MAHILA SADHIKARATHA

మహిళా సాధికారత

స్వయంసహాయ ఉద్యమ సమాచార తెలుగు మాస పత్రిక

mas

సంపుటి : 22 సంచిక: 10 రంగారెడ్డి జూన్ 2024 పేజీలు : 36 వెల : రూ. 10/-

ఎఫ్ పి ఓల ఆర్థిక విధాన రూపకల్పన సదస్సు !

ఏపిమాస్ తోడ్పాటుతో కేంద్ర వ్యవసాయ, రైతు సంక్షేమ మంత్రిత్వ శాఖ
డిల్లీలో నిర్వహించిన సదస్సు దృశ్యం ... పాల్గొన్న ఏపిమాస్ ఎండి, సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి

లంబాడా దుస్తుల తయారీకేంద్రాన్ని ఏపిమాస్ బృందం సందర్శించిన దృశ్యం

పూణేలో ఏపిమాస్ తోడ్పాటుతో నిర్వహించిన
ఎఫ్ పి ఓ - ఎస్ బి ఐ అనుసంధాన సదస్సు

ఎఫ్ పి ఓల ఉత్తమ నిర్వహణ పద్ధతులపై ఏపిమాస్
ఆధ్వర్యంలో జాతీయ స్థాయి శిక్షణ

ఏపిమాస్ తో సంయుక్త నిర్వహణకు
వృత్తి సంస్థ అవగాహన ఒప్పందం దృశ్యం

భూమి, నీటి సంరక్షణ మరియు యాజమాన్యం

భూమిలో సారం ... మొలకకు ఆధారం

కీలక దశలో అందే నీరే పెరిగే పంటకు జీవం

చేపట్టే పనులు

నీటి సంరక్షణ - యాజమాన్యం

భూసార, నీటి సంరక్షణ

NABARD

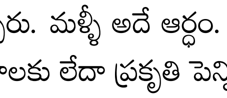
మహిళా సాధికారత

సంపుటి 22 సంచిక 10

సంపాదకీయం

పర్యావరణం !

ఎండలు ఎన్నడూ లేనంతగా మండిపోతున్నాయ్ ... నేలలో నీరు పాతాళానికి యింకి పోయింది ... నగరాలు, పట్టణాలే కాదు పల్లెలు సైతం వాయు కాలుష్యం కోరలలో చిక్కుకుంటున్నాయి ... అధికవృష్టి, అనావృష్టి ,క్రిమి సంహారకాలకు కూడా లొంగకుండా రెచ్చిపోతున్న పురుగులు, తెగుళ్ళతో వ్యవసాయం జూదంగా మారింది ... బతుకు బండబారి పోతున్నది ... యివీ, ఈ రకమైన మరికొన్ని నిరాశాపూరిత వ్యాఖ్యానాలను మనం తరచూ వింటూ వుంటాం. ఆశ,నిరాశల మాట ఏమైనా ఆ వ్యాఖ్యానాలు ముమ్మాటికీ నిజం! ఒకప్పుడు నివాసయోగ్యమైన నగరాలలో మనం గొప్పగా చెప్పుకున్న బెంగుళూరు యిప్పుడు గుక్కెడు నీటికోసం విలవిలలాడుతున్నది! మనదేశ రాజధానీ నగరమైన న్యూ ఢిల్లీ తీవ్రమైన వాయు కాలుష్యం, నీటి కరువుతో కునారిల్లుతున్నది. మన ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాలలో కూడా అనేక పట్టణాలు, గ్రామాలది అదే తంతు. కలియుగ వైకుంఠంగా ప్రసిద్ధమై , నిత్యం వేలాది మంది యాత్రికులతో కళకళలాడుతూ శేషాచలం అడవులలో, వందలాది తీర్థాలతో వెలసిన తిరుపతి లాంటి పుణ్యక్షేత్రంలోకూడా వేసవి వచ్చిందంటే, 'తగినంత నీరు లేదు, మీ రాక వాయిదా వేసుకోండి' అనే వినతులు వినిపిస్తుంటాయి. ఎందుకు ఇలా? ఏమిటి యిదంతా? ప్రకృతి వైపరీత్యమా? కేవలం మన పైత్యమా? 'చేసుకున్నవాడికి చేసుకున్నంత మహదేవ' అని ఒక వేళాకోళపు మాట! అది కేవలం వేళాకోళం కాదు, అక్షర సత్యం! నిజమే, యిది ప్రకృతి వికృతిగా మారిన వాస్తవిక చిత్రమే! 'ధర్మో రక్షతి రక్షిత:' అని పెద్దలమాట. అంటే ధర్మాన్ని మనం రక్షిస్తే అది మనలను రక్షిస్తుందని అర్థం. ఇదే బాణీలో ఎంతో ఔచిత్యంగా 'వృక్షో రక్షతి రక్షిత:' అని పెద్దలు చెప్పారు. మళ్ళీ అదే అర్థం. చెట్టును మనం రక్షిస్తే అది మనలను రక్షిస్తుందని. చెట్టే కాదు నీరు, నిప్పు, నేల మొదలైన పంచభూతాలకు లేదా ప్రకృతి పెన్నిధులకు యిదే సూత్రం వర్తిస్తుంది. ఇవన్నీ కలిసినదే పర్యావరణం! పర్యావరణాన్ని, జీవ వైవిధ్యాన్ని మనం ఎంతగా కాపాడుకుంటే అంతగా మనకు భద్రత. దాహం వేసినప్పుడు బావి తవ్వించుకోవాలన్న తపన కాదు, మనంవేసే ప్రతి అడుగులో, చేసే ప్రతి పనిలో పర్యావరణ స్పృహ వుంటే, పర్యావరణాన్ని కాపాడుకోవాలన్న ధ్యాస వుంటే మనకు ముప్పు తప్పుతుంది. వీలున్న ప్రతిచోట చెట్లను పెంచి, వాన మబ్బులను ఒడిసిపట్టి, నేలలో నీటిమట్టాన్ని యిబ్బడిముబ్బడిగా పెంచుకుని, నిత్యం పైరుపచ్చలతో కళకళలాడే రాలేగావ్ ప్రయోగం సాధించిన ఫలితాన్ని మనంమాత్రం ఎందుకు సాధించలేం? అంతెందుకు మన రాష్ట్రంలోనే అన్నమయ్య జిల్లాలో ఉమ్మడి వనరుల అటవీక్షేత్రాన్ని అద్భుతంగా నిర్వహిస్తూ, పర్యావరణ పరిరక్షణకు, జీవ వైవిధ్య వైభవానికి ఫలప్రదంగా కృషిచేస్తున్న మనోహర దృశ్యాన్ని యిటీవలే చూశాను. ఇలాంటివి ఇంకా కొన్ని లేకపోలేదు. కాని నేడు మనంఎదుర్కొంటున్నది ఏ కొన్నో, మరి కొన్నో యిలాంటి ఆదర్శ వ్యవస్థలతో చక్కబడేది కాదు. అన్ని చోట్ల, అందరమూ తప్పక ఆచరించవలసిన గత్యంతరంలేని స్థితి. వ్యక్తులకంటె సమూహాలు, సంఘటిత సంస్థలు యిలాంటి కార్యక్రమాలను మరింత ప్రభావవంతంగా చేయవచ్చు. ఎఫ్ పి ఓలు, స్వయంసహాయ సమాఖ్యలు ఈ విషయంలో ముందడుగు వేయడం ఆదర్శంగా వుంటుంది. వ్యవసాయమైనా, వ్యాపారమైనా మన ప్రతి చర్యా పర్యావరణ హితమా కాదా అని బేరీజు వేసుకుని చేయగలిగితే, మనవంతుగా మన ఇరుగుపొరుగువారికి అవగాహన కలిగించగలిగితే చాలు! మహా నదులు కూడా చిన్న ప్రవాహంగానే కదా మొదలవుతాయి! చిత్తశుద్ధి, పట్టుదల, తగిన ప్రయత్నాలకు మించిన విజయ రహస్యాలు వేరేమి వుంటాయి?



Edited, Pri- ted, Published a- d ow- ed by **T.Cha- dra Sekhar Reddy;** Pri- ted at Kala Jyothi Process Pvt.Limited, S No:185, Ko- dapur, Hyderabad-500133, Ra- ga Reddi District, Tela- ga- a;Published at Mahila Abhivruddhi Society, A- dhra Pradesh (APMAS), Plot No.11&12,HUDAColo- y, Ta- esha Nagar, Near DreamVally,Ma- iko- da,Ra- gareddi District,Hyderabad-500089. **Editor:T.Cha- dra Sekhar Reddy**

అనుబంధం అంటే ఒకరిపట్ల ఒకరికి వుండే ఆత్మీయతే కాని, దీర్ఘకాల పరిచయమో, ఇచ్చిపుచ్చుకోడమో కాదు

మహిళా సాధికారత

ఎడిటర్ : **టి.చంద్రశేఖర రెడ్డి** అసోసియేట్ ఎడిటర్ : **జె.వి. కృష్ణమూర్తి**

ఎడిటోరియల్ కమిటి : ఎల్. భవాని, జి. దివ్యశ్రీ, ఎం. భార్గవి, జి. శ్రీనివాస్, ఎస్. ప్రహ్లాదయ్య

కంపోజింగ్, డిజైనింగ్ : ఎన్. రమాదేవి కన్సల్టెంట్ : కె.రఘురామరాజు

సమన్వయ సహకారం : పి. ఝాన్సీ లక్ష్మి

లోపలి పేజీలలో ....

- ఉమ్మడి వనరుల అటవీ క్షేత్రం! 05
- ఎఫ్ పి ఓల ఉత్తమ నిర్వహణ పద్ధతులపై శిక్షణ 07
- పూనేలో ఎస్‌బిఐ-ఎఫ్‌పిఓ అనుసంధాన సదస్సు 09
- నాలుగు ప్లాంటేషన్ బోర్డుల చర్చా శిబిరం 10
- ఆ 3 రోజులు ...పరిశుభ్రంగా, ఆరోగ్యంగా ... 11
- ఎఫ్ పి ఓల ఖాతాల కంప్యూటరీకరణకు శిక్షణ 12
- ఆశయ సాధన దిశగా ఎఫ్ పి ఓల ప్రస్థానం! 13
- ఓటు హక్కు వినియోగంపై ఏపిమాస్ ప్రచారం 16
- మూడు జిల్లాలలో 13 ఎఫ్‌పిఓలలో ఆప్తి ప్రాజెక్ట్ 17
- అందరికీ సమాన గౌరవంకోసం పోరాటం! 18
- విత్తనాల ధర పెరిగి పత్తి రైతు గగ్గోలు! 21
- రైతులూ ... ఆఫర్లు చూసి మోసపోకండి! 22
- సొసైటీల సిబ్బందికి రెండేళ్ళ సర్వీసు పెంపు 23
- పర్యావరణ పరిరక్షణకు నడుంకట్టిన నాబార్డ్! 24
- చిన్నారులకు ఎలాంటి ఆహారం యివ్వాలి? 26
- అమెరికాలో జడ్జిగా తెలుగు మహిళ ! 27
- సేవింగ్స్ ఖాతాలో ఎక్కువ జమ చేస్తే పన్ను 28
- ఆక్వాలో అగ్రగామిగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ! 29
- ఆహార లోపమే ఆరోగ్యానికి శాపం ! 30
- స్పీడ్ బ్రీడింగ్ పద్ధతుల్లో.. అర్బన్ అన్నదాత! 32
- అంతరిక్షయానం చేసిన తొలి తెలుగు వ్యక్తి ! 34

'మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ' (ఏపిమాస్)

'మహిళా సాధికారత' పత్రిక మాతృసంస్థ మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ. దీనిని ఏపిమాస్ అని, మాస్ అని కూడా సంక్షిప్తంగా పిలుస్తారు. 2001జూన్ 14 వ తేదీన పబ్లిక్ సొసైటీగా మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ హైదరాబాద్ ప్రధాన కార్యాలయంగా ఏర్పాటైంది. తెలుగు రాష్ట్రాలలో, మన దేశంలోని ఇతర అనేక రాష్ట్రాలలో స్వయంసహాయ సంస్థల సుస్థిరాభివృద్ధికి విశేష సేవలను అందించిన ఈ సంస్థ ప్రస్తుతం రైతుల అభ్యున్నతికి, పర్యావరణ పరిరక్షణకు, ఆదర్శ గ్రామాల నిర్మాణానికి, స్వయంసహాయ సంస్థల స్వయం నియంత్రణకు గణనీయమైన కృషి చేస్తున్నది. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు ప్రధాన కార్యదర్శిగా పనిచేసి పదవీ విరమణ చేసిన శ్రీ కె. మాధవరావు ఛైర్మన్‌గా వివిధ రంగాలలో విశేషానుభవం గడించిన ప్రముఖులు ఈ సంస్థ పాలకవర్గంలో వున్నారు. సంస్థ వ్యవస్థాపక సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ఎండి గా, సిఇఓ గా వున్నారు. ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణా, బీహార్‌లలో కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్న ఈ సంస్థకు ప్రధాన కార్యాలయంతోపాటు, ఒక ప్రాంతీయ కార్యాలయం, 21 క్షేత్ర కార్యాలయాలు వున్నాయి. దాదాపు 250 మందికి పైగా సిబ్బంది వున్నారు. ప్రజలకు అవగాహన కలిగించడం కోసం మహిళా సాధికారత పత్రికతోపాటు వివిధ వైజ్ఞానిక పుస్తకాలను, ఈ సంస్థ ప్రచురిస్తుంటుంది.

ప్రోత్సాహక చందా		
ఏడాదికి	:	రూ. 110
రెండేళ్ళకు	:	రూ. 200
మూడేళ్ళకు	:	రూ. 280

ప్రకటన ఛార్జీలు	
మల్టీకలర్ ఫస్ట్ పేజి (సగం)/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 డిడిలను 'ఏపిమాస్ -హైదరాబాద్' పేరుమీద పంపాలి

మహిళా సాధికారత, ఏపిమాస్ కార్యాలయం, ప్లాట్ నెం.11-12, హుడా కాలని, తానీషా నగర్,
డ్రీమ్‌వ్యాలీ దగ్గర, మణికొండ, రంగారెడ్డి జిల్లా, హైదరాబాదు-500089. ఫోన్ : 08413-403118
Web: www.apmas.org, E Mail: info@apmas.org

ఈరోజును వ్యర్థపరచుకునేవాడికి రేపటిరోజు మంచిదెలా అవుతుంది?

జీవవైవిధ్యం వెల్లివిరిసే ఉమ్మడి వనరుల అటవీ క్షేత్రం!

– వాసుదేవరెడ్డి

ఏపిమాస్ సి.ఇ.ఒ శ్రీ సి.ఎస్ రెడ్డిగారు అన్నమయ్య జిల్లాలో రెండురోజులపాటు (మే 9,10 తేదీలలో) పర్యటించి, ఉమ్మడి వనరుల సంరక్షణ తీరుతెన్నులను పరిశీలించారు. 10వ తేది ఉదయం పెద్దమండ్యం మండలం గుర్రంవాండ్ల పల్లె పంచాయతి మజరా అయిన బత్తినిగారిపల్లె తాండా పెద్దగరుగులో వంద ఎకరాలలో సంరక్షిస్తున్న ఉమ్మడి వనరులను రాయలసీమ వాటర్ ఇనిషియేటివ్ ప్రాజెక్ట్ టీముతో కలసి ఆయన సందర్శించారు. అక్కడ వారు, 'ఫౌండేషన్ ఫర్ ఎకలాజికల్ సెక్యూరిటీ (ఎఫ్ ఇ ఎస్)' సహకారంతో చేపట్టిన వివిధరకాల జల సంరక్షణ, పర్యావరణ సంరక్షణ పనులను పరిశీలించారు. ఈ ఉమ్మడి వనరులను పెంపొందించడానికి, సంరక్షించడానికి ఆ గ్రామస్తులు చేపట్టిన వివిధ కార్యక్రమాల గురించి బత్తినిగారిపల్లె తాండా చెట్లపెంపకందారుల సహకారసంఘ సభ్యులతో శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి చర్చించారు. సహకార సంఘ సభ్యులు తమ ఉమ్మడి వనరుల సంరక్షణ ప్రస్థానం గురించి శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి బృందానికి వివరించారు.

ఎఫ్ ఇ ఎస్ ప్రోత్సాహంతో 'బత్తినిగారిపల్లె తాండా చెట్ల పెంపకందారుల సహకార సంఘాన్ని 25 సంవత్సరాల క్రితం, 18.12.1998న నమోదు చేసుకున్నామని, అప్పటి నుంచి వివిధ ప్రభుత్వ, ప్రభుత్వేతర పథకాలలో భాగంగా పలురకాల భూ అభివృద్ధి, జల సంరక్షణ, మొక్కల పెంపకం పనులను చేపట్టి తమ ఉమ్మడి వనరుల కొండను అభివృద్ధి చేసుకుంటున్నట్టు వారు తెలిపారు. ఎండా కాలంలో ఈ కొండలలో నిప్పు రాజుకోకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకుని, ఇరుగు పొరుగు గ్రామాలవారికి ఆదర్శంగా నిలిచినామని వారు గర్వంగా చెప్పారు.

ఉమ్మడి క్షేత్రంలో జీవ వైవిధ్యం

గత 25 సంవత్సరాలలో తమ సమిష్టి కృషి ఫలితంగా తమకు కేటాయించిన ఉమ్మడిభూమిలో ప్రస్తుతం వేప, కానుగ, బిర్లు, నారేపి, టేకు, బందారు, ఉలింజి, బాగి, మోదుగ, నీరుద్ది, వెదురు, తంగేడు, సండ్ర, కలబంద, మద్ది, సీమ తంగేడు, తుమ్మ, యనమద్ది మొదలగు వైవిధ్యమైన చెట్లజాతులను, వివిధ రకాల ఔషధ మొక్కలను పెంచుతున్నట్టు వారు వివరించారు. ఈ పర్యావరణ పరిరక్షణ ఫలితంగా ఈ ఉమ్మడి వనరుల క్షేత్రంలో పలురకాల జంతువులు, పక్షులు, సీతాకోకచిలుకలు ఎక్కువ సంఖ్యలో పెరిగి, జీవవైవిధ్యం నెలకొన్నదని వారు పేర్కొన్నారు.

పెరిగిన దిగుబడులు

ఈ రకంగా ఉమ్మడి భూములు అభివృద్ధి చెందడం వల్ల తమ వ్యవసాయ భూములలో తేమ శాతం పెరిగి, పంటల దిగుబడులు బాగా పెరిగాయని. పశుగ్రాసం విరివిగా అందుబాటులో వుండడంతో మరిన్ని పశువులను, సన్న జీవాలను పెంచుకోగలుగుతున్నామని, వీటన్నిటి ఫలితంగా తమ ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగుపడిందని, జీవన విధానం లో ఎన్నో సానుకూల మార్పులు వచ్చాయని వారు

వివరించారు.

తమ జీవనోపాధులకు , ఉమ్మడి వనరులకు ఎంతగానో సంబంధం వున్నదని. తాము ఈ ఉమ్మడి క్షేత్రాన్ని కౌలుకు తీసుకున్నప్పటినుంచి పిల్లలు, పెద్దలు అందరిలో ఈ ఉమ్మడి వనరులు మావి అన్న భావం బలపడిందని వెరు తెలిపారు. ఉమ్మడి క్షేత్రంతో తాము సాధించిన ఫలితాలను చూసి, చుట్టు పక్కల పల్లెల వారు కూడా ఉమ్మడి భూములను అభివృద్ధి చేసుకొంటున్నారని వారు తెలియజేశారు.

నియమ నిబంధనలు

తాము ఏర్పాటు చేసుకున్న నియమ నిబంధనల ప్రకారము సంఘ సభ్యులందరూ కలసి ప్రతి విషయంలోనూ చర్చించుకొని, సభ్యుల నిర్ణయము మేరకు నడుచు కొంటున్నట్టు వారు తెలిపారు. ప్రభుత్వ నిబంధనల ప్రకారం ప్రతి సంవత్సరం ఒక ఎకరాకు ఒక రూపాయి చొప్పున వంద ఎకరాలకు వంద రూపాయలు ట్రెజరీ చలానా ద్వారా ప్రభుత్వానికి భూమి శిస్తు చెల్లిస్తున్నామని, తమకు ఈ అడవి వలన ఎన్నో రకాల లాభాలున్నాయని వారు ఎంతో ఉత్సాహంగా తెలియజేశారు. ఉమ్మడి వనరుల క్షేత్రం ఇంతగా అభివృద్ధి చెందడాన్ని శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి కొనియాడారు. అంకిత భావంతో ఇంతటి అభివృద్ధి సాధిస్తున్న కమిటి సభ్యులను ఆయన అభినందించారు.

