महाराष्ट्र शासन
रा.आ.पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु)
डॉ ॲनी बेझंट रोड, वरळी, मुंबई १८.
०२२-२४९३४२१४/२४९३६८८१
सत्यमेव जयते
website :- www.ayurvedinstitute.com Email :- deanrapmc@gmail.com

जा.क्र.राआपोम/विवि/आंतरराष्ट्रीय योगदिन/ 5650/२०२६ 23 JUN 2026 दि.

प्रति,
मा.संचालक आयुष,
आयुष संचालनालय,
महाराष्ट्र राज्य, मुंबई -४००००१.

विषय :- दिनांक २१ जून, २०२६ रोजी आंतरराष्ट्रीय योग दिन साजरा केल्याबददल अहवाल सादर करण्याबाबत.

संदर्भ :- आयुष संचालनालय,महाराष्ट्र राज्य, मुंबई यांचे पत्र क्र.आसंमु/आंतरराष्ट्रीय/ योगदिन /२०२६/ आयु-२/४६३१, दि.०३ जून,२०२६

मा.महोदय,

उपरोक्त विषयांकित पत्राच्या अनुषंगाने दिनांक २१ जून,२०२६ रोजी आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त आमच्या महाविद्यालयाने घेतेलेल्या विविध कार्यक्रमांचा सचित्र अहवाल खालीलप्रमाणे सादर करीत आहे.

महाविद्यालयाचे नांव — रा.आ. पोदार वैद्यकीय महाविद्यालय, वरळी, मुंबई-४०००१८.

अनु क्रमांक	कार्यक्रम (Activity	दिनांक (Date)	तपशील (Details)	छायाचित्र क्र.
१	साप्ताहिक योग प्रात्यक्षिक अभ्यास (महाविद्यालयीन सर्व विभाग)	१५ जून ते २० जून २०२६	आंतरराष्ट्रीय योग सप्ताहानिमित्त महाविद्यालयातील सर्व विभागांद्वारे रुग्णालय परिसर, बँक, शाळा व पोलीस ठाण्यांमध्ये विविध योग शिबिरे व जनजागृती सत्रांचे यशस्वी आयोजन.	-

२	तज्ज्ञ व्याख्यान व प्रत्यक्ष योग सत्र (द्रव्यगुण विभाग)	११ जून २०२६	द्रव्यगुण विभागातर्फे वरळी पोलीस स्टेशनमधील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांसाठी "शरीरासाठी, मनासाठी व जीवनासाठी योग" विशेष मार्गदर्शन.	१
३	पोलीस स्टेशन योग उपक्रम (रोगनिदान विभाग)	१६ जून २०२६	रोगनिदान विभागातर्फे वरळी पोलीस स्टेशन येथे पोलीस अधिकारी व कर्मचाऱ्यांसाठी तणाव व्यवस्थापन व प्राणायाम प्रात्यक्षिक.	२
४	नेत्रासंबंधित योग प्रात्यक्षिक (शालाक्यतंत्र विभाग)	१६ व १७ जून २०२६	शालाक्यतंत्र विभागातर्फे SBI बँक कर्मचारी आणि रुग्णालयाच्या नेत्र OPD मध्ये डोळ्यांच्या आरोग्यासाठी विशेष योग सत्रांचे आयोजन.	३
५	आरोग्य तपासणी व योग मार्गदर्शन (पंचकर्म विभाग)	१७ जून २०२६	पंचकर्म विभागातर्फे जांबोरी मैदान अंबादेवी मंदिरात ज्येष्ठ नागरिकांसाठी 'Chair Yoga' व तपासणी शिबीर. (सहभागी: ५४)	४
६	शालेय योग जागृती सत्र (क्रियाशरीर विभाग)	१७ जून २०२६	क्रियाशरीर विभागातर्फे मराठा मंदिर शाळेत विद्यार्थ्यांची शारीरिक तंदुरुस्ती व एकाग्रता वाढवण्यासाठी योग प्रात्यक्षिके.	५
७	योग जनजागृती व माहिती पत्रक वाटप (रसशास्त्र व भैषज्य कल्पना विभाग)	१७ जून २०२६	RSBK विभागातर्फे कॉलेज परिसर, ओपीडी, बॉम्बे व्हेटर्नरी कॉलेज, हाफकीन संस्था आणि गेटवे ऑफ इंडिया येथे योग जनजागृतीपर माहिती ७पत्रकांचे (Pamphlets) वा८टप करण्यात आले.	६
८	Poster Presentation on Yoga (कायचिकित्सा विभाग)	१८ जून २०२६	का९यचिकित्सा विभागातर्फे रुग्णालयाच्या डिस्पेंसरी भागात जीवनशैली विकारांवर आधारित भित्तीपत्रिका प्रदर्शन आयोजित.	७
९	पोलीस कर्मचारी योग शिबीर (संस्कृत संहिता सिद्धांत विभाग)	१८ जून २०२६	संस्कृत संहिता सिद्धांत विभागातर्फे वरळी पोलीस कॅम्प येथे पोलीस कुटुंबातील	८

