



सत्यमेव जयते  
Embassy of India  
Cairo



Indian Council for Cultural Relations  
भारतीय सांस्कृतिक सम्बन्ध परिषद्

Embassy of India  
Cairo  
Maulana Azad Centre for Indian Culture  
مركز مولانا آزاد الثقافي الهندي

**Newsletter**  
**النشرة الإخبارية**

# Sangam

# سنجام

(Cultural Connect Between Two Great Civilizations)  
(التواصل الثقافي بين حضارتين عظيمتين)

**SEPTEMBER 2025**



## Highlights of the September 2025 أبرز أحداث شهر سبتمبر ٢٠٢٥



- Indian Cultural Festival in Sharm El Sheikh
- Indian Film Festival in Alexandria
- Yoga Workshop at Eternity School
- Tree Plantation at Al Horreya Park
- 10<sup>th</sup> Annual Ayurveda Day Celebration
- Viksit Bharat Run 2025: Cultural Program
- Hindi Day Celebration
- School Connect Programme
- Garba Dance Workshop
- المهرجان الثقافي الهندي بشرم الشيخ
- مهرجان الفيلم الهندي بالأسكندرية
- ورشة عمل يوجا في مدرسة إترنيتي
- غرس شجرة في حديقة الحرية
- الإحتفال باليوم السنوي العاشر لأيورفيدا
- سباق الهند المتقدمة: برنامج ثقافي
- الإحتفال بيوم اللغة الهندية
- برنامج التواصل المدرسي
- ورشة عمل لرقص الجاربا



## Indian Cultural Festival in Sharm El-Sheikh



The Indian Cultural Festival at Soho Square, Sharm El Sheikh was inaugurated by H.E. Maj Gen Khaled Mubark, Governor of South Sinai and Ambassador Suresh Reddy on September 01, 2025. From vibrant Bollywood dance to soulful Kathak and live music, the atmosphere at Soho square was electric. The audience enjoyed every moment of the celebrations.

### المهرجان الثقافي الهندي بشرم الشيخ

افتتح معالي اللواء خالد مبارك، محافظ جنوب سيناء، والسفير سوريش ريدي، المهرجان الثقافي الهندي في ساحة سوهو بشرم الشيخ في الأول من سبتمبر 2025. وامتلت ساحة سوهو بأجواء حماسية، من رقص بوليوود النابض بالحياة إلى رقصة الكانك الأخاذة والموسيقى الحية. واستمتع الحضور بكل لحظة من الاحتفالات.

## Indian Cultural Performances in Sharm El-Sheikh

The Indian Cultural performances in Sharm El-Sheikh on September 01, 2025. Young Egyptian talents Ms. Kariman Ibrahim and Ms. Jenna Omar captivated the audience with their melodious singing. Graceful Kathak moves mesmerized the audience at Soho Square, every step met with thunderous applause.

### العروض الثقافية الهندية في شرم الشيخ

العروض الثقافية الهندية في شرم الشيخ، 1 سبتمبر 2025. أسرت الفنانتان المصريتان الشابتان كريمان إبراهيم وجنا عمر الجمهور بأدائهما الشجي. وأبهرت حركات الكانك الرشيق الجمهور في ساحة سوهو، حيث قوبلت كل خطوة بتصفيق حار.



## Exhibition on India's Culture and Heritage in Sharm El-Sheikh

An exhibition on India's rich culture and heritage in Sharm El Sheikh on September 02, 2025. ODOP products won wide appreciation and the display of Incredible India posters charmed the audience. Tourism documentaries showcased India's charm.

## معرض عن الثقافة والتراث الهندي في شرم الشيخ

أقيم معرضٌ حول الثقافة والتراث الهندي الغني في شرم الشيخ في 2 سبتمبر 2025. حظيت منتجات ODOP بإعجابٍ واسع، وأبهر عرض ملصقات "الهند المذهلة" الجمهور. كما سلّطت الأفلام الوثائقية السياحية الضوء على سحر الهند.



## Indian Movies Night in Sharm El Sheikh

A cinematic evening organized in Sharm El Sheikh. Special screening of GoodBye and RRR at the Cultural Palace, Sharm El Sheikh on September 02-03, 2025, mesmerized the audience.

