

# राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई- 2023-2024

विशेष शिविर / कार्यक्रमों का विवरण 2023-24  
महाविद्यालय का नाम- जनता कालेज, बकेवर, इटावा



सात दिवसीय विशेष शिविर सत्र: **2023-24**

नगर पंचायत, बकेवर का हाल

आयोजन दिनांक: 15.03.2024 से 21.03.2024

डॉ. मनोज कुमार यादव  
कार्यक्रम अधिकारी, राष्ट्रीय सेवा योजना  
जनता कालेज, बकेवर, इटावा

डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी  
प्राचार्य  
जनता कालेज, बकेवर, इटावा


# जनता कालेज, बकेवर (इटावा) २०६१२४

## अतिआवश्यक सूचना

राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वितीय वर्ष के सभी स्वयंसेवकों को सूचा है कि शासन के निर्देशानुसार दिनांक 15 मार्च से 21 मार्च, 2024 को सात दिवसीय विशेष शिविर स्थान नगर पंचायत बकेवर के हॉल में होना प्रस्तावित है।

अतः आप सभी स्वयंसेवक सात दिन/रात रहने की व्यवस्था के साथ अनिवार्य रूप से उपस्थित रहें।

  
(डॉ० रमेश किशोर मिश्रा)  
प्राचार्य

  
(डॉ० मनोजकुमार यादव)  
कार्यक्रम अधिकारी  
राष्ट्रीय सेवा योजना  
जनता कालेज, बकेवर  
(इटावा)

05680-223558, 09219404185 (Walky)  
09457019568 (Principal)  
Email-id : principal\_jcb@rediffmail.com



जनता कालेज, बकेवर (इटावा) 206124  
Janta College, Bakewar (Etawah)  
(छत्रपति शाहू जी महाराज विश्वविद्यालय, कानपुर से सम्बद्ध)  
(Affiliated to C.S.J.M. University, Kanpur)

पत्रांक  
Ref No. 402/2023-24

दिनांक  
Date 22/02/2024

सेवा में,

समन्वयक,  
राष्ट्रीय सेवा योजना  
छत्रपति शाहू जी महाराज विश्वविद्यालय  
कानपुर- 208024

विषय- राष्ट्रीय सेवा योजना के अन्तर्गत सात दिवसीय विशेष शिविर (15-03-2024 से 21-03-2024) के आयोजन हेतु अनुमति प्रदान करने के सम्बन्ध में।

महोदय,

उपर्युक्त के सम्बन्ध में अवगत कराना है कि राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई सत्र 2023-24 में सात दिवसीय विशेष शिविर का आयोजन दिनांक 15-03-2024 से 21-03-2024 तक राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा चयनित ग्राम नगला बनी के नगर पंचायत के भवन में आयोजित करने की अनुमति प्रदान करने का कष्ट करें। यह चयनित ग्राम हमारे कालेज परिसर से लगभग 02 किमी दूर है।

अतः आपसे विनम्र अनुरोध है कि सात दिवसीय विशेष शिविर के आयोजन हेतु अनुमति प्रदान करने की कृपा करें।

समन्वयक,

प्रति हस्ताक्षरित

(डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी)

प्राचार्य

भवदीय

(डॉ. मनोज कुमार यादव)

कार्यक्रम अधिकारी

राष्ट्रीय सेवा योजना

प्रतिबन्धि-निम्न को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित।

1. विशेष कार्याधिकारी एवं राज्य सम्पर्क अधिकारी, उच्च शिक्षा, राष्ट्रीय सेवा योजना प्रबन्धक, उ.प्र. शासन।
2. क्षेत्रीय निदेशालय, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, राष्ट्रीय सेवा योजना, क्षेत्रीय केन्द्र, केन्द्रीय भवन, आठवां तल, होल नं. 01, सेक्टर एच, जलसिंज, लखनऊ-206024
3. क्षेत्रीय उच्च शिक्षा अधिकारी, सी0एस0जे0एम0 विश्वविद्यालय परिसर, कानपुर मण्डल कानपुर- 208024

(डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी)

प्राचार्य

(डॉ. मनोज कुमार यादव)

कार्यक्रम अधिकारी

राष्ट्रीय सेवा योजना

राष्ट्रीय सेवा योजना, जनता कालेज, बकेवर, इटावा, उ0प्र0

सात दिवसीय विशेष शिविर : 2023-24

विशेष शिविर स्थल- नगर पंचायत, बकेवर (15/03/2024 से 21/03/2024 तक)

दिनांक	कार्यक्रम	अतिथि/प्रतिभागी
15/03/2024 शुक्रवार	उद्घाटन समारोह - प्रातः 11 बजे विशेष शिविर रैली - 12 बजे लंच ब्रेक - 01 बजे शिविर सम्बन्धी परिचर्चा - 02-03 बजे तक (ग्रामीण समस्याओं पर विशेष चर्चा) डिजिटल इंडिया गोष्ठी- 03-05 बजे तक डिनर ब्रेक - सायं 08 से 08 बजे तक एन.एस.एस. गीत व अन्य कार्यक्रम - रात्रि 08 बजे	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा श्री विवेक यादव, नगर पंचायत अध्यक्ष श्री श्याम सिंह, जिला उद्यान अधिकारी, इटावा, कार्यक्रम अधिकारी, एन.एस.एस. डॉ एमपी यादव, डॉ धर्मेन्द्र कुमार, श्री मनोज तिवारी, श्री गोपाल त्रिपाठी डॉ गोपीनाथ मौर्या
16/03/2024 शनिवार	दैनिक क्रिया, व्यायाम, प्रार्थना, एवं अल्पाहार- प्रातः 07-09 बजे तक युवा और राष्ट्र निर्माण - 09-11 बजे तक लंच ब्रेक - 11-01 बजे तक श्रमदान कार्यक्रम, स्वास्थ्य परीक्षण -01-05 बजे तक डिनर ब्रेक - सायं 08 से 08 बजे तक एन.एस.एस. गीत व अन्य कार्यक्रम - रात्रि 08 बजे	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा कार्यक्रम अधिकारी, एन.एस.एस. डॉ एमपी यादव, डॉ पीके राजपूत डॉ संजय विश्वकर्मा, डॉ गोपीनाथ मौर्या डॉ वीरेंद्र भारती मुख्य चिकित्सा अधीक्षक
17/03/2024 रविवार	दैनिक क्रिया, व्यायाम, प्रार्थना, एवं अल्पाहार- प्रातः 07-09 बजे तक अनुशासन से सफलता के शिखर - 09-12 बजे लंच ब्रेक - 12-02 बजे तक जागरूक मतदाता और लोकतन्त्र गोष्ठी, नुक्रुड नाटक, गांव (नगला बनी) के सर्वेक्षण पर चर्चा - 02-05 बजे तक, डिनर ब्रेक - सायं 08 से 08 बजे तक, एन.एस.एस. गीत व अन्य कार्यक्रम - रात्रि 08 बजे	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा कार्यक्रम अधिकारी, एन.एस.एस. डॉ एमपी यादव, डॉ पीके राजपूत डॉ गोपीनाथ मौर्या
18/03/2024 सोमवार	दैनिक क्रिया, व्यायाम, प्रार्थना, एवं अल्पाहार- प्रातः 07-09 बजे तक पोषण जागरूकता पर व्याख्यान - 09-12 बजे लंच ब्रेक - 12-02 बजे तक गांव (नगला बनी) के सर्वेक्षण, परिचयात्मक कार्यक्रम, 02-05 बजे तक डिनर ब्रेक - सायं 08 से 08 बजे तक एन.एस.एस. गीत व अन्य कार्यक्रम - रात्रि 08 बजे	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा कार्यक्रम अधिकारी, एन.एस.एस. डॉ एमपी यादव, डॉ पीके राजपूत डॉ गोपीनाथ मौर्या डॉ ललित गुप्ता
19/03/2024 मंगलवार	दैनिक क्रिया, व्यायाम, प्रार्थना, एवं अल्पाहार- प्रातः 07-09 बजे तक राष्ट्रीय सेवा योजना के प्रमाण पत्र का लाभ - 09-12 बजे लंच ब्रेक - 12-02 बजे तक नहिला शिक्षा पर जागरूपता रैली, नुक्रुड नाटक - 02-04 बजे तक नेतृत्व की भावना- 04-05 बजे तक डिनर ब्रेक - सायं 08 से 08 बजे तक एन.एस.एस. गीत व अन्य कार्यक्रम - रात्रि 08 बजे	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा कार्यक्रम अधिकारी, एन.एस.एस. डॉ एमपी यादव, डॉ पीके राजपूत, डॉ नवीन अवस्थी, डॉ ज्योति भवीरिया डॉ गोपीनाथ मौर्या, लेफ्टिनेंट ब्रह्मानंद श्री लालाराम दोहरे डॉ मनोज कुमार, प्रशिक्षक, क्षेत्रीय ग्राम्य विकास प्रशिक्षण केंद्र, बकेवर
20/03/2024 बुधवार	दैनिक क्रिया, व्यायाम, प्रार्थना, एवं अल्पाहार- प्रातः 07-09 बजे तक सड़क सुरक्षा जागरूकता - 09-12 बजे	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा कार्यक्रम अधिकारी, एन.एस.एस. डॉ गोपीनाथ मौर्या

	लंच ब्रेक – 12-02 बजे तक साइबर क्राइम पर गोष्ठी- 02-05 बजे तक डिनर ब्रेक – सांय 08 से 08 बजे तक एन.एस.एस. गीत व अन्य कार्यक्रम – रात्रि 08 बजे	डॉ एमपी यादव, डॉ पीके राजपूत श्री वृजेश कुमार एअरटीओ, इटावा श्री राम प्रताप सिंह, उप निरीक्षक
21/03/2024 बृहस्पतिवार	दैनिक क्रिया, व्यायाम, प्रार्थना, एवं अल्पाहार- प्रातः 07-09 बजे तक समय प्रबंधन से सफलता पर गोष्ठी 09-11 बजे तक लंच ब्रेक – 12-02 बजे तक "विशेष शिविर समापन समारोह" – 02-04 बजे तक	प्राचार्य, जनता कालेज, बकेवर, इटावा प्रबंधक, जनता कालेज, बकेवर, इटावा कार्यक्रम अधिकारी, डॉ एमपी यादव, डॉ पीके राजपूत, डॉ गोपीनाथ मौर्या

**डॉ. मनोज कुमार यादव**  
कार्यक्रम अधिकारी, राष्ट्रीय सेवा योजना  
जनता कालेज, बकेवर, इटावा

**डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी**  
प्राचार्य  
जनता कालेज, बकेवर, इटावा

## राष्ट्रीय सेवा योजना सात दिवसीय विशेष शिविर 2023-24 का शुभारंभ

उद्घाटन सत्र: प्रथम दिवस

दिनांक: 15/03/2024

जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा आज दिनांक 15 मार्च, 2024 को \*सात दिवसीय विशेष शिविर\* नगर पंचायत, बकेवर के हाल में शुभारंभ किया गया। विशेष शिविर के उद्घाटन सत्र में पर्यावरण को संरक्षित रखने के लिए मुख्य अतिथियों के द्वारा पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण करने का संदेश दिया गया। कार्यक्रम की शुरुआत राष्ट्रीय सेवा योजना के लक्ष्य गीत तथा स्वागत गीत के प्रस्तुतीकरण के साथ किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे कॉलेज के प्राचार्य डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने परोपकार एवं मानवता स्थापित करने वाले विचारों को साझा किया तथा कविता की पंक्तियों \*नदी न पीवें अपना जल, वृक्ष न खावें अपना फल\* के माध्यम से परोपकार की परिभाषा तथा समान भाव से कार्य सेवा करने के लिए मानवता पर बात रखी। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि नगर पंचायत अध्यक्ष विवेक यादव ने सेवा भाव के साथ शिक्षा तथा शिक्षा से समाज में जागरूकता के समर्पण तथा आत्मसार के लिए जन-जन को जागरूक करना ही सेवा योजना का ही प्रतिरूप है। उन्होंने कहा कि सेवा से ही आप प्रेरणा स्रोत बन सकते हैं। कार्यक्रम में वक्ता के रूप में कृषि वनस्पति विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ धर्मेन्द्र कुमार ने \*स्वयं सजे वसुंधरा संवार ले\* वाक्य को परिभाषित करते हुए ज्ञान कौशल और संचार पर उद्बोधन दिया। मुख्य वक्ता डॉ एमपी यादव ने कहां की राष्ट्रीय सेवा योजना में युवाओं के लिए राष्ट्र निर्माण में योगदान देने के लिए एक शुभ अवसर है जिसमें स्वैच्छिक समुदाय सेवा के माध्यम से युवा छात्रों के व्यक्तित्व और चरित्र के विकास के प्राथमिक उद्देश्य है। उद्घाटन सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य श्री गोपीनाथ मौर्या ने राष्ट्रीय सेवा योजना के मूल ध्येय वाक्य स्वयं से पहले आप से अपने विचार को आरंभ करते हुए जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गिरीयशी के अंतर्गत राष्ट्र को सभी से श्रेष्ठ संबोधित किया और राष्ट्रीयता को स्थापित करने के लिए व्यक्ति को जाति, धर्म, क्षेत्रवाद व्यक्तिवाद, से ऊपर उठकर एक राष्ट्र उन्नत राष्ट्र की कामना की जानी चाहिए, ताकि प्रत्येक मानव को अनिवार्य आवश्यकताओं की पूर्ति संभव हो सके। भारतीय संस्कृति के अंतर्गत संपूर्ण विश्व को एक परिवार मानकर सभी के कल्याण हेतु कार्य किया जाता है श्री मौर्या ने सेवा शब्द को परिभाषित करते हुए कहा कि सेवा

हृदय की वह निर्मल भावना है जो स्वतः जागृत होती है उसे किसी दबाव या नियम बनाकर किसी व्यक्ति से नहीं कराया जा सकता यह तो प्रकृति प्रदत्त भाव है जो दूसरों कष्ट अथवा दुःख में देखकर निर्मल हृदय में स्वतः प्रकट हो जाता है।

राष्ट्रीय सेवा योजना, विभिन्न क्रियाकलापों एवं जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से आपातकालीन परिस्थितियों में राष्ट्र की सेवा के लिए पूर्ण समर्पित स्वयंसेवक एवं स्वयंसेविकाओं को तैयार करने का कार्य करता है। राष्ट्रीय सेवा योजना की इस विशेष शिविर के अंतर्गत स्वयंसेवकों एवं स्वयंसेविकाओं में समूह भावना, मिलजुलकर कठिन विषयों का समाधान निकालने तथा शिक्षा के महत्वपूर्ण विचारों को समाज में प्रसारित करने का एक सशक्त माध्यम है। राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव ने विशेष शिविर के सातों दिनों की प्रस्तावना को प्रस्तुत किया तथा राष्ट्रीय सेवा योजना से राष्ट्र सेवा, समाज सेवा शिक्षा के साथ ही ऐसी परिकल्पना राष्ट्रपिता महात्मा गांधी व स्वामी विवेकानंद के विचारों से प्रेरित है। उन्होंने बताया कि राष्ट्रीय सेवा योजना आदर्श वाक्य \*नाट मी बट यू\* को परिभाषित किया तथा राष्ट्रीय सेवा योजना की स्थापना से लेकर आज तक के विकास को तथा उसके संगठन के विस्तार को बताया। द्वितीय तकनीकी सत्र में डिजिटल इंडिया उसके लाभ एवं दुष्परिणाम पर विस्तार से चर्चा की गई। मनोज तिवारी पत्रकार दैनिक जागरण मनोज तिवारी ने सोशल मीडिया के प्रचार प्रसार पर गलत और सही संदेशों को जानने एवं उसपर विश्वास करने वह उसकी सत्ता को जानने के लिए मीडिया के टिप्स को साझा किया और कहा कि जैसे कोई विवाद होता है तो वह उस व्यक्ति से होता है ना कि उसकी जाति से होता है। लेकिन ऐसे धामक तत्व सामने मिलते हैं और लोग उन पर गलत रिएक्ट करने लगते हैं। अमर उजाला के पत्रकार गोपाल त्रिपाठी ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना से सेवा भाव विकसित तथा सेवा शिक्षा छात्र जीवन में अनुशासन उत्पन्न करता है। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता, जिला उद्यान अधिकारी, इटावा श्याम सिंह ने सात दिवसीय विशेष शिविर में स्वच्छता सेवा का मूल मंत्र आदरणीय प्रधानमंत्री जी के स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत के उद्देश्य से लोगों को जागरूक कर रहे हैं उन्होंने उद्यान की के लाभ एवं उसकी विभिन्न योजनाओं के बारे में बताया। कार्यक्रम में अधिशासी अधिकारी नगर पंचायत, बकेवर, कॉलेज के प्राध्यापक डॉ. ललित गुप्ता, डॉ. ज्योति भदौरिया, डॉ. संजीव कुमार, आकाश चौधरी, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, राजकुमार वर्मा,

