# समग्र स्वास्थ्य में प्रमाण पत्र पाठ्यक्रम

## Certificate Course in Holistic Health (C.C.H)

NiH

National Institute of Holistic Health (NIH)

New Delhi (India)

डॉ. विनोद कश्यप

चेयरमैन

Affiliated with:

GREEN LIVING GROUP

GLG YOGA SCHOOL-VIETNAM

# भूमिका

स्वास्थ्य आज के जीवन की सबसे बड़ी आवश्यकता है। हमें अपने स्वास्थ्य को निरंतर ठीक रखने के लिए अपने आहार,अपने विचार व अपने व्यवहार को ठीक करना होगा, तभी हम शारीरिक मानसिक व आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ रह सकते हैं और यही स्वास्थ्य की सही परिभाषा भी है।

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार मनुष्य की आयु लगभग 300 वर्ष मानी जाती थी। परंतु आज के परिवेश में हम अपने शरीर को 100 वर्ष तक पूर्ण रूप से स्वस्थ रख सकते हैं और इसके लिए हमें अपने आहार, व्यवहार व विचार को पूर्ण रूप से सात्विक रखना होगा।

स्वास्थ्य के प्रति आम लोगों को वैश्विक स्तर पर जागरूक करने के लिए **नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIH)** पिछले 2 वर्षों से निरंतर कार्य कर रहा है, जिसमें स्वास्थ्य जागरूकता के लिए स्वास्थ्य-शिक्षा, स्वास्थ्य जागरूकता शिविर,सेमिनार, कॉन्फ्रेंस आदि अनेक कार्यक्रम चलाये जा रहे हैं और यह कार्य पूरे विश्व को स्वस्थ बनाने में उपयोगी रहेंगे।

...आओ, हम सब मिलकर विश्व को स्वस्थ बनाएं

**सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे संतु निरामयाः।**
**सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, मा कश्चिद दुःख भाग्भवेत्॥**
**ॐ शांतिः। शांतिः। शांतिः!!**

# उद्देश्य

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) का मानना है कि दिन-प्रतिदिन बढ़ रहे नए-नए रोगों के उपचार के लिए आधुनिक चिकित्सा पद्धति व चिकित्सालय कम पड़ रहे हैं व प्रत्येक व्यक्ति तक स्वास्थ्य सुविधाएं पहुँचाना किसी भी सरकारी तंत्र द्वारा संभव नही है। इसलिए WHO ने अपने सदस्य देशों के नागरिकों के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों (ट्रेडिशनल सिस्टम ऑफ मेडिसिन) को बढ़ावा देने का आहवान किया। इसके लिए वर्ष 2014-2023 का एक्शन प्लान तैयार किया है जिसमें योग, प्राकृतिक चिकित्सा को भी शामिल किया गया है।

मानव शरीर ईश्वर की अनुपम कृति है। मनुष्य सदैव स्वस्थ एवं समृद्ध रहे इसलिए प्रकृति ने भिन्न भिन्न प्रकार के फल- फूल, नदियाँ-झरने व ऋतुएं बनाई हैं, परंतु हमारी नासमझी व प्रकृति के नियमों की अवहेलना करने के कारण हम प्रायः रोगों से ग्रस्त हो जाते हैं जिससे शारीरिक, मानसिक व आर्थिक रूप से हम कमजोर हो रहे हैं। अपने शरीर को पुनः स्वस्थ करने के लिए हमें अनेक प्रकार की स्वास्थ्य पद्धितियों व औषधियों का सेवन भी करना पड़ता है।

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIH) की स्थापना का उद्देश्य समाज के प्रत्येक व्यक्ति को स्वास्थ्य शिक्षा के प्रति सजग व जागरूक करना है।

# समग्र स्वास्थ्य में सर्टिफिकेट कोर्स

Certificate Course in Holistic Health (C.C.H)

