

**abhaya** FOUNDATION  
an assurance for no fear...



**News Update**  
**January 2021**





**abhaya FOUNDATION**

**an assurance for no fear...**

### **About abhaya News Update:**

abhaya touches the heart of every one's life through its social work. We are committed to support and empower the most deserving communities in the country. abhaya team upholds its noble activities every month through this news letter. abhaya SoulDears (Volunteers) work tirelessly with abhaya's project work related data, updates, reports, photos, feedbacks, quotes, donations, etc., to design and update every news. The "abhaya News Update" reaches about 25,000 abhaya donors, well wishers, supporters, corporate, NGOs and others across the globe in the first week of every month by email and further posted on FB, WhatsApp, abhaya web links, Blog and Twitter, reaching another 25,000 people. This task of sharing our experiences with people has been going on since 2006. We aim to make people aware of our tremendous effort at abhaya for the betterment of human lives and we need your kind consideration, care and support. Your association with abhaya and feedback would help us transform lives and help people reach their full potential.

please share this newsletter within your community. With your support, we can create significant and long-term change in the social work for people who rely on it.

### **Editorial Team**

CS Balachandra Sunku, Founder  
KSV Sivakrishna, Secretary (Content/Editing)  
Vaishnavi / Balachandra (Content/Editing)  
A Rajasekhar Reddy (Special design support)  
G Srinivasulu (Designing & Publishing)  
Manohar Choudhary (Social Media)

**STOP**

**READ**

**MOVE**



### **PARTICULARS**

### **PAGE**

abhaya Hunt the Winter - 2020	3
Hunt the Winter - Donors	5
CSR Update - Empowerment	6
abhaya Youth Empowerment Project	11
abhaya Home Latest Update	12
abhaya Nithyaanna Seva Scheme	14
Education	15
Enlightenment	22
abhaya - Bharosa for Women Safety	28
abhaya SoulDears	31
Dollars for Doers	34
Bank Details	35



# abhaya FOUNDATION

## Hunt the Winter 2020



### abhaya Hunt the Winter

abhaya Hunt the Winter 2020 We with wonderful support of 100s of Donors and Volunteers successfully served more than 7500 blankets during past 3 months. This is the first time we are serving blankets in such numbers. The cold wave is intensifying day by day all over the country. Though the need is there, recourses for blankets became difficult. Hence with your kind consent we are stopping the Mission at 7500/10000. We would be glad to get your inputs on this.

### Maharashtra Update

Successfully completed Hunt the winter at GMC Akola along with my juniors. They also expressed their gratitude for giving this opportunity. - **Dr. K. Sailatha, 1st year Resident, OBGY Dept, GMC Akola, Maharashtra**



### Andhra Pradesh Update

అభయకు నమస్కారం, మామీద ఎంతో నమ్మకంతో మాకు 200 దుప్పట్లు పంపారు. నవంబర్ 16, 2020 న నిస్వార్థ అభయ కవచం అనే పేరుతో అర్జులకు దుప్పట్లను పంచే కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించాం. ఇప్పటి వరకు 199 దుప్పట్లను ఉరవకొండలోనే కాకుండా అనంతపురం మరియు చుట్టుప్రక్కల ఉన్న అన్ని పట్టణాలను, గ్రామాలను గాలించి అసలైన, అర్హత గల నిరుపేద, నిరశ్రా యులను గుర్తించి దుప్పట్లు పంపణి చేయడం జరిగింది. జనవరి 31, 2021 న 200వ దుప్పటి పంచి ఈ కార్యక్రమాన్ని ముగిస్తున్నాము. ఈ కార్యక్రమంలో నిస్వార్థంలో చాలా మంది మిత్రులు ఆనందంగా, ప్రత్యక్షంగా పాల్గొని సేవలో పునీతులయ్యారు. ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా అభయ హాట్ థి వింటర్ అనే పేరుతో నిర్వహిస్తున్న అభయకు ఉడతా భక్తితో మా వంతుగా ₹6000 అందించినందులకు కూడా మాకు చాలా ఆనందంగా ఉంది. ఈ కార్యక్రమం అభయ వారు మాకు అందించినందులకు హృదయ పూర్వక వందనాలు. ఈ సేవలో పాల్గొన్న మిత్రుల ఆనందానికి అవధులు లేవు. ఇలాంటి సేవా భాగ్యం కల్పించిన అభయకు హృదయపూర్వక ధన్యవాదములు. అలాగే అభయ ను నడిపిస్తున్న సహోదర అభయన్స్ అందరికీ శతకోటి వందనములు. అలాగే భవిష్యత్ లో అభయలో కలసి ఇలాంటి సేవలలో పాల్గొనడానికి మరింత అసక్తతను తెలియచేస్తూ ధన్యవాదములతో... - **వెంకటే.తాటికొండ, ప్రతినిధి, నిస్వార్థ స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థ, ఉరవకొండ, అనంతపురం జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్.**





## Karnataka Update



As you know Youth Shakthi Seva Foundation (Youth for Nation) has been associated with Abhaya Foundation since they started HuntTheWinter Initiative. Initially we had distributed 350 blankets and there was a need for more blankets. Hence, we procured another 500 blankets. Our Volunteers are happy to take part in distribution.

We have distributed 650 blankets till now across Karnataka mainly in Bangalore, Bangalore Rural, Chikkaballapur, Mysore, Chamarajanagar, Tumukur, Kolar, Krishnagiri districts.

Distributed 25 blankets in Kanchalli Keri, near Hanur, Kollegala Taluk of Chamarajanagar district (On the way to Mahadeshwara Hill).

TeamYuva carried out HuntTheWinter in Vidhuraashwatha of Gauribidanur Taluk. Thanks to Venkatesh Babu and team for volunteering. Our teams across rural areas in Hosakote Taluk roamed in slums and distributed 75 blankets.

Another team of senior citizens distributed 25 blankets in a slum near Kumaraswamy Layout, Bangalore. Thanks to all who supported this selfless work.

- **Bhushan Bharateeya, Volunteer, Yuvashakthi Seva Foundation**



## Tamil Nadu Update

In Continuation with our Hunt the winter Programme we have already completed & Submitted the Report For Chennai - 150 Nos, Darmaburi - 50 Nos,

We mentioned that we are in the process of Distribution so far we have covered Pollachi, Anaimalai, & Valparai areas in Coimbatore Dt. & We are planning to cover Masaniyamman Koil, Aliyar Dam Park, Udumalai pettai, Thirumoorthi Dam, Kinathukadavu. & We have completed the Same. Herewith we are attaching few Picturers for your reference. - **Mani, NDSO, Chennai, Tamil Nadu**



# abhaya FOUNDATION

## Hunt the Winter - Donors



**CS M Santhosh Kumar stood by the Mission - abhaya Hunt the Winter...He could pool Rs.10k with his benefit show online**

**<https://youtu.be/IIUWzHsgGJU>**



Donor	Amount
Raminfo Limited	20000
CA Radha Krishna Sunku	10000
Deepak Raj K N	5000
Other Donations	5000
Ramesh Ma	1100
Vasudev Prabhu	500
Sandeep	100
Tumpally	100
Kondala Rao Modhugula	100
Vallamdas Sarita	100
Triveni	100
Kadagala Rajesh	100
Dr.Yeswanth	100
Sunka Rohan Khanna	100
Dr.Yeswanth	100
Korra Ganesh	100
Talluri Ashwini	100
K.Lakshmi	100
Chintagur	100
Annam Venkata Prudhvi	100
Gade Goutham	100
Kotturu Sailatha	100
Deekshi	100
Gubba Sai Sree	100
Sanlkuma	100
<b>Total Amount</b>	<b>43500</b>





# CSR Activities Update



## abhaya Sharekhan Women Empowerment Center, Kakkalapally, AP



With the kind support of BNP Paribas - Sharekhan grant, the center started in the month of February 2020 to empower 35 rural women in tailoring skill. Due to lock down, we had to close the center till October. Presently the center is training 15 women. Classes coming to a closure now. The plan is to provide the sewing machines and certificates

to the students who could successfully complete the course in the month of Feb 2021. Teacher Krishnaveni is trying hard to start fresh batch near abhaya campus at Rotaripuram, Anantapuram.



## Empowerment Initiative @ Warangal



Thank you  
**KAMNENI**  
HOSPITALS  
for stitching order of 500 Scrubs by  
abhaya Rural Women

## abhaya Dhanush Women Empowerment Center, Lingapur, TS



With the kind support of Dhanush & Sahaya NGO grant, the center started in the month of March 2020 to empower 35 rural women in tailoring skill and 15 rural men in driving skill. The classes were suspended till October due to lockdown. Presently the center is training 15 women in tailoring. 15 boys successfully completed their driving Classes. These batches are now coming to a closure. The plan is providing the sewing machines and certificates to the students who could successfully complete the course in the month of Feb 2021. Teacher Anitha is trying to start fresh batch in the village. The local leaders of Village Panchayat trying their best to motivate the rural youth for imparting free skills. Republic Day was celebrated in the center and Grama Pradhan hoisted the flag. -  
**Team abhaya**







## abhaya Gowra Youth Empowerment Center, Rasoolpura, Hyderabad, TS:

abhaya & Srinivas Gowra Foundation jointly initiated a mega skill development center benefiting the youth of Hyderabad city slums near Rasoolpura. The local NGO, Kriya Sangh Society lead by Shaik Nayeem offered their space for running 4 trades to benefit 80 youth in the field of Tailoring, Beautician, Driving and Mobile Repair in the next 3 months. The center was inaugurated on 1st Jan 2021.



Founder along with other trustees visited the center more than once during the month of January 2021. Ms Jaya Bharathi, Bikenire, MOVO NGO visited the center and expressed their interest to provide free bike training & placement for 20 identified women. Further, Life skills sessions are being conducted on every Saturday. Republic day was celebrated at the center. The trainers Anitha, Jyothirmayi, Sudhakar & Dastagiri are trying to take care of the training classes. - **abhaya Team**







**GSPV Trust Update:** I am k.Uma Devi ,serving as sister at primary Health care under GSPV Trust at Kogatam. successfully accomplished five years of my service as a sister .I have seen so many changes and improvements from the time of inception of trust.It is greatly lending its hand to every one in need. Trust which was started helping 25 pts suffering from chronic illness is now extended to 115 patients & free medical services extended to 400 people coming from in and around villages of Kogatam . Car driving school which was started to empower unemployed youth is now empowering 13 th batch of driving. I am fortunate to see and being part of this magnificent work of the trust. All the beneficiaries are extending their heartfelt gratitude for helping them to come out of their comorbidities. Thank you for giving me the opportunity - **Umadevi, Coordinator, GSPV Trust, Kogatam**



## abhaya Empowerment Centre, Karnataka

abhaya Foundation and Yuvashakthi Seva Foundation, Bengaluru empowerment and transformation centre in Whitefield, Bangalore is ready. We also have obtained provisional permissions from children welfare committee, Social Welfare department. We are preparing for inauguration soon.

Every time there is distress or disaster or pandemic situation, TeamYuva comes forward to bring positive changes in society. During COVID lockdown in 2020, TeamYuva in association with abhaya Foundation provided food kits to about 2000 families in slums of Bangalore. In addition, our organization distributed lunch packs to 200 hunger workers every day.

On 25th of January 2021, Deccan Herald and Prajawani daily news hosted the 'Achievers of the Year' awarded Corona Warriors award to the team. Managing Director of the Jayadeva Hospital Shri. Dr. Manjunath handed over the shield to Yuva Volunteer. - **Bhushan Bharateeya, Volunteer, Yuvashakthi Seva Foundation, Bengaluru**







# CSR Activities Update



## Computer Lab @ Gutala

In collaboration with abhaya Foundation & VIVO, we planned to provide Computer lab in Zilla Parishad High School Gutala in West Godavari, AP. And it become reality on 29th of January 2021, we have Inaugurated computer lab in the presence our sponsors VIVO, NGO partner abhaya Foundation, School Children, staff, parent committee.

