

తీవ్రార్థ

తెలుగు బినపత్రిక

ప్రాణాంతక ప్రమాదాలు

ప్రాణాంతక ప్రమాదాలు తయారుచేసే ఫార్మా పరిశ్రమలు అక్కడ వచిచేసే ఉద్యోగులు, సిబ్యుంది ప్రాణాలను తోడే నే మృత్యుకుచూరాయగా మారడం దారాణం. యాజమాన్యాల తప్పాలు, డెవలపర్గా ఉన్న సంస్కరణ నిర్మికొంటు, తనిటీలు నిర్వహించి ఎప్పిలక్ష్ముడు సమీక్షించాల్సిన పలు విభాగాల అధికారా యంత్రాగం పైఫల్సు... వెరసి విలువైన ప్రాణాలను బలిగొంటున్నాయి. అసకావటి జిల్లా పరవాడ ఫార్మాసిటీ లార్స్ ల్యాస్ట్స్లో తాకా ప్రమాదం నలుగురిని బలిగొనడు, మరొకరు చాపులుకుల మళ్ళీ కొట్టుమిట్టాదుతుండటం ధాఢాకరం. ఇలాంటి ఘటనలు జరిగిన వెంటనే... మృతుల కుటుంబాలకు, క్షత్రాంతులకు సఫ్ట్‌పరిశరం చెల్లించడం, గంభీర ఉపస్థితిలు చెప్పి చేతులు దులువుకోవడం ఆయా కంపెనీల యాజమాన్యాలకు, ఉన్నాధికారులకు, పాలకులకు పరిపాటిగా మారిపోయింది. ఈ ఏడాదిలోనే ఈ ఫార్మాసిటీలో పది ప్రమాదాలు జరిగాయంటే నిర్మికొంటు ఏమేరుకు మేటులు వేసిందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. అనకావటి జిల్లా అమృతాపురం ఎన్సిషన్స్‌లో మాడు నేల ఎకరాలో ఉన్న ఫార్మా పరిశ్రమలో పరిష్కారించి దయియింగా ఉంది. పెద్దపెద్ద కొలిమలతో పనిచేసే పరిశ్రమలకు కూడా... సొంతగం ఒక్క అగ్ని మాపక వాహనం కూడా లేదంటే భద్రతపై వాటి నిర్మిక్కున్ని అర్థం చేసుకోవచ్చు. పరిశ్రమలో భారీ ప్రమాదాలను గుర్తు చేసుకుంటే మానవ ప్రాణాల పట్ల ఎంత నిర్మిక్కాగా వ్యవహరిస్తున్నారో, పరిష్కారించి ఎంత అభ్యాసంగా ఉందో క్షమకు కడుతుంది. రెండేళ్ల క్రితం ఎల్జి పాలిమర్స్ పరిశ్రమ నుంచి విషాయువుల లీక్ పరిసర ప్రాంతాలకు చెందిన 12 మంది మరణించగా, వందలాదిమంది ఆనుపత్రి పాత్రాన ఘటనను తలుకుంటే కలవరం కలుగుతుంది. పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న ఉద్యోగులతో పటు పరిసర గ్రామాల ప్రజలు సైతం ఈ ప్రమాదాల విషాయువులు, ప్రాణాల పట్ల అండోళన చెందుతున్నారు. ఇక్కడ పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల పరిశ్రమలో విషాయువులు లీక్ 200 మంది మహిళలు అస్సప్పతకు గురయ్యారు. ఇప్పిలివరకూ పరవాడ ఫార్మాసిటీ లోనే ఔషధ పరిశ్రమలో జరిగిన 70 ప్రమాదాల్లో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, 93 మంది క్షత్రాంతులయ్యారు. ఈ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్న బింబింది ఉన్నాధికారుల ముగ్గురు బలయ్యారు. స్ట్రో దుస్తుల ప్రింటర్లు అంకిత జిల్లా పాలిమర్స్ లోనే అంజిక బయోఫీర్లో ఐండ్ల క్రితం నాలీ ప్రమాదంలో బదుగురు, సాయానర్ ఫార్మాలో గత ఏడాది మరో ఘటనలో ముగ్గురు బలయ

మైగ్రేన్టో బాధపడుతున్న వారిలో 60 శాతం మహిళలే..



