పార్లమెంట్ ఎన్నికల పోలింగ్ సజావుగా జరగడం పట్ల హర్షం

నియోజకవర్గ అసిస్టెంట్ రీటర్నింగ్ అధికారి ప్రతీక్ జైన్

మణుగూరు, మే 15, ప్రజాజ్యోతి: మహబూబాబాద్ పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో భాగంగా పినపాక నియోజకవర్గంలో పోలింగ్ ప్రక్రియ ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా సజావుగా జరగడం పట్ల నియోజకవర్గ అసిస్టెంట్ రిటర్నింగ్ అధికారి, భద్రాచలం ఐటీడీఏ ప్రాజెక్టు అధికారి ప్రతిక్ జైన్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. బుధవారం విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ... పార్లమెంట్ ఎన్నికల షెడ్యూల్ విడుదలైన మార్చి 16వ తేదీ, నోటిఫికేషన్ ఏప్రిల్ 18వ తేదీ నుంచి ఈ నెల 13వ తేదీ పోలింగ్ ప్రక్రియ ముగిసే వరకు ఎన్నికల నిర్వహణలో నియోజకవర్గం ప్రజల సహకారం, వారి యొక్క భాగస్వామ్యం మరువలేనిదన్నారు. సమస్యాత్మక ప్రభావిత మండలాలైన గుండాల, కరకగూడెం, ఆళ్లపల్లి మండలాలలో ఎటువంటి విఘాతం కలగకుండా ప్రశాంత వాతావరణంలో ఎన్నికలు నిర్వహించడం ఎంతో అభినందనీయమన్నారు. ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా సజావుగా జరగడానికి సహకరించిన వివిధ రాజకీయ పార్టీల ప్రజాప్రతినిధులు, ప్రతినిధులకు, ప్రజలకు ఆయన అభినందనలు తెలిపారు. ఎన్నికల నిర్వహణలో భాగస్వాములైన అధికారులకు, అనధికారులకు పినపాక నియోజకవర్గం లోని మండలాల ప్రజలకు ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. అలాగే పినపాక నియోజకవర్గంలో ఎన్నికలు సజావుగా జరగడానికి ప్రత్యేక బాధ్యత తీసుకొని విధులు నిర్వహించిన మణుగూరు తహశీల్దార్ వి రాఘవరెడ్డికి, నయాబ్ తహశీల్దార్, ఎలక్షన్ డిటి నాగరాజుకి, రెవెన్యూ సిబ్బందికి అందరికీ ఆయన ప్రత్యేక అభినందనలు తెలిపారు.

ప్రజాజ్యోతి

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం

గురువారం | 16 | మే | 2024 | పేజీలు : 4

సింగరేణిలో ఉద్యోగావకాశాలకు నోటిఫికేషన్ విడుదల

2లో

అకాల వర్షం...

■ మణుగూరు, ప్రజాజ్యోతి

రానున్న మూడు రోజుల్లో ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వర్షాలు కురుస్తాయని రాష్ట్ర వాతావరణ శాఖ హెచ్చరించిన వేళ... జిల్లాలో ఈదురు గాలులు, అకాల వర్షం విలయ తాండవం సృష్టించింది. అక్కడక్కడ చెట్లు, విద్యుత్ స్తంభాలు విరిగి పడ్డాయి. రహదారులు పై వాహనాల రాకపోకలకు, విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయం ఏర్పడింది. విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం ఏర్పడటంతో పలు ప్రాంతాల్లో గంటల తరబడి విద్యుత్ నిలిచిపోయింది. పలు లోతట్టు ప్రాంతాలు జలమయం అయ్యాయి. డ్రయినైజీలు సైతం పొంగి పోర్లాయి. కొనుగోలు కేంద్రానికి తీసుకువచ్చిన ధాన్యం సైతం తడిచి పోయింది. అకాల వర్షంతో చేతికి అందివచ్చిన పంటలు దెబ్బతినడంతో రైతులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. జిల్లాలోని పలు గ్రామాల్లో సైతం వర్షం పడటంతో పలు వాణిజ్య పంటలు సైతం దెబ్బతిన్నాయి. ఎండలతో అల్లాడుతున్న జనాలకు ఈ వర్షాల వలన ఊరట లభించిన రైతన్నలకు మాత్రం శోకాన్ని మిగిల్చింది.

దశదిన కర్మలకు హాజరైన మంత్రి

ఇల్లందు, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

ఇల్లందు ఎమ్మెల్యే కోరం కనకయ్య తండ్రి కోరం పుల్లయ్య దశదిన కర్మలకు బుధవారం రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు హాజరయ్యారు. కోరం పుల్లయ్య చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మహబూబాబాద్, వైరా ఎమ్మెల్యేలు డా. భూక్య మురళి నాయక్, మాలోత్ రాందాస్ నాయక్, మహబూబాబాద్ జిల్లా అధ్యక్షుడు జిన్నా రెడ్డి భరత్ చంద్ర రెడ్డి, నాయకులు పువ్వాళ్ళ దుర్గ ప్రసాద్, కనగాల పేరయ్య, మూల మధుకర్ రెడ్డి, ఇల్లందు నియోజకవర్గ నాయకులు, ప్రజా ప్రతినిధులు, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు, ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

