<u>ఎన్.టి.ఆర్. జిల్లా పోలీస్ కమిషనర్ వారి కార్యాలయము, విజయవాడ.</u>

పత్రికా ప్రకటన. తేదీ.**29-05-2025**.

<u>పోలీసు శాఖలో మానసిక శారీరక ఆరోగ్యం పెంపొందించడానికి పోలీసు యోగాంధ్రా</u>

<u>........ నగర పోలీస్ కమీషనర్ శ్రీ ఎస్. వి. రాజ శేఖర బాబు ఐ. పి.ఎస్.గారు.</u>

11వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం పురస్కరించుకొని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ఈ నెల 21 నుంచి జూన్ 21 వరకు యోగాంధ్ర పేరుతో ప్రత్యేక ప్రచార కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ నేపధ్యంలో ఈ రోజు బి.ఆర్.టి.ఎస్.రోడ్డు వద్ద ఎన్.టి.ఆర్.పోలీసు కమిషనరేట్ పరిదిలో పోలీసు శాఖలో మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యం పెంపొందించడానికి నగర పోలీస్ కమీషనర్ శ్రీ ఎస్. వి. రాజ శేఖర బాబు ఐ.పి.ఎస్.గారి ఆద్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున పోలీసు యోగాంధ్రా కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో చీఫ్ సెక్రెటరీ శ్రీ కె.విజయానంద్ ఐ.ఎ.ఎస్.గారు, హెల్త్ డిపార్ట్మెంట్ స్పెషల్ చీఫ్ సెక్రెటరీ శ్రీ ఎం.టి.కృష్ణ బాబు ఐ.ఎ.ఎస్. గారు, శ్రీమతి ఆర్.జయలక్ష్మీ ఐ.ఎ.ఎస్. గారు, నగర పోలీస్ కమీషనర్ శ్రీ ఎస్. వి. రాజ శేఖర బాబు ఐ.పి.ఎస్.గారు, ఈగల్ ఐ.జి. ఆకే రవి కృష్ణ ఐ.పి.ఎస్.గారు, ఐ.జి. శ్రీమతి రాజ కుమారి ఐ.పి.ఎస్.గారు, ఎ.పి.ఎస్.పి. ఐ.జి. శ్రీమతి రత్న కుమారి ఐ.పి.ఎస్.గారు, జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీ లక్ష్మి షా ఐ.ఎ.ఎస్. గారు, శ్రీ వీరపాండ్యన్ ఐ.ఎ.ఎస్.గారు, ఇతర ఐ.ఎ.ఎస్. అధికారులు, డి.సి.పి.లు శ్రీమతి కె.జి.వి.సరిత ఐ.పి.ఎస్.గారు, శ్రీ తిరుమలేశ్వర రెడ్డి ఐ.పి.ఎస్.గారు, శ్రీ కృష్ణ మూర్తి నాయుడు గారు, శ్రీ ఎస్.వి.డి.ప్రసాద్ గారు, ఎన్.టి.ఆర్.జిల్లా లా & ఆర్డర్, ట్రాఫిక్, ఇంటిల్ జెన్స్, ఆక్టోపస్,ఎస్.ఎస్.జి., ఐ.ఎస్.డబ్ల్యూ, హోంగార్డ్స్, సైబర్ సోల్జర్స్, సురక్ష, ట్రాఫిక్ అంబాసిడర్స్, ఆయుష్, ఓం శాంతి, బ్రహ్మ కుమారీస్, అమరావతి యోగా, పతంజలి ఆర్ట్ ఒఫ్ లివింగ్, ఇషా ఫౌండేషన్, IGMS, మదర్సా మొదలగు యోగా డిపార్ట్మెంట్ వారు, పెద్దఎత్తున యోగా ఔత్సాహికులు సుమారు 6000 మంది పాల్గొని యోగాసనాలు అభ్యసించారు.

ఈ సంధర్భంగా నగర పోలీసు కమిషనర్ గారు మాట్లాడుతూ......... గౌరవ ప్రధానమంత్రి వర్యులు, రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వర్యులు గార్లు దేశంలో ప్రతి ఒక్కరూ ఒక నెలపాటు క్రమం తప్పకుండా యోగ చేయాలని సందేశం అందించారు. యోగాంధ్ర లో నేడు పోలీసు కుటుంబం భాగస్వామ్యం అయ్యింది, సుమారు ఆరు వేల మందితో నేడు యోగాంధ్ర లో పాల్గొనడం ఆనందంగా ఉంది, రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ప్రజలు యోగాంధ్ర కు తరలి వస్తున్నారు, యన్టీఆర్ జిల్లాలో కలెక్టర్ గారి ఆధ్వర్యంలో ప్రతిరోజూ యోగాంధ్ర నిర్వహిస్తున్నారు, చీఫ్ సెక్రటరీ గారు, ఇతర ఉన్నతాధికారులు నేడు యోగాలో పాల్గొనడం సంతోషంగా ఉంది, పోలీసు పరంగా యోగాంధ్ర కు ఎల్లప్పుడూ మా సహకారం అందిస్తాం, ఆనందం, ఆరోగ్యం యోగాతోనే సాధ్యం, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆంధ్రప్రదేశ్ ను యోగాంధ్ర గా మార్చేందుకు చేస్తున్న కృషికి ప్రజలు సహకారం అందించాలి, ప్రతి ఒక్కరూ తన

