Report for Geetanjali Counselling Helpline (2024-25)



Mehr Chand Mahajan DAV College for Women Sector-36, Chandigarh www.mcmdavcwchd.edu.in Title of the Activity: Workshop On "Bullying and Mental Health"

Name of the Committee: Geetanjali Counselling Helpline Committee

Activity Co-Convener: Dr Mridula Sharma

Activity Co-ordinators: Dr Nitasha Khehra and Dr Baljeet Tiwana

Date of the Activity: 17th February, 2025

Number of participants: 120 students

Objectives & Context: Bullying is a grave global problem and victims are at risk of low academic performance, adjustment problems and low self-esteem. There is higher prevalence of anticipatory anxiety, depression, suicide, drug abuse and substance abuse among college students. This workshop aimed to provide psychoeducation to our college students on various facets of bullying and its deep impact on the emotional wellbeing of victims. Additionally, to equip students with effective coping skills and preventive measures.

Practice & Outcome: The Anti Ragging Committee and Geetanjali Counselling Helpline organized a workshop on the pertinent theme of "Suicide Prevention in Youth" under their mental health initiative of "Swachh Mann Abhiyan" on 17th February, 2025. The resource person was Dr Nitasha Khehra. Assistant Professor, PG Department of Psychology and Co-ordinator, Geetanjali Counselling Helpline Committee at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh. The workshop witnessed enthusiastic participation from 120 students from various streams of the college. The faculty members introduced the team and main purpose of both the committees for easy accessibility as a part of Student Support Services. Dr Nitasha Khehra discussed that bullying is multifaceted issue which can be best understood with the lens of various perspectives encompassing the characteristics of victims, bullies, bystander effect and impact on the mental health of victims. She elucidated its prevalence, causes, risk factors, short term and long-term effects in order to dig out its real status quo scenario in college settings. Keeping this idea into consideration, she emphasized that there is a dire need to conduct an in-depth investigation in order to examine its magnitude of effects and implement antibullying strategies accordingly. She elaborated on effective techniques such as stress management, coping strategies and resilience building practices for young adults. We received wonderful feedback about the session from the participants and the resource person encouraged help seeking behaviour among them.































Title of the Activity: Workshop on "Youth Sensitization Program on Child Sexual Abuse and

POCSO Act"

Name of the Committee: Geetanjali Counselling Helpline Committee

Activity Co-ordinator: Dr Nitasha Khehra and Dr Baljeet Tiwana

Date of the Activity: 20th March, 2025

Number of participants: 85 students

Objective & Context: Child sexual abuse is a widespread problem in India and global statistics have reported that over 370 million girls / women currently alive have experienced some form of sexual assault before attaining 18 years of age. The main objective of this workshop was to educate our college students about the prevalence, different forms, and potential consequences of child sexual abuse. The theme of this workshop would help to equip participants with the knowledge and skills to identify potential risks and take preventative measures to create a safer environment and empower individuals to seek help if needed.

Practice & Outcome: The Geetanjali Counselling Helpline and Hostel Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh in collaboration with NGO Bachpan conducted a "Youth Sensitization Program on Child Sexual Abuse and POCSO Act" under their mental health initiative of "Swachh Mann Abhiyan". The Resource Person was Mr. Rahul Singal, Founder of NGO Bachpan - Save the Innocence who addressed 85 college students on this pertinent issue. Ms. Komal, their outreach manager and facilitation coordinator and Ms. Gunjan, their volunteer were a part of the workshop too. Mr. Rahul Singal enlightened the students about the identification signs, trauma associated with sexual abuse that contributes to arrested child development, host of psychological and emotional issues and the POSCO Act guidelines. In addition to generating awareness, he emphasized on the preventive measures, societal stigma challenges in prosecuting perpetrators and factors contributing to underreporting of cases. He motivated our students to volunteer for the protective and therapeutic assistance provided to the child abuse survivors. He also shared the government helpline numbers to reach out during crisis. The students found the session highly beneficial and their concerns were resolved effectively by the expert.





















Title of the Activity: Workshop on "Alcohol and Drug Awareness Program"

Name of the Committee: Geetanjali Counselling Helpline Committee

Activity Co-ordinator: Dr Nitasha Khehra and Dr Baljeet Tiwana

Date of the Activity: 28th March, 2025

Number of participants: 50 students

Context and Objective: Alcoholics Anonymous (AA) is a global, peer-led mutual-aid fellowship focused on an abstinence-based recovery model from alcoholism through its spiritually inclined twelve-step program with over 30 million members functioning in over 180 countries. The main objective of this workshop was to increase our college students' awareness of the dangers and consequences of alcohol as well as drug abuse. Additionally, to provide accurate information about different types of substances, their effects, their legal status and create awareness about the different treatment modalities.