మైగ్రేన్ వినడానికి చిన్న సమస్య అయినా దాంతో బాధపడే వారు అనుభవించే నొప్పి మాత్రం మాటల్లో వర్షించలేదు. బద్దలయ్యే తల నొప్పి చుక్కలు చూపిస్తుంటుంది. ఒక అధ్యయనం ప్రకారం 2019లో భారతాలో 213 మిలియన్లకు ప్రాగా ప్రజలు మైగ్రేన్తో బాధపడుతున్నారని తెలింది. మరొకస్కికరమమైన విషయంవేంటంటే వీరీలో 60 శాతం మంది మహిళలే కావడం గమనార్థం. ఇండియన్ కొన్సిర్ ఆఫ్ మెడికల్ రిసర్చ్స్, పట్టిక హెల్ప్ ఫోండేషన్ అభ్ ఇండియా, ఇన్స్టిట్యూట్ ఫర్ హెల్ప్ మెట్రిక్స్ అండ్ ఎవాల్యూయెపస్ సంయుక్తంగా ఈ అధ్యయనాన్ని నిర్వహించాయి. దేశంలో మైగ్రేన్ సమస్యతో బాధపడుతోన్న వారిలో మహిళలే ఎక్కువగా ఉన్నారని కొల్పామలోని అనారోగ్యకరమైన ఆహారం, రాత్రిపూట అలస్యంగా భోజనం చేసినా మైగ్రేన్ సమస్య వస్తుందని ఆయన అన్నారు. మైగ్రేన్ సమస్యతో బాధపడేవారు పెరుగుకు దూరంగా ఉండాలని అలాగే మళ్ళీ మళ్ళీ వేడి చేసిన ఆహారాన్ని తీసుకోకూడదని ఆయన సూచిస్తాన్నారు. అలాగే మైగ్రేన్ సమస్యతో బాధపడుతున్న వారు జంక్, ప్రైస్, ఆయల్ ఘడ్డకు దూరంగా ఉండాలని తెలిపారు. ఇక ఆయుర్వేదంలో వ్యక్తిని కుణ్ణంగా పరిశీలించిన తర్వాతే మందులు ఇస్తామని బాలాజీ విపరించారు. విపరీతమైన మైగ్రేన్ నొప్పితో బాధపడే వారికి నుదితీవై వేడి నూనె పోయడం, ముక్కు ద్వారా అందించే మందులు, పంచకర్మ వంటి చికిత్సలను అందిస్తామని తెలిపారు.

ఇ బాలక... బాధితుల గిరింతుక..



ప్రభుత్వ కార్యాలయాలు, బ్యాంకులు, పోలిస్ స్టేషన్లు, ఆధార్ సెంటర్లు, రేప్సన్ దుకాణాలతో ఏదో ఒక సమయంలో ప్రతి ఒకర్కరికి పినిపదుతూనే ఉంటుంది. అక్కడ మన సమస్య చెప్పి దరఖాస్తు చేసుకోవడం సర్వసాధారణం. అయితే చెవిటి - మాగ బాధితులకు ఆ పని అంత సులువు కాదు. వారి గోదు పట్టించుకోవడం అటుంచి, వారి బాధ అర్థం కాక వినుకుంటూ ఆక్రమిస్తున్నాడని గొంతేయబడడం చూశాను. వారితో పాటు నేను కూడా వెళ్లి అధికారులతో మాట్లాడేదాన్ని. సమస్య పరిష్కారమైనప్పుడు అమృతాన్ని ఎంతో సంతోషపడేవారు. వారే నన్ను తమలాంటి వారికి సాయం చేయమని ప్రోత్సహించారు' అంటుంది శోజియా. ఒకసారి బుర్రాన్పుర్చ పారశాలలో బధిర విద్యార్థుల పట్ల ఉపాధ్యాయులు క్రూరంగా



ఆధార కార్డు అనుసంధానమయ్యిందా, లెదా?" అని ప్రశ్నించారు. అప్పుడు ఆమె తల్లిదండ్రుల వైపు తిరిగి వారికి అర్థమయ్యేలా ఏవో సైగలు చేసింది. వారు సైగలతోనే ఆమెకు సమాధానం చెప్పారు. వాయిద్దరూ మూగచెపి బాధితులు. చిన్నప్పటి నుంచి అమృతాన్ని ప్రేమను, ఆప్యాయతను, వారి ఇష్టయిష్టాలను సంజ్ఞల ద్వారా అర్థం చేసుకుంటూ పెరిగిన శాజియాకు ప్రత్యేక శిక్షణ అవసరం లేకుండానే సంజ్ఞల భాషపై పట్టు వచ్చింది.

