GOVERNMENT MINIMATA GIRLS COLLEGE

KORBA (C.G.) 495677

NAAC Accredited "B" Grade

Ph. No. 07759-223722 E.mail – minimata89@rediffmail.com, website-mmggckorba.in

GOVT. MINIMATA GIRL'S COLLEGE KORBA (C.G.) No. .... Date ....

7.3

बिलासपुर, गुरुवार, 31 जनवरी 2019
haribhoomi.com

मिनीमाता गर्ल्स कॉलेज की रेडक्रास व स्पर्श का संयुक्त आयोजन

मनोवैज्ञानिक कार्यशाला में छात्राओं को बताए तनाव कम करने के उपाय

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कोरबा

कार्यशाला में सम्मिलित महाविद्यालय के प्राध्यापक एवं अतिथि।

शासकीय मिनीमाता कन्या महाविद्यालय कोरबा में मंगलवार को एक दिवसीय मनोवैज्ञानिक कार्यशाला आयोजित की गई। महाविद्यालय की यूथ रेडक्रास के द्वारा आयोजित इस कार्यशाला में जिला चिकित्सालय की स्पर्श क्लीनिक परामर्श केन्द्र का पूर्ण सहयोग रहा।

स्पर्श क्लीनिक के मनोविज्ञान विशेषज्ञ संजय तिवारी एवं योग प्रशिक्षक सुश्री प्रज्ञा साहू ने इस दैनिक छात्राओं को तनाव दूर करने विभिन्न उपायों पर विस्तार से जानकारी दी। साथ ही योग क्रियाओं के माध्यम से किस तरह तनाव दूर किया जा सकता है इस पर योग के विभिन्न आसनों पर अपना विचार व्यक्त किया। स्पर्श के मनोविज्ञान विशेषज्ञ संजय तिवारी ने छात्राओं की विभिन्न जिज्ञासाओं को बेहद सहज और सरल तरीके से समाधान किया। योग प्रशिक्षक सुश्री प्रज्ञा साहू ने उपस्थित छात्राओं को योग एवं प्राणायाम के विभिन्न क्रियाएं कराई और इसके लाभ के बारे में विस्तार से बताया। कार्यक्रम में उपस्थित महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. तारा शर्मा ने स्पर्श क्लीनिक से पहुंचे अतिथियों का आभार जताते हुए इस तरह की कार्यशाला को छात्राओं के लिए बेहद जरूरी बताया।

श्रीमती शर्मा ने कहा कि इस मनोवैज्ञानिक कार्यशाला से निश्चित ही परीक्षा की तैयारी कर रही छात्राओं को लाभ मिलेगा। उन्होंने समय-समय पर इस तरह की कार्यशाला आयोजित करने पर भी जोर दिया। इस अवसर पर महाविद्यालय के वरिष्ठ प्राध्यापक अश्वनी कुमार केशरवानी सहित समस्त प्राध्यापक व स्टॉफ मौजूद रहे। आभार रासेयो प्रभारी व प्राध्यापिका डॉ. पारिका चतुर्वेदी द्वारा व्यक्त किया गया।

PRINCIPAL
GOVT. MINIMATA GIRL'S COLLEGE
KORBA (C.G.)