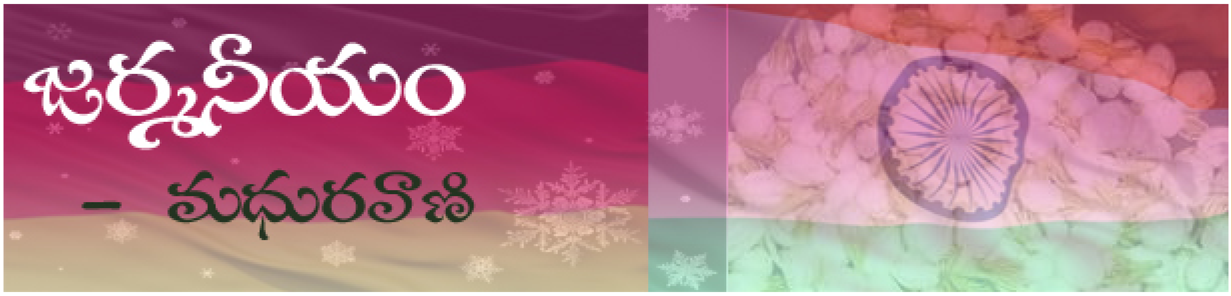


## దోసెడు మంచు పూలు.. గుప్పెడు గుండె ఊసులు..

మనం ఎవరింటికైనా వెళ్ళినా, ఎవరైనా మనింటికి వచ్చినా గుమ్మంలోనే ఒకరినొకరు పరిచయం చేసుకోవడం సంప్రదాయం కదా! అందుకనీ...

"నమస్తే అండీ."

"నమస్తే.. ఎవరమ్మా నువ్వు?"

"నేనండీ. మధురని.."

"మధురా.. పేరు ఎక్కడో విన్నట్టుందే.."

"మరేనండీ.. ఇదివరలో ఇక్కడే కౌముది గడపలో కూర్చుని మీకు కొన్నికథలు చెప్పాను కదండీ.."

"ఆఆ.. గుర్తొచ్చింది.. ఏంటమ్మా సంగతి.. ఇలా వచ్చావేం?"

"మరేంలేదండీ.. తీరిగ్గా కూర్చుని కాసేపు మీతో సరదాగా మాదేశం కబుర్లు చెపుదామని వచ్చానండీ.."

"మీదేశమా.. నువ్వు ఎక్కడ ఉంటావేంటి?"

"నేను జర్మనీలో ఉంటానండీ. అప్పుడే పావొంతుపైన జీవితం ఇక్కడే గడిచిపోయిందండీ మరి.. అందుకే మాదేశం అనేసాను."

"ఏంకబుర్లు చెప్తావేంటి.. ఏదో దోసెడూ గుప్పెడూ అంటున్నావే?"

"మరేనండీ.. మన ఆంధ్రదేశంనుంచీ ఈ దేశానికి ఎగిరొచ్చాక ఇన్నేళ్ళలో ఎన్నెన్ని మంచుపూలవానల్లో తడిసానో కదండీ.. ఆ జ్ఞాపకాల ఊసుల్ని నెలకో దోసెడైనా నింపుకొచ్చి మీ అందరితో పంచుకుందామనీ.."

"ఓహో.. మంచిపనే.. మరి మమ్మల్నేం చెయ్యమన్నావిప్పుడు?"

"మీరేం చేయక్కర్లేదండీ. ఎంచక్కా వేడిగా కాఫీనో, టీనో పక్కనపెట్టుకుని, వెచ్చగా చెంపన చేతులు పెట్టుక్కూర్చుని హాయిగా నేచెప్పే కబుర్లన్నీటికీ ఊ కొడితే చాలు.. అదే మహాభాగ్యం.."

