



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार
लोक संपर्क कार्यालय

समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
दैनिक भास्कर	21.06.2020	02	01-02

कोरोना संक्रमण से बचाव में योग की भूमिका अहम: प्रो. केपी सिंह

हिसार। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. के.पी. सिंह ने योग के महत्व को बताते हुए कहा कि योग, कोविड-19 के विरुद्ध एक सुदृढ़ रोग प्रतिरोधक शक्ति का आधार है, जिसे अपनाकर इस महामारी से बचा जा सकता है।

कहा कि योग से शारीरिक, मानसिक व आत्मिक उन्नति संभव है व विभिन्न प्रकार के मनोविकारों से निजात पाने में लाभदायक है। प्रो. के.पी. सिंह ने बताया कि इस महामारी के संकट के दौरान छात्र-छात्राओं को नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए ताकि वे अपने घरों में स्वस्थ रह सकें।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार लोक संपर्क कार्यालय

समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
दैनिक जागरण	21.06.2020	03	05-06

कोरोना से बचाव में योग की भूमिका अहम : केपी सिंह

जागरण संवाददाता, हिसार : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. केपी सिंह ने योग के महत्व को बताते हुए कहा कि योग, कोविड-19 के विरुद्ध एक सुदृढ़ रोग प्रतिरोधक शक्ति का आधार है। इसे अपनाकर इस महामारी से बचा जा सकता है। योग से शारीरिक, मानसिक व आत्मिक उन्नति संभव है व विभिन्न प्रकार के मनोविकारों से निजात पाने में लाभदायक है। प्रो. के.पी. सिंह ने बताया कि इस महामारी के संकट के दौरान छात्र-छात्राओं को नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए ताकि वे अपने घरों में स्वस्थ रह सकें। इसी प्रकार उन्होंने विश्वविद्यालय के सभी वैज्ञानिक, प्राध्यापकों, गैर-शिक्षक कर्मचारियों व किसानों को

आयुष विभाग के फेसबुक पेज पर 21 जून को सुबह 7 से 8 बजे के बीच होगा लाइव प्रसारण

योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया। अनुलोम-विलोम, भस्त्रिका आदि से श्वसन तन्त्र को मजबूत बनाया जा सकता है। विश्वविद्यालय गत वर्षों से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन निरंतर कर रहा है, मगर इस बार एहतियात के तौर पर अंतरराष्ट्रीय योग दिवस ऑनलाइन माध्यम से मनाया जाएगा। योग दिवस पर प्रो. केपी सिंह ने सभी नागरिकों से सामाजिक दूरी को बरकरार रखते हुए घर पर ही योगाभ्यास करने का आह्वान किया व योग को भारतीय संस्कृति की अमूल्य निधि बताया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार लोक संपर्क कार्यालय

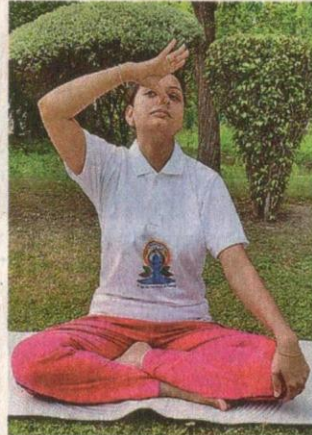
समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
दैनिक जागरण	22.06.2020	03	01-04

रोग-प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाकर कोरोना से बचाता है योग : डा. प्रियंका सोनी

जागरण संवाददाता, हिसार: अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर रविवार को समाज के सभी वर्ग एक रूप में दिखाई दिए। अधिकारियों से लेकर राजनेताओं तक, स्कूल से लेकर विश्वविद्यालय तक सभी ने इस बार ऑनलाइन योग का रास्ता अपनाया। ताकि कोरोना वायरस से बचाव किया जा सके। इसके चलते जहां डीसी डा. प्रियंका सोनी ने अपने घर से योग किया तो डिप्टी स्पीकर रणबीर गंगवा, राज्यमंत्री अनूप धानक, विधायक डा कमल गुप्ता सहित सैकड़ों गण्यमान्यों ने योग किया।

इधर चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में कुलपति प्रो. केपी सिंह, लाला लाजपत राय पशु चिकित्सा एवं पशु विज्ञान विश्वविद्यालय के कुलपति डा. गुरदियाल सिंह ने भी ऑनलाइन योग किया। सभी ने लोगों को निरोगी काया के लिए एक दिन नहीं बल्कि हर दिन योग करने की सलाह दी।

उपायुक्त डा. प्रियंका सोनी ने 6वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर अपने आवास पर योग व प्राणायाम का अभ्यास करते हुए कहा कि कोरोना वायरस से बचाव के लिए



योग दिवस पर अपने आवास पर योग व प्राणायाम का अभ्यास करती उपायुक्त डा. प्रियंका सोनी।
। ● डीआइपीआरओ

