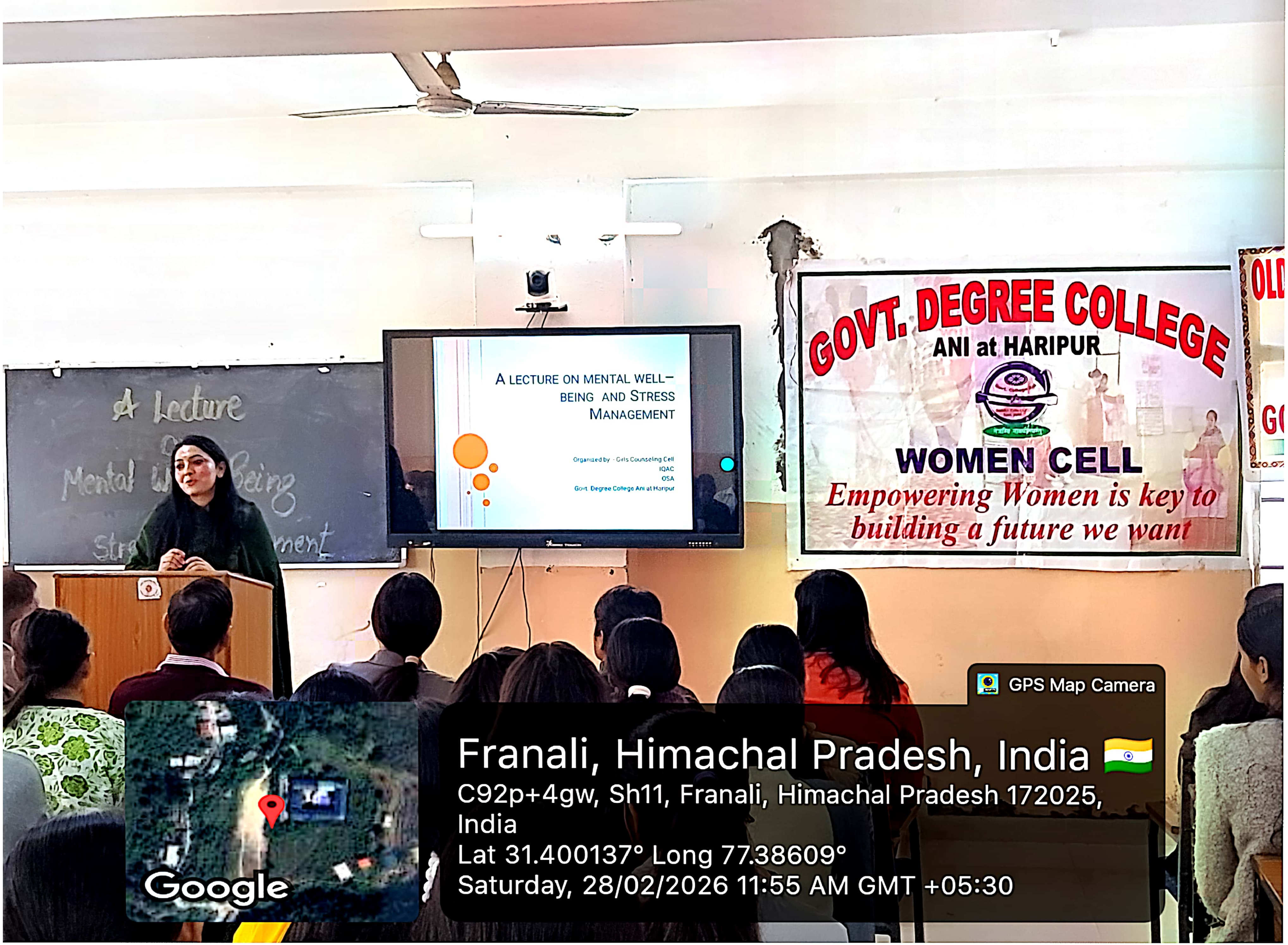
Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner



Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

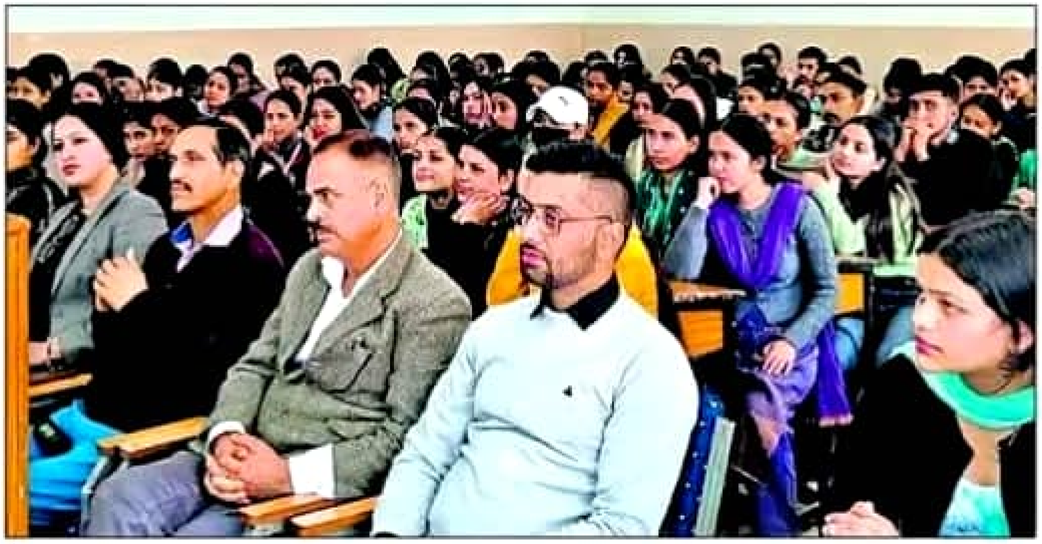
मानसिक स्वास्थ्य के बारे में दी जानकारी

आनी कॉलेज में मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर हुई कार्यशाला

संवाद न्यूज एजेंसी

आनी (कुल्लू)। राजकीय महाविद्यालय आनी में शनिवार को मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का आयोजन महाविद्यालय महिला प्रकोष्ठ, गर्ल्स काउंसलिंग सेल, आइक्यूएसी और पूर्व छात्र संघ के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। प्राचार्य डॉ. दायक राम ठाकुर ने कार्यशाला का शुभारंभ किया।

उन्होंने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण पहलू है, हमें इसके लिए जागरूक रहना चाहिए। कार्यशाला में सर्वपल्ली राधाकृष्णन बीएड कॉलेज नोगली की प्राचार्या डॉ. सीमा भारद्वाज बतौर रिसोर्स पर्सन उपस्थित रहीं। उन्होंने विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन विषय पर व्याख्यान दिया। छात्रों को मानसिक स्वास्थ्य के महत्व और तनाव प्रबंधन के तरीकों के बारे में विस्तार जानकारी दी।



आनी कॉलेज में मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर आयोजित कार्यशाला पर मौजूद विद्यार्थी और अन्य। स्रोत : कॉलेज प्रबंधन

महिला प्रकोष्ठ की समन्वयक और कार्यशाला की संयोजक डॉ. संगीता नेगी ने कहा कि तनाव हमारे जीवन का एक हिस्सा है, लेकिन हमें इसे नियंत्रित करना सीखना होगा। विद्यार्थियों ने रिसोर्स पर्सन से कई प्रश्न पूछे।

इस मौके पर आइक्यूएसी समन्वयक प्रो. नरेंद्र पॉल, पूर्व छात्र संघ के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रो. सीमा, सचिव प्रो. निर्मल सिंह शिवांश, महिला प्रकोष्ठ के सदस्य प्रो. पुष्पा गुलेरिया, प्रो. पम्मी घामटा, शोभा नेगी आदि उपस्थित रहे।

