



**MDNIY**  
**E-NEWSLETTER**  
**MAY, 2022**

**MORARJI DESAI NATIONAL  
INSTITUTE OF YOGA**

Ministry of Ayush, Government of India  
68, Ashok Road, New Delhi-110001  
[www.yogamdniy.nic.in](http://www.yogamdniy.nic.in)

# प्रधान संपादक की कलम से



मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (एमडीएनआईवाई) योग शिक्षा, चिकित्सा और अनुसंधान की योजना, प्रशिक्षण और समन्वय के लिए जाना जाता है। इसका उद्देश्य लोगों के बीच शास्त्रीय योग पर आधारित योग दर्शन और योग परम्पराओं की गहरी समझ को बढ़ावा देना है। संस्थान का मुख्य उद्देश्य 'सभी के लिए स्वास्थ्य, सद्भाव और खुशी' है।

शिक्षा केवल तथ्यों का संचय ही नहीं है, बल्कि यह भविष्य की तैयारी भी है। शिक्षा, ज्ञान और नैतिकता से ओतप्रोत होनी चाहिये। यह छात्रों के व्यक्तित्व को विकसित करता है, उनके चरित्र को बेहतर बनाता है। इतना ही नहीं, दुनिया की तमाम समस्याओं और चुनौतियों से निपटने के लिये उन्हें मानसिक रूप से तैयार भी करता है। आज हमारे युवाओं में उनकी शिक्षा के दौरान जो चरित्र सर्वाधिक विकसित करने की आवश्यकता है, वह है सेवा भाव। सेवा भाव उन्हें न केवल अपने जीवन में सफल बनाता है, बल्कि देश के नागरिकों के प्रति अपने कर्तव्यों और जिम्मेदारियों के प्रति भी जागरूक करता है।



प्रधान संपादक  
**डॉ. ईश्वर वी. बसवरजि**  
निदेशक, एमडीएनआईवाई

एक स्थापित और अत्यधिक सम्मानित संस्थान के रूप में हम अनुशासन के साथ-साथ अपना एक सर्वश्रेष्ठ मानक बनाए रखते हैं। हमारा दृढ़ विश्वास है कि शिक्षा किसी राष्ट्र की प्रगति की कुंजी है। एक छात्र चाहे जिस भी करियर को चुने, कड़ी मेहनत और अनुशासन सफलता की निश्चित राहें हैं। एक जिम्मेदार शैक्षणिक संस्थान के रूप में हम उन स्वर्णिम महत्वाकांक्षाओं को प्राप्त करने में छात्रों का सहयोग करेंगे और यह भी सुनिश्चित करेंगे कि संस्थान में उनका प्रवास सार्थक और फलदायी भी हो। हमारा मानना है कि शिक्षा छात्रों को नैतिक, सामाजिक और आध्यात्मिक रूप से ऊंची उड़ान भरने में सक्षम बनाना चाहिए।

हमारे संस्थान का पाठ्यक्रम छात्रों के बीच रुचि और ध्यान को प्रोत्साहित करने और उनमें अतीत के मूल्यों, वर्तमान के उत्साह और भविष्य की चुनौतियों के लिए नवीन तरीकों को अपनाने के लिये प्रोत्साहित करता है।

आजकल पूरी दुनिया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2022 का जश्न मनाने में लगी हुई है। इसी क्रम में हम भी पूरी निष्ठा के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन कर रहे हैं। भारत के प्रधानमंत्री की दृष्टि के अनुसार, योग उत्सव का आयोजन पांच पुरातत्व स्थलों पर भी किया गया। राखीगरी (हरियाणा), हरिनापुर (उत्तर प्रदेश), शिवसागर (असम), धोलावीरा (गुजरात) और आदिचनल्लूर (तमिलनाडु) को पूरे भारत में "प्रतिष्ठित स्थलों" में विकसित कर दिया गया है।

आईडीवाई-2022 के लिए 100 दिनों की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए 13 मार्च को कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जबकि 75 दिवसीय उल्टी गिनती का आयोजन दिल्ली के लाल किले में किया गया। इसके बाद 2 मई, 2022 को असम के शिवसागर में शिव दौल मंदिर परिसर में 50 दिवसीय उल्टी गिनती का कार्यक्रम हुआ। 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का उत्सव कर्नाटक के मैसूर में होगा, जहां भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदीजी स्वयं सामूहिक योग प्रदर्शन कार्यक्रम का नेतृत्व करेंगे।

आयुष मंत्रालय अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के सभी पिछले संस्करणों पर गंभीरता से विचार करने के बाद अपनी उपलब्धियों को प्रदर्शित के लिए मैसूर में एक डिजिटल योग प्रदर्शनी आयोजित करने की योजना बना रहा है।

मैं पूरे एमडीएनआईवाई परिवार को योग शिक्षा और प्रशिक्षण प्रणाली का पर्याय बनाने और निरंतर समर्थन के लिए धन्यवाद देता हूँ। मैं आपको विश्वास दिलाता हूँ कि जिस सपने के साथ संस्थान साकार हुआ, उसे साकार करने के लिए संस्थान हर संभव कदम उठाता रहेगा।

## संपादकीय टीम:

- प्रधान संपादक**  
डॉ. ईश्वर वी. बसवरजि  
निदेशक, एमडीएनआईवाई
- प्रबंध संपादक**  
मो. तैयब आलम  
संचार और प्रलेखन अधिकारी
- संपादक**  
संतोष सिंह  
सलाहकार (मीडिया)  
विजेयता शर्मा  
जूनियर सलाहकार (मीडिया)
- एसोसिएट एडिटर**  
कोमल कत्याल  
सलाहकार (सोशल मीडिया)
- डिजाइन**  
निहाल हसनैन  
(कार्यालय सहायक)

ताज़ा जानकारी के लिए जुड़े:

@mdniyayush

Director Mdniy

@mdniy

@mdniyyoga

E-mail: mdniy@yahoo.co.in  
website: www.yogamdniy.nic.in

# From the desk of Editor-In-Chief



*Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) strives to make an extensive and positive impact on the world through its deeper understanding of Yoga philosophy and practices based on the classical texts of Yoga.*

*Education is not merely an accumulation of facts but a system that prepares an individual for life. We believe that the education system must have knowledge imbued with wisdom and ethics. Only a knowledge system like that can develop the personality of students, mould their character, and enhance their critical and analytical skills to help them cope with the issues and challenges of the present complex world. In line with this, as one of the finest and highly esteemed institutions of Yoga, MDNIY, has put in its best efforts to uphold the high-quality standard. The institution endeavours to impart the students with all the necessary knowledge and skills to achieve success in a true sense and believes in supporting its students to attain their dreams.*



*Editor-In-Chief  
Dr. Ishwar V. Basavaraddi  
Director, MDNIY*

*Being the harbinger of the new era in the domain of Yoga education, our curriculum allows the Yoga trainers the flexibility to adopt innovative methods to stimulate the interest of the students and make them learn and appreciate the values of the past, be mindful of the present, and fight the challenges of the future. We believe that education should enable the students to soar high - morally, socially, and spiritually.*

*The entire world is busy preparing for the celebrations of the International Day of Yoga-2022. In accordance with this, MDNIY is also discharging its responsibilities with complete devotion. Following the vision of the Prime Minister of India, the Yoga Utsavs have been organized at five iconic Archaeological sites, viz. Rakhigari (Haryana), Hastinapur (Uttar Pradesh), Sivasagar (Assam), Dholavira (Gujarat) and Adichanallur (Tamil Nadu) across India.*

*The curtain raiser event to the 100 days Countdown event to IDY-2022 was celebrated on March 13th, following which the 75-day Countdown event was organized at the Red Fort in Delhi, and continuing the chain of events, the 50-day Countdown event took place at Shiva Doul Temple Complex in Sivasagar, Assam, on May 2nd, 2022.*

*The International Day of Yoga celebrations on June 21st will take place at Mysuru in Karnataka where the Hon'ble Prime Minister of India, Narendra Modi Ji, will lead the Mass Yoga Demonstration. The Ministry is also planning to organize a Digital Yoga Exhibition at Mysuru to showcase the highlights and achievements of all the previous editions of the International Day of Yoga.*

*I, along with the entire MDNIY family, take this opportunity to thank all the stakeholders for showing solidarity and continuous support in making MDNIY synonymous with yoga education and training systems. I assure you that the institute will continue to take every action possible to realize the dream with which the institute materialized.*

## Editorial Team

- **Editor- In- Chief**

Dr. Ishwar V. Basavaraddi  
Director, MDNIY

- **Managing Editor**

Md. Taiyab Alam  
Communication  
& Documentation Officer

- **Editor**

Santosh Singh  
Consultant (Media)

Vijayata Sharma  
Junior Consultant (Media)

- **Associate Editor**

Komal Katyal  
Consultant (Media)

- **Design by**

Nihal Hasnain  
(Office Assistant)

Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

E-mail: [mdniy@yahoo.co.in](mailto:mdniy@yahoo.co.in)  
website: [www.yogamdniy.nic.in](http://www.yogamdniy.nic.in)

# फेस ऑफ़ द मंथ

श्री अनुराग सिंह ठाकुर भारत सरकार में केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण और युवा मामले एवं खेल मंत्री हैं। माननीय मंत्री जी का विविध व्यक्तित्व उन्हें औरों से अलग और अद्वितीय बनाता है। एक समाज सुधारक के रूप में आप अपनी प्रतिबद्धता, मानवतावादी दृष्टिकोण और कुशल नेतृत्व के साथ जनता के लिये सदैव समर्पित हैं। श्री अनुराग सिंह ठाकुर ने अपने निर्वाचन क्षेत्र हमीरपुर को रेलवे, सड़कों और राष्ट्रीय राजमार्गों की कनेक्टिविटी, बैंक शाखाओं, स्कूलों और कॉलेजों के उद्घाटन, चिकित्सा सुविधाओं आदि से लेकर क्षेत्रों में उनकी सामाजिक-आर्थिक विकास परियोजनाओं से पूरा करने में काफी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

युवा होने के साथ साथ श्री अनुराग सिंह ठाकुर एक खिलाड़ी भी हैं। एक खिलाड़ी के रूप में आपका मानना है कि खेल उस चरित्र का निर्माण करते हैं, जिसकी जरूरत सफलता के लिये होने के होती है। आपने 12 साल की उम्र में क्रिकेट में अपना करियर शुरू किया, और अंडर-19 टीम के लिए चुना गये, जो इंग्लैंड के खिलाफ दिल्ली और पटियाला में खेले गई थी। खेल के प्रति उत्साह और बीसीसीआई के पूर्व अध्यक्ष होने के नाते उन्होंने हिमाचल प्रदेश में स्टेडियमों, खेल के मैदानों और खेल सुविधाओं के विकास में अपार योगदान दिया है।

सूचना और प्रसारण मंत्रालय पिछले वर्षों के दौरान आईडीवाई कार्यक्रम को आगे बढ़ाने में आयुष मंत्रालय का एक प्रमुख भागीदार रहा है। यहां तक कि विभिन्न साझेदारियों के माध्यम से आईडीवाई को सफल बनाने के अंतरिम प्रयासों का समर्थन भी कर रहा है। आईडीवाई की लोकप्रियता को शीर्ष तक पहुंचाने के हमारे प्रयासों में दूरदर्शन और ऑल इंडिया रेडियो हमेशा सबसे आगे रहे हैं। आयुष मंत्रालय और युवा मामले एवं खेल मंत्रालय ने योगासन को एक प्रतिस्पर्धी खेल के रूप में स्थापित करने के लिए और भारत की खेल संस्कृति को दुनिया के सामने लाने के लिये अथत सामूहिक प्रयास किया है।

हाल ही में एक कार्यक्रम में माननीय केन्द्रीय मंत्री श्री अनुराग ठाकुर जी ने कहा कि वर्तमान में पूरी दुनिया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को स्वास्थ्य के वैश्विक उत्सव के रूप में मना रही है। यह माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के प्रयासों का प्रतिफल है। दुनिया अब जीवन में योग के महत्व को स्वीकार कर रही है। योग को दुनिया के सामने लाने में भारत की भूमिका से आज सभी अवगत हो चुके हैं। संयुक्त राष्ट्र महासभा में माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के भाषण से पहले पश्चिमी संस्कृति के प्रभाव के कारण योग सिर्फ हमारी संस्कृति और परिधि में था। लेकिन माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी की पहल के पश्चात योग दुनिया की मुख्यधारा से जुड़ गया।

एक केंद्रीय मंत्री के रूप में अपने व्यस्त कार्यक्रम के बावजूद श्री अनुराग ठाकुर देश और समाज को बेहतर बनाने के उद्देश्य से विभिन्न गतिविधियों में पूरी शिद्दत से शामिल होते हैं। आप ने योग को सभी के लिए सुलभ बनाने के निरंतर प्रयास किया है।

“आज़ादी का अमृत महोत्सव” आयोजित करने में हमारा समर्थन करने के लिए हम माननीय केन्द्रीय मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर कि आभारी हैं। माननीय केंद्रीय मंत्री जी आईडीवाई- 2022 से संबंधित सभी गतिविधियों में हमारा तहेदिल से समर्थन करते हैं और उनके कुशल नेतृत्व में योग लगातार आगे बढ़ रहा है।

कुल मिलाकर, श्री अनुराग ठाकुर का जीवन आईने की तरह पाक-साफ है। आप अपना जीवन सादगी के साथ जनहित, समाज सेवा और देशभक्ति की भावना के साथ जीते हैं। आप का जीवन मानवता की सेवा और देश के विकास के लिए समर्पित है।

निदेशक, एमडीएनआईवाई और संस्थान की पूरी बिरादरी माननीय केंद्रीय मंत्रीजी को योग और एमडीएनआईवाई की गतिविधियों में उनकी गहरी रुचि और योग प्रणाली को बढ़ावा देने के लिए अपनी कृतज्ञता अभिव्यक्त करते हैं।



**श्री अनुराग सिंह ठाकुर**

केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण और  
युवा मामले एवं खेल मंत्री,  
भारत सरकार

# Face of the Month

*Shri Anurag Singh Thakur is the Union Minister for Information & Broadcasting and Youth Affairs & Sports, Government of India. Being a social reformer, Shri Anurag Thakur has left no stone unturned to meet the aspirations of the nationals. As a true visionary he has directed magnanimous social work fulfilling local community needs. While holding various key posts in the Government and the party he has exhibited true leadership and statesmanship that shaped the Government.*

*Being a sportsperson, Mr Anurag Thakur believes that sports build the character you need to be successful. His love for cricket began at the age of 12 and later, he was selected for the U-19 team that played against England at Delhi and Patiala. His passion for cricket is evident in the picturesque International Level Cricket Stadium at Dharamshala, Himachal Pradesh. Being a sports enthusiast and Former President of BCCI, he has made immense contributions to the development of stadiums, playgrounds, and sports facilities in Himachal Pradesh. As a Youth leader, his moral ethos inspire young minds, which motivates them to dream and discover their inner talents.*

*The Ministry of Information and Broadcasting has been a key partner to the M/o Ayush in taking the IDY event forward during the previous years and even supporting efforts in the interim to make IDY a huge success through various partnerships. The Doordarshan and the All India Radio have always been front runners in our efforts to maximise the popularity of IDY. It is a matter of great pride that the Ministry of Ayush & the Ministry of Youth Affairs and Sports have worked closely to establish Yogasana as a competitive sport - fostering India's sporting culture throughout the world.*

*Recently in an event, the Hon'ble Minister stated that presently, the entire world is celebrating the International Day of Yoga as a global festival of health. It is through the efforts of Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi that the world now acknowledges the value of Yoga in our lives and is aware of the role of India in introducing Yoga to the world.*

*Despite his busy schedule as a Union Minister, Shri Anurag Thakur is passionately involved in various activities of International Day of Yoga.*

*It is our great pleasure to thank the Hon'ble Minister for his whole hearted support in the activities related to IDY-2022.*

*Director, MDNIY and the entire fraternity of the institute express their sincerest gratitude to the Hon'ble Union Minister for his genuine interest in Yoga, MDNIY activities and for promoting the Yoga system.*



**Mr Anurag Singh Thakur**

*Hon'ble Union Minister for Information & Broadcasting and Youth Affairs & Sports, Government of India*

## असम के शिवसागर में आईडीवाई के 50 दिनों की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए योग उत्सव

आयुष मंत्रालय, भारत सरकार ने असम सरकार के सक्रिय सहयोग से, 2 मई 2022 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2022 के 50 दिनों की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए

असम के मुख्यमंत्री डॉ. हिमंत बिस्वा सरमा; केंद्रीय आयुष और बंदरगाह, जहाजरानी और जलमार्ग मंत्री श्री सर्बानंद सोनोवाल; आयुष और महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री



असम के शिवसागर में शिवडोल के प्रतिष्ठित पवित्र स्थल पर एक योग उत्सव का आयोजन किया। आयुष मंत्रालय के तहत मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (एमडीएनआईवाई) द्वारा आयोजित कार्यक्रम में भारत के सभी पूर्वोत्तर राज्यों के 10,000 से अधिक योग उत्साही लोगों ने भाग लिया।

उत्सव एक साथ असम के शिवसागर जिले में सात ऐतिहासिक स्थानों पर आयोजित किया गया, जिसमें शिवसागर शहर की परिधि के भीतर थोरा डोल, रुद्रसागर डोल, रोंघर, तोलातोल घर, करेंग घर और जोयडोल, ऐतिहासिक महत्व के सभी स्थान शामिल थे। इस आयोजन का उद्देश्य योग के विभिन्न आयामों और मानव जीवन को समृद्ध करने की इसकी क्षमता के बारे में जागरूकता पैदा करना था।

उत्सव का विषय 'योग को अपने जीवन का हिस्सा बनाओ' था और इसमें गणमान्य लोगों, सरकारी अधिकारियों और छात्रों ने भाग लिया।

डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई कालूभाई, केंद्रीय पेट्रोलियम और गैस और श्रम राज्य मंत्री, श्री रामेश्वर तेली, असम के राज्य स्वास्थ्य मंत्री केशव महंत, सिक्किम के स्वास्थ्य मंत्री डॉ. एम के शर्मा के साथ इस कार्यक्रम में अरुणाचल प्रदेश के स्वास्थ्य मंत्री अलो लिबांग, नागालैंड के स्वास्थ्य मंत्री एस. पांगन्यू फोम ने भाग लिया।

मंत्रियों के अलावा, असम, नागालैंड और अरुणाचल के संसद सदस्यों ने मध्य और सभी पूर्वोत्तर राज्यों के वरिष्ठ अधिकारियों सहित प्रतिष्ठित गणमान्य व्यक्तियों, विशेषज्ञों, योग उत्साही और छात्रों ने इस उत्सव में भाग लिया।

सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन एमडीएनआईवाई की टीम ने इसके निदेशक डॉ ईश्वर वी. बसवरडि के नेतृत्व में शिवसागर के शिवडोल में पवित्र परिसर में किया गया।

इस अवसर पर बोलते हुए, केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी और जलमार्ग और आयुष मंत्री श्री सर्बानंद सोनोवाल ने कहा कि उत्सव के पीछे का विचार लोगों को योग को अपनाने के लिए

## Thousands Participate in Yoga Utsav to mark 50 Days Countdown to IDY at Sivasagar, Assam

The Ministry of Ayush, Government of India, with active support from the Government of Assam, organized a Yoga Utsav at the iconic holy site of Shivdol

Shipping & Waterways Shri Sarbananda Sonowal; the MoS for Ayush and WCD Dr. Munjpara Mahendrabhai Kalubhai, the Union Minister of State for Petroleum &



at Sivasagar in Assam to mark the 50 days countdown to International Day of Yoga, 2022 on 2nd May 2022. The event organized by Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) under the Ministry of Ayush, saw the participation of more than 10,000 yoga enthusiasts from all the northeastern states of India.

The Utsav simultaneously took place at seven historic locations in the Sivasagar district in Assam which included Thora Dol, Rudrasagar Dol, Ronghar, Tolatol Ghar, Kareng Ghar & Joydol. All the places were of historic importance, within the periphery of Sivasagar town. The event was aimed at creating awareness about the various dimensions of Yoga and its ability to enrich human lives. The Utsav theme was 'Make Yoga a part of Your Life' and was attended by dignitaries, students, and government officials.

The Chief Minister of Assam, Dr. Himanta Biswa Sarma; the Union Minister of Ayush and Ports,

Gas and Labour, Rameshwar Teli along with the State Health Minister of Assam, Keshab Mahanta, the Health Minister of Sikkim, Dr. M K Sharma, the Health Minister of Arunachal Pradesh, Alo Libang, the Health Minister of Nagaland, S. Pangnyu Phom attended the event.

Apart from the ministers, the Members of Parliament from Assam, Nagaland, and Arunachal Senior officials from Central and all northeastern states including eminent dignitaries & experts, Yoga enthusiasts, and students participated in this Utsav.

The demonstration of the Common Yoga Protocol was done by a team of MDNIY led by its Director, Dr. Ishwar V. Basavaradi at the holy premises at Shivadol in Shivsagar.

