



पंजीयन क्र.-17195

(विद्या भारती अखिल भारतीय शिक्षा संस्थान से सम्बद्ध)

# सरस्वती विद्या प्रतिष्ठान, मध्यप्रदेश

प्रान्तीय कार्यालय: 'प्रज्ञादीप' हर्षवर्धन नगर, भोपाल-४६२००३

दूरभाष: (0755) 2761225, ई-मेल: [vidyabharti@bpl@gmail.com](mailto:vidyabharti@bpl@gmail.com),

[www.vidyabhartimp.org](http://www.vidyabhartimp.org)

Date: 7-10-1986

पत्र क्रमांक : 279/2020

दिनांक- 04/11/2020

प्रति,

श्रीमान व्यवस्थापक/प्राचार्य/प्रधानाचार्य  
सरस्वती शिशु विद्या मंदिर .....

मध्यभारत प्रान्त

बन्धुवर,

सप्रेम नमस्कार।

विद्याभारती अखिल भारतीय शिक्षा संस्थान की योजना अनुसार आयुष मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से सूर्या फाउण्डेशन व INO द्वारा 2 अक्टूबर से 18 नवंबर 2020 तक राष्ट्रीय स्तर पर "रिटर्न टू नेचर" अभियान का आयोजन किया गया है। जिसका उद्देश्य भैया/बहिनो में प्राकृतिक चिकित्सा-योग-अध्यात्म के प्रति जागरूक करना है।

इस अभियान के अंतर्गत "कौन बनेगा स्वास्थ्य रक्षक" (KBSR) व अन्य प्रतियोगिता का ऑनलाइन आयोजन किया जा रहा है। इस प्रतियोगिता को सफल बनाने हेतु अपने प्रान्त के विद्यालयों से सहयोग की अपेक्षा है।

(मोहनलाल गुप्ता)

प्रादेशिक सचिव

प्रतिलिपि:-

1. मा. अध्यक्ष/ संगठन मंत्री/ सहसंगठन मंत्री महोदय मध्यभारत प्रान्त
2. श्रीमान प्रान्त प्रमुख/ समस्त विभाग समन्वयक मध्यभारत प्रान्त।



# International Naturopathy Organisation

H.Q. : B-3/330, Paschim Vihar. New Delhi - 110063 (INDIA)

Ph.: 011-25253681, 25254962

Website : [www.inosurya.com](http://www.inosurya.com) Email : [ino.surya@gmail.com](mailto:ino.surya@gmail.com)

## Founder Chairman

Padmashree Jaiprakash Agrawal  
Industrialist & Philanthropist

## Patrons

Ms. Anusuiya Uikey,  
Hon'ble Governor - Chhattisgarh  
Padmabhushan Dr. Veerendra Heggade  
Dharmadhikari, Sri Dharamsthala Manjunatheswar  
Shri Arjunram Meghwal,  
Hon'ble Union Minister, Govt. of India  
H. H. Acharya Dr. Lokesh Muni  
Founder-Ahimsa Vishwa Bharti  
H.H. Sadguru Sri Sri Mangeshda,  
Founder-Kriya Yoga Foundation  
Padmshree Sadhu Kailash Manav,  
Founder-Narayan Sewa Sansthan  
Dr. Bhola Singh, Hon'ble MP (LS)

## International President

Nisargacharya Amrit Moonat

## National President

Dr. Anant Biradar, Delhi

## Vice Presidents

Dr. S. C. Manchanda, Delhi  
Dr. Salila Tewari, Delhi  
Dr. Nagendra Neeraj, Haridwar  
Dr. Jitendra Arya, Pune  
Dr. Vimal Modi, Gorakhpur  
Dr. D. N. Sharma, Delhi  
Dr. R. S. Dawas, Delhi  
Dr. G. Vijayalakshmi Reddy, Hyderabad  
Dr. Kirtida Ajmera, Nagpur

## Gen. Secretary

Dr. P. K. Suri, Delhi

## Joint General Secretary

Dr. Ramesh Tewani, Bhopal  
Dr. Vinod Kashyap, Delhi

## Treasurer

Bishnu Sahai Gupta, Delhi

## Jt. Treasurer

Rajeev Agrawal, Delhi

## President - International Committee

Dr. Jiten Bhatt, Vadodara

## International Coordinators

Dr. Sharad Moonat, USA  
Dr. Preeti Ranjeet, Mauritius  
Dr. Surya Bahadur Karki, Nepal  
K.B. Madhavan, UAE  
Dr. Alka Gupta, Thailand  
Dr. Ronnie. A. Royo, Philippines  
Dr. Sanjiv Paul, Ukraine  
Dr. Nitin Gupta, Japan  
Dr. Rekha Chowdhry, Kenya  
Dr. Hemali Singh, England  
Mahalu Tukaram Shermale, China  
Yogi Sohan Singh, China  
Dr. Giang Phung Tuan, Vietnam  
HK-CPA (IA), CMA Vijendra Kumar Gupta,  
Hong Kong

दिनांक 29 सितंबर, 2020

सादर प्रणाम,

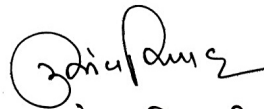
आयुष मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से सूर्या फाउण्डेशन व INO द्वारा 2 अक्टूबर से 18 नवंबर 2020 तक राष्ट्रीय स्तर पर “रिटर्न टू नेचर” अभियान का आयोजन किया जा रहा है।

जिसका उद्देश्य विद्यार्थियों में प्राकृतिक चिकित्सा-योग-अध्यात्म के प्रति जागरूक करना है।

इस अभियान के अंतर्गत “कौन बनेगा स्वास्थ्य रक्षक” (KBSR) व अन्य प्रतियोगिता का ऑनलाइन आयोजन किया जा रहा है। इस प्रतियोगिता को सफल बनाने हेतु हमें “विद्या भारती” के विद्यालयों से सहयोग की अपेक्षा है।

