

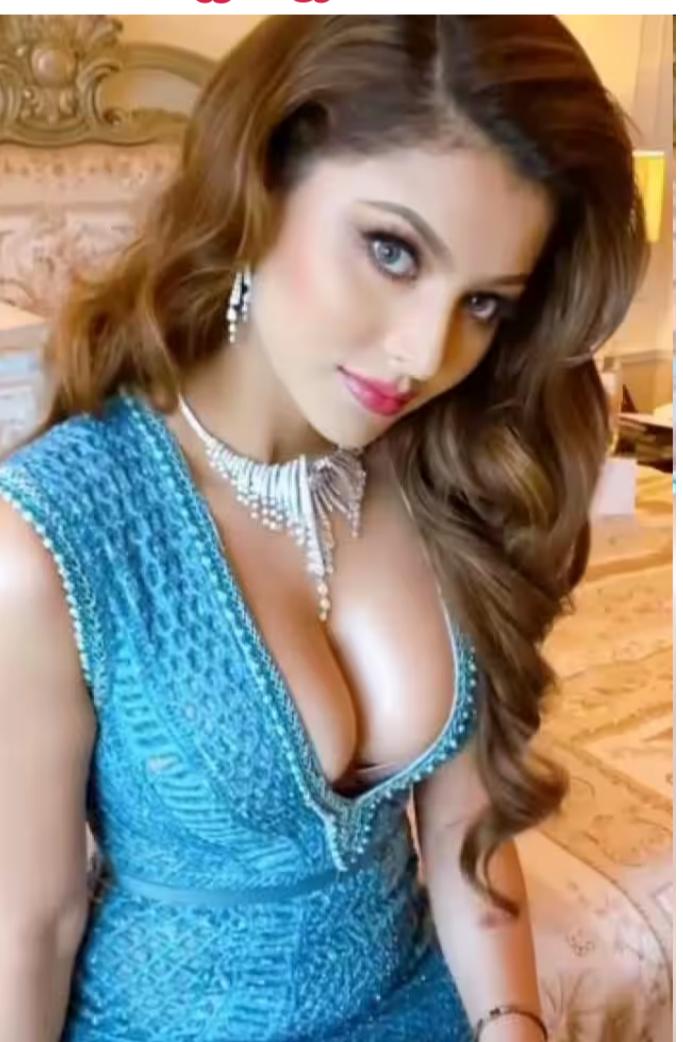
యోగానన అభ్యసనం ఆర్టోగ్యానికి మాత్రల పనిచేస్తుంది.

ఉత్సాహంగా యోగ కార్యక్రమంలో భాగ స్వామ్యాలు అవుతున్న యువత, మహిళలు యోగాను రోజువారీ దిన చర్యలో ఒక భాగంగా చేసుకోవడం ద్వారా అనారోగ్యసమస్యలు రావు : జిల్లా కలెక్టర్ చదలవాడ నాగరాణి ప్రతి ఒకరూ నొఱగా పొందుతాడు తెలుగుభాషాల్లో అంశపరిషించాలి : ఆంశపరిషించుటకు లేకపోతి వ్యక్తిగతాలు



