

## CIRCULAR

ARKA JAIN  
University  
Jharkhand

## NOTICE

## SCHOOL OF NURSING

Ref. No: AJU/SON/10/25

Date: 15/11/2025

We are pleased to inform you that a **Session on Yoga** will be conducted as part of the "Yoga, Health and Wellness Awareness session for New Students". The session will be demonstrated by **Prof. Shilpa J, Vice Principal**, School of Nursing, ARKA JAIN University, and an Internationally Certified Yoga Instructor, on 01/12/2025 from 7:00 a.m. to 8:00 a.m. at the Football Playground, ARKA JAIN University Campus.

This event is organized by the School of Nursing, ARKA JAIN University, for B.Sc. Nursing Students, Session 2025–2029 as a part of **AARAMBH – 2025 Student Induction Programme**. The session aims not only to promote physical fitness but also to foster mental well-being, concentration, and inner harmony-qualities essential for success in today's dynamic world.

All students are requested to attend the session without fail.

  
Principal  
School of Nursing  
ARKA JAIN University  
Principal  
School of Nursing  
ARKA JAIN University

## Event Coordinators

Prof. Shilpa J (Vice Principal)

Ms Manisha Kumari (Nursing Tutor)

## Copy to:

PS to Vice Chancellor

PS to Pro-Vice Chancellor

PS to Director

Office of the Registrar

IQAC

Dean/PC of University Campus

In-charge website

Office Record

Class Coordinator

Students WhatsApp Group

Students Mail ID

ERP Co-ordinator

## SESSION ON YOGA: YOGA, HEALTH & WELLNESS AWARENESS SESSION FOR NEW STUDENTS

<b>Date of Event</b>	<b>01.12.2025</b>
<b>Name of the Event</b>	<b>Session on yoga: Yoga, Health &amp; Wellness Awareness Session For New Students</b>
<b>Type of the Event</b>	<b>Life skill (Yoga session)</b>
<b>Conducted by</b>	<b>School of Nursing</b>
<b>No. of Participants</b>	<b>44</b>

### OBJECTIVE:

To instil an understanding of the holistic benefits of Yogic-Zumba in maintaining physical fitness, enhancing mental well-being, and promoting energetic engagement, particularly valuable in the demanding profession of nursing.

**DETAILS:** The School of Nursing, ARKA JAIN University, proudly organized “Aarambh-25”, an orientation program for the incoming B.Sc. Nursing batch (2025–2029), held from November 28 to December 04, 2025. The week-long program provided students with an engaging introduction to academic life and their upcoming professional journey. A key highlight of the induction was the Yoga and Zumba Session conducted on December 01, 2025. The session, coordinated by Mrs Manisha Kumari and facilitated by Prof. Shilpa J, Vice Principal, an Internationally Certified Yoga and Yogic-Zumba Instructor, offered a dynamic blend of Yoga postures, breathing techniques, and rhythmic Zumba movements. Students actively participated, gaining practical insights into stress management, lifestyle modification, and simple daily wellness practices. The success of this initiative reflects the visionary leadership of our Principal, Prof. Ginu Anie Joseph, who ensured that the Yogic-Zumba activity remained a key component of the AARAMBH celebration. We extend heartfelt gratitude to Prof. (Mrs) Ginu Anie Joseph, Prof. Shilpa J., and our Honourable Chairman, Prof. Dr S. S. Razi, for their continuous support and encouragement. The program meaningfully contributed to the holistic development of students, enriching both their physical and mental well-being while fostering a positive and conducive learning environment.

**TAKEAWAY (OUTCOMES):** The Yogic-Zumba session during the Student Induction Program provided students with valuable physical and mental benefits. It helped them to improve their flexibility, stamina, and overall fitness while also reducing stress and promoting mental calmness. The session created an energetic and positive environment, motivating students to stay active and adopt healthy habits. It also encouraged a balanced approach to academics by integrating movement, mindfulness, and emotional well-being into their daily routine.