उपरोक्त विषय पर विद्या भारती के संगठन मंत्री आदरणीय श्री काशीपति जी एवं महामंत्री आदरणीय श्री श्रीराम आरवकर जी से “प्रज्ञा सदन” दिल्ली में भेंट कर विस्तार से चर्चा करके जानकारी दी गई थी। पत्र के साथ इस अभियान की विस्तृत जानकारी भेज रहे हैं।

शुभकामनाओं के साथ

  
मुकेश त्रिपाठी

वाइस चेयरमैन-सूर्या फाउंडेशन

  
अनंत बिरादार

राष्ट्रीय अध्यक्ष-INO



Ministry of  
AYUSH  
Govt. of India



# Kaun Banega Swasthya Rakshak

State: \_\_\_\_\_

Regd. No.: INO/KBSR0001

## CERTIFICATE OF PARTICIPATION

Certified that Master /Ms. \_\_\_\_\_

Son / Daughter of Mr. / Mrs. \_\_\_\_\_ class, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ School, has successfully participated in **Kaun Banega**

**Swasthya Rakshak (KBSR)**, a mass health awareness programme for the students organised

by **International Naturopathy Organisation (INO)** and **Surya Foundation** supported by

Ministry of AYUSH, Govt. of India at National Level to commemorate the 150th Birth

Anniversary of Mahatma Gandhi & Celebration of Naturopathy Day.

He /She secured \_\_\_\_\_ % marks.

We wish him /her good health, prosperity and all success in life.



**Anant Biradar**

(National President-INO)



**Dr. Vinod Kashyap**

Convener - Return to Nature Campaign



**Hemant Sharma**

Vice Chairman-Surya Foundation



**International Naturopathy Organisation (INO)**

www.inosurya.com | www.suryafoundation.org



महात्मा गांधी की 150वीं जयंती एवं  
प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में

# रिटर्न टू नेचर

अभियान-2020

2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020



## कक्षा 6 से 12 तक के विद्यार्थियों (Boys & Girls) के लिए

### ऑनलाइन प्रतियोगिताएँ

- 3 कौन बनेगा स्वास्थ्य रक्षक (KBSR) [Click here](#)
- 3 गांधी बनो प्रतियोगिता [Click here](#)
- 3 गांधी जी के प्रिय भजन [Click here](#)
- 3 भाषण प्रतियोगिता [Click here](#)

### अन्य कार्यक्रम

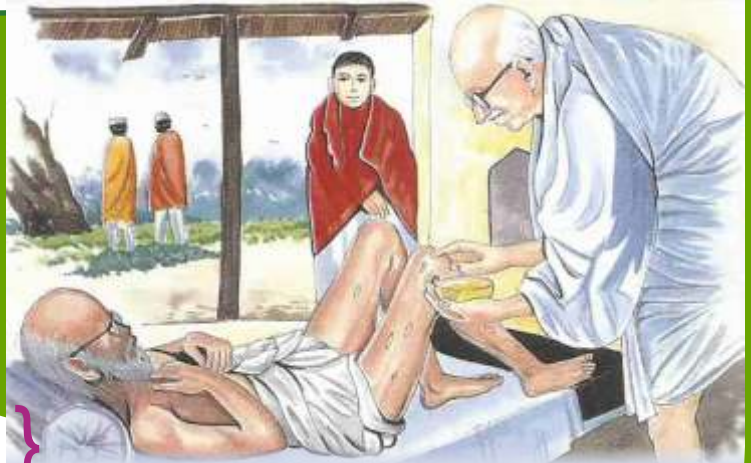
[Click here](#)

- 3 स्वच्छ भारत-स्वस्थ भारत
- 3 प्रभात फेरी
- 3 निःशुल्क चिकित्सा परामर्श शिविर
- 3 वेबीनार

यह कार्यक्रम 28 राज्यों के 500 जिलों में हो रहा है।

उपरोक्त प्रतियोगिता में भाग लेने व अन्य  
कार्यक्रम आयोजन करने हेतु [Click here](#) पर  
दिशा-निर्देश पढ़कर रजिस्ट्रेशन करें।

आयोजक



प्रकृति से दूर होना ही वर्तमान वैश्विक महामारी का कारण है। समाज को स्वास्थ्य के प्रति स्वावलंबी बनाना तथा प्राकृतिक चिकित्सा का ज्ञान व लाभ घर-घर तक पहुँचाना, ये गांधी जी का सपना था। पूज्य बापू की 150वीं जयंती व प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में प्राकृतिक चिकित्सा के महत्त्व को जनमानस में स्थापित करने हेतु 'रिटर्न टू नेचर' अभियान के अंतर्गत ऑनलाइन प्रतियोगिता व अन्य प्रमुख गतिविधियों का आयोजन राष्ट्रीय स्तर पर किया जा रहा है।

'कौन बनेगा स्वास्थ्य रक्षक (KBSR)', 'भाषण', 'गांधीजी के प्रिय भजन' व 'गांधी बनो' प्रतियोगिताओं में भाग लेने वाले सभी प्रतिभागियों को सहभागिता प्रमाण-पत्र दिया जाएगा। प्रतियोगिता में प्रथम, द्वितीय व तृतीय श्रेणी के विजेताओं को प्रमाण-पत्र व प्रतीक चिन्ह (मेमेंटो) देकर सम्मानित किया जाएगा। KBSR में राज्य व राष्ट्रीय स्तर पर विजयी प्रतिभागियों को नगद राशि भी दी जाएगी।

रजिस्ट्रेशन के बाद आपके रजिस्टर्ड मोबाइल नंबर पर INO के अधिकृत फोन नं. 9899186046 से रजिस्ट्रेशन नंबर भेजा जाएगा। कृपया इस फोन नं. को Save कर लें।

