SURYA FOUNDATION

# सूर्या फाउण्डेशन

## मासिक पत्रिका

## जून – 2024

शिक्षा

स्वास्थ्य

पर्यावरण

स्वावलंबन

समरसता

# संदेश...

**पद्मश्री**
**जयप्रकाश अग्रवाल**
**चेयरमैन - सूर्या फाउण्डेशन**

हम सभी मेरा गाँव मेरा बड़ा परिवार के भाव से गाँव को शिक्षित, स्वस्थ, संस्कारित, समरस एवं स्वावलंबी बनाने का कार्य कर रहे हैं। एक ओर जहाँ भारत ने आत्मनिर्भर बनने के लिए अभूतपूर्व विकास का मार्ग अपनाया है, वहीं दूसरी ओर हम अपने पूर्वजों के द्वारा दिये गये आदर्श मूल्यों, संस्कारों, समृद्ध परंपराओं को जन-जन तक पहुँचाने का कार्य भी कर रहे हैं। गर्मी में पानी को अमृत के समान माना जाता है, मनुष्य को प्यास लगती है तो वह कहीं से भी पानी मांग कर पी लेता है, लेकिन मूक पशु पक्षियों को प्यास में तड़पना पड़ता है, हालांकि जब वे प्यासे होते हैं तो घरों के सामने दरवाजे पर आकर खड़े हो जाते हैं। कुछ लोग पानी पिला देते हैं तो कुछ लोग भगा भी देते हैं। इस गर्मी में पशु पक्षियों की प्यास बुझाने के लिए लोगों को प्रयास करना चाहिए। इसी के साथ बढ़ो आगे ही आगे हम होंगे कामयाब।

# सिलाई से उभरते रोजगार के अवसर...

मध्य प्रदेश के भिण्ड जिले के सिंगवारी गाँव में सूर्या सिलाई प्रशिक्षण केन्द्र संचालित है। जिसमें गाँव की माताऐं बहनें सिलाई सीखने आती हैं। इस माह सूर्या सिलाई केन्द्र को ग्वालियर मार्केट से लोवर सिलाई का कार्य मिला इस कार्य में गाँव की अन्य स्वयं सहायता समूह की महिलाएँ भी जुड़ रही हैं। जिससे सिलाई सीखने के साथ-साथ उनके आय में भी वृद्धि हो रही है और अपने परिवार को सशक्त बना रही हैं।

# विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना के अन्तर्गत विभिन्न स्थानों पर लगाये गये पौधे









## बहादुरगढ़, झज्जर (हरियाणा)

सूर्या सिलाई केन्द्र पर सिलाई सीखने वाली बहनों व महिलाओं को प्रमाण पत्र व सिलाई शिक्षिका को सिलाई मशीन भेंट की गई।

# ग्राम संगठन बैठक

मध्य प्रदेश के सीहोर जिले के ग्राम थूनाकला में ग्राम संगठन के सदस्यों, स्वयं सहायता समूह की 50 महिलाओं, सूर्या संस्कार केन्द्र, यूथ क्लब एवं सिलाई केन्द्र के शिक्षकों के साथ बैठक कर गाँव के विकास कार्यों के लिए चर्चा किया गया। जिसमें सूर्या फाउण्डेशन के वाइस चेयरमैन आ. वेद जी एवं सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना के सलाहकार श्री निशांत जी उपस्थित रहे।

