

सीआरएसयू में 3 दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का हुआ शुभारंभ

भास्करन्यूज़| जींद

सीआरएसयू में मनोविज्ञान विभाग द्वारा मार्गदर्शन एवं परामर्श प्रकोष्ठ के सहयोग से तीन दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ उत्साहपूर्ण एवं गरिमा मय वातावरण में किया गया। उद्घाटन सत्र में विश्वविद्यालय की कुलसचिव प्रो. लवलीन मोहन, विभागाध्यक्ष डॉ. अजमेर सिंह, विभाग प्रभारी डॉ. अल्का सेठ, तथा मुख्य वक्ता प्रो. अमृता यादव के रूप में उपस्थित रहीं।

उन्होंने यह भी साझा किया कि तीन दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न कार्यशालाएं, विशेषज्ञ व्याख्यान और रचनात्मक गतिविधियां आयोजित की जाएगी, जिनका उद्देश्य छात्रों के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास को प्रोत्साहित करना है। मुख्य वक्ता प्रो. अमृता यादव ने बताया कि आत्म-जागरूकता और सकारात्मक



जींद. सीआरएसयू में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम भाग लेते छात्र।

दृष्टिकोण जीवन में मानसिक संतुलन, सफलता और संतोष के प्रमुख सूत्र हैं। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे स्वयं को समझने और आत्मविश्वास विकसित करने के लिए सकारात्मक सोच को अपनाएँ। मनोविज्ञान विभाग के विद्यार्थियों द्वारा "आत्म-अभिव्यक्ति" विषय पर एक प्रभावशाली रोल प्ले प्रस्तुत किया गया, जिसमें आत्म-अभिव्यक्ति, भावनात्मक संतुलन और मानसिक स्वास्थ्य के

बीच संबंध को खूबसूरती से प्रदर्शित किया गया। इस प्रस्तुति को सभी अतिथियों और दर्शकों ने सराहा। मुख्य अतिथि कुलसचिव प्रो. लवलीन मोहन ने अपने प्रेरणादायक उद्बोधन में कहा कि विश्वविद्यालय के भीतर ऐसे आयोजन न केवल अकादमिक विकास को प्रोत्साहित करते हैं, बल्कि विद्यार्थियों में सहानुभूति, आत्म-समझ और सकारात्मक दृष्टिकोण जैसे मानवीय मूल्यों को भी विकसित करते हैं।

3 दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम शुरू



कार्यक्रम को संबोधित करती वक्ता और प्रस्तुति देती छात्राएं।

जींद, 29 अक्टूबर (ललित) : चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय, जींद में विश्वविद्यालय कुलपति प्रो. राम पाल सैनी के मार्गदर्शन में मनोविज्ञान विभाग द्वारा मार्गदर्शन और परामर्श प्रकोष्ठ के सहयोग से 3 दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ हुआ।

उद्घाटन सत्र में विश्वविद्यालय की कुलसचिव प्रो. लवलीन मोहन, विभागाध्यक्ष डॉ. अजेमर सिंह, विभाग प्रभारी डॉ. अल्का सेठ तथा मुख्य वक्ता प्रो. अमृता यादव (महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय, रोहतक) विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहें।

कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन और सरस्वती वंदना के साथ हुआ। स्वागत भाषण में डॉ. अल्का सेठ (विभाग प्रभारी) ने बताया कि मानसिक स्वास्थ्य

आज के समय की अत्यंत प्रासंगिक आवश्यकता है और इस प्रकार के आयोजन युवाओं को अपने मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य प्रति जागरूक करने का सशक्त माध्यम हैं।

उन्होंने यह भी सांझा किया कि तीन दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न कार्यशालाएं, विशेषज्ञ व्याख्यान और रचनात्मक गतिविधियां आयोजित की जाएंगी, जिनका उद्देश्य छात्रों के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास को प्रोत्साहित करना है।

मुख्य वक्ता प्रो. अमृता यादव ने स्वयं को समझना एवं सकारात्मक मनोविज्ञान विषयों पर सारगर्भित व्याख्यान प्रस्तुत किया। उन्होंने बताया कि आत्म-जागरूकता और सकारात्मक दृष्टिकोण जीवन में मानसिक संतुलन, सफलता और संतोष के प्रमुख सूत्र हैं। उन्होंने

विद्यार्थियों का आह्वान किया कि वे स्वयं को समझने और आत्मविश्वास विकसित करने के लिए सकारात्मक सोच को अपनाएं। मनोविज्ञान विभाग के विद्यार्थियों द्वारा आत्म अभिव्यक्ति विषय पर एक प्रभावशाली रोल प्ले प्रस्तुत किया गया, जिसमें आत्म-अभिव्यक्ति, भावनात्मक संतुलन और मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंध को खूबसूरती से प्रदर्शित किया। इस प्रस्तुति को सभी अतिथियों और दर्शकों ने सराहा।

