

మన త్తెలుగురణ



ప్రాదరాబాద్ | సంపుటి 9 | సంచిక: 135 | బుధవారం | 4 సప్టెంబర్, 2020

పేజీలు : 12 | వెల రూ. 5.00

Published from: Hyderabad, Karimnagar, Warangal, Khammam, Nalgonda, Mahabubnagar, Nizamabad

100% నాయైత - BIS 916 హోల్డ్ మార్క్



మావద్ద కొనమని చెప్పడం లేదు!

ఎక్కడ నగలు కొనాలనుకున్నా కానీ, మీ లలితా జ్యువెల్లరీలో ధరలు పోల్చి చూడమని చెబుతున్నా.

ఎలాంటి దాపరికం లేకుండా ధరలు చెక్ చేసేందుకు ఏ పోరూంవారైనా 'ఎష్టిమేట్ ఫ్లాప్' ఇస్తున్నారా? నగను థాటో తీసుకునేందుకు అనుమతిస్తున్నారా? ఫాన్సీ లేదు.

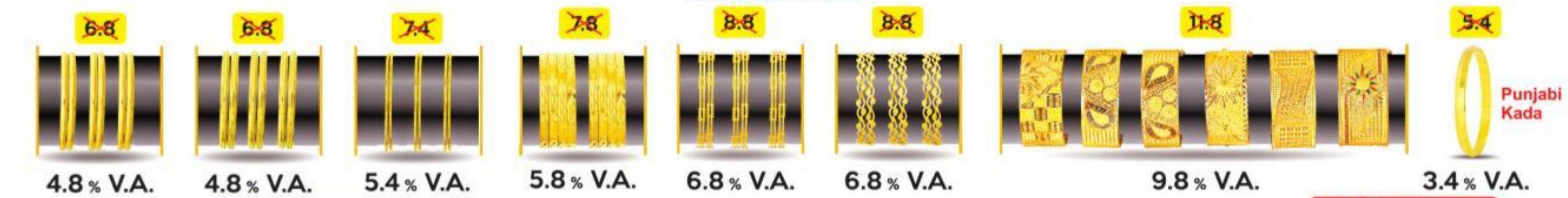
బంగారం రేటు, రాయతీ ఆఫర్లు, ఉచిత బహుమతులు.. వీటిని చూసి తికమకపడకండి. మీరు ఎంత డబ్బు ఇస్తున్నారు.. అందుకు ఎన్ని గ్రాముల బంగారం లభిస్తోంది..

వీటినే ప్రధానంగా చూడండి. ఏ పోరూంలో అధిక గ్రాముల బంగారం లభిస్తోందో చెక్ చేయండి. మొబైల్ లో కాలుక్కులేటర్ ఉంది. పోరూంలోనే లెక్కగట్టండి.

మీరు కష్టపడి సంపాదించిన డబ్బుండి. ఎవరు ఏం చెప్పినా నమ్మకండి, నేను చెప్పినా కూడా! మీరే పోల్చి చూడండి. డబ్బును అదా చేయడం కూడా సంపాదించడంతో సమానం!

ధరలు పోల్చి చూడకుండా నగలు కొనడం 'పర్సెన్' కాదండి.. 'మిస్ట్రెక్'!

గ్రామలు



చెయ్యినలు

6.4	4.4 % V.A.
6.8	4.8 % V.A.
6.8	4.8 % V.A.
7.8	5.8 % V.A.



11.8

ఈ సెక్టన్లోని అన్ని సెక్టన్, పోరం తరువాత (V.A.) 9.8 % మాత్రమే!



15.4

ఈ సెక్టన్లోని అన్ని సెక్టన్, పోరం, జమ్ములకు తరువాత

13.4 % మాత్రమే!

మా విష్ణుతత్త్వాని నగల్లో ఇవి ఒక భాగం మాత్రమే! ఇలాంటి లక్షలాడి డిజైన్సు మార్కెట్లో కంటే తక్కువ తరువాత మా పద్ద మాత్రమే లభిస్తుంది.

వజ్రాభరణాలు

ఒక క్యారెట్కు

రూ. 3000 తగ్గింపురూ. 46000 రూ. 43000!
సుంచి

V.A. only Rs.975 / Gram



MONEY SONG!

సూపర్హెట్ యానిమెషన్ పాటు..
చూసి అనందించండి!!<https://youtu.be/wAbut7esU5k>

బంగారు నగలు

మార్కెట్లోనే మా అతి తక్కువ తరువాత (V.A.) 10%

2% తగ్గింపు

Lalithaa®
లలితా జ్యువెల్లరీ
మార్కెట్ ప్రై. లిమిటెడ
www.lalithaa.jewellery.com

ప్రాదరాబాద్

సోమాజిగూడ

SBR సౌకర్య, రాజీవ్ గాంధి విద్యుత్ పాఠాలు

ఫోన్: 040 - 6748 6677.

PNR ఎంబైర్, KPHB ప్లాట్ స్టేషన్ సమీపం.

ఫోన్: 040 - 2384 2277 / 2200 / 2299.



