

// प्रतिवेदन //

योगाभ्यास – गोदग्राम लोफंदी

दिनांक 15/10/2022

—0—

दिनांक 15 अक्टूबर, 2022 को अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर के योग साइंस विभाग एवं राष्ट्रीय सेवा योजना, विश्वविद्यालय शिक्षण विभाग के संयुक्त तत्वाधान में विभागाध्यक्ष एवं कार्यक्रम अधिकारी श्री गौरव साहू के नेतृत्व में शिक्षकों और विद्यार्थियों ने विश्वविद्यालय के गोदग्राम ग्राम लोफन्दी के प्राथमिक और माध्यमिक स्कूल में योग शिविर का आयोजन किया तथा योगाभ्यास करवाया व लोगो को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया।

अटल बिहारी विश्वविद्यालय के कुलपति डा अरुण दिवाकर नाथ बाजपेयी ने कहा कि वर्तमान दौड़ भाग के जीवन में लोग अपने सेहत के बारे में ध्यान देना कम कर दिये है। इसके चलते लोग किसी न किसी बीमारी या रोग से पीड़ित हैं। लोगों को जीवनभर फिट रखने के लिए योग करना चाहिए। योग को जन जन तक पहुंचाना जरूरी है।

इस दौरान छोटे छोटे बच्चों को छत्तीसगढ़ी भाषा में समझाकर योग कराया गया। इस दौरान भारी संख्या में बच्चे उपस्थित रहे। योग शिक्षक सत्यम तिवारी ने बच्चों को सूक्ष्म व्यायाम करने से होने वाले फायदे के बारे में विस्तृत जानकारी प्रदान की।

तत्पश्चात् योग विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. गौरव साहू ने कहा कि अभी स्कूलों के बाद ग्राम पंचायतों में योग शिविर लगाई जाएगी ताकि सभी लोग सेहत के प्रति जागरूक रहे। योग शिक्षक व प्रोफेसर सत्यम तिवारी ने बताया कि 250 स्कूली बच्चों को योगा कराया है। इस अवसर पर प्रोफेसर सत्यम तिवारी, पूजा यादव, दुर्गेश पटेल, शानू, लोकेश, श्वेता, रोशनी देवांगन, प्रिया साहू, इंदु साहू, अंजली, किरण साहू, नीतीश साहू समेत सभी छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।





नईदुनिया खबर बुन

लगातार सड़ते सड़ते कोटेशन काठडा नापपपेटा एलीनमप देन मितन धर्म ललकन नैननीन मनरीनन

योग शिविर लगाकर जन-जन को फिटनेस के प्रति जागरूक करें- कुलपति बिलासपुर

बिलासपुर को योग सडडट विभाग के डलक ओट विद्यालयों ने गोट डलम लोफण्टी की प्राथमिक ओट माध्यमिक डकुन में योग शिविर आरगनित की। डलके डोटे डोटे बच्चों को डलकपन डलनन योग शिविर का मुडव अडलव डे। डलकपन डोटे डोटे बच्चों को डलकपन डलनन योग शिविर का मुडव अडलव डे। डलकपन डोटे डोटे बच्चों को डलकपन डलनन योग शिविर का मुडव अडलव डे।

Publish Date | Sat, 15 Oct 2022 03:02 PM (IST)

बिलासपुर को योग सडडट विभाग के डलक ओट विद्यालयों ने गोट डलम लोफण्टी की प्राथमिक ओट माध्यमिक डकुन में योग शिविर आरगनित की। डलके डोटे डोटे बच्चों को डलकपन डलनन योग शिविर का मुडव अडलव डे। डलकपन डोटे डोटे बच्चों को डलकपन डलनन योग शिविर का मुडव अडलव डे। डलकपन डोटे डोटे बच्चों को डलकपन डलनन योग शिविर का मुडव अडलव डे।

योग शिविर लगाकर जन-जन को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करें : कुलपति बाजपेयी

बिलासपुर(नईदुनिया प्रतिनिधि)। वर्तमान दौड़भाग के जीवन में लोग अपने सेहत पर ध्यान नहीं दे रहे हैं। इससे लोग किसी न किसी बीमारी से पीड़ित हैं। लोगों को जीवनभर स्वस्थ रहने के लिए नियमित योग करना चाहिए। योग को जन-जन तक पहुंचना जरूरी है। ये बातें अटल बिहारी विश्वविद्यालय के कुलपति डा. अरुण दिवाकर नाथ बाजपेयी ने कहा।

शनिवार को अटल बिहारी विश्वविद्यालय के योग साइंस विभाग के शिक्षक और विद्यार्थियों ने विश्वविद्यालय के गोद ग्राम लोफंदी के प्राथमिक और माध्यमिक स्कूल में योग शिविर आयोजित की। इस दौरान छोटे छोटे बच्चों को छत्तीसगढ़ी भाषा में बोल-बोलकर आसन कराया। इस दौरान