Happy to be part of inaugural ceremony, the children are very energetic and school staff are very supportive. I had a talk with students and told them about importance of digital education in present world, and asked the children to use the best out of computer lab and learn as much they can. I thank VIVO & abhaya Foundation for the collaborate efforts in making this project success. - **Manoj Kumar Chittimalla, Founder, 100 Smiles Foundation.**





## Computer Lab @ Pamarru



In collaboration with abhaya Foundation & VIVO, we planned to provide Computer lab in Zilla Parishad High School Pamarru, Krishna District AP



We started working on it inspite of COVID 19 lockdown, we put lot of efforts on Materials procurement & installation and on 30th of January 2021, we have Inaugurated computer lab in the presence our sponsors VIVO, NGO partner abhaya Foundation, School Children, staff, school committee.



It's my privilege to be part of inaugural ceremony, Had a great interaction with children and asked them to utilize the best out of computer lab.



I thank VIVO & abhaya Foundation for the collaborate efforts in making this project success. Thank you - **Manoj Kumar Chittimalla, Founder, 100 Smiles Foundation.**



పారిశుధ్య కార్మికులకు సూచించారు. పట్టణంలోని పలు ప్రాంతాలను శుక్ర వారం ఆయన పరిశీలించారు.

కంప్యూటర్ ల్యాబ్ ప్రారంభం: పోలవరం,న్యూస్టుడే : ఉన్నత చదువులు చదివి ఉన్నత శిఖరాలు అధిరోహించినా గుర్తింపు అనేది మంచి పనులతోనే వస్తుందని ఆభయపొండేషన్ వ్యవస్థాపకుడు బాలచందర్ అన్నారు. గూటాల జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో కంప్యూటర్ ల్యాబ్ ప్రారంభించిన సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడారు.

సమష్టిగా పని చేసి విజయం సాధించాలి: గోపాలపురం, న్యూస్టుడే: పంచాయతీ ఎన్నికల్లో ప్రతి



శీర్ష ప్రభుత్వానికి లేఖ రాస్తున్నట్లు స్పష్టం అయింది.

### పాఠశాలలకు

### కంప్యూటర్లు బహుకరణ



గూటాలలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో

కంప్యూటర్ విద్యను అభ్యసిస్తున్న విద్యార్థులు

పోలవరం రూరల్: విద్యార్థులు శ్రమశ్రిద్ధులతో విద్యనభ్యసించి పాఠశాలకు, తల్లిదండ్రులకు మంచి పేరు ఉపాధి రావాలని పీవో మొదలైర్ల కంపెనీ సీనియర్ మేనేజర్ తి ఉదయమూర్తి అన్నారు. పోలవరం మండలం గూటాల గ్రామంలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో విద్యార్థులకు కంప్యూటర్ విద్య సౌకర్యార్థం కి కంప్యూటర్ లను విజయవాడకు చెందిన పీవో మొదలైర్ల యాజమాన్యం మేరకారం బహుకరించింది. ఈ సందర్భంగా ఉదయమూర్తి మాట్లాడుతూ యాన్ లక్షలు విలువైన కంప్యూటర్లను కి పాఠశాలలకు బహుకరించామన్నారు. భార్య శ్రమంలో ఆభయ పొండేషన్ ప్రతినిధి బాలచంద్ర, పీవో మొదలైర్ల ప్రతినిధులు ఏ విక్రమ, కె. ప్రశాంత్, చట్టిసేను, గూటాల పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు ఎన్.శ్రీనివాసరావు, పీఎస్సీ కమిటీ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

Project VIVO - In collaboration with Abhaya Foundation, Sponsored by VIVO for Developing Rural Government Schools. (2 in Telangana & 2 in Andhra Pradesh)

Update of 2 Schools in Telangana

**School 1: MPUPS Thadiparthi, Rangareddy District. TS.**

Provided the school with Digital classroom, Green boards, dual desk benches, windows & door repairs and now school painting work is going on by February 1st week all the works will be completed.

**School 2: Deaf & Dumb School Malakpet, Hyderabad. TS.**

Provided the school with Digital classroom, Chairs and toilets renovation work is in progress, payment for renovation materials has been done, work will start in next 2 days. By February 2nd we are planning to complete all the work. - **Manoj Kumar Chittimalla, Founder, 100 Smiles Foundation.**





# abhaya Youth Empowerment Project

## SSS Meda Shakunthamma Sadan

### Anantapuram, Andhra Pradesh



### CCL abhaya Youth Empowerment Campus, Anantapuram, AP

As of date, entire civil work is over at the campus and Sri Meda Narasimhalu, Chairman of abhaya & SSSMSS personally staying there inspite of Corona Pandemic in the country and also not considering his age and health. We have no words to express our gratitude to him for his passion to complete the project at the earliest. Now the project got inordinate delay due to various reasons including lockdown in the country.

Now, final phase of work is in progress. Things like Electrical & Sanitary fittings being done. Tiling & Painting is started. More than Rs 10lakhs released for the ongoing work.

We are hopeful completing the project in next couple of months. Further...Efforts are on to connect Hon'ble Vice President of India to the project. Interested may still be kind and considerate in lending their hands of support. - **Team abhaya**







# abhaya Home of Happiness

## Latest Update



We have seen most turbulent times at abhaya home since a year. The never heard before pandemic Corona shattered the life of many and the daily routine is not an exception at abhaya home. Though the pandemic attacked a few of our residents, with the grace of GOD everyone is doing well. The worst hit is the donation flow for the cause of destitute. We are hopeful of getting the normal situation in the year ahead.

### Residents:

At present we have 18 residents at home. During the last year, we lost 4 elderly people at home (Sarswathamma, Vasanthamma, Umamaheswara Rao & Lingaiah) and their final rituals carried out by us. Further we could not serve another 7 people who left us because of various reasons (Gopal, Lakshman, Alivelu, Suvarna, Lakshmi, Subramanyam & Kotamma). There are 5 working staff in the campus.



Health condition of every resident is good and no issues and complications to be observed. Srinivas Pharma is taking care of required medicines. Dr Ch Sulapani, Rajyalakshmi Hospital, Hyderabad is very kind enough to visit home as and when its needed. Based on seriousness, they are offering their hospital services.



During the month of January 2021, many visitor's came to the campus. Prominent among them are Sri K Rangarao, Sri KSV Sivakrishna, Sri PSR Murthy, M Uday Bhaskar Reddy, Dr Bikshapathy and Sri Goutham.

We feel indebted to the donors for the kind supplies, Sarvasri Maharshi Rice Mills, Srinivas, Manikchand Industries, CS Sriram, Sri Venkatesh and others for their generous support. Further, following are the subscribers to abhaya Nithyanna Seva Scheme and team abhaya home place their heartfelt gratitude to each one of them for their generosity.

S.No	Name of The Donor	Amount	Date
1	Sai Krishna Kosuri and Rajeswari	2000	1st Jan
2	Giridhar	2000	1st Jan
3	CS Lakshmi Prasad, ICLS	1512	5th Jan
4	CS Lakshmi Prasad, ICLS	1512	6th Jan
5	CS M Adinarayana	10116	12 th Jan
6	CA Rajeswara Rao	10116	14th Jan
7	V Sridhar	1116	16th Jan
8	PS Sudhakar	1116	19th Jan
9	Gondi Bharathi Suresh	10116	22nd Jan
10	CS SVN Achary	10116	26th Jan
11	Kambham Kiran Kumar Reddy	10116	28th Jan
12	Shilpa Penugonda	10116	28th Jan



Residents celebrated Bhogi, Sankranthi, Vaikuntha Ekadasi & Republic Day during the month of January 2021

72nd Indian Republic Day was celebrated at the campus and Senior Resident hoisted the national flag. Sri Nandakumar distributed sweets and snacks to all the residents on the occasion. Founder being

there at home since a year, the daily routine is strictly followed by the residents. He is engaged in various petty issues in support to the staff.

Currently we are hiring staff to help us in the home. We need someone who will be dedicated to his/her work with no addictions or bad habits. We are looking for good people and if engaged a right candidate, the salary never be a constraint.

### Wanted Urgently

హైదరాబాద్ సాగర్ రోడ్డు లో ఉన్న ఇబ్రహీంపట్నం దగ్గర అభయ హోమ్ లో వుండి పని చేయుటకు సేవా దృక్పథము వుండి మంచి పని చేయాలనుకునే

1. అడ్మిన్ మేనేజర్ (నెల జీతము: Rs.12000),
2. హౌస్ కీపింగ్ జంట (Rs.12000 for couple)
3. సెక్యూరిటీ / పెరటి మొక్కల పెంపకం (Rs.6000)

ఎన్నిక చేసిన వారికి వసతి, భోజన సౌకర్యాలు సంస్థనే చూసుకుంటుంది.

అసక్తి కలవారు వెంటనే ఫోన్ లో మాట్లాడి ఇంటర్వ్యూ కి హాజరు కాగలరు

(ఫోన్: 9493124339) - **abhaya Team**

అభయ ఆనంద నిలయం లో దిక్కు లేని వారిని చేర్చుకునే ముందు పాటింపాల్సిన సూచనలు

1. ఎవరు తీసుకుని వచ్చారు...వారి పూర్తి వివరాలతో కూడిన అప్లికేషన్ ఉండాలి. వ్యక్తి గత ధ్రువ పత్రములు జత చేయాలి.
2. చేర్చబడే వ్యక్తికి సంబంధించిన పూర్తి వివరాలు తీసుకోవాలి. ధ్రువ పత్రాలు వుండాలి. Originals తీసుకోవాలి.
3. మన కెమెరా లో వాళ్ళందరి ఫోటోలు తీయాలి. చేర్చుకో బోయే వ్యక్తి ఫోటోలు seperate గా తీయాలి.
4. వాళ్ళు ఏమి మాట్లాడుతున్నారు అనేది కూడా వీడియో తీయాలి. అభ్యర్థి వీడియో కూడా తీయాలి.
5. ఒక వేళ రోడ్ మీద నుండి తీసుకుని రాబడి వుంటే...వాళ్ళ విషయం పోలీస్ కు వ్రాత పూర్వకముగా తెలియజేసి నకలు మన దగ్గర వుంచుకోవాలి.
6. Dr శూలపాణి గారికి కూడా చూపించి అభ్యర్థి ఆరోగ్య పరిస్థితి తెలుసుకోవాలి.
7. మానసిక ఆరోగ్యం, శారీరక ఆరోగ్యం సరిగ్గా లేని వాళ్ళను తీసుకోకూడదు.
8. ఎవరి పనులు వాళ్ళు చేసుకునే విధంగా వుంటేనే తీసుకోవాలి.
9. దగ్గరి వాళ్ళు తీసుకుని వస్తే వాళ్ళు సంస్థకు ఏమైనా చేయ గలరేమో కనుక్కుని వాళ్ళ ఆలోచన ఏమిటో తెలుసుకోవాలి.
10. ఒక వేళ అభ్యర్థి పెరు మీద ప్రభుత్వ పించను వసుంటే ఆ మొత్తము సంస్థకు ఇచ్చే విధంగా చూడాలి.
12. ఉత్తరొత్తరా అభ్యర్థి ని చూడటానికి ఎవ్వరూ రాకూడదు. తరచుగా వస్తే మన పనులకు ఇబ్బంది కలుగుతుంది.
13. మాకేటువంటి సంబంధం లేదు అని కూడా వ్రాయించాలి.
14. మొత్తము సూచనలు పాటించకుండా అభర్తులను తీసుకోవద్దు.
15. ప్రవేశం ఇచ్చిన తరువాత వాళ్ళకు కావాల్సిన సౌకర్యం మర్యాదగా చేయాలి. శుభ్రంగా వుండటం నేర్పించి బట్టలు, దుప్పట్లు, మంచం, నీళ్ల సీసా, బ్రష్, పేస్ట్, సోప్ వగైరాలు ఇవ్వాలి.
16. మొత్తము సమాచారాన్ని క్లుప్తంగా వ్రాసి సంస్థ వెద్దలకు తెలియ జేయాలి.
17. రిజిస్టర్ లో అభ్యర్థి వివరాలు పొందు పరచాలి.
18. మన సంస్థ మార్గ దర్శనాలకు అనుగుణంగా అందరూ నడుచుకునే విధంగా చూడాలి





# abhaya Home of Happiness

## abhaya Nithyaanna Seva Scheme

(abhaya NSS)



Day by day, the activities of abhaya Home of Happiness increasing. As abhaya is offering all the services free of cost benefiting Destitute, Patients, Unemployed Youth all through the year, the need is felt to launch abhaya Nithyaanna Seva Scheme at abhaya Home, S.No: 58, Vinobanagar Development Society, Ibrahimaptnm, RR Dist, TS. Accordingly abhaya team decided to launch a Scheme with simple guidelines. The food is provided on 1 day in a year or 1 day in a year for life time, coinciding Birthdays, Wedding days, Death Anniversaries, Festivals etc., at the choice of the Donor.

