तापमान

अधिकतम 32.0 डिग्री

न्यूनतम 26.0 डिग्री

हरिभूमि मध्यांचल भूमि

रायपुर, रविवार 22 जून 2025

[बलौदाबाजार | भाटापारा | खरोरा | लवन | कसडोल | पलारी-अमेरा | बिलाईगढ़ | संडी बंगला]

14 निरोगी काया की गारंटी है योगाभ्यास

15 भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है योग

CAN'T HIDE THAT'S PRIDE

शाश्वत उच्चतर माध्यमिक विद्यालय बलौदाबाजार

प्रवेश प्रारम्भ

के.जी.1 से 12वीं (साईन्स, आर्ट्स, कामर्स, कृषि विज्ञान)

अंग्रेजी एवं हिन्दी माध्यम

शाश्वत में आइये और टॉपर बन जाइये...

लुभी साहू कक्षा 12वीं 97%

छत्तीसगढ़ टॉप टेन में 4था स्थान प्राप्त करने पर बहुत-बहुत बधाई

सभी विषयों में उत्कृष्ट प्रदर्शन	
भौतिक शास्त्र	100 अंक
जीवविज्ञान	100 अंक
रसायन शास्त्र	97 अंक
हिन्दी	96 अंक
अंग्रेजी	92 अंक

प्रिंसी वर्मा 97% सतीश रॉय 96.3% वसुंधरा 96.1% तुषार 95.3% तनु साहू 94.6% हिमानी 94.5% मानसी कुर्रे 93%

अनीषा ध्रुव 92% सायरा चतुर्वेदी 91.8% कृषिका फेकर 91% पायल साहू 91% वंदना देवांगन 90.8% कनिष्का यादव 90.8% माही सोनी 90.3%

नि:शुल्क वाहन सुविधा - लोकल बलौदाबाजार, लटुवा, रिसदा, कुकुर्दी, बम्हनमुड़ी संपर्क : 9111002360, 9111002362, 6268089459

छ.ग. के सभी शासकीय ITI में प्रवेश हेतु रजिस्ट्रेशन

cgiti.admissions.nic.in

बी.एम. आई.टी.आई.

- कोपा
- इलेक्ट्रिशियन
- हेल्थ सेनेटरी इंस्पेक्टर
- डीजल मैकेनिक
- फायर टेक्नालॉजी
- स्टेनो हिन्दी

गोकुल नगर, पुलगांव, दुर्ग

8770638793, 9340311314 9303893829, 9300850065

अंतिम तिथि-25/06/25

खबर संक्षेप

पंचायतों में होंगी 25 से ग्रामसभाएं

बलौदाबाजार। कलेक्टर दीपक सोनी ने जिले की पंचायतों में 25 जून से ग्रामसभा आयोजित करने आदेश जारी किया हैं।ग्रामसभा में गणपूर्ति एवं अधिक से अधिक संख्या में लोगों की उपस्थिति सुनिश्चित कराने का दायित्व सरपंच व सचिव की होगी। ग्राम सभा में पंचायतों में विगत तिमाही की आय-व्यय की समीक्षा, पिछली वर्ष विभिन्न योजनाओं के काम क़ा वाचन, नरेगा अंतर्गत ग्रामीण परिवारों का रोजगार की मांग तथा उपलब्ध कराए गये कार्य की समीक्षा, पेंशन योजनाओं का सामाजिक अंकेक्षण, मौसमी बीमारियों के रोकथाम एवं नियंत्रण पर चर्चाकर आरोपण एवं वसूली की समीक्षा सहित विकास कार्यों की समीक्षा होगी।

30 पौवा शराब जब्त आरोपी गिरफ्तार

बलौदाबाजार। पुलिस ने ग्राम बिटकुली में शराब बिक्री की सूचना मिलने पर कार्रवाई की, जहां एक युवक के कब्जे से 30 पौवा देशी मसाला शराब जब्त की गई। न्यायालय में पेश करने के बाद पुलिस ने आरोपी को जेल भेजा है। 20 जून को थाना सिटी कोतवाली पुलिस टीम ने ग्राम बिटकुली में घेराबंदी कर अवैध रूप से शराब बिक्री करने वाले 20 वर्षीय अभिषेक खरे उर्फ लल्ला आरोपी को गिरफ्तार किया। उसके कब्जे से 3300 रुपएकी 30 पौवा देशी मसाला शराब एवं बिक्री रकम 500 जब्त किया गया। आरोपी के विरुद्ध धारा 34(2) आबकारी के तहत प्रकरण पंजीबद्ध कर गिरफ्तार कर जेल भेजा गया।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस : नवीन क़ृषि उपज मण्डी परिसर में किया गया सामूहिक योगाभ्यास

योगाभ्यास से होता है सकारात्मक ऊर्जा का संचार : अग्रवाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बलौदाबाजार

- जनप्रतिनिधि व अधिकारियों ने परिसर में रोपे पौधे, सीड बॉल और फलदार पौधों का किया गया वितरण

11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर 21 जून को नवीन क़ृषि उपज मण्डी प्रांगण में जिला स्तरीय योग कार्यक्रम आयोजित हुआ। कार्यक्रम में रायपुर सांसद बृजमोहन अग्रवाल मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। भारत माता, छत्तीसगढ़ महतारी एवं महर्षि पतंजलि के छायाचित्र के समक्ष दीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम क़ा शुभारम्भ किया गया। इस अवसर पर कुशल योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में सैकड़ों स्कूली विद्यार्थियों के साथ जनप्रतिनिधि और जिला प्रशासन के अधिकारी- कर्मचारियों ने योग के विभिन आसनों का अभ्यास किया।

सांसद अग्रवाल ने कहा कि योग विश्व का प्राचीन पद्धति है जिसका आर्थ जुड़ाव से है। योग मानव क़ो मानव से जोड़ने के साथ ही सकारात्मक ऊर्जा के लिए प्रेरित करता है। योग संस्कार और संस्कृति का संवाहक है। यह वसुधैव कुटुम्बकम की भावना क़ो बल देता है। उन्होंने कहा कि शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य, शांति एवं समृद्धि के लिए योग क़ो दिनचर्या में शामिल करें। स्कूलों में प्रार्थना के साथ प्राणायाम भी नियमित हो। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द मोदी ने योग क़ो विश्व पटल पर पहुंचाया है। आज पूरा विश्व योग की महत्ता को

▶▶ शेष पेज 15 पर

प्रधानमंत्री के सन्देश का वाचन के साथ लिया गया संकल्प

अंचल में मनाया गया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

सिमगा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस विकासखंड सिमगा के सभी ग्रामों, स्कूल, आंगनबाड़ी में योगा कर योग दिवस मनाया गया।इसमें ग्राम पंचायत पौंसरी में सरपंच चन्द्रमणी साहू, राजकुमार जांगड़े, एवन रात्रे, सूरज नट, एवं आंगनबाड़ी की सभी कार्यकर्ता सहायिका शामिल हुए। इसी तरह लांजा औरेंठी, बिनैका, कामता,ढुलढुला आदि ग्रामों में भी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया।

हरित योग के तहत पौधारोपण एवं पौधा वितरण किया

इस अवसर पर हरित योग अंतर्गत जनप्रतिनिधि एवं अधिकारियों ने क़ृषि उपज मण्डी परिसर में शोभादार व फालदार पौधे लगाए। इसके साथ ही वन विभाग के द्वारा सीड बॉल एवं फालदार पौधों का वितरण किया गया। विश्व योग दिवस पर जिला स्तरीय कार्यक्रम के साथ ही जिले के विकासखंड मुख्यालयों, ग्राम पंचायतों, नगरीय निकायों सहित अन्य संस्थानों में सामूहिक योगाभ्यास किया गया। योग में नगर पालिका अध्यक्ष अशोक जैन, जनपद अध्यक्ष सुलोचना यादव, कलेक्टर दीपक सोनी, पुलिस अधीक्षक भावना गुप्ता, वन मण्डलाधिकारी गणवीर धम्मशील, महिला आयोग की सदस्य लक्ष्मी वर्मा, पूर्व विधायक डॉ. सनम जांगड़े, प्रमोद शर्मा, लक्ष्मी बघेल, जिला अध्यक्ष आनंद यादव, स्काउट गाइड के राज्य उपाध्यक्ष विजय केशरवानी, सीईओ जिला पंचायत दिव्या अग्रवाल सहित अन्य स्थानीय जनप्रतिनिधि, अधिकारी -कर्मचारी एवं बड़ी संख्या में स्कूली विद्यार्थी एवं नागरिक मौजूद थे।

जनभागीदारी समिति अध्यक्ष ने की जनप्रतिनिधियों से मुलाकात

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भाटापारा

शासकीय गजानंद अग्रवाल महाविद्यालय में जनभागीदारी समिति के अध्यक्ष बनाए जाने के बाद श्रेणीक गोलछा ने भाजपा के वरिष्ठ नेताओं से सौजन्य भेंट कर आभार प्रकट किया। उन्होंने भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष शिवरतन शर्मा, नगर पालिका अध्यक्ष अश्वनी शर्मा तथा भाजयुमो जिलाध्यक्ष सुनील यदु से मुलाकात कर उन्हें धन्यवाद दिया।

गोलछा ने इस महत्वपूर्ण जिम्मेदारी के लिए भाजपा शीर्ष नेतृत्व, प्रभारी मंत्री तथा संगठन के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए कहा, पार्टी ने मुझ पर जो विश्वास जताया है, मैं पूर्ण निष्ठा से उस पर खरा उतरने का प्रयास करूंगा। आप सभी के मार्गदर्शन में जनसेवा के इस दायित्व को पूरी ईमानदारी और प्रतिबद्धता के साथ निभाऊंगा।

उन्होंने कहा, मैंने कभी सपने में भी नहीं सोचा था कि मुझे इतना बड़ा दायित्व मिलेगा। लेकिन भारतीय जनता पार्टी ऐसी पार्टी है जो एक साधारण कार्यकर्ता को उसकी मेहनत और क्षमता के आधार पर सम्मान और जिम्मेदारी देती है। पहले मुझे कई स्तर पर परखा गया, मजबूत बनाया गया और आज मेरी सोच से भी बड़ी भूमिका मुझे सौंपी गई है।

उन्होंने पुनः सभी वरिष्ठों एवं कार्यकर्ताओं का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि यह नियुक्ति केवल पद नहीं, बल्कि एक सेवा का अवसर है, जिसे वह पूरी लगन के साथ निभाएंगे।

पत्रकार सदन में 23 से 28 तक स्वास्थ्य शिविर

कासडोल। छत्तीसगढ़ श्रमजीवी पत्रकार संघ ईकाई-कसडोल के तत्वावधान में 23 से 28 जून तक 6 दिवसीय स्वास्थ्य शिविर का आयोजन होगा। इस शिविर में एक्यूप्रेशर, मसाज एवं चुम्बकीय शिविर एक्युप्रेसर रिसर्च ट्रेनिग व ट्रीटमेंट संस्थान जोधपुर (राजस्थान) के विशेषज्ञ द्वारा किया जाएगा। जिसका ऑनलाइन पंजीयन शुल्क 100 रुपए निर्धारित है। इस शिविर में सेवार्थ डॉ.वी.आर.चौधरी जोधपुर व थेरेपिस्ट डी.आर.जाखड़ जोधपुर होंगे। शिविर सुबह 8 से दोपहर 12 बजे और शाम 4 से 8 बजे तक रहेगा।

शिविर में ऑनलाइन पंजीयन

इस दौरान प्रत्येक मरीज का प्रतिदिन 15-20 मिनट इलाज किया जायेगा। यह कार्यक्रम सर्व समाज सभी लोगों के लिए हैं, जिसमें ज्यादा से ज्यादा संख्या में आकर अभ्यर्थी शिविर का लाभ ले सकते हैं। इस 6 दिवसीय स्वास्थ्य शिविर में पुराना सरदर्द, साईटिका, ऑख, कान, नाक, गले का रोग, लम्बाई बढ़ाना, घुटनो का दर्द, मोटापा, ब्लड प्रेशर, शुगर, गैस, कब्ज, सरवाइकल दर्द, कमर दर्द, जोड़ो का दर्द, लकवा, मस्सा, बवासीर, मानसिक तनाव डिप्रेशन, आदि इलाज बिना दवाई के द्वारा एक्युप्रेशर सुजोक एवं वाइब्रेशन थैरेपी से किया जायेगा।

शुभम के मार्ट™ शॉपिंग करो खुलके, पैसे बचाओ जमके !

