



हरिभूमि बालोद मूमि

रायपुर, सोमवार 22 जून 2026

बालोद | अर्जुदा | गुंडरदेही | देवरी बंगला | डौंडीलोहार | डौंडी | अंडा | गुरूर | दल्लीराजहरा | कलंगपुर | लाटाबोड़

12 सेजस लाटाबोड़ में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष योग...



10 दल्लीराजहरा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर स्वस्थ ...



खबर संक्षेप

तीन दिनों से नाली में फंसे नंदी को गौ सेवकों ने सुरक्षित निकाला



गुण्डरदेही। ग्राम कसौदा में तीन दिनों से नाली में फंसे नंदी को गौ सेवकों ने सुरक्षित निकालकर उक्त नंदी के मालिक के यहां सुरक्षित पहुंचाया। मिली जानकारी के अनुसार ग्राम कसौदा में स्थित नाली में नंदी बाबा तीन दिनों से फंसे हुए थे तथा नहर नाली से नंदी बाहर नहीं निकल पा रहा था जिसकी जानकारी आस पास के लोगो ने क्षेत्र के गौ सेवको को दी। जिसके बाद गौ सेवक उक्त नहर नाली के पास पहुंचकर नहर नाली में फंसे नंदी को बाहर निकाला तथा स्वयं के वाहन से उक्त नंदी को मालिक के घर पहुंचाया।

गोरकापुर में मंडल स्तरीय योग दिवस का आयोजन



गुण्डरदेही। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला गोरकापुर के ओटेबंद मंडल स्तरीय योग दिवस मनाया व पौधारोपण किया गया। जिसमें प्रमुख रूप से जनपद अध्यक्ष गुण्डरदेही पुरुषोत्तम चंद्राकर, मंडल अध्यक्ष ओटेबंद कुलदीप साहू, प्रदेश कार्यसमिति सदस्य किसान मोर्चा श्रीकांत वर्मा, संपंच रामेश्वरी चंद्राकर, संगीता चंद्राकर, अध्यक्ष नेमलाल यादव, कुणाल कुर्रे, घनाराम साहू, प्राचार्य मनोज खर सहित स्कूल के सभी शिक्षक एवं शिक्षिकाएं व ग्रामीण जन एवं बालक एवं बालिका उपस्थिति थे।

मनरेगा कार्यस्थल पहुंची जनपद सदस्य भगवती उईके मजदूरों को किया प्रोत्साहित



बालोद/लाटाबोड़। रोजगार गारंटी कार्य के अंतिम दिवस पर शनिवार को क्षेत्र के जनपद सदस्य भगवती उईके द्वारा लाटाबोड़ में मनरेगा कार्य स्थल पहुंच कर कार्य का प्रशिक्षण कर मजदूरों को संबोधित किया गया। साथ ही ग्रामीण विकास के कार्यों में सहभागिता के लिए मजदूरों का आभार जताया। भगवती उईके ने अपने संबोधन में ग्रामीणों से पौधारोपण करने तथा जैविक खेती अपनाने एवं पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रेरित किया गया। ग्रामीणों ने भी जनपद जनपद सदस्य को अपनी समस्याओं से अवगत कराया। जिस पर उन्हें जल्द ही समस्याओं को दूर करने का आश्वासन मिला।

कड़ी सुरक्षा के बीच परीक्षा केंद्रों को भेजे गए नीट के प्रश्नपत्र



बालोद। नेशनल एलिजबिलिटी कम एंट्रेंस टेस्ट नीट की परीक्षा 21 जून को दोपहर में आयोजित की गई। जिसके तहत कैनरा बैंक में विशेष सुरक्षा के बीच रखे गए प्रश्नपत्रों के पैकेटों को सुबह कलेक्टर दिव्या उमेश मिश्रा एवं एसपी योगेश कुमार पटेल की मौजूदगी में संबंधित परीक्षा केंद्रों के लिए रवाना किया गया। सुरक्षा के तौर पर >शेज पेज 10 पर

आयोजन

मंत्री गजेन्द्र यादव ने दी योग दिवस की शुभकामनाएं

हरिभूमि न्यूज >>> बालोद

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जिला मुख्यालय बालोद सहित जिले के सभी विकासखण्ड मुख्यालयों, नगरीय निकायों तथा ग्राम पंचायतों एवं स्कूलों में सामूहिक योगाभ्यास किया गया। जिला मुख्यालय के गंजपारा स्थित इण्डोर स्टेडियम में आज आयोजित जिला स्तरीय 12वें योग दिवस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। 'योगा फॉर हेल्दी एजिंग' की थीम पर आधारित सामूहिक योगाभ्यास में मुख्य अतिथि के तौर पर स्कूल शिक्षा, ग्रामोद्योग, विधि एवं विधायी कार्य मंत्री गजेन्द्र यादव ने हिस्सा लेकर योग के विभिन्न आयामों का अभ्यास किया।

इस अवसर पर स्कूल शिक्षा मंत्री गजेन्द्र यादव ने जिलावासियों को 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि योग एवं प्राणायाम भारत की प्राचीन परंपरा है, जिसमें प्रमुख रूप से जनपद अध्यक्ष गुण्डरदेही पुरुषोत्तम चंद्राकर, मंडल अध्यक्ष ओटेबंद कुलदीप साहू, प्रदेश कार्यसमिति सदस्य किसान मोर्चा श्रीकांत वर्मा, संपंच रामेश्वरी चंद्राकर, संगीता चंद्राकर, अध्यक्ष नेमलाल यादव, कुणाल कुर्रे, घनाराम साहू, प्राचार्य मनोज खर सहित स्कूल के सभी शिक्षक एवं शिक्षिकाएं व ग्रामीण जन एवं बालक एवं बालिका उपस्थिति थे।



शैलदेवी महाविद्यालय में मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

अंडा। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर दिनांक 21 जून 2026 को शैलदेवी महाविद्यालय में भव्य एवं प्रेरणादायक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों, प्राध्यापकों एवं कर्मचारियों को योग के प्रति जागरूक करना तथा स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ योग के महत्व पर विचार-विमर्श के साथ हुआ। महाविद्यालय के अध्यक्ष राजन दुबे ने अपने उद्बोधन में कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक संतुलन स्थापित करने का सशक्त माध्यम है। उन्होंने सभी उपस्थितजनों से योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया। योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में विद्यार्थियों एवं प्राध्यापकों ने विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास किया। विद्यार्थियों ने सूर्य नमस्कार, तडासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन, अनुलोम-विलोम, कपालभाति तथा ध्यान जैसी योग क्रियाओं का उत्साहपूर्वक अभ्यास किया। योग सत्र के दौरान स्वास्थ्य, तनाव प्रबंधन तथा सकारात्मक जीवन दृष्टि में योग की भूमिका पर भी प्रकाश डाला गया। कार्यक्रम में उपस्थित >शेज पेज 10 पर



अंडा। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर दिनांक 21 जून 2026 को शैलदेवी महाविद्यालय में भव्य एवं प्रेरणादायक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों, प्राध्यापकों एवं कर्मचारियों को योग के प्रति जागरूक करना तथा स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ योग के महत्व पर विचार-विमर्श के साथ हुआ। महाविद्यालय के अध्यक्ष राजन दुबे ने अपने उद्बोधन में कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक संतुलन स्थापित करने का सशक्त माध्यम है। उन्होंने सभी उपस्थितजनों से योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया। योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में विद्यार्थियों एवं प्राध्यापकों ने विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास किया। विद्यार्थियों ने सूर्य नमस्कार, तडासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन, अनुलोम-विलोम, कपालभाति तथा ध्यान जैसी योग क्रियाओं का उत्साहपूर्वक अभ्यास किया। योग सत्र के दौरान स्वास्थ्य, तनाव प्रबंधन तथा सकारात्मक जीवन दृष्टि में योग की भूमिका पर भी प्रकाश डाला गया। कार्यक्रम में उपस्थित >शेज पेज 10 पर

विधायक संगीता सिन्हा ने नवनिर्वाचित पदाधिकारियों को दी बधाई

हरिभूमि न्यूज >>> गुरूर

नगर पंचायत पलारी में उपाध्यक्ष पद के चुनाव में कांग्रेस ने कब्जा किया। कांग्रेस के भुनेश्वर ठाकुर ने भाजपा के उम्मीदवार को 11 के मुकाबले 5 मतो से हराया। जिसमें उपाध्यक्ष पद के चुनाव में कांग्रेस के भुनेश्वर ठाकुर ने 11-5 के अंतर से जीत हासिल की तथा नगर पंचायत पलारी के नवनिर्वाचित उपाध्यक्ष के रूप में भुवनेश्वर ठाकुर चुने गए। पलारी नगर निकाय चुनाव परिणाम के बाद 21 जून रविवार को संजारी बालोद की विधायक संगीता सिन्हा की उपस्थिति में

नशामुक्त भारत अभियान की दिलाई शपथ



रखने की उत्कृष्ट क्रिया है, जिसने अपने जीवन का अनिवार्य अंग बनाकर तन और मन को स्वस्थ रखने की कला है।

उन्होंने प्रत्येक नागरिक को अपने शरीर के लिए प्रतिदिन न्यूनतम एक घण्टा देने की अपील करते हुए कहा कि मनुष्य के शरीर में असीम आंतरिक ऊर्जा छिपी हुई है और इसे

कार्यक्रम में उपस्थित लोगों को नशामुक्त भारत अभियान के तहत परिवार, समाज तथा राष्ट्र को नशे की सामाजिक बुराई से मुक्त कराने हर संभव समन्वित प्रयास करने की शपथ भी दिलाई। सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम योगाचार्य धीरज शर्मा के द्वारा क्रमशः ग्रीवा चालन, हस्तचालन, कटिचालन,