అనంతరం, ఏపిమాస్ బృందం, ఎఫ్.ఇ.ఎస్ బృందంతో కలిచెర్లలోని వారి ఫీల్డు ఆఫీసులో సమావేశమై సమాజ విస్తృత ప్రయోజనాల కోసం రెండు సంస్థల క్షేత్ర సిబ్బంది కలసి పనిచేయవలసిన ఆవశ్యకతను శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి వివరించారు.

సేంద్రియ వ్యవసాయ క్షేత్ర సందర్శన

ఆ తర్వాత మదనపల్లి శివారులోని చీకులబైలులోని శ్రీ సురభి రామమోహన్ (మొబైల్ నంబరు:9290086715) సేంద్రియ వ్యవసాయ క్షేత్రాన్ని ఈ బృందం సందర్శించింది. వ్యవసాయ శాఖలో అసిస్టెంట్ డైరెక్టరుగా పదవీ విరమణ చేసిన తన తండ్రి శ్రీ వెంకట్రావు 1970లో ఈ భూమిని కొని, 1980లో కొబ్బరి చెట్లను నాటారని ఆయన తెలిపారు. తను డిగ్రీ వరకు చదువుకొని, వ్యవసాయం మీద వున్న

మక్కువతో 1990 నుండి వ్యవసాయం చేస్తున్నానని , 17 సంవత్సరాలపాటు రసాయన వ్యవసాయం చేసి సంతృప్తి దొరకక, 2007 నుండి సేంద్రియ వ్యవసాయంలోకి వచ్చానని తెలియజేశారు. తన నర్సరీ ద్వారా మామిడి, నేరేడు, కొబ్బరి మొదలగు నాణ్యమైన మొక్కలను రైతులకు అందిస్తున్నానని, నాటు ఆవుల పేడతో తయారైన వానపాముల ఎరువును సరసమైన ధరకు అందిస్తూ, రైతులకు అవగాహన కల్పిస్తున్నట్టు ఆయన చెప్పారు. తన వ్యవసాయ క్షేత్రం నుంచీ ఏదీ తానుగా మార్కెట్‌కు తీసుకు వెళ్ళనని, కావలసిన వాళ్ళు క్షేత్రానికే వచ్చి తీసుకు వెళతారని ఆయన అన్నారు. తార్పార్కర్, సాహివాల్ వంటి మేలు జాతులకు చెందిన 35 నాటు ఆవులు వున్నాయని, వాటి పాలను ఇక్కడికే వచ్చి కొంతమంది కొనుక్కొని వెళతారని, మిగిలిన వాటిని కాచి నెయ్యి చేస్తామని, నెయ్యికి మంచి రేటు వస్తుందని, మజ్జిగను పనివాళ్ళకు, చుట్టుపక్కల వాళ్లకు ఉచితంగా ఇస్తామని ఆయన ఆనందంగా తెలియజేశారు.

రైతు స్వయం సమృద్ధి సాధించాలని, అది సేంద్రియ వ్యవసాయం ద్వారానే సాధ్యమవుతుందని, 34 వసంతాల సుదీర్ఘ అనుభవంతో సురభి రామమోహన్ గారు తెలియ జేశారు. అక్కడి జీవావరణం, వానపాముల ఎరువు తయారీ బెడ్లలో ఇబ్బడి-ముబ్బడిగా కనిపించే వానపాములు, గోబర్ గ్యాసు ప్లాంటు, నర్సరీ, ఆవుల దొడ్డి, గుర్రం, మేకలు, దిగుడు బావి, మొదలగువాటిని చూస్తే ఆయన చెప్పింది అక్షరాల నిజం అనిపిస్తుంది.

తర్వాత రాయలసీమ వాటర్ ఇనిషియేటివ్ ప్రాజెక్ట్ కోసం ఎంపిక చేసిన సి.ఆర్.పి లతో శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి చర్చించి, వారికి దిశా నిర్దేశం చేశారు. ■

ఎఫ్ పి ఓల ఉత్తమ నిర్వహణ పద్ధతులపై జాతీయస్థాయి శిక్షణ

– జి.శ్రీనివాస్

ఎఫ్ పి ఓ ల (రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థల) ఉత్తమ నిర్వహణ పద్ధతులపై జాతీయ స్థాయి శిక్షణను, అవగాహన పర్యటనను 20-05-2024 నుంచి 24-05-2024 వరకు, ఐదు రోజుల పాటు ఏపిమాస్ నిర్వహించింది. ఈ శిక్షణకు ఎనిమిది రాష్ట్రాలలోని, ఎనిమిది స్వచ్ఛంద సంస్థల నుండి 22 మంది అభ్యాసకులు పాల్గొన్నారు. ఐదు రోజుల కార్యక్రమంలో నాలుగు రోజులపాటు శిక్షణతో పాటు, ఒక రోజు అవగాహన పర్యటనను నిర్వహించడం

జరిగింది. అవగాహన పర్యటన కోసం అభ్యాసకులను యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా చౌటుప్పల్ మండలంలోని అగ్రిఘర్ సర్వీసెస్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్‌కు, నల్గొండ జిల్లా కట్టంగూర్ మండలం కట్టంగూర్ ఎఫ్ పి ఓకు తీసుకువెళ్ళాము.

శిక్షణ ప్రారంభంలో అభ్యాసకులతో పరిచయ కార్యక్రమాన్ని శ్రీ మురళి జాజున, శ్రీ జి. శ్రీనివాస్ నిర్వహించి, ఈ శిక్షణ ఉద్దేశం గురించి, నేర్చుకోవాల్సిన అంశాలను గురించి, ఏపిమాస్ చేస్తున్న కార్యక్రమాల గురించి వివరించారు.

అనంతరం అభ్యాసకులు వారి సంస్థలలో వారు రైతు సంస్థల కోసం చేస్తున్న కార్యక్రమాలను, ఈ కార్యక్రమాలలో వారి అనుభవాలను పంచుకున్నారు.

అనంతరం ఏపిమాస్ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ శ్రీమతి రామలక్ష్మి ఎఫ్ పి ఓ పాటించాల్సిన సహకార సూత్రాలు, పద్దతులు, సహకార విలువల గురించి వివరించారు. సమాఖ్యల బలోపేతంకోసం ఈ సూత్రాలను ఏవిధంగా అమలుపర్చాలో తెలియజేశారు.

శ్రీ మహేశ్ అలగప్ప ఎఫ్ పి ఓ మహాసభ, పాలకవర్గం, పదాధికారులు, సిబ్బంది విధులు–బాధ్యతలపై అవగాహన కల్పించారు.

రెండవ రోజు శ్రీ మురళి జాజున ఎఫ్ పి ఓలో మంచి పరిపాలన, సమర్ధ నిర్వహణ, వివిధ రకాల సేవల గురించి వివరించారు.

శ్రీమతి రామలక్ష్మి ఎఫ్‌పిఓల వ్యవస్థ, పద్ధతులను పాటించ వలసిన ఆవశ్యకత, వ్యాపార ఖాతాల నిర్వహణ గురించి అంతర్గత నియంత్రణ మొదలగు అంశాల గురించి వివరించారు

ఏపిమాస్ ఎం డి, సి ఇ ఓ శ్రీ సి. యస్ రెడ్డి ఎఫ్ పిఓల స్థితిగతులను వివరించారు. ఎఫ్ పిఓల ఆవశ్యకత, వాటి నిర్వహణలో ఎదురవుతున్న సాధకబాధకాలు, అవి ఉత్తమ సంస్థలుగా మెదగడానికి ఎలాంటి కార్యక్రమాలు చేపట్టాలో తెలిపారు. శ్రీ కిషోర్ కుమార్, శ్రీమతి లిఖిత శ్రీరామ్ మార్కెటింగ్ నమూనాలు, మార్కెటింగ్ చక్రం మొదలగు అంశాలపై వివరించారు.

శిక్షణ కార్యక్రమంలో భాగంగా అవగాహన పర్యటనలో భాగంగా అగ్రిఘర్ సర్వీసెస్, కట్టంగూర్ ఎఫ్ పి సిలను సందర్శించి వారు చేస్తున్న వివిధ కార్యక్రమాలు, మార్కెటింగ్,

పరాజయానికి కారణం శక్తిహీనతో, అజ్ఞానమో కాదు; సంకల్ప లోపమే అసలు కారణం

ప్రాసెసింగ్, వ్యాపారం మొదలగు అంశాలను నేరుగా సభ్యులతో మాట్లాడి ఎన్నో కొత్త విషయాలు నేర్చుకున్నారు. అనంతరం అభ్యాసకులు క్షేత్ర సందర్శనలో నేర్చుకున్న విషయాలపై చర్చించి వారు వెలిబుచ్చిన సందేహాలను నివృత్తి చేయటం జరిగింది.

నాల్గవ రోజు, ఐదవ రోజు శ్రీ సతీష్ కుమార్ మార్కెటింగ్ అసెస్మెంట్, మార్కెటింగ్ ఏర్పాట్లు, పద్దతులు, మార్కెటింగ్ ప్రణాళిక మొదలగు అంశాలపై అవగాహన కల్పించారు. ప్రైమరీ, సెకండరీ ప్రాసెసింగ్ గురించి వివరించారు.

శ్రీమతి కళామణి గారు ఎఫ్ పి ఓలలో జెండర్ ప్రాధాన్యతపై వివరించారు. శ్రీ కిషోర్ కుమార్, శ్రీ జి.శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఎఫ్ పి ఓలలో చట్టపరమైన కార్యక్రమాలు, లైసెన్సులు, పర్మిట్‌లు, జి.యస్.టి మొదలగు అంశాలపై వివరించారు.

ఈ విధంగా ఐదు రోజుల పాటు జరిగిన శిక్షణ ముగింపు సందర్భంలో అభ్యాసకులు మాట్లాడుతూ, శిక్షణ చాలా బాగా జరిగినదని , శిక్షణయిచ్చిన రిసోర్స్ పర్సన్‌లకు, శిక్షణ ఏర్పాటుచేసిన ఏపిమాస్‌కు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

■

ఓడిపోతానేమోననే భయం నిన్ను విజయ తీరానికి చేరుస్తుంది

పూనేలో ఏపిమాస్ చే ఎస్ బి ఐ-ఎఫ్ పి ఓ అనుసంధాన సదస్సు

ఏపిమాస్ ,స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఎస్ బి ఐ) సంయుక్త సారథ్యంలో ఎఫ్ పి ఓలతో రుణ అనుసంధానంపై 8వ ఉన్నత స్థాయి సదస్సు 2024 మే 16వ తేదీన మహారాష్ట్రలోని పూనేలో జరిగింది. పశ్చిమ మహారాష్ట్ర ప్రాంతానికి చెందిన 54 అర్హత కలిగిన ఎఫ్ పి ఓలు ఈ సదస్సులో పాల్గొనడానికి తమ పేర్లను నమోదు చేసుకున్నాయి. అయితే, వీటిలో 38 ఎఫ్ పి ఓల ప్రతినిధులు ఈ సదస్సుకు హాజరుకాగా, వాటిలో 30 ఎఫ్ పి ఓ లు రుణం పొందడానికి అర్హమైనవిగా అధికారుల పరిశీలన నిర్ణయించింది. వీరికి సగటున 15 లక్షల రూపాయల వంతున మొత్తం 4.50 కోట్ల రూపాయల రుణాల మంజూరుకు సూత్రప్రాయంగా స్టేట్ బ్యాంక్ అంగీకరించి. ప్రాథమిక అర్హత పత్రాలను లబ్ధిదారులకు ఎస్ బి ఐ అధికారులు అందజేశారు.

ముంబైలోని ఎస్ బి ఐ ప్రధాన కార్యాలయం ఏబియు విభాగం నుంచి, స్థానిక ఎస్ బి ఐ శాఖలనుంచి ఆ బ్యాంక్ అధికారులు, ఏపిమాస్ ఎండి, సి ఇ ఓ శ్రీసి ఎస్ రెడ్డి, శ్రీ మహేష్ అలగప్ప ఈ సదస్సులో పాల్గొన్నారు.

ఏపిమాస్ యిప్పటికే ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణా, కర్ణాటక, మధ్యప్రదేశ్, బీహార్, తమిళనాడు, ఉత్తరప్రదేశ్ లలో, రాష్ట్రస్థాయి ఎఫ్ పి ఓ– ఎస్ బి ఐ రుణ అనుసంధాన సదస్సులను నిర్వహించింది.

పూనే ఎస్ బి ఐ ప్రధాన కార్యాలయం జి ఎం శ్రీ రామ్ సింగ్ ఈ ఎఫ్ పి ఓ సదస్సును ప్రారంభించి, ప్రారంభ ప్రసంగం చేశారు. ముంబై ఎస్ బి ఐ – ఏ బి యు డి జి ఎం శ్రీ యోగేంద్ర షిల్కే, మహారాష్ట్ర ఎస్ బి ఐ ఎల్ హెచ్ఓ డి జి ఎం శ్రీ ఆర్ కె గోయల్ ఈ సదస్సులో పాల్గొని ప్రసంగించారు. ఏపిమాస్ ఎండి, సిఇఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ఏపిమాస్ 22 ఏళ్ళ ప్రస్థానాన్ని గురించి ప్రసంగించి, ఎఫ్ పి ఓ ప్రతినిధులతో వారి సంస్థల స్థితిగతులను అడిగి తెలుసు కున్నారు. ఎఫ్ పి ఓల గురించి ఏపిమాస్ ప్రచురించిన కొన్ని ప్రచురణలను పూనే ఎస్ బి ఐ ప్రధాన కార్యాలయం జి ఎం శ్రీ రామ్ సింగ్‌కు శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి అందజేశారు.

ఈ సదస్సుతో కలుపుకుని ఏపిమాస్ యిప్పటివరకు 8 రాష్ట్రాలలో 285 ఎఫ్ పి ఓలకు ఎస్ బి ఐ తో రుణానుసంధానం చేసింది.

ఎంతో కొంత ఆశాభంగం వున్నా , అంతులేని ఆశాభావంతో ముందుకు సాగడమే విజయానికి పునాది

నాలుగు ప్లాంటేషన్ బోర్డుల ఉమ్మడి చర్చా శిబిరం

కర్ణాటక రాష్ట్రంలోని ప్రసిద్ధ కాఫీ, సుగంధ ద్రవ్యాల తోటల ప్రాంతం, విహార యాత్రా కేంద్రం కూర్గ్‌లో 2024 మే 22-23 తేదీలలో ప్లాంటేషన్ బోర్డుల ఉమ్మడి చర్చా శిబిరం జరిగింది. కేంద్ర ప్రభుత్వ వాణిజ్య, పారిశ్రామిక మంత్రిత్వ శాఖ ఆధ్వర్యంలో కూర్గ్‌లోని మారియట్ రిసార్ట్సులో ఈ శిబిరాన్ని నిర్వహించారు.

కేంద్ర వాణిజ్య మంత్రిత్వ శాఖ కార్యదర్శి శ్రీ సునీల్ భరత్‌వాల్, అదనపు కార్యదర్శి శ్రీ అమర్‌దీప్ భాటియా, కేంద్ర వ్యవసాయ, రైతు సంక్షేమ మంత్రిత్వశాఖ అదనపు కార్యదర్శి, ఎస్ ఎఫ్ ఏ సి - ఎండి డాక్టర్ మణీంద్ర కౌర్ ద్వివేది, నాలుగు ప్లాంటేషన్ బోర్డుల (కాఫీ, టీ, సుగంధ ద్రవ్యాలు, రబ్బరు) సి ఇ ఓలు, ఏపిమాస్ ఎండి, సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ఈ సదస్సులో పాల్గొన్నారు.

ఈ రెండు రోజుల శిబిరంలో మొదటి రోజున 'ఎస్ హెచ్ జిలు, ఎస్ హెచ్ జి సమాఖ్యలు, ఎఫ్ పి ఓల వంటి రైతు సంస్థలను ప్లాంటేషన్ చేపట్టేలా ప్రోత్సహించడం' అనే అంశంపై ఒక సదస్సును నిర్వహించారు. ఈ సదస్సుకు శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి అధ్యక్షత వహించారు. దాదాపు నాలుగు గంటల పాటు ఒక చర్చా గోష్ఠిలా ఈ సదస్సు సాగింది. 'రైతుల సుస్థిరాభివృద్ధి సాధన దిశగా మార్కెట్ సంసిద్ధత, ఆర్థిక సంసిద్ధత, సాంకేతిక సంసిద్ధతతో కూడిన విలువ పెంపు గొలుసును అమలుచేసే రీతిలో రైతు సంస్థల స్వరూప స్వభావాలను తిరిగి రూపొం దించడం' అనే అంశంపై శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ఈ సదస్సులో వివరణాత్మక ప్రెజెంటేషన్ చేశారు. ఈ సదస్సులో శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ప్రెజెంటేషన్‌తో పాటు మొత్తం ఐదు (కొలంబియన్ కాఫీ సహకార సంస్థతో సహా) ప్రెజెంటేషన్లు చేశారు. అధ్యక్షస్థానంలో వుండి శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి సదస్సును నిర్వహించిన తీరు పలువురి ప్రశంసలను చూరగొన్నది.

కేంద్ర వ్యవసాయ, రైతు సంక్షేమ మంత్రిత్వశాఖ అదనపు కార్యదర్శి, ఎస్ ఎఫ్ ఏ సి-ఎండి డాక్టర్ మణీంద్రకౌర్ ద్వివేదికి శాలువా, జ్ఞాపికను అందిస్తున్న శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి

ప్లాంటేషన్ బోర్డుల విజన్-2047 తీరు తెన్నులపైన, స్వయం సమీక్ష పైన ఎక్కువ చర్చ జరిగింది. కొందరు సీనియర్ అధికారులు ఈ శిబిరంలో పాల్గొం టున్న సభ్యులు నిజంగా ఏ అభిప్రాయంతో వున్నదీ బయటపడేలా చేయాలని కావాలని కొన్ని ప్రతికూల వాదనలను రేకెత్తించారు. ఆఖరుకు ప్రస్తుత పరిస్థితుల నేపథ్యంలో ప్లాంటేషన్ బోర్డులు అవసరమా అనే ప్రశ్నను కూడా వారు రేకెత్తించారు.

మొత్తంమీద సదస్సు ఎంతో ఆలోచనాత్మకంగా, మార్గదర్శకంగా, ఆసక్తిదాయకంగా, ప్లాంటేషన్ పాలకవర్గాలకు శిక్షణ శిబిరంలా సాగింది. ■

గతాన్ని తలచుకుని కుమిలిపోవడం కాదు, ఆ గతం నుంచి జీవిత పాఠాన్ని నేర్చుకోగలగాలి

ఆ మూడు రోజులు ... పరిశుభ్రంగా, ఆరోగ్యంగా ... !

– రాజోజుల బ్రహ్మాచారి

ప్రతి సంవత్సరం మే 28 వ తేదీని ప్రపంచ వ్యాప్తంగా బహిష్టు సమయంలో పరిశుభ్రత పరిరక్షణ దినోత్సవంగా పాటిస్తారు. ఈ ఏడాది ఏపిమాస్ ఆధ్వర్యంలో సెర్ప్, మెప్మా సహాయ సహకారాలతో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో (ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణాలలో) బహిష్టు సమయంలో పాటించవలసిన పరిశుభ్రత పై అవగాహన కార్యక్రమాలను వాష్ బృందం 16 జిల్లాలలో నిర్వహించింది. స్వయం సహాయ సంఘ నాయకురాళ్ళకు, సి ఆర్ పి లకు ఈ విషయమై అవగాహన కల్పించారు.

2013లో జర్మనీకి చెందిన 'వాష్ యునైటెడ్' సంస్థ బహిష్టు సమయంలో పరిశుభ్రత పరిరక్షణ దినాన్ని (మెన్‌స్ట్రువల్ హైజీన్ డే ను – ఎం హెచ్ డే ను) ప్రారంభించింది. వాష్ యునైటెడ్ యంహెచ్ డే గ్లోబల్ కో ఆర్డినేటర్‌గా, అంతర్జాతీయ సెక్రటేరియట్‌గా వ్యవహరిస్తుంది.

వాష్ యునైటెడ్ 1,000 కంటే ఎక్కువ సంస్థలతో యం హెచ్ డే భాగస్వామి నెట్‌వర్క్‌కు నాయకత్వం వహిస్తున్నది. ఋతు పరిశుభ్రత దినోత్సవం రెండు కీలక లక్ష్యాలను కలిగి ఉంది. మొదట, ఇది ఋతు ఆరోగ్యం మరియు పరిశుభ్రత రజస్వల అయిన వారు తమ పీరియడ్స్‌ను సురక్షితంగా, పరిశుభ్రంగా మరియు నమ్మకంగా సిగ్గు లేకుండా నిర్వహించుకునేందుకు అవగాహన కల్పించడం, ప్రచారం చేయడం.

ఋతు పరిశుభ్రత దినోత్సవం–ఉద్దేశం

నేటికీ ఋతుస్రావం గురించి అనేక రకాల అపోహలు ఉన్నాయి. చాలామంది ఇప్పటికీ ఈ విషయంలో సంప్రదాయవాద ఆలోచనలతో బాధపడుతున్నారు. ఆ మూడు రోజుల గురించి తెలియని మహిళలు గ్రామాల్లోనే కాకుండా, పట్టణాలు, నగరాల్లో కూడా చాలామందే ఉన్నారు.