सूर्य फाउण्डेशन एवं इंटरनेशनल नेचुरोपैथी ऑर्गेनाइजेशन (INO)

बी-3/330, पश्चिम विहार, नई दिल्ली-110063, फोन नं.: 011-25253681, 25261588 | www.inosurya.com



महात्मा गांधी की 150वीं जयंती एवं  
प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में



# रिटर्न टू नेचर

अभियान-2020

2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020

## KBSR प्रतियोगिता

(कक्षा 6 से 12 विद्यार्थियों के लिए)

### Rules & Regulations

1. प्रतियोगिता में केवल रजिस्ट्रेशन किए हुए विद्यार्थी ही भाग ले सकते हैं।
  2. यह प्रतियोगिता कक्षा 6 से 12 के विद्यार्थियों के लिए आयोजित की जाएगी।
  3. परीक्षा 2 अक्टूबर से 10 नवंबर, 2020 तक प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक रहेगी।
  4. परीक्षा की अवधि 60 मिनट के लिए होगी जिसमें आपको 50 Objective type प्रश्नों के उत्तर देने होंगे।
  5. रजिस्ट्रेशन के पश्चात आपके पंजीकृत मोबाइल नंबर पर SMS के माध्यम से लॉगइन आईडी और पासवर्ड प्राप्त होगा।
  6. अपना अकाउंट लॉगिन करने के लिए — [www.kbsrexam.inosurya.com](http://www.kbsrexam.inosurya.com) इस वेबसाइट पर SMS के माध्यम से मिला अपना लॉगिन आईडी और पासवर्ड डालना होगा।
  7. लॉगिन के बाद पाठ्यक्रम ट्यूटोरियल, वीडियो देखने और KBSR पुस्तक की सॉफ्ट कॉपी डाउनलोड करने के लिए “Study Material” टैब पर क्लिक करें।
  8. आप “सैंपल पेपर्स” टैब पर क्लिक करके भी सैंपल पेपर डाउनलोड कर सकते हैं और परीक्षा के लिए खुद को तैयार कर सकते हैं।
  9. सफलतापूर्वक परीक्षा के उपरांत सहभागिता “प्रमाण-पत्र” प्राप्त करने के लिए Download पर क्लिक करें।
  10. जिन विद्यार्थियों ने वर्ष 2019 में भाग लिया है, वे विद्यार्थी इस प्रतियोगिता में पुनः भाग नहीं ले सकते हैं।
  11. KBSR परीक्षा के नेशनल और स्टेट टॉपर्स के लिए नकद पुरस्कार तथा सर्टिफिकेट और मेडल दिया जाएगा। जिसकी विधिवत घोषणा 18 नवंबर, 2020 को की जाएगी। नकद पुरस्कार निम्न प्रकार से रहेंगे:-
    - (a) राष्ट्रीय स्तर ( प्रथम पुरस्कार ) - रु. 5100/-
    - (b) राष्ट्रीय स्तर ( द्वितीय पुरस्कार ) - रु. 3100/-
    - (c) राष्ट्रीय स्तर ( तीसरा पुरुस्कार ) - रु. 2100/-
    - (d) राज्य स्तरीय टॉपर - रु. 1100/-(प्रत्येक राज्य टॉपर के लिए व्यक्तिगत पुरस्कार)
  12. पुरस्कार की राशि 18 नवंबर, 2020 को दी जाएगी।
  13. विजयी प्रतियोगियों को अपने विद्यालय का पहचान पत्र व विद्यालय के मुख्याध्यापक / प्रधानाध्यापक द्वारा संस्तुति पत्र INO कार्यालय में भेजना होगा।
- नोट-** रिजल्ट कम्प्यूटराइज्ड होगा और सभी को सहभागिता प्रमाण पत्र दिया जाएगा।

Click here for

**Registration**

(प्रतियोगिता का परिणाम 18 नवंबर को INO की वेबसाइट [www.inosurya.com](http://www.inosurya.com) पर अपलोड किया जाएगा)



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



[www.inosurya.com](http://www.inosurya.com)



महात्मा गांधी की 150वीं जयंती एवं  
प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में



# रिटर्न टू नेचर

अभियान-2020

2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020

## गाँधी बनो प्रतियोगिता

(कक्षा 2 से 10 विद्यार्थियों के लिए)

### Rules & Regulations

रजिस्ट्रेशन की अन्तिम तिथि : 30 सितम्बर, 2020 (बुद्धवार) रात्रि 8 बजे तक  
प्रतियोगिता की तिथि : 2 अक्टूबर, 2020 (शुक्रवार) प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक

1. प्रतियोगिता में केवल रजिस्ट्रेशन किए हुए विद्यार्थी ही भाग ले सकते हैं।
2. इस प्रतियोगिता में गाँधीजी के रूप में (फैसी ड्रेस) में फोटो खींच कर भेजना है।
3. फोटो अपलोड करने के लिए लिंक आपके रजिस्टर्ड नंबर पर SMS द्वारा भेजा जाएगा।
4. प्रतियोगिता में कक्षा 2 से 5 (प्राइमरी) व कक्षा 6 से 10 (जूनियर) के विद्यार्थी भाग ले सकते हैं।
5. प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए दिनांक 2 अक्टूबर, 2020 (शुक्रवार) को प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक लिंक पर फोटो (अधिकतम 10MB) अपलोड करना है। (प्रतियोगिता हेतु लिंक 2 अक्टूबर (शुक्रवार) प्रातः 9 बजे खुलेगा)
6. फोटो अपलोड करने के पश्चात प्रतियोगिता में भाग ले रहे प्रतिभागी को सहभागिता प्रमाण पत्र (डिजिटल) 18 नवंबर, 2020 तक आपके रजिस्टर्ड ईमेल पर प्राप्त होगा।
7. प्रतियोगिता में राष्ट्रीय स्तर पर प्रथम, द्वितीय व तृतीय एवं प्रत्येक राज्य से एक प्रथम स्थान पाने वाले प्रतिभागी को विशेष सर्टिफिकेट व प्रतीक चिन्ह (Memento) दिया जाएगा।



