



भारत सरकार - रेल मंत्रालय  
अनुसंधान अधिकल्प और मानक संगठन  
लखनऊ - 226 011  
EPBX (0522) 2451200  
Fax (0522) 2458500

Government of India-Ministry of Railways  
Research Designs & Standards Organisation  
Lucknow - 226 011  
DID (0522) 2450115  
DID (0522) 2465310



## प्रेस विज्ञप्ति

### आरडीएसओ द्वारा 'कायाकल्प और आत्म-परिवर्तन' पर कार्यक्रम का आयोजन

आरडीएसओ में 01 अक्टूबर से 15 अक्टूबर तक "स्वच्छता पखवाड़ा"-2024 मनाया जा रहा है। इस अवसर पर आरडीएसओ द्वारा दिनांक 14.10.2024 को सफाई मित्रों के सम्मान में 'कायाकल्प और आत्म-परिवर्तन' पर एक विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया।

इस अवसर पर आरडीएसओ के पूर्व एडीजी, श्री यू.एस.पांडे ने "कायाकल्प और आत्म-परिवर्तन" पर एक ज्ञानवर्धक व्याख्यान दिया जिसके द्वारा उन्होंने विभिन्न तकनीकों के माध्यम से जीवन की शारीरिक और मानसिक चुनौतियों पर काबू पाने के बारे में बताया। उन्होंने 'सफाई मित्रों' के आत्म-विकास पर भी ध्यान केंद्रित किया एवं उन्हें अपने अन्दर के मंथन को बाहर निकालने एवं अपनी ताकत को पहचानने के लिए प्रेरित किया।


श्री एस.के. बंसल, महानिदेशक (विशेष) इंजी., एवं श्री पी.एस. शर्मा, महानिदेशक (विशेष) वेंडर विकास की अध्यक्षता में इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। श्री ए.एम. रिजवी, अपर महानिदेशक/आरडीएसओ, श्री अमर नाथ दुबे, प्रधान मुख्य कार्मिक अधिकारी, श्रीमती मिताली धर, वरि. कार्मिक अधिकारी एवं आरडीएसओ के अधिकारी एवं कर्मचारी इस कार्यक्रम में उपस्थित रहे।

कार्यक्रम के द्वारा आरडीएसओ के अधिकारियों और कर्मचारियों को आत्म-कायाकल्प और आत्म-परिवर्तन की सरल तकनीकों के बारे में मार्गदर्शन प्राप्त हुआ, जो उन्हें बेहतर जीवन जीने के लिए प्रेरित करेगा और उन्हें शांति और सार्थकता की ओर बढ़ने में भी मदद करेगा।

सं पीआर/पब्लिसिटी/24/71

दिनांक: 14.10.2024

कृपया उपर्युक्त समाचार को फोटोग्राफ सहित अपने प्रतिष्ठित समाचार पत्र में प्रकाशित करने की व्यवस्था करें।

  
कृते कार्यकारी निदेशक /प्रशासन

सेवा में ,

संपादक



भारत सरकार - रेल मंत्रालय  
अनुसंधान अभिकल्प और मानक संगठन  
लखनऊ - 226 011  
EPBX (0522) 2451200  
Fax (0522) 2458500

Government of India-Ministry of Railways  
Research Designs & Standards Organisation  
Lucknow - 226 011  
DID (0522) 2450115  
DID (0522) 2465310



## **Press Release**

### **RDSO organised Programme on 'Rejuvenation and Self-Transformation'**

"Swachhta Pakhwada"-2024 is being celebrated in RDSO from 01 October to 15 October. On this occasion, a special program on 'Rejuvenation and Self-Transformation' was organized by RDSO on 14.10.2024 to honor Safai Mitras.

On this occasion, Shri U.S. Pandey, EX-ADG/RDSO delivered an enlightening lecture on "Rejuvenation and Self-Transformation" in which he spoke about overcoming physical and mental challenges of life through various techniques. He also focused on self-development of the 'Safai Mitras' and motivated them to bring out the inner churn and recognize their strengths.

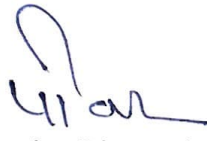
The event was chaired by Shri S.K. Bansal, DG (Spl) Engg. and Shri P.S. Shami, DG (Spl) Vendor Development. Shri A.M. Rizvi, ADG/RDSO, Shri Amar Nath Dube, PCPO, Smt. Mitali Dhar, SPO and officers and staff of RDSO were also present in this programme.

The programme guided the officers and staff of RDSO about simple techniques of self-rejuvenation and self-transformation which will inspire them to lead a better life and also help them in moving towards serenity and meaningfulness.

No.PR/ Publicity/24/71

Dt. 14.10.2024

Kindly arrange to publish the above news item along with photograph in your esteemed daily newspaper.

  
14/10/2024  
For Executive Director/ Admin

To,  
The Editor,  
-----