			महिला व पोलिसांसाठी योग व ध्यान सत्र. (सहभागी: ५०-६०)	
१०	"Yoga for Healthy Ageing" निबंध स्पर्धा (अगदतंत्र विभाग)	१८ जून २०२६	अगदतंत्र विभागातर्फे विद्यार्थ्यांना योगाचे महत्त्व समजावण्यासाठी निरोगी वृद्धत्व या विषयावर निबंध स्पर्धेचे आयोजन.	९
११	गुदगत विकार आणि योग व्याख्यान (शल्यतंत्र विभाग)	२० जून २०२६	शल्यतंत्र विभागातर्फे दादर येथे जनजागृतीपर व्याख्यान व भुजंगासन, प्राणायाम इ. प्रात्यक्षिके घेण्यात आली. (सहभागी: ३५)	१०
१२	महिला विशेष योग शिबीर (प्रसूतीतंत्र विभाग)	२० जून २०२६	prसूतीतंत्र विभागातर्फे मराठा मंदिर सभागृहात महिलांसाठी योगासने, प्राणायाम आणि फेस योगा उपक्रमांचे आयोजन.	११
१३	शालेय विद्यार्थी योग कार्यक्रम (स्वस्थवृत्त व योग विभाग)	२० जून २०२६	स्वस्थवृत्त व योग विभागातर्फे मराठा मंदिर शाळेत विद्यार्थी व शिक्षकांसाठी प्रत्यक्ष योगाभ्यास व मार्गदर्शन सत्राचे आयोजन.	१२
१४	बालरोग न्यूरोमोटर आजार योग मार्गदर्शन (बालरोग विभाग)	जून २०२६ (सप्ताह)	बालरोग विभागातर्फे न्यूरोमोटर आजारांमध्ये हालचाल व स्नायूंचे कार्य सुधारण्यासाठी योगाच्या भूमिकेविषयी पालकांना मार्गदर्शन	१३
१५	योग सप्ताह व पथनाट्य (रचना शरीर विभाग)	१५ जून ते २१ जून २०२६	रचना शरीर विभागातर्फे आठवडाभर 'योग सप्ताह' अंतर्गत योग पथनाट्य व सोसायटी स्तरावर विशेष जनजागृती उपक्रम राबवण्यात आले.	१४
१६	आंतरराष्ट्रीय योग दिन सामूहिक योगाभ्यास (मुख्य कार्यक्रम सामूहिक सहभाग)	२१ जून २०२६	२१ जून रोजी आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त महाविद्यालयातील विविध विभागांचे शिक्षक व पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांनी मुख्य सामूहिक योगाभ्यास सत्रात सहभाग घेतला.	१५

आयोजक : द्रव्यगुण विभाग,

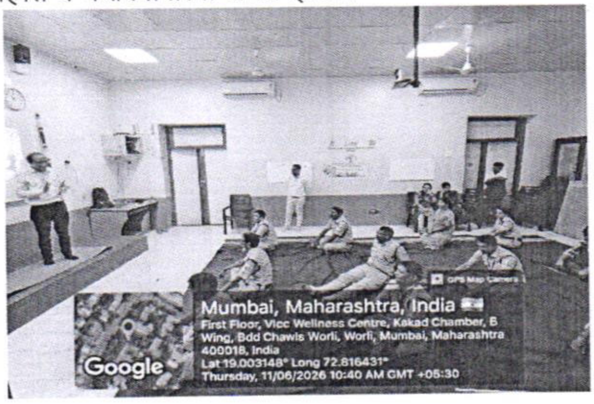
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६
रा. आ. पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – ४०००१८

आंतरराष्ट्रीय योग दिन २०२६ निमित्त द्रव्यगुण विभागातर्फे "तज्ज्ञ व्याख्यान व प्रत्यक्ष योग सत्र" आयोजित करण्यात आले. या कार्यक्रमासाठी वरळी पोलीस स्टेशनमधील अधिकारी व कर्मचारी यांना विशेष निमंत्रित करण्यात आले होते.

या कार्यक्रमात विभागप्रमुख व प्राध्यापक डॉ. संजय तलमले सर यांनी योगाचे शारीरिक, मानसिक व सर्वांगीण आरोग्यातील महत्त्व मार्गदर्शनातून स्पष्ट केले. "शरीरासाठी योग, मनासाठी योग आणि जीवनासाठी योग" हा संदेश उपस्थितांपर्यंत प्रभावीपणे पोहोचविण्यात आला.

कार्यक्रमादरम्यान वरळी पोलीस स्टेशनमधील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांसाठी प्रत्यक्ष योग सत्र घेण्यात आले. सहभागी व्यक्तींनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदवून दैनंदिन जीवनात योगाचा समावेश करण्याचा संकल्प केला.

या उपक्रमाद्वारे योगाविषयी जागरूकता निर्माण होऊन आरोग्यदायी व संतुलित जीवनशैलीचा संदेश प्रभावीपणे देण्यात आला. कार्यक्रम उत्साहात व यशस्वीरीत्या संपन्न झाला.



आयोजक : रोगनिदान विभाग,

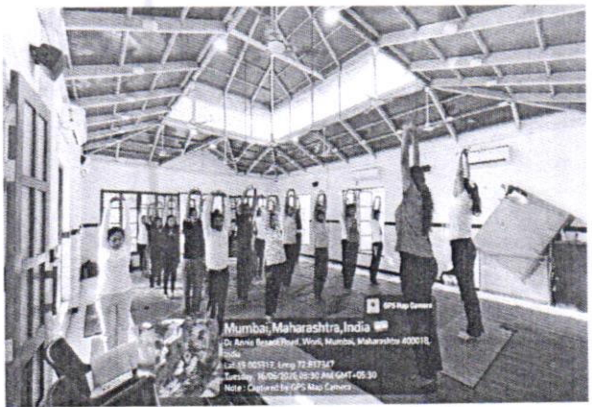
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६
रा. आ. पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – ४०००१८

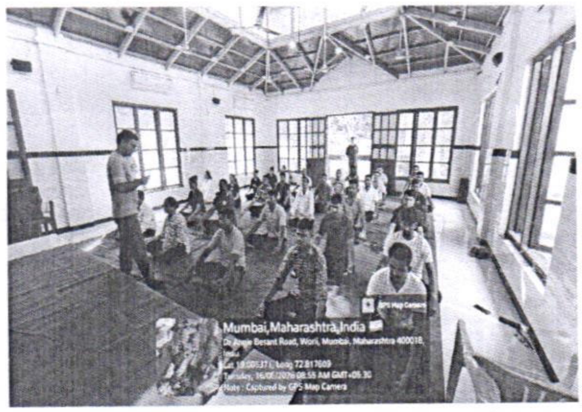
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६ निमित्त रोगनिदान विभागातर्फे वरळी पोलीस स्टेशन येथे योग कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले.

