सीएसआईआर-सीरी, पिलानी में 12वाँ अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2026 का आयोजन
तथा
योग दिवस के उपलक्ष्य में निशुल्क आयुर्वेदिक रोग निदान एवं उपचार शिविर भी आयोजित

सीएसआईआर-सीरी, पिलानी में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2026 के अवसर पर 21 जून, 2026 को योग अभ्यास शिविर एवं 23 जून, 2026 को निशुल्क आयुर्वेदिक चिकित्सा शिविर का आयोजन उत्साहपूर्वक किया गया। योग दिवस के अवसर पर प्रतिभागियों को योग एवं प्राणायाम का अभ्यास कराने के लिए योग प्रशिक्षक श्रीमती मुस्कान उपस्थित थीं। योग शिविर का आयोजन सीरी स्टाफ क्लब के सौजन्य से किया गया। इसके अलावा निशुल्क आयुर्वेदिक रोग निदान एवं उपचार शिविर सीरी आरोग्य निकेतन (सीरी डिस्पेन्सरी) में आयोजित किया गया। दोनों कार्यक्रमों में संस्थान के वैज्ञानिकों, अधिकारियों, कर्मचारियों तथा उनके परिजनों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की और स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संकल्प लिया।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएँ देते हुए डॉ पी सी पंचारिया, निदेशक, सीएसआईआर-सीरी

योग शिविर का शुभारंभ करते हुए संस्थान के निदेशक **डॉ. पी. सी. पंचारिया** ने सभी को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएँ दीं। उन्होंने कहा कि योग भारत की प्राचीन एवं अमूल्य धरोहर है, जिसे आज संपूर्ण विश्व ने अपनाया है। उन्होंने सभी से नियमित रूप से योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया, ताकि स्वस्थ शरीर, संतुलित मन एवं सकारात्मक जीवनशैली को बढ़ावा मिल सके।

प्रशिक्षक **श्रीमती मुस्कान** के मार्गदर्शन में आयोजित योग शिविर में प्रतिभागियों को सूक्ष्म व्यायाम, विभिन्न योगासनों तथा प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। अभ्यास के दौरान उन्होंने आसन एवं प्राणायाम क्रिया को सही विधि से करने की जानकारी दी तथा उनके शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक लाभों के बारे में प्रतिभागियों को अवगत कराया। उन्होंने कहा कि नियमित योगाभ्यास व्यक्ति को तनावमुक्त, ऊर्जावान एवं स्वस्थ बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

प्रतिभागियों को योगाभ्यास कराती हुई श्रीमती मुस्कान

कार्यक्रम के समापन पर प्रशासन नियंत्रक **श्री मधुरंजन पाण्डेय** ने प्रशिक्षक श्रीमती मुस्कान को संस्थान कार्मिकों एवं उनके परिजनों को योगाभ्यास कराने एवं तत्संबंधी आवश्यक जानकारी साझा करने के लिए सम्मानस्वरूप स्मृति-चिह्न भेंट किया। उन्होंने योग को जन-जन तक पहुँचाने की आवश्यकता पर भी बल दिया।

योग प्रशिक्षक श्रीमती मुस्कान को स्मृति चिह्न भेंट करते हुए श्री मधुरंजन पाण्डेय, प्रशासन नियंत्रक

धन्यवाद ज्ञापित करते हुए डॉ नीरज कुमार, सचिव, सीरी स्टाफ क्लब

इससे पूर्व सीरी स्टाफ क्लब के सचिव **डॉ. नीरज कुमार, वैज्ञानिक-एफ** ने शिविर में उपस्थित प्रतिभागियों को योग प्रशिक्षक श्रीमती मुस्कान का परिचय कराया तथा उनके योग प्रशिक्षण एवं अनुभव की जानकारी साझा की। अंत में उन्होंने शिविर में उपस्थित होने के लिए प्रतिभागियों के प्रति धन्यवाद ज्ञापित किया।

योग शिविर में अभ्यास करते हुए सहकर्मी एवं उनके परिजन

ज्ञातव्य है कि संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा इस वर्ष अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की थीम **"स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग"** निर्धारित की गई थी। इसी भावना के अनुरूप सीएसआईआर-सीरी परिसर में आयोजित इस योग शिविर में प्रतिभागियों को योग के महत्व एवं स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए नियमित योग के अभ्यास की उपयोगिता एवं महत्व से अवगत कराया गया।

आयुर्वेदिक योग निदान एवं उपचार शिविर

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में दिनांक **23 जून, 2026** को संस्थान के **सीरी आरोग्य निकेतन** में निःशुल्क आयुर्वेदिक रोग निदान एवं उपचार शिविर का आयोजन किया गया। शिविर के उद्घाटन के अवसर पर सीरी आयोग्य निकेतन में आयुर्वेद चिकित्सक (अस्थायी) डॉ रमेश पी जाजू ने संस्थान के निदेशक **डॉ. पी. सी. पंचारिया** एवं प्रशासन नियंत्रक श्री मधुरंजन पाण्डेय का स्वागत किया।

डॉ पी सी पंचारिया और श्री मधुरंजन पाण्डेय का आयुर्वेद शिविर में स्वागत करते हुए डॉ आर पी जाजू

अपने संबोधन में डॉ पंचारिया ने कहा कि योग एवं आयुर्वेद भारतीय ज्ञान परंपरा के महत्वपूर्ण आधार-स्तंभ हैं। उन्होंने दोनों के समन्वित प्रयोग से स्वस्थ एवं रोगमुक्त जीवन जीने की सलाह दी।

आयुर्वेद शिविर में लाभान्वित होते सहकर्मी एवं अन्य साथी

शिविर में आयुर्वेद विशेषज्ञ **डॉ. रमेश पी. जाजू** एवं **डॉ. बालकिशन जोशी** एवं उनकी टीम ने रोगियों एवं संस्थान के कर्मचारियों तथा उनके परिजनों को निःशुल्क स्वास्थ्य परामर्श प्रदान किया। विशेषज्ञों ने विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं के लिए आयुर्वेदिक उपचार, उचित आहार-विहार, जीवनशैली में आवश्यक सुधार तथा योग के समन्वित अभ्यास के संबंध में मार्गदर्शन दिया। प्रशासन नियंत्रक श्री मधुरंजन पाण्डेय ने सीरी आरोग्य निकेतन में आयुर्वेद उपचार शिविर आयोजन के लिए संस्थान के आवासीय चिकित्सा अधिकारी डॉ दिनेश गुप्ता, आयुर्वेद विशेषज्ञ डॉ जाजू एवं डॉ जोशी को धन्यवाद दिया।

इस प्रकार सीएसआईआर-सीरी, पिलानी में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2026 का सफल आयोजन किया गया।

आयोजन के कुछ और चित्र