Published by Telangana

TS-25-0034017

సత్యమేవ జయతే

తెలుగు దినపత్రిక

- ధర్మం నిలబడాలి, సత్యం గెలవాలి, సత్యం మాత్రమే గెలవాలి జైహింద్

విలేకరులు కావలెను

తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా "సత్యమేవ జయతే" తెలుగు దినపత్రికలో బ్యూరో మండలాల రిపోర్టర్గా పనిచేయుటకు జిల్లాల నియోజకవర్గ స్థాయిలో ఉత్సవంతులు అయిన యువతి యువకులు కావలెను కొత్త వారికి మరియు అనుభవం ఉన్నవారికి అవకాశం ఇవ్వబడును. రిపోర్టర్లుగా అపాయింట్మెంట్ అయిన తర్వాత వారికి లైన్ అకౌంట్ కూడా ఇవ్వబడును. సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెంబర్ 9959479375

సంపుటి : 01 సంచిక : 254 ప్రచురణ : తెలంగాణ, ఎడిటర్ : జె. భాస్కర్ గురువారం 09-10-2025 పేజీలు : 12 వెల : 2/-

జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నికల్లో పతంగ్ పార్టీ వ్యూహం

-పోటీ చేస్తుందా?

లేదా? అన్నది అనుమానం

2లో

నేడే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నోటిఫికేషన్

-నోటిఫికేషన్ విడుదలపై స్టే ఇచ్చేందుకు హైకోర్టు నిరాకరణ

హైదరాబాద్ - తెలంగాణలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నోటిఫికేషన్కు మార్గం సుగమం అయింది. నోటిఫికేషన్ విడుదలపై స్టే ఇచ్చేందుకు హైకోర్టు నిరాకరించింది. ఈ క్రమంలో షెడ్యూల్ ప్రకారం నేడు యథావిధిగా ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ ఎన్నికలకు నోటిఫికేషన్ విడుదల కానుంది. నేడు నామినేషన్ల ప్రక్రియ కూడా ప్రారంభం కానుంది. నేడు ఉదయం 10.30 గంటల నుంచి నామినేషన్లు స్వీకరించనున్నారు. తెలంగాణ ఎన్నికల కమిషన్ ప్రకటించిన షెడ్యూల్ ప్రకారం

బీసీ రిజర్వేషన్ల అంశంపై హైకోర్టులో

హైవోల్టేజ్

- రోజంతా ఇరు వర్గాలు వాడివేడిగా వాదనలు
- బీసీ రిజర్వేషన్ల జీవోపై విచారణ నేటికి వాయిదా
- రిజర్వేషన్లు 50 శాతం దాటడం రాజ్యాంగ విరుద్ధమన్న పిటిషనర్
- సమగ్ర అధ్యయనం తర్వాతే బిల్లు తీసుకువచ్చామన్న ప్రభుత్వం

హైదరాబాద్ - స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో 42శాతం బీసీ రిజర్వేషన్లు కల్పిస్తూ ప్రభుత్వం జారీ చేసిన జీవోను వ్యతిరేకిస్తూ దాఖలైన పిటిషన్లపై హైకోర్టులో విచారణ నేటికి వాయిదా పడింది. నేడు మధ్యాహ్నం రెండున్నరకు తదుపరి విచారణ చేపడతామని హైకోర్టు తెలిపింది. బుధవారం అటు పిటిషనర్ల తరపు లాయర్లు, ఇటు ప్రభుత్వం తరపు లాయర్లు తమ వాదనలు వినిపించారు. ప్రభుత్వం తరపున అభిషేక్ మను సింఘ్వీ వాదనలు వినిపించారు. వాదనలు కొనసాగుతున్న సమయంలో గురువారం మరిన్ని వాదనలు వినిపిస్తామని ప్రభుత్వం తరపు న్యాయవాది హైకోర్టు దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. ఆ సమయంలో పిటిషనర్ల తరపు లాయర్లు, గురువారమే నోటిఫికేషన్ ఇస్తారని హైకోర్టు నిర్ణయం వచ్చే వరకూ నోటిఫికేషన్ జారీ చేయకుండా చూడాలని కోరారు. అయితే హైకోర్టు ఈ అంశాన్ని పట్టించుకోలేదు. నోటిఫికేషన్ జారీ చేయకుండా ఎలాంటి ఉత్తర్వులు ఇవ్వలేదు. ఇప్పటికే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల షెడ్యూల్ ప్రకారం గురువారం ఉదయం నోటిఫికేషన్ రానుంది. అంటే రేపటి నుంచే నామినేషన్లు స్వీకరిస్తారు.

2

స్వదేశీని మంత్రాన్ని స్వీకరించండి

-దేశాన్ని బలోపేతం చేయాలని మోదీ పిలుపు

సమసిన "దున్నపోతు" వ్యాఖ్య వివాదం

2లో

- అడ్లూరి లక్ష్మణ్కు మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ క్షమాపణ

పెట్టుబడుల ప్రయత్నాలు సత్ఫలితాలిస్తున్నాయి

- చంద్రబాబు అధ్యక్షతన ఎస్ఐపీబీ సమావేశం
- రూ.1.14 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులకు ఆమోదం
- సుమారు 67 వేల మందికి ప్రత్యక్షంగా ఉపాధి అవకాశాలు
- ప్రాజెక్టుల వేగవంతమైన అమలుకు ప్రత్యేక అధికారులను నియమించాలని నిర్ణయం

మిగతా 2లో

కోర్టుల్లో జడ్జిలకు అర్థమయ్యేదాకా పోరాటం చేస్తాం

-గ్రూప్-1 విద్యార్థులు చేపట్టిన ఆందోళనలో పాల్గొన్న కవిత

బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో ప్రమాదం

-ఆరుగురు సజీవ దహనం, సీఎం చంద్రబాబు దిగ్భ్రాంతి

2

జూబ్లిహిల్స్లో బీఆర్ఎస్ గెలిస్తేనే ప్రభుత్వానికి చెక్ పడుతుంది

-ఉప ఎన్నికలపై కేటీఆర్, హరీశ్ రావు దిశానిర్దేశనం

2

ఇండిగోపై భారీ జరిమానా

-20 లక్షల జరిమానా విధించిన డీజీసీఏ

2

బీసీ రిజర్వేషన్ల అంశంపై హైకోర్టులో హైవోల్టేజ్

బీసీ రిజర్వేషన్లపై అన్ని రాజకీయ పార్టీలు అసెంబ్లీలో ఏకగ్రీవంగా ఆమోదించాయని ప్రభుత్వం తరపు లాయర్ అభిషేక్ మను సింఘ్వీ వాదించారు. జీవోపై స్టే ఇవ్వాలని కోరడం సరైంది కాదని ప్రజల అవసరాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని రిజర్వేషన్లు పెంచుకునే అవకాశం ప్రభుత్వానికి ఉందన్నారు. ఏక సభ్య కమిషన్ ఇచ్చిన రిపోర్ట్ ఆధారంగా 42 శాతానికి బీసీ రిజర్వేషన్ల పెంపు జరిగిందని. 97 శాతం ఇంటింటి సర్వే జరిగింది, బిల్లును గవర్నర్ ఇప్పటివరకు ఆమోదించలేదు, తిరస్కరించలేదని అభిషేక్ మను సింఘ్వీ తెలిపారు. రిజర్వేషన్లు యాభై శాతం మించకూడదనేది సుప్రీంకోర్టు సూచనేనని.. చట్టం కాదన్నారు.

పిటిషనర్ల తరపు వాదనలు ఇవీ

ఎన్నికలకు నోటిఫికేషన్ విడుదలైనా, రిజర్వేషన్లు 50 శాతం మించితే ఎన్నికలు రద్దవుతాయని సుప్రీంకోర్టు నిబంధన ఉందని పిటిషనర్ తరపు లాయర్ ప్రస్తావించారు. ట్రిపుల్‌టెస్ట్ లేకుండా రిజర్వేషన్లు పెంపు సాధ్యం కాదని 2021లో సుప్రీంకోర్టు కీలక మార్గదర్శకాలను గుర్తు చేశారు. ట్రిపుల్ టెస్టు లేకుండా రిజర్వేషన్లు పెంచొద్దని సుప్రీం ఇచ్చిన మార్గదర్శకాలను కోర్టు దృష్టికి తీసుకు వచ్చారు. బీసీలకు రిజర్వేషన్లు పెంచాలంటే ప్రత్యేకంగా కమిషన్ ఏర్పాటు చేయాలి రిజర్వేషన్లు 50 శాతం మించొద్దన్న సుప్రీంకోర్టు తెలిపిందన్నారు. కేవలం షెడ్యూల్ మాత్రమే విడుదల చేశారని వివరణ 4 అంశాల ఆధారంగా జీవో 9 ఛాలెంజ్ చేస్తున్నామన్నారు. వన్‌మ్యాన్ కమిషన్ నివేదిక బయటపెట్టలేదు ట్రిపుల్ టెస్టు లేకుండానే రిజర్వేషన్లు 50 శాతం మించకూడదన్నారు. అసెంబ్లీలో రిజర్వేషన్ బిల్లు ఎప్పుడు పాసైందని చీఫ్ జస్టిస్ వాదనల సమయంలో అడిగారు. ఆగస్ట్ 31 రెండు సభల్లో పాసైందని గవర్నర్ దగ్గర బిల్లు పెండింగ్‌లో ఉందని తెలిపారు. చట్టంగా ఇంకా మారలేదన్నారు.

స్వదేశీని మంత్రాన్ని స్వీకరించండి

ముంబై -దేశ ప్రజలు 'స్వదేశీ'ని స్వీకరించి, దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ పిలుపునిచ్చారు. బుధవారం నవీ ముంబైలో అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం (ఎన్‌ఎంఐఏ) మొదటి దశను ప్రారంభించిన అనంతరం ఆయన ప్రసంగించారు. స్వదేశీ వస్తువుల వాడకం వల్ల దేశంలో అభివృద్ధి వేగవంతం అవ్వడమే కాకుండా, యువతకు మరిన్ని ఉద్యోగావకాశాలు లభిస్తాయని ఆయన అన్నారు. "ప్రతి ఒక్కరూ గర్వంగా 'స్వదేశీ' అని చెప్పాలి. ఇది ప్రతి పౌరుడికి, మార్కెట్‌కు ఒక మంత్రంలా మారాలి. ప్రజలు దేశీయ వస్తువులను కొనుగోలు చేసి, వాటినే బహుమతులుగా ఇస్తే ఆ డబ్బు తిరిగి మన ఆర్థిక వ్యవస్థకే చేరుతుంది. తద్వారా వృద్ధి, ఉపాధి పెరుగుతాయి" అని ప్రధాని మోదీ వివరించారు. జీఎస్టీ సంస్కరణల వల్ల దేశానికి, ప్రజలకు ఎంతో మేలు జరిగిందని, ఇటీవల ముగిసిన నవరాత్రుల్లో అమ్మకాలు భారీగా జరగడమే ఇందుకు నిదర్శనమని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మోదీ గత యూపీఏ ప్రభుత్వంపై తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. 2008 ముంబై ఉగ్రదాడుల తర్వాత పాకిస్థాన్‌పై ఎందుకు దాడి చేయలేదని, ఎవరి ఒత్తిడితో ఆనాటి ప్రభుత్వం ఆ నిర్ణయం తీసుకుందో దేశం తెలుసుకోవాలనుకుంటోందని ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని యూపీఏ ప్రభుత్వ బలహీన విధానాల వల్లే ఉగ్రవాదులు రెచ్చిపోయారని, దేశ భద్రత బలహీనపడిందని ఆరోపించారు. తమ ప్రభుత్వానికి మాత్రం దేశ భద్రతే అత్యంత ప్రాధాన్యమని, 'ఆపరేషన్ సిందూర్' ద్వారా పాకిస్థాన్‌కు గట్టి సమాధానం ఇచ్చామని గుర్తుచేశారు. అంతేకాకుండా, మహారాష్ట్రలోని గత మహా వికాస్ అఘాడీ ప్రభుత్వం అనేక అభివృద్ధి ప్రాజెక్టులను నిలిపివేయడం వల్ల దేశానికి తీవ్ర నష్టం వాటిల్లిందని మోదీ విమర్శించారు. నవీ ముంబై విమానాశ్రయం, ఇతర కనెక్టివిటీ ప్రాజెక్టులతో ముంబై నగరం ప్రపంచస్థాయి వృద్ధి కేంద్రంగా మారుతుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. "ఈ ఎయిర్‌పోర్ట్ 'వికసిత భారత్' సంకల్పానికి ప్రతీక. దీని ద్వారా రైతులు తమ ఉత్పత్తులను యూరప్, గల్ఫ్ దేశాలకు సులభంగా ఎగుమతి చేయవచ్చు. చిన్న, మధ్య తరహా పరిశ్రమలకు లబ్ధి చేకూరుతుంది" అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రధాని మోదీ ముంబై మెట్రో లైన్-3 చివరి దశను కూడా ప్రారంభించారు. దీంతోపాటు 'ముంబై వన్ యాప్', యువతకు ఉపాధి ఆధారిత శిక్షణ అందించే 'ముఖ్యమంత్రి షార్ట్-టర్మ్ ఎంప్లాయబిలిటీ ప్రోగ్రామ్ (స్టెప్)'ను కూడా ఆయన ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా రైతులు, ప్రజల కోసం విశేష కృషి చేసిన లోక్‌నేత డీబీ పాటిల్ సేవలను ఆయన స్మరించుకున్నారు.

పెట్టుబడుల ప్రయత్నాలు సత్ఫలితాలిస్తున్నాయి

అమరావతి- ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆర్థిక ప్రగతికి కొత్త ఊపునిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పెట్టుబడుల ఆకర్షణలో కీలక ముందడుగు వేసింది. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అధ్యక్షతన సచివాలయంలో జరిగిన రాష్ట్ర పెట్టుబడుల ప్రోత్సాహక మండలి (ఎస్ఐపీబీ) 11వ సమావేశంలో చరిత్రాత్మక నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. ఈ ఒక్క సమావేశంలోనే ఏకంగా రూ.1.14 లక్షల కోట్ల విలువైన 30కి పైగా భారీ ప్రాజెక్టులకు మండలి ఆమోదముద్ర వేసింది. ఈ ప్రాజెక్టుల ద్వారా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుమారు 67 వేల మందికి ప్రత్యక్ష ఉపాధి అవకాశాలు లభించనున్నాయని ప్రభుత్వ వర్గాలు అంచనా వేశాయి. మూడు గంటల పాటు సుదీర్ఘంగా సాగిన ఈ సమావేశంలో ఐటీ, ఇంధనం, పర్యాటకం, ఏరోస్పేస్, ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ వంటి కీలక రంగాలకు సంబంధించిన ప్రతిపాదనలపై లోతుగా చర్చించారు. ప్రతి ప్రాజెక్టు అమలుకు ఉన్న అవకాశాలు, వాటి ద్వారా రాష్ట్రానికి కలిగే ప్రయోజనాలను అధికారులు ముఖ్యమంత్రికి వివరించారు. ఈ సమావేశంలో తీసుకున్న నిర్ణయాల్లో అత్యంత కీలకమైనది ఐటీ రంగానికి సంబంధించింది. రాష్ట్ర చరిత్రలోనే అతిపెద్ద విదేశీ ప్రత్యక్ష పెట్టుబడి (ఎఫ్‌డీఐ)గా నిలిచే 'రైడెన్ ఇన్ఫోటెక్ డేటా సెంటర్' ప్రాజెక్టుకు ఎస్ఐపీబీ ఆమోదం తెలిపింది. ఈ ఒక్క ప్రాజెక్టు విలువనే రూ.87,520 కోట్లుగా ఉండటం విశేషం. ఈ భారీ పెట్టుబడిని రాష్ట్రానికి తీసుకురావడంలో కీలక పాత్ర పోషించిన ఐటీ శాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్‌ను ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ, "గడిచిన 15 నెలల కాలంలో పెట్టుబడులను ఆకర్షించడానికి మేము చేస్తున్న ప్రయత్నాలు మంచి ఫలితాలు ఇస్తున్నాయి. ఈ రోజు తీసుకున్న నిర్ణయాలు రాష్ట్ర ప్రగతిలో ఒక మైలురాయిగా నిలుస్తాయి" అని అన్నారు. కేవలం పెట్టుబడులకు ఆమోదం తెలపడమే కాకుండా, వాటిని క్షేత్రస్థాయిలో వేగంగా అమలు చేసేందుకు ప్రభుత్వం పక్కా ప్రణాళికతో ముందుకెళుతోంది. ఆమోదం పొందిన భారీ ప్రాజెక్టుల పనులను వేగవంతం చేయడానికి, కంపెనీలతో నిరంతరం సమన్వయం చేసుకునేందుకు ప్రత్యేకంగా అధికారులను నియమించాలని ఈ సమావేశంలో నిర్ణయించారు. ఇప్పటివరకు జరిగిన ఎస్ఐపీబీ సమావేశాల ద్వారా రాష్ట్రానికి మొత్తం రూ.7.07 లక్షల కోట్ల పెట్టుబ డులకు ఆమోదం లభించిందని అధికారులు వెల్లడించారు. ఈ ప్రాజెక్టులన్నీ పూర్తయితే రాష్ట్రంలో దాదాపు 6.20 లక్షల మందికి ఉద్యోగాలు లభించే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. తాజా నిర్ణయాలతో ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆర్థిక వ్యవస్థ పునరుద్ధరణకు బలమైన పునాది పడుతోందని, పారిశ్రామికంగా రాష్ట్రం వేగంగా అభివృద్ధి చెందనుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

కోర్టుల్లో జడ్జిలకు అర్థమయ్యేదాకా పోరాటం చేస్తాం

హైదరాబాద్ - గ్రూప్-1 పరీక్షల వ్యవహారంపై న్యాయస్థానాల్లో న్యాయమూర్తులకు అర్థమయ్యే వరకు పోరాటం చేస్తామని తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత స్పష్టం చేశారు. గన్‌పార్కు అమరవీరుల స్థూపం వద్ద గ్రూప్-1 విద్యార్థులు చేపట్టిన ఆందోళనలో ఆమె పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కవిత మాట్లాడుతూ గ్రూప్-1 అభ్యర్థులకు అండగా ఉంటామని హామీ ఇచ్చారు. ప్రిలిమ్స్ పరీక్షల నుంచే అవకతవకలు జరుగుతున్నాయని ఆమె విమర్శించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ పేరు కోసం బోగస్ ఉద్యోగాలు ఇవ్వవద్దని విజ్ఞప్తి చేశారు. యువకులు ఏళ్ల తరబడి ఉద్యోగాల కోసం కష్టపడుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ నిరుద్యోగుల పేరు చెప్పుకుని అధికారంలోకి వచ్చిందని, రాహుల్ గాంధీ అశోక్ నగర్ వెళ్లి హామీ ఇచ్చారని గుర్తు చేశారు. గ్రూప్-1 పరీక్షలు పారదర్శకంగా నిర్వహించాలని కవిత డిమాండ్ చేశారు. అధికారంలోకి వస్తే 2 లక్షల ఉద్యోగాలు ఇస్తామన్న కాంగ్రెస్ ఇప్పటి వరకు ఇచ్చిందేమీ లేదని విమర్శించారు. అధికారంలోకి వచ్చాక పాత ఉద్యోగాలనే భర్తీ చేశారని ఎద్దేవా చేశారు. గ్రూప్-1 అంశంపై ప్రొఫెసర్ హరగోపాల్ మాట్లాడాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు.

సమసిన "దున్నపోతు" వ్యాఖ్య వివాదం

హైదరాబాద్- తెలంగాణలో రెండు రోజులుగా ఇద్దరు మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, అడ్లూరి లక్ష్మణ్ మధ్య నెలకొన్న అనుచిత వ్యాఖ్యల వివాదం ముగిసింది. టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ బుధవారం నాడు తన నివాసంలో ఇద్దరు మంత్రులతో సమావేశమయ్యారు. తనకు, మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మాకు పార్టీ సంక్షేమం తప్ప మరో దురుద్దేశం లేదని పొన్నం ప్రభాకర్ అన్నారు. అయితే తాను ఆ మాట అనకపోయినా మీడియాలో వచ్చిన కథనాలతో ఆయన బాధ పడ్డారు, కనుక అందుకు అడ్లూరి లక్ష్మణ్‌కు పొన్నం ప్రభాకర్ క్షమాపణలు చెప్పారు. తనకు అలాంటి ఆలోచన లేదు, ఆ ఒరవడి లో పెరగలేదని, కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆ సంస్కృతి నేర్పలేదు అన్నారు.

అడ్లూరి లక్ష్మణ్‌కు పొన్నం ప్రభాకర్ క్షమాపణ

సామాజిక న్యాయానికి పోరాడే సందర్భంలో వ్యక్తిగత అంశాలు పక్కన ఉంచుతాం. కాంగ్రెస్ పార్టీ సామాజిక న్యాయంలో బలహీనవర్గాల బిడ్డగా రేవంత్ రెడ్డి, పీసీసీ చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ నాయకత్వంలో రాహుల్ గాంధీ సూచన మేరకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ల కోసం మా పోరాటం జరుగుతుంది. మేమంతా ఐక్యంగా భవిష్యత్ లో కాంగ్రెస్ పార్టీ సామాజిక న్యాయం కోసం పని చేస్తాం. అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కి వ్యక్తిగతంగా క్షమాపణలు చెప్తున్న.. కరీంనగర్ లో మాదిగ సామాజిక వర్గం మేమంతా కలిసి పెరిగాం. ఆ అపోహ ఉండవద్దని విజ్ఞప్తి చేస్తున్న' అని పొన్నం ప్రభాకర్ అన్నారు. ఈ భేటీలో మంత్రి వాకిటి శ్రీహరి,ఎమ్మెల్యేలు మక్కన్ సింగ్ రాజ్ ఠాకూర్, కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ, శివసేన రెడ్డి ,సంపత్ కుమార్, అనిల్ ,వినయ్ కుమార్ పాల్గొన్నారు. టీపీసీసీ చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ఇద్దరు మంత్రులను సమన్వయ పరిచారు. మంత్రుల మధ్య ఏర్పడ్డ అభిప్రాయ బేధాలను సరిదిద్దడంతో వివాదం సద్దుమణిగింది. తాను మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ ను ఉద్దేశించి అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేయలేదని, అయితే తన మాటలకు నొచ్చుకున్నారని పొన్నం ప్రభాకర్ పేర్కొన్నారు.

అడ్లూరి లక్ష్మణ్ నాకు సోదరుడిలాంటివారు.. పొన్నం ప్రభాకర్

ఉదయం పొన్నం ప్రభాకర్ ఓ ప్రకటన చేశారు. 'మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ నాకు సోదరులవంటివారు. కాంగ్రెస్ లో మాకు 30 సంవత్సరాలుగా ఉన్న స్నేహబంధం రాజకీయాలకు మించినది. మా ఇద్దరి మధ్య ఉన్న అనుబంధం, పరస్పర గౌరవం ఎప్పుడూ అలాగే ఉంటాయి. నేను అడ్లూరి లక్ష్మణ్ పై ఎటువంటి వ్యక్తిగత వ్యాఖ్యలు చేయలేదు. అట్టడుగు స్థాయి నుంచి వచ్చిన వ్యక్తిగా, బీసీ వర్గానికి చెందిన నేతనైన నాకు ఎవరిపైనా అలాంటి అభిప్రాయం ఉండదు. రాజకీయ దురుద్దేశంతో కొంతమంది నా వ్యాఖ్యలను వక్రీకరించి, వాస్తవానికి భిన్నంగా ప్రచారం చేసి చూపారు. దాంతో ఏర్పడిన అపార్థాల వల్ల అన్నలాంటి వ్యక్తి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మనసు నొచ్చుకుందని తెలిసి తీవ్రంగా విచారిస్తున్నాను. అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మనసు నొచ్చుకొని ఉంటే అందుకు చింతిస్తున్నాను. కాంగ్రెస్ పార్టీ సిద్ధాంతాలను బలోపేతం చేయడంలో, రాహుల్ గాంధీ నాయకత్వంలో సామాజిక న్యాయం సాధనలో మేము ఇద్దరం కలిసికట్టుగా కృషి చేస్తామని' పొన్నం ప్రభాకర్ అన్నారు.

జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నికల్లో పతంగ్ పార్టీ వ్యూహం

హైదరాబాద్ -జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికకు సంబంధించి అన్ని రాజకీయ పార్టీలు ఎన్నికలకు సమాయత్తమవుతున్నాయి. అయితే హైదరాబాద్ లో పట్టున్న ఎంఐఎం పార్టీ మాత్రం ఇంత వరకూ ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకోలేదు. అసలు జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికల్లో ఎంఐఎం పోటీ చేస్తుందా? లేదా? అన్నది కూడా అనుమానంగానే ఉంది. జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గంలో ఎంఐఎం కీలక భూమిక పోషించనుంది. నియోజకవర్గంలో ముస్లిం ఓటర్లు ఎక్కువగా ఉన్నారు. గతంలోనూ జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గంలో పోటీ చేసింది. మిగిలిన పార్టీల కంటే అత్యధిక ఓట్లను ఎంఐఎం అభ్యర్థి సాధించింది. గతంలోనూ ఎంఐఎం తరుపున నవీన్ యాదవ్ జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గం నుంచి పోటీ చేసి అత్యధిక ఓట్లను సాధించారు.

బస్తీల్లో పట్టున్న..

గెలవకపోయినా అత్యధిక ఓట్లను సాధించారు. గత ఎన్నికల్లో జూబ్లీ హిల్స్ నియోజకవర్గం నుంచి మాజీ క్రికెటర్ అజారుద్దీన్ కాంగ్రెస్ నుంచి పోటీ చేశారు. ఆయన మాగంటి గోపీనాథ్ చేతిలో ఓటమి పాలయ్యారు. అయితే ఈసారి మాత్రం అజారుద్దీన్ పేరు కాంగ్రెస్ పార్టీలో వినిపించడం లేదు. కేవలం మూడు పేర్లను మాత్రమే అధినాయకత్వానికి పంపింది. అందులో నవీన్ యాదవ్ పేరు మొదట ఉంది. గతంలో నవీన్ యాదవ్ ఎంఐఎం పార్టీలో ఉన్నారు. శ్రీశైలం యాదవ్ కుమారుడైన నవీన్ యాదవ్ కు జూబ్లీహిల్స్ బస్తీలో మంచి పట్టు ఉండటం కూడా కలసి వస్తుందని భావిస్తుంది. అయితే ముస్లిం ఓటర్లు ఎక్కువగా ఉండటంతో ఎంఐఎం తన పార్టీ అభ్యర్థిని నిలబెడుతుందా? లేక కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థికి మద్దతు పలుకుతుందా? అన్నది మాత్రం తెలియాల్సి ఉంది.

ఇప్పటికే కాంగ్రెస్ పార్టీతో..

ఇప్పటికే కాంగ్రెస్ పార్టీతో ఎంఐఎం మిత్రుడిగా వ్యవహరిస్తుంది. గత ఎన్నికల్లో అధికారంలోకి వచ్చినప్పటి నాటి నుంచి ఎంఐఎం వైఖరి మారింది. అప్పటి వరకూ అధికారంలో ఉన్న బీఆర్ఎస్ కు మద్దతుగా ఉన్న ఎంఐఎం తర్వాత కాంగ్రెస్ కు అనధికార మిత్రపక్షంగా తయారైంది. దీంతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థికి మద్దతు ప్రకటించే అవకాశాలను కొట్టిపారేయలేం. తాము పోటీలో నిలబడితే అది బీజేపీకి ప్లస్ గా మారుతుందని కూడా ఎంఐఎం భయపడే అవకాశముంది. అందుకే ఈ ఎన్నికలకు ఎంఐఎం దూరంగా ఉండే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. పరోక్షంగానో ప్రత్యక్షంగానో కాంగ్రెస్ పార్టీకి జూబ్లీ హిల్స్ ఉప ఎన్నికల్లో మద్దతు పలికే అవకాశాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. త్వరలోనే దీనిపై స్పష్టత రానుంది.

బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో ప్రమాదం

రాయవరం-డాక్టర్ బీఆర్ అంబేడ్కర్ కోనసీమ జిల్లాలో బుధవారం నాడు భారీ అగ్నిప్రమాదం జరిగింది. రాయవరం సమీపంలోని లక్ష్మి గణపతి బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో ఒక్కసారిగా భారీ శబ్దంతో పేలుడు సంభవించింది. పేలుడు ధాటితో పాటు మంటల నుంచి బయటకు రాలేక ఊపిరాడక తీవ్ర కాలిన గాయాలతో ఆరుగురు మృతిచెందారు. మరో 8 మంది తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. మృతి చెందిన వారిలో ముగ్గురు మహిళలు ఉండగా, మరో ముగ్గురు మగవారు ఉన్నారు. మందుగుండు తయారు చేస్తుండగా బాణసంచా కాలడంతో తయారీ కేంద్రంలో పెద్ద ఎత్తున మంటలు చెలరేగాయి. అక్కడ దట్టమైన పొగ అలుముకుందని ప్రత్యక్ష సాక్షులు తెలిపారు. పరిస్థితి గమనిస్తే మృతుల సంఖ్య పెరిగే అవకాశముందని తెలుస్తోంది. సమాచారం అందుకున్న అగ్నిమాపక సిబ్బంది బాణసంచా తయారీ కేంద్రానికి చేరుకుమంటలు ఆర్పేందుకు శ్రమిస్తోంది. బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో పేలుడుపై ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. పలువురు చనిపోవడంపై ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. జిల్లా అధికారులకు ఫోన్ చేసిన సీఎం చంద్రబాబు వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. సహాయక చర్యలు చేపట్టి, గాయపడ్డ వారికి మెరుగైన వైద్యం అందించాలని ఆదేశించారు.

నేడే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నోటిఫికేషన్

మొదట ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ స్థానాలకు, ఆ తర్వాత సర్పంచ్, వార్డు సభ్యులకు ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. ఐదు దశల్లో జరిగే ఎన్నికల ప్రక్రియ ఈ నెల 9న ప్రారంభమై నవంబర్ 11న ముగుస్తుంది.ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ ఎన్నికలకు 9న, సర్పంచ్, వార్డు స్థానాల ఎన్నికలకు 17న నోటిఫికేషన్ విడుదల చేస్తామని రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషనర్ రాణి కుముదిని ప్రకటించారు. వివిధ కారణాలతో న్యాయస్థానాలు స్టే విధించిన కారణంగా 14 ఎంపీటీసీలు, 27 సర్పంచ్, 246 వార్డు స్థానాలకు ఎన్నికలను నిలిపివేసినట్లు ఎన్నికల సంఘం తెలిపింది. తొలి విడత ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ ఎన్నికల నామినేషన్ల స్వీకరణ ప్రక్రియ నేడు ప్రారంభమవుతుంది. నామినేషన్లకు చివరి తేదీ అక్టోబర్ 11, ఆ తర్వాత రోజు నామినేషన్ల పరిశీలన, అక్టోబర్ 15న ఉపసంహరణ గడువు ఉంది. రెండో విడత ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ ఎన్నికలకు అక్టోబర్ 13న నామినేషన్ ప్రక్రియ ప్రారంభమవుతుంది. నామినేషన్లకు చివరి తేదీ అక్టోబర్ 15, మరుసటి రోజు నామినేషన్ల పరిశీలన, ఉపసంహరణ గడువు అక్టోబర్ 19.

జూబ్లీహిల్స్‌లో బీఆర్ఎస్ గెలిస్తేనే ప్రభుత్వానికి చెక్ పడుతుంది

హైదరాబాద్- జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ గెలుపొందినప్పుడే రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి అడ్డుకట్ట వేయగలమని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్, సీనియర్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు స్పష్టం చేశారు. ఉప ఎన్నికల్లో ఐక్యంగా పనిచేసి పార్టీ అభ్యర్థి మాగంటి సునీత విజయానికి కృషి చేయాలని వారు పిలుపునిచ్చారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికలపై కేటీఆర్, హరీశ్ రావు పార్టీ నేతలకు దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై ప్రజల్లో వ్యతిరేకత నెలకొందని అన్నారు. దీనిని సమర్థవంతంగా ఉపయోగించుకోవాలని సూచించారు. ఎన్నికల బాధ్యతలు అప్పగించిన మాజీ మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, ఇన్‌ఛార్జిలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని అన్నారు. ఎవరికి అప్పగించిన పనులకు వారు పూర్తిస్థాయిలో బాధ్యత వహించాలని తెలిపారు. బాకీ కార్డుల ద్వారా విస్తృత ప్రచారం నిర్వహించాలని సూచించారు. ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో పాదయాత్రలు చేపట్టాలని అన్నారు. బూత్ కమిటీలు నిరంతరం ఓటర్లతో సంప్రదింపులు జరపాలని పేర్కొన్నారు. ఉప ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ గెలవాలని ఆకాంక్షించారు. ప్రచారం చివరి దశలో రోడ్డు షోలు నిర్వహించాలని నిర్ణయించారు.

ఇండిగోపై భారీ జరిమానా 20 లక్షల జరిమానా విధించిన డీజీసీఏ

న్యూఢిల్లీ-ప్రముఖ విమానయాన సంస్థ ఇండిగోకు గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. పైలట్ల శిక్షణ విషయంలో కీలక నిబంధనలను ఉల్లంఘించినందుకు గాను ఇండిగో సంస్థకు డీజీసీఏ (డైరెక్టరేట్ జనరల్ ఆఫ్ సివిల్ ఏవియేషన్) రూ. 20 లక్షల భారీ జరిమానా విధించింది. ఈ విషయాన్ని ఇండిగో మాతృసంస్థ ఇంటర్‌గ్లోబ్ ఏవియేషన్ బుధవారం స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజీలకు తెలియజేసింది. విమానయాన భద్రతా నిబంధనల ప్రకారం, కేటగిరీ-సి ఏరోడ్రోమ్‌లలో పైలట్లకు శిక్షణ ఇచ్చేందుకు నిర్దేశిత ప్రమాణాలు కలిగిన సిమ్యులేటర్లను తప్పనిసరిగా ఉపయోగించాల్సి ఉంటుంది. అయితే, ఈ విషయంలో ఇండిగో విఫలమైందని డీజీసీఏ తన ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొంది. సెప్టెంబర్ 26న తమకు ఈ మేరకు డీజీసీఏ నుంచి ఆదేశాలు అందినట్లు కంపెనీ తన ఫైలింగ్‌లో వెల్లడించింది.