మళ్ళీ గుజరాత్ ఆందోళన

రూ జస్టిన్‌లో గుజ్జర్ కోటా ఆందోళన మళ్ళీ రగులుకున్నది. రైత్లు సహా మొత్తం రవాణాను, దారులను ఆందోళనకారులు అడ్డుకుంటున్నారు. 2000కు పైగా బస్సులు ఆగిపోయాయి. ధీశ్వర్, ముంబై రైలు మార్గం మూతపడింది. ప్రయాణికులు తీవ్ర ఇబ్బందుల పాలవుతున్నారు. గతంలో పదుల మంది దుర్భరణానికి దారి తీసిన గుజ్జర్ ఉద్యమం ఇప్పుడు కూడా ప్రభుత్వ యంత్రాంగానికి అగ్ని పరీక్షగా మారింది. హిమ్మత్ సింగ్ నాయకత్వంలోని ఒక వర్గం ఆందోళనకారులతో ముఖ్య మంత్రి అశోక్ గెప్పోట్ ప్రభుత్వం కుదుర్చుకున్న ఒప్పందం ఫలించలేదు. 85 ఏళ్ళ క్రోర్ సింగ్ బెయిన్ స్లా సారథ్యంలోని గుజ్జర్ ఆరక్ష సంఘర్ష సమితి పోరాటం కొనసాగుతున్నది. ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలలో 5 శాతం రిజర్వేషన్ సంపూర్ణ అమలును ఆందోళనకారులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఆ కోటా కింద రావలసిన ఉద్యోగాలన్నింటికీ తక్క ఓమే నియామక ఉత్తర్వులు జారి చేసేంత వరకు పోరాటం విరమించేది లేదని వారు భీషించుకున్నారు. అంత వరకు రైలు పట్టాల మీదనే భోజనాలు చేసి నిద్రపోతామని ప్రకటించారు. తమ 5 శాతం రిజర్వేషన్ ను రాజ్యంగం 9వ షెడ్యూల్ లో చేర్పించాలని వారు పట్టుబడుతున్నారు. ఈ అంశం రాష్ట్రం చేతుల్లో లేదన్న విషయం తెలిసిందే. రాజ్యంగం 9వ షెడ్యూల్ లో చేర్చే చట్టాలు కోర్టులలో సవాలుకు అతీతంగా ఉండి శాశ్వతత్వాన్ని పొందుతాయి. తమిళనాడులో అమలవుతున్న 69 శాతం కోటాను ఈ షెడ్యూల్ లో చేర్చారు. అది పార్లమెంటు ఆమోదంతో జరగవలసిన చర్య. అయితే ఈ షెడ్యూల్ లో చేర్చిన చట్టాలు ప్రాధమిక హక్కులకు భంగకరమైనవిగా ఉంటే వాటిపై న్యాయస్థానాలు విచారణ జరపవచ్చిని అవి కోర్టుల్లో సవాలుకు అతీతమైనవి కాబోవని సుప్రీంకోర్టు 9 మంది న్యాయమూర్ఖుల విస్తృత ధర్యానసం 1973 ఏప్రిల్ లో తీర్చు చెప్పింది. కానీ 9వ షెడ్యూల్ కొనసాగుతున్నందున దాని కింద రక్షణను కోరడమూ జరుగుతున్నది. హిమ్మత్ సింగ్ నాయకత్వంలోని గుజ్జర్ రిజర్వేషన్ కమిటీకి మంత్రివర్గ ఉప సంఘానికి కుదిరిన 14 అంశాల అంగీకారం ప్రకారం తాత్కాలిక ఉద్యోగ (ప్రాబేషన్) కాలాన్ని పూర్తి చేసుకున్న 1252 మంది సిబ్బంది కొలువులను క్రమబద్ధం చేయడానికి ప్రభుత్వం అంగీకరించింది. ఈ ఒప్పంద పత్రాలు చిత్తుకాగితాలతో సమానమని క్రోర్ సింగ్ బెయిన్ స్లా ఎద్దోవా చేశారు. ఈయన నాయకత్వంలో గతంలో గుజ్జర్లు, తదితర ఐదు అనుబంధ కులాల సంక్లేషమం కోసం దేవ్ నారాయణ్ యోజన పథకాన్ని సాధించుకున్నారు. ఈసారి అటువంటి ఆర్థిక ప్రోత్సాహాలకు తల ఒగ్గే ప్రస్తకి లేదని ఈ వర్గం పట్టుబడుతున్నది. పశువుల మందలను మేపుకునే సంచార వృత్తికి చెందిన గుజ్జర్లు మరి నాలుగు అనుబంధ కులాలు రాజస్థాన్ జనాభాలో 5 శాతం వరకు ఉంటారు. వీరు అస్సుశ్రేత అమానుషానికి గురైన వారు కానందున ఎస్సిలలో చేరరు. పూర్తి అదివాసీ స్థితిలో లేనందున ఎస్సిలెలు కారు. కానీ నిరుద్యోగం, పేదరికం అనుభవిస్తున్నందున అత్యంత వెనుకబడిన కులాలు(ఎంబిసి) గా వర్లీకరించి ప్రత్యేక కోటాను కల్పించాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. తమ జనాభా శాతం మేరకు 5 శాతం కోటా ఇవ్వాలంటూ వీరు 2008లో, 2015లో జరిపిన ఆందోళనలపై జరిగిన కాల్పుల్లో 30 మందికి పైగా చనిపోయారు. సుప్రీంకోర్టు విధించిన 50 శాతం కోటా హద్దుకు లోబడి 1 శాతం రిజర్వేషన్లు వీరు పూర్వం నుంచి అనుభవిస్తున్నారు. 5 శాతం కోటా ఇస్తే రాష్ట్రంలో రిజర్వేషన్లు 50 శాతం హద్దును దాటిపోతాయి. గత ప్రభుత్వాలు ఆ మేరకు కల్పించిన 5 శాతం కోటాను పైకోర్టు కొట్టి వేసింది. కేంద్రంలోని నరేంద్ర మౌద్ద ప్రభుత్వం ఆర్థికంగా వెనుకబడిన తరగతుల వారి(ఇడబ్బుయ్యెవ్స్) కి 10 శాతం కోటాను కల్పిస్తూ రాజ్యాంగాన్ని సవరించడంతో గుజ్జర్ కోటా కూడా చెల్లుబాటువుతుందని చెప్పి గెప్పోట్ ప్రభుత్వం గత ఏడాది చట్టం ద్వారా వీరికి 5 శాతం కోటాను ఇచ్చింది. అయితే అది సమగ్రంగా అమలు కావడం లేదన్నది ప్రస్తుత ఆందోళనకు మూల కారణం. గుజ్జర్కే చెందిన సచిన్ పైలెట్ తన 19 మంది ఎంఎల్ఎల్తో ప్రకటించిన తిరుగుబాటును విరమించుకొని తిరిగి కాంగ్రెస్‌లో చేరి గెప్పోట్ ప్రభుత్వానికి సహకరించడం ప్రారంభించిన తర్వాత గత సెప్టెంబర్‌లో ముఖ్యమంత్రికి ఈ సమస్యలై ఒక లేఖ రాశారు. గతంలో అంగీకరించిన దేవ్ నారాయణ్ సంక్లేషమం పథకం మూలబడిపోయిందని పోలీసు, పంచాయితీరాజ్, జైల్ గార్డులు, సెకెండ్ గ్రేడ్ పారశాల ఉపాధ్యాయులు మున్గు ఉద్యోగాల్లో గుజ్జర్లకు 5 శాతం కోటా అమలుకు నోచుకోడం లేదని అందులో పేర్కొన్నారు. అందుచేత ఈసారి 5 శాతం కోటా అమలుపై తిరుగులేని నిర్దయాలు తీసుకుంటేగాని గుజ్జర్లు శాంతించే సూచనలు కనిపించడం లేదు. సచిన్ పైలెట్ సహకారంతోనే, ఇతర చాకచక్కుమైన వ్యాపారాలు పాటించడం ద్వారానో ఈ సమస్యను పరిష్కరించుకోడం ముఖ్యమంత్రి గెప్పోట్కు క్లిప్పమైన పరీక్షగా మారవచ్చు.