అక్రమ కట్టడాలను కడుతున్న వారిపై విచారణ చేపట్టాలి

సర్వే నెంబరు 117 ఆలయ ప్రభుత్వ భూములకు రెవెన్యూ వారు రక్షణ కల్పించాలి: కొండా చరణ్

చర్ల, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

సిపిఐ ఎంఎల్ మాస్ లైన్ ప్రజా పంథా పార్టీ చర్ల మండల కమిటీ కార్యకర్తల సమావేశం చెన్నం మోహన్ రావు అధ్యక్షతన జరిగింది. సమావేశానికి ముఖ్యఅతిథిగా సిపిఐ ఎంఎల్ మాస్ లైన్ ప్రజా పంథా పార్టీ డివిజన్ కార్యదర్శి కొండా చరణ్ పాల్గొని మాట్లాడుతూ చర్ల మండల పరిధిలో సర్వేనెంబర్ 117లో ఉన్న ప్రభుత్వ భూమి శ్రీ శ్రీ శ్రీ కన్యకామేశ్వరి దేవి ఆలయ భూములు ఆక్రమించుకొని అక్రమ కట్టడాలు కడుతున్నారని, అట్టి వ్యక్తులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని, స్థానిక చర్ల మండలం తాహశీల్దార్ కి సిపిఐ ఎంఎల్ మాస్ లైన్ ప్రజా పంథా పార్టీ మండల కమిటీ ద్వారా వినతిపత్రం ఇచ్చి, ఆక్రమించుకున్న శ్రీ శ్రీ కన్యకామేశ్వరి దేవిఆలయప్రభుత్వ భూములను రక్షించవలసిందిగా తెలిపారు. చర్ల మండల కేంద్రంలో ప్రభుత్వ భూములు ఆక్రమణకు గురవుతూ, అక్రమ కట్టడాలు కడుతున్న వ్యక్తులు ఎక్కువై పోయారని, చర్య తీసుకోవాల్సిన, రెవెన్యూ డిపార్ట్మెంట్ నిమ్మకు నీరు నెత్తనట్టు మౌనం వహిస్తున్నదని, తెలిపారు. అక్రమాణకు గురవుతున్న ప్రభుత్వ భూములను రెవిన్యూ డిపార్ట్మెంట్ స్వాధీనపరచుకోని, ఆలయానికి కేటాయించాలని, డిమాండ్ చేశారు. వినతి పత్రం కి స్పందించిన తాహశీల్దార్ మాట్లాడుతూ క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి పది రోజులలో చర్యలు తీసుకుంటామని ప్రభుత్వ భూములలో అక్రమ కట్టడాలు నిర్మిస్తే విచారణచేపట్టి అట్టి వారిపైచర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో సిపిఐ ఎంఎల్ మాస్ లైన్ ప్రజా పంథా చర్ల మండల కార్యదర్శి కొండ కౌశిక్, నాయకులు రాజు, పవన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మధ్యాహ్న భోజన సౌకర్యాన్ని పునఃప్రారంభించాలి: బీఎంఎస్

కొత్తగూడెం, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

హెడ్డాఫీస్ ఉద్యోగుల కోసం కార్పొరేట్ హెడ్డాఫీస్ క్యాంటీన్‌లో మధ్యాహ్న భోజన సౌకర్యాన్ని పునఃప్రారంభించాలి బీఎంఎస్ జాతీయ కార్యదర్శి పి. మాధవ నాయక్ కోరారు. ఈ మేరకు బుధవారం డైరెక్టర్ (పా)కు జీఎం వెల్ఫేర్ ద్వారా సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా మాధవ నాయక్ మాట్లాడుతూ కొత్తగూడెంలోని సింగరేణి కార్పొరేట్ హెడ్ ఆఫీస్ క్యాంటీన్‌లో గతంలో అల్పాహారం తోపాటు మధ్యాహ్న భోజనము సరఫరా చేసేవారన్నారు. కోవిడ్ మహమ్మారి కారణంగా క్యాంటీన్ మూసి వేశారన్నారు. కోవిడ్ మహమ్మారి నుండి సాధారణ పరిస్థితులు వచ్చిన తర్వాత హెడ్డాఫీస్‌లో క్యాంటీన్ సదుపాయం ఏర్పాటు చేశారన్నారు. ఓపెన్ కాస్ట్ బొగ్గు గనుల్లో పనిచేస్తున్న కార్మికులకు మధ్యాహ్న భోజనం తిరిగి ప్రారంభింప చేశారని, సింగరేణి హె డ్డాఫీస్ కార్పొరేట్‌లో మధ్యాహ్నం భోజన సదుపాయం వెంటనే ప్రారంభించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు జీవీ. కృష్ణారెడ్డి , సుందర్ రామ్ సింగ్, పిల్లి రాజేశ్వరరావు పాల్గొన్నారు.

