

IQ City Medical College
IQ City Road
Sovapur, Bijra Road, Jemua,
Durgapur – 713206, India
Phone: 0343-2608500

<https://medical.iqcity.in>



Ref no: IQMC/06/Principal Office/25/21

Date: 17.06.2025

NOTICE
INTERNATIONAL YOGA DAY 2025

International Yoga Day 2025 (*YOGA SANGAM-#YogaforOneEarthOneHealth*) will be observed on the 21st June 2025 (Saturday) by IQ City Medical College and Hospital as per the NMC guidelines. Participation for all UG students admitted under academic session 2024-2025.

To prepare for the event, the following will be implemented:

1. **Pre-Yoga session** will be conducted on 19th June and 20th June 2025 as per shared details:
 - Time: 05:00Pm to 06:00pm, Venue: Open space in front of Anatomy dept. (Lab), 4th floor, Hospital Building.
2. **Yoga session on the International Yoga Day 2025 on 21st June 2025**
 - Time : 06:30am to 08:00am
 - Venue: Open space in front of Anatomy dept. (Lab), 4th floor, Hospital Building.
3. Students must be in possession of :
 - Proper attire for yoga – White T-shirt and yoga track pants.
4. Photographs will be taken during the yoga session.
5. All necessary supports by concerned department are solicited for successful conduct of the event.

For any queries kindly contact Dr Asish Banerjee – Dean Student Affairs (7044118821) and Mr Abhishek Saha- Sports intructer (8250606014).

Principal

IQ City Medical College

Principal
IQ City Medical College & Hospital
IQ City Road, Sovapur, Jemua
Durgapur-713206, India

Distribution

Vice Principal

Dean – Academics

Dean – Student affairs

All Medical HODs/In-Charges

All Non-Medical HODs/In-Charges

General Admin

Warden (Girls/Boys)

Academics - To circulate among all concerned & Notice boards

Standard Operating Procedure (SOP) for Organising 'Yoga Sangam' event

Ministry of Ayush | International Day of Yoga (IDY) 2025

Flagship Signature Event: Yoga Sangam

Purpose

The SOP provides comprehensive guidelines to event organisers for the successful planning, management, and documentation of the '**Yoga Sangam**' event. This is an indicative SOP and all guidelines are not mandated. Organisations may adapt according to the local safety, health guidelines and other procedural requirements.

Event Details

International Day of Yoga (IDY) has successfully completed a decade, and in 2025, we are celebrating the 11th IDY in a truly global and inclusive manner. '**Yoga Sangam**' is the flagship Signature Event of IDY-2025. Other nine IDY Signature Events are designed to add to the buildup of Yoga Sangam.

'Yoga Sangam' will feature mass yoga demonstration at 1,00,000 locations across India on 21st June 2025 from 6:30 AM – 7:45 AM (6:30 to 7AM: Event preparation and 7 to 7:45AM: Common Yoga Protocol demonstration). It aims to expand yoga's grassroots reach and ensure that everyone can access its benefits. Taking place on 21st June 2025, it will be a groundbreaking initiative unfolding a synchronised, yet distributed mass yoga demonstration at 1,00,000 locations across India.

Scope

This SOP applies to all partner organizations, including Government organisations, educational institutions, private entities, Resident Welfare Associations (RWAs), NGOs, community groups, and other parties conducting 'Yoga Sangam' event across India.

Objectives of Yoga Sangam

- **National Integration:** By bringing together participants from diverse backgrounds, regions, and cultures, Yoga Sangam will foster national unity and societal harmony.
- **Health and Wellness:** The event will inspire people to incorporate yoga into daily life, enhancing the nation's overall health and wellness.
- **Cultural Heritage:** Celebrating India's rich legacy, Yoga Sangam will reinforce the country's role as the global focal point of yoga.
- **Awareness and Accessibility:** Yoga Sangam is dedicated to promoting yoga's benefits and ensuring it is accessible to all, regardless of socio-economic status.