ब्रह्माकुमारीज आत्मज्ञान भवन बालोद में मनाया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

बालोद। संयुक्त राष्ट्र संघ ने 21 जून 2015 को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस घोषित करके जीवन में योग के महत्व को पुनःस्थापित किया है। डब्ल्यूएचओ ने कहा कि व्यक्ति तभी सम्पूर्ण रूप से स्वस्थ माना जाएगा जब वो शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ हो, उसे ही सर्वांगीण स्वास्थ्य की संज्ञा दी जाएगी। इसी तरह प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय आत्मज्ञान भवन आमापारा बालोद में 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। जिसमें बीके. विजयलक्ष्मी दीदी, बीके. मेहा दीदी, बीके. मेनका बहन व बीके. ईश्वर भाई ने सभी भाई बहनों को योगा कराया। ब्रह्माकुमारीज की संघालिका बीके. विजयलक्ष्मी दीदी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए कहा कि भारत की संस्कृति, सभ्यता और भारत का गौरव है, भारत का प्राचीन योग जो आज केवल भारत के लिए अपितु संपूर्ण विश्व के लिए एक उपहार से कम नहीं है हम सबका सोमाव्य है योग को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर लाने की पहल हमारे देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने

■ योग के महत्व पर दिया गया विशेष संदेश



की और इस वर्ष 12 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस भारत ही नहीं अपितु पूरे विश्व स्तर पर मनाया जा रहा है, उमंग, उल्लास और नई चेतना जीवन के अंदर एक आशा की जरूरत होती है योग से ही हमें प्राप्त होता है। योग शब्द का अर्थ होता है जोड़ना। आध्यात्म के संदर्भ में आत्मा का संबंध परमात्मा से जोड़ना ही सच्चा योग है। उन्होंने कहा कि योग दिवस मनाने से लोगों में योग के प्रति जागरूकता बढ़ी है। उन्होंने नकारात्मक और व्यर्थ विचारों से बचने की सलाह देते हुए कहा कि इससे आत्मा की शक्ति नष्ट होती है।

अंतागढ़-रायपुर रेल सेवा में जुड़ीं चार अतिरिक्त बोगियां

हरिभूमि न्यूज >>> दल्लीराजहरा

अंतागढ़, भानुप्रतापपुर, दल्ली राजहरा, बालोद तथा आसपास के क्षेत्रों से प्रतिदिन रायपुर आने-जाने वाले हजारों यात्रियों के लिए राहत भरी खबर सामने आई है। लंबे समय से रेल सेवा में बढ़ती भीड़ और यात्री सुविधाओं के अभाव को लेकर उठ रही मांग आखिरकार सफल हुई और अंतागढ़-रायपुर रेल सेवा में चार अतिरिक्त बोगियां जोड़ दी गई हैं। इस निर्णय से क्षेत्र के विद्यार्थियों, कर्मचारियों, व्यापारियों, मरीजों और आम



यात्रियों को सुरक्षित, सुविधाजनक तथा सहज यात्रा का लाभ मिलेगा। इस महत्वपूर्ण मुद्दे को लेकर दल्ली राजहरा के व्यापारी संमतन,

जनप्रतिनिधि, सामाजिक संस्थाएं तथा नागरिक लगातार सक्रिय रहे। विभिन्न मंचों के माध्यम से रेल प्रशासन तक क्षेत्रवासियों की

समस्याएं पहुंचाई गईं। रेल अधिकारियों के समक्ष बढ़ती यात्री संख्या और सुरक्षा संबंधी चिंताओं को प्रमुखता से रखा गया तथा अतिरिक्त बोगियां जोड़ने की मांग लगातार दोहराई जाती रही। लगातार प्रयासों और जनभावनाओं को देखते हुए रेल प्रशासन ने सकारात्मक निर्णय लेते हुए चार अतिरिक्त बोगियां जोड़ने की स्वीकृति प्रदान की। इस निर्णय के बाद अब यात्रियों को अधिक स्थान उपलब्ध होगा, भीड़भाड़ में कमी आएगी और यात्रा पहले की तुलना में अधिक सुरक्षित तथा आरामदायक बन सकेगी।

GOAL
Educational Services Pvt. Ltd.
Nation's Leading Institution

Mentoring Medical Aspirants
Beyond Exams

ADMISSION OPEN
NEET | JEE
9th, 10th, 11th, 12th
DROPPER

KNOWLEDGE
GUIDANCE
STRATEGY
SUCCESS

NEET JEE
9th, 10th, 11th, 12th
DROPPER

Get correct answer of
RE-NEET-2026

Question Paper with Answer Key
Search on
www.goinstitute.org
goinstitute.bilal | goinstitute.bhilai

RAIPUR : PANCHPEDI NAKA
BILASPUR : 2ND FLOOR, ATC, CMD, LINK ROAD
BHILAI : 166 NEW CIVIC CENTRE

9926454100
7772060999
7415884100

उपाध्यक्ष पद पर भी कांग्रेस पार्टी के समर्थित प्रत्याशी ने भी विजय पताका फहराया। जिसमें कांग्रेस पार्टी के भुवनेश्वर ठाकुर को प्राप्त मत 11 वोट पाकर उपाध्यक्ष पद पर जीत दर्ज की।

विधायक संजारी बालोद विधानसभा संगीता सिन्हा परिणाम के तुरंत बाद स्वयं नगर पंचायत पलारी पहुंचकर नवनिर्वाचित अध्यक्ष यानेश साहू और उपाध्यक्ष भुवनेश्वर ठाकुर को

ख़बर संक्षेप



शाला प्रवेश उत्सव में नवप्रवेशी विद्यार्थियों का किया गया स्वागत
बालोद/निकुम। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय खुरसुनी में शाला प्रवेश उत्सव मनाया गया। जिसमें जन भागीदारी समिति के अध्यक्ष रामू लाल साहू, ग्राम पंचायत सरपंच योगेश्वर साहू और बालोद जिला भाजपा उपाध्यक्ष पवन सोनवर्षा ने मिलकर सरस्वती पूजा अर्चना कर नव प्रवेशी बच्चों को तिलक लगाकर, मुंह मीठा करा कर स्कूली बच्चों को किताब देकर नव प्रवेशी बच्चों का स्वागत किया। इस अवसर पर पवन सोनवर्षा ने कहा कि जीवन में एक शिक्षक, एक किताब पूरे जीवन की दिशा दशा बदल देती है, जीवन विद्यार्थियों को अनुशासन और कड़ी मेहनत से सफलता हासिल कर सकते है, जिसमें पालक गण विनय कुमार साहू, कमलेश कुमार साहू, ईश्वर प्रसाद, शिव कुमार निषाद, नारायण साहू, पूरनलाल संजय कुमार विद्यालय में कक्षा नवमी और ग्यारहवीं लगभग 67 विद्यार्थी का नव प्रवेश विद्यालय में हुआ है, साथ ही विद्यालय में पौधारोपण का भी कार्यक्रम अतिथि और विद्यालय प्राचार्य पुष्पा सिंह ने आभार व्यक्त किया। जिसमें पीटीआई पारसमणि साहू व समस्त स्टाफ सम्मिलित हुए।

छात्र ने लगाई फांसी मिला सुसायडल नोट
भिलाई। कॉलेज छात्र ने फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। मामले में पुलिस ने मर्ग कायम कर जांच में लिया है। भट्ठी पुलिस ने बताया कि कल्याण कॉलेज का छात्र दीपांशु वर्मा 22 वर्ष की लाश सेक्टर 4 स्थित बीएसपी स्कूल परिसर में फंदा पर लटका मिला। उक्त स्कूल बीते दस वर्षों से बंद पड़ा है। घटना की सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची। मौके से पुलिस को एक सुसायडल नोट भी मिला है। जिसमें लिखा है कि मुझसे नफरत करने के लिए धन्यवाद। लेकिन सुसायडल नोट में मृतक ने किसी का नाम नहीं लिखा हुआ है। मृतक के पिता बीएसपी में कार्यरत है।

पेज 9 का शेष

शैलदेवी महाविद्यालय ...

सभी प्रतिभागियों ने नियमित योगाभ्यास करने तथा योग के माध्यम से स्वस्थ एवं सशक्त समाज के निर्माण में योगदान देने पर बल दिया। पूरे आयोजन में विद्यार्थियों का उत्साह एवं अनुशासन उल्लेखनीय रहा। कार्यक्रम के सफल आयोजन में महाविद्यालय परिवार के समस्त प्राध्यापकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों का विशेष सहयोग रहा।

कड़ी सुरक्षा के बीच ...

