कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेल रोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्वनाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: https://govtgirlspgcollegedurg.ac.in/

कॉलेज कोड - 1602

अकादमिक वर्ष : 2023-24

समिति/विभाग : YOUTH RED CROSS

संयोजक : DR. RESHMA LAKESH

कार्यक्रम : WORLD MENTAL HEALTH DAY

वक्ता : DR Sushil Chandra Tiwari
DR ABHILASHA TIWARI
Megha Pardhi, Yogita, Kalpana Choudhary, Mansi Prasad, Lubna Khan

प्रतिभागी छात्र संख्या : 67 आयोजन तिथि : 10 OCT 23

कार्यक्रम का उद्देश्य : Mental Health Awareness Prog.

निष्कर्ष :

हस्ताक्षर
(समिति संयोजक)

Govt. Dr. W.W. Patankar Girls P.G. College ★ DURG
कॉलेज सील

हस्ताक्षर एवं सील
PRINCIPAL
प्राचार्य
Govt Dr. WW. Patankar
Girl's PG. College, Durg (C.G.)

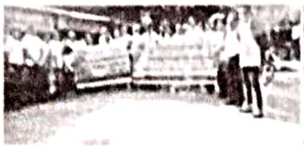
गर्ल्स कॉलेज में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर आयोजन

दुर्ग। शासकीय डॉ. वामन वासुदेव पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर कन्या महाविद्यालय में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर आयोजन किया गया। समाज में मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को बढ़ावा देने, लोगों को इसके समर्थन के लिए प्रोत्साहित करने एवं जीवन के सभी पहलुओं में एक स्वस्थ वातावरण स्थापित करने के उद्देश्य से जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन यूथ रेडक्रॉस द्वारा किया गया। विशेष विशेषज्ञ डॉ. अभिलाषा तिवारी (प्राचार्य भिलाई नायर समाज महाविद्यालय भिलाई) ने कहा कि वर्तमान युवा पीढ़ी अनेक मानसिक दबाव में है जिसके प्रभाव से भावनात्मक विनिमय या व्यवहार में नैदानिक रूप से गड़बड़ी देखी जा रही है, जिसे गंभीरता से लेना चाहिए एवं उचित निराकरण करने के साथ-साथ व्यायाम, संतुलित आहार, मित्रों से जुड़ाव, अव्यवस्था से मुक्ति और प्रकृति में समय बिताना जैसी गतिविधियां लाभकारी होती हैं। मेघा पारधी, कु. योगिता, कल्पना चौधरी व शेख साहिबा ने मानसिक बीमारियों की जानकारी दी और समाधान के बारे में चर्चा की। यूथ रेडक्रॉस के प्रभारी डॉ. रेश्मा लाकेश व प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने भी कार्यक्रम को संबोधित किया। कार्यक्रम का संचालन कु मानसी प्रसाद एवं धन्यवाद ज्ञापन कु लुबना खान ने किया।

छात्राओं ने प्लास्टिक के कुप्रभावों से कराया अवगत

दुर्ग। आदर्श कन्या स्कूल पॉलिथीन मुक्त भारत अभियान कार्यक्रम के तहत जागरूकता

देशबन्धु
Influencing Public Opinion Since 1959
11 Oct 2023 - Page 16



राष्ट्रीय वन्य जीव संरक्षण सप्ताह मनाया गया

जिला युवा सिन्हा समाज की नई कार्यकारिणी घोषित

चाकूबाजी कर फरार आरोपी 3 माह बाद गिरफ्तार, जेल

मानसिक स्वास्थ्य के प्रति युवाओं को रहना होगा सजग

CM K

मानसिक स्वास्थ्य सार्वभौमिक मानव अधिकार : डॉ. रेशमा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| दुर्ग

शासकीय डॉ. वामन वासुदेव पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर कन्या महाविद्यालय में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस आयोजित किया गया। समाज में मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को बढ़ावा देने, लोगों को इसके समर्थन के लिए प्रोत्साहित करने एवं जीवन के सभी पहलुओं में एक स्वस्थ वातावरण स्थापित करने के उद्देश्य से जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन युथ रेडक्रॉस द्वारा किया गया।

- मानसिक स्वास्थ्य एवं युवा पर कार्यक्रम आयोजित

युथ रेडक्रॉस के प्रभारी डॉ रेशमा लाकेश के अनुसार मानसिक स्वास्थ्य एक सार्वभौमिक मानव अधिकार है तथा सजग होने अपने आसपास की गतिविधियों पर बिना किसी प्रतिक्रिया के वर्तमान पल को पूर्णता से जीना है। प्राचार्य डॉ सुशील चन्द्र तिवारी ने बताया कि मानसिक स्वास्थ्य में भावनात्मक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कल्याण निहित है। मानसिक स्वास्थ्य न केवल व्यक्ति के व्यक्तित्व अपितु जीवन के लिए महत्वपूर्ण है। उत्तम मानसिक स्वास्थ्य अधिक उत्पादकता, उचित व्यवहार को दर्शाता है।

विशेष विशेषज्ञ डॉ अभिलाषा तिवारी, प्राचार्य भिलाई नायर समाज महाविद्यालय, भिलाई ने कहा कि वर्तमान युवा पीढ़ी अनेक मानसिक दबाव में है जिसके प्रभाव से भावनात्मक विनिमय या व्यवहार में नैदानिक रूप से गड़बड़ी देखी जा रही है, जिसे गंभीरता से लेना चाहिए एवं उचित निराकरण करने के साथ-साथ व्यायाम, संतुलित आहार, मित्रों से जुड़ाव, अव्यवस्था से मुक्ति और प्रकृति में समय बिताना जैसी गतिविधियां लाभकारी होती है।

कु0 मेघा पारधी ने मानसिक बीमारियों की जानकारी दी। कु0 योगिता ने वर्तमान समय में जीवन जीने पर महत्व दिया। कल्पना चौधरी ने मानसिक तनाव के कारण गरीबी, नशा, बेरोजगारी आदि बताए। कु0 पल्लवी भारती ने मानसिक स्वास्थ्य को सलामती की स्थिति बताया, जिसमें व्यक्ति अपनी क्षमताओं का अहसास रहता है। वह जीवन के तनाव का सामना करता है। लाभकारी और उपयोगी कार्य कर समाज को अपना योगदान देता है। शेख साहिबा ने अपनी परेशानियों को विशेषज्ञ के साथ साझा कर उचित ईलाज का समाधान के बारे में चर्चा की।

कार्यक्रम का संचालन कु मानसी प्रसाद ने किया एवं धन्यवाद ज्ञापन लुबना खान ने किया।

कार्यालय प्राचार्य शासकीय, डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ. ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय, (दुर्ग छ.ग.) फोन:- 0788-2323773
Email:- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.ac.in
College Code : 1602

विभाग का नाम: Youth Red Cross

दिनांक: 10 Oct 23 कार्यक्रम: International Mental Health Day

क्र.	विद्यार्थी का नाम	हस्ताक्षर	क्र.	विद्यार्थी का नाम	हस्ताक्षर
1.	Prachi	Prachi	34.	Yogita	Yogita
2.	Yamini	Yamini	35.	Rupesh	Rupesh
3.	Yashoda Sahu.	Sahu	37.	Renuka	Renuka
4.	Navnita Yadav.	Navnita	38.	Bheema	Bheema
5.	Ashwini Meshram	Ashwini	39.	Bhavana Banjare	Bhavana
6.	Bhawana Nirmalkar	Bhawana	40.	Saniya Gaykwad	Saniya
7.	Hemlata	Hemlata	41.	Prachi Ray	Prachi
8.	Kaminee	Kaminee	42.	Reena Karode	Reena
9.	Tabassum Parveen	[illegible]	43.	Champa Sahu	C.Sahu
10.	Khushboo sharma	Khushboo.	44.	Priya Joshi	Priya
11.	Priyanka Ray	Priyanka Ray	45.	Yamuna Verma	Yamuna
12.	Khushboo Yadav	Khushboo	46.	Geetanjali	Geetanjali
13.	Kirti Nirmalkar	Kirti Nirmalkar	47.	Dhaneshwari	Dhan
14.	Sony Rajput	Sony.	48.	Shreya Soni	Shreya
15.	Geeta Sahu	Geeta	49.	Suneeta Goswami	Suneeta
16.	Kajal Panchaudiya	Kajal	50.	Rakhi Rajak	Rakhi
17.	Maheshwari Sahu	Maheshwari	51.	Savitree Yadav	Savitree
18.	Riya Pandey	Riya	52.	Roshni Gupta	Roshni
19.	Khomin Sahu	Khomin	53.	Kashish Sahu	Kashish
20	Nisha Nirmalkar	Nisha	54.	Ranjna Sori	Ranjna
21.	Laxmi Mankare	Laxmi	55.	Kusum sahu	KS
22.	Kiran Sahu	Kiran Sahu.	56.	Damini Sahu	DS
23.	Kalpana	Kalpana	57.	Pooja Yadav	Pooja
24	Laxmi Sahu	L.Sahu	58.	Tavini Deshlahari	Tavini
25.	Laxmi Deshmukh	Laxmi	59.	Nitu Yadav	Nitu
26.	Alpna Khan	K.A	60.	Sapna Khelwar	Sapna
27.	Priya Banjare	Priya	61.	Aarti Kosre	Aarti
28.	Tripti Thakur	Tripti	62.	Mohani Sahu	Mohani
29.	Dhani Sahu	Dhani.	63.	Jaishmi Rathore	Jaishmi
30.	Prithvi Dhimar	Phir	64.	Gitika Rajput	GR
31.	Khushi Dhimer	[illegible]	65.	Nidhi Shah	Nidhi
32.	Domin Mahala	D.Mahala.	66.	Muskan Kaure	Musk
33.	Khileshwari	Khileshwari	67.	Likeshwari	Likeshwari

[signature]

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com
Website: www.govtgirlspgcollegedurg.ac.in
College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक : 10.10.2023

/प्रेस विज्ञप्ति/

गर्ल्स कॉलेज में

विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस

"मानसिक स्वास्थ्य एवं युवा"

शासकीय डॉ. वामन वासुदेव पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर कन्या महाविद्यालय दुर्ग में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस आयोजित किया गया। समाज में मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को बढ़ावा देने, लोगों को इसके समर्थन के लिए प्रोत्साहित करने एवं जीवन के सभी पहलुओं में एक स्वस्थ वातावरण स्थगित करने के उद्देश्य से जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन युथ रेडक्रॉस द्वारा किया गया।

युथ रेडक्रॉस के प्रभारी डॉ0 रेश्मा लाकेश के अनुसार मानसिक स्वास्थ्य एक सार्वभौमिक मानव अधिकार है तथा सजग होने अपने आसपास की गतिविधियों पर बिना किसी प्रतिक्रिया के वर्तमान पल को पूर्णता से जीना है। प्राचार्य डॉ0 सुशील चन्द्र तिवारी ने बताया कि मानसिक स्वास्थ्य में भावनात्मक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कल्याण निहित है। मानसिक स्वास्थ्य न केवल व्यक्ति के व्यक्तित्व अपितु जीवन के लिए महत्वपूर्ण है। उत्तम मानसिक स्वास्थ्य अधिक उत्पादकता, उचित व्यवहार को दर्शाता है।

विशेष विशेषज्ञ डॉ0 अभिलाषा तिवारी, प्राचार्य भिलाई नायर समाज महाविद्यालय, भिलाई ने कहा कि वर्तमान युवा पीढ़ी अनेक मानसिक दबाव में है जिसके प्रभाव से भावनात्मक विनिमय या व्यवहार में नैदानिक रूप से गड़बड़ी देखी जा रही है, जिसे गंभीरता से लेना चाहिए एवं उचित निराकरण करने के साथ–साथ व्यायाम, संतुलित आहार, मित्रों से जुड़ाव, अव्यवस्था से मुक्ति और प्रकृति में समय बिताना जैसी गतिविधियां लाभकारी होती है।

कु0 मेघा पारधी ने मानसिक बीमारियों की जानकारी दी। कु0 योगिता ने वर्तमान समय में जीवन जीने पर महत्व दिया। कल्पना चौधरी ने मानसिक तनाव के कारण गरीबी, नशा, बेरोजगारी आदि बताए। कु0 पल्लवी भारती ने मानसिक स्वास्थ्य को सलामती की स्थिति बताया, जिसमें व्यक्ति अपनी क्षमताओं का अहसास रहता है। वह जीवन के तनाव का सामना करता है। लाभकारी और उपयोगी कार्य कर समाज को अपना योगदान देता है। शेख साहिबा ने अपनी परेशानियों को विशेषज्ञ के साथ साझा कर उचित ईलाज का समाधान के बारे में चर्चा की।

कार्यक्रम का संचालन कु0 मानसी प्रसाद ने किया एवं धन्यवाद ज्ञापन कु0 लुबना खान ने किया।

टीप– समाचार के रूप में प्रकाशन हेतु निवेदित।

(डॉ0 सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य
शास0 डॉ0 वा0 वा0 पाटणकर कन्या
स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ0ग0)

Govt. Dr. W. W. Patankar Girls' PG College Durg (C.G.)

YOUTH RED CROSS

World Mental Health Day 2023

10 October 2023
12:00 pm @Seminar Hall

Speaker

Dr. Abhilasha Tiwari

Principle
Bhilai Nayar Samajan Mahavidyalaya,
Bhilai C.G.

Dr. Sushil Chandra Tiwari
Principal

Dr. Reshma Lakesh
Convener

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेल रोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्वनाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: https://govtgirlspgcollegedurg.ac.in/

कॉलेज कोड : 1602

अकादमिक वर्ष : 2023-24

समिति/विभाग : WOMEN CELL गुरू संग गोष्ठि

संयोजक : DR RESHMA LAKESH

कार्यक्रम : गुरू संग गोष्ठि
"युवाओं में बढ़ती असहनशीलता"

वक्ता : Dr Sushil Chandra Tiwari
DR Richa Thakur
DR Alka Duggal

प्रतिभागी छात्र संख्या : 134 आयोजन तिथि : 11 Sep 23

कार्यक्रम का उद्देश्य : Teacher - Students Interaction. Trying a unique concept of open platform for discussion on psycho-social issues, reasons and solutions.

निष्कर्ष :

हस्ताक्षर
(समिति संयोजक)

कॉलेज सील
Govt. Dr. W.W. Patankar Girls P.G. College ★ DURG

हस्ताक्षर एवं सील
PRINCIPAL
प्राचार्य
Govt Dr. W.W. Patankar
Girls PG College, Durg (C.G.)

शास. डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय दुर्ग (छ. ग.)