Pre-Event Activities

Activity	Description
Registration	Register for the event as organisers on the Yoga portal (https://yoga.ayush.gov.in/yoga-sangam) and submit all necessary information
Overall Co-ordination	- Coordinate with local authorities (if required) for organising the event - Finalise the list of participants for the event - Send special invites to chief guests, if required
Venue and Event Planning	- Finalise medium to large sized venue with green spaces - Clean sweep venue before the event - Ensure branding of the venue as per guidelines issued by the Ministry of Ayush - Partner with a trained/certified yoga instructor to lead others in Common Yoga Protocol (CYP). You can reach out to institutions like Ayushman Arogya Mandir (AAM), International Yoga Association (IYA), and Yoga Certification Board (YCB) for support on training on CYP. - Ensure provisions for drinking water, first aid support, and emergency response
Social media	- Share the registration message - “We are happy to share that we have registered to organise the ‘Yoga Sangam’ as part of #IDY2025. You can also become a ‘Yoga Sangam’ organiser by visiting https://yoga.ayush.gov.in/yoga-sangam and be a part of this movement #YogaforOneEarthOneHealth” - Follow the social media channels of the Ministry of Ayush- - Instagram: https://www.instagram.com/ministryofayush/ - Facebook: https://www.facebook.com/moayush/ - X : https://x.com/moayush/ - YouTube: https://www.youtube.com/@MinistryofAyushofficial

Activities on event day (6:30 AM – 7:00 AM, 21st June 2025)

Activity	Description
Distribute Yoga Kits	Distribute yoga accessories (such as yoga mats, caps, etc) to participants – if applicable
Opening Session	- Deliver a welcome speech and offer a brief overview of IDY vision and the structure of the event. - Request the chief guests to deliver a message, as deemed appropriate - Conduct live streaming of Honourable Prime Minister’s address
Participant Assembly	Group participants with appropriate physical distancing

Activities on event day (7:00 AM – 7:45 AM, 21st June 2025)

Activity	Description
Yoga Session	Conduct yoga as per the CYP at the venue from 7 AM – 7:45 AM.
Photography	Capture videos, photos
Social media	Live stream the event and share photos on social media channels
Closing Session	Deliver a gratitude speech and thank chief guests and participants for their support and association

Post-Event Activities

Activity	Description
Post-event cleaning	Ensure that the location is cleared after the event and waste, if any, is managed sustainably
Post-event survey	Upload event details such as the number of participants and images on the Yoga portal (yoga.ayush.gov.in)
Social media	Upload photos, videos, reels on social media channels

Support from the Ministry of Ayush

- Provision of official branding guidelines.
- Online training material on Common Yoga Protocol.
- Digital promotion through official platforms, as applicable.
- Coordination support from AAM, IYA, and YCB, as appropriate.

Certificates will be awarded to the organisers in recognition of their successful execution of the 'Yoga Sangam' event.

(For further information or clarifications, you may write to us at idy.coordination@gov.in.)

आयोजकों के लिए दिशानिर्देश

प्रिय आयोजक, आपको 21 जून 2025 को 'योग संगम' कार्यक्रम की तैयारी के लिए निम्नलिखित जिम्मेदारियां सौंपी गई हैं।

