AIIMS Bibinagar celebrates International Yoga Day

సాక్షి

బీబీనగర్‌లోని ఎయిమ్స్‌లో యోగా చేస్తున్న
ఎయిమ్స్ డైరెక్టర్ అమితా అగర్వాల్, వైద్యులు

22/06/2026 | Bonagiri | Page : 9
Source : https://epaper.sakshi.com/

టైమ్స్ ఆఫ్ వార్త
తెలుగు దినపత్రిక

యోగాతో ఆరోగ్యవంతమైన వృద్ధాప్యానికి బాటలు..

- శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ప్రశాంతత కోసమే యోగ
- బీబీనగర్ ఎయిమ్స్‌లో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం
- బీబీనగర్ ఎయిమ్స్ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్, సీఈఓ డాక్టర్ అమిత్ అగర్వాల్

టైమ్స్ ఆఫ్ వార్త - యాదాద్రి జిల్లా ప్రతినిధి

భారతదేశ ప్రాచీన సంపద అయిన యోగ ప్రాముఖ్యతను ప్రపంచానికి చాటి చెప్పడానికి, శారీరక, మానసిక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలపై అన్ని వర్గాలలో అవగాహన కల్పించడానికి జూన్ 21న అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్నామని డాక్టర్ అమిత్ అగర్వాల్ తెలిపారు. 12వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని "యోగ ఫర్ హెల్తీ ఏజింగ్" అనే ఇతివృత్తంతో బీబీనగర్ ఎయిమ్స్‌లో సీసీఎంబీఐవై-సీసీఆర్ఐవైఎన్ బృందం ఆధ్వర్యంలో వారం రోజుల పాటు వివిధ యోగా అవగాహన కార్యక్రమాలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ప్రశాంతత, ఆరోగ్యకరమైన వృద్ధాప్యం కోసం యోగ అనే ప్రత్యేక ఇతివృత్తంతో కార్యక్రమం నిర్వహించబడిందని, వయసుతో సంబంధం లేకుండా అన్ని వర్గాల వారు శారీరకంగా, మానసికంగా దృఢంగా ఉండేందుకు యోగ ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని వివరించారు. ఈ సందర్భంగా గర్భసంస్కార్, బాల యోగ, వృద్ధ యోగ, చక్ర ధ్యానం, యోగ చరిత్ర, అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవ ప్రాముఖ్యత వంటి అంశాలపై రేడియో ప్రసంగాలను ఏర్పాటు చేశారు. అలాగే గర్భిణీ మహిళల కోసం గర్భసంస్కార్ కార్యక్రమం, పాఠశాల విద్యార్థుల కోసం బాల యోగ, వృద్ధ రోగుల కోసం వృద్ధ యోగ కార్యక్రమాలను నిర్వహించి అన్ని వయసుల వారిలో యోగాపై అవగాహన కల్పించారు. యోగ ప్రాధాన్యతను చాటేందుకు వ్యాసరచన, కవితా రచన, చిత్రలేఖన పోటీలను నిర్వహించారు. నివాస పాఠశాలలోని కిశోర విద్యార్థుల కోసం ప్రత్యేక కమ్యూనిటీ అవుట్‌రీచ్ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టి యోగ సారాంశాన్ని వారికి పరిచయం చేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా బెంగళూరుకు చెందిన సుప్రద వెల్‌నెస్ నేచురోపతి వైద్యురాలు, సీఎంఓ డాక్టర్ వినయ హాజరై సంగీత చికిత్స (మ్యూజికల్ థెరపీ) కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. సంగీతం ద్వారా మానసిక ప్రశాంతత, సంపూర్ణ ఆరోగ్యం మెరుగుపడే విధానాలను వివరించారు. జూన్ 21న సామూహిక కామన్ యోగా ప్రోటోకాల్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించి, ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ వర్చువల్‌గా చేసిన ప్రసంగాన్ని వీక్షించారు. అనంతరం విద్యార్థులు యోగాపై అద్భుత ప్రదర్శనలు ఇవ్వగా, సాత్విక అల్పాహారాన్ని అందించారు. ఏఐఐఎంఎస్ బీబీనగర్ ఎయిమ్స్ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్, సీఈఓ డాక్టర్ అమిత్ అగర్వాల్ మార్గదర్శకత్వంలో ఈ కార్యక్రమాలు విజయవంతంగా నిర్వహించారు. సీసీఎంబీఐవై నోడల్ అధికారి డాక్టర్ రోహిణి మోత్వాని, అదనపు నోడల్ అధికారి డాక్టర్ మీలీ పాండా, యోగా నిపుణులు డాక్టర్లు జయశ్రీ, సుమంత్, సింధు, మినిషా కార్యక్రమాలను సమన్వయం చేశారు. డీన్ రీసెర్చ్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ రాహుల్ నారంగ్ అధ్యక్షతన, అసోసియేట్ డీన్ రీసెర్చ్ డాక్టర్ గోవిందరావు సహాధ్యక్షతన యోగ కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు, సిబ్బంది, స్థానిక ప్రజలు ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

Left: Personnel of the Intelligence Security Wing (ISW) participate in Yoga celebrations at the PET Parade Grounds in Yousufguda on Sunday. **Right:** AIIMS Bibinagar celebrates International Day of Yoga with the theme "Yoga for Healthy Ageing" on Sunday.