महिला प्रकोष्ठ की अनूठी पहल
"गुरु संग गोठ"
गुरु- छात्राओ की सम सामायिक
विषय पर चर्चा का खुला मंच

"विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस" 2023

" युवाओं में बढ़ती असहनशीलता "

11/09/2023 @ 12:30 बजे
स्थान - सेमीनार हॉल

विषय विशेषज्ञ

डॉ. सुशील चंद्र तिवारी
डॉ. अलका दुग्गल
डॉ. ऋचा ठाकुर

संयोजक

डॉ. रेशमा लाकेश

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.ac.in
College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक : 11.09.2023

// प्रेस विज्ञप्ति //

गर्ल्स कॉलेज में
गुरू संग गोठ कार्यक्रम आयोजित
युवाओं में बढ़ती असहनशीलता पर संवाद

शास डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ट एवं युथ रेडक्रॉस के संयुक्त तत्वाधान में विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर ''युवाओं में बढ़ती असहनशीलता'' विषय पर संवाद कार्यक्रम गुरू संग गोठ आयोजित किया गया।

प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने बताया कि इस कार्यक्रम में छात्राओं एवं प्राध्यापकों के बीच प्रश्नोत्तर के माध्यम से विषय-वस्तु पर संवाद किया गया। उन्होनें बताया कि युवाओं में बढ़ती असहनशीलता चिंता जनक है जिसके कई कारण है जैसे- अतिमहत्वकांक्षा, अपेक्षा, घटता आत्म-नियंत्रण जैसे विषय शामिल है।

गृहविज्ञान की शोध छात्रा तबस्सुम अली ने इंटरनेट और सोशल मीडिया के प्रभाव पर प्रकाश डाला। कु. युक्ति देशमुख ने बढ़त सामाजिक दबाव एवं शिक्षा पद्धति पर चर्चा की। कु. आईनी धृतलहरे ने युवाओं में असहनशीलता के लिये बेरोजगारी को मुख्य कारण बताया। कु. चंद्रसुधा ने टी.वी. धारावाहिक, फिल्मों तथा ओटीपी के दुष्प्रभाव पर अपने विचार रखे।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि इसके रोकथाम के लिए जागरूकता और सक्रियता से जान बचाई जा सकती है। निराशा, अवसाद, तनाव, डर, अपमान तथा आत्मविश्वास में कमी इसके प्रमुख कारण है। किशोर अवस्था से ही जीवन जीने की कला के लिए प्रशिक्षित किया जाना चाहिये।

डॉ. ऋचा ठाकुर ने बताया कि प्रशिक्षित काउंसलर के सहयोग से बहुत सी मानसिक समस्याओं का हल निकल सकता है। उन्होनें आंकड़ों के माध्यम से बढ़ती आत्महत्या की घटनाओं की चर्चा करते हुए कहा कि मनोबल बढ़ाने व विश्वास पैदा करने पर हम इस समस्या से निजात पा सकते है।

डॉ. अल्का दुग्गल ने छात्राओं के प्रश्नों पर विस्तार से चर्चा की और जागरूकता कार्यक्रम के द्वारा ही युवाओं को सही दिशा दी जा सकती है।

कार्यक्रम में छात्राओं को जागरूकता की शपथ दिलायी गई। कार्यक्रम का संचालन डॉ. सुषमा यादव ने किया तथा आभार प्रदर्शन श्रीमती ज्योति भरणे ने किया।

इस अवसर पर बड़ी संख्या में छात्रायें तथा प्राध्यापक उपस्थित थे।

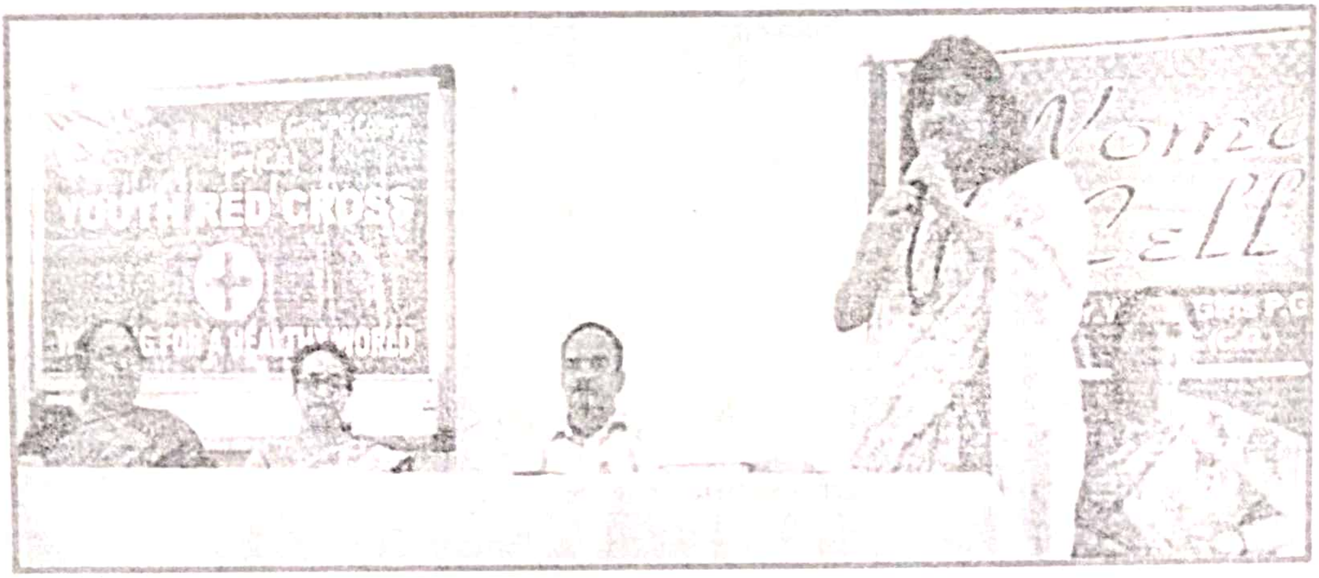
समाचार के रुप में प्रकाशन हेतु निवेदित।

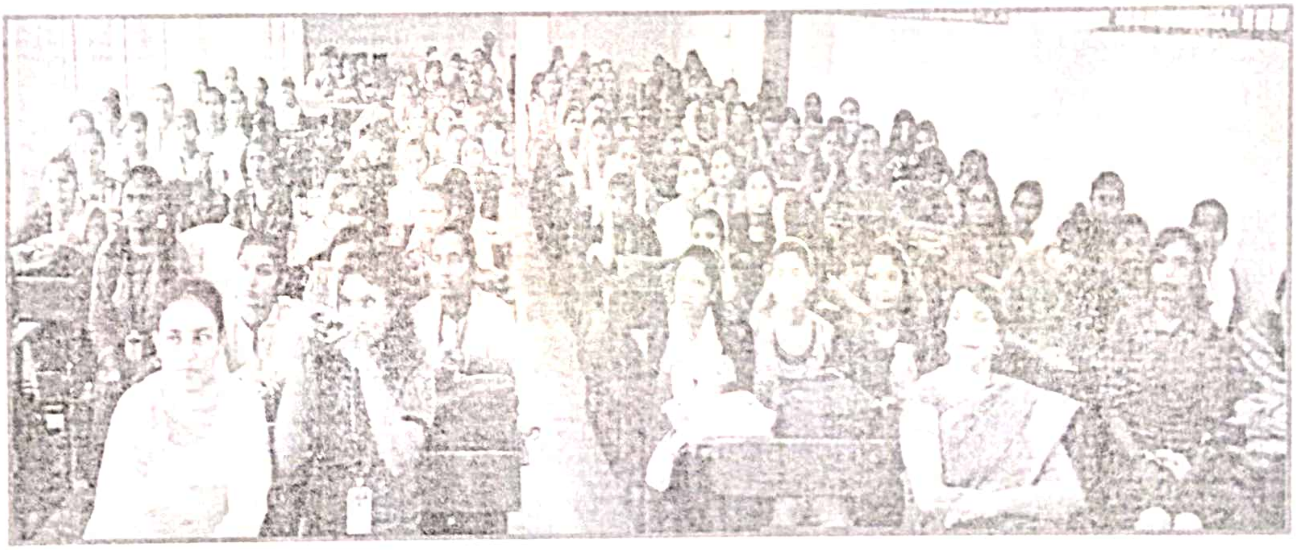
(डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य
शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या
स्नात. महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.)

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.)

गर्ल्स कॉलेज में

गुरू संग गोठ कार्यक्रम आयोजित



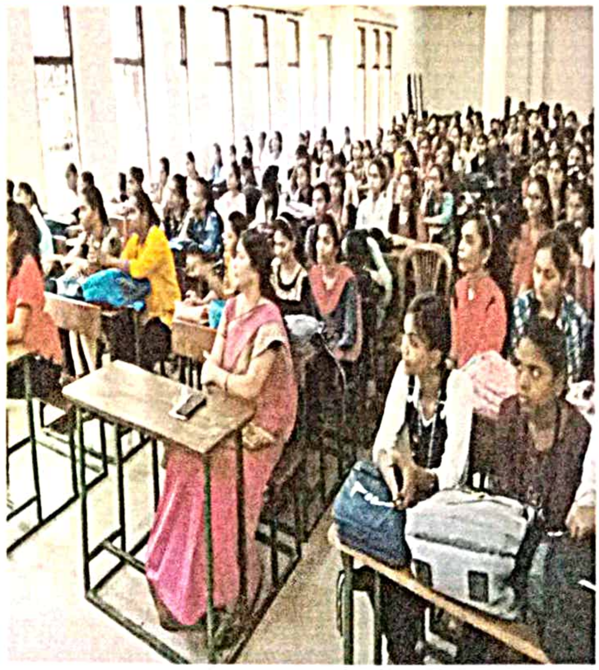


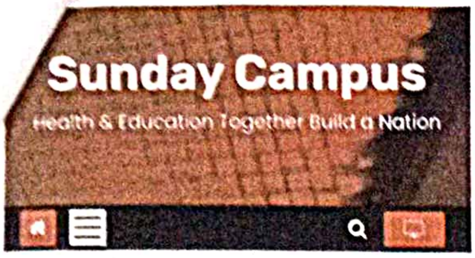
GURU SANG GONTH
WORLD SUICIDE PREVENTION DAY 2023

Date – 11/09/2023

Govt. Dr. W.W. Patankar Girls' P.G. College, Durg (C.G.)

Govt. Dr. W.W. Patankar Girls' P.G. College, Durg (C.G.)





EDUCATION

गर्ल्स कॉलेज में युवाओं में बढ़ती असहनशीलता पर संवाद

Sep 11, 2023

दुर्ग। शासकीय डॉ. वावा पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ एवं यूथ रेडक्रॉस के संयुक्त तत्वाधान में विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर 'युवाओं में बढ़ती असहनशीलता' विषय पर संवाद कार्यक्रम गुरु संग गोठ का आयोजन किया गया

प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने बताया कि युवाओं में बढ़ती असहनशीलता चिंताजनक है जिसके पीछे अति-महत्त्वकांक्षा, घटता आत्म-नियंत्रण, आदि का हाथ है

गृहविज्ञान की शोध छात्रा तबस्सुम अली ने इंटरनेट और सोशल मीडिया के प्रभाव पर प्रकाश डाला। युक्ति देशमुख ने बढ़त सामाजिक दवाव एवं शिक्षा पद्धति पर चर्चा की। आईनी धृतलहरे ने युवाओं में असहनशीलता के लिये बेरोजगारी को मुख्य कारण बताया। चंद्रसुधा ने टी.वी. धारावाहिक, फिल्मों तथा ओटीटी के दुष्प्रभाव पर अपने विचार रखे।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि इसके रोकथाम के लिए जागरुकता और सक्रियता से जान बचाई जा सकती है। निराशा, अवसाद, तनाव, डर, अपमान तथा आत्मविश्वास में कमी इसके प्रमुख कारण है। किशोर अवस्था से ही जीवन जीने की कला के लिए प्रशिक्षित किया जाना चाहिए।

डॉ. ऋचा ठाकुर ने बताया कि प्रशिक्षित काउंसलर के सहयोग से बहुत सी मानसिक समस्याओं का हल निकल सकता है। उन्होंने आंकड़ों के माध्यम से बढ़ती आत्महत्या की घटनाओं की चर्चा करते हुए कहा कि मनोबल बढ़ाने व विश्वास पैदा करने पर हम इस समस्या से निजात पा सकते है।

डॉ. अल्का दुग्गल ने छात्राओं के प्रश्नों पर विस्तार से चर्चा की और जागरुकता कार्यक्रम के द्वारा ही युवाओं को सही दिशा दी जा सकती है।

कार्यक्रम में छात्राओं को जागरुकता की शपथ दिलाई गई। कार्यक्रम का संचालन डॉ. सुषमा यादव ने किया तथा आभार प्रदर्शन ज्योति भरणे ने किया।

इस अवसर पर बड़ी संख्या में छात्रायें तथा प्राध्यापक उपस्थित थे।

हरिभूमि

रायपुर - इस्पात भूमि

12 Sep 2023

की क्रम

जैन धर्म में मास दरम्यान सुदी 4 तक ऐउत्साह का इन दिनों गुरु वन के आत्म प्रवचनस श्री कया जाता है। रा आत्म शुद्धि धर्म के सभी सदस्यों द्वारा द्धि तथा क्षमा मनाना जैन है। प्रति वर्ष महापर्व एक ।

गर्ल्स कॉलेज में गुरु संग गोठ कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▸▸ दुर्ग

- युवाओं में बढ़ती असहनशीलता पर संवाद

शास डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ एवं यूथ रेडक्रॉस के संयुक्त तत्वाधान में विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर युवाओं में बढ़ती असहनशीलता विषय पर संवाद कार्यक्रम गुरु संग गोठ आयोजित किया गया।

प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने बताया कि कार्यक्रम में छात्राओं एवं प्राध्यापकों के बीच प्रश्नोत्तर के माध्यम से विषय-वस्तु पर संवाद किया गया। उन्होंनें बताया कि युवाओं में बढ़ती असहनशीलता चिंताजनक है जिसके कई कारण है जैसे-अति महत्वकांक्षा, अपेक्षा, घटता आत्म-नियंत्रण जैसे विषय शामिल है।

गृह विज्ञान की शोध छात्रा तबस्सुम अली ने इंटरनेट और सोशल मीडिया के प्रभाव पर प्रकाश डाला। कु. युक्ति देशमुख ने बढ़ते सामाजिक दवाव एवं शिक्षा पद्धति पर चर्चा की। कु. आईनी भृतलहरे ने युवाओं में असहनशीलता के लिये बेरोजगारी को मुख्य कारण बताया। कु. चंद्रसुधा ने टीवी धारावाहिक, फिल्मों तथा ओटीपी के दुष्प्रभाव पर अपने विचार रखे।

प्राचार्य डॉ. सुशीलचन्द्र तिवारी ने कहा कि इसके रोकथाम के लिए जागरूकता और सक्रियता से जान बचाई जा सकती है। निराशा, अवसाद, तनाव, डर, अपमान तथा आत्म विश्वास में कमी इसके प्रमुख कारण है। किशोर अवस्था से ही जीवन जीने की कला के लिए प्रशिक्षित किया जाना चाहिये।