## Poster of the Event


**ARKA JAIN University**  
 Jharkhand


**NAAC GRADE A**  
 ACCREDITED UNIVERSITY


**RANKED 52<sup>ND</sup>**  
 BEST PRIVATE UNIVERSITY IN INDIA


**ISO**


**Samaritan**


**MHRD**





**SCHOOL OF NURSING**

**arambh '25**

**YOGA , HEALTH AND WELLNESS AWARENESS SESSION FOR NEW STUDENTS**  
**PROF. SHILPA J.**  
 VICE PRINCIPAL, SCHOOL OF NURSING, ARKA JAIN UNIVERSITY, AND AN  
 INTERNATIONALLY CERTIFIED YOGA INSTRUCTOR  
**DATE: 01/12/2025 VENUE: Football Playground, AJU Campus TIME: 8:00AM-9:00AM**

**ORIENTATION CUM INDUCTION PROGRAM**  
 B.Sc. Nursing Students  
 (SESSION: 2025-2029)

**CONVENER: Prof. Ginu Anie Joseph (Principal)**  
**CO- CONVENER: Prof. Shilpa J. (Vice -Principal)**  
**EVENT COORDINATOR:**  
**Ms. Manisha Kumari (Nursing Tutor)**

**WWW.ARKAJAINUNIVERSITY.AC.IN**



## Photos of the Event



**Fig 1:- A preparatory session conducted by Prof. Shilpa J. before the Yogic-Zumba activity**



**Fig: 2 Participants engaging in the warm-up session prior to the Yogic-Zumba activity.**



**Fig 3:- Yogic Zumba session demonstrated by Prof. Shilpa. J (Vice – Principal)**



**Fig 4:- Illustrates the active participation of all faculty members and students in the Yogic-Zumba session, highlighting the collective engagement and enthusiasm in promoting holistic wellbeing by Prof. Shilpa. J (Vice – Principal)**





**Fig 5:- Yogic Zumba session demonstrated by Prof. Shilpa. J (Vice – Principal)**



**Fig 6:- Illustrates the active participation of all faculty members and students in the Yogic-Zumba session, highlighting the collective engagement and enthusiasm in promoting holistic wellbeing by Prof. Shilpa. J (Vice – Principal)**



## List of Participants



ARKA JAIN  
University  
Jharkhand



LIST OF PARTICIPANTS  
A SESSION ON YOGA, HEALTH & WELLNESS AWARENESS FOR NEW STUDENTS  
SCHOOL OF NURSING, ARKA JAIN University  
Date- 01/12/2025

SL.NO.	NAME OF THE PARTICIPANTS	ENROLMENT NO	SIGNATURE
1.	Rupali Mahato	AJU/252651	Rupali
2.	Sneha Kumari	AJU/252649	Sneha
3.	Sushila Gogoi	AJU/252610	Sushila
4.	IAKSHITI KUMARI	AJU/252601	Iakshiti K.
5.	Manita Rani Mahato	AJU/252810	Manita Rani Mahato
6.	Aakita Kumari	AJU/252766	Aakita
7.	Laxmi Tudu	AJU/252803	Laxmi
8.	Sneha Kumari	AJU/252676	Sneha Kumari
9.	MUSKAN KUMARI	AJU/252705	Muskan Kumari
10.	CHANDANA MAHATO	AJU/252593	Chandana Mahato
11.	JOYTIMOYEE BOSE	AJU/252669	Jyotimoyee Bose
12.	Vaishnavi Kumari	AJU/252600	Vaishnavi Kumari
13.	Archana Kumari	AJU/252607	Archana
14.	JIHI KUMARI	AJU/252618	Jihi
15.	Tanushree Barik	AJU/252619	Tanushree
16.	Satnam Kumari	AJU/252784	Satnam
17.	Aditi Prasad Yadav	AJU/252653	Aditi Prasad Yadav
18.	Jagdishwar Kumar Sah	AJU/252787	Jagdishwar K. Sah
19.	Sachin Yadav	AJU/252825	Sachin Yadav
20.	Ashish Saw	AJU/252714	Ashish Saw
21.	ASHISH KUMAR	AJU/252762	Ashish Kumar
22.	LOKESH KUMAR RANJAN	AJU/252659	Lokesh Kumar
23.	ASHISH KUMAR	AJU/252616	Ashish Kumar
24.	Sadanand Mahato	AJU/252694	Sadanand Mahato
25.	Sandeep Kumar Rana	AJU/252758	Sandeep K. Rana
26.	DIKSHU SHANU	AJU/252820	Dikshu Shanu
27.	Vishal Kumar	AJU/252769	Vishal
28.	Ranu Kumar	AJU/252770	Ranu Kumar
29.	Mausam Kumari	AJU/252763	Mausam Kumari
30.	Saumya Kumari	AJU/252765	Saumya Kumari
31.	Shweta Kumari	AJU/252614	Shweta Kumari
32.	ABHAY KUMAR	AJU/252653	Abhay K.
33.	AYUSH KUMAR SINGH	AJU/252698	Ayush K. Singh
34.	AMAN DEEP KUMAR	AJU/252613	Aman Deep Kumar
35.	Rishav Kumar Nirala	AJU/252700	Rishav K.
36.	SANTAY KUMAR PANDIT	AJU/252764	Santay K. Pandit
37.	DAVID KUMAR	AJU/252760	David
38.	Saumya Kumari	AJU/252695	Saumya
39.	Ashu Kumar Singh	AJU/252592	Ashu
40.	Sushanta Mahto	AJU/252728	Sushanta

