विश्व तंबाकू निषेध दिवस एवं नशा मुक्ति जागरूकता रैली दिनांक – 31.05.19









अंतरराष्ट्रीय विश्व योग दिवस दिनांक – 21.06.19

सांध्य दैनिक
गुड इवनिंग



गुड इवनिंग, भोपाल

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर राजधानी के कई शैक्षणिक संस्थाओं, सरकारी गैर सरकारी कार्यालयों, विभिन्न संगठनों द्वारा योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित किए गए, जिनमें हजारों लोग शामिल हुए। यह पहला अवसर था जब योग के इस महासमागम में आम लोगो ने बढ़चढ़ कर भाग लिया और जीवन में रोजाना योग करने का संकल्प लिया। सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय में इकीस जून को कल अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। विश्वविद्यालय के छात्रों के अलावा प्राध्यापकों एवं अधिकारी, कर्मचारियों ने भी योग कर योग दिवस पर अपना योगदान दिया। विश्वविद्यालय के योग विभाग के प्राध्यापकों उपेंद्र बाबू खत्री और श्याम गणपत तिखे के साथ मिलकर योग विभाग के समस्त छात्रों ने सभी सहभागियों को योग के 28 विभिन्न आसनों को करवाया।

योग क्रियाओं की शुरूआत ओंकार, सरगम और अल्लाह-हू से की गई ताकि श्वास और नाभि पर नियंत्रण स्थापित किया जा सके। योग विभाग की पूरी टीम ने सभी आसनों को इतनी सरलता से प्रस्तुत किया कि प्राध्यापक श्री श्याम गणपत तिखे ने बताया कि जिस प्रकार से किसी भी वर्जिश को करने से पहले वार्मअप किया जाता है उसी प्रकार से ये आसन, योग क्रियाओं को करने से पहले शरीर की हर नस और जोड़ को वार्मअप कर देते हैं। इन सरल आसनों के बाद वज्रासन में बैठते हुए सभी को तितली आसन, अर्ध अष्टांगासन, शशांकासन, उत्तानमंडूक आसन, वक्रासन, अर्धवक्रासन, मार्जर आसन, मकर आसन, भुजंग आसन, शलभासन, सेतुबंधासन, पाद संचालन, पवन मुक्तासन, कपाल भाति, नाभि शोधन प्राणायाम, भ्रामरी गुंजनासन और शवासन कराए जाने के बाद भक्ति योग तथा लय योग कराया गया। इन आसनों को सरल उदाहरणों के माध्यम से कराया गया ताकि इन्हें लोग याद रख सें और 10 से 15 दिन करने के बाद इन्हें प्रतिदिन कर सकें। श्री तिखे ने बताया कि अर्ध अष्टांगासन में ऊंट की आकृति, शशांकासन में खरगोश की आकृति, सेतुबंधासन में पुल की आकृति बनती है।

योग से मिलते हैं परमात्मा

उपेंद्र बाबू खत्री ने बताया कि योग

खरपतवार सफाई एवं वृक्षों के लिए गड्ढे खोदे दिनांक – 04.07.19



ोपाल। शासकीय कला एवं वाणिज्य (नवीन) महाविद्यालय में छात्र-छात्राओं ने पौधारोपण के
ॉलेज के प्रभारी प्राचार्य डॉ. राजीव चौबे मौजूद रहे। इस मौके पर उन्होंने छात्र-छात्राओं से
यादा पौधारोपण करने की अपील की और उन्हें पर्यावरण सुधार के प्रयासों में बढ़-चढ़कर



बीज बैंक की स्थापना दिनांक – 05.07.19







पर्यावरण प्रदूषण रोकने हेतु रैली एवं पृथ्वी दिवस दिनांक – 10.07.19 एवं 16.07.19



अलग अंदाज, अलग नजरिया

भोपाल, बुधवार 17 जुलाई 2019

पौधारोपण के बाद पेड़ देखभाल करें, कम होगी

भोपाल। शासकीय कला एवं वाणिज्य (नवीन) महाविद्यालय में मंगलवार 16 जुलाई को पृथ्वी दिवस मनाया गया। इस अवसर पर प्राचार्य डॉ. राजीव चौबे ने धरती और शिक्षकों को पृथ्वी के संरक्षण की शपथ दिलवाई। इस मौके पर उन्होंने कहा कि धरती को प्रदूषण से बचाने के लिए उसे अधिक से अधिक हरा-भरा बनाए रखने की कोशिश की जानी चाहिए, क्योंकि अगर धरती हरी-भरी रहेगी तो हमारा जीवन भी खुशहाल रहेगा।