डा. प्रियंका सोनी और जिला के अन्य अधिकारियों व कर्मचारियों ने सुबह 7 से 8 बजे के बीच अपने आवास पर योग व प्राणायाम किया

हमारी रोग-प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होनी आवश्यक है। यह योगासन व प्राणायाम के माध्यम से संभव है। उपायुक्त डा. प्रियंका सोनी सहित

नित्य आदत में शामिल करें योग को

डा. प्रियंका सोनी ने कहा कि योग व प्राणायाम केवल एक दिन या प्रतीकात्मक रूप से करने की नहीं बल्कि नित्य प्रति अपनी आदत में शामिल करने की ऐसी जीवन शैली है जो हमारे मन को एकाग्र करती है और शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करती है। उन्होंने कहा कि हर व्यक्ति को सुबह-सुबह कम से कम 1 घंटा योग का अभ्यास अवश्य करना चाहिए। ऐसा करने वाला व्यक्ति धीरे-धीरे योगी बन जाता है और शारीरिक व मानसिक दुर्बलता का शिकार नहीं होता है। उपायुक्त ने जिलावासियों को छठे अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की बधाई देते हुए कहा कि वर्तमान में चल रहे कोरोना वायरस से बचने व दूसरों को बचाने के लिए हर व्यक्ति को अपनी जिम्मेदारी समझते हुए अपना योगदान देना चाहिए।



अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विधायक डा. कमल गुप्ता अपने आवास पर योग करते। ● डीआइपीआरओ

जिला के अन्य अधिकारीगण व कर्मचारियों ने सुबह 7 से 8 बजे के बीच अपने आवास स्थानों पर योग व प्राणायाम करके योग दिवस मनाया।

जिला आयुष विभाग के विशेषज्ञों ने फेसबुक पेज के माध्यम से जिला के हजारों व्यक्तियों को ऑनलाइन योग व प्राणायाम का अभ्यास करवाया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार
लोक संपर्क कार्यालय

समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
अमर उजाला	21.06.2020	04	06

योग से सांस प्रणाली मजबूत कर कोरोना से रहें दूर : प्रो. केपी

हिसार। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2020 के उपलक्ष्य में चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. केपी सिंह ने कहा कि योग, कोविड-19 के विरुद्ध एक सुदृढ़ रोग प्रतिरोधक शक्ति का आधार है जिसे अपनाकर इस महामारी से बचा जा सकता है। कोरोना वायरस सांस प्रणाली को हानि पहुंचाने वाली विकट महामारी है, जिसमें योग की विभिन्न क्रियाओं जैसे अनुलोम-विलोम, भस्त्रिका आदि से श्वसन तंत्र को मजबूत बनाया जा सकता है और कोरोना के विकट प्रकोप से बचा जा सकता है।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार लोक संपर्क कार्यालय

समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
अमर उजाला	22.06.2020	04	01-02



कृषि विशेषज्ञ की सलाह

डॉ. एसके सहरावत

साधारण कपास में पहला पानी बिजाई के 50 दिन बाद लगाएं

कपास की फसल को पहला पानी देने से पहले एक गोड़ी अवश्य कर लें। इससे घास - फूस नष्ट हो जाते हैं और नमी कुछ समय तक बनी रहती है। जहां तक संभव हो सिंचाई देर से करें। फसल की छंटाई करके फालतू पौधों को कतारों से निकाल दें। कतारों में पौधों की दूरी कम से कम 30 सेंटीमीटर व संकर कपास में 60 सेंटीमीटर रखें। साधारण कपास में पहला पानी बिजाई के 45-50 दिन बाद लगाएं। कपास में बिजाई के 40 - 45 दिनों के बाद सूखी गुड़ाई के बाद स्टॉप 1.25 लीटर प्रति एकड़ के 200 - 250 लीटर पानी के घोल से उपचार के बाद सिंचाई करने से भी वार्षिक खरपतवारों का उचित नियंत्रण हो जाता है।

2,4 डी इस फसल के लिए अत्यंत घातक है, इसलिए ध्यान रखें कि जिन छिड़काव यंत्रों से 2,4 डी पहले प्रयोग में लाया गया हो, उन्हें फफूंदनाशक या कीटनाशक दवाओं के छिड़काव के लिए प्रयोग में न लें। 2,4 डी का संपर्क कपास के प्रयोग में लाए जाने वाले उर्वरकों, कीट व फफूंदनाशक दवाओं के साथ भी न होने दें। समस्या हो जाने पर प्रभावित कौपलों को 15 सेंटीमीटर काट दें और फसल में नत्रजन वाली खाद डालें और 2.5 प्रतिशत यूरिया व 0.5 प्रतिशत जिंक सल्फेट के घोल का छिड़काव करें। कौपलें काटने और यूरिया व जिंक सल्फेट के छिड़काव का काम एक सप्ताह बाद दोबारा करें। चूरड़ा या माईट का प्रकोप होने पर 250 मिलीलीटर रोगोर 30 ईसी को 150 लीटर पानी में मिलाकर प्रति एकड़ छिड़कें। कोणदार धब्बों से बचाव के लिए प्रति एकड़ फसल पर 6 ग्राम स्ट्रैप्टोसाइक्लिन व 600 ग्राम कॉपर आक्सीक्लोराइड प्रति एकड़ 150 लीटर पानी के घोल का छिड़काव करें। - प्रस्तुति : अमित भारद्वाज, हिसार