# सामुदायिक भवन का सौंदर्यीकरण

## गाँव गोल्लापुरम : हिन्दूपुर (आन्ध्र प्रदेश)

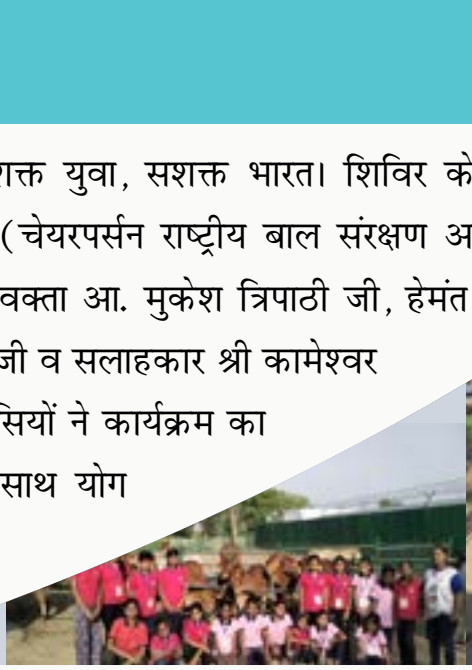
आंध्र प्रदेश के हिंदूपुर क्षेत्र के गोल्लापुरम गाँव में सूर्या फाउण्डेशन के द्वारा सामुदायिक भवन का सौंदर्यीकरण किया। इस कार्य में शौचालयों का निर्माण, बिजली की सुविधा, पानी की सुविधा और बरसाती पानी अंदर ना घुसे इस प्रकार के निर्माण कार्य हुये। उद्घाटन कार्यक्रम में ग्राम सरपंच एन देवराजू, सूर्या कम्पनी के एच. आर विभाग शिव प्रसाद, पूर्व जेड.पी.टी.सी के.एल आदिनारायण, वेलुगु सी.सी आदिनारायण आदि शामिल हुए।

# ग्रामीण व्यक्तित्व

इस वर्ष अप्रैल और मई माह में ग्रामीण व्यक्तित्व विकास शिविर का आयोजन देशभर के 18 राज्यों के 256 गाँवों में किया गया था। इस शिविर में देशभर के 7680 भैया बहनों ने भाग लिया। प्रत्येक गाँव से 2-2 भैया बहनों को चयनित कर दिल्ली स्थित सेवा साधना स्थली झिंझोली में 15 दिवसीय ग्रामीण व्यक्तित्व विकास शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में देशभर के 8 राज्यों से 184 शिविरार्थियों ने भाग लिया। शिविर में शिविरार्थियों ने कराटे, प्राकृतिक चिकित्सा, ध्यान, घुड़सवारी, निशानेबाजी, क्राफ्टिंग और योग के साथ-साथ लीडरशिप, भाषण कला आदि

# विकास शिविर

गतिविधियों में भाग लिया। संस्था का लक्ष्य है सशक्त युवा, सशक्त भारत। शिविर के समापन समारोह में मुख्य अतिथि श्री प्रियांक कानूनगो जी (चेयरपर्सन राष्ट्रीय बाल संरक्षण आयोग, दिल्ली) सूर्या फाउण्डेशन के वाईस चेयरमैन मुख्य वक्ता आ. मुकेश त्रिपाठी जी, हेमंत शर्मा जी, आदर्श गाँव योजना प्रमुख श्री प्रमोद आसरे जी व सलाहकार श्री कामेश्वर जी प्रमुख रूप से उपस्थित रहे। लगभग 200 ग्रामवासियों ने कार्यक्रम का आनंद लिया। समापन में सांस्कृतिक कार्यक्रम के साथ योग पिरामिड और कराटे एवं मास पी.टी का प्रदर्शन किया गया।



# विश्व योग दिवस

## 18 राज्य | 264 गाँव | 12055 योग साधक

कौशाम्बी (उ.प्र.)

जोधपुर (राजस्थान)

सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना के अन्तर्गत इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून 2024) पर 'स्वयं एवं समाज के लिए योग' के सिद्धांत पर देशभर के 18 राज्यों के 264 गाँवों में 12055 लोगों को योगाभ्यास कराया गया। शिविर में योग साधकों को दैनिक जीवन में स्वस्थ्य रहने के लिए विभिन्न यौगिक क्रियाओं, आसन, प्राणायाम, सूर्यनमस्कार एवं ध्यान का सामूहिक अभ्यास करवाकर होने वाले लाभों के बारे में विस्तृत जानकारी प्रदान की गयी। इस बार अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम 'समाज के लिए योग' के सिद्धांत पर आधारित रही। जिसके तहत योग अभ्यास साधकों एवं आमजन को नियमित करवाया गया। नियमित योगाभ्यास से श्वास-प्रश्वास प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद मिलती है, जिससे सामान्य स्वास्थ्य में सुधार होता है, योग के अभ्यास से तनाव को कम करने में मदद मिलती है, जो रोगों और मानसिक समस्याओं को दूर करने में सहायक होती है। साथ ही सभी साधकों को योग को दैनिक जीवन में उतारने का संकल्प करवाया गया।

दीनदयाल धाम, मथुरा (उ.प्र.)