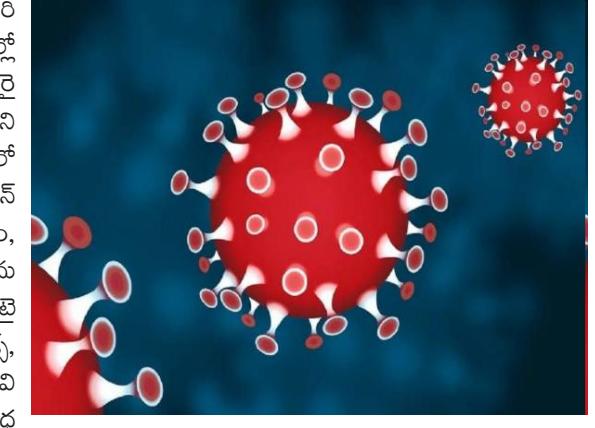
ఆ పరిజ్ఞనం ఇంటికి పరిమతం అవ్యాప్తుడు. మధ్యపదేశ్ ఖండా, ఇండోర్, బుర్మాస్టోర్స్ నపో మధ్యపదేశ్లోని ఆనేక జిల్లల్లో పోలీస్‌సేపన్సు, కోర్టులు, కలెక్టర్ ముందు ఓ న్యాయహాదిలా బధిర బాధితుల గొంతుకైంది శ్యాజియా. వారి పక్కం నిలబడడం అంటే ఆషామాషీ కాదు. ఎంతో దైర్యం కావాలి. అధికారులతో నిర్ణయంగా మాట్లాడాలి. వారి గోడను, ఆవేదనసు వారి మాటల్లో చెప్పాలి. ఎంతో ఓపికగా, దైర్యంగా అధికారులతో మాటల్లో శ్యాజియా చౌరప చూసి సిబ్బంది అంతా ముచ్చటపడేవారు. ఇప్పుడు ఎక్కడైనా బధిరులతో పని పడితే శ్యాజియానే పిలుస్తున్నారు. ఈ సేవా ప్రయాణం ఐదేళ్ల క్రితమే అంటే శ్యాజియాకు 8 ఏళ్ల వరుసునుపడే ప్రారంభమంది.

ఒకసారి బుర్రాన్వహర్ ప్రభుత్వ కార్యాలయం చుట్టూ ఓ చెవిటి-మూగ బాధితుడు ప్రభుత్వ సాయం కోసం అదే పనిగా తిరుగుతున్నాడు. అతని గోడు వట్టించుకోవడం అటుంచి అసలు కొడు, మృగాలకు ప్రాపును వాడున్న ఖాళీల అప్పున నలబడు వారి సమస్య పరిష్కారమయ్యేవరకు కృషి చేస్తోంది. బ్యాంక్ ఖాతాలు, పాస్ బ్యాంక్ల దరఖాస్తు చేయడం, రేప్సన్ దుకాణాల దగ్గర వారి తరపున మాట్లాడడం ఇలా ప్రతి చోటు శోఇయా ఉంటుంది.

పట్టిష్టంగా భోజన పద్ధతం

పనిచుట్టున్న స్థావరమైన కార్బూకులుగా గుర్తంచడంల్సి. మూడు దశాభ్యాలుగా ఈ స్తోముల అమలులో ఉన్నాయి. ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న పద్ధకాల్లో దాదాపు కోణి మంది కార్బూకులు పనిచేస్తున్నారు. ఈ వరద్ర లిక్రూటమెంట్, ఎంబిక పద్ధతులను ప్రభుత్వమే నిర్ణయిస్తుంది. వారి పని పద్ధతులను, పనిని కూడా ప్రభుత్వమే నిర్ణయిస్తుంది. ఎక్కడైనా తప్పు జిరిగితే క్రమశిక్షణా చర్చ చేపడుతుంది.