मा. अधिष्ठाता डॉ. संपदा संत मॅडम तसेच विभागप्रमुख यांच्या मार्गदर्शनाखाली हा उपक्रम यशस्वीरीत्या पार पडला. कार्यक्रमादरम्यान पोलीस अधिकारी व कर्मचारी यांना योगाचे शारीरिक व मानसिक आरोग्यासाठी असलेले महत्त्व समजावून सांगण्यात आले तसेच विविध योगासने व प्राणायामाचे प्रात्यक्षिक घेण्यात आले.

या उपक्रमात विभागातील शिक्षकवर्ग, पदव्युत्तर विद्यार्थी तसेच विद्यार्थी सहभागी झाले. उपस्थितांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदवून दैनंदिन जीवनात योगाचा समावेश करण्याचा संकल्प केला.

या कार्यक्रमाद्वारे योगाविषयी जागरूकता निर्माण होऊन निरोगी जीवनशैलीचा संदेश प्रभावीपणे पोहोचला. कार्यक्रम उत्साहात व यशस्वीरीत्या संपन्न झाला.





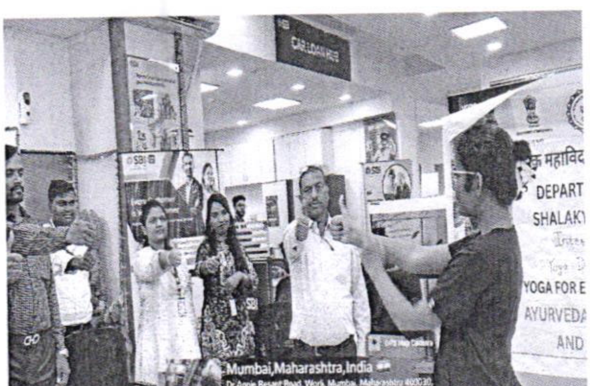
शालाक्यतंत्र विभाग, RAPMC मुंबई
दिनांक – १७/०६/२०२६
ठिकाण – रा. आ. पोदार मेडिकल कॉलेज वरळी, मुंबई ४०००१८
विषय – आंतरराष्ट्रीय योग दिवस २०२६

रा. आ. पोदार मेडिकल कॉलेज मध्ये शालाक्यतंत्र विभागातर्फे १६/०६/२०२६ व १७/०६/२०२६ रोजी आंतरराष्ट्रीय योगा दिन उत्साहात साजरा करण्यात आला.१६/०६/२०२६ रोजी शालाक्यतंत्र विभागाने स्टेट बँक औफ इंडिया,सास्मिरा,वरळी येथील कर्मचार्यांना नेत्रासंबंधित योगाचे प्रात्यक्षिक दाखवले.

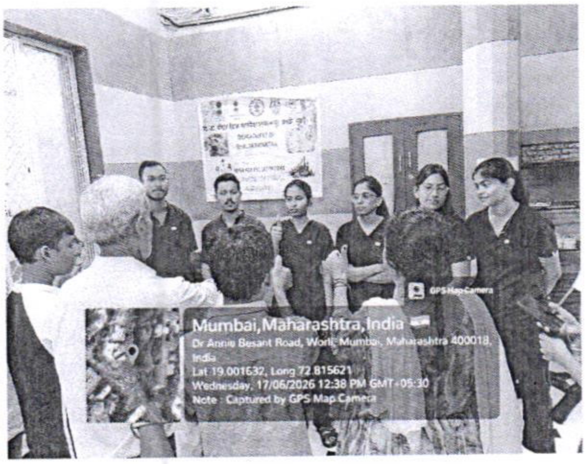
१७/०६/२०२६ रोजी योगा दिनाच्या निमित्ताने रूग्णालयातील शालाक्य बाह्य रूग्ण विभागामध्ये सामूहिक योगाभ्यासाचे आयोजन करण्यात आले.रूग्णांच्या नेत्रांचे आरोग्य सुदृढ राहावे तसेच योगाचे महत्त्व समाजापर्यंत पोहोचावे हा कार्यक्रमाचा मुख्य उद्देश होता.कार्यक्रमाची सुरुवात प्रास्ताविकाने झाली. त्यानंतर प्रथम वर्ष, द्वितीय वर्ष व तृतीय वर्ष पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांनी नेत्रासंबंधित विविध योगासने, व्यायाम व ध्यान यांचे प्रात्यक्षिक दाखवून त्यांचे आरोग्यदायी फायदे रूग्णांना समजावून सांगितले. योगामुळे शरीर सुदृढ राहते, मन शांत होते आणि एकाग्रता वाढते, याबाबत मार्गदर्शन करण्यात आले.कार्यक्रमात रूग्णालयात आलेले रूग्ण सहभागी झाले.रूग्णांना स्क्रीन वर नेत्रासंबंधित योगाचे प्रात्यक्षिक दाखविण्यात आले.

हा कार्यक्रम शालाक्यतंत्र विभागाचे प्रमुख व प्राध्यापक डॉ. राजेंद्र धाटे सर, सहयोगी प्राध्यापिका डॉ. सरला दुधाट मॅडम, सहाय्यक प्राध्यापक डॉ. स्वप्नील संकपाळ सर आणि डॉ. पल्लवी जाधव मॅडम यांच्या मार्गदर्शनाखाली यशस्वीरीत्या पार पडला.

