జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

ప్రజా జ్యోతి

ప్రతి అక్షరం- ప్రజల కోసం

నిజామాబాద్

సోమవారం, సెప్టెంబరు 30, 2024 — 3 పేజీలు

సార్గమ్మకు బోనమెత్తిన గంగపుత్రులు

బోధన్ ప్రతినిధి సెప్టెంబర్ 29, (ప్రజాజ్యోతి): రెంజల్ మండలంలోని సాటాపూర్ గ్రామంలో ఆదివారం రోజున మహాలక్ష్మి అమ్మవారి బోనాల పండుగ సందర్భంగా గంగపుత్ర సంఘం వారు సార్గమ్మ దేవతకు బోనం సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా గంగాపుత్ర సంఘం అధ్యక్షుడు ప్రేమ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ మహాలక్ష్మి అమ్మవారి బోనాల పండుగ లో భాగంగా బోనాలను డప్పు చప్పుళ్ళతో ప్రత్యేక నైవేద్యాలను అమ్మవారికి సమర్పించమని వర్షాలు పుష్కలంగా కురిసి పంటలు బాగా పండాలని ఈ పండగను ప్రతి సంవత్సరం జరుపుకుంటమని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. కార్యక్రమంలో భూమయ్య, ప్రసాద్, గంగాధర్, ముత్తి, పొషెట్టి, గంగపూత్ర కులస్తులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యోగాను అందించిన ..

ఘనత భారత్‌ది

- నిజామాబాద్ అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్‌పాల్ సూర్యనారాయణ

ప్రజా జ్యోతి, నిజామాబాద్ బ్యూరో : నిజామాబాద్ జిల్లా యోగాసన స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ వారి ఆధ్వర్యంలో శివాజీ నగర్ మున్నూరు కల్యాణ మండపంలో నిర్వహించిన 5వ రాష్ట్ర యోగసన స్పోర్ట్స్ ఛాంపియన్ షీప్ -2024 కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్‌పాల్ సూర్యనారాయణ పాల్గొన్నారు. రాష్ట్ర స్థాయిలో తమ ప్రతిభను కనపర్చి విజేతలుగా నిలిచినా వారికీ సర్టిఫికెట్, మెడల్స్‌ను ఎమ్మెల్యే చేతుల మీదుగా తీసుకోవడం జరిగింది. ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ యోగా అంటే తనువు, మనస్సును, ఆత్మను ఏకం చేసే ఒకే సాధన మని, ఇది హిందూత్వ ఆధ్యాత్మిక సాధనలలో ఒక భాగం అని ధ్యానయోగం ఆధ్యాత్మిక సాధనకు మానసిక ఆరోగ్యానికి చక్కగా తోడ్పడుతుందని, యోగా అనేది ఆనాడు దేవతల, మునుల, మహర్షుల కాలం నుండి మనం చూస్తున్నామని, పరమశివుని దగ్గర నుండి మొదలు పెడితే స్వామి వివేకానంద, బుద్ధుడు,మన దేశ ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, రామ్ దేవ్ బాబా లాంటి మహానుభావులు యోగా ప్రాముఖ్యతను ప్రపంచ దేశాలకు చాటి చెప్పడం జరిగిందని,బిజెపి కేంద్రంలో అధికారంలోకి వచ్చాక జూన్ 21యోగ డేను ఇంటర్నేషనల్ యోగా డేగా జరుపుకునే విదంగా 177 దేశాలు ఐక్యరాజ్య సమితిలో అంగీకారం తెలప డం జరిగిందని,ప్రచుర్యంలోకి తేవడం జరిగిందని, యోగాను మన జీవనశైలిలో ఒక బాగాంగా మార్చు కోవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని మన పిల్లలకు కూడా చిన్నప్పటినుండే యోగ, స్పోర్ట్స్ నేర్పించడం వల్ల వారు మానసికంగా, శారీరకంగా దృడంగా, ఉల్లాసంగా,ఆరోగ్యావంతమైన జీవనాన్ని గడిపే ఆస్కారం ఉంటుందని, కేంద్ర ప్రభుత్వం బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చాక యువత చెడు మార్గాలకు