MONSOON OFFER ऑफर 22 से 30 जून 2025 तक

ब्रांडेड स्टेलर कम्फ़र्टर सेट MRP ₹6699 फ्लैट 80% छूट!

वाटरप्रूफ़ फुटवियर ₹149 से शुरु • मेन्स • वूमेन्स • किड्स

छाता ₹149 से शुरु

रेनकोट ₹99 से शुरु

इन्वर्टर बल्ब 9W,10W,12W (एवरीडे, बजाज, हैवेल्स, फिलिप्स) ₹249

टी-शर्ट ₹99 से | शॉर्ट्स ₹99 से | शर्ट ₹249 से | जींस ₹399 से

2000+ फैशन कलेक्शन ₹399 से कम दाम पर

ग्रॉसरी & डेली एसेंशियल

शुभ शुद्ध चक्की आटा 5KG MRP ₹260 शुभम मूल्य ₹183

कोरा फटका तूर दाल 1KG शुभम मूल्य ₹115

शुभम लच्छकारी चावल 1 KG शुभम मूल्य ₹49

एवरेस्ट मसाले सभी वैरिएंट FLAT 15% OFF

ज़ोर कड़क चाय 1KG MRP ₹300 शुभम मूल्य ₹179

पार्ले जी ग्लूकोज़ बिस्किट 800 GM MRP ₹100 शुभम मूल्य ₹85

कुकी बाइट कोकोनट बिस्कुट 1KG MRP ₹210 शुभम मूल्य ₹99

फ्रूटी मैंगो 2 Ltr. MRP ₹130 शुभम मूल्य ₹99

मैगी 2 मिनट नूडल्स मसाला 8 पैक 560 GM MRP ₹120 शुभम मूल्य ₹99

अग्रवाल्स 420 स्पेशल पापड़ 200 GM MRP ₹69 शुभम मूल्य ₹56

ब्रिटानिया ट्रीट वेनिला क्रीम 515 GM MRP ₹180 शुभम मूल्य ₹90

सुरुचि आम का अचार 1KG / मिक्स 1KG MRP ₹270 शुभम मूल्य ₹109

लिट्ल्स सॉफ्ट क्लीज़िंग बेबी वाइप्स 80 पीस MRP ₹220 शुभम मूल्य ₹79

स्टेफ्री सिक्योर एक्स्ट्रा लार्ज XL 40PAD MRP ₹275 शुभम मूल्य ₹250

पीयर्स प्योर एंड जेंटल सोप 125GM*3 MRP ₹214 शुभम मूल्य ₹181

सर्फ एक्सेल इज़ी वॉश पाउडर 7KG MRP ₹1030 शुभम मूल्य ₹699

वाइपर, मोप्स, झाड़ू & बाल्टी सेट (चॉइस, मिल्टन, गाला, नयासा & स्पॉटज़ीरो) UPTO 50% OFF

Minimum 9%* OFF EVERYDAY ON MRP + 5% CASHBACK* SBI card

*Min. Trxn.: ₹3,500; Max. Cashback: ₹200 per card account; Validity: 18 Jun - 20 Jul 2025. T&C Apply.

भाटापारा, सति मंदिर के सामने, सदर बाजार रोड - 9109996497 | राजिम, महावीर चौक, नवापारा - 9201823841 | सिमगा, भाटिया ढाबा के पास बेमेतरा रोड - 9201823840

पलारी, ग्रामीण बैंक के बाजु में, रायपुर रोड - 91099 96493 | अभनपुर, कृषि उपज मंडी के पास, SBI बैंक के सामने, धमतरी रोड,

नियम एवं शर्तें लागू: सभी ऑफर सूचना के बिना बदलाव के अधीन हैं | ऑफर स्टॉक रहने तक | दिखाये गए उत्पादों के ग्राफिक्स केवल सांकेतिक मात्र है | ऑफर स्थान के अनुसार भिन्न हो सकते हैं | सभी मदभेद केवल रायपुर अदालत के अधिकार क्षेत्र के अधीन हैं | सभी क्रेडिट, डेबिट एवं यूपीआई से भुगतान स्वीकार किये जाते हैं |

कस्टमर केयर हेल्पलाइन नंबर : 91091 99110 | FOLLOW US ON: shubhamkmartoficl | Shubham K Mart | @shubhamkmart2926

बैठक में कांग्रेस ने आंदोलन की तैयार की रूपरेखा

कांग्रेस करेगी युक्तियुक्तकरण का विरोध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बलौदाबाजार

जिला कांग्रेस कमेटी की आवश्यक बैठक स्थानीय जिला कांग्रेस कार्यालय में आहुत की गई। बैठक में संगठनात्मक कार्यक्रमों एवं आगामी कार्यक्रमों के विषय में विस्तारपूर्वक चर्चा की गई। साथ ही आगामी 25 जून को प्रदेश कांग्रेस सह प्रभारी विजय जांगिड़ की विशेष उपस्थिति में शिक्षकों के युक्तयुक्तिकरण किये जाने के विरोध में जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय घेराव की रूपरेखा तैयार की गई।

जिला कांग्रेस कमेटी द्वारा जिले के ब्लॉक कांग्रेस कमेटी शहर, ग्रामीण ब्लॉक कांग्रेस अध्यक्षों, जिला कांग्रेस के पदाधिकारीयों, युवा कांग्रेस एनएसयूआई महिला कांग्रेस एवं कांग्रेस सेवा दल सहित कांग्रेस के समस्त प्रकोष्ठों के अध्यक्षगणों के साथ वरिष्ठ कांग्रेसजनों की उपस्थिति में संगठन द्वारा आयोजित किये जाने वाले कार्यक्रमों की रूप रेखा तैयार की गई। बैठक में जिला कांग्रेस कमेटी प्रभारी अशोक राज आहूजा, जिला कांग्रेस अध्यक्ष सुश्री सुमित्रा घृतलहरे

▶▶ शेष पेज 15 पर

जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय का घेराव करेंगे

साथ ही समीक्षा बैठक के पूर्व में सम्पन्न हुए संगठनात्मक गतिविधियों की समीक्षा एवं आगामी कार्यक्रमों का प्रतिवेदन महीने की 30 तारीख तक अनिवार्य रूप से तैयार किये जाने का निर्णय लिया। बैठक में छत्तीसगढ़ की भाजपा सरकार द्वारा शिक्षकों के साथ युक्तयुक्तिकरण के विरोध में छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस के सह प्रभारी विजय जांगिड के विशेष उपस्थिति में आगामी 25 जून को जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय के घेराव करने का निर्णय लेते हुए इस घेराव कार्यक्रम में अधिक से अधिक संख्या में कांग्रेसजनों की उपस्थिति की अपील की गई।

खबर संक्षेप

चिकित्सा महाविद्यालय में मनाया गया योग दिवस

महासमुंद। चिकित्सा महाविद्याल संबद्ध जिला चिकित्सालय में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। प्रथम पाली में एमबीबीएस के 65 स्टूडेंट और स्टॉफ ने भाग लिया। द्वितीय पाली में 20 लोग अर्बन पीएचसी नयापारा में योग दिवस मनाया गया। छात्रों और स्टॉफ को योगाभ्यास कराया गया। उनको प्रतिदिन योगाभ्यास करने प्रेरित किया गया। इस अवसर पर डॉ रेणुका गाहिने अधीक्षक चिकित्सा महाविद्यालय, डॉ पी कुदेशिया सीएमएचओ, डॉ बी माहेश्वरी संयुक्त संचालक, डॉ प्रदीप देवांगन, नीलू घृतलहरे डीपीएम, डॉ सीपी चंद्राकर, डॉ घनश्याम साहू, डॉ निखिल गोस्वामी, राहुल ठाकुर, दीपक तिवारी, राम गोपाल खूंटे, राजमनी, खोमन लाल साहू, देवकुमार डडसेना, निर्मलकर साहू, सोमेंद्र ठाकुर आदि मौजूद रहे।

राटापाली में प्रवेशोत्सव व योग दिवस का आयोजन

नर्रा। पूर्व माध्यमिक शाला राटापाली में शाला प्रवेशोत्सव एवं अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम मं मुख्य अतिथि लोचन पटेल जनपद सदस्य रहे। अध्यक्षता सरपंच पूर्णिमा सोनवानी ने की। कार्यक्रम की शुरूआत मां सरस्वती के छायाचित्र के समक्ष पूजन अर्चन कर की गई। अतिथियों द्वारा नवप्रवेशी बच्चों का तिलक लगाकर व मुंह मिठा कराकर स्वागत किया गया। इस दौरान अतिथियों बच्चों को नियमित स्कूल आने के साथ ही मन लगाकर पढ़ाई करने के लिए प्रोत्साहित किया। योग दिवस पर सभी ने योगाभ्यास किया। इस दौरान उपसरपंच एकता पटेल, दीपिका पटेल, केवरा पटेल, जगदीश पटेल, घनश्याम दीवान उपस्थित रहे।

सलिहाभाठा में मनाया विश्व योग दिवस

महासमुंद। प्राथमिक शाला सलिहाभाठा में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग करते हुए योग के महत्व को बताया गया। सुबह ही शाला में शिक्षकों और बच्चों के साथ पालकों ने योग किया। योग के पश्चात पालकों ने शाला में स्थित बच्चों की बाड़ी में भिंडी, तोरई, डोंड़का, मखना, खट्टा भाजी, जरी, कोचई, बरबट्टी के बीज बच्चों के साथ बोए। प्राथमिक शाला बरेकेल में योग दिवस के अवसर पर योग कार्यक्रम में बच्चों के साथ पालकों ने भी बढ़चढ़कर हिस्सा लिया। इस मौके पर पालकों और शिक्षकों ने एक पेड़ मां के नाम पेड़ पौधे भी लगाया और उसको बड़ा करने का वचन भी लिया।