भारी संख्या में बच्चे उपस्थित रहे। योग शिक्षक सत्यम तिवारी ने बच्चों को सूक्ष्म व्यायाम करने से होने वाले फायदे के बारे में जानकारी। इसके बाद योग विभाग के विभागाध्यक्ष डा. गौरव साहू ने कहा कि अभी स्कूलों के बाद ग्राम पंचायतों में योग शिविर लगाया जाएगा। ताकि सभी लोग सेहत के प्रति जागरूक हों। योग शिक्षक व प्रोफेसर सत्यम तिवारी ने बताया कि स्कूली बच्चों को सूक्ष्म व्यायाम, प्राणायाम समेत अलग-अलग आसन कराए गए। इसके साथ ही एनएसएस द्वारा प्लास्टिक मुक्त रहने के लिए बच्चों व ग्रामीणों को प्रेरित किया गया। इस अवसर पर प्रोफेसर सत्यम तिवारी, पूजा यादव, दुर्गेश पटेल, शानू, लोकेश, रोशनी देवांगन समेत सभी छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

स्वस्थ जीवन के लिए पोषक आहार अतिआवश्यक-मनोज राष्ठीय पोषण माह कार्यक्रम ग्राम लोफंदी में

बिलासपुर, 30 सितम्बर (देशबन्धु)। अटल बिहारी बाजपेयी की विश्वविद्यालय के विश्वविद्यालय शिक्षण विभाग के राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंसेवकों द्वारा भारत सरकार द्वारा निर्धारित राष्ट्रीय पोषण माह के अंतर्गत कार्यक्रम अटल बिहारी बाजपेयी विश्वविद्यालय के गोद ग्राम लोफंदी में रखा गया। जिसके मुख्य अतिथि कुलसचिव डा. सुधीर शर्मा, विशिष्ट अतिथि कार्यक्रम समन्वयक मनोज सिन्हा, प्रो. यशवंत पटेल, आदित्य सिरोडिया, लीना लकरा मीम एवं ग्राम लोफंदी के शासकीय प्राथमिक शाला के प्रधानपाठक एवं शाला के शिक्षकगण भी सम्मिलित हुए।

सौमित्र तिवारी एवं डॉक्टर समोना भट्टाचार्य ने भी शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम में डॉक्टर सुधीर शर्मा ने बच्चों से बातलाया किया। उनको संबोधित किया बच्चों को बताया की पोषण आहार हमारे जीवन के लिए कितना महत्वपूर्ण है एवं मनोज सिन्हा ने अपने उद्घोषण में कहा कि स्वस्थ जीवन के लिए हमें पोषक आहार लेना अति आवश्यक है एवं गौरव साहू के नेतृत्व में स्वच्छता अभियान के नेतृत्व परिसर में चलाया गया। पुरे शाला परिसर में चलाया गया। जिसमें शासकीय उच्च माध्यमिक शाला में स्वच्छता अभियान चलाया गया विद्यालय के प्रांगण में साफ सफाई की गई। राष्ट्रीय

सेवा योजना के सभी स्वयंसेवकों ने बच्चों से बातलाया किया उन्हें पोषक आहार के बारे में सरल भाषा में समझाया एवं उन्हें बताया कि किस प्रकार हमें पोषक आहार लेना चाहिए और स्वस्थता बनाया खानपान चीजों का की बचा चीज हमें खाना चाहिए और बताया कि उनसे हमें किस प्रकार के पोषण मिलते हैं। स्वयंसेवकों द्वारा नृत्य तथा नुकाड़ नाटक का भी प्रदर्शन किया गया। नुकाड़ नाटक में बताया की किस प्रकार अतिआहार और अज्ञानता के कारण कुपोषण के गंभीर परिणाम होते हैं। शाला की शिक्षिका ने सभी स्वयंसेवकों के कार्यों को सराहना करते हुए बच्चों को सेहारे लिए माताओं को बात है की विश्वविद्यालय से सैतनी अधिक संख्या में स्वयंसेवक नहीं आये और हमारे बच्चों को नहीं नयी जानकारी प्रदान की। स्वयंसेवक अपने साथ पोस्टर्ड और पोषण आहार की थाली भी लेकर आये थे। जिसमें बच्चों का मनोरंजन करते हुए उन्हें बताया गया पोषक आहार आपके लिए उतना ही जरूरी है जितना स्वच्छ पानी कार्यक्रम अभिकारी प्रो. गौरव साहू के नेतृत्व में कार्यक्रम सम्पन्न हुआ जिसमें स्वयंसेवक अखिल शर्मा, नीरज यादव, आरती बंजारे, साहिल टंडन, साहवेज, आदिल, अंकिता मानसी, अनामिका, नेहा एवं सभी स्वयंसेवक उपस्थित रहे।