వ్యాసనాలకు బానిసలుగా అవుతున్నారని నరేంద్ర మోదీ ఖేలో ఇండియా, నెహ్రూ యువకేంద్రాల ధ్వారా, స్పోర్ట్స్ విభాగల ధ్వారా,వివిధ స్వచ్చంద యోగ సెంటర్ల ద్వారా యోగ ప్రాముఖ్యతను తెలియజేస్తూ,ఉచిత యోగ సెంటర్లను, క్రీడలను కేంద్రప్రభుత్వం ప్రోత్స హించడం జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. నిజామాబాద్ యోగా స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ యోగ రామ చందర్ , నిజాంబాద్ జిల్లా యోగా స్పోర్ట్స్ అసోసి యేషన్ సెక్రటరీ బాల శేఖర్ ,సంగీత ఆర్గనైజన్ సెక్రెటరీ నిజామాబాద్, తెలంగాణ యోగా స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ సెక్రటరీ నందన్ కృపాకర్ , రామ్ రెడ్డి యోగ ఆర్గనైజేషన్ సెక్రెటరీ స్టేట్, బిజెపి జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు నాగోల్ల లక్ష్మీనారాయణ , బిజెపి నాయకులు, మఠం పవన్,మరవర్ కృష్ణ, సుగంధం హరీష్, రవి తదితరులు నాయకులు పాల్గొన్నారు.

మెడికవర్ ఆసుపత్రిలో ఆధ్వర్యంలో 2కె రన్

ప్రారంభించిన సీనియర్ వైద్యులు జీవన్ రావు, వెంకట రమణ

ప్రజాజ్యోతి, నిజామాబాద్ బ్యూరో

ప్రపంచ హృదయ (గుండె) దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని గుండె జబ్బుల గురించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడానికి ఆదివారం మెడికవర్ ఆసుపత్రిలో ఆధ్వర్యంలో 2కె రన్ నిర్వహించారు. ఈ 2కె రన్ ను నగరంలోని ఆర్ఆర్ చౌరస్తా లో వైద్యులు జీవన్ రావు, వెంకట రమణ జండా ఊపి ప్రారంభించారు. ఈ రన్ గాంధీచౌక్, బస్టాండ్, ఎన్టీఆర్ చౌరస్తా మీదుగా ఎల్లమ్మగుట్టలోని మెడికవర్ ఆసుపత్రికి చేరుకుంది. అనంతరం మెడికవర్ హాస్పిటల్స్ వైద్యులు సందీప్ రావు, రవి కిరణ్ లు మాట్లాడుతూ ప్రస్తుత కాలంలో, వృద్ధులలోనే కాకుండా యువతలో కూడా గుండె జబ్బుల ప్రమాదం వేగంగా పెరుగుతోందన్నారు. హృదయ సంబంధ వ్యాధులు ప్రపంచవ్యాప్తంగా మరణాలకు ప్రధాన కారణమౌతున్నాయన్నారు. మారుతున్న జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు, ఒత్తిడితో కూడిన జీవితం ఇందుకు ప్రధాన కారణాలని, ముఖ్యంగా జీవనశైలిలో కొన్ని మార్పులు చేసుకోవడం ద్వారా గుండె సంబంధిత వ్యాధులకు దూరంగా ఉండవచ్చన్నారు. రెగ్యులర్ వ్యాయామం, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం కూడా గుండె జబ్బులకు ప్రధాన కారణమన్నారు. వాకింగ్, జాగింగ్ లేదా సైక్లింగ్ వంటి 30 నిమిషాల శారీరక శ్రమను ప్రతిరోజూ చేయడం వల్ల గుండెను బలపరుస్తుందని, శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోకుండా చేస్తుందని తద్వారా ఊబకాయం, రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్ను నియంత్రిస్తుందన్నారు. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే సమతుల్య ఆహారం చాలా ముఖ్యమని, జంక్ ఫుడ్, చక్కెర, అధిక కేలరీల ఆహారాన్ని నివారించాలన్నారు. వీటికి బదులుగా మీ ఆహారంలో బాదం, వాల్నట్స్, అవకాడో, క్యారెట్ వంటి పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం ద్వారా గుండె సిరలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయన్నారు. ఎక్కువ సేపు మెలకువగా ఉండడం, ఎలక్ట్రానిక్ గాడ్జెట్ లను ఎక్కువగా ఉపయోగించడం వల్ల గుండెపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుందని అటువంటి పరిస్థితిలో తగినంత నిద్ర (7–8 గంటలు) తీసుకోవాలని, ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి యోగా, ధ్యానం చేయాలన్నారు. ఇది శరీరం ఒత్తిడి స్థాయిని తగ్గిస్తుందని, ఇది గుండెకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందన్నారు. పోషకాహారం, తగినంత నిద్ర, ఒత్తిడిని తగ్గించడం వంటి ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్ల వల్ల గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చని, ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపవచ్చన్నారు. సంవత్సరానికి ఒక్కసారి అయిన ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలన్నారు. ఆసుపత్రి ఇంచార్జి స్వామి, మార్కెటింగ్ హెడ్ వినయ్ కుమార్, మేనేజర్ సాయి ప్రసాద్, ఆసుపత్రి సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉచిత హెల్త్ క్యాంప్‌ను ప్రారంభించిన అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్‌పాల్

