మహిళా సాధికారత

MAHILA SADHIKARATHA

స్వయంసహాయ ఉద్యమ సమాచార తెలుగు మాసపత్రిక

mas

సంపుటి :18 సంచిక: 1 రంగారెడ్డి సెప్టెంబర్ 2019 పేజీలు : 36 వెల : రూ. 10/-

ఎఫ్ పి ఓ ల తొలి. మలి వార్షిక మహాసభల సంరంభం !

భూలక్ష్మి ఎఫ్ పి ఓ ప్రథమ మహాసభ

రామసముద్రం మండల ఎఫ్ పి ఓ ప్రథమ మహాసభ

నల్లమాడ మండల ఎఫ్ పి ఓ ద్వితీయ మహాసభలో
ప్రసంగిస్తున్న మాస్ సి ఇ ఓ, ఎండి శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి

అమడగూరు మారెమ్మ ఎఫ్ పి ఓ ప్రథమ మహాసభ

సోమావతి ఎఫ్ పి ఓ ప్రథమ మహాసభ

Brot für die Welt బ్రెడ్ ఫర్ ది వరల్డ్ సౌజన్యంతో

వివిధ కార్యక్రమ విశేషాల చిత్రమాలిక !

ఆంధ్ర ప్రదేశ్ వ్యవసాయ శాఖ ముఖ్యకార్యదర్శి
శ్రీ మధుసూదన రెడ్డి పీలేరు ఎఫ్ పి ఓ సందర్శన

ఏ పి ఎఫ్ పి ఎస్ మేధో మథన
సదస్సులో శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి

ఉద్యానశాఖ కమిషనర్‌కు ఎఫ్ పి ఓ లపై
'మాస్' ప్రచురణల అందజేత

' రెడ్స్ ' సంస్థకు ఉత్తమ ఎన్ జి ఓ పురస్కారం - రెడ్డిఖానాపూర్‌లో అరబిందో తోడ్పాటుతో కుట్టు శిక్షణ కేంద్రం ఏర్పాటు

బెంగుళూరు జి ఐ జడ్
సదస్సులో మాస్ ప్రతినిధులు

శ్రీ ఆంజనేయ ఎఫ్ పి ఓ
బోర్డు మొదటి సమావేశం

ఎఫ్ పి ఓ ల బోర్డుల మహిళా
డైరెక్టర్లకు ఏ ఎఫ్ శిక్షణ

ధీశాలి ఎఫ్ పి ఓ బోర్డు సమావేశం

ధరణి ఎఫ్ పి ఓ చే రైతులకు అవగాహన

కామారెడ్డి రిసోర్స్ పర్సన్స్

ఎఫ్ పి ఓ బృందాల అవగాహన పర్యటనలు: ధరణి ఎఫ్ పి ఓ కు ధీశాలి,ఆజీవ-కుప్పానికి పీలేరు- రాజస్థాన్‌లో మాస్ శిక్షణ

సంపాదకీయం

మహాసభ!

'ఐకమత్యం మహాబలం' అనే సూక్తిని మనం చిన్నప్పుడు చదువుకున్నాం. జీవితాంతం జ్ఞప్తిలో వుంచుకుని, చిత్తశుద్ధితో ఆచరించవలసిన నిత్యసత్యమిది. ఈ ఐకమత్య ప్రభావాన్ని, ప్రయోజనాన్ని ,బలాన్ని, సామర్థ్యాన్ని నిన్న మొన్న మహిళా స్వయంసహాయ సంఘాలు నిరూపిస్తే, ఇప్పుడు రైతు సంఘాలు, వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలు మరోసారి ఆ సంఘటిత శక్తిని, చైతన్యాన్ని ప్రపంచానికి చాటుతుండడం సంతోష దాయకమైన విషయం. ఒంటరిగా వుంటే పుటుక్కున తెగిపోయే గడ్డిపోచే, కలసికట్టుగా బిగిసి, ఏనుగును సైతం బంధించ గలుగుతుందనేది ఎప్పుడూ నిరూపితమవుతూనే వున్నది. అందని ద్రాక్షపండులా ఊరించడమే తప్ప ఉపకరించని వాతావరణ పరిస్థితులకు తోడు, వేగంగా మారిపోతున్న ప్రపంచ వాణిజ్య ముఖచిత్రం రైతుకు తీరని నిరాశా నిస్పృహలనే మిగులుస్తున్నాయి. అతివృష్టి లేదా అనావృష్టి, కరువు లేదా వరదలు అన్నదాత సహనాన్ని పరీక్షిస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో వ్యవసాయ రంగంలో చోటుచేసుకున్న సరికొత్త పరిణామం రైతులను వివిధ స్థాయిలలో సంఘటితపరచి, సాంప్రదాయిక వ్యవసాయాన్ని మరో మెట్టెక్కించి గట్టెక్కించే ప్రయత్నం. ఈ దిశగా రైతులను ప్రోత్సహించి, వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలుగా, కంపెనీలుగా (ఎఫ్ పి ఓ లుగా, ఎఫ్ పి సి లుగా) ఏర్పాటుచేసే కృషి ఊపందుకుంటున్నది. మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ కూడా ఈ ప్రోత్సాహక చర్యలలో తన వంతు పాత్ర పోషిస్తున్నది. విత్తనం వేసిన రైతు ఏపుగా ఎదిగి చేతికందివచ్చిన తొలి పంటను చూసి ఎంతగా సంబరపడతాడో ఇప్పుడు ఈ వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలు, కంపెనీలు ప్రభుత్వాల సహకారంతో, ఎన్ జి ఓ ల మార్గదర్శకత్వంలో చెప్పుకోదగిన రీతిలో ముందడుగు వేస్తుండడం అంతే సంతోషాన్ని యిస్తున్నది. ఎఫ్ పి ఓ లు, ఎఫ్ పి సి లు ఇటు వ్యవసాయ పరంగా, వ్యాపార పరంగా, సాంకేతిక పరంగా ఎన్నో నూతన నైపుణ్యాలను సంతరించుకుని తొలి, మలి వార్షికోత్సవాలను జరుపుకుంటుండడం స్వాగతించవలసిన విషయం. అయితే కేవలం ఉత్సవాలతో సరిపెట్టకుండా రాబోయే సంవత్సరానికి నిర్దేశించుకున్న లక్ష్యాలను మించి సాధించే తపనతో పనిచెయ్యడం అవసరం. నేటి రైతు నాటి రైతు కాదు. వ్యాపారం తెలియకుంటే కుదరదు. 'తనకు మాలిన ధర్మం మొదలుచెడ్డ బేరమే' కదా! ఈ వాస్తవాన్ని గ్రహిస్తే రైతుకు మళ్ళీ అగ్రపీఠమే !

టి. చంద్రశేఖర రెడ్డి

జీవన వేదం

కృషి!

'కృషితో నాస్తి దుర్భిక్షం' అనే సూక్తి మనకందరికీ తెలిసిందే. ఆసక్తి,ఆలోచన,అవగాహన,ఆనుపానులను అంచనా వేయగలిగే సామర్థ్యం, ఆచరణాత్మక కృషి, ఆటంకాలకు వెనుకంజవేయని మనోబలం, ఆరంభ శూరత్వం కాకుండా అనుకున్నది సాధించి తీరాలన్న తపన వుంటే 'తరలిరాద తనే వసంతం, తన దరికిరాని వనాల కోసం' అన్నట్టు విజయాన్ని మనం అన్వేషించడం కాదు, అదే దీక్షా తత్పరుణ్ణి, కార్య దక్షుణ్ణి వెదుకులాడుకుంటూ, వెంపర్లాడుకుంటూ వస్తుంది.'న రత్న మన్విష్యతి మృగ్యతేహి తత్' అనే కవికులగురువు కమనీయ వచోవైభవానికి అర్థం అదే కదా! అయితే, ప్రయత్నించడం ఒక్కటే సరిపోదు.మొండి పట్టుదల మాత్రమే ఫలితాన్నివ్వదు.'తివిరి ఇసుమున తైలంబు తీయవచ్చు' అన్నారు కదా అని ఇసుకను పిండుతూ కూర్చుంటే చేతులు బొబ్బలెక్కి పుండ్లు పడడం తప్ప నూనె బొట్టు కూడా రాలదు. కాని విజ్ఞానాన్ని, వివేకాన్ని, నైపుణ్యాన్ని పెంచుకుంటే, పరిస్థితులను అనువుగా మలచుకుంటే, లేదా పరిస్థితులకు అనుగుణంగా మసలుకుంటే, వెదుకవలసిన చోట వెదికితే, తవ్వవలసిన చోట తవ్వితే అదే ఇసుకలో బంగారం, వజ్రాలు లభిస్తాయి, నూనె ఏమిటి పెట్రోలే దొరుకుతుంది! అందుకే 'క: కాల: కాని మిత్రాణి కోదేశ: కౌ వ్యయాగమం కశ్చాహం కొచ మే శక్తి: ఇతి చింత్యం ముహుర్ముహు:' అని పెద్దలు హితవు చెబుతారు.అంటే ఏ గొప్ప పనినైనా ప్రారంభించే ముందు, పని సాగిస్తున్నప్పుడు కూడా 'ఈ కాలం ఈ పనికి అనుకూలమా కాదా, ఈ పనిలో నాకు తోడుగా నిలిచేవారెవరు, ఈ ప్రదేశం అనువైనదేనా, ఎంత ఖర్చుపెట్టాలి, ఎంత రావచ్చు, ఇంతకూ నేనేమిటి, నా శక్తి ఏమిటి?' అని పదే పదే విశ్లేషించుకోవాలని, ఆత్మావలోకనం చేసుకోవాలని అర్థం. అంతమాత్రాన నిరుత్సాహ పరచడమని కాదు, అంత్య నిష్ఠూరం కంటె ఆది నిష్ఠూరం మేలు కదా! ఋషి ప్రోక్తాలైన కొన్ని హితోక్తులు పరస్పర విరుద్ధాలుగా కనిపిస్తాయి. కాని సందర్భాన్ని, అంతరార్థాన్ని గ్రహించగలిగితే వైరుధ్యమేమీ వుండదు. తొందరపాటు తగదు అన్న వారే ఆలస్యం అమృతాన్ని కూడా విషంగా మారుస్తుందన్నారు. కావలసింది గ్రహించగలిగే నేర్పు.ఇదే రీతిలో పట్టుదలకు మారుపేరైన వారు సాధించలేనిది ఏదీ లేదంటుంది మరోశ్లోకం. అలాంటి వారికి మేరు పర్వత శిఖరమైనా తలవంచవలసిందే, పాతాళమైనా పదాక్రాంతం కావలసిందే, మహా సముద్రమైనా సునాయాసంగా ఈదే పిల్ల కాలువగా మారవలసిందేనని ఆ శ్లోకం మనలో స్ఫూర్తిని నింపుతుంది.

ఆసక్తికలిగినవారి కోసం ఆ శ్లోకం:

నాత్యుచ్ఛశిఖరో మేరుర్నాతి నీచం రసాతలమ్
వ్యవసాయద్వితీయానాం నాత్యపారో మహోదధి:

Edited, Printed, Published and owned by **T.Chandra Sekhar Reddy;** Printed at Kala Jyothi Process Pvt.Limited, S No:185, Kondapur, Hyderabad-500133, Ranga Reddi District, Telangana;Published at Mahila Abhivruddhi Society, Andhra Pradesh (APMAS), Plot No.11&12,HUDAColony, Tanesha Nagar, Near DreamVally,Manikonda,Rangareddi District,Hyderabad-500089. **Editor:T.Chandra Sekhar Reddy**

లోపలి పేజీలలో ....

- ఎఫ్ పి ఓ లతోనే రైతుకు ఆదాయం ! ...05
- రైతుల సంక్షేమమే సమాఖ్య ధ్యేయం ...06
- ఆకట్టుకున్న జై వీరాంజనేయ మహాసభ ! ...07
- కౌండిన్య రైతుసంఘం ద్వితీయ వార్షిక సభ ! ...08
- వ్యాపారధోరణి అలవడితేనే రైతులకు లాభాలు...10
- ఎఫ్‌పిఓల ఏర్పాటుతో మార్కెటింగ్ అవకాశాలు ...11
- 'ధరణి'ని సందర్శించిన ఆజీవ ఎఫ్‌పిఓ బృందం...12
- వర్షాధార ప్రాంత అభివృద్ధిపై అధికారుల సమీక్ష ...14
- జై కిసాన్ ఎఫ్‌పిఓ రైతుసేవల తీరూ తెన్నూ ! ...15
- పురుగు నివారణకు త్రీడీ లింగాకర్షక బుట్టలు! ...17
- మహిళల మహా సంకల్పం..నదికి పునరుజ్జీవం ...18
- మేలుజాతి వంగడాలకు చిరునామా నంద్యాల ...20
- ముంగారుకు మల్చింగ్ జోడు 22
- విత్తన బంతులతో మొక్కల పెంపకం!. ...23
- నిల్వచేయగలిగే చెరకు రసం పరిశ్రమ ! ...24
- అన్ని కాలాలకు అనువైన కొబ్బరి నీళ్ళు ! ...26
- దేశమంతటా పోషకాహార వారోత్సవాలు! ...29
- లాభాలనందించే లిప్‌స్టిక్ గింజల సాగు! ...30
- జి4 ప్రాజెక్ట్‌తో మెరుగుపడిన జీవనోపాధులు ...31
- మహిళలకు ఈ ఎనిమిది ప్రాణాంతకం! ...32
- ఖర్జూరం సాగుతో కనకవర్షం ! ...34

మహిళా సాధికారత ప్రోత్సాహక చందా

ఏడాదికి	రెండేళ్ళకు	మూడేళ్ళకు
రూ.110	రూ.200	రూ.280

ప్రకటన ఛార్జీలు

మల్టీకలర్ ఫస్ట్ పేజి (సగం):	రూ. 25,000
మల్టీకలర్ బ్యాక్ పేజి (పూర్తి):	రూ. 25,000
మల్టీకలర్ ఇన్‌సైడ్ కవర్ పేజి (పూర్తి):	రూ. 15,000
బ్లాక్ అండ్ వైట్ లోపలి పేజి (పూర్తి):	రూ. 10,000

- చందాలు లేదా ప్రకటనలకోసం పంపే చెక్కులను, డిడిలను 'ఏపిమాస్-హైదరాబాద్' పేరుమీద మాత్రమే పంపాలి

ఎడిటర్ : టి. చంద్రశేఖర రెడ్డి

అసోసియేట్ ఎడిటర్: జె.వి. క్రిష్ణమూర్తి

ఎడిటోరియల్ కమిటి:

ఏ. కళామణి, ఎస్. రామలక్ష్మి,

ఎన్.వినాయకరెడ్డి, బి.వెంకటేశ్వర్లు

కంపోజింగ్, డిజైనింగ్

ఎన్. రమాదేవి

కన్సల్టెంట్ కె.రఘురామరాజు

గమనిక: 'మహిళా సాధికారత' అనంతమైన భిన్నత్వం నుంచి ఆశావహమైన ఏకత్వానికి వేదిక. ఈ పత్రికలో ప్రచురించే రచనలలో వ్యక్తమయ్యే అభిప్రాయాలు పత్రికా నిర్వాహకుల అభిప్రాయాలు కాకపోవచ్చు.

మహిళా సాధికారత

ఏపిమాస్ కార్యాలయం,

ప్లాట్ నెం.11-12, హుడా కాలని,

తానీషా నగర్, డ్రీమ్ వ్యాలీ దగ్గర,

మణికొండ, రంగారెడ్డి జిల్లా,

హైదరాబాదు-500089

ఫోన్స్ : 08413-403118/19/20

ఫాక్స్ : 08413-403117

Web:www.apmas.org

E Mail: info@apmas.org

ఎఫ్ పి ఓ లతోనే రైతుకు ఆదాయం, అభ్యున్నతి !

వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థల (ఎఫ్ పి ఓ ల) తోనే రైతులకు అధిక ఆదాయం, అభ్యున్నతి సమకూరు తాయని పుంగనూరు వ్యవసాయాధికారి సంధ్య గారు తెలిపారు. 'మహిళా అభివృద్ధి సొసైటీ' (మాస్) ఆధ్వర్యంలో రామసముద్రం వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సమాఖ్య ప్రథమ వార్షిక మహాసభ (ఏ జి ఎం) స్థానిక జనార్ధనస్వామి ఆలయం వద్ద ఘనంగా నిర్వహించారు.

ఈసందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ రైతుల అభ్యున్నతి కోసం అనేక కార్యక్రమాలు చేపడు తోందన్నారు. పుంగనూరు వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ కార్యదర్శి ఇందుమతి మాట్లాడుతూ ఆన్‌లైన్ మార్కెటింగ్ రైతులకు శ్రేయస్కరమని అన్నారు. రైతు సమాఖ్య వివిధ రకాల కూరగాయలను ఈ-నామ్ మార్కెట్ విధానంతో చేపట్టి రైతులకు లాభసాటి ధర కల్పించాలని ఆమె అభిప్రాయ పడ్డారు. ఆన్‌లైన్ మార్కెటింగ్ పద్ధతిని రైతుల్లో ప్రోత్సహించా

లని విజ్ఞప్తి చేశారు. పుంగనూరు టమోటా మార్కెట్‌లో ఈ-నామ్ పద్ధతి అమల్లో ఉందన్నారు. పంట దిగుబడిని మార్కెట్‌కు తీసుకువచ్చి ఈ-నామ్ పద్ధతిలో అమ్మకాలకు కోడ్ చేయవచ్చునని సూచించారు. ఉద్యానవనశాఖ నుంచి సబ్సిడీతో రైతు సమాఖ్యకు 6 టన్నుల సామర్థ్యం గల కూర గాయలను రవాణాచేసే వాహనాన్ని కొనుగోలు చేశామని చెప్పారు. మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ ద్వారా జరుగుతున్న వ్యవసాయ అభివృద్ధి, అందులో మహిళల పాత్రను తెలుసుకోవ డానికి ప్రొఫెసర్ విజయలక్ష్మి గారి ఆధ్వర్యంలో తిరుపతి పద్మావతి మహిళా యూనివర్శిటీ జర్నలిజం విభాగం ప్రతినిధి బృందం సభకు హాజరయ్యారు. మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ రైతు సంఘాల మహిళల అభ్యున్నతికి అనేక కార్యక్రమాలు చేపడుతోందని శ్రీమతి విజయలక్ష్మి కొని యాడారు. మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ రైతుల సంక్షేమం కోసం చేపట్టిన విధానాలను అధికారులు సభకు వివరించారు. వ్యవసాయ అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం రైతులకు ఇచ్చే ప్రోత్సాహ కాలను వ్యవసాయశాఖ ఏడీఏ సంధ్య, ఏవో మోహన్‌కుమార్ వివరించారు.

రైతు సమాఖ్య వార్షిక ప్రగతి గురించి అధ్యక్షుడు చెంగారెడ్డి, ఆర్థిక నిర్వహణ గురించి కోశాధికారి శ్రీ శ్యామ సుందర్, వచ్చే ఏడాదికి కార్యాచరణ ప్రణాళిక గురించి శ్రీ క్రిష్ణప్ప వివరించారు. ప్రదర్శన క్షేత్రాల రైతులు శ్రీ రెడ్డెప్ప, శ్రీ మొగిలిరెడ్డి, శ్రీమతి నాగమ్మ ప్రదర్శన క్షేత్రాల నిర్వహణలో తమ అనభవాలను వివరించారు. పుంగనూరు ఉప విభాగం సహకారశాఖాధికారి ఆరీఫుల్లా, మాస్ ప్రతినిధులు జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి, నివేదిత, వాసుదేవరెడ్డి, ప్రహల్లాద, కో ఆర్డినేటర్ పూర్ణిమ, సీఈఓ భరత్, రాకేష్, అనిత, ఆచార్యులు ఉష, ఉమామహేశ్వరీదేవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈ ప్రెస్ రైతు సమృద్ధి, కోరమాండల్ కంపెనీ ఏర్పాటు చేసిన వివిధ రకాల యంత్ర పరికరాలు ఎంతగానో ఆకట్టుకున్నాయి. ■

జీవితమంటే గొప్ప పాండిత్యమో, ఆభరణాలో, ఆడంబరంగా బతకడమో కాదు; ఇతరులకు నీవు పంచే ఆనందం మాత్రమే

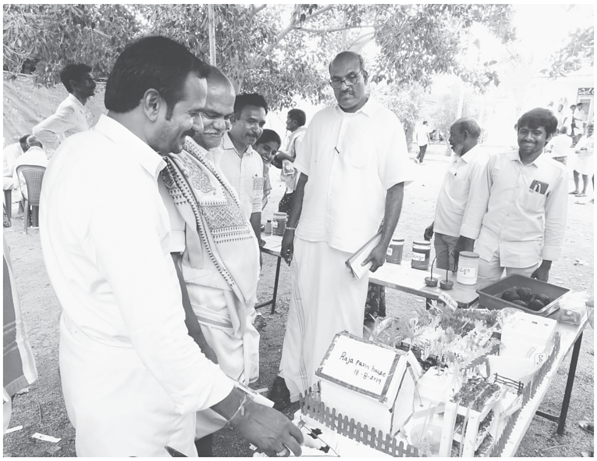
రైతుల సంక్షేమమే ఉత్పత్తిదారుల సమాఖ్య ధ్యేయం

రైతుల సంక్షేమమే వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల పరస్పర సహాయ సహకార సమాఖ్య ధ్యేయమని 'మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ' (మాస్) సిఇఓ, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. నల్లమాడ ఆర్‌డీటీ కార్యాలయంలో 'నల్లమాడ మండల వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల పరస్పర సహాయ సహకార సమాఖ్య' ద్వితీయ వార్షిక మహాసభను అధ్యక్షులు శ్రీ కొక్కంటి శ్రీనివాసరెడ్డి అధ్యక్షతన నిర్వహించారు. మహా సభకు ముఖ్య అతిధిగా హాజరైన శ్రీ సీఎస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, రైతు సమస్యల పరిష్కారానికి మండల స్థాయిలో రైతు సమాఖ్య పని చేస్తుందని తెలిపారు. సమాఖ్య బలోపేతానికి మాస్ సహకరిస్తుందన్నారు. రైతులు కలిసి కట్టుగా ఉంటే ఎలాంటి సమస్యనైనా పరిష్కరించుకోవచ్చని సూచించారు.

