योग शरीर में ऊर्जा का करता है संचार : साह

> विधायक ने बस में सफर कर जानी यात्रियों की.



िराजिम | फिंगेश्वर | छुरा | मुड़ागांव | रसेला | गरियाबंद | कोपरा | मैनपुर | देवभोग | पांडुका | छुईहा बेलर]



नेताजी सुभाष कॉलेज बेलभाठा, अभनपुर छ.ग. के सभी शासकीय **IT**I

(पं. र.वि.वि. रायपुर से सम्बद्ध)

कोपा ≬डलेविटशियन हेल्थ सेनेटरी ईस्पेक्टर डीजल मैकेनिक फायर टेक्नालॉनी

गोकुल नगर, पुलगांव, दुर्ग 8770638793, 9340311314 9303893829, 9300850065 अतिम तिथि-25/06/25





सिरीखुर्द में आज कर्मा जयंती और साहू समाज का वार्षिक अधिवेशन

छुईहा बेलर। ग्राम सिरीखुर्द में 22 जुन को कर्मा जयंती और महारती का भव्य आयोजन किया जाएगा। बेलर साहू समाज परिक्षेत्र के तत्वावधान में आयोजित इस वार्षिक अधिवेशन में विभिन्न रचनात्मक कार्य किए जाएंगे, जिसमें प्रतिभावान सम्मान समारोह और वक्षारोपण कार्यक्रम प्रमुख हैं। साहू समाज परिक्षेत्र बेलर के अध्यक्ष प्रवीण साहू, उपाध्यक्ष हरिराम और संगीता, सचिव गजानंद, कोषाध्यक्ष जुगराज, सहसचिव शेखर साहूँ ने बताया कि कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 10 बजे कलश यात्रा से होगी। इसके बाद कार्यक्रम स्थल पर माँ कर्मा की महाआरती की जाएगी। सुबह 11 बजे देवर तिल्दा का संगीतमय मानसगान की सह-व्याख्या की प्रस्तुति होगी। इस अवसर पर 10वीं और 12वीं में 🅦 शोष पेज 14 पर

छुरा आईटीआई में कोपा के लिए आवेदन २५ तक छुरा। शासकीय आईटीआई छुरा में

शैक्षणिक सत्र के लिए संचालित एकवर्षीय कोपा व्यवसाय में प्रवेश के लिए आवेदन प्रक्रिया जारी है। इच्छुक अभ्यर्थी 16 जुन से 25 जुन तक ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। आवेदन विभागीय वेबसाइट के पोर्टल के माध्यम से स्वयं, किसी लोक सेवा केंद्र या चॉइस सेंटर से किया जा सकता है। अधिक जानकारी के लिए विभाग की वेबसाइट देख सकते हैं या सीधे आईटीआई छुरा कार्यालय से संपर्क

राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग मंत्री टंकराम वर्मा के मुख्य आतिथ्य में शनिवार को जिले में में प्रवेश हेत् रजिस्ट्रेशन 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग पूरे उत्साह के साथ मनाया गया। ''एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य - योग संगम एवं cgiti.admissions.nic.in हरित योग के थीम पर राजस्व मंत्री टंकराम वर्मा के अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस साथ जिलेवासियों मनाया गया। जिला ने किया सामूहिक मुख्यालय में अन्तर्राष्ट्रीय दिवस स्टेनो हिन्दी

आयोजन इन्डोर स्टेडियम में आयोजित किया गया। इस अवसर पर राजिम विधायक रोहित साह, जिला पंचायत अध्यक्ष गौरीशंकर कश्यप, उपाध्यक्ष लालिमा ठाकुर, नगर पालिका अध्यक्ष रिखीराम यादव, उपाध्यक्ष आसिफ मेमन, वरिष्ठ नागरिक अनिल चन्द्राकर, कलेक्टर बी.एस. उइके, पुलिस अधीक्षक निखिल राखेचा ने सवेरे 7 बजे से 8 बजे तक योग किया। सामृहिक योग में योग की विभिन्न क्रियाओं का अभ्यास कराया गया, जिसमें अतिथिगण, प्रशासनिक अधिकारी, कर्मचारी, गणमान्य नागरिक तथा स्कूली छात्र-छात्राओं ने उत्साह के साथ भाग लिया।

इस दौरान राजस्व मंत्री टंकराम वर्मा ने कहा कि योग भारत की प्राचीन परंपरा है, जिसकी शुरुआत साधु-संतों ने सदियों पहले की थी। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से उन्होंने दीर्घाय और निरोग जीवन जिया। आज के समय में जब लोगों की दिनचर्या असंतुलित हो चुकी है, ऐसे में योग उन्हें पुनः संतुलन और स्वास्थ्य की ओर ले जा सकता है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग को अंतर्राष्ट्रीय पहचान मिली है। आज विश्व के 190 से अधिक देशों में योग दिवस मनाया गया, जो एक वैश्विक क्रांति के रूप में उभरा है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री का सपना है। विकसित भारत और 📦 शेष पेज 14 पर



इन्डोर स्टेडियम परिसर में लगाया रक्त चंदन का पौधा

<u> दिवस : एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य थीम पर मनाया गया ग्यारहवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस</u>

योग से मिलेगा संतुलन और बेहतर स्वास्थ्य : मंत्री वर्मा

योग कार्यक्रम में योग प्रशिक्षक गणेश व सहयोगी योग शिक्षकों द्वारा योग कार्यक्रम में विभिन्न आसान सहित प्राणायाम के तहत् कपालभाति, अनुलोम विलोम सहित अन्य आसन कराए गए और इससे जीवन में होने वाले फायदों के बारे में भी बताया गया। जो लोग योग करते है, वें मानसिक व शारीरिक दोनों रूप से स्वस्थ रहते है। योग से मन को शांति मिलती है। योग पश्चात मंत्री टंकराम वर्मा ने इन्डोर स्टेडियम परिसर में रक्त चंद्रन का पौधरोपण भी किया गया। साथ ही अन्य अतिथियों ने पौधे लगाये। इस अवसर पर उप निदेशक उदंती सीतानदी टायगर रिजर्व वरूण जैन, जिला पंचायत सीईओ जीआर मरकाम, अपर कलेक्टर प्रकाश राजपुत, एसडीएम ऋषा ठाकर, एसडीओपी निशा सिन्हा, उप संचालक समाज कल्याण, डीपी ठाकर, सहित अधिकारी-कर्मचारी, गणमान्य नागरिक एवं स्कूली बर्च्चे शामिल हुए। इसी प्रकार नगरीय एवं ग्राम पंचायतों में भी योग दिवस का आयोजन किया। जिसमें बड़ी संख्या में आमजनों सामहिक योगाभ्यास किया।



जेंजरा में सोसायटी अध्यक्ष व पंच ने किया योगाभ्यास

राजिम। जेंजरा सोसायटी में योग दिवस के अवसर पर अभ्यास कार्यक्रम रखा गया। जिसमें विशेष रूप से सोसायटी अध्यक्ष महेश साहू, प्रभारी प्रबंधक गिरजाशंकर साह्र, पारस वर्मा, चुम्मन साहू, सरपंच बोधन यादव, उपसरपंच प्रमोद साहू, डॉ. दिलीप साहू, टीकाराम साहू, झंगुराम साहू, गोवर्धन साहू, सचिव चंद्रकुमार तिवारी, सोमनाथ साहू, ललितराम, डिगेश, रामेश्वर, शिवंकुमार, साकेत, पुरंदर साहू सहित

जीवन में निरोग रहने का सशक्त माध्यम है योग



फिंगेश्वर। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय बिजली में 11 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ संस्था के प्राचार्य पूरन लाल साहू ने मां सरस्वतीं के छायाचित्र पर दीप प्रज्विलत कर चालन, ग्रीवा चालन, ताडासन, वृक्षासन, अनुलोम विलोम. पाणायाम.वजासन. शशकासन. प्राणायाम, भुजंगासन के लाभ के बारे में बताते हुए कहा कि नियमित रूप से योग करने से शरीर स्वस्थ और निरोग रहता है। योग मन और विचार को नियंत्रित रखते हुए रक्त परिसंचरण और मांसपेशियों के विश्राम में मदद करता है। योग अस्थमा,मधुमेह का इलाज करते हुए बेहतर पाचन तंत्र प्रदान करता है। पुरन लाल साहू प्राचार्य ने कहा कि इस वर्ष 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है जिसका विषय है एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य के लिए योग। यह शरीर, मन एवं आत्मा को एकीकत करता है। योग एक प्राचीन, शारीरिक मानसिक और आध्यात्मिक अभ्यास है जिसकी उत्पत्ति भारत में हुई थी। उन्होंने आगे योग के बारे में जानकारी देते हुए कहा कि योग भारत की प्राचीन परंपरा का एक अमूल्य उपहार है। यह दिमाग और शरीर की एकता का प्रतीक है। जीवन में निरोग रहने के लिए योग सशक्त माध्यम है। अतः योग हमें जीवन जीने की कला सिखाती है।इस अवसर पर संस्था के प्राचार्य पूरन लाल साह, पढमा मोती निषाढ सरपंच बिजली, नंबराम यढ सभापति जनपढ पंचायत फिंगेश्वर व्याख्याता विनय कुमार साह्, नरेंद्र कुमार वर्मा, योगेश सोनकर, रेखा सोनी, गीतांजलि नेताम, संतोषी गिलहरे, व्यायाम शिक्षक नकुल साहू सरपंच प्रतिनिधि मोती निषाद, पंचायत सचिव गोवर्धेन निषाद, कुमारी निषाद, कुमारी पटेल गणेशिया निषाद, संतोषी साहू, रंजीत मीरे, अनिल साहू, भृत्य आकाश सूर्यवंशी एवं छात्र- छात्राएं उपस्थित थे।

