

యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం

తుంగతుర్తి,జూన్ 21(ప్రజా జ్యోతి):

యోగాతోనే ఆరోగ్యం పదిలం చేసుకోవచ్చని రావులపల్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్ర వైద్యాధికారి డాక్టర్ లింగమూర్తి అన్నారు.శుక్రవారం అంతర్జాతీయ యోగా దే



సందర్భంగా మండల పరిధిలోని రావులపల్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం లో నిర్వహించిన అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవంలో స్థానికులతో కలిసి పాల్గొని యోగాసనాలు ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ లింగమూర్తి మాట్లాడుతూ.. యోగా ప్రాముఖ్యత గురించి అవగాహన కల్పించారు.మంచి పర్వనాలిటీ దెవలప్మెంట్, నాలెడ్జ్, ఒత్తిడి రహిత జీవితం, సంపూర్ణమైన ఆరోగ్యం యోగా ద్వారానే లభిస్తుందన్నారు.ప్రతి రోజు ఉదయం లేదా సాయంత్రం సమయాల్లో యోగ సాధన చేయడం ద్వారా మానసిక ప్రశాంతత, ఆయుష్షు పెరుగుదల, ఆరోగ్య పరంగా ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయని పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆరోగ్య విస్తరణ అధికారి తాడూరి వెంకన్న,రవికుమార్, గాజుల సోమన్న, యాదగిరి, చారి, ఫార్మసీస్ట్ శోభారాణి, ఏఎన్ఎం భారతి, ఆరోగ్య సిబ్బంది మరియు ఆశ కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జయశంకర్ సార్ సేవలు అజరామరం

తాటికొండ సీతయ్య..

బిఆర్ఎస్ మండల అధ్యక్షులు

తుంగతుర్తి, జూన్ 21,(ప్రజా జ్యోతి):

ప్రత్యేక రాష్ట్రం ఏర్పడితే తెలంగాణ అభివృద్ధి చెందుతుందనే భావనతో తెలంగాణ ఉద్యమానికి ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ సార్ ఊపిరి పోయడంతోపాటు తెలంగాణకు ఆయన చేసిన సేవలు మరుపలేనివని బిఆర్ఎస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు తాటికొండ సీతయ్య అన్నారు.తెలంగాణ సిద్ధాంత కర్త అమరజీవి ఆచార్య



జయశంకర్ సార్ 14వ వర్సంతి సందర్భంగా శుక్రవారం మండల కేంద్రంలోని బిఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయం లో ఏర్పాటుచేసిన కార్యక్రమంలో జయశంకర్ సార్ చిత్ర పటానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా సీతయ్య మాట్లాడుతూ.. నాలుగుకోట్ల తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్ష లకు అనుగుణంగా సిద్ధాంత పరమైన పోరాటాన్ని రేకెత్తించిన తొలి,మలి విడత వీరుడు జయశంకర్ సార్ అని అన్నారు. ఆయన త్యాగాలను భవిష్యత్ తరాలకు తెలియజేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా నాయకులు గుండగూని రాములు గౌడ్,మండల నాయకులు మట్టిపెల్లి వెంకట్,గోపగని రమేష్, తదకమగ్గ రవికుమార్, కొండగడుపుల వెంకటేశ్,గోపగని వెంకన్న, పోడేటి లలిత్, బొజ్జ సాయికిరణ్, తదకమగ్గ మధు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నాంపల్లిలో డిగ్రీ కళాశాల ఏర్పాటు చేయాలి

నాంపల్లి, జూన్ ,21(ప్రజా జ్యోతి)

:మండల కేంద్రంలో డిగ్రీ కళాశాల ఏర్పాటు చేయాలని ప్రజానాట్యమండలి జిల్లా అధ్యక్షులు నాంపల్లి చంద్రమౌళి అన్నారు.శనివారం మండల కేంద్రలో అంబేద్కర్ విగ్రహం వద్ద ఆయన మాట్లాడుతూ మండల కేంద్రంలో డిగ్రీ కళాశాల లేకపోవడం విద్యార్థులు దూరప్రాంతాలకు వెళ్లి డిగ్రీ చేయాల్సిన పరిస్థితి