గిట్టుబాటు ధరే లక్ష్యం

రైతులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయడంతో పాటు పండించిన ఉత్పత్తులకు గిట్టుబాటు ధర కల్పించడమే మండల వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల పరస్పర సహకార సమాఖ్య ముఖ్య ఉద్దేశమని అధ్యక్షుడు శ్రీనివాసరెడ్డి అన్నారు. సంఘం ఏర్పడిన రెండేళ్ళలో సాధించిన విజయాలను ఆయన వివరించారు. రైతులందరూ సమష్టిగా కలిసి పనిచేయడం వల్ల సత్ఫలితాలు ఉంటాయన్నారు. రాబోయే సంవత్సరానికి ప్రణాళికలపై చర్చించారు. రైతుల ఇబ్బందులను గుర్తించి వాటిని సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్ళి పరిష్కారానికి వివిధ దశల్లో కృషి చేస్తామన్నారు. పంటలకు గిట్టుబాటు ధరలు లభించేందుకు వీలుగా చేపట్టే కార్యక్రమాలను వివరించారు.

ఈసందర్భంగా ఐదుగురు ఆదర్శ రైతులను, బోర్డు మాజీ డైరక్టర్లను సన్మానించారు. వ్యవసాయ పరికరాలు, కషాయాలు, నవధాన్యాలు, చిరుధాన్యాలను ప్రదర్శించారు. ఈ సర్వసభ్య సమావేశానికి 8 పంచాయతీ పరిధిల్లోని సభ్యులు హాజరయ్యారు. అనంతరం పలువురు రైతులు, మాస్ సిబ్బంది రక్తదానం చేశారు. సమావేశంలో మాస్ డైరక్టర్లు శ్రీ జయరామ్, శ్రీ వినాయకరెడ్డి, వెలుగు ఏపీఎం శ్రీ వెంకటనారాయణ, డీలర్ సురేంద్రరెడ్డి, మాస్ సిబ్బంది గోపాలరాజు, రాజశేఖర్, లోకేష్, మహేశ్వరి, హసీనా, రైతు మిత్రలు పాల్గొన్నారు.



■

సమాజం మచ్చికచేసిన జంతువే మనిషి ; న్యాయం,చట్టం అనేవే లేకుంటే మనిషిని మించిన క్రూర జంతువు మరి లేదు

ఆకట్టుకున్న జై వీరాంజనేయ ఎఫ్ పి ఓ మహాసభ !

– టి. ప్రభావతి

అనంతపురం జిల్లా, తలుపుల మండలం పులిగుండ్లపల్లి గ్రామంలో జై వీరాంజనేయస్వామి వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల పరస్పర సహాయ సహకార సంఘం (ఎఫ్ పి ఓ) మొదటి వార్షిక మహాసభ 2019 ఆగస్టు 2 వ తేదీన వైభవంగా జరిగింది. సంఘం అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి సి.యశోదమ్మ అధ్యక్షత వహించి ఈ మహాసభను నిర్వహించారు.మొదటగా రైతు సంఘం బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్లు వేదికను అలంకరించారు. సభా వేదికను చాలా చక్కగా పూలు, మామిడితోరణాలతో అలంకరించారు. మహిళలు స్వాగత తోరణం పూలతో, నాగలి అలంకరణతో వేదికను ఆకర్షణీయంగా తీర్చిదిద్దారు. సభా ప్రాంగణాన్ని, సభా వేదికను అలకరించడంలో రైతు సంఘం సిబ్బంది ఎంతగానో కృషి చేశారు. ఈ మహాసభలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా స్టాల్స్, పంచాయతీల వారీగా ఫ్లాష్ కార్డులతో సీటింగ్ అరేంజిమెంట్స్ , అధికారులకు, పత్రికా విలేకరులకు, సిబ్బందికి కూర్చోడానికి తగిన సదుపాయం చూపరులను ఆకట్టుకునేలా, చాలా చక్కగా కొత్తగా ఏర్పాటు చేశారు. వచ్చే వారిని రిజిస్ట్రేషన్ చేయించడం, వారికి వార్షిక నివేదికను, సంఘం బ్యాడ్జిలను ఇవ్వడం, సాదరంగా ఆహ్వానించడం జరిగింది. ఈ మహాసభకు ముఖ్య అతిధులుగా ఆత్మ పి.డి. మద్దిలేటి గారు, డి.పి.డి. ఎల్లప్ప గారు, ఏ.పి.డి. శ్రీనివాస్ గారు పాల్గొన్నారు.

ఈ సభను స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం పద్ధతిలో నిర్వహించడం జరిగింది. ముందుగా జ్యోతి ప్రజ్వలన, ప్రార్థనతో ప్రారంభమైన సభలో మొదట సంఘం అధ్యక్షురాలు సంఘం ఏర్పాటు గురించి, రిజిస్ట్రేషన్ గురించి, సంఘంలో సేవా కార్యక్రమాల గురించి, సంఘం ఉద్దేశం గురించి సభికులకు వివరించారు.

అనంతరం కార్యదర్శి శోభారాణి గారు వార్షిక నివేదికను చదివి వినిపించి మహా సభ ఆమోదం పొందారు. తర్వాత పాటలు, పద్యాలు, నృత్యాల వంటి వినోద, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలతో రంజింపజేశారు. ఆ తర్వాత ఆడిట్ నివేదికను కోశాధికారి రెడ్డమ్మ గారు, వచ్చే ఏడాది కాలానికి సంబంధించిన ప్రణాళికను లక్ష్మీదేవి గారు చదివి వినిపించి మహాసభ ఆమోదం పొందారు. తర్వాత కొందరు రైతులు తమ అనుభవాలను పంచుకున్నారు.

తర్వాత ఏ.పి.డి. శ్రీనివాస్ గారు సంఘం బలోపేతానికి సంఘం నిర్వహించవలసిన వ్యాపార సేవల గురించి సలహాలు సూచనలు అందించారు. తర్వాత ఎన్నిక అయిన కొత్త డైరక్టర్లు, పదాధికారులచే పదవీ విరమణ పొందే

పాత డైరక్టర్లకు శాలువాలతో సన్మానం జరిగింది. రైతు సంఘం సిబ్బంది, ఎఫ్.ఈ.ఎస్ సంస్థ సిబ్బంది పరిచయం చేసుకోవడం జరిగింది. కొత్తగా ఎన్నికైన డైరక్టర్లు ప్రమాణ స్వీకార ప్రతిజ్ఞ చేశారు. తర్వాత రైతు సంఘం సభ్యులందరు కూడా ప్రతిజ్ఞ చేశారు. తర్వాత జిల్లా స్థాయిలో 12 రైతు సంఘాలలో సభ్యత్వం కోసం తీర్మానం చేశారు. చివరిగా వందన సమర్పణతో మహా సభ ముగిసింది.

ఎన్నికైన కొత్త పదాధికారులు

ఆర్. బ్రహ్మానందరెడ్డి–అధ్యక్షులు, బి. సరోజమ్మ – ఉపాధ్యక్షులు, బి. చంద్రారెడ్డి–కార్యదర్శి, సి.రవి–సహాయ కార్యదర్శి, రెడ్డమ్మ– కోశాధికారి

ఈ మహాసభకు మొత్తం 260 మంది సభ్యులు హాజరైనారు. జిల్లా స్థాయి అధికారులు, మండల స్థాయి అధికారులు, 'మాస్' సిబ్బంది, ఎఫ్ ఇ ఎస్ సిబ్బంది, పత్రికా విలేకరులు, రైతు సంఘం సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. ■

ఒకే పరిస్థితి మనోబలం క్షీణిస్తే సమస్యగా, స్థిరంగా వుంటే సవాలుగా, దృఢంగా వుంటే అవకాశంగా మారుతుంది

కౌండిన్య రైతుసంఘం ద్వితీయ వార్షిక మహాసభ !

-ఎన్.ప్రహ్లాద

పలమనేరు 'కౌండిన్య వ్యవసాయ ఉత్పత్తి దారుల కంపెనీ' (ఎఫ్‌పిసి) రెండవ వార్షిక మహాసభ 16.08.2019 వ తేదీ ఉదయం 11.00 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం 2.00 గంటల వరకు కంపెనీ కార్యాలయం వద్ద జరిగింది. ఈ సమావేశానికి మండలంలోని వివిధ ప్రాంతాల నుండి 130 మండి రైతు సభ్యులు హాజరయ్యారు.

వార్షిక మహాసభకు వచ్చిన వారు ముందుగా తమ పేర్లను నమోదు చేసుకున్నారు. అనంతరం ప్రార్థన శ్లోకం,

జ్యోతి ప్రజ్వలనతో కార్యక్రమం మొదలైంది. కంపెనీ డైరెక్టర్ శ్రీ మనోజ్ కుమార్‌రెడ్డి అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సమావేశంలో ముందుగా డైరెక్టర్లు శ్రీ వెంకటరమణ, శ్రీ గోవిందరెడ్డి, శ్రీమతి కవిత కంపెనీ వార్షిక కార్యక్రమాల ప్రగతి నివేదిక, ఆర్థిక నివేదిక, 2019-20 ఆర్థిక సంవత్సరంలో చేపట్ట బోయే కార్యాచరణ ప్రణాళికలను చదివి వినిపించి సభ్యుల ఆమోదం పొందారు.

తీర్మానాల ఆమోదం

మహాసభ ఈ క్రింది తీర్మానాలకు ఆమోదం తెలిపింది:

గత సంవత్సరంలో కంపెనీ సాధించిన లాభాలను కంపెనీ నిధిలోనే కొనసాగించి దానిని కంపెనీ చేపట్టబోయే వివిధ కార్యక్రమాలకు పెట్టుబడిగా వినియోగించడం.

కంపెనీలో ప్రస్తుతం ఐదు మంది డైరెక్టర్లు వున్నారని వారి సంఖ్యను ఏడుకు పెంచడం.

కంపెనీ ఆడిటర్‌గా ప్రస్తుతం పనిచేస్తున్న మదనపల్లికి చెందిన శ్రీ వినోద్‌కుమార్ రెడ్డి అండ్ కో వారిని, కంపెనీ సెక్రెటరీగా హైదరాబాద్‌కు చెందిన శ్రీ వారణాశి చలంఅండ్ కో వారిని కొనసాగించడం.

ప్రధాన అజెండా ముగిసిన అనంతరం మహాసభ ముఖ్య అతిధి ఉద్యానశాఖ సహాయ సంచాలకులు శ్రీ దశరధ రామిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, ఉద్యానశాఖ రైతులకోసం అమలు జరుపుతున్న వివిధ రకాల అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను వివరించారు. ఇప్పటివరకు కౌండిన్య కంపెనీకి ఉద్యానశాఖ నుండి వాహన కొనుగోలుకు సబ్సిడీగా రూ.9.75 లక్షలు, ఈక్విటీ గ్రాంట్ గా రూ.3.0 లక్షలు ఇచ్చామని చెప్పారు. భవిష్యత్‌లో మరిన్ని నిధులు ఇస్తామని, వాటిని వినియోగించు కొని కంపెనీ ఇంకా లాభాలు గడించి సుస్థిరత సాధించాలని ఆయన కోరారు.

కంపెనీ ద్వారా సమిష్టిగా పట్టు గూళ్లను మార్కెటింగ్ చేయడం ద్వారా రైతులకు మరింత ఆదాయం వచ్చేలా చేయవచ్చునని పట్టు పరిశ్రమ శాఖ సహాయ సంచాలకులు శ్రీమతి రజియా బేగమ్ తెలిపారు.

కూరగాయల సమిష్టి మార్కెటింగ్ వలన రైతులకు అదనపు ఆదాయాలు వస్తాయని, పలమనేరు మార్కెటింగ్ యార్డులో కౌండిన్య కంపెనీకి ఒక గదిని కేటాయిస్తామని, తద్వారా కూరగాయల మార్కెటింగ్ చేయవచ్చని మార్కెటింగ్ శాఖ సహాయ సంచాలకులు శ్రీ గోపి, పలమనేరు మార్కెట్ కమిటీ కార్యదర్శి శ్రీ జగదేశ్

పరాజయానికి దారులు అనేకం, కాని విజయానికి ఒకే రహదారి

పేర్కొన్నారు. కౌండిన్య కంపెనీ తమ సభ్యుల శ్రేయస్సు కోసం అనేక కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నదని, భవిష్యత్‌లో మండల పరిషత్ తరపున సహాయ సహకారాలు అందిస్తా మని మండల అభివృద్ధి అధికారి శ్రీ దయానందం తెలిపారు,

కౌండిన్య ఎఫ్ పి సి తన కార్త్రక్రమాలను పలమనేరు మండలంలోని గ్రామాలకు చేరవేయడంలో తమ సహకారం తప్పక వుంటుందని జిల్లా గ్రామీణాభివృద్ధి సంస్థ సహాయ ప్రాజెక్టు మేనేజర్ శ్రీ చెంగారెడ్డి హామీ యిచ్చారు.

అనంతరం అతిధులకు శాలువలతో, పూలమాలలతో సత్కారం జరిగింది.

సమావేశంలో 'మాస్ ' సహకారంతో తక్కువ ఖర్చులో పంటలను సాగు చేసిన ఆదర్శ రైతులు శ్రీ సుధాకర్ రెడ్డి, లోకనాధరెడ్డి తమ అనుభవాలను పంచుకున్నారు. ఇప్పటివరకు కౌండిన్య కంపెనీ చేపట్టిన కార్యక్రమాలపై అనేకమంది సభ్యులు అడిగిన ప్రశ్నలకు ఏపిమాస్ డైరెక్టర్ శ్రీ వినాయకరెడ్డి వివరణ యిచ్చారు..

చివరిగా వార్షిక మహాసభకు వచ్చిన అధికారులకు, సభ్యులకు, మహాసభను విజయవంతం చేయటానికి సహకరించిన ప్రతి ఒక్కరికి ఏపిమాస్ పలమనేరు ప్రాజెక్టు మేనేజర్ శ్రీ ప్రహల్లాద పేరు పేరున ధన్యవాదాలు తెలపడంతో సమావేశంముగిసింది.

ఇతర విశేషాలు

ప్రస్తుతం కౌండిన్య కంపెనీ తరపున అమలు పరుస్తున్న పశు దాణా విక్రయము గురించి ఆసక్తికర చర్చ జరిగి భవిష్యత్‌లో ఈ కార్యక్రమాన్ని అమలుచేయవలసిన పద్ధతిపై సభ్యులు అనేక చూచనలు చేశారు.

రైతు సంస్థలు, చేపట్టబోయే వివిధ రకాల కార్య క్రమాల వివరాలు, సంస్థల సుస్థిరత కోసం ఆచరించవలసిన కట్టుబాట్లు, తనిఖీ సూచికలతో మాస్ రూపొందించిన చార్టుల ప్రదర్శన చూపరులను ఆకట్టుకున్నది.

ఈ ఫ్రెష్ – రైతు సమృద్ధి కేంద్రం ద్వారా అమ్మబోయే వివిధ రకాల వస్తువుల ప్రదర్శన (ఈశాక్, డ్రిప్ ఎరువులు) కూడా బాగా ఆకట్టుకొన్నవి.

ఈ మహాసభలో 'మాస్' తరపున డైరెక్టర్ శ్రీ వినాయకరెడ్డి, ప్రాజెక్టు మేనేజర్లు శ్రీ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి, శ్రీ వాసుదేవరెడ్డిలతో పాటు, మధు, పూర్ణిమ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మారెమ్మ ఎఫ్ పిఓ ప్రథమ వార్షిక మహాసభ

మారెమ్మ రైతు సంఘం ప్రథమ వార్షిక మహాసభలను నిర్వహించారు. ఈ సంఘంలోని సభ్యులు సమావేశమై గత సంవత్సరంలో రైతు సంఘం సాధించిన ప్రగతి గురించి, ఆడిట్ నివేదిక గురించి, రాబోయే సంవత్సరంలో రైతు సంఘం ప్రణాళికను చదివి వినిపించారు. అలాగే కొత్త

పాలక వర్గ సభ్యుల ఎంపికపై ఆమోదం, జిల్లా స్థాయి సమాఖ్యలో సభ్యత్వం తీసుకోవాలని తీర్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రైతు సంఘం అధ్యక్షులు, డైరక్టర్లు, సభ్యులు, ఎఫ్‌పిఓ, ఎఫ్‌సిఎస్ సంస్థ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రత్నగిరి ఎఫ్ పిఓ ప్రథమ వార్షిక మహాసభ

రైతు సంఘాల బలోపేతంతో గ్రామాభివృద్ధి సాధ్యమని మండల ప్రత్యేకాధికారి కొండలరావు అన్నారు. తవళం ఆంజనేయస్వామి ఆలయంలో 'రత్నగిరి వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల పరస్పర సహాయ సహకార సంఘం' ప్రథమ వార్షికోత్సవం నిర్వహించారు. తవళం, గేమేనాయక్‌తండా, మల్లిరెడ్డిపల్లి పంచాయతీలో రత్నగిరి ఉత్పత్తిదారుల సంఘాన్ని ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు.

ఈ సంఘంలో మొత్తం 526 మంది సభ్యత్వం చెల్లించి సభ్యులుగా చేరినట్లు తెలిపారు. డీపీఎంయూ శ్రీనివాసులు, జనజాగృతి సీఈఓ బలరాం, సంఘం అధ్యక్షుడు దుస్సాని నీలకంఠారెడ్డి, మాస్ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు. ■

ప్రతీకారం తీర్చుకుంటే నీకు హాని చేసినవారితో నీవూ సమానమే , మన్నించగలిగితే వారికంటె నీవు ఎంతో అధికం

వ్యాపార ధోరణి అలవడితేనే రైతులకు లాభాలు

వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థల (ఎఫ్ పి ఓ ల) ద్వారా రైతులు పండించిన పంటల అమ్మకాలు జరుపుకుంటే రైతులకు లాభాలు అందుతాయని రాష్ట్ర రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంఘం ప్రాజెక్టు కోఆర్డినేటర్ శ్రీ వెంగళరెడ్డి అన్నారు. గోనెగండ్ల లోని హెచ్ కైరవాడిలో నిర్వహించిన 'నల్లారెడ్డిస్వామి వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల కంపెనీ లిమిటెడ్' ప్రథమ వార్షిక మహాసభలో ఆయన ప్రసంగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీఏఆర్డీ సీఈవో శ్రీ తిరుపతిరెడ్డి, మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ (మాస్) ప్రాజెక్టు అధికారి శ్రీ వెంకటేశ్వర్లు, ఏడీఏ శ్రీ జమ్మన్న ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్నారు.

