ગાંધીનગર તાપમાન
મહત્તમ : ૩૧.૮ ડીગ્રી
લઘુતમ : ૨૪.૫ ડીગ્રી
ભેજ
સવારે ૮૯ ટકા ● સાંજે ૮૭ ટકા

ગાંધીનગર શહેર યોગમય બન્યું

શહેરની શૈક્ષણિક અને સામાજીક સંસ્થાઓ દ્વારા યોગ દિવસની ઓનલાઈન ઉજવણી થઈ : મુખ્યમંત્રીથી લઈ નાના નાના ભૂલકાંઓએ યોગ અને પ્રાણાયામ કરી યોગનું મહિમાગાન કર્યું

●●●

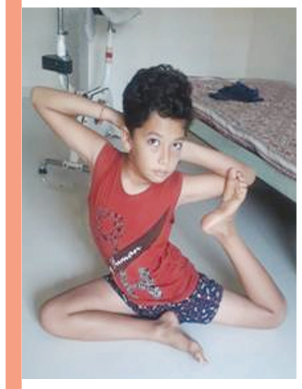
સમર્પણ સાયન્સ-કોમર્સ કોલેજ

મહર્ષિ પતંજલીએ૧૯૫ યોગસૂત્રની રચના કરી વિશ્વને યોગ દ્વારા તન અને મનની શુધ્ધિનો રસ્તો બતાવ્યો હતો. તા. ૨૧ જૂન

વિશ્વ યોગ દિવસ નિમિત્તે ગાંધીનગરની સમર્પણ સાયન્સ એન્ડ કોમર્સ કોલેજ ખાતે ઉજવણી કરવામાં આવી હતી.

કોરોનાકાળમાં તાડાસન, ઊંડા શ્વાસોશ્વાસ જેવા આસનો ઈમ્યુનિટી બુસ્ટ કરવા ઉપયોગી છે. કોલેજના પ્રિન્સિપાલ મેડમ રીતુ સકસેના તથા સૌ સ્ટાફ દ્વારા આ યોગ દિવસની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. મીતા શાહ દ્વારા યોગ અંગેનું માર્ગદર્શન પુરું પાડવામાં આવ્યું હતું.

●●●



ગાંધીનગર ઈન્ટરનેશનલ પબ્લીક સ્કુલ-રાંધેજા

ગાંધીનગર ઈન્ટરનેશનલ પબ્લિક સ્કૂલ, રાંધેજા ખાતે આજરોજ આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસનું ઓનલાઈન આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં વિદ્યાર્થીઓએ ધ્યાન, આસાન, પ્રાણાયામ અને હળવી કસરતો કરીને ઉત્સાહપૂર્વક ઉજવણી કરી હતી.

●●●

જે.એમ. ચૌધરી કન્યા વિદ્યાલય

અખિલ આંજણા કેળવણી મંડળ સંચાલિત શ્રી જે.એમ. ચૌધરી

સાર્વજનિક કન્યા વિદ્યાલય ખાતે યોગ દિવસની ઉજવણી કરાઈ હતી. જેમાં સંસ્થાની તમામ ભગિની સંસ્થાઓ જોડાઈ હતી અને સોશિયલ ડિસ્ટન્સ સાથે યોગની શરૂઆત પ્રાર્થના, સુક્ષ્મ વ્યાયામ, આસનો-પ્રાણાયામ-ધ્યાન દ્વારા કરવામાં આવી હતી.

આ યોગ દિનને સફળ બનાવવા માટે શાળાના આચાર્યા રમીલાબેન એસ. ચૌધરીના માર્ગદર્શન હેઠળ વ્યાયામ શિક્ષિકા લીલાબેન આઈ.ચૌધરી અને હેતલબેન એમ. દેસાઈએ સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન કર્યું હતું.

●●●

યોગાચાર્ય કાનજીભાઈનું સન્માન

યોગ દિવસ પર યોગાચાર્ય કાનજીભાઈ બાવરીનું વર્લ્ડ બુક ઓફ રેકોર્ડ, લંડન દ્વારા સંસ્થાના ગુજરાતના પ્રમુખ અશ્વિન ત્રિવેદી દ્વારા કમિટમેન્ટ સર્ટીફિકેટ આપી સન્માન કરવામા આવ્યું હતું.