**Rs.1, 116/- for Annadanam on 1 day in a year**

**Rs.10, 116 /- for Annadanam on 1 day, every year for the life time**

### Notes:

1. The names of donors shall be displayed in Gratitude Board at abhaya Home Dining Hall
2. A certificate of appreciation in this regard will be provided to the Donor along with Receipt.
3. The donations collected under this scheme will be kept in the form of FDR
4. The interest generated on such deposit will be used for providing food.
5. Project Coordinator: K Ranga Rao (Mobile No: 9701360880)



abhaya Home of Happiness  
AXIS Bank, Hyderabad  
A/c No: 912010024839320  
IFSC: UTIB0000008  
ECS facility available





# abhaya FOUNDATION

## Education



### abhaya Educare Review 26th Jan 2021



abhaya conducted Educare Review Meet for all the students on 26th January. Secretary KSV Siva Krishna welcomed all the students and asked about the importance of Republic Day. After all the students shared their points, he corrected and explained them the background of the day. One by one all the students shared their

achievements and updates since last meet.

**K Rajesh** from Kakinada is preparing for his CA inter exams. He withdrawn from the exams in Last December. He is preparing well for January Examinations and is confident of clearing at least one group this time. He dont have any financial requirement as of now.

**V Sarika** is studying her II B.Tech in Malla Reddy Engineering College. On recommendation of abhaya KSR and KVB educational trust paid her fee. She is planning to goto college from February and all is well with her and her family.

**Goutham** from Tadepalligudem is in his first year Inter and going to college from 1st January. He could not attend last meeting as he was suffering with appendicitis. He underwent surgery and recovering now.

**K Ganesh**, who joined in NIT Surat. He is a physically challenged and got an Electrical Wheelchair for Srinivas Gowra Foundation. His online classes are going on and he is getting good grades in

assignments. He got a temporary laptop from well wisher and need a Laptop for attending his classes and completing his assignments.

**Ashwini** is in her final year of B.Pharmacy at Balaji Pharmacy College at Anantapur. KSR and KVB educational trust paid her hostel fee and abhaya paid her college fee. She is currently writing her Mid Semester examinations and preparing for practical exams in February.

**Aishwarya** too writing her CA Inter exams and she is from Vikarabad. She is staying in her Aunt's house in Hyderabad and targeting to complete Group exams this time. With health issues, she could not attend the exams in December.

**Rohan Khanna** studying II B.Tech in JBIT college. His Exams are planned in March and he is preparing for exams. From January his college got reopen and he is back in Hostel in Hyderabad. He needs to pay his fee. He is working on finalizing on the fee for him.

**Sandeep** wrote his CA Final exam in December and waiting for result. He completed his articles and hoping to pass in the Final. He was suffering from chickenpox and recovering at his hometown.

**Dr Sailatha** too joined from her work and given an update on how the life will be after education. She emphasized on the qualities one should inculcate for leading better life.

**Founder Balachandra** joined the call and asked everyone to write their own constitution to be successful in life. All the members inspired with the talks of Founder and concluded the meeting on a high note - **Team abhaya**



## Educare Reports by Students

### Dr. K. Sailatha, MBBS, MS (OBGY)

I am Dr.sailatha pursuing junior residency in OBGY, at GMC Akola. kindly Excuse me for my delay monthly update.

This entire month I was working in my department .The news that lock down period will increase the population has turned true. More over ,one in 5 mothers are blessed with twin pregnancy.

My daily schedule goes like Emergency duty( 24hr) twice a week,48hr duty once a month,left over days are with ward and elective OT days..hence I am always remaining occupied with my duty schedule to such an extent that I am unable to properly answer even the calls of known fellows.

Apart from regular duties...this time I came across with new exposure towards research .Every postgraduate student is bound to do Thesis during their academic duration .so intially we had a webinar for three days in Basic science and research methodology from MUHS ,Nasik. The webinar was conducted to give broad idea about what is reasearch ? How to do it ? What must be our objectives and Aims? The advantage of such studies? Etc., It was very insightful and informative session. But I could not attend entire session thoroughly because of my daily schedule.

Every student will be alloted with one guide (professor) to direct us in this reasearch. So my HOD became my guide.Topic may be given by the guides or left to will of students .I did preliminary work in selecting few interesting topics and my guide selected one biased, controversial topic from it and asked me to work on it. "study of factors associated with failure of induction of labour at a territiary care center an observational study" . It is such a topic where I need to request every unit to implement proper protocols and see for the outcome. I took help of other professors apart from my guide to set up protocols ,objectives, methodology .This made me to expose to their

ideology, thoughts and experiences. Really I am very thankful to them for their guidance . After doing our synopsis, we should take sample size and some suggestions from community medicine department. Then we will be subjected to a round table conference where we have to answer many questions by Ethical committee members who plays very important role in approving our synopsis of research.

This is like stepping stone towards research side which is helping us to know new opportunities.

We had educare review meeting on 26th January. I took some time while I am on duty and attended for couple of minutes. Those few minutes also add value to my life where Founder briefed about the real constitution .

Successfully completed Hunt the winter at GMC Akola along with my juniors .They also expressed their gratitude for giving this opportunity.



### Sandeep B (CA)

Andariki Sankranthi subhakankshalu. Year 2021 Just begun! My life was moving as usual till 16th January. Then fever attacked me and consulted the doc. Again, on Sunday i.e., 17th Jan it was found that I'm exposed with chickenpox. So visited the hometown and still staying here. Thanks to god that I recovered within a week and I am healing from the pox. I didn't visit out since Monday and I took complete bed rest.

I hope everyone of you is doing fine. Great salute to INDIA for the production and distribution of Covid Vaccination. Waiting for my results that are expected to be announced during the first week of February 2021. I can decide my future career based on my results.





### **Rohan Khanna (B Tech)**

In the month of January, the unit test exams have been conducted in online and classes has been going well with the following syllabus. For mid examination I came to Hyderabad on 17th of this month and written well in the mids. The labs have been started practicals in the college premises. For the examination the tuition fee should be nil but the consultancy told to pay 15000/- per year

when joining, so I have contacted the consultancy for the fee to reduce and they said to meet accounts section head so I met and sir told he will check the names of consultancy people. I have been going to college daily for lab sessions and been waiting for the sir for the fee purpose. Finally my parents are well and the hostel is opening on the republic day.

### **K Ashwini (B. Pharm)**

In I'm studying for my 4-1 examinations and GPAT entrance exam. This month of January we enter into our new year with lots of happiness. I went to my home for Sankranti festival, celebrating well with my family and well-wishers at my home. And came back to college on 17th and regularly going to my college. In the last month of December, I read the abhaya newsletter. I learn so many things how to help needy people in my surroundings and how to live in our society.



### **Rajesh (CA IPCC)**

In the month of January, I involved in preparing for my exams and appeared for my exams from 22nd January to 7th February and yesterday only I written well. My law exam attempted to maximum 90 marks and well prepared for my remaining exams. Thanks to abhaya for the support.



### **Ch Gowtham Shiva Sairam (Inter)**

Since a month I am going to college as it is open, and the classes are going on. Our lecturers had informed us to take books and they cost 3200rs/-because weekend exams are being conducted. But I took permission from sir and took the books from seniors. As we have shifted to Tadepalligudem it took time to get habituated in this place and my mother is searching for a job, till then, we are conducting tuitions for students after my college timings.



We are getting monthly ration and our uncle is supporting us. When I get free time I watch some posts of Balachandra sir or I see his YouTube channel. I am doing good every way and I am focusing on my studies as there is short period for intermediate public exams, and hope everyone is fine. Thanking abhaya for the support.

### **V Saritha (B Tech)**

I am fine and I hope all are fine. In the month of January, we enjoyed festival of Sankranti. Our college management is conducting Pre-Finals from 21-01-2021 to 30-01-2021. From next month, colleges are opening and Our college management are planning to conduct labs, mids and semester(2.1) exams. Thank you so much sir for paying my tuition fee.



### **K Ganesh (B Tech)**

Happy Republic Day to all!! I hope everyone are doing well. I completed my mid exam 18/01/2021 to 23/01/2021 I wrote well. Now I am learning C language program my own self using YouTube platform. I am suffering with piles pain and my mother is fine and I am trying to solve my health problem using some remedies. I thank abhaya for continuous engagement and support.





## Aishwarya Sheshadri (CA IPCC)



I am fine by the grace of God and all my family; friends are doing good. I hope everyone are good with taking proper guidelines due to strain and corona. A proud moment for us is that we have vaccine for corona

and that is sent to many countries from our country.

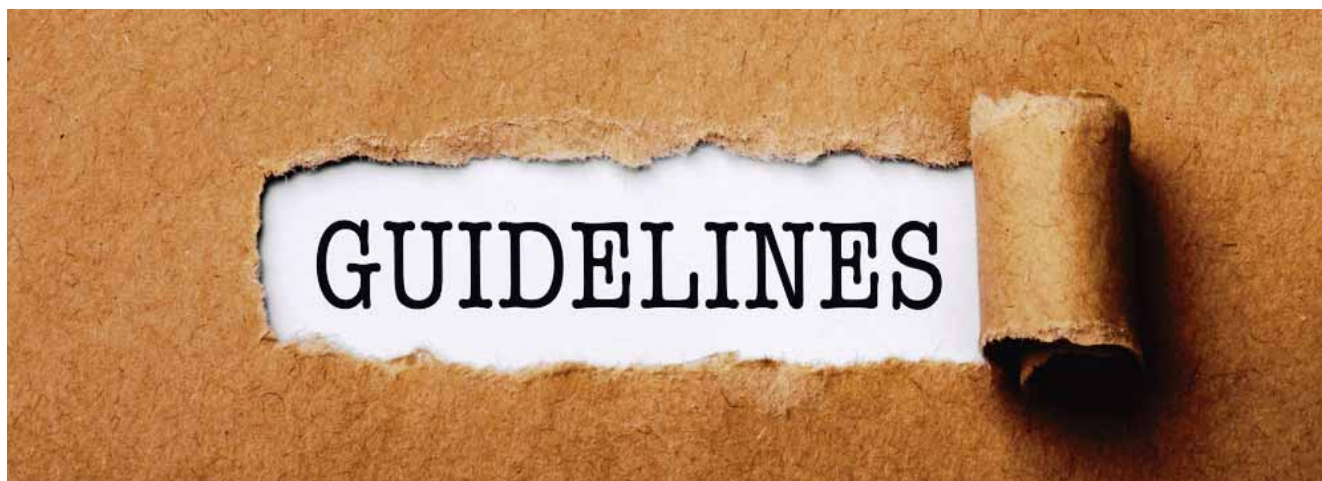
In the month of January, I involved in preparation of my ipcc exams and along with that learned spoken English through YouTube. I am trying my level best to write my exams well by overcoming my health issues.