१६/०६/२०२६ ,स्टेट बँक औफ इंडिया,सास्मिरा,वरळी



१७/०६/२०२६, रा. आ. पोदार मेडिकल कॉलेज वरळी, मुंबई



कार्यक्रम अहवाल पंचकर्म विभाग

पंचकर्म विभागातर्फे आंतर राष्ट्रीय योग दिनानिमित्त आरोग्य तपासणी व योगमार्गदर्शन शिबीर ---

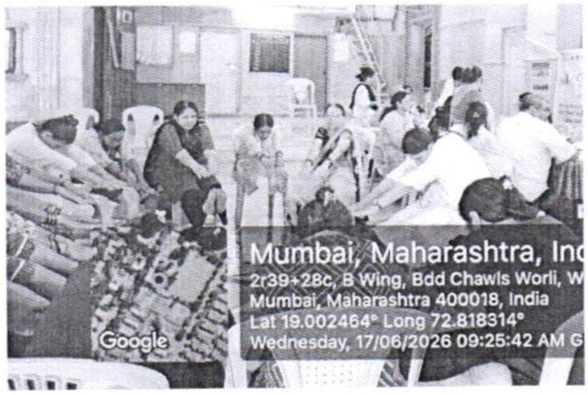
आंतरराष्ट्रीय योग दिनाचे औचित्य साधून रा. आ. पोदार. वै. महाविद्यालय वरळी, येथील पंचकर्म विभागातर्फे आज १७ जुन रोजी येथील, जांबोरी मैदान अंबादेवी मंदिरात एका विषेश कार्यकर्माचे(आरोग्य तपासणी शिबीर आयोजन करण्यात आले होते.वेळ --८:००am-१०:३०am

संस्थेच्या अधिष्ठाता यांच्या मार्गदर्शनाखाली हा उपक्रम पार पडला. या शिबिरात उपस्थित लोकांची आरोग्य तपासणी करण्यात आली. त्याचबरोबर योगासनाची प्रात्यक्षिके, प्रौढ व्यक्तीसाठी Chair योगा ची प्रात्यक्षिक घेतली. आहार, दिनचर्या, ऋतुचर्या व पंचकर्म याबद्दल देखील माहिती देण्यात आली.सदर शिबिरात मध्ये परिसरातील ५४ नागरिकांनी आरोग्य तपासणी चा लाभ घेतला.

या कार्यक्रमात आंबादेवी ट्रस्टचे पदाधिकारी व जांबोरी मैदान परिसरातील नागरिक मोठ्या संखेत उपस्थित होते.

या शिबीर मध्ये पंचकर्म विभागप्रमुख Dr सीमा बहातकर

पदव्युतर विध्यार्थी Dr कविता शिरसाठ Dr ज्योती खराबे Dr देवयानी भदाणे Dr संदेश भोसले Dr गणेश कल्याणकर उपस्थित होते.



आयोजक : क्रियाशरीर विभाग,

आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६

रा. आ. पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – ४०००१८

आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६ निमित्त क्रियाशरीर विभागातर्फे दिनांक १७/०६/२०२६ रोजी मराठा मंदिर शाळा येथे योग सत्राचे आयोजन करण्यात आले.

मा. अधिष्ठाता डॉ. संपदा संत मॅडम तसेच विभागप्रमुख यांच्या मार्गदर्शनाखाली हा उपक्रम यशस्वीरीत्या पार पडला. या कार्यक्रमामध्ये शाळेतील विद्यार्थी, शिक्षक व कर्मचारी यांना योगाचे आरोग्यदायी फायदे, योग्य दिनचर्या व निरोगी जीवनशैलीमध्ये योगाचे महत्त्व समजावून सांगण्यात आले.

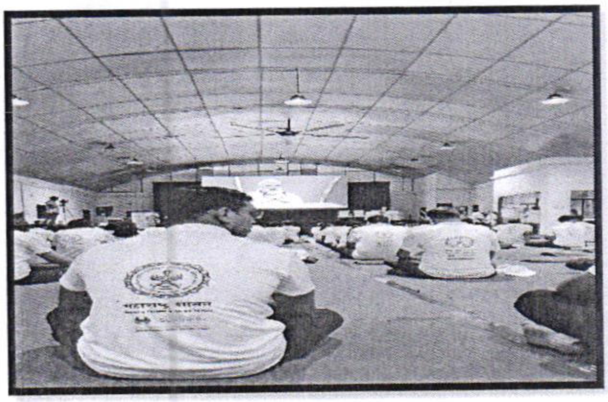
कार्यक्रमादरम्यान विविध योगासने व प्राणायाम यांचे प्रात्यक्षिक घेण्यात आले तसेच उपस्थितांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदविला. योगामुळे शारीरिक तंदुरुस्ती, मानसिक स्थैर्य व एकाग्रता वाढण्यास मदत होते हा संदेश विद्यार्थ्यांपर्यंत प्रभावीपणे पोहोचविण्यात आला.

या उपक्रमाद्वारे योगाविषयी जागरूकता निर्माण होऊन निरोगी जीवनशैलीचा संदेश प्रभावीपणे देण्यात आला. कार्यक्रम उत्साहात व यशस्वीरीत्या संपन्न झाला.

R.A. PODAR MEDICAL COLLEGE (AYU) , WORLI, MUMBAI-१८. DEPARTMENT OF RASA SHASTRA EVUM BHAISHAJYA KALPANA.

International Yoga Day २०२६ Outreach Activity DATE- १७/६/२०२६ TIME- ९am — ६pm VENUE- College campus and nearby institute As a part of the celebration of International Yoga Day Week, the Department of Rasashastra and Bhaishajya Kalpana (RSBK) organized a Yoga Awareness and Information Pamphlet Distribution Activity to promote the importance of yoga and its benefits for physical, mental, and spiritual wellbeing. The activity was conducted in various locations including the college premises, OPD section, and nearby community areas , Bombay veterniary college , Haffkine institute of training reserch and testing , Gateway

OF India as an outreach activity. Informative pamphlets containing details about the significance of Yoga Day, benefits of regular yoga practice, and simple yoga guidelines were distributed among students, patients, attendants, staff members, and members of the general public. The objective of the activity was to create awareness regarding the role of yoga in maintaining health, preventing diseases, and promoting a healthy lifestyle. The initiative received a positive response from all participants and helped in disseminating valuable health information to a larger community. The programme was successfully carried out under the guidance of the Head of the Department, with the active participation of the Professors, Associate Professors, Assistant Professors, Postgraduate students and entire RSBK Department staff The Department of Rasashastra and Bhaishajya Kalpana remains committed to promoting health awareness activities and contributing to community welfare through such outreach programmes.