Click here for

**Registration**

(प्रतियोगिता का परिणाम 18 नवंबर को INO की वेबसाइट  
www.inosurya.com पर अपलोड किया जाएगा)

@inosurya

@surya\_ino

inosurya

www.inosurya.com



महात्मा गांधी की 150वीं जयंती एवं  
प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में



# रिटर्न टू नेचर

अभियान-2020

2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020

## गाँधी जी के प्रिय भजन प्रतियोगिता

(कक्षा 6 से 12 विद्यार्थियों के लिए)

### Rules & Regulations

रजिस्ट्रेशन की अन्तिम तिथि : 9 अक्टूबर, 2020 (शुक्रवार) रात्रि 8 बजे तक  
प्रतियोगिता की तिथि : 11 अक्टूबर, 2020 (रविवार) प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक

1. प्रतियोगिता में केवल रजिस्ट्रेशन किए हुए विद्यार्थी ही भाग ले सकते हैं।
2. इस प्रतियोगिता में गाँधीजी का कोई भी एक प्रिय भजन / गीत गा सकते हैं।
3. प्रतियोगिता 11 अक्टूबर, 2020 (रविवार) को प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक रहेगी। (प्रतियोगिता हेतु लिंक 11 अक्टूबर, 2020 को प्रातः 9 बजे खुलेगा)
4. भजन / गीत विडियो रिकॉर्डिंग के पश्चात लिंक पर अपने विडियो को अपलोड करना है। (केवल विडियो रिकॉर्डिंग ही मान्य होगी)
5. विडियो अपलोड करने के लिए लिंक आपके रजिस्टर्ड नम्बर पर SMS द्वारा भेज दिया जाएगा।
6. प्रतियोगिता में कक्षा 6 से 8 (जूनियर ग्रुप) तथा कक्षा 9 से 12 (सीनियर ग्रुप) के विद्यार्थी भाग ले सकते हैं।
7. भजन / गीत की समय सीमा अधिकतम 3 मिनट होगी।
8. भजन / गीत के समय वाद्य यंत्र का प्रयोग कर सकते हैं।
9. प्रतियोगिता में भाग ले रहे प्रतिभागी को सहभागिता प्रमाण पत्र (डिजिटल) 24 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020 के बीच आपके रजिस्टर्ड ईमेल पर प्राप्त होगा।
10. प्रतियोगिता में राष्ट्रीय स्तर पर प्रथम, द्वितीय व तृतीय तथा प्रत्येक राज्य से एक प्रथम स्थान पाने वाले प्रतिभागी को विशेष सर्टिफिकेट व प्रतीक चिन्ह (Memento) दिया जाएगा।



Click here for

**Registration**

(प्रतियोगिता का परिणाम 18 नवंबर को INO की वेबसाइट  
www.inosurya.com पर अपलोड किया जाएगा)



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



www.inosurya.com



महात्मा गांधी की 150वीं जयंती एवं  
प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में



# रिटर्न टू नेचर

अभियान-2020

2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020

## भाषण प्रतियोगिता

विषय

(कक्षा 6 से 12 विद्यार्थियों के लिए)

स्वच्छ भारत - स्वस्थ भारत (कक्षा 6 से 8 के लिए)  
आरोग्य में आत्मनिर्भर भारत (कक्षा 9 से 12 के लिए)

## Rules & Regulations

रजिस्ट्रेशन की अन्तिम तिथि : 16 अक्टूबर, 2020 (शुक्रवार) रात्रि 8 बजे तक  
प्रतियोगिता की तिथि : 18 अक्टूबर, 2020 (रविवार) प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक

1. प्रतियोगिता में केवल रजिस्ट्रेशन किए हुए विद्यार्थी ही भाग ले सकते हैं।
2. इस प्रतियोगिता में जूनियर ग्रुप (कक्षा 6 से 8) व सीनियर ग्रुप (कक्षा 9 से 12) के विद्यार्थी भाग ले सकते हैं।
3. भाषण का समय अधिकतम 3 मिनट होगा।
4. भाषण के लिए हिंदी व इंग्लिश भाषा का प्रयोग करें।
5. भाषण की विडियो रिकार्डिंग के समय शुरूआत में अपना नाम, कक्षा, विद्यालय, जिला व राज्य अवश्य बताएं।
6. प्रतियोगिता 18 अक्टूबर, 2020 (रविवार) प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक रहेगी। (प्रतियोगिता हेतु लिंक 18 अक्टूबर (रविवार) प्रातः 9 बजे से रात्रि 9 बजे तक खुलेगा)
7. भाषण के विडियो (अधिकतम 500 MB) को हमारे लिंक पर अपलोड करें।
8. फोटो अपलोड करने के लिए लिंक आपके रजिस्टर्ड नंबर पर SMS के भेजा जाएगा।
9. प्रतियोगिता में भाग ले रहे प्रतिभागी को सहभागिता प्रमाण पत्र (डिजिटल) 18 नवंबर तक आपके रजिस्टर्ड ईमेल पर प्राप्त होगा।
10. प्रतियोगिता में राष्ट्रीय स्तर पर प्रथम, द्वितीय व तृतीय तथा प्रत्येक राज्य से एक प्रथम स्थान पाने वाले प्रतिभागी को विशेष सर्टिफिकेट व प्रतीक चिन्ह (Memento) दिया जाएगा।



Click here for

**Registration**

(प्रतियोगिता का परिणाम 18 नवंबर को INO की वेबसाइट  
www.inosurya.com पर अपलोड किया जाएगा)