ఈ విషయమై అవగాహన లేక పోవడంతో సమస్య జటిలమై గర్భాశయ క్యాన్సర్ లేదా యోని ఇన్ఫెక్షన్ వంటి తీవ్రమైన అనారోగ్యాలకు దారి తీస్తుంది. అందుకే, స్త్రీలు ఋతుస్రావం సమయంలో పరిశుభ్రతను పాటించేలా శ్రద్ధ వహించే లక్ష్యంతో ప్రతి సంవత్సరం ఋతు పరిశుభ్రత దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్నాము. నెలసరి గురించి ముఖ్యమైన సమాచారాన్ని తెలియజేయడం ద్వారా మహిళలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడమే ఈ కార్యక్రమం ముఖ్య ఉద్దేశం.

ముఖ్యంగా :

1. మహిళలకు ఋతు సమయ పరిశుభ్రతా పరిరక్షణ ఉత్పత్తులను చౌక ధరకు సులువుగా లభ్యమయ్యేలా చూడడం
2. ఋతుక్రమంపై అపోహలను తొలగింపజేయడం
3. ప్రతి ఒక్కరికీ ఋతుస్రావం గురించిన ప్రాథమిక సమాచారాన్ని అందుబాటులో వుంచడం.

→

ఎఫ్ పి ఓల ఖాతాల కంప్యూటరీకరణకు శిక్షణ

– మురళీ జాజున

మన దేశంలో ఎఫ్ పి ఓ ల ఉద్యమం బలోపేత మవుతున్నది. తమ సభ్య రైతులకు వ్యవసాయ ఉత్పాదకాలను అందిస్తూ, వారు పండించిన పంటలకు మార్కెట్ సౌకర్యం కూడా ఎఫ్ పి ఓలు కల్పిస్తున్నాయి. అంతేకాక చిన్న రైతులకు వ్యవసాయ పనిముట్లను అద్దెకు ఇస్తూ సభ్యుల అవసరాలను తీరుస్తున్నాయి. అయితే, తన వ్యాపార అక్కౌంట్ల నిర్వహణ, సభ్యులవారీ లావాదేవీల లెక్కింపు, కాలానుగుణంగా వివిధ నివేదికల తయారీ అనేది ఎఫ్.పి.ఓ లలో పెను సవాలుగా మారింది. ఎక్కువగా చాలావరకు ఎఫ్ పి ఓలు ఖాతా పుస్తకాలలో వ్రాయడం ద్వారానే తమ వ్యాపార ఖాతాలను నిర్వహిస్తున్నాయి. ఈ సమస్యలకు పరిష్కారంగా ఎఫ్‌పిఓలు తమ వ్యాపార ఖాతాలను కంప్యూటరీకరించడం తప్పనిసరైంది. కంప్యూటరీకరణలో ముందుగా, సరైన సాఫ్ట్‌వేర్ అందించే సంస్థలనే ఎంపిక చేసుకోవడం ఎంతైనా అవసరం.

ఏపిమాస్ ప్రోత్సాహంతో ఏర్పాటైన ఎఫ్ పి ఓలలో ఈ-ఫ్రెష్ వారి ఈ- మర్చంటైజ్ సాఫ్ట్‌వేర్, సింప్లి ఖాతా సాఫ్ట్‌వేర్‌లను ఉపయోగించుటకు ప్రోత్సహిస్తున్నది. ఈ దిశగా, అన్ని ఎఫ్ పి ఓల అక్కౌంటెంట్‌లు, సి ఇ ఓ లు, ఏపిమాస్ ప్రాజెక్టు సిబ్బంది కోసం 2 రోజుల శిక్షణను యిటు హైదరాబాద్‌తో పాటు, బీహార్‌లోని పాట్నాలో రెండు బ్యాచ్‌లలో అందించింది. ఈ రెండు శిక్షణలలో 50 మందికి పైగా పాల్గొన్నారు.

ఈ శిక్షణలలో ఎఫ్ పి ఓ ల ప్రతినిధులు ప్రతి లావాదేవీని క్రమానుగతంగా నమోదు చేసే ప్రక్రియను గురించి, తమ ఎఫ్.పి.ఓ ఖాతాలను నమోదు చేయడము గురించి నేర్చుకున్నారు. అంతేకాక, నమోదు చేసిన వ్యాపార, జనరల్ ఖాతాల లావాదేవీల నివేదికలను తయారుచేసే క్రమాన్ని తెలుసుకున్నారు.

ఇప్పటివరకు, ఏపిమాస్ పరిధిలోని 35 ఎఫ్ పి ఓ లలో వ్యాపార, జనరల్ ఖాతాల లావాదేవీల కంప్యూటరీ కరణ పూర్తి అయినది. ఈ శిక్షణకు సహకరించిన ఈ-ఫ్రెష్, సింప్లి ఖాతా సంస్థలకు ఏపిమాస్ ధన్యవాదాలు తెలియజేసింది. వచ్చే నెలలో మిగతా అన్ని ఎఫ్ పి ఓ లలో కంప్యూటరీకరణకు ఏపిమాస్ సన్నాహాలు చేస్తున్నది. ■

---

4. బహిష్టు సమయంలో పరిశుభ్రత పరిరక్షణ సదుపాయాలను సమకూర్చడం

పై విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని సభ్యులకు అవగాహన కల్పించడం జరిగింది.

ముఖ్యంగా ప్రచారాన్ని ముమ్మరం చేయడంకోసం రుతుక్రమ బ్రాస్‌లెట్ ధరించాలని బ్రాస్‌లెట్‌లో 28 పూసలు ఉంటాయని, అందులో 5 పూసలు ఎర్రగా ఉంటాయని, దాని అర్థం ప్రతి ఋతు చక్రానికి 28 రోజులు, 5 రోజులు రక్త స్రావం ప్రతి మహిళకు గుర్తు చేయటానికి ధరించాలని చెప్పడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమాలలో స్థానిక మునిసిపల్ కమిషనర్లు, సెర్ప్, మెప్మా అధికారులు సిబ్బంది, సిడిపిఓలు, హెల్త్ డిపార్ట్మెంట్, వాష్ ప్రాజెక్ట్ అసిస్టెంట్ ప్రాజెక్ట్ మేనేజర్ రాజోజుల బ్రహ్మచారి, రాణి, రోజ్ మేరీ, సత్యనారయణ, షణ్ముఖ, యేసోబు, రాజ్ కుమార్, సత్యవతి, అనిత, ప్రవీణ్, చంద్రకాంతం, పవన్, లక్ష్మిదేవి పాలొన్నారు. ■

ఆశయ సాధన దిశగా ఎఫ్ పి ఓల ప్రస్థానం!

- ఎస్.ప్రహల్లాద

స్వయం యాజమాన్య, స్వయం పోషక స్థాయికి ఎదిగేలా ఎఫ్ పి ఓలను (రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలను) ప్రోత్సహించి, చిన్న, సన్నకారు రైతులందరినీ సభ్యులుగా చేర్చి, వారి ప్రతినిధులచే పాలక వర్గాన్ని ఏర్పరచి, సభ్య రైతులు తమకు కావలసిన వివిధ రకాల ఉత్పాదకాలను తక్కువ ధరలకు పొందుతూ, వారు పండించిన ఉత్పత్తులకు మార్కెటింగ్ సౌకర్యం కల్పించుకోవాలన్న ఉన్నతాశయంతో కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు, సామాజిక బాధ్యత కలిగిన కంపెనీలు, దేశీయ మరియు విదేశీ దాతృత్వ

సంస్థలు ఎఫ్ పి ఓలను ఏర్పాటు చేస్తున్నాయి. ఒకవైపు ప్రభుత్వ విభాగాలు, మరోవైపు ఏపిమాస్ లాంటి స్వచ్ఛంద సంస్థలు ఎఫ్ పి ఓల ఏర్పాటులో భాగస్వాములైనాయి.

ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో హైదరాబాదు కేంద్రంగా ఏర్పాటయిన ఏపిమాస్ (మహిళా అభివృద్ధి సొసైటి) ఆంధ్ర ప్రదేశ్, బీహార్, తెలంగాణా రాష్ట్రాలలో 85 ఎఫ్‌పిఓలను ఏర్పాటుచేసి వాటిని విజయవంతంగా ముందడుగు వేయిస్తున్నది. ఏపిమాస్ ఒకవైపు తమ సిబ్బందితో ఎఫ్‌పిఓలను ఏర్పాటు చేయిస్తుండడంతోపాటు మరోవైపు తమ లాగా రైతు ఉత్పత్తిదారు సంస్థలను ఏర్పాటు చేస్తున్న ఇతర స్వచ్ఛంద సంస్థల శక్తి సామర్థ్యాలను పెంపొందిస్తున్నది.

దేశవ్యాప్తంగా చూసినప్పుడు కొన్ని రైతు ఉత్పత్తిదారు సంస్థలు వివిధ రకాల సమస్యలతో సతమవుతూ వుంటే, మరికొన్ని సంస్థలు విజయపథంలో దూసుకుపోతూ తమను నమ్మి సభ్యులుగా చేరిన రైతులకు వివిధ రకాల సేవలు అందిస్తూ, ఆశయ సాధన దిశగా సాగుతున్నవనడంలో సందేహం లేదు. అందుకు ఉదాహరణే ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం, చిత్తూరుజిల్లా పుంగనూరులో ఏపిమాస్ ప్రోత్సాహంతో ఏర్పాటైన శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ ఎఫ్ పి ఓ!

సంస్థ సంక్షిప్త సమాచారం

ఏర్పాటైన తేది	తేదీ: 30.11.2021
ప్రోత్సాహక సంస్థ	ఏపిమాస్
అమలు సంస్థ	ఎన్.సి.డి.సి.
పథకం	10 వేల ఎఫ్.ఓల కేంద్ర ప్రథకం
సభ్యులసంఖ్య	540
మహిళలు	237
పురుషులు	303
మహిళల శాతం	44
వసూలైన వాటాధనం	7,49,000
ఈక్విటి గ్రాంట్	7,18,000
నిర్వహణ గ్రాంట్	10,16,000

వ్యాపార పరిమాణం

సంవత్సరం	మొత్తం (రూ.లక్షలలో)
2021-22	23.35
2022-23	26.81
2023-24	50.71

గారడీతో కల నెరవేరదు; తపన పడాలి, పట్టుదల పెరగాలి, చెమట చిందించాలి

పుంగనూరు క్షేత్ర పాలకురాలు శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ అమ్మవారి పేరు మీద పుంగనూరు కేంద్రంగా 30.11.2021 తేదీన ఎఫ్ పి ఓ ఏర్పాటైంది. పుంగనూరు, పెద్ద పంజాణి, చౌడేపల్లి మండలాలలోని పంచాయతీలు, వాటి మజరా గ్రామాల పరిధిలోని రైతులందరికి తోడ్పాటు అందించాలన్న కృతనిశ్చయంతో మూడు మండలాలకు అనువుగా పలమనేరు రోడ్‌లోని సుబ్బమ్మ చెరువు మొరవలో కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేసుకున్నది.

సభ్య రైతులకు అందించే సేవలు

సభ్య రైతులకు కావలసిన రసాయనిక మరియు సేంద్రియ ఎరువులు, క్రిమిసంహారక మందులు, పశువుల దాణా, టార్పాలిన్ పట్టలు, మల్చింగ్ షీట్ లు, డ్రిప్ పరికరాలు మొదలగునవి ప్రఖ్యాత కంపెనీల నుండి తెప్పించి అందించడం జరుగుచున్నది. పట్టణంలోని ఇతర దుకాణములతో పోల్చి చూసినప్పుడు డ్రిప్ ఎరువులపై తయారీ కంపెనీని బట్టి 20 నుండి 25 శాతం తక్కువ ధరలకు అందిచడం జరుగుచున్నది.

పాలక వర్గములోని సభ్యుల హామీ మేరకు పశువుల దాణాను ఎంపిక చేసిన గ్రామాలకు రవాణా చేసి సభ్య రైతులకు వారి గ్రామాల్లోనే అందించడం వలన సభ్యులకు రవాణా ఖర్చులు, శ్రమ తగ్గడంతో పాటు సకాలంలో రైతులకు అందుచున్నవి. ఏపిమాస్ అధికారుల సహకారంతో వివిధ కంపెనీలతో ఒప్పందం చేసుకొని రైతుల వద్ద నుండి కూరగాయలు సేకరించి అమ్మించడం జరుగుచున్నది.

సభ్యత్వం : 12 మంది రైతులతో 30.11.2021 తేదిన ఏర్పాటైన శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ 31.03.2022 నాటికి ప్రభుత్వ నిబంధనల ప్రకారం 300 మంది చిన్న మరియు సన్నకారు రైతులను సభ్యులుగా చేర్చుకొని ప్రభుత్వం నుండి రావలసిన నిర్వహణ వ్యయాలు మరియు ఈక్విటి నిధులను పొందుటకు అర్హత సాధించి మంచి గుర్తింపు పొందినది.

ఏపిమాస్ ప్రాజెక్ట్ మేనేజరు మరియు సిబ్బంది సహకారముతో నిరంతరంగా గ్రామాలను సందర్శించి, రైతులకు తీరిక సమయంలో రాత్రి వేళలో కుడా గ్రామాలను సందర్శించి రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ ఆవశ్యకతను వారికి తెలియజేసి వారిని సంస్థలో సభ్యులుగా చేర్పించడం జరిగింది. 23 మే 2024 నాటికి మొత్తం సభ్యులు సంఖ్య 540కి చేరినది.

ఇందులో చెప్పుకోతగ్గ 44 శాతం మంది మహిళా రైతులు సభ్యులుగా వున్నారు. సంస్థ కాలము మూడు సంవత్సరాలు ముగిసేసరికి మొత్తం సభ్యుల సంఖ్యను 750కు పెంచాలని ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయడం జరిగినది.

యువతతో పాలక వర్గము : సంస్థ అభివృద్ధిలో పాలక వర్గము కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ప్రారంభంలో కొంత మిశ్రమ వయస్కులతో పాలక వర్గము ఏర్పాటు చేసినప్పటికిని అనంతరం జరిగిన వార్షిక మహాసభలో చర్చించి పాలక వర్గంలో అధిక సంఖ్యలో యువత వుండేటట్లు జాగ్రత్త వహించడం జరిగింది. అందువలన శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ సంస్థతో పాటు ఏర్పాటైన అనేక ఇతర సంస్థల కంటే మెరుగైన సామర్థ్యం కలిగి వుందని సందర్శన అధికారులు కొనియాడారు.

శ్రద్ధ గలిగిన సిబ్బంది:

సంస్థ కార్యక్రమాలు నిర్విరామంగా కొనసాగుటకు ఒక కార్యనిర్వహణ అధికారి మరియు అకౌంటెంట్‌ను నియమించడం జరిగింది. వీరు విధి నిర్వహణలో ఎటువంటి అలసత్వం లేకుండా సమయానికి విధులకు హాజరవుతూ

సభ్య రైతులకు సేవ చేయాలన్న తపనతో తమ విధులు నిర్వర్తించుట వలన ఆనతి కాలంలోనే సంస్థ అందరి మన్నలను పొందినది. కార్య నిర్వహణ అధికారిగా మహిళ వుండడం కూడా సంస్థకు బలం చేకూరినది. శ్రీమతి జానకి కార్యనిర్వహణ అధికారిగా వుంటూ ఏపిమాస్ సంస్థ హైదరాబాదులో నిర్వహించే వివిధ రకాల శిక్షణలకు హాజరు అయి అక్కడ తోటి సిబ్బందితో వారి సంస్థలలో జరిగే కార్యక్రమాలను అడిగి తెలుసుకొని ఇక్కడ అమలు చేయుటకు కృషి చేయుచున్నది.

క్రమేపి పెరుగుచున్న వ్యాపార లావాదేవీలు:

శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ ప్రారంభం నుండి ప్రతి సంవత్సరం కూడా వ్యాపారం పెరుగుచూ వస్తున్నది. వ్యాపారము చేయుటకు కావలసిన అన్నిరకాల అనుమతులు పొంది వ్యాపారం చేయుచున్నది. బయటి మార్కెట్‌లో కూరగాయల ధరలకు నిలకడ లేని కారణంగా కూరగాయల మార్కెటింగ్ మాత్రం ఆశాజనకంగా చేయడం లేదు. కాని రైతులకు కావలసిన ఇతర ఉత్పాదక సేవలు విజయవంతంగా అమలు చేయడం జరుగుచున్నది.

నిర్ణీత నియమాలు ఏర్పాటు & అమలు :

సంస్థ ప్రారంభం నుండి సమావేశ కట్టుబాట్లు పెట్టుకొని ప్రతి నెల నిర్ణీత తేదిన నెలవారీ పాలక వర్గ సమావేశం ఏర్పాటు చేసి గడచిన నెల ప్రగతిని సమీక్షిస్తూ మరియు వ్యాపార అభివృద్ధిపై దృష్టి సారించడం జరుగుచున్నది. ప్రతి నెల నిర్ణీత సమయంలో జి.ఎస్.టి. వివరాల సమర్పణ, సకాలములో ఆడిట్ చేయించడం, వార్షిక మహాసభల నిర్వహణ, సహకార శాఖకు వార్షిక రిటర్నుల సమర్పణ మొదలగునవి చేపట్టుచున్నది. ఏపిమాస్ వెబ్‌సైట్‌లో సమాచారం నమోదు చేయుట, సకాలములో ప్రగతి నివేదికలను సమర్పించుట చేయడం జరుగుచున్నది.

పారదర్శకతకు పెద్దపీట : ఏపిమాస్ కోర్ విలువలకు అనుగుణంగా ప్రతినెల జరిగే సమావేశములో గడచిన నెల కార్యక్రమాల నివేదికలను తయారుచేసి పాలకవర్గ సభ్యులకు పంపించేయడం జరుగుచున్నది. అందులో చేపట్టిన వ్యాపార కార్యక్రమాల వివరాలు, ఆర్థిక లావాదేవీలు, సభ్యుల నుండి సేకరించిన వాటాధనము, ప్రభుత్వం నుండి పొందిన నిధుల వివరాలు, బ్యాంకులో వున్న నిధుల వివరాలు అన్నియు పాలక వర్గ సభ్యుల ముందు వుంచడం జరుగుచున్నది.

సంస్థ కార్యాలయము నాకు స్వంత భూమి : ఏ సంస్థ అయినా సుస్థిరంగా ఉండాలంటే స్వంత కార్యాలయము వుండాలి. అందువలన శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ తాము చేపట్టిన కార్యక్రమాలను స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులకు తెలియజేసి వారి సహకారముతో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ గ్రామీణ అభివృద్ధి శాఖ మంత్రివర్యులు శ్రీ పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రా రెడ్డి సిఫారసులతో 20 సెంట్ల భూమి పొందడం జరిగినది. రాబోయే ఆర్థిక సంవత్సరం లో ఆ స్థలంలో కార్యాలయము నిర్మించాలని ప్రణాళిక రచన చేయడం జరిగినది.

శిక్షణలకు హాజరు : ఏపిమాస్ సంస్థ పాలకవర్గ సభ్యులకు మరియు సిబ్బందికి ఏర్పాటు చేసే వివిధ రకాల శిక్షణలకు సంస్థ తరపున హాజరు కావడం జరుగుచున్నది. గత సంవత్సరం ఢిల్లీలో ఏర్పాటు చేసిన దేశవ్యాప్త రైతు ఉత్పత్తి దారుల సంస్థల కార్యశాలలో శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ అధ్యక్షులు శ్రీ హరికిషన్ రెడ్డి గారు హాజరు అయి సంస్థ కార్యక్రమాలు తెలియజేయడం జరిగింది.

ముఖ్య అతిథుల సందర్శన : చిన్న మరియు సన్నకారు రైతుల అభివృద్దే ధ్యేయంగా ఏపిమాస్ సంస్థను నడిపిస్తున్న సంస్థ సి.ఈ.ఓ శ్రీ సి.ఎస్.రెడ్డి గారు రెండు పర్యాయాలు శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థను

ఓటు హక్కు వినియోగంపై ఏపిమాస్ ప్రచారం

– ఎల్. భవాని

2024, ఏప్రిల్ 20 వ తేదీన, హైదరాబాద్ పరిధిలోని ప్రభుత్వేతర సంస్థలు, రెసిడెన్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్‌లతో జిహెచ్ఎంసి కమిషనర్ శ్రీ రోనాల్డ్ రోస్, అదనపు కమిషనర్ శ్రీ చంద్రకాంత రెడ్డి, ఏపిమాస్ ఎండి, సి ఇ ఓ శ్రీ సిఎస్ రెడ్డి జిహెచ్ఎంసి కమీషనర్ కార్యాలయంలో సమావేశమై ఓటరు అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

హైదరాబాద్‌లోని జీహెచ్ఎంసీ పరిధిలో 2024 మే 13 న జరిగే పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో ఓటర్ల భాగస్వామ్యాన్ని పెంచడమే ప్రధాన లక్ష్యంగా ఈ సమావేశం జరిగంది. నివాసితులు ఓటును కలిగి ఉన్నారో లేదో ఎన్జీవోలు, ఆర్‌డబ్ల్యూఏలు ధ్రువీకరించాలని, ఓటర్ హెల్ప్‌లైన్ నంబర్ (1950) ద్వారా, భారత ఎన్నికల సంఘం వెబ్‌సైట్‌ను ఉపయోగించడం ద్వారా వారి పోలింగ్ బూత్‌ను కూడా తెలుసుకోవచ్చని సూచించాలన్నారు.

