

# वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर परिसर में नव स्थापित

## नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा

### ‘MISSION DRUG FREE CAMPUS AND SOCIETY’

के अंतर्गत दिनांक 12-27 जून, 2023 (जागरूकता पखवाड़ा)

पर विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित विभिन्न कार्यक्रमों एवं गतिविधियों पर आधारित  
रिपोर्ट



### सहयोगी विभाग/संस्थान

व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय, उमानाथ सिंह  
राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर, एवं अमर शहीद उमा नाथ सिंह  
जिला चिकित्सालय, जौनपुर

रिपोर्ट प्रस्तुतकर्ता

*Manojkumar*

(डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय)

कार्यक्रम समन्वयक एवं

नोडल आफिसर (एंटीनारकोटिक्स ड्रग एवं एडिक्सन)

सहायक आचार्य, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, वीर बहादुर सिंह

पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

मो०: 7007978543

ईमेल : [dr.manojkumarpandey@yahoo.com](mailto:dr.manojkumarpandey@yahoo.com)

**‘MISSION DRUG FREE CAMPUS AND SOCIETY’ के तहत दिनांक 12-27 जून, 2023 (जागरूकता पखवाड़ा)**

**पर विश्वविद्यालय द्वारा संपादित विभिन्न कार्यक्रम एवं गतिविधियाँ**

दिनांक	समय	स्थान	कार्यक्रम एवं गतिविधियाँ	सहयोग
12.06.2023	2.30-4.30 PM	आर्यभट्ट सभागार	“समाज में मादक पदार्थों की बढ़ती लत : कारण, प्रभाव एवं उपचार के विविध आयाम” विषय पर तीन दिवसीय (12-14 जून, 2023) कार्यशाला का आयोजन किया जायेगा : प्रथम दिन: संगोष्ठी के माध्यम से आमंत्रित विषय विशेषज्ञों/वक्ताओं द्वारा उपर्युक्त विषय पर विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय के छात्रों/शिक्षकों/कर्मचारियों को मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के सेवन एवं उसके दुष्परिणाम के बारे में जागरूक किया जायेगा।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre, (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं मेडिकल कॉलेज
13.06.2023	11.00-1.00 PM	व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग	द्वितीय दिन: उपर्युक्त विषय पर आधारित पोस्टर प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें प्रतिभागियों ने मिश्रित माध्यम में प्रतियोगिता में प्रतिभाग किया।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre, (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग व मेडिकल कॉलेज
14.06.2023	09.00-11.00 AM	कौशल विकास एवं प्रशिक्षण केंद्र	तृतीय दिन: कार्यक्रम-1 विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय परिसर में शिक्षकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों के रक्त की जांच की गयी, जिसमें आधुनिक जीवन शैली (रहन-सहन, खान-पान, दैनिक दिनचर्या) का हमारे रक्त तथा उससे जुड़ी विभिन्न बीमारियाँ जैसे कैंसर, मधुमेह, रक्तचाप इत्यादि जैसी बीमारियों की जांच की गयी एवं लोगों को रक्तदान करने हेतु रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre, (विश्वविद्यालय परिसर), जिला अस्पताल एवं राष्ट्रीय सेवा योजना
	11.30-1.00 PM	हिन्दी बघेला गाँव	कार्यक्रम-2 : विश्वविद्यालय एवं चिकित्सा महाविद्यालय के छात्रों द्वारा उपर्युक्त विषय पर आधारित जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन विश्वविद्यालय छात्रों की टीम द्वारा किया गया, जिसमें छात्रों द्वारा नुक्कड़ नाटक, पोस्टर प्रदर्शनी, नारों एवं व्यक्तिगत संवाद के माध्यम से द्वारा आम जनमानस को जागरूक किया गया।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre, (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं मेडिकल कॉलेज
15.06.2023	6.30 -7.15 AM	मुक्तांगन परिसर	“असाध्य रोगों के उपचार और रोकथाम में योग की भूमिका” विषय पर एक दिवसीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया, जिसमें विश्वविद्यालय के छात्रों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं आस-पास के गाँव के लोगों ने प्रतिभाग किया।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre, (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, एवं मेडिकल कॉलेज
	7.15-7.30 AM		योग आचार्य श्री जय सिंह गहलोत, आर्ट ऑफ लिविंग, बैंगलुरु द्वारा लोगों को असाध्य रोगों के रोकथाम हेतु कुछ योग आसन का प्रदर्शन एवं अभ्यास कराया गया।	
16.06.2023	7.00-8.00 AM	विश्वविद्यालय मुख्य द्वार	विश्वविद्यालय परिसर में उपरोक्त विषय पर आधारित एक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया, जो उपर्युक्त विषय के विभिन्न पहलुओं को (पोस्टर, फोटोग्राफी एवं स्लोगन इत्यादि) प्रदर्शित किया गया।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre, मेडिकल कॉलेज एवं खेलकुद विभाग
	9.00-10.30 AM	देवकली गाँव	विश्वविद्यालय एवं आस-पास के क्षेत्र में चिकित्सा महाविद्यालय एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के साथ मिलकर विश्वविद्यालय द्वारा गोद लिए गए दूसरे गाँव देवकली में जागरूकता रैली आयोजित किया गया एवं लोगों को मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के सेवन एवं उसके दुष्परिणाम के बारे में जागरूक करने हेतु विश्वविद्यालय की टीम द्वारा लोगों को नुक्कड़ नाटक के मंचन द्वारा उपरोक्त विषय पर जागरूक किया जाएगा।	व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, Drug Addiction and Rehabilitation Centre, (विश्वविद्यालय परिसर) एवं मेडिकल कॉलेज
17.06.2023	11.00-12.30 PM	व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग	‘रन फॉर नॉन एडिक्टिव सोसाइटी’ हेतु हाफ मेराथन कार्यक्रम का आयोजन विश्वविद्यालय परिसर में किया गया, जिसमें विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय के विद्यार्थी, खिलाड़ी, शिक्षक, कर्मचारी, एवं प्रशासनिक अधिकारियों से इस मेराथन में प्रतिभाग किया।	विश्वविद्यालय एवं जिले के महाविद्यालयों एवं विद्यालय

18.06.2023	11.00-4.00 PM	एहसास नशा मुक्ति केंद्र, प्रयागराज	विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय के चयनित छात्रों की एक टीम को नशा-मुक्ति केंद्रों का दो दिवसीय कार्यक्रम के माध्यम से भ्रमण तथा प्रशिक्षण कराया जायेगा।	व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, छात्र अधिष्ठाता कल्याण कार्यालय एवं Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर)
	05.15-6.45 PM		दिनांक : 18.06.2023 को सायं 5:30 बजे 'योग का हमारे जीवन में महत्व' विषयक एक दिवसीय वेबिनार का आयोजन किया गया। वेबिनार के मुख्य वक्ता डॉ० ध्रुव राज योगी, योगाचार्य, जिला यज्ञ प्रभारी, पतंजलि योग समिति, जौनपुर रहें। वेबिनार की अध्यक्षता वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय की माननीय कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य जी द्वारा किया गया। लिंक : <a href="https://meet.google.com/dpn-wtju-gou">https://meet.google.com/dpn-wtju-gou</a>	
19.06.2023	10.00-4.00 PM		भ्रमण का दूसरा दिन : छात्र का विशेषज्ञों से प्रशिक्षण प्राप्त करना।	
20.06.2023	7.30-9.30 AM	विश्वविद्यालय स्वास्थ्य केंद्र	मेडिकल कैम्प का आयोजन किया गया, जिसमें विश्वविद्यालय के आस-पास के क्षेत्र के लोगों एवं विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं प्रशासनिक अधिकारियों द्वारा विभिन्न तरह की बीमारियों एवं उनके उचित उपचार हेतु डॉक्टर की सलाह मुफ्त में प्राप्त किया।	व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर)
	5.00-7.00 PM	Google Meet	नशा-मुक्ति केंद्र का भ्रमण के पश्चात छात्रों के अनुभवों का अन्य छात्रों एवं अभिभावकों को ऑनलाइन कार्यक्रम के माध्यम से साझा कराया गया तथा लोगों को जागरूक किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में एहसास नशा मुक्ति केंद्र, गोरखपुर के निदेशक डॉ० सचिदानंद यादव रहें। लिंक : <a href="https://meet.google.com/ups-vzis-jzc">https://meet.google.com/ups-vzis-jzc</a>	
21.06.2023	5.30-7.30 AM	एकलव्य स्टेडियम	अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून) के उपलक्ष्य में मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्परिणाम से बचने एवं रोकथाम में महत्वपूर्ण युक्ति के रूप में कारगर विभिन्न योग और उसके महत्व को बताने एवं उसे अपने जीवन-शैली में शामिल करने के लिए लोगों को प्रोत्साहित करने के क्रम में पाँच दिवसीय नशा मुक्ति पर कार्यशाला (21-25 जून) का आयोजन विश्वविद्यालय परिसर में किया गया।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय
22.06.2023	5.00-7.00 PM	Google Meet	कार्यशाला द्वितीय दिन : जिसमें विषय विशेषज्ञ के रूप में नैदानिक मनोवैज्ञानिक पायल जसवाल, वाराणसी तथा तनाव प्रबंधन में महत्वपूर्ण युक्ति के रूप में प्रचलित कुछ प्रमुख योग अभ्यास के प्रशिक्षण देने हेतु प्रशिक्षक के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु से श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह रहें। लिंक : <a href="https://meet.google.com/xgg-hrvk-xsr">https://meet.google.com/xgg-hrvk-xsr</a>	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय
23.06.2023	4.15-6.45 PM	Google Meet	कार्यशाला तृतीय दिन : मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्परिणाम से बचने एवं रोकथाम में परंपरागत चिकित्सा पद्धति (होमियोपैथी एवं आयुर्वेद) का योगदान विषय पर ऑनलाइन संगोष्ठी का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में काशी हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी के आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो० ओ० पी० सिंह जी एवं होमियोपैथी विशेषज्ञ के रूप में डॉ० पुनीत सिंह जी, विश्वविद्यालय स्वास्थ्य केंद्र प्रभारी और नशा मुक्ति हेतु योग अभ्यास देने हेतु प्रशिक्षक के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु से श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह रहें। लिंक: <a href="https://meet.google.com/pvo-nmee-ctj">https://meet.google.com/pvo-nmee-ctj</a>	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय
24.06.2023	5.00-7.00 PM	Google Meet	कार्यशाला चतुर्थ दिन : जीवन-शैली से जुड़े रोग एवं रोकथाम में योग की भूमिका पर आधारित था, जिसमें मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका एवं शिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार द्वारा किया गया। आज के विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय, सहायक आचार्य, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय जौनपुर रहें। लिंक: <a href="https://meet.google.com/bdq-qscr-sfj">https://meet.google.com/bdq-qscr-sfj</a>	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय

25.06.2023	7.00 -9.00 PM	Google Meet	कार्यशाला पंचम दिन : नशा/व्यसन का महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव एवं रोकथाम में योग की भूमिका पर आधारित था, जिसमें मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में डॉ० सरिता पाण्डेय, स्त्री रोग विशेषज्ञ, उमानाथ सिंह स्वशासी चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर तथा विशिष्ट अतिथि व वक्ता आर्ट ऑफ लिविंग की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका निहारिका श्रीवास्तव जी रही । लिंक: <a href="https://meet.google.com/dfi-vfza-pyd">https://meet.google.com/dfi-vfza-pyd</a>	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय
26.06.2023	2.00-5.00 PM	संगोष्ठी भवन, उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर	नशा मुक्ति अभियान के तहत दिनांक 26.06.2023 को अंतरराष्ट्रीय नशा निषेध दिवस के अवसर पर जौनपुर जनपद स्थित उमा नाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय में 'नशा के विरुद्ध एक जंग' विषय पर मिशन ड्रग फ्री कैम्पस एंड सोसाइटी कार्यक्रम के अंतर्गत नशा मुक्त समाज व अंतरराष्ट्रीय नशा निषेध दिवस के रूप में 26 जून के अवसर पर छात्र, शिक्षकों व चिकित्सको द्वारा शैक्षणिक संस्थाओं, समाज एवं राष्ट्र को नशामुक्त बनाने व नशीली दवाइयों के दुरुपयोग से रोकथाम हेतु जन जागरूकता कार्यक्रम एवं वृहद हस्ताक्षर और संकल्प अभियान चलाया गया । कार्यक्रम में विशेष रूप से मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य प्रो० शिव कुमार, महाविद्यालय की परीक्षा नियंत्रक डॉ० शशि पाण्डेय, डॉ विनोद वर्मा, डॉ बिट्टू रहें ।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय एवं मेडिकल कॉलेज
27.06.2023	11.00-1.30 PM	आर्यभट्ट सभागार	जागरूकता पखवाडा कार्यक्रम के समापन सत्र में, समाज के ऐसे रोल माडल, जिन्होंने अपने संयमित जीवन शैली से मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के सेवन से दूर अपने को अभी तक बचाए रखा है तथा ऐसे लोग जिन्होंने इन मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के नशे से सफलतापूर्वक छुटकारा पाया अथवा लोगों को दिलाया है, विश्वविद्यालय द्वारा ऐसे लोगों को पुष्प गुच्छ, अंगवस्त्रम एवं प्रशस्ति पत्र से सम्मानित किया गया । समापन में मुख्य अतिथि के रूप में जौनपुर के जिलाधिकारी श्री अनुज कुमार झा जी एवं विशिष्ट अतिथि के रूप में प्रो० शिव कुमार, प्राचार्य, मेडिकल कॉलेज जी रहें । कार्यक्रम की अध्यक्षता प्रो० निर्मला एस० मौर्य, मा० कुलपति जी, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय जौनपुर जी द्वारा किया गया । स्वयं को नशा से मुक्ति एवं नशा मुक्त परिसर एवं समाज हेतु विश्वविद्यालय परिसर में हवन-पूजन, हस्ताक्षर तथा शपथ कार्यक्रम का आयोजन किया गया । उक्त विषय पर जागरूकता हेतु आयोजित किए गए विभिन्न कार्यक्रमों/प्रतियोगिताओं में प्रतिभाग करने वाले प्रतिभागियों एवं आयोजन टीम को प्रमाण-पत्र के माध्यम से सम्मानित किया गया ।	Drug Addiction and Rehabilitation Centre (विश्वविद्यालय परिसर), व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय, मेडिकल कॉलेज, एवं विश्वविद्यालय प्रशासन

प्रतिलिपि:

1. निजी सचिव कुलपति, कुलपति जी के संज्ञानार्थ ।
2. निजी सचिव प्रधानाचार्य, उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर को सूचनार्थ ।
3. निजी सहायक कुलसचिव, कुलसचिव जी के सूचनार्थ ।
4. वित्त अधिकारी/उप-कुलसचिव/सहा० कुलसचिव जी को सूचनार्थ ।
5. मीडिया प्रभारी को इस आशय के साथ प्रेषित कि समस्त कार्यक्रम का मीडिया में व्यापक प्रचार-प्रसार करने का कष्ट करें ।
6. सभी सदस्य, टीम 'MISSION DRUG FREE CAMPUS AND SOCIETY', VBSPU



(डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय)

कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल आफिसर (एंटीनारकोटिक्स ड्रग एवं एडिक्सन)

सहायक आचार्य, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

मो०: 7007978543

## नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केंद्र वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर

उत्तर प्रदेश शासन के पत्र (पत्रांक संख्या : 707/सत्तर-3-2023) दिनांक 15.03.2023 के अनुपालन में नार्को को-आर्डिनेशन मैकेनिज्म सेंटर के क्रियान्वयन हेतु दिनांक 16.03.2023 को मा० कुलपति जी के आदेश के क्रम में युवाओं एवं छात्रों में द्रव्य पदार्थों के सेवन एवं लत से छुटकारा पाने हेतु विश्वविद्यालय परिसर में Drug Addiction and Rehabilitation Centre स्थापित किए जाने की घोषणा की गयी। केंद्र अभी अस्थायी तौर पर व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग में कार्य कर रहा है। नार्को कोआर्डिनेशन मैकेनिज्म सेंटर के क्रियान्वयन में विश्वविद्यालय एवं सम्बद्ध महाविद्यालयों की प्रभावी सहभागिता सुनिश्चित करने हेतु मा० कुलपति जी के आदेश दिनांक 16.03.2023 को व्यावहारिक मनोविज्ञान के सहायक आचार्य एवं सहायक छात्र कल्याण अधिष्ठाता डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय को नोडल आफिसर (एंटीनारकोटिक्स ड्रग एवं एडिक्सन) नामित किया गया गया है।

इस सेंटर का कार्य निम्नवत होगा :

- i. संचार के विभिन्न माध्यमों से छात्रों, शिक्षकों, कर्मचारियों, अभिभावकों इत्यादि को विभिन्न तरह के ड्रग्स के हमारे शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले दुष्परिणाम से जागरूक करना है तथा ऐसे दुष्परिणाम से प्रभावित लोगों प्राथमिक उपचार तथा पुनर्वास में मदद करना है।
- ii. इस क्षेत्र में कार्य कर रही विभिन्न सरकारी/गैरसरकारी संस्थाओं तथा लोगों के सहयोग से जन-2 तक पहुँच कर लोगों को जागरूक करना है।
- iii. विश्वविद्यालय, जौनपुर जिले के समाज कल्याण, जिला प्रशासन एवं स्वास्थ्य विभाग के साथ मिल कर कार्य करने के लिए तैयार है, जिसमें विश्वविद्यालय विभिन्न तरह के जागरूकता कार्यक्रम, कार्यशालाओं, मनोवैज्ञानिक परामर्श सुविधा इत्यादि के माध्यम से जन-जन को जागरूक करेगा।
- iv. विश्वविद्यालय ऐसी संस्थायें जो इस क्षेत्र में प्रभावी ढंग से कार्य कर रही है, के साथ समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर कर उनके सहयोग से इस क्षेत्र में प्रभावी कार्य करेगा।
- v. विश्वविद्यालय अपने छात्रों एवं शोधार्थी को मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के नशे के दुष्परिणाम एवं प्रभावी रोकथाम हेतु शोध, शिक्षण एवं प्रशिक्षण को बढ़ावा देगा।
- vi. विश्वविद्यालय अपने छात्रों एवं अन्य गैर सरकारी सामाजिक संगठनों में कार्य कर रहे लोगों के लिए लघु और सर्टिफिकेट पाठ्यक्रमों को प्रारंभ करेगा, जिससे ज्यादा से ज्यादा लोग प्रशिक्षण प्राप्त कर पाये, इस संदर्भ में विश्वविद्यालय परिसर में लघु पाठ्यक्रम/सर्टिफिकेट प्रोग्राम को प्रारंभ करने की तैयारी की जा रही है।
- vii. इस संबंध में विश्वविद्यालय परिसर स्थित Drug Addiction and Rehabilitation Centre के माध्यम से विभिन्न विभागों के संयुक्त तत्वावधान में इस क्षेत्र में कार्य कर रहे विभिन्न संस्थाओं (जैसे Narcotics Control Bureau), पेशेवर लोगों, NGOs इत्यादि के सहयोग से छात्रों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं स्थानीय लोगों को जागरूक करने हेतु समय-2 पर विभिन्न कार्यशालाओं, संगोष्ठियों एवं प्रशिक्षण कार्यक्रमों के माध्यम से जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन किया जायेगा।
- viii. इस संबंध में नोडल अधिकारी डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय द्वारा दिनांक 16.03.2023 को विश्वविद्यालय परिसर स्थित संकाय भवन के कॉन्फेरेंस हाल में व्यावहारिक मनोविज्ञान विज्ञान विभाग एवं छात्र अधिष्ठाता कल्याण कार्यालय के संयुक्त तत्वावधान में विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों में विभिन्न तरह के द्रव्य पदार्थों के सेवन एवं व्यसन से रोकथाम करने एवं लोगों को जागरूक करने के लिए 'SUBSTANCE/DRUG ABUSE AND ADDICTION': Action towards Addiction to Deaddiction विषय पर चर्चा एवं परिचर्चा कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

[प्रकाशित समाचार (<https://hindisamaachar.com/full-story/33201/sabastainsa-draga-ebyuja-enda-edikasanah-eksana-tuwardasa-ediksana-tu-didikesana-visaya-para-hui-carca>)]

## जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) उद्घाटन कार्यक्रम



**नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र, वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर**

- उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर
- अमर शहीद उमानाथ सिंह जिला चिकित्सालय • राष्ट्रीय सेवा योजना एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय के संयुक्त तत्वावधान में

**“MISSION DRUG FREE CAMPUS AND SOCIETY”**

TAKE A DATH FOR FIGHT AGAINST DRUG ABUSE



<https://dnhpa.org.in/lightapara/1194940001>

# जन-जागरूकता पखवाड़ा

दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

<b>संजय कुमार राय</b> वित्त अधिकारी वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर	<b>महेन्द्र कुमार</b> कुलसचिव वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर	<b>प्रो० अजय द्विवेदी</b> अधिष्ठाता छात्र कल्याण वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर	<b>डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय</b> कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल अधिकारी (एंटीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)
--	---	--	---

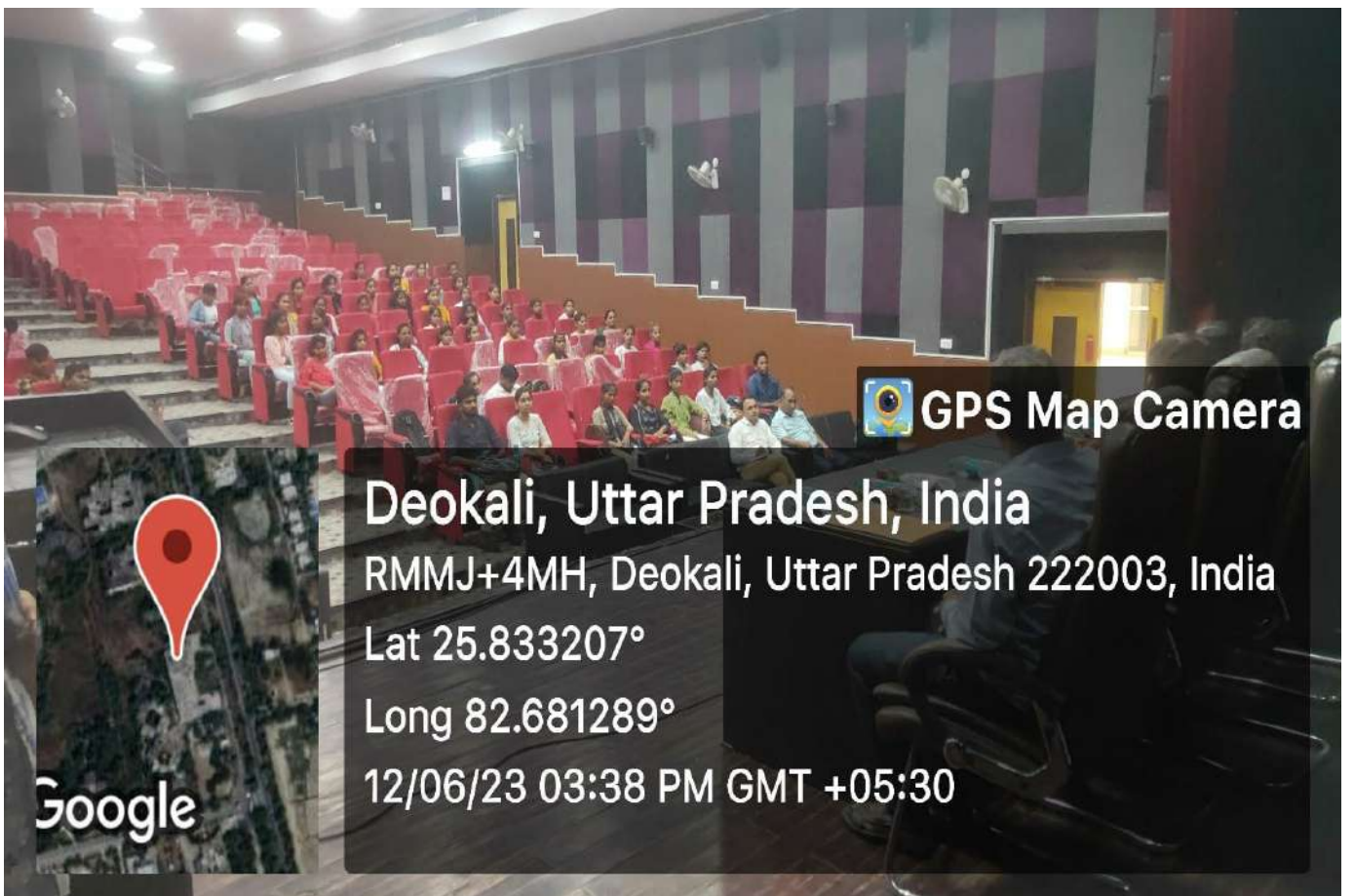
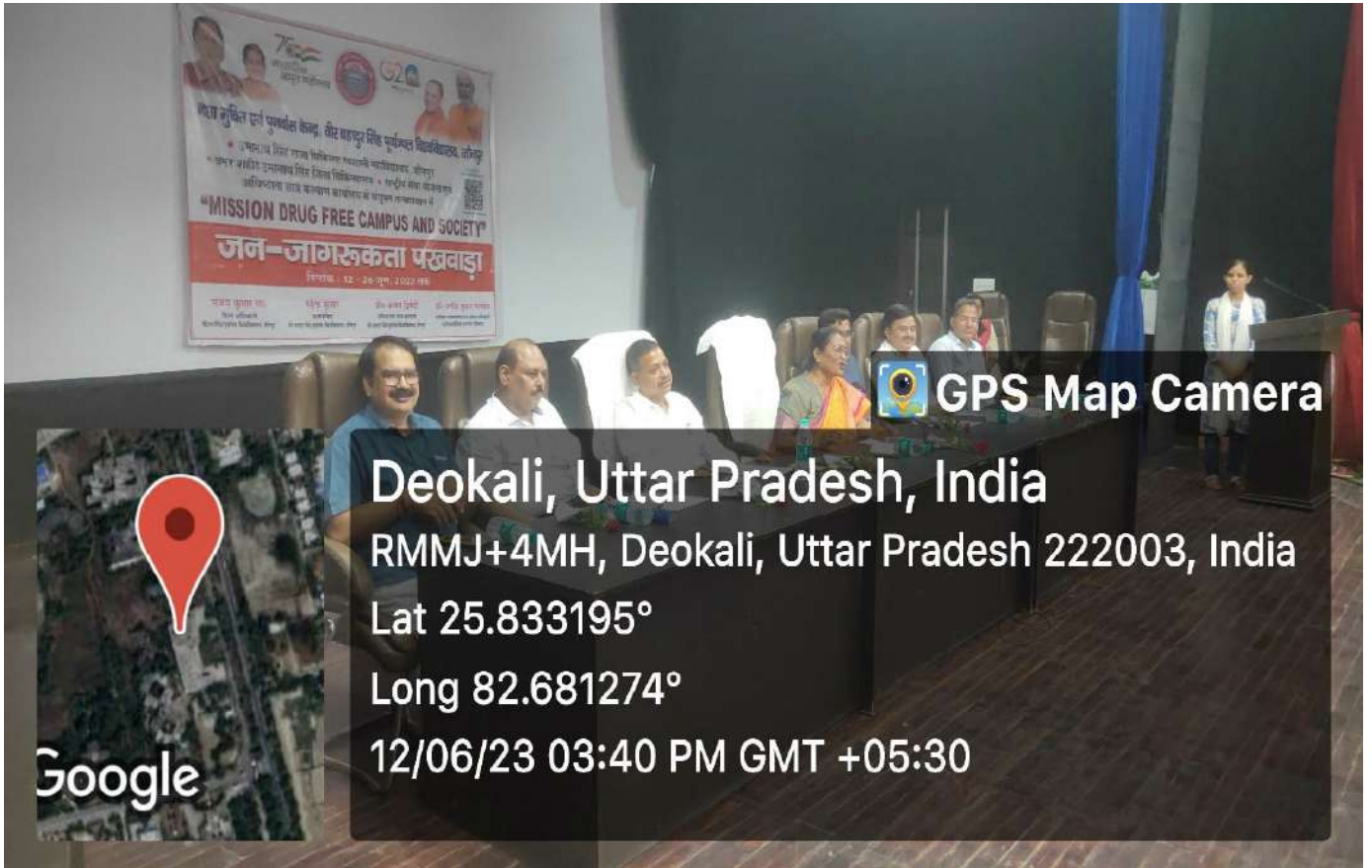
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के आर्यभट्ट सभागार में विश्वविद्यालय परिसर में नव स्थापित नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण एवं उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर के संयुक्त तत्वावधान में 12-26 जून, 2023 तक चलने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के उद्घाटन किया गया। इस अवसर पर **“समाज में मादक पदार्थों की बढ़ती लत : कारण, प्रभाव एवं उपचार के विविध आयाम”** विषय पर तीन दिवसीय (12-14 जून, 2023) कार्यशाला का उद्घाटन समारोह में संगोष्ठी के माध्यम से आमंत्रित अतिथियों एवं मा० कुलपति जी द्वारा किया गया। उद्घाटन कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि एवं वक्ता प्रो. शिव कुमार, प्राचार्य, उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर ने कहा कि रोकथाम इलाज से बेहतर होता है। हमें नशे से ग्रसित व्यक्ति के साथ ही साथ उसके परिवार, मित्रों एवं परिवेश को भी समझने की आवश्यकता है। हमें इसके अंदर चल रही भावों एवं पीड़ा को समझने की आवश्यकता है। बतौर विशिष्ट वक्ता चिकित्सा महाविद्यालय के मनोरोग विशेषज्ञ डॉ विनोद वर्मा ने नशा से मानव स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं घरेलू हिंसा से परेशान होने के बाद लोगों में नशे का सेवन करने की शुरुआत होती है। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रही कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि हमारा पूरा प्रयास रहता है कि विश्वविद्यालय परिसर को नशामुक्त बनाये रखें। नशामुक्त युवा ही सक्षम एवं विकसित भारत की नींव रखने में सहायक होगा। इस पखवाड़े के तहत आयोजित होने वाले विभिन्न कार्यक्रमों की विस्तृत रूपरेखा इस पखवाड़ा कार्यक्रम के समन्वयक एवं नोडल अधिकारी, एंटी नारकोटिक्स ड्रग एवं डीएडिक्शन डॉ मनोज कुमार पाण्डेय ने उपस्थित प्रतिभागियों के समक्ष रखी। कार्यक्रम का संचालन हेदायत फात्मा तथा धन्यवाद ज्ञापन प्रो. अविनाश पाथर्डीकर ने किया। इस मौके पर वित्त अधिकारी संजय कुमार, प्रो. राकेश कुमार यादव, डॉ गिरधर मिश्रा, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. विनय वर्मा, डॉ. पुनीत सिंह, डॉ लक्ष्मी प्रसाद मौर्या तथा करीब 100 से अधिक छात्र-छात्राओं ने प्रतिभाग किया।