स्वयंसेवक अंशुल कुमार, अंशुल पाठक, शिवम यादव, शिवम गौतम, अर्पित कुमार, कोमल ,रति आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।



## जनता कालेज में सात दिवसीय राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर का हुआ शुभारम्भ

बकेवर (इटावा) 15 मार्च। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा 'सात दिवसीय विशेष शिविर' नगर पंचायत, बकेवर के हाल में शुभारंभ किया गया। विशेष शिविर के उद्घाटन सत्र में पर्यावरण को संरक्षित रखने के लिए मुख्य अतिथियों के द्वारा पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण करने का संदेश दिया गया। कार्यक्रम की शुरुआत राष्ट्रीय सेवा योजना के लक्ष्य गीत तथा स्वागत गीत के प्रस्तुतीकरण के साथ किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे कॉलेज के प्राचार्य डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने परोपकार एवं मानवता स्थापित करने वाले विचारों को साझा किया तथा कविता की पॉक्तियों 'नदी न पीले अपना जल, वृक्ष न खावे अपना फल' के माध्यम से परोपकार को परिभाषा तथा समान भाव से कार्य सेवा करने के लिए मानवता पर बात रखी। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि नगर पंचायत अध्यक्ष विवेक यादव ने सेवा भाव के साथ शिक्षा तथा शिक्ष से समाज में जागरूकता के समर्पण तथा आत्मसार के लिए जन-जन को जागरूक करना ही सेवा योजना का ही प्रतिरूप बताया। कार्यक्रम में वक्ता के रूप में कृषि वनस्पति विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ धर्मेन्द्र कुमार ने 'स्वयं सभे वसुंधरा संवार ले' वाक्य को परिभाषित करते हुए ज्ञान कौशल और संचार पर उद्बोधन दिया। उद्घाटन सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना के सद्स्य गोपीनाथ मौर्या ने राष्ट्रीय सेवा योजना के मूल ध्येय वाक्य स्वयं से पहले आप से अपने



कार्यक्रम का शुभारंभ करते मुख्य अतिथि नगर पंचायत अध्यक्ष विवेक यादव।

विचार को आरंभ करते हुए जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी के अंतर्गत राष्ट्र को सभी से श्रेष्ठ संबोधित किया और राष्ट्रीयता को स्थापित करने के लिए व्यक्ति को जाति, धर्म, क्षेत्रवाद व्यक्तिवाद से ऊपर उठकर एक राष्ट्र उन्नत राष्ट्र की कामना की जानी चाहिए, ताकि प्रत्येक मानव को अनिवार्य आवश्यकताओं की पूर्ति संभव हो सके। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना की इस विशेष शिविर के अंतर्गत स्वयं सेवकों एवं स्वयं सेविकाओं में समूह भावना, मिलजुलकर कठिन विषयों का समाधान निकालने तथा शिक्षा के महत्वपूर्ण विचारों को समाज में प्रसारित करने का एक सरासरी माध्यम है। द्वितीय तकनीकी सत्र में डिजिटल इंडिया उसके लाभ एवं दुष्परिणाम पर विस्तार से चर्चा की गई। पत्रकार मनोज तिवारी, गोपाल

त्रिपाठी ने सोशल मीडिया के प्रचार प्रसार पर गलत और सही संदेशों को जानने एवं उसपर विश्वास करने वह उसकी सत्ता को ज्ञानने के लिए मीडिया के टिप्स को साझा किया और कहा कि जैसे कोई विवाद होता है तो वह उस व्यक्ति से होता है ना कि उसकी जाति से होता है। लेकिन ऐसे भ्रामक तत्व सामने मिलते हैं और लोग उन पर गलत रिफ्लेक्ट करने लगते हैं। कार्यक्रम में अधिरासी अधिकारी नगर पंचायत, बकेवर, कॉलेज के प्राध्यापक डॉ ललित गुप्ता, डॉ ज्योति भदौरिया, डॉ संजीव कुमार, आकाश चौधरी, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, राजकुमार वर्मा, स्वयंसेवक अंशुल कुमार, अंशुल पाठक, शिवम यादव, शिवम गौतम, अर्पित कुमार, कोमल ,रति आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

विचार को आरंभ करते हुए जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी के अंतर्गत राष्ट्र को सभी से श्रेष्ठ संबोधित किया और राष्ट्रीयता को स्थापित करने के लिए व्यक्ति को जाति, धर्म, क्षेत्रवाद व्यक्तिवाद से ऊपर उठकर एक राष्ट्र उन्नत राष्ट्र की कामना की जानी चाहिए, ताकि प्रत्येक मानव को अनिवार्य आवश्यकताओं की पूर्ति संभव हो सके। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना की इस विशेष शिविर के अंतर्गत स्वयं सेवकों एवं स्वयं सेविकाओं में समूह भावना, मिलजुलकर कठिन विषयों का समाधान निकालने तथा शिक्षा के महत्वपूर्ण विचारों को समाज में प्रसारित करने का एक सरासरी माध्यम है। द्वितीय तकनीकी सत्र में डिजिटल इंडिया उसके लाभ एवं दुष्परिणाम पर विस्तार से चर्चा की गई। पत्रकार मनोज तिवारी, गोपाल



# जनता कॉलेज में लगा सात दिवसीय विशेष शिविर

केला कार्यालय

बकेवर। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना उद्घाटन समारोह विशेष शिविर नगर पंचायत, बकेवर के हाल में शुभारंभ किया गया। विशेष शिविर के उद्घाटन सत्र में पर्यावरण को संरक्षित रखने के लिए मुख्य अतिथियों के द्वारा वाक्यरेखा कर पर्यावरण संरक्षण करने का संदेश दिया गया। कार्यक्रम की शुरुआत राष्ट्रीय सेवा योजना के लक्ष्य गीत तथा स्वागत

के साथ किया गया जिस में समाज में जगलक्षय के समर्थन तथा आमसभार के लिए जन-जन को जगलक्षय करने की सेवा बोधक का ही प्रतिफल है। उन्होंने कहा कि सेवा से ही आज प्रेरण सेवा बन सकती है। कार्यक्रम में वक्ता के रूप में सुश्री वनस्पति विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. धर्मेंद्र कुमार ने स्वयं सजे वसुंधरा संवार ले वाक्य को परिभाषित करते हुए ज्ञान कौशल और संचार पर उद्बोधन किया। मुख्य वक्ता डॉ. एमपी यादव ने वक्ता की

राष्ट्रीय सेवा योजना में युवाओं के लिए राष्ट्र निर्माण में योगदान देने के लिए युवा युवा अवसर है जिसमें स्वैच्छिक समुदाय सेवा के सहज से युवा जनों के व्यक्तित्व और जीवन के विकास के प्राथमिक उद्देश्य है। उद्घाटन सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य गोपीनाथ मौर्या ने राष्ट्रीय सेवा योजना के मूल ध्येय वाक्य स्वयं से पहले आप

के समर्थित विद्य और राष्ट्रीय को स्वीकृत करने के लिए व्यक्ति को जति, धर्म, ईश्वर, व्यक्तिगत, से ऊपर उठकर एक राष्ट्र उन्स राष्ट्र को कामना की जाने चाहिए, तबि प्रायः कस को अनिर्णय अवरकालीनी की पूर्ण संभव है। भारतीय संस्कृति के अंतर्गत कर्तव्य विषय को एक परिचायक बनकर लगे के कथन हेतु कार्य विद्य ज्ञान है भी यहाँ ने सेवा शब्द को परिभाषित करते हुए कहा कि सेवा इतर की वा

निर्मित भाव है जो स्वतः जन्म होती है उसे किसी व्यवस्था बन्धन बन्धन किसी व्यक्ति से नहीं कराया जा सकता वह जो अनुभूति प्राप्त था है जो दूसरों का अकस्य युवा ने देखकर निर्मित इतर ने स्वतः प्रकट हो जाता है। राष्ट्रीय सेवा योजना, विभिन्न विद्ययालयों पर जगलक्षय कार्यक्रमों के माध्यम से जगलक्षय परियोजनाओं में राष्ट्र की सेवा के लिए पूर्व संरक्षित नवरोधक पर स्वयं संरक्षित को तैयार करने का उद्देश्य है।

## सात दिवसीय शिविर का हुआ शुभारंभ

बकेवर, इटावा। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा सात दिवसीय विशेष शिविर नगर पंचायत, बकेवर के हाल में शुभारंभ किया गया। विशेष शिविर के उद्घाटन सत्र में पर्यावरण को संरक्षित रखने के लिए मुख्य अतिथियों के द्वारा पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण करने का संदेश दिया गया। कार्यक्रम की शुरुआत राष्ट्रीय सेवा योजना के लक्ष्य गीत तथा स्वागत गीत के प्रस्तुतीकरण के साथ किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे कॉलेज के प्राचार्य डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी ने परोपकार एवं मानवता स्थापित करने वाले विचारों को साझा किया। कार्यक्रम में अधिशासी अधिकारी नगर पंचायत, बकेवर, कॉलेज के प्राध्यापक डॉ. ललित गुप्ता, डॉ. ज्योति भदौरिया, डॉ. संजीव कुमार, आकाश चौधरी, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, राजकुमार वर्मा, स्वयंसेवक अंशुल कुमार, अंशुल पाठक, शिवम यादव, शिवम गौतम, अर्पित कुमार, कोमल, रति आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

10:02

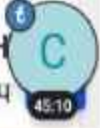
10%

स्रोत बन सकते हैं। उन्होंने कहा कि सेवा से ही आप प्रेरणा स्रोत बन सकते हैं।



राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई का संचाल डॉ. मनोज कुमार यादव

कार्यक्रम में वक्ता के रूप में कृषि वनस्पति विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. धर्मेंद्र कुमार ने स्वयं सजे वसुंधरा संवार ले वाक्य को परिभाषित करते हुए ज्ञान कौशल और संचार पर उद्बोधन दिया। मुख्य वक्ता डॉ. एमपी यादव ने कहां की राष्ट्रीय सेवा योजना में युवाओं के लिए राष्ट्र निर्माण में योगदान देने के लिए एक शुभ अवसर है जिसमें स्वैच्छिक समुदाय सेवा के माध्यम से युवा छात्रों के व्यक्तित्व और चरित्र के विकास के प्राथमिक उद्देश्य है। उद्घाटन सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य श्री गोपीनाथ मौर्या ने राष्ट्रीय सेवा के मूल ध्येय वाक्य स्वयं से पहले आप से पहले विचार ले आंशुल करने का



जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर में द्वितीय दिवस का योग, व्यायाम एवं प्रार्थना से आरंभ किया गया। सुबह में स्वयंसेवक यश दीक्षित एवं कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग, व्यायाम तथा प्रार्थना कराई गई। प्रथम तकनीकी सत्र में स्वच्छता अभियान एवं स्वास्थ्य परीक्षण पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के अध्यक्ष व प्राचार्य डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने विशेष शिविर के द्वितीय दिवस पर सभी स्वयंसेवकों को समाज से जुड़े हुए मुद्दों पर अपना अनुभव साझा किया। तकनीकी सत्र में वरिष्ठ प्राध्यापक एवं पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पीके राजपूत ने स्वच्छता, स्वच्छता के प्रति जागरूकता तथा उसको जन जन तक पहुंचाने के लिए प्रेरित किया एवं इसके महत्व को भी विस्तार से समझाया। कार्यक्रम में डॉ संजय विश्वकर्मा ने स्वास्थ्य के बारे में चर्चा की तथा कहा कि शारीरिक एवं मानसिक स्वस्थ व्यक्ति ही संपूर्ण कार्य कर सकता है। उसके लिए प्रतिदिन दैनिक क्रियाओं का समय निर्धारित करना चाहिए तथा जो कार्य हमको करना चाहिए उसके लिए चिंतन बहुत जरूरी है। तत्पश्चात स्वयंसेवकों ने पंडित रामदीन शर्मा 50 सैया चिकित्सालय, बकेवर, इटावा में बृहद स्वच्छता अभियान चलाकर स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ वीरेंद्र भारती के नेतृत्व में सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण कर उनको दवाएं दी गई, जिसमें मुख्य रूप से चिकित्सक डॉ संदीप गुलाटी, डॉ मोहम्मद तैय्यब, डॉ सत्येंद्र कुमार, डॉ रविंद्र कुमार, डॉ रंजना, डॉ शहाना परवीन आदि ने सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण किया तथा उनकी सहयोगी टीम ए पी सिंह, बीना वर्मा, दिनेश कुमार सत्येंद्र दुबे आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने सभी चिकित्सकों का धन्यवाद ज्ञापित किया तथा स्वयंसेवकों को स्वच्छता एवं स्वास्थ्य के प्रति सजग रहने के लिए उपाय बताये। विशेष शिविर के द्वितीय सत्र में कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव तथा पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवक को इंडियन टेक्निकल नॉलेज के बारे में बताया गया। द्वितीय दिवस के अंतिम सत्र में स्वयंसेवकों द्वारा संस्कृत कार्यक्रम किया गया जिसमें स्वच्छता के प्रति जागरूकता के लिए स्वयंसेवक सुभाष कुमार, शिवम गौतम, शिवम यादव, आकाश यादव आदि ने नाट्य मंचन कर जागरूक किया। तथा सलोनी एवं प्रतिभा ने स्वच्छता के प्रति जीत का

प्रश्न प्रस्तुतीकरण किया एवं रति दीक्षित तथा प्रियांशी ने स्लोगन के माध्यम से स्वच्छता जागरूकता के महत्व को बताया। इस मौके पर डॉ एम पी सिंह, डॉ संजीव कुमार, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, आकाश चौधरी तथा स्वयंसेवक अभिनय तिवारी, हर्ष शुक्ला, यश दीक्षित, विनय कुमार, योगेश राठौर, सलोनी, खुशी कटियार, दुर्गा, अनुष्का आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।



## राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई शिविर में योग व्यायाम से शुरू हुआ कार्यक्रम

**युवराज सिंह चौहान**

बकौवर (इटावा)। जनता कॉलेज, बकौवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा आयोजित सप्त दिवसीय विशेष शिविर में द्वितीय दिवस का योग, व्यायाम एवं प्रार्थना से आरंभ किया गया। सुबह में स्वयंसेवक यश दीक्षित एवं कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग, व्यायाम तथा प्रार्थना कराई गई।

प्रथम तकनीकी सत्र में स्वच्छता अभियान एवं स्वास्थ्य परीक्षण पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के अन्वय व प्राचार्य डॉ. राजेश किराणेर त्रिपाठी ने विशेष शिविर के द्वितीय दिवस पर सभी स्वयंसेवकों को समाज से जुड़े हुए मुद्दों पर अपना अनुभव साझा किया। तकनीकी सत्र में वरिष्ठ प्राध्यापक एवं पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पीके राजपूत ने स्वच्छता, स्वच्छता के प्रति जागरूकता तथा उसको जन-जन तक पहुंचाने के लिए प्रेरित किया एवं इसके महत्व को भी विस्तार से समझाया। कार्यक्रम में डॉ संजय विश्वकर्मा ने स्वास्थ्य के बारे में चर्चा की तथा कहा कि शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति ही संपूर्ण कार्य कर सकता है। उसके लिए प्रतिदिन दैनिक क्रियाओं का समय निर्धारित करना चाहिए तथा जो