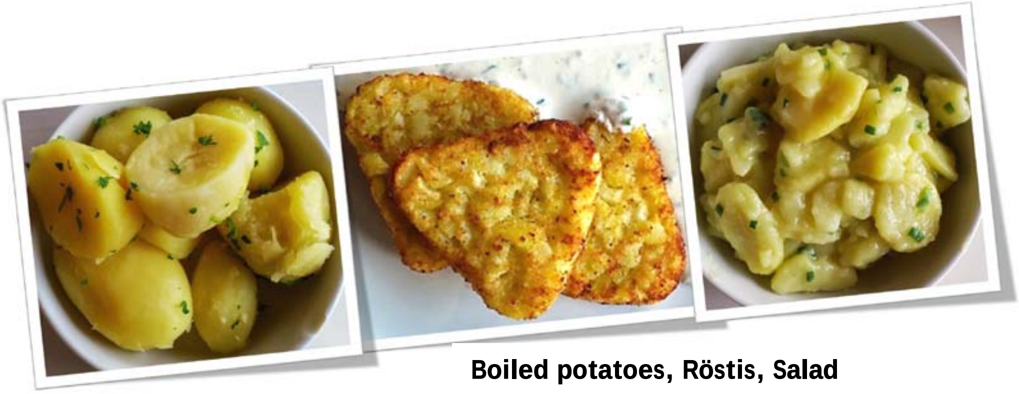
"ఊ.. కానివ్వు మరి.. శుభం.. నీదేఆలస్యం!"

:-)

# ఆహారం - ఆరోగ్యం

ప్రపంచంలో ఏ మూలకి వెళ్ళినా ఆయా ఊర్లకీ, దేశాలకీ ప్రత్యేకము, సొంతమూ అయిన సంస్కృతీ సంప్రదాయాలంటూ కొన్ని ఉంటాయి కదా.. వాటిలో అక్కడి ప్రజల ఆహారపు అలవాట్లు, వారు ప్రత్యేకంగా తయారు చేసుకునే వంటలు అతి ముఖ్యమైన భాగమే కాదు, అందరూ ఆసక్తిగా తెలుసుకోవాలనుకునే అంశం కూడా! చాలా దేశాల్లోలాగే జర్మనీలో కూడా ప్రపంచీకరణ కారణంగా, మారిపోయిన ఉరుకుల పరుగుల జీవన విధానాల కారణంగా వచ్చి చేరిన మెక్డోనాల్డ్స్ లాంటి ఫాస్ట్ ఫుడ్స్ తో పాటు ఎన్నో దశాబ్దాలుగా జర్మన్లు ఆస్వాదిస్తున్న సాంప్రదాయక జర్మన్ వంటకాలు కూడా చాలానే ఉన్నాయి.

జర్మన్ల ఆహారపుటలవాట్లని గురించి చెప్పాలంటే, ఉదయం ఆరు నుంచి ఎనిమిది గంటల లోపు అల్పాహారం తీసుకుంటారు. ఈ రోజుల్లో అంటే చాలామంది ఉదయాన్నే కార్న్ ఫ్లేక్స్, సెరెల్స్ లాంటివి తినేసి ఊరుకుంటున్నారు కానీ అసలు సిసలు జర్మన్ బ్రేక్ఫాస్ట్ అంటే రకరకాల బ్రెడ్లు, ఫ్రూట్ జాంలు, వెన్న, రకరకాల ఛీజ్లు, మాంసంతో తయారు చేసిన సాసేజ్లు, ఉడికించిన గుడ్లు, పండ్లు, పండ్ల రసాలు, బేక్ చేసిన రకరకాల తీపి వస్తువులతో చాలా హెవీగా ఉంటుంది. వారమంతా హడావుడిగా ఎలా తిన్నాసరే చాలా మంది జర్మన్లు వారాంతంలో ఇలాంటి హెవీ బ్రేక్ఫాస్ట్ చేస్తారు. చక్కటి ఆరోగ్యం సొంతమవాలంటే ఉదయం అల్పాహారం చక్రవర్తిలా, మధ్యాహ్న భోజనం రాజు గారిలాగా, రాత్రి భోజనం యాచకుడిలా భుజించాలన్న నానుడి జర్మన్లో కూడా ఉంది. గోధుమలు ఒక్కటే కాకుండా చాలా రకాల తృణధాన్యాలు, చిరుధాన్యాలతో పాటు పొద్దుతిరుగుడు గింజలు, గుమ్మడి గింజలు, నువ్వులు లాంటివి కూడా విరివిగా ఉపయోగించి తయారు చేసిన రకరకాల డార్క్ బ్రెడ్స్, హార్డ్ బ్రెడ్స్ ఎక్కువగా తింటారు. ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే ఇలాంటి రొట్టెలు కేవలం అల్పాహారంలోనే కాక మధ్యాహ్నం, రాత్రి భోజనాల్లో కూడా తీసుకుంటారు.