**NIH** द्वारा 1 माह का सर्टिफिकेट कोर्स आरम्भ किया गया है जिसमें स्वास्थ्य जागरूकता संबंधित बेसिक शिक्षा दी जायेगी।

**GLG YOGA SCHOOL-VIETNAM** द्वारा कोर्स को मान्यता प्रदान की गई है।

**कोर्स का नाम:** सर्टिफिकेट कोर्स इन हॉलिस्टिक हेल्थ (CCH)

**अवधि:** 1 माह

**शैक्षिक योग्यता:** 10वीं पास

- विद्यार्थी को कोर्स Digital Study Material दिया जाएगा।
- 1 माह में कुल 4 ऑनलाइन कक्षाएं रहेगी।
- 1 महीने बाद विद्यार्थी की ऑनलाइन परीक्षा (Objective Type) होगी।
- परीक्षा के बाद उत्तीर्ण विद्यार्थी को नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ द्वारा प्रमाण पत्र दिया जाएगा।

(कोर्स संबंधी जानकारी के लिए www.nihh.co.in पर लॉगईन करें।)

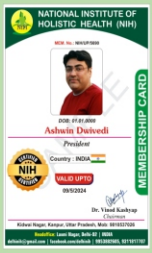
**विद्यार्थियों के लिए अन्य सुविधाएं:**

- समग्र स्वास्थ्य पर नियमित सत्र (योग, प्राकृतिक चिकित्सा, आहार, एक्यूप्रेशर)
- विभिन्न रोगों पर नियमित वेबिनार।
- NIH की आजीवन सदस्यता।
- ई-डायरेक्ट्री की आजीवन सदस्यता।
- ई-मैगज़ीन व स्वास्थ्य संबंधित अन्य जानकारी।

# Benefits of MEMBERSHIP

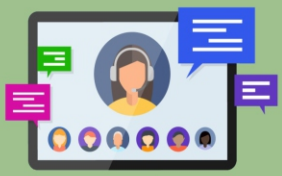
## Membership fee:

-General Member : Rs. 500/- (Two Years)
-Executive Members : Rs. 1500/- (Two Years)
-Lifetime Membership : Rs. 5100/-




Digital Membership Card

Monthly bilingual E-magazine



Free Monthly Webinar

Spl.discount for Seminar/Conferences

Special discount for Naturopathy treatment in IPD/OPD hospitals/centre's at National level.

Weekly Virtually Consultation with prior appointment...

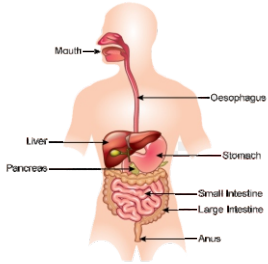
.....& many more

Join Today

# NATIONAL INSTITUTE OF HOLISTIC HEALTH (NIH)

www.nihh.co.in | delhinih@gmail.com | facebook.com/delhinih | 9953882605, 9311817707

# पाठ्यक्रम (Syllabus)




**CCH01** - मानव शरीर क्रिया विज्ञान

**CCH02** - प्राकृतिक चिकित्सा

**CCH03** - आहार विज्ञान

**CCH04** - योग क्रिया विज्ञान

**CCH05** - एक्यूप्रेशर

# कोर्स के लाभ...

1. कोर्स करने के उपरांत आप अपने परिवार एवं मित्रगण को स्वास्थ्य संबंधी सलाह दे सकते हैं।

2. लाइफ स्टाइल बीमारियों की रोकथाम एवं उपचार में सहयोगी बन सकते हैं।

3. आप अपने व अपने परिवार के  स्वास्थ्य को ठीक रख सकते हैं।

4. स्कूल कॉलेज एवं अन्य सामाजिक संस्थाओं में स्वास्थ्य संबंधी व्याख्यान देकर उन्हें जागरूक कर सकते हैं।

5. समाचार पत्र व पत्रिकाओं में अच्छे स्वास्थ्य के लेख भेज सकते हैं।

6. अपना स्वास्थ्य अच्छा कैसा रहे? इसके लिए आप एक अच्छा वीडियो बनाकर अपने मित्रों एवं संबंधियों को भेज सकते हैं।

# Affiliation

## राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर NIH की फ्रेंचाइजी/संबद्धता

NIH की अधिकृत फ्रेंचाइजी/संबद्धता को चलाने के लिए व्यक्ति या संस्थान निम्नलिखित लिंक पर आवेदन कर सकते हैं:

