राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

बेहतर सोच, बेबाक खब

स्वतंत्र स्टार

लखनऊ, अमृतसर, नई दिल्ली व रायपुर से एक साथ प्रकाशित

गांधी जयन्ती के उपलक्ष्य में डायबिटीज एवं अन्य बीमारियों से दूर रखने हेतु राष्ट्रीय जागरूकता कैम्प एवं योगा कार्यक्रम का शुभारंभ

केन्द्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद दिल्ली के सहयोग से गांधी जयन्ती के उपलक्ष्य में डायबिटीज एवं अन्य बीमारियों से दूर रखने हेतु राष्ट्रीय जागरुकता कैम्प एवं योग कार्यक्रम को स्वयंसेवी संस्था, कर्तव्य शिला महिला एवं बाल विकास संस्थान, लखनऊ द्वारा ग्राम गंगापुर विकास–मछरेहटा, अम्बेडकर मैदान के प्रांगण में, ग्राम–परसपुर विकासखण्ड व तहसील मिश्रिख, ग्राम–हबीबपुर, तुलसनपुर, ग्राम–गंगापुर कालिकावक्श वि0ख0–खैराबाद, जनपद–सीतापुर में कुल 05 कैम्पों का संचालन किया गया जिसके प्रशिक्षक मुकेश,अरून प्रदीप खुशीराम उमेश कुमार, कंचनवर्मा, पुष्पराज, नीरज कुमार वर्मा, आदि के द्वारा योग प्रशिक्षण दिया गया और डायबिटीज को नियंत्रित करने के लिए कई प्रकार के योगासन कराये गये और उन्हें अमल में लाने की बात कही गई। डॉ0 सुनील यादव ने बताया कि डायबिटीज जैसी घातक बीमारी है जिससे बचाव के लिए शुद्ध आहार–बिहार एवं योग ही रामवाण औषधि है। डॉ0 एम0के0 सिंह ने बताया कि डायबिटीज के रोगियों को मार्निंग वाक करना बहुत जरूरी है कम से कम से दो से तीन किलो मीटर चलना चाहिए। इस कार्यकम मे उपसथित वंदना देवी शान्ती देवी शियाराम ब्रिजेश विकम सौरम प्रधान श्रीमती अमिताराज मुन्ना लाल एवंम सेकडों ग्राम वासीयों ने बढ चढ कर हिस्सा लिया।

अत में संस्था के अध्यक्ष आर0के0 चौरसिया ने बताया कि उक्त संस्था द्वारा जनपद सीतापुर के कई क्षेत्रों में लगभग 10 वर्षो से विभिन्न प्रकार के कार्यक्रमों का संचालन करती आ रही है। वर्तमान में कम्प्यूटर ट्रेनिंग प्रोग्राम, स्वींगमशीन आपरेटर, ट्रेनिंग प्रोग्राम कर रही है। अगर इसी तरह से आप सभी का सहयोग मिलता रहा तो यह संस्था ऊँचाईयों तक पहुच कर यू0पी0 तक ही नहीं सम्पूर्ण भारत में अपना परचम लहरायेगी।

Scanned by CamScanner

आज
www.ajhindidaily.com
ध्य प्रदेश संस्करण), कानपुर, (झांसी संस्करण), लखनऊ, आगरा, बरेली, पटना, रांची, (धनबा