जागरूकता पखवाड़ा का उद्घाटन करते हुए मा० कुलपति प्रो० निर्मला एस० मौर्य जी,  
मुख्य अतिथि प्रो० शिव कुमार जी, विशिष्ट अतिथि डॉ० विनोद वर्मा जी, वित्त  
अधिकारी श्री संजय राय जी एवं अन्य मंचस्थ अतिथिगण





## कार्यक्रम में लिए गए कुछ छाया चित्र





समाचारपत्रों में प्रकाशित समाचार

## जौनपुर 14

### नशामुक्त युवा ही रखेगा विकसित भारत की नींव : प्रो. निर्मला एस. मौर्य

#### कार्यक्रम

नशा करने वालों की सामाजिक रूप से निंदा करें : संजय राय

पीयू में नशा मुक्त परिसर व जन जागरूकता पखवाड़ा की हुई शुरुआत



कार्यक्रम का औपचार्यकृत कर शुभारम्भ करते मुख्य अतिथि

जौनपुर। जौनपुर सिटी पूर्वोत्तर विश्वविद्यालय के आर्यभट्ट सभागार में सोमवार को विश्वविद्यालय परिसर में नव स्थापित नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केंद्र एवं अखिला छात्र कल्याण एवं उत्साह विधि एवं विधिया स्वशासी महाविद्यालय के संयुक्त तत्वावधान में 12-26 जून तक चलने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा का आयोजन किया गया। इसका विषय था 'नशामुक्त

परिसर और समाज'। कार्यक्रम की उल्लेख्य बात रही कुलापति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि हमारा पूरा प्रयास है कि विश्वविद्यालय परिसर नशामुक्त बनाएँ। नशामुक्त युवा ही सशक्त एवं विकसित

भारत की नींव रखने में सहायक होंगे। कार्यक्रम में कौन मुख्य अतिथि प्रो. शिव कुमार, प्राचार्य उमनाथ सिंह, राज्य चिकित्सा स्वास्थ्य महाविद्यालय के कला नि. रोकथाम इलाज से केदार होता है। इमें नरे से प्रियत अतिथि के

साथ ही साथ उसके परिवार, मित्रों एवं परिवेश को भी सम्बन्ध की आवश्यकता है। इमें इसके अंदर चल रही भाई एवं गौड़ा को समझने की आवश्यकता है। कौन विशिष्ट उता चिकित्सा महाविद्यालय के मनोरोग

विशेषज्ञ डॉ. विन्सेट गर्मा ने नशा से मानव स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं शैक्षिक दिशा से पीड़ान होने के साथ लोगों में नरो का केवल काररे की शुरुआत होती है। इस पखवाड़े के माध्यम से आयोजित होने वाले विभिन्न कार्यक्रमों की विस्तृत रूपरेखा इस पखवाड़ा कार्यक्रम के सम्बन्धन एवं नोडल अधिकारी, एंटी नार्कोटिक्स टिम एवं डॉ. अरुण कुमार डा. मनोज कुमार पाण्डेय ने उपस्थित प्रतिभागियों के समक्ष रखी। कार्यक्रम का संयोजन हेतु नशा मुक्ति तथा चिकित्सा प्रो. अतिथि प्राध्यापक ने किया। इस मौके पर वित्त अधिकारी संजय कुमार, प्रो. रामेश कुमार राय, डॉ. गिरधर मिश्रा, डॉ. मनोज मिश्रा, डॉ. विनय गर्मा, डॉ. पुनीत सिंह, डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य तथा करीब 100 से अधिक छात्र-छात्राओं ने प्रतिभाग किया।

ऑनलाइन समाचार पत्रों/मीडिया मे प्रकाशित खबरें

- <https://cbharat.com/?p=12974>
- <https://sankalpsavera.com/drug-free-youth-will-lay-the-foundation-of-developed-india-prof-nirmala-s-maurya/>

दिनांक : 13.06.2023

दिन: द्वितीय

कार्यशाला द्वितीय दिन: विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) कार्यक्रम के तहत "समाज में मादक पदार्थों की बढ़ती लत : कारण, प्रभाव एवं उपचार के विविध आयाम" विषय पर 12 जून, 2023 से चल रहे कार्यशाला के दूसरे दिन (दिनांक : 13.06.2023) को उपर्युक्त विषय पर आधारित पोस्टर प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें प्रतिभागियों ने मिश्रित माध्यम में प्रतियोगिता में प्रतिभाग किया।

छात्रों द्वारा बनाये गए कुछ पोस्टर की झलकियाँ :





Name - Anjali Mishra  
Course - M.Sc (Applied Psychology) - II Semester



दिनांक : 14.06.2023

दिन : तृतीय

कार्यशाला तृतीय दिन: कार्यक्रम-1 विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) कार्यक्रम के तहत विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय परिसर में शिक्षकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों के रक्त की जांच की गयी, जिसमें आधुनिक जीवन शैली (रहन-सहन, खान-पान, दैनिक दिनचर्या, नशा) का हमारे रक्त तथा उससे जुड़ी विभिन्न बीमारियाँ जैसे कैंसर, मधुमेह, रक्तचाप इत्यादि जैसी बीमारियों की जाँच की गयी एवं लोगों को रक्तदान करने हेतु रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम-2 विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) कार्यक्रम के तहत "समाज में मादक पदार्थों की बढ़ती लत : कारण, प्रभाव एवं उपचार के विविध आयाम" विषय पर 12 जून, 2023 से चल रहे कार्यशाला के तीसरे दिन (दिनांक : 14.06.2023) को विश्वविद्यालय की छात्रों की एक टीम द्वारा जौनपुर जिले के करंजकला ब्लॉक स्थित हिंदी बघैला गाँव में 'नशा मुक्त समाज अभियान' हेतु भ्रमण किया गया तथा वहाँ पर नशे के विरुद्ध गाँव वालों से मिलकर जन-जागरूकता कार्यक्रम चलाया, जिसमें व्यक्तिगत एवं समूह में लोगों को नशे के कारणों, दुष्प्रभाव एवं उससे बचने के उपाय के बारे में लोगों को टीम द्वारा जागरूक किया गया।

75 आजादी का अमृत महोत्सव

G20 INDIA

जन-जागरूकता पखवाड़ा  
दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

नशा मुक्त एवं पुनर्वास केन्द्र  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर  
के तत्वावधान में

नशा मुक्त समाज हेतु  
जन-जागरूकता अभियान

ग्राम : हिंदी बघैला दिनांक : 14 जून, 2023

संजय कुमार राय  
वित्त अधिकारी  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

महेन्द्र कुमार  
कुलसचिव  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

प्रो० अजय द्विवेदी  
अधिष्ठाता छात्र कल्याण  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय  
कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल अधिकारी  
(एंटीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)

TAKE A OATH FOR  
FIGHT AGAINST DRUG ABUSE

<https://photos.myspace.com/albums/12098281/12098281/12098281>

गाँव में जन-जागरूकता अभियान की कुछ झलकिया :





Shot on OnePlus  
By Shivansh



Shot on OnePlus  
By Shivansh

जौनपुर जनपद के करंजकला ब्लॉक स्थित हिन्दी बघेला गाँव में जन-जागरूकता अभियान के दौरान लोगों को नशा और उसके विनाशकारी नुकसान से अवगत करते हुए टीम नशा मुक्त परिसर एवं समाज के सदस्य







विश्व रक्तदान दिवस (14 जून, 2023) के अवसर पर विश्वविद्यालय परिसर में शिक्षकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों के द्वारा रक्तदान करते हुए

## अनमोल जीवन को बचाने के लिए करें रक्तदान: प्रो. निर्मला



रक्तदान शिविर में मौजूद प्रो. निर्मला एस. मौर्य

(फोटो: अमर भारती)

### अमर भारती ब्यूरो।

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के कौशल विकास केंद्र में बुधवार को विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया।

शिविर में रक्तदाताओं की जांच की गई इसके बाद उनका रक्त संग्रह किया गया। शिविर का उद्घाटन विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने किया। उन्होंने रक्तदाताओं को बुके, फल और प्रमाणपत्र देकर उनका मनोबल बढ़ाया। यह कार्यक्रम ड्रग एडिक्शन एंड रिहैबिलिटेशन सेंटर, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, मेडिकल कालेज एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। राजभवन ने 100 यूनिट रक्तदान का लक्ष्य रखा था। विश्वविद्यालय के शिक्षक, छात्र और कर्मचारियों ने लक्ष्य पार करके 111 यूनिट रक्तदान किया।

इस अवसर पर कुलपति प्रो. मौर्य ने कहा कि जीवन अनमोल है। जीवन बचाने के लिए हम सभी को रक्तदान करना चाहिए। यह बहुत नेक कार्य है। किसी व्यक्ति को रक्त देकर जान बचाने वाला भी डाक्टर के बराबर ही सम्मान का हकदार है। उन्होंने कहा कि आप सभी रक्तदान करके मरीज और डाक्टर दोनों की मदद कर सकते हैं। शिविर में कुलसचिव महेंद्र कुमार, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, प्रो. अजय द्विवेदी, डा. मनोज मिश्र, प्रो. राकेश कुमार यादव, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. मनोज पांडेय, डा. अवधेश मौर्या, स्वास्थ्य केंद्र के प्रभारी डा. पुनीत कुमार सिंह, सुशील प्रजापति, रजनीश सिंह, डा. सिद्धार्थ शंकर सिंह, डा. ओम प्रकाश चौरसिया, अब्दुलमान, महामंत्री रमेश यादव आदि उपस्थित थे।

## जौनपुर 14

### अनमोल जीवन को बचाने के लिए करें रक्तदान : प्रो. निर्मला एस. मौर्य



रक्तदान शिविर में मौजूद कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य व अन्य

#### जनसंदेश न्यूज

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के कौशल विकास केंद्र में बुधवार को विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में रक्तदाताओं की जांच की गई इसके बाद उनका रक्त संग्रह किया गया। शिविर का उद्घाटन विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने किया। उन्होंने रक्तदाताओं को बुके, फल और प्रमाणपत्र देकर उनका मनोबल बढ़ाया। यह कार्यक्रम ड्रग एडिक्शन एंड रिहैबिलिटेशन सेंटर, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, मेडिकल कालेज एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। राजभवन ने 100 यूनिट रक्तदान का लक्ष्य रखा था। विश्वविद्यालय के शिक्षक, छात्र और कर्मचारियों ने लक्ष्य पार करके 111 यूनिट रक्तदान किया।

इस अवसर पर कुलपति प्रो. मौर्य ने कहा कि

जीवन अनमोल है। जीवन बचाने के लिए हम सभी को रक्तदान करना चाहिए। यह बहुत नेक कार्य है। किसी व्यक्ति को रक्त देकर जान बचाने वाला भी डाक्टर के बराबर ही सम्मान का हकदार है। उन्होंने कहा कि आप सभी रक्तदान करके मरीज और डाक्टर दोनों की मदद कर सकते हैं। अतिथियों का स्वागत डा. विनय वर्मा और धन्यवाद ज्ञापन एनएसएस समन्वयक डा. राजबहादुर यादव ने किया।

शिविर में कुलसचिव महेंद्र कुमार, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, प्रो. अजय द्विवेदी, डा. मनोज मिश्र, प्रो. राकेश कुमार यादव, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. मनोज पांडेय, डा. अवधेश मौर्या, स्वास्थ्य केंद्र के प्रभारी डा. पुनीत कुमार सिंह, सुशील प्रजापति, रजनीश सिंह, डा. सिद्धार्थ शंकर सिंह, डा. ओम प्रकाश चौरसिया, अब्दुलमान, महामंत्री रमेश यादव आदि उपस्थित थे।

#### विश्व रक्तदान दिवस

विश्व रक्तदान दिवस पर रक्तदाताओं का कुलपति ने किया सम्मान

# अनमोल जीवन को बचाने के लिए करें रक्तदान : कुलपति

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के कौशल विकास केंद्र में बुधवार को विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में रक्तदाताओं की जांच की गई इसके बाद उनका रक्त संग्रह किया गया। शिविर का उद्घाटन विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने किया। उन्होंने रक्तदाताओं को बुके, फल और प्रमाणपत्र देकर उनका मनोबल बढ़ाया। यह कार्यक्रम ड्रग एडिक्शन एंड रिहैबिलिटेशन सेंटर, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, मेडिकल कालेज एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। राजभवन ने 100 यूनिट रक्तदान का लक्ष्य रखा था। विश्वविद्यालय के शिक्षक, छात्र और कर्मचारियों ने लक्ष्य पूरा करके 111 यूनिट रक्तदान किया। इस अवसर पर कुलपति प्रो. मौर्य ने कहा कि जीवन अनमोल है। जीवन बचाने के लिए हम सभी को रक्तदान करना चाहिए। यह बहुत नेक कार्य है। किसी व्यक्ति को रक्त देकर जान बचाने वाला भी डॉक्टर के बराबर ही सम्मान का हकदार है। उन्होंने कहा कि आप सभी रक्तदान करके मरीज और डॉक्टर दोनों की मदद कर सकते हैं।

अतिथियों का स्वागत डॉ. विनय वर्मा और धन्यवाद ज्ञापन एनएसएस समन्वयक डा. राजबहादुर यादव ने किया। शिविर में कुलसचिव महेंद्र कुमार, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, प्रो. अजय द्विवेदी, डॉ. मनोज मिश्र, प्रो. राकेश कुमार यादव, डॉ. सुनील कुमार, डॉ. दिग्विजय सिंह राठौर, डॉ. मनोज पांडेय, डॉ. अवधेश मौर्या, स्वास्थ्य केंद्र के प्रभारी डॉ. पुनीत कुमार सिंह, सुशील प्रजापति, रजनीश सिंह, डॉ. सिद्धार्थ शंकर सिंह, डॉ. ओम प्रकाश चौरसिया, अब्दुलमान, महामंत्री रमेश यादव आदि उपस्थित रहे।



## 15 लाख लोगों की मौत खून की कमी से हो जाती है : उर्वशी सिंह



जौनपुर। विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर अनुल्फ वेलफेयर ट्रस्ट परिवार के सदस्यों ने रक्तदान शिविर का आयोजन आईएमए भवन लखन कमार में अश्लीषा शीखारतव और मर्याक नादायण श्रीवास्तव के अध्यक्षता में संपन्न हुआ। उर्वशी सिंह ने कहा कि लोग कहते हैं कि आज एक हल्क से करो तो दूसरे हल्क को पता नही चले, यह बल्लड वाले मामले में बिल्कुल भी सही नही होता है हमें लोगों को जागरूक करना चाहिए ताकि किसी को भी जान बलड के कारण ना हो, आज बलड की बहुत मांग बढ़ गयी है पर लेब इस मांगबुरी को नही सम्पदाते है। ट्रस्ट परिवार के लोगों ने बताया कि इनका ट्रस्ट समय समय पर ऐसे बच्चों को सम्मान पत्र देकर सम्मानित करती है ताकि और लोग भी इस मुहिम से जुड़े। कार्यक्रम में ट्रस्ट परिवार से मुख्य रूप से विद्याधर राय विद्याधी, ज्ञान चंद गुप्ता, अरविंद्र राजा, अंकित कुमार गुप्ता, विन्की आहलदी सलिल अन्य लोग उपस्थित रहे।

## 5 रोज़ाना टाइम्स

## आसपास

# अनमोल जीवन को बचाने के लिए करें रक्तदान : कुलपति

## विश्व रक्तदान दिवस पर रक्तदाताओं का कुलपति ने किया सम्मान

### रोजाना टाइम्स

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के कौशल विकास केंद्र में बुधवार को विश्व रक्तदान दिवस के अवसर पर रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में रक्तदाताओं की जांच की गई इसके बाद उनका रक्त संग्रह किया गया। शिविर का उद्घाटन विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने किया। उन्होंने रक्तदाताओं को बुके, फल और प्रमाणपत्र देकर उनका मनोबल बढ़ाया। यह कार्यक्रम ड्रग एडिक्शन एंड रिहैबिलिटेशन सेंटर, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, मेडिकल कालेज एवं राष्ट्रीय सेवा



योजना के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। राजभवन ने 100 यूनिट रक्तदान का लक्ष्य रखा था। विश्वविद्यालय के शिक्षक, छात्र और कर्मचारियों ने लक्ष्य पूरा

करके 111 यूनिट रक्तदान किया। इस अवसर पर कुलपति प्रो. मौर्य ने कहा कि जीवन अनमोल है। जीवन बचाने के लिए हम सभी को रक्तदान करना चाहिए। यह

बहुत नेक कार्य है। किसी व्यक्ति को रक्त देकर जान बचाने वाला भी डॉक्टर के बराबर ही सम्मान का हकदार है। उन्होंने कहा कि आप सभी रक्तदान करके मरीज

और डॉक्टर दोनों की मदद कर सकते हैं। अतिथियों का स्वागत डा. विनय वर्मा और धन्यवाद ज्ञापन एनएसएस समन्वयक डा. राजबहादुर यादव ने किया। शिविर में कुलसचिव महेंद्र कुमार, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, प्रो. अजय द्विवेदी, डा. मनोज मिश्र, प्रो. राकेश कुमार यादव, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. मनोज पांडेय, डा. अवधेश मौर्या, स्वास्थ्य केंद्र के प्रभारी डा. पुनीत कुमार सिंह, सुशील प्रजापति, रजनीश सिंह, डा. सिद्धार्थ शंकर सिंह, डा. ओम प्रकाश चौरसिया, अब्दुलमान, महामंत्री रमेश यादव आदि उपस्थित थे।

### ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

1. [https://www.sachkhabren.co.in/2023/06/blog-post\\_32.html?m=1](https://www.sachkhabren.co.in/2023/06/blog-post_32.html?m=1)
2. <https://theatinews.com/2023/06/14/donate-blood-to-save-precious-life-prof-nirmala-s-maurya/>
3. <https://bhaskartv.in/?p=2016>
4. <https://taftishofcrime.in/vice-chancellor-honored-blood-donors-on-world-blood-donation-day/lifestyle/health/>
5. <http://fastnewsindia.co/newsdetail?newid=341518>

दिनांक : 15.06.2023

दिन : चतुर्थ

विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में विश्वविद्यालय परिसर में आयोजित योग सप्ताह कार्यक्रम (15-21 जून, 2023) कार्यक्रम के संयुक्त तत्वावधान में योग सप्ताह के उद्घाटन कार्यक्रम एवं जन-जागरूकता अभियान के चौथे दिन (दिनांक : 15.06.2023) को विश्वविद्यालय स्थित मुक्तांगन परिसर में "असाध्य रोगों के उपचार और रोकथाम में योग की भूमिका" विषय पर एक दिवसीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया। संगोष्ठी के मुख्य अतिथि एवं विषय विशेषज्ञ के रूप में महात्मा गाँधी काशी विद्यापीठ के कुलपति प्रो० आनंद कुमार त्यागी जी एवं विशिष्ट अतिथि एवं वक्ता के रूप में उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर के प्राचार्य प्रो० (डॉ०) शिव कुमार जी रहें। इस अवसर पर योग आचार्य श्री जय सिंह गहलोत, आर्ट ऑफ लिविंग, बैंगलुरु द्वारा लोगों को असाध्य रोगों के रोकथाम हेतु कुछ योग आसन का प्रदर्शन एवं अभ्यास कराया गया, संगोष्ठी एवं योग अभ्यास कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के छात्रों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं आस-पास के गाँव के करीब 200 लोगों ने प्रतिभाग किया।

### उद्घाटन कार्यक्रम में लिए गये कुछ कुछ छाया चित्र







गुरुकुली शिक्षा, उपनयन संस्कार जैसी परम्परा आज भी जीवित

# तेजस टूडे

भारत व राज्य सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त

जौनपुर व इलाहाबाद (प्रयागराज) से प्रकाशित एवं दिल्ली व लखनऊ से संचालित

मुख्य संस्करण (जौनपुर)

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

जगर सब पर...



सरसंखनुस्वरसियों के एक-एक वोट का कर्जो वार्ड का चहुंमुखी....

वर्ष 14, अंक 185, पृष्ठ 08, मूल्य 2 रुपए

16 जून 2023, शुक्रवार

www.tejastoday.com

## योग से करें शरीर का प्रबंधन: प्रो. आनन्द

-योग को जीवनशैली का हिस्सा बनायें: प्रो. निर्मला

-अमृत योग सप्ताह का मुक्तांगन परिसर में हुआ शुभारम्भ

तेजस टूडे व्यूटो  
अजय विश्वकर्मा/विन्दु वादव

सिहीकपुर, जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के मुक्तांगन परिसर में विश्वविद्यालय की ओर से गुरुवार को योग सप्ताह का उद्घाटन बतौर मुख्य अतिथि महात्मा गांधी काशी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. आनंद त्यागी ने किया। उद्घाटन दिवस पर असाध्य रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका विषय पर चर्चा की गई। यह समारोह 21 जून तक चलेंगा।

इस मौके पर मुख्य अतिथि प्रो. त्यागी ने कहा कि हमने प्रकृति का बहुत दोहन किया है

जिससे प्रकृति काफ़ी उग्र अवस्था में है। प्रकृति के साथ समन्वय मानवता के स्थायित्व की कुंजी है। हमें अपने शरीर का प्रबंधन सीखना होगा। यह प्रबंधन योग द्वारा ही संभव है। उन्होंने कहा कि कालांतर में आने वाली युटियों को दूर कर शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होना होगा, अगर शरीर स्वस्थ नहीं होगा तो हमारे कार्य प्रभावित होंगे। जीवनशैली में गुणवत्ता कम होने का कारण मानसिक स्वास्थ्य का ठीक न होना है।

समारोह को अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि तन और मन का संतुलन ही योग



है। योग व्यक्त में आध्यात्मिकता पैदा करता है। अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर बनाया जा रहा है। भागमभाग की

दुनिया में स्वास्थ्य विषय की सबसे बड़ी चुनौती है, इसलिए योग को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनायें। विशिष्ट अतिथि

स्वायत्तशासी मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य प्रो. शिवकुमार ने कहा कि योग से रोग को कम किया जा सकता है। तनावमुक्त जीवन के

लिए योग जरूरी है।

इस अवसर पर आर्ट ऑफ लिचिंग के गलरू के योग प्रशिक्षक जयसिंह गहलोत ने प्राणायाम से योग की शुरुआत की। उन्होंने गायत्री मंत्र का उच्चारण कर लोगों को इसके महत्व के बारे में समझाया। इसके पहले सरस्वती की प्रतिमा पर दीप प्रज्वलित कर के समारोह का शुभारंभ किया गया। यह कार्यक्रम सुबह पाँच बजे से शुरू हुआ। कार्यक्रम संयोजक प्रो. अजय द्विवेदी ने सभी का स्वागत किया। वहीं कार्यक्रम का संचालन डॉ. राजेश सिंह ने किया। इसके पहले मुक्तांगन में मुख्य, विशिष्ट अतिथियों सहित कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने

पौधरोपण किया।

इस अवसर पर देवसुता स्वागी, वित्त अधिकारी संजय राय, कुलसचिव महेंद्र कुमार, प्रो. बीडी शर्मा, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. मनीष गुप्ता, एनएसएस समन्वयक डॉ. राज बहादुर यादव, सहायक कुलसचिव बबिता सिंह, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. स्वामि कन्हैया, डा. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, डा. मनोज पांडेय, डॉ. पुनीत सिंह, डॉ. विनय वर्मा, डा. अजय चिहरी सिंह, डा. चंदन शर्मा, डा. दिवाकर शर्मा, डा. मनमोहन भट्ट, डॉ. राजेंद्र सिंह, अरुण शर्मा, पीरज श्रीवास्तव, अशोक सिंह, रजनीश सिंह, अहर्ष अरुण आदि उपस्थित रहे।

## जौनपुर 14

### योग से करें शरीर का प्रबंधन : प्रो.आनंद त्यागी

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के मुक्तांगन परिसर में विश्वविद्यालय की ओर से गुरुवार को योग सप्ताह का उद्घाटन बतौर मुख्य अतिथि महात्मा गांधी काशी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. आनंद त्यागी ने किया। उद्घाटन दिवस पर असाध्य रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका विषय पर चर्चा की गई। यह समारोह 21 जून तक चलेंगा।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि प्रो. त्यागी ने कहा कि हमने प्रकृति का बहुत दोहन किया है जिससे प्रकृति का अत्यधिक उग्र अवस्था में है। प्रकृति के साथ समन्वय मानवता के स्थायित्व की कुंजी है। उन्होंने कहा कि हमें अपने शरीर का प्रबंधन सीखना होगा। यह प्रबंधन योग के द्वारा ही संभव है। उन्होंने कहा कि कालांतर में आने वाली युटियों को दूर कर शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होना होगा, अगर शरीर स्वस्थ नहीं होगा तो हमारे कार्य प्रभावित होंगे।



मुख्य अतिथि को स्मृति चिह्न देकर स्वागत करती कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य

उन्होंने कहा कि जीवनशैली में गुणवत्ता कम होने का कारण मानसिक स्वास्थ्य का ठीक न होना है। मानसिक अस्थिरता से शरीर परेशान हो सकता है। शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होना होगा, अगर शरीर स्वस्थ नहीं होगा तो हमारे कार्य प्रभावित होंगे।

समारोह की अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि तन और मन का संतुलन ही योग है। उन्होंने कहा कि योग व्यक्त में आध्यात्मिकता पैदा करता है। अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर बनाया जा रहा है। भागमभाग की दुनिया में स्वास्थ्य विषय की सबसे बड़ी चुनौती

#### समारोह

योग को जीवनशैली का हिस्सा बनाएं - प्रो. निर्मला एस. मौर्य  
अमृत योग सप्ताह का मुक्तांगन परिसर में हुआ शुभारम्भ

है, इसलिए योग को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनायें। विशिष्ट अतिथि स्वायत्तशासी मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य प्रो. शिवकुमार ने कहा कि योग से रोग को कम किया जा सकता है। तनावमुक्त जीवन के लिए योग जरूरी है। इस अवसर पर आर्ट ऑफ लिचिंग के गलरू के योग प्रशिक्षक जयसिंह गहलोत ने प्राणायाम से योग की शुरुआत की। उन्होंने गायत्री मंत्र का उच्चारण कर लोगों को इसके महत्व के बारे में समझाया। इसके पहले सरस्वती की प्रतिमा पर दीप प्रज्वलित कर समारोह का शुभारंभ किया गया। यह कार्यक्रम