कार्य हमको करना चाहिए उसके लिए चिंतन बहुत जरूरी है। तत्पश्चात स्वयंसेवकों ने पंडित रामरीन शर्मा 50 वीं वार्षिकी, बकौवर, इटावा में बुद्ध स्वच्छता अभियान चलकर स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। मुख्य चिकित्सक अधीक्षक डॉ. वीरेंद्र भारती के नेतृत्व में सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण कर उनको दवाएं दी गईं, जिसमें मुख्य रूप से चिकित्सक डॉ संदीप गुलाटी, डॉ मोहम्मद जैय्यब, डॉ सत्येंद्र कुमार, डॉ रविंद्र कुमार, डॉ रंजना, डॉ शाहना परवीन आदि ने सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण किया तथा उनकी सहयोगी टीम

एपी सिंह, बीना चर्मा, दिनेश कुमार सत्येंद्र दुबे आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम अधि-कारी डॉ मनोज यादव ने सभी चिकित्सकों का धन्यवाद ज्ञापित किया तथा स्वयंसेवकों को स्वच्छता एवं स्वास्थ्य के प्रति सजग रहने के लिए उपाय बताए। विशेष शिविर के द्वितीय सत्र में कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव तथा पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवक को इंडियन टेक्निकल नॉलेज के बारे में बताया गया। द्वितीय दिवस के अंतिम सत्र में स्वयंसेवकों द्वारा संस्कृत कार्यक्रम किया गया। जिसमें स्वच्छता के प्रति जागरूकता के लिए स्वयंसेवक मुभाष

कुमार, शिवम गौतम, शिवम यादव, आकाश यादव आदि ने नाट्य मंचन कर जागरूक किया तथा सलोनी एवं प्रतिभा ने स्वच्छता के प्रति जागरूकता का प्रश्न प्रस्तुतीकरण किया एवं रति दीक्षित तथा प्रियांशी ने स्लोगन के माध्यम से स्वच्छता जागरूकता के महत्व को बताया। इस मौके पर डॉ. एमपी सिंह, डा. संजीव कुमार, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, आकाश चौधरी तथा स्वयंसेवक अभिनय तिवारी, हर्ष शुक्ला, यश दीक्षित, विनय कुमार, योगेश राठौर, सलोनी, खुशी कटियार, दुर्गा, अनुष्का आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

## राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई शिविर में आज योग व्यायाम से शुरू हुआ कार्यक्रम

बकेवर इटावा 16 मार्च। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर में द्वितीय दिवस का योग, व्यायाम एवं प्रार्थना से आरंभ किया गया। सुबह में स्वयंसेवक यश दीक्षित एवं कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग, व्यायाम तथा प्रार्थना कराई गई। प्रथम तकनीकी सत्र में स्वच्छता अभियान एवं स्वास्थ्य परीक्षण पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के अध्यक्ष व प्राचार्य डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने विशेष शिविर के द्वितीय दिवस पर सभी स्वयंसेवकों को समाज से जुड़े हुए नुहों पर अपना अनुभव साझा किया। तकनीकी सत्र में वरिष्ठ प्राध्यापक एवं पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पीके राजपूत ने स्वच्छता, स्वच्छता के प्रति जागरूकता तथा उसको जन जन तक पहुंचाने के लिए प्रेरित किया एवं इसके महत्व को भी विस्तार से समझाया। कार्यक्रम में डॉ संजय विध्वकर्मा ने स्वास्थ्य के बारे में चर्चा की तथा कहा कि शारीरिक एवं मानसिक स्वस्थ व्यक्ति ही संपूर्ण कार्य कर सकता है। उसके लिए प्रतिदिन दैनिक क्रियाओं का समय निर्धारित करना चाहिए तथा जो कार्य हमको करना चाहिए उसके लिए चिंतन बहुत जरूरी है। तत्पश्चात स्वयंसेवकों ने पंडित रामदीन शर्मा 50 सैया चिकित्सालय, बकेवर, इटावा में बृहद स्वच्छता अभियान चलाकर स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ वीरेंद्र भारती के नेतृत्व में सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण कर उनकी

दवाएं दी गईं, जिसमें मुख्य रूप से चिकित्सक डॉ संदीप गुलाटी, डॉ मोहम्मद तैय्यब, डॉ सत्येंद्र कुमार, डॉ रविंद्र कुमार, डॉ रंजना, डॉ शहाना परवीन आदि ने सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण किया तथा उनकी सहयोगी टीम ए पी सिंह, बीना वर्मा, दिनेश कुमार सत्येंद्र दुबे आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने सभी चिकित्सकों का धन्यवाद ज्ञापित किया तथा स्वयंसेवकों को स्वच्छता एवं स्वास्थ्य के प्रति सजग रहने के लिए उपाय बताये। विशेष शिविर के द्वितीय सत्र में कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव तथा पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को इंडियन टेक्निकल नॉलेज के नार में बताया गया। द्वितीय दिवस के अंतिम सत्र में स्वयंसेवकों द्वारा संस्कृत कार्यक्रम किया गया जिसमें स्वच्छता के प्रति जागरूकता के लिए स्वयंसेवक सुभाष कुमार, शिवम गौतम, शिवम यादव, आकाश यादव आदि ने नाट्य मंचन कर जागरूक किया। तथा सलोनी एवं प्रतिभा ने स्वच्छता के प्रति जीत का प्रश्न प्रस्तुतीकरण किया एवं रति दीक्षित तथा प्रियांशी ने स्लोगन के माध्यम से स्वच्छता जागरूकता के महत्व को बताया। इस मौके पर डॉ एम पी सिंह, डॉ संजीव कुमार, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, आकाश चौधरी तथा स्वयंसेवक अभिनय तिवारी, हर्ष शुक्ला, यश दीक्षित, विनय कुमार, योगेश राठौर, सलोनी, खुशी कटियार, दुर्गा, अनुष्का आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

## सात दिवसीय शिविर योग, व्यायाम के गुरु सिखाए

बकेवर, इटावा। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर में द्वितीय दिवस का योग, व्यायाम एवं प्रार्थना से आरंभ किया गया।

सुबह में स्वयंसेवक यश दीक्षित एवं कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग, व्यायाम तथा प्रार्थना कराई गई। प्रथम तकनीकी सत्र में स्वच्छता अभियान एवं स्वास्थ्य परीक्षण पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के अध्यक्ष व प्राचार्य डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने विशेष शिविर के द्वितीय दिवस पर सभी स्वयंसेवकों को समाज से जुड़े हुए नुहों पर अपना अनुभव साझा किया। तकनीकी सत्र में वरिष्ठ प्राध्यापक एवं पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पीके राजपूत ने स्वच्छता, स्वच्छता के प्रति जागरूकता तथा उसको जन जन तक पहुंचाने के लिए प्रेरित किया। करना चाहिए तथा जो कार्य हमको करना चाहिए उसके लिए चिंतन बहुत जरूरी है। तत्पश्चात स्वयंसेवकों ने पंडित रामदीन शर्मा 50 सैया चिकित्सालय, बकेवर, इटावा में बृहद स्वच्छता अभियान चलाकर



व्यायाम सिखाते योग गुरु

स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ वीरेंद्र भारती के नेतृत्व में सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण कर उनकी दवाएं दी गईं, जिसमें मुख्य रूप से चिकित्सक डॉ संदीप गुलाटी, डॉ मोहम्मद तैय्यब, डॉ सत्येंद्र कुमार, डॉ रविंद्र कुमार, डॉ रंजना, डॉ शहाना परवीन आदि ने सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण किया तथा उनकी सहयोगी टीम एपी सिंह, बीना वर्मा, दिनेश कुमार सत्येंद्र दुबे आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने सभी चिकित्सकों का धन्यवाद ज्ञापित किया तथा स्वयं

सेवकों को स्वच्छता एवं स्वास्थ्य के प्रति सजग रहने के लिए उपाय बताये तथा सलोनी एवं प्रतिभा ने स्वच्छता के प्रति जीत का प्रश्न प्रस्तुतीकरण किया एवं रति दीक्षित तथा प्रियांशी ने स्लोगन के माध्यम से स्वच्छता जागरूकता के महत्व को बताया। इस मौके पर डॉ एम पी सिंह, डॉ संजीव कुमार, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, आकाश चौधरी तथा स्वयंसेवक अभिनय तिवारी, हर्ष शुक्ला, यश दीक्षित, विनय कुमार, योगेश राठौर, सलोनी, खुशी कटियार, दुर्गा, अनुष्का आदि सहित 50 स्वयं सेवक उपस्थित रहे।

# छात्र-छात्राओं ने की सफाई, किया जागरूक

संवाद न्यून एजेंसी

बकेवर। जनता कॉलेज में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के शिविर में दूसरे दिन की शुरुआत योग, व्यायाम एवं प्रार्थना से की गई। प्रथम तकनीकी सत्र में स्वच्छता अभियान एवं स्वास्थ्य परीक्षण के कार्यक्रम हुए।

स्वयंसेवक यश दीक्षित एवं कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग, व्यायाम तथा प्रार्थना सभा कराई गई। प्राचार्य डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी ने स्वयंसेवकों को समाज से जुड़े हुए मुद्दों पर अनुभव साझा किया। पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पीके राजपूत ने स्वच्छता, स्वच्छता के प्रति



राष्ट्रीय सेवा योजना के शिविर में सफाई करते छात्र-छात्राएं। जिन. न्यून

जागरूकता तथा उसकी जन-जन तक पहुंचाने के लिए प्रेरित किया।

डॉ. संजय विश्वकर्मा ने स्वास्थ्य के बारे में चर्चा की। स्वयंसेवकों ने कक्षा के 50 सीया अस्पताल परिसर

में स्वच्छता अभियान चलाकर स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। सीरमपएस डॉ. खीरेट भारती के नेतृत्व में स्वयंसेवक छात्र-

छात्राओं का स्वास्थ्य परीक्षण कर

उनको आवश्यक दवाइयां उपलब्ध कराई गईं। द्वितीय दिवस के अंतिम सत्र में स्वयंसेवकों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम किया गया। इसमें स्वच्छता के प्रति जागरूकता के लिए स्वयंसेवक सुभाष कुमार, शिवम गौतम, शिवम यादव, आकाश यादव आदि ने नाट्य मंचन कर जागरूक किया।

सलोनी एवं प्रतिभा ने 'स्वच्छता के प्रति जीत का प्रश्न' विषय पर नाटक प्रस्तुत किया। रति दीक्षित और प्रियांशी ने सलोचन के माध्यम से स्वच्छता के प्रति जागरूक किया। डॉ. एमपी सिंह, डॉ. संजीव कुमार, राजकुमार वर्मा, शैलेन्द्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार आदि मौजूद रहे।

## राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई ने आयोजित किया स्वास्थ्य परीक्षण कार्यक्रम

चेतना ब्यूरो कार्यालय

बकेवर। इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर में द्वितीय दिवस का योग, व्यायाम एवं प्रार्थना से आरंभ किया गया। सुबह में स्वयंसेवक यश दीक्षित एवं कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग, व्यायाम तथा प्रार्थना कराई गई। प्रथम तकनीकी सत्र में स्वच्छता अभियान एवं स्वास्थ्य परीक्षण पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के अध्यक्ष व प्राचार्य डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी ने विशेष शिविर के द्वितीय दिवस पर सभी स्वयंसेवकों को समाज से जुड़े हुए मुद्दों पर अपना अनुभव साझा किया। तकनीकी सत्र में वरिष्ठ प्राध्यापक एवं पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पीके राजपूत ने स्वच्छता, स्वच्छता के प्रति जागरूकता तथा उसकी जन जन तक पहुंचाने के लिए प्रेरित किया एवं इसके महत्व को भी विस्तार से समझाया। कार्यक्रम में डॉ. संजय विश्वकर्मा ने स्वास्थ्य के बारे में चर्चा की तथा कहा कि शारीरिक एवं मानसिक स्वस्थ व्यक्ति ही संपूर्ण कार्य कर सकता है। उसके लिए प्रतिदिन दैनिक क्रियाओं का समय निर्धारित करना चाहिए तथा जो कार्य हमको करना चाहिए उसके लिए चिंतन बहुत जरूरी है। तत्पश्चात स्वयंसेवकों ने पंडित रामदीन शर्मा 50 सीया चिकित्सालय, बकेवर, इटावा में बृहद स्वच्छता अभियान चलाकर स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ. खीरेट भारती के नेतृत्व में सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण कर उनको दवाएं दी गईं, जिसमें मुख्य रूप से चिकित्सक डॉ. संदीप गुलाटी, डॉ. मोहम्मद तैय्यब, डॉ. रत्यूंद कुमार, डॉ. रविंद्र कुमार, डॉ. रंजना, डॉ. शहाना परवीन आदि ने



सभी स्वयंसेवकों का स्वास्थ्य परीक्षण किया तथा उनकी सहयोगी टीम ए पी सिंह, चीना वर्मा, दिनेश कुमार सत्येंद्र दुबे आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव ने सभी चिकित्सकों का धन्यवाद ज्ञापित किया तथा स्वयंसेवकों को स्वच्छता एवं स्वास्थ्य के प्रति सजग रहने के लिए उपाय बताये। विशेष शिविर के द्वितीय सत्र में कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव तथा पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवक को इंडियन टेक्निकल नॉलेज के बारे में बताया गया। द्वितीय दिवस के अंतिम सत्र में स्वयंसेवकों द्वारा संस्कृत कार्यक्रम किया गया जिसमें स्वच्छता के प्रति जागरूकता के लिए स्वयंसेवक सुभाष कुमार, शिवम गौतम, शिवम यादव, आकाश यादव आदि ने नाट्य मंचन कर जागरूक किया। तथा सलोनी एवं प्रतिभा ने स्वच्छता के प्रति जीत का प्रश्न प्रस्तुतीकरण किया एवं रति दीक्षित तथा प्रियांशी ने स्लोगन के माध्यम से स्वच्छता जागरूकता के महत्व को बताया इस मौके पर डॉ. एम पी सिंह, डॉ. संजीव कुमार, राजकुमार वर्मा, शैलेन्द्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, आकाश चौधरी तथा स्वयंसेवक अभिनय तिवारी, हर्ष शुक्ला, यश दीक्षित, दिनेश कुमार, योगेश राठीर, सलोनी, खुशी कटियार, दुर्गा, अनुष्का आदि सहित 50 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