ఈ మహాసభకు కులుమాల, పెద్ద నెలటూరు, పుట్టపాశం, హెచ్ కైరవాడి గ్రామాల రైతులు, వ్యవసాయ శాఖ ఎడిఎ జమ్మన్న, హార్టికల్చర్ వ్యవసాయాధికారిణి ఇందిర, ఎఇఒ హరిప్రసాద్, వాటర్‌షెడ్ గోనెగండ్ల మండల ప్రాజెక్టు అధికారి ఆనంద్‌బాబు పాల్గొన్నారు. వివిధ గ్రామాల నుంచి మహాసభకు హాజరైన రైతులనుద్దేశించి వారు మాట్లాడుతూ రైతులు పండించిన పంటలకు గిట్టుబాటు ధర లభించాలంటే రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థల ద్వారానే సాధ్యపడుతుందని అన్నారు. రైతులు పండించిన పంటను అమ్మడానికి వెళితే దళారుల చేతిలో నష్టపోతారని అన్నారు. రైతు ఉత్పత్తిదారుల ఆవశ్యకత, రైతులు రైతులుగానే కాకుండా వ్యాపారవేత్తలుగా మారాలని అన్నారు. రైతులు పండించే పంటలు ప్రస్తుత పంట అమ్మకాల పద్ధతిలో నష్టపోతున్న విధానంతో పాటు రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థల ద్వారా అమ్ముకుంటే ఏవిధంగా లాభపడవచ్చో వారు వివరించారు. వరంగల్ జిల్లా ముల్కనూరు గ్రామంలో రైతులు ఉత్పత్తిదారుల సంఘాలను ఏర్పాటు చేసుకొని పండించిన పంటను సంఘాల ద్వారా అమ్ముకోవడం వల్ల లాభాలు వచ్చాయని తెలిపారు.

మాస్ ప్రాజెక్టు ఆఫీసర్ శ్రీ వెంకటేశ్వర్లు వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంఘాల ఆవశ్యకతను వివరిస్తూ, రైతులు పండించే పంటలు ఈ సంఘాల ద్వారా అమ్ముకుంటే ఎంతో ప్రగతి సాధించవచ్చు అని తెలిపారు. ఈ ప్రాజెక్టు కర్నూలు, అనంతపురం, చిత్తూరు జిల్లాలలో అమలు జరుగుతున్నదని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో హెచ్‌వో ఇందిర, ఏఈవో హరిప్రసాద్, ఐడబ్ల్యు ఆనంద్, మురళి పాల్గొన్నారు. ■

నేరుగా విజయం రాదు, వచ్చేవి అవకాశాలు, సాధ్యాసాధ్యాలు మాత్రమే ; వాటినే మనం విజయాలుగా మలచుకోవాలి

ఎఫ్ పి ఓ ల ఏర్పాటుతో మార్కెటింగ్ అవకాశాలు మెరుగు

మండల పరిధిలోని రైతులు రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ ఏర్పాటు చేసుకుంటే అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చునని ఉద్యానశాఖ అధికారి శైలజ రైతులకు సూచించారు. కలికిరి మండలం పెద్దయల్లంపల్లె గ్రామం వద్ద రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ ఆవశ్యకత, ఉద్యానపంటల సస్యరక్షణపై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈసందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ గ్రామాల్లో 10 నుంచి 20 మంది రైతులు కలసి ఎఫ్ పి ఓ (ఫార్మర్ ప్రొడ్యూసర్స్ ఆర్గనైజేషన్)ను ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సూచించారు.

ప్రభుత్వం నుంచి అందే రాయితీల విషయంలో సంఘాలకు ప్రాధాన్యం ఉంటుందని చెప్పారు. అంతేగాక ఉద్యాన పంటలను మార్కెట్ చేసుకోవడంలో లాభసాటి ధరలను పొందేందుకు సంఘటితమయ్యే రైతులకు ఎక్కువ అవకాశాలుంటాయని వివరించారు. దానిమ్మ, బొప్పాయి, అల్లనేరేడు, మామిడి తదితర ఉద్యానవన పంటలకు ప్రభుత్వం అందించే ప్రోత్సాహకాలను రైతులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.

అనంతరం కేవీకే ఉద్యాన శాస్త్రవేత్త నాగిరెడ్డి మామిడి, బొప్పాయి, దానిమ్మ వంటి ఉద్యాన పంటల్లో చేపట్టాల్సిన సస్యరక్షణ చర్యలను వివరించారు. కార్యక్రమంలో సేంద్రియ వ్యవసాయ నిపుణులు బోదేషావలి, మాస్ సిబ్బంది కార్తీక్, వరప్రతాప్, విశ్రాంత పశువైద్యాధికారి హసన్‌సాహెబ్, బాలాజి ఉద్యాన సొసైటీ అధ్యక్షుడు ఎల్.కృష్ణారెడ్డి, సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

ముదురు మామిడి తోటలు

ముదురు మామిడి తోటల పునరుద్ధరణ సమయం ఆసన్నమైందని, మామిడి రైతులందరూ పునరుద్ధరణ పనులకు సన్నద్ధం కావాలని ఉద్యానవన శాఖ అధికారి శైలజ అన్నారు. సాకిరేవుపల్లెలో ముదురు మామిడి తోటల పునరుద్ధరణ పనులపై మామిడి రైతులకు అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈసందర్భంగా కలికిరి కేవీకే ఉద్యానవన శాస్త్రవేత్త నాగిరెడ్డి మాట్లాడుతూ ముదురు మామిడి పునరుద్ధరణలో రైతులు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తల గురించి వివరించారు. కార్యక్రమంలో ప్రాజెక్టు ఆఫీసర్ వరప్రసాద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అరబిందో తోడ్పాటుకు అభినందన !

అరబిందో పరిశ్రమ గ్రామాల్లోని మహిళలకు కుట్టు శిక్షణ కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయడం అభినందనీయమని ఎంపీపీ వావిలాల నర్సింలు అన్నారు. తెలంగాణాలోని హత్నూర మండలం రెడ్డిఖానాపూర్ గ్రామంలో అరబిందో ఫార్మా పరిశ్రమ (ఫౌండేషన్) సౌజన్యంతో మహిళా అభివృద్ధి సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన కుట్టు శిక్షణ కేంద్రాన్ని జెడ్పీటీసీ ఆంజనేయులు, ఎంపీడీఓ ప్రమీల నాయక్‌తో కలిసి ఎంపీపీ ప్రారంభించారు. ఈసందర్భంగా ఎంపీపీ మాట్లాడుతూ మహిళలు ఉపాధి పొందేలా అరబిందో పరిశ్రమ గ్రామాలలో కుట్టు శిక్షణ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయడం శుభపరిణామమన్నారు. కుట్టు శిక్షణ కేంద్రాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. కార్యక్రమంలో ఏపీఎం యాదయ్య, గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శి లక్ష్మీనారాయణగౌడ్, ఎంపీటీసీ సభ్యురాలు విజయలక్ష్మీ వెంకటేశం గుప్తా, ఉపసర్పంచ్ వనజ, వార్డు సభ్యులు లక్ష్మీనారాయణ, లక్ష్మి, రాధమ్మ, టీఆర్ఎస్ నాయకులు లింగారెడ్డి, వీరేశం, కుట్టు శిక్షణ కేంద్రం నిర్వాహకురాలు హైమావతి, స్థానికులు పాల్గొన్నారు.

జీవితంలో వచ్చే ఆటుపోట్లను మనం అభినందించాలి, అవే మనకు మరింత శక్తిని, వివేకాన్ని, వినయాన్ని అందిస్తాయి

'ధరణి' ని సందర్శించిన ఆజీవ ఎఫ్ పి ఓ బృందం!

తెలంగాణా రాష్ట్రంలోని యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా యాదగిరిగుట్ట మండలం నుండి అజీవ రైతు ఉత్పత్తిదారుల కంపెనీ లిమిటెడ్ బోర్డు ఆఫ్ డైరక్టర్లు, పీస్ సంస్థ సి.ఇ.ఓ, డైరక్టరు, సిబ్బంది కలసి 22.08.2019న కామారెడ్డి జిల్లా సదాశివనగర్ మండలంలోని 'ధరణి రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ'కు అవగాహన పర్యటన నిర్వహించారు.

తమ ఈ అవగాహన పర్యటన గురించిన వివరాలను, ఆజీవ రైతు ఉత్పత్తిదారుల కంపెనీ సి.ఇ.ఓ, పీస్ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరక్టర్ శ్రీ కె. నిమ్మయ్య ఈ క్రింది విధంగా తెలియజేశారు.

మొదటిగా సదాశివనగర్ మండలం తొక్కొజీవాడి గ్రామంలోని ధరణి ఎఫ్.పి.ఓ. రైతు సంఘాలను కలుసుకుని వారి సమావేశాల తీరూతెన్నూ, గ్రామ రైతు సంఘాల సమావేశాలు, గ్రామస్థాయిలో చేస్తున్న పొదుపులు, సంఘాలలో లీడర్స్‌ను ఎన్నుకునే విధానం, పండిస్తున్న పంటలపై వచ్చే ఆదాయాలు, కమిటీగా ఏర్పడి ఎరువు మందులను ఒక్కసారిగా తీసుకురావడం. తొక్కొజీవాడి గ్రామంలో రైతులు పండించే ప్రధానమైన పంటలు మొదలైన అంశాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు.

మొక్కజొన్న, పత్తి పంటలను ఎక్కువ పండిస్తారని, గ్రామ రైతుసంఘం (జిఆర్ఎస్) సమావేశాలు ప్రతి నెల జరుగుతాయని, ప్రతి రెండు సంవత్సరాలకు ఒక్కసారి లీడర్స్‌ను ఎన్నుకుంటామని ధరణి సభ్యులు వారికి వివరించారు. ధరణి ఎఫ్.పి.ఓ. లో ప్రస్తుతం 8 సంఘాలు ఉన్నాయి. మొత్తం సభ్యులు 121 మంది, పొదుపు చేసుకొని ఆ డబ్బును మళ్ళీ అప్పుగా 2 రూపాయల వడ్డీకి సభ్యులకు ఇవ్వడం మొదలైన విషయాలు తెలుసుకున్నారు.

తరువాత ఈ అవగాహన పర్యటన బృందం కల్వరాల్ గ్రామానికి వెళ్ళి, అక్కడ ధరణి ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ బోర్డు ఆఫ్ డైరక్టర్స్ మీటింగ్‌లో పరిశీలకులుగా పాల్గొన్నారు. అజెండా అంశాల వారీగా మీటింగ్‌ను నిర్వహించుకోవడం గమనించారు.

ధరణి ఎఫ్.పి.ఓ.ను 2017 ఫిబ్రవరి నెలలో రిజిస్ట్రేషన్ చేశామని, ప్రస్తుతం 10 గ్రామాలకు చెందిన 921 మంది సభ్యులు వున్నారని, వీరందరు చెల్లించిన మొత్తం వాటాధనం 9,21,000/- (తొమ్మిది లక్షల ఇరవై ఒక్కవేల రూపాయలు) వున్నాయని ధరణి ప్రతినిధులు వీరికి తెలిపారు.

ధరణి ఎఫ్ పి ఓ ఫెర్టిలైజర్, సీడ్, పెస్టిసైడ్, లైసెన్స్‌లు తీసుకుని మొక్కజొన్న, ఫెర్టిలైజర్స్, పెస్టిసైడ్ వాయపారం చేస్తున్నదని వారికి వివరించారు. 'సంఘం మాదే, సంస్థ మాదే, పాలన మాదే, నియంత్రణ మాదే ' అనే సవయం నియంత్రణ సూత్రాల ఆధారంగా ధరణి పనిచేస్తున్నది. 1. పర్యవేక్షణ కమిటీ (2) బిజినెస్ కమిటీ (3) ఉత్పాదక కమిటీ (4) సలహాల కమిటీలను ఏర్పాటుచేసుకున్నారు.

తమ సంస్థకు చెందిన గ్రామాల రైతుల అవసరాలను తెలుసుకుని, ఒక జాబితగా తయారు చేసుకొని వ్యాపార ప్రణాళికను రూపొందించుకున్నారు. తరువాత మొక్కజొన్న కొనుగోలు కేంద్రం ఏర్పాటు చేసుకుని, 40,00,000 రూపాయల వ్యాపారం చేసి, ధరణి ఎఫ్‌పిఓ 1,75,000 లాభం పొందింది. 10,00,000 రూపాయల మేరకు ఫర్టిలైజర్స్ వ్యాపారం కూడా చేశారు.

ధరణి ఎఫ్‌పిఓ నిర్వహిస్తున్న రైతు సేవా కేంద్రం ద్వారా రోటవేటర్స్, మందు కొట్టే పంపులు, ట్రాక్టర్స్, బార్‌దాన్‌లు, బరువు చూపే యంత్రం ఇవన్నీ కూడా రైతులకు

తక్కువ అద్దెకు కిరాయికి యిస్తారు. వీటిని ముఖ్యంగా ఎఫ్.పి.ఓ సభ్య రైతులకు ముందుగా ఇస్తాము, తరువాత ఇతర రైతుల విషయం పరిశీలిస్తామని వారు తెలిపారు. తరువాత సదాశివనగర్ మండలంలో పద్మాజివాడి రోడ్డు వద్ద ధరణి ఎఫ్‌పిఓ రైతు సేవా కేంద్రాన్ని ఆజీవ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ డైరక్టర్స్‌కి చూపించారు.

పర్యటనలో చివరిగా ఎఫ్‌డిసి కార్యాలయంలో రైతు సేవా కేంద్రం పనితీరుపై 'మాస్' సంస్థకు చెందిన శ్రీనివాస్‌గారు, కిషోర్‌గారు అక్కడి సిబ్బంది వారికి పూర్తిగా వివరించారు. కేంద్రంలో వాడుతున్న పుస్తకాలను, రశీదులను గూర్చి ముఖ్యంగా ఇ-పాస్ మిషన్ గూర్చి వివరించారు.

23.08.2019 తేది ఉదయం 9 గంటలకు మాస్ ట్రైనింగ్ హాలులో ఆజీవ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ బోర్డు ఆఫ్ డైరక్టర్లను, సిఇఓలను కలిపి ధరణి ఎఫ్‌పిఓ కార్యక్రమాలపై న, తాము చూసి తెలుసుకున్న విషయాలపైన గ్రూపులుగా విభజించి తమ సందర్శన అనుభవాలను బోర్డుపై వ్రాసి మీటింగ్‌లో వివరించడం జరిగింది.

అనంతరం మాస్ సంస్థ కు చెందిన కళామణి గారు, మధుమూర్తి గారు, మధుమంజరి గారు, కిషోర్ గారు, భవాని గారు, శ్రీనివాస్‌గారు ఎఫ్‌పిఓలపై సమగ్ర అవగాహన కలిగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వారు మాకు గ్రామస్థాయిలో వున్న రైతు సంఘాల మీటింగ్స్, లీడర్స్ ఎంపిక, ఎఫ్‌పిఓ బోర్డు ఆఫ్ డైరక్టర్స్, రైతుమిత్ర, సిఇఓ బాధ్యతలపై వివరించడం జరిగింది.

అంతేకాకుండా వాటాధనంపై 100% సభ్యత్వం ఎలా తీసుకురావాలి ఏ పద్ధతిలో చేయాలో, సంఘం మాదే, సంస్థ మాదే, పాలన మాదే, పరిపాలన మాదే, నియంత్రణ మాదే అనే లక్ష్యంతో ఏర్పాటు చేసుకున్న నాలుగు కమిటీల గురించి మరింత అవగాహన కలిగించారు.

1. పర్యవేక్షణ కమిటీ
2. బిజినెస్ కమిటీ
3. ఉత్పాదక కమిటీ
4. సలహాల కమిటీ

స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం కార్యక్రమాలపైన అవగాహన కల్పించడంతోపాటు సంస్థకు ఆవశ్యకమైన చట్టపరమైన కార్యక్రమాలను గురించికూడా వారు వివరించారు. అవి:

1. ఆడిటింగ్
2. వార్షిక ప్రణాళిక
3. పుస్తక నిర్వహణ
4. ఎన్నికలు లీడర్స్ మార్చుట
5. అవార్డులు (జిఆర్ఎస్) వారికి
6. నివేదికలు
7. శిక్షణలు

ఇలాంటి చట్టపరమైన కార్యక్రమాలు వార్షిక మహాసభలు సంవత్సరానికి ఒకసారి తప్పనిసరిగా నిర్వహించడం జరగాలని అన్నారు.

మాస్ ప్రాజెక్ట్ మేనేజర్ కిషోర్ గారు ఆజీవ రైతు ఉత్పత్తిదారుల కంపెనీ డైరక్టర్లు , సి ఇ ఓ తో గ్రూపుగా చర్చ చేసి ప్రస్తుతం కావలసిన బిజినెస్ ప్లాన్ తయారు చేయించారు. ఈ బిజినెస్ ప్లాన్‌ను మీటింగ్‌లో డైరక్టర్స్, సి.ఇ.ఓ వివరించడం జరిగింది.

ఈ విధంగా ఈ పర్యటన ఎంతో అసక్తిదాయకంగా, అవగాహనపూరితంగా సాగిందని శ్రీ నిమ్మయ్య తెలియజేశారు.

■

వర్షాధార ప్రాంత అభివృద్ధిపై అధికారుల సమీక్ష

శిరివరం గ్రామంలో పల్లెజీవం అభివృద్ధి సంఘ అధ్యక్షులు రఘునాథరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో వర్షాధార ప్రాంత అభివృద్ధిపై సమీక్ష సమావేశం జరిగింది. భూ సంరక్షణ వ్యవసాయశాఖ ఏడీఏ శ్రీ ఓబుళపతి, అగ్రికల్చర్ అధికారి శ్రీ రఘు, ఎలిజబెత్‌లు పల్లెజీవం కార్యక్రమంపై విస్తృత చర్చ జరిపారు. వర్షాధార ప్రాంతాన్ని ఏవిధంగా అభివృద్ధి చేయాలో అందులో ప్రజల భాగస్వామ్యం ఎలా వుండలో చర్చించారు. పల్లెజీవం కార్యక్రమంలో భాగంగా అనంతపురం జిల్లాలోని నాలుగు పంచాయతీ గ్రామాలను సమగ్ర అభివృద్ధి పరచేందుకు పైలెట్ ప్రాజెక్టు కింద ఎంపిక చేశారు. అందులో మండల పరిధిలోని శిరివరం గ్రామం ఎంపికైంది. ఈ పంచాయతీ పరిధిలోని తిరుమలదేవరపల్లి, గోపిందేవర పల్లి గ్రామాల్లో ప్రకృతి వ్యవసాయం అమలు పరచేందుకు కూలంకషంగా చర్చించి ప్రణాళికను సిద్ధం చేశారు.

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రాయితీ ధరలతో అందిస్తున్న వ్యవ సాయ పనిముట్లను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని భూ సంస్కరణ విభాగం అధికారులు తెలిపారు. రైతులు సంఘా లుగా ఏర్పడి వ్యవసాయంలో మెళకువలు నేర్చుకోవా లన్నారు. కార్యక్రమంలో జనజాగృతి సభ్యులు ఇంతియాజ్, పల్లెజీవం సిబ్బంది శంకర్, గంగాధర్, సుధాకర్, హరినాథ్, అమరేష్, శాంతమూర్తి, రామమూర్తి పాల్గొన్నారు.

నవధాన్య పంటల పరిశీలన

మండలంలోని శిరివరం గ్రామంలో వేసిన నవధాన్యాల పంటలను వ్యవసాయాధికారులు సురేంద్రనాయక్ వారి సిబ్బంది పరిశీలించారు. సజ్జ, కొర్ర, సామ, ఎర్రజొన్న, కంది, వేరుశనగ, పెసలు, అలసంద, అనుములు, ఆముదం, రాగి తదితర 11 రకాల పంటలను ఒక ఎకరా పొలంలో పల్లె జీవం ఆధ్వర్యంలో సాగు చేశారు. అలాగే వీటి మధ్యలో కలుపు తీయడం కోసం సైకిల్ వీడర్‌ను ఉపయోగించారు. కార్యక్రమంలో జనజాగృతి సిబ్బంది, అమరేష్, రైతు సంఘం కార్యదర్శి సజ్జకంతప్ప, రైతులు పాల్గొన్నారు.

భూసార సంరక్షణపై అవగాహన

శీగిపల్లిలో హిందూపురం భూసార సంరక్షణ, వ్యవసాయ శాఖ అధికారుల ఆధ్వర్యంలో సమావేశం నిర్వహించారు. ఆ శాఖ ఏడీఏ ఓబుళపతి అధ్యక్షతన జరిగిన కార్యక్రమంలో కరువు పరిస్థితి, రైతులు ఎదుర్కొంటున్న ఇబ్బందులు, వాటిని అధిగమించేందుకు చేపట్టవలసిన చర్యలను వివరించారు. బిందు, తుంపరసేద్యం ద్వారా నీటి ఆదాపై దృష్టి సారించా లన్నారు. నీటి సంరక్షణ గురించి అవగాహన కల్పించారు. కార్యక్రమంలో భూసార సంరక్షణ శాఖ ఏఓ చైతన్య, ఎస్ఎలోసీ ఎలిజిబెత్, మండల వ్యవసాయాధికారి విజయభారతి, ఏఈఓ మోహన్‌రెడ్డి, అమరేష్‌రెడ్డి, అనిల్, అన్నదాత సిబ్బంది రఘు, వేమనారాయణ, రంగయ్య, శ్రీనివాసులు, నారాయణరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళ అంగీకారంతో సహజీవనం అత్యాచారం కాదు

ఓ మహిళ తన అంగీకారంతో సహజీవనం చేసి, అతనితో శారీరక సంబంధం ఏర్పరచుకుంటే అత్యాచారం కిందకు రాదని సుప్రీంకోర్టు ప్రకటించింది. సేల్స్‌టాక్స్ అసిస్టెంట్ కమిషనర్ అయిన ఓ మహిళ సీఆర్పీఫ్ డిప్యూటీ కమాండెంట్‌తో ఆరేళ్లపాటు సహజీవనం చేశారు.