POSTER PRESENTATION ORGANIZED ON THE OCCASION OF INTERNATIONAL DAY OF YOGA २०२६

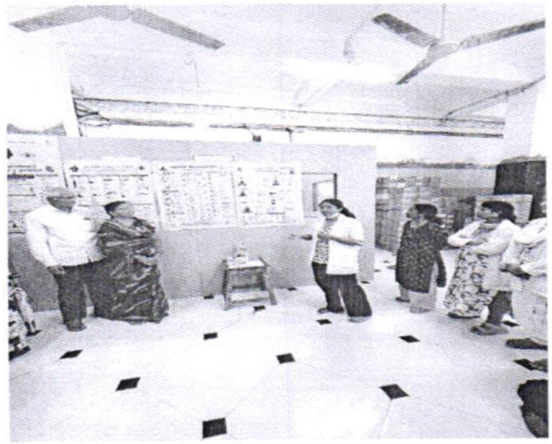
The Department of Kayachikitsa,

R.A. Podar Medical College (Ayu), Mumbai organized a Poster Presentation on Yoga and Health on १८th June २०२६ at ११:३० AM in the hospital dispensary area on the occasion of International Day of Yoga २०२६. The objective of the programme was to spread awareness regarding the importance of yoga in maintaining health and preventing lifestyle disorders.

The programme was conducted by postgraduate students under the guidance of faculty members and the leadership of HOD Dr. Bharat Kadlaskar. Faculty members including Dr. Meenakshi Rewdkar, Dr. Arati Datye, Dr. Sajida Attar, Dr. Sandhya Deshmukh, and Dr. Aishwarya Sathe contributed to the successful execution of the activity.

An informative session by Dr. Shatabdi highlighted the benefits of yoga in metabolic disorders, cardiac diseases, mental health, stress reduction, and overall well-being. The event encouraged participants to adopt yoga as a part of daily life for achieving physical and mental wellness.

The Department of Kayachikitsa expresses sincere gratitude to all faculty members, students, hospital authorities, and attendees for their valuable support and participation.



आयोजक – संस्कृत संहिता सिद्धांत विभाग,

आंतरराष्ट्रीय योग दिन – सप्ताह २०२६

रा. आ. पोदार आयुर्वेद वैद्यकीय महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – ४०००१८

मा. अधिष्ठाता डॉ. संपदा संत मॅडम यांच्या मार्गदर्शनाखाली दिनांक १८ जून २०२६ रोजी गणपती हॉल, वरळी पोलीस कॅम्प येथे योग कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले.

या कार्यक्रमाचा उद्देश पोलीस कुटुंबातील महिला व महिला पोलीस कर्मचाऱ्यांमध्ये शारीरिक व मानसिक आरोग्यासाठी योगाचे महत्त्व अधोरेखित करणे हा होता. कार्यक्रमामध्ये प्रार्थना, प्राणायाम, विविध योगासने, सूर्यनमस्कार व योगनिद्रा यांचा समावेश होता. तणाव व्यवस्थापन व निरोगी जीवनशैलीसाठी योगाचे महत्त्व समजावून सांगण्यात आले.

या शिबिरात सुमारे ५०–६० पोलीस कर्मचारी उत्साहाने सहभागी झाले. कार्यक्रमाच्या शेवटी नियमित योग करण्याचा संकल्प करण्यात आला आणि "निरोगी पोलीस, सक्षम समाज" हा संदेश देत कार्यक्रमाची सांगता झाली.

आयोजक : अगदतंत्र विभाग,

आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६

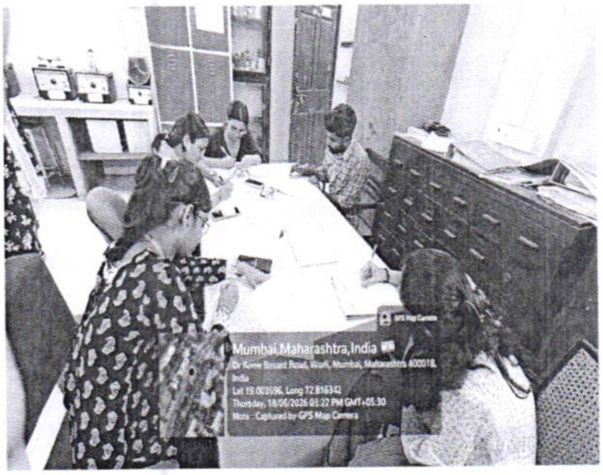
रा. आ. पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – ४०००१८

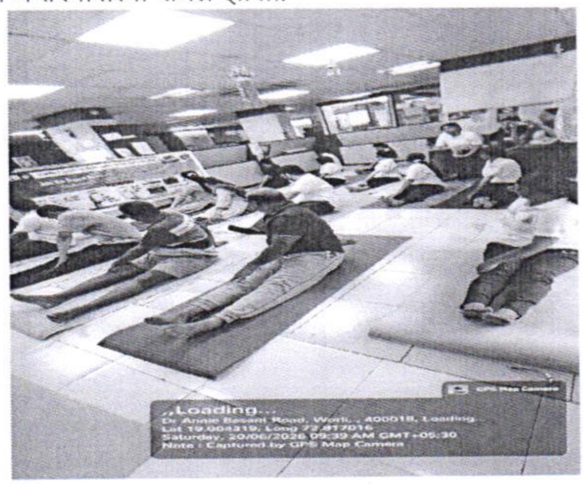
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६ निमित्त अगदतंत्र विभागातर्फे "योग फॉर हेल्दी एजिंग (Yoga for Healthy Ageing)" या विषयावर दिनांक १८ जून २०२६ रोजी निबंध स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले.

