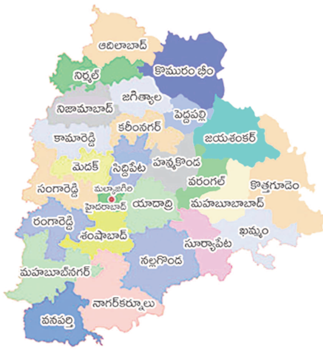
www.aakshitha.com
People's voice
అక్షిత
జాతీయ దినపత్రిక
AKSHITHA NATIONAL DAILY
తెలంగాణ దిక్సూచి
సోమవారం | 22 | జూన్ | 2026 | పేజీలు: 08

యోగాతో ఆరోగ్య సమాజం

ప్రతి ఒక్కరి జీవనశైలిలో యోగా కీలకం

ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ

2



"చెరువు"లన్నీ చెరపట్టె

మాయమవుతున్న పటాన్"చెరువులు"...

అక్రమణలకు గురైన భూమి విలువ ఎంత?

ఈ అక్రమాల్లో ఎవరెవరి హస్తం ఉంది?

అక్రమాలన్నింటికీ సూత్రధారులు పాత్రధారులు ఎవరు?

రూ.కోట్ల విలువైన భూములు అన్యాక్రాంతం

దర్జాగా కొనసాగుతున్న కబ్జాల పర్వం

అక్రమార్కుల కన్ను చెరువుపై పడటంతో హారతి

కర్పూరంలా కరిగిపోతున్న విస్తీర్ణం

(ఎఫ్ టి ఎల్) బఫర్ జోన్లలో ప్లాట్లు చేసి విక్రయాలు?

సాకి చెరువులో కొనసాగుతున్న అక్రమణల పర్వం

చోద్యం చూస్తున్న అధికారులు

పటాన్‌చెరు, అక్షిత ప్రతినిధి : గ్రామ.. పట్టణాల స్వరాజ్యానికి చెరువే పునాది. ఇది మరిచి మన చెరువును మనమే చెరబట్టి ప్రకృతి ప్రకోపానికి బలవుతున్నాం. హైదరాబాద్ నగర పరిధిలో చెరువుల పరిరక్షణే లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతున్న హైడ్రా...ఎఫ్ టి ఎల్, బఫర్ జోన్ పరిధిలో నిర్మించిన అక్రమ నిర్మాణాలను తొలగిస్తోంది. ఇప్పటికే భవనాలు కూల్చివేయడంతో పాటుగా.. అక్రమ నిర్మాణాలకు అనుమతులు ఇచ్చిన అధికారుల పైన క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయించింది హైడ్రా. ఇది చెరువుల పునరుద్ధరణకు తద్వారా వరదల నుంచి మనల్ని మనం కాపాడుకోవడానికి ఓ మంచి సందర్భం. ఎన్ని ఒత్తిళ్లు ఎదురైన మార్పు దిశగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వేసిన ఓ సానుకూల ముందడుగు ఇది. కుంటలు.. కబ్జాకు ..మిగతా 2లో

ఖాళీ కడుపులు.. చెవికెక్కని చదువులు

ఉదయం ఏడింటికే ఇంటి ముందు స్కూల్ బస్సు

తిని తినకుండా విద్యార్థుల పరుగులు

ప్రయాణంలోనే అలసిపోయి క్లాసులు వినలేని పరిస్థితి

నర్సరీ నుండి ఐదవ తరగతి
పిల్లల ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం

వీపున బరువులు.. ఖాళీ కడుపులు

2

భూ అక్రమాలపై ఉక్కుపాదం..!

నిజామాబాద్ జిల్లాపై ఏసీబీ నిఘా..?

ప్రభుత్వ భూముల వ్యవహారాలపై ప్రత్యేక దృష్టి...!

అధికార వర్గాల్లో కొనసాగుతున్న గుస గుసలు....!

నిజామాబాద్, అక్షిత ప్రతినిధి : రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అవినీతి, అక్రమాలపై ఉక్కుపాదం మోపుతున్న అవినీతి నిరోధక శాఖ (ఏసీబీ) దృష్టి ఇప్పుడు ప్రభుత్వ భూముల వ్యవహారాలపై కేంద్రీకృతమైనట్లు సమాచారం. ప్రభుత్వ భూముల పరిరక్షణ విషయంలో ..మిగతా 2లో

యోగాతో ఆరోగ్య సమాజం

ప్రతి ఒక్కరి జీవనశైలిలో యోగా కీలకం

ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ

రంగారెడ్డి, అక్షిత బ్యూరో : అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని ఆదివారం రంగారెడ్డి జిల్లా గచ్చిబౌలి స్టేడియంలో ఆయుష్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించిన 12వ అంతర్జాతీయ యోగా కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ యోగా భారతదేశం ప్రపంచానికి అందించిన అమూల్యమైన సాంస్కృతిక వారసత్వమని, ఇది కేవలం శారీరక వ్యాయామం మాత్రమే కాకుండా మనస్సు, శరీరం, ఆత్మల మధ్య సమతుల్యతను నెలకొల్పే సమగ్ర జీవన విధానమని పేర్కొన్నారు.

ప్రస్తుత ఆధునిక జీవనశైలిలో పెరుగుతున్న ఒత్తిడి, ఆందోళన, జీవనశైలి సంబంధిత వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం పొందేందుకు యోగా అత్యుత్తమ మార్గమని తెలిపారు. ప్రతిరోజూ కొద్దిసేపు యోగా సాధన చేయడం ద్వారా శారీరక దృఢత్వం, మానసిక ప్రశాంతత, ఏకాగ్రత, ఆత్మవిశ్వాసం పెంపొందడంతో పాటు ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవచ్చని అన్నారు. ఐక్యరాజ్యసమితి జూన్ 21ను అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవంగా ప్రకటించడం ద్వారా యోగా విశ్వవ్యాప్త గుర్తింపు పొందిందని, నేడు ప్రపంచ దేశాలు భారతీయ యోగా సంప్రదాయాన్ని ఆదరిస్తుండటం ప్రతి భారతీయుడికి గర్వకారణమని మంత్రి పేర్కొన్నారు. "ఆరోగ్య తెలంగాణ, ఆరోగ్య భారత నిర్మాణంలో యోగా కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. యువత, మహిళలు, విద్యార్థులు, ఉద్యోగులు, వృద్ధులు సహా ప్రతి ఒక్కరూ యోగాను దైనందిన జీవితంలో భాగం చేసుకుని ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి తోడ్పడాలి. ప్రతి ఇంటిలో యోగా సంస్కృతి పెంపొందితే ఆరోగ్య సమస్యలను గణనీయంగా తగ్గించవచ్చు" అని మంత్రి పిలుపునిచ్చారు.

ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ఆరోగ్య, వైద్య ఒ కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ కార్యదర్శి డా. క్రిస్టినా జెడ్. చోంగ్థు, ఐఏఎస్, జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ కిరణ్మయి, రాజేంద్రనగర్ ఆర్డీవో శ్రీధర్, శేరిలింగంపల్లి తహసీల్దార్, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి డా. స్వర్ణకుమారి, వివిధ శాఖల అధికారులు, యోగా గురువులు, విద్యార్థులు, యువత, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భూ అక్రమాలపై ఉక్కుపాదం..!

మొదటి పేజీ తరువాయి...

తెలంగాణ ప్రభుత్వం కఠిన వైఖరి అవలంబిస్తున్న నేపథ్యంలో జిల్లాల స్థాయిలోనూ ప్రత్యేక నిఘా కొనసాగుతున్నట్లు అధికార వర్గాల్లో చర్చ జరుగుతోంది. ప్రభుత్వ భూముల ఆక్రమణలు, భూ రికార్డుల తారుమారు, నకిలీ పట్టాల సృష్టి, అధికార దుర్వినియోగం వంటి అంశాలపై ఏసీబీ అధికారులు నిజామాబాద్ జిల్లాపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించినట్లు తెలుస్తోంది. హైదరాబాద్‌లో చేపట్టిన చర్యల తరహాలోనే జిల్లాల్లోనూ భూ అక్రమాలపై నిఘా పెంచినట్లు సమాచారం. ఈ నేపథ్యంలో నిజామాబాద్ జిల్లాలోని ఆర్మూర్ డివిజన్ పరిధిలో గల పలు మండలాల్లో రెవెన్యూ శాఖకు సంబంధించిన ఫిర్యాదులు, భూ వివాదాలు, అసైన్మెంట్ భూముల తారుమారు ప్రభుత్వ భూముల వ్యవహారాలకు సంబంధించిన అంశాలు ఏసీబీ దృష్టికి వెళ్లినట్లు ప్రచారం జరుగుతోంది. పలు ప్రాంతాల్లో భూ రికార్డుల పరిశీలన, ఫిర్యాదుల వివరాల సేకరణపై అధికారుల కదలికలు పెరిగినట్లు సమాచారం.

గతంలో ఆయా మండలాల్లో విధులు నిర్వహించిన కొందరు అధికారుల పనితీరుపై కూడా ఆరా తీస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. బదిలీపై ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్లిన అధికారుల గత వ్యవహారాలను కూడా పరిశీలిస్తున్నట్లు సమాచారం. దీంతో గతంలో రెవెన్యూ, భూ వ్యవహారాలకు సంబంధించిన బాధ్యతలు నిర్వహించిన అధికారుల్లో ఆందోళన వ్యక్తమవుతున్నట్లు చర్చ జరుగుతోంది.

ఆర్మూర్‌లో నెల రోజుల క్రితం కొందరు వ్యాపారుల నుంచి ఒక అధికారి భారీ మొత్తంలో 5 లక్షల నుండి 12 లక్షలు వసూళ్లకు సంబంధించిన ఫిర్యాదులు కూడా ఏసీబీ దృష్టికి వెళ్లినట్లు సమాచారం.

"చెరువు"లన్నీ చెరపట్టి

మొదటి పేజీ తరువాయి...

కావేవీ అన్హరం.. అన్నట్లుగా సాగుతున్నది పటాన్‌చెరు డివిజన్ లో అక్రమణల పర్వం. కొందరు చెరపట్టి నీటి వనరులను మాయం చేస్తున్నారు. అక్రమార్కుల కన్ను ఈ చెరువుపై పడటంతో దీని విస్తీర్ణం క్రమక్రమంగా హారతి కర్పూరంలా కరిగిపోతోంది. చెరువు పరిరక్షణకు స్థానికులు పోరాటం చేస్తున్న.. అక్రమణల తంతుకు మాత్రం అడ్డుకట్ట పడటం లేదు.