गुड इवनिंग, भोपाल

तो हम पौधारोपण, वृक्ष लगाने के शब्दों का समर्थन करते हैं, किन्तु एक कदम आगे आकर पौधारोपण करने की नहीं सोचते।

है, यदि मलेबल वार्मिंग, अतिवृष्टि, अनावृष्टि, अकाल जैसी भयानक मुसीबतों की फिक्र होती, तो भारतवर्ष सहित विश्व में संविधान लागू के एक वर्ष में इसका उपाय ढूंढकर इसे व्यवस्थित किया सकता

पौधे भी लगाना चाहिए, लेकिन ऐसे पौधे का क्या लाभ जो वातावरण को शुद्ध ही नहीं करते है।

यह है उपाय

ऐसे वृक्ष लगाया जाने जो हमारे







गुड इवनिंग

र्यावरण को लेकर जागरूकता अभिय

गुड इवनिंग, भोपाल

जधानी के प्रतिष्ठित शासकीय कला एवं वाणिज्य (ीन) महाविद्यालय में पर्यावरण को लेकर बुधवार को गरूकता अभियान चलाया गया। इस अभियान के त पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता आयोजित की गयी सके माध्यम से वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण और भूमि

प्रदूषण के बारे में विद्यार्थियों ने सबका ध्यान किया। इस मौके पर एक रैली भी निकाली गयी कॉलेज के प्राचार्य डॉ राजीव चौबे भी शामिल अवसर पर उन्होंने कहा की पर्यावरण संरक्षण सबसे बड़ी जरूरत है। आज सभी को प्रदूषण रो उससे होने वाले खतरो के बारे में आम जागरूक करने का संकल्प लेना चाहिए।

वृक्षारोपण कार्यक्रम दिनांक – 24.07.19





स्वच्छ भारत ग्रीष्मकालीन इंटर्नशिप दिनांक – 30.07.19





न्य (नवीन) महाविद्यालय के राष्ट्रीय सेवा योजना
वच्छ भारत ग्रीष्मकालीन इंटर्नशिप के तहत
ार को स्वच्छता अभियान चलाया। इस्







स्वच्छता की शपथ एवं शिक्षक दिवस दिनांक – 05.09.19









05.09.2019

श्रमदान और स्वच्छता दिनांक – 07.09.19











गांधी जयंती के उपलक्ष में कार्यक्रम दिनांक – 07.09.19 से 24.09.19









पोषण आहार प्रतियोगिता दिनांक –26.09.19









गांधी जयंती पर कार्यक्रम दिनांक – 01.10.19 एवं 02.10.19













मध्यप्रदेश स्थापना दिवस पर स्वच्छता कार्यक्रम दिनांक – 01.11.2019















दीपोत्सव कार्यक्रम दिनांक – 04.11.19













नेहरू एवं शिक्षा विषय पर कार्यशाला दिनांक – 04.11.19





राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर शपथ दिनांक – 25.12.19



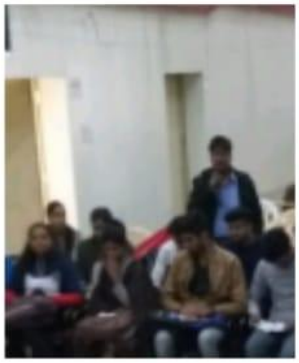


एक दिवसीय दिवा शिविर 06.12.2019



बी प्रमाण पत्र परीक्षा दिनांक – 29.12.19













शा निवारण कार्यशाला दिनांक – 27.01.2020







फिट इंडिया एवं क्लीन भोपाल साइकिल रैली दिनांक – 18.01.2020







