

वैश्विक महामारी के दौरान मानसिक तनाव से बचने की है जरूरत : पुनिया

संध्या प्रहरी : सरिया

रविवार को सरिया कॉलेज के अर्थशास्त्र विभाग की ओर से छोरोना वैश्विक महामारी का सामना करने में सहायक मनो सामाजिक कौशल विषय पर एक वेबीनार का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण शिक्षा परिषद की रितिका पुनिया ने भाग लिया। इस दौरान उन्होंने कहा कि



कोरोना से बचने के लिए सबसे पहले अपने मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने की जरूरत है। कोविड-19 के चलते लोगों के मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ा है। लोगों में सामाजिक दूरियां बढ़ी हैं। ऐसी परिस्थिति में हमें जरूरतमंदों को

महामारी की वजह से भी निश्चिंत होकर जहां स्कूल कॉलेज बंद हैं। ऐसी परिस्थिति में बच्चों को अपने भविष्य को लेकर जो चिंताएं हैं उन सारी चिंताओं को दूर करने की जरूरत है। वही कॉलेज के प्रभारी प्राचार्य डॉ संतोष कुमार लाल ने वैश्विक महामारी में भी सरिया सहयोग करने की जरूरत है उनकी मानसिक स्थिति बेहतर हो इसके लिए उसके तनाव को घटाने की जरूरत है। वैश्विक

मानसिक तनाव से बचने की जरूरत

संग्रह सहयोगी, सरिया : रविवार को सरिया कॉलेज के अर्थशास्त्र विभाग की ओर से कोरोना वैशिवक महामारी का सामना करने में सहायक मनो सामाजिक कौशल विषय पर वेबिनार हुआ। मुख्य वक्ता महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण शिक्षा परिषद की रितिका पुनिया ने कहा कि कोरोना से बचने के लिए सबसे पहले अपने मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने की जरूरत है। कोविड-19 के चलते लोगों के मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ा है। लोगों में सामाजिक दूरियां बढ़ी हैं। ऐसी परिस्थिति में हमें जरूरतमंदों को सहयोग करने की जरूरत है। उनकी मानसिक स्थिति बेहतर हो, इसके लिए उसके तनाव को घटाने की जरूरत है। वैशिवक महामारी की वजह से स्कूल-कॉलेज बंद हैं। बच्चों को अपने भविष्य को लेकर जो चिंताएं हैं उन सारी चिंताओं को दूर करने की जरूरत है।

वैशिक महामारी के दौरान मानसिक तनाव से बचने की जरूरत : पुनिया

सरिया कॉलेज में अर्थशास्त्र विभाग की ओर से वेबिनार का किया गया आयोजन

भास्कर न्यूज | सरिया

विवार को सरिया कॉलेज सरिया के अर्थशास्त्र विभाग की ओर से "कोरोना वैशिक महामारी का सामना करने में महायक मनो सामाजिक कौशल" विषय पर एक वेबिनार का आयोजन हिला गया। जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण शिक्षा परिषद की कृतिका पुनिया ने भाग लिया। इस दौरान उन्होंने कहा कि कोरोना से बचने के लिए सबसे पहले आपने मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने की जरूरत है। कोविड-19 के चलते लोगों के मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ा है। लोगों में सामाजिक दूरिया बढ़ी है। ऐसी परिस्थिति में हमें जरूरतमंदों

को सहाय करने की जरूरत है उनकी मानसिक स्थिति बेहतर हो इसके लिए उसके तनाव को घटाने की जरूरत है। वैशिक महामारी की वजह से जहां स्कूल कॉलेज बंद हैं। ऐसी परिस्थिति में बच्चों को अपने भविष्य को लेकर जो चिंताएँ हैं, उन सारी चिंताओं को दूर करने की जरूरत है। वही कॉलेज के प्रभारी प्राचार्य डॉ. संतोष कुमार लाल ने वैशिक महामारी में भी सरिया कॉलेज के द्वारा जो शिक्षण कार्य किए जा रहे हैं। उसके बारे में विस्तृत जनकारी दी साथ ही विद्यार्थियों को भी निश्चिंत होनकर अपनी पढ़ाई भर पर रहने औंनलाइन जारी रखने की मतलाह दी। संचालन अर्थशास्त्र के विभागाध्यक्ष प्रो. अरुण कुमार ने की। भव्यवाद जापन प्रो. आरुण मिश्रा ने की। कार्यक्रम में प्रेरणात्मक प्रसाद यादव, सञ्चयसांची पांडेय, कुमार सानु, मणका कुमारी, आरिफ, प्रति आदि औंनलाइन जुड़े रहे थे।

मानसिक तनाव से बचने की जरूरत : पुनिया

सरिया. रविवार को सरिया कॉलेज सरिया के अर्थशास्त्र विभाग की ओर से 'कोरोना वैश्विक महामारी का सामना करने में सहायक मनो सामाजिक कौशल' विषय पर एक वेबिनार का आयोजन किया गया. मुख्य वक्ता के रूप में महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण शिक्षा परिषद की कृतिका पुनिया ने भाग लिया. उन्होंने कहा कि कोविड-19 के चलते लोगों के मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित हुआ है. लोगों में सामाजिक दूरियां बढ़ी हैं. ऐसे में जरूरतमंदों को सहयोग की जरूरत है. उनकी मानसिक स्थिति बेहतर करने के लिए उनके तनाव घटाने की जरूरत है. कॉलेज के प्रभारी प्राचार्य डॉ संतोष कुमार लाल ने वैश्विक महामारी में भी सरिया कॉलेज में हो रहे शिक्षण कार्य की विस्तृत जानकारी दी. कार्यक्रम का संचालन अर्थशास्त्र के विभागाध्यक्ष प्रो अरुण कुमार ने व धन्यवाद ज्ञापन प्रो आरके मिश्रा ने किया. मौके पर प्रो कार्तिक प्रसाद यादव, सब्यसांची पांडेय, कुमार सानू, ममता कुमारी, मो आरिफ, प्रीति कुमारी समेत कई लोग ऑनलाइन जुड़े हुए थे.