कार्यात्मक क्षेत्र	कार्यात्मक क्षेत्र
समग्र समन्वय	- आयोजन की योजना बनाना और उसका संचालन करना - कार्यक्रम के आयोजन के लिए स्थानीय अधिकारियों (यदि आवश्यक हो) के साथ समन्वय करना। - आयोजन के लिए प्रतिभागियों की सूची को अंतिम रूप देना
स्थल की योजना बनाना	- हरे-भरे स्थानों के साथ मध्यम से बड़े आकार के आयोजन स्थल को अंतिम रूप देना। - कार्यक्रम से पहले और बाद में कार्यक्रम स्थल को साफ-सुथरा रखें - प्रतिभागियों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए आपातकालीन और प्राथमिक चिकित्सा के प्रावधान
आयोजन प्रबंधन	- सामान्य योग प्रोटोकॉल (सी. वाई. पी.) में दूसरों का नेतृत्व करने के लिए एक प्रशिक्षित योग प्रशिक्षक के साथ साझेदारी करना। आप CYP पर प्रशिक्षण में सहायता के लिए आयुष्मान आरोग्य मंदिर (AAM), अंतर्राष्ट्रीय योग संघ (IYA) और योग प्रमाणन बोर्ड (YCB) जैसे संस्थानों से संपर्क कर सकते हैं। - आयुष मंत्रालय द्वारा जारी दिशा-निर्देशों के अनुसार आयोजन स्थल की ब्रांडिंग-आगे की जानकारी ईमेल के माध्यम से साझा की जाएगी
सोशल मीडिया	- ईमेल में दिए गए प्रारूप का उपयोग करके सोशल मीडिया पर पंजीकरण संदेश साझा करना। - आयुष मंत्रालय के सोशल मीडिया चैनलों का अनुसरण करना - सोशल मीडिया चैनलों पर कार्यक्रम की तस्वीरें साझा करना
कार्यक्रम के बाद का सर्वेक्षण	आयोजन की अच्छी गुणवत्ता वाली तस्वीरें लेना और उन्हें योग पोर्टल (yoga.ayush.gov.in) पर अपलोड करना-आगे की जानकारी ईमेल के माध्यम से साझा की जाएगी।

Organizer Guidelines

Dear organizers, you are entrusted with the following responsibilities to prepare for the 'Yoga Sangam' event on 21st June 2025.

Functional Area	Responsibilities
Overall Co-ordination	• Planning and conducting the event • Coordinating with local authorities (if required) for organizing the event • Finalising the list of participants for the event
Venue Planning	• Finalising medium to large sized venue with green spaces • Clean sweeping the venue before and after the event • Provisions for emergency and first aid to ensure safety of participants
Event Management	• Partnering with a trained yoga instructor to lead others in Common Yoga Protocol (CYP). You can reach out to institutions like Ayushman Arogya Mandir (AAM), International Yoga Association (IYA), and Yoga Certification Board (YCB) for support on training on CYP. • Branding of the venue as per guidelines issued by the Ministry of Ayush- Further details will be shared through email
Social media	• Sharing the registration message on social media using the format provided in the email • Following the social media channels of the Ministry of Ayush • Sharing photos of the event on social media channels
Post-event survey	• Capturing good quality pictures of the event and uploading them on the Yoga portal (yoga.ayush.gov.in) – Further details will be shared through email

कॉमन योग प्रोटोकॉल वीडियो लिंक (हिंदी, अंग्रेजी और 21 क्षेत्रीय भाषाओं में)

एस.सं.	ईडीवाई वीडियो – कॉमन योग प्रोटोकॉल	यूट्यूब वीडियो लिंक
1.	कॉमन योग प्रोटोकॉल - हिन्दी	https://www.youtube.com/watch?v=gFU4oBGKq3Q&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=22
2.	कॉमन योग प्रोटोकॉल - अंग्रेज़ी	https://www.youtube.com/watch?v=SSGZ-FFEkjM&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=22
3.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- मणिपुरी	https://www.youtube.com/watch?v=1V02AXkPXkA&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=11
4.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- कन्नड़	https://www.youtube.com/watch?v=DvQQe7KiQiM&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=16
5.	कॉमन योग प्रोटोकॉल-संस्कृत	https://www.youtube.com/watch?v=y-DhkCQz9u0&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=2
6.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- मराठी	https://www.youtube.com/watch?v=X8zQmuWEpSU&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=3
7.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- मलयालम	https://www.youtube.com/watch?v=Lm3qCZPvru0&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=10
8.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- बंगाली	https://www.youtube.com/watch?v=zPPFKYLTlI&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=20
9.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- कश्मीरी	https://www.youtube.com/watch?v=NZLAoWi2-8Q&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=17
10.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- तमिल	https://www.youtube.com/watch?v=d5jKNjPfsHQ&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=4
11.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- उर्दू	https://www.youtube.com/watch?v=YpU3NxOMvaA&list=PLxZ05kgQIFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=6

