



mas

మహిళా శాఖ పౌర శ్రమ



స్వయంసహాయ
ఉద్యమ సమాచార
తెలుగు మాస పత్రిక

19 సంవత్సరాల ప్రస్థానం

20 వ వసంతంలోకి ప్రవేశం!

apmas



తెలంగాణ ప్రణాళికా సంఘం ఉపాధ్యక్షులు శ్రీ బి. వినోద్ కుమార్ ను కలసి రైతుల సంక్షేమంపై చర్చించిన నాబార్డ్ తెలంగాణ సి జి ఎం శ్రీ వై. కృష్ణారావు (కుడి) ఏపిమాస్ సి జి ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి (ఎడమ)

నాబార్డ్ కొత్త సి జి ఎం లు

ఏపిమాస్ శిల్పిలు, శిల్పాలు !



శ్రీ సుభీర్ జన్నావర్
(ఆంధ్రప్రదేశ్)



శ్రీ వై. కృష్ణారావు,
(తెలంగాణ)



శ్రీమతి ఎస్. రామలక్ష్మి , శ్రీమతి రూపాదేవి
నాటి డైరెక్టర్, నేటి కన్సల్టెంట్ - ఛాంక్ ఏజెంట్





ఏపిమాస్ ఆధ్వర్యంలో లఘు చిత్రాల నిర్మాణంపై శిక్షణ



ధర్మవరం మండలం రావులచెరువు గ్రామంలో ఆజీవ గ్రాపుల సమావేశాలు



తనకల్లు మండల గ్రామాలలో జనజాగృతి సంస్థచే కరోనా కప్పకాలంలో సహాయం దృశ్యాలు

మహిళా సాధికారత

సంపుటి 18 సంచిక 11



19... 20!



అంకెలు చెప్పే నిజం యిది! ఏపిమాస్ అభివృద్ధిరంగ సేవలో 19 సంవత్సరాలు ఎంతో సానుకూల, ప్రగతిశీల ఫలితాన్ని కనబరచి, సమధికోత్సాహంతో, మరిన్ని విశిష్టసేవల దిశగా 20వ వసంతంలోకి ప్రవేశిస్తున్నది. అంటే మరో సంవత్సరంలో మూడవ దశాబ్దిలోకి అడుగుడుతున్నది. ఎంతో నైతికబలాన్ని యిస్తూ, ఒక్క పులకింపజేసే వాస్తవమిది! శతాబ్దాలు, సహస్రాబ్దాలు, యుగాలు, మన్వంతరాలతో కూడిన కాలగమనంలో 19-20 సంవత్సరాలు పెద్దగా లెక్కకు వచ్చే విషయం కాకపోవచ్చు. కాని ఒక సంస్థ విషయంలో, అదీ అన్ని వనరులూ స్వయంగా సమకూర్చుకుని, అన్ని వైపులనుంచి ఎదురయ్యే అటుపోట్లను తట్టుకుంటూ, నిర్దేశించుకున్న లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడానికి బలాన్నంతా కూడదీసుకుని, ప్రతిఅడుగుగా ఆచితూచి ముందుకువేస్తూ, ఎప్పుటికప్పుడు లబ్ధిదారుల, భాగస్వాముల, దాతృత్వ సంస్థల, ఇతర సహచరుల ఆదరాభిమానాలను పొందగలిగితేనే మనుగడ కొనసాగించగలిగే ఒక స్వచ్ఛంద సంస్థ విషయంలో రెండు దశాబ్దాల కాలప్రమాణం సామాన్యమైన సంగతి కాదు. ఎంచుకున్న గమ్యం, పయనించే మార్గం సవ్యమైనవైతేనే, సాగించే కృషిలో అంకితభావం, సత్ఫలితాలను సాధించే నేర్పు, ఓర్పు అన్నీ వుంటేనే అది సాధ్యమవుతుంది. ఇలాంటి విలువలతో కూడిన ఏపిమాస్ ప్రస్థానాన్ని మెచ్చుకుంటూ, చక్కని సలహాలు, సూచనలతో ఎప్పుటికప్పుడు ప్రోత్సహిస్తూ, పేదలకు, మహిళలకు, రైతులకు, ఇతర జనావళికి ఇంతటి విశిష్ట సేవలు చేసే అవకాశాన్ని నిరంతరాయంగా మాకు అందిస్తున్న మహనీయులకు, భాగస్వాములకు, దాతృత్వ సంస్థలకు, లబ్ధిదారులకు, పాలకవర్గానికి, సిబ్బందికి, శ్రేయోభిలాషులందరికీ హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు, ఆత్మీయ అభినందనలు!

ఎంతటి ప్రవాహమైనా బిందువులతోనే మొదలవుతుంది. మూడవ దశాబ్దపు ప్రవేశ ప్రాంగణంలో నిలిచిన ఈ వేళ వ్యవస్థాపక ముఖ్య కార్యనిర్వహణాధికారిగా నా మనసులో ఎన్నో గతస్మృతులు! ఇలాంటి ఒక సంస్థ ఏర్పాటు కావాలని ప్రభుత్వ, ప్రభుత్వేతర పెద్దలలో ఆలోచన మొదలైన నాటినుంచి, ఆ సంస్థను సువ్యవస్థితంగా, సత్ఫలితాలను అందించేదిగా, కట్టుదిట్టంగా రూపొందించాలన్న సదుద్దేశంతో వివిధ రంగాలకు చెందిన మేధావులతో ఐదేళ్ళకు పైగా సాగిన చర్చోపచర్చలు, మేధోమథనాలు, అధ్యయనాలు, ప్రయోగాలు, సమీక్షలు ఒక నిర్దిష్టమైన రూపుదాల్చి చివరకు 2001 జూన్ 14 న 'మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ, ఆంధ్రప్రదేశ్' (ఏపిమాస్)ను రిజిస్టర్ చేయించడం, కేవలం 15 రోజులలోనే జూలై 1వ తేదీ నుంచి కూచోడానికి కుర్చీలు కూడా లేకుండానే అద్దె యింటిలో పని ప్రారంభించడం, ఐదేళ్ళపాటు నిధులిచ్చి అండగా నిలుస్తానన్న డి ఎఫ్ ఐ డి సంస్థ నిబంధనల అడ్డంకితో ప్రారంభంలో ఏ మాత్రం ద్రవ్యాన్ని సమకూర్చలేక నిస్సహాయత వ్యక్తంచేస్తే, వున్న కొద్దిపాటి సిబ్బందికి జీతాలకు వెదుకుకొనవలసిన దుస్థితిలో కూడా ఏ మాత్రం నిరుత్సాహం చెందకుండా సమస్యలకు పరిష్కారాలు సాధిస్తూ, తొలుతగా మూడు జిల్లాలలో కార్యక్రమాలు, అధ్యయనాల నిర్వహణ, అక్కడినుంచి క్రమేణా అన్నీ సమకూర్చుకుంటూ, ఒక్కో అడుగు ముందుకు వేస్తూ, నిబద్ధతతో విశిష్ట సేవలందిస్తూ, రాష్ట్రస్థాయినుంచి, జాతీయ అంతర్జాతీయ స్థాయిలలో గుర్తింపు తెచ్చుకుంటూ ఈ దశకు చేరుకోవడం ... ఈ దృశ్యమంతా మనసులో మెదిలింది. నేడు దాదాపు 150 మంది సిబ్బందితో, శిక్షణలకోసం సభామందిరాలతో పాటు, శిక్షణపొందే వారికి వసతి సౌకర్యంతో కూడిన ఐదంతస్తుల సొంత కార్యాలయ భవనం ఏర్పాటు చేసుకుని, ఒకే సమయంలో రెండుపదుల ప్రాజెక్టులు నిర్వహిస్తూ, చేపట్టిన అన్ని రంగాలలో తనదైన ప్రత్యేక విశిష్ట ముద్ర వేస్తూ ఏపిమాస్ తన ప్రస్థానాన్ని మూడవ దశకంలోకి ప్రవేశపెడుతున్నది.

మొదటగా స్వయంసహాయ రంగంలో సేవలను ప్రారంభించిన ఏపిమాస్ ఆ వ్యవస్థను తీర్చిదిద్ది, స్వయంసహాయ సంఘాలు, సమాఖ్యలు అనగానే ఏపిమాస్ పేరు గుర్తొచ్చేంతగా ఆ రంగంతో మమేకమైంది. అనంతరం స్వయం సహాయ రంగంతో అనుబంధాన్ని కొనసాగిస్తూనే, వాటర్షెడ్ల నిర్వహణలో, ఆదర్శ గ్రామాల రూపకల్పనలో కూడా అంతటి పేరు తెచ్చుకున్నది. ఇటీవలి సంవత్సరాలలో మరి కొన్ని అడుగులు ముందుకువేసి పేద, సాధారణ రైతుల ప్రగతికి బాటలు వేస్తున్నది. భాగస్వాముల తోడ్పాటుతో రైతు సంస్థల ఏర్పాటు, సలహాలు, సంప్రతింపులు, మార్గదర్శకత్వంతో పాటు రైతు సహాయ కేంద్రాలు, వ్యవసాయ వనరుల కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయడం, వారి వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు తగిన ధరలతో మార్కెట్ నడుపాయం లభించేలా చూడడం మొదలైన సకలవిధ సహకార చర్యలతో రైతుల అభ్యున్నతికి కృషి చేస్తున్నది. ప్రభుత్వాలతో చర్చించి రైతులకు సానుకూలమైన, ఉపయోగకరమైన విధానాలు రూపొందేలా తీవ్రంగా యత్నిస్తున్నది. తాను ఎంచుకున్న రంగంలో విశిష్ట సేవలను అందించడంతోపాటు సామాజిక బాధ్యతనుకూడా ఏపిమాస్ చక్కగా నిర్వర్తిస్తున్నది. కోవిడ్-19 కల్లోలంలో బాధితులకు పేరెన్నికగన్న రీతిలో ఏపిమాస్ అందించిన సహాయ సహకారాలు ఇందుకు తాజా నిదర్శనం. ఈ అనుభవాలతో, మరింత అంకితభావంతో, మరిన్ని ఉత్తమ సేవలు అందించడానికి ఏపిమాస్ ముందడుగు వేస్తున్నది. నిండుమనసుతో ఆశీర్వదించండి.

ప్రొ. కల్లూరి శశిశెట్టి

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

అయోమయంగా పరుగు పెట్టడం కంటే ఆత్మ విశ్వాసంతో ఒక్కో అడుగు వేసినా ఎంతో మేలే

మహిళా సాధికారత

ఎడిటర్ : టి.చంద్రశేఖర రెడ్డి అసోసియేట్ ఎడిటర్ : జి.వి.క్రిష్ణమూర్తి

ఎడిటోరియల్ కమిటీ : ఏ. కళామణి, ఎస్. రామలక్ష్మి, ఎన్.వినాయకరెడ్డి, బి.వెంకటేశ్వర్లు

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

లోపలి పేజీలలో

- ☞ ప్రగతికి చిరునామాగా ఏపిమాస్ ప్రస్థానం ! ...05
- ☞ ఏపిమాస్ కు ప్రశంసలు, పురస్కారాలు ! ...07
- ☞ అందరిలో అవగాహన పెంచిన మార్పు పథకం ! ...08
- ☞ 'మార్పు'తో గర్భవతులు, బాలింతలలో మార్పు ...11
- ☞ ఏపిమాస్ నిర్వహణలోని వివిధ ప్రాజెక్టులు ...12
- ☞ ఏపిమాస్ జాతీయ, అంతర్జాతీయ కార్యక్రమాలు ...15
- ☞ 'మార్పు' ప్రాజెక్టులో ఒక డాక్టర్ అనుభవాలు...16
- ☞ శిక్షణ శిల్పంలో ఆరితేరిన రామలక్ష్మి ! ...18
- ☞ ఎందరిలోనో 'మార్పు' తెస్తున్న రూపాదేవి ! ...19
- ☞ తెలుగు రాష్ట్రాలకు నాబార్డ్ కొత్త సి జి ఎం లు ...22
- ☞ కరోనా కల్లోలంలో శిశు పోషణ ! ...23
- ☞ ఆరోగ్యమైన పంటలకోసం సేంద్రియ వ్యవసాయం...25
- ☞ మార్పు ప్రాజెక్ట్ ఫలితాలపై వెబినార్ ...29
- ☞ పిల్లల పోషకాహారానికి భారీగా నిధులు ! ...31
- ☞ రైతులకు రక్షణగా ఎఫ్పీసీలు ! ...33
- ☞ కోవిడ్-19 నివారణ : ఎన్ జి ఓ ల పాత్ర ...34

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

.....
 'మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ' (మాస్)
 '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 ఆంధ్రప్రదేశ్ కు ప్రధాన కార్యదర్శిగా పనిచేసి పదవీ విరమణ చేసిన శ్రీ కె. మాధవరావు చైర్మన్ గా 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, తెలంగాణ, బీహార్ లలో 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 |
| రెండేళ్లకు | : రూ. 200 |
| మూడేళ్లకు | : రూ. 280 |

| ప్రకటన ఛార్జీలు | |
|--|--------------|
| మల్టీకలర్ ఫస్ట్ పేజి (సగం)/బ్యాక్ పేజి(పూర్తి) | : రూ. 25,000 |
| మల్టీకలర్ ఇన్ సైడ్ 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 కాలనీ, తానీషా నగర్, డ్రీమ్ వ్యూహి దగ్గర, మణికోండ, రంగారెడ్డి జిల్లా, హైదరాబాదు-500089. ఫోన్: 08413-403118/ 19/20, ఫాక్స్ : 08413-403117 Web: www.apmas.org, E Mail: info@apmas.org

కలను కళ్ళలో దాచుకుంటే కలిగి కన్నీరుపుతుంది, గుండెలో పాదుపుకుంటే నెరవేర్చుకునే ప్రేరణ ఇస్తుంది

ప్రగతికి చిరునామాగా ఏపిమాస్ ప్రస్థానం !

19 సంవత్సరాల విశిష్ట సేవల బలంతో 20 వ వసంతంలోకి ...

- జె వి క్రిష్ణమూర్తి

19 సంవత్సరాలనాడు ఒక మహదాశయంతో కొందరు మహనీయులు నాటిన విత్తనం మొలకెత్తి చివుళ్ళు, ఆకులు, రెమ్మలు, కొమ్మలతో మహావృక్షంగా, ఆరోగ్యకరమైన అభివృద్ధికి సంకేతంగా ఎదిగి, చుట్టూ అంతటా సుమధుర ప్రగతి ఫలాలను అందిస్తూ నలుదిశలా విస్తరిస్తున్నది. తన స్వచ్ఛమైన గాలులతో పరిసరాలన్నిటనీ క్షాళనచేసి సగుణాత్మకమైన మార్పుతో సుస్థిరాభివృద్ధికి చిరునామాగా మారింది. అభివృద్ధిరంగంలో వెలసిన ఆ మనోహర వృక్షరాజం ఏపిమాస్ గా పిలువబడే 'మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ, ఆంధ్రప్రదేశ్! 20 వ సంవత్సరంలోకి అడుగిడిన ఆ సేవాసంస్థ మరెన్నో వసంతాల విఖ్యాత చరిత్రను లిఖించడానికి మహిళాత్వాహంతో ముందడుగు వేస్తున్నది. ఈ శుభ తరుణాన మాతృక ఏపిమాస్ కు మహిళా సాధికారత శుభాకాంక్షలు.

సంఘటిత స్వయం శక్తి, పరస్పర సహాయం ప్రాతిపదికగా పేదలకు, చిన్నరైతులకు, గ్రామీణులకు, పట్టణ పేదలవాడల వారికి తమ సంస్థల గురించి, తమ జీవనోపాధులను మెరుగుపరచుకునే మార్గాల గురించి, అనువైన అదనపు బ్రతుకుదెరువులను ఏర్పాటు చేసుకునే అవకాశాల గురించి, తమ కుటుంబ సభ్యుల ఆరోగ్య సంరక్షణకు అనుసరించవలసిన పద్ధతుల గురించి, తమ ఉనికికి, అభ్యున్నతికి మూలమైన తమ గ్రామాలను ఆదర్శ గ్రామాలుగా తీర్చిదిద్దుకునే విధానాల గురించి సరైన అవగాహన కలిగిస్తూ, వారిలోని నైపుణ్యాలను వెలికితీసి, వాటికి మెరుగులు దిద్దుతూ, నిర్దిష్టమైన గమ్యంతో, విస్తృతమైన గమనంతో స్వచ్ఛంద సేవారంగంలో 19 సంవత్సరాల ప్రస్థానాన్ని ఫలప్రదంగా పూర్తి చేసుకుని, తాను చేపడుతున్న అన్ని రంగాలలో మరింత ప్రభావోత్పాదకంగా కృషి చేయాలన్న ప్రగాఢ సంకల్పంతో 20వ వసంతంలోకి అడుగుపెట్టింది ఏపిమాస్.

స్వయంసహాయ బలాన్ని చాటిచెప్పి, పేదలను

ముఖ్యంగా మహిళలను పేదరికంనుంచి బయటకు తేవాలన్న తపన, ఆ ఆశయాన్ని నెరవేర్చుకోవడానికి ఎంచుకున్న మార్గం పట్ల అఖండ విశ్వాసం... బహుశ ఈ ప్రధాన చోదకశక్తులే 'మహిళా అభివృద్ధి సొసైటీ'ని 19 ఏళ్ళ క్రితం 2001జులై ఒకటవ తేదీన మొదటి ముందడుగు వేయించాయి. మరిన్ని అడుగులకు దన్నుగా నిలిచాయి. అయితే, ఇప్పుడు ఆ ఆశయానికి తోడు అనుభవం నేర్పిన పాఠాలు, ప్రతి సమస్యకు సానుకూల పరిష్కారాన్ని అన్వేషించి, అనుసరించే నేర్పు ఈ సంస్థకు మరింత వాస్తవిక దృక్పథాన్ని, క్షేత్రస్థాయిలో మరింత ప్రభావోత్పాదకంగా కార్యక్రమాలను నిర్వహించ గలిగిన ఓర్పును, నైపుణ్యాన్ని అందించాయి. అందుకే ఈ సంస్థ గమనంలో అంతటి విజయం, సేవలకు అంతటి ఆదరణ! అంతటి నమ్మకం!

విదేశాలకు విస్తరించి ...

తొలుతగా ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో సేవలను ప్రారంభించి సెర్చ్, మెప్పా, నాబార్డ్ తదితర సంస్థల తోడ్పాటుతో, డి ఎఫ్ ఐ డి, జి ఐ జెడ్, డి జి ఆర్ వి,

నిన్ను గుడ్డిగా నమ్మేవారికి, వారి నమ్మకం గుడ్డిదని నిరూపించడం తెలివైన పనేనా ?

ఫోర్డ్ ఫౌండేషన్ వంటి సంస్థల ప్రోత్సాహంతో, కొన్ని ఇతర భాగస్వామ్య సంస్థల సహకారంతో మనదేశంలో దాదాపు అన్ని రాష్ట్రాలకు ఏదో ఒక రూపంలో తన సేవలను అందించిన ఖ్యాతి 'మహిళా అభివృద్ధి సొసైటీ'ది.

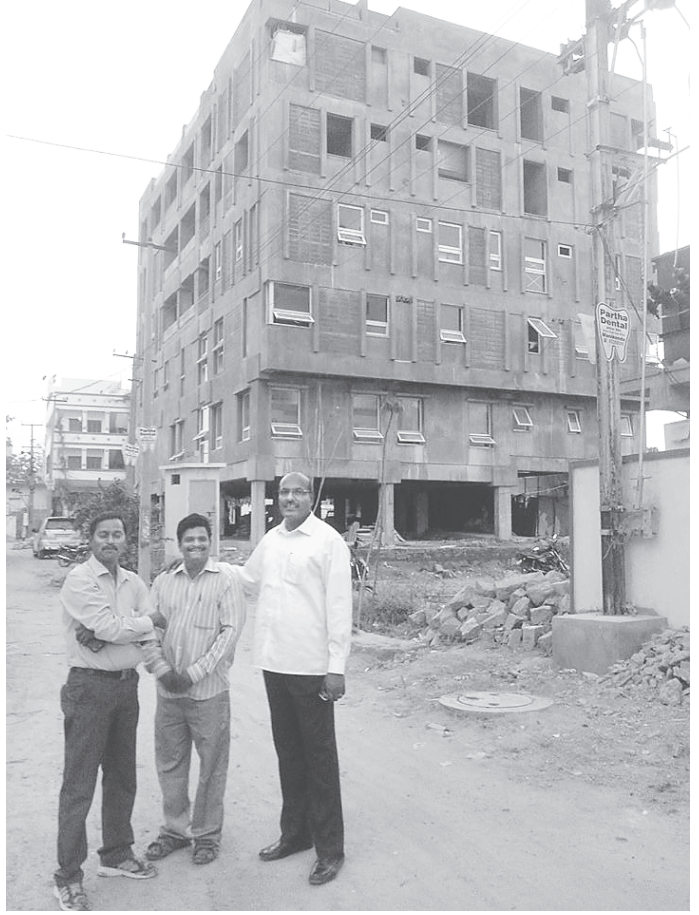
ఇంతేకాదు బంగ్లాదేశ్, కెనడా, ఇథియోపియా, జర్మనీ, కెన్యా, మైనమార్, థాయ్ లాండ్, యునైటెడ్ కింగ్ డమ్, వియత్నాం వంటి విదేశాలు కూడా మాస్ సేవలను పొందినవే! గ్రామీణ స్వయంసహాయ సంఘాలకు శిక్షణ ఇచ్చి వాటి నిర్వహణ తీరును మెరుగుపరచడం, వాటి పనితీరును, సామర్థ్యాన్ని బేరీజు వేసి నిగ్గుతేల్చి ఏ స్వయంసహాయ సంఘం లేదా సమాఖ్య స్థాయి ఎమిటో నిర్ణయించడంతో మొదలైన మాస్ సేవారంగం ఆ తర్వాత పట్టణాలకు విస్తరించింది.

