



कृषि

A magazine for Sustainable Agriculture



संखुडी - 7

संखिक - 10

वरुडडडड डडडडडडडडडड डडडडडडडडडड डडडडडडडडडड डडडडडडडडडड

डडडडड - डडडडडडडडड 2009

కొర్రు రుచులు



కొర్రుకిచిడి



కొర్రు అప్పాలు



కొర్రు లడ్డులు



కొర్రు పాయసం



పచ్చిరోట్ట పంటసాగు - ప్రాధాన్యత

ఈ పద్ధతి వేల సంవత్సరాల నుండి పాటిస్తున్నది. జనుము పిల్లిపెసర, జీలుగు మొదలగు పచ్చిరోట్ట పంటలను ఏక పంటగా వేసి పూత దశకు రాకముందు పొలం దున్నేస్తారు.

పచ్చిరోట్ట పైరుకి ఉండవలసిన లక్షణాలు :

1. వేగంగా పెరిగి, తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ బయోమాస్ ని ఉత్పత్తి చేయగలగాలి.
2. గాలిలోని నత్రజనిని వేళ్ళలోని బుడిపెలు ద్వారా నేలలో స్థిరీకరించే పుష్ప జాతికి చెంది ఉండాలి. పచ్చిరోట్ట వల్ల ఎకరానికి 12 కిలోల నుంచి 100 కిలోల దాకా నత్రజని లభించే అవకాశముంది.

వివిధ పచ్చిరోట్ట ఎరువులను వాడటం వల్ల లాభాలు :

నేల భౌతిక పరిస్థితి మెరుగుపడుతుంది. సేంద్రియ పదార్థ స్థాయిలో, నేలలో తేమపట్టి ఉంచే శక్తి, మేలుచేసే సూక్ష్మజీవుల సంఖ్య పెరుగుతుంది. సేంద్రియ పదార్థంలోని పోషకాలు మొక్కలకు అందుబాటులోకి వస్తాయి.

- ❖ పచ్చిరోట్ట ఎరువును తొక్కటం వల్ల నేలను దున్నటం సులభమవుతుంది.

- ❖ పెళుసుగా మందంగా ఉన్న నేలలు మెరుగుపడి నేల గుల్లబారి, మురుగు నీటి పారుదల మెరుగుపడుతుంది.
- ❖ పచ్చి ఎరువు వల్ల పంటలు నేలపై పరుచుకొని ఉష్ణోగ్రతను అదుపులో ఉంచుతాయి. నేల కోతను అరికడతాయి.
- ❖ మీద వేర్లు నేలలోకి లోతుగా పోవటం వల్ల ఎక్కువ నీరు నేలలోకి యింకుతుంది.
- ❖ నేలలోపలి పొరల్లో ఉన్న పోషకాలతో పాటు ఈ పోషకాలను పంటలు వినియోగించుకుని అధిక దిగుబడినిస్తాయి.
- ❖ పప్పు ధాన్యాలకు సంబంధించిన పచ్చి ఎరువు పంటల వేర్లు మీద నత్రజనిని స్థిరీకరించే బాక్టీరియా బొడిపెలుంటాయి. వాతావరణంలోని నత్రజనిని ఇవి నేలలోకి చేర్చుతాయి. నేలలో సున్నం, భాస్వరం, సూక్ష్మ పోషకాలను మొక్కలకు అందే విధంగా పచ్చిరోట్ట ఎరువులు తోడ్పడతాయి.
- ❖ జీలుగు వరుసగా నాలుగు సంవత్సరాలు నేలలో తొక్కితే నేలలో చౌడు శాతం తగ్గి పంట సాగుకు అనువుగా మారుతుంది.