హైదరాబాద్‌లో ఓటు హక్కు కలిగిన ప్రతి పౌరుడు 13 మే 2024న వారి నిర్దేశిత పోలింగ్ స్టేషన్‌లో ఓటు వేసేలా అవగాహన కల్పించాలని, ప్రచారాలను నిర్వహించాలని ఎన్‌జిఓలను, ఆర్‌డబ్ల్యుఏలను కమిషనర్ అభ్యర్థించారు. ఏపిమాస్ నిర్వహణలోని ఆరోగ్య కార్యకర్తలు వారి పరిధిలోని పద్నాలుగు స్లమ్ ప్రాంతాలలో ఓటర్లు తమ ఓటు హక్కును తప్పక వినియోగించుకోవాలని సూచిస్తూ ప్రచారం చేశారు. వీరితో పాటు గృహ విజ్ఞాన కళాశాల విద్యార్థినిలు కూడా ప్రచారంలో పాల్గొన్నారు. ■

సందర్శించి సంస్థ మరింత ముందుకు వెళ్లి ఎక్కువ మంది రైతులకు సేవలు అందించుటకు తగు చూచనలు చేయడం జరిగినది. కేంద్ర ప్రభుత్వ ప్రతినిధులుగా జాతీయ సహకార అభివృద్ధి సంస్థ ప్రాంతీయ కార్యాలయం హైదరాబాదు నుండి సహాయ సంచాలకులు శ్రీ శ్యాం గారు మరియు శ్రీ బిస్వాస్ గారు సందర్శించి సంస్థ కార్యక్రమాలను మరియు విధానాలను పరిశీలించి సంతోషం వ్యక్తం చేయడం జరిగింది.

తక్కువ సమయం ఉత్తమ ప్రగతిని కనపరచిన శ్రీ సుగుటూరు గంగమ్మ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థ ఇతర సంస్థలకు ఆదర్శం అవుతూ అనతికాలంలోనే స్వంత భవనంలో కార్యాలయంను ఏర్పాటు చేసుకొని, సభ్య రైతులకు మరిన్ని నయమైన సేవలను అందించాలని కోరుకుందాం! ■

నిన్న...నేడు : నేను....మీరు!

ఉరకలేసే వాననీటికి అడ్డుకట్ట వేస్తాను,
జీవరాశికి త్రాగునీటిని అందిస్తాను,
భూగర్భజల సంపదకు ఆధారమవుతాను,
పంట పొలాలకు సాగునీటిని అందిస్తాను,
పర్యావరణ సమతుల్యానికి తోడ్పడుతాను,
అనేక జీవులకు ఆశ్రయమిస్తాను,
భూమిలేని పేదలకు పనికల్పిస్తాను,
సకల వృత్తులవారికి జీవనోపాధినిస్తాను,
మెట్ట పొలాలకు ఒండ్రుమట్టి నందిస్తాను,
గృహ నిర్మాణానికి సహకరిస్తాను,
గ్రామ ఆర్థికాభివృద్ధికి కేంద్రబిందువును,
అంతరించిపోతున్న సహజ సంపదను,
కరువు నివారణకు కల్పతరువును!
ఇలాంటి నేను ... ప్రస్తుతం ....
చావు బ్రతుకుల మధ్య కొట్టుమిట్టాడుతున్నాను!
నా ఒక్క ప్రాణం కాపాడండి,
మీ అందరి ప్రాణాలు నేను కాపాడుతాను!

ఇంతకూ నేనెవరిని ?

(కనిపెట్టలేకపోయారా? **20** వ పేజీ చూడండి)

మూడు జిల్లాలలో 13 ఎఫ్ పి ఓ లలో ఆప్తి ప్రాజెక్ట్ !

– లిఖితా శ్రీరామ్

ఆప్తి ప్రాజెక్టు 'వృత్తి' బృందం ఏపిమాస్ ప్రతినిధులతో సమాలోచనల సందర్భం

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని అన్నమయ్య, చిత్తూరు, అనంతపురం జిల్లాలలో వృత్తి సంస్థ సహ భాగస్వామ్యంలో ఏపిమాస్ 13 ఎఫ్ పి ఓలలో 'ఆప్తి' ప్రాజెక్టును అమలు చేస్తున్నది. మహిళలు, చిన్న రైతులు, చిరువ్యాపారులు, చిన్న పారిశ్రామికవేత్తల జీవనోపాధులను మెరుగుపరచి అర్హులైన వారందరికి సబబైన రీతిలో ఆర్థిక అవకాశాలు లభ్యమయ్యేలా చూడాలన్నదే ఈ ప్రాజెక్ట్ ముఖ్య ఉద్దేశం.

ప్రాజెక్ట్ పుర్తిగా అమలులోకి వచ్చినపుడు మొత్తం 36 నెలల కాలంలో 40 ఎఫ్ పి ఓలకు విస్తరించి, 35 వేల మంది సభ్య రైతులకు, మొత్తం లక్ష మంది వ్యక్తులను ప్రభావతం చేయాలన్నది ఈ ప్రాజెక్టు అంతిమ లక్ష్యం. మొదటి నాలుగు నెలలు ప్రాజెక్టు అమలు సన్నద్ధత కార్యక్రమాలను చేపట్టడం జరుగుతుంది.

36 నెలల ప్రాజెక్టు గడువు ముగిసేనాటికి ఎఫ్ పి ఓ సభ్య రైతుల సంఖ్య పెరిగేలా చూసి, సభ్యులందరూ ఎఫ్ పి ఓల మెరుగైన సేవలను, మార్కెట్ సౌకర్యాలను పొందడం, వ్యాపార కార్యకలాపాలు ఇబ్బడిముబ్బడిగా నిర్వహించ గలగడం, వ్యాపారపరంగా కొత్త అనుసంధానాలను ఏర్పాటు చేసుకోగలగడం మొదలైన ఫలితాల సాధన ఈ ప్రాజెక్టు లక్ష్యం.

ఇంతేకాకుండా, ఎఫ్ పి ఓలు సాంకేతిక పురోగతి సాధించి, అన్ని లావాదేవీలను డిజిటల్‌గా నిర్వహించ గలగడం, సభ్యులందరూ నాయకత్వ ప్రతిభ పెంపొందించుకునేలా చూడడం మొదలైనవి నెరవేర్చాలని ఈ ప్రాజెక్టు అభిలషిస్తున్నది.

ఆప్తి ప్రాజెక్టు అమలు మొదలైన రెండవ సంవత్సరానికి సభ్య రైతుల వ్యాపార కార్యకలాపాలు కనీసం 20% పెరగాలని, రైతు ఆదాయం ఆ దామాషాలో పెరగాలని, ఉత్పాదక స్థాయి కూడా 20% పెరగాలన్నది ఈ ప్రాజెక్టు ప్రధాన ఆశయం. ఆటుపోట్లను సమర్థంగా ఎదుర్కొని సభ్యరైతులు విజేతలుగా నిలవాలని, ఆనందంగా జీవించాలన్నది ప్రాజెక్టు పరమార్థం. ■

మాటలతో, చేతలతో నొప్పించే వారికంటె, ఆత్మీయుల అనాదరణ మరింత బాధాకరం

అందరికీ సమాన గౌరవంకోసం అలుపెరుగని పోరాటం!

సెక్స్ వర్కర్ల హక్కుల కోసం మూడు దశాబ్దాలుగా ఉద్యమం సాగిస్తున్నారు తిరుపతికి చెందిన సామాజిక కార్యకర్త మీరా రాఘవేంద్ర. అందుకోసం 'ఉమెన్స్ ఇనీషియేటివ్' సంస్థను నెలకొల్పారు. సెక్స్‌వర్కర్లను అసంఘటిత మహిళా కార్మికులుగా గుర్తించాలన్నది ఆమె ప్రధాన డిమాండ్. మరోవైపు మహిళా రైతులను, కూలీలను సంఘటితం చేసి... వారికి ఆధునిక వ్యవసాయ పద్ధతుల మీద అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. "ఈ భూమి మీద ప్రతి మనిషికి సమానమైన గౌరవం దక్కాలన్నదే నా అభిమతం" అంటున్న మీరా తన సుదీర్ఘ సామాజిక, సేవా అనుభవాలను 'నవ్య'తో పంచుకొన్నారు.

"ప్రకృతి వైపరీత్యాలు సంభవించినా, మానవ కల్పిత విపత్తులు ఎదురైనా, కొత్త జబ్బులు ఎవైనా సంక్రమించినా మొట్ట మొదట అత్యంత తీవ్రంగా నష్టపోయేది మహిళలు. కాబట్టి ప్రతికూల పరిస్థితులను అవగాహన చేసుకొని, సమస్యల సుడిగుండాల నుంచి బయటకు రావడానికి ... మహిళలకు వ్యక్తిగత చైతన్యం అవసరం. అలాంటి చైతన్యం పొందడానికి మనమే చొరవ తీసుకోవాలనీ, మన జీవితాల్ని మనమే కాపాడుకోవాలనీ నేను నమ్ముతాను.

ఇదే భావనతో ముప్ఫై ఏళ్ళ కిందట తిరుపతిలో 'ఉమెన్స్ ఇనీషియేటివ్' స్వచ్ఛంద సంస్థ ప్రారంభించాను. అప్పటినుంచి సెక్స్‌వర్కర్లతో కలిసి వారి హక్కుల కోసం ఉద్యమిస్తున్నాను. పితృస్వామ్య వ్యవస్థలో ఇంటా బయటా మహిళలు ఎదుర్కొనే హింస అంతాఇంతా కాదు. అందు లోనూ సెక్స్‌వర్కర్స్ లాంటి వృత్తిలో జీవితాన్ని గడుపుతున్న మహిళలు మరింత హింసను అనుభవించడం, దుర్భర జీవితాన్ని గడపడం కళ్లారా చూస్తూ ఊరుకోలేకపోయాను. అప్పుడప్పుడే హెచ్ఐవీ, ఎయిడ్స్ కేసులు ప్రబలుతున్న రోజులవి. దానివల్ల మహిళలు ఎక్కువమంది నష్టపోవడం నన్ను బాధించింది. సెక్స్‌వర్కర్లలోనే కాదు... చిన్న వయసు లోనే వివాహమై, భర్తద్వారా ఈ వ్యాధికి గురై, తీవ్ర మనో వ్యథను అనుభవించిన అమ్మాయిలు ఎందరినో చూశాను. ఇదే విషయం మీద రుయా ఆస్పత్రిలో వైద్యుడైన నా భర్త చిత్తూరు ఆనందరావుతో చర్చిస్తే, "హెచ్ఐవీ, ఎయిడ్స్ మీద ముఖ్యంగా సెక్స్ వర్కర్లలో అవగాహన పెంచాలి" అని సూచించారు. అలా నా భర్త ప్రోత్సా హంతో 1994 నుంచి సెక్స్‌వర్కర్ల సమస్యల మీద పనిచేస్తున్నాను. సుమారు 12వేల మందికి మా సంస్థ సేవలు అందుతున్నాయి.

నన్ను సొంత అక్కగా భావించి...

హెచ్ఐవీ, ఎయిడ్స్ నివారణకు కండోమ్ వాడకం ఒక్కటే పరిష్కారం కనుక, ఆ విషయంపై సెక్స్‌వర్కర్లకు అవగాహన కల్పించడం మొదలు పెట్టాను. నిరోధ్ ఫొటో ఒకటి చేత పట్టుకొని... రోజూ సాయంత్రం తిరుపతి కోనేరు కట్టమీద వరుసగా కూర్చొన్న సెక్స్‌వర్కర్లు ఒక్కొక్కరి దగ్గరకెళ్లి, "మీ లైంగిక భాగస్వామి తప్పనిసరిగా కండోమ్ వాడేలా చొరవ తీసుకోండి. హెచ్ఐవీ బారి నుంచి మిమ్మల్ని మీరు కాపాడుకోండి" అని చెబుతుంటే... కొందరు మాత్రమే వినేవారు. ఇంకొందరు నన్ను అనుమానంగా చూసి, పక్కకు తప్పుకొనేవారు. అయినా, నా ప్రయత్నం మాత్రం ఆపలేదు.

అదే సమయంలో రోడ్డుమీద ఆడుకుంటున్న ఒక సెక్స్ వర్కర్ కొడుకును అకారణంగా పోలీసులు చిల్డ్రన్ హోమ్‌కు తరలించారు. ఆ సంగతి తెలిసి... పోలీసులతో, లాయర్లతో మాట్లాడాను. ఆ పిల్లాడు తిరిగి ఇంటికి చేరేవరకు ఆ తల్లికి

నేను అడుగడుగునా అండగా ఉన్నాను. దాంతో ఆమె నన్ను సొంత అక్కగా భావించి, తన జీవితంలోని కష్టాలన్నింటిని నాతో పంచుకొంది. నా ఉద్దేశం చెప్పడంతో, మిగతా ప్రాంతాల్లోని సెక్స్‌వర్కర్లను కూడా పరిచయం చేసింది. వారికి హెచ్‌ఐవి, ఎయిడ్స్ గురించి అవగాహన కల్పిస్తున్న క్రమంలో... పోలీసులు, వీధి రౌడీలు, ఆకతాయిలు డబ్బు కోసం వారిని ఎంతగా హింసిస్తారో తెలిసింది. కొందరు తోడు కోసమో లేదంటే అద్దెకు ఇల్లు ఇవ్వరనో... ఎవరో ఒక పరిచయస్థుడిని భాగస్వామిగా ఎంచుకుంటారు. వాడు వీళ్ళను విపరీతంగా వేధిస్తుంటాడు.

"ఈ సమస్యలన్నిటికీ ఒక్కటే పరిష్కారం. అది మీరంతా సమష్టిగా ఉండటమే" అని వారికి అర్థమయ్యేలా చేశాను. దాంతో సెక్స్‌వర్కర్లంతా బృందాలుగా ఏర్పాడ్డారు. ఒకరికి ఆపద వస్తే మిగతావారంతా అండగా నిలిచేవారు. అదే సమయంలో ప్రభుత్వం కూడా హెచ్‌ఐవీ, ఎయిడ్స్ నివారణ కార్యక్రమాలను సెక్స్ వర్కర్ కమ్యూనిటీ భాగస్వామ్యంతో నిర్వహించడంతో వారంతా 'కమ్యూనిటీ బేస్ట్ ఆర్గనైజేషన్లు' (సీబీఓలు)గా ఏర్పడ్డారు. దాంతో మా పని మరింత సులువయింది. అలా పన్నెండేళ్ళపాటు ఉమ్మడి చిత్తూరు, నెల్లూరు, అనంతపురం జిల్లాల్లో హెచ్‌ఐవీ మీద విస్తృతంగా అవగాహన కల్పించాం. హెచ్‌ఐవీ బాధితుల్లో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నెలకొల్పి,వారి పిల్లల చదువును ప్రోత్సహించాం.వారి పట్ల సమాజంలో నెలకొన్న వివక్షను కొంతవరకు నిర్మూలించగలిగాం. ప్రత్యేక కౌన్సెలింగ్ కేంద్రాన్ని నిర్వహించాం. తద్వారా కొంతమేరకైనా సత్ఫలితాలను సాధించగలిగాం.

ఆ మార్పు తీసుకురాగలిగాం...

తామేదో తప్పు చేస్తున్నామన్న ఆత్మన్యూనత సెక్స్ వర్కర్లను బాగా వేధించడం గమనించా. దాంతో తమ దగ్గర మిగిలిన నాలుగు రూపాయలను కూడా 'పాపపు సొమ్ము' అనుకొనేవారు. దాన్ని దాచుకోకుండా దుబారా చేసేవారు. రేపటి రోజు అనేది వారి జీవితంలో ఒకటుందనే ఆలోచన వారెవ్వరిలో నాకు కనిపించలేదు. వారిలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కలిగించేందుకు పెద్దఎత్తున శిక్షణ శిబిరాలు, అవగాహనా తరగతులు నిర్వహించాం. తాము చేస్తున్నది తప్పుకాదన్న భావనను వారిలో కలిగించాం. సమాజంలోని ఇతరులతో సఖ్యతగా మెలిగేలా శిక్షణ ఇచ్చాం. దీనిలో పోలీసులను కూడా భాగస్వాముల్ని చేశాం. మొదట... వారానికి ముప్ఫై రూపాయలు పొదుపు చేసేలా ప్రోత్సహించాం. అప్పట్లో పోలీసులు చాలావరకు సెక్స్‌వర్కర్లను విపరీతంగా వేధించేవారు. వీళ్ళు అడ్డామీదకెళ్లి సంపాదించిన సొమ్మును వారు బలవంతంగా లాక్కునేవారు. ఎవరైనా డబ్బు ఇవ్వకుంటే... కక్షసాధింపులు ఉండేవి. కొందరు పోలీసులు లైంగికంగానూ వేధించేవారు. అకారణంగా అరెస్టు చేయడం, కేసు పెట్టడం, లాఠీలతో బాదడం తదితర రూపాల్లో సెక్స్‌వర్కర్ల మీద హింస విపరీతంగా ఉండేది. అదే అదనుగా వీధి రౌడీలు కూడా మరింత రెచ్చిపోయేవారు. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో... అందరూ సంఘటితంగా, అన్యాయానికి వ్యతిరేకంగా ఉద్యమించేలా మా 'ఉమెన్స్ ఇనీషియేటివ్' సంస్థ కృషి చేసింది.

ప్రత్యేక శిక్షణ...

సెక్స్‌వర్కర్లు తమతమ ప్రాంతాల్లో సంఘటితం కావడంతో... క్రమంగా పోలీసుల హింస కూడా చాలావరకు తగ్గింది. కొంతమంది మంచి పోలీసు అధికారులు ఉన్న ప్రాంతాలలో... వేధింపులు ఏమాత్రం ఉండేవి కావు. సుప్రీంకోర్టు మార్గదర్శకాలు విడుదల అయిన తర్వాత, వారి తీరు చాలా మారిందని చెప్పాలి. తిరుపతి, నెల్లూరు, ఏలూరు, కంచికచర్ల తదితర ప్రాంతాల్లోని సీబీఓలతో మేము ప్రస్తుతం పనిచేస్తున్నాం. తద్వారా వారికి చట్టాల మీద అవగాహన కల్పిస్తున్నాం. ట్రాన్స్‌జెండర్లపై వివక్ష రూపుమాపడానికి కళాశాలలు, విశ్వవిద్యాలయాలలో సమావేశాలు నిర్వహిస్తున్నాం. అలా కర్నూలులోని ఒక కళాశాలవారు ట్రాన్స్ మహిళకు పోస్టుగ్రాడ్యుయేషన్ కోర్సులో సీటు ఇవ్వడానికి ముందుకొచ్చారు. ఇదివరకటిలా భయం భయంగా కాకుండా... ట్రాన్స్‌జెండర్లు, సెక్స్‌వర్కర్లు ఇప్పుడు ప్రభుత్వ అధికారులతో, సిబ్బందితో తమ సమస్యల గురించి ధైర్యంగా చర్చిస్తున్నారు. వారి హక్కుల గురించి మాట్లాడుతున్నారు. ఈమేరకు వారిని చైతన్యవంతుల్ని చేయగలిగాం. మా మార్గదర్శకత్వంతో చాలామంది

సెక్స్‌వర్కర్లు వారి పిల్లలను బాగా చదివిస్తున్నారు. హెచ్ఐవీ బాధితుల్లో కూడా ఇప్పుడు ఆనందమయ జీవితాన్ని గడుపుతున్నవారు ఎందరో ఉన్నారు.

మహిళా రైతులు, కూలీల కోసం...