मा. अधिष्ठाता डॉ. संपदा संत मॅडम तसेच विभागप्रमुख डॉ. सुभाषिणी लहानकर मॅडम यांच्या मार्गदर्शनाखाली हा उपक्रम यशस्वीरीत्या पार पडला. कार्यक्रमास डॉ. सविता सामलेटी मॅडम, डॉ. स्नेहांकिता धनविजय मॅडम, डॉ. सुमित मराठे सर, पदव्युत्तर विद्यार्थी तसेच पदवी विद्यार्थी उपस्थित होते.

"योगाद्वारे निरोगी वृद्धत्व" या विषयावर विद्यार्थ्यांनी योगाचे शारीरिक, मानसिक व सामाजिक आरोग्यातील महत्त्व प्रभावीपणे मांडले. या स्पर्धेत UG, PG विद्यार्थी व इंटर्न्स यांनी उत्स्फूर्त सहभाग घेतला.

या उपक्रमाद्वारे विद्यार्थ्यांमध्ये योगाबद्दल जागरूकता निर्माण होऊन निरोगी जीवनशैलीचा संदेश प्रभावीपणे पोहोचला. कार्यक्रम उत्साहात व यशस्वीरीत्या संपन्न झाला.





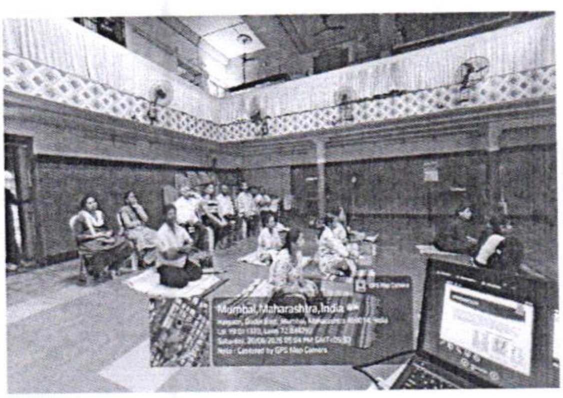
कार्यक्रम अहवाल शल्यतंत्र विभाग
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६
व्याख्यान विषय – गुदगत विकार आणि योग
आयोजक – शल्यतंत्र विभाग, रा. आ. पोद्दार आयुर्वेद वैद्यकीय महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – १८
दिनांक – २० जून २०२६ | वेळ – सायं. ४.३० ते ५.३०
स्थळ – पद्मशाली युवक संघ, नायगाव, दादर (पूर्व), मुंबई
उपस्थिती – सुमारे ३५ सहभागी

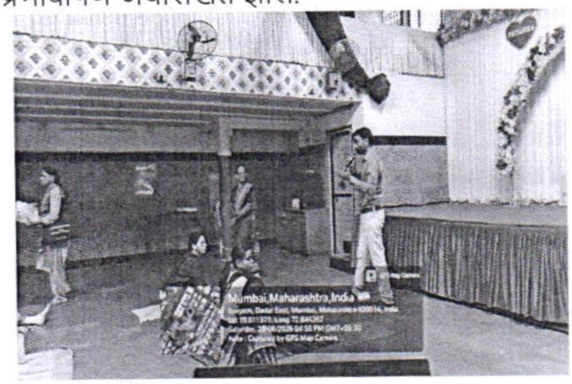
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६ निमित्त शल्यतंत्र विभागामार्फत "गुदगत विकार आणि योग" या विषयावर जनजागृतीपर व्याख्यानाचे आयोजन करण्यात आले. कार्यक्रम मा. डॉ. संपदा संत मॅडम यांच्या मार्गदर्शनाखाली तसेच विभाग प्रमुख डॉ. माधुरी भंडारे व डॉ. विद्या जंगले यांच्या मार्गदर्शनाखाली पार पडला.

या प्रसंगी डॉ. नितीन काळे यांनी मूळव्याध, परिकर्तिका, भगंदर, गुदविद्रधी व बद्धकोष्ठता याविषयी माहिती देत योगाचे महत्त्व स्पष्ट केले. भुजंगासन, मकरासन, पवनमुक्तासन, वज्रासन व प्राणायाम यांचे प्रात्यक्षिक सादर करण्यात आले.

कार्यक्रमात ३५ सहभागी उपस्थित होते. प्रश्नोत्तर सत्राद्वारे शंकांचे निरसन करण्यात आले. शेवटी डॉ. युगंधर आठवले यांनी आभार प्रदर्शन केले.

या कार्यक्रमातून गुदरोगांच्या प्रतिबंध व व्यवस्थापनामध्ये योगाचे महत्त्व प्रभावीपणे अधोरेखित झाले.



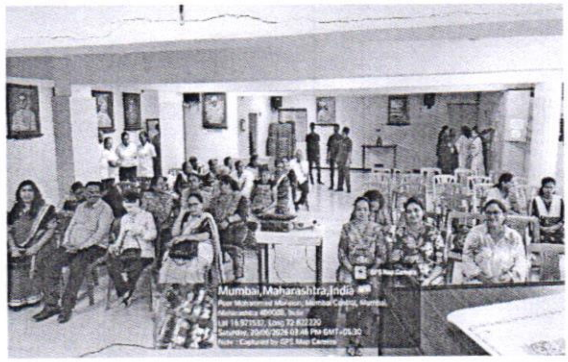


कार्यक्रम अहवाल प्रसूतीतंत्र विभाग

आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त अखिल भारतीय महिला मराठा महासंघ यांच्या वतीने मराठा मंदिर सभागृह, मुंबई येथे योगविषयक विशेष कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. रा. आ. पोद्दार आयुर्वेद वैद्यकीय महाविद्यालयाच्या माननीय अधिष्ठाता डॉ. संपदा संत यांच्या मार्गदर्शनाखाली कार्यक्रम यशस्वीरीत्या पार पडला. त्यांच्या प्रेरणादायी नेतृत्वाबद्दल व मोलाच्या सहकार्याबद्दल मनःपूर्वक आभार व्यक्त करण्यात आले.