మహామ్యార్తితీర్ ఒబెసిటీ నమస్కలు



భారత్తలో కరోనా మహమ్మారీ లాక్డౌన్ క్రమిక్షాల
 పొయమనిబంధనలతో దేశవాసులు ఇండ్స్ట్రీలోనే స్వీయ నిర్వంధాలు
 వచ్చింది. ఉపాంచని మహమ్మారీ విపత్తుతో మానవాల్లి
 మనసిక, శారీరక ఆరోగ్యాలను కోల్పోవలసిన అనివార్యత వెన్నాడింది
 శారీరక కడలికలకు సంకెళ్ళ పదదం, అసాధారణ అనారోగ్య ఆహార
 దార్శనాలను హద్దులు మీరి
 పుసుకోవడంతో పిల్లలు, పెద్దల్లో
 మృలకాయ సమస్యలు ఎదురై
 వేవనశేలి రుగ్గుతల పాలయ్యారని
 రలు సర్పేలు వెల్లపిష్టున్నాయి. ఇంచిలో
 వీపిల ముందు కూరోప్పదం, ఆన్సెల్న్
 రగటులకు హజరుకావడం,
 అత్యవసర ఆధునిక ప్రాసెన్ఱ పుట్టును
 తిగా మింగేయడం మనకు అలవాతై
 యోయింది. బిస్ట్రోల్లు, కేకులు, బ్రెడ్స్,
 రాక్టోల్లు, చిప్స్, జంక్ ఫుట్స్ లాంటివి
 నడం సర్వసాధారణమైంది. వివిధ

అలవాట్లు దెబ్బతినడమే కాకుండా తీవీలు, సెలఫోన్‌తో గంటల తరబడి అతి సంసారాలు చేయడం కూడా జీవక్రియకు సంబంధించిన వ్యాధులు బయట పడడానికి కారణమని గమనించారు.

A detailed illustration of two red COVID-19 virus particles. Each particle is spherical with numerous small, protruding, hair-like structures called spikes. The spikes are colored white and red, creating a textured, almost floral appearance. The particles are set against a dark, solid blue background.

పెరగడానికి అనులోదా సంబంధం ఉంటుందని మనకు తెలుసు. రోజుకు 2 గంటలకు పైగా తీవీ ముందు కూర్చున్న వారిలో 23 శాతం మందిలో స్థూలకాయ సమస్య భాయమని విశ్లేషించారు. స్థూలకాయులు బరువు తగ్గడానికి అశాస్త్రియ విధానాలను పాటించి వ్యాధినిరోధకశక్తిని తగ్గించుకోరాదని నిపుణులు శేషురిస్తున్నారు. నిత్య శారీరక వ్యాయామంతో పాటు ఇంట్లో తయారు చేసిన ఆరోగ్యకర సంతులిత పోషకాహారాన్ని తీసుకోవలసి ఉంటుంది. బయటి ఆహారాన్ని తగ్గించడం, సింపుల్ పుడ్ తీసుకోవడం, నీటిని త్రాగడం, పండ్లు తిసడం ఉత్తమమని భావించాలి. ముఖ్యంగా పిల్లల ఆహారపు అలవాటును క్రమబద్ధికరించాలి. ఉపాధ్యాయులు, తల్లితండ్రులు, సభ్య సమాజం కూడా ఈ విషయాల్లో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. కరోనా నిర్భంధాల్లో దీర్ఘకాలిక అనారోగ్య సమస్యలకు కారణం కారాదు. సూర్యార్థి తాకడం, ప్రాసెన్జ పుడ్ను నిషేధించడం, పూర్వపు జీవనశైలిని అలవర్షుకోవడం తప్పనిసరి అని తెలుసుకోవాలి. స్థూలకాయ సమస్య భారతీయు అనాదిగా పీడిస్తున్నది. కరోనా పూర్వమే 135 మిలియన్ భారతీయులు స్థూలకాయంతో సతమతం అవుతున్నారని తేలింది. కోవిడ్-19 విజ్ఞంభనతో బరువు పెరగడంతో మధుమేహం, గుండె జబ్బులు, కీళ్ళ సమస్యలు, కాస్పర్ లాంటి తీవ్ర అనారోగ్యాలు కలుగుతాయి. స్థూలకాయం ఓ నిశ్చాల వ్యాధి (ఒచ్చేసే ఈజ్జెం ఏ సైలెంట్ కిల్లర్) అని గుర్తుంచుకుండాం. ‘ప్రాతీ అండ్ స్లీమ్గా జీవనయానం చేద్దాం. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యమని, స్థూలకాయమే సకల రోగాలకు కారణమని సదాలోచనలతో ఆరోగ్యంగా మసులుకుండాం.

