भा.कृ.अनु.प.–भारतीय कृषि प्रणाली अनुसंधान संस्थान

ICAR–Indian Institute of Farming Systems Research

मोदीपुरम, मेरठ–250 110 (उ०प्र०), Modipuram, Meerut - 250 110 (U.P)

फोन/Phone : 0121-288 8711, 288 8811, फैक्स/Fax : 0121-288 8546

ईमेल/Email: director.iifsr@icar.gov.in

Date–21.06.2024

कृषि प्रणाली संस्थान द्वारा दशवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

प्रेस विज्ञप्ति

भाकृअनुप–भारतीय कृषि प्रणाली अनुसंधान संस्थान, मोदीपुरम, मेरठ में दिनांक 21 जून 2024 को **दशवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस** का आयोजन किया गया जिसमें संस्थान के वैज्ञानिकों, अधिकारियों, कर्मचारियों, उनके परिवारजनों व पल्लवपुरम कालोनी के निवासियों ने बढ़–चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि डॉ रश्मि तिवारी ने बताया कि योग हम सभी के दैनिक जीवन का एक अभिन्न हिस्सा है और शरीर को स्वस्थ रखने एवं विभिन्न विकारों को दूर भगाने में अहम् भूमिका निभाता है। कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए संस्थान के कार्यकारी निदेशक डॉ राजेन्द्र प्रसाद मिश्र ने योग एवं व्यायाम को स्वस्थ जीवन का आधार बताया और सभी से नियमित रूप से योग एवं प्राणायाम करने का सुझाव दिया। कार्यक्रम के नोडल अधिकारी डॉ चंद्रभानु ने सभी का स्वागत करते हुए कार्यक्रम की विस्तृत जानकारी दी। योग शिक्षिका डॉ निशा लोहिया ने कार्यक्रम में उपस्थित सभी प्रतिभागियों को, विशेषकर महिलाओं के स्वास्थ को ध्यान में रखते हुए, विभिन्न प्रकार के सूक्ष्म व्यायाम व योगासन के बारे में विस्तृत रूप से प्रदर्शन करवाया। योग गुरु श्रीमती सोनिया सिंधू ने विभिन्न प्रकार के शारीरिक विकारों हेतु विशेष योगासनों एवं प्राणायाम के बारे में विस्तृत रूप से प्रदर्शन करवाए। डॉ मनोज कुमार राना ने स्वस्थ जीवन हेतु दैनिक योगासन, प्राणायाम व ध्यानयोग के महत्व के बारे में सभी को परिचित कराया। कार्यक्रम का संचालन डॉ चंद्रभानु द्वारा किया गया। श्रीमती दीपशिखा ने ने धन्यवाद ज्ञापन दिया। डॉ अमृत लाल मीणा, डॉ सुनील कुमार, व श्री देवेंद्र कुमार का विशेष योगदान रहा।