Boiled potatoes, Röstis, Salad

జర్మన్లు సాధారణంగా మధ్యాహ్న భోజనం పదకొండు నించీ ఒకటిన్నర మధ్యలో, రాత్రి భోజనం మరీ ఆలస్యం కాకుండా ఏడు నుంచి తొమ్మిది లోపు తినేస్తారు. భోజనంలో దాదాపు ప్రతీరోజూ మనకి అన్నం ఎలాగో అలా ఇక్కడ బంగాళాదుంపలు ఎక్కువగా తింటారు. ఉడికించినవో, సలాడ్ లాగానో, వేయించినవో, డంప్లింగ్స్ లాగానో మొత్తమ్మీద ఓ ఇరవై ముప్పై రకాలుగా ఏదో ఒక రూపంలో

బంగాళాదుంపలు తరచూ తింటారు. జర్మన్ల ఆహారంలో అధిక భాగం మాంసాహారపు వంటకాలే ఉంటాయి. ప్రాధాన్యతాపరంగా చూస్తే పోర్క్, బీఫ్ వినియోగం ఎక్కువ. వాటి తర్వాతే చికెన్, టర్కీ, చేపలు లాంటివి వస్తాయి. చాలామందికి తెలిసినట్టుగానే పోర్క్, బీఫ్ తో తయారు చేసే రకరకాల జర్మన్ సాసేజ్లు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రసిద్ధి గాంచాయి. సాసేజ్లు మస్టర్డ్ సాస్ తో తినడానికి బాగా ఇష్టపడతారు. వీటి తయారీకి, వినియోగానికీ, ఆయా రెసిపీలకీ వందల ఏళ్ళ చరిత్రలు కూడా ఉంటాయి. ఇదొక్క అంశం మీద బోల్డన్ని పుస్తకాలు కూడా రాసేంత సమాచారం ఉంటుంది. అన్నేసి రకాలు ఉంటాయి వాటిలో. సాసేజ్ ని జర్మన్లో వుర్స్ట్ అంటారు. వుర్స్ట్ తో పాటు బీఫ్, పోర్క్ తో తయారు చేసే స్నిట్జెల్ లాంటివి కూడా ఇక్కడ బాగా ప్రత్యేకం. మాంసంతో పాటు పక్కన ఉడికించిన కూరగాయలు, రకరకాల ఆకులతో చేసిన సలాడ్స్ తప్పకుండా తింటారు.

**Brezel,** Nussschnecken, **Rote Grütze**

ఉదయం, మధ్యాహ్నం భోజనం అయ్యాక చివరిలో వేడి వేడిగా ఒక కప్పు కాఫీ తప్పనిసరి. గ్రీన్ టీ, బ్లాక్ టీ లాంటివి కూడా బాగానే తాగినా జర్మన్లు ముఖ్యంగా కాఫీ ప్రేమికులు. రోజుకి రెండు మూడు సార్ల కన్నా ఇంకా ఎక్కువసార్లు కాఫీ తాగేవాళ్ళు కోకొల్లలు ఇక్కడ. పాలు, చక్కెర తక్కువగా వేసుకుని, లేకపోతే అసలు అవేం లేకుండా బ్లాక్ కాఫీ తాగడానికి ఎక్కువ ఇష్టపడతారు. భోజనం తర్వాత కాఫీ తాగడంతో పాటు ఏదైనా స్వీటో, చాక్లెటో తినడం వీళ్ళకి బాగా అలవాటు. మన దగ్గర చాక్లెట్స్ పిల్లలే ఎక్కువ తింటారు కానీ ఇక్కడ మాత్రం ముసలి వాళ్ళదాకా చిన్నా పెద్దా తేడా లేకుండా అందరూ చాక్లెట్లు బాగానే లాగించేస్తుంటారు. జర్మన్లది బేకింగ్లో అందె వేసిన చేయి. ఎన్నెన్నో రకాల కేకులు, కుక్కీస్, పేస్ట్రీస్ ఫ్రెష్ గా రోజూ బేక్ చేసి అమ్మే బోలెడన్ని బేకరీలే కాకుండా ఇళ్ళల్లో కూడా తరచూ బేకింగ్ చేస్తుంటారు. సాయంత్రం స్నాక్స్ టైం అంటే జర్మనీలో కాఫీతో పాటు కేక్స్ టైం అని కూడా అర్థం. కేక్స్ తో పాటు నట్ రోల్స్ లాగా చేసే ఌస్స్నెక్చెన్, పేన్ కేక్స్ కి దగ్గరగా రుచించే ఖైసెర్స్చ్మర్రెన్, రెడ్ బెర్రీస్ తో చేసే ఋఒతె ఫ్రüట్జెలాంటి ఇంకా చాలా రకాల సాంప్రదాయక జర్మన్ స్వీట్లు కూడా ఉన్నాయి. తీపి వంటకాల్లో దాల్చిన చెక్క పొడి కలిపిన చక్కెర వాడకం వీళ్ళకి చాలా ఇష్టం.

