



కళాశాల సిల్వర్ జూబ్లీ వేడుకలను జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి ప్రారంభిస్తున్న ఎమ్మెల్యే పల్లె రాజేశ్వర్ రెడ్డి

ఉన్నత ప్రమాణాలతో విద్యాబోధన

జనగాం ఎమ్మెల్యే, విద్యాజ్యోతి ఇంజనీరింగ్ విద్యా సంస్థ చైర్మన్ డాక్టర్ పల్లె రాజేశ్వర్ రెడ్డి మొయినాబాద్, జనవరి 3: విద్యాజ్యోతి ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో ఉన్నత ప్రమాణాలతో కూడిన విద్యనందిస్తూ ఎంతో మందిని ఉన్నతులుగా తీర్చిదిద్దుతున్నట్లు జనగాం ఎమ్మెల్యే, బీజేపికి విద్యా సంస్థ చైర్మన్ డాక్టర్ పల్లె రాజేశ్వర్ రెడ్డి అన్నారు. మండల పరిధిలోని హిమాయత్ నగర్ రెవెన్యూలోని విద్యాజ్యోతి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల 25 వసంతాలు పూర్తి చేసుకున్న నేపథ్యంలో బుధవారం సిల్వర్ జూబ్లీ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఆయన ముఖ్య అధికారి హాజరై జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి వేడుకలను ప్రారంభించారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ 25 ఏండ్ల క్రితం నాలుగు బీట్ కోర్సులు 180 మంది విద్యార్థులతో ఈ విద్యా సంస్థ ప్రారంభమైందన్నారు. అనుభవజ్ఞులైన అధ్యాపకులతో విద్యాబోధన చేయించి విద్యార్థులు ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించే విధంగా కృషి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపాల్ సాయి బాబారెడ్డి, డీన్ పద్మజా, సీనియర్ అడ్మినిస్ట్రేటర్ వెంకటాచలం పాల్గొన్నారు.

మహిళలను గౌరవించిన చోటే ప్రగతి



సావిత్రిబాయి పూలే చిత్ర పటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పిస్తున్న మంత్రి సీతక్క, జాజుల శ్రీనివాస్ గౌడ్

మంత్రి సీతక్క రవీంద్రభారతి, ప్రెస్ క్లబ్ లో సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి ఘనంగా నివాళులర్పించిన మంత్రి.

రవీంద్రభారతి, జనవరి 3: ఏ దేశంలోనైతే మహిళలు గౌరవించబడతారో ఆ దేశం అభివృద్ధి చెందుతుందని మంత్రి సీతక్క అన్నారు. సావిత్రిబాయి పూలే 193వ జయంతి ఉత్సవాలను బీసీ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో రవీంద్రభారతిలోని మొయినాబాద్ బుధవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. బీసీ సంక్షేమ సంఘం రాష్ట్ర మహిళా అధ్యక్షురాలు మణిమంజరి సాగర్ అధ్యక్షత వహించిన ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా మంత్రి సీతక్క, విద్యాశాఖ ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ బుర్రా వెంకటేశం, బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షుడు జాజుల శ్రీనివాస్ గౌడ్ విచ్చేసి జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి సావిత్రిబాయి పూలే చిత్ర పటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సీతక్క మాట్లాడుతూ... సావిత్రి బాయి పూలే స్త్రీల విజ్ఞానం కోసం నిరంతరం పోరాటం చేసిన గొప్ప సామాజిక యోధురాలని కొనియాడారు. చదువుల తల్లి సావిత్రిబాయి పూలే అట్టడుగు వర్గాల ఆశాజ్యోతి అని, ఆమె ఉపాధ్యాయురాలిగా పనిచేసి ఎంతో మందికి విజ్ఞానాన్ని అందించిన దివ్యజ్యోతి అని విద్యా

శాఖ ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ బుర్రా వెంకటేశం కొనియాడారు. అంతకు ముందు పలువురు సామాజిక ఉద్యమకారులకు సావిత్రిబాయి పూలే అవార్డులతోపాటు జ్ఞాపకల అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తాటికొండ విక్రం గౌడ్, మణిమంజరి సాగర్, చిన్న శ్రీశైలయ్యాదవ్ పాల్గొన్నారు.