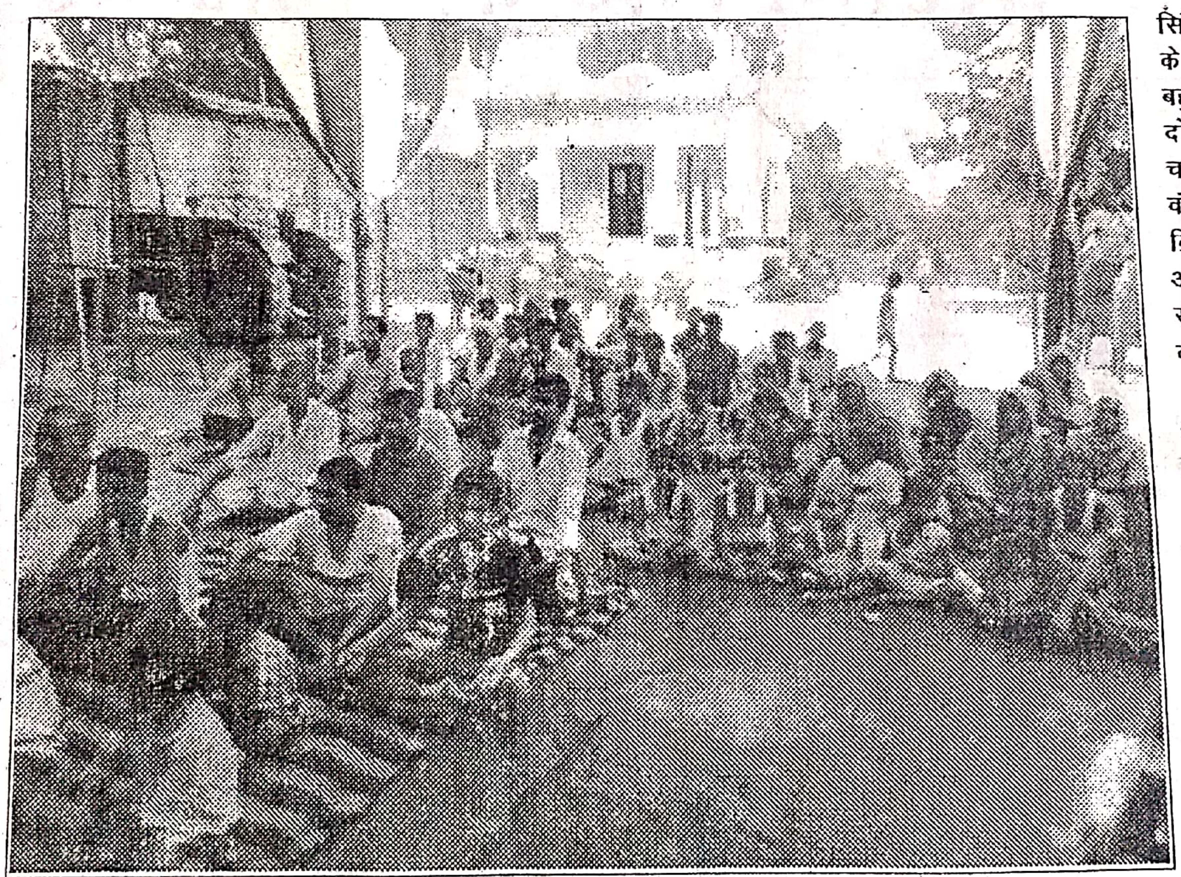
शुद्ध आहार विहार व योग ही डायबिटीज की रामबाण औषधि-डा. सुनील

सीतापुर। केन्द्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद दिल्ली के तत्वावधान में कर्तव्य शिला महिला एवं बाल-विकास संस्थान द्वारा डायबिटीज एवं अन्य बीमारियों से दूर रखने हेतु राष्ट्रीय जागरूकता कैम्प एवं योग कार्यक्रम का आयोजन विकासखंड मछरेहटा के ग्राम गंगापुर, विकासखंड मिश्रिख के ग्राम परसपुर, विकासखंड खैराबाद के ग्राम हबीबपुर, तुलसनपुर, कालिकाबक्श आदि स्थानों पर किया गया। जिसमें प्रशिक्षक मुकेश, अरूण, प्रदीप, खुशीराम, उमेश कुमार, कंचन वर्मा, पुष्पराज, नीरज कुमार वर्मा आदि के द्वारा योग प्रशिक्षण दिया गया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए डा. सुनील यादव ने बताया कि डायबिटीज जैसी घातक बीमारी है। जिससे बचाव के लिए शुद्ध आहार बिहार एवं योग ही रामबाण औषधि है।