వస్తుందని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. దూర ప్రాంతంలోకి వెళ్లి చదవాలంటే భారంగా మారుతుందని తల్లిదండ్రులు ఆందోళన చెందుతున్నారని, పేద విద్యార్థులు చదవలేని పరిస్థితుల్లో విద్యకు దూరమయ్యే ప్రమాదం ఉందన్నారు. పలుమార్లు అధికారులకు ప్రజాప్రతినిధులకు విన్నవించిన ధర్మాలు చేసిన పట్టించుకోని పరిస్థితి ఉందని ఇప్పటికైనా మునుగోడు శాసన సభ్యులు కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి డిగ్రీ కళాశాల మంజూరు అయ్యేలా చూడాలని ప్రభుత్వంతో మాట్లాడి తక్షణమే ఈ సమస్య పరిష్కరించాలని, నాంపల్లికి డిగ్రీ కళాశాల ఏర్పాటు చేయాలని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాంపల్లి జగదీష్, సరేష్, అంజి, సురేష్, సాయి, శివ,రమేష్,యాదయ్య వెంకటయ్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిరుపేదలకు సాంతింటి కలే లక్ష్యం

హోయి,జూన్21(ప్రజా జ్యోతి) :

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇళ్ళు లేని నిరుపేదల కోసం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ప్రారంభించిన ఇందిరమ్మ ఇళ్ళ పథకాన్ని లబ్ధిదారులందరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అనుముల మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు కుందూరు వెంకటరెడ్డి అన్నారు.అనుముల మండల పరిధిలోని పేరూరు,మారేపల్లి పులిమామిడి గ్రామాలలో ఇందిరమ్మ ఇళ్ళ లబ్ధిదారుల గృహాల నిర్మాణానికి ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ లేని నిరుపేదలకు సాంత స్థలం ఉంటే 5 లక్షల



రూపాయల ఆర్థిక సహాయం అందిస్తూ సాంతింటిని నిర్మించడమే ఇందిరమ్మ ఇళ్ళ లక్ష్యమని తెలిపారు.కార్యక్రమంలో జిల్లా జనరల్ సెక్రెటరీ కాకునూరి నారాయణ గౌడ్,ఎంపీడిఎ్ సుజాత,రిక్కుల కొండారెడ్డి, కుందూరు రాజేందర్ రెడ్డి, సకీరకంటి సైదులు మాదిగ,పోశం శ్రీనివాస్,రామలింగయ్య,పాపా, చవ్వాకుల రాజు,అశోక్,జానారెడ్డి, జానయ్య ,విసయ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమైజ్ వెస్ట్ జోన్ వాకర్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా యోగా దినోత్సవం

జీవితంలో యోగాను ఒక భాగం చేసుకోవాలి

కోదాడ టౌన్ జూన్ 21 (ప్రజా జ్యోతి):

నిత్య జీవితంలో యోగాను ఒక భాగం చేసుకోవాలని పట్టణ ప్రముఖ వైద్యులు,సమైజ్ వెస్ట్ జోన్ వాకర్స్

సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం లభిస్తుందని అనేక దీర్ఘకాలిక వ్యాధులనుండి బయటపడతామని ఒత్తిడిని ఇయించి శారీరకంగా

కార్యక్రమంలో వైద్యులు డాక్టర్ ఇఎస్ ప్రసాద్, కొత్త మాను జనార్దన్, అంకటి మధుసూదన్, షాకిర్ పాషా, రిటైర్ టీచర్ సబ్బు నాగేశ్వరరావు, వీరయ్య, గద్దె రఘు, జనపనేని కృష్ణ వేమూరి



అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు డాక్టర్ ఎటుపూరి రామారావు తెలిపారు. శనివారం అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా బైపాస్ గ్రౌండ్ నందు వైద్యులతో కలిసి యోగ దినోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. ఈ

మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు యోగా దివ్య ఔషధంలా పనిచేస్తుందన్నారు. ఈ సందర్భంగా యోగా గురువు మేకల రాజారావు 25 రకాల యోగాసనాలు వేయించి వాటి ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. ఈ

సురేష్, గద్దె వెంకటేశ్వరరావు, అనురాధ, లావణ్య, మీనాక్షి, మేకల రాజారావు, షేక్ రహ్మాం, పత్తిపాక జనార్దన్, కట్ట సతీష్, గురు స్వామి, రంగాచారి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్వయం ఉపాధి అవకాశాలతో అభివృద్ధి

యువత స్వయం ఉపాధి అవకాశాలను మెరుగుపరుచుకోవాలి

వ్యాపార వాణిజ రంగాల అభివృద్ధితో పట్టణ అభివృద్ధి

రుచికరమైన ఫలహారాలు విక్రయించి పేరు గడించాలి

శ్రీ వెంకటేశ్వర హోటల్ ప్రారంభోత్సవంలో కోదాడ ఎమ్మెల్యే పద్మావతి ఉత్తమ్

కోదాడ టౌన్, జూన్ 21(ప్రజా జ్యోతి):

యువత స్వయం ఉపాధి అవకాశాలు మెరుగుపరుచుకోవాలని కోదాడ

జరుగుతుందన్నారు. శ్రీ వెంకటేశ్వర హోటల్ వినియోగదారులకు

ముత్తపరపు పాండురంగారావు, చింతకుంట్ల లక్ష్మీనారాయణ రెడ్డి,



ఎమ్మెల్యే పద్మావతి ఉత్తమ్ అన్నారు. శనివారం కోదాడ పట్టణంలో నాగార్జున లాడ్జ్ కాంప్లెక్స్ లో శ్రీ వెంకటేశ్వర హోటల్ ను ప్రారంభించి మాట్లాడారు. హోటల్ యజమానులు స్థానికులకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించి వారికి జీవన భృతి కల్పించాలన్నారు. వ్యాపార వాణిజ్య రంగాల అభివృద్ధితో పట్టణ అభివృద్ధి

రుచికరమైన ఫలహారాలు తినుబండారాలు అందజేసి పేరు గడించాలన్నారు. నాణ్యమైన సేవలతో వ్యాపార అభివృద్ధి జరుగుతుందన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే వేసేపల్లి చందర్ రావు, నాయకులు

పట్టణ ప్రముఖ వైద్యులు డాక్టర్ సుబ్బారావు మాజీ కొన్నిలర్ కమదన చందర్ రావు హోటల్ నిర్వాహకులు గుండప్పనేని వేణుగోపాలరావు, గుండప్పనేని నాగేశ్వరరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆయుష్మాన్ ఆరోగ్య మందిర్ నడిగూడెం ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం.

నడిగూడెం, జూన్ 21 ,ప్రజా జ్యోతి: 11వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా ఆయుష్మాన్ ఆరోగ్య మందిర్ నడిగూడెం ఆధ్వర్యంలో స్థానిక

మరియు ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాలు పెంపొందితాయని అన్నారు. భారత ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోడీ 2014 జూన్ 21 న ప్రారంభించారని,



మండల కేంద్రంలోని గురుకుల పాఠశాలలో ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా పల్లె దవఖాన డాక్టర్ హసినాద్ మాట్లాడుతూ యోగ వలన శారీరక, మానసిక

అదే రోజున ఐక్యరాజ్యసమితి అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం గా ప్రకటించిందని అన్నారు. ప్రపంచానికి భారతదేశం అందించిన గొప్ప వరం యోగా అని పేర్కొన్నారు. యోగా

చేయడం వల్ల విద్యార్థులకు చదువుపై ఏకాగ్రత లభిస్తుంది అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ ప్రతిరోజు 30 నిమిషాల పాటు సూర్య సమస్టానాలు యోగాసనాలు చేసినట్లయితే పూర్తి ఆరోగ్యవంతులుగా ఉంటారని అన్నారు. యోగ అనేది ప్రతి మనిషి జీవితంలో ఒక అలవాటు గా చేసుకోవాలన్నారు.