వీరిద్దరూ ఒకరి ఇళ్లలో మరొకరు నివాసముంటూ సహజీవనం చేశారు. పెళ్లి చేసుకుంటానని హామీ ఇచ్చి బలవంతంగా తనతో శారీరక సంబంధం ఏర్పరచుకొని ఆరేళ్లపాటు సహజీవనం చేసి ఇప్పుడు మరో అమ్మాయిని పెళ్లాడేందుకు నిశ్చితార్థం చేసుకున్నాడని మహిళ సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించారు.

దీనిపై సుప్రీంకోర్టు బెంచ్ జస్టిస్ డీవై చంద్రచూడ్, ఇందిరాబెనర్జీల ధర్మాసనం అత్యాచారం కేసును కొట్టివేస్తూ సంచలన తీర్పు ఇచ్చింది. ■

ఆరడుగుల మనిషి విలువ నాలుగంగుళాల నాలుకపై ఆధారపడి వుంటుంది

జై కిసాన్ ఎఫ్ పి ఓ రైతు సేవల తీరూ తెన్నూ !

– ఎస్. కిషోర్ కుమార్

జై కిసాన్ వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంఘాన్ని గత 2018 అక్టోబర్‌లో 150 మంది రైతులు సభ్యులుగా ఏర్పాటు చేసుకున్నారు.

సంఘం ముఖ్య ఉద్దేశాలు

చిన్న, సన్నకారు రైతులకు పెట్టుబడి ఖర్చును తగ్గించటం. 'కస్టమర్ హైరింగ్ సెంటర్' ద్వారా రైతులకు తక్కువ ధరలకు వ్యవసాయ పని ముట్లు అందించటం

తగిన గిట్టుబాటు ధర పొందే విధంగా రైతులకు అవగాహన కల్పించడం

సంఘాల ద్వారా నాణ్యమైన విత్తన ఉత్పత్తి క్షేత్రాలను ఏర్పాటు చేసి, రైతులకు నాణ్యమైన విత్తనాన్ని తక్కువ ధరకు అమ్మటం ద్వారా రైతుల ఆదాయం పెంపొందించటం.

ప్రతి నెల రైతు సంఘాల సమావేశం ఏర్పాటు చేసుకోవటం. రైతులకు పొలంబడి కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయటం. పొలంబడి లక్ష్యాలు:

1. మట్టి పరీక్ష చేసే విధానంపై క్షేత్ర స్థాయిలో శిక్షణలు ఇవ్వటం
2. మట్టి పరీక్ష నివేదిక ద్వారా రైతులకు అవగాహన పెంపొందిస్తూ తగిన రీతిలో రసాయనాలు వాడే విధానంపై అవగాహన కల్పించటం
3. చిరుధాన్యాలపై రైతుకు ప్రదర్శనాత్మకంగా (డెమోలు) అవగాహన కల్పించి, క్షేత్ర స్థాయిలో శిక్షణలు ఇవ్వటం
4. అభివృద్ధి చెందిన సంఘాలను గుర్తించి వాటి అభివృద్ధి తీరును ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకోవడానికి సంఘాల సభ్య రైతులకు అవగాహన పర్యటనలను నిర్వహించడం

మట్టి నమూనాపరీక్ష పై శిక్షణ కార్యక్రమాలు

జై కిసాన్ వ్యవసాయ పరస్పర సహకార సంఘం, మాస్ ఆధ్వర్యంలో గ్రామ స్థాయిలో శిక్షణ కార్యక్రామాలు ఏర్పాటు చేసి రైతుల మట్టి నమూనాలను సేకరించి, మట్టి నమూనాల పరీక్షా కేంద్రానికి పంపించటం జరిగింది. గ్రామానికి నాలుగు చొప్పున ఎనిమిది పరీక్షలు చేశారు.

ఈ కార్యక్రమాలలో సంఘ సభ్యులు,మాస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. ఖరీఫ్ సీజన్ ప్రణాళికపై సమావేశం ఏర్పాటు చేసి వ్యవసాయ క్షేత్రంలో కావలసిన విత్తనాలు, రసాయనిక పురుగు మందులు ఎంత మేరకు అవసరం అనే దానిపై రైతు వారీగా వివరాలు సేకరించటం జరిగింది.

కస్టమర్ హైరింగ్ సెంటర్ నిర్వహణ

జై కిసాన్ వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంఘంలో సభ్యత్వం

పాత స్నేహం బంగారం, కొత్త స్నేహం వజ్రం; కాని పాత స్నేహితులను మరువరాదు, వజ్రమైనా బంగారంలోనే పొదగాలి కదా!

తీసుకున్న రైతులకు తక్కువ అద్దెకు వ్యవసాయ పనిముట్లను పంపించటం జరుగుతుంది. దీనివల్ల రైతులకు పెట్టుబడి ఖర్చు కొంత తగ్గుతుంది.

ఉదాహరణకు 5 ఎకరాలు ఉన్న రైతుకు సంవత్సరానికి 8,250 రూపాయలు ఖర్చు ఆదా అవుతుంది. వివరాలను ఈ క్రింది పట్టిక తెలియజేస్తుంది.

వివరాలు	గంటకు ధర	సభ్యునికి ఖర్చు	సంఘంలో లేని రైతు ఖర్చు	సభ్యరైతుకు మిగులు
దుక్కి	600	3000	3750	750
పెద్ద నాగళ్ళు	600	3000	4000	1000
బెలోర్		4000	6000	2000
దమ్ము	1100	5500	6000	500
రోటోవేటర్	800	4000	7000	3000
డోజార్	600	3000	4000	1000
	మొత్తం	**22500**	**30750**	**8250**

వ్యవసాయ పనిముట్లను రైతు సక్రమంగా ఉపయోగించుకోవటం వల్ల 5 ఎకరాల రైతుకు సంవత్సరంలో 8,250 రూపాయలు మిగులుతుంది.

పొలంబడి కార్యక్రమాలు

- జై కిసాన్ వ్యవసాయ పరస్పర సహకార సంఘం లిమిటెడ్

ద్వారా సభ్యులకు పొలంబడి కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయటం.

- సీడ్ జెర్మినేషన్‌పై అవగాహన
- వరి విత్తనాల నారు తయారు చేసుకొనే విధానంపై అవగాహన , శిక్షణ ఇవ్వటం
- వరి వేసే సమయంలో తక్కువ నారు వేసేటట్టు రైతులకు పొలంలో సలహాలు సూచనలు ఇవ్వటం
- వరి పంటలో కాలిబాటలు తీయించటం
- పచ్చ పురుగు నివారించటానికి పచ్చి మిర్చి ఎల్లిపాయలు

నీటిలో నానపెట్టి దోమపోటు నివారణకు పసుపు పచ్చ అట్టలను అమర్చటంపై అవగాహన కల్పించటం

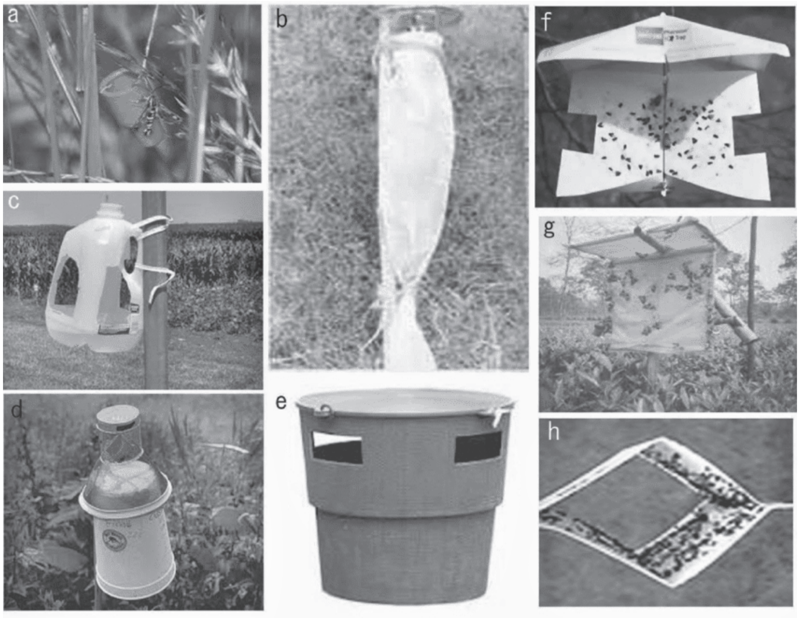
- ఎకరాకు 6 చొప్పున లింగాకర్షణ బుట్టలను ఉపయోగించడం, వాటి పని విధానం గురించి రైతు శిక్షణ ద్వారా తెలియచేయటం
- పక్షి స్థావరాలను ఎకరాకు 2 చొప్పున ఏర్పాటు చేయటం వాటి ఉపయోగం గురించి వివరించటం
- నెల నిండిన ముదురు నారుకు కొనలు తుంచివేస్తే ఎటువంటి పురుగులు,రోగాలు రాకుండా నివారించవచ్చు.
- ఐదు రోజులకు ఒకసారి వేపనూనెను పిచికారీ చేయాలి.

ఈ అంశాలను రైతు పొలంబడి కార్యక్రమాలలో వివరించటం జరిగింది.

■

పురుగు నివారణకు త్రీడీ లింగాకర్షక బుట్టలు!

మొక్కజొన్న పంటలో కత్తెరపురుగు, పత్తిలో గులాబీరంగు పురుగుల ఉనికి అంచనా వేయటానికి త్రీడీ పరిజ్ఞానంతో రూపొందించిన ఎరలు (ల్యూర్‌లు) అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఇప్పటికే అందుబాటులో వున్న సాధారణ ఫిరమోన్ ట్రాప్‌ల (లింగాకర్షక బుట్టల)లో వాడే ఎరలతో పోలిస్తే ఈ త్రీడీ ఎరలు ఎన్నో రకాలుగా మెరుగైనవి. సాధారణ ఎరలను రబ్బరుతో లేదా చెక్కలతో చేసి, తర్వాత వాటిని కృత్రిమ ఫిరమోన్ ద్రావణంలో ముంచి తయారుచేస్తారు. దీనివల్ల వాటి సామర్థ్యం 15–20 రోజుల వరకు మాత్రమే ఉంటుంది. ఆ తర్వాత అవి మగ పురుగులను ఆశించలేవు. దీనికితోడు ఉష్ణోగ్రత హెచ్చు తగ్గులతో ఫిరమోన్ ఎక్కువ లేదా తక్కువగా విడుదల అవుతుంది. అయితే వీటన్నింటిని అధిగమించే త్రీడీ పరిజ్ఞానం కత్తెర పురుగును సరిగ్గా అంచనా వేస్తుంది.



వివిధ రకాల ఫిరమోన్ ఎరలు

ఇందులో ఔషధ పరిశ్రమలలో మాదిరిగా కచ్చితమైన మోతాదులో ఫిరమోన్‌ను వాడతారు. ఇది పొడి రూపంలో ఉంటుంది. నానో పార్టికల్స్‌గా ఉండటం వల్ల సమానంగా, ఒకే మోతాదులో 60–70 రోజుల పాటు ఫిరమోన్ విడుదలవుతుంది. కాబట్టి ఒక పంట కాలం మొత్తానికి ఒకే ఎర సరిపోతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. సాధారణ ఎరల లాగా ప్రతి 15–20 రోజులకు మార్చాల్సిన అవసరం ఉండదు. కాబట్టి పురుగు ఉధృతిపై, అంచనాపై నిరంతర నిఘా ఉంటుంది. ఎకరాకు 8–10 లింగాకర్షక బుట్టలు సిఫారసు చేస్తున్నారు. అయితే ఎక్కువగా, నిరంతరంగా వాడితే అసలు మగ పురుగులే లేకుండా చేయవచ్చు. తద్వారా ఆడ, మగ పురుగుల మధ్య సంపర్కం చెందకుండా చేసి, సంతతి అభివృద్ధిని పూర్తిగా అరికట్టవచ్చు. సాధారణ ఎరలు సబ్సిడీపై మార్కెట్‌లో 10–15 రూపాయలకు లభిస్తున్నాయి. త్రీడీ ఎరలు 60 రూపాయలకు అందుబాటు లో ఉన్నట్లు శాస్త్రవేత్తలు తెలిపారు.

ఎక్కువకాలం పనిచేస్తాయి

సాధారణ ఫిర్‌మోన్‌లలో వాడే ఎరల నుంచి రసాయనం విడుదలపై నియంత్రణ ఉండదని. కాబట్టి ఎక్కువ, తక్కువ ఫిర్‌మోన్ రసాయనం విడుదలవుతుందని, ఈ సమస్యను అధిగమించే త్రీడీ ఎరలను రైతులు, ప్రభుత్వాలు ఆదరిస్తున్నాయని. కర్ణాటక, మహారాష్ట్ర, ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రైతులు ఇప్పటికే వివిధ పంటల్లో వినియోగిస్తున్నారని బెంగుళూరుకు చెందిన ఫిర్‌మోన్‌ల శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ పురుషోత్తం దివాంగే పేర్కొన్నారు. ఈ త్రీడీ ఎరలు 60–70 రోజులు పని చేస్తాయి. మగ కత్తెర పురుగులను కచ్చితంగా ఈ త్రీడీ నానో ఎరలు ఆకర్షిస్తున్నాయి. మొక్కజొన్నలో కత్తెర పురుగు, పత్తిలో గులాబీ రంగు పురుగు, వంకాయలో కొమ్మ కాయతొలుచు పురుగు,టమాటాలో పిన్‌వాం వంటి పురుగులను ఈ పరిజ్ఞానంతో సమర్థవంతంగా నివారించవచ్చునని ఆయన వివరించారు. ■

మహిళల మహా సంకల్పం ... నదికి పునరుజ్జీవం !

నది తన నీటితో మన గొంతు నింపుతుంది. పంటను తడుపుతుంది, మన కడుపు నింపుతుంది. మరి ఆ నదే ఎండిపోతే? తమిళనాడులోని వెల్లూరు జిల్లాకు ముందు నీళ్ళ కరవు వచ్చింది. తరువాత పాడి, పంటలు... అన్నిటికీ కరవొచ్చింది. పల్లె గుక్కెడు నీళ్ళు కోసం గుక్కపట్టింది. తమిళనాడు తీవ్రమైన కరువుకు గురైంది. చెన్నయ్‌లో అయితే హెూటళ్ళలో నీళ్ళకు రేషన్ పెట్టారు. ఒకరికి ఒక గ్లాసు మంచినీళ్ళను మాత్రమే ఇస్తున్నారు. నీళ్లు లేక హాస్టళ్లు మూయడంతో విద్యార్థులు ఊరిబాట పడుతున్నారు. తమిళనాట అత్యంత కరవు జిల్లాల్లో వెల్లూరు ఒకటి. ఈ ప్రాంతంలో ప్రజలకు దశాబ్దాలుగా తాగు, సాగు నీటిని అందించిన నాగానది ఎండిపోయింది.

15 ఏళ్ళ కరవుకు చరమగీతం

ఆఖరి బొట్టు వరకూ ఇవ్వడమే అమ్మకు తెలుసు! కానీ ఆఖరి బొట్టు వరకు జలగలా పీలిస్తే అమ్మ దగ్గరా ఏమీ మిగలదు. తల్లిలాంటి నదిని కూడా ఆఖరిబొట్టు దాకా అక్కడ పీల్చేశారు. దాంతో సాగునీటికే కాదు... తాగునీటికీ కటకట. దాంతో మగాళ్ళు పల్లెల నుంచి పట్టణాలకు కూలీ పనులు వెతుక్కుంటూ వెళ్లారు. ఆడవాళ్లు పిల్లలను చూసుకుంటూ ఊళ్లోనే ఉండిపోయారు. పొరపాటు ఎవరిదయినా శిక్ష అందరికీ! ఏకంగా అది పదిహేనేళ్ళశిక్ష.

2014లో 15 ఏళ్ళ నీటి కరవు నుంచి విముక్తి అయ్యే అవకాశం 'ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగ్ ఫౌండేషన్' రూపంలో వచ్చింది. ఒకరోజు ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగ్ ఫౌండేషన్ కార్యకర్తలు ఆ ఊరికి వచ్చారు. జీవించే కళను నేర్పటానికి కాదు...ఊరిని ఉద్ధరించడం కంటే ముందు నదిలో నీటిని పునరుద్ధరించాలని, అప్పుడు జనాలను కూడా ఉద్ధరించినట్టేననీ వారికి తెలుసు. అప్పటికే ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగ్ ఫౌండేషన్ సంస్థ కర్ణాటకలోని వేదావతి, కుముదావతి నదులను పునరుద్ధరించింది.వాళ్ళు ఊరివారిని పిలిపించారు. "మీరు తలచుకుంటే నదిని తిరిగి నీటితో నింపవచ్చు" అని చెప్పారు. వారి అనుభవాలు విని ప్రజలు విశ్వసించారు.

పని మొదలైంది... ముందు శాటిలైట్ మ్యాపింగ్ ద్వారా నది జాడలను గుర్తించడానికి ఒక టీమ్‌ను నియమించారు. నదీ పరీవాహక ప్రాంతం, ఆ ప్రాంతంలో ఎంత వర్షం కురుస్తుందనే సమాచారం ఆధారంగా నది పునరుద్ధరణ పనుల కోసం కార్యాచరణ రూపొందించుకున్నారు. కానీ అది ఎంత పొరపాటో తెలిసొచ్చాక పలుగు, పారా చేపట్టారు. తిరిగి నదిని నీటితో నింపటానికి నడుం కట్టారు.

ఒక్కో రీఛార్జ్ బావి 20 అడుగుల లోతు, ఆరు అడుగుల వెడల్పు, 15 అడుగుల పొడవు ఉండేలా తవ్వారు. దీనికోసం ఒక్కో బావి తవ్వడానికి పదిమంది కూలీలకు 23 రోజులు పడుతుంది. ఇలాంటి బావులు నాలుగేళ్ళలో ఏకంగా 3500 నిర్మించారు. గ్రామీణ ఉపాధి హామీ పథకం' కింద ఐదు కోట్ల రూపాయల సాయం చేసింది. మహిళలందరూ కూలీలుగా పేర్లు నమోదు చేసుకున్నారు. రోజు కూలీ ద్వారా గ్రామాల్లోని మహిళలకు ఆదాయం వచ్చింది.

మంచితనం అంటే అందరినీ సంతోషపెట్టడం అనికాదు, అది అసాధ్యం ; ఎవరినీ నొప్పించకుండా వుండడమే మంచితనం

210 చెక్‌డ్యామ్‌లు...

తమిళనాడులోని వెల్లూరుకు చెందిన 20 వేల మంది మహిళలు నాగానదిని పునరుద్ధరించే పనిలో చేయీ చేయీ కలిపారు. అయితే అది నీళ్ళు తాగినంత సులువు కాలేదు. దానికోసం నాలుగేళ్ళు కష్టపడ్డారు. కనియంబాడి బ్లాక్‌లో ప్రయోగాత్మకంగా ప్రాజెక్ట్‌ను ప్రారంభించారు. మొత్తం 10 బ్లాకుల్లో 3500 రీఛార్జ్ బావులు నిర్మించారు. బండరాతితో 210 చెక్‌డ్యామ్‌లు నిర్మించారు. ఈ పనులన్నీ మహిళలే చేశారు. వీటిద్వారా ప్రతి వర్షాకాలంలో వాన నీటిని భూమి లోకి ఇంకింపచేశారు. వెనక్కి తిరిగి చూడకుండా పని చేసుకుంటూ పోయారు. అలా వారి భగీరథ ప్రయత్నం నాలుగేళ్ళ పాటు కొనసాగాక 2018లో తొలి ఫలితం కనిపించింది.

నదికి జన్మనిచ్చారు!

పొరపాటు ఎవరివల్ల జరిగినా సరిదిద్దుకోవడంలో మాత్రం అమ్మలే ముందుంటారు. వెల్లూరుకు చెందిన 20 వేల మంది మహిళలు నాగానదిని పునరుద్ధరించే పనిలో చేయిచేయీ కలిపారు. అయితే అది నీళ్ళు తాగినంత సులువు కాలేదు. దానికోసం నాలుగేళ్ళు కష్టపడ్డారు. కనియంబాడి బ్లాక్‌లో ప్రయోగాత్మకంగా ప్రాజెక్ట్‌ను ప్రారంభించారు. అలా ఆ భగీరథ ప్రయత్నం నాలుగేళ్ళపాటు కొనసాగాక 2018లో తొలి ఫలితం కనిపించింది.