सुबह पाँच बजे से शुरू हुआ। इस अवसर पर अजय विश्वकर्मा, देवसुता स्वागी, वित्त अधिकारी संजय राय, कुलसचिव महेंद्र कुमार, प्रो. बीडी शर्मा, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. मनीष गुप्ता, एनएसएस समन्वयक डॉ. राज बहादुर यादव, सहायक कुलसचिव बबिता सिंह, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. स्वामि कन्हैया, डा. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, डा. मनोज पांडेय, डॉ. पुनीत सिंह, डॉ. विनय वर्मा, डा. अजय चिहरी सिंह, डा. चंदन शर्मा, डा. दिवाकर शर्मा, डा. मनमोहन भट्ट, डॉ. राजेंद्र सिंह, अरुण शर्मा, पीरज श्रीवास्तव, अशोक सिंह, रजनीश सिंह, अहर्ष अरुण आदि उपस्थित रहे।

## योग से करें शरीर का प्रबंधनरू : आनंद त्यागी

जाँपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के मुक्तांगन परिसर में विश्वविद्यालय की ओर से गुरुवार को योग सप्ताह का उद्घाटन वतीर मुख्य अतिथि महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ के कुलपति प्रो. आनंद कुमार त्वागी ने किया। उद्घाटन दिवस पर असाध्य रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका विषय पर चर्चा की गई। यह समारोह 21 जून तक चलेगा। मुख्य अतिथि प्रो. त्यागी ने कहा कि हमने प्रकृति का बहुत दोहन किया है जिससे प्रकृति काफी उग्र अवस्था में है। प्रकृति के साथ समन्वय मानवता के स्थायित्व की कुंजी है। उन्होंने कहा कि हमें अपने शरीर का प्रबंधन सीखना होगा। यह प्रबंधन योग के द्वारा ही संभव है।

उन्होंने कहा कि कालांतर में आने वाली वृद्धियों को दूर कर शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होना होगा, अगर शरीर स्वस्थ नहीं होगा तो हमारे कार्य प्रभावित होंगे। उन्होंने कहा कि जीवनशैली में गुणवत्ता कम होने कारण मानसिक स्वास्थ्य का ठीक न होना है। भारतीय ऋषियों ने योग परंपरा को हिमालय की कंदरा से निकालकर जनमानस तक पहुंचाया है। कोरोना जैसी महामारी में भारत की पुरातन परंपरा को पूरे विश्व ने सराहा और अपनाया



है। इस दौरान योग और आयुर्वेद को अपनाकर लोग स्वस्थ और सुरक्षित रहे। समारोह की अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि तन और मन का संतुलन ही योग है। उन्होंने कहा कि योग व्यक्ति में आत्मविश्वास पैदा करता है। अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर मनाया जा रहा है। उन्होंने कहा कि भागमभाग की दुनिया में स्वास्थ्य विश्व की सबसे बड़ी चुनौती है, इसलिए योग को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनाएं। विशिष्ट अतिथि

उमानाथ सिंह स्वायत्तशासी मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य प्रो. शिवकुमार ने कहा कि योग से रोग को कम किया जा सकता है। तनावमुक्त जीवन के लिए योग जरूरी है। आर्ट आफ लिविंग बेंगलूरु के योग प्रशिक्षक जयसिंह गहलोत ने प्राणायाम से योग की शुरुआत की। कार्यक्रम संयोजक प्रो. अजय द्विवेदी ने स्वागत और संचालन डॉ. राजेश सिंह ने किया। इसके पूर्व मुक्तांगन में पौधरोपण भी मुख्य अतिथि विशिष्ट अतिथियों और कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य द्वारा किया गया।

# योग से करें शरीर का प्रबंधन: प्रो. आनन्द

-योग को जीवनशैली का हिस्सा बनायें: प्रो. निर्मला

-अमृत योग सप्ताह का मुक्तांगन परिसर में हुआ शुभारम्भ

**केसव टुंडेबुके**  
अध्यय विश्वकर्मा/विशेष कर्ता

सिद्धीकपुर, जाँपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के मुक्तांगन परिसर में विश्वविद्यालय की ओर से गुरुवार को योग सप्ताह का उद्घाटन वतीर मुख्य अतिथि महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ के कुलपति प्रो. आनंद त्यागी ने किया। उद्घाटन दिवस पर असाध्य रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका विषय पर चर्चा की गई। यह समारोह 21 जून तक चलेगा।

इस मौके पर मुख्य अतिथि प्रो. त्यागी ने कहा कि हमने प्रकृति का बहुत दोहन किया है जिससे प्रकृति काफी उग्र अवस्था में है। प्रकृति के साथ समन्वय मानवता के स्थायित्व की कुंजी है। हमें अपने शरीर का प्रबंधन सीखना होगा। यह प्रबंधन योग द्वारा ही संभव है। उन्होंने कहा कि कालांतर में आने वाली वृद्धियों को दूर कर शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होना होगा, अगर शरीर स्वस्थ नहीं होगा तो हमारे कार्य प्रभावित होंगे। जीवनशैली में गुणवत्ता कम होने कारण मानसिक स्वास्थ्य का ठीक न होना है।

समारोह को अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि तन और मन का संतुलन ही योग है। उन्होंने कहा कि योग व्यक्ति में आत्मविश्वास पैदा करता है। अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर मनाया जा रहा है। भागमभाग की दुनिया में स्वास्थ्य विश्व की सबसे बड़ी चुनौती है, इसलिए योग को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनायें। विशिष्ट अतिथि



है। इस दौरान योग और आयुर्वेद को अपनाकर लोग स्वस्थ और सुरक्षित रहे। समारोह की अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि तन और मन का संतुलन ही योग है। उन्होंने कहा कि योग व्यक्ति में आत्मविश्वास पैदा करता है। अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर मनाया जा रहा है। भागमभाग की दुनिया में स्वास्थ्य विश्व की सबसे बड़ी चुनौती है, इसलिए योग को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनायें। विशिष्ट अतिथि

उमानाथ सिंह स्वायत्तशासी मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य प्रो. शिवकुमार ने कहा कि योग से रोग को कम किया जा सकता है। तनावमुक्त जीवन के लिए योग जरूरी है। आर्ट आफ लिविंग बेंगलूरु के योग प्रशिक्षक जयसिंह गहलोत ने प्राणायाम से योग की शुरुआत की। कार्यक्रम संयोजक प्रो. अजय द्विवेदी ने स्वागत और संचालन डॉ. राजेश सिंह ने किया। इसके पूर्व मुक्तांगन में पौधरोपण भी मुख्य अतिथि विशिष्ट अतिथियों और कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य द्वारा किया गया।

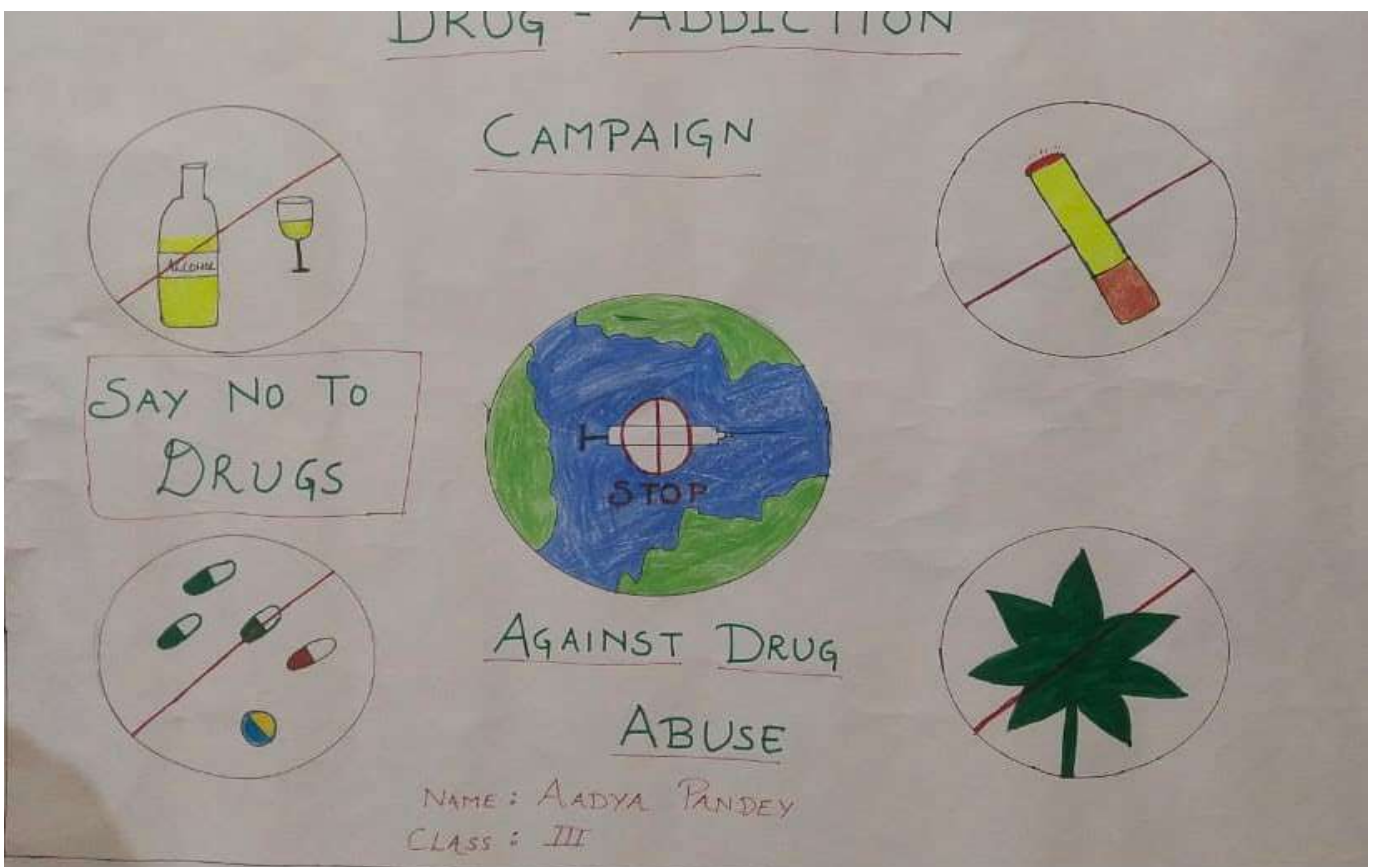
ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

- [1. http://fastnewsindia.co/newsdetail?newid=341656](http://fastnewsindia.co/newsdetail?newid=341656)
- [2. https://jaunpurdhara.com/?p=120153](https://jaunpurdhara.com/?p=120153)

विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जन-जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) के पाँचवे दिन (दिनांक : 16.06.2023) दो कार्यक्रम आयोजित किया गया :

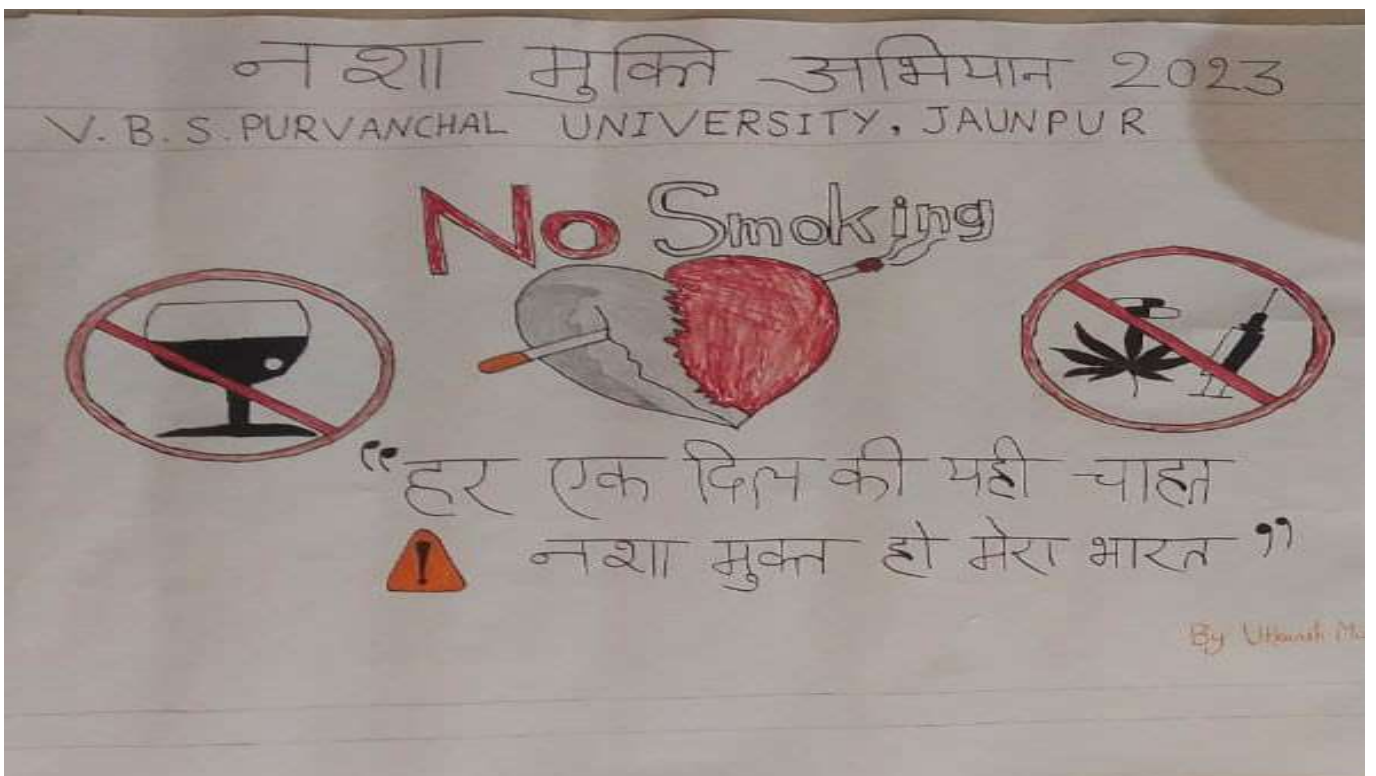
**प्रथम कार्यक्रम:** विश्वविद्यालय परिसर स्थित व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग में उपरोक्त विषय पर आधारित एक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया, जो उपर्युक्त विषय के विभिन्न पहलुओं को (पोस्टर, फोटोग्राफी एवं स्लोगन इत्यादि) प्रदर्शित किया गया।

**उपर्युक्त विषय पर विद्यार्थियों द्वारा तैयार किए गये कुछ पोस्टर की झलकियाँ**









**द्वितीय कार्यक्रम:** विश्वविद्यालय की छात्रों की टीम नशा मुक्त परिसर एवं समाज द्वारा जौनपुर जिले करंजकला ब्लॉक स्थित देवकली गाँव में नशा मुक्त समाज अभियान के अंतर्गत हेतु जागरूकता रैली आयोजित की गयी एवं लोगों को मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के सेवन और उसके दुष्परिणाम के बारे में जागरूक करने हेतु टीम द्वारा लोगों को नुककड़ नाटक के मंचन द्वारा उपरोक्त विषय पर जागरूक किया गया। इस जन-जागरूकता कार्यक्रम में लोगों को इस विषय पर जागरूक करने हेतु विषय विशेषज्ञ के रूप में व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग के सहायक आचार्य एवं इस नशा मुक्ति अभियान के समन्वयक डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय, जौनपुर जिला स्थित उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय के मनोचिकित्सा विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ० विनोद कुमार वर्मा एवं विश्वविद्यालय स्वास्थ्य केंद्र के प्रभारी डॉ० पुनीत सिंह रहें, जिन्होंने उपस्थित जनमानस को नशा से होने वाले विभिन्न प्रकार के दुष्प्रभावों एवं इससे बचने के बारे में विस्तार से चर्चा की।



**जन-जागरूकता पखवाड़ा**  
दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

**नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र**  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर  
के तत्वावधान में

**नशा मुक्त समाज हेतु**  
**जन-जागरूकता अभियान**

ग्राम : देवकली      दिनांक : 16 जून, 2023

**संजय कुमार राय**  
वित्त अधिकारी  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**महेन्द्र कुमार**  
कुलसचिव  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**प्रो० अजय द्विवेदी**  
अधिष्ठाता छात्र कल्याण  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय**  
कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल अधिकारी  
(एंटीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)

TAKE A OATH FOR  
FIGHT AGAINST DRUG ABUSE

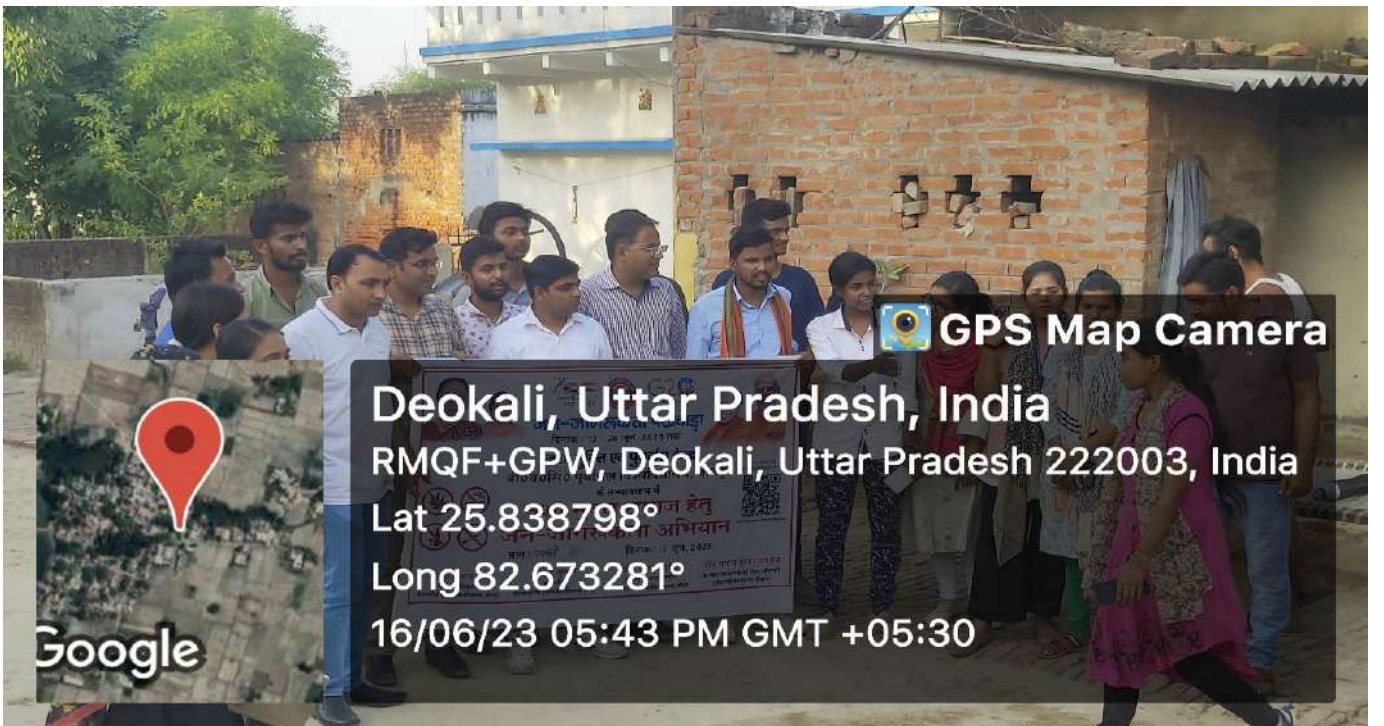


<https://pledge.mv.gov.in/fightagainstdrugabuse/>









विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में विश्वविद्यालय परिसर में आयोजित योग सप्ताह कार्यक्रम (15-21 जून, 2023) कार्यक्रम के संयुक्त तत्वावधान में योग सप्ताह के तीसरे दिन एवं जन-जागरूकता अभियान के छठवें दिन (दिनांक : 17.06.2023) को विश्वविद्यालय स्थित मुख्य द्वार से 'रन फॉर योग एवं नॉन एडिक्टिव सोसाइटी' के तहत हाफ मेराथन दौड़ का आयोजन किया गया। मेराथन दौड़ को विश्वविद्यालय की मा० कुलपति प्रो० निर्मला एस० मौर्य एवं अन्य प्रशासनिक अधिकारियों ने हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ किया, जिसमें विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय के विद्यार्थी, खिलाड़ी, शिक्षक, कर्मचारी, एवं प्रशासनिक अधिकारियों से इस मेराथन में प्रतिभाग किया।



## जन-जागरूकता पखवाड़ा

दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

### नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र

वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर

उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के तत्वावधान में



## रन फार योग एवं नशा मुक्त भारत पर हाफ मैराथन का आयोजन

दिनांक : 17 जून, 2023 • दिन : शनिवार • समय : 7.00 बजे प्रातः  
स्थान : विश्वविद्यालय मुख्य द्वार



**संजय कुमार राय**  
वित्त अधिकारी  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**महेन्द्र कुमार**  
कुलसचिव  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**प्रो० अजय द्विवेदी**  
अधिष्ठाता छात्र कल्याण  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय**  
कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल अधिकारी  
(एटीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)





समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

## आजमगढ़ जौनपुर

प  
पारा

# रन फार योग टीम को कुलपति ने हरी झंडी दिखा किया खाना

परफेक्ट मिशन

जौनपुर। योग गुरुकुल सिंह पूर्वोत्तर विश्वविद्यालय के मुख्यालय परिसर में विश्वविद्यालय को और से खन्खार को तीसरे दिन मुख्य इतिहासक जय सिंह गहलोत एवं सहकर्मक इतिहासक विकास सिंह ने सूर्य नमस्कार के 12 आसनों का अभ्यास कराया। योगाभ्यास में शिक्षक, कर्मचारीयों विद्यार्थियों ने बहुत उत्साह दिखाया। योगाभ्यास में सूर्य नमस्कार के आसन कराए गये।

मुख्य इतिहासक जय सिंह गहलोत ने कहा कि सूर्य नमस्कार से शरीर, मन, चित्त, अंत, पैर, छाती, पल्ल, पैर, खोपड़े के सभी अंगों को बेहतर रूप से जोड़ता है। सूर्य नमस्कार शिर से लेकर पैर तक शरीर के सभी अंगों को फिट रखता है। पूरी बरफ है जो



सभी योग शिक्षक इसके अभ्यास पर विशेष ध्यान देते हैं। उन्होंने कहा कि सूर्य नमस्कार के अभ्यास से शरीर मन और आत्मा मजबूत होते हैं। पृथ्वी पर सूर्य के बिना जीवन संभव नहीं है। सूर्य नमस्कार से शारीरिक, मानसिक, साध्यात्मिक और मनोवैज्ञानिक लाभ होते हैं।

इसके बाद रन फार योग एवं नख मुक्त भारत पर हाक फैलाने की शुरुआत की। निर्वात एम. शीर्ष ने इंडी विद्याकर टीम को खाना किया। इससे नख शिक्षकों, कर्मचारीयों एवं छात्रों ने बहुत उत्साह दिखाया। रन फार योग को अपने दैनिक दिनचर्या में शामिल करने का इच्छा किया। इतिहासक जय सिंह गहलोत ने कहा कि यह भी इच्छा किया कि वे अपने जीवन में स्वस्थ रहें और योग के नए से दूर रहेंगे तथा अपने परिवार व समाज के अन्य लोगों को भी फिजी भी इच्छा के नए से दूर रहने के लिए प्रेरित करेंगे। योग समाज के तीसरे दिन योग प्रतियोगिता का आयोजन मुख्यालय परिसर में किया गया इसके आयोजक डॉ विनय वर्मा थे।

विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जन-जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) के सातवें व आठवें दिन (दिनांक : 18-19 जून, 2023) को विश्वविद्यालय के चयनित छात्रों की एक टीम को एहसास नशा मुक्ति केंद्र, प्रयागराज का दो दिवसीय कार्यक्रम के माध्यम से भ्रमण तथा प्रशिक्षण कराया गया, भ्रमण का उद्देश्य छात्रों को उपर्युक्त विषय पर स्वयं प्रशिक्षण प्राप्त कराना था, जिससे वे प्रशिक्षित होकर और बेहतर तरीके से इस जन-जागरूकता अभियान में अपना सहयोग दे पाये। विश्वविद्यालय की तरफ से प्रशिक्षण पर जाने वाली टीम में निम्न विद्यार्थी एवं शिक्षक शामिल थे -

- |                  |  |
|------------------|--|
| 1. हिदायत फातिमा | 7. अंजली मिश्रा                            |
| 2. पवन सोनकर     | 8. सत्य प्रकाश यादव                        |
| 3. समरजीत सोनकर  | 9. अनिकेत सोनकर                            |
| 4. प्रिया यादव   | 10. राजेन्द्र यादव (पूरा छात्र)            |
| 5. सोनाली मिश्रा | 11. आशीष मिश्रा (पूरा छात्र)               |
| 6. दिव्या सोनकर  | 12. डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय, अभियान समन्वयक |

टीम द्वारा इस दो दिवसीय भ्रमण प्रशिक्षण कार्यक्रम के अंतर्गत नशा मुक्ति केंद्र का भ्रमण, कार्यप्रणाली का अवलोकन एवं नशा मुक्ति से संबंधित केंद्र के प्रशिक्षकों द्वारा प्रशिक्षण प्राप्त किया गया और अंतिम दिन नशा मुक्ति केंद्र में रह रहे व्यक्तियों एवं नशे से ग्रस्त अन्तःवासियों को एक लघु नाटक के मंचन से उन्हें नशे से किस प्रकार हम्मर परिवार एवं समाज प्रभावित हो रहा है, विषय पर जागरूक किया। इसके अतिरिक्त टीम द्वारा प्रयागराज के कुछ स्थानों विशेषकर चंद्रशेखर आजाद पार्क एवं संगम तट पर लोगों से व्यक्तिगत स्तर पर बातचीत कर उन्हें नशे से दूर रहने तथा और को भी दूर रखने में मदद करने के लिए आग्रह किया गया।



# एहसास

## नशा मुक्ति केन्द्र

अगर आपके परिवार, मित्र या आस-पड़ोस में कोई नशे से पीड़ित है तो इलाज हेतु आज ही सम्पर्क करें।

**यहाँ पर शराब, भाँग, गाँजा, चरस, अफीम, ब्राउन शुगर स्मैक इंजेक्शन इत्यादि सभी प्रकार का इलाज किया जाता है।**

**हमारे यहाँ उपलब्ध सुविधायें**

- डाक्टरी जाँच की सुविधा (फिजिशियन एवं मनोचिकित्सकों द्वारा)
- मरीज के नही आने की दशा में, मरीज को घर से लाने की सुविधा
- संस्था में (24 घण्टे) सी.सी.टी.वी. के निगरानी की सुविधा
- नशे के मरीज को भर्ती करने की सुविधा
- मरीज के रहने और भोजन की उत्तम व्यवस्था
- प्रशिक्षित मनोवैज्ञानिकों द्वारा परामर्श
- योगाभ्यास, मेडिटेशन एवं व्यायाम की सुविधा
- मरीज के पुनर्वास की सुविधा

**7080408045, 7080408046**      website: [www.ehsaasrehab.com](http://www.ehsaasrehab.com)

**पता : - शांतिपुरम चौराहा, फाफामउ, प्रयागराज**  
**हेड आफिस : - दाउदपुर चौराहा, गोरखपुर**



**सचिवदानन्द**  
निदेशक




## जन-जागरूकता पखवाड़ा

दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

### नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र

वी०ब०सिं० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर  
के तत्वावधान में

## नशा मुक्त समाज हेतु

## जन-जागरूकता अभियान

स्थान : एहसास नशा मुक्ति केंद्र, प्रयागराज      दिनांक : 18 जून, 2023



**संजय कुमार राय**  
बिस्व अधिकारी  
वी०ब०सिं० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**महेन्द्र कुमार**  
कूलसचिव  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**प्रो० अजय द्विवेदी**  
अधिष्ठाता छात्र कल्याण  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

