પટેલ કેળવણી મંડળ સંચાલિત
શ્રી એમ.એમ.ઘોડાસરા મહિલા આર્ટ્સ & કોમર્સ કોલેજ-જૂનાગઢ
૨૧-જૂન
આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ

માન્યતા ક્રમાંક : સવજ/૧૫૮૩/૩૬૮૨૭-ખ, તા. ૨૪/૧૧/૧૯૮૩
MANAGED BY PATEL KELAVANI MANDAL
**M.M. Ghodasara Mahila Arts & Commerce College**
Affiliated to B.K.N.M.U., NAAC Accredited

Opp. Motibaugh, Junagadh - 362 001. (0285) : 2670523, 99099 70523
www.mmgcollegejnd.edu.in, : mmg_college@yahoo.co.in

Ref. No.

Date: 20-06-2025

## <u>૨૧ જુન આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ</u>

પટેલ કેળવણી મંડળ સંચાલિત એમ.એમ.ઘોડાસરા મહિલા કોલેજમાં તા.૨૦-૦૬-૨૦૨૬ના દિવસે યોગ દિવસની ઉજવણી પ્રિ.ડો.દિનેશભાઈ ડઢાણીયા સાહેબ અને સમગ્ર કોલેજ પરિવાર સાથે કરવામાં આવી હતી.

સમગ્ર વિશ્વમાં ૨૧ જૂને વિશ્વ યોગ દિવસ ઉજવવામાં આવે છે. વર્ષ ૨૦૧૪ માં માનનીય નરેન્દ્ર મોદી દ્વારા સંયુક્ત રાષ્ટ્ર મહાસભામાં કરવામાં આવેલા પ્રસ્તાવને સ્વીકારીને વર્ષ ૨૦૧૫ થી વિશ્વ ભરમાં ૨૧ જૂને યોગ દિવસ ઉજવવામાં આવે છે.

યોગ એ માત્ર કસરત નથી પરંતુ શરીર-મન-આત્મા વચ્ચે સંતુલન સ્થાપિત કરવાની એક પ્રાચીન ભારતીય પધ્ધતિ છે. નિયમિત યોગ કરવાથી આપણું શરીર સ્વચ્છ રહે છે, મન શાંત રહે છે અને એકાગ્રતા વધે છે. આજના વ્યસ્ત જીવનમાં યોગ તણાવ અને ચિંતા દુર કરવામાં ઉપયોગી સાબિત થાય છે. શરીરને તંદુરસ્ત રાખવા માટે અને સ્વચ્થ વૃધ્ધત્વ માટે યોગ ખુબ જરૂરી છે. **કરો યોગ રહો નિરોગી** શારીરિક, માનસિક અને ભાવનાત્મક સ્વાસ્થ્ય બનાવી રાખવા માટે પ્રભાવી યોગ છે. દુનિયાનું સૌથી મોટું સ્વાસ્થ્ય અભિયાન છે. જીવનની ગુણવતા વધારવા માટેની યોગ એક અસરકારક પધ્ધતિ છે. વિશ્વમાં આ દિવસે ॐ કામ, પ્રાર્થના, આસન, પ્રાણાયામ, સંકલ્પ, કલ્યાણમંત્ર એમ વિવિધ પ્રકારે યોગ દિવસ ઉજવીને સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત જીવન જીવવાનો સંકલ્પ કરેલો. આ કાર્યક્રમમાં પ્રિ.ડો.દિનેશભાઈ ડઢાણીય સહિત સમગ્ર સ્ટાફ જોડાયેલો હતો અને કોલેજની સમગ્ર વિદ્યાર્થીનીઓ પણ જોડાયેલી હતી. આ સમગ્ર કાર્યક્રમની વ્યવસ્થા સમગ્ર કાર્યક્રમનું સુચારું સફળ સંચાલન PTI પ્રા.ડો.રેખાબેન કાછડિયા એ કરેલું. તેમજ N.S.S. તથા N.C.C. ના પ્રોગ્રામ ઓફિસરશ્રી પ્રા.ડો.કવિબેન ઝાલા તથા કેરટેકર પ્રા.ડો. પ્રતિક્ષા પટેલે પણ વ્યવસ્થા સંભાળેલ હતી.

સમગ્ર કાર્યક્રમના આયોજન બદલ સંસ્થાના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટીશ્રી કાંતિભાઈ ફળદુ, પ્રમુખશ્રી શિરીષભાઈ સાપરીયા તથા કોલેજ ઈન્ચાર્જશ્રી રતિભાઈ ભુવા સહિતના ટ્રસ્ટી મંડળે અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

PRINCIPAL
M.M.G. MAHILA ARTS AND
COM. COLLEGE - JUNAGADH.

M.M.Ghodasara Mahila Arts & Commerce College

GPS Map Camera
Junagad, Gujarat, India
C/215/28, Gaurav Path, Moti Baug, Raiji Nagar, Junagad, Gujarat 362001, India
Lat 21.509941° Long 70.451445°
Saturday, 20/06/2026 07:44 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Junagad, Gujarat, India
C/215/28, Gaurav Path, Moti Baug, Raiji Nagar, Junagad, Gujarat 362001, India
Lat 21.509841° Long 70.451584°
Saturday, 20/06/2026 08:11 AM GMT +05:30
Google

CHITRA(B)

Mahila Arts & Commerce College