బి.నర్స్‌న
9440128169

నివేదికలను గౌరవిస్తాయి. శాంతియతంగా సాగే దీని నిరసనలను ఎన్నో దేశాలు అడ్డు చెప్పాయి.

46 లక్ష్ ల మంది విచారణ భైదీలు దీనావస్తలో

ఉన్నారని తలిసిన క్షణం పిటర్ బెనెన్సన్ మనసు విలవిలలాడింది. బెనెన్సన్ ఇంగ్లాండులో న్యాయవాది. ముందుగా ఆయన ఈ సమస్యలై కొంత సమాచారం సేకరించి పత్రికలకు వ్యాసాలు రాశాడు. రాజకీయ, మతపరికళల్లో, కనితో అమానవీయంగా దేశ పౌరులను జైశ్లలో వేసి హింసించడం, అక్రమ కేసులు బినాయించి వారి బతుకులు బుగ్గి చేయడం అంగీకార యోగ్యం కాదు. కొన్ని లక్షల మంది ఇలా జైశ్లలో ఉన్నారు. రోజురోజుకూ వారి సంఖ్య పెరిగిపోతోందని ఆయన రాశారు. ఇదంతా 1961లో జరిగిన విషయం.

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఇలాంటి ఖైదీల నమాచారం, అవగాహన కలిగేలా కరవత్తాన్ని విడుదల చేశాడు. భావ స్వేచ్ఛను, మత స్వేచ్ఛను కాపాడేందుకు అంతర్జాతీయ స్థాయిలో ఓ శాస్త్రవ్యత వేదిక ఉండాలని ఆయన అభిలషించారు. చాలా పత్రికలు ఆయన ఉద్దేశానికి ప్రాచుర్యం ఇచ్చాయి. ఆ క్రమంలో 1961లోనే ప్రపంచ మానవ హక్కుల దినమైన అక్టోబర్ 12న పీటర్ బెనెన్సన్ తన చాంబర్నే అమ్మెస్టీ ఆఫీసుగా మార్చి వేశాడు.

నర పరా క్షీష చసిపడ. దా దశల్లో శాఖలు తెరచి స్వేచ్ఛ కామకుల మద్దతుతో అయి దేశాల మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనలను బయట పెడుతూ నివేదికలను ప్రభుత్వాలకు సమర్పించింది. అవసరమైన చోట వీధుల్లో అందోళనలు చేపట్టింది. ప్రభుత్వాలు మెచ్చినా, నొచ్చుకున్నా అమ్మణీ కార్యక్రమాలన్నీ దేశచట్టాల పరిధిలో శాంతియుతంగానే సాగుతాయి. దీని కృషికి గుర్తుగా 1977లో అమ్మణీ ఇంటర్వెషన్లోకు నోబెల్ శాంతి బహుమతి లభించింది. పీటర్ బినెన్సన్ 2005లో మరణించినా వివిధ దేశాల్లో అమ్మణీ శాఖలు

‘ఆమ్మెనీ’ తలుపులు మరాసిన కేంద్రం



“ మన దేశలో ఆమ్మణీ ఇండియా ఇంటర్వెన్షన్ల్ 2012లో మొదలైంది. బెంగళూరు కేంద్రంగా దీని కార్బూకలాపాలు కొనసాగుతున్నాయి. దేశంలో సుమారు 40 లక్ష ల మంది పొరుల మద్దతు దీనికుండని గత ఎనిమిదేళ్లగా సుమారు లక్ష మంది దాకా సంస్థను ఆర్థికంగా ఆదుకుంటున్నారని దీని వెబ్సైట్లో ఉంది. అయితే ఎలాంటి సమాచార మీయకుండా భారత ప్రభుత్వం ఆమ్మణీ ఇండియాకు సంబంధించిన బ్యాంకు ఖాతాలను ఈ సెప్టెంబర్ 10వ తేదీ నుండి స్తంభింపజేసింది. విదేశీ నిధుల సేకరణలో భారత చట్టాలను అతిక్రమించిందని దేశంలో ఆర్థిక నేరాల విచారణ సంస్థ అయిన ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ డైరెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు బ్యాంకు ఖాతాలు నిలిచి పోయాయి. సెప్టెంబర్ చివరలో ఆ సంస్థ మన దేశంలో అన్ని కార్బూకలాపాలను నిలిపిజేసింది.