వ్యవసాయ రంగంలో కనీస గుర్తింపునకు నోచుకోని వారు మహిళా రైతు, కూలీలు. అందులో మహిళా కౌలు రైతుల కష్టాల సంగతి ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. నిజానికి వ్యవసాయ రంగంలో మహిళల పాత్ర, అందులోనూ అణగారిన వర్గాల మహిళల శ్రమ వెలకట్టలేనిది. ఇప్పుడు చాలా గ్రామాల్లో భూమిలేని దళిత మహిళలు కౌలు రైతులుగా మారారు. వీరికి వెన్నుదన్నుగా నిలవడం కోసం 'ప్రణీక్ష మహిళా రైతు ఉత్పత్తిదారుల కంపెనీ' ప్రారంభించాం. దీనిలో 300మందికి పైగా సభ్యులున్నారు. ఇందులో కొందరు ఒంటరి మహిళలు కూడా ఉన్నారు. వారికి అధునాతన వ్యవసాయ పద్ధతులమీద శిక్షణ ఇప్పించడం. సేంద్రీయ వ్యవసాయాన్ని ప్రోత్సహించడం, వారు పండించిన పంటను వారే నేరుగా అమ్ముకొనే అవకాశాలు కల్పించడం లాంటివి చేస్తున్నాం. షాంపూలు, సబ్బులు, పచ్చళ్ళు లాంటి ఉత్పత్తుల తయారీని ప్రోత్సహిస్తున్నాం. బ్యాంకు రుణాలు, రాయితీలు పొందడానికి వారికి ఉన్న అవకాశాలను తెలియజేస్తున్నాం.

ప్రతి మనిషికి సమాన గౌరవం

సెక్స్‌వర్కర్ల హక్కుల కోసం పనిచేసినా, మహిళా రైతు కూలీలను కూడగట్టినా 'ఉమెన్స్ ఇనీషియేటివ్' ప్రధాన లక్ష్యం... సామాజిక భద్రతకు నోచుకోని బాధిత మహిళలను ఐక్యం చేయడం, తద్వారా వారిలో ఆత్మస్థైర్యాన్ని పెంపొందించడం, సమష్టిగా సమస్యను అధిగమించవచ్చన్న విశ్వాసాన్ని కలిగించడం. ఒకరికికొకరు అండగా నిలిచే సంస్కృతిని పెంపొందించడం, వారికి ఉన్న అవకాశాలను, హక్కులను తెలియజేయడం... ఇవన్నీ మేము చేస్తున్న పనుల్లో ప్రధాన మైనవి. మనుషులంతా ఒక్కటే. కుల, మత, లింగ, వర్ణ, వర్గ భేదాలకు అతీతంగా ప్రతి మనిషికి సమానమైన గౌరవం ఈ సమాజం నుంచి దక్కాలి. ధనిక,పేద అంతరాలు తగ్గాలి. అందుకోసం నా వంతుగా కృషి చేస్తున్నాను."

రెస్క్యూ హోమ్‌లు సాక్షాత్తూ యమకూపాలే

'సెక్స్‌వర్కర్లను అసంఘటిత రంగ మహిళా కార్మికులుగా గుర్తించాలి' అనేది మా ప్రధాన డిమాండ్. అక్రమ రవాణా ద్వారా లేదా బలవంతంగా ఈ వృత్తిలోకి వచ్చినవారెవరూ మేము పనిచేస్తున్న కమ్యూనిటీల్లో లేరు. వీరంతా కుటుంబ పరిస్థితులు అనుకూలించక లేదా కొన్ని అనివార్య కారణాల వల్ల ఇష్టపూర్వకంగానే సెక్స్‌వర్క్‌లోకి వచ్చారు. కనుక వారికి కార్మికుల హక్కులు వర్తింపచేయాలని చాలా కాలంగా అడుగుతున్నాం. సేవియర్స్ పేరుతో వీళ్ళనేదో ఉద్ధరిద్దామని రెస్క్యూ హోమ్‌లలో పెట్టడం లాంటి వాటిని మేము మొదటి నుంచి వ్యతిరేకిస్తున్నాం. రెస్క్యూ హోమ్‌లంటే అచ్చంగా యమకూపాలే. వాటివల్ల ఎలాంటి మార్పు లేకపోగా... జీవితం మరింత దుర్భరంగా మారుతుంది. ఈ వృత్తిని మానేయాలని అనుకొన్నవారికి ప్రత్యామ్నాయ జీవనోపాధులు చూపించవచ్చు. సమాజంలో వీరిపట్ల ఉన్న వివక్ష, చులకన భావం పోవాలి. దీన్ని ఒక గౌరవప్రదమైన వృత్తిగా చూడాలి.

(ఆంధ్రజ్యోతి సౌజన్యంతో)

■

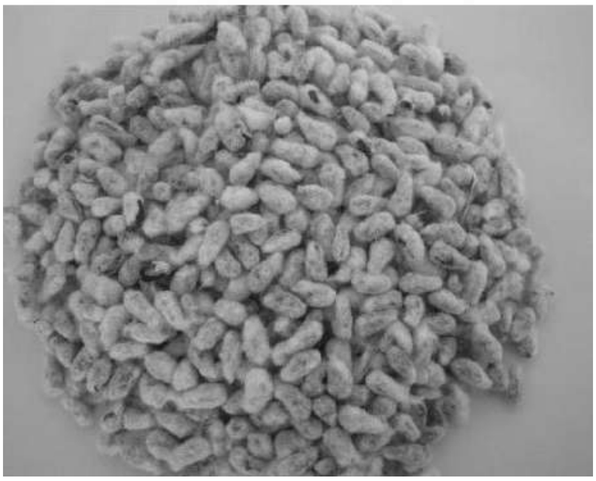
నేనెవరిని ?

నేను చెరువును !

వేధింపు మితిమీరితే ఎంత చిన్న ప్రాణి అయినా తిరగబడుతుంది

విత్తనాల ధర పెరిగి పత్తి రైతు గగ్గోలు!

రాష్ట్రంలోనే అత్యధికంగా పత్తి పంటను గత దశాబ్ద కాలంగా సాగు చేస్తున్న రైతులపై మరోసారి మోయలేని భారం పడింది. ప్రకృతి వైపరీత్యాలు, పాలకుల నిర్లక్ష్యంతో పత్తి రైతు గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా నష్టాల ఊబిలోకి కూరుకుపోతున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ నష్టాలకు తోడు పత్తి విత్తనాల ధరను పెంచుకునేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం అనుమతి ఇవ్వడంతో ఒక ప్యాకెట్ విత్తనాలపై 13 రూపాయల దాకా అదనంగా రైతులు చెల్లించాల్సిన పరిస్థితి నెలకొంది. కర్నూలు, నంద్యాల జిల్లాల్లో దాదాపు రెండున్నర లక్షల హెక్టార్లలో రైతులు పత్తి పంటను సాగు చేస్తున్నారు. ఎకరాకు 3 ప్యాకెట్ల పత్తి విత్తనాలు అవసరమవుతాయి. ఈ లెక్కన ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాకు దాదాపు 20 లక్షల ప్యాకెట్ల పత్తి విత్తనాలు అవసరమని వ్యవసాయ శాఖ అధికార వర్గాలు తెలిపాయి. గత సంవత్సరం ప్యాకెట్ పత్తి విత్తనాల ధర 853 రూపాయలు ఉండగా.. వచ్చే ఖరీఫ్ సీజన్‌లో 864 రూపాయలకు పత్తి విత్తనాల కంపెనీల యజమాన్యాలు పెంచుకునేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం అనుమతి నిచ్చింది. దీంతో పత్తి రైతులు అదనంగా రూ.కోట్ల భారాన్ని భరించాల్సిన పరిస్థితి నెలకొంది. ఇప్పటికే కల్తీ విత్తనాల కారణంగా రైతులు భారీగా నష్టపోతున్నారు. నకిలీ పత్తి విత్తనాలను అరికట్టాల్సిన వైసీపీ ప్రభుత్వం గత ఐదేళ్ళుగా ఉదాసీనంగా వ్యవహరిస్తోంది. దీంతో నకిలీ నాసిరకం పత్తి విత్తనాలను వ్యాపారులు, దళారులు భారీగా రైతులకు అంటగడుతూ జేబులు నింపుకుంటున్నారు.



బ్లాకులో విక్రయాలు

గుర్తింపు పొందిన పత్తి విత్తనాల కొరత ఉమ్మడి జిల్లాలో తీవ్రంగా ఉంది. ప్రస్తుతం వర్షాలు కురుస్తుండటంతో ముందస్తుగా పొలాల్లో రైతులు విత్తనాలు వేసేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. వర్షాలు మొదలు కావడంతో వ్యాపారులు ప్రముఖ కంపెనీల పత్తి విత్తనాల ధరను భారీగా పెంచు తున్నారు. ప్రస్తుతం ఒక ప్యాకెట్ పత్తి విత్తనాల ధర 864 రూపాయలు కాగా, బ్లాక్ మార్కెట్‌లో 900 రూ. నుంచి 1000 రూపాయల వరకు అధిక ధరను నిర్ణయించి డీలర్లు రైతులకు అమ్ము తున్నట్లు ఫిర్యాదులు అందుతున్నాయి.

ఎమ్మిగనూరు, పత్తికొండ, కర్నూలు, ఆలూరు, డోన్, పాణ్యం తదితర నియోజక వర్గాల్లో గుర్తింపు పొందిన పత్తి విత్తనాలను కొనుగోలు చేసేందుకు ఎమ్మార్పీ ధర కంటే 200 రూపాయలకు పైగానే చెల్లించేందుకు రైతులు సిద్ధం కావడం విశేషం. ఎకరాకు రెండు ప్యాకెట్ల విత్తనాలు అవసరం కాగా, మూడు ప్యాకెట్ల వరకు రైతులు కొంటున్నారు. డీలర్లు అధిక ధరలు వసూలు చేయకుండా ప్రభుత్వం కంట్రోల్ చేయాలని రైతులు కోరుతున్నారు.

2019 నుంచి 2024 వరకు పత్తి విత్తనాల ప్యాకెట్ ధరల వివరాలు

సంవత్సరం ధర	(రూ.లలో)
2019	రూ.710
2020	రూ.730
2021	రూ.767
2022	రూ.810
2023	రూ.853
2024	రూ.864

ప్రస్తుత ఖరీఫ్ సీజన్‌లో. ■

రైతులూ ... ఆఫర్లు చూసి మోసపోకండి!

వానాకాలం సాగుకు సన్నద్ధమవుతున్న రైతులు విత్తనాల ఎంపికలో జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి పాటించాలి. లేకపోతే మొదటికే మోసం వస్తుంది. ప్యాకెట్లపై ఆకర్షణీయమైన ఫొటోలు, తక్కువ ధరలు ఆఫర్లు చూసి మోసపోవద్దు. నాణ్యమైన విత్తనాలు ఎంపిక చేసుకోవాలని వ్యవసాయ అధికారులు సూచిస్తున్నారు. విత్తనాల బెడద రైతులకు సవాల్‌గా మారింది. అసలు ఏదో, నకిలీ ఏదో గుర్తించలేని విధంగా విత్తనాలు మార్కెట్‌లోకి వస్తుండడంతో రైతులు నష్టపోతున్నారు. స్థానికంగా ప్రభుత్వ గుర్తింపు పొందిన దుకాణాల్లో మాత్రమే విత్తనాలు కొనాలని చేయాలని వ్యసాయాధికారులు సూచిస్తున్నారు.

తక్కువ ధరలు, ఆఫర్లు నమ్మొద్దు..

వర్షాలు పడితే చాలు రైతుల హడావుడి మొదలవుతుంది. రోహిణి కార్తె ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో విత్తనాల కోసం రైతులు విత్తన డీలర్ల దుకాణాల వద్ద బారులు తీరుతారు. పలు విత్తన కంపెనీలు డీలర్లకు ఆఫర్లు ప్రకటిస్తాయి. ఆ ఆఫర్ల కోసం డీలర్లు రైతులకు విత్తనాలను అంటగడుతున్నారు. వారి మాటలు నమ్మి మోసపోవద్దు. చిన్నచిన్న జాగ్రత్తలు పాటిస్తే నకిలీ విత్తనాల బారిన పడకుండా ఉండవచ్చు. ఫొటోలు చూపించి, ఆఫర్ల ఆశ చూపి వివిధ పట్టణాలకు కంపెనీ వారు రైతులను తీసుకుపోవడం, గ్రామాల్లో తిరుగుతూ విత్తన ప్యాకెట్లు బుక్ చేసుకోవడం చేస్తుంటారు. వాటికి దూరంగా ఉండడం మంచిదని వ్యవస్యాయాధికారులు పేర్కొంటున్నారు.

రైతులు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు..

1. గుర్తింపు పొందిన దుకాణం నుంచి నాణ్యమైన విత్తనాలు కొనుగోలు చేస్తేనే అధిక దిగుబడులు సాధించి లాభాలు పొందే అవకాశం ఉంటుంది.
2. విత్తనాలు కొన్న అనంతరం దుకాణం నుంచి తప్పనిసరిగా రశీదు తీసుకోవాలి.
3. విత్తనాలు ఏ సంస్థకు చెందినవో ప్యాకెట్‌పై ఉన్న లేబుల్, లాట్ నంబర్ రశీదుపై నమోదు చేసుకొని, భద్రపర్చుకోవాలి.
4. తొలుత విత్తనాలు మొలకెత్తే శాతాన్ని ప్యాకెట్‌పై చూసి కొనాలి.

■

కడుపులో పిండానికీ జీవించే హక్కు: సుప్రీంకోర్టు

నెలలు నిండుతోన్న గర్భాన్ని తొలగించే అంశంపై సుప్రీంకోర్టు కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. తల్లి కడుపులోని పిండానికీ జీవించే ప్రాథమిక హక్కు ఉందని స్పష్టం చేసింది. 27 వారాల గర్భాన్ని తొలగించాలంటూ 20 ఏళ్ల అవివాహిత చేసిన విజ్ఞప్తిని తోసిపుచ్చిన న్యాయస్థానం ఇలా స్పందించింది.

'గర్భం దాల్చి ఏడు నెలలు పూర్తి కావొస్తోంది. చిన్నారి మనుగడ మాటేమిటీ? ఆ సమస్యను ఎలా పరిష్కరిస్తారు? తల్లి కడుపులోని పిండానికీ జీవించే ప్రాథమిక హక్కు ఉంది. దాని గురించి ఏం చెబుతారు? 'మెడికల్ బోర్డు ఇచ్చిన నివేదిక ప్రకారం.. పిండంతో పాటు తల్లి కూడా పూర్తి ఆరోగ్యంగా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈక్రమంలో ఆ గర్భాన్ని కొనసాగించేందుకు మహిళకు ఎటువంటి ప్రమాదం లేదు. గర్భవిచ్ఛిత్తికి నైతికంగా, చట్టపరంగా అనుమతి లేదు. చట్టానికి విరుద్ధంగా ఎటువంటి ఆదేశాలు జారీ చేయలేం అని సుప్రీం ధర్మాసనం స్పష్టం చేసింది.

తన గర్భాన్ని తొలగించేందుకు అనుమతి నిరాకరించిన హైకోర్టు తీర్పుపై సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించిన దిల్లీకి చెందిన ఓ మహిళ కేసులో సుప్రీంకోర్టు ఈ తీర్పు చెప్పింది.

■

సమస్యను చూసి భయపడితే అది రెట్టింపు భయపెడుతుంది, పట్టించుకోకపోతే పలాయనమవుతుంది

వ్యవసాయ సొసైటీల సిబ్బందికి రెండేళ్ళ సర్వీసు పెంపు

పదవీ విరమణ వయసును 60 నుంచి 62 ఏళ్లకు పెంచుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిన ఉత్తర్వులు.. ప్రాథమిక వ్యవసాయ కో ఆపరేటివ్ క్రెడిట్ సొసైటీ (పీఏసీసీఎస్) ఉద్యోగులకు వర్తిస్తాయని హైకోర్టు స్పష్టం చేసింది. 62 ఏళ్లు నిండేవరకు పీఏసీసీఎస్ ఉద్యోగులను సర్వీసులో కొనసాగించాలని అధికారులను ఆదేశించింది. వ్యాజ్యాలు విచారణలో ఉండగా 60 ఏళ్లకే పదవీ విరమణ చేసిన ఉద్యోగులకు ఇప్పటికీ 62 ఏళ్లు నిండకుంటే వారిని తిరిగి ఉద్యోగంలోకి తీసుకోవాలని తేల్చి చెప్పింది. వారికి వేతన బకాయిలను కూడా చెల్లించాలని పేర్కొంది. ఈ ఉత్తర్వులు 60 ఏళ్లు పూర్తి కాకముందు కోర్టును ఆశ్రయించిన పిటిషనర్లకు మాత్రమే వర్తిస్తాయని స్పష్టం చేసింది.

ఈ మేరకు హైకోర్టు న్యాయమూర్తి జస్టిస్ గన్నమనేని రామకృష్ణప్రసాద్ ఇటీవల తీర్పు ఇచ్చారు. పదవీ విరమణ వయసును 62 ఏళ్లకు పెంచుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిన ఉత్తర్వులను తమకు కూడా వర్తింప చేసేలా ఆదేశాలు ఇవ్వాలని కోరుతూ పలు ప్రాథమిక వ్యవసాయ కో ఆపరేటివ్ క్రెడిట్ సొసైటీల్లో పని చేస్తున్న ఉద్యోగులు హైకోర్టును ఆశ్రయించారు. వారి తరపు న్యాయవాదులు వాదనలు వినిపిస్తూ.. పదవీ విరమణ వయసు పెంచుతూ ప్రభుత్వం చేసిన చట్టం పిటిషనర్లకు వర్తిస్తుందన్నారు.

దీంతో పదవీ విరమణ వయసును 62 ఏళ్లకు పెంచుతూ పీఏసీసీఎస్‌లు కూడా తీర్మానాలు చేశాయన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపు న్యాయవాది వాదనలు వినిపిస్తూ.. పదవీ విరమణ వయసును పెంచే విషయంలో ప్రభుత్వ అనుమతి తప్పనిసరి అని పేర్కొన్నారు. కో ఆపరేటివ్ సొసైటీల రిజిస్ట్రార్ తీర్మానాలను ఆమోదించనంత వరకు వాటికి ఎలాంటి విలువ ఉండదన్నారు. ఈ విషయంలో హైకోర్టు ధర్మాసనం ఇప్పటికే తీర్పు ఇచ్చిందని తెలిపారు. ఇరువైపుల వాదనలు పరిగణనలోకి తీసుకున్న న్యాయమూర్తి... డివిజన్ బెంచ్ ఇచ్చిన తీర్పు పిటిషనర్లకు వర్తించదని స్పష్టం చేశారు. 62 ఏళ్ల వయసు నిండే వరకు పీఏసీసీఎస్ ఉద్యోగులను సర్వీసులో కొనసాగించాలని ఆదేశించారు.

– ఆంధ్రజ్యోతి సౌజన్యంతో

■

తల్లికి భరణం ఇవ్వాలని కుమార్తెను ఆదేశించిన కోర్టు !

తల్లిదండ్రుల ఆస్తులపై కూతుళ్లకు హక్కుతో పాటు వృద్ధాప్యంలో వారిని చూసుకోవాల్సిన బాధ్యత కూడా ఉంటుందని కోర్టు తేల్చిచెప్పింది. వృద్ధురాలైన తల్లికి భరణం చెల్లించాల్సిందేనని ఓ కూతురును ఆదేశించింది. నెలనెలా కొంత డబ్బు తల్లికి పంపించాలని పేర్కొంటూ, మధ్యప్రదేశ్ లోని ఇండోర్ కోర్టు తాజాగా తీర్పు వెలువరించింది.

కూతురు తనను ఇంట్లో నుంచి వెళ్లగొట్టిందంటూ మధ్యప్రదేశ్‌కు చెందిన 78 ఏళ్ల వృద్ధురాలు న్యాయస్థానాన్ని ఆశ్రయించింది. తనకున్నది ఒక్కగానొక్క కూతురని, భర్త పోయాక కూతురుతోనే ఉంటున్నానని చెప్పింది. భర్త నుంచి తనకు అందిన సొమ్ము, ఇంటిని కూతురు తీసేసుకుందని తెలిపింది. ఆపై ఆమె ఇంట్లోనే తనకు చోటిచ్చిందని వివరించింది. అయితే, కరోనా ప్రభావం తీవ్రంగా ఉన్న రోజుల్లో కూతురు తనను కొట్టి ఇంట్లో నుంచి బయటకు వెళ్లగొట్టిందని చెప్పింది.

దీంతో కోర్టును ఆశ్రయించినట్లు పేర్కొంది. కేసు పూర్వాపరాలు పరిశీలించిన ఇండోర్ అదనపు ప్రిన్సిపల్ జడ్జి మాయా విశ్వలాల్.. ఆ వృద్ధురాలికి నెలనెలా రూ. 3 వేలు పంపాలని ఆమె కూతురును ఆదేశిస్తూ తీర్పు చెప్పారు. చీరల దుకాణం నడుపుతూ నెలకు సుమారు రూ. 22 వేల వరకు సంపాదిస్తున్న కూతురు.. తన తల్లి పోషణ బాధ్యతను తప్పించుకోజాలదని పేర్కొన్నారు.

■

పర్యావరణ పరిరక్షణకు నడుంకట్టిన నాబార్డ్!

– డాక్టర్ శ్రీనివాస్ ...ఐ సి ఎం

భారతదేశం గ్రీన్ ఫైనాన్సింగ్ అవసరాన్ని పరిష్కరించే లక్ష్యంతో జాతీయ వ్యవసాయ, గ్రామీణ అభివృద్ధి బ్యాంకు (నాబార్డ్) పర్యావరణ వ్యూహాత్మక ముసాయిదా 2030 రూపొందించినది.

