# मुक्त चिन्तन

News Letter

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा निर्गत अधिनियम संख्या 10, 1999 द्वारा स्थापित

मुक्त चिन्तन

23 सितम्बर, 2023


## राजभवन के निर्देश पर गांवों में आयोजित की पारंपरिक खेलकूद प्रतियोगिता

राजभवन के निर्देश पर दीक्षोत्सव कार्यक्रमों की श्रृंखला में आयुष्मान भव योजना के अंतर्गत महिला सम्मेलन, स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम एवं खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन विश्वविद्यालय द्वारा गोद लिए हुए गांव गोहरी, प्रयागराज के राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में किया गया। इस अवसर पर महिला अध्ययन केन्द्र के तत्वावधान में रस्सी कूद एवं ऊंची कूद प्रतियोगिता आयोजित की गई।

खेलकूद प्रतियोगिता के विजेताओं के नाम – रस्सी कूद ममता– प्रथम, आकांक्षा– द्वितीय एवं रुखसार बानो– तृतीय तथा लम्बी कूद में सिमरन यादव– प्रथम, मनीषा साहू– द्वितीय एवं ममता– तृतीय स्थान पर रही। ममता ने दोनों प्रतियोगिताओं में स्थान प्राप्त किए हैं।

कार्यक्रम का समन्वय प्रोफेसर रुचि बाजपेई तथा संचालन श्रीमती हेमलता पटेल ने किया।

## मुक्त विश्वविद्यालय द्वारा 18वें दीक्षांत समारोह के उपलक्ष में दीक्षोत्सव कार्यक्रम की श्रृंखला में आयुष्मान भव योजना के अंतर्गत महिला सम्मेलन, स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम एवं खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन

उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय के महिला अध्ययन केंद्र के तत्वाधान में दिनांक 23 सितंबर 2023 को आयुष्मान भव योजना के अंतर्गत महिला सम्मेलन, स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम एवं खेलकूदय प्रतियोगिता का आयोजन विश्वविद्यालय द्वारा गोद लिए हुए गांव गोहरी, प्रयागराज के राजकीय उच्चतर ध्यमिक विद्यालय में किया गया। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय के 18वें दीक्षान्त समारोह के अवसर पर संपन्न कराए जाने वाले कार्यक्रम की श्रृंखला में महिला अध्ययन केंद्र द्वारा यह कार्यक्रम विश्वविद्यालय द्वारा अंगीकृत गॉव में आयोजित किया कराया गया।

इस आयोजन के अंतर्गत कक्षा 9 एवं 10 के छात्रों की रस्सी कूद एवं ऊंची कूद की प्रतियोगिता कराई गई जो राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, गोहरी की खेलकूद की शिक्षिका डॉ0 रीना प्रधान के निर्देशन में संपन्न हुई। विद्यालय मे कार्यक्रम का आयोजन करने में प्रधानाचार्य डॉ0 रवि भूषण जी के नेतृत्व में विद्यालय की गणित की अध्यापिका श्रीमती हेमलता पटेल ने प्रधान भूमिका निभाई।

विद्यालय की प्राध्यापिका श्रीमती सरला देवी का भी कार्यक्रम में महत्वपूर्ण भूमिका रही। खेलकूद प्रतियोगिता में प्रतिभागी छात्राओं में रस्सी कूद में ममता को प्रथम स्थान मिला, जबकि आकांक्षा तथा रूखसार बानों क्रमशः द्वितीय एवं तृतीय स्थान पर रहीं। लंबी कूद प्रतियोगिता में प्रथम स्थान सिमरन यादव को प्राप्त हुआ और मनीष साहू द्वितीय स्थान पर रही ममता ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इस प्रकार ममता ने इन दोनों ही प्रतियोगिताओं में भाग लिया और रस्सी कूद में प्रथम तथा ऊंची कूद में तृतीय स्थान पर रही।