పశ్చిమగోదావరి జిల్లా: పెనుగొండ: **నివాస్ న్యూస్ ప్రతినిధి** యోగాను రోజువారి దినపర్చులో భాగంగా చేసుకోవడంద్వారా అనారోగ్య సమస్యలు రావని, ఎక్కువుక్క అనసం ఒక్కుక్క మాత్ర లాగా వనిచేస్తుందని జిల్లా కలెక్టర్ తెలిపారు. మంగళవారం ఉదయం పెనుగొండ మండలకేంద్రంలోనిచారితాత్మకమైన రాసవి కన్స్టా పరమేశ్వరి అమ్మ వారి దేవస్థానం ఆవరణ నందు యోగాంధ్ర-2025లో భాగంగా సుమారు రెండు వేల మందితో నిర్వహించిన యోగా అభ్యాససార్వకమంలో జిల్లా కలెక్టర్ చదలవాడ నాగరాణి, ఆంధ్ర శాసనసభ్యులు పితాని సత్యవారాయట, జిల్లా సూపరింటెండెంట్ ఆఫ్ పోలీస్ అద్యాన్ నయాం అస్సి, జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ టి.రాహుల్ కుమార్ రెడ్డి పొల్చొన్నారు. ఈ కార్బూకమంలో భాగంగా ఫలంతర్జుతీయ క్రీడాకారిచి మరియు యోగ మాస్టర్ ట్రైనర్ బి.శిరీష, ఆయుష్ శాఖ యోగా గురువులు బధుగు చంద్రశేఖర్, పదాల రామచంద్రారెడ్డి యోగ విశిష్టతను నివిరిస్తూ చెప్పిన ఆసనాలను ఆసక్తిగా తిలకించారు చదలవాడ నాగరాణి, కాసనసభ్యులు పితాని సత్యవారాయట, జిల్లా ఎస్ట్ అద్యాన్ నయాం అస్సి జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ టి.రాహుల్ కుమార్ రెడ్డి, ఆశ్వీన్ దాసిరాజు, వివిధ శాఖలకు వెందిన అధికారులు, ప్రజలు, విధ్యార్థులు అసనాలు వేయడం జరిగింది. ఈ రందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ చదలవాడ నాగరాణి మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆశేశాల మేరకు గ్రామ, మండల, జిల్లా స్టాయల్స్ మే 21 నుంచి జూన్ 21 వరకు యోగాంధ్ర-2025 కార్బూకమాన్చి నిర్వహించడం జరుగుచున్నదన్నారు. యోగపై అవగాహన కల్పించేందుకు జిల్లాలోని పర్యాటక ప్రాంతమైన వశిష్ట గోదావరి లందలరేవు ఒడ్డు న మే 27న యోగాంధ్ర కార్బూకమాన్చి పెద్ద ఎత్తున నిర్వహించామన్నారు. నేడు జాన్ మాడున పెనుగొండలో నిర్వహించిన కార్బూకమంలో రెండు వేల మందివరకుభాగస్వాములై విజయవంతం చేయడం జరిగిందన్నారు. ప్రతిరోజు ఒక అరగంట వారి రోజువారి ప్రణాళికలో యోగాను చేస్తే మానసిక ఘతిిల్లి తగ్గుతుందని, తద్వారా చేసే పనిలో ఆటంకాలు లేకుండా చేసుకోవచ్చునని తెలిపారు. అందరూ యోగాని తమ జీవితంలో భాగం చేసుకుంటూ ప్రతిరోజు ఉనికి కుగూ చోయాస్తాలూ చేగ్గాలాచి గ్రామాలలోని ఇంగోరు ఇంగోరు తుంగదారు

ప్రాణ అవుతున్నాడు. ఈ పాప స్నేహిలకు కోట్టే!