10:02

₹ १.९९, १६% off

## इकाई का सात दिवसीय शिविर का आयोजन



By G-News18

MAR 16, 2024

44:47



राष्ट्रीय सेवा इकाई शिविर में बकेवर नगर पंचायत परिसर में

पौधा लगाने की प्रेरणा दी

Listen



Post Views: 44

इटावा संवाद: जनता कॉलेज



HI

इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई का आयोजन

जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित विशेष शिविर के तृतीय दिवस का शुभारंभ योग, प्राणायाम एवं प्रार्थना से किया गया। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने प्राणायाम के अष्टांगयोग का अर्थ बताया तथा उससे होने वाले शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में विस्तार से चर्चा की। डॉ संजय विश्वकर्मा एवं स्वयंसेवक यश दीक्षित के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को व्यायाम कराया गया। विशेष शिविर के तृतीय दिवस के प्रथम सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने अनुशासन से सफलता के शिखर तक कैसे पहुंच जाए विषय पर स्वयं सेवक एवं स्वयं सेविकाओं का मार्गदर्शन करते हुए बताया कि प्रत्येक व्यक्ति को जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए शॉर्टकट का प्रयोग नहीं करना चाहिए क्योंकि सफलता शॉर्टकट से प्राप्त नहीं होता है, और अनुशासन कोई एक या दो दिन का कार्य नहीं है अनुशासन निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है जो मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र और परिस्थिति में लागू होता है। अनुशासित व्यक्ति जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता को प्राप्त करता है। राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य डॉ गोपीनाथ मौर्या ने सफलता प्राप्त करने के लिए किसी लक्ष्य का होना अनिवार्य रूप से होना बताया और इसके साथ ही साथ नियमित और निरंतर स्वाध्याय के साथ अपने विषय और अन्य प्रतियोगिताओं के लिए आवश्यक विषयों का भी निरंतर स्वाध्याय करते रहने से ही समय से लक्ष्य को प्राप्त किया जा सकता है लक्ष्य प्राप्त करने के लिए केवल स्वाध्याय ही पर्याप्त नहीं है स्वाध्याय के साथ-साथ उसका रिवीजन और अभ्यास भी निरंतर करते रहना चाहिए ताकि अध्ययन की गई सामग्री आपके मस्तिष्क में सदैव उपलब्ध रहे और उसका उपयोग किया जा सके। सफलता दृढ़ संकल्प और कठोर अनुशासन के बलबूते ही प्राप्त किया जा सकता है इसका कोई विकल्प नहीं है। कार्यक्रम के द्वितीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा बकेवर चौराहा समेत लगभग आधा दर्जन स्थानों पर मतदाता जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत \*मेरा वोट मेरी सरकार\* शीर्षक पर नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया, जिसमें मत (वोट) के अधिकार तथा मतदान क्यों आवश्यक है पर विशेष चर्चा की। नुक्कड़ नाटक में यश दीक्षित, सुभाष कुमार, अभिनय तिवारी, रति दीक्षित, कोमल, प्रियांशी, खुशबू राठोर, सलोनी, आशीष यादव और अर्पित कुमार आदि की विशेष भूमिका रही। कार्यक्रम में डॉ एम पी यादव ने राष्ट्र निर्माण के लिए है रहित बिना लोग लालच

एवं दबाव में मतदान करना एवं करवाना ही राष्ट्र हित में है। राष्ट्रीय सेवा योजना के पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पी के राजपूत ने वोट के महत्व एवं अधिकार के बारे में बताते हुए कहा कि आपके एक वोट से ही देश का शासक बनता है। इसलिए अपने वोट का प्रयोग सोच समझकर करना चाहिए। विशेष शिविर के तृतीय सत्र में गांव (नगला बनी) के सर्वेक्षण पर चर्चा की गई। सर्वेक्षण का कार्य डॉ एमपी यादव एवं डॉ पी के राजपूत के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को प्रत्येक शीर्षक पर विस्तार में समझाया गया। इस सर्वेक्षण में प्रमुख रोजगार, रोजगार हेतु पलायन, गांव का ऐतिहासिक विकास , फसल उत्पादन प्रारूप, गांव की आवश्यकताओं का चित्रण, गांव का शैक्षणिक स्तर, एवं गांव की वर्तमान समस्याओं का अध्ययन आदि प्रमुख शीर्षक हैं। इस मौके पर कॉलेज के राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार एम स्वयंसेवक रवि कुमार, कोमल, मोनी वर्मा, हिमांशु, जीतू, वृजेश पाल , भूपेंद्र सिंह आदि सहित 42 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।





## विशेष शिविर के तृतीय दिवस आयोजित किए कार्यक्रम

बकेवर। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित विशेष शिविर के तृतीय दिवस का शुभारंभ योग, प्राणायाम एवं प्रार्थना से किया गया। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने प्राणायाम के अष्टांगयोग का अर्थ बताया तथा उससे होने वाले शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में विस्तार से चर्चा की। कार्यक्रम के द्वितीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा बकेवर चौराहा समेत लगभग आधा दर्जन स्थानों पर मतदाता जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत मेरा वोट मेरी सरकार शीर्षक पर नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया। इस मौके पर कॉलेज के राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार एम स्वयंसेवक रवि कुमार, कोमल, मोनी वर्मा, आदि उपस्थित रहे।

## नुक्कड़ नाटक कर बताया वोट का महत्व

संवाद न्यूज एजेंसी

बकेवर। जनता कॉलेज एनएसएस के छात्र-छात्राओं ने विशेष शिविर के दौरान मतदाता जागरूकता के तहत पांच स्थानों पर नुक्कड़ नाटक कर मतदाताओं को वोट का महत्व बताया और जागरूक किया।

राष्ट्रीय सेवा योजना के विशेष शिविर की शुरुआत रविवार को प्राणायाम एवं प्रार्थना से हुई। कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव व डॉ. संजय विश्वकर्मा एवं स्वयंसेवक यश दीक्षित के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को व्यायाम कराया गया। प्रथम सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना के प्रभारी डॉ. मनोज यादव ने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए शॉर्टकट का प्रयोग नहीं करना चाहिए। सफलता

नगलाबनी गांव में एनएसएस की छात्र-छात्राओं ने शिविर लगाकर किया जागरूक

शॉर्टकट से प्राप्त नहीं होती है। राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य डॉ गोपीनाथ मौर्य ने स्वयं सेवकों से कहा कि जीवन में लक्ष्य का होना अनिवार्य है।

द्वितीय सत्र में स्वयंसेवकों ने छह स्थानों पर 'मेरा वोट मेरी सरकार' विषय पर नुक्कड़ नाटक किया। ग्रामीणों को वोट की ताकत बताई। नुक्कड़ नाटक में यश दीक्षित, सुभाष कुमार, अभिनय तिवारी, रति दीक्षित, कोमल, प्रियांशी, खुशबू राठौर, सलोनी, आशीष यादव और अर्पित कुमार आदि की विशेष भूमिका रही। डॉ. एमपी यादव, डॉ. पीके राजपूत मौजूद रहे।



# राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के तहत शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में हुई चर्चा

चेतना कार्यालय

बकेवर। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित विशेष शिविर के तृतीय दिवस का शुभारंभ योग, प्राणायाम एवं प्रार्थना से किया गया। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने प्राणायाम के अष्टांगयोग का अर्थ बताया तथा उससे होने वाले शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में विस्तार से चर्चा की। डॉ संजय विश्वकर्मा एवं स्वयंसेवक यश दीक्षित के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को व्यायाम कराया गया। विशेष शिविर के तृतीय दिवस के प्रथम सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने अनुशासन से सफलता के शिखर तक कैसे पहुंच जाए विषय पर स्वयं सेवक एवं स्वयं सेविकाओं का मार्गदर्शन करते हुए बताया कि प्रत्येक व्यक्ति को जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए शॉर्टकट का प्रयोग नहीं करना



वाहिर वयोंके सफलता शॉर्टकट से प्राप्त नहीं होता है, और अनुशासन कोई एक या दो दिन का कार्य नहीं है अनुशासन निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है जो मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र और परिस्थिति में लागू होता है। अनुशासित व्यक्ति जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता को प्राप्त करता है। राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य डॉ गोपीनाथ मौर्या ने सफलता प्राप्त करने के लिए किसी लक्ष्य का होना अनिवार्य रूप से होना बताया और इसके साथ ही साथ नियमित और निरंतर

स्वाध्याय के साथ अपने विषय और अन्य प्रतियोगिताओं के लिए आवश्यक विषयों का भी निरंतर स्वाध्याय करते रहने से ही समय से लक्ष्य को प्राप्त किया जा सकता है लक्ष्य प्राप्त करने के लिए केवल स्वाध्याय ही पर्याप्त नहीं है स्वाध्याय के साथ-साथ उसका रिवीजन और अभ्यास भी निरंतर करते रहना चाहिए ताकि अध्ययन की गई खमती आपके मस्तिष्क में सदैव उपलब्ध रहे और उसका उपयोग किया जा सके। सफलता दृढ़ संकल्प और

कठोर अनुशासन के बलबूते ही प्राप्त किया जा सकता है इसका कोई विकल्प नहीं है। कार्यक्रम के द्वितीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा बकेवर चौराहा समेत लगभग आधा दर्जन स्थानों पर मतदाता जगहलकता कार्यक्रम के अंतर्गत मेरा वोट मेरी सरकार शीर्षक पर नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया, जिसमें मत (वोट) के अधिकार तथा मतदान क्यों आवश्यक है पर विशेष चर्चा की। नुक्कड़ नाटक में यश दीक्षित, सुभाष कुमार, अभिनय तिवारी, रति दीक्षित, कोमल, प्रियांशी, खुशबू राठोर, सलोनी, आशीष यादव और अर्पित कुमार आदि की विशेष भूमिका रही। इस मौके पर कॉलेज के राजकुमार वर्मा, शैलेन्द्र कुमार, मुकेश कुमार एम स्वयंसेवक रवि कुमार, कोमल, मोनी वर्मा, हिमांशु जीतू, बृजेश पाल, भूपेंद्र सिंह आदि सहित 42 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

चेतना कार्यालय  
व 39  
प्रथम  
हैं य  
के वि  
की उ  
वाहन  
रेखि  
1975  
सहित  
वीडियो  
लेखा  
क  
के  
सर्वो  
अपने  
वाक्य  
अह  
तह  
का  
वह वि

# लक्ष्य को आधार बनाकर करें परिश्रम

संवाददाता बकेवर, इटावा

अमृत विचार। जनता कॉलेज, बकेवर में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के विशेष शिविर के तृतीय दिवस की शुरुआत योग, प्राणायाम एवं प्रार्थना से हुई। कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव ने प्राणायाम के अष्टांगयोग का अर्थ बताया। उससे होने वाले शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में विस्तार से चर्चा की। डॉ संजय विश्वकर्मा एवं स्वयंसेवक यश दीक्षित के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को व्यायाम कराया गया।

राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य डॉ. गोपीनाथ मौर्या ने कहा कि सफलता प्राप्त करने के लिए किसी लक्ष्य का होना अनिवार्य है। उन्होंने कहा कि छात्रों को लक्ष्य को आधार बनाकर परिश्रम करना चाहिये। सफलता दृढ़ संकल्प और कठोर अनुशासन के बलबूते ही प्राप्त की



नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत करते छात्र-छात्राएं।

अमृत विचार

## ● एनएसएस के स्वयंसेवकों ने चलाया जागरूकता अभियान

जा सकती है। नुक्कड़ नाटक में यश दीक्षित, सुभाष कुमार, अभिनय तिवारी, रति दीक्षित, कोमल, प्रियांशी, खुशबू राठोर, सलोनी, आशीष यादव और अर्पित कुमार आदि की विशेष भूमिका रही। कार्यक्रम में डॉ एम पी यादव एवं

डॉ पी के राजपूत ने वोट के महत्व एवं अधिकार के बारे में बताते हुए कहा कि आपके एक वोट से ही देश का शासक बनता है। इस मौके पर कॉलेज के राजकुमार वर्मा, शैलेन्द्र कुमार, मुकेश कुमार एम स्वयंसेवक रवि कुमार, कोमल, मोनी वर्मा, हिमांशु, जीतू, बृजेश पाल, भूपेंद्र सिंह आदि सहित 42 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

## राष्ट्रीय सेवा योजना के तीसरे दिन योग प्राणायाम में अष्टांगयोग का अर्थ समझाया गया

बकेवर इटावा 17 मार्च। जनता कॉलेज, बकेवर में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित विशेष शिविर के तृतीय दिवस का शुभारंभ योग, प्राणायाम एवं प्रार्थना से किया गया। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने प्राणायाम के अष्टांगयोग का अर्थ बताया तथा उससे होने वाले शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में विस्तार से चर्चा की। डॉ संजय विश्वकर्मा एवं स्वयंसेवक यश दीक्षित के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को व्यायाम कराया गया। विशेष शिविर के तृतीय दिवस के प्रथम सत्र में राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने अनुशासन से सफ़ाता के शिखर तक कैसे पहुंच जाए विषय पर स्वयं सेवक एवं स्वयं सेविकाओं का मार्गदर्शन करते हुए बताया कि प्रत्येक व्यक्ति को जीवन में सफ़ाता



योगाभ्यास करते छात्र-छात्राये

प्राप्त करने के लिए शॉर्टकट का प्रयोग नहीं करना चाहिए क्योंकि सफ़ाता शॉर्टकट से प्राप्त नहीं होता है, और अनुशासन कोई एक या दो दिन का कार्य नहीं है अनुशासन निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है जो मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र और परिस्थिति में लागू होता है। अनुशासित व्यक्ति जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफ़ाता को प्राप्त करता है। राष्ट्रीय सेवा योजना के सदस्य डॉ गोपीनाथ मोर्या ने सफ़ाता प्राप्त करने के लिए किसी लक्ष्य का ठेका अनिवार्य रूप से ठेकना बताया और इसके साथ ही साथ नियमित और निरंतर स्वास्थ्य के साथ अपने विषय और अन्य प्रतिबन्धितों के लिए आवश्यक विषयों का भी निरंतर स्वास्थ्य करते रहने से ही समय से लक्ष्य को प्राप्त किया जा

सकता है लक्ष्य प्राप्त करने के लिए केवल स्वास्थ्य ही पर्याप्त नहीं है स्वास्थ्य के साथ-साथ उसका शिरोजन और अभ्यास भी निरंतर करते रहना चाहिए ताकि अध्ययन की गई सामग्री आपके मस्तिष्क में सदैव उपलब्ध रहे और उसका उपयोग किया जा सके। सफ़ाता दृढ़ संकल्प और कठोर अनुशासन के बलबूते ही प्राप्त किया जा सकता है इसका कोई विकल्प नहीं है। कार्यक्रम के द्वितीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा बकेवर चौगाह समेत लगभग आधा दर्जन स्थानों पर मतदाता जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत मेरा वोट मेरी सत्कार शीर्षक पर नुकड़ नाटक का आयोजन किया गया, जिसमें मत (वोट) के अधिकार तथा मतदान क्यों आवश्यक है पर विरोध

चर्चा की। नुकड़ नाटक में यश दीक्षित, सुभाष कुमार, अभिनय तिवारी, रति दीक्षित, कोमल, शिखरी, खुशबू राठौर, सलोनी, अशोप यादव और अर्पित कुमार आदि की विशेष भूमिका रही। कार्यक्रम में डॉ एम पी यादव ने राष्ट्र निर्माण के लिए है रीत बिना लगे लालच एवं दबाव में मतदान करना एवं करवाना ही राष्ट्र हित में है। राष्ट्रीय सेवा योजना के पूर्व कार्यक्रम अधिकारी डॉ पी के राजपूत ने वोट के महत्व एवं अधिकार के बारे में बताते हुए कहा कि आपके एक वोट से ही देश का शासक बनता है। इसलिए अपने वोट का प्रयोग सोच समझकर करना चाहिए। विशेष शिविर के तृतीय सत्र में गांव (नगला बनी) के सर्वेक्षण पर चर्चा की गई। सर्वेक्षण का कार्य डॉ एमपी यादव एवं डॉ पी के राजपूत के दिशा निर्देशन में स्वयंसेवकों को प्रत्येक शीर्षक पर विस्तार में समझाया गया। इस सर्वेक्षण में प्रमुख रोजगार, रोजगार हेतु पलायन, गांव का ऐतिहासिक विकास, फसल उत्पादन प्रारूप, गांव की आवश्यकताओं का चित्रण, गांव का शैक्षणिक स्तर, एवं गांव की वर्तमान समस्याओं का अध्ययन आदि प्रमुख शीर्षक हैं। इस मौके पर कॉलेज के राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार एम स्वयंसेवक रवि कुमार, कोमल, मोनी वर्मा, हिमांशु, जितु, कृवेश पाल, भूपेंद्र सिंह आदि सहित 42 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