బొడ్రాయి ప్రతిష్టకు చందా ఇవ్వలేదని 20 కుటుంబాల గ్రామ బహిష్కరణ

అశ్వారావుపేట, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

గ్రామంలో జరిగిన బొడ్రాయి ప్రతిష్ట కార్యక్రమానికి తమ వంతు నగదును ఇవ్వలేదని 20 కుటుంబాలను వెలివేసిన ఘటన భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా అశ్వారావుపేట మండలంలో చోటుచేసుకుంది. బాధితుడు చల్లా దుర్గయ్య తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. కోయరంగాపురం గ్రామంలో బొడ్రాయి ప్రతిష్ట కార్యక్రమానికి కుటుంబానికి రూ. 3 వేలు చొప్పున చెల్లించాలని గ్రామ పెద్దలు నిర్ణయించారు. అయితే వడ్డెర కులానికి చెందిన దుర్గయ్య తో పాటు మరో 19 కుటుంబాలు తాము చర్చికి వెళు న్నామని.. బొడ్రాయి ప్రతిష్ట కార్యక్రమానికి నగదు ఇవ్వలేమన్నారు. గ్రామంలో వేరే కార్యక్రమానికి చెల్లిస్తామని చెప్పారు. దీంతో వీరందరిని కులం నుంచి వెలివేస్తున్నట్లు గ్రామ పెద్దలు నిర్ణయించారు. వెలివేయబడ్డ 20 కుటుంబాలకు గ్రామంలోని దుకాణాలలో సరుకులు ఇవ్వకూడదని.. ఎవరు మాట్లాడకూడదని హుకుం జారీ చేశారు. అతిక్రమించిన వారికి రూ.5 వేలు జరిమానా విధించబడుతుందని హెచ్చరించారు. కుల పెద్దలైన పల్లెపు అప్పారావు, గండికోట మహాలక్ష్మయ్య, వల్లెపు శ్రీను, రంగుల దుర్గయ్య, గంజి లక్ష్మయ్య లు తమని వెలివేసినట్లుగా బాధితుడు పేర్కొన్నాడు.

సింగరేణిలో ఉద్యోగావకాశాలకు నోటిఫికేషన్ విడుదల

కొత్తగూడెం, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

సింగరేణిలో 327 ఖాళీగా ఉన్న పోస్టులకు సింగరేణి యాజమాన్యం నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. ఇందులో మేనేజ్‌మెంట్ ట్రైనీ (ఈఅండ్ఎం) 42, మేనేజ్‌మెంట్ ట్రైనీ ఏడు, జూనియర్ మైనింగ్ ఇంజనీర్ ట్రైనీ 100, అసిస్టెంట్ ఫోర్‌మెన్ ట్రైనీ (మెకానికల్, 9, అసిస్టెంట్ ఫోర్‌మేన్ ట్రైనీ (ఎలక్ట్రికల్) 24, ఫిట్టర్ ట్రైనీ 47, ఎలక్ట్రిషియన్ ట్రైనీ 98 పోస్టులకు దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తోంది. ఆయా పోస్టులకు సంబంధిత విద్యార్హతలు ఉండాలని, వయసు 18 సంవత్సరాల నుంచి 30ఏళ్లలోపు దరఖాస్తులు చేసుకోవాలని, ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ అభ్యర్థులు ఐదేళ్ల వయసు సడలింపు ఉంటుందని నోటిఫికేషన్‌లో పేర్కొంది. ఈ నెల 15వతేదీ నుంచి ఆన్‌లైన్‌లో దరఖాస్తులు చేసుకోవచ్చని, జూన్ 4వతేదీ వరకు ఆన్‌లైన్ దరఖాస్తులను సమర్పించాలని తెలిపింది. అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకునేందుకు వెయ్యిరూపాయలు ఫీజు నిర్ణయించారు. ఎస్సీ, ఎస్టీ, సింగరేణి ఉద్యోగుల పిల్లలకు రూ. 100లు ఫీజుగా నిర్ణయించిన నోటిఫికేషన్‌లో పేర్కొంది. ఇతర వివరాలకు సింగరేణి వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించాలని కోరింది.

మీకు తెలుసా!

అతిగా శీతల పానీయాలు తాగొద్దు

ప్రజాజ్యోతి డెస్క్

తీయగా చల్లగా ఉన్నాయని కూల్ డ్రింక్‌లను, వివిధ రకాల సోడాలను అదే పనిగా తాగితే తాత్కాలిక ఆనంద o మాత్రమే కలుగుతుంది. అయితే ఇలా పంచదారలు, ఇతరత్రా తీపిని కలిగించే ఎసెన్స్‌లు వేసి తయారు చేసిన చల్లని పానీయాలను తాగితే మెదడు సంబం ధిత అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతు న్నారు. ఇలా ఎక్కువ గా తీయని చల్లని పానీయాలను తాగితే టైప్-2 డయాబెటిస్‌కు గురికావడంతో పాటు, అధిక రక్తపోటు, అధిక కొవ్వు, యెస్ అల్జీమర్‌కు గురవు తారట. ఎక్కువగా బయట విక్రయించే తీయని పానీయాలలో

