डॉ. शकुन्तला मिश्रा राष्ट्रीय पुनर्वास विश्वविद्यालय, लखनऊ
उत्तर प्रदेश सरकार
Dr. Shakuntala Misra National Rehabilitation University, Lucknow
Government of Uttar Pradesh

प्रेस नोट
दिव्यांग छात्राओं ने सीखीं योग क्रियाएं

विश्वविद्यालय की लगातार कोशिश दिव्यांगजनों को आत्मनिर्भर बनाने की है। इसके लिए उन्हें गुणवत्तापरक शिक्षा दी जा रही है। उन्हें निःशुल्क शिक्षा, छात्रावास एवं मेस सुविधाएं मुहैया करायी जा रही हैं। दिव्यांग छात्राओं के सशक्तिकरण एवं पुनर्वास की एक अहम कड़ी के रुप में महिला छात्रावास में तीन दिन का प्रशिक्षण शिविर चलाया गया। यह आज सम्पन्न हुआ। इसमें खासतौर पर दिव्यांग छात्राओं ने बुनियादी योग क्रियाएं सीखीं। उन्हें योग शिक्षिका वंदना बरनवाल, श्रावणी मल, एवं अनुपमा मिश्रा द्वारा प्राणायाम व आसन, सूक्ष्म व्यायाम, हस्त मुद्रा, एक्यूप्रेशर, घरेलू उपचार एवं औषधीय पौधों के बारे में मूल जानकारी कराई गई। छात्राओं ने योग क्रियाओं का पूरे मनोयोग से अभ्यास किया। योग शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय की सहायक कुलसचिव एवं महिला छात्रावास की अधीक्षिका सुश्री बिन्दू सिंह की पहल पर किया गया। उन्होंने इसमें स्वयं भी योग क्रियाएं सीखीं। शिविर के समापन पर उन्होंने कहा कि छात्राओं को नियमित योगाभ्यास कराया जाएगा और उनके सहयोग से विश्वविद्यालय परिसर में औषधीय पौधों को रोपा जाएगा। इस काम में महिला पतंजलि योग समिति मदद करेगी।

30 जनवरी, 2016

(प्रो. (डॉ.) ए.पी. तिवारी)
मीडिया प्रवक्ता एवं
कुलपति के शैक्षणिक सलाहकार