In the previous month I contributed for hunt the winter program as a participation and serving my parents and my grandparents. Sharing my knowledge with my sister in explaining difficult topics in her studies are the services done by me.

The new learnings of me are firstly knowing in depth about the festivals and the specialty of new year. Not only that I also learned about Bharat Darshan book which published newly. There are still some videos about the festivals, importance of certain days, knowing about great people etc. made me learn a lot.

I thank abhaya for continuous encouragement and support.

## Guidelines for the Students, Seeking support from abhaya:



1. The student should pass in all the subjects and be top in their respective class
2. All the students should send a detailed monthly report on their education, co-curricular and extra-curricular activities along with how he/she spent money
3. The monthly report should reach abhaya by 7th of every month
4. Before approaching abhaya, student should speak to college administration about his/her financial condition and request them for possible discount
5. abhaya will conduct a review meeting in every quarter and student should attend at least 3 meetings without fail
6. All the graduates or above should earn something on their own by doing a part time job of their choice and capacity
7. The fee will be transferred to the college account directly
8. The student must practice savings and spent the amount cautiously
9. Once an employable course is completed, student should search for an opportunity and join a job
10. Once settled in life, the student should support abhaya and participate in service activities of it.

All the abhayans can refer genuine needy students. - **abhaya Team**



# విద్యార్థుల జీవితాలకు విజయ దీపిక

## 10. ఒత్తిడి



**సమస్య:**



బాగా చదవాలని వుంది కానీ విపరీతమైన ఒత్తిడికి లోనవుతున్నాను. చదవాల్సింది పెద్ద కొండ లాగా వుంది ముందు...పరీక్షల సమయం దగ్గర పడుతోంది, ఎలా చదవాలో అర్థం కావడం లేదు. ఇంట్లో ఎవరైనా ఏమైనా అన్నా...స్కూల్ లో స్నేహితులు గేలిచేసినా వెంటనే కోపం భాధ వస్తున్నాయి. గట్టిగా అరిచేస్తున్నాను. పరీక్షలు దగ్గరయ్యే కొద్దీ నేను పిచ్చి వాడిలా అవుతున్నాను అని చుట్టూ వున్న వారు అంటున్నారు. అరేయ్ వాడితో జాగ్రత్తరా బాబూ అంటున్న మిత్రులను చూస్తున్నాను. School లో ప్రతి రోజు టీచర్లు చెప్పే విషయాలు... పెట్టే భయాలు చూసి పిచ్చి పడుతుందేమో అనిపిస్తుంటుంది. ఇదేంటి జైలు జీవితం పరిపోదామా ఎట్టినా...చచ్చిపోదామా అనిపిస్తుంటుంది.

**ఎవరణ:**

ఎప్పుడైనా...కోడి గుడ్డు లో నుండి బయటకు వచ్చే కోడి పిల్లను చూసారా? ఎలా వస్తుంది అది, గుడ్డును చాలా కష్టముగా చీల్చుకుని ఎంతో ఓపికగా బయటకు వస్తుంది. అసలు అంత

కష్టం ఎందుకు పడాలి అది? అంత ఒత్తిడి కి ఎందుకు గురి అవ్వాలి? హ్యాపీ గా తల్లి కోడి తన ముక్కుతో పొడిచి పిల్లని బయటకు తీయొచ్చు కదా? ఎందుకలా జరగదు?

పిల్లలూ... గుడ్డు లోపల నుండి ఒత్తిడి వుంటే లోపల వున్న పిల్లకు పుష్టి చేకూరి... రెక్కలు చక్కగా పని చేసే విధంగా...దృఢంగా తయారవుతాయి. అదే బయట నుండి గుడ్డును పగల కొడితే ఏమవుతుంది? ఆప్లెట్ అయి కూర్చుంటుంది. మీరు అందరూ గుర్తు పెట్టుకోవాలి. ఇంట్లో ఒత్తిడి...వంట్లో ఒత్తిడి వుంటే నే కదా మనం కూడా దృఢంగా తయారయ్యేది. అసలు మనలోపల బయటా అంతా మహదానందకరమైన వాతావరణం వుంటే ఇక ఏదైనా సాధించాలన్న కసి ఎక్కడి నుండి వస్తుంది చెప్పండి. అతి చిన్న ప్రాణి అయిన కోడి పిల్ల కూడా తాను విజయ వంతంగా జీవంతో బయట పడాలన్న తపనతో ఒత్తిడికి వెరవ కుండా గుడ్డును చీల్చుకుని వస్తుంది. మనము మనుషులము కదా...ఇంకెంత అద్భుతంగా ఎదగడానికి అవకాశం వుంది? చెప్పండి

ఈ చరాచర సృష్టిలో మొత్తము ప్రాణుల జీవితాలన్నీ కూడా ఒత్తిడి మీదనే ఆధార పడినాయి అని ఎప్పుడైనా గమనించారా? లేదు కదా? అయితే క్రింద పేర్కొన్న విషయాలు ఒక సారి గమనించండి:

భూమి లోతుల్లో ఎక్కడో నాటిన విత్తనం ఏ శక్తి తో తన కంటే కొన్ని కోట్ల శక్తి వున్న భూమి పొరలను సైతము చీల్చుకుని మొక్క రూపంలో బయటకు వస్తోంది?

మొక్కల కొనలలో చిన్న విత్తుగా మొదలయి చూస్తున్నంతలో అతి అద్భుతమైన పుష్పము మొగ్గ నుండి ఏ శక్తి చేత వికసిస్తుంది?

సీతాకోకచిలుక... అత్యంత సుందరమైన ప్రాణిగా పుష్పాడి లో నుండి దాని పొరలను చీల్చుకుని ఏ శక్తితో బయటకు వస్తుంది?

9 మాసాలు అమ్మ కడుపులో ఆణిగి మణిగి ఉన్న ప్రాణి సమయం వచ్చినప్పుడు ఏ శక్తితో బయటకు వస్తుంది?

ఇలా కదలిక లేని స్థానం నుండి సృష్ట్యలోని సమస్త ప్రాణులన్ని కదలికతో అత్యంత శక్తి వంతమైన ఒత్తిడిని ఆధారంగా చేసుకునే చలనము లోకి వస్తాయి.

పిల్లలూ...ఒత్తిడి లేకుంటే ఉన్న స్థాయి నుండి ఉన్నత స్థాయి కి ఎలా ఎదుగుతారు... ఒత్తిడి అన్నది మన మంచి కోసమే అని గమనిస్తే అది అద్భుత మయిన ప్రేరకముగా ఉపయోగ పడి మన జీవితానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది.





నేను ఈ మధ్య కాలంలో కైలాస మనస సురోవర యాత్ర చేశాను. చాలా దుర్భేద్య మయిన ప్రయాణం. భారత దేశము దాటి...నేపాల్ దేశము దాటి...టిబెట్ ప్రాంతం మీదుగా చైనా దేశంలో అతి దుర్లభం అయిన యాత్ర చేస్తూ...54kms దూరం మంచు కొండల్లో నెలకొని ఉన్న కైలాస పర్వతాన్ని పరిక్రమ చేస్తే యాత్ర సమాప్తం అయినట్లు.



హిందు ధర్మంలో... అత్యంత క్లిష్టమైన దుర్లభమైన యాత్ర గా పేరుగాంచిన ఈ యాత్రను చేయాలంటే అన్ని రకాల ఒత్తిడిలకు మనము సిద్ధంగా ఉంటేనే ప్రస్పంచంలో అతి కొద్ది మందికి మాత్రమే సాధ్యమయ్యే యాత్రను చేయగలం. అలాంటిది నేను 2 పర్యాయాలు చేశాను. నాతో పాటు గా సుమారు 50 మంది వచ్చినా కేవలం పదిమందో లేక పాతిక మందో మాత్రమే యాత్ర పూర్తి చేస్తారు.

మిగిలా వాళ్ళు అందరూ...దారి పొడుగునా ఒత్తిడిని కొని తెచ్చుకుని నిజంగా మంచు కొండల్లో కి వెళ్లాలనుకున్నప్పుడు అయ్యో మా వల్ల కాదని నిలచి పోతారు.

చుట్టూ వున్న ఎవరి మాటలో...వ్రాతలో... చేతలో... మనకు ఒత్తిడిని కలిగిస్తున్నాయి అని మనం భయంతో

ముడుచుకుని...విసుగును ప్రదర్శిస్తూ...అరుస్తూ.. వ్యతిరేక ప్రవర్తన చూపిస్తే అది మన ఆశక్తతను నిరూపించి మనలను ప్రక్క దారి పట్టిస్తాయి తప్ప మనలను విజయ పథంము వైపు మళ్లించవు అని గుర్తు పెట్టుకోండి.

మీరు ఎప్పుడైనా క్రీడలలో తన కంటే 3 రేట్లు పొడవుగా వున్న ఒక పెద్ద వెదురు కట్టను ఆధారంగా చేసుకుని అత్యంత నైపుణ్యం తో అతి ఎత్తైన లక్ష్యాన్ని గెంతటం చూసే వుంటారు కదా... కర్ర మీద తాను వేసే ఒత్తిడినే ఆధారంగా అతి అద్భుతమైన లక్ష్యాన్ని చేదిస్తాడు క్రీడాకారుడు. అలాగే మన మీద ఇతరులు పెట్టే ఒత్తిడిని ఆధారం చేసుకుని మనం కూడా ఉన్నత లక్ష్యాన్ని సాధించ వచ్చు.



## సూచనలు:

1. ఒత్తిడి మనలను పుత్తిడిలా మార్చే సాధనము అని గ్రహించండి.
2. ఎదురుగా ఉన్నది మేరు పర్వతమైనా... మనకు ముందే దాని మూలము శిఖరం గురించిన అవగాహన కలుగుతుంది ఒత్తిడి ద్వారా
3. ఒక సారి ఎదురుగా ఉన్నది సమున్నత లక్ష్యం అని మనము గ్రహిస్తే వెంటనే కార్యోన్ముఖులు అవడానికి అవకాశం ఉంటుంది.
4. ఒత్తిడి మనలను కట్టి పడేసే ముళ్ల కంచె కాదు... సంధించి వదిలే విల్లు లా అనుకోండి.
5. మన ఎదుట వున్న లక్ష్యాన్ని అన్ని దిక్కుల లో నుండి పరికరించి...ఎలా సిద్ధం అవ్వాలో తెలుసుకోండి.
6. అది పాఠశాల కు వెళ్లడం అయినా, పరీక్షకు సన్నద్ధం అవడం అయినా, పరీక్షలు వ్రాయడం అయినా...ఇలా ఏదైనా సరే ఒత్తిడి వలన మంచే జరుగుతుంది అని నమ్మండి.
7. ఎవరైనా మనలని ఒత్తిడి లోకి నెట్టే ప్రయత్నం చేస్తే రెట్టింపు శక్తిని ఉపయోగించాలి అని తెలుసుకోండి.
8. పెద్ద లక్ష్యాలను... చిన్న చిన్న మైలు రాళ్లు గా విడగొట్టండి. అప్పుడు ప్రతి మైలు రాయిని దాటు తున్నప్పుడు మీకు మంచి ప్రోత్సాహం లభిస్తుంది.
9. జీవితంలో ఒక్క చదువు పరీక్షలకే కాదు...ప్రతి స్థాయిలో కూడా మనం ఈ సూచనలు పాటించవచ్చు.

## ప్రేరణ మంత్రము:

"A diamond is a chunk of coal that did well under pressure."