గురుకుల పాఠశాల ట్రైనింగ్ వాణి గారు మాట్లాడుతూ యోగా వలన ఏకాగ్రత పెరిగి మానసిక ఒత్తిడి తగ్గి పోటీ పరీక్షల్లో మంచి విజయాలు సాధించవచ్చు అన్నారు. శనివారం నాంపల్లిలో గాంధీ నుండి ప్రతి ఒక్కరూ యోగ సాధన చేయడం వలన సంపూర్ణ ఆరోగ్యంగా ఉంటారని అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పల్లె దావఖాన డాక్టర్ హసినాద్, హెల్త్ అసిస్టెంట్ కృష్ణమూర్తి, ఎ యస్ ఎం సుజాత, గురుకుల పాఠశాల ట్రైనింగ్ వాణి, ఫిజికల్ థెరెక్టర్ సుశీల, పి ఈ టి శిరీష ఆశాలు,విద్యార్థినులు పాల్గొన్నారు.

జూలై 9 న జరిగే దేశవ్యాపిత సమ్మెను జయప్రదం చేయండి.

నడిగూడెం ,జూన్ 21, ప్రజా జ్యోతి:

కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన నాలుగు లేబర్ కోడ్ లను రద్దు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ జూలై 9 న జరిగే దేశవ్యాపిత సమ్మెను జయప్రదం చేయాలని సిపిఎం మండల కార్యదర్శి బెల్లంకొండ సత్యనారాయణ వ్యవసాయ కార్మికులకు పిలుపునిచ్చారు.

తీసుకువచ్చిందని విమర్శించారు. 8 గంటలు పనిదినాన్ని 12 గంటలకు పెంచిందని దుయ్యబట్టారు. యూనియన్ ఎ ఏర్పాటు చేసుకోవాలంటే కార్మికుల అవసరాన్ని

విధానాలకు వ్యతిరేకంగా దేశ వ్యాప్తంగా జాతీయ కార్మిక సంఘాలు రాష్ట్ర కార్మిక సంఘాలు సైతం వివిధ రాష్ట్రాల యూనియన్ లు సైతం ఈ సమ్మెలో పాల్గొంటున్నాయని



బట్టి కాకుండా అధికారికి ఇష్టం ఉంటే యూనియన్ ఏర్పాటు చేయవచ్చు అనే పరిస్థితి ఇప్పి వరకేకంగా యాజమాన్యాల చేతిలో యూనియన్ ని పెట్టిందని,కార్మికుల సమ్మె హక్కును ప్రత్యార్థకం చేసిందని విమర్శించారు. కార్మికుల కనీస వేతనాల పై , స్పీం వర్కర్స్ సమస్యలపై, అసంఘటిత రంగ కార్మికుల సమస్యలపై ఎనాదు అవలంబిస్తూ సాంకేతికానికి పూర్వం నుండి పోరాడి సాధించుకున్న 29 కార్మిక చట్టాలను మోడి ప్రభుత్వం రద్దు చేసి నాలుగు లేబర్ కోడ్ లను

కార్మిక హక్కుల కోసం జరిగే ఈ సమ్మెలో మండలంలోని అన్ని గ్రామాల గ్రామీణ కార్మికులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం గ్రామ శాఖ కార్యదర్శి సంపత్ పిచ్చయ్య, రేఖ తిరవయ్య, కొలపూడి లక్ష్మి, చింతపల్లి నాగమ్మ, కొప్పర్ల లక్ష్మి, గోలి అన్నమ్మ,గోలి ఎంకంటి, వీరనామి, గోలి కవలమ్మ, వెంకటమ్మ, ఎల్లమ్మ, కందుల సంజీవరావు, కిన్నెర వెంకటి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యోగా జీవితంలో ఒక భాగం కావాలి

పెన్షనర్స్ భవన్ లో ఘనంగా

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

కోదాడ టౌన్, జూన్ 21 (ప్రజా జ్యోతి)