జర్మనీలో స్నేహితులు ఎవరైనా ఎక్కడైనా బయట రెస్టారెంటులో కాఫీకో, భోజనానికో కలుసుకుందాం అని ప్లాన్ చేసుకున్నారనుకోండి. ప్లాన్ చేసింది ఎవరైనా గానీ అక్కడికి వెళ్ళి సరదాగా అందరూ కలిసి తిన్నాక బిల్లు మాత్రం ఎవరిది వాళ్ళే

**Schnitzel, Rinderbraten, Schweinebraten**

కట్టేస్తారు. ఎప్పుడో కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో తప్ప ఇలా ఎవరి బిల్లు వారే కట్టుకోవడం అనేది చాలా సాధారణ విషయం ఇక్కడ. ఒకవేళ ఎవరైనా అందరిదీ నేనే కడతాను అని ఆఫర్ చేసారనుకోండి, మన దగ్గరలాగా "అబ్బే ఎందుకు లెండి. నేను కడతానుగా" అంటూ నేనంటే నేనని అస్సలు మొహమాటాలకి పోకుండా "ఓహో అలాగా, సరే అయితే" అనేస్తారు. కాకపోతే ఈ వంక పెట్టుకుని ఊరికే వేరేవాళ్ళ చేత బిల్లు కట్టించేద్దాం అని ఎవరూ చూడరులెండి.

ఇంకొకటి, సాధారణంగా ఒక్క ఇండియాలోనే కాదు, చాలా ఆసియా దేశాల్లో అమ్మాయి వెంట అబ్బాయి వెళితే బిల్లు ఎప్పుడూ అబ్బాయిలే కడుతుంటారు కదా. కొన్ని దేశాల్లో అయితే బిల్లు అబ్బాయి కట్టకపోతే, కట్టలేకపోతే అవమానం లాంటిది కూడానట. ఇక్కడలా కాదు. ఒక్క బిల్లు కట్టే విషయంలోనే కాదు, జర్మనీలో అమ్మాయిలు అన్న ట్యాగ్ తో ప్రత్యేకంగా ట్రీట్ చెయ్యడం అంటూ చాలావరకు ఉండదు. అంటే, అమ్మాయి పక్కన ఉండే అబ్బాయి తన బాధ్యత తీసుకోవాలి, ప్రొటెక్టివ్ గా ఉండాలి అన్నట్టు ఇద్దరూ ప్రవర్తించరు. అమ్మాయిలు కూడా అబ్బాయిలతో సరిసమానంగా ఎవరి మీదా ఆధారపడకుండా, వేరొకరి సహాయం ఆశించకుండా స్వతంత్ర్యంగా మసలుకుంటారు.

