

आयुक्त एस.के. सुंदरानी ने 21 जून को होने वाले योग दिवस के महत्व को बताया

भिलाईनगर/नगर पालिक निगम भिलाई के आयुक्त प्रतिदिन होने वाले राष्ट्रगान के पश्चात सुविचार प्रकट करते हुए शारीरिक स्वास्थ्य के साथ साथ मानसिक स्वास्थ्य भी बरकरार रखने उपस्थित सभी निगम कर्मचारियों को सुझाव दिए। उन्होंने कहा कि यदि मानसिक स्वास्थ्य सही है तो निश्चित रूप से शारीरिक बीमारी होने की संभावना अपने आप कम हो जाती है , हमें प्रसन्न होकर हंसमुख रहकर कार्य करना चाहिए जिससे कार्य करने की क्षमता भी बढ़ जाती है! नकारात्मक सोच रखने की बजाए सकारात्मक सोच हमारे मनोबल को बढ़ाती है और अच्छे कार्य करने की प्रेरणा देती है! 21 जून को होने वाले योग दिवस के महत्व को बताते हुए आयुक्त महोदय ने कहा कि योग अब हमारे दिनचर्या में भी शामिल हो गया है, दिन भर के व्यस्ततम समय में से थोड़ा सा समय निकाल कर हमें योग को अपनाना चाहिए, इससे कई सारी बीमारियों से भी बचा जा सकता है! उपायुक्त अशोक द्विवेदी ने 21 जून को रविशंकर स्टेडियम में होने वाले योग दिवस में निगम कर्मचारियों की उपस्थिति देने हेतु सभी से अपील की!

जनसम्पर्क अधिकारी

जल है तो कल है, जल ही जीवन है