जिला पुलिस बल के अलावा सीआरपीएफ के अधिकारी एवं जवान उपस्थित थे। उल्लेखनीय है कि दोपहर 02 से 05 बजे के बीच नीट की प्रवेश परीक्षा आयोजित हुई, जिसके लिए जिले में दो परीक्षा केन्द्र स्थापित किए गए हैं। जिनमें पीएमश्री जवाहर नवोदय विद्यालय दुधली तथा स्वामी आत्मानंद हिन्दी माध्यम विद्यालय दुधली शामिल है।

योगाभ्यास : योग को नियमित दिनचर्या में शामिल कर स्वस्थ जीवन की दिशा में आगे बढ़ने का लिया संकल्प

दल्लीराजहरा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर स्वस्थ और संतुलित जीवन का लोगों को दिया गया संदेश

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ दल्लीराजहरा

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर दल्लीराजहरा नगर सहित आसपास के क्षेत्र में योगमय वातावरण देखने को मिला। शासकीय, अर्धशासकीय एवं विभिन्न सामाजिक संस्थाओं द्वारा अनेक स्थानों पर सामूहिक योगाभ्यास का आयोजन किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में नागरिकों, विद्यार्थियों, कर्मचारियों और युवाओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रातःकाल से ही योग स्थलों पर लोगों की उपस्थिति रही और सभी ने योग को स्वस्थ, निरोग एवं अनुशासित जीवन का आधार बताते हुए नियमित योग करने का संकल्प लिया।

इसी क्रम में शासकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था दल्लीराजहरा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस हर्षोल्लास एवं उत्साह के साथ मनाया गया। कार्यक्रम में योगाभ्यास के साथ योग के महत्व, उसके वैज्ञानिक पक्ष और जीवन में उसकी उपयोगिता पर विस्तार से प्रकाश डाला गया। उपस्थित प्रशिक्षणार्थियों एवं कर्मचारियों ने विभिन्न योगासन और प्राणायाम का अभ्यास कर स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। प्रशिक्षण अधीक्षक एवं प्रभारी प्राचार्य के.के. दुबे ने कहा कि योग भारत की प्राचीन और गौरवशाली धरोहर है। यह किसी धर्म, जाति अथवा वर्ग विशेष तक सीमित नहीं है, बल्कि सम्पूर्ण मानवता को स्वस्थ और संतुलित जीवन जीने की दिशा प्रदान करता है। उन्होंने कहा कि योग केवल शरीर को स्वस्थ रखने का माध्यम नहीं, बल्कि मन, विचार और व्यवहार को भी सकारात्मक दिशा देने



वाली जीवन पद्धति है। महर्षि पतंजलि द्वारा प्रतिपादित अष्टांग योग के सिद्धांत आज भी मानव जीवन को अनुशासित और समृद्ध बनाने में मार्गदर्शक बने हुए हैं।

योगाचार्य वीरेंद्र कुमार बघेल ने योगाभ्यास कराते हुए कहा कि नियमित योग करने से शरीर में स्फूर्ति, मन में शांति और जीवन में सकारात्मकता का संचार होता है। योग व्यक्ति को तनाव, चिंता और अनेक शारीरिक

ताड़ासन, पादहस्तासन, शलभासन, धनुरासन, भुजंगासन, पाद उत्तानासन, पद चक्रासन, मर्कटासन, हलासन, अर्धहलासन तथा शवासन का अभ्यास कराया गया। प्राणायाम में भस्त्रिका, कपालभाति, अनुलोम-विलोम और भ्रामरी का अभ्यास कराया गया। साथ ही सूर्य नमस्कार के माध्यम से शरीर और मन के संतुलन का संदेश दिया गया।

योग सत्र के समापन पर सभी प्रशिक्षणार्थियों, अधिकारियों और कर्मचारियों ने नियमित योगाभ्यास कर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में चंद्रप्रकाश कश्यप, शिवेंद्र कुमार, टिकेश्वर साहू, फणिल कुमार, प्रवीण कुमार, गीतांजलि, राजेश श्रीवास्तव सहित प्रशिक्षणार्थी उपस्थित रहे।के.के. दुबे, प्रशिक्षण अधीक्षक एवं प्रभारी प्राचार्य ने कहा कि /"योग भारत की अमूल्य सांस्कृतिक विरासत है। नियमित योग से व्यक्ति का शारीरिक, मानसिक और नैतिक विकास होता है। स्वस्थ समाज के निर्माण के लिए योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना आवश्यक है।"

योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि शरीर, मन और आत्मा को जोड़ने वाली साधना है। प्रतिदिन कुछ समय योग के लिए निकालकर अनेक बीमारियों से बचा जा सकता है और जीवन को अधिक संतुलित बनाया जा सकता है। टिकेश्वर साहू, प्रशिक्षणार्थी ने भी कहा कि सामूहिक योगाभ्यास से नई ऊर्जा और आत्मविश्वास मिला। योग को नियमित दिनचर्या में शामिल कर स्वस्थ जीवन की दिशा में आगे बढ़ने का संकल्प लिया है।



पीएमश्री शाला संबलपुर में अंतराष्ट्रीय योग दिवस मनाया

डोंडीलोहारा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर पीएम श्री शासकीय प्राथमिक शाला संबलपुर में योगाभ्यास एवं स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में योग शिक्षिका सुश्री दिव्या भारती ने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को विभिन्न योगासनों और प्राणायाम का अभ्यास कराया।

योग सत्र में ताड़ासन, वृक्षासन, गरुडासन, धनुरासन एवं सूर्यासन के साथ कपालभाति, अनुलोम-विलोम तथा भस्त्रिका प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। योग शिक्षिका ने नियमित योगाभ्यास के शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभों की जानकारी देते हुए सभी को इसे दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया। इस अवसर पर संस्था प्रमुख वीणा ठाकुर ने अपने उद्बोधन में कहा कि योग केवल व्यायाम नहीं,

बल्कि स्वस्थ एवं संतुलित जीवन जीने की एक प्रभावी जीवनशैली है। उन्होंने बच्चों को प्रेरित करते हुए कहा कि परिवार और दैनिक कार्यों के बीच प्रत्येक व्यक्ति को अपने स्वास्थ्य के लिए प्रतिदिन कुछ समय योग एवं प्राणायाम के लिए अवश्य निकालना चाहिए। कार्यक्रम में शाला प्रबंधन समिति के अध्यक्ष गंगाराम निषाद, सदस्य तोमन लाडिया एवं वीरेंद्र निरोटी, संकुल समन्वयक तोमन मालेकर, शिक्षक अनिल दिल्लीवार, राबिन नागवंशी, सुनीता साहू, बसंती पीकेश्वर सहित शाला परिवार एवं बड़ी संख्या में विद्यार्थी उपस्थित रहे। कार्यक्रम का समापन सभी प्रतिभागियों द्वारा करें योग, रहें निरोग के संकल्प के साथ हुआ। विद्यालय परिवार ने नियमित योगाभ्यास के माध्यम से स्वस्थ, अनुशासित एवं सकारात्मक जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया।

संजारी में उत्साहपूर्वक मनाया गया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

गुण्डरदेही के विद्यालयों में मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

डोंडीलोहारा। विकासखंड डोंडीलोहारा के ग्राम संजारी में रविवार, 21 जून 2026 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन उत्साह एवं उत्सास के साथ किया गया। कार्यक्रम में जनप्रतिनिधियों, शिक्षकों एवं ग्रामीणजनों ने बड़ी संख्या में सहभागिता निभाई। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित प्रतिभागियों ने विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास किया।

योगाभ्यास के माध्यम से स्वस्थ जीवनशैली अपनाने तथा शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने का संदेश दिया गया। इस अवसर पर जनपद सदस्य उत्तम यदु ने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि नियमित योगाभ्यास से शरीर स्वस्थ रहता है, मन को शांति मिलती है तथा एकाग्रता और कार्यक्षमता में वृद्धि होती है। उन्होंने कहा कि वर्तमान की व्यस्त एवं तनावपूर्ण जीवनशैली में योग प्रत्येक व्यक्ति के लिए



आवश्यक है और इसे दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाया जाना चाहिए। कार्यक्रम में सरपंच स्नेहा ठाकुर, ग्राम पटेल श्यामलाल कमरिया, नेहरू प्रसाद भुआर्य, नासरीन बेगम, प्राचार्य गुलाबचंद नायक, बबीता दीवान, नंदिनी जोशी, आलोक विश्वकर्मा, शिवेन्द्र बहादुर, धर्मिता देहारी, लालिमा रात्रे, संगीता सुधाकर एवं गिरिजा बाई भुआर्य सहित अनेक

गणमान्य नागरिक एवं ग्रामीणजन उपस्थित रहे। कार्यक्रम के समापन अवसर पर सभी उपस्थितजनों ने नियमित योग करने, स्वस्थ जीवनशैली अपनाने तथा योग को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाने की शपथ ली। अंत में प्राचार्य गुलाबचंद नायक ने सभी अतिथियों, जनप्रतिनिधियों एवं प्रतिभागियों के प्रति आभार व्यक्त किया।

गुण्डरदेही। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय गुण्डरदेही में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। जिसमें शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय गुण्डरदेही और स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट अंग्रेजी माध्यम विद्यालय गुण्डरदेही के अधिकारी, व्याख्याता, कर्मचारी, विद्यार्थर्य एवं पालक गण सम्मिलित हुए। उक्त योग दिवस पर योग प्रशिक्षक निखिल देवांगन मार्शल आर्ट ने विभिन्न योग सीखते हुए उससे होने वाले लाभ के बारे में बताए गए। स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट अंग्रेजी माध्यम विद्यालय के प्राचार्य त्रिनाभ मिश्रा ने जीवन में योग क्यों आवश्यक है और हमें योग क्यों करना चाहिए इस पर उपस्थित



समुदाय को संबोधित किया। हायर सेकेंडरी स्कूल गुण्डरदेही के प्राचार्य केएस कुल्हारे ने बताया कि हम सभी को अपने अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को स्वस्थ रखने के लिए योग करना चाहिए इसलिए अंतरराष्ट्रीय स्तर पर संदेशात्मक रूप में 21 जून को

विश्वयोग दिवस के रूप में जागृत करने के लिए मनाया जाता है। कुल्हारे ने योग में प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रूप में सम्मिलित सभी समुदाय का आभार व्यक्त किया। उक्त योग दिवस में दोनों विद्यालय के 45 अधिकारी कर्मचारी, 55 विद्यार्थी और 10 पालक शामिल हुए।