వాటర్ షెడ్లు, సహజ వ్యవసాయం, హరిత నవీకరణ కేంద్రాల (జి ఇ ఎస్) ఏర్పాటు, వ్యవసాయదారుల ఉత్పత్తుల సంస్థల (ఎఫ్ పి ఓ) ఏర్పాటు, శుద్ధ జల కేంద్రాల ఏర్పాటు, నీటి నాణ్యత పరిశీలన, మాతాశిశువులు, కౌమార బాలికల ఆరోగ్య సంరక్షణ చర్యలు, ఆదర్శ గ్రామాల నిర్మాణం, పాఠశాలలకు మౌలిక వసతుల కల్పన, పాఠశాల విద్యార్థులకు సహాయ సహకారాలు ...ఇలా వివిధ సంబంధిత రంగాలకు విస్తరించి

మరెందరికో చేయూతనిచ్చే స్థాయికి ఎదిగింది. అంటే సంస్థల మెరుగుదలతో ప్రారంభమైన మాస్ ప్రస్థానం మొత్తం సామాజిక వ్యవస్థ అభ్యున్నతిలో భాగస్వామిగా సమగ్రతను సంతరించుకున్నది.

వర్తమాన చిత్రం

అటు భౌగోళికంగా కాని, ఇటు ప్రాజెక్టుల పరంగా కాని కేవలం విస్తరణకే ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం మాస్ సిద్ధాంతం కాదు. చేపట్టిన ఏ కార్యక్రమాన్నయినా పూర్తిగా ధృష్టి కేంద్రీకరించి (ఫోకస్) సమర్థంగా నాణ్యంగా నిర్వహించాలన్నదే మాస్ ఆకాంక్ష. అందుకు అనుగుణంగానే ఎప్పటి



ఒక్కొక్క ఇటుకగా ఏపిమాస్ సంస్థ అనే మహాసౌధాన్ని నిర్మించిన అభివృద్ధిరంగ నిర్మాణ శిల్పి, ఏపిమాస్ సి ఇ ఓ శ్రీ సీ ఎస్ రెడ్డి. అప్పటికి ఇంకా తుదిమెరుగులు దిద్దుకోని ఏపిమాస్ కార్యాలయ భవనం ముందు సమోద్యోగులు నవీన్, కుమార స్వామి గార్లతో (ఫైల్ ఫోటో)

కప్పుడు అవసరాలను, అవకాశాలను, తన శక్తిసామర్థ్యాలను, అనుభవాలను అంచనా వేసుకుంటూ ముందుకు సాగుతుంటుంది. ఆ ప్రాతిపదికగా ఇప్పుడు ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ, బీహార్ రాష్ట్రాలలో నేరుగా, రాజస్థాన్, ఉత్తర ప్రదేశ్, మహారాష్ట్ర, మధ్యప్రదేశ్ లలో భాగస్వామ్య సంస్థల తోడ్పాటుతో మాస్ వివిధ కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నది.

ఎఫ్ పి ఓ లతో అనుబంధం

గ్రామీణ-పట్టణ స్వయంసహాయ వ్యవస్థ, జీవనోపాధులు, ఆదర్శ గ్రామాల అభివృద్ధిలో విశిష్ట సేవలతో పేరెన్నికగన్న ఏపిమాస్ పేద, చిన్న రైతులకు అండగా

సమస్యను చూసి భయపడితే అది రెట్టించు భయపెడుతుంది, పట్టించుకోకపోతే పలాయనమవుతుంది

ఏపిమాస్ కు ప్రశంసలు, పురస్కారాలు !

- ▶ ఏపిమాస్ ప్రచురణలకు అమెరికా పార్లమెంట్ (కాంగ్రెస్) గ్రంథాలయంలో స్థానం
- ▶ స్వయంసహాయ ఉద్యమాన్ని తీర్చిదిద్దడంలో మహిళాభివృద్ధి సొసైటీ విశిష్ట కృషికి భారత ప్రభుత్వ గుర్తింపు
- ▶ ఏపిమాస్ సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ఇంటర్వ్యూ వరల్డ్ బ్యాంక్ వెబ్సైట్లో ప్రచురణ
- ▶ ఏపిమాస్ సి ఇ ఓ కు 2012 లో 12 వ ప్రణాళికా సంఘం సారథ్యసంఘం సభ్యత్వం
- ▶ 2012 లో ఏపిమాస్ సి ఇ ఓ కు ఎన్ ఆర్ ఎల్ ఎం పై ప్రణాళికా ఉపసంఘం ఛైర్మన్ పదవి
- ▶ స్వయంసహాయ సంఘాలపై విశిష్ట సేవలకు 2016 లో ఏపిమాస్ సి ఇ ఓ కు వఖార్డ్ అవార్డు
- ▶ 2007 లో ఏ పి ప్రభుత్వం ఏర్పాటుచేసిన జి ఓ, ఎన్ జి ఓ ల సమన్వయ కమిటీలో ఏపిమాస్ కు సభ్యత్వం
- ▶ ఏపిమాస్ కు జాతీయ స్థాయి సామర్థ్య నిర్మాణ సంస్థగా ఎన్ ఆర్ ఎల్ ఎం, ఎన్ ఏ ఎల్ ఎం గుర్తింపు
- ▶ రాష్ట్ర స్థాయిలో , అనంతపురం జిల్లా స్థాయిలో రెండు పర్యాయాలు వాటర్షెడ్ ఉత్తమ నిర్వహణ అవార్డు
- ▶ టాటా ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైంటిఫిక్ స్టడీస్ నిర్వహణలోని బి ఆర్ ఎల్ ఎం భాగస్వామిగా ఏపిమాస్ కు స్థానం
- ▶ బీహార్ ఇన్స్ట్రాయిల్మూర్ ఏపిమాస్ మార్గదర్శకత్వంలోని స్వయం సహాయతా సమూహ్ (ఎస్ఎస్ఎస్)కు అవార్డు
- ▶ ఎస్ హెచ్ జి లపై ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ రాష్ట్రస్థాయి యాజమాన్య సంఘంలో ఏపిమాస్ సి ఇ ఓ కు సభ్యత్వం
- ▶ ఏపిమాస్ మార్గదర్శకత్వంలోని హిందూపురం టి ఎల్ ఎఫ్ కు జిల్లాస్థాయి ఉత్తమ టి ఎల్ ఎఫ్ అవార్డు

నిలవడానికి సువ్యవస్థిత ఎఫ్ పి ఓ ల రూపకల్పనకు, అభివృద్ధికి నడుంకట్టింది.

ఎన్నో కార్యక్రమాలతో రైతులకు సదవగాహన కలిగిస్తూ, నాణ్యమైన వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు మార్గం సుగమం చేస్తూ, వారి వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు చక్కని మార్కెట్ సదుపాయాలు లభింపజేస్తూ, నష్టాల ఊబినుంచి రైతును లాభాలబాట పట్టించడానికి ఎంతగానో కృషి చేస్తున్నది.

జాతీయ స్థాయిలో ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ ప్రభుత్వాలు, నాబార్డ్, అరబిందో ఫార్మా, అంధ్రబ్యాంక్, ప్రవేష్ ఇండస్ట్రీ, సంస్థ లు ; అంతర్జాతీయ స్థాయిలో జర్మనీకి చెందిన జి ఐ జడ్, డి జి ఆర్ వి, బ్రెడ్ ఫర్ ది వరల్డ్, వెల్ట్ హంగర్ హైఫ్, అమెరికాకు చెందిన బి ఎం జి ఎఫ్, కెనడాకు చెందిన కోడి ఇంటర్నేషనల్, లక్సెంబర్గ్ కు చెందిన ఏ ఇ ఐ ఎన్ సంస్థలు మహిళాభివృద్ధి సొసైటీకి సహకారం అందిస్తున్నవాటిలో కొన్ని.

కోవిడ్-19 కల్లోలంలో సహాయ కార్యక్రమాలు

ఎంచుకున్న ప్రాజెక్టులు, అనుసరిస్తున్న మార్గాలే కాకుండా సమాజానికి తన అవసరం వున్నదనుకున్నప్పుడల్లా ముందుకురికి సేవలందించడం ఏపిమాస్ నైజం.

అందుకే నాడు మైక్రోఫైనాన్స్ రంగంలో కల్లోలం చెలరేగితే పరిష్కార మార్గాల కోసం ఏపిమాస్ ఎంతగానో కృషి చేసింది.

అదేవిధంగా ఇప్పుడు కరోనా (కోవిడ్-19) చెలరేగిన సమయంలోకూడా ఏపిమాస్ ముందు నిలిచి భాగస్వామ్య సంస్థల తోడ్పాటుతో పేదలకు, రైతులకు, వలసకూలీలకు, ఇలా ఎందరెందరికో ఆహారం, ఆరోగ్య సంరక్షణ సామగ్రి, పండ్లు, కూరగాయలు అందించడమే కాకుండా టమాటా రైతులు పంట అమ్ముకునే దారిలేక , చేలల్లోనే వదిలివేస్తుంటే ఉచిత రవాణా సౌకర్యం, మార్కెట్ సదుపాయం కల్పించి వారి ఇక్కట్లు తీర్చింది ఏపిమాస్!

ఏపిమాస్ అంటే సేవాభావమే! అ సేవలు అపరిమితంగా, అచిరకాలం సాగాలని ఆకాంక్షిద్దాం ! శుభముస్తు!

మహా సంపద కంటే ఒక చిన్ని మంచి ఆలోచన , కొద్దిపాటి కారుణ్యం చాలా విలువైనవి

అందరిలో అవగాహన పెంచిన మార్పు పథకం !

- డి. నాగలక్ష్మి

మార్పు ప్రాజెక్ట్ ఒంగోలులో 2017 నుండి మెప్పా, ఐ సి డి ఎస్, డి డబ్ల్యు సి డబ్ల్యు మొదలగు శాఖల సమన్వయంతో నిర్వహించబడుతున్నది

మార్పు కార్యక్రమ ఆశయం

పట్టణ సమాఖ్యలను బలోపేతం చేయడం ద్వారా గర్భవతులు, బాలింతలు మెరుగైన పోషణ కలిగి ఉండేలా, అందుకు ఆటంకంగా వున్న జెండర్ పరమైన సమస్యలను ఎదుర్కొని, సమాచారాన్ని పెంచుకుని ముందుకు రాగలిగేలా సమాఖ్యలు సహకరించడం, తద్వారా గర్భవతులు బాలింతలలో చిన్నపిల్లల్లో రక్తహీనత పౌష్టిక ఆహార లోపం



మొదలగు సమస్యలు తలెత్తకుండా ముందస్తు జాగ్రత్తలు పాటించడంలో సమాఖ్యలు కీలకపాత్ర వహించేలా చేయాలనే ఉద్దేశంతో బి ఎం జి ఎఫ్ ఆర్థిక సహకారంతో 'మార్పు' ప్రయోగాత్మక కార్యక్రమాన్ని ఏపిమాస్ చేపట్టింది.

2017 లో

ఒంగోలు పట్టణంలో 15 ఏరియాలను ఎంపిక చేసుకుని అక్కడ సమాఖ్యల సహకారంతో ఆ ఏరియాకు చెందిన ఒక మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్తను ఎంపిక చేసుకుని మార్పు కార్యక్రమం విధి విధానాల గురించి, ఆహార వైవిధ్యత, 1000 రోజుల ప్రాముఖ్యత, జెండర్ అంశాల గురించి దశల వారీగా శిక్షణ ఇవ్వడం జరిగింది.

బేస్ లైన్ సర్వే : కార్యక్రమం అమలుకు ముందుగా బేస్ లైన్ సర్వే నిర్వహించడం జరిగింది దీని ద్వారా ముందుగా ఏరియాలో గర్భవతులు, బాలింతలతో గృహ సందర్శనల ద్వారా పరిచయాలు పెంచుకుని వారి ఆహారపు ఆలవాట్లు, అంగన్వాడీ సేవలను అందుకోవడం పైన అవగాహన, కుటుంబ సభ్యుల సహకారం, లింగపరమైన వివక్ష గర్భవతులు బాలింతలపై ఎలాంటి ప్రభావం చూపిస్తుంది అనేవి చర్చిస్తూ ముఖ్యంగా ఆరోగ్య అంశాలలో సంఘాలు సమాఖ్యల పాత్ర ఎలా ఉంది అనేది బాగా అర్థం చేసుకోవడం జరిగింది.

అమలు దశ : ప్రయోగాత్మక దశను పూర్తిచేసుకుని, 2018 సెప్టెంబర్ లో కార్యక్రమం అమలు దశను మొదలు పెట్టడం జరిగింది.

విధానాలు ... నిర్వహించిన కార్యక్రమాలు

(అ) ప్రవర్తనలో మార్పు (ఆ) సామర్థ్యాల పెంపుదల (ఇ) వివిధ శాఖలతో సమన్వయం

⇒ ప్రవర్తనలో మార్పు : ప్రవర్తనలో మార్పు వస్తే తప్ప అనుకున్న గమ్యాన్ని చేరుకోలేమనే ఉద్దేశంతో గర్భవతులు, బాలింతలతో పాటు వారి కుటుంబ సభ్యులు, ముఖ్యంగా భర్తలతో కూడా సమావేశాలను నిర్వహించడం జరిగింది. ఇందులో గర్భం నమోదు, ఆహారంపై అపోహలు, రక్తహీనత, ఆహార వైవిధ్యత, చిన్న పిల్లలకు అదనపు ఆహారం ప్రారంభించవలసిన ఆవశ్యకత, అన్ని దశలలో కుటుంబ సభ్యుల సహకారం ఎలా ఉండాలి అనే విషయాలపైన, గర్భవతులకు, బాలింతలకు వారి అవసరాలను బట్టి వ్యక్తిగతంగా, గ్రూప్ గా తరగతులను నిర్వహించి సమాచారం ఇవ్వడం జరిగింది.

⇒ ఆహార వైవిధ్యత : బాలింతలు, గర్భవతులు,

చిక్కల్లో చిరునవ్వేవాడు, విపత్తునుంచి బలం పెంచుకునేవాడు, వెలుగులో సాహసించేవాడే మహాబలుడు

చిన్నపిల్లల్లో మెరుగైన పోషణ ఉండాలి అంటే ఆహార వైవిధ్యత పాటించాలని ఎక్కువ దృష్టి పెట్టి అనేక కార్యక్రమాలను చేయడం జరిగింది

⇒ ఆరోగ్యబంధన్ : గర్భవతులు, బాలింతలు ప్రతిరోజు తీసుకోవాల్సిన ఆహార సమూహాలను ప్రతిబింబించేలా తెలుపు, ఆకుపచ్చ, ఆరంజ్ రంగుల దారాలను కలిపి ఒక బంధన్ గా తయారు చేసి గర్భవతులు, బాలింతల ఇళ్ళకు వెళ్ళి వారి చేతికి కట్టి నేరుగా సమాచారం ఇవ్వడం జరిగింది. ప్రతి రోజూ వారు తమ చేతికి ఉన్న బంధన్ చూసినపుడు ఏ వైవిధ్యం గల ఆహారం తినాలి అనేది గుర్తు చేసుకుని పాటిస్తారు. కార్యక్రమంలో సమాఖ్య సభ్యులు, అంగన్వాడీ కార్యకర్తలు కూడా పాల్గొన్నారు. దీనివలన వారి కుటుంబ పరిస్థితి కూడా ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకునే అవకాశం కలుగుతుంది.

⇒ గోడలపై వ్రాతలు (రైటింగ్స్ ఆన్ వాల్) : ఎక్కువగా జన సంచారం ఉన్న ప్రాంతాలను గమనించి అక్కడ అందరికీ కనిపించేలా గోడలపైన గర్భవతులు, బాలింతల గురించిన కొన్ని కీలక సందేశాలను రాయించి అందరికీ తెలిపేలా ప్రయత్నం చేయడం జరిగింది.

⇒ డైట్ కేలండర్లు : గర్భవతి, బాలింత ప్రతిరోజు ఏమి తిన్నారు అనేది మార్క్ చేసుకుని తాను ఏమి తినాలి, ఎన్ని తిన్నారు అనేది స్వీయ అవగాహన కోసం కొన్ని స్టిక్కర్స్ చేయించి వారి ఇంటిలో అంటించడం జరిగింది. ఇందువల్ల వారు తీసుకోవలసిన ఆహార సమూహాలపైన శ్రద్ధ పెట్టి తినడంలో గర్భవతులు, బాలింతలే కాకుండా వారి కుటుంబ సభ్యులు కూడా సహకరిస్తున్నారు.

⇒ ప్రచారం (క్యాంపెయిన్) : తల్లి పాల ప్రాముఖ్యత, వివిధ పోషకాలు కలిగిన ఆహార ప్రాముఖ్యత, చిన్న పిల్లలలో అదనపు ఆహారం ప్రారంభించడం, పౌష్టిక ఆహార లోపాలు, రక్తహీనత సమస్యలు, వీటిని ఎదుర్కొనుటలో ప్రభుత్వ సదుపాయాలు ఏమి

ఉన్నాయి, లింగపరమైన అవరోధాలు ఉంటే వాటి ప్రభావం తల్లి, బిడ్డల ఆరోగ్యం పైన ఎలా ఉంటుంది అనేది చర్చించి, వినూత్న ప్రదర్శనల ద్వారా అవగాహన కలిగించాము.

చేంజ్ ఏజెంట్స్ కు ప్రోత్సాహం :

ప్రాజెక్ట్ ఉన్నంత కాలమే కాకుండా భవిష్యత్తులో గర్భవతులు, బాలింతలు, చిన్నపిల్లల ఆరోగ్యం, పౌష్టికాహారం గురించిన కార్యక్రమాలను సమాఖ్య ఆధ్వర్యంలో కొనసాగించడానికి ఆరోగ్య కార్యకర్తతో పాటు



ఆరోగ్య అంశాలపైన సొంతంగా పని చేయగలిగే ఆసక్తి ఉన్నటువంటి సంఘం, సమాఖ్య సభ్యులు, ప్రతినిధులు, ఉత్సాహంగా ఉన్న సాధారణ మహిళలను గుర్తించి చేంజ్ ఏజెంట్స్ గా వారికి ప్రత్యేక శిక్షణలు ఇవ్వడం ద్వారా సమాచార స్థాయిని పెంచడం జరిగింది.

చేంజ్ ఏజెంట్స్ విధానం ద్వారా వచ్చిన ఫలితాలు:

- ⇒ ఆరోగ్య కార్యకర్తతో పాటు గృహ సందర్శనలు చేస్తూ తెలిసిన సమాచారాన్ని వారికి అందివ్వడం.
- ⇒ అంగన్వాడీ, యు హెచ్ సి లకు రిఫర్ చేయడం, నమయానికి ఆహారం తీసుకునేలా ప్రేరణ కల్పించడం.
- ⇒ గర్భందాల్చినట్టు తెలియగానే వీలైనంత త్వరగా అంగన్వాడీలో పెర్లు నమోదు చేయించడం పెరిగింది
- ⇒ ప్రసవ సమయంలో గర్భిణి పక్కనే ఉండి బిడ్డకు ముద్రుపాలు పట్టించిన సందర్భాలు కూడా ఉన్నాయి.
- ⇒ కమ్యూనిటీ వేడుకలలో చొరవగా అందరిని పాల్గొనేలా చేయడం.



సమాఖ్యల పాత్ర :

కార్యక్రమం ప్రారంభించేనాటికి 6 సంఘాల నుండి మాత్రమే స్పందన లభించింది. తరువాత సంఘం సమావేశాలకు వెళ్ళి కార్యక్రమం గురించి వివరించడం, మెప్పా సిబ్బంది సహకారం, ప్రతినెలా సమాఖ్య సమావేశానికి వెళ్ళి అంశాలవారీగా శిక్షణలు ఇవ్వడం వలన సమాఖ్యల వారు కార్యక్రమంలో బాగా సహకరించారు.

⇨ శిక్షణలకు హాజరై నేర్చుకున్న విషయాలను సమాఖ్య సమావేశంలోను, ఇంటి చుట్టూ పక్కల వారికి చెప్పగలుగుతున్నారు.

⇨ తిరుపతికి (పద్మావతి మహిళా సంఘానికి) క్షేత్ర పర్యటనకు వెళ్ళి వచ్చాక కొంతమంది సభ్యులు ఆ పర్యటన స్ఫూర్తితో సొంత టిఫన్ సెంటర్, క్యాటరింగ్ పెట్టుకున్నారు (త్రోవగుంట, కరుణ కాలనీ), సమావేశాలు సరిగా జరగని మంజునాథ మహిళా సమాఖ్య వారు వెంటనే నెలవారీ సమావేశం ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. ఇప్పటివరకు ప్రతినెలా సమావేశాలు నిర్వహించుకుంటున్నారు.

⇨ ఛేంజ్ ఏజెంట్స్ గా ముందుకు వచ్చి మార్పు కార్యక్రమంతో పాటు గర్భవతులు, బాలింతలను కలసి గృహ సందర్శనలో సమాచారం అందించగలుగుతున్నారు.

⇨ అంగన్వాడీ లో జరిగే యు హెచ్ ఎన్ డి కి, ఇతర సామాజిక వేడుకలకు హాజరవుతూ తల్లులు పిల్లలకు పాలిచ్చే సమయంలో పర్యవేక్షణ చేస్తున్నారు.

(ముక్తి నూతలపాడు).

⇨ 2019లో జరిగిన అన్ని ప్రచార కార్యక్రమాలను సమాఖ్యల ఆధ్వర్యంలో 'మార్పు' సహకారంతో వారే నిర్వహించుకున్నారు.

అనుబంధ శాఖలతో సమన్వయం: మెప్పా, ఐ సి డి ఎస్, డి డబ్ల్యు సి డబ్ల్యు వారి సహకారంతో కార్యక్రమాన్ని ముందుకు తీసుకు వెళ్ళగలిగాము. క్షేత్రస్థాయిలో ఉన్న ఇబ్బందులను ఎప్పటికప్పుడు అధికారులదృష్టికి తీసుకెళ్ళి అటంకాలను తొలగించుకుంటూ పనిచేశాము.

ప్రగతి నివేదిక : ప్రతినెలా మార్పు కార్యక్రమ ప్రగతి నివేదికను నేరుగా ఆఫీస్ కు వెళ్ళి అందించడం, జరుగుతుంది.

భాగస్వామ్య సమావేశాలు : ప్రతి 3 నెలలకు ఒక సారి అధికారులతో సమావేశం నిర్వహించి ప్రగతి నివేదికను సమర్పించడంతో పాటు రాబోయే 3 నెలల్లో చేయబోయే పని గురించి సలహాలు, సూచనలు కూడా తీసుకోవడం జరుగుతుంది. క్షేత్రస్థాయినుండి జరిగే ప్రతి కార్యక్రమంలో వారిని భాగస్వాములుగా చేయడం జరుగుతుంది.