అయితే డీజీసీఏ విధించిన ఈ జరిమానాపై ఇండిగో స్పందించింది. ఈ ఆదేశాలను తాము అప్పిలేట్ అథారిటీ ముందు సవాలు చేయనున్నట్లు స్పష్టం చేసింది. ఈ జరిమానా వల్ల కంపెనీ ఆర్థిక వ్యవహారాలు, కార్యకలాపాలు లేదా ఇతర వ్యాపారాలపై ఎలాంటి ప్రభావం ఉండబోదని కూడా వివరించింది. డీజీసీఏ నుంచి ఆదేశాలు అంది చాలా రోజులు గడుస్తున్నా ఈ విషయాన్ని స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజీలకు వెల్లడించడంలో జరిగిన జాప్యంపై కూడా కంపెనీ వివరణ ఇచ్చింది. ఉత్తర్వులకు సంబంధించిన వివరాలు తమ అంతర్గత విభాగాల మధ్య చేరడంలో ఆలస్యం కావడం వల్లే ఈ జాప్యం జరిగిందని, ఇది ఉద్దేశపూర్వకంగా చేసింది కాదని పేర్కొంది. కాగా, ఈ వార్తల నేపథ్యంలో నేషనల్ స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజ్‌లో బుధవారం ఇండిగో షేరు విలువ 0.59 శాతం తగ్గి రూ. 5,630.50 వద్ద ముగిసింది.

వయనాడ్ బీభత్సం- బాధితుల విషయంలో కేంద్రం ఫెయిల్!: హైకోర్టు

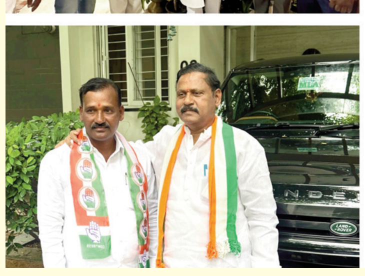
2024లో వయనాడ్‌లో కొండచరియలు విరిగిపడిన ఘటనకు చెందిన బాధితులు పొందిన రుణాలను మాఫీ చేయడానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం తన అధికారాలను వినియోగించుకోకపోవడం ద్వారా విఫలమైందని కేరళ హైకోర్టు తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేసింది. జస్టిస్ ఏకే జయశంకరన్ నంబియార్, జస్టిస్ జోబిన్ సెబాస్టియన్‌లతో కూడిన ధర్మాసనం బాధితుల రుణాలను మాఫీ చేయకూడదనే కేంద్ర ప్రభుత్వ వైఖరిని దురదృష్టకరంగా అభివర్ణించింది.

వయనాడ్ బాధితులపై బ్యాంకులు తీసుకునే రికవరీ చర్యలను తుది పరిష్కారం అయ్యే వరకు నిలిపివేయాలని ఆదేశించింది. రుణాలను తిరిగి పొందడానికి సంబంధిత బ్యాంకులు అనుసరించే పద్ధతులను మౌనంగా చూడకూడదని పేర్కొంది. రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 73 ప్రకారం తనకు విస్తారమైన అధికారాలు ఉన్నాయని, అలా వ్యవహరించడానికి తాము శక్తిహీనులమని కేంద్రం చెప్పడాన్ని అంగీకరించలేమని ధర్మాసనం తెలిపింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రకృతి వైపరీత్య బాధితుల జీవించే ప్రాథమిక హక్కును కాపాడటానికి బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాల్సిన బాధ్యత రాజ్యాంగబద్ధంగా ఉందని భావించిందని కోర్టు చెప్పింది."ఈరోజు (అక్టోబర్ 8, 2025) ఒక వార్తా నివేదిక నుంచి కేంద్ర ప్రభుత్వం 2024లో వరదలు, కొండచరియలు విరిగిపడటంతో ప్రభావితమైన అసోం, గుజరాత్ రాష్ట్రాలకు అదనపు కేంద్ర సహాయం ద్వారా రూ.707 కోట్ల సహాయాన్ని ఆమోదించింది. రుణ మాఫీ ద్వారా తక్షణ ప్రక్రియలో కోరిన ద్రవ్య ఉపశమనం పైన పేర్కొన్న వార్తా నివేదికలో సూచించిన గణాంకాలలో ఒక భాగం మాత్రమే" అని పేర్కొంది.ఇలాంటి పరిస్థితులలో కేంద్రం అఫిడవిట్‌లో చేసిన సమర్పణలు వయనాడ్ విషాద బాధితులకు సహాయం చేయడానికి ఇష్టపడకపోవడాన్ని సూచిస్తున్నాయని బెంచ్ పేర్కొంది. రాజ్యాంగం ప్రకారం ఊహించిన సమాఖ్య సూత్రం ఏ ప్రత్యేక రాష్ట్రంలోనైనా పౌరులకు కేంద్ర ప్రభుత్వం భిన్నమైన చికిత్సను అనుమతించదని కోర్టు ఎత్తి చూపింది. "ప్రజాస్వామ్య గణతంత్రంలో ప్రజల ప్రాథమిక హక్కుల రక్షణకు రాజ్యాంగ హామీని పార్టీ రాజకీయాలు తిరస్కరించలేవు. ప్రస్తుత సందర్భంలో ప్రమాదంలో ఉన్నది వయనాడ్ కొండచరియ బాధితుల గౌరవప్రదమైన జీవితాన్ని గడిపే ప్రాథమిక హక్కు" అని పేర్కొంది. కొండచరియ బాధితులు వ్యవసాయం, సంబంధిత ప్రయోజనాల కోసం పొందిన రుణాలను తిరిగి చెల్లించమని అడగడం వారి గౌరవానికి అవమానమని కోర్టు తెలిపింది."అధికారాన్ని ఉపయోగించాల్సిన పరిస్థితిలో వారికి ఉన్న అధికారాన్ని ఉపయోగించుకోవడానికి నిరాకరించడం ద్వారా, కేంద్ర ప్రభుత్వం వయనాడ్ బాధితులను వాస్తవంగా విఫలం చేసిందని మేం భావిస్తున్నాము" అని బెంచ్ పేర్కొంది. రాజ్యాంగం ప్రకారం అధికారాల విభజన దృష్ట్యా, పరిస్థితి చికాకు పుట్టించేలా ఉన్నప్పటికీ, ఆర్థిక విధానంపై కేంద్రం నిర్ణయాన్ని వాయిదా వేయబోతోందని కోర్టు తెలిపింది. అదే సమయంలో సంబంధిత బ్యాంకులు తాము ఇచ్చిన రుణాలను తిరిగి పొందడానికి అనుసరించే షైలాకియన్ పద్ధతులను తాము మౌనంగా చూడలేమని కోర్టు పేర్కొంది. 12 బ్యాంకులను ఇంప్లీడ్ చేయాలని ఆదేశించింది. వయనాడ్ కొండచరియ బాధితులపై వారు ప్రారంభించిన ఏవైనా రికవరీ చర్యలను పిటిషన్ చివరకు పరిష్కరించే వరకు నిలిపివేయాలని ఆదేశించింది.బాధితులు పొందిన రుణాలను పూర్తిగా లేదా పాక్షికంగా మాఫీ చేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారా లేదా అని స్పష్టంగా పేర్కొంటూ అఫిడవిట్‌లను దాఖలు చేయడం ద్వారా బ్యాంకులు తక్షణ ఉత్తర్వులను సవరించాలని కోరవచ్చని ధర్మాసనం పేర్కొంది. రుణం తిరిగి చెల్లించాలని కోరుకునే రుణ ఒప్పందాల నిబంధనలకు సంబంధించి, వడ్డీతో సహా బ్యాంకులు దానికి సమర్థన ఇవ్వాలని కోర్టు పేర్కొంది. అక్టోబర్ 29కి తదుపరి విచారణకు జాబితా చేసింది.మరోవైపు, కాంగ్రెస్ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ వాద్రా వయనాడ్ కొండచరియలు విరిగిపడిన బాధితుల రుణాలను మాఫీ చేయడంలో కేంద్ర ప్రభుత్వానికి ఎటువంటి సంకోచం లేదని అన్నారు.

సత్యమేవ జయతే
గురువారం 09 అక్టోబర్ 2025

బిఆర్ఎస్ పార్టీకి భారీ షాక్..!!

పూడూరు మండలం మేడిపల్లి కలాన్ బిఆర్ఎస్ నాయకులు పెద్ద ఎత్తున కాంగ్రెస్‌లో చేరిక...



సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.పూడూరు మండలం మేడిపల్లి కలాన్ గ్రామానికి చెందిన బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు ఈరోజు పరిగి ఎమ్మెల్యే డిసిసి అధ్యక్షులు డాక్టర్ టి.రామ్మోహన్ రెడ్డి సమక్షంలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు.బిఆర్ఎస్ పార్టీకి చెందిన వెంకట రెడ్డి, ఇంద్రా రెడ్డి, తెలుగు నర్సింహులు, బాలరాజు, శ్రీకాంత్, అనుక్, పత్తి వెంకటేష్ తదితరులు సహా సుమారు 50 మంది నాయకులు, కార్యకర్తలు కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే టీ ఆర్ ఆర్ పార్టీలో చేరిన వారికి కండువాలు కప్పి ఆహ్వానించారు.

కాంగ్రెస్‌లో చేరిన నాయకులు మాట్లాడుతూ...ప్రజల కోసం కృషి చేస్తున్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు మాకు ఆకర్షణగా మారాయి.అందుకే బుధవారం కాంగ్రెస్ కుటుంబంలో చేరుతున్నాము.పరిగి నియోజకవర్గ అభివృద్ధి కోసం ఎమ్మెల్యే టీ ఆర్ ఆర్ నిరంతరం కృషి చేస్తున్నారు.గ్రామాల సమస్యలను పరిష్కరించడంలో,ప్రజా సంక్షేమ పథకాల అమలులో ఆయన చూపుతున్న చొరవ మాకు ఎంతో ప్రేరణనిచ్చింది.అందుకే ఆయన నాయకత్వంలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరాలని నిర్ణయించుకున్నాం" అని పేర్కొన్నారు.

ఇందిరమ్మ ఇంటి నిర్మాణ మంజూరు పత్రాలను లబ్ధిదారులకు వికారాబాద్ పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మాజీ మున్సిపల్ ఫ్లోర్ లీడర్ అర్ధ సుధాకర్ రెడ్డి

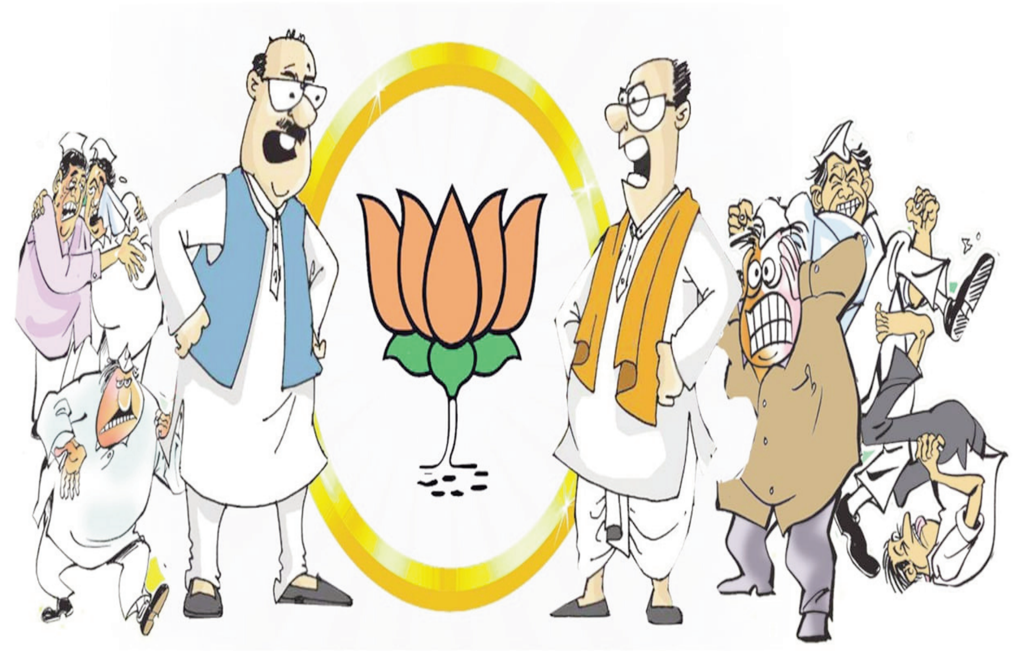
సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ టౌన్‌తెలంగాణ శాసనసభ సభాపతి , వికారాబాద్ శాసనసభ్యులు శ్రీ గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ గారి ఆదేశాల మేరకు వికారాబాద్ మున్సిపల్ లోని వార్డు నెంబర్ 10 అనంతగిరిపల్లి కి సంబంధించిన ఇందిరమ్మ ఇంటి నిర్మాణ మంజూరు పత్రాలను లబ్ధిదారులకు అందజేసిన వికారాబాద్ పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మాజీ మున్సిపల్ ఫ్లోర్ లీడర్ శ్రీ అర్ధ. సుధాకర్ రెడ్డి ఈ సందర్భంగా సుధాకర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ వికారాబాద్ మున్సిపల్ లో ఇల్లు లేని నిరుపేదలకు ఇందిరమ్మ పథకం ద్వారా ఇల్లు నిర్మించుకోవడానికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం 5 లక్షల రూపాయలు మంజూరు చేయడం జరుగుతుందని మొదటి దశలో ఇండ్ల నిర్మాణలు దాదాపు పూర్తయ్యాయని ఇప్పుడు రెండవ దశకు సంబంధించిన మంజూరు పత్రాలు అందజేయడం జరిగిందని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో టౌన్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ రెడ్యానాయక్, మాజీ కౌన్సిలర్ అంగోత్ దేవిరెడ్యానాయక్ గారు, శ్రీనివాస్ ముదిరాజ్ గారు, మల్లికార్జున్ గౌడ్ గారు, అనంతయ్య, రాజు నాయక్, అనిల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

ఒక కుటుంబం మాదిరిగా పని చేస్తూ ముందుకు సాగాలి: మెతుకు ఆనంద్...

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా..బుధవారం వికారాబాద్ పట్టణం ఎన్నెపల్లి లోని బి ఆర్ ఎస్ భవన్ (జిల్లా పార్టీ కార్యాలయం) లో నిర్వహించిన వికారాబాద్ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ మహిళా నేతల సమావేశానికి వికారాబాద్ జిల్లా బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్ హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా వికారాబాద్ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ మహిళా అధ్యక్షురాలిగా కవితా ఉపేందర్ రెడ్డి మండల మహిళా ప్రధాన కార్యదర్శురాలిగా లిఅనితా సత్తయ్య గౌడ్, మండల మహిళా ఉపాధ్యక్షులుగా పుష్పలత మహిపాల్ నాయక్, సంధ్యారాణి మల్లేష్ యాదవ్, మాధవి రాములు కార్యదర్శులుగా దేవి శ్రీనివాస్, రమా అశోక్, స్వప్న మహేష్, సుజాత విఠలయ్య, సంతోష రాజు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికవడంతో వారికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. అందరు ఒక కుటుంబం మాదిరిగా ముందుకు సాగాలని, కలిసి కట్టుగా పనిచేసి బి ఆర్ ఎస్ పార్టీని బలోపేతం చేయాలని సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో వికారాబాద్ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు మహిపాల్ రెడ్డి కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు పడిగళ్ళ అశోక్ మండల జనరల్ సెక్రెటరీ శివకుమార్‌లి, మండల మైనార్టీ విభాగం అధ్యక్షులు గయాజ్, మండల ఎస్ సి విభాగం అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్, మండల బీసీ విభాగం అధ్యక్షులు మల్లేష్ యాదవ్, మండల ఎస్ టీ విభాగం అధ్యక్షులు మహిపాల్ నాయక్ , మండల యువజన విభాగం అధ్యక్షులు ఉపేందర్ రెడ్డి మండల మహిళా విభాగం అధ్యక్షురాలు కవిత ఉపేందర్ రెడ్డి, నాయకులు నర్సింహా, రాములు, వెంకటేశం గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కమలంలో.. కల్లోలం..!

- పెరిగిపోయిన గ్రూపు రాజకీయాలు..
- ఎంపీ వర్గం, జిల్లా అధ్యక్షుడి వర్గంగా విడిపోయిన నేతలు
- హీట్ ఎక్కిస్తున్న ఇరువర్గాల డిమాండ్‌లు.



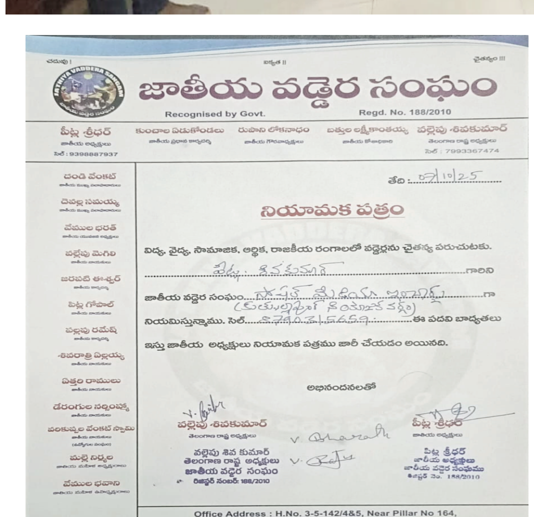
సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా : వికారాబాద్ జిల్లా తాండూరు వికారాబాద్ నియోజకవర్గంలో కమలం పార్టీలో కల్లోలం రేగోతోంది. ఎంతలా అంటే.. రాష్ట్రంలో ఎక్కడా లేని విధంగా తాండూరులో మరియు గ్రూపు రాజకీయాలు. జరుగుతున్నాయి..ఈ పరిణామాలను రాష్ట్ర నేతలు చక్కదిద్దేందుకు యత్నించినా ఇప్పట్లో సర్దుకుపోలేని స్థాయికి వర్గపోరు చేరింది. వికారాబాద్ జిల్లాలో చేవేళ్ల ఎంపీ కొండా విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి వైపు ఓ వర్గం, జిల్లా అధ్యక్షులు డా.రాజశేఖర్ రెడ్డి వర్గం మరోవైపు ఈ గ్రూపు రాజకీయాలకు పాల్పడుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఎంపీ కొండా వైపు రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు యు.రమేష్ కుమార్, అతని అనుచర గణం ఉన్నారు. జిల్లా అధ్యక్షులు రాజశేఖర్ రెడ్డి వైపు జిల్లా ఎన్నికల ఇంచార్జ్ బాలేశ్వర్ గుప్త, సుదర్శన్ గౌడ్, పటేల్ విజయ్ కుమార్‌లు ఉన్నారు.

గత కొన్ని రోజులుగా ఈ రెండు వర్గాలు పార్టీ కార్యక్రమాలు, దర్నాలు, ఆందోళనలు వేరు వేరుగా నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ పరిణామాలు అన్ని రాష్ట్ర క్రమశిక్షణ కమిటి వరకు ఫిర్యాదులుగా వెళ్లాయి. క్రమశి క్షణా కమిటీ ప్రతినిధులు ధర్మరావు నేతృత్వంలో రెండు వర్గాల వారి వాదనలు వింది. పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు డాక్టర్ రాజశేఖర్ రెడ్డిని మర్చాలని రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు యు.రమేష్, బీజేపీ జిల్లా మాజీ అధ్య క్షుడు మాధవరెడ్డి తదితరులు పార్టీ పెద్దల వద్ద పట్టుబ ట్టారు. మరోవైపు ఎంపీ విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి ఏకపక్షంగా వ్యవ హరిస్తున్నారని, కార్యకర్తలను పట్టించుకోవడం లేదని, జిల్లా అధ్యక్షుడిని సైతం అవమానప రుస్తున్నారని బీజేపీ జిల్లా ఎన్నికల ఇన్చార్జి బాలేశ్వరుప్తా, నాయకులు వాధిస్తున్నారు. సరిగ్గా స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల సమయంలో గ్రూపు రాజకీయాలు బయటకు రావడం పట్ల వారు అసహనం వ్యక్తం చేస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఈ విషయాలను రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రాంచం దర్రావు దృష్టికి తీసుకెళ్లి చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించింది. దీంతో కమలం పార్టీలో కల్లోలం కొనసాగుతోంది. ఈ వర్గ రాజకీయాలు ఎంత వరకు వెళతాయో అని చర్చనీయాంశంగా మారాయి.వికారాబాద్ లో జరిగిన ప్రెస్ మీట్ లో వికారాబాద్ జిల్లా అధ్యక్షులను డాక్టర్ రాజశేఖర్ రెడ్డి ని పట్టించుకోకుండా ఎంపీ వెళ్లిపోయాడు. రానున్న ఎన్నికలో జిల్లా అధ్యక్షులు ఉంటే పార్టీ కీ నష్టం జరుగుతుందని వికారాబాద్ నియోజకవర్గం బిజెపి నాయకులు అంటున్నారు రాజశేఖర్ రెడ్డి ఒంటెద్దు పోకడ పోతున్నారు. వారు వెంటనే తన పద్దతి మార్చుకోవాలని బీజేపీ నాయకులు. వాపోతున్నారు.వికారాబాద్ రంగారెడ్డి జిల్లా బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షులపై సీరియస్ అయినట్టు తెలిసింది..

వడ్డెర సమాజం బలోపేతం దిశగా కీలక అడుగు...జాతీయ అధ్యక్షులు పీట్ల శ్రీధర్

- కుత్బుల్లాపూర్ వడ్డెర సంఘం అధ్యక్షుడిగా దండుగుల స్వామి.
- సోషల్ మీడియా ఇన్ ఛార్జ్ గా పీట్ల శివకుమార్.

కుత్బుల్లాపూర్, అక్టోబర్ 8,సత్యమేవ జయతే ప్రతినిధి:- కుత్బుల్లాపూర్ వడ్డెర సంఘం నూతన కార్యవర్గాన్ని ఎన్నుకున్నారు. సమాజ ఐక్యతను కాపాడుతూ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు మరింత వేగం తీసుకురావాలనే ఉద్దేశంతో సంఘం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ మేరకు దండుగుల స్వామిని కుత్బుల్లాపూర్ వడ్డెర సంఘం అధ్యక్షుడిగా, పీట్ల శివకుమార్‌ను సోషల్ మీడియా ఇన్ ఛార్జ్ గా నియమిస్తూ వడ్డెర సంఘం జాతీయ అధ్యక్షులు పీట్ల శ్రీధర్ అధికారికంగా ప్రకటించారు.


చదువు ! ఐక్యత !! చైతన్యం !!!
జాతీయ వడ్డెర సంఘం
Recognised by Govt. Regd. No. 188/2010
పీట్ల శ్రీధర్ జాతీయ అధ్యక్షులు సెల్: 9398887937 | కుంచాల ఏడుకొండలు | రుపాని లోకనాథం | బత్తుల లక్ష్మీకాంతయ్య | వల్లెపు శివకుమార్ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు సెల్: 7993367474
దండి వెంకట్, దేవళ్ల సమయ్య, వేముల భరత్, వల్లెపు మొగిలి, జరపటి ఈశ్వర్, పీట్ల గోపాల్, వల్లపు రమేష్, శివరాత్రి ఏల్లయ్య, ఏత్తరి రాములు, డేరంగుల నర్సింహ్మ, వలకుప్పల వెంకట్ స్వామి, మల్లె నిర్మల, వేముల భవాని
తేది: 07/10/25
నియామక పత్రం
విద్య, వైద్య, సామాజిక, ఆర్థిక, రాజకీయ రంగాలలో వడ్డెర్లను చైతన్య పరుచుటకు.
.................గారిని
జాతీయ వడ్డెర సంఘం.................గా
నియమిస్తున్నాము. సెల్.................ఈ పదవి బాధ్యతలు
ఇస్తు జాతీయ అధ్యక్షులు నియామక పత్రము జారీ చేయడం అయినది.
అభినందనలతో
వల్లెపు శివకుమార్ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు | పీట్ల శ్రీధర్ జాతీయ అధ్యక్షులు
Office Address : H.No. 3-5-142/4&5, Near Pillar No 164, Attapur, Rajendranagar, Hyderabad - 30.

ఈ సందర్భంగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన దండుగుల స్వామి మాట్లాడుతూ.. "వడ్డెర సమాజానికి గౌరవం,ఆత్మగౌరవం తీసుకురావడమే తన మొదటి కర్తవ్యంగా భావిస్తున్నానని, సమాజ అభివృద్ధి కోసం ప్రతి సభ్యుడి సహకారంతో కృషి చేస్తానన్నారు. ఈ బాధ్యతను తనపై నమ్మకంతో అప్పగించిన జాతీయ అధ్యక్షులు పీట్ల శ్రీధర్ కి హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. సోషల్ మీడియా ఇంచార్జ్‌గా నియమితులైన పీట్ల శివకుమార్ మాట్లాడుతూ.. "వడ్డెర సమాజం ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను వెలుగులోకి తేవడమే కాకుండా, సోషల్ మీడియా ద్వారా సమాజ ఐక్యతను పెంపొందించడమే తన లక్ష్యమని, వడ్డెర యువతలో అవగాహన, చైతన్యం పెంపొందించే దిశగా ప్రత్యేక ప్రణాళికలతో ముందుకు సాగుతామని తెలిపారు. జాతీయ అధ్యక్షులు పీట్ల శ్రీధర్ మాట్లాడుతూ వడ్డెర సమాజం రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో మరింత ప్రాధాన్యం పొందాలంటే యువత ముందుకు రావాలని పిలుపునిచ్చారు. కుత్బుల్లాపూర్ పరిధిలో దండుగుల స్వామి, పీట్ల శివకుమార్ లాంటి చురుకైన నాయకులు బాధ్యతలు చేపట్టడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. వీరి నాయకత్వంలో వడ్డెర సమాజం మరింత బలోపేతం అవుతుందని విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. సమాజ అభివృద్ధి, సామాజిక న్యాయం, రాజకీయ భాగస్వామ్యం కోసం వడ్డెర సంఘం కృషి చేస్తున్న తరుణంలో ఈ నియామకాలు ప్రాధాన్యం సంతరించుకున్నాయన్నారు. కుత్బుల్లాపూర్ పరిధిలో వడ్డెర సమాజం ఒకే గొంతుతో ముందుకు సాగుతూ, తమ ఉనికిని రాష్ట్ర రాజకీయ పటంలో బలంగా ముద్రించాలనే సంకల్పంతో ముందుకు సాగుతోందన్నారు. వడ్డెర సంఘం నాయకులు, యువత సంఘం సభ్యులు దండుగుల స్వామి, పీట్ల శివకుమార్‌లకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

కార్పోరేటర్ జగన్ దృష్టికి ఆర్జీకే సమస్యలు

కుత్బుల్లాపూర్, అక్టోబర్ 8, సత్యమేవ జయతే ప్రతినిధి :- జగద్గిరిగుట్ట డివిజన్ రాజీవ్ గృహకల్ప సముదాయంలో నెలకొన్న సమస్యలను నూతనంగా ఎన్నికైన సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు అంజయ్య ధర్మారపు, ప్రధాన కార్యదర్శి భూపతిరెడ్డి కాలనీ నాయకులతో కలిసి బుధవారం స్థానిక కార్పోరేటర్ కొలుకుల జగన్ దృష్టికి తీసుకెళ్లారు.ఈ సందర్భంగా చాలకాలంగా కాలనీలో ప్రధానంగా నెలకొన్న నీటి సమస్య, డ్రైనేజీ, విద్యుత్, పార్కుల అభివృద్ధి మరియు మౌలిక సదుపాయాల గురించి జగన్ కి వివరించారు.ఈ భేటీలో కాలనీ అభివృద్ధికి సంబంధించిన పలు సలహాలు- సూచనలు, భవిష్యత్ కార్యచరణ,ప్రణాళికలపై చర్చించారు.

ఈ సందర్భంగా జగన్ సానుకూలంగా స్పందించి, సంబంధిత అధికారులతో చర్చించి సమస్యల పరిష్కార దిశగా ప్రయత్నిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. నూతనంగా ఎన్నికైన సంక్షేమ సంఘం సభ్యులు కాలనీ అభివృద్ధి కోసం అహర్నిశలు శ్రమిస్తున్న తీరును చూసి కార్పొరేటర్ జగన్ వారిని అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా కాలనీ అభివృద్ధి పట్ల కార్పొరేటర్ చూపిస్తున్న ఆసక్తి, ప్రజలతో సత్సంబంధాలు కొనసాగిస్తున్న తీరుకు గాను కాలనీ సభ్యులు ఆయనకు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో పరశురాం, ఏడుకొండలు, బాన్సాడ. వెంకటేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సత్యమేవ జయతే
గురువారం 09 అక్టోబర్ 2025

ఏటీసీలలో సాంకేతిక నైపుణ్యతతో కూడిన శిక్షణను అందించాలని జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక్ జైన్ అధికారులకు ఆదేశం....

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.. బుధవారం మర్పల్లి కేంద్రంలోని ఆధునాతన సాంకేతిక కేంద్రాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక్ జైన్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఏటీసీలో గల సౌకర్యాలపై కలెక్టర్ ఆరా తీశారు. ఈ సందర్భంగా ఏటీసీలో శిక్షణ పొందుతున్న విద్యార్థినీ విద్యార్థులతో కావలసిన మౌలిక సదుపాయాలు, వివిధ సౌకర్యాలపై కలెక్టర్ అడిగి తెలుసుకున్నారు. శిక్షణ నిమిత్తం వచ్చిన విద్యార్థులకు ఆధునాతన సాంకేతికలో పట్టు సాధించే విధంగా విద్యార్థినీ విద్యార్థులను తీర్చిదిద్దాలని అధికారులకు కలెక్టర్ సూచించారు. ఏటీసీలో ఏవైనా సమస్యలు ఉంటే తన దృష్టికి తీసుకురావాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. ఏటీసీలో ఫర్నిచర్ లేని పరిస్థితిని గ్రహించిన కలెక్టర్ విద్యార్థులకు సరిపోను కుర్చీలను సమకూరుస్తానని కలెక్టర్ తెలిపారు.

కలెక్టర్ సందర్శనలో భాగంగా ఏటిసి ఇంచార్జ్ మహేష్ గారు, సూపరింటెండెంట్ భరత్ కుమార్ గారు, డిప్యూటీ ట్రైనింగ్ ఆఫీసర్ జయప్రకాష్ గారు, అసిస్టెంట్ ట్రైనింగ్ ఆఫీసర్ సుధీర్ పటేల్ గారు, జగదీష్.తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఏఐసీసీ అధ్యక్షులు శ్రీ మల్లికార్జున ఖర్గే గారిని కలిసిన పరిగి ఎమ్మెల్యే టీ రామ్మోహన్ రెడ్డి...

. సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.. బుధవారం రోజునఇటీవల అనారోగ్యానికి గురై పేస్ మేకర్ ఇంప్లాంటేషన్ చికిత్స చేయించుకుని, బెంగుళూరులో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్న అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షుడు శ్రీ మల్లికార్జున ఖర్గే గారిని పరామర్శించిన మరియు డీసీసీ అధ్యక్షులు ఎమ్మెల్యే డా టి రామ్మోహన్ రెడ్డి గారు మరియు మాజీ ఎంపీ సీనియర్ నాయకులు వి. హనుమంత్ రావు గారు కూడా ఉన్నారు..ఆయన త్వరగా కోలుకుని, తిరిగి ప్రజా జీవితంలో క్రియాశీలకంగా పాల్గొనాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నానని ఎమ్మెల్యే టీ ఆర్ ఆర్ తెలిపారు..
తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం కొనసాగుతున స్థానిక ఎన్నికలు మరియు రిజర్వేషన్ ల గురించి వారితో మాట్లాడటం జరిగింది.

ఏఐసీసీ అధ్యక్షులు శ్రీ మల్లికార్జున ఖర్గే గారిని కలిసిన పరిగి ఎమ్మెల్యే టీ రామ్మోహన్ రెడ్డి...

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.. బుధవారం రోజునఇటీవల అనారోగ్యానికి గురై పేస్ మేకర్ ఇంప్లాంటేషన్ చికిత్స చేయించుకుని, బెంగుళూరులో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్న అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షుడు శ్రీ మల్లికార్జున ఖర్గే గారిని పరామర్శించిన మరియు డీసీసీ అధ్యక్షులు ఎమ్మెల్యే డా టి రామ్మోహన్ రెడ్డి గారు మరియు మాజీ ఎంపీ సీనియర్ నాయకులు వి. హనుమంత్ రావు గారు కూడా ఉన్నారు..ఆయన త్వరగా కోలుకుని, తిరిగి ప్రజా జీవితంలో క్రియాశీలకంగా పాల్గొనాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నానని ఎమ్మెల్యే టీ ఆర్ ఆర్ తెలిపారు..తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం కొనసాగుతున స్థానిక ఎన్నికలు మరియు రిజర్వేషన్ ల గురించి వారితో మాట్లాడటం జరిగింది.