మను వాడు చేసుకోవడ్లు..

ఎన్న ఎయిమ్మున్, ఎద్ద నమ్ము తయిను.. అవనంమున్న
తోకపోయినా.. కొండరు దాని గురించే పదే పదే లోతుగా
ఆలోచిస్తుంటారు. నిజానికి దీనివల్ల సమయం వృధా అవడంతో పాటు
మానసికంగానూ ఒత్తిడి ఎదురవుతుంటుంది. కానీ మానసికంగా
ధృఢంగా ఉన్న వాళ్ల అస్సలు ఇలా చేయరు. ఏదైనా సమస్య వస్తేన్నాన్ని త్వరగా వరిపురించుకునే ప్రయత్నం చేస్తారు తప్ప.. దాని
మరించే లోతుగా ఆలోచించి మనసు పాడు
సేసుకోరు. అలా కాకుండా ఉండాలంటే కొన్ని
పిటాలు పాటిస్తే సరిపోతుంది. నశ్వరపోతే
ఎన్న విషయానికి కోపగించుకోవడం, చిరాకు
పడడం వంటివి చేస్తుంటారు మనలో
సాలామంది. కానీ మానసికంగా ధృఢంగా
ఉండే వారు ప్రశాంతంగా దాని గురించి
ఆలోచించే ప్రయత్నం చేస్తుంటారట. తమ
ఓధీనంలో లేని దాని గురించి
పొక్కలాడకుండా తమ సాధ్యసాధ్యల గురించి
ఆలోచించి నిష్ఠయం తీసుకుంటారు.

శరీరాకృతి దగ్గర్లుంచి, వెనుకునే దుస్తుల డాకా ఎదుటవారికి 10ందంగా కనిపించాలన్న ఆలోచనే మన మనసును తొలిచేస్తుంటుంది. ఇజానికి ఇదే మానసిక భక్తిక్రిక్తు కారణమవుతుంటుంది. కనీ తాముఖు మాత్రం చుట్టూ ఉన్న వాళ్ళ కోసం కాకుండా తమకు నచ్చినట్టుగా ఉడడండంలోనే సంతోషాన్ని, సంతృప్తినీ వెతుక్కుంటామంటున్నారు. మానసికంగా బలంగా ఉండే అమ్మాయిలు. గతం గతః.. అనుకొని ఈ క్షణాన్ని ఆస్పాదిస్తూ.. భవిష్యత్తు గురించి ఉన్నతంగా ఆలోచించే కారే జీవితంలో పైచెయి సాధిస్తారు. మానసికంగా ర్ఘథంగా ఉండే సారి ఫిలాసఫీ కూడా ఇదే. అందుకే గత జ్ఞాపకాల్చి తప్పుకొని ఆధవడకుండా.. భవిష్యత్తు గురించి జీవించడం నేర్చుకుండాం.



ఆర్థికానుపాతాలు, అనుయాయి, ఎవరువారు గటువును జీర్ణించుకోలేకపోవడం.. ఇవన్నీ మానసిక ప్రశాంతతను దెబ్యుతీస్తుంటాయి. అందుకే కొంతమంది వీళి జీలికి పోరు. దాంతో సంతోషంగా ఉండగలుగుతారు. పైగా విజేతల్ని ప్రశంసించడం, కష్టపడే వారిని ప్రోత్సహించడం.. వీరికి అలవటు కూడా! కోరుకున్నవన్నీ జరగాలని లేదు. అంతమాత్రానికి బాధపడడం అనవసరం..’ అనుకుంటారు మానసికంగా దృఢంగా ఉండే వ్యక్తులు. అందుకే నిత్యం సంతోషంగా ఉంటారు. కాబట్టి గొంతెమ్ము కోరికలు కోరుకోకుండా.. మన సమర్థత, వనరుల్ని దృష్టిలో ఉంచుకొనే ఏ విషయంలోనైనా అదుగు ముందుకేయడం మంచిది. స్నేహితుల్ని ఎంచుకోవడంలోనూ జాగ్రత్తగా వ్యవహారిస్తుంటారట మానసికంగా దృఢంగా ఉండే అమృయిలు. చాడీలు చెప్పడం, అసూయ పడడం, ఎదుటివారి ఓటమిలో సంతోషాన్ని వెతుకోవడం ఇలాంటి లక్షణాలున్న వ్యక్తుల్ని దూరం పెదుతుంటారని, ఒకవేళ చెలిమి చేసినా వారి గురించి తెలిశాక మాత్రం వారితో స్నేహ బంధాన్ని తెంచుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉంటారట! కొంతమంది మొహమాటానికి పోయి చాలా పనుల్ని నచ్చకపోయినా స్నేకరిస్తుంటారు. కానీ మానసికంగా బలంగా ఉండే వారు ఈ విషయంలో నిక్షిచ్చిగా వ్యవహరిస్తుంటారని పలు అధ్యయనాల్లో వెల్లడైంది. వాళ్ల అత్యగౌరవానికి, సామర్థ్యానికి ప్రాధాన్యమిస్తుంటారు. ఇది వారిలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని రెట్లింపు చేస్తుంది కూడా! రిస్క్సు తీసుకోవడానికి భయపడకుండా, ఓటమినీ గెలుపుతో సమానంగా స్నేకరించడం మానసికంగా దృఢంగా ఉండే వ్యక్తులకే చెల్లుతుంది.