పచ్చిరోట్ట పైరు నేలకు అందించే నత్రజని

పంట	ఎకరానికి వచ్చే పచ్చిరోట్ట	ఎప్పుడు కలియదున్నాలి	ప్రత్యేక లక్షణాలు నత్రజని పరిమాణము
జనుము	10-15 టన్నులు	పూత దశ	టన్ను పచ్చిరోట్టలో 4.55 కిలోల నత్రజని వుంటుంది
జీలుగు	6-10 టన్నులు	పూత దశ	5 కిలోలు
వెంపలి	10-15 టన్నులు	పూత దశ	3 కిలోలు
పిల్లి పెసర	4-5 టన్నులు	పూత దశ	4 కిలోలు
బెబ్బర్లు	1 టన్ను	పూత దశ	4 కిలోలు



సాంప్రదాయ పశువైద్యం

వరుస సంఖ్య	వ్యాధి పేరు	టీకా వేయవలసిన సమయము	టీకాలు ఇవ్వవలసిన నెల	మందు పేరు
1.	గాలికుంటు వ్యాధి	సంవత్సరానికి 2 సార్లు	ఫిబ్రవరి, ఆగస్టు	FMD Vaccine
2.	ముసరవ్యాధి	సంవత్సరానికి ఒకసారి	మే, జనవరి, ఫిబ్రవరి	R.P. Vaccine
3.	గొంతువాపు వ్యాధి	సంవత్సరానికి ఒకసారి	ఏప్రిల్	B.Q. Vaccine
4.	సప్ప/జబ్బ వాపు వ్యాధి	సంవత్సరానికి 2 సార్లు	అక్టోబర్	E.T. Vaccine

వర్షాకాలం వచ్చే వ్యాధులు :

జబ్బ వాపు/సప్ప వాపు :

ఈ వ్యాధి సూక్ష్మజీవుల వలన వస్తుంది. తొలకరి వానలు పడిన తరువాత చిగురు వేసిన గడ్డి తిన్న తరువాత వస్తుంది.

లక్షణాలు :

- ❖ జ్వరం ఎక్కువగా వస్తుంది.
- ❖ కండ్లు ఎర్రబడతాయి.
- ❖ తొడపై భాగం వాపు వస్తుంది, కుంటుతుంది.
- ❖ వాపులో బుర బుర, పటపట మని శబ్దం వస్తుంది.

గొంతువాపు/గుండెవాపు/కండివాపు :

- ❖ జ్వరము ఎక్కువగా ఉంటుంది.
- ❖ మేత మేయదు.
- ❖ గొంతు భాగం వాపు ఉంటుంది.
- ❖ కంట్లోనుండి, ముక్కునుండి నీరు కారుతుంది.
- ❖ ఎగశ్వాసలో గుర్రుమని చప్పుడు వినబడుతుంది.
- ❖ ఊపిరి తీసుకోవడం కష్టంగా ఉంటుంది.
- ❖ పశువు నీరసంగా ఉంటుంది.
- ❖ ఎగ పోస్తుంది, శ్వాస కష్టమై నాలుక బయటకు తెస్తుంది.
- ❖ ఊపిరి ఆడక పశువు ఆకస్మాత్తుగా చనిపోతుంది.

బురదపుండ్లు/మెత్తకాళ్ళు (ఫుట్‌రాట్) :

కారణాలు :

- ❖ ఈ వ్యాధి వర్షాకాలంలో వస్తుంది.
- ❖ బురదలోని సూక్ష్మక్రిముల వలన
- ❖ కొట్టంలోని నిల్వ నీరు వలన
- ❖ బురదలో, పెండలో, మలమూత్రంలో పశువు ఎక్కువ సేపు ఉంటే

లక్షణాలు :

- ❖ గిట్టలలో రక్తము కారుతుంది. చెడు వాసన వస్తుంది.
- ❖ గిట్టలు పర్రెలిచ్చి పుండ్లు వస్తాయి, నేలమీద ఆనించలేదు.

జాగ్రత్తలు :

- ❖ పశువును కట్టేసే స్థలంలో రొచ్చు ఉండకూడదు, ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రపరచాలి.

సంప్రదాయ చికిత్స విధానము :

వస్తువులు

వేపాకు, సీతాఫలం ఆకు

తంగేడు ఆకులు

చికిత్స విధానము

- వేపాకు, సీతాఫలం ఆకులతో కషాయం చేసి పుండ్లను కడగాలి.

- తంగేడు ఆకులను నీడలో ఎండబెట్టి పొడిచేసి పుండుమీద పెట్టాలి.