## ليلة الفيلم الهندي في شرم الشيخ

أمسية سينمائية في شرم الشيخ. عرض خاص لفيلم "وداعًا و أر أر أر" في قصر الثقافة بشرم الشيخ يومي 2-3 سبتمبر 2025. وقد استحوذت الأفلام على انتباه الجمهور.





## Yoga Workshop in Sharm El-Sheikh

Yoga Workshop organized at Al Hadaba Club, Sharm El Sheikh on September 02, 2025. where participants enthusiastically participated and experienced the profound benefits of Yoga practice.

## ورشة عمل لليوجا في شرم الشيخ

تم تنظيم ورشة عمل اليوغا في نادي الهضبة بشرم الشيخ في 2 سبتمبر 2025. حيث شارك المشاركون بحماس واختبروا الفوائد العميقة لممارسة اليوغا.

## Indian Film Festival in Alexandria

Action, drama and magic graced the big screen in Alexandria at Anfoushy Cultural Palace on September 10, 2025. Khaali Peeli starring Ishaan Khattar and Ananya Panday, and the blockbuster RRR with Tarak and Ram Charan, captivated the audiences.

## مهرجان الفيلم الهندي بالأسكندرية

في العاشر من سبتمبر 2025، استضافت قصر الثقافة أنفوشي في الإسكندرية، عرضًا ضخمًا للحركة والدراما والسحر. وقد أسر فيلم "خالي بيلي" بطولة إيشان خطار وأنانيا باندي، والفيلم الضخم "آر آر آر" بطولة تارك ورام تشاران، وقد استحوذت الأفلام على انتباه الجمهور.



## Yoga Workshop on "Weight Management"



MACIC organized a Yoga workshop on 'Weight Management' at its premises on September 18, 2025. Egyptian Yoga enthusiasts explored the power of yoga for weight management and gained valuable insights into the practice of Yoga and its benefits.

### ورشة عمل يوجا حول "إدارة الوزن"

انظّم المركز الثقافي الهندي ورشة عمل يوجا حول "إدارة الوزن" في مقره بتاريخ ١٨ سبتمبر ٢٠٢٥. اكتشف عشاق اليوجا المصريون قوة اليوجا في إدارة الوزن واكتسبوا رؤى قيمة حول ممارسة اليوجا وفوائدها.

## Yoga Workshop at Eternity School

Yoga Workshop organized at Eternity School of Egypt, Sheikh Zayed City on September 18, 2025. Students explored the practice of Yoga and gained valuable insights into its benefits for health, focus, and overall well-being.

### ورشة عمل يوجا في مدرسة إترنيتي

تم تنظيم ورشة عمل يوجا في مدرسة إترنيتي المصرية، مدينة الشيخ زايد، بتاريخ ١٨ سبتمبر ٢٠٢٥. استكشف الطلاب ممارسة اليوجا واكتسبوا رؤى قيمة حول فوائدها للصحة والتركيز والرفاهية العامة.



## Tree Plantation at Al Horreya Park

As part of "Ek Ped Maa Ke Naam" campaign, Ambassador Suresh Reddy planted a tree at Al Horreya Park, Cairo on September 18, 2025 as a tribute to Mother Earth. This initiative reflects India's shared commitment to a greener, sustainable future for generations to come.

### غرس شجرة في حديقة الحرية

في إطار مبادرة "غرس شجرة باسم الأم"، غرس السفير سوريش ريدي شجرة في حديقة الحرية بالقاهرة في ١٨ سبتمبر ٢٠٢٥. تكريماً لأمنا الأرض. تعكس هذه المبادرة التزامنا المشترك بمستقبل أكثر خضرة واستدامة للأجيال القادمة.



## 10<sup>th</sup> Annual Ayurveda Day Celebration

The 10<sup>th</sup> Ayurveda Day was commemorated on Sept 23, 2025, at Tagore Hall with active participation by academics and practitioners. The discussions led by Ambassador Suresh Reddy, alongside faculty from the National Research Institute and Galala National University, fostered insightful exchanges on traditional medicine practices. The objective was to explore future collaborations and academic exchanges within Ayurveda, with the aim of advancing holistic health and well-being.