## चतुर्थ दिवस

दिनांक: 18/03/2024

जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय योजना सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर के चतुर्थ दिवस का प्रारंभ योग और व्यायाम से किया गया। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने योग को परिभाषित करते हुए स्वयंसेवकों को उसके महत्व को बताया तथा स्वयंसेवक यश दीक्षित ने शिविर में सभी को व्यायाम कराया। प्रथम तकनीकी सत्र में स्वयंसेवकों ने गांव नगला बनी में सात समूहों में गांव का सर्वेक्षण डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में किया। जिसमें प्रमुख रूप से प्रमुख रोजगार, गांव का ऐतिहासिक विकास क्रम, फसल उत्पादन प्रारूप (रबी, खरीफ, जायद तथा वर्तमान व 20 वर्ष पूर्व का फसल चक्र), गांव की आवश्यकताओं का चित्रण, गांव के व्यक्तियों का शैक्षणिक स्तर, गांव की वर्तमान समस्याओं का अध्ययन एवं गांव के व्यक्तियों का रोजगार हेतु पलायन आदि प्रमुख शीर्षक पर सर्वेक्षण किया गया। स्वयंसेवकों ने नगला बनी में स्थित प्राथमिक पाठशाला में बच्चों को पढ़ाया तथा जानवर्धक टिप्स दिए। द्वितीय तकनीकी सत्र में पोषण जागरूकता पर व्याख्यान का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता ने पोषण जागरूकता पर अपने विचारों का साझा किया। उन्होंने बताया कि उत्तम स्वास्थ्य के तीन स्तंभ होते हैं आहार, व्यायाम एवं नींद। यदि इन तीनों को संतुलित कर लिया जाए तो शरीर कभी व्याधियों से ग्रसित नहीं होगा। हमें अपने भोजन में संतुलित आहार लेना चाहिए। जिसमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, खनिज लवण, विटामिन एवं जल शामिल हो। इसके अतिरिक्त भोजन ऐसा होना चाहिए जो व्यक्ति की आवश्यकता के अनुसार कैलोरी उपलब्ध कराए। यदि कैलोरी अधिक होगी, तो व्यक्ति मोटापे से ग्रसित हो जाएगा। स्वस्थ शरीर के लिए आहार के साथ-साथ व्यायाम की भी आवश्यकता होती है। इसलिए प्रत्येक व्यक्ति को अपनी सुविधा के अनुसार दैनिक जीवन में व्यायाम, योगासन, खेलकूद, साइकलिंग, डांसिंग इत्यादि किन्हीं गतिविधियों को अपने जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। उत्तम स्वास्थ्य के लिए एक उत्तम नींद का होना आवश्यक है, हमें रात में जल्दी सोना और प्रातः जल्दी उठना चाहिए। एक स्वस्थ शरीर के लिए 6 से 8 घंटे की गहरी नींद पर्याप्त होती है। एक सामान्य व्यक्ति को प्रतिदिन 1500 से 2000 कैलोरी ऊर्जा की आवश्यकता होती है यह कैलोरी संतुलित आहार से प्राप्त की जानी चाहिए जिसमें हरी सब्जियां, दालें, ताजा फल, दूध, अनाज इत्यादि शामिल होना

चाहिए। भोजन में विभिन्न रंगों के फलों का प्रयोग करना चाहिए साथ ही भोजन को पकाने के तरीके भी मानक के अनुसार होने चाहिए। फल सब्जियों को काटकर नहीं धुलना चाहिए इससे उनमें विटामिन और मिनरल्स की कमी हो जाती है। बढ़ते बच्चों के लिए और नवयुवकों के लिए अतिरिक्त प्रोटीन की आवश्यकता होती है। उन्हें अपने भोजन में प्रोटीन की मात्रा पर विशेष ध्यान देना चाहिए प्रोटीन हमारे शरीर में वृद्धि मरम्मत मांसपेशियों को बनाने, रोगों से लड़ने के लिए, रोग प्रतिरोधकता प्रदान करने आदि का कार्य करता है। यदि शरीर में प्रोटीन की कमी होती है तो त्वचा, बाल, नाखून इत्यादि पर इनका दुष्परिणाम दिखाई देने लगता है। शरीर की वृद्धि रुक जाती है और रोगों से लड़ने की क्षमता कम हो जाती है। डॉ गोपीनाथ मौर्य ने पोषण जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत स्वयंसेवक और एवं स्वयंसेविकाओं को अपनी दैनिक दिनचर्या को सुधारने हेतु प्रातः सूर्योदय से पूर्व उठने एवं समय से स्नान करने एवं समय से भोजन करना, पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है, ताकि आपका शरीर स्वस्थ रहे और आप अंदर स्फूर्ति बना रहे। डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य ने पोषण जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत स्वयंसेवक एवं स्वयं सेविकाओं को बताया कि वह अपने खान-पान पर विशेष ध्यान रखें। प्रातः कालीन नाश्ते के बाद जूस पीना चाहिए, दोपहर को खाने के बाद छाछ लेना और शाम को दूध लेना स्वास्थ्य के लिए अति उत्तम होता है। व्यक्ति को अपने खाने में सलाद का इस्तेमाल जरूर करना चाहिए। तृतीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा एक दूसरे का परिचयात्मक कार्यक्रम किया गया तत्पश्चात स्वयंसेवकों के द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में राष्ट्रीय सेवा योजना गीत हम होंगे कामयाब से प्रेरणा लेते हुए, राष्ट्रगान के साथ सत्र का समापन किया गया। इस मौके पर राजकुमार वर्मा मुकेश कुमार शैलेंद्र कुमार मनोज दीक्षित शिवकुमार तथा स्वयंसेवक हर्षित मिश्रा, आशीष कुमार, विनय शाक्य, सौरभ सिंह, उज्ज्वल पोरवाल, आदि सहित 44 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।



## स्वयंसेवकों ने सात समूहों में किया सर्वेक्षण

बकेवर। नगर पंचायत के सभागार में जनता कालेज राष्ट्रीय सेवायोजना इकाई शिविर के चतुर्थ दिवस कार्यक्रम में प्रथम तकनीकी सत्र में स्वयंसेवकों ने गांव नगला बनी में सात समूहों में गांव का सर्वेक्षण डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में किया। जिसमें प्रमुख रूप से प्रमुख रोजगार, गांव का ऐतिहासिक विकास क्रम, फसल उत्पादन प्रारूप (रबी, खरीफ जायद तथा वर्तमान व 20 वर्ष पूर्व का फसल चक्र), गांव की आवश्यकताओं का चित्रण, गांव के व्यक्तियों का शैक्षणिक स्तर, गांव की वर्तमान समस्याओं का अध्ययन एवं गांव के व्यक्तियों का रोजगार हेतु पलायन आदि प्रमुख शीर्षक पर सर्वेक्षण किया गया। कार्यक्रम में राष्ट्रीय सेवा योजना गीत हम होंगे कामयाब से प्रेरणा लेते हुए, राष्ट्रगान के साथ सत्र का समापन किया गया। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज कुमार यादव, राजकुमार वर्मा, मुकेश कुमार, शैलेंद्र कुमार, मनोज दीक्षित, शिवकुमार तथा स्वयंसेवक हर्षित मिश्रा, आशीष कुमार, विनय शाक्य, सौरभ सिंह, उज्ज्वल पोरवाल, आदि सहित 44 राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

## स्वयंसेवकों ने प्राथमिक पाठशाला में बच्चों को दिये ज्ञानवर्धक टिप्स

चेतना कार्यक्रम

बकेसर। नगर पंचायत के सभागार में जनता कालेज राष्ट्रीय सेवायोजना इकाई शिबिर के चतुर्थ दिवस कार्यक्रम में प्रथम तकनीकी सत्र में स्वयंसेवकों ने गांव नगला बनी में सात समूहों में गांव का सर्वेक्षण डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में किया। जिसमें प्रमुख रूप से प्रमुख रोजगार, गांव का ऐतिहासिक विकास कर्म, फसल उत्पादन प्रारूप (रबी, खरीफ, जायद तथा वर्तमान व 20 वर्ष पूर्व का फसल चक्र), गांव की आवश्यकताओं का चित्रण, गांव के व्यक्तियों का शैक्षणिक स्तर, गांव की वर्तमान समस्याओं का अध्ययन एवं गांव के व्यक्तियों का रोजगार हेतु पलायन आदि प्रमुख शीर्षक पर सर्वेक्षण किया गया। स्वयंसेवकों ने नगला बनी में स्थित प्राथमिक पाठशाला में बच्चों को पढ़ाया तथा ज्ञानवर्धक टिप्स दिए। द्वितीय तकनीकी सत्र में पोषण जागरूकता पर व्याख्यान का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता ने पोषण जागरूकता पर अपने विचारों का साझा किया। उन्होंने बताया कि उतम स्वास्थ्य के तीन स्तंभ होते हैं आहार, व्यायाम एवं नींद। यदि इन तीनों को संतुलित कर लिया जाए तो शरीर कभी व्याधियों से ग्रस्त नहीं होगा। हमें अपने भोजन में संतुलित आहार लेना चाहिए। जिसमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, खनिज लवण, विटामिन एवं जल शामिल हो। इसके अतिरिक्त भोजन ऐसा



होना चाहिए जो व्यक्ति की आवश्यकता के अनुसार कैलोरी उपलब्ध करार। यदि कैलोरी अधिक होगी, तो व्यक्ति मोटापे से ग्रस्त हो जाएगा। स्वस्थ शरीर के लिए आहार के साथ-साथ व्यायाम की भी आवश्यकता होती है। इसलिए प्रत्येक व्यक्ति को अपनी सुविधा के अनुसार दैनिक जीवन में व्यायाम, योगासन, खेलकूद, साइकलिंग, डांसिंग इत्यादि किन्हीं गतिविधियों को अपने जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। उतम स्वास्थ्य के लिए एक उतम नींद का होना आवश्यक है, हमें रात में जल्दी सोना और प्रातः जल्दी उठना चाहिए। एक स्वस्थ शरीर के लिए 6 से 8 घंटे की गहरी नींद पर्याप्त होती है। एक सामान्य व्यक्ति को प्रतिदिन 1500 से 2000 कैलोरी ऊर्जा की आवश्यकता होती है यह कैलोरी संतुलित आहार से प्राप्त की

जानी चाहिए जिसमें हरी सब्जियां, दालें, ताजा फल, दूध, अनाज इत्यादि शामिल होना चाहिए। भोजन में विभिन्न रंगों के फलों का प्रयोग करना चाहिए साथ ही भोजन को पकाने के तरीके भी मानक के अनुसार होने चाहिए। फल सब्जियों को काटकर नहीं चूल्हा चाहिए इससे उनमें विटामिन और मिनरल्स की कमी हो जाती है। बढ़ते बच्चों के लिए और नवयुवकों के लिए अतिरिक्त प्रोटीन की आवश्यकता होती है इन्हें अपने भोजन में प्रोटीन की मात्रा पर विशेष ध्यान देना चाहिए प्रोटीन हमारे शरीर में वृद्धि मरम्मत मांसपेशियों को बनाने, रोगों से लड़ने के लिए, रोग प्रतिरोधकता प्रदान करने आदि का कार्य करता है। यदि शरीर में प्रोटीन की कमी होती है तो लय, बल, नाखून इत्यादि पर इनका दुष्परिणाम दिखाई देने लगता है। शरीर को वृद्धि रुक जाती है और रोगों

से लड़ने की क्षमता कम हो जाती है। डॉ गोपीनाथ मौर्य ने पोषण जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत स्वयंसेवक और एवं स्वयंसेविकाओं को अपनी दैनिक दिनचर्या को सुधारने हेतु प्रातः सुबोदय से पूर्व उठने एवं समय से स्नान करने एवं समय से भोजन करना, पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है, ताकि आपका शरीर स्वस्थ रहे और आप अंदर खुशी बना रहे। डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य ने पोषण जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत स्वयंसेवक एवं स्वयंसेविकाओं को बताया कि वह अपने खान-पान पर विशेष ध्यान रखें। प्रातः कालीन नशते के बाद जूस पीना चाहिए, दोपहर को खाने के बाद छछ लेना और शाम को दूध लेना स्वास्थ्य के लिए अति उत्तम होता है। व्यक्ति को अपने खाने में सलाह का इस्तेमाल जरूर करना चाहिए। तृतीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा एक दूसरे का परिवारवात्मक कार्यक्रम किया गया तत्पश्चात स्वयंसेवकों के द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में राष्ट्रीय सेवा योजना गीत हम लोगों कामयाब से प्रेरणा लेते हुए, राष्ट्रगान के साथ सत्र का समापन किया गया। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज कुमार राय, राजकुमार वर्मा, मुकेश कुमार, शैलेन्द्र कुमार, मनोज दीक्षित, शिवकुमार तथा स्वयंसेवक हर्षित मिश्रा, अशीष कुमार, विनय शायद, सौरभ सिंह, उज्जवल पौरवाल, आदि सहित 44 राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

गोपनीयता का ध्यान रखते हुए लेखक का नाम छुपाया है।

भय पर चैनलों का चुनाव सुझाया जायें।

कैलाशचल गांव सुपुला।

महाबलेश्वर जिला महाराष्ट्र राज्य।

## स्वयंसेवकों ने प्राथमिक पाठशाला में बच्चों को दिये ज्ञानवर्धक टिप्स

विद्यार्थ्याय न्यूनै कर्पायल्य

बकेसर। नगर पंचायत के सभागार में जनता कालेज राष्ट्रीय सेवायोजना इकाई शिबिर के चतुर्थ दिवस कार्यक्रम में प्रथम तकनीकी सत्र में स्वयंसेवकों ने गांव नगला बनी में सात समूहों में गांव का सर्वेक्षण डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में किया। जिसमें प्रमुख रूप से प्रमुख रोजगार, गांव का ऐतिहासिक विकास कर्म, फसल उत्पादन प्रारूप (रबी, खरीफ, जायद तथा वर्तमान व 20 वर्ष पूर्व का फसल चक्र), गांव की आवश्यकताओं का चित्रण, गांव के व्यक्तियों का शैक्षणिक स्तर, गांव की वर्तमान समस्याओं का अध्ययन एवं गांव के व्यक्तियों का रोजगार हेतु पलायन आदि प्रमुख शीर्षक पर सर्वेक्षण किया गया। स्वयंसेवकों ने नगला बनी में स्थित प्राथमिक पाठशाला में बच्चों को पढ़ाया तथा ज्ञानवर्धक टिप्स दिए। द्वितीय तकनीकी सत्र में पोषण जागरूकता पर व्याख्यान का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता ने पोषण जागरूकता पर अपने विचारों का साझा किया। उन्होंने बताया कि उतम स्वास्थ्य के तीन स्तंभ होते हैं आहार, व्यायाम एवं नींद। यदि इन तीनों को संतुलित कर लिया जाए तो शरीर कभी व्याधियों से ग्रस्त नहीं होगा। हमें अपने भोजन में संतुलित आहार लेना चाहिए। जिसमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, खनिज लवण, विटामिन एवं जल शामिल हो। इसके अतिरिक्त भोजन ऐसा



होना चाहिए जो व्यक्ति की आवश्यकता के अनुसार कैलोरी उपलब्ध करार। यदि कैलोरी अधिक होगी, तो व्यक्ति मोटापे से ग्रस्त हो जाएगा। स्वस्थ शरीर के लिए आहार के साथ-साथ व्यायाम की भी आवश्यकता होती है। इसलिए प्रत्येक व्यक्ति को अपनी सुविधा के अनुसार दैनिक जीवन में व्यायाम, योगासन, खेलकूद, साइकलिंग, डांसिंग इत्यादि किन्हीं गतिविधियों को अपने जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। उतम स्वास्थ्य के लिए एक उतम नींद का होना आवश्यक है, हमें रात में जल्दी सोना और प्रातः जल्दी उठना चाहिए। एक स्वस्थ शरीर के लिए 6 से 8 घंटे की गहरी नींद पर्याप्त होती है। एक सामान्य व्यक्ति को प्रतिदिन 1500 से 2000 कैलोरी ऊर्जा की आवश्यकता होती है यह कैलोरी संतुलित आहार से प्राप्त की