లిచెరువు నీటి వనరు మాత్రమే కాదు.. సామాజిక జీవన విధానం కూడా...లి

అక్రమణలు,అక్రమ కట్టడాలతో చెరువులు ఎప్పుడైతే దెబ్బతినడం మొదలైందో..గ్రామాలు పట్టణాలు అప్పుడే కళ తప్పాయి. ఇప్పుడు చెరువు అంటే పట్టణాల్లో ఇండ్ల నుంచి వచ్చే మురుగునీరుకు ఆశ్రయం ఇచ్చే కుంట. రోజువారి చెత్త చెదారం పోసే డంపు యార్డు. పలుకుబడి ఉన్న ప్రతి నేత కబ్జా చేసుకునే ఖాళీ స్థలాలుగా చెరువులు మారిపోయాయి. పార్టీలు మారుతున్నాయి. కానీ, అక్రమార్కుల చెర నుంచి చెరువులు వీడటం లేదు. నగరాలు , పట్టణాల్లోనూ ఈ పరిస్థితి రావడానికి సమాజం పాత్ర ఎంత అని చర్చ జరగాలి. చెరువులు, కందకాలున్న ప్రాంతాలను కబ్జా చేసి అమ్మే ప్లాట్లను కొనకపోవడమే ఉత్తమం. దీనికి తోడు నాలాలూ, కాలువలు కబ్జా కారణంగా వచ్చే నష్టాలను చూసిన తర్వాతైన మారడం అవసరం. కబ్జాల గురించి ప్రభుత్వాలకు గుర్తు చేయాల్సిన బాధ్యత మనదే. భారీ వర్షాలతో ఇంట్లో నిండిపోయిన బురదను తొలగించేందుకు వారికయ్యే ఖర్చు, ఆ ఆవేదన, నష్టపోయిన వస్తువుల విలువ ఏంటనేది.. బాధితులకు మాత్రం తెలుసు. ఇలాంటి సమస్యలను మనం కోని తెచ్చుకోవడం అవసరమా?

లిదర్జాగా కొనసాగుతున్న కబ్జాల పర్వం...!లి

అధికారులు నిద్రవస్థలో ఉండడంతో మండల కేంద్రంలోని రెవెన్యూ కార్యాలయానికి సమీపంలో కాలువను దర్జాగా కబ్జా చేస్తున్నారు. సాకి చెరువును అక్రమణల చెర నుంచి విముక్తి కల్పించాలని ఈ ప్రాంత వాసులు ఫిర్యాదులు చేస్తున్న.. అధికారులు పట్టించుకోవడం లేదు. అక్రమాల నుంచి తప్పించుకునేందుకు అధికారులు పన్నిన పన్నాగం ఇప్పుడు వారికి గొడ్డలి పెట్టుగా మారిందా అంటే అవుననే వాదనలు వినిపిస్తున్నాయి. చెరువు భూములే టార్గెట్ గా కొంతమంది నేతలు అధికారుల అడ్డుపెట్టుకొని అక్రమాలకు తెరలేపారని విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.అమలుకాని వెట్ ల్యాండ్ రూల్స్... వెట్ ల్యాండ్ రూల్స్ 2017 ప్రకారం అన్ని రాష్ట్రాలు వెట్ ల్యాండ్ రూల్స్ జాబితాను రూపొందించాలి. బ్రీఫ్ నోట్ ని తయారు చేసి, ఇంటిగ్రేటెడ్ మాస్టర్ ప్లాన్ ని డెవలప్ చేయాలి. నిర్వహణకు అథారిటీని ఏర్పాటు చేయాలి. వెట్ ల్యాండ్స్ ను గుర్తించి వెట్ ల్యాండ్ కన్జర్వేషన్ కింద నోటిఫై చేయాలి. కానీ ప్రభుత్వం అందులో ఏ ప్రక్రియను చేపట్టిన దాఖలాలు కనిపించడం లేదు. చెరువులో మట్టి నింపిన వారిపై.. బల్దియా ఇరిగేషన్ అధికారులు విచారణ జరిపి చర్యలు తీసుకోవాలని పట్టణ వాసులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

ఖాళీ కడుపులు..చెవికెక్కని చదువులు

ఉదయం ఏడింటికే ఇంటి ముందు స్కూల్ బస్సు

తిని తినకుండా విద్యార్థుల పరుగులు

ప్రయాణంలోనే అలసిపోయి క్లాసులు వినలేని పరిస్థితి

నర్సరీ నుండి ఐదవ తరగతి పిల్లల ఆరోగ్యం పై తీవ్ర ప్రభావం

వీపున బరువులు.. ఖాళీ కడుపులు

యాదాద్రి భువనగిరి/అక్షిత బ్యూరో: బడి వేళ అయిందని ఉదయాన్నే చకచగా రెడీ అయిన పిల్లలు బస్సు కోసం పరుగులు తీస్తుంటారు. అయితే ప్రైవేట్ స్కూల్ బస్సులు ఉదయం ఏడు గంటలకే రావడంతో పిల్లలు ఎంతో ఇబ్బంది పడుతూ రెడీ కావలసిన పరిస్థితి. బస్సు ఎక్కడ మిస్ అవుతుందోనని తిని తినకుండానే బస్సు ఎక్కేస్తున్నారు. అంతేగాక ఉదయాన్నే బస్సు ప్రయాణం చేసి అలసిపోవడం వంటి సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నారు. పరిగడుపున ప్రయాణం కారణంగా టీ బిస్కెట్ లతో సరిపెట్టుకొని బస్సు కోసం పరుగులు తీస్తుంటారు. అయితే అలా తినడం ద్వారా కడుపులో నొప్పితో అనేక ఇబ్బందులు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంది. తద్వారా పిల్లలు అనారోగ్యంగా తయారవడం, తెల్ల జుట్టు, కళ్ళకు అద్దాలు రావడం, కళ్ళు తిరిగి పడిపోవడం, చదువుకునే సమయంలో నిద్ర పోవడం స్కూల్లో పాఠాలు చెప్పే సమయంలో పడుకోవడం చదువు పైన శ్రద్ధ లేకపోవడం వంటివి తలెత్తే ప్రమాదం ఉందని వైద్యులు చెబుతున్నారు.కావున సరైన పౌష్టికాహారం అందించాల్సిన బాధ్యత తల్లిదండ్రులపై ఉంటుంది.

పిల్లలతో సమయం కేటాయించాలి

తల్లిదండ్రులు పిల్లలతో ఎక్కువ నడిపేందుకు సమయం వెచ్చించాలి. ముఖ్యంగా పిల్లలు శారీరకంగా మానసికంగా ఇబ్బంది పడుతూ సరైన

పరివర్తనకు నోచుకోవటం లేదు. తల్లిదండ్రుల ప్రత్యేక శ్రద్ధ తప్పనిసరి అవసరం పిల్లలకు మంచి పౌష్టికాహారం అందించడమే గాక మానసికంగా దృఢంగా తయారయ్యేలా ప్రత్యేక దృష్టి సారించాల్సిన అవసరం ఉంది.

పిల్లలకు స్వాంతన లభించేలా

ప్రాథమిక పాఠశాలలు ఉదయం 10 గంటలకు పిల్లలకు స్వాంతన ఏర్పడుతుంది. పిల్లలు తమ స్కూల్ బ్యాగులను హమాలీ కూలీలు మోసినట్లుగా వారి శక్తికి మించిన బరువును మోస్తున్నారు. దీనిపైన పూర్తి స్థాయిలో శ్రద్ధ వహించాల్సిన బాధ్యత తల్లిదండ్రులతో పాఠశాలల యాజమాన్యాలపై ఉంటుంది.

యోగాను జీవితంలో భాగం చేసుకోవాలి

అదనపు కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్

సిరిసిల్లలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

రాజన్న సిరిసిల్ల అక్షిత బ్యూరో యోగాను జీవితంలో భాగంగా చేసుకోవాలని అదనపు కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్ పిలుపు నిచ్చారు. అంతర్జాతీయ 12వ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా కేంద్రంలోని గీతా నగర్ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల ఆవరణలో ఆదివారం తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆయుష్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిం చగా, ముఖ్య అతిథిగా అదనపు కలెక్టర్ హాజరై ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా అదనపు కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్ మాట్లాడుతూ.. యోగా సాధనతో శారీరక, మానసిక, భావోద్వేగ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని వివరించారు.

అనంతరం యోగా శిక్షకులు సూర్య నమస్కారాలు, శ్వాస వ్యాయామాలు, విశ్రాంతి సాధన ప్రక్రియలను అభ్యసింపజేశారు. కార్యక్ర మంలో సిరిసిల్ల ఆర్డీఓ శ్రీధర్ బాబు, డిప్యూటీ డీఎం హెచ్ ఓ ఏంజెలా ఆల్ఫ్రెడ్, జిల్లా యువజన క్రీడల శాఖ అధికారి రాందాస్, జిల్లా పరిషత్ హై స్కూల్ ప్రధానోపాధ్యాయురాలు శారద, ఆయుష్ అధికారులు, సిబ్బంది, విద్యార్థులు, యువత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామాభివృద్ధికి సంపూర్ణ సహకారం

ప్రభుత్వ విప్, ఎమ్మెల్యే యెన్నం శ్రీనివాస్ రెడ్డి

మహబూబ్ నగర్ ,(అక్షిత న్యూస్) గ్రామాభివృద్ధి దిశగా పటిష్టమైన చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని ప్రభుత్వ విప్, మహబూబ్ నగర్ ఎమ్మెల్యే యెన్నం శ్రీనివాస్ రెడ్డి తెలిపారు. నియోజకవర్గంలోని లాల్య నాయక్ తాండాలో మహాత్మా గాంధీ జాతీయ గ్రామీణ ఉపాధి హామీ పథకం నిధులతో రూ.20 లక్షల వ్యయంతో నిర్మించనున్న నూతన గ్రామ పంచాయతీ భవనానికి మహబూబ్ నగర్ ఎంపి డికె అరుణ తో కలిసి ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ గ్రామ ప్రజలకు అవసరమైన మౌలిక వసతులు కల్పించేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి

ఉందని పేర్కొన్నారు. గ్రామ పంచాయతీ భవనం నిర్మాణంతో స్థానికులకు మెరుగైన సేవలు అందుబాటులోకి వస్తాయని అన్నారు. గ్రామాల అభివృద్ధి ద్వారానే రాష్ట్ర అభివృద్ధి సాధ్యమని, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో సదుపాయాలను మెరుగుపర్చేందుకు నిరంతరం కృషి చేస్తున్నామని తెలిపారు. అనంతరం గ్రామంలో ఉన్న ప్రభుత్వ పాఠశాలను వారు సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు తరగతి గదులు కావాలని నాయకులు విజ్ఞప్తి చేశారు. సానుకూలంగా స్పందించిన ఎమ్మెల్యే, ఎంపి హామి ఇచ్చారు. తాము విద్యాభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉన్నామని స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ మల్లు నర్సింహ్మారెడ్డి, నాయకులు తులసి రాం నాయక్, సర్పంచ్ ప్రతాప్ నాయక్, ఉప సర్పంచ్ లక్ష్మణ్ నాయక్, రాజు నాయక్, చత్రపతి నాయక్, చందు చౌహాన్, సుధాకర్ రెడ్డి, గోవింద్ యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎం.వి.ఎస్ కళాశాలలో నీట్ పరీక్ష కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రథమ చికిత్స కేంద్రంను సందర్శించిన డి. ఎం హెచ్.ఓ

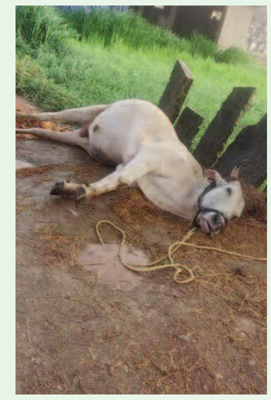
మహబూబ్ నగర్,(అక్షిత న్యూస్) మహబూబ్ నగర్ జిల్లా కేంద్రంలో ఎం.వి.ఎస్ కళాశాల నీట్ పరీక్ష కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రథమ చికిత్స కేంద్రం ను జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి డా. ఏ శ్రీనివాసులు సందర్శించి వైద్య సిబ్బందికి సూచనలు చేశారు ఆదివారం మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో నిర్వహించిన నీట్ రీ ఎగ్జామినేషన్ జరిగే 13 పరీక్షా కేంద్రాలలో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ సిబ్బందిచే ప్రథమ చికిత్స కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసినట్లు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి డా. ఏ శ్రీనివాసులు తెలిపారు. జిల్లా కేంద్రంలో క్రిస్టియన్

పల్లిలో "ప్రభుత్వ ఎం వి ఎస్ డిగ్రీ కళాశాల పరీక్ష కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రథమ చికిత్స కేంద్రం ను జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి పరిశీలించి ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చిన వారికీ ప్రథమ చికిత్స

అందించి ఎగ్జామినేషన్ ను నిరంతరాయముగా రాసే విధంగా కృషి చేయాలని వైద్య సిబ్బందిని ఆదేశించారు.