పట్టణ సమాఖ్య సభ్యుల పర్యటన : ప్రకాశం జిల్లాలోని 9 పట్టణ సమాఖ్య ప్రతినిధులు 22 మంది ఇక్కడ పర్యటించి, విధి విధానాలను తెలుసుకున్నారు.

స్థానిక మహిళా స్త్రీ శిశు సంక్షేమ శాఖ సిబ్బంది కూడా మార్పు ప్రాజెక్ట్ లో అవలంబించిన విధానాలను గురించి, సమాచార సామగ్రి గురించి తెలుసుకున్నారు.

కార్యాచరణ ప్రణాళిక

మూడు సంవత్సరాలనుండి క్షేత్ర స్థాయిలో నిర్వహించిన కార్యక్రమాల ఫలితంగా అక్కడ ఉన్న చేంజ్

**మార్పుపై
స్పందనలు
పక్క పేజీలో**

ఏజెంట్స్, సమాఖ్య సభ్యులలో, సమాచార స్థాయి, అవగాహన పెరిగింది.

ఫలితంగా మార్పు పథకంపై

ఆధారపడకుండా కూడా గర్భవతులు,

బాలింతలు చిన్నపిల్లల పోషణ కోసం ఎలా పని చేయాలో సమాఖ్యలలో తీర్మానం చేసుకున్నారు.

అనుబంధం అంటే ఒకరిపట్ల ఒకరికి వుండే ఆత్మీయతే కాని, దీర్ఘకాల పరిచయమో, ఇద్దరు చుట్టూకోడమో కాదు

'మార్పు'తో గర్భవతులు, బాలింతల ప్రవర్తనలో వచ్చిన మార్పు

నేను 7 నెలల గర్భవతిని. నాకు రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ 8 గ్రాములు మాత్రమే వుండేది. కోడిగుడ్డు తినడం అలవాటు లేని నేను రోజూ ఒక గుడ్డు తినడం మొదలు పెట్టి, బెల్లం తీసుకుంటూ, రోజూ పాలు త్రాగుతూ ఆహార వైవిధ్యత ఉన్న తిండి తిన్నాను. దానివలన 9వ నెల వచ్చేటప్పటికి ఇప్పుడు 10 గ్రాములకు పెరిగింది.

- కవిత, పాపకానీ, ఒంగోలు

నాకు 7 నెలల బిడ్డ ఉంది 6వ నెల నిండగానే బిడ్డకు అన్నం పెట్టమని పక్కన వాళ్ళు చెప్పినా పాలు ఉన్నాయి అని పట్టించుకోలేదు. కానీ మార్పు ప్రాజెక్ట్ వాళ్ళు వీడియో చూపించి బిడ్డకు అదనపు ఆహారం ఎందుకు పెట్టాలి, పెట్టక పోతే బిడ్డ ఎదుగుదల ఎలా ఉంటుంది అనేది తెలియ జేశారు. మా ఇంటికి వచ్చి ఆహారం ఎలా కలపాలి, ఎంత పెట్టాలి అని నేర్పించారు ఇప్పుడు ప్రతిరోజూ అలాగే పెడుతున్నాను.

- కీర్తి, తూర్పు క్రిస్టియన్ పాలెం, ఒంగోలు

నాకు 9 నెలల బాబు, నా పాలు ఇస్తూ అన్నం మాత్రమే పెట్టేదాన్ని. మొన్న మార్పు వాళ్ళు పిల్ల తల్లలందరికి మా ఏరియాలో ఒక మీటింగ్ పెట్టి ఎలాంటిపిల్లలకు ఎలాంటి ఆహారం పెట్టాలి, ఒకే రకం కాకుండా అన్ని ఆహార పదార్థాలు, పండ్లు ఇప్పటినుండి పెట్టాలని తెలుసుకున్నాను. ప్రతిరోజూ బొప్పాయి కానీ జామకాయ కానీ ఇలాంటి ఏదో ఒక పండు తినిపిస్తున్నాను. మార్పు సిబ్బందికి ఇలాంటి కార్యక్రమాలు చేస్తున్నందుకు ధన్యవాదాలు.

- రేణుక, సత్యనారాయణపురం వెస్ట్

సుకన్య అనేగర్భవతికి పురిటి నొప్పులు వస్తుంటే ఇంట్లో వాళ్ళు మాములు నొప్పి అని పట్టించుకోలేదు, సమయానికి నేను, అందుబాటులో ఉన్నాను విషయం తెలుసుకుని ఆసుపత్రి కి తీసుకెళ్ళాను. డాక్టర్ గారు ఉమ్మనీరు పోయింది అని వెంటనే ఆపరేషన్ చేసి తల్లి బిడ్డను కాపాడారు. బిడ్డ

పుట్టిన వెంటనే ముద్రుపాలు ఇవ్వడానికి తల్లికి సహాయం చేశాను. తరువాత కుటుంబ సభ్యులందరు కూడా నాకు సంతోషంగా థాంక్స్ చెప్పడం నేను మర్చిపోలేని సంఘటన - బి. (వేమావతి, మార్పు కార్యకర్త - జయప్రకాశ్ కాలనీ.

నా పాపకు 4 నెలలు నేను బిడ్డ ఆరోగ్యం కోసం పథ్యం ఉండేదాన్ని, ప్రత్యేకంగా ఎలాంటి ఆహారం తినేదాన్ని కాదు అప్పుడు పాప ఉన్నట్లుండి ఏడుస్తుండేది, ఇంట్లో వాళ్ళు కూడా ఏమీ చెప్పేవారు కాదు, మార్పు ప్రాజెక్ట్ నుండి వచ్చిన ఫాతిమా ఈ విషయం తెలుసుకుని, పాలు చాలకపోవడం వాళ్ళు కూడా పాప ఏదే సందర్భాలు ఉంటాయని చెప్తూ బాలింత మంచి పౌష్టిక ఆహారం తీసుకుంటేనే బిడ్డకు అవసరమైన, పుష్టికరమైన పాలు వస్తాయి అని అవి ఎదుగుదల ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది అని, నాకు నా భర్తకు నచ్చచెప్పింది, ఇప్పుడు మా ఆయన పాలు ఉత్పత్తి అయ్యే ఆహారం కొనుక్కుని వచ్చి మరీ పెడుతున్నారు, బిడ్డ కూడా ఏడవకుండా నిద్ర పోతుంది.

- ఉష, త్రోవగుంట, ఒంగోలు.

నేను 9 నెలల బిడ్డకు తల్లిని ఇంట్లో అన్ని పనులు చేసుకుని ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్ తినేసరికి 11.00 గంటల అయ్యేది. ఉష అక్క (మార్పు కార్యకర్త) మా ఇంటికి వచ్చి వచ్చి ఇలా ఇంతసేపు కాళీ కడుపుతో ఉండకూడదు అని బిడ్డకు పాలు ఇచ్చే తల్లికి అసలు మంచిది కాదు అని చెప్పింది. ఎంత పని ఉన్నా కనీసం సింపుల్ గా చేసుకునే ఏదో ఒక అల్పాహారం కానీ పాలు, రాగిజావ లాంటివి తాగి పని చేసుకుంటే మంచిదని సలహా ఇచ్చింది. అప్పటినుండి ఉదయాన్నే బెల్లం, పాలు కలిపి చేసిన రాగిజావ తాగినాకనే ఇంట్లో పని మొదలు పెట్టుకుంటున్నా, కొంచెం హుషారుగా కూడా ఉంటుంది, బాబుకి కూడా త్రాగిస్తున్నాను.

- బొచ్చు పవిత్ర - గుడిమెళ్ళపాడు

ఏపిమాస్ నిర్వహణలోని వివిధ ప్రాజెక్టులు

- మధువని

19 వసంతాలు పూర్తి చేసుకున్న ఏపిమాస్ ప్రస్తుతం 19 ప్రాజెక్టులు నిర్వహిస్తున్నది. ఆ వివరాలు చూద్దాం ...

1) స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం - డి.జి.ఆర్.వి. ప్రాజెక్ట్

ఈ ప్రాజెక్ట్ రాష్ట్ర స్థాయిలో, జాతీయ స్థాయిలో స్వయం సహాయ సంఘాలలో స్వయం నియంత్రణను (ఎస్ ఓ సిని) ప్రోత్సహించటం కోసం ఉద్దేశించినది. తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలోని ఎఫ్ పి ఓలలో ఎస్ ఓ సి (సెక్టార్ - ఓన్ కంట్రోల్) కార్యక్రమాలను అమలుపరచటం, వారికి కావలసిన మెరుగైన మార్కెట్, సాంకేతికత, మౌలిక సదుపాయాలు మూలధనం కల్పించటం. ఈ ప్రాజెక్టును 7 రాష్ట్రాల్లో (ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ, రాజస్థాన్, ఉత్తరప్రదేశ్, మహారాష్ట్ర, మధ్యప్రదేశ్, బీహార్, 12 ఎఫ్పిఓలలో చేపట్టారు.

2) ఎస్ హెచ్ జి లు, సమాఖ్యల బలోపేతం

ఈ ప్రాజెక్ట్ స్వయం సహాయ సంఘాలను, గ్రామ సమాఖ్యలను (విఓ) క్లస్టర్ స్థాయి సమాఖ్యలను (సిఎల్ఎఫ్) బలోపేతం చేయడానికి ఉద్దేశించింది. బీహార్ రాష్ట్రంలోని సారన్ జిల్లాలోని దిగ్వారా, గార్హా బ్లాకుల్లో వ్యవసాయం పశుపోషణ రంగాలలో జీవనోపాధి ప్రోత్సాహక కార్యకలాపాలను చేపడుతున్నది. ఈస్ట్ చంపారన్, ముంగేర్ అండ్ నవాదా జిల్లాల్లోని 9 సిఎల్ఎఫ్లలో ఈ స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం కార్యక్రమాలను అమలు పరుస్తున్నది.

3) స్టార్ట్ అప్ విలెజ్ ఎంటర్ ప్రెన్యూర్షిప్ కార్యక్రమం

ఈ ప్రాజెక్ట్ గ్రామీణ పేదలకు వారి వ్యాపార సంస్థలను స్థాపించడానికి, సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించుకోడానికి వీలు కల్పిస్తుంది, ఎంటర్ప్రైజ్ అడ్వైజరీ సర్వీసెస్, బ్యాంకులు / స్వయం సహాయ సంఘాలు, సమాఖ్యల నుండి రుణాలు ఆర్థికవృద్ధిని పెంపుదలకు, గ్రామాల్లో పేదరికం, నిరుద్యోగాన్ని తగ్గించడానికి కృషిచేస్తుంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ విస్తరణ సంగారెడ్డి జిల్లాలోని నారాయణఖేడ్ బ్లాక్, భద్రాద్రి-కొఠాగుడెం జిల్లా చంద్రుగోండ బ్లాకుల్లో 3182 మంది ఎంటర్ప్రెన్యూర్స్.

4) మార్పు : జెండర్, పోషణ

పట్టణ మురికివాడల్లోని స్వయం సహాయసంఘాలతో కలిసి పని చేస్తూ వారి పోషకాహారం, ఆరోగ్య సంబంధించిన అంశాలలో పరిజ్ఞానం, నైపుణ్యాలు, ఆచరణాత్మక పద్ధతులను మెరుగుపరచడం ద్వారా పట్టణ ప్రాంతంలో మురికివాడల్లో నివసించే పేద గర్భిణులు, పాలిచ్చే తల్లిల్లో మెరుగైన ఆహార వైవిధ్యత కోసం లైంగిక అడ్డంకులను పరిష్కరించడం, ఆహార వైవిధ్యత చుట్టూ ఉన్న లైంగిక, సామాజిక అడ్డంకులపై కుటుంబ, జీవిత భాగస్వాములు, సంరక్షకులలో సానుకూల స్పందన కలిగించడం ఈ ప్రాజెక్ట్ ముఖ్య ఉద్దేశం. ఈ ప్రాజెక్ట్ని ఆంధ్రప్రదేశ్లోని ఒంగోలు, తిరుపతి పట్టణాల్లో తెలంగాణ లోని జిహెచ్ఎంసిలో (హైదరాబాదు) అమలుచేస్తున్నారు. 15 మురికివాడలలో మొత్తం 5041 మంది గర్భిణీలు, పాలిచ్చే తల్లిలను సేవల పరిధిలోకి తీసుకురావడం జరిగింది.

5) గో గ్రీన్ గ్రో గ్రీన్ - జి4

ఈ ప్రాజెక్ట్ సమగ్ర వ్యవసాయ పద్ధతుల ద్వారా స్థిరమైన జీవనోపాధిని ప్రోత్సహిస్తుంది, వ్యవసాయ-ఆధారిత సూక్ష్మ సంస్థలు, సంస్థాగత-నిర్మాణ ప్రక్రియలు చిన్న భూస్వాములు, అట్టడుగున ఉన్న పేదలలో ఆర్థిక, ఆహార భద్రతను పెంచడానికి, సమగ్ర వ్యవసాయ వ్యవస్థలు, వ్యవసాయ ఆధారిత సంస్థల ద్వారా ప్రోత్సహించబడతాయి. ఈ ప్రాజెక్టు అనంతపూర్ జిల్లా నల్లమడ మండలం, చిత్తూరు జిల్లా రామసముద్రం వి.కోట మండలాలలో 1500 వ్యవసాయ కుటుంబాలు, 500 భూమిలేని కుటుంబాలకు విస్తరించి పని చేయటం జరుగుతుంది.

6) గ్రీన్ ఇన్నోవేషన్ సెంటర్

ఈ ప్రాజెక్ట్ టమాట విలువ గొలుసు అంతటా రైతుల

ఎక్కడ సాగాలో తెలియడం కాదు, ఎక్కడ ఆగాలో తెలియాలి ; లేకుంటే ఇక్కట్లు తప్పవు

ఉత్పత్తి, ఉత్పాదకత, లాభదాయకతను పెంచుతుంది. రైతు ఉత్పత్తి సంస్థలను ప్రోత్సహించడం, బలోపేతం చేయడం ద్వారా మహిళలు, యువతపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి వాటిని ఆచరణీయమైన, రైతు యాజమాన్యంలోని స్థిరమైన సంస్థలుగా అభివృద్ధి చేయడానికి సామర్థ్యం పెంపొందించడం నిర్వహణ సహాయాన్ని అందించడం ద్వారా, టమాట విలువ గొలుసు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు జ్ఞానం, విధానం అనుభవం బదిలీ. ఈ ప్రాజెక్టువల్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని చిత్తూరు జిల్లాలో 14 మండలాలలో 15 వేల మంది రైతులు లబ్ధి పొందుతున్నారు.

7) ఆంధ్రప్రదేశ్ డ్రాట్ మిటిగేషన్ ప్రాజెక్ట్

వర్షాధార వ్యవసాయం, భూగర్భజల ఆధారిత నీటి పారుదలపై ఆధారపడే పేదలు, భూమిలేనివారు, ఎస్సీ, ఎస్టీ లతో సహా 15 వేల మంది చిన్న, సన్నకారు రైతుల కరువు సంసిద్ధతను బలోపేతం చేయడమే ఈ ప్రాజెక్టు లక్ష్యం. దక్షిణ ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని కరువుపీడిత జిల్లాల్లో వ్యవసాయంలో తక్కువ ఉత్పాదకత, ఎక్కువ నష్టం వుంటున్న సమస్యలను కూడా ఈ ప్రాజెక్ట్ పరిష్కరిస్తుంది. కరువు సమస్యను పరిష్కరించడానికి, రైతులు చాలా కష్టతరమైన వ్యవసాయ వాతావరణంలో వారి ఆదాయాన్ని పెంచడానికి ఈ ప్రాజెక్ట్ సమిష్టి సమన్వయ ప్రయత్నాన్ని చేస్తుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని అనంతపూర్ జిల్లాలో 12 మండలాల్లో అమలు జరుగుతున్నది.

8) ఎఫ్ పి. ఓ లకు ప్రోత్సాహం

వ్యవసాయం, అనుబంధ కార్యకలాపాలలో నవీకరణలు, సాగు వ్యయాన్ని తగ్గించడం, వ్యవసాయ ప్రాథమిక వనరుల సమిష్టి సేకరణ, మెరుగైన మార్కెటింగ్ సదుపాయాలు, ఉమ్మడి వ్యవసాయం ద్వారా రైతుల ఆదాయాన్ని పెంచడం కోసం 'బిజినెస్ స్టార్ట్-అప్' లుగా ఎఫ్పిఓలను, ఎఫ్పిసి లను బలోపేతం చేయడం ఈ ప్రాజెక్టు లక్ష్యం. ఈ ప్రాజెక్టు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లో రాయలసీమ ప్రాంతంలోని 3 జిల్లాల్లో అమలు జరుగుతున్నది.

9) రైతు సేవా కేంద్రం, పీలేరు

రైతు సేవా కేంద్రం (ఎఫ్ఎస్సి) ఇది ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని చిత్తూరు జిల్లాలోని పీలేరు పరిసర మండలాలలో సేవలు

అందిస్తుంది చుట్టుపక్కల ఉన్న వ్యవసాయ వర్గాలకు అనేక రకాల సేవలను అందిస్తుంది. ఇందులో ఉత్పాదకత పెంపు, సమాచారం, ఇతర సమాచార సేవలు విలువ పెంపుతో మార్కెటింగ్ సదుపాయం కల్పనకు కృషి జరుగుతుంది.

10) కస్టమ్ హైరింగ్ సెంటర్, బోరపట్ల

సంగారెడ్డి జిల్లాలోని బోరపట్ల, రెడ్డిఖానాపూర్ గ్రామాలలో 150 మంది రైతుల సభ్యత్వం కలిగిన వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంఘం రైతుల అవసరాలను తీర్చడానికి, స్థిరమైన వ్యవసాయ పద్ధతులను అభ్యసించడాన్ని ప్రోత్సహించడానికి, సామూహిక సేకరణ, మార్కెటింగ్ ద్వారా విలువ గొలుసు ప్రమేయాలను చేపట్టడానికి, ఇతర వివిధ సేవలను అందించడానికి స్థాపించబడింది. ముఖ్యంగా చిన్న, సన్నకారు రైతులు సేవలు అందిస్తుంది

11) కైమేట్ స్కార్ట్ విలేజ్ ప్రాజెక్ట్

ఈ ప్రాజెక్ట్ అనంతపురంలోని 2 మండలాల్లో 800 కుటుంబాలకు విస్తరించి వుంది. ఇది వాతావరణానుకూల వ్యవసాయ కార్యక్రమాలను రూపొందించడానికి, అమలు చేయడానికి కరువు పీడిత గ్రామాలలో వాతావరణ మార్పులను ఎదుర్కోవటానికి వ్యవసాయం, అనుబంధ రంగాలలో ఉపశమన, సానుకూల చర్యలను చేపట్టడానికి చేపట్టబడింది. సామాజిక సంస్థలను బలోపేతం చేయడం, వాటికి మద్దతు ఇవ్వడం జరుగుతుంది. వ్యవసాయం అనుబంధ రంగాలలో అనుసరణ వ్యూహాల ద్వారా స్థితి స్థాపకత పెంపొందించడం, జిహెచ్సీల ఉద్ధారాలను తక్కువ చేయడానికి అవగాహన కల్పించేలా ప్రోత్సహిస్తుంది

12) పొడి పంటలు ప్రాజెక్ట్

ఇది వ్యవసాయ మహిళలు, పిల్లలపై దృష్టి సారించి చిన్న, సన్నకారు రైతులకు స్థిరమైన వ్యవసాయాన్ని, ప్రత్యామ్నాయ జీవనోపాధులను కల్పించి, ఆహారం పశుగ్రాసం లబించేలా సురక్షిత వ్యవసాయాన్ని సాధించడం ఈ ప్రాజెక్టు లక్ష్యం. ఈ ప్రాజెక్ట్ చిత్తూరు జిల్లాలోని 2 మండలాల్లో అమలు జరుగుతున్నది.

13) ఆజీవ

గ్రామాల స్థాయిలో మహిళా రైతు సంఘాలను

ప్రోత్సహించడం, బలోపేతం చేయడం వారిలో సామర్థ్యం పెంపు ఈ ప్రాజెక్టు లక్ష్యం. ఈ ప్రాజెక్ట్ ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని అనంతపురం, తెలంగాణలోని యాదాద్రి జిల్లాల్లో ఉంది. ముఖ్యంగా ఎస్సీ, ఎస్టీ, బిసి వర్గాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తుంది. చిన్న సన్నకారు కుటుంబాలకు చెందిన 2000 మంది మహిళా రైతులకు, 40 మంది భూమి లేని మహిళలకు 1000 ఎకరాల భూమిని స్థిరీకరించి సాగులో తీసుకురావడం జరిగింది.

14) ఏ ఎఫ్- ఎఫ్ పి ఓ ల మద్దతు

ఈ ప్రాజెక్ట్ సంస్థాగత నిర్మాణం ద్వారా 8 మండలాల్లో సాంకేతిక సహాయాన్ని అందిస్తుంది వ్యవసాయ ఉత్పత్తి దారుల సంఘాల పదాధికారులకు, సిబ్బందికి సామర్థ్యం పెంపొందించే శిక్షణలు, వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంఘాల రైతులకు వ్యవసాయోత్పత్తులు, వ్యాపార ప్రణాళిక, మార్కెట్ లింకేజీలలో సాంకేతిక సహాయాన్ని అందించడం జరుగుతుంది. ఇది అనంతపురం జిల్లాలోని 8 మండలాల్లో 5000 మంది రైతులకు తోడ్పాటు అందిస్తున్నది.

15) నాబార్డ్ ఆర్ ఎస్ ఏ

ఈ ప్రాజెక్ట్ ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని రాయలసీమ ప్రాంతంలో నాబార్డ్ మద్దతు ఉన్న పిఓపిఐలు, ఎఫ్ పి ఓ లకు సామర్థ్యం పెంపు, మార్గదర్శక సహకారాన్ని అందిస్తుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో అనంతపురం, చిత్తూరు, కడప, కర్నూలు జిల్లాల్లో, 54 ఎఫ్ పి ఓ లతో ఈ ప్రాజెక్ట్ అమలు జరుగుతున్నది.