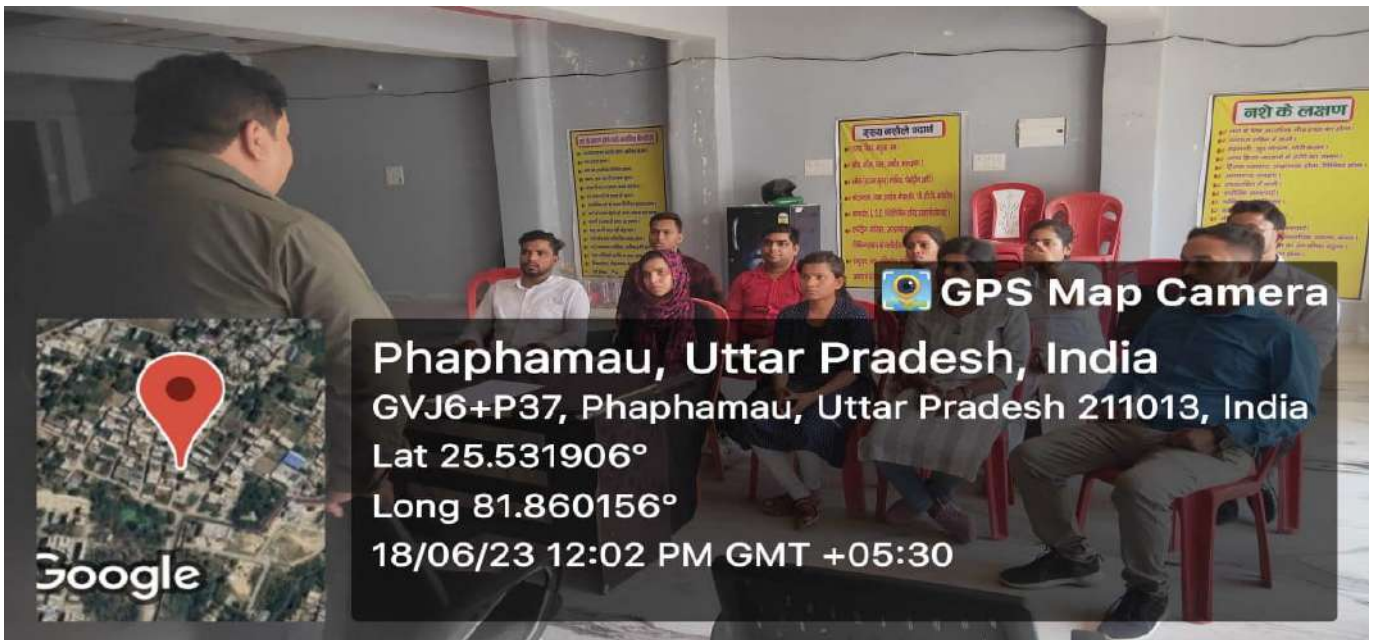
**डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय**  
कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल अधिकारी  
(एंटीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)

TAKE A OATH FOR FIGHT AGAINST DRUG ABUSE



<https://qr.dga.ny.gov/qr/signin/08q8baee/>

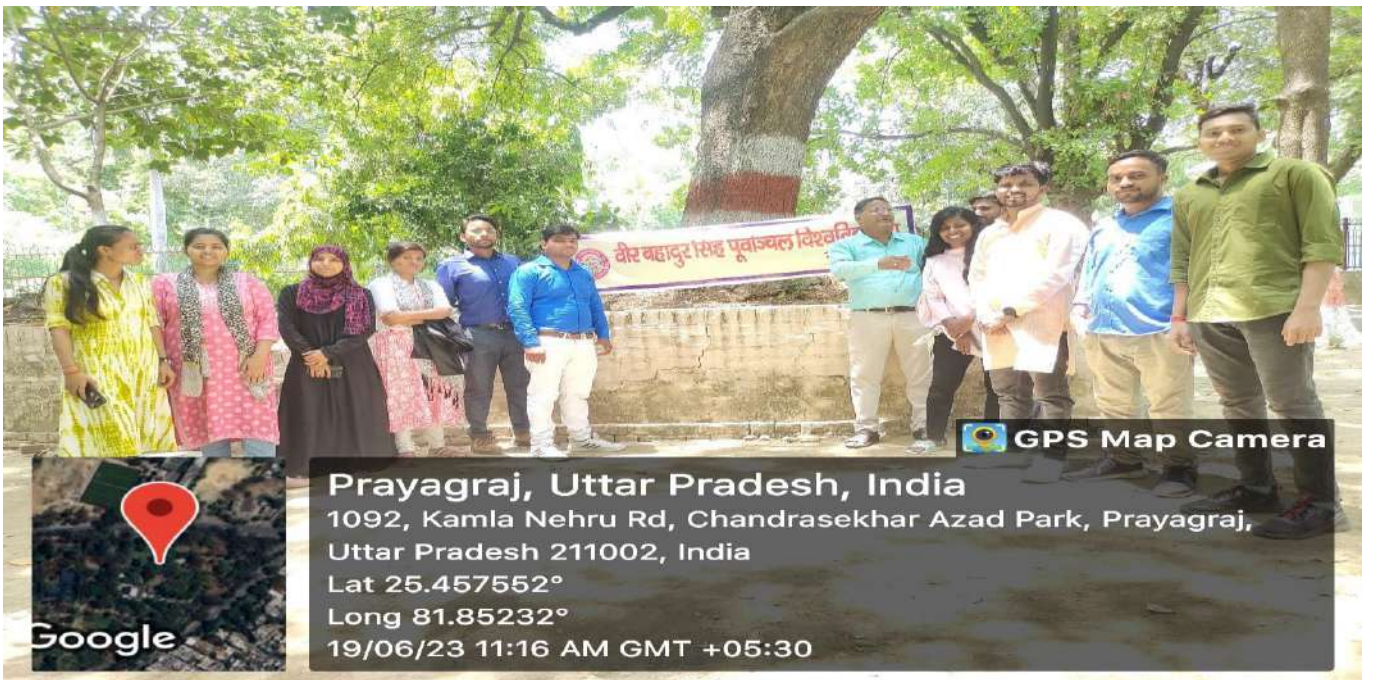




एहसास नशा मुक्ति केंद्र, प्रयागराज में संस्था के प्रशिक्षक द्वारा प्रशिक्षण प्राप्त करते हुए टीम नशा मुक्त परिसर एवं समाज के सदस्य









दिनांक : 20.06.2023

दिन : नवम

विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में विश्वविद्यालय परिसर में आयोजित योग सप्ताह कार्यक्रम (15-21 जून, 2023) कार्यक्रम के संयुक्त तत्वावधान में योग सप्ताह के छठवें दिन एवं जन-जागरूकता अभियान के नौवें दिन (दिनांक : 20.06.2023) को दो कार्यक्रम हुए :

**प्रथम कार्यक्रम :** विश्वविद्यालय स्थित स्वास्थ्य केंद्र पर एक दिवसीय मेडिकल कैम्प का आयोजन किया गया, जिसमें विश्वविद्यालय के आस-पास के क्षेत्र के लोगों एवं विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं प्रशासनिक अधिकारियों द्वारा विभिन्न तरह की बीमारियों एवं उनके उचित उपचार हेतु डॉक्टर की सलाह मुफ्त में प्राप्त किया गया ।



# कुलपति सहित 110 ने कराया स्वास्थ्य परीक्षण

**कुलपति और निजी सचिव ने भी कराया स्वास्थ्य परीक्षण**



जौनपुर धारा जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के मुख्यालय परिसर में शिवाविद्यालय की ओर से संगठित की गई 110 दिनों के कार्यक्रम पर चर्चा की।

जान चर्चा में जय सिंह ने कहा कि हम लोग अक्सर ही यह कहते हैं कि कोई हमारा सम्मान नहीं कर रहा है। इसका कारण यह है कि हम अपना सम्मान खुद नहीं कर

रहे हैं, जब हमें अपना सम्मान करने आ जाना तो लोग हमारा सम्मान करने लगेंगे। हमें अपने को सम्मान देना होगा उसके लिए योग करना अत्यंत आवश्यक है। लोग

जब अपने शरीर से प्रेम नहीं करते हैं तो वह संसार से प्रेम कर सकते हैं? हमें अपने शरीर से प्रेम करना होगा इसके लिए ध्यान और योग करना ही होगा। इसके बाद

उन्होंने सूर्य नमस्कार, कपालभक्ति, प्राणायाम का अभ्यास कराया। इसके बाद काटिचक्रासन, हंसासनासन, बंदसर्पनासन का अभ्यास कराया। विश्वविद्यालय के स्वास्थ्य केंद्र में प्रभारी डॉ. पुनीत कुमार सिंह, जिला अस्पताल और प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केंद्र के चिकित्सकों ने ग्रामीणों का स्वास्थ्य परीक्षण किया। इसमें 60 लोगों का ब्लड शुगर और 50 लोगों का स्वास्थ्य परीक्षण किया गया। इस अवसर पर कुलपति निर्मला एस मौर्य ने भी स्वास्थ्य केंद्र पर अपने निजी सचिव डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य के साथ और

करवाया। योग सिद्धि के समन्वयक डॉ. अजय द्विवेदी ने कुलपति को ब्लड प्रेशर चेक करवाया। कुलपति और उनके ने भी स्वास्थ्य परीक्षण कराया। इस अवसर पर अजय द्विवेदी, परीक्षा नियंत्रक वीरेंद्र सिंह, एनएसएस समन्वयक डॉ. राजबहादुर यादव, डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय, डॉ. विवेक पाण्डेय, डॉ. पुनीत सिंह, डॉ. विनय वर्मा, मदन मोहन मट्ट, संतोष यादव, राजेंद्र प्रताप सिंह, राजन गुप्ता, राजनीश सिंह समेत विद्यार्थियों, कर्मचारियों, परिवार जनों एवं सुरक्षा कर्मियों ने प्रतिभाग किया।

आइडियल इण्डिया  
हिन्दी दैनिक

## पूर्वांचल व आस-पास

# शरीर से प्यार करने वालों के लिए योग जरूरी: जय सिंह गहलोत

-स्वास्थ्य केंद्र पर 110 ग्रामीणों का हुआ स्वास्थ्य परीक्षण

-कुलपति और निजी सचिव ने भी कराया स्वास्थ्य परीक्षण

आइडियल इण्डिया न्यून का गजेट जैन जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के मुख्यालय परिसर में शिवाविद्यालय की ओर से संगठित की गई 110 दिनों के कार्यक्रम पर चर्चा की। जान चर्चा में जय सिंह ने कहा कि हम लोग अक्सर ही यह कहते हैं कि कोई हमारा सम्मान नहीं कर रहा है। इसका कारण यह है कि हम अपना सम्मान खुद नहीं कर रहे हैं, जब हमें अपना सम्मान करने आ जाना तो लोग हमारा सम्मान करने लगेंगे। हमें अपने को सम्मान देना होगा उसके लिए योग करना अत्यंत आवश्यक है। लोग जब अपने



शरीर से प्रेम नहीं करते हैं तो वह संसार से प्रेम कर सकते हैं? हमें अपने शरीर से प्रेम करना होगा इसके लिए ध्यान और योग करना ही होगा। इसके बाद उन्होंने सूर्य नमस्कार, कपालभक्ति, प्राणायाम

का अभ्यास कराया। इसके बाद काटिचक्रासन, हंसासनासन, बंदसर्पनासन का अभ्यास कराया। इसके बाद विश्वविद्यालय के स्वास्थ्य केंद्र में प्रभारी डॉ. पुनीत कुमार सिंह, जिला

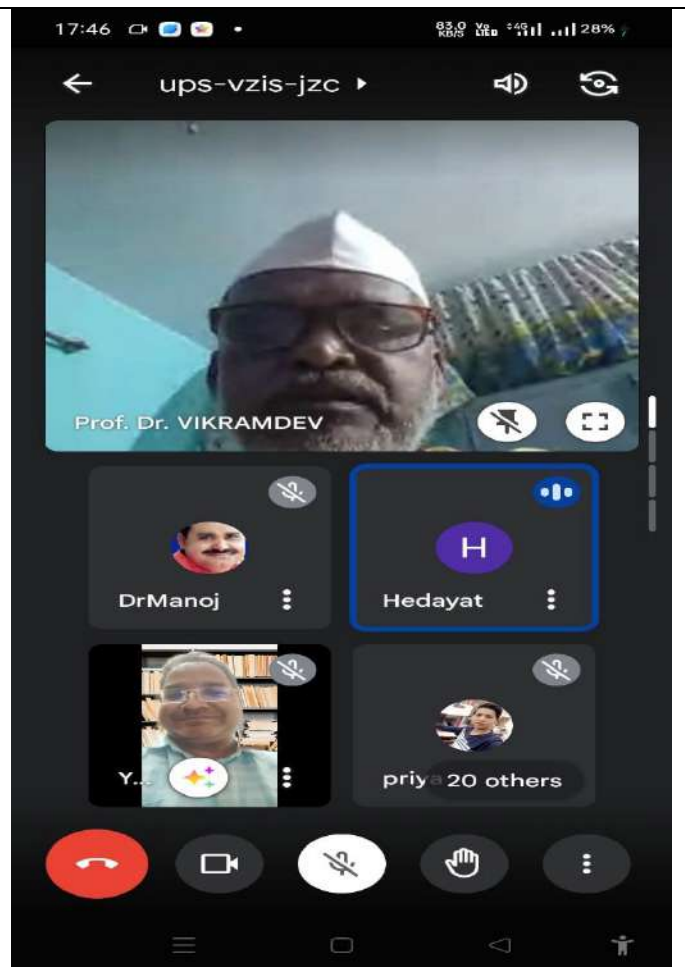
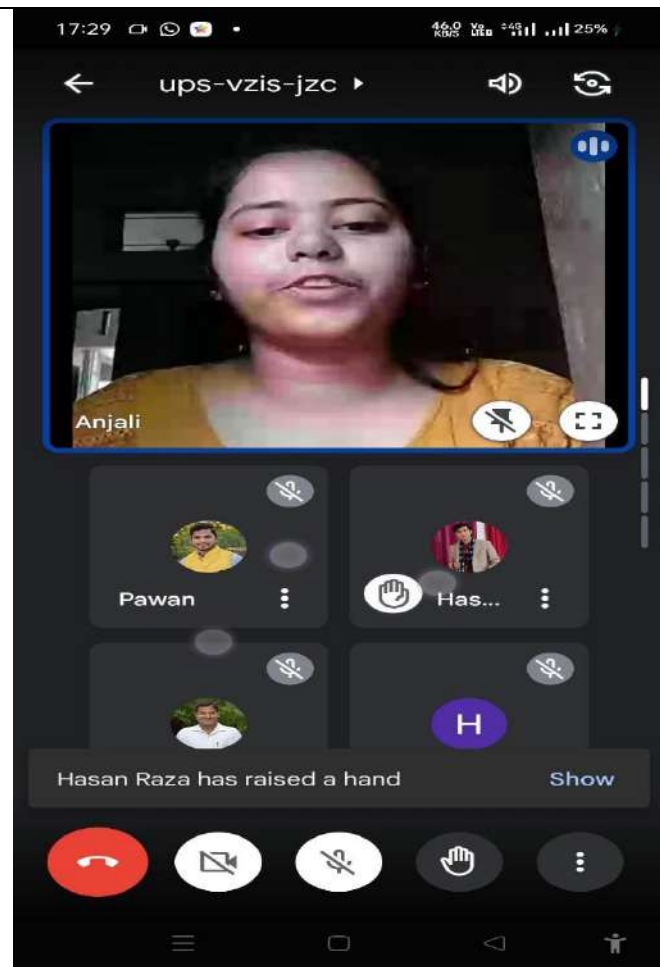
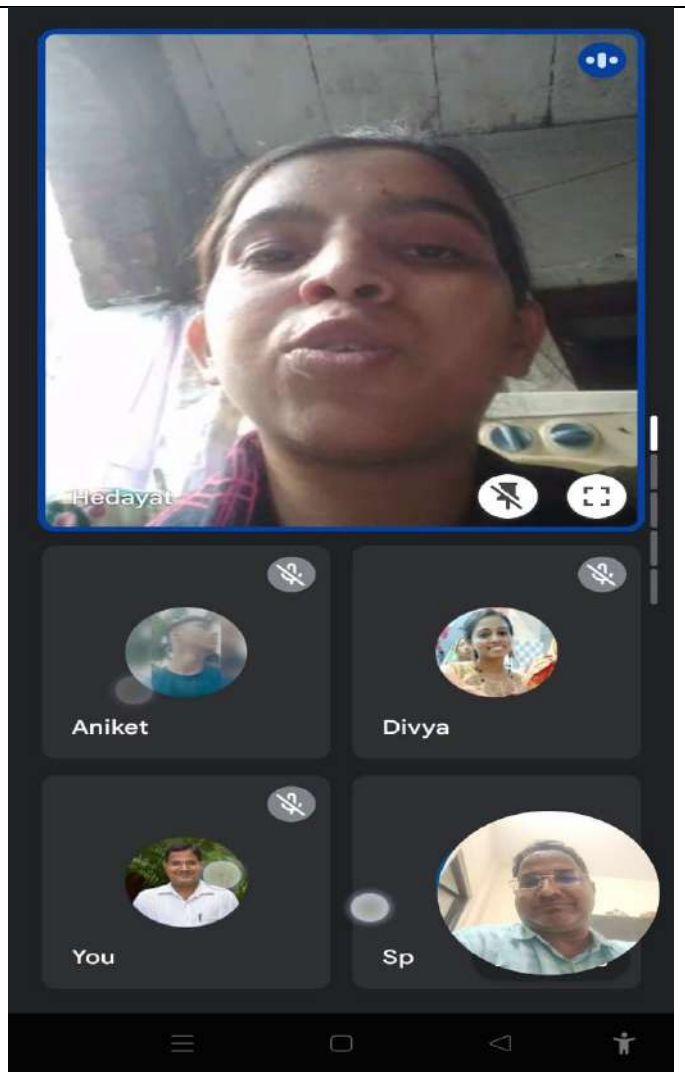
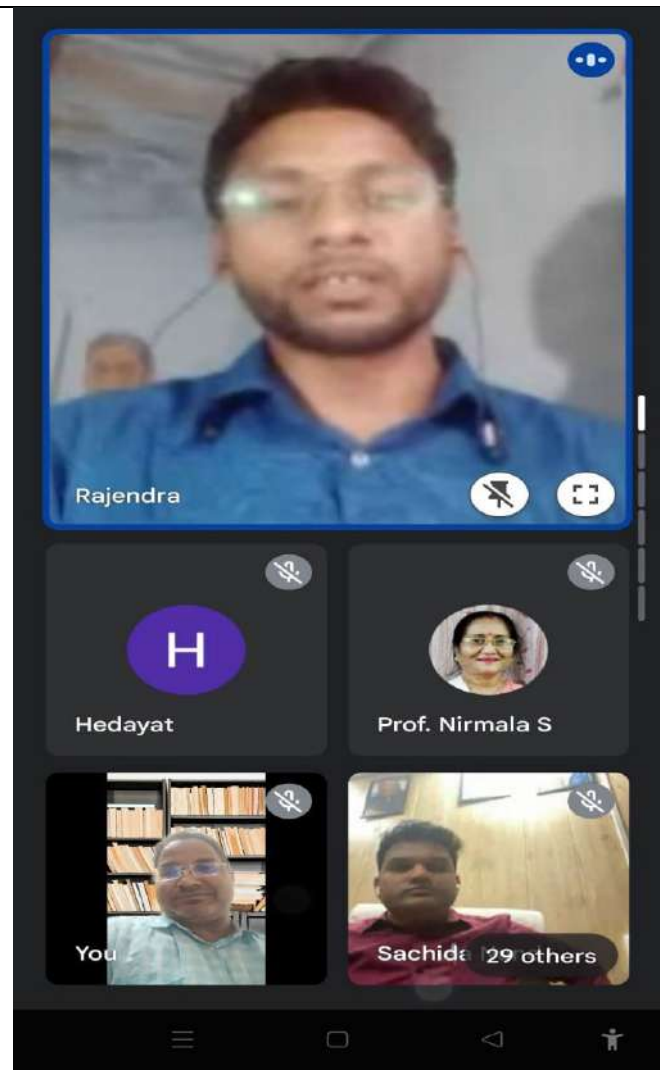
अस्पताल और प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केंद्र के चिकित्सकों ने ग्रामीणों का स्वास्थ्य परीक्षण किया। इसमें 60 लोगों का ब्लड शुगर और 50 लोगों का स्वास्थ्य परीक्षण किया गया। इस

अवसर पर कुलपति निर्मला एस मौर्य ने भी स्वास्थ्य केंद्र पर अपने निजी सचिव डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य के साथ और करवाया। योग सिद्धि के समन्वयक डॉ. अजय द्विवेदी ने कुलपति को ब्लड प्रेशर चेक करवाया। कुलपति और उनके ने भी स्वास्थ्य परीक्षण कराया। इस अवसर पर अजय द्विवेदी, परीक्षा नियंत्रक वीरेंद्र सिंह, एनएसएस समन्वयक डॉ. राजबहादुर यादव, डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय, डॉ. विवेक पाण्डेय, डॉ. पुनीत सिंह, डॉ. विनय वर्मा, मदन मोहन मट्ट, संतोष यादव, राजेंद्र प्रताप सिंह, राजन गुप्ता, राजनीश सिंह समेत विद्यार्थियों, कर्मचारियों, परिवार जनों एवं सुरक्षा कर्मियों ने प्रतिभाग किया।

### द्वितीय कार्यक्रम :

विद्यार्थियों द्वारा प्रयागराज स्थित नशा-मुक्ति केंद्र का भ्रमण के पश्चात छात्रों के अनुभवों का अन्य छात्रों एवं अभिभावकों को ऑनलाइन कार्यक्रम के माध्यम से साझा कराया गया तथा लोगों को जागरूक किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में एहसास नशा मुक्ति केंद्र, गोरखपुर के निदेशक डॉ० सचिदानंद यादव रहें, कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय की मा० कुलपति जी द्वारा किया गया। इस ऑनलाइन कार्यक्रम में टीम के सदस्यों ने अपने अनुभवों से सभी को अवगत कराया।

लिंक : <https://meet.google.com/ups-vzis-jzc>

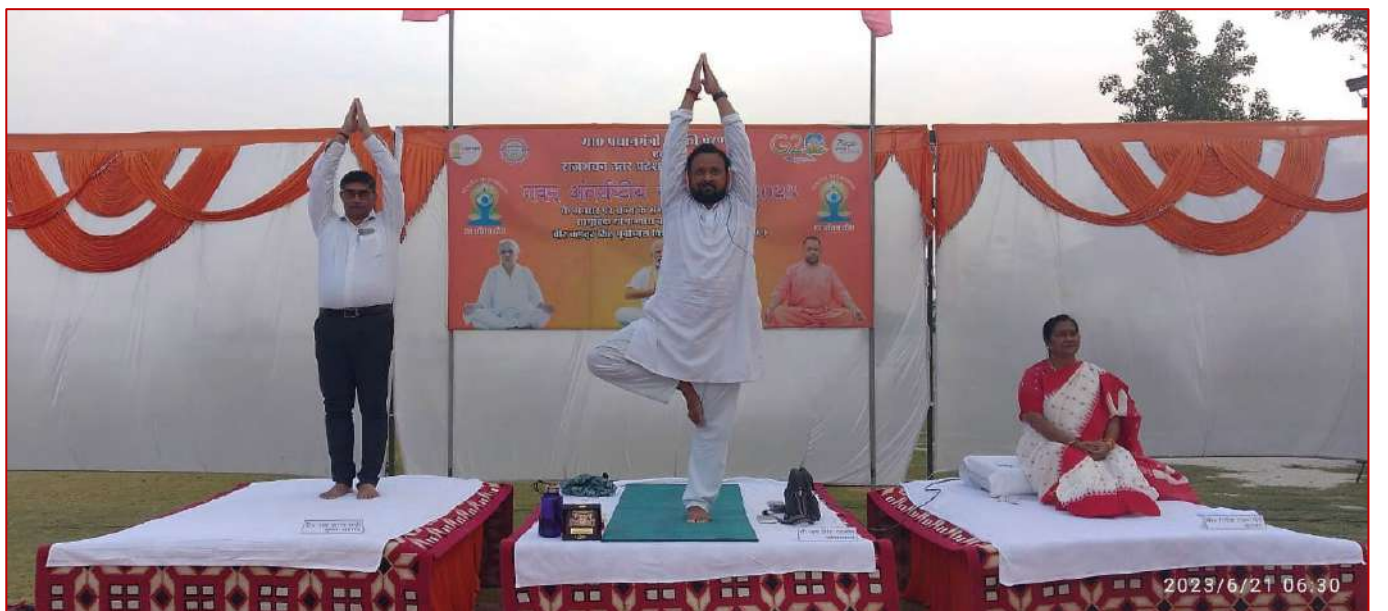




विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में विश्वविद्यालय परिसर में आयोजित योग सप्ताह कार्यक्रम (15-21 जून, 2023) कार्यक्रम के संयुक्त तत्वावधान में योग सप्ताह के सातवें दिन एवं जन-जागरूकता अभियान के दसवें दिन (दिनांक : 21.06.2023) को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून) के उपलक्ष्य में मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्परिणाम से बचने एवं रोकथाम में महत्वपूर्ण युक्ति के रूप में कारगर विभिन्न योग और उसके महत्व को बताने एवं उसे अपने जीवन-शैली में शामिल करने के लिए लोगों को प्रोत्साहित करने के क्रम में विश्वविद्यालय परिसर पाँच दिवसीय कार्यशाला (21-25 जून) का उद्घाटन किया गया, जिसमें नशा से मुक्ति में कारगर विभिन्न चिकित्सीय उपागम जैसे योग एवं ध्यान, जीवन-शैली, तनाव प्रबंधन, परंपरागत चिकित्सा पद्धति (आयुर्वेद व होमिओपैथी) की भूमिका, नशा का महिला स्वास्थ्य पर प्रभाव से जुड़े विषयों को चर्चा, परिचर्चा एवं प्रशिक्षण हेतु रखा गया, जिसमें मिश्रित माध्यम से प्रतिभागियों को प्रशिक्षित किया गया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून) पर आयोजित कार्यशाला के मुख्य अतिथि एवं वक्ता के रूप में बाबा भीम राव अंबेडकर केन्द्रीय विश्वविद्यालय, लखनऊ से शिक्षाशास्त्र के आचार्य डॉ० राजशरण शाही जी ने कहा कि भारत की सनातन परंपरा की ताकत योग है। विदेशी आक्रांताओं ने मूल परंपराओं और विरासत पर हमला करने की कोशिश की, लेकिन उन्हें सफलता नहीं मिली क्योंकि हमारी मूल चेतना में अध्यात्म और योग है। योग देश की आत्मा, अनुशासन और साधना है। भारत युवा आबादी का सदुपयोग कर विश्व गुरु बनने की कोशिश करता है, जबकि विश्व के अन्य देश महाशक्ति बनने में विश्वास करते हैं, क्योंकि महाशक्ति एक दूसरे को पराजित करती है न कि उत्थान। योग शिविर की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि योग हमारे कार्य में कौशल उत्पन्न करता है। यह हमें साधना की ओर ले जाते हुए ईश्वर से जोड़ता है। साथ ही तन और मन को स्वस्थ रखता है, इसका संतुलन ही योग है। उन्होंने कहा कि योग व्यक्ति में आत्मविश्वास पैदा करता है। यह मानव के मार्ग को सुगम बनाता है। इस अवसर पर योग आचार्य श्री जय सिंह गहलोत एवं सहायक योग आचार्य, विकास सिंह, आर्ट ऑफ लिविंग, बैंगलुरु द्वारा मंगलाचरण वंदना से योग सत्र की शुरुआत की। उन्होंने दैनिक जीवन में विभिन्न बीमारियों से रोकथाम में बहुत ही कारगर कुछ योग आसन जैसे तितली आसन, शवआसन, सूर्य नमस्कार, नाड़ी शोधन, ताड़ आसन इत्यादि आसनों का अभ्यास कराया। योग अभ्यास कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के छात्रों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं आस-पास के गाँव के करीब 500 लोगों ने प्रतिभाग किया।









## समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

### जनसंदेश लाइम्स

वाराणसी, गुरुवार, 22 जून, 2023

# भारत की सनातन परम्परा की ताकत है योग : प्रो. राजशरण शाही

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के एकलव्य स्टेडियम में बुधवार को योग सप्ताह का समापन समारोह मनाया गया। यह 15 जून से 21 जून तक आयोजित किया गया। इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि डॉ. भीमराव अम्बेडकर केंद्रीय विश्वविद्यालय लखनऊ के प्रो. राजशरण शाही थे।

प्रो. शाही ने कहा कि भारत की सनातन परंपरा की ताकत योग है। विदेशी आक्रांताओं ने मूल परंपराओं और विरासत पर हमला करने की कोशिश की लेकिन उन्हें सफलता नहीं मिली क्योंकि हमारी मूल चेतना में अध्यात्म और योग है। योग देश की आत्मा, अनुशासन और साधना है। भारत युवा आवादी का सदुपयोग कर विश्व गुरु बनने की कोशिश करता है जबकि विश्व के अन्य देश महाशक्ति बनने में विश्वास करते हैं, क्योंकि महाशक्ति एक दूसरे को पराजित करती है न कि उत्थान। योग शिविर की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की



एकलव्य स्टेडियम में योगाभ्यास करते लोग

कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि योग हमारे कार्य में कौशल उत्पन्न करता है। यह हमें साधना की ओर ले जाते हुए ईश्वर से जोड़ता है। साथ ही तन और मन को स्वस्थ रखता है, इसका संतुलन ही योग है। उन्होंने कहा कि नवम अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर मनाया जा रहा है। इस अवसर पर आर्ट आफ लिविंग बेंगलुरु के योग प्रशिक्षक जयसिंह गहलोत ने मंगलाचरण वंदना से योग की शुरुआत की। उन्होंने तितली आसन,