@inosurya

@surya\_ino

inosurya

www.inosurya.com





महात्मा गांधी की 150वीं जयंती एवं  
प्राकृतिक चिकित्सा दिवस के उपलक्ष्य में



# रिटर्न टू नेचर

अभियान-2020

2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020

## अन्य कार्यक्रम

1. स्वच्छता अभियान 2. प्रभात फेरी 3. निःशुल्क चिकित्सा परामर्श शिविर 4. वेबीनार

## Rules & Regulations

### स्वच्छता अभियान

- 1. अपने क्षेत्र (गली / मोहल्ला / विद्यालय / ग्राम पंचायत/ अस्पताल) आदि को अपने सहयोगियों के माध्यम से स्वच्छ करवाना।
- 2. क्षेत्र के अनुपात से टीम बनाएँ व सफाई करने के लिए आवश्यक वस्तुओं की व्यवस्था करना।
- 3. सफाई के प्रति जागरूकता के लिए क्षेत्र के विद्यार्थी वर्ग, सामाजिक व धार्मिक संस्थाओं को सम्मिलित करना।
- 4. स्वच्छता अभियान की फोटो / विडियो बनाकर सोशल/ इलेक्ट्रॉनिक व प्रिंट मीडिया पर भेजना।

### प्रभात फेरी

- 1. 2 अक्टूबर, गाँधी जयंती के अवसर पर गाँधी जी के विचार व प्राकृतिक चिकित्सा कोटेशन लेकर अपने क्षेत्र में प्रभात फेरी निकालना।
- 2. इसके लिए विद्यालय के छात्रों, सामाजिक संस्थाओं (लॉयन्स क्लब, रोटरी क्लब आदि) को सम्मिलित करना व इसकी फोटो / विडियो बनाकर सोशल / इलेक्ट्रॉनिक व प्रिंट मीडिया पर भेजना।

### निःशुल्क चिकित्सा परामर्श शिविर

- 1. अपने क्षेत्र की सामाजिक / धार्मिक संस्थाओं, RWA व कॉरपोरेट सेक्टर के सहयोग से निःशुल्क चिकित्सा परामर्श शिविर का आयोजन करना व इसकी फोटो / विडियो बनाकर सोशल / इलेक्ट्रॉनिक व प्रिंट मीडिया पर भेजना।

### वेबीनार

- 1. 2 अक्टूबर, 2020 से 18 नवंबर, 2020 के बीच प्रत्येक रविवार (2, 11, 18, 25 अक्टूबर, 1, 8 नवंबर) को दोपहर 12 बजे से विभिन्न रोगों व स्वास्थ्य जागरूकता के वेबीनार का आयोजन INO फेसबुक पेज (www.facebook.com/inosurya) पर किया जाएगा। इसमें देश के वरिष्ठ चिकित्सकों / Experts का मार्गदर्शन मिलेगा।

नोट: कार्यक्रम के पश्चात रिपोर्ट, फोटो, विडियो पर क्लिक करके भेजें। रिपोर्ट, फोटो, विडियो प्राप्त होने के पश्चात सहभागिता प्रमाण पत्र 18 नवंबर के बाद भेजा जाएगा।

[Click here for Submit Report](#)

[Click here for Registration](#)



स्वास्थ्य में आहार-विहार का महत्व है। इसीलिए आयुर्वेद के साथ नैचुरोपैथी व योग को साथ लेकर हॉलीस्टिक हैल्थ पर काम करना है। गाँधी जी कहते थे, प्राकृतिक चिकित्सा जीवन जीने का तरीका है। उन्होंने पूरे जीवन इस पर अमल किया और प्राकृतिक चिकित्सा को जीवन का आधार बनाया।

- नरेन्द्र मोदी

माननीय प्रधानमंत्री, भारत सरकार

..... जिस निःस्वार्थ भाव से INO के चेयरमैन श्री जयप्रकाश अग्रवाल कार्य करते हैं उनका नैचुरोपैथी के प्रचार-प्रसार में एक बड़ा योगदान है। मुझे तो लगता है कि उनका नैचुरोपैथी में इतना अधिक समर्पण है कि अगर हम उनको नैचुरोपैथी का आचार्य कहें तो गलत न होगा। नैचुरोपैथी में उनकी समझ जानकारी और समर्पण को देखकर हमने निश्चय किया है कि आयुष मंत्रालय को नैचुरोपैथी के प्रचार-प्रसार में जब-जब उनकी सलाह और मार्गदर्शन की आवश्यकता होगी, हम उनका मार्गदर्शन लेंगे। यहाँ मैं यह भी कहना चाहता हूँ कि INO के अध्यक्ष डॉ. अनंत बिरादर जी भी जयप्रकाश अग्रवाल जी के मार्ग पर चलते हुए पूरी तरह से नैचुरोपैथी को समर्पित हैं व जयप्रकाश जी के साथ हनुमान की भूमिका निभा रहे हैं।



श्रीपाद नाईक

माननीय आयुष मंत्री,

भारत सरकार



पद्मश्री जयप्रकाश

चेयरमैन

सूर्या फाउण्डेशन व INO

विद्यार्थियों को स्वस्थ रहने एवं संस्कार की अच्छी बातें विद्यालय से ही मिलनी चाहिए। स्वस्थ रहने के लिए प्राकृतिक जीवनशैली, योग-अभ्यास, ध्यान, प्राणायाम व आहार-विहार का ज्ञान प्राप्त करना आवश्यक है।