बिंद्रावन मिडिल स्कूल में मनाया गया योग दिवस

नर्रा। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला बिंद्रावन में योग दिवस मनाया गया। सर्वप्रथम योग की शुरुआत शिक्षक राम प्रसाद साहू द्वारा नाड़ी शोधन से किया गया। इसके बाद अनुलोम-विलोम, भ्रामरी, कपाल भांति, भस्त्रिका, हस्तासन, ताड़ासन, वृक्षासन, सूर्य नमस्कार इत्यादि छात्र-छात्राओं को योगाभ्यास कराया गया। योग कराते समय स्वास की गति पूरक, रेचक, कुंभक पर विशेष ध्यान दिया गया। योग करते समय शिक्षक राम प्रसाद साहू द्वारा योग से होने वाले लाभ के बारे में बताया गया। इस दौरान शिक्षक गोविन्द सिंह चक्रधारी, वैशाली निगम, राम प्रसाद साहू, धनेश्वरी बासकर, डागोरी यादव एवं स्कूली छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

जनप्रतिनिधियों ने किया बच्चों के साथ योगाभ्यास

नर्रा। शासकीय कुलदीप निगम उच्चतर माध्यमिक विद्यालय नर्रा में ग्यारहवें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। इस अवसर पर योग संगम कार्यक्रम हुआ। इसमें शाला प्रबंधन समिति के अध्यक्ष टेकराम पटेल, विधायक प्रतिनिधि विजय शंकर निगम, जनपद सदस्य लोचन पटेल, सरपंच नामेश्वरी दीवान, उपसरपंच लोकनाथ पटेल, सचिव घनश्याम दीवान सहित शाला के सभी शिक्षक शिक्षिकाओं एवं छात्रों ने योगाभ्यास किया।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस : ग्रामीणों, शिक्षकों और बच्चों ने पूरे मनोयोग से अभ्यास में भाग लिया

निरोगी काया की गारंटी है योगाभ्यास

हरिभूमि न्यूज ▸▸ पलारी

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला देवसुंद्रा में योग कार्यक्रम का आयोजन पूरे उत्साह और जागरूकता के साथ किया गया। यह केवल एक दिवस तक सीमित न रहकर बीते पांच दिनों से योग अभ्यास के रूप में गांव में चलता रहा, जिससे पूरे ग्राम में स्वास्थ्य और संतुलन की सकारात्मक ऊर्जा फैली। कार्यक्रम के मुख्य योग प्रशिक्षक चतुर साहू ने योग प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम कराए, जिनमें ताड़ासन, वृक्षासन, कोणासन, त्रिकोणासन, पवनमुक्तासन, अनुलोम-विलोम, भ्रामरी और शीतली प्राणायाम शामिल रहे। ग्रामीणों, शिक्षकों और बच्चों ने पूरे मनोयोग से अभ्यास में भाग लिया। इस अवसर पर गांव के जनप्रतिनिधि, शिक्षाविद और स्वास्थ्य विभाग के अधिकारी बड़ी संख्या में मौजूद रहे। इनमें सरपंच अभिराम साहू, उपसरपंच वरुण वर्मा, शाला प्रबंधन समिति अध्यक्ष बालमुकुंद यादव, प्राधिकृत अधिकारी हुलास वर्मा, आरके वर्मा, देवचरण साहू, टिकेश्वरी वर्मा, तीजमती धीवर, कुंती साहू, ग्राम सचिव ईश्वर साहू, रोजगार सहायक पुरुषोत्तम वर्मा, जनपद प्रतिनिधि कोमल साहू तथा शासकीय आयुर्वेदिक औषधालय की चिकित्सा अधिकारी उत्तराखंडेल उपस्थित रहे।

प्राथमिक शाला में मनाया गया योग दिवस

बगबुडा। एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य थीम के तहत प्राथमिक शाला खैरी में योग दिवस मनाया गया। इस अवसर पर छात्रों और शिक्षकों सहित संरपच, सचिव, पंच ने विभिन्न योग आसनों और प्राणायाम का अभ्यास किया।योग दिवस का महत्व को बतलाते हुए ग्राम पंचायत खैरी के संरपच ने कहा कि योग शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक शांति, अध्यात्मिक विकास, तन्दरूस्ती को बढ़ावा तथा छात्रों कि एकाग्रता और ध्यान में सुधार में मदद करता है। योग से कार्य कुशलता बढ़ती है। शरीर, मन, विचार में संतुलन स्थापित करता है। मनीष घृतलहरे जिलाध्यक्ष ने - बलौदाबाजार भीम क्रांतिवीर ने बच्चों को कहा कि शरीर और मन स्वस्थ नहीं तो मनुष्य का किसी भी लक्ष्य तक पहुंचना असंभव है। पढ़ाई, परीक्षा और भविष्य की चिंता में अक्सर मन बेचैन हो जाता है। योग विद्यार्थियों को एकाग्रता, आत्मविश्वास और मानसिक संतुलन देता है। रोज 15-20 मिनट का योग जीवन में चमत्कार कर सकता है। ध्यान और प्राणायाम से दिमाग तेज होता है। आज योग दिवस है, हम सब यह वादा करें कि हम योग को अपने रूटीन में शामिल करेंगे और पढ़ाई के साथ-साथ स्वास्थ्य का भी ध्यान रखेंगे। इस अवसर पर चितरेखा, लक्ष्मीनारायण घृतलहरे, सरपंच शिवकुमार ध्रुव सचिव रामजी नांरगे, प्रधानपाठ, शंकरलाल पैकरा, शिक्षक दिलेश्वर भारद्वाज, शिक्षक मनीष घृतलहरे, जिलाध्यक्ष -बलौदाबाजार भीम क्रांतिवीर,महिला स्व सहायता अध्यक्ष पंच बाई, आगसबाई टंडन, प्रकाशबाई कोसले, वेदव्यास कोसले, इंदरमन गायकवाड़, मनमोहन रात्रे, फागुनबाई डहरिया आदि पंच व छात्र-छात्राएं उपस्थित थीं।

तन और मन को स्वस्थ रखने करें योग

गोपालपुर। योगा संगम एवं हरित योग थीम पर विश्व योगा दिवस शासकीय प्राथमिक शाला हरदी भ संकुल रोहिना में प्रधान पाठक रामदुलार निराला के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ। उन्होंने कहा योग करना हमारे शरीर के लिए अति आवश्यक है। स्वास्थ्य रहे तन स्वास्थ्य रहे मन, मन की शांति, शांत चित तथा शरीर को सदा मजबूत बनाए रखने के लिए प्रतिदिन योग करना चाहिए। स्वास्थ्य लाभ ही जीवन की कुंजी है। बच्चों के साथ-साथ मितानिन, रसोइया, माताएं तथा शिक्षक सभी योगाभ्यास कार्यक्रम में शामिल हुए। कार्यक्रम में निर्मला, तिहारिन बाई, राममती खूंटे, शुभम, पंकज, मोनिका, देविका, लवली आदि की सहभागिता सराहनीय रहा।

अर्जुनी में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मना

अर्जुनी। ग्राम पंचायत अर्जुनी में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर शासकीय हाई स्कूल सरस्वती शिशु मंदिर, शासकीय पूर्व माध्यमिक विद्यालय सहित विभिन्न स्थानों पर योग सत्र आयोजित किया गया। शासकीय पूर्व माध्यमिक विद्यालय में योग दिवस का शुभारंभ पूजा अर्चना से हुआ। विद्यालय प्रांगण में योग के आसान किये एवं लाभ के बारे में बताया गया, जिसमें प्राणायाम, वज्रासन, अर्ध पद्मासन, ताड़ासन, अनुलोम, विलोम सहित विभिन्न आसन का सरल योगाभ्यास किया गया। योग के संबंध में शिक्षिका वंदना साव ने कहा कि मानसिक शारीरिक स्वास्थ्य के लिए योग आवश्यक है सभी वर्गों के लोगों को नियमित रूप रूप से योग करना चाहिए योग करने से भी बीमारियों को दूर करता है आधा घंटा प्रतिदिन योग करने से शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिये अच्छा रहता है, योग करो निरोग रहो शाला प्रबंधन विकास समिति अध्यक्ष आर आर साहू ने कहा कि योग करने से कई लाभ प्राप्त होते हैं और नियमित रूप से योग करना चाहिए। इस अवसर में वंदना साव, मीना देवांगन, जयप्रकाश यदु, शाला प्रबंधन विकास समिति अध्यक्ष आर आर साहू, सरपंच कविता ध्रुव, सरपंच प्रतिनिधि सुखराम ध्रुव, भगेला ध्रुव, पंच रुपेश वर्मा, कन्हैया कटारे, विनोद सोनी, कस्तूरी शुक्ला, पुष्पा सेन, सीता नायक, सुमित्रा साहू, श्याम भसगौरी, तोमन साहू, ओमेश्वरी रजक, प्रमिला वर्मा, संजय रजक, जीवन साहू सहित विद्यालय के छात्र-छात्राएं एवं शिक्षक उपस्थित थे।

खम्हारिया में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर मना

गोपालपुर। शासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय खम्हारिया में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। विद्यालय प्रांगण में विद्यार्थियों, शिक्षकों तथा स्टाफ सदस्यों ने मिलकर सामूहिक योगाभ्यास किया। इस अवसर पर प्राचार्य एसएल पटेल के मार्गदर्शन में एन लकड़ा, एम एल सिदार, आर एल साहू, जेके वर्मा, डीआर साहू, पीएल पटेल, मनोज किशोर, डी साहू, यूके निषाद, नेमलता पटेल, रजनी बंजारे, दीपिका नवरत्न, केआर यादव, प्रधान पाठक निषाद, दुबेजी, घनश्याम दास, लाखन भारद्वाज, प्रकाश नेवले प्राणायाम, अनुलोम-विलोम, ताड़ासन, भुजंगासन, वज्रासन, शवासन आदि योग क्रियाएं कराई गईं। योगाभ्यास के दौरान उन्होंने योग के लाभों, शरीर और मन के संतुलन में इसकी भूमिका तथा दैनिक जीवन में योग को अपनाने की महत्ता पर प्रकाश डाला।

योग दिवस पर हुआ पौधारोपण

सिमगा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नगर के सांस्कृतिक भवन में सुबह 7 बजे गुरु पंचराम साहू ने योग के विभिन्न आसन की जानकारी व उसके फायदे बताते हुए उपस्थिति लोगों को योगा कराया। उन्होंने बताया कि योग को अपने जीवन में अपनाने से मनुष्य हमेशा स्वस्थ एवं निरोग रहता है। तत्पश्चात पौधा रोपण भी किया। इस अवसर पर सिमगा एसडीएम अंशुल वर्मा, सीएमओ दिलेश्वर वर्मा, सीईओ अमित दुबे, चंद्रमणि तिवारी, पार्षद परदेशी सोनकर, विकास सोनकर, पीतांबर सोनकर, विष्णु जायसवाल, योगेश ताम्रकार, परीक्षित चतुर्वेदी, नीरज शर्मा, अभिजीत अवस्थी, माया सलूजा,परस पाटकर, जितेंद्र भोंसले, रुक्मणी साहू, रजनी दुबे, शारदा भोसले सहित नगर पालिका के कर्मचारी उपस्थित थे।

