



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



प्रेस विज्ञापन

आरडीएसओ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2025 की श्रृंखला में योग पर विशेष वेबिनार का आयोजन

आरडीएसओ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2025 के उपलक्ष्य में आयोजित योग जागरूकता कार्यक्रमों की श्रृंखला के तहत दिनांक 16.06.2025 को एक विशेष वेबिनार का आयोजन किया गया।

इस वेबिनार का विषय था "योग का महत्व", जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में डॉ. प्रशांत राय, प्रोफेसर, शारीरिक शिक्षा विभाग, महाराजा सुहेलदेव विश्वविद्यालय, आजमगढ़ ने सहभागिता की। डॉ. राय ने योग, शरीर क्रिया विज्ञान (Physiology) और माइंडफुलनेस के अपने गहन अनुभवों को प्रतिभागियों के साथ साझा किया। उन्होंने यह स्पष्ट रूप से बताया कि योग केवल एक शारीरिक अभ्यास नहीं, बल्कि यह मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक संतुलन प्राप्त करने का सशक्त माध्यम है।

इस वेबिनार में आरडीएसओ के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भागीदारी की और इसे अत्यंत उपयोगी बताया। प्रतिभागियों को योग अपनी दिनचर्या में शामिल करने के लिए प्रेरित किया गया ताकि कार्य दक्षता, मानसिक शांति एवं स्वास्थ्य को एक नई दिशा मिल सके। यह आयोजन आयुष मंत्रालय के मार्गदर्शन में किया गया, जो समाज में योग के प्रति जागरूकता बढ़ाने की दिशा में आरडीएसओ का एक महत्वपूर्ण प्रयास है।

इस श्रृंखला की अगली कड़ी में 18 जून, 2025 को आरडीएसओ के ऑडिटोरियम में महिला कर्मचारियों हेतु एक विशेष व्याख्यान का आयोजन किया जाएगा। इस व्याख्यान का संचालन प्रजापिता ब्रह्माकुमारी संस्था की विशेषज्ञ द्वारा किया जाएगा, जिसका उद्देश्य महिलाओं में मानसिक सशक्तिकरण और आत्मिक संतुलन के महत्व को बढ़ावा देना है।

सं. पीआर/पब्लिसिटी/25/69

दिनांक: 16.06.2025

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

Liha 16/06/2025
कृते कार्यकारी निदेशक/प्रशासन

सेवा मे,

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 Special Webinar on Yoga as Part of International Yoga Day 2025

As part of the yoga awareness programs being organised by RDSO on the occasion of International Yoga Day 2025, a special webinar was held on 16.06.2025.

The topic of the webinar was "The Importance of Yoga," with Dr. Prashant Rai, Professor, Department of Physical Education, Maharaja Suheldev University, Azamgarh, participating as the keynote speaker. Dr. Rai shared his in-depth experiences related to yoga, human physiology, and mindfulness. He emphasized that yoga is not merely a physical exercise, but a powerful means to attain mental, physical, and emotional balance.

RDSO officials and staff participated in the webinar with great enthusiasm and found the session extremely beneficial. Participants were encouraged to incorporate yoga into their daily routine to enhance work efficiency, mental peace, and overall well-being. The event was conducted under the guidance of Ministry of AYUSH and marked a significant step by RDSO toward raising awareness about yoga in society.

As the next event in this series, a special lecture will be organised on June 18, 2025, at the RDSO Auditorium exclusively for women employees. The lecture will be conducted by an expert from the Prajapita Brahma Kumaris Organisation, focusing on promoting the importance of mental empowerment and spiritual balance among women.

No. PR/Publicity/25/69

Dt. 16.06.2025

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


16/06/2025
for Executive Director/Admin

To,
The Editor
