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 : 07.04.2022

विश्व स्वास्थ्य दिवस मनाया गया
सामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य भी जरूरी

शासकीय डॉ. वा. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय की यूथ रेडक्रॉस सोसायटी के तत्वाधान में विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए।

जागरूकता पोस्टर प्रदर्शनी आयोजित की गयी जिसमें छात्राओं ने विभिन्न स्वास्थ्य संबंधी पोस्टर प्रदर्शित किए गए। निर्णायक मंडल ने प्रदर्शनी का अवलोकन किया। प्रभारी प्राध्यापक डॉ. रेशमा लाकेश ने जानकारी देते हुए बताया कि इस वर्ष विश्व स्वास्थ्य दिवस का मुख्य थीम ''**मेरा ग्रह मेरा स्वास्थ्य** का मूल उद्देश्य ही जागरूकता संदेश से भरा है।

शारीरिक, मानसिक और सामाजिक रूप से पूर्णतः स्वस्थ होना ही स्वास्थ्य है। स्वास्थ्य केवल बिमारियों की अनुपस्थिति का नाम नहीं है।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने इस अवसर पर कहा कि स्वास्थ्य जीवन के लिए हमारे पुरखों ने खान–पान, व्यवहार के महत्वपूर्ण टिप्स दिए है जो आज भी सारगर्भित है। हमारे देश ने विश्व को योग का दर्शन कराया है जिससे निरोगी रह सकते है। विद्यार्थियों को मानसिक रूप से स्वस्थ्य रहने के लिए आहार के साथ ही अच्छी नींद भी आवश्यक है।

आहार एवं पोषण पर शोधकार्य कर रही कु. तबस्सुम ने पावर प्वाईन्ट के माध्यम से पोषण आहार की स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका पर प्रकाश डाला। कु. आरती यादव ने भी स्वस्थ जीवन के गुर बताए।

गृहविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के साथ समाजिक स्वास्थ्य पर प्रकाश डाला। संबोधन सत्र के पश्चात् समूह चर्चा का आयोजन किया गया जिसमें छात्राओं ने बड़े उत्साह से भाग लिया एवं पूछ गए सवालों का जवाब दिया तथा विशेषज्ञों ने उदाहरण के साथ उनकी जिज्ञासाओं का समाधान किया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में प्राध्यापक एवं छात्राएँ उपस्थित थे। आभार प्रदर्शन डॉ. रेशमा लाकेश ने किया।

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