ప్రజా జ్యోతి, నిజామాబాద్ బ్యూరో:

ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకొని సెప్టెంబర్ 17 అక్టోబర్ 2 వరకు దేశ వ్యాప్తంగా జరుగుతున్న సేవా మహాయజ్ఞంలో భాగంగా ఆదివారం 51వ డివిజన్ బురుడు గల్లి మేదరి సంఘం వద్ద బీజేపీ ఖిల్లా రామ్ మందిర్ మండల ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఉచిత హెల్త్ క్యాంప్‌ను ఎమ్మెల్యే ధన్ పాల్ సూర్యనారాయణ ప్రారంభించారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ భారతమాత ముద్దుబిడ్డ మూడోసారి భారతదేశ ప్రధానిగా సేవాలాందిస్తున్న నరేంద్రమోదీ నేడు ప్రపంచ స్థాయి నాయకునిగా ఎదగడం భారతీయులంతా గర్వించదగ్గ విషయని అన్నారు. ఆ మహనీయుని జన్మదినం సందర్భంగా భారతీయ జనతా పార్టీ సేవా మహాజ్ఞానం కార్యక్రమాలు దేశమంతట నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు.. ఇందూర్ జిల్లాలో మొదటి రోజు జిల్లా పార్టీ కార్యాలయంలో రక్తదాన శిబిరం, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో అన్నదానం, పండ్లు, దుపట్ల పంపిణీ నిర్వహించడం జరిగిందన్నారు. నిరంతరం భారతమాతకు సేవలాందిస్తున్న ఆ మహనీయులు ఆయురారోగ్యాలతో, సుఖసంతోషాలతో భగవంతుని ఆశీర్వాదం ఎల్లప్పుడూ ఉండాలని అన్నారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు నాగోళ్ళ లక్ష్మి నారాయణ, మండలం అధ్యక్షులు పుట్ట వీరేందర్, 51 వ డివిజన్ నాయకులు శ్రీనివాస్, రామడుగు భగత్, పోలీస్ శ్రీనివాస్, ఇందూరు నరేష్, కిట్టు,మఠం పవన్, ఆనంద్, పవన్ ముందడ,నాయకులు కాలోని వాసులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రైవేట్ ఉపాధ్యాయుల సేవలు అమోఘం

నిజామాబాద్ రూరల్ ఎమ్మెల్యే భూపతి రెడ్డి

ప్రజా జ్యోతి, నిజామాబాద్ బ్యూరో : సమాజంలో గురువులంటేనే ప్రత్యేక స్థానం ఉందనీ, ప్రైవేట్ పాఠశాలల్లో పని చేస్తున్న ఉపాధ్యాయుల సేవలు అమేఘమని రూరల్ ఎమ్మెల్యే భూపతి రెడ్డి అన్నారు. ఆదివారం ట్రస్మా ఆధ్వర్యంలో గురుపూజోత్సవంలో భాగంగా ఉత్తమ ఉపాధ్యాయుల అవార్డ్స్ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా రూరల్ ఎమ్మెల్యే భూపతి రెడ్డి, అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్పాల్ సూర్యనారాయణ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రూరల్ ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ ప్రైవేటు ఉపాధ్యాయుల హెల్త్ కార్డు విషయం ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్తానని రూరల్ ఎమ్మెల్యే భూపతి రెడ్డి అన్నారు. ఉపాధ్యాయుల వల్లనే విద్యార్థులు వివిధ రంగాలలో రాణిస్తున్నారని, ఉపాధ్యాయులు లేని సమాజం ఊహించలేమన్నారు. ఉపాధ్యాయుడు కొవ్వొత్తిల కరిగిపోతూ విద్యార్థుల భవిష్యత్తును తీర్చిదిద్దుతాడని, విద్యార్థి ఎదుగుతుంటే చూసి మురిసిపోతాడని అన్నారు. అందుకే సమాజంలో ఉపాధ్యాయులకు వారికంటూ ప్రత్యేక స్థానం ఉందన్నారు. అర్బన్ ఎమ్మెల్యే ధన్యవాదములు ధన్ పాల్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థుల భవిష్యత్తు గురువులపైనే ఆధారపడి ఉందన్నారు. జాతీయతా భావం పెంపొందించే విధంగా విద్యార్థులను తీర్చిదిద్దాలని కోరారు. విద్యార్థులు శ్రద్ధతో చదవాలన్నారు. అనంతరం వివిధ ప్రవేట్ పాఠశాలలకు చెందిన ఉత్తమ ఉపాధ్యాయులకు సన్మానం చేశారు. రాష్ట్ర ఉర్దూ అకాడమీ చైర్మన్ తాహెర్ బిన్ హందాన్, డీఈఓ దుర్గా ప్రసాద్, ట్రస్మా రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మధుసూదన్, ప్రధాన కార్యదర్శి రమేష్ రావు, ప్రతినిధులు యాదగిరి శేఖర్‌రావు, రాఘవేంద్ర రెడ్డి, జిల్లా అధ్యక్షుడు నిత్యానంద్, కార్యదర్శి అరుణ్, మధు, నరసింహారావు పాల్గొన్నారు.