**Bratwurst with Sauerkraut, Brühwurst with vegetable stew**

నా స్నేహితులు ఒక జంట ఉన్నారు. అబ్బాయి జర్మన్, అమ్మాయి ఏషియన్. ఒకసారి ఆ అమ్మాయి "మా ఆసియా సంస్కృతి రీత్యా అబ్బాయిలు అమ్మాయిలని ప్రత్యేకంగా ట్రీట్ చేస్తారు తెలుసా.. ఉదాహరణకి అమ్మాయి నించుంటే అబ్బాయిలు లేచి సీటు ఇవ్వడం, చేతుల్లో ఉన్న బరువులు అందుకుని వాళ్ళు మోసిపెట్టడం, ఎత్తులు ఎక్కేప్పుడో, నడిచేప్పుడో చెయ్యందించి సాయం చెయ్యడం లాంటివి చేస్తారు. ఎందుకంటే అమ్మాయిలు సుకుమారులు అని, ఇంకా అలా పంపెర్ చెయ్యడం చాలా స్వీట్ గా అనిపిస్తుంది" అంటే, వాళ్ళాయన అయిన జర్మన్ అబ్బాయి "ఇక్కడైతే మాత్రం అబ్బాయిలు అవేమీ చెయ్యరు. అయినా అమ్మాయిలైతే ఏంటీ, వాళ్ళ పనులు వాళ్ళు చేసుకోలేరా, ఎవరి వస్తువులు వాళ్ళే మోసుకోడానికి వాళ్ళ కి కూడా రెండు చేతులున్నాయి కదా.. సాధారణంగా జర్మన్ అమ్మాయిలు అలా చెయ్యాలని ఆశించరు. ఈ గువెస్స్ ఘెర్మన్ వొమెన్ అరె సెల్ఫ్ సుఫ్ఫిచిఎంత్" అని నవ్వాడు. తన వైఫ్ ఏమో "కేవలం అమ్మాయిలు చేసుకోలేరని కాదు బాబూ.. అలా పేంపర్ చెయ్యడం

అదొక ముద్దూ మురిపెమూనూ.. అంతే కదా.." అని నన్నడిగితే నాకు చాలా నవ్వొచ్చింది. కానీ ఆలోచించి చూస్తే అదీ నిజమేనేమో, మనం, అంటే ఏషియన్ కల్చర్ లో ఆలోచనావిధానం కొంచెం అలానే ఉంటుంది కదా అనిపించింది. :-)

మనల్ని ఎవరైనా జర్మన్లు వాళ్ళింటికి భోజనానికి ఆహ్వానించారంటే వాళ్ళకి మన మీద బోల్డు అభిమానం ఉందని అర్థం. ఎందుకంటే సాధారణంగా ఈ రోజుల్లో వాళ్ళ కోసం వాళ్ళు వండుకుని తినేదే తక్కువ. అంటే వంట చేసుకోవడానికి చాలా తక్కువ సమయం వెచ్చిస్తారు వీళ్ళు. అలాంటిది ఇంకొకరి కోసం శ్రమపడి వండి వార్చడం అంటే గొప్ప విషయమే మరి. ఎవరైనా మనని ఫలానా రోజున భోజనానికి ఏడింటికి రండి అని పిలిస్తే మనం సరిగ్గా ఆ టైముకే వెళ్ళాలి. చెప్పిన టైము కన్నా పదిహేను నిమిషాలు మించి ఆలస్యంగా వెళితే మనం వాళ్ళని అగౌరవపరిచినట్టు లెక్క. సాధారణంగా ఇక్కడ అతిథులుగా వెళ్ళేవారు ఆహ్వానించిన వారింటికి వెళుతూ భోజనానికి పిలిచినందుకు సంతోషిస్తూ గౌరవసూచకంగా పువ్వులో, మొక్కలో, వైన్ బాటిలో, స్వయంగా ఇంట్లో తయారు చేసిన ఫ్రూట్ జామ్ సీసానో.. ఇలాంటి చిరుకానుకలు ఏదోకటి తీసుకువెళ్ళడం ఆనవాయితీ. అంటే ఉట్టి చేతులతో వెళితే రానివ్వరని కాదు కానీ ఇక్కడ దాదాపు అందరూ పాటించే మర్యాద అన్నమాట ఇది.