నాలుగేళ్ళలో నిండుగా...

దప్పిక పట్టి ఉన్న నది కడుపు నిండడానికి నాలుగేళ్ళు పట్టింది. కడుపు నిండా తాగి దప్పిక తీర్చుకుంది. నది కడుపు నిండాక గంగను తిరిగివ్వడం ప్రారంభించింది. ఇవ్వడం మొదలెట్టాక అమ్మ ప్రేమకు అంతే ఉండదు. గంగ నదిలో ఉరకలెత్తింది. నాగానది పరవళ్ళు తొక్కింది. పచ్చని పైరు గాలికి వయ్యారంగా నాట్యం చేసింది. ముందుగా పనులు ప్రారంభమైన చోట ముందు ఫలితాలు వచ్చాయి.

సలమనాథమ్ అనే గ్రామంలో 36 రీఛార్జ్ బావులు నిర్మిం చారు. నీటి వసతి కింద మాత్రమే సాగయ్యే వరి

పంటను అక్కడ పండిస్తున్నారు.

"ఒకప్పుడు తాగునీళ్ళు దొరకని చోట ఇప్పుడు వరి పంటను సాగు చేయడాన్ని నమ్మలేకపోతున్నాను. కొన్నేళ్ళ క్రితం దాన్ని ఊహించనైనా లేదు" అంటారు నదియా అనే మహిళ. వాన నీటిని భూమికి తాగించారు. ఆ నేల తిరిగి ప్రజల దాహం తీర్చింది. ఆ జిల్లా ప్రజలను కరుణిం చింది. ఇప్పుడు నది నిండుగా ప్రవహిస్తోంది.

తీసుకోవడమే తప్ప తిరిగివ్వడం తెలియని గ్రామస్థు లకు నది అంటే నిధి అని అప్పుడే తెలిసింది. తమ బిడ్డల భవిష్యత్ కోసం ఆ నిధిని జాగ్రత్తగా దాచాలని అర్థం చేసుకున్నారు. వారొక్కరే కాదు ఈ విజయాన్ని గుర్తించిన ప్రజలందరూ కూడా ఆ విషయాన్ని అర్థం చేసుకున్నారు. తమ ప్రాంతాల్లో ఇంకుడుగుంతలు, కందకాలు, చెక్‌డ్యామ్‌లు నిర్మిస్తున్నారు.

తమ నుదుటి స్వేదంతో ప్రపంచాన్ని నీటి పొదుపు, పరిరక్షణ దిశగా నడిపించడమే వెల్లూరు మహిళలు సాధించిన అసలైన విజయం.

(వెబ్ సమాచార సౌజన్యంతో)

■

ఆశ లేని చోట ఆందోళనే లేదు, అంతా ప్రశాంతమే !

మేలు జాతి వంగడాలకు చిరునామా నంద్యాల!

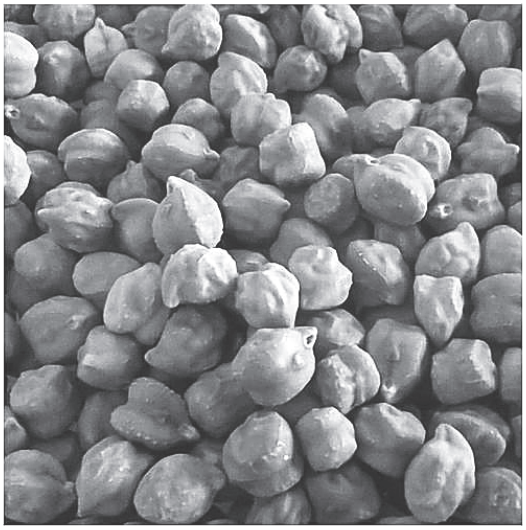
వాతావరణ మార్పులు.. గతి తప్పుతున్న రుతు పవనాలు.. అకాల వర్షాలు.. ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడం.. నీటి వనరులు తగ్గడం.. ఇలా ఎన్నో పరిణామాలతో కొన్నేళ్లుగా వ్యవసాయం తిరోగమనం దిశగా పయనిస్తోంది. పంటల సాగులో రైతులకు వరుసగా నష్టాలే. ఈ క్రమంలో వాతావరణ పరిస్థితులను ఎవరూ మార్చలేరు. ఆ పరిస్థితులను అధిగమించే నూతన వంగడాలను సృష్టించడమే వ్యవసాయ శాస్త్రవేత్తల లక్ష్యం. ఈ మేరకు నంద్యాల (ప్రాంతీయ వ్యవసాయ పరిశోధన స్థానం) ఆర్ఏఆర్ఎస్ శాస్త్రవేత్తలు నూతన వంగడాల ఆవిష్కరణలో ముందంజలో ఉన్నారు. ప్రకృతి వైపరీత్యాలను తట్టుకునేలా, తెగుళ్ల బారిన పడకుండా అధిక దిగుబడి వచ్చేలా నూతన వంగడాలను సృష్టిస్తున్నారు. వ్యవసాయంలో రైతులు రాణించేలా మేలు రకం విత్తనాలు అందిస్తూ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నంద్యాల పరిశోధన కేంద్రానికి మంచి గుర్తింపు తెస్తున్నారు.

ఆచార్య ఎన్జీరంగా వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం ప్రాంతీయ వ్యవసాయ పరిశోధన స్థానం 1906లో నంద్యాల పట్టణంలోని నూనేపల్లెలో 125 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఏర్పాటు చేశారు. 25 ఎకరాలలో భవనాలు ఉండగా మరో 100 ఎకరాల్లో వివిధ పంటలు సాగు చేస్తూ పరిశోధనలు చేస్తున్నారు. రాష్ట్రంలో ఎక్కడ లేని విధంగా ఈ వ్యవసాయ పరిశోధన కేంద్రంలో పది పంటలపై పరిశోధన సాగుతున్నది. దాదాపు 25 మంది శాస్త్రవేత్తలు ఇక్కడ పని చేస్తున్నారు.

ఈ పరిశోధన కేంద్రానికి 2017లో గుంటూరు ఆచార్య రంగా విశ్వవిద్యాలయం నుంచి అత్యుత్తమ పరిశోధన సంస్థగా అవార్డు దక్కింది. ఇక్కడ ఆవిష్కరించిన పత్తి, నంద్యాల సోనా వంగడాలు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పేరొందాయి. 1950లో పత్తి, 1980లో జొన్న, పొద్దుతిరుగుడు, శనగ, పొగాకు, తదితర పంటలపై పరిశోధనలు ప్రారంభించారు. అప్పటి నుంచి ఇప్పటి వరకు అనేక పంటలపై పరిశోధనలు చేయడం, వాటి గురించి రైతులకు అవగాహన కల్పించడం, ఆ మేరకు కొత్త వంగడాలను సృష్టించడంలో ఆర్ఏఆర్ఎస్కు మంచి గుర్తింపు వచ్చింది. పత్తి, పొద్దుతిరుగుడు, చిరు ధాన్యాలు, పొగాకు, శనగ, జొన్న, వరిలో అధిక దిగుబడులు వచ్చే నూతన వంగడాలను సృష్టించి అరుదైన ఖ్యాతిని సొంతం చేసుకున్నారు. నంద్యాల శాస్త్రవేత్తలు రామారెడ్డి, విజయలక్ష్మి, గాయత్రి, జాఫర్బాషా తదితరులు నూతన వంగడాల ఆవిష్కరణలను గురించి వివరించారు.

శనగకు నంద్యాల బ్రాండ్..

రాయలసీమలో శనగ పంటను ఎక్కువగా సాగు చేస్తారు. ఈ పంటకు ఉన్న ప్రాముఖ్యతను గుర్తించి 2009లో నంద్యాల పరిశోధన స్థానంలో అధిక దిగుబడి వచ్చే మేలైన



విత్తనాల ఆవిష్కరణకు శ్రీకారం చుట్టారు. 2012లో నంద్యాల శనగ-1, 2015లో నంద్యాల ధీర, 2016న నంద్యాల గ్రామ్-49, 2015లో నంద్యాల గ్రామ్-119 శనగ విత్తనాలను ఆర్ఏఆర్ఎస్ నుంచి ఉత్పత్తి చేశారు.

ఈ విత్తనాలను ఎక్కడ వాడినా నంద్యాల పేరు గుర్తుండాలనే ఉద్దేశంతో పేరుకు ముందుగా నంద్యాలను చేర్చినట్లు తెలుస్తోంది. శనగను ఇంగ్లిష్లో బెంగాల్ గ్రామ్ అంటారు.

సత్యం బాధాకరమైన చికిత్స లాంటిది, కాని అస్వస్థత పోతుంది, అసత్యం తక్షణ ఉపశమన ఔషధం, కాని దుష్ఫలితాలు ఎన్నో!

అందుకే నంద్యాల గ్రామ్-119, నంద్యాల గ్రామ్-49 అని పేరు పెట్టారు. నూతన వంగడాలకు 1, 2 తడులు నీరు పెడితే చాలు. ఈ రకాలు దృఢమైన వేరువ్యవస్థ కలిగి, నీటి బెట్టను, ఎండ తెగులును తట్టుకుంటాయి. శనగ గింజ బరువు 38 నుంచి 40 గ్రాములు ఉంటుంది. వర్షాధారం నేలలు అయితే ఎకరాకు 10 నుంచి 11 క్వింటాళ్లు, మిగిలిన పొలాల్లో ఎకరాకు ఏడెనిమిది క్వింటాళ్లు దిగుబడి వస్తుంది. వీటి పంట కాలం 90 నుంచి 105 రోజులు.

వ్యవసాయ యాంత్రీకరణ..

కొత్త వంగడాలను సృష్టించడంతో పాటు రైతులకు అవసరమైన యంత్రాలను ఆర్ఏఆర్ఎస్‌లో తయారు చేస్తున్నారు. ఇక్కడ తయారు చేసిన 16హెచ్‌పీ ట్రాక్టర్‌తో అనుసంధానం చేసే పరికరాలు, రెండు చెక్కల నాగలి, ఆరు చెక్కల కల్టీవేటర్, ఐదు చెక్కల విత్తనం, ఎరువు వేసే పరికరం, పంట నూర్పిడి, క్రిమి సంహారక మందు పిచికారీ యంత్రాలు రైతులకు ఎంతో ఉపయోగపడుతున్నాయి.

శిక్షణ.. అవగాహన

ఈ కేంద్రంలో పని చేసే శాస్త్రవేత్తలు ప్రతి నెల రైతులకు పంటల సాగులో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై శిక్షణ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు. చీడ, పీడల యాజమాన్యంపై అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. అంతేగాకుండా చుట్టుపక్కల రైతులు వేసిన పంట పొలాలను పరిశీలించి వాటికి రైతులు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను వివరిస్తున్నారు. మట్టి, నీటి నమూనాల పరీక్షలు నిర్వహించి అధిక దిబడులు సాధించేం దుకు రైతులను ప్రోత్సహిస్తున్నారు.

పత్తికి పుణ్యక్షేత్రాల పేర్లు

కర్నూలు జిల్లాలో రైతులు అధిక విస్తీర్ణంలో వరి, శనగ, పత్తి పంటలు సాగు చేస్తారు. ఈ మేరకు పత్తి రైతులకు నాణ్యమైన విత్తనాలను అందించేందుకు ఇక్కడ ఎన్నో పరిశోధనలు చేసి నూతన వంగడాలను సృష్టించారు. 2012లో శివనంది, శ్రీరామ 2015-16లో ఉత్పత్తి చేశారు. వీటికి నరసింహ, శివనంది, యాగంటి, అరవింద, శ్రీనంది వంటి పేర్లు పెట్టడానికి ఇక్కడ ప్రసిద్ధి గాంచిన దేవాలయాలు ఉండటం కారణం. అరవింద, శివనంది రకాలకు ఎర్రనేలలు, యాగంటి, నరసింహ, శ్రీరామ రకాలకు నల్లరేగడి నేలలు అనువైనవి. రసం పీల్చే పురుగులు, కాయతొలిచే పురుగులు, గులాబీ రంగు పురుగులను ఈ వంగడాలు ఎదుర్కొంటాయి. ఎకరాకు 8 నుంచి 14 క్వింటాళ్ల దిగుబడి వస్తుంది. శ్రీరామ రకం పంట విత్తనాలు ఏడు రాష్ట్రాలకు ఎగుమతి అయి ఆ రాష్ట్రాల్లో పంటలు పండిస్తున్నారు.

సన్నని సోనాలు

నంద్యాల ప్రాంతీయ వ్యవసాయ పరిశోధనా స్థానం నుంచి 2016లో విడుదలైన నంద్యాల సోనా రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పేరుగాంచింది. నంద్యాల సోనా కాలపరిమితి 130 నుంచి 140 రోజులు ఉంటుంది. గింజ చాలా సన్నగా ఉండి బియ్యం రుచిగా ఉంటుంది. ఈ బియ్యంలో ఇతర బియ్యాన్ని కల్తీ చేయడానికి సాధ్యం కాదు. వీటికి చీడపీడ తెగుళ్లు తక్కువ, అగ్గితెగులు, ముడత తెగులును తట్టు కుంటాయి. ఎకరాకు 35 నుంచి 45 క్వింటాళ్లు దిగుబడి వస్తుంది. కర్నూలు, కడప, గుంటూరు, నిజామాబాద్, రంగారెడ్డి, కర్ణాటక వంటి ప్రాంతాల్లో నంద్యాల సోనా బాగా ప్రాచుర్యం పొందింది.

నాణ్యమైన పొగాకు

1992లో తూర్పుగోదావరి జిల్లా వెంకటరామన్న గూడెం నుంచి అఖిల భారత పొగాకు సమన్వయ పథకాన్ని నంద్యాల ప్రాంతీయ వ్యవసాయ పరిశోధనా స్థానానికి మార్చారు. నంద్యాల పొగాకు-1 రకాన్ని 2015లో ఉత్పత్తి చేశారు. మూడు కేజీల విత్తనాలు ఎకరాకు నారువేస్తే 150 నుంచి 200 ఎకరాలకు విత్తనాలు వస్తాయి. అదే విధంగా నాటు పొగాకు, బీడీ పొగాకులను పరిశోధనల సహకారంతో విడుదల చేశారు. ఈ పంటను సెప్టెంబర్, అక్టోబర్ నెలలో 70 సెం.మీ దూరంలో మొక్క నాటుకోవడం వలన అధిక దిగుబడులు వస్తాయి. రసం పీల్చే పురుగు, లద్దెపురుగు వంటి వాటిని ఈ పంట తట్టుకుంటుంది. ఈ పంటలపై అధిక దిగుబడి, నాణ్యతలపై పరిశోధనలు పురోగతిలో ఉన్నాయి.

(సాక్షి సౌజన్యంతో ...)

■

తమ సమస్యలను నీతో పంచుకునేవారిని చిన్నచూపు చూడకు ; నీకు చెప్పడం వారు అసమర్థులైకాదు, నీమీద నమ్మకంతో!

ముంగారుకు మల్చింగ్ జోడు ... రైతుకు పంట సిరి తోడు !

– సి.రాజశేఖర్

అనంతపురం జిల్లాలో ప్రతి సంవత్సరం వర్షాలు తగ్గుముఖం పట్టడం వలన సాగు చేసే భూమి తగ్గిపోతోంది. సకాలంలో వర్షాలు రాకపోవడం వలన రైతన్నలు వలసల బాట పట్టవలసి వస్తోంది. రైతన్నలే లేకపోతే మనిషి మనుగడే ప్రశ్నార్థకమవుతుంది. అయితే, ఇటువంటి అనావృష్టి ప్రతికూల పరిస్థితులలో సంప్రదాయికంగా వేసే వేరుశనగ పంట బదులు నవధాన్య పంటలను సాగుచేయడం వలన ఒక పంటలో నష్టపోయినా ఇంకొక పంటలో ఆదాయం పొందవచ్చు.

నవధాన్యాల సాగు పద్ధతి

విత్తనాన్ని పొడి నేలలో విత్తుకోవాలి. విత్తనం విత్తడానికి ఒక రోజు ముందు బీజామృతం తయారు చేసుకొని, విత్తడానికి ఒక గంట ముందు విత్తనాన్ని బీజామృతంతో విత్తన శుద్ధి చేసుకొని నీడలో ఆరబెట్టుకొని విత్తుకోవాలి. ఇలా విత్తన శుద్ధి చేయడం వలన విత్తనంపై బీజామృతం ఒక పొరలా ఏర్పడుతుంది. ఈ విత్తనాలనే మట్టి పెంకు విత్తనాలు అంటాము. విత్తనశుద్ధి చేయడం వలన విత్తనం బాగా మొలకెత్తడంతో పాటు భూమిలోని క్రిములు, వైరస్ నుంచి పంటకు వచ్చే చీడలను, తెగుళ్ళను నియంత్రించడానికి తోడ్పడుతుంది. వర్షం రావడం ఆలస్యమైనా తట్టుకుంటుంది. క్రిమి కీటకాల నుండి రక్షణ ఇస్తుంది.

విత్తనం విత్తిన తరువాత భూమిని వేరుశనగ పొట్టు లేదా వరిగడ్డి లేదా ఎండిన ఆకులతో రెండు లేదా మూడు అంగుళాల మందంతో ఒక పొరలాగా కప్పి ఉంచాలి. దీనినే “మల్చింగ్” (ఆచ్ఛాదన) అంటారు. ఇలా భూమిని కప్పి ఉంచడం వలన వర్షం పడిన తరువాత నేలలోని తేమ తొందరగా ఆవిరైపోకుండా కొన్ని రోజులు భూమిని తేమగా ఉంచుతుంది. దీనితోపాటు ఈ మల్చింగ్ పై జీవామృతం తయారు చేసుకొని చల్లుకోవడం వలన గాలిలోని తేమను గ్రహించి మొక్కలకు కావలసిన తేమను అందిస్తుంది. మల్చింగ్ కప్పడం వలన వర్షం ఎప్పుడు వస్తుందో అప్పుడు పంట మొలకెత్తడం మొదలవుతుంది. వర్షం పడనంత వరకు విత్తనం భూమిలో అలాగే ఉంటుంది. ప్రతి రైతు ఋతుపవనాలు రాకముందే నవధాన్య పంటలు వేయడం వలన చాలావరకు వర్షం పడిన వెంటనే విత్తనాలు మొలకెత్తుతాయి.

నవధాన్య పంటలు వేయడం వలన ఒక పంటలో నష్టపోయినా ఇంకొక పంటలో ఆదాయం పొందవచ్చు. ఎర పంటగా, కంచె పంటగా కూడా ఉపయోగపడతాయి. భూమిని 9 నెలల వరకు కప్పి ఉంచుతుంది. మన ఇంటికి కావలసిన 9 రకాల ధాన్యాలను పండించుకోవచ్చు. నవధాన్య పంటల ఆకులు భూమిపై రాలి భూసారం పెరుగుతుంది.

మాస్ నిర్వహణలోని‘ క్లైమేట్ స్మార్ట్ విలేజెస్ ’ ప్రాజెక్టులో భాగంగా ముంగారు (డ్రై సోయింగ్) పద్ధతిలో నవధాన్య పంటలను గుడిబండ మండలంలో 9 మంది రైతులతో, నల్లమాడ మండలంలో 12 మంది రైతులతో వేయించడం జరిగింది. ■

నమ్మితే మౌనం కూడా చక్కగా అర్థమవుతుంది, నమ్మకం లేకుంటే ప్రతి మాట అపార్థంగానే వినిపిస్తుంది

విత్తన బంతులతో సులువుగా మొక్కల పెంపకం!

– మాస్, సిఎస్‌వి, జి4 ప్రాజెక్ట్ సిబ్బంది

'మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ' (మాస్) క్లైమేట్ స్మార్ట్ విలేజ్ ప్రాజెక్టులో భాగంగా అనంతపురం జిల్లా గుడిబండ మండలంలో 2019 ఆగస్టు నెలలో గుడిబండ , పి.సి.గిరి, మందలపల్లి, గుండ్లు. ఉన్నత పాఠశాల విద్యార్థులు, కొంకల్లు ప్రాథమిక పాఠశాల విద్యార్థులు, నల్లమాడ మండలంలో పాతబత్తులపల్లి, గోపేపల్లి పాఠశాల విద్యార్థులు విత్తన బంతులను (సీడ్ బాల్స్)ను తయారుచేసే కార్యక్రమంలో ఉత్సాహంగా, వేడుకగా పాల్గొన్నారు. మొత్తం 15,000 సీడ్ బాల్స్ తయారుచేశారు. ఈ విధంగా తయారు చేసిన సీడ్ బాల్స్‌ను గ్రామం చుట్టు ప్రక్కల గుట్ట ప్రాంతాలలో, బంజరు భూములలోను, ప్రభుత్వ కార్యాలయాలు, పాఠశాలల ప్రాంగణాలలో పెట్టడం జరిగింది. ఇలా పెట్టిన (వేసిన) తరువాత, వర్షం వచ్చినప్పుడు అవి మొలకెత్తి మొక్కలుగా ఎదుగుతాయి. సులభరీతిలో వ్యవసాయ వృక్ష సంపదను, అటవీ సంపదను పెంపొందించడానికి ఈ పద్ధతి ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.

