## అమరుల యాదిలో గీతన్నల

# బస్సు యాత్రను జయప్రదం చేయాలి

### జిల్లా అధ్యక్షుడు కోయడి నర్సింలు గౌడ్

నిజామాబాద్ అర్బన్, బతుకమ్మ :తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కల్లుగీత కార్మికుల హక్కుల సాధన కోసం పోరాడి అమరులైన నాయకులను స్మరించుకుంటూ నిర్వహిస్తున్న "అమరుల యాదిలో గీతన్నల చైతన్య బస్సు యాత్ర" ను విజయవంతం చేయాలని కల్లుగీత కార్మిక సంఘం నిజామాబాద్ జిల్లా అధ్యక్షుడు కోయడి నర్సింలు గౌడ్ పిలుపునిచ్చారు. ఆదివారం హమాల్‌వాడిలోని కల్లుగీత కార్మిక సంఘం జిల్లా కార్యాలయంలో నిర్వహించిన జిల్లా కమిటీ సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఇన్‌చార్జి ప్రసాద్ చేతుల మీదుగా "అమరుల యాదిలో గీతన్నల చైతన్య యాత్ర" పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరించారు. నాయకులు మాట్లాడుతూ మహబూబాబాద్ జిల్లాలో ఆగస్టు 2న ప్రారంభమయ్యే ఈ బస్సు యాత్ర ఆగస్టు 18 వరకు రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాల్లో కొనసాగి, పాపన్న జయంతి సందర్భంగా హైదరాబాద్‌లో ముగుస్తుందని తెలిపారు.
ఈ యాత్రలో కల్లుగీత కార్మికులు, గౌడ సంఘాల నాయకులు, ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని కోరారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో సుమారు ఐదు లక్షల కుటుంబాలు కల్లుగీత వృత్తిపైనే ఆధారపడి జీవనం సాగిస్తున్నాయని పేర్కొన్న నాయకులు, వృత్తి ప్రమాదాలకు గురైన కార్మిక కుటుంబాలకు పెండింగ్‌లో ఉన్న ఎక్స్‌గ్రేషియా వెంటనే చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు.ం
అలాగే ప్రతి కల్లుగీత కార్మికునికి ద్విచక్ర వాహనాలు (బైకులు) అందజేయడంతో పాటు ప్రభుత్వం కల్లుగీత కార్మికులకు ఇచ్చిన హామీలన్నింటినీ తక్షణమే అమలు చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా గౌరవ అధ్యక్షుడు పెద్ది వెంకట్రాంలు, జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు సేపూరు సాయిగౌడ్, సంఘం నాయకులు శ్రీరాం గౌడ్, రామరాజు, ముత్తన్న, భాస్కర్, లింగం గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# తలకు చిన్నపాటి గాయమైన సరే అప్రమత్తంగా ఉండాల్సిందే..

# లేదంటే భవిష్యత్తులో ఈ సమస్యలు వస్తాయి..

తలకు బలమైన దెబ్బ తగిలిన తర్వాత బయట కనిపించే గాయాలు మానిపోయాయంటే సమస్య పూర్తిగా ముగిసిపోయిందని చాలా మంది భావిస్తారు. అయితే తలకు గాయం ప్రభావం కొన్ని సందర్భాల్లో చాలా కాలం పాటు కొనసాగే అవకాశాలు ఉంటాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. జ్ఞాపకశక్తి సమస్యలు, మానసిక ఆరోగ్య మార్పులు, నాడీ సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదం వంటి దీర్ఘకాలిక సమస్యలు వ్యక్తి జీవన నాణ్యతపై తీవ్ర ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే తలకు చిన్నపాటి దెబ్బ తగిలినా నిర్లక్ష్యం చేయకూడదని సూచిస్తున్నారు. తలకు గాయం అయిన తర్వాత ఎక్కువగా కనిపించే దీర్ఘకాలిక సమస్యల్లో జ్ఞాన సంబంధిత (కాగ్నిటివ్) లోపాలు ఒకటి. ప్రమాదాలు లేదా ఇతర కారణాలతో తలకు దెబ్బ తగిలిన వ్యక్తుల్లో జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం, ఏకాగ్రత లోపించడం, నిర్ణయాలు తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు, సమస్యలను పరిష్కరించే సామర్థ్యం తగ్గడం వంటి లక్షణాలు కొంతకాలం తర్వాత కూడా కనిపిస్తాయి.