Speaking on the occasion, the Union Minister of Ports, Shipping & Waterways, and Ayush, Sarbananda Sonowal said that the idea behind the Utsav is to encourage people to take up Yoga, a wonderful gift of our thousands of years

प्रोत्साहित करना है, जो हमारी हजारों साल की सभ्यता का एक अद्भुत उपहार है।

उन्होंने आगे कहा कि सभी पूर्वोत्तर राज्यों के हजारों लोग शिवसागर के खूबसूरत शहर में इस पवित्र भूमि पर योग

“प्रतिष्ठित” स्थलों में बदल दिया गया है। शिवसागर का ऐतिहासिक महत्व सर्वोपरि है, क्योंकि यह अहोम साम्राज्य का केंद्र था, जिसने 13वीं और 19वीं शताब्दी सीई के बीच शासन किया था।



करने के लिए एक साथ आए, यह आयोजन असम के प्रतिष्ठित विरासत स्थलों को दुनिया के पर्यटन मानचित्र पर रखने के हमारे निरंतर प्रयास को मजबूत करता है। इस कार्यक्रम में मंत्रीजी ने कहा कि इस आयोजन में हमने अपने

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के आठवें संस्करण को दुनिया भर में योग के संदेश को व्यापक दर्शकों तक पहुंचाने के लिए मंत्रालय द्वारा कई कार्यक्रमों के माध्यम से प्रचारित किया जा रहा है। आईडीवाई-2022 के लिए 100 दिनों की उल्टी



स्वास्थ्य और मस्तिष्क को समृद्ध करने के साथ-साथ सुंदर अहोम युग की वास्तुकला को उजागर करके अपनी सामाजिक-सांस्कृतिक विरासत का जश्न मनाने में योग के महत्व को उजागर करने का प्रयास किया है। शिवसागर को योग उत्सव के लिए चुना गया है क्योंकि भारत के प्रधान मंत्री ने पांच पुरातत्व स्थलों को विकसित करने की योजना का अनावरण किया था। राखीगरी (हरियाणा), हस्तिनापुर (उत्तर प्रदेश), शिवसागर (असम), धोलावीरा (गुजरात), और आदिचनल्लूर (तमिलनाडु) को पूरे भारत में

गिनती को चिह्नित करने के लिए एक पर्दा उठाने वाला कार्यक्रम 13 मार्च को मनाया गया, जबकि दिल्ली के लाल किले में 75-दिवसीय उल्टी गिनती का आयोजन किया गया। हर साल 21 जून को दुनिया भर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है। इस साल ब्रांड इंडिया को बढ़ावा देने के लिए 'आजादी का अमृत महोत्सव' के हिस्से के रूप में ऐतिहासिक महत्व के 75 विरासत स्थलों में योग उत्सव मनाया जा रहा है।



of civilization so that they can enrich their quality of life.

He further said that as thousands of people from all the northeastern states came together at this pious land in

(Assam), Dholavira (Gujarat), and Adichanallur (Tamil Nadu)) into “iconic” sites across India. The historical significance of Sivasagar is paramount as it was the epicenter of the Ahom kingdom which ruled between the 13th and 19th century CE.



the beautiful town of Sivasagar to perform yoga, it reinforces our sustained effort to put the iconic heritage sites of Assam on the tourism map of the world through

The eighth edition of the International Day of Yoga (IDY2022) is being promoted through multiple programs by the Ministry to take the message of Yoga across the



this event. The Minister said that in this event we tried to highlight the importance of Yoga in enriching our health & mind as well as celebrating our socio-cultural heritage by highlighting beautiful Ahom era architecture.

Sivasagar has been selected for the Yoga Utsav because the Prime Minister of India had unveiled a plan to develop five Archaeological sites viz. Rakhigari (Haryana), Hastinapur (Uttar Pradesh), Sivasagar

world. A curtain raiser event to mark the 100 days countdown to IDY-2022 was celebrated on 13th March and the 75-day countdown event was organized at the Red Fort in Delhi. The International Day of Yoga is celebrated across the world on June 21 every year. This year, the Yoga Utsav is being celebrated across 75 heritage sites of historical importance as part of 'Azadi Ka Amrit Mahotsav' in order to give a fillip to the brand India.

## हैदराबाद में 'योग उत्सव' का हुआ आयोजन, हजारों योग प्रेमियों ने की शिरकत

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय ने 25 दिनों के 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2022 के अवसर पर हैदराबाद के लाल बहादुर स्टेडियम में कॉमन योग

सोनोवाल, केंद्रीय संस्कृति, पर्यटन और डोनर मंत्री श्री जी किसान रेड्डी; तेलंगाना के माननीय वित्त, स्वास्थ्य चिकित्सा और परिवार कल्याण मंत्री, थानेरु हरीश राव; आयुष और



प्रोटोकॉल के तहत एक भव्य योग उत्सव का आयोजन किया, जिसमें 10,000 से अधिक योग उत्साही लोगों ने योग का प्रदर्शन किया।

इस अवसर पर तेलंगाना के राज्यपाल डॉ. तमिलिसाई

महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई कालूभाई; आयुष मंत्रालय की संयुक्त सचिव मिस कविता गर्ग; विभिन्न मंत्रालयों और राज्य सरकार के अन्य वरिष्ठ अधिकारियों के साथ निदेशक एमडीएनआईवाई, डॉ. ईश्वर



सुंदरराजन जी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थी। इस कार्यक्रम में माननीय केंद्रीय आयुष मंत्री श्री सर्बानंद

बसवरड्डि की भी उपस्थिति देखी गई। इस कार्यक्रम में लोकप्रिय फिल्मी सितारों, प्रसिद्ध खिलाड़ियों,

## Thousands in Hyderabad join Yoga Utsav to mark 25 days countdown to International Day of Yoga (IDY)

Thousands of people from all walks of life joined the Yoga Utsav at Lal Bahadur Shastri Stadium to mark the 25 days countdown to International Day of Yoga (IDY2022). The event was organized by the Ministry of

Minister of State for Women & Child Development and Ayush, Dr. Munjpara Mahendrabhai Kalubhai. The theme of the Utsav was 'Make Yoga a Part of Your Life.'



Ayush, Government of India with active support from the Government of Telangana. The Honourable Governor of Telangana, Dr. Tamilsai Soundararajan, graced the occasion as the Chief Guest, along with the Union Minister for Ports, Shipping & Waterways,

While addressing the gathering, the Hon'ble Governor recalled Prime Minister Narendra Modi's efforts that led to the declaration of June 21st as the International Day of Yoga by the UN General Assembly and made India proud.



Sarbananda Sonowal; the Union Minister for Tourism, Culture & DoNER, G Kishan Reddy; the Union

“192 countries celebrated International Day of Yoga, which included 44 Islamic countries, and our traditional

श्रद्धेय योग गुरुओं, प्रतिष्ठित गणमान्य व्यक्तियों और योग और संबद्ध विज्ञान के विशेषज्ञों की सक्रिय भागीदारी देखी गई। साथ ही साथ स्वयंसेवकों ने भी सामान्य योग प्रोटोकॉल (CYP) का प्रदर्शन किया।

कार्यक्रम के दौरान केंद्रीय आयुष, बंदरगाह, नौवहन और जलमार्ग मंत्री श्री सर्बानंद सोनोवाल ने इस बात पर प्रकाश डाला कि वैश्विक समाज ने योग को एक स्वस्थ जीवन शैली के रूप में स्वीकार किया है, जिससे यह उनके जीवन का



सभा को संबोधित करते हुए माननीय राज्यपाल डॉ. तमिलिसाई सुंदरराजन जी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को उनके अथक प्रयासों और संयुक्त राष्ट्र महासभा में 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में प्रस्तुत करने के लिए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए राज्यपाल ने कहा कि "192 देशों ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया, जिसमें 44 इस्लामिक देश शामिल थे और योग की हमारी पारंपरिक संस्कृति पूरी दुनिया में फैली हुई थी। हम दीपावली और पोंगल मनाते हैं, और अब 21 जून को आईडीवाई-2022 को स्वास्थ्य के त्योहार के रूप में मनाया जाएगा।"

सभा को संबोधित करते हुए, माननीय राज्यपाल ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रयासों को याद किया, जिसके कारण संयुक्त राष्ट्र महासभा ने 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया गया और भारत को गौरवान्वित किया। उन्होंने सभी नागरिकों से दैनिक जीवन में योग को अपनाने का आग्रह किया और दुनिया भर में अच्छे स्वास्थ्य और कल्याण की कामना की।

अभिन्न अंग बन गया है। उन्होंने योग को विश्व पटल पर पहचान दिलाने के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को धन्यवाद दिया।

कार्यक्रम में भाग लेने वालों को धन्यवाद देते हुए केंद्रीय मंत्री ने 21 जून को नागरिकों से आगे आने और जनता की भागीदारी को अधिकतम करने के लिए संयुक्त प्रयास करने की भी अपील की।

साथ ही साथ, उन्होंने इस बात पर भी प्रकाश डाला कि आईडीवाई-2022 में इस वर्ष की भागीदारी केवल शहरी स्थानों तक ही सीमित नहीं होगी, बल्कि ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों को भी जुड़ने की आवश्यकता है। "एक भारत श्रेष्ठ भारत" के आदर्श वाक्य को बढ़ावा देने के लिए आईडीवाई-2022 में सभी क्षेत्रों के लोगों को प्रोत्साहित किया जाएगा।

माननीय केंद्रीय मंत्री ने युवाओं को प्रोत्साहित करते हुये कहा कि "अब युवा पीढ़ी अपने जीवन में योग का अभ्यास करने की आदत अपना रही है, जो हमारे भविष्य और समाज के लिए एक शुभ संकेत है। योग के अभ्यास से हर इंसान अच्छा स्वास्थ्य, शांत और सुखी जीवन प्राप्त कर सकता है।"

culture of Yoga spread all over the world. We celebrate Deepavali and Pongal, and now June 21st will be celebrated as a festival of health,” the Governor added. She further urged all the citizens to adopt yoga in daily life and emphasized its importance for good health and well-being across the globe.

Speaking on the occasion, the Union Minister of Ports,

Yoga Utsavs were also organized at five Archaeological sites viz. Rakhigari (Haryana), Hastinapur (Uttar Pradesh), Sivasagar (Assam), Dholavira (Gujarat), and Adichanallur (Tamil Nadu)) at “iconic” sites across India. The curtain raiser event to mark the 100 days countdown to IDY2022 was celebrated on 13th March and the 75 day countdown event was organized at the Red Fort in Delhi.



Shipping & Waterways, and Ayush, Sarbananda Sonowal said, “We are really happy to witness thousands of Hyderabad residents coming out to perform Yoga which has certainly enthused many more to join this movement. We must celebrate our rich heritage by making Yoga a part of our lives. It enriches our health & mind. Under the dynamic leadership of Prime Minister Shri Narendra Modi Ji, yoga has got the necessary platform which has helped build the brand India image. The success of today's event will give further momentum towards the 8th International Day of Yoga on 21st June in Mysuru where our beloved Prime Minister Narendra Modiji will lead the elaborate celebration of Yoga by enthusiasts and practitioners across the world. The idea behind this Yoga Utsav is to encourage people to take up Yoga, a wonderful gift of our thousands of years of civilization so that they can enrich their quality of life. We must join this beautiful movement, envisioned by our leader, Modiji, towards building a happier and healthier India.”

As per the vision of the Prime Minister of India, the

This was followed by a 50 day countdown event at Shiva Doule temple complex in Sivasagar, Assam on May 2, 2022. The celebration of International Day of Yoga on 21st June will be at Mysuru in Karnataka where Prime Minister of India, Narendra Modi will lead the Mass Yoga Demonstration. The Ministry is also planning to organise a Digital Yoga Exhibition at Mysuru to show case highlights and achievements of all previous editions of International Day of Yoga. The exhibition will also include strength of Yoga, best practice, research highlights, Common Yoga Protocol etc.

The Union Minister of Ports, Shipping & Waterways and Ayush, Sarbananda Sonowal further announced another major attraction, known as “Guardian Ring”, whereby the yoga celebrations happening across the world will be relayed throughout the Yoga day. Every year, the missions abroad organise Yoga activities on International Day of Yoga. The Guardian Ring activity will string together the feed from different Missions. The streaming will be initiated from Japan- the land of the rising sun- at 6 AM local time and, then, move westward. As and when the

श्री सर्बानंद सोनोवाल जी ने केंद्रीय संस्कृति, पर्यटन और उत्तर पूर्वी क्षेत्र के विकास मंत्री श्री जी. किसान रेड्डी जी का भी आभार व्यक्त किया और संक्षेप में बताया कि कैसे यह आयोजन हमारे देश में कन्याकुमारी से कश्मीर, अरुणाचल प्रदेश से गुजरात तक और वैश्विक स्तर पर भी लोकप्रिय रहा है। उन्होंने हैदराबाद के लोगों से आगे आने की अपील की और इस आयोजन को भव्य स्तर पर सफल बनाने का आग्रह किया।

हैदराबाद में आईडीवाई कार्यक्रम को संबोधित करते हुए केंद्रीय सांस्कृतिक, पर्यटन और उत्तर पूर्वी क्षेत्र के विकास मंत्री श्री जी. किसान रेड्डी जी ने कहा कि दिसंबर, 2014 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने 21 जून को 'अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस' के रूप में घोषित करने वाले भारत के नेतृत्व वाले प्रस्ताव को अपनाया। इस वर्ष आईडीवाई-2022 के अवसर पर दुनिया भर में योग कार्यक्रम चल रहे हैं। आईडीवाई योग के 100वें काउंटडाउन कार्यक्रम का उद्घाटन विज्ञान भवन नई दिल्ली में हुआ, 75वां आईडीवाई काउंटडाउन



पड़ रहा है, मंत्रालय 'ब्रांडिंग इंडिया' को बढ़ावा देने के लिए देश भर में पर्यटन महत्व के 75 प्रतिष्ठित स्थलों पर आईडीवाई- 2022 कार्यक्रम मना रहा है।

डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई कालूभाई, माननीय केंद्रीय आयुष और महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री ने योग के महत्व पर प्रकाश डाला और कहा कि योग आज एक अंतरराष्ट्रीय ब्रांड



लाल किले में, 50वां आईडीवाई शिवसागर असम में और 25वां आईडीवाई काउंटडाउन प्रोग्राम हैदराबाद में है।

हैदराबाद के लगभग सभी जिलों और नगरपालिका विभागों में विभिन्न योग आईडीवाई कार्यक्रम हो रहे हैं। मैं उन सभी योग गुरुओं को धन्यवाद देना चाहता हूँ जो इस कार्यक्रम में भाग लेने के लिए यहां आए हैं और मैं उनका तहेजिल से स्वागत करता हूँ। दुनिया भर के सभी देश, उनकी आस्था प्रणाली, इस्लामी, ईसाई, लोकतांत्रिक आदि के बावजूद, योग संस्कृति का पालन करते रहे हैं और इसका अभ्यास कर रहे हैं। इस आईटी सिटी हैदराबाद में लाखों लोग योग उत्सव में हिस्सा लिया। इस भव्य कार्यक्रम में जाने-माने खिलाड़ी, फिल्मी सितारे, पद्मश्री पुरस्कार विजेता, वरिष्ठ राजनेता और अन्य गणमान्य व्यक्ति भी शामिल हुए हैं। मैं पीएम नरेंद्र मोदीजी, आयुष मंत्रालय, संस्कृति मंत्रालय सहित सभी का स्वागत करना और धन्यवाद देता हूँ।

माननीय केंद्रीय मंत्री ने यह भी साझा किया कि आगामी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस "आज़ादी का अमृत महोत्सव" वर्ष में

बन चुका है। आईडीवाई आज दुनिया में सबसे बड़ा सार्वजनिक स्वास्थ्य आंदोलन बन गया है, जिसे जनता अपना भरपूर प्यार और समर्थन दे रही है।

माननीय मंत्री महोदय ने कहा कि "आयुष मंत्रालय, भारत में आईडीवाई के लिए नोडल मंत्रालय होने के नाते विभिन्न हितधारकों के बीच क्रिया-कलापों के माध्यम से अधिक से अधिक लोगों को आईडीवाई कार्यक्रम में भाग लेने के लिए प्रेरित किया जा सके।

संबोधनों के बाद, मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि के नेतृत्व में योग विशेषज्ञों द्वारा सामान्य योग प्रोटोकॉल का लाइव प्रदर्शन किया गया, जिसमें 10,000 से अधिक योग उत्साही लोगों ने सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया। कार्यक्रम को आयुष मंत्रालय, एमडीएनआईवाई और अन्य योग संस्थानों के विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के माध्यम से प्रचारित-प्रसारित किया गया।

sun rises, streaming will be done from other countries. There will be a live telecast on DD India. “The Guardian Ring” underlines the “One Sun, One Earth” concept and showcases the unification power of Yoga. As part of our run-up events, as many as 25 crores or more would join in these Yog Utsavs at 75 iconic places across India as part of Azadi Ka Amrit Mahotsav, added the Minister.

Addressing the IDY event in Hyderabad Union Cultural, Tourism, and DoNER minister G. Kishan Reddy said that in December 2014 the UN General Assembly adopted an India-led resolution declaring June 21st as the 'International Day of Yoga'.. Various Yoga IDY events are taking place in almost all the districts and municipal divisions of Hyderabad All the countries worldwide, irrespective of their belief systems, Islamic, Christian, democratic, etc., have been following the Yoga culture and are practicing it. Lakhs of people are participating here in this IT city Hyderabad.

CYP was performed at the Utsav by many celebrities



After the addresses, a live demonstration of the Common Yoga Protocol was performed by the experts of Morarji Desai National Institute of Yoga under the leadership of Dr. Ishwar Basavaraddi, Director MDNIY, wherein more than 10,000 Yoga enthusiasts performed the Common Yoga Protocol at the stadium.

The eighth edition of International Day of Yoga is being promoted through multiple programmes by the Ministry



from the world of sports, cinema, and culture including Mr. Dil Raju, Indian Film Producer; Ms. Mithali Raj, Former Indian Women Cricket Captain; Mr. Manchu Vishnu, Indian Film Actor; Padmashri Awardees, Sh. Chintla Venkat Reddy, Mohammad Abdul Waheed; Smt. Padmaja Reddy and Dr. Ananda Shankar Jayant; Ms. Naina Jaswal Indian Table tennis Player; Ms. Lavanya Tripathy, Indian Film Actress, Mr. Pragyan Ojha, Indian Cricket Player; Mr. R Satwik Sairaj, Indian Table Badminton Player.

The event also witnessed the auspicious presence of Joint Secretary of Ministry of Ayush, Kavita Garg; Director MDNIY, Dr. Ishwar Basavaraddi along with other Senior Officials from various Ministries and State government.

to take the message of Yoga across the world to a wider audience. The International Day of Yoga is celebrated across the world on June 21 every year. This year, the Yoga Utsav is being celebrated across 75 heritage sites of historical importance as part of 'Azadi Ka Amrit Mahotsav' in order to give a fillip to the brand India. All the ministries of the government, defence forces & other uniformed service organizations are working together to make this movement towards wellness through Yoga a grand success.

In order to bring everyone within the ambit of this movement, the Ministry of Ayush is planning to engage with all the Gram Panchayats across the length & breadth of the country. This will take the movement beyond the urban areas and into the heart of India. The Ministry is committed to encouraging more participation from the rural areas.

## आवास और शहरी मामलों का मंत्रालय आईडीवाई समारोह में शामिल हुआ

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 के लिए 49 दिवसीय उल्टी गिनती को चिह्नित करते हुए आवास और शहरी मामलों के मंत्रालय, भारत सरकार ने 3 मई 2022 को निर्माण भवन, नई दिल्ली में योग उत्सव मनाया।

कार्यक्रम का उद्घाटन आवास और शहरी मामलों के मंत्रालय के सचिव श्री मनोज जोशी ने किया। कार्यक्रम में अपर सचिव श्री संजय कुमार भी मौजूद थे।

मंत्रालय के वरिष्ठ अधिकारियों और कर्मचारियों ने भी सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) कार्यक्रम में भाग लिया।

श्री ललित गंगवाल, योग विशेषज्ञ और सुश्री सुलभा कुमारी, एमडीएनआईवाई, एमएससी छात्र ने तकनीकी सहायता प्रदान की और सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।



## उपभोक्ता मामले विभाग ने आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया

स्वस्थ जीवन के लिए योग के अभ्यास को प्रोत्साहित करने के लिए, उपभोक्ता मामले विभाग, भारत सरकार ने 6 मई 2022 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 से पहले लोधी गार्डन, नई दिल्ली में योग उत्सव का आयोजन किया।

इस कार्यक्रम में श्री विनीत माथुर, संयुक्त सचिव; श्री अनुपम मिश्रा, संयुक्त सचिव, और डॉ. कामखेंथंग गुइटे,

आर्थिक सलाहकार, के साथ मंत्रालय के अन्य वरिष्ठ अधिकारियों ने शिरकत की।

श्रीमती अमृता शर्मा, योग विशेषज्ञ और एमडीएनआईवाई के छात्र नकुल ने तकनीकी सहायता प्रदान की और सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।





## Ministry of Housing & Urban Affairs joins IDY celebrations

Marking 49 Day countdown to the International Day of Yoga 2022, the Ministry of Housing & Urban Affairs, Government of India celebrated Yoga Utsav at Nirman Bhawan, New Delhi on 3rd May 2022.