నాబార్డ్ రూపొందించిన పర్యావరణ ముసాయిదా 2030 నాలుగు అంశాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం జరిగినది.

1. గ్రీన్ ఫైనాన్సింగ్ కార్యక్రమాన్ని వేగవంతం చేయడం
2. విస్తృతమైన మార్కెట్ రూపొందించడం
3. అంతర్గత గ్రీన్ ట్రాన్స్ఫర్మేషన్‌ని ప్రోత్సహించడం
4. వ్యూహాత్మక వనరుల సమీకరణ

ఇందులో భాగముగా పూర్తి స్థాయిలో భూగర్భ జలాలపై అదారపడటం తగ్గించుట, మురుగు నీటి శుద్ధి కర్మాగారాలు వంటి పద్ధతులను అమలు చేయవలసిన ఆవశ్యకత ఉన్నది.

భారతదేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ దాని మూలాలు అందుబాటులో ఉన్న భూమి ఉపరితలం నీటి లభ్యత, నీటి భద్రత, పచ్చని పర్యావరణం, ఇంధన రంగం వంటి వనరుల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. దేశ ఆర్థికవ్యవస్థలో స్థిరత్వం మరియు దాని విస్తరణ ఈ అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

ప్రపంచంలో భారతదేశం భూగర్భ జలాల వినియోగంలో అగ్రస్థానంలో ఉన్నది. దేశంలోని మూడవ వంతు ప్రాంతం తీవ్రమైన వాతావరణ సూపానికి గురయ్యే ప్రమాదం పొంచి ఉన్నది.

ఆకస్మిక భారీ వర్షాలు లేదా అతి తక్కువ స్థాయిలో వర్షాలు నీటి లభ్యతలో వేగవంతమైన క్షీణత ఆర్థిక వ్యవస్థపై తీవ్రమైన ప్రభావం చూపే అవకాశాలు ఉన్నాయి.

కౌన్సిల్ ఆన్ ఎనర్జీ ఎన్విరాన్మెంట్ మరియు వాటర్ సంస్థ (సిఇఇడబ్ల్యు) పరిశోధనల మేరకు భారతదేశ వాతావరణంలో వివిధ రకాల మార్పులు చోటు చేసుకునే అవకాశం ఉన్నది. దేశంలోని 50% జిల్లాలలో గత దశాబ్ద కాలంలో నైరుతి రుతుపవనాల వర్షపాతంలో పది శాతం పెరుగుదల ఉన్నది. పెరిగిన వర్షపాతం కావచ్చు లేదా స్వల్పకాలిక భారీ వర్షాలు తరచుగా దేశ వ్యవసాయ రంగాన్ని ప్రభావితం చేస్తున్నవి.

వ్యవసాయ రంగంలో అవసరమైన స్థిరత్వాన్ని సాధించడం ద్వారా వాతావరణం మరియు నీటి ఒత్తిళ్లను అధిగమించడానికి, ఉపాధి కల్పనకి సుస్థిరమైన ఆర్థిక అభివృద్ధిని సాధించడానికి అవకాశాలు మెండుగా ఉంటాయి. నీటి భద్రతకై అవసరమైన ఆర్థిక సాధనాలను ఉపయోగించు కోవాల్సిన అవసరంఉన్నది. ప్రస్తుత ప్రపంచ పోకడను అను కరించడం వాటిని విశ్లేషించడం ద్వారా భారత దేశ వాతావరణం రంగం ఇంధన రంగం పారిశ్రామిక రంగం నీటి రంగాలపై దృష్టి సాధించడం జరిగినది.

ఇప్పటికీ అవసరమైన పెట్టుబడుల నిర్వహణలో ఆశించిన ఫలితాలు రాబట్టుకోలేక పోవడం జరిగినది. ఈ అంశాలపై నిధుల వినియోగం గమనించిన ఎడల తలసరి వార్షిక వ్యయం సుమారుగా రూ.2200కాగా వినియోగం కేవలం 260 రూపాయలు మాత్రమే.

స్థిరమైన వాతావరణ సమతుల్యత సాధించడానికి సూక్ష్మ నీటిపారుదల మరియు పంటల వైవిధ్యం మురుగునీటి శుద్ధి నిర్వహణను బలోపేతం చేయటం పూర్తి ప్రోత్సాహకాలు

అందించడం, డి సాలినేషన్ ప్లాంట్లు పెంచడం అనేది థర్మల్ ప్లాంట్లకి గ్రీన్ హైడ్రోజన్ ఉత్పత్తికి ప్రత్యామ్నాయ నీటి వనరులుగా భావించవచ్చును.

ఈ రంగంలో కార్పొరేట్ సామాజిక బాధ్యతలో భాగంగా ప్రతి సంవత్సరం 12200 కోట్ల విలువైన పెట్టుబడులు పొందే అవకాశాలు మెండుగా ఉన్నాయి.

సహకార సంఘాల భాగస్వామ్యం :

గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పని చేస్తున్నటువంటి సహకార సంస్థలు కూడా ఈ ప్రాధాన్యత రంగంలో పాల్గొనడం ద్వారా భాగస్వామ్యం పొందడం ద్వారా అంచనా వేసిన ఫలితాలను రాబట్టడంలో సఫలీకృతం కావచ్చును.

సహకార సంస్థలు వర్షపు నీటి సేకరణ, ఖచ్చితత్వ/ ఆధునిక వ్యవసాయం, పంటల వైవిధ్యం, నీటిపారుదల సామర్థ్యం, వాతావరణ సాంకేతికతను ప్రోత్సహించగలవు. పర్యావరణ పరిరక్షణలో నీటి భద్రత వాటి వినియోగం, పురుగుమందులు, ఎరువులు మొదలైన వాటి యొక్క స్థిరమైన వినియోగం వంటి వివిధ విషయాలపై రైతు సభ్యులకు అవగాహన కల్పించవచ్చు.

హార్టికల్చర్ ప్రాదాన్యత, మురుగు నీరు పునర్ వినియోగం వంటి అంశాలు మీద సంఘ సభ్యులకు, గ్రామ ప్రజలకి అవగాహన కల్పించడం ద్వారా భవిష్యత్తులో అనుకున్న ఫలితాలు పొందవచ్చును.

మత్స్య సంపద, నీటి వనరులు మరియు పర్యావరణ వ్యవస్థలు వంటి సహజ వనరుల ఉమ్మడి నిర్వహణ ద్వారా జీవవైవిధ్యాన్ని రక్షించడానికి సహకార సంస్థలు పని చేయవచ్చు.

సహకార స్ఫూర్తితో మన అడవులు, వన్యప్రాణులు మరియు భూమిని ప్రజాస్వామ్య పద్ధతిలో విజయవంతంగా రక్షించవచ్చు మరియు నిర్వహించవచ్చు.

నిర్దేశించుకున్న ఈ పర్యావరణ పరిరక్షణలో ఆయా రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సహకార సంఘాలకి దిశ నిర్దేశం చేయవలసిన అవసరం ఉన్నది. అనుకూలమైన మార్గ దర్శకాలు ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. ■

ఏపిమాస్‌చే కొత్త సంఘాల ఏర్పాటు

– ఎల్. భవాని

ఏపిమాస్ ఆధ్వర్యంలోని పట్టణ పోషణ పథకం అమలు చేస్తున్న ప్రాంతంలో సంఘాలు, సమాఖ్యలు అంత పటిష్టంగా లేకపోవడాన్ని ఏపిమాస్ బృందం గమనించింది. కొత్తగా సంఘాల ఏర్పాటుకు కృషిచేసి ఆరు సంఘాలను ఏర్పాటు చేసింది. వీటిలో ఒక సంఘం బ్యాంకు నుంచి మొదటి ఋణం కూడా పొందడం విశేషం!

మిగిలిన వాటిలో కూడా మూడు సంఘాలు (చైతన్య పొదుపు సంఘం, మహాలక్ష్మి పొదుపు సంఘం, సరస్వతి పోడు పొదుపు సంఘం) గత ఆరు నెలల నుంచి బ్యాంకు ఖాతాలు తెరవడానికి ఎంతగానో ప్రయత్నాలు జరుపు తున్నాయి. అయితే సి.ఓ.లు, ఆర్పీల చుట్టూ తిరిగినా ప్రయోజనం లేకపోయింది. ఓట్ల సందడి అంటూ నెలల తరబడి వాయిదా వేయడం బాధాకరం.

ఈ కారణంగా కొంతమంది సభ్యులలో నిరాశ చోటు చేసుకుంది. అసలు పూర్తిస్థాయిలో సంఘం ఏర్పాటు జరిగి, అన్ని కార్యకలాపాలు సక్రమంగా జరుగుతాయ లేదా అనే అనుమానం వారిని పీడిస్తున్నది. వారిలోని నిరాశను పోగొట్టి, వారికి ఉత్సాహం కలిగించడంకోసం మరలా ఆ మూడు సంఘాలతో సమావేశం జరిపి, జిహెచ్ఎంసి డి.పి.ఓ.తో సంప్రదింపులు జరిపి సంఘాల వివరాలును కూడా వారితో పంచుకోవటం జరిగింది. ఇప్పటికైనా త్వరలో బ్యాంకు లింకేజులు పూర్తిస్థాయిలో జరుగుతాయని ఆశిద్దాం. ■

అనుకున్నది నెరవేరనప్పుడు మరింత తపన, మరింత కృషి, చెదరని చిరునవ్వు మరింతగా అవసరం

చిన్నారులకు ఎలాంటి ఆహారం యివ్వాలి ?

ఆరో నెల నుంచి పిల్లలకు ఘనాహారం మొదలు పెట్టవచ్చునేది మనందరికీ తెలిసిన విషయమే! అయితే వంశపారంపర్యంగా నడుస్తూ వస్తున్నది, ఎక్కడో విన్నది, ఇరుగు పొరుగు సూచించేది, మార్కెట్లో దొరికే మిల్క్ ఫుడ్... వీటిలో దేన్ని అనుసరించాలనే అయోమయం ప్రారంభంలో ప్రతి తల్లికీ మొదలవుతుంది. చివరికు అందుబాటులో ఉన్నది, తేలికగా తయారయ్యేది, పెద్దలు సూచించినదాన్నే ఎంచుకుంటూ ఉంటారు.

అయితే ఆరో నెల నుంచి సంవత్సరం వయసు వరకూ, ఏడాది వయసు నుంచి రెండేళ్ల వరకూ పిల్లలకు అందించే ఆహారంలో వయసు పరంగా మార్పులు చేస్తూ ఉండాలి. సరిపడా పోషకాలు అందేలా ఆహారాన్ని తయారు చేయడంలో రకరకాల పద్ధతులను ఎంచుకోవాలి. పిల్లలు ఇష్టంగా తినేలా నేర్పు, ఓర్పుతో వండి పెట్టాలి. అన్నిటికంటే ముఖ్యంగా ఏ వయసు పిల్లలకు ఎలాంటి ఆహారం అవసరమో అవగాహన ఏర్పరుచుకోవాలి.

6 నుంచి 12 నెలలు

ఆరో నెల నుంచి సాధారణంగా అన్నంలో పప్పు, నెయ్యి కలిపి తినిపించడం మొదలు పెడతాం! కానీ వీటి ద్వారా బిడ్డకు అందే పోషకాలు అతి స్వల్పం. కాబట్టి....

పప్పుధాన్యాలు, అన్ని రకాల కూరగాయలు, పులుపు లేని పళ్లు తినిపించాలి.

రుచి కోసం నెయ్యి వాడొచ్చు. కానీ చాలా పరిమితంగా వాడాలి. నెయ్యి బదులు ఎలాంటి వెజిటబుల్ ఆయిల్ అయినా అన్నంలో కలిపి పెట్టొచ్చు.

ఉప్పు, తీపి... ఈ రెండూ పదార్థాల రుచిని పెంచే మాట నిజమే అయినా, పసికందులకు వీటిని అలవాటు చేయకూడదు. వీటికి బదులుగా రుచి కోసం పసుపు, దాల్చిన చెక్క, యాలకులు, సోంపు, అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్ట్, జీలకర్ర, ధనియాల పొడులను వంటకాల్లో కలిపి తినిపిస్తే పిల్లలు ఇష్టంగా తింటారు.

తీపి పెట్టాలనుకుంటే తగు మాత్రంగా బెల్లం వాడొచ్చు.

నీళ్లు తాగడానికి ఇష్టపడకపోతే నీళ్లలో బెల్లం లేదా పళ్ల ముక్కలు వేసి తాగించవచ్చు.

తొమ్మిదో నెల నుంచి గుడ్డు పచ్చసొన తినిపించవచ్చు.

ఉడికించే ఆహారం మెత్తగా ఉండాలి.

ప్రతి పూటా అన్నమే తినిపించాలని లేదు. అన్నం బదులు కూరగాయ ముక్కలను తగుపాళ్లలో మసాలాలు జోడించి తినిపించవచ్చు. ఉడికించి, చిదిమిన పళ్ల ముక్కలు తినిపించవచ్చు.

పెద్దలతో సమానంగా పిల్లలూ మూడు పూటలు తినాలి అనుకుంటే పొరపాటు. ఒకేసారి ఎక్కువ పరిమాణాల్లో పిల్లలు తినలేకపోతే, అదే పరిమాణాన్ని 6 భాగాలుగా వేర్వేరు సమయాల్లో తినిపించవచ్చు.

సెరెలాక్ లాంటి ప్రత్యామ్నాయ మిల్క్ ఫుడ్స్, ప్రయాణాల్లో, ఇంటి భోజనం వండలేని సమయాల్లో మాత్రమే ఇవ్వాలి. దీన్లో చక్కెర కలపకూడదు.

ఇవి కూడదు

పిల్లలకు తినిపించకూడని పదార్థాలు కూడా ఉన్నాయి. అవేంటంటే....

- ♦ అలర్జీ తలెత్తకుండా ఉండడం కోసం కొత్తగా ఏ రెండు కొత్త పదార్థాలను కలిపి తినిపించకూడదు. ఒకదాని

తర్వాత మరొకటిగానే రుచి అలవాటు చేయాలి.

- ఈ వయసు పిల్లలకు నట్స్ నుంచి అలర్జీ లాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తవచ్చు. కాబట్టి వేరుశనగ, బాదం, జీడిపప్పు లాంటివి పొడి రూపంలో కూడా తినిపించకూడదు.
- సంవత్సరం లోపు పిల్లలకు తేనె, ఉప్పు, చక్కెర తినిపించకూడదు. తీయదనం కోసం బెల్లం వాడొచ్చు.
- బాస్మతి లాంటి పాలిష్ పట్టిన బియ్యం వాడకూడదు.
- 9 నెలల వరకూ గోధుమలు, గుడ్డు తినిపించకూడదు.
- ఐస్‌క్రీమ్‌లు, బిస్కెట్లు, చాక్లెట్లు, శీతల పానీయాలు, కొబ్బరి నీళ్లు ఇవ్వకూడదు.

ఎలా తినిపించాలి?

- చాలా మంది తల్లులు పిల్లలను ఒళ్లో పడుకోబెట్టుకుని స్పూన్‌తో ఆహారం తినిపిస్తూ ఉంటారు. కానీ పిల్లలను ఒళ్లోనే కూర్చోబెట్టుకుని తినిపించాలి. లేదంటే ఆహారం

పొరపాటున ఊపిరితిత్తుల్లోకి వెళ్లిపోయే ప్రమాదం ఉంటుంది. అలా జరగకుండా ఉండాలంటే ఒళ్లో లేదా మంచం మీద పిల్లలను 60 నుంచి 90 డిగ్రీల కోణంలో వెనక వీపు ఆనుకునేలా చూసుకుని తినిపించాలి. లేదంటే ఫీడింగ్ ఛైర్ వాడొచ్చు.

12 నుంచి 18 నెలలు

- ఈ వయసు వచ్చేసరికి తల్లి పాలు కూడా తగ్గుతాయి కాబట్టి ఆ పాలకు బదులుగా అందాల్సిన పోషకాలన్నీ ఆహారం ద్వారా అందేలా చూడాలి. అందుకోసం

అమెరికాలో జడ్జిగా తెలుగు మహిళ !

మాతృభాషలో పదవీప్రమాణం

అమెరికాలో తెలుగు సంతతి వ్యక్తులు అనేక కీలక పదవులను చేపడుతుండడం తెలిసిందే. విజయవాడ మూలాలు ఉన్న జయ బాడిగ అనే మహిళ కూడా ఇటీవల కాలిఫోర్నియాలోని శాక్రమెంటో కౌంటీ సుపీరియర్ జడ్జిగా నియమితురాలయ్యారు. జయ బాడిగ కాలిఫోర్నియా జడ్జిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన తొలి తెలుగు సంతతి మహిళగా నిలిచారు. ఆమె పదవీ ప్రమాణ స్వీకారాన్ని తన మాతృభాష తెలుగులో

చేయడం ద్వారా అందరినీ ఆకట్టుకున్నారు. మీ అందరికీ నా హృదయపూర్వక స్వాగతం అంటూ పదవీ ప్రమాణం ప్రారంభించారు. జయ బాడిగ పదవీప్రమాణం వీడియోను మెగాస్టార్ చిరంజీవి సోషల్ మీడియాలో పంచుకున్నారు.

"కాలిఫోర్నియాలో తొలి తెలుగు మహిళా న్యాయమూర్తిగా నియమితురాలైన జయ బాడిగ గారికి హృదయపూర్వక అభినందనలు. ఆమె తన మూలాలను మర్చిపోకుండా, తెలుగు సంస్కృతిని, ఉపనిషత్తులను ప్రస్తావిస్తూ ఎంత ఆనందాన్ని పొందిందో చూసి థ్రిల్లయ్యాను. ఆమె నిజంగానే తెలుగు వారందరూ ఎంతో గర్వపడేలా చేసింది. భవిష్యత్తులో ఆమె మరింత ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించాలని, మరెందరో తన బాటలో నడిచేలా స్ఫూర్తినిస్తారని ఆకాంక్షిస్తున్నాను. ఆమె మా కుటుంబ మిత్రుడు బాడిగ రామకృష్ణ గారి కుమార్తె కావడం వ్యక్తిగతంగానూ ఎంతో సంతోషాన్ని కలిగిస్తోంది" అని చిరంజీవి తన ట్వీట్‌లో పేర్కొన్నారు.

బాడిగ రామకృష్ణ మచిలీపట్నం మాజీ ఎంపీ. 2004 నుంచి 2009 వరకు ఎంపీగా వ్యవహరించారు. జయ బాడిగ హైదరాబాదులో విద్యాభ్యాసం చేసి అమెరికాలో న్యాయశాస్త్ర పట్టా అందుకున్నారు. ■

ప్రతి సమస్యకు ఎన్నో పరిష్కారాలు, నీకు తెలిసినవి అనేకం వున్నా తెలియనిది ఒక్కటైనా వుంటుంది

రకరకాల పదార్థాలను పరిచయం చేయాలి. దంతాలు కూడా వచ్చి ఉంటాయి కాబట్టి పదార్థాలను మెత్తగా కాకుండా నమిలి తినగలిగే విధంగానే వండాలి. మూడు పూటలా ఘనాహారం తప్పనిసరిగా తినిపించాలి. అయితే ఈ వయసు పిల్లల పోషణలో కూడా కొన్ని పద్ధతులు పాటించాలి. అవేంటంటే....

- 18 నెలల వయసొచ్చేలోపు మనందరం తినే పదార్థాలను ఒక్కొక్కటిగా అలవాటు చేస్తూ పోవాలి.
- మాంసాహారం అలవాటు చేయాలనుకుంటే మొదట చికెన్ సూప్, తర్వాత చికెన్ కుర్మా... ఇలా ఒక క్రమ పద్ధతిని పాటించాలి.
- అల్పాహారంగా చట్నీతో ఇడ్లీ, గోధుమ పిండితో తయారయ్యే చపాతీ, పరాఠా... ఇలా అన్ని రకాల అల్పాహారాలు తినిపించవచ్చు.
- రాగులతో తయారైన వంటకాలు, బేబీ ఓట్లు ఇవ్వవచ్చు. కిచిడీ, రైస్ ఉప్మా, బొంబాయి రవ్వ ఉప్మా, రాగి ఇడ్లీ... ఇలా వీలైనన్ని ఎక్కువ పప్పుధాన్యాలను అలవాటు చేయాలి.
- ఈ వయసులో స్టార్చ్ ఉండే బంగాళా దుంపలు, చిలగడ దుంపలు, బీన్స్ అలవాటు చేయొచ్చు.
- పుల్లని పళ్లతో సహా, రోజుకి రెండు రకాల పళ్లు తప్పనిసరిగా తినిపించాలి. కూరగాయలతో సూప్స్, రసాలు, సలాడ్లు ఈ వయసులోనే అలవాటు చేయాలి.
- బజార్లో దొరికే తీపి పదార్థాలకు బదులుగా బెల్లంతో చేసిన పాయసం, పొంగల్ లాంటివి అలవాటు చేయాలి.
- సాధ్యమైనంత వరకూ ఇంటి ఆహారాన్నే తినిపించాలి.
- శాకాహారులు సరిపడా మాంసకృత్తుల కోసం పుట్టగొడుగులు, సోయా, చిక్కుళ్లు పిల్లలకు వండి పెట్టాలి.
- వారానికోసారి ఇంట్లో తయారు చేసిన స్వీట్లు తినిపించవచ్చు.
- అరుదుగా చాక్లెట్లు, ఐస్‌క్రీమ్స్ ఇప్పించవచ్చు. ■

సేవింగ్స్ ఖాతాలో ఎక్కువ జమచేస్తే పన్ను చెల్లించాలి

ప్రస్తుతం, ప్రతి ఒక్కరికీ బ్యాంకులో కనీసం ఒక పొదుపు ఖాతా ఉంది. మీ సేవింగ్స్ ఖాతాను యుపిఐకి లింక్ చేయడం ద్వారా మీరు ఇంటర్నెట్ బ్యాంకింగ్ ప్రయోజనాన్ని పొందవచ్చు.