डॉ. ऋचा ठाकुर ने बताया कि प्रशिक्षित काउंसलर के सहयोग से बहुत सी मानसिक समस्याओं का हल निकल सकता है। उन्होंनें आंकड़ों के माध्यम से बढ़ती आत्महत्या की घटनाओं की चर्चा करते हुए कहा कि मनोबल बढ़ाने व विश्वास पैदा करने पर हम इस समस्या से निजात पा सकते है।

डॉ. अल्का दुग्गल ने छात्राओं के प्रश्नों पर विस्तार से चर्चा की और जागरूकता कार्यक्रम के द्वारा ही युवाओं को सही दिशा दी जा सकती है। कार्यक्रम में छात्राओं को जागरूकता की शपथ दिलायी गई। संचालन डॉ. सुषमा यादव ने किया तथा आभार प्रदर्शनश्रीमतीज्योति भरणे ने किया।

(1)

कार्यालय प्राचार्य शासकीय, डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ. ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय, (दुर्ग छ.ग.) फोन:- 0788-2323773
Email:- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.ac.in
College Code : 1602

विभाग का नाम: Women Cell

दिनांक: 11 Sep 23 कार्यक्रम: "नुक्कड़ नाटक" "युवाओं में बढ़ती असहनशीलता"

क्र.	विद्यार्थी का नाम	हस्ताक्षर	क्र.	विद्यार्थी का नाम	हस्ताक्षर
1.	AAINEE	Aainee	34.	Anjali	Anjali
2.	Yukti Deshmukh	Yukti	35.	Isha Baghel	Isha Baghel
3.	Anamika Hasan	Anamika	37.	Hemlata Gautam	Hemlata
4.	Prachi Koumariya	Prachi	38.	Mahek Parveen	Mahek
5.	Muskan Devdas	[illegible]	39.	Ishulata	Ishulata
6.	Seeta Sahu	Seeta	40.	Yuvani Chandel	Yuvanichandel.
7.	Geetanjali Sahu	Geetanjali	41.	Usha Yadav	Usha Yadav
8.	Dileshwari Nirmalkar	Dileshwari	42.	Manisha Ghritlahre	Manisha
9.	Manjul Sahu	Manjul	43	Veena Rajput	[illegible]
10.	Taniya Yadav	Taniya	44.	Rakhi Rajak	Rakhi
11.	Manisha Thakur	Manisha	45.	कुनीता गोस्वामी	कुनीता
12.	Nisha Mahto	Nishamahto	46.	Ranjna Sori	Ranjna
13.	Omeshwarichandrakar	Omeshwari	47.	Genuka Sahu	Genuka
14.	Maheshwari	Kumar	48.	Rajeshwari Sahu.	Rajeshwari
15.	Leesha Suryavanshi	Suryavanshi	49.	Nisha Sahu	Nisha
16.	Maithli Rohini	Rohini	50.	Sandhya Sawy	Sandhya
17.	Siddhi Avasthiya	Siddhi	51.	Harshita	Harshita
18.	Neelam Aachala	[illegible]	52.	Suruchi	Suruchi
19.	Leesha Sahu	Leesha	53.	Archana	Archana
20	Vandana Netam	Netam	54.	Mansi Prasad	Mansi.
21.	Anjali Verma	Anjaliverma	55.	Tikeshwari Sahu	Tikeshwari
22.	LAXMI DESHLAHRE	Laxmi	56.	Laxmi Nishad	Laxmi
23.	Bharti yadu	Bharti	57.	Ankita Nishad	Ankita
24	Isha Baghel	Isha Baghel	58.	Tara Dewangan	Tara
25.	Hemlata Gautam	Hemlata.	59.	Mantasha Memon	Mantasha
26.	Anjali	Anjali	60	रुक्सांना	रुक्सांना
27.	ManishaBhuarya	Bhuarya	61.	Garima Yadav.	[illegible]
28.	minakshi Netam	Netam	62.	Nihita Banjare	Nihita
29.	mahi Dhurandhar	mahi	63.	Divya Patel	[illegible]
30.	Divya Dahre	Divya	64.	Asiya Khatun	[illegible]
31.	Kusum Nishad	Kusum.	65.	Yukti Deshmukh	Yukti
32.	Bhavna Deshmukh	Bhavna Deshmukh	66.	Kriti	[illegible]
33.	Omita Deshmukh	Omita	67.	Lubna	[illegible]

[signature]

②

कार्यालय प्राचार्य शासकीय, डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ. ग.)

पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय, (दुर्ग छ.ग.) फोन:- 0788-2323773
Email:- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.ac.in
College Code : 1602

विभाग का नाम: WOMEN CELL

दिनांक: 11 Sep 23 कार्यक्रम: "युवाओं में बढ़ती असहनशीलता" — रैगिंग एवं ...

क्र.	विद्यार्थी का नाम	हस्ताक्षर	क्र.	विद्यार्थी का नाम	हस्ताक्षर
1.	Yashasavi Sahu	Yashasavi	34.	Devika Dewangan	Devika
2.	Yogita nishad	Yogita.	35.	Poonam Meshram	Poonam
3.	Shrijal Vanjare	Shrijal	37.	Gradchha Kaushik	Gradushik
4.	Manisha Ghritlehre	Manisha	38.	Dolly Nishad	[illegible]
5.	Pratima choudhary	Pratima	39.	Jomin Pisda	Jomin
6.	Kriti Kiran	Kriti	40.	Madhu Banjare	Banjare
7.	Sundari punam	[illegible]	41.	Mansi Singh	Mansi
8.	Mansi Nereng	Mansi	42.	Kinjal Thawre	[illegible]
9.	Chanchal Banjare	Chanchal	43.	Lekhkiran Deshlahre	Lekhkiran
10.	Hempushpa Dubey	Hempushpa	44.	Jigyasa Sahu	Jigyasa
11.	Babli Pawar	Babli	45.	Riya Tiwari	Riya
12.	Bhamini sahu	Bhamini	46.	Gulab Toram	Gulab
13.	Aarti Soni	Aarti	47.	Neha Verma	Neha
14.	Karuna Thakur	Karuna	48.	Alisha Thakur	Alisha
15.	Bhoomika Sahu	Bhoomika	49.	Neelam Sonkar	Neelam Sonkar
16.	Smita Dugga	Smita	50.	Manshi Netam	Manshi Netam
17.	Karuna Markam	Karuna	51.	Gangotri Sahu	Gangotri
18.	Anuradha Karam	Anuradha	52.	Urvashi Nirmal	Urvashi
19.	Khushi Sinha	Khushi	53.	Renu Sinha	Renu
20	Palak Sahu	Palak	54.	Hemlata Sahu	Hemlata
21.	Venika Sahu	Venika	55.	Umeshwari	umeshwari
22.	Lubna Amankhan	Lubna	56.	Dhilman Thakur	Thakur
23.	Vijaya Sahu	विजया	57.	Priya Rajput	[illegible]
24	Megha Bhandekar		58.	Khomeshwari	Kh
25.	Sushma Patel	सुषमा पटेल	59.	Asiya khatun	Asiya
26.	Urvashi Gupta	Urvashi	60.	madhuri yadav.	m
27.	Shreya Gupta	Shreya	61.	Gitanjali Das	Gitanjali
28.	Mansi Prasad	Mansi	62.	Prerna chinchkhede	Prerna
29.	Archana	Archana	63.	Priti Yadav.	Priti
30.	Suruchi	Suruchi	64.	Jisha Yadav	Jisha
31.	Vinita Sahu	VSahu	65.	Pallavi sahu	Pallavi
32.	Namrata Vishwakarma	Namrata	66.	Priya Rajput	[illegible]
33.	Karuna Markande	Karuna	67.	हेमलता	H

[signature]

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेल रोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम- शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com

कॉलेज कोड : 1602

अकादमिक वर्ष : 2022

समिति / विभाग : महिला प्रकोष्ठ

संयोजक : डॉ. रेशमा लाकेश

कार्यक्रम : "गुरु शिष्य गोष्ठी" वर्तमान जीवन शैली युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी

(1) डॉ. सुशील चंद्र तिवारी - प्राचार्य
(2) डॉ. अमिता सहगल
(3) डॉ. मीनाक्षी अग्रवाल

वक्ता : (4) डॉ. [illegible] सिंह (5) डॉ. ऋचा ठाकुर
(6) कु. जया यादव (7) कु. गरिमा (6) शारदा
(8) काजल (9) डॉ. आरती गुप्ता
(10) कु. मधु पांडेय

प्रतिभागी छात्र संख्या : 139 आयोजन तिथि 22.04.22

कार्यक्रम का उद्देश्य : गुरु शिष्य की "वर्तमान जीवनशैली- युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी" पर प्रस्तुत चर्चा - प्रस्तावना.

निष्कर्ष : समस्याएँ एवं समाधान
प्रथम प्रयास, छात्राओं ने अपने विचार रखे, समस्याएँ बताई

हस्ताक्षर
(समिति संयोजक)

Govt. Dr. W.W. Patankar Girls P.G. College DURG
कॉलेज सील

हस्ताक्षर एवं सील
प्राचार्य

PRINCIPAL
Govt. Dr. W.W. Patankar
Girls P.G. College Durg (C.G.)

शासकीय डॉ वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ. ग.)

महिला प्रकोष्ठ की अनूठी पहल
" गुरु संग गोठ "
गुरु - छात्राओं की समसामयिक
विषयों पर चर्चा का खुला मंच

वर्तमान जीवनशैली: युवा पीढ़ी की जिम्मेदारियां

22/04/2022 @ 12:30pm
स्मार्ट क्लास

मुख्य अतिथि
डॉ . सुशील चंद्र तिवारी

विषय विशेषज्ञ
डॉ . अमिता सहगल
डॉ . मीनाक्षी अग्रवाल
डॉ . मोनिया राकेश
डॉ . ऋचा ठाकुर

संयोजक-
डॉ. रेशमा लाकेश
डॉ . सुषमा यादव
श्रीमती ज्योति भरणे
डॉ . लता मेश्राम

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com
Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक : 22.04.2022

// प्रेस विज्ञप्ति //

गर्ल्स कॉलेज में "गुरू संग गोठ" का आयोजन

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वुमेन सेल के तत्वाधान में "गुरू संग गोठ" का आयोजन किया गया।

प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने जानकारी देते हुए बताया कि वुमेन सेल ने अभिनव प्रयोग करते हुए विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के बीच संवाद का कार्यक्रम रखा। वर्तमान जीवन शैली–युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय के अंतर्गत संवाद आयोजित किया गया।

प्रारंभ में महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवनशैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है। हमारी सोंच का दायरा बढ़ा है, शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेट से विचार क्षमता में वृद्धि हुई है। उन्होंनें कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है। क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्याएँ नहीं थी। जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन–सहन खान–पान को प्रभावित किया है।

गृहविज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन–शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. मोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया। एम.ए. समाजशास्त्र की जया यादव ने युवा पीढ़ी के दायित्वों तथा गरिमा गंगबेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की।

नृत्य विभाग की प्राध्यापक डॉ. ऋचा ठाकुर ने शारीरिक अभ्यास एवं नृत्य पर रोचक जानकारी दी। डॉ. आरती गुप्ता ने योग का जीवन–शैली में प्रभाव पर विस्तार से बताया। नृत्य की छात्रा कु. शारदा, काजल एवं दीपा ने भारतनाट्यम की आधार मुद्राओं का प्रदर्शन किया जिसे सभी ने सराहा। डॉ. मीनाक्षी अग्रवाल, मधु पाण्डेय ने भी संवाद में हिस्सा लिया।

छात्राओं द्वारा पूछे गये प्रश्नों का जवाब शिक्षकों ने दिया। वुमेन सेल की सुषमा यादव, लता मेश्राम, ज्योति भरणे ने भी सहयोग किया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में छात्राएँ उपस्थित थी।

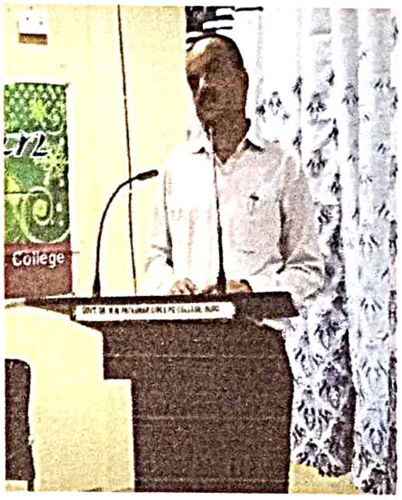
समाचार के रुप में प्रकाशन हेतु निवेदित।

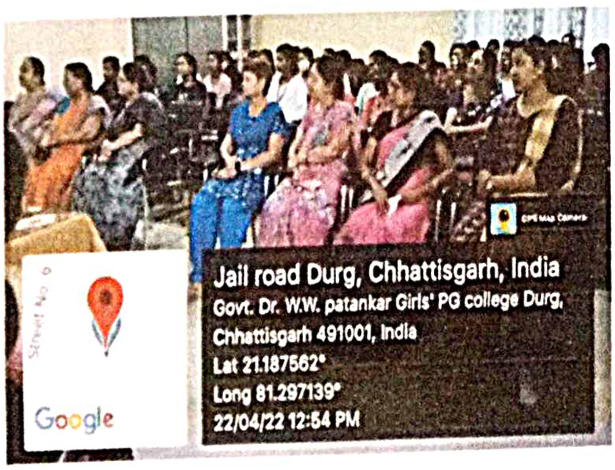
(डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य
शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या
स्नात. महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.)

IQAC
INTERNAL QUALITY ASSURANCE CELL
Woman Cell
DURG (C.G.)