**రోజువారీ పనులకు ఇబ్బంది..**

ఇవే కాకుండా తలనొప్పి, తల తిరగడం, అలసట, కాంతి లేదా శబ్దానికి అధిక సున్నితత్వం వంటి సమస్యలు కూడా చాలా రోజుల పాటు కొనసాగే అవకాశాలు ఉంటాయి. ఇవి రోజువారీ పనులు, ఉద్యోగం, వ్యక్తిగత జీవితంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉంటుంది. తలకు గాయం ప్రభావం కేవలం శారీరక సమస్యలకే పరిమితం కాదు. గతంలో తలకు గాయం అయిన వారిలో డిప్రెషన్, ఆందోళన, మూడ్ డిజార్డర్లు, నిద్ర సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని పలు పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. కొందరిలో వ్యక్తిత్వ మార్పులు, చిరాకు, భావోద్వేగాలను నియంత్రించడంలో ఇబ్బందులు, ఒత్తిడిని తట్టుకునే సామర్థ్యం తగ్గడం వంటి సమస్యలు కూడా కనిపిస్తాయి. తలకు పదేపదే దెబ్బలు తగలడం మరింత ప్రమాదకరంగా మారుతుంది. ముఖ్యంగా కాంటాక్ట్ క్రీడల్లో పాల్గొనే క్రీడాకారులు, సైనిక సిబ్బంది, ప్రమాదకర వృత్తుల్లో పనిచేసే వారు ఇలాంటి గాయాలకు ఎక్కువగా గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. తరచూ తలకు దెబ్బలు తగలడం వల్ల మెదడుకు క్రమంగా శాశ్వత నష్టం ఏర్పడి, భవిష్యత్తులో నాడీ సంబంధిత వ్యాధులు, జ్ఞాపకశక్తి క్షీణత వంటి సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది.

**గాయం మానినా అప్రమత్తత అవసరం..**

తలకు గాయం అయిన తర్వాత ప్రారంభ లక్షణాలు తగ్గిపోయాయని మెదడు పూర్తిగా కోలుకుందని అనుకోవడం సరైంది కాదు. లక్షణాలు కొనసాగినా లేదా కాలక్రమేణా మరింత తీవ్రమైనా వైద్యుల పర్యవేక్షణ తప్పనిసరి. ప్రారంభ దశలోనే సమస్యను గుర్తించి చికిత్స, పునరావాసం ప్రారంభిస్తే దీర్ఘకాలిక సమస్యలను తగ్గించుకోవచ్చు. వ్యక్తి పరిస్థితిని బట్టి చికిత్సలో ఫిజికల్ రీహాబిలిటేషన్, కాగ్నిటివ్ థెరపీ, మానసిక ఆరోగ్య కౌన్సెలింగ్, అవసరమైన మందులు, జీవనశైలి మార్పులు వంటి అంశాలు ఉంటాయి.

**వైద్య పరీక్షలు తప్పనిసరి..**

తలకు గాయం తర్వాత మెదడు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి క్రమం తప్పకుండా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం, వైద్యులు సూచించిన పునరావాస కార్యక్రమాలను పాటించడం, మెదడుకు వ్యాయామం ఇచ్చే కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనడం, రోజూ వ్యాయామం చేయడం, తగినంత నిద్రపోవడం, సమతుల ఆహారం తీసుకోవడం, ఒత్తిడిని నియంత్రించడం, మళ్లీ తలకు గాయమయ్యే అవకాశమున్న పనులను వీలైనంత వరకు నివారించడం వంటి అలవాట్లు పాటించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. తలకు గాయం అయిన వెంటనే కనిపించే లక్షణాలు తగ్గిపోయాయని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా, దీర్ఘకాలిక ప్రభావాలపై కూడా అవగాహన కలిగి ఉండటం చాలా ముఖ్యం. సమయానికి వైద్య సహాయం తీసుకోవడం, క్రమం తప్పకుండా ఫాలో అప్ చేయించుకోవడం ద్వారా మెదడు ఆరోగ్యాన్ని దీర్ఘకాలం పాటు కాపాడుకోవచ్చు.