The event was inaugurated by Shri Manoj Joshi, Secretary, Ministry of Housing & Urban Affairs.

Sh. Sanjay Kumar, Additional Secretary also graced the program.

Senior officers and staff of the Ministry also participated in CYP Program.

Sh. Lalit Gangwal, Yoga Expert, and Ms. Sulbha Kumari, M.Sc Students from MDNIY provided the technical assistance and demonstrated the Common Yoga Protocol.



## Department of Consumer Affairs organizes IDY countdown event

To encourage the practice of Yoga for a healthy life, the Department of Consumer Affairs, Government of India organized Yoga Utsav today at Lodhi Garden, New Delhi ahead of the International Day of Yoga 2022 on 6th May 2022.

The event witnessed the presence of Shri Vineet Mathur, Joint Secretary; Shri Anupam Mishra, Joint

Secretary, and Dr. Kamkhenthang Guite, Economic Adviser along with other senior officials from the Ministry.

Smt. Amrita Sharma, Yoga Expert, and Sh. Nakul, Student from MDNIY provided technical assistance and demonstrated the Common Yoga Protocol.



## श्रम और रोजगार मंत्रालय में योग उत्सव

श्रम और रोजगार मंत्रालय ने 7 मई 2022 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 के 45वें दिन की उल्टी गिनती को चिह्नित

माननीय केंद्रीय श्रम और रोजगार मंत्री श्री भूपेंद्र यादव जी ने इस आयोजन का उद्घाटन किया। माननीय राज्य मंत्री



करने के लिए कॉन्स्टीट्यूशन क्लब ऑफ इंडिया में योग उत्सव मनाया गया। माननीय केंद्रीय श्रम और रोजगार मंत्री श्री भूपेंद्र यादव जी ने इस आयोजन का उद्घाटन किया। माननीय राज्य मंत्री श्री रामेश्वर तेली जी भी वस्तुतः सत्र में शामिल हुए।

योग विशेषज्ञ नीतू शर्मा और एमडीएनआईवाई से डीवाईएससी की छात्रा सुश्री श्रुति ने तकनीकी सहायता प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया। श्रम और रोजगार मंत्रालय ने 7 मई 2022 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 के 45वें दिन की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए कॉन्स्टीट्यूशन क्लब ऑफ इंडिया में योग उत्सव मनाया गया।

श्री रामेश्वर तेली जी भी वस्तुतः सत्र में शामिल हुए।

योग विशेषज्ञ नीतू शर्मा और एमडीएनआईवाई से डीवाईएससी की छात्रा सुश्री श्रुति ने तकनीकी सहायता प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।



## Yoga Utsav at Ministry of Labour and Employment

Ministry of Labour and Employment celebrated Yoga Utsav at the Constitution Club of India to mark the 45th Day Countdown to International Day of Yoga

Rameswar Teli Ji also joined the session virtually.

Sh. Neetu Sharma, a Yoga expert, and Ms. Shruti, a



2022 on 7th May 2022. Hon'ble Union Minister for Labour & Employment, Shri Bhupendra Yadav Ji inaugurated the event. . Hon'ble Minister of State, Shri

student of DYSc from MDNIY provided the technical support and demonstrated the 45 minutes of Common Yoga Protocol.



## आईडीवाई समारोह में शामिल हुए राष्ट्रीय सुरक्षा गार्ड

राष्ट्रीय सुरक्षा गार्ड ने योग के लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए 8 मई 2022 को 12 एसआरजी एनएसजी मानेसर में 'योग अमृत महोत्सव' के तत्वावधान में योग के

और आसपास के क्षेत्रों के स्कूली बच्चों ने इस कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लिया।



चिकित्सीय उपयोग पर योग व्याख्यान सह कार्यशाला का आयोजन किया।

एनएसजी कर्मियों और उनके परिवार के सदस्यों, नागरिकों

श्री सत्येंद्र कुमार सिंह, योग विशेषज्ञ, और श्री तन्मय गौर, एमडीएनआईवाई के एमएससी छात्र ने तकनीकी सहायता प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।



## National Security Guard joins IDY celebrations

The National Security Guard conducted a Yoga Lecture cum workshop on Therapeutic uses of Yoga under the aegis of 'Yoga Amrit Mahotsav' at 12 SRG NSG

areas actively participated in this program.

Sh. Satyendra Kumar Singh, Yoga Expert, and Sh. Tanmay Gaur, MSc Student from MDNIY provided



Manesar on 8th May 2022 to raise awareness about the rewards of Yoga. NSG personnel and their family members, civilians, and school children of nearby

technical support and demonstrated the 45 minutes Common Yoga Protocol.



## मत्स्य पालन विभाग ने धूमधाम से मनाया योग उत्सव

जैसा कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2022 की उल्टी गिनती जारी है, मत्स्य पालन विभाग ने आईडीवाई- 2022 के लिए योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम के तहत 8 मई 2022 को कृषि भवन, नई दिल्ली में सामान्य योग प्रोटोकॉल पर आधारित एक योग सत्र का आयोजन किया।

वरिष्ठ अधिकारियों के साथ इस कार्यक्रम में विभाग के अन्य स्टाफ सदस्यों ने सक्रिय रूप से भाग लिया।

सुश्री नीतू, योग विशेषज्ञ, और एमडीएनआईवाई में बीएससी के छात्र कार्तिक ने तकनीकी सहायता प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।



## सूचना और प्रसारण मंत्रालय ने योगोत्सव उल्टी गिनती का कार्यक्रम मनाया

सूचना और प्रसारण मंत्रालय (आई एंड बी) ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय संस्थान, आयुष सरकार मंत्रालय, भारत सरकार के सहयोग से 13 मई 2022 को दिल्ली में योग कार्यक्रम का सफलतापूर्वक आयोजन किया।

इस अवसर पर डीजी दूरदर्शन मयंक अग्रवाल और विक्रम सहाय (आई एंड बी) ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। श्रीमती शिवानी खत्री, योग संस्थान ने नैन्सी, योग प्रदर्शन के साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल सत्र का नेतृत्व किया। सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) में सैकड़ों लोगों ने शिरकत की।



## Department of Fisheries celebrates Yog Utsav fervently

As the countdown to the International Day of Yoga 2022 continues, the Department of Fisheries India organized a Yoga Session based on Common Yoga Protocol at Krishi Bhawan, New Delhi on 8th May 2022, under the Yogotsav countdown program for IDY 2022. Senior

officials along with other staff members of the department actively participated in this program.

Ms. Neetu, Yoga Expert, and Sh. Kartik, a BSc student at MDNIY provided technical assistance and demonstrated the 45-minute common yoga protocol.



## Ministry of Information and Broadcasting celebrates Yogotsav countdown event

Ministry of Information and Broadcasting (I&B) in collaboration with Morarji Desai National Institute, Ministry of Ayush Govt, Government of India successfully organized Yoga Program in Delhi on 13 May 2022.

DG Doordarshan Mayank Agarwal & Vikram Sahay (I&B) graced the occasion as Chief Guest. Mrs. Shivani Khatri, Yoga Institute led the General Yoga Protocol session with Nancy, Yoga Performance, 100 people participated in the CYP.

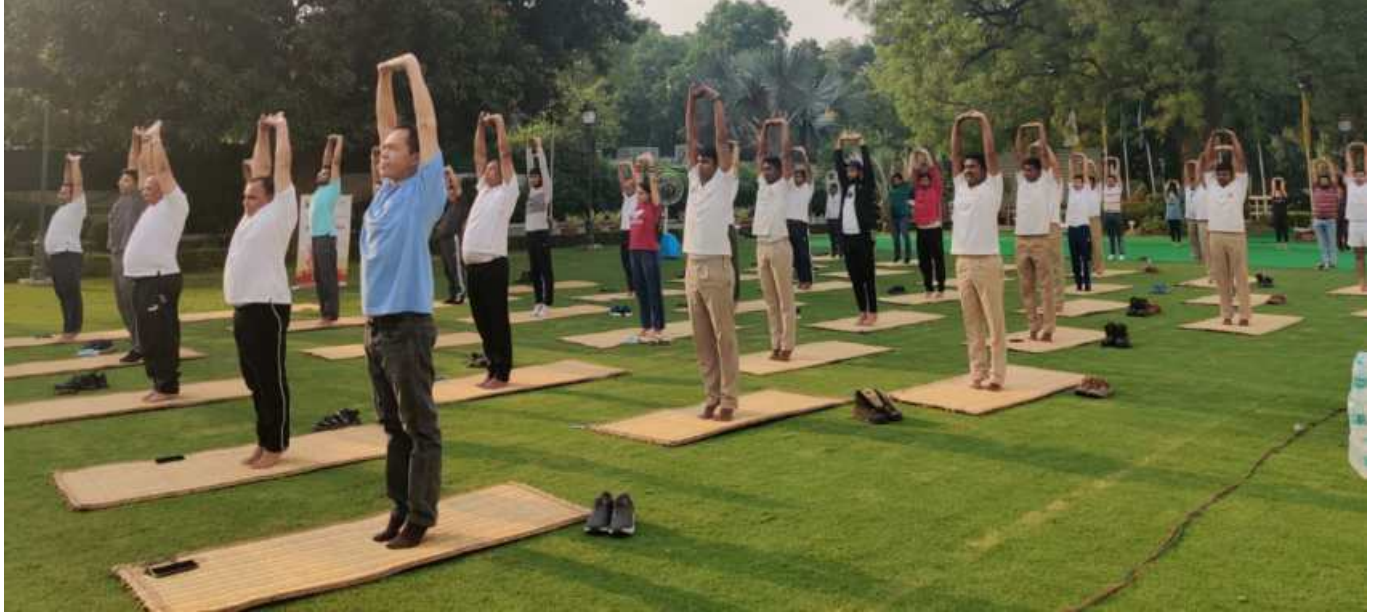


## MDoNER ने बड़े उत्साह के साथ आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया

पूर्वोत्तर क्षेत्र के विकास मंत्रालय के अधिकारी पूरे उत्साह के साथ योगोत्सव काउंटडाउन कार्यक्रम में शामिल हुए और स्वस्थ जीवन के लिए प्रतिदिन योग का अभ्यास करने का संकल्प लिया।

करते हुए; MDoNER ने विज्ञान भवन लॉन, नई दिल्ली में योग सत्र का आयोजन किया।

श्री ललित मदान, योग विशेषज्ञ सुश्री मोना देवी के साथ एमडीएनआईवाई के छात्र नकुल ने तकनीकी सहायता से



40वें दिन अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की उल्टी गिनती चिह्नित

प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।

### सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय

एक सुखी और संतुलित जीवन की तलाश में सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय ने 15 मई को खुशीद

कर्मचारियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया।

श्री अमित शर्मा, योग विशेषज्ञ और एमडीएनआईवाई के छात्र



लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली में योग उत्सव मनाया। योग सत्र में मंत्रालय के वरिष्ठ अधिकारियों और अन्य

नितिन ने तकनीकी सहायता प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।

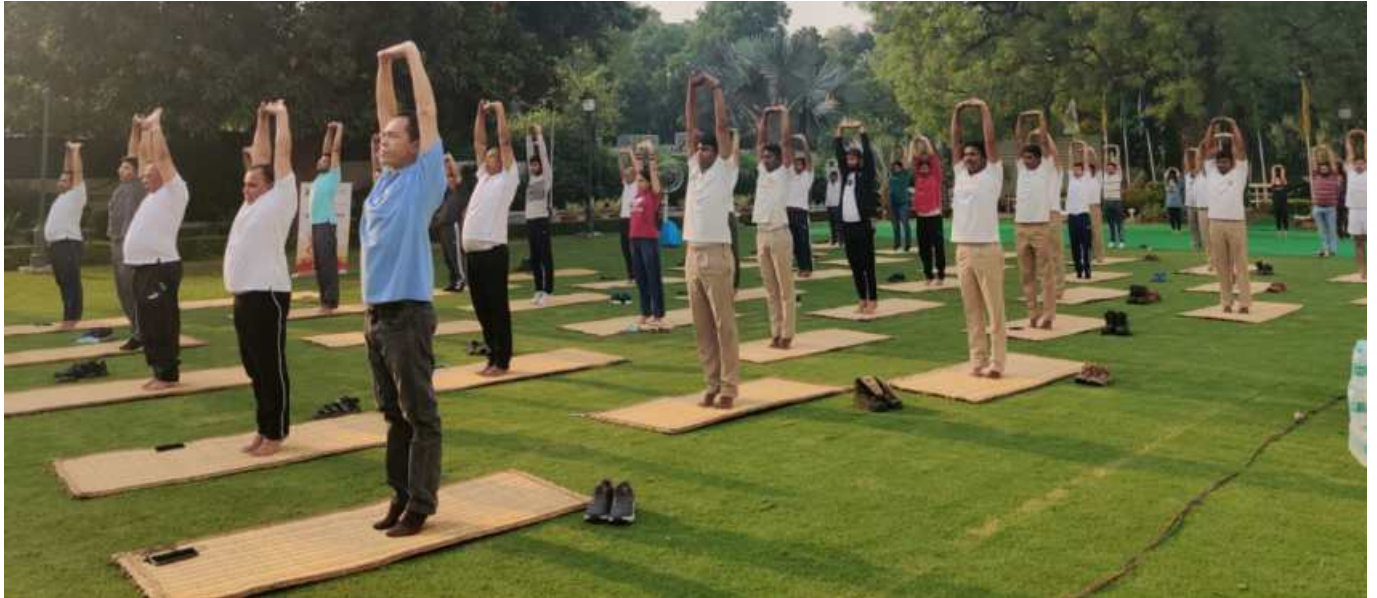


## MDoNER organizes IDY countdown event with great zeal

Officials from the Ministry of Development of the North Eastern Region joined Yogotsav Countdown Programme with full zest and pledged to practice

session at Vigyan Bhawan Lawns, New Delhi.

Sh. Lalit Madaan, Yoga Expert along with Ms. Mona



Yoga every day for healthy life and a sound mind. Marking the countdown to the International Day of Yoga on the 40th Day; MDoNER organized the Yoga

Devi and Sh. Nakul Students from MDNIY assisted with technical support and demonstrated the 45 minutes Common Yoga Protocol.

## Ministry of Statistics and Programme Implementation Join IDY Celebrations

In the quest toward a happy and balanced life, the Ministry of Statistics and Programme Implementation celebrated Yoga Utsav at Khurshid Lal Bhawan,

participated in the Yoga Session with full enthusiasm. Sh. Amit Sharma, Yoga Expert, and Sh. Nitin, a Student of MDNIY provided technical support and demonstrated the



Janpath, New Delhi on 15.05.2022

45 Minutes Common Yoga Protocol.

Senior officials and other staff of the Ministry

## वायु सेना ने मनाया योग उत्सव

वायु सेना, रेस कोर्स, नई दिल्ली में वायु योद्धाओं और उनके परिवार के सदस्यों ने योग उत्सव मनाया।

इस कार्यक्रम में अधिकारियों और उनके परिवार के सदस्यों की उत्साहजनक भागीदारी देखी गई क्योंकि योग एक



योग 2022 के अंतर्राष्ट्रीय दिवस के उपलक्ष्य में, 19 मई को भारतीय वायुसेना के ठिकानों पर सामूहिक योग सत्र आयोजित किए गए।

अभ्यास के रूप में स्वास्थ्य और कल्याण की समग्र दृष्टि प्रदान करता है।

### 'कार्यशील जीवन में योग का महत्व' पर रक्षा मंत्रालय का विशेष व्याख्यान

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस— 2022 की प्रस्तावना के रूप में रक्षा मंत्रालय, भारत सरकार ने 20 मई 2022 को रक्षा लेखा

"कार्यशील जीवन में योग का महत्व" विषय पर एक व्याख्यान का आयोजन किया गया।



विभाग (व।क) के अधिकारियों के बीच योग के सदियों पुराने अभ्यास के महत्व और लाभों को स्थापित करने के लिए

एमडीएनआईवाई के सहायक प्रोफेसर डॉ. पवन कुमार ने जीवन में योग के महत्व पर प्रकाश डाला।

## Air Force celebrates Yoga Utsav

Air warriors and their family members celebrated Yoga Utsav at Air Force, Race Course, New Delhi.

19th of May. The event saw enthusiastic participation from the officials and their family members as Yoga as a



As a run-up to International Day of Yoga 2022, mass yoga sessions were conducted across IAF bases on the

practice provides a holistic vision of health and well-being.

## Ministry of Defence conducts special lecture on 'Importance of Yoga in Working Life'

As a prelude to the International Day of Yoga 2022, the Ministry of Defence, Govt. of India organized a lecture

among the officials of the Defence Accounts Department (DAD) on 20th May 2022. An insightful lecture was



on "Importance of Yoga in Working Life" to instill the importance and benefits of the age-old practice of Yoga

delivered by Dr. Pawan Kumar, Assistant Professor of MDNIY.

## केन्द्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम में शामिल

माननीय केन्द्रीय रक्षा मंत्री श्री राजनाथ सिंह ने 19 मई, 2022 को नई दिल्ली में रक्षा मंत्रालय (एमओडी) द्वारा आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2022 की उल्टी गिनती कार्यक्रम में भाग लिया। श्री राजनाथ सिंह ने इस कार्यक्रम के दौरान रक्षा राज्य मंत्री श्री के साथ विभिन्न आसन किए। अजय भट्ट, वित्तीय सलाहकार (रक्षा सेवाएं) श्री संजीव मित्तल, महानिदेशक रक्षा संपदा श्री अजय कुमार शर्मा, रक्षा मंत्रालय के साथ अन्य वरिष्ठ अधिकारी मौके पर मौजूद थे।

अपने संबोधन में रक्षा मंत्री ने योग की सदियों पुरानी प्रथा को भारत की सबसे बड़ी विरासत के रूप में वर्णित किया, जो लोगों के जीवन में नई ऊर्जा जोड़ती है और उन्हें स्वयं और प्रकृति से जोड़ती है। "योग मन को अनुशासित करता है और उसे स्वस्थ बनाता है। यह कर्तव्यों को कुशलतापूर्वक करने में मदद



श्री राजनाथ सिंह ने योग को मधुमेह, रक्तचाप, उच्च रक्तचाप और अवसाद सहित विभिन्न स्वास्थ्य बीमारियों का मुकाबला करने के मार्ग के रूप में परिभाषित किया, क्योंकि यह आंतरिक संघर्ष और तनाव को कम करता है। उन्होंने



करता है। योग केवल एक विशेष समय पर किया जाने वाला अभ्यास नहीं है, बल्कि दक्षता और सतर्कता के साथ दिन-प्रतिदिन के कार्यों को करने की शक्ति और प्रेरणा का कारण है। योग हमारी सोच, ज्ञान, दक्षता और समर्पण को मजबूत करता है।"

कोविड-19 महामारी से लड़ने के लिए प्रतिरक्षा को बढ़ावा देने के लिए योगासन और प्राणायाम के अमूल्य योगदान पर प्रकाश डाला।

## Defence Minister Rajnath Singh attends IDY countdown event

Hon'ble Defence Minister Shri Rajnath Singh attended the countdown event of International Day of Yoga 2022, organised by the Ministry of Defence (MoD), in New Delhi on May 19, 2022. Shri Rajnath Singh performed different asanas during the event, along with Raksha Rajya Mantri Shri Ajay Bhatt, Financial Advisor (Defence Services) Shri Sanjiv Mittal, Director General Defence Estates Shri Ajay Kumar Sharma, other senior officials of MoD and the general public.

In his address, the Raksha Mantri described the age-old practice of Yoga as India's greatest heritage which adds new energy to the lives of the people and connects them with one's self & nature. "Yoga disciplines the mind and makes it healthy. It helps in performing duties efficiently. Yoga is not just a practice performed at a particular time, it is the reason behind the



Shri Rajnath Singh defined Yoga as a pathway to counter various health ailments including diabetes, blood pressure, hypertension, and depression as it eliminates inner conflict and stress. He threw light on the invaluable contribution of Yogasanas and Pranayama to boost



power & motivation to perform day-to-day tasks with efficiency and alertness. Yoga strengthens our thinking, knowledge, efficiency, and dedication," he said.

immunity to fight the COVID-19 pandemic.

## खान मंत्रालय और संसदीय कार्य मंत्रालय ने आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया।

खान मंत्रालय, भारत सरकार और संसदीय कार्य मंत्रालय ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 से पहले 25 मई 2022 को नई दिल्ली के शास्त्री भवन में बड़े जोश और उत्साह के साथ योग उत्सव का आयोजन किया।

श्री प्रल्हाद जोशी माननीय संसदीय कार्य, कोयला और खान मंत्री; श्री रावसाहेब पाटिल दानवे, माननीय रेल, कोयला और खान राज्य मंत्री और श्री अर्जुन राम मेघवाल, माननीय रेल, कोयला और खान राज्य मंत्री; योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम में भाग लिया।

लोगों को अपने दैनिक जीवन में योगाभ्यास अपनाने के लिए प्रोत्साहित करते हुए मंत्री श्री. प्रह्लाद जोशी ने कहा कि "शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों के लिए संतुलित जीवन जीने के लिए योग आवश्यक है। योग की लोकप्रियता सीमाओं को पार कर गई है और आज दुनिया भर में इसका अभ्यास किया जाता है।"

सुश्री मधु खुराना, योग चिकित्सक और एम.एस. मोना देवी एवं एमडीएनआईवाई छात्र पी. सुंदर राजू ने तकनीकी सहायता प्रदान की और 45 मिनट के सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया।



## Ministry of Mines and Ministry of Parliamentary Affairs Observe Yog Utsav countdown event

Ministry of Mines, Government of India & Ministry of Parliamentary Affairs, in the run-up to International Day of Yoga 2022 organized a Yog Utsav event with great zeal and fervor on 25th May 2022 at Shastri Bhawan, New Delhi.