పిడుగుపాటుకు దుక్కిటెద్దు మృతి

కన్నీరు మున్నీరైన రైతు



జనగామ, అక్షిత బ్యూరో: దేవరుప్పుల మండలం పరిధి లోని కడవెండి గ్రామంలో శనివారం సాయంత్రం ఈదురుగాలులతో కూడిన వర్షం కురిసింది. ఈ వర్షంతో పాటు పిడుగు పడటంతో రైతు మందాటి కొండల్ రెడ్డికి చెందిన దుక్కిటెద్దు అక్కడికక్కడే మృతి చెందింది. సుమారు రూ.1 లక్ష విలువ చేసే ఎద్దు ఒక్కసారిగా ప్రాణాలు కోల్పోవ డంతో రైతు తీవ్ర విషాదంలో మునిగిపోయాడు. వ్యవసాయ పనుల కోసం, ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో పంట పొలాలు దున్నేందుకు ఇటీవలే ఆ ఎద్దును కొనుగోలు చేసినట్లు రైతు తెలిపాడు. ఎద్దు మృతి చెందడంతో రైతుకు తీవ్ర ఆర్థిక నష్టం వాటిల్లిందని గ్రామస్తులు తెలిపారు. ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించి బాధిత రైతుకు తగిన ఆర్థిక సాయం అందించాలని గ్రామస్తులు కోరుతున్నారు.

ఘనంగా తెలంగాణ సిద్ధాంతకర్త ప్రొఫెసర్ కొత్తపల్లి జయశంకర్ వర్ధంతి

కాజీపేట్, అక్షిత ప్రతినిధి : తెలంగాణ సిద్ధాంతకర్త ప్రొఫెసర్ కొత్తపల్లి జయశంకర్ వర్ధంతిని పురస్కరించుకుని, హనుమకొండ బాలసముద్రంలోని ఏకశిలా పార్కులో ఏర్పాటు చేసిన ఆయన విగ్రహానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళు లర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి , శాసన మండలి సభ్యులు బస్వరాజు సారయ్య , తెలుగు అకాడమీ చైర్మన్ కూరపాటి వెంకటనారాయణ , యువ నాయకులు విష్ణు రెడ్డితో కలిసి పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నాయిని మాట్లాడుతూ, తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం ప్రొఫెసర్ కొత్తపల్లి జయశంకర్ జీవితాంతం అహర్నిశలు కృషి చేశారని అన్నారు. ప్రాంతం, వర్గం, కులం, మతం అనే భేదాలకు అతీతంగా అన్ని వర్గాల ప్రజలను ఏకం చేసి తెలంగాణ ఆకాంక్షను ఉద్యమంగా మలిచిన గొప్ప దార్శనికుడు జయశంకర్ అని కొనియాడారు.

దశాబ్దాల పాటు తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగౌరవం, స్వయం పాలన, సమాన అభివృద్ధి కోసం ఆయన చేసిన పోరాటం చిరస్మరణీయమని పేర్కొన్నారు. జయశంకర్ చూపిన మార్గంలోనే రాష్ట్ర అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కట్టుబడి పనిచేస్తోందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కార్పొరేటర్లు తోట వెంకటేశ్వర్లు,పోతుల శ్రీమాన్,మాధవి రెడ్డి,బంక సరళ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ ఆశయ సాధనే నిజమైన నివాళి

మాజీ ప్రభుత్వ చీఫ్ విప్, మాజీ ఎమ్మెల్యే దాస్యం వినయ్ భాస్కర్

కాజీపేట్, అక్షిత ప్రతినిధి : తెలంగాణ సిద్ధాంతకర్త, ప్రత్యేక రాష్ట్ర ఉద్యమానికి మార్గదర్శి, ప్రొఫెసర్ కె. జయశంకర్ 15వ వర్ధంతి సందర్భంగా బాలసముద్రంలోని ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ స్మృతి వనంలో ఆయన విగ్రహానికి మాజీ ప్రభుత్వ చీఫ్ విప్, మాజీ ఎమ్మెల్యే దాస్యం వినయ్ భాస్కర్ పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళు లర్పించారు.ఈ సందర్భంగా దాస్యం వినయ్ భాస్కర్ మాట్లాడుతూ తెలం గాణ రాష్ట్ర సాధన వెనుక ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ చేసిన కృషి చిరస్మరణీయమని అన్నారు. తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షలను దేశవ్యాప్తంగా చాటిచెప్పి, ప్రత్యేక రాష్ట్ర అవసరాన్ని శాస్త్రీయంగా నిరూపించిన మహనీయుడు జయశంకర్ అని కొనియాడారు.తెలంగాణ ఉద్యమానికి ఆయన అందించిన సిద్ధాంతపరమైన బలం,దిశానిర్దేశం ఉద్యమ విజయానికి ప్రధాన కారణమని పేర్కొన్నారు.తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగౌం వాన్ని కాపాడేందుకు,స్వయం పాలన సాధించేందుకు జీవితాంతం అహర్నిశలు శ్రమించిన మహోన్నత వ్యక్తి జయశంకర్ అని అన్నారు.వ్యక్తిగత పదవులు,ప్రయోజనాల కోసం కాకుండా ప్రజల ఆకాంక్షల సాధన కోసం ఆయన తన జీవితాన్ని అంకితం చేశారని గుర్తు చేశారు.తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన తర్వాత కూడా జయశంకర్ ఆశయాలను అమలు చేయాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందన్నారు.తెలంగాణ ఉద్యమ చరిత్రలో జయశంకర్ పేరు చిరస్థాయిగా నిలిచిపో తుందని,ఆయన చూపిన మార్గం భావితరాలకు స్ఫూర్తిదా యకమని దాస్యం వినయ్ భాస్కర్ తెలిపారు.ఈ కార్యక్ర మంలో బిఆర్ఎస్ నాయకులు పులి రజనీకాంత్, జోరిక రమేష్, కుసుమ లక్ష్మి నారాయణ,రామమూర్తి,నర్సింహ స్వామి,రవి,వరుణ్, వినయ్,రాకేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యానికి యోగా ఉత్తమ మార్గం

ఎమ్మెల్యే అనిరుధ్ రెడ్డి

యోగాతో ఆరోగ్యవంతమైన జీవనం సాధ్యం

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవ వేడుకల్లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే జనంపల్లి అనిరుధ్ రెడ్డి

జడ్చర్ల, (అక్షిత న్యూస్) అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్స వాన్ని పురస్కరించుకుని నేడు జడ్చర్ల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని బి ఆర్ ఆర్ డిగ్రీ కళాశాల స్టేడియం గ్రౌండ్ లో నిర్వహించిన యోగా కార్యక్రమంలో జడ్చర్ల శాసనసభ్యులు జనంపల్లి అనిరుధ్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ, యోగా అనేది భారతదేశం ప్రపంచానికి అందించిన గొప్ప జీవన విధానమని, ప్రతిరోజూ యోగా చేయడం ద్వారా శారీరక దృఢత్వంతో పాటు మానసిక ప్రశాంతత, ఏకాగ్రత పెంపొందుతాయని అన్నారు. నేటి వేగవంతమైన జీవనశైలిలో ప్రతి ఒక్కరూ యోగాను తమ దైనందిన జీవితంలో భాగంగా చేసుకోవాలని సూచించారు.అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా పెద్ద ఎత్తున విద్యార్థులు, యువత, ప్రజలు పాల్గొని యోగా సాధన చేయడం అభినందనీయమని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి యోగా ఎంతో దోహదపడుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, కళాశాల యాజమాన్యం, అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు పలువురు ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్య పరిరక్షణకు ప్రతిరోజూ యోగా సాధన చేయాలి

జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి

వనపర్తి జిల్లాలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం నిర్వహణ

వనపర్తి అక్షిత ప్రతినిధి : యోగాతో ప్రతి ఒక్కరూ శారీరక, మానసిక దృఢత్వాన్ని సాధించగలరని.. కాబట్టి నిత్యం యోగా సాధన చేయడం అలవాటు చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి తెలిపారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని వనపర్తి జిల్లా మర్రికుంటలోని తెలంగాణ గిరిజన సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల మైదానంలో ఆదివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి, అదనపు కలెక్టర్ (స్థానిక సంస్థలు) ఖీమ్యా నాయక్ హాజరై జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. అనంతరం విద్యార్థులు, అధికారులతో యోగా శిక్షకురాలు సుగుణ సుమారు 40 నిమిషాల పాటు యోగా సాధన చేయించారు. జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి మాట్లాడుతూ అందరికీ "యోగా డే" శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. యోగాకు అంతర్జాతీయ గుర్తింపు రావడం మన దేశానికి గర్వకారణమని పేర్కొన్నారు. యోగా ఒక్కరోజు నిర్వహించి మానేసే కార్యక్రమం కాదని, ప్రతి ఒక్కరూ రోజువారీ జీవితంలో యోగా లేదా ఏదైనా శారీరక వ్యాయామాన్ని తప్పనిసరిగా భాగం చేసుకోవాలని సూచించారు. శారీరక దృఢత్వం ప్రతి ఒక్కరికీ అవసరమని, రాబోయే రోజుల్లో యోగాతో పాటు ఏదో ఒక ఫిజికల్ యాక్టివిటీని అలవాటు చేసుకో వాలని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించి నందుకు నిర్వాహకులను అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడిన అదనపు కలెక్టర్ ఖీమ్యా నాయక్ యోగాను ప్రతి ఒక్కరూ తమ దినచర్యలో భాగం చేసుకోవాలని సూచించారు. ఆరోగ్య పరిరక్షణకు యోగా ఎంతో కీలకమని, ప్రతిరోజూ యోగా చేయడం ద్వారా శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని తెలిపారు. యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా నిర్వహించిన డ్రాయింగ్ పోటీల్లో ప్రతిభ కనబరిచిన ప్రభుత్వ బాలికల పాఠశాల విద్యార్థులను కలెక్టర్ అభినందించారు.

నషా ముక్త్ భారత్ ఏర్పాటు కై ప్రతిజ్ఞ

నషా ముక్త్ భారత్ అభియాన్ కార్యక్రమంలో భాగంగా మాదకద్రవ్యాల వినియోగానికి వ్యతిరే కంగా విద్యార్థులు, ప్రజలతో ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిఆర్డీవో ఉమాదేవి, జిల్లా యువజన క్రీడల అధికారి సుధీర్ రెడ్డి, డీఎస్పీ గిరి ప్రసాద్, యోగ శిక్షకురాలు సుగుణ, జిల్లా రవాణా అధికారి, ఆయుష్ శాఖ అధికారులు వసుంధర , విశ్వశాంతి ప్రతినిధులు, గిరిజన పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ సరస్వతి, ఇతర జిల్లా అధికారులు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మంథని నియోజకవర్గ బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ పుట్ట మధుకర్

ఆదేశాల మేరకు తెలంగాణ జాతిపిత ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ సార్ 15వ వర్ధంతి సందర్భంగా బి.ఆర్.ఎస్ పార్టీ నాయకులు.