पेंशन के नाम पर 4.80 लाख की धोखाधड़ी करने वाले दो गिरफ्तार

हरिभुमि न्यूज 🕪 गरियाबंद

पेंशन के नाम पर 4.80 लाख की धोखाधड़ी करने वाले दो सरकारी कर्मचारी को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। हरिभूमि में प्रमुखता से प्रकाशित एक खबर ने

एक

करने

बडे

पेंशन घोटाले

को उजागर

पेंशन धोखाधड़ी, फिंगेश्वर और बोरिद के लिपिकों ने विधवाओं को

भूमिका निभाई। खबर प्रकाशित होने के तुरंत बाद हरकत में आई गरियाबंद पुलिस ने दो अलग-अलग मामलों में कल 4 लाख 80 हजार रुपये की धोखाधडी के आरोप में दो सरकारी कर्मचारियों को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपियों में मोहम्मद मजहर खान (बीओ कार्यालय फिंगेश्वर में पदस्थ) और खोरबाहरा राम ध्रव (हाई स्कूल बोरिद में लिपिक) शामिल हैं। दोनों पर दो विधवा महिलाओं से पेंशन दिलाने के नाम पर ठगी करने का आरोप है। थाना 🔰 शोष पेज 14 पर





पुलिस ने की त्वरित कार्रवाई

हरिभूमि अखबार में जब इस फर्जीवाड़े को उजागर किया गया, तो मामले की गंभीरता को समझते हुए गरियाबंद के वरिष्ठ अधिकारियों ने तत्काल गिरफ्तारी के निर्देश दिए। फिंगेश्वर पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए दोनों आरोपियों को हिरासत में लिया और पछताछ की। पछताछ में छरा क्षेत्र में भी 2 लाख रुपये की धोखाधड़ी का मामला सामने आया, जिस पर अपराध क्रमांक 82/2025 दर्ज किया गया है।आरोपी मोहम्मद मजहर बेग पिता मो. सरवर बेग, उम्र ३७ वर्ष, निवासी वार्ड नं. ०७, गोबरा नवापारा, व खोरबाहरा राम ध्रुव पिता स्व. लीलाराम ध्रुव, उम्र ४९ वर्ष, निवासी फिंगेश्वरी, थाना छुरा। दोनों आरोपियों के विरुद्ध बीएनएस एक्ट की धारा 381(4), 61(2), 3(5) के तहत अपराध पंजीबद्ध कर वैधानिक कार्रवाई की जा रही है।

विधायक ने ७० वर्षीय रूखमणी बाई को पहनाई चरण पादुका

जिले की 62 हजार महिलाओं को मिलेगा लाभ

हरिभूमि न्यूज 🕪 छुरा

का शुभारंभ

तेंदूपत्ता श्रमिकों के लिए चरण

पादुका योजना

तेंद्रपत्ता संग्राहक महिलाओं के सम्मान और सविधा के लिए राज्य सरकार की महत्वाकांक्षी 'चरण पादुका योजना' का शुभारंभ शनिवार को छुरा में आयोजित जिला स्तरीय समारोह में किया गया। राजिम विधायक रोहित साहू ने ग्राम जरगांव की 70 वर्षीय रूखमणी बाई को अपने हाथों से चरण पादुका पहनाकर इस योजना की शुरुआत की। विधायक रोहित साह ने इस अवसर पर कहा कि 2023 के विधानसभा चनाव में मख्यमंत्री विष्णुदेव साय ने सुशासन की सरकार देने का संकल्प लिया था और वादा किया था कि भाजपा सरकार बनने पर तेंद्रपत्ता संग्रहण करने वाली श्रमिक महिलाओं के लिए यह योजना फिर से शुरू की जाएगी, जिसे पिछली कांग्रेस सरकार ने बंद कर दिया था। उन्होंने बताया कि सरकार बनने के बाद आज इस वादे को पूरा किया जा रहा है।





इस योजना से जिले की 62.146 महिलाओं को लाभ मिलेगा। सामुदायिक भवन, छुरा में आयोजित इस समारोह की अध्यक्षता जिला पंचायत अध्यक्ष गौरी शंकर कश्यप ने की। इस अवसर पर जिला भाजपा अध्यक्ष अनिल चंद्राकर, जिला पंचायत उपाध्यक्ष लालिमा ठाकुर, जिला पंचायत वन समिति सभापति शिवांगी चर्तुवेदी, जनपद अध्यक्ष मीरा ठाकुर, छुरा नगर पंचायत अध्यक्ष लुकेश्वरी निषाद, जिला पंचायत सदस्य लेखराम 🙌 शोष पेज 14 पर



ब्रांडेड स्टेलर कम्फ़र्टर सेट MRP ₹6699

फ्लैट

• मेन्स • वुमेन्स • किंडस

वाटरप्रूफ़ फुटवियर

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



शुभम लच्छकारी चावल

कुकी बाइट कोकोनट

बिस्कुट 1KG

MRP = 210

d-erd ≠99 # ·99 249 :399

> एवरेस्ट मसाले सभी वैरिएंट



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

ZOR

ज़ोर कड़क चाय

MRP / 300

शुभम मूल्य

मैगी 2 मिनट नूडल्स

लिटल्स सॉफ्ट क्लीजिंग

वाइपर, मोप्स, झाड़ & बाल्टी सेट

(चॉडस. मिल्टन, गाला, नेयासा & स्पॉटजीरो)

बेबी वाइप्स 80 पीस

मसाला ८ पैक

560 GM

MRP = 120 शुभम मूल्य

1KG

ग्रॉसरी ६ डेली एसेंशियल

कोरा फटका तर दाल 1KG शुभम मुल्य

पार्ले जी ग्लुकोज़ बिस्किट 800 GM MRP #100

200 GM

शुभम मूल्य

XL 40PAD

MRP ₹ 275

Minimum

EVERYDAY ON MRP

स्टेफ्री सिक्योर एक्स्टा लार्ज

अग्रवाल्स ४२० स्पेशल पापड

ब्रिटानिया ट्रीट वेनिला क्रीम

515 GM

MRP ₹180 शुभम मूल्य पीयर्स प्योर एंड जेंटल

सोप 125GM*3

MRP = 214



1KG / मिक्स 1KG

MRP #130

शुभम मूल्य







MRP/1030







Validity: 18 Jun - 20 Jul 2025, T&C Apply.

osbi card *Min. Trxn.: ₹3,500; Max. Cashback: ₹200 per card account;

भाटापारा, सति मंदिर के सामने सदर बाजार रोड - ९१०९९९६४९७

राजिम, महावीर चौक, नवापारा - ९२०१८२३८४१

मगा, भाटिया ढाबा के पास बेमेतरा रोड - 9201823840

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

योग के महत्व को बताया

सभापति लेखराज ध्रुवा ने कहा कि योग

शारीरिक. मानसिक और भावनात्मक

स्थिरता प्रदान करता है। नगर पंचायत

अध्यक्ष लुकेश्वरी निषाद ने योग को

भारतीय संस्कृति की अनमोल धरोहर बताया, जो हमें संस्कृति, संस्कार और

स्वाभिमान से जोड़ता है। पार्षद सलीम मेमन

ने 'पहला सुख निरोगी काया' का महत्व

बताते हुए योग को स्वस्थ जीवन के लिए

जिला संरक्षक और वरिष्ठ संवाददाता

यशवंत याढव ने योग को स्वस्थ शरीर

संतुलित मन और श्रेष्ठ विचारों का सार

अर्जुन धनंजय सिन्हा ने किया और आभार

में भी बताए ।उन्होंने बताया कि/

बताया। कार्यक्रम का संचालन शिक्षक

कार्यकम में उपस्थित जिला पंचायत

स्वस्थ्य जीवन के लिए करें योग : हरीश

पाटसिवनी(पिपरहट्टा)। ग्राम पंचायत परसदाखुर्द के विद्यालय परिसर में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस हर्षील्लास के साथ मनाया गया। योग का शुभारंभ मां भारती के छायाचित्र पर द्वीप प्रज्वलित कर किया गया उसके बाद योगाचार्य हरीश नेताम के द्वारा मंत्रोच्चारण के साथ योगिंग जॉगिंग, सुक्ष्म अभ्यास कराया, फिर प्रोटोकॉल के अनुसार भ्रष्टिका प्राणायाम, कपालभाती, अनुलोम अनुविलोम, भ्रामरी प्राणायाम, नाड़ी शोधन, ध्यान का अभ्यास कराया दंडासन, वजासन, मंड्कासन, शासकांआसान, धनुरासन, उष्ट्रासन, पवन मुक्तासन, हलासन सेतुबंध आसन, भुजंगासन, वक्रासन, सर्वांगासन का अभ्यास के साथ-साथ योग से होने वाले फायदे को बताया गया। अंत में योग ताली एवं शांति पाठ कराया गया तथा मध्यमिक शाला के प्रधान पाठक भारत दीवान के द्वारा बच्चों नियमित योग अभ्यास करने व नशापान, मोबाईल फोन से दूर रहने एवं उसके दष्परिणाम को बताया गया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को सफल बनाने ग्राम पंचायत के प्रथम नागरिक सरपंच डीगेश्वरी ठाकर पंचगण सचिव, रोजगार सहायक और स्कूल के शिक्षक शिक्षिकाएं एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