Shri Pralhad Joshi Hon'ble Minister of Parliamentary Affairs, Coal and Mines; Shri Raosaheb Patil Danve, Hon'ble Minister of State for Railway, Coal & Mines & Shri Arjun Ram Meghwal, Hon'ble Minister of State for Railway, Coal & Mines; participated in the Yogotsav countdown event.

Encouraging people to adopt Yoga practices in their day-to-day life, Minister Shri. Pralhad Joshi, said “Yoga is essential for leading a balanced life, both for physical and mental well-being. The popularity of Yoga has transcended boundaries and is practiced across the world today.”

Ms. Madhu Khurana, Yoga Therapist along with MS. Mona Devi and Sh. P. Sundar Raju Students of MDNIY provided technical support and demonstrated the 45 Minutes Common Yoga Protocol.



## आईडीवाई-2022 की उल्टी गिनती

### तिरुचिरापल्ली, तमिलनाडु में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

कृष्णमाचार्य योग मंदिरम ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 51 दिनों की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए 1 मई 2022 को रॉकफोर्ट मंदिर, तिरुचिरापल्ली, तमिलनाडु में

योग के लाभों और प्रासंगिकता के बारे में बताया।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों



मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से योगोत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया।

तिरुचिरापल्ली का सबसे प्रसिद्ध और ऐतिहासिक स्थल रॉकफोर्ट मंदिर है, क्योंकि यह शहर के मध्य में स्थित है। मंदिर में एक 100 स्तंभों वाला हॉल है। इस मंदिर में शिलालेख तीसरी शताब्दी ईसा पूर्व का है। इसके शिखर से पर्यटक शहर का शानदार नजारा देख सकते हैं।

यह कार्यक्रम "योग फॉर हेल्थ एंड वेल बीइंग" थीम के तहत आयोजित किया गया था।

कार्यक्रम का उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, 'स्वास्थ्य और कल्याण के लिए योग' विषय पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया था, जिसमें विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में

के अभियान के हिस्से के रूप में योग के आगामी 8 वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस से पहले तिरुचिरापल्ली में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया था।

कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के सोशल मीडिया हैंडल द्वारा कार्यक्रम को व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।





## IDY YOGOTSAV COUNTDOWN

51 Days to IDY-2022, Tamil Nadu

Krishnamacharya Yoga Mandiram organized the Yogotsav countdown program in collaboration with

on the topic and addressing the benefits and relevance of Yoga in everyday life.



Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Rockfort Temple, Tiruchirapalli, Tamil Nadu on 1st May 2022 to mark the 51 days countdown to International Day of Yoga.

The most famous and historic landmark of Tiruchirappalli is Rockfort Temple situated in the heart of the city. The temple consists of a 100 pillared hall and the inscription in this temple date back to the 3rd century B.C. From its summit, tourists can get a fantastic view of the town.

The event was held under the theme "Yoga for Health and Well-Being".

The program's objectives were to raise awareness of the benefits of Yoga and promote CYP. Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on the theme 'Yoga for Health and Well-Being' was also conducted with a panel of experts sharing their insights

Yogotsav countdown program was held at Tiruchirapalli ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

The Programme was given extensive coverage by social media handles of MDNIY and the Ministry of Ayush.



## भारत के भौगोलिक केंद्र बिंदु पर आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से भारत के भौगोलिक केंद्र बिंदु, मध्य प्रदेश के करौंडी में 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस की प्रस्तावना में 49वें दिन की उल्टी गिनती कार्यक्रम को चिह्नित करने के लिए "योगोत्सव-2022" मनाया गया।

यह स्थान अपने भौगोलिक महत्व के लिए जाना जाता है,

योग महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय के विभागाध्यक्ष डॉ. सुनील कुमार मिश्रा ने कहा कि योग अब जीवन का अभिन्न अंग बन गया है।

डॉ. प्रलय कुमार नंदा, डीन, वैदिक विज्ञान संकाय महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय ने इस बात पर प्रकाश डाला कि योग का अभ्यास सभ्यता की शुरुआत के साथ शुरू हुआ था। वेदों में योग के तत्वों का भी उल्लेख है।



क्योंकि यह भारत का केंद्र बिंदु है। किसानों के स्वामित्व वाली कृषि भूमि के बीच में, जो भारत की आत्मा को भी दर्शाता है।

यह कार्यक्रम 'हर घर योग, देश बने निरोग' विषय पर केंद्रित था।

समारोह का उद्घाटन वेद महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय के विभागाध्यक्ष एवं परिसर प्रभारी प्रो. उमा शंकर तिवारी ने किया।

इस कार्यक्रम में डॉ. यतेंद्र दत्त अमोली, सहायक प्रोफेसर युन्नान विश्वविद्यालय, चीन और देव संस्कृति विश्वविद्यालय हरिद्वार; डॉ. एस.पी. मिश्रा, पूर्व संस्थापक कुलपति, देव संस्कृति विश्वविद्यालय हरिद्वार; डॉ. भगवंत सिंह, हेड एंड डीन ऑफ आर्ट्स, स्कूल ऑफ स्टडीज इन फिलॉसफी एंड योग पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय रायपुर (सीजी); डॉ. सुनील कुमार मिश्रा, विभागाध्यक्ष, योग महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय सहित संस्थान के अन्य वरिष्ठ कर्मचारियों ने शिरकत की।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों और कॉमन योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देने के बारे में जागरूकता पैदा करना था। कॉमन योग प्रोटोकॉल के अलावा 'हर घर योग, देश बने निरोग' पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विविध क्षेत्रों के कई विशेषज्ञों ने इस विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में योग को शामिल करने के महत्व पर जोर दिया।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम मध्यप्रदेश के करौंडी में आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अभियान के हिस्से के रूप में हुआ। कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

कार्यक्रम एक हाइब्रिड प्रारूप के माध्यम से आयोजित किया गया। एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल द्वारा कार्यक्रम का व्यापक प्रचार किया गया।

## IDY Countdown Programme at Geographical Centre Point of India, M.P.

Maharishi Mahesh Yogi Vedic Vishwavidyalaya in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush, celebrated “Yogotsav-2022” to mark the 49th -day countdown program in the prelude to the 8th International Day at Geographical Centre Point of India, Karaundi, Madhya Pradesh.

Dr. Sunil Kumar Mishra, Head, Department of Yog Maharishi Mahesh Yogi Vedic Vishwavidyalaya stated that Yoga has now become an integral part of life.

Dr.Pralay Kumar Nanda, Dean, Faculty of Vedic Science Maharishi Mahesh Yogi Vedic Vishwavidyalaya highlighted that the practice of Yoga is believed to have



The place is known for its geographical importance, as it is the Centre point of India that too in the middle of farmland owned by the farmers, depicting the very soul of India.

The event focused on the theme 'Har Ghar Yog, Desh Bane Nirog.'

The function was inaugurated by Prof. Uma Shankar Tiwari, Head & Campus Incharge, Department of Ved Maharishi Mahesh Yogi Vedic Vishwavidyalaya.

The event was also graced by Dr. Yatendra Dutt Amoli, Assistant Professor Yunnan University, China & Dev Sanskriti University Haridwar; Dr. S.P. Mishra, Ex Founder Vice-Chancellor, Dev Sanskriti University Haridwar; Dr. Bhagwant Singh, Head & Dean faculty of arts, School of studies in Philosophy & Yoga Pt. Ravi Shankar Shukla University Raipur (C.G); Dr. Sunil Kumar Mishra, Head, Department of Yog Maharishi Mahesh Yogi Vedic Vishwavidyalaya including other senior staff of the institute.

started with the very dawn of civilization. Vedas also mentions the elements of Yoga.

The main objective of the program was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and the promotion of CYP. Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on 'Har Ghar Yog, Desh Bane Nirog' was also conducted wherein several experts from diverse fields shared their insights on the topic and stressed on the importance of inculcating Yoga in daily life.

The Yogotsav countdown program took place in Karaundi, Madhya Pradesh as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga. Thousands of people actively participated in the event.

The Programme was conducted through a hybrid format and was covered widely by various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, and Maharishi Mahesh Yogi Vedic Vishwavidyalaya.

## बिलासपुर के दीदेश्वरी देवी मंदिर में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से छत्तीसगढ़ के बिलासपुर के दीडनेश्वरी देवी मंदिर में 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस की प्रस्तावना में 48वें दिन की उल्टी गिनती कार्यक्रम का जश्न मनाने के लिए "योगोत्सव-2022" मनाया।

दीडनेश्वरी देवी मंदिर एक बहुत पुराना मंदिर होने के

इस कार्यक्रम में बिलासपुर के सांसद अरुण साव भी मौजूद थे; प्रो. ए.डी.एन. बाजपेयी, कुलपति, अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, संस्थान के अन्य वरिष्ठ कर्मचारियों और छात्र दृष्टात्राओ ने भी शिरकत की।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों और सीवाईपी को बढ़ावा देने के बारे में जागरूकता पैदा करना था। सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा 'जन-जन में योग' विषय पर



कारण धार्मिक और पुरातात्विक महत्व का केंद्र है। यह मंदिर अपनी उम्दा और शानदार शिल्प कौशल के लिए भी प्रसिद्ध है। इसके अलावा इस क्षेत्र में पुरातात्विक महत्व की कई सामग्रियां और मूर्तियां बिखरी पड़ी हैं।

यह कार्यक्रम "जन-जन में योग" विषय पर केंद्रित था।

समारोह का उद्घाटन माननीय न्यायमूर्ति गौतम चौरडिया ने किया।

सभा को संबोधित करते हुए छत्तीसगढ़ उच्च न्यायालय के माननीय न्यायमूर्ति ने कहा कि "जो लोग नियमित योग अभ्यास से जुड़े रहते हैं, वे खुश और स्वस्थ रहते हैं। भारत ने अपने निरंतर नवीन अनुसंधान-आधारित निष्कर्षों के माध्यम से दुनिया को इसके लाभों के बारे में जागरूक करने में योग के प्रदर्शन में बहुत योगदान दिया है।"

वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विविध क्षेत्रों के कई विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में योग को शामिल करने के महत्व पर प्रकाश डाला।

योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम छत्तीसगढ़ के बिलासपुर में आयुष मंत्रालय के 100 दिन, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अभियान के हिस्से के रूप में हुआ था।

कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

कार्यक्रम को एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल द्वारा व्यापक रूप से प्रचार-प्रसार किया गया।

## IDY Countdown program at Didneshwari Devi Temple, Bilaspur

Atal Bihari Vajpayee Vishwavidyalaya in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush, celebrated “Yogotsav-2022” to celebrate the 48th day countdown program as a prelude to the 8th International Day at Didneshwari Devi Temple, Bilaspur, Chhattisgarh.

Didneshwari Devi Temple is a centre of religious and

The event was also graced by Arun Sao, MP, Bilaspur; Prof. A. D. N. Bajpai, Vice-Chancellor, Atal Bihari Vajpayee Vishwavidyalaya, and other senior staff and students of the Institute.

The main objective of the program was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and the promotion of CYP. Besides, Common Yoga Protocol, a



archaeological importance as its a very old temple. The temple is also famous for its fine and magnificent craftsmanship. Apart from this, many materials and sculptures of archaeological importance are scattered in this area.

The event was centered around the theme "Jan-Jan Mai Yog".

The function was inaugurated by the Hon'ble Justice Gautam Chourdiya, High Court of Chhattisgarh, Bilaspur. While addressing the gathering, the Hon'ble Justice said that “Those who stick with regular yoga practice remain happier and healthier and India has contributed a lot for exposure of Yoga in making the world aware of its benefits through its continuous innovative research-based findings.”

Webinar on 'Jan-Jan Mai Yog' was also conducted wherein several experts from diverse fields shared their insights on the topic and stressed on the importance of inculcating Yoga in our daily routine.

The Yogotsav countdown program took place in Bilaspur, Chhattisgarh as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga. Thousands of people actively participated in the event.

The Programme was covered widely by various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, and Atal Bihari Vajpayee Vishwavidyalaya.

## राजस्थान के लाडनूं में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

आचार्य तुलसी इंटरनेशनल प्रेक्षा मेडिटेशन सेंटर ने 5 मई 2022 को राजस्थान के लाडनूं में जैन विश्व भारती में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 47 दिन (योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया गया।

लाडनूं शहर एक आध्यात्मिक शहर के रूप में प्रसिद्ध है, खासकर जैन धार्मिक केंद्रों के लिए। जैन विश्व भारती की

गजेंद्र सिंह ओडिंट, भाजपा के जिलाध्यक्ष; रेणु कोचर, अध्यक्ष महिला मोर्चा भाजपा; डॉ. रिजू प्रज्ञा, प्रोफेसर जैनोलॉजी और तुलनात्मक धर्म, जैन विश्व भारती और डॉ. प्रद्युमन सिंह, प्रोफेसर साइंस ऑफ लिविंग, जैन विश्व भारती जैसे गणमान्य लोगों ने शिरकत की।

कार्यक्रम के उद्देश्यों में योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग प्रोटोकॉल को बढ़ावा देना



स्थापना वर्ष 1970 में राजस्थान के नागौर जिले के लाडनूं में हुई थी। जैन अध्ययन और प्राकृत भाषा के क्षेत्र में उत्कृष्टता का केंद्र होने के अलावा, यह संस्थान सामाजिक-आध्यात्मिक मूल्यों के उत्थान के उद्देश्य से अहिंसा (अहिंसा), जीवन विज्ञान (जीने का विज्ञान), और प्रेक्षा ध्यान (प्रेक्षा ध्यान) पर सीखने का एक अंतरराष्ट्रीय केंद्र भी बन गया।

यह कार्यक्रम "प्रेक्षा ध्यान और योग" विषय पर केंद्रित था।

समारोह का उद्घाटन ए.एस. सब डिवीजन मजिस्ट्रेट, डॉ. सुरेंद्र भास्कर ने किया और कहा कि योग का अभ्यास करने से स्वस्थ जीवन शैली को बनाए रखने में बहुत मदद मिलती है।

इस कार्यक्रम में नोडल शिक्षा अधिकारी, रामदेव पुनिया;

शामिल था।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, 'प्रेक्षा ध्यान और योग' पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विभिन्न विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और योग को रोजमर्रा की जिंदगी में शामिल करने के महत्व पर प्रकाश डाला।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत आगामी 8वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस से पहले लाडनूं में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया था।

कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

कार्यक्रम हाइब्रिड प्रारूप में आयोजित किया गया। एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के कई सोशल मीडिया हैंडल द्वारा व्यापक रूप से कार्यक्रम का प्रचार किया गया।



## IDY Countdown Program at Rajasthan's Ladnun

Acharya Tulsi International Preksha Meditation Center organized the 47 Days to (Yogotsav countdown program) in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 5th May 2022 at Jain Vishva Bharti in Ladnun, Rajasthan.

Ladnun city is famous as a spiritual city, especially for Jain religious centres. Jain Vishva Bharati was established in the year 1970 at Ladnun in the Nagaur



district of Rajasthan. In addition to being a center of excellence in the field of Jain Studies, and Prakrit Language, this institute has also become an international center of learning on Ahimsa (Non Violence), Jeevan Vigyan (Science of Living), and Preksha Dhyana (Preksha Meditation) with an aim to uplift the socio-spiritual values.

The event centered around the theme "Preksha Meditation and Yoga."

The function was inaugurated by Ast. Sub Division Magistrate, Dr. Surendra Bhaskar wherein he highlighted that practicing Yoga offers immense benefits to society while helping maintain a healthy lifestyle.

The event was also graced by Nodal Education Officer, Ramdev Punia; Gajendra Singh Odint, District President of BJP; Renu Kochar, President Mahila Morcha BJP; Dr. Riju Pragya, Prof Jainology and Comparative Religion, Jain Vishva Bharti and Dr. Praduman Singh, Prof Science of living, Jain Vishva Bharti.

Program objectives consisted of generating awareness regarding the benefits of yoga and promoting CYP.

Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on 'Preksha Meditation and Yoga' was also conducted with a variety of experts sharing their insights on the topic and highlighting the importance of incorporating yoga into everyday life.

Yogotsav countdown program was held in Ladnun ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

Comprehensively, the Programme was conducted in a hybrid format and was widely covered by multiple social media handles of MDNIY and the Ministry of Ayush.



## राजस्थान के अलवर में 46 दिवसीय आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

एसोसिएटेड चैंबर्स ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री ऑफ इंडिया ने 6 मई 2022 को नीमराना फोर्ट पैलेस, अलवर, राजस्थान में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 46 दिन (योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया।

15वीं शताब्दी में निर्मित, नीमराना किला अब भारत के सबसे पुराने विरासत स्थल के रूप में जाना जाता है। नीमराना फोर्ट पैलेस एक प्रमुख विरासत होटल होने हमारे लिये गर्व का विषय है। नीमराना फोर्ट पैलेस मध्ययुगीन काल के समय-सम्मानित संरचनाओं के लिए विशेष देखभाल सुनिश्चित की है, जो कि प्रामाणिकता के साथ बहाल और सुरक्षित हैं।

यह कार्यक्रम "कल्याण के लिए योग" विषय पर केंद्रित था। इस कार्यक्रम में सुश्री मीनाक्षी शर्मा, सहायक महासचिव,

श्री जगराम मीणा ने इस बात पर प्रकाश डाला कि योग लंबे समय से तनाव के लिए एक महान मारक के रूप में जाना जाता है। योग कई लोकप्रिय तनाव कम करने वाली तकनीकों को जोड़ता है, जिसमें व्यायाम और सांस को नियंत्रित करना, मन को साफ करना और शरीर को आराम देना शामिल है। जैसे-जैसे योग तेजी से लोकप्रिय होता जा रहा है, अधिक से अधिक लोग इस प्राचीन अभ्यास से उनके तनावपूर्ण जीवन में होने वाले लाभों की खोज कर रहे हैं।

कार्यक्रम के उद्देश्यों में योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग प्रोटोकॉल (ब्लू) को बढ़ावा देना शामिल था। ब्लू को विभिन्न आयु-वर्गों और जीवन के विभिन्न क्षेत्रों के लोगों को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है क्योंकि यह भी उम्मीद की जाती है कि जो लोग प्रशिक्षित होते हैं, उनमें योग के प्रति रुचि और दृष्टिकोण विकसित होने की संभावना होती है



एसोचैम; श्री अनुराग अरोड़ा, सह-अध्यक्ष, एसोचैम राष्ट्रीय पर्यटन परिषद और वरिष्ठ उपाध्यक्ष और वैश्विक नेतृत्व – भारत सरकार व्यवसाय, वीएफएस; श्री विवेक शुक्ला, महाप्रबंधक; नीमराना होटल; श्री जगराम मीणा, अपर पुलिस अधीक्षक; श्री बलवंत चौधरी एवं श्रीमती संतोष यादव, प्रधान, जिला नीमराणा और डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक, एमडीएनआईवाई ने भी हाइब्रिड मोड पर वेबिनार में भाग लिया और योग की समग्र प्रकृति पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की।

श्री अनुराग अरोड़ा ने भारत और विश्व स्तर पर कल्याण पर्यटन को सशक्त बनाने के लिए योग को उत्प्रेरक के रूप में स्थापित करने के लिए माननीय प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आगे कहा, "इस कार्यक्रम में छात्रों के अविश्वसनीय उत्साह और भागीदारी को देखकर खुशी हुई।"

और इसलिए वे इसे लंबे समय तक अपना सकते हैं।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, 'कल्याण के लिए योग' पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विभिन्न विशेषज्ञों ने इस विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और योग को दैनिक जीवन में शामिल करने के महत्व पर प्रकाश डाला।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से पहले अलवर में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया था। कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

कार्यक्रम हाइब्रिड प्रारूप में आयोजित किया गया था और एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और एसोसिएटेड चैंबर्स ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री ऑफ इंडिया के कई सोशल मीडिया हैंडल द्वारा इसका प्रचार किया गया।



## IDY Countdown program at Rajasthan's Alwar

The Associated Chambers of Commerce and Industry of India organized the 46 Days to (Yogotsav countdown program) in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 6th May 2022 at Neemrana Fort Palace, Alwar, Rajasthan.

Built in the 15th century, the Neemrana Fort now functions as India's oldest heritage resort. Neemrana Fort Palace takes a lot of pride in being a premier heritage hotel as it has ensured special care for its time-honored structures that are restored and preserved with the authenticity that truly immerses back to medieval times.

