संत हिरदाराम कन्या महाविद्यालय, भोपाल

(म.प्र. शासन और राष्ट्रीय शिक्षक प्रशिक्षण परिषद द्वारा मान्यता प्राप्त तथा बरकतउल्लाह विश्वविद्यालय, भोपाल से संबद्ध और विश्वविद्यालय अनुदान आयोग द्वारा विष्वविद्यालय अनुदान आयोग अधिनियम 1956 की धारा 2(f) एवं 12(b)में मान्यता प्राप्त)

संत हिरदाराम नगर, भोपाल – 462030

दूरभाष – (0755) 2640174, 2640178, 2640631, 2640632, फैक्स – 2640632

Web Site : www.shgc.in E-mail : santhirdaramgirlscollege@yahoo.com

दिनांक : 21.03.2018

प्रेस विज्ञप्ति

संत हिरदाराम कन्या महाविद्यालय में छात्राओं हेतु आत्मरक्षा प्रषिक्षण सत्र आयोजित

21 मार्च 2018, दिन बुधवार को को परम श्रद्धेय सिद्ध भाऊजी की गरिमामयी उपस्थिति में छात्राओं की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए सात दिवसीय प्रषिक्षण सत्र आयोजित किया गया। यह प्रषिक्षण पाखी सेवा संस्था दे रही है। जिसके कार्यकारी सदस्य श्री बृजेष शर्मा, सुश्री गरिमा राय एवं सुश्री ममता सिंह हैं। पाखी एक एनजीओ है जो समाज में महिलाओं के प्रति बढ़ते अपराध के विरूद्ध कार्यरत है। यह संस्था विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में छात्राओं को प्रषिक्षित कर रही हैं, जिससे छात्राएं आत्मनिर्भर बनें एवं विषम परिस्थिति में स्वयं को सुरक्षित रख सकें। इस अवसर पर श्रद्धेय सिद्धभाऊ जी ने छात्राओं को प्रेरित करते हुए कहा कि समाज में यदि स्वाभिमान एवं अपनी शर्तों पर जीना है तो स्वयं को शारीरिक रूप से मजबूत बनाना होगा। इसके लिये आवष्यक है कि खाने में पौष्टिक एवं सुपाच्य भोजन ग्रहण करें। फास्टफूड से परहेज करे। काले चने की पौष्टिकता की चर्चा करते हुए बताया कि वह ताकत से भरपूर हैं, उसे खाने में शामिल करें। अपनी शारीरिक क्षमता बढ़ानें का प्रयास करें। एक अच्छा जीवन जीने के लिये युक्ति चाहिये और युक्ति, बुद्धि से ही आती है, बुद्धि तभी विकसित होती है जब हमारा खान–पान व्यवस्थित हो।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. चरनजीत कौर ने छात्राओं से कहा कि इस प्रषिक्षण सत्र से अवष्य लाभांवित हो। लगातार अभ्यासरत रहे तभी उसका उचित परिणाम प्राप्त होगा।

सत्र में श्रद्धेय सिद्धभाऊजी, महाविद्यालय के निदेषक श्री हीरो ज्ञानचंदानी, महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. चरनजीत कौर, संत हिरदाराम प्राकृतिक चिकित्सा एवं योग विज्ञान महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. हेमांषु शर्मा, संत हिरदाराम प्रबंधन संस्थान के निदेषक डॉ. राकेष आनंद, आत्मरक्षा प्रषिक्षण सत्र की प्रभारी प्राध्यापिकाएं सुश्री पूर्णिमा तिवारी, श्रीमती राना शेहवाल एवं सुश्री मोना मिश्रा, क्रीड़ा अधिकारी भी उपस्थित थी।

प्राचार्य

डॉ. चरनजीत कौर