सेजस बेलहारी में योग दिवस का आयोजन

जामगांव आर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सेजस बेलहारी में 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन अत्यंत उत्साह, अनुशासन एवं गरिमामय वातावरण में संपन्न हुआ ।

विद्यार्थियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

प्रातःकालीन बेलामें विद्यार्थियों ने योगाभ्यास किया। कार्यक्रम के सफल आयोजन में महाविद्यालय परिवार के समस्त प्राध्यापकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों का विशेष सहयोग रहा।



का अभ्यास कराया गया। साथ ही अनुलोम-विलोम, कपालभाति, भ्रामरी प्राणायाम एवं ध्यान की क्रियाओं के माध्यम से मानसिक एकाग्रता, आत्मसंयम एवं सकारात्मक ऊर्जा के महत्व को योग विशेषज्ञ योगेंद्र साहू व्याख्याता द्वारा सरलतम ढंग से समझाया गया विद्यालय की पीटीआई चंद्रकला साहू ने भी प्रेरणादाई विचार रखे।

वरिष्ठ व्याख्याता योग एक्सपर्ट योगेंद्र साहू, वरिष्ठ अध्यापक उत्तम

कुमार पटेल, देवेंद्र कुमार साहू, पीटीआई योग शिक्षिका चंद्रकला साहू, व्याख्याता दीपिका एन.के., व्याख्याता लीलाधर सूर्यवंशी, प्रियंका आनंद, वासुदेव नंदन नाग, नरेंद्र कुमार साहू, नेहा आनंद माहेश्वरी, सरस्वती चतुर्वेदी, धारा साहू, लिपिक तुषार कामरे, मेघा साहू, हेमंत प्रजापति, भूषण लाल ठाकुर, अनिल कुमार सहित समस्त विद्यालय परिवार एवं विद्यार्थियों ने सक्रिय सहभागिता निभाई।

टटेंगा स्कूल में उत्साहपूर्वक किया योग का अभ्यास

डोंडीलोहारा। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय टटेंगा में 12वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उत्साह एवं गरिमामय वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम का आयोजन विद्यालय के प्राचार्य टी.एल. देवांगन के मार्गदर्शन में विद्यालय प्रांगण में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में योग प्रशिक्षक एवं व्याख्याता हर्षा देवांगन ने विद्यार्थियों एवं उपस्थित जनसमुदाय को योग एवं प्राणायाम का अभ्यास कराया। उन्होंने अनुलोम-विलोम, कपालभाति, भस्त्रिका, भ्रामरी, उद्गीत तथा ध्यान योग का अभ्यास कराते हुए इनके वैज्ञानिक एवं स्वास्थ्यवर्धक लाभों की विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने बताया कि नियमित प्राणायाम से फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ती है, शरीर में ऑक्सीजन का स्तर बेहतर होता है तथा तनाव एवं विभिन्न शारीरिक समस्याओं से राहत मिलती है। योग प्रशिक्षक एवं शिक्षक डी. के. मोहनमाला ने विद्यार्थियों को वृक्षासन, ताड़ासन, भद्रासन, उत्तानासन, त्रिकोणासन, भुजंगासन एवं मकरासन सहित विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया। उन्होंने प्रत्येक आसन की सही विधि, श्वसन



संतुलन तथा उससे प्राप्त होने वाले शारीरिक एवं मानसिक लाभों की जानकारी दी।इस अवसर पर प्राचार्य टी.एल. देवांगन ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि नियमित योगाभ्यास से एकाग्रता, आत्मविश्वास एवं कार्यक्षमता में वृद्धि होती है। योग स्वस्थ जीवन का आधार है और व्यक्ति को शारीरिक तथा मानसिक रूप से सशक्त बनाता है। कार्यक्रम में ग्राम पंचायत टटेंगा की सरपंच गंगोत्री ठाकुर ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए विद्यार्थियों एवं ग्रामवासियों से योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि योग भारतीय

संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो स्वस्थ एवं संतुलित जीवन का मार्ग प्रशस्त करती है। कार्यक्रम में पंचायत प्रतिनिधियों, गणमान्य नागरिकों, अभिभावकों एवं ग्रामीणों की उल्लेखनीय सहभागिता रही। विद्यालय परिवार के समस्त शिक्षक-शिक्षिकाओं एवं कर्मचारियों ने भी सक्रिय रूप से सहभागिता निभाई। कार्यक्रम के अंत में वरिष्ठ व्याख्याता चंद्रमणि वासनिक ने अतिथियों, जनप्रतिनिधियों, शिक्षकों, अभिभावकों एवं विद्यार्थियों के प्रति आभार व्यक्त किया। योग, स्वास्थ्य एवं सकारात्मक जीवनशैली के संदेश के साथ कार्यक्रम का सफलतापूर्वक समापन हुआ।

ग्रामीणों ने लिया स्वस्थ जीवन का संकल्प

अंतराष्ट्रीय योग दिवस पर कुथरेल में सामूहिक योग कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ अंडा

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शांतिवन प्रखर वेलफेयर फाउंडेशन सोसाइटी द्वारा ग्राम कुथरेल स्थित चंद्राकर भवन में सामूहिक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में ग्रामीणों, जनप्रतिनिधियों और पंचों ने भाग लेकर योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में जनपद सभापति लोमस चंद्राकर, ग्राम सरपंच गीता गजपाल, पूर्व सरपंच राजश्री प्रेरणा चंद्राकर सहित सैकड़ों ग्रामीण उपस्थित रहे। योग प्रशिक्षण का संचालन आर्ट ऑफ लिविंग के योग



शिक्षक प्रदीप चंद्राकर ने किया। इस दौरान प्रतिभागियों ने योगासन, एक्सरसाइज, ध्यान और प्राणायाम का अभ्यास किया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए अतिथियों ने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ शरीर, शांत मन और संतुलित जीवन की आधारशिला है। नियमित योग करने

से तनाव कम होता है, शरीर की कार्यक्षमता बढ़ती है और मानसिक एकाग्रता विकसित होती है। उन्होंने कहा कि समाज में स्वास्थ्य और जागरूकता बढ़ाने के लिए ऐसे आयोजनों की आवश्यकता है। शांतिवन प्रखर वेलफेयर फाउंडेशन के अध्यक्ष प्रेमलाल देशमुख ने बताया कि संस्था पिछले

तीन वर्षों से लगातार अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग कार्यक्रम आयोजित कर रही है। उन्होंने कहा कि संस्था योग के साथ-साथ पर्यावरण संरक्षण और शिक्षा के क्षेत्र में भी सक्रिय रूप से कार्य कर रही है। इसके अंतर्गत पिसेगांव, जंजगिरी और कुथरेल में वृहद वृक्षारोपण अभियान संचालित किए

जा रहे हैं। अतिथियों ने अपने उद्बोधन में कहा कि फाउंडेशन जिन सामाजिक उद्देश्यों को लेकर कार्य कर रहा है, वह समाज में सकारात्मक बदलाव का उदाहरण बन रहा है। योग और पर्यावरण संरक्षण जैसे विषयों पर लगातार कार्यक्रमों का आयोजन सराहनीय पहल है। कार्यक्रम के समापन अवसर पर अतिथियों का बादाम का पौधा भेंट कर सम्मान किया गया। इस अवसर पर फाउंडेशन के सचिव नागेंद्र चंद्राकर, सहसचिव वेदु साहू, कोषाध्यक्ष किशोर देशमुख, कमलेश देशमुख, मेनका देशमुख, हेमेंद्र चंद्राकर, धर्मेन्द्र एवं राजू चंद्राकर सहित अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

गुण्डरदेही। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नगर पंचायत गुण्डरदेही के द्वारा सामुदायिक भवन में कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें सभी विभाग के शासकीय

■ सामुदायिक भवन में आयोजित हुआ योग दिवस कार्यक्रम

अधिकारी कर्मचारी सम्मिलित हुए। योग शिक्षक केशव राम साहू द्वारा प्रोटोकॉल के अनुसार प्रार्थना के साथ खड़े होकर, बैठकर, पेट के बल लेटकर, पीठ के बल लेटकर किए जाने वाला आसन जिसमें श्रीवा संचालन, ताड़ासन, वृक्षासन, पाद हस्तासन, त्रिकोणासन, दंडासन, भद्रासन, उष्ट्रासन, शशाकासन, मकरासन, भुजंगासन,



उत्तानपादासन, अर्ध हलासन, के साथ कपालभाति, अनुलोम विलोम, शीतली, भ्रामरी, प्रणव का ध्यान आदि प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। इस अवसर पर मुख्य नगर पालिका अधिकारी ने नगर को स्वच्छ बनाने में योगदान देने की अपील की। नगर पंचायत अध्यक्ष प्रमोद जैन ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने योग को अंतरराष्ट्रीय

ख्याति दिलाई है, स्वस्थ रहने के लिए सभी को योग करने का आदत डालना चाहिए। इस अवसर पर पार्षद गणों के साथ गणमान्य नागरिक गण, शिक्षक एवं बच्चे उपस्थित रहे। कक्षा आठवीं, दसवीं के विद्यार्थी अस्ति साहू, तोय निधि साहू के द्वारा शीर्षासन तथा पतंजलि योग समिति के अध्यक्ष रामलाल सिंघल ने नौली क्रिया का प्रदर्शन किया।