సీడ్ బాల్స్ అంటే?

చెరువుమట్టి, దిబ్బఎరువు, ద్రవ జీవామృతంతో (ఆవు పేడ, ఆవు మూత్రం, శెనగపిండి, బెల్లం, పుట్టమన్నుతో ద్రవ జీవామృతం తయారుచేస్తారు) బాగా కలిపి క్రికెట్ బంతి పరిమాణంలో బంతిలాగా చేయాలి. పశువులు, చిన్న జీవాలు మేయని మొక్కలొచ్చే విత్తనాలను ఈ బంతులలో చుట్టు ప్రక్కల కూర్చి మరలా బంతిలాగా చేసి, చివరగా తీగజాతి గడ్డి విత్తనాలపై పొర్లించాలి. మరలా బంతిలాగా బాగా చుట్టి కనీసం నాలుగు రోజులపాటు నీడలో ఆరబెట్టాలి. ఈవిధంగా తయారైన బంతినే "విత్తన బంతి" (సీడ్ బాల్) అంటారు.

సీడ్ బాల్స్ ప్రయోజనం :

జీవ వైవిధ్యంలో కోల్పోయిన వృక్షజాతిని పునరుజ్జీవింప చేయడానికి సీడ్ బాల్స్ ఎంతగానో తోడ్పడతాయి. తక్కువ ఖర్చుతో, తక్కువ సమయంలో, పొదలున్న చోట గాని, మనుషులు వెళ్ళలేని చోట, రోడ్డుకిరువైపులా, బంజరు భూములలో, కార్యాలయ ఆవరణలలో, పాఠశాలల ఆవరణలో సులభ రీతిలో సీడ్ బాల్స్ వేయవచ్చు లేదా పెట్టవచ్చు.

బంతిలో మట్టి, పోషకాలు, సూక్ష్మజీవులతో ఆవరించి వున్నందున వాటిని నాటవలసిన అవసరం లేదు. ద్రవ జీవామృతంతో కలిపి బంతి తయారు చేయడం వలన పక్షులు, చీమలు, ఎలుకల నుండి విత్తనాలకు రక్షణ వుంటుంది. విత్తనం మొలకెత్తడానికి కావలసిన పోషకాలు బంతిలో వుంటాయి. చాలా తక్కువ శ్రమతో, యంత్రాలు లేకుండా మొక్కలను పెంచవచ్చు. తగినంత వర్షం వచ్చినప్పుడు బంతిలో ఉన్న విత్తనాలు వాటంతట అవే మొలకెత్తుతాయి.

గుడిబండ, నల్లమాడ మండలాలలో క్లైమేట్ స్మార్ట్ విలేజెస్ ప్రాజెక్ట్ ప్రాజెక్టులో భాగంగా ఆరు పాఠశాలల విద్యార్థులు, ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయులు, యువజన సంఘాల సభ్యుల సహకారంతో, ప్రొఫెసర్ విష్ణు పరోక్ష సాంకేతిక సహకారంతో తయారుచేసిన ఈ సీడ్ బాల్స్‌ను ఆ గ్రామాలలోని గుట్టలపై వేయడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహక బహుమతితో పాటు ప్రశంసా పత్రాన్ని అందచేయడం జరిగింది. రాబోయే రెండు సంవత్సరాలలో మహిళా సంఘాలు, యువజన సంఘాలు, రైతు సంఘాలు విద్యార్థులతో కలిసి మరింత భారీ స్థాయిలో సీడ్ బాల్స్ తయారుచేయడానికి ప్రణాళిక సిద్ధం చేస్తున్నారు. ■

నీ శక్తి సామర్థ్యాలను అనుమానిస్తే బాధపడకూడదు, ఎందుకంటె బంగారం నాణ్యతను శంకిస్తారు కాని ఇనుమును కాదుగా

నిల్వచేయగలిగే చెరకు రసం పరిశ్రమ !

– డాక్టర్ మైనంపాటి శ్రీనివాసరావు

సహజ శీతల పానీయాలకు ఇటీవలి కాలంలో ఆదరణ బాగా పెరుగుతున్నది. సింథటిక్ లేదా కృత్రిమ శీతల పానీయాల వలన ఆరోగ్యానికి హాని కలుగుతుందని అన్ని వయస్సులవారు గుర్తిస్తున్నారు. సింథటిక్ శీతల పానీయాలలో వుండటం, తయారీదారులు సరైన శుభ్రతను పాటించకపోవడం, అంతేకాకుండా రోడ్డుపై దుమ్ము, వాహనాల కాలుష్యం చెరకుపై పడటం వంటి కారణాల వలన చెరకురసం నాణ్యమైనదిగా చెప్పలేము.

పరిమితికి మించిన పెస్టిసైడ్స్ వుండటం వలన అనేకరకాలైన వ్యాధులు ఏర్పడుతున్నాయని ప్రపంచమంతా శాస్త్రవేత్తలు ఘోషిస్తున్నారు. అందువల్ల ప్రజలలో సింథటిక్ శీతల పానీయాల పట్ల వ్యతిరేకత పెరిగి, సహజపానీయాలైన పండ్ల, కూరగాయల ఆధార శీతల పానీయాల వాడకం గత 5 లేదా 6 సంవత్సరాలుగా క్రమేణా ఆదరణ పెరుగుతున్నది.

మంచి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు వున్న సహజ శీతల పానీయాలలో చెరకురసం ఒకటి. రోడ్ల పక్కన చెరుకురసం తీసి, తాజా రసంను కస్టమర్ల అందించే అమ్మకందారుల గురించి మనందరికీ తెలుసు. వేసవికాలంలో ఈ బండ్ల దగ్గర అధిక జనసమూహం వుండటం సహజం. కానీ ఈ చెరకురసం తయారీ పరిసరాలు అపరిశుభ్రంగా

90 రోజులు నిల్వ చేయదగిన నాణ్యమైన రసం :

ఇటీవలి కాలంలో అభివృద్ధి చెయ్యబడిన సాంకేతిక పరిజ్ఞానంలో చెరకురసంను పరిశుభ్రమైన గదిలో అన్నిరకాల పరిశుభ్రంగా చర్యలు తీసుకొని ప్రాసెస్ చేసి, సీసాలలో నింపి గరిష్ఠంగా 90 రోజుల వరకు నిల్వ వుంచి, ఎక్కడైనా మార్కెట్ చేసుకునే అవకాశం ఏర్పడింది. అందువలన సినిమాహాళ్ళు, బస్టాండ్లు, రైల్వేస్టేషన్లు మరియు రైళ్ళు, హోటళ్ళు, ఐస్‌క్రీమ్ పార్లర్లు వంటి వివిధ ప్రదేశాలలో వినియోగదారులకు అమ్మటానికి ఏర్పాటు చేసే వీలు కలుగుతుంది. సహజ శీతల పానీయాలకు ఆదరణ పెరుగుతుండడం వలన బాటిలింగ్ చేసిన చెరకు రసంకు మంచి భవిష్యత్ వుంటుందని చెప్పవచ్చు.

అనుబంధాలు మానసిక స్థితితోనో, నియమనిబంధనలతోనో ఏర్పడవు ; పరస్పర ప్రేమానురాగాలే వాటికి మూలం

ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు :

1. శరీరానికి తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది. నాణ్యమైన కార్బోహైడ్రేట్స్, ప్రొటీన్, ఐరన్, పొటాషియం మరియు ఇతర ఆవశ్యక పోషక విలువలు కలసి, మంచి ఎనర్జీ డ్రింక్‌గా పని చేస్తుంది.
2. జ్వరంతో బోధపడేవారికి, ఈ పానీయం మంచి ఆరోగ్య కారకం
3. కామెర్ల వ్యాధితో బాధపడేవారికి, రక్తంలో సరైన గ్లూకోజ్ స్థాయిని నిర్వహిస్తూ త్వరగా కామెర్ల నుండి బయటపడేలా చేస్తుంది.
4. జీర్ణ వ్యవస్థను సరి చేస్తుంది.
5. అజీర్తి సమస్యలను నివారిస్తుంది.
6. గాయాలను త్వరగా మాన్పుతుంది.
7. గుండె సంబంధ వ్యాధులు రాకుండా నివారిస్తుంది.
8. ఎముకల వృద్ధికి, గట్టితనానికి తోడ్పడుతుంది.
9. క్యాన్సర్, రక్తహీనత వ్యాధులు రాకుండా నివారిస్తుంది.
10. కిడ్నీల సక్రమ ఫంక్షనింగ్‌కు తోడ్పడుతుంది.

అందువలన చెరకురసం ఒక మంచి ఆరోగ్యాన్నిచ్చే పానీయంగా చెప్పవచ్చు.

అవసరమైన యంత్రపరికరాలు :

జ్యూస్ తీసే యంత్రం, పాశ్చరైజర్, బాటిలింగ్ మిషన్, ఇతర పరికరాలు అవసరం.

ముడి పదార్థాలు :

చెరకు (10–12 నెలల గడలు), నిమ్మకాయలు, అల్లం, ప్రిజర్వేటివ్స్, పిపి బాటిల్స్, లేబుల్ మొదలైనవి.

మార్కెటింగ్ : రెడీ – టు – సర్వే శాతం పానీయంగా చెరకు రసం పిండిన బాటిల్స్‌ను సూపర్ మార్కెట్లు, సినిమాహాళ్ళు, షాపింగ్ కాంప్లెక్స్‌లు, బస్టాండ్స్, రైల్వే స్టేషన్లు, రైళ్ళు, ఆఫీసు మరియు ఫ్యాక్టరీ క్యాంటిన్లు, స్కూళ్ళు మరియు కాలేజీలలో వుండే రిటైల్ షాపులు వంటి వివిధ రిటైల్ దుకాణాల ద్వారా వినియోగదారులకు సమీపంలో లభ్యమగునట్లు చర్యలు తీసుకోవాలి. వివాహాలు మరియు ఫంక్షన్లలో అధిక పరిమాణం మార్కెటింగ్ కొరకు క్యాటరింగ్ వారితో మార్కెట్ చెయ్యటం అవసరం.

మంచి అవకాశం : నాణ్యమైన ఆహార ఉత్పత్తి తయారీ పట్ల ఆసక్తి వున్న యువతీ యువకులకు ఈ పరిశ్రమ ప్రారంభించటం ఒక మంచి స్వయం ఉపాధి అవకాశం అవుతుంది.

పరిశ్రమ వ్యయం

ప్రాసెసింగ్ సామర్థ్యం : 1400 కేజీల చెరకు రోజుకు (60–65% జ్యూస్)

ఉత్పత్తి సామర్థ్యం : 4000 బాటిల్స్ (200 మి.లీ పీపీ బాటిల్స్)

పరిశ్రమ వ్యయం : రూ. 23.00 లక్షలు)

(వ్యాస రచయిత బిజినెస్ కన్సల్టెంట్,
సెల్ : 9866119816)

ఇయర్ బడ్స్‌తో ఇబ్బందులు

ఇయర్‌బడ్స్ ఉపయోగించి చెవిలోని గుబిలిని తీసుకునే అలవాటు చాలామందికి ఉంటుంది. వీటిని చిన్న పిల్లల నుంచి పెద్దవారి వరకూ అందరూ ఉప యోగిస్తుంటారు. ఇవి ఉపయోగించడం అంత మంచిది కాదు అంటున్నారు నిపుణులు. వీటి ద్వారా చెవిలోని గుబిలిని (ఇయర్ వాక్స్) ను తొలగించడం వలన కొన్నిసార్లు చెవిలోని సున్నిత భాగాలు దెబ్బ తింటాయని వారు చెబుతున్నారు. ఇయర్ వాక్స్ అనేది కొన్ని రోజుల తరువాత దానంతట అదే బయటకు వచ్చేస్తుందనీ, ప్రత్యేకించి దానిని తీసేయ వలసిన అవసరం లేదు అని అంటున్నారు. ఇలా తీసివేసే క్రమంలో కొన్నిసార్లు కర్ణభేరి దెబ్బతింటుందని వారు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇయర్ బడ్స్ ఉపయోగించడం వలన అమెరికాలో ప్రతిరోజు సుమారు 84 మంది గాయపడి ఆసుపత్రుల్లో చేరుతున్నారట! వీరందరూ నాలుగునుంచి ఎనిమిది సంవత్సరాల లోపు పిల్లలు కావడం విశేషం. అందువలన చిన్నపిల్లల చేతికి ఇయర్‌బడ్స్ ఇవ్వకూడదని వారు సూచిస్తున్నారు.

స్నేహ గుణం ఎంతగా నీ బలహీనత అయితే అంతగా నిన్ను మించిన బలశాలి వుండడు

అన్ని కాలాలకు అనువైన ఆరోగ్య పానీయంకొబ్బరి నీరు!

ఒంట్లో నీరసంగా ఉన్నా.. జ్వరం వచ్చినా కొబ్బరి నీళ్లు తాగితే చాలు. కొబ్బరి నీళల్లో పోషకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ప్రతికాలంలో మనకి కొబ్బరి నీళ్లు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ప్రతి జబ్బుకూ ఇది సర్వ రోగ నివారిణి. ఎలాంటి కల్తీ లేకుండా మనకు స్వచ్ఛంగా లభించే పానీయం ఇదొక్కటే ఉంటుంది.

కొబ్బరి నీళల్లో చాలా పౌష్టిక గుణాలుంటాయి. ఇందులో ఉండే చాలా మినరల్స్ శరీరానికి మేలు చేస్తాయి.

అందువల్ల రెగ్యులర్ కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం చాలా మంచిది. అలాగే కొబ్బరి నీళ్ల వల్ల కలిగి ఉపయోగాలు ఏమిటో మీరూ చూడండి.

1 గుండెకు చాలా మంచిది

కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం గుండెకు చాలా మంచిది. హార్ట్ అటాక్ వంటి సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి. అధిక రక్తపోటు సమస్య కూడా ఉండదు. గుండె సంబంధిత వ్యాధులన్నింటినీ దూరం చేయగలదు.

2. జీవక్రియను పెంచుతుంది

రోజూ కొబ్బరినీరు తాగడం వల్ల మీ జీవక్రియ రేట్ కూడా పెరుగుతుంది. అలాగే మీరు త్వరగా బరువు తగ్గడానికి అవకాశం ఉంటుంది. ఇందులోని ఎలెక్ట్రోలైటీ అనేది అధికంగా ఉంటుంది. ఇది మిమ్మల్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. అలాగే ఇందులో మాంగనీస్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీంతో జీవక్రియ పెరిగి ఫ్యాట్ మొత్తం కరిగిపోతుంది.

3. కిడ్నీలోని రాళ్లను కరిగిస్తుంది

నీరు తక్కువ తాగితే మూత్రపిండాల్లో (కిడ్నీల్లో) రాళ్ళు ఏర్పడుతుంటాయి. అయితే కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం వల్ల కిడ్నిలోని చిన్నసైజ్ రాళ్ళను త్వరగా కరిగించుకోవొచ్చు.

అలాగే కిడ్నీల్లోని వ్యర్థ పదార్థాలు మొత్తం కూడా బయటకు వెళ్లడానికి కొబ్బరి నీళ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి.

4. డీ హైడ్రేషన్ ఉండదు

కొబ్బరి నీళ్లను రెగ్యులర్‌గా తాగడం వల్ల మీలో డీ హైడ్రేషన్ సమస్య అనేది ఏర్పడదు. నీళ్ళ కంటే ఎక్కువగా కొబ్బరి నీళ్లు పని చేస్తాయి.

అథ్లెట్లు, వ్యాయామాలు చేసేవారు ఎక్కువగా కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం చాలా మంచిది.

5. జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది

కొబ్బరి నీరు కేలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అయితే ఇందులో మినరల్స్, ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవన్నీ మీలో మీలో జీర్ణశక్తిని పెంచుతాయి.

6. కండరాల తిమ్మిరిని తగ్గిస్తుంది

కండరాల తిమ్మిరిని తగ్గించడంలో కొబ్బరి నీళ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి. రక్తంలో పొటాషియం స్థాయి తక్కువగా ఉంటే ఇలాంటి తిమ్మిర్లు వస్తాయి.

అయితే కొబ్బరి నీరు పొటాషియం స్థాయిని పెంచు తుంది. దీంతో కండరాల తిమ్మిరి సమస్య అనేది ఉండదు.

7. ఎముకలను బలంగా ఉంచుతుంది

కొబ్బరి నీటిలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం అధికంగా ఉంటాయి. ఈ రెండూ కూడా మీ ఎముకల్ని బలంగా చేస్తాయి. అందువల్ల ఎముకలు బలపడాలంటే కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం మంచిది.

నిజాయితీ బాటలో నడవడంలో గొప్ప సౌకర్యం వుంది, ఆ దారిలో రద్దీ బాగా తక్కువ

8. బరువు తగ్గొచ్చు

మీరు గంటల తరబడి వ్యాయామం చేయకుండానే సులువుగా బరువు తగ్గించగల శక్తి కొబ్బరి నీళ్లకు ఉంటుంది. కొబ్బరి నీరు మీలో కాస్త ఆకలి తగ్గిస్తుంది.

అంతేకాకుండా శరీరంలోని కొవ్వును కొబ్బరి నీళ్లు కరిగిస్తాయి.

9. మధుమేహ (డయాబెటిక్) నివారిణి

కొబ్బరి నీళ్లు యాంటీ డయాబెటిక్‌గా పని చేస్తాయి. బ్లడ్ షుగర్‌ని తగ్గించడానికి కొబ్బరి నీళ్లు చాలా బాగా ఉపయోగపడతాయి. డయాబెటిస్ బాధపడుతున్నవారు కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం చాలా మంచిది.

అయితే డయోబెటిక్ తో బాధపడుతున్నవారు ఎక్కువగా కొబ్బరి నీళ్లు తాగకపోవడం కూడా మంచిది. హైపోగ్లైసెమిక్ ఎపిసోడ్ సమస్య బారిన పడే అవకాశం ఉంది.

10. రక్తం గడ్డకట్టే సమస్య ఉండదు

అనవసరంగా రక్తం గడ్డ కట్టే సమస్యను కొబ్బరి నీళ్ళు పరిష్కరిస్తాయి. కొందరిలో ఈ సమస్య ఏర్పడు తుంటుంది. దీన్ని కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం ద్వారా పరిష్కరించుకోవొచ్చు.

11. రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది

కొబ్బరి నీళ్లు రక్తపోటును తగ్గిస్తాయి. హైపర్టెన్సివ్‌తో బాధపడే వారు తరచుగా కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం మంచిది. దీంతో వారిలో ఆ సమస్య పోతుంది.

12.చెడు కొలెస్ట్రాల్స్ ను తొలగించగలవు

కొబ్బరి నీళ్లు రక్తంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్స్‌ను తొలగించ గలవు. ఈ విషయం పలు పరిశోధనల్లో వెల్లడైంది.

13. అతిసారం సమయంలో ఎక్కువగా తాగాలి

అతిసారంతో బాధపడుతున్నప్పుడు కొబ్బరి నీళ్లు ఎక్కువగా తాగాలి. ఓఆర్ ఎస్ కన్నా కొబ్బరి నీళ్లు చాలా మంచివి. అందువల్ల అతిసారం సమయంలో కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం మంచిది.

14. వ్యర్థాలన్నీ బయటకు పోతాయి

శరీరంలోని వ్యర్థాలన్నీ బయటకుపంపడానికి కొబ్బరి నీళ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి. అప్పుడప్పుడు కేవలం శరీరం లోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపడానికి కొబ్బరి నీళ్ళు తాగడం చాలా మంచిది.

15. తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది

మీకు తక్షణ శక్తిని ఇవ్వడానికి కొబ్బరి నీళ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి. మీరు బాగా అలసిపోయినప్పుడు కాసిన్ని కొబ్బరి నీళ్లు తాగితే చాలు. మీరు వెంటనే కోల్పోయిన శక్తిని తిరిగి పొందుతారు.

