

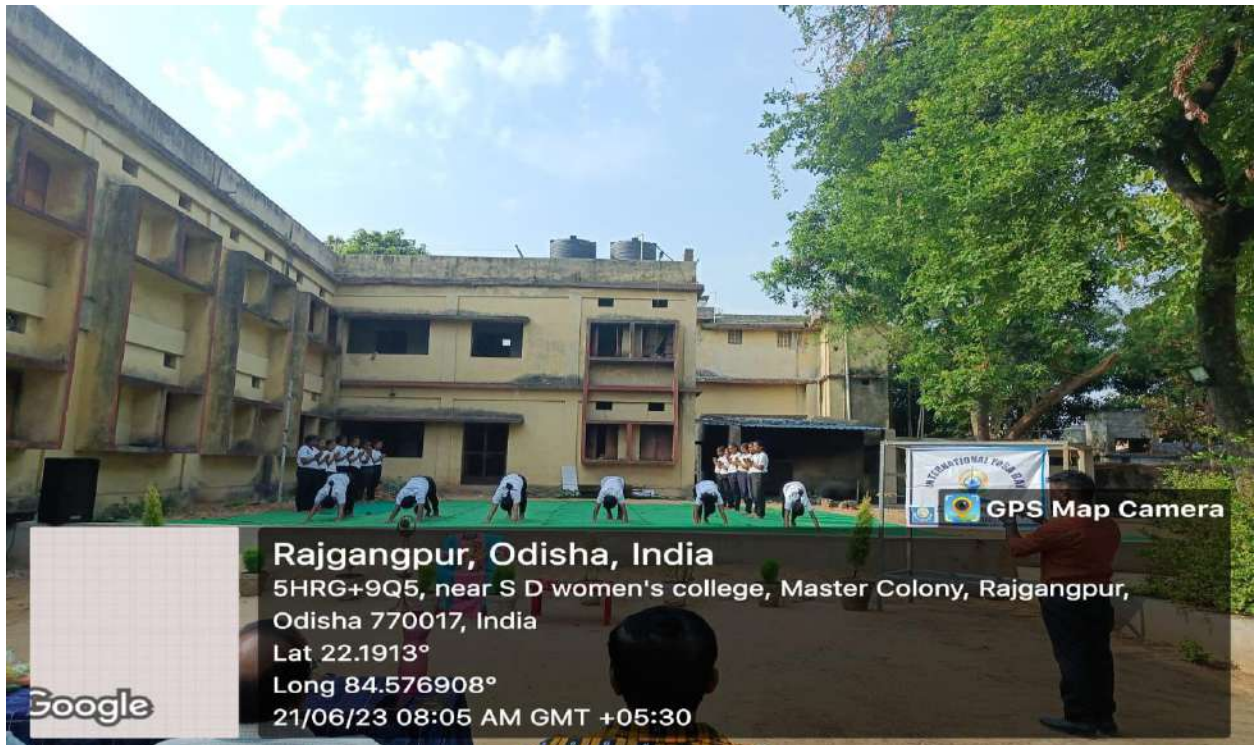
Observation of International Yoga Day 2023 S.D WOMEN'S COLLEGE, RAJGANGPUR

On 21st June 2023, International Yoga Day was observed at Sarbati Devi Women's College in the presence of all the staff members, students and honorable guests. It was organized by the NSS, NCC and YRC units of the college. This year, the theme for International Yoga Day 2023 is 'Yoga for Vasudhaiva Kutumbakam,' effectively encapsulating our collective aspiration for 'One Earth, One Family, and One Future.' Prime Minister Narendra Modi. The guests of this event were Mr Bipin Choudhary (Principal), Dr Kausalya Agarwal (ex-employee), Mr Sravan Kumar Agarwal, (Director at Chandra Engineer) and Mrs Sadhgi Agarwal (social worker).

The event was hosted by Ms Akanksha Lakra, NSS PO who gave the welcome speech. It was followed with the speech of honourable guest, Mrs Kausalya Agarwal who said that "Yoga is not only beneficial for mental health problems but for overall well-being. Regular yoga practice reduces stress and improves symptoms of anxiety and depression." The principal Mr Bipin Choudhary also spoke about his constant efforts to promote yoga at Sarbati Devi Women's college through which yoga is being practised everyday in the college by the hostel inmates. Mr. Sapan Kumar Panda, Coordinator, IQAC highlighted the global importance of YOGA and the leading role of our Nation. Mr Sravan Kumar Agarwal told how yoga has shown remarkable results in reducing anxiety and depression symptoms. It helps with emotional management, mood improvement, and brain clarity and also highlights the connection between the mind and the body. The event concluded with students performing various yoga asanas and the vote of thanks by PET, Mrs Puspalata Sarangi.







Google

Rajgangpur, Odisha, India

5HRG+9Q5, near S D women's college, Master Colony, Rajgangpur, Odisha 770017, India

Lat 22.1913°

Long 84.576908°

21/06/23 08:05 AM GMT +05:30

GPS Map Camera



Google

Rajgangpur, Odisha, India

5HRG+CFX, Master Colony, Rajgangpur, Odisha 770017, 31.9° C India

Lat 22.191456° Long 84.576649°

21/06/23 07:52 AM GMT +05:30

12.53 km/h

237.05 m

231 m

263° W

GPS Map Camera

सरबती देवी महिला कालेज में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया

राजेश दाहिमा

राजगांगपुर : शहर स्थित सुप्रसिद्ध सरबती देवी महिला कॉलेज परिसर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। मौके पर कालेज के एनएसएस, एनसीसी, वाइआरसी सहित छात्राएं, अतिथिगण उपस्थित रहकर अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया।