●●●

શ્રી સ્વામિનારાયણ પોલિટેકનીક

સમગ્ર વિશ્વ ૨૧ જૂનને આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિન તરીકે ઉજવણી કરે છે. શ્રી સ્વામિનારાયણ પોલિટેકનિકમાં પણ ટ્રસ્ટીશ્રીની પ્રેરણા અને ડાયરેક્ટરશ્રીના માર્ગદર્શન હેઠળ વર્ચ્યુઅલ રીતે ઓનલાઈન

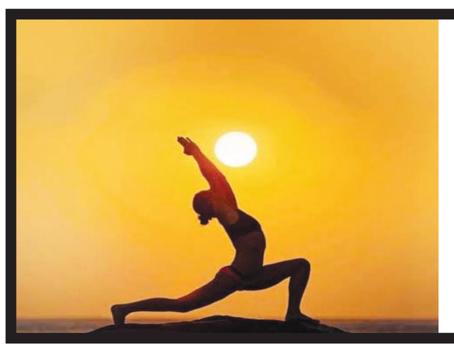
માધ્યમથી ૫૦૦ થી વધુ વિદ્યાર્થીઓ તેમજ સ્ટાફ મિત્રો દ્વારા વિવિધ યોગાસનોનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. જેમાં યોગ પ્રશિક્ષકશ્રી દ્વારા સ્ટાફ મિત્રો તેમજ વિદ્યાર્થીઓને યોગાસનો શિખવાડવામાં આવ્યા હતા. આ યોગનો પ્રચાર અને પ્રસાર વિદ્યાર્થીઓ તેમજ વાલીઓ સુધી પહોંચે, તેમજ વિદ્યાર્થીઓનો માનસિક અને શારિરીક વિકાસ થાય તે ધ્યેય સાથે સાત દિવસની યોગ શિબિરનું પણ આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ૫૦૦થી પણ વધુ વિદ્યાર્થીઓએ ભાગ લીધો હતો. અને દરેક વિદ્યાર્થીએ રોજ યોગ કરવાનો અને યોગને દિનચર્યામાં ઉમેરવાનો સંકલ્પ કર્યો હતો.

●●●

શેઠ સી.એમ. શાળા, સે-૨૩

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ-ગાંધીનગર સંચાલિત શેઠ સી.એમ.હાઈસ્કૂલ એન્ડ હાયર સેકન્ડરી સ્કૂલ,સે-૨૩ દ્વારા ૨૧ જૂન વિશ્વ યોગ દિવસ તરીકે ઉજવવામાં આવ્યો હતો. તેમાં શાળાના વાલીઓ, વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા દરેક પોતાના ઘરે યોગ અને આસનો કરી તેના ફોટા મોકલવામાં આવ્યા હતા અને શાળામાં તમામ સ્ટાફ દ્વારા યોગનું નિદર્શન કરવામાં આવ્યું. અને યોગ શિક્ષક દ્વારા યોગનું

મહત્વ અને પધ્ધતિસર કરવા માટેનું માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું હતું. ડૉ.ચેતના બૂચ દ્વારા વાલીઓ, વિદ્યાર્થીઓ અને તમામ સ્ટાફને દિવસ દરમિયાન ૪૫ મિનિટ ચાલીશું અને ૨૦ મિનિટ યોગ કરીશું



આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસની ઉજવણીના ભાગરૂપે શહેરની સામાજીક-શૈક્ષણિક અને સાંસ્કૃતિક સંસ્થાઓ દ્વારા ઓનલાઈન યોગ નિદર્શનના કાર્યક્રમો યોજાયા હતા. રાજયપાલ અને મુખ્યમંત્રી સહિત નામી-અનામી નાગરિકોએ એક મોટી સંખ્યામાં યોગ કરી યોગની મહત્તા સ્વીકારી હતી અને સમજાવી હતી. શહેરમાં સામાન્યતઃ અનેક સંસ્થાઓ યોગ અને પ્રાણાયામના વર્ગો નિયમિત ચલાવે છે પરંતુ કોરોનાકાળમાં યોગનો વ્યાપ અને વજન વધ્યું છે. તબીબો પણ નિયમિત યોગ માટે આગ્રહ કરે છે ત્યારે અનેક સ્થાનો ઉપર કોરોનાની ગાઈડલાઈન મુજબ યોગના વર્ગો ચાલે છે. વ્યકિતગત ધોરણે પણ અસંખ્ય લોકો નિયમિત રીતે યોગ અને પ્રાણાયામ દ્વારા સ્વાસ્થ્ય જાળવે છે.