కాగా మరోటి డిసెంబర్ 2019లో ధిక్కెల్లి జరిగిన అల్లర్లో పోలీసుల హక్కుల అతిక్రమణపై వచ్చాయి. ఈ రెండింటిలో కేంద్ర ప్రభుత్వం మానవ హక్కులను, మతవర్షా స్వేచ్ఛను కాలరాస్టోండని ఆ సంస్కరణ పేర్కొంది. దీంతో దేశంలో ఆమ్మెస్ట్రీ మనుగడ ప్రశ్నార్థకమైంది. ఆదాయ పన్ను శాఖలు ఈ సంస్కరు విరాళాలిచ్చే వారికి నోటీసులు పంపడం మొదలు పెట్టింది. వారి ఆదాయ ధ్రువీకరణలో ఎలాంటి తప్పిదం లేకున్నా విచారణ ఎదుర్కొనే పరిస్థితి రావడంతో దాతలు సంస్కరు దూరమయ్యారు.

పెరిగాయి. జూన్ 2019లో 'లా లెస్సేలా అనే రిపోర్టును విడుదల చేయడానికి ప్రైవేటు కాన్ఫరెన్సుకు అనుమతి నిరాకరించడం జరిగింది. ఇది విధి నిర్వహణలో భాగం చేసిన విచారణకు, చర్యలకు ఆమ్మేషీ దేశంలో తమికార్యకలాపాలు ఆపివేయడం పట్ల కేంద్ర హోదాభావ విస్మయం ప్రకటించింది.

సీనియర్ జర్లిస్టు, ఆకార్ పట్లో ఆమ్మేషీ భారత్ శాఖకు 2018 దాకా సుమారు ఆరేళ్లలో పాటు డైరెక్టర్గా పని చేశారు. ప్రస్తుతం రజల్ ఫోస్టా సీనియర్ డైరెక్టర్గా సంస్ బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. మానవ హక్కుల పరిరక్షణకోసం మా చిన్న చిన్న కార్యకలాపాలు సైతం రుచించక, మా ప్రశ్నలకు జవాబు చెప్పేలేకా ప్రభుత్వం దాడుల ద్వారా మా గొంతు నొక్క ప్రయత్నం చేస్తున్నదని రజల్ ఫోస్టా ప్రకటించారు. 2009లో ఆమ్మేషీ విదేశీ నిధుల సేకరణాలపై కేంద్రం అనుమతి నిరాకరించడంతో కేవలం దేశీయ విరాళాపైనే ఇది అధారపడి నడుస్తోంది. ఇప్పుడు చట్టాల అతిక్రమాల ద్వారా విదేశీ నిధులు రాబట్టు కొంటోందని ప్రభుత్వం ఆరోపణ. అలాంటిదేదెనా ఉంటే రుజువులతో నిరూపిస్తే తాము దేనికైనా సిద్ధాంతాని ఆమ్మేషీ అంటోంది. ప్రభుత్వ విధానాల విమర్శకు తట్టుకోలేక నిరాధార ఆరోపణలతో దాడులతో, బెదిరింపులతో ఆమ్మేషీ అడ్డుకొని వడం దేశంలో శార హక్కులను ప్రభుత్వాలు కాలరాయడంతోపాటు, ఆ చర్యలను చీకటిలో ఉంచే ప్రయత్నంగా భావించబడుతోంది.