SIGNATURE OF THE EVENT COORDINATOR

SIGNATURE OF THE HOD  
Principal  
School of Nursing,  
ARKA JAIN University



**LIST OF PARTICIPANTS**  
**A SESSION ON YOGA, HEALTH & WELLNESS AWARENESS FOR NEW STUDENTS**  
**SCHOOL OF NURSING, ARKA JAIN University**  
**Date- 01/12/2025**

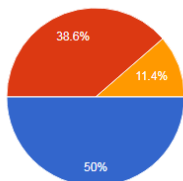
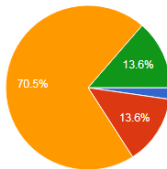
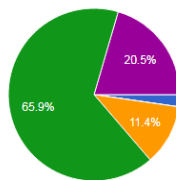
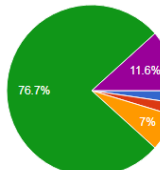
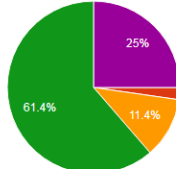
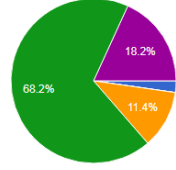
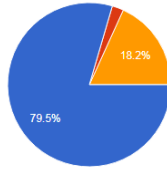
SL.NO.	NAME OF THE PARTICIPANTS	ENROLMENT NO	SIGNATURE
41.	Amidha Kumar	AJU/252650	Amidha
42.	Tarannum Akaz	AJU/252677	Tarannum
43.	Pallavi Rath	AJU/252699	Pallavi
44.	Aditya Dev	AJU/252698	Aditya Dev
45.			
46.			
47.			
48.			
49.			
50.			
51.			

SIGNATURE OF THE EVENT COORDINATOR

SIGNATURE OF THE HOD  
 Principal  
 School of Nursing  
 ARKA JAIN University



## FEEDBACK

Sl. No.	Question	Response
1.	The session objectives were clear	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● excellent</li> <li>● Good</li> <li>● Fair</li> <li>● Poor</li> </ul>
2.	The resource person was engaging and effective	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Disagree</li> <li>● Neutral</li> <li>● Agree</li> <li>● Strongly agree</li> </ul>
3.	The session content was relevant and useful	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Strongly disagree</li> <li>● Disagree</li> <li>● Neutral</li> <li>● Agree</li> <li>● Strongly agree</li> </ul>
4.	The pace and duration of the session were appropriate	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Strongly disagree</li> <li>● Disagree</li> <li>● Neutral</li> <li>● Agree</li> <li>● Strongly agree</li> </ul>
5.	The activity helped improve physical and mental awareness	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Strongly disagree</li> <li>● Disagree</li> <li>● Neutral</li> <li>● Agree</li> <li>● Strongly agree</li> </ul>
6.	Venue & arrangements were satisfactory	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Strongly disagree</li> <li>● Disagree</li> <li>● Neutral</li> <li>● Agree</li> <li>● Strongly agree</li> </ul>
7.	Would you like to have similar sessions again?	 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Yes</li> <li>● No</li> <li>● Maybe</li> </ul>