खबर संक्षेप



आलबरस में मनाया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस
अण्डा। दुर्ग शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला आलबरस में आज अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उत्साह एवं उमंग के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय परिसर में विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं ग्रामीणजनों ने सामूहिक रूप से योगाभ्यास कर स्वस्थ जीवन का संदेश दिया। कार्यक्रम में ग्राम सरपंच सैनिक भुवन लाल देशमुख, शाला प्रबंधन समिति अध्यक्ष भीम सिंह पारकर, समाजसेवी रामरतन निषाद, शिक्षाविद शैलेंद्र कुमार देशमुख विशेष रूप से उपस्थित रहे। इनके साथ प्रधान पाठक श्रीमती गुमीता साहू, सीएसटी जनार्दन साहू, शिक्षक मोहिनी देशमुख, गीता कौशिक, लक्ष्मी नारायण साहू, विनोद कुमार साहू, सुरेखा ठाकुर, सफाई कर्मचारी वासुदेव चेलक एवं भेषज चंदेल भी मौजूद रहे। कार्यक्रम में कक्षा पहली से आठवीं तक के छात्र-छात्राओं ने बड़-चढ़कर भाग लिया और विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास किया। उपस्थित अतिथियों ने विद्यार्थियों को योग के महत्व के बारे में बताते हुए कहा कि योग केवल शारीरिक स्वास्थ्य के लिए ही नहीं, बल्कि मानसिक शांति और अनुशासन के लिए भी अत्यंत आवश्यक है। विद्यालय परिवार ने सभी विद्यार्थियों एवं ग्रामीणों से अपने दैनिक जीवन में योग को अपनाने की अपील की। कार्यक्रम का समापन स्वस्थ जीवन और निरोगी समाज की कामना के साथ किया गया।

विद्यालय धनगांव में योग दिवस मनाया



डौंडीलोहारा। शासकीय प्राथमिक एवं माध्यमिक विद्यालय धनगांव में 21 जून को 12वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उत्साहपूर्वक मनाया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं जनप्रतिनिधियों ने सहभागिता कर योग के महत्व को समझा तथा विभिन्न योगाभ्यास किए।योगाचार्य विशंभर सिंह बगमरिया ने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि योग आत्मा को परमात्मा से जोड़ने का माध्यम है तथा अस्वस्थ व्यक्ति को स्वस्थ और निरोग जीवन प्रदान करने का प्रभावी साधन है। उन्होंने कहा कि नियमित योगाभ्यास से व्यक्ति दीर्घायु, स्वस्थ एवं संतुलित जीवन जी सकता है। इस अवसर पर नाडी शोधन प्राणायाम, सूर्य ध्यान प्राणायाम, अनुलोम-विलोम, भस्त्रिका प्राणायाम, भ्रामरी प्राणायाम, ताड़सन, ध्वजसन, शशांक आसन सहित विभिन्न सूक्ष्म योग क्रियाओं का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम में उपसरपंच सातो बाई बर्दई, पंच लाकेश्वरी मासिया, प्रधानपाठक विद्यावती साहू, सहायक शिक्षक विशंभर सिंह बगमरिया, धनेश्वरी सोनवानी, शिक्षक टेपेश्वर श्रीवास एवं दानेश्वर पूर्ण को विशेष सहयोग रहा। सभी ने योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने तथा स्वस्थ समाज के निर्माण में इसकी भूमिका पर बल दिया।

योगाभ्यास : कृषि उपज मंडी प्रांगण में आयोजित हुआ योग कार्यक्रम

डौंडीलोहारा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सामूहिक योगाभ्यास, स्वस्थ जीवन शैली का दिया संदेश

हरिभूमि न्यूज ॥ डौंडीलोहारा

भाजपा मंडल डौंडीलोहारा एवं नगर प्रशासन के संयुक्त तत्वावधान में 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन स्थानीय कृषि उपज मंडी प्रांगण में किया गया। कार्यक्रम में जनप्रतिनिधियों, प्रशासनिक अधिकारियों, विद्यार्थियों एवं नागरिकों ने बड़ी संख्या में भाग लेकर योगाभ्यास किया तथा स्वस्थ जीवन के लिए योग को अपनाने का संकल्प लिया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए पूर्व जिला पंचायत सदस्य हरीलाल रावटे ने कहा कि योग भारत की ऋषि परंपरा की अमूल्य धरोहर है, जिसने आज वैश्विक स्तर पर अपनी विशेष पहचान बनाई है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रयासों से आज पूरा विश्व



योग के महत्व को स्वीकार कर अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मना रहा है। उन्होंने लोगों से योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने का आह्वान करते हुए कहा कि नियमित योगाभ्यास से व्यक्ति निरोग एवं स्वस्थ जीवन जी सकता है। अनुविभागीय अधिकारी (राजस्व) शिवनाथ बघेल ने कहा कि वर्तमान की भागदौड़ भरी एवं

तनावपूर्ण जीवनशैली में योग मानसिक शांति, आत्मिक संतुलन एवं आंतरिक ऊर्जा प्रदान करने का प्रभावी माध्यम है। योग से शरीर स्वस्थ एवं मन प्रसन्न रहता है। कार्यक्रम में भाजपा मंडल महामंत्री सुमेंद्र देशमुख, नगर पंचायत उपाध्यक्ष नेहा उपाध्याय, पाषंद ममता यादव, सूर्यकला ठाकुर एवं रेवती कोलिबारे, एकलव्य

महाविद्यालय जनभागीदारी समिति अध्यक्ष जसराम शर्मा, मंडल कोषाध्यक्ष मोहन निषाद, दिलीप बाफना, धीरेंद्र टोंक, अल्पसंख्यक मोर्चा अध्यक्ष संदीप भंसाली, युवा मोर्चा अध्यक्ष हरींद्र गायकवाड़, मीडिया प्रभारी प्रीतम साहू, युवा मोर्चा मंत्री पावेंद्र देशमुख तथा किसान मोर्चा मीडिया सह-प्रभारी देव देवांगन सहित अनेक

जनप्रतिनिधि एवं कार्यकर्ता उपस्थित रहे। इसके अलावा ललित गौर, राजेंद्र देवांगन, भानुदेव पटेल, सहायक विकासखंड शिक्षा अधिकारी यशवंत कुमार साहू, बीआरसी दिनेश मालेकर, बलराज गौर, आशीष कुलदीप, अनिल यादव, युवराज यादव, पुणेश्वर देवांगन, रामगुलाम सिन्हा सहित बड़ी संख्या में स्कूली बच्चे एवं ग्रामीणजन कार्यक्रम में शामिल हुए। योग प्रशिक्षण का संचालन योगाचार्य पीलुराम साहू एवं भोलाराम साहू के मार्गदर्शन में किया गया। प्रशिक्षकों ने विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास कराते हुए योग के शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभों की जानकारी दी। कार्यक्रम का समापन स्वस्थ जीवन एवं नियमित योगाभ्यास के संकल्प के साथ हुआ।



मोहारा विद्यालय में उत्साहपूर्वक मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस



गुरुर। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय मोहारा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम में विद्यालय परिवार के साथ विभिन्न गणमान्य अतिथियों एवं विद्यार्थियों ने सहभागिता की। इस अवसर पर अध्यक्ष, शाला प्रबंधन एवं विकास समिति हरिकृष्ण गंजीर, अध्यक्ष, ग्राम विकास समिति मोहारा केशवराम धनकर, विधायक प्रतिनिधि धनुष शर्मा, डॉ. गोपाल साहू, प्रधान पाठक, माध्यमिक शाला एस. कुल्हारे, प्रधान पाठक, प्राथमिक शालाएफ.आर. अटभैया, प्राचार्य शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय मोहारा जोसेफ चाको सहित उच्चतर माध्यमिक, माध्यमिक एवं प्राथमिक शाला के

समस्त शिक्षकगण, अन्य गणमान्य नागरिक तथा 70 से अधिक छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे। योग सत्र का संचालन व्याख्याता स्वदेश राही, पीटीआई एन. कोमरे एवं व्याख्याता पद्मिनी साहू द्वारा किया गया। उन्होंने विभिन्न योगासन, सूर्य नमस्कार एवं प्राणायाम का चरणबद्ध एवं प्रभावी प्रदर्शन कर सभी प्रतिभागियों को अभ्यास कराया। योग को स्वस्थ जीवन, मानसिक शांति एवं सकारात्मक जीवनशैली का आधार बताते हुए नियमित योगाभ्यास अपनाने का संदेश दिया गया। कार्यक्रम का समापन सभी प्रतिभागियों द्वारा नियमित योग करने के संकल्प के साथ हुआ।

नगर पंचायत गुरुर में सैकड़ों लोगों ने किया योग

गुरुर। भारत सरकार, आयुष मंत्रालय के निर्देशानुसार दिनांक 21 जून रविवार को 12 वाँ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस स्वस्थ आयु के लिए योग के अंतर्गत राष्ट्रव्यापी स्तर पर योग दिवस का आयोजन कार्यालय नगर पंचायत गुरुर परिसर में किया गया। कार्यक्रम में पूर्व न ग र . पं चा य त अध्यक्ष नंदकिशोर शर्मा, पूर्व भाजपा मंडल अध्यक्ष कोशल साहू, पूर्व अध्यक्ष जनपद पंचायत गुरुर ईशाप्रकाश साहू, अध्यक्ष नगर पंचायत गुरुर प्रदीप



कुमार साहू, उपाध्यक्ष नगर पंचायत गुरुर कुंती उर्फ इन्द्रावती सिन्हा, भाजपा मंडल अध्यक्ष आनंद शर्मा, जनपद पंचायत सदस्य सोहद्रा साहू, सदस्य जनपद पंचायत गुरुर

