

**भारतीय वानिकी अनुसंधान एवं शिक्षा परिषद (आईसीएफआरई)  
वन अनुसंधान संस्थान, देहरादून**

**वन अनुसंधान संस्थान, देहरादून में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2026 का आयोजन**

**[21 जून, 2026]**

वन अनुसंधान संस्थान (एफआरआई), देहरादून में “स्वस्थ वृद्धावस्था हेतु योग” (Yoga for Healthy Ageing) विषय-वस्तु के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस -2026 का उत्साहपूर्वक आयोजन किया गया। इस अवसर पर आईसीएफआरई, एफआरआई, आईआरओ देहरादून तथा केन्द्रीय विद्यालय-एफआरआई के अधिकारियों, वैज्ञानिकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों सहित बड़ी संख्या में प्रतिभागियों ने सहभागिता की।

कार्यक्रम का शुभारंभ डॉ. चरण सिंह, प्रमुख, विस्तार प्रभाग, एफआरआई द्वारा सभी उपस्थित प्रतिभागियों के स्वागत के साथ हुआ। उन्होंने अपने स्वागत उद्बोधन में योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि योग न केवल शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाता है, बल्कि जीवन में संतुलन, अनुशासन तथा सकारात्मकता भी प्रदान करता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष की थीम “स्वस्थ वृद्धावस्था हेतु योग” सभी आयु वर्ग के लोगों के लिए योग की उपयोगिता एवं प्रासंगिकता को रेखांकित करती है।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित डॉ. विनीत कुमार, उप महानिदेशक (शिक्षा एवं भर्ती बोर्ड), आईसीएफआरई ने सभी को संबोधित किया। अपने संबोधन में उन्होंने योग को भारत की प्राचीन एवं अमूल्य धरोहर बताते हुए कहा कि नियमित योगाभ्यास स्वस्थ, संतुलित एवं तनावमुक्त जीवन की आधारशिला है। उन्होंने स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग की आवश्यकता पर बल देते हुए कहा कि योग शारीरिक क्षमता, मानसिक दृढ़ता तथा भावनात्मक संतुलन को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। उन्होंने सभी प्रतिभागियों से योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया।

इसके उपरांत प्रतिभागियों को माननीय प्रधानमंत्री जी के अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर दिए गए संबोधन का सीधा प्रसारण दिखाया गया। प्रधानमंत्री जी के प्रेरणादायी विचारों ने उपस्थित जनसमूह को योग को जन-जन तक पहुँचाने तथा स्वस्थ समाज के निर्माण में योगदान देने के लिए प्रेरित किया।

तत्पश्चात योग गुरु श्री एस. पी. सिंह के निर्देशन में योग सत्र का आयोजन किया गया। उन्होंने प्रतिभागियों को विभिन्न योगासनों, प्राणायाम तथा ध्यान की विधियों का अभ्यास कराया। योग सत्र में 100 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया तथा योगाभ्यास किया।

कार्यक्रम का समापन डॉ. देवेन्द्र कुमार, वैज्ञानिक-एफ, विस्तार प्रभाग, एफआरआई द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ। उन्होंने सभी प्रतिभागियों की सक्रिय सहभागिता के लिए आभार व्यक्त किया तथा कार्यक्रम के सफल आयोजन हेतु विस्तार प्रभाग की आयोजन समिति एवं सहयोगी दल के प्रति विशेष धन्यवाद ज्ञापित किया।

यह आयोजन स्वस्थ जीवनशैली, मानसिक एवं शारीरिक कल्याण तथा योग के प्रति जागरूकता को बढ़ावा देने की दिशा में एफआरआई एवं आईसीएफआरई की प्रतिबद्धता का प्रतीक रहा।

## ICFRE–FOREST RESEARCH INSTITUTE, DEHRADUN

### International Yoga Day 2026 Celebrated at FRI, Dehradun

[21 June, 2026]

The International Day of Yoga 2026 was celebrated with great enthusiasm at the Forest Research Institute (FRI), Dehradun, under the theme “**Yoga for Healthy Ageing.**” The programme witnessed active participation from officers, scientists, staff members, students, and representatives from various institutions including ICFRE, FRI, IRO Dehradun, and KV-FRI.

The programme commenced with a welcome address by **Dr. Charan Singh, Head, Extension Division, FRI**, who warmly welcomed all the participants and highlighted the significance of yoga in promoting physical, mental, and emotional well-being. He emphasized that the theme “Yoga for Healthy Ageing” aptly reflects the role of yoga in maintaining health, vitality, and quality of life across all age groups.

The gathering was addressed by **Dr. Vineet Kumar, Deputy Director General (Education and Recruitment Board), ICFRE**. In his address, Dr. Vineet underscored the importance of incorporating yoga into daily life for achieving holistic health and wellness. He highlighted that yoga is a priceless gift of India’s ancient tradition that promotes harmony between body and mind while contributing to a healthier and more balanced lifestyle. He also emphasized that regular practice of yoga can play a vital role in healthy ageing by enhancing physical fitness, mental resilience, and overall well-being.

Following his address, the participants viewed the **live broadcast of the Hon’ble Prime Minister’s address** on the occasion of International Day of Yoga, which inspired the audience to adopt yoga as a way of life and to contribute towards building a healthier society.

Thereafter, a yoga session was conducted by Yoga Guru **Sh. S. P. Singh**, who guided the participants through various yogic practices, breathing exercises, and meditation techniques. More than **100 participants** enthusiastically took part in the session and performed the yoga protocols with great zeal and commitment.

The programme concluded with a **Vote of Thanks** delivered by **Dr. Devender Kumar, Scientist-F, Extension Division, FRI**. He expressed his sincere gratitude to all the participants for their active involvement and appreciated the efforts of the organizing team of the Extension Division, FRI, for successfully conducting the event.

The celebration reaffirmed the commitment of FRI and ICFRE towards promoting health, wellness, and sustainable living through the practice of yoga.