సేంద్రియ ఎరువులు - అమ్మత జలం :

పర్యావరణ పరిరక్షణ, సుస్థిర ఉత్పాదకత, రైతులను, శాస్త్రవేత్తలను, పర్యావరణ వేత్తలను నేడు తీవ్ర ఆందోళనకు గురిచేస్తున్న అంశం. ఆహార అవసరాలను తీర్చటానికి లభ్యమయ్యే వనరులు పరిమితంగా ఉన్నాయి. కాబట్టి పరిమిత వనరులతో అధిక ఉత్పాదకత సాధించగలగాలి. ఈ కోణంలో చూస్తే వ్యవసాయ భూముల యాజమాన్యంలో సేంద్రియ ఎరువులు ముఖ్యపాత్ర వహిస్తాయి. పంటను ఆరోగ్యంగా పెంచటంలో సూక్ష్మజీవులు ప్రధానపాత్ర పోషిస్తాయి. నేల నిండా మేలు చేసే సూక్ష్మజీవులు నింపడం ద్వారా, సేంద్రియ పదార్థం చేర్చడం ద్వారా ఇది సాధ్యమౌతుంది.

అమ్మతజలం :

కావలసిన పదార్థాలు :

ఆవు మూత్రం - 1 లీటరు, ఆవుపేద - 1 కిలో, బెల్లం - పావుకిలో నీళ్ళు - 10 లీటర్లు

తయారుచేసే పద్ధతి :

అన్ని పదార్థాలు ప్లాస్టిక్ డబ్బాలో గాని, మట్టికుండలో

గాని కలిపి 24 గంటలు ఉంచాలి. ఆ తరువాత ప్రతి లీటరు అమ్మత జలానికి 10 లీటర్లు నీళ్ళు కలిపి నైలాను నెట్ తో వడపోయాలి. వడపోసిన ద్రవాన్ని పిచికారి చేయాలి.

అమ్మత జలాన్ని 30 రోజుల పాటునిలువ ఉంచవచ్చు. యూరియా చల్లినప్పుడు మొక్కలు ఏపుగా పెరగడమే గాక, మొక్క నాజూకుగా మారి పురుగులు, తెగుళ్ళు ఎక్కువగా ఆశిస్తాయి.

అమ్మత జలాన్ని చల్లినప్పుడు మొక్కలకు నతజ్రని లభ్యమవ్వడమే కాక హానిచేసే పురుగులను, సూక్ష్మక్రిములను దూరంగా ఉంచుతుంది.

మోతాదు :

బాగా ఎదిగిన పొలానికి బర్రె/ఆవు/ఎద్దు మూత్రం 20 లీటర్లు, 20 కిలోల పేద, 5 కిలోల బెల్లం, 150 లీటర్ల నీరు అవసరమవుతాయి. పిచికారి చేయడం వీలుకాకపోతే పొలానికి నీరు పెడతున్నప్పుడు కాలువ మొదట్లో నీళ్ళల్లో అమ్మత జలాన్ని కలిపి వాడవచ్చును.

వేపగింజల కషాయం :

వేప ఉత్పత్తులు క్రిమి సంహారకాలుగా పని చేస్తాయి. వేప కషాయాన్ని ఉపయోగించటం వల్ల పంటలపై కీటకాలు గుడ్లు పెట్టడానికి ఇష్టపడవు. ఈ వాసన నచ్చకపోవడంతో కొన్ని రకాల కీటకాలు పంటలను ఆశించవు.

వేపగింజల కషాయం తయారీ విధానం :

ఎకరానికి వేపగింజలు/వేప పిండి 5-12 కిలోల చొప్పున తీసుకోవాలి. పొడిని పలుచని గుడ్డ సంచిలో పోసి, మూతిని కట్టి 20 లీటర్ల నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టాలి.

సూచన : (వేప గింజల పప్పును మెత్తగా రుబ్బి, మూతకట్టి నీటిలో ముంచాలి) ఇలా నానబెట్టిన సంచిని వీలైనన్నిసార్లు పిండాలి. అలా చేయటం వల్ల పొడిలో ఉన్న అజాడిరాక్టిన్ మూలపదార్థం కషాయంలోకి బాగా వస్తుంది. పూర్తిగా పిండిన తరువాత పిప్పిని పారవేయాలి.

ఈ ద్రావణానికి 100 గ్రాముల సబ్బుపొడిని కలిపి

బాగా మరిగించాలి. ఈ కలిపిన కషాయాన్ని పలుచని గుడ్డ ద్వారా వడపోయాలి లేనట్లయితే కషాయంలో వుండిపోయిన పదార్థాలు స్ప్రేయర్ నాజిల్లో చిక్కుకుని పిచికారికి అంతరాయం కలుగుతుంది.