ఏ గోల శంకర్ గౌడ్ పూలమాలలతో ఘనమైన నివాళులు అర్పించారు.

పెద్దపెల్లి అక్షిత ప్రతినిధి మంథని నియోజకవర్గంలోని బి.ఆర్.ఎస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు ఏ గోళం శంకర్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ సార్ తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం అహర్నిశలు కృషి చేసిన గొప్ప వ్యక్తి ఆయన విద్యార్థి దశ నుండి తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటు దిశగా తెలంగాణ ఉద్యమంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తూ మలిదశ ఉద్యమంలో కేసీఆర్ గారితో కలిసి తెలంగాణ ఉద్యమంలో చురుకుగా పాల్గొంటూ సలహాలు సూచనలు చేస్తూ తెలంగాణకు నీళ్లు నిధులు నియామకాలు చాలా అవసరం అని తెలంగాణ భూములు బీడు పారకుండా సస్యశ్యామలం కావాలని అందుకోసం ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం జరగాలని కెసిఆర్ గారి కి దిశా నిర్దేశం చేసిన గొప్ప వ్యక్తి జయశంకర్ సార్ అని కొనియాడారు. మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ గారు నీళ్లు నిధులు నియామకాల పేరిట అనేక నిధులు తీసుకొచ్చి గోదావరి నదిపై మేడిగడ్డ ప్రాజెక్టు నిర్మాణం చేస్తే గత తెలంగాణ ప్రజలు సుభిక్షంగా పంటలు పండించుకుంటూ జీవించారు... ఇప్పుడు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మేడిగడ్డ ప్రాజెక్టును ఎండబెడుతూ రైతులకు తీరని అన్యాయం చేస్తుందని తీవ్రంగా ఖండించారు. ఇప్పటికైనా ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ సార్ ఆశయాలను రాబోయే కాలంలో కేసీఆర్ ముఖ్యమంత్రి అయి ముందుకు తీసుకెళ్తారని తెలియజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న బి.ఆర్.ఎస్. పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భైంసాలో ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త శంకర్ పటేల్ మృతి

స్వాధ్యాయ్ పరివార్ విస్తరణకు విశేష సేవలు

ఎమ్మెల్యే రామారావు పటేల్ పరామర్శ, కుమారుడు నాగ్నాథ్ పటేల్‌కు సానుభూతి

నిర్మల్ అక్షిత బ్యూరో, జూన్ 21:-- భైంసా పట్టణంలోని శివాజీ చౌక్ ప్రాంతానికి చెందిన ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త, స్వాధ్యాయ్ ప్రముఖ్ శంకర్ పటేల్ (87) ఆదివారం అనారోగ్యంతో కన్నుమూశారు. గీత కాటన్ జిన్నింగ్ మిల్లుల నిర్వాహకుడిగా, సామాజిక సేవకుడిగా ఆయనకు ప్రత్యేక గుర్తింపు ఉంది. కొంతకాలంగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న ఆయన స్వగృహంలో తుదిశ్వాస విడిచారు. మూడు దశాబ్దాలకుపైగా ముథోల్ నియోజకవర్గంలో స్వాధ్యాయ్ పరివార్ విస్తరణకు, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాల నిర్వహణకు శంకర్ పటేల్ విశేష కృషి చేశారు. ఆయన సేవల ద్వారా అనేక మంది ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో నడిచేలా ప్రేరణ పొందారు.శంకర్ పటేల్ మృతి పట్ల వివిధ రంగాలకు చెందిన ప్రముఖులు, స్వాధ్యాయ్ పరివార్ సభ్యులు, వ్యాపార వర్గాల ప్రతినిధులు తీవ్ర సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా స్థానిక ఎమ్మెల్యే రామారావు పటేల్ ఆయన నివాసానికి వెళ్లి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు. ముఖ్యంగా ఆయన కుమారుడు నాగ్నాథ్ పటేల్‌కు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేసి, కుటుంబ సభ్యులను ఓదార్చారు. అనంతరం శంకర్ పటేల్ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు.

www.aakshitha.com
People's voice
అక్షిత
AKSHITHA NATIONAL DAILY

ఆరోగ్యానికి మించిన ఆస్తి లేదు

జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టిఎస్

యోగతో ఆరోగ్యము ఆరోగ్యంతో అందమైన జీవితం

దైనందిన జీవితంలో యోగ ఒక భాగం కావాలి

ప్రపంచ యోగా దినోత్సవంలో పాల్గొన్న జిల్లా కలెక్టర్

ఖమ్మం/అక్షిత బ్యూరో : ఆరోగ్యానికి మించిన ఆస్తి లేదని, యోగతో ఆరోగ్యం సాధ్యమవుతుందని ఆరోగ్యంతో అందమైన జీవితం సాధ్యపడుతుందని ప్రతి ఒక్కరూ దైనందిన జీవితంలో యోగాను ఒక భాగంగా అలవర్చుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టీఎస్ తెలిపారు. ఆదివారం స్థానిక సర్దార్ పటేల్ స్టేడియంలో ఆయుష్ క్రీడల శాఖల ఆధ్వర్యంలో 12వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం -- 2026 కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించబడింది. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టీఎస్ స్వయంగా యోగా ఆసనాలు చేస్తూ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ యోగ అనేది కేవలం వ్యాయామం మాత్రమే కాదని శారీరక ఆరోగ్యం మానసిక ప్రశాంతత క్రమశిక్ష ణతో కూడిన జీవన విధానమని అన్నారు. యోగా దినమున జరిగే కార్యక్రమంలో ఆయుష్ శాఖ వారు పాల్గొనేవారని ఇక్కడ పౌర సమాజం నుండి పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొనడం శుభసూచకమని అన్నారు. వయస్సుతో సంబంధం లేకుండా చిన్న పిల్లల నుండి వృద్ధుల వరకు కార్యక్రమంలో పాలుపంచుకుంటున్నాని అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ యోగాను దైనందిన జీవితంలో భాగం చేసుకుని ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి కృషి చేయాలని తెలిపారు. ప్రస్తుత కాలంలో మారుతున్న జీవనశైలి ఆహారపు అలవాట్లు సాంకేతిక సౌకర్యాల పెరుగుదల కారణంగా మనిషి శారీరక శ్రమకు దూరమవుతూ అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలకు గురవుతున్నారని అన్నారు. ప్రతి మనిషికి ఉన్న అత్యంత విలువైన ఆస్తి ఆరోగ్యం అని ఆరోగ్యం బాగోలేకపోతే జీవితంలో ఎంత సాధించినా దానిని పూర్తిగా ఆస్వాదించలేమని తెలిపారు. ఆరోగ్యంగా ఉండటమే ప్రతి వ్యక్తి జీవితానికి బలమైన పునాది అని కలెక్టర్ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా క్రీడల అభివృద్ధి అధికారి సునీల్ రెడ్డి డిసిహెచ్ఎస్ డా. రాజశేఖర్ జిల్లా ఇంటర్మీడియట్ అధికారి రవిబాబు ఉప వైద్యాధికారి డా. వేణుమాధవ్ నోడల్ అధికారిణి డా. పద్మావతి నేచురోపతి డాక్టర్ కనకమహాలక్ష్మి జిల్లా అధికారులు విద్యార్థులు యువత మహిళలు యోగా సాధకులు ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జిల్లా వ్యాప్తంగా గంజాయి, డ్రగ్స్ వల్ల కలిగే అనర్థాలపై విస్తృత అవగాహన

మాదకద్రవ్యాల అవగాహన వారోత్సవాల పోస్టర్ ఆవిష్కరణ

రాజన్న సిరిసిల్ల అక్షిత బ్యూరో తెలంగాణ ఈగల్ టీమ్ ఆదేశాల మేరకు రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా వ్యాప్తంగా మాదకద్రవ్యాల వినియోగం వల్ల కలిగే దుష్పరిణామాలపై విద్యార్థులకు , ప్రజలకు వారం రోజుల పాటు అవగాహన కల్పించే కార్యక్రమాలు విస్తృతంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు జిల్లా ఎస్పీ మహేష్ బి.గితే తెలిపారు. ఈసందర్భంగా జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయ ఆవరణలో ఈగల్ టీమ్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించనున్న మాదకద్రవ్యాల అవగాహన వారోత్స వాలకు సంబంధించిన పోస్టర్‌ను ఎస్పీ అధికారులతో కలిసి ఆవిష్కరించి పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బందితో కలసి ప్రతిజ్ఞ చేశారు. అనంతరం ఎస్పీ మాట్లా డుతూ.... యువత గంజాయి, డ్రగ్స్ వంటి మత్తు పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలని, వాటి వినియోగం వ్యక్తిగత జీవితంతో పాటు కుటుంబం,సమాజంపై కూడా తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుందన్నారు.

విద్యార్థులు తమ భవిష్యత్తును దృష్టిలో ఉంచుకొని మాదకద్రవ్యాలకు దూరంగా ఉండడంతో పాటు ఇతరులను కూడా అప్రమత్తం చేయాలని సూచించారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లాలోని అన్ని పోలీస్ స్టేషన్ల పరిధిలో అధికారులు పాఠశాలలు, కళాశాలల్లో నిర్వహించిన యోగా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొని విద్యార్థులకు మత్తు పదార్థాల వినియోగం వల్ల కలిగే అనర్థాలపై అవగాహన కల్పించి విద్యార్థులతో కలిసి పోస్టర్లు ఆవిష్కరించారు. జిల్లాలో మాదకద్రవ్యాల నిర్మూలనకు పోలీసులు కట్టుబడి ఉన్నారని, మత్తు పదార్థాల అక్రమ రవాణా, విక్రయాలు, వినియోగంపై ప్రజలు సమాచారం అందించి పోలీసులకు సహకరించాలని ఎస్పీ కోరారు. ఈకార్యక్రమంలో అదనపు చంద్రయ్య, డిఎస్పీ లు నాగేంద్రచారి, వెంకటేశ్వర్లు, సి.ఐ లు, ఆర్.ఐ లు,సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మూడు దశాబ్దాల యోగా సేవలకు చల్లగుళ్ల అప్పారావుకు సత్కారం

సత్తుపల్లి, అక్షిత న్యూస్: ప్రపంచానికి యోగ విద్యను అందించిన ఘనత భారతదేశానిదే. అలాంటి ప్రాచీన యోగ సంప్రదాయాన్ని గత మూడు దశాబ్దాలుగా నిరంతరంగా ప్రజలకు బోధిస్తూ ఆరోగ్య చైతన్యాన్ని పెంపొందిస్తున్న విశ్రాంత ఉపాధ్యాయుడు చల్లగుళ్ల అప్పారావు ని ప్రపంచ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా ఘనంగా సన్మానించారు. సత్తుపల్లిలోని తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విశ్రాంత ఉద్యోగుల సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో యోగా రంగంలో అప్పారావు అందిస్తున్న విశిష్ట సేవలను కొనియాడుతూ పుష్పగుచ్ఛాలు, శాలువాలతో సత్కరించారు. సంఘ అధ్యక్షులు కేశవరెడ్డి అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు విశ్రాంత ఉద్యోగులు పాల్గొని, యోగా ద్వారా శారీరక, మానసిక ఆరోగ్య పరిరక్షణకు అప్పారావు చేస్తున్న సేవలు ప్రశంసనీయమని పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా యోగాను ప్రతి ఒక్కరూ తమ దైనందిన జీవితంలో భాగం చేసుకోవాలని, ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి యోగా ఎంతో అవసరమని వక్తలు అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘనాయకులు ప్రకాశరావు,సాంబశివరెడ్డి, డి.కృష్ణయ్య, నర్సయ్య,కమలకుమారి,యోగానంద్,మధుసూదనరాజు,బూరుగ ం దాసు,పూర్ణ చంద్రరావు,ఎవర్ ట్రస్ట్ సొల్యూషన్స్ సంస్థ నిర్వాహకులు రాఘవాచారి,దిలీప్ ,సభ్యులు, విశ్రాంత ఉద్యో గులు, పలువురు ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఫసల్ భీమా అమలు చెయ్యాలి