### الإحتفال بيوم الأيورفيدا

أقيم يوم الأيورفيدا العاشر في 23 سبتمبر 2025، في قاعة طاغور بسفارة الهند بالقاهرة، بمشاركة فاعلة من الأكاديميين والممارسين. وساهمت المناقشات التي أدارها السفير سوريش ريدي، إلى جانب أعضاء هيئة التدريس من المعهد القومي للبحوث وجامعة جلاله الوطنية، في تعزيز تبادل الآراء الثاقبة حول ممارسات الطب التقليدي. وكان الهدف استكشاف آفاق التعاون والتبادل الأكاديمي في مجال الأيورفيدا مستقبلاً، بهدف تعزيز الصحة الشاملة والرفاهية.



## Exhibition on Ayurveda Day

In celebration of the 10<sup>th</sup> Ayurveda Day at Tagore Hall, Embassy of India, Cairo on September 23, 2025, an exhibition was held to highlight Ayurveda. The exhibition presented Ayurvedic herbs and their contribution to health, alongside Ayurvedic medicines and their applications in treating diverse ailments.

## معرض عن يوم الأيورفيدا

احتفالاً باليوم العاشر للأيورفيدا، أقيم في قاعة طاغور بسفارة الهند بالقاهرة، بتاريخ 23 سبتمبر 2025، معرضٌ لتسليط الضوء على الأيورفيدا. قدّم المعرض أعشاب الأيورفيدا ومساهماتها في الصحة، إلى جانب الأدوية الأيورفيدية وتطبيقاتها في علاج أمراض متنوعة.



## Viksit Bharat Run 2025

Over 650 participants including members of the Indian community, Egyptian friends of India and business leaders joined the Viksit Bharat Run 2025 in Cairo on Sep. 26, 2025. Held at India House as part of Seva Pakhwada, the run celebrated the spirit of fitness, service, and sustainability, reaffirming PM Narindra Modi fan's visionary call for a Viksit Bharat @2047.

## سباق الهند المتقدمة

انضم أكثر من 650 مشاركًا من أعضاء المجتمع الهندي والأصدقاء المصريين للهند وقادة الأعمال إلى سباق الهند المتقدمة في القاهرة في 26 سبتمبر 2025. أقيم السباق في الزمالك، واحتفل بروح اللياقة البدنية والخدمة والاستدامة، مؤكدًا دعوة رئيس الوزراء ناريندرا مودي الرؤية لسباق الهند المتقدمة 2047.



## Cultural Program at India House



Viksit Bharat Run also included a vibrant cultural program reflecting the strong cultural connect between India and Egypt on September 26, 2025 at India House, Cairo. Indian community members and local youth celebrated India's rich cultural tapestry with Kathak recitals, energetic Bollywood dance and music performances highlighting our civilization legacy and vibrant artistry.

## برنامج ثقافي في منزل سفير الهند

تضمن سباق فيكسيت بهارات برنامجًا ثقافيًا نابضًا بالحياة، يعكس الروابط الثقافية الوثيقة بين الهند ومصر، وذلك في 26 سبتمبر 2025 في بيت الهند بالقاهرة. احتفل أفراد الجالية الهندية والشباب المحلي بالنسيج الثقافي الهندي الغني من خلال حفلات كاتاك، وعروض رقص وموسيقى بوليوودية حيوية، مُسلّطين الضوء على إرثنا الحضاري وفنوننا النابضة بالحياة.

## Hindi Day Celebration

Hindi Day was celebrated at MACIC on September 28, 2025. Ambassador Suresh Reddy highlights Hindi's prosperity and its global significance. The celebration was graced by Mrs. Sneha Reddy, Prof. Dr. Ahmad Qadi and Prof. Rania Fawzy. On this occasion, Indian community and Egyptians participated enthusiastically in various competitions. Egyptian students impressed with their Hindi recitations, showcasing how the language is deepening cultural ties between India and Egypt.

## الإحتفال بيوم اللغة الهندية

احتُفل بيوم اللغة الهندية في المركز الثقافي الهندي في 28 سبتمبر 2025. وسلط السفير سوريش الروابط الثقافية بين الهند ومصر. شرفت الحفل السيدة سنيها ريدي، والأستاذ الدكتور أحمد قاضي، والأستاذة رانيا فوزي. وفي هذه المناسبة، شارك أبناء الجالية الهندية والمصرية بحماس في مسابقات متنوعة. وأبدى الطلاب المصريون إعجابهم بتلاواتهم الهندية، مبرزين دورها في تعميق الروابط الثقافية بين الهند ومصر.



## School Connect Programme



As part of school visit program, a group of 25 students from Elite International School, New Cairo visited Maulana Azad Centre for Indian Culture on September 30, 2025. The visit featured a Yoga and Kathak workshop, a documentary screening on Incredible India, a library tour, and a presentation on Indian art and culture.