डॉ. अजेमर सिंह (विभागाध्यक्ष) ने कहा कि मानसिक स्वास्थ्य केवल मनोविज्ञान का विषय नहीं, बल्कि जीवन जीने की कला है। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रेरित किया कि वे स्वयं के साथ-साथ समाज में भी मानसिक स्वास्थ्य प्रति

जागरूकता फैलाएं।

मुख्यातिथि प्रो. लवलीन मोहन (कुलसचिव, सी.आर.एस.यू.) ने कहा कि विश्वविद्यालय के भीतर ऐसे आयोजन केवल अकादमिक विकास को प्रोत्साहित करते हैं, बल्कि विद्यार्थियों में सहानुभूति, आत्म-समझ और सकारात्मक दृष्टिकोण जैसे मानवीय मूल्यों को भी विकसित करते हैं। उन्होंने मनोविज्ञान विभाग एवं मार्गदर्शन और परामर्श प्रकोष्ठ को इस सार्थक पहल के लिए बधाई दी।

कार्यक्रम का संचालन मनोविज्ञान विभाग की छात्राओं द्वारा किया गया। अंत में विभागाध्यक्ष डॉ. अजेमर सिंह ने सभी अतिथियों, प्रतिभागियों एवं आयोजन समिति के सदस्यों का धन्यवाद ज्ञापित किया और कार्यक्रम की सफलता के लिए शुभकामनाएं दीं।

न्यूज डायरी

मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ



आयोजित कार्यक्रम में मौजूद विश्वविद्यालय के छात्र व स्टाफ। स्रोत : सीआरएसयू

जींद। सीआरएसयू में बुधवार को तीन दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ हुआ। इस दौरान विभाग प्रभारी डॉ. अल्का सेठ बताया कि मानसिक स्वास्थ्य आज के समय की अत्यंत प्रासंगिक आवश्यकता है। इस प्रकार के आयोजन युवाओं को अपने मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करने का सशक्त माध्यम हैं। उन्होंने कहा कि तीन दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न कार्यशालाएं, विशेषज्ञ व्याख्यान और रचनात्मक गतिविधियां आयोजित की जाएगी। मौके पर कुलपति प्रोफेसर रामपाल सैनी, कुलसचिव प्रो. लवलीन मोहन, विभागाध्यक्ष डॉ. अजेमर सिंह, विभाग प्रभारी डॉ. अल्का सेठ मौजूद रहे। संवाद

आत्म जागरूकता मानसिक संतुलन का सूत्र : प्रो. अमृता



मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता का संदेश देते विद्यार्थी। • सौ. विवि

जागरण संवाददाता • जींद : चौधरी रणवीर सिंह विवि में बुधवार को तीन दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ हुआ। उद्घाटन सत्र में कुलसचिव प्रो. लवलीन मोहन, विभागाध्यक्ष डा. अजमेर सिंह, विभाग प्रभारी डा. अल्का सेठ, तथा मुख्य वक्ता एमडीयू से प्रो. अमृता यादव उपस्थित रहीं।

प्रो. अमृता यादव ने कहा कि आत्म-जागरूकता और सकारात्मक दृष्टिकोण जीवन में मानसिक संतुलन, सफलता और संतोष के प्रमुख सूत्र हैं। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वह स्वयं को समझने और आत्मविश्वास विकसित करने के लिए सकारात्मक सोच अपनाएं। विभाग प्रभारी डा. अल्का सेठ ने बताया कि मानसिक स्वास्थ्य आज के समय की अत्यंत प्रासंगिक आवश्यकता है। इस प्रकार के आयोजन युवाओं को अपने

मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करने का सशक्त माध्यम हैं। इस तीन दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न कार्यशालाएं, विशेषज्ञ व्याख्यान और रचनात्मक गतिविधियां आयोजित की जाएंगी, जिनका उद्देश्य छात्रों के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास को प्रोत्साहित करना है। मनोविज्ञान विभाग के विद्यार्थियों द्वारा सेल्फ एक्सप्रेसन विषय पर एक प्रभावशाली रोल प्ले प्रस्तुत किया गया। इसमें आत्म-अभिव्यक्ति, भावनात्मक संतुलन और मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंध को खूबसूरती से दिखाया गया। मुख्य अतिथि प्रो. लवलीन मोहन ने कहा कि विश्वविद्यालय के भीतर ऐसे आयोजन न केवल अकादमिक विकास को प्रोत्साहित करते हैं, बल्कि विद्यार्थियों में सहानुभूति, आत्म-समझ और सकारात्मक दृष्टिकोण जैसे मानवीय मूल्यों को भी विकसित करते हैं।