वर्तमान जीवनशैली: युवा पीढ़ी की जिम्मेदारियां

22/04/2022 @ 12:30pm




Jail road Durg, Chhattisgarh, India
Govt. Dr. W.W. patankar Girls' PG college Durg, Chhattisgarh 491001, India
Lat 21.187562°
Long 81.297139°
22/04/22 12:54 PM
Google

जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन, खान-पान को किया प्रभावित: रेशमा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| दुर्ग

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वुमेन सेल के तत्वाधानमें गुरू संग गोठ का आयोजन किया गया। प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश

- गुरू संग गोठ का किया गया आयोजन

ने बताया कि वुमेन सेल ने अभिनव प्रयोग करते हुए विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के बीच संवाद का कार्यक्रम रखा। वर्तमान जीवन शैली-युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय के अंतर्गत संवाद आयोजित किया गया। प्रारंभ में महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवनशैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है। हमारी सोंच का दायरा बढ़ा है, शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेट से विचार क्षमता में वृद्धि हुई है। उन्होंने कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है। क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्याएँ नहीं थी। जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन खान-पान को प्रभावित किया है। गृह विज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन-शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. मोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया। एम.ए. समाजशास्त्र की जया यादव ने युवा पीढ़ी के दायित्वों तथा गरिमा गंगवेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की।

EDUCATION

गर्ल्स कॉलेज में "गुरु संग गोठ" का सफल आयोजन

By deepak das

Apr 23, 2022 Girls College, Guru Sang Goth

Share this on WhatsApp

दुर्ग। शासकीय डॉ वावा पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वुमेन सेल के तत्वाधान में "गुरु संग गोठ" का आयोजन किया गया। प्रभारी प्राध्यापक डॉ रेशमा लाकेश ने बताया कि विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के बीच हुआ यह संवाद वर्तमान जीवन शैली - युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय पर केन्द्रित था।

महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवन शैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है। हमारी सोच का दायरा बढ़ा है। शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेटसे विचार क्षमता में वृद्धि हुई है। उन्होंने कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है। क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्या नहीं थी। जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन खान-पान को भी प्रभावित किया है।

गृहविज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन-शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. मोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया।

एमए समाजशास्त्र की जया यादव ने युवापीढ़ी के दायित्वो तथा गरिमा गगवेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की। नृत्य विभाग की प्राध्यापक डॉ ऋचा ठाकुर ने शारीरिक अभ्यास एवं नृत्य पर रोचक जानकारी दी। डॉ आरती गुप्ता ने योग का जीवन-शैली में प्रभाव को विस्तार से समझाया। नृत्य की छात्रा शारदा, काजल एवं दीपा ने भरतनाट्यम की आधार मुद्राओं का

जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन, खान-पान को किया प्रभावितः रेशमा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| दुर्ग

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वुमेन सैल के तत्वाधानमें गुरू संग गोठ का आयोजन किया गया। प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश

- गुरू संग गोठ का किया गया आयोजन

ने बताया कि वुमेन सेल ने अभिनव प्रयोग करते हुए विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के बीच संवाद का कार्यक्रम रखा। वर्तमान जीवन शैली-युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय के अंतर्गत संवाद आयोजित किया गया। प्रारंभ में महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवनशैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है। हमारी सोंच का दायरा बढ़ा है. शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेट से विचार क्षमता में वृद्धि हुई है। उन्होनें कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है। क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्याएँ नहीं थी। जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन खान-पान को प्रभावित किया है। गृह विज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन-शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. मोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया। एम.ए. समाजशास्त्र की जया यादव ने युवा पीढ़ी के दायित्वों तथा गरिमा गंगबेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की।

जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन, खान-पान को किया प्रभावितः रेशमा

हरिभूमि न्यूज ▸▸| दुर्ग

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वूमेन सेल के तत्वाधानमें गुरू संग गोठ का आयोजन किया गया। प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश

■ गुरू संग गोठ का किया गया आयोजन

ने बताया कि वुमेन सेल ने अभिनव प्रयोग करते हुए विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के बीच संवाद का कार्यक्रम रखा। वर्तमान जीवन शैली-युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय के अंतर्गत संवाद आयोजित किया गया। प्रारंभ में महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवनशैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है। हमारी सोंच का दायरा बढ़ा है, शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेट से विचार क्षमता में वृद्धि हुई है। उन्होंने कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है। क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्याएँ नहीं थी। जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन खान-पान को प्रभावित किया है। गृह विज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन-शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. मोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया। एम.ए. समाजशास्त्र की जया यादव ने युवा पीढ़ी के दायित्वों तथा गरिमा गंगबेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की।

EDUCATION

गर्ल्स कॉलेज में "गुरु संग गोठ" का सफल आयोजन

By deepak das

Girls College, Guru Sang Goth

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम ......महिला प्रकोष्ठ......

विषय :- गुरु संग गोष्ठी

विशेषज्ञ :- ....

संस्था :- ....दिनांक :- 22.04.22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
1	Urvashi Sahu	Sahu	24	Bhinu Bhdodiya	Bhinu
2	Bhineshwari	Bhineshwari	25	Suruchi	Suruchi
3	Jaya yadav	Jaya.	26	Renu baghel	Renu
4	Garima Gangbe	[illegible]	27	Jaishri Sahu	[illegible]
5	Kajal soni	K.soni.	28	Rashmi sahu	Rashmi
6	Sharda yadav	S.yadav	29	Tikeshwari sahu	T.S.
7	Deepa meshram	Deepa	30	Premlata	Premlata
8	karuna	Karuna	31	Rubimanikpuri	Rmpuri
9	mahek Parveen	mahek	32	Swati Deshmukh	Swati
10	manisha Gilwitkar	Manisha	33	Nandmani Nishad	Nandmani
11	डी.ऊषा तारणी	डी.ऊषा तारणी	34	Rukhmani Sen	R.sen
12	Binu sen	Binu sen	35	Vamini Sahu	Vamini
13	chandrasudha	CB	36	Rashi Deshmukh	Rashi
14	Kajal Netam	Kojal	37	Garima Deshmukh	Garima
15	Anita sinha	Anita sinha	38	Nikita Bhatti	[illegible]
16	Lalita deshlahare	Lalita	39	khushboo Sahu	Khushboo
17	Mausmi.	Mausmi	40	Roopa Kaushal	Roopa
18	Divya Thakur	Divya	41	Mayavati vishwakarma	mayawati
19	Preeti Ramteke	Preeti	42	Temeshwari	Temeshwari
20	Bharti Kalsa	B.Kalsa	43	Nohil	Nohil
21	Tasmiya	Tasmiya	44	Hema	Hema
22	Preeti	Preeti	45	Shital	Shital
23	Pooja chourasiya	Pooja	46	Reema	Reema

[signature]

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम-शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम ....

विषय :- ....

विशेषज्ञ :- ....

संस्था :- ....दिनांक :- 22.04.22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
48	Dhamin	Dhamin	71	Kajal markande	Kajal.
49	Damini	Damini	72	Lubna Amankhan	Lubna.
50	Priya	Priya	73	Tikeshwari Sahu	Tikeshwari Sahu
51	Khomeshwari	KB	74	Renu Sinha	Renu Sinha
52	komal sahu	Komal	75	Yukti Deshmukh	Yukti
53	Ranu	Ranu	76	Perena chinchkhed	Perena
54	Fatima	fatima	77	Urvashi Nirmal	Urvashi.
55	Payal sahu.	Payal sahu	78	UMESHWARI	umeshwari
56	Kirti Joshi	Kirti Joshi	79	Roshni Sahu	Roshni Sahu
57	Asiya Khatun	Asiya	80	Priti Yadav.	Priti
58	Kesari Thakur	Kesari	81	Laxmi Nishad	Laxmi
59	Tikeshwari	Tikeshwari	82	Shilman Thakur	S Thakur
60	Pallavi	Pallavi	83	Priya Rajput	[illegible]
61	Hemlata	Hemlata	84	Sanjana Sahu	Sahu
62	Poonam	Poonam	85	Laxmi Yadav	Laxmi
63	Shuruchi Sahu	Suruchi	86	Hema Parkar	Hema
64	Khushbu Kosare	Khushbu.	87	Lokesh Sahu	Lokesh Sahu
65	Lovely Thakur	Lovely	88	Bhumika Gendre	Bhumika
66	Yogeshwari Nishad	[illegible]	89	Damini Harpal	Damini
67	Neha sahu	Neha sahu	90	Rekha Nagesh	रेखा नागेश
68	madhuri	madhuri	91	Babita Netam	Babita Netam
69	Swati	Swati	92	Divya Borkar	Divya
70	Jyoti yadav	Jyoti yadav	93	मेहा	मेहा

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम ....

विषय :– गुरु अंगा गाँठ

विशेषज्ञ :– ....

संस्था :– .... दिनांक :– 22.04.22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
94	केकती	केकती	117	Aafrin Khan	Aafrin Khan
95	कुलेश्वरी	कुलेश्वरी	118	Prema mandavi	Pandvi
96	भारती साहू	Bharti Sahu	119	Namrata	Namrata
97	निशा यादव	निशा यादव	120	Bhumika	Bhumika
98	इन्दु	इन्दु	121	Indrani	Indrani
99	कुसुमा साहू	कुसुमा साहू	122	Vibha	Vibha
100	भूमिका मंडावी	Bhumika	123	Saroj	Saroj
101	नीलम साहू	Nilam	124	Hemlata	Hemlata
102	वर्षा रानी	Varshayani	125	Yogeshwari Sahu	Yogeshwari
103	नूतन नेताम	Nutan	126	Tarni Soni	Tarni Soni
104	मीनाक्षी ठाकुर	Meenakshi	127	Neha Yadav	NEHA
105	पल्लवी साहू	Pallavi	128		Tanu
106	Durgeshwari	Durgeshwari	129	Bhumika R. Mandavi	Bhumika
107	kavita	kavita	130	Shamima Naz	Shamima
108	Bhuneshwari	Bhuneshwari	131	Purnima Sahu	Purnima
109	Monika	Monika	132	Parmeshwari	Parmeshwari
110	AMBIKA	AMBIKA	133	Shilpi Sharma	Shilpi Sharma
111	Sweta Sahu	Sweta	134	Nikita Gupta	Nikita Gupta
112	Umeshwari	umeshwari	135	Manisha Ghritlahre	Mace
113	Neelam	Neelam	136	mahek Parveen	mahek
114	Sangeeta Singh	Sangeeta Singh	137	Tabssum Ali	[illegible]
115	KhushBoo	KhushBoo	138	Dr. Toshina Telang	Tosna
116	DipMala	DipMala	139	Dr. Richa Thakur	Richa

[signature]

क सिंह एवं अन्य वरिष्ठ अधिकारीगण उपस्थित   में अपना योगदान दिया।

गर्ल्स कॉलेज में गुरु संग गोठ का आयोजन

श्रीकंचनपथ न्यूज

दुर्ग। शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वुमेन सेल के तत्वाधान में ''गुरू संग गोठ'' का आयोजन किया गया। प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने जानकारी देते हुए बताया कि वुमेन सेल ने अभिनव प्रयोग करते हुए विद्यार्थियो एवं शिक्षको के बीच संवाद का कार्यक्रम रखा। वर्तमान जीवन शैली-युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय के अंतर्गत संवाद आयोजित किया गया।

प्रारंभ में महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवनशैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है। हमारी सोच का दायरा बढ़ा है, शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेट से विचार क्षमता में वृद्धि हुई है। उन्होंने कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है। क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्याएँ नहीं थी। जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन खान-पान को प्रभावित किया है। गृहविज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन-शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. मोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया। एम.ए. समाजशास्त्र की जया यादव ने युवा पीढ़ी के दायित्वों तथा गरिमा गंगवेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की।

नृत्य विभाग की प्राध्यापक डॉ. ऋचा ठाकुर ने शारीरिक अभ्यास एवं नृत्य पर रोचक जानकारी दी। डॉ. आरती गुप्ता ने योग का जीवन-शैली में प्रभाव पर विस्तार से बताया। नृत्य की छात्रा कु. शारदा, काजल एवं दीपा ने भारतनाट्यम की आधार मुद्राओं का प्रदर्शन किया जिसे सभी ने सराहा। डॉ. मीनाक्षी अग्रवाल, मधु पाण्डेय ने भी संवाद में हिस्सा लिया। छात्राओं द्वारा पूछे गये प्रश्नों का जवाब शिक्षकों ने दिया। वुमेन सेल की सुषमा यादव, लता मेश्राम, ज्योति भरणे ने भी सहयोग किया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में छात्राएँ उपस्थित थी।

वर्तमान जीवन शैली पर युवाओं से किया संवाद

गर्ल्स कॉलेज में गुरु संग गोठ का आयोजन

दुर्ग. शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में वूमेन सेल के तत्वावधान में गुरु संग गोठ का आयोजन किया गया. प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने बताया कि वूमेन सेल ने अभिनव प्रयोग करते हुए विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के बीच संवाद का कार्यक्रम रखा. वर्तमान जीवन शैली-युवा पीढ़ी की जिम्मेदारी विषय के अंतर्गत संवाद आयोजित किया गया.

प्रारंभ में महाविद्यालय के प्राचार्य ने अपने उद्बोधन में कहा कि जीवनशैली की जटिलता ने भावनाओं और दृष्टिकोण को भी जटिल बनाया है. हमारी सोच का दायरा बढ़ा है, शिक्षा, पुस्तकों, इंटरनेट से विचार क्षमता में वृद्धि हुई है. उन्होंने कहा कि अतीत में लोगों का दृष्टिकोण अधिक शांतिपूर्ण एवं सरल रहा है, क्योंकि उनके पास कोई जटिल आर्थिक, सामाजिक समस्याएं नहीं थी. जीवन शैली में बदलाव ने शिक्षा, रहन-सहन खान-पान को प्रभावित किया है.

गृहविज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने आहार एवं पोषण के जीवन-शैली में प्रभाव पर विचार रखे तो समाजशास्त्र की प्राध्यापक डॉ. सोनिया राकेश ने सामाजिक दायित्वों के प्रभाव को रेखांकित किया. एम.ए. समाजशास्त्र की जया यादव ने युवा पीढ़ी के दायित्वों तथा गरिमा गंगबेर ने शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा की. नृत्य विभाग की प्राध्यापक डॉ. ऋचा ठाकुर ने शारीरिक अभ्यास एवं नृत्य पर रोचक जानकारी दी. डॉ. आरती गुप्ता ने योग का जीवन-शैली में प्रभाव पर विस्तार से बताया. नृत्य की छात्रा कु. शारदा, काजल एवं दीपा ने भरतनाट्यम की आधार मुद्राओं का प्रदर्शन किया जिसे सभी ने सराहा. डॉ. मीनाक्षी अग्रवाल, मधु पाण्डेय ने भी संवाद में हिस्सा लिया. छात्राओं द्वारा पूछे गये प्रश्नों का जवाब शिक्षकों ने दिया. वूमेन सेल की सुषमा यादव, लता मेश्राम, ज्योति भरणे ने भी सहयोग किया. इस अवसर पर बड़ी संख्या में छात्राएं उपस्थित थी.

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम-शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com

कॉलेज कोड : 1602

अकादमिक वर्ष : 2022

समिति / विभाग : WOMEN CELL

संयोजक : DR RESHMA LAKESH

कार्यक्रम : WORLD SUICIDE PREVENTION DAY "जिंदगी ना मिलेगी दोबारा"

वक्ता : DR Sushil Chandra Tiwari
DR Alka Duggal
DR Yeshshwari Dhruw
Students - Preena Sharma, Mehak Parveen, Manisha Dhritlehre, Kaveri, Karuna, Fahima Nigami, Kubra and Sangita.

प्रतिभागी छात्र संख्या : 212 आयोजन तिथि 10 Sep 2022

कार्यक्रम का उद्देश्य : World Suicide Prevention Day is an awareness day observed on 10 Sep every year, in order to provide worldwide commitment and action to prevent suicides, with various activities around the world since 2003.

