



## भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान भुवनेश्वर Indian Institute of Technology Bhubaneswar

### Press Release

#### ଆଇଆଇଟି ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଉତ୍ସାହ ଓ ଉଦ୍‌ଘାଟନା ସହ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧ ଜୁନ୍ ୨୦୨୪: ଭାରତୀୟ ପ୍ରଯୁକ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ (ଆଇଆଇଟି) ଭୁବନେଶ୍ୱର ପକ୍ଷରୁ ଜୁନ୍ ୨୧ ତାରିଖରେ ରେ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଯୋଗ ଦିବସର ଏକାଦଶ ସଂସ୍କରଣ ପାଳିତ ହୋଇ ଯାଇଛି। ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ଏକ୍ସଚ୍ୟୁଟିଭ ଏକାଡେମିକ ଆକ୍ୟୁଜିଟିଭ (ଇଏଏ) ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଅଧୀନରେ କ୍ୟାମ୍ପସର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କ୍ଲବ୍ ସହିତ ମିଳିତ ଭାବେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା।

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ଏବଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସୁସ୍ଥତାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ଏବଂ ସମାଜରେ ଅଧିକ ସୌହାର୍ଦ୍ଦ୍ୟ ଏବଂ ଶାନ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଜୁନ୍ ୨୧ ରେ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଏ। ଚଳିତ ବର୍ଷ, ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଯୋଗ ଦିବସର ବିଷୟବସ୍ତୁ ଥିଲା 'ଏକ ପୃଥିବୀ, ଏକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଯୋଗ'।

ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଏଏସବିଏମ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଭାଇସ୍-ଚାନ୍ସେଲର ପ୍ରଫେସର ରଞ୍ଜନ କୁମାର ବଳ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇ ଦର୍ଶକମାନଙ୍କୁ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ସୁସ୍ଥତାର ଗୁରୁତ୍ୱ ବିଷୟରେ ଉଦ୍ଘୋଷନ ଦେଇଥିଲେ। ସେ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀମାନଙ୍କୁ ଶରୀର ଏବଂ ମନର ସୁସ୍ଥ ବିକାଶ ପାଇଁ ଭଲ ଖାଦ୍ୟ, ନିଦ୍ରା ଏବଂ ଆତ୍ମ-ଶୃଙ୍ଖଳାର ଶକ୍ତିକୁ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ପ୍ରେରଣା ଦେଇଥିଲେ, ଯାହା ସମାଜରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଲାଭାନ୍ୱିତ କରିବା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରେ।

ଆରମ୍ଭରେ ଯୋଗ ପ୍ରଶିକ୍ଷକଙ୍କ ମାର୍ଗଦର୍ଶନରେ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଗ ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଏବଂ ଧ୍ୟାନ କୌଶଳର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇଥିଲା। ବିଭିନ୍ନ ବୟସ ବର୍ଗର ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀମାନେ ଅଧିବେଶନରେ ସକ୍ରିୟ ଭାବରେ ଜଡ଼ିତ ଥିଲେ, ସାମଗ୍ରିକ ସୁସ୍ଥତା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତିବଦ୍ଧତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ। ଯୋଗ ପ୍ରଶିକ୍ଷକମାନେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆସନର ମହତ୍ତ୍ୱ ଏବଂ ଉପକାରିତା ବିଷୟରେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିଥିଲେ।

ଏହି ଅବସରରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ, ଆଇଆଇଟି ଭୁବନେଶ୍ୱରର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ଶ୍ରୀପଦ୍ କର୍ମଲକର; ଡିନ୍-ଛାତ୍ର ବ୍ୟାପାର ପ୍ରଫେସର ରାଜେଶ ରୋଶନ ଦାଶ; ରେଜିଷ୍ଟ୍ରାର ଶ୍ରୀ ବାମଦେବ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଅନ୍ୟ ବରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ। ଡକ୍ଟର ସନ୍ତୋଷକୁମାର ଜି. ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ।

ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଛାତ୍ର, ଅଧ୍ୟାପିକା, ଅଧିକାରୀ ଏବଂ କର୍ମଚାରୀ ତଥା କ୍ୟାମ୍ପସ ବାସିନ୍ଦାଙ୍କ ଉତ୍ସାହ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଥିଲା। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କେବଳ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ଶାରୀରିକ ତଥା ମାନସିକ ସୁସ୍ଥତା ପାଇଁ ଆଇଆଇଟି ଭୁବନେଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତିବଦ୍ଧତାକୁ ଦୋହରାଇ ନାହିଁ ବରଂ ଏକ ସୁସ୍ଥ ତଥା ସୁଖୀ ସମାଜ ପାଇଁ ପାରମ୍ପାରିକ ଭାରତୀୟ ଅଭ୍ୟାସକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ପାଇଁ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଉତ୍ସର୍ଗାତ୍ମକ ପ୍ରଦର୍ଶନକୁ ଦର୍ଶାଇଛି।

ଏହାପୂର୍ବରୁ, ୨୦ ଜୁନ୍ ରେ ଆଇଆଇଟି ଭୁବନେଶ୍ୱରର ହେଲଥ୍ କ୍ଲବ୍ ନିରାମୟ ପକ୍ଷରୁ ମଧ୍ୟ ଏକ ଯୋଗ ପ୍ରଦର୍ଶନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା।

-----