## برنامج التواصل المدرسي

في إطار برنامج الزيارات المدرسية، زارت مجموعة من 25 طالبًا من مدرسة النخبة الدولية، القاهرة الجديدة، مركز مولانا آزاد الثقافي الهندي في 30 سبتمبر 2025. وتضمنت الزيارة ورشة عمل لليوغا والكاتاك، وعرضًا لفيلم وثائقي عن "الهند المذهلة"، وجولة في المكتبة، وعرضًا تقديميًا عن الفن والثقافة الهندية.

## Garba Dance Workshop

Egyptian enthusiasts joined the vibrant Garba Workshop hosted by MACIC on September 30, 2025, celebrating rhythm, unity and cultural exchange. Garba of Gujarat inscribed on the UNESCO Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity.

## ورشة عمل لرقص الجاربا

انضم عشاق مصريون إلى ورشة عمل جاربا النابضة بالحياة التي استضافها المركز الثقافي الهندي في 30 سبتمبر 2025، احتفالًا بالإيقاع والوحدة والتبادل الثقافي. تم إدراج جاربا غوجارات في القائمة التمثيلية لليونسكو للتراث الثقافي غير المادي للبشرية.



## TRIKONASANA (The Triangle Posture)

Trikonaṅ means triangle. Tri means three and kona is an angle. As the āsana resembles three arms triangles made by the trunk and the limbs, it has been named Trikoṅāsana.

### Technique

- Stand with your feet comfortably apart.
- Slowly raise both the arms sideways till they are horizontal.
- Exhale, slowly bend to the right side and place the right hand just behind the right foot.
- The left arm is straight up, in line with the right arm.
- Turn the left palm forward.
- Turn your head and gaze at the tip of the left middle finger.
- Remain in the posture for 10–30 seconds with normal breathing.
- As you inhale slowly come up.
- Repeat for the left side.



### Benefits

- Prevents flat foot.
- Strengthens calf, thigh and waist muscles.
- Makes the spine flexible, improves lungs capacity.

### A word of caution

- Avoid this posture in case of slipped disc, sciatica, and after undergoing abdominal surgery.
- Do not do beyond limits and overdo the lateral stretch.
- If one cannot touch the feet, one can reach for the knees instead.



सत्यमेव जयते  
Embassy of India



Maulana Azad Centre for Indian Culture  
Embassy of India, Cairo

presents

## NEW CLASSES

# KATHAK DANCE

For 24 weeks starting from  
Wednesday, 10 September 2025

Beginners	Intermediate	Advance	Indian Dance
<p><b>B1:</b> Sun &amp; Tue from 5:00 - 8:00 pm</p> <p><b>B2:</b> Mon &amp; Wed from 5:00 - 8:00 pm</p>	<p><b>Fridays</b> from 3:00 - 5:00 pm</p>	<p><b>A1:</b> Sun from 8:00-8:00pm &amp; Wed from 7:00-8:00 pm</p> <p><b>A2:</b> Mon from 7:00-8:00 pm &amp; Tue from 6:00-8:00pm</p>	<p><b>Fridays</b> from 5:00 - 7:00 pm</p>

**Payment:**  
Pay Online to Maulana Azad Centre for Indian Culture, CIB Bank, Zamalek Branch, A/C no. 100025204128  
(via InstaPay/Internet Banking only).  
The student /individual is to submit the deposit receipt on the Google Registration form before 9 September 2025

**Please register on the following Google form:**  
<https://forms.gle/H2hceb8rDmjhN7JS9>

 [CCP@igat](#)     [icic\\_igat](#)     [icic\\_igat](#)



सत्यमेव जयते  
Embassy of India, Cairo  
Maulana Azad Centre for Indian Culture



## New Yoga Sessions

For 12 weeks starts from 5 October 2025

Beginners	Intermediate	Online Sessions
<p><b>Batch 1</b> Sun &amp; Tue: 5:00-6:00pm</p> <p><b>Batch 2 (Ladies only)</b> Mon &amp; Wed: 12:00-1:00pm</p> <p><b>Batch 3</b> Mon &amp; Wed: 5:00-6:00pm</p>	<p>Mon &amp; Wed: 6:00 - 7:00pm</p>	<p>Sun &amp; Tue: 5:00-6:00pm</p> <p>(For Beginners only)</p>
	<p style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px;"><b>Advance</b></p> <p>Sun &amp; Tue: 6:00 - 7:00pm</p>	