**https://forms.gle/AAG2KeUqtxLS3wXC9**

**आवेदन कैसे करें?**

इच्छुक व्यक्ति/संस्थान ऑनलाइन आवेदन पत्र भरेंगे और उचित शुल्क निम्न लिंक पर जमा करेंगे:

**https://forms.gle/7Z4f76hvcH9TWDe47**

**आपको क्या मिलेगा?**

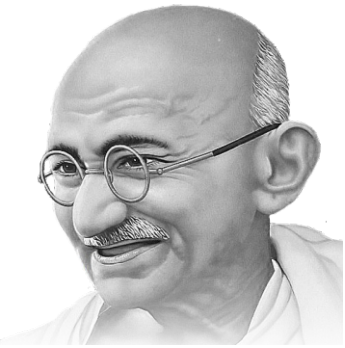
- NIH वेबसाइट के माध्यम से व्यापक प्रचार (सोशल मीडीया व प्रिंट मीडिया)
- परामर्श और पाठ्यक्रमों के लिए ऑनलाइन consultation
- जिला/राज्य/राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर व्यापक प्रचार।

**-अधिक जानकारी व Affiliation हेतु संपर्क करें:**

**निदेशक**- नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIH)
**पता:** दिल्ली
**फोन:** 9953882605, 9311817707
**वेबसाइट:** www.nihh.co.in
**ईमेल:** delhinih@gmail.com

**डॉ. विनोद कश्यप**
चेयरमैन
नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIH)
फोन: 9953882605

# प्राकृतिक चिकित्सा का परिचय



प्राकृतिक चिकित्सा वास्तव में तत्व चिकित्सा है जिसमें पंच तत्वों अर्थात आकाश, वायु, अग्नि, जल एवं पृथ्वी की मदद से सभी प्रकार के रोगों का उपचार किया जाता है। प्राकृतिक चिकित्सा को विभिन्न नामों से भी जाना जाता है जैसे- प्राकृतिक चिकित्सा, नेचर क्योर, नैचुरोपैथी, निसर्गोपचार आदि। प्राकृतिक चिकित्सा केवल रोगों का उपचार करने की पद्वति नही हैं वरन् यह स्वस्थ आनन्द से भरपूर दीर्ध आयु से भरा जीवन यापन करने की कला है। प्राकृतिक चिकित्सा में नियमों एवं सिद्धान्तों का पालन करने पर मनुष्य यदि स्वस्थ रहता है तो ठीक इसके विपरीत नियमों एवं सिद्धान्तों का पालन न करने पर वह रोगयुक्त भी हो सकता है। भारत में प्राकृतिक चिकित्सा के पुनरूस्थान की शुरूआत जर्मनी के प्रसिद्ध वैज्ञानिक लुई कुने की पुस्तक **'न्यू साइंस ऑफ हीलिंग'** के अनुवाद के साथ हुई। श्री डी0 वैंकटचेलापति शर्मा ने लगभग सन् 1894 के आसपास इस पुस्तक का अनुवाद तेलगू भाषा में किया। उत्तर प्रदेश बिजनौर के निवासी श्री श्रोतीकृष्ण स्वरूप जी ने इस पुस्तक का हिन्दी व उर्दू भाषा में अनुवाद सन् 1904 में किया। इस पुस्तक के माध्यम से प्राकृतिक चिकित्सा को विशेष प्रचार मिला।

आनंदीबेन पटेल
राज्यपाल, उत्तर प्रदेश

सत्यमेव जयते

राज भवन
लखनऊ - 226 027

25 फरवरी, 2021

## सन्देश

मुझे यह जानकर अत्यन्त प्रसन्नता हुई कि नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हैल्थ, नई दिल्ली द्वारा पुस्तिका 'आपका स्वास्थ्य–आपके हाथ' का प्रकाशन किया जा रहा है।

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हैल्थ प्रत्येक व्यक्ति एवं परिवार को स्वास्थ्य के क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में एक मिशन के रूप में कार्य कर रहा है। मैं संस्था के प्रयासों की सराहना करती हूँ। मुझे पूर्ण विश्वास है कि पुस्तिका सभी के लिए उपयोगी सिद्ध होगी।

