कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)

पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773

Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com

College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक : 23.04.2022

// प्रेस विज्ञप्ति //
गर्ल्स कॉलेज में
योग पर पोस्टर प्रदर्शनी एवं परिचर्चा

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय दुर्ग के एक भारत श्रेष्ठ भारत क्लब के अंतर्गत ''योग'' से संबंधित पोस्टर प्रदर्शनी आयोजित की गई।

प्रदर्शनी का उद्घाटन महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने किया। उन्होनें कहा कि इन पोस्टर के माध्यम से छात्राओं को योग का महत्व और भी सशक्त स्वरूप में समझ आयेगा। इस अवसर पर रखी गई परिचर्चा में उन्होनें युवा पीढ़ी और उनकी जीवन शैली में योग और ध्यान की आवश्यकता पर जोर दिया।

प्रभारी प्राध्यापक डॉ. ऋचा ठाकुर ने बताया कि इन पोस्टर में सूर्य नमस्कार के विभिन्न आसन एवं उनके मंत्रों को प्रदर्शित किया गया है। साथ ही योग के अभ्यास से विभिन्न रोगों एवं समस्याओं जैसे डायबिटिज, हृदय रोग, ब्रेस्ट कैंसर, क्रोध पर नियंत्रण, मयूरासन, वज्रासन आदि के लाभ दर्शित किये गये है। प्राध्यापक डॉ. आरती गुप्ता ने कहा कि वे स्वयं योग के माध्यम से ही गंभीर अस्थि रोग से स्वस्थ हुई है। कु. मधु पाण्डेय ने युवा पीढ़ी में व्याप्त असुरक्षा, हीन भावना, प्रतिस्पर्धा से निजात पाने के लिये 'ध्यान' करने की सलाह दी है। नृत्य विभाग की छात्रायें शारदा, दीपा, काजल ने भरतनाट्यम और योग की समानता को दिखाते हुये मुद्रायें प्रदर्शित की। छात्रा गरिमा गंगबेर ने शारीरिक और मानसिक स्फूर्ति के लिये ध्यान और योग को महत्वपूर्ण बताया।

इस अवसर पर आईक्यूएससी प्रभारी डॉ. अमिता सहगल, महिला प्रकोष्ठ संयोजक डॉ. रेशमा लाकेश, रासेयो प्रभारी डॉ. यशेश्वरी ध्रुव, डॉ. मिलिन्द अमृतफले, श्री योगेन्द्र त्रिपाठी सहित अनेक प्राध्यापक एवं छात्रायें उपस्थित थे।

समाचार के रुप में प्रकाशन हेतु निवेदित।

(डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य
शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या
स्नात. महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.)