16) ఆదర్శ (మోడల్) గ్రామాలు

శక్తివంతమైన, సువ్యవస్థితమైన సమాజాన్ని నిర్మించడానికి సామాజిక దృక్పథంలో మార్పును తీసుకురావడం ద్వారా సామాజిక నిర్వహణలో తెలుగు రాష్ట్రాలలోని గ్రామాలను సమగ్ర, సంపూర్ణ అభివృద్ధిచెందిన ఆదర్శ గ్రామాలుగా అభివృద్ధి చేయడం ఈ ప్రాజెక్టు ముఖ్య లక్ష్యం. ఈ ప్రాజెక్ట్ ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్రాలలో 3 గ్రామాలలో అమలులో వుంది.

17) పీలేరు స్కూల్ ట్రాన్స్ ఫర్మేషన్ ప్రాజెక్ట్

ఏపిమాస్, అరబిందో ఫార్మా ఫౌండేషన్ సంయుక్త

భాగస్వామ్యంలో పాఠశాలల్లో అవసరమైన పనులను జరపడానికి, మౌలిక సదుపాయాల కల్పన, అభివృద్ధి పనులను సులభతరం చేయడం ద్వారా పీలేరులోని పాఠశాలలను మోడల్ పాఠశాలలుగా తీర్చిదిద్దడానికి మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి పనులను చేపడుతుంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ చిత్తూరు జిల్లాలోని పీలేరు మండలంలో ఉంది.

18) యుబిఎస్ స్కూల్ ట్రాన్స్ ఫర్మేషన్ ప్రాజెక్ట్

పాఠశాలలో నేర్చుకునే వాతావంణాన్ని, నేర్పే పద్ధతులను మెరుగుపరచడం ద్వారా తెలంగాణలోని ఒక ప్రభుత్వ పాఠశాలను మోడల్ పాఠశాలగా మార్చడానికి ఏపిమాస్, యుబిఎస్ ఇండియాతో భాగస్వామ్యం కుదుర్చుకుంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ తెలంగాణలోని గండిపేట మండలంలో అమలుజరుగుతున్నది.

19) అల్లూర్ స్కూల్ ప్రాజెక్ట్

ఏపిమాస్ అల్లూర్ లోని ఆర్ కె హైస్కూల్ తో కలిసి విద్యార్థులకు స్వయం సేవకులుగా అవకాశాలు, వ్యక్తిత్వ వికాసం, మారథాన్ రన్నింగ్ ట్రైనింగ్ వంటి ప్రత్యేకమైన ప్రభావవంతమైన కార్యక్రమాలను ప్రవేశపెట్టడానికి విద్యార్థులు విద్యతో పాటు అనుబంధ రంగాలలో రాణించేలా చేయటానికి కృషి చేస్తోంది. ■

సస్యమిత్ర సభ్యులకు మాస్కులు

ధర్మవరం మండలంలో కరోనా కేసులు ఎక్కువ కావడం వలన అజీవ క్లస్టర్ లోని గ్రామాలు రావుల చెరువు, ఎన్.ఆర్.కె. కొట్టాల, సి.బత్తలపల్లి, ధర్మపురి, పోతులనాగేపల్లి, తుంపర్తి గ్రామంలో ఏఎప్. ఎకాలజీ సెంటర్ కి సంబంధించి డైరెక్టర్ వైవి మల్లారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో సస్యమిత్ర గ్రూప్ సభ్యులకు 561 మందికి భూమాత ఏ.పీ.ఓ. డైరెక్టర్స్ సావిత్రమ్మ, అరుణ, వెంకటలక్ష్మి, రామలక్ష్మి, అజీవ కోఆర్డినేటర్ పి.విక్రమ్ మణిపాల్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో సభ్యులకు ఈ కరోనా సమయంలో మాస్కులు పంపిణీ చేయడం జరిగింది. ■

ఏపిమాన్ జాతీయ, అంతర్జాతీయ కార్యక్రమాలు

- జి. శ్రీనివాస్

కెనడా దేశంలోని అంతర్జాతీయ సంస్థ కోడి ఇంటర్నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్తో సంయుక్తంగా వివిధ చేశాల ప్రభుత్వ, ప్రభుత్వేతర సంస్థల ప్రతినిధులకు సంవత్సరానికి ఒకటి చొప్పున ఎనిమిది కోర్సులను ఏపిమాన్ నిర్వహించింది. ఈ కోర్సులలో దాదాపు 200 మంది పాల్గొన్నారు.

⇨ ఉగాండా, ఇథియోపియా దేశాలను సందర్శించి అక్కడి వారికి కావలసిన శిక్షణలు ఇవ్వటం జరిగింది.

⇨ మయన్మార్ దేశాన్ని సందర్శించి వారికి శిక్షణలు, సంబంధిత పుస్తకాలు, విధానాల తయారీలో తోడ్పాటు అందించటం.

⇨ సౌత్ - సౌత్ సహకారం : ఆఫ్రికన్ దేశాలలోని ప్రభుత్వ, ప్రభుత్వేతర సంస్థల వారికి భారతదేశం లోని రైతు సంస్థలపై క్షేత్ర సందర్శన, సెమినార్లను నిర్వహించటం.

⇨ ఏపిమాన్ సంస్థనుండి బోర్డు సభ్యులు, సిబ్బంది, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సీనియర్ అధికారులు, సమాఖ్యల మహిళలు వివిధ అంశాలపై నేర్చుకోవటానికి కెనడా, జర్మని దేశాలలో క్షేత్ర పర్యటనలకు వెళ్ళారు.

⇨ ఏపిమాన్ సిబ్బందితో పాటు ఇద్దరు రైతు సంస్థల బోర్డు సభ్యులు కలిసి 2019లో నేపాల్ దేశానికి స్థానిక సంస్థల ద్వారా వాతావరణ స్థితిస్థాపక వ్యవసాయ పద్ధతులు అనే విషయాలు నేర్చుకోవటానికి క్షేత్ర సందర్శనకు వెళ్ళారు.

జాతీయ కార్యక్రమాలు

⇨ నాబార్డు సహకారంతో స్వయం సహాయ సంఘాలను, సమాఖ్యలను ప్రోత్సహిస్తున్న సంస్థలకు జాతీయ స్థాయిలో ఎనిమిది శిక్షణ కార్యక్రమాలను నిర్వహించింది. ఇందులో ఎనిమిది రాష్ట్రాల నుండి

120 సంస్థల ప్రతినిధులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

⇨ దేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాలలో స్వచ్ఛంద సంస్థల ప్రతినిధులకు, వారి సిబ్బందికి స్వయం సహాయ సంఘాల, సమాఖ్యల నిర్వహణ, పుస్తక నిర్వహణ స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం మొదలగు పలు అంశాలపై శిక్షణలు.

⇨ తెలంగాణ రాష్ట్రం కామారెడ్డి జిల్లాలోని కామారెడ్డి క్లస్టర్లో జర్మనీలోని డి.జి.ఆర్.వి వారి సహకారంతో ప్రారంభించిన స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం స్వయం సహాయ సంఘాలు, సమాఖ్యలలో ఎంతో మంచి పలితాన్ని ఇచ్చింది.

⇨ ఇట్టి స్వయం నియంత్రణ కార్యక్రమాన్ని దేశంలోని ఇతర రాష్ట్రాలలోని సంస్థల వారు వారి రాష్ట్రాలలో మొదలు పెట్టటానికి సహకరించమని ఏపిమాన్ను కోరగా మహారాష్ట్రలోని చైతన్య సంస్థలో, ఉత్తర ప్రదేశ్లోని రాజీవ్ గాంధీ మహిళా వికాస్ పరియోజన సంస్థలో, రాజస్థాన్లోని ఇబ్తాదా సంస్థ, రాజీవిక సంస్థ, బీహార్ రాష్ట్రంలోని జీవిక సంస్థలలో ప్రారంభించి పని చేయటం జరుగుతున్నది

⇨ గడిచిన 19 సంవత్సరాలలో దాదాపు 70 అధ్యయనాలు (స్టడీస్) మొత్తం 21 రాష్ట్రాలలో చేయటం జరిగింది.

⇨ దాదాపు 500 స్వయం సహాయ సంఘాల సమాఖ్యల, సహకార సంస్థలకు రేటింగ్ చేయటం జరిగింది

⇨ దేశస్థాయిలో ఎనేబుల్ నెట్వర్క్ ఏర్పాటు చేసి మహిళా సంఘాలపై, రైతు సంస్థలపై పని చేస్తున్న 13 రాష్ట్రాలలోని 22 స్వచ్ఛంద సంస్థల వారిని భాగస్వాములుగా చేయటం జరిగింది

⇨ ఏపిమాన్ సంస్థ సాంకేతిక సహకారం అందించటమే కాకుండా సంస్థలను ఏర్పాటు చేసే ప్రోత్సాహక సంస్థ

వెన్ను చరచి ప్రోత్సహించే వారెవరూ లేకుంటే నీకు నీవే స్ఫూర్తి ప్రదాతవు కావాలి

'మార్పు' ప్రాజెక్టులో ఒక డాక్టర్ అనుభవాలు

- డాక్టర్ వీణ, భవాని లభినాన

నా పేరు వీణ, కర్నూల్ మెడికల్ కాలేజీలో యంబిబిఎస్ పూర్తి చేశాను. తరువాత గుంటూరు మెడికల్ కాలేజీలో రేడియాలజిలో డిప్లొమా చేసి, వనపత్రి జిల్లా, ఫంగల్ మండలంలో 2011 మార్చిలో మెడికల్ ఆఫీసర్ గా చేరాను. అదే నా మొదటి ఉద్యోగ నియామకం. యాదృచ్ఛికంగా ఇది నా పుట్టిన తేదీ కూడా. రవాణా సౌకర్యాలు తక్కువగా ఉన్న గ్రామీణ మారుమూల ప్రాంతాల్లో పని చేయడం చాలా కష్టం. కానీ నాకు అక్కడ మంచి సహాయం చేసే సిబ్బంది ఉన్నారు. దీనివలన అక్కడ ఎదురైన ఇబ్బందులన్నింటినీ అధిగమించగలిగాను. తరువాత నేను 2017 అక్టోబర్ లో హైదరాబాద్ కు బదిలీ అయ్యాను. రేడియాలజిస్ట్ గా కాకుండా మెడికల్ ఆఫీసర్ గా పేద ప్రజలకు సేవ చేయడం నాకు చాలా సంతృప్తి ఇచ్చింది.

ఏపిమాస్ వారి ప్రాజెక్టులో నా భాగస్వామ్యం :

- గాను బీహార్, ఉత్తరప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలో గ్రామీణ, పట్టణప్రాంతాలలో ఆయా రాష్ట్రాల ప్రభుత్వం, నాబార్డు సహకారంతో సంస్థలను ఏర్పాటు చేయటం జరిగింది.
- ⇒ జాతీయస్థాయిలో యన్.ఆర్.యల్.యం తో కలిసి కార్యశాలలు ఏర్పాటుచేసి, విధానాల తయారీలో, మాడ్యూల్ తయారీలో సహకరించటం, వివిధ కార్యక్రమాలు చేపట్టడం జరుగుతున్నది. ఏపిమాస్ సిబ్బందిలో కూడా కొందరిని నేషనల్ రిసోర్స్ పర్సన్ (ఎన్ఆర్పి) లుగా తయారుచేసి వారి ద్వారా ఇతర రాష్ట్రాలలో శిక్షణలు యిప్పించడం జరిగింది.
 - ⇒ ఏపిమాస్ ద్వారా యన్.ఆర్.యల్.యం వారితో ఒప్పందం కుదుర్చుకొని బీహార్, పశ్చిమబెంగాల్ రాష్ట్రాలలో సి.ఆర్.పి., పి.ఆర్.పి వ్యూహం పైన పని చేయటం జరిగింది. ఇట్టి సి.ఆర్.పి. వ్యూహంలో



జెండర్, న్యూట్రీషన్ ప్రాజెక్టు 'మార్పు' లో చాలా అద్భుతమైన కార్యక్రమాలు, వినూత్నమైన కార్యక్రమాలలో నన్ను కూడా భాగస్వామిగా చేసిన భవానీ గారికి నేను ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నాను. ఇంతకు ముందు ఎవరికి వాళ్ళు పని చేసుకునేవాళ్ళం. ఐసిడిఎస్, జిహెచ్ఎంసి (యుసిడి), మా ఆరోగ్య విభాగం వంటి అన్ని విభాగాలతో మార్పు ప్రాజెక్ట్ వారు చాలా సమావేశాలు నిర్వహించారు. తల్లి-బిడ్డ పోషణ, రక్తహీనత, ఆసుపత్రి ప్రసవాలు, తల్లిపాలివ్వడంపై అవగాహన, చిన్నపిల్లల పోషణ గురించి సభ్యులకు అవగాహన కల్పించారు.

ముఖ్యంగా ఆహార వైవిధ్యతపైన అందులోనూ ఆడవారి ఆహారపు అలవాట్లు అనగా ఒక్క పూట భోజనం, కుటుంబ సభ్యులు తిన్న తరువాత మిగిలిన, చాలీచాలని ఆహారం తినటంవంటి విషయాలపైనే ఎక్కువ దృష్టి పెట్టి శిక్షణ

- దాదాపు 228 మంది సి.ఆర్.పి లకు, 53 మంది పి.ఆర్.పి లకు 100 రోజుల పాటు శిక్షణ ఇచ్చి వారిని ఆయా రాష్ట్రాలలో సంఘాల ఏర్పాటు, సంస్థల బలోపేతం కోసం పంపటం జరిగింది.
- ⇒ స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమంపైన జాతీయ స్థాయిలో మూడు కార్యశాలలు నిర్వహించడం జరిగింది
- ⇒ జాతీయ స్థాయిలో స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమం గురించి 18 రకాల పుస్తకాలను రూపొందించడం, వాటిని ఏడు భాషలలోకి తర్జుమా చేయటం జరిగింది. వీటితో పాటు ఏడు రకాల పోస్టర్లను కూడా తయారు చేయటం జరిగింది.
- ⇒ రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలపై ఆరు రకాల పుస్తకాలను, పదిహేను రకాల పోస్టర్లను, తయారు చేయటం జరిగింది. ■

గతం దుఃఖమైతే , భవిష్యత్ భయం; అందుకే ఈ క్షణమే భద్రం, నిర్ణయం, ఆనందం



కార్యక్రమాలు, ప్రచారాలు, తల్లులు, సంఘ సమాఖ్య మహిళలతో సమావేశాలు నిర్వహించి వారి ఆహార అలవాట్లలో చాలా వరకు మార్పు తీసుకురాగలిగారు.

నేను హైదరాబాదులో మెడికల్ ఆఫీసర్ గా చేరిన మొదటిలో మామూలు దగ్గు, జ్వరం, జలుబు చికిత్స కోసం ఎక్కువ మంది వస్తుండేవారు. గర్భిణీలు కూడా ఆరోగ్య తనిఖీల కోసం వస్తుండేవారు. వారిలో ఎక్కువమందికి రక్తహీనత ఉండేది. వారి వారి హెచ్ బి స్థాయిని బట్టి వారికి సలహాలు, సూచనలు ఇవ్వడం జరిగేది. కానీ మార్పు ప్రాజెక్ట్ మొదలైన తరువాత గర్భిణుల ముందస్తు పేర్ల నమోదులు పెరిగాయి. ఓపి పెరిగింది, రక్తహీనత పైన అవగాహన పెరిగింది. ఎటువంటి ఆహారం తింటే రకతహీనతను అధిగమించవచ్చో తెలుసుకున్నారు. తీవ్ర రక్తహీనత ఉన్న గర్భిణుల సంఖ్య కొంతవరకు తగ్గింది. వైవిధ్యత గల ఆహారం పైన అవగాహన పెరిగింది.

అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం

గత రెండు సంవత్సరాలుగా ఏపిమాన్ వారు నిర్వహించిన అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవాలలో నేను పాల్గొన్నాను. సంబంధిత శాఖలకు సంబంధించిన ప్రతినిధుల సమక్షములో మహిళా దినోత్సవాలను జరుపుకోవడం నాకు చాలా సంతృప్తి కలిగించింది. ఆ సమావేశానికి జిహెచ్ఎంసి పరిధిలోని వివిధ సంఘాల, సమాఖ్యల ప్రతినిధులు, ఆరోగ్య కార్యకర్తలు ఏపిమాన్ సిఇఓ సిఎస్ రెడ్డిగారు, మార్పు ప్రాజెక్టు ప్రోగ్రాం డైరెక్టర్ పద్మావతి గారు, ఇతర సిబ్బంది పాల్గొనడం విశేషం.

కరోనా విపత్తర పరిస్థితిలో నా సేవలు:

మార్కాజ్ యాత్రికుడిని బదిలీ చేసే సమయంలో ఈ

అనుభవం నాకు కలిగింది. ఒకే కుటుంబం నుండి 10 మంది పాజిటివ్ కేసులను గుర్తించగలిగాము. పాజిటివ్ రోగులను బదిలీ చేస్తున్నప్పుడు వారి నుండి మాకు చాలా బెదిరింపులు వచ్చాయి. బెదిరింపులు ఉన్నప్పటికీ మేము సానుకూల రోగులందరినీ గాంధీ ఆసుపత్రికి మార్చాము.

కేవలం 5 ఏళ్ళ అమ్మాయికి కరోనా పాజిటివ్ అని కనుక్కున్నాము మేము పోలీసు శాఖ సహాయంతో ఆ అమ్మాయిని గాంధీ ఆసుపత్రికి మార్చాము. నాకు ఆమె తండ్రి నుండి కూడా బెదిరింపు వచ్చింది. అయినా కూడా పాప భవిష్యత్తు కోసం, వైరస్ వ్యాప్తిని అరికట్టే దిశలో ఆలోచించి ఆసుపత్రికి తరలించడం జరిగింది. ఇప్పటివరకు మరణాలు లేవు. చాలామంది ఉన్నతాధికారులు ఢిల్లీ నుండి మా కంటోన్మెంట్ ఏరియా చీఫ్ సెక్రటరీ, సెంట్రల్ ఇంటర్ మినిస్ట్రీరియల్ బృందం వచ్చి సందర్శించారు.

ఇప్పుడు మేము కోవిడ్ 19 మహమ్మారిపై పోరాటంలో ఎన్నో గడ్డు పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటున్నాము. సెలవులు లేవు, విశ్రాంతి లేదు, కుటుంబం లేదు. మేము యోధుల వలె పని చేస్తున్నాము, కోవిడ్ 19కి వ్యతిరేకంగా పోరాడుతున్నాము. మేము ఈ పరిస్థితిని అతి త్వరలో అధిగమిస్తామని ఆశిస్తున్నాము.

సన్ను ఇంత మంచి ప్రాజెక్ట్ లో, ఇతర సంబంధించిన శాఖలతో కలసి పని చేసేందుకు అవకాశం కలిగించిన ఏపిమాన్ సంస్థకు, ముఖ్యంగా ప్రాజెక్ట్ ఆఫీసర్ శ్రీమతి భవానికి ధన్యవాదాలు తెలుచున్నాను. అంతే కాకుండా భవిష్యతులో ఏపిమాన్ సంస్థ అమలు చేసే ఎటువంటి కార్యక్రమంలోనైనా నా వంతు సహాయం అందిస్తానని వారికి హామీ యిస్తున్నాను.



జీవితంలో ప్రతి పరీక్ష మన సామర్థ్యాన్ని మరింత పెంచుతుంది, లేదా చేతగానితనాన్ని చాటుతుంది

శిక్షణ శిల్పంలో ఆరితేరిన రామలక్ష్మి !

ఏపిమాస్ సంస్థలో వ్యవస్థాపక ముఖ్య కార్యనిర్వహణాధికారి శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి తర్వాత ఎక్కువ సీనియారిటీ వున్న వ్యక్తి శ్రీమతి ఎస్. రామలక్ష్మి . 2001 నుంచి ఇప్పటికీ ఏదో ఒక లీటిలో ఏపిమాస్ తో ఆమె అనుబంధం కొనసాగుతున్నది. నల్లగొండలో రెండేళ్లపాటు ఎస్ సి కార్పొరేషన్ లో (డిప్యూటీషన్ పై డి ఆర్ డి ఏ లో) ప్రభుత్వోద్యోగం చేయడం మినహా మిగతా అంతా అభివృద్ధి రంగమే! ఏపిమాస్ లక్షలాదిమందికి యిచ్చిన వేలాది శిక్షణలకు ఆమె ప్రధాన సూత్రధారి. శిక్షణ యివ్వడం, శిక్షణ విధానాలను, మార్గదర్శకాలను రూపొందించడం, కరదీపికలు, స్వయంబోధినులు వంటి శిక్షణ సమాచార పుస్తకాలను రూపొందించడంతో పాటు ఎప్పటికప్పుడు అంతర్జాతీయ నాణ్యతా ప్రమాణాలతో శిక్షణపై తన అవగాహనను మెరుగుపరచుకోవడానికి ఆమె స్వయంగా ఎన్నో జాతీయ, అంతర్జాతీయ శిక్షణలు పొందారు. ఇంతేకాకుండా అధ్యయనాలు, స్వయంసహాయ సంస్థల పనితీరును మదింపుచేసే రేటింగ్ టూల్స్ రూపొందించడం, వ్యాపార ప్రణాళికల రూపకల్పన ఇలా వైవిధ్యభరితమైన నైపుణ్యాలతో అభివృద్ధి రంగాన్ని ప్రభావితం చేస్తున్న శ్రీమతి రామలక్ష్మి జీవన చిత్రాన్ని ఆమె మాటలలోనే తెలుసుకుందాం.

నా పేరు రామలక్ష్మి. 2001 డిసెంబర్ లో ఏపిమాస్ లో చేరాను. అంతకు ముందు సి డి ఎఫ్ లో మూడేళ్ళు, ఎస్ కె ఎస్ (స్వయం కృషి సంఘం) లో ఐదేళ్ళు పనిచేశాను. రెండున్నరేళ్ళ పాటు ఎస్ సి కార్పొరేషన్ లో (డిప్యూటీషన్ పై డి ఆర్ డి ఏ లో) చేసిన ప్రభుత్వోద్యోగం మినహా మిగతా నేను పని చేసిందంతా అభివృద్ధిరంగమే.