ఈ ద్రావణాన్ని 100 లీటర్ల నీటిలో కలిపి ఒక ఎకరాకు పిచికారి చేయాలి.

ఉపయోగాలు :

తల్లిపురుగులు బయట ఎగురుతున్నప్పుడు వేప గింజలు కషాయం ఒకసారి పిచికారి చేయడం వలన తల్లిపురుగులు పెట్టిన గుడ్లు చీకి పోతాయి. తల్లిపురుగులు ఆ వాసనకు పంటల దగ్గరకు రావు.

నివారించబడే పురుగులు :

లద్దెపురుగు, పుచ్చకాయ పురుగు, నామాలు పురుగు, ఆకుముడతపురుగు, ఆకు నమిలే పురుగులు, రసం పీల్చే పురుగులు.



పప్పు ధాన్యాలు - యాజమాన్య పద్ధతులు :

లక్షణాలు	తొగరి/కంది	పెసర	మినుము
విత్తేకాలం	జూన్, జూలై-ఖరీఫ్	జూన్	జూన్-జూలై
పంటలు	సహపంటగా	అంతర సహపంటగా	సహపంటగా
విత్తనం (ఎకరానికి)	2-3 కిలోల	6-6.4 కిలోలు (తొలకరిలో)	6.4-7.2 కిలోలు
విత్తేదూరం	150×20 లేక 120×20 సెం.మీ.	30×10 సెం.మీ.	30×10 సెం.మీ.
కాలపరిమితి	160-180 రోజులు	60-75 రోజులు	70-80 రోజులు
దిగుబడి (ఎకరానికి)	6-8 క్వీంటాళ్ళు	4-7 క్వీంటాళ్ళు	4-6.4 క్వీంటాళ్ళు
విత్తే పద్ధతి	నాగలివెంబడి గాని సాళ్ళలో గొర్రుతో గాని విత్తుకోవాలి	సాళ్ళలో గొర్రుతో వెదబెట్టాలి	సాళ్ళలో గొర్రుతో వెదబెట్టాలి
విత్తన శుద్ధి	రైజోబియంను విత్తనంలో కలిపి విత్తాలి	రైజోబియంను కల్చరును విత్తనంలో కలిపి విత్తాలి	రైజోబియం కల్చరును విత్తనంలో కలిపి విత్తాలి
కలుపు నివారణ	విత్తిన 30-60 రోజులప్పుడు గొర్రుతో అంతర కృషి చేయాలి	20-25 రోజులప్పుడు గొర్రుతో అంతర కృషి చేయాలి	20-25 రోజులప్పుడు గొర్రుతో అంతర కృషి చేయాలి

అంతరపంటల నిష్పత్తి :

తొగరి / కంది + జొన్న / మొక్కజొన్న / సజ్జ = 1:2

పెసర+రబి తొగరి / కంది = 3:1

పెసర / మినుము / వేరుశనగ + కంది = 7:1 పెసర

+ తొలకరికంది = 7:1

ఖరీఫ్లో అంతరపంటగా 7 సాళ్ళు, రబీలో 3 సాళ్ళు పెసర/మినుము వేయటం ద్వారా పరాన్న జీవులను వృద్ధి చేయటానికి తోడ్పడతాయి. పొలంచుట్టు 4 సాళ్ళు జొన్న రక్షిత పైరుగా విత్తాలి.

ముఖ్యంగా నల్లతొగరుకు పురుగును తట్టుకొనే గుణం ఎక్కువగా వుంది.

పచ్చపురుగును తట్టుకునే ఐ.సి.పి.యల్-332, యల్.ఆర్.జి.-41, పి.ఆర్.జి.-158 రకాలను సాగుచేయాలి.

పురుగు గ్రుడ్లను, తొలి దశ పురుగులను గమనించిన వెంటనే 5% వేప గింజల కషాయాన్ని లేక వేప సంబంధమైన మందులను పిచికారి చేయాలి.

ఎ) సమగ్ర సస్యరక్షణ : తొగరి (కంది) :

వేసవిలో లోతు దుక్కిచేస్తే భూమిలోని పురుగు కోశస్థదశలు బయటపడి పక్షులు ఏరుకు తినటానికి వీలవుతుంది.