निष्कर्ष : Theme "Creating Hope Through Action"

हस्ताक्षर (समिति संयोजक)

Govt. Dr. W.W. Patankar Girls P.G. College DURG

कॉलेज सील

हस्ताक्षर एवं सील प्राचार्य
PRINCIPAL
Govt. Dr. W. W. Patankar Girls P. G. College, Durg (C.G.)

शासकीय डॉ वा वा पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ. ग.)

महिला प्रकोष्ठ की अनूठी पहल
" गुरु संग गोठ "
गुरु - छात्राओं की समसामयिक विषयों पर चर्चा का खुला मंच

" ज़िंदगी ना मिलेगी दोबारा "

(WORLD SUICIDE PREVENTION DAY)

10 September 2022@12.00
Seminar Hall

मुख्य अतिथि
डॉ . सुशील चंद्र तिवारी

विषय विशेषज्ञ
डॉ . अलका दुग्गल
डॉ . यशेश्वरी ध्रुव

संयोजक :
डॉ . रेशमा लाकेश
डॉ. सुषमा यादव
डॉ . ज्योति भरणे
डॉ . लता मेश्राम

छात्राओं को समाज के उत्थान में सक्रिय भागीदारी निभाने दिलाया संकल्प

कॉलेज में गुरु संग गोठ कार्यक्रम आयोजित

हरिभूमि न्यूज ›› दुर्ग

■ विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस पर आयोजन

छात्राओं को दिलाया गया संकल्प

हौसला बढ़ाने की जरूरत

गर्ल्स कॉलेज में गुरु संग गोठ

लगातार बढ़ रही आत्महत्या की घटनाओं के कारणों पर किया फोकस, बताए निराकरण के उपाय

दुर्ग। शासकीय डॉ.वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर एक वृहद कार्यक्रम गुरु संग गोठ- जिंदगी न मिलेगी दोबारा आयोजित किया गया। महाविद्यालय की वुमेन सेल के तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम में महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने सम्बोधित करते हुए कहा कि वर्तमान समय में आत्महत्या की घटनायें लगातार बढ़ रही है। किशोर एवं युवा वर्ग इन घटनाओं में ज्यादा प्रभावित हो रहा है। पारिवारिक समस्या, प्रेम-प्रसंग में असफलता, बेरोजगारी, नशे की लत एवं मानसिक तनाव आत्महत्या का प्रमुख कारण देखा गया है। उन्होंने कहा कि परेशानी दबाकर या छिपाकर न रखें, इसे परिवार या दोस्तों के साथ साझा करें। परिवार के सदस्यों और दोस्तों का भी नैतिक दायित्व है कि वे निराकरण का प्रयास करें तथा मदद करें।

कार्यक्रम का संचालन करते हुए डॉ. रेशमा लाकेश ने विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से आशा का संचार कैसे किया जाए, इस पर मार्गगर्भित उद्बोधन दिया। महाविद्यालय के वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. अल्का दुग्गल ने आत्महत्या के कारणों पर प्रकाश डालते हुए उसके समाधान के विभिन्न पहलुओं पर प्रकाश डाला। उन्होंने मनोविकार की चर्चा करते हुए कहा कि बहुत सी शारीरिक बीमारियां मानसिक तनाव के कारण ही होती है।

हिन्दी विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. यशेश्वरी ध्रुव ने कहा कि अवसाद के ग्रस्त युवा पीढ़ी को हिम्मत और हौसला बढ़ाने की जरूरत है और हम सबका यह सम्मिलित प्रयास होना चाहिये कि हम अवसाद ग्रस्त की समस्या को समझें और उसके निराकरण के दिशा में अपना महत्वपूर्ण योगदान दें। यूथ रेडक्रॉस की छात्राएं कु. कावेरी, कु. मेहक परवीन, मनीषा धृतलहरे, करूणा, फातिमा निजामी, प्रेरणा शर्मा, लुभना, संगीता आदि ने अपने विचार रखें। प्राचार्य ने सभी छात्राओं को संकल्प दिलाया कि वे समाज के उत्थान में अपनी सक्रिय भागीदारी देंगी और ऐसा कोई भी कार्य नहीं करेंगी जो परिवार और महाविद्यालय के हित में न हो। कार्यक्रम में प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया। आभार प्रदर्शन डॉ. सुषमा यादव ने किया।

आत्महत्या रोकने के लिये गतिविधियों के माध्यम से आशा का संचार जरूरी

■ महिला महाविद्यालय में गुरु संग गोठ आयोजित

आत्महत्या रोकने के लिये ...

ने भी अपने विचार रखें। कु. कावेरी, कु. मेहक परवीन, मनीषा धृतलहरे, करूणा, फातिमा निजामी, प्रेरणा शर्मा, लुभना, संगीता आदि ने अपने विचार रखें।प्राचार्य ने सभी छात्राओं को संकल्प दिलाया कि वे समाज के उत्थान में अपनी सक्रिय भागीदारी देंगी और ऐसा कोई भी कार्य नहीं करेंगी जो परिवार और महाविद्यालय के हित में ना हो। कार्यक्रम में प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया। आभार प्रदर्शन डॉ. सुषमा यादव ने किया।

पाटणकर गर्ल्स कॉलेज में गुरू संग गोठ का आयोजन

Sep 10, 2022

दुर्ग। शासकीय डॉ.वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर एक वृहद् कार्यक्रम गुरु संग गोठ-जिंदगी न मिलेगी दोबारा आयोजित किया गया। महाविद्यालय की वुमेनसेल के तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम में महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि वर्तमान समय मेंआत्महत्या की घटनायें लगातार बढ रही हैं। किशोर एवं युवा इन घटनाओं में ज्यादा प्रभावित हो रहे है।

उन्होंने कहा कि पारिवारिक समस्या, प्रेम-प्रसंग में असफलता, बेरोजगारी, नशे की लत एवं मानसिक तनाव आत्महत्या का प्रमुख कारण है। उन्होंने कहा कि परेशानी दबाकर या छिपाकर न रखें इसे परिवार या दोस्तों के साथ साझा करें। परिवार के सदस्यों और दोस्तों का भी नैतिक दायित्व है कि वे निराकरण का प्रयास करें तथा मदद करें।

कार्यक्रम का संचालन करते हुए डॉ. रेशमा लाकेश ने विभिन्न गतिविधियों के माध्यम सेआशा का संचार कैसे किया जाये इस पर सारगर्भित उद्बोधन दिया।

महाविद्यालय के वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. अल्का दुग्गल ने आत्महत्या के कारणों पर प्रकाश डालते हुए उसके समाधान के विभिन्न पहलुओं पर प्रकाश डाला। उन्होंने मनोविकार की चर्चा करते हुए कहा कि बहुत सी शारीरिक बीमारियाँ मानसिक तनाव के कारण ही होती है।

हिन्दी विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. यशेश्वरी ध्रुव ने कहा कि अवसाद के ग्रस्त युवा पीढ़ी को हिम्मत और हौसला बढाने की जरूरत है और हम सबका यह सम्मिलित प्रयास होना चाहिये कि हम अवसादग्रस्त की समस्या को समझें और उसके निराकरण के दिशा में अपना महत्वपूर्ण योगदान दें।

कार्यक्रम में यूथरेडक्रॉस की छात्राओं ने भी अपने विचार रखे जिसमें कावेरी, मेहक परवीन, मनीषा धृतलहरे, करुणा, फातिमा निजामी, प्रेरणा शर्मा, लुभना, संगीता आदि शामिल थे। प्राचार्य ने सभी छात्राओं को संकल्प दिलाया कि वे समाज के उत्थान में अपनी सक्रिय भागीदारी देंगी और ऐसा कोई भी कार्य नहीं करेंगी जो परिवार और महाविद्यालय के हित में ना हो। कार्यक्रम में प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया। आभार प्रदर्शनडॉ. सुषमा यादव ने किया।

Woman Cell

Woman Cell

Govt. Dr. W. W. Patankar Girls' P.G. College, Durg, (C.G.)

"GURU SANG GOUTH"

(TEACHER STUDENT INTERACTION)

CERTIFICATE

This is to certify that **Dr. ALKA DUGGAL** from Govt. Dr. W. W. Patankar Girls' P.G. College, Durg, (C.G.) expressed view on "जिंदगी ना मिलेगी दोबारा, **WORLD SUICIDE PREVENTION DAY"** as Expert, in interaction program, organized by "WOMEN CELL" on 10.09.2022.

DR. RESHMA LAKESH
CONVENER

DR. SUSHIL CHANDRA TIWARI
PRINCIPAL

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम-शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2223773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम ....

विषय :- जिंदगी ला जितेबो दोबारा
विशेषज्ञ :- World Suicide Prevention Day
संस्था :- .... दिनांक :- 10 Sep 22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
1.	Kiran Verma	Kiran	32.	khileshwari Thakur	K.Thakur
2.	Harshita	Harshita	33	Anju	Anju
3.	Huneshwari Sahu.	Huneshwari	34	Kanika kanojiya	Kaju.
4	Tikeshwari Sahu	Tikeshwari	35.	Prerana	Prerana
5	Tanu Nirmalkar	T.Nirmalkar	36.	Sandhya	Sandhya
6	Nikita Bharti	N.Bharti	37.	Indrani	Indrani
7.	Jharna Baghel	Baghel	38.	Minakshi	Minakshi
8.	Santoshee Yadav.	संतोषी	39.	Nisha	Nisha
9.	Madhu Chauhan	Madhu	40.	Janki	Patel
10	Alfiya Siddiqui	Alfiya	41	Salim Shekh	Salim
11	Aarti Nirmalkar	Aarti	42	Pooja Raut	Pooja
12	Megha Badole	Megha	43	Bhumika	Bhumi
13.	Soumya Dadsena	Soumya	44	Rekha	Rekha
14.	Chanchal Chandrakar	Chanchal	45	Divya Nirmalkar	Divya
15.	Aakansha Sahu	Akanksha	46	Aruna Dhruw	Aruna
16.	chetna Usendi	chetna	47	monika mandavi	mmandavi
17.	Karuna Markam	Karuna	48	Chanchal Sahu	Chanchal
18.	Pratima	Pratima	49	Nikita	Nathekar
19	DIVYA	Divya	50	Tarini	Tarini Sahu
20	Harsha	Sahu	51	Yamini	Y.Thakur
21	Aditi yadav	A.yadav.	52	Yachana Tamrakar	Yachika
22	Sakshi Sahu	Sakshi	53	Umeshwari chandrakar	Umeshwari
23	Damini Tandon	Damini	54	Neha Sinha	N.Sinha
24	Laxmi Misheed	Laxmi	55	Nikita Gupta	Gupta
25	Manya Tiwari	[illegible]	56	Nidhi Hirwani	Nidhi
26	Nilam sahu	Nilam	57	Meenakshi thakur	Meenakshithakur
27.	Bhumika R. Mandavi	Bhumika	58	Likeshwari	Likesh
29.	Samriddhi Thakur	S.Thakur	60	Paramjeet Kaur	Paramjeet
30.	Mansi Netam	Mansi	61	khileshwari	khileshwari
31	Neelima Pisda	[illegible]	62	Ekta Koumary	Ekta

[illegible signature]

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.व.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम - शासकीय कन्या महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम ...... Women Cell

विषय :- " जिंदगी को मिलेगी दोबारा " Day
world suicide Prevention

विशेषज्ञ :-

संस्था :- .... दिनांक :- 10 sep 2022

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
63	कुमुद सोनी	कुमुदसोनी	93	Payal Jureshiya	Payal
64	साधना कौसमा	साधना	94	स्मिता धुतलहरे	Smita
65	माया साहू	Maya	95	शिवदर्शी	Shivdarshi
66	शान्ति पोयाम	Shanti	96	डिम्पल शोरवा	Dimpal
67	साक्षी चंदेल	Sakshi	97	मेघा बघेल	Megha Baghel
68	दीपिका नेताम	Deepika	98	रश्मि साहू	Rashmi Sahu
69	हितेश्वरी साहू	हितेश्वरी	99	Khushbu Kosare	Khushbu
70	दिनेश्वरी	Dineshwari	100	Neha sahu	Neha sahu
71	अंजली चन्द्राकर	An	101	Prerana Sharma	Prerana
72	रूबी देशमुख	Ruki	102	Namrata Banjare	N.Banjare
73	भारती साहू	Bharti	103	Anshu Ghoritkhore	Anshu
74	मानसी प्रसाद	Mansi	104	Neeta Yadav	Neeta
75	अनामिका सिंह	Aneegh	105	Minakshi	Minakshi
76	उर्मिला यादव	Urmila Yadav	106	Nisha	Nisha
77	चंचल साहू	Chanchal	107	Neha Verma	Neha Verma
78	हनिशा नेताम	H.Netam	108	Sandhya Nishad	Sandhya Nishad
79	भगवती सोनकर	Bhagwati	109	Indrani Dhruv	Indra
80	संगीता सिंह	Sangeeta	110	Shweta Verma	श्वेता वर्मा
81	डॉली साहू	Dolly	111	Kusum Deshmukh	Kusum
82	शिवानी	Shivani	112	Pratima Vishwakarma	प्रतिमा
83	किरण निर्मलकर	Kiran Nirmalkar	113	Yukti Sahu	Yukti
84	लीना साहू	Leena	114	Bhoomi Sahu	Bhoomi
85	यीशा देवांगन	Yeesha.	115	Leena Chandrakar	लीना चन्द्राकर
86	पायशी यादव	Payashi Yadav.	116	वाणी टण्डन	Vani
87	भाग्यश्वरी सिन्हा	B.sinha	117	Aastha Verma	Aastha
88	Yukti Deshmukh	Y Yukti	118	Anchal JOSHI	Anchal
89	Priya Rajput	Priya.	119	Nargis	Nargis
90	लक्ष्मी साहू	Laxmi	120	Pallavi Sinha	Pallavi Sinha
91	Geetanjali	Geetanjali	121	Jyoti Komre	Jyoti
92	चंचल	Chanchal	122	चंचल मोनिका	Monika

Pratima

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.व.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2223773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम WOMEN CELL