सिन्हा, पूर्व उपाध्यक्ष नगर पंचायत राजेश दीवान, नगर पंचायत गुरुर एनके.बागडे, सुरेश ठाकुर एआईईटीओ. रामलाल ठाकुर, एआईईटीओ जालम सिंह नेताम, महेश पटेल रूखमणी नागवंशी, लोकेश राजेन्द्र साहू जनपद पंचायत गुरुर स्टॉफ, टीए. भूनेश्वर साहू, एडीईओ.स्थानीय मिडिया प्रभारी भूपेश लाल, योगाभ्यास शिक्षक बालाराम निषाद एवं छात्र-छात्राएं मुख्य नगर पालिका अधिकारी, उपअभियंता, लेखापाल नगर पंचायत के समस्त अधिकारी कर्मचारीगण एवं महिला स्वसहायता समूह नगरवासीगण कार्यक्रम में उपस्थित रहे एवं स्वस्थ आयु के लिए उपस्थित नगरिकों द्वारा योग शपथ लिया गया।

स्वस्थ आयु के लिए योग' थीम पर विद्यार्थियों, शिक्षकों और पालकों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

गुरुर। सरस्वती शिशु मंदिर और संत कबीर ज्ञान मंदिर खुंदनी में 12 वां योग दिवस मनाया गया। योग दिवस के लिए इस वर्ष का थीम स्वस्थ आयु के लिए योग का पालन करते हुए विद्यालय के भैया, बहनो, सभी दीदी और आचार्य ने सामूहिक रूप से योग किया। छत्तीसगढ़ योग आयोग से प्रशिक्षित योगाचार्य द्रौपदी साहू ने योग के लिए मार्गदर्शन प्रदान करते हुए सभी भैया, बहनो, दीदीयों तथा उपस्थित पालकों को योग कराया। सर्वप्रथम दीप मंत्र के साथ दीप प्रज्वलन प्रार्थना व योग मंत्र के साथ योग का शुभारंभ किया गया। सूक्ष्म योग के साथ उनके लाभ के बारे में बताते हुए द्रौपदी साहू ने बताया कि योग आध्यात्मिक स्वास्थ्य का प्राचीन विज्ञान है। यह श्वास, ध्यान और आसनों के माध्यम से शरीर और मन में संतुलन बनाता है जिससे तनाव कम होता है, रोग प्रतिरोधक क्षमता

सरस्वती शिशु मंदिर एवं संत कबीर ज्ञान मंदिर खुंदनी में मनाया 12वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस



बढ़ती है और जीवन शैली में सकारात्मक और अनुशासनात्मक सुधार आता है। द्रौपदी अखिल विद्या भारती द्वारा कुरुद में आयोजित पंद्रह दिवसीय आवासीय शिशु वाटिका प्रशिक्षण प्राप्त कर लौटी है। प्रशिक्षण में योग के बारे में प्राप्त जानकारी को आज उसे भैया,

बहनो के साथ साझा करने का सुअवसर मिला। योगसन में अनुलोम विलोम, भस्त्रिका, कपाल भांति, वृक्षासन, ताड़ासन, भ्रामरी प्राणायाम करते हुए उनके लाभ की जानकारी दिए। सूर्य नमस्कार के पूरे बारह आयाम को मंत्रोच्चार के साथ किया गया।

प्रधानाचार्य ऊर्मिला नेताम ने भैया, बहनो को संबोधित करते हुए कहा कि योग भारत की प्राचीन परम्परा का एक अमूल्य उपहार है यह दिमाग और शरीर की एकता का प्रतीक है, मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य है, विचार, संयम और पूर्ति प्रदान करने वाला तथा स्वास्थ्य और भलाई के लिए एक समग्र दृष्टिकोण को भी प्रदान करने वाला है। उसने कहा कि योग किसी विशेष उम्र या वर्ग तक सीमित नहीं है। इसे किसी भी समय और कहीं भी आसानी से अपनी दिनचर्या में शामिल किया जा सकता है। योग से शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक तीनों प्रकार के लाभ प्राप्त होते है और अंत में सभी को योग को अपनाने की अपील करते हुए सवे भवन्तु सुखिनः सर्वे संतु निरामया और शांतिपाठ के साथ कार्यक्रम का विसर्जन किया गया।

न्यायालय तहसीलदार गुरुर, जिला बालोद (छ.ग.)
:: उद्घोषणा ::
क्रमांक / 2904 / प्र.तह. / 2026
गुरुर, दिनांक 10.06.2026
एतद् द्वारा सर्वसाधारण ग्रामवासी खुंदनी प.ह.नं. एवं आम जनता तहसील गुरुर जिला बालोद को सूचित किया जाता है कि आवेदक नंदकुमार आ. भुनेश्वर जाति रावत निवासी खुंदनी तहसील गुरुर जिला बालोद ने आवेदन पेश किया है कि आवेदक के मां कामिन बाई आ./पति भुनेश्वर की मृत्यु दिनांक 10.10.2005 को ग्राम खुंदनी में हुई है। जन्म/मृत्यु प्रमाण पत्र जारी करने बाबत आदेशित किया जावे।
अतएव उपरोक्त के संबंध में यदि किसी व्यक्ति संस्था हितबद्ध पक्षकार को कोई आपत्ति हो तो दिनांक 25.06.2026 तक स्वयं या विधिक प्रतिनिधि के माध्यम से न्यायालय में उपस्थित होकर दावा आपत्ति पेश कर सकते है। नियत तिथि के बाद प्राप्त दावा आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा।
आज दिनांक 10.06.2026 को मेरे स्वयं के हस्ताक्षर एवं सील मुहर से जारी किया गया।
तहसीलदार, गुरुर, जिला बालोद (छ.ग.)
मुहर

न्यायालय तहसीलदार गुरुर, जिला-बालोद (छ.ग.)
उद्घोषणा
क्रमांक/2903/प्र.तह./2026
गुरुर, दिनांक 10/06/2026
एतद् द्वारा सर्व साधारण ग्रामवासी खुंदनी प.ह.नं. एवं आम जनता तहसील गुरुर जिला बालोद को सूचित किया जाता है कि आवेदक के पिता भुनेश्वर आ. भुनेश्वर जाति रावत निवासी खुंदनी तहसील गुरुर जिला बालोद ने आवेदन पेश किया है कि आवेदक के मां कामिन बाई आ. सलिक राम की मृत्यु दिनांक 08/08/2007 को ग्राम खुंदनी में हुई है। जन्म/मृत्यु प्रमाण पत्र जारी करने बाबत आदेशित किया जावे।
अतएव उपरोक्त के संबंध में यदि किसी व्यक्ति संस्था हितबद्ध पक्षकार को कोई आपत्ति हो तो दिनांक 25/06/2026 तक स्वयं या विधिक प्रतिनिधि के माध्यम से न्यायालय में उपस्थित होकर दावा आपत्ति पेश कर सकते है। नियत तिथि के बाद प्राप्त दावा आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा।
आज दिनांक 10/06/2026 को मेरे स्वयं के हस्ताक्षर एवं सील मुहर से जारी किया गया।
तहसीलदार गुरुर, जिला-बालोद
मुहर

रेंगाडबरी में धूमधाम से मनाया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

डौण्डोलोहारा। वन्याल क्षेत्र के ग्राम रेंगाडबरी में 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस बड़े उत्साह एवं उल्लास के साथ मनाया गया। कार्यक्रम का आयोजन प्रातः 6 बजे स्कूल मैदान में किया गया, जिसमें स्कूली बच्चे, शिक्षक, किसान, महिला समूहों के सहत्व एवं ग्रामीण बड़ी संख्या में शामिल हुए। योग प्रशिक्षक द्वारा उपस्थित लोगों को सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, वृक्षासन, प्राणायाम एवं ध्यान सहित विभिन्न योग क्रियाओं का अभ्यास कराया गया। इस दौरान सभी प्रतिभागियों ने योग को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाने का संकल्प लिया। ग्राम पंचायत रेंगाडबरी के सरपंच पति जयेश जैन ने कहा कि योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि तन और मन को स्वस्थ रखने का वैज्ञानिक माध्यम है। उन्होंने ग्रामीणों से नियमित योग अपनाने का आह्वान किया। वहीं शासकीय औषधालय के कंपाउंडर कैलाश साहू ने योग के स्वास्थ्य लाभों की जानकारी देते हुए इसके नियमित अभ्यास पर बल दिया।कार्यक्रम के समापन अवसर पर योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए सभी प्रतिभागियों को फल-प्रसाद वितरित किया गया। ग्रामीणों ने बताया कि गांव में पहली बार इतने बड़े स्तर पर योग दिवस का आयोजन होने से स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ी है। कार्यक्रम में डौण्डोलोहारा से देवेन्द्र जायसवाल, रूपेश सिन्हा, पूर्व भाजपा मंडल अध्यक्ष उत्तरा धरेंद्र, निरंजन पंडीत, अंकुश कुंजाम सहित अन्य गणमान्य नागरिक एवं ग्रामीणजन उपस्थित रहे। योग करे, स्वस्थ रहे' के संदेश के साथ कार्यक्रम का समापन हुआ। उक्त जानकारी ग्रामीण प्रतिनिधि नेमन साहू, रेंगाडबरी द्वारा दी गई।