ఈ పురుగు తక్కువగా ఆశించే పంటలైన జొన్న, నువ్వులు, మినుము, ఉలవ మొదలైన పంటలలో పంట మార్పిడి చేయాలి.



ఎకరాకు 200 లార్వాలకు సమానమైన యన్.పి.వి. ద్రావణాన్ని లేక ఎకరాకు 400 గ్రాములు బాక్టీరియా సంబంధమైన మందును 200 లీటర్లు నీటితో కలిపి వారం తేడాతో రెండు సార్లు చలికాలంలో సాయంత్రం వేళల్లో పిచికారి చేయాలి.

బాగా ఎదిగిన పురుగులను ఏరివేయాలి లేక చెట్లను బాగా కుదిపి దుప్పట్లలో పడిన పురుగులను నాశనం చేయాలి.

పొలంలో పక్షులు కుర్చోనేందుకు వీలుగా తామర(పంగ) కొయ్యలను నాటడం ద్వారా పురుగు లార్వాల పక్షులు తినేట్లు చేయవచ్చు.

బెల్లం నీరు చల్లితే చీమలు వచ్చి పురుగులను తినివేస్తాయి.

పశువుల పేడ, మూత్రం కలిపి వాడితే పురుగు గుడ్లు పెట్టడానికి ఇష్టపడదు.

ఈ మిశ్రమాన్ని ఉపయోగించడం ద్వారా పురుగు పెరుగుదలను అరికట్టడం మాత్రమే కాకుండా, నేలను సారవంతం చేసి పంటలో పువ్వు ఎదుగుదలకు దోహదం చేస్తుంది.

మిరుప-వెల్లుల్లి మిశ్రమం (ఎల్లిగడ్డలు-దంచినవి) 400-750 గ్రాములు + కిరోసిన్ 150 నుండి 200 మి.లీ + 50 గ్రాములు సబ్బుపొడి + పచ్చిమిర్చి & 4 కిలోలు 8 లీటర్లు నీటిలో కలపాలి. ఈ ద్రావణాన్ని 50 నుండి 80 లీటర్ల నీటితో కలిపి ఒక ఎకరా పంటపై చల్లడానికి ఉపయోగించవచ్చు.

150-1000 గ్రాముల ఎండిన పొగాకు ముక్కలు తీసుకొని 5 నుండి 8 లీటర్ల నీటిలో మరగ బెట్టి 'డి' కాక్సును తయారు చేసుకోవాలి. ఈ ద్రావణానికి 50-100 గ్రాముల సబ్బుపొడి కలుపుకోవాలి. 50-80 లీటర్ల నీటిలో కలిపి పిచికారి చేయాలి.

మందుచెట్లు

ఎల్లిగడ్డ (వెల్లుల్లి) :

నడుంనొప్పి : రోజు ఒక ఎల్లిపాయ పొద్దున మింగి పాలు లేక నీళ్ళు తాగాలి. 2,3 నెలలు వాడవచ్చు.

దగ్గు : ఎల్లిపాయ దంచి పాలల్లో కలిపి తాగితే చాలు

రుతుస్రావంలో మార్పులు : 3 నెలలు రోజు ఒక ఎల్లిపాయ తింటే రుతుస్రావం క్రమంగా వుంటుంది.

నెత్తినొప్పి : ఎల్లిపాయ గంధం తీసి నూనెలో కల్చి కంతలకు పెడతారు.

చెవినొప్పి : నూనెలో ఒక పాయ రెండు ముక్కలు చేసి కాగబెట్టి చల్లారినంత చెవిలో పోయాలి.

చెవిలో చీముకి/గడ్డకి : ఒక పాయ నూనెలో కాగబెట్టి పోయాలి. గడ్డకి-పాయ గందం తీసి రోజూ పెట్టాలి.

ఓమ (వాము) :

దగ్గు : పచ్చి ఓమ తింటే చాలు

పచ్చి ఓమ లేక వేంచిన ఓమ కషాయం తాగాలి.

రోజు పచ్చి ఓమ తినాలి.

రోజు పచ్చి ఓమ తినాలి.

అన్నం జీర్ణం కావడానికి తింటారు.

శరీరంలో పురుగు చచ్చిపోతుందంటారు.