तौरंगा में जनजातीय समस्याओं का समाधान



पाण्डुका। धरती आबा जनजाति ग्राम उत्कर्ष अभियान 2025 अंतर्गत ग्राम पंचायत तौरंगा में शिविर का आयोजन किया गया था। जिसमें चार पंचायत के जनजाति समूह के लोग सहित गांव के लोग भी उपस्थित होकर समस्याओं से अवगत कराया। इस शिविर में लगभग 15 से भी अधिक विभागों के कर्मचारी उपस्थित रहे। यह शिविर का उद्देश्य अनुसूचित जनजाति सहित गांव की समस्या का समाधान करना ही उद्देश्य रहा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संदेश के माध्यम से सभी गांव में जाकर समस्या का समाधान किया जा रहा है। शिविर मुख्य रूप से नशा मुक्ति के लिए को नशा मुक्ति न करने का शपथ कराया गया। इस कार्यक्रम मे मुख्य रूप से जनपद पंचायत छुरा के उपाध्यक्ष कुलेश्वर सोनवानी, सरपंच भूपेंद्र कुमार, उप सरपंच नागेश तिवारी, कुकदा सरपंच, सांकरा सरपंच लाल सिंह मरकाम नोडल अधिकारी सीएमओ नगर पंचायत छुरा, राकेश साह अडीओ जनपद पंचायत छरा. सचिव रेवाराम साह, खोमन साह, ममता साहू, धनेश्वरी ध्रुव सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

गांजर स्कूल में मनाया गया योग दिवस

तंदकोना। खल्लारी विधानसभा के बागबाहरा ग्रामीण मंडल अंतर्गत बड़े ग्राम गांजर स्थित उच्चतर माध्यमिक विद्यालय परिसर में योग कर- योग दिवस मनाया गया।

दिवस : छुरा में एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य थीम पर ११वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया

योग सेहत व सफलता की कुंजी है : सिन्हा

स्वस्थ तन, संतुलित मन, श्रेष्ठ विचारों का सार है योग इस मंत्र के साथ छुरा में 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस आदर्श पूर्व माध्यमिक शाला प्रांगण में हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग की थीम पर आधारित इस कार्यक्रम में स्थानीय जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों और सैकडों नगरवासियोंने योगाभ्यास कर स्वास्थ्य के प्रति अपनी प्रतिबद्धता दिखाई। विकासखंड स्तरीय इस योगाभ्यास की जिम्मेदारी एससीईआरटी के राज्य स्तरीय योग प्रशिक्षक शंकर लाल यदु, भारत स्वाभिमान न्यास जिलाध्यक्ष संतराम कंवर और पतंजिल योग समिति जिलाध्यक्ष योगविद् अर्जुन धनंजय सिन्हा व मिथलेश सिन्हा को सौंपी गई थी। योगाचार्य शंकर लाल यदु ने वंदना से योग सत्र की शुरुआत की, जबकि योगविद् अर्जुन धनंजय सिन्हा ने ओम की पवित्र ध्विन और संगठन मंत्र के साथ योग संगम एवं हरित योग का श्री

सिन्हा ने प्रोटोकॉल अनुसार विभिन्न आसनों जैसे ताडासन, वक्षासन, पाद हस्तासन, भजंगासन, शलभासन, पवन मुक्तासन आदि का विधिपूर्वक अभ्यास कराया और उनके लाभ व सावधानियों के बारे में बताया। उन्होंने अष्टांग योग को परिभाषित करते हुए कहा कि योग सेहत, शक्ति, संतुलन और सफलता की कुंजी है, जो तन, मन और आत्मा को जोडता है। छत्तीसगढ योग आयोग के मास्टर टेनर संतराम कंवर ने कपालभाति. अनलोम विलोम, भ्रामरी सहित विभिन्न प्राणायामों का अभ्यास कराकर ऊर्जा शक्ति के विकास पर जोर दिया। उन्होंने विशेषज्ञ की देखरेख में योग करने की सलाह भी दी।



हरित योग की पहल

इस अवसर पर हरित योग की संकल्पना को साकार करते हुए आदर्श विद्यालय परिसर में आम और जामुन के फलदार पौधे रोपे गए। उपस्थित अधिकारियों और जनप्रतिनिधियों को भी पौधे भेंट कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया गया। इस दौरान नगर पंचायत के पर्व अध्यक्ष खोमन चंद्राकर. सर्व आदिवासी समाज के जिलाध्यक्ष नीलकंठ ठाकुर सहित सैकड़ों नगरवासियों ने योगाभ्यास का लाभ



नेशन्स प्राइड पब्लिक स्कूल में मना योग दिवस

नगर के नेशन्स प्राइड पब्लिक स्कूल छुरा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। विद्यालय के प्राचार्य एवं पतंजलि योग समिति के ऊर्जावान योग प्रशिक्षक संतोष निषाद ने मन्त्र

उच्चारण साथ सत्र का शुरुआत किया और योग की बारीकियों को सिखाया। उन्होंने कहा कि योग स्वस्थ जीवन का सार है। यह

मानसिक और शारीरिक कल्याण के लिए योग के महत्व को बढ़ावा देता है। बच्चों को स्वस्थ जीवन जीने हेत् योग की आदत डालने के लिए जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। प्रोटोकॉल के अलावा कठिन आसनों का अभ्यास कर योग गतिविधि का संचालन किया गया। जिसमें लगभग 160 बच्चे, 10 शिक्षक -शिक्षिकाएं

एवं पालकगण उपस्थित रहे। परिसर में पौधारोपण रोपण कर अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं दिए। उन्होंने कहा कि आज का दिन हमें याद दिलाता है कि स्वास्थ्य ही सबसे बड़ी पूंजी है। योग न केवल शरीर को मजबूत करता है, बल्कि मन को भी शांति

> देता है। इस दिन हम सब मिलकर योग करें, एक-दसरे को प्रेरित करें और स्वस्थ भारत ओर कदम बढाएं। हर घर योग, हर जीवन योग - यही हमारा

लक्ष्य होना चाहिए। बच्चों ने शिक्षकों को पौधे भेंट किए। शिक्षक कृष्णेश यदु, तरुण कंवर, महेश्वर नायक, अर्चना साहू, जया यादव, मंजुलता साहू, चितरंजनी निषाद, किरण निषाद, कु. देवबती निषाद, हसीं साह , उमेश्वरी यद, स्टाफ राधा, हेमीन, दशमत ठाकुर, मिथलेश निषाद, धन्नू सोरी, यश यादव उपस्थित रहे।

कोसमबुड़ा एकलव्य विद्यालय में योगाभ्यास

छुरा। 11वे. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एकलव्य आदर्श आवासीय विद्यालय कोसमबुड़ा (छुरा) में योग अभ्यास का आयोजन किया गया। जिसमें विद्यालय के छात्र-छात्राओं के साथ शिक्षकों ने भी

शारीरिक विज्ञान के शिक्षक नीरज खर्ब ने सभी को योग के महत्व के विषय में जानकारी देते हुए इस वर्ष के थीम /"एक पृथ्वी,एक स्वास्थ्य के लिए योग के विषय में भी गहनतापूर्वक समझाया! उन्होंने विद्यार्थियों को योग के विभिन्न आसनों और प्राणायाम के लाभों के बारे में भी बताया। इसके बाढ छात्र-छात्राओं ने श्री नीरज के

मार्गदर्शन में योग सत्र में भाग लिया। उन्होंने सूर्य नमस्कार से शुरुआत करते हुए विभिन्न प्रकार के आसन जैसे ताडासन. मुंजंगासन, वृक्षासन तथा इसके पश्चात विभिन्न प्रकार के श्वास अभ्यास भी छात्रों द्वारा किए गए। छात्रों ने योग अभ्यास में उत्साह एवं जोश के साथ अंपनी उपस्थित दर्ज की और रोग के लाभों का अनुभव किया। सत्र के अंत में प्राचार्य डॉ. .कमलाकांत यादव ने छात्रों को संबोधित करते हुए भारतीय चिंतन एवं दर्शन परंपरा में योग के महत्व को बताया एवं शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए नियमित रूप से योग करने के लिए छात्रों को पोत्साहित किया।

नगर में स्थित सेंट जॉन्स इंग्लिश मीडियम सीबीएसई स्कूल छुरा में प्रति वर्ष की इस वर्ष भी संस्था में विश्व योग दिवस का कार्यक्रम का आयोजन किया गया था ।जिसमें मख्य अतिथि के रूप में योगा आचार्य मिथलेश सिन्हा जी रहे। विशेष अतिथि के रूप में संस्था के निर्देशक शेजू जार्ज जेकब, प्राचार्या बिंदु जॉर्ज जेकब. प्रबंधक आशीष जार्ज जेकब.