Scanned with OKEN Scanner

MY NET TV

डिजिटल समाचार

निष्पक्ष, निर्भीक, निश्छल

Sunday 1st March 2026 website: mynettv. online

मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर कार्यशाला का आयोजन

विनय गोस्वामी / आनी। राजकीय महाविद्यालय आनी में शनिवार, 28 फ़रवरी 2026 को मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला का आयोजन महाविद्यालय महिला प्रकोष्ठ, गर्ल्स काउंसलिंग सेल, आइक्यूएसी और पूर्व छात्र संघ के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। कार्यशाला का आरंभ महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. दायक राम ठाकुर ने किया। उन्होंने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण पहलू है और हमें इसके लिए जागरूक रहना चाहिए। इस कार्यशाला में सर्वपल्ली राधाकृष्णन बीएड कॉलेज नोगली की प्राचार्या डॉ. सीमा भारद्वाज ने बतौर रिसोर्स पर्सन मानसिक स्वास्थ्य एवं तनाव प्रबंधन विषय पर अपना व्याख्यान दिया। उन्होंने छात्रों को मानसिक स्वास्थ्य के महत्व और तनाव प्रबंधन के तरीकों के बारे में विस्तार से अवगत कराया। महिला प्रकोष्ठ की समन्वयक और कार्यशाला की संयोजिका डॉ. संगीता नेगी ने अपने व्याख्यान में कहा कि तनाव हमारे जीवन का एक हिस्सा है, लेकिन हमें इसे नियंत्रित करना सीखना होगा।कार्यशाला में छात्रों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और रिसोर्स पर्सन से अपने सवाल भी पूछे। इस अवसर पर आइक्यूएसी समन्वयक प्रो. नरेंद्र पॉल, पूर्व छात्र संघ के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रो. सीमा, सचिव प्रो. निर्मल सिंह शिवांश, महिला प्रकोष्ठ के सदस्य प्रो. पुष्पा गुलेरिया, प्रो. पम्मी घामटा, शोभा नेगी सहित महाविद्यालय के समस्त शिक्षक, कर्मचारी और छात्र उपस्थित रहे।

Scanned with OKEN Scanner

मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर कार्यशाला का आयोजन

डिजिटल मीडिया न्यूज़

राजकीय महाविद्यालय आनी में दिनांक 28.02.2026 को मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला का आयोजन महाविद्यालय महिला प्रकोष्ठ, गर्ल्स काउंसलिंग सेल, आइक्यूएसी और पूर्व छात्र संघ के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। कार्यशाला का आरंभ महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. दायक राम ठाकुर ने किया। उन्होंने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण पहलू है और हमें इसके लिए जागरूक रहना चाहिए। इस कार्यशाला में सर्वपल्ली राधाकृष्णन बीएड कॉलेज नोगली की प्राचार्या डॉ. सीमा भारद्वाज ने बतौर रिसोर्स पर्सन मानसिक स्वास्थ्य एवं तनाव प्रबंधन विषय पर अपना व्याख्यान दिया। उन्होंने छात्रों को मानसिक स्वास्थ्य के महत्व और तनाव प्रबंधन के तरीकों के बारे में विस्तार से अवगत कराया। महिला प्रकोष्ठ की समन्वयक और कार्यशाला की संयोजिका डॉ. संगीता नेगी ने अपने व्याख्यान में कहा कि तनाव हमारे जीवन का एक हिस्सा है, लेकिन हमें इसे नियंत्रित करना सीखना होगा। कार्यशाला में छात्रों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और रिसोर्स पर्सन से अपने सवाल भी पूछे। इस अवसर पर आइक्यूएसी समन्वयक प्रो. नरेंद्र पॉल, पूर्व छात्र संघ के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रो. सीमा, सचिव प्रो. निर्मल सिंह शिवांश, महिला प्रकोष्ठ के सदस्य प्रो. पुष्पा गुलेरिया, प्रो. पम्मी घामटा, शोभा नेगी सहित महाविद्यालय के समस्त शिक्षक, कर्मचारी और छात्र उपस्थित रहे।

Scanned with OKEN Scanner