તેવી પ્રતિજ્ઞા લેવામાં આવી.

આ પ્રસંગે શાળાના આચાર્યશ્રી ડૉ.ચેતના બૂચ, સુપરવાઈઝરશ્રી બી.એ.પટેલ, મુકેશભાઈ પટેલ, કનુભાઈ પટેલ અને વ્યાયામ શિક્ષક લાભુભાઈ દેસાઈ અને સંજયભાઈ પટેલ દ્વારા કાર્યક્રમનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું.

●●●

સરસ્વતી વિદ્યાલય સે-૬

સેકટર-૬ સ્થિત સરસ્વતી વિદ્યાલયમાં વિશ્વ યોગ દિન નિમિત્તે યોગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં શાળાના સર્વે

શિક્ષકમિત્રોએ હાજરી આપી હતી. શાળાના પ્રમુખ પ્રદિપસિંહ બિહોલા પણ હાજર રહ્યા હતા. વર્તમાન પરિસ્થિતિને ધ્યાનમાં રાખીને સરકારશ્રીના નિયમોના પાલન અનુસાર સામાજિક અંતર જાળવ્યું હતું. શાળાના આચાર્ય હિતેન્દ્રસિંહ પરમારે બધા જ શિક્ષકોને યોગ કરાવ્યા હતા.

કાર્યક્રમના અંતમાં શાળાના પ્રમુખ પ્રદિપસિંહ બિહોલાએ યોગનું જીવનમાં મહત્વ અને રોજિંદી દૈનિક ક્રિયાઓની સાથે યોગને પણ જીવનમાં વણી લેવો જોઈએ તેવું પોતાના વકતવ્યમાં જણાવ્યું હતું.

●●●

એસ.કે. કે.જી. ઈંગ્લીશ મિડીયમ સ્કૂલ

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ દ્વારા સંચાલિત એસ.કે.પટેલ કે.જી. ઈંગ્લિશ મીડિયમ સ્કૂલમાં 'યોગા વીક' રાખવામાં આવ્યો.

જેમાં બાળકોએ ઓનલાઈન ક્લાસ માં ઉત્સાહ પૂર્વક વિવિધ યોગા કર્યા હતા. આ યોગા વીક રાખવાનો મુખ્ય ધ્યેય બાળકોના સારા વિકાસ અને તેમની તંદુરસ્તી જળવાઈ રહે તે માટેનો હતો.

●●●

અરિહંત સ્કૂલ ઓફ ફાર્મસી એન્ડ બાયો રિસર્ચ ઈન્સ્ટીટયુટ

વિશ્વ ભરમાં યોગની મહત્વતા ઉજાગર કરતા દર વર્ષે ૨૧ જૂન વિશ્વ યોગ દિવસ તરીકે ઉજવવા વિશ્વના દેશોને પ્રેરિત કર્યા છે. હાલની કોવિડ-૧૯ની પરિસ્થિતિને ધ્યાને લેતા યોગ દિવસની ઉજવણી

'યોગ કરીશું, કોરોનાને હરાવીશું' અભિયાન અંતર્ગત અરિહંત સ્કૂલ ઓફ ફાર્મસી એન્ડ બાયો રિસર્ચ ઈન્સ્ટીટ્યુટ, અડાલજ દ્વારા યોગ અભ્યાસનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. તે અંતર્ગત કોલેજના ૫૦ થી વધુ અધ્યાપકોએ સૂક્ષ્મ વ્યાયામ, આસનો અને પ્રાણયામો કરેલ હતા. અને વિદ્યાર્થી માટે પણ વર્ચ્યુલ યોગા અભ્યાસનું આયોજન કરાયું હતું. તેમાં ૨૫૦ જેટલા વિદ્યાર્થીઓએ ઉત્સાહ પૂર્વક ભાગ લીધો હતો. આ અભિયાન દરમ્યાન પ્રાણાયામો અને યોગા અભ્યાસનું મહત્વ અને રોજિંદા જીવનમાં વિવિધ પ્રકારના રોગો અને કોરોનાની મહામારી સામે લડવા માટેના યોગા અભ્યાસનું મહત્વ આ કાર્યક્રમના સંચાલક ડૉ.નિશા પરિખ અને ડૉ.સુનિતા ચૌધરી એ સમજાવ્યું હતું.

