SHRI SAI INSTITUTE OF NURSING & MEDICAL SCIENCE, GADCHILOLI

REPORT

ON

"INTERNATIONAL YOGA DAY"

Date: 21/06/2023

This year we celebrated International yoga day on 21/06/2023 at multipurpose hall, to create the awareness and importance of this day. The programme was started at 10:00 AM by the welcoming of guests followed by lamp lighting, prayer song. The Guests of the honour was Ms. Madhuri Dahikar (Yoga Instructor, Art of living)and the team. The session was started with prayer song sung by team member then the session was carried out by overall team members one by one , they instructed about the various types of **"yogassan"- Sukhasana, Naukasana, Vakrasana, Kakasana, Bhujangasan, Halasana** and many more . In this programme, teaching faculty and the students were performed all these asanas, and enjoyed well. They showed enthusiasm towards this programme. Overall session was took by total 4 team member and ended by Guest Speaker Ms. Madhuri Dahikar.

Overall the programme was organized well by all dept. Of College. The programme was ended by vote of thanks.

सुखी आयुष्यासाठी रोज योग करावा : माधुरी दहीकर

श्री साई इन्स्टिट्यूट ऑफ नर्सिंग ॲण्ड मेडिकल सायन्स वाकडी येथे योग शिबिर

पुण्य नगरी / प्रतिनिधी

गडचिरोली : योग केल्याने मनुष्याला मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य, समृद्धी लाभते. माणूस तणावमुक्त राहण्यास मदत होते, म्हणून प्रत्येकाने सुखी व शांत आयुष्यासाठी दररोज योग करावा, असे प्रतिपादन आर्ट ऑफ लिव्हींगच्या योग प्रशिक्षक माधुरी दहीकर यांनी केले.

शहरालगतच्या वाकडी येथील श्री साई इन्स्टिट्यूट ऑफ नर्सिंग ॲण्ड मेडिकल सायन्स येथे नुकताच योग शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी त्या बोलत होत्या. तर योग प्रशिक्षक अंजली कुळमेथे यांनी योगामुळे मनुष्याचे असणारे फायदे लक्षात घेता एका चांगल्या सवयीला आपण अंगीकृत करावे. रोज न चुकता योगाभ्यास करावा, असे

मत त्यांना व्यक्त केले. [illegible] दीड तासाच्या या सत्रात [illegible] व बीएससी नर्सिंगचे विद्यार्थी सहभागी झाले होते. सोबतच प्राचार्य [illegible], शिक्षकवृंद प्रांजली, अपर्णा निमगडे, शारदा अय्यर आदी उपस्थित होते. सर्व योग प्रशिक्षकांचे स्वागत करण्यात आले. संस्थेच्या संचालिका वैशाली अमित साळवे यांनी योगाचे महत्त्व पटवून दिले. रोज योग केल्याने मधुमेह, उच्च रक्तदाब यासारखे [illegible] आभार शिवानी आत्राम यांनी मानले. यशस्वीतेसाठी शारदा अय्यर, निमगडे, दीपक ठाकरे, राकेश आभारे, एकादशी मडावी तसेच जीएनएम व बीएससी नर्सिंग प्रथम वर्षाच्या विद्यार्थ्यांनी सहकार्य केले.

Karpagalatha S

Principal
Shri Sai Institute Of Nursing & Medical Science Wakadi
(BSc. NSG.) Gadchiroli