कुमार आचार्य रहे । कार्यक्रम में मुख्य अतिथि को गुलदस्ता और श्रीफल दे कर स्वागत किया गया ।साथ ही इस विश्व योग दिवस पर संस्था में पढ रही छात्रा यशश्वी साह अपने बहुत शानदार मनमोहक भाषण से समस्त अतिथिगण और छात्रा छात्राओं का मन मोह लिया। उन्होंने कहा : हर साल 21 जून को

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पूरी दुनिया में योग के महत्व और उसके लाभों को

शाला में मनाया गया विश्व योग दिवस

शैक्षणिक निर्देशक सुमंत है। योग हर आयु वर्ग के लिए बेहद

महत्वपूर्ण अभ्यास है, जो शरीर, मन और आत्मा को संतुलित रखने में मदद करता है। साथ कार्यक्रम के अतिथि रहे सिन्हा जी ने अपने कार्य को अग्रसर करते हुए सभी बच्चों को स्टाफ को बहुत अच्छा योग भी सिखाए और योग से मिलने वाले बहत ही अच्छे अच्छे फायदे के बारे

कार्यक्रम के अंत में संस्था के उप प्राचार्य लोवित रत्नाकर ने उपस्थित सभी अतिथि गण, शिक्षक शिक्षिकाओं, अन्य स्टाफ एवं समस्त छात्रा -छात्राओं को इस कार्यक्रम में उपस्थित हो कर सफल बनाने के लिए शाला परिवार की ओर सब को धन्यवाद ज्ञापित कर कार्यक्रम का समापन कराए।

योग दिवस पर जनप्रतिनिधियों और ग्रामीणों ने किया योग

हरिभूमि न्यूज 🕪 रसेला

वनांचल क्षेत्र रसेला सहित पूरे अंचल में 21 जून शनिवार को 11 वा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पूरे उत्साह के साथ मनाया गया। इस वर्ष की थीम योगा फार वन अर्थ, वन हेल्थ के साथ क्षेत्र में योग के प्रति जागरूकता बढाने और जीवनशैली को प्रोत्साहित करने के लिए विभिन्न आयोजन किए गए। योग दिवस पर ग्राम पंचायत रसेला, हाईस्कूल, प्राथमिक और माध्यमिक शाला, आदिम जाति सेवा सहकारी समिति रसेला, कुडेरादादर, मुढीपानी, रूवाड, मेडकीडबरी, दादरगाव नया, कोठीगाव, पड़रीपानी गोंड, कनसिघी, भरूवामुडा, सिवनी , केवटीझर, सेम्हरा, टेगनाबासा सहित क्षेत्र मे जनप्रतिनिधि, शिक्षक, छात्र छात्राओं एवं ग्रामीणों ने भी इस योग में शामिल हए। योग को जीवन में अपनाने का संकल्प : कार्तिक राम यादव ने कहा कि 11 वें योग दिवस पर आयोजित सोसायटी के प्रांगण में संपन्न हुआ और सभी से अपील है कि सभी निष्ठा पूर्वक योग करें





और अपने स्वास्थ्य के साथ समाज और देश के लिए अपने विचारों को परिशुद्ध करें। योग करने से शरीर और मन संतुलित होता है, इससे मन एकाग्र होता है, नियमित योग करने

से आत्मिक ऊर्जा का संचार भी होता है। हाईस्कल रसेला में इस वर्ष योग दिवस पर कार्यक्रम में सभी उपस्थित लोगों ने सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, वृक्षासन, भूजंगासन

और प्राणायाम जैसे विभिन्न योग मदाओं का अभ्यास किया गया। शिक्षक गैंदालाल खुटे ने बताया कि घरों में कम से कम एक सदस्य नियमित रूप से योग करता है, जो योग के प्रति जन सामान्य की बढ़ती रूची को दर्शाता है, उन्होंने ने कहा कि योग केवल शारीरिक क्रिया नहीं, बल्कि एक संपूर्ण जीवन शैली है जो तन मन और आत्मा को संतुलित करती है। प्राथमिक और माध्यमिक शाला में शिक्षकों और बच्चों द्वारा करे योग रहे निरोग का नारा देकर योगाभ्यास किया गया। इस दौरान शिवशंकर जयसवाल, लोकराम यादव, प्राचार्य शिशुपाल कुर्रे, गजानंद साहू, कुंजाम जगत, ओमकुमारी साहू, योगिता साहू, कुलेश्वरी मरकाम, पंकज कुमार, राजू नेताम, मनोज, खेम जगत, मिथलेश यादव, पितांबर निषाद, कमल मानिकपरी, धर्मेन्द्र ठाकुर, कचरू निषाद, गमसिंग दीवान, अनिस मेमन, अश्वनी साहू, उग्रसेन, टेस निषाद सहित सभी ने उत्साहपूर्वक योगाभ्यास में भाग लेकर स्वस्थ जीवनशैली को अपनाने का संकल्प लिया।



योग प्राचीन सांस्कृतिक धरोहर : डॉ. आनंद

बुरा। आईएसबीएम विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर योग शिविर का आयोजन किया गया। यह आयोजन विश्वविद्यालय के आन्तरिक गुणवत्ता आश्वासन प्रकोष्ठ (IQAC) के तत्वावधान में सम्पन्न हुआ, जिसमें विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं विश्वविद्यालय के कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम में प्रशिक्षित योगाचार्य एवं कला संकाय के सहायक प्राध्यापक डॉ. अभ्वनी कुमार साह के द्वारा पद्मासन, अनुलोम-विलोम, ताडासन, वक्षासन, प्राणायाम, कंपालभाति आदि आसान के महत्व एवं उसका अभ्यास कराया गया। प्रतिभागियों को योग के शारीरिक. मानसिक और आत्मिक लाभों की जानकारी भी दी गई। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. आनंद महलवार ने कहा कि योग न केवल हमारी प्राचीन सांस्कृतिक धरोहर है, बल्कि यह आज के तनावपूर्ण जीवन में शांति, स्वास्थ्य और संतुलन बनाए रखने का एक प्रभावी माध्यम भी है। कार्यक्रम में आन्तरिक गणवत्ता आश्वासन प्रकोष्ठ के समन्वयक डॉ. एन कुमार स्वामी ने आयोजन की रूपरेखा प्रस्तुत करते हुए बताया कि विश्वविद्यालय योग को नियमित दिनचर्या में शामिल करने के लिए छात्रों और स्टाफ को प्रेरित कर रहा है। योग दिवस आयोजन ने परिसर में उत्साह, जागरूकता और स्वास्थ्य के प्रति एक नई ऊर्जा का संचार किया। इस अवसर पर विभिन्न संकायों के प्राध्यापक, कर्मचारियों एवं छात्रों की उपस्थिति बनी रही।

किसानों को मिला कृषक उन्नति लाभ, बकाया राश खातों में जमा

विधायक के प्रयास से ट्रस्ट भूमि के किसानों को मिला कृषक उन्नित लाभ

हरिभूमि न्यूज 🕪 छुईहा बेलर

राजिम विधानसभा क्षेत्र के मेहनतकश किसानों की लंबे समय से चली आ रही अंतर राशि की समस्या का समाधान हो गया है। विधायक रोहित साहू के अथक प्रयासों से सेंदर, पतोरी, घोघरा, बिजली, पुरेना, रवेली, बिनौरी, चैतरा और बारूला के गरीब और मेहनती किसानों को 'कृषक उन्नति लाभ' योजना के तहत बकाया राशि उनके खातों में प्राप्त हो गई है। विधायक साहू ने इस मुद्दे को विधानसभा में उठाया था और मुख्यमंत्री विष्णु देव साय तथा विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह के समक्ष किसानों की चिंताओं को प्रमुखता से रखा था।

यह मामला बालाजी मंदिर, पंच मंदिर मौली माता ट्रस्ट कमेटी फिगेंश्वर की लगभग उन्होंने पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, पूर्व



350 एकड कृषि भृमि से जुडा है, जिस पर इन गांवों के गरीब मजदूर कई वर्षों से 'रेग' (किराये) पर खेती करते आ रहे हैं। इन किसानों को पिछली भूपेश बघेल सरकार की राजीव गांधी किसान न्याय योजना से वंचित रखा गया था, क्योंकि ट्रस्ट और सार्वजनिक कृषि भूमि पर उपार्जन की योजना बंद कर दी गई थी। तब से ये किसान अपनी बकाया अंतर राशि प्राप्त करने के लिए संघर्ष कर रहे थे। विधायक अमितेश शुक्ल और यहां तक कि हाईकोर्ट तक भी गहार लगाई थी, लेकिन कोई सार्थक पहल नहीं हुई थी।

कर्ज और आर्थिक तंगी से गुजर रहे थे किसान- किसान रामाधार साहू, मोती निषाद, ईश्वर साहू, तुलस वर्मा, केजऊ निषाद, मन्नू निषाद, जीवन सिन्हा, अश्वनी साहू, पुरानिक साहू, जगदीश साहू, तुलसी सिन्हा, तुलसी साहू, अजीत वर्मा, जीवन सिन्हा, धनीराम सेन, दीपचंद सिन्हा, दयाराम देवांगन,

नारायण सारथी जैसे किसानों ने अपनी व्यथा बताते हुए कहा कि कृषि उपार्जन से प्राप्त धान की राशि ही उनके और उनके परिवारों की आजीविका का एकमात्र साधन है। मजबूरी में वे मंदिर ट्रस्ट, मालगुजार 'गौटिया', 'दोऊ' और बड़े किसानों की कृषि भूमि को अधिया, रेगहा या लीज पर लेकर खेती करते हैं, जिससे उनका पुरा परिवार चलता है। इन किसानों ने बताया कि वे विगत 15 वर्षों से अपनी रेगहा की भूमि का पंजीकरण शासन के नियमानुसार एकीकृत किसान पोर्टल पर करवाते आ रहे हैं। वे समर्थन मुल्य पर सहकारी समिति में अपनी उपज बेचते हैं और भुगतान सहकारी बैंक के माध्यम से प्राप्त करते हैं। हालांकि, वर्ष 2018 से अब तक की अंतर राशि उन्हें एक फूटी कौडी भी नहीं मिली थी, जिससे वे कर्ज और आर्थिक तंगी से गुजर रहे थे।

पेज १३ के शेष.