पुस्तिका 'आपका स्वास्थ्य–आपके हाथ' के सफल प्रकाशन के लिये मैं अपनी हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित करती हूँ।

आनंदीबेन

( आनंदीबेन पटेल )

दूरभाष : 0522-2236497 फैक्स : 0522-2239488 ईमेल : hgovup@nic.in वेबसाइट : www.upgovernor.gov.in

॥श्रीःकृपा॥

Junapeethadhishwar Acharya Mahamandleshwar
Swami Avdheshanand Giri Ji Maharaj

Master Seat:
**HARIHAR ASHRAM**
Pare Ka Mandir, Kankhal, Haridwar - 249 408 (Uttarakhand) India
Phone : + 91 1334 246974 Fax : +91 1334 246973





President
Bharat Mata Mandir
Samanvaya Sewa Trust
Bharat Mata Mandir,
Saptsarovar Marg,
Haridwar-249410 Uttarakhand ,India
Phone: 01334- 260256, 326190
Fax: 01334- 260981
e-mail : bharat.samanvaya@yahoo.in

President
Hindu Dharma Acharya Sabha
The voice of Collective Consciousness

Founder:
Prabhu Premi Sangh Charitable Trust
Prabhu Prem Ashram, Jagadhari Road,
Ambala Cantt. 133 006 (Haryana) INDIA
Phones : +91 171 2699335
Fax : +91 171 2699367
website : www.prabhupremisangh.org
e-mail : pps.ambala@gmail.com,
prabhuprem@hotmail.com
/ AvdheshanandG


NO.- 005/HARIHAR KUMBH/HARIDWAR दिनांक - 18.03.2021

आदरणीय डॉ. विनोद कश्यप जी,
सादर ॐ नमो नारायणाय !!

अत्यन्त हर्ष का विषय है कि आपके द्वारा 'आपका स्वास्थ्य आपके हाथ' नामक पुस्तक का प्रकाशन किया जा रहा है। धर्म, अर्थ काम, मोक्ष आदि पुरुषार्थों की सिद्धि स्वस्थ और निरोगी काया द्वारा ही संभव है, इसलिए अच्छा स्वास्थ्य मनुष्य की श्रेष्ठतम संपदा है। आयुर्वेद के अनुसार जब दृष्टा स्वयं में स्थित नहीं होता तो वह अस्वस्थ कहलाता है, इसलिए शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए सद्विचारों का अवलम्बन नितांत आवश्यक है। स्वस्थ और आयुष्य संपन्न जीवन के लिए आहार शुचिता भी परमावश्यक है।

अनियंत्रित जीवनशैली के कारण मनुष्य प्रकृति से दूर होता जा रहा है। प्राकृतिक जीवनशैली का अभाव और अनियंत्रित भोगवांछाये भी रुग्णता का एक कारण है। मुझे इस बात का हर्ष है कि आपने अपनी पुस्तक में अच्छे स्वास्थ्य के लिए प्राकृतिक घटकों की उपादेयता को सम्यक ढंग से रेखांकित किया है। प्राकृतिक चिकित्सा का व्यापक रूप में प्रचार–प्रसार देश में एक नई स्वास्थ्य क्रांति को जन्म देगा।

आपकी रचनाधर्मिता और लोकोपकारी प्रवृत्ति को अनुभूत करके प्रसन्न हूँ। पुस्तक के प्रकाशन पर अनेकानेक शुभकामनाएं !!