भुज, (गुजरात)

राजनांदगाँव (छत्तीसगढ़)

रामगढ़, (झारखण्ड)

हिन्दूपुर (आन्ध्र प्रदेश)

काशीपुर (उत्तराखण्ड)

दार्जिलिंग (पश्चिम बंगाल)

बहादुरगढ़ (हरियाणा)

# स्वयं सहायता समूह

सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना के अन्तर्ग उत्तराखण्ड राज्य के उधमसिंह नगर जिला के गाँव गढ़ीनेगी में स्वयं सहायता समूह की महिलाओं का 5 दिवसीय महिला स्वावलंबन प्रशिक्षण शिविर लगाया गया। उद्घाटन में ग्राम प्रधान सचिन बाटला, संजय जी (ट्रैनर), रेखा तिवारी जी (क्लस्टर कोषाअध्यक्ष) सहित कुल 25 महिला शिविरार्थी उपस्थित रहीं। इस 5 दिवसीय शिविर के दौरान Cleaning Product बनाने की विधि सिखाई गई जिसमें सर्फ, हैंडवॉश, डिसवॉश, फिनायल, बाथरूम क्लीनर, फर्स क्लीनर, टी-पाल इत्यादि वस्तुओं का प्रशिक्षण दिया गया। प्रशिक्षण ले रही सभी महिलाओं को प्रशिक्षण सर्टिफिकेट भी दिया गया।

# : महिला स्वावलम्बन

## स्वयं सहायता समूह की महिलाओं द्वारा बनाया गया वाशिंग पाउडर

महिलाओं को समूह में छोटी-छोटी बचत करने तथा अपनी छोटी-मोटी जरूरतों की पूर्ति हेतु समूह में ही न्यूनतम दर पर लेन-देन हेतु सक्षम बनाने में सहयोग महिलाओं का सामाजिक एवं आर्थिक सशक्तिकरण करना है। उत्तर प्रदेश के काशी क्षेत्र के नकाइन गाँव में स्वयं सहायता समूह की महिलाओं द्वारा नकाईन गाँव में वाशिंग पाउडर बनाया गया। वाशिंग पाउडर को बनाकर गाँव में बिक्री के साथ-साथ अन्य गाँवों में भी बिक्री के लिए प्रयास किया जा रहा है। जिससे महिलाएँ आत्मनिर्भर और सशक्त बनकर अपने परिवार को आर्थिक रूप से मदद भी कर रही हैं।

## स्वयं सहायता समूह की महिलाओं द्वारा लगाया गया स्टॉल

आन्ध्र प्रदेश, हिन्दूपुर के गुडमपल्ली गाँव में स्वयं सहायता समूह की महिलाओं ने सूर्या कम्पनी में स्टॉल लगाकर विभिन्न प्रकार के खाद्य पदार्थों से संबंधित चिप्स और रागी पापड़, लड्डू चिक्की, मक्का, हाथ से बनी फूलों की मालाएँ आदि बेचीं। इसमें महिलाओं को काफी मुनाफा हुआ।

# समाचार पत्रों में कार्यक्रम की झलकियाँ...

## सूर्या साधना स्थली झिंझौली में व्यक्तित्व विकास प्रशिक्षण शिविर का शुरू



बच्चों को प्रशिक्षण देते प्रशिक्षक।

**सवेरा न्यूज/कुलदीप सिंह खरखौदा, 15 जून** : झिंझौली गांव स्थित सूर्या साधना स्थली में ग्रामीण व्यक्तित्व प्रशिक्षण शिविर का शुभारंभ किया गया है। प्रशिक्षण केंद्र में शारीरिक मानसिक बौद्धिक आध्यात्मिक एवं नैतिक विकास के साथ-साथ अनेक स्किल एक्टिविटीज कराई जाएंगी। शिविर का उद्घाटन सूर्या फाउंडेशन वाइस चेयरमैन ब्रिगेडियर डीसी पंत ने किया। इस शिविर के माध्यम से मध्य प्रदेश, राजस्थान, गुजरात, छत्तीसगढ़, हरियाणा, उत्तराखंड, उत्तर प्रदेश ,दिल्ली के 182 बच्चों को प्रशिक्षण दिया जाएगा। शिविर के माध्यम से बच्चों को हॉर्स राइडिंग, शूटिंग, भारत का इतिहास, प्राकृतिक चिकित्सा, सुलेख पत्र लेखन और महापुरुषों के विषय में जानकारी देकर प्रशिक्षित किया जाएगा। शिविर का समापन 18 जून को होगा। इस मौके पर प्रमोद आसरे, कमलेश्वर, शत्रुघ्न लाल, शिव कुमार, राकेश आदि उपस्थित रहे।