బెస్ట్ అవైలబుల్ ఫీజు బకాయిలు చెల్లించాలని కలెక్టరేట్ ఎదుట తల్లిదండ్రుల ధర్నా

సత్యమేవ జయతే – పెద్దపల్లి
పెద్దపల్లి : రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలలో బెస్ట్ అవైలబుల్ స్కీం కింద విద్యను అభ్యసిస్తున్న విద్యార్థులకు చెల్లించాల్సిన ఫీజు బకాయిలను ప్రభుత్వం తక్షణమే చెల్లించాలని విద్యార్థి సంఘాల నాయకులు డిమాండ్ చేశారు. పెద్దపెల్లి జిల్లా కలెక్టరేట్ వద్ద వామపక్ష విద్యార్థి సంఘాల నాయకులు తల్లిదండ్రులు కలిసి పెద్ద ఎత్తున ఆందోళనకు చేయడంతో పాటు ధర్నాకు దిగారు. ప్రభుత్వం తక్షణమే స్పందించి బెస్ట్ అవైలబుల్ స్కీమ్ విద్యార్థులు నినాదాలు చేశారు. సీపీఎం, ఏఐఎస్ఎఫ్, కేవీపీఎస్ నాయకులు సిపెల్లి రవీందర్, కల్లేపల్లి అశోక్, బాలసాని లెనిన్, మోదంపల్లి శ్రావణి, కన్నూరి శ్రీశైలం తల్లిదండ్రులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో కెసిఆర్ కిట్ మరియు బతుకమ్మ చీరలు మాయం: మెతుకు ఆనంద్

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ టౌనుబుధవారం వికారాబాద్ జిల్లా బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్ వికారాబాద్ పట్టణం ఎన్నెపల్లి లోని బి ఆర్ ఎస్ భవన్ (జిల్లా బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ కార్యాలయం) లో వికారాబాద్ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ మహిళా నేతలతో సమావేశం అయ్యారు.
సమావేశంలో భాగంగా వారితో అనేక రాజకీయ విషయాలు చర్చించిన అనంతరం ఆయన మహిళల పట్ల ఈ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ తీరును తీవ్రంగా విమర్శించారు. కెసిఆర్ గారి పాలనలో ఉద్యోగ, ఉపాధి రంగాల్లో మహిళలకు ప్రాధాన్యత, సముచిత గౌరవం లభించాయి. ముఖ్యంగా రాజకీయ పరంగా దేశంలోనే తొలిసారిగా స్థానిక సంస్థల్లో 50 శాతం రిజర్వేషన్ల అమలుతో మహిళలను సగం స్థానాల్లో పాలకులను చేసిన ఘనత కెసిఆర్ గారిది.
ఆడశిశువు పుట్టుక నుంచి వృద్ధాప్యం వరకు వివిధ దశల్లో అండగా నిలిచి, ఆత్మైస్థైర్యంతో ముందుకు నడిపించేలా అనేక సంక్షేమ పథకాలు లోపం లేకుండా అమలు జరిగాయి.
కెసిఆర్ గారి హయాంలో అమ్మ ఒడి పథకం ద్వారా ఒక్క రూపాయి ఖర్చు లేకుండా గర్భవతుల/ బాలింతల సంరక్షణ కోసం ప్రభుత్వ వాహనాలు పెట్టి ఇంటి నుండి ఆసుపత్రికి తీసుకు వచ్చి, అవసరం అయినా అన్ని పరీక్షలు ఉచితంగా చేసి, తిరిగి వారిని ఇంటి దగ్గర దింపేది. కానీ ఇప్పుడు సొంత డబ్బులతో ప్రైవేట్ వాహనాల్లో రావలసిన భారం ఏర్పడింది.కెసిఆర్ గారి హయాంలో గర్భవతులకి కెసిఆర్ న్యూట్రిషన్ కిట్ అలాగే తల్లి బిడ్డ సంరక్షణ కోసం కెసిఆర్ కిట్ అందించి వారి ఆరోగ్యం మీద దృష్టి సారించారు. ఇప్పుడు అవి పూర్తిగా మాయమయ్యాయి.తెలంగాణ ప్రజల సంస్కృతి సాంప్రదాయాలకు ప్రతీక బతుకమ్మ పండుగ అట్లాంటి బతుకమ్మ పండుగకు తెలంగాణ ఆడపడుచులకు ఇచ్చే చీరలు సైతం కాంగ్రెస్ పాలనలో ఆగిపోయాయి.కెసిఆర్ గారి హయాంలో ప్రతి ఇంటికి నీరు అందించిన మిషన్ భగీరథ పథకాన్ని సక్రమంగా అమలు చేయడం చేతకాని ఈ దద్దమ్మ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మహిళలు బిందెలతో రోడ్డు మీదకు రావలసిన పరిస్థితిని తీసుకొచ్చింది.
కెసిఆర్ గారి పాలనలో మహిళలకు రక్షణ కల్పించాలనే లక్ష్యంతో దేశంలోనే మొట్టమొదటిసారిగా ఏర్పాటు చేయబడిన షీ టీమ్స్ అద్భుతమైన ఫలితాలను సాధించాయి. కానీ కాంగ్రెస్ పాలనలో శాంతి భద్రతలు అదుపు తప్పి మహిళలపై హత్యలు, మానభంగాలు వంటి నేరాలు విపరీతంగా పెరిగాయి.
మహిళలకు ఇచ్చిన హామీ మేరకు కల్యాణలక్ష్మి పథకం కింద రూ.లక్షతోపాటు ఇస్తామన్న తులం బంగారం ఏమైంది..?
తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కోటి మంది మహిళలను కోటీశ్వరులను చేయడమే ప్రజాప్రభుత్వ లక్ష్యం అని గొప్పలకు పోయిన రేవంత్ రెడ్డి.. కెసిఆర్ గారి హయాంలో ప్రారంభమై సమర్ధవంతంగా సాగిన సంక్షేమ పథకాలను కూడా నిలిపివేశారు.
మహిళలకు ప్రతి నెలా ఇస్తామన్న రూ.2,500 హామీ ఏమైంది? అంగన్వాడీ, ఆశా వర్కర్లకు వేతనాలు పెంచుతామన్న హామీ ఏమైంది? మహాలక్ష్మి పేరుతో మహిళలకు ఫ్రీబస్ సర్వీస్ కల్పించిన ప్రభుత్వం ఇప్పుడు బస్సు చార్జీలు మరియు విద్యార్థుల బస్పాస్లు కూడా పెంచి సామాన్యులను అడ్డంగా దోచుకుంటుంది.
ప్రజలను ఇంత దారుణంగా మోసం చేసిన కాంగ్రెస్ పార్టీకి స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో తగిన గుణపాఠం చెప్పడానికి గాను బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ తీసుకువచ్చినబాకీ కార్డు లను గ్రామాల్లో ఇంటింటా పంపిణి చేస్తూ, కాంగ్రెస్ పార్టీ మోసాలను ప్రజలకు వివరించాలని కోరారు.
ఈ కార్యక్రమంలో వికారాబాద్ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు మహిపాల్ రెడ్డి, కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు పడిగళ్ళ అశోక్ మండల జనరల్ సెక్రెటరీ శివకుమార్, మండల మైనార్టీ విభాగం అధ్యక్షులు గయాజ్ మండల ఎస్ సి విభాగం అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్, మండల బీసీ విభాగం అధ్యక్షులు మల్లేష్ యాదవ్ మండల ఎస్ టీ విభాగం అధ్యక్షులు మహిపాల్ నాయక్లి, మండల యువజన విభాగం అధ్యక్షులు ఉపేందర్ రెడ్డి మండల మహిళా విభాగం అధ్యక్షురాలు కవిత ఉపేందర్ రెడ్డి, నాయకులు నర్సింహా, రాములు, వెంకటేశం గౌడ్ మరియు వివిధ గ్రామాల మహిళా నేతలు పాల్గొన్నారు.

భూ భారతి ఆర్జీలు త్వరగా పూర్తి చేయాలి : అడిషనల్ కలెక్టర్ చంద్రయ్య

సత్యమేవ జయతే – ఆదిలాబాద్ ఆదిలాబాద్ : భూ భారతిలో వచ్చిన అర్జీలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి త్వరగా పూర్తి చేయాలని మంచిర్యాల జిల్లా అడిషనల్ కలెక్టర్ చంద్రయ్య సూచించారు. బుధవారం తాండూర్ తహసీల్దార్ కార్యాలయాన్ని ఆయన ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా కార్యాలయంలో రికార్డులు పరిశీలించి తాసిల్దార్ జోష్ణ రెవెన్యూ సిబ్బందితో మాట్లాడారు. రెవెన్యూ సదస్సులో వచ్చిన అర్జీలు ఎన్ని? ఎన్నింటిని పరిష్కరించారు? పెండింగ్ లో ఉన్న ఆర్జీలు ఎన్ని అనే వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు.అనంతరం అడిషనల్ కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రజలు సమస్యలపై సమర్పించిన దరఖాస్తులను పరిశీలించి చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. విచారణ జరిపి అవసరమైతే నోటీసులు జారీ చేసి వాంగ్మూలాలను తీసుకుని న్యాయపరమైన సమస్యలను పరిష్కరించాలని అన్నారు. సాదాబైనామా దరఖాస్తుల పరిష్కారానికి హైకోర్టు అనుమతి ఇచ్చినందున ప్రభుత్వ నిబంధనల ప్రకారం అర్హత ఉన్న దరఖాస్తులను సిద్ధం చేసుకోవాలన్నారు.
ప్రభుత్వం నుంచి మార్గదర్శకాలు రాగానే పరిష్కరించాలని, ఆసైన్డ్ భూములకు పట్టాల కోసం వచ్చిన దరఖాస్తులలో అర్హుల జాబితా సిద్ధం చేయాలని అడిషనల్ కలెక్టర్ సూచించారు. అనంతరం ఎన్నికల కోడ్ అమలుపై సూచనలు చేశారు. అయన వెంట తహశీల్దార్ జ్యోత్స్న, డిప్యూటీ తహశీల్దార్ కల్పన, సిస్టమ్ ఆపరేటర్ దాసరి మహేష్, సిబ్బంది ఉన్నారు.

రెవెన్యూ సదస్సులో వచ్చిన దరఖాస్తులను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలి..

.. జగిత్యాల అదనపు కలెక్టర్ బీఎస్ లత

సత్యమేవ జయతే – జగిత్యాల్
జగిత్యాల్ : భూ సమస్యలపై రెవెన్యూ సదస్సుల్లో రైతులు చేసుకున్న దరఖాస్తులను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని జగిత్యాల అదనపు కలెక్టర్ బిఎస్ లత పేర్కొన్నారు. పెగడపల్లి మండల తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో రెవెన్యూ సదస్సులో వచ్చిన దరఖాస్తులను బుధవారం అదనపు కలెక్టర్ పరిశీలించారు.
ఈ సందర్భం రెవెన్యూ అధికారులు, సిబ్బందితో ఆమె మాట్లాడుతూ.. సాదాబైనామా, భూ భారతి దరఖాస్తులు వెంటనే పరిష్కరించి రైతులకు ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలని పేర్కొన్నారు.
ఈ కార్యక్రమంలో తహసీల్దార్ ఆనందకుమార్, డీటీ లాస్యశ్రీ, ఆర్ఐలు శ్రీనివాస్, జమున, సీనియర్ అసిస్టెంట్ అంజనేయులు, జీపీవోలు, రెవెన్యూ సిబ్బంది ఉన్నారు.

ప్రధాన న్యాయమూర్తి పై దాడి చేసిన వ్యక్తిని ఉరితీయాలని.. కోరుట్లలో అంబేద్కర్ సంఘాల ఆధ్వర్యంలో ధర్నా

కోరుట్ల : సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన ప్రధాన న్యాయమూర్తి భూషణ్ రామకృష్ణ గావాయి పైన దాడి చేసిన లాయర్ ను ఉరితీయాలని పట్టణ ఆల్ ఇండియా అంబేద్కర్ సంఘం, డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ యువజన సంఘాల నాయకులు డిమాండ్ చేశారు. కోరుట్ల పట్టణంలో ఆయా సంఘాల ఆధ్వర్యంలో స్థానిక కొత్త బస్టాండ్ వద్ద గల అంబేద్కర్ విగ్రహానికి బుధవారం పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులర్పించారు. అనంతరం అంబేద్కర్ చౌరస్తా వద్ద జాతీయ రహదారిపై ధర్నా, రాస్తారోకో నిర్వహించి నిరసన వ్యక్తం చేశారు.
ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ భారతదేశానికి స్వతంత్రం వచ్చి 78 సంవత్సరాలు గడుస్తున్నా ఇప్పటివరకు కుల వివక్ష కొనసాగుతుందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.
ఎంతటి పెద్ద హొదాలో ఉన్న దళిత ఉన్నంత వ్యక్తులకు ఎక్కడో ప్రాంతంలో అవమానం జరుగుతుందని అన్నారు. ప్రధాన న్యాయమూర్తి పైన దాడి జరగడం దేశంలో జరుగుతున్న పరిణామాలకు నిదర్శనమని పేర్కొన్నారు. దేశంలోని మనువాదులు దళితులను అనుగదొక్కాలనే కోణంలోని ఆలోచిస్తున్నారని ఆరోపించారు. రాజకీయంగా ఇతర రంగాలలో ఉన్న వారిని అవమానించడం కొనసాగుతున్నాదని పేర్కొన్నారు. దళితులను అవమానిస్తే యావజ్జివ కారాగారా శిక్షణ, ఉరిశిక్ష అమలయ్యే విధంగా చట్టం తీసుకురావాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రధాన న్యాయమూర్తి పై దాడి చేసిన న్యాయవాదిని కఠినంగా శిక్షించాలని డిమాండ్ చేశారు.
ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు ఉయ్యాల నరసయ్య, బలిజ రాజారెడ్డి, మోర్తాడ్ లక్ష్మీనారాయణ, ఉయ్యాల శోభన్, పసుల కృష్ణ ప్రసాద్, ఇంద్రాల హరీష్, పొట్ట లక్ష్మణ్, సామల దశరథం, గురు మంతుల సత్తయ్య, సామల వేణుగోపాల్, కండ్లే మైకల్, మైస అనంతరావు, చిట్యాల లచ్చయ్య, దామ శ్రావణ్, మైస నవీన్, కల్లూరి దేవయ్య, ఐలాపూర్ లక్ష్మణ్, దామ ఆనంద్, గంగాధర్, చింటూ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సత్యమేవ జయతే

మానసిక ఆరోగ్యంపై అవగాహన కీలకం : బీబీనగర్ ఎయిమ్స్‌డైరెక్టర్

సత్యమేవ జయతే - నల్గొండ నల్గొండ : మానసిక ఆరోగ్యంపై అవగాహన కీలకమని బీబీనగర్ ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ అహెంతం శాంటా సింగ్ అన్నారు. బుధవారం ప్రపంచ మానసిక ఆరోగ్య దినోత్సవం సందర్భంగా మండలంలోని బీబీనగర్ ఎయిమ్స్‌లో అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. వైద్య విద్యార్థులు ఫ్లాష్ మాబ్ ద్వారా రోగులకు మానసిక ఆరోగ్యంపై అవగాహన కల్పించారు. ఈ

సందర్భంగా ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ మాట్లాడుతూ.. మనిషి సంపూర్ణ ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడే దేన్నయినా సాధించగలుగుతాడన్నారు. కేవలం శారీరక ఆరోగ్యమే కాకుండా మానవ వికాసానికి మానసిక ఆరోగ్యం మరెంతో కీలకం అన్నారు.నేటి సమాజంలో చాలా మందికి మానసిక ఆరోగ్యంపై అవగాహన ఉండటం లేదని అందరూ అవగాహన పెంచుకోవాలన్నారు. నిద్రలేచిన మొదలు పడుకునే వరకు యంత్రంలా పని చేస్తున్నారని, దీంతో ఒత్తిడికి లోనై అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయన్నారు. మనిషి మానసిక ఆరోగ్యానికి ఎంత ప్రాధాన్యత ఇస్తే జీవితం అంత బాగుంటుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డీన్ అకడమిక్స్ నితిన్ అశోక్‌జాన్, మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ లక్కిరెడ్డి మహేశ్వర్‌రెడ్డి, విద్యార్థు, డాక్టర్లు పాల్గొన్నారు.

నకిలీ విత్తనాలపై మండిపడ్డ ఎమ్మెల్యే కాలే యాదయ్య

- తప్పుడు ప్రకటనలతో రైతులను వంచించడం సరికాదు: విత్తన కంపెనీలకు హెచ్చరిక..

సత్యమేవ జయతే - వికారాబాద్ జిల్లా /నవాబ్‌పేట్: నూజివీడు సీడ్స్ ఆధ్వర్యంలో నవాబ్‌పేట్ మండలం, చించల్‌పేట్ గ్రామంలో బుధవారం రోజు ఏర్పాటు చేసిన రైతు అవగాహన సదస్సులో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కాలే యాదయ్య గారు విత్తన కంపెనీల మోసపూరిత విధానాలను తీవ్రంగా ఖండించారు.నకిలీ విత్తనాలు, తప్పుడు ప్రకటనలతో రైతులను మోసం చేస్తున్న విత్తన కంపెనీల తీరుపై చేవెళ్ల శాసనసభ్యులు (ఎమ్మెల్యే) కాలే యాదయ్య తీవ్ర స్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు "విత్తనాల ప్యాకెట్లపై ఒక్క మొక్కకు 200 నుంచి 300 కాయలు వస్తాయని పెద్ద ఫోటోలు చూపిస్తూ రైతులను ఆశపెడుతున్నారు. కానీ వాస్తవానికి పొలంలో కేవలం 10 నుంచి 15 కాయలు కూడా కాయడం లేదు. ఈ రకమైన వంచన అంగీకారయోగ్యం కాదు," అంటూ ఆయన విత్తన కంపెనీల ప్రతినిధులపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.నకిలీ విత్తనాల కారణంగా రైతులు తీవ్ర నష్టాలను ఎదుర్కొంటున్నారని, అప్పులపాలై ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని ఎమ్మెల్యే ఆవేదన చెందారు. రైతుల కష్టాలను అర్థం చేసుకుని, విత్తన కంపెనీలు నాణ్యమైన విత్తనాలు మాత్రమే విక్రయించాలని, లేదంటే తగిన మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సి వస్తుందని హెచ్చరించారు.సదస్సు అనంతరం ఎమ్మెల్యే కాలే యాదయ్య, నూజివీడు సీడ్స్‌తో వేసిన పంటలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. అనంతరం రిబ్బన్ కట్ చేసి పంట కోత (పంట దెంపనిని) లాంఛనంగా ప్రారంభించారు.ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక పెద్దలు, ప్రజా ప్రతినిధులు, రైతు నాయకులు, గ్రామస్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ప్రతి మహిళా సంఘం బలోపేతంతో గ్రామీణాభివృద్ధి : అదనపు డీఆర్‌డీఓ సుధీర్

సత్యమేవ జయతే - సిద్దిపేట సిద్దిపేట : రాయపోల్ మండల మహిళా సమాఖ్య%-%వీఓఏల సమీక్ష సమావేశం బుధవారం మండల కేంద్రం రాయపోల్‌లోని ఐకేపీ మహిళా సమైక్య భవనంలో జరిగింది. ఈ సమావేశానికి జిల్లా అదనపు డీఆర్‌డీఓ సుధీర్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై కార్యక్రమాన్ని సమీక్షించారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ .. మహిళా సంఘాలు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల ప్రధాన భాగస్వాములుగా మారాలని సూచించారు. ప్రతి మహిళా సంఘం బలోపేతం కావడం ద్వారా గ్రామీణాభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని చెప్పారు. అవసరమైన వారికి ఉపాధి కల్పించాల్సిన అవసరముందని, పీఎంఫ్ఈ,ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ యూనిట్లు, నాటు కోళ్ల పెంపకం వంటి కార్యక్రమాలను మహిళా సంఘాల ద్వారా విస్తృతంగా చేపట్టాలని ఆయన సూచించారు.మహిళలు ఆర్థికంగా స్వయం సమృద్ధి సాధిస్తే కుటుంబంతో పాటు సమాజం అభివృద్ధి చెందుతుందని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎపిఎం యాదగిరి,సీసీలు కుమార్,అంజమ్మ, అకౌంటెంట్ రేఖ, అలాగే వివోఎ లు పాల్గొన్నారు.

సమాచార హక్కు చట్టం పకడ్బందీగా అమలు చేయాలి.. రాజన్న సిరిసిల్ల అదనపు రెవెన్యూ కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్

- సమాచార హక్కు చట్టం అమలుపై పీఐఓ, ఏపీఐఓలకు అవగాహన

సత్యమేవ జయతే - రాజన్న సిరిసిల్ల రాజన్న సిరిసిల్ల : సమాచార హక్కు చట్టం పకడ్బందీగా అమలు చేయాలని రాజన్న సిరిసిల్ల అదనపు రెవెన్యూ కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్ అధికారులను ఆదేశించారు. సమాచార హక్కు చట్టం అమలులోకి వచ్చి 20 ఏండ్లు అయిన సందర్భంగా రాష్ట్ర సమాచార కమిషన్ ఆదేశాల మేరకు సమాచార హక్కు చట్టం వారోత్సవాల్లో భాగంగా జిల్లా సమీకృత కార్యాలయాల సముదాయంలో బుధవారం ఆయా శాఖల అధికారులకు అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు

కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్ మాట్లాడారు.సమాచార హక్కు చట్టం కింద ఎవరైనా ప్రభుత్వ కార్యాలయాల సమాచారం, ఉద్యోగుల విధులు, బాధ్యతలు తదితర సమాచారాన్ని తెలుసుకోవచ్చని స్పష్టం చేశారు. దేశ భద్రత, రహస్య ఇతర ఇబ్బందులు ఎదురయ్యే సమాచారం మినహా అన్ని ఇవ్వాలని సూచించారు. ప్రతీ ప్రభుత్వ కార్యాలయంలో పౌర సమాచార అధికారి, సహాయ పౌర సమాచార అధికారి వివరాలు ఉండాలని తెలిపారు. ఎవరైనా సమాచారం కోసం దరఖాస్తు చేసుకున్న 30 రోజుల్లో వారికి సమాధానం ఇవ్వాలని సూచించారు. తెల్ల రేషన్ కార్డు ఉన్న వారికి సమాచారం ఉచితంగా ఇవ్వాలని ఆదేశించారు. ప్రభుత్వానికి సంబంధించిన సమాచారం అంతా ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంచాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిరిసిల్ల ఆర్డీవో వెంకటేశ్వర్లు, డీఆర్డీఓ శేషాద్రి, ట్రైనీ డిప్యూటీ కలెక్టర్ నిఖిత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నామినేషన్ల స్వీకరణకు పటిష్ట ఏర్పాట్లు చేయాలి.. రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం కమిషనర్ రాణి

సత్యమేవ జయతే - పెద్దపల్లి పెద్దపల్లి : జిల్లాలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నామినేషన్ల స్వీకరణకు పటిష్ట ఏర్పాటు చేయాలని రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం కమిషనర్ ఐ రాణి కుముదిని జిల్లా అధికారులకు సూచించారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నిర్వహణపై జిల్లా కలెక్టర్లతో బుధవారం హైదరాబాద్ నుంచి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ఆమె సమీక్షించారు. పెద్దపల్లి కలెక్టరేట్ నుంచి జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష, స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ జల్ద అరుణ శ్రీ, డీసీపీ కరుణాకర్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీలకు సంబంధించి మొదటి విడత ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ అక్టోబర్ 9న ఉదయం 10. 30 గంటల వరకు విడుదల చేయాలని సూచించారు. నోటిఫికేషన్ జారీ చేయడంతో పాటు ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ పరిధిలోని ఓటరు జాబితా వివరాలను ప్రచురించాలని స్పష్టం చేశారు. అక్టోబర్ 9 నుంచి అక్టోబర్ 11 వరకు ఉదయం 10, 30 నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు నామినేషన్లను స్వీకరించాలన్నారు.

- అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి

జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ మొదటి విడతలో పెద్దపల్లి జిల్లాలో 68 ఎంపీటీసీ, 7 జడ్పీటీసీ స్థానాలకు ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశామని

తెలిపారు. రిటర్నింగ్ అధికారులకు, ఇతర సిబ్బందికి అవసరమైన శిక్షణ కార్యక్రమాలు పూర్తి చేశామని తెలిపారు. ఎన్నికల నిర్వహణకు అవసరమైన సామాగ్రి పంపిణీ పూర్తైందని, నామినేషన్ కేంద్రాల వద్ద అవసరమైన భద్రత కల్పించామన్నారు. జిల్లాలో ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా నిర్వహించేందుకు పట్టిష్ట చర్యలు తీసుకుంటున్నామని తెలిపారు. వీసీలో కలెక్టర్, అదనపు కలెక్టర్, డీసీపీతో పాటు జడ్పీ సీఈవో నరేందర్, డీపీవో వీర బుచ్చయ్య, పెద్దపల్లి, మంథని ఆర్డీవోలు గంగయ్య, సురేష్, సంబంధిత అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఉద్యోగుల తండ్లాట పట్టించుకునే బాధ్యత లేదా..? రేవంత్‌పై ఆర్ఎస్పీ ధ్వజం

సత్యమేవ జయతే - హైదరాబాద్

హైదరాబాద్ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నేత ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ ధ్వజమెత్తారు. ఎస్సీ గురుకులాల్లో పని చేస్తున్న ఉద్యోగులకు జీతాలు రాక పడుతున్న ఇబ్బందులపై ఆర్ఎస్పీ ఎక్స్ వేదికగా స్పందించారు.

సాంఘీక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్, బీసీ శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ రోడ్ల మీదికొచ్చి కొట్లాడుకుంటున్నరు బాగానే ఉంది కానీ.. తెలంగాణ ఎస్సీ గురుకులాల్లో పని చేస్తున్న సుమారు 5 వేల మంది ఉద్యోగులకు గత నాలుగు నెలల నుండి జీతాలు రాక

హాహాకారాలు చేస్తున్నారు తెలుసా? వాళ్ల కుటుంబాలు ఆకలి చావుల అంచుల్లో ఉన్నాయి!! ఆకలితో ఉన్న ఉద్యోగులు పేద ఎస్సీ పిల్లలకు చదువెట్లా చెప్తరు..? అని ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ నిలదీశారు.

ముందు వెళ్లి డిప్యూటీ ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క దగ్గర కూర్చుని వారి జీతాలు పడేటట్టు చూడండి. మీ మంత్రులకు జీతాలు వచ్చినపుడు ఈ చిరుద్యోగులకు కూడా రావాలె కదా? మీ మంత్రులకు తన్నుకునే సమయం ఉన్నది కానీ ఉద్యోగుల తండ్లాట పట్టించుకునే బాధ్యత లేదా రేవంత్ రెడ్డి గారు అని ఆర్ఎస్పీ ప్రశ్నించారు.

నామినేషన్ల స్వీకరణకు ఏర్పాట్లు పూర్తి

సత్యమేవ జయతే - ఖమ్మం

ఖమ్మం : స్థానిక సంస్థలు (ఎంపీటీసీ, జడ్పిటిసి) ఎన్నికలకు సంబంధించి నామినేషన్ల స్వీకరణకు ఖమ్మం రూరల్ మండల ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారులు ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశారు. ఇప్పటికే ఇందుకు సంబంధించిన పత్రాలను సిద్ధం చేసి అందుకు అనుగుణంగా ఆయా కౌంటర్లకు రిటర్నింగ్ అధికారులు, ఇతర సిబ్బందిని కేటాయించారు. మండలంలో మొత్తం 14 ఎంపీటీసీ స్థానాలకు గాను ఒక జడ్పిటిసి ఎన్నికకు సంబంధించి ఈ నెల 9న ఉదయం 10:30 గంటల నుండి 11వ తేదీ సాయంత్రం 5 గంటల వరకు అధికారులు నామినేషన్లను స్వీకరించనున్నారు. నామినేషన్ల పరిశీలన 12వ తేదీ సాయంత్రం 5 గంటల వరకు పూర్తిచేసి తుది జాబితా ప్రకటించనున్నారు. 14 ఎంపీటీసీల పరిధిలో మండలంలో మొత్తం 35,797

మంది ఓటర్లు ఉండగా వారిలో పురుషులు 175 మంది కాగా మహిళా ఓటర్లు 18,640 మంది ఓటు హక్కు వినియోగించుకోనున్నారు. జిల్లా ఎన్నికల అధికారి ఆదేశాలకు అనుగుణంగా మండల పరిషత్ అభివృద్ధి కార్యాలయంలో నామినేషన్ల స్వీకరణకు ప్రత్యేకంగా నాలుగు గదులను కౌంటర్లుగా ఏర్పాటు చేయగా, జడ్పిటిసి నామినేషన్ల స్వీకరణకు మరో ప్రత్యేక కౌంటర్ ను ఏర్పాటు చేశారు. మొదటి కౌంటర్‌లో కామంచికల్, పడమటి తండా, పోలిశెట్టి గూడెం, మంగళ గూడెం ఉండగా కౌంటర్ నంబర్ 2లో గూడూరు పాడు, కాసిరాజు గూడెం, చింతపల్లి, వెంకటయ్య పాలెం వన్ ఎంపిటిసిల పరిధిలో అభ్యర్థులు నామినేషన్లు దాఖలు చేయాల్సి ఉంది. అదేవిధంగా కౌంటర్ నంబర్ 3లో ఎంవి పాలెం టు గొల్లపాడు పోలేపల్లి కౌంటర్లను ఏర్పాటు చేయగా కౌంటర్ నంబర్ 4లో కొండాపురం, పొన్నెకల్లు, తల్లంపాడు ఎంపీటీసీలకు సంబంధించిన నామినేషన్లను స్వీకరిస్తారు. జడ్పిటిసి స్థానానికి సంబంధించి మండల ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారి కార్యాలయంలో ప్రత్యేక కౌంటర్లు ఏర్పాటు చేసిన అధికారులు ఆ గదిలో జడ్పిటిసి స్థానానికి పోటీ చేసే అభ్యర్థుల నుంచి నామినేషన్లను స్వీకరించనున్నారు.

చీఫ్ జస్టిస్ గవాయి పై దాడి చేసిన మతోన్మాదిని శిక్షించాలి

చీఫ్ జస్టిస్ గవాయి పై దాడి చేసిన మతోన్మాదిని శిక్షించాలి

సత్యమేవ జయతే - వరంగల్ రూరల్

వరంగల్ రూరల్ : దేశంలో అత్యున్నత న్యాయ స్థానమైన సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి బి.ఆర్ గవాయిపై మతోన్మాది న్యాయవాది రాజేష్ కిషోర్ అనే మతోన్మాదిని కఠినంగా శిక్షించాలని హనుమకొండ జిల్లా రైతు సంఘం జిల్లాకార్యదర్శి ఏం చుక్కయ్య డిమాండ్ చేశారు. కాజీపేట మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ సర్కిల్ కార్యాలయ ఆవరణలో సిజెఐ గవాయి పై జరిగిన దాడికి నిరసనగా బుధవారం ప్రజా సంఘాల ఐక్యవేదిక ఆధ్వర్యంలో నిరసన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన చుక్కయ్య భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ చిత్ర పటాని కి పూలమాలలు వేసి, పలు నినాదాలు చేశారు. అనంతరం కెవిపిఎస్ జిల్లా అధ్యక్షుడు ఓరుగంటి సాంబయ్య అధ్యక్షతన జరిగిన సమావేశంలో ఆయన

మాట్లాడుతూ సిజేఐ బిఆర్ గవాయి పై జరిగిన దాడి దేశ విద్రోహ చర్యగా ఆయన అభివర్ణించారు .ప్రపంచ దేశాల ముందు ప్రజాస్వామ్య ఔన్నత్యాన్ని కించపరిచే చర్యగా చేశారన్నారు. సిజెఐ పై జరిగిన దాడి ఒక వ్యక్తిపై జరిగిన దాడి కాదని, భారతదేశం ఆయు పట్టైన భారత రాజ్యాంగం పై దాడి అన్నారు. సనాతన ముసుగులో మతోన్మా దాన్ని పెంచి పోషిస్తున్న ఉగ్రవాద సంస్థ లాంటి ఆర్ఎస్ఎస్ ను నిషేధించాలన్నారు.

ఆర్ఎస్ఎస్, బిజెపి మతోన్మాద విధానాలకు వ్యతిరేకంగా నిలబడిన కల్బుర్గి, గౌరీ లంకేష్, పన్సారే ఇలాంటి మేధావులను నిర్దాక్షంగా హత్య గావించిందని, వికలాంగుడైన సాయిబాబాను దేశద్రోహం కేసు నమోదు చేసి జైలులో బంధించి ఆయన చావుకు కారణమైంద అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిఐటియు జిల్లా నాయకులు కారు ఉపేందర్, వెంకట స్వామి, సుధాకర్, రవీందర్, రమేష్, శ్రీనివాస్, యోగేష్, వృత్తిదారుల సంఘం జిల్లా నాయకులు జంపాల రమేష్, రైతు సంఘం నాయకులు చంటి రవి, కట్టయ్య, కెవిపిఎస్ నాయకులు దశరథ రావు, రాము, రమేష్, శీను, పోచయ్య, ఐద్వా నాయకులు రాయల రమ, సరోజన, యశోద, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహాదానం.. మనమూ చేద్దాం!

మన రక్తం మనల్ని బతికిస్తుంది. ప్రాణాపాయ స్థితిలో ఉన్న ఇతరుల జీవం నిలబెడుతుంది. రక్తం అమృతభాండం లాంటిది. పంచుకున్నకొద్దీ పెరుగుతుంది. ప్రమాదాల్లోనో, ప్రసూతి సమయంలోనో, శస్త్ర చికిత్సల కారణంగానో ఎవరికి రక్తం అవసరమైనా.. స్వచ్ఛందంగా అందిద్దాం. మన రక్తంలో మానవత్వం ప్రవహిస్తున్నదని నిరూపించుకుందాం శరీరంలోని వివిధ అవయవాలకు ప్రాణవాయువును చేరవేసే వాహకం.. రక్తం. మనిషికి శ్వాస ఎంత ముఖ్యమో, రక్తమూ అంతే ప్రధానం. శ్వాస ద్వారా మనం తీసుకున్న ప్రాణవాయువును ప్రధాన అవయవాలైన.. గుండె, మెదడు, ఊపిరితిత్తులు, మూత్రపిండాలతో పాటు అన్ని అంతర్గత భాగాలకూ అందిస్తుంది రక్తం. రోడ్డు ప్రమాదాలు, ఇతర సంఘటనలు జరిగినప్పుడు రోగి శరీరంలోని రక్తం ధారాపాతంగా బయటికి పోతుంది. ఫలితంగా ఒంట్లోని రక్తం తగ్గిపోతుంది. మెదడు, గుండె తదితరాలకు రక్త సరఫరా నిలిచిపోవడంతో.. ఆక్సిజన్ కూడా అందదు. వివిధ అవయవాలు పనిచేయడం మానేస్తాయి.ఈ పరిస్థితుల్లో రోగి మరణించే ఆస్కారమూ ఉంది. కాబట్టే ప్రమాదాల్లో తీవ్ర రక్తస్రావానికి గురైనవారికి తక్షణం రక్తం ఎక్కిస్తారు వైద్యులు. మహిళల విషయానికొస్తే.. చాలా మందికి కాన్పుల సమయంలో రక్తస్రావం జరుగుతుంది.