जानी चाहिए जिसमें हरी सब्जियां, दालें, ताजा फल, दूध, अनाज इत्यादि शामिल होना चाहिए। भोजन में विभिन्न रंगों के फलों का प्रयोग करना चाहिए साथ ही भोजन को पकाने के तरीके भी मानक के अनुसार होने चाहिए। फल सब्जियों को काटकर नहीं चूल्हा चाहिए इससे उनमें विटामिन और मिनरल्स की कमी हो जाती है। बढ़ते बच्चों के लिए और नवयुवकों के लिए अतिरिक्त प्रोटीन की आवश्यकता होती है इन्हें अपने भोजन में प्रोटीन की मात्रा पर विशेष ध्यान देना चाहिए प्रोटीन हमारे शरीर में वृद्धि मरम्मत मांसपेशियों को बनाने, रोगों से लड़ने के लिए, रोग प्रतिरोधकता प्रदान करने आदि का कार्य करता है। यदि शरीर में प्रोटीन की कमी होती है तो लय, बल, नाखून इत्यादि पर इनका दुष्परिणाम दिखाई देने लगता है। शरीर को वृद्धि रुक जाती है और रोगों

से लड़ने की क्षमता कम हो जाती है। डॉ गोपीनाथ मौर्य ने पोषण जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत स्वयंसेवक और एवं स्वयंसेविकाओं को अपनी दैनिक दिनचर्या को सुधारने हेतु प्रातः सुबोदय से पूर्व उठने एवं समय से स्नान करने एवं समय से भोजन करना, पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है, ताकि आपका शरीर स्वस्थ रहे और आप अंदर खुशी बना रहे। डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य ने पोषण जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत स्वयंसेवक एवं स्वयंसेविकाओं को बताया कि वह अपने खान-पान पर विशेष ध्यान रखें। प्रातः कालीन नशते के बाद जूस पीना चाहिए, दोपहर को खाने के बाद छछ लेना और शाम को दूध लेना स्वास्थ्य के लिए अति उत्तम होता है। व्यक्ति को अपने खाने में सलाह का इस्तेमाल जरूर करना चाहिए। तृतीय सत्र में स्वयंसेवकों के द्वारा एक दूसरे का परिवारवात्मक कार्यक्रम किया गया तत्पश्चात स्वयंसेवकों के द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में राष्ट्रीय सेवा योजना गीत हम लोगों कामयाब से प्रेरणा लेते हुए, राष्ट्रगान के साथ सत्र का समापन किया गया। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज कुमार राय, राजकुमार वर्मा, मुकेश कुमार, शैलेन्द्र कुमार, मनोज दीक्षित, शिवकुमार तथा स्वयंसेवक हर्षित मिश्रा, अशीष कुमार, विनय शायद, सौरभ सिंह, उज्जवल पौरवाल, आदि सहित 44 राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना के द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर, नगर पंचायत बकेवर के सभागार में पंचम दिवस का आरंभ योग एवं व्यायाम के द्वारा किया गया। जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता तथा कार्यक्रम अधिकारी डॉक्टर मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग एवं व्यायाम कराया गया। डॉ गुप्ता ने दैनिक जीवन में योग एवं व्यायाम का महत्व को बताते हुए उनके स्वास्थ्य एवं विकास पर बात रखी। प्रथम तकनीकी सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में क्षेत्रीय ग्राम्य विकास प्रशिक्षण केंद्र, बकेवर के प्रशिक्षक डॉ मनोज कुमार, कार्यक्रम के अध्यक्षता कर रहे डॉ एम पी यादव व कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने शुरुआत की। मुख्य अतिथि डॉ मनोज कुमार ने अपने अनुभवों का साझा करते हुए वर्तमान के सड़क सुरक्षा से जुड़े ज्वलंत मुद्दों पर बंगाल एवं असम का उदाहरण देकर प्रोत्साहित किया। उन्होंने राष्ट्रीय सेवा योजना के प्रमाण पत्र का लाभ बताया तथा कहा कि आप शिक्षा के साथ- साथ समाज के प्रेरक बन सकते हैं। डॉ कुमार ने अपने संस्थान के बारे में बताया कि यहां पर विभिन्न प्रकार का प्रशिक्षण दिया जाता है जिसमें मुख्य रूप से महात्मा गांधी नरेगा, प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण प्रशिक्षण, प्रधानमंत्री कृषि सिंचाई योजना प्रशिक्षण, स्वयं सहायता समूह का प्रशिक्षण तथा प्रधानमंत्री रोजगार योजना आदि प्रशिक्षण कराए जाते हैं। उन्होंने बताया कि प्रशिक्षण में ज्ञान, कौशल एवं मनोवृत्ति में बदलाव हेतु कार्यक्रम करते हैं और कहा कि किसी व्यक्ति में बदलाव लाना है तो पहले उसकी मनोवृत्ति को जानना होगा। कार्यक्रम में एनसीसी प्रभारी लेफ्टिनेंट ब्रह्मानंद ने सड़क सुरक्षा, स्वच्छ भारत एवं स्वच्छता अभियान तथा नारी सुरक्षा, नारी सम्मान एवं नारी स्वालंबन आदि महत्वपूर्ण कार्यक्रमों के बारे में विस्तार से स्वयंसेवकों का मार्गदर्शन किया। शिविर में डॉ एम पी यादव ने 'हम सुधरेंगे तो जग सुधरेगा' शीर्षक पर स्वयं सेवकों को बताया कि कोई विचार जो समाज की कुरीतियों के प्रति जागरूक करने के लिए हो तो पहले खुद को सुधारना होगा, तभी दूसरे व्यक्तियों पर प्रभाव पड़ेगा। उन्होंने अपने प्रेरणादायक उद्धोदन से स्वयंसेवकों को प्रसार कौशल के बारे में विस्तृत जानकारी दी। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने राष्ट्रीय सेवा योजना के मुख्य उद्देश्य को संदर्भित करते हुए महात्मा गांधी एवं स्वामी विवेकानंद के विचारों से शिक्षा के साथ सेवा भाव उत्पन्न हो ऐसा स्वयंसेवकों में विकास किया जाए। डॉ नवीन अवस्थी ने बताया

कि अनुशासन एवं समर्पण जीवन में सफल होने के लिए अति आवश्यक है। छात्र एवं छात्राओं को सफल होने के लिए अपने अवचेतन मन की शक्ति को जागृत करना चाहिए। इसके लिए आपको जो प्राप्त करना है वह बार-बार अपने मन में दोहराना चाहिए और यह यकीन दिलाना है कि है कि हम पूर्ण निष्ठा के साथ यही प्राप्त करना चाहते हैं। शिविर के द्वितीय सत्र में मिशन शक्ति कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में रसायन विज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ ज्योति भदौरिया ने नारी सशक्तिकरण के लिए स्वयंसेवकों को संबोधित किया। उन्होंने कविता की पंक्तियों के माध्यम से कहा की 'कोई समझा नहीं नारी का अवतार है, लक्ष्मी का रूप, वह काली का अवतार है' और कहा कि नारी जब धन संचय करती है तो लक्ष्मी का रूप होती है और जब अपने बच्चों को शिक्षित करती है तो सरस्वती का रूप होता है। उन्होंने नारी सुरक्षा, नारी सम्मान व नारी स्वालंबन पर विचारों को साझा करते हुए बताया कि वूमेन पावर लाइन की सहायता नंबर 1090, पुलिस आपातकालीन सेवा के लिए 112, मुख्यमंत्री हेल्पलाइन के लिए 1076, महिला हेल्पलाइन के लिए 181, चाइल्ड लाइन के लिए 1098 आदि है। तत्पश्चात स्वयंसेवकों के द्वारा महिला सुरक्षा व मिशन शक्ति के लिए जन जागरूकता रैली का आयोजन किया गया तथा बकेवर चौराहे पर नुक्कड़ के माध्यम से नारी अधिकार व सम्मान के लिए स्वयंसेवकों के द्वारा जन जागरूकता की गई। शिविर के तृतीय तकनीकी सत्र में नगला बनी के ग्रामीण लालाराम दोहरे ने नेतृत्व की भावना को विकसित करने के लिए विभिन्न प्रकार के प्रेरणादायक उदाहरणों का साझा किया तथा बताया कि नेतृत्व विकसित होने के लिए छात्रों को विषय का अध्ययन करके ज्ञान अर्जन करना चाहिए तथा बिना किसी झिझक के बोलने का अभ्यास करना चाहिए, यदि समाज में अपने वर्चस्व को स्थापित करना है तो नेतृत्व आपको करना पड़ेगा। जिसके लिए संघर्ष एवं त्याग करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि फूलों की खुशबू हवाओं के साथ बहती है लेकिन व्यक्ति के व्यक्तित्व चारों दिशाओं में बहती है। डा गोपीनाथ मौर्य ने बताया कि नेतृत्व एक कला है जिसे सीखना पड़ता है कुछ लोगों में यह जन्मजात होती है लेकिन अधिकांश लोगों के द्वारा नेतृत्व की कला को अध्ययन के द्वारा निरंतर अभ्यास के द्वारा सीखा जाता है और इसे निरंतर प्रयोग करके इसमें दक्षता प्राप्त की जाती है। नेतृत्व करने के लिए लोगों को एक साथ ले आना और उनमें समूह भावना का विकास कर के उनका उत्थान करना होता है। तत्पश्चात डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में नगला बनी गांव



के सर्वेक्षण को प्रत्येक समूह के आवंटित शीर्षक पर बनी आख्या का प्रस्तुतीकरण किया गया। इस शिविर में डॉ आदित्य कुमार, डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, मनोज दीक्षित तथा स्वयंसेवक शिवम गौतम, विकास, विकास राज, माधवेंद्र, विकास यादव, अभिनव तिवारी, मोनी वर्मा, खुशबू आदि सहित 43 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।



# हम सुधरेंगे तो जग सुधरेगा का दिया मूलमंत्र

संवाददाता बकेवर, इटावा

अमृत विचार। जनता कॉलेज बकेवर में राष्ट्रीय सेवा योजना के विशेष शिविर में नगर पंचायत बकेवर के सभागार में जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता, कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग एवं व्यायाम कराया गया।

प्रथम तकनीकी सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में क्षेत्रीय ग्राम्य विकास प्रशिक्षण केंद्र, बकेवर के प्रशिक्षक डॉ मनोज कुमार ने अपने अनुभवों का साझा करते हुए वर्तमान के सड़क सुरक्षा से जुड़े ज्वलंत मुद्दों पर बंगाल एवं असम का उदाहरण देकर प्रोत्साहित किया। एनसीसी प्रभारी लेफ्टिनेंट ब्रह्मानंद ने सड़क सुरक्षा, स्वच्छ भारत एवं स्वच्छता अभियान तथा नारी सुरक्षा, नारी सम्मान एवं नारी स्वालंबन आदि महत्वपूर्ण कार्यक्रमों के बारे में विस्तार से मार्गदर्शन किया। शिविर में डॉ एमपी यादव ने 'हम सुधरेंगे



रेली निकालती जनता कालेज की छात्राएं।

अमृत विचार

तो जग सुधरेगा' शीर्षक पर स्वयं सेवकों को बताया कि कोई विचार जो समाज की कुरीतियों के प्रति जागरूक करने के लिए हो तो पहले खुद को सुधारना होगा, तभी दूसरे व्यक्तियों पर प्रभाव पड़ेगा। रसायन विज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ ज्योति भदौरिया ने नारी सशक्तिकरण के लिए स्वयंसेवकों को संबोधित किया। वूमन पावर लाइन की सहायता नंबर 1090, पुलिस आपातकालीन सेवा के लिए 112, मुख्यमंत्री हेल्पलाइन के लिए 1076, महिला हेल्पलाइन के लिए

181, चाइल्ड लाइन के लिए 1098 आदि हैं। तत्पश्चात स्वयंसेवकों के द्वारा महिला सुरक्षा व मिशन शक्ति के लिए जन जागरूकता रैली का आयोजन किया। डा गोपीनाथ मौर्य ने बताया कि नेतृत्व एक कला है जिसे सीखना पड़ता है कुछ लोगों में यह जन्मजात होती है। शिविर में डॉ आदित्य कुमार, डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, मनोज दीक्षित तथा स्वयंसेवक शिवम विकास, विकास राज, माधवेंद्र, विकास यादव आदि रहे।



जागरूकता कार्यक्रम करती छात्राएं

## पंचम दिवस पर योग व्यायाम का कराया अभ्यास

बकेवर, इटावा। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना के द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर, नगर पंचायत बकेवर के सभागार में पंचम दिवस का आरंभ योग एवं व्यायाम के द्वारा किया गया। जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता तथा कार्यक्रम अधिकारी डॉक्टर मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग एवं व्यायाम कराया गया। डॉ पीके राजपूत के दिशा निर्देशन में नगला बनी गांव के सर्वेक्षण को प्रत्येक समूह के आवंटित शीर्षक पर बनी आख्या का प्रस्तुतीकरण किया गया। इस शिविर में डॉ आदित्य कुमार, डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य, राजकुमार वर्मा, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, मनोज दीक्षित तथा स्वयंसेवक शिवम गौतम, विकास, विकास राज, माधवेंद्र, विकास यादव, अभिनव तिवारी, मोनी वर्मा, खुशबू आदि सहित 43 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

# सात दिवसीय विशेष शिविर में आज योग व व्यायाम के बारे में दी गयी जानकारी

**चेतना कार्यालय बकेवर।** जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना के द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर, नगर पंचायत बकेवर के सम्भार में प्रथम दिवस का आरंभ योग एवं व्यायाम के द्वारा किया गया। जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता तथा कार्यक्रम अधिकारी डॉक्टर मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग एवं व्यायाम कराया गया। डॉ गुप्ता ने दैनिक जीवन में योग एवं व्यायाम का महत्व को बताते हुए उनके स्वास्थ्य एवं विकास पर बात रखी। प्रथम तकनीकी सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में क्षेत्रीय ग्राम्य विकास प्रशिक्षण केंद्र, बकेवर के प्रशिक्षक डॉ मनोज कुमार, कार्यक्रम के अध्यक्षता कर रहे डॉ एम पी यादव व कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने शुरूआत की। मुख्य अतिथि डॉ मनोज कुमार ने अपने अनुभवों का साझा करते हुए वर्तमान के सड़क सुरक्षा से जुड़े ज्वलंत मुद्दे पर बंगाल एवं असम का उदाहरण देकर प्रोत्साहित किया। उन्होंने राष्ट्रीय सेवा योजना के प्रमाण पत्र का लाभ बताया तथा कहा कि आप शिक्षा के साथ-साथ समाज के प्रेरक बन सकते हैं। डॉ कुमार ने अपने संस्थान के बारे में बताया कि यहां पर विभिन्न प्रकार का प्रशिक्षण दिया जाता है जिसमें मुख्य रूप से महत्वा गांधी



नरगा प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण प्रशिक्षण, प्रधानमंत्री कृषि सिंचाई योजना प्रशिक्षण, स्वयं सहायता समूह का प्रशिक्षण तथा प्रधानमंत्री रोजगार योजना आदि प्रशिक्षण कराए जाते हैं। उन्होंने बताया कि प्रशिक्षण में ज्ञान, कौशल एवं मनोवृत्ति में बदलाव हेतु कार्यक्रम करते हैं और कहा कि किसी व्यक्ति में बदलाव लाना है तो पहले उसकी मनोवृत्ति को जानना होगा। कार्यक्रम में एनसीसी प्रभारी लेफ्टिनेंट ब्रह्मानन्द ने सड़क सुरक्षा, स्वच्छ भारत एवं स्वच्छता अभियान तथा नारी सुरक्षा, नारी सम्मान एवं नारी स्वतंत्रता आदि महत्वपूर्ण कार्यक्रमों के बारे में विस्तार से स्वयंसेवकों

का मार्गदर्शन किया। शिविर में डॉ एम पी यादव ने ब्रह्म सुधरंगे तो जग सुधरंगे ग्राह्य शीर्षक पर स्वयं सेवकों को बताया कि कोई विचार जो समाज की कुर्बानियों के प्रति जागरूक करने के लिए हो तो पहले खुद को सुधारना होगा, तभी दूसरे व्यक्तियों पर प्रभाव पड़ेगा। उन्होंने अपने प्रेरणादायक उद्बोधन से स्वयंसेवकों को प्रसार कौशल के बारे में विस्तृत जानकारी दी। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने राष्ट्रीय सेवा योजना के मुख्य उद्देश्य को संदर्भित करते हुए महत्वा गांधी एवं स्वामी विवेकानंद के विचारों से शिक्षा के साथ सेवा भाव उत्पन्न हो ऐसा स्वयंसेवकों में विकास किया जाए।