## 15 दिवसीय ग्रामीण व्यक्तित्व विकास शिविर संपन्न

**सवेरा न्यूज/कुलदीप सिंह**

खरखौदा, 20 जून : साधना स्थली सेवा भारती प्रशिक्षण केंद्र गांव झिंझौली में आयोजित 15 दिवसीय ग्रामीण व्यक्तित्व विकास शिविर बुधवार को सम्पन्न हो गया। जिसमें कक्षा 5 से लेकर कक्षा 8 तक के 8 राज्यों के 182 विद्यार्थियों ने भाग लिया।

समापन समारोह के मुख्य अतिथि प्रियांक कानूनगो राष्ट्रीय बाल संरक्षण आयोग चेयरपर्सन, मुख्य वक्ता मुकेश त्रिपाठी सीनियर वाईस चेयरमैन सूर्या फाउंडेशन, हेमंत शर्मा वाईस चेयरमैन सूर्या फाउंडेशन, संजय राष्ट्रीय बाल संरक्षण आयोग सदस्य झारखंड, आशीष एसडीओ खरखौदा, प्रमोद आसरे आदर्श गाँव योजना प्रमुख, कमलेश्वर मार्गदर्शक, सुरेश संरक्षक साधना सेवा स्थली झिंझौली, शत्रुघ्न लाल शिविर प्रमुख, शिव कुमार ऑल ओवर कैंपस इंचार्ज व अन्य कार्यकर्ता उपस्थित रहे।



शिविरार्थियों को ग्रीन बेल्ट व सर्टिफिकेट देते हुए आयोजक।

मुख्य अतिथि प्रियांक ने कार्यक्रम की प्रशंसा करते हुए कहा कि सूर्या फाउंडेशन व्यक्ति निर्माण का कार्य कर रहा है। शिविरार्थियों का उत्साह वर्धन करते हुए बताया कि जब देश आजादी का 100 वीं वर्षगांठ मनायेगी तब उस समय देश का बागडोर आप सभी बाल युवा के हाथ होगी. मुख्य वक्ता मुकेश त्रिपाठी समापन कार्यक्रम की प्रशंसा करते हुए प्रतिभागी बच्चों को अपने जीवन में निरंतर आगे बढ़ाने की शुभकामनाएं दी। ट्रेनिंग के दौरान हॉर्स राइडिंग व शूटिंग सिखाई गई। विजेताओं को शील्ड मैडल व प्रशस्ति-पत्र दे कर सम्मानित किया गया। दिल्ली भ्रमण अक्षर धाम, वार मैमोरियल राज पथ दर्शन के बाद सभी अपने अपने घर को लौट गए।

## పొదుపు సంఘాల భవనాలకు...

## నూతన సొగసులు



[illegible]

## झिंझौली में वितरित किए गए धान व सब्जियों के उन्नत किस्म के बीज

अमर उजाला ब्यूरो ■ कुलदीप सिंह

खरखौदा : भारतीय कृषि अनुसंधान संस्थान एवं सूर्या फाउंडेशन द्वारा अनुसूचित जाति परियोजना कार्यक्रम के अंतर्गत गांव झिंझौली में धान व सब्जियों के उन्नत किस्म के बीज वितरित किये गये। जिसमें धान की उन्नत नस्ल के बीज जैसे पीबी 1847, पीबी 1121, पीबी 1509 के साथ साथ सब्जियों के बीज जिसमें लौकी, तोरी, करेला, पालक, खीरा आदि के बीज शामिल थे। सूर्या फाउंडेशन पिछले कई वर्षों से किसानों के उत्थान के लिए कार्यरत है। इसके अंतर्गत प्रतिवर्ष लगभग [illegible] उन्नत बीज किसान परिवारों को वितरण किए जाते है। जिससे परिवारों को पोषण की कमी न हो।

इसे पोषण वाटिका अभियान नाम दिया जाता है। इस वर्ष इस अभियान से तीन राज्यों-हरियाणा, उत्तराखंड व उत्तर प्रदेश के विभिन्न जिलों के विभिन्न गाँवों के अनुसूचित जाति के 1500 किसान लाभान्वित हुए है।