16. మద్యం వల్ల వచ్చే హ్యాంగోవర్ తగ్గిపోతుంది

చాలామంది రాత్రి తాగింది దిగకపోవడంతో హ్యాంగోవర్‌తో బాధపడుతుంటారు. అలాంటి వారు కొబ్బరి

నీళ్లు తాగడం మంచిది. దీంతో వెంటనే ఉపశమనం కలుగుతుంది. మద్యపానం వల్ల శరీరంలోని శక్తి మొత్తం ఖాళీ అయిపోతుంది. అలాంటి సందర్భాల్లో మీరు కొబ్బరి వాటర్ తాగడం చాలా మంచిది.

17. తలనొప్పి తగ్గిపోతుంది

కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల తలనొప్పి సమస్య నుంచి త్వరగా ఉపశమనం పొందొచ్చు. తలనొప్పి ఉన్నప్పుడు కాసిన్ని కొబ్బరి నీళ్లు తాగి చూడండి.

18. మతిమరుపు

మతిమరుపు సమస్యను కొంత మేరకు కొబ్బరి నీరు పరిష్కరించగలదు. కొబ్బరి నీళ్లలో ఉండే ట్రాన్స్-జెజిటిన్ జ్ఞాపకశక్తిని పెంపొందించగలదు.

నీవంటి ఇష్టపడడం వేరు, గౌరవించడం వేరు ; ఇష్టపడే వారెందరో, గౌరవించేవారు కొందరే, గౌరవం పొందడమే గొప్పతనం

19. కాఫీ, టీల కంటే చాలా మంచిది

కాఫీ లేదా టీని క్రమం తప్పకుండా తాగుతున్నట్లయితే వాటి బదులుగా కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం చాలా మంచిది. వాటికంటే బోలెడన్నీ ప్రయోజనాలు ఇందులో ఉన్నాయి. అందువల్ల రెగ్యులర్ గా కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం అలవాటు చేసుకోండి.

20. హానికరమైన సూక్ష్మ క్రిముల నుంచి కాపాడుతుంది

కొబ్బరి నీళ్లలోని ఔషధ గుణాలు శరీరంలోకి ప్రవేశించిన హానికరమైన బ్యాక్టీరియాతో పోరాడగలవు. ఈ కోలి, పి ఎరుగినోస, బీ సబ్ టిల్స్, ఆరియస్ వంటి బ్యాక్టీరియాపై కొబ్బరి నీళ్లు ప్రభావవంతంగా పని చేస్తాయి. కొబ్బరి నీరు యాంటీమోక్రోబియాల్ గా పనిచేస్తుంది.

21. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది

కొబ్బరి నీళ్లు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. ఇందులో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. అలాగే కొబ్బరి నీటిలో ఆమ్ల జనకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. శరీరంలోని ఫ్రీరాడికల్స్ ను తగ్గిచండానికి కొబ్బరి నీళ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి.

22. మంచి నిద్ర

రాత్రి పడుకునే సమయంలో కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం వల్ల త్వరగా నిద్రకు ఉపక్రమిస్తారు. అలాగే మంచి నిద్ర వస్తుంది. కొబ్బరి నీరు కండరాలకు త్వరగా విశ్రాంతి చేకూర్చగలదు. నిద్రలేమితో బాధపడేవారు పడుకునే ముందు కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం చాలా మంచిది.

23. జ్ఞాపక శక్తి పెరుగుతుంది

కొబ్బరి నీళ్ల వల్ల జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. జ్ఞాపక శక్తిని పెంచడానికి కొబ్బరి నీరు బాగా ఉపయోగపడుతుంది. చాలా అధ్యయనాల్లో ఈ విషయం వెల్లడైంది.

24. కుంగుబాటు (డిప్రెషన్)

కొబ్బరి నీటిలో మెగ్నీషియం దాదాపు 60 మి. గ్రా ఉంటుంది. ఇది మిమ్మల్ని డిప్రెషన్ నుంచి కాపాడుతుంది. అందువల్ల రోజూ మీరు కొబ్బరి నీటిని తాగడం చాలా మంచిది.

25. గర్భిణీలు, పాలిచ్చే తల్లులకు మంచిది

గర్భిణీలు, పాలిచ్చే తల్లులు పలు సమస్యల ద్వారా బాధపడుతుంటారు. ఎక్కువగా అలసట చెందడం, కండరాల తిమ్మిరి, అధిక రక్తపోటు వంటి సమస్యలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అయితే రోజూ కొబ్బరినీరు తాగడం వల్ల సులువుగా ఈ సమస్యల నుంచి బయటపడొచ్చు

26. అధిక జ్వరం

అధిక జ్వరం నుంచి త్వరగా ఉపశమనం పొందడానికి కొబ్బరి నీరు చాలా బాగా ఉపయోగపడుతుంది. జ్వరం వచ్చినప్పుడు కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల మీరు కోల్పోయిన శక్తిని తిరిగి పొందుతారు.

27. గ్యాస్ట్రిక్ సమస్య నుంచి ఉపశమనం

కొబ్బరి నీళ్ల ద్వారా గ్యాస్ట్రిక్ సమస్య నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది. గ్రాస్టిక్ సమస్య వల్ల కొందరు చాలా ఇబ్బంది పడుతుంటారు.

అయితే కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల కొంత మేరకు సమస్య నుంచి ఉపశమనం కలుగుతుంది.

28. వృద్ధాప్య ఛాయలు రాకుండా

వయస్సు పెరిగేకొద్ది వృద్ధాప్య ఛాయలు ఎక్కువగా వస్తుంటాయి. ముఖంపై ముడుతలు ఏర్పడుతుంటాయి. అయితే ప్రతి రోజూ కొబ్బరి నీళ్లను తాగడం వల్ల ఇలాంటి ముడతలు కాస్త తగ్గుతాయి.

29. చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది

కొబ్బరి నీళ్లను క్రమబద్ధంగా తాగడం వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. మీచర్మం ఎప్పుడూ కోమలంగా ఉంటుంది.

30. జుట్టును ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది

జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు కొబ్బరి నీరు బాగా ఉపయోగపడుతుంది. కొబ్బరి నీటిలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. జుట్టు నిగనిగలాడుతుంది. చూశారు కదా, కొబ్బరి నీటితో ఎన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలో ! వీటన్నింటి కోసం మీరూ రోజూ కొబ్బరి నీళ్లు తాగితే చాలు. ■

ఆత్మీయంగా వుండడం సులభమే, ఆత్మీయతను పొందడమే కష్టం ; అందుకే ఆత్మీయులను ఎన్నడూ దూరంచేసుకోకూడదు

దేశమంతటా పోషకాహార వారోత్సవాలు!

– జె వి క్రిష్ణమూర్తి

ప్రతి ఏటా సెప్టెంబర్ నెల మొదటి వారం, అంటే 1వ తేదీ నుంచి 7 వ తేదీ వరకు దేశమంతటా 'జాతీయ పోషకాహార వారోత్సవాల'ను నిర్వహిస్తారు.ప్రజలకు వారి ఆరోగ్య సంరక్షణపట్ల తగిన అవగాహన కలిగించి, పోషకాహారానికి సంబంధించిన చిట్కాలు తెలియజేయడం ఈ వారోత్సవాల ముఖ్య ఉద్దేశం.

చరిత్రలో తొలిసారిగా 1973 మార్చిలో అమెరికన్ డయటిక్ అసోసియేషన్ వారు జాతీయ పోషకాహార వారోత్సవాలను ప్రారంభించారు. 1980 నాటికి ఈ వారోత్సవాల పట్ల ప్రజలు ఎంతో ఉత్సాహంగా స్పందించ సాగారు. ఆ స్పందనతో వారోత్సవాలు మాసోత్సవాలుగా మారాయి. ఇప్పుడు అకాడమీ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్ అండ్ డయటిక్స్ ఈ కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నది.

ఇక మన దేశంలో, 1982లో కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రారంభించిన ఈ ప్రచారోద్యమంలో భాగంగా చిరు ధాన్యాలతో సహా వివిధ రకాల తృణ ధాన్యాలు, కాయగూరలు, పండ్లు, కొవ్వు తొలగించిన పాలు, పాల పదార్థాలు, మాంసం, చేపలు, గింజలలో వుండే పోషక విలువలపై అవగాహన కలిగించి. తక్కువ ఖర్చుతోఅధిక పోషక విలువలు కలిగిన సమతుల పోషకాహారాన్ని సులువుగా ఎలా పొందవచ్చునో తెలియజేస్తారు. పోషకాహార లోపం దేశాభివృద్ధికి ప్రధాన అడ్డంకిగా మారడంతో కేంద్రప్రభుత్వం ప్రజలకు తమ ఆరోగ్య సంరక్షణ పట్ల సదవగాహన కలిగించి, వ్యక్తి ఆరోగ్య సంరక్షణ ద్వారా మొత్తం దేశాన్ని ఆరోగ్యవంతమైన దేశంగా తీర్చిదిద్ద డానికి చేపట్టిన మహా ప్రచారోద్యమమే ఈ పోషకాహార వారోత్సవం.

మహిళా, శిశు సంక్షేమ శాఖ, ఆరోగ్య శాఖ , ఎన్ జి ఓ లతో పాటు 43 విభాగాలను సమన్వయపరచుకుంటూ ఆహారం, పోషకాహార బోర్డు దేశ వ్యాప్తంగా ఈ కార్య క్రమాలను నిర్వహిస్తుంది.

ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా సభలు, సమావేశాలు, చర్చాగోష్టులు, ప్రదర్శనలు, శిక్షణలు, సంబంధిత వివిధ అంశాలపై పోటీలు వంటి ప్రచార కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తారు.

ఈ ప్రచారోద్యమంలో సంబంధిత ప్రభుత్వ శాఖలతో పాటు, పోషకాహారంపై పనిచేసే వివిధ స్వచ్ఛంద సంస్థలు కూడా ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తాయి, ఎంపికచేసిన కుటుంబాలకు వైవిధ్యభరితమైన పోషకాహార పదార్థాలతో కూడిన చిరు సంచులను (కిట్స్) ను అందజేస్తారు.

పోషకాహార వారోత్సవ కార్యక్రమం

పోషకాహారంపై ప్రజలకు అవగాహన కలిగించడం కోసం వారం పొడవునా వివిధ అవగాహన, శిక్షణ కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తారు.

ప్రభుత్వ శాఖలు, ప్రజారోగ్యంపై పనిచేసే స్వచ్ఛంద సంస్థలు పోషకాహార అవగాహనకోసం భారీ కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తారు.

పోషకాహార విలువలు, పదార్థాల గురించి సులువుగా తెలియజెప్పే పుస్తకాలను, శిక్షణ ఉపకరణాలను అందిస్తారు.

ఆహారాన్ని ప్రామాణిక పోషక విలువలతో తయారు చేసుకోవడానికి శిక్షణ ఇస్తారు.

గర్భవతులు, బాలింతలు, కౌమార బాలికలు మొదలైన వారికి ప్రధానంగా పోషకాహారంపై అవగాహన కలిగిస్తారు. బాలింతలు తమ నవజాత శిశువులకు ముర్రుపాలు ఇవ్వడం శిశువుల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తుందని ఒక అపోహ బలంగా వ్యాపించి వున్నది. ఆహారం విషయంలో ఇలాంటివే మరెన్నో వున్నాయి. నిజానికి ముర్రుపాలు శిశువుకు వ్యాధులనుంచి రక్షణ కలిగిస్తాయి. వ్యాధులను తట్టుకునే శక్తిని కలిగిస్తాయి. శిశువులలో ఈ వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరగాలంటే కన్నతల్లి వారికి ముర్రుపాలు పట్టడమే కాకుండా కనీసం ఆరునెలల వరకు వారికి తల్లి పాలు ఇవ్వాలి. ఈ లక్ష్య సాధన దిశగా ఇతర వివిధ జాతీయ పోషకాహార పథకాలను ప్రభుత్వం అమలు జరుపుతున్నది. ■

గౌరవం రెండు విధాలుగా వస్తుంది ; అధికారంతో లేదా ప్రవర్తనతో ; మొదటిది తాత్కాలికం, రెండవది శాశ్వతం !

అధిక లాభాలను అందించే లిప్‌స్టిక్ గింజల సాగు!

ఆడవారి అధరాలకు (పెదవులకు) అందాలు తెచ్చే లిప్‌స్టిక్ గింజల సాగు చేపట్టి అధిక లాభాలు గడిస్తున్నారు తూర్పుగోదావరి జిల్లాకు చెందిన యువ రైతు లక్ష్మీకిషోర్. త్వరలో సన్నారి పంట సాగుకు సిద్ధమవుతున్న ఆ రైతు ప్రయాణం ఇది.

పశ్చిమగోదావరి జిల్లా అడ్డతీగలకు చెందిన లక్ష్మీకిషోర్ భీమవరంలో ఎంబిఏ పూర్తి చేశారు. కెనడాలో ఉద్యోగం వచ్చింది. కన్నవాళ్లను జన్మ భూమిని వదిలేందుకు ఇష్టంలేక ఇక్కడే ఉండి పోయారు. ఆధునిక పద్ధతుల్లో వ్యవసాయం చేయాలనుకున్నారు. ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో అక్కడక్కడ గిరిజనుల ఇళ్ల వద్ద కని పించే జాఫ్రా మొక్కలు ఆయనను ఆకట్టుకున్నాయి. వాటి గురించి ఇంటర్‌నెట్‌లో అధ్యయనం చేశారు. హర్యానా, పంజాబ్ రాష్ట్రాల్లో మాత్రమే అధికంగా సాగుచేసే ఈ పంటను మన ప్రాంతంలో ఎందుకు పండించకూడ దనుకున్నారు. 50 ఎకరాలలో జాఫ్రా సాగు చేపట్టారు.

జాఫ్రా లేదా అనాటో గింజల నుంచి ప్రకృతి సిద్ధంగా లభించే రంగును లిప్‌స్టిక్‌తో పాటు ఆహార పదార్థాల్లో ఉపయోగిస్తారు. దీన్ని అనాటో మొక్క సింధూరి, జాఫ్రా అనే పేర్లతో పిలుస్తారు. జాఫ్రా సాగుకు నీటి సదుపాయం కలిగి పొడిగా ఉండే భూమి అనుకూలంగా ఉంటుంది.

గంగవరం మండలం బరిమామిడిలో 50 ఎకరాల భూమి కౌలుకు తీసుకుని 2016 లో సాగును ప్రారంభిం చారు. 2 సంవత్సరాల తరువాత పంట చేతికందింది. ఒక్కసారి నాటిన మొక్క సుమారు 25 సంవత్సరాలపాటు దిగుబడి నిస్తుంది. దీనివల్ల రైతులకు పెట్టుబడి ఖర్చులు తక్కువగా ఉంటాయి. ఎకరానికి 100 నుంచి 120 మొక్కలు నాటవచ్చు. ఇందుకు సుమారు 30 వేలు ఖర్చవుతుంది. ఆర్గానిక్ ఎరువుల వాడకం వల్ల అధిక దిగుబడి సాధించవచ్చు.

ఈ ఏడాది 50 ఎకరాల్లో 300 బస్తాల గింజలను విక్రయించానన్నారు కిషోర్. ఈ గింజలకు స్థానికంగా 95 రూపాయల నుంచి 120 రూపాయల వరకు ధర పలుకుతున్నది. విదేశాల్లో జాఫ్రా గింజల ధర కిలో రూ. 1000–1200 వరకు పలుకుతుంది. మొదటి రెండు సంవత్సరాల సాగులో ఇబ్బందులు ఎదురైనప్పటికీ పంట చేతికి వచ్చిన తరువాత ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకోగలిగానన్నారు.

ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో భూములు తక్కువ ధరకు కౌలుకు లభిస్తాయి కాబట్టి జాఫ్రా సాగుకు అవి ఎంతో అనువుగా ఉంటాయి. జాఫ్రాకు స్థానికంగా మార్కెటింగ్ సౌకర్యం కల్పిస్తే మరింతమంది రైతులు ముందుడుగు వేస్తారంటున్నారు ఆ యువరైతు.

విదేశాలకు ఎగుమతి

"జాఫ్రా మొక్కలను పెంచేందుకు త్వరలో నర్సరీ ఏర్పాటు చేయాలనుకుంటున్నాను. ఈ పంటను సాగు చేసేందుకు ఆసక్తి చూపే రైతులతో నా అనుభవాలను పంచుకునేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నాను. అధిక మొత్తంలో జాఫ్రా విత్తనాలు సాగు చేసి విదేశాలకు ఎగుమతి చేసే ఆలోచనలో ఉన్నాను. త్వరలో మరింత లాభదాయకమైన సన్నారి పంట సాగు చేసేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నాను" అని అన్నారు.

– ఆంధ్రజ్యోతి సౌజన్యంతో

చెడ్డ వ్యక్తుల దుర్మార్గాల కంటె మంచి వ్యక్తుల మౌనమే అత్యంత ప్రమాదకరం

జి4 ప్రాజెక్ట్ తో మెరుగుపడిన జీవనోపాధులు!

– వి. మహేశ్వరి

అనంతపురం జిల్లా నల్లమాడ మండలంలో గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా 'మహిళా అభివృద్ధి సొసైటీ' (మాస్) 'జి4 ప్రాజెక్ట్' లో భాగంగా భూమిలేని వారితో శక్తి సంఘాలను ఏర్పాటు చేసి, ఈ శక్తి సంఘాల సభ్యులకు జీవనోపాధుల పెంపుదల కోసం రుణ సహాయం అందిస్తున్నది. జి4 ప్రాజెక్ట్ ద్వారా ఒక్కొక్కరికి 4000 రూపాయల చొప్పున 48 మందికి గొర్రె పిల్లలకు, 20000 రూపాయల చొప్పున ఇద్దరికి ఎనుములకు, 4000 రూపాయల చొప్పున నలుగురికి అంగడికి, ఒకరికి పిండి మిషన్ కోసం 45000 పిండి మిషన్, ఒకరికి వానపాముల ఎరువు తయారీకి రూ. 89000 ఇవ్వడం జరిగింది.

శక్తి సంఘాలు ప్రతినెల నిర్ణయించిన తేదీన సమావేశాలు జరుపుకొని, సంఘం నిర్ణయించిన పొదుపు, జీవనోపాధుల కోసం తీసుకున్న అప్పును కంతుల వారీగా చెల్లిస్తున్నారు. మండలంలోని శక్తి సంఘాలను అన్నిటిని కలిపి 'నల్లమాడ మండల శక్తి సంఘాల సమాఖ్య' ను ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సమాఖ్యకు కార్యనిర్వహణ కోసం ముగ్గురిని ఓబి లుగా ఎంపిక చేశారు. వారు జి4 నుంచి జీవనోపాధుల అభివృద్ధి కోసం తీసుకున్న అప్పులను సంఘాలకు కాకుండా శక్తి సంఘాల సమాఖ్యకు కంతుల వారీగా చెల్లిస్తున్నారు.

నల్లమాడ మండలంలోని పెమనకుంటపల్లి గ్రామానికి చెందిన 'లక్ష్మీనరసింహ శక్తి సంఘం' సభ్యులైన శ్రీమతి డి. జయమ్మకు రూ. 5000/–, శ్రీమతి శివమ్మకు రూ. 5000/– జీవనోపాధుల పెంపుదల కోసం 2017 సెప్టెంబరు లో ఇచ్చారు. వారిరువురు తమకు ఇచ్చిన నగదుతో ఒక్కొక్క గొర్రె పిల్లను కొనుగోలు చేశారు. రెండు సంవత్సరాలపాటు ఒక్కొక్క గొర్రెపిల్లను పెంచి పెద్దది చేసి అమ్మడం ద్వారా వచ్చిన ఆదాయంతో మరో నాలుగు గొర్రె పిల్లలను కొనుగోలు చేశారు. ఈ విధంగా వారిద్దరికి కలిపి 8 గొర్రెపిల్లలు ఆదాయంగా అందివచ్చాయి. జి4 ప్రాజెక్ట్ ద్వారా జీవనోపాధులు కల్పించక ముందు జయమ్మ గృహనిర్మాణ కార్మికురాలుగా పనికి వెళ్తూ జీవనం సాగించేవారు. జయమ్మ భర్త పేరు పెద్దన్న. వీరికి ఒక కుమార్తె, ఒక కుమారుడు ఉన్నారు. వీరిద్దరిని 9వ తరగతి వరకు చదివించారు. కుమార్తెకు, కుమారుడికి వివాహం చేశారు. బ్రతుకు తెరువు కోసం బేల్దారి పనికి వెళ్ళే జయమ్మకు రోజూ పని ఉండదు. కనుక వారి జీవనం కష్టతరంగా వుండేది.