అంద్ ఆడిటర్ జనరల్ (కాగ్) 2005లో తేల్చింది. పొష్ట్‌కాప్సరమైన కోడిగుర్దు పెట్టడం లేదు. వంటకంలో ఉల్లిపాయ, వెల్లుల్లి వేయడం లేదు. దీనిపై కేంద్ర ప్రత్యామ్నానికి స్వచ్ఛంద సంస్థల భాగస్వామ్యం కోసం వ్యాపారాల నేరుపత్తు

తోలగించాలని దశవ్యాప్తి
ఆందోళనలు జరుగుతున్నాయి. ఆయా ప్రాంతాల ఆహారపు
అలవాట్లతో సుక్కలోని ప్రభుత్వ సిధార్థుల ప్రకారం వర్షార్థ వేడివేడిగా
వుండి కెట్టే భోజనాన్ని విద్యార్థులు ఇప్పంగా తింటున్నారు. ప్రభుత్వం

స్వచ్ఛంద సంస్లిభోజనాన్ని సిద్ధి చేసి పథకం అమలులో జరుగుతున్న

అవకతవకలను పరిశీలించి స్వచ్ఛంద సంస్థలను తొలగించాలని రాష్ట్రంలో యూనియన్ జరిపిన ఆందోళనల ఫలితంగా రెండు సంస్థలను నిషేధించారు. రాజకీయ ప్రమేయంతో అక్కయ, ఇస్కూన్ సంస్థలు కొన్ని జిల్లాలలో నేటికీ కొనసాగుతున్నాయి.

వసివసి, ముడ డ మల, తప- వథక-ల వాల్ మత్త- శ్రా
మరణాల సంఖ్య తగ్గిందని, బాలల ద్రాష్టాట్లు తగ్గాయని, బడికి
వెళ్ళే పిల్లల సంఖ్య పెరిగిందిని ప్రశనలు వస్తునే వున్నాయి. మానవ
వనరుల అభివృద్ధికి శ్లోక్లు ద్వారా అందుతున్న సేవలు చాలా ఉ
పయోగకరమని, స్నీం వర్షర్థ మానవ వనరుల అభివృద్ధికి వెన్నెముక
లాంటి వారిని, స్నీం వర్షర్థ డిమాండ్లు సమంజసమైనవని,
పరిష్కరిస్తామని ఏలికలు చెప్పాన్నారు. కానీ ఆర్థిక వనరులు లేవన్న
సాకు చూపి గత కాంగ్రెస్, ప్రస్తుత బిజెపి ప్రభుత్వాలు మొండి చేయి
చూపుతున్నాయి. కార్బూకుల కోర్చులు తీర్పుడానికి డబ్బులు లేవని చేప్పే
ప్రభుత్వాలకు బదా పొరిక్రామికవేత్తలకు లక్షల కోట్ల రాయితీలు
జప్పుడానికి మాత్రం నిధుల కొరత ఉండదు. పేదలకు ఇచ్చే సప్చిడీలకు
నిరంతరం కోతలు పెడుతూ భద్రలు, పన్నులు పెంచుతూ కార్బోరెట్లకు
మాత్రం రూ.లక్షల కోట్ల ప్రోత్సాహకాలందిస్తోంది మౌడి ప్రభుత్వం.
ఈ నేపథ్యంలో స్నీమ్ వర్షర్థకు కనీస వేతనాలు, సామాజిక భద్రతా
సౌకర్యాలు, కార్బూకులు గురింపు మొదలను ప్రాధమిక డిమాండ్లు సాధనకు

కీలో పత్తి కూడా కొనలే!