शवआसन, सूर्य नमस्कार, नाड़ी शोधन, ताड़ आसन समेत कई आसनों का अभ्यास कराया। इसके पूर्व सरस्वती की प्रतिमा पर दीप प्रज्वलित कर समारोह का शुभारंभ किया गया। यह कार्यक्रम सुबह पाँचे बजे से शुरू हुआ। इस अवसर पर स्वागत प्रो. मानस पांडेय, कार्यक्रम संयोजक प्रो. अजय द्विवेदी ने धन्यवाद ज्ञापन और संचालन डॉ. राजेश सिंह ने किया। इस अवसर पर कुलसचिव महेंद्र कुमार, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन

### योग दिवस

कार्य में कौशल का विकास करता है योग : प्रो. निर्मला एस. मौर्य

अमृत योग सप्ताह का एकलव्य स्टेडियम में मना समापन समारोह

सिंह, उप कुलसचिव अमृतलाल, सहायक कुलसचिव बबिता सिंह, अजीत सिंह, प्रो. बीडी शर्मा, प्रो. रजनीश भास्कर, डा. प्रमोद यादव, डॉ. मनोज मिश्र, एनएसएस समन्वयक डॉ. राजबहादुर यादव, डा. रसिकेश, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. जाह्नवी श्रीवास्तव, दिव्येन्दु मिश्र, डा. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, डा. मनोज कुमार पांडेय, डॉ. पुनीत कुमार सिंह, सुशील कुमार, डॉ. विनय वर्मा, कर्मचारी संघ अध्यक्ष नंदकिशोर सिंह, महामंत्री रमेश यादव, डा. मदन मोहन भट्ट, डा. पीके कौशिक, डॉ. राजेंद्र सिंह, धीरज श्रीवास्तव, अशोक सिंह, रजनीश सिंह, आदर्श अरूण आदि शामिल थे।

# भारत की सनातन परम्परा की ताकत है योग: प्रो. राजशरण शाही

कार्य में कौशल का विकास करता है योग: प्रो. निर्मला एस. मौर्य

अमृत योग सप्ताह का एकलव्य स्टेडियम में मना समापन समारोह

तेजस टूडे ब्यूरो

अजय विश्वकर्मा/विरेन्द्र यादव



विदेशी आक्रांताओं ने मूल परंपराओं और विरासत पर हमला करने की कोशिश की लेकिन उन्हें सफलता नहीं मिली, क्योंकि हमारी मूल चेतना में अध्यात्म और योग है। योग देश की आत्मा, अनुशासन और साधना है। भारत युवा आवादी का सदुपयोग कर विश्व गुरु बनने की कोशिश करता है जबकि विश्व के अन्य देश महाशक्ति बनने में विश्वास करते हैं, क्योंकि महाशक्ति एक दूसरे को पराजित करती है न कि उत्थान।

शिविर की अध्यक्षता करती हुई पुर्वि की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि योग हमारे कार्य में कौशल उत्पन्न करता है। यह हमें साधना की ओर ले जाते हुए ईश्वर से जोड़ता है। साथ ही तन और मन को स्वस्थ रखता है, इसका संतुलन ही योग है। योग व्यक्ति में आत्मविश्वास पैदा करता है। यह मानव के मार्ग को सुगम बनाता है। नवम अमृत योग सप्ताह उत्तर प्रदेश शासन के निर्देश पर मनाया जा रहा है।

इस दौरान आर्ट आफ लिविंग बेंगलुरु के योग प्रशिक्षक जयसिंह गहलोत ने मंगलाचरण वंदना से योग की शुरुआत की। उन्होंने तितली आसन, शवआसन, सूर्य नमस्कार, नाड़ी शोधन, ताड़ आसन समेत कई आसनों का अभ्यास कराया। इसके पहले मां सरस्वती की प्रतिमा पर दीप प्रज्वलित कर समारोह का शुभारंभ किया गया। यह कार्यक्रम सुबह पाँचे बजे से शुरू हुआ। स्वागत प्रो. मानस पांडेय, कार्यक्रम संयोजक प्रो

अजय द्विवेदी ने धन्यवाद ज्ञापन और संचालन डॉ. राजेश सिंह ने किया।

इस अवसर पर कुलसचिव महेंद्र कुमार, वित्त अधिकारी संजय राय, परीक्षा नियंत्रक वी.एन. सिंह, उप कुलसचिव अमृत लाल, सहायक कुलसचिव बबिता सिंह, अजीत सिंह, प्रो. बीडी शर्मा, प्रो. रजनीश भास्कर, डा. प्रमोद यादव, डॉ. मनोज मिश्र, एनएसएस समन्वयक डॉ. राजबहादुर यादव, डा. रसिकेश, डा. सुनील कुमार, डा. दिग्विजय सिंह राठौर, डा. जाह्नवी श्रीवास्तव, दिव्येन्दु मिश्र, डा. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, डा. मनोज पांडेय, डॉ. पुनीत सिंह, सुशील कुमार, डॉ. विनय वर्मा, कर्मचारी संघ अध्यक्ष नंदकिशोर सिंह, महामंत्री रमेश यादव, डा. मदन मोहन भट्ट, डा. पीके कौशिक, डॉ. राजेंद्र सिंह, धीरज श्रीवास्तव, अशोक सिंह, रजनीश सिंह, आदर्श अरूण आदि शामिल थे।



दिनांक : 22.06.2023

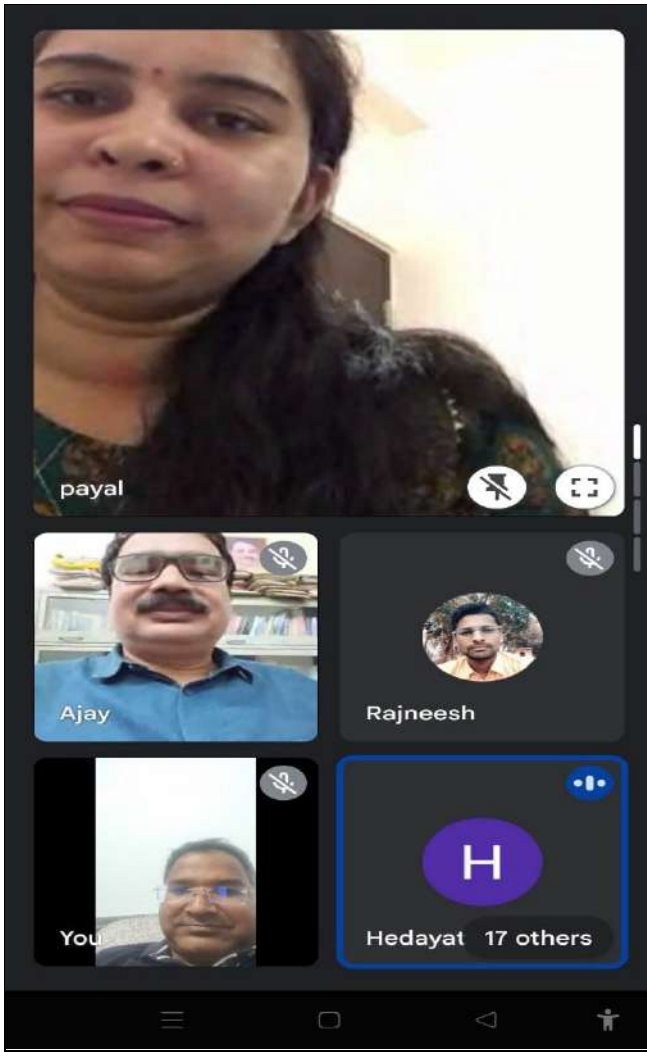
दिन : एकादश

**कार्यशाला द्वितीय दिन :** विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं जन-जागरूकता अभियान के ग्यारहवें दिन (दिनांक : 22.06.2023) को मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के सेवन में महत्वपूर्ण कारक के रूप में तनाव से बचने एवं उसके प्रभावी प्रबंधन में महत्वपूर्ण युक्ति के रूप में योग की भूमिका को संदर्भित करती हुई 'तनाव प्रबंधन में योग की भूमिका' विषय पर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन गूगल मीट के माध्यम से किया गया, जिसमें विषय विशेषज्ञ के रूप में नैदानिक मनोवैज्ञानिक पायल जसवाल, वाराणसी तथा तनाव प्रबंधन में महत्वपूर्ण युक्ति के रूप में प्रचलित कुछ प्रमुख योग अभ्यास के प्रशिक्षण देने हेतु प्रशिक्षक के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु से श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह जी रहें। कार्यशाला में बतौर मुख्य वक्ता नैदानिक मनोवैज्ञानिक पायल जायसवाल ने कहा कि हमें नकारात्मक चीजों के लिए इनकार करना सीखना होगा। उन्होंने अपने वक्तव्य में अवसाद और उसके प्रकार, प्रभाव और उससे बचने के लिए प्रयुक्त होने वाले विभिन्न युक्तियों के साथ ही साथ किस प्रकार से योग के विभिन्न मुद्राएं जैसे हठ योग, योग निद्रा, प्राणायाम, नाडी शोधन इत्यादि के प्रभाव को इस क्षेत्र में होने वाले नवीनतम शोध के माध्यम से बताया। उन्होंने कहा कि हमें अवसाद से बचने के लिए खुद को नकारात्मकता से दूर रखना चाहिए, और योग उसका सर्वोत्तम माध्यम है। कार्यशाला के द्वितीय वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह ने बताया कि मुस्कुराने से चेहरे की 32 मांसपेशियां का क्रियान्वयन होता है, जिससे हमारे चेहरे का निखार बढ़ता है। उन्होंने तनाव से खुद को बचाने हेतु प्रयुक्त होने वाले कुछ योगासनो को प्रतिभागियों को करके भी दिखाएं तथा अभ्यास कराया। इसके साथ ही साथ इन योगासनों से होने वाले विभिन्न लाभों को अभ्यास के साथ-साथ बताया। कार्यशाला की अध्यक्षता कर रहे प्रो० अविनाश पाथर्डीकर ने कहा कि क्रोध से मनुष्य के ज्ञान का क्षय होता है। अत्यधिक क्रोध करने से इंसान को मानसिक बीमारियों का भी सामना करना पड़ता है। उन्होंने वेदों में वर्णित विभिन्न युक्तियों का उदाहरण लेते हुए तनाव में योग की भूमिका पर प्रकाश डाला। इस मौके पर छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो० अजय द्विवेदी ने कहा कि हमें अपने मूल से अलग नहीं होना चाहिए। हम जब भी अपने मूल और मूल्य से अलग होते हैं, तो यह हमें तनाव देता है।

लिंक : <https://meet.google.com/xgg-hrvk-xsr>

**ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यशाला के कुछ स्क्रीन-शॉट**





## समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

# 'तनाव प्रबंधन में योग की भूमिका' विषय पर वेबिनार

**भारत एकता टाइम्स/जौनपुर**

वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा 'मिशन ड्रग फ्री कैम्पस एंड सोसाइटी' के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत बृहस्पतिवार को 'तनाव प्रबंधन में योग की भूमिका' विषय पर एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में बतौर मुख्य वक्ता नैदानिक मनोवैज्ञानिक पायल जायसवाल ने कहा कि हमें नकारात्मक चीजों के लिए इनकार करना सीखना होगा। उन्होंने अवसाद और उसके प्रकार, प्रभाव और उससे बचने के लिए प्रयुक्त होने वाले विभिन्न युक्तियों के साथ ही साथ किस प्रकार से योग के विभिन्न मुद्राएं जैसे हठ योग, योग निद्रा, प्राणायाम, नाडी शोधन इत्यादि के प्रभाव को इस क्षेत्र में होने वाले नवीनतम शोध के माध्यम से बताया। उन्होंने कहा कि हमें अवसाद से बचने के लिए खुद को नकारात्मकता से दूर रखना चाहिए, और योग उसका सर्वोत्तम माध्यम है। कार्यशाला के द्वितीय वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक राजेंद्र प्रताप सिंह ने कहा कि मुस्कुराने से चेहरे की 32 मांसपेशियों का क्रियान्वयन होता है, जिससे हमारे चेहरे का निखार बढ़ता है। उन्होंने तनाव से खुद को बचाने हेतु प्रयुक्त होने वाले कुछ योगासनो को प्रतिभागियों को करके भी दिखाए तथा अभ्यास कराया। इसके साथ ही साथ इन योगासनो से होने वाले विभिन्न लाभों को अभ्यास

के साथ-साथ बताया। कार्यशाला की अध्यक्षता कर रहे प्रो. अविनाश पाथरीकर ने कहा कि क्रोध से मनुष्य के ज्ञान का क्षय होता है। अत्यधिक क्रोध करने से इंसान को मानसिक बीमारियों का भी सामना करना पड़ता है।



G2 उत्तर रेलवे		75 आजादी का अमृत महोत्सव
खुली निविदा सूचना (ई-निविदा)		
भारत के राष्ट्रपति की ओर से मंडल रेलवे प्रबंधक (इंजीनियरिंग), उत्तर रेलवे, लखनऊ द्वारा निम्नलिखित कार्य हेतु ई निविदा प्रणाली द्वारा जिसकी अंतिम निविदा तिथि दिनांक 17.07.2023 को 15.00 बजे तक आमंत्रित की जाती है। इस निविदा के मैन्युअल ऑफर स्वीकार नहीं किये जायेंगे यदि कोई मैन्युअल ऑफर आता है तो उस पर विचार नहीं किया जायेगा।		
1	निविदा सूचना संख्या	06002023 दिनांक 22.06.2023
2	निविदा संख्या	01/ DEN-Track/LKO/2023-24
3	कार्य का नाम	मण्डल इंजीनियर-ट्रैक/लखनऊ के अधीन अतिरिक्त आवश्यकता को नियमित आधार पर दिन प्रति दिन रेल पथ सामग्री की ढुलाई, लदाई, उतरवाई का कार्य।
4	अनुमानित लागत	Rs. 3,61,20,000/-
5	घरोहर राशि	Rs. 3,30,600/-
6	कार्य की समापन अवधि	स्वीकृत पत्र जारी करने की तिथि बारह माह।
7	निविदा ढालने का प्रारंभ	03.07.2023
8	निविदा बंद होने की तिथि एवं समय	17.07.2023 15:00 बजे.
9	वेबसाइट	www.ireps.gov.in
नोट:-1. निविदा संबंधी अन्य विस्तृत विवरण उक्त वेबसाइट पर उपलब्ध हैं।		
दिनांक: 22.06.2023		1940/23

घाटकों की सेवा में मुस्कान के साथ

# अवसाद से बचने के लिए नकारात्मकता से रहें दूर - पायल जायसवाल

रोहित संवाद : सुरेश कुमार कनोजिया

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा श्मिशन ड्रग फ्री कैंपस एंड सोसाइटी के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत बृहस्पतिवार को शतनाव प्रबंधन में योग की भूमिका विषय पर एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में बतौर मुख्य वक्ता नैदानिक मनोवैज्ञानिक पायल जायसवाल ने कहा कि हमें नकारात्मक चीजों के लिए इनकार करना सीखना होगा, उन्होंने अवसाद और उसके प्रकार, प्रभाव और उससे बचने के लिए प्रयुक्त होने वाले विभिन्न युक्तियों के साथ ही साथ किस प्रकार से योग के विभिन्न मुद्राएं जैसे हठ योग, योग निद्रा, प्राणायाम, नाड़ी शोधन इत्यादि के प्रभाव को इस क्षेत्र में होने वाले नवीनतम शोध के माध्यम से बताया, उन्होंने कहा कि हमें अवसाद से बचने के लिए खुद को नकारात्मकता से दूर रखना चाहिए, और योग उसका सर्वोत्तम माध्यम है, कार्यशाला के द्वितीय वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक राजेंद्र प्रताप सिंह ने कहा कि मुस्कुराने से चेहरे की 32 मांसपेशियां का क्रियान्वयन होता है, जिससे हमारे चेहरे का निखार बढ़ता है, उन्होंने तनाव से खुद को बचाने हेतु प्रयुक्त होने वाले कुछ योगासनो को प्रतिभागियों को करके भी दिखाए तथा अभ्यास कराया, इसके साथ ही साथ इन योगासनो से होने वाले विभिन्न लाभों को



अभ्यास के साथ-साथ बताया, कार्यशाला की अध्यक्षता कर रहे प्रो. अविनाश पाथर्डीकर ने कहा कि क्रोध से मनुष्य के ज्ञान का क्षय होता है, अत्यधिक क्रोध करने से इंसान को मानसिक बीमारियों का भी सामना करना पड़ता है, उन्होंने वेदों में वर्णित विभिन्न युक्तियों का उदाहरण लेते हुए तनाव में योग की भूमिका पर प्रकाश डाला, इस मौके पर छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो. अजय द्विवेदी ने कहा कि हमें अपने मूल से अलग नहीं होना चाहिए। हम जब भी अपने मूल और मूल्य से अलग होते हैं, तो यह हमें तनाव देता है संचालन व्यवहारिक मनोविज्ञान की छात्रा हिदायत फातिमा ने की और धन्यवाद ज्ञापन इस अभियान के समन्वयक डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने किया इस अवसर पर प्रो. विक्रम देव शर्मा, डॉ. कुमुद श्रीवास्तव, सैन्ट थॉमस, अवनीश विश्वकर्मा सहित विश्वविद्यालय एवं सम्बद्ध महाविद्यालयों के छात्रों ने बड़ी मात्रा में प्रतिभाग किया तथा इस महत्वपूर्ण, समसामयिक विषय पर विशेषज्ञों से ज्ञान एवं प्रशिक्षण प्राप्त किया।

## तनाव प्रबंधन में योग की भूमिका विषय पर एक ई-कार्यशाला का किया गया आयोजन

### परफेक्ट मिशन

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा श्मिशन ड्रग फ्री कैंपस एंड सोसाइटी के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत बृहस्पतिवार को तनाव प्रबंधन में योग की भूमिका विषय पर एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया।

कार्यशाला में बतौर मुख्य वक्ता नैदानिक मनोवैज्ञानिक पायल जायसवाल ने कहा कि हमें नकारात्मक चीजों के लिए इनकार करना सीखना होगा। उन्होंने अवसाद और उसके प्रकार, प्रभाव और उससे बचने के लिए प्रयुक्त होने वाले विभिन्न युक्तियों के साथ ही साथ किस प्रकार से योग के विभिन्न मुद्राएं जैसे हठ योग, योग निद्रा, प्राणायाम, नाड़ी शोधन इत्यादि के

प्रभाव को इस क्षेत्र में होने वाले नवीनतम शोध के माध्यम से बताया। उन्होंने कहा कि हमें अवसाद से बचने के लिए खुद को नकारात्मकता से दूर रखना चाहिए, और योग उसका सर्वोत्तम माध्यम है। कार्यशाला के द्वितीय वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक राजेंद्र प्रताप सिंह ने कहा कि मुस्कुराने से चेहरे की 32 मांसपेशियां का क्रियान्वयन होता है, जिससे हमारे चेहरे का निखार बढ़ता है।

उन्होंने तनाव से खुद को बचाने हेतु प्रयुक्त होने वाले कुछ योगासनो को प्रतिभागियों को करके भी दिखाए तथा अभ्यास कराया। इसके साथ ही साथ इन योगासनो से होने वाले विभिन्न लाभों को अभ्यास के साथ-साथ बताया। कार्यशाला की अध्यक्षता कर रहे प्रो. अविनाश पाथर्डीकर ने कहा कि क्रोध से मनुष्य के ज्ञान का क्षय होता है। अत्यधिक क्रोध करने से इंसान को

मानसिक बीमारियों का भी सामना करना पड़ता है। उन्होंने वेदों में वर्णित विभिन्न युक्तियों का उदाहरण लेते हुए तनाव में योग की भूमिका पर प्रकाश डाला। इस मौके पर छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो. अजय द्विवेदी ने कहा कि हमें अपने मूल से अलग नहीं होना चाहिए। हम जब भी अपने मूल और मूल्य से अलग होते हैं, तो यह हमें तनाव देता है। संचालन व्यवहारिक मनोविज्ञान की छात्रा हिदायत फातिमा ने की और धन्यवाद ज्ञापन इस अभियान के समन्वयक डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने किया। इस अवसर पर प्रो. विक्रम देव शर्मा, डॉ. कुमुद श्रीवास्तव, सैन्ट थॉमस, अवनीश विश्वकर्मा सहित विश्वविद्यालय एवं सम्बद्ध महाविद्यालयों के छात्रों ने बड़ी मात्रा में प्रतिभाग किया तथा इस महत्वपूर्ण, समसामयिक विषय पर विशेषज्ञों से ज्ञान एवं प्रशिक्षण प्राप्त किया।

ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

1. <https://helloworld24.com/stay-away-from-negativity-to-avoid-depression-payal-jaiswal/>
2. [http://www.chakradoot.com/2023/06/jaunpur-news-portal\\_23.html](http://www.chakradoot.com/2023/06/jaunpur-news-portal_23.html)



**कार्यशाला तृतीय दिन :** विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं जन-जागरूकता अभियान के बारहवें दिन (दिनांक : 23.06.2023) को मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के नशे से रोकथाम एवं उपचार में महत्वपूर्ण युक्ति के रूप में परंपरागत चिकित्सा पद्धति को संदर्भित करती हुई 'मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्परिणाम से बचने एवं रोकथाम में परंपरागत चिकित्सा पद्धति (होमियोपैथी एवं आयुर्वेद) का योगदान' विषय पर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन गूगल मीट के माध्यम से किया गया, जिसमें विषय विशेषज्ञ एवं मुख्य अतिथि के रूप में काशी हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी के आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो० ओ० पी० सिंह जी एवं होमियोपैथी विशेषज्ञ के रूप में डॉ० पुनीत सिंह जी, विश्वविद्यालय स्वास्थ्य केंद्र प्रभारी और नशा मुक्ति हेतु योग अभ्यास देने हेतु प्रशिक्षक के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु से श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह रहें।

कार्यशाला में बतौर मुख्य अतिथि व वक्ता काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी के आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो० ओ.पी. सिंह ने बताया कि नशे की मुक्ति संकल्प से होती है, अलग-अलग तरह के नशीले पदार्थों के सेवन और उसके दुष्परिणाम के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने बताया कि इस तरह के व्यसन से निजाद पाने में पंचकर्म थेरपी सबसे कारगर है, जिसमें विरेचन प्रक्रिया, सात्विक आहार, गौ-आधारिक खाद सामग्रियों का प्रयोग शामिल है। इसके अतिरिक्त विभिन्न प्रकार के आयुर्वेदिक औषधियों और आयुर्वेदिक इलाज एवं रोकथाम के बारे में जानकारी प्रदान की। कार्यशाला के द्वितीय वक्ता के रूप में नशा से प्रशित लोगों के उपचार में विभिन्न तरह के होम्योपैथी चिकित्सा विधियों का वर्णन किया तथा अपने अनुभवों को साझा किया। कार्यशाला के योग सत्र में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक श्री राजेंद्र प्रताप सिंह ने आज कुछ नई योग क्रियाओं का अभ्यास कराया, जिसमें शीतली प्रणायाम, जो हमारे दिमाग और शरीर को ठंडा रखता, तनाव, चिंता, एवं अवसाद को दूर भगाने में रामवाण की तरह काम करता है। द्वितीय योग आसन के रूप में भस्त्रिका प्राणायाम, जो हमारे तीन दोष (वात, पित्त और कफ) से राहत दिलाने में बहुत फायदेमंद है। इसके अतिरिक्त यह हमारे ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने, हृदय के लिए लाभदायक, वजन घटाने में सहायक, तनाव को कम करने, श्वसन संबंधी समस्याओं से दिलाए राहत आदि में लाभकारी है। तीसरे योग आसन के रूप में उज्जायी सास (लंबी गहरी सांसे) का अभ्यास कराया, जो तनाव को कम करना, मन को वर्तमान में लाने, शरीर में ऊर्जा का संचार करना, क्रोध को नियंत्रित करना, प्राण ऊर्जा को बढ़ाने में कारगर है।

कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे प्रो० विक्रम देव शर्मा ने कहा कि नशा एक मानसिक रोग है, जिससे बचने के लिए हमें योग, होम्योपैथ दवा और आयुर्वेदिक जड़ी बूटियों का इस्तेमाल करना चाहिए। नशे से लोगों में आत्महत्या की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है और इससे बचाव का तरीका अपने परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों पर विश्वास करना है।

लिंक : <https://meet.google.com/pvo-nmee-ctj>

### ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यशाला के कुछ स्क्रीन-शॉट



# नशा मुक्ति के लिए पंचकर्म थेरेपी कारगर: प्रो. ओपी सिंह

प्रखर जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्ति एवं पुनर्वासि केंद्र द्वारा 'मिशन ड्रग फ्री कैंपस एंड खोसाइटी' के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के

## नशा मुक्ति के जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के तहत हुआ वेबिनार

अंतर्गत शुक्रवार को एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसका विषय 'मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्परिणाम से बचने एवं रोकथाम में परंपरागत चिकित्सा पद्धति (होम्योपैथी एवं आयुर्वेद) की भूमिका' थी। कार्यशाला में बतौर मुख्य अतिथि व वक्ता काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी के आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. ओ.पी. सिंह ने कहा कि नशे को मुक्ति संकल्प से होती है।



अलग-अलग तरह के नशीले पदार्थों के सेवन और उसके दुष्परिणाम के बारे में विस्तार से चर्चा की। उन्होंने कहा कि इस तरह के व्यसन से निजाद पाने में पंचकर्म थेरेपी सबसे कारगर है, जिसमें विरिन प्रक्रिया, सात्विक आहार, गौ आधार्तिक खाद

सामग्रियों का प्रयोग शामिल है इसके अतिरिक्त विभिन्न प्रकार के आयुर्वेदिक औषधियों और आयुर्वेदिक इलाज एवं रोकथाम के बारे में जानकारी प्रदान की। कार्यशाला के द्वितीय घंटा के रूप में नशा से ग्रसित लोगों के उपचार में विभिन्न तरह के होम्योपैथी चिकित्सा विधियों का वर्णन किया तथा अपने अनुभवों को साझा किया। कार्यशाला के योग सत्र में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक राजेंद्र प्रताप सिंह ने कुछ नई योग क्रियाओं का अभ्यास कराया, जिसमें शीतली प्रणायाम, जो हमारे दिमाग और शरीर को ठंडा रखता, तनाव, चिंता, एवं अवसाद को दूर भगाने में रामदाण की तरह काम करता है द्वितीय योग आसन के रूप में मन्त्रिका प्रणायाम, जो हमारे तीन दोष (वात, पित्त और कफ) से राहत दिलाने में बहुत फायदेमंद है। इसके अतिरिक्त यह हमारे ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने, हृदय के लिए लाभदायक, वजन घटाने में

सहायक, तनाव को कम करने, श्वसन संबंधी समस्याओं से दिलाए राहत आदि में लाभकारी है। तीसरे योग आसन के रूप में इन्वर्सी सांस (लंबी गहरी सांस) का अभ्यास कराया, जो तनाव को कम करना, मन को परमान में लाने, शरीर में ऊर्जा का संचार करके, क्रोध को नियंत्रित करना, प्राण ऊर्जा को बढ़ाने में कारगर है। कार्यक्रम को अज्योता कर रहे

प्रो. विक्रम देव शर्मा ने कहा कि नशा एक मानसिक रोग है, जिससे बचने के लिए हमें योग, होम्योपैथ दवा और आयुर्वेदिक जड़ी बूटियों का इस्तेमाल करना चाहिए। नशे से लोगों में आत्महत्या की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है और इससे बचाव का तरीका अपने परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों पर विरवास करना है। कार्यशाला का संचालन ज्योहारिक मनोविज्ञान की छात्र

हिदायत फातिमा ने की और धन्यवाद ज्ञापन समन्वयक डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने किया इसमें कार्यशाला में प्रतिभागियों के रूप में डॉ मनोज मिश्र, डॉ जानक्यो श्रीवास्तव, डॉ अवधेश श्रीवास्तव, डॉ धीरेन्द्र चौधरी, विवेक, अराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश चौहान आदि सहित मौजूद रहे।