विषय :- [illegible]
विशेषज्ञ :- World Suicide Prevention Day
संस्था :- दिनांक :- 10 SEP 22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
123	Fatima Nizami	Fatima	153	Krishni Dehare	कृष्णी डेहरे
124	Lubnasman Khan	Lubna.	154	Vartika Masih	वर्तिका मसीह
125	Sweta Ekka	Sweta	155	Shabana Ansari	शबाना अंसारी
126	Arsuma A Kimdo	A Kimdo	156	Tikeshwari Sahu	टिकेश्वरी साहू
127	Pramila Madvi	Pramila	157	Eshq sahu	ईशा साहू
128	Deepika Baghel	Baghel.	158	Devyani Sahu	Devyani sahu
129	Jagriti Raut	Jagriti	159	Sanjana Meshram	[illegible]
130	chandramukhi Nirmalkar	chandramukhi	160	Minakshi Thakur	M Thakur
131	kalyani Nirmalkar	kalyani	161	Devika Dewankan	Devika
132	Monika Alendra	Monika	162	Salina Shekh	Salina
133	Dheema Netam	Dheema	163	Madhu Banjare	Madhu
134	Dhaleshwari Nayak	Dhaleshwari	164	Mansi Singh	Mansi
135	Tanu Mahilang	Tanu	165	Mamta Joshi	mamta
136	Prachi Ray	Prachi	166	Rupali Gayakwad.	Rupali
137	Reena Kaude	Reena	167	Payal Diwan	Payal
138	VEENA YADAV	Veena Yadav.	168	Suman Sahu	Suman
139	Ritika Yadav	Ritika	169	Anushka Ramteke	Anushka
140	Simran Thakur	Simran Thakur	170	Shakshi Verma	Shakshi
141	Isha Madhukar	Isha Madhukar	171	Purnima Yadav	Purnima
142	Ishwarya Madhukar	ऐश्वर्या मधुकर	172	Narayani Devdas.	Narayani
143	Shreja Deshmukh	shreja	173	Leena banjare	Leena
144	Manorama Sahu	Manorama	174	Renuka yadav	Renu
145	Pooja Gadpayle	Pooja Gadpayle	175	Varsha Sahu.	Sahu
146	Tara Dewangan	Tara Dewangan	176	Manisha Yadav	Manisha
147	Nandini Dewangan.	Dewangan	177	Prachi Soni	Prachi Soni
148	kaveri kumbhkar	Kaveri	178	Ishwari	Ishwari
149	Megha Gajpal	Megha	179	Varsha Bhandekar	Varsha
150	Maushmi Thakur	Maushmi	180	Vasundhara yadav	Vasundhara.
151	Sarita Patel	Sarita Patel	181	Tabassum	Tabassum
152	Himani Yadav	Himani Yadav	182	Himani	Himani

[signature]

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.व.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम- शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2223773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

विभाग का नाम ...... WOMEN CELL

विषय :- "जिंदगी ना मिलेगी दोबारा"

विशेषज्ञ :- World Suicide Prevention Day

संस्था :- ...... दिनांक :- 10 SEP 22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
183	अंबालका कौशिक	anchha	213	किंजल पवार	Kinjal
184	चित्ररेखा साहू	Chitrarekhasahu	214	वर्षारानी	Varsharani
185	पल्लवी नागवंशी	Pallavi Nagvanshi	215	मोनिका	Monika
186	वंदना गुप्ता	VANDANA	216	अंबिका	AMBIKA
187	संतोषी कश्यप	Santoshi	217	युगेश्वरी साहू	Yugeshwari
188	विनिता बघेल	Vinita	218	शीतल साहू	शीतल साहू
189	वर्षा सोनी	वर्षा सोनी	219	खुशबू साहू	खुशबू साहू
190	संजना पटेल	Sanjana.	220	डी. उषा तारणी	डी. उषा तारणी
191	पूजा सोनी	Pooja	221	प्रीति ठाकुर	Preeti Thakur
192	मीनाक्षी गुप्ता	Mgupta	222	ज्योति ब्रह्मचारी	Jyoti
193	हर्षा देशमुख	Harsha.	223	अंजली यादव	Anjali Yadav
194	पायल मरकाम	Pm.	224	Khushi sahu	Khushi
195	दिव्या चंदन	Divya	225	संगीता	Sangeeta
196	चन्द्रकला सिन्हा	Ch	226	धनेश्वरी यादव	Dhaneshwari
197	डकेश्वरी ठाकुर	Thakur	227	Mehvish parveen	Mehvish
198	Mahek Parveen	mahek	228	रेणुका साहू	Renuka Sahu
199	करुणा मारकण्डे	Karuna	229	शिवानी धीवर	Shivani
200	Manisha Ghritlahre	Manisha	230	रेहन साहू	Rehan
201	Gunja Sahu	Gunja	231	Vanee	Vanee
202	Dhaneshwari	Dhaneshwari sahu	232	Sadhana	Sadhana
203	Kavita thakur	Kavita	233	Pavitra	Pavitra
204	डाली देवदास	Dali	234	पायल रेन	पायल रेन
205	विशाखा आर्य	Vishakha Arya	235	साधना गुप्ता	Sadhna Gupta
206	ईशा सिंह	Esha	236	Sheetal Thakur	Sheetal
207	सिमरन एक्का	Simran Ekka	237	Ranjana Nayak	Ranjana
208	ओमदेवी सोनवानी	omdevi	238	Tushma Netam	[illegible]
209	श्वेता साहू	Sweta	239	Yanuka Gawde	Yanuka
210	सुषमा साहू	Sushama	240	Khileshwari	Khileshwari
211	लिशा यादव	Jisha	241	Damini Sahu	Damini Sahu
212	इन्दु साहू	Indusahu	242	laxmi sahu	laxmi

[signature]

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)

पूर्व नाम शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788 [illegible]

Email: [illegible] Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com

कॉलेज कोड : 1602

अकादमिक वर्ष : 2022

समिति / विभाग : Youth Red Cross

संयोजक : DR Reshma Lakesh

कार्यक्रम : World Mental Health Day

वक्ता : DR Sushil Chandra Tiwari Principal
DR Alka Duggal

Nutan Neelam, Nishat Parveen, Pramila, Shilpi, Sangita Nikita.

प्रतिभागी छात्र संख्या : 60 आयोजन तिथि 10 OCTOBER 22

कार्यक्रम का उद्देश्य : Early detection is the key to address mental illness. delay may prove fatal

निष्कर्ष : Signs of mental illness are often ignored which aggravate the condition.
Theme: "making mental health and well being for all a global priority".

हस्ताक्षर
(समिति संयोजक)

कॉलेज सील
Govt. Dr. W.W. Patankar Girls P.G. College DURG

हस्ताक्षर एवं सील
PRINCIPAL
प्राचार्य
Govt. Dr. W. W. Patankar
Girls P. G. College, Durg (C.G.)

GOVT. DR. W. W. PATANKAR GIRLS' PG COLLEGE DURG C.G.

YOUTH RED CROSS

VOLUNTEER INTERACTION

On

" ROLE OF YOUNGSTERS IN MENTAL HEALTH AWARENESS "

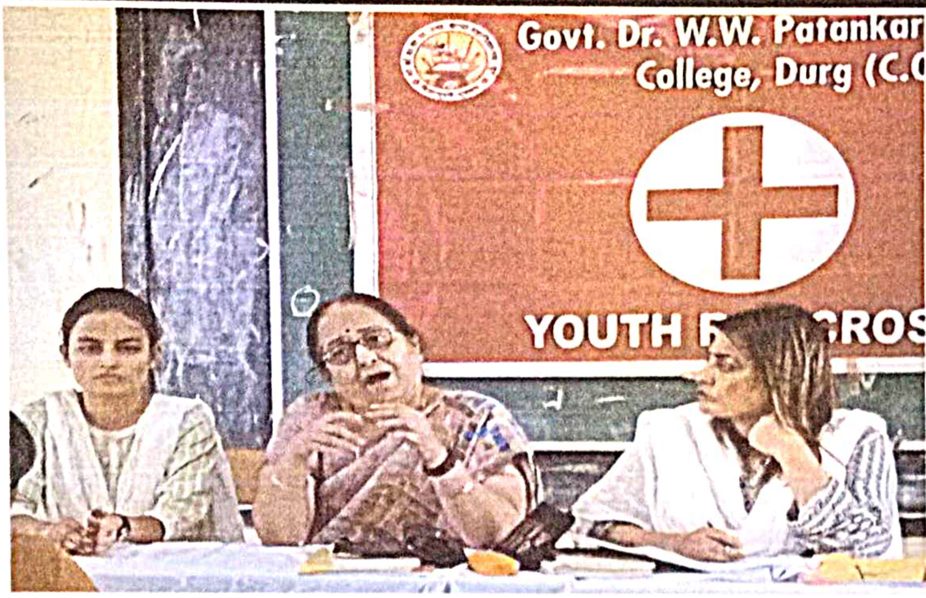
10 October 2022

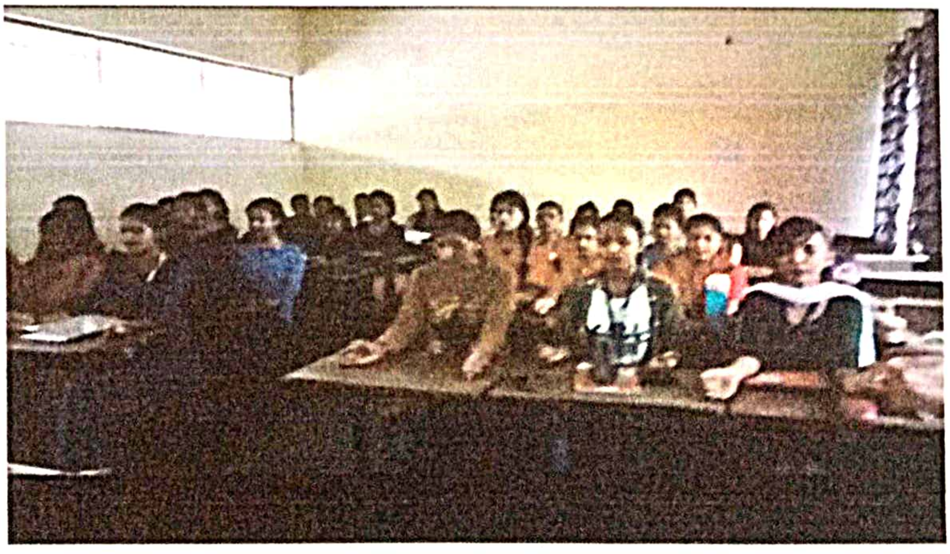
Expert

Dr ALKA DUGGAL

Convener
DR RESHMA LAKESH

WORLD MENTAL HEALTH DAY





10X22

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website:
WWW.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक 10.10.2022

प्रेस विज्ञप्ति

/विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस/

World Mental Health Day

वर्तमान जीवन शैली के अनेक दुष्पपरिणामों में से मानसिक रोग वह अस्वस्थ्ता है, जिसके बारे में अधिकतर लोग अंजान है। लोगों को या तो पता ही नहीं होता या वो ये मानने को ही तैयार नहीं होते की उन्हें किसी प्रकार का मानसिक रोग है और उन्हें इसके लिए किसी विशेषज्ञ की आवश्यकता है।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ0 सुशील चन्द्र तिवारी ने अपने उद्बोधन में कहा कि मानसिक स्वास्थ्य के प्रति संवेदनशील और जागरूक किये जाने के उद्देश्य से इस दिवस का आयोजन किया जाता है। स्वस्थ शरीर के साथ स्वस्थ मन का होना आवश्यक है, तभी हम अपने जीवन लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। गृहविज्ञान की सहायक प्राध्यापक डॉ0 अल्का दुग्गल ने कहा कि महिलाओं में अधिकतर मानसिक रोग होते हैं परंतु वो इस ओर ध्यान नहीं देती है जिसका मुख्य कारण उनके अंदर डर और भय का होना होता है। इसलिए ये आवश्यक है कि इन मानसिक रोगों के लक्षणों के बारे में जानकारी होनी चाहिए।

डॉ0 रेश्मा लाकेश, सहायक प्राध्यापक, गृहविज्ञान ने बताया कि इस वर्ष की थीम "एक असामन दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य" पर आधारित है। मानसिक स्वास्थ्य के प्रति लोगों को जागरूक करने में युवाओं की भूमिका महत्वपूर्ण है, रेडक्रास वालेंटिसर्य इस हेतु हमेशा सजग हैं।

महाविद्यालय की छात्राओं ने भी अपने विचार रखें जिसमें नूतन नेताम, परमेश्वरी, कविता साहू, अम्बिका, शिल्पी शर्मा, उमेश्वरी, मनीषा, महक, संगीता सिंह, निकिता। इस अवसर पर छात्राओं ने 'ओम' का उच्चारण करने की प्रक्रिया का अभ्यास किया। कार्यक्रम का संचालन तब्बसुम ने किया।

समाचार के रूप में प्रकाशन हेतु निवेदित।

(डॉ0 एस0 सी0 तिवारी)
प्राचार्य
शास0 डॉ0 वा0 पाटणकर कन्या
स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ0ग0)

Sunday Campus
Health & Education Together Build a Nation

EDUCATION

गर्ल्स कालेज में मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर परिचर्चा का आयोजन

Oct 12, 2022

दुर्ग. वर्तमान जीवन शैली के अनेक दुष्परिणामों में से एक मानसिक रोग भी है. मानसिक अस्वस्थ्ता के बारे में अधिकतर लोग अंजान है. लोगों को या तो पता ही नहीं होता या वो ये मानने को ही तैयार नहीं होते की उन्हें किसी प्रकार का मानसिक रोग है और उन्हें इसके लिए किसी विशेषज्ञ की आवश्यकता है. समय पर हस्तक्षेप कर मानसिक व्याधियों को नियंत्रण में रखा जा सकता है जिससे जीवन की गुणवत्ता बनी रहती है. डॉ वावा पाटणकर कन्या महाविद्यालय में आयोजित मानसिक स्वास्थ्य दिवस परिचर्चा में इसी बात पर मंथन किया गया.

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य के प्रति संवेदनशील और जागरूक किये जाने के उद्देश्य से इस दिवस का आयोजन किया जाता है. स्वस्थ शरीर के साथ स्वस्थ मन का होना आवश्यक है, तभी हम अपने जीवन लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं. गृहविज्ञान की सहायक प्राध्यापक डाॅ अल्का दुग्गल ने कहा कि महिलाओं में अधिकतर मानसिक रोग होते हैं परंतु वो इस ओर ध्यान नही देती है जिसका मुख्य कारण उनके अंदर डर और भय का होना होता है. इसलिए ये आवश्यक है कि इन मानसिक रोगों के लक्षणों के बारे में जानकारी होनी चाहिए.

डाॅ रेश्मा लाकेश, सहायक प्राध्यापक, गृहविज्ञान ने बताया कि इस वर्ष की थीम 'एक असामन दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य' पर आधारित है. मानसिक स्वास्थ्य के प्रति लोगों को जागरूक करने में युवाओं की

अधिकतर मानसिक रोग होते है॰ परंतु वो इस ओर ध्यान नहीं देती है जिसका मुख्य कारण उनके अंदर डर और भय का होना होता है. इसलिए ये आवश्यक है कि इन मानसिक रोगों के लक्षणों के बारे में जानकारी होनी चाहिए.

डाॅ रेश्मा लाकेश, सहायक प्राध्यापक, गृहविज्ञान ने बताया कि इस वर्ष की थीम 'एक असामन दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य' पर आधारित है. मानसिक स्वास्थ्य के प्रति लोगों को जागरूक करने में युवाओं की
भूमिका महत्वपूर्ण है, रेडक्रास वालेंटियर्स इस हेतु हमेशा सजग हैं.