2 నుంచి 4 నిమిషాల నిడివి ఉన్న ఈ సాంగ్రీ కోసం ఊర్పుశీ గళ్లిగానే వసూలు చేసింది. ఒకప్పటి మిన్ యూనివర్స్, భాలీవుడ్ ముద్దుగుమ్మ ఊర్పుశీ రాతేలా చేసినిన సినిమాలు తక్కువే అయిన పాపులారిటీ మాత్రం చాలా ఎక్కువగా ఉంది. ఎక్కువగా కమర్సియల్ యాస్, ఫోటోఫూట్ లతో ఊర్పుశీ దేశ వాప్టంగా విశేషమైన ప్ర్యాన్ పాలోయంగ్ సాంతం చేసుకుంది. అందుకే ఆమె కేవలం ఐటిం సాంగ్రీ మధ్యకాలంలో టాలీవుడ్ లో కూడా ఊర్పుశీ హాట్ ఫేరేల్ గా మారిపోయింది. ఈ మధ్యకాలంలో టాలీవుడ్ లో కూడా ఊర్పుశీ హాట్ ఫేరేల్ గా మారిపోయింది. మిగాస్టర్ చిరంజివి వాల్తెర్ వీరయుల్ బాన్ పార్టీ సాంగ్రీ లో ఈ బ్యాటీ డాస్ చేసింది. ఆ సాంగ్రీ కోసం కోటికి పైగానే రెమ్మునేషన్ ని ఊర్పుశీ అందుకుందట. తరువాత ఏజంట్, పవన్ కళ్యాణ్ ట్రో, రామ్ పోతినేని స్థంద సినిమాలలో ఈ బ్యామ ఐటిం సాంగ్రీ చేసింది. 2 నుంచి 4 నిమిషాల నిడివి ఉన్న ఈ సాంగ్రీ కోసం ఊర్పుశీ గళ్లిగానే వసూలు చేసింది. కోటి నుంచి రెండు కోట్ల మర్మనే సినిమాకి ఆమె డిమాండ్ చేస్తోందని టాక్ వినిపిస్తోంది. అయిన కూడా టాలీవుడ్ దర్జక, ఐయాతలు కవ్వితలగా తమ చిత్రాలలో ఐటిం సాంగ్రీ కి ఊర్పుశీ అయితేనే చెటర్ అని అనుకుంటున్నారు. రెమ్మునేషన్ ఎంతైనా చెల్లించి తీనుకోవాలని ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. ఈ కారణంగా ఈ బ్యాటీకి పెద్ద సినిమాల్లో ఐటిం సాంగ్రీ ఆఫ్స్ ఎక్కువగా వస్తున్నాయి. పీఠోయిస్ ఈ మధ్యకాలంలో ఐటిం సాంగ్రీ కి ఉద్దమపోయారు.

ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଗୁଲକୁ ଅନ୍ତର୍ଗତା.. ମଦିନିଂଦା ପଂକ୍ତି

- రేవే రూరల్ నియోజకవర్గ ఎలక్ట్రిల్ తై సైకిల్ల పంపిణీ, కూటమి నాయకుల ఆత్మియ సమావేశం
 - విపిత్తర్ కన్వెన్షన్ సెంటర్లో ఏర్పాటు పూర్తి
 - విపిత్తర్ ఫ్యాండేషన్ ఆర్ధుర్యంలో జప్పటివరకు 800 తై సైకిల్ల అందజేత
 - హోజురు కానున్న ఎంపి వేమిరెడ్డి, నెల్లారు రూరల్ ఎమ్ముల్చే కోటింరెడ్డి శ్రీధర్రెడ్డి



An aerial view of a massive outdoor yoga session. Numerous participants, mostly men in white shirts and dhotis, are arranged in long rows on colorful mats (red, green, blue, pink) on a paved area. They are performing a synchronized yoga pose with their right arms raised. In the background, a large, ornate temple with multiple gopurams (towers) is visible, decorated with yellow garlands. The temple complex includes several smaller buildings and a staircase leading up to the main entrance. The scene is set against a backdrop of lush green trees.