## MEDIA COVERAGE

14:36 2025 100% 4G

अरका जैन विश्वविद्यालय के नर्सिंग के नवनामांकित छात्रों ने जाना तनाव मुक्त परीक्षा और नैतिक मूल्यों के टिप्स

HOME / ताजा खबर / अरका जैन विश्वविद्यालय के नर्सिंग के नवनामांकित छात्रों ने जाना तनाव मुक्त परीक्षा और नैतिक मूल्यों के टिप्स

**अरका जैन विश्वविद्यालय के नर्सिंग के नवनामांकित छात्रों ने जाना तनाव मुक्त परीक्षा और नैतिक मूल्यों के टिप्स**

parasjr December 5, 2025



विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ नर्सिंग में सप्ताहव्यापी 'आरंभ 2025' संपन्न

सर्च न्यूज : जमशेदपुर : अरका जैन विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ नर्सिंग की ओर से सात दिवसीय स्टूडेंट इंडक्शन एवं ओरिएंटेशन प्रोग्राम 'आरंभ 2025' का आयोजन किया गया। इस सप्ताहव्यापी कार्यक्रम का उद्देश्य बीएससी नर्सिंग के नवनामांकित छात्र-छात्राओं को न केवल शैक्षणिक दिशा देना, बल्कि उन्हें नर्सिंग पेशे के व्यावसायिक मूल्यों, नैतिक जिम्मेदारी और विश्वविद्यालय के समग्र वातावरण से परिचित कराना भी था।

पहले दिन कार्यक्रम का विधिवत उद्घाटन हुआ। अतिथियों और विश्वविद्यालय के अधिकारियों के प्रेरक संबोधन और आशीष के साथ कार्यक्रम क्रमशः आगे बढ़ता गया। विशिष्ट अतिथि सेवानिवृत्त लेफ्टिनेंट कर्नल संगीता सिन्हा और अनीता नवपंख फाउंडेशन के एसके सिंह व उनके परिजनों की उपस्थिति ने कार्यक्रम को गरिमा प्रदान की। इस दौरान फ्लोरेस नाइटिंगेल के जीवन पर सत्र और अनीता नवपंख फाउंडेशन का छात्रवृत्ति सम्मान समारोह आयोजित किया गया।

शैक्षणिक उत्कृष्टता, अनुशासन, ईमानदारी व करुणा पर जोर

विश्वविद्यालय के डायरेक्टर कम रजिस्ट्रार डॉ. अमित कुमार श्रीवास्तव ने छात्रों को आशीर्षक दिए। प्रो-वाइस चांसलर प्रो. (डॉ.) अंगद तिवारी ने शैक्षणिक उत्कृष्टता पर बल दिया। वहीं विश्वविद्यालय प्रबंधन बोर्ड के चेयरपर्सन प्रो. (डॉ.) एसएस रजी ने पेशेवर ईमानदारी की आवश्यकता पर जोर दिया। स्कूल ऑफ नर्सिंग की प्राचार्य प्रो. जिनु एनी जोसेफ ने बताया कि नर्सिंग के पेशे में करुणा, अनुशासन और समर्पण की महत्वा नितान्त आवश्यक है।

विशेषज्ञ व्याख्यान और महत्वपूर्ण जागरूकता सत्र कार्यक्रम के दूसरे दिन छात्रों को प्रतिष्ठित स्वास्थ्य विशेषज्ञों ने महत्वपूर्ण व्याख्यान दिए। इनमें टीएमएच टिनप्लेट के चीफ मेडिकल सुपरिंटेंडेंट डॉ. चिरंतन बोस और रांची स्थित सेंट्रल इंस्टीट्यूट ऑफ साइकियाट्री (सीआईपी) की विभागाध्यक्ष डॉ. सुमिता एसएल मासिह ने छात्रों का मार्गदर्शन किया। टीएमएच टिनप्लेट की नर्सिंग सुपरिंटेंडेंट जी. अनुराधा ने भी अपना अनुभव साझा किए।