మీరు మీ పొదుపులను మీ పొదుపు ఖాతాలో ఉంచుకోవచ్చు. పొదుపు ఖాతాలో డబ్బును డిపాజిట్ చేయడానికి గరిష్ట పరిమితి లేదు. కానీ పరిమితికి మించి డిపాజిట్ చేస్తే దానిపై పన్ను చెల్లించాల్సి రావచ్చు.

పొదుపు ఖాతాలో ఎంత డబ్బు కావాలంటే అంత ఉంచుకోవచ్చు. అయితే ఐటీఆర్ పరిధిలోకి వచ్చే మొత్తాన్ని మాత్రమే అందులో ఉంచేందుకు ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. ఎక్కువ నగదు ఉంచుకుంటే వచ్చే వడ్డీపై పన్ను చెల్లించాల్సి ఉంటుంది.

ఐటీఆర్ ఫైల్ చేసేటప్పుడు, మీ సేవింగ్స్ ఖాతాలో ఎంత డబ్బు జమ చేయబడింది మరియు దానిపై ఎంత వడ్డీ లభిస్తుందో మీరు ఆదాయపు పన్ను శాఖకు తెలియజేయాలి. మీ సేవింగ్స్ ఖాతా డిపాజిట్ల నుండి మీరు సంపాదించే వడ్డీ మీకు జోడించబడుతుంది.

నిబంధనల ప్రకారం, పొదుపు ఖాతాలో డబ్బు ఉంచడానికి ఎటువంటి పరిమితి లేదు. అయితే మీరు ఒక ఆర్థిక సంవత్సరంలో మీ ఖాతాలో రూ. 10 లక్షలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ జమ చేస్తే, మీరు ఈ విషయాన్ని ఆదాయపు పన్ను శాఖకు తెలియజేయడం ముఖ్యం.

ఎందుకంటే ఇది ఆదాయపు పన్ను పరిధిలోకి వస్తుంది. మీరు ఇలా చేయకుంటే, పన్ను ఎగవేతపై ఆదాయపు పన్ను శాఖ మీపై చర్య తీసుకోవచ్చు. కాబట్టి మీ పొదుపుపై దృష్టి పెట్టండి. ■

ఆక్వాలో అగ్రగామిగా ఆంధ్రప్రదేశ్ !

రాష్ట్రంలో ఆక్వా రంగం వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతోంది. మత్స్య ఉత్పత్తులు పెరగడమే కాకుండా, ఈ రంగంలో ప్రాసెసింగ్ యూనిట్లు కూడా పెద్ద ఎత్తున వస్తున్నాయి. తద్వారా రాష్ట్రంలో ఉపాధి అవకాశాలూ పెరుగుతున్నాయి. ఆక్వా రంగంలో దేశంలోనే అగ్రగామిగా రాష్ట్రం నిలుస్తోంది. రాష్ట్రంలో ఆక్వా ఉత్పత్తుల దిగుబడి దేశ సగటు దిగుబడిని మించి ఉంది. దేశ సగటు దిగుబడి హెక్టార్‌కు 7.5 టన్నులు ఉండగా ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో 8.8 టన్నులు ఉంది.

ఒడిశా రాష్ట్రంలో ఇది 4.1 శాతమే ఉంది. దేశం మొత్తం రొయ్యల ఉత్పత్తిలో 76 శాతం ఆంధ్రప్రదేశ్ నుంచే వస్తోంది. అంతర్జాతీయ కార్మిక సంస్థ లోతైన అధ్యయనం చేసి వెల్లడించిన వివరాలివి. కొరియా ఇంటర్నేషనల్ కో–ఆపరేషన్ ఏజెన్సీ సహకారంతో చేసిన అధ్యయనంలో ఈ విషయాలు వెల్లడైనట్లు అంతర్జాతీయ కార్మిక సంస్థ తెలిపింది.

ఆంధ్రప్రదేశ్, ఒడిశా రాష్ట్రాల్లో ఆక్వా రంగంలో అవకాశాలు, సవాళ్లను మ్యాపింగ్ చేయడం, ఈ రంగంలో ఫుడ్ ప్రోసెసింగ్ అవకాశాలను, ఎంఎస్ఎంఈల పని తీరును మెరుగు పరచడం ద్వారా ఉద్యోగావకాశాల మెరుగుకు ఈ అధ్యయనం చేసినట్లు నివేదిక పేర్కొంది.

భారతదేశంలో రొయ్యల ఉత్పత్తిలో ఆంధ్రప్రదేశ్, ఒడిశా, పశ్చిమబెంగాల్, తమిళనాడు, గుజరాత్ రాష్ట్రాలది ఆధిపత్యమని తెలిపింది. ఒక్క ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనే 71,900 హెక్టార్లకు పైగా విస్తీర్ణంలో ఆక్వా ఉత్పత్తులు సాగవుతున్నట్లు పేర్కొంది. రాష్ట్రంలో అత్యధికంగా 6,34,672 టన్నుల రొయ్యలు ఉత్పత్తవుతున్నట్లు వెల్లడించింది.

ఒడిశాలో 10,600 హెక్టార్లలో ఆక్వా ఉత్పత్తుల సాగు ఉండగా 43,677 మెట్రిక్ టన్నుల రొయ్యలు ఉత్పత్తి అవుతున్నట్లు తెలిపింది. ప్రస్తుతం 91 శాతం ప్రాసెస్ చేయని చేప ఉత్పత్తులనే విక్రయిస్తున్నారని, ఆక్వా ఉత్పత్తులు ప్రోసెసింగ్ రంగం అభివృద్ధికి ఏపీలో అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయని తెలిపింది.

ఆహార ప్రోసెసింగ్ ద్వారా దేశీయ, అంతర్జాతీయ మార్కెట్ మెరుగుపడుతుందని పేర్కొంది. ఎక్కువ పోషక విలువలు గల రొయ్యల ప్రోసెస్డ్ ఉత్పత్తులకు దేశీయంగా, అంతర్జాతీయంగా డిమాండ్ ఎక్కువగా ఉందని చెప్పింది. ఉత్పత్తి సమయంలో రసాయనాల వినియోగం తగ్గించడంతో పాటు ప్రోసెసింగ్ చేసిన ఉత్పత్తులకు డిమాండ్ పెరుగుతోందని నివేదిక పేర్కొంది.

ఎగుమతి చేసే ఆక్వా ఉత్తులకు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ప్రస్తుతం 19,894 సంస్థలు ఉన్నాయని, 105 ప్రీ ప్రోసెసింగ్ ప్లాంట్లు, 99 ప్రాసెసింగ్ ప్లాంట్లు ఉన్నాయని, 74 మంది మాన్యుఫ్యాక్చర్ ఎగుమతిదారులతో పాటు 69 మర్చంట్ వ్యాపారులు ఉన్నారని నివేదిక తెలిపింది. రొయ్యల ప్రాసెసర్‌ల శ్రామిక శక్తిలో 70%–%80 శాతం మంది మహిళలు ఉన్నట్లు అంచనా వేసింది.

ఏపీ ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహంతోనే..

ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహంతోనే ఆక్వా రంగంలో ఈ వృద్ధి సాధ్యమైందని అంతర్జాతీయ కార్మిక సంస్థ వెల్లడించింది. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం 2020–25 ఆహార ప్రాసెసింగ్ విధానాన్ని ప్రకటించి ఫుడ్ ప్రోసెసింగ్ యూనిట్ల ఏర్పాటును ప్రోత్సహిస్తోందని, అలాగే మత్స్య రంగాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేయడం ద్వారా ఎక్కువ మందికి స్థానికంగా ఉపాధి కల్పనకు చర్యలు చేపట్టిందని వివరించింది. పది ఫిషింగ్ హార్బర్లు, ఆరు ఫిష్ ల్యాండ్ కేంద్రాలను అభివృద్ధి ద్వారా ఆక్వాకు పెద్ద ఎత్తున చేయూతనిస్తోందని తెలిపింది.

ఆక్వాలో ఎంఎస్ఎంఈలను ప్రోత్సహించేందుకు ఆంధ్రప్రదేశ్, ఒడిశా రాష్ట్రాల్లో అత్యధిక అవకాశాలున్నాయని పేర్కొంది.

– సాక్షి సౌజన్యంతో

■

ఆహార లోపమే ఆరోగ్యానికి శాపం !

మన జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లలో గణనీయ మార్పులు వస్తున్నాయి. ఇవి ఆరోగ్యంపై పెను ప్రభావాన్ని చూపుతున్నాయి. జంక్‌ఫుడ్స్, వ్యాయామం లేకపోవడం.. భోజనం, నిద్ర విషయాలలో సమయాలను పాటించక పోవడం వల్ల వ్యాధులు పెరుగుతున్నాయి. 56 శాతం రోగాలకు అనారోగ్యకర ఆహారమే కారణమని పరిశోధకులు గుర్తించారు. మంచి ఆరోగ్యం కోసం ఏం తినాలి? ఎప్పుడు తినాలి? వంటి అంశాలను 'డైటరీ గైడ్‌లైన్స్ ఫర్ ఇండియన్స్' (భారతీయులకు ఆహార సంబంధిత మార్గదర్శక సూత్రాలు) పేరుతో తాజాగా జాతీయ పోషకాహార సంస్థ (ఎన్‌ఐఎన్) విడుదల చేసింది.

- **సమతుల ఆహారమే మేలు**
- **ఇంటి వంటల్లోనూ జాగ్రత్తలు అవసరం**
- **భోజనానికి గంట ముందు నుంచి గంట తర్వాత వరకు కాఫీ, టీ తాగొద్దు**
- **కండరాల వృద్ధికి మితిమీరిన ప్రొటీన్ పౌడర్ల వాడకం హానికరం**
- **మితంగానే కొవ్వు పదార్థాలు, చక్కెర, ఉప్పు వాడకం మేలు**
- **ఎన్‌ఐఎన్ కొత్త మార్గదర్శకాలు**

పోషకాహారంతోనే దీర్ఘకాల వ్యాధులకు దూరం

పోషకాహారం, శారీరక వ్యాయామంతో హృద్రోగాలు, బీపీ, ఇతర ముప్పులను తగ్గించు కోవచ్చు. ఉప్పు, చక్కెర ఎక్కువగా ఉండే అల్ట్రా ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్స్ (చిప్స్, బర్గర్లు, పిజ్జా, కూల్‌డ్రింక్స్ తదితరాలు) విషయంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలి. సన్నగా ఉన్నవారు శరీర బరువు పెంపునకు ప్రొటీన్ సప్లిమెంట్లను ఎక్కువగా తీసుకోవద్దు. వైద్యుల సూచనలు పాటించకుండా ప్రొటీన్ పౌడర్లను వాడితే మూత్రపిండాల వ్యవస్థ దెబ్బతినే ప్రమాదమూ ఉంది. ఎముకల్లోని మినరల్స్ తగ్గుతాయి. ఆహారంలో ఉప్పు శాతాన్ని తగ్గిస్తూ నూనెను పరిమితంగా తీసుకుంటూ జంక్‌ఫుడ్‌కు దూరంగా ఉండాలి.

కూరగాయలు, పండ్లు తప్పనిసరి

పోషకాహారం వల్ల అన్ని వయస్కులవారికి వ్యాధుల ముప్పు తప్పుతుంది. 'మై ప్లేట్ ఫర్ డే' కింద ప్రతి రోజూ తీసుకునే ఆహారంలో కనీసం 8 రకాల ఆహార పదార్థాలు ఉండాలి. పండ్లు, కూరగాయలు, ఆకుకూరలు ఇతరాలు కలిపి 500 గ్రాముల వరకు ఉండాలి. ఇందులో అందు బాటులో ఉండే పండ్లు వంద గ్రాములు తప్పకుండా ఉంటే మంచిది.

లావు పెరిగితే కష్టాలే

లావు పెరుగుతున్న కొద్దీ శారీరక, మానసిక రుగ్మతలు పెరుగుతున్నాయి. దీనివల్ల టైప్-2 మధుమేహం, కాలేయ వ్యాధి, రక్తపోటు, హృదయ సంబంధ వ్యాధులు, క్యాన్సర్లు వస్తున్నాయి. అధిక చక్కెర, కొవ్వు, ఉప్పు ఎక్కువగా ఉండే అల్ట్రాప్రాసెస్డ్ ఆహారం (చిప్స్, పిజ్జాలు, బర్గర్లు, కూల్‌డ్రింక్స్) తగ్గించాలి.

ఫ్రూట్‌జ్యూస్‌ల్లో పది శాతమే పండ్ల గుజ్జు ఉండే అవకాశముంది. కొందరు తయారీ దారులు 2,3 సహజసిద్ధ మైన పదార్థాలను వాడి నేచురల్ ఫుడ్ అంటూ ముద్రిస్తున్నారు. అటువంటి వాటి పట్ల అప్రమత్తంగా వ్యవహరించాలి.

పండ్లను నేరుగా తినడం మంచిది. పొటాషియం, కాల్షియాన్ని అందించే పండ్లను ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. తీపి దృష్ట్యా చెరకు రసం మితిమీరి తాగకూడదు. కిడ్నీ సంబంధిత సమస్యలున్న వారు కొబ్బరి నీళ్లకు దూరంగా ఉండడం మంచిది.

పరిమితంగా ప్రొటీన్ సప్లిమెంట్ల వాడకం

ప్రొటీన్ సప్లిమెంట్ల బదులు కోడిగుడ్లు, పాలు, సోయాబీన్స్, బఠానీలు తీసుకోవాలి. ప్రొటీన్ పౌడర్లలో చక్కెర, కేలరీలు లేని స్వీటెనర్లు కలుపుతున్నారు. ఇందులోని

కృత్రిమరుచికి ఎక్కువ మంది ఆకర్షితులవుతున్నారు. రోజుకు 25 గ్రాములలోపే చక్కెర తీసుకోవాలి. అసలు తీసుకోక పోయినా ఫరవాలేదు. మనం తీసుకునే ఆహారంలో షుగర్ అంతర్గతంగా ఉంటుంది.

సమతుల ఆహారమే ఆరోగ్య సూత్రం

సమతుల ఆహారం తీసుకోవాలి. కూరగాయలు, పప్పులు, చిక్కుళ్లు సమృద్ధిగా ఉండాలి. దుంపలు, పిండి పదార్థాలు తగ్గించాలి. రోజుకు 250 గ్రాముల ధాన్యాలు తీసుకోవాలి. ఇందులో బియ్యం ఒకటే కాకుండా చిరు ధాన్యాలు కలిసి ఉంటే మంచిది. పప్పుదినుసుల వల్ల ప్రొటీన్లు ఎక్కువగా లభించే అవకాశముంది. మంచి కొవ్వు కోసం రోజుకు కుదిరితే 25 నుంచి 35 గ్రాముల నూనెగింజలు (వేరుసెనగ, గుమ్మడి గింజలు, బాదం వంటివి) తీసుకుంటే మంచిది. బరువు పెరగకుండా చూసుకోవాలి.

ఆహారంలో భాగం కావాల్సినవి

స్నాక్స్.. పిజ్జాలు, బర్గర్లు వంటి జంక్‌ఫుడ్ ఇలా ఏది నచ్చితే అది తినేస్తున్నారు. కొవిడ్ అనంతరం డ్రైఫ్రూట్స్ రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకున్న వారి సంఖ్యా పెరిగింది. వీటన్నింటివల్ల జిహ్వాచాపల్యం తీరినప్పటికీ పూర్తి పోషకాలు అందడం లేదు.

రోజుకు సుమారు రెండు వేల కేలరీలు శరీరానికి అందాలని అనుకుంటే 250 గ్రాముల తృణధాన్యాలు, 400 గ్రాముల కూరగాయలు, 100 గ్రాముల పండ్లు, 85 గ్రాముల పప్పులు లేదా మాంసం లేదా కోడిగుడ్డు, 35 గ్రాముల పప్పుగింజలు, 27 గ్రాముల కొవ్వు పదార్థాలు లేదా నూనెను తీసుకోవాలి. అన్నం, కూర, పప్పు, పెరుగు వంటివాటికే పరిమితం కాకుండా కూరగాయలు, పండ్లు, ఆకుకూరలు రోజూ తప్పనిసరి చేసుకోవాలి. చక్కెరల ద్వారా అందే కేలరీలు 5%లోపే ఉండాలి.

అతిగా టీ, కాఫీలు వద్దు

ఆరోగ్య రక్షణకు తగినంత నీరు తాగాలి. టీ, కాఫీల్లో కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థను ప్రభావితం చేసే కెఫీన్ ఉంటుంది. ఇది అలవాటు పడేలా చేస్తుంది.

కప్పు కాఫీలో 80-120 మి.గ్రా.కెఫీన్ ఉంటుంది. ఇన్‌స్టంట్ కాఫీలో 50-65 మి.గ్రా., టీలో 30-65 మి.గ్రా.కెఫీన్ ఉంటుంది. రోజుకు 300.మి.గ్రా.కు మించి కెఫీన్ తీసుకోకూడదు. మితిమీరి కాఫీ తాగితే రక్తపోటు సమస్య వస్తుంది.

అలాగే కాఫీ, టీల్లో ఉండే టానిన్- ఆహారంలోని ఇనుమును మన శరీరం గ్రహించకుండా నిరోధిస్తుంది. ఐరన్ లోపిస్తే రక్తహీనత, నీరసం, ఆయాసం, గుండెదడ, చర్మం పాలిపోవడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. కాబట్టి భోజనానికి గంట ముందు, గంట తరువాత టీ, కాఫీలు తాగకూడదు. పాలు లేని గ్రీన్, బ్లాక్ టీ తాగడం ఉత్తమం.

మార్గదర్శకాల్లో ముఖ్యాంశాలు

- ఇంట్లో తయారు చేసుకునే ఆహారం విషయంలోనూ జాగ్రత్తలు అవసరం. వంటకు ముందు ఆహార పదార్థాలు శుభ్రం చేయడం, పూర్తి స్థాయిలో ఉడికించడంలో నిర్లక్ష్యం వద్దు. అధికంగా నూనెలు, కొవ్వు, తీపి, ఉప్పు వాడొద్దు.
- శరీర బరువు నిదానంగా తగ్గాలి. దూకుడుగా తగ్గేందుకు ప్రయత్నిస్తే ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి.
- అయోడైజ్‌డ్ సాల్ట్ మంచిది. ఉప్పు వాడకం పెరిగితే రక్తపోటు పెరిగి గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశముంది.
- సాధారణంగా వ్యక్తి రోజుకు 8 గ్లాసులు (సుమారు రెండు లీటర్లు) నీళ్లు తాగాలి.
- తగినంత బరువు ఉన్న గర్భిణులు గర్భ సమయంలో సమతుల ఆహారం తీసుకుని 10-12 కిలోల బరువు పెరగాలి. స్వతహాగా బరువు ఎక్కువ ఉన్నవారు 5-9కిలోల వరకు పెరగొచ్చు. గర్భిణి తగినంత బరువుంటే పిల్లలు ఆరోగ్యంగా వృద్ధి చెందుతారు.
- శిశువు పుట్టిన 6 నెలల వరకు తప్పనిసరిగా తల్లిపాలే ఇవ్వాలి. ఇది శిశువు పెరుగుదలకు, తల్లి ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ఉపయోగకరం. బిడ్డకు రెండేళ్ల వరకు తల్లి పాలు ఇవ్వొచ్చు. పిల్లలకు అధిక మోతాదుల్లో తినడం అలవాటు చేయకూడదు. ■

కోపమెందుకు? నీవు చెప్పేది సరైనదైతే కోపంతో పనిలేదు, సరైనది కాకుంటే కోపించే అర్హత లేదు

స్పీడ్ బ్రీడింగ్ పద్ధతుల్లో.. అర్బన్ అన్నదాత!