## సూఫర్తి:

త్రిపుర రాజధాని అయిన అగర్తల దగ్గరున్న ఒక గ్రామములో నివసించే గౌరీ & దులాల మధ్య తరగతి కుటుంబం. దులాల మంచి దేహ దారుణ్యముతో వైట్ లిఫ్టర్ గా వుండే వాడు. వాళ్ళ



పాపను జిమ్నాస్టిక్స్ లో రాణింప చేయాలని చిన్న నాడే అనుకున్నాడు. పాపకు 5 సంవత్సరాల వయసులోనే తను ఏ విధమైన కెరీర్ ఎంచుకోవాలో నూరి పోసే వాడు. కానీ ఆ చిన్నారికి సుతారం ఇష్టంగా వుండేది కాదు... చాలా ఒత్తిడికి గురయ్యేది. కానీ తండ్రి మాటలోని సమున్నత లక్ష్యం ముందు తల వంచింది. 6 ఏళ్ళ వయసులో శిక్షకుడు బిషేశ్వర్ నంది పర్యవేక్షణ లో తన జిమ్నాస్టిక్స్ అభ్యాసం ప్రారంభించింది.

అతి కఠోరమైన సాధన చేసేది. తన వయసు పిల్లలందరూ ఆడుతూ పాడుతూ వుండే సమయంలో తాను మాత్రం ఉదయం సాయంత్రం కలిపి సుమారు 6 గంటలు అభ్యాసం చేసేది. తన ముందు ఉన్న లక్ష్యం అసమాన్య మైనదని గుర్తించింది. తన లోటి వాళ్ళు అమ్మాయిని చూసి నవ్వినా...బయట వాళ్ళు అమ్మాయిని ఆట పట్టించినా ఎంతో ఒత్తిడికి గురయ్యేది. కానీ కసిలో తాను అద్భుతాలు సాధించాలన్న ఏకైక లక్ష్యంతో పని చేసేది.

ఎంతో కష్ట నష్టాలకు ఓర్చుకుని, జిమ్నాస్టిక్స్ పోటీలకోసం ఎన్నిక ప్రక్రియకు వెళితే...అమ్మాయి పాదాలు జిమ్నాస్టిక్స్ క్రీడకు ఉపయోగ పడవని...పాదాలు నాజుకుగా వుంటేనే నైపుణ్యం సాధ్యమని చెప్పి వెనక్కి పంపేసారు. చాలా ఒత్తిడికి గురై ఏడ్చేసింది. తన కలలకు కళ్ళెం వేసునట్లు గా అనిపించింది. కానీ ఆ ఒత్తిడిని సాకుగా తీసుకుని అతి కఠోర మైన శ్రమతో అనతి కాలంలోనే ప్రత్యేక వ్యాయామం ద్వారా అతి నాజుకైనా పాదాలు తీర్చుకోగలిగింది. 2007 నుండి 2015 సంవత్సరం మధ్యలో ఆ చిన్నారి సుమారు 80 బంగారు మరియు వెండి పథకాలు గెలిచింది.

తదనంతరం ప్రోడూసర్ వాల్టర్ అనే అతి ప్రమాదకరమైన జిమ్నాస్టిక్స్ లో శిక్షణ తీసుకుంది. ఇంటా బయటా ఉన్న ఒత్తిళ్లను తట్టుకుంటు అవిశ్రాంతంగా అభ్యాసం చేసింది. దేశ స్థాయిలో ప్రతిభ కల క్రీడాకారిణి గా పెరు తిచ్చుకుంది. భారత ప్రభుత్వం వాళ్ళు ఇచ్చే అర్జున అవార్డు తన సొంతం అయింది.



ఇక చివరికి 2016 సంవత్సరంలో రియో ఒలింపిక్స్ లో జరిగిన మహిళా జిమ్నాస్టిక్స్ లో నాలుగో స్థానంలో నిలచి ప్రపంచానికి భారతీయ మహిళ శక్తి ని చాటి చెప్పింది. గత 5 దశాబ్దాలుగా ఒక భారతీయ మహిళ ఇలాంటి ప్రతిభ చూపించడం చరిత్ర సృష్టించడమే కదా... పిల్లలూ, ఈపాటికి ఈ అమ్మాయి ఎవరన్నది మీకు తెలిసే వుంటుంది కదా...

ఆవిడే...దీపా కర్మకర్! అవును భారత ప్రభుత్వము ఈ మధ్యనే తనకు పద్మశ్రీ అవార్డు లో సత్కరించి గౌరవించింది. ఇప్పుడు చెప్పండి... ఒత్తిడితో మనము పారి పోదామా లేక ముందుకురుకుదామా?







# abhaya FOUNDATION

## Enlightenment



Dear Friends

I happened to experience a wonder in medical history at Warangal in the 3rd week of January 2021.

Reporting delayed because it took time to believe in what's done in front of my eyes.

17th Jan...When I called Sri H Srinivasulu (82 years) whom I fondly call as uncle in Hyderabad.

I came to know that he is suffering from Scatica and that's not allowing him to walk normally. Nothing subsided his pain and he was in confused state as to what to do in his advanced age. After enquiry we got to know about Ayurvedic Doctor at Warangal who is treating such patients for free without surgical procedure of what's ever...Looks like he is selflessly serving thousands of people suffering from various ailments in body.

We googled about him. He is Dr Pamulaparthi Ramarao.



We also understand the following through search and known resources.

1. No appointment in advance
2. Poor & Rich need to stand in same line.
3. There will be 300 patients reach out Archana Ayurveda Clinic on every day from different parts of country
4. No fee charged by him.
5. One has to be there for 3 days to have treatment
6. He is 65+ years doctor.

Knowing all these facts, i decided to see this Doctor along with Uncle Srinivasulu. 2 days we thought of how to go and where to stay at Warangal. Saritha Krishna couple (abhaya Rural Development Society, Warangal) assured us about their help and support.

We quickly travelled to Warangal. Sarojini Srinivasulu decided to check their luck on 19th Jan 2021. We stayed at Hotel Ratna...A decent hotel. Next day early morning...We reached Doctors Clinic. Astonished to see hundreds of patients waiting for Doctor at 530AM in and around the area.



Some how, we could get his time. He without even bothered to know whom we are and from where we are? Medical reports and Scanning reports on hand...Asked Uncle to lay down on his face... Used his Index & Thumb Fingers and gently touched his spine...May for 40 seconds...Declared that he is suffering with disc problem. He further specified the number of L Discs as well. Said that nothing to worry...Asked us to come for 3 times and gave us a chit of paper mentioning the timings.





We were ready to stay for 3 days...He just took 3 sessions of 60 seconds each time...Patted on Uncle's spine, declared that his pain is subsided. Seeing what all he did with my own eyes...I could not believe his statements...Same is the situation with Uncle & Aunt. I just told my name &

#abhaya foundation, touching his feet in reverence. He asked us to return to Hyderabad after giving some Ayurveda Tablets. He further said uncle got cured and can see him next month if not... Through out our return journey ... we were discussing about his ways of curing...But not able to guaranty our self as to complete cure for his pain.

I dropped the elderly couple at their home...Enquiring him about how he is feeling about the pain...He said 60% Pain subsided...Planned to see the doctor next month again. Today i received call from Srinivasulu saying that he is doing absolutely fine without any issue of scatica in his spine.

After getting such confirmation, i am posting this update about Dr Pamulaparthi Ramarao, Ayurveda Vaidya Sikhamani, Warangal.

Dear Friends.. going to Warangal, seeing age old Bhadrakali Amma, Ramappa Temple, 1000 Pillars Temple, Kaleswaram Project etc., are not really confused life in to my living...But encountering Dr Ramarao is most blessed thing in life. I hearty pray for the well-being of this Aparna Dhanvantari...I say Vaidyo Narayano Harihi.



Other things observed

1. No recommendations
2. One has to stand in que for his turn
3. There are residents offering beds for stay charging Rs.200 per day.
4. Mahalakshmi Ayurveda Stores offering prescribed medicines by doctor
5. The doctor is very disciplined
6. No corporate environment
7. Some of his old patients installed statue of the doctor with respect and gratitude.
8. The residents around his clinic are behaving rudely may be due to flow...Flood of people near their homes.
9. Govt need to honour him with best possible support to train young Ayurveda doctors with his techniques.

**- Balachandra, Founder, abhaya**





# abhaya FOUNDATION

## భారత దర్శన్



కొల్లూరులో పరమానంద కరమైన దర్శనం అయ్యాక అక్కడ నుంచి మురుడేశ్వర్ కి బయలుదేరాను. సముద్ర తీరంలో నిర్మించ బడిన అతిపెద్ద పరమ శివుని విగ్రహం, దానితోపాటు పోటీపడినట్లు వుండే రాజా గోపురం వెరసి ఈ క్షేత్రాన్ని చాలా అందమైన ప్రదేశముగా మార్చేసాయి

మురుడేశ్వర పట్టణ ఇతిహాసం త్రేతాయుగం నాటిది. రావణాసురుడు, శివుని గురించి అకుంఠిత తపస్సు చేసి మెప్పించి ఆత్మలింగాన్ని భూలోకానికి తెస్తాడు. కాని శివుడిచ్చిన ఆత్మలింగం స్వభావం ప్రకారం భూమిమీద ఆలింగం ఎక్కడ పెడితే అక్కడ స్థాపితం అయి, అక్కడ నుండి తిరిగి ఎత్త శక్యం కాదని శివుడు చెబుతాడు. రావణాసురుడు ఆత్మలింగాన్ని లంకలో ప్రతిష్ఠిస్తే ప్రతికూల చర్యలు జరుగుతాయని భావించి దేవతలు విష్ణువును వేడుకొనగా విష్ణువు తనమాయతో సూర్యాస్తమయం అయ్యేటట్లు చేస్తాడు. అప్పుడు రావణుడు సూర్యాస్తమయం అయిందని భావించి సంధ్యవార్చుకోవడానికి సంసిద్ధుడు అవుతాడు.

ఈ విషయం తెలుపుకొన్న నారదుడు వినాయకుని వద్దకు వెళ్ళి రావణాసురుడి వద్ద నుండి ఆత్మలింగం తీసుకొని భూమి మీద పెట్టాలని చెబుతాడు. అప్పుడు వినాయకుడు నారదుడు కోరినట్లు రావణాసురుడు సంధ్యవార్చుకొనే సమయానికి బ్రాహ్మణ వేషం లో వెడతాడు. ఆ బ్రాహ్మణ బాలకుడిని చూసిన వెంటనే రావణాసురుడు తాను

సంధ్యవార్చుకొనవలసిన కారణమున ఆ బాలకుడిని లింగాన్ని పట్టుకొనవలసిందిగా కోరుతాడు. అప్పుడు వినాయకుడు లింగం చాలా బరువు ఉంటే తాను ఎక్కువ సేపు మోయలేనని, మోయలేకపోయే సమయం వచ్చినప్పుడు మూడు సార్లు పిలుస్తానని రావణాసురుడు రాకపోతే ఆలింగాన్ని భూమి పైన పెడతానని చెబుతాడు.

రావణాసురుడు అందుకు అంగీకరించగా, వినాయకుడు లింగాన్ని తన చేతులలోకి తీసుకొంటాడు. రావణాసురుడు సంధ్యవార్చుకోవడానికి వెళ్ళగానే గణపతి లింగాన్ని మోయలేక పోతున్నట్లు మూడు సార్లు పిలుస్తాడు. సంధ్య మధ్యలో ఉండడంతో రావణాసురుడు అక్కడకు వచ్చేటప్పటికే వినాయకుడు లింగాన్ని భూమి మీద నిలుపుతాడు. రావణాసురుడు వచ్చి లింగాన్ని భూమి మీద నిలిపినందుకు గణపతి నెత్తిమీద మొట్టుతాడు, గణపతి నెత్తికి గుంట పడుతుంది. వినాయకుడు భూమి మీద నిలిపిన స్థలం గోకర్ణ, మురుడేశ్వర లింగం పడిన భాగాలలో ఒక ప్రదేశం.