Scanned by CamScanner

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
ग्रामीण दर्शन टाइम्स
एक नई क्रांति
वर्षः 1 अंकः 31 मूल्यः 3:00 पृष्ठः 12
लखनऊ, मंगलवार, 04 अक्टूबर 2016

गांधी जयन्ती के उपलक्ष्य में डायबिटीज एवं अन्य बीमारियों से दूर रखने हेतु राष्ट्रीय जागरुकता कैम्प एवं योगा कार्यक्रम का शुभारंभ



आज दिनांक 02.10.2016 को केन्द्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद दिल्ली के सहयोग से गांधी जयन्ती के उपलक्ष्य में डायबिटीज एवं अन्य बीमारियों से दूर रखने हेतु राष्ट्रीय जागरुकता कैम्प एवं योग कार्यक्रम को स्वयंसेवी संस्था, कर्तव्य शिला महिला एवं बाल विकास संस्थान, लखनऊ द्वारा ग्राम गंगापुर विकास–मछरेहटा, अम्बेडकर मैदान के प्रांगण में, ग्राम–परसपुर विकासखण्ड व तहसील मिश्रिख, ग्राम–हबीबपुर, तुलसनपुर, ग्राम–गंगापुर कालिकावक्श वि0ख0–खैराबाद, जनपद–सीतापुर में कुल 05 कैम्पों का संचालन किया गया जिसके प्रशिक्षक मुकेश,अरून प्रदीप खुशीराम उमेश कुमार, कंचनवर्मा, पुष्पराज, नीरज कुमार वर्मा, आदि के द्वारा योग प्रशिक्षण दिया गया और डायबिटीज को नियंत्रित करने के लिए कई प्रकार के योगासन कराये गये और उन्हें अमल में लाने की बात कही गई। डॉ0 सुनील यादव ने बताया कि डायबिटीज जैसी घातक बीमारी है जिससे बचाव के लिए शुद्ध आहार–बिहार एवं योग ही रामवाण औषधि है। डॉ0 एम0के0 सिंह ने बताया कि डायबिटीज के रोगियों को मार्निंग वाक करना बहुत जरूरी है कम से कम से दो से तीन किलो मीटर चलना चाहिए। इस कार्यकम मे उपसथित वंदना देवी शान्ती देवी सियाराम ब्रिजेश विकम सौरम प्रधान श्रीमती अमिताराज मुन्ना लाल एवंम सेकडों ग्राम वासीयों ने बढ चढ कर हिस्सा लिया

अंत में संस्था के अध्यक्ष आर0के0 चौरसिया ने बताया कि उक्त संस्था द्वारा जनपद सीतापुर के कई क्षेत्रों में लगभग 10 वर्षो से विभिन्न प्रकार के कार्यक्रमों का संचालन करती आ रही है। वर्तमान में कम्प्यूटर ट्रेनिंग प्रोग्राम, स्वींगमशीन आपरेटर, ट्रेनिंग प्रोग्राम कर रही है। अगर इसी तरह से आप सभी का सहयोग मिलता रहा तो यह संस्था ऊँचाईयों तक पहुच कर यू0पी0 तक ही नहीं सम्पूर्ण भारत में अपना परचम लहरायेगी।

वर्ष 37 अंक 241
पृष्ठ 22
लखनऊ, बुधवार
22 जून 2016
नगर संस्करण**
मूल्य ₹ 4.00

विश्व का सर्वाधिक पढ़ा जाने वाला अखबा

दैनिक जागरण

सीतापुर

जीवन को अमृत बनाता योग

लखनऊ पब्लिक स्कूल में योग करते छात्र-छात्राएं जागरण

- विश्व योग दिवस पर जिले भर में हुए आयोजन
- लोगों में दिखा उत्साह

जासं, सीतापुर : जिले में मंगलवार का दिन पूरी तरह योग के नाम रहा। शहर से लेकर गांवों तक योग शिविरों की धूम रही। बुजुर्ग हो या युवा, महिलाओं से लेकर बच्चे तक योग समागम के सहभागी बने। शिविरों में इसके प्रति लोगों का आकर्षण आज चरमोत्कर्ष पर दिखा।