Mr. Jagram Meena highlighted that Yoga has long been known to be a great antidote to stress. Yoga combines many popular stress-reducing techniques, including exercise and learning to control the breath, clear the mind, and relax the body. As yoga becomes increasingly popular, more and more people are discovering the benefits of this ancient practice.

Program objectives consisted of generating awareness regarding the benefits of yoga and promoting CYP. CYP has been designed keeping people of different age-groups and of varied walks of life in mind as it is also expected that those who get trained are likely to develop a taste and



The event centered around the theme "Yoga for Well-being."

Several eminent dignitaries were present including Ms. Meenakshi Sharma, Assistant Secretary-General, ASSOCHAM; Mr. Anurag Arora, Co-Chair, ASSOCHAM National Tourism Council & Senior Vice President and Global Lead - Indian Government Business, VFS; Mr. Vivek Shukla, General Manager; Neemrana Hotels; Mr. Jagram Meena, Additional SP; Mr. Balwant Chaudhary and Mrs. Santosh Yadav, Pradhan, Neemrana District.

Mr. Anurag Arora hailed the efforts of Hon'ble Prime Minister Narendra Modi to establish Yoga as a catalyst to empower wellness tourism in India and globally. "Happy to see the incredible enthusiasm and participation by students at the event," he further added.

attitude toward Yoga and hence may pursue it in the long term.

Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on 'Yoga for Well-being' was also conducted with a variety of experts sharing their insights on the topic and highlighting the importance of incorporating yoga into everyday life.

Yogotsav countdown program was held at Alwar ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

The event took place in a hybrid format and was widely covered by multiple social media handles of MDNIY, the Ministry of Ayush, and The Associated Chambers of Commerce and Industry of India.

## विवेकानंद रॉक मेमोरियल, कन्याकुमारी में आईडीवाई काउंटडाउन कार्यक्रम

योग के 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस पर जाने के लिए केवल 45 दिनों के साथ श्री रामकृष्ण कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगिक साइंस ने 7 मार्च 2022 को तमिलनाडु के विवेकानंद रॉक मेमोरियल, कन्याकुमारी में मोरारजी देसाई

अमृत महोत्सव' विषय पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें कई विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और रोजमर्रा की जिंदगी में योग के लाभों को समझाया।



राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

विवेकानंद रॉक मेमोरियल कन्याकुमारी में महान प्राकृतिक सुंदरता, ऐतिहासिक महत्व और धार्मिक महत्व के सबसे लोकप्रिय स्थानों में से एक है। चट्टान को पवित्र होने के साथ-साथ एक वास्तुशिल्प आश्चर्य भी माना जाता है। चट्टान में स्वामी विवेकानंद का एक मनोरम स्मारक है, जिसका उद्घाटन वर्ष 1970 में भारत के महान संत और नेता, स्वामी विवेकानंद के सम्मान में किया गया था।

यह कार्यक्रम "योग और आजादी का अमृत महोत्सव" विषय पर मनाया गया।

कार्यक्रम के उद्देश्यों में योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सीवाईपी को बढ़ावा देना शामिल था। विवेकानंद रॉक के अलावा, रॉककट जैन मंदिर, चित्राल, त्रिपरप्पु जलप्रपात, और वट्टाकोट्टई किला में एक साथ सीवाईपी आयोजित किया गया था।

कॉमन योग प्रोटोकॉल के बाद 'योग और आजादी का

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से पहले कन्याकुमारी में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया था। कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और श्री रामकृष्ण कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगिक साइंस के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल द्वारा कार्यक्रम का व्यापक प्रचार किया गया।



## IDY Countdown program at Vivekananda Rock Memorial, Kanyakumari

With just 45 Days to go to the 8th International Day of Yoga, Sree Ramakrishna College of Naturopathy and Yogic science organized the Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai

experts sharing their insights about the topic and explaining the benefits of Yoga in everyday life.

Yogotsav countdown program was held at Kanyakumari



National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 7th March 2022 at Vivekananda Rock Memorial, Kanyakumari, Tamil Nadu.

Vivekananda Rock Memorial is undeniably one of the most popular places of great scenic beauty, historical importance, and religious significance in Kanyakumari. The rock is considered to be holy as well as an architectural wonder. The rock consists of a captivating memorial of Swami Vivekananda which was inaugurated in the year 1970 to honour the great saint and leader of India, Swami Vivekananda.

The event was observed on the theme “Yoga and Azadi Ka Amrit Mahotsav”

Program objectives consisted of generating awareness regarding the benefits of Yoga and promoting CYP. Besides Vivekananda rock, CYP was conducted simultaneously at Rockcut Jain temple, Chitalar; Thripappu waterfalls, and Vattakottai fort.

After Common Yoga Protocol, a Webinar on the theme 'Yoga and Azadi Ka Amrit Mahotsav' was also conducted with several

ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

There was extensive coverage of the Programme by various social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and Sree Ramakrishna College of Naturopathy and Yogic science.



## पौड़ी गढ़वाल, उत्तराखंड में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को मनाने के लिए केवल 44 दिनों के साथ, स्वामी राम हिमालयन विश्वविद्यालय ने 8 मई 2022 को टोली आश्रम, पौड़ी गढ़वाल, उत्तराखंड में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

टोली हिमालय के गढ़वाल क्षेत्र में आच्छादित एक छोटा सा गाँव है और यह स्वामी राम का जन्मस्थान है, जो परोपकार,

कार्यक्रम के उद्देश्यों में योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग प्रोटोकॉल को बढ़ावा देना शामिल था। कॉमन योग प्रोटोकॉल को विभिन्न आयु समूहों और जीवन के विभिन्न क्षेत्रों के लोगों को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है, क्योंकि यह भी उम्मीद की जाती है कि जो लोग प्रशिक्षित होते हैं, उनमें योग के प्रति रुचि और दृष्टिकोण विकसित होने की संभावना होती है और इसलिए वे इसे लंबे समय तक अपना सकते हैं।



करुणा और सेवा के अवतार हैं।

यह कार्यक्रम "जॉयफुल लिविंग के लिए योग" विषय पर मनाया गया।

इस समारोह में डॉ. मोंटू साहा; वरिष्ठ वैज्ञानिक डीआरडीओ, डीआईपीएस दिल्ली; प्रोफेसर जी डी शर्मा, पतंजलि के पूर्व एचओडी योग विश्वविद्यालय; डॉ सुनील श्रीवास, सहायक प्रोफेसर योग एसजीआरआरयू देहरादून; डॉ कविता भट्ट, योग विशेषज्ञ शैल पुत्री फाउंडेशन गढ़वाल; डॉ सुबोध सौरव सिंह, योग शूलनी विश्वविद्यालय सोलन के एसोसिएट प्रोफेसर स्कूल; डॉ अरुण पंथरी, प्रिंसिपल गौरी हिमालयन स्कूल ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी पौड़ी गढ़वाल और डॉ ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान वर्चुअल माध्यम से शामिल हुए।

कॉमन योग प्रोटोकॉल के अलावा, 'जॉयफुल लिविंग के लिए योग' विषय पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में योग के लाभों और प्रासंगिकता पर चर्चा की।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के हिस्से के रूप में योग के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस से पहले पौड़ी गढ़वाल में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया था। कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और स्वामी राम हिमालयन विश्वविद्यालय के सोशल मीडिया हैंडल पर कार्यक्रम का व्यापक प्रचार किया गया।

## IDY Countdown program at Pauri Garhwal, Uttarakhand

With just 44 Days to go to the 8th International Day of Yoga, Swami Rama Himalayan University organized the Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Toli Ashram, Pauri Garhwal, Uttarakhand on 8th May 2022.

Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director Morarji Desai National Institute of Yoga joined through virtual mode.

Program objectives consisted of generating awareness regarding the benefits of Yoga and promoting CYP. CYP has been designed keeping people of different age groups and of varied walks of life in mind as it is also expected



Toli is a small village enveloped in the Gharwal region of the Himalayas and is the birthplace of Swami Rama, an embodiment of benevolence, compassion, and seva.

The event was observed on the theme “Yoga for Joyful Living”.

The function was graced by several eminent personalities including Dr. Montu Saha; Senior scientist DRDO, DIPAS Delhi; Professor G.D Sharma, Former HOD Yoga University of Patanjali; Dr. Sunil Sriwas, Assistant Professor Yoga SGRRU Dehradun; Dr. Kavita Bhatt, Yoga specialist Shail Putri foundation Garhwal; Dr. Subodh Saurav Singh, Associate Professor School of Yoga Shoolni University Solan; Dr. Arun Panthri, Principle Gauri Himalayan school of science and technology Pauri Garhwal and

that those who get trained are likely to develop a taste and attitude toward Yoga and hence may pursue it in the long term.

Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on the theme 'Yoga for Joyful Living' was also conducted with several experts sharing their insights on the topic and discussing the benefits and relevance of Yoga in daily life.

Yogotsav countdown program was held at Pauri Garhwal ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

Extensive coverage of the program was held on social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and Swami Rama Himalayan University.

## केदारनाथ मंदिर, उत्तराखंड में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 43 दिन गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय ने 9 मई 2022 को केदारनाथ मंदिर, रुद्रप्रयाग, उत्तराखंड में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से योगोत्सव उल्टी

योग प्रोटोकॉल को विभिन्न आयु समूहों और जीवन के विभिन्न क्षेत्रों के लोगों को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है, क्योंकि यह भी उम्मीद की जाती है कि जो लोग प्रशिक्षित होते हैं उनमें योग के प्रति रुचि और दृष्टिकोण



गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

केदारनाथ हिंदू तीर्थ के प्रमुख पवित्र स्थानों में से एक है और समुद्र तल से 3,584 मीटर की ऊंचाई और मंदाकिनी नदी के तट पर स्थित है। मंदिर राजसी बर्फ से ढकी गढ़वाल हिमालय पर्वतमाला के बीच स्थित है और यहां हर साल हजारों पर्यटकों की भीड़ उमड़ती है।

यह कार्यक्रम "आध्यात्मिक जागृति के लिए योग" विषय पर मनाया गया।

समारोह का उद्घाटन मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक डॉ. ईश्वर बसवरडि ने किया। निदेशक ने इस बात पर प्रकाश डाला कि योग अपनी व्यापक और समग्र प्रकृति के कारण सबसे उत्तम जीवन शैली मॉड्यूल है।

इस कार्यक्रम में डॉ. उधम सिंह, सहायक प्रोफेसर, योग विज्ञान विभाग, गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय, हरिद्वार; प्रोफेसर सुरेंद्र कुमार, योग विज्ञान विभाग के प्रमुख और विश्वविद्यालय के अन्य वरिष्ठ कर्मचारियों ने शिरकत की।

कार्यक्रम के उद्देश्यों में योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और कॉमन योग प्रोटोकॉल को बढ़ावा देना शामिल था। कॉमन

विकसित होने की संभावना होती है और इसलिए वे इसे लंबे समय तक अपना सकते हैं।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा 'आध्यात्मिक जागृति के लिए योग' विषय पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें कई विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में योग के लाभों और प्रासंगिकता पर चर्चा की।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के हिस्से के रूप में योग के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस से पहले रुद्रप्रयाग में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया।

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय के कई सोशल मीडिया हैंडल पर कार्यक्रम का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।



## IDY Countdown program at Kedarnath Temple, Uttarakhand

With just 43 days left for the 8th International Day of Yoga, Gurukula Kangri Vishwavidyalaya organized the

Program objectives consisted of generating awareness regarding the benefits of Yoga and promoting CYP. CYP



Yogotsav countdown program in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Kedarnath Temple, Rudraprayag, Uttarakhand on 9th May 2022.

Kedarnath is one of the foremost sacred places of Hindu pilgrimage and is situated on the heights of the Himalayas at an altitude of 3,584 meters above sea level and located on the bank of the Mandakini river. The temple lies amidst the majestic snow-capped Garhwal Himalayan ranges and is thronged by thousands of tourists each year.

The event was observed on the theme “ Yoga for Spiritual Awakening”.

The function was inaugurated by Dr. Ishwar Basavaraddi, Director of Morarji Desai National Institute of Yoga. The Director highlighted that Yoga is the ideal lifestyle module due to its comprehensive and holistic nature.

The event was also graced by Dr. Udhm Singh, Assistant Professor, Department of Yogic Science, Gurukula Kangri Vishwavidyalaya, Haridwar; Professor Surendra Kumar, Head Department of Yogic Science, and other senior staff of the University.

has been designed keeping people of different age groups and of varied walks of life in mind as it is also expected that those who get trained are likely to develop a taste and attitude toward Yoga and hence may pursue it in the long term.

Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on the theme 'Yoga for Spiritual Awakening' was also conducted with several experts sharing their insights on the topic and discussing the benefits and relevance of Yoga in daily life.

Yogotsav countdown program was held at Rudraprayag ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Wide coverage was done on multiple social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and Gurukula Kangri Vishwavidyalaya.



## साबरमती रिवरफ्रंट, अहमदाबाद में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए 42 दिन से भी कम समय बचा है, गुजरात राज्य योग बोर्ड ने 10 मई 2022 को साबरमती रिवरफ्रंट, अहमदाबाद, गुजरात में आयुष मंत्रालय के मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के

कार्यक्रम का उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और सीवाईपी को बढ़ावा देना था। सीवाईपी को विभिन्न आयु समूहों और जीवन के विभिन्न क्षेत्रों के लोगों को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है, क्योंकि यह भी उम्मीद



सहयोग से योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

साबरमती रिवरफ्रंट एक लोकप्रिय पर्यटन स्थल के रूप में विकसित हो रहा है, क्योंकि यह अहमदाबाद में घूमने के प्रमुख आकर्षणों में से एक है। साबरमती नदी सदियों से शहर की जीवन रेखा रही है और 2005 में शहरी सुधार के समय इसे प्रमुखता दी गई थी। नदी के किनारे को एक अभिन्न अंग बनाया गया था और जनता के लिए कॉर्निश जैसे पैदल मार्ग खोला गया था।

कार्यक्रम का आयोजन 'योग फॉर ऑल' थीम के तहत किया गया।

समारोह का उद्घाटन श्री योगसेवक शीशपाल, अध्यक्ष, गुजरात राज्य योग बोर्ड, गांधीनगर ने किया और योग को वैश्विक मंच पर ले जाने में उनके सराहनीय प्रयासों के लिए पीएम नरेंद्र मोदी को धन्यवाद देने का अवसर लिया।

इस कार्यक्रम में विधायक बाबूभाई जमनादास पटेल, अध्यक्ष, उमियादम भी उपस्थित थे। साथ ही साथ श्री यागनेशभाई दवे, अध्यक्ष, ब्रह्म समाज सहित कई अन्य विशिष्ट लोगों ने कार्यक्रम में शिरकत की।

की जाती है कि जो लोग प्रशिक्षित होते हैं, उनमें योग के प्रति रुचि और दृष्टिकोण विकसित होने की संभावना होती है और इसलिए वे इसे लंबे समय तक अपना सकते हैं।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा 'सभी के लिए योग' विषय पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विशेषज्ञों के एक पैनल ने विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में योग के लाभों और प्रासंगिकता को लेकर चर्चा-परिचर्चा की गई।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से पहले अहमदाबाद में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें हजारों लोगों ने इस कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लिया।

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और गुजरात राज्य योग बोर्ड के सोशल मीडिया हैंडल द्वारा कार्यक्रम का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।



## IDY Countdown program at Sabarmati Riverfront, Ahmedabad

With less than 42 days left for the 8th International Day of Yoga, the Gujarat State Yog Board organized the Yogotsav countdown program in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Sabarmati Riverfront, Ahmedabad, Gujarat on

Yagneshbhai Dave, President, Brahm Samaj including many others.

The program's objectives were to raise awareness of the benefits of Yoga and promote CYP. CYP has been



10th May 2022.

The Sabarmati Riverfront has been gaining momentum as a popular tourist spot as it is one of the major attractions to visit in Ahmedabad. The Sabarmati River has been the lifeline of the city for centuries and was given prominence when it went through an urban overhaul in 2005. The riverfront was made an integral part and opened for the public to enjoy a corniche-like walkway.

The event was held under the theme "Yoga for All".

The function was inaugurated by Shri Yogsevak Sheeshpal, Chairman, Gujarat State Yog Board, Gandhinagar, and took the opportunity to thank PM Narendra Modi for his commendable efforts in taking Yoga to the global platform.

The event was also attended by MLA Babubhai Jamnadas Patel, President, Umiyadam; Shri

designed keeping people of different age groups and of varied walks of life in mind as it is also expected that those who get trained are likely to develop a taste and attitude toward Yoga and hence may pursue it in the long term.

Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on the theme 'Yoga for All' was also conducted with a panel of experts sharing their insights on the topic and addressing the benefits and relevance of Yoga in everyday life.

Yogotsav countdown program was held at Ahmedabad ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign wherein thousands of people actively participated in the event.

The Programme was given extensive coverage by social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and Gujarat State Yog Board.

## आईडीवाई 2022 तक 41 दिन, उदयपुर

न्यू एज योग संस्थान और मैत्री योग, उदयपुर ने 11 मई 2022 को जग मंदिर, उदयपुर में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 41 दिवसीय (योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "युवाओं के लिए योग जागरूकता" पर केंद्रित था।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, निम्नलिखित कार्यक्रम भी आयोजित किए गए: –

1. सामूहिक योग प्रदर्शन
2. योग पर वेबिनार

कार्यक्रम हाइब्रिड मोड के माध्यम से आयोजित किया गया था



समारोह का उद्घाटन द विजन एकेडमी स्कूल (आरएमवी) की प्राचार्य डॉ प्रतिमा समर ने किया।

इस अवसर पर सुश्री संध्या पाटकी, संस्थापक, न्यू एज योगा इंस्टीट्यूट (सर्टिफाइड वाईटीसी मुंबई) की प्रिंसिपल, श्री नितिन पाटकी, सीईओ न्यू एज योग संस्थान, डॉ विद्या आचार्य आयुर्वेद चिकित्सा अधिकारी, उसरवास (नाथद्वारा), उत्तर कोरिया में राजदूत, द्वितीय आईडीवाई, भारत और किरण दवे, प्रमोटर मैत्री योग, ने भी शिरकत की।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम उदयपुर में आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए अभियान के हिस्से के रूप में हुआ।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

और एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय, और न्यू एज योग संस्थान और मैत्री योग, उदयपुर के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।



## 41 Days to IDY 2022, Udaipur

New Age Yoga Institute and Maitri Yog, Udaipur organized the 41 Days to (Yogotsav countdown programme) in collaboration with Morarji Desai

facets and its utility as well as promote Common Yoga Protocol (CYP). Besides Common Yoga Protocol, the following programs were also conducted:-



National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Jag Mandir, Udaipur on 11th May 2022.

The theme of the event focused on “Yoga Awareness for Youth.”

The function was inaugurated by Dr. Pratima Samar, Principal, The Vision Academy School (RMV).

The occasion was also graced by Ms. Sandhya Patki, Founder, Principal of New Age Yoga Institute (Certified YTC Mumbai), Sh. Nitin Patki, CEO New Age Yoga Institute, Dr. Vidhya Acharya Ayurveda medical officer, Usarwas (Nathdwara), Ambassador to North Korea, 2nd IDY, Bharat and Kiran Dave. Promoters Maitri Yog, Certified YTE and YWI teachers.

The Yogotsav countdown program took place at Udaipur as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga.

The main objectives of the program were to publicize Yoga in many

- Mass Yoga Demonstration
- Webinar on Yoga

The Programme was conducted through a hybrid mode and was given wider coverage through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, New Age Yoga Institute, and Maitri Yog, Udaipur.