सिद्धीविनायक नवजात शिशु एवं बालरोग हॉस्पिटल
अम्बेडकर चौक के पास, रूढ़ी रोड, धमतरी (छत्तीसगढ़)
14 बिस्तरों का सर्वसुविधासुक्त नवजात शिशुओं का A/C प्राइवेट रूम की व्यवस्था एवं Ventilator की सुविधा Multi Para Monitors / Bubble CPAP Warmer Led Photo Therapy पीलिया के ईलाज के लिए Centralized Oxygen एवं Suctioning की व्यवस्था
State of the art NICU including care for Preterm, Term बालानुकूलित बच्चों का वाई Low Birth Weight, Septic & Very Serious Newborn प्रतिदिन समस्त टीकाकरण का उपलब्धता 24 घंटे पैथोलॉजी, फार्मसी, X-Ray की सुविधा उपलब्ध
समय : सुबह 10.30 से शाम 9 बजे (रविवार शाम बंद)
डॉ. विजय रावत (MBBS/DCH)
नवजात शिशु एवं बालरोग विशेषज्ञ पूर्व चिकित्सक चंडीगढ़
मो. 9981321524 / 7223011528
HEALTH TOWN
DR. ABHIMANYU'S AYURVEDA MULTISPECIALITY HOSPITAL
PAIN / PANCHAMAHA / PILES / PREGA / DYSURIA / EMBRYO
> रात रात > घुटने के दर्द > पीठ व कमर दर्द > रूबिन्डरुडिटिस > लिगामेंट के दर्द > टाइटनेस > गोफ्रा एक्सी > क्रैजल सोलर > रातरी ने जकड़न
कांदा, गर्द, मांसीरों क सभी प्रकार के दर्द का इलाज
9 सिटी सेंटर - कृष्णा टॉकीज के सामने, समान कॉलोनी रायपुर (छ.ग.) ☎ 9826446666
9 टैक्टर - 7 कमल विहार, रायपुर (छ.ग.) ☎ 95224-66664, 62622-22003
विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771-4242213, 7987119756, 9303508130

खबर संक्षेप



12 वर्ष पूर्ण होने पर डौण्डी में तीन दिवसीय जनकल्याण पंजीकरण शिविर संपन्न

डोंडी। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में केन्द्र सरकार के 12 वर्ष का कार्यकाल पूर्ण होने के उपलक्ष्य में विश्वास के, विकास के, जनकल्याण के 03 दिवसीय पंजीकरण शिविर 18 से 20 जून तक स्थान सांस्कृतिक भवन नगर पंचायत डौण्डी में आयोजित किया गया। जिसमें हितग्राहीयों के द्वारा विभिन्न विभागों में संचालित हितग्राही मूलक योजनाओं जैसे आयुष्मान भारत, आयुष्मान वैवंदना, पीएम सुयंघर, पीएम स्वनिधि, प्रधानमंत्री आवास योजना, जलजीवन मिशन, पीएम कौशल विकास योजना, पेंशन इत्यादि योजनाओं का पंजीयन किया गया। जिसमें मुख्य रूप से मोहंतीन चौरका अध्यक्ष नगर पंचायत डौण्डी, संजीव मानकर उपाध्यक्ष नगर पंचायत डौण्डी समस्त पाषंदाण, संतोष कुमार देवांगन मुख्य नगर पालिका अधिकारी, रत्न भूषण वाहने सहायक राजसव निरीक्षक एवं समस्त कर्मचारी उपस्थित थे।

निधन

अघनू राम साहू

गुरुर। ग्राम खुंदली के 78 वर्षीय पर्यावरण प्रेमी वृक्ष मित्र अघनू राम साहू का निधन हो गया। अघनू राम साहू की पत्नी का निधन 45 वर्ष पूर्व हो चुका है। पत्नी के निधन के बाद अघनू राम साहू अपने दो पुत्र एवं पुत्री का मां एवं बाप बन परवरिश की। पत्नी के निधन के बाद से अघनू राम साहू ने अपना जीवन पर्यावरण रक्षा करने के उद्देश्य से पौधा रोपण में समर्पित कर दिया। बीते 45 साल में अघनू राम साहू खिन किसी प्रचार प्रसार के लगातार पौधा रोपण करते रहे। उन्होंने अपने जीवन काल में ग्राम में सैकड़ों पौधे लगाए एवं उनकी रक्षा के जिम्मेदारी निभाई। ग्रामीणों ने बताया आज ग्राम खुंदली में जितने पेड़ हैं, उनमें आधे से अधिक अघनू राम द्वारा रोपित एवं संरक्षित पेड़ हैं जो आज मानव के साथ पशु-पक्षियों के लिए भी आहार एवं आश्रय का माध्यम बने हुये हैं। अघनू राम ने अपने जीवन काल में ग्राम के बाहर भी सैकड़ों पौधे लगाये एवं उन्हें संरक्षित किया जो आज पेड़ का रूप ले चुके हैं, अघनू राम के वृक्ष एवं पर्यावरण के प्रति प्रेम, समर्पण, त्याग को देखते हुए ग्रामीण उन्हें वृक्ष मित्र के रूप में पहचानते थे। उनके कार्यो को देखते हुये ग्रामीणों ने उन्हें सम्मानित भी किया था। अघनू राम के पुत्र केशुराम साहू एवं किशन साहू, पोते फातेश, वितेश, घमेश्वरी, भारती भी उनके बताये आदर्शों एवं संदेशों के अनुरूप कार्य कर रहे हैं।

से पौधा रोपण में समर्पित कर दिया। बीते 45 साल में अघनू राम साहू खिन किसी प्रचार प्रसार के लगातार पौधा रोपण करते रहे। उन्होंने अपने जीवन काल में ग्राम में सैकड़ों पौधे लगाए एवं उनकी रक्षा के जिम्मेदारी निभाई। ग्रामीणों ने बताया आज ग्राम खुंदली में जितने पेड़ हैं, उनमें आधे से अधिक अघनू राम द्वारा रोपित एवं संरक्षित पेड़ हैं जो आज मानव के साथ पशु-पक्षियों के लिए भी आहार एवं आश्रय का माध्यम बने हुये हैं। अघनू राम ने अपने जीवन काल में ग्राम के बाहर भी सैकड़ों पौधे लगाये एवं उन्हें संरक्षित किया जो आज पेड़ का रूप ले चुके हैं, अघनू राम के वृक्ष एवं पर्यावरण के प्रति प्रेम, समर्पण, त्याग को देखते हुए ग्रामीण उन्हें वृक्ष मित्र के रूप में पहचानते थे। उनके कार्यो को देखते हुये ग्रामीणों ने उन्हें सम्मानित भी किया था। अघनू राम के पुत्र केशुराम साहू एवं किशन साहू, पोते फातेश, वितेश, घमेश्वरी, भारती भी उनके बताये आदर्शों एवं संदेशों के अनुरूप कार्य कर रहे हैं।

अमृत सरोवरों में गूँजा योग का संदेश 5870 लोगों ने किया सामूहिक योगाभ्यास



बालोद। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर अमृत सरोवर में योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन हुआ। जिले के ग्रामीणों, नागरिकों एवं स्कूली बच्चों सहित सभी वर्ग के लोगों ने सामूहिक योगाभ्यास किया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर महात्मा गांधी नरेंगा अंतर्गत जिले में निर्मित 111 अमृत सरोवर में विशेष योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया।



योगाभ्यास कार्यक्रम में मनरेगा श्रमिक, स्कूली बच्चे, स्व सहायता समूह की सदस्य, पंचायत प्रतिनिधि, ग्रामीणजन एवं अधिकारी-कर्मचारियों सहित कुल 5870 लोक सहभागी बने। योगाभ्यास कार्यक्रम का उद्देश्य योग के माध्यम से स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने के साथ-साथ जल संरक्षण एवं पर्यावरण संरक्षण को बढ़ाना है। इस अवसर पर अमृत सरोवर स्थलों पर योगाभ्यास, सरोवर संवाद एवं जन सहभागिता आधारित गतिविधियों का आयोजन किया गया। साथ ही अमृत सरोवर के संरक्षण एवं रखरखाव के प्रति जिम्मेदारी की भावना विकसित करने के लिए जन भागीदारी को प्रोत्साहित किया गया। उल्लेखनीय है कि अमृतसर सरोवर ग्रामीण क्षेत्र में जल संरक्षण के साथ-साथ सामाजिक सहभागिता और सामाजिक चेतना के रूप में विकसित हो रहे हैं। इस अवसर पर अमृत सरोवर पर आयोजित



कार्यक्रम में सरोवर संवाद के माध्यम से ग्रामीणों को वीवी, राम अधिनियम 2025 के प्रावधानों एवं ग्रामीण विकास से जुड़ी योजनाओं की जानकारी भी दी गई। उल्लेखनीय है कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आज जिला मुख्यालय बालोद सहित जिले के सभी विकासखण्ड मुख्यालयों, नगरीय निकायों तथा ग्राम पंचायतों एवं स्कूलों में सामूहिक योगाभ्यास किया गया। इस वर्ष 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए योगा फॉर हेल्दी एजिंग थीम निर्धारित की गई है। योगाभ्यास कार्यक्रम में आज विभिन्न योग मुद्राओं का अभ्यास कराया गया।

तुरंत आराम के लिए
तुलसी आयुर्वेदिक चिकित्सालय
पता - तुलसी निवास, बस स्टैंड के पीछे, उपाध्याय नर्सिंग होम के सामने, धमतरी **मो.नं. : 9993010732**
लकवा रोग, वातरोग - सभी प्रकार के दर्द, गठियाबात, साइटिका, झुनझुनी वात, कण्ठदर्द, घुटना दर्द, अकड़न, नस रोग का इलाज
चर्मरोग - दन्त, खुजली, बेमवी, मुँह में छल्ल होना का इलाज
पेट रोग - कब्ज, गैस, भूख न लगना, खट्टी डकार आना का इलाज
बवासीर - मलस होना, खून निकलना, खुजली होना का इलाज
पुरुष रोग - घातुसाव, शीघ्रपतन व कमजोरी का इलाज
स्त्री रोग - लव, लकड़ पानी आना, यकित रुकावट का इलाज
बुखार, खांसी, स्वांसरोग, मूत्ररोग, केशरोग, दांतरोग का इलाज

आयोजन : विद्यार्थियों, शिक्षकों और ग्रामीणों ने किया योगाभ्यास, स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का दिया संदेश

सेजस लाटाबोड़ में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष योग कार्यक्रम



हरिभूमि न्यूज़ ►► बालोद/लाटाबोड़

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर स्वामी आत्मानंद शासकीय उत्कृष्ट हिंदी माध्यम विद्यालय लाटाबोड़ में विशेष योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं ग्रामीणजनों ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर योगाभ्यास किया तथा योग के महत्व को समझा। इस अवसर पर योग प्रशिक्षक विनोद कुमार साहू ने



सभी को विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास कराया तथा नियमित योग के लाभों की जानकारी दी। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जनपद सदस्य भगवती नूतन उडके, सरपंच तेज प्रकाश मंडावी, गणमान्य नागरिक देवेंद्र साहू एवं कश्चित साहू उपस्थित रहे। साथ ही संस्था के प्राचार्य एफ.आर. कोसरिया, वरिष्ठ व्याख्याता सी.एल. सिन्हा, एन.डी. बघेल, संजय साहू, ओपी. यादव, के.एन. गोरे, डी. सुकतेल, जी.

