

دفتر، چیف پبلک ریلیشنز آفیسر

جامعہ ملیہ اسلامیہ

پریس ریلیز

منسٹری آف یوتھ افیئرز اینڈ اسپورٹس، حکومت ہند کے 'فٹ انڈیا مشن' کے حصے کے طور پر

جامعہ ملیہ اسلامیہ نے 'سندھیز آن سائیکل' منعقد کیا

6th May, 2025, New Delhi.

اساتذہ اور یونیورسٹی اسٹاف کو موٹاپے، ذیابیطس، فشارخون، امراض قلب اور طرز زندگی سے متعلق دیگر امراض سے نمٹنے کے لیے ڈپارٹمنٹ آف گیمز اینڈ اسپورٹس، جامعہ ملیہ اسلامیہ نے فٹ نیس کی ڈوز، آدھا گھنٹہ روز کے نعرے کے تحت چار مئی دو ہزار پچیس کو صبح چھ بج کر پندرہ منٹ پر 'سندھیز آن سائیکل' کا پروگرام منعقد کیا۔ ہر ہندوستانی کی روزمرہ کی زندگی میں فٹنیس کو اس کے معمولات زندگی میں شامل کرنے اور زیادہ صحت مند ملک کی تعمیر و ترقی کے مقصد سے سائیکل سواری کا یہ پروگرام منسٹری آف یوتھ افیئرز اینڈ اسپورٹس، حکومت ہند، کے 'فٹ انڈیا مشن' کی پہل کے تحت منعقد کیا گیا تھا۔

پروفیسر مظہر آصف، شیخ الجامعہ، جامعہ ملیہ اسلامیہ اور پروفیسر محمد مہتاب عالم رضوی، مسجل، جامعہ ملیہ اسلامیہ نے پروفیسر نفیس احمد (گیمز اینڈ اسپورٹس) جامعہ ملیہ اسلامیہ اور این سی سی کوآرڈینیٹر، فیکلٹی کے ڈینز، فیکلٹی اراکین اور جامعہ کے معاون اسٹاف کے ساتھ انتہائی جوش و سرگرمی کے ساتھ سائیکل سواری پروگرام میں حصہ لیا۔ سائیکل سواری کا چکر علی الصباح سوا چھ بجے شروع ہوا۔ سائیکل سواری کا چکر یونیورسٹی کے سینیٹری گیٹ (گیٹ نمبر تیرہ) سے گول دائرے میں نکلتے ہوئے فیکلٹی آف لاء سے گزرا اور فیکلٹی آف انجینئرنگ کا گول چکر لگا کر گیٹ نمبر ایک سے باہر مین روڈ پر آ گیا۔ پھر سائیکل سواروں نے ایم ایم اے جوہر مارگ سے یوٹرن لیا اور پھر آخر میں سینیٹری گیٹ (گیٹ نمبر تیرہ) میں دوبارہ داخل ہوئے۔

پروفیسر مظہر آصف نے سائیکل چلانے کی عادت کو فروغ دینے کی ضرورت پر زور دیتے ہوئے فٹنیس کے ساتھ ساتھ پائے دار عمل کو مدد اور تعاون کے لیے حاضرین کو ہمت دلائی۔ شرکانے اپنی گہری دلچسپی کا اظہار کرتے ہوئے سائیکل سواری کے پروگرام کے تئیں اپنے عہد کے اظہار کے ساتھ روزمرہ کی زندگی میں سائیکل سواری کو باقاعدہ عادت میں شامل کرنے کا عہد کیا۔ شیخ الجامعہ نے امید ظاہر کی کہ آئندہ بھی سائیکل سواری کے پروگرام منعقد کیے جائیں گے۔

پروفیسر رضوی نے روزمرہ کی زندگی میں جسمانی ورزش کی اہمیت پر زور دینے کے ساتھ فیکلٹی اور اسٹاف اراکین سے کہا کہ وہ اپنے مصروف شیڈول سے ہر دن کم از کم تیس منٹ نکالیں تاکہ جسمانی فٹنیس کے ساتھ ساتھ صحت مند زندگی بسر کر سکیں۔

پروفیسر نفیس احمد نے اپنی گفتگو میں اجمالی طور پر 'سٹڈیز آن سائیکل' پہل (ہفتہ واری پروگرام) کے پس پشت وژن کو اجاگر کیا جس میں جامعہ کے فیکلٹی اور اسٹاف اراکین نے بڑی تعداد میں شرکت کی۔ سائیکل سوار، سائیکل کی سواری کے دوران 'فٹنیس کی ڈوز، آدھا گھنٹہ روز' کے نعرے کے تحت تقریباً آدھے گھنٹے تک سائیکل چلاتے رہے۔ اس مہم کا مقصد، سائیکل سواری کو جامعہ برادری کے طرز زندگی کا جزو لاینفک بنانا، جسمانی سرگرمیوں کی حوصلہ افزائی اور صحت مند اور فٹ انڈیا کی پائے داری کے لیے اور ملک میں فٹنیس کے کلچر کو عام کرنا ہے۔

پروفیسر صائمہ سعید

چیف، تعلقات عامہ افسر، جامعہ ملیہ اسلامیہ