योग से मिलेगा...

उसके लिए नागरिकों का स्वस्थ और अनुशासित जीवन आवश्यक है। उन्होंने कहा कि केवल सड़क, बिजली, पार्नी जैसी सुविधाओं में सुधार ही पर्याप्त नहीं, बल्कि जब आम नागरिक का स्वास्थ्य बेहतर होगा, तभी विकसित भारत की संकल्पना साकार हो सकेगी। उन्होंने मख्यमंत्री श्री विष्णुदेव साय के नेतृत्व में छत्तीसगढ़ में भी योग को जन-जन तक पहुंचाने के प्रयासों की सराहुँना की। इस दौरान अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मंत्री श्री वर्मा ने प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के शुभकामना संदेश का वाचन करते हुए समस्त नागरिकों के उत्तम स्वास्थ्य एवं सुखद जीवन की कामना की। साँथ ही नियमित रूप से योग करने का शपथ भी दिलाया। इस दौरान राजिम विधायक रोहित साह ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संकल्प और संदेश को साकार करने आज हम सभी योगाभ्यास के लिए एकजट हुए हैं। उन्होंने कहा कि योग जीवन में अत्यंत आवश्यक है। युवा, बुजुर और महिलाएं, सभी वर्गों को इसे अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए। विधायक साहू ने कहा कि जब शरीर और मन दोनों स्वस्थ होते हैं, तब कार्यक्षमता और सोच भी बेहतर होती है। स्वस्थ पीढी का निर्माण योग के नियमित अभ्यास से ही संभव है। उन्होंने कहा कि वे क्षेत्र में योग को बढावा ढेने और जन-जागरण लाने का निरंतर प्रयास करेंगे।

सिरीखुर्द में आज कर्मा जयंती ...

उत्कृष्ट अंक प्राप्त करने वाले छात्रों के साथ-साथ परिक्षेत्र के प्रत्येक गांव से पांच-पांच वरिष्ठ सामाजिक महिला-पुरुषों का भी सम्मान किया जाएगा। पर्यावरण संरक्षण के उद्देश्य से पौधा रोपण कार्यक्रम भी आयोजित किया गया है। इस कार्यक्रम में मख्य अतिथि के रूप में राजिम विधायक रोहित साह और छतीसगढ राज्य भंडार गह निगम के अध्यक्ष चंद्रलाल साह उपस्थित रहेंगे। विशिष्ट अतिथियों में माननीय संत गोवर्धन शरण महामंडलेश्वर, पूर्व विधायक राजिम संतोष उपाध्याय, साहू समाज जिलाध्यक्ष नारायण साहू. छत्तीसगढ़ प्रदेश साहू संघ के उपाध्यक्ष भुनेश्वर साहू, पूर्व जिला पंचायत सदस्य चंद्रशेखर साहूँ, राजिम भिवतन मंदिर समिति के अध्यक्ष लालाराम

साहू, तहसील अध्यक्ष रामजी साहू, विधायक प्रतिनिधि विजय कंडरा, जनपद समापति नंदू यादव, जनपद सदस्य टायल राम साहू, और सिरीखुर्द के सरपंच देवेंद्र वर्मा शामिल होंगे। यह आयोजन समाज में शिक्षा को बढ़ावा देने, वरिष्ठों का सम्मान करने और पर्यावरण के प्रति जागरूकता फैलाने का एक महत्वपूर्ण प्रयास है।

पेंशन के नाम...

फिंगेश्वर में पतोरा निवासी बिशाखा बाई ने शिकायत में बताया कि 2021 में उनके शिक्षक पति गेसनारायण दीवान की मृत्यु के बाद जब वह पेंशन प्रक्रिया के लिए बीओ कार्यालय फिंगेश्वर पहुंचीं, तो वहां के कर्मचारी मजहर खान ने पैसा लगने की बात कहकर उनके चेकबुक में हस्ताक्षर करवा लिए। बाद में मजहर खान और राम ध्रुव ने मिलकर 2.80 लाख रुपये उनके खाते से निकाल लिए। इसी तरह, थाना छुरा क्षेत्र के ग्राम अकलवारा निवासी एक अन्य महिला से भी पेंशन के नाम पर 2 लाख रूपये नगढ़ वसले गए। ढोनों आरोपियों ने स्वयं महिला के घर जाकर यह रकम ली थी।

विधायक ने ७०...

ध्रुवा और नंदनी ओंकार साहू, जिला वनोपज सहकारी संघ अध्यक्ष कल्याण सिंह कपिल, उपाध्यक्ष हरचेंद्र ध्रुव, वनोपज सहकारी संघ रायपुर प्रदेश प्रतिनिधि देवसिंह रात्रें. और दयाराम नागेश सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे। विधायक रोहित साह ने अपने संबोधन में कहा कि भारतीय संस्कृति में चरण को सर्वोच्च स्थान दिया गया है और यही भावना इस योजना के मूल में है। उन्होंने मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय के नेतृत्व की सराहना करते हुए कहा कि छत्तीसगढ़ में सुशासन की सरकार गांव, गरीब, किसानों और महिलाओं के विकास के लिएँ पूरी निष्ठा से काम कर रही है। जिला पंचायत अध्यक्ष गौरी शंकर कश्यप ने कहा कि भाजपा सरकार हर गांव, हर परिवार और हर व्यक्ति की चिंता करती है और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश में पारदर्शिता के साथ विकास कार्य हो रहा है। जिला भाजपा अध्यक्ष अनिल चंद्राकर ने पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह द्वारा तेंदूपता संग्रहण की शुरुआत को वनवासी समाज को आर्थिक रूप से मजबूत करने की दिशा में एक ऐतिहासिक पहल बताया। जिला पंचायत सभापति श्रीमती शिवांगी चतुर्वेदी ने इस कार्यक्रम को महिलाओं के सम्मान का प्रतीक बताया।



अस्पताल परिसर में जलभराव से मिली मुक्ति, हुआ समतलीकरण

फिंगेश्वर। लंबे अरसे बाद फिंगेश्वर स्थित शासकीय राजिम भक्तिन माता अस्पताल परिसर को जलभराव से मुक्ति मिलेगी। विधायक रोहित साह ने विगत दिनों अस्पताल का औचक निरिक्षण किया था जिसके बाद उन्होंने तत्काल संज्ञान लेकर परिसर में होने वाले जलभराव पर नाराजगी जाहिर की थी और व्यवस्था सधारने के निर्देश भी दिए थे। उनके निर्देशों पर तत्काल अमल में लाते हुए पूर्व नगर पंचायत अध्यक्ष व पार्षद जगदीश यदु ने तत्काल जेसीबी की व्यवस्था कर अस्पताल के बाह्य परिसर को मुरुम डालकर समतलीकरण कराया। अब समतलीकरण होने से जलभराव से मक्ति मिलेगी।समतलीकरण होने पर नगरवासियों एवं अस्पताल में आने वाले मरीजों को सुविधा मिलेगी जिसके लिए नगरवासियों ने विधायक रोहित साहू व पूर्व नगर पंचायत अध्यक्ष जगदीश यादव का आभार प्रकट किया है।

परतेवा स्कूल में बैग पाकर बच्चों के चेहरों पर खिली मुस्कान



राजिम। परतेवा में दीप शिखा इंटरप्राइजेज कंपनी और कर्मचारियों ने परतेवा स्कुल में फ्री में कक्षा 1 से 5वीं तक के बच्चों को बैग दिया। बताया कि कंपनी और एम्पलाइज हर 3 महीने में छत्तीसगढ के अलग-अलग जिलों में जाकर फ्री बैग देते है। यहां के कर्मचारी कुछ पैसा इकट्रा करते हैं और इस पैसे का सही उपयोग किसी एक सरकारी स्कल में फ्री अच्छे क्वालिटी में बैग देते हैं। गांव के सरपंच षटकोण साह एवं ग्रामीणो ने सराहना किया है। बैग पाकर विद्यार्थियों के चेहरों पे मुस्कान देखा गया। इस अवसर पर कंपनी के ऑनर अमुल दहाके, प्रशांत नवसालकर, आशीष करमाकर प्रहलाद साहू, अंजली कुमारी, मयूरी तिवारी, लक्ष्मी साहू, प्रधानपाठक उत्तम ध्रुव, शिक्षक नरेश साहू, अजय सुर्यवंशी, तीजराम साह सहित अनेको गणमान्य नागरिक मौजद थे। कार्यक्रम में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का मतलब समझाया गया।

दिवस : योग अभ्यास में क्षेत्र के जनप्रतिनिधि, छात्र-छात्राएं और अधिकारी शामिल हुए