●●●

એસ.વી. ઈંગ્લીશ મીડિયમ સ્કૂલ

શહેરની પ્રતિષ્ઠિત સંસ્થા સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ, ગાંધીનગર સંચાલિત એસ.વી.ઈંગ્લિશ મીડિયમ પ્રી-સ્કૂલમાં તા-૨૧ જૂનના રોજ ઓનલાઈન ઈન્ટરનેશનલ યોગ ડે ઉજવવામાં આવ્યો હતો, જેમાં શાળાના નર્સરી, જૂનિયર કે.જી. અને સીનિયર કે.જી. ના

બાળકોએ ઉત્સાહથી ભાગ લીધો હતો. સૌ પ્રથમ બાળકોએ 'ઓમ'ના ઉચ્ચારણની શરૂઆત કરતાં જ, ઓનલાઈન કલાસનું વાતાવરણ પવિત્ર બની ગયું હતું. ત્યાર બાદ, શિક્ષિકાઓએ બાળકોને જીવનમાં યોગનું અને કસરતનું મહત્વ સમજાવી, કિડ્સ યોગા કરાવ્યા હતા. તેઓએ બાળકોને વિવિધ આસનો અને આખા શરીરની કસરતો કરાવી હતી, જેનાથી તેઓ રોમાંચિત થઈ ગયા હતા.

●●●

શ્રી સ્વામિનારાયણ ઈન્સ્ટીટયુટ ઓફ ટેકનોલોજી

આજરોજ ૨૧ જૂને, આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિનની ઉજવણીના ભાગરૂપે સાપ્તાહિક યોગ શિબિરનું સમાપન કાર્યક્રમના આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેમાં કાર્યક્રમનો શુભારંભ પ્રાર્થના, તેમજ સંસ્થાના ટ્રસ્ટી શ્રી રામકૃષ્ણ સ્વામીજી , શ્રી અક્ષરપ્રકાશ સ્વામીજી, ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડના ચેરમેન શીશપાલજી રાજપુત તેમજ સંસ્થાના ડાયરેકટર પ્રોફેસર ધર્મેશ વંડરા દ્વારા દીપ પ્રાગટ્ય કરીને કરવામાં આવ્યું હતું. ત્યારબાદ સ્વામીજીએ દરેક વિદ્યાર્થી તેમજ વાલી અને સ્ટાફ મિત્રોને સ્વસ્થ સ્વાસ્થ્ય જળવાઈ રહે અને નિરોગી શરીરના

આશીર્વાદ આપ્યા હતા. સાથે ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડના ચેરમેન શિશપાલજીએ દરેક વિદ્યાર્થીઓને યોગ નિયમિત દિનચર્યામાં ઉમેરવાની પહેલ કરી હતી. અને સંસ્થાના ડાયરેક્ટર પ્રો. ધર્મેશ વંડરાએ દરેક વિદ્યાર્થીઓ નિયમિત યોગ કરશે તેઓ સંકલ્પ લેવડાવ્યો હતો. આ યોગ શિબિર આયોજન બદલ બંને સંસ્થાઓને ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડના ચેરમેન તેમજ વાલીઓ દ્વારા બિરદાવવામાં આવ્યો હતો.