చల్లగా, తీయగా ఆరోగ్యానికి హానిచేస్తాయి

తియ్యదనం కోసం ఫ్రక్టోస్ వాడ తారు. ఎక్కువగా దానిని వినియో గించడం వల్ల చదువుకునే సామ ర్థ్యం తగ్గుతుంది. ఓవరాల్ మెదడు పని తీరులో తేడా వస్తుంది. బ్రెయిన్ లో కొత్త న్యూరాన్లు వస్తాయి. బుద్ధి మాంద్యం కలుగుతుంది. మొత్తం గా మెదడు పనితీరులో కొంత మార్పు చోటు చేసుకుంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మరో వైపు రిఫైన్డ్ కార్బోహైడ్రేట్లను ఆహారంలో తీసుకుంటుం టారు, అవి తీపిగా ఉండవు కాని, వాటిని తినడం వల్ల శరీరంలో ఉండాల్సిన షుగర్ స్థాయిలను తక్కువ చేస్తాయి. ప్రాసెస్డ్ గ్రెయిన్లలో రిఫైన్డ్ కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి. దీనివల్ల కూడా మెదడుకు హాని కలుగు

తుంది. హోల్ గ్రెయిన్లు, పండ్లు, రసాయనాలు వేసి పండించని తాజా కూరగాయలను తినడం వల్ల మేలు కలుగుతుంది. హై రిఫైన్డ్ కార్బో హైడ్రేట్లు తినడం వల్ల జ్ఞాపక శక్తి లోపిస్తుంది ఇక ప్రాసెస్డ్, ప్యాకేజ్డ్ ఫుడ్‌లు వాడ కుండా ఉంటేనే మంచిది. కానీ వాట పైనే ఇప్పుడు అందరు మక్కువ చూపిస్తు న్నారు. వీటి వల్ల మెదడు లోని టిష్యూల పనితీరులో లోపం వస్తుం ది. ఆల్కహాల్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పేదేమీ ఉండదు, దీనికి బానిస యిన వారు పడుతున్న బాధలను నిత్యం చూస్తున్నవే. దీని వల్ల కంటి సమస్యలు వస్తాయి, జ్ఞాపకశక్తి ఉండదు. ప్రతిదీ అయోమయంగా ఉంటుంది. స్థిరంగా ఉండలేరు.

-రూ. 25 నుంచి రూ. 30 ధర పలుకుతున్న కాయ...!

-నిల్వ పచ్చడి తగ్గించుకుంటున్న కుటుంబాలు

-కాయలు, సరుకుల ధరలు భారం...!

-తగ్గిన కొంతమేర మామిడి దిగుబడి...?

మామిడి పచ్చడికి ధరా ఘాతం..!

ఇల్లందు, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

వేసవి వచ్చిందంటే మామిడి కాయ రుచులు నోరూరిస్తాయి. నిల్వ పచ్చళ్ళ తయారీలో ప్రతి ఇంట్లో మహిళలు బిజీగా మారిపోతారు. ప్రాంతాల వారిగా పచ్చళ్ళకు రకరకాల పేర్లు ఉన్నా... మామిడి కాయ పచ్చడి అంటే అందరికి ఇష్టమే. భోజనం చేసే సమయంలో అంచుకు మామిడి తొక్కు ఉంటే ఆ రుచే వేరుగా ఉంటుంది. కానీ చివరి రోజుల్లో వర్షాలతో ఈసారి మామిడి దిగుబడి తగ్గిపోయిందనే చెప్పొచ్చు.

దింతో మామిడి కాయల ధరలు పెరిగాయి. మరో వైపు ఆవకాయ తయారీకి అవసరమయ్యే నూనెలు, ఇతర సరుకుల ధరలు ఆకాశాన్ని అంటు తున్నాయి. దింతో జనం పచ్చడి నిల్వలు తగ్గించు కుంటున్నారు. మామిడి కాయలను ముక్కలు చేయిం చుకోవడం అందుకు కావాల్సిన సరుకుల కొనుగోళ్లతో మార్కెట్ కళకళలాడుతున్నా నిల్వ పచ్చడికి కావాల్సిన సరుకుల ధరలు చూసి జనం ఆవేదన చెందుతున్నారు.

ఏటా 5 కిలోల వరకు నిల్వ పచ్చడి చేసుకునే వారు కొంత మేరకు తగ్గించు కున్నారు. భయపెడుతున్న ధరలు పచ్చళ్ళ సీజన్ లో ఈసారి మామిడి కాయలతో పాటు అందులోకి కావాల్సిన వస్తువుల ధరలు భయ పెడుతున్నాయి. చిన్న సైజు పచ్చడి మామిడికాయ రూ. 25, కాస్త పెద్ద కాయ రూ. 40 పలుకుతుంది. పొరుసు పచ్చడికి ఉపయోగించే కాయ రూ. 35 నుంచి రూ. 45 వరకు అమ్ముతున్నారు. పచ్చడి తయారీకి అవసరమయ్యే మంచి బ్రాండెడ్ పల్లి నూనె లీటర్ ప్యాకెట్ రూ. 180, నువ్వుల నూనె కిలో రూ. 340, కారంపొడి కిలో సాధారణ రకం రూ. 300 ఉండగా, పచ్చళ్ళకు వాడే రకం కిలో రూ. 480 ఉంది. మెంతి పొడి కిలో రూ. 180, ఆవాలు కిలో రూ. 150, జీలకర్ర కిలో రూ. 320 ఉన్నాయి.

విదేశాలకు పచ్చళ్ళు...

జిల్లా నుంచి విదేశాల్లో ఉన్న తమ కుటుంబ సభ్యులకు కూడా మామిడి పచ్చడిని తయారు చేసి పంపిస్తుం టారు. అక్కడ ఉన్న వారు కూడా ఎంతో ఇష్టాన్ని కనబరుస్తారు. విదేశాలకు పంపించడానికి ప్రత్యేకంగా పచ్చడి తయారు చేసి ఇచ్చే వారికి కూడా ఈ సీజన్ లో ఉపాధి లభిస్తుంది. మామిడికాయ పచ్చడిపై కొన్ని అపోహలు ఉన్నా ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. రోజు తగిన మోతాదులో పచ్చడి తింటే జీర్ణశక్తి పెరగడంతో పాటు మనిషి చలాకీగా ఉంటాడని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఆవాలు లేకుండా మామిడి పచ్చడి ఉండదు. అవాలకు ఉన్న గుణం జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది. జలుబు రాకుండా చేస్తుంది. శరీరంలోని నీరసాన్ని పోగొట్టి ఆకలిని పుట్టిస్తుంది. మొంతులు ఆవకాయలో కలవడంతో శరీరానికి చలువ చేస్తుంది. మెంతులకు ఉన్న శక్తి మధుమేహ వ్యాధిని కూడా నివారిస్తుంది. మామిడి కాయలో 37 కాలరీల శక్తి, విటమిన్ ఏ, సి తో పాటు సోడియం అధికంగా ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ లేకపోవడం వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎలాంటి హాని కలుగదు. ఇక కప్పు మామిడి పచ్చడిలో కొవ్వు 9 గ్రాములు, కార్బో హైడ్రేడ్ 3 గ్రాములు, కాల్షియం, ఐరన్ వంటి పోషకాలు ఉంటాయి.

మామిడి పచ్చడి తయారీ ఇలా...

పచ్చళ్ళలో అగ్ర స్థానం మామిడిది. వేసవికాలంలో ఎవరి ఇంట్లోనైనా మామిడి పచ్చడి గుమగుమలు వేదజల్లుతాయి. మార్కెట్ లో మంచి రకం మామిడి కాయలను తీసుకొని వాటిని శుభ్రంగా కడిగి ముక్కలుగా చేయాలి. సరైనా మోతాజులో ఉప్పు, కారం, అవాల పొడి, జీలకర్ర, మెంతుల పొడి కలిపి ముక్కలకు పట్టించి ఉరబెడతారు. తర్వాత ఎల్లిపాయలు, ఆవాలు వేసి పోపు వేయాలి. ఇలా చేస్తే మామిడి పచ్చడి అయిపోతుంది. ఏదిఏమైనా మామిడి పచ్చడి లేని ఇల్లు ఉండదనడంలో ఎలాంటి అతిశయోక్తి లేదు.

ఆహా ఏమి రుచి...!

'చింతచిగురు' వగరు-చూడు...

గత కాలపు పల్లె జనం ధృఢకాయులు, కాయకష్టం చేసేవారు. ఆరోగ్యంగా ఉండేవారు. రోజంతా పనిచేసినా అలసట లేకుండా హాయి గా నిద్రించి మరల వేకువజామునే లేచి పొలం పనులకు, ఇతరత్రా పనులకు వెళ్ళేవారు. రెండు మూడు కిలోమీటర్ల దూరం నుంచి నిత్యావసరాల కోసం కావళ్ళలో కుండలు, బిందెలు పెట్టుకుని చెరువుల నుంచి, దొరువుల నుంచి, చలాల నుంచి నీరు తెచ్చుకునేవారు. సుమారు 50, 60 కిలోల బరువున్న పచ్చి జొన్న చొప్ప, గడ్డి మోపులను మహిళలు సైతం నెత్తిన పెట్టుకుని రెండు కిలో మీటర్లు నడిచేవారు. గడ్డి కోయా లన్నా, పక్వానికి వచ్చిన పంటలను కోయా లన్నా, నాటాలన్నా, వరి కోతలు కోయాలన్నా, కళ్ళాలో వడ్లు ఉన్న కంకులను కొట్టి ధాన్యాన్ని తూర్పార పోసి, రాశులగా చేసి, బస్తాలకెత్తి, ఇంటికి తీసుకువచ్చి గాదెలలో వేసుకోవాలన్నా, గొడ్లను కాయా లన్నా, వాటి నిర్వహణకు సంబంధించి పలు పనులు చేయాల న్నా నడుం వంచాలి. ఇలాంటి పనులన్నీ చేయడానికి వారికి శక్తి ఎక్కడి నుంచి వచ్చేదంటే ప్రకృతి ప్రసాదించిన సహజసిద్ధమైన ఆకుకూరలు, చెట్ల సం బంధిత ప్రకృతి పరమైన ఆకులు, కాయలు, ధాన్యా లతో చేసిన పదార్థాలు తినడం వల్లేనని గట్టిగా చెప్పచ్చు.

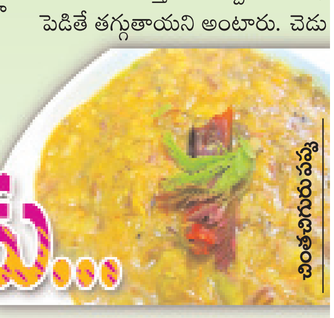
(ప్రజాజ్యోతి డెస్క్)

మనం పట్టించుకోం కానీ, చింతచెట్టు తో ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దీనిని సృష్టించిన భగవానుడికి హ్యాట్సాప్ చెప్పాల్సిందే. చింతచెట్టు లను రహదా రులకు అడ్డంగా వస్తు న్నాయని కొట్టేస్తు న్నారు కానీ. అవి ఎన్ని ఉంటే అంత మంచిదని చెప్పచ్చు. చింత చెట్టును గురించి అనేక పాటలు కూడా ఉన్నాయి. చింతనెక్క గలవా . ఓ చెంచిత చిటారు కొమ్మన చిగురు కోయగలవా అని పాట కూడా ఉంది. చింత చిగురు సొగసు చూడు, చినదాని పొగరు చూడు అని పాట ఉంది. అలాగే ఎవరైనా వృద్ధాప్యం లో ఇంకా కోరిక లతో ఉంటే చింత చచ్చినా పులుపు చావలేదని సామెత ను ప్రయో గిస్తారు. అలాగే ఎవరైనా తీరని చింత(కోరికలు, కామ్యాలు)తో ఉంచే చితి కాల్చుతుందని చెబుతారు. చితి అంటే ఇక వారి కోరికలు పోయినప్పుడే తీరుతాయని అర్థం.

చింతచిగురు పులిహోర

ఆ ఏముంది పాతచింతకాయ పచ్చడే గదా అంటుంటారు. పాత చింత కాయను అంత తేలికగా తీసిపారేయ క్కర్లేదు. బాగా జ్వరం వచ్చిలంఖణం చేసిన వారికి పాతచింత కాయ పచ్చడి అన్నం పెడితే, అప్పటిదాకా పడిపోయిన నోటి రుచి మరల పునరుద్ధరణ అవుతుంది. చింతకాయపచ్చడి, నెయ్యి వేసుకుని తింటే ఇంక వేరే కూరలు కూడా అవసరం లేదు. ఇక చింతకాయల నుంచి తయారయ్యేదే చింతపండు. చింత పండు ప్రయో జనాలు గురించి వేరే చెప్పక్కర్లేదు. చింతపండు లేకుండా వంటిల్లు ఉండదు. అది నిత్యావస ర సరుకు లలో ప్రధానమైనది. పులుసు, చారు(రసం), పులిహెూర, పప్పు, చెట్నీ ఇలా అన్నింటిలోనూ చింతపండు అవస రమే. ఇక వేసవిలో అతి తక్కువ రోజులలో లభించేంది చింతచి గురు. చిం తచిగురు సొగసు చూస్తేనే ఎంతో అందంగా ఉంటుంది. జేగురు రంగు, ఆకుపచ్చ, ఆకాశంలో సూర్యుడు ఉదయిస్తున్నపుడు ఆకాశంలో ఉండే లేతగులాబీ రంగు ఛాయ వంటి రంగులు చింత చిగురుకు సొంతం. ఇలాంటి చింత చిగురు ను కాస్తంత వట్టిది నోట్లో పెట్టుకుని నమిలినా ఒళ్ళు జిల్లం టుంది. దాని పుల్లని రుచి మైమర పిస్తుంది. చింతచిగురు పప్పు పల్లెల్లో ఎక్కువగా చేస్తారు. పట్టణాలలో నగరాలలో చిగురు దొరకదు కాబట్టి వారికా రుచి అంతగా తెలియదు. చింతచిగురు ను కందిపప్పుతో చేసిన పప్పుతో వేయడం, దాంతో పాటే ఉల్లిపాయలు వేసి ఉడికించడం ఆ తురువాత దానికి తాళింపు పెట్టడం వంటి చేసి అన్నంలోవేసుకుని తిం టూ, దానికి ఆవకాయ అద్దు కుని తింటుంటే .. దాని వైభోగం చెప్పక్కర్లేదు. ఇక చింతచిగురు పొడి, చట్నీ ఇవన్నీ కూడా ఎంతో రుచిగా ఉంటా యి. చింత చిగురు పులి హెూర కూడా ఎంతో బాగుంటుంది. బాస్మతి రైస్‌తో చేసిన అన్నానికి, చింతచిగురు ముద్ద ను కలిపి పులిహెూరగా చేస్తే ఇక దానినే మరు సంవత్సరం చింత చిగురు వచ్చిన రోజులలో చేసుకుని తినాలని పిస్తుంది. చింతచిగురు మటన్, చి ంతచిగురు స్పెషల్ చికెన్ కర్రీ, చింతచిగురు మాంసం ఇలా ఎన్నో వంటకాలు అమలులో ఉన్నా యి. చింత చిగురు ఏ ప్రిల్– మే నెల ల్లోనే ఉంటుంది. చింతచిగురు వైద్యానికి కూడా ఎంతో ఉపకరి స్తుంది, కాళ్ళవాపులు ఉంటే చింత చిగురును కాస్తంత వెచ్చచేసి కాపు పెడితే తగ్గుతాయని అంటారు. చెడు కొలె స్ట్రాల్‌ను తగ్గి స్తుంది. జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది. నోటిలోని కొన్ని వ్యాధు లను హరిస్తుంది, రోగ నిరోధశక్తిని పెంచుతుంది. ఇలా అనేక ఆరోగ్య పరమైన అంశాలకు కూడా బాగా వినియోగపడు తుంది. చింత కర్రను వంట చెరకుగా వినియోగిస్తారు. చింత చెట్టులో వృధా పోయేదేదీ లేదు. ఆఖరికి చింత బరికెలు కూడా శిక్షిం చడానికి వినియోగ పడతాయి. చింత అంతా కూడా పుల్లని, కమ్మని వాసనలను వెదజల్లుతుంది.

చింతచిగురు రొయ్యలు



చింతచిగురు పప్పు

చింతచిగురు చేపలు

- వేసవిలో కొద్ది రోజులు మాత్రమే లభించే చింతచిగురు
- ఆరోగ్యపరంగా ఎన్నో ప్రయోజనాలు
- చింతచిగురుతో పసందైన వంటకాలు

చింతచిగురు చికెన్

చింతచిగురు ఇగురు

18 వరకు గడువు పొడిగింపు

టేకులపల్లి, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ (ఈఎంఆర్ఎస్) ఇంటర్ లో ప్రవేశానికి ఈ నెల 18వ తేదీ వరకు గడువు పొడిగించినట్లు విద్యాలయాల ప్రాంతీయ సమన్వయ అధికారి టీవీ,రాజు, టేకులపల్లి ఏకలవ్య ప్రిన్సిపాల్ కె. భద్రయ్య బుధవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఇంటర్మీడియట్ ప్రథమ సంవత్సరంలో అడ్మిషన్ పొందేందుకు 2023-24లో పదవ తరగతి ఉతిర్ణులైన గిరిజన విద్యార్థులు అర్హులని పేర్కొన్నారు. ఎంపీసీ, బైపీసీ, సీఈసీ, హెచ్ఈసీ గ్రూపులలో సీబీఎస్ఈ సిలబస్ బోధిస్తారని, ఆసక్తి గలవారు సమీపంలో ఏకలవ్య పాఠశాలల్లో దరఖాస్తులు అందజేయాలని కోరారు.

బోర్ వెల్ మిషన్ సీజ్

టేకులపల్లి, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

ఎలాంటి అనుమతులు లేకుండా బోరు వేస్తున్న బోర్ వెల్ మిషన్ ను జిల్లా టాస్క్ ఫోర్స్ ఎస్ఆర్వ్వ ప్రసాద్ బుధవారం సీజ్ చేశారు. టేకులపల్లి మండలంలోని గల గ్రామ పంచాయితీ పరిధిలో ఫారెస్టు భూమిలో అనుమతులు లేకుండా బోరు వేస్తున్నట్లు విశ్వసనీయ సమాచారం మేరకు జిల్లా టాస్ఫోర్స్ ఎస్ఆర్వో ప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలో తనిఖీ చేయగా ఏ కాలనీ సమీపంలో ఫారెస్టు భూమిలో రేగులతండాకు చెందిన ఓ వ్యక్తి ఆధ్వర్యంలో బోరు వేస్తున్న మిషన్ ను పట్టుకొని సీజ్ చేసి టేకులపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ కు తరలించారు. ఈ దాడులలో టాస్క్ ఫోర్స్ ఎఫ్ఎస్వేలు కోటీశ్వరారవు, లక్ష్మీనారాయణ, ఎస్ ఓ లు నాగేష్, శ్రీనివాసులు పాల్గొన్నారు.

తీన్మార్ మల్లన్నను అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించండి

చర్ల, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

ఈనెల 27వ తారీఖున జరగనున్న ఖమ్మం, నల్గొండ, వరంగల్, ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి తీన్మార్ మల్లన్న ప్రకటించడం జరిగిందని, ప్రశ్నించే గొంతుక నిత్యం ప్రజల సమస్యలపై పోరాడే వ్యక్తి గత ప్రభుత్వం హయాంలో జరిగిన అరాచకాలను ప్రజల ముందు ఉంచిన నిజమైన జర్నలిస్టు తీన్మార్ మల్లన్న. తన ఆస్తులు కూడా పార్టీకి రాసిచ్చిన మహెూన్నతి వ్యక్తితీన్మార్ మల్లన్న . ఖమ్మం,నల్గొండ, వరంగల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థిగా నియమించడం చాలా సంతోషకరమైన విషయమై చర్ల జడ్పిటిసి ఇరప శాంత తెలిపారు. ఈనెల 27వ తారీఖున జరిగే ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో భద్రాచలం నియోజవర్గ వ్యాప్తంగా ఉన్న పట్టభద్రులను గుర్తించి, ప్రతి ఒక్క కాంగ్రెస్ నాయకుడు, కార్యకర్త సైనికుల పనిచేస్తూ తీన్మార్ మల్లన్నకు మొదట ప్రాధాన్యత ఎమ్మెల్సీ ఓటు వేసే విధంగా పట్టభద్రులకు అవగాహన కల్పించి, తీన్మార్ మల్లన్నకు అత్యధిక మెజార్టీ వచ్చే విధంగా ప్రతి ఒక్క కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు అహర్నిశలు పనిచేయాలని చర్ల జడ్పిటిసి ఇరప శాంత పిలుపునిచ్చారు.