పాగర్తి సుధాకర్

ఖమ్మం/అక్షిత బ్యూరో : కేంద్ర ప్రభుత్వం పీఎం కిసాన్ నిధులు విడుదల చెయ్యటం పట్ల భారతీయ జనతా పార్టీ నేలకొండపల్లి మండల అధ్యక్షులు పాగర్తి సుధాకర్ ఆధ్వర్యంలో మన ప్రియతమ ప్రధాని నరేంద్రమోదీ చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం చేశారు. ఈ సందర్బంగా పాగర్తి సుధాకర్ మాట్లాడుతూ పీఎం కిసాన్ పథకం ద్వారా అర్హులైన రైతుల ఖాతాల్లోకి కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రతి ఏటా రూ.6,000 ఆర్థిక సహాయాన్ని మూడు సమాన వాయిదాల్లో రూ.2,000 చొప్పున జమ చేస్తోందని అన్నారు. జూన్ 20 2026 న ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ దేశవ్యాప్తంగా లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లోకి ఈ నిధులను విడుదల చేశారని అన్నారు. పీఎం కిసాన్ ముఖ్య లక్ష్యం చిన్న మరియు సన్నకారు రైతులకు పెట్టుబడి సాయం అందించడం అని అన్నారు. దేశవ్యాప్తంగా 9.44 కోట్ల మంది రైతు కుటుంబాలు లబ్ధి పొందరాని అన్నారు. వెంటనే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఫసల్ భీమా పథకం అమలు చేసి రైతులను విపత్తు నుంచి కాపాడాలని డిమాండ్ చేశారు. అదేవిదంగా యూరియా కొరత లేకుండా సొసైటీ ద్వారా అందించాలని అన్నారు, నకిలీ విత్తనాల వల్ల రైతలు నష్ట పోయే ప్రమాదం ఉందని వ్యవ సాయ అధికారులు ప్రైవేట్ విత్తన దుకాణాలను ఎప్పటిక్కపుడు తనిఖీ నిర్వహించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమం లో బీజేపీ మండల ప్రధాన కార్యదర్శులు మల్లెబోయిన గోవిందరావు బాజా రామకృష్ణ ఉపాధ్యక్షులు పురాణం దివాకర్ కొండా హర్షవర్ధన్ నాయకులు షేక్ షర్ఫుద్దీన్ సయ్యద్ మోహినుద్దీన్ పిట్టల సూరిబాబు కందరబోయిన గోపి ఎలిగేటి గిరి దేశబోయిన వేణుబాబు పుట్టా సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిరుపేదల సొంతింటి కల నెరవేర్చేందుకు ఉప్పల ట్రస్ట్ చేయూత

కల్వకుర్తి అక్షర ప్రతినిధి తలకొండపల్లి మండల కేంద్రానికి చెందిన పెరుమాండ్ల జంగయ్య తండ్రి పాపాయ్య ఇంటి నిర్మాణానికి తెలంగాణ రాష్ట్ర మాజీ మిషన్ భగీరథ వైస్ చైర్మన్ ఉప్పల వెంకటేష్ తన చారిటబుల్ ట్రస్ట్ ద్వారా ఇండ్ల నిర్మాణ ంలో భాగంగా పూర్తి ఇంటి నిర్మాణానికి సిమెంట్ ఇప్పించడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా ఆ కుటుంబ సభ్యులు ఉప్పల వెంకటేష్ అన్న కి ధన్యవాదాలు తెలిపారు ఈ కార్యక్రమం లో మాజీ సర్పంచ్ లలిత జ్యోతయ్య, ఉప సర్పంచ్ నూకం కోటీశ్వర్, నాయకులు మల్లేష్ పాండు తదితరులు పాల్గొన్నారు

తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉద్యమ సిద్ధాంతకర్త కొత్తపల్లి జయశంకర్

మాజీ మంత్రి సింగిరెడ్డి నిరంజన్ రెడ్డి

వనపర్తి అక్షిత ప్రతినిధి : తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉద్యమ సిద్ధాంతకర్త కొత్తపల్లి జయశంకర్ అని మాజీ మంత్రి సింగిరెడ్డి నిరంజన్ రెడ్డి అయన సేవలను కొనియాడారు. ఆదివారం వనపర్తి జిల్లా కేంద్రంలో మాజీ మంత్రి నివాసంలో భారత రాష్ట్ర సమితి పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ వర్ధంతి వేడుకలు ఘనంగా జరుపుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యతితులుగా తెలంగాణ రాష్ట్ర మాజీ మంత్రి సింగిరెడ్డి నిరంజన్ రెడ్డి హాజరై ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా అయన మాట్లాడుతూ 1952 ఉద్యమం ఆంధ్ర ప్రదేశ్ ఏర్పాటను మొదటి నుండి వ్యతిరేకించిన జయశంకర్ 1952 మలికి ఉద్యమంలో చురుగ్గా పాల్గొన్నారని తెలిపారు. తెలంగాణ ప్రాంతం ఎదుర్కొంటున్న వివక్ష నీటి దోపిడి నిధుల కొరతను తన రచనల ద్వారా ఉపన్యాసాల ద్వారా ప్రజలకు మేధావులకు స్పష్టంగా వివరిస్తూ తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షలు వంటి అనేక పరిశోధనాత్మక పుస్తకాలను కరపత్రాలను రాశారని తెలిపారు. రాజకీయ పార్టీలకతీతంగా తెలంగాణ ఉద్యమకారులను యువకులను విద్యార్థులను ఏకం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషించారని గుర్తు చేశారు.

మలిదశ తెలంగాణ ఉద్యమంలో కెసిఆర్ తో కలిసి రాష్ట్ర ఆవశ్యకతను ప్రపంచానికి చాటి చెప్పిన మహనీయుడు ప్రత్యేక రాష్ట్రం ఏర్పడడాన్ని కళ్ళతో చూసి తరించాడని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో బి,ఆర్,ఎస్ పార్టీ పట్టణ పార్టీ మాజీ అధ్యక్షులు పలుస రమేష్ గౌడ్ , జిల్లా పార్టీ అధికార ప్రతినిధి వాకిటి శ్రీధర్, పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి మాజీ గంధం పరంజ్యోతి, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు మాణిక్యం, సింగిల్ విండో చైర్మన్ రఘువర్ధన్ రెడ్డి, గులాం ఖాదర్ ఖాన్ ,నీల స్వామి, కౌన్సిలర్ మురళి సాగర్, ప్రేమ్ నాథ్ రెడ్డి, కాంటెస్ట్ కౌన్సిలర్ నాగన్న యాదవ్, స్టార్ రహీం, మైనార్టీ అధ్యక్షుల జోయెబ్ , ఎర్ర శ్రీను, ఆవుల రమేష్, జె ఏ సి చైర్మన్ వేణుగోపాల్ నాయుడు, సూర్యవంశం గిరి, నందిమల్ల రమేష్ ,యుగంధర్ రెడ్డి , కాంటెస్ట్ కౌన్సిలర్ సునీల్ వాల్మీకి (సోషల్ మీడియా),వెంకటేష్ సాగర్ ,జానంపేట శ్రీను, ధర్మ నాయక్, బాబు నాయక్ సత్యం ,ఏకే పాషా ,ఖాదర్షా ఆరిఫ్ ,గంధం విజయ్ కుమార్ ,గొర్ల బాలయ్య, కాంటెస్ట్ కౌన్సిలర్ ఆంగోత్ కవిత నాయక్,సూర్యవంశం ముని కుమార్, జయశంకర్ అకాడమీ విజయ్ మోహన్ , ఇంతియాజ్ ,నాచనల్లి రాజు సాగర్, బీరయ్య కుమార్ ,సిరువాటి శంకర్, పో తలపల్లిరాజు , గన్నోజు మోహనాచారి, ఉండేకోటి శివ,తోట శ్రీనువజ్రాల సాయిబాబా, రఘు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యువత నిత్య జీవితంలో యోగాను భాగం చేసుకోవాలి

జిల్లా కలెక్టర్ హరిత...

ఆసిఫాబాద్, అక్షిత బ్యూరో: యువత నిత్య జీవితం లో యోగా ను భాగంగా చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ హరిత అన్నారు.కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని జిల్లా సమీకృత కలెక్టరేట్ భవనంలో ఆదివారం 12వ అంత ర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా నిర్వహి ంచిన కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసి, జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి వేడుకలను ప్రారం భించారు. జిల్లా అధికారులు, కళాశాల అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు యోగా సాధకులతో కలిసి కలెక్టర్ హరిత యోగాసనాలు వేశారు.ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ.. వయస్సు అనేది శరీరానికి సంబంధించిందని, అది మనిషి యొక్క మనస్సుకు సంబంధించినది కాదని పేర్కొన్నారు. ఏదైనా ఒక పనిని అసలు ప్రయత్ని ంచకుండానే వదిలేయడం ముసలితనానికి సంకేతమని, శారీరక దృఢత్వం లేకపోయినా కనీసం యోగా చేయడానికి ప్రతి ఒక్కరూ ప్రయత్నించాలని అన్నారు.

"మీరు ఎంత పెద్ద చదువులు చదివినా, రేపు డాక్టర్లు అయినా.. మీ ఆరోగ్యం బాగుండకపోతే సమాజానికి సేవ చేయలేరన్నారు. మన ఆరోగ్యాన్ని మనం కాపాడుకోవడమే మనం దేశానికి చేసే అతిపెద్ద సేవ" అని కలెక్టర్ అన్నారు యోగా వల్ల ఒత్తిడి నివారణ లభిస్తుందని, నిత్యం వివిధ పనుల వల్ల, విద్యార్థులు చదువుల వల్ల లోనయ్యే మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో యోగా అద్భుతంగా తోడ్పడుతుందన్నారు. శరీర భాగాలన్నింటినీ యోగా సమన్వయం చేస్తుందన్నారు. విద్యార్థి దశ నుంచే యోగాను అలవాటు చేసుకోవడం వల్ల జీవన ప్రమాణాలు మెరుగవుతాయని తెలిపారు. రోజువారీ జీవితంలో యోగాను భాగం చేసుకో వడం వల్ల పనిదినాలు పెరగడమే కాకుండా, అనారోగ్య ఖర్చులు తగ్గి మానసిక ప్రశాంతత, ఉల్లాసం లభిస్తాయని కలెక్టర్ అన్నారు. యోగా మాస్టర్ చెప్పిన ఆసనాలన్నీ పూర్తిగా చేయలేక పోయినా, అందులో కొన్నింటినైనా రోజూ సాధన చేయాలని కలెక్టర్ విద్యార్థులను ఉద్దేశించి అన్నారుఈ వేడుకల్లో ఆసిఫాబాద్ మున్సిపల్ చైర్మన్ ఆకాష్ వైస్ చైర్మన్ ఎండి హైమద్ యోగా ఆచార్యులు అశోక్ ఆచార్య, కళాశాల ప్రిన్సిపాల్, వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు, యోగా సాధకులు విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

గ్రామీణ యువత ప్రతిభకు అవకాశాల వేదికగా సుంకిరెడ్డి ఉచిత శిక్షణ తరగతులు

కల్వకుర్తి ప్రాంత యువతకు ప్రభుత్వ ఉద్యోగాల సాధనలో తోడ్పాటు నందించాలనే లక్ష్యంతో..