## ఆగస్టు 2న ఊర పండుగను వైభవంగా నిర్వహిద్దాం

### సర్వ సమాజ్ అధ్యక్షులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఎండల లక్ష్మీనారాయణ

నిజామాబాద్ అర్బన్, బతుకమ్మ :ఇందూరు నగరం మొత్తం ఏకమై నిర్వహించే అతిపెద్ద సాంస్కృతిక వేడుక అయిన ఊర పండుగను ఈ ఏడాది కూడా నగర ప్రజలందరి సహకారంతో వైభవంగా నిర్వహించనున్నట్లు సర్వసమాజ్ అధ్యక్షులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఎండల లక్ష్మీనారాయణ తెలిపారు. ఆగస్టు 2న జరగనున్న ఊర పండుగ ఏర్పాట్లపై ఆదివారం సిర్నాపల్లి గడిలో సన్నాహక సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎండల లక్ష్మీనారాయణ మాట్లాడుతూ, ఊర పండుగ నిర్వహణకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లు ఇప్పటికే ప్రారంభించినట్లు చెప్పారు. పండుగలో భాగంగా జూలై 30న సంప్రదాయబద్ధంగా బండారు కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించనున్నట్లు వెల్లడించారు. గత ఏడాది మాదిరిగానే ఈసారి కూడా నగరంలోని అన్ని కుల సంఘాలు, సామాజిక సంస్థలు, ప్రజలను భాగస్వామ్యం చేస్తూ అత్యంత వైభవంగా ఊర పండుగను నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. సమావేశంలో నగరంలో పెరుగుతున్న భూకబ్జాల అంశంపై కూడా చర్చించారు. ముఖ్యంగా దేవాలయాల భూములను ఆక్రమిస్తున్న వారిపై తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తూ, ఆలయ ఆస్తులను పరిరక్షించేందుకు చర్యలు చేపట్టాలని తీర్మానించారు. దేవాలయాల భూముల సంరక్షణ కోసం సర్వసమాజ్ ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక కమిటీలను ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించినట్లు ఎండల లక్ష్మీనారాయణ తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో సర్వసమాజ్ కమిటీ కన్వీనర్ రామర్తి గంగాధర్, కో-కన్వీనర్ ఆదే ప్రవీణ్, అంతి రెడ్డి సుదన్, తొండూరు అశోక్, బంటు బలరాం, భక్త వత్సలం, సత్యపాల్, వివిధ కుల సంఘాల ప్రతినిధులు, కమిటీ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## విద్యార్థి ఉద్యమకారుల హక్కుల కోసం పోరాటానికి సిద్ధం

### నిజామాబాద్‌లో త్వరలో భారీ బహిరంగ సభ నిర్వహణకు తీర్మానం

నిజామాబాద్ సిటీ, బతుకమ్మ :తెలంగాణ ఉద్యమంలో కీలక పాత్ర పోషించిన విద్యార్థి ఉద్యమకారుల సమస్యల పరిష్కారం కోసం రాష్ట్రవ్యాప్త కార్యాచరణ చేపట్టాలని తెలంగాణ ఉద్యమకారుల సంఘం నిర్ణయించింది.
సంఘం రాష్ట్ర సమావేశంలో పలు కీలక తీర్మానాలను ఆమోదించారు. ఆదివారం నిర్వహించిన సమావేశంలో సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు ఎండల ప్రదీప్ మాట్లాడుతూ, విద్యార్థి ఉద్యమకారుల సమస్యలను ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్లేందుకు త్వరలో నిజామాబాద్‌లో భారీ బహిరంగ సభ నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ఉద్యమకారులకు గౌరవప్రదమైన జీవనం కల్పించేలా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. ప్రతి ఉద్యమకారుడికి 250 గజాల ఇంటి స్థలం కేటాయించడంతో పాటు, కేటగిరీల వారీగా నెలకు రూ.25 వేల నుంచి రూ.50 వేల వరకు పెన్షన్ అందించాలని సమావేశం తీర్మానించింది. అలాగే ఉద్యమకారులకు ప్రత్యేక గుర్తింపు కార్డులు జారీ చేయాలని కోరింది.
తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన ఉద్యమంలో పాల్గొన్న విద్యార్థుల అర్హతలను గుర్తించి, వారికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక జీవో ద్వారా శాశ్వత ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించాలని సంఘం ప్రతిపాదించింది. యూనివర్సిటీల్లో ఉద్యోగ నియామకాల్లో అవకాశాలు కల్పించడంతో పాటు, వివిధ రంగాల్లో పనిచేస్తున్న ఉద్యమకారులకు ప్రత్యేక కోటా ఏర్పాటు చేయాలని పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్‌లో తెలంగాణ విద్యార్థులు రాజకీయంగా, ఆర్థికంగా బలోపేతం అయ్యేలా కార్యాచరణ రూపొందించాలని సమావేశం నిర్ణయించింది. ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాల్లో విద్యార్థి ఉద్యమకారుల సన్నాహక సమావేశాలు, మీడియా సమావేశాలు నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో సంఘం వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు డా. పిడమర్తి రవి, డా. సాంబశివరావు గౌడ్, శంకర్ నాయక్, రాస వెంకట్, వేల్పుల కుమార్, డా. బీకోజీ, ధార్మిక స్వప్న, వడ్డే ఎల్లన్న, గద్దల అంజిబాబు, తిరుమనపల్లి ప్రశాంత్, సంపత్, అల్లుడు జగన్, సంజయ్ గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.