## विशाखापत्तनम में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

नेचर क्योर हॉस्पिटल ने 12 मई 2022 को आंध्र प्रदेश के विशाखापत्तनम में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 40 दिनों (योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया।

विशाखापत्तनम आंध्र प्रदेश के केंद्र में स्थित देश के सबसे पुराने बंदरगाह शहरों में से एक है और अपने सुरम्य समुद्र तटों और शांत परिदृश्य के साथ-साथ एक समृद्ध सांस्कृतिक अतीत के लिए जाना जाता है, जो इसे दक्षिण भारत में पर्यटन स्थल के लिए एक आदर्श स्थान बनाता है।

यह कार्यक्रम "स्वास्थ्य और शांति के लिए योग" विषय के तहत आयोजित किया गया।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम विशाखापत्तनम में आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अभियान के हिस्से के रूप में हुआ।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा स्वास्थ्य और शांति के लिए योग पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें कई विशिष्ट विशेषज्ञों ने इस विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की।

कार्यक्रम को हाइब्रिड मोड के माध्यम से संचालित किया गया। एमडीएनआईवाई (आयुष मंत्रालय) के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।



## 39 दिन आईडीवाई- 2022 की उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन

राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, अरुणाचल प्रदेश ने 13 मई 2022 को अरुणाचल प्रदेश के पापुम पारे में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 39 दिनों (योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया।

राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान अरुणाचल प्रदेश अरुणाचल



प्रदेश की राजधानी ईटानगर के पास एक सार्वजनिक तकनीकी और अनुसंधान संस्थान है। एनआईटी अरुणाचल प्रदेश भारत में 31 राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थानों में से एक है और इसे राष्ट्रीय महत्व के संस्थान के रूप में मान्यता प्राप्त है।

कार्यक्रम का आयोजन "स्वास्थ्य के लिए योग" विषय के तहत किया गया था।

समारोह का उद्घाटन प्रो. पिनकेश्वर महंत, निदेशक,

राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, पापुम पारे, अरुणाचल प्रदेश ने किया।

इस अवसर पर प्रो. मैनिक मलिक, डीन, डॉ. पी. मोहंती, डीन, फाइनेंस, डॉ. सुभाषिश बनर्जी, डीन परीक्षा, डॉ. एम. एम. सिंह, डीन आउटरीच एक्टिविटी, डॉ. दीपक सेन, एचओडी मैकेनिकल इंजीनियरिंग, डॉ. प्रीतिसुधा मेहर, और डॉ. मंजुला दास घटक मौजूद थे।

कार्यक्रम में सैकड़ों प्रतिभागियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम पापुम पारे, अरुणाचल प्रदेश में आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अभियान के हिस्से के रूप में हुआ।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, स्वास्थ्य के लिए योग पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया था, जिसमें कई विशिष्ट विशेषज्ञों ने इस विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की थी।

कार्यक्रम हाइब्रिड मोड में आयोजित किया गया। एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, पापुम पारे, अरुणाचल प्रदेश के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से कार्यक्रम को प्रचारित-प्रसारित किया गया।

## IDY Countdown program in Visakhapatnam

Nature Cure Hospital organized the 40 Days to (Yogotsav countdown programme) in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Visakhapatnam, Andhra Pradesh on 12th May 2022.

Visakhapatnam is one of the oldest port cities in the country situated in the heart of Andhra Pradesh and is known for its picturesque beaches and serene landscape, as well as a rich cultural past, which makes it an ideal spot for tourist destination in South India.

The event was held under the theme “Yoga for Health and Peace”



The Yogotsav countdown program took place at Visakhapatnam as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga.

## IDY Countdown program at Papum Pare, Arunachal Pradesh

National Institute of Technology of Arunachal Pradesh in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush organized a Yoga Utsav program at the National Institute of Technology, Papum Pare, Arunachal Pradesh to mark the 39 days countdown to the International Day of Yoga, 2022 on

education to combat India's growing need for technological professionals. The campus is surrounded by beautiful green forests and mountains which makes the area picturesque and the surrounding makes it ideal for a Nobel academic environment.

The event was themed "Yoga for Health".



13th May 2022.

The National Institute of Technology, Arunachal Pradesh was inaugurated on 18th August 2010 as a member of a group of ten new NITs. These new NITs were established as centres of excellence in technical

The function was inaugurated by Prof. Pinakeswar Mahanta, Director, National Institute of Technology, Papum Pare, Arunachal Pradesh.

The event was also attended by Prof. Mainik Mallik, Dean, Dr. P. Mohanty, Dean, Finance, Dr. Subhasish Banerjee, Dean Examination, Dr. M. M. Singh, Dean outreach Activity, Dr. Dipak Sen, HOD Mechanical Engineering, Dr. Preetisudha

Meher, and Dr. Manjula Das Ghatak and by other senior staff of National Institute of Technology wherein hundreds of IT students, and nearby people actively participated in the event.

## कोणार्क सूर्य मंदिर, पुरी में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

श्री श्री विश्वविद्यालय ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 14 मई 2022 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, 2022 की 38 दिनों की उल्टी

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, निम्नलिखित कार्यक्रम आयोजित किए गए—

1. स्व-उपचार की तकनीकों पर कार्यशाला



गिनती को चिह्नित करने के लिए कोणार्क मंदिर, पुरी, ओडिशा ओडिशा में एक योग उत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया।

एक चमत्कृत वास्तुकला और भारत की विरासत का प्रतीक, कोणार्क सूर्य मंदिर पूर्वी राज्य ओडिशा में स्थित है, यह इस क्षेत्र के प्रमुख पर्यटक आकर्षणों में से एक है। सूर्य भगवान को समर्पित मंदिर कलात्मक भव्यता और इंजीनियरिंग निपुणता की एक विशाल अवधारणा है।

इस कार्यक्रम का विषय "समग्र स्वास्थ्य के लिए योग" था।

श्री अरुण मलिक, अधीक्षण पुरातत्वविद्, भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण (एएसआई), भुवनेश्वर सर्कल, ओडिशा ने समारोह का उद्घाटन किया।

प्रो. बी.आर. शर्मा, कुलपति, श्री श्री विश्वविद्यालय, कटक, ओडिशा; श्री समर्थ वर्मा, आईएएस, जिला कलेक्टर, पुरी सहित विश्वविद्यालय के अन्य वरिष्ठ कर्मचारी, और सैकड़ों छात्रों ने इस कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लिया।

2. समग्र स्वास्थ्य के लिए योग पर वेबिनार

3. योग नृत्य प्रदर्शन

वेबिनार को संबोधित करते हुए मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक डॉ ईश्वर वी. बसवरडि ने इस बात पर प्रकाश डाला कि योग भारत की सांस्कृतिक विरासत से जुड़ा है। उन्होंने आगे कहा, "योग विश्व शांति के लिए शांति और आनंद की लहरें फैलाने का उत्प्रेरक भी है।"



## IDY Countdown program at Konark Sun Temple, Puri

Sri Sri University in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush organized a Yoga Utsav program at Konark Temple, Puri, Odisha Odisha to mark the 38 days countdown to the

Besides Common Yoga protocol, the following programs were conducted-

1. Workshop on techniques of self-healing



International Day of Yoga, 2022 on 14th May 2022.

An Architecture Marvel and a symbol of India's heritage, Konark Sun Temple is situated in the eastern state of Odisha and is one of the eminent tourist attractions in the region. The temple dedicated to the Sun God is a massive conception of artistic magnificence and engineering dexterity.

The event was themed "Yoga for Holistic Health".

Shri Arun Malik, Superintending Archaeologist, Archaeological Survey of India (ASI), Bhubaneswar Circle, Odisha inaugurated the function.

Prof. B. R. Sharma, Vice-Chancellor, Sri Sri University, Cuttack, Odisha; Shri Samarth Verma, IAS, District Collector, Puri including other senior staff of the University, and hundreds of students actively participated in the event.

2. Webinar on Yoga for holistic health

3. Yoga dance performance

While addressing the webinar Dr. Ishwar V Baswaraddi, Director, Morarji Desai National Institute of Yoga highlighted that Yoga is associated with the cultural heritage of India. "Yoga is also a catalyst for world peace spreading waves of peace and joy," he further added.



## श्री विजय विट्टल मंदिर, हम्पी, कर्नाटक में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से श्वासा योग केंद्र ने 15 मई 2022 को अंतर्राष्ट्रीय

सिंह ने समारोह का उद्घाटन किया।

इस कार्यक्रम में श्री अवधूत विनय गुरुजी भी उपस्थित थे; श्री



योग दिवस, 2022 की 37 दिनों की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए श्री विजया विट्टल मंदिर, हम्पी, कर्नाटक में एक योग उत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया।

श्री विजया विट्टल मंदिर एक प्राचीन स्मारक है, जो अपनी असाधारण वास्तुकला और बेजोड़ शिल्प कौशल के लिए जाना जाता है। इसे हम्पी में सबसे बड़ी और सबसे प्रसिद्ध संरचनाओं में से एक माना जाता है। इस प्रकार, प्रमुख स्मारक शहर का एक प्रमुख आकर्षण है और आगंतुकों और पर्यटकों के लिए इसे अवश्य देखना चाहिए।

कार्यक्रम का विषय 'योग फॉर यूनिटी' था।

कर्नाटक सरकार के पर्यटन और पर्यावरण मंत्री श्री आनंद

भावरलाल आर्य-पतंजलि योग पीठ, दक्षिण क्षेत्र; डॉ. सुजाता, निदेशक, आयुष विभाग, विजयनगर सहित अन्य लोगों ने कार्यक्रम में शामिल हुये।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा निम्नलिखित कार्यक्रम आयोजित किए गए—

1. 'योग फॉर यूनिटी' पर वेबिनार
2. सांस्कृतिक कार्यक्रम

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और श्वासा योग केंद्र के सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से इस कार्यक्रम को व्यापक प्रचारित किया गया।





## IDY Countdown program at Sri Vijaya Vittala Temple, Hampi, Karnataka

Shwaasa Yoga Center in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush

Sri Anand Singh, Tourism & Environment Minister, Govt of Karnataka inaugurated the function.



organized a Yoga Utsav program at Sri Vijaya Vittala Temple, Hampi, Karnataka to mark the 37 days countdown to the International Day of Yoga, 2022 on 15th May 2022.

Sri Vijaya Vittala Temple is an ancient monument that is well-known for its exceptional architecture and unmatched craftsmanship. It is considered to be one of the largest and most famous structures in Hampi. Thus, the predominant monument is a major attraction of the town and a must-see for visitors and tourists.

The event was themed "Yoga for Unity".

The event was also attended by Sri Avadhoot Vinay Guruji; Sri Bhavarlal Arya-Patañjali Yoga Peetha, South Zone; Dr.Sujata, Director, Ayush Department, Vijayanagar among others.

Besides Common Yoga protocol, the following programs were conducted-

1. Webinar on 'Yoga for Unity'
2. Cultural program

The event was given extensive coverage through the social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and Shwaasa Yoga Center.



## नेहरू रोज गार्डन, लुधियाना में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

योग के 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस पर जाने के लिए केवल 36 दिनों के साथ, पीक्यूएमएस क्वालिटी सर्विसेज प्राइवेट लिमिटेड ने 16 मई 2022 को नेहरू रोज गार्डन, लुधियाना, पंजाब में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

यह कार्यक्रम "स्वस्थ पंजाब, सुखी पंजाब" विषय पर आधारित था।

इस समारोह में श्री मानीत दीवान, निदेशक, पीक्यूएमएस क्वालिटी सर्विसेज प्रा. लिमिटेड; श्री दीपिंदर सिंह सेखों, निदेशक, पीक्यूएमएस क्वालिटी सर्विसेज प्रा. लिमिटेड; पतंजलि योग समिति के श्री कृष्ण लाल गुप्ता; पंजाब



नेहरू रोज गार्डन 1967 में स्थापित किया गया था और यह एशिया के सबसे बड़े गुलाब के बगीचों में से एक है, जो 30 एकड़ के क्षेत्र में फैला हुआ है। इस उद्यान में शहर का प्रसिद्ध वार्षिक गुलाब उत्सव आयोजित किया जाता है, जो हर साल हजारों आगंतुकों को आकर्षित करता है।

योगासन स्पोर्ट्स एसोसिएशन के उपाध्यक्ष श्री संजीव त्यागी सहित अन्य गणमान्य लोगों ने शिरकत की।

कार्यक्रम के उद्देश्यों में योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग प्रोटोकॉल को बढ़ावा देना शामिल था। सामान्य योग प्रोटोकॉल



प्रदर्शन आयोजित किया गया जिसमें सत्र में हजारों लोगों ने सक्रिय रूप से भाग लिया।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से पहले लुधियाना में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया था। कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और पीक्यूएमएस क्वालिटी सर्विसेज प्राइवेट लिमिटेड के सोशल मीडिया हैंडल पर कार्यक्रम का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।

## IDY Countdown program at Nehru Rose Garden, Ludhiana

With just 36 Days to go to the 8th International Day of Yoga, PQMS Quality Services Pvt Ltd organized the Yogotsav countdown program in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of

The event was observed on the theme “ Swasth Punjab, Sukhi Punjab”.

The function was graced by several eminent personalities



Ayush at Nehru Rose Garden, Ludhiana, Punjab on 16th May 2022.

Nehru Rose Garden was established in 1967 and is one of the largest rose gardens in Asia, spreading over an area of 30 acres. The famous annual rose festival of the city is conducted in this garden which attracts thousands of visitors every year.

including Shri Maneet Dewan, Director, PQMS Quality Services Pvt. Ltd; Shri Dipinder Singh Sekhon, Director, PQMS Quality Services Pvt. Ltd; Shri Krishan Lal Gupta of Patanjali Yoga Samiti; Shri Sanjiv Tyagi, Vice President of Punjab Yogasana Sports Association among others.

Program objectives consisted of generating awareness regarding the benefits of Yoga and promoting the Common Yoga Protocol. CYP demonstration was conducted wherein thousands of people actively participated in the session.

Yogotsav countdown program was held at Ludhiana ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

Extensive coverage of the program was held on the social media handles of MDNIY and the Ministry of Ayush.



## थिलाई नटराज मंदिर, चिदंबरम, तमिलनाडु में आईडीवाई 2022 तक 35 दिन

मानुषी योग संस्थान ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से, 17 मई को तमिलनाडु के चिदम्बरम के थिलाई नटराज मंदिर में 8वें

यह कार्यक्रम "समग्र स्वास्थ्य, सद्भाव और खुशी के लिए योग" विषय के इर्द-गिर्द घूमता था।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों और सामान्य योग



अंतर्राष्ट्रीय दिवस के पहले 35वें दिन की उल्टी गिनती कार्यक्रम को चिह्नित करने के लिए "योगोत्सव-2022" मनाया।

चिदंबरम मंदिर परिसर गर्व से दक्षिण भारत के सबसे पुराने मंदिर परिसरों में से एक होने का दावा करता है। नटराज मंदिर की सबसे अनूठी विशेषता नटराज की बेजान छवि है। मंदिर में पांच मुख्य हॉल या सभा हैं, अर्थात् कनक सभा, नगर सभा, नृत्त सभा, देव सभा और राजसभा।

प्रोटोकॉल को बढ़ावा देने के बारे में जागरूकता पैदा करना था।

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, समग्र स्वास्थ्य, सद्भाव और खुशी के लिए योग पर एक संगोष्ठी भी आयोजित की गई।

कार्यक्रम को एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और मानुषी योग संस्थान के विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफार्मों के माध्यम से व्यापक रूप से प्रचार-प्रसार किया गया।



## IDY Countdown program at Thillai Nataraja Temple

Manushi Institute of Yoga in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush organized a Yoga Utsav program to mark the 35 days

significance for the followers making it an extremely popular pilgrimage destination.

The event was themed "Yoga for Holistic Health,



countdown to the International Day of Yoga, 2022 on 17th May 2022 at Thillai Nataraja Temple, Chidambaram, Tamil Nadu.

Thillai Nataraja Temple is a magnificent temple that exemplifies immense creativity and architectural excellence. The massive temple is decorated with highly exquisite and intricate carvings. Dedicated to Lord Shiva, the temple is of immense religious

Harmony and Happiness".

Besides Common Yoga protocol, the following programs were conducted-

1. Webinar on Yoga
3. Cultural program

The event was given extensive coverage through the social media handles of the Ministry of Ayush and MDNIY.



## सिंगापुर में आईडीवाई-2022 के 34वें दिन का कार्यक्रम संपन्न

सिंगापुर ने 18 मई को योग महोत्सव 2022 मनाया। यह सिंगापुर में आयोजित पहला बड़ा योग कार्यक्रम था। यह आयुष मंत्रालय के मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से प्रज्ञा योग और वेलनेस द्वारा आयोजित किया

अन्य राष्ट्रीयताओं के नागरिक शामिल हुए, जिनमें भारतीय प्रवासी और विभिन्न योग संगठन शामिल थे।

अन्य कार्यक्रमों की एक श्रृंखला जैसे स्वास्थ्य और सद्भाव के लिए योग पर एक व्याख्यान और कार्यशाला और प्रसिद्ध



गया था।

यूनेस्को विरासत स्थल जैसे प्रतिष्ठित स्थान: सिंगापुर बॉटनियल गार्डन, मेरलियन, गार्डन बाय द बे, और मरीना बे सैंड्स उन स्थलों में से थे जहां पूर्व-कार्यक्रम हुए थे।

इस आयोजन का विषय "स्वास्थ्य और सद्भाव के लिए योग" था।

इस सत्र का उद्घाटन उच्चायोग के श्री जी. वी. वी. सूर्या ने किया।

प्रज्ञा योग और वेलनेस की निदेशक सुजाता काउलगी ने भारतीय उच्चायोग के लॉन में सामान्य योग प्रोटोकॉल का नेतृत्व किया। इस कार्यक्रम में बड़ी संख्या में सिंगापुरी और

व्यक्तियों के साथ अनिद्रा के लिए योग पर एक वेबिनार किया गया।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम सिंगापुर में आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अभियान के हिस्से के रूप में हुआ।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

कार्यक्रम हाइब्रिड मोड के माध्यम से आयोजित किया गया था और स्थानीय मीडिया और सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।



## Singapore celebrates 34th to IDY Countdown program

Pragya Yoga and Wellness centre organized the 34<sup>th</sup> Days countdown programme in collaboration with

Singapore Botanical Gardens, Merlion, Gardens by the Bay, and Marina Bay Sands. Many Singaporeans and



Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Singapore on May 18, 2022.

This session was inaugurated by Shri G V. V. Surya at High Commission of India, Singapore.

The event was held under the theme 'Yoga for Health and Harmony'

Sujata Cowlagi, Director of Pragya Yoga and Wellness conducted the Common Yoga Protocol(CYP) session at the High Commission of India, Singapore along at Iconic places such as the UNESCO heritage site:

citizens of other nationalities including the Indian diaspora, and various yoga organizations attended this event. A short meditation session concluded the morning session.

Besides CYP, a series of other events were lined up such as a discourse and workshop on Yoga for health and harmony and a webinar on yoga for insomnia with eminent persons. In the post-Covid geo-political global connection, Yoga Mahotsav in Singapore will have a great impact on improving calming responses in a chaotic world.



## ब्रह्म सरोवर, कुरुक्षेत्र, हरियाणा में आईडीवाई-2022 की 33 दिनों की उल्टी गिनती कार्यक्रम

भारतीय योग संस्थान योगाश्रम ने 19 मई 2022 को ब्रह्म सरोवर, कुरुक्षेत्र, हरियाणा में आयुष मंत्रालय के मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से 33 दिवसीय (योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया।

ब्रह्म सरोवर भारत के उत्तर भारत में हरियाणा राज्य में पुराने कुरुक्षेत्र शहर में हिंदू धर्म के लिए पवित्र एक प्राचीन

,महामंत्री ,भारतीय योग संस्थान, श्री हरदीप सिंह सांगवन,श्री मानसिंह और श्री होशियार सिंह ने भी अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम ब्रह्म सरोवर, कुरुक्षेत्र, हरियाणा में आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के



जल कुंड है। हिंदू धर्म आंतरिक और बाहरी शुद्धता के लिए स्नान करने पर जोर देता है।

यह कार्यक्रम "विश्व स्वास्थ्य के लिए योग" थीम के तहत आयोजित किया गया।

कार्यक्रम का उद्घाटन पूज्य स्वामी ज्ञानानंद जी महाराज ने किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में पूज्य स्वामी चिदानंद सरस्वती, अध्यक्ष, परमार्थ निकेतन, ऋषिकेश ने ऑनलाइन अपनी गरिमामयी उपस्थिति दर्ज करवाई और अपने विचारों को साझा किया।

कार्यक्रम के दौरान पूज्य राजेंद्र शर्मा ,गुरुकुल कुरुक्षेत्र, श्री देसराज ,प्रधान, भारतीय योग संस्थान, श्री ललित गुप्ता

अभियान के हिस्से के रूप में हुआ।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

कॉमन योग प्रोटोकॉल के अलावा, विश्व स्वास्थ्य के लिए योग पर वेबिनार आयोजित किया गया,जिसमें विशिष्ट विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की।

कार्यक्रम हाइब्रिड मोड में आयोजित किया गया। एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और भारतीय योग संस्थान योगाश्रम के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से प्रचारित किया गया।





## 33 days Countdown to IDY- 2022 at Brahma Sarovar, Kurukshetra, Haryana

Bharatiya Yog Sansthan Yogashram organized the 33 Days to (Yogotsav countdown programme) in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush at Brahma Sarovar, Kurukshetra, Haryana on 19th May 2022.

Brahma Sarovar is an ancient water pool sacred to Hinduism in old Kurukshetra city, in the state of

Secretary, Indian Yoga Institute, Shri Hardeep Singh Sangwan, Shri Mansingh and Shri Hoshiar Singh.

The Yogotsav countdown program took place at Brahma Sarovar, Kurukshetra, Haryana as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga.



Haryana in North India, India.

The event was held under the theme “Vishwa Swasthya ke liye Yog.”

The program was inaugurated by Pujya Swami Gyananand Ji Maharaj. Pujya Swami Chidanand Saraswati, President, Parmarth Niketan, Rishikesh, also joined through virtual mode and shared his valuable thoughts.

The occasion was also graced by Pujya Rajendra Sharma, Gurukul Kurukshetra, Shri Desraj, President, Indian Yoga Institute, Shri Lalit Gupta, General

The main objectives of the program were to publicize Yoga in many facets and its utility as well as promote the Common Yoga Protocol (CYP).

Besides Common Yoga Protocol, a Webinar on Vishwa Swasthya ke liye Yog.” was also conducted with several distinguished experts sharing their insights on the topic.