నిత్యం యోగాసనాలు చేయడం ద్వారా అనేక రుగ్మతలను దూరం చేసుకునేందుకు
వీలుంటుందన్నారు. ప్రజలు తమ జీవన విధానంలో యోగాను భాగంగా చేసుకుని
ఆరోగ్యమెన జీవనం సాగించాలన్నారు. అరోగ్యానికి ఒకొక్క అనుసం ఒక మాత్రలు
పనిచేస్తుందన్నారు. ప్రాణాయామం, బ్రమరి అసనాల ద్వారా తక్షణ ఫలితం
కనిపిస్తుందని, మిగతా అసనాలు ఒకబీ, రెండు రోజుల్లో ఘల్పితాలనుఇస్తాయన్నారు.
యోగ సాధన అనేది మనస్సును లగ్గు చేయడంతో పాటు ఏకాగ్రత పెంపాందడంతో
పాటు మనిషి జీవన విధానంలో క్రమిక్షణ అలవడుతుందన్నారు. ఇంతమంచి
కార్యక్రమంలో ప్రతి ఒకరూ పాల్గొని యోగాను జీవన విధానంలో భాగం
చేసుకోవాలన్నారు. జూన్ 21వ తేదీ వరకు గ్రామ, మండల, జిల్లా స్థాయిలో
యోగ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని, జిల్లలో ఇష్టటి వరకు 5,800 మంది
యోగా శిక్షకులు ఉన్నారని, సమయం దొరికినప్పుడు ప్రతి ఒకరూ యోగ చేయాలని
తెలిపారు. ఆవంట నియోజకవర్గం శాసనసభలు వితాని సత్యనారాయణ
మాట్లాడుతూ భారతీయ సంస్కృతిలో భాగమైన యోగ కై పై ప్రజల్లో అవగాహన
కల్పిస్తా ఈనెల 21న జిరిగి అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం రోజున రాష్ట్ర
వ్యాప్తంగా 2 కోట్ల మందితో యోగ కార్యక్రమాలు నిర్వహించేలా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం
యోగాంధ్ర క్యాంపియన్ ను నెల రోజుల పాటు నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. కం
కార్యక్రమంలో ఆర్థివో దాసిరాజు, డీఎస్సీ డా. బ్రిం వేద, జిల్లా టూరిజమ శాఖ అధికారి
ఏ.వి అప్పురావు, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి ఇ.నారాయణ, తపాసిల్లార్ జి.అనిత
కుమారి, ఎంపీడివోటి.సుర్యానారాయణమూర్తి, గ్రామ సర్వంం నక్క క్యాపుల సోసీటీ
శాస్త్రి , వివిధ శాఖల ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, ప్రజలు
తిథిశాఖలు సౌంఘ్యార్గు

ఆలమూరు (కోనీసిమ) : **నివాస న్యౌస్ ప్రతినిధి** మండలంలోని చొప్పెల్ల ప్రధాన కాలువ రేవు పరిశుద్ధతకు ఎంపిటీనీ జాంపోలు నాగేశ్వరరావు అద్దర్యులో జాంపోలు మాటిక్యూం (అబ్బి), వెలిశెల్లి రాంబాబు, ఆకుల నాగస్కు సహాయ సహకారాలత్తు మంగళవారం చర్చలు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపిటీనీ మాట్లాడుతూ నుమారు ఏదాదిన్నర క్రితం ప్రధాన కాలువలో భారీ మర్చి వఱక్కుం పడిపోయిందన్నారు. అప్పటినుండి ఇరిగేషన్ శాఖ ఇంతవరకు పట్టించుకోకపోవడంతో కాలువ నీరుతె పాటు వచ్చే చెత్త, ఇతర వ్యాధాలతో నిండిపోయి అవి కుళ్లిపోయి, ఆ ప్రదేశం అంతా దుర్మాన వెజజల్లతుందన్నారు. అయితే ఇక్కడ ఒక హ్యాండ్ పైపు ఉండని, దాని ద్వారా వచ్చే త్రాగునీరు పరిశుద్ధంగా ఉంటుందని, చుట్టుపక్కల గ్రామస్తులు తీసుకునీ వెళ్లి త్రాగుతూ ఉంటారు. అలాగే ఇక్కడ అథయాంజనీయ స్థామి గుడి ఉండని, నిత్యం యాత్రికులు వచ్చి దర్శించుకుంటారని అన్నారు. ప్రస్తుతం ఆ ప్రదేశానికి వెళ్లడానికి స్థానిక ప్రజలు భయభ్రాంతులకు గురవుతున్నారు. దీనిపై ఇరిగేషన్ శాఖ లింగాలుకు సులయాదుగు ఇప్పిలేకి ప్రాణాలను తేకటించాలారు.