సావిత్రిబాయి పూలే నాకు ఆదర్శం..

ఖైరతాబాద్, జనవరి 3 : భారతదేశ తొలి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలు సావిత్రిబాయి పూలేను తాను ఆదర్శంగా తీసుకున్నానని మంత్రి సీతక్క తెలిపారు. బుధవారం సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి సందర్భంగా సోమాజిగూడ ప్రెస్ క్లబ్ లో భారతీయ ఓబీసీ సమాఖ్య ఆధ్వర్యంలో వివిధ రంగాల్లో సేవలందిస్తున్న మహిళలకు సత్కార కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా మంత్రి సీతక్క హాజరై మాట్లాడుతూ... దేశ వ్యాప్తంగా కోట్లాది మంది మహిళలు విద్యనభ్యసిస్తూ ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహిస్తున్నారంటే.. అందుకు సావిత్రిబాయి పూలే ఆదర్శమన్నారు. తన జీవితంలోనూ సావిత్రిబాయి పూలే స్ఫూర్తి నింపించిన, ఉద్యమాల నుంచి బయటకు వచ్చిన తర్వాత చదువును ఎంచుకున్నానని తెలిపారు. ఎంపి, ఎల్ఎల్బీ, పీహెచ్డీ చదివానని, ప్రస్తుతం ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయం నుంచి ఎల్ఎల్ఎం చేస్తున్నానని చెప్పారు. అనంతరం ఉత్తమ బీచర్లు, రచయితలు, వైద్య నిపుణులు, సామాజిక కార్యకర్తలను సత్కరించారు.

మస్తిష్కం.. మందగమనం..



మనుషుల్లో ఏటికేదూ అంతరిస్తున్న అనంతమైన జ్ఞాపకశక్తి మారుతున్న 'స్మార్ట్' జీవన శైలిలో పెరిగిపోతున్న 'గజినిలు' సాంకేతిక పరిజ్ఞానం పెరగడంతో తగ్గిపోతున్న సహజత్వం పట్టుమని పది మంది నంబూరు గుర్తుంచుకోలేని దైన్యం రెండంకెలను లెక్కించేందుకూ క్యాలిక్యులేటర్ల ఆశ్రయం మెదడులో ఉండాల్సిన స్మార్ట్ జీవితంలో అంతా మెమోరీ కార్డుల్లోకి.. ఇప్పటికైనా మేలోవాలంటున్న వైద్య నిపుణులు



న్యూస్ నెట్ వర్క్, నమస్తే తెలంగాణ : ఇటీవలే పీజీ పూర్తి చేసిన రామ్.. ఎంతో ఉత్సాహంతో మంచి ఉద్యోగం కోసం నగరంలోని ఓ ప్రైవేటు కంపెనీలో ఇంటర్వ్యూకు వెళ్లాడు. టీకటాక్స్ రెడీ అయి మంచిగా టెస్ట్ చేసుకొని సీట్ గా టై కట్టుకొని స్మార్ట్ బాయ్ లా ఉత్సాహంగా వెళ్లాడు. రిసెప్షన్ లో అతడి పేరును పిలిచి లోపలికి పంపి వరకూ చేతిలో ఫైలును ఊపుతూ, మాంచి ఎగ్జిటింగ్ ను ప్రదర్శిస్తూ కన్పించాడు. ఇంతలో అతడి వంతు రానే వచ్చింది. రిసెప్షన్ లో పిలవనే పిలిచింది. మాంచి ఊపుగా, ఉత్సాహంగా చాంబర్ లోకి వెళ్లిన రామ్ ను ఇంటర్వ్యూయర్ విష్ చేశాడు. పీజీ టేక్ యువర్ సీట్ అని చెప్పడంతో రామ్ హుందాను ప్రదర్శిస్తూ సీట్లో కూర్చున్నాడు. అంతకు ముందే అతడు పంపిన రెజ్యూమీను పరిశీలించిన.. ఇంటర్వ్యూయర్ సర్దిఫికెట్ల పైల్