या कार्यक्रमास प्रमुख पाहुणे म्हणून डॉ. मनोज वि. गायकवाड, महिला महासंघाच्या प्रमुख सौ. सुवर्णा तसेच इतर मान्यवर उपस्थित होते. सहयोगी प्राध्यापिका डॉ. अश्विनी पाटील, डॉ. शुभदा हाके, डॉ. प्राची प्रभू-खानोलकर तसेच पदव्युत्तर प्रथम वर्षाच्या विद्यार्थिनी डॉ. शिवकन्या मोरे व डॉ. धीरता वाढे यांनीही सहभाग नोंदविला.

कार्यक्रमामध्ये योगासने, प्राणायाम, फेस योगा व आरोग्यवर्धक उपक्रमांचे आयोजन करण्यात आले. प्रश्नोत्तर सत्राद्वारे उपस्थितांच्या शंकांचे निरसन करण्यात आले. सर्वांच्या उत्स्फूर्त सहभागामुळे कार्यक्रम आरोग्य, योग व सामाजिक एकात्मतेचा संदेश देणारा ठरला.



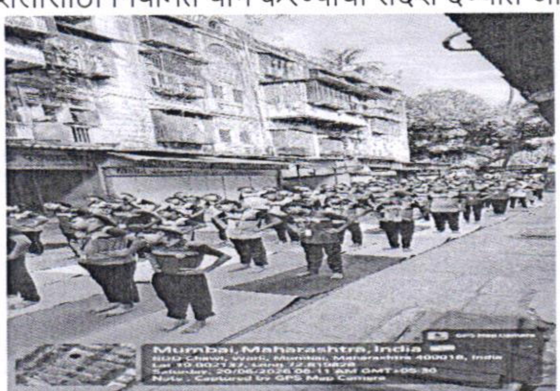
कार्यक्रम अहवाल स्वस्थवृत्त व योग विभाग

आंतरराष्ट्रीय योग दिन – सप्ताह २०२६

स्वस्थवृत्त व योग विभागामार्फत आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताहानिमित्त मराठा मंदिर शाळेत योग कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. या कार्यक्रमामध्ये शाळेतील विद्यार्थी, शिक्षक तसेच कर्मचारी वर्ग यांनी उत्साहाने सहभाग नोंदविला.

कार्यक्रमादरम्यान विविध योगासने, प्राणायाम तसेच योगाचे शारीरिक व मानसिक आरोग्यावर होणारे सकारात्मक परिणाम याविषयी मार्गदर्शन करण्यात आले. सहभागींकडून प्रत्यक्ष योगाभ्यास करून घेण्यात आला व नियमित योगाचे महत्त्व समजावून सांगण्यात आले.

या कार्यक्रमास डॉ. शिवानी, डॉ. सुनील, डॉ. कोमल व डॉ. दीपा उपस्थित होते. त्यांच्या मार्गदर्शनामुळे कार्यक्रम यशस्वीरीत्या पार पडला. कार्यक्रमाच्या शेवटी उपस्थितांना निरोगी जीवनशैलीसाठी नियमित योग करण्याचा संदेश देण्यात आला.



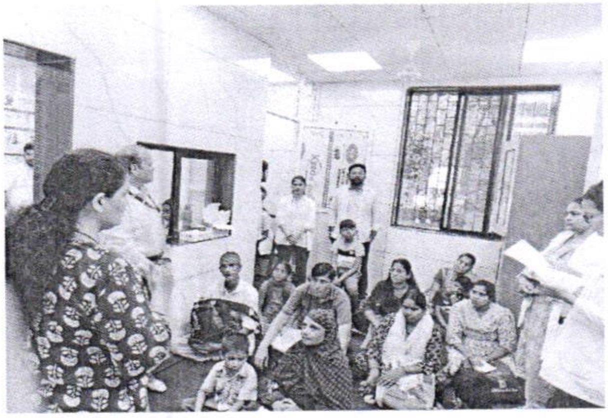
आयोजक : बालरोग विभाग,

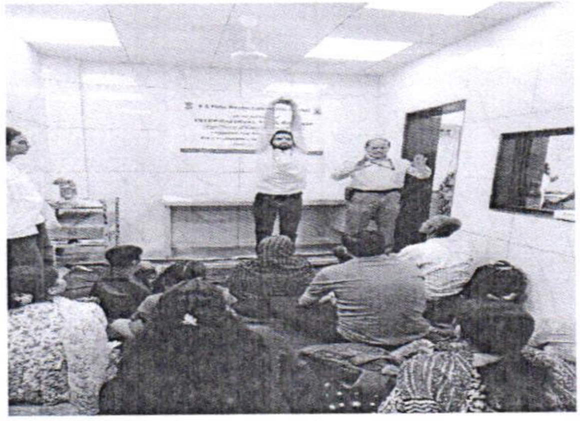
आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६
रा. आ. पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु.), वरळी, मुंबई – ४०००१८

आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६ निमित्त बालरोग विभागातर्फे "न्यूरोमोटर आजारांमध्ये योगाचे महत्त्व (Yoga for Neuromotor Diseases)" या विषयावर कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला.