Practice & Outcome: The Geetanjali Counselling Helpline and Hostel Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh in collaboration with NGO Alcoholics Anonymous conducted a workshop on "Alcohol and Drug Awareness Program" under their mental health initiative of "Swachh Mann Abhiyan". The resource persons were Sh. Sanjeev Kaushal, CPC Chairman, Alcoholics Anonymous, Chandigarh and his team members from AA Chandigarh and Delhi to share their first-hand experiences, provide insight and support to our students. Other experts included Sh. Dilbagh Singh who specializes in counselling and behavioral skills, with a strong focus on de-addiction and rehabilitation, Ms. Deepali Verma who is a soft skills trainer and Image Consultant, Ms. Roopam Singh who is a translator, teacher and journalist with diverse publications in India and France and Ms. Kritika is working as a software professional in the energy sector and has continued to support women towards sobriety from alcohol. They discussed case studies of alcoholic individuals and effective strategies of de-addiction. The panelists also highlighted the need for standard operating procedures for de-addiction including the identification of drug addicts, providing health services, and extending support to their dependent families. Being equipped with experiences of AA members who have resurrected to social living, it was their endeavor to help create public awareness on this platform.











एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया



फैसला)। चंडीगढ़ स्थित मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजलि काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल एनजीओ कमटा न एनजाआ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से 'अल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्राम' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य 'स्वच्छ मन अभियान' के पहले स्पष्ट में जानपान के अंतर्गत आयोजित की गई। इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस, चंडीगढ़ के सीपीसी चेयरमैन, संजीव कौशल बतौर अल्को हो लिक्स एना निमस से आए अन्य सदस्यों ने भी विद्यार्थियों से

और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य विशेषजों के कायक्रम म अन्य विशयज्ञा क रूप में काउंसलिंग एवं व्यवहारिक कौशल विशेषज्ञ, दिलवाग सिंह, विनका मुख्य फोकस नशामुक्ति और पुनर्वास पर रहा है, सॉफ्ट स्किल्स ट्रेनर एवं इमेज कंसल्टेंट, सुश्री दीपाली वर्मा, अनुवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार सुश्री रूपम सिंह तथा सॉफ्टवेयर प्रोफेशनल सुश्री कृतिका भी शामिल हुईं। इन्होंने नशा ग्रस्त व्यक्तियों के केस स्टडीज्, नशामुक्ति के प्रभावी उपायों और पुनर्वास प्रक्रियाओं पर चर्चा की। पैनल विशेषज्ञों ने नशामिक केंट्रों के लिए मानक नियमित आयोजन सराहनीय है।

संचालन प्रक्रियाएँ (एसओपी) को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा सुविधाएँ, नशाग्रस्त व्यक्तियों की पहचान, उनके प्रवेश की प्रक्रिया, स्वास्थ्य सेवाएँ, और उन पर निर्भर परिवारजनों के लिए सहयोग व्यवस्था शामिल होनी चाहिए। अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस के सदस्यों ने अल्कोहलिक्स से उबरने और सामाजिक जीवन में वापसी के अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि यह उनका प्रयास है कि समाज के विभिन्न मंचों पर इस प्रकार की सामाजिक चेतना और जागरूकता फैलाई जाए। कार्यक्रम् के अंत में कार्यवाहक प्राचार्या नीना शर्मा ने गीतांजलि काउंसलिंग हेल्पलाइन की इस दिशा में निरंतर प्रयासों की सराहना की और कहा कि मानसिक स्वास्थ्य साक्षरता बढाने एवं विद्यार्थियों को सशक बनाने के लिए इस तरह के संवेदनशीलता कार्यक्रमों का

एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया

नेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने रनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से अल्कोहल एंड ड्रग अवेयन्तेस प्रोग्रम' विषय पर हार्यशाला का आयोजन किया। वह कार्यशाला मानसिक व्यास्थ्य पहल 'स्वच्छ मन अभियान' के अंतर्गत हार्योजित की गईं। इस कार्यशाला में अल्कोहोलिकस नॉनिमस, चंडीगढ के सीपीसी चेयरमैन, संजीव कौशल बतीर मुख्य बता शामिल हुए। उनके साथ अल्कोहोलिक्स एनॉनिसस, चंद्रीगढ़ और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने भी विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य क्लिपड़ों के रूप र्वे काउंसलिंग एवं व्यवहारिक कौशल विशेषज्ञ. दिलबाग संह, जिनका मुख्य पोकस नगामुक्ति और पुनर्वास पर रहा इ. सॉफ्ट सिकल्स ट्रेन्स एवं इमेज कंसल्टेंट, दीपाली वर्मा, अनुवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार रूपम सिंह तथा गॉफ्टबेयर प्रोमेशनल कृतिका भी शामिल हुईं। इन्होंने नगा स्त व्यक्तियों के केस स्टडीज. नशामिक के प्रभावी उपायों अरा प्रनातिमा से सरा रेटवान, नरानुतिक से प्रनाता उनामा और पनर्वास प्रक्रियाओं पर चर्चा की। पैनल विशेषजों ने ामुक्ति केंद्रों के लिए मानक संचालन प्रक्रियाएँ सओपी) को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा वधाएं, नशाग्रस्त व्यक्तियों की पहचान, उनके प्रवेश की ह्या. स्वास्थ्य सेवाएं. और उन पर निर्भर परिवारजनों के का नियमित आयोजन सराहनीय है।



एमसीएम कॉलेज में जागरूकता कार्यशाला दौरान रूपम सिंह का सम्मान करते हुए फैक्लटी मैंबर। (छाया : गुरिंदर सिंह)

अल्कोहोलिक्स एनॉनियस के सदस्यों ने अल्कोहिलज्य से ज्वरने और सामाजिक जीवन में वापसी के अपने अनुभव सांज्ञा करते हुए कहा कि यह जनका प्रयास है कि समाज के विभिन्न मंचों पर इस प्रकार की सामाजिक चेतना और जागरुकता फेलाई जाए। कार्यक्रम के अंत में कार्यवाहक प्राचार्या नीना शर्मा ने गीतांजलि कार्उसलिंग हेल्पलाइन की इस दिशा में निसंतर प्रयासों की सराहना की और कहा कि मानस्कि स्वास्थ्य साहरता बढ़ाने एवं विद्यार्थियों को सशक बनाने के लिए इस तरह के संवेदनशीलता कार्यक्रमो

विद्यार्थियों को नशा मुक्ति के बारे में दी जानकारी

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजलि काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलक्स एनॉनिमस के सहयोग से अल्कोहल एंड इग

सहयोग से अल्कोहल एंड इग अवेयरनेस प्रोग्नाम विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानस्कि स्वास्थ्य पहल स्वच्छ मन अभियान के अंतर्गत की गई। इसमें संजीब कोशल बतीर मुख्य को गई। इसमें संजीव काशील बतार मुख्य बबता शामिल हुए। उन्होंने विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। दिलबाग सिंह ने नशामुक्ति के बारे में जानकारी दी। इस मौके दीपाली वर्मा, रूपम सिंह,

दी। इस मौके दीपाली वर्मा, रूपम सिंह, कृतिका भी शामिल हुई। इस्तेने नशा ग्रस्त व्यक्तियों के केस स्टडीज, नशामुक्त के प्रभावी उपायी पर पचर्ची की। कार्यवाहक प्राचार्या नीना शर्मा ने कहा कि मार्नासक स्वास्थ्य साक्ष्यरता बढ़ाने एवं विश्वार्थियों को सशक्त बजाने के लिए इस तरह के संवेदनशीलता कार्यक्रमों का नियमित आयोजन सराहनीय है। इस कार्यशाला में विद्यार्थियों का कार्पत स्वार्थ व्यवस्था है। बढ़न नियमित आयोजन सराहनीय है। इस कार्यशाला में विद्यार्थियों का कार्पत रूझान दिखा साथ ही बढ़-चढ़कर भाग लिया। सवद

एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला हुई आयोजित

चंडीगढ़ दिनभर

चंडीगढ : चंडीगढ स्थित मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से 'अल्कोहल एंड डग अवेयरनेस प्रोग्राम' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह भी विद्यर्थियों से अपने व्यक्तिगत आयोजित की गई।

और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने सिंह तथा सॉफ्टबेयर प्रोफेशनल सुत्री स्वास्थ्य सेवाएँ, और उन पर निर्भर का नियमित आयोजन सराहनीय है।



कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल अनुभव साझा किए और मगंदर्शन 'स्वच्छ मन अभियान' के अंतर्गत प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य विशेषज्ञों के रूप में काउंसलिंग एवं व्यवहारिक कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स कौशल विशेष्टा, श्री दिलबाग सिंह,

कृतिका भी शामिल हुई। इन्होंने नशा ग्रस्त व्यक्तियों के केस स्टडीज, नशामित के प्रभावी उपयों और पुनर्वास प्रक्रियाओं पर चर्चा की। पैनल विशेषमें ने नशामित केंद्रों के लिए इस दिशा में निरंतर प्रयासों की एनॉनिमस, चंडीगढ के सीपीसी जिनका मख्य फोक्स नशामिक और मानक संचालन प्रक्रियाएँ (एसओपी) चेगरमैन, श्री संजीव कौशल बतौर पुनर्वास पर खा है सॉफ्ट स्किट्स टेनर को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा मुख्य वक्ता शामिल हुए। उनके साथ एवं इमेज कंसल्टेंट, सुत्री देपाली वर्मा, सुविधाएँ, नशाग्रस्त व्यक्तियों की विद्यार्थियों को सशक्त बनाने के लिए अन्कोहोलिक्स एमॉनिमस, चंडीगढ अनवादक, शिक्षका एवं पत्रकार रूपम पहचान, उनके प्रवेश की प्रक्रिया, इस तरह के संवेदनशीलता कार्यक्रमों

परिवारजनों के लिए सहयोग व्यवस्था शमिल होनी चहिए

अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस के सदस्यों ने अल्कोहलिज्म से उन्नरने और सामाजिक जीवन में वापसी के अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि यह उनका प्रयास है कि समाज के विभिन्न मंचों पर इस प्रकार की सामाजिक चेतना और जागरूकता फैलाई जाए। कार्यक्रम के अंत में कार्यवाहक प्राचार्या नीना शर्मा ने गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन की सराहना की और कहा कि मानसिक स्वास्थ्य साक्षरता बढाने एव

एमसीएम में अल्कोहल एंड इग अवेयरनेस प्रोग्राम



चंडीगढ। चंडीगढ रिथत मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस के सहयोग से अल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्राम विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल स्वच्छ मन अभियान के अंतर्गत आयोजित की गई। इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस चंडीगढ के सीपीसी चेयरमैन संजीव कौशल बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए । उनके साथ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस चंडीगढ और दिंही से आए अन्य सँदस्यों ने भी विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य विशेषज्ञों के रूप में काउंसलिंग एवं व्यवहारिक कौशल विशेषज्ञ दिलबाग सिंह, जिनका मुख्य फोकस नशामुक्ति और पुनर्वास पर रहा है, सॉफ्ट स्किल्स ट्रेनर एवं इमेज कंसल्टेंट, दीपाली वर्मा, अनुवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार रूपम सिंह तथा सॉफ्टवेयर प्रोफेशनल कृतिका भी शामिल हुई।

कार्यशाला में विशेषज्ञों ने साझा किए अनुभव



चंडीगढ : सेक्टर-36 स्थित मेहर चंद्र महाजन डीएवी महिला कालेज (एमसीएम) में नशा मुक्ति और मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बद्धाने के उद्देश्य से एक कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का विषय था 'अल्कोहल एंड इम अवेयरनेस प्रोग्राम', जिसे गीतांजलि काउंसलिंग हेत्पलाइन और होस्टल कमेटी ने स्वच्छ मन अभियान के तहत एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनानिमस (एए) के सहयोग से आयोजित किया। गरव्य वक्ता के रूप में एएके सीपीसी वेयरगैन संजीव कौशल ने संबोधित किया। दिल्ली और वंडीगढ़ से आए एए सदस्यों ने भी अनुभव साझा किए और बताया कि किस तरह नशे की गिरफ्त से बाहर निकलकर सामान्य जीवन की ओर लौटा जा सकता है • जागरण

एमसीएम में मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला आयोजित



फेक्टरी मैंबर्स रिसोर्स वर्सन को समानित करते हुए।

स्वेदा न्यूज/ मीना, जंडिमानू, 21 मई: एस्सीएम डीएवी क्रिलेज फॉर वूर्मैन
सेकरर 36 की गीतांजनिक काउसिलंग हेरण्याहर एवं होस्टर कामेरी ने प्रत्यीक्त
अरूकोशित्मिक्त एसीनिमस के सदर्योग से अरूकेश्वर एंड हुण