వైద్యమండలి నిట్టయం లైబ్రరిలకు దబ్బ



9866928327

రवికుమార చేగొని
9866928327

ప్రాచీన వ్యవస్థలలో నూతన మెడికల్ కళాశాలలు ఈ సమాజానికి సేవలు అందిస్తున్నాయి. ఈ మెడికల్ కళాశాలలు అన్ని కూడా జాతీయ వైద్య మండలి (మెడికల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా) పర్యవేక్షణలో పని చేస్తున్నాయి. సెప్టెంబర్-అక్టోబర్ మాసంలో నూతన మెడికల్ కళాశాల అనుమతులు 2020-2021 సంవత్సరానికిగాను మెడికల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా వారు నూతన పద్ధతులను, నియమావళి రూపొందించింది వాటిలో ముఖ్యంగా గ్రంథాలయాల ప్రాముఖ్యత తగ్గించడం, పరిశోధన కేంద్రాలు అవసరం లేదు అనడం తీవ్ర విమర్శలకు దారి తీసింది. ఒకసారి జాతీయ వైద్య మండలి విధి విధానాలు పరిశీలిస్తే జాతీయ వైద్య మండలి జులై 8 వ తేదీన 2009 మెడికల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ 1956 (102 ఆఫ్ 1956) ప్రకారం మెడికల్ కళాశాలలో గ్రంథాలయం 2400 చదరపు మీటర్ల వైశాల్యం కలిగి ఉండి, ఒకసారి 300 మంది విద్యార్థులు చదువుకోవడానికి సరిపడ రీడింగ్ హాల్, చక్కటి వెలుతురు, సూర్యరశ్మి కలిగి ఉండాలి అని, 150 మంది విద్యార్థులు ఒక గదిలో, 150 మంది రీడింగ్ హాల్లో చదువుకునేందుకు తగు సౌకర్యాలు కల్పించాలి. కనీసం 11 వేల పుస్తకాలు కలిగి ఉండాలి. 75 జాతీయ జర్నల్స్, 25 అంతర్జాతీయ జర్నల్స్ ఉండాలి అని నియమావళి రూపొందించి. అధ్యాపకులకు సంబంధించి 30 మందికి ఒక స్టోఫ్ రీడింగ్ రూమ్ ఉండాలి అని, అధునాతన కంప్యూటర్ ల్యాబ్ అంతర్జాల సౌకర్యం ఏర్పాటు చేయాలని, అదే విధంగా వాటిని నిర్వహించడానికి అర్థత కలిగిన ఇద్దరు గ్రంథ పాలకుల నియమకం ఉండాలని ఆదేశాలు జారీచేసింది. జాతీయ వైద్య మండలి ప్రకారం ప్రతి డిపార్ట్మెంటలో 30 చదరపు మీటర్లు కలిగినటువంటి గ్రంథాలయం కనీసం 80 నుంచి 100 పుస్తకాలు కలిగి ఉండాలి నియమావళిలో పొందుపరచారు. డెంటల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా (డిసిఎస్) వారి నియమాల ప్రకారం 50 మంది విద్యార్థులకు గాను 4500 చదరపు మీటర్ల వైశాల్యం గల గ్రంథాలయం, 100 మంది విద్యార్థులకు గాను 8000 చదరపు మీటర్ల వైశాల్యం గల గ్రంథాలయం ఉండాలన్న నియమం కలదు. 35 జాతీయ, 10 అంతర్జాతీయ పత్రికలూ అందుబాటులో ఉండాలని, అర్థత కలిగిన ఇద్దరు గ్రంథ పాలకుల నియమకం ఉండాలని ఆదేశాలు జారీ చేసింది. ఫౌర్స్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా (ఎసిఎస్) ప్రకారం 150 చదరపు మీటర్ల గల వైశాల్యం గల గ్రంథాలయం ఉండాలని కనీసం ఐదు వేల పుస్తకాలు ఉండాలని, ప్రతి సంవత్సరం 150 పుస్తకాలు కొనాలని, 10 జాతీయ, 5 అంతర్జాతీయ పత్రికలూ అందుబాటులో ఉండాలని, అర్థత కలిగిన గ్రంథ పాలకుల ఉండాలని నియమావళి రూపొందించారు. ఇండియన్ నర్స్సింగ్ కౌన్సిల్ (ఎఎస్ఎస్) వారి ఆదేశాలకు అనుగుణంగా 2400 చదరపు మీటర్ల వైశాల్యం గల గ్రంథాలయం ఉండాలి. కనీసం మూడు వేల పుస్తకాలు కలిగి ఉండాలి, పది జాతీయ, అంతర్జాతీయ పత్రికలు కొనాలి. 60 మంది విద్యార్థులు ఒకసారి చదువుకునేందుకు రీడింగ్ హాల్ సదుపాయం కలిగి ఉండాలని, అర్థత కలిగిన గ్రంథ పాలకుల ఉండాలని నియమావళి రూపొందించారు. వెటర్నరీ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా

మాస్టర్ ఫైల్స్ కలిగి ఉండాలని, కొమ్మెంట్ పుస్తకాలు కలిగి ఉండాలని, అర్థత కలిగిన గ్రంథపాలకుల ఉండాలని నియమావళి రూపొందించారు.

నేపసల్ కౌన్సిల్ ఫర్ టీచర్ ఎడ్యుకేషన్ (ఎన్సిఇఆర్టిఐఎస్సిరింగ్) కళాశాలలు, పాలిటెక్నిక్ కళాశాలలు, ఆర్టిఫిషియల్ క్లాస్ కళాశాలకు సంబంధించి ఆల్ ఇండియా కౌన్సిల్ ఫర్ టీచెన్కల్ ఎడ్యుకేషన్ వారి నియంత్రణలలో ఈ కళాశాలలు సదుపబడుతున్నాయి. వారి ఆదేశాలకు అనుగుణంగా మూడు వేల పుస్తకాలు ఉండాలి. 1200 చదరపు మీటర్ల గల గ్రంథాలయం ఉండాలని, అర్థత కలిగిన గ్రంథపాలకుల ఉండాలని నియమావళి రూపొందించారు. నేడు జాతీయ వైద్య మండలి నూతన కళాశాలలకు అనుమతులు ఇవ్వడానికి నూతన పద్ధతులను అనుసరించింది. నూతన వైద్య కళాశాలలో గ్రంథాలయానికి సంబంధించి విధి విధానాలను రూపొందించింది. ప్రస్తుతం 100 సీట్లు ఉన్న మెడికల్ కళాశాలలో 7000 పుస్తకాలు, 150 సీట్లు ఉన్న కళాశాలలో 11000 పుస్తకాలు, 200 సీట్లు ఉన్న కళాశాలలో 15000 పుస్తకాలు, 250 సీట్లు ఉన్న కళాశాలలో 20000 పుస్తకాలు గ్రంథాలయాలలో ఉండాలని నిబంధనలు విధించింది. ఈ పుస్తకాల సంఖ్య వరుసగా 3000, 4500, 6000, 7000 కుదించారు. అదే విధంగా గ్రంథాలయం వైశాల్యాన్ని కూడా తగ్గించడం జరిగింది. ప్రస్తుతం 100 సీట్లు ఉన్న వైద్య కళాశాలలో 1,600 చదరపు మీటర్లు, 150 సీట్లు ఉన్న కళాశాలలో 2400 చదరపు మీటర్లు, 200 సీట్లు ఉన్న కళాశాలలో 3200 చదరపు మీటర్లు, 250 సీట్లు ఉన్న కళాశాలలో 4000 చదరపు మీటర్లు ఇలా కొత్త నిబంధనను లైబ్రరీ వైశాల్యాన్ని, పుస్తకాల సంఖ్యను తగ్గించడం జరిగింది 2021-22 జాతీయ వైద్య మండలి కొత్త మెడికల్ కళాశాల ఏర్పాటుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం తాజగా ప్రకటించిన సవరణలు ప్రజా వైద్య విధానానికి మచ్చ తెచ్చే విధంగా ఉన్నాయి ఈ నిబంధన ప్రకారం జాతీయ వైద్య మండలి ఇప్పటివరకు తప్పనిసరిగా ఉన్న సెంట్రల్ రీసర్చ్ ల్యాబ్ ఉండాలనే నిబంధన, అదే విధంగా పక్కా గ్రంథాలయం ఉండాలని నిబంధనలకు తుంగలో తొక్కిందని చెప్పవచ్చు. అదే విధంగా ఈ నిబంధనల ప్రకారం మెడికల్ కళాశాలలో సెంట్రల్ రీసర్చ్ ల్యాబోరేటరీలు తప్పనిసరి కాకపోవడం వల్ల నూతన పరిశాధన, నూతన ఆవిష్కరణలకు ఆస్కారం లేకుండాపోతుంది మెడికల్ కళాశాలలో పని చేస్తున్న ప్రాఫెసర్లు, అసిప్రోట్ పరిశోధక విద్యార్థులు, పిజి విద్యార్థులు వారికి విలువైన సమాచారాన్ని అందించడానికి అన్ని హంగులత్తి కూడిన గ్రంథాలయం, పరిశోధన కేంద్రాలు లేకుండా నూతన ఆవిష్కరణలు పరిశోధనలు గాలిలో మేడలు కట్టడమే. నిత్యం వచ్చేటటువంటి నూతన వ్యాధులకు, క్లినికల్ ట్రయల్లు, ఫ్లినికల్ రీసర్చ్, వినూత్త ఆవిష్కరణలకు గ్రంథాలయం, పరిశోధన కేంద్రం మెడికల్ కళాశాలలో వెన్నెముఖ్యాలంటివి అలాంటి ఇ కేంద్రాలు లేకుండా మెడికల్ కళాశాలలో మనుగడ సాగించడం అంటే భవిష్యత్తులో సృజనత్తి కూడిన, గుణాత్మకమైన మెడికల్ విద్యను విద్యార్థులకు అందించలేమని ఘంటాపథంగా చెప్పవచ్చు.