విష్ణువు తన మాయని లోలగించగా వెంటనే సూర్యుడు ఆకాశంలో మళ్ళి కనిపిస్తాడు. ఈ విషయాన్ని గ్రహించి రావణుడు ఎంతో కోపోద్రిక్తుడై ఆత్మలింగాన్ని తన చేతులతో పెకలించ ప్రయత్నం చేస్తాడు. ఆత్మలింగం పైనున్న కవచాన్ని విచ్ఛిన్నం చేసి విసిరివేస్తే గోకర్ణకు 23 కి.మీ. దూరంలో సజ్జేశ్వర అనే ప్రదేశంలో పడుతుంది. లింగం పై నున్న మూత లోలగించి విసిరి

వేస్తే అది గోకర్ణకు 27 కి.మీ దూరంలో ఉన్న గుణేశ్వరలో పడుతుంది. లింగం పైనున్న వస్త్రాన్ని విసిరివేస్తే అది కందుక పర్వతం పై నున్న మృదేశ్వరలో పడుతుంది. ఆపేరు కాలక్రమంలో మురుడేశ్వరగా మారింది.

**మురుడేశ్వర దేవాలయం:** ఈ దేవాలయం కందుక పర్వతం మీద ఉంది. మూడు వైపుల అరేబియా సముద్రం ఆవరించి ఉంది. ఈ దేవాలయ గాలి గోపురం 20 అంతస్తులు ఉంది. దేవాలయానికి వెళ్ళే మార్గంలో రెండు నిజమైన ఏనుగులు ఉన్నాయన్నంత భ్రమ కలుగుతుంది.

**మురుడేశ్వర కోట:** ఈ కోట మురుడేశ్వర దేవాలయం వెనుక భాగంలో ఉంది. ఈ కోటని టిప్పు సుల్తాను పునరుద్ధరించాడు

**శివుని విగ్రహం:** ఆలయ సముదాయంలో నున్న ఈ శివుని విగ్రహం చాలా దూరం నుండి కనిపిస్తుంది. ఆధారాల ప్రకారం ఈ విగ్రహం ప్రపంచంలోనే అతి పెద్ద శివుని విగ్రహం.

123 అడుగుల (37 మీటర్ల) ఎత్తు కలిగిన ఈ విగ్రహాన్ని చెక్కడానికి 2 ఏండ్లు పట్టింది. శివమొగ్గకు చెందిన కాశీనాథ్, ఆయన కుమారుడు శ్రీధర్, ఇతర శిల్పులు కలిసి కోటి రూపాయల ఖర్చుతో ఈ విగ్రహాన్ని చెక్కించారు. ఈ విగ్రహంలో మరో ప్రత్యేకత ఏమనగా సూర్యరశ్మి పడినప్పుడు ఈ విగ్రహం మెరుస్తుంది.



అక్కడి నుంచి త్వరగా బాల గణపతి ,రావణుడు ని శివుడి ఆత్మలింగాన్ని శ్రీలంక కు తీసుకు వెళ్ళకుండా నిరోధించి ఆ ఆత్మలింగాన్ని ఎక్కడైతే ప్రతిష్ఠించాడో...ఆ క్షేత్రంమైన, గోకర్ణకు చేరుకున్నాను. కానీ నేను అక్కడికి చేరుకునే సరికి ఆ ఆలయ తలుపులు మూసి వేశారు ఇంకా నా చేతిలో మూడు గంటల సమయం ఉన్నందువల్ల, గోకర్ణ కి దగ్గరలో నున్న ఓం ఆకారంలో ఏర్పడ్డ బీచ్ కి వెళ్లాను. ఆతర్వాత మహాబలేశ్వర్ ని దర్శించుకుని అతి సుందరమైన శ్రీ బాల గణపతి ని చూశాను. సాయం సమయం కావడంతో దేవాలయంలో ఎవ్వరు లేరు. స్వామి వారిని చూసి నన్ను నేను మరచి పోయానంటే నమ్మండి. ఆ విగ్రహాన్ని కౌగిలించుకో కుండా నన్ను నేను అదుపు చేసుకోలేక పోయాను. అందరి కోసం హృదయపూర్వక ప్రార్థనలు చేశాను. అంతటి అందమైన ఆకర్షణీయమైన గణేశుని విగ్రహము నేనెక్కడ చూడనే లేదు. ఇక్కడే మాత్రమే కాదు...భారత దర్శన్ లో నేను వెళ్లిన ఆలయాలలోని ప్రతి దేవతా స్వరూపం ప్రేమలో పడిపోయాను. బహుశా నేను వారిని నిజస్వరూపాలు గా భావించి నందున నామీద నాకు అదుపుతప్పి అన్ని ఆలయాలలో ఒక ఉద్రిక్తమైన ఉత్తేజిత భావనతో ప్రవర్తించాను అనిపించింది.

ప్రధాని శ్రీనరేంద్రమోడి గారు, ఆయన కౌన్సిల్ ఆఫ్ మినిస్టర్స్ లో రాష్ట్రపతి భవనంలో ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన రోజు ఇదే అవ్వడము, నేను ఆ ప్రధాన దేవతలను పదే పదే దర్శించుకోవడం, ఆయన నాయకత్వంలో లో దేశ ప్రజలందరూ క్షేమంగా ఉండాలని అని హృదయపూర్వక ప్రార్థనలు పదేపదే చేయడం గమనించు కొన్నాను.

## షిమోగా / శివ మొగ్గ:

ఆ తర్వాత శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యులచే శతాబ్దాల క్రితం దర్శింప బడిన స్థలం గా నమ్ముతున్న షిమోగా కుడ్ల కి బయలుదేరాను.

మంగళూరు నుంచి నాలుగు రోజుల ప్రయాణం తర్వాత క్యాబ్ డ్రైవర్ సాధిక్ నన్ను ఉడిపిలో దింపాడు. సాధిక్ రంజాన్ ఉపవాసం లో ఉన్నప్పటికీ నాకు ఎలాంటి ఇబ్బందిని కలిగించ లేదు. డ్రైవింగ్ కర్తవ్యం లో ఉండి కూడా చేస్తున్న తన రంజాన్ తీవ్ర ఉపవాస దీక్ష నన్ను ఆశ్చర్యచకితుడిని చేసింది. అంతటి అద్భుతమైన క్యాబ్ డ్రైవర్ అతను. ఉడిపి నుంచి 5గంటల ఫ్రైవేట్ బస్సులో ప్రయాణం తర్వాత ఉదయం నాలుగు గంటలకు షిమోగా చేరుకున్నాను.

ఘాట్ రోడ్డు కావడంచేత అసౌకర్యమైన, నిద్ర లేని ప్రయాణం అయ్యింది. చివరకు షిమోగా బస్టాండ్ కు చేరుకున్నాను. సులబ్ కాంప్లెక్స్ లో స్నానం ముగించుకుని ఇంతకు మునుపు శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యులచే దర్శించ బడ్డ స్థలంగా నమ్ముతున్నా కుడ్ల కి చేరుకున్నాను. ఆ ఉదయపు వాతావరణం, తుంగ, భద్ర నదుల సంగమ ప్రదేశం, ఆ పురాతన ఆలయాల దర్శనం, ఆ ప్రకృతి సౌందర్య దర్శనంతో నేను బాగా సేద తీరాను. నది ఒడ్డున ఉన్న రామేశ్వర, నరసింహ, శారదాంబ ఆలయాలను దర్శించుకుని షిమోగా కి తిరిగి బయలుదేరాను.

ఉదయం ఎనిమిది గంటలకు కె. ఎస్ .ఆర్. టి .సి .బస్సు లో బెంగుళూరు కి బయలుదేరాను. 8 గంటల దుర్భరమైన

ప్రయాణం, వేసవి వేడి, నీళ్ల మార్పు, నాణ్యత లేని ఆహారం వల్ల నాకు బాగా అసౌకర్య మై, నా పొట్ట బాగా దెబ్బతిన నన్ను ఇబ్బంది పరచడం మొదలు పెట్టింది. కానీ ఆ భగవంతుని దయవల్ల నేను ఇబ్బంది నుంచి ఇంటికి చేరుకునే లోపుగా బయటపడ్డాను.

ప్రయాణపు బడలిక నుంచి సేదతీరుతూ నా తల్లిదండ్రులతో కుటుంబంతో గడపడానికి బెంగుళూరు చేరుకున్నాను. నా సోదరుడు కుటుంబాన్ని, వారి పిల్లలు అయినా కౌస్తుభ్,లలిత్ ల నీ కలిసాను, వాళ్లు బాగున్నారు. కౌస్తుభ్ పదవ తరగతి విద్యార్థి, వారిని వారి మంచికోసం ఆశీర్వదించాను.

**గాయత్రి..... మూర్తి ల ప్రేమ!:** 3 దశబ్దముల నుండి పరిచయం ఈ దంపతులు. స్వామి దర్శనార్థమై నేను KR మార్కెట్ నుండి బృందావనం కు తిల్లవారు రూమున బస్ లో వెళ్తున్నప్పుడు చాలా యాదృచ్ఛికంగా వాళ్ళ చిన్నారి పాప ద్వారా పరిచయమయ్యారు. తదాదిగా ఆ పరిచయం మా మధ్య విడదీయలేని ప్రేమ భంధంగా మారిపోయింది. ఇప్పుడు ఆ చిన్నారి పాప వెళ్లి చేసుకుని లండన్ లో వుంది. నేను భారత్ సందర్శనం ప్రారంభించినప్పుడు వారు లండన్లో ఉన్నా కూతురు దగ్గర ఉన్నారు. వారిని బెంగుళూరు పర్యటన లో కలిసి మాట్లాడాను. వారు నా అనుభవాలను విని చాలా సంతోషపడ్డారు. గాయత్రీ అమ్మ నా ప్రయాణ ఖర్చులకు డబ్బులు ఇస్తూ, నన్ను చూడడం అంటే భారత దర్శనం చేసుకున్నట్లే అని అన్నారు. నా పట్ల వారి ప్రేమ అలాంటిది.

## Minutes of Meeting of National Advisory Council held on Sunday, 17th January @ 4PM through Online Conference



Following is the Synopsys of views and suggestions recorded during the meeting

1. Need to focus on single project
2. Expand donors base
3. Reach out to Foreign Funds / NRIs
4. Start connection to National Skill Development Mission
5. Think big...Dream Big...Never Stop
6. Getting maximum returns from Corpus Amount
7. Think as to train on new trades, native to the area
8. Plan to use facility on payment for revenue generation
9. Think as to develop skills in health care fields
10. Felt need of New look for abhaya websites
11. Raise funds through crowd funding platforms
12. Develop self sustaining model

After detailed discussion, President Sri K Rangarao thanked all the members for their inputs and taking time for abhaya Mission. Also informed members present that these points will be further taken up for deliberations and decisions at the forthcoming Board Meeting scheduled to be held on 26th January.

## Accordingly abhaya Board Trustees met on 26th January to further deliberate on the points suggested by abhaya NAC

Board trustees felt that Education & Empowerment be the single project focus for abhaya. Board felt that Connecting Market to empowerment beneficiaries will guarantee them some income also abhaya can generate some revenue.

As suggested by NAC members, Board too felt that new trades needs to be planned for continued activity.

Board agreed to contribute for abhaya Nityanna Seva Scheme for special occasions of their family members. Also each trustee in Board should pool at least Rs.2 Lakhs from self, family and friends towards Corpus. Everyone unanimously agreed to introduce at least 5 new donors in a year for regular donations.

Board Members discussed about compliances and discussed to initiate the process for 80G, FCRA and Trademark renewals.