●●●

નહેરૂ યુવા કેન્દ્ર

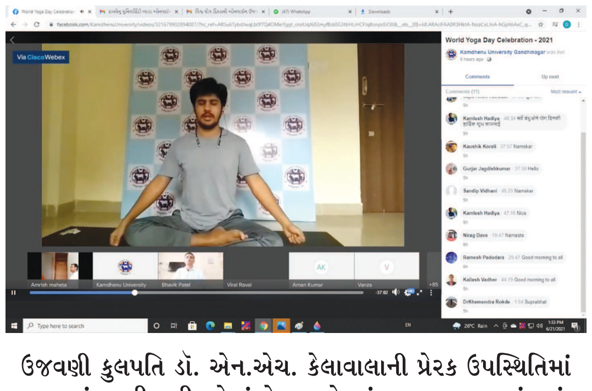
નહેરૂ યુવા કેન્દ્ર સંગઠન ગાંધીનગર દ્વારા આજરોજ ૭મા 'યોગ

દિવસ'ની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. જેમાં માનનીય વડાપ્રધાનશ્રીના 'યોગ સે સહયોગ'નો મંત્ર પણ આવકાર્યો હતો આ ઉજવણીમાં ૪૦ જેટલા પ્રતિભાગી થયા હતા.

●●●

કામધેનુ યુનિવર્સિટી

કામધેનુ યુનિવર્સિટી, ગાંધીનગર દ્વારા સાતમા વિશ્વ યોગ દિવસની

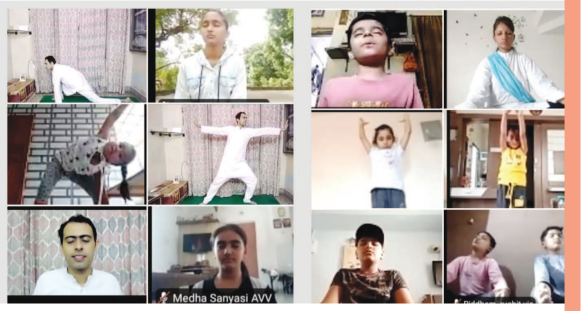


ઉજવણી કુલપતિ ડૉ. એન.એચ. કેલાવાલાની પ્રેરક ઉપસ્થિતિમાં કરવામાં આવી હતી. જેમાં તેમણ યોગનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું. આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસે પ્રાયોગિક નિદર્શન યોગચાર્ય વિરલભાઈ રાવલ, યોગઅર્ચનમ અમદાવાદ દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું. યોગ સપ્તાહ અને આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ એમ કુલ ૮ દિવસ કામધેનુ યુનિવર્સિટીના ૭૧૧ વ્યકિત પ્રતિ દિવસ અધિકારીશ્રીઓ, પ્રધ્યાપકશ્રીઓ અને કર્મચારીશ્રીઓ તેમજ વિદ્યાર્થીઓએ વેબેકસ તથા ફેસબુકના માધ્યમથી ઓનલાઈન આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસનો લાભ લીધો હતો.

●●●

વેદ ઈન્ટરનેશનલ સ્કૂલ

આજે આધુનિક સમયમાં વ્યસ્ત જીવનશૈલીને કારણે આવતી મુશ્કેલીઓના ઉપચારની ચાવી એટલે યોગ. આજના સમયમાં યોગ વધુ લોકપ્રિય બની રહ્યો છે. કારણકે લોકો તેના તરફ જાગૃત થયા છે. અને તેના મહત્વને પણ સમજી રહ્યા છે. અમારી શાળા વેદ ઈન્ટરનેશનલ સ્કૂલમાં લયબદ્ધ અને પદ્ધતિસરની તાલીમ આપવા માટે ખૂબ જ ઉત્સાહી અને પ્રખ્યાત એવા યોગના જાણકાર એવા શ્રીહર્ષિલ ના માર્ગદર્શન હેઠળ આ કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો.



તેઓશ્રી છેલ્લા દસ વર્ષથી યોગ જ્ઞાન ની તાલીમ આપી રહ્યા છે અને બેંગ્લોરમાં એચ.આર. સલાહકાર તરીકે કાર્યરત છે. તેઓશ્રીએ બાળકોને યોગ, વિવિધ આસનો, પ્રાણાયામ તથા સૂર્ય નમસ્કાર કરાવ્યા હતા.