లోని ఓ ఐదుగురి ఫోన్ నంబర్లు చెప్పమని అడిగాడు. ఊహించని ఆ ప్రశ్నకు తన నంబర్ తప్ప మరెవరినీ నంబర్లు చెప్పలేకపోయాడు 'స్మార్ట్' రామ్. తానెలాగూ సెల్ ఫోన్ కానన్న నిరుత్సాహంతో ఉసూరుమంటూ ఆ కంపెనీ మెట్టు దిగాడు రాకెలా ఉండే రామ్. ఇది ఈ ఒక్క రామ్ పరిస్థితి మాత్రమే కాదు.. దాదాపు అందరిది..

ఆధునిక యుగంలో సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఆసాంతం పెరుగుతుండడంతో మనిషి తన సహజ సిద్ధమైన, అనంతమైన జ్ఞాపకశక్తిని అంతే వేగంగా కోల్పోతున్నాడు. అపరిమితంగా విస్తరిస్తున్న సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో మనిషి తన మెదడుకు పదును పెట్టడాన్ని మానేస్తున్నాడు. దాని స్థానంలో టెక్నాలజీపై ఆధారపడుతున్నాడు. ఫలితంగా మెదడు మొద్దుబారిపోతోంది. మనిషి తన మెదడుకు పని చెప్పకుండా యాంత్రిక జీవనంలో ప్రతి విషయానికీ టెక్నాలజీపై ఆధారపడుతుండడంతో సహజంగానే తనకు తానుగా తన మస్తిష్కం మసకబారేలా చేసుకుంటున్నాడని సైకాలజిస్టులు చెబుతున్నారు.

మనం చదివే విషయమైనా, చూసే దృశ్యమైనా, వినే అంశమైనా మెదడులోని స్మృతి పీఠీ కల్లో నిక్షేపంగా ఉంటుంది. ముందు తరాల వారంతా స్వతహాగా ఆలోచనాపరులు, మెదడును ఉపయోగించి సమాచారం గ్రహించడమో, నిక్షేపం చేసుకోవడమో చేసేవారు. మెదడులోని స్మృతి పీఠీ కల్లో కొంత అసంఖ్యాకమైన

సాంకేతికతతో మొద్దుబారుతున్న మెదడు..

జ్ఞాపకశక్తి ఉంటుంది. ఇది కంప్యూటర్ లో వినయోగించే మెమోరీ కార్డుల కంటే ఎన్నో రేట్లు అధికం. కానీ.. మనం పని కల్పించని కారణంగా ఇప్పుడది క్రమంగా మొద్దుబారిపోతోంది. మనిషి మెదడులోని పదిశాతం సామర్థ్యాన్ని వినయోగించుకున్నా.. కంప్యూటర్ కన్నా వేగంగా పని చేయగలమని, అద్భుతాలు సృష్టించగలమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కానీ.. నేటి మనుషులు స్మృతి పీఠీ కలను మూడుశాతం కూడా వినయోగించడం లేదని పరిశోధనల్లో స్పష్టమవుతోందని చెబుతున్నారు.