ఆదిలాబాద్ : జిల్లాలో సీసిఐ వాచీజ్యుపరంగా పత్తి కొనుగోళ్ళకు సిద్ధం కావడంతో ధర పెరుగుతుందని ఉన్నతి భావించారు. కానీ సీసిఐ తీరు ఇందుకు భిన్నమార్గం ఉంది. ఇప్పటి వరకు కీలో పత్తి కూడా కొనుగోలు చేయకషాగా వ్యాపారుల కన్నా తక్కువ ధరను ప్రకలీస్తున్నారు. సీసిఐ పత్తిని విక్రయించాలనుకునే ఉన్నతులు కూడా ధర తక్కువగా ఉండటంతో.. వ్యాపారులే అమ్ముకొరంటున్నారు. వాచీజ్యు పరంగా పత్తిని కొనుగోలు చేయాలనుకునే సీసిఐ అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో ఉండే ధరలలో పొటు ఇటు ఉన్నతులకు మేలు చేయాలనే ఆలోచనతో స్టోక్ వ్యాపారుల కంటే క్రీంటాలుకు రూ. 200-500 ఎక్సప్రోటా ఉంటే.. విక్రయించే అవకాశం ఉండేది. హార్ట్రోల్ క్రైష్టో రూ. 90 లక్షల మంది 8 శతం తేమతేనే మార్కెట్లో నిర్ణయించిన ధరతో విక్రయించారు.

కీలక పోస్టులు భూతీ.. అభివృద్ధికి ఆటంకం



మంచిరూలు : మంచిరూలు ప్రాపోలక సంఘంలో భాగీగా ఉన్న పోస్టులతో అభివృద్ధి పనులకు అంటగంగా మారింది. దీంతో ప్రాపోలికకు ఆయా పనులు లాకండా పోస్టులన్నాయి. ఇక్కడ గ్రేడ్-1 మునిపాలిటీలో అన్న విభాగాల్లో కలిపి 180 మంది ఉద్యోగులు ఉండగా 100 మంది విని చేస్తున్నారు. ఇంకా 80 పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. కొండు ఇక్కడ గ్రేడ్-1 మునిపాలిటీలో పోస్టులు ఉండాలి. ఆ పోస్టులు ఇక్కడ భాగీగా ఉండటంతో ఇతర మునిపాలిటీలో పని చేసి ఒక ఇంజనీరు, మరో సహాయ ఇంజనీరు ఇక్కడికి దిస్ట్రిబ్యూట్స్ కోసం వచ్చారు. ఇక్కడి పనిచేసి సహాయ ఇంజనీరు మరో పట్టణానికి దిస్ట్రిబ్యూట్స్ కోసం వెళ్లారు. సిఖండి కొరతతో అభికారల పర్ఫోక్షణ తగి అభివృద్ధి పనులకు అంటగంగా మారింది. గత మార్కెట్లో ఇక్కడ విధి ధఫ్కాల ద్వారా రూ. 78.2 కోట్లతో అభివృద్ధి పనులు చేపట్టారు, ఇప్పటి రూ. 28.53 కోట్లు ఖర్చు చేశారు. ఇంకా రూ. 48.53 కోట్లతో చేయాలని పనులు పెంచించిన ఉన్నాయి. పొలింగ్ ప్రోఫెసర్ అప్పుకుండా మారింది. ఇక్కడ ఇక్కడ పారింపురు విభాగం అభికారలు ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్కార్టి అభికారిగా నియమించి పరిశుద్ధ పనులై పర్ఫోక్షణ చేయస్తున్నారు.

ఇక్కడ రోజుకు 45 పోల్ట్లు ఖన్సులు తెఱ వెలుబుతుంది, 44 పోల్ట్లు ఉన్నాయి. అతిలించిన చెత్తులు ఊరుల ఉండటంతో పట్టుల ఉండగా ఉండగా ఉండగా పోస్టులు భాగీగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకరికి ఏక్