महात्मा गांधी चाहते थे कि भारत की जनता स्वस्थ व स्वाबलंबी बने तथा नैचुरोपैथी का ज्ञान व लाभ घर-घर तक पहुंचे। इस हेतु इंटरनेशनल नैचुरोपैथी ऑर्गेनाइजेशन (INO) द्वारा विद्यार्थियों तथा युवाओं में प्राकृतिक चिकित्सा (नैचुरोपैथी), योगासन, ध्यान, प्राणायाम आदि के प्रति जन-जागरण हेतु “कौन बनेगा स्वास्थ्य रक्षक” (KBSR) प्रतियोगिता प्रकल्प पिछले 10 वर्षों से चलाया जा रहा है। लाखों विद्यार्थी इस प्रतियोगिता में भाग लेते हैं। प्रतियोगिता में भाग लेने के बाद विद्यार्थियों में खान-पान, स्वस्थ जीवन शैली, स्मरण शक्ति, एकाग्रता, उत्साह, उमंग, स्फूर्ति एवं सफलता के अनेक सकारात्मक परिणाम देखने को मिले हैं।

अतः देश के सभी प्राकृतिक चिकित्सक व INO कार्यकर्ताओं से मेरा आग्रह है कि 2 अक्टूबर से 18 नवंबर, 2020 तक INO द्वारा राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित KBSR प्रतियोगिताओं को सफल बनाएं।



# प्राकृतिक चिकित्सा

## गाँधी जी के विचार

भारत स्वतंत्र होने के बाद मेरे सामने एकमेव विधायक (मुख्य) कार्य होगा, वह सिर्फ प्राकृतिक चिकित्सा का प्रचार गाँव-गाँव व घर-घर में पहुँचाना। रोगियों की सेवा करने के कार्य में मुझे बचपन से ही रूचि रही है। किंतु प्राकृतिक उपचारों के ज्ञान से मुझे दृढ़ विश्वास हो गया है कि प्राकृतिक चिकित्सा द्वारा 1000 में से 999 रोगियों को स्वास्थ्य लाभ दिया जा सकता है तथा रोगी स्वयं चिकित्सक बन सकता है। ?

(12 मार्च, 1946, उरलीकांचन, पुणे)

प्राकृतिक चिकित्सा करने वाला मरीज को इलाज बेचता नहीं है। वो उसे घर पर जीवन के सही तरीकों से जीने के बारे में सिखाता है। जिससे वो सिर्फ ठीक ही नहीं होता बल्कि भविष्य में भी बीमार पड़ने से अपने आप को बचाता है। सामान्य डॉक्टर या वैद्य अधिकतर बीमारी का अध्ययन करने में विश्वास रखते हैं जबकि प्राकृतिक चिकित्सक स्वास्थ्य के प्रति ध्यान देता है। उसका असली काम तब शुरू होता है जब डॉक्टर का काम समाप्त हो जाता है। प्राकृतिक चिकित्सा में मरीज के रोग का उन्मूलन उस जीवन की शुरुआत है जहाँ बीमारी और रोगों के लिए कोई जगह नहीं होती। इसीलिए प्राकृतिक चिकित्सा जीवन का मार्ग है। प्राकृतिक चिकित्सा से हर रोग ठीक हो जाते हैं ऐसा नहीं है। दवाई भी ऐसा दावा नहीं कर सकती और ऐसा यदि होता तो हम सब अमर हो जाते।

हरिजन पत्रिका, 7-4-1946



To Commemorate the  
150th birth Anniversary of  
Mahatma Gandhi  
**Return to Nature**  
Campaign-2020

2nd October to 18th November- 2020



*For Students of Class 6th to 12th  
(Boys & Girls)*

### Online Competitions

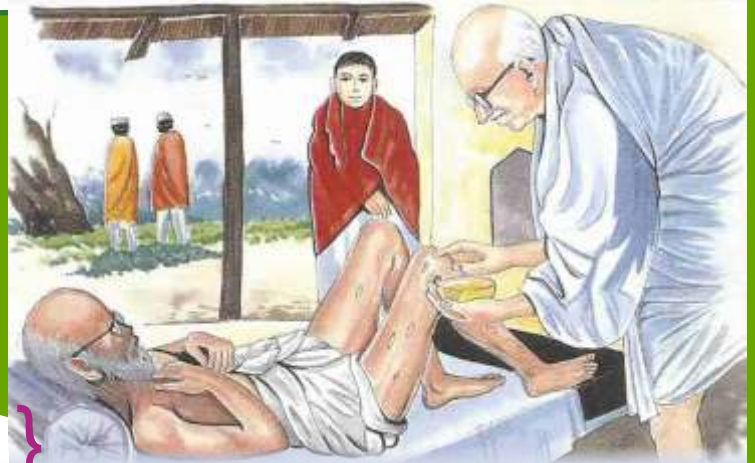
- 3 Kaun Banega Swasthya Rakshak (KBSR) [Click here](#)
- 3 Be Gandhi Competition (in Gandhi's Attire) [Click here](#)
- 3 Favorite Bhajan/Songs of Gandhi ji [Click here](#)
- 3 Lecture Competition [Click here](#)

### Other Programme

- 3 Clean India – Healthy India [Click here](#)
- 3 Morning Walk ( Prabhat Pheri) [Click here](#)
- 3 Free Treatment Consultation Camp [Click here](#)
- 3 Webinar [Click here](#)

The above programme will be organised in 28 States and 500 Districts

To participate in the above competition and organize other programmes, Please click on [Click here](#) button and register by following the guidelines.



“Keeping away from the Nature is the root cause of present Global Pandemic. Making self reliant society towards health and Naturopathy should reach to every door step was the dream of Gandhi ji. To fulfill the dream of Gandhi and to establish the importance of Naturopathy in mind of common men, RETURN TO NATURE Campaign has been started, under this campaign online competition and a there allied activities are being organized at National level.