●●●

એસ.જી. ઈંગ્લીશ મિડીયમ સ્કૂલ

ઈન્ટરનેશલ યોગદિવસ નિમિતે એસ.જી. અને એસ.વી. અંગ્રેજી માધ્યમ પ્રાયમરી સ્કૂલમાં યોગદિવસ ઊજવાય ગયો. તે અંતર્ગત એક સપ્તાહ દરમિયાન વિદ્યાર્થીઓને ઓનલાઈન દ્વારા યોગનું પ્રશિક્ષણ આપવામાં આવ્યું હતું. જેમાં વિદ્યાર્થીઓએ ઉત્સાહભેર ભાગ લીધો.

●●●

જે.એમ.પી. ગોપાલક વિદ્યા સંકુલ

જે.એમ.પી. ગોપાલક વિદ્યા સંકુલ ખાતે આજરોજ 'વિશ્વ યોગ દિન'ની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. જે અંતર્ગત કેમ્પસમાં શાળાના ટ્રસ્ટીશ્રીઓતથા આચાર્યશ્રી તથા શિક્ષક મિત્રો દ્વારા આ કાર્યક્રમને શોભાવ્યો હતો અને ઓનલાઈન કલાસમાં પણ યોગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું અને વિદ્યાર્થીઓએ પણ ઘરે બેઠા યોગ અને વિવિધ પ્રકારના આસનો કર્યા હતા. શાળાના આચાર્ય મનિષભાઈ ખત્રીએ યોગનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું.

●●●

વોર્ડ નં. ૯ ખાતે યોગિ શિબિર યોજાઈ

આજે વિશ્વ યોગ દિવસ નિમિત્તે ગાંધીનગર વોર્ડ નંબર ૯ સેકટર-૩-બી સ્થિત એસ.એસ.વી. કેમ્પસ ખાતે યોગ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ શિબિરમાં વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર

મોદી દ્વારા આપવામાં આવેલ માર્ગદર્શનનું લાઈવ પ્રસારણ કરવામાં આવ્યું હતું. જયારે શિબિરમાં યોગ અંગે રમેશચંદ્ર પંડયા દ્વારા યોગ કરાવીને યોગ અંગે માર્ગદર્શન આપ્યું હતું. આ પ્રસંગે કેન્દ્રના સી.વી. સતીશજી પ્રદેશ સંગઠનના મહામંત્રી ભીખુભાઈ દલસાણીયા, ગાંધીનગર શહેર પ્રમુખ રૂચિર ભટ્ટ, ગાંધીનગર શહેર મહામંત્રી કનુભાઈ દેસાઈ અને ગૌરાંગ પટેલ, વોર્ડ નં. ૯ના પ્રભારી નિલેશભાઈ તેમજ વોર્ડના મહિલા પ્રભારી ભાવનાબેન સહિત વોર્ડના ઉમેદવારો શૈલાબેન ત્રિવેદી, અલ્પાબેન પટેલ, રાજુભાઈ પટેલ અને ડૉ. સંકેત પંચાસરા સહિત વોર્ડના કમલેશભાઈ, અમરતભાઈ, અનિલભાઈ શાહ, ઉદયભાઈ તેમજ સંગઠનના હોદ્દેદારો હાજર રહ્યા હતા.

●●●

વાવોલના ગુડા ગાર્ડનમાં યોગ-પ્રાણાયામ યોજાયા

સમગ્ર ગાંધીનગર વિશ્વ યોગ દિવસે યોગમય બન્યું હતું. જેમાં વાવોલ ખાતે પણ ગુડા ગાર્ડનમાં યોગ પ્રાણાયામનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કાર્યક્રમમાં ભાજપના ગુજરાત પ્રદેશ બક્ષી પંચ મોરચાના ઉપાધ્યક્ષ તથા પૂર્વ ડેપ્યુટી મેયર નાઝાભાઈ ઘાંઘરે ઉપસ્થિત

રહી યોગ કર્યા હતા. આ સાથે વોર્ડ નં.૭ના ભાજપ ઉમેદવાર પ્રેમલસિંહ ગોલ સહિત ઉમેદવારો, શહેર ભાજપ લઘુમતી મોરચાના પ્રમુખ યુસુફભાઈ શેખ, હરિનગર સોસાયટીના પ્રમુખ અને વાવોલના અગ્રણી કચરાજી ગોલ તથા અન્ય ભાજપ હોદ્દેદારો-કાર્યકરો પણ યોગમાં જોડાયા હતા.