అలాంటప్పుడు బయటి నుంచి రక్తం అవసరం అవుతుంది. గుండె, కాలేయం, కిడ్నీలు తదితర భాగాలకు శస్త్రచికిత్సలు జరిగినప్పుడు, ఇతర ఆపత్సమయాల్లోనూ రోగులకు రక్తం ఎక్కించాల్సిందే. ఆలస్యమైనకొద్దీ ప్రాణగండమే. ఈ క్రమంలోనే రక్తదానానికి ప్రాధాన్యం పెరిగింది. రక్తదాన ఆవశ్యకతను జనంలోకి తీసుకెళ్లి.. రక్తదాతలను ప్రోత్సహించే క్రమంలో ఏటా జూన్ 14ను 'ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవం'గా జరుపుకొంటారు. ఎముక మజ్జ రక్తానికి జన్మస్థానం. తొమ్మిది రకాలు రక్తంలో ఎనిమిది ప్రధాన గ్రూపులతోపాటు, మరొక అరుదైన గ్రూపు కూడా ఉంది. ఆ ఎనిమిదిలో నాలుగు పాజిటివ్ అయితే, నాలుగు నెగెటివ్. సుమారు 90 శాతం మంది పాజిటివ్ గ్రూపులకు చెందిన రక్తాన్నే కలిగి ఉంటారు. అందులో ఎక్కువ మంది 'ఒ-పాజిటివ్' పరిధిలోకి వస్తారు. రెండో స్థానంలో 'ఎ-పాజిటివ్', మూడో స్థానంలో 'బి-పాజిటివ్', నాలుగో స్థానంలో 'ఎబి-పాజిటివ్' ఉంటారు. ఇవి కాకుండా.. ఎ-నెగెటివ్, బి-నెగెటివ్, ఎబి-నెగెటివ్, ఒ-నెగెటివ్ గ్రూపులూ ఉంటాయి. ఈ ఎనిమిదింటిలో 'ఎబి-నెగెటివ్' అరుదైంది. ప్రతి వెయ్యిమందిలో ఆరుగురికి మాత్రమే ఈ గ్రూపు రక్తం ఉంటుంది. ఇక, అన్నిటికంటే అపురూపమైంది 'బాంబే బ్లడ్ గ్రూప్'.

అత్యవసర పరిస్థితుల్లో

ఒ-పాజిటివ్ రక్తాన్ని అత్యవసర పరిస్థితుల్లో పాజిటివ్ గ్రూప్‌కు చెందిన.. అంటే ఎ-పాజిటివ్, బి-పాజిటివ్, ఎబి-పాజిటివ్ వ్యక్తులకు ఎక్కించవచ్చు. కానీ, నెగెటివ్ గ్రూపులకు అంటే.. ఎ-నెగెటివ్, బి-నెగెటివ్, ఎబి-నెగెటివ్, ఒ-నెగెటివ్ గ్రూపుల వారికి అస్సలు ఎక్కించకూడదు. అలా చేస్తే ప్రాణాంతకం కూడా. ఒ-నెగెటివ్ రక్తాన్ని మాత్రం అన్నిరకాల పాజిటివ్, నెగెటివ్ గ్రూపుల రోగులకు ఎక్కించవచ్చు. అందుకే దీన్ని 'యూనివర్సల్ డోనర్' అని పిలుస్తారు.

బాంబే బ్లడ్‌గ్రూప్

1952లో మొదటి సారిగా డాక్టర్ భేండే అనే వైద్యుడు.. ముంబైలో ఈ అరుదైన గ్రూపును గుర్తించారు. కాబట్టే, దీనికి బాంబే బ్లడ్‌గ్రూప్ అని పేరు పెట్టారు. పదివేల మందిలో ఒకరికి మాత్రమే ఈ తరహా రక్తం ఉంటుంది. బాంబే గ్రూపు వ్యక్తులకు ఆ గ్రూపునే ఎంచుకోవాలి. మరే ఇతర రకాన్నీ ఇచ్చేందుకు వీలులేదు.

ఏం ఉంటాయి?

సాధారణంగా దాతల ద్వారా సేకరించిన రక్తం నుంచి రెండు రకాల ద్రవాలను, రెండు రకాల కణాలను తీస్తారు. అందులో ముఖ్యమైంది 'ప్యాక్డ్ రెడ్ బ్లడ్‌సెల్స్'. 'రెడ్ బ్లడ్‌సెల్స్' అనీ అంటారు. రక్తంలో ఎర్ర రక్తకణాలు, తెల్ల రక్తకణాలు, ప్లేట్‌లెట్స్, ప్లాస్మా.. అనే అనే నాలుగు ప్రధాన పదార్థాలు ఉంటాయి. వీటినే 'కాంపొనెంట్స్'గా వ్యవ హరిస్తారు. ఒక వ్యక్తి నుంచి సేకరించిన రక్తాన్ని ప్రత్యేక పద్ధతి ద్వారా వేరు చేస్తారు. ఆ ప్రక్రియలో ఎర్ర రక్తకణాలన్నీ అడుగు భాగానికి చేరుకుంటాయి. ప్లాస్మా పైకి తేలుతుంది. ప్లేట్‌లెట్స్ మధ్యభాగంలో ఉండిపోతాయి. వీటిని ప్రత్యేక పద్ధతి ద్వారా వేరుచేస్తారు. అవసరాన్ని బట్టి రోగులకు ఎర్ర రక్తకణాలు, ప్లాస్మా, ప్లేట్‌లెట్స్ ఎక్కిస్తారు.

ఎర్ర రక్తకణాలు

ఎర్రరక్త కణాలున్న ద్రవాన్ని రెడ్ బ్లడ్‌సెల్స్(ఆర్‌బీసీ) అంటారు. ఎర్ర రక్తకణాలు శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు ఆక్సిజన్‌ను చేరవేస్తాయి. ఎర్ర రక్తకణాలను 43 రోజుల పాటు నిల్వ ఉంచవచ్చు. గుండె, కాలేయం, కిడ్నీ మార్పిడి వంటి శస్త్ర చికిత్సలు, కాన్పులు, ప్రమాదాల సమయంలో ఎక్కిస్తారు. పరిస్థితి తీవ్రతను బట్టి రక్తహీనత ఉన్న వారికి కూడా ఎర్ర రక్త కణాలను అందిస్తారు.

ప్లేట్‌లెట్స్

ప్లేట్‌లెట్స్ రక్తస్రావాన్ని అరికడతాయి. శరీరం నుంచి ధారాపాతంగా కారిపోకుండా అడ్డుపడతాయి. శస్త్ర చికిత్సలు, రోడ్డు ప్రమాదాల్లో రోగికి తీవ్ర రక్తస్రావం జరిగినప్పుడు.. ఈ కణాలను ఎక్కిస్తారు. క్యాన్సర్, డెంగ్యూ వంటి విషజ్వరాలు ప్రబలినప్పుడు రోగి శరీరంలో ప్లేట్‌లెట్స్ తగ్గుతాయి. అప్పుడు కూడా ఈ కణాల అవసరం ఏర్పడుతుంది. ప్లేట్‌లెట్స్ కణాలను ఐదు రోజులు నిల్వ చేయవచ్చు.

ప్లాస్మా ద్రవం

అగ్ని ప్రమాద బాధితులకు ఎక్కువగా ప్లాస్మా ఎక్కిస్తారు. ఇలాంటి సందర్భంలో ఒంటిమీది చర్మం కాలిపోయి మాంసం తేలుతుంది. రక్తంలోని ద్రవ పదార్థం ఆవిరైపోతుంది. ప్లాస్మాకు శరీరంలోని విష పదార్థాలను నిరోధించే శక్తి ఉంటుంది. కాలిన గాయాల వల్ల ప్లాస్మా ఆవిరైపోవడంతో శరీరంలో విషపదార్థాలు పేరుకుంటాయి. దీన్నే 'ఇన్‌ఫెక్షన్' అంటారు. ప్లాస్మా తగ్గేకొద్దీ ఇన్‌ఫెక్షన్స్ పెరిగిపోతాయి. ప్లాస్మాను నిర్దిష్ట ఉష్ణోగ్రతల వద్ద సంవత్సరం పాటు నిల్వ ఉంచవచ్చు. అగ్ని ప్రమాద బాధితులకు, దీర్ఘకాలిక కాలేయ వ్యాధిగ్రస్తులకు ప్లాస్మాను ఎక్కువగా వినియోగిస్తారు. అలాంటివారికి సంజీవినిలా పనిచేస్తుంది.

రక్త దానానికి అర్హతలు

సాధారణంగా, రక్తదాన సమయంలో ఒక వ్యక్తి నుంచి 450 మిల్లీ లీటర్ల రక్తాన్ని సేకరిస్తారు. రక్తం సేకరించే ముందు దాతకు కొన్ని పరీక్షలు చేస్తారు. రక్తదానం చేసేవారికి కొన్ని అర్హతలు కూడా ఉండాలి. పద్దెనిమిదేండ్లు నిండాలి. అరవై ఏండ్లలోపు వారై ఉండాలి. మానసికంగా, శారీరకంగా ఆరోగ్యవంతులై ఉండాలి 60 కిలోలకు పైగా బరువు కలిగి ఉండాలి. రక్తపోటు సాధారణంగా ఉండాలి.రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ తగినంత ఉండాలి.చర్మవ్యాధులు ఉండకూడదు.హెచ్ఐవీ తదితర అంటువ్యాధులు ఉండకూడదు.రక్తదానం చేసిన సుమారు 21 రోజుల్లో శరీరం ఆ లోటును భర్తీ చేసుకుంటుంది.కాబట్టి, ఒకసారి రక్తదానం చేసినవారు, కనీసం మూడు మాసాల తరువాత మరో రక్తదానానికి సిద్ధం కావచ్చు. ఇంకో ప్రాణాన్ని నిలబెట్టడానికి సంసిద్ధత వ్యక్తం చేయవచ్చు. రక్తదానాన్ని మించిన మహాదానం లేదు. రక్తం ఇవ్వడం అంటే.. అమృతాన్ని ప్రసాదించడమే. అపోహలను, భయాలను వదిలిపెట్టి అర్హులంతా రక్తదానానికి ముందుకు రావాలి. కాకపోతే రక్తదానానికి వెళ్లేముందు కొన్ని జాగ్రత్తలూ అవసరం. ముందురోజు కంటినిండా నిద్రపోవాలి. రక్తదానానికి ముందు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. పుష్కలంగా మంచినీళ్లు తాగాలి. దీర్ఘకాలంగా ఏవైనా మందులు వాడుతుంటే.. ఆ విషయాన్ని తెలియజేయాలి.

రక్తం తగ్గిపోతే..

రక్తం లేకపోతే మనిషి బతకలేడు. శరీరంలో ప్రవహించే రక్తం మెదడు, గుండెతో పాటు ఇతర అన్ని భాగాలకు ఆక్సిజన్ సరఫరా చేస్తుంది. రక్త ప్రసరణ తగ్గిపోయినా, సరఫరా నిలిచిపోయినా.. మెదడు పనిచేయడం మానేస్తుంది. రక్తహీనత వల్ల ముఖ్యంగా బీపీ పడిపోతుంది. అంటే రక్తప్రసరణ ప్రవాహ తీవ్రత తగ్గుతుంది. దీనివల్ల మెదడుకు ప్రాణవాయువు అందదు. దీంతో మెదడు చైతన్యహీనం అవుతుంది. 'బ్రెయిన్‌డెడ్' అంటే ఇదే. రక్త ప్రసరణ ఆగిపోతే మెదడు 3 నుంచి 5 నిమిషాలకు మించి పనిచేయదు. ఈ సమయం దాటితే నిర్జీవ స్థితికి చేరుకుంటుంది. రక్తహీనత వల్ల దెబ్బతినే రెండో ప్రధాన అవయవం గుండె. రక్తప్రసరణ ఆగిన 30 నుంచి 45 నిమిషాల వరకు మాత్రమే కనాకష్టంగా పనిచేస్తుంది. అంతకు మించితే శాశ్వతంగా ఆగిపోతుంది.

ప్రతీరోజూ రాత్రి ఈ జాగ్రత్తలతో డయాబెటిస్ కంట్రోల్!!

దయాబెటిస్.. దీర్ఘకాలిక వ్యాధి. దయాబెటిస్ ను సకాలంలో నియంత్రించకపోతే అది హార్ట్ స్ట్రోక్ ను, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ ను కూడా కలిగిస్తుంది. సరైన ఆహారం తీసుకుంటూ, జీవనశైలి విధానాన్ని మార్చుకుంటే డయాబెటిస్ ప్రభావాన్ని కొంతమేరకు తగ్గించవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించాలి అనుకుంటే కచ్చితంగా తీసుకునే ఆహారంలో కార్బోహైడ్రేట్లను తగ్గించి, ప్రొటీన్లు పెంచుకోవాలి. మంచి ప్రోటీన్లు ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకుంటే డయాబెటిస్ కంట్రోల్ అవుతుంది. డయాబెటిస్ ను అదుపులో ఉంచుకోవడానికి రాత్రిపూట కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తే మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. డయాబెటిక్ బాధితులు రాత్రివేళ చిరుతిండ్లు తినకూడదు. డయాబెటిక్ బాధితులు రాత్రిపూట తక్కువ తినాలి. అది కూడా ఏడు గంటల లోపే డయాబెటిక్ బాధితులు భోజనం చేయడం మంచిదని సలహా ఇవ్వబడింది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నిర్వహించడం కోసం డయాబెటిస్ బాధితులు ప్రతి రోజూ 7 నుండి 8 గంటల సేపు నిద్రపోవాలని సూచిస్తున్నారు. ఇటీవల కాలంలో జరిగిన అతిపెద్ద రైలు ప్రమాదాలు ఇవే ఇక ప్రతిరోజు రాత్రి పడుకునే ముందు ఒక కప్పు చామంతి టీ తాగితే దయాబెటిస్ అదుపులోకి వస్తుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడానికి ఇది ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది. ఇక నిద్రకు ముందు వాకింగ్ చేయడం కూడా డయాబెటిస్ బాధితులకు మేలు చేస్తుందని చెబుతున్నారు. ప్రతిరోజు రాత్రి పడుకునే ముందు ఏడు నుంచి ఎనిమిది పప్పులు నానబెట్టిన బాదం పప్పు తినడం వల్ల కూడా షుగర్ లెవెల్ అదుపులోకి వస్తుంది. అలాగే ప్రతిరోజు రాత్రి సమయంలో నానబెట్టిన మెంతుల నీళ్లు తాగుతూ, నానబెట్టిన మెంతులు తింటే కూడా డయాబెటిస్ కంట్రోల్ లో ఉంటుంది. మెంతులు హైపో గ్లైసీమిక్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. అవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే రాత్రి భోజనం చేసిన తర్వాత మరియు పడుకునే ముందు 15 నిమిషాల పాటు వజ్రాసనంలో కూర్చుంటే రక్తంలో గ్లూకోజ్ లెవల్స్ కంట్రోల్ అవుతాయి. తిన్న ఆహారం ఈజీగా జీర్ణమవుతుంది. అందుకే డయాబెటిస్ ను కంట్రోల్ చేసుకోవాలనుకునే వారు రాత్రివేళల్లో ఈ చిన్న చిన్న చిట్కాలను పాటించాలని సూచిస్తున్నారు.

ఈ పండ్లు తింటే వయస్సు గుర్తించలేనంత యవ్వనంగా.. నిత్య నూతనంగా..

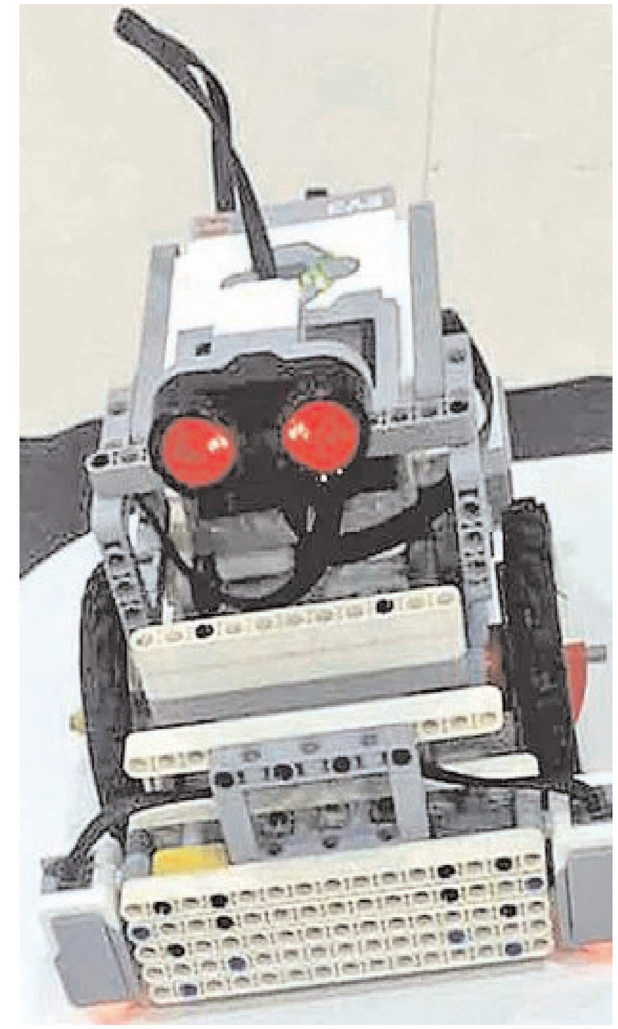
మనలో చాలామంది సంవత్సరం గడుస్తున్న కొద్దీ వయసు మీద పడుతుందని తెగ బాధ పడుతూ ఉంటారు. వయసు కనపడనీయకుండా ఉండటంకోసం యాంటీ ఏజింగ్ క్రీములు, సీరమ్ లు వాడుతూ ఉంటారు. అయితే అవేవీ అవసరం లేకుండానే యాంటీ ఏజింగ్ ఫ్రూట్స్ ఆహారంలో భాగంగా చేసుకుంటే యవ్వనంగా, నిత్యనూతనంగా కనబడతారని, వయసు అసలు గుర్తుపట్టలేనంతగా యంగ్ గా మారతారని చెబుతున్నారు. వయసు కనబడనివ్వకుండా, అందాన్ని ఇనుమడింపజేసే ఆ పండ్లు ఏమిటో తెలుసుకుందాం. ఆరోగ్యాన్ని మరియు ఆరోగ్యకరమైన చర్మాన్ని కాపాడుకోవడానికి ఆహారంతోపాటు జీవనశైలి ముఖ్యమైన పాత్రను పోషిస్తుంది. జీవనశైలిలో మార్పులతో పాటు ఆహారంలో కొన్ని యాంటీ ఏజింగ్ ఫ్రూట్స్ ను చేర్చుకుంటే యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. ఇటీవల కాలంలో జరిగిన అతిపెద్ద రైలు ప్రమాదాలు ఇవే ఇక అటువంటి పండ్లలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉన్న నారింజ పండు ఒకటి. దీనిలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మన చర్మ సంరక్షణ చేసి, చర్మం ముడతలు రాకుండా కాపాడతాయి. ఏజింగ్ సమస్యలు లేకుండా చేస్తాయి. వృద్ధాప్యాన్ని మరియు అనేక వ్యాధులను నిరోధించే ఫ్రీ రాడికల్స్ తో ఇవి పోరాడతాయి. తెలంగాణ ప్రజలను దగా చేశారు.. ఇక మన శరీరంలో కొలాజిన్ ఉత్పత్తిని పెంచి, శరీరాన్ని ముడతలు లేకుండా చేసి, యవ్వనంగా వుంచటంలో పుచ్చకాయలు దోహదం చేస్తాయి. పుచ్చకాయలు శరీరాన్ని హైడ్రేట్ గా కూడా ఉంచుతాయి . ద్రాక్ష పళ్లలో యాంటీ ఏజింగ్ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి చర్మ కణాలు దెబ్బతినకుండా కాపాడతాయి. చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి దోహదం చేస్తాయి. బొప్పాయి ఆరోగ్యానికే కాదు చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది . చర్మాన్ని హైడ్రేట్ గా ఉంచుతుంది . చర్మ కణాలు డ్యామేజ్ కాకుండా బొప్పాయి కాపాడుతుంది. బొప్పాయి కూడా ఏజింగ్ లక్షణాలను బయటకు రాకుండా చేస్తుంది. కివీ పండ్లు చర్మాన్ని మృదువుగా మెరుస్తూ ఉండేలా చేస్తాయి. కోరమాండల్ రైలు ప్రమాదంపై రాష్ట్రపతి ముర్ము, ప్రధాని మోడీ విచారం: హెల్ప్‌లైన్ నెంబర్లు కివీ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు విటమిన్ సి మరియు విటమిన్ ఈ చర్మ సౌందర్యాన్ని పెంచడానికి పనిచేస్తాయి. అవకాడోలో విటమిన్లు ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వుల తో పాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిని తినడం వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉండడమే కాకుండా, చర్మం కూడా ఆరోగ్యంగా మారుతుందియాంటీఏజింగ్ బెనిఫిట్స్ ఇందులో ఉంటాయి.

రెటినాల్ ఎంత మేలు?

చర్మ సంరక్షణలో రెటినాల్ ప్రాధాన్యం గురించి చాలా చెబుతుంటారు. అలాంటి క్రీమ్‌లు రాసుకోవచ్చా?

ఓ పాఠకురాలు : ప్రాథమికంగా ఇది విటమిన్-ఎలోని కొవ్వులో కరిగే పదార్థాల సమూహానికి చెందింది. కణాల పునరుద్ధరణలో ఉపయోగపడుతుంది. చర్మ సౌందర్యాన్ని రెట్టింపుచేసే సామర్థ్యం ఉంది. ఒంటికి నిగారింపునిచ్చి, అసలు వయసు కనబడకుండా చేస్తుంది. ముడతలు, మచ్చలు మొదలైన వాటిని వేగవంతంగా దూరం చేస్తుంది. క్రీమ్, సీరమ్ రూపంలో రెటినాల్ లభిస్తుంది. రోజు విడిచి రోజు కానీ, మూడురోజులకు ఒకసారి కానీ వాడొచ్చు. కాకపోతే కొందరికి రెటినాల్ పడదు. అలాంటివారు దూరంగా ఉండటమే మంచిది. పూసుకోగానే.. చర్మం కందిపోవడం, ఎర్రబారడం, నల్లబడిపోవడం, ఊడిపోవడం, దురద తదితర దుష్ప్రభావాలు కనిపిస్తాయి. వాడేముందు నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది. గర్భిణులు దూరంగా ఉండటం క్షేమం. మరీ ఎక్కువ కాలం వాడటం కూడా మంచిది కాదని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

బాల్యం కోసం.. రోబోటిక్స్!



సాంకేతికత ముద్దుబిడ్డలు రోబోలు. రెస్టారెంట్, సినిమా థియేటర్, ఆఫీస్, ఫ్యాక్టరీ ప్రతిచోటా రోబోలదే రాజ్యం. సరిహద్దులలోనూ వాటిదే పహారా. సాంకేతిక రంగంలో వస్తున్న ఈ పెనుమార్పులను పదేండ్ల క్రితమే గుర్తించారు హైదరాబాద్‌కు చెందిన దేవులపల్లి ప్రసూన. 'టిక్స్ రోబోటిక్స్' అనే సంస్థను స్థాపించి బాల్యానికి సాంకేతిక శిక్షణ అందిస్తున్నారు.

సాంకేతికత ముద్దుబిడ్డలు రోబోలు. రెస్టారెంట్, సినిమా థియేటర్, ఆఫీస్, ఫ్యాక్టరీ ప్రతిచోటా రోబోలదే రాజ్యం. సరిహద్దులలోనూ వాటిదే పహారా. సాంకేతిక రంగంలో వస్తున్న ఈ పెనుమార్పులను పదేండ్ల క్రితమే గుర్తించారు హైదరాబాద్‌కు చెందిన దేవులపల్లి ప్రసూన. 'టిక్స్ రోబోటిక్స్' అనే సంస్థను స్థాపించి బాల్యానికి సాంకేతిక శిక్షణ అందిస్తున్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులనూ రోబో విద్యలో రాటుదేలుస్తున్నారు.

ఆ అనుభవాలు ఆమె మాటల్లోనే..

మాది హనుమకొండ. కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయం నుంచి మైక్రో బయాలజీలో పీజీ చేశాను. పెండ్లి తర్వాత మా ఆయన రవికుమార్ అమెరికా వెళ్లారు. ఆయనతోపాటు నేనూ బయల్దేరాను. నాలుగేండ్లపాటు అక్కడే ఉన్నాం. మా పిల్లలు.. సుహాస్, ఆర్ణవ్ చదువుకుంటున్న స్కూల్‌లోనే వలంటీర్‌గా చేశాను. అక్కడి విద్యార్థులు రోబోటిక్స్‌లో చాలా ముందుంటారు. ఆ స్థాయి పరిజ్ఞానాన్ని మన పిల్లలకూ అందించాలనిపించింది. స్వదేశంపై మమకారంతో 2011లో భారత్ తిరిగొచ్చేశాం. హైదరాబాద్‌లోని మియాపూర్‌లో ఉంటున్నాం. అమెరికా నుంచి వస్తూ ఓ రోబో తీసుకొచ్చాను. రోబోటిక్స్ నిపుణుల సహకారంతో ఏడాదిపాటు రోబోల పనితీరు అధ్యయనం చేశాను. నా పిల్లలకు రోబోటిక్స్‌పై అవగాహన కలిగించేందుకు మంచి సంస్థల కోసం చాలా ప్రయత్నించాను. ఎక్కడా కనిపించలేదు. దీంతో ఆ బాధ్యత నేనే తీసుకున్నాను. వాళ్లకు గురువుగా మారాను. కొద్దిరోజులకే ఆ శాస్త్రం మీద వాళ్లు పూర్తి పట్టు సాధించారు. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో సత్తా చాటారు. ఓ ఎగ్జిబిషన్‌లో ఐటీ మంత్రి కేటీఆర్ కూడా నన్ను ప్రశంసించారు. రోబోటిక్స్‌ను పదిమందికీ చేరువ చేయమని ప్రోత్సహించారు. ఆయన ఇచ్చిన స్ఫూర్తితో 2016లో 'టిక్స్ రోబోటిక్స్' పేరుతో శిక్షణ సంస్థను ప్రారంభించాను.

ఇరవై వేలమందికి పైగా..

ప్రతి చిన్నారిలో నిగూఢంగా ఉన్న ప్రతిభను వెలికితీసి.. రోబోటిక్స్‌పై లోతైన పరిజ్ఞానాన్ని పెంపొందించడమే మా సంస్థ లక్ష్యం. ఇందులో భాగంగా వినూత్నమైన రోబోలకు ప్రాణం పోశాం. ఇక్కడ రూపుదిద్దుకున్న ప్రతి రోబో ప్రత్యేకమైందే. ఆరేండ్లు పైబడిన ఎవరైనా మా దగ్గర శిక్షణ తీసుకోవచ్చు. సొంతంగా రోబోలను ఆవిష్కరించవచ్చు.

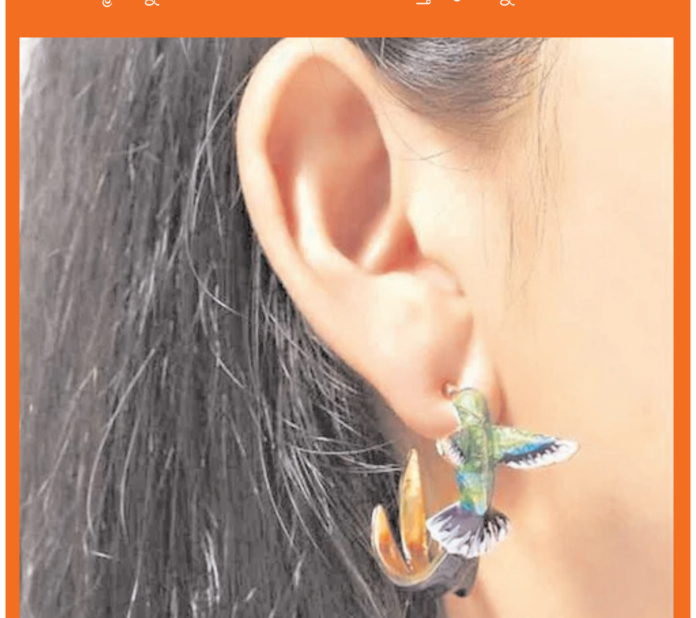
ఈ ఏడేండ్లలో 20వేల మందికిపైగా శిక్షణ ఇచ్చాం. స్వచ్ఛంద సంస్థల సహకారంతో ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోనూ రోబోటిక్స్‌పై అవగాహన పెంచుతున్నాం. వివిధ పోటీల కోసం పిల్లలతో ఇప్పటివరకూ రెండొందలకు పైగా రోబోలను తయారు చేయించాం. 'టిక్స్ రోబోటిక్స్'లో శిక్షణ పొందిన ఎంతోమంది పిల్లలు అంతర్జాతీయ వేదికలపై ప్రతిభ చూపుతున్నారు. అమెరికా, యూకే తదితర దేశాలలో శిక్షణ తీసుకున్న వారితో పోటీపడి మరీ, మనవాళ్లు గెలవడం సంతోషంగా అనిపిస్తున్నది. కార్పొరేట్ స్కూళ్ల పిల్లలను వెనక్కి నెట్టి మియాపూర్, మదీనాగూడ ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులు జాతీయ స్థాయిలో పతకాలు సాధిస్తున్నారు. ఇది ఎంతో మంచి పరిణామం. ఈ మార్పు గ్రామాల వరకూ విస్తరించాలి. పల్లెలు సైతం రోబోలను ఆవిష్కరించే రోజు రావాలి.

వీహబ్ మద్దతు ..

మా ప్రయత్నానికి వీహబ్ పూర్తి మద్దతు పలికింది. నెట్‌వర్కింగ్, మెంటర్‌షిప్ నా వ్యాపార విస్తరణకు దోహదపడ్డాయి. అనేక ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు సంస్థలు, ఐటీ కంపెనీలలో సెమినార్‌లు నిర్వహించే అవకాశాలనూ కల్పించింది. ఇక్కడితో ఆగకుండా.. విదేశాలకు విస్తరించాలన్నది నా సంకల్పం. మహిళ కెరీర్‌ను, కుటుంబ బాధ్యతలను వేరువేరుగా చూడాలి. రెండిటికీ సమన్యాయం చేయాలి. ఇదే నా సలహా.

రామ్మా చిలుకమ్మా..

చిలుక పలుకులు, అతివ కులుకులు.. దేనికదే ముచ్చటగా ఉంటాయి. ఆ చిలుకమ్మ అందాలను కలికి ఆభరణాలుగా మారుస్తున్నారు నేటి డిజైనర్లు. అందుకు తగ్గట్టు అమ్మాయిలు కూడా.. రామ్మా చిలుకమ్మా అంటూ ఆ నగల పట్ల ప్రేమ మొలకల్ని మొలిపిస్తున్నారు. చిలుక పలుకులు, అతివ కులుకులు.. దేనికదే ముచ్చటగా ఉంటాయి. ఆ చిలుకమ్మ అందాలను కలికి ఆభరణాలుగా మారుస్తున్నారు నేటి డిజైనర్లు. అందుకు తగ్గట్టు అమ్మాయిలు కూడా.. రామ్మా చిలుకమ్మా అంటూ ఆ నగల పట్ల ప్రేమ మొలకల్ని మొలిపిస్తున్నారు. అంతేకాదు, చిటారుకొమ్మన గుసగుసలాడే గువ్వల జంటలు, చిగురుటాకుల మీద సందడి చేసే చిట్టిపిట్టలు.. ఇప్పుడు సొమ్ముల్లో అమరిపోతున్నాయి. 'బర్డ్ ఇన్‌స్పైర్డ్ జువెలరీ' రామచిలుకంత రమ్యంగా అగుపిస్తున్నాయి.చిలుక జోస్యం.. రేపటిని తెలిపే ఓ నమ్మిక. చిలుక కొరికిన జాంపండు.. ఇష్టమైన వారికి తియ్యని కానుక. ఇక, చిలుకమ్మ నగలు కలికి చిలుకల కొలికికి అందమైన జోడీ. అతివ ముస్తాబులో ఇన్నాళ్లూ అగ్రతాంబూలం అందుకున్న నెమలి సొగసుల్ని తోసిరాజని, చిలుకలూ, గువ్వలూ ఆమె కంఠసీమలో కువకువలాడు తున్నాయి. నాజూకు వేళ్లమీద నాట్యమాడుతున్నాయి. కర్ణాభరణాలుగా కనువిందు చేస్తున్నాయి. రంగురంగుల పక్షిరాజ్యానికి ఇప్పుడామె రారాణి. పంచవన్నెల చిలుకలన్నీ ఆమె చెలికత్తెలు. వాటి చిన్నెలన్నీ చిత్రికబట్టి ఆమెను అలంకరించే పనిలో డిజైనర్లు మునిగిపోయారు.'ప్యారట్ జువెలరీ', 'బర్డ్ ఇన్‌స్పైర్డ్ జువెలరీ' పేరిట వస్తున్న ఆభరణాలన్నీ అలా ఆమె కోసం ఆవిష్కరించినవే. ఈ తరహా నగల్లో నెక్లెస్‌లు, గొలుసులు మొదలు చెవిదుద్దులు, లాకెట్లు, ఉంగరాలు, బ్రూచ్‌లు.. ఇలా ఎన్నో రకాలు ఉంటున్నాయి. బంగారంతో చేసినవీ, వజ్రాలు పొదిగిన వాటితో పాటు రంగురంగుల ఎనామిల్‌తో రూపొందించిన ఫ్యాన్సీ నగలూ, స్వరోవ్‌స్కీలాంటి విల ువైన రాళ్లతో చేసిన ముచ్చటైన సొమ్ములూ తయారవుతున్నాయి. నల్లపూసల్లోనూ విహంగాల సోకు విందుచేస్తున్నది. మొత్తానికి చిటారు కొమ్మన చిలుకమ్మా అమ్మాయి నగలో కులుకమ్మా అన్న చందంగా అందాల నగలు ముస్తాబవుతున్నాయి.



సాహసమే ఆమె పంథా..