'జి4 ప్రాజెక్ట్ ద్వారా కొత్త జీవనోపాధి లభించటం వల్ల బేల్దారి పనితో పాటు గొర్రెపిల్లల ద్వారా అదనపు ఆదాయం పొందుతున్నాం' అని జయమ్మ సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు. వ్యవసాయ పనులు లేదా ఆవులను కొనుగోలుకు జి4 ప్రాజెక్ట్ ద్వారా సహాయం పొంది తమ జీవితాన్ని మరింత మెరుగుపరచుకోవాలని వారు ఆశిస్తున్నారు. జయమ్మలాంటి మరెందరో మహిళల బ్రతుకు తెరువులో సానుకూలమైన మార్పులు తీసుకురావడమే జి4 ప్రాజెక్ట్ శక్తి సంఘాల ముఖ్య ఆశయం.

శివమ్మ తనకు జి 4 ప్రాజెక్ట్ ద్వారా లభించిన అప్పు రూ. 5000తో ఒక్క గొర్రెపిల్లను కొనుగోలు చేసింది. సంవత్సరం తర్వాత మరి రెండు గొర్రె పిల్లలైనాయి. వాటిని అమ్మగా రూ. 8000 ఆదాయం వచ్చింది. జి4 ప్రాజెక్ట్ ద్వార జీవనోపాధులు కల్పించక ముందు శివమ్మ బేల్దారి పనికి వెళ్తూ జీవనం సాగిస్తుండేది. శివమ్మ భర్త పేరు కేశవులు. వీరికి ఇద్దరు కుమారులు ఉన్నారు. వచ్చిన రూ. 8000/– ఆదాయంతో శివమ్మ కూరగాయల వ్యాపారం చేసుకుంటూ తన కుటుంబ ఆదాయాన్ని పెంచుకుంటూ, మెరుగైన జీవనాన్ని సాగిస్తున్నది. ■

మెచ్చుకునే వారి కంటె విమర్శించే వారి వల్లనే ఎక్కువ మేలు జరుగుతుంది, సామర్థ్యం పెంచుకోవడానికి వారే మూలం

మహిళలకు ఈ ఎనిమిది ప్రాణాంతకం!

ఇంట్లో వారందరి ఆరోగ్యం గురించి అహర్నిశలూ తాపత్రయపడుతుంది ఆమె. ఎవరికి ఏ అనారోగ్య సమస్య ఎదురైనా వారికంటే తనే ఎక్కువగా బాధపడుతుంది. తన శరీరానికి కావల్సిన విశ్రాంతి, ఆహారం, శక్తి వేటి గురించి ఆమె లెక్కచేయదు. తన కుటుంబ ఆరోగ్యం సంతోషమే తన సంతోషంగా జీవిస్తుంది. కానీ చివరకు తనకు తెలియకుండానే ఆమె శరీరం అనారోగ్యంపాలై తనవారికి శాశ్వతంగా దూరమవుతుంది. తాత్కాలిక విశ్రాంతి తీసుకోని ఆమె శరీరం శాశ్వతనిద్రలోకి జారుకుంటుంది. అవును...

ఆమె అంత త్వరగా మరణించేందుకు కారణాలు అనేకం. ఇది ఎంతోమంది నిపుణులు కనుగొన్న నిజం. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఇటీవల జరిపిన కొన్ని పరిశోధన లలో పురుషుల కంటే మహిళలు చాలా త్వరగా మరణిస్తారని నిర్ధారిస్తు న్నారు. ఎందుకంటే వీరిలో 8రకాల వ్యాధులు చాలా త్వరగా మరణానికి కారణం అవుతున్నాయని వెల్లడిస్తున్నారు.

క్యాన్సర్, మధుమేహం, రక్తహీనత ...

ప్రపంచంలో రెండు మిలియన్ల కంటే ఎక్కువగా రొమ్ము, అండాశయ (బ్రెస్ట్ ఓవేరియన్) కేన్సర్‌తో పోరాడుతున్నారు. మరో భయంకరమైన విషయం ఏంటంటే కొంతకాలం నుంచి మహిళలు ఎక్కువగా మధుమేహానికికు గురి అవుతున్నారు. ఇది ప్రాణాంతకంగా మారుతున్నది. రక్త హీనత(అనీమియా)కూడా మరణానికి కారణమవుతున్నది. ఇలాంటి ప్రాణాంతకమైన వ్యాధులతో పోరాడాలన్నా మరికొంత కాలం జీవించాలన్నా అనేక రకాల చికిత్సలు ఇప్పుడు అందుబాటులో ఉన్నాయి. కొన్ని విషయాల్లో ఇంటి వైద్యం కూడా ఉపయోగపడుతుంది. అయితే ఇంటి వైద్య విధానాలను వ్యాధులను ప్రారంభ దశలో కనుగొన్నప్పుడు ఉపయోగించడం వల్ల కొంతవరకూ నివారించుకోవచ్చు.

ఆరోగ్య పరీక్ష తప్పనిసరి!

మహిళలు నెలకొకసారి వైద్యులను సంప్రదించి మెడికల్ టెస్టులు, అప్పుడప్పుడు మొత్తం ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం మంచిది. ఇలాంటి ఆరోగ్య పరీక్షలవల్ల వల్ల ప్రాణాంతకమైన వ్యాధుల బారిన పడకుండా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. కాబట్టి 25 ఏళ్ళు దాటినప్పటి నుంచి మహిళలు వారి ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించాలి. ఎంత బిజీగా

నెలసరి నొప్పికి హోమియో వైద్యం!

నెలసరి సమయంలో ప్రతి మహిళకూ ఎంతోకొంత నొప్పి సహజం. ఈ నొప్పులను హోమియో వైద్యంతో అదుపు చేసే వీలుంది.

పల్సటిల్లా 30 : పెరిగే రక్తస్రావంతో నొప్పి కూడా పెరుగుతూ ఉండేవారికి ఈ ఔషధం సరైనది. తలతిరుగుడు, వాంతులు, పల్చని విరేచనాలు కూడా ఉంటాయి. నొప్పి తొడలలోకి అక్కడి నుంచి నడుములోకి పాకుతుంది. భావోద్వేగాలు కూడా తీవ్రంగా ఉంటాయి. తీవ్రతను బట్టి పొటెన్సీ 30 నుంచి 200 వరకు పెంచుకోవచ్చు.

బెల్లడోనా 200: పిరుదుల్లో నొప్పి ఉంటుంది. నెలసరి నొప్పితోపాటు తలనొప్పి కూడా ఉంటుంది. విపరీతమైన పొత్తికడుపు నొప్పితో పాటు, స్రావం ఉధృతంగా ఉండేవారికి ఈ ఔషధం సరైనది.

మెగ్నీసియా ఫాస్ఫారికా 200 : పొత్తికడుపు మీద వెచ్చని కాపడంతో తగ్గే నొప్పి ఉన్నవారికి ఈ మందు బాగా పని చేస్తుంది. వీరికి వేడి నీటి స్నానంతో ఉపశమనం కలుగుతూ ఉంటుంది. నెలసరి ప్రారంభంలో విపరీతమైన నొప్పి ఉండి స్రావం పెరిగేకొద్దీ నొప్పి తగ్గుతుంది.

ద్వేషించడం కాక ప్రేమించడం, అనుకరించడం కాక అనుసరించడం, పొగడడం కాక అభినందించడం నేర్చినవాడు వివేకి

ఉన్నా ఎంతోకొంత సమయాన్ని తమ ఆరోగ్యం కోసం కేటాయించాలి. మరి మహిళల్లో ప్రాణాంతకంగా మారే కొన్ని వ్యాధులేమిటో చూద్దాం.

గుండె జబ్బులు

మహిళల్లో 38 శాతం మంది మొదటిసారి గుండె పోటుకే (హార్ట్ అటాక్) మరణిస్తున్నట్లు పరిశోధనలు వెల్లడిసు న్నాయి. ధూమపానం అలవాటు ఉన్న మహిళల్లో గుండెలో రంధ్రాలు ఏర్పడి తద్వారా గుండె పోటుకు కారణం అవుతున్నాయి.

రొమ్ము కేన్సర్

మహిళలు 35 సంవత్సరాల తర్వాత మామోగ్రామ్ పరీక్షను తప్పకుండా చేయించుకోవాలి. దీనివల్ల రొమ్ము ఆరోగ్యంగా ఉందా లేదా అనే విషయం తెలుస్తుంది. 23 ఏళ్ళ తర్వాత ప్రతి మహిళ తరచుగా స్వయంగా రొమ్ములను పరీక్షించుకుంటుండడం చాలా అవసరం. ఇలా పరిశీలించినపుడు అసాధారణ కణుతులు గుర్తించినట్లయితే అది రొమ్ము (బ్రెస్ట్) కేన్సర్‌కు ప్రారంభ చిహ్నంగా గుర్తించాలి.

గర్భాశయ కేన్సర్

గర్భాశయంలోని కణాల్లో కేన్సర్ కణుతులు ఏర్పడతాయి. దీనికి ఎలాంటి లక్షణాలుండవు. కేన్సర్ పూర్తిగా సోకిన తర్వాత లక్షణాలు కనబడతాయి.

అండాశయ కేన్సర్

అండాశయ (ఓవేరియన్) కేన్సర్ అండాశయంలో వస్తుంది. మహిళల్లో వచ్చే అత్యంత ముఖ్యమైన కేన్సర్ ఇది. ప్రపంచంలో కొన్ని లక్షల సంఖ్యలో ఈ కేన్సర్ బారిన పడుతున్నారు. ఓవేరియన్ కేన్సర్‌కు ప్రారంభ చిహ్నాలేవీ లేవు.

మానసిక కుంగుబాటు (డిప్రెషన్)

ఇంటా బయటా వివిధ సామాజిక సమస్యల వల్ల చాలా మంది మహిళలు ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్నారు. అందుకు కారణం మానసికంగా కుంగుబాటు (డిప్రెషన్). ఇంటా బయటా నిస్సహాయ పరిస్థితులు ఈ కుంగుబాటుకు దారితీస్తాయి.

మధుమేహం (డయాబెటిస్)

మహిళల్లో 28 ఏళ్ల తర్వాత టైప్ 2 డయాబెటిస్ చాలా సాధారణమైపోయింది. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అల వరచుకోలేని వారిలో ఇది ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది.

మూత్రపిండ సమస్యలు

బి పి (హై బ్లడ్‌ప్రెజర్), గుండె జబ్బులు ప్రతీ కుటుంబం లో ఎవరో ఒకరికి ఉంటున్నాయి. ఇవే కాకుండా మహిళల్లో మూత్రపిండ (కిడ్నీ) వ్యాధులు కూడా సాధారణంగా మారాయి. కిడ్నీ వ్యాధి ప్రారంభ లక్షణాలు 'బ్లీక్ యూరిన్ బ్లడ్ టెస్ట్ ' వల్ల తెలుసుకోవచ్చు.

రక్త హీనత (అనీమియా)

అనీమియాకు కారణాలు అనేకం. ప్రతి ముగ్గురిలో ఒకరు ఉండాల్సిన బరువు కంటే తక్కువగా లేదా అధికంగా ఉండటం కూడా అనీమియాకు కారణం అవుతుంది. ఈ ఆరోగ్యసమస్య గర్భవతుల్లో ఇతర సమస్యలకు దారితీస్తుంది.

క్యాన్సర్ నివారణకు మూడు చిట్కాలు!

ప్రముఖ క్యాన్సర్ వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ పి.వి. గంగాధరన్ క్యాన్సర్ గూర్చి క్రింది విధం గా చెప్పారు.

1). చక్కెర (డయాబెటిస్) వాడకం మానేయడం వలన కాన్సర్ వ్యాధి మిగిలిన శరీర భాగాలకు వ్యాపించదు. శరీరంలో చక్కెర లేకపోతే క్యాన్సర్ వైరస్ చనిపోతుంది.

2). ప్రతి రోజూ ఉదయం వేడి నీటిలో నిమ్మరసాన్ని కలిపి అల్పాహారానికి ముందు కనీసం 1 నుండి 3నెలలు త్రాగితే కలిగే ఫలితం కీమోథెరఫీ కంటే 1000 రెట్లు ఎక్కువ ప్రభావవంతంగా ఉంటుందని మేరిలాండ్ కాలేజ్ ఆఫ్ మెడిసిన్ వారు చెప్తున్నారు.

3) ప్రతి రోజూ ఉదయం, రాత్రి 3 చెంచాల స్వచ్ఛమైన కొబ్బరి నూనె సేవిస్తే క్యాన్సర్ జాడ వుండదు.

పై మూడు పాటిస్తే క్యాన్సర్, ఏ ఒకటి పాటించినా చక్కెర వ్యాధి (డయాబెటిస్) దరి చేరవని ఆయన వివరించారు.

■

దూరం అనుబంధానికి అడ్డంకి కాదు, దగ్గరితనంతో స్నేహం పెరగదు ; ఆప్యాయత ఆత్మీయత వుంటే ఎక్కడున్నా అనుబంధమే

ఖర్జూరం సాగుతో కనకవర్షం !

వ్యవసాయం లాభసాటిగా లేక పలువురు రైతులు పట్టణాలకు వలసపోతున్నా అనంతపురం జిల్లాకు చెందిన సాఫ్ట్‌వేర్ ఉద్యోగి ఎండ్లూరి సుధీర్‌నాయుడు ఉద్యోగం వదిలేసి వ్యవసాయం బాట పట్టారు. అనంతపురం జిల్లా నార్పల మండలం బొందలవాడకు చెందిన ఆయన ఆధునిక సాంకేతిక విధానాలను అందిపుచ్చుకొని ఖర్జూరం సాగు చేస్తున్నారు. ఏటా లక్షల్లో ఆదాయం ఆర్జిస్తున్న ఆయన విజయగాథ.

ఆరేళ్ల క్రితం తన స్వగ్రామంలో మూడెకరాల్లో ఖర్జూరం మొక్కలు నాటారు సుధీర్. మన రాష్ట్రంలో ఖర్జూరం సాగు చేసే వారి సంఖ్య చాలా తక్కువ. గుజరాత్, రాజస్థాన్ తదితర ప్రాంతాల్లో ఎక్కువగా ఖర్జూరం పంటను సాగు చేస్తున్నారు. అక్కడ పండించే పంటను కరువు జిల్లా అనంతపురంలోనూ పండిస్తే ఎలా వుంటుందని ఆలోచించారు. ఆరేళ్ల క్రితం మూడెకరాలలో ఖర్జూరం మొక్కలు నాటారు. ఇంటర్‌నెట్‌లో లభించే సమాచారంతో దుబాయ్‌లోని అబుదాబి నుంచి బరిగి రకం మొక్కలు తెప్పించారు.

ఎకరాకు 76 మొక్కలు చొప్పున 228 మొక్కలు నాటారు. రవాణా చార్జీలతో కలిపి అప్పట్లో ఒక్కో మొక్కకు రూ.3,600లు చొప్పున మొత్తం 8.2 లక్షలు ఖర్చయింది. ప్రతి మూడు నెలలకోమారు చెట్టు వయస్సుకు తగ్గట్టుగా చెట్టు చుట్టూ పాదుల్లో వర్మి కంపోస్టు, వేపచెక్కను వేస్తున్నారు. ఒకసారి వర్మి కంపోస్టు, వేపచెక్క వేస్తే మూడు నెలల తర్వాత గొర్రెలు, కోడిపెంటను వేస్తున్నారు. ఇలా సేంద్రియ ఎరువులు వేయడం ద్వారా అధిక దిగుబడి వస్తోంది. సేంద్రియ ఎరువులతో పాటు తోట నిర్వహణకు మూడెకరాలకు ఏడాదికి రూ.లక్ష వరకు ఖర్చు అవుతోంది. ప్రతి మూడు రోజులకోమారు డ్రిప్ ద్వారా చెట్లకు తడి ఇస్తున్నారు.

మొక్కలు నాటిన నాలుగో సంవత్సరం 2017 నుంచి దిగుబడి రావడం మొదలైంది. ఆ సంవత్సరం ఎకరాకు 5 టన్నుల చొప్పున మూడెకరాలకు 15 టన్నుల దిగుబడి వచ్చింది. తద్వారా రూ.24లక్షల దాకా ఆదాయం వచ్చింది. గత ఏడాది ఎకరాకు 6 టన్నుల దిగుబడి పెరిగింది. మూడెకరాల్లో 18 టన్నుల దిగుబడి వచ్చింది. తద్వారా రూ. 28 లక్షలకు పైగా ఆదాయం వచ్చింది. ఈ ఏడాది మార్చిలో పంట పూతకు రానుంది. జూలై నెలకల్లా కోతకు వస్తుంది.ప్రతి ఏడాది రంజాన్ పండుగకు ముందుగానే పంట కోతకు వస్తుండటంతో ఆదాయం బాగా వస్తోంది. అలాగే గత ఏడాది మరో మూడెకరాల్లో ఖర్జూరం మొక్కలు నాటారు. ఈ ఏడాది అదనంగా ఆరు ఎకరాల్లో మొక్కలు నాటాలని ఆలోచిస్తున్నారు సుధీర్. ఒక్కో ఖర్జూరం చెట్టుకు 100 నుంచి 120 కేజీల దాకా దిగుబడి వస్తోంది.

కోతకు వచ్చిన రెండు నెలలపాటు మాగినగెలలను కోతకోసి విక్రయిస్తున్నారు. తన తోట వద్దే ఖర్జూరం పంటను సుధీర్ నాయుడు విక్రయిస్తున్నారు. వ్యాపారులు పంటను కొనుగోలు చేసేందుకు తోట వద్దకే వస్తున్నారు. కిలో రూ. 160 నుంచి రూ.200లకు విక్రయిస్తున్నారు. స్థానికంగానే ఖర్జూరం దొరుకుతుండటంతో వ్యాపారులకు కూడా అనుకూలంగా ఉంది. ఎక్కువ విస్తీర్ణంలో పంట సాగు చేసే రైతులు బెంగళూరు, హైదరాబాద్, కోయంబత్తూరు మార్కెట్‌కు సరుకును తీసుకెళ్లి అమ్ముకునే వీలుంది.

ఖర్జూర సాగుకు అనంత భేష్

మా తాతయ్య వెంకటయ్య స్ఫూర్తితోనే వ్యవసాయం చేయాలని నిర్ణయించుకున్నా. ఇంటర్‌నెట్‌లో లభించే సమాచారాన్ని సేకరించి ఆ సూచనలు అనుసరిస్తున్నాను. జిల్లా వాతావరణానికి ఖర్జూరం చెట్లు తట్టుకోగలవు. అందుకే వాటిని ఎంచుకున్నా. ఈ ఏడాది పదెకరాలకు ఖర్జూరం సాగును పెంచాలనుకుంటున్నా.

– ఎండ్లూరు సుధీర్‌నాయుడు

■

పోటీదారులు నీ పద్ధతులను, పనితీరును అనుకరించవచ్చు, కాని నీ అంకితభావాన్ని ఎవరూ అనుకరించలేరు

మాస్ కార్యక్షేత్రాలలో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు !

బోరపట్లలో ...

గుడిబండ, గొల్లేపల్లి, పాత బత్తులపల్లిలో ...

పెయ్యలపాలెం, శ్రీ రామాపురం లలో ...

హైదరాబాద్ 'మాస్' కార్యాలయంలో , రత్నగిరి ఎఫ్ పి ఓ లో.... బోరపట్ల, శ్రీరామాపురంలో ఆటలపోటీలు

హైదరాబాద్ , ఒంగోలు, తిరుపతి లలో 'మాస్' ఆధ్వర్యంలో తల్లిపాల వారోత్సవాలు

RNI Regd No: TELTEL / 2003 /16365
Postal Regd No: HD/1064/2018-20

భూమాత మహిళా ఎఫ్ పి ఓ ప్రథమ వార్షిక మహాసభ - వి కోట మండల ఎఫ్ పి ఓ ద్వితీయ వార్షిక మహాసభ

జె వి ఎస్ ఎఫ్ పి ఓ వార్షిక మహాసభ- దుర్గ ఎఫ్ పి ఓ వార్షిక మహాసభ

కౌండిన్య ఎఫ్ పి సి వార్షిక మహాసభ- నల్లమాడ ఎఫ్ పి ఓ కొత్త డైరెక్టర్ల ప్రతిజ్ఞ

నల్లారెడ్డి ఎఫ్ పి సి వార్షిక మహాసభ- మారుతి ఎఫ్ పి ఓ వార్షిక మహాసభ

నిమ్మనపల్లి ఎఫ్ పి ఓ ద్వితీయ వార్షిక మహాసభ- రత్నగిరి ఎఫ్ పి ఓ వార్షిక మహాసభ

బట్వాడా కాకపోతే దయచేసి
ఈ చిరునామాకు తిప్పిపంపండి

ఎడిటర్, ఏపిమాస్ కార్యాలయం, ప్లాట్ నెం.11-12, హుడా కాలని, తానీషా నగర్,
డ్రీమ్ వ్యాలీ దగ్గర, మణికొండ, రంగారెడ్డి జిల్లా, హైదరాబాదు-500089