ప్రధాన కాలువ రేవు పరిశుద్ధితకు చర్యలు

ఆలమూరు (కోనెసిమ): **నివాస న్యాస్ ప్రతినిధి** మండలంలోని చొప్పెల్ల ప్రధాన కాలువ రేవు పరిశుద్ధతకు ఎంపిటీస్ జాంపోలు నాగేశ్వరరావు ఆధ్యార్యంలో జాంపోలు మాణిక్యం (అబ్బా), వెలిశెట్టి రాంబాబు, ఆకుల నాగన్న సహాయ సహకారాలతో మంగళవారం చర్యలు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపిటీసి మాట్లాడుతూ నుమారు ఏడాదిన్నర క్రితం ప్రధాన కాలువలో భారీ మర్చి వఱక్కుం పడిపోయిందన్నారు. అప్పటినుండి ఇరిగేషన్ శాఖ ఇతపరకు పట్టించుకోకపోవడంతో కాలువ నీరుతో పాటు వచ్చే చెత్త, ఇతర వ్యాధలతో నిండిపోయి అవి కుళ్లిపోయి, ఆ ప్రదేశం అంతా దుర్మాసన వెడజల్లుతుందన్నారు. అయితే ఇక్కడ ఒక హ్యోండ్ పైపు ఉండని, దాని ద్వారా వచ్చే త్రాగునీరు పరిశుద్ధంగా ఉంటుందని, చుట్టుపక్కల గ్రామస్తులు తీసుకుని వెళ్లి త్రాగుతూ ఉంటారు. అలాగే ఇక్కడ అభయాంజనేయ స్నామి గుడి ఉండని, నిత్యం యాత్రికులు వచ్చి దర్శించుకుంటారని అన్నారు. ప్రస్తుతం ఆ ప్రదేశానికి వెళ్డానికి స్నానిక ప్రజలు భయభ్రాంతులకు గురవుతున్నారు. దీనిపై ఇరిగేషన్ శాఖ లింగారులు సులామాదు నిషిలి కేవల ప్రాణాలును లేకపోలుందారు.

ලක්ංග උග්‍රේනාරු සුංගාර නඩී ලබ්ධියෝ

ప్రాదరాబాదీ అమ్మాయి కోటి
కలలతో ముండైలో అడుగుపెట్టింది.
అక్కడ అనుకోని వరిస్తి తులు
ఎదురయ్యాయి. ప్రాదరాబాదీ అమ్మాయి
కోటి కలలతో ముండైలో అడుగుపెట్టింది.
అక్కడ అనుకోని వరిస్తి తులు
ఎదురయ్యాయి. గాడ్ ఖాదర్ లేని చేట
నటిగా ఎదగాలంటే చాలా వేధింపులను
ఎదురోపాల్సి ఉంటుంది. బాలీవుడ్ లో
తనకు అలాంటి వరిస్తి తులు
ఎదురయ్యాయని ఈ నటి గతంలో
వెల్లడించింది. కానీ తప్పదు..
కాలగమనంలో చాలా రాజీవడాల్సి
వచ్చిందని అంగీకరించింది. ప్రతిభతో
కొన్నేళ్ల పాటు నటనలో కొనసాగి చివరికి
శృంగార సినిమాల్లోను నటించాల్సిన
వచ్చింది. నిజానికి అందం, ప్రతిభ కంటే
ఇండట్లో తన స్థాయిని, స్థానాన్ని
నిర్దేశించే ఇంకా ఎన్నో విషయాలు ఉ
ంటాయని ఈ నటి లైఫ్ నిరూపించింది.
సీరియల్స్ పై నమంత కామెండ్ ప్రయోగం
ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాల్లో తన గోదు
వెల్లబోసుకుంటున్న ఈ బ్యాటీ పేరు
పెట్టిన చోపా. అందరికి సుపరిచితమైన
నటి. బాలీవుడ్ బ్లాక్ బస్టర్ తనమైన
అందం. నట ప్రతిభతో కటి పడేనిన

A woman with long dark hair, wearing a red off-the-shoulder lehenga with a green dupatta featuring gold embroidery. She is wearing large gold dangling earrings and a necklace. She is standing against a dark wooden background. A small silver statue is visible on the left side.