या कार्यक्रमास विभागप्रमुख डॉ. प्रशांत पाटील सर उपस्थित होते. कार्यक्रमादरम्यान न्यूरोमोटर आजारांमध्ये योगाचे महत्त्व, शरीराची हालचाल, समतोल, स्नायूंचे कार्य व मानसिक आरोग्य सुधारण्यामध्ये योगाची भूमिका याविषयी मार्गदर्शन करण्यात आले.

या उपक्रमाद्वारे सहभागी व्यक्तींमध्ये योगाविषयी जागरूकता निर्माण होऊन आरोग्यदायी जीवनशैलीचा संदेश प्रभावीपणे पोहोचविण्यात आला. कार्यक्रम उत्साहात व यशस्वीरीत्या संपन्न झाला.





आयोजक : रचना शरीर विभाग

आंतरराष्ट्रीय योग दिन सप्ताह २०२६ – अहवाल

आंतरराष्ट्रीय योग दिन २०२६ निमित्त दि. १५ जून ते २१ जून २०२६ या कालावधीत रा. आ. पोदार रुग्णालय (आयु.), वरळी येथील रचना शरीर विभागामार्फत "योग सप्ताह" आयोजित करण्यात आला.

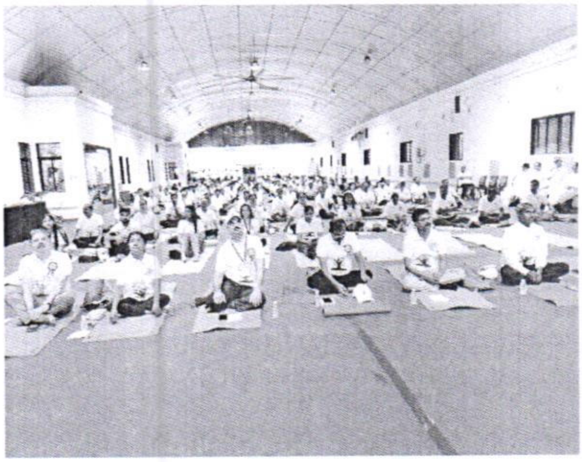
या सप्ताहांतर्गत विविध उपक्रमांचे यशस्वी आयोजन करण्यात आले. त्यामध्ये –

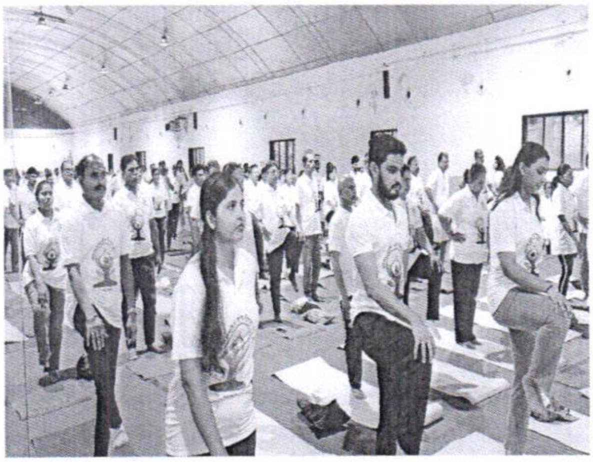
१. योग पथनाट्य

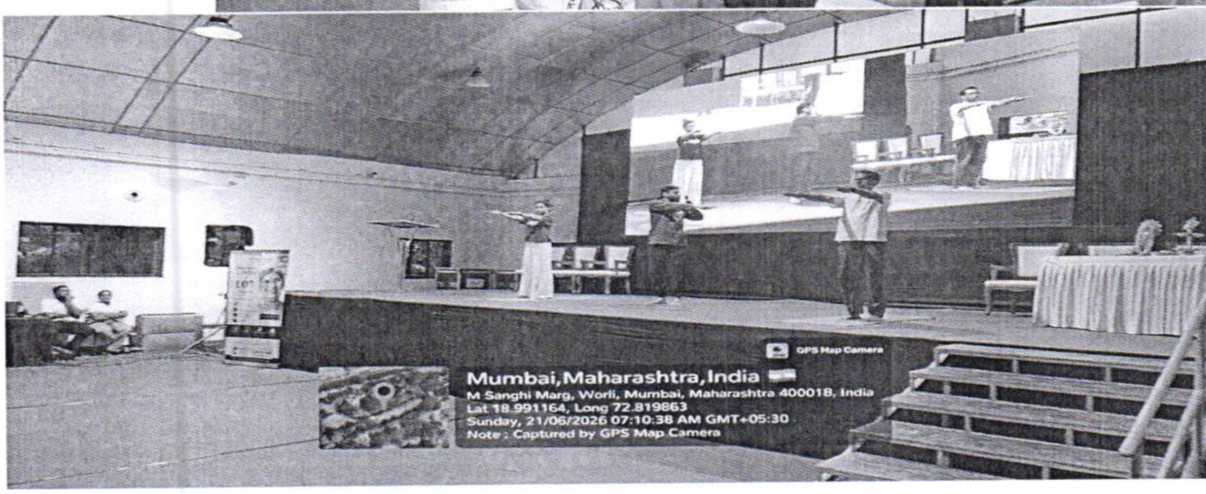
२. दि. २१ जून रोजी योग दिनानिमित्त सोसायटी जनजागृती कार्यक्रम

या उपक्रमांद्वारे योगाचे महत्त्व, आरोग्य संवर्धन व समाजामध्ये जनजागृती करण्याचा उद्देश साध्य करण्यात आला. विभागाने सर्व कार्यक्रमांचे योग्य नियोजन करून यशस्वीरीत्या आयोजन व संपन्न केले.

आंतरराष्ट्रीय योग दिन सामूहिक योगाभ्यास
(मुख्य कार्यक्रम सामूहिक सहभाग)







(वैद्या संपदा सं. संत)
अधिष्ठाता,
रा.आ.पोदार वैद्यक महाविद्यालय (आयु)
वरळी, मुंबई.