## स्वाट टीम ने किया 10 हजार का इनामिया वॉश्टि अभियुक्त गिरफ्तार

प्रखर ब्यूरो गाजीपुर। पुलिस अधीक्षक जनपद गाजीपुर के आदेश के क्रम में अपराध व अपराधियों एवं पुरस्कार घोषित व वांछित अपराधियों के विरुद्ध चलाने जा रहे अभियान के तहत अपर पुलिस अधीक्षक नगर व क्षेत्राधिकारी नगर गाजीपुर के कुशल प्रयत्न में शनिवार को उप निरीक्षक अभिषेक सिंह मय हमराह कस्टेबल सत्यप्रकाश व स्वाट टीम के हेड कस्टेबल सैलेन्द्र चादव व कस्टेबल चन्दनमणि त्रिपाठी द्वारा विभिन्न अपराधों में पुरस्कार घोषित अभियुक्त राहुल चादव पुत्र बीरबन चादव निवासी सुआपुर थाना करमड़ा गाजीपुर को लार्ड कार्नेलसिंस के मुकबरा के पास से ग्रभय करीब 9.30 बजे गिरफ्तार किया गया। अभियुक्त राहुल चादव उपरोक्त को गिरफ्तार कर अन्य विधिक कार्यवाही थाना कोतवाली द्वारा जारी है।



# कौटिल्य का भारत जौनपुर

# नशा मुक्ति के लिए पंचकर्म थेरेपी कारगर: प्रो. ओपी सिंह

## नशा मुक्ति के जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के तहत हुआ वेबिनार

कौटिल्य का भारत जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्ति एवं पुनर्वासि केंद्र द्वारा 'मिशन ड्रग फ्री कैंपस एंड खोसाइटी' के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत शुक्रवार को एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसका विषय 'मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्परिणाम से बचने एवं रोकथाम में परंपरागत चिकित्सा पद्धति (होम्योपैथी एवं आयुर्वेद) की भूमिका' थी। कार्यशाला में बतौर मुख्य अतिथि व वक्ता काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी के

आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. ओ.पी. सिंह ने कहा कि नशे की मुक्ति संकल्प से होती है। अलग-अलग तरह के नशीले पदार्थों के सेवन और उसके दुष्परिणाम के बारे में विस्तार से चर्चा की। उन्होंने कहा कि इस तरह के व्यसन से निजाद पाने में पंचकर्म थेरेपी सबसे कारगर है, जिसमें विरिन प्रक्रिया, सात्विक आहार, गौ आधार्तिक खाद सम्प्रियों का प्रयोग शामिल है। इसके अतिरिक्त विभिन्न प्रकार के आयुर्वेदिक औषधियों और आयुर्वेदिक इलाज एवं रोकथाम के बारे में जानकारी प्रदान की। कार्यशाला के द्वितीय घंटा के रूप में नशा से ग्रसित लोगों के



उपचार में विभिन्न तरह के

होम्योपैथी चिकित्सा विधियों का वर्णन किया तथा अपने अनुभवों को साझा किया। कार्यशाला के योग सत्र में आर्ट ऑफ लिविंग के योग प्रशिक्षक राजेंद्र प्रताप सिंह ने कुछ नई योग क्रियाओं का अभ्यास कराया, जिसमें शीतली प्रणायाम, जो हमारे दिमाग और शरीर को ठंडा रखता, तनाव, चिंता, एवं अवसाद को दूर भगाने में रामदाण की तरह काम करता है द्वितीय योग आसन के रूप में मन्त्रिका प्रणायाम, जो हमारे तीन दोष (वात, पित्त और कफ) से राहत दिलाने में बहुत फायदेमंद है। इसके अतिरिक्त यह हमारे ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने, हृदय

के लिए लाभदायक, वजन घटाने में सहायक, तनाव को कम करने, श्वसन संबंधी समस्याओं से दिलाए राहत आदि में लाभकारी है। तीसरे योग आसन के रूप में उज्जयी सांस (लंबी गहरी सांस) का अभ्यास कराया, जो तनाव को कम करना, मन को परमान में लाने, शरीर में ऊर्जा का संचार करना, क्रोध को नियंत्रित करना, प्राण ऊर्जा को बढ़ाने में कारगर है। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे प्रो. विक्रम देव शर्मा ने कहा कि नशा एक मानसिक रोग है, जिससे बचने के लिए हमें योग, होम्योपैथ दवा और आयुर्वेदिक जड़ी बूटियों का इस्तेमाल करना चाहिए।

नशे से लोगों में आत्महत्या की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है और इससे बचाव का तरीका अपने परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों पर विरवास करना है। कार्यशाला का संचालन ज्योहारिक मनोविज्ञान की छात्र हिदायत फातिमा ने की और धन्यवाद ज्ञापन समन्वयक डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने किया इसमें कार्यशाला में प्रतिभागियों के रूप में डॉ मनोज मिश्र, डॉ जानक्यो श्रीवास्तव, डॉ अवधेश श्रीवास्तव, डॉ धीरेन्द्र चौधरी, विवेक, अराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश चौहान आदि सहित मौजूद रहे।



# नशा मुक्ति के लिए पंचकर्म थेरेपी कारगर : ओपी सिंह

जनसंदेश न्यूज

कार्यशाला का आयोजन

नशा मुक्ति के लिए जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के तहत हुआ वेबिनार

जौनपुर। चौर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्ति एवं सुनर्वास केंद्र द्वारा मिशन ड्रग फ्री कैम्प एंड सोसाइटी के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत मुख्यकार को एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसका विषय 'मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्प्रयोग से बचने एवं रोकथाम में परंपरागत चिकित्सा पद्धति (होम्योपैथी एवं आयुर्वेद) की भूमिका' थी। कार्यशाला में चर्चित मुख्य अतिथि व वक्ता कश्मी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी के आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. ओपी सिंह ने कहा कि नशे को मुक्ति संकल्प से होती है। अलग-अलग तरह के नशेको पदार्थों के सेवन और उसके दुष्प्रयोग के बारे में विस्तार से चर्चा की। इन तरह के नशेको पदार्थों के सेवन और उसके दुष्प्रयोग के बारे में विस्तार से चर्चा की। उन्होंने कहा कि इस तरह के काम में निजहद पाने में पंचकर्म धैर्यही सबसे कारगर है, जिसमें विरेचन प्रक्रिया, स्थितिक आहार, यौ आध्यात्मिक चार सामग्रियों का प्रयोग शामिल है इसके अतिरिक्त विभिन्न प्रकार के आयुर्वेदिक औषधियों और आयुर्वेदिक इलाज एवं रोकथाम के बारे में जानकारी प्रदान की। कार्यशाला के द्वितीय चरण के रूप में नशा से ग्रस्त लोगों के उपचार में विभिन्न तरह के होम्योपैथी चिकित्सा विधियों का वर्णन किया तथा अपने अनुभवों को साझा किया। कार्यशाला के बीच में डॉ. अरवि शर्मा के बीच प्रोफेसर राजेंद्र प्रताप सिंह ने कुछ नई चोटियाँ का अन्वेषण कराया, जिसमें शीतली प्रणाम, जो हमारे दिमाग और शरीर को ठंडा रखता, तनाव, चिंता, एवं अवसाद को दूर भगने में सम्बन्ध की तरह काम करता है। द्वितीय चरण आसन के रूप में धर्मिका प्राणायाम, जो हमारे तीन दोष (वात, पित्त और कफ) से राहत दिलाने में बहुत फायदेमंद है। इसके अतिरिक्त वह हमारे रक्त प्रेशर को

नियंत्रित करने, हाथ के लिए लाभदायक, वजन बढ़ाने में सहायक, तनाव को कम करने, स्वसन संबंधी समस्याओं से राहत अर्थात् में लाभकारी है। तीसरी चरण आसन के रूप में उज्ज्वली संस (लंबी गहरी साँसे) का अभ्यास कराया, जो तनाव को कम करना, मन को वर्तमान में लाने, शरीर में ऊर्जा का संभार करना, जोष को नियंत्रित करना, प्राण ऊर्जा को बढ़ाने में कारगर है। कार्यशाला की अन्वेषणा का नौ प्रो. विक्रम देव शर्मा ने कहा कि नशा एक मार्मिक रोग है, जिससे बचने के लिए हमें योग, होम्योपैथ दवा और आयुर्वेदिक जड़ी बूटियों का इस्तेमाल करना चाहिए। नशे से लोगों में अव्यवस्था की प्रकृति उत्पन्न होती है और इसी बंधन का हटोका अती परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों पर विश्वास करना है। कार्यशाला का संचालन व्यवहारिक मनोविज्ञान की छात्रा शिवांगी पारितोष ने की और धन्यवाद ज्ञापन समन्वयक डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने किया। इसमें कार्यशाला में प्रतिभागियों के रूप में डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. जानकी श्रीवास्तव, डॉ. अवधेश श्रीवास्तव, डॉ. रॉबर्ट चौधरी, विवेक, अराधना, रिचा, दिवा, दिव्या, मोनली, सुनि, यशेंद्र, सप्रेमकाश चौहान अदि सहित मौजूद रहे।

अवधानामा संवाददाता

अवधानामा संवाददाता

जौनपुर। चौर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्ति एवं सुनर्वास केंद्र द्वारा मिशन ड्रग फ्री कैम्प एंड सोसाइटी के तहत नशा मुक्ति हेतु मनाए जाने वाले जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत मुख्यकार को एक ई-कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसका विषय 'मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के दुष्प्रयोग से बचने एवं रोकथाम में परंपरागत चिकित्सा पद्धति (होम्योपैथी एवं आयुर्वेद) की भूमिका' थी। कार्यशाला में चर्चित मुख्य अतिथि व वक्ता कश्मी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी के आयुर्वेद विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. ओपी सिंह ने कहा कि नशे को मुक्ति

संकल्प से होती है। अलग-अलग तरह के नशेको पदार्थों के सेवन और उसके दुष्प्रयोग के बारे में विस्तार से चर्चा की। उन्होंने कहा कि इस तरह के काम में निजहद पाने में पंचकर्म धैर्यही सबसे कारगर है, जिसमें विरेचन प्रक्रिया, स्थितिक आहार, यौ आध्यात्मिक चार सामग्रियों का प्रयोग शामिल है इसके अतिरिक्त विभिन्न प्रकार के आयुर्वेदिक औषधियों और आयुर्वेदिक इलाज एवं रोकथाम के बारे में जानकारी प्रदान की। कार्यशाला के द्वितीय चरण के रूप में नशा से ग्रस्त लोगों के उपचार में विभिन्न तरह के होम्योपैथी चिकित्सा विधियों का वर्णन किया तथा अपने अनुभवों को साझा किया। कार्यशाला के बीच में डॉ. अरवि शर्मा के बीच प्रोफेसर राजेंद्र प्रताप सिंह ने कुछ नई चोटियाँ का अन्वेषण कराया, जिसमें शीतली प्रणाम, जो हमारे दिमाग और शरीर को ठंडा रखता, तनाव, चिंता, एवं अवसाद को दूर भगने में सम्बन्ध की तरह काम करता है। द्वितीय चरण आसन के रूप में धर्मिका प्राणायाम, जो हमारे तीन दोष (वात, पित्त और कफ) से राहत दिलाने में बहुत फायदेमंद है। इसके अतिरिक्त वह हमारे रक्त प्रेशर को

नियंत्रित करने, हाथ के लिए लाभदायक, वजन बढ़ाने में सहायक, तनाव को कम करने, स्वसन संबंधी समस्याओं से राहत अर्थात् में लाभकारी है। तीसरे चरण आसन के रूप में उज्ज्वली संस (लंबी गहरी साँसे) का अभ्यास कराया, जो तनाव को कम करना, मन को वर्तमान में लाने, शरीर में ऊर्जा का संभार करना, जोष को नियंत्रित करना, प्राण ऊर्जा को बढ़ाने में कारगर है। कार्यशाला की

अवधानामा संवाददाता

## प्रयागराज, आजमगढ़, जौनपुर



# नशा मुक्ति के लिए पंचकर्म थेरेपी कारगर: प्रो. सिंह

- ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार
- <https://hindisamaachar.com/full-story/34143/vyasana-se-nijada-pane-mem-pancakarma-therapi-sabase-karagara-hai-propheasara-opi-sinha>
  - <http://www.chakradoot.com/2023/06/jaunpur-panchkarma-therapy-is-effective.html>

**कार्यशाला चतुर्थ दिन :** विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं जन-जागरूकता अभियान के तैरहवें दिन (दिनांक : 24.06.2023) 'जीवन-शैली से जुड़े रोग एवं रोकथाम में योग की भूमिका' पर आधारित था। उपर्युक्त विषय पर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन गूगल मीट के माध्यम से किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका एवं शिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार एवं विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय, सहायक आचार्य, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय जौनपुर रहें।

कार्यशाला की मुख्य वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार जी ने कहा कि महिलाओं असंतुलित जीवन शैली के कारण तमाम तरह की समस्याएं आ रही है, जिसमें एक बहुत सामान्य बीमारी के रूप में पीसीओएस है, इससे ग्रसित महिलाओं में मानसिक अवसाद अधिक होती है, ये हार्मोनल डिस्टर्बेंस के कारण से है। इसी तरह से असंगत जीवन शैली के कारण मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनने लगता है, जिसके कारण मधुमेह का समस्या से हम लंबे समय तक परेशान रहते हैं। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। इसमें नाड़ी शोधन प्राणायाम बहुत ही कारगर है। सुदर्शन क्रिया दूसरा विधि है, जो काफी प्रभावकारी है। उन्होंने बताया कि योग शरीर के लिए कई तरह से फायदेमंद है। योग करने से ना सिर्फ शरीर फुर्तीला रहता है, बल्कि इससे कई तरह की बीमारियां भी दूर होती हैं। कोरोना वायरस जैसी भयावह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। इसके अतिरिक्त अस्थमा के मरीजों के लिए योग बेहद कारगर है। योग करने से न सिर्फ सांस संबंधी तकलीफों से छुटकारा मिलेगा, बल्कि इहेलर लेने की जरूरत भी नहीं होगी। योग से फेफड़ों में ताजी हवा पहुंचती है और सांस से जुड़ी सारी समस्याएं दूर हो जाती हैं। अस्थमा के रोग में प्राणायाम और धनुरासन करना काफी फायदेमंद होता है। योग करने से मोटापे से जुड़े कई रोगों से मुक्ति मिलती है। अगर हम नियमित तौर पर योग करते हैं, तो हमारा वजन जरूर कम हो जाएगा। मोटापा दूर करने के लिए वैसे तो कई आसन हैं, लेकिन सबसे कारगर आसन ताड़ासन, त्रिकोणासन, पादहस्तासन और पार्श्वकोणासन हैं। उसी तरह डायबिटीज ऐसी बीमारी है, जिसका कोई इलाज नहीं है। वास्तव में हम इंसुलिन प्रतिरोधक का इलाज नहीं कर सकते, लेकिन हम अपने ब्लड शुगर के स्तर को आसानी से नियंत्रित कर सकते हैं। कपालभाति प्राणायाम, धनुरासन और चक्रासन से डायबिटीज की समस्या कम होती है। हाइपरटेंशन की बीमारी को दूर करने में योग काफी मददगार है। योग व ध्यान की मदद से हाइपरटेंशन को दूर किया जा सकता है। इसके लिए हम पश्चिमोत्ताशन, शवासन, प्राणायाम और अधो-मुखश्वासन का अभ्यास करना चाहिए। इसी तरह से एक उम्र के बाद अकसर लोगों को माइग्रेन की समस्या होने लगती है। माइग्रेन का मुख्य कारण दिमाग तक ब्लड का पर्याप्त मात्रा में सर्कुलेशन न हो है। योग की मदद से दिमाग तक आसानी से ब्लड पहुंच जाता है। माइंड में फ्रेशनेस बनी रहती है। माइग्रेन में शीर्षासन या हेडस्टैंड करने से लाभ मिलता है। इसके अलावा उष्ट्रासन, बालासन और शवासन से भी लाभ मिलेगा। सत्र के अंत में उन्होंने उपस्थित प्रतिभागियों को उपरोक्त आसनों को करके दिखाया तथा बताया कि इन आसनों का निरंतर अभ्यास हमें इन बीमारियों से मुक्त होने में काफी मददगार साबित होगी। योग अभ्यास के बाद प्रतिभागियों के साथ प्रश्नों एवं शंकाओं का समाधान विशेषज्ञों द्वारा किया गया।

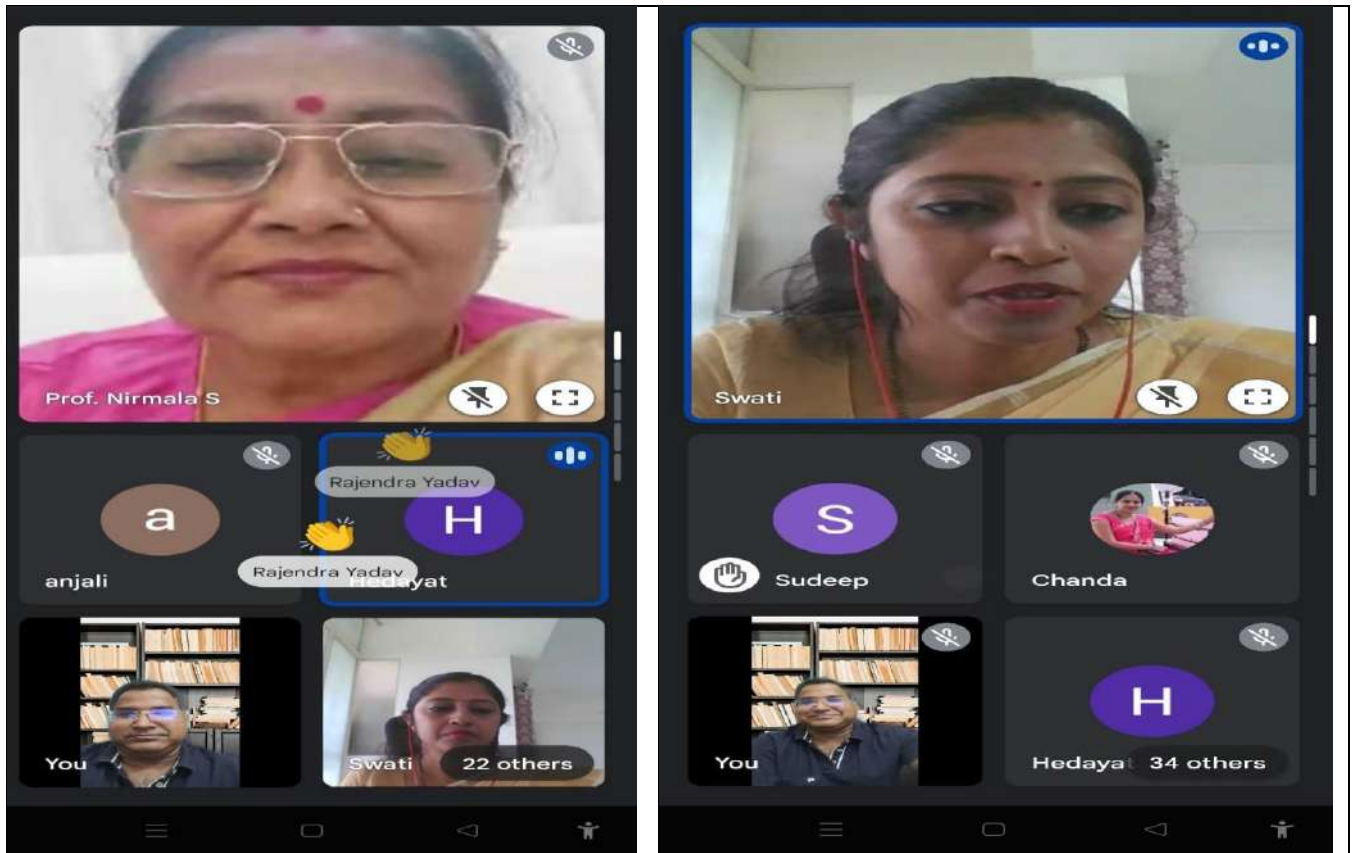
विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय, सहायक आचार्य, व्यावहारिक मनोविज्ञान विभाग ने हमारी जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि जीवन शैली से जुड़े रोग ऐसे शारीरिक रोग होते हैं जो लोगों के दैनिक जीवन जीने के तरीकों से उत्पन्न होता है, क्योंकि जिस व्यक्ति के जीवन में शारीरिक गतिविधि, व्यायाम और पोषण सम्बन्धी संतुलित आहार है, वह स्वस्थ है और जिस व्यक्ति के जीवन में यह सब नहीं है, वह अस्वस्थ है। उन्होंने बताया कि शारीरिक गतिविधि, व्यायाम और पोषण सम्बन्धी इन सब के अभाव से हमें अनेकों प्रकार के जीवनशैली से संबंधित रोग हो सकते हैं, जैसे 'हृदय रोग, स्ट्रोक, मोटापा, मधुमेह, फेफड़ों का कैंसर, किडनी विफलता, उच्च रक्तचाप, चिड़चिड़ापन, अवसाद, मानसिक स्वास्थ्य रोग', ऐसी बीमारियों का होना कोई एक दिन की प्रक्रिया नहीं होती है, यह व्यक्ति के शरीर पर धीरे-धीरे अपना प्रभाव डालती है। इन जीवनशैली से जुड़े रोगों से बचाव का एक मात्र साधन संतुलित जीवन शैली को अपनाना है, जैसे समय से सोना व जागना, संतुलित भोजन लेना, ज्यादा से ज्यादा प्राकृतिक संसाधनों का उपयोग और योग को अपने जीवन का एक महत्वपूर्ण अंग बनाना।

प्रशिक्षण कार्यशाला की अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की मा० कुलपति प्रो० निर्मला एस० मौर्य ने बताया कि जीवन शैली से जुड़ी बीमारियां हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी है, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग का सही अभ्यास हमें तमाम बीमारियों से दूर करने में सक्षम है, परंतु योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है जैसे श्रावण के महीने में साग नही खाना चाहिए क्योंकि इस समय साग में विभिन्न तरह के कीड़े लगने लगते हैं। भादों के महीने दही, क्वार में करैला, कार्तिक में मट्ठा नहीं पीना चाहिए। इसी तरह अगहन में जीरे और पौष में सेवन धनिया का प्रयोग नहीं करना चाहिए। माघ

मे मिश्री फागुन में चना, बैशाख मे गुड का सेवन स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। पानी पीते समय हमेशा बैठकर पीना चाहिए और उसी तरह दूध का सेवन खड़े होकर करना चाहिए। उन्होंने विश्वविद्यालय में आयोजित हो रहे इस तरह के कार्यक्रमों की प्रशंसा की तथा आगे भी इस तरह के जन जागरूकता कार्यक्रम हेतु हर तरह के सहयोग की बात की।

लिंक: <https://meet.google.com/bdq-qscr-sfj>

## ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यशाला के कुछ स्क्रीन-शॉट



## समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

# योग से रख सकते हैं बीमारियों को दूर: स्वाति सरकार

## योग के साथ खान-पान पर भी दें ध्यान : प्रो. निर्मला एस. मौर्य

प्रखर जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा शनिवार को 'जीवनशैली से जुड़े रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। मुख्य वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की योग प्रशिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार ने कहा कि महिलाओं की असंतुलित जीवनशैली के कारण तमाम तरह की समस्याएं आ रही हैं, जिसमें एक बहुत सामान्य बीमारी के रूप में पीसीओएस है, इससे ग्रसित महिलाओं में मानसिक अवसाद अधिक होती है, ये हार्मोनल डिस्टर्बेंस के कारण से है। इसी तरह से असंगत जीवनशैली के कारण मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनाता है। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन



समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। कोरोना वायरस जैसी

भयावह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। कार्यशाला की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि जीवनशैली से जुड़ी बीमारियाँ हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी हैं, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने सावन साग ना भादों दही, कुवार दूध ना कार्तिक मही को विस्तार से समझाया। विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. अवधेश कुमार मौर्य ने किया। कार्यशाला में आचार्य विक्रम देव शर्मा, राजेंद्र प्रताप सिंह, जय सिंह, विवेक, आराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनाली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश इत्यादि मौजूद रहे।

# विवाह 16 प्रमुख संस्कारों में से एक महत्वपूर्ण योग से रख सकते हैं बीमारियों को दूर: स्वाति सरकार

योग के साथ खान-पान पर भी दें ध्यान : प्रो. निर्मला एस. मोर्य

आइडिबल इंस्टीट्यूट ऑफ यूनैटेड जौनपुर विवाह 16 प्रमुख संस्कारों में से एक महत्वपूर्ण संस्कार है। समाज के विधेय परिचारा की कन्याओं का विवाह सरल हो एवं दुलान ही खोज है, यही मूल ध्येय है। भारत विकास परिषद की। साल विवाह प्रकल्प के अन्तर्गत भारत विकास परिषद जौनपुर द्वारा जकारद संघ परिवार को विटिया की शादी के लिए शाखाध्यक्ष शिव कुमार गुप्ता एवं प्रकल्प प्रमुख अवधेश गिरि के नेतृत्व में शादी में जग्य होने वाली भस्मरालि एवं अक्षयक समझी को परिष्द परिष्क के सहयोग से विटिया की शादी 25-06-23के पूर्व संस्था पर विटिया को बड़ी बहन जो शादी में विमोदारी विभा रही है, जो उपहार स्वयं दिया गया। विटिया की शादी में बचल चेट गरा, चेट सीट,



भिरगार दान, आलनारी, अटै री, फाट्ट, वे घड़ी, 4 गेट साड़ी, कुर्सी टै बल, डिनर सेट, मेक अप सामान, आभरण, विछिया, वाटर कुलर, गले का मेट, कान्टी, वीचल घड़ी इत्यादि सामानों के साथ करद 5100/-रिफा रफा हस अवसर पर नीरज श्रीचरमस जिला समन्वयक, ज्वेला अग्रहारी महिला नर्षोत्तिका दवाटर नीरज प्रकाश

आइडिबल इंस्टीट्यूट ऑफ यूनैटेड जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा शनिवार को 'जीवनशैली से जुड़े रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। मुख्य वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की योग प्रशिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार ने कहा कि महिलाओं की असंतुलित जीवनशैली के कारण तमाम तरह की समस्याएं आ रही हैं, जिसमें एक बहुत सामान्य बीमारी के रूप में पीसीओएस है, इससे ग्रसित महिलाओं में मानसिक अवसाद अधिक होती है, ये हार्मोनल डिस्टर्बेंस के कारण से है। इसी तरह से असंगत जीवनशैली के कारण मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनाता है। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। कोरोना वायरस जैसी चकवह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। कार्यशाला की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मोर्य ने कहा कि जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी है, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने सावन साग ना भादों दही, कुवार दूध या कार्तिक मही को विस्तार से समझाया। विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. अक्षेश कुमार मोर्य ने किया। कार्यशाला में आचार्य विक्रम देव शर्मा, राजेंद्र प्रताप सिंह, जय सिंह, विवेक, आराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनाली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश इत्यादि मौजूद रहे।



मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनाता है। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। कोरोना वायरस जैसी चकवह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। कार्यशाला की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मोर्य ने कहा कि जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी है, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने सावन साग ना भादों दही, कुवार दूध या कार्तिक मही को विस्तार से समझाया। विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. अक्षेश कुमार मोर्य ने किया। कार्यशाला में आचार्य विक्रम देव शर्मा, राजेंद्र प्रताप सिंह, जय सिंह, विवेक, आराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनाली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश इत्यादि मौजूद रहे।

मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनाता है। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। कोरोना वायरस जैसी चकवह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। कार्यशाला की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मोर्य ने कहा कि जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी है, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने सावन साग ना भादों दही, कुवार दूध या कार्तिक मही को विस्तार से समझाया। विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. अक्षेश कुमार मोर्य ने किया। कार्यशाला में आचार्य विक्रम देव शर्मा, राजेंद्र प्रताप सिंह, जय सिंह, विवेक, आराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनाली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश इत्यादि मौजूद रहे।

## जौनपुर समाचार

aajkapanam@gmail.com

### योग से रख सकते हैं बीमारियों को दूर: स्वाति सरकार

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा शनिवार को 'जीवनशैली से जुड़े रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया।

मुख्य वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की योग प्रशिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार ने कहा कि महिलाओं की असंतुलित जीवनशैली के कारण तमाम तरह की समस्याएं आ रही हैं, जिसमें एक बहुत सामान्य बीमारी के रूप में पीसीओएस है, इससे ग्रसित महिलाओं में मानसिक अवसाद अधिक होती है, ये हार्मोनल डिस्टर्बेंस के कारण से है। इसी तरह से असंगत जीवनशैली के कारण मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनाता है। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। कोरोना वायरस जैसी चकवह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। कार्यशाला की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मोर्य ने कहा कि जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी है, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने सावन साग ना भादों दही, कुवार दूध या कार्तिक मही को विस्तार से समझाया। विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. अक्षेश कुमार मोर्य ने किया। कार्यशाला में आचार्य विक्रम देव शर्मा, राजेंद्र प्रताप सिंह, जय सिंह, विवेक, आराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनाली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश इत्यादि मौजूद रहे।