12.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- तेलुगु	https://www.youtube.com/watch?v=G545rZmaPdk&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=5
13.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- असमिया	https://www.youtube.com/watch?v=EUjr83W2iw4&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=21
14.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- पंजाबी	https://www.youtube.com/watch?v=LHiYorlONDI&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=8
15.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- उड़िया	https://www.youtube.com/watch?v=P4eX4V3jTkM&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=14
16.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- गुजराती	https://www.youtube.com/watch?v=RNT6-lar7Ew&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=18
17.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- नेपाली	https://www.youtube.com/watch?v=PmyzlgT-09I&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=2&t=1207s
18.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- सिंधी	https://www.youtube.com/watch?v=csXsJKj8hNk&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=7&t=1691s
19.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- संथाली	https://www.youtube.com/watch?v=ZHEQ2NDSuM0&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=9
20.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- कोंकणी	https://www.youtube.com/watch?v=OXPJSP-7rHk&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=13
21.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- डोगरी	https://www.youtube.com/watch?v=i-FZNmoD6FU&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=15
22.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- बोडो	https://www.youtube.com/watch?v=rPkNbhCW1Mc&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=19
23.	कॉमन योग प्रोटोकॉल- मैथिली	https://www.youtube.com/watch?v=WGD43Us5awM&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=12

Common Yoga Protocol Video Links (in Hindi, English, and 21 Regional Languages)

S. No.	IDY Videos – Common Yoga Protocol	YouTube Video Links
1.	Common Yoga Protocol - Hindi	https://www.youtube.com/watch?v=gFU4oBGKq3Q&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=22
2.	Common Yoga Protocol- English	https://www.youtube.com/watch?v=SSGZ-FFEkiM&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=22
3.	Common Yoga Protocol- Manipuri	https://www.youtube.com/watch?v=1V02AXkPXkA&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=11
4.	Common Yoga Protocol-Kannada	https://www.youtube.com/watch?v=DvQQe7KiQiM&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=16
5.	Common Yoga Protocol- Sanskrit	https://www.youtube.com/watch?v=y-DhkCQz9u0&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=2
6.	Common Yoga Protocol-Marathi	https://www.youtube.com/watch?v=X8zQmuWEpSU&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=3
7.	Common Yoga Protocol- Malayalam	https://www.youtube.com/watch?v=Lm3qCZPvru0&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=10
8.	Common Yoga Protocol-Bengali	https://www.youtube.com/watch?v=zPPFKYLTl-&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=20
9.	Common Yoga Protocol- Kashmiri	https://www.youtube.com/watch?v=NZLAoWi2-8Q&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=17
10.	Common Yoga Protocol-Tamil	https://www.youtube.com/watch?v=d5jKNjPfsHQ&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=4
11.	Common Yoga Protocol-Urdu	https://www.youtube.com/watch?v=YpU3NxoMvaA&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=6

12.	Common Yoga Protocol-Telugu	https://www.youtube.com/watch?v=G545rZmaPdk&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=5
13.	Common Yoga Protocol-Assamese	https://www.youtube.com/watch?v=EUjr83W2iw4&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=21
14.	Common Yoga Protocol-Punjabi	https://www.youtube.com/watch?v=LHiYorLONDI&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=8
15.	Common Yoga Protocol-Oriya	https://www.youtube.com/watch?v=P4eX4V3jTkM&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=14
16.	Common Yoga Protocol-Gujarati	https://www.youtube.com/watch?v=RNT6-lar7Ew&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=18
17.	Common Yoga Protocol-Nepali	https://www.youtube.com/watch?v=PmyzlgT-09I&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=2&t=1207s
18.	Common Yoga Protocol-Sindhi	https://www.youtube.com/watch?v=csXsJKj8hNk&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=7&t=1691s
19.	Common Yoga Protocol-Santali	https://www.youtube.com/watch?v=ZheQ2NDSuM0&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=9
20.	Common Yoga Protocol-Konkani	https://www.youtube.com/watch?v=OXPJSP-7rHk&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=13
21.	Common Yoga Protocol-Dogri	https://www.youtube.com/watch?v=i-FZNmoD6FU&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=15
22.	Common Yoga Protocol-Bodo	https://www.youtube.com/watch?v=rPkNbCW1Mc&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=19
23.	Common Yoga Protocol-Maithili	https://www.youtube.com/watch?v=WGD43UsSawM&list=PLxZ05kgQiFwf6JbbEvThly9AcZ0xrfxvk&index=12

