सत्यमेव जयते

भारत सरकार

इलेक्ट्रॉनिकी और सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय

राष्ट्रीय सूचना-विज्ञान केंद्र, हिमाचल प्रदेश, शिमला

अंतर्राष्ट्रीय योगा दिवस 2025: 21-जून-2025

राष्ट्रीय सूचना-विज्ञान केंद्र, हिमाचल प्रदेश द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योगा दिवस 2025 के मौके पर दिनांक 21 जून 2025 को सुबह 10:15 से 11:15 तक योग एवं ध्यान कार्यशाला का आयोजन एनआईसी एचपी के वीसी हॉल में किया गया। इस कार्यशाला के आयोजन की जानकारी राष्ट्रीय सूचना-विज्ञान केंद्र हिमाचल प्रदेश के समस्त अधिकारियों को पूर्व में ईमेल के माध्यम से दे दी गयी थी।

योग कार्यशाला के दौरान राष्ट्रीय सूचना-विज्ञान केंद्र हिमाचल प्रदेश के समस्त अधिकारी व कर्मचारी शामिल हुए, साथ ही एनआईसी हिमाचल प्रदेश के समस्त जिला कार्यालयों तथा अन्य संबद्ध कार्यालयों के समस्त अधिकारीगण भी वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से इस कार्यशाला में शामिल हुए।

कार्यशाला में योग एवं ध्यान कराने के लिए योगगुरू श्री सिद्धार्थ बैनर्जी को आमंत्रित किया गया था, जिन्होंने सभी को योग तथा ध्यान का अभ्यास करवाया तथा इसके साथ ही उन्होंने विभिन्न मुद्राओं के बारे में उनकी विशेषताओं को बताया। श्री सिद्धार्थ ने योग, ध्यान एवं मुद्राओं के महत्व पर प्रकाश डाला एवं उन्होंने आग्रह किया कि प्रत्येक व्यक्ति को प्रतिदिन योग एवं ध्यान का अभ्यास करना चाहिए। साथ ही उन्होंने बताया कि हम योग को अपनी दिनचर्या के विभिन्न कार्यों के साथ भी कर सकते हैं, जिससे योग हमारे जीवन में पूरी तरह से समाहित हो जाएगा और हमें अपने सभी कार्यों में चुस्ती व फुर्ती महसूस होगी एवं हर परिस्थिति में मन भी शांत रहेगा।

योग एवं ध्यान कार्यशाला की कुछ झलकियां:

हिमाचल प्रदेश
HIMACHAL PRADESH
शिमला

हिमाचल प्रदेश
HIMACHAL PRADESH
शिमला
SHIMLA

SHIMLA

HIMLA

NIC
हिमाचल प्रदेश
HIMACHAL PRADESH
COLORADO

NIC
Shimla-CCO
Solan-Himachal Pra
Shimla-Himachal Pr
Kinnaur-Himachal P
Bilaspur-Himachal