ఉచిత పోలీస్ ఎస్సై, కానిస్టేబుల్ శిక్షణ తరగతులను.సందర్శించిన ఐక్యత ఫౌండేషన్ చైర్మన్, కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు టాస్క్ సి ఓ ఓసుంకిరెడ్డి రాఘవేందర్ రెడ్డి

కల్వకుర్తి అక్షిత ప్రతినిధి గత 50 రోజులుగా కొనసాగుతున్న ఈ ఉచిత శిక్షణ కార్యక్రమంలో పాల్గొంటున్న అభ్యర్థులతో మాట్లాడిన సుంకిరెడ్డి రాఘవేందర్ రెడ్డి వారికి అందుతున్న బోధనా విధానం,శారీరక శిక్షణ, పరీక్షల సన్నద్ధత తదితర అంశాలపై వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు, అభ్యర్థులు చూపిస్తున్న కృషిని అభినందిస్తూ, ఉద్యోగ సాధన కోసం వారు పడుతున్న శ్రమ తప్పకుండా ఫలిస్తుందని భరోసానిచ్చారు,ఈ సందర్భంగా మాట్లాడిన సుంకిరెడ్డి రాఘవేందర్ రెడ్డి "ప్రతిభ గ్రామాల్లో ఉంది అవకాశం కల్పించడం మన బాధ్యత" అని,గ్రామీణ ప్రాంతాల యువతకు సరైన మార్గదర్శకత్వం,నాణ్యమైన శిక్షణ లభిస్తే ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోగలరని పేర్కొన్నారు,పోలీస్ నియామక పరీక్షల్లో విజయం సాధించేందుకు శారీరక దృఢత్వంతో పాటు మానసిక స్థైర్యం కూడా ఎంతో అవసరమని తెలిపారు,ప్రతిరోజూ స్పష్టమైన లక్ష్యంతో సాధన చేస్తూ,నెగెటివ్ ఆలోచనలకు దూరంగా ఉండాలని సూచించారు,యువత అభివృద్ధే ప్రాంత అభివృద్ధికి పునాది అని పేర్కొన్న సుంకిరెడ్డి రాఘవేందర్ రెడ్డి ఐక్యత ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో "సుంకిరెడ్డి స్కిల్ ఫ్యాక్టరీ" ద్వారా కల్వకుర్తిని భవి ష్యత్తులో "స్కిల్ హబ్"గా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తున్నామని తెలిపారు,

స్కిల్ ఫ్యాక్టరీ ద్వారా త్వరలోనే భాషా నైపుణ్య శిక్షణ తరగతులతో పాటు ఏఐ,మరియు ఐటి శిక్షణ తరగతులను కూడా ప్రారంభించనున్నామని, ఉద్యో గాలు, నైపుణ్యాభివృద్ధి, పోటీ పరీక్షల శిక్షణ వంటి రంగాల్లో యువతకు మరిన్ని అవకాశాలు కల్పిస్తూ, కల్వకుర్తి నిరుద్యోగ యువతకు ఉపయోగపడే మరిన్ని కార్యక్రమాలను తీసుకురానున్నామని, అర్హులైన యువతీ,యువకులందరూ కూడా ఈ శిక్షణా తరగ తులను సద్వినియోగం ఉజ్వలమైన భవిష్యత్ ను నిర్మాణం చేసుకోవాలని సూచించారు.శిక్షణ పొందుతున్న అభ్యర్థులు మాట్లాడుతూ..ఉచిత శిక్షణతో పాటు స్టడీ మెటీరియల్ అందించడం, తరచూ గ్రాండ్ టెస్టులు నిర్వహించడం, నాణ్యమైన అధ్యాపకుల ద్వారా శిక్షణ అందించడం వంటి అంశాలు తమకు ఎంతో ఉపయోగపడుతున్నాయని, తమలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందించి,ఈ శిక్షణ శిబిరం ద్వారా ఉద్యోగ లక్ష్యానికి మరింత చేరువ చేసిన సుంకిరెడ్డి రాఘవేందర్ రెడ్డి కి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు, ఉద్యోగాలు సాధించడం ద్వారా ఆయన చేస్తున్న కృషికి తగిన గుర్తింపు తీసుకువస్తామని పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో .అధ్యాపకుల బృందంతో పాటు ఐక్యత ఫౌండేషన్ సభ్యులు శ్రీపతి,శేఖర్,శ్రీను తదితరులు పాల్గొన్నారు.

www.aakshitha.com
People's voice
అక్షిత
AKSHITHA NATIONAL DAILY

యోగా మన పూర్వీకుల దైనందిన జీవితంలో భాగం

ప్రభుత్వ విప్, ఎమ్మెల్యే యెన్నం శ్రీనివాస్ రెడ్డి

మహబూబ్ నగర్,(అక్షిత న్యూస్): యోగా మన పూర్వీకుల దైనందిన జీవితంలో కీలక భాగమై ఉండగా, నేడు అదే యోగాను ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అనేక దేశాలు అనుసరిస్తున్నాయని ప్రభుత్వ విప్, మహబూబ్ నగర్ ఎమ్మెల్యే యెన్నం శ్రీనివాస్ రెడ్డి అన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా మినిస్ట్రీ ఆఫ్ ఆయూష్ ఆధ్వర్యంలో మహబూబ్ నగర్ నగరం లోని పిల్లల మర్రిలో నిర్వహించిన అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవానికి ఆయన మహబూబ్ నగర్ ఎంపి డికె అరుణతో కలిసి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, భారత దేశానికి చెందిన యోగా సంప్రదాయాన్ని ప్రపంచ స్థాయికి తీసుకెళ్లడంలో ఐక్యరాజ్యసమితి లో ఆమోదించిన తీర్మానం కీలకమని పేర్కొన్నారు. భారత ప్రభుత్వం ప్రతిపాదించిన యోగా తీర్మానానికి 193 దేశాల్లో 177 దేశాలు మద్దతు ఇవ్వడం యోగాకు ఉన్న విశ్వవ్యాప్త ప్రాధాన్యతను తెలియజేస్తుందని చెప్పారు. యోగా వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను ప్రపంచవ్యాప్తంగా శాస్త్రవేత్తలు కూడా పరిశోధనల ద్వారా నిరూపించారని తెలిపారు. శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక సమతుల్యత, ఒత్తిడి తగ్గింపు, జీవనశైలి మెరుగుదలలో యోగా కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని పేర్కొన్నారు. అనేక రకాల వ్యాధులను నియంత్రించడంలో యోగా ఉపయుక్తమని అంతర్జాతీయ అధ్యయనాలు వెల్లడించాయని చెప్పారు.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా యోగా ప్రాముఖ్యత పెరిగినప్పటికీ, మనం దానిని ప్రతిరోజూ ఆచరించడంలో కొంత వెనుకబడుతున్నామని అభిప్రాయపడ్డారు. బిజీ జీవితంలో కనీసం రోజుకు 30 నుంచి 40 నిమిషాలు యోగా, ప్రాణాయామం లేదా ధ్యానం కోసం కేటాయిస్తే శరీరానికి, మన సుకు ఎంతో మేలు జరుగుతుందని సూచించారు. ప్రతి సంవత్సరం జూన్ 21న యోగా దినోత్సవం జరుపుకోవడానికి ప్రత్యేక కారణం ఉందని, ఈ రోజు ఉత్తర గోళార్ధంలో సంవత్సరంలో అత్యంత పెద్ద రోజు కావడం వల్ల దీనికి ప్రాధాన్యం ఉన్నదని తెలిపారు. ఈ ఆలోచనను భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ముందుకు తీసుకువచ్చారని గుర్తు చేశారు. ముఖ్యంగా మహిళలు ఎదుర్కొనే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు యోగా సమర్థవంతమైన పరిష్కారమని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం అనేక సంస్థలు, గురువులు యోగా జ్ఞానాన్ని విస్తృతంగా ప్రచారం చేస్తూ సమాజానికి అందిస్తున్నారని చెప్పారు. మన పూర్వీకులు అందించిన ఈ అమూల్యమైన సంపదను కాపాడుకుంటూ, ప్రతి ఒక్కరూ యోగాను తమ దైనందిన జీవితంలో భాగం చేసుకుంటే ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణం సాధ్యమవుతుందని ఎమ్మెల్యే అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన యోగా చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో నగర మేయర్ గుమ్మాల మమత శ్రీనివాస్, డిప్యూటీ మేయర్ మారేపల్లి సురేందర్ రెడ్డి, ముడా చైర్మన్ లక్ష్మణ్ యాదవ్, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు బెక్కెరి మధుసూదన్ రెడ్డి, కార్పొరేటర్లు మేగ్యా నాయక్, రమేష్ రెడ్డి, ప్రశాంత్, మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కమిషనర్ రామాంజులు రెడ్డి, వివిధ పాఠశాలల విద్యార్థులు, సాంఘిక సంక్షేమ జూనియర్ కళాశాల విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అన్నపూర్ణ రాష్ట్రాన్ని ఆకలి రాష్ట్రంగా చేస్తున్న సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి

మంత్రుల మాటలతో అయోమయానికి గురవుతున్న రైతులు

ప్రెస్‌మీట్‌లో మంథని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్

పెద్దపల్లి అక్షిత ప్రతినిధి. పదేండ్ల బీఆర్ఎస్ పాలనలో అన్నపూర్ణగా మారిన తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని ఆకలి రాష్ట్రంగా మారుస్తున్న ఘనత ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డికే దక్కిందని మంథని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్ అన్నారు. ఆదివారం మంథని పట్టణంలోని రాజగృహాలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మళ్లీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పాలనలో రైతులు అన్నమో రామచంద్రా ఏందీ మా బతుకులు అనే దుస్థితిలోకి తీసుకువచ్చారని ఆయన వాపోయారు. మార్పు అనే పదం వాడి రైతుల జీవితాలను పూర్తిగా శిథిలం చేసి అనేక మంది రైతుల కుటుంబాలను రోడ్డు పాలు చేశారని, కాంగ్రెస్ అంటేనే ఆత్మహత్యలు, కాంగ్రెస్ అంటేనే ఆకలి..చీకటి అనే పరిస్థితులకు తీసుకు రావడం స్పష్టంగా చూస్తున్నామని ఆయన వివరించారు. నేను దొంగను నా పెరుగులదలనే మోసాలు చీటింగ్ అని రేవంత్ రెడ్డి మనకు చెప్పి మోసం చేశాడని ఆయన అన్నారు. 50లక్షల నోట్ల సంచులతో దొరికిన వ్యక్తి రేవంత్‌రెడ్డి అని ఎద్దేవా చేశారు. ఎన్నికలకు ముందు అమెరికా వెళ్లిన రేవంత్‌రెడ్డి రైతులకు 24 గంటల కరెంటు అక్కర లేదు మూడు గంటలు సరిపోతదని టెన్ హెచ్‌పీ మోటార్లు పెట్టుకుంటే పంటకు సరిపడా నీళ్లు అందుతాయని చెప్పాడని గుర్తు చేశారు. సీఎం అన్న మాట ప్రకారం మళ్లీ 24గంటల కరెంటు తీసివేయడానికి రైతు డిస్కంలు తీసుకువచ్చిండన్నారు. అలాగే పంటకు బీమా కడుతానని చెప్పి ఉన్న రైతు భీమను తీసివేశాడని, దీంతో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 7600మంది రైతులు చనిపోతే ఆ కుటుంబాలకు రైతుబీమా రాకుండా ఆగిపోయందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆనాడు అన్ని పంటలకు బోనస్ ఇస్తమని చెప్పి అసెంబ్లీలో 33రకాలు మాత్రమే సాగు చేసుకోవాలని మాట్లాడి బయటకు వచ్చినంక ఏడు రకాలే అంటున్నారని, ఆ ఏడు రకాలు దిగుబడి తక్కువగా వస్తయ్ కనుకనే సాగు చేసుకోమ ంటున్నారని ఆయన అన్నారు. ముఖ్యమంత్రితో పాటు మంత్రులు సైతం హద్దు అదుపు లేకుండా సిగ్గు లజ్జ లేకుండా మాట్లాడుతున్నారని, ఓ మంత్రి 33రకాలు అంటే మరో మంత్రి ఏడు రకాలంటూ రైతులను అయోమయానికి గురి చేస్తున్నారని అన్నారు. ముఖ్య మంత్రి పదే పదే దేవుని మీద ఒట్లు వేస్తుండ టంతో ఈ సర్కార్‌లో ప్రకృతి కూడా సహకరించడం లేదని ఆయన అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి, మంత్రులు మాటా ్లడిన వీడియోలు కనబడుతున్నాయని, ఆడి యోలు వినబడుతున్నా కూడా ఇంకా అబద్దాలు ఆడుతూనే ఉన్నారని అన్నారు. ఇంత అబద్దాలు ఆడేవాళ్లు ప్రపంచంలో ఎవరూ లేరన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అంటే దగా మోసమని, ఏనాడు ప్రజా ప్రయోజనాల గురించి ఆలోచన చేయలేదని ఆయన అన్నారు. ఆనాడు వడ్లు కొనకపోతే ఎందుకు ఉన్నవ్ అని కేసీఆర్‌ను అన్నాడని, మరి ఈనాడు వడ్లు మక్కలు శనిగలు కూడా కొనడం లేదని ఎద్దేవా చేశారు. హైడ్రా తీసుకువచ్చి ఎవరైనా మాట్లాడితే ఇళ్లు కూలగొడుతమంటూ బెదిరిస్తున్నారని అన్నారు. రైతుల నుంచి కొన్న పంటను విదేశాలకు ఎగుమతి చేస్తానని అన్న ముఖ్యమంత్రి మళ్లీ పంట మార్పిడి అంటూ రైతులను దగా చేస్తున్నాడని, రైతులకు వెసులుబాటు ఉన్న సన్నరకం వేసుకుంటే ఆ పంటను కొనుగోలు చేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. ముఖ్యమంత్రి మాట్లడినట్లు వడ్లు కొనకపోతే గద్దె మీద కూర్చుండే అర్హత లేదన్నట్లుగా ఈసారి రైతులు ఏ సన్నరకం వడ్లు సాగు చేసినా కొనుగోలు చేయా లని లేకపోతే గద్దె మీద కూర్చుండే అర్హత రేవంత్ రెడ్డికి లేదన్నారు. రైతుబంధు పథకం డబ్బులు వేసేం దుకు సభలు పెట్టి వందల కోట్లు ఖర్చు చేస్తున్నారని, ఆ డబ్బులతో రైతుబంధు వేయవచ్చని ఆయన ఈ సందర్భంగా హితవు పలికారు.

ఇప్పటికైనా ప్రభు త్వం, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి కళ్లు తెరువాలని, మీ సోషల్ మీడియాలో ఉన్న వీడియోలు చేసైనా మార్పు తెచ్చుకోవాలని సూచించారు.

ఘనంగా కిషోర్ యాదవ్ వర్ధంతి వేడుకలు..

దూలపల్లి చౌరస్తాలో అన్నదాన కార్యక్రమం

జి.శ్యామ్ యాదవ్, శ్రీశైలం యాదవ్..

కుత్బుల్లాపూర్, అక్షిత ప్రతినిధి : సైబరాబాద్ కార్పొరేషన్ కుత్బుల్లాపూర్ జూన్ కొంపల్లి సర్కిల్ దూలపల్లి చౌరస్తా దగ్గర ఘనంగా కిషోర్ యాదవ్ వర్ధంతి వేడుకలు కార్యక్రమం లో జి శ్యామ్ యాదవ్,శ్రీశైలం యాదవ్ తో కలిసి ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించి అనంతరం అన్నదాన కార్యక్రమం చేపట్టారు.ఈ కార్యక్రమంలో కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులు, శ్రేయోభిలాషులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని దివంగత కిషోర్ యాదవ్,కి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం అవసరమైన వారికి 1000 మందికి అన్నదానం నిర్వహించి వారి సేవా భావాన్ని స్మరించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు వక్తలు కిషోర్ యాదవ్, సేవలను, సమాజానికి ఆయన అందించిన సహకారాన్ని గుర్తుచేసుకు ంటూ కొన్ని ఆడారు,ఈ కార్యక్రమంలో కుటుంబ సభ్యులతో పాటు స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, సామాజిక కార్యకర్తలు శ్రేయోభిలాషులు తదితరులు అధిక సంఖ్యలో. పాల్గొన్నారు.

త్రివేణిలో ఫాదర్స్ డే వేడుకలు

ఖమ్మం/అక్షిత బ్యూరో : తండ్రుల ప్రేమ త్యాగం బాధ్యతలను గుర్తుచేసే ఫాదర్స్ డే వేడుకలను ఖమ్మంలోని త్రివేణి పాఠశాలలో ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల సిబ్బంది పిల్లల తండ్రులు విద్యార్థినీ విద్యార్థుల తండ్రులు ప్రత్యేక అతిథులుగా పాల్గొని ఆనందోత్సాహాల మధ్య వేడుకలను జరుపుకున్నారు. పాఠశాల డైరెక్టర్ డాక్టర్ గొల్లపూడి వీరేంద్ర చౌదరి మాట్లాడుతూ పిల్లల జీవిత ప్రయాణంలో తండ్రి పాత్ర చాలా కీలకమని, కుటుంబానికి అండగా నిలుస్తూ పిల్లలకు విలువల నేర్పుతూ పెంచుతున్న ప్రతి తండ్రికి ఈరోజు అంకితమని తెలియజేశారు.విద్యార్థులు తండ్రుల పట్ల తమ ప్రేమాభిమానాలను వ్యక్తపరుస్తూ వారి తండ్రులకి పాద పూజ చేశారు. చేతి ముద్రలు తీసుకున్నారు.వివిధ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు పాటలు ప్రసంగాలు నిర్వహించారు. తండ్రులు కూడా పిల్లలతో కలిసి వివిధ వినోదాత్మక కార్యక్రమాలలో పాల్గొని ఆహ్లాదకరమైన క్షణాలను గడిపారు.ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ మాట్లాడుతూ పిల్లలకి విలువలతో కూడిన విద్య తో పాటు తల్లిదండ్రుల ప్రాధాన్యత తెలియజేసేలా ప్రతి సంవత్సరం ఫాదర్స్ డే, మదర్స్ డే ని కూడా నిర్వహిస్తామని తెలిపారు.పిల్లలు తమ తండ్రులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేసి ప్రత్యేకంగా రూపొందించిన గ్రీటింగ్ కార్డులను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమం కుటుంబ విలువలను పెంపొందించే విధంగా విజయవంతంగా సాగింది.ఈ వేడుకలో పాఠశాల సిఆర్ఓ కాట్రగడ్డ మురళీకృష్ణ వైస్ ప్రిన్సిపల్ స్వప్న ముస్తఫా క్యాంపస్ ఇంచార్జ్ విక్టర్ చార్లెస్ ట్రాన్స్పోర్ట్ ఇంచార్జ్ సందీప్ ఉపాధ్యాయులు సిబ్బంది విద్యార్థులు తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

కరాటే నేషనల్ ఛాంపియన్‌కు ఘన సన్మానం

వనపర్తి అక్షిత ప్రతినిధి : వనపర్తి జిల్లా కేంద్రానికి చెందిన బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు వజ్రాల సాయిబాబ కుమారుడు కరాటేలో నేషనల్ ఛాంపియన్ గెలుపొందిన సందర్భంగా తెలంగాణ రాష్ట్ర మాజీ మంత్రి సింగిరెడ్డి నిరంజన్ రెడ్డి తన నివాస గృహంలో శాలువా కప్పి అభినందించారు. భవిష్యత్తులో నీ ఎదుగుదలకు నా సహకారం ఎప్పుడు ఉంటుందని హృదయపూర్వకంగా అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆరెస్ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యోగా ద్వారా ఒత్తిడి నుండి ఉపశమనం

ప్రత్యేక సబ్ జైలు పర్యవేక్షకులు

ఆసిఫాబాద్, అక్షిత ప్రతినిధి: యోగ అనుసరించడం ద్వారా వత్తిడి నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చని, మానసిక ప్రశాంతత, శారీరక ఆరోగ్యం పెంపొందుతాయని ఆసిఫాబాద్ ప్రత్యేక సబ్ జైలు పర్యవేక్షకులు అన్నారు. ఆదివారం 12వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం పురస్కరించుకొని ప్రత్యేక సబ్ జైలు లో యోగా శిక్షకులతో జైలు సిబ్బంది, ముద్దాయిలకు యోగా శిక్షణ అందించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక సబ్ జైలు పర్యవేక్షకులు మాట్లాడుతూ ప్రతినిత్యం యోగా చేయడం ద్వారా శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ప్రశాంతత కలుగుతాయని, ఒత్తిడిని నియంత్రించవచ్చని తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ దైనందిన జీవితంలో యోగాను ఒక భాగంగా మలచుకోవాలని, తప్పనిసరిగా కొంత సమయం కేటాయించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో శిక్షకులు, జైలు సిబ్బంది, ముద్దాయిలు పాల్గొన్నారు.

ప్రశాంతంగా నీట్ పరీక్షలు

కలెక్టర్ కె. హరిత

ఆసిఫాబాద్, అక్షిత బ్యూరో: జిల్లాలో నీట్ పరీక్షలను ప్రశాంత వాతావరణంలో, పారదర్శకంగా నిర్వహించినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ కె. హరిత తెలిపారు. ఆదివారం జిల్లా కేంద్రం లోని సోషల్ వెల్ఫేర్ రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన నీట్ పరీక్ష కేంద్రాన్ని ఆదివారం పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ పరీక్షా కేంద్రంలో అభ్యర్థులకు అవసరమైన అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించామని, ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు చోటుచేసుకోకుండా కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేసినట్లు తెలిపారు. పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించిన మార్గదర్శకాల ప్రకారం పకడ్బందీగా పరీక్షలు నిర్వహించినట్లు పేర్కొన్నారు. పరీక్షలకు మొత్తం 363 మంది అభ్యర్థులు నమోదు చేసుకోగా, 326 మంది హాజరై పరీక్ష రాశారని, 37 మంది గైర్హాజరయ్యారని కలెక్టర్ వెల్లడించారు.