शुभेच्छु

(स्वामी अवधेशानन्द गिरि)

# मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान

आयुष मंत्रालय, भारत सरकार

६८, अशोक रोड, गोल डाक खाना के समीप, नई दिल्ली – ११०००१

**MORARJI DESAI NATIONAL INSTITUTE OF YOGA**

Ministry of AYUSH, Govt. of India

68, Ashok Road, Near Gole Dak-khana, New Delhi – 110 001

एमडीएनआईवाई

MDNIY

***Dr. Ishwar V. Basavaraddi***

***Director***


F.No.91-01/MDNIY/PAD/2021-22/2530

09th March, 2021

To,

Dr. Vinod Kashyap,
Chairman,
National Institute of Holistic Health (NIH)
707, 2nd Floor, West Guru Angad Nagar,
Laxmi Nagar, Delhi-110092

Sir,

I am happy to note that National Institute of Holistic Health (NIH) is bringing out a booklet titled "Your Health in Your Hands" which lists out various benefits of Yoga Naturopathy, Natural Diet and Acupressure. As the saying goes "Prevention is better than cure", good health achieved through various forms of physical fitness as well as healthy diet provides greater immunity against any illness.

I am sure this booklet comes handy to millions of people in achieving better health.

With regards,

Yours sincerely,

(Dr. I. V. Basavaraddi)
Director

# Ahimsa Vishwa Bharti

Tele : +91-11-25732317
Mob. : +91-9313833222
Website : ahimsavishwabharti.org
E-mail : acharya@ahimsavishwabharti.org

'Acharya Lokesh Ashram'
63/1, Old Rajender Nagar
Near Karol Bagh Metro Station
New Delhi - 110 060 (India)


## शुभकामना संदेश - आचार्य लोकेश

मुझे यह जानकर बहुत प्रसन्नता हुई कि 'नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIH)' द्वारा "आपका स्वास्थ्य-आपके हाथ" पुस्तिका का प्रकाशन किया जा रहा है। पुस्तिका में योग, प्राकृतिक चिकित्सा, एक्यूप्रेशर, आहार व शरीर रचना-क्रिया विज्ञान की सरल व सटीक जानकारी दी गई है।

स्वास्थ्य जीवन की परम आवश्यकता है। हमें अपने स्वास्थ्य को निरंतर ठीक रखने के लिए आहार, विचार व व्यवहार को ठीक करना होगा, तभी हम शारीरिक मानसिक व आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ रह सकते हैं और यही स्वास्थ्य की सही परिभाषा भी है।

भारत की पुरातन चिकित्सा पद्धति-योग, नेचुरोपैथी, एक्यूप्रेशर व आहार विज्ञान अस्वस्थ होने पर हमें रोगमुक्त करने का सबसे सरल माध्यम है।

कोरोना महामारी के कारण पूरा विश्व स्वास्थ के लिए संघर्ष कर रहा था।परंतु जिन्होंने इस संकट-काल में योग, सात्विक आहार व सकारात्मक सोच को अपनाया वे पूर्ण रूप से स्वस्थ रहे।

स्वास्थ्य के प्रति आम लोगों को वैश्विक स्तर पर जागरूक करने के लिए नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIH) पिछले 2 वर्षों से निरंतर कार्य कर रहा है। मुझे बहुत प्रसन्नता है कि नेशनल संस्थान के चेयरमेन डॉ विनोद कश्यप ने प्राकृतिक चिकित्सा के लिए पिछले कई वर्षों से अपना जीवन समर्पित कर रखा है, उनके द्वारा तैयार किया हुआ ग्रंथ जन-जन के लिए बहुत ही उपयोगी सिद्ध होगा ।

पुस्तिका के सफल प्रकाशन के लिए अहिंसा विश्व भारती की ओर से बहुत-बहुत शुभकामनाएं।

आचार्य लोकेश

(आचार्य डॉ लोकेश)
संस्थापक, अहिंसा विश्व भारती

सोम प्रकाश, भा.प्र.से. (से.नि.)
SOM PARKASH, I.A.S. (Retd.)
ਸੋਮ ਪ੍ਰਕਾਸ਼, ਆਈ.ਏ.ਐਸ.(ਰਿਟਾ)

सत्यमेव जयते

राज्य मंत्री
वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय
भारत सरकार
Minister of State
Commerce & Industry
Government of India

## शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर अति प्रसन्नता हो रही है कि नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIHH) द्वारा "आपका स्वास्थ्य आपके हाथ" पुस्तिका का प्रकाशन किया जा रहा है जिसमें योग, नेचुरोपैथी, एक्यूप्रेशर व आहार विज्ञान को सरल भाषा में प्रस्तुत किया गया है। स्वास्थ्य आज के जीवन की सबसे बड़ी आवश्यकता है। हमें अपने स्वास्थ्य को निरंतर ठीक रखने के लिए अपने आहार, अपने विचार व अपने व्यवहार को ठीक करना होगा, तभी हम शारीरिक मानसिक व आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ रह सकते हैं और यही स्वास्थ्य की सही परिभाषा भी है।

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार मनुष्य की आयु लगभग 300 वर्ष मानी जाती थी। परंतु आज के परिवेश में हम अपने शरीर को 100 वर्ष तक पूर्ण रूप से स्वस्थ रख सकते हैं और इसके लिए हमें अपने आहार, व्यवहार व विचार को पूर्ण रूप से सात्विक रखना होगा। साथ ही साथ भारत की पुरातन चिकित्सा पद्धति योग, नेचुरोपैथी, एक्यूप्रेशर व आहार विज्ञान को इसमें शामिल करना होगा। मुझे बहुत प्रसन्नता है कि स्वास्थ्य के प्रति आम लोगों को वैश्विक स्तर पर जागरूक करने के लिए नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ हॉलिस्टिक हेल्थ (NIHH) पिछले 2 वर्षों से निरंतर कार्य कर रहा है।

आशा करता हूँ कि यह पुस्तिका जन-जन के लिए उपयोगी सिद्ध होगी। पुस्तिका के सफल प्रकाशन के लिए बहुत-बहुत शुभकामनाएं।

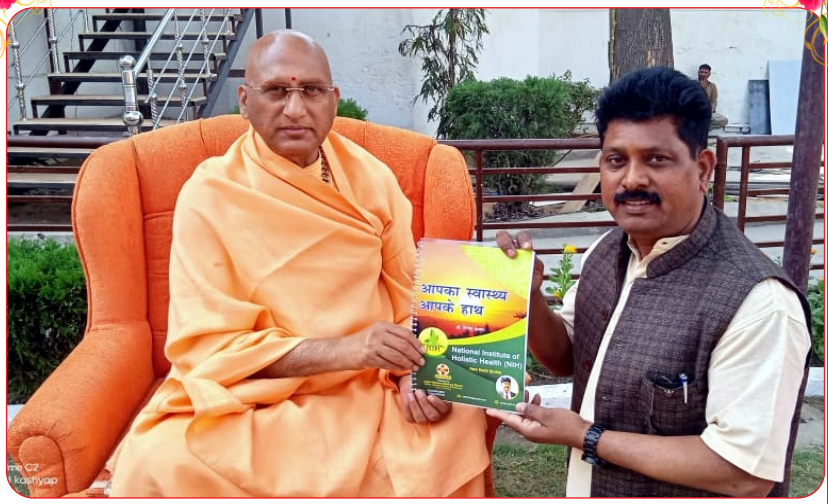
(सोम प्रकाश)

MAKE IN INDIA

Digital India
Power To Empower

#startupindia

Office : Room No. 34, Udyog Bhawan, New Delhi-110107 Tel. : 011-23061265, 23061266 Fax : 011-23061267
Residence : Bungalow No. 7, Lodhi Estate, New Delhi-110003
E-mail : mos-dpiit@gov.in, somparkash.mos@gmail.com




श्री पंचदशनाम जूना पीठ के आचार्य महामण्डलेश्वर परमपूज्यनीय स्वामी अवधेशानंद गिरी जी महाराज का आर्शीवाद प्राप्त हुआ।

प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के अवसर पर गुजरात के माननीय राज्यपाल आचार्य देवव्रत के साथ डॉ. विनोद कश्यप।

लोकसभा अध्यक्ष श्री ओम बिरला से अवार्ड प्राप्त करते हुए।

वर्ष 2001 में अखिल भारतीय प्राकृतिक चिकित्सा परिषद् के 28 वें राष्ट्रीय सम्मेलन में प्रसिद्ध उद्योगपति एवं सूर्या फाउण्डेशन के चेयरमैन पदम्श्री जयप्रकाश जी के साथ।