జీవనశైలిలో యోగా ను ఒక భాగంగా చేసుకోవాలని, యోగా చేయడం ద్వారా శరీరం ఫ్లెక్సిబుల్ గా, చురుగ్గా ఉంటూ పనిలో ఒత్తిడిలు ఉండవు. ప్రతి ఒక్కరూ క్రమం తప్పకుండా యోగా చేస్తే వారి పని భారం, ఒత్తిడి లకు గురికాకుండా ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. మనిషి ఆరోగ్యం వృద్ధి చేసుకోవాలంటే యోగ తప్పనిసరి తెలియజేశారు.

జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీ లక్ష్మీ షా ఐ.ఎ.ఎస్.గారు మాట్లాడుతూ..... ఎన్.టి.ఆర్. పోలీసు కమిషనరేట్ ఆధ్వర్యంలో నేడు యోగాంధ్ర నిర్వహించాం, సహకరించిన పోలీసు కమిషనర్ గారికి, పోలీసు సిబ్బంది కి నా ధన్యవాదాలు, చీఫ్ సెక్రటరీ గారు, హెల్త్ సెక్రటరీ గారు,ఇతర అధికారులు పాల్గొనడం ఆనందంగా ఉంది, ప్రతి రోజూ ఇక్కడ వివిధ వర్గాల వారితో కలిపి యోగాంధ్ర ను నిర్వహిస్తున్నాం అని తెలియజేశారు.

ఎపి ప్రభుత్వ చీఫ్ సెక్రటరీ శ్రీ కె.విజయానంద్ ఐ.ఎ.ఎస్.గారు మాట్లాడుతూ... మే 21 నుంచి జూన్ 21 వరకు యోగాంధ్ర 2025 ను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపట్టింది, అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా నెల రోజుల పాటు ప్రజలను భాగస్వామ్యం చేస్తున్నారు, ఆరోగ్యకరమైన, ఆనందకరమైన సమాజం కోసం యోగా చేయాలి, మన శరీరం, మనసును ఆధీనంలో ఉంచుకునేందుకు యోగా ఎంతో ఉపయోగ పడుతుంది ,ప్రజలు అందరూ ఆరోగ్యంగా ఉండాలనే సంకల్పం తో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యోగాంధ్ర ను చేపట్టింది, 45 నిమిషాల ఆసనాలతో అనారోగ్యాలు దరి చేరకుండా చూడవచ్చు, ఎటువంటి ఒత్తిడిని అయినా తట్టుకుని నిలబడేలా యోగా సహకరిస్తుంది, అన్ని వర్గాల ప్రజలు ఈ యోగాంధ్ర లో భాగస్వామ్యం కావాలి, జూన్ 21న అంతర్జాతీయ యోగా డే సందర్భంగా రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రెండు కోట్ల మంది పాల్గొంటారు, ప్రతి జిల్లాలో నెల రోజుల పాటు యోగాంధ్ర నిర్వహిస్తున్నారు, వేలాది మంది ప్రజలు ఆయా జిల్లాల్లో పాల్గొంటున్నారు, కృష్ణబాబు గారు దీనికి సంబంధించిన కార్యక్రమం డిజైన్ చేశారు, యన్టీఆర్ జిల్లా కలెక్టర్, పోలీసు కమీషనర్ ల ఆధ్వర్యంలో ఇక్కడ యోగాంధ్ర బాగా జరుగుతుంది. ప్రజలు కూడా యోగాసనాల పై అవగాహన పెంచుకోవాలి అని తెలియజేశారు.

ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా చిన్నారుల ఆర్టిస్టిక్ యోగా ప్రదర్శనలు ఆకట్టుకున్నాయి. శ్వాసపై ఏకాగ్రత అనేది సర్వరోగ నివారిణిగా పనిచేస్తుందంటూ ధ్యానం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను వివరిస్తూ ఓం శాంతి బ్రహ్మకుమారీలు యోగా ఔత్సాహికులతో ధ్యాన సాధన చేయించారు.

@@@