సాటాపూర్‌లో ఘనంగా మహాలక్ష్మి అమ్మవారి బోనాల పండుగ

బోధన్ ప్రతినిధి, సెప్టెంబర్ 29(ప్రజాజ్యోతి): రెంజల్ మండల కేంద్రంలోని సాటాప్నర్ గ్రామంలో ఆదివారం రోజున మహాలక్ష్మి అమ్మవారి బోనాల పండుగను గ్రామస్తులు ఘనంగా నిర్వహించారు.గ్రామంలోని అన్ని కులాల ప్రజలు బోనాలను డప్పు వాయిద్యాల మధ్య ఊరేగించారు. అమ్మవారికి బోనాలు నైవేద్యలు సమర్పించి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామ కమిటీ పెద్దలు గ్రామస్తులు మాట్లాడుతూ వర్షాలు సమృద్ధిగా కురిసి పంటలు బాగా పండాలని అలాగే గ్రామస్తులు ఆయురారోగ్యలతో ఉండాలని కోరుతూ ప్రతి ఏడాది పండగను జరుపుకుంటమని గ్రామ పెద్దలు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో కమిటీ సభ్యులు బూమేష్, సంతోష్, రాజు, శంకర్, గంగాధర్, మధు ప్రేమ్ కుమార్, కుర్మా సాయిలు, నితిన్ గంగాధర్ గౌడ్, ప్రవీణ్ గౌడ్, నంద కుమార్ గోవింద్, సురేష్, లక్ష్మణ్, పోషెట్టి, సాయిలు, మహిళలు, మధు, యువకులు, గ్రామస్తులు, పాల్గొన్నారు.

బోధన్ ఎమ్మెల్యే సుదర్శన్ రెడ్డిని కలిసిన దుర్గామాత ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు

బోధన్ రూరల్, ప్రజా జ్యోతి,సెప్టెంబర్ 29 : మాజీమంత్రి, బోధన్ ఎమ్మెల్యే పొద్దుటూరి సుదర్శన్ రెడ్డిని సార్వజనిక్ దుర్గామాత ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు ఆదివారం హైదారాబాద్‌లోని ఎమ్మెల్యే నివాసంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు.అనంతరం విగ్రహ ప్రతిష్టాపన,నిమజన ఉత్సవాలలో పాల్గొనాలని కోరారు.ఎమ్మెల్యేను సార్వజనిక్ దేవి మాత ఉత్సవ కమిటీఅధ్యక్షుడు తాడు మహేష్,రాజుల పవన్ కుమార్,నంద్యాల శ్యామ్,ఐరన్ల రాజు, తదితరులు ఉన్నారు.

పల్లె గంగారెడ్డికి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపిన పల్నాటి కార్తీక్

ప్రజాజ్యోతి నిజామాబాద్ బ్యూరో: భారతీయ జనతా పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి బీజేపీ జిల్లా మాజీ అధ్యక్షుడు పల్లె గంగారెడ్డి జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకొని ఆయనకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఆదివారం పల్లె గంగారెడ్డి స్వగృహంలో బీజేవైఎం రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు పల్నాటి కార్తీక్ పల్లె గంగారెడ్డికి శాలువా పూలమాలతో సత్కరించారు. ఈ సందర్భంగా పల్నాటి కార్తీక్ మాట్లాడుతూ పల్లె గంగారెడ్డి ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలని రాబోయే రోజుల్లో పార్టీలో ఉన్నత స్థాయిలో ఉండాలని ఆకాంక్షించారు.35వ డివిజన్ కార్పొరేటర్ ఎర్రం సుధీర్, మహేష్, రాజశేఖర్, జగన్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శక్కర్‌నగర్‌లో ఇంటింటికీ బిజెపి సభ్యత్వ నమోదు

బోధన్ రూరల్, ప్రజా జ్యోతి,సెప్టెంబర్ 29 : బోధన్ పట్టణంలోని శక్కర్ నగర్ లో ఆదివారం రోజున భారతీయ జనతా పార్టీ సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమం ఇంటింటికి తిరుగుతూ నిర్వహిం చారు. పోలింగ్ బూత్ నంబర్ 112,113 బూతులలో సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమాన్ని రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు అడ్లూరి శ్రీనివాస్ నిర్వహించారు.కార్యక్రమంలో పెరుక వెంకటేష్ ,శివ,రవి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.