नवीन पंचायत में मनाया गया योग दिवस

गोपालपुर। नवीन ग्राम पंचायत गोपालपुर योग दिवस मनाया गया। इसमें पंचायत के जनप्रतिनिधियों एवं ग्रामीणों ने दुर्गा भवन में पहुंचकर योगाभ्यास किया। इसमें मानमती पहारु, सरपंच चन्द्रीका बाई साहू, उपसरपंच, पंचगण रुपेश साहू, भागवत साहू, कृष्ण कुमार साहू, डीलेश्वरी, मीना कुमारी साहू, मैना बाई, केवड़ा बाई, सरपंच प्रतिनिधि नारायण प्रसाद साहू एवं ग्रामीण जन बिषेशर साहू, सोनाऊ राम साहू, तुलाराम साहू, मनबोध साहू हरीयर साहू, धनंजय साहू, शिव प्रसाद साहू, डी आर टण्डन उपस्थित थे ।

नगर में सजा श्याम दरबार भक्ति में डूबे श्रद्धालु

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भाटापारा

श्याम युवा मंडल द्वारा शुक्रवार को नगर के संजय वार्ड स्थित माहेश्वरी भवन में श्याम बाबा का जोरदार दरबार सजाया गया। इस अवसर पर आयोजित अरदास सांवरिया कार्यक्रम का उपस्थित भक्तों ने खूब आनंद उठाते हुए बाबा की भक्ति में लीन हो गए। अनगर में हुए इस शानदार और अच्छे कार्यक्रम की सभी लोगों ने कंठ मुक्त से सराहना की।

नगर के श्याम प्रेमियों ने शुक्रवार को शहर में खाटू नरेश का शानदार दरबार सजाया। इस दौरान में गायक कलाकारों आयुष सोमानी जयपुर, और प्रेम शर्मा लक्ष्मणगढ़ ने दरबार में श्याम भजनों की ऐसी गंगा बहाई कि उपस्थित श्याम प्रेमी गण अपने हाथों को ना केवल खोलने में मजबूर हुए बल्कि उनके पैर भी उन्हें खड़े हो कर दरबार के सामने थिरकने को मजबूर कर दिए। आयोजक श्याम युवा मंडल के युवाओं की टीम ने शहर में काफी लंबे समय पश्चात देर रात तक चलने वाले आयोजन भजनों की याद दिलाते हुए एक अच्छा और सफल आयोजन की प्रस्तुति दी है। कार्यक्रम स्थल पर उपस्थित श्याम दीवानों की भीड़ इस बात का अहसास करा रही थी कि धार्मिक नगर की इस जनता को ऐसे आयोजन का बेसब्री से इंतजार था। नगर में वैसे तो लगातार कुछ ना कुछ धार्मिक आयोजन, उत्सव होते रहते है, लेकिन श्याम प्रेमी जनता ने जता दिया कि बाबा की दीवानगी ने बता दिया कि भाटापारा बलौदाबाजार में भी बाबा के भक्त है। कार्यक्रम स्थल पर प्रसादी की भी व्यवस्था आयोजक युवाओं ने कर रखी थी। कार्यक्रम देर रात तक चला,इस दौरान आखिरी तक भवन में श्याम भक्त प्रेमी बाबा की भक्ति में लीन रहे।

सशिमं में विद्यार्थियों ने किया योगाभ्यास

महासमुंद। स्थानीय भलेसर मार्ग पर स्थित सरस्वती शिशु मंदिर उमावि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रम का थीम एक पृथ्वी का एक स्वास्थ्य के लिए योग के तहत छात्र-छात्राओं को योग कराया गया। विद्यालय के वरिष्ठ आचार्य बलराम सेन, किरण साहू, कुंजलाल पटेल एवं सुश्री अर्चना साव द्वारा छात्र-छात्राओं को विभिन्न आसन एवं योग कराया गया। जिसमें, ग्रीवा चालन, स्कंद खिंचाव, स्कंद चक्रकटी, शक्ति संचालन, घुटना संचालन, ताड़ासन, वृक्षासन, पाद हस्त आसन, अर्ध चक्रासन, त्रिकोणासन, दंडासन, भद्रासन, कपालभाति, अनुलोम-विलोम प्राणायाम, शीतली प्राणायाम, भ्रामरी प्राणायाम आदि योग कराया गया। इस अवसर पर विद्यालय के आचार्य बलराम सेन ने योग के संबंध में महत्वपूर्ण बातें कहीं। कार्यक्रम में प्रभारी प्राचार्य शिवकुमार कन्नौजे, वरिष्ठ आचार्या मनोज साहू, दुर्गेश नंदिनी चंद्राकर, सरोजनी साव, किरण सोनी आचार्य, गुरबारी सोनी, तारनी गोस्वामी, मल्लिका चंद्राकर, निशा गोस्वामी, तनुजा साहू, टिकेश्वरी चंद्राकर, तनूजा साहू, अजय तांडी, अश्वनी साहू, हेमंत साहू, तुलसी राम पटेल एवं विद्यालय के समस्त दीदी आचार्य एवं पालकगण उपस्थित थे। इस कार्यक्रम की जानकारी विद्यालय के प्रचार प्रसार प्रमुख पवन निर्मलकर एवं ललित कुमार सिन्हा ने दी है।

मोती गार्डन का जीर्णोद्धार पूर्ण, उद्घाटन हुआ

हरिभूमि न्यूज ▸▸ भाटापारा

नगर का प्रमुख सार्वजनिक स्थल मोती गार्डन, जिसका पिछले कुछ समय से जीर्णोद्धार कार्य प्रगति पर था, अब पूरी तरह से नए स्वरूप में नगरवासियों के लिए समर्पित कर दिया गया है। शुक्रवार को आयोजित एक भव्य समारोह में इसका उद्घाटन मुख्य अतिथि भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष शिवरतन शर्मा एवं नगर पालिका अध्यक्ष अश्वनी शर्मा द्वारा किया गया। शिवरतन शर्मा ने गार्डन का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा मोती गार्डन अब न केवल शहर की शोभा बढ़ाएगा, बल्कि नागरिकों को स्वास्थ्य, मनोरंजन और सुकून के लिए एक आदर्श स्थान प्रदान करेगा।

> ■ मुख्य अतिथि शिवरतन शर्मा एवं अश्वनी शर्मा ने किया लोकार्पण

अश्वनी शर्मा ने कहा नगर की जनता को एक स्वच्छ, सुंदर और सुरक्षित गार्डन की सुविधा देना हमारा दायित्व है। जीर्णोद्धार के बाद गार्डन अब आ धु नि क सुविधाओं से युक्त होकर नागरिकों को और भी आकर्षित करेगा।पुनर्निर्मित मोती गार्डन में रंगीन फव्वारे, एलईडी लाइटिंग, वॉकिंग ट्रैक, बच्चों के लिए झूले, बुजुर्गों के लिए विश्राम स्थल और ओपन जिम जैसी सुविधाएं शामिल की गई हैं। समारोह में नगर पालिका उपाध्यक्ष दिलीप छाबड़ाया, सभापति गोविंद पटेल, कुंजराम कोसले, मनीष मिश्रा, दीपा, दशरथ साहू, सतीश तलरेजा, पार्षदगण सतीश साहू, नंदकिशोर वैष्णव, श्रेणिक गोलछा, बंटी टंडन, उमाशंकर वर्मा, मोंटू ध्रुव, बब्बू मंधान, भाजपा जिला महामंत्री राकेश तिवारी, युवामोर्चा जिलाध्यक्ष सुनील यदु, मंडल पूर्व नगर पालिका अध्यक्ष मोहन बांधे, अध्यक्ष योगेश अनंत सहित नगर के गणमान्य नागरिक, समाजसेवी एवं बड़ी संख्या में लोग उपस्थित थे ।

खबर संक्षेप

पुनेश्वर नाथ बने कॉलेज में जनभागीदारी समिति के अध्यक्ष

कसडोल। शासकीय दौलतराम शर्मा स्नाकोत्तर महाविद्यालय के जनभागीदारी समिति के अध्यक्ष के रूप में गौरीशंकर अग्रवाल एवं प्रभारी मंत्री श्यामबिहारी जायसवाल की अनुशंसा से पार्षद पुनेश्वर नाथ मिश्रा का मनोनयन किया गया। मिश्रा ने नियुक्ति पर कसडोल मंडल के सभी दायित्वाधिन पदाधिकारियों का आभार जताया। मिश्रा मूल रूप से अधिवक्ता कार्य से जुड़े हैं। वे राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के कार्यकर्ता रहे एवं संघ के खंड से जिले तक के विभिन्न दायित्वों में रहकर कार्य किया है। उनकी नियुक्ति पर मंडल अध्यक्ष सुदीप मानिकपुरी, पूर्व मंडल अध्यक्ष मेलाराम साहू, पूर्व सभापति नवीन मिश्रा, जिला मंत्री कृष्णकुमार पटेल, नगर पंचायत अध्यक्ष नागेश्वर साहू, पार्षद भानु प्रताप साहू, सुंदर साहू, नीरज साहू, अजय साहू, जिलाध्यक्ष पिछड़ावर्ग प्रकोष्ठ राजकुमार जायसवाल, महामंत्री रामचंद्र ध्रुव, अनिल श्रीवास, संजय साहू, गणेश साहू सहित मंडल के सभी कार्यकर्ताओं ने बधाई दी।

रेत का अवैध उत्खनन करते 2 जेसीबी लोडर और 2 हाइवा जब्त

महासमुंद। खनिज विभाग ने शनिवार सुबह बिरकोनी में 4 वाहनों को रेत का अवैध उत्खनन व परिवहन करते पकड़ा। खनिज विभाग, पुलिस एवं राजस्व की टीम ने 2 जेसीबी लोडर व 2 हाइवा को रेत का अवैध परिवहन करते हुए जब्त किया। चारों वाहनों को जब्त कर सुरक्षार्थ कोतवाली थाना में खड़ा किया गया है। खनिज अधिकारी योगेन्द्र सिंह ने बताया कि उक्त वाहनों पर खान एवं खनिज (विकास एवं विनियमन) अधिनियम 1957 की धारा 21 के अंतर्गत कार्रवाई की जाएगी। कलेक्टर के निर्देशानुसार जिले में अवैध उत्खनन, परिवहन पर प्रभावी नियंत्रण हेतु खनिज विभाग का विशेष अभियान सतत जारी रहेगा और दोषियों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की जाएगी।

पेज 13 के शेष

योगाभ्यास से होता...