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా విద్యార్థులకు యోగ అవగాహన కార్యక్రమం

ఖమ్మం/అక్షిత బ్యూరో: అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ప్రభుత్వ షెడ్యూల్డ్ కులాల అభివృద్ధి శాఖ బాలుర హాస్టల్--బి ఖమ్మం నందు వసతి గృహ సంక్షేమ అధికారి కోటపాటి రుక్మారావు ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులకు యోగ మరియు ధ్యానంపై ప్రత్యేక అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి ఆయన మాట్లాడుతూ యోగ అనేది భారతదేశం ప్రపంచానికి అందించిన అమూల్యమైన వారసత్వమని ప్రతి రోజూ యోగాసనాలు ధ్యానం చేయడం ద్వారా శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ప్రశాంతత ఏకాగ్రత ఆత్మవిశ్వాసం పెంపొందుతాయని తెలిపారు. ముఖ్యంగా విద్యార్థులు యోగను తమ దైనందిన జీవితంలో భాగంగా చేసుకోవడం ద్వారా ఒత్తిడిని అధిగమించి ఆరోగ్యవంతమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవచ్చని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా విద్యార్థులు వివిధ యోగాసనాలను ప్రదర్శించి ధ్యానం నిర్వహించారు. విద్యార్థులు ఉత్సాహంగా పాల్గొని యోగ యొక్క ప్రాముఖ్యతను తెలుసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాలుగో తరగతి సిబ్బంది తిరుపతిరావు నరేష్ శంకర్ దుర్గారావు తదితరులు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

కాకతీయ కోటలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద

వరంగల్, అక్షిత బ్యూరో: అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని చారిత్రక కిలా వరంగల్ ప్రాంగణంలో ఆదివారం ఘనంగా యోగా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. కాకతీయుల వైభవానికి ప్రతీకగా నిలిచిన ఈ చారిత్రక ప్రాంగణంలో జరిగిన కార్యక్రమం ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. సుమారు 500 మంది విద్యార్థులు, అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు, సిబ్బంది పాల్గొని యోగాసనాలు వేశారు. జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద ముఖ్య అతిథిగా హాజరై కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ యోగా భారతదేశం ప్రపంచానికి అందించిన అమూల్యమైన జీవన విధానమని పేర్కొన్నారు. నేటి వేగవంతమైన జీవనశైలిలో శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి యోగా ఎంతో అవసరమని అన్నారు. ప్రతిరోజూ యోగా సాధన చేయడం ద్వారా ఒత్తిడి తగ్గి, ఏకాగ్రత పెరుగుతుందని, అనేక వ్యాధులను నివారించవచ్చని తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరూ యోగాను తమ దైనందిన జీవితంలో భాగంగా చేసుకోవాలని సూచించారు.

కార్యక్రమంలో వరంగల్ వ్యవసాయ మార్కెట్ చైర్‌పర్సన్ ఎర్ర ప్రియాంక, కూడా చైర్మన్ ఏనుగుల వెంకటరామిరెడ్డి, అదనపు కలెక్టర్ జి. సంధ్యారాణి, జెడ్పీ సీఈఓ రాంరెడ్డి, వరంగల్ ఆర్డీవో ఉమా, నర్సంపేట ఆర్డీవో, డీఆర్వో విజయలక్ష్మి, డీపీఆర్వో ప్రేమలత, బీసీ సంక్షేమ శాఖ జిల్లా అధికారి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఎన్‌సీసీకి చెందిన సుమారు 500 మంది విద్యార్థులు ఉత్సాహంగా యోగాసనాలు వేస్తూ కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు. ఎన్‌సీసీ కమాండెంట్ భాస్కర్ ధనరాజ్ నాయక్, పురావస్తు శాఖ అధికారి వంశీకృష్ణ, వివిధ కళాశాలల ప్రిన్సిపాల్స్, పాఠశాలల ప్రతినిధులు, అధికారులు, సిబ్బంది కూడా పాల్గొన్నారు. ఆయుష్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా నోడల్ అధికారి డాక్టర్ మైదం రాజు, డిప్యూటీ నోడల్ అధికారులు శ్రీలత, డాక్టర్ అమృతవల్లి, డాక్టర్ మంజుల, జిల్లా కన్వీనర్ డాక్టర్ కె. రాజేందర్, ఆయుష్ శాఖ వైద్యాధికారులు, సిబ్బంది సమన్వయంతో ఏర్పాట్లు చేసి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. కాకతీయుల చారిత్రక వారసత్వానికి ప్రతీక అయిన కిలా వరంగల్ వేదికగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించారు.

యోగతో ఆరోగ్యం ఆరోగ్యంతో అందమైన జీవితం

ప్రముఖ యోగా గురూజీ మధుసూదన్

వనపర్తి అక్షిత ప్రతినిధి : యోగతో ఆరోగ్యం... ఆరోగ్యంతో అందమైన జీవితం ఉంటుందని ప్రముఖ యోగా గురూజీ మధుసూదన్ అన్నారు. ఆదివారం వనపర్తి జిల్లా కొత్తకోట శివ గార్డెన్స్ లో కొత్తకోటలో పలు సమూహాల వాకర్స్ క్లబ్ అసోసియేషన్, రాష్ట్రీయ స్వయం సేవక్ సంఘ్ ఆధ్వర్యంలో సంయుక్తంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా జరుపుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రముఖ యోగా గురూజీ మధుసూదన్ విశిష్ట అతిథిగా పాల్గొనగా ముఖ్య వక్తగా ప్రఖ్యాత హోమియో ఆయుర్వేద వైద్య నిపుణులు డా. రవీందర్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా కొత్తకోట పట్టణానికి చెందిన యోగాలో నైపుణ్యం కలిగిన వెంకటేష్ యాదవ్ పాల్గొని యోగ విశిష్టతలను ఉపయోగాలు తెలుపుతూ పాల్గొన్న వారి చేత పలు రకాల ఆసనాలు వేయించి , ప్రాణాయామము , ధ్యానం చేయించారు. కార్యక్రమ వక్త డా. రవీందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ దినచర్యలో భాగంగా తీసుకోవలసిన ఆహార నియమాలు గురుంచి క్లుప్తంగా వివరించారు. ఈ సందర్భంగా యోగా గురువులు మాట్లాడుతూ యోగా కేవలం శరీరానికి సంబంధించినది కాదని మనసుకు సంబంధించినది అని మన యొక్క మానసిక వత్తిడుల కారణంగానే మనిషికి రకరకాల జబ్బులు వస్తున్నాయని జబ్బులు ఉన్నాయని శరీరానికి చేసే చికిత్స తాత్కాలికమైనది మాత్రమే నని మన మనసును శుద్ధి చేస్తే జబ్బులు పూర్తిగా నశిస్తాయని అది కేవలం యోగా ద్వారానే సాధ్యమని మన యొక్క ఆహారపు అలవాట్లు మన ఆలోచన విధానము మార్చుకుంటేనే జబ్బులు దరిదాపులకు చేరవని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా కార్యక్రమ నిర్వాహకులు దేవన్న , నాగరాజు, శేఖర్ గౌడ్ , పాండు రెడ్డి , భీమ కిషోర్, శ్రీనివాస్ రెడ్డి , స్టార్ అంజనేయులు, యాదయ్య , వినోద్ ,సాయిలు , రాఘవేంద్ర , నరేందర్ రెడ్డి , కిషన్ నాయక్ , మీషేక్ , రాజు , సంజీవ రెడ్డి , చిరంజీవి ,నరేష్ ,రామకృష్ణ , స్వాతిరాజు ,సాయి ,రవి , బాలు , శివ నారాయణ , రవేందర్ రెడ్డి ,కొండ స్వప్న ,హిమబిందు , భవాని తదితరులు కార్యక్రమ ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షించారు .యోగ దినోత్సవంలో పాల్గొన్నవారికి ఆరోగ్యకరమైన అమృతాహారాన్ని నిర్వాహకులు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీఐ రాంబాబు, ప్రముఖులు గుంద్రాతి వామన్ గౌడ్ , సంధ్య రవీందర్ రెడ్డి , సుధా రామ్ మోహన్ రెడ్డి , సుభాష్ , కొమ్ము భరత్ భూషణ్ , మురళీధర్ రెడ్డి , గుబ్బ బలస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వర్షాకాలంలో చేతుల పరిశుభ్రతపై అవగాహన

ఖమ్మం /అక్షిత బ్యూరో : వర్షాకాలంలో వ్యాధుల నివారణకు చేతుల పరిశుభ్రత ఎంతో ముఖ్యమనే సందేశంతో డా. ఎంఏ ఫర్హా ఆధ్వర్యంలో బల్లేపల్లి ప్రాంతంలో పలు అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడ్డాయి. మొదటగా ప్రాథమిక పాఠశాల బల్లేపల్లిలో విద్యార్థులకు చేతుల పరిశుభ్రత ప్రాముఖ్యతపై అవగాహన కల్పించారు. చేతులు సక్రమంగా కడుక్కోవడం ద్వారా డెంగ్యూ, వైరల్ జ్వరాలు కడుపు సంబంధిత వ్యాధులు వంటి అనేక అంటువ్యాధులను నివారించవచ్చని వివరించారు. విద్యార్థులు పరిశుభ్రతను తమ దైనందిన జీవితంలో భాగంగా చేసుకోవాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా హ్యాండ్‌వాష్ పంపిణీ చేసి పరిశుభ్రతపై ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. అనంతరం పాండురంగాపురం గ్రామ అంగన్‌వాడీ కేంద్రంలో ప్రత్యేక చేతుల పరిశుభ్రత అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆరోగ్య కేంద్రాలు, అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు మరియు ఆశా కార్యకర్తలకు హ్యాండ్‌వాష్‌లను పంపిణీ చేశారు. వర్షాకాలంలో వ్యాధుల నివారణకు పరిశుభ్రత మరియు చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవడం అత్యంత అవసరమని ప్రజలకు వివరించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన డా. ఎంఏ ఫర్హా మిసెస్ ఇండియా విజేత ఫిట్ ఇండియా అంబాసడర్ స్వచ్ఛ సర్వేక్షణ్ అంబాసడర్ సామాజిక కార్యకర్త చేంజ్‌మేకర్ మాట్లాడుతూ పరిశుభ్రతే ఆరోగ్యానికి పునాది. ప్రతి వ్యక్తి చేతుల పరిశుభ్రతను అలవాటు చేసుకుంటే అనేక వ్యాధులను నివారించవచ్చు అని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా పాండురంగాపురం గ్రామ అంగన్‌వాడీ కేంద్ర హెడ్ ఎ అండ్ సత్యవాణి ఆమె సహచరులు డా. ఎం.ఏ. ఫర్హా ని ఘనంగా సన్మానించారు. సమాజంలో ఆరోగ్యం పరిశుభ్రత సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల ద్వారా ఆమె చేస్తున్న విశేష కృషిని అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమాల్లో స్థానిక ప్రజలు, విద్యార్థులు ఉపాధ్యాయులు అంగన్‌వాడీ సిబ్బంది ఆశా కార్యకర్తలు మరియు ఆరోగ్య సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.