%మహిళలు సైన్యంలో తమను తాము నిరూపించుకునే అవకాశాలను దాదాపు పదేళ్ల న్యాయపోరాటం తర్వాత దక్కించుకున్నారు. ఇటీవల సుప్రీంకోర్టు మహిళలకు పర్మినెంట్ కమిషన్ పొందే అవకాశం కల్పించాలని చరిత్రాత్మక తీర్పును వెలువరించింది. మహిళా అధికారులకు అనుకూలంగా ఈ తీర్పు రావడం వెనుక ఒక ప్రతిభావంతురాలి కృషి ఉంది. ఆమే ఐశ్వర్యా భాటి. న్యాయవిద్యలో బంగారు పతక గ్రహీత కూడా.. న్యాయస్థానంలో మరో లాయర్ మీనాక్షి లేఖితో కలిసి ఆమె ఈ కేసును వాదించారు. తాజాగా వచ్చిన తీర్పుతో మహిళలు ఆయా విభాగాల్లో కమాండ్ హోదా పొందేందుకు పోటీపడే అవకాశం కూడా లభించింది. దాదాపు 2003 నుంచి మొదలైన ఈ న్యాయపోరాటంలో మహిళలు ఎక్కడా తగ్గలేదు. ఫలితంగా వారు సైన్యంలో శాశ్వత ఉద్యోగాలు పొందేందుకు అవకాశం లభించింది. ఒకప్పుడు షార్ట్ సర్వీస్ కమిషన్ ద్వారా 14 సంవత్సరాలు ఉద్యోగం చేసి సైన్యం నుంచి బయటకు వచ్చాక మరో ఉద్యోగం కోసం వెతుక్కోవాల్సిన పరిస్థితి ఉండేది. కానీ తాజాగా వచ్చిన తీరు అమలైతే పర్మినెంట్ కమిషన్ మానసికంగా, శారీరకంగా సిద్ధమై అవకాశాలను అందిపుచ్చుకుని శాశ్వత ఉద్యోగం పొందవచ్చు. మహిళా అధికారుల తరఫున ఆమె వాదనలో దిట్ట..సంప్రదాయ రాజ్‌పుత్ కుటుంబానికి చెందిన ఐశ్వర్యకు వివాహం తర్వాత కూడా అత్తింటి నుంచి ప్రోత్సాహం లభించింది. దీంతో ఆమె ఇద్దరు పిల్లల ఆలనాపాలనా చూసుకుంటూనే ప్రాక్టీస్ కొనసాగిస్తోంది. ఇరవై సంవత్సరాల న్యాయవాద వృత్తిలో ఆమె 'ఆధార్ చట్టబద్ధత', వాయుసేనలో మహిళలకు సమానహక్కులు వంటి ప్రతిష్టాత్మక కేసులను వాదించింది.లక్ష్యశుద్ధి ఉంటేనే.. గమ్యాన్ని చేరుకోగలం.. ఎగరడానికి రెక్కలు ఒక్కటే సరిపోవు.. తగిన సాహసం కూడా ఉండాలి.. అని ప్రముఖ న్యాయవాది ఐశ్వర్యా భాటి సుప్రీం కోర్టు బార్ అసోసియేషన్ సెక్రటరీగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన తరువాత చెప్పిన మాటలు. ఆమె పేరు సుప్రీం కోర్టులో తరచూ మార్మోగిపోతుంటుంది.

న్యాయవాద వృత్తిలో మహిళలు పెద్దగా రాణించలేరని ఎవరైనా అనుకుంటే గనుక ఈమె వాదించేటప్పుడు చూస్తే ఆ అపోహలు పటాపంచలైపోతాయి.

భాటి మాటల్లోనే ఆత్మవిశ్వాసం తొణికసలాడుతుంది. నిర్మాణాత్మకంగా ఆమె వాదనలకు ఎవరైనా ఫిదా అయిపోతారు. అంతర్జాతీయ న్యాయస్థానంలో కులభూషణ్ జాదవ్ కేసు వాదించే ప్యానల్‌లో కూడా భాటి సభ్యురాలు. సైనిక దళాల ప్రత్యేక అధికారాల చట్టంపై అభ్యంతరం చెబుతూ దాఖలైన కేసులోనూ దళాల తరఫున ఆమే వాదించారు. తాజాగా మహిళా ఎన్ఎస్‌సీ అధికారులకు పర్మినెంట్ కమిషన్ ఇవ్వాలంటే దిల్లీ హైకోర్టు 2010లో ఇచ్చిన తీర్పును సవాల్ చేస్తూ కేంద్రం దాఖలు చేసిన పిటిషన్‌పై మహిళా అధికారులకు అనుకూలంగా వాదించారు. ఈ కేసులో మహిళా అధికారులకు అనుకూలంగా సుప్రీం తీర్పు వెలువరించింది. దీంతో సైనిక దళాల్లో నిర్దేశించిన విభాగాల్లో 'కమాండ్ హోదా' పోస్టుల్లో నియామకానికి వీలు కల్పించడం వల్ల పురుష అధికారుల తరహాలో మహిళా అధికారులూ కంపెనీ, బెటాలియన్ వంటి విభాగాలకు నాయకత్వం వహించడానికి వీలవుతుంది.

ఐశ్వర్య చిన్న వయస్సుల్లోనే మంచి పేరు తెచ్చుకున్నారు. జోథ్‌పూర్‌లో ఓ న్యాయవాదుల కుటుంబంలో జన్మించింది ఐశ్వర్య. తండ్రి సుప్రీంకోర్టులో న్యాయవాది. ఆమె సోదరుడు పుష్పేందర్ సింగ్ రాజస్థాన్ హైకోర్టులో న్యాయమూర్తిగా పనిచేస్తున్నారు. దీంతో ఐశ్వర్య కూడా న్యాయవిద్య వైపే మళ్లారు. ఢిల్లీ విశ్వవిద్యాలయంలో క్యాంపస్ లా సెంటర్ నిర్వహించిన 'ఆల్ ఇండియా మూట్ కోర్ట్' పోటీలో 'బెస్ట్ స్టూడెంట్ అడ్వకేట్'గా నిలిచింది ఐశ్వర్య. జై నారాని వ్యాస్ విశ్వవిద్యాలయంలో న్యాయవిద్యలో బంగారు పతకం సాధించింది. 1999లో ఢిల్లీ హైకోర్టులో ప్రాక్టీస్ ప్రారంభించింది.గతేడాది మార్చిలో సుప్రీంకోర్టు ఈమెను సీనియర్ అడ్వకేట్‌గా ప్రమోట్ చేసింది. రాజస్థాన్ నుంచి ఈ ఘనత సాధించిన తొలి మహిళ ఈమే కావడం విశేషం. అప్పటికే 2017 నుంచి ఉత్తరప్రదేశ్ అడ్వకేట్ జనరల్‌గా పనిచేస్తున్నారు. అంతేకాదు సుప్రీం కోర్టు బార్ అసోసియేషన్ సెక్రటరీగా కూడా రెండు పర్యాయాలు పనిచేసింది. 'న్యాయవాద వృత్తిలో విజయాన్ని ఎప్పుడూ డబ్బుతో కొలవకూడదు. ప్రజల జీవితాల్లో వారు తెచ్చిన మార్పుతో కొలవాలి' అని చెబుతోంది ఐశ్వర్య.

పోలీస్ టైలర్స్!

రండి.. వచ్చి చూడండి. చూసి నేర్చుకోండి. కత్తిరించడం కష్టం కాదు. నేర్చుకుంటే రానిది లేదు. కుట్టు మెషీన్ మీద కాలు పెట్టండి. మీ కాళ్ల మీద మీరు నిలబడండి. పైసలు సంపాదించండి. పదింతలు సంతోషంగా జీవించండి.. అంటూ పేదింటి ఆడబిడ్డల్ని ఆహ్వానిస్తున్నారు రాచకొండ పోలీసులు. పోలీస్ స్టేషన్ ఆవరణలో కుట్టుపని నేర్పుతున్నారు.చదువు లేదు. పని నైపుణ్యం తెలియదు. ఇంట్లో ప్రోత్సాహం అంతంతమాత్రమే. స్థానికంగా అవకాశాలూ లేవు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో నాలుగు గోడల మధ్య బతుకీడ్చే మహిళల జీవితాల్ని అధ్యయనం చేయడానికి రాచకొండ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్ (ఆర్‌కేఎస్‌కే) సభ్యులు పహాడీషరీఫ్, బాలాపూర్‌లో ఇల్లిల్లూ తిరిగారు. సర్వే చేశారు. సలీమా (షీ టీమ్స్ డీసీపీ), లతా రామసుబ్రహ్మణ్యం (ఇన్ఫోసిస్), పోలీసు అధికారులు నిఖత్, సావిత్రి, వలంటీర్లు జయప్రకాశ్ రాజు, నందిత, కమల్, అమిత్ మరికొందరు ఆ గణాంకాలను విశ్లేషించారు. ఫలితాలు హృదయాలను కదిలించేలా ఉన్నాయి. దాదాపు 1200 కుటుంబాల్లో దారిద్ర్యం తాండవిస్తున్నది. ఏ ఇంటికి వెళ్లినా నలుగురు, అయిదుగురు పిల్లలు. సంపాదించేది మాత్రం ఒక్కరే. చిన్న గదిలో గంపెడు కుటుంబం. ఆ పేదింటిలో మగ్గే తల్లులకు ఉపాధి చూపిస్తామని రాచకొండ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్ భరోసా ఇచ్చింది.

సంకల్పానికి పరీక్ష

ఒక అడుగు ముందుకుపడింది. మరో అడుగు ముందుకేస్తే వాళ్ల జీవితాలూ వేగంగా మారిపోతాయని (అప్పటి) రాచకొండ పోలీస్ కమిషనర్ మహేశ్ భగవత్ భావించారు. అందుకు అవసరమైన బడ్జెట్ కేటాయించారు. అమలు బాధ్యత సలీమా (డీసీపీ, షీటీమ్స్), కరుణాకర్ రెడ్డి (షీ టీమ్స్, ఎస్ఐ)కి అప్పగించారు. పహాడీ షరీఫ్ పోలీస్ స్టేషన్ ఆవరణలో రేకుల షెడ్డు వెలిసింది. అందులో పది కుట్టు మెషీన్లు, కుర్చీలు, లైట్లు, ఫ్యాన్లతో 'ఉమెన్ ఎంపవరింగ్ రూరల్ యాస్పిరెంట్స్ (షీఎరా)' కుట్టుపని శిక్షణ కేంద్రం సిద్ధమైంది. 4 అక్టోబరు 2022న శిక్షణ మొదలైంది. కుట్టుపని నేర్చుకునేందుకు 36 మంది వచ్చారు. కానీ ఎవరు బోధిస్తారు? శిక్షణ కోసం ఇద్దరు ఇన్‌స్ట్రక్టర్లను నియమించారు. 'నాలుగు రోజుల్లోనే ఒక రకం దుస్తులు కుట్టడం నేర్పిస్తాం' అని చెబుతారు ఇన్‌స్ట్రక్టర్ అమీనా బేగం.'మొదటి రెండు రోజులు మార్కింగ్ నేర్పిస్తాం. తర్వాత కత్తిరించడం ప్రాక్టీస్ చేయిస్తాం. ఇక కుట్టడం అనేది మెషీన్ తొక్కినంత సులభం! చక్రం ఎంత స్పీడ్‌గా తిరిగితే డ్రెస్ అంత తొందరగా రెడీ అయిపోతుంది! ఆ తర్వాత మరో డ్రెస్ కోసం మార్కింగ్ నేర్పిస్తాం. ఇలా కుర్తా, పైజమా, పటియాలా, అంబ్రెల్లా టాప్, జాకెట్లు, పరికిణీలు, గౌన్లు, ఫ్రాక్‌లు కుట్టడం అలవాటు చేస్తాం. చివర్లో డీఆర్‌డీఏ అధికారులు టైలరింగ్ టెస్ట్ పెట్టారు. అందరూ పాసయ్యారు!' అని మొదటి బ్యాచ్ ముచ్చట్లు చెప్పారు అమీనా బేగం. ఉత్తీర్ణులకు సర్టిఫికెట్‌తోపాటు ప్రభుత్వమే ఉచితంగా కుట్టు మెషీన్లు ఇచ్చింది! వాళ్లంతా ఇప్పుడు ఇంటి దగ్గరే నాలుగు రూపాయలు వెనకేసుకుంటున్నారు.

చిన్న కుటుంబం..

కుట్టుపని శిక్షణ కోసం వచ్చే యువతుల కుటుంబాల్లో.. ఆటోడ్రైవర్లు, క్యాబ్ డ్రైవర్లు, పెయింటర్లుగా పనిచేస్తున్నవారే ఎక్కువ. కొంతమంది వీధి వ్యాపారులూ ఉన్నారు. ప్రస్తుతం శిక్షణ పొందుతున్న 16 మందిలో అఫ్రీన్ బేగం ఒకరు. ఆమె పహాడీ షరీఫ్‌లో ఉంటున్నది. పదో తరగతి పాసైంది. పెళ్లి తర్వాత చదువు ఆగిపోయింది. భర్త సంపాదన కుటుంబ ఖర్చులు, పిల్లల స్కూల్ ఫీజులకే సరిపోతుంది. ఇరుకిరుకు గదిలో ఉంటున్నారు. ఇంటి దగ్గరే టైలరింగ్ పని చేసుకోవడానికి వాళ్లాయన ఒప్పుకొన్నాడు. క్లాసులకూ పంపిస్తున్నాడు. ఇప్పుడామె సంతోషానికి హద్దుల్లేవ్! 'మా బంధువుల్లో ఆడవాళ్లెవరూ సంపాదనా పరులు కాదు. నాతోనే మొదలు. నేను కూడా సంపాదిస్తాను కాబట్టి పిల్లల్ని బాగా చదివించు కుంటా. మంచి ఇల్లు కట్టుకుంటా. నన్ను చూసి మా ఆడబిడ్డ కూడా నేర్చుకోవాలనుకుంటున్నది.

వచ్చే బ్యాచ్‌లో చేరతానని చెప్పింది. మా పిల్లకు టైలర్ పని వచ్చని మా అమ్మ అందరితో సంతోషంగా చెప్పుకొంటున్నది. రేపు నా పిల్లలు కూడా అంతే సంతోషంగా ఉంటారు' అంటూ అఫ్రీన్ బేగం మురిసిపోతున్నది! ఆడవాళ్లూ పని చేస్తే వేడినీళ్లకు చన్నీళ్లు తోడైనట్టు పేదింటి కష్టాలు తీరిపోతాయని మగవాళ్లూ ప్రోత్సహిస్తున్నారు. కారు చీకట్లలో కాంతి రేఖలాంటి 'షీ ఎరా' ప్రభావం మొదలైంది! వేయి మైళ్ల ప్రయాణమైనా ఒక్క అడుగుతో మొదలవుతుందన్నట్టు.. నస్రీన్ బేగం గడప దాటి కుట్టు మెషీన్ మీద కాలుపెట్టింది. 'కుట్టు పని నేర్చుకున్న తర్వాత.. మళ్లీ కాలేజీకి వెళ్తాను. బాగా చదువుకుని డాక్టర్ అవుతా' అంటున్నది. ఇక్కడికి వచ్చినప్పటి నుంచీ జీవితంలో ఎదగాలనిపించిందట. పది పాస్ అయింది. ఆమె అన్నయ్య ఈ మధ్యే దుబాయ్ నుంచి వచ్చాడు. తన సాయంతో కాలేజీకి వెళ్లి చదువుకుంటానని నస్రీన్ చెప్పింది. తొలి బ్యాచ్ కొన్ని జీవితాలను మార్చింది, రెండో బ్యాచ్ కూడా అనేక జీవితాల్లో వెలుగులు నింపింది. ఇక మూడో బ్యాచ్ వంతు. కుట్టుపని, పట్టుదల.. రెండూ ఉంటే ఇక తిరుగేముంది. ఆర్థిక విజయం దిశగా తొలి అడుగే.

అప్పుడు టమాటలు పండిస్తే కూలీ డబ్బులు కూడా రాలేదు.. ఇప్పుడు కోటీశ్వరులు అవుతున్న టమాట రైతులు

కూరగాయలు సాగు చేసే రైతులకు ఎప్పుడు చూసినా ధరలు లేక అరకొర ఆదాయం వచ్చేది. గతంలో రూపాయికి కిలో టమాటలు విక్రయించిన సందర్భాలు అనేకం ఉన్నాయి. కొన్నిసార్లు కూలి డబ్బులు కూడా రాకపోతే.. రోడ్లపై పారబోసిన సంఘటనలు ఎన్నో జరిగాయి. అలాంటిది ఈసారి టమాటలకు మంచి ధర రావడంతో ఓ రైతు కోటీశ్వరుడు కాబోతున్నాడు. వికారాబాద్ జిల్లా పరిగి మండలం సయ్యద్‌పల్లి గ్రామానికి చెందిన ఏ నర్సింహారెడ్డి స్వంత పొలం 4 ఎకరాలు, దోమ మండలం పాలేపల్లిలో 6 ఎకరాలు కౌలుకు తీసుకొని ఏటా కూరగాయలు సాగు చేస్తారు.

ఈసారి కూడా 10 ఎకరాలలో టమాట పంట సాగు చేశాడు.

మల్చింగ్ విధానంతోపాటు డ్రిప్ సిస్టమ్‌లో పంట సాగు చేయడంతో మంచి దిగుబడి వచ్చింది. నెల రోజుల నుంచి టమాట పంట చేతికి అందడంతోపాటు క్రమంగా ధర పెరగడం వల్ల రైతు నర్సింహారెడ్డి పంట పండింది. ఇప్పటివరకు సుమారు 2,500 పైచిలుకు బాక్సుల టమాటాలు విక్రయించానని, ప్రస్తుతం ఒక బాక్సు టమాట ధర రూ.2,000 నుంచి రూ.2,500 వరకు పలుకుతున్నదని రైతు తెలిపాడు. ఇలా టమాటాల విక్రయం ద్వారా సుమారు రూ.30 లక్షలు పైగానే ఆదాయం వచ్చినట్టు నర్సింహారెడ్డి పేర్కొంటున్నాడు. ఇప్పటికి 30 శాతం పంటను విక్రయించగా 70 శాతం పంట పొలంలోనే ఉన్నది. మరో నెల రోజులలో మిగతా పంటను సైతం విక్రయించనున్నట్టు తెలిపాడు. టమాటా ధర ఇలాగే కొనసాగితే.. పంట పూర్తయ్యే వరకు రైతు నర్సింహారెడ్డికి సుమారు కోటి రూపాయల వరకు ఆదాయం వచ్చే అవకాశం ఉన్నది. ఉత్తమ రైతుగా ఎంపికైన నర్సింహారెడ్డిని రాజేంద్రనగర్ వ్యవసాయ యూనివర్సిటీలో జరిగిన సమావేశంలో సీఎం కేసీఆర్ అభినందించారు.

పంట దిగుబడి, మంచి ధరతో ఆదాయం

ఏటా నా పొలంలో కూరగాయలు సాగు చేస్తాను. ఈసారి 10 ఎకరాలలో టమాట సాగు చేయగా చక్కటి దిగుబడి, మంచి ధర రావడంతో ఆదాయం పెరిగింది. ఇప్పటికే సుమారు 2,500 పైగా బాక్సుల టమాటలు విక్రయించాను. సుమారు రూ.30 లక్షల ఆదాయం వచ్చింది. 70 శాతం పంట చేతికి అందాల్సి ఉన్నది. ధరలు ఇలాగే కొనసాగితే టమాటల విక్రయం ద్వారా చక్కటి ఆదాయం వస్తుంది.

ఆస్టర్ పూలకు మంచి డిమాండ్.!

బొకేలు, ఫంక్షన్లలో డెకరేషన్ కోసం ఉపయోగిస్తున్న సువాసనలు వెదజల్లే పూలకు ప్రస్తుతం మంచి డిమాండ్ ఉంది. ఒకప్పుడు కేవలం లిల్లీ, గులాబీ పూలను మాత్రమే డెకరేషన్లో వాడేవారు. ప్రస్తుతం అందంతో పాటు సువాసనలు వెదజల్లుతూ అందరినీ ఆకట్టుకుంటున్న పూలు జాబితాలోకి ఆస్టర్ పూలు కూడా వచ్చి చేరాయి. మార్కెట్లో ప్రస్తుతం వీటికి మంచి డిమాండ్ ఉండటంతో రైతులు ఆరు బయట, పాలీ, గ్రీన్ హౌజ్ లు ఏర్పాటు చేసి సాగు చేసేందుకు ముందుకు వస్తున్నారు. సాధారణంగా చల్లని వాతావరణంలో మాత్రమే పండే ఈ పంట తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కూడా సాగు చేస్తూ లాభాలు అర్జిస్తున్న రైతులు ఎందరో ఉన్నారు. ఈ మొక్క వేర్లు కూడా నేలపైనే ఉంటాయి. కాబట్టి.. నీటి ఎద్దడిని, అధిక వర్షాలను తట్టుకోలేదు. అయినప్పటికీ కొంతవరకు ఉష్ణోగ్రతను తట్టుకొని దిగుబడినిస్తుంది. ఈ పంట సాగు చేస్తున్న నేల ఎప్పటికీ తేమగా ఉండేటట్లు చర్యలు తీసుకోవాలి. ఈ మొక్క రకం ఆధారంగా నాటిన 70-80 రోజులకే దిగుబడి మొదలవుతుంది.అధిక ఉష్ణోగ్రతను కొంత వరకు తట్టుకుంటుంది. నీటి సౌకర్యం ఉంటే వేసవిలో కూడా సాగు చేయవచ్చు. ఆస్టర్లో పింక్, ఊదా, తెలుపు రంగు రకాల్లో పూలు ఉన్నాయి. అధిక దిగుబడితో పాటు ఆకర్షణీయంగా కనిపించే ముద్ద, పలుచని రకాల పూలకు మంచి డిమాండ్ ఉంది. కాబట్టి మార్కెటింగ్ ఇబ్బంది లేకుండా.. రైతు లాభాలు పొందవచ్చు. సారవంతమైన అన్ని రకాల నేలల్లో ఈ సాగు చేపట్టవచ్చు. ప్రధానంగా నీరు ఇంకే ఎర్ర గరప నేలలు సాగుకు అనువుగా ఉంటాయి. ఈ సాగు చేపట్టాలనుకుంటే సెప్టెంబర్, అక్టోబర్ నెలల్లో నారు పోసుకోవాలి. జనవరి నుంచి ఫిబ్రవరి వరకు దిగుబడి వస్తుంది. మొక్క నాణ్యతతో ఉండాలంటే నారు దశలోనే జాగ్రత్తలు వహించాలి. ఎకరా చేనులో సాగు చేయాలంటే దాదాపు 1-1.5 కిలోల విత్తనం సరిపోతుంది. మొక్కలు-వరుసల మధ్య 30 సెంటీమీటర్ల దూరం పాటించి విత్తుకోవాలి. ఈ సాగులో చీడల సమస్య కూడా పెద్దగా ఉండదు. ఈ పంట కాలం 4 నెలలు. దిగుబడి వస్తున్న కొద్దీ కోతలు చేపడుతుంటారు. ఒక పంటలో దాదాపు 10-15 కోతలు చేపట్టే అవకాశం ఉంటుంది. మేలైన సస్యరక్షణ చర్యలు చేపడితే దాదాపు ఎకరాకు 4-5 టన్నుల దిగుబడి సాధించవచ్చు.

కాసుల పంట డ్రాగన్ ఫ్రూట్

సాగు వివరాలు - ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహం

కొత్త పంటలు సాగు చేస్తూ అధిక దిగుడులు సాధించడం కోసం తెలుగు రైతులు ప్రత్యామ్నాయ పంటలపై ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు. ఇందులో ప్రధానంగా డ్రాగన్ ఫ్రూట్ ఒకటి. మొదట్లో అధిక పెట్టుబడి అవుతున్నప్పటికీ రైతులకు అధిక లాభాలు తెచ్చిపెడుతోన్న పంట ఇది. ఒక్కసారి నాటితే దాదాపు 15-20 ఏళ్లపాటు దిగుబడినివ్వడం, ఆశించిన దానికంటే ఎక్కువే ఆదాయం వస్తుండటంతో రైతులు సాగుకు ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు. ఇందులో ఉన్న పెద్ద సమస్యల్లా.. అధిక పెట్టుబడి. మొక్కలు, ఎరువులు, పోల్స్, ప్రధాన పొలం తయారీ, ట్రాన్స్పోర్ట్ ఛార్జీలు, డ్రిప్, కూలీ ఖర్చులన్నీ కలిపి ఎకరాకు దాదాపు రూ.6 లక్షలకు పైనే ఖర్చవుతుంది. ఈ ఫ్రూట్లో అధిక రోగనిరోధక శక్తి ఉండటం, ఔషధాల తయారీలో ఉపయోగించడంతో ప్రస్తుతం మార్కెట్లో భారీ డిమాండ్ ఏర్పడింది. విదేశాల్లో పండించే ఈ పంటకు అనుకూలమైన నేలలు మన దేశంలో ఉండటం విశేషం. దీంతో పాటు విత్తిన ఏడాది లోపే దిగుబడి మొదలై ఎక్కువ రోజులు రైతు లాభపడవచ్చు. 20-30 డిగ్రీల సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రత, నేల %జూ౧% 5.5 నుంచి 7 వరకు ఉన్న నేలల్లో ఈ మొక్క బాగా పెరుగుతుంది.

ఎకరాకు 4 టన్నుల దిగుబడి:

రసాయన ఎరువులతో సేద్యం చేయడం కంటే, సేంద్రియ విధానంలో సాగు చేస్తే అధిక లాభాలు, నాణ్యమైన దిగుబడులు పొందవచ్చని అనుభవమున్న రైతులు అంటున్నారు. కేవలం మొదటి ఏడాది పెట్టుబడి పెడితే మళ్లీ మీకు పెద్దగా ఖర్చేమీ ఉండదు. ఈ మొక్కలు, పండ్లను జంతువులు తినవు. చీడపీడల బెడద తక్కువే. మార్కెట్లో ప్రస్తుతం కిలోకు ధర రూ.150-200 వరకు పలుకుతోంది. మేలైన సేద్యం చేపడితే ఒక్కసారి పంట కోసినప్పుడు ఎకరాకు 2-4- టన్నులకు పైనే దిగుబడి వస్తుంది. టన్నుకు దాదాపు రూ.1.5లక్షల పైనే ఆదాయం ఉంటుంది. నాటుకున్న రెండో సంవత్సరం నుంచి రూ.9 లక్షల నికర దిగుబడి తీసుకోవచ్చు.

సాగు వివరాలు:

ఇది తీగ మాదిరిగా పాకుతూ పెరుగుతుంది. కాబట్టి కొమ్మలు వాలిపోకుండా ఎకరాకు దాదాపు 500 సిమెంట్ పోల్స్ను 10ఐ7

ఫీట్ల దూరంతో నాటుకోవాలి. పోల్ పై ఓ రౌండ్ సిమెంట్ బిళ్లను అమర్చాలి. కొందరు రైతులు టైర్లను అమరుస్తున్నారు. దీని ద్వారా మొక్కకు వేడి ఎక్కువ తాకి, కాయ, కాండం కుళ్లే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఒక్కో పోల్కు 4 మొక్కలు నాటుకోవాలి. అవి కిందికి వాలిపోకుండా.. తీగలు, ట్యూబ్లో గట్టిగా కట్టాలి.

ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహం:

నీరు నిలువని సారవంతమైన అన్ని రకాల నేలలు, ప్రధానంగా ఇసుక నేలలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఎంచుకున్న మొక్క రకాన్ని బట్టి ప్రతీ 15 రోజులకు ఒకసారి నీటిని అందించాలి. డ్రిప్ విధానం ద్వారా నీటిని అందిస్తే మొక్కలకు సమృద్ధిగా నీరు అంది, ఏకరీతిన పెరుగుతాయి. ఎకరం భూమిలో దాదాపు 1,800-2వేల వరకు మొక్కలు నాటుకోవాలి. ఒక చెట్టు దాదాపు 40-50 పండ్లనిస్తుంది. ఒక్కో పండు 400-500 గ్రాములు ఉంటుంది. సాధారణంగా రకాన్ని బట్టి, జూన్ నుండి డిసెంబర్ వరకు నెలకు ఒక పంట చొప్పున వస్తుంది. ఇందులో తెలుపు, ఎరుపు రకాలుంటాయి.

చాలా వరకు కొనుగోలుదారులు ఎరుపు రకాన్ని ఇష్టపడుతుంటారు. రుచికి తియ్యగా, అధిక ఔషధ గుణాలుండటంతో కొనుగోళ్లు ఎక్కువ జరుగుతున్నాయి.

కాబట్టి మీ నేల స్వభావం, మార్కెటింగ్ చూసుకున్న తర్వాతే సాగు మొదలుపెట్టండి. ప్రస్తుతం దీని సాగుకు ప్రభుత్వం ఉపాధి హామీ పథకంలో రైతుకు కొంత వరకు ఆసరా అవుతోంది. నర్సరీల నుంచి మొక్కలు తెప్పించడం, గుంతలు తీయించడం, డ్రిప్ సౌకర్యం కల్పించడం వంటివి ప్రభుత్వమే చేస్తుంది. సాగుకు అధిక ఖర్చులు ఉండటంతో అర ఎకరానికి మాత్రమే రాయితీ ఇస్తుంది.

పెటునియా పూల సాగు.!

పెటునియా ఎండాకాలంలో మాత్రమే పూసే వార్షిక మొక్క. కొన్ని రకాల పెటునియాలు బహు వార్షిక మొక్కలు. ఇది సొలనేసియా కుటుంబంలో చెందిన మొక్క. పెటునియా పూలు గరాటు ఆకారంలో ఉంటాయి. సంకరణ పద్ధతి ద్వారా వివిధ రకాల పూలు తయారు చేస్తారు. పెటునియా మొక్కలు బోర్డర్ మొక్కగా, కుండీలలో పెంచటానికి, వేలాడే పూల కుండీలలో వివిధ రకాలుగా పెంచవచ్చును. ట్రంపెట్ ఆకారంలో ఉన్న పెటునియా పూలు ఎండాకాలంలో ఫ్లవర్ బెడ్‌లలో, కిటికీలలో అలంకరణకు పెట్టి కుండీలలో పెంచుకోవచ్చు.

రకాలు : ల్కెమ్ ల్కెట్, రోజ్ స్టార్, షుగర్ డాడీ, కార్పెట్ సిరీస్, వేవ్ బ్లూ, ఫాంటసీ, మొదలగు రకాలు వివిధ రంగులలో, ఆకృతులలో పూలు వస్తాయి.

వాతావరణం : పెటూనియా మొక్కలు సూర్యకాంతి చానా అవసరం, సుమారుగా 5-6 గంటలు సూర్యకాంతి పడితే ఈ మొక్కలు బాగా పెరుగుతాయి. నీడ ప్రాంతంలో పెంచితే తక్కువుగా పూలు వస్తాయి.

నేలలు : మంచి సారవంతమైన ఎర్ర నేలలు, ఇసుక నేలలు సాగుకు అనుకూలం, నేల ఉదజని సూచిక 6-7 ఉంటే మొక్క బాగా పెరుగుతుంది. ఉదజని సూచిక 7 కన్నా తక్కువుగా ఉంటే మొక్కలో ఇనుము లోపం తలెత్తుతుంది.

ప్రవర్ధనము : విత్తనం ద్వారా ప్రవర్ధనము : గ్రాండిఫ్లోర్ రకానికి చెందిన పెటూనియా మొక్కలను విత్తనం ద్వారా సాగుచేయవచ్చు. విత్తనం నాటడానికి ముందు నేలను బాగా దున్ను కోవాలి. దానికి కుళ్ళిన పశువుల ఎరువును కలుపుకొని నాటడానికి ఒక రోజు ముందు బాగా నీరు పెట్టాలి. 20-22% ఉష్ణోగ్రత వద్ద విత్తనం బాగా మొలకెత్తుతుంది. మొక్క వారం రోజుల వయసులో వేరు కుళు ్ళ సోకకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

లేత కాండం మొక్కల ద్వారా ప్రవర్ధనము : సుమారు 3 ఇంచెస్ పొడవుగల లేత కాండం మొక్కలు కాండం చివర కొన నుండి తీసుకోవాలి. సగం పొడవున వరకు ఆకులను తీసివేయాలి. ముందుగా సిద్ధం చేసి పెట్టుకున్న మట్టి మిశ్రమంలో నాటుకోవాలి.

నాటడం : ఎప్పుడు అయితే కొమ్మకు 3 - 4 వరుసల ఆకులు వస్తాయో అప్పుడు వాటిని తీసి కుండీలలో నాటుకోవాలి. నాటడానికి ముందు కుండీలోని మట్టి మిశ్రమాన్ని పూర్తిగా తడిచేయాలి లేదా వివిధ ప్రదేశాలలో అలంకారం కోసం బెడ్డింగ్స్‌గా, బోర్డర్స్‌గా, గుంపులుగా ఈ మొక్కలను నాటుకోవచ్చు. ఎరువులు నాటడానికి ముందు నేలలో కుళ్ళిన పశువుల ఎరువును వేసుకోవాలి. నాటిన తరువాత 450 గ్రా. 10-10-10 ఎరువును చదరపు మీటరు వైశాల్యంలో ఉన్న నేలకి వేయాలి.

నీటియాజమాన్యం : పెటునియా మొక్క కొంత వరకు ఎండను తట్టుకుంటుంది. కానీ నేల రకాన్ని బట్టి, నేలలోని తేమ శాతాన్ని బట్టి వారానికి ఒక్క సారి కానీ, రెండు సార్లు కానీ నీటిని ఇవ్వాలి.

తలలు తుంచడం : మొక్క 15 సెంటీ మీటరు పొడవు పెరిగిన తరువాత తలలు తుంచడం చేయాలి. పెటునియాలలో తలలు తీయడం వల్ల శాఖీదు పెరుగుదల తగ్గి, పక్క కొమ్మలు ఎక్కువుగా వచ్చి పూలు ఎక్కువుగా వస్తాయి. ఎండిపోయిన పూలను తుంచివేయడం వలన కూడా కొత్త పూలు ఎక్కువుగా వచ్చే అవకాశం ఉంది.

ప్రూనింగ్ : ఎండాకాలం బాగా ముదిరిన తరువాత పెటునియా మొక్క కాండం బాగా పెరిగి వాటి చివరన పూలు వస్తాయి. ఇలాంటి సందర్భం లో కాండను ప్రూనింగ్ చేయడం ద్వారా ఎ క్కువుగా పక్క కొమ్మలు వచ్చి ఎక్కువ పూలు పూస్తాయి.