इस वर्ष, अंतरराष्ट्रीय योग दिवस २०२३ का विषय 'वसुधैव कुटुम्बकम् के लिए योग' है, जो 'एक पृथ्वी, एक परिवार और एक भविष्य' के लिए हमारी सामूहिक आकांक्षा को प्रभावी ढंग से दर्शाता है।

इस कार्यक्रम के कालेज के प्रिंसिपल श्री बिपिन चौधरी, डॉ कौशल्या अग्रवाल (पूर्व कर्मचारी), श्री श्रवण कुमार अग्रवाल, (चंद्र इंजीनियर के निदेशक) और श्रीमती साधगी अग्रवाल (सामाजिक कार्यकर्ता) प्रमुख रूप से उपस्थित थे।

कार्यक्रम का संचालन सुश्री



आकांक्षा लाकड़ा, एनएसएस पीओ करते हुए, स्वागत भाषण दिया। इसके बाद सम्मानित अतिथि श्रीमती कौशल्या अग्रवाल ने अपने संबोधन में कहा कि योग न केवल मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लिए बल्कि समग्र कल्याण के लिए फायदेमंद है। नियमित योग अभ्यास तनाव कम करता है और चिंता और अवसाद के लक्षणों में सुधार करता है।

वहीं प्राचार्य श्री बिपिन चौधरी ने अपने संबोधन में बताया कि सरबती देवी महिला महाविद्यालय में योग को बढ़ावा देने के अपने निरंतर प्रयास कर रही है और जिसके माध्यम से छात्रावास की छात्राओं द्वारा महाविद्यालय में प्रतिदिन योग का अभ्यास किया जा रहा है।

विशिष्ट अतिथि श्री श्रवण कुमार अग्रवाल ने अपने संबोधन में बताया कि कैसे योग ने चिंता और अवसाद के लक्षणों को कम करने में उल्लेखनीय परिणाम दिखाए हैं। यह भावनात्मक प्रबंधन, मनोदशा में सुधार और मस्तिष्क की स्पष्टता में मदद करता है और मन और शरीर के बीच संबंध को भी उजागर करता है।

कार्यक्रम का समापन छात्रों द्वारा विभिन्न योग आसन करने और पीईटी, श्रीमती पुष्पलता सारंगी द्वारा धन्यवाद प्रस्ताव के साथ हुआ।

Orissa TODAY

STATE

International Yoga day celebrated At Sarbati Devi Women's College

Rajgangpur, (TNB): On 21st June 2023 International Yoga Day was observed at Sarbati Devi Women's College in the presence of all the staff members, students and honourable guests. It was organised by the NSS, NCC and YRC units of the college. This year, the theme for International Yoga Day 2023 is 'Yoga for Vasudhaiva Kutumbakam,' effectively encapsulating our collective aspiration for 'One Earth, One Family, and One Future.' Prime Minister Narendra Modi. The guests of this event were Mr Bipin Choudhary (Principal), Dr Kausalya Agarwal (ex-employee), Mr Sravan Kumar Agarwal, (Director at



Chandra Engineer) and Mrs Sadhgi Agarwal (social worker). The event was hosted by Ms Akanksha Lakra, NSS PO who gave the welcome speech.

It was followed with the speech of honourable guest, Mrs Kausalya

Agarwal who said that "Yoga is not only beneficial for mental health problems but for overall well-being. Regular yoga practice reduces stress and improves symptoms of anxiety and depression." The principal Mr Bipin Choudhury

also spoke about his constant efforts to promote yoga at Sarbati Devi Women's college through which yoga is being practised everyday in the college by the hostel inmates.

Mr Sravan Kumar Agarwal told how yoga has shown remarkable results in reducing anxiety and depression symptoms. It helps with emotional management, mood improvement, and brain clarity and also highlights the connection between the mind and the body. The event concluded with students performing various yoga asanas and the vote of thanks by PET, Mrs Puspallata Sarangi.

उत्कलमेल

For E-paper & Website visit : www.utkalmailtv.com

राजगंगपुर, बुधवार 22 जून 2023 ई. / 28 जून 161 BH/No. 96188/96 "Registered" OR/KL 06/2017-22 जून ई. 3.00 यू. B Website: www.utkalmailtv.com



सरबती देवी महिला कालेज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया



संवादवाता

राजगंगपुर। राजगंगपुर स्थित सरबती महिला महाविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया है। उक्त कार्यक्रम में सरबती महिला विद्यालय के अध्यक्ष प्रोफेसर विपिन चौधरी की अध्यक्षता में की गई। इस कार्य में मुख्य अतिथि के रूप में सरवन कुमार अग्रवाल मौजूद थे। सभा का प्रारम्भ आकांक्षा लकड़ा ने स्वागत भाषण देते हुए, सभी मुख्य

अतिथियों का स्वागत किया। मुख्य अतिथि ने कहा है कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का थीम वासुदेव कुटुंबकम के योग।

वासुदेव कुटुंबकम का अर्थ है पूरी थरती ही परिवार है, सभी लोग अपने स्वास्थ्य के लिए योग करना होगा और भारत में योग का इतिहास के बारे में अवगत किया। आचार्य विपिन कुमार चौधरी ने योगा के महत्वपूर्ण के बारे में अपनी

रखी। मुख्य वक्ता के रूप में कौसल्या अग्रवाल ने अपना अनुभव के बारे में संक्षिप्त रूप से अपनी बात रखी। सपन कुमार पंडा, सादगी अग्रवाल ने भी अपनी अपनी बात रखी।

निष्कर्ष में पुष्पलाता सारंगी ने सभी को आभार प्रकट किया। इस कार्यक्रम में तथा सभी अध्यापक अध्यापिका एवं कई छात्राएं उपस्थित थे। कालेज के छात्राएं जुम्बा डांस करके सभा का समापन किया।