After all deliberations, President Sri K Ranga Rao thanked all the members for their time. - **KSV Siva Krishna, Secretary, abhaya Foundation**







# abhaya FOUNDATION

## Thank You Board Trustees



I have rented out an apartment at Bangalore and getting a monthly rent of Rs. 12,125/- towards my share of rent. In order to create monthly resource to abhaya needs, I wish to donate this monthly rent to abhaya. Will try to mobilise further to support of our activities. - **CA SN Rangaiah, Founder Trustee, Bengaluru**

I want to make monthly contribution to abhaya. Please let me know particulars of bank. Thank you very much dear. You are doing great work to the community. Kudos to you. Affectionately yours. - **CS Hanumanta Raju Datla, Trustee, Hyderabad**



**Dear CS PS Rao,** thank you so much for agreeing to increase monthly donation to abhaya. We bow before you for the kind hearted support extended to abhaya since it's inception. More than 10 associates from PS Rao & Associates stood by us with their Annual Donations - **Team abhaya**

**Dear Srinivas garu...**It's very heartening to know that the new petrol bunk in the name and style of abhaya Fuel Service Station at Kurnool is being inaugurated shortly. It's further more heartening to understand you are keeping a % of monthly share to abhaya.



**Dear CA B V Prasad garu...**Thank you so much for resuming your monthly donation to abhaya Home - **Team abhaya**

In fact each one in the group are truly blessed souls and making abhaya as life giving Organisation. I touch your feet for such a passionate decision and gesture - **Balachandra, Founder, abhaya.**

### NOTICE of change in IFSC with UBI to Foreign Donors

Please Note the Following with immediate effect:

Account Name: abhaya Foundation - FCRA Account  
Account No: Account No: 052210011051007  
Bank: Union Bank of India, Sanjeeva Reddy Nagar Branch, Hyderabad 500 038 INDIA  
**MICR Code: 500026136**  
**IFS CODE: UBIN0805220**

A detailed postal address, Email and Phone No of donor is required to be filed with the Govt Dept.,

Request you to provide the same.





# abhaya FOUNDATION

## Bharosa for Women Safety



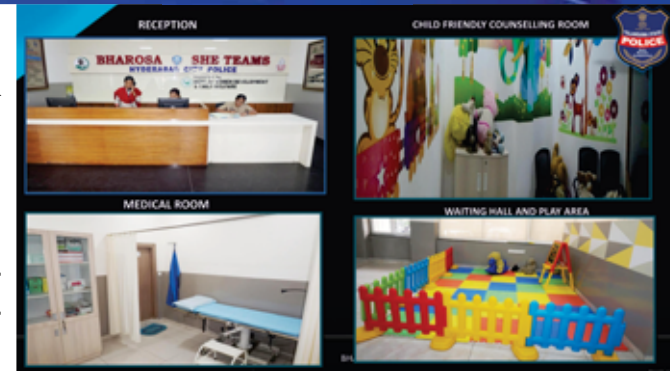
### Bharosa gave her NEW LIFE - The Success story of POSCO



In the year 2018, Bharosa & She Teams - Police department in Hyderabad met a 16-year-old girl who was sexually abused by her neighbor. She was studying 9th grade. Her father was a daily wage laborer and her mother had died due to cancer. She had a younger brother. She was being assaulted for more than 6 months but she did not tell anyone as the abuser had threatened to do harm to her

father. She was taken to the hospital by the abuser complaining stomach pain and the doctor after examining her found that she was pregnant, and informed SR Nagar police station. The police informed her father and lodged a POCSO case.

Later she was taken to Bharosa for a statement recording and gave her counselling. She was 6 months pregnant and termination was not possible. Bharosa staff helped her through this and sent her to Ramanthapur home where she stayed for 3 months. They took care of her very well and she gave birth to baby boy at koti maternity hospital in September 2018. Bharosa counsellors visited and helped her decide about baby adoption and plans for her future. She agreed to give away the baby for adoption at Sishu Vihar Orphanage and she decided to go back to school and finish her studies. Bharosa supported her with books and fees. She passed her 10th with 76 percent. Further with the help of Bharosa, she also enrolled in Intermediate college for BiPC along with Midwifery training and finished her first year with 75 percent. She also got victim assistance funds to help her pay for her studies. Regular follow ups are made by the support person which resulted in this success. Now she is 19 years old and her father got an alliance from a relative. She got married this month. She happy and is going to continue her studies to become a health worker. - **Team Barosa**



*Team abhaya to serve  
the cause of Bharosa  
with Theme Song*





# Minutes of Google Meet of Members of abhaya - Bharosa held at 11AM on Wednesday, the 20th Jan 2021



## Present

1. Smt Swathi Lakra IPS
  2. Smt B Sumathi IPS
  3. Smt Mamatha Raghuveer, Technical
  4. Rajesh, Consultant
  5. Renuka, Accountant
  6. Sri S Kalyan, abhaya Trustee, USA
  7. CS R Ramakrishna, abhaya Treasurer
  8. Sri KSV Sivakrishna, abhaya Secretary
  9. Balachandra, Founder, abhaya
- And other office bearers of WS Wing

Following are the issues discussed and decided for next 30 days.

1. CS Ramakrishna Gupta to lead CSR Fund raising initiative for Bharosa in consultation with the concerned members.
2. Team need to shortlist 15 companies

in a month and CS Ramakrishna to connect Smt Swathi Lakra to potential corporate donors.

3. Smt Mamatha to provide feed for abhaya Newsletter by 25th of every month.

4. Theme Song - Suggestion are anticipated from WSWing. Sri Kalyan should lead the initiative by 8th March Women's Day. Further he will work on other promotional issues (Celebrities, Film Screens, Teasers)

5. Sri Sivakrishna to send an official communication about abhaya Home Facility to WS Wing.

6. abhaya Bharosa to go for short film contest for Women's Day (Prize Money 50k, 25k & 10k). Need 3 Themes from WS Wing along with other terms & conditions.

ముందడుగు ముందడుగు ముందడుగు వేద్దాము  
కష్టాలు వచ్చినా, కన్నీరు కార్చినా,  
ఉప్పెనలు వచ్చినా, ఊపిరే పోయినా,  
ముందడుగుముందడుగు ముందడుగు వేద్దాము  
సేవ, సేవా యంటూ దేశమాత సేవలో  
మనము ముందడుగు వేద్దాము...జన్మ సార్థకము చేద్దాము

తెలంగాణ రాష్ట్రములో భరోసా కేంద్రాల నిర్వహణ మరియు విస్తరణ గురించి తెలంగాణ రాష్ట్ర మహిళా భద్రత విభాగము అభయ ఫౌండేషన్ సహకారముతో తమ భాగస్వాములతో నిర్వహించిన వర్చువల్ సమావేశం విజయవంతమైనది. ఈ సమావేశములో భవిష్యత్తులో మరిన్ని జిల్లాలలో భరోసా కేంద్రాల స్థాపన మరియు నిర్వహణ గురించి నిర్ణయాలు తీసుకొని పదండి పోదాము పదండి ముందుకు అన్న దృక్పథంతో అభయ ఫౌండేషన్ వారి నిరంతర సహకారముతో విజయవంతము చేయుటకు తీర్మానము చేయడమైనది. ఈ సమావేశములో తెలంగాణ రాష్ట్ర మహిళా భద్రత విభాగము అడిషనల్ డిజి- శ్రీమతి స్వాతి లక్ష్మి, IPS, డిఐజి- శ్రీమతి సుమతి, IPS, అభయ ఫౌండేషన్-శ్రీబాల చంద్ర, భరోసా డైరెక్టర్ శ్రీమతి మమత రఘువీర్, అభయ సభ్యులు శ్రీరామకృష్ణ గుప్తా, శివకృష్ణ, కళ్యాణ్ మరియు ఇతర సభ్యులు రాజేష్ కుమార్, రాధిక చక్రవర్తి, మరికొందరు పాల్గొన్నారు.

**abhaya Team met DIG (WS Wing)  
for creating theme song for BHAROSA**





# బెస్ట్ కోవిడ్ వారియర్ ఆఫీసర్ గా డీఐజీ సుమతి

సాక్షి హైదరాబాద్ రాష్ట్రంలో బెస్ట్ కోవిడ్ వారియర్ విమెన్ ఆఫీసర్ గా డీఐజీ బడుగుల సుమతిని డీజీపీ ఎంపిక చేశారు. కోవిడ్ విజృంభించిన వేళ దేశ వ్యాప్తంగా లాక్ డౌన్ విధించిన విషయం తెలిసిందే. లాక్ డౌన్ కాలంలో పోలీసులు అందించిన సేవలు మరువలేనివి. మన రాష్ట్రంలో దాదాపు ఆరు వేలకుపైగా పోలీసులు వైరస్ బారిన పడగా..

దాదాపు 70 మంది పోలీసులు అమరులయ్యారు. ఈ నేపథ్యంలో లాక్ డౌన్ కాలంలో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన మహిళా పోలీసు అధికారుల వివరాలు అందజేయాలని నేషనల్ విమెన్ కమిషన్ (ఎన్సీ డబ్ల్యూ) అన్ని రాష్ట్రాలకు లేఖలు రాసింది. దీంతో తెలంగాణ నుంచి డీఐజీ బడుగుల సుమతి పేరుని సోమవారం డీజీపీ డాక్టర్ ఎం.మహేందర్ రెడ్డి ఖరారు చేశారు. డీఐజీ సుమతి లాక్ డౌన్ కాలంలో డీజీపీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన కంట్రోల్ రూంలో సేవలందించారు. లాక్ డౌన్ కాలంలో పేదలు, వలస కూలీలు, అన్నార్థులకు ఎక్కడికక్కడ ఆహారం, మందులు, బియ్యం, దుస్తులు చేరేలా నిరంతరం పర్యవేక్షించారు. అదే విధంగా అత్యవసర సేవలు, రాష్ట్రంలోనికి రావాల్సిన దిగుమతులు, ఇతర రాష్ట్రాలకు వెళ్లాల్సిన ఎగుమతులకు ఎలాంటి ఆటంకం లేకుండా కొనసాగించే బాధ్యతలు సమర్థవంతంగా నిర్వహించారు.



## Congratulations to Smt Sumati B, IPS

తెలంగాణ పోలీస్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో, శ్రీమతి బి సుమతి I P S గారి నాయకత్వములో అభయ ఫౌండేషన్ వారు చేరి కరోనా కష్ట సమయంలో తెలంగాణ రాష్ట్రం లోని వేలాది మంది ప్రజలకు సేవ చేసుకునే అవకాశం కలిగినందుకు...చాలా సంతోషంగా వుంది. - బాలచంద్ర

Hearty Congratulations to Smt Sumati B, IPS ji for bagging this award and recognition. We take it privileged and proud to note this and for giving us an opportunity to be part of this Covid Relief mission. - **CS R Ramakrishna Gupta, Treasurer., abhaya Foundation**

ఉత్తమ కోవిడ్ వారియర్ గా జాతీయ పురస్కారాన్ని అందుకున్న డి.ఐ.జి. సుమతి, న్యూఢిల్లీలో కేంద్ర మంత్రి జవదేకర్ నుండి అవార్డు స్వీకరణ



**Congratulations!!!**

**Smt B Sumathi IPS, DIG**  
for bagging the  
**BEST Covid Warrior Award**



[www.abhayafoundation.org](http://www.abhayafoundation.org)

హైదరాబాద్, జనవరి 31 : ఉత్తమ కోవిడ్ వారియర్ పురస్కారాన్ని తెలంగాణా రాష్ట్ర పోలీస్ శాఖ కు చెందిన డి.ఐ.జి. బి. సుమతి నేడు న్యూఢిల్లీలో జరిగిన కార్యక్రమంలో కేంద్ర సమాచార, ప్రసార శాఖా మంత్రి ప్రకాష్ జవదేకర్ నుండి అందుకున్నారు. జాతీయ మహిళా కమిషన్ 29 వ వార్షికోత్సవం సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఈ పురస్కారాన్ని స్వీకరించారు. కోవిడ్ సందర్భంగా ప్రకటించిన లాక్ డౌన్ లో దేశంలో విశేష సేవలందించిన పలువురు మహిళలను, అధికారులను కమిషన్ గుర్తించి జాతీయ మహిళల కమిషన్ ప్రత్యేక పురస్కారాలను అందచేసింది. ఈ అవార్డుకు తెలంగాణ పోలీస్ శాఖకు చెందిన డి.ఐ.జి సుమతిని ఆఎంపిక చేసిన విషయం విదితమే.

కోవిడ్ లాక్ డౌన్ సందర్భంగా ప్రజలకు నిత్యావసర వస్తువులైనా ఆహార ధాన్యాలు, మందులు, రవాణా తదితర అవసరాలకు ఏవిధమైన లోటు రాకుండా తెలంగాణ పోలీస్ శాఖ ద్వారా కట్టు దిట్టమైన చర్యలు చేపట్టారు. ప్రభుత్వ శాఖలలో పాటు దాదాపు 90 స్వచ్ఛంద సంస్థల సహాయంతో నిత్యావసర వస్తువులు, మందులను ప్రజలకు ప్రధానంగా వలస కూలీలకు అందచేయడంలో కీలక పాత్ర వహించారు. వలస కూలీల సహాయానికి, కోవిడ్ నియమావళి కట్టు దిట్టంగా అమలు చేయడం, కోవిడ్ వైద్యులు, వైద్య సిబ్బంది 24 /7 అందుబాటులో ఉంచేందుకై రూపొందించిన సేవా యాప్ ను సమర్థవంతంగా ఉపయోగించడంలో కీలక పాత్ర వహించారు. దీనిలోపాటు, లాక్ డౌన్ సమయంలో గృహహింస పై డయల్ 100 కు వచ్చే కాల్స్ కు వెంటనే స్పందించేందుకై 24 మంది సైకాలజిస్టులను ప్రత్యేకంగా నియమించి వెంటనే స్పందించి తగు కౌన్సిలింగ్ చేయడంలో ప్రధాన భూమిక పోషించారు. ఈ విధమైన ఉత్తమ సేవలందించినందుకు గుర్తింపుగా డి.ఐ.జి. సుమతి కి జాతీయ మహిళా కమిషన్ ఈ ప్రత్యేక పురస్కారాన్ని ఆదివారంనాడు న్యూ ఢిల్లీలో జరిగిన ప్రత్యేక సమావేశంలో అందచేసింది.

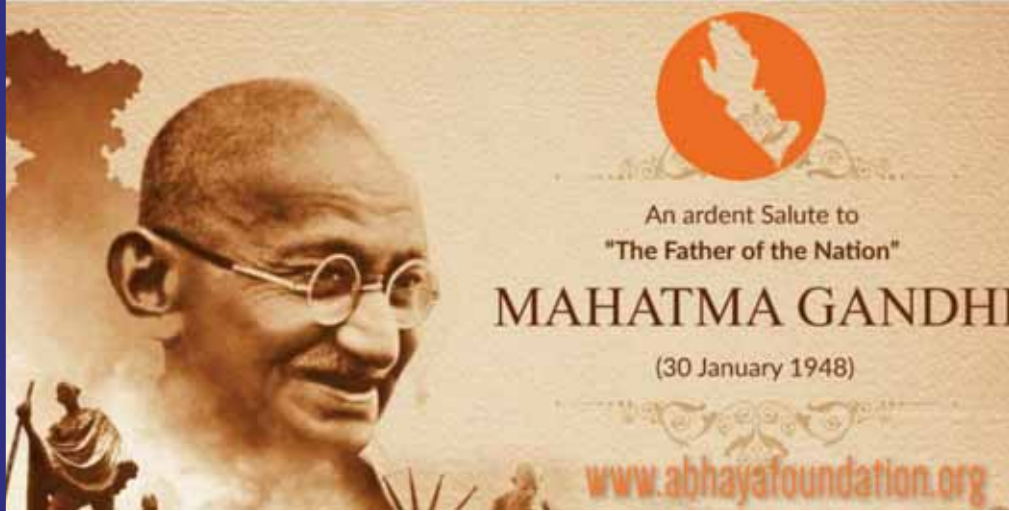
సి.పి.ఆర్.ఓ, డిజిపి కార్యాలయం, హైదరాబాద్ చే జారీ చేయనైనది





# abhaya FOUNDATION

## abhaya SoulDears



*How kind is their gesture!*



We just transferred Rs.50k to abhaya!  
The money was received from USA  
Govt as Covid Grant. We thought that  
money is more useful to people who  
are in need in India and hence  
remitted to abhaya  
**Shilpa Sharath**



Expressing Greetings to our beloved board member, Sri D Vijaya Bhaskar, ICLS Retd., Hyderabad on the eve of his 60th Birthday today. He is finest human beings i have ever seen in my life. He served Central Govt and retired as Official Liquidator of AP. Founded Trishakthi Devasthanam

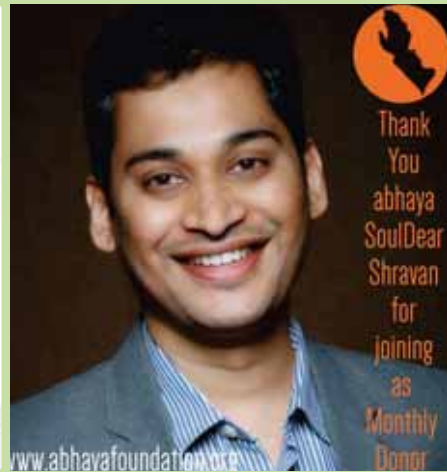
Trust at Hariharapuram, Hyderabad. Very rarely we find such people in society. We express our gratitude to his Mother on this occasion for granting such a son to the country - **abhaya Team**

My Dearest Balachandra Sunku, a noble person born with a great mission and established "Abhaya Foundation" to serve needy in thousands expressed a few words about me. But the fact is that before his dedication of his entire life, a person like me is insignificant. I bow down before him in honour for his affection and his countless services to this mankind. It is a three decades friendship between us.

- **D Vijaya Bhaskar, Hyderabad**



# Thank You abhaya SoulDears





# Best Wishes to abhaya SoulDears



**abhaya Logo & Name Renewed for 10 years**

Sri Rajasekhara Reddy & SYSLEX Law Firm spent about 20k for the task. He said it can be taken as his contribution to abhaya. We express our gratitude to him and his firm. - **abhaya Team**

## Jai Sri Ram

Like that of Squirrel...I offered  
Like that of Monkey...I stood  
Like that of Karsevak...I lend  
Like that of Ram Bhakth...I bent

For Shri Ram Janmabhoomi Teertha Kshethra Trust in constructing Ayodhya Ram Mandir

Had the fortune of listening to HH Sri Chinna Jeeyar at Divya Saketham and Meeting Shri Bhayyaji Joshi, RSS and remitted Rs.50116/- the little savings, I had in my personal account for the Mandir Mission. I did it with heartfelt prayers at thy feet.

Come...Let's do our bit for the cause of Mandir in the name of Lord Srirama, Jai Sri Ram - **Balachandra**



I have sent Rs.1215-00 to Abhaya Foundation Axis Bank Account through NEFT today for Food Distribution to Poor and Needy People, on the occasion of Birthday of Holy Mother Sri Sarada Devi wife of Lord Sriramakrishna today and also my mother birth day today. I strongly believe that god has given Hands to human beings only for to do two things (a). to do pranamams daily to God and (b). to service to poor and needy people, without any expectations, and thus to make more Happiness to God for giving opportunity to us(good birth in the earth) to Service to God(poor and needy people, birds, animals or any soul containing God). Please do and continue more and more services to God by allowing all of us. - **K. Lakshmi Prasad, ICLS, M. Com., B.Ed., MBA (Finance), FCMA, FCS, Joint Director, Ministry of Corporate Affairs, Shastry Bhawan, New Delhi.**



# abhaya FOUNDATION

## Dollars for Doers



I would like to share an excellent opportunity in the form of Dollars for Doers (Connect your cause to corporate giving, matching and volunteering programs.)

The MNC companies we work for in our professional career can also be part of the community work we do. Several Organisations in the recent past started supporting and encouraging their employees to be part of the community service by joining hands with their favourite community cause they are interested in. In this context there are 3rd Party organisations like Benevity/Giving Foundation who register the NGO's across the globe after due diligence and doing perfect back ground verification. In turn these organisations work with MNC Companies for the volunteering programs. Evaluate this option at your work places so that the same can be passed on to benefit some favourite cause of yours.

### How this works?

For Eg: Lets look at a scenario to understand in detail: Mr/Mrs A works for a company XYZ Ltd on the professional front. On a personal front Mr/Mrs A supports a cause which is close to their heart like Abhaya Foundation and donates 12000 INR PA to this fav Charity Org of theirs.

Now the XYZ Ltd in which Mr/Mrs A is working, started "Connect your cause to corporate giving, matching and volunteering programs." to encourage the community participation of their employees and adds equal amount to the fav charity org that Mr/Mrs A is supporting, in our scenario it is abhaya Foundation. So typically abhaya Foundation gets 12K PA from Mr/Mrs A and another 12K from XYZ Ltd. The benefit is doubled here. There could be an upper cap on the donation for each employee.

I am very excited and happy to share that my company Teradata joined hands with me to support the cause i loved.

Adding to this you, you can even publish the volunteering activity in your org and encourage your colleagues to come spare some time at their leisure to witness the grandeur happening at the community front through your favourite charity. - **Nandagiri**

**Sai Prashanth,**  
**Teradata, Hyderabad**







23

24. ఆ.వె॥ ఎన్నో పనులు గలవిటిరిగి చేయబూన ।  
శుద్ధి పరచ నాత్మ సుంతప్రేమ ॥  
అవుడు సాధనమ్ము ననుసరించిన నన్ను ।  
వివర బాలచంద్ర వివరయసాంద్ర ॥

భావం: జన్మధన్యము చేసుకోవడానికి జీవన గమనంలో  
ఎన్నో పనులు సిద్ధముగా యున్నది. మీరు రవ్యంత ప్రేమ  
పంచనేర్పండి చాలు, నేను మీ సాధనమై సహకరిస్తాను.



## for abhaya Donors

abhaya SB Account at **Andhra Bank** is designated account for **Foreign Contributions**.

All **Indian Donations** must be through **Axis Bank/State Bank of India/**

**Do not deposit / transfer any Indian Donations in / to Andhra Bank.**

Quote Name, Nationality, Phone, Address, E-Mail & PAN while sending contributions



**abhaya**  
**FOUNDATION**  
6-3-609/140/1  
Anand Nagar  
Kahirathabad  
Hyderabad -04



**Foreign Donors**



**Beneficiary :** abhaya FOUNDATION

**Account No :** 33292038898

**MICR Code :** 500002074

**IFS Code :** SBIN0004155

**Bank :** State Bank of India

**Address :** Plot No. 1272  
Road No. 63A  
SPL PBB, Jubilee Hills  
Hyderabad

abhaya FOUNDATION  
(General)

910010042902046

500211002

UTIB00000008

AXIS Bank Ltd

6-3-879/9/B, 1Floor

G. Pulla Reddy Bldg

Green Lands

Begumpet Road

Hyderabad - 500016

abhaya FOUNDATION  
(Corpus)

920010070298534

500211002

UTIB00000008

AXIS Bank Ltd

6-3-879/9/B, I Floor

G. Pulla Reddy Bldg

Green Lands

Begumpet Road

Hyderabad - 500016

abhaya Home of  
Happiness

912010024839320

500211002

UTIB00000008

AXIS Bank Ltd

6-3-879/9/B, I Floor

G. Pulla Reddy Bldg

Green Lands

Begumpet Road

Hyderabad - 500016

abhaya FOUNDATION -  
FCRA Account

052210011051007

500026136

UBIN0805220

Union Bank of India

S.R.Nagar Branch

Main Road

S.R., Nagar

Hyderabad-500038

All the donations will be exempted under 80G | [abhayafoundation@yahoo.com](mailto:abhayafoundation@yahoo.com) | [www.abhayahome.org](http://www.abhayahome.org) | [www.abhayafoundation.org](http://www.abhayafoundation.org)