डॉ नवीन अवस्थी ने बताया कि अनुशासन एवं समर्पण जीवन में सफल होने के लिए अति आवश्यक है। छात्र एवं छात्राओं को सफल होने के लिए अपने अवचेतन मन की शक्ति को जागृत करना चाहिए। इसके लिए आपको जो प्रयास करना है वह बार-बार अपने मन में दोहराना चाहिए और यह यकीन दिलाना है कि हे कि हम पूर्ण निष्ठा के साथ यही प्राप्त करना चाहते हैं। शिविर के द्वितीय सत्र में मिशन शक्ति कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में रसायन विज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ ज्योति भद्रीराव ने नारी सशक्तिकरण के लिए स्वयंसेवकों को संबोधित किया। उन्होंने कविता की पंक्तियों के माध्यम से कक्षा की झकोई समझ नहीं नारी का अन्तर है, लक्ष्मी का रूप, वह काली का अन्तर है हनु और हनु और जब धन संचय करती है तो लक्ष्मी का रूप होती है और जब अपने बच्चों को शिक्षा करती है तो सरस्वती का रूप होता है। इस शिविर में डॉ आदित्य कुमार, डॉ सत्यार्थ प्रकाश मोदी, राजकुमार वर्मा, जैनेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, शिव कुमार, मनोज दीक्षित तथा स्वयंसेवक शिवम गौतम, विकास, विकास राज, माधवेंद्र, विकास यादव, अभिनव तिवारी, मोनी वर्मा, सुश्रुत आदि सहित 43 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।

सात दिवसीय विशेष शिविर, नगर पंचायत बकेवर के सम्भार में प्रथम दिवस का आरंभ योग एवं व्यायाम के द्वारा किया गया।

## राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर में योग व व्यायाम के महत्व पर हुई चर्चा

**राष्ट्र पटल संकाय बकेवर (इटावा)।** जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना के द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर, नगर पंचायत बकेवर के सम्भार में प्रथम दिवस का आरंभ योग एवं व्यायाम के द्वारा किया गया। जंतु विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ ललित गुप्ता तथा कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव के दिशा निर्देशन में योग एवं व्यायाम कराया गया। डॉ गुप्ता ने दैनिक जीवन में योग एवं व्यायाम का महत्व को बताते हुए उनके स्वास्थ्य एवं विकास पर बात रखी। प्रथम तकनीकी सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में क्षेत्रीय ग्राम्य विकास प्रशिक्षण केंद्र, बकेवर के प्रशिक्षक डॉ मनोज कुमार, कार्यक्रम के अध्यक्षता कर रहे डॉ एम पी यादव व कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने शुरूआत की। मुख्य अतिथि डॉ मनोज कुमार ने अपने अनुभवों का साझा करते हुए वर्तमान के सड़क सुरक्षा से जुड़े ज्वलंत मुद्दे पर बंगाल एवं असम का उदाहरण देकर प्रोत्साहित किया। उन्होंने राष्ट्रीय सेवा योजना के प्रमाण पत्र का लाभ बताया तथा कहा कि आप शिक्षा के साथ-साथ समाज के प्रेरक बन सकते हैं। डॉ कुमार ने अपने संस्थान के बारे में बताया कि यहां पर विभिन्न प्रकार का प्रशिक्षण दिया जाता है जिसमें मुख्य रूप से महत्वा गांधी

प्रशिक्षण, प्रधानमंत्री कृषि सिंचाई योजना प्रशिक्षण, स्वयं सहायता समूह का प्रशिक्षण तथा प्रधानमंत्री रोजगार योजना आदि प्रशिक्षण कराए जाते हैं। उन्होंने बताया कि प्रशिक्षण में ज्ञान, कौशल एवं मनोवृत्ति में बदलाव हेतु कार्यक्रम करते हैं और कहा कि किसी व्यक्ति में बदलाव लाना है तो पहले उसकी मनोवृत्ति को जानना होगा। कार्यक्रम में एनसीसी प्रभारी लेफ्टिनेंट ब्रह्मानन्द ने सड़क सुरक्षा, स्वच्छ भारत एवं स्वच्छता अभियान तथा नारी सुरक्षा, नारी सम्मान एवं नारी स्वतंत्रता आदि महत्वपूर्ण कार्यक्रमों के बारे में विस्तार से स्वयंसेवकों का मार्गदर्शन किया। शिविर में डॉ एम पी यादव ने ब्रह्म सुधरंगे तो जग सुधरंगे ग्राह्य शीर्षक पर स्वयं सेवकों को बताया कि कोई विचार जो समाज की कुर्बानियों के प्रति जागरूक करने के लिए हो तो पहले खुद को सुधारना होगा, तभी दूसरे व्यक्तियों पर प्रभाव पड़ेगा। उन्होंने अपने प्रेरणादायक उद्बोधन से स्वयंसेवकों को प्रसार कौशल के बारे में विस्तृत जानकारी दी। कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने राष्ट्रीय सेवा योजना के मुख्य उद्देश्य को संदर्भित करते हुए महत्वा गांधी एवं स्वामी विवेकानंद के विचारों से शिक्षा के साथ सेवा भाव उत्पन्न हो ऐसा स्वयंसेवकों में विकास किया जाए।

नारी का अन्तर है, लक्ष्मी का रूप, वह काली का अन्तर है हनु और हनु और जब धन संचय करती है तो लक्ष्मी का रूप होती है और जब अपने बच्चों को शिक्षा करती है तो सरस्वती का रूप होता है। उन्होंने कविता सुनाई, नारी सम्मान व नारी स्वतंत्रता पर विचारों को साझा करते हुए बताया कि लक्ष्मी याचक साहब की आख्यायिका में 1000, पुलिस आयतनकारी के लिए 113, मुद्रास्फीय रोकथाम के लिए 1076, महिला रोजगार के लिए 181, राष्ट्रीय सेवा के लिए 1098 इतने मुद्रा व विकास शक्ति के लिए उन आत्मकथा लेखी का अवरोध किया गया तथा बकेवर शीर्षक पर मुद्रास्फीय के सामन में नारी अधिकार व सम्मान के लिए स्वयंसेवकों को द्वारा उन आत्मकथा को पढ़ा। शिविर के तृतीय तकनीकी सत्र में जगत नारी के ग्रामीण साक्षरता सत्र में नेतृत्व को प्रत्यक्ष को विकसित करने के लिए विभिन्न प्रकार के प्रेरणादायक उदाहरणों का साझा किया तथा बताया कि नेतृत्व विकसित होने के लिए छात्रों को शिक्षा



का अध्ययन करके ज्ञान अर्जन करना चाहिए तथा बिना किसी शिक्षक के संकेतों का अध्ययन करना चाहिए। यदि सम्मान में अपने मनमें को स्वयंसेवक बनने के लिए नेतृत्व आपको करना पड़ेगा। जिसके लिए योग एवं व्यायाम करना है। उन्होंने कहा कि पूर्ण को सुश्रुत तथा नारी स्वतंत्रता पर विचारों को साझा करते हुए बताया कि लक्ष्मी याचक साहब की आख्यायिका में 1000, पुलिस आयतनकारी के लिए 113, मुद्रास्फीय रोकथाम के लिए 1076, महिला रोजगार के लिए 181, राष्ट्रीय सेवा के लिए 1098 इतने मुद्रा व विकास शक्ति के लिए उन आत्मकथा लेखी का अवरोध किया गया तथा बकेवर शीर्षक पर मुद्रास्फीय के सामन में नारी अधिकार व सम्मान के लिए स्वयंसेवकों को द्वारा उन आत्मकथा को पढ़ा। शिविर के तृतीय तकनीकी सत्र में जगत नारी के ग्रामीण साक्षरता सत्र में नेतृत्व को प्रत्यक्ष को विकसित करने के लिए विभिन्न प्रकार के प्रेरणादायक उदाहरणों का साझा किया तथा बताया कि नेतृत्व विकसित होने के लिए छात्रों को शिक्षा

जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित विशेष शिविर नगर पंचायत बकेवर के सभागार में आज दिनांक 20 मार्च 2024 को शिविर के छठवें दिन का शुभारंभ योग एवं प्राणायाम से किया गया। योग एवं प्राणायाम कार्यक्रम में डॉक्टर ललित गुप्ता ने बताया कि योग का मतलब होता है सांसों से जुड़ना। डॉ गुप्ता ने योग के विभिन्न आसनों के बारे में बताते हुए योग कराया। शिविर के प्रथम तकनीकी सत्र में कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे हैं कॉलेज के प्रचार डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूकता के लिए सभी स्वयं को प्रेरित किया तथा जन जागरूकता में फैलने के लिए स्वयंसेवकों को सड़क सुरक्षा के नियमों के बारे में बताया। सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान के तहत कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव ने बताया कि विश्व भर में सड़क हादसों से लगभग 13 लाख लोगों की मृत्यु प्रतिवर्ष होती है तथा भारत में 1.5 लाख मृत्यु होती है जिसमें 25 % दुर्घटनाएं सिर्फ दोपहिया वाहनों से होती है और जिसका मुख्य कारण शराब पीकर गाड़ी चलाना होता है। उन्होंने सड़क सुरक्षा के सामान्य नियम को बताते हुए कहा कि पशु सुरक्षा, ज़ेबरा क्रॉसिंग पर ही रोड क्रॉस करें, शराब पीकर गाड़ी ना चलाएं, थकावट या स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं, ट्रैफिक लाइट का पालन करें, बाई ओर चलना, चौराहों पर गाड़ी की गति को धीमा करना, मुड़ने के संकेत और हाथ के इशारे, मोबाइल फोन का उपयोग न करना, एक तरफा सड़कों पर वाहन चलाना आदि पर स्वयंसेवकों को संबोधित किया। उन्होंने बताया कि भारत में सड़क सुरक्षा संबंधी समस्याएं जैसे लापरवाह ड्राइविंग, सड़क सुरक्षा मानकों का खराब कार्यान्वयन, खराब वाहन डिजाइन, आपातकालीन सेवाओं का अभाव तथा नागरिकों में जिम्मेदारी का अभाव आदि मुख्य कारण है। तकनीकी सत्र में डॉ एमपी यादव ने बताया कि वाहन चलाते हैं तो लाइसेंस वैध होना चाहिए, 18 वर्ष से कम आयु वाले बच्चों के अभिभावक को 3 महीने के दंड का प्रावधान व ₹25000 का जुर्माना है। कार्यक्रम में डॉ पी के राजपूत ने बताया कि सड़क सुरक्षा के लिए जन-जन तक जागरूकता फैलानी चाहिए तथा जब भी दो पहिया वाहन चलाएं तो हेलमेट का प्रयोग जरूर करें। इससे दुर्घटना से बचा जा सकता है या बड़ी दुर्घटना को कम किया जा सकता है तथा चार पहिया वाहन को चलाते समय सीट बेल्ट के लाभों को भी बताया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एआर टीओ, इटावा वृजेश कुमार ने सड़क

सुरक्षा के लिए स्वयंसेवकों को प्रेरित किया तथा हरी झंडी दिखाकर बकेवर नगर में सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान के तहत रैली रवाना की। रैली के दौरान स्वयंसेवकों ने बकेवर चौराहा सहित आधा दर्जन जगहों पर यातायात के प्रति जागरूकता के लिए नुक्कड़ नाटक का प्रस्तुतीकरण किया। शिविर के द्वितीय तकनीकी सत्र में साइबर क्राइम पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि, थाना बकेवर के उप निरीक्षक राम प्रताप सिंह ने साइबर अपराध के बारे में बताते हुए कहा कि हम सभी के पास एंड्रॉयड फोन है और हम किसी न किसी टॉपिक पर सर्च करते हैं तो उससे संबंधित विज्ञापन आने लगते हैं ज्यादातर वह विज्ञापन फ्राँड प्रकार की साइड रहती हैं तथा उन पर क्लिक करके हम अपनी निजता के डाटा को शेयर कर देते हैं। इसी तरह बैंक में भी डुप्लीकेट साइड बन जाती है जो साइबर अपराध का हिस्सा होती है यदि आपने उसे पर टिक किया तो आपकी पूरी जानकारी साइट में चली जाती हैं और यह एक अपराध का हिस्सा बनकर आपके पैसे का आदान प्रदान कर देते हैं। उन्होंने बताया कि सिर्फ नए ऐप प्ले स्टोर से ही डाउनलोड करना चाहिए अन्य साइड से कभी भी किसी ने ऐप को डाउनलोड नहीं करना चाहिए। उन्होंने यह भी बताया कि किसी की निजी छाया प्रति लेना भी 66 सी धारा के तहत एक अपराध है और कहा की सोशल मीडिया पर हमें अपने अकाउंट को हमेशा लाक रखना चाहिए और यदि कोई आपके साथ साइबर क्राइम होता है तो तुरंत 1930 पर कॉल करके बताना चाहिए या फिर [cybercrime.in](http://cybercrime.in) पर सूचना देना चाहिए। सत्र में डॉ गोपीनाथ मौर्य ने स्वयं सेवक एवं स्वयंसेविकाओं को संबोधित करते हुए बताया कि विभिन्न एजेंसियों और संस्थाओं अथवा व्यक्तियों के द्वारा उनके जाल में फंस जाता है आज के वर्तमान समय में प्रत्येक मनुष्य तकनीकी का उपयोग कर रहा है और मोबाइल फोन के माध्यम से अपने दैनिक दिनचर्या को पूरा करता है मोबाइल फोन मोबाइल फोन ही किसी भी व्यक्ति के संबंधित समस्त डाटा को दूसरे व्यक्तियों तक पहुंचाने का कार्य करता है यदि हम उसमें प्राइवैसी ना रखें तो सामान्यतः प्रत्येक व्यक्ति का एक निश्चित मोबाइल नंबर होता है और वह मोबाइल नंबर किसी न किसी रूप में आधार कार्ड पैन कार्ड बैंक इत्यादि से जुड़ा रहता है और जब हम अपने मोबाइल फोन से कोई थर्ड पार्टी ऐप जो कि फोन में ट्रेक करते समय उपलब्ध नहीं होता है अगर उसको इंस्टॉल करते हैं तो इंस्टॉल करने के कारण उसे सुचारू रूप से चलने के लिए हमें विभिन्न प्रकार के परमिशन उसे ऐप को स्वीकृत करने पड़ते हैं जिसमें लोकेशन का परमिशन कांटेक्ट का