**Payment:**  
Pay Online to Maulana Azad Centre for Indian Culture, CIB Bank, Zamalek Branch, A/C no. 100025204128 (via InstaPay/Internet Banking only).  
The student /individual is to submit the deposit receipt on the Google Registration form before 1 October 2025

**Please register on the following Google form:**  
<https://forms.gle/3B18F17G3jzxd0Jz8>

 [icic\\_igat](#)     [icic\\_igat](#)     [icic\\_igat](#)

MACIC was inaugurated on 14th January 1992 and it was named after Maulana Abul Kalam Azad, a distinguished scholar, educationist and statesman, who was the first Education Minister of India. MACIC is one of the International Cultural Centres under Indian Council for Cultural Relations (ICCR) with the primary objective of establishing, reviving and strengthening cultural relations and mutual understanding between India and Egypt.

MACIC conducts regular classes for Hindi & Urdu languages, Kathak and Yoga in addition to India Day events, film shows, exhibitions on Indian art & culture, special Yoga workshops, caricature activities, sports tournaments and cultural festivals in Egypt.

The 28th edition of the "Glimpses of India" painting competition was organized, in collaboration with the Egyptian Ministry of Education from 20 October to 13 November 2024 in the 17 Governorates of Egypt with enthusiastic participation of over 22,500 Egyptian school children who made amazing paintings on a wide range of themes related to Indian art and culture.

Yoga has gained popularity in Egypt with over 100 Yoga centres operating in Egypt. The 11th edition of the International Day of Yoga was celebrated with great enthusiasm across Egypt with participation of over 3500 Yoga enthusiasts. This year's celebration was marked by a series of curtain raiser Yoga events in Fayoum, Red Sea, South Sinai, Assuit, Sohag, Port Said & Ismailia as well as vibrant Yoga Marathons in Cairo & Alexandria

In cooperation with the Egyptian Ministry of Culture, MACIC organized the Indian Film Festival in August 2025 at Hanager Theater, Cairo. MACIC boasts an extensive library with over 7000 books on a wide range of subjects, which serves as a vital resource for many Egyptian students to know about India. MACIC celebrates the Foundation Day of ICCR every year by highlighting the important role being played by ICCR in strengthening cultural connectivity between India and Egypt.

MACIC hosts a vibrant Indian Cultural Festival featuring Indian dance and music performances, a food festival, movie screenings, an Incredible India exhibition, and a documentary on Indian tourism across Egypt. Other MACIC outreach events included a Tagore-Mahfouz Caricature Exhibition on 8 May 2024 and an India-Egypt Friendship Kabaddi Tournament on 30 July 2024 at Helwan University Club with 12 men's and women's teams.

**For any inquiries about various classes and admission, please contact us:**

Dr. Prakash Choudhary, Director  
Maulana Azad Centre for Indian Culture  
Address: Second floor, 3, Abu El Feda Street,  
Zamalek, Cairo  
Tel. No. : 2737-1995 / Fax No.: 2737-1996  
Email: sa.cairo@mea.gov.in

Maulana Azad Centre for Indian Culture offers the following regular classes at its premises:

يقدم مركز مولانا آزاد للثقافة الهندية الدورات التدريبية المنتظمة التالية في مقره

**Hindi and Urdu language classes**

**فصول للغة الهندية والاردية**

Under four categories-  
Level I, II, III & Diploma  
(Course duration is six months  
at each level)

**Kathak classes**

**فصول كاتاك**

Beginners level  
Intermediate level  
Advanced level  
Per week 2 hrs class  
(Course duration is six months/  
48 hrs at each level)

**Yoga classes**

**فصول يوجا**

Beginners level  
Intermediate level  
Advanced level  
Online Yoga Classes  
(Course duration is six months/  
48 hrs at each level)

For any inquiries and information about various classes & admission, please contact us:

لأي استفسارات ومعلومات حول الفصول الدراسية المختلفة والقبول، يرجى الاتصال بنا

Maulana Azad Centre for Indian Culture

Address: Second floor, 3, Abu El Feda Street, Zamalek, Cairo

Tel. No. : 2737-1995 / Fax No.: 2737-1996

Email: sa.cairo@mea.gov.in