**Weißwurst - A Bavarian specialty**

అలాగే మనం ఎవరినైనా ఆహ్వానించాలన్నా కూడా "రేపు మా ఇంటికి భోజనానికి రండి" అని తీరిగ్గా ఒక రోజో, రెండు రోజులో ముందు పిలవడం పద్ధతి కాదు. ఎందుకంటే ఎవరి ప్లాన్లు వాళ్ళకి ఉంటాయి కదా.. అసలే నెలల ముందు నుంచే అన్నీ ప్లాన్ చేసి పెట్టుకోవడం జర్మన్లకి బాగా అలవాటు. కాబట్టి కనీసం రెండు వారాల ముందైనా చెప్పాలి. ఇంకో ముఖ్య విషయం, నేను కేవలం శాకాహారం తింటాననో, లేకపోతే ఫలానా రకం తిండి మాత్రమే తింటాననో ఏమైనా ప్రత్యేకంగా ఉంటే వాటి గురించి ముందుగానే హోస్టుకి తెలియజేయాలి తప్ప తీరా వాళ్ళు ఎంతో కష్టపడి మన కోసం వండి వడ్డించాక కంచం ముందు కూర్చుని "సారీ.. నేనిది తినను" అనకూడదు. అలా చేస్తే అది వాళ్ళని అవమానించినట్టే అవుతుంది. మిగతా విషయాలన్నీటి కన్నా ఇది మాత్రం నాకు చాలా నచ్చేసింది. 'అతిథిదేవోభవ' అన్న మాటని అక్షరాలా పాటించడం మంచి విషయమే గానీ ఆహ్వానించిన ఇంటి ఇల్లాలు పాపం కష్టపడి రకరకాలు వండిపెట్టాక కూడా తీరా వచ్చిన అతిథులు మేము ఫలానాది తినము, అదైతేనే తింటాము, ఇదైతేనే తింటాము అనగానే చచ్చినట్టు ఉరుకుల పరుగుల మీద అప్పటికప్పుడు నిమిషాల్లో మళ్ళీ ఇంకో రకం వంట చేసి పెట్టే పరిస్థితి మాత్రం చాలా కష్టం అనిపిస్తుంది నాకు. ఎప్పుడో అప్పుడు ఇలాంటి పరిస్థితి ఎదుర్కోని తెలుగింటి ఆడపడుచులు ఉండరేమో బహుశా. అప్పటికప్పుడు చెప్పినా

సరే అతిథుల కోసం మళ్ళీ వండి వార్చడం ఇల్లాలి విధి, కర్తవ్యం అన్నట్టు ఏదో శాసనంలా భావిస్తారు చాలామంది. ఎంతైనా వంటగదిలో శ్రమకి విలువ, గౌరవం రెండూ తక్కువే మన సమాజంలో.. హ్మ్!

భోజనాలయ్యాక వారి వంటలు మనకెంత నచ్చాయని హోస్టుకి కాంప్లిమెంట్ ఇవ్వడం కూడా గౌరవప్రదమైన పని. అలాగే తినగానే టాటా చెప్పేసి వెళ్ళిపోకుండా కాసేపు కూర్చుని మాట్లాడటం మంచిదే కానీ గంటల తరబడి అలా మాట్లాడుతూ కూర్చోడం మాత్రం మర్యాద కాదు. ఎందుకంటే మరి పాపం వాళ్ళు చాలా శ్రమపడి మనకి విందు ఏర్పాట్లు చేసి అలసిపోయి ఉంటారు కదా.. అందుకని వాళ్ళకి రెస్టు తీసుకునే అవకాశం ఇచ్చి మనం సెలవు తీసుకోవాలన్నమాట.

మనకి పది, ఇరవై మందికి వంట చెయ్యాల్సి రావడం చాలా మామూలనిపిస్తుంది గానీ వీళ్ళకి చాలా అనిపిస్తుంది. ఉదాహరణకి పెళ్ళి వేడుకల్లో వెయ్యి మందికి పైగా భోజనాలు వడ్డిస్తారంటే వీళ్ళు ఆశ్చర్యంతో గుండెల మీద చేతులేసుకుంటారు. అంతమందికి ఎలా వండుతారు, ఎన్ని డబ్బులు ఖర్చవుతాయి అని వివరంగా తెలుసుకుంటారు. నిజానికి ఇక్కడ కూడా పెళ్ళిళ్ళు అంటే చాలా ఖర్చుతో కూడుకున్న పని. కాకపోతే వీళ్ళ ఖర్చు మనలాగా కట్నకానుకలకి, నగలకి కాకుండా ఎక్కువగా వివాహ వేడుకలని జరపడానికే ఉంటుంది. ఇహ అమ్మాయిల పెళ్ళి బట్టల ఖర్చు ఎక్కడైనా ఎక్కువేననుకోండి. ఇక్కడ కూడా పెళ్ళి చేసుకునేవారు చాలా నెలల ముందు నుంచే బోల్డంత తర్జన భర్జనలు పడి వెడ్డింగ్ ప్లానింగ్ చేసుకుంటారు. వధూవరులిద్దరికీ అత్యంత ఆప్తులు, ముఖ్యులు అనుకున్న అతి కొద్దిమందికే పెళ్ళిళ్ళ ఆహ్వానాలు ఉంటాయి. ఎవరైనా పెళ్ళి విందుకి ఒక వంద మందిని పిలిచారంటే చాలా ఎక్కువమందిని ఆహ్వానించేసినట్టు లెక్క. మనకి జనాభా, మేన్ పవర్ ఎక్కువ కాబట్టి వేల మందికి వండి వడ్డించడం బాగా అలవాటైపోయింది గానీ జర్మనీ లాంటి దేశాల్లో అది చాలా కష్టం, ఖర్చుతో కూడుకున్న పని.

చిన్నపిల్లలు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తినడం చాలా ముఖ్యం కాబట్టి ఈ విషయమై కేవలం ఇళ్ళల్లో తల్లిదండ్రులే కాకుండా ప్రభుత్వం, స్కూల్లో టీచర్లు కూడా చాలా శ్రద్ధ తీసుకుంటారు. ఉదాహరణకి ఇక్కడ చాలా రాష్ట్రాల్లో పిల్లల స్కూళ్ళకి 500 మీటర్ల పరిధిలో ఫాస్ట్ ఫుడ్స్ సెంటర్స్ లాంటివి పెట్టడానికి వీల్లేదని రూల్స్ ఉన్నాయట. స్కూల్లో తినుబండారాలు అమ్మే క్యాంటీన్ లాంటి వాటిల్లో కూడా మరీ ఎక్కువ జంక్ ఫుడ్ ఉండకుండా ఎక్కువ శాతం ఆరోగ్యకరమైన తిండి అమ్మేటట్టు కూడా నిబంధనలు ఉన్నాయట. పిల్లలు స్కూలుకి తీసుకెళ్ళే లంచ్ బాక్సుల్లో కూడా స్వీట్స్ లాంటివి కాకుండా బ్రెడ్, కూరగాయలు, పండ్లు ఉండేలా చూసేట్టు, కొన్ని కొన్ని రోజుల్లో ప్రత్యేకంగా కూరగాయలు మాత్రమే తెచ్చుకోవాలనే లాంటి నియమాలు పెట్టి సాధ్యమైనంత వరకూ పిల్లల ఆహారపుటలవాట్లు ఆరోగ్యంగా ఉండేట్టు అందరూ కృషి చేస్తుంటారు.

జర్మనీలో వైద్యం అత్యంత ఖర్చుతో కూడుకున్నదే అయినా సరే ఆరోగ్యం విషయంలో జర్మనీలో అస్సలు భయపడాల్సింది ఉండదు. అంటే ఒంట్లో బాగాలేకపోతే, ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్య వస్తే ఆసుపత్రి చుట్టూ తిరగడానికి, వైద్యానికి, మందులకి అన్నేసి డబ్బులు

ఎలా అన్న భయం ఉండదు, ఎందుకంటే అప్పుడే పుట్టిన పాపల దగ్గర్నుంచీ ముసలివారి దాకా జర్మనీలో నివసిస్తున్న ప్రతీ ఒక్కరికీ తప్పకుండా ఆరోగ్య భీమా ఉండి తీరాలి. ఆరోగ్యభీమా లేకుండా ఇక్కడసలు ఉండే వీలే లేనంతగా నిబంధనలు ఉన్నాయి. ఆరోగ్య భీమాతో పాటు రకరకాల సోషల్ సెక్యూరిటీ పేకేజీలు కూడా జర్మనీలో ఎక్కువే కాబట్టి ఇక్కడ ప్రజల జీవన నాణ్యత, సామాజిక భద్రతకి అస్సలు ఢోకా లేదంటే ఏ మాత్రం ఆశ్చర్యం లేదు!

**మరో దోసెడు కబుర్లు వచ్చే నెలలో...**

**రచయిత్రి బ్లాగు**

http://madhuravaani.blogspot.com

COMMENTS