सूर्या फाउंडेशन के प्रशिक्षण केंद्र सूर्या साधना स्थली झिंझौली में इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में गांव हलालपुर, फरमाणा, [illegible] इत्यादि के 70 किसानों को धान व सब्जियों के बीज वितरित किए गए। कार्यक्रम में विशेष रूप से [illegible] उपस्थित रहे। [illegible] ने बीजों का प्रयोग, उत्पादन [illegible] प्रबंधन, बीजोपचार समेत किसान उपयोगी अनेक बातें बताई। संजय तिवारी ने कार्यक्रम में आए सभी अतिथियों का धन्यवाद किया।

## सूर्या फाउंडेशन द्वारा योग दिवस पर कराया योग

**कालवाड़ टाइम्स**





निमेड़ा/मुक्ता चौधरी। सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना द्वारा इस बार अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 की थीम महिला सशक्तिकरण के लिए योग है। योग महोत्सव 2024 का उद्देश्य महिलाओं के स्वास्थ्य और कल्याण के साथ-साथ विश्व शांति और स्वास्थ्य में सुधार पर ध्यान केंद्रित करते हुए योग को एक वैश्विक आंदोलन के रूप में फैलाना है।इस कड़ी में जयपुर के सरदारपुरा,भूटिया पुरोहितान,भूटिया रामसर,नटलालपुरा में भी योग दिवस कार्यक्रम किया गया।जिसमें फाउंडेशन जेएनसी सूरज सेन, मंगलचंद चौधरी,सुशील प्रजापत व विष्णु कुमार,राजेन्द्र शर्मा,विनोद सोढ़ाविया, कालीचरण लाल सोनिया उपस्थित रहे।

योग एक शारीरिक, मानसिक या आध्यात्मिक अभ्यास है जो भारत से उत्पन्न हुआ है और जीवन का पूर्ण तरीके का वर्णन करता है। योग केवल व्यायाम के बारे में नहीं है, बल्कि स्वयं को खोजने व आत्मा और स्वयं को पहचानने के लिए है। योग शब्द संस्कृत से लिया गया है जिसका अर्थ है जुड़ना या एकजुट होना या फिर शरीर का मिलना। भारतीय योग गुरुजी बाबा रामदेव जैसे अनेकों ने योग के बारे में जागरूकता फैलाने और इसे दुनिया भर में ले जाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस प्रत्येक वर्ष 21 जून को मनाया जाने वाला एक विश्व स्तर का कार्यक्रम है। इस साल पूरी दुनिया में 10 वीं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मना रही है। सभी देशों में योग, ध्यान, पर चर्चा और विभिन्न प्रकार के सांस्कृतिक प्रदर्शन का आयोजन करके मनाया जाता है। जो संदेश प्रसारित करते है। सूर्या फाउण्डेशन एक सामाजिक संस्था है जो देशभर में शिक्षा, स्वास्थ्य, संस्कार, स्वावलंबन, पर्यावरण संरक्षण ऐसी अनेक गतिविधियों पर काम करता है इस वर्ष 21 जून अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को " महिला सशक्तिकरण के लिए योग " है को लेकर देशभर के 18 राज्यों के 400 गाँवों के 550 योग शिक्षकों द्वारा 40 हजार महिलाओं को योग अभ्यास करवाया। इसका 16 जून से 21 जून सूर्या फाउण्डेशन योग सप्ताह चला। इस शिविर में योग साधकों को दैनिक जीवन में स्वस्थ रहने के लिए विभिन्न यौगिक क्रियाओं, आसन, प्राणायाम, सूर्यनमस्कार एवं ध्यान का सामूहिक अभ्यास करवाया व इससे होने वाले लाभों के बारे में विस्तृत जानकारी दी।

इस बार अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम" महिला सशक्तिकरण के लिए योग" है पर आधारित थी। जिसके तहत योग अभ्यास साधकों एवं आमजन को नियमित करवाया जा रहा है। आयुष मंत्रालय भारत सरकार द्वारा बताए गए कॉमन प्रोटोकॉल के अनुसार योगाभ्यास क्रम रहा। योग के माध्यम से स्वस्थ्य भारत की कल्पना को मजबूत करेंगे एवं अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाएंगे।


**SURYA FOUNDATION**

B-3/330, Paschim Vihar, New Delhi-110063

Tel. : +91-25261588, 25253681 | +91-9310214842

Email: contact@suryafoundation.org | www.suryafoundation.org