ఈ ఖనిజాలు అందితే ఆరోగ్యం సూపర్..

మన ఆరోగ్యం బాగుండాలంటే రోజూ తినే ఆహారంలో ఎన్నో రకాల పోషకాలు ఉండాల్సిందే. ఆహారంలోని కార్బోహైడ్రేట్లు, కొవ్వులు శక్తినిచ్చినా.. మన శరీరంలోని అన్ని అవయవాలు సరిగా పనిచేయాలంటే విటమిన్లు, ప్రొటీన్లు, అమైనో ఆమ్లాల వంటి పోషకాలు కూడా అందాలి. వీటితోపాటు కొన్ని ఖనిజ లవణాలూ శరీరానికి అత్యవసరం. వాటిలోనూ స్థూల పోషకాలు, సూక్ష్మ పోషకాలు లేదా ట్రేస్ మినరల్స్ అని రెండు రకాలు. కాల్షియం, సోడియం, పొటాషియం, క్లోరిన్ (క్లోరైడ్), మెగ్నీషియం, ఫాస్పేట్ లు స్థూల పోషకాలు. శరీరంలో ఎముకలు, కండరాలు, గుండె, మెదడుల పనితీరు స్థూల పోషకాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఇక క్రోమియం, కాపర్, ఫ్లోరైడ్, అయోడిన్, ఐరన్, మాంగనీస్, మాలిబ్డినమ్, సెలీనియం, జింక్ లు సూక్ష్మ పోషకాలు లేదా ట్రేస్ మినరల్స్. ఇందులో క్రోమియం రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు సాధారణంగా ఉండేందుకు తోడ్పడుతుంది. మిగతా ట్రేస్ మినరల్స్ అన్నీ శరీరంలో హార్మోన్లు, ఎంజైముల తయారీకి అవసరం. మరి ఈ ఖనిజ లవణాలు ఏమిటి, వేటి నుంచి అవి లభిస్తాయి, లోపిస్తే వచ్చే సమస్యలేమిటి, ఎలాంటి జాగ్రత్తలు చేపట్టాలో తెలుసుకుందాం.. రోజూ అందాల్సిందే.. ఖనిజ లవణాలన్నీ తక్కువ స్థాయిలోనే అయినా శరీరానికి అత్యంత అవసరం.

అంతేకాదు ఇవి రోజూ శరీరానికి అందాల్సిందే. లేకపోతే మనకు ఎన్నో రకాల అనారోగ్యాలు, వ్యాధులు కలుగుతాయి. సాధారణంగా ఈ ఖనిజ లవణాలన్నీ మనం తీసుకునే ఆహారం ద్వారానే లభిస్తాయి. పోషకాహారం తీసుకునేవారిలో ఖనిజ లవణాల లోపం ఏర్పడే అవకాశం తక్కువ. కాల్షియం, అయోడిన్, ఐరన్ ల లోపం మాత్రం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంటుంది. అంతేగాకుండా ఎప్పుడూ ఒకే రకమైన ఆహారం తీసుకోవడం లేదా కొన్ని రకాల ఆహారానికి పూర్తిగా దూరంగా ఉండడం వల్ల కూడా ఖనిజ లవణాల లోపం ఏర్పడుతుంది. ఉదాహరణకు గుడ్లు, పాల పదార్థాలు, శాకాహారం మాత్రమే తీసుకునే వారిలో ఐరన్ లోపిస్తుంది. ఇక శిశువులకు ఖనిజ లవణాల అవసరం ఎక్కువ. ఎందుకంటే వారిలో పెరుగుదల వేగం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఖనిజ లవణాలేవైనా ఒక పరిమిత స్థాయికి మించి సప్లిమెంట్ల రూపంలో తీసుకుంటే అవి శరీరానికి విషంగా పరిణమించే ప్రమాదం ఉంటుంది. అందువల్ల వీటి లోపం ఏర్పడినవారు తప్పనిసరిగా వైద్యుల పర్యవేక్షణలో, వారు సూచించిన మోతాదుల్లోనే వినియోగించాలి.

స్థూల ఖనిజాలు

ప్రాణాధారం

.. ఖనిజ లవణాలు శరీరానికి ప్రాణాధారం. ఇవి కణాల లోపలి నుంచి శరీరం మొత్తం మీద వివిధ ద్రవ పదార్థాల స్థితిని కాపాడుతాయి. ఈ ఖనిజ లవణాలతో తయారయ్యే ఎలక్ట్రోలైట్లు నాడులు, కండరాల పనితీరును నియంత్రిస్తాయి. శరీరంలో ఆమ్లయుత–క్షారయుత పరిస్థితిని సమతుల్యం చేస్తాయి. ఒకవేళ ఖనిజ లవణాల లోపం ఏర్పడితే ఎలక్ట్రోలైట్లు తగ్గిపోయి.. శరీరంలో నీటి శాతం పడిపోతుంది. కండరాలు, నాడుల పనితీరు దెబ్బతింటుంది. ఇది చివరికి మరణానికి కూడా దారితీసే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ ఖనిజ లవణాల లోపాన్ని రక్త, మూత్ర పరీక్షల ద్వారా గుర్తించవచ్చు. ఎముకలు, కండరాలకు కాల్షియం.. శరీరంలో ఎముకలు, దంతాలు ఏర్పడడానికి, ఎముకలు బలహీనం కాకుండా ఉండడానికి, విరిగిన ఎముకలు అతుక్కోవడానికి ఇది తోడ్పడుతుంది. గాయాలైనప్పుడు రక్తం గడ్డకట్టడానికి, కండరాల పనితీరు సరిగా ఉండడానికి కాల్షియం, గుండె సరిగా కొట్టుకోవడానికి, శరీరంలో చాలా రకాల ఎంజైములు సరిగా పనిచేయడానికి కూడా కాల్షియం అత్యవసరం. శరీరానికి తగిన మోతాదులో కాల్షియం అందకపోతే రక్తంలో కాల్షియం లోపిస్తుంది. దాంతో శరీరం ఎముకల నుంచి కాల్షియంను రక్తంలోకి తరలిస్తుంది. దీనినే 'హైపోకాల్సిమియా' అంటారు. దీంతో ఎముకలు బలహీన పడి 'ఆస్టియోపోరోసిస్' సమస్య తలెత్తుతుంది. చిన్నపాటి దెబ్బలు, ప్రమాదాలకే విరిగిపోతాయి. మనిషి శరీర బరువులో 1.5 నుంచి 2 శాతం దాకా కాల్షియం ఉంటుంది. కాల్షియం ఎక్కువగా పాలు, పాల పదార్థాలు, మాంసం, గుడ్లు వంటి పదార్థాల్లో లభిస్తుంది. సాధారణ వ్యక్తులకు రోజుకు 1,000 మిల్లీగ్రాములు, 50 ఏళ్లు పైబడిన వారికి 1,200 మిల్లీగ్రాముల కాల్షియం అవసరం. ఇది రోజుకు 2,500 మిల్లీగ్రాములకు మించి తీసుకుంటే శరీరానికి విషపూరితంగా మారుతుంది. శరీరంలో కాల్షియం స్థాయి ఎక్కువైతే 'హైపర్ కాల్సిమియా' సమస్య తలెత్తుతుంది.

దానివల్ల అజీర్తి, విపరీతమైన దాహం, కడుపునొప్పి, ఆకలి మందగించడం, మూత్రం ఎక్కువగా రావడం, గందరగోళపడడం వంటి మానసిక సమస్యలు తలెత్తుతాయి. చివరికి కోమాలోకి వెళ్లి మరణం కూడా సంభవించే అవకాశం ఉంటుంది. కణాలకు, శరీర సమతుల్యతకు సోడియం .. నాడులు, కండరాలు సరిగా పనిచేయడానికి, శరీరంలో ద్రవాల సమతుల్యతకు సోడియం అత్యవసరం. రక్తంలోను, కణాల చుట్టూ ఉండే ద్రవం (ఫ్లూయిడ్)లోను సోడియం ఉంటుంది. ఇది గ్లూకోజ్, నీరు, అమైనో ఆమ్లాల రవాణాలో తోడ్పడుతుంది. సాధారణంగా సోడియం లోపం ఏర్పడడం అరుదు. శరీరం నుంచి ద్రవాలు విపరీతంగా వెళ్లిపోయే డీహైడ్రేషన్ (అతి మూత్రం, వాంతులు, విరేచనాలు, విపరీతంగా చెమట పట్టడం వంటివి), కిడ్నీలు దెబ్బతినడం, శరీరంపై తీవ్రంగా కాలిన గాయాలు కావడం వంటి పరిస్థితుల్లో శరీరంలో సోడియం లోపం ఏర్పడుతుంది. దీనివల్ల కండరాల వణుకు, బిగుసుకుపోవడం, గందరగోళం, స్పృహ తప్పిపోవడం వంటి ప్రమాదాలు ఏర్పడుతాయి. ఈ పరిస్థితి మరీ తీవ్రమైతే కోమాలోకి వెళ్లిపోతారు, మరణం కూడా సంభవించవచ్చు. ఎలక్ట్రోలైట్లు ఎక్కువగా ఉండే ద్రవాలను తీసుకోవడం ద్వారా, సోడియం ద్రవాన్ని నరాల ద్వారా ఎక్కించడం ద్వారా లోపాన్ని అధిగమించవచ్చు. అయితే సోడియం ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల చాలా సమస్యలు తలెత్తుతాయి. రక్తంలో ద్రవాల శాతం పెరిగి రక్తపోటుకు దారితీస్తుంది. గుండెపోటు, కడుపులో కేన్సర్, కిడ్నీ వ్యాధులు, కాలేయ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. సోడియం ఖనిజానికి ప్రధానమైన వనరు ఉప్పు. మాంసం, వెన్న, ఆలివ్, మొక్కజొన్న, బంగాళదుంపల్లో కూడా ఇది లభిస్తుంది. సాధారణ వ్యక్తులకు రోజుకు 1,000 మిల్లీగ్రాముల సోడియం అవసరం. దీనిని రోజుకు 2,400 మిల్లీగ్రాములకు మించి తీసుకుంటే శరీరానికి విషపూరితంగా మారుతుంది. ప్రస్తుతం మారిన ఆహార అలవాట్ల కారణంగా శరీరానికి అందే సోడియం శాతం చాలా ఎక్కువగా ఉంటోంది. ముఖ్యంగా రెస్టారెంట్లు, ఫాస్ట్ ఫుడ్ సెంటర్లలోని ఆహార పదార్థాలు, బేకరీల్లోని జంక్ ఫుడ్, ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్, ఇంట్లోనూ ఉప్పు అధికంగా వినియోగించడం వంటివాటి వల్ల అధికంగా సోడియం అందుతోంది. ఇది ఎన్నో సమస్యలకు దారితీస్తుంది. మెదడు, కండరాల ఆరోగ్యానికి పొటాషియం శరీరారానికి అత్యంత అవసరమైన పోషకాల్లో పొటాషియం ప్రధానమైనది. ముఖ్యంగా నాడులు, కండరాలు సక్రమంగా పనిచేయాలంటే శరీరానికి తగిన మోతాదులో పొటాషియం అందాల్సిందే. అంతేకాదు గుండె జబ్బుల నివారణ, రక్తపోటు నియంత్రణలోనూ ఇది కీలకం. ఎముకలు దృఢంగా ఉండడానికి, మూత్ర పిండాల్లో రాళ్లు ఏర్పడకుండా నిరోధించడానికి తోడ్పడుతుంది. శరీరంలో ఉండే పొటాషియంలో చాలా వరకు కణాల అంతర్భాగంలో ఉంటుంది. పొటాషియం స్థాయిలు బాగా పెరిగినా.. బాగా తగ్గినా కూడా ఇబ్బందే. దీనివల్ల గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదమూ ఉంటుంది. పొటాషియం లోపం వల్ల కండరాలు బలహీనమైపోతాయి. అది తీవ్రమైతే పక్షవాతం వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. హైపర్ థైరాయిడిజం సమస్య తలెత్తుతుంది.

పాలు, అరటిపండ్లు, టొమాటా, నారింజ, పుచ్చకాయ, బంగాళదుంప, చిలగడదుంప, పాలకూర, ఆకుపచ్చని కూరగాయలు, బఠాణీ, చిక్కుడు వంటి గింజలు, ఓఆర్ఎస్ పౌడర్ వంటి ఎలక్ట్రోలైట్ ద్రవాల్లో పొటాషియం ఎక్కువగా లభిస్తుంది. ఇది సాధారణ వ్యక్తులకు రోజుకు 3.5 గ్రాముల వరకు అవసరం. చిన్న పిల్లలు, గర్భిణులకు మరింత ఎక్కువగా అంటే 4.7 గ్రాముల వరకు అందాలి. అయితే దీర్ఘకాలం పాటు పొటాషియం ఎక్కువ మోతాదులో అందడం వల్ల గుండెకు చేటు కలుగుతుంది. రక్త పరీక్షల ద్వారా శరీరంలో పొటాషియం స్థాయిలను తెలుసుకోవచ్చు. బీడీలు, సిగరెట్లు, ఖైనీల వంటి పొగాకు ఉత్పత్తులు, ఆల్కాహాల్ కారణంగా.. సరైన పోషకాహారం తీసుకోకపోవడం, కొన్ని రకాల మందుల వినియోగం వల్ల శరీరంలో పొటాషియం లోపం ఏర్పడుతుంది. దీనిని హైపోకాలేమియా అంటారు. లోపం ఉన్నవారు ఆహారంలో మార్పులు, సప్లిమెంట్ల ద్వారా తీసుకోవచ్చు. ఇక మూత్ర పిండాలు దెబ్బతినడం, కొన్ని రకాల మందులు, అధికంగా పొటాషియం ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం వంటి కారణాల వల్ల శరీరంలో పొటాషియం స్థాయి పరిమితికి మించి పెరుగుతుంది. దీనివల్ల కండరాల బలహీనత, గుండె కొట్టుకునే వేగంలో మార్పులు, చివరికి గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. రక్తపోటు నియంత్రణకు క్లోరిన్ (క్లోరైడ్) : శరీరంలో ద్రవాల స్థితిని సమతూకంగా ఉంచేందుకు క్లోరైడ్ అత్యవసరం. అంతేగాకుండా కండరాల పనితీరుకు, రక్త పోటును నియంత్రణలో ఉంచడానికి ఇది తోడ్పడుతుంది. అయితే సాధారణంగా క్లోరైడ్ లోపం ఏర్పడడం చాలా అరుదు. ఎందుకంటే

మనం నిత్యం ఉపయోగించే అన్ని రకాల ఆహార పదార్థాల్లోనూ ఉప్పును వినియోగిస్తాం. దాని నుంచి తగిన మోతాదులో క్లోరైడ్ అందుతుంది. క్లోరైడ్ కు ప్రధాన వనరు మనం సాధారణంగా వినియోగించే ఉప్పు. దీంతోపాటు వెన్న, ఆలివ్, మొక్కజొన్న బ్రెడ్, ఆలూ చిప్స్ వంటి ప్రాసెస్డ్ ఆహారం, మాంసంలోనూ లభిస్తుంది. సాధారణ వ్యక్తులకు రోజుకు ఒక గ్రాము (1000 మిల్లీగ్రాముల) క్లోరైడ్ అవసరం. క్లోరిన్ స్వతహాగా విషపూరితమైన పదార్థం. అది పరిమితికి మించితే ప్రమాదకరంగా మారుతుంది. అయితే ఆహారం ద్వారా అధికంగా అందే క్లోరిన్ ను శరీరం ఎప్పటికప్పుడు విసర్జిస్తూ ఉంటుంది.

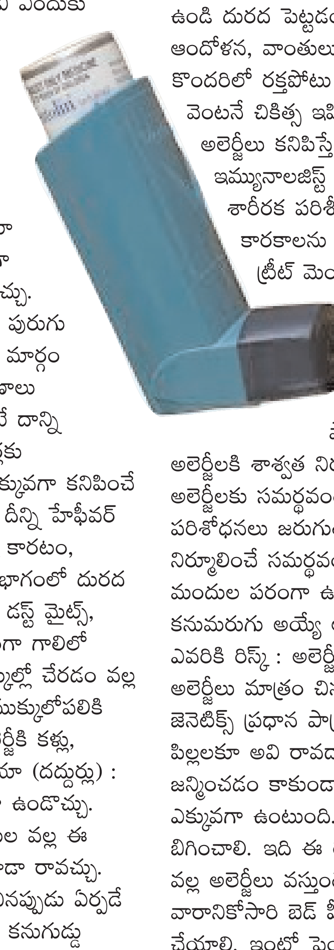
ఎదుగుదలకు తోడ్పడే మెగ్నీషియం .. శరీరంలో ఎముకలు, దంతాల నిర్మాణానికి.. నాడులు, కండరాల పనితీరు సరిగా ఉండడానికి మెగ్నీషియం అత్యవసరం. ముఖ్యంగా శరీరంలో వివిధ అవయవాలు విడుదల చేసే ఎంజైములు క్రియాశీలం కావడంలో ఇది కీలకపాత్ర పోషిస్తుంది.

తరచూ అలెర్జీ సమస్యలు... ఎందుకని?

ఈ రోజుల్లో ఎక్కడ చూసినా... అలెర్జీ అన్న పదం వినిపిస్తూనే ఉంటుంది. మన చుట్టూ ఉన్న వారిలో చాలా మందిలో ఈ సమస్య కనిపిస్తుంది. తుమ్ములు, దగ్గు, ముక్కు కారటం, దురదలు ఇలా అలెర్జీ వలన కనిపించే లక్షణాలు, సమస్యలు చాలా మందికి అనుభవమే. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 10 నుంచి 30 శాతం మంది వరకు అలెర్జీ బాధితులే. ఆధునిక కాలంలో బాగా విస్తరించిపోయిన ఈ సమస్య గురించి తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.

అలెర్జీ అంటే ఏంటి...? ఆహారం, పుప్పొడి రేణువులు, దుమ్ములోని పురుగులు (డస్ట్ మైట్స్), మందులు, ఇలా ఎన్నో వాటి వల్ల ఈ సమస్య వస్తుంటుంది. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ అన్నది మన శరీరంలో అతి క్లిష్టమైన వ్యవస్థ. వైరస్, బ్యాక్టీరియా, టాక్సిన్ల (ఫారిన్ సబ్ స్టాన్స్/ఫారిన్ ఇన్వేడర్స్) నుంచి మన శరీరాన్ని కాపాడుతూ ఉండే వ్యవస్థ. అలెర్జీ కారకాలు మన శరీరంలోకి చొరబడడం ఆలస్యం వీటిని హానికారకాలుగా గుర్తించిన ఆ క్షణమే రోగ నిరోధక వ్యవస్థ వాటిపై దాడి మొదలు పెడతుంది.

ఉదాహరణకు ఓ పుప్పొడి రేణువు (అలెర్జీ కారకం) మన శరీరంలోకి ప్రవేశించిందనుకోండి. అప్పుడు రోగ నిరోధక వ్యవస్థ ఆ పుప్పొడి ఎక్కడ ఉందో గుర్తిస్తుంది. దానిపై పోరాడేందుకు యాంటీబాడీలను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ యాంటీ బాడీలనే ఇమ్యునోగ్లోబులిన్లు (వీటిలోనూ ఐజీఈ, ఐజీజీ, ఐజీఎం, ఐజీఏ రకాలున్నాయి) అంటారు. ఈ యాంటీబాడీలు కణాల్లోకి ప్రయాణం చేసి పుప్పొడిపై దాడికి గాను రసాయనాలను విడుదల చేస్తాయి. ఇవే అలెర్జీ రియాక్షన్ కు కారణం అవుతాయి. ఈ రియాక్షన్ ముక్కు, ముక్కు నాసికా కుహరములలోను, గొంతు, ఊపిరితిత్తులు, చెవులు, కడుపు, చర్మంలోపల లక్షణాలకు దారితీస్తుంది. కొన్ని పదార్థాలే ఎందుకు అలెర్జీకి దారితీస్తాయి, వేరేవి ఎందుకు కారణం కావన్న దానికి ఇంత వరకు కచ్చితమైన కారణాలు నిర్ధారణ కాలేదు. అలాగే, కొందరు అలెర్జీకి లోనైతే, అవే కారకాలు మరికొందరిలో అలెర్జీకి దారితీయకపోవడం వెనుకనున్న కారణాలను కూడా పరిశోధనలు ఇతమిద్ధంగా తేల్చలేదు.



అలెర్జిక్ రైనైటిస్ (ముక్కు కారటం), అలెర్జిక్ కంజెంక్టివైటిస్ (కంటి దురదలు, అలెర్జీలు), అలెర్జిక్ ఆస్తమా, యుర్టికేరియా (హైవ్స్), ఫుడ్ అలెర్జీలు. ఇవి అతి సాధారణంగా, ఎక్కువగా కనిపించే అలెర్జీలు. అలెర్జీ కారకాలను గాలి ద్వారా పీల్చవచ్చు. ఆహారం ద్వారా కడుపులోకి తీసుకోవచ్చు. మందులు లేదా పురుగు కాటు ద్వారా చర్మం ద్వారా శరీరంలోకి ప్రవేశించొచ్చు. ఏ మార్గం ద్వారా శరీరంలోకి ప్రవేశించాయన్నదాన్ని బట్టి అలెర్జీ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఉదాహరణకు ఆహారంలో అలర్జీ కారకాలుంటే దాన్ని తీసుకున్నప్పుడు విడుదలయ్యే మీడియేటర్స్ చర్మంపై దద్దుర్లకు కారణమవుతాయి. అలెర్జిక్ రైనైటిస్ : అలెర్జిక్ వ్యాధుల్లో ఎక్కువగా కనిపించే సమస్య ఇది. కాలానుగుణంగా లేదా ఎప్పుడూ ఉండొచ్చు. దీన్ని హేఫీవర్ అని కూడా అంటుంటారు. అదే పనిగా తుమ్ములు, ముక్కు కారటం, ముక్కులు మూసుకుపోవడం, ముక్కులో, కళ్లల్లో, నోటి పై భాగంలో దురద ఉంటుంది. ఈ సమస్య ఎప్పుడూ వేధిస్తుంటే ఇంట్లో ఉండే డస్ట్ మైట్స్, పెంపుడు జంతువులు, బూజు కారణం కావొచ్చు. ప్రధానంగా గాలిలో చేరిన అలెర్జీ కారకాలు శ్వాస తీసుకునే సమయంలో ముక్కుల్లో చేరడం వల్ల ఈ సమస్య నిరంతరం వేధిస్తుంటుంది. అలెర్జీ కారకాలు ముక్కులోపలికి చేరిన తర్వాత కణజాలం వాపునకు గురవుతుంది. ఈ అలెర్జీకి కళ్లు, చెవులు, సైనస్ తోనూ సంబంధం ఉంటుంది. యుర్టికేరియా (దద్దుర్లు) : చర్మంపై ఎర్రటి దద్దుర్లు కనిపిస్తాయి. పెద్దగా లేదా చిన్నగా ఉండొచ్చు. దురద ఉంటుంది. కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు, మందుల వల్ల ఈ సమస్య ఏర్పడుతుంది. చిన్నారుల్లో వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల కూడా రావచ్చు. అలెర్జిక్ కంజెంక్టివైటిస్ : అలెర్జీ కారకాలకు కళ్లు స్పందించినప్పుడు ఏర్పడే లక్షణాలు కళ్లు ఎర్రబారడం, దురద, వాపు. నీరు కారడం, కనుగుడ్డు చుట్టుపక్కల, కను రెప్పల లోపలి వైపు భాగంలో వాపు, మంట వుంటాయి. ఆస్తమా : ఆస్తమా అన్నది దీర్ఘకాలిక, ఎడతెగని ఊపిరితిత్తుల సమస్య. దగ్గు, ఛాతీ బిగపట్టినట్టు ఉండడం, శ్వాస సరిగా తీసుకోలేకపోవడం, పిల్లికూతలు తదితర లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

ఆస్తమా లక్షణాల్లో శ్వాస నాళా ల్లో వాపు వచ్చి అవి కుచించుకుపోతా యి. దాంతో శ్వాస కష్టంగా అనిపిస్తుంది. ఆస్తమా సమస్య ఉన్న 78 శాతం మందిలో అలెర్జిక్ రైనైటిస్ కూడా ఉంటుంది. ఈ రెండింటికీ ఒకదానితో ఒకటి సంబంధం ఉంది. ఎక్కువ మందిలో అలెర్జిక్ రైనైటిస్ తోనే మొదలై ఆస్తమాగా మారుతుంది. ఆస్తమా ఉన్న వారికి శ్వాసకోస ఇన్ఫెక్షన్లు వస్తే పరిస్థితి మరింత తీవ్రతరం అవుతుంది.

ఫుడ్ అలెర్జీ : ఫుడ్ అలెర్జీ ఉన్న వారికి కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు సరిపడవు. దీంతో ఆ పదార్థాలు తీసుకున్నప్పుడు అందులో ఉండే అలెర్జీ కారకాలపై పోరాడేందుకు రోగ నిరోధక వ్యవస్థ స్పందిస్తుంది. ఆవు పాలు, గుడ్లు, వేరు శనగ, గోధుమ, సోయా, చేపలు, షెల్ ఫిష్, నట్స్ లో ఉండే కాంపోనెంట్స్ వల్ల ఫుడ్ అలెర్జీలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. యాంటీబయోటిక్స్ (పెన్సిలిన్), యాస్పిరిన్, ఐబూప్రోఫెన్ తరహా యాంటీ ఇన్ఫ్లమ్మేటరీ ఔషధాల వల్ల కూడా అలెర్జిక్ రియాక్షన్లు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

సైనసైటిస్ :నాసికా కుహరములలో (ముక్కకు అనుసంధానంగా ముక్కు పక్క న కంటి కింద భాగంలో ఉండేవి) వాపునే సైనసైటిస్ అంటారు. సైనసైటిస్ సమస్యలో ఇలా వాపు కారణంగా రంధ్రాలు మూసుకుపోతాయి. అవి ఫ్లూయిడ్ తో పూడుకుపోతాయి. అప్పుడు క్రిములు వృద్ధి చెంది ఇన్ఫెక్షన్ కు దారితీస్తాయి. తలనొప్పి, ముక్కు భాగంలో నొప్పి, ముక్కు కారడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

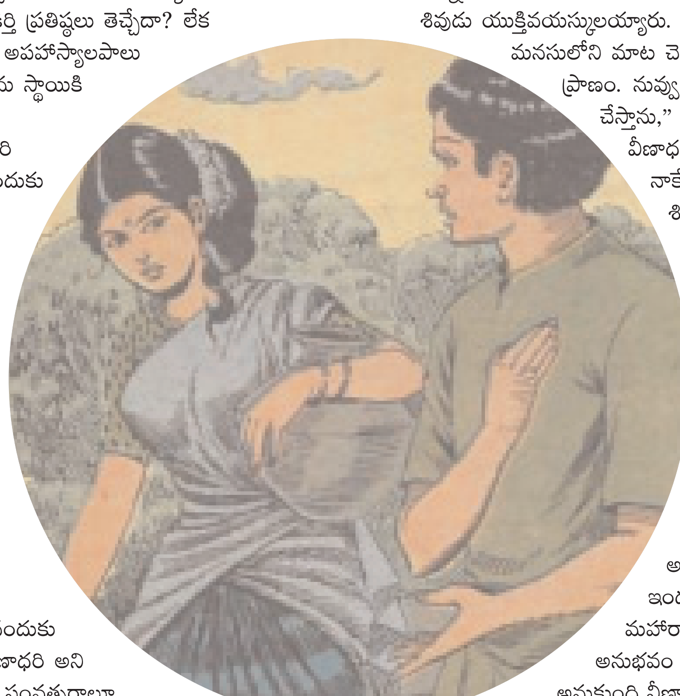
తీవ్రమైన అలెర్జిక్ రియాక్షన్స్ : అనాఫిలాక్సిస్ అనేది తీవ్రమైన ప్రాణాంతక అలెర్జిక్ రియాక్షన్. ఆహార పదార్థాలు, పురుగులు కుట్టడం, మందుల వల్ల ఈ రియాక్షన్ రావచ్చు. ఒకే సమయంలో ఒకటికి మించిన ప్రాంతాల్లో ఈ రియాక్షన్ వచ్చే అవకాశాలూ ఉన్నాయి. వేడిగా ఉండడం, ఎర్రబారడం, ఎర్రగా ర్యాష్ ఉండి దురద పెట్టడం, శ్వాస సమస్య, గొంతు పట్టేసినట్టు ఉండడం, ఆందోళన, వాంతులు, డయేరియా, తిమ్మిర్లు వంటివి కనిపిస్తాయి. కొందరిలో రక్తపోటు పడిపోయి షాక్ కు లోను కావచ్చు. ఈ రియాక్షన్ కు వెంటనే చికిత్స ఇప్పించాలి. లేకుంటే ప్రాణాంతకం అవుతుంది.

అలెర్జీలు కనిపిస్తే ఏం చేయాలి...? అలెర్జీ సమస్యలు కనిపిస్తే ఇమ్యునాలజిస్ట్ లేదా ఎండీని సంప్రదించాలి. కుటుంబ ఆరోగ్య చరిత్ర, శారీరక పరిశీలన, చర్మ పరీక్ష, రక్త పరీక్షల ద్వారా వైద్యులు అలెర్జీ కారకాలను గుర్తిస్తారు. ఆ తర్వాత దాన్ని కంట్రోల్ చేసేందుకు ట్రీట్ మెంట్ కు ప్లాన్ చేస్తారు. ఇంజెక్షన్లు, టాబ్లెట్లు సూచించవచ్చు. యాంటీ హిస్టామిన్స్, నాసల్ యాంటీ హిస్టామిన్స్, నాసల్ కార్టికోస్టెరాయిడ్ డ్రాప్స్, ఆస్తమాలో ఇన్ హేలర్స్, ఓరల్ స్టెరాయిడ్స్ ఇలా మందులు సూచిస్తారు. ఇవి కూడా దీర్ఘకాలం పాటు వాడాల్సి ఉంటుంది. దాదాపు చాలా రకాల అలెర్జీలకి శాశ్వత నిర్మూలన లేదు. వాటిని అదుపు చేయడం వరకే చికిత్స. అలెర్జీలకు సమర్థవంతమైన చికిత్స కోసం ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎన్నో పరిశోధనలు జరుగుతూనే ఉన్నాయి. కానీ, ఇంతవరకూ వాటిని పూర్తిగా నిర్మూలించే సమర్థవంతమైన చికిత్సలు సాధ్యం కాలేదు. పిల్లల్లో ఆహారం, మందుల పరంగా ఉన్న అలెర్జీలు తర్వాత కాలంలో వాటంతట అవే కనుమరుగు అయ్యే అవకాశం ఉంటుంది.

ఎవరికి రిస్క్ : అలెర్జీలు ఏ వయసులోనయినా రావచ్చు. ఆహార పరమైన అలెర్జీలు మాత్రం చిన్న వయసులోనే మొదలవుతాయి. కుటుంబ చరిత్ర, జెనెటిక్స్ ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తాయి. తల్లిదండ్రులకు అలెర్జీలు ఉంటే పిల్లలకూ అవి రావడానికి ఎక్కువ అవకాశాలుంటాయి. సహజంగా జన్మించడం కాకుండా, సిజేరియన్ ద్వారా పుట్టిన పిల్లలకు అలెర్జీల రిస్క్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. నివారణ : పర్యావరణ పరిరక్షణకు నడుం బిగించాలి. ఇది ఈ రోజు దాదాపుగా అసాధ్యం. ఇంట్లో ఉండే డస్ట్ మైట్స్ వల్ల అలెర్జీలు వస్తుంటే తేమ తక్కువ ఉండేలా చూసుకోవడంతోపాటు వారానికోసారి బెడ్ షీట్స్, పిల్లో కవర్స్, బ్లాంకెట్లను వేడినీటితో వాష్ చేయాలి. ఇంట్లో పెంపుడు జంతువుల కారణంగా అలెర్జీలు వస్తుంటే వాటిని ఇంట్లో లేకుండా చూసుకోవాలి. అలాగే, ఇంట్లో పీల్చే వాయువును స్వచ్ఛంగా మార్చేందుకు ఎయిర్ ప్యూరిఫయర్లు మార్కెట్లో ఉన్నాయి.