ఆకలి కావాలంటే ఓమ తింటారు.

బాలింతలు ఓమ తింటే పాలు పడతాయి.

తల్లి ఓమ తింటే చంటి పిల్లలకి పాలు జీర్ణమవుతాయి.



మన పంటలు- మన పంటలు (ధారావాహకం)

కొరకిచిడి :

కావలసిన పదార్థాలు :

కొరలు - 1కిలో, నీరు- తగినంత, అకుకూరలు- 500 గ్రా.

నూనె - 20 గ్రా., ఉల్లిగడ్డ - ఒకటి, పెసరి పప్పు - అరకిలో

పచ్చిమిరప - 6, తాలింపు దినుసులు- తగినంత

తయారుచేయు పద్ధతి :

ఉల్లిగడ్డ సన్నంగా తరిగి నూనెలో తాలింపు వేయండి. తాలింపులో

అల్లం, ఎల్లిగడ్డ (వెల్లిల్లి), తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు, అకుకూరలు, పెసరిపప్పు వేసి బాగా వేయించండి. రుచికి తగినంత ఉప్పు, కారం చేర్చి బాగా కలపాలి. నీళ్ళు పోసి బాగా మరిగిన తరువాత కొర్రబియ్యం వేసి కలపండి. ఉడికిన తర్వాత దించాలి.

ప్రత్యేకతలు : కొర్ర కిచిడి చాలా బలవర్ధకమైన ఆహారం దీన్ని పెరుగుతో తింటారు.

పోషక విలువలు (100 గ్రా.తిండి పదార్థానికి)

తిండి పేరు	ప్రోటీన్లు గ్రా.	క్రోవు గ్రా.	పీచు పదార్థం గ్రా.	లవణాలు గ్రా.	పిండి పదార్థం గ్రా.	శక్తికిలో/ కాలరీ	క్యాల్షియం మి.గ్రా.	ఫాస్ఫరస్ మి.గ్రా.	ఇనుము గ్రా.
కొరలు	12.3	4.3	3.3	8	60.9	331	31	290	2.8
పెసరి పప్పు	24.5	1.2	3.5	0.8	59.9	348	75	405	3.9
నూనె	-	100	-	-	-	900	-	-	-

కొర్రపాయసం :

కావలసిన పదార్థాలు :

కొరలు- 1 కిలో, బెల్లం- 1కిలో, నీరు- 2 లీటర్లు

ఇలాచి, గసాలు- రుచికి తగినంత, సోంపు- తగినంత

తయారుచేయు పద్ధతి :

శుభ్రం చేసిన కొర్రలను తీసుకొని బాగా కడిగి నీటిలో నానబెట్టాలి.

అరగంట తరువాత రెండు లీటర్లు నీటిని బాగా మరగనిచ్చి కడిగిన

కొర్రలను ఉండకట్టకుండా కలుపుతూ నీటిలో వేయండి. బువ్వు ఉడికిన తరువాత నీళ్ళలో కలుపుకున్న బెల్లంను చేర్చి పాశం చేయండి. రుచికి సోంపు, ఇలాచి, గసాలు వేయండి.

ప్రత్యేకతలు : కొర్ర పాశం చాలా పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారము.

పోషక విలువలు (100 గ్రా.తిండి పదార్థానికి)

తిండి పేరు	ప్రోటీన్లు గ్రా.	క్రోవు గ్రా.	పీచు పదార్థం గ్రా.	లవణాలు గ్రా.	పిండి పదార్థం గ్రా.	శక్తికిలో/ కాలరీ	క్యాల్షియం మి.గ్రా.	ఫాస్ఫరస్ మి.గ్రా.	ఇనుము గ్రా.
కొరలు	12.3	4.3	3.3	8	60.9	331	31	290	2.8
కుడుక	6.8	62.3	1.6	6.6	18.4	662	400	210	7.8
బెల్లం	0.4	0.1	0.6	-	95	383	80	40	2.64