ప్రతి ఒక్కరు యోగాను జీవితంలో ఒక భాగం చేసుకోవాలని



యోగా గురువు వేసేపల్లి ప్రసాద్ అన్నారు. శనివారం 11వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని కోదాడ పట్టణంలోని పెన్షనర్స్ భవన్ లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా పెన్షనర్ల సంఘం రాష్ట్ర ఉ పాధ్యక్షులు రావేళ్ల సీతారామయ్య పాల్గొని జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి మాట్లాడారు.నేటి పోటీ ప్రపంచంలో ఉరుకుల, పరుగుల జీవితంలో ప్రతి ఒక్కరూ ఆరోగ్యానికి తగిన ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని అన్నారు.ఒత్తిడిని అధిగమించడానికి,శారీరక ఆరోగ్యం కాపాడుకోవడానికి ప్రతిరోజు ఒక గంట యోగాకు కేటాయిస్తే శారీరక,మానసిక ఆందోళనలు తగ్గి సంపూర్ణ ఆరోగ్యం లభిస్తుందన్నారు.అనంతరం యోగా గురువు వివిధ ఆసనాలు చేపించి వాటి ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో బొల్ల రాంబాబు, కాంపాటి నరసయ్య, పండిరి రఘు వర ప్రసాద్, భ్రమరాంబ, మంగళాయూరు, నారాయణరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సిరిపురం పాఠశాలలో ఘనంగా యోగా దినోత్సవం...

నడిగూడెం, జూన్ 21, ప్రజా జ్యోతి:

నడిగూడెం మండలం సిరిపురం ప్రాథమిక పాఠశాల-2 శరణలో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా శనివారం విద్యార్థుల చేత కొన్ని రాత్రులు శ్రీష్టి ఆసనాలు



వేయించి,మెడిటేషన్ చేయించారు.విద్యార్థులు చదువులో రాణించాలంటే ప్రతినీత్యం యోగా,మెడిటేషన్ చేయాలన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు బుర్ర శ్రీనివాసరావు,సూరత్ టీచరు కె.సుజాత,పాఠశాల సిబ్బంది కె.శ్రీలత,యం.మణిమ్మ, అంగన్నాడి టీచరు నేలమర్రి శైలజ,విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

యోగాతో ఏకాగ్రత పెరిగి జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది

యోగాను మించిన ఔషధం లేదు

ట్రస్సా జిల్లా అధ్యక్షులు డాక్టర్ కోడి శ్రీనివాసులు

నాంపల్లి, జూన్,21(ప్రజా జ్యోతి):

యోగాతో ఏకాగ్రత పెరిగి జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుందని, శారీరకంగా, మానసికంగా ఎన్నో ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని ట్రస్సా జిల్లా అధ్యక్షులు, గాంధీజీ విద్యాసంస్థల చైర్మన్ డాక్టర్ కోడి శ్రీనివాసులు పేర్కొన్నారు. శనివారం నాంపల్లిలో గాంధీజీ ఇంధిష్ మీడియం పాఠశాలలో విద్యార్థులు యోగా సాధన చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ యోగాతో మనస్సు,శరీరం మధ్య సమతుల్యత ఉంటుందని, యోగాను మించిన ఔషధం లేదని అన్నారు. విద్యార్థులకు రోగ నిరోధక శక్తి పెంపొందిస్తుంది. మానసిక ప్రశాంతత కలుగుతుందని, ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుందన్నారు. క్రమశిక్షణతో కూడిన విద్యను అలవర్చుకోవచ్చు అన్నారు. ప్రతి దినం ఉదయం, సాయంత్రం వేళలో యోగా చేయడం వలన యోగాతో మెదడు పనితీరును మెరుగుపరుస్తుందని రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. వృద్ధులకు చాయలు దూరం అవుతాయని, ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుందని ఆందోళన తగ్గిస్తుందన్నారు. దీర్ఘకాలిక వెన్ను నొప్పి నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల డైరెక్టర్ సరికొండ వెంకన్న, కర్నాటి నాగరాజు, ప్రధానోపాధ్యాయులు సామల వెంకటేశ్వరి, రామేశ్వరి, ఉపాధ్యాయుని ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థిని విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

