GRIID is organizing a Five Day Common Yoga Protocol Training Session from 4th May to 8th May 2026 in collaboration with Hayana Yog Aayog

Yoga Day countdown begins at GRIID Chandigarh with inclusive training drive

TSN/Chandigarh:

The Government Rehabilitation Institute for Intellectual Disabilities in collaboration with the Haryana Yog Aayog has commenced celebrations marking the countdown to the 12th International Day of Yoga with a five-day Common Yoga Protocol training session.

The programme, being held from May 4 to May 8 at the institute's Sector 31 campus, is part of nationwide efforts leading up to the International Day of Yoga observed annually on June 21.

The inaugural session was conducted under the guidance of Dr. Jaideep Arya and Dr. Ajeet Sidana, and was attended by several dignitaries including Dr. Sapna Nanda, Anil Kumar, Sandeep Sharma and Dr. Jaspreet Kaur.

Special students of the institute participated enthusiastically in the Common Yoga Protocol training on the opening day, reflecting the inclusive approach of the initiative. Organisers said the sessions aim to promote the message that yoga is accessible to all and supports holistic development.

Addressing the gathering, Dr. Nanda said yoga offers a comprehensive approach to health and serves as an effective preventive practice, encouraging participants to integrate it into their daily routine. Principal Anil Kumar also emphasised the role of yoga in improving physical health, mental well-being and overall personality development among students.

The sessions are being conducted under the guidance of yoga therapist Manisha Sharma and Dr. Jaspreet Kaur to ensure proper implementation and participation.

Officials said the initiative reflects continued efforts by Haryana Yog Aayog and GRIID to promote inclusivity and wellness, with plans to mark the International Day of Yoga on June 21 with wider participation.

ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿੱਚ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕਾਊਂਟਡਾਊਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 4 ਮਈ
(ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ)

ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਰੀਹੈਬਿਲਿਟੇਸਨ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਇੰਟੈਲੈਕਚੁਅਲ ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀਜ ਸੈਕਟਰ - 31, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵੱਲੋਂ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਉਪਲੱਖ ਵਿੱਚ 21 ਜੂਨ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਰਾਸਟਰਵਿਆਪੀ ਕਾਊਂਟਡਾਊਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸੁਰੂਆਤ ਬੜੇ ਉਤਸਾਹ ਅਤੇ ਜੋਸ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਹਰ ਸਾਲ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਅੰਤਰਰਾਸਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ-ਜੋ ਸਾਲ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਮਾ ਦਿਨ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈਮਾਨਯੋਗ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਜੀ ਦੀ ਦੂਰਦਰਸੀ ਪਹਲ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ ਵਿਸਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ, ਸਾਂਝ ਅਤੇ ਸਮੂਹਿਕ ਭਲਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਅਤੇ ਵੱਲੋਂ 4 ਤੋਂ 8 ਮਈ 2026 ਤੱਕ ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸਨ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਡਾ. ਜੈਦੀਪ ਆਰਿਆ ਅਤੇ ਡਾ. ਅਜੀਤ ਸਿਡਾਨਾ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾ. ਸਪਨਾ ਨੰਦਾ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਕਾਲਜ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸਨ, ਸੈਕਟਰ-20, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ; ਸ਼੍ਰੀ ਅਨੀਲ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਸ਼੍ਰੀ ਸੰਦੀਪ ਸਰਮਾ, ਸੀਨੀਅਰ ਸਪੈਸਲ ਐਜੂਕੇਟਰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਡਾ. ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ ਹਾਜਰੀ ਰਹੀ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ 4 ਮਈ 2026 ਨੂੰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦਘਾਟਨ ਸਮਾਰੋਹ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਵਿਸੇਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸਨ ਵਿੱਚ ਬੜੇ ਉਤਸਾਹ ਨਾਲ ਭਾਗ ਲਿਆ। ਅੱਜ ਦੇ ਸੈਸਨ ਨੇ ਇੱਕ ਮਜਬੂਤ ਸੰਦੇਸ ਦਿੱਤਾ"ਯੋਗ ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਜਸਨ ਹੈ।" ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਸਪਨਾ ਨੰਦਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਸਾਲ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਨਯੋਗ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਨਾਲ ਸੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ। ਸ਼੍ਰੀ ਅਨੀਲ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਮਨਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅੰਤਰਰਾਸਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਯੋਗ ਦੇ ਜਰੀਏ ਸਾਰੀਰਿਕ ਸਿਹਤ, ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਹੱਤਵ 'ਤੇ ਜੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸਨ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਯੋਗ ਵਿਸ਼ੇਸਗਿਆ ਮਿਸਿਜ ਮਨੀਸਾ ਸਰਮਾ (ਯੋਗ ਥੈਰਾਪਿਸਟ) ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਡਾ. ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਦੀ ਮਾਹਿਰ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸਾਲੀ ਅਤੇ ਸਮਾਵੇਸੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪਹਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਮਾਵੇਸਤਾ ਅਤੇ ਸਮੂਹਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਨ ਅਤੇ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਉਤਸਾਹ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨਾਲ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਤਤਪਰ ਹਨ।

ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿੱਚ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਉਪਲੱਖ ਵਿੱਚ ਕਾਊਂਟਡਾਊਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 4 ਮਈ (ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਵਰਮਾ)- ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਰੀਹੈਬਿਲਿਟੇਸ਼ਨ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਇੰਟੇਲੈਕਚੁਅਲ ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀਜ਼ ਸੈਕਟਰ-31, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵੱਲੋਂ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਉਪਲੱਖ ਵਿੱਚ 21 ਜੂਨ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਰਾਸ਼ਟਰਵਿਆਪੀ ਕਾਊਂਟਡਾਊਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਜੋਸ਼ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਹਰ ਸਾਲ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ-ਜੋ ਸਾਲ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਮਾ ਦਿਨ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਮਾਨਯੋਗ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਜੀ ਦੀ ਦੂਰਦਰਸ਼ੀ ਪਹਲ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ, ਸਾਂਝ ਅਤੇ ਸਮੂਹਿਕ ਭਲਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਅਤੇ ਵੱਲੋਂ 4 ਤੋਂ 8 ਮਈ 2026 ਤੱਕ ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਟਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਡਾ. ਜੈਦੀਪ ਆਰਿਆ ਅਤੇ ਡਾ. ਅਜੀਤ ਸਿਡਾਨਾ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾ. ਸਪਨਾ ਨੰਦਾ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਕਾਲਜ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ, ਸੈਕਟਰ-20, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ; ਸ਼ਰੀ ਅਨੀਲ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਸ਼ਰੀ ਸੰਦੀਪ ਸ਼ਰਮਾ, ਸੀਨੀਅਰ ਸਪੈਸ਼ਲ ਐਜੂਕੇਟਰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਡਾ. ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਕੋਰ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹਾਜ਼ਰੀ ਰਹੀ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ 4 ਮਈ 2026 ਨੂੰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦਘਾਟਨ ਸਮਾਰੋਹ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਟ ?ਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਭਾਗ ਲਿਆ। ਅੱਜ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨ ਨੇ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ—"ਯੋਗ ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਸਪਨਾ ਨੰਦਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਸਾਲ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਨਯੋਗ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ ?ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ। ਸ਼ਰੀ ਅਨੀਲ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਮਨਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਯੋਗ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਸ਼ਾਰੀਰਿਕ ਸਿਹਤ, ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਹੱਤਵ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਟਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਯੋਗ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗਿਆ ਮਿਸਿਜ਼ ਮਨੀਸ਼ਾ ਸ਼ਰਮਾ (ਯੋਗ ਥੈਰਾਪਿਸਟ) ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਡਾ. ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਕੋਰ ਦੀ ਮਾਹਿਰ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਸਮਾਵੇਸ਼ੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਆਯੋਗ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪਹਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਮਾਵੇਸ਼ਤਾ ਅਤੇ ਸਮੂਹਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਨ ਅਤੇ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨਾਲ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਤਤਪਰ ਹਨ।