केंद्रीय विद्यालय में योग शिक्षकों अनुराग सोनी और अमित कुमार सिंह ने छात्रों को योग के विभिन्न आसन का अभ्यास कराया। छात्रा तनिषा, प्रग्यांशी, शिवांशी ने विचार प्रस्तुत किए। शिक्षक जगदेव प्रसाद, डॉ. बीआर कुरील ने योग के महत्व पर चर्चा की। प्रभारी प्राचार्य नीलेश कुमार मिश्र ने योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने पर जोर दिया।

गायत्री शक्ति पीठ द्वारा गीता सत्संग भवन में योग प्रदीप कुमार वर्मा व ज्ञान प्रकाश ने कराया। कमलेश कुमार ने नियमित योग का संकल्प दिलाया। जिला कारागार में शिविर आयोजित किया गया। पतंजलि समिति के मनीष राज, शिव नरायन चौरसिया ने बंदियों को योग कराया। जेलर आनंद कुमार शुक्ल, डॉ. जितेंद्र, डीके वर्मा, विजय मौर्य आदि शामिल हुए। आनंदी देवी सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज में प्रधानाचार्य श्रवण कुमार श्रीवास्तव ने बताया कि योग से शरीर निरोगी रहता है। महर्षि विद्या मंदिर की प्राचार्य शिक्षा दीक्षित ने बच्चों को योग के महत्व से अवगत कराया है। योग शिक्षक श्याम सिंह, शोभा दीक्षित, श्वेता दीक्षित, सरिता, सुधा श्रीवास्तव ने विचार व्यक्त किए। लखनऊ पब्लिक स्कूल में शिविर का आयोजन किया गया। प्राचार्य नीलम सिंह ने योग के महत्व पर प्रकाश डाला। भारत परिषद द्वारा सांई कृपा चौरसिया भवन में प्रशिक्षक डॉ. वीके आर्या, संजय पुरी ने योगभ्यास कराया। मुख्य अतिथि राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. वीके सिंह द्वारा सूर्य नमस्कार आदि आसनों के महत्व से अवगत कराया गया। अखिल भारतीय क्षत्रिय महासभा के जिलाध्यक्ष सुनील सिंह गौर द्वारा महाराणा प्रताप पार्क में योग शिविर का आयोजन किया गया। योग शिक्षक पूरन सिंह ने योग कराया। वरुण सिंह तोमर, दीपक सिंह, जया सिंह, इंदू सिंह चौहान, रामकुमार सिंह, भानु प्रताप सिंह, दिनेश पाल सिंह, वीरेंद्र सिंह चौहान मौजूद रहे। धोंधी में रामकुमार सिंह द्वारा योग शिविर आयोजित किया गया। केंद्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद द्वारा योग शिविर मछरेहटा क्षेत्र के मंगलेश्वर बाबा धाम मैदान सांडिला आदि में किया गया।

नैमिषारण्य : बांके रमण बिहारी चार धाम मंदिर में नेहरू युवा क्लब के तत्वावधान में आश्रम महंत स्वामी विद्यानंद सरस्वती के सानिध्य में लगाया गया। योग शिक्षक डॉ. शिवसागर ने सूर्य नमस्कार के साथ शुभारंभ किया। नेहरू युवा केंद्र के डॉ. एए फारुकी, जितेंद्र सिंह, विवेक सिंह चौहान, रवि प्रकाश शुक्ल, प्रीति देवी मौजूद रहे। कालीपीठ संस्थान में कालीपीठाधीश गोपाल शास्त्री की उपस्थिति में शिविर आयोजित किया गया। जयगुरुदेव आश्रम में भी मुकेश गुप्ता, राम शंकर दीक्षित, मिश्री लाल वर्मा, डॉ. भानु प्रताप ने योग कराया। **रामकोट :** केपी मेमोरियल स्कूल में योग शिविर प्रबंधक डॉ. आरके यादव के नेतृत्व में हुआ। प्रधानाचार्य लालाराम यादव, सुनील कुमार, राम नरायन, शैलेंद्र वर्मा, अजीत कुमार तिवारी, लालता कश्यप ने छात्रों को योग कराया। गंगासागर तीर्थ पर योग शिविर का आयोजन साकेत मिश्रा के नेतृत्व में किया गया। अंबिका अवस्थी, राजकिशोर मिश्रा, अजय, अमित तिवारी आदि ने दर्जनों लोगों को योग कराया।