డిజిటల్ యుగంలో చాలామంది మెడికల్ విద్యార్థులు అధ్యాపకులు, పరిశోధకులు లాప్‌టాప్, టాబ్లెట్, మెబ్రైట్ ఫోన్లు, కంప్యూటర్ల ద్వారా సమాచారాన్ని సేకరించు కుంట న్నారు. వాటితోనే చదువుకుంటున్నప్పటికీ పుస్తకాల లేకుండా ఏ చదువరి కూడా గంటల కొద్ది సమయాన్ని ఎల

క్రొనక గ్యాడ్జిల్టుతో నమయ్యాన్ని కటాయించ చదిలాడు కదా. మారుతున్న కాలంతో పాటు మనమూ మారాలి, వన రులు కూడా సమకూర్చుకోవాలి అన్నది ఎంత నిజమో మెడికల్ కళాశాలల్లో ఉన్న గ్రంథాలయాల్లో ఎలక్ట్రానిక్ పుస్తకాలు, ఆన్‌లైన్ పుస్తకాలు, డిజిటల్ గ్రంథాలయాల ద్వారా పర్యవర్త గ్రంథాలయాల ద్వారా సేకరించుకున్నపుటికీ ఫిజికల్ పుస్తకాల నాణ్యత, విద్య, విషయ పరిజ్ఞానం తగ్గలేదు అనటానికి ప్రధాన కారణం మన రాష్ట్రంలో కాని లేదా దేశంలోనే వెలుగొందుతున్న ఆల్ ఇండియా ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్, నేపసల్ మెడికల్ లైబ్రరీ, రాజీవ్ గాంధీ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్, ఎన్టిఆర్ యూనివర్సిటీ ఆఫ్ హెల్చ్ సైన్సెస్ ఇలా చెప్పుకుంటూపోతే జాతీయ స్టోలో అద్భుతమైన నూతన హంగులతో, నడుపాయాలతో డిజిటల్ ఎలక్ట్రానిక్ పుస్తకాలు ఉన్నపుటికిని ఆయా గ్రంథాలయాలలో పుస్తకాలు విజ్ఞాన సముద్రాలను తలపిస్తాయి. Whatever the cost of our libraries, the price is cheap compared to that of an ignorant nation. Walter Cronkite చెప్పినట్లు అన్ని ఆరోగ్య ఉప ద్రవాలు వచ్చినప్పుడు ముందుండి తమ ప్రాణాలు సైతం లెక్కచేయక సేవలు అందిస్తున్న వైద్య నిపుణులకు మనం కనీసం నాణ్యత కలిగిన గ్రంథాలయాలు కూడా అందించ కుండా ఉన్న గ్రంథాలయాలను తగ్గించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే గ్రంథాలయాలకు కావలసిన ఆర్థిక వసరులలో కోత విధిస్తుండగా ఇది మూలిగే నక్కపై తాటి పండు అన్నట్లు ఉన్నది. అమెరికా మెడికల్ జాతీయ గ్రంథాలయంలో 16 వ శతాబ్దం నుండి నేటి వరకు అద్భుతమైన గ్రంథ సంపద కలదు. ఆ గ్రంథాలయం ప్రపంచంలోనే ఒక అత్యున్నత కలిగిన డిజిజల్ గ్రంథాలయం కొనసాగుతున్నది. అంతమాత్రం చేత పుస్తకాలు కొనడం చదవడం మానలేదు కదా. ఎంత సాంకేతిక పరిజ్ఞానం పరిధివిల్లినా పుస్తకాలను మించిన పరిజ్ఞానం, విజ్ఞానం బహు శా విశ్వంలో మనకు కలలో కూడా దౌరక దేమో. ప్రతీ మెడికల్ కళాశాలలో సెంట్రల్ రిసెర్చ్ ల్యాబ్ లేకుండా నాణ్యతలేని ప్రాక్టికల్స్, పరిశోధన, ఆవిష్కరణలు జరుగుతాయి. అవి ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటం ఆడుతాయి. పరిశోధన జాతీయ ప్రయోజనాలు, సమాజ ప్రయోజనాల దృష్టి మాత్రమే ఉండాలి తప్పితే అరకొర వసతులతో మిడిమిడి జ్ఞానంతో లాభాపేక్షతో నడుపరాదు.

