



YOGSEVAK SHEESHPAL

Chairman - Gujarat State Yog Board

Office: E Wing, Block No. 3, 4th Floor, Karmayogi Bhavan,
Sector 10, Gandhinagar-382010 Tele: 079-232 58342/58343
Mobile: 97243 36801 Email Id: chmnyogboard@gujarat.gov.in

તા. ૧૨/૦૮/૨૦૨૫

પ્રતિ,
કલેક્ટરશ્રી,

.....

આશા છે કે આપ સહ કુશળ હશો,

હાલમાં મેદસ્વિતા એક વૈશ્વિક આરોગ્ય સમસ્યા બની છે. મેદસ્વિતા એ માત્ર શરીરની ચરબી વધવાની સમસ્યા નથી. પરંતુ તે હૃદયરોગ, ડાયાબિટીસ, હાઈ બ્લડપ્રેશર, ઘૂંટણ દર્દ, કમર દર્દ, કેન્સર અને અન્ય ગંભીર રોગોનું મુખ્ય કારણ બન્યું છે. આધુનિક જીવનશૈલી, અસંતુલિત આહાર અને શારીરિક સક્રિયતાના અભાવના કારણે આજની પેઢી વધુ મેદસ્વિતા તરફ ધકાયેલ છે.

દેશના વડાપ્રધાનશ્રી માન. નરેન્દ્ર મોદીજીએ પણ " મન કી બાત" કાર્યક્રમમાં મોટાપાને લઈ ચિંતા વ્યક્ત કરી છે. અને ગુજરાત સરકારશ્રી દ્વારા ગુજરાતની જનતાને સ્વસ્થ રાખવા અને મેદસ્વિતાથી મુક્ત રાખવા ગુજરાતના માન. મુખ્યમંત્રીશ્રી ભુપેન્દ્રભાઈ પટેલએ વિધાનસભા સત્રમાં " સ્વસ્થ ગુજરાત, મેદસ્વિતા મુક્ત ગુજરાત " અભિયાનની ઘોષણા કરી છે.

ગુજરાત સરકારશ્રીના આ સંકલ્પને સાકાર કરવા અને આ અભિયાનને આગળ વધારવા ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડ દ્વારા " સ્વસ્થ ગુજરાત, મેદસ્વિતા મુક્ત ગુજરાત " અભિયાન અંતર્ગત માન.વડાપ્રધાનશ્રીના ૭૫ માં જન્મદિવસ નિમિત્તે સમગ્ર ગુજરાતમાં ૧૭ સપ્ટેમ્બર-૨૦૨૫ થી ૧૭-ઓક્ટોબર-૨૦૨૫ સુધી સવારના ૦૬-૩૦ થી ૦૮-૦૦ કલાક દરમિયાન મેદસ્વિતા ઘટાડવા માટે સમગ્ર ગુજરાતમાં ૭૫ સ્થળોએ (લિસ્ટ સામેલ છે.) ૧૦૦ લોકો સાથે ૩૦ દિવસીય રીઝલ્ટ ઓરીએન્ટેડ મેદસ્વિતા કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. આ અભિયાનનો હેતુ લોકોને યોગ, આર્યુવેદ અને આહાર થકી મેદસ્વિતા કઈ રીતે ઘટાડવી તે માટેના આસનો, પ્રાણાયામ, ડાયટ વિગેરેની જાણકારી આપી મેદસ્વિતા દૂર કરવા માટે વિશેષ મેદસ્વિતા કેમ્પોનું આયોજન કરેલ છે.

સરકારશ્રીના માધ્યમથી ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડ દ્વારા શરૂ કરવામાં આવેલ આ અભિયાનમાં આપ સહભાગી થઈ વધુમાં વધુ લોકો રજીસ્ટ્રેશન કરી (લીંક: <https://forms.gle/JpEzUTWATiWsMP6y6>) આ કેમ્પમાં જોડાઈ અને આપના માધ્યમથી વધુમાં વધુ પ્રચાર પ્રસાર થાય અને લોકોને લાભ થાય તે માટે સરકારશ્રીના આ અભિયાનમાં આપના તરફથી સહયોગ આપવા વિનંતી છે.

જય જય ગરવી ગુજરાત !

શ્રીપતિશાહી

29/9 12890

સદૈવ આપનો,
21/10/2025
યોગસેવક શીશપાલ | ચેરમેન
ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડ (ગુજરાત સરકાર)