आंतरिक सत्र में विशेषज्ञों ने दी कई महत्वपूर्ण जानकारी

छात्रों ने विश्वविद्यालय के आंतरिक संसाधन विशेषज्ञों से कई अनिवार्य जागरूकता सत्रों में भाग लिया। इनमें जेंडर सेंसिटाइजेशन, POSH अधिनियम (यौन उत्पीड़न निषेध), एंटी-रेगिंग दिशानिर्देश और नए छात्रों के लिए शिकायत निवारण प्रक्रिया शामिल थे। साथ ही, पुस्तकालय सेवाओं, परीक्षा प्रक्रियाओं और छात्र सहायता तंत्र पर अभिमुखीकरण सत्र आयोजित किए गए, जिसने उनकी नींव को मजबूत किया।

गुणवत्ता और सामुदायिक सेवा पर बल

कार्यक्रम के चौथे दिन डॉ. रेखा सिंह गांगुली (हेड-क्वालिटी एवं पेशेंट एक्सपीरियंस, टाटा मेन हॉस्पिटल, जमशेदपुर) का मार्गदर्शन छात्रों को मिला। उन्होंने स्वास्थ्य सेवाओं में गुणवत्ता एवं रोगी-केंद्रित देखभाल के मानकों की विस्तृत जानकारी दी।

कौशल विकास की दी गई जानकारी

इस दौरान एनसीसी, एनएसएस, प्रोफेशनल एथिक्स एवं मानवीय मूल्यों तथा प्रशिक्षण एवं प्लेसमेंट विभाग द्वारा भी महत्वपूर्ण सत्र आयोजित किए गए। इस दौरान छात्रों ने योगिक जुम्बा सत्र में उत्साहपूर्वक भाग लिया, जो उनके शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए लाभकारी रहा।

सांस्कृतिक प्रस्तुति एवं व्यावहारिक अनुभव

छात्रों द्वारा प्रस्तुत किए गए सांस्कृतिक नृत्य, नाट्य-प्रस्तुतियां और मनोरंजक गतिविधियां विशेष आकर्षण रहीं, जिन्होंने उनकी सृजनशीलता और टीमवर्क को प्रदर्शित किया। छात्रों को व्यावहारिक अनुभव बढ़ाने के लिए सभी संबद्ध अस्पतालों एवं वृद्धाश्रम के शैक्षणिक भ्रमण पर ले जाया गया, जिससे उन्हें वास्तविक चिकित्सा और सामुदायिक देखभाल के वातावरण का अनुभव प्राप्त हुआ।

सामाजिक उत्तरदायित्व

कार्यक्रम का समापन मोहनपुर गांव में वृक्षारोपण अभियान के साथ हुआ, जो विश्वविद्यालय की पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक उत्तरदायित्व के प्रति प्रतिबद्धता को दर्शाता है। इस सात दिवसीय कार्यक्रम के माध्यम से बीएससी नर्सिंग के नए