జలకాలాంటలో ప్రియాంక చోహా

ఆ అందంను కాపాడుకునేందుకు ప్రియాంక చోప్రా రెగ్యులర్గా వర్క్‌ట్రూస్ చేస్తూ ఉంటుంది. అందులో భాగంగా స్విమ్మింగ్ చేస్తూ ఉంటుంది. గ్రేబల్ బ్యాటీ ప్రియాంక చోప్రా మరోసారి ప్రౌదరాబాద్ వచ్చింది. మహేష్ బాబు, రాజవ్హాళి సినిమా ఘాటింగ్ కోసం ఆ మధ్య ప్రౌదరాబాద్కి వచ్చిన ప్రియాంక చోప్రా మరోసారి ఘాటింగ్ కోసం ప్రౌదరాబాద్లో వచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. ప్రౌదరాబాద్లో స్విమ్మింగ్ ఫూల్లో దిగిన ఫోటోలను షేర్ చేసింది. ప్రియాంక చోప్రా ఇన్స్టాగ్రామ్ ద్వారా షేర్ చేసిన ఈ ఫోటోలు, వీడియాలు ప్రస్తుతం అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్నాయి. ఆకట్టుకునే అందం తో పాటు, మంచి ఫిలింగ్ ప్రియాంక చోప్రా సాంతం అంటూ అభిమానులు అంటూ ఉంటారు. ఆ అందంను కాపాడు కునేందుకు ప్రియాంక చోప్రా రెగ్యులర్గా వర్క్‌ట్రూస్ చేస్తూ ఉంటుంది. అందులో భాగంగా స్విమ్మింగ్ చేసిన ల్యాప్ సమంత కామెంట్ ప్రయోగం తాజగా ప్రౌదరాబాద్లో స్విమ్మింగ్ చేసిన ఫోటోలను సోపల్ మీడియాల్ షేర్ చేసింది. ఎల్లో బికిని ధరించిన ప్రియాంక చోప్రా జల కన్స్ మాదిరిగా కనిపిస్తోందని నెటీజన్స్ కామెంట్ చేస్తున్నారు. ముద్దుగుమ్మ ప్రియాంక చోప్రా సోపల్ మీడియాలో ఆత్మధిక ఫాలోవర్స్ కలిగిన ఇండియన్ హిల్స్ యాన్డ్ నీలిచిన విషయం తెల్పిందే. ఇన్స్టాగ్రామ్లో ప్రియాంక చోప్రాకి 92.5 మిలియన్

A close-up, color photograph of actress Priyanka Chopra. She is partially submerged in clear, turquoise-blue water, with her dark hair slicked back. Her skin is glistening with water droplets. She is wearing a bright yellow, ruffled bikini top. Her gaze is directed towards the camera with a soft, pleasant expression. The background is a blurred, rippling texture of the surrounding water.

పాలోవర్స్‌ను కలిగి ఉంది. ఈ స్థాయి పాలోవర్స్‌ను సాంత చేసుకున్న బ్రియాంక హోప్రా అందుకు తగ్గట్టుగా రెగ్యులర్ తన అందమైన ఫోలోలను వేర్ చేయడంతో పాటు, తన డైరోటీన్‌ను నైతం వేర్ చేస్తూ ఉంటుంది.

ఇవాస్తి నువ్వులు



అన్నపీడ్నెన వోట్ ఇన్ బ్రాక్