महाविद्यालय की छात्राओं ने भी अपने विचार रखें जिसमें नूतन नेताम, परमेश्वरी, कविता साहू, अम्बिका, शिल्पी शर्मा, उमेश्वरी, मनीषा, महक, संगीता सिंह, निकिता. इस अवसर पर छात्राओं ने 'ओम' का उच्चारण करने की प्रक्रिया का अभ्यास किया. कार्यक्रम का संचालन तव्वसुम ने किया.

गर्ल्स कॉलेज में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर आयोजन

नवभारत रिपोर्टर । दुर्ग ।

वर्तमान जीवन शैली के अनेक दुष्परिणामों में से मानसिक रोग वह अस्वस्थता है, जिसके बारे में अधिकतर लोग अंजान है। उन्हें इसके लिए किसी विशेषज्ञ की आवश्यकता है।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य के प्रति संवेदनशील और जागरूक किये जाने के उद्देश्य से इस दिवस का आयोजन किया जाता है। स्वस्थ शरीर के साथ स्वस्थ मन का होना आवश्यक है, तभी हम अपने जीवन लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। गृहविज्ञान की सहायक प्राध्यापक डॉ. अल्का दुग्गल ने कहा कि महिलाओं में अधिकतर मानसिक रोग होते हैं परंतु वो इस ओर ध्यान नहीं देती है जिसका मुख्य कारण उनके अंदर डर और भय का होना होता है। इसलिए ये आवश्यक है कि इन मानसिक रोगों के लक्षणों के बारे में जानकारी होनी चाहिए। डॉ. रेश्मा लाकेश सहायक प्राध्यापक ने बताया कि इस वर्ष की थीम एक असमान दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य पर आधारित है। मानसिक स्वास्थ्य के प्रति लोगों को जागरूक करने में युवाओं की भूमिका महत्वपूर्ण है, रेडक्रास वालेंटिसर्य इस हेतु हमेशा सजग हैं।

महाविद्यालय की छात्राएं नूतन नेताम, परमेश्वरी, कविता साहू, अम्बिका, शिल्पी शर्मा, उमेश्वरी, मनीषा, महक, संगीता सिंह, निकिता ने भी अपने विचार रखें। इस अवसर पर छात्राओं ने ओम का उच्चारण करने की प्रक्रिया का अभ्यास किया। कार्यक्रम का संचालन तब्बसुम ने किया।

हेमचंद यादव विवि में सहायक कुलसचिव दिग्विजय ने कार्यभार संभाला

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

World Mental Health Day कार्यक्रम उपस्थिति दिनांक : 10 x 22

क्र.	नाम	हस्ताक्षर	क्र.	नाम	हस्ताक्षर
1	डोमेश्वरी	डोमेश्वरी	31	Nikonika	Nikonika
2	मोनिका	Monika	32	Deepika SAHU	Deepika SAHU
3	डालिमा	डालिमा	33	Khemlata Sahu	Khemlata
4)	डुलिया	डुलिया	34	Savita Deshmukh	[illegible]
5)	जागृति साहू	[illegible]	35	Triptee sahu	Triptee
6)	पायल साहू	Payal.	36	Bharti yadav	Bharti yadav
7	अमरीका	Amrika	37	Mangra	Mangra
8	देवकी	Devki	38	Khushbu Jala	Khushbu
9	लीशा नागर	लीशा नागर	39	mamta	mamta
10	जया सोरी	जया सोरी	40	Nikita Lakra	Nikita
11	बसंती यादव	Basanti Yadav.	41	प्राची यादव	प्राची यादव
12	मीना ध्रुव	Meena Dhruw	42	Harshita Sahu	Harshita
13	मेनका	मेनका	43	फुलेश्वरी	फुलेश्वरी
14	Priyanka	Pinka	44	नंदिनी	नंदिनी
15	Barkha Rani	Barkha	45	लकेश्वरी साहू	लकेश्वरी
16	Namrata	Naarti	46	मोनिका	M.yadu
17	Nomin	Nomin	47	Kavita Bagh	Kavita
18	दीप्ती निषाद	दीप्ती निषाद	48	MANPREET KAUR	[illegible]
19	ज्योति साहू	ज्योति साहू	49	Payal Thakur	Payal Thakur
20	खेमलता कंवार	खेमलता कंवार	50	Kajal Deshmukh	Kajal Deshmukh
21	चन्द्रिका साहू	Same	51	Kajal Dhruva	K.Dhruva
22	नीलम सेन	Neelam sen	52	CHANCHAL Netam	Chanchal
23	दिव्या साहू	D.Sahu	53	Neha Sinha	N.Sinha
24)	दुर्गेश्वरी	दुर्गेश्वरी	54	अनीता	अनीता
25	पूनम	Poonam	55	गंगोत्री ध्रुव	गंगोत्री
26	प्राची साहू	[illegible]	56	Kiran Nishad	Kiran
27	Aarti	Aarti	57	Deepa Meshram	Deepa
28	Laxmi Sahu	Laxmi Sahu	58	Neeta yadav	Neeta
29	Aayushi Tiwari	Aayushi Tiwari	59	भाग्यश्री	भाग्यश्री
30	Daleshwari	Daleshwari	60	चंचल देवांगन	C.Devangan

10.10.22

14.7.18

"काउंसलिंग सेंटर प्रारंभ"

शासकीय डॉ. वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग में स्वास्थ्य विभाग छत्तीसगढ़ शासन के द्वारा राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत काउंसलिंग सेंटर स्थापित किया गया है। जिसका उद्घाटन आज प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी द्वारा किया गया। सेंटर में छात्राओं को मानसिक स्वास्थ्य संबंधी सेवायें उपलब्ध रहेंगी। इसके लिये विशेष रूप से महाविद्यालय की सहायक प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश एवं सुश्री रिमशा लाकेश को प्रशिक्षण विभाग द्वारा दिया गया है। इस कार्यक्रम के अंतर्गत प्रत्येक माह में एक बार विशेषज्ञ चिकित्सक द्वारा छात्राओं की मानसिक संबंधी समस्याओं का निवारण किया जायेगा एवं समय–समय पर विशेष कार्यशाला, सेमीनार और मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित होगें।

अपने उद्बोधन में प्राचार्य डॉ. तिवारी ने काउंसलिंग की महत्ता पर प्रकाश डाला। उन्होनें बताया कि छात्र–छात्राएँ शिक्षा एवं कैरियर को लेकर अत्यंत तनाव में रहते है। उन्हें शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक स्वास्थ्य संबंधित समस्याओं के लिये उचित मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है। यह केन्द्र छात्राओं को स्वास्थ्य संबंधी जानकारियाँ उपलब्ध करायेगा।

इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक डॉ. यशेश्वरी ध्रुव, डॉ. मुक्ता बाखला, डॉ. निसरीन हुसैन, डॉ. साधना पारेख, डॉ. ज्योति भरणे, डॉ. योगेन्द्र त्रिपाठी एवं काउंसलिंग सेंटर की संचालक डॉ. रेशमा लाकेश एवं रिमशा लाकेश एवं यूथ रेडक्रॉस की छात्रायें उपस्थित थे।

PRINCIPAL
Govt Dr WW. Patankar
Girl's PG. College, Durg (C.G.)

पत्रिका PLUS
भिलाई, शनिवार, 14.07.2018
PATRIKA.C

गर्ल्स कॉलेज दुर्ग

कॉलेज में खुला काउंसलिंग सेंटर

पत्रिका PLUS रिपोर्टर

भिलाई • शासकीय कन्या महाविद्यालय, दुर्ग में स्वास्थ्य विभाग छत्तीसगढ़ शासन के द्वारा राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत काउंसलिंग सेंटर स्थापित किया गया है। इसका उद्घाटन शुक्रवार को प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने किया। सेंटर में अब छात्राओं को मानसिक स्वास्थ्य संबंधी सेवाएं मिलेंगी। इसके लिए विशेष रूप से महाविद्यालय की सहायक प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश एवं रिमशा लाकेश को विभाग द्वारा प्रशिक्षण दिया गया है। इस कार्यक्रम के तहत प्रत्येक माह में एक बार विशेषज्ञ चिकित्सक द्वारा छात्राओं की मानसिक संबंधी समस्याओं का निवारण किया जाएगा एवं समय-समय पर विशेष कार्यशाला, सेमीनार और मार्गदर्शन कार्यक्रम कराया जाएगा।

टीचर्स को प्रशिक्षण मिला

प्राचार्य डॉ. तिवारी ने काउंसलिंग की महत्ता पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि विद्यार्थी शिक्षा एवं कैरियर को लेकर अत्यंत तनाव में रहते है। उन्हें शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक स्वास्थ्य संबंधित समस्याओं के लिए उचित मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है। यह केन्द्र छात्राओं को स्वास्थ्य संबंधी जानकारियां उपलब्ध कराएगा। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक डॉ. यशेश्वरी ध्रुव, डॉ. मुक्ता बाखला, डॉ. निसरीन हुसैन, डॉ. साधना पारेख, डॉ. ज्योति भरणे, डॉ. योगेन्द्र त्रिपाठी एवं काउंसलिंग सेंटर की संचालक डॉ. रेशमा लाकेश एवं रिमशा लाकेश एवं यूथ रेडक्रॉस की छात्राएं मौजूद रही।

गर्ल्स कॉलेज में छात्राओं को बताएंगे मानसिक तनाव से कैसे रहें दूर

कॉलेज में काउंसिलिंग सेंटर का किया गया उद्घाटन, स्टूडेंट्स का डिप्रेशन से बाहर निकालने में की जाएगी मदद, छात्राओं की अन्य किसी समस्या का भी होगा निराकरण

एजुकेशन रिपोर्टर | भिलाई

कॉलेज की छात्राओं को मानसिक तनाव और डिप्रेशन से दूर रखने गर्ल्स कॉलेज दुर्ग में काउंसिलिंग सेंटर बनाया गया है। यहां कॉलेज की सभी छात्राओं को मुफ्त चेकअप और सलाह दी जाएगी। ताकि छात्राओं को पढ़ाई में ध्यान केंद्रित करने में आसानी हो।

कॉलेज के स्टूडेंट्स अक्सर मानसिक तनाव और डिप्रेशन में जाकर गलत निर्णय ले लेते हैं। उन्हें सही दिशा दिखाने के लिए स्वास्थ्य विभाग द्वारा गर्ल्स कॉलेज दुर्ग में काउंसिलिंग सेंटर स्थापित किया गया है। इसमें कॉलेज की सहायक प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश और रिमशा लाकेश काउंसिलिंग करेंगी। सेंटर का उद्घाटन कॉलेज के प्राचार्य डॉ. सुशील चंद्र तिवारी ने किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक डॉ. यशेश्वरी ध्रुव, डॉ. मुक्ता बाखला, डॉ. निसरीन हुसैन, डॉ. साधना पारेख, डॉ. ज्योति भरणे, डॉ. योगेन्द्र त्रिपाठी उपस्थित थे।

कॉलेज में बने सेंटर पर छात्राओं की स्वास्थ्य की जांच की गई।

विभाग ने कॉलेज के प्रोफेसर को दी है ट्रेनिंग

काउंसिलिंग सेंटर में छात्राओं को किस तरह से ट्रीट करना है और कैसे उनका मनोबल बढ़ाना है इसके लिए विभाग द्वारा काउंसिलिंग करने वाले प्रोफेसरों को सात दिनों की ट्रेनिंग दी गई है।

स्टूडेंट्स को हेल्थ संबंधी जानकारी भी दी जाएगी

कॉलेज में एक सेंटर पहले से हो रहा है संचालित

कॉलेज के प्राचार्य डॉ. तिवारी ने बताया कॉलेज में पहले से ही एक काउंसिलिंग सेंटर को स्थापित किया गया है, जहां कॉलेज की छात्राओं को विषय चयन से लेकर उसको पढ़ने और करियर को लेकर मार्गदर्शन दिया जाता है। वहीं एग्जाम में अच्छे अंक लाने के लिए भी सेमिनार आयोजित किए जाते हैं।

जिला अस्पताल के डॉक्टर देंगे अपनी सेवाएं

स्वास्थ्य विभाग द्वारा कॉलेज में खोले गए सेंटर में महीने में एक बार जिला अस्पताल के डॉक्टर या एक्सपर्ट डॉक्टर कॉलेज में अपनी सेवाएं देने पहुंचेंगे। यहां डॉक्टर छात्राओं की मानसिक संबंधी समस्याओं का निवारण करेंगे। स्टूडेंट्स को हेल्थ संबंधी जानकारी दी जाएगी।

छात्राओं की समस्याओं का किया जाएगा निराकरण

छात्र-छात्राएं शिक्षा एवं करियर को लेकर अत्यंत तनाव में रहते हैं। उन्हें शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक स्वास्थ्य संबंधित समस्याओं के लिये उचित मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है। केन्द्र पर स्वास्थ्य के साथ ही छात्राएं अपनी किसी भी तरह की समस्याओं को बता सकती हैं। **डॉ. सुशील चंद्र तिवारी,** प्राचार्य, गर्ल्स कॉलेज, दुर्ग

रिपोर्ट

संचानालय स्वास्थ सेवायें रायपुर छत्तीसगढ़, द्वारा राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम अंतर्गत विश्वविद्यालय/महाविद्यालय में काउंसलिंग युनिट/सेंटर स्थापित करने हेतु शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.) दुर्ग की डॉ. रेश्मा लाकेश एवं कुमारी रिमशा लाकेश ने दिनांक 11.01.2018 से 13.01.2018 तक प्रशिक्षण प्राप्त किया।

PRINCIPAL
Govt Dr WW. Patankar
Girl's PG. College, Durg (C.G.)

