.. నేను కూడా సంతోషంగా మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తుంటాను. ఈ జొన్నమురుకులు మీరూ ఒకసారి చేసి చూడండి. □

మురుకులు ఎంతో మంది ఎన్నోరకాలుగా చేస్తారు. బియ్యప్పిండి, మినప్పిండి, పెసర పిండి.. ఇలా చాలా వైరైతీలు ఉన్నాయి. వేటికంటే బాగుంటాయి. జొన్నపిండి ఇంకా మంచిది కదా అని.. నేనెలా ప్రయత్నించి చూశాను. చక్కగా కడిగిరాయి. చాలా సులువు కూడా. ఎలా చేయాలంటే జొన్న పిండిలో నువ్వులు, వేరుశనగ పొడి, వాము, పచ్చిమర్రి ముద్ద, ఉప్పు, రెండు చెంచాల వెన్న వేసి.. కొన్ని నీళ్లతో పిండి కలిపి.. కాగుతున్న నూనెలో మురుకులు ఒత్తుకోవాలి. ఇవి రుచిగానూ ఉంటాయి. నూనె కూడా ఎక్కువ పీల్చువు. మూడు కప్పుల జొన్నపిండికి అర కప్పు నువ్వులు, ఒక కప్పు వేరుశనగ గుళ్ళు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ వాము, మూడు పచ్చిమర్రి

పిల్లలకూ మూడు రకాల యాక్టివిటీలను ఇచ్చారు. బోమ్మల పుస్తకాలు, రెగో బ్రెక్స్, గతంలో జరిగిన విషయాల గురించి మాట్లాడటం.. వంటి యాక్టివిటీలు ఇచ్చారు. బోమ్మల పుననతకాలు చూపిస్తూ మాట్లాడితే వచ్చేలాంటి ప్రయోజనాలే, గతంలో జరిగిన

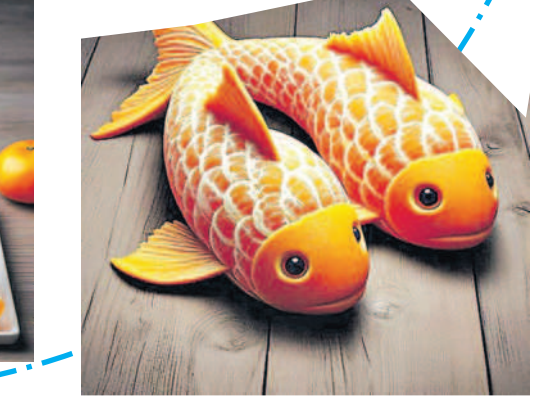
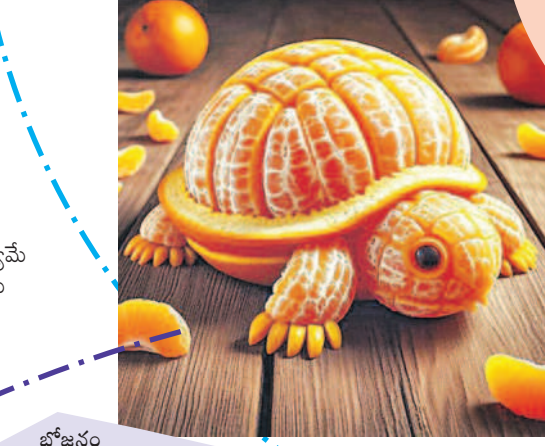
భాషా నైపుణ్యాలు కీలకం



విషయాలను చర్చించి నవ్వుదూ వచ్చాయట. అమ్మ, నాన్న ఇద్దరిలో ఎవరు మాట్లాడినా ఫలితాల్లో తేడా లేదట. అందుకే పిల్లలలో కేవలం సమయం గడపడమే కాదు, దాన్ని ఎంత నాణ్యంగా గడుపుతున్నామన్నది ముఖ్యమే అంటున్నారు పరిశోధకులు. అందుకే పిల్లలను నిద్రపుచ్చేటప్పుడు లేదా మీకు కుదరని సమయంలో గతంలో జరిగిన విషయాల గురించి వాళ్ళతో మాట్లాడుతుంటే వాళ్ళలో భాషా నైపుణ్యాలు పెరగటమే కాదు ఊహాశక్తి పెరుగు తుంటు.



చల్లగా హామ్ హామ్ అనిపించాలంటే.. ఇంట్లో కమలాపండ్లు ఉండాలిందే. ఆ తొనలు తిని లేదా జ్యూస్ తాగి సేదతీరొచ్చు. ఆ సంగతలా ఊచితే.. మనలో కాస్తంత కళాహృదయం ఉండనుకోండి. కమలాతోనలతో ఇలా కళాఖండాలు కూడా చేయొచ్చు.



చెలి చిట్కా

భోజనం చేసిన తర్వాత ఒక పచ్చి క్యారెట్ తినడంవలన నోటి నుంచి దుర్వాసన రాదు. దంతక్షయం చిగుళ్ళూపు వంటిరోలు నుంచి రక్షిస్తుంది.