प्रकृति के बीच योग का उत्सव, जंगल खेत, पहाड़ और कैंप में योगाभ्यास



हरिभूमि न्यूज 🕪 मैनपुर

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शनिवार को मैनपर तहसील मख्यालय सहित क्षेत्र के जंगल. खेत, खलियान और पहाड़ों में सुबह से ही योग का आयोजन किया गया, जिसमें भारी उत्साह देखने को मिला।

मैनपुर नगर में जनपद पंचायत और जिला सहकारी केन्द्रीय बैंक द्वारा आयोजित योग

जनप्रतिनिधि, छात्र-छात्राएं और अधिकारी शामिल हए। वहीं, जंगल और खेत-खिलयानों में भी मजदूरों ने योगासन कर स्वस्थ जीवन का संदेश दिया। तहसील मुख्यालय मैनपुर से 18 किलोमीटर दूर स्थित केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल (CRPF) एफ/65 बटालियन कुल्हाड़ीघाट कैंप में भी योग शिविर का भव्य आयोजन किया गया। सीआरपीएफ कमांडेंट सुधीर कुमार ने इस दौरान अपनी दिनचर्या में योग को आधार बनाने की शपथ



दिलाई। उन्होंने कहा कि योग स्वस्थ शरीर और आनंदित मन का आधार है, जो हमें आत्मानशासन, संयम और शांति की ओर प्रेरित करता है। उन्होंने /"करे योग रहे निरोग/" के संदेश के साथ स्वस्थ जीवनशैली के लिए नियमित योगाभ्यास की अपील की। कमांडेंट ने बताया कि योग भारत की प्राचीन जीवनशैली है जो तन, मन और आत्मा को संतलन में लाती है।

. यह सर्वविदित है कि योग के कई शारीरिक

और मानसिक फायदे हैं। यह तनाव कम करने. शरीर में लचीलापन बढाने, मांसपेशियों को मजबृत करने और हृदय संबंधी बीमारियों में सधार करने में मदद करता है। योग से एकाग्रता तथा मानसिक स्पष्टता भी बढ़ती है। केंद्र तथा राज्य सरकार द्वारा आमजन में योग के प्रति जागरूकता बढ़ाने के निरंतर अभियान चलाए जाते हैं, क्योंकि योग एक प्राचीन अभ्यास है जो मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य दोनों के



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सेजेस इंग्लिश मीडियम छुरा के बच्चों ने किया योगाभ्यास

छरा। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उन्होंने बच्चों को सही तकनीक और अवसर पर सेजेस छुरा में विशेष योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में विद्यालय के सभी बच्चों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और विभिन्न योगासन कर योग का अभ्यास किया। इस अवसर पर एसएमडीसी अध्यक्ष सीआर सिन्हा, समिति के अन्य सदस्य तथा विद्यालय के प्राचार्य पीके मिश्रा समस्त स्टाफ विशेष रूप से उपस्थित रहे। उन्होंने बच्चों को योग के शारीरिक, मानसिक और आत्मिक लाभों के बारे में बताया तथा नियमित योग करने के लिए प्रेरित किया। विद्यालय के व्यायाम शिक्षक ईश्वर सेन तथा शिक्षिकाएँ श्रीमती राजेश्वरी वर्मा और श्रीमती दीप्ति गार्डिया ने बच्चों को योगासन

लाभों की जानकारी दी. जिससे सभी बच्चों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्राचार्य श्री मिश्रा ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमल्य धरोहर है. जिसे अपनाकर हम स्वस्थ जीवन की ओर अग्रसर हो सकते हैं। एस एम डी सी के अध्यक्ष सी आर सिन्हा ने विद्यार्थियों को प्रतिदिन योग करने के लिए प्रेरित किया उन्होंने कहा कि एक स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का वास होता है योग से से सर्वांगीण विकास होता है। कार्यक्रम का उद्देश्य बच्चों के सर्वांगीण विकास और स्वास्थ्य को बेहतर बनाना था। विद्यालय परिवार एवं उपस्थित जनों ने कार्यक्रम की सराहना की और इस तरह के आयोजनों को नियमित रूप से करने

खड़मा में पांच दिवसीय योग शिविर का योग शरीर में ऊर्जा का करता है संचार : साहू समापन, ग्रामीणों ने किया योगाभ्यास



हरिभूमि न्यूज 🌬 मुड़ागांव (कोरासी)

आयुष्मान आरोग्य मंदिर खड्मा द्वारा संचनालय आयुष रायपुर के मार्गदर्शन और जिला आयुष विभाग गरियाबंद के निर्देशानुसार, खडमा के प्राइमरी स्कुल प्रांगण में 17 जुन मंगलवार से 21 जून शनिवार तक आयोजित पांच दिवसीय योग शिविर का आज, शनिवार को अंतर्राष्टीय योग दिवस के अवसर पर सफलतापर्वक समापन हो गया। इस योग दिवस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जनपद सदस्य छरा अवधराम साह, पर्व भाजपा

मंडल अध्यक्ष पाण्डका संदीप पांडे और महामंत्री गुलशन सिन्हा उपस्थित रहे। वरिष्ठ जन त्रिलोचन साह, लक्ष्मीदास सोनवानी, पूर्व उप सरपंच तिलेन्द्र साहू, पंच ढपेन्द्र यादव, हायर सेकेंडरी स्कूल खड़मा के प्राचार्य बावनगाडे, संकुल समन्वयक माधव मरकाम, मिडिल स्कूल प्रभारी हेडमास्टर माधुरी यादव, तथा पीएचसी खड़मा के चिकित्सक डॉ. महावीर प्रसाद बरगाह सहित खडमा के सभी स्कुलों के शिक्षक और अन्य ग्रामीणजन उपस्थित रहे और योग का लाभ उठाया। योग शिक्षक

पोखन ठाकर और उनके सहायक साहू द्वारा विभिन्न योगासन और प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। मुख्य अतिथि अवधराम साह ने योग से होने वाले लाभों पर प्रकाश डाला, जबिक त्रिलोचन साह ने बच्चों को निरंतर योग करने की प्रेरणा दी। कार्यक्रम के अंत में शिविर प्रभारी डॉ. विनोद कुमार द्वारा आभार प्रदर्शन किया गया। उन्होंने बताया कि उचित स्थान देखने के बाद योग शिक्षक द्वारा आगे ग्राम खडमा में निरंतर योगाभ्यास कराया जाएगा, ताकि ग्रामीण इसका लाभ

हरिमूमि न्यूज 🕪 राजिम





एवं अत्यंत सुक्ष्म विज्ञान पर विज्ञान भी है। योग व्यक्ति के शरीर

स्वास्थ्यवर्धक ही नहीं बल्कि मनष्य के अदभुत क्षमता को जगाता है और संयमित तथा संतुलित योग करने से देवत्व का उदय होगा, इसलिए हम सबको प्रतिदिन अनिवार्य रूप से योग को जीवन में शामिल करके स्वस्थ्य रहे। इस अवसर पर पूर्व विधायक संतोष उपाध्याय, नगर पंचायत अध्यक्ष महेश यादव. विक्रम मेघवानी ,सोमनाथ पटेल ,सुरेश पटेल ,भारत यादव ,अजय पर्टेल ,रामकुमार साहू, साधुराम निषाद, पुरन यादव, तहसीलदार राजिम, डॉ. वीरेंद्र हिरौंदिया, पार्षदगण एवं बढ़ई संघ के गणमान्य

जनपद पंचायत प्रांगण में मनाया गया योग दिवस

हरिभूमि न्यूज 🕪 फिंगेश्वर

शनिवार को जनपद पंचायत फिंगेश्वर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस आयोजन जनपद मुख्यकार्यपालपन अधिकारी स्वप्नील ध्रुव के द्वारा आयोजित किया गया। जिसमें जनपद अध्यक्ष इंद्राणी साह के अगुवानी में योगाचार्यों के द्वारा योगा का अभ्यास कराया गया जिसमें अधिकारी कर्मचारी के साथ जनप्रतिनिधिगण एवं नागरिकगण शामिल हुए। योगगुरूओं के द्वारा लोम विलोम, कपाल भारती के अलावा विभिन्न आसनों पर बारी बारी से योग का अभ्यास कराया गया और सभी लोगो इस अभ्यास मे शामिल होकर अपने आप को तरोताजा महसूस किए। जनपद अध्यक्ष इंद्राणी नेहरू साहू ने उपस्थित सभी लोगों को योग दिवस की बधाई देते हुए कहा



कि योगासन की इस क्रिया को आज तो करना ही है लेकिन आप सभी समय निकालकर इसका प्रतिदिन

स्वस्थ रहेगा और बीमारियों से लंडने की क्षमता मिलेगी। जनपद सीईओ ने स्विप्नल धुव ने कहा कि जो लोग योगाभ्यास नहीं करते है ऐसे सभी लोग आज संकल्प ले कि योग की क्रियाओं को अपने जीवन मे आज से प्रारंभ कर एक स्वस्थ समाज बनाने मे अपना योगदान करेंगे।आज इस योग दिवस पर आप लोगो ने अपनी उपस्थिति दी है उन सभी लोगो का आभार प्रकट करता हं। योग दिवस पर जनपन अध्यक्ष इंद्राणी नेहरू साह,उपाध्यक्ष सतीश यादव, वरिष्ठ भाजपा नेता भागवत हरित, भाजपा मंडल अध्यक्ष मंजू हरित, रानू साह, अशोक राजपूत, सभापति सभी फीट एवं हीट रहेंगे इसका मंजूँ साहू सहित बड़ी सख्या में मतलब है कि करो योग और रहो नागरिक गण शामिल हए।