Department of Health & Family Welfare
National Health Mission Naya Raipur Chhattisgarh

Certificate of Participation

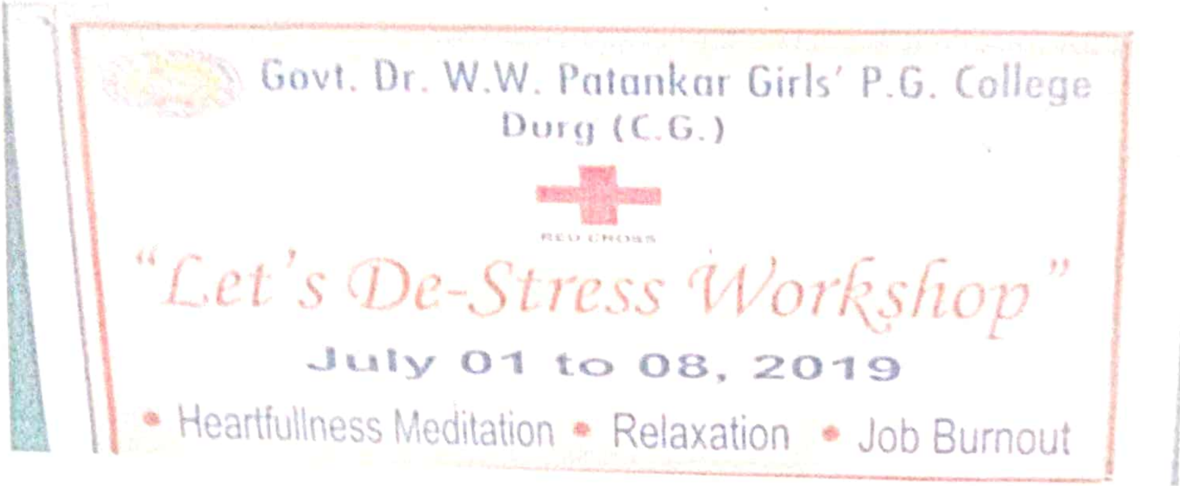
This is to certify that

Dr. Reshma Lakesh

has completed the Training/Workshop on Counseling Skills for School Teachers, College & University Faculty Dated on 11th To 13th Jan. 2018 organised by Directorate Health & Family Welfare & National health Mission Chhattisgarh.

State Nodal Officer
(NMHP) Govt. of CG

Director
Health & Family Welfare Govt. of CG



Report

A seven day workshop 01-08 July 2019 "Let's De-Stress" was organised by Red Cross Unit for the Teaching and Non-teaching staff.

The pressure and stress caused at workshop effects the working capacity. To get rid of this stress, Experts – Dr. S.D. Deshmukh, Ms. Seema Lamba and Dr. Shama Hamdani interacted by power point presentation, activities, animation shows and relaxation techniques.

A team of six members under supervision of Dr. S.D. Deshmukh, Head Geology Department, Govt. V.Y.T.PG. Autonomous College, Durg conducted program for first three days.

Day-1 Presentation and Activities related to Heartfulness meditation. Heart is seat of human character. By meditation, we bring about the real inner change. Activities related to meditation.

DATE 28.09.2020

SUICIDAL PREVENTION STRATAGIES

"WORK TOGETHER TO PREVENT SUICIDE"

education about suicide, spread preventive information about suicide awareness, decrease stigmatisation regarding suicide .Since , the suicidal tendencies are mostly seen in the youth and it is felt that our young trained volunteers could easily connect and help them.

So , let's join hands , for
" working together to prevent suicide ".

Date : 26 September 2020
Time : 02 PM to 03 PM
Free Registration
Google Meet

Thanks and Regards
Patron / Principal :
Dr Sushil Chandra Tiwari
Coordinater :
Dr Reshma Lakesh
Organising Committee
Dr Anuja Chauhan
Dr Lata Meshram

Registration Form Link: https://docs.google.com/forms/d/1g0IfX0FD0gBNJFGS2x28Qne54FGxjrJQJV-iDEIN 9c/edit

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com

दिनांक : 07.01.2019

प्रेस विज्ञप्ति
गर्ल्स कॉलेज में
मानसिक स्वास्थ्य और मोबाईल पर संवाद

शासकीय डॉ. वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग के मेडिकल सेंटर के तत्वाधान में राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत "मानसिक स्वास्थ्य और मोबाईल" विषय पर मनोविशेषज्ञ डॉ. शमा हमदानी ने छात्राओं से संवाद किया।

मेडिकल सेंटर प्रभारी डॉ. रेशमा लाकेश ने जानकरी देते हुए बताया कि राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम में मनोविशेषज्ञ महाविद्यालय के मेडिकल सेंटर में आकर काउंसिलिंग करते है तथा छात्राओं की विभिन्न समस्याओं पर परामर्श तथा सुझाव देते है। स्थानीय अपोलो कॉलेज ऑफ नर्सिंग एवं श्रेयस नर्सिंग कॉलेज भिलाई की मनोविशेषज्ञ एवं काउंसलर डॉ. शमा हमदानी को महाविद्यालय के सेंटर में मार्गदर्शन हेतु आमंत्रित किया गया।

आज के संवाद कार्यक्रम में डॉ. शमा हमदानी ने 'मोबाईल' को लेकर हो रहे मनोविकारों पर चर्चा की उन्होंने बताया कि मोबाईल एडक्शन का फैलाव हो रहा है। मोबाईल गेम के कारण युवा दिग्भ्रमित हो रहे है। एकाग्रता नष्ट हो रही है।

आँखों में तनाव की वजह से चिड़चिड़ापन और अकेलापन का शिकार नई पीढ़ी हो रही है। डॉ. हमदानी कहती है कि सेल्फी लेने की आदत तथा डीपी चेंज करने की आदत भी धीरे–धीरे विकार का रूप ले रही है। पढ़ाई के लिए समय नहीं मिल पा रहा है। बार–बार व्यवधान होने से पढ़ाई की एकाग्रता नष्ट हो रही है।

उन्होनें विभिन्न शोध कार्यों के आधार पर इस पर नियंत्रण करना आवश्यक बतलाया। डॉ. हमदानी ने छात्राओं को मोबाईल के उपयोग हेतु निश्चित समय सारणी के अनुसार ही प्रयोग करने पर जोर दिया जिससे ज्यादा समय नष्ट न हो और पढ़ाई की जा सके।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने भी मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम पर प्रकाश डालते हुए इसे उपयोगी बतलाया। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी दुर्ग द्वारा महाविद्यालय में स्थापित काउंसिलिंग सेंटर में माह में दो बार निजी क्लीनिकल साइकोलॉजिस्ट की उपस्थिति सुनिश्चित की है। जिससे विद्यार्थियों को सतत् रूप से मार्गदर्शन मिल सकेगा और वे अपनी समस्यायें बेझिझक दूर कर सकेंगी।

इस अवसर पर गृहविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल एवं डॉ. अल्का दुग्गल, डॉ. मीनाक्षी अग्रवाल उपस्थित थे।

समाचार के रूप में प्रकाशन हेतु निवेदित।

PRINCIPAL
Govt Dr Wvv. Patankar
Girl's PG. College, Durg (C.G.)

(डॉ0 सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य

27-10-18

शासकीय डॉ0 वा0वा0 पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.)

रिपोर्ट

मानसिक स्वास्थ्य सबसे महत्वपूर्ण : डॉ. आकांक्षा दानी

शासकीय डॉ. वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग में मेडिकल सेन्टर तथा जिला स्वास्थ्य विभाग के तत्वाधान में राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अन्तर्गत छात्राओं के मानसिक विकास एवं मानसिक समस्याओं के लिए मार्गदर्शन हेतु सेमीनार का आयोजन किया गया।

सुप्रसिद्ध मनोविशेषज्ञ डॉ. आकांक्षा गुप्तादानी ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि मानसिक स्वास्थ्य जीवन की सबसे बड़ी पूंजी है और महत्वपूर्ण भी है। हम इस पर ध्यान न देकर लापरवाही बरतते है जिससे छोटी–छोटी बातें एक बड़ी गंभीर समस्या का रूप ले लेती है। उन्होनें अवसाद पर विशेष फोकस करते हुए कहा कि किशोर अवस्था में हम उचित मार्गदर्शन एवं सलाह के अभाव में हत्तोसाहित हो जाते है और धीरे–धीरे यह अवसाद का रूप ले लेता है। छात्राएँ ज्यादा इससे प्रभावित हो जाती है।

डॉ. आकांक्षा ने बताया की आत्महत्या की घटनाएँ भी छोटी–छोटी सी बातों को लेकर बढ़ रही है। हमें अपना मनोबल, आत्मविश्वास बढ़ाए रखना है जिसके अभाव में हम अपने अमूल्य जीवन को खो बैठने का दुस्साहस कर बैठते है। मेडिकल सेंटर प्रभारी डॉ. रेशमा लाकेश ने भी छात्राओं को मानसिक अस्वस्थता के संबंध में विस्तार से बताया और निराकरण के टीप्स दिए।

इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि परीक्षा के समय के तनाव से हम परिचित है जिससे हमें नुकसान ही होता है। उसके लिए वर्षभर समयबद्ध ढंग से पढ़ाई की जावे तो यह तनाव नहीं होगा और आत्मविश्वास बढ़ेगा। इसी तरह जीवन में घटने वाली छोटी–छोटी घटनाओं से घबराए नहीं हर परिस्थिति में मनोबल ऊँचा रख कर ही सफल हो सकते है।

छात्राओं ने अपनी समस्याओं को विशेषज्ञ से पूछा और उसका निदान प्राप्त किया। इस अवसर पर छात्राएँ, प्राध्यापक बड़ी संख्या में उपस्थित थे। आभार प्रदर्शन डॉ. लता मेश्राम ने किया।

(डॉ. रेशमा लाकेश)
प्रभारी प्राध्यापक
यूथ रेडक्रॉस इकाई

PRINCIPAL
Govt Dr. W.W. Patankar
Girl's PG. College, Durg (C.G.)

(डॉ0 सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य
शास0 डॉ0 वा0वा0 पाटणकर कन्या
स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ.ग.)

छत्तीसगढ़

गर्ल्स कालेज दुर्ग में आनलाईन काउन्सलिंग का आयोजन

Dinesh Kumar Purwar September 7, 2020

विद्यार्थियों के कॅरियर का महत्वूपर्ण दौर है- डा शमा हमदानी
दुर्ग -शासकीय डा.वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय दुर्ग के यूथ रेडक्रास के तत्वाधान में वर्तमान परिस्थितियों में विद्यार्थियों,युवा वर्ग में व्याप्त चिंता,असुरक्षा, निराशा एवं अनिश्चितता की भावना को देखते हुए उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करने काउंसिलिंग सत्र का आयोजन किया गया।
प्रभारी प्राध्यापक डा. रेशमा लाकेश ने जानकारी देते हुए बताया कि इस वैश्विक महामारी के संक्रमण काल में हमारे विद्यार्थियों के बीच जो अनिश्चितता एवं भय का वातावरण बन गया है जिससे उनमें क्रोध एवं चिड़िचिड़ापन आ गया है। जब हम कठिन समय से गुजरते है तो इन समस्याओं से मुकाबला करने के लिए हिम्मत और साहस-धैर्य की आवश्यकता पड़ती है। यदि उचित मार्गदर्शन मिल जाए तो सफलता सुनिश्चित हो जाती है।
इस काउंसिलिंग सत्र में महाविद्यालय के प्राचार्य डा. सुशील चन्द्र तिवारी ने छात्राओं को हिम्मत और साहस के साथ विषम परिस्थितियों का मुकाबला करते हुए अपने परिवार का भी ध्यान रखने को कहा।

DATE – 14.05.2020

WE ARE READY

ब्रीफ न्यूज

एक्सपर्ट्स डॉक्टरों ने की छात्राओं की ऑनलाइन काउंसलिंग

भिलाई @ पत्रिका . कन्या महाविद्यालय दुर्ग में मेडिकल एवं काउंसलिंग सेंटर के द्वारा यूजीसी के निर्देशानुसार कोविड 19 के संक्रमण से उत्पन्न विषम परिस्थितियों में छात्राओ को स्वास्थ्य संबंधी समस्या,मानसिक तनाव और थकान से बचाने के लिए ऑनलाइन काउंसलिंग शुरू किया गया है। छात्राओं को नियमित व्यायाम,योगा ,मेडिटेशन के लिए प्रेरित किया जा रहा है। मानसिक स्वास्थ्य की ऑनलाइन काउंसलिंग विशेषज्ञों से कराने की पहल जारी है। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने बताया कि गुरुवार को 12 बजे से प्रथम सत्र शुरू हुआ। विशेषज्ञ डॉक्टरों ने छात्राओं को परामर्श दिए। ऑनलाइन काउंसलिंग में भाग लेने के लिए दिए गए एप को डाउनलोड करना था। यह प्रक्रिया पूरी तरह से ऑनलाइन हुई।

टीचर्स और काउंसलर ने स्टूडेंट्स को बताया लॉकडाउन के दौरान स्ट्रेस से दूर रहने का तरीका

सिटी रिपोर्टर | भिलाई

गर्ल्स कॉलेज दुर्ग में स्टूडेंट्स को ऑनलाइन पढ़ाने का कार्य शुरू हो गया है। इससे पहले सभी छात्राओं को ऑनलाइन टिप्स भी दिए गए।

कॉलेज के स्टूडेंट्स को इस लॉकडाउन में स्ट्रेस से दूर रहकर पढ़ाई पर फोकस करने के लिए कहा है। इसके लिए सभी स्टूडेंट्स को ऑनलाइन कांफ्रेंसिंग में जोड़ा गया और टीचर्स के साथ काउंसलर ने भी छात्राओं को इस समय मानसिक तनाव से दूर रहने प्रेरित किया गया।

स्ट्रेस लेने से से हो सकता है आपकी सेहत को नुकसान

काउंसलर डॉ. शमा हमदानी ने कहा कि छात्राओं को पॉजिटिव तरीके से सोचना होगा। तनाव एवं थकान से बचें। घर के कामों में हाथ बटाएं। समाचार पत्रों एवं इंटरनेट पर मौजूद ज्ञानवर्धक सामग्री का उपयोग करें। अपनी हॉबी पर ज्यादा ध्यान दें।

समय का उपयोग कर नई चीजें सीखते रहें

गर्ल्स कॉलेज दुर्ग की प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने कहा कि इस लॉकडाउन को हम अपना नॉलेज और बढ़ाने में लगा सकते हैं। खाली समय में पढ़ाई करें। नई भाषा, नई किताबें पढ़ते रहें।

अपने आप को व्यस्त रखें और हेल्दी डाइट लेते रहें

रिसर्च स्कालर शिखा मरकाम का कहना है कि लंबी होती लॉकडाउन की अवधि में लोगों की चिंताएं और बढ़ गई है। इस दौरान होने वाली मानसिक तनाव को कम करने के लिए अपने आपको किसी न किसी कार्य में व्यस्त रखें और हेल्दी डाइट लें।

पॉजिटिव बातों पर चर्चा कर तनाव से बचें

बीएसपी भाग-2 की आरती ने कहा कि छात्रा होने के नाते सभी को इस वक्त पढाई करने के लिए ही कहना चाहुंगी। आरती ने कहा कि इस वक्त सिर्फ सकारात्मक बातें ही आपको इस तनाव से बचा सकती है।

अपनी सेहत का रखें पूरा ख्याल, पढ़ाई

उच्च शिक्षा दुर्ग संभाग के अपर संचालक डॉ. सुशीलचंद्र तिवारी ने कहा कि स्टूडेंट्स को इस समय अपना मनोबल बढ़ाए रखना है। शासन से जारी दिशा निर्देशों का पालन करना है। और सबसे जरूरी की अपनी सेहत का पूरा ध्यान रखें और पढ़ाई करें।

26