Oplus\_131072

आंतरिक सत्र में विशेषज्ञों ने दी कई महत्वपूर्ण जानकारी छात्रों ने विश्वविद्यालय के आंतरिक संसाधन विशेषज्ञों से कई अनिवार्य जागरूकता सत्रों में भाग लिया। इनमें जेंडर सेंसिटाइजेशन, POSH अधिनियम (यौन उत्पीड़न निषेध), एंटी-रेगिंग दिशानिर्देश और नए छात्रों के लिए शिकायत निवारण प्रक्रिया शामिल थे। साथ ही, पुस्तकालय सेवाओं, परीक्षा प्रक्रियाओं और छात्र सहायता तंत्र पर अभिमुखीकरण सत्र आयोजित किए गए, जिसने उनकी नींव को मजबूत किया। गुणवत्ता और सामुदायिक सेवा पर बल कार्यक्रम के चौथे दिन डॉ. रेखा सिंह गांगुली (हेड-क्वालिटी एवं पेशेंट एक्सपीरियंस, टाटा मेन हॉस्पिटल, जमशेदपुर) का मार्गदर्शन छात्रों को मिला। उन्होंने स्वास्थ्य सेवाओं में गुणवत्ता एवं रोगी-केंद्रित देखभाल के मानकों की विस्तृत जानकारी दी। कौशल विकास की दी गई जानकारी इस दौरान एनसीसी, एनएसएस, प्रोफेशनल एथिक्स एवं मानवीय मूल्यों तथा प्रशिक्षण एवं प्लेसमेंट विभाग द्वारा भी महत्वपूर्ण सत्र आयोजित किए गए। इस दौरान छात्रों ने योगिक जुम्बा सत्र में उत्साहपूर्वक भाग लिया, जो उनके शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए लाभकारी रहा। सांस्कृतिक प्रस्तुति एवं व्यावहारिक अनुभव छात्रों द्वारा प्रस्तुत किए गए सांस्कृतिक नृत्य, नाट्य-प्रस्तुतियां और मनोरंजक गतिविधियां विशेष आकर्षण रहीं, जिन्होंने उनकी सृजनशीलता और टीमवर्क को प्रदर्शित किया। छात्रों को व्यावहारिक अनुभव बढ़ाने के लिए सभी संबद्ध अस्पतालों एवं वृद्धाश्रम के शैक्षणिक भ्रमण पर ले जाया गया, जिससे उन्हें वास्तविक चिकित्सा और सामुदायिक देखभाल के वातावरण का अनुभव प्राप्त हुआ। सामाजिक उत्तरदायित्व कार्यक्रम का समापन मोहनपुर गांव में नृक्षारोपण अभियान के साथ हुआ, जो विश्वविद्यालय की पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक उत्तरदायित्व के प्रति प्रतिबद्धता को दर्शाता है। इस साल दिवसीय कार्यक्रम के माध्यम से बीएससी नर्सिंग के नए छात्र-छात्राओं



विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ नर्सिंग में सप्ताहव्यापी 'आरंभ 2025' संपन्न

सर्वे न्यूज : जमशेदपुर : अरका जैन विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ नर्सिंग की ओर से सात दिवसीय स्टूडेंट इंडक्शन एवं ओरिएंटेशन प्रोग्राम 'आरंभ 2025' का आयोजन किया गया। इस सप्ताहव्यापी कार्यक्रम का उद्देश्य बीएससी नर्सिंग के नवनामांकित छात्र-छात्राओं को न केवल शैक्षणिक दिशा देना, बल्कि उन्हें नर्सिंग पेशे के व्यावसायिक मूल्यों, नैतिक जिम्मेदारी और विश्वविद्यालय के समय वातावरण से परिचित कराना भी था।

पहले दिन कार्यक्रम का विधिवत उद्घाटन हुआ। अतिथियों और विश्वविद्यालय के अधिकारियों के प्रेरक संबोधन और आशीष के साथ कार्यक्रम क्रमशः आगे बढ़ता गया। विशिष्ट अतिथि सेवानिवृत्त लेफ्टिनेंट कर्नल संगीता सिन्हा और अनीता नवपंख फाउंडेशन के एसके सिंह व उनके परिजनों की उपस्थिति ने कार्यक्रम को गरिमा प्रदान की। इस दौरान फ्लोरेस नाइटिंगेल के जीवन पर सत्र और अनीता नवपंख फाउंडेशन का छात्रवृत्ति सम्मान समारोह आयोजित किया गया।

शैक्षणिक उत्कृष्टता, अनुशासन, ईमानदारी व करुणा पर जोर

विश्वविद्यालय के डायरेक्टर कम रजिस्ट्रार डॉ. अमित कुमार श्रीवास्तव ने छात्रों को आशीर्वाचन दिए। प्रो-वाइस चांसलर प्रो. (डॉ.) अंगद तिवारी ने शैक्षणिक उत्कृष्टता पर बल दिया। वहीं विश्वविद्यालय प्रबंधन बोर्ड के चेयरमैन प्रो. (डॉ.) एसएस रंजी ने पेशेवर ईमानदारी की आवश्यकता पर जोर दिया। स्कूल ऑफ नर्सिंग की प्राचार्य प्रो. जिनु एनी जोसेफ ने बताया कि नर्सिंग के पेशे में करुणा, अनुशासन और समर्पण की महत्वा नितान्त आवश्यक है।