మానవత్వం చాటుకున్న మీకోసం మేమున్నాం కమిటీ

చర్ల, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

చర్ల మండలం కొత్తపల్లి గ్రామానికి చెందిన మజ్జూరి నాగేశ్వరరావు కు మార్తె నడి పింటి కుమారి, వయస్సు 35 సంవత్సరాలు, భర్త పేరు నాగరాజు ఇద్దరు పిల్లలు, నిరు పేదరాలు అయినా ఆమె దినసరి కూలికి వెళ్తే గాని ఇల్లు గడవని పరిస్థితి, బీదరాలైన ఆమెకు కడుపులోని ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా ఆరోగ్యం క్షీణించి ఆసుపత్రులు చుట్టు తిరుగుతున్న పరిస్థితి సర్జరీ చేయించుకునే స్తోమత లేక ఆర్థిక సాయం కోసం ఎదురు చూస్తున్న ఆమె మీకోసం మేమున్నాం కమిటీ వారిని ఆశ్రయించగా పలువురి దాతల సహకారంతో సేకరించిన 12000/-అక్షరాల పన్నెండు వేల రూపాయలను , ఆర్థిక వితరణ ను శేశెట్టి సాంబశివరావు, చింత నాగబాబు ల చేతుల మీదుగా ఆర్థిక సహాయాన్ని వారి కుటుంబ సభ్యులకి అందించడం జరిగిందని, మీ కోసం మేమున్నాం కమిటీ చైర్మన్ లయన్ నీలి ప్రకాష్ తెలిపారు. ఆయన మాట్లాడుతూ ఆరోగ్యం బాగోలేని వారికి, కుటుంబానికి, ఆర్థి క సహాయం మంచి మనసుతో చెయ్య డానికి ముందుకు వస్తున్న దాతలకు పేరుపేరునా ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలి పారు. ఈ విధమైన ఆలోచనతో చేస్తు న్న ఆర్థిక వితరణలు పేదల గుండెల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతాయని, ప్రతి ఒక్కరు కూడా ముందుకు వచ్చి తమ వంతు సహాయ సహకారాలు అందించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముమ్మినేని అరవింద్, పరిటాల రమణ, దొడ్డ ప్రభుదాస్ ,కొంగూరు నరసింహారావు, దొడ్డి తాతారావు , తాండవ రాయుడు, కొమవరపు రవి , దొడ్డి సూరిబాబు, రామ్మోహన్రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు

కష్టపడిన ప్రతి కార్యకర్తకి కృతజ్ఞతలు : పోదెం వీరయ్య

దుమ్ముగూడెం, మే 15, ప్రజాజ్యోతి:

మండలంలోని బలరాం నాయక్ గెలుపు కోసం పనిచేసిన నాయకులు, కార్యకర్తలు, బూత్ ఏజెంట్లుగా బాధ్యత వహించిన వారి అందరితో మండలంలోని వివిఆర్ ఫంక్షన్ హాల్ లో మండల అధ్యక్షులు వీరమాచినేని వినీల్అ ధ్యక్షతన రివ్యూ మీటింగ్ నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి కు ముఖ్య అతిథిగా డిసిసి అధ్యక్షులు మాజీ శాసనసభ్యులు పోదాం వీరయ్య పోల్గొన్నారు. ఆయన మండలంలోని 40 బూత్ లలోని ఓటింగ్ ఎంత జరిగింది, కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఎంత మెజారిటీ రావచ్చు అని ప్రతి బూత్ ఏజెంట్ల గా పనిచేసిన వారందరిని ఆడిగి తెలుసుకున్నారు. అదేవిధంగా ప్రతి కార్యకర్త ,నాయకులు ఎంతో కృషితోటి పనిచేసి రాబోయే స్థానిక ఎన్నికలలో మండలంలోని 37 పంచాయతీలలో కూడా కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థులను పెట్టి గెలిపించాలని కోరారు. వాటికి ఇవి ఫ్రీ ఫైనల్ మాత్రమే అని ఆయన అన్నారు. అలాగే కాంగ్రెస్ పార్టీ కోసం పనిచేసిన ప్రతి ఒక్కరికి కూడా న్యాయం జరిగేలా చూస్తాను అని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు. అదేవిధంగా ఈ నెల 27వ తేదీన జరిగే ఎన్నికలలో ఉమ్మడి వరంగల్ .ఖమ్మం. నల్గొండ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి తీన్మార్ మల్లన్న ను పట్టభద్రులందరూ అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించాలని ఆయన కోరారు.