### योग से रख सकते हैं बीमारियों को दूर: स्वाति सरकार

- योग के साथ खान-पान पर भी दें ध्यान: प्रो. निर्मला एस. मोर्य

कोटिल्य का भारत

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा शनिवार को 'जीवनशैली से जुड़े रोगों के रोकथाम में योग की भूमिका' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। मुख्य वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की योग प्रशिक्षिका सुश्री स्वाती सरकार ने कहा कि महिलाओं की असंतुलित जीवनशैली के कारण तमाम तरह की समस्याएं आ रही हैं, जिसमें एक बहुत सामान्य बीमारी के रूप में पीसीओएस है, इससे ग्रसित महिलाओं में मानसिक अवसाद अधिक होती है, ये हार्मोनल डिस्टर्बेंस के कारण से है। इसी तरह से असंगत जीवनशैली के कारण मधुमेह बीमारी में हमारे शरीर में इंसुलिन कम बनाता है। यहाँ योग एवं साधना के माध्यम से इन समस्याओं को हम काफी हद तक कम कर सकते हैं। कोरोना वायरस जैसी चकवह स्थिति में हमने योग को काफी हद तक प्रभावकारी पाया है। कार्यशाला की अध्यक्षता करती हुई विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. निर्मला एस. मोर्य ने कहा कि जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां हमारे स्वयं द्वारा आमंत्रित बीमारी है, जितना भी संभव हो सके, जीवन में योग को स्थान दें। योग के साथ सही खानपान बहुत महत्वपूर्ण है। उन्होंने सावन साग ना भादों दही, कुवार दूध या कार्तिक मही को विस्तार से समझाया। विशिष्ट वक्ता के रूप में डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय ने जीवन शैली से जुड़े बीमारियों के ऊपर प्रकाश डाला। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. अक्षेश कुमार मोर्य ने किया। कार्यशाला में आचार्य विक्रम देव शर्मा, राजेंद्र प्रताप सिंह, जय सिंह, विवेक, आराधना, रिया, प्रिया, दिव्या, सोनाली, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश इत्यादि मौजूद रहे।

ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

- <https://hindisamaachar.com/full-story/34159/jivanasaili-se-jure-rogom-ke-rokathama-mem-yoga-ki-bhumika-visaya-para-karyasala-ka-ayojana>
- <https://www.chakradoot.com/2023/06/Jaunpur-Yoga%20can-keep-diseases-away-Swati%20Sarkar.html>

**कार्यशाला पंचम दिन :** विश्वविद्यालय द्वारा 'नशामुक्त परिसर और समाज' के अधीन चलाये जा रहे जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) एवं जन-जागरूकता अभियान के चौदहवें दिन (दिनांक : 25.06.2023) 'नशा/व्यसन का महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव एवं रोकथाम में योग की भूमिका' पर आधारित था। उपर्युक्त विषय पर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन गूगल मीट के माध्यम से किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में डॉ० सरिता पाण्डेय, स्त्री रोग विशेषज्ञ, उमानाथ सिंह राज्य स्वशासी चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर तथा विशिष्ट अतिथि व वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका निहारिका श्रीवास्तव जी रही।

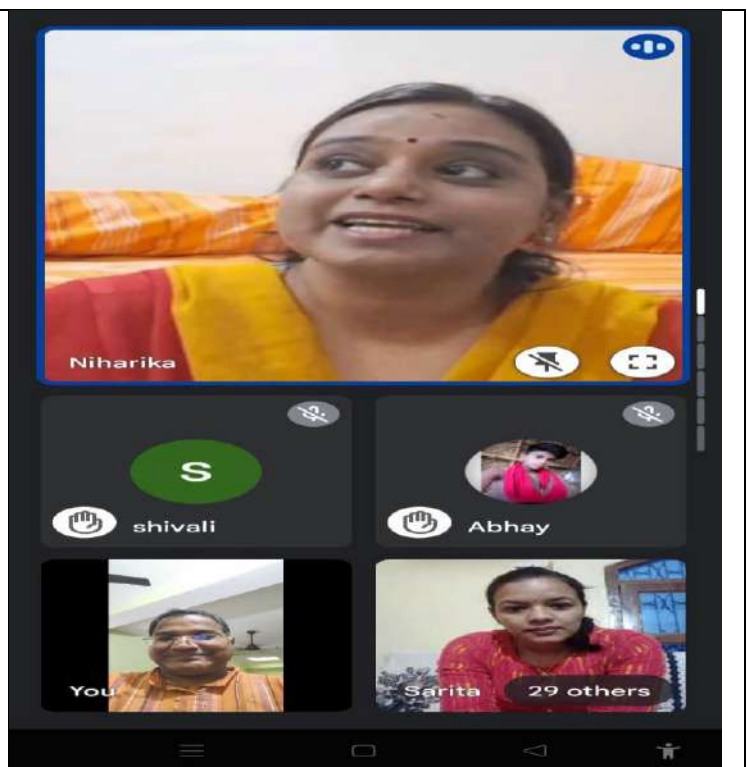
आज के प्रशिक्षण कार्यशाला के मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में उमानाथ सिंह राज्य स्वशासी चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर की स्त्रीरोग विशेषज्ञ डॉ० सरिता पाण्डेय जी ने बताया कि नशा आज हमारे समाज में घर कर गया है। पुरुषों की अपेक्षा आज महिलाएं ज्यादा नशा कर रही हैं। आधुनिक जीवनशैली बहुत तेजी से युवाओं को नशे की गिरफ्त में ले रही है। उन्होंने बताया कि नशा अनेक प्रकार का होता है : स्व-दवा, नशीली दवाओं के सेवन, सिगरेट, और शराब के सेवन से महिलाओं की गर्भावस्था पर बुरा प्रभाव पैदा करता है, जो आगे चलकर उनमें अनेक प्रकार के बिमारियों को जन्म देता है। विशेषकर यदि आज युवतियां नशे का सेवन कर रही हैं, तो यह उन्हें आने वाले समय में तमाम समस्याओं से ग्रसित कर सकता है, जैसे अविकसित बच्चे को जन्म देना, हार्मोनल डिस्टर्बेंस, तनाव, कैंसर, उच्च रक्तचाप, मधुमेह इत्यादि। उन्होंने बताया कि आज समाज में लोगों द्वारा नशा करने के कारण महिलाओं को घरेलू हिंसा और यौन शोषण जैसी सामाजिक कुरतियों का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने बताया कि नशा के लक्षण के रूप में मुख्य रूप से मूड स्विंग, कम ऊर्जा, चीजों पर ध्यान केंद्रित ना होना और नींद में अशांति होना। इसके उपचार भी बताएं कि किस प्रकार हम अलग-अलग तरह की थेरेपी जैसे सीबीटी और योग के माध्यम से इसे दूर किया जा सकता है।

आज के कार्यशाला की विशिष्ट वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका निहारिका श्रीवास्तव जी ने कहा कि सब कुछ मन से जुड़ा है, हमको वर्तमान में रहना चाहिए। उन्होंने बताया कि सही समय पर खाना लेना, सही समय पर सोना, सांस लेना और मन की प्रसन्न स्थिति ये चार चीजें महत्वपूर्ण हैं, जो हमें नशे से दूर रहने में बहुत ही कारगर हैं। उन्होंने कुछ योग आसन जैसे भस्त्रिका प्राणायाम और सहज ध्यान योग का अभ्यास मन और चित्त को शांत रखने के लिए करवाया।

प्रशिक्षण कार्यशाला की अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय की मा० कुलपति प्रो० निर्मला एस० मौर्य ने बताया कि सही तरीके से साँस लेना बहुत महत्वपूर्ण है। सदा मुस्कराते रहें, क्योंकि मुस्कुराने से समस्या सुलझती है और मुस्कुराना सबसे प्रभावकारी योग है। कार्यशाला पंचम दिन : नशा/व्यसन का महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव एवं रोकथाम में योग की भूमिका पर आधारित था, जिसमें मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में डॉ० सरिता पाण्डेय, स्त्री रोग विशेषज्ञ, उमानाथ सिंह स्वशासी चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर तथा विशिष्ट अतिथि व वक्ता आर्ट ऑफ लिविंग की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका निहारिका श्रीवास्तव जी रही।

लिंक : <https://meet.google.com/dfi-vfza-pyd>

**ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यशाला के कुछ स्क्रीन-शॉट**







# आधुनिक जीवनशैली से युवा नशे की गिरफ्त में

यूरो आज का परिणाम जीनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नव स्थापित नशा मुक्त एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा जन जागरूकता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत रविवार को समापन दिवस पर इनामदान व महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव एवं रोकथाम में योग की नूतिकार्य दिग्ग पर प्रशिक्षण कार्यशाळा का आयोजन किया गया।

मुख्य अतिथि व वक्ता के रूप में उमानाथ सिंह स्वशासी चिकित्सा महाविद्यालय, जीनपुर की स्त्रीरोग विशेषज्ञ डॉ. सरिता पाण्डेय ने कहा कि नशा आज हमारे समाज में घर कर गया है। पुरुषों की अपेक्षा आज महिलाएं ज्यादा नशा कर रहीं हैं। आधुनिक जीवनशैली बहुत तेजी से युवाओं को नशे की गिरफ्त में ले रही है। अच्युता करती हुई कुलपति

प्रो. निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि सही तरीके से सौंस लेना बहुत महत्वपूर्ण है। सदा मुस्कुराते रहें, क्योंकि मुस्कुराने से समस्या सुलझती है और मुस्कुराना सबसे प्रभावकारी योग है। विशिष्ट वक्ता के रूप में आर्ट ऑफ लिविंग, बंगलुरु की वरिष्ठ योग प्रशिक्षिका निहारिका श्रीवास्तव ने कहा कि सब कुछ मन से जुड़ा है, हमको वर्तमान में रहना चाहिए। उन्होंने कहा कि सही समय पर खाना लेना,

सही समय पर सोना, सौंस लेना और मन की प्रसन्न स्थिति ये चार चीजें महत्वपूर्ण हैं, जो हमें नशे से दूर रहने में बहुत ही कारगर है। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. मनोज कुमार पाण्डेय दिया। प्रो. देवराज सिंह, डॉ. अक्षय कुमार मौर्य, डॉ. पुनीत सिंह, राजेंद्र प्रताप सिंह, विवेक, हिदायत फातिमा, आराधना, रिया, प्रिया, स्वेता, दिव्या, सोनाली, श्वेता, श्रुति, राजेंद्र, सत्यप्रकाश, हर्ष, रोहित, गरिमा, निहारिका इत्यादि बड़ी संख्या में छात्र छात्राएं मौजूद रही।

## कार्यकर्ताओं से है सपा की पहचान: लालजी वर्मा

ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

1. <https://hellobharat24.com/dr-sarita-pandey-dr-sarita-pandey-has-increased-the-tendency-of-intoxication-among-women/>

दिनांक : 26.06.2023

दिन : पंचदश

वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय में नशा मुक्ति अभियान के तहत आज दिनांक 26.06.2023 को अंतर्राष्ट्रीय नशा निषेध दिवस (26 जून) के अवसर पर जौनपुर जनपद स्थित उमा नाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय में 'नशा के विरुद्ध एक जंग' विषय पर मिशन ड्रग फ्री कैंपस एंड सोसाइटी कार्यक्रम के अंतर्गत वृहद हस्ताक्षर अभियान चलाया गया। बताना चाहेंगे कि पूर्वांचल विश्वविद्यालय स्थित नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केंद्र द्वारा विगत 12 जून से निरंतर नशा मुक्त समाज में जागरूकता को लेकर वृहद कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। इस आयोजन के तहत नशा मुक्त समाज व अंतर्राष्ट्रीय नशा निषेध दिवस के रूप में 26 जून के अवसर पर छात्र, शिक्षकों व चिकित्सकों द्वारा शैक्षणिक संस्थाओं, समाज एवं राष्ट्र को नशामुक्त बनाने व नशीली दवाइयों के दुरुपयोग से रोकथाम हेतु जन जागरूकता कार्यक्रम एवं वृहद हस्ताक्षर और संकल्प आभियान चलाया गया। उपरोक्त जन जागरूकता अभियान कार्यक्रम में मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य प्रो० शिव कुमार ने बताया कि नशा से रोकथाम व नशा मुक्त समाज आज के परिदृश्य में बहुत जरूरी है, युवाओं को इस अभियान में आगे आना चाहिए। उन्होंने विद्यार्थियों को तनाव मुक्त जीवन जीने हेतु सूत्र वाक्य भी दिया और कहा कि तनाव ही सारी समस्याओं की जड़ है और इस तनाव से मुक्त होने में शिक्षकों, अभिभावकों एवं मित्रों का बड़ा ही अहम योगदान है।

इस अवसर पर महाविद्यालय की परीक्षा नियंत्रक डॉ० शशि पाण्डेय, डॉ० विनोद वर्मा, डॉ० बिट्टू व व्यवहारिक मनोविज्ञान के सहायक आचार्य एवं अभियान के समन्वयक डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय ने इस विषय पर अपने विचारों एवं अनुभवों को छात्र व छात्राओं के साथ साझा किया। अंत में इस अभियान के समन्वयक द्वारा छात्रों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं चिकित्सकों को नशा मुक्त समाज में योगदान देने एवं जीवन में नशा से दूर रहने हेतु शपथ दिलाया। उपरोक्त कार्यक्रम में महाविद्यालय स्थित संगोष्ठी भवन में चिकित्सा महाविद्यालय के छात्र-छात्राओं, स्टाफ व शिक्षकों/डॉक्टर द्वारा नशा मुक्ति आभियान में बढ़-चढ़ कर हिस्सा लिया गया तथा इस तरह के अभियान को समय-2 पर आयोजित करते रहने की भी बात की। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय की तरफ से उत्सव सिंह, आदित्य जयसवाल, सत्यम, हिदायत फातिमा, श्रेया, पवन, समरजीत, अरुण, संचिता, निधि व अन्य विद्यार्थी कार्यकर्ता उपस्थित रहे।



# जन-जागरूकता पखवाड़ा

दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

## नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र

वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

के तत्वावधान में

## नशा मुक्त समाज हेतु

## जन-जागरूकता अभियान



TAKE A OATH FOR FIGHT AGAINST DRUG ABUSE



<https://piedga.mypgov.in/againstdrugabuse/>

स्थान : उमा नाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा दिनांक : 26 जून, 2023

संजय कुमार राय

वित्त अधिकारी

वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

महाविद्यालय, जौनपुर

महेन्द्र कुमार

कुलसचिव

वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

प्रो० अजय द्विवेदी

अधिष्ठाता छात्र कल्याण

वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर

डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय

कार्यक्रम समन्वयक एवं नोडल अधिकारी

(एंटीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)



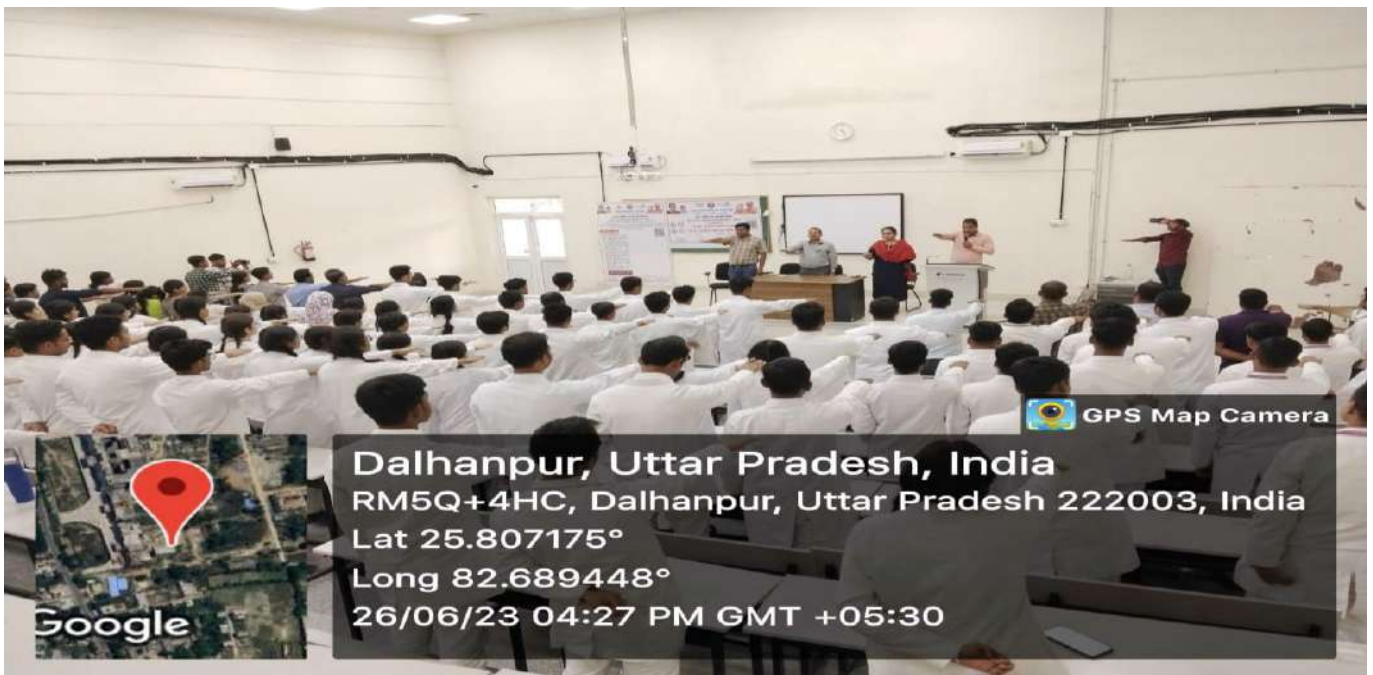




GPS Map Camera



**Dalhanpur, Uttar Pradesh, India**  
 RM5Q+4HC, Dalhanpur, Uttar Pradesh 222003, India  
 Lat 25.807175°  
 Long 82.689448°  
 26/06/23 03:44 PM GMT +05:30



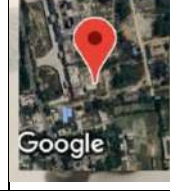
GPS Map Camera



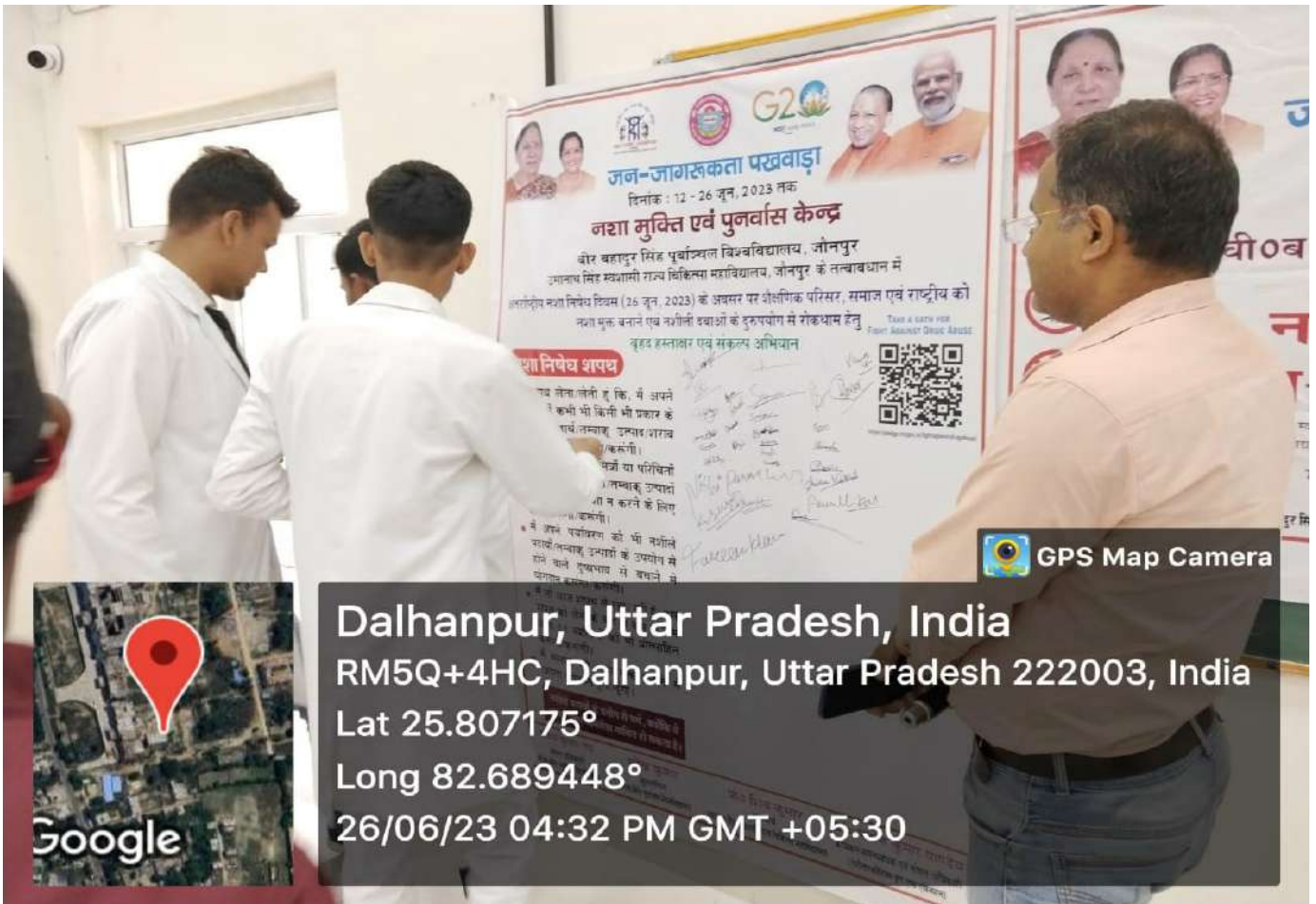
**Dalhanpur, Uttar Pradesh, India**  
 RM5Q+4HC, Dalhanpur, Uttar Pradesh 222003, India  
 Lat 25.807175°  
 Long 82.689448°  
 26/06/23 04:27 PM GMT +05:30



Dalhanpur, Uttar Pradesh, India  
 RM5Q+4HC, Dalhanpur, Uttar Pradesh 222003, India  
 Lat 25.807175°  
 Long 82.689448°  
 26/06/23 04:28 PM GMT +05:30



Dalhanpur, Uttar Pradesh, India  
 RM5Q+4HC, Dalhanpur, Uttar Pradesh 222003, India  
 Lat 25.807175°  
 Long 82.689448°  
 26/06/23 04:29 PM GMT +05:30



Dalhanpur, Uttar Pradesh, India  
 RM5Q+4HC, Dalhanpur, Uttar Pradesh 222003, India  
 Lat 25.807175°  
 Long 82.689448°  
 26/06/23 04:32 PM GMT +05:30

**ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार**

1. [https://www.nayasabera.com/2023/06/nayasaveranetwork\\_2485.html](https://www.nayasabera.com/2023/06/nayasaveranetwork_2485.html)
2. <https://www.aapkiummid.com/2023/06/Jaunpur-Signature-campaign-launched-in-East-University.html>

## जागरूकता पखवाडा (12-26 जून, 2023) कार्यक्रम का समापन

**जन-जागरूकता पखवाडा**  
दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

**नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र, वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर**

- उमानाथ सिंह राज्य चिकित्सा स्वशासी महाविद्यालय, जौनपुर
- अमर शहीद उमानाथ सिंह जिला चिकित्सालय • राष्ट्रीय सेवा योजना एवं अधिष्ठाता छात्र कल्याण कार्यालय के संयुक्त तत्वावधान में

**"MISSION DRUG FREE CAMPUS AND SOCIETY"**

**जन-जागरूकता पखवाडा का समापन**

मुख्य अतिथि : **श्री अनुज कुमार झा** (आई.ए.एस.) | विशिष्ट अतिथि : **प्रो. शिव कुमार** प्राचार्य  
जिलाधिकारी, जौनपुर उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर

अध्यक्षता : **प्रो. निर्मला एस. मौर्य**, कुलपति, वी.ब.सि. पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर  
मंगलवार, दिनांक 27 जून, 2023 को सम्पन्न होगा।

**संजय कुमार राय** वित्त अधिकारी  
वी०ब०सि० पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**महेन्द्र कुमार** कुलसचिव  
वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर

**प्रो० अजय द्विवेदी** अधिष्ठाता छात्र कल्याण  
वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर

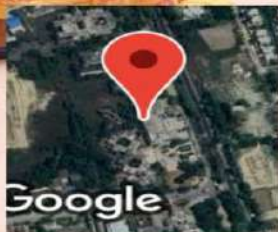
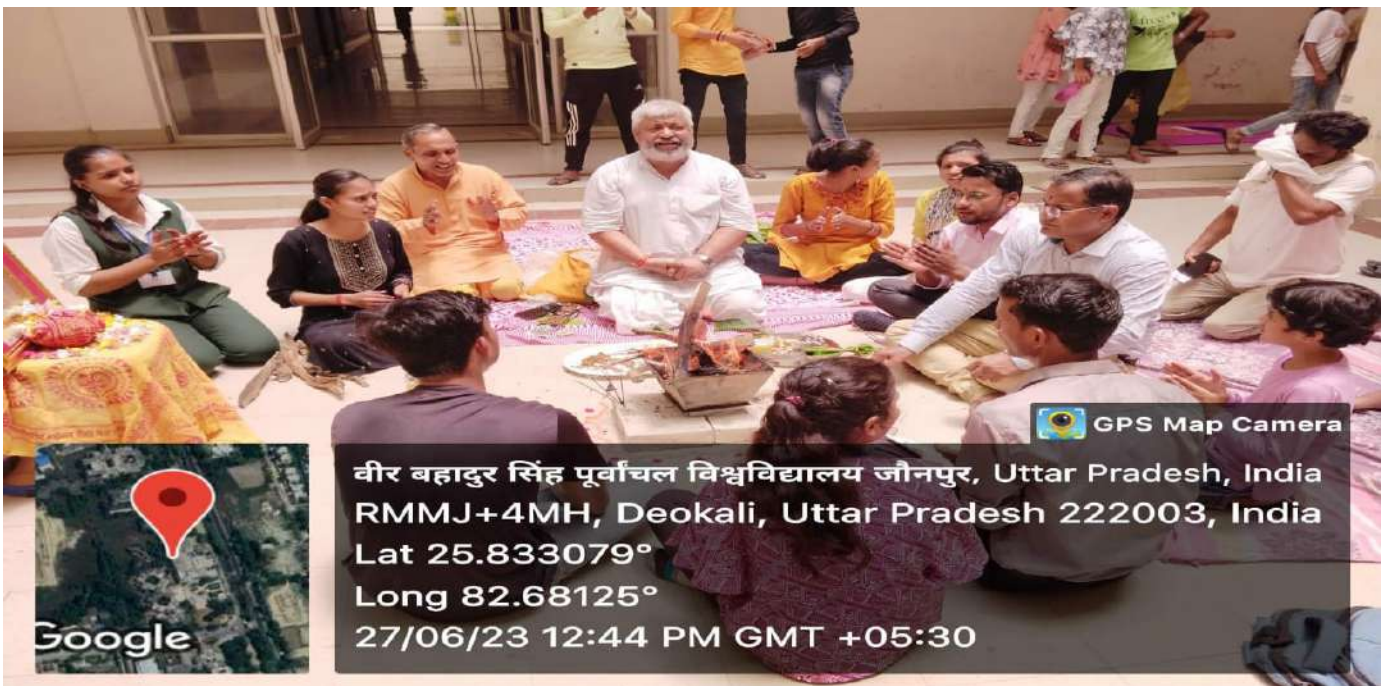
**डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय** कार्यक्रम समन्वयक एवं नीचल अधिकारी  
(एंट्रीनारकोटिक्स ड्रग एण्ड एडिक्शन)