వారికి బోమ్మల పుస్తకాలు చూపిస్తూ ఉంటాం. అయితే వాటినే వడేపడే చూడాలంటే పిల్లలకు బోర్ కొట్టొచ్చు. అందుకు ప్రత్యామ్నాయంగా గతంలో మనకు జరిగిన సంఘటనలను సుస్థితంగా వారితో పంపకోమంటున్నారని పరిశోధకులు. అలా చేస్తే ప్రీస్కూల్ పిల్లల భాషా నైపుణ్యాలు పెరుగుతాయని

వాస్తవం

పాము గడ్డ పట్టు నుంచి తప్పించు కోవటానికి విశ్వప్రయత్నం చేస్తోంది. ఆ ప్రయత్నంలో దాని కోరల నుంచి జారిప విషం భోజన పదార్థాల్లో పడింది. ఆదెవరూ గమనించలేదు. కొంతసేపటికి ఆ ఆహారం తినిన పేదలు చనిపోగా రాజు దిగ్భ్రాంతి చెందాడు. ఈ పాపానికి కారణం యమలోకంలో చర్చనీయాంశమైంది. గడ్డ ఆహార సేకరణలో పామును పట్టుకుంది.. సర్పం ప్రాణభయంతో విషం చిమ్మింది. ఈ పొరపాటు రాజుకు తెలియదు. ఆ పాపం ఎవరి ఖాతాలో వేయాలని చిత్తగుప్పడు

ఆధ్యాత్మికం

పాపం

ఆదిగతే.. ముందు భూలోకానికి పోవడాన్ని దారిలో కొందరిని కదిలించాడు. మహారాజు అన్నదానం పేరుతో విషం పెట్టి చంపుతున్నాడు అని కొందరు, జనాభాను తగ్గించేమకు విష ప్రయోగం చేయిస్తున్నాడు అని మరికొందరు మాట్లాడుకుంటున్నారు. నిజం తెలుసుకోకుండా తమ కాలాన్ని వృథా చేసుకుంటూ గాలివార్లు, వదంతులను వ్యాపింప చేస్తున్న పిల్లందరి ఖాతాలో

పాపం

అంటూ చిత్తగుప్పడికి ఆజ్ఞ జారేపోడు యమదర్బర్రాజు. ప్రచారంలో ఉన్న ఈకథలో వాస్తవం ఎంతో కానీ.. అనత్యాలను ప్రచారం పాపమని అర్థం చేసుకోవాలి. □

పనిని పద్ధతిగా చేద్దాం !

ఆలోచించారా? ఆలోచించండి. లేదంటే పనిని అన్యాయించడం మానేసి, ఒత్తిడిగా భావిస్తారు. ఒకదాని తర్వాత మరొకటి చేసుకుంటూ వెళ్ళిపోవడం కాకుండా మీపనిని విభజించుకోండి. అరగంబలోపు పూర్తయ్యేవి చిన్నవి. అంతకన్నా ఎక్కువ సమయం పట్టేవి

పెద్దవి. ముందు పెద్దవి చేసేస్తే చిన్నవి చేసుకోండి. చక్కగా చేసుకుంటూ వెళ్ళొచ్చు అని పిస్తుంది

ఆలోచించారా? ఆలోచించండి. లేదంటే పనిని అన్యాయించడం మానేసి, ఒత్తిడిగా భావిస్తారు. ఒకదాని తర్వాత మరొకటి చేసుకుంటూ వెళ్ళిపోవడం కాకుండా మీపనిని విభజించుకోండి. అరగంబలోపు పూర్తయ్యేవి చిన్నవి. అంతకన్నా ఎక్కువ సమయం పట్టేవి

పనిని పద్ధతిగా చేద్దాం !

కదా! కానీ చిన్నవే తొలుత పూర్తిచేయండి. ఏమందిలే అనుకుంటాం కానీ వీటినే త్వరగా మర్చిపోతాం. మన ఆదవాళ్ళ పరిస్థితి విచిత్రం.

పనిని పద్ధతిగా చేద్దాం !

కదా! కానీ చిన్నవే తొలుత పూర్తిచేయండి. ఏమందిలే అనుకుంటాం కానీ వీటినే త్వరగా మర్చిపోతాం. మన ఆదవాళ్ళ పరిస్థితి విచిత్రం.

పుస్తకాలకు అట్టలేస్తున్నారా ?

పిన్నులు కొట్టడం అబ్బబ్బా ఎంత పనో. ఇదంతా లేకుండా కేవలం ముడిచేస్తే సరిపోయేలా ఉంటే బాగుందా అనిపిస్తోందా? అయితే, రెడి టూ యాక్ బుక్ కవర్ తెచ్చుకోండి. పుస్తకాన్ని పెట్టి, మడిచి, పిన్నులు కొట్టుకుంటే చాలు.

పనిని పద్ధతిగా చేద్దాం !

కదా! కానీ చిన్నవే తొలుత పూర్తిచేయండి. ఏమందిలే అనుకుంటాం కానీ వీటినే త్వరగా మర్చిపోతాం. మన ఆదవాళ్ళ పరిస్థితి విచిత్రం.

