నమస్తే తెలంగాణ
Namasthe Telangana

Page: City | P.N. 23 | **Hyderabad** | **16-Dec-18**

వృద్ధాప్యంలోనూ చలాకీగా ఉండొచ్చు

- ముసలితనంలో ఎదురయ్యే సమస్యలకు చెక్
- మాదాపూర్‌లోని హైటెక్స్ ఎగ్జిబిషన్ సెంటర్
- ట్రాన్సేషనల్ కేర్‌లకు పెరుగుతున్న డిమాండ్

మాదాపూర్ : మనిషి వయసు మీద పడిన కొద్దీ తన ఒంట్లో శక్తి అంతకంతకు తగ్గిపోతున్నది. దానితోపాటు శారీరకంగా, మానసికంగా కృషించి పోతుంటారు. వృద్ధాప్యంలో కూడా ఉల్లాసంగా, ఆరోగ్య పరంగా వచ్చే సమస్యలను అధిగమించేందుకు కేడబ్ల్యూ కాన్ఫరెన్స్ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఉన్ముక్ ఫెస్టివల్ పేరిట ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమం సీనియర్ సిటిజన్స్‌ను విశేషంగా ఆకట్టుకుంటున్నది. మాదాపూర్‌లోని హైటెక్స్ ఎగ్జిబిషన్ సెంటర్‌లో కొలువుదీరిన కార్యక్రమంలో వృద్ధులు ఆనందంగా, ఉల్లాసంగా గడిపేందుకు వివిధ రకాల ఉత్పత్తులు, గేమ్ షోలను నిర్వహించారు. వృద్ధులకు విరమణ అనేది కేవలం మెదడుకు సంబంధించినదని ఉత్సాహం, పట్టుదలతో శారీరకంగా ఎదుర్కోవలసిన సమస్యలను ఇట్టే అధిగమించవచ్చని నిర్వాహకులు పేర్కొన్నారు. మన ఇండియాలో 60ఏండ్లు రాగానే ముసలివాళ్లుగా పరిగణిస్తారని, విదేశాల్లో 80 ఏండ్లు దాటితే గానీ ముసలివారిగా పరిగణించరని అంటున్నారు. 2040 సంవత్సరం నాటికి వృద్ధుల సంఖ్య మరింత పెరుగుతుందని, వారికి ఇబ్బంది లేకుండా ఉండేందుకు మరిన్ని

ఉత్సాహంగా గేమ్‌షో ఆడుతున్న సిటిజన్స్

ఉత్పత్తులను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చి గ్రామీణ ప్రాంతాలకు సైతం విస్తరించేందుకు కృషి చేస్తామని పేర్కొంటున్నారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా ఏర్పాటు చేసిన 60 స్టాల్స్‌లో మానసిక, ఆరోగ్య పరంగా ఒత్తిడికి గురికాకుండా వారిలో ఉత్సాహాన్ని నింపేందుకు అనేక రకాలైన వస్తు, ఉత్పత్తులను అందుబాటులో ఉంచారు. నూతన టెక్నాలజీతో కూడిన ఆన్‌లైన్ సేఫ్టీ గైడ్ వర్క్‌షాప్, లైవ్ ఎవర్ గ్రీన్ పేరిట ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించే ఉత్పత్తులు, వీల్‌చైర్స్, బ్యాటరీతో నడిచే మొబిలిటీ స్కూటర్స్, కండ్లు సరిగా కనబడని వారి కోసం భూతద్దం అమర్చి తయారు చేసిన నెయిల్ కట్టర్స్, వృద్ధాప్యంలో టెక్నాలజీపై అవగాహన పెంచుకునేందుకు ఎమ్ పవర్ పేరిట సరికొత్త యాప్‌లతోపాటు వాకింగ్ స్టిక్స్, నెక్ ప్యాడ్స్, హెల్త్ కేర్ ప్రొడక్ట్స్ వంటి వస్తువులను ఉంచారు. వీటిని

భూతద్దంతో ఏర్పాటు చేసిన నెయిల్‌కట్టర్

సందర్శించేందుకు నగర నలుమూలల నుంచి సీనియర్ సిటిజన్స్ ఉత్సాహంగా పాల్గొంటున్నారు. రెండు రోజుల పాటు నిర్వహించనున్న ఈ కార్యక్రమానికి దాదాపు 8వేలకు పైగా సీనియర్ సిటిజన్స్ విచ్చేయనున్నట్లు నిర్వాహకులు అంచనా వేస్తున్నారు.

బ్రినోవా ట్రాన్సేషనల్ కేర్...

అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వారు కోలుకున్నాక అన్నీ తానై అక్కున చేర్చుకొని సేవలందిస్తున్నది బ్రినోవా ట్రాన్సేషనల్ కేర్. అతి తక్కువ ఖర్చుతో వృద్ధులకు సేవలను అందించేందుకు దవాఖానకు ఇంటికి మధ్య వారధిలా పని చేస్తున్నది. నగరంలో పలుచోట్ల సేవలను అందిస్తున్న ట్రాన్సేషనల్ కేర్ దవాఖానలకు డిమాండ్ పెరుగుతున్నది. వైద్యుల పర్యవేక్షణలో సేవలందించే ట్రాన్సేషనల్ కేర్‌ను సంప్రదిస్తే తక్కువ ఖర్చుతోనే మెరుగైన సేవలు అందుతాయి. ఈ విధానం బంజారాహిల్స్ రోడ్డు నంబర్.12, ఉప్పల్, కొండాపూర్, కూకట్‌పల్లి వంటి ప్రదేశాల్లో అందుబాటులో ఉన్నాయి.