వీణాధరి నిర్ణయం

పట్టువదలని విక్రమార్కుడు చెట్టు వద్దకు తిరిగి వెళ్లి, చెట్టుపైనుంచి శవాన్ని దించి భుజాన వేసుకుని, ఎప్పటిలాగే మౌనంగా శ్మశానం కేసి నడవ సాగాడు. అప్పుడు శవంలోని బేతాళుడు, "రాజా, చేపట్టిన కార్యం సాధించి తీరాలన్న పట్టుదలతో, అర్ధరాత్రి వేల ఈ స్మశానంలో నువ్వు పడుతున్న శ్రమ చూస్తుంటే, నాకు నిన్ను గురించి ఒక శంక కలుగుతున్నది. అదేమంటే %--% అసలు నువ్వు సాధించదలచిన కార్యం ఏమిటి? అది నీ శక్తి సామర్థ్యాలకు, ప్రతిభకు, కీర్తి ప్రతిష్ఠలు తెచ్చేదా? లేక నలుగురిలో నిన్ను అవమానమూ, అపహాస్యాలపాలు చేసేదా? ఎందుకంటే, ఎవరూ తమ స్థాయికి మించిన పనులకు పూసుకోరాదని అనుభవజ్ఞులు చెబుతుంటారు. వారి మాటల్లోని వాస్తవాన్ని నిరూపించేందుకు ఉదాహరణగా, వీనాధరి అనే ఒక యువతి కథ చెబుతాను, శ్రమ తెలియకుండా, విను," అంటూ ఇలా చెప్పా సాగాడు. చంద్రశిలా రాజ్యలో రాజయ్యా అనే పేదరైతు ఉండేవాడు. అతడి భార్య కామాక్షి. వాళ్లకు చాలా కాలం గడిచేక, ఒక ఆడపిల్ల పుట్టింది. ఆ శిశువును చూసి అందరూ అద్భుతం చెందారు. ఆ శిశువు కనుముక్కు తీరుతోపాటు శరీరం మేలిని బంగారంతో తులతూగేలా వుంది. అటువంటి అందాలరాశి తన కుమార్తె అయినందుకు రాజయ్య సంతోషించి, ఆమెకు వీణాధరి అని పేరు పెట్టుకున్నాడు. అలా నెలలు, సంవత్సరాలూ గడిచి పోతూ, వీణాధరి పెరిగి పెద్దదవుతున్న కొద్దీ, ఆమె సౌందర్యం మరింత వికసించ సాగింది. అమ్మలక్కలు ఆమెతో, "నీ అద్భుత సౌందర్యం చూసి, ఏ రాజకుమారుదో నిన్ను వివాహమాడుతాడు!" అని హాస్యమాడుతూ వుండేవారు. ఈ విధంగా వీణాధరి మనస్సులో తన వంటి అందగత్తెకు సరిజోడు ఏ రాజకుమారుదో తప్ప సామాన్యుడు కాదనే అభిప్రాయం బలంగా ముద్రపడిపోయింది. రాజయ్య మిత్రుడు చంద్రయ్యకు సివుడనే కొడుకున్నాడు. వీణాధరి పుట్టినప్పటినించి చద్రయ్య, రాజయ్యతో, "నీ కూతుర్ని నా కోడలుగా చేసుకుంటాను!" అంటూ ఉండేవాడు. వీణాధరి, శివుడు యుక్తివయస్కులయ్యారు. ఒకనాడు, వీనాధరితో, "వీణా! నా మనసులోని మాట చెబుతున్నాను. నువ్వంటే నాకు ప్రాణం. నువ్వు ఒప్పుకుంటే మన పల్లి జరిగేలా చేస్తాను," అన్నాడు. అందుకు వెంటనే వీణాధరి, " నిన్ను పెల్లాడాలన్న కోరిక నాకేమాత్రం లేదు." అన్నది. ఆ మాటకు శివుడు నొచ్చుకుని, "ఇందులో బలవంతం ఏమి లేదు. నేను మాత్రం నిన్ను తప్ప ఎవ్వరిని పెళ్ళాడను." అన్నాడు. ఆ జవాబుకు వీణాధరి మౌనంగా ఊరుకున్నది. తనవంటి సామాన్యురాలు రాకుమారుడిని వివాహమాడి రాణివాసం చేయడానికి అసాధారణమైన సౌందర్యమే కాక, మంచి వేషభాషలు, నడవడిక కూడా అవసరం అని, ఆమె ఆలోచించింది. ఇందుకుగాను, కొంత కాలం మహారాణికి పరిచారికగా వుంది, అనుభవం గడించడం అవసరం అనుకుంది. వీణాధరి స్నేహితురాలిన పద్మదీపిక అనే యువతి, మహారాణి చంద్రావతి వద్ద పరిచారికగా పనిచేస్తున్నది. ఆమె ద్వారా, వీణాధరి మాహారాణి వద్ద పరిచారికగా



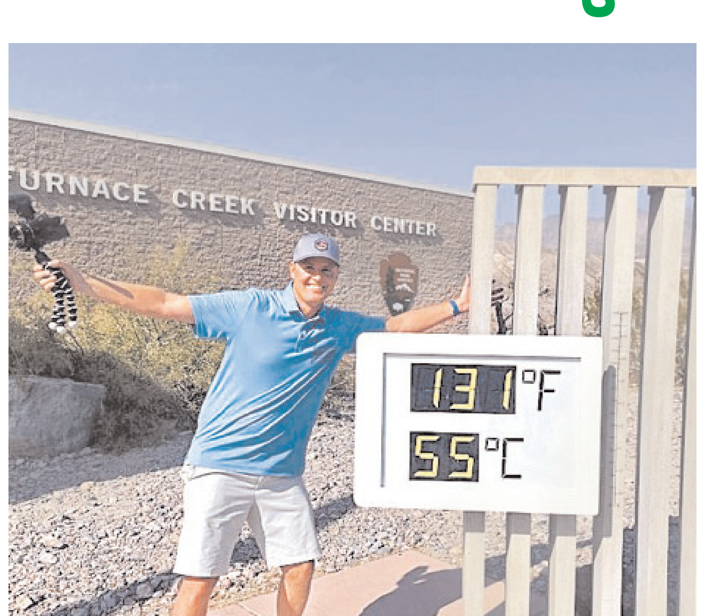
ఆశ్రయం సంపాదించింది. ఒక సారి మహారాణి వద్దకు ఒక చిత్రకారుడు వచ్చి, "మహారాణి! నేనొక చిర్తపటం తయారుచేసి, తమకు కానుకగా తెచ్చాను" అన్నాడు. వీణాధరి ఆ చిత్రపటాన్ని అందుకుని, మహారాణికి ఇచ్చింది. ఆ చిత్రపటంలో అస్తమిస్తున్న సూర్యుడు అద్భుతంగా చిత్రిన్చాబడ్డాడు. ఆ చిత్రంలోని రంగులు మేలవిమ్పుకు ముగ్దురాలైన చంద్రావతి, చిత్రకారుడికి వేయి వరహాలు బహుమతిగా ఇచ్చింది. తర్వాత ఆమె వీనాధరిని దగ్గరికి పిలిచి, "ఎలా వుంది చిత్రపటం?" అని అడిగింది. అందుకు వీణాధరి, "రోజు చూసే సూర్యుడే గదా! అందులో విసేశామేమున్నది. ఏమైనా, దీనికి వేయి వరహాల బహుమతి చాలా ఎక్కువనుకుంటాను." అని జవాబిచ్చింది. ఆ మాటకు మహారాణి నవ్వి, "వీణా, భగవంతుడు నీకు అందమైన రూపం ఇచ్చాదేగాని, కళాహృదయం ఇవ్వలేదు. సరే ఇచ్చే బహుమానం మా స్థాయికి తగినట్లున్దాలన్న సంగతి నువ్వేరగావా?" అన్నది. ఒక రోజు మహారాణి, మహారాజూ తమ మందిరంలో కూర్చుని వుండగా, వీణాధరి వింజామర వీస్తున్నది. అప్పుడు ఒక గూఢచారి అక్కడికి వచ్చి, "మహారాజా! వైదేహిరాజు మన రాజ్యంపై దాడి చేయడానికి సైన్యాన్ని సమాయుత్త పరిచాడు. ఆది ఏ క్షణాన అయినా జరగవచ్చు" అని చెప్పి వెళ్ళిపోయాడు. యుద్ధవార్త వినగానే వీణాధరి భయంతో పంపిస్తూ, వింజామార వీచడం మరిచిపోయింది. మహారాణి మాత్రం నిశ్చలంగా ఏదో ఆలోచిస్తూ ఉండిపోయింది. మహారాజు, ఆమెతో, "శక్తిసింహుడు దాడి చేయవచ్చు గాని, అది అకస్మాత్తుగా మాత్రం కాదు. అతడు దాటవలసిన స్వర్ణముఖి నడీ తీరాన మన సైన్యం తగు జాగ్రత్తలోనే వుంది!" అని వీణాధరి కేసి తల తిప్పి చూసి, "అంతః పురంలోని వాళ్ళే యుద్ధవార్త విని ఇంతగా భయపడిపోతే, ఇక సామాన్యులు మాటేమిటి? ధైర్యంగా వుండడం నేర్చుకో." అన్నాడు. ఒక నాడు రాణి చంద్రావతి వనవిహారానికి బయలుదేరింది. ఆమెతో పాటు పరిచారికలందరూ బయలుదేరారు. అయితే, వీణాధరి మాత్రం శిరోవేదన నెపం పెట్టి తప్పించుకున్నది. అందుకు కారణం మహారాణి లేనప్పుడు, ఆమె నగలు అలంకరించుకుని, అద్దంలో చూసుకోవాలన్న కోరిక, వీనాదరికి చాలా కాలంగా వున్నది. మహారాణి వనవిహారానికి వెళ్ళగానే వీణాధరి, ఆమె పట్టువస్త్రాలు, నగలు ధరించి, అద్దం ముంది నిలబడింది. అంతలో ఒక యువకుడు, అక్కడికి వచ్చాడు. అతడు వీణాధరి సౌందర్యానికి అబ్బురపాటు చెంది, "సుందరీ! ఎవరు నువ్వు?" అని ప్రశ్నించాడు. సాధారణమైన దుస్తులు ధరించివున్న, ఆ యువకుణ్ణి చూసి వీణాధరి, అతణ్ణి ఆటపట్టిన్చాలనుకుని, "నేను శక్తిపురి రాజ్య యువరాణిని. ఈ రాజ్యం మహారాణి ఆహ్వానం పంపగా విందుకు వచ్చాను" అన్నది హుందాగా. అందుకు యువకుడు, "నేను రాజ్యం యువరాజు విజయదీపుడిని. విద్యాభ్యాసం ముగించుకుని, ఇప్పుడే గురుకులం నుంచి వస్తున్నాను. నీ సౌందర్యం నన్ను దిగ్భ్రాంతుదిని చేసింది. నీకు సమ్మతమైతే, పెద్దల అంగీకారంతో మన వివాహము జరిగేలా చూస్తాను," అన్నాడు. ఇది విని వీణాధరి, తను పరిహాసమాదించిన యువకుడు సాక్షాత్తు యువరాజేనని గ్రహించింది. మరుక్షణం ఆమె విజయదీపుడి పాదాలకు నమస్కరించింది. "యువరాజులు క్షమించాలి! నేను మహారాణి పరిచారికను. మహారాణి ఆభరణాలు ధరించి చూసుకోవాలన్న చిత్తచాన్చల్యముతోనూ, మీరెవరో తెలియక తప్పుగా ప్రవర్తించాను. నా తప్పు క్షమించండి!" అని వేడుకున్నది. నిజం తెలుసుకున్న విజయదీపుడు చిరునవ్వుతో, "భయపడకు! నేను మట్టిలోని మాణిక్యం విలువ గ్రహించాలనేగాని కాలదన్నిపోను. నువ్వు పరిచారికవైనా, పరిణయమాడ దలిచాను." అన్నాడు. ఆ మాటలతో తేరుకున్న వీణాధరి, "యువరాజా! మిమ్మల్ని ఒక చిన్న ప్రశ్న అడుగుతాను. నేను వివాహానికి సమాతిన్చాకపోతే, ఏం చేస్తారు?" అన్నది. ఆ ప్రశ్నకు విజయదీపుడు ఎంతగానో ఆశ్చర్యపోయాడు. "యువరాజంత వాణ్ణి అడిగితె, ఏ యువతి కాదనగలడు? నువ్వు అంగీకరించకపోతే, అందుకు కారణం నువ్వు వట్టి ఆహాన్కారివైన అయి వుండాలి, లేదా మూరు?రాలైనా అయి వుండాలి. అలా అయిన పక్షంలో నేను, నిన్ను మించిన అందగత్తెను వివాహమాదగాలను." అన్నాడు. ఆ వెంటనే వీణాధరి, "క్షమించండి, యువరాజా! నేను మిమ్మల్ని వివాహమాడలేను. కారణం, వివాహం మరొకరితో, ఏనాడో నిశ్చయమైపోయింది." అని అక్కడ నుంచి బయలుదేరి, గ్రామచేరి, తనను ప్రేమించిన శివుణ్ణి వివాహమాడింది. బేతాళుడు ఈ కథ చెప్పి, "రాజా, వీణాధరి చిన్నప్పటి నుంచీ రాజకుమారుడిని వివాహమాడాలని కలలు కన్నది కదా! ఆ కళలు నిజమవుతున్న క్షణంలో, చేజేతులా జారవిడుచుకోవడానికి కారణం ఏమిటి? తను ఒక దేశం రాణి కావడానికి అనర్హురాలని గ్రహించడం వల్లనా? మహారాణి, ఆమెలో కళాహృదయం లేదని చిన్నగా మందలించింది. మహారాజు, ఆమెకు ధైర్యంగా వుండడం నేర్చుకోవాలని గట్టిగానే చెప్పాడు. ఇది జరిగాక, వీణాధరి తన స్థాయికి, శక్తిసామర్థ్యాలకు మించిన కార్యం సాధించావూనానని గ్రహించి ఉంటుందా? ఈ సందేహాలకు సమాధానము తెలిసి కూడా చెప్పకపోయావో, నీ తల పగిలిపోతుంది." అన్నాడు. దానికి విక్రమార్కుడు, "వీణాధరి, యువరాజును తిరస్కరించడానికి అవేవీ కారణాలు కావు. ఆమె తను కన్నా కళలు వాస్తవం చేసుకున్నాక, ఇక స్థాయి, శక్తిసామర్థ్యాలు ప్రసక్తే వుండదు. ఆమె, యువరాజును అడిగిన ప్రశ్నకు ఆటను ఇచ్చిన జవాబే, ఆమె అతణ్ణి వివాహమాడ నిరాకరించడానికి ముఖ్య కారణం. వీణాధరి తనతో వివాహమంగీకరించాకపోతే %--% ఆమెను మించిన మరొక అందగత్తెను వివాహమాదగాలనన్నాడు, యువరాజు. దీని అర్థమేమిటంటే %--% ఏదో ఒకనాడు వీనధరిని మించిన సౌందర్యవతి కంట బడితే, యువరాజు ఆమెను భార్యగా చేసుకోగలదు. అప్పుడు వీణాధరి పరిస్థితి హీనమైపోతుంది. ఇది ఆలోచించే, ఆమె తన పగటికలలకు స్వస్తి చెప్పి, తననేన్తగానో ప్రేమిస్తున్న, తండ్రి స్నేహితుడి కొడుకైనా శివుణ్ణి వివాహమాడింది." అన్నాడు.

రాజుకు ఈ విధంగా మౌనభంగం కలగగానే, బేతాళుడు శవంతో సహా మాయమై, తిరి చెట్టెక్కాడు.

షార్క్ విశేషాలివి!

షార్క్ శరీరంలో ఒక్క ఎముక కూడా ఉండదు. ఎముకల గూడుకు బదులుగా కార్టిలేజ్‌తో శరీరం నిర్మితమై ఉంటుంది. షార్క్‌లు చాలా దృఢమైనవి. ఇతర జీవులతో పోలిస్తే ఇవి వాటి ఆరోగ్యంపై ఎక్కువ శ్రద్ధ చూపిస్తాయి. యాంటీ కేన్సర్ ఔషధాల తయారీలో షార్క్ కార్టిలేజ్ ఉపయోగపడుతుందేమోనని శాస్త్రవేత్తలు పరిశోధనలు జరుపుతున్నారు. షార్క్‌లు 25 ఏళ్ల పాటు జీవిస్తాయి. కొన్ని రకాల షార్క్‌లు మాత్రం వందేళ్ల వరకు జీవిస్తాయని పరిశోధకులు అంటున్నారు. ఇవి గంటలకు 20 నుంచి 40 మైళ్ల వేగంతో ఈదుతాయి. షార్క్‌లు ఎప్పుడూ కదులుతూనే ఉంటాయి. ఒకవేళ కదలకుండా ఉంటే అవి నీటిలో మునిగిపోతాయి. షార్క్‌లు నిద్రపోవు. ఒకవేళ నిద్రపోతున్నట్టు కనిపిస్తే అవి విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నట్టుగా భావించాలి. అంతేకానీ అది నిద్ర కాదు. షార్క్ దంతం ఊడిపోతే, ఆ ప్రదేశంలో కొత్త దంతం వస్తుంది. ప్రతి ఎనిమిది రోజులకు వీటికి కొత్త దంతం వస్తూ ఉంటుంది. ఒక షార్క్ జీవితకాలంలో 30 వేల దంతాలు వస్తాయని అంచనా. నీటిలో వచ్చే వైబ్రేషన్స్‌ను షార్క్‌లు సులభంగా పసిగడతాయి. కొన్ని వందల అడుగుల దూరం నుంచే ఇతర జంతువుల జాడను కూడా ఇవి గుర్తిస్తాయి. షార్క్‌లకు ఈదడానికి చాలా తక్కువ శక్తి సరిపోతుంది. షార్క్ ఒకసారి అధిక మొత్తంలో ఆహారం తీసుకుంటే, తరువాత మూడు నెలల పాటు ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోకుండా ఉండగలదు.

అత్యధిక ఉష్ణోగ్రత నమోదయేది ఇక్కడే!



భూమిపై అత్యధిక ఉష్ణోగ్రత నమోదయ్యే ప్రాంతం ఎక్కడుందో తెలుసా? అమెరికాలోని కాలిఫోర్నియాలో ఉన్న డెత్ వ్యాలీ నేషనల్ పార్క్‌లో. ఆ ప్రాంతం విశేషాలివి...

మన దగ్గర వేసవికాలం మే నెలలో 45 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతుంటాయి. ఆ ఎండకే మనం అల్లాడిపోతుంటాం. అలాంటిది డెత్ వ్యాలీ నేషనల్ పార్క్‌లో ఒళ్లు కాలిపోయేంత వేడి ఉంటుంది. ఇక్కడ 55 డిగ్రీల సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతాయి. ఇప్పటి వరకు భూమిపై ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రత నమోదయింది ఈ ప్రాంతంలోనే. దాంతో ఈ ప్రాంతాన్ని సందర్శించడానికి పర్యాటకులు ఆసక్తి చూపుతుంటారు. ఇక్కడ సెల్ఫీలు తీసుకోవడానికి పోటీపడుతుంటారు. అక్కడ ఏర్పాటు చేసిన డిజిటల్ థర్మామీటర్ దగ్గర కార్లలో ఏసీ వేసుకుని కూర్చుంటారు. అత్యధిక ఉష్ణోగ్రత చూపించగానే పరుగున వెళ్లి సెల్ఫీలు దిగుతారు. ఈ ప్రాంతంలో సగటు ఉష్ణోగ్రత కూడా ఎక్కువే ఉంటాయి.

అర్ధరాత్రి సూర్యుడు ఉదయించే దేశం!

ఆ దేశంలో అర్ధరాత్రి సూర్యుడు ఉదయిస్తాడు. ఏటా నోబెల్ శాంతి బహుమతి ప్రదానం ఆ దేశంలోనే జరుగుతుంది. ఎన్నో ప్రత్యేకతలు కలిగి ఉన్న నార్వే దేశ విశేషాలు ఇవి...

యూరప్ ఖండంలో ఉన్న ఈ దేశాన్ని అధికారికంగా 'కింగ్‌డమ్ ఆఫ్ నార్వే' అని పిలుస్తారు. ఈ దేశ రాజధాని ఓస్లో. దేశంలో అతి పెద్ద నగరం కూడా ఇదే. ప్రపంచంలో ఖరీదైన నగరాల్లో ఇది నాలుగో స్థానంలో ఉంది. ఈ దేశానికి 'అర్ధరాత్రి సూర్యుడు ఉదయించే దేశం'గా పేరుంది. మే చివరి నుంచి జూలై చివరి వరకు రోజులో దాదాపు 20 గంటలు సూర్యకాంతి ఉంటుంది. ప్రపంచలో అతి పొడవైన రోడ్ టన్నెల్ నార్వేలోనే ఉంది. ఈ టన్నెల్ పొడవు 24.5 కి.మీ. ఈ టన్నెల్ నిర్మాణం కోసం 800 కోట్లు ఖర్చు చేశారు. వింటర్ ఒలింపిక్ గేమ్స్‌లో నార్వే క్రీడాకారులు అత్యధిక పతకాలు గెలుచుకొని సత్తా చాటుతుంటారు. ఏటా లండన్‌కు క్రిస్మస్ ట్రీ నార్వే నుంచే వెళుతుంది. రెండో ప్రపంచ యుద్ధంలో సహాయం చేసినందుకు కృతజ్ఞతగా బ్రిటన్‌కు క్రిస్మస్ ట్రీని అందిస్తూ ఉంటుంది.

వెయ్యేళ్ల నాటి దిగుడు బావి!

ఈ బావిని వెయ్యేళ్ల క్రితం నిర్మించారు. బావిలోకి దిగడానికి నిర్మించిన మెట్లు ఇప్పటికీ చెక్కు చెదరకుండా ఉన్నాయి. రాజస్థాన్‌లోని అభనేరి గ్రామంలో ఉన్న బావి విశేషాలు ఇవి. 8వ శతాబ్దంలో నికుంభ రాజ వంశీయుల పాలనలో ఈ బావి నిర్మాణం జరిగింది. ఈ బావి లోతు ఎంతో తెలుసా? 13 అంతస్థుల భవనాన్ని ఈ బావిలో పెడితే మునిగిపోతుంది. ఈ బావిలోకి దిగడానికి 3500 మెట్లు నిర్మించారు. ఈ బావిలోకి దిగడానికి మూడువైపులా మెట్లు నిర్మించారు. నాలుగో వైపు అందమైన మంటపాలు ఉన్నాయి. బావి సమీపంలోని రాజ నివాసం, ప్రదర్శనల కోసం ఏర్పాటు చేసిన వేదిక ఇప్పటికీ ఉన్నాయి. బావి సమీపంలోనే హర్షత్ మాత ఆలయం ఉంది. ఇక్కడికి వచ్చే భక్తులు బావిలోని నీటితో కాళ్లు, చేతులు శుభ్రం చేసుకున్నాకే ఆలయంలోకి వెళ్లే వారు. 10వ శతాబ్దంలో మహమ్మద్ గజినీ ఈ ఆలయాన్ని ధ్వంసం చేశారు. ఇప్పటికీ శిథిల ఆలయ ఆనవాళ్లు కనిపిస్తాయి. ప్రజలకు నీటి సరఫరా కోసం ఈ బావిని తవ్వించారు. తరువాత కాలంలో ఈ బావి నిరుపయోగంగా మారింది. అయితే ఈ బావిని చూడటం కోసం పర్యాటకులు వస్తుంటారు.

గుడ్డెందుకు తినాలి?

గుడ్డు పోషకాల నిలయం. ఇందులో మాంసకృత్తులు (ప్రోటీన్), అత్యవసరమైన 9 అమైనో ఆమ్లాలు, బి కాంప్లెక్స్ విటమిన్లు, డి విటమిన్, ఖనిజాలు దండిగా ఉంటాయి. గుడ్డు తింటే బరువు పెరుగుతుందని చాలామంది భావిస్తుంటారు. దీనికి కారణం పచ్చసొనలోని కొలెస్ట్రాలే.

అయితే గుడ్డులో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయులు ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ.. దీంతో రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ మోతాదులు అంత ఎక్కువగా ఏమీ పెరగటం లేదని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఇందులో కేలరీలు తక్కువ. పైగా చాలాసేపటి వరకు కడుపు నిండిన భావన కలిగిస్తుంది. ఫలితంగా త్వరగా ఆకలి వేయదు. ఇలా ఇది పరోక్షంగా బరువు తగ్గటానికీ తోడ్పడుతుందన్నమాట. కణాల పనితీరు, వాటి ఎదుగుదల, శక్తిని అందించటంతో పాటు శరీరంలో జరిగే పలు జీవక్రియలకు అవసరమైన పోషకాలు గుడ్డుతో లభిస్తాయి. దీని పచ్చసొనలోని ఐరన్ మన శరీరం తేలికగా గ్రహించటానికి అనువుగానూ ఉంటుంది. గుడ్డులోని ల్యూటీన్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంటు కంటి జబ్బుల ముప్పు తగ్గటానికి తోడ్పడుతుంది. వృద్ధాప్యంలో మెదడు ఆరోగ్యంగా ఉండటానికీ ఇది దోహదం చేస్తుంది. రోజుకు ఒక గుడ్డు తినేవారిలో పక్షవాతం ముప్పు 12 శాతం వరకు తగ్గుతున్నట్టు ఒక పరిశోధనలో వెల్లడైంది.

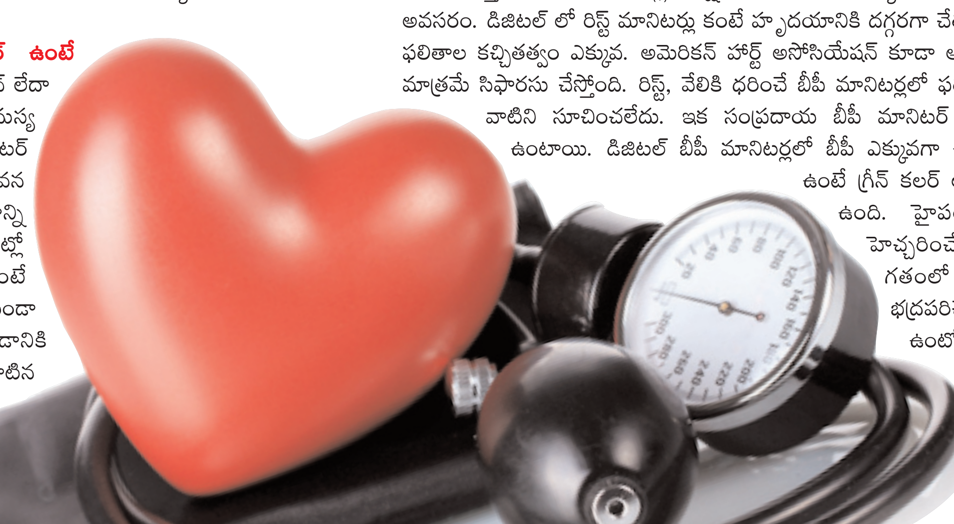
బీపీ ఉన్నట్టు ఎలా తెలుస్తుంది..?

సైలంట్ కిల్లర్. రక్తపోటు (బ్లడ్ ప్రజర్/బీపీ)కి మరోపేరు. బీపీని నియంత్రణలో ఉంచుకోకపోతే అది ఎన్నో సమస్యలకు కారణమవుతుంది. హార్ట్ ఎటాక్, పక్షవాతం, కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ బారిన పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. మరి బీపీ నియంత్రణలో ఉందా? లేదా? అన్నది ఎలా తెలుస్తుంది...? బీపీ మానిటర్ ద్వారా క్రమం తప్పకుండా పరీక్షించుకుంటే సరి. అందుకోసం ఆస్పత్రి చుట్టూ తిరగడం కంటే ఓ మంచి బీపీ మానిటర్ ను ఇంట్లో ఉంచుకోవడం ఉపయోగకరం. మరి కొనే ముందు పరిశీలించాల్సిన విషయాలు ఉన్నాయి. అలాగే, బీపీ గురించి చాలా విషయాలు తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.

ఆరోగ్యవంతులకు రక్తపోటు 120/80కి మించి ఉండరాదు. కానీ, నేడు మధ్య వయసు దాటిన చాలా మందిలో బీపీ ఈ లెవల్స్ కు పైనే ఉంటోంది. అది కొంత కాలానికి హైపర్ టెన్షన్ గా మారుతోంది. జీవన విధానం మారిపోయింది. ఉద్యోగం, ఇంట్లోనూ రకరకాల ఒత్తిళ్ల కారణంగా బీపీ నియంత్రణ దాటుతోంది. రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంచుకోకపోతే ధమనులను దెబ్బతీస్తుంది. శరీరంలోని కీలక అవయవాలపై ప్రభావం చూపెడుతుంది. అందుకే వైద్యుడి సూచనల మేరకు బీపీ నియంత్రణలో ఉంచుకోవడానికి మందులు వాడాల్సి ఉంటుంది. బీపీ ఎంతుంటుందో క్రమం తప్పకుండా పరీక్షించుకోవాల్సి ఉంటుంది. గుండె నుంచి రక్తాన్ని ధమనులు శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు తీసుకెళతాయి. గుండె రక్తాన్ని చాలా ఒత్తిడితో పంప్ చేస్తుంది. దాంతో అది వేగంగా ధమనుల ద్వారా ప్రయాణం చేస్తుంది. ఈ ఒత్తిడినే రక్తపోటు అంటారు. బ్లడ్ ప్రజర్ అందరిలోనూ ఉంటుంది. 120/80కు తక్కువగా ఉన్నంత వరకూ ఆరోగ్యానికి ఎలాంటి ఇబ్బందులు రావు. కానీ ఈ ఒత్తిడి పెరిగిపోతేనే ఎన్నో రకాల సమస్యలు మొదలవుతాయి. 120/80కు మించి 140/90 లోపు ఉంటే దాన్ని ప్రీ హైపర్ టెన్షన్ గా చెబుతారు. అదే 140/90 అంతకంటే ఎక్కువ ఉంటే స్టేజ్ 1 హైపర్ టెన్షన్ (అధిక రక్తపోటు) గా చెబుతారు. 160/100 కంటే ఎక్కువ ఉంటే స్టేజ్ 2 హైపర్ టెన్షన్ గా, అంతకంటే అధికంగా ఉంటే తీవ్ర సమస్యగా పరిగణించాలి. 60 ఏళ్లు దాటిన వారికి 150/90 ఉంటేనే హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నట్టు అర్థం చేసుకోవాలి. అదే విధంగా ఈ రక్తపోటు 85/55 వరకు తగ్గినా ఇతరత్రా ఎలాంటి లక్షణాలు లేకుంటే కంగారు పడక్కర్లేదు. తక్కువగా ఉండి కళ్లు తిరుగుతున్నా, తల తిరుగుతున్నా, మూర్చిల్లుతున్నా, ఏకాగ్రత లేకపోయినా, కళ్లు బైర్లు కమ్ముతున్నా, వెంటనే వైద్యుడి వద్దకు వెళ్లాలి. హైపర్ టెన్షన్ ఉన్న సమయంలో తలపోటు, తల వెనుక మెడపై భాగంలో బాగా లాగినట్టు ఉండడం, చిరాకు, కోపం తదితర లక్షణాలు కొందరిలో కనిపించవచ్చు. కొంత మందిలో పైకి ఎలాంటి లక్షణాలు కనిపించవు.

హైపర్ టెన్షన్ ఉంటే వైద్యుడి చెకప్ అవసరం

హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నవారు ఆలస్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్ ను సంప్రదించాలి. అప్పుడు మీ వైద్య చరిత్ర, ఏవైనా గుండె జబ్బులు ఉన్నాయా, పొగ తాగే అలవాటు ఉందా తదితర సమాచారం తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేస్తారు. కొలెస్ట్రాల్, డయాబెటిస్ ఉందేమోనన్న అనుమానంతో రక్త పరీక్షలకు సిఫారసు చేస్తారు. దీనికితోడు వైద్యులు స్టెతస్కోప్ తో హృదయ స్పందనలను పరిశీలిస్తారు. వేగంగా కొట్టుకుంటుంటే ధమనుల పరిస్థితిని తెలుసుకునేందుకు ఈసీజీ, ఎకో, అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలను సూచించవచ్చు. దీంతో ముందస్తుగా గుండె సంబంధిత సమస్యల బారిన పడకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చు.



ఇంట్లో బీపీ మానిటర్ ఉంటే సేఫ్... ప్రీ హైపర్ టెన్షన్ లేదా హైపర్ టెన్షన్ సమస్య ఉంటేనే బీపీ మానిటర్ అవసరం అన్న భావన ఉంటే దాన్ని చెరిపేయండి. ఇంట్లో బీపీ మానిటర్ ఉంటే రక్తపోటు నియంత్రణ తప్పకుండా ముందుగానే కట్టడి చేసుకోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది. 25 ఏళ్ల వయసు దాటిన వారందరూ నెలకోసారి అయినా బీపీ చూసుకోవడం ద్వారా అది నియంత్రణలో ఉన్నదీ, లేనిదీ తెలుస్తుంది. ప్రారంభంలోనే డాక్టర్ ను సంప్రదించి సూచనల మేరకు జీవన విధానాన్ని మార్చుకోవడం ద్వారా హైపర్ టెన్షన్ గా మారకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. సిస్టోలిక్ ప్రజర్ 180 నుంచి 200 పాయింట్లు దాటితే వారి శరీర ధర్మాన్ని బట్టి పక్షవాతం బారిన పడే ప్రమాదానికి చేరువ అవుతున్నట్టు గుర్తించాలి. శరీరంలో తీవ్ర సమస్య ఉందని తెలుసుకోవాలి. హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నవారు ఉదయం వేళ బీపీ మానిటర్ తో రోజుకు ఒక్కసారి అయినా చెక్ చేసుకోవడం ద్వారా ఈ ప్రమాదం నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. స్ట్రోక్ కు గురయ్యే ప్రమాదం ఉన్నవారికి ఉదయం బీపీ ఎక్కువగా ఉంటుందట. వీలుంటే హైపర్ టెన్షన్ బాధితులు ఉదయం, సాయంత్రం కూడా పరీక్షించుకోవడం క్షేమదాయకం.

బీపీ మానిటర్లలో రకాలు... డిజిటల్, మాన్యువల్ అని రెండు రకాల బీపీ పరీక్షా యంత్రాలు అందు బాటులో ఉన్నాయి. మాన్యువల్ అయితే అందులో పాదరసంతో కూడిన స్కేల్ కు ఓ ఎయిర్ బ్యాగ్ (కఫ్) ను పైపు ద్వారా అనుసంధానించి దాన్ని చేతి భుజం కింద కట్టుకోవాలి. 180 పాయింట్ల వరకు గాలి పంప్ చేసి నిదానంగా విడిచిపెట్టాలి. ఆ తర్వాత చేయి మడత భాగంలో కఫ్ కింద స్టేతస్కోప్ ను ఉంచడం ద్వారా బీపీ ఎంతుందో తెలుసుకోవచ్చు. అదే డిజిటల్ అయితే, ఇంత శ్రమ ఉండదు. చేతి పై భాగంలో కఫ్ కట్టేసి బటన్ నొక్కేస్తే చాలు. దానంతట అదే పౌచ్ లోకి గాలిని పంపిస్తుంది. వెంటనే బీపీ ఎంతుందో మానిటర్ లో అంకెల రూపంలో కనిపిస్తుంది. డిజిటల్ లో కూడా మూడు రకాలు ఉన్నాయి. అప్పర్ ఆర్మ్, రిస్ట్, ఫింగర్ బీపీ మానిటర్లు. అప్పర్ ఆర్మ్ అంటే భుజం కింద చేతికి పై భాగంలో కట్టుకునేది. రిస్ట్ కు కట్టుకుని పరీక్షించుకునే దానిని రిస్ట్ మానిటర్ గా పేర్కొంటారు. వేలుకి కట్టుకునే మానిటర్ ఫింగర్ మానిటర్.

వైర్ లెస్... వైర్ లెస్ గా పనిచేసేవి కూడా ఉన్నాయి. కఫ్ ను చేతికి కట్టుకోవాలి. బ్లూటూత్ ద్వారా యాండ్రాయిడ్ లేదా ఐఫోన్ లో బీపీ ఎంతుందో చూసుకోవచ్చు. క్వార్డియో, ఐ హెల్త్ తదితర బ్రాండ్లు ఈ రకం మానిటర్లను విక్రయిస్తున్నాయి. ఇందులో ఐ హెల్త్ మానిటర్ ధర ఫ్లిప్ కార్ట్ లో రూ. 5వేలు.

ఫలితాల్లో కచ్చితత్వం... వైద్యులు నాణ్యమైన, ప్రమాణాలతో కూడిన బీపీ మానిటర్లను ఉపయోగిస్తుంటారు. మరి ఇంట్లో పరీక్షించుకోవడానికి సౌకర్యంతో పాటు ఫలితాల కచ్చితత్వం కూడా అవసరం. డిజిటల్ లో రిస్ట్ మానిటర్లు కంటే హృదయానికి దగ్గరగా చేతికి కట్టే అప్పర్ ఆర్మ్ మానిటర్లలో ఫలితాల కచ్చితత్వం ఎక్కువ. అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ కూడా అప్పర్ ఆర్మ్ డిజిటల్ మానిటర్లను మాత్రమే సిఫారసు చేస్తోంది. రిస్ట్, వేలికి ధరించే బీపీ మానిటర్లలో ఫలితాల కచ్చితత్వం తక్కువ కనుక వాటిని సూచించలేదు. ఇక సంప్రదాయ బీపీ మానిటర్ లోనూ ఫలితాలు కచ్చితంగానే ఉంటాయి. డిజిటల్ బీపీ మానిటర్లలో బీపీ ఎక్కువగా ఉంటే రెడ్ కలర్, సాధారణంగా ఉంటే గ్రీన్ కలర్ లో ఫలితాలు కనిపించే సౌకర్యం ఉంది. హైపర్ టెన్షన్ రేంజ్ లో ఉంటే హెచ్చరించే మెషిన్లు కూడా ఉన్నాయి. గతంలో చూసుకున్న రీడింగ్స్ ను భద్రపరిచే సౌలభ్యం కూడా అన్నింటిలో ఉంటోంది. సుమారు 100 నుంచి 200 వరకు రీడింగ్స్ స్టోర్ అయి ఉంటాయి. వైద్యుడు దగ్గరకు వెళ్లినప్పుడు చూపించేందుకు ఈ డేటా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.

కఫ్ సైజు.. కఫ్ సైజు చేతికి సరిపోయే విధంగా ఉండాలి. అలాగే సరిగా ధరించాలి. అప్పుడే కచ్చితమైన రీడింగ్ వస్తుంది. పిల్లలకు, పెద్దలకు ఒకే సైజు కఫ్ సరిపోదు. అందుకే వాడే కఫ్ సరిపోకపోతే పెద్దల కోసం మరొకటి కొనుగోలు చేసుకుంటే సరి. కఫ్ లలో స్మాల్, మీడియం, లార్జ్ సైజులు ఉంటాయి. స్మాల్ అంటే 7.1నుంచి 8.7 అంగుళాల మేర కఫ్ పొడవు ఉంటుంది. మీడియంలో 8.8 నుంచి 12,8 అంగుళాలు, లార్జ్ లో 12.8 నుంచి 18 అంగుళాల మేర ఉంటుంది. ఎక్కువ శాతం బీపీ మానిటర్లు మీడియం సైజు కఫ్ తో విక్రయానికి వస్తుంటాయి.

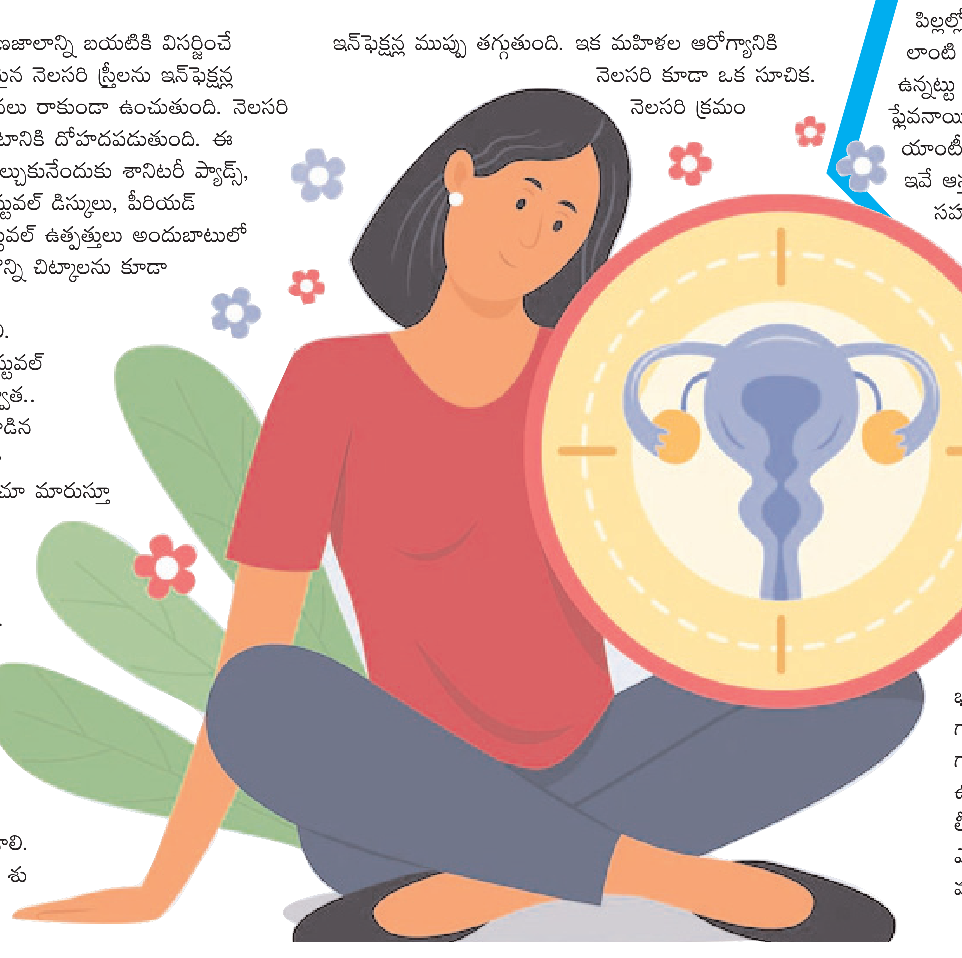
అడాప్టర్లు ఉన్నవి అయితే బెటర్.. డిజిటల్ మానిటర్లు బ్యాటరీల సాయంతో పనిచేస్తాయి. బ్యాటరీలతోపాటు అడాప్టర్లతో పనిచేసేవి కూడా ఉన్నాయి. అడాప్టర్ అయితే నేరుగా కరెంట్ ప్లగ్ పిన్ కు అనుసంధానించుకుని పరీక్షించుకోవచ్చు.

సరైన జాగ్రత్తలతో..

స్త్రీలలో ప్రతి 28 రోజులకు ప్రకృతి సహజంగా జరిగే జీవక్రియ మెన్‌స్ట్రువేషన్ లేదా నెలసరి. దీనినే రుతుక్రమం అంటారు. ఈ ప్రభావం 5 రోజులు ఉంటుంది. కాబట్టి, నెలసరి సమస్యల పట్ల అవగాహన కోసం ఐదో మాసం అయిన మే నెలను, ఆ నెలలో 28వ తేదీని ఎంచుకున్నారు. 2014 నుంచి ప్రతి ఏడాది మే 28వ తేదీని 'రుతుక్రమ ఆరోగ్య దినోత్సవం'గా జరుపుకొంటున్నారు.

గర్భాశయం గోడల నుంచి రక్తం, కణజాలాన్ని బయటికి విసర్జించే ప్రక్రియే నెలసరి అంటే. ఆరోగ్యకరమైన నెలసరి స్త్రీలను ఇన్‌ఫెక్షన్ల బారినుంచి కాపాడుతుంది. దుర్వాసనలు రాకుండా ఉంచుతుంది. నెలసరి సమయంలో సౌకర్యవంతంగా ఉండటానికి దోహదపడుతుంది. ఈ సమయంలో విడుదలయ్యే రక్తాన్ని పీల్చుకునేందుకు శానిటరీ ప్యాడ్స్, ట్యాంపన్స్, మెన్‌స్ట్రువల్ కప్స్, మెన్‌స్ట్రువల్ డిస్కులు, పీరియడ్ అండర్‌వేర్ లాంటి రకరకాల మెన్‌స్ట్రువల్ ఉత్పత్తులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వీటిని ఉపయోగించినా కొన్ని చిట్కాలను కూడా పాటించాలి.

వెజీనాను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. టాయిలెట్‌కు వెళ్లిన ప్రతీసారి, మెన్‌స్ట్రువల్ ఉత్పత్తి వాడటానికి ముందు, ఆ తర్వాత.. చేతులను శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. వాడిన మెన్‌స్ట్రువల్ వస్తువులను సురక్షితంగా పారవేయాలి. శానిటరీ ప్యాడ్లను తరచూ మారుస్తూ ఉండాలి. ట్యాంపన్లను 4 నుంచి 8 గంటలకోసారి మార్చాల్సిందే. అదే మెన్‌స్ట్రువల్ కప్స్ అయితే వాడిన తర్వాత తప్పకుండా శుభ్రం చేయాలి. తేలికగా, గాలి ఆడేలా ఉండే కాటన్ లోదుస్తులు ధరించాలి. మెన్‌స్ట్రువల్ ఉత్పత్తులను రెగ్యులర్‌గా మారుస్తూ ఉండాలి. ఒకే ప్రొడక్ట్‌ను ఎక్కువకాలం వాడితే దద్దుర్లు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. సరిపోయినన్ని నీళ్లు తాగాలి. దీనివల్ల మూత్రనాళం ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రపడుతూ ఉంటుంది. ఇన్‌ఫెక్షన్ల ముప్పు తగ్గుతుంది. ఇక మహిళల ఆరోగ్యానికి నెలసరి కూడా ఒక సూచిక. నెలసరి క్రమం తప్పిందంటే.. డయాబెటిస్, థైరాయిడ్ లాంటి వ్యాధులకు సంకేతంగా భావించాలి. దీనికోసం క్యాలెండర్‌ను గానీ, లేదంటే స్మార్ట్‌ఫోన్‌లో యాప్ ద్వారా గానీ నెలసరి క్రమాన్ని గమనించుకుంటూ ఉండాలి. నెలసరి సమయంలో దుర్వాసన వస్తున్నా, తీవ్రంగా, అసాధారణంగా నొప్పి ఉన్నా, రక్తం ఎక్కువగా, ఎక్కువ కాలంపాటు బయటికి వెళ్తున్నా డాక్టర్‌తో మాట్లాడాలి.



పండంటి.. బిడ్డ కోసం

కడుపులో పిండం పెరుగుతున్న దశలో ఇద్దరికీ సరిపోయేలా తినమని పెద్దలు చెప్పే మాట ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. కానీ అది నిజమే. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు చేసుకునే ఆహార ఎంపికలు కడుపులో బిడ్డమీద కూడా ప్రభావం చూపుతాయి. పిండం అభివృద్ధి కోసం తల్లి నాణ్యమైన పోషకాహారం తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇందులో పండ్లు కూడా ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి. అన్ని పండ్లు మంచివే అయినా, గర్భిణులకు కొన్నిటిని మాత్రం తప్పకుండా తినాలని పెద్దలు సలహా ఇస్తారు. ఆ ఐదు ఉత్తమ ఫలాలు...

ఆపిల్: పోషకాలతో నిండిన ఆపిల్ పండ్లు కడుపుతో ఉన్నవారికి ఎంతో మేలుచేస్తాయి. విటమిన్ -ఎ, సితోపాటు ఆపిల్ పండ్లు పొటాషియం, ఫైబర్‌కు మంచి వనరులు. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు ఆపిల్ పండ్లు తినని మహిళలకు జన్మించిన పిల్లల్లో 5 సంవత్సరాల వయసులో ఆస్తమా లాంటి శ్వాస సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉన్నట్టు తేలింది. ఆపిల్ పోషకాలలోని ఫ్లేవనాయిడ్లలో ఉండే పాలిఫినాలిక్ మిశ్రమాలు యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవే ఆస్తమా ముప్పును తగ్గించడంలో సహాయకారిగా ఉంటాయి.

అరటి: విటమిన్లు, మినరల్స్‌తో సమృద్ధమైన అరటిపండ్లు గర్భిణులు తప్పకుండా తినాల్సిన పండ్లు. గర్భిణులను వేధించే సమస్యల్లో సాధారణమైంది ఐరన్ లోపం. దీంతో రక్తహీనత తలెత్తకుండా శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయులు పెరగడానికి అరటిపండు దోహదపడుతుంది. గర్భధారణ సమయంలో తలెత్తే వాంతులు, వికారం నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అరటిపండ్లలో ఉండే ఫోలిక్ ఆమ్లం కడుపులో ఉన్న బిడ్డకు కూడా మంచిది. ఇది శిశువు ముందస్తు ప్రసవానికి గల అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది.

అంతేకాకుండా గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు తిండి అంటే మొహం మొత్తుతుంది. అరటిపండు తినడం వల్ల ఆకలి పెరుగుతుంది.

దానిమ్మ: దానిమ్మ పండ్లలో పాలిఫినాల్ స్థాయులు అత్యధికంగా ఉంటాయి. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు దానిమ్మ పండ్లు తినడం వల్ల శిశువుల నాడుల సంరక్షణలో ఆ పాలిఫినాల్స్ సహాయకారిగా ఉంటాయి. అంతేకాకుండా దానిమ్మపండ్లు విటమిన్ కె, ఐరన్, ఫైబర్, ప్రొటీన్, క్యాల్షియం లాంటివాటికి పెద్ద నిధులు కూడా.

నారింజ: గర్భిణులు తీసుకునే పండ్లలో ముందువరసలో ఉండేవి నారింజ. వీటిని పండుగాను, లేదంటే రసం రూపంలోనూ తీసుకుంటారు. అయితే ప్రిజర్వేటివ్‌లు ఉండే టెట్రా ప్యాక్ జ్యూస్‌లను మాత్రం తీసుకోకపోవడమే మంచిది. నారింజను పండు రూపంలో తింటే దాని ప్రయోజనాలు పూర్తిగా చేకూరుతాయి. ఒకవేళ పండు ఇష్టం లేకపోతే, ఇంటి దగ్గరే తాజా పండ్ల రసం తాగాలి. నారింజ రోగ నిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తుంది. పైగా కడుపులో ఉన్న పిండం మెదడు అభివృద్ధిలో నారింజ దోహదపడుతుంది. రక్తపోటును కూడా అదుపులో ఉంచుతుంది.

మామిడిపండ్లు: చాలామంది గర్భిణులు మామిడికాయ, చింతకాయ అంటే ఉవ్విళ్లూరుతుంటారు. ఎ, సి విటమిన్లతో సమృద్ధమైన మామిడి పండ్లు కూడా కడుపుతో ఉన్నప్పుడు ఇష్టంగా తింటారు. సహజంగా మగ్గిన పండ్లయితే ఫర్వాలేదు, కానీ క్యాల్షియం కార్బయిడ్ వాడిన పండ్లతోనే సమస్య అంతా. కాబట్టి, గర్భిణులు మామిడి పండ్ల ఎంపిక విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాల్సిందే.

నెలకు 18వేల వరకు అదనంగా సంపాదిస్తున్న రైతన్నలు

ఒకప్పుడు అడవుల్లో, భారీ చెట్ల వద్ద మాత్రమే దొరికే తేనె ఇప్పుడు వ్యవసాయ అనుబంధ రంగ పరిశ్రమగా మారుతున్నది. కేవలం ఆంధ్ర, ఇతర ప్రాంతాలకు మాత్రమే పరిమితమైన పెంపకం తెలంగాణకు క్రమంగా విస్తరిస్తున్నది. మార్కెట్‌లో మంచి డిమాండ్ ఉండడం, తక్కువ పెట్టుబడితో అధిక ఆదాయాన్ని ఈ 'బీ కీపింగ్' (తేనెటీగల పెంపకం) కాసుల వర్షం కురిపిస్తున్నది. ఒక్కసారి పెట్టుబడి పెట్టి.. అనువైన స్థలంలో మొదలుపెడితే క్రమం తప్పకుండా మంచి ఆదాయం ఇవ్వడం ప్రత్యేకత కాగా, ఉమ్మడి జిల్లాలో ఇప్పుడిప్పుడే పలువురు రైతులు రాణిస్తున్నారు. ప్రత్యేకంగా 50వేల తేనెటీగలతో కూడిన బాక్కులను కొనుగోలు చేసి తీసుకువస్తూ, ఉద్యానవన పంట క్షేత్రాల వద్ద అమరుస్తూ ఉపాధి పొందుతున్నారు. ఓ వైపు జీవ వైవిద్యాన్ని, పర్యావరణాన్ని జీవవంతం చేస్తూ ఉపాధి పొందుతూనే.. మరో వైపు పంటలకు ప్రాణం పోస్తూ ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారు.

లాభాల తేనె పట్టు

తేనెటీగలను బాక్స్‌ల్లో పెంచుతారు. ఒక్కో బాక్స్‌లో మైనం షీట్స్ కలిగిన 8-10ఫ్రేంలు ఉంటాయి. వాటిల్లోనే తేనెటీగలు ఉంటాయి. బయటికి వెళ్లడానికి, రావడానికి బాక్సు నుంచి ఒకే దారి ఉంటుంది. బాక్స్ మూత తీసినా ఆ వైపు నుంచి తేనెటీగలు లేచి పోవు. మొత్తంగా ఒక బాక్స్‌లో 50వేల నుంచి లక్ష తేనెటీగలు ఉంటాయి. ఇందులో ఒక రాణి(పరిపూర్ణమైన ఆడ ఈగ, క్వీన్‌బీ అంటారు). వేల సంఖ్యలో కూలీ ఈగలు (అసంపూర్ణమైన ఆడ ఈగలు), వందల సంఖ్యలో మగ ఈగ(వీటిని డ్రోన్స్ అంటారు)లు ఉంటాయి. ఇవి రాణి ఈగ డైరెక్షన్‌లో పనిచేస్తాయి. మరికొన్ని ఈగలు పూలు, పూతపై ఉండే ఎంజెమ్స్‌ని, పుప్పొడిని, మరికొన్ని మకరందాన్ని, బంకపై ఉండే మైనాన్ని తెస్తాయి. మరికొన్ని ఈగలు రాణి ఈగ కోసం రాజాహారం(రాయల్ జెల్లీ)ని తీసుకొస్తాయి. ఇక బాక్స్‌లో ఉండే ఈగలు మైనంతో గదులను చక్కగా నిర్మిస్తుంటాయి. ఇక మకరందాన్ని తెచ్చిన తీగలు దానిని తేనేగా మార్చి గదుల్లో నింపి సీల్ చేస్తాయి. ఇక బాక్స్‌లో చనిపోయి ఉన్న ఈగలను మరికొన్ని ఈగలు బయటకు పడేస్తూ ఉంటాయి. బాక్స్ ప్రధాన ద్వారం నుంచి లోపలికి కొండ ఈగలు, దోమలు, ఈగలు, బల్లులురాకుండా ఒక 15-20 ఈగలు కాపలా కాస్తుంటాయి.

రైతులకు అదనపు ఆదాయం

తేనెటీగల పెంపకం రైతులకు అదనపు ఆదాయం లభిస్తుంది. ఉద్యానవన పంటలైన నువ్వులు, ఆవాలు, కుసుమ, కంది పంట చేలల్లో తేనెటీగల పెట్టెలను అమర్చుకొని అధిక లాభాలు సేకరించవచ్చు. ఒక ఎకరం పంటలో సుమారు ఐదు బాక్కులు ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. ఒక్కో బాక్సు నుంచి 4 కేజీల తేనె వస్తుంది. ఒక ఎకరా పంటలో 5 బాక్సులు అమర్చినట్లయితే 20 కిలోల తేనెను సేకరించవచ్చు. ప్రస్తుతం స్వచ్ఛమైన తేనె కిలోకు 450 నుంచి 500 పలుకుతుండగా, ఈ లెక్కన 20 కిలోల తేనెకు 9వేల నుంచి 10వేల ఆదాయం పొందవచ్చు. కాగా, మార్కెట్‌లో తేనెటీగల బాక్సు ధర 7500 ఉంటుంది. ఒక్కో బాక్సులో 50 వేల నుంచి లక్ష దాకా తేనెటీగలు ఉంటాయి.

బహుళప్రయోజనాలు

తేనె టీగల పెంపకంతో బహుళ ప్రయోజనాలున్నాయి. నిర్వహకులకు తక్కువ పెట్టుబడికే ఎక్కువ లాభాలు కండ్లచూడవచ్చు. సంవత్సరం పొడవునా వాతావరణ పరిస్థితులు ఎలా ఉన్నా వీటిని పెంచవచ్చు. ఇక స్థానికంగా తక్కువ ధరకే స్వచ్ఛమైన, నాణ్యమైన తేనె వినియోగదారులకు దొరుకుతుంది. తేనెటీగలు అంతరించిపోకుండా పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించుకోవచ్చు. పండ్ల, పూల తోటల్లో, కూరగాయల సాగులో రైతులకు అధిక దిగుబడి సాధించడానికి తేనెటీగలు దోహదపడతాయి. పంట పొలాల్లో తేనె టీగలు ఉండడం వల్ల పరాగ సంపర్కం జరిగి సాధారణంగా వచ్చే దిగుబడికన్నా 40శాతం వరకు అధిక దిగుబడులు వస్తాయి. ఈ విషయాన్ని గ్రహించిన పలువురు రైతులు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని గుంటూరు, బాపట్ల నుంచి తేనెటీగలతో ఉన్న ఒక్కో బాక్సును నెలకు రూ.2వేల చొప్పున అద్దెకు తెచ్చుకొని పంట పొలాల వద్ద పెట్టుకుంటున్నారు. ఇటీవల హుజూరాబాద్‌కు చెందిన పలువురు రైతులు బాక్సులను అద్దెకు తీసుకొని వచ్చి పెట్టుకున్నారు.

అవగాహన లేక నష్టపోతున్న రైతులు

మన ప్రాంతంలోని రైతులకు తేనెటీగల పెంపకంపై అవగాహన లేకపోవడంతో ఎంతో నష్టపోతున్నారు. ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి వ్యాపారులు ఇక్కడికి వచ్చి మన రైతులు సాగు చేస్తున్న ఆవాలు, నువ్వులు లాంటి పంట పొలాల్లో తేనెటీగల పెట్టెలను పెట్టుకొని సొమ్ము చేసుకుంటున్నారు. పెట్టెలను అమర్చడం వల్ల పంటల దిగుబడి పెరుగుతుందని చెబుతుండడంతో రైతులూ ఒకే చెప్పేస్తున్నారు. కానీ దాని వల్ల వచ్చే లాభాలను మాత్రం గుర్తించలేకపోతున్నారు. దీనిని గుర్తించిన పొలాస పరిశోధనా స్థానం తేనెటీగల పెంపకం వైపు రైతులను ప్రోత్సహిస్తున్నది.

పొలాస ఆధ్వర్యంలో శిక్షణ

మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా రైతులను వ్యవసాయంతో పాటు అనుబంధ రంగాల్లో రాణించేలా పొలాస వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం కృషిచేస్తున్నది. అందులో ప్రధానంగా మార్కెట్‌లో అధిక డిమాండ్ పలుకుతూ, తక్కువ పెట్టుబడితో.. ఎక్కువ ఆదాయాన్నిచ్చే తేనెటీగల పెంపకాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నది. ఈ క్రమంలో తేనె టీగల పెంపకంపై పరిశోధనా స్థానంలో శిక్షణ తరగతులు నిర్వహిస్తున్నది.

పెంపకం, వాటి పరిశ్రమ ఏర్పాటుకు కావల్సిన సలహాలు, సూచనలు ఒక్కో రైతుకు వారంపాటు శిక్షణ ఇస్తున్నది. వారం రోజులపాటు ట్రైనింగ్ ఇవ్వడంతోపాటు తేనె సేకరించేందుకు కావాల్సిన తేనెటీగల పెట్టెలను అందిస్తున్నది. అంతేకాదు పరిశోధనా స్థానంలోనే ప్రయోగాత్మకంగా బాక్సుల్లో బీ కీపింగ్ చేస్తూ వాటిని రైతులకు చూపిస్తూ తేనె ఎలా తయారుచేయవచ్చో అర్థమయ్యేలా వివరిస్తున్నది.

నెలకు రూ.18 వేలు సంపాదిస్తున్నా..

నాకు ఏడెకరాల భూమి ఉంది. అందులో రెండెకరాలల్ల మామిడి తోట పోను ఐదెకరాల్లో నువ్వు, ఆవాలు, కంది సాగుచేస్తున్న. నేను గతేడాది హైదరాబాద్‌లోని రాజేంద్రనగర్ వ్యవసాయ యూనివర్సిటీలో తేనెటీగల పెంపకంపై ఎనిమిది రోజుల శిక్షణ తీసుకున్నా. ఒక్కో బాక్సులో 50 వేల నుంచి లక్ష తేనెటీగలు ఉండే బాక్కులను 40 కొనుగోలు చేసిన. ఒక్కో బాక్సు ధర రూ.7500 పడ్డది. నా వ్యవసాయ క్షేత్రంలో బాక్సులను పెట్టిన. నెలకు 30-40 కిలోల తేనె తయారైతున్నది.

కిలోకు రూ.450 చొప్పున అమ్ముతున్నా. నెలకు రూ.18 వేలపైనే ఆదాయం వస్తోంది. ఇంకా ఈ తేనెటీగల పెంపకం చేపట్టినప్పటి నుంచి నా పంటల దిగుబడి బాగా వస్తోంది. నేను తయారు చేసే తేనెకు మార్కెట్లో డిమాండ్ బాగుంది. హైదరాబాద్ లాంటి మహానగరాల నుంచి వచ్చి కొనుక్కెళ్తారు. వీలుగాని వారికి కొరియర్ ద్వారా పంపిస్తున్నా. నా కస్టమర్ల నంబర్లతో వాట్సప్ గ్రూప్ కూడా తయారు చేసిన.

అదనపు ఆదాయం

తేనె వినియోగం బాగా పెరిగింది. డిమాండ్‌కు సరిపడా ఉత్పత్తి జరగడం లేదు. అందుకే ఈ తేనె టీగల పెంపకాన్ని చేపట్టిన రైతులకు అధిక లాభాలుంటాయి. ప్రభుత్వం కూడా తేనె ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తున్నది. ఆవాలు, నువ్వులు, మినుములు వంటి పంటలు వేసే రైతులు తమ తోటల్లో బాక్సులను ఏర్పాటు చేసుకుంటే అదనపు ఆదాయం పొందవచ్చు. తేనె దిగుబడితోపాటు ఇంకా పంటల దిగుబడి పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది.

గోగు పంటసాగులో సిరులేనంట..!

గోగు రైతుకు మంచి ఆదాయాన్ని తెచ్చిపెడుతోంది. ప్రస్తుతం తెలుగు రాష్ట్రాల్లో శ్రీకాకుళం, విజయనగరం జిల్లాల్లో దాదాపు 40వేల ఎకరాల్లో సాగవుతోంది. సాధారణంగా గోగును రెండు కాలాల్లో సాగు చేస్తారు. ఖరీఫ్ పంటను మే, జూన్ నెలల్లో.. రబీ పంటను ఫిబ్రవరి, మార్చి నెలల్లో విత్తుకుంటారు. అయితే వర్షాధారంగా సాగు చేస్తున్న రైతులే ఎక్కువ ఉన్నారు. సాగు చేస్తున్న నేల రకం, వాతావరణ పరిస్థితులకు అనుగుణంగా విత్తన రకాలను ఎంచుకుని సాగు చేస్తే ఎకరాకు 15-18 క్వింటాళ్ల దిగుబడి పొందవచ్చు.

ఈ పంటను అన్ని రకాల నేలల్లో సాగు చేసుకోవచ్చు. సాగుకు ముందు భూసార పరీక్షలు చేయించాలి. ఫలితాల్లో ఆమ్ల నేలలుగా నిర్ధారిస్తే ఎకరాకు ఒక టన్ను సున్నం చల్లుకోవడం ఉత్తమం. ఎకరాకు తెల్ల గోగు 6కిలోలు, ఎర్ర గోగు 5 కిలోల విత్తనం అవసరం పడుతుంది. అయితే విత్తుకోవడానికి ముందే విత్తన శుద్ధి చేసుకోవాలి. దీని ద్వారా మొదటి దశలో వచ్చే తెగుళ్లను నివారించవచ్చు. మునగ ఆకులతో దాణా చెక్క తయారీ విధానం ఈ పంటలో నాటు గోగు, కూర గోగు అనే రెండు రకాలుంటాయి. నార గోగులో ఎ.యమ్.వి.1, ఎ.యమ్.వి.4, ఎ.యమ్.వి.5, ఎ.యమ్.వి.7, ఎ.యమ్.వి.8, ఎ.యమ్.వి.9 అనే రకాలు అనుకూలంగా ఉంటాయి. ఈ పంట 130-150 రోజులకు చేతికి వస్తుంది. నీటి ఎద్దడిని సైతం తట్టుకుని దిగుబడినిస్తుంది. ఎకరాకు దాదాపు 8-12 క్వింటాళ్ల దిగుబడి వస్తుంది. వీటిని జూన్ చివరి వారం వరకూ విత్తుకోవచ్చు. వరుసల మధ్య 30సెం.మీ., మొక్కల మధ్య 10 సెంటీ మీటర్ల దూరం పాటించి విత్తుకోవాలి.

ఆఖరు దుక్కిలో ఎకరాకు కనీసం 4-5 టన్నుల పశు ఎరువు చల్లుకుని కలియదున్నాలి. విత్తిన రెండు వారాల వరకు కలుపు తీయాలి. ఈ పంటలో పిండినల్లి ఎక్కువ ఆశిస్తుంది. కాబట్టి, ఆ మొక్కలను గమనించిన వెంటనే తొలగించి చేనుకు దూరంగా కాల్చేయాలి. దీంతో పాటు ఇనుమ తెగులు ఎక్కువ ఆశిస్తుంది. ఈ తెగులు సోకిన మొక్కలో కాండం మీద ఇనుప రంగు తుప్పు మచ్చలు ఏర్పడటంతో పాటు కాండం కుళ్లిపోతుంది. కాబట్టి, ఈ తెగులును తట్టుకునే రకాలను ఎంచుకోవడం ఉత్తమం.

కరాకు 50 క్వింటాళ్ల దిగుబడి ఇచ్చే వెల్లుల్లి సాగు..!

వంట సువాసన రావాలంటే వెల్లుల్లి వేయాల్సిందే. దీన్ని పేస్ట్ మాత్రమే కాకుండా పౌడర్, చిప్స్ ఉత్పత్తుల్లో కూడా వాడతారు. సుగంధ ద్రవ్యంగా, ఔషధం, కూరగాయ, ఊరగాయ, మసాలాగా కూడా వెల్లుల్లిని వాడతారు. రక్తపోటు, కడుపు వ్యాధులు, జీర్ణ సమస్య, క్యాన్సర్, కీళ్లనొప్పులు తగ్గించడంలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. దీంతో ప్రస్తుతం దీనికి భారీ డిమాండ్ ఏర్పడింది. వెల్లుల్లి పండించే రైతుకు మంచి ఆదాయ వనరుగా మారింది.

సాధారణంగా చల్లని వాతావరణంలో సాగు చేసి మంచి దిగుబడులు తీయవచ్చు. సారవంతమైన, బాగా ఎండిపోయిన భూములు దీని సాగుకు అనుకూలం. నేల %ఫ్రాష్ట్ర% విలువ 6-8 వరకు ఉండేవి. అనుకూలంగా ఉంటాయి. అయితే వాతావరణ పరిస్థితులు 20డిగ్రీల సెల్సియస్ కంటే తక్కువ ఉంటే గడ్డ బాగా ఏర్పడుతుంది. పంట దశను బట్టి ఎంత తేమ అవసరం పడుతుందో అంతే వెచ్చదనం కూడా తప్పనిసరి. మొలకలు పెరగడానికి చల్లని వాతావరణం అవసరం ఉంటుంది. కోతలకు ముందు మాత్రం కాస్త వేడి వాతావరణం కావాలి. అనుకూల వాతావరణ పరిస్థితులను బట్టి వెల్లుల్లిని ఖరీఫ్, రబీ సీజన్లలో సాగు చేస్తుంటారు.

వెల్లుల్లి సాగుకు ముందుగా నారుమడులను సిద్ధం చేసుకోవాలి. సాగు చేస్తున్న కాలం, నేల స్వభావాన్ని బట్టి విత్తనాలను ఎంచుకోవాలి. అయితే ఈ వెల్లుల్లిని నాటుకోవడానికి ముందే గడ్డలకు వేర్లు వస్తాయి. కాబట్టి, ఎంచుకున్న గడ్డలు నాణ్యమైనదిగా ఉండేట్లు చూడాలి. ఎదిగే క్రమంలో వెల్లుల్లి ఎలాంటి ఫంగస్ బారిన పడకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఆ తర్వాత వెల్లుల్లిపాయలను 10-12 సెంటీ మీటర్ల దూరం లోతుగా నాటుకోవాలి. ఆ వెంటనే ఒక నీటి తడి అందించాలి. నేలలో తగినంత తేమ ఉండేట్లు చూడాలి. అధిక తేమ ఉన్నా దిగుబడిపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి, వాతావరణ పరిస్థితులను బట్టి వారానికి ఒకసారి నీటి తడులు ఇవ్వాలి. మధ్యాహ్న సమయంలో కాకుండా ఉదయం, సాయంత్రం సమయంలో నీటి తడులను ఇవ్వడం ద్వారా నాణ్యతపై ప్రభావం పడకుండా ఉంటుంది. పంట నాటుకున్న 4-5 నెలల్లోపు పంట చేతికి వస్తుంది. కాబట్టి, ఎప్పటికప్పుడు కలుపు నిర్మూలించాలి. ఆకులు పసుపు రంగులోకి మారి ఎడటానికి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు పంట చివరి దశలో ఉందని భావించాలి. గడ్డలను తీసిన వెంటనే విక్రయించకుండా కనీసం 5-10 రోజులు ఎండబెట్టాలి. ఇలా సాగు చేస్తే ఎకరానికి 50 క్వింటాళ్లకు పైగా దిగుబడి వస్తుంది.