साथ ही इस कार्यक्रम के अंतर्गत महिला सम्मेलन का आयोजन भी किया गया जिसमें भारत सरकार की आयुष्मान भव योजना की संकल्पना का परिचय देते हुए उपस्थित छात्रों एवं उनके अभिभावक महिलाओं को स्वास्थ्य के संबंध में जागरूक किया गया। विषय परिवर्तन महिला अध्ययन केंद्र की सहायक समन्वयक डॉ0साधना श्रीवास्तव ने किया। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा के श्री अमित सिंह, सहायक आचार्य, योग ने स्वास्थ्य को सही बनाए रखने के लिए बालिकाओं तथा महिलाओं को योग की महत्ता और उपायदेयता के संबंध में प्रभावी ढंग से बताया और उपचार से रोकथाम ज्यादा अच्छी है इस विषय में जागरूक किया। उन्होंने बताया की एकाग्रता और स्मरण शक्ति दोनों का अध्ययन प्रक्रिया में बड़ा महत्व है। योग द्वारा इन दोनों क्षमताओं को बढ़ाया जा सकता है जो छात्रों के लिए महत्वपूर्ण है उन्होंने कुछ योग मुद्राओं का अभ्यास भी कराया।

विश्वविद्यालय की माननीया कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की भी इस कार्यक्रम को करने में यही संकल्पना रही की महिलाओं में हम लोग जागरूकता संदेश का प्रचार करें। उन्होंने कहा कि यदि प्रतिदिन की दिनचर्या में योग, ध्यान आदि करके अपने स्वास्थ्य को पहले से भी परिपूर्ण रखें तो चिकित्सालय जाने की कम से कम जरूरत पड़ेगी, और आयुष्मान भव जैसी योजनाओं की भी तभी सार्थकता है सभी सुखी हो, सभी निरोगी हो।
संयोजक डॉ0 रवि भूषण ने कहा कि महिलाएं आधी दुनिया है, और उनकी सामाजिक भूमिका इतनी महत्वपूर्ण है कि उनका स्वास्थ्य अच्छा रहने पर ही परिवार, समाज और राष्ट्र स्वास्थ्य ढंग से विकास करने में समर्थ हो सकेगा।
सह समन्वक डॉ0 मीरा पाल ने धन्यवाद ज्ञापित किया और यह आशा तथा विश्वास व्यक्त किया कि इस कार्यक्रम में योगाचार्य श्री अमित जी एवं अन्य वक्ताओं के द्वारा दिए गए ज्ञान का बालिकाओं तथा महिलाएं निश्चय ही अपने व्यवहारिक जीवन में प्रयोग करके अपने स्वास्थ्य का और अच्छे ढंग से ध्यान रखेंगी।
महिला अध्ययन केंद्र की ओर से प्रोफेसर रुचि बाजपेई ने खेलकूद प्रतियोगिता में प्रथम द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त करने वाली छात्रों को पुरस्कृत किया तथा मुख्य वक्ता श्री अमित सिंह, कार्यक्रम संयोजक डॉ0 रवि भूषण, आयोजन सचिव श्रीमती हेमलता पटेल, खेलकूद प्रतियोगिता मूल्यांकन कर्ता डॉ0 रीना प्रधान तथा श्रीमती सरला सिंह को स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया। इस अवसर पर महिला अध्ययन केंद्र के सदस्य डॉ0 अतुल कुमार मिश्रा, डॉ0 शिवेंद्र प्रताप सिंह एवं डॉ0 दीप्ति श्रीवास्तव भी उपस्थित रही एवं उनका महत्वपूर्ण सहयोग रहा। केंद्र के एक सदस्य श्री राजेश गौतम, सहायक आचार्य, पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान का कार्यक्रम की तैयारी में अमूल योगदान रहा।
आयोजन स्थल राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय गोहरी, प्रयागराज के छात्र हर्षित तिवारी पाण्डेय, सुमित कुमार साहू सुभाष पाण्डेय, आदि का कार्यक्रम के आयोजन सहयोग मिला। कार्यक्रम संचालन आयोजन सचिव श्रीमती हेमलता पटेल ने किया। इस अवसर पर बालिकाओं एवं महिलाओं में अनोखा उत्साह एवं प्रसन्नता देखने को मिली जो कि विद्यालय द्वारा इस कार्यक्रम का सुंदर आयोजन किये जाने का प्रमाण है।