సహజ రంగులు

మన పూర్వీకులు వెనుకటికి రకరకాల పువ్వులు, చెట్లబెరడులను మట్టికుండలలో నీళ్ళతో నానబెట్టి, వచ్చిన రంగునీటిని, పసుపు, కుంకుమ నీటిని పండగల సందర్భంగా వాడుకొనేవారు. కాని కాలక్రమేణ రసాయనిక రంగుల తయారీ, వాడకం ఎక్కువ అవడంతో సహజ రంగుల వాడకం తగ్గిపోయింది. ఈ రసాయనిక రంగులు వాడకం వలన చర్మ వ్యాధులు వస్తాయి. ఒక వేళ శరీరం లోపలికి వెళితే కాలేయం దెబ్బతింటుంది మరియు ముక్కు ద్వారా పీల్చటం వలన శ్వాసకోశ వ్యాధులు వస్తాయి. అంతే కాకుండా ఈ రసాయనిక రంగులు నీటిలో కలసి భూమిలోకి ఇంకి, పర్యావరణాన్ని ఎక్కువగా కాలుష్యం చేస్తాయి అందుచేత ఈ రసాయనిక రంగుల వాడకం తగ్గించి సహజసిద్ధ రంగుల వాడకాన్ని పెంచడం ఎంతైన శ్రేయస్కరము.

ఈ సహజ రంగులను ప్రకృతిలో మనకు లభించే చెట్లు భాగాలు అంటే పువ్వులు, కాయలు గింజలు, బెరడు ఆకులు, వేర్లు నుండి తయారు చేసుకోవచ్చును.

చెట్టు	రంగును తీసేభాగము	రంగు

తయారుచేసే పద్ధతి:

నీటిలో ఉడికించే విధానం :

క్షార పద్ధతి :

సహజ రంగుల ప్రాముఖ్యత :

- ❖
- ❖
- ❖
- ❖
- ❖



గత 6 నెలల్లో జరిగిన శిక్షణా కార్యక్రమాలు :

- ❖ పాత పంటలతో వంటకాలపై అంగన్‌వాడి ఆయాలకు శిక్షణను ఇవ్వడం జరిగింది.
- ❖ వర్మికంపోస్టు తయారీ మరియు యాజమాన్య పద్ధతులపై శిక్షణ.
- ❖ వాటర్‌షెడ్ మరియు మట్టి కోతకు గురయ్యే సమయాలలో తీసుకోవలసిన యాజమాన్య చర్యలపై శిక్షణ.
- ❖ పంచగవ్య అనే సేంద్రియ ఎరువు తయారీ విధానం మరియు ఉపయోగించే విధానం, లాభాలు గురించి శిక్షణ ఇవ్వటం జరిగింది.
- ❖ డి.డి.యస్. ఆరోగ్య కార్యకర్తలకు సాంప్రదాయ వైద్యంపై శిక్షణ కార్యక్రమం.
- ❖ ఫినాయిల్, సబ్బుపొడి తయారీ విధానంపై శిక్షణ.
- ❖ వాడకలోలేని ఆహార పదార్థాలు మరియు దానివలన ఆరోగ్య అభివృద్ధి చెందుట అదే విషయాలపై శిక్షణ.
- ❖ సేంద్రియ ఎరువుల తయారీ విధానంపై శిక్షణ కార్యక్రమం.
- ❖ పి.ఆర్.ఎ. పద్ధతిని ఉపయోగించి గ్రామ సమాచారాన్ని సేకరించటం జరిగింది.
- ❖ మట్టి నమూనాలు సేకరించే పద్ధతిని రైతులకు తెలియచేయడం జరిగింది.

ఈ 6 నెలల్లో కె.వి.కె. నందు జరుగనున్న శిక్షణా కార్యక్రమాలు :