छत्तीसगढ़ की माननीय राज्यपाल सुश्री अनुसुइया उइके एवं पदम्श्री जयप्रकाश जी द्वारा सम्मानित किया गया।

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (आयुष मंत्रालय, भारत सरकार) के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवारड्डी के साथ।

केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री डॉ. हर्ष वर्धन, पदम्श्री जयप्रकाश जी, डॉ. आर. एस. डवास एवं डॉ. पी. के. सूरी के साथ चर्चा करते हुए।

उत्तर प्रदेश योग एशोसिएशन द्वारा "कोरोना योद्धा" अवार्ड से मुज़फ्फरनगर में सम्मानित किया गया।

प्रसिद्ध फिल्म अभिनेत्री एवं सांसद हेमा मालिनी व वरिष्ठ पत्रकार दीपक चौरसिया को सम्मानित करते हुए।

प्रसिद्ध ई. एन. टी. विशेषज्ञ एवं आयुष मंत्रालय ( भारत सरकार ) के सदस्य डॉ. एम. के. तनेजा, वरिष्ठ महिला रोग विशेषज्ञ डॉ. तारिनी तनेजा द्वारा दिल्ली में व सोलापुर, महाराष्ट्र में "लाईफ टाइम अचिवमेंट अवार्ड" से सम्मानित किया गया।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर बंगलूरू, कर्नाटक में सम्मानित किया गया।

आयुष विभाग, हरियाणा सरकार की डायरेक्टर डॉ. संगीता नेहरा हंसराज कॉलेज की प्राचार्य को सम्मानित करते हुए।

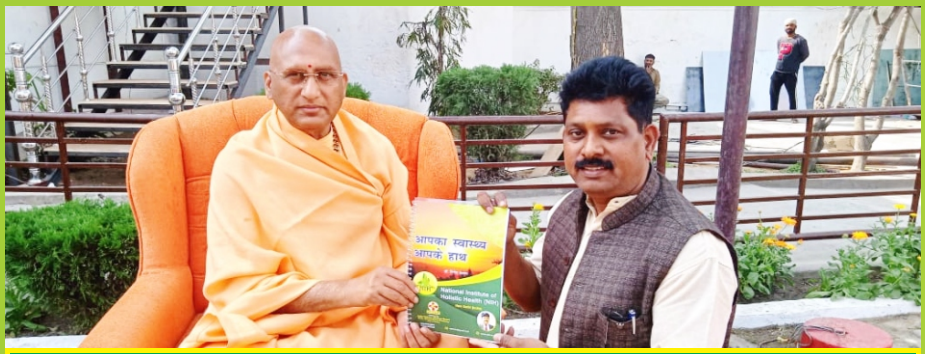
कश्मीर इन्स्टीट्यूट ऑफ नेचुरोपैथी के संस्थापक डॉ. अशरफ डार को श्रीनगर में "लाईफ टाइम अचिवमेंट अवार्ड" से सम्मानित किया गया।

वियतनाम में आयोजित कांफ्रेंस में इंटरनेशनल अवार्ड से सम्मानित किया गया।

भारत की महामहीम राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मू के साथ राष्ट्रपति भवन में भेंट।

AIIMS New Delhi में आयोजित International Conference on Medicine and Mediation में Deptt. of Physiology की HoD. डॉ. कोचर द्वारा विशिष्ट अतिथी के रूप में सम्मानित किया गया।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए भारत की ओर से आयुष मंत्रालय सरकार द्वारा सम्मानित किया गया।




श्री पंचदशनाम जूना पीठ के आचार्य महामण्डलेश्वर परमपूज्यनीय स्वामी अवधेशानंद गिरी जी महाराज द्वारा पुस्तिका प्रकाशन हेतु आर्शीवाद प्राप्त हुआ।

GREEN LIVING GROUP

एजुकेशन, ट्रेनिंग, रिसर्च एंड डेवलपमेंट के लिए
GLG YOGA SCHOOL, VIETNAM के साथ MoU SIGN किया।

NiH

## National Institute of Holistic Health (NIH)

NEW DELHI (INDIA)

9953882605
9311817707

delhinih@gmail.com

www.nihh.co.in