have no past and future Ray Bradbury డాయ్ బ్రడ్బరీ ఒక నాడు ఈ సమాజానికి ఎన్నో నూతన ఆవిష్కరణలకు, పరిశోధనలకు ప్రధాన కేంద్రాలైన మెడికల్ కళాశాల గ్రంథాలయాలు నేటి విధి విధానాలతో బక్కచిక్కె పరిస్థితి ఏర్పడు తుంది. అదే విధంగా మెడికల్ కళాశాలలు లక్ష్ల రూపాయలు ఫీజుల రూపంలో వసూలు చేస్తున్న దానిలో గ్రంథాలయాల ఫీజు కూడా వున్నది. మరి ఆ గ్రంథాలయాలకు సంబంధించిన ఫీజును ఇప్పుడు గ్రంథాలయాలకు కాకుండా దుర్యినియోగం అవుతుంది. గ్రంథాలయాల ప్రాధాన్యత తగ్గించడం పై జాతీయ వైద్య మండలి నిర్ణయం పునఃసమీక్షించుకోవాలి. భారత జాతీయ గ్రంథ పాలకుల సంఘం, జాతీయ మెడికల్ గ్రంథ పాలకుల సంఘం వివిధ రాష్ట్రాల గ్రంథాపాలకుల సంఘాలు చర్చలు, సభలు, సమావేశాలు నిర్వహించి కేంద్ర ప్రభుత్వానికి విన్నవించి గ్రంథాలయాల ప్రాధాన్యతను పెంచాలి.

ఒత్తేడ నకల రోగాల నీలయం



9492791387

డా. ఎం డి భ్రావజా
మెయినోఫీస్
9492791387

డ నుండి రాత్రి పదు కునే వరకు మనిషి సాగించే ప్రయాణంలో ఎన్నో ఒడిదొడుకులు. మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా మనిషి ఆన్ని విషయాల్లో వేగం పెంచాడు. వ్యక్తిగత ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో తప్ప అన్నింటిలో దూసుకు పోతున్నాడు. ఈ బిజీ లైఫ్ లో ఒత్తిళ్ళతో సతమతమవుతున్నాడు. ఈ ఒత్తిదే మనిషి పాలిట శాపంగా మారుతోంది. తాజా సర్వేలు దాదాపు 70 శాతం ఆరోగ్య సమస్యలు కేవలం ఒత్తిది వల్లే వస్తున్నాయని తెల్చాయి. ఒత్తిది, ఇది ఈ కాలపు ప్రధాన సమస్య. ఒకప్పటి పొత రోజుల్లో జీవితంలో ఎప్పుడో గానీ ఒత్తిది ఎదుర్కొవాల్సిన పరిస్థితి ఎదురయ్యేది కాదు. కానీ ఇటీవల అందరూ నిత్యం ఒత్తిదికి గురవుతున్నారు. మూడున్నర ఏళ్ళ నిండిన చిన్నారి ఎల్కెజి అంటూ స్వాలు వెళ్ళడంతో మొదలయ్యే ఒత్తిది, పదవ తరగతి దాటాక పఱటిలూ, నీటలనే పరీక్షలతోనూ, ఆ తర్వాత పై చదువులూ, ఉద్యోగాల సంపాదన అనీ, ఆపై ఉద్యోగంలో టార్డెట్ల సాధన, ఆ తర్వాత పిల్లలను సెటిల్ చేయడం, ఇలా తాము జీవించినంత కాలం నిరంతరం ఒత్తిది ఉండేలా మన జీవన శైలి మారిపోయింది. ఒత్తిది కలిగి ఆపైన తగ్గిపోతే పర్మదు. కానీ నిరంతర ఒత్తిది (అంటే క్రానిక్ ప్రైస్) వల్ల అదెన్నో రకాల ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తుంటుంది. కేవలం ఒత్తిది కారణంగానే అనేక రకాల జబ్బులూ వచ్చేందుకు అవకాశం ఉంది. ఆ సమస్యలే మిటో, వాటిని నివారించుకోవడం ఎలాగో, అందుకోసం ఒత్తిదిని ఎలా అధిగమించాలనే అవగాహనకోసమే ఈ కథనం.

మన రోగ నిరోధక శక్తి మనల్ని అనేక రకాల జబ్బు

ద్దకం, విసిగించే పేగు రోగం, గుండెల్లో మంట, అపాన వాయువు సహా కడుపులో వచ్చే వ్యాధులు, వెన్నెముక నొప్పి, తలనొప్పి, దవడ నొప్పి వంటి కండరాల సమస్యలు. ఇది కండర ఉద్దిక్తత నుండి కండరాల, స్నాయువు సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. తల తిరగటం, గుండె దడ, చేతులు, కాళ్ళు చల్లబడడం, ఊపిరాడకపోవడం, అధిక రక్తపోటు, చెమటతో పట్టిన అరచేతులు, కోపం, అసహనం, పగ, సాధారణ, లోతుగా పొతుకుపోయిన అభ్యర్థత, నిరాశతో, అపనమ్మకంతో, ప్రతి ఒక్కదాని గురించి భయపడడం. అధిక రక్తపోటు, ఛాతి నొప్పి, పార్ష్వపు నొప్పి, గుండె సమస్యలు కనబడుతాయి. దీర్ఘకాలిక ఒత్తిది చాలా తీవ్రమైన లక్షణాలతో వస్తుంది. తెలియని దీర్ఘకాలిక ఒత్తిది కలగడం, హృదయ వ్యాధులు, స్ట్రోకులు, క్యాన్సర్ పెరిగిన అవకాశాలు, హింసాత్మక, అత్యహర్య ధోరణులు, దీర్ఘకాలిక ఒత్తిది వలన కలిగే గంభీరతను ఎదుర్కొవలసివస్తుంది.

ఒత్తిదిని కంట్లోలో పెట్టుకోవాలంటే ముందుగా పాజిటివ్ దృక్పథాన్ని అలవరచుకోవాలి. సమస్యని భూతద్వంలో చూడకూడదు. అన్ని కోణాల నుంచీ సమస్యని విశ్లేషిస్తే ఎలా పరిష్కరించుకోవాలో అర్దం అవుతుంది. దాన్ని ఒట్టే సమస్య నుంచి తద్వారా ఒత్తిది నుంచి బయటపడటం సులువుతుంది. ఎంత పెద్ద సమస్యనైనా విడివిడి భాగాలుగా చేసి చూస్తే పరిష్కారం సులభమవుతుందంటారు సైకాలజిస్టులు. యోగా, మెడిటీషన్ ఇందుకు సహకరిస్తాయి. ప్రాణాయామం మంచి ఫలితాన్నిస్తుంది. అన్నింటికన్నా ముఖ్యంగా ఆరోగ్యకరమైన అహారం, మంచి అలవాట్లు పెంచుకోవడం అవసరం. మానసికోల్డ్లాన్సాన్ని కలిగించే అభిరుచులకు పదును పెట్టడం ద్వారా ఒత్తిది నుంచి బయటపడవచ్చు. సృజనాత్మకత ఉన్న ఏ పని అయినా ఒత్తిది నుంచి బయటపడేయడానికి సహకరిస్తుంది. మనసు ప్రశాంతంగా, అనందంగా ఉంచుకోవడం (సంగీతం లాంటి హబీలు, ధ్యానం లాంటి వాటి వల్ల) ఒక పాజి

ఆన్నారం ఎర్రడుతుంది. ఒత్తిడి మన శరిరం పైన అంతటా ప్రభావం చూపిస్తుంది. శరీరంలోని ప్రతి భాగం దీని ప్రభావం వల్ల అనేక సమస్యలకు లోనపు తుంది. ఒత్తిడి వల్ల కోపం, బాధ లాంటి నెగటివ్ ఎమో షన్స్ పెరిగి యూంగ్జుయిటీ, డిప్రెషన్లకు దారితీస్తాయి. శారీరకంగా కూడా ఒత్తిడి ప్రభావం ఉంటుంది. అసి డిటి, అల్ఫ్రూడ్ లాంటి సాధారణ సమస్యల నుంచి గుండె, పిపి, మధుమేహం, కిడ్సీ సమస్యల దాకా అనేక రకాల జబ్బులను మోసుకొస్తుంది మానసిక ఒత్తిడి. అంతే కాదు, మానసిక ఒత్తిడి పెరిగితే శరీరంలో వ్యాధి నిరోధక శక్తి కూడా తగ్గిపోతుంది. తద్వారా అనేక రకాల ఇన్ఫెక్షన్లకు గురవుతారు. అందుకే మనం ఎక్కువ ఒత్తిడిలో ఉన్నప్పుడు జలుబు, దగ్గు, జ్వరంలాంటివి కనిపిస్తాయి. అందుకే వీటిని సైకోసామాటిక్ సమస్యలు అంటారు. ఒత్తిడి స్వోబావం మీద ఆధారపడి ఒత్తిడి లక్షణాలు మారుతుంటాయి, అంతేకాక వ్యక్తి ఉన్న స్థితిని బట్టి కూడా ఇది ఉంటుంది. కొన్ని లక్షణాలు చాలా సాధారణమైనవి కావచ్చు, మరొక పరిస్థితితో పట్టించు కోకుండా లేదా కలవరానికి గురి చేస్తాయి.

తీవ్రమైన ఒత్తిడి లక్షణాలు: కోపం, నిరాశ లేదా కలవ

వచ్చినాయి. తద్వారా జవక్రియలు కూడా నిరదిధ్యబడతాయి. అసిడిటిపోతుంది. హర్షోన్లు సమతులం అవుతాయి.

భావేంద్ర్యగాలు అదుపులో ఉంటాయి. ఘలితంగా మనసుపై ఒత్తిడి లేకుండా ప్రశాంతత చేకూరుతుంది. దాంతో ఇతరత్రా శారీరక సమస్యలు కూడా తగ్గిపోతాయి. యోగా, ఆక్యపంక్షర్, తైలమర్మనం, వైద్యం ఇతర రూపాలు ఇతర ప్రాధాన్యత ప్రత్యోమ్మాయాలు. వినోద కార్యకలాపాలు ఒత్తిడి తగ్గిస్తాయి, శ్రేయస్సి భావాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి. ఆత్మవిశ్వాసాన్ని బలపరచటానికి, నిర్మాణాత్మకమైన కృషికి చికిత్స చేయటానికి మంచి ఉపకరణాలు చేపట్టే ప్రాజెక్టులను చేపట్టడం చేయాలి. ఒకరి అలవాటుని అనుసరించడానికి భారీ సమయాన్ని ఉపయోగించి ఒత్తిడి నుండి గొప్ప విరామాన్ని పొందవచ్చు. అలవాట్లు విశ్రాంతి, సాఫల్యం గొప్ప భావాన్ని కూడా కలిగిస్తాయి. ధ్యానం, యోగ, ఆలోచించడం వంటి ఉపశమన పద్ధతులు, సాధారణ అభ్యాసాన్ని గమనించడం ద్వారా వ్యక్తిని శాంతింపజేయడానికి సహాయం చేస్తుంది. తొందరపాటు నిర్ణయాలు తీసుకోకుండా వాటిని నిరోధించవచ్చు.