Programme was conducted in a hybrid mode and promoted through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, and Bharatiya Yog Sansthan Yogashram.



## गाजियाबाद ने मनाया IDY-2022 उल्टी गिनती कार्यक्रम

उत्तम स्कूल फॉर गर्ल्स ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से, उत्तर प्रदेश के

रहेजा ने कार्यक्रम का समापन करते हुए छात्रों को उनकी उत्साही भागीदारी के लिए बधाई दी और सभी से स्वस्थ



गाजियाबाद में 20 मई, 2022 को 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस की प्रस्तावना में 32वें दिन की उल्टी गिनती कार्यक्रम को चिह्नित करने के लिए एक विशेष योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

इस कार्यक्रम का विषय 'स्वास्थ्य और खुशी के लिए योग' था।

इस कार्यक्रम में केडीबी पब्लिक स्कूल, दिल्ली पब्लिक स्कूल, साहिबाबाद स्कूल, सेठ आनंदराम जयपुरिया स्कूल, देहरादून पब्लिक स्कूल और श्री ठाकुर द्वारा बालिका विद्यालय के प्रधानाचार्यों के साथ जिला प्रशासन के गणमान्य लोगों ने भाग लिया।

उत्तम बालिका विद्यालय की प्रधानाचार्य श्रीमती शर्मिला

जीवन शैली के लिए दैनिक जीवन में योग को शामिल करने का आग्रह किया।

गौपतलब है कि उदाहरण पेश करने के लिये दिन की शुरुआत योगाभ्यास से हुई, जिसमें गाजियाबाद के लगभग दस अलग-अलग स्कूलों के 1,500 छात्रों ने एकमत से सामान्य योग प्रोटोकॉल का प्रदर्शन किया और योग के माध्यम से स्वस्थ जीवन शैली जीने के लाभों के बारे में संदेश फैलाया।

कार्यक्रम को एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के सोशल मीडिया हैंडल से व्यापक रूप से प्रचारित-प्रसारित किया गया।



## Ghaziabad celebrates 32nd IDY-2022 Countdown program

Uttam School for Girls in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush celebrated a special Yoga event to mark the 32nd-day

Mrs. Sharmila Raheja, Principal, Uttam School for Girls while concluding the program congratulated the students for their enthusiastic participation and urged everyone to



countdown program in the prelude to 8th International Day on 20th May 2022 at Ghaziabad, Uttar Pradesh.

The event was themed 'Yoga for Health and Happiness.'

The event was graced by dignitaries from the district administration along with the Principals of KDB Public School, Delhi Public School, Sahibabad, Seth Anandram Jaipuria School, Dehradun Public School, and Shri Thakur Dwara Balika Vidyalay.

inculcate Yoga in daily life for a healthy lifestyle.

The day was marked by yogic exercises following the practice of the Common Yoga Protocol by 1,500 students from several schools across Ghaziabad.

The Programme received extensive coverage by social media handles of MDNIY and the Ministry of Ayush.



## सिक्किम ने पवित्र एंची मठ में योगोत्सव मनाया

सिक्किम सरकार ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से गंगटोक के ऐतिहासिक एन्ची मठ में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए 31 दिवसीय उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

200 साल पुराना एन्ची मठ एक पवित्र बौद्ध तीर्थयात्री है, जो एक शांतिपूर्ण और शांत वातावरण के साथ शानदार प्राकृतिक सुंदरता से घिरा हुआ है।

इस कार्यक्रम में माननीय आयुष, बंदरगाह, नौवहन और जलमार्ग मंत्री श्री सर्बानंद सोनोवाल ने भाग लिया। इस अवसर पर बोलते हुए, केंद्रीय मंत्री ने कहा, "प्रधानमंत्री श्री



नरेंद्र मोदी जी के कुशल नेतृत्व में योग ने वैश्विक मंच पर भारत के कद को जबरदस्त रूप से बढ़ावा दिया है।"

सिक्किम के माननीय मुख्यमंत्री श्री प्रेम सिंह तमांग; आयुष और महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री और डॉ महेन्द्र मुंजपरा के साथ स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग मंत्री, सिक्किम सरकार, डॉ मणि कुमार शर्मा सीवाईपी सत्र में शामिल हुए।

इस समारोह में कैबिनेट मंत्री, विधायक, अन्य गणमान्य और

सिक्किम सरकार के अधिकारियों के साथ-साथ कई योग उत्साही भी शामिल हुए।

इस कार्यक्रम का उद्देश्य योग के विभिन्न आयामों के बारे में जागरूकता पैदा करना और इस संदेश को पूरे क्षेत्र में व्यापक स्तर पर दर्शकों तक पहुंचाना था।

एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से कार्यक्रम का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।

## Sikkim celebrates Yogotsav at sacred Enchey Monastery

The Government of Sikkim in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush organized the 31-day countdown event to International Day of Yoga at the historic Enchey Monastery in Gangtok.

200 years old Enchey Monastery is a sacred Buddhist pilgrim surrounded by splendid natural beauty with a peaceful and serene environment.

The event was graced by the Hon'ble Minister of Ayush, Ports, Shipping, and Waterways Shri Sarbananda Sonowal. Speaking on the occasion, the Union Minister said, "Yoga has given a tremendous fillip to the stature



of India on the global stage under the dynamic leadership of Prime Minister Shri Narendra Modi ji."

Hon'ble CM of Sikkim Shri Prem Singh Tamang; Minister of State for Ayush and Women & Child Development and Shri Dr. Mahendra Munjpara along with Health & Family Welfare Department Minister, Govt of Sikkim, Dr. Mani Kumar Sharma joined the CYP session

The function was also attended by Cabinet Ministers,

MLAs, other dignitaries, and officers of the Government of Sikkim along with many Yoga enthusiasts.

The event was aimed at creating awareness about the various dimensions of Yoga and taking this message across the region to a wider audience.

Extensive media coverage of the program was done through the social media handles of MDNIY and the Ministry of Ayush.

## नवी मुंबई ने वाशी रेलवे स्टेशन पर योग उत्सव का आयोजन किया

योग विद्या निकेतन ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से, वाशी रेलवे स्टेशन, नवी मुंबई, महाराष्ट्र में 22 मई, 2022 को 30 दिनों के अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 को चिह्नित करने के लिए योग उत्सव मनाया।

कार्यक्रम का विषय 'योग एक चिकित्सीय तौर-तरीके' के इर्द-गिर्द घूमता रहा।

समारोह में श्री गणेश नाइक, विधायक, पूर्व मंत्री, महाराष्ट्र; श्रीमती मंदा म्हात्रे, विधायक, महाराष्ट्र राज्य विधानसभा; श्री प्रशांत ठाकुर, विधायक, महाराष्ट्र विधानसभा; श्री नगर आयुक्त, एनएमएमसी और श्री पुलिस आयुक्त, नवी मुंबई ने शिरकत की।



बाद में कई विशेषज्ञों द्वारा इस विषय पर अपनी बहुमूल्य अंतर्दृष्टि साझा करते हुए प्राणायाम पर एक कार्यशाला और "एक्यूट डिजीज के दौरान प्राकृतिक जीवन" पर एक व्याख्यान भी आयोजित किया गया।

## हावड़ा में आईडीवाई-2022 के 29वें क्रमिक दिवस पर कार्यक्रम

रामकृष्ण मिशन विवेकानंद शैक्षिक और अनुसंधान संस्थान, हावड़ा, ने 23 मई 2022 को आरकेएमवीईआरआई में स्वामी विवेकानंद की प्रतिमा पर मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 29वें दिन (योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया।

रामकृष्ण मिशन विवेकानंद एजुकेशनल एंड रिसर्च इंस्टीट्यूट (आरकेएमवीईआरआई) का नाम स्वामी विवेकानंद (स्वामीजी) के नाम पर रखा गया है, जो भारत के लंबे और शानदार आध्यात्मिक इतिहास में एक महान शख्सियत हैं और इसे आधुनिक दुनिया के मुख्य निर्माताओं में से एक माना जाता है।

कार्यक्रम का विषय "समग्र स्वास्थ्य के लिए योग" था।

श्री श्री अनिरुद्धदेव खेल विश्वविद्यालय, असम के कुलपति प्रो. जे.पी. वर्मा ने मुख्य अतिथि के रूप में कार्यक्रम का उद्घाटन किया।

कार्यक्रम में इस अवसर पर स्वामी सर्वोत्तमानंद, कुलपति, आरकेएमवीईआरआई, स्वामी विवेकानंद के राजा, प्रो. यू

एस रे, योग के प्रोफेसर, आरकेएमवीरी, डॉ. शांति रंजन दासगुप्ता, एमबीबीएस, डी.ऑर्थो, प्रोफेसर अर्नब दास, सहायक प्रोफेसर, आरकेएमवीईआरआई, प्रो सुभदीप पॉल, सहायक। प्रोफेसर, आरकेएमवीईआरआई, भाई मृणमय महाराज, समन्वयक, विभाग, खेल विज्ञान और योग विभाग, आरकेएमवीईआरआई भी उपस्थित थे।

चूंकि IDY-2022 के लिए समारोह पहले से ही चल रहे हैं, कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग प्रोटोकॉल (ब्ले) को बढ़ावा देना था। सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, निम्नलिखित कार्यक्रम भी आयोजित किए गए: -

1. सामूहिक योग प्रदर्शन
2. समग्र स्वास्थ्य के लिए योग पर वेबिनार।

कार्यक्रम एक हाइब्रिड प्रारूप में आयोजित किया गया। एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और रामकृष्ण मिशन विवेकानंद शैक्षिक और अनुसंधान संस्थान के कई सोशल मीडिया हैंडल द्वारा व्यापक रूप से कार्यक्रम को प्रचारित-प्रसारित किया गया।



## Navi Mumbai organizes Yog Utsav at Vashi Railway Station

Yoga Vidya Niketan in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush celebrated Yog Utsav to mark 30 Days to International Day of Yoga 2022 on May 22, 2022, at Vashi Railway Station, Navi Mumbai, Maharashtra.

The theme of the event revolved around 'Yoga as a Therapeutic Modality'.

The function witnessed the presence of several eminent dignitaries including Shri Ganesh Naik, MLA, Ex-Minister, Maharashtra; Smt. Manda Mhatre, MLA, Maharashtra State Assembly; Shri Prashant Thakur, MLA, Maharashtra Assembly; Shri Municipal Commissioner, NMMC and Shri Commissioner of Police, Navi Mumbai.



Later a workshop on Pranayama and a Lecture on “Natural Living During Acute Diseases” was also conducted by many experts sharing their valuable insights on the topic.

## IDY Countdown Programme at Howrah, West Bengal

Ramakrishna Mission Vivekananda Educational and Research Institute in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush celebrated a special Yoga event to mark the 29th-day countdown program in the prelude to 8th International Day on 20th May 2022 at Swami Vivekananda Statue at RKMVERI Belur main campus, Howrah, West Bengal.

Named after Swami Vivekananda, one of the towering figures in the long and illustrious spiritual history of India the Institute was established in 2005 and its growth from inception to its present stature is a testament to the solid foundation laid by its ideals of truth, selfless service, and purity of motive bequeathed by Swami Vivekananda.

The event was themed 'Yoga for Holistic Health.'

The function was inaugurated by Swami

Atmapriyananda Pro-Chancellor of RKMVERI who shed light on the thoughts consonant with the harmony envisioned by Swami Vivekananda.

He further spelled out the four pathways given by Swami Vivekananda for attaining moksha from worldly pleasure and attachment — Raja-yoga, Karma-yoga, Jnana-yoga, and Bhakti-yoga.

The day commenced with yogic exercises and the Common Yoga Protocol was performed in unanimity wherein thousands of students participated and spread the message about the benefits of living a healthy lifestyle through Yoga.

During the second leg of the day, a webinar on the Application of Yoga in Sports, Physiology of Yoga, and Neuroscience of Consciousness was conducted by distinguished experts sharing their insights on the topic.



## भीमबेटका रॉक शेल्टर, रायसेन में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

भोपाल के बरकतुल्लाह विश्वविद्यालय ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 20 मई, 2022 को भीमबेटका रॉक शेल्टर, रायसेन, मध्य प्रदेश में 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस की प्रस्तावना में 28वें दिन की

इस कार्यक्रम में अधीक्षण पुरातत्वविद् श्री मनोज कुमार कुर्मी भी उपस्थित थे; योग विभाग की एचओडी डॉ साधना डोनेरिया सहित विश्वविद्यालय के अन्य वरिष्ठ प्राध्यापक मौजूद थे।



उल्टी गिनती कार्यक्रम को चिह्नित करने के लिए एक विशेष योग कार्यक्रम मनाया।

1957 में खोजा गया, भीमबेटका रॉक शेल्टर में विंध्य रेंज, मध्य भारत की तलहटी में प्राकृतिक रॉक शेल्टर की एक श्रृंखला शामिल है, जो भारत में प्रागैतिहासिक कला के सबसे बड़े भंडारों में से एक को दर्शाती है। आश्रयों को 2003 में यूनेस्को की विश्व धरोहर स्थल नामित किया गया था।

कार्यक्रम का विषय 'विश्व शांति के लिए योग' पर केंद्रित था। समारोह का उद्घाटन बीयू के कुलपति प्रो. आर.जे राव ने किया

कार्यक्रम की शुरुआत कॉमन योग प्रोटोकॉल के साथ हुई, जिसे हजारों छात्रों के माध्यम से स्वस्थ जीवन शैली जीने के लाभों के बारे में संदेश दिया गया।

दिन के दूसरे चरण के दौरान, विश्व शांति के लिए योग पर एक वेबिनार का आयोजन प्रतिष्ठित विशेषज्ञों द्वारा इस विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा करते हुए किया गया।

एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और बरकतुल्लाह विश्वविद्यालय के सोशल मीडिया हैंडल द्वारा कार्यक्रम का व्यापक प्रचार किया गया।





## IDY Countdown Programme at Bhimbetka Rock Shelter, Raisen

Barkatullah University of Bhopal in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of

The event was also graced by Superintending Archaeologist Shri Manoj Kumar Kurmi; HOD of Yoga



Ayush celebrated a special Yoga event to mark the 28th-day countdown program in the prelude to 8th International Day on 20th May 2022 at Bhimbetka Rock Shelter, Raisen, Madhya Pradesh.

Discovered in 1957, Bhimbetka rock Shelter consists of a series of natural rock shelters at the foothills of the Vindhya Range, central India depicting one of the largest repositories of prehistoric art in India. The shelters were designated a UNESCO World Heritage site in 2003.

The theme of the event centered around 'Yoga for World Peace.'

The function was inaugurated by Vice-chancellor of BU Prof. R. J Rao.

Department Dr. Sadhna Doneriya along with other senior professors of the University.

The day commenced with the Common Yoga Protocol which was performed in unanimity by thousands of students spreading the message about the benefits of living a healthy lifestyle through Yoga.

During the second leg of the day, a webinar on Yoga for World Peace was conducted by distinguished experts sharing their insights on the topic.

There was wide coverage of the program by social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and Barkatullah University.



## अलीगढ़ ने मनाया आईडीवाई उलटी गिनती कार्यक्रम

शारीरिक शिक्षा विभाग, अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय, उत्तर प्रदेश, में 25 मई 2022 को 8वें अंतर्राष्ट्रीय दिवस की प्रस्तावना में

छात्रों ने कॉमन योगा प्रोटोकॉल (सीवाईपी) में भाग लिया। सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा, निम्नलिखित कार्यक्रम भी आयोजित किए गए:



27वें क्रमिक दिवस के कार्यक्रम को चिह्नित करने के लिए एक विशेष योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय (एएमयू) देश में उच्च शिक्षा के लिये विश्वविद्यालयों और संस्थानों के बीच एक अद्वितीय स्थान रखता है। यह भारत के सभी राज्यों और विभिन्न देशों, विशेष रूप से अफ्रीका, पश्चिम एशिया और दक्षिण पूर्व एशिया के छात्रों को आकर्षित करता है। अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय महान समाज सुधारक और राजनेता सर सैयद अहमद खान के काम से विकसित हुआ।

यह कार्यक्रम 'एकता के लिए योग' विषय पर मनाया गया।

समारोह का उद्घाटन श्री गौरांग राठी (आईएस) नगर आयुक्त और अलीगढ़ सीईओ, अलीगढ़ स्मार्ट सिटी ने किया।

विश्वविद्यालय के हजारों

1. 'योग फॉर यूनिटी' पर वेबिनार
2. योग पर सामान्य प्रवचन
3. योग पर कार्यशाला

कार्यक्रम को एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और एएमयू के सोशल मीडिया हैंडल से व्यापक रूप से प्रचारित-प्रसारित किया गया।



## Aligarh celebrates IDY Countdown Programme

Department of Physical Education, Aligarh Muslim University in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush celebrated a special

Yoga Protocol. Besides CYP, the following programs were also conducted:



Yoga event to mark the 27th-day countdown program in the prelude to 8th International Day on 25th May 2022 at Aligarh Muslim University, Uttar Pradesh.

Aligarh Muslim University (AMU) occupies a unique position amongst universities and institutions of higher learning in the country. It draws students from all states in India and from different countries, especially in Africa, West Asia, and Southeast Asia. The University grew out of the work of Sir Syed Ahmad Khan, the great Muslim reformer and statesman.

The event was observed on the theme 'Yoga for Unity.'

The function was inaugurated by Mr. Gaurang Rathi (IAS) Municipal Commissioner and Aligarh CEO, Aligarh Smart City.

In tandem, thousands of students of the University took part in the Common

1. Webinar on 'Yoga for Unity'
2. General Discourses on Yoga
3. Workshop on Yoga

The Programme received extensive coverage by social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and AMU.



## अयोध्या में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

आठवें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की व्यापक तैयारियों के तहत मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान ने विवेक सृष्टि

इस अवसर पर अयोध्या के प्रख्यात योगाचार्य डॉ. चैतन्य ने सीवाईपी सत्र का नेतृत्व किया और योग दिवस के प्रति लोगों



के संयुक्त सहयोग से 26 मई को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2022 के लिए उत्तर प्रदेश में अयोध्या के पवित्र राम घाट पर उल्टी गिनती का कार्यक्रम आयोजित किया।

कार्यक्रम का विषय 'सभी के लिए योग' था।

को जागरूक किया। उन्होंने भारत की प्राचीन योग परंपरा पर भी प्रसन्नता व्यक्त की, जिसे आज अंतरराष्ट्रीय स्तर पर स्वीकृति मिली है। उन्होंने आगे बताया कि अयोध्या शहर में योग को घर-घर पहुंचाने के लिए 1 जून से 20 जून तक व्यापक गतिविधियों की योजना बनाई गई है।



## IDY countdown programme in Ayodhya

Under the extensive preparations for the eighth International Yoga Day, Morarji Desai National

On this occasion, Dr. Chaitanya, eminent Yogacharya of Ayodhya led the CYP session and made awareness about



Institute of Yoga in the joint collaboration with Vivek Srishti, organized a countdown program on 26th May for International Day of Yoga 2022, at sacred Ram Ghat of Ayodhya in Uttar Pradesh

The theme focused on 'Yoga for All'.

Yoga Day. He also expressed his joy on India's ancient tradition of Yoga has got an international acceptance today. He further informed that from June 1 to June 20, extensive activities have been planned to make yoga reach door-to-door in the city of Ayodhya.



## जर्मनी ने मनाया आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

शाक्ति ई.वी. ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से जर्मनी के ब्रेमेन, मार्कट प्लाट्ज में आईडीवाई-2022 तक 24 दिनों तक योगोत्सव की उल्टी गिनती मनाई।

मुख्य उद्देश्य योग के लाभों और सीवाईपी को बढ़ावा देने के बारे में जागरूकता पैदा करना था।

योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम जर्मनी में आयुष मंत्रालय के



यह कार्यक्रम 'शांति, एकता और अखंडता के लिए योग' की थीम के इर्द-गिर्द घूमता रहा। स्वास्थ्य के प्रति उत्साही लोगों ने इसका गर्मजोशी से स्वागत किया, क्योंकि उन्होंने सामान्य योग प्रोटोकॉल में भाग लेने का मौका मिला था। दुनिया भर में योग की लोकप्रियता के साथ कार्यक्रम का

100 दिन, 100 शहरों और 100 संगठनों के आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अभियान के हिस्से के रूप में हुआ। एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल ने इस कार्यक्रम को व्यापक रूप से प्रचारित-प्रसारित किया गया।



## Germany celebrates IDY Countdown program

Shaktya e.V in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga celebrated the Yogotsav countdown 24 days to IDY- 2022 at Markt Platz, Bremen, Germany.

regarding the benefits of Yoga and the promotion of CYP.

The Yogotsav countdown program took place in Germany as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100



The event revolved around the theme of 'Yoga for Peace, Unity, and Integrity.' It was welcomed warmly by health and wellness enthusiasts as they also participated in the drill of the Common Yoga Protocol.

With the popularity of Yoga spreading across the world, the program's main objective was to generate awareness

Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga as the practice has been erasing geographical boundaries.

Various social media handles of MDNIY, and the Ministry of Ayush, covered the program widely.



