

మంచి ఆరోగ్యం యోగాతోనే సాధ్యం



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న సూపరింటెండెంట్
డాక్టర్ శ్రీధర్, విజయవాడ ఆర్.డి వేణుగోపాల్

తిరుపతి హెల్త్, జూన్ 21 (ప్రభన్యూస్): ప్రతి రోజూ యోగను చేయడం ద్వారా ప్రతి ఒక్కరూ ఆరోగ్యంగా ఉండటం తో మానసికంగా ఉల్లాసంగా ఉండవచ్చునని ఈఎస్ఐ కార్పొరేషన్ విజయవాడ రీజినల్ డైరెక్టర్ అల్లూరి వేణుగోపాల్ పేర్కొన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవంను పురస్కరించుకొని తిరుపతి ఆర్.సి.రోడ్ లోని కార్మిక రాజ్య బీమా ఆసుపత్రిలో యోగపై ప్రత్యేకకార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆసుపత్రి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ శ్రీధర్, ఆర్ఎంఓ ఎ.వి.ఎస్. ప్రసాద్, యోగ స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్ రమేష్ కుమార్, ఈఎస్ఐసి కార్పొరేషన్ అధికారులు రామకృష్ణరాధాకృష్ణనర్సింగ్ సూపరింటెండెంట్ అమ్మలు, ఆసుపత్రి డాక్టర్స్, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

అధ్యక్షులు సంచ కృష్ణయ్య, హరి నాయుడు,దామర ప్రసాద్ నాయుడు, మాహాన్ నాయుడు, నూతల పార్టీ ప్రసాద్ నాయుడు, యుగంధర్,నరేంద్ర, పరుశురాం పాల్గొనడం జరిగింది.

ప్రతిరోజూ యోగ చేయడం ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని పెంచుకోండి



విశాలాంధ్ర - తిరుపతి : రీజినల్ డైరెక్టర్ వేణుగోపాల్ ఈ.ఎస్.ఐలో యోగ దినోత్సవ వేడుక ప్రతి రోజూ యోగ ను చేయడం ద్వారా ప్రతి ఒక్కరూ ఆరోగ్యంగా ఉండటం తో మానసికంగా ఉల్లాసంగా ఉండవచ్చునని ఈ.ఎస్.ఐ. కార్పొరేషన్ విజయవాడ రీజినల్ డైరెక్టర్

అల్లూరి. వేణుగోపాల్ పేర్కొన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం ను పురస్కరించుకొని తిరుపతి ఆర్. సి.రోడ్ లోని కార్మిక రాజ్య బీమా ఆసుపత్రి లో యోగ పై ప్రత్యేక కార్యక్రమం నిర్వహించి ఆసుపత్రి డాక్టర్స్, సిబ్బంది, రోగులతో ఆశనాలు చేయించి ప్రతి రోజూ యోగ చేయడం ద్వారా కలిగే ఉపయోగలను మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ కె. శ్రీధర్ తో పాటు వివరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆసుపత్రి ఆవరణలో “క్లిన్ అండ్ గ్రీన్ “లో భాగంగా ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్, చెత్తను తొలగించి మొక్కలు నాటారు. ఈ కార్యక్రమం లో ఆసుపత్రి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ కె. శ్రీధర్ తో పాటు ఆర్. ఎం.ఓ.ఎ. వి. ఎస్. ప్రసాద్, యోగ స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్. పి. రమేష్ కుమార్, ఈ.ఎస్.ఐ.సి. కార్పొరేషన్ అధికారులు రామ కృష్ణ, రాధా కృష్ణ, నర్సింగ్ సూపరింటెండెంట్ సి. అమ్మలు..ఆసుపత్రి డాక్టర్స్, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

బిందు సేద్యంపై రైతులకు అవగాహన కార్యక్రమం

అదలాలను పాఠశాల ల అందించేందు పాఠశాలల్లో : అవసరమైన జరుగుతుంద వేల రూపాయ చిన్న కృష్ణ, ఉపాధ్యక్షులు

సార్వత్రిక



అధ్యక్షుడు జి

సాక్షి

యోగాతో ఒత్తిడిపై విజయం

తిరుపతి అర్బన్: యోగా సాధన మన దైనందిన జీవితంలో అలవర్చుకోవడం ద్వారా శారీరక, మానసిక ఒత్తిడిని జయించి దృఢంగా ఆరోగ్యకర



ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ యోగా శరీరాన్ని, మనస్సును ఆరోగ్యకరంగా ఉంచడానికి తోడ్పడుతుందన్నారు. యోగాసనాలు శరీరాన్ని దృఢంగా మారుస్తాయని తెలిపారు. ఈ క్రమం



తిరుపతి తుదా: ఈఎన్ఐ ఆసుపత్రిలో..



22/06/2024 | Tirupati | Page : 11

Source : <https://epaper.sakshi.com/>