गंधर्व, गेडाम मैडम, कार्यालय स्टाफ हेमांक निर्मलकर, यशवंत साहू, तोमन साहू, मिडिल स्कूल प्रधानपाठक सुनहरे मैडम, रोमेश देशमुख, धर्मेन्द्र कोमार्य, ध्रुव मैडम, गोरे मैडम, वंदना सावाँ, लक्ष्मी साहू, प्राथमिक प्रधानपाठक मंजू किरण सहित समस्त स्टाफ उपस्थित रहे। इसके अतिरिक्त आयुर्वेद चिकित्सालय लाटाबोड़ से डॉ. पूर्णिमा नायक, डॉ. गायत्री, जयदीप सिदार, रामानंद एवं योग प्रशिक्षक विनोद कुमार साहू के

मार्गदर्शन में 5 दिवसीय निःशुल्क योग प्रशिक्षण भी आयोजित किया गया, जिसमें सभी प्रतिभागियों ने लाभ प्राप्त किया। आयुष द्वारा योग प्रशिक्षक को प्रमाणपत्र प्रदान कर सम्मान किया गया। प्राचार्य ने कार्यक्रम के माध्यम से योग को दैनिक जीवन में अपनाने एवं स्वस्थ जीवनशैली की ओर प्रेरित करने का संदेश दिया गया। विद्यालय परिवार ने इस आयोजन को सफल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

जय बजरंग अखाड़ा व्यायाम शाला में उत्साहपूर्वक मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

बालोद। जय बजरंग अखाड़ा व्यायाम शाला बालोद में व्यायाम शाला के खिलाड़ियों एवं प्रशिक्षकों ने हर्षोल्लास के साथ अंतराष्ट्रीय योग दिवस मनाया। इस अवसर पर अखाड़ा के वरिष्ठ गुरुजी नेमोचंद नाग, युवा प्रशिक्षक रवि पटेल, जागेश साहू एवं



■ **खिलाड़ियों और प्रशिक्षकों ने किया योगाभ्यास, स्वस्थ शरीर और स्वस्थ मन का दिया संदेश**



विनायक यादव के मार्गदर्शन में सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, भुजंगासन, धनुष आसन, सिंह आसन सहित कपाल भ्रांति, अनुलोम विलोम, ग्रामरी प्रणायाम, ध्यान योग किया गया। संस्था के सचिव विजय पाखर ने प्रेस को बताया कि जय बजरंग अखाड़ा व्यायाम शाला में नियमित रूप से सुबह शाम में योग, व्यायाम, कुश्ती, कबड्डी, मलखंभ, वण्ड संचालन के निःशुल्क प्रशिक्षण से छोटे-छोटे बच्चों, युवाओं में नई ऊर्जा का संचार हो रहा है। तब स्वस्थ मन स्वस्थ फिट बालोद फिट हंडिया के ध्येय मंत्र से संस्था निरंतर नष्ट आघाम गढ़ रही है। इस अवसर पर संस्था के अध्यक्ष रामेश्वर दीक्षर, सचिव विजय पाखर सहित बड़ी संख्या में युवा बच्चों ने योग किया।

नर्सिंग विद्यार्थियों ने योगाभ्यास और रैली के माध्यम से दिया स्वास्थ्य जागरूकता का संदेश

बालोद। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर भारत एवं मारुति इंस्टीट्यूट ऑफ नर्सिंग, दानीटोला के छात्र-छात्राओं द्वारा योगाभ्यास एवं जनजागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य योग के माध्यम से शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य के प्रति लोगों को जागरूक करना तथा स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देना था। कार्यक्रम की शुरुआत सामूहिक योगाभ्यास से हुई, जिसमें विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास कराया गया। प्रतिभागियों को नियमित योग के लाभों एवं दैनिक जीवन में योग को अपनाने के महत्व के बारे में जानकारी दी गई। इसके पश्चात विद्यार्थियों द्वारा जागरूकता रैली



निकाली गई। रैली में योग के महत्व से संबंधित आकर्षक पोस्टर एवं बैनर प्रदर्शित किए गए। विद्यार्थियों ने करें योग, रहें निरोग, योग है स्वस्थ जीवन का आधार, हर दिन योग, हर दिन स्वास्थ्य तथा योग अपनाएं, रोग

भगाएं जैसे प्रेरणादायक नारों के माध्यम से लोगों को योग के प्रति जागरूक किया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने योग के शारीरिक एवं मानसिक लाभों पर आधारित स्वास्थ्य शिक्षा भी प्रदान की। उन्होंने बताया

कि नियमित योगाभ्यास तनाव को कम करने, एकाग्रता बढ़ाने, रोग प्रतिरोधक क्षमता मजबूत करने तथा संपूर्ण स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक है। इस अवसर पर संस्थान की मारुति इंस्टीट्यूट ऑफ नर्सिंग प्राचार्या डॉ. सिजो कोसीएवं भारत इंस्टीट्यूट ऑफ नर्सिंग प्राचार्य प्रोफेसर श्रदेनियल दीपक मसीह ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो स्वस्थ एवं संतुलित जीवन का मार्ग प्रशस्त करती है। उन्होंने विद्यार्थियों एवं आमजन से नियमित योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया। कार्यक्रम में दोनों नर्सिंग संस्थानों के शिक्षकगण, गैर-शिक्षकीय कर्मचारी एवं बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे। पूरे कार्यक्रम के दौरान प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए स्वस्थ जीवन के लिए योग को अपनाने का संकल्प लिया।

हरिभूमि
समाचार ही नहीं, विचार भी

सुनहरा मौका, सुनिश्चित उपहार 2026

प्रथम उपहार 1 कार

द्वितीय उपहार 3 नग बाईक

तृतीय उपहार 10 नग LED TV

चतुर्थ उपहार 5 नग फ्रीज

पांचवा उपहार 8 नग वॉशिंग मशीन

छठवां उपहार 15 नग गैस चूल्हा

सातवां उपहार 25 नग सिलिंग फैन

आठवां उपहार 40 नग ट्राली बैग

नवां उपहार 500 नग हॉट पॉट

दसवां उपहार 600 नग लंच बाक्स

ग्यारहवां उपहार प्रत्येक प्रतिभागी को अनिवार्य उपहार

विजय पूरा नहीं :- ♦ यह सुनहरा मौका, सुनिश्चित उपहार योजना 1 मई 2026 से 31 दिसंबर 2026 की अवधि के लिए है। ♦ हरिभूमि के नये एवं पुराने पाठक इसमें भाग ले सकते हैं। ♦ महालक्ष्मी भू. में भाग लेने वाले हर प्रतिभागी को एक सुनिश्चित उपहार जीतने का अवसर होगा। ♦ इस योजना अवधि में हरिभूमि समाचार पत्र में कुल 50 कुपन (35 सामान्य कुपन एवं 15 मास्टर कुपन) प्रकाशित किये जाएंगे। ♦ योजना में भाग लेने के लिये पाठकों को हरिभूमि में प्रकाशित फॉर्मेट पर उपरोक्त अवधि के दौरान समाचार पत्र में प्रकाशित 50 कुपनों में से कुल 30 कुपन (20 सामान्य एवं 10 मास्टर कुपन) थिफकाने होंगे। ♦ फोटोकॉपी या कटे-छटे कुपन व फॉर्मेट मान्य नहीं होंगे। ♦ राश्व सारकार एवं केन्द्र सरकार के सभी नियम लागू होंगे। ♦ सुनहरा मौका सुनिश्चित उपहार योजना के अन्तर्गत के नियम व शर्तें मान्य होंगी। ♦ हरिभूमि निर्धारक संगठन का निर्णय अंतिम एवं सर्वमान्य होगा। ♦ किसी प्रकार के विवाद में न्यायालय क्षेत्र सम्बद्ध (अ.ग.) होगा। ♦ विजय पूरा नहीं :- ♦ यह सुनहरा मौका, सुनिश्चित उपहार योजना के अन्तर्गत के नियम व शर्तें मान्य होंगी। ♦ हरिभूमि निर्धारक संगठन का निर्णय अंतिम एवं सर्वमान्य होगा। ♦ किसी प्रकार के विवाद में न्यायालय क्षेत्र सम्बद्ध (अ.ग.) होगा।

आज ही हरिभूमि की प्रति बुकिंग करावें

हरिभूमि कार्यालय : पुजारी पार्क के सामने, पचपेढ़ी नाका रोड, टिकरापारा रायपुर
फोन : 0771-4242238, मो. 8224868411, 8319145740