## मेघालय में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

मेघालय के विज्ञान और प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 23 दिनों की उल्टी गिनती को चिह्नित करने के लिए 29 मई 2022 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

अनामिका बरो योग गुरु सहित विश्वविद्यालय के कई वरिष्ठ प्राध्यापक एवं छात्रगण भी उपस्थित थे।

कार्यक्रम का उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।



विज्ञान और प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, उत्तर पूर्व राज्य का भारत में विज्ञान और प्रौद्योगिकी का पहला निजी विश्वविद्यालय है। विश्वविद्यालय उच्च गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करके युवा मन की आकांक्षाओं को पूरा कर रहा है। क्षेत्र के आर्थिक और सामाजिक विकास को अथक रूप से बढ़ावा देने के लिए समावेशी तरीके से प्रयास कर रहा है।

यह कार्यक्रम "योग समारोह-2022" विषय के तहत आयोजित किया गया।

समारोह का उद्घाटन यूनिवर्सिटी ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी, मेघालय के चांसलर महबूबुल हक ने किया।

कार्यक्रम में प्रोफेसर डॉ गौरी दत्त शर्मा कुलपति; डॉ पूजा चौधरी एचओडी, फिजियोथेरेपी; प्रियंका वैश्य योग गुरु;

सामान्य योग प्रोटोकॉल के अलावा एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसमें विशेषज्ञों ने अपनी अंतर्दृष्टि साझा की और दैनिक जीवन में योग के लाभों और प्रासंगिकता के बारे में बताया।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के हिस्से के रूप में आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से पहले मेघालय में योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में हजारों लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

कार्यक्रम को एमडीएनआईवाई, आयुष मंत्रालय और मेघालय के विज्ञान और प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के सोशल मीडिया हैंडल द्वारा व्यापक रूप से प्रचारित किया गया।



## IDY Countdown program in Meghalaya

University of Science & Technology of Meghalaya organized the Yogotsav countdown program in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, on 29th May 2022 to mark the 23 days countdown to the International Day of Yoga.

Pooja Chaudhuri HoD, Physiotherapy; Priyanka Baishya Yoga mentor; Anamika Baro Yoga mentor were present along with several senior professors and students of the University.



The University of Science & Technology Meghalaya (USTM) is the first State Private University of Science & Technology in the entire North East India. The University has been involved in fulfilling the aspirations of young minds by imparting quality education and is directing all its efforts to create the much-needed S & T manpower to foster relentlessly the economic and social development of the region in an inclusive manner.

The event was held under the theme "Yog Samaroh-2022".

The function was inaugurated by Mahbubul Hoque, Chancellor of University of Science and Technology Meghalaya.

Professor Dr Gauri Dutt Sharma Vice chancellor; Dr

The program's objectives were to raise awareness of the benefits of Yoga and promote CYP. Besides Common Yoga Protocol, a Webinar was also conducted with a panel of experts sharing their insights on the topic and addressing the benefits and relevance of Yoga in everyday life.

Yogotsav countdown program was held at Meghalaya ahead of the upcoming 8th International Day of Yoga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign. Thousands of people actively participated in the event.

The Programme was given extensive coverage by social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, and the University of Science & Technology of Meghalaya.

## बिहार के दरभंगा में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

एसएम योग अनुसंधान संस्थान ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से राज किला, दरभंगा, बिहार में आईडीवाई – 2022 योगोत्सव की उल्टी गिनती के तहत 22वें दिन कार्यक्रम मनाया गया।

राजसी राज किला मिथिला संस्कृति का प्रतीक है, जिसमें

कार्यक्रम का उद्घाटन दरभंगा के उप महापौर श्री भरत साहनी ने किया। कार्यक्रम में दरभंगा की महापौर श्री मुन्नी देवी भी मौजूद थीं।

दुनिया भर में योग की लोकप्रियता के साथ कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों और सीवाईपी को बढ़ावा देने के



महान वास्तुशिल्प कार्य और दीवार है। अपने ऐतिहासिक महत्व के कारण दुनिया भर के पर्यटकों को आकर्षित करती है।

यह कार्यक्रम 'योग और मन-शरीर चिकित्सा' के विषयवस्तु के इर्द-गिर्द घूमता रहा।

योग कार्यक्रम का हजारों स्वास्थ्य उत्साही लोगों ने गर्मजोशी से स्वागत किया

बारे में जागरूकता पैदा करना था।

आयुष मंत्रालय के 100 दिनों, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत दरभंगा में आयोजित योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए अभियान के रूप में भौगोलिक सीमाओं को मिटा रहा है।

एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल ने इस कार्यक्रम को व्यापक रूप से प्रचारित किया गया।



## IDY Countdown program at Bihar's Darbhanga

SM Yoga Research Institute in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga celebrated the Yogotsav countdown 22 days to IDY- 2022 at Raj Fort, Darbhanga, Bihar.

The program was inaugurated by Shri Bharat Sahani, Deputy Mayor, Darbhanga. The event was also attended by Shri Munni Devi, Mayor, Darbhanga.

With the popularity of Yoga spreading across the world,



The majestic Raj Fort is a symbol of Mithila culture having great architectural works and wall and attracts tourists across the globe because of its historical significance.

The event revolved around the theme of 'Yoga and Mind-Body Medicine.'

The Yoga event was warmly welcomed by thousands of health and wellness enthusiasts as they participated in the drill of the Common Yoga Protocol.

the main objective of the program was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and the promotion of CYP.

The Yogotsav countdown program conducted in Darbhanga as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga as the practice has been erasing geographical boundaries.

Various social media handles of MDNIY, and the Ministry of Ayush, covered the program widely.



## राखी गढ़ी स्टेडियम, हिसार, हरियाणा में आईडीवाई उल्टी गिनती कार्यक्रम

आयुष निदेशालय और हरियाणा योग आयोग ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से 21 मई को

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों और सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) को बढ़ावा देने के बारे में जागरूकता



आईडीवाई- 2022 को चिह्नित करने के लिए 31 मई 2022 को राखी गढ़ी स्टेडियम, हिसार, हरियाणा में योगोत्सव की उल्टी गिनती मनाई।

राखी गढ़ी स्टेडियम हांसी, हरियाणा में स्थित है। राखीगढ़ की साइट भारतीय उपमहाद्वीप पर हड़प्पा सभ्यता के पांच ज्ञात सबसे बड़े शहरों में से एक है। अन्य चार हड़प्पा, मोहनजोदड़ो हैं, गढ़ी स्टेडियम खिलाड़ियों और हिसार के लोगों को सभी प्रकार की खेल गतिविधियों को बढ़ावा देने के लिए मंच प्रदान करता है।

यह कार्यक्रम 'योग फॉर मेंटल हेल्थ' की थीम पर आधारित था।

योग कार्यक्रम का हजारों स्वास्थ्य उत्साही लोगों ने सामान्य योग प्रोटोकॉल के अभ्यास में बड़े ही गर्मजोशी से भाग लिया।

कार्यक्रम का उद्घाटन श्री राजीव अरोड़ा (आईएस), अतिरिक्त मुख्य सचिव, स्वास्थ्य एवं आयुष विभाग, हरियाणा ने किया। इस कार्यक्रम में डॉ. साकेत कुमार, (आईएस) महानिदेशक आयुष, आयुष विभाग, हरियाणा; डॉ. हरीश चंदर, रजिस्ट्रार, हरियाणा योग आयोग ने शिरकत की।

पैदा करना था।

आयुष मंत्रालय के 100 दिन, 100 शहरों और 100 संगठनों के अभियान के तहत हिसार में आयोजित योगोत्सव उल्टी गिनती कार्यक्रम आगामी 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए अभियान के रूप में भौगोलिक सीमाओं को मिटा रहा है।

एमडीएनआईवाई और आयुष मंत्रालय के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल ने इस कार्यक्रम का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।



## IDY Countdown program at Rakhi Garhi Stadium, Hisar, Haryana

Directorate of Ayush and Haryana Yog Aayog in collaboration with Morarji Desai National Institute of

The main objective of the program was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and the



Yoga celebrated the Yogotsav countdown to mark the 21 days to IDY- 2022 on 31 May 2022 at Rakhi Garhi Stadium, Hisar, Haryana.

Rakhi Garhi stadium is located in Hansi, Haryana. The site of Rakhigarh is one of the five known biggest townships of Harappan civilization on Indian sub-continent. Other four are Harappa, Mohenjodaro, The Garhi stadium provide the platform to sportspersons and people of Hisar facilitating all types of sports activities.

The event revolved around the theme of 'Yog for Mental Health'.

The Yoga event was warmly welcomed by thousands of health and wellness enthusiasts as they participated in the drill of the Common Yoga Protocol.

The program was inaugurated by Shri Rajeev Arora (IAS), Additional chief secretary, Health and Ayush Department, Haryana. The event was also attended by Dr. Saket Kumar, (IAS) Director General Ayush, Ayush Department, Haryana;

Dr. Harish Chander, Registrar, Haryana Yog Aayog.

promotion of CYP.

The Yogotsav countdown program conducted in Hisar as part of the Ministry of Ayush's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 8th International Day of Yoga as the practice has been erasing geographical boundaries.

Various social media handles of MDNIY, and the Ministry of Ayush, covered the program widely.



# वेबिनार

## पोस्ट कोविड समय में स्वास्थ्य योजना

6 मई 2022 को "कोविड के बाद के समय में स्वास्थ्य योजना" पर एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ मनोज विमल, मधुमेह विशेषज्ञ; परिवार चिकित्सक; स्वास्थ्य योजना विशेषज्ञ और निदेशक, माई केयर क्लिनिक, दिल्ली और डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक एमडीएनआईवाई ने शिरकत की। डॉ. मनोज विमल ने कहा कि स्वास्थ्य योजना स्वास्थ्य लक्ष्यों को स्थापित करने और उन तक पहुंचने का मार्ग बनाने की प्रक्रिया है। हमारे स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए एक योजना होना जरूरी है, अन्यथा एक बीमारी दूसरे को जन्म देगी। उन्होंने आगे बताया कि हमारा लक्ष्य जीवन प्रत्याशा, जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाना और स्वयं के स्वास्थ्य और बीमारियों के जोखिम को कम करना है।

**WEBINAR**  
on  
**Health Planning in Post Covid times**

DATE: 6<sup>th</sup> MAY, 2022  
TIME: 6:00 PM  
Join us live on [f](#) [t](#) [i](#) [v](#)

**Dr. Manoj Vimal**  
Diabetologist; Family Physician;  
Health Planning Specialist and Director,  
My Care Clinic, Delhi

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

Speaker

MORARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
Ministry of Ayush, Government of India  
10, Ashok Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [i](#) @yogamdniy [v](#) Director Mdniy

## लीन डायबिटीज मेलिटस: एक अस्पष्टी उभरती हुई इकाई

**WEBINAR**  
On  
**Lean Diabetes Mellitus:  
An Unexplored Emerging Entity**

DATE: 13<sup>th</sup> MAY, 2022  
TIME: 6:00 PM  
JOIN US LIVE ON [f](#) [t](#) [i](#) [v](#)

**Dr. Sandip Mukherjee**  
Associate Professor,  
Department of Physiology,  
Serampore College, West Bengal

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

Speaker

MORARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
Ministry of Ayush, Government of India  
10, Ashok Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [i](#) @yogamdniy [v](#) Director Mdniy

12 मई 2022 को "लीन डायबिटीज मेलिटस: एक अनएक्सप्लोर्ड इमर्जिंग एंटीटी" पर एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ संदीप मुखर्जी, एसोसिएट प्रोफेसर, फिजियोलॉजी विभाग, सेरामपुर कॉलेज, पश्चिम बंगाल और डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक एमडीएनआईवाई ने भाग लिया था।

डॉ. संदीप मुखर्जी ने एक विस्तृत सत्र दिया, जिसमें उन्होंने कहा कि लीन टाइप 2 डायबिटीज मेलिटस एक विशिष्ट नैदानिक इकाई है, जो पैथोफिजियोलॉजिकल विषमता द्वारा प्रमाणित है। नैदानिक प्रस्तुति और संबंधित जटिलताओं की प्रोफाइल टाइप 2 मधुमेह के दुबले रोगियों की तुलना में अलग है और मोटे या गैर-दुबले मधुमेह रोगियों के लिए अलग। दुबले मधुमेह रोगियों को अधिक स्पष्ट बीटा सेल विफलता की विशेषता होती है, जो पहले होती है और इसके परिणामस्वरूप अधिक तेजी से थकावट होती है।

# WEBINAR

## Health Planning in Post Covid times

A Webinar was held on “Health Planning in Post COVID times” on 6th May 2022 wherein Dr. Manoj Vimal, Diabetologist; Family Physician; Health Planning Specialist and Director, My care Clinic, Delhi and Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY participated.

Dr. Manoj Vimal said that Health Planning is the process of establishing health goals and creating a way to reach them. It is important to have a plan to maintain our health, otherwise one disease will give rise to another as our whole body is connected and this will degrade our overall health. He further explained how our health goals can increase life expectancy and quality of life.

**WEBINAR**  
on  
**Health Planning in Post Covid times**

DATE: 6<sup>th</sup> MAY, 2022  
TIME: 6:00 PM  
Join us live on [f](#) [v](#) [t](#)

**Dr. Manoj Vimal**  
Diabetologist; Family Physician;  
Health Planning Specialist and Director,  
My Care Clinic, Delhi

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

Speaker

MORARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
Ministry of Ayush, Government of India  
10, Ashok Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [v](#) @yogamdniy [v](#) Director Mdniy

## Lean Diabetes Mellitus: An Unexplored Emerging Entity

**WEBINAR**  
On  
**Lean Diabetes Mellitus:  
An Unexplored Emerging Entity**

DATE: 13<sup>th</sup> MAY, 2022  
TIME: 6:00 PM  
JOIN US LIVE ON [f](#) [v](#) [t](#)

**Dr. Sandip Mukherjee**  
Associate Professor,  
Department of Physiology,  
Serampore College, West Bengal

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

Speaker

MORARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
Ministry of Ayush, Government of India  
10, Ashok Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [v](#) @yogamdniy [v](#) Director Mdniy

A Webinar was held on “Lean Diabetes Mellitus: An Unexplored Emerging Entity” on 12th May 2022 wherein Dr. Sandip Mukherjee, Associate Professor, Department of Physiology, Serampore College, West Bengal and Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY participated.

Dr. Sandip Mukherjee gave an elaborative session wherein he stated that the Lean type 2 Diabetes mellitus is a distinct clinical entity which is evidenced by patho physiological heterogeneity. The Clinical Presentation and profile of associated complications is different in lean patients of type 2 diabetes, as compared to obese or non-lean diabetics. Lean diabetics are characterized by more pronounced beta cell failure that occurs earlier and results in more rapid exhaustion.

## अंटार्कटिक अभियान में भाग लेने के लिए अच्छे स्वास्थ्य की आवश्यकता

20 मई 2022 को "अंटार्कटिक अभियान में भाग लेने के लिए अच्छे स्वास्थ्य की आवश्यकता" विषय पर एक वेबिनार आयोजित किया।

इस वेबिनार में डॉ. एस.ए.एस. नकवी, निदेशक और वैज्ञानिक 'एफ', पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय, भारत सरकार, नई दिल्ली और डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक, एमडीएनआईवाई ने भाग लिया।

वेबिनार में डॉ. वंदना ने डॉ. एस.ए.एस. नकवी का परिचय कराया और कहा कि वह अनुभवी समुद्र विज्ञानी हैं और दक्षिणी ध्रुव पर अंटार्कटिका भी गए हैं, जहां मानव भूमि नहीं है। उन्होंने आगे कहा कि हमारी सरकार पिछले 4 दशकों से लगातार अंटार्कटिका के लिए अभियान भेज रही है, जिसमें सभी विधाओं से शारीरिक और मानसिक रूप से मजबूत टुकड़ियां शामिल हैं। सत्र में डॉ. नकवी ने अंटार्कटिका के संबंध में अपने ज्ञान और अनुभव को साझा किया।

**WEBINAR on**  
**Necessity of good health to participate in Antarctic Expedition**

DATE: 20<sup>th</sup> May, 2022  
 TIME: 6:00 PM  
 Join us live on [f](#) [o](#) [t](#)

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
 Director, MDNIY

**Speaker**  
**Dr. S.A.S Naqvi**  
 Director and Scientist 'F'  
 Ministry of Earth Science,  
 New Delhi

MURARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
 Ministry of Ayur, Government of India  
 01, Akshay Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [o](#) @yogamdniy [v](#) Director Mdnly

## जीवन शैली रोग की रोकथाम - आयुर्वेद की भूमिका

**WEBINAR On**  
**PREVENTION OF LIFE STYLE DISEASE - ROLE OF AYURVEDA**

DATE: 27<sup>th</sup> May, 2022  
 TIME: 6:00 PM  
 JOIN US LIVE ON [f](#) [o](#) [t](#)

**Dr. Ajeet Tiwari**  
 Ayurvedic Medical Officer  
 Basantour, Almore & Co-ordinator,  
 Nasha Mukta Bharat Abhiyan (Govt of India), Dist-Almore

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
 Director, MDNIY

MURARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
 Ministry of Ayur, Government of India  
 01, Akshay Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [o](#) @yogamdniy [v](#) Director Mdnly

27 मई 2022 को "जीवन शैली रोग की रोकथाम— आयुर्वेद की भूमिका" पर एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. कनिका शर्मा सूद, क्लिनिकल लीड और निदेशक, विकिरण ऑन्कोलॉजी, धर्मशिला नारायण सुपरस्पेशलिटी अस्पताल, दिल्ली और डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी निदेशक, एमडीएनआईवाई भाग लिया था।

डॉ. कनिका शर्मा सूद ने जानकारी पूर्ण सत्र लिया, जहां उन्होंने शरीर की संरचना की व्याख्या करके शुरुआत की। उन्होंने कहा कि शरीर पंचमहाभूतों से बना है, इन पंचमहाभूतों से वात, पित्त, कफ और सत्व, रज-तम का निर्माण किया गया है। पंचमहाभूत बढ़ा और त्रिदोष बढ़ा आयुर्वेद के मूल सिद्धांत में शामिल हैं।

उन्होंने यह भी कहा कि पंचमहाभूत की साम्यावस्था से ही हम सभी रोगों को संतुलन में ला सकते हैं।



## Necessity of Good health to participate in Antarctic Expedition

A Webinar was conducted on “Necessity of Good health to participate in Antarctic Expedition ”on 20th May 2022 wherein Dr. S.A.S Naqvi, Director and Scientist 'F', Ministry of Earth Sciences Government of India, New Delhi and Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY participated.

In the Webinar Dr. Vandana introduced Dr. S.A.S Naqvi, a veteran oceanographer and has been to Antarctica also, a place of no man land, on the south pole. She further added that our Government is continuously sending expeditions to Antarctica for the last 4 decades, involving physically and mentally strong contingents from all disciples.

In the session Dr. Naqvi shared his knowledge and experience with regards to Antarctica.

**WEBINAR** on  
**Necessity of good health to participate in Antarctic Expedition**

DATE: 20<sup>th</sup> May, 2022  
TIME: 6:00 PM

Join us live on [f](#) [o](#) [t](#)

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

**Speaker**  
**Dr. S.A.S Naqvi**  
Director and Scientist 'F',  
Ministry of Earth Science,  
New Delhi

MORARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
Ministry of Ayur, Government of India  
65, Ashoka Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [i](#) @yogamniy [v](#) Director Mdnly

## Prevention of LifeStyle Disease- Role of Ayurveda

**WEBINAR** On  
**PREVENTION OF LIFE STYLE DISEASE - ROLE OF AYURVEDA**

DATE: 27<sup>th</sup> May, 2022  
TIME: 6:00 PM

JOIN US LIVE ON [f](#) [o](#) [t](#)

**Dr. Ajeet Tiwari**  
Ayurvedic Medical Officer  
Basantpur, Almora & Co-ordinator,  
Nasha Mukta Bharat Abhiyan (Govt of India), Dist-Almora

Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

**Speaker**

MORARI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA  
Ministry of Ayur, Government of India  
65, Ashoka Road, New Delhi-110001

Follow us: [f](#) @mdniyayush [t](#) @mdniy [i](#) @yogamniy [v](#) Director Mdnly

A Webinar was held on “Prevention of Life Style Disease- Role of Ayurveda” on 27th May 2022 wherein Dr. Kanika Sharma Sood, Clinical Lead & Director, Radiation Oncology, Dharamshila Narayana Superspeciality Hospital, Delhi and Dr. Ishwar V. Basavaraddi Director, MDNIY participated.

Dr. Kanika Sharma Sood took an informative session where she explained the composition of body and said that the body is made up of the Panchamahabhutas, from these Panchamahabhutas, Vata, Pitta, Kapha and Sattva, Raja-Tama have been created. Basic principal of Ayurveda includes

Panchmahabhuta Vada and TridoshaVada. She further added that we can bring all the diseases into equilibrium only by the equilibrium state of Panchmahabhuta. Dr. Ajeet Tiwari Dr. Ajeet Tiwari, Ayurvedic Medical Officer, Basantpur, Almora also elaborated upon the topic Prevention of Life Style Disease- Role of Ayurveda.