మొబిలిటీ స్కూటర్స్..

వృద్ధులు ఒకే చోట ఉండి ఏమి చేయాలో తోచని సమయంలో సరదాగా ఒక చోటి నుంచి మరొక ప్రదేశానికి వెళ్లేందుకు వీలుగా ఉంటుంది. ఇది పూర్తిగా బ్యాటరీతో నడుస్తుంది. ఒక సారి ఫుల్‌చార్జ్ చేస్తే 11కిలోమీటర్ల వరకు పని చేస్తుంది. వృద్ధులకు సౌకర్యంగా ఉండేలా వీటి ఆపరేటింగ్ సిస్టమ్ ఉంటుంది. దీని ధర మార్కెట్‌లో రూ.75వేల నుంచి అందుబాటులో ఉంటుంది.

సులభ పద్ధతిలో శిక్షణ

వృద్ధులు ఏదైన కొత్త విషయాలు తెలుసుకునేందుకు గూగుల్‌లో సెర్చ్ చేయడానికి వీలుగా ఉండేలా వాట్సాప్,ఫేస్‌బుక్‌తోపాటు క్యాబ్‌లను బుక్ చేసే విధానం, నేవిగేషన్‌ను వాడే విధానంపై శిక్షణ అందిస్తున్నాం. వృద్ధాప్యంలో మతిమరుపు, కండ్లుసరిగా కనబడక ఆన్‌లైన్ సేవలను పొందలేని వారి కోసం 'ఎమ్ పవర్‌జీ' అనే యాప్‌ను తయారు చేశాం. సులభ పద్ధతిలో అర్థమయ్యేలా శిక్షణ ఇచ్చేందుకు వీలుగా ఉంటుంది. -ఆరాధన బిరదర్, గూగుల్ ప్రాజెక్ట్ మేనేజర్

ఆత్మవిశ్వాసం నింపిన ప్రదర్శన

వృద్ధాప్యంలో ఎవరైన ఆసరాగా ఉంటే బాగుంటుంది అనుకుంటాం. కానీ ఈ ప్రదర్శనలో మా లాంటి వారికి ఉపయోగపడే ఉత్పత్తులను అందుబాటులో ఉంచడం సంతోషంగా ఉన్నది. మొబిలిటీ స్కూటర్‌తోపాటు ఎమ్ పవర్‌జీ అనే యాప్‌ని తయారు చేసి శిక్షణ అందించడం చాలా బాగుంది.

- వీజీ ఆచార్యులు, హైదరాబాద్

వృద్ధాప్యంలో సమస్యలు అధిగమించాలి

రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వృద్ధాప్య పింఛన్లు భేష్ : డాక్టర్ గంగాధరన్

కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభిస్తున్న డాక్టర్ గంగాధరన్, హెల్ప్ ఏజ్ ఇండియా గేవ్ చైర్మన్ మాథ్యు చెరియన్, నిర్వాహకులు మొనిమిత సర్కార్

మాదాపూర్ : ముసలి తనంలో విరమణ అనేది మెదడుకే కానీ శరీరంలో వచ్చే మార్పులకు కాదని హెరిటేజ్ ఫౌండేషన్ చైర్మన్ డాక్టర్ గంగాధరన్ పేర్కొన్నారు. శనివారం కేడబ్ల్యూ కాన్ఫరెన్స్ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో మాదాపూర్‌లోని హైటెక్స్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ఉన్ముక్ ఫెస్టివల్ కార్యక్రమానికి హెల్ప్ ఏజ్ ఇండియా గేవ్ చైర్మన్ మాథ్యు చెరియన్, నిర్వాహకులు మొనిమిత సర్కార్‌లతో కలిసి జ్యోతిప్రజ్వలన చేసి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... వృద్ధాప్యంలో వచ్చే సమస్యలను ఎదుర్కొనేందుకు ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఎంతగానో ఉపయోపడుతాయన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అందిస్తున్న వృద్ధాప్య పింఛన్ల పథకం చాలా బాగుందని, కేంద్ర ప్రభుత్వం కూడా వృద్ధుల కొరకు ఇటువంటి పథకాలను అందుబాటులోకి తీసుకువస్తే బాగుంటుందన్నారు. 25 ఏండ్ల క్రితం హెరిటేజ్ హాస్పిటల్‌ను ప్రారంభించడం జరిగిందని దానిని గారియాట్రిక్ దవాఖాన అని పిలుస్తారన్నారు. వృద్ధుల కోసం ఏర్పాటు చేసిన అటువంటి దవాఖాన దేశంలో కేవలం 8 మాత్రమే ఉన్నాయని, అటువంటి వాటిని మరింత విస్తరించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. రెండు రోజులపాటు కొనసాగనున్న ఈ ప్రదర్శనలో 60స్టాల్స్ ఉన్నాయని నిర్వాహకులు తెలిపారు. సీనియర్ సిటిజన్స్, అనాథ ఆశ్రమం విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

స్టాల్స్‌లో ఉత్పత్తులను సందర్శిస్తున్న సీనియర్ సిటిజన్స్