परमिशन गैलरी का परमिशन और अन्य परमिशन देने पर ही वह आप कार्य करने के लिए तैयार होते हैं। इस प्रकार से जब हम विभिन्न परमिशनों को उसे विशिष्ट ऐप को प्रदान करते हैं तो वह अप का संचालक के पास हमारे समस्त सूचनाओं स्वतः ही पहुंच जाती है और वह व्यक्ति उन सूचनाओं के द्वारा हमारे व्यक्तिगत समस्त अभिलेख फोटो और वीडियो के साथ-साथ हमारे बैंक डिटेल्स हमारे अन्य समस्त रिकॉर्ड तक बहुत ही सुगमता से पहुंच जाता है जिससे हमारा डाटा सुरक्षित हो जाता है हमें अपने डेटा की सुरक्षा के लिए थर्ड पार्टी द्वारा जारी किए गए ऐप को मोबाइल फोन में इंस्टॉल नहीं करना है और यदि इंस्टॉल करना भी हो तो उसे स्थान अपने स्वजनों के फोन नंबर और भंडारण स्टोरेज की स्वीकृति प्रदान नहीं करनी है उसे विभिन्न तथ्यों तक पहुंचाने की स्वीकृति नहीं देनी है वर्तमान समय में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के माध्यम से हमारा जीवन काफी सरल तो हो गया है लेकिन साथ ही साथ हमारे लिए चुनौतियां भी उत्पन्न हो गई हैं फेसबुक इंस्टाग्राम व्हाट्सएप इत्यादि सोशल साइट्स पर लोगों के द्वारा अपनी आईडी बनाकर उसका उपयोग करने से सूचनाओं और डाटा सभी व्यक्तियों तक बहुत ही आसानी से पहुंच जाती है और अपराध करने वाले व्यक्ति इन्हीं सोशल साइटों से सोशल प्लेटफॉर्म से सूचना एकत्र करके आपराधिक गतिविधियों को अंजाम देने का कार्य करते हैं इस साइबर क्राइम संबंधित गतिविधियों से बचने के लिए हमें अपने मोबाइल फोन और इंटरनेट का प्रयोग करते समय काफी सतर्क रहना चाहिए और साथ ही साथ थर्ड पार्टी ऐप को इंस्टॉल करते समय उन्हें विभिन्न प्रकार की स्वीकृतियों को देने से बचना चाहिए केवल सीकर साइट वाले ही वेबसाइट पर सर्च करना चाहिए ताकि हमारे आंकड़ों की गोपनीयता बनी रहे। अपना व्यक्तिगत आईडी पासवर्ड पिन नंबर आधार कार्ड नंबर पैन नंबर इत्यादि किसी दूसरे व्यक्ति से शेयर ना करें और जहां तक संभव हो सुरक्षित स्थानों पर ही इंटरनेट इत्यादि का प्रयोग करें। मोबाइल फोन में बैंक डिटेल पिन नंबर एटीएम कार्ड का फोटो को न रखें ताकि किसी भी हैकर्स या अन्य व्यक्ति के द्वारा आपके साथ कोई भी वित्तीय जोखिम करने से बचाया जा सके। सिविल के तृतीय सत्र में स्वयंसेवकों द्वारा संस्कृत कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें जन जागरूकता तथा समाज से जुड़े मुद्दों पर गीत एवं स्लोगन का गायन किया गया तथा हम होंगे कामयाब गीत के साथ राष्ट्रगान के उद्घोषन के बाद शिविर के सत्र का समापन किया गया। इस मौके पर कॉलेज के प्राध्यापक डॉ डीएन सिंह, डॉ धर्मेन्द्र कुमार, डॉ आदित्य कुमार, डॉ संजय विश्वकर्मा, डॉ संजीव

कुमार, डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य, राजकुमार वर्मा, मुकेश कुमार, शैलेंद्र कुमार, मनोज दीक्षित स्वयंसेवक अरुण कुमार, वर्षा, तनुष्का, दुर्गा, अंशुल कुमार, आदि सहित 45 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।



## विशेष शिविर के छठवें दिन सड़क सुरक्षा के प्रति किया गया जागरूक

चेतना कार्यालय

बकेवर। जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित विशेष शिविर के छठवें दिन के प्रथम तकनीकी सत्र में कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे हैं कॉलेज के प्राचार्य डॉ. राजेश किशोर त्रिपाठी ने सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूकता के लिए सभी स्वयं को प्रेरित किया तथा जन जागरूकता में फैलने के लिए स्वयंसेवकों को सड़क सुरक्षा के नियमों के बारे में बताया। सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान के तहत कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मनोज यादव ने बताया की विश्व भर में सड़क हादसों से लगभग 13 लाख लोगों की मृत्यु प्रतिवर्ष होती है तथा भारत में 1.5 लाख मृत्यु होती है जिसमें 25 % दुर्घटनाएँ सिर्फ दोपहिया वाहनों से होती हैं और जिसका मुख्य कारण शराब पीकर गाड़ी चलाना होता है। उन्होंने सड़क सुरक्षा के सामान्य नियम को बताते हुए कहा कि पशु सुरक्षा, जेबरा क्रॉसिंग पर ही रोड क्रॉस करें, शराब पीकर गाड़ी ना चलाएं, थकावट या स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं, ट्रैफिक लाइट का पालन करें, बाई ओर



चलना, चौराहों पर गाड़ी की गति को धीमा करना, मुड़ने के संकेत और हथ के झारे, मोबाइल फोन का उपयोग न करना, एक तरफा सड़कों पर वाहन चलाना आदि पर स्वयंसेवकों को संबोधित किया। उन्होंने बताया कि भारत में सड़क सुरक्षा संबंधी समस्याएँ जैसे लापरवाह ड्राइविंग, सड़क सुरक्षा मानकों का खराब कार्यान्वयन, खराब वाहन डिजाइन, आपातकालीन सेवाओं का अभाव तथा नागरिकों में जिम्मेदारी का अभाव आदि मुख्य कारण हैं। तकनीकी सत्र में डॉ एमपी यादव ने बताया कि वाहन चलाते हैं तो लाइसेंस वैध होना चाहिए, 18 वर्ष से कम आयु

वाले बच्चों के अभिभावक को 3 महीने के डंड का प्रवचन व 25000 का जुर्माना है। कार्यक्रम में डॉ पी के राजपूत ने बताया कि सड़क सुरक्षा के लिए जन-जन तक जागरूकता फैलानी चाहिए तथा जब भी दो पहिया वाहन चलाएं। तो हेलमेट का प्रयोग जरूर करें। इससे दुर्घटना से बचा जा सकता है या बड़ी दुर्घटना को कम किया जा सकता है तथा चार पहिया वाहन को चलाते समय सीट बेल्ट के लाभों को भी बताया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एआर टीओ, इटावा पूजेरा कुमार ने सड़क सुरक्षा के लिए स्वयंसेवकों को प्रेरित किया तथा हरी झंडी दिखाकर

बकेवर नगर में सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान के तहत रैली रवाना की। रैली के दौरान स्वयंसेवकों ने बकेवर चौराहा सहित आधा दर्जन जगहों पर यातायात के प्रति जागरूकता के लिए नुकड नाटक का प्रस्तुतीकरण किया। शिविर के द्वितीय तकनीकी सत्र में साइबर क्राइम पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि थाना बकेवर के उप निरीक्षक राम प्रताप सिंह ने साइबर अपराध के बारे में बताते हुए कहा कि हम सभी के पास एंड्रॉयड फोन है और हम किसी न किसी टॉपिक पर सर्व करते हैं तो उससे संबंधित विज्ञापन आने लगते हैं ज्यादातर वह विज्ञापन फ्रॉड प्रकार की साइड रहती है तथा उन पर क्लिक करके हम अपनी निजता के डाटा को शेयर कर देते हैं। इसी तरह बैंक में भी डुलीकेट साइड बन जाती है जो साइबर अपराध का हिस्सा होती है यदि आपने उसे पर टिक किया तो आपकी पूरी जानकारी साइड में चली जाती है और यह एक अपराध का हिस्सा बनकर आपके पैसों का आदान प्रदान कर देते हैं।





जनता कॉलेज, बकेवर, इटावा में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के द्वारा आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर के सप्तम दिवस का शुभारंभ डॉ ललित गुप्ता व कार्यक्रम अधिकारी डॉ मनोज यादव के निर्देशन में योग एवं व्यायाम से कराया गया। प्रथम तकनीकी सत्र में समय प्रबंधन से सफलता प्राप्ति विषय पर डॉ गोपीनाथ मौर्य ने स्वयंसेवक एवं स्वयंसेविकाओं को जीवन में सफल होने के लिए उनका मार्गदर्शन करते हुए विभिन्न बिंदुओं को क्रमानुसार विस्तार से बताया सफलता प्राप्त करने के लिए सबसे पहले किसी भी व्यक्ति को अपने लक्ष्य का निर्धारण करना, लक्ष्य निर्धारण करने के क्रम में अनेक उपलक्ष्य का निर्धारण करके मुख्य लक्ष्य को प्राप्त किया जाता है लक्ष्य निर्धारित हो जाने के पश्चात योजनाओं का निर्माण कर लक्ष्य को प्राप्त हेतु क्रियान्वयन पक्ष पर विशेष बल दिया जाता है क्रियान्वयन प्रक्रिया के पश्चात निर्धारित किये गये मानक लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए किए गए कार्यों से उसकी तुलना कर निर्धारित मानक से विचलन को ज्ञात करना और उसे विचलन को दूर करके हम लक्ष्य को प्राप्त करना शामिल है। जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए हमें दृढ़ प्रतिज्ञा होकर एक समय में एक ही विषय पर ध्यान केंद्रित करना होता है ताकि उसे विषय में दक्षता प्राप्त की जा सके। सफलता प्राप्त करने के लिए अपने समय का उचित प्रबंधन भी अत्यंत अनिवार्य है प्रत्येक सफल व्यक्ति के जीवन में उन्होंने अपने समय का सदुपयोग बहुत ही उचित ढंग से किया है तथा सफलता प्राप्त करने के लिए हमें भी अपने समय को आवश्यक और वांछनीय दो भागों में विभक्त कर समय का सदुपयोग करने से ही हम सफलता प्राप्त कर सकेंगे। सफलता प्राप्त करने के लिए हमारा स्वास्थ्य भी एक महत्वपूर्ण पक्ष है जो व्यक्ति जीवन में सफल होना चाहता है उसका स्वस्थ रहना अति आवश्यक है क्योंकि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निर्माण होता है जब तक व्यक्ति स्वस्थ नहीं रहेगा वह जीवन में सफल नहीं हो पाएगा और वह राष्ट्र अथवा समाज के हित में कार्य नहीं कर पाएगा। सफलता प्राप्त करने के लिए कई बार व्यक्ति असफल भी होता है लेकिन एक सफल व्यक्ति सकारात्मक तथ्यों को ढूंढ कर अपनी असफलता को सफलता में परिवर्तित कर देता है। क्योंकि असफलता यही सिद्ध करती है कि हमने सफलता प्राप्त करने का प्रयास पूरे मन से नहीं किया है। यदि कोई व्यक्ति उपरोक्त विभिन्न तथ्यों को अपने जीवन में अक्षर से उतार ले तो वह निश्चित तौर पर अपने जीवन में सफलता के उच्चतम शिखर को अनिवार्य रूप से प्राप्त

कर लेगा और उसका भविष्य उज्ज्वल होगा। द्वितीय तकनीकी सत्र में विश्व वानिकी दिवस के उपलक्ष में पूर्व राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी डॉ पीके राजपूत ने वनों की उपयोगिता और उनका मानव मानव जीवन का अभिन्न अंग है बिना वृक्षों के मानव जीवन की कल्पना ही नहीं किया जा सकती क्योंकि मानव प्रारंभ से ही वनों पर आश्रित है अपने जीवन यापन आजीविका प्राप्त करने अपने घरों की साथ सजा हेतु क्षेत्र में खाद्यान्न प्राप्त करने उद्योगों के लिए कच्चे माल प्राप्त करने इत्यादि वनों के माध्यम से ही मानव को प्राप्त होते हैं। वृक्षों के संरक्षण के लिए राष्ट्रीय अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अनेकों आंदोलन चलाए गए जिनमें चिपको आंदोलन भारत में प्रमुख रूप से जाना जाता है जिसमें वृक्षों को काटने से बचने के लिए वहां के ग्रामीण व्यक्ति वृक्षों से चिपक जाते हैं और वृक्षों को काटने नहीं देते। स्वस्थ पर्यावरण हेतु धरती पर 33% वृक्षों का आच्छादन होना चाहिए वर्तमान समय में इसका प्रतिशत निरंतर बढ़ता जा रहा है जो यह गंभीर समस्या है और सरकारी प्रयासों और जन जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से अब इस पर जागरूकता लाई जा रही है और धीरे-धीरे इसको बढ़ाने का प्रयास किया जा रहा है। डॉ धर्मेन्द्र कुमार के ने पर्यावरण को सरल शब्दों में परिभाषित करते हुए स्वयंसेवकों को वृक्ष पौधे की उपयोगिताओं को बताया। द्वितीय सत्र के अध्यक्षता कर रहे डॉक्टर एमपी यादव ने शिविर की महत्व को बताते हुए कहा कि यहां जो सीखा है उसको जीवन में आत्मसात जरूर करना। शिविर के समापन सत्र में डॉ मनोज कुमार यादव ने सात दिवसीय विशेष शिविर की आख्या को प्रस्तुत किया। तथा स्वयंसेवक बृजेश पाल व स्वयंसेवक का कमल ने साथ दिवसों का अपने अनुभवों का साझा किया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि जनता कॉलेज बकेवर प्रबंधकारणी समिति के सचिव अरविंद कुमार मिश्र ने बताया कि स्वयंसेवक का दायित्व बहुत कठिन है समाज को नई दिशा प्रदान करने के लिए स्वयंसेवक सार्थक प्रयास करें तो समाज से बुराइयों व कुरीतियों को निश्चित तौर पर धीरे-धीरे कम करके समाप्त किया जा सकेगा। राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य 'स्वयं सजे वसुंधरा सवार दे' शीर्षक के अंतर्गत श्री मिश्र ने बताया कि आज के वर्तमान परिवेश में मानव बनाना ही सबसे कठिन है समाज से जातिवाद के भेदभाव को दूर करके मानवता के धर्म को स्थापित करना ही राष्ट्रीय सेवा योजना का मूल उद्देश्य है। कार्यक्रम में कॉलेज के प्राचार्य डॉ राजेश किशोर त्रिपाठी ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए स्वयंसेवकों को राष्ट्रीय सेवा योजना के मूल लक्ष्य को समाज में पहुंचने का संकल्प

दिलाते हुए समाज को जागरूक और शिक्षित करने का मूल मंत्र दिया। विश्वविद्यालय के कृषि संकाय अध्यक्ष डॉ अशोक कुमार पांडेय ने स्वयंसेवकों का मार्गदर्शन करते हुए उन्हें संसाधनों के अभाव में बेहतर परिणाम प्रस्तुत करने के लिए कार्यों का निष्पादन करने की कला को बताया। इसी क्रम में डॉ एम पी सिंह ने सात दिवसीय विशेष शिविर के महत्वपूर्ण बिंदुओं पर चर्चा की तथा नेतृत्व क्षमता तथा संगठन भावना के लिए अति आवश्यक होता है इसीलिए ऐसे शिविर की आवश्यकता पड़ती है। राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम के विशेष शिविर का समापन डॉ मनोज कुमार यादव कार्यक्रम अधिकारी के धन्यवाद ज्ञापन के द्वारा किया गया। इस मौके पर डॉ डीएन सिंह, डॉ इंद्रु बाला मिश्रा, डॉ आदित्य कुमार, डॉ संजीव कुमार, डॉ डीजे मिश्रा, डॉ प्रकाश दुबे, डॉ योगेश शुक्ला, डॉ सत्यार्थ प्रकाश मौर्य, राजकुमार वर्मा, आकाश चौधरी, मनोज दीक्षित, शैलेंद्र कुमार, मुकेश कुमार, तथा स्वयंसेवक अरुण कुमार, शिवम गौतम, अंशुल कुमार, तनुष्का, वर्षा आदि सहित 45 स्वयंसेवक उपस्थित रहे।





नुक्कड़ नाटक की प्रस्तुति देतीं जनता कालेज बकेवर की छात्राएं • स्वयं

## मानवता स्थापित करने वाले विचारों को किया साझा

संसू, बकेवर : जनता कालेज का राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई की ओर से सात दिवसीय शिविर का शुभारंभ नगर पंचायत के हाल में किया गया। प्राचार्य डा. राजेश किशोर त्रिपाठी ने परोपकार एवं मानवता स्थापित करने वाले विचारों को साझा किया तथा समान भाव से कार्य सेवा करने के लिए मानवता पर बात रखी। छात्रों ने चौराहे पर नुक्कड़ नाटक का प्रदर्शन किया। मुख्य अतिथि नगर

पंचायत अध्यक्ष विवेक यादव ने कहा, सेवा भाव के साथ शिक्षा तथा शिक्षा से समाज में जागरूकता के समर्पण तथा आत्मसार के लिए जन-जन को जागरूक करना ही सेवा योजना का ही प्रतिरूप है। इस मौके पर अधिशासी अधिकारी नगर पंचायत उमेश कुमार, कालेज के प्राध्यापक डा. ललित गुप्ता, डा. ज्योति भदौरिया, डा. संजीव कुमार, आकाश चौधरी आदि मौजूद रहे।

\*\*\*\*\*