शपथ पत्र

मैं ललित कुमार उम्र 61 वर्ष पिता दाऊराम जाति-तेली, निवासी ग्राम-पो. बेलटकरी, थाना तहसील-राजिम, जिला-गरियाबंद (छ.ग.) शपथपर्वक निम्नलिखित कथन करता हं:-।. यह कि मेरा नाम. उम्र. पिता का नाम. जाति एवं पता उपरोक्तानुसार है जो सत्य व सही है। 2. यह कि मेरा आधार नंबर-9784 5443 6506 है। आधार कार्ड में मेरा नाम कुमार पिता दाऊ Kumar S/o Dau लिखा . यह कि मेरा वास्तविक एवं पूर्ण नाम ललित

कुमार पिता दाऊराम Lalit Kumar S/o Dauram है जो मेरे शैक्षणिक प्रमाण-पत्र एवं शिक्षण संस्था के अभिलेख दाखिल खारिज पंजी में दर्ज है। 1. यह कि आधार कार्ड में मेरा नाम कमार पिता

दाऊ Kumar S/o Dau लिखा हुआ है उसे ललित कुमार पिता दाऊराम Lalit Kumar S/o Dauram नाम से लिखा-पढ़ा एवं जाना-पहचाना जावें, जिसके लिए यह शपथ-पत्र प्रस्तुत कर रहा हूं।

<u>सत्यापन</u>

मैं शपथकर्ता यह सत्यापित करता हं वि शपथ पत्र की कंडिका 1 से 4 के कथन सत्ये है। अतः आज दिनांक 18/03/2025 को स्थान राजिम में शपथ पत्र को पढ़कर, समझकर अपना हस्ताक्षर कर सत्यापित किया हूं।

न्यायालय तहसीलदार छुरा, जिला गरियाबंद (छ.ग.) // उद्घोषणा // .प्र.क्र. / /ब-121 े वर्ष 2015-16

एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किय ता है कि आवेदक / आवेदिका भोजसिंह ध्रुव वल्द गोपालसिंह जाति गोड़ ग्राम अतरम प.ह.नं. 21. रा.नि.मं. व तहसील छुरा जिल गरियाबंद (छ.ग.) ने अपने स्वयंँ/ बहन अहिल्या के जन्म प्रमाण पत्र ०१ वर्ष की अवधि p अन्दर पंजीयन नहीं कराने के कारण वेलंबित जन्म / मृत्यु का पंजीयन किये जाने हेतु उप पंजीयन (जन्म-मृत्यु) को आदेशि रने बाबत (जन्म-मृत्यु रजिस्ट्रिकरण अधिनियम 1969 की धारा 13 (3) एवं छ.ग जन्म मृत्यु रजि. नियम 2001 के नियम ९ (3) के प्रयोजन हेत्) शपथ पत्र न अनपलब्धता प्रमाण सहित प्रस्तत किया है।

उपरोक्त संबंध में यदि किसी भी व्यक्ति स्था / शासकीय / अर्द्ध शासकीय निकाय य किसी भी प्रकार की दावा/आपत्ति हो तो सुनवा देनांक 04/7/2025 तक इस न्यायालय वयं या अपने अधिवक्ता के माध्यम से दाव आपत्ति प्रस्तत कर सकते हैं। नियत तिथि वे गद प्राप्त होनें वाले दावा / आपत्ति पर किर्स भी प्रकार का कोई विचार नहीं नहीं किय गवेगा। आवेदक की बहन स्व. अहिल्या बाइ

हा मृत्यु दिनांक 11/08/2016 है। . यह उद्घोषणा आज दिनांक 18/06/25 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालय की पद-मुद्रा र नारी किया गया।

देहारगुड़ा हाई स्कूल में मनाया गया प्रवेशोत्सव

मैनपुर। ग्राम पंचायत देहारगुड़ा के शासकीय हाई स्कूल देहारगुड़ा में शनिवार को बड़ी संख्या में पालकों और नवीन बच्चों के साथ प्रवेशोत्सव का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यालय में नए प्रवेश लेने वाले विद्यार्थियों का स्वागत किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शाला विकास समिति अध्यक्ष, सरपंच, पूर्व

सरपंच और गांव के पालकों द्वारा मां सरस्वती के छायाचित्र पर गुलाल, पुष्प और अगरबत्ती अर्पित करकें की गई। इसके बाद, नए प्रवेशी बच्चों को मंच पर बुलाकर तिलक लगाकर सम्मानित किया गया, उन्हें पुस्तकें वितरित की गईं और मुंह मीठा कराकर उनका स्वागत किया गया। शाला विकास समिति अध्यक्ष ने बच्चों को नियमित रूप से स्कूल आने और विद्यालय परिसर में साफ-सफाई बनाए रखने के महत्व पर जोर दिया। उन्होंने अंग्रेजी विषय के रिक्त शिक्षक पढ़ को भरने के लिए प्रस्ताव तैयार करने पर भी बल दिया। सरपंच महेश दीवान ने पालकों से समय-समय पर



स्कल का निरीक्षण करने का आग्रह किया. जबकि पूर्व सरपंच देवन नेताम ने शाला के बेहतर संचालन के लिए पालकों की भागीदारी को महत्वपूर्ण बताया। पूर्व उपसरपंच ने 9वीं कक्षा की प्रवेश क्षमता को पूर्ण रूप से भरने और इसके लिए बच्चों व पालकों को प्रोत्साहित करने का आग्रह किया। विद्यालय के प्राचार्य केपी अग्रवानी ने सभी नए प्रवेशी बच्चों को बधाई दी और उन्हें नियमित रूप से स्कूल आने और अनुशासन में रहने की सलाह दी, क्योंकि इसी से बच्चों का सही विकास होता है। इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में बाबूलाल साहु शाला विकास समिति अध्यक्ष, महेश दीवान ग्राम पंचायत देहारगुड़ा के सरपंच उपस्थित थे।





सरकड़ा स्कूल में योग दिवस पर सरपंच अमिता ने योगाभ्यास कर दिया संदेश

फिंगेश्वर। 21 जून को सरकड़ा स्कुल मे अंर्तराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। सरपंच अमीता यादव ने योग कर योग को जीवन मे उतारने का दिया संदेश। अर्तराष्ट्रीय योग दिवस का थीम एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य के लिए योग,योग को वैश्विक आंदोलन के रूप में बढ़ावा देने के लिए योग संगम मिल का पत्थर साबित होगा जो शारीरिक मानसिक और आध्यात्मिक विकास को बढावा देने के उद्देश्य से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 11वें संस्करण में शासकीय प्राथमिक एवं पूर्व माध्यमिक शाला सरकड़ा में वैश्विक और समावेशी तरीके से मनाया गया। इस अवसर पर ग्राम पंचायत सरकडा के सरपंच अमिता मनोज यादव कार्यक्रम के मख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे। उन्होंने अपने संबोधन में कहा की योग का हमारे जीवन में बहत ही महत्व है। योग से हम शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ रहते हैं एवं हमारा संबंध ईश्वर से जुड़ जाता है। इसके साथ ही उन्होंने सबके साथ योग किया। इसी कडी में शिक्षिका लता सोनी ने बच्चों को योग से होने वाले लाभ के बारे में बच्चों को जानकारी दी। योग करने से बच्चों का शारीरिक, मानसिक एवं बौद्धिक विकास होता है।इस अवसर पर साला प्रबंधन समिति के अध्यक्ष अशोक सेन.शेखर निषाद आदि उपस्थित थे। सभी ने मिलकर योगाभ्यास किया। कार्यक्रम मे शाला के समस्त स्टाफ शिक्षक संतोष साहू, शिक्षिका केसरी कुमारी, शिक्षक जयप्रकाश सिन्हा, शिक्षिका भुनेश्वरी निषाद, छात्र-छात्राएं एवं

पालक गण उपस्थित थे।

विधायक ने बस में सफर कर जानी यात्रियों की समस्याएं

हरिभूमि न्यूज 🕪 मैनपुर

बिन्द्रानवागढ़ विधानसभा क्षेत्र के विधायक जनक ध्रुव ने शनिवार को एक अनूठे अंदाज में जनता की समस्याओं को समझा। उन्होंने अचानक एक सामान्य नागरिक की तरह यात्री बस में सफर किया और लगभग 20 किलोमीटर की यात्रा के दौरान यात्रियों से सीधा संवाद कर उनकी परेशानियों को सुना। विधायक को अपने बीच पाकर यात्री खुशी से झूम उठे और उनके साथ फोटो व सेल्फी लेने के लिए भीड उमड पडी। यह बात आज के दौर में अलग है कि विधायक या सांसद शायद ही यात्री बसों में अपनी आरक्षित सीटों पर बैठे दिखाई देते हों, जैसा कि पहले होता था जब वे आम लोगों से सीधा जुडकर उनकी समस्याओं को सुनते थे। लेकिन विधायक जनक ध्रुव ने आज इस परिपाटी को तोडकर जनता से सीधे जुडने का प्रयास किया। दरअसल, पिछले दिनों कुछ यात्रियों ने विधायक जनक ध्रुव से शिकायत की थी कि देवभोग, मैनपुर, गरियाबंद से रायपुर तक दोपहर 3:00 बजे के बाद कोई वाहन नहीं मिलने से उन्हें भारी परेशानियों का सामना करना पड़ता है। साथ ही, यात्री बसों में शासन के मापदंड के अनुसार सुविधाओं की कमी भी एक बड़ी समस्या है। इन्हीं शिकायतों के मद्देनजर, आज दोपहर 12:00 बजे विधायक जनक ध्रव अचानक मैनपुर बस स्टैंड पहुंचे और मैनपुर से देवभोग जाने वाली एक यात्री बस में सवार हो गए। विधायक को बस में बैठा देखकर इसकी