విస్తారమైన పొలాల్లో ఆరుబటయ సాగేది సంప్రదాయ వ్యవసాయం అయితే.. నియంత్రిత వాతావరణంలో అత్యాధునిక సాంకేతికతలతో చేసేదే అర్బన్ వ్యవసాయం. మట్టిలో కాకుండా పోషకాలతో కూడిన నీటిలో వర్టికల్ స్ట్రక్చర్లలో లేదా కొబ్బరి పొట్టుతో కూడిన గ్రోబాగ్స్‌లో అర్బన్ సాగు జరుగుతూ ఉంటుంది. ఇందుకోసం ప్రత్యేక సాగు వ్యవస్థలతోపాటు ప్రత్యేకంగా బ్రీడింగ్ చేసిన వంగడాలు కూడా అవసరమే అంటోంది 'అర్బన్ కిసాన్'. మానవాళి రేపటి ఆహారపు, పర్యావరణ అవసరాలు తీర్చటం కోసం స్పీడ్ బ్రీడింగ్ తదితర పద్ధతుల్లో పరిశోధనలు చేపట్టి చక్కని పురోగతి సాధిస్తోంది. ఈ హైదరాబాద్ సంస్థ విదేశాల్లోనూ సత్తా చాటుతోంది. తెలంగాణ ఉద్యాన విశ్వవిద్యాలయం సహా పలు సంస్థల భాగస్వామ్యంతో అర్బన్ సాగు ప్రపంచంలో తనదైన ముద్ర వేస్తోంది.

పట్టణీకరణ తామరతంపరగా విస్తరిస్తున్న ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో అత్యాధునిక సాంకేతికతలతో కూడిన అర్బన్ ఫార్మింగ్ పద్ధతులు ప్రపంచం దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్నాయి. ఈ కోవలోనివే హైడ్రోపోనిక్స్, సాయిల్ లెస్ ఫార్మింగ్, వర్టికల్ ఫార్మింగ్, ఇండోర్ ఫార్మింగ్ వంటివి. ఈ సాగు వ్యవస్థలను ముఖ్యంగా అర్బన్ రైతులకు అందుబాటులోకి తెచ్చే లక్ష్యంతో హైదరాబాద్ సమీపంలో ఏడేళ్ల క్రితం ప్రారంభమైంది 'అర్బన్ కిసాన్'. శ్రీ కొండా లక్ష్మణ్ తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉద్యాన విశ్వ విద్యాలయంతోపాటు అనేక జాతీయ, అంతర్జాతీయ సంస్థల భాగస్వామ్యంతో పనిచేస్తూ అర్బన్ కిసాన్ అభివృద్ధి సాధిస్తోంది. ఇక్కడ పండించిన లెట్యూస్, ఇటాలియన్ బసిల్ తదితర ఆకుకూరలు, రంగురంగుల కాప్సికం తదితర కూరగాయలతో తయారైన సలాడ్స్‌ను ఫార్మ్‌బౌల్ పేరుతో హైదరాబాద్‌లో అందుబాటులోకి తెస్తోంది.

అర్బన్ సాగు కోసం ప్రత్యేక వంగడాలు..

హైదరాబాద్ నగర శివారు మేడ్చల్ మల్కాజ్‌గిరి జిల్లా గుండ్లపోచంపల్లిపారిశ్రామికవాడలో అర్బన్ కిసాన్ పరిశోధన కేంద్రం ఏర్పాటైంది. విహారి కానుకొల్లు, డాక్టర్ సాయిరాం రెడ్డి పాలిచర్ల కొందరు మిత్రులతోపాటు అర్బన్ కిసాన్ సహ వ్యవస్థాపకులుగా ఉన్నారు. విహారి సీఈఓగా బాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తుండగా, డా.సాయిరాం రెడ్డి, డా. నర్సిరెడ్డి ఆధ్వర్యం లో పరిశోధనలు సాగుతున్నాయి. హైడ్రోపోనిక్స్, వర్టికల్ ఫార్మింగ్ వ్యవస్థలను శీతల గదిలో, పాలీహౌస్‌లో, మేడపైన.. ఇలా అనేక వాతావరణ పరిస్థితుల్లో మట్టి లేకుండా వివిధ పంటలు పండించటంపై లోతైన పరిశోధనలు చేస్తున్నారు.

పొలాల్లో వాడే సాధారణ వంగడాలను నియంత్రిత వాతావరణంలో, పరిమిత స్థలంలో సాగు చేయటం అనేక ఇబ్బందులతో కూడిన పని. అందుకే అర్బన్ సాగుకు అవసర మైన ప్రత్యేక వంగడాల రూపుకల్పన కృషికి అర్బన్ కిసాన్ శ్రీకారం చుట్టింది. మన దేశపు 150 రకాల కూరగాయలు, ఆకుకూరలపై ప్రయోగాలు చేశారు. తక్కువ ఉష్ణోగ్రతల్లో పండటంతోపాటు..వేర్ల పొడవు, మొక్కసైజు, ఆకారం తదితర అంశాల్లో అర్బన్ ఫార్మింగ్‌కు అనువుగా చిన్న సైజులో ఉండేలా అనేక సరికొత్త వంగడాలను రూపొందించామని డా.సాయిరాం రెడ్డి 'సాక్షి సాగుబడి'కి తెలిపారు. ఇవి తిరిగి వాడుకోదగిన సూటి రకాలేనని, వీటిని నియంత్రిత వాతావరణంలో ఏ దేశంలోనైనా పండించవచ్చన్నారు.

చెప్పినంత దిగుబడి..!

హైడ్రోపోనిక్స్ సాగు ప్రపంచవ్యాప్తంగా చేస్తున్నారు. అయితే, ఎవరి దగ్గరా కంప్లీట్ టెక్నాలజీ లేదు. మా దగ్గర తప్ప. మేం వాడుతున్నది స్వయంగా మేం దేశీయంగా పరిశోధనల ద్వారా రూపొందించుకున్న పరిపూర్ణమైన, సమగ్ర సాంకేతికత ఇది. అందుబాటులో ఉన్న టెక్నాలజీలతో పోల్చితే 60% ఖర్చుతోనే మా టెక్నాలజీని అర్బన్ ఫార్మర్స్ పొందవచ్చు. దీని ద్వారా చెప్పినంత దిగుబడి కచ్చితంగా ఇస్తుంది. ప్రపంచంలో ఎవరైనా టెక్నాలజీ అమ్ముతారు లేదా ప్రొడక్టు అమ్ముతారు. మేం అలాకాదు. ఇతర సంస్థలతో కలిసి భాగ స్వామ్యంలో యూనిట్లు నెలకొల్పి ఉత్పత్తి చేసి విక్రయించి

లాభాలు పంచుకుంటాం. ఈ పద్ధతిలోనే అనేక దేశాల్లో యూనిట్లు ఏర్పాటు చేశాం. పెట్టిన పెట్టుబడి తిరిగి రావాలంటే హైడ్రోపోనిక్ కూరగాయలు, ఆకుకూరలను ప్రీమియం ప్రైస్‌తో అమ్మగలగాలి. మానవాళి భవిష్యత్తు ఆహారపు అవసరాలు తీర్చగలిగిన శక్తిసామర్థ్యాలున్న టెక్నాలజీ ఇది.

2.5 ఏళ్లలోనే కొత్త వంగడాలు..

బెండ, టమాట, పచ్చిమిర్చి, వంగ తదితర కూరగాయల్లో ఒక్కో రకానికి సంబంధించి 2–3 రకాల వంగడాలను రూపొందించారు. ఫంగస్ సోకని బేసిల్ (ఇటాలియన్ తులసి)ను రూపొందించారు. ఎరుపు, ఆకుపచ్చ, కాండం తెల్లగా ఆకు గ్రీన్‌గా ఉండే రకరకాల తోటకూర రకాలను రూపొందించారు. పాలకూర, కొత్తిమీర, గోంగూరలో కూడా కొత్త వంగడాలను రూపొందించారు.

కీరదోస, సొర, కాకర వంటి తీగజాతులు పొలినేషన్ అవసరం లేకుండా దిగుబడినిచ్చే విధంగా రూపొందిస్తున్నాం అన్నారు డా. సాయిరాం. సాధారణంగా ఒక కొత్త వంగడాన్ని బ్రీడింగ్ చేయాలంటే 6–7 ఏళ్లు పడుతుంది. స్పీడ్ బ్రీడింగ్ పద్ధతిలో తాము 2.5 ఏళ్లలోనే కొత్త వంగడాలను రూపొందించగలిగామన్నారు.

95 శాతం నీటి ఆదా..!

వేగవంతమైన నగరీకరణ నేపథ్యంలో నగరాల్లో ఏడాది పొడవునా అర్బన్ ప్రాంతీయులకు తాజా ఆకుకూరలు, కూరగాయలు అందించడానికి ద్రవరూప ఎరువులతో చేసే వర్టికల్ ఫార్మింగ్ ఉపయోగపడుతోంది. హైడ్రోపోనిక్స్ పద్ధతిలో పంటలు పండించటం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను భారత్‌తో పాటు ప్రపంచదేశాలు ఇప్పుడిప్పుడే గుర్తిస్తున్నాయి.

సాధారణ వ్యవసాయంలో వాడే నీటితో పోల్చితే ఈ పద్ధతిలో 95% ఆదా అవుతుంది. పొలంలో పంటతో పోల్చితే నిర్దిష్టమైన స్థలంలో 30 రెట్లు అధిక దిగుబడి సాధించడానికి హైడ్రోపోనిక్స్ ఉపయోగపడుతుందని, అందులోనూ ఈ సాంకేతికతను దేశీయంగానే అభివృద్ధి చేశామని అర్బన్ కిసాన్ చెబుతోంది.

సాగులో ఉన్న పంటల ప్రత్యేక అవసరాలకనుగుణంగా పోషకాల మోతాదు, పిహెచ్ స్థాయిలు, వాతావరణంలో తేమ, కార్బన్ డయాక్సయిడ్ స్థాయి, కాంతి తీవ్రత వంటి అనేక ఇతర అంశాలన్నిటినీ ఒక యాప్ ద్వారా నియంత్రిస్తుండటం విశేషం. వర్టికల్ ఫార్మింగ్ వ్యవస్థల్లో కృత్రిమ మేధ, మెషిన్ లెర్నింగ్, ఇంటర్నెట్ ఆఫ్ థింగ్స్‌ను ఉపయోగిస్తూ ఫార్మింగ్ ఆటోమేషన్‌లో అర్బన్ కిసాన్ తనదైన ప్రత్యేకతను చాటుతోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా హైడ్రోపోనిక్స్ సాగు జరుగుతున్నా ఇందులో అన్ని దశలకు సంబంధించిన సంపూర్ణ సాంకేతికత ఒకే చోట అందుబాటులో లేదు. అర్బన్ కిసాన్ పూర్తిగా సొంత సాంకేతికతను అభివృద్ధి చేసుకోవటం విశేషం.

మధ్య ప్రాచ్య దేశాల్లో ఆదరణ..

అర్బన్ కిసాన్ ఇండోర్ హైడ్రోపోనిక్స్ యూనిట్లలో పూర్తిస్థాయిలో ఆటోమేషన్ చేస్తారు. ఇంటర్నెట్ ఆఫ్ థింగ్స్, కృత్రిమ మేధ, సెన్సార్ల ఆధారంగానే ఫామ్ యాజమాన్యం ఉంటుంది. దుబాయ్, ఒమన్, ఖతార్ దేశాల్లో మూడేళ్ల క్రితం 50% భాగస్వామ్యంతో హైడ్రోపోనిక్స్ యూనిట్‌ను నెలకొల్పాం. అదే మాదిరిగా బహామాస్ దేశంలోనూ 50% భాగస్వామ్యంతో ఏర్పాటు చేసిన యూనిట్‌ను కూడా తాము ఇక్కడి నుంచే పూర్తిస్థాయిలో నియంత్రిస్తున్నామని డా. సాయిరాం రెడ్డి వివరించారు. అక్కడ ఆకుకూరల ధర కిలో 12 డాలర్లు. మా యూనిట్లలో కిలో 5 డాలర్లకే ఆకుకూరలను ఉత్పత్తి చేస్తున్నాం. అమెరికా, కెనడా, నార్వే దేశాల్లో కూడా జాయింగ్ వెంచర్లు ఏర్పాటు చేయబోతున్నాం.

మన దేశంలో హైడ్రోపోనిక్స్ యూనిట్లకు పారిశ్రామిక విద్యుత్తు చార్జీలు వర్తిస్తుండటం ఈ హైటెక్ సాగు విస్తరణకు ప్రతిబంధకంగా మారింది. ఇప్పటికైతే ఇది కాస్త ఖరీదైన ప్రత్యామ్నాయ ఆహారోత్పత్తి పద్ధతే. కానీ,పోషక విలువలున్న, పురుగుమందుల్లేని ఆహారాన్ని అందించే ఈ పద్ధతి ఏదో ఒక రోజున మెయిన్ స్ట్రీమ్‌లోకి వస్తుందని అర్బన్ కిసాన్ ఆశాభావంతో ముందడుగు వేస్తోంది.

– సాక్షి సౌజన్యంతో

■

విజ్ఞానాన్ని మించిన ఆయుధం లేదు, వివేకాన్ని మించిన సాధనం లేదు

అంతరిక్షయానం చేసిన తొలి తెలుగు వ్యక్తి !

అమెజాన్ వ్యవస్థాపకుడు, బిలియనీర్ జెఫ్ బెజోస్‌కు చెందిన 'బ్లూ ఆరిజిన్ సంస్థ చేపట్టిన అంతరిక్ష ప్రయోగం విజయవంతమైంది. తెలుగు వ్యక్తి గోపీచంద్ తోటకూర సహా మొత్తం ఆరుగురు ప్రయాణికులతో కూడిన 'న్యూ షెపర్డ్ 25 (ఎన్ఎస్ 25)' అమెరికాలోని పశ్చిమ టెక్సాస్ నుంచి నింగిలోకి దూసుకెళ్లింది. ఈ క్రమంలోనే అంతరిక్షంలో చేరుకున్న వారంతా కాసేపు భారరహిత స్థితిని పొందారు. అనంతరం క్యాప్సూల్‌లో విజయవంతంగా తిరిగి భూమిని చేరుకున్నారు. దీంతో రోదసీలోకి వెళ్లొచ్చిన తొలి తెలుగు వ్యక్తిగా గోపీచంద్ చరిత్ర సృష్టించారు.

గోపీచంద్ తోపాటు అమెరికాకు చెందిన తొలి నల్ల జాతీయ వ్యోమగామి ఎడ్ డ్వైట్ (90), వెంచర్ క్యాపిటలిస్ట్ మాసన్ ఏంజెల్, ఫ్రాన్స్ ఔత్సాహిక పారిశ్రామికవేత్త సిల్వైన్ చిరోన్, అమెరికా టెక్ వ్యాపారి కెన్నెత్ ఎల్ హెస్, సాహస యాత్రికుడు కరోల్ షాలర్ అంతరిక్షయానం చేసినవారిలో ఉన్నారు. అమెరికా వైమానికదళంలో కెప్టెన్‌గా పని చేసిన ఎడ్ డ్వైట్.. 1961లో అంతరిక్షయానానికి ఎంపికైనప్పటికీ.. వివిధ కారణాల వల్ల రోదసీలోకి వెళ్లే అవకాశం మాత్రం రాలేదు. ఎట్టకేలకు 90 ఏళ్ల వయసులో ఆయన కల నెరవేరింది. అంతరిక్షంలోకి వెళ్లి వచ్చిన అత్యంత పెద్ద వయస్కుడు ఆయనే.

1984లో రాకేశ్ శర్మ అంతరిక్షయానం చేసిన విషయం తెలిసిందే. కల్పనా చావ్లా, సునీతా విలియమ్స్, రాజా చారి, శిరీష బండ్ల వీరంతా భారత మూలాలున్న అమెరికా పౌరులు, గోపీచంద్ కూడా ప్రస్తుతం అమెరికాలో ఉంటున్నప్పటికీ.. భారత పాస్‌పోర్టు ఉండడం గమనార్హం. భారత తొలి స్పేస్ టూరిస్ట్‌గా ఆయనే. బ్లూ ఆరిజిన్ సంస్థ మానవసహిత అంతరిక్ష ప్రయోగం చేపట్టడం 2022 తర్వాత ఇదే మొదటిసారి. మొత్తంగా ఇది ఏడవసారి. 'న్యూ షెపర్డ్' మిషన్ పేరిట ఈ సంస్థ రోదసీ యాత్రలకు శ్రీకారం చుట్టింది. 2021లో బెజోస్ సహా ముగ్గురు పర్యాటకులు రోదసీలోకి వెళ్లి వచ్చారు. ■

తల్లిపాలను అమ్మడం నేరం సుమా!

శిశువులకు తల్లిపాలు ఎంత విలువైనవో తెలిసిందే. శిశువులకు తల్లిపాల ద్వారానే వ్యాధి నిరోధక శక్తి అందుతుంది. అయితే, కొందరు తల్లులకు పాలు రాకపోవడం, కొందరు శిశువులకు తల్లిపాలు అందని పరిస్థితులు ఏర్పడడం నేపథ్యంలో, ప్రభుత్వమే పాల బ్యాంకులు ఏర్పాటు చేసి ఉచితంగా తల్లిపాలను అందిస్తోంది. అయితే, తల్లి పాలను విక్రయించడం చట్ట వ్యతిరేకమని, అలా ఎవరైనా విక్రయిస్తే చర్యలు తీసుకుంటామని ఫుడ్ సేఫ్టీ అండ్ స్టాండర్డ్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా (ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ) హెచ్చరించింది. ఎఫ్ఎస్ఎస్–2006 యాక్ట్ ప్రకారం తల్లి పాల విక్రయానికి అనుమతి లేదని స్పష్టం చేసింది. పాలిచ్చే తల్లుల నుంచి ప్రభుత్వమే పాలను సేకరించి, అవసరంలో ఉన్న చిన్నారులకు అందిస్తుందని ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ వెల్లడించింది. ఆ మేరకు ప్రభుత్వం పాల బ్యాంకులు ఏర్పాటు చేసిందని వివరించింది. అయితే, కొందరు వ్యాపార దృక్పథంతో తల్లిపాలను విక్రయిస్తున్నారని, ఆన్ లైన్‌లో ఇలాంటి అమ్మకాలు ఎక్కువగా జరుగుతున్నాయని ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. అనుమతి లేని ఇలాంటి అమ్మకాలను వెంటనే నిలిపివేయాలని హెచ్చరించింది. తల్లిపాల విక్రయానికి ప్రయత్నించే వ్యాపారులకు లైసెన్స్‌లు జారీ చేయొద్దని కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ నిర్దేశించింది. ■

నేల ఆరోగ్యం - ఉత్పాదకత పెంపుదల

ఆరోగ్యంగా ఉన్న నేలకు ప్రతికూల పరిస్థితులను తట్టుకునే బలం ఉంటుంది
నేల ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే, అందులో తగినంత సేంద్రియ పదార్థం ఉండాలి

చేపట్టే పనులు

లోతుగా
దుక్కులు దున్నడం

మల్చింగ్

పొలంలో పచ్చి రొట్ట
ఎరువు సాగు

వైవిధ్య పంటల సాగు

చెరువు మట్టి చల్లడం

పంటలమార్పిడి

జీవ ఎరువుల వాడకం

నాణ్యమైన విత్తనాల
వాడకం

NABARD

MAHILA SADHIKARATHA
Publication Date: 01-06-2024 ; Posting Date: 05 & 06-06-2024

RNI Regd No: TELTEL / 2003 /16365
Postal Regd No: HD/1064/2024-26

రాయలసీమ జల ప్రేరణ ప్రాజెక్ట్ బృందంతో కలసి శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి అన్నమయ్య జిల్లాలో కార్యక్రమాల సందర్శన

ఎఫ్ పి ఓల ఉత్తమ నిర్వహణపై జాతీయ స్థాయి శిక్షణ ...
మరికొన్ని దృశ్యాలు

ఎఫ్ పి ఓల ఆర్థిక లావాదేవీల కంప్యూటరీకరణపై
శిక్షణ పొందిన బృందంతో ఏపిమాస్ ప్రతినిధులు

ఏపిమాస్ ఆధ్వర్యంలో హైదరాబాదులో
ఓటర్ అవగాహన కార్యక్రమాలు

తూప్రాన్‌లో పట్టణ స్వయం సహాయ సమాఖ్యల సభ్యులు,
మునిసిపల్, మెప్మా అధికారులతో ఏపిమాస్ బృందం

ఏ ఎస్ ఆర్ నగర్ ఎస్ హెచ్ జి , పాలేకర్ ఎఫ్ పి ఓ బోర్డు , సేవాలాల్ ఎస్ ఎల్ ఎఫ్ సమావేశాల దృశ్యాలు

To ADDRESS

కెంట్ యూనివర్శిటీ, వాటర్ ఆర్గ్ ప్రతినిధులు
ఏపిమాస్ కార్యాలయ సందర్శన దృశ్యం