समझते हुए 21 जून को विश्व योग दिवस मनाता है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द मोदी के विकसित भारत संकल्प के साथ ही छत्तीसगढ़ व समस्त जिलों क़ो विकसित बनाने में योगादन देना होगा। इस अवसर पर सांसद अग्रवाल ने योग क़ो दिनचर्या में शामिल करने संकल्प दिलाया। इसके साथ ही प्रधानमंत्री नरेन्द मोदी के सन्देश का वाचन भी किया।

कांग्रेस करेगी ...

भाटापारा, विधायक इन्द्र साव, पाठ्यपुस्तक निगम के पूर्व अध्यक्ष शैलेश नितिन त्रिवेदी, प्रदेश महामंत्री सीमा वर्मा, पूर्व जिला कांग्रेस अध्यक्ष दिनेश यदु, पूर्व निगम मण्डल सदस्य सतीश अग्रवाल, पूर्व मण्डी अध्यक्ष सुशील शर्मा की उपस्थिति में निर्णय लेते हुए कहा कि जिले के सभी शहर, ग्रामीण ब्लॉक कांग्रेस कमेटी की बैठक प्रत्येक माह 20 तारीख तक अपने अपने ब्लॉक के बैठक में संगठनात्मक समिक्षा आयोजित कर की जाए।इस अवसर पर प्रमुख रूप से ब्लॉक अध्यक्ष गण विक्रम गिरी, रूपेश सिंह ठाकुर, डॉ. केके नायक, अमर मंडावी, अरूण यदु, भुनेश्वर वर्मा, गुरूदयाल यादव, दयाराम वर्मा, संतोष तिवारी, प्रभाकर मिश्रा, आर्यन शुक्ला, युवां अध्यक्ष शैलेन्द्र बंजारे, महिला कांग्रेस अध्यक्ष भृगु एनएसयूआई अध्यक्ष सुर्यकांत वर्मा, अनुसूचित जाति प्रकोष्ठ अध्यक्ष जितेन्द्र नवरतन, तिलक कन्नौजे, दीवाकर मिश्रा, वैभव केशरवानी, प्रवीण सेन, अजय भारती, अभिनव यदु, लक्ष्मी पाण्डेय, सचिन्द्र शर्मा, कमल पटेल, जय ठाकुर, राहुल नेगी, शैलेन्द्र ध्रुव सहित कांग्रेस जन उपस्थित थे।

योग दिवस : शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला छड़िया में योग अभ्यास कार्यक्रम का आयोजन

भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है योग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| खरोरा

शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला छड़िया में योग अभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस आयोजन का उद्देश्य विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं समुदाय को योग के महत्व से अवगत कराना एवं स्वस्थ जीवनशैली के प्रति जागरूक करना था। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय के प्रधान पाठक धीरेंद्र कुमार वर्मा के मार्गदर्शन में हुआ। उन्होंने योग को भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर बताते हुए विद्यार्थियों को योग को अपनी दिनचर्या में अपनाने के लिए प्रेरित किया। योग अभ्यास सत्र में विद्यालय के शिक्षकगण तारकेश्वर कुमार धीवर, संगम कुमार मन्नाडे और मैडम भारती तांती ने सक्रिय रूप से सहभागिता की। उन्होंने विद्यार्थियों को विभिन्न योग आसनों एवं प्राणायाम की विधियां सिखाईं और उनके शारीरिक तथा मानसिक लाभों की जानकारी दी। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और अनुशासन एवं समर्पण के साथ योगाभ्यास किया। पूरे आयोजन में सकारात्मक ऊर्जा और उत्साह का वातावरण बना रहा। विद्यालय परिवार द्वारा यह संदेश दिया गया कि योग केवल एक व्यायाम नहीं, बल्कि एक आध्यात्मिक अनुशासन है, जो शरीर, मन और आत्मा को एक सूत्र में पिरोता है। कार्यक्रम का समापन सभी प्रतिभागियों को धन्यवाद ज्ञापन के साथ किया गया, जिसमें योग को नियमित जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाने का संकल्प भी दोहराया गया।

बरौंडा के नागरिकों ने किया योगा

बंगोली। तिल्दा जनपद के ग्राम पंचायत बरौंडा में अंतर्राष्ट्रीय योगा दिवस के एक दशक पूर्ण होने पर आयुष मंत्रालय द्वार 21 जून शनिवार को योगासन किया गया। योगासन प्राथमिक, माध्यमिक शाला, हाईस्कूल व अमृत सरोवर तालाब में किया गया। योगासन में सभी प्रकार के योगासन नियम करवाया गया। इस दौरान हरित क्रंति के तहत पौधारोपण किया गया। साथ ही एक पेड़ मां के नाम पर पौधे रोपे गये एवं हरित संकल्प पर पेड़ लगाना, जल संग्रहण व जल संरक्षण करने का संकल्प लिया गया। अमृत सरोवर तालाब में श्रमदान से साफ सफाई किया गया। योगासन में 300 से अधिक लोगों ने योगासन किया, जिसमें ग्राम पंचायत प्रतिनिधि परिवार, स्वसहायता समूह की महिला, स्कूली बच्चे व शिक्षकगण तथा आम ग्रामवासी योगासन किये। सरपंच नीलूप्रदीप मढ़रिया, सचिव सुरेंद्र पटेल, जगदेव कंडरा रोजगार सहायक, जयप्रकाश चौहान कोटवार, तोपसिंग टंडन, योगासन शिक्षक यशवंत वर्मा सहित अन्य शिक्षकगण मौजूद थे।

योग दिवस पर रोपे गए फलदार-छायादार पौधे

गिधौरी। सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय टुण्डरा में योग संगम व हरित योग अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आयुष विभाग छत्तीसगढ़ शासन एवं गायत्री शिक्षण समिति टुण्डरा के संयुक्त तत्वावधान में पांच दिवसीय योग शिविर का आयोजन किया गया। इसमें 21 जून को अंतिम दिवस योगाचार्य के रूप में परमेश्वर देवांगन आयुष विभाग एवं डॉ. सुरेंद्र पटेल पीएचडी योग साइंस द्वारा योग कराया गया। इस अवसर पर योगाचार्य द्वारा योग के सूक्ष्म स्वास्थ्य एवं इनके लाभ के बारे में विस्तार से बताया गया।

सुबह 6.30 बजे से नगर अध्यक्ष छत राम साहू, सीएमओ हमेश साहू, मंडी अध्यक्ष राम प्रसाद साहू, डॉ. ओम विजय साहू आयुष विभाग, योग प्रभारी राम कुमार पटेल, राजमहंत पी के घृतलहरे, मोतीराम साहू, विधायक प्रतिनिधि, नन्द कुमार पटेल ,नोडल प्राचार्य आर बंजारे, पी टीआई जे आर बारले, कृषण कुमार मिरी पटवारी,होलिका प्रसाद कैवर्त्य,सभी शैक्षणिक संस्थानों के स्टाफ एवं बच्चे,नगर पंचायत स्टाफ, तहसील कार्यालय, पटवारी कार्यालय, डाकघर, बैंककर्मी,जन प्रतिनिधि, अधिकारी,कर्मचारी, गायत्री शिक्षण समिति के पदाधिकारीगण ,गणमान्य नागरिक, विद्यालय परिवार के आचार्य जी-दीदी जी भैया -बहनो की उपस्थिति में किया गया उक्त अवसर पर विद्यालय परिसर एक पेड़ मां के नाम में 51 नग छायादार पेड़,सुंदर सुंदर फूल पौधे, औषधि युक्त पौधे लगाए गए। प्रबंधन समिति अध्यक्ष जगन्नाथ प्रसाद केशरवानी, सदस्य टीकाराम साहू (कोषाध्यक्ष -जिला ग्राम भारती बलौदा बाजार -भाटापारा), सचिव भगत राम देवांगन सदस्य जोहित राम देवांगन एम अल साहू, शिवदास मानिकपुरी (प्राचार्य) परमेश्वर देवांगन (योग शिक्षक), आयुष विभाग डां ओम साहू, रामशंकर पटेल, आचार्य परिवार आरआर पांडे, राधे लाल पटेल, संतोष देवांगन, गोपाल प्रसाद पटेल, जेपी पटेल उपस्थित रहे।

प्राथमिक व पूर्व माध्यमिक शाला में हुआ योगाभ्यास

मुंडा। शासकीय प्राथमिक शाला एवं पूर्व माध्यमिक शाला पैजनी में 11वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ सरपंच लोकेश्वर वर्मा, उप सरपंच यशवंत वर्मा एवं पूर्व सरपंच हलदर वर्मा तथा पंच संतोष वर्मा की उपस्थिति में किया गया। सर्वप्रथम संस्था के प्रधान पाठक चूड़ामणि वर्मा द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की महत्व पर प्रकाश डाला एवं योग हमारे जीवन के लिए आवश्यक है, योग हमें जीने की कला सीखता है, योग से हमें ऊर्जा प्राप्त होती है तथा मन में शांति एवं धैर्य प्राप्त होता है। पूर्व सरपंच हलदर वर्मा ने कहा कि हमें नित्य प्रति दिन योग करना चाहिए योग से हमारा शरीर निरोगी एवं पुष्ट होता है। संकुल समन्वयक समारूदास बांधे ने बताया कि विश्व में 21 जून को योग दिवस मनाया जाता है। इस अवसर पर प्रधान पाठक संतोष कुमार पैकरा ने योग को अपने जीवन दिनचर्या में जोड़ने के लिए प्रेरित किया।

अतिथियों द्वारा शाला प्रांगण में पौधारोपण किया, जिसमें आंवला, नींबू, बादाम, जामुन जैसे फलदार एवं छायादार पौधे लगाए गए। इस अवसर पर बच्चों को निःशुल्क पाठ्य पुस्तक एवं गणेश वितरण किया गया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस में मुख्य रूप से संस्था के समस्त शिक्षक सहित छात्र-छात्राएं शामिल हुईं।

हिंदी-अंग्रेजी स्कूल में 270 लोगों ने किया योग

हथबंद। उत्कृष्ट हिंदी अंग्रेजी माध्यम स्कूल हथबंद में, राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयं सेवक, स्काउट, एनसीसी समस्त छात्र छात्राओं एवं आयुष ग्राम हथबंद के संयुक्त प्रयास से शाला परिसर हथबंद अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया।

योग शिक्षक योगेश कुमार त्रिवेदी द्वारा ग्रीवा चालन, स्कंध चालन, घुटना चालन, कपाल भाती, नाड़ी शोधन, भ्रामरी के फायदा बताते हुए योग ध्यान प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। शाला समिति के उपाध्यक्ष धनेश निषाद ने सभी शिविरार्थियों को बधाई दी।