जागरूकता पखवाडा कार्यक्रम के समापन सत्र में, समाज के ऐसे रोल माडल, जिन्होंने अपने संयमित जीवन शैली से मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के सेवन से दूर अपने को अभी तक बचाए रखा है तथा ऐसे लोग जिन्होंने इन मादक पदार्थों एवं द्रव्यों के नशे से सफलतापूर्वक छुटकारा पाया अथवा लोगों को दिलाया है, विश्वविद्यालय द्वारा ऐसे लोगों को सम्मानित किया गया। समापन में मुख्य अतिथि के रूप में जौनपुर के जिलाधिकारी श्री अनुज कुमार झा जी एवं विशिष्ट अतिथि के रूप में प्रो० शिव कुमार, प्राचार्य, मेडिकल कॉलेज जी रहेंगी। जागरूकता पखवाडा के समापन कार्यक्रम में मुख्य अतिथि जिलाधिकारी, जौनपुर श्री अनुज कुमार झा ने कहा कि आज शहर से गांव तक नशा का प्रचलन बढ़ रहा है। इसको रोकने के लिए हमें अपने मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य स्थापित करना होगा, जिससे कि लोगो के व्यवहारिक आहार-विहार और विचार द्वारा नशे की लत को रोक सकते हैं। विशिष्ट अतिथि डॉ. शिव कुमार, प्राचार्य, उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय जौनपुर ने कहा कि 26 जून 1987 से चल रहे नशा मुक्ति दिवस अभियान के तहत इस वर्ष 2023 नशा मुक्त थीम की चर्चा करते हुए कहा कि नशा से पीड़ित परिवार के लोगों से भेदभाव रोका जाए और उन्हें व्यवहारिक सामाजिक सम्मान के साथ शिक्षा की ओर जागरूक करके नशा उन्मूलन अभियान को बढ़ावा दिया जा सकता है। कार्यक्रम का शुभारंभ मा० कुलपति एवं सम्मानित अतिथियों के उपस्थित में श्री शशिकांत त्रिपाठी एवं त्रिभुवन पाण्डेय द्वारा यज्ञ हवन में नशा के विभिन्न संसाधनों को समर्पित कर सभी द्वारा इस संकल्प से समाप्त हुआ कि हम सभी अपने जीवन में किसी भी तरह के नशा का न सेवन करेंगे और दूसरों को भी प्रेरित करेंगे कि वे भी स्वयं और अन्य को भी इससे दूसरों को दूर रखेंगे। इस अवसर पर उपस्थित मा० कुलपति प्रो० निर्मला एस० मौर्य एवं जिलाधिकारी श्री अनुज कुमार झा द्वारा उपस्थित अतिथियों एवं छात्र छात्राओं को नशा मुक्त समाज बनाने हेतु शपथ दिलवाया एवं कहा कि नशा से संबंधित लोग अग्निकुंड में अपने नशे का त्याग कर दो साथ ही अपने अध्यक्षीय संबोधन में मा० कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस मौर्य जी ने कहा कि अपने जीवन को नशीली दवाओं से मुक्त रखते हुए, मुस्कुराने का नशा अपनाइए एवं दूसरों के मुस्कुराने की वजह बनिए, साथ ही उमानाथ सिंह स्वशासी चिकित्सा परिसर में हस्ताक्षर अभियान में सहयोग के लिए प्रो(डॉ.) शिव कुमार जी का धन्यवाद किया, साथ ही मंच पर मा० कुलपति, मुख्य अतिथि, विशिष्ट अतिथि, वित्त अधिकारी, विद्यार्थियों, कर्मचारियों तथा अन्य लोगों द्वारा नशा मुक्ति अभियान के तहत चल रहे हस्ताक्षर अभियान में हस्ताक्षर किया गया। इस दौरान पोस्टर प्रतियोगिता में विजेता रही दिव्या सोनकर, सृष्टि पांडेय, वात्सल्य, अंजली मिश्रा एवं सृष्टि विश्वकर्मा को अतिथियों के द्वारा प्रमाण पत्र द्वारा सम्मानित किया गया। रंगोली प्रतियोगिता में सभी प्रतिभागियों को अतिथियों द्वारा प्रमाण पत्र प्रदान करते हुए सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन उद्देश्य सिंह द्वारा किया गया। परिसर में छात्र- छात्रों द्वारा बनाया गया नशा मुक्ति पर आधारित रंगोली एवं पोस्टर ने लोगों का ध्यान आकृष्ट किया। नशा मुक्ति कार्यक्रम के समन्वयक डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय ने विगत 2 हफ्ते से चले आ रहे नशा मुक्ति पखवाडा में होने वाले विभिन्न जागरूक कार्यक्रम का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया, साथ ही इस अभियान में लगे पूरी टीम का परिचय कराया। अंततः छात्र अधिष्ठाता प्रो० अजय द्विवेदी कहा कि सभी अतिथियों द्वारा नशा मुक्त उपाय प्रशंसनीय है अगर लोग सकारात्मक दृष्टिकोण रखते हुए अपने जीवन में लागू करते हैं तो निश्चित है यह अभियान अपने उद्देश्य में सफल रहेगा, साथ ही उन्होंने सभी के सहयोग के लिए धन्यवाद किया। इस दौरान कार्यक्रम में मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ.जाफरी डॉ. मनोज मिश्रा, डॉ.लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, परीक्षा नियंत्रक श्री बी.एन. सिंह, वित्त अधिकारी श्री संजय राय, सहायक कुलसचिव श्री अजीत कुमार, श्रीमती बबीता सिंह, श्री दीपक सिंह, डॉ. अवधेश कुमार मौर्य, हिदायत फातिमा, सुमित, आदित्य, पवन, सत्यम सोनकर, इत्यादि उपस्थित रहे।

## समापन कार्यक्रम में लिए गए कुछ छाया चित्र



सपापन दिवस पर नशा मुक्त परिसर एवं समाज को बनाने एवं समाज में नशा हेतु उपलब्ध संसाधनों के परित्याग हेतु विशेष रूप से आयोजित हवन कार्यक्रम में प्रतिभाग मा० कुलपति जी, मुख्य अतिथि, विश्वविद्यालय के अन्य अधिकारीगण, शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थी



GPS Map Camera  
वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय जौनपुर, Uttar Pradesh, India  
RMMJ+4MH, Deokali, Uttar Pradesh 222003, India  
Lat 25.833079°  
Long 82.68125°  
27/06/23 12:44 PM GMT +05:30





विद्यार्थियों द्वारा बनाये गये रंगोली का अवलोकन करते हुए मुख्य अतिथि एवं विश्वविद्यालय के अधिकारीगण









मा० कुलपति जी द्वारा मुख्य अतिथि श्री अनुज कुमार झा, जिलाधिकारी, जौनपुर को समापन कार्यक्रम में अंगवस्त्रम एवं स्मृति चिन्ह से सम्मानित करते हुए



मा० कुलपति जी द्वारा विशिष्ट अतिथि में प्रो० शिव कुमार, प्राचार्य, उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर को समापन कार्यक्रम में स्मृति चिन्ह से सम्मानित करते हुए



छात्राओं द्वारा समापन कार्यक्रम में सरस्वती वंदना एवं विश्वविद्यालय कुलगीत की प्रस्तुति करते हुए



मुख्य अतिथि श्री अनुज कुमार झा, जिलाधिकारी, जौनपुर जी द्वारा विश्वविद्यालय के शिक्षकों, विद्यार्थियों एवं कर्मचारियों को संबोधित करते हुए



मा० कुलपति जी, मुख्य अतिथि, विशिष्ट अतिथि, वित्त अधिकारी, छात्र अधिष्ठाता कल्याण, शिक्षकों, विद्यार्थियों एवं कर्मचारियों द्वारा नशा मुक्त परिसर एवं समाज हेतु शपथ लेते हुए



मा० कुलपति जी, मुख्य अतिथि, विशिष्ट अतिथि, वित्त अधिकारी, अधिष्ठाता छात्र कल्याण, समन्वयक, नशा मुक्त परिसर एवं समाज द्वारा समाज के ऐसे रोल माडल/नशा के विरुद्ध योद्धा के रूप में कार्य करने वाले लोगों को विश्वविद्यालय द्वारा पुष्प गुच्छ, अंगवस्त्रम एवं प्रशस्ति पत्र से सम्मानित करते हुए





मुख्य अतिथि श्री अनुज कुमार झा, जिलाधिकारी, जौनपुर जी द्वारा नशा के विरुद्ध एक जंग हेतु संकल्प लेते हुए हस्ताक्षर करते हुए



मा० कुलपति जी, प्रो० निर्मला एस० मौर्य, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर जी द्वारा नशा के विरुद्ध एक जंग हेतु संकल्प लेते हुए हस्ताक्षर करते हुए



समापन कार्यक्रम में टीम नशा मुक्त परिसर एवं समाज द्वारा नशा एवं उसके दुष्प्रभाव को दर्शाती हुई एक लघु नाटक का मंचन किया गया



मा० कुलपति जी, मुख्य अतिथि एवं विशिष्ट जी द्वारा जन-जागरूकता अभियान के बैनर तले आयोजित हुए विभिन्न कार्यक्रमों/प्रतियोगिताओं में प्रतिभाग करने वाले प्रतिभागियों एवं आयोजन टीम को प्रमाण-पत्र के माध्यम से सम्मानित किया गया ।







समापन कार्यक्रम में धन्यवाद ज्ञापन देते हुए विश्वविद्यालय के अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो० अजय द्विवेदी

## भाज का परिणाम

28 जून, 2023

# मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य से दूर होगा नशा: जिलाधिकारी

**सौभाग्य से मिला है जीवन, नशे से दूर रहिए: प्रो. निर्मला एस. मौर्य**  
**नशा पीड़ित परिवार को करें शिक्षा के प्रति जागरूक प्रो. शिवकुमार**  
**नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर के साथ दिखाई गई शपथ**  
**विद्यार्थियों को नशा से दूर रखने के लिए किया गया यज्ञ**



जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के आर्यभट्ट सभागार में नशा मुक्ति जन जागरूकता परियोजना का समापन समारोह मंगलवार को मनाया गया। इस दौरान नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर प्रतियोगिता, नाटक, नशा न करने की शपथ और नशा मुक्ति के लिए यज्ञ किया गया। यह पर्यवारा 12 से 28 जून तक चला। इसमें काफी संख्या में शिष्यों और विद्यार्थियों ने प्रतिभाग किया। समारोह में बतौर मुख्य अतिथि जिलाधिकारी अनुराज कुमार झा ने कहा कि आज शहर से गांव तक नशा का

प्रचलन बढ़ रहा है, इसको रोकने के लिए हमें अपने मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य स्थापित करना होगा। इससे व्यवहारिक आहार-विहार और विचार द्वारा नशे की लत को रोक सकते हैं। उन्होंने कहा कि नशे से दूर रहने के लिए अच्छे संस्कार की जरूरत होती है। यह संस्कार एक दिन में नहीं मिलता। यह सतत प्रयास से आता है जिस परिवार को यह संस्कार मिल जाता है वह कभी खत्म नहीं होता। यह पीढ़ी दर पीढ़ी चलता है। इसके लिए उन्होंने अयोध्या प्रकरण में जगद्गुरु स्वामी रामनाथदायों की उद्धृत

करते हुए विस्तार से समझाया। आर्यभट्ट सभागार में कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि अपने जीवन को नशीली दवाओं से मुक्त रखते हुए मुस्कुराने का नशा अपनाइए और दूसरों के मुस्कुराने की वजह बनें। कहा कि नशा करना है तो अच्छे कार्य करने का नशा करिए। उन्होंने कहा कि मानव जीवन बहुत सौभाग्य से मिलता है, इसे नशा करके बर्बाद मत करिए। मादक पदार्थों का सेवन करके आज तक कोई बढ़ा नहीं बन सका है। उन्होंने बच्चों के नशामुक्ति हस्ताक्षर अभियान को सचवा (विशिष्ट अतिथि के रूप में प्राचार्य, उम्मानाथ सिंह स्वशास्त्री राज्य चिकित्सा महाविद्यालय जौनपुर डॉ. शिव कुमार ने कहा कि नशा से पीड़ित परिवार के लोगों से भेदभाव रोकना चाहिए और उन्हें व्यवहारिक सामाजिक सम्मान के साथ शिक्षा की ओर जागरूक करके नशा उन्मूलन कराया जाए। मुख्य अतिथियों का स्वागत एवं प्रबंध तंत्र के छात्र उदय सिंह द्वारा किया गया। नशामुक्ति यज्ञ शशिकान्त त्रिपाठी और बंदिमोहन पंडेय कसया गया। कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस मौर्य द्वारा शपथ उपस्थित अतिथियों एवं छात्र-छात्राओं को दिलाया गया

एवं कुलपति ने कहा कि नशा से संबंधित लोग अग्निशुद्ध में अपने नशे का खतम कर दें। कुलपति एवं मुख्य अतिथि द्वारा भी आर्यभट्ट मंच पर नशा मुक्ति अभियान के हस्ताक्षर किया गया। पोस्टर प्रतियोगिता में विजेता रही दिव्या सोनकर, सुष्टि पंडेय, वात्सल्य, अंजली मिश्रा एवं सुष्टि विश्वकर्मा को अतिथियों के द्वारा प्रमाण पत्र द्वारा सम्मानित किया गया। रंगोली प्रतियोगिता में सभी प्रतिभागियों को अतिथियों द्वारा प्रमाण पत्र प्रदान देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन उदय सिंह और धन्यवाद ज्ञापन प्रो. अजय द्विवेदी ने किया। समन्यरक डॉ. मनोज पाण्डेय ने दो सप्ताह से चल रहे नशा मुक्ति परियोजना में होने वाले विभिन्न कार्यक्रम का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया। इस दौरान कार्यक्रम में अग्र मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. जानकी, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, सहायक कुलसचिव अजीत सिंह, बबिता सिंह, दीपक सिंह, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. अयोध्या कुमार शर्मा, कुलमा यादव, डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, विद्यार्थी दिव्या, सुमित, आदित्य, पवन, सत्यम सोनकर इत्यादि उपस्थित रहे।

# मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य से दूर होगा नशा: जिलाधिकारी

अवधाना समाह्वयता

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के आर्यभट्ट सभागार में नशा मुक्ति जन जागरूकता परियोजना का समापन समारोह मंगलवार को मनाया गया। इस दौरान नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर प्रतियोगिता, नाटक, नशा न करने की शपथ और नशा मुक्ति के लिए यज्ञ किया गया। यह पर्यवारा 12 से 28 जून तक चला। इसमें काफी संख्या में शिष्यों और विद्यार्थियों ने प्रतिभाग किया। समारोह में बतौर मुख्य अतिथि जिलाधिकारी अनुराज कुमार झा ने कहा कि आज शहर से गांव तक नशा का

- सौभाग्य से मिला है जीवन, नशे से दूर रहिए: प्रो. निर्मला
- नशा पीड़ित परिवार को करें शिक्षा के प्रति जागरूक प्रो. शिवकुमार
- नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर के साथ दिखाई गई शपथ
- विद्यार्थियों को नशा से दूर रखने के लिए किया गया यज्ञ



जिस परिवार को यह संस्कार मिला था है वह कभी खत्म नहीं होता। यह पीढ़ी दर पीढ़ी चलता है। इसके लिए उन्होंने अयोध्या प्रकरण में जगद्गुरु स्वामी रामनाथदायों की उद्धृत करते हुए विस्तार से समझाया। अयोध्या संशोधन में कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि अपने जीवन को नशीली दवाओं से मुक्त रखते हुए, मुस्कुराने का नशा अपनाइए और दूसरों के मुस्कुराने की वजह बनें। कहा कि नशा करना है तो अच्छे कार्य करने का नशा करिए। उन्होंने कहा कि मानव जीवन बहुत सौभाग्य से मिलता है, इसे नशा करके बर्बाद मत करिए। मादक पदार्थों का सेवन करके आज तक कोई बढ़ा नहीं बन सका है। उन्होंने बच्चों के नशामुक्ति हस्ताक्षर अभियान को सचवा (विशिष्ट अतिथि के रूप में प्राचार्य, उम्मानाथ सिंह स्वशास्त्री राज्य चिकित्सा महाविद्यालय जौनपुर डॉ. शिव कुमार ने कहा कि नशा से पीड़ित परिवार के लोगों से भेदभाव रोकना चाहिए और उन्हें व्यवहारिक सामाजिक सम्मान के साथ शिक्षा की ओर जागरूक करके नशा उन्मूलन कराया जाए। मुख्य अतिथियों का स्वागत एवं प्रबंध तंत्र के छात्र उदय सिंह द्वारा किया गया। नशामुक्ति यज्ञ शशिकान्त त्रिपाठी और बंदिमोहन पंडेय कसया गया। कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस मौर्य द्वारा शपथ उपस्थित अतिथियों एवं छात्र-छात्राओं को दिलाया गया

परिवार के लोगों से भेदभाव रोकना चाहिए और उन्हें व्यवहारिक सामाजिक सम्मान के साथ शिक्षा की ओर जागरूक करके नशा उन्मूलन कराया जाए। मुख्य अतिथियों का स्वागत एवं प्रबंध तंत्र के छात्र उदय सिंह द्वारा किया गया। नशामुक्ति यज्ञ शशिकान्त त्रिपाठी और बंदिमोहन पंडेय कसया गया। कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस मौर्य द्वारा शपथ उपस्थित अतिथियों एवं छात्र-छात्राओं को दिलाया गया

सम्मानित किया गया। रंगोली प्रतियोगिता में सभी प्रतिभागियों को अतिथियों द्वारा प्रमाण पत्र प्रदान देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन उदय सिंह और धन्यवाद ज्ञापन प्रो. अजय द्विवेदी ने किया। समन्यरक डॉ. मनोज पाण्डेय ने दो सप्ताह से चल रहे नशा मुक्ति परियोजना में होने वाले विभिन्न कार्यक्रम का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया। इस दौरान कार्यक्रम में अग्र मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. जानकी, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, सहायक कुलसचिव अजीत सिंह, बबिता सिंह, दीपक सिंह, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. अयोध्या कुमार शर्मा, कुलमा यादव, डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, विद्यार्थी दिव्या, सुमित, आदित्य, पवन, सत्यम सोनकर इत्यादि उपस्थित रहे।

संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया। इस दौरान कार्यक्रम में अग्र मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. जानकी, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा नियंत्रक वीएन सिंह, सहायक कुलसचिव अजीत सिंह, बबिता सिंह, दीपक सिंह, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. अयोध्या कुमार शर्मा, कुलमा यादव, डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, विद्यार्थी दिव्या, सुमित, आदित्य, पवन, सत्यम सोनकर इत्यादि उपस्थित रहे।



# सौभाग्य से मिला है जीवन, नशे से दूर रखिए: प्रो. निर्मला

नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर के साथ दिलाई गई शपथ

जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के आर्यभट्ट सभागार में नशा मुक्ति जन जागरूकता पखवाड़े का समापन समारोह मंगलवार को मनाया गया। इस दौरान नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर प्रतियोगिता, नाटक, नशा न करने की शपथ और नशा मुक्ति के लिए यज्ञ किया गया। यह पखवाड़ा 12 से 26 जून तक चला। इसमें काफी संख्या में शिक्षकों और विद्यार्थियों ने प्रतिभाग किया। समारोह में बतौर मुख्य अतिथि जिलाधिकारी अनुज कुमार झा ने कहा कि आज शहर से गांव तक नशा का प्रचलन बढ़ रहा है, इसको रोकने के लिए हमें अपने मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य स्थापित करना होगा। इससे व्यवहारिक आहार-विहार और विचार द्वारा नशे की लत को रोक सकते हैं। उन्होंने कहा कि नशे से दूर रहने के लिए अच्छे संस्कार की जरूरत होती है। यह संस्कार एक दिन में नहीं मिलता। यह सतत् प्रयास से आता है, जिस परिवार को यह संस्कार मिल जाता है वह कभी खत्म नहीं होता। यह पीढ़ी दर पीढ़ी चलता है। इसके लिए उन्होंने अयोध्या प्रकरण में जगदुरु स्वामी रामभद्राचार्य को उद्धृत करते हुए विस्तार से समझाया।



निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि अपने जीवन को नशीली दवाओं से मुक्त रखते हुए, मुस्कुराने का नशा अपनाइए और दूसरों के मुस्कुराने की वजह बनें। कहा कि नशा करना है तो अच्छे कार्य करने का नशा करिए। उन्होंने कहा कि मानव जीवन बहुत सौभाग्य से मिलाता है, इसे नशा करके बर्बाद मत करिए। मादक पदार्थों का सेवन करके आज तक कोई बड़ा नहीं बन सका है। उन्होंने बच्चों के नशामुक्ति हस्ताक्षर अभियान को सराहा। विशिष्ट अतिथि के रूप में प्राचार्य, उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय जौनपुर डॉ. शिव कुमार ने कहा कि नशा से पीड़ित परिवार के लोगों से भेदभाव रोका जाए और उन्हें व्यवहारिक सामाजिक सम्मान के साथ शिक्षा की ओर जागरूक करके नशा उन्मूलन कराया

जाए। अतिथियों का स्वागत छात्र उद्देश्य सिंह द्वारा किया गया। नशामुक्ति यज्ञ शशिकांत त्रिपाठी और चंद्रमोहन पांडेय कराया गया। कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस मौर्य द्वारा शपथ उपस्थित अतिथियों एवं छात्र-छात्राओं को दिलाया गया एवं कुलपति ने कहा कि नशा से संबंधित लोग अग्निकुंड में अपने नशे का त्याग कर दें। कुलपति एवं मुख्य अतिथि द्वारा भी आर्यभट्ट मंच पर नशा मुक्ति अभियान के तहत हस्ताक्षर किया गया। पोस्टर प्रतियोगिता में विजेता रही दिव्या सोनकर, सुष्टि पांडेय, वात्सल्य, अंजली मिश्रा एवं सुष्टि विश्वकर्मा को अतिथियों के द्वारा प्रमाण पत्र द्वारा सम्मानित किया गया। रंगोली प्रतियोगिता में सभी प्रतिभागियों को अतिथियों द्वारा सम्मानित किया गया।

8 / 12

## मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य से दूर होगा नशा : जिलाधिकारी

स्वतंत्र भाग, जौनपुर। वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय के आर्यभट्ट सभागार में नशा मुक्ति जन जागरूकता पखवाड़े का समापन समारोह मंगलवार को मनाया गया।

सौभाग्य से मिला है जीवन, नशे से दूर रखिए : प्रो. निर्मला एस. मौर्य

नशा पीड़ित परिवार को करें शिक्षा के प्रति जागरूक : प्रो. शिवकुमार



इस दौरान नशा मुक्ति से संबंधित रंगोली, पोस्टर प्रतियोगिता, नाटक, नशा न करने की शपथ और नशा मुक्ति के लिए यज्ञ किया गया। यह पखवाड़ा 12 से 26 जून तक चला। इसमें काफी संख्या में शिक्षकों और विद्यार्थियों ने प्रतिभाग किया। समारोह में बतौर मुख्य अतिथि जिलाधिकारी अनुज कुमार झा ने कहा कि आज शहर से गांव तक नशा का प्रचलन बढ़ रहा है, इसको रोकने के लिए हमें अपने मन, बुद्धि, चित्त में सामंजस्य स्थापित करना होगा। इससे व्यवहारिक आहार-विहार और विचार द्वारा नशे की लत

को रोक सकते हैं। उन्होंने कहा कि नशे से दूर रहने के लिए अच्छे संस्कार की जरूरत होती है। यह संस्कार एक दिन में नहीं मिलता। यह सतत् प्रयास से आता है, जिस परिवार को यह संस्कार मिल जाता है वह कभी खत्म नहीं होता। यह पीढ़ी दर पीढ़ी चलता है। इसके लिए उन्होंने अयोध्या प्रकरण में जगदुरु स्वामी रामभद्राचार्य को उद्धृत करते हुए विस्तार से समझाया।

अध्यक्षीय संबोधन में कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस. मौर्य ने कहा कि अपने जीवन को नशीली दवाओं से मुक्त रखते हुए, मुस्कुराने का नशा अपनाइए और दूसरों के मुस्कुराने की वजह बनें। कहा कि नशा करना है तो अच्छे कार्य करने का नशा करिए। उन्होंने कहा कि मानव जीवन बहुत सौभाग्य से मिलाता है, इसे नशा करके बर्बाद मत करिए। मादक पदार्थों का सेवन करके आज तक कोई बड़ा नहीं बन सका है। उन्होंने बच्चों के नशामुक्ति हस्ताक्षर अभियान को सराहा। विशिष्ट अतिथि के रूप में प्राचार्य, उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय जौनपुर डॉ.

शिव कुमार ने कहा कि नशा से पीड़ित परिवार के लोगों से भेदभाव रोका जाए और उन्हें व्यवहारिक सामाजिक सम्मान के साथ शिक्षा की ओर जागरूक करके नशा उन्मूलन कराया जाए। मुख्य अतिथियों का स्वागत एवं प्रबंध तंत्र के छात्र उद्देश्य सिंह द्वारा किया गया। नशामुक्ति यज्ञ शशिकांत त्रिपाठी और चंद्रमोहन पांडेय कराया गया। कुलपति प्रोफेसर निर्मला एस मौर्य द्वारा शपथ उपस्थित अतिथियों एवं छात्र-छात्राओं को दिलाया गया एवं कुलपति ने कहा कि नशा से

संबंधित लोग अग्निकुंड में अपने नशे का त्याग कर दें। कुलपति एवं मुख्य अतिथि द्वारा भी आर्यभट्ट मंच पर नशा मुक्ति अभियान के तहत हस्ताक्षर किया गया। पोस्टर प्रतियोगिता में विजेता रही दिव्या सोनकर, सुष्टि पांडेय, वात्सल्य, अंजली मिश्रा एवं सुष्टि विश्वकर्मा को अतिथियों के द्वारा प्रमाण पत्र द्वारा सम्मानित किया गया। रंगोली प्रतियोगिता में सभी प्रतिभागियों को अतिथियों द्वारा प्रमाण पत्र प्रदान देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन उद्देश्य सिंह और धन्यवाद ज्ञापन प्रो. अजय द्विवेदी ने किया। सम्भवतः डॉ. मनोज पाण्डेय ने दो सप्ताह से चल रहे नशा मुक्ति पखवाड़ा में होने वाले विभिन्न कार्यक्रम का संचालन निरंतर प्रस्तुत किया। इस दौरान कार्यक्रम में अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. जाफरी, वित्त अधिकारी संजय कुमार राय, परीक्षा निरीक्षक वीरेंद्र सिंह, सहायक कुलसचिव अमीत सिंह, बलित सिंह, दीपक सिंह, डॉ. मनोज मिश्र, डॉ. अकशेरा कुमार मौर्य, कृष्णा यादव, डॉ. लक्ष्मी प्रसाद मौर्य, विद्यावती हिंदुपत, सुमित, आदित्य, फयन, सत्यम सोनकर इत्यादि उपस्थित रहे।

ऑनलाइन समाचार पत्रों में प्रकाशित समाचार

- [https://www.sachkhabren.co.in/2023/06/blog-post\\_539.html?m=1](https://www.sachkhabren.co.in/2023/06/blog-post_539.html?m=1)
- <https://cbharat.com/?p=13177>
- <https://www.aapkiummid.com/2023/06/Jaunpur-Signature-campaign-launched-in-East-University.html>



## जन-जागरूकता पखवाड़ा

दिनांक : 12 - 26 जून, 2023 तक

### नशा मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र

वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर  
उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय, जौनपुर के तत्वावधान में

अंतर्राष्ट्रीय नशा निषेध दिवस (26 जून, 2023) के अवसर पर शैक्षणिक परिसर, समाज एवं राष्ट्रीय को  
नशा मुक्त बनाने एवं नशीली दवाओं के दुरुपयोग से रोकथाम हेतु

वृहद हस्ताक्षर एवं संकल्प अभियान

TAKE A OATH FOR  
FIGHT AGAINST DRUG ABUSE

#### नशा निषेध शपथ

- मैं शपथ लेता/लेती हूँ कि, मैं अपने जीवन में कभी भी किसी भी प्रकार के नशीले पदार्थ/तम्बाकू उत्पाद/शराब का सेवन नहीं करूंगा/करूंगी।
- मैं अपने परिजनों, मित्रों या परिचितों को भी नशीले पदार्थों/तम्बाकू उत्पादों का सेवन और नशा न करने के लिए प्रेरित करूंगा/करूंगी।
- मैं अपने पर्यावरण को भी नशीले पदार्थों/तम्बाकू उत्पादों के उपयोग से होने वाले दुष्प्रभाव से बचाने में योगदान करूंगा/करूंगी।
- मैं जो आज शपथ ले रहा/ रही हूँ, उस शपथ को लेने के बाद मैं कम से कम अन्य 10 व्यक्तियों को भी प्रोत्साहित करूंगा/करूंगी।
- मैं समाज को नशा मुक्त बनाने में अपना योगदान दूंगा/दूंगी।

नशीले पदार्थों के प्रयोग से बचें, क्योंकि ये आपके लिए जानलेवा साबित हो सकता है।

संजय कुमार राय  
वित्त अधिकारी  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय

महेन्द्र कुमार  
कुलसचिव  
वी०ब०सि० पूर्वांचल विश्वविद्यालय

डॉ० शिव कुमार  
प्राचार्य  
उमानाथ सिंह स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय

डॉ० मनोज कुमार पाण्डेय  
कार्यक्रम समन्वयक एवं वित्त अधिकारी  
(एंटीनारकोटिक्स इन्फार्मेशन एजुकेशन)

जागरूकता पखवाड़ा (12-26 जून, 2023) का समापन इस संकल्प के साथ हुआ कि  
**‘न हम नशा करेंगे और न दूसरों को नशा करने देंगे’**

कॉपीराइट@वीर बहादुर सिंह पूर्वाञ्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर