# ਦਫ਼ਤਰ ਨਗਰ ਨਿਗਮ, ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ।

## ਪ੍ਰੈਸ ਨੋਟ

## ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ ਤੇ ਭਾਰਤੀ ਯੋਗ ਸੰਸਥਾਨ ਵਲੋਂ ਯੋਗ ਕੈਂਪ ਦਾ ਆਯੋਜਨ

ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ 21 ਜੂਨ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਅੱਜ ਭਾਰਤੀ ਯੋਗ ਸੰਸਥਾਨ ਵਲੋਂ ਹਰਮਿੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਰੇਲਵੇ ਮੰਡੀ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿਖੇ ਯੋਗ ਸਾਧਨਾ ਕੈਂਪ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਨਗਰ ਨਿਗਮ ਦੇ ਮੇਅਰ ਸ਼ਿਵ ਸੂਦ ਅਤੇ ਜਿਲਾ ਭਾਜਪਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ: ਰਮਨ ਘਈ ਨੇ ਜ਼ਯੋਤੀ ਜਗਾ ਕੇ ਯੋਗ ਕੈਂਪ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿਚ ਯੋਗ ਆਸਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਮੇਅਰ ਸ਼ਿਵ ਸੂਦ ਨੇ ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਯੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਸਵੱਸਥ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਵੱਸਥ ਰੱਖਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਵਲੋਂ ਚਲਾਏ ਗਏ ਸਵੱਛ ਭਾਰਤ ਅਭਿਆਨ ਵਿਚ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸ਼ਹਿਰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਸਿਹਤ ਵੀ ਠੀਕ ਰਹੇਗੀ।

ਅੱਜ ਦੇ ਯੋਗ ਕੈਂਪ ਵਿਚ ਮੇਅਰ ਸ਼ਿਵ ਸੂਦ, ਡਾ: ਰਮਨ ਘਈ, ਕੌਂਸਲਰ ਰਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਠਾਕੁਰ, ਸੰਦੀਪ ਨਾਗੋਰੀ, ਰਮੇਸ਼ ਭਾਰਦਵਾਜ, ਅਸ਼ੋਕ ਕੁਮਾਰ ਮਹਿਰਾ, ਅਜੇ ਸ਼ਰਮਾ, ਪੰਕਜ ਸੂਦ, ਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ, ਰੇਸ਼ਮ ਕੌਰ, ਗੀਤਾ ਵਰਮਾ, ਮੰਜੂ ਸੂਰੀ, ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਬਬਿਤਾ, ਰਾਧਿਕਾ ਅਗਰਵਾਲ, ਰਜੇਸ਼ ਗੁਪਤਾ, ਰਕੇਸ਼ ਜੈਨ, ਰੋਜੀ, ਤਾਰਾ ਦੇਵੀ, ਕੇ.ਸੀ ਸ਼ਰਮਾ, ਰਜਨੀ ਸੈਣੀ, ਰਜਿੰਦਰ ਰਾਣਾ, ਐਸ.ਕੇ ਪਰਾਸ਼ਰ, ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਥ ਜ਼ੋਸ਼ੀ, ਸਤਵੀਰ ਭੱਟੀ ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ। ਭਾਰਤੀ ਯੋਗ ਸੰਸਥਾਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਮਿੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾ ਵਲੋਂ ਮੇਅਰ ਸ਼ਿਵ ਸੂਦ ਅਤੇ ਡਾ: ਰਮਨ ਘਈ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਅੰਤ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪਾਠ ਕਰਕੇ ਇਸ ਯੋਗ ਕੈਂਪ ਦਾ ਸਮਾਪਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।