झरना देवी मानव संस्थान के संस्थापक डॉ. उत्तम विश्वास द्वारा अष्टांग योग की जानकारी दी। सेवानिवृत्त प्रधान पाठक मुबारक हुसैन ने योग दिवस में किए गए अभ्यास को दैनिक जीवन में अपनाने की अपील की। प्राचार्य सीके नायक ने कहा कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस विश्व का मार्गदर्शन हमारा भारत देश कर रहा है। जनपद सदस्य प्रतिनिधि संजू बबलू पटेल ने योग को अपनाकर बीमारियों से दूर करने की बात कही। आयुष ग्राम हथबंद के डॉ. प्राची चंद्रा, सहायक अश्वनी ध्रुव, घनश्याम गायकवाड द्वारा शिविरार्थियों को स्वास्थवर्धक काढ़ा का वितरण किया गया। आयुर्वेदिक चिकित्सालय के डॉ. नम्रता सिंघानिया ने शिविर में भाग लेने वाले अतिथियों के प्रति आभार व्यक्त किया गया। बैठक व्यवस्था में हथबंद के सरपंच प्रतिनिधि नरेश अनंत, शाला समिति के प्रकाश पॉल, मूलचंद, टंडन, आंगनबाड़ी सहायिका उमा दुबे ने सहयोग किया। शिविर में शाला परिवार के सदस्यों सहित 270 लोगों ने भाग लिया।

रोग से बचने का बेहतर माध्यम है योग

हिरमी-रवान। योग निरोग जीवन की ओर एक कदम अल्ट्राटेक सीमेंट के ग्रामीण विकास विभाग हिरमी द्वारा अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग जागरूकता कार्यक्रम किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य राष्ट्र निर्माण में योग की भूमिका को रेखांकित करते हुए ग्रामीणजनों को योगाभ्यास के प्रति प्रेरित करना था। कार्यक्रम में हिरमी, सकलोर, कुथरौद एवं परसवानी जैसे समीपवर्ती ग्रामों से लगभग 60 युवक, युवतियां एवं महिलाएं सम्मिलित हुईं। योग प्रशिक्षिका यशस्वी पाण्डेय ने उपस्थित प्रतिभागियों को योग के विभिन्न पहलुओं पर विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि नियमित योगाभ्यास से न केवल शरीर स्वस्थ रहता है, बल्कि मानसिक शांति और सकारात्मक दृष्टिकोण भी विकसित होता है। योग सत्र के दौरान प्रतिभागियों को विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया और बताया गया कि किस योगाभ्यास से कौन-कौन से रोगों से बचा जा सकता है। कार्यक्रम में सहभागियों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया और इसे एक उपयोगी एवं प्रेरणादायक पहल बताया। ग्रामीण विकास विभाग के आशुतोष खरे ने सभी प्रतिभागियों का धन्यवाद ज्ञापित किया तथा कार्यक्रम की सफलता में सहयोग देने वाले प्रीतम पटेल,तारनी राजपूत, सविता वर्मा,रामनिहोर साहू, मनोज वर्मा एवं उमाशंकर धीवर के योगदान की सराहना की।

सामूहिक योगाभ्यास में शामिल हुए जनप्रतिनिधि

हथबंद। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाकर स्वस्थ एवं सशक्त भारत की दिशा में अग्रसर होने का आह्वान किया। उनका संदेश न केवल प्रेरणादायक था, बल्कि जन-जन को योग अपनाने की भावना से भी ओतप्रोत था। आज भारत ही नहीं विश्व में भी योग ने लोगों को एक स्वस्थ्य जीवन की ओर अग्रसर किया है, जिसमे मुख्य रूप से जनपद अध्यक्ष, मंडल अध्यक्ष डॉ. दौलत राम पाल, डोमार मारखड़े सरपंच, फलेंद्र निषाद, प्राचार्य सुन्दर लाल बंजारे, सीके नायक, महेन्द्र वर्मा सरपंच, धनी राम रजक, शोसल मीडिया प्रभारी, डमरू यदु, भीखम वर्मा, कामदेव सेन, तिवारीजी, प्रमोद निषाद, नरेश अनंत, मुलचंद टंडन, बबलू पटेल, घन्ना निषाद भाजपा मंडल उपाध्यक्ष, प्रकाश पाल, डॉ. उत्तम कुमार विश्वास, त्रिवेदीजी, विद्या वर्मा एवं समस्त विद्यार्थी उपस्थित थे ।

दिनचर्या में शामिल करे योग

बगबुड़ा । शासकीय उच्चतर स्तर माध्यमिक विद्यालय - दतान(ख), बगबुड़ा में राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंम सेवकों ने अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योगा अभ्यास किया। संस्था के प्रभारी प्राचार्य चन्द्र कुमार बंछोर भूतपूर्व सैनिक स्वयंम सेवकों को योग कराया। ग्राम पंचायत दतान(ख) के सरपंच चन्द्रा देवी महिलांग, शाला प्रबंधन एवं विकास समिति के अध्यक्ष कंश राम निषाद, पालक समिति के अध्यक्ष राजेंद्र ठाकुर, आयेवेद पैकरा, सुरेश धृतलहरे, स्वयंम सेवक मंजु कैवत, दुगेशवरी चेलक, शालनी धीवर, ममता निषाद आदि स्वयंसेवकों ने योग दिवस पर बढ़-चढ़ कर हिस्सा लिया। योग से शरीर स्वस्थ रहता है मन शांत रहता है। आज के भाग-दौड़ ज़िन्दगी में योग अपनी दिनचर्या में शामिल करें हमारे संस्था में हर शनिवार को योगा अभ्यास कराया जाता है। संस्था के प्राचार्य ने सभी को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस पर बधाई दी।

छात्रों ने किया विभिन्न प्रकार के योग

गोपालपुर। उच्चतर माध्यमिक शाला धोबनी, कन्या पूर्व माध्य शाला धोबनी, ग्राम पंचायत धोबनी द्वारा संयुक्त रूप से योग दिवस का आयोजन उच्चतर माध्यमिक शाला बरामदा में किया गया। इसमें प्रभारी प्राचार्य सुनील कुमार प्रधान, सरपंच राजीव लोचन साहू, कन्या पूर्व माध्य. शाला के प्रधान पाठिका ऊषा लता साहू, लक्ष्मी कांत पटेल, मुकेश कुमार नारंग, मोहन लाल साहू, जगमोहन लाल साहू, कोमल प्रसाद साहू, रामकृष्ण साहू,जय प्रकाश साहू सरोज बाला साहू, पं .सचिव बोधी राम साहू, समन्वयक संजय कुमार साहू, डोरी लाल खरे, परमानंद साहू, प्रहलाद साहू, चित्रावती शार्दूल, नरसिंह पटेल, योग का संचालन खीक राम साहू द्वारा किया गया। इसके साथ ही एक पेड़ माँ के नाम के तहत पौधारोपण में बेल और अन्य वृक्ष भी लगाए गए।

सैकड़ों लोगों के साथ छात्र-छात्राओं ने किया योगाभ्यास

गोपालपुर। योग : स्वस्थ जीवन की कुंजी इस संदेश के साथ डीएवी मुख्यमंत्री पब्लिक स्कूल, खम्हरिया में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम में ओम मंत्र और शांति पाठ के माध्यम से सकारात्मक ऊर्जा का संचार हुआ। विद्यालय प्रांगण योगमय वातावरण से भर गया जब सैकड़ों छात्र-छात्राएं एक साथ योग आसनों का अभ्यास करते हुए दिखे। प्रशिक्षित योग शिक्षकों द्वारा सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, कपालभाति एवं अनुलोम-विलोम प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। सभी बच्चों ने पूरे अनुशासन और समर्पण के साथ भाग लिया।

प्राचार्य संदीप पटेल ने अपने कहा आज की भागदौड़ भरी ज़िंदगी में योग मानसिक और शारीरिक संतुलन बनाए रखने का सर्वश्रेष्ठ साधन है। हमें इसे केवल एक दिन का आयोजन नहीं, बल्कि रोजमर्रा की आदत बनाना चाहिए।

शिक्षकों ने भी इस अवसर पर योग के वैज्ञानिक लाभों पर प्रकाश डाला और छात्रों को नियमित योग करने हेतु प्रेरित किया।

कार्यक्रम में सभी उपस्थितों ने मिलकर शांति मंत्र का जाप किया, जिससे पूरे परिसर में एक आध्यात्मिक शांति का अनुभव हुआ। इस अवसर पर प्राचार्य एवं सभी शिक्षकों जिसमें मनोज रात्रे, वृंदा भास्कर, विश्वनाथ चंद्रा, राजेश साहू, घनश्याम साहू, रिचा साहू, मीना पटेल, कर्मन निराला, आशीष खूंटे, दक्ष साहू, कमल कुमार, गीता श्रीवास, कृतिका केशरवानी द्वारा सर्टिफिकेट भी प्रदान किया गया।

योग कर शरीर को स्वस्थ्य बनाये आमजन

खरोरा। पीएम भरत देवांगन शासकीय उत्कृष्ट हिंदी-अंग्रेजी माध्यम विद्यालय, खरोरा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर एक भव्य और उत्साहपूर्ण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। सुबह के शांत और सकारात्मक माहौल में विद्यालय परिसर योगमय हो उठा, जहां छात्र-छात्राओं, शिक्षकों और स्थानीय गणमान्य व्यक्तियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम का शुभारंभ योग शिक्षक योगेंद्र त्रिपाठी के मार्गदर्शन में सामूहिक प्रार्थना के साथ हुआ। इसके बाद उन्होंने ग्रीवा चालन, स्कंध संचालन, कटि चालन, घुटना संचालन और शिथलीकरण अभ्यास जैसे वार्म-अप व्यायाम कराए। योग सत्र में ताड़ासन, वृक्षासन, पादहस्तासन, अर्धचक्रासन, त्रिकोणासन, भद्रासन, वज्रासन, शशकासन, मकरासन, भुजंगासन, शलभासन, पवनमुक्तासन और शवासन जैसे आसनों का अभ्यास कराया गया। इसके अतिरिक्त, कपालभाति और भ्रामरी प्राणायाम के माध्यम से प्रतिभागियों को श्वसन तकनीकों का प्रशिक्षण दिया गया। योगेंद्र त्रिपाठी ने योग के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभों पर प्रकाश डालते हुए सभी को इसे दैनिक जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया।

कार्यक्रम में शाला प्रबंधन एवं विकास समिति के अध्यक्ष नरेंद्र सिंह ठाकुर ने सभी लोगों को योग को नियमित रूप से अपनाने का संकल्प दिलाया और करो योग रहो निरोग जीवन में योग का महत्व को बनाते हुए, उन्होंने योग को तन-मन की शांति और स्वस्थ जीवन का आधार बताते हुए इसे हर आयु वर्ग के लिए आवश्यक बताया। इस अवसर पर विद्यालय की प्राचार्य रजनी मिंज ने योग के महत्व पर जोर देते हुए कहा कि यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है, बल्कि विद्यार्थियों में एकाग्रता और अनुशासन भी विकसित करता है। कार्यक्रम में शाला प्रबंधन एवं विकास समिति के सदस्य, विधायक कार्यालय प्रभारी सुमित सेन, यज्ञदत्त शर्मा, सुनील नायक, रश्मि वर्मा, पंचराम यादव, योगेश द्विवेदी, बी.के. सावित्री दीदी (प्रजापति ब्रह्मकुमारी), भरत पंसारी, रोहित वर्मा नगर के गणमान्य नागरिक, शिक्षक पुरुषोत्तम देवांगन, शाहिना परवीन, समस्त हिंदी/अंग्रेजी माध्यम के शिक्षक-शिक्षिकाएं और बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

खबर संक्षेप

संक्रामक बीमारियों का पशुओं को टीकरण शुरू

मुंडा। बरसात लगते ही संक्रामक बीमारी की रोकथाम के लिए टीकाकरण पशु चिकित्सालय लवन में पदस्थ डॉ. एल एन जायसवाल एवं आरडी साहू पशु चिकित्सा क्षेत्र अधिकारी द्वारा सघन रूप से कार्य किया जा रहा है। लगभग 18 ग्राम पंचायत में यह कार्य संपादित हो गया है ।

डॉ. मोहन बने जनभागीदारी समिति के अध्यक्ष

हिरमी-रावन। शासकीय दाऊ कल्याण कला एवं वाणिज्य स्नातकोत्तर महाविद्यालय बलौदाबाजार की जनभागीदारी समिति के अध्यक्ष के रूप में डॉ. मोहन लाल वर्मा का चयन किया गया है। डॉ. वर्मा वर्तमान में जिला पंचायत बलौदाबाजार की उद्योग एवं सहकारिता समिति के सभापति भी हैं। उनकी नियुक्ति पर शिक्षकों, जनप्रतिनिधियों, सामाजिक कार्यकर्ताओं एवं ग्रामीणों ने बधाई दी। सभी ने आशा जताई कि डॉ. वर्मा के नेतृत्व में महाविद्यालय की शैक्षणिक गुणवत्ता, संसाधनों और छात्रहित में उल्लेखनीय कार्य होंगे। डॉ. वर्मा ने सभी शुभचिंतकों के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि वे संस्था के समग्र विकास के लिए सदैव प्रतिबद्ध रहेंगे।

नीट में अभिनव का उत्कृष्ट प्रदर्शन

मुंडा। नीट परीक्षा 2025 के परीक्षा परिणाम में ग्राम बरदा निवासी अभिनव बघेल ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए मेडिकल प्रवेश परीक्षा में प्रथम प्रयास में अच्छे रैंक लाकर सफलता हासिल किया है। वे ज्ञानेंद्र बघेल व्याख्याता एवं हार बाई बघेल सहायक शिक्षक के पुत्र है। उन्होंने अपनी सफलता का श्रेय अपने माता पिता एवं गुरुजनों को दिया।

उपभोक्ता आयोग ने दुर्घटनाग्रस्त वाहन की दिलाई बीमा क्षतिपूर्ति राशि

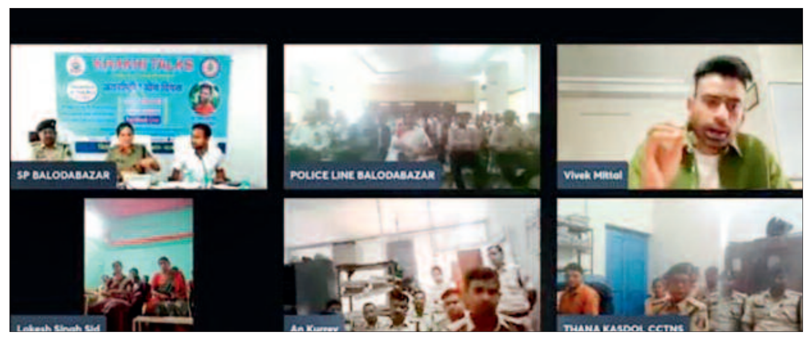
बलौदाबाजार। बीमा कंपनी द्वारा दुर्घटनाग्रस्त वाहन की बीमा क्षतिपूर्ति राशि नहीं देने के मामले में जिला उपभोक्ता विवाद प्रतितोष आयोग बलौदाबाजार ने बीमा कंपनी को सेवा का दोषी मानते हुए वाहन की बीमा क्षतिपूर्ति राशि 90,767 रुपये ब्याज समेत भुगतान करने आदेश पारित किया। प्राप्त जानकारी के अनुसार आवेदक प्रहलाद प्रसाद जायसवाल की सेंट्रो कार दुर्घटनाग्रस्त हो गई थी। बीमा कंपनी द्वारा आवेदक से प्रीमियम राशि 6,370 रुपये प्राप्त कर बीमा किया था। क्षतिपूर्ति हेतु दावा प्रस्तुत करने पर बीमा कम्पनी ने दुर्घटनाग्रस्त वाहन के विरुद्ध कोई बीमा राशि प्रदान नहीं करते हुए दावा निरस्त कर दिया। आवेदक द्वारा जिला उपभोक्ता विवाद प्रतितोष आयोग बलौदाबाजार में परिवाद प्रस्तुत करने पर आयोग के अध्यक्ष छमेश्वर लाल पटेल, सदस्य हरजीत सिंह चावला एवं शारदा सोनी ने दस्तावेजों की सूक्ष्मता का परीक्षण उपरांत बीमा कम्पनी को सेवा में कमी का दोषी मानते हुए चोला मण्डलम एमएस जनरल इंश्योरेंस कम्पनी लिमिटेड़ को बीमा क्षतिपूर्ति की राशि 90,767 रुपये आदेश दिनांक से 45 दिन के भीतर प्रदाय किये जाने एवं 45 दिन के भीतर अदा नहीं किये जाने पर आदेश दिनांक से अदायगी दिनांक तक 6 प्रतिशत वार्षिक दर से ब्याज दिये जाने का निर्णय सुनाया।

योग दिवस : योगा एवं प्राणायाम विषयों पर लाइव जानकारी दी गई

खाकी वार्ता: सुबह बेड टी नहीं, गर्म पानी पीएं : मित्तल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बलौदाबाजार

जिला पुलिस द्वारा विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के माध्यम से जागरूकता कार्यक्रम के तहत खाकी वार्ता का कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है। इसी कड़ी में द्वितीय एपिसोड के तहत आज 21 जून को दोपहर 12 से 1 बजे तक जिला पुलिस फेसबुक पेज के माध्यम से लाइव रहकर फिट ट्यूबर विवेक मित्तल द्वारा योगा, प्राणायाम एवं डाइट प्लान के संबंध में व्याख्यान दिया गया। योगा प्राणायाम को भी विशेष रूप से अपने जीवन में अपनाया जाना चाहिए की जानकारी देते हुए योगा एवं प्राणायाम विषयों पर लाइव रहकर जानकारी दी गई। फेसबुक लाइव से जुड़े विभिन्न पुलिस, आमजनों द्वारा विवेक मित्तल से विभिन्न विषयों पर प्रश्न पूछा, जिस पर उनके द्वारा फैट लॉस करने के तरीके, सुगर के मरीज को किस तरह का खाना खाना चाहिए, स्कीन से संबंधित खानपान के बारे में, पूरे दिन के दिनचर्या के बारे में जानकारी दी गई। उन्होंने कहा कि हमें सुबह बेड टी की जगह सुबह उठकर गर्म पानी लेना या रात का रखा हुआ तांबे के लोटे का पानी पीना चाहिए। लाइव कार्यक्रम में पुलिस अधिकारी-कर्मचारी सहित नागरिक ऑन लाइव प्रसारन का श्रवण करते दिखे।



तन और मन को स्वस्थ रखने योग जरूरी

लवन। समीप ग्राम अहिल्दा के पूर्व माध्यमिक शाला में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर शाला परिसर में योगा का आयोजन किया गया, जिसमें पूर्व माध्यमिक छात्र-छात्राओं शिक्षकों सहित अन्य ग्रामीणजनों ने भाग लिया। प्रधान पाठक अरविंद मिश्रा ने योग कराते हुए हुए बताया कि बताया कि योग करने से तन और मन दोनों स्वस्थ रहते हैं नियमित रूप से हमें योग करना चाहिए योग तनाव से राहत मिलता है और बेहतर निद्रा लाता है भूख और पाचन बढ़ता है। योग हमेशा मन को शांत रखता है, हमें विभिन्न प्रकार के प्राणायाम भ्रामरी, कपालभाति, भस्त्रिका, अनु विलोम आदि विभिन्न मुद्राओं की आसन की जानकारी प्रधान पाठक मिश्रा द्वारा दी गई। इस अवसर पर संकुल समन्वयक सुशील सोनवानी, शिक्षक ईश्वर दास, शिक्षिका शालिनी बाजपेई, विश्वनाथ कोशले, सुनीता बाई, देवमती आदि ग्रामीण उपस्थित थे।

सरस्वती शिशु मंदिर में हुआ योगाभ्यास

लवन। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर स्थानीय सरस्वती शिशु मंदिर में योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि स्कूल अध्यक्ष नरसिंह वर्मा थे। श्री वर्मा ने बताया कि 21 जून को पूरे विश्व में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है। योग कार्यक्रम सुबह 6 से 8 बजे तक आयोजित हुआ। इस योग कार्यक्रम में विद्यालय योग शिक्षिका रीना घृतलहरे, सचिव पारस ताम्रकार, कोषाध्यक्ष गिरधारी लाल वर्मा, प्राचार्य कमलेश वर्मा, आचार्यगण रूपेश साहू, कमला मानिकपुरी, गजानंद प्रसाद, कमलेश वर्मा, हरिशंकर वर्मा, आरती बंजारे, खीर साहू, सोहम टंडन, कुंती साहू, ललिता साहू, टिकेश रजक, राजकुमारी रजक एवं विद्यालय के छात्र-छात्राएं उपस्थित थे।

अंचल में मनाया गया योग दिवस

हिरमी-रावन। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर हिरमी, मोहरा, भालेसुर, बरडीह सहित आसपास की शासकीय एवं निजी विद्यालयों एवं प्राथमिक सहकारी समिति मोहरा के संयुक्त तत्वावधान में योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम का आयोजन स्कूल प्रांगण में किया गया, जहां विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं ग्रामीणजनों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। योग प्रशिक्षकों द्वारा विभिन्न योगासन और प्राणायाम का अभ्यास करवाया गया। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित लोगों को योग के लाभों की जानकारी दी गई और नियमित योग को जीवन में अपनाने की प्रेरणा दी गई। इस अवसर पर समिति के पदाधिकारी, शिक्षकगण एवं अन्य गणमान्य नागरिक भी उपस्थित रहे।

रिमझिम बारिश के बीच बरदा सोसाइटी में हुआ योग

मुंडा। ग्राम पंचायत बरदा के सहकारी समिति धान उपार्जन केंद्र में समिति के सभी सदस्यों की उपस्थिति में योगा कार्यक्रम हुआ। समिति प्रबंधक बिसौहा राम वर्मा द्वारा सभी सदस्यों को योगासन, स्वासन, प्राणायाम योगा कराया गया और गुड़ चना वितरण किया गया, जिसमें सम्मिलित नीलकमल वर्मा, राधे वर्मा, भुवनेश्वर वर्मा, इंद्र कुमार गनपत, इंद्रजीत प्रेमलाल व अन्य लोक सम्मिलित रहे ।

मानसिक शांति और एकाग्रता के लिए योग जरूरी

खरोरा। 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय मांठ में योग अभ्यास कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस आयोजन में विद्यार्थियों के साथ-साथ ग्राम पंचायत के जनप्रतिनिधियों की उत्साहजनक उपस्थिति रही, जिससे आयोजन की महत्ता और भी बढ़ गई। कार्यक्रम में प्राचार्य हेमलता साहू, व्याख्याता रेखा मिश्रा, पूर्व माध्यमिक शाला के प्रधान पाठक आशाराम वर्मा, प्राथमिक शाला के प्रधान पाठक मनोज कुमार बघेल तथा शिक्षक देवेंद्र प्रताप सिंह, नर्मदा साहू, यामीन वर्मा, वसुंधरा साहू, मंजूलता देवांगन, उत्तरा साहू, शिवानी वर्मा, स्वीपर मंजू आनंद एवं ग्राम पंचायत सचिव राकेश उपस्थित रहे। इस अवसर पर यामीन वर्मा ने कहा कि योग न केवल शारीरिक बल प्रदान करता है, बल्कि मानसिक शांति और एकाग्रता भी देता है। उन्होंने सभी को नियमित योगाभ्यास करने और इसे जीवनशैली में शामिल करने का संकल्प दिलाया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों, शिक्षकों और ग्रामीण समुदाय को योग के लाभों से परिचित कराना और उन्हें स्वस्थ जीवन की ओर प्रेरित करना रहा। कार्यक्रम के समापन पर सभी उपस्थितजनों ने

नवीन पूर्व माध्यमिक शाला में योग दिवस मना

अर्जुनी। शासकीय नवीन पूर्व माध्यमिक शाला मिरगी में 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। इस अवसर सरपंच रामेश्वर लहरी, उपसरपंच रोशन साहू, छात्र-छात्राओं, शिक्षकों, पंचायत सचिव, आंगनबाड़ी पर्यवेक्षक, कार्यकर्ता, सहायिका, ग्रामवासियों तथा अन्य कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम में प्रधानपाठक ईश्वर प्रसाद रजक ने योग का महत्व और इसके नियमित अभ्यास से होने वाले लाभों पर प्रकाश डाला। इसके पश्चात योग प्रशिक्षक हेमकुमार देवांगन के निर्देशन में विभिन्न योगासनों जैसे ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, त्रिकोणासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास कराया गया। छात्रों ने बड़े मनोयोग से योगाभ्यास में भाग लिया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को योग के प्रति जागरूक करना तथा उन्हें मानसिक एवं शारीरिक रूप से स्वस्थ बनाना था। इस अवसर पर विभिन्न पोस्टर, भाषण एवं योग से संबंधित प्रदर्शनी आयोजित की गई। कार्यक्रम का संचालन हेम कुमार देवांगन ने किया। सभी प्रतिभागियों ने योगासन को अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने का संकल्प लिया। इस अवसर पर सरपंच रामेश्वर लहरी, उपसरपंच रोशन साहू, सचिव केशव ध्रुव, प्रधान पाठक ईश्वर प्रसाद रजक, शिक्षक गजपति प्रसाद ध्रुव, हेमकुमार देवांगन, सत्यनारायण बंजारे, प्रेम माया, कुंजाम, माधुरी कंवर, महिला एवं बाल विकास पर्यवेक्षक प्रमिला वर्मा, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता देवकी साहू, खिलेश्वरी साहू, सहायिका कमला ध्रुव प्रमुख रूप से उपस्थित थे।

एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य थीम पर 11वां विश्व योग दिवस मना

खरोरा । भरुवाडीह कला में इस वर्ष भी पूर्व माध्यमिक विद्यालय में विश्व योग दिवस का भव्य आयोजन किया गया। इस वर्ष की थीम है एक पृथ्वी - एक स्वास्थ्य थी। इसी थीम के अनुरूप विद्यालय में ग्रामवासियों के साथ 11वां योग दिवस मनाया गया। इस अवसर पर जनपद सदस्य लेखू राम सेन, शाला विकास समिति के अध्यक्ष भगत राम निषाद, विद्यालय के शिक्षक शिक्षिकाएं, बच्चे और ग्रामीण उपस्थित थे। विद्यालय के योगशिक्षक वीरेंद्र कुमार वर्मा द्वारा विभिन्न योगाभ्यास एवं प्राणायाम कराया गया। उन्होंने विद्यार्थियों के लिए लाभदायक अभ्यास वृक्षासन, ताड़ासन, भ्रामरी प्राणायाम बटरफ्लाई, मकरासन, भुजंगासन, पवनमुक्तासन आदि कराए और प्रतिदिन घर में करने के लिए प्रेरित किया। संस्था प्रमुख दिनेश कुमार वर्मा ने कहा कि योग रोग मुक्त होने का एक साधन ही नहीं बल्कि संपूर्ण जीवन शैली है। योग एक ऐसा साधन है जिसके द्वारा हम अपने जीवन को निरोगी व संयमित रख सकते हैं। बच्चों ने हास्यासन के साथ प्रतिदिन योग करने का शपथ लेकर कार्यक्रम का समापन किया।

योग दिवस पर योगासन, प्राणायाम और ध्यान तकनीकों का अभ्यास

बलौदाबाजार। अल्ट्राटेक सीमेंट रावन सीएसआर के तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन रावन और गुमा उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में किया गया। यह कार्यक्रम संयंत्र प्रमुख नुगुरी केशव और मानव संसाधन प्रमुख करन मिस्त्री के मार्गदर्शन में किया गया। इस अवसर पर विद्यालय के शिक्षक, छात्र-छात्राएं, ड्राइविंग प्रशिक्षण के प्रशिक्षु समेत 85 से अधिक प्रतिभागियों ने सक्रिय भागीदारी की।

उपस्वास्थ्य केंद्र रावन की आरएचओ मनीषा पटेल ने प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम और ध्यान तकनीकों का अभ्यास कराया तथा उनके लाभों पर विस्तार से जानकारी दी। कार्यक्रम के सफल संचालन में अल्ट्राटेक सीमेंट के एडमिन, सुरक्षा, सीएसआर विभाग प्रमुख संजीव मिश्रा, सुरक्षा अधिकारी अमरौपाल सिंह, ज्योत्सना पति, रंजय पांडे, ड्राइविंग प्रशिक्षण प्रबंधक अरुण कुमार सोनी, ट्रेनर मनीष बेहेरा, नील कमल यदु तथा सीएसआर टीम से सुरेन्द्र कुमार यादव, द्वारिका वर्मा, जानकी यादव, हेमलता ध्रुव, रमा वर्मा, टोपेश्वर मानिकपुरी और सुनीता निषाद की महत्वपूर्ण भूमिका रही। योग दिवस के अवसर पर वक्ताओं ने योग के शारीरिक और मानसिक लाभों पर प्रकाश डालते हुए बताया कि योग न केवल शरीर को स्वस्थ रखता है, बल्कि मन को भी शांति और ऊर्जा प्रदान करता है।

कार्यक्रम का उद्देश्य समुदाय में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता फैलाना और योग को दैनिक जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाना रहा।

पूर्व माध्यमिक शाला में योग दिवस मना

खरोरा। यहां के पूर्व माध्यमिक शाला में योग दिवस मनाया गया। इस अवसर पर शाला प्रबंधन समिति के अध्यक्ष विजय शर्मा और सदस्यगण सम्मिलित हुए। प्राथमिक और पूर्व माध्यमिक शाला खरोरा के छात्र-छात्राओं के साथ सभी शिक्षकों को योग शिक्षक रमेश कुमार वर्मा ने वन अर्थ वन हेल्थ के लिए योगाभ्यास करवाया। प्रधान पाठक सुशीला वर्मा ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि वर्तमान समय मेअनहेल्दी भोजन के नियमित सेवन से शरीर पर दुष्प्रभाव पड़ रहा है, विशेषकर छोटे-छोटे बच्चों के शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक एकाग्रता में कमी आ रही है। इस कारण बच्चों में पढ़ाई के प्रति रुचि कम हो रही है। स्वास्थ्य के प्रति जनमानस में जागरूकता फैलाना आवश्यक है। भारतीय संस्कृति की अभूतपूर्व देन हमारे प्राचीन योग को प्रत्येक व्यक्ति को अपनाना चाहिए। कार्यक्रम में शिक्षक जे उपाध्याय, सी एस साहू, प्रीति वर्मा, डी एन शर्मा, राम करण वर्मा, नीलम एक्का, सुरेखा शर्मा, गिरीश कुमार यादव, मोहित साहू, पूर्णिमा निर्मलकर, डोमन साहू, मंदाकिनी चंद्राकर, शारदा ग्वाल, सोनबती यादव, संगीता यादव सहित बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं उपस्थित थीं।

नशे से बच्चों पर विपरीत असर पड़ रहा है

नशे के खिलाफ पुलिस ने चलाया अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| खरोरा

नगर के वार्ड 8 में लगातार शराब एवं अन्य मादक पदार्थों की बिक्री की शिकायत के चलते खरोरा थाना प्रभारी दिपक पासवान द्वारा वार्डवासियों के साथ बैठक की गईं। इस दौरान थाना प्रभारी पासवान ने लोगों से चर्चा कर उक्त वार्ड में हो रहे अवैध शराब एवं गांजा बिक्री रोकने सहित उक्त वार्ड को अपराध मुक्त कर एक आदर्श वार्ड बनाने की दिशा में जन जागरूकता लाने लोगों को प्रेरित किया। उन्होंने मादक पदार्थों के अवैध बिक्री में संलिप्त लोगों को चेतावनी देते हुए कहा कि इन कामों में लगे लोगों को सुधरने का ये अंतिम अवसर हैं, इसके बाद चेतावनी नहीं सीधा कार्रवाई होगी। इस दौरान भाजपा नेता विकास ठाकुर ने कहां की आसानी से नशीले चीजों की उपलब्धता ही नशा का मुख्य कारण हैं। इससे विशेषकर युवा वर्ग नशे के गिरफ़्त में आ रहे हैं। इससे घर परिवार उजड़ रहा हैं, बच्चों पर विपरीत असर पड़ रहा हैं। कई प्रकार के अपराध और घटनाएं भी बढ़ रही हैं। इसे रोकने के लिए नशे करने वालों और नशे का समान बेचने वालों पर नकेल कसना ज़रूरी हैं। वार्ड पार्षद तामेश्वर मरकाम ने कहा कि नशे का व्यापार करने वाले लोग सरकार की योजनाओं के लाभ लेकर कुछ छोटा मोटा काम कर सम्मान से अपना जीवन बसर कर सकते हैं। इस दौरान प्रमुख रूप से खरोरा थाना प्रभारी दीपक पासवान, पुर्व पार्षद तोरण ठाकुर, भाजपा नेता विकास ठाकुर, पार्षद तामेश्वर मरकाम, अशोक मरकाम, भोला यादव, अमृत पटेल, राजकुमार पटेल, पुनम चौहान, संगीता फ़ुटान, सुशीला यादव, नेहा साहू, रजिया पटेल, रमेश साहू, मीनू चंद्राकर, पुनम चौहान, प्रिति अंजना चौहान आदि लोगों सहित बड़ी संख्या में वार्डवासी एवं थाना स्टाफ़ उपस्थित थें।