- ❖ శాస్త్రీయంగా వండే పద్ధతులు గురించిన శిక్షణా కార్యక్రమం.
- ❖ తొగరి, పెసరి, మినుము పంటల యాజమాన్య పద్ధతులు.
- ❖ స్వయం సహాయక గుంపుల ఏర్పాటు మరియు నిర్వహించుట.
- ❖ పశువులకు ఆరోగ్య జాగ్రత్తలు మరియు వర్షాకాలంలో వచ్చే వ్యాధులు మరియు నివారణ చర్యలపై శిక్షణ.
- ❖ సహజ (చెట్లు) మందుల తయారీ విధానాలు మరియు ఉపయోగాలు.
- ❖ సేంద్రియ వ్యవసాయం పై శిక్షణ కార్యక్రమం.
- ❖ తొగరి, పెసరి, మినుము పంటల సస్యరక్షణ చర్యలు. కంపోస్టు తయారు చేయు పద్ధతులు.
- ❖ స్వయం సహాయక గుంపులు మరియు బ్యాంకుతో ఎటువంటి సంబంధాలను కలిగి ఉంటాయి మరియు ఆర్థికంగా ఎలా లాభపడతాయి అనే అంశాలపై శిక్షణ.
- ❖ చూలు పశువుల నిర్వహణ మరియు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు.
- ❖ నాయకత్వ లక్షణాలు, పెంపొందించేందుకు మార్గాలు మరియు లాభాలు.
- ❖ సేంద్రియ ఎరువుల తయారీ విధానం.
- ❖ మామిడిలో గ్రాఫ్టింగ్ పద్ధతులు.
- ❖ ఎన్.పి.యం. పద్ధతులు.
- ❖ జొన్న వంటకాలు మరియు పోషకవిలువలు.

కలుపు మొక్కలు - మెరుగైన పోషక విలువలు

పోషకము	100 గ్రా లో వుండే విలువ
మాంసకృత్తులు	4.6 గ్రా
క్రోవు	1.7 గ్రా
ఖనిజ లవణాలు	2.8 గ్రా
పీచు పదార్థం	2.4 గ్రా
పిండి పదార్థాలు	7.1 గ్రా
శక్తి	62 కి.కెలరీలు
కాల్షియం	367 మి.గ్రా
ఫాస్ఫరస్	79 మి.గ్రా
ఇనుము	71.0 మి.గ్రా
బీట కెరోటీన్	13919 మ్యూ. గ్రా
విటమిన్-సి	257.70 మి.గ్రా



స్థానిక పేరు : నల్ల కాశ

శాస్త్రీయ నామము : సోలనమ్ నీరం

- చేలల్లో వుంటుంది.
- లేత ఆకు, పండ్లు తింటారు.
- ఆకును శుభ్రంగా కడగాలి.
- రేచికటిని తగ్గిస్తుంది.



స్థానిక పేరు : తెల్ల గంజెరాకు

శాస్త్రీయ నామము : ట్రియాంతిమ డెకాంక్రా

- చేలల్లో వుంటుంది.
- లేత ఆకు తింటారు.
- ఆకును శుభ్రంగా కడగాలి.
- కామెర్లు వచ్చినవారికి పత్యంతిండిగా వాడతారు.
- 'ఆకలి' పెరుగుతుంది.
- మూత్రం సాఫీగా జరిగేటట్లు చూస్తుంది.
- వేర్ల కఫాయం తాగడం వలన ఆరోగ్యంగా ఉంటారు.

పోషకము	100 గ్రా లో వుండే విలువ
మాంసకృత్తులు	2.9 గ్రా
క్రోవు	0.4 గ్రా
ఖనిజ లవణాలు	3.8 గ్రా
పీచు పదార్థం	1.9 గ్రా
పిండి పదార్థాలు	5.8 గ్రా
శక్తి	38 కి.కెలరీలు
కాల్షియం	219 మి.గ్రా
ఫాస్ఫరస్	45 మి.గ్రా
ఇనుము	20.7 మి.గ్రా
బీట కెరోటీన్	6112 మ్యూ. గ్రా
విటమిన్-సి	88.58 మి.గ్రా



సంఘం రేడియో వినండి

పాటలు, కథలు, బుర్ర కథలు, పర్యావరణ సన్నిహిత స్థానిక వ్యవసాయం, ఆడవాళ్ళ అంశాలు, మొదలగు వాటిపై అవగాహన కార్యక్రమాలు, చర్చలు 90.4 మీటర్ల మీద ప్రతి రోజు రా. గం. 7.00 నుండి గం. 9.00 వరకు



చిరునామా

వివరాలకు :

డి.డి.యస్. - కె.వి.కె.

పోస్ట్ బాక్స్ నెం. 214,

జహీరాబాద్ - 502 220. మెదక్ జిల్లా

ఫోన్ : 08451 - 282809

సంపాదకులు

డా॥ శ్రీమతి శైలజ కుర్రా

ప్రోగ్రామ్ కోఆర్డినేటర్

శ్రీమతి పి. కిరణ్ వాణి

వ్యవసాయ విస్తరణ శాస్త్రవేత్త