ఎదంటూ అడిగారు. రకీమిని ఫైల్ తీసి చేతికిచ్చాడు రామ్. ఆ ఫైల్ ను, అతడి రెజ్యూమీను టేబుల్ పైన పక్కకు పెట్టిన ఇంటర్వ్యూయర్.. తడుము కోకుండా, మొబైల్ చూడకుండా అతడి బంధువులు, స్నేహితు



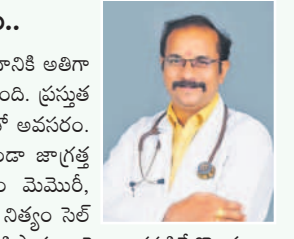
పిల్లలకు సరైన ఆహారం తప్పనిసరి..

పాఠశాలలకు వెళ్లే పిల్లల జ్ఞాపకశక్తి ఎలా ఉందో తల్లిదండ్రులు ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవాలి. ఒకవేళ జ్ఞాపకశక్తి అంతంత మాత్రంగా ఉంటే తగ్గ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. లేకుంటే వయసు పెరిగేకొద్దీ అనేక సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. అయితే, పిల్లలు తీసుకునే ఆహారం వారి ఆరోగ్యానికే కాకుండా మెదడుకు కూడా మేలు చేసేలా ఉండాలని న్యూట్రీషిస్టు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పాలు, పాల ఉత్పత్తులు అధికంగా ఉండే చదాల్దాలు క్రమం తప్పకుండా అందించాలని సూచిస్తున్నారు. తద్వారా ప్రాటీన్లు, క్యాల్షియం, పొటాషియం తదితర విటమిన్లు సమృద్ధిగా లభించే అవకాశం ఉంది. నేరేడు పండ్లను వాటి సీజన్ లోనే సేకరించి పిల్లలకు తినిపిస్తే వారిలో జ్ఞాపకశక్తి మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. ప్రతి రోజూ ఉడకబెట్టిన కోడిగుడ్డు, బాదం, పిస్తా వంటి డ్రై ఫ్రూట్లను, టమాట, క్యారెట్, బీన్స్ వంటి కూరగాయలను, ఇతర ఆకుకూరలను పిల్లలకు అందిస్తే వారిలో సులభంగానే జ్ఞాపకశక్తి పెంపొందుతుందని న్యూట్రీషిస్టు సూచిస్తున్నారు.

యేలా తారురువుతున్నారని మనోవైజ్ఞానిక నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితి చిన్న పిల్లల్లో మరింతగా ఉంటే మునుముందు వారిలో విజ్ఞానం కూడా కుచించుకపోయే ప్రమాదం ఉందని చెబుతున్నారు.

అతిగా అలవాటుపడితే అసర్థమే..

టెక్నాలజీపైనే పూర్తిగా ఆధారపడడం, దానికి అతిగా అలవాటు పడడం అసర్థాలకు దారితీస్తుంది. ప్రస్తుత సమాజంలో సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఎంతో అవసరం. అయితే సహజత్వం పూర్తిగా కోల్పోకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. ప్రతి ఒక్కరిలో స్మార్ట్ ఫోన్ మెమోరీ, లాంగ్ టైం మెమోరీ అనేవి ఉంటాయి. నిత్యం సెల్ ఫోన్లు, కంప్యూటర్లు, క్యాలిక్యులేటర్ల వంటి సాధనాలపై ఆధారపడితే కొంతకాలం తరువాత మనం స్వతహాగా ఆలోచించే విధానాన్ని మర్చిపోతాం. అది ఎంతో ప్రమాదకరం. ముఖ్యంగా చిన్న వయసు నుంచే సాధ్యమైనంతగా శారీరక శ్రమతో కూడిన ఆటలను తప్పకుండా ఆడాలి. అదే విధంగా చిన్నపాటి లెక్కలను మెమోరీ నాయంతో చేసి విధంగా తల్లిదండ్రులు చొరవ తీసుకోవాలి. నిత్యం సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతోనే గడిపితే నరాల సంబంధిత వ్యాధులు కూడా వచ్చే ప్రమాదముంది.



-డాక్టర్ కేసగిని రాజేశ్ వర్ గౌడ్, ఎం.డి., జనరల్ మెడిసిన్