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (आई. डी. वाई.) 2025 के प्रमुख कार्यक्रम 'योग संगम' के आयोजक के रूप में पंजीकरण कराने के लिए बधाई। हम आपकी महत्वपूर्ण भागीदारी की उम्मीद करते हैं और इस आयोजन को राष्ट्रीय स्तर पर सफल बनाने की उम्मीद करते हैं। हम योग संगम आयोजकों के समुदाय में आपका स्वागत करते हुए रोमांचित हैं।

'योग संगम' आई. डी. वाई.-2025 अवलोकन का मुख्य आधार है, और यह पूरे भारत में 1,00,000 स्थानों पर सामान्य योग प्रोटोकॉल (सी. वाई. पी.) के आधार पर एक समन्वित, लेकिन वितरित, सामूहिक योग प्रदर्शन की परिकल्पना करता है। यह 21 जून 2025 को सुबह 6:30 बजे से 7.45 बजे तक 'अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस' के रूप में मनाया जाएगा। इस वितरित योग सत्र में देश भर के लाखों लोग एकजुट होंगे। निजी संस्थान, नागरिक समूह, निगम, सांस्कृतिक संगठन, सरकारी निकाय, स्कूल, कॉलेज और अन्य विभिन्न संगठन देश भर में योग संगम कार्यक्रमों का आयोजन करेंगे, कम से कम कुल मिलाकर इस तरह के कार्यक्रम होंगे।

आपके आयोजन स्थल पर कार्यक्रम के सुचारु संचालन और निष्पादन को सुनिश्चित करने के लिए, 'योग संगम' कार्यक्रम की जानकारी, प्रत्याशित आयोजक जिम्मेदारियों की एक सूची, सीवाईपी वीडियो के लिंक इस ईमेल के साथ संलग्न किए गए हैं।

हम आपसे अनुरोध करते हैं कि आप दस्तावेजों को ध्यान से देखें और उसी के अनुसार अपनी तैयारी शुरू करें। आयोजन के संबंध में आगे की सूचना नियत समय पर भेजी जाएगी। अद्यतन रहने के लिए कृपया अपने ईमेल इनबॉक्स की नियमित रूप से निगरानी करें।

इसके अलावा, हम आपसे अनुरोध करते हैं कि आप अपने सोशल मीडिया चैनलों पर निम्नलिखित संदेश साझा करें: (फेसबुक, वॉट्सऐप, इंस्टाग्राम या ट्विटर सहित):

“हमें यह बताते हुए खुशी हो रही है कि हमने #IDY2025 के हिस्से के रूप में 'योग संगम' के आयोजन के लिए पंजीकरण कराया है। आप यहां आकर 'योग संगम' के आयोजक भी बन सकते हैं। <https://yoga.ayush.gov.in/yoga-sangam> और इस आंदोलन का हिस्सा बनें #YogaforOneEarthOneHealth”

आपके उत्साह और प्रतिबद्धता के लिए एक बार फिर धन्यवाद। हम आने वाले दिनों में आपके सहयोग की उम्मीद करते हैं। किसी भी और स्पष्टीकरण के लिए आप idy.coordination@gov.in पर ईमेल कर सकते हैं