**कार्यालय प्राचार्य**
**शासकीय हमीदिया कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय, भोपाल म.प्र.**
Website : http://www.ghcbpl.org, Ph./Fax No. 0755-2660447,2660081 Email – heghaaccbho@mp.gov.in

भोपाल, दिनांक **10.01.2016**

# सूचना

महाविद्यालय के समस्त छात्रों एवं शिक्षकों व कर्मचारियों को सूचित किया जाता है कि दिनाक **12 जनवरी 2016** को **प्रातः 9:15 बजे से 10:00 बजे** तक महाविद्यालय परिसर में शासन के निर्देशों के परिपालन में **सामूहिक सूर्यनमस्कार** आयोजित होगा।

अतः समस्त शिक्षक, कर्मचारी तथा छात्र प्रातः 9:00 बजे अनिवार्य रूप से महाविद्यालय में उपस्थित होकर कार्यक्रम में सहभागिता सुनिश्चित करें। इसका पालन प्रतिवेदन शासन को प्रेषित किया जावेगा।

Seen

आदेशानुसार प्राचार्य

PRINCIPAL
Govt Hamidia Arts &
Commerce College Bhopal (M.P.)

[क्रीडा अधिकारी]

Jan-16/27Com-I

**कार्यालय प्राचार्य**
**शासकीय हमीदिया कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय, भोपाल म.प्र.**
Website : http://www.ghcbpl.org, Ph./Fax No. 0755-2660447,2660081 Email – heghaaccbho@mp.gov.in

भोपाल, दिनांक 12 01-2016

# प्रतिवेदन
# सूर्यनमस्कार

विश्व योग दिवस के अवसर शा. हमीदिया कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय में प्रातः निर्धारित समय पर योग अभ्यास प्राणायाम में छात्रों एवं समस्य स्टॉफ ने सोत्साह भाग लिया, तत्पश्चात, योग विषय पर परिचर्चा की गई। जिसमें प्राध्यापकों ने अपने विचार व्यक्त किये। छात्रों एवं सभी स्टाफ को योग से जुड़ने का संकल्प कराया तथा योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने हेतु अनुरोध किया। विभिन्न वक्ताओं ने योग के अनेक आयामों पर प्रकाश डाला। क्रीड़ा अधिकारी द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ विश्व योग दिवस कार्यक्रम का समापन हुआ।

प्रभारी प्राचार्य
PRINCIPAL
Govt Hamidia Arts &
Commerce College. Bhopal (M.P.)

[Vandana Shrivastava]

जूडा प्रशिक्षण

सत्र 2015-16

सामूहिक सूर्य नमस्कार क्रम
12 जनवरी 2016

| | छात्र के नाम | कक्षा |
|---|---|---|
| 1 | सोनू काकोडिया | MA III भूगोल |
| 2 | दीपक शर्मा | MA III " |
| 3 | अजय | MA III " |
| 4 | सन्तोष बैरागी | MA IV भूगोल |
| 5 | सोमेश साहू | MA IV मनोविज्ञान |
| 6 | अनिल बरकड़े | MA II मनोविज्ञान |
| 7 | पारस मार्को | MA II भूगोल |
| 8 | पवन कुमार जायसवाल | MA II भूगोल |
| 9 | अजय भारतीय | BA II |
| 10 | शैलेन्द्र सेन | BA II |
| 11 | गुलशन मीना | BA II |
| 12 | रुमेश रजक | B Com III |
| 13 | सन्तोष प्रजापति | B Com III |
| 14 | कृतिक तिवारी | B Com II |
| 15 | रयाक बाकुल | M Com I |
| 16 | अन्तर सिंह | BA III |
| 17 | राजकुमार सिंह | B Com VI |
| 18 | सुशान्त सिंगोरिया | B Com VI |
| 19 | समरजीत कुशवाहा | BA III |
| 20 | नर्मदा उइके | BA IV |
| 21 | आशिष गोदाक | B Com VI |

भोपाल, बुधवार 13 जनवरी 2016 8

हिन्दुस्तान एक्सप्रेस

# हमीदिया कॉलेज में सूर्य नमस्कार और दार्शनिक व्याख्यान का हुआ आयोजन

स्वामी विवेकानंद जी की जयंती पर महाविद्यालय में सामूहिक सूर्यनमस्कार का आयोजन हुआ। महाविद्यालय में इस तरह के कार्यक्रम को लेकर विद्यार्थियों में अति उत्साह देखा गया। सभी विद्यार्थी सुबह 7 बजे महाविद्यालय में एकत्र हो कर शासन के निर्देशों के अनुरूप सूर्य नमस्कार कार्यक्रम संपन्न हुआ। सूर्य नमस्कार के पहले एक घंटे का संक्षिप्त व्याख्यान रखा गया जिसने दर्शनशास्त्र प्राध्यापक प्रो. विनोद कटारे ने विद्यार्थियों को बताया कि सूर्य प्रकाश व ऊर्जा का प्रतीक है और जब हम सूर्य नमस्कार करते हैं तो ज्ञान का प्रकाश हमारे भीतर उदित होता है और उस ज्ञान से हम उस परम ऊर्जा का प्राप्त करते हैं। श्री कटारे ने प्राणायाम का भी दार्शनिक महत्त्व विद्यार्थियों को बताया। व्याख्यान के बाद महाविद्यालय के प्रभारी प्राचार्य डॉ. पीके जैन, डॉ. दीप्ति विश्वास, एन.एस.एस. के कार्यक्रम अधिकारी डॉ. आर.एस.नरवरिया व डॉ आर.पी. शाक्य ने भी स्वामी विवेकानंद के जीवन से जुड़ी महत्वपूर्ण घटनाओं का उल्लेख किया। कार्यक्रम में क्रिड़ा विभाग की अधिकारी डॉ. वंदना श्रीवास्तव, डॉ. अजय कुमार घोष व एन.एस.एस ग्रुप लीडर गब्बर सिंह और एनएसएस के मीडिया प्रभारी राजीव त्रिपाठी ने सूर्य नमस्कार में सहभागिता दी व एनएसएस के सदस्य कुलदीप सिंह लोवंशी, राहुल तिवारी, अंकुर गुप्ता, अजय परमार आदि का योगदान सराहनीय रहा।