

लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ University of Lucknow, Lucknow

Press Note 21 June 2020

उत्तर प्रदेश शासन के पत्रांक संख्या-3/2020/697/2020-16(11)/2014 टी0सी0-3, दिनांक 19-06-2020 के अनुपालन में कोविड-19 से बचाव हेतु जारी गाइड लाइन को सुनिश्चित करते हुए उत्तर प्रदेश बी.एड.की संयुक्त प्रवेश परीक्षा 29 जुलाई 2020 को आयोजित किया जाना तय किया गया। पूर्व में यह परीक्षा 08 अप्रैल 2020 को फिर 22 अप्रैल 2020 को होना था किंतु कोविड-19 के कारण यह स्थगित कर दी गयी। 1,10,000 अभ्यर्थियों ने केन्द्र परिवर्तन हेतु नये केन्द्रों का चयन किया है। इसके आधार पर यह विश्लेषण किया जा रहा है कि कोविड-19 से बचाव हेतु छात्र हित में अधिक केंद्र स्थापित किये जायं।

Ensuring the compliance of guidelines issued in the light of Covid-19 infection by the Government of Uttar Pradesh via letter no-3/2020/697/ 2020-16 (11) / 2014 TC 0-3, dated 19-06-2020, the Joint Entrance Examination of B.Ed has been scheduled to be held on 29 July 2020. Earlier this examination was to be held on 08 April 2020, deferred to 22 April 2020 due to Covid-19. 1,10,000 candidates have selected new centers by opting for change of center. Based on this information, it is being analyzed that more centers should be established in the interest of students to protect against Covid-19.

लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ University of Lucknow, Lucknow

दिनांक 21 जून 2020 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राष्ट्रीय सेवा योजना लखनऊ विश्वविद्यालय द्वारा "हार्टफुलनेस, योगा एंड मेडिटेशन" ऑनलाइन सेशन का आयोजन किया गया। इस ऑनलाइन सेशन में हार्टफुलनेस के प्रशिक्षण कर्ताओं द्वारा ध्यान योगासन आदि क्रियाओं के बारे में बताया गया एवं प्रतिभागियों ने साथ-साथ ध्यान व योग क्रियाएं की।

सेशन के शुभारंभ में डॉ राकेश द्विवेदी कार्यक्रम समन्वयक का सेवा योजना लखनऊ विश्वविद्यालय ने कहा कि मन और शरीर एक दूसरे से बहुत गहरी रूप से जुड़े हुए हैं। जैसा हमारा मन होगा वैसा हमारा जीवन होगा।

यदि हमारा मन अच्छा होगा तो हमारा स्वास्थ्य अच्छा होगा और अपने काम बेहतर ढंग से कर पाएंगे अच्छा नहीं है अपने काम को भी 100% कार्य कुशलता के साथ नहीं कर पाएंगे और का प्रभाव हमारे शारीरिक स्वास्थ्य मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। उन्होंने यह भी कहा कि यदि हमारा मन प्रसन्न होगा व्यवस्थित होगा तो हम अपने कार्य अच्छे से कर पाएंगे और जीवन में मैं संतोष और खुशी का अनुभव कर पाएंगे उन्होंने राष्ट्र सेवा योजना के संग सेवकों का आह्वान करते हुए कहा कि हमें ध्यान योग को अपने जीवन का कैसा बनाना चाहिए जिससे हम मानसिक और शारीरिक रूप से स्वस्थ रह सकें और अपने अपने क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करके राष्ट्र निर्माण में अपनी भूमिका निभा सकें।

हार्टफुलनेस के प्रतिनिधीयों। डॉ आशुतोष, रोहित, शालिनी व डॉ सुधांशु द्वारा विभिन्न स्वास क्रियाएं करवा कर प्रतिभागियों को मेडिटेशन अनुभव करवाया गया। विभिन्न योग क्रिया करवाते हुए प्रतिभागियों को उनके फायदे के बारे में भी अवगत कराया कार्यक्रम में राष्ट्र सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी वह स्वयं सेवकों के साथ-साथ अन्य विद्यार्थियों ने भी प्रतिभाग किया। इसके साथ-साथ राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा इस वर्ष की अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम

लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ University of Lucknow, Lucknow

योगा एट होम व योगा विद फैमिली के अंतर्गत स्वयंसेवकों ने अपने अपने घरों में रहते हुए अपने परिवार के साथ हुए विभिन्न योगासनों व योग क्रियाओं का अभ्यास किया ।

इसके साथ ही स्वयं सेवकों ने पोस्टर स्लोगन आदि के माध्यम से विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के द्वारा सभी का योग करने और योग को समझने के लिए आह्वान किया ।

इस अवसर लखनऊ विश्वविद्यालय व विभिन्न महाविद्यालयों की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाईयों द्वारा ऑनलाइन योग सेशन, योग एवं स्वास्थ्य, ऑनलाइन योग क्लासेस एवं योग और स्वास्थ्य पर लेक्चर भी आयोजित किए गए।