ఏపిమాస్ లో కెపాసిటీ బిల్డింగ్ కోఆర్డినేటర్ గా నా ఉద్యోగ బాధ్యత మొదలైంది. అసోసియేట్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ గా, డైరెక్టర్ గా పనిచేసి 2012 లో అప్పట్లో కొత్తగా ఏర్పాటైన ఏపిమాస్ అనుబంధ సంస్థ 'సాధికారత ఫౌండేషన్' ఛీఫ్ ఆఫ్ రేటింగ్ ఆఫీసర్ గా నియమితురాలినయ్యాను. 2016 అక్టోబర్ వరకు ఆ బాధ్యత నిర్వహించి ప్రస్తుతం కన్సల్టెంట్ గా ఏపిమాస్ కు సేవలు అందిస్తున్నాను.

ఏపిమాస్ లో స్వయం సహాయ సంఘాల కోసం,



సమాఖ్యల కోసం, పొదుపు సహకార సంస్థల కోసం రేటింగ్ టూల్స్ రూపొందించడంలో, అంతర్గత ఆడిటింగ్ వ్యవస్థలను అభివృద్ధి చేయడంలో, మూల్యాంకనాలు, అధ్యయనాలు నిర్వహించడంలో, రేటింగ్స్, నిర్వహించడంలో, స్వయం సహాయ సంఘాల, సహకార సంస్థల సంస్థాగత నిర్మాణం, నిర్వహణ వ్యవస్థల ఏర్పాటుపై వివిధ శిక్షణ దీపికలను, పోస్టర్ లను, పుస్తకాలను రూపొందించడం, శిక్షణల నిర్వహణ వంటి వివిధ బాధ్యతలను నిర్వర్తించాను.

సాధికారతా ఫౌండేషన్ రూపకల్పనలో, వ్యాపార ప్రణాళికలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషించాను. సాధికారతా ఫౌండేషన్ లో గవర్నమెంట్ అధికారులు, ఎన్టీఓలు, బ్యాంకులు, సామాజిక ఎంఎఫ్ఐల సామర్థ్యం పెంపొందించే అనేక కార్యక్రమాలను రూపొందించి, నిర్వహించాం. స్వయం సహాయ సమాఖ్యలు,

(మిగతా 21 వ పేజీలో)

నీ శక్తిని నీవే నమ్మకుంటే ఎలా? నమ్ము ... నీకంటే సాహసి, వివేకి, సమర్థుడు మరొకరు లేరు

ఎందరిలోనో 'మార్పు' తెస్తున్న రూపాదేవి !

- నాగలక్ష్మి పి.ఓ.(మార్పు) ఒంగోలు

ఆమె ఒక సాధారణ మహిళ. తను, తన ఇల్లు అంతకే పరిమితం. స్వయంసహాయ సంఘంలో సభ్యురాలు కావడం వల్ల ఆ సమావేశాలకు మాత్రం వెడుతుండేది. ఒకసారి వారి సమాఖ్య సమావేశంలో ఏపిమాస్ సిబ్బంది గర్భవతులు, బాలింతల స్థితిగతులు, వారి ఆహారంలో, ఆరోగ్య సంరక్షణలో తీసుకురావలసిన మార్పు గురించి వివరించిన తీరు, అందజేసిన సమాచార సామగ్రి ఆమెను ఆకట్టుకున్నాయి. ఆమె లో మార్పు వచ్చింది. తమ ప్రాంతంలోని గర్భవతులలో, బాలింతలలో రావలసిన మార్పును తానే ఎందుకు తీసుకురాకూడదని ఆలోచించి ముందడుగు వేసింది. తన అవగాహన పెంచుకున్నది. 'మార్పు' క్రియాశీల కార్యకర్తగా (ఛేంజ్ ఏజెంట్) మారింది. ఉత్సాహంగా పనిచేసి, అందరిని కలుపుకునిపోతూ, చుట్టుపక్కల గర్భిణులలో, బాలింతలలో ఆహార, ఆరోగ్య అలవాట్లకు సంబంధించి ఎంతో మార్పు తీసుకుని వచ్చింది. ఆమె పనితీరు నచ్చి ఆమెను సమాఖ్య అధ్యక్షురాలిగా ఎన్నుకున్నారు. అందరికోసం పని చేస్తుందనే గుర్తింపు పొందింది. ఇది తాను మారి ఎందరిలోనో మార్పు తెచ్చిన రూపాదేవి జీవన చిత్రం. శిల శిల్పంగా మారి, మరెందరికో స్ఫూర్తి దాయకంగా మారిన రూపాదేవి గాధను ఆమె మాటలలోనే తెలుసుకుందాం .

నా పేరు రూపాదేవి. ఒంగోలు పట్టణం జయప్రకాష్ కాలనీలో వుంటాము. నా వయసు 38 సంవత్సరాలు. ప్రస్తుతం ఏపిమాస్ నిర్వహిస్తున్న 'మార్పు' కార్యక్రమం తరపున 'ఛేంజ్ ఏజెంట్' గా పని చేస్తూ నా వంతు సహకారం అందిస్తున్నాను.



వచ్చిన సిబ్బంది మా సమాఖ్య సమావేశాల్లో మాట్లాడుతూ, గర్భవతులు బాలింతల పౌష్టికాహారం గురించి, వారు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తల గురించి చెప్తూ సమాఖ్య సభ్యులు కూడా ఇవన్నీ తెలుసుకుని సంఘాలలో, చుట్టుపక్కల

మొన్నమొన్నటివరకు నా ఇంటికే వరిమితమైన నేను మా సంఘం సమావేశానికి తప్ప బయటికి వచ్చేదాన్ని కాదు. మార్పు కార్యక్రమం నాలో తెచ్చిన మార్పుతో ఇప్పుడు నెను నాకు తెలిసిన విషయాలను మరికొంతమందికి చెప్తూ గర్భవతులు బాలింతల ఆహారపు అలవాట్లలో మార్పు తీసుకు రావడానికి నా వంతుగా కృషి చేస్తున్నాను. నాకు తెలిసిన విషయాలను మరికొంత మందికి చెప్పడానికి నాకు ఇదొక మంచి అవకాశంగా అనిపించింది.



ఉండే గర్భవతులు బాలింతలతో పాటు వారి కుటుంబ సభ్యులకు అవగాహన కల్పించాలని తెలిపారు.

ఆ విషయాలు విన్న తరువాత నాలో ఆసక్తి మొదలయింది మా ఏరియాలో మార్పు కార్యక్రమం తరపున హెల్త్ ఫెసిలిటీటర్ గా పని చేస్తున్న ప్రేమావతి గారితో కలిసి

గర్భవతులు, బాలింతల ఇళ్ళకు వెళ్లి వారు ఎలాంటి ఆహారం తింటున్నారు, వాళ్ళతో ఎలా కలసి పని చేయాలి, వారిలో మార్పు ఎలా తీసుకురావాలి అనేది అర్థం చేసుకున్నాను.

నాలో ఈ మార్పుకు కారణం మార్పు ప్రాజెక్ట్ ఎందుకంటే గత సంవత్సరం మార్పు కార్యక్రమం నుండి

అలా గృహ సందర్శనలకు వెళ్ళినపుడు ఆహారం గురించిన అపోహలు చాలా తెలుసుకున్నాను, ఉచితంగా

జీవితమంటే మంచి మనిషిని వెదికి పట్టుకోవడం కాదు, మంచి అనుబంధం ఏర్పరచుకోవడం



అంగన్వాడీ కేంద్రంలో దొరికే సేవలను కూడా వినియోగించుకోవడానికి చాలామంది ఆసక్తి చూపడంలేదు, చిన్నపిల్లలకు 7 వ నెల రాగానే అదనపు ఆహారం అందించాలన్న అవగాహన కూడా వారికి లేదు. గర్భవతులు, బాలింతల ఆహారపు అలవాట్లను గురించి, వారి ప్రవర్తనలో మార్పు తీసుకుని రావలసిన తీరు గురించి ఏపిమాస్ సిబ్బంది మా ప్రాంతాలలోని పేదలవాడలలో సమావేశాలు నిర్వహించి వివరించడంతోపాటు కరవత్రాలు, చిరుపుస్తకాలు, మొదలైన సమాచార సామగ్రిని కూడా అందజేశారు. ఏపిమాస్ సిబ్బంది ఇక్కడివారే కాకుండా ప్రధానకార్యాలయం అధికారులకూడా ఈ కార్యక్రమాలలో పాల్గొన్నారు. నేను కూడా ఆ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొని నా వంతు సహకారం అందించడంతో పాటు, సంఘం సభ్యులని కూడా పాల్గొనేలా చేశాను.

ప్రస్తుతం హెల్త్ ఫెసిలిటీటర్తో పాటుగా గృహ సందర్శనలు చేస్తూ గర్భవతులకు, బాలింతలకు వారి కుటుంబసభ్యులకు, ఏపిమాస్ అందించిన సమాచారం ఆధారంగా ఆహారపు అలవాట్లలో రావలసిన మార్పుగురించి, ఆరోగ్య జాగ్రత్తల గురించి చెప్తున్నాను,

పేదలవాడలలోనే కాకుండా, పట్టణ స్థాయిలో జరిగే కార్యక్రమాలు, శిక్షణలకు, ప్రతినెలా జరిగే మార్పు సమీక్ష సమావేశాలకు హాజరవుతూ నా సమాచార స్థాయిని పెంచుకున్నాను. నేను చురుకుగా పాల్గొనడం, సమాచారం

ఇవ్వడం గమనించిన మా ఏరియా సంఘాలవాళ్ళు నన్ను 'స్నేహ మహిళా సమాఖ్య' కు అధ్యక్షురాలిగా ఎన్నుకున్నారు.

ప్రతి సమాఖ్య సమావేశంలో కూడా గర్భవతులు, బాలింతలు గురించి వారు వైవిధ్యత కలిగిన ఆహారం తీసుకోవడం గురించి మాట్లాడుతూనే ఉన్నాము. దీని ఫలితంగా మార్పు సిబ్బందితో, అంగన్వాడీ వారితో కలిసి మా సమాఖ్య తరపున తల్లి పాల వారోత్సవాలు, పౌష్టికఆహార మాసోత్సవాలు, సీమంతాలు నిర్వహించడమే కాక తల్లిపాల ప్రాధాన్యత,

బిడ్డకు పాలు ఇవ్వడంలో పాటించవలసిన అంశాల గురించి అంగన్వాడీ స్థాయిలో సహకరించడం జరిగింది.

మా ఊరిలో ఒక గర్భవతికి ముందు ఇద్దరు ఆడపిల్లలు కలిగారు. ఆమె మూడవసారి గర్భవతి అని తెలిసినపుడు 'ఈసారి బాబు పుడితేనే తిరిగి ఇంటికి రా' అని భర్త ఇంట్లో నుండి పంపించి వేశాడు. ఆ అమ్మాయి భయపడి సరిగా ఆహారం తినకుండా ఏడుస్తుండటం, అబార్షన్ చేయించు కోవాలి అని సిద్ధపడటం గమనించిన నేను మార్పు సిబ్బందితో కలిసి వారి ఇంటికివెళ్ళి ధైర్యం చెప్పాను.

ఆ దశలో అబార్షన్ చేయించుకోవడం కూడా ఆరోగ్యరీత్యా మంచిది కాదని వివరించి ఆ ఆలోచన విరమించుకునేలా చేశాము. రోజూ అంగన్వాడీ సెంటర్కి వచ్చి ఆహారం తినేలా చేయడం వలన ఆమెకు ఆరోగ్యం మెరుగుపడింది. పండంటి బాబు పుట్టడంతో ఆమె ఆనందంగా భర్త దగ్గరకు వెళ్ళింది. కథ సుఖాంతమైంది.

ఇంటికే పరిమితమై ఉండటం కంటే మా ఏరియాలోని వారికోసం ఇలా పని చేయడం నాకు చాలా తృప్తిగా ఉంది. నన్ను చూసి మరో ముగ్గురు ఛేంజ్ ఏజెంట్స్ గా ముందుకు వచ్చి గర్భవతులు, బాలింతలకు మెరుగైన పోషణ కోసం వారివంతు సహకారం అందిస్తున్నారు. నాకు మా ఏరియాలో అందరికోసం పని చేస్తాను అనే గుర్తింపు వచ్చింది.

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

శిక్షణ శిల్పంలో ఆరితేరిన రామలక్ష్మి!

(18వ పేజీ తరువాయి)

సహకార సంఘాలలో సేవల రూపకల్పనపై సాధికారతా ఫౌండేషన్ పరిశోధనలను, ప్రత్యేక కన్సల్టెన్సీలను నిర్వహించింది.

ప్రస్తుతం కన్సల్టెంట్ గా 1. డి.జి.ఆర్.వి. సహకారం అందిస్తున్న స్వయం సహాయ సంఘాలు, సహకార సంఘాలలో “స్వయం నియంత్రణ ఉద్యమాన్ని (సెక్టార్ ఓన్ కంట్రోల్)” దేశ స్థాయిలో ప్రోత్సహించటం. 2. ఎర్నెస్ట్ అండ్ యంగ్ ఫౌండేషన్ సహకారం అందిస్తున్న స్వయం సహాయసంఘాలు, గ్రామసంఘం మరియు క్లస్టర్ స్థాయి సమాఖ్యల ఏర్పాటును బీహార్ రాష్ట్రంలో ప్రోత్సహించటం మొదలైన కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నాను.

పొందిన లేదా యిచ్చిన ప్రధాన శిక్షణలు

కెనడాకు చెందిన ‘కోడి ఇంటర్నేషనల్’ సంస్థ నిర్వహించిన కమ్యూనిటీ బేస్డ్ మైక్రో-ఫైనాన్స్ శిక్షణ పొందాను. కోడి, ఏపిమాస్ సంయుక్తంగా ఇండియాలో ఏడుసార్లు నిర్వహించిన కమ్యూనిటీ బేస్డ్ మైక్రో-ఫైనాన్స్ అంతర్జాతీయ సర్టిఫికేట్ కోర్సులకు సమన్వయకర్తగా వ్యవహరించాను.



అఫ్రికా, నైరోబిలో ‘మార్కెట్ రీసెర్చ్ ఫర్ మైక్రో ఫైనాన్స్’ పైన మైక్రోసేవ్ నిర్వహించిన శిక్షకులకు శిక్షణ కోర్సుకు (టి.ఓ.టి) హాజరయ్యారు. ఈ శిక్షణ నుంచి పొందిన అవగాహన ఇండియా, మయన్మార్ దేశాలలోని స్వయం సహాయ సమాఖ్యలకు వివిధ పొడుపు సేవలు, అప్పుల సేవలను రూపొందించటంలో సహకరించడానికి ఉపయోగపడింది.

సి గ్యాప్ కు సంబంధించి ఫైనాన్షియల్ మేనేజ్మెంట్, డెలివర్ క్వెస్టి మేనేజ్మెంట్, ఇంటరెస్ట్ రేట్స్ సెట్టింగ్ పై ఇ డి ఏ నిర్వహించిన శిక్షణను పొందాను. ఈ శిక్షణ ద్వారా పొందిన అవగాహన దేశ స్థాయిలో స్వయం సహాయ సమాఖ్యల ప్రోత్సాహకులకు, సిబ్బందికి శిక్షణలు నిర్వహించటంలో ఎంతగానో ఉపకరించింది. ‘ప్రియ’ నిర్వహించిన సహభాగా శిక్షణలో కూడా పాల్గొన్నాను. ఇవే కాకుండా ఇంకా అనేక శిక్షణలను నిర్వహించాను.

సాధించిన ఫలితాలు

- ⇒ స్వయం సహాయ సమాఖ్యలు, వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలకు సంబంధించిన పరిపాలనపైన, నిర్వహణ పైన పుస్తకాలను రూపొందించటంలో, ప్రచురణలను సమన్వయం చేయడంలో కీలక పాత్ర వహించాను.
- ⇒ జాతీయ గ్రామీణ జీవనోపాధి మిషన్ (ఎన్.ఆర్. ఎల్.ఎమ్) కు జాతీయ స్థాయిలో రిసోర్స్ పర్సన్ గా సేవలను అందిస్తున్నాను.

☞ గతంలో పూణేలోని నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ బ్యాంక్ మేనేజ్మెంట్ (ఎన్ఐబిఎం) కు పాలక మండలి సభ్యురాలిగా వ్యవహరించాను.

☞ మయన్మార్, ఇథియోపియా, కెన్యా, కెనడా, జర్మనీ వంటి దేశాలలో అసైన్ మెంట్లు, కార్యశాలలు, శిక్షణ కార్యక్రమాలను నిర్వహించాను.

☞ స్వయం సహాయ సమాఖ్యలకు, వ్యవసాయ ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలకు స్వయం నియంత్రణను రూపొందించడంలో కీలక పాత్ర పోషించాను.



నిర్వహణలో కావలసిన వెసులుబాటును కల్పిస్తారు. వైవిధ్యమైన పనులను, కొత్త పనులను నిర్వహించటం వల్ల వ్యక్తిగత సామర్థ్యాన్ని, నైపుణ్యాలను పెంపొందించు కోవడానికి అవకాశం వుంటుంది.

రాష్ట్ర,జాతీయ,అంతర్జాతీయ స్థాయిలలో కార్యశాలలు, చర్చలు, సమావేశాలలో పాల్గొనటం వలన, అవగాహనను పెంపొందించుకోగలుగుతాం. తగిన గుర్తింపు కూడా లభిస్తుంది. సామర్థ్యాన్ని నిర్వహణ నైపుణ్యాలను అభివృద్ధి చేసుకోవడంతో పాటు, ఉన్నతస్థాయి

బాధ్యతలను సమర్థంగా నిర్వహించడానికి ప్రోత్సాహంకూడా లభిస్తుంది. మొత్తంమీద సి.ఎస్.రెడ్డి గారి ఆధ్వర్యంలో ఏపిమాస్ సహచరులతో పని చేయడం ఉత్సాహభరితమైన గొప్ప అనుభవం. ■

ఏపిమాస్ నుంచి అందే సహకారం

ఏపిమాస్ సంస్థ ముఖ్యంగా సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి గారు సిబ్బంది వ్యక్తిగత సామర్థ్యాన్ని అర్థంచేసుకుని, విధి

ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాలకు నాబార్డ్ కొత్త సి జి ఎం లు

తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలకు నాబార్డ్ కొత్త సి జి ఎం లను నియమించింది. నాబార్డ్ తెలంగాణా సి జి ఎం గా శ్రీ వై. కృష్ణారావు, ఆంధ్రప్రదేశ్ నాబార్డ్ సి జి ఎం గా శ్రీ సుధీర్ జన్నావర్ నియుక్తులైనారు. ఇటీవలి వరకు తెలంగాణా సి జి ఎం గా పనిచేసిన శ్రీ విజయ కుమార్ను నాబార్డ్ ప్రధానకార్యాలయానికి బదిలీచేశారు. ఉభయ సి జి ఎంలను ఏపిమాస్ ఎండి, సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి, సాధికారత ఫౌండేషన్ ఎండి శ్రీ పాపిరెడ్డి కలిసి సాదర స్వాగతం పలికారు. నాబార్డ్ తెలంగాణా సి జిఎం ఏపిమాస్ బోర్డులో ఎక్స్ అఫిషియో సభ్యుడిగా వుంటారు. అందువల్ల శ్రీ కృష్ణారావును ఏపిమాస్ బోర్డు తరపున కూడా శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి ఆహ్వానించారు. ఉభయ సి జి ఎంలు ఏపిమాస్ తో నాబార్డ్ కు ఇప్పటికే వున్న అనుబంధాన్ని మరింత దృఢతరం చేసుకోవడానికి ఆసక్తి కనబరచినట్లు వారితో సమావేశం అనంతరం శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి తెలియజేశారు.

విశ్రాంత సిజిఎం శ్రీ మోహనయ్య నాయకత్వంలో నాబార్డ్ విశ్రాంత ఉద్యోగుల ప్రతినిధివర్గంకూడా ఉభయ సి జి ఎం లను కలుసుకుని ఆతీయ స్వాగతం పలికారు. శ్రీ మోహనయ్య ప్రస్తుతం ఏపిమాస్ పాలకవర్గ సభ్యులుగా కూడా వున్నారు.

వినోద్ కుమార్ తో సమావేశం

నాబార్డ్ తెలంగాణా సిజిఎం శ్రీ కృష్ణారావు, శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి కలిసి తెలంగాణా ప్రణాళికా సంఘం ఉపాధ్యక్షులు శ్రీ బి. వినోద్ కుమార్ ను ఆయన కార్యాలయంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. రైతు సమస్యలపై ఆయనతో చర్చించారు. నాబార్డ్ ప్రస్తుత చైర్మన్, ఆంధ్రప్రదేశ్ కు చెందిన శ్రీ గోవిందరాజులు తనతో ఫోన్ లో మాట్లాడి రైతుల సంక్షేమానికి అండగా ఉంటామని, తమ వంతు పూర్తి సహకారం అందిస్తామని చెప్పినట్లు శ్రీ వినోద్ కుమార్ వారికి తెలిపారు. ■

కరోనా కల్లోలంలో శిశు పోషణ !

- భవాని లఖినాన

రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరచడానికి అవసరమైన పోషకాహార పద్ధతులు పాటించడం చాలా ముఖ్యం. కోవిడ్-19 (కరోనా), ఇతర ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడటంలో పోషకాహారం కీలకపాత్ర వహిస్తుంది.

సరైన పెరుగుదలకు పిల్లలకు శక్తి చేకూరడానికి, మాంసకృత్తులు, సూక్ష్మపోషకాలు చాలా అవసరం. పిల్లలకు వివిధ రకాల వైవిధ్యత గల ఆహార పదార్థాలు పెట్టినప్పుడు మాత్రమే ఇది సాధ్యమవుతుంది.

- ☞ బియ్యం, గోధుమలు, మొక్కజొన్నలు, రాగులు వంటి తృణధాన్యాలు మనం నిత్యం తీసుకోగలిగిన శక్తిని ఇచ్చే ఆహారాలు.
- ☞ కందిపప్పు, పెసరపప్పు, శనగపప్పు, బీన్స్, వేరుశనగ వంటి పప్పులు, సోయాబీన్
- ☞ మాంసకృత్తులు ఇనుము కలిగిన మంచి మూలం, ఇవి శరీర నిర్మాణానికి సహాయపడతాయి.
- ☞ కూరగాయలు, పండ్లు విటమిన్లు, ఖనిజాలు అధికంగా ఉండే రక్షిత ఆహారాలు అంటువ్యాధుల నుండి రక్షిస్తాయి
- ☞ గుడ్లు, కోడి, పాలు, పాల ఉత్పత్తుల వంటి జంతు మూలం ఆహార పదార్థాలు మాంసకృత్తులు, ఖనిజాలు ముఖ్యంగా విటమిన్ బి 12, ఐరన్, జింక్ అధికంగా కలిగి ఉంటాయి.
- ☞ కొవ్వులు, చక్కెరలు కూడా శక్తినిచ్చే ఆహారాలు

ఈ ఆహార పదార్థాలు తినడానికి పిల్లలను ప్రోత్సహించాలి. దీనివలన కరోనాను ఎదుర్కొనడానికి రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.

కాలానుగుణంగా, స్థానికంగా లభించే ఆహారం తినడానికి పిల్లలను, కుటుంబ సభ్యులను ప్రోత్సహించాలి. ఇన్ఫ్లయెంజా, కరోనా వంటి ఇన్ఫెక్షన్లతో సహా

అనారోగ్యాల నుండి మనల్ని రక్షించే విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, జింక్ అధికంగా లభించే ఆహార పదార్థాలు ముఖ్యంగా కాలానుగుణంగా లభించే పండ్లు (అరటి, మామిడి, బొప్పాయి, జామ, ఉసిరి), పసుపు రంగు కూరగాయలు (క్యారెట్లు, గుమ్మడికాయ), ఆకుకూరలు మంచి పోషకాహార వనరులు.

జింక్ పుష్కతో (పోషకాలు లేకుండా కడుపు నింపే ఆహారాలు) అనారోగ్యం

చక్కెర, ఉప్పు, కొవ్వు అధికంగా ఉన్న ఆహారాలు ఊబకాయానికి కారణమవుతాయి. కొన్నిసార్లు రక్తపోటుకు, పోషక లోపానికి దారి తీస్తాయి.

నిల్వ పండ్ల రసాలు, శీతల పానీయాలు, చాక్లెట్లు, చిప్స్, వేయించిన ఆహారాలు, ప్యాక్ చేసిన ఆహారాలు, చక్కెర పానీయాలు, బేకరీ ఉత్పత్తులు పిల్లలకు హానికరం. ఆహార భద్రత ఉండేలా చూసుకోవాలి.

1. వంట చేసే ముందు, ఆహారం తినే ముందు పాత్రలను సబ్బుతో కడగాలి.
2. చేతులను శుభ్రమైన నీరు, సబ్బుతో కడుక్కోవడం చాలా ముఖ్యం.
3. క్రమం తప్పకుండా గోర్లు కత్తిరించాలి.
4. ఉపరితలాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచాలి.
5. సూక్ష్మక్రిములను చంపడానికి ఆహారాన్ని పూర్తిగా ఉడికించాలి, తయారైన 2 గంటలలోపు ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి.
6. ఈగలు, దోమలు నుండి రక్షించడానికి ఆహారాన్ని మూత పెట్టి ఉంచాలి.
7. తాజా ఆహారం తినాలి.
8. పిల్లలకు ఆహారం పెట్టటానికి ముందు చేతులను నీటితో, సబ్బుతో శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి.

నానుకూల ధోరణిలో అర్థంచేసుకునే స్వభావం వుంటే, కష్టమైనా, సుఖమైనా ఆనందమే

9. మీరు ఏదైనా అనారోగ్యంగా వున్నా, కోలుకుంటున్నా వంట వండడం, వడ్డించే సమయంలో ముసుగు ధరించాలి లేదా ముఖాన్ని గుడ్డతో కప్పుకోవాలి.

సురక్షితమైన తాగునీరు ఉండేలా చూసుకోవాలి.

⇨ సురక్షితం కాని నీరు కామెర్లు, టైఫాయిడ్, కలరా, అతిసార వ్యాధులు ఇతర అనేక వ్యాధులకు కారణం కావచ్చు.

⇨ పంపు నీరు / శుద్ధి చేసిన నీరు (మరిగే / క్లోరినేషన్) వంటి సురక్షితమైన తాగునీటిని వాడాలి.

⇨ ఇంట్లో నీటిని సురక్షితంగా నిల్వ చేయాలి

⇨ రోజూ సబ్బు మరియు నీటితో అన్ని కుండలు, మగ్గులను, గ్లాసులను జాగ్రత్తగా శుభ్రం చేయాలి.

⇨ మూత పెట్టిన (కవర్ చేసిన) కంటైనర్లో నీటిని నిల్వ చేయాలి.

⇨ నిల్వ చేసిన తాగునీటిని వినియోగానికి ముందు చేతులు కడుక్కోవాలి.

⇨ పొడవైన లాడిల్ కప్పును వాడాలి లేదా టాప్ ఉన్న కంటైనర్ వాడాలి.

⇨ నిల్వ చేసిన నీటి నుండి జంతువులను దూరంగా ఉంచాలి .

సకాలంలో రోగనిరోధకత ఉండేలా చూసుకోవాలి.

⇨ క్షయ, పోలియో, డిఫ్టీరియా, కోరింత దగ్గు వంటి చిన్ననాటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు నుండి పిల్లలను చాలా వరకు రక్షించడానికి సకాలంలో రోగనిరోధకత ముఖ్యం.

⇨ టెటనస్, హెప్టైటిస్ బి, ఇన్ఫ్లుఎంజా మరియు మీజిల్స్ మొదలైన టీకాల కోసం మదర్ అండ్ చైల్డ్ ప్రొటెక్షన్ (యంసిపి) కార్డులో ఇచ్చిన రోగనిరోధకత షెడ్యూలును అనుసరించాలి.

⇨ 9 నెలల వయస్సు నిండిన తరువాత ప్రతి 6 నెలలకు ఒకసారి సిఫార్సు చేసిన విటమిన్ ఎ మోతాదులను 5 సంవత్సరముల వరకు (9 మోతాదులు) ఇవ్వాలి.

⇨ శరీరం మరియు మెదడు యొక్క సరైన పెరుగుదలకు

ఐరన్ అండ్ ఫోలిక్ యాసిడ్ (ఐఎఫ్ఎ) అవసరం.

⇨ 6 నెలల వయస్సు నుండి 5 సంవత్సరాల వరకు సిఫార్సు చేసిన ఐఎఫ్ఎ అనుబంధాన్ని ఇవ్వాలి.

⇨ 1 సంవత్సరాల వయస్సు నిండిన తరువాత పిల్లలకు ప్రతి 6 నెలలకు ఒకసారి డాక్టర్ సలహా మేరకు నులిపురుగుల నివారణ చేయాలి.

కరోనాలోనూ తల్లి పాలు

⇨ తల్లిపాలు శిశువును అంటువ్యాధుల నుండి రక్షిస్తాయి. ఏదైనా అంటువ్యాధి లేదా కరోనా సోకినప్పటికీ తల్లి పాలివ్వడాన్ని కొనసాగించాలి.

⇨ శిశువు పుట్టిన ఒక గంటలోనే తల్లి పాలివ్వడాన్ని ప్రారంభించాలి, కేవలం 6 నెలల వరకు తల్లి పాలివ్వడం, 6 నెలల తరువాత వయసుకు తగిన అదనపు ఆహారాన్నివ్వాలి.

⇨ తల్లులకు కరోనా లక్షణాలుంటే వైద్యుని సలహా మేరకు తగు ఆరోగ్య సంరక్షణ సూచనలను అనుసరించాలి.

⇨ పిల్లలు ఆడుకునే స్టలాన్ని, నేలను / గచ్చును ఎప్పటి కప్పుడు ఫినాయిల్ లేదా డేట్టాల్ వంటి క్రిమి సంహారకాలతో శుభ్రం చేయాలి.

⇨ శ్వాసకోశ పరిశుభ్రతను పాటించాలి

⇨ తల్లి అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు, తల్లికి బిడ్డ దూరంగా ఉన్నప్పుడు తల్లి పాలను పిండి చెంచాతో లేదా కప్పుతో తాగించాలి.

కింద పేర్కొన్న సందర్భాలలో తప్పక చేతులు కడుక్కోవాలి:

ఆహారాన్ని తయారు చేయడానికి, తినడానికి ముందు; శిశువులకు, చిన్న పిల్లలకు ఆహారం తినిపించటానికి ముందు, తరువాత టాయిలెట్ ఉపయోగించిన తరువాత మీ శిశువు మల-మూత్రాలు శుభ్రపరిచిన తరువాత ; పశువులను లేదా ఇతర జంతువులను తాకిన తరువాత ; ఇల్లు, పరిసరాలు శుభ్రపరచిన తరువాత సబ్బుతో, నీటితో చేతులను శుభ్రపరచుకోవాలి. సబ్బు, నీరు అందుబాటులో లేనప్పుడు ఆల్కహాల్ ఆధారిత శానిటైజర్తో చేతులు కడుక్కోవాలి.

ఆరోగ్యమైన పంటలకోసం సేంద్రియ వ్యవసాయం

-లిఖిత శ్రీరాం

ప్రస్తుతం వ్యవసాయంలో పెట్టుబడి ఎక్కువ పెట్టి పంట నష్టం వచ్చినప్పుడు రైతు అప్పుల బాధ పడతారు. అదేవిధంగా పండించిన పంట కూడా రసాయన ఎరువులు, పురుగు మందులు వేసి పండించడం వలన వాటిని తిని మనుషులు కూడా అనారోగ్యానికి గురికావడం జరుగుతుంది. ఈ సమస్యలను ఎదుర్కోవాలంటే ప్రకృతి వ్యవసాయం చేయడం వల్లనే ఈ సమస్యను ఎదుర్కోవచ్చు. పంటపై రసాయానిక ఎరువులు, పురుగు మందులు వంటివి వాడకుండా నాటు ఆవుల నుంచి సహజంగా లభించే పేడ, మూత్రం, చెట్లు ఆకుల ద్వారా తయారు చేసుకునే కొన్ని రకాల కషాయాలు ఉపయోగించి వ్యవసాయంలో పంటలు పండించడాన్ని పెట్టుబడి లేని ప్రకృతి వ్యవసాయం అంటారు.

ఇలాంటి పద్ధతులు పాటించడం వలన భూమి సారవంతంగా మారి, వానపాముల పెరిగి పంటలు ఆరోగ్యంగా పండుతాయి. మన పంటల ఆరోగ్యాన్ని ఎలా కాపాడుకోవాలో క్లుప్తంగా తెలుసుకుందాం.

భూసార యాజమాన్యం

భూమిలో సారం పెంచుకోవడానికి మట్టిలో జీవపదార్థం పెంచుకోవాలి. మట్టిలో జీవ పదార్థాన్ని పెంచడానికి ప్రతి ఎకరానికి పంటకాలానికి కనీసం 1-2 టన్నుల పంట వ్యర్థాలను, కంపోస్ట్ ను పంట పొలాలలో వెయ్యాలి. ఇటువంటి సేంద్రియ పదార్థాలు సూక్ష్మ జీవుల చర్యల ద్వారా కుళ్ళి పోషకాలు విడుదల అవుతాయి.

పంట వ్యర్థాల ఎంపిక:

పంట వ్యర్థాలలో వుండే కర్బన, నత్రజని మోతదులను బట్టి కుళ్లడానికి పట్టే సమయం ఆధారపడివుంటుంది.

1. కార్బన్, నత్రజని ఏ పంట వ్యర్థాలలో తక్కువుగా ఉంటుందో అది త్వరగా కుళ్లుతుంది. ఉదా: గడ్డి ఆకులు, గైరిసీడియా లేత కొమ్మలు, పప్పుజాతి మొక్కలఆకులు, కొమ్మల భాగాలు, పేడ మొదలైన వాటిలో నత్రజని మోతాదు ఎక్కువ

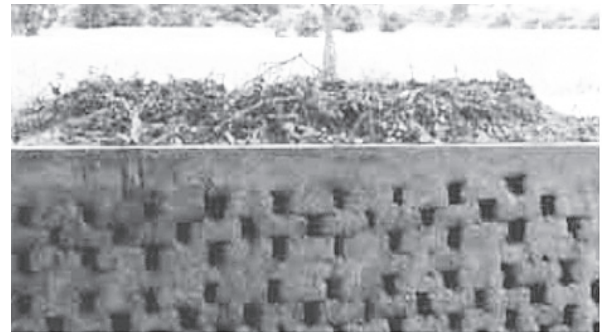
వుండడం వలన అవి త్వరగా కుళ్ళుతాయి.

2. కార్బన్, నత్రజని ఏ పంట వ్యర్థాలలో ఎక్కువుగా ఉంటుందో అవి త్వరగా కుళ్లవు. ఉదా: రంపపు పొట్టు, చెక్క, వరి గడ్డి.

కనుక ఏదైనా కంపోస్ట్ త్వరగా తయారవ్వాలంటే నత్రజని మోతాదు ఎక్కువుగా వున్న పంట వ్యర్థాలను ఎంపిక చేసుకోవాలి

నాడెప్ కంపోస్ట్ పిట్ :

నాడెప్ కంపోస్టు ఎరువులో నత్రజని 1.0 శాతం భాస్వరం 0.5 శాతం, పొటాష్ 1.2 శాతం పోషకాలు ఉంటాయి. సాధారణ కంపోస్టు పద్ధతిలో తయారైన కంపోస్టు కంటే 3 - 4 రెట్లు పోషక పదార్థాలు అధికంగా ఉంటాయి.



పొడవు : 10 అడుగులు

వెడల్పు : 6 అడుగులు

ఎత్తు : 3 అడుగులు

ఒక అడుగు ఎత్తు వరకు ఇటుకల మధ్య ఎటువంటి ఖాళీలు ఉండకుండా. తరువాత ఒక్కో ఇటుకకు మధ్య 6 అంగుళాల ఖా వుండాలి.

కావలసిన పదార్థాలు:

- పంటల మిగుళ్ళు లేదా పచ్చి ఆకులు: 1350 - 1450 కేజీలు
- పశువులపేడ లేదా బయోగ్యాస్ స్లర్రీ: 98-100 కేజీలు

మాటలతోనే కాదు మౌనంతోనూ గెలవవచ్చు



- జల్లెడ పట్టిన మట్టి : 1675 కేజీలు
- నీరు: 1350 -1400 లీటర్లు

నింపే విధానం:

కంపోస్ట్ పిట్ నింపే ముందు గోడలను పేడతో అలకాలి.

మొదటి పొర : 8-10 ఇంచీల వరకు పంట మిగుళ్ళు లేదా పచ్చి ఆకులు నింపుకోవాలి

రెండవ పొర: 4 కేజీల పేడను 100 లీటర్ల నీటిలో కలిపి మొదటి పొరపై చల్లాలి

మూడవ పొర : 60 కేజీల మట్టిని పొరలాగ చల్లాలి

పైవిధంగా 6-7 పొరలుగా కంపోస్ట్ పిట్ను పూర్తి చెయ్యాలి. అలా నింపిన తరువాత పేడ మరియు మట్టితో మూడు ఇంచీల ఎత్తు వచ్చేవరకు అలకాలి.

కంపోస్ట్ పిట్ నింపిన 15-30 రోజుల తరువాత నాడేవ్ కంపోస్ట్ పిట్ కుంగడం జరుగుతుంది. కుంగిన పిట్ పైన పేర్కొన్న విధంగా మట్టి నింపాలి. పూర్తిగా నింపిన తరువాత 6-15 రోజులకు ఒకసారి నీళ్ళు చిలకరించాలి. 90-120 రోజుల తరువాత సుమారు 2.5 టన్నుల కంపోస్ట్ తయారవుతుంది.

తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు:

- ⇒ నాడేవ్ కంపోస్టు నిర్మించనికి నీరు నిల్వ ఉండే ప్రదేశాన్ని ఎన్నుకోరాదు.
- ⇒ ఎత్తుగా ఉండే భూమిని ఎన్నుకోవాలి.
- ⇒ ఎరువు తయారీకి నీరు అవసరం. అందువలన చెట్ల

నీడన నీరు అందుబాటులో ఉండే స్థలాన్ని ఎంచుకోవాలి
వర్షి కంపోస్ట్:

ప్రత్యేకమైన వాన పాములను సేంద్రియ పదార్థాలు మీద ప్రయోగించి తాయారు చేయబడే కంపోస్ట్ ఎరువునే “వానపాముల ఎరువు” లేదా “వర్షి కంపోస్ట్” అంటారు.

వాన పాములు సేంద్రియ పదార్థాలను తిని విసర్జించే పదార్థమే వర్షి కంపోస్ట్.

వర్షి కంపోస్ట్ వలన ఉపయోగాలు:

- ⇒ వానపాములు భూమిని గుల్లబరచడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. ఫలితంగా వేరు ఎదుగుదల పెంచి అధిక ఉత్పత్తికి దోహదం చేస్తుంది
- ⇒ వర్షి కంపోస్ట్లో పోషక విలువలు ఎక్కువ. దీనిలో 1.6 శాతం నత్రజని, 0.5 శాతం భాస్వరం మరియు 0.8 శాతం పొటాష్ వుంటాయి
- ⇒ పంటకు కావలసిన సూక్ష్మ పోషకాలు మెండుగా వుంటాయి
- ⇒ వర్షి కంపోస్ట్లో పెరుగుదలకు దోహదపడే ఇతర సేంద్రియ రసాయనాలు కూడా వున్నాయని పరిశోధనలలో గమనించబడనివి
- ⇒ భూ భౌతిక, రసాయనిక ధర్మాలలో గణనీయమైన మార్పులను తీసుకువచ్చి భూసారాన్ని పెంపొందిస్తుంది
- ⇒ భూమిలో ఉపయోగకరమైన సూక్ష్మజీవాలు వృద్ధి చెందుతాయి. నేల సహజ సిద్ధమైన ఆరోగ్యం కలిగి వుంటుంది
- ⇒ పంట దిగుబడి పెరుగుతుంది మరియు పంట నాణ్యత పెరుగుతుంది
- ⇒ వానపాము రైతుకు అనేక విధాలుగా ఉపయోగ

పడుతుంది అందువలన వానపామును “రైతు నేస్తం” అంటారు

వర్మి కంపోస్ట్ తయారీకి అనువైన వానపాముల రకాలు:

బొరియలు చేయని (భూమి పై పొరలులో ఉండేవి) వానపాములు సేంద్రియ పదార్థాలను కుళ్ళబెట్టి కంపోస్ట్ గా తయారు చెయ్యడానికి పనికివస్తాయి.

వర్మి కంపోస్ట్ బెడ్ తయారు చేసుకొనే విధానం:

మొదటగా నీడ వున్న ప్రాంతాన్ని ఎన్నుకొని భూమిని బాగా చదును చేసుకోవాలి. తరువాత భూమికి సమాంతరంగా 4 మీటర్ల పొడవు, 2 మీటర్ల వెడల్పు, 0.7 మీటర్ల లోతు ఉండేటట్లు బెడ్లు తయారు చెయ్యాలి. దీనికోసం నాపరాళ్ళు గాని, ఇటుకలు గాని, సిమెంట్ రాళ్ళను గాని ఉపయోగించవచ్చు. వీటికి ఎటువంటి ఖాళీలు లేకండా చూసుకోవాలి.

గోడలను సిమెంట్ తో ప్లాస్టరింగ్ చెయ్యాలి. ఈ విధంగా వర్మి బెడ్లు నిర్మించిన తరువాత ఎటువంటి పగుళ్ళు లేకుండా వుండడం కోసం నీటిని బాగా చల్లాలి.

ఈ బెడ్ల అడుగు భాగం గట్టిగా ఉండేలా చేయాలి. క్రింద గట్టి మట్టి వేసి కనీసం ఒక ఇంచ్ మందంలో ఇసుక వేసి చదును చేయాలి. ఇలా చేయడం వలన వానపాములు మరీ క్రిందకు పోకుండా ఉంటాయి.

ఇలా ఏర్పాటు చేసుకున్న బెడ్లపై సుమారు 1.5 నుంచి 2 టన్నులు బాగా చివికిన పశువుల ఎరువును నింపుకోవాలి. ఈ పశువుల ఎరువుతో పంట వ్యర్థాలను కలిపి నింపుకోవాలి. తరువాత నీళ్ళు బాగా చిలకరించాలి. ఎల్లప్పుడూ 40-50 శాతం తేమ ఉండేలా జాగ్రత్తపడాలి.

ఈ విధంగా వారంరోజుల వరకు తేమ సరిపోయేలా నీళ్ళు చల్లుతూ వుండాలి. ఈ విధంగా చేయడం వలన పశువుల ఎరువులో వున్న వేడి మొత్తం పోతుంది. ఇలా

చేసిన తరువాత 18-20 కేజీల వర్మి కల్చర్ ను (వానపాములను) ఈ పశువుల ఎరువులో వేసుకోవాలి.

ఈ బెడ్ల పైన పాత గోనె సంచులు గాని, వరి గడ్డిని గాని వరచాలి. ఇలా చేయడం వలన తేమను కాపాడడమేగాక వానపాములను కప్పలు, పక్షులు, చీమల నుండి రక్షణ కల్పించవచ్చు.

ఈ వర్మి కంపోస్ట్ యూనిట్ మీద నీడ పడకుండా ఉండేందుకు పందిరిని ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. షేడ్ పైకప్పుగా తాటి లేదా టెంకాయ ఆకులను, వరి గడ్డి, పాత గోనె సంచులు, పాలిథీన్ సంచులను వాడుకోవచ్చు.



కంపోస్ట్ తీయు పద్ధతి:

90 రోజులకు సుమారు 1-1.5 టన్నుల వర్మి కంపోస్ట్ తయారు అవుతుంది. ఒకసారి వర్మి కంపోస్ట్ తయారైన తరువాత కొత్తగా మరల నింపుకోవాలి. వానపాములను పాత వర్మి కంపోస్ట్ ఎరువు నుండి తీసుకోవాలి. ఈవిధంగా మరల మరల నింపుకోవడం వలన సంవత్సరం లో 3-4 సార్లు వర్మి కంపోస్ట్ తయారు అవుతుంది. ఒక సంవత్సరంలో 10 టన్నుల తయారు అవుతుంది. ఎరువు తయారైన తరువాత వానపాములు అందులో నిలువక పైకి వచ్చి గోనె సంచులకు అతుక్కొని వుంటాయి. వర్మి కంపోస్ట్ తయారైందని తెలుసుకోవటానికి ఇది గుర్తుగా భావించవచ్చు.

వర్మి కంపోస్ట్ తయారు చేసుకొనే విధానం:

వర్మి కంపోస్ట్ ను అన్ని రకాల పంటలకు వేసుకోవచ్చు.

ఎకరానికి ఒక టన్ను వర్మి కంపోస్ట్ ఎరువు వేయాలి. కంపోస్ట్ ద్వారా చేరిన వానపాము గుడ్లు పొలంలో వానపాములుగా మారి శాశ్వతంగా పొలంలో రైతులకు ఉపయోగపడతాయి.

వర్మి కంపోస్ట్లో చేయవలసినవి:

☞ వర్మి కంపోస్ట్ తయారు చేయడానికి పాక్షికంగా కుళ్ళిన పదార్థాలు వాడితే ఫలితాలు బాగుంటాయి

☞ వానపాములు బెడ్లలో 50 శాతం కన్నా ఎక్కువ తేమ ఉండరాదు

☞ వానపాము ఎరువు తయారు చేసే రైతుకు కనీసం ఒక ఆవు కాని, బర్రె కాని కలిగి వుండాలి

వర్మి కంపోస్ట్ తయారు చేయకూడనివి:

☞ వర్మి కంపోస్ట్ తయారికి పచ్చి పదార్థాలు వాడరాదు

☞ తేమ ఎక్కువయితే ఎరువు తొందరగా తయారవుతుంది

☞ వానపాములకు వేసే వ్యర్థాలలో గాజుపెంకులు, ప్లాస్టిక్, ఇనుప వస్తువులు లేకుండా జాగ్రత్త వహించాలి

☞ తేమ 50 శాతం కంటే ఎక్కువైన వ్యర్థాలు కుళ్ళి పోయి వానపాములు చనిపోతాయి

గొర్రెల పెంట ఎరువు : ఇది భూసారాన్ని పెంచడానికి ఒక అనువైన పద్ధతి. గొర్రెలు వినర్జించిన పెంట, మూత్రాలలో మొక్కలకు కావలసిన అన్ని పోషకాలు కొద్ది శాతంలో లభిస్తాయి. అంతేకాకుండా గొర్రెలు అనేక రకాల ఆకులను తిని వినర్జించడం వలన గొర్రెల పెంట ఎరువు పంటల రోగనిరోధకశక్తిని పెంచే అవకాశం వుంది. గొర్రెల మంద పొలం విడిచిన తరువాత పెంట ఎరువును పొలంలో సమానంగా జల్లి చేసును కలియదున్నాలి.

గోబర్ గ్యాస్ ప్లాంట్ ఎరువు:

గోబర్ గ్యాస్ ప్లాంట్ నుండి వచ్చే స్లర్రీ బాగా ఎండ బెట్టి పొడి రూపంలో సేంద్రియ రూపంలో ఎరువుగా వాడతారు. దీనిలో 2 - 2.4 శాతం నత్రజని, 1.5 శాతం భాస్వరం, 1శాతం పోటాష్ మరియు సూక్ష్మ పోషకాల మూల పదార్థాలు ఉంటాయి. ఈ సేంద్రియ ఎరువు అన్ని పంటలలో, నారుమళ్ళలో మరియు పండ్ల తోటలోను వాడుకోవచ్చు.

పెంట పోగు ఎరువు : ఏదైనా పంటకు పూర్తిగా కుళ్ళిన ఎరువు / పశువుల పేడ తప్పనిసరిగా వేయాలి. ఎకరానికి కనీసం 15 బండ్లు లేదా 3 ట్రాక్టర్ల (6 టన్నులు) పశువుల ఎరువు సరిపోతుంది. ఎరువు బాగా నాణ్యమై ఉండాలి. ఈ ఎరువులో 0.5-1.5 నత్రజని, .03-0.9 భాస్వరం, 0.5-1.9 పోటాష్ వుంటాయి.

కావలసిన పదార్థాలు:

ఆవు పేడ: 100 కేజీలు, పశువుల మూత్రం తగినంత, నల్ల బెల్లం: 2 కేజీలు, సెనగ పిండి: 2 కేజీలు, గుప్పెడు పొలం గట్టు చివర మట్టి లేదా అడవి మట్టి

అన్ని పదార్థాలని కొద్ది కొద్దిగా పశువుల మూత్రాన్ని చల్లుతూ కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముద్దలుగా తయారు చేయాలి. మిశ్రమాన్ని నీడలో పలుచుగా పరిచి 7 రోజులు ఎండబెట్టాలి. ఎండిన తరువాత పొడి చేసి గోనె సంచితో నిలువ కూడా చేసుకోవచ్చు. 6 నెలల వరకు నిలువ వుంటుంది. 20 కిలోల ఘన జీవామ్మతాన్ని బాగా జల్లించిన 100 కేజీల మాగిన పశువుల పేడతో కలిపి ఆఖరి దుక్కిలో వేసుకోవాలి.

జీవ అమ్మతం:

కావలసిన పదార్థాలు:

పశువుల పేడ: 10 కిలోలు, పశువుల మూత్రం: 10 లీటర్లు, బెల్లం: 2 కిలోలు, శనగ పిండి : 2 కిలోలు

ప్లాస్టిక్ డ్రం : 200 లీటర్లు పట్టేది

తయారుచేసే విధానం:

ముందుగా 200 లీటర్లు నీరు తీసుకొని దానికి 10 కిలోల పేడ కలపాలి. కట్టెతో దాన్ని బాగా కలియబెట్టాలి. దానికి మెత్తగా పొడి చేసిన బెల్లం, శనగపిండి కలపాలి. దానికి 10లీటర్ల పశువుల మూత్రాన్ని పిడికెడు మట్టిని కలిపి బాగా కలియబెట్టాలి. పాత్రపై గోనె సంచి కప్పి వుంచి వారం రోజులు పులియబెట్టాలి. రెండు మూడు రోజుల కొకసారి కలియబెట్టాలి. ఇది తయారుచేసిన 2-3రోజులలో కూడా వాడుకోవచ్చు. ఎకరానికి 200 లీటర్ల జీవామ్మతాన్ని సాగు నీరు ద్వారా అందించవచ్చు. ■

మొరిగే కుక్కతో ముప్పు లేదు, మొరగని కుక్కతోనే ముప్పుతూ

మార్పు ప్రాజెక్ట్ ఫలితాలపై వెబినార్

- డాక్టర్ ఎం. నాగిరెడ్డి, ప్రాజెక్ట్ ఆఫీసర్

పట్టణ మురికివాడలలోని స్వయం సహాయక సంఘాల వేదికల ద్వారా గర్భిణీ మరియు పాలిచ్చే తల్లులలో లింగ పరమైన అడ్డంకులను తొలగించి ఆహార వైవిధ్యం మరియు ఆరోగ్య ప్రమాణాలు మెరుగుపరచడంపై రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల నందు గ్రేటర్ హైదరాబాద్ నందు మలక్ పేట, ఒంగోలు పట్టణము మరియు తిరుపతి పట్టణము నందు ఈ కార్యక్రమాలు ఏపిమాస్ ఆధ్వర్యములో సమర్థ వంతముగా అమలయ్యాయి. ఇందులో బాగంగా ఈ పోషణ కార్యక్రమము అమలుకు సహకరించిన సహభాగస్వాములచే వెబినార్ సమావేశము 10.06.2020న ఎన్ఎస్ఐఎంఎస్ ట్రైనింగ్ హాల్ నందు నిర్వహించడము జరిగింది.

ఇందులో హైదరాబాద్ నుండి ఏపిమాస్ ముఖ్య పర్యవేక్షణ అధికారి శ్రీ చంద్రశేఖర్ రెడ్డి గారు, ప్రాజెక్ట్ మేనేజర్స్ శ్రీమతి పద్మావతి, శ్రీమతి కామాక్షి కుమారి వేబినార్ సమావేశము నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి తిరుపతి పట్టణము నుండి పద్మావతి మహిళా యూనివర్సిటీ నుండి డా. నీరజ, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, డా. పద్మావతి, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ నుండి సిడిపిఓ శ్రీమతి సుధారాణి, పట్టణ పేదరిక సంస్థ నుండి సోమకుమార్, పద్మావతి మహిళా అభ్యుదయ సంఘం నుండి మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ మొహన్ గారు, ఎస్ఎల్ఎఫ్ లీడర్స్, చేంజ్ ఏజెంట్స్ మరియు ఆరోగ్య కార్యకర్తలు హాజరయ్యారు.

ఈ సమావేశాన్ని ఉద్దేశించి సి.ఎస్. రెడ్డి గారు పట్టణ ప్రాంతాల్లో పోషణ కార్యక్రమము అమలు చేసిన తీరు మరియు వచ్చిన ఫలితాలు సరైన సమయములో గర్భిణీగా అంగన్వాడి నందు నమోదు మరియు సేవలు పొందుట, ఆహార ఆచార వ్యవహారాల్లో మార్పులు, గర్భిణీ అయిన నాటి నుండి 1000 రోజుల ప్రాముఖ్యత, తల్లి పాలు

యొక్క ప్రాముఖ్యత, అనుబంధ ఆహారముపై అవగాహన లాంటి కార్యక్రమాలు స్వయం సహాయ సంఘాలను భాగస్వాములుగా చేసుకొని చేయడము ఇందుకొరకు సహకరించిన అందరికి ఏపిమాస్ తరుపున ధన్యవాదములు తెలియచేయడం జరిగింది.

ఈ మార్పు ప్రాజెక్ట్ ఫలితాలను శ్రీమతి పద్మావతి గారు వివరిస్తూ ముందుగా తెలుగు రాష్ట్రాలలో తల్లి బిడ్డల పోషణ పరిస్థితి, పట్టణ నిరుపేద మహిళల మరియు చిన్నారుల పోషణ పరిస్థితి, తల్లుల పోషక స్థాయి పెంచటానికి పొదుపు సంఘాల అవసరము గురించి వివరిస్తూ పట్టణ ప్రాంతాలలో సంఘాలు మరియు సమాఖ్యల సంస్థాగత నిర్మాణం, ఆ వేదికల ద్వారా మార్పు సిద్ధాంతం (టీఓసి), మార్పు - వ్యూహాలు, మార్పు - కార్యక్రమాలు మరియు సాధనాలు, వినూత్న అవగాహనా పద్ధతులు - ఆరోగ్య బంధనం, పెరటి తోటలు, గుప్పెడు బియ్యం, స్టిక్కర్లు మరియు గాజులు, మార్పు కార్యకర్తలకి బాడ్జెస్, మార్పు పథకంలో సంస్థల పరంగా నేర్చుకున్న అంశాల గురించి వివరిస్తూ ముందుగా సంఘాలు మరియు మాతా శిశు ఆరోగ్యము పోషణ మీద పని చేస్తున్న సంస్థలతో సమన్వయముతో పని చేస్తూ వారికి అవసరమైన శిక్షణలు ఇస్తూ వారి సమావేశాలను వేదికలుగా చేసుకొని వివిధ సేవల పట్ల అవగాహన కలిపించి వాటిని అందించుచుకోవటానికి సేవలందించే వ్యవస్థల జవాబుదారీతనం / బాధ్యతని కూడా పెంచే విధంగా (ఐరన్ మరియు ఫోలిక్ యాసిడ్, కాల్షియం మాత్రలు, త్వరగా నమోదు, అంగన్వాడి సెంటర్లో ఇచ్చే భోజనం, ఆసుపత్రిలో కాన్పులు, వ్యాధినిరోధక టీకాలు) తీర్చిదిద్ది ఈ కార్యక్రమాలను మార్పు కార్యకర్తలు మరియు సంఘాల లీడర్లు సుస్థిరంగా ముందుకు తీసుకువెళ్ళటానికి చర్యలు తెలుసుకొంటున్నారని తెలియచేశారు.

సహనంతో వేచివుండే వారికి సకలం సమకూరుతాయి

సహాభాగస్వాముల సమన్వయంలో నేర్చుకున్న అంశాలు

- ⇨ ప్రభుత్వ సేవల వ్యవస్థ మరింత బాధ్యతాయుతం
- ⇨ ఇతర ప్రాంతాలకి కూడా పథకాన్ని విస్తరించాలని, జిల్లాలలోని పట్టణ సమాఖ్యల లీడర్లకి మార్పు పథకం గురించి అనుభవ పూర్వకంగా తెలియచేయాలని, ఇప్పుడున్న ప్రోగ్రామ్లో ప్రవర్తనలో మార్పు వ్యూహాలని చేర్చాలని ప్రభుత్వం నుండి అభ్యర్థనలు వస్తున్నాయి.
- ⇨ మొట్టమొదటి నుండి కూడా మార్పు పథకానికి ప్రభుత్వం నుండి మంచి సహకారం లభించింది. అన్నీ స్థాయిలలో సహా భాగస్వాములతో సమన్వయం పాటించటం వలన సమన్వయం బాగా దృఢపడింది.
- ⇨ కమ్యూనిటీ మరియు ప్రభుత్వం మధ్య సమన్వయం వలన సంఘ సభ్యుల్లో నాయకత్వ మరియు ప్రభుత్వ సేవలపై బేరసారాలు చేసే నైపుణ్యాలు పెంపొందాయి.

కుటుంబ పరమైన ప్రవర్తనల గురించి నేర్చుకున్న అంశాలు

- ⇨ అపోహలు, అడ్డంకులని తొలగించి ప్రవర్తనలలో మార్పు తీసుకురావటానికి నిరంతర కౌన్సెలింగ్ ప్రక్రియ చాలా ఉపయోగపడింది
- ⇨ అత్తలు, భర్తల ప్రవర్తనలో మార్పు తీసుకురావడం వలన మెరుగైన ఫలితాలు సాధించవచ్చు
- ⇨ బాగా పాతుకుపోయిన అపోహలని, మూఢనమ్మకాలని తొలగించటానికి తోటివారి ద్వారా నేర్పించే “పాసిటివ్ డీవియన్స్” టెక్నిక్ చాలా ఉపయోగపడుతుంది
- ⇨ ఒకే విధానము ద్వారా కాకుండా వివిధ విధానాల ద్వారా విషయాలని తెలియచేసినప్పుడు వారు త్వరగా అర్థం చేసుకోవటానికి మరియు ప్రవర్తనలలో మార్పు తీసుకు రావటానికి అవకాశం ఎక్కువ ఉంటుంది
- ⇨ వేడుకలు ప్రచారాలు, నిరూపణ ప్రదర్శనలు, వినోద భరితమైన అభ్యసనల పద్ధతులు కమ్యూనిటీ నిమగ్నం చేయగల శక్తివంతమైన విధానాలు అమలు
- ⇨ స్వయం సహాయక సంఘాల వేదికల ద్వారా సహకారాన్ని అందుకున్న మహిళల పట్ల కుటుంబ సభ్యుల ఆదరణ పెరిగింది
- ⇨ లింగపరమైన అంశాలని అర్థం చేసుకోవటం వలన

స్త్రీలలో స్వయం ప్రతిపత్తి పెరగటమే కాకుండా వారిపట్ల కుటుంబ సభ్యుల శ్రద్ధ, సహకారం కూడా పెరిగింది.

పై కార్యక్రమాలన్నీ సామర్థ్యాలు పెంపులో భాగంగా వివిధ సాంకేతిక పద్ధతులు, రీడింగ్ మెటీరియల్, ర్యాలీలు మరియు క్యాంపెన్లు ఉపయోగించి కమ్యూనిటీకి దగ్గరగా సులభంగా అర్థం అయ్యేవిధంగా చేయడం జరిగింది.

మార్పు ప్రాజెక్ట్ ఫలితాలు

- ⇨ ఆరోగ్య కార్యకర్తలు మరియు సంఘ సభ్యుల భాగస్వామ్యములో గృహ సందర్శనలు జరిగాయి.
 - ⇨ గర్భిణీ మరియు బాలింతలు వైవిధ్యమైన ఆహారము తీసుకుంటున్నారే అవగాహన కలిగి ఉన్నారు.
 - ⇨ గర్భిణీ మరియు బాలింతలు రోజులో కనీసం 8 గంటలు నిద్రపోవుచున్నారు.
 - ⇨ గర్భిణీ మరియు బాలింతలు ప్రాజెక్ట్ అమలు అయిన ప్రాంతాల్లో తమ ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నారు.
 - ⇨ గర్భిణీ మరియు బాలింతలు ఏమి తినాలో స్వయంగా ఎంచుకుంటున్నారు.
 - ⇨ పోషణ గురించి అవగాహన పెరగడం, లింగ అడ్డంకులు తగ్గడం మరియు ముందస్తుగా రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవడం వల్ల అంగన్వాడీ సేవల్ని మరింత మెరుగ్గా ఉపయోగించుకోవడం జరిగింది.
 - ⇨ ఆరోగ్య సంబంధిత నిర్ణయాలు స్వయంగా నిర్ణయం తీసుకోవడం పెరిగింది.
 - ⇨ ఆహార సంబంధిత నిర్ణయాలు స్వయంగా నిర్ణయం తీసుకోవడం పెరిగింది.
 - ⇨ ఎక్కువమంది మహిళలు అంగన్వాడీల నుంచి అనుబంధ పోషకాహారాన్ని ఉపయోగించుకుంటారు.
- పై వివరాలన్ని కరోనా విస్తృతంగా ఉన్నందువలన నిబంధనల ప్రకారము వేబినార్ ద్వారా మార్పు ఫలితాల వ్యాప్తిపై సమావేశము ఏర్పాటుచేసి ఈ పోషణ కార్యక్రమాన్ని ముందుకు తీసుకెళ్ళడానికి సహా భాగస్వాముల అభిప్రాయాలను తెలుసుకోవడం జరిగింది. ■

పిల్లల పోషకాహారానికి భారీగా నిధులు !

మహిళలు, 6-72 నెలల పిల్లలలో రక్తహీనత, పోషకాహార లోపాలను అధిగమించే క్రమంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం మరో ముందడుగు వేసింది. రాష్ట్ర మహిళాభివృద్ధి, శిశు సంక్షేమ శాఖకు భారీగా నిధులు పెంచాలన్న ప్రతిపాదనకు రాష్ట్ర మంత్రివర్గం ఆమోదం తెలిపింది. ప్రస్తుతం అమలులో ఉన్న వైఎస్ఆర్ అమృత హస్తం, మధ్యాహ్న భోజనం, బాలామృతం, వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ, బాల సంజీవని పథకాలను అన్నింటినీ ఒకే గొడుగు కిందకి తీసుకు వస్తూ 'వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ' 'వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ ప్లన్' పథకాలను నూతనంగా ప్రవేశ పెట్టేందుకు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి అధ్యక్షతన జరిగిన మంత్రివర్గ సమావేశం అంగీకరించిందిని రాష్ట్ర మహిళాభివృద్ధి, శిశు సంక్షేమ, వయో వృద్ధుల, విభిన్న ప్రతిభావంతుల శాఖ సంచాలకులు డాక్టర్ కృతికా శుక్లా తెలిపారు.



రాష్ట్రంలోని 8 సమీకృత గిరిజన అభివృద్ధి ప్రాంతాలలో (ఐటిడిఎ) ఉన్న 77 గిరిజన, సబ్ ప్లాన్ మండలాలలోని 52 ఐసిడిఎస్ ప్రాజెక్టులను కలుపుతూ 8,320 అంగన్ వాడీ కేంద్రాలలో వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ ప్లన్ పథకాన్ని ప్రారంభిస్తామన్నారు. 66,000 మంది గర్భిణీలు, బాలింతలకు రూ.87.12 కోట్ల ఖర్చుతో నెలకు 25 రోజుల పాటు అంగన్ వాడీ కేంద్రాలలో భోజనం అందిస్తామన్నారు. భోజనంతో పాటు ప్రతీ నెలా ఇంటికి ఇచ్చే పోషకాహార కిట్లో రెండు కిలోల మల్టీ గ్రెయిన్ ఆటా, అరకిలో వేరుశనగ చిక్కి, అరకిలో రాగి పిండి, అరకిలో బెల్లం, అరకిలో ఎండు ఖర్జూరాలు గ్రాములు ఉంటాయన్నారు.

36-72 నెలల వయసు కల 1,64,000మంది పిల్లలకు రూ.108.83 కోట్ల వ్యయంతో అంగన్ వాడీ

కేంద్రాలలో భోజనం వడ్డిస్తారన్నారు. ఆరు నుండి 36 నెలల వయస్సు కలిగిన పిల్లలకు రూ.111.60 కోట్ల వ్యయంతో ప్రతీ నెలా ఇంటికి ఇచ్చే పోషకాహార కిట్లో భాగంగా నెలకు 2.5 కిలోల బాలామృతం, 30 కోడిగుడ్లు, ఆరు లీటర్ల పాలు పావు పంపిణీ చేస్తామని డాక్టర్ కృతికా శుక్లా వివరించారు. ఈ క్రమంలో 3.80 లక్షల మంది కోసం రూ. 307.55 కోట్లు వ్యయం చేయనున్నామన్నారు.

77 గిరిజన మండలాలు మినహా రాష్ట్రంలోని మిగిలిన అన్ని మండలాలలో వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ పథకం అమలు చేయనుండగా, రాష్ట్రంలోని 47,287 అంగన్ వాడీ కేంద్రాలలోని గర్భిణీలు, బాలింతలు, పిల్లలకు పోషణ పరంగా లబ్ధి చేకూరనుందని సంచాలకులు పేర్కొన్నారు. 5,80,000 మంది గర్భిణీలు, బాలింతలకు రూ. 591.60 కోట్ల వ్యయంతో అంగన్ వాడీలలో నెలకు 25 రోజుల పాటు పూర్తిగా వండి పెట్టే భోజనంతో పాటు ప్రతి నెల ఇంటికి పోషకాహార కిట్ను సైతం అందిస్తామన్నారు.

36 నుండి 72నెలల వయస్సు కలిగిన 7,06,000 మంది పిల్లల కోసం రూ. 296.52 కోట్ల వ్యయంతో అంగన్వాడీ కేంద్రాలలోనే భోజనం అందించటం జరుగుతుందన్నారు. ఆరు నుండి 36 నెలల 13.50 లక్షల మంది చిన్నారులకు ప్రతి నెల రూ. 667.44 కోట్ల

వ్యయంతో ప్రతీ నెలా ఇంటికి ఇచ్చే పోషకాహార కిట్లో రెండున్నర కిలోల బాలామృతం, 25 కోడిగుడ్లు, 2.5 లీటర్ల పాలు అందిస్తామని డాక్టర్ కృతికా శుక్లా వివరించారు. మొత్తంగా 26,36,000 మంది కోసం రూ. 1555.56 కోట్లు వ్యయం చేయనున్నామన్నారు.

అంగన్వాడీ కేంద్రాల ద్వారా ప్రస్తుతం అమల్లో ఉన్న అనుబంధ పోషకాహార కార్యక్రమాలకు, నూతనంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెడుతున్న వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ,



వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ ప్లస్ కార్యక్రమాలకు పలు వ్యత్యాసాలు ఉన్నాయని, ప్రస్తుతం అనుబంధ పోషకాహారం కార్యక్రమానికి అమలుకు రూ.1360.75 కోట్లు ఖర్చు చేస్తుండగా, అదనంగా రూ.502.36 కోట్లు జత చేస్తూ మొత్తం రూ.1863.11 కోట్లను పోషకాహారం కోసం ఖర్చు చేసేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయించినదన్నారు. గర్భిణీ, బాలింతలలో కేవలం రక్తహీనత ఉన్న వాళ్ళకి మాత్రమే కాకుండా ఈ విడత గర్భిణీ, బాలింతలు అందరికీ పోషకాహార కిట్ను ఇంటికి ఇచ్చే విధంగా నిర్ణయించడం జరిగిందన్నారు. గతంలో బాల సంజీవిని కార్యక్రమం కింద కేవలం రక్తహీనతతో ఉన్న గర్భిణీ, బాలింతలకు మాత్రమే పోషకాహార కిట్ ఇచ్చేవారు. గర్భిణీ, బాలింతలకు అంగన్ వాడీ కేంద్రాలలో వండి పెట్టే భోజనంలో ఇంతకుముందు ప్రతిరోజు 50 గ్రాములు కూరగాయలుండేవి. రక్తహీనతను నివారించే క్రమంలో అలాగే ఐరన్ సమృద్ధిగా లభించే ఆకుకూరలు అందించాలనే ఉద్దేశంతో ఇప్పుడు నిత్యం 125 గ్రాముల ఆకుకూరలు ఉండేలా నిర్ణయించడం జరిగింది.

36-72 నెలల పిల్లలకు కూడా మధ్యాహ్న భోజనంలో అంగన్వాడీ కేంద్రాల ద్వారా అనునిత్యం ఇచ్చే 25 గ్రాముల కూరగాయలను 42 గ్రాములకు పెంచడం జరిగింది. బాల సంజీవిని కార్యక్రమం ద్వారా కేవలం పోషకాహార లోపంతో ఉన్న షెడ్యూల్ కులాల, షెడ్యూల్ తెగల ప్రాంతాల లోని అంగన్వాడీ కేంద్రాలలో మాత్రమే పిల్లలకు గుడ్లు, పాలు ఇచ్చే వారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ పథకం ద్వారా రాష్ట్రంలోని అంగన్వాడీ కేంద్రాలలో నమోదైన 36-72 నెలల పిల్లలందరికీ పోషణ స్థితితో సంబంధం లేకుండా ప్రతిరోజు 100 మిల్లి లీటర్ల పాలు, ఒక గుడ్డు 25 రోజులకు ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు.

6-36 నెలల పిల్లలకు వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ పథకం ద్వారా నెలకు 25 గుడ్లు, 2.5 లీటర్ల పాలు ఇవ్వనుండగా గతంలో షెడ్యూల్ కులాల, షెడ్యూల్ తెగల ఆవాసాలలోని అంగన్ వాడీ కేంద్రాలలో మాత్రమే ఈ సదుపాయం ఉండేది. మిగిలిన ప్రాంతాలలో ఉండే పిల్లలకు కేవలం నెలకు 8 గుడ్లు మాత్రమే అందేవి. ఇప్పుడు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పిల్లలందరికీ గుడ్లు, పాలు అందించాలని నిర్ణయించింది.

ప్రస్తుతం అమల్లో ఉన్న పోషక ఆహార కార్యక్రమాన్ని పరిశీలిస్తే రక్తహీనత ఉన్న గర్భిణీ బాలింతలు, పోషకాహార లోపంతో ఉన్న పిల్లలు, సాధారణ పోషణ స్థితిలో ఉన్న మహిళలు, పిల్లలు... ఇలా భిన్నమైన రీతిలో ఉన్నాయి.

ఈ నేపథ్యంలో రక్తహీనత, పోషకాహార లోపాలను రూపుమాపేందుకు ఐరన్, ప్రోటీన్, శక్తినిచ్చే ఆహారాన్ని అందరూ గర్భిణీ, బాలింతలకు అందించటంతో పాటు 6-36, 36-72 నెలల వయసు పిల్లలందరికీ ఒకే రకమైన పోషకాహారం అందించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ, వైఎస్ఆర్ సంపూర్ణ పోషణ ప్లస్ పథకాలను ప్రవేశపెడుతూ నిర్ణయం తీసుకుందని రాష్ట్ర మహిళాభివృద్ధి, శిశు సంక్షేమ, వయో వృద్ధుల, విభిన్న ప్రతిభావంతుల శాఖ సంచాలకులు డాక్టర్ కృతికా శుక్లా తెలిపారు. పోషకాహార లోపాన్ని రక్తహీనతను రూపుమాపాలన్నదే ప్రభుత్వ ధ్యేయమన్నారు. ■

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

రైతులకు రక్షణగా ఎఫ్పీసీలు !

తెలంగాణలో అన్నదాత ఆదాయం పెంచిన 15 కంపెనీలు ... 'సెస్' సర్వే వెల్లడి

పంటల సాగులో, మార్కెటింగ్లో ఫార్మర్స్ ప్రొడ్యూసర్ కంపెనీస్ (ఎఫ్పీసీ) రైతులకు శ్రీరామరక్ష అని, వీటి ద్వారా రైతు ఆదాయం గణనీయంగా పెరుగుతుందని సెంటర్ ఫర్ ఎకనమిక్ అండ్ సోషల్ స్టడీస్ (సెస్) నిర్వహించిన సర్వేలో తేలింది. ప్రభుత్వం వీలైనంత ఎక్కువగా ఎఫ్పీసీలను ప్రోత్సహించాలని సూచించింది. రాష్ట్రంలో ఎఫ్పీసీల అవశ్యకత, రైతులకు కలిగే లాభాలపై సెస్ సర్వే నిర్వహించింది. రాష్ట్రంలో సుమారు 142 ఎఫ్పీసీలు ఉండగా వీటి కార్యకలాపాలను పరిశీలించింది. రైతులందరికీ ఎఫ్పీసీలపై అవగాహన కల్పించడంతో పాటు సభ్యులుగా చేరేలా ప్రోత్సహించాలని సూచించింది. దీంతో రైతుల ఆదాయాన్ని పెంచే అవకాశం ఉన్నదని తెలిపింది.

సభ్యులైన రైతులకు పెట్టుబడి తగ్గడంతో పాటు ఆదాయం ఎక్కువగా ఉన్నది. ఈ కంపెనీలు రైతులతో ముందుగా చేసుకున్న ఒప్పందం ప్రకారం మెరుగైన ధర ఇచ్చి పంటలను కొనుగోలు చేస్తాయి. పంటలకు నష్టం వచ్చినా కంపెనీలే భరిస్తాయి. సభ్యులకు విత్తనాలు, ఎరువులు అందించడంతో పాటు సాగులోనూ మెళకువలు నేర్పిస్తాయి. రాష్ట్రంలో 15 ఎఫ్పీసీల ద్వారా రైతులు లాభాలు గడించి నట్టు సర్వేలో తేలింది. తెలంగాణలో కరీంనగర్ మిల్క్ ప్రొడ్యూసర్ కంపెనీ లిమిటెడ్, చేతన ఆర్గానిక్ అగ్రికల్చర్ ప్రొడ్యూసర్ కంపెనీ విజయవంతమైన ఎఫ్పీసీలుగా సర్వేలో గుర్తించారు. ఆ తర్వాత కొడంగల్ ఎఫ్పీసీఎల్, అంగడిరాయ్చూర్ ఎఫ్పీసీఎల్, హస్తాబాద్ ఎఫ్పీసీఎల్లో రైతుల ఆదాయం మెరుగ్గా ఉన్నదని సెస్ పేర్కొన్నది.

ఎఫ్పీసీలతో లాభాలు

రైతుల పెట్టుబడి వ్యయం తగ్గడంతో పాటు ఆదాయం పెరుగుతుంది. అవసరమైన విత్తనాలు, ఎరువులను సదరు

కంపెనీనే సరఫరా చేస్తుంది. ఎఫ్పీసీల్లో సభ్యులైతే ఉమ్మడిగా ఒక యూనిట్గా రుణాలు పొందవచ్చు. కర్ణాటక, మధ్యప్రదేశ్, తమిళనాడు, పశ్చిమబెంగాల్లో ఎఫ్పీసీల విధానం విజయవంతంగా కొనసాగుతున్నది. తెలంగాణ కూడా ఎఫ్పీసీలను ప్రోత్సహించాల్సి ఉన్నది.

సర్వేలోని మరిన్ని విషయాలు

- ⇒ రైతుల్లో అవగాహన లేకపోవడం, ఇతర కారణాల వల్ల రాష్ట్రంలో ఎఫ్పీసీల కార్యకలాపాలు చాలా తక్కువ స్థాయిలో కొనసాగుతున్నాయి. రైతులకు అవగాహన కల్పించడంతో పాటు ఎఫ్పీసీల రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియను సులభతరం చేయాలి.
- ⇒ ఎఫ్పీసీలు బ్యాంకులు, వివిధ ఆర్థిక సంస్థల నుంచి 12-16 శాతం అధిక వడ్డీతో రుణాలు పొందుతున్నాయి. స్వయం సహాయక సంఘాలకు 3 శాతం వడ్డీతో ఇచ్చే పథకాలను ఎఫ్పీసీలకు కూడా విస్తరించాలి.
- ⇒ చాలా ఎఫ్పీసీలు ఆర్థిక రిటర్నులను దాఖలు చేయడం లేదు. వీటిపై చర్యలు తీసుకోవాలి.
- ⇒ కర్ణాటక, తమిళనాడు, మధ్యప్రదేశ్ రాష్ట్రాల తరహాలో తెలంగాణ కూడా ఎఫ్పీసీల ఏర్పాటుకు అవసరమైన ఆర్థిక, ప్రాసెసింగ్ యూనిట్ల ఏర్పాటు వంటి అంశాల్లో సహకరించాలి.
- ⇒ రాష్ట్రంలోని అన్ని ఎఫ్పీసీలను ఈ-నామ్ (ఎలక్ట్రానిక్ మార్కెటింగ్)తో అనుసంధానం చేయాలి. ప్రస్తుతం కేవలం 13 ఎఫ్పీసీలే అనుసంధానమైన ఉన్నాయి. వీటి కార్యకలాపాలు కూడా ఇంకా ప్రారంభం కాలేదు.

(నమస్తే తెలంగాణ సౌజన్యంతో)

కోవిడ్-19 నివారణ : ఎన్ జి ఓ ల పాత్ర మార్గదర్శకాలను రూపొందించిన ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం

ప్రస్తుత పరిస్థితులలో ఎన్జీఓలు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు కోవిడ్-19 వైరస్ వ్యాప్తి నివారణ చర్యలలో పాల్గొనవచ్చు. దానికి మీరు చేయవలసిన కార్యక్రమాలు :

- ⇨ కోవిడ్-19 వైరస్ పై ఖచ్చితమైన సమాచారాన్ని తెలుసుకోండి. ఇది ఇతరులకు అందజేయండి.
- ⇨ వైరస్ నివారణకు చేతి శుభ్రత, వ్యక్తిగతశుభ్రత, భౌతికదూరం పాటించడం లాంటి ప్రవర్తనలను ప్రజలకు ఆచరించమని చెప్పండి.
- ⇨ కోవిడ్-19 అనుమానిత కేసు ద్వారా, లేదా నిర్ధారిత కేసుల ద్వారా వైరస్ వ్యాప్తి జరగకుండా ప్రభుత్వం చేపట్టే నియంత్రణ చర్యలకు సహకరించండి.
- ⇨ ప్రజల్లో ఉన్న అపోహలను, భయాలను తొలగించే విధంగా వాస్తవిక సమాచారాన్ని అందుబాటులో ఉంచండి.
- ⇨ ప్రభుత్వం చేపట్టిన నివారణ కార్యక్రమాలకు ప్రజల మద్దతును కూడగట్టండి.
- ⇨ అణగారిన వర్గాల అవసరాలను తీర్చేందుకు ప్రభుత్వం చేపట్టే ఉపశమన చర్యలను అధికారులతో, ఇతర సంస్థలతో కలిసి వారికి చేరువయ్యేలా చూడండి. ముఖ్యంగా గర్భిణీ స్త్రీలు పిల్లల అవసరాలు తీర్చేలా స్థానికంగా పని చేయండి.

ఇంటి నుండి బయటకు వచ్చేటప్పుడు ఖచ్చితంగా మాస్కు ధరించండి. ఇతరులను ధరించమనండి

ఏమి తెలియజేయాలి / వివరించాలి ?

వాస్తవాలు తెలియజేయండి : ప్రభుత్వం అందించే వాస్తవ సమాచారాన్ని సరైన సమయానికి ప్రజలకు చేరవేయాలి. ఎవరికైనా కోవిడ్-19 వైరస్ సోకినట్లు అనుమానం కలిగితే ఏం చేయాలో స్పష్టమైన సూచనలు ఇవ్వండి. కోవిడ్ వైరస్ వ్యాప్తిని మరియు ఇన్ఫెక్షన్ ను నివారించడానికి ప్రభుత్వం అందిస్తున్న విశ్వసనీయమైన సమాచారాన్ని ప్రజలకు తెలియజేయాలి.

భయాలను తొలగించండి : ప్రజల కోసం ప్రభుత్వం చేస్తున్న ప్రయత్నాలను, చర్యలను వివరించండి. కోవిడ్-19 వైరస్ వ్యాప్తిని అరికట్టడానికి ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న నివారణ చర్యలను ప్రజలకు స్పష్టంగా తెలియజేయండి.

ప్రజలు తీసుకోవాల్సిన సురక్షితమైన చర్యలపై అవగాహన కల్పించండి :

పోస్టర్లు, సామాజిక మాధ్యమాల్లో పోస్టులు, కరపత్రాలు, తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలకు సమాధానాలు మొదలైనవి ఉపయోగించండి. వైరస్ ను నివారించడానికి ప్రజలు తీసుకోవలసిన చర్యలపై (పరిశుభ్రత, నివారణ) అవగాహన కలిగించాలి. ఎప్పుడు పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఎక్కడ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి, ఏదైనా సహాయం లేదా సమాచారం అవసరమైతే ఎవరికి ఫోన్ చేయాలి తదితర విషయాలన్నీ ప్రజలకు తెలిసేలా చేయాలి. ప్రభుత్వం ఉచితంగా అందించిన మాస్కులు బయటకు వెళ్ళిన ప్రతిసారీ, తప్పనిసరిగా ధరించాలనీ, తిరిగి ప్రతిరోజు ఆ మాస్కును శుభ్రం చేయాలని అవగాహన కలిగించాలి.

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

కోవిడ్ - 19 నివారణ

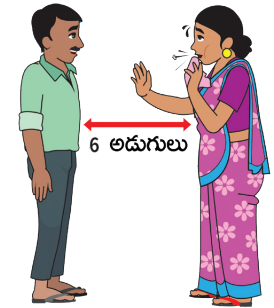
స్వయం సహాయక బృందాల పాత్ర మరియు బాధ్యతలు



కోవిడ్ - 19 నియంత్రణలో స్వయం సహాయక బృందాల పాత్ర

స్వయం సహాయక బృందాల కోవిడ్-19 నియంత్రణ చర్యల్లో ఈ విధంగా పాల్గొనవచ్చు:

- ▶ సరైన సమాచారాన్ని తెలుసుకోవడం, దాన్ని ఇతరులకు అందించడం.
- ▶ ఇంటి నుండి బయటకు వచ్చేటప్పుడు ఖచ్చితంగా మాస్కు ధరించండి. మీ సంఘ సభ్యులతో పాటు వారి కుటుంబ సభ్యులు కూడా మాస్కులు ధరించమని తెలియజేయండి.
- ▶ కోవిడ్-19 వైరస్ వ్యాప్తిని అరికట్టడానికి చేతి శుభ్రత, వ్యక్తిగత శుభ్రత, భౌతిక దూరం పాటించడం, ఇంటికి పరిమితం అయి ఉండడం మొదలైన వాటిని విస్తృతంగా ప్రచారం చేయడం. దీనికి సామాజిక మాధ్యమాలను ఉపయోగించండి.
- ▶ విశ్వసనీయమైన సమాచారం, అంటే ప్రభుత్వ శాఖల ద్వారా వచ్చిన సమాచారాన్ని మాత్రమే ఉపయోగించండి. ప్రజల్లో ఉన్న అపోహలను, భయాలను తొలగించే విధంగా వాస్తవిక సమాచారాన్ని అందుబాటులో ఉంచండి.
- ▶ ప్రభుత్వం చేపట్టిన నివారణ కార్యక్రమాలకు ప్రజల మద్దతును కూడకట్టండి. కోవిడ్-19 అనుమానిత కేసు ద్వారా, లేదా నిర్ధారిత కేసుల ద్వారా వైరస్ వ్యాప్తి జరగకుండా ప్రభుత్వం చేపట్టే నియంత్రణ చర్యలకు సహకరించండి.
- ▶ అణగారిన వర్గాల అవసరాలను తీర్చేందుకు ప్రభుత్వం చేపట్టే ఉపశమన చర్యలను అధికారులతో, ఇతర సంస్థలతో కలిసి వారికి చేరువయ్యేలా చూడండి. ముఖ్యంగా గర్భిణీ స్త్రీలు పిల్లల అవసరాలు తీర్చేలా స్థానికంగా పని చేయండి.
- ▶ ప్రజల అవసరమైన అవసరాలను తీర్చేందుకు ప్రభుత్వం చేపట్టే ఉపశమన చర్యలను అధికారులతో, ఇతర సంస్థలతో కలిసి అవసరమైన వారికి చేరువయ్యేలా చూడండి.



ఏమి తెలియజేయాలి/ వివరించాలి?

వాస్తవాలు తెలియజేయండి: ప్రభుత్వం అందించే వాస్తవ సమాచారాన్ని సరైన సమయానికి ప్రజలకు చేరవేయాలి. ఎవరికైనా కోవిడ్-19 వైరస్ సోకినట్లు అనుమానం కలిగితే ఏం చేయాలో స్పష్టమైన సూచనలు ఇవ్వండి. కోవిడ్ వైరస్ వ్యాప్తిని మరియు ఇన్ఫెక్షన్ ను నివారించడానికి ప్రభుత్వం అందిస్తున్న విశ్వసనీయమైన సమాచారాన్ని ప్రజలకు తెలియజేయాలి.

భయాలను తొలగించండి: ప్రజల కోసం ప్రభుత్వం చేస్తున్న ప్రయత్నాలను, చర్యలను వివరించండి. కోవిడ్-19 వైరస్ వ్యాప్తిని అరికట్టడానికి ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న నివారణ చర్యలను ప్రజలకు స్పష్టంగా తెలియజేయండి.



ప్రజలు తీసుకోవాల్సిన సురక్షితమైన చర్యలపై అవగాహన కల్పించండి: పోస్టర్లు, సామాజిక మాధ్యమాల్లో పోస్టర్లు, కరపత్రాలు, తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలకు సమాధానాలు మొదలైనవి ఉపయోగించండి. వైరస్ ను నివారించడానికి ప్రజలు తీసుకోవలసిన చర్యలపై (పరిశుభ్రత, నివారణ) అవగాహన కలిగించాలి. ఎప్పుడు పరీక్షలు చేయించుకోవాలి, ఎక్కడ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి, ఏదైనా సహాయం లేదా సమాచారం అవసరమైతే ఎవరికి ఫోన్ చేయాలి తదితర విషయాలన్నీ ప్రజలకు తెలిసేలా చేయాలి. ప్రభుత్వం ఉచితంగా అందించిన మాస్కులు బయటకు వెళ్ళిన ప్రతిసారీ, తప్పనిసరిగా ధరించాలనీ, తిరిగి ప్రతిరోజు ఆ మాస్కు ను శుభ్రం చేయాలి.

నాబార్డ్ కొత్త సి జి ఎం లు శ్రీ కృష్ణారావు (టి ఎస్), శ్రీ సుధీర్ జన్నావర్ (ఏ పి)లకు ఆత్మీయ స్వాగతం!



తెలంగాణ సి జి ఎం శ్రీ వై. కృష్ణారావుతో ఏపిమాన్ సి ఇ ఓ శ్రీ సి ఎస్ రెడ్డి, సాధికారత ఫౌండేషన్ ఎం డి శ్రీ పాపిరెడ్డి విశ్రాంత సి జి ఎం శ్రీ మోహనయ్య ఆధ్వర్యంలో ఇద్దరు కొత్త సి జి ఎం లకు విశ్రాంత ఉద్యోగుల స్వాగతం



తలుపుల, కంబాలరాయుడు, నల్లమాడ ఎఫ్ పి ఓల పాలకవర్గ సమావేశాలు



నిమ్మనపల్లి ఎఫ్ పి సి చే కరోనా నివారణ చర్చలకోసం ఎస్ ఐ కి స్ట్రీయర్ అందజేత

ఓ డి సి క్లస్టర్ గాజుకుంట్లపల్లి గ్రామంలో రైతులతో రాత్రి సమావేశం

బట్వాడా కాకపోతే దయచేసి ఈ చిరునామాకు తిప్పిపంపండి

ఎడిటర్, ఏపిమాన్ కార్యాలయం, ప్లాట్ నెం.11-12, హుడా కాలనీ, తానీషా నగర్, శ్రీమ్ వ్యాలీ దగ్గర, మణికోండ, రంగారెడ్డి జిల్లా, హైదరాబాదు-500089