दोपहर ३ बजे बाद वाहन नहीं, विधायक को देवभोग, मैनपुर, गरियाबंद से रायपुर रूट पर मिली शिकायत



ग्रामीणों की समस्या <u>सुनकर करते हैं समाधान</u>

ज्ञात हो कि बिन्द्रानवागढ विधायक जनक ध्रव अपने अलग अंदाज के लिए जाने जाते हैं। वह कभी अचानक साइकिल से अपने समर्थकों के घर पहुंच जाते हैं, तो कभी पगडंडी और जंगल के रास्तों से मोटरसाइकिल पर गांव तक पहुंचकर पेड़ के नीचे चौपाल लगाकर ग्रामीणों कीं समस्याएं सुनते नजर आते हैं। मैनपूर के हाथी प्रभावित गांवों में वह पैदल पहुंचकर ग्रामीणों की समस्या सनकर समाधान करते हैं, तो कभी खेतों में हल चलाते और स्कूल में बच्चों को पढ़ाते भी दिखाई देते हैं। विधायक जनक ध्रुव ने बताया कि रायपुर से देवभोग चलने वाली यात्री बस में उनके विधानसभा क्षेत्र के लोग ज्यादा सफर करते हैं, इसलिए उन्हें कोई परेशानी न हो, यह जानने के लिए उन्होंने आज बस में सफर किया। उन्होंने कहा कि ढेवभोग से रायपूर तक शाम को एक यात्री बस चलाया जाना बेहद् जरूरी है। उन्होंने यह भी बताया कि बसों में स्वास्थ्य रक्षक पेटी (फर्स्ट एड किट) लगाने को कहा गया है, और जो भी अन्य समस्याएं हैं, उन्हें परिवहन विभाग व बस संचालकों से चर्चा कर जल्द ही दूर किया जाएगा। उन्होंने आश्वासन दियां कि क्षेत्र में यात्रियों को बेहतर बस सविधा का लाभ मिले. इसके लिए हर संभव

विधायक के साथ सेल्फी लेने को उमड़ी भीड़, सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम

विधायक जनक ध्रुव को बस में यात्रा करते देख यात्री खुशी से गदगद हो गए। कँई यात्रियों ने कहा कि वे ऐसे पहले विधायक हैं जो जनता की समस्याओं को जानने के लिए उनके साथ बस



लोगों ने अपने मोलाइल कैमरों से विधायक के साथ सेल्फी लेना शुरू कर दिया। वहीं, दूसरी ओर विधायक के बस में सफर करने की जानकारी मिलते ही पुलिस प्रशासन तत्काल हरकत में आया और सुरक्षा के कडे इंतजाम किए गए। विधायक देवभोग तक सफर करने

सुरक्षा कारणों से उन्हें झरियाबाहरा में ही रोक दिया गया। विधायक ने कुल 20 किलोमीटर (झरियाबाहरा तक 10 किमी और फिर मैनपुर तक 10 किमी वापस) का सफर किया। इस दौरान ब्लॉक कांग्रेस अध्यक्ष राम-कृष्ण ध्रुव, ब्लॉक कांग्रेस महामंत्री गेंदी यादव, निहाल नेताम, जाकिर रजा, ब्रुजलाल सोनवानी और अन्य कांग्रेस कार्यकर्ता उपस्थित थे।

जानकारी फैलते ही भारी भीड लग गई। विधायक ने बस में सफर करते हुए 10 किलोमीटर झरियाबाहरा तक का सफर तय किया। इस दौरान उन्होंने यात्रियों से उनका हाल-चाल पूछा और बस में यात्रा करते समय आने वाली परेशानियों पर चर्चा की। देवभोग क्षेत्र के जुगेश्वर मांझी, मालती मांझी, बिमला नेताम और मनराखनने विधायक को बताया कि अचानक बस खराब हो जाने पर घंटों जंगल में परेशानियां झेलनी पड़ती हैं। उन्होंने यह भी बताया कि बारिश के मौसम में नेशनल हाईवे 130 सी पर झरियाबाहरा से गोहरापदर तक सिंगल सडक होने के कारण सडक जाम और यात्रियों को भारी दिक्कतों का सामना करना पडेगा। सीनापाली, देवभोग क्षेत्र के **शैलेंद्र कुमार, विनोद कुमार और जगदीश राम ने विधायक से अनुरोध किया कि दोपहर 02-03 बजे के बाद देवभोग से रायपुर तक बस नहीं मिलने के कारण भारी परेशानी होती है, इसलिए एक नियमित बस देवभोग से रायपुर तक चलाई जाए।

कॉलेज के छात्रों ने भी की सुविधा की मांग

बस में सफर के दौरान, क्षेत्र के हायर सेकेंडरी स्कूल और कॉलेज के छात्र-छात्राओं ने विधायक से बसों में सीटों के आरक्षण की मांग की। उन्होंने बताया कि इस वनवासी आदिवासी क्षेत्र में हायर सेकेंडरी स्कल और कॉलेज की कमी के कारण छात्र-छात्राओं को बसों से आना-जाना करना पड़ता है, लेकिन कई बार बस वाले वाहन नहीं रोकते, जिससे उन्हें परेशानी होती है।

योग को नियमित रूप से अपने जीवन में अपनाएं : तिवारी

हरिभूमि न्यूज 🕪 पाण्डुका

11वें अंतर्राष्टीय योग दिवस के अवसर पर आज पाण्डका के ग्राम पंचायत तौरेंगा स्थित पूर्व माध्यमिक शाला प्रांगण में एक सामृहिक

 पाण्डका के तौरेंगा में हरित योग के साथ मनाया गया अंतर्राष्ट्रीय योग

योगाभ्यास कार्येक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान 'हरित योग' की अवधारणा पर विशेष जोर दिया

गया, जिसमें योग को पर्यावरण संरक्षण गतिविधियों से जोडा गया। ग्राम पंचायत तौरेंगा के उप सरपंच नागेश तिवारी ने बच्चों के साथ योगाभ्यास में हिस्सा लिया और वृक्षारोपण के महत्व को रेखांकित करते हुए कहा, जैसे योग शरीर और मन को पोषण देता है, वैसे ही वक्षारोपण पथ्वी को संजीवनी देता है। उन्होंने जोर देकर कहा कि 'हरित योग' का मुख्य उद्देश्य योग को पर्यावरण संरक्षण से जोड़ना है.

:: विशेष आयोजन ::

कलश यात्रा, माँ कर्मा महाआरती, वृक्षारोपण, प्रतिभावान छात्रों एवं



जिससे व्यक्तिगत और वैश्विक स्वास्थ्य दोनों को लाभ मिलता है। तिवारी ने यह भी बताया कि हरित योग समुदाय को एक साथ लाने और पर्यावरण के प्रति सामूहिक जिम्मेदारी की भावना को बढ़ावा देने का एक बहुत सुंदर

योग, तन, मन और आत्मा के संतलन का

माध्यम- नागेश तिवारी ने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा, योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि यह मन, शरीर और आत्मा के संतुलन की एक प्रक्रिया है, जो हमें तनावमुक्त, निरोग और मानसिक रूप से मजबूत बनाता है। उन्होंने इस बात पर भी जोर दिया कि योग मनुष्य की मानसिक, शारीरिक व

आध्यात्मिक ऊर्जा को एकत्रित कर उसे सकारात्मक चिंतन की ओर अग्रसर करता है। आज की आधुनिक जीवनशैली में लोग अपनी सेहत को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर रहे हैं. ऐसे में योग का महत्व और बढ़ जाता है। तिवारी ने सभी से अपील की कि योग को नियमित रूप से अपने जीवन में अपनाएँ. क्योंकि यह स्वास्थ्य, स्फूर्ति और दीर्घ जीवन के लिए अत्यंत उत्तम है। उन्होंने सभी योग साधकों और प्रदेशवासियों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं दी। आज के योग कार्यक्रम को सफल बनाने में महेश सिन्हा सहित पूरे स्कूल परिवार का विशेष योगदान रहा। इस अवसर पर उपसरपंच नागेश तिवारी, सचिव रेवा राम साह, प्राथमिक शाला प्रधान पाठक एआर चक्रधारी, पूर्व माध्यमिक शाला से महेश सिन्हा, अश्वनी साहू, देव साहू, लोकेश यादव, मिलन साहू, सहित बड़ी संख्या में योग प्रेमी और स्कल के बच्चे उपस्थित रहे।



संपर्क करें:-7354-411411



वरिष्ट समाज सेवक पत्रकार सम्मान समारोह, वार्षिक अधिवेशन परिचर्चा सह सचिव उपाध्यक्ष सचिव कोषाध्यक्ष उपाध्यक्ष विनीत- साहू समाज परिक्षेत्र बेलर, ग्राम साहू समाज सिरींखुर्द, वि.ख. फिंगेश्वर जिला- गरियाबंद (छ.ग.)



गजानंद साहू