हरियाणा योग आयोग के सहयोग से GRIID, चंडीगढ़ में 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में काउंटडाउन कार्यक्रम का शुभारंभ

दिनांक टाइम्स ब्यूरो

चण्डीगढ़। गवर्नमेंट रिहैबिलिटेशन इंस्टीट्यूट फॉर इंटेलेक्चुअल डिसएबिलिटीज (GRIID), सेक्टर-31, चंडीगढ़ द्वारा हरियाणा योग आयोग के सहयोग से 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में 21 जून तक चलने वाले राष्ट्रव्यापी काउंटडाउन कार्यक्रम का शुभारंभ बड़े उत्साह एवं उमंग के साथ किया गया।

प्रतिवर्ष 21 जून को मनाया जाने वाला अंतर्राष्ट्रीय योग दिवसजो वर्ष का सबसे लंबा दिन भी होता हैमाननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी की दूरदर्शी पहल है, जिसका उद्देश्य वैश्विक स्तर पर स्वास्थ्य, सामंजस्य एवं समग्र कल्याण को बढ़ावा देना है। इसी परिप्रेक्ष्य में हरियाणा योग आयोग एवं GRIID द्वारा 4 से 8 मई 2026 तक पाँच दिवसीय कॉमन योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया जा रहा है।

यह कार्यक्रम हरियाणा योग आयोग के अध्यक्ष डॉ. जयदीप आर्य एवं डॉ. अजीत सिडाना के मार्गदर्शन में आयोजित किया जा रहा है। इस अवसर पर डॉ. सपना नंदा, प्राचार्य, गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ एजुकेशन, सेक्टर-20, चंडीगढ़; श्री अनिल कुमार, प्राचार्य, GRIID; श्री संदीप शर्मा, सीनियर स्पेशल एजुकेटर, GRIID तथा हरियाणा योग आयोग से डॉ. जसप्रीत कौर की गरिमामयी उपस्थिति रही।

कार्यक्रम के प्रथम दिवस (4 मई 2026) पर त्रक्रढ्ढष्ठ एवं हरियाणा योग आयोग द्वारा संयुक्त रूप से उद्घाटन समारोह का आयोजन संस्थान परिसर में किया गया। इस अवसर पर विशेष विद्यार्थियों ने कॉमन योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण सत्र में अत्यंत उत्साह के साथ भाग लिया। आज के सत्र ने एक सशक्त संदेश दियायोग हर बच्चे की क्षमता का उत्सव है।

अपने संबोधन में डॉ. सपना नंदा ने कहा कि यह वर्ष 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का प्रतीक है, जो माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी की प्रेरणा से प्रारंभ की गई एक महत्वपूर्ण पहल है। उन्होंने सभी प्रतिभागियों को योग को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाने हेतु प्रेरित किया।

श्री अनिल कुमार, प्राचार्य, GRIID ने विद्यार्थियों को 21 जून को आयोजित होने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की तैयारी के लिए नियमित योग अभ्यास करने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने योग के माध्यम से शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक संतुलन एवं व्यक्तित्व विकास के महत्व पर बल दिया।

कॉमन योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण सत्र का संचालन योग विशेषज्ञ श्रीमती मनीषा शर्मा (योग थेरेपिस्ट) एवं हरियाणा योग आयोग से डॉ. जसप्रीत कौर के कुशल मार्गदर्शन में किया जा रहा है, जिससे सभी प्रतिभागियों की प्रभावी एवं समावेशी सहभागिता सुनिश्चित हो रही है।

हरियाणा योग आयोग एवं GRIID इस प्रकार की पहल के माध्यम से समावेशिता एवं समग्र विकास को बढ़ावा देने के लिए प्रतिबद्ध हैं तथा 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को और अधिक उत्साह एवं व्यापक सहभागिता के साथ मनाने के लिए तत्पर हैं।