डॉ. एसके सहरावत
हरियाणा कृषि
विश्वविद्यालय में
अनुसंधान निदेशक के
पद पर कार्यरत हैं।

(व्हाट्सएप नंबर) 7617566173
roh-cityreporter@roh.amarujala.com



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार
लोक संपर्क कार्यालय

समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
हरि भूमि	21.06.2020	12	02-03

कोरोना से बचाव में योग की भूमिका अहम : वीसी

हरिभूमि न्यूज ❧ हिसार

हकृवि कुलपति प्रो. केपी सिंह ने योग के महत्व को बताते हुए कहा कि योग, कोविड-19 के विरुद्ध एक सुदृढ़ रोग प्रतिरोधक शक्ति का आधार है। जिसे अपनाकर इस महामारी से बचा जा सकता है। योग से शारीरिक, मानसिक व आत्मिक उन्नति संभव है व विभिन्न प्रकार के मनोविकारों से निजात पाने में लाभदायक है। प्रो. केपी सिंह ने बताया कि इस महामारी के संकट के दौरान छात्र-छात्राओं को नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए ताकि वे अपने घरों में स्वस्थ रह सकें। उन्होंने विश्वविद्यालय के सभी

वैज्ञानिक, प्राध्यापकों, गैर-शिक्षक कर्मचारियों व किसान भाईयों को योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया। कोरोना वायरस श्वसन प्रणाली को हानि पहुंचाने वाली विकट महामारी है जिसमें योग की विभिन्न क्रियाओं जैसे अनुलोम-विलोम, भस्त्रिका आदि से श्वसन तन्त्र को मजबूत बनाया जा सकता है और कोरोना के विकटप्रकोप से बचा जा सकता है। वर्तमान स्थिति में कोविड-19 महामारी के दिशानिदेशों की अनुपालना करते हुए व एहतियात के तौर पर विश्वविद्यालय में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस ऑनलाइन माध्यम से मनाया जाएगा।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार लोक संपर्क कार्यालय

समाचार-पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
ऑनलाइन (यूनिक हरियाणा)	20.06.2020	---	---

कोरोना से बचाव में योग की भूमिका अहम : प्रोफेसर के.पी.सिंह

June 20, 2020 - Rakesh - Haryana News

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2020 के उपलक्ष में चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. के.पी. सिंह की आम जन से अपील

京东智联云618 云服务器限量优惠

京东智联云主力机型1折起，5000万京豆大放送，写评测还有机会免单。

यूनिक हरियाणा हिसार: 20 जून

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2020 के उपलक्ष में चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. के.पी. सिंह ने योग के महत्व को बताते हुए कहा कि योग, कोविड-19 के विरुद्ध एक सुदृढ़ रोग प्रतिरोधक शक्ति का आधार है जिसे अपनाकर इस महामारी से बचा जा सकता है। योग से शारीरिक, मानसिक व आत्मिक उन्नति संभव है व विभिन्न प्रकार के मनोविकारों से निजात पाने में लाभदायक है। प्रो. के.पी. सिंह ने बताया कि इस महामारी के संकट के दौरान छात्र-छात्राओं को नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए ताकि वे अपने घरों में स्वस्थ रह सकें। इसी प्रकार उन्होंने विश्वविद्यालय के सभी वैज्ञानिक,



पाठ्यापकों, गैर-शिक्षक कर्मचारियों व किसान भाईयों को योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया। कोरोना वायरस श्वसन प्रणाली को हानि पहुंचाने वाली विकट महामारी है जिसमें योग की विभिन्न क्रियाओं जैसे अनुलोम-विलोम, अष्टांगिका आदि से श्वसन तंत्र को मजबूत बनाया जा सकता है और कोरोना के विकटप्रकोप से बचा जा सकता है। विश्वविद्यालय गत वर्षों से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन निरंतर कर रहा है, परन्तु वर्तमान स्थिति में कोविड-19 महामारी के दिशानिर्देशों की अनुपालना करते हुए व पहतियात के तौर पर विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस ऑनलाइन माध्यम से मनाया जाएगा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर प्रो. के.पी. सिंह ने सभी नागरिकों से सामाजिक दूरी को बरकरार रखते हुए घर पर ही योगाभ्यास करने का आह्वान किया व योग को भारतीय संस्कृति की अमूल्य निधि बताया।