A Participate certificate will be given to all participates of Kaun Banega Swasthya Rakshak (KBSR) competition, lecture competition, favorite Bhajan's of Gandhi Ji competition, and Be Gandhi (in Gandhi's Attire) competition. The winners of first, second and third positions will be honored with a certificate and memento. The winners of Kaun Banega Swasthya Rakshak (KBSR) competition at National and state level will also honored with cash prize. After registration, a registration number will be sent by INO from their authorized mobile number 9899186042. Please save this phone number.

organizer

Surya Foundation & International Naturopathy Organisation (INO)

B-3/330, Paschim Vihar, New Delhi-110063 | Phone : 011-25261588,25253681 | www.inosurya.com



To Commemorate the  
150th birth Anniversary of  
Mahatma Gandhi  
**Return to Nature**  
Campaign-2020

2nd October to 18th November- 2020



## KBSR Competition

(for Class 6th to 12th Students)

## Rules & Regulations

1. Only Registered students will be eligible for participation
2. This competition will be organized for students of class 6th to 12th .
3. Exam will be conducted from 2nd October to 10th November,2020 ( 09:00 am to 09:00 pm )
4. Duration of the exam will be of 60 minutes containing of 50 questions of objective type.
5. After the registration a Login ID and Password will be received on your registered mobile number through SMS.
6. A Login ID and Password received through SMS, will used while login your account on this website [www.kbsrexam.inosurya.com](http://www.kbsrexam.inosurya.com)
7. After Login, please click on Tab "Study Material" to view syllabus, Tutorials Video and to download the soft copy of KBSR book.
8. You can click on Tab " Sample Papers" to download the sample paper to prepare yourself for exam.
9. On successful completion of your Exam, you can also download your participation certificate.
10. Those students, who have participated in the year 2019, will not be eligible to participate in this competition.
11. National and State level toppers of KAUN BANEGA SWASTHYA RAKSHAK (KBSR) competition will be honored with cash prize, a certificate and a medal. The winners of the competition will be declared officially on 18th November, 2020. Cash prize will be as under:
  - (a) National level ( 1st Prize) - Rs.5100
  - (b) National level ( 2nd Prize) - Rs.3100
  - (c) National level ( 3rd Prize) - Rs.2100
  - (d) State level Topper ( 1st Prize) - Rs.1100(Individual Prize for each State Toppers)
12. Prize money will be given individually on 18th November, 2020.
13. The winning contestants have to send their school ID and recommendation Letter to the INO office by the school Headmaster / Principal.

**Note:** Result will be computerized; a certificate will be given to all participants.

Click here for

**Registration**

(Result of the competition will be uploaded on 18th November,2020 at INO website-www.inosurya.com)



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



www.inosurya.com



To Commemorate the  
150th birth Anniversary of  
Mahatma Gandhi

## Return to Nature Campaign-2020

2nd October to 18th November- 2020



## “Be Gandhi” Competition

(for Class 2nd to 10th Students)

## Rules & Regulations

**Last Date of the registration:** 30th September,2020 (Wednesday) till 8 pm  
**Date of Competition:** 2nd October, 2020 (Friday) from 9 am to 9 pm

1. Only registered students can participate in competition.
2. In this competition “As Gandhi ji” (in Gandhi's Attire) photo to be clicked and sent.
3. To upload Photo, a link will be send on your registered mobile number through SMS.
4. In this competition only the students of class 2 to 5 (Primary section) and class 6 to 10 (Junior Section) can participate.
5. To participate in this competition a photo (Maximum 10 MB) as Gandhi



- ji (in Gandhi's Attire) would be upload on link from 9am to 9pm on 2nd October 2020 (link will be open on Friday 2nd October,2020 at 09:00 am)
6. After uploading the photo participants will receive a participation certificate (digital) on their email till 18th November,2020.
7. A special certificate and memento will be given to the winners of First, Second and Third position at National level and First position at each state level.

Click here for

## Registration

(Result of the competition will be uploaded on 18th November,2020 at INO website-www.inosurya.com)



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



www.inosurya.com



To Commemorate the  
150th birth Anniversary of  
Mahatma Gandhi

## Return to Nature Campaign-2020

2nd October to 18th November- 2020



## Favorite Bhajans of Gandhi Ji Competition

(for Class 6th to 12th Students)

### Rules & Regulations

**Last Date of the registration:** 9th October,2020 (Friday) till 8 pm  
**Date of Competition:** 11th October,2020 (Sunday) from 9 am to 9 pm

1. Only registration students can participate in competition.
2. Only favorite Bhajans/Song of Gandhi ji will be sung in this competition.
3. Competition will be organized from 9am to 9pm on Sunday 11th October 2020. (The link will be open on 11th October.2020 at 9 am for Competition).
4. After recording of Bhajan / Song the your Video should be upload on link.( only video recording will be valid)
5. To upload Video, a link will be send on your registered mobile number through SMS.
6. In this competition the students of



- class 6th to 8th (Junior Group) and class 9 to 12 (Senior Group) can participate).
7. Time limit for Bhajan / Song will be maximum 3 minutes.
8. You can use your musical instrument while singing Bhajan / Song.
9. Participants will receive a participation certificate (digital) on their email till 18th November,2020.
10. A special certificate and a memento will be given to winners of First, Second and Third position at National level and First position at each state level.

Click here for

**Registration**

(Result of the competition will be uploaded on 18th November,2020 at INO website-www.inosurya.com)



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



www.inosurya.com



To Commemorate the  
150th birth Anniversary of  
Mahatma Gandhi

## Return to Nature Campaign-2020

2nd October to 18th November- 2020



### Lecture Competition

Topic

(for Class 6th to 12th Students)

Clean India-Healthy India ( for Class 6th to 8th)  
Self Reliance in Health ( for Class 9th to 12th)

## Rules & Regulations

**Last Date of the registration:** 16th October,2020 (Friday) till 8 pm  
**Date of Competition:** 18th October,2020 (Sunday) from 9 am to 9 pm

1. Only registration students can participate in competition.
2. In this competition the students of class 6th to 8th (Junior Group) and class 9 to 12 (Senior Group) can participate).
3. The time limit for lecture will be maximum 3 minutes.
4. Either Hindi or English language for lecture can be used.
5. In the beginning of lecture, you must tell your Name, Class, School, and District & State.
6. The lecture Competition will be organized from 9am to 9pm on Sunday 18th October 2020. (The link will be open on 18th



- October.2020 from 9 am to 9 pm for Competition).
7. Video of lecture ( maximum 500 MB) Should be upload on our link.
8. To upload Video, a link will be send on your registered mobile number through SMS.
9. Participants will receive a participation certificate (digital) on their email till 18th November,2020.
10. A special certificate and a memento will be given to winners of First, Second and Third position at National level and First position at each state level.

