अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024

स्रोत: इकोनॉमिक टाइम्स

10वाँ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (IDY) 21 जून 2024 को **"स्वयं और समाज के लिये योग (Yoga for Self and Society)"** थीम के साथ मनाया जा रहा है।

- संयुक्त राष्ट्र द्वारा वर्ष 2014 में संकल्प संख्या 69/131 द्वारा 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया गया था।
  - इस दिन को घोषित करने का प्रस्ताव भारत द्वारा संयुक्त राष्ट्र के **69वें सत्र** में प्रस्तावित किया गया था और **175 सदस्य देशों द्वारा इसका समर्थन** किया गया था।
- **पहला अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (IDY) वर्ष 2015 में "सद्भाव और शांति के लिये योग" थीम के साथ मनाया गया** था।
  - **नई दिल्ली में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उद्घाटन कार्यक्रम से दो गिनीज़ वर्ल्ड रिकॉर्ड बने:** पहला 35,985 प्रतिभागियों के साथ सबसे बड़े योग सत्र का आयोजन और दूसरा एक ही सत्र में सबसे अधिक राष्ट्रों (84) की भागीदारी।
- विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) योग को एक स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने, शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य दोनों में सुधार करने तथा गैर-संचारी रोगों (NCDs) को नियंत्रित करने हेतु एक शक्तिशाली उपकरण के रूप में मान्यता देता है।
  - योग सतत् विकास लक्ष्यों (SDGs) को प्राप्त करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है, जिसमें **वर्ष 2030 तक शारीरिक निष्क्रियता में 15% सापेक्ष कमी लाना भी शामिल** है।
- युवा मामले और खेल मंत्रालय ने योग को एक खेल अनुशासन के रूप में मान्यता दी है और वर्ष 2015 में इसे 'प्राथमिकता' की श्रेणी में रखा।

और पढ़ें...अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

PDF Refernece URL: https://www.drishtiias.com/hindi/printpdf/international-day-of-yoga-2024