मेजर ध्यानचंद्र स्टेडियम में विश्व योग दिवस पर योग सिखाते शिक्षक जागरण

सिधौली : राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ व पतंजलि, गायत्री परिवार द्वारा गांधी महाविद्यालय में योग शिविर का आयोजन किया गया। अशोक यादव, बच्चे बाजपेई, रामकरन रावत, जगदीश विश्वकर्मा, सुनील सिंह, उमाशंकर श्रीवास्तव, डॉ. ओपी पांडेय, कमल पांडेय आदि मौजूद रहे। प्रशिक्षकों ने विविध योग की क्रियाएं की और नियमित योग पर बल दिया। **लहरपुर :** विश्व योग दिवस पर कस्बे में विभिन्न स्थानों पर योग शिविरों का आयोजन किया गया। पक्का तालाब तीर्थ पर पतंजलि योगपीठ ने शिविर लगाया गया। समिति के सर्वेश दीक्षित ने योग प्रशिक्षण दिया। सरस्वती शिशु मंदिर में प्रबंधक निरंकार मेहरोत्रा, रामलखन सिंह तोमर, शिवानंद कपूर, मुकंदेलाल त्रिवेदी, गोपीनाथ टंडन मौजूद रहे।

महमूदाबाद : संकटा देवी मंदिर में भारत स्वाभिमान ट्रस्ट के शिविर का शुभारंभ एसडीएम एके सिंह ने किया। साकेंद्र प्रताप, चंद्रभूषण शुक्ल, मोहन प्रसाद बारी, अंबरीश गुप्त, नंदिनी, सिप्रा, शीलू, राजेश मिश्र, दयाराम, नेहा, गायत्री परिवार के शिव बालक वर्मा, राम सिंह, जयपाल आर्य मौजूद रहे। राजकीय महाविद्यालय में आरके सिंह की अगुवाई में एनसीसी कमांडरों ने छात्रों को योग कराया।

सरैयां : सरैयां कादीपुर स्थित गायत्री शक्ति पीठ के माध्यम से सिकंद्राबाद परिसर में योग शिविर आयोजित किया गया। प्रशिक्षक मनीष चौरसिया ने योग का महत्व बताते हुए अनेक असान कराए। शक्तिपीठ के मिश्रीलाल मौर्य, अध्यापक खुशीराम ने सहयोग किया।

बिसवां : नगर के एचआरडी इंटर कॉलेज मैदान, श्रीराम चंपा देवी इंटर कॉलेज में मुकेश आर्य, सचिन नाग, राजेश जायसवाल, पवन बंसल ने योग कराया। राजाराम गुप्ता, बबलू जोशी, कुलदीप सिंह, सुशील शुक्ला, पीयूष मौर्य, राकेश शुक्ला, भगवती सिंघल आदि मौजूद रहे। **महोली :** कठिना तट स्थित प्रग्यानं सत्संग आश्रम के महंत स्वामी विज्ञानानंद सरस्वती के सानिध्य में हुए कार्यक्रम में डॉ. रेनू वर्मा ने योग कराया और योग से होने वाले लाभों से अवगत कराया। डॉ. रामजी दास टंडन, अवधेश वर्मा, राजकुमार तिवारी, विशंभर त्रिवेदी, हनुमान दीक्षित, महेश अग्रवाल, यशपाल, अवधेश आदि मौजूद रहे।

रामपुर मथुरा : योग शिविर का आयोजन गायत्री प्रज्ञा संस्थान रमईपुर, रानी सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज, संतोषी लाल मेमोरियल इंटर कॉलेज चौंदपुर बाजार में आयोजित किया गया। चक्रेश कुमार पांडेय ने सभी शिविरों में योग का प्रशिक्षण दिया। केशव राम, राजेंद्र, लक्ष्मीकांत, राजेश मौजूद रहे।

मेजर ध्यानचंद्र स्टेडियम पर योग करते सांसद राजेश वर्मा व अन्य साधक जागरण

प्रवेश प्रारम्भ
श्री कृष्णा एजुकेशन
सरकार द्वारा,
छात्रवृति
सम्पर्क

Scanned by CamScanner

शिप्रो न्यूज टाइ

सभी लोग नियमित योगासन करें तो समस्त बीमारियों से छुटकारा पाया जा सकता है

लखनऊ। आज दिनांक 21. 06. 2016 को केन्द्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद नई दिल्ली

भारत सरकार के सहयोग से कर्त्तव्य शिला महिला एवं बाल विकास संस्थान, लखनऊ के द्वारा निःशुल्क योग शिविर 21.05.2016 से 21.06.2016 तक मंगलेश्वर बाबा धाम का ग्राउण्ड सड़िला द्वितीय शिविर बीहट बीरम, तृतीय शिविर अम्बेडकर मैदान गंगापुर, विकास खण्ड मछरेहटा, ज़नपद–सीतापुर के प्रांगण में प्रातः 5:30 बजे से 8:00 बजे के मध्य में निःशुल्क एक मासीय योग शिविर का संचालन किया जा रहा था। अन्तर्राष्ट्रीय योग शिविर के उपलक्ष्य में एक दिवसीय सेमीनार का आयोजन अम्बेडकर मैदान गंगापुर, विकास खण्ड मछरेहटा, जनपद–सीतापुर के प्रांगण में प्रातः 9:00 बजे के मध्य में आयोजित किया जा रहा है। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पूर्व के द्वारा दीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारम्भ किया गया उक्त कार्यक्रम में संस्था के अध्यक्ष आर0के0 चौरसिया ने बताया कि प्रतिदिन योगा का सुभारम्भ सूर्य नमस्कार के साथ सिद्धासन, स्वास्तिकासन, पद्मासन, व्रजासन, ब्रह्ममुद्रा, मत्स्यासन, पवनमुक्तासन, भुजंगासन, मकरासन, विपरीतकर्णी, हलासन, चक्रासन, सर्वांगासन, पश्चिमोत्तानासन, एक पाद जानुशिरासन, चक्रासन, अर्ध–मत्स्येन्द्रासन, सुप्तवज्रासन, कटिचक्रासन, श्वासन आदि के योग का प्रशिक्षण दिया गया है। यदि यह सभी लोग नियमित योगासन करें तो समस्त बीमारियों से छुटकारा पाया जा सकता है। मुख्य अतिथि ने बताया कि इस योग शिविर में विभिन्न प्रकार के रोगी जैसे– घुटने का दर्द, पीठ का दर्द, शुगर, बी.पी., रक्तचाप, पेटकब्ज, अनिद्रा, थाईराइड, आदि के रोगी शामिल होकर योग किया है जिनको लाभ मिला है। योग प्रशिक्षकों ने बताया कि इस योग में बच्चे एवं पुरुष महिलाओं, युवतियों ने बढ़–चढ़कर हिस्सा लिया है। यह योग पूरी तरह से निः शुल्क प्रशिक्षण दिया गया है। योग प्रशिक्षक रेनू सिंह, विनय सिंह, मुकेश, विनोद कुमार चौरसिया सहयोगीगण भोलानाथ अवस्थी, त्रिवेणी प्रसाद, मनीषा पाण्डेय, वन्दना, शान्ति देवी, अमित कुमार दीपक शुक्ला, विक्की सिंह, अजय प्रकाश आदि उपस्थित रहे। संस्था अध्यक्ष द्वारा मुख्य अतिथि, प्रशिक्षकों एवं सहयोगियों को स्मृति चिन्ह प्रदान किया गया।

दिनांक 22/06/2016 पेज 6 पर अंकित है।

Scanned by CamScanner