Click here for

**Registration**

(Result of the competition will be uploaded on 18th November,2020 at INO website-www.inosurya.com)



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



www.inosurya.com





To Commemorate the  
150th birth Anniversary of  
Mahatma Gandhi  
**Return to Nature**  
Campaign-2020

2nd October to 18th November – 2020



## Other Programmes

1. Cleanliness campaign 2. Morning Walk 3. Free Medical Consultation Camp 4. Webinar

## Rules & Regulations

### Cleanliness Campaign

- 1. Clean your area (street / mohalla / school / gram panchayat / hospital) etc. with the support of your associates.
- 1. Make teams by area ratio and arrange necessary items for cleaning.
- 1. Incorporating student, social and religious institutions of the area for cleanliness awareness.
- 1. Make photos / videos of cleanliness campaign and send it to social / electronic and print media.

### Morning Walk( Prabhat Pheri)

- 1. On 2nd October, on the occasion of Gandhi Jayanti, take Gandhiji's thoughts and Naturopathy quotations and make a awareness Morning walk( Prabhat Pheri) in your area.
- 1. For this, the students of the school, involving social institutions (Lions Club, Rotary Club etc.) and making their photos / videos and send them on social / electronic and print media.

### Free medical camp

- 1. Social / religious institutions of their region, Organizing free medical consultation camp in collaboration with corporate sector and make its photo / video and send it on social / electronic and print media.

### Webinar

- 1. From every Sunday (2, 11, 18, 25 October, 1 & 8 November) at 12 noon between 2nd October, 2020 to 18th November, 2020 a webinar of various diseases and health awareness will be organized on the INO Facebook page [www.facebook.com/inosurya](http://www.facebook.com/inosurya). In this, guidance will be given by the senior doctors of the country.

**Note:** After the program send the report, photo, video to this link. After receipt of report, photo, video, participation certificate will be sent after 18 November, 2020.

Click here for  
**Submit Report**

Click here for  
**Registration**



@inosurya



@surya\_ino



inosurya



[www.inosurya.com](http://www.inosurya.com)



Dietary habits are important in health. Therefore, work on holistic health by taking Naturopathy and Yoga along with Ayurveda.

Gandhiji used to say, Naturopathy is the way to live life. He practiced this throughout his life and made Naturopathy the basis of life.

***Narendra Modi***  
*Hon'ble Prime Minister,*  
*Govt. of India*

The selfless spirit with which the Chairman of the INO Mr. Jaiprakash Agarwal works has a major contribution in the promotion of Naturopathy. I feel that he has so much dedication in Naturopathy that if we call him the master of Naturopathy then it will not be wrong. Seeing his understanding and dedication in Naturopathy, we have decided that whenever the Ministry of AYUSH will need his advice and guidance in the promotion of Naturopathy, we will take his guidance. Here I also want to say that Dr. Anant Biradar ji, President of the INO, is also completely dedicated to Naturopathy following the path of Jaiprakash ji and playing the role of Hanuman with Jaiprakash ji.



***Shripad Naik***  
*Hon'ble AYUSH Minister,*  
*Govt. of India*



***Padmashree Jaiprakash,***  
*Chairman*  
*Surya Foundation & INO*

The students should get the good things from the school to stay healthy and Sanskar. To stay healthy, it is necessary to acquire the knowledge of natural lifestyle, yoga practice, meditation, pranayama and dieting.

Mahatma Gandhi wanted the people of India to be healthy and self-reliant and that the knowledge and benefits of Naturopathy should reach every household. For this, the International Naturopathy Organization (INO), to create awareness among students and youth towards Naturopathy, Yoga, Meditation, Pranayama, etc.

For this, the International Naturopathy Organization (INO) has organized a "KAUN BANEGA SWASTHYA RAKSHAK" (KBSR) competition project for the last 10 years to create awareness among students and youth towards Naturopathy, Yoga, Meditation, Pranayama etc.

Millions of students participate in this competition. After participating in the competition, there have been many positive results of food, healthy lifestyle, memory, concentration, enthusiasm, and success among the students. Therefore, I urge all the naturopaths and activists of the country to make national competitions organized by INO from 2nd October to 18th November, 2020 successful.



# **NATUROPATHY**

## **Thoughts of Gandhi ji**

After India becomes independent, I will have only one main aim, that only to promote the propagation of Naturopathy from village to village and house to house. I have been interested in the work of serving patients since childhood. But with the knowledge of Naturopathy, I strongly believe that out of 1000 patients 999 can be given health benefits by Naturopathy and the patient can become a doctor himself.

*12 March, 1946, Urulikanchan, Pune*

Naturopathy does not sell treatment to the patient. He teaches about living the right ways of life at home. With which he not only recovers but also protects himself from falling ill in future. The general doctor or physician is mostly confident in studying the disease while the naturopath pays attention to health. His real work begins when the doctor's work ends. In Naturopathy, eradication of the patient's disease is the beginning of a life where there is no place for disease and illness. That is why Naturopathy is the way of life. Not all diseases are cured with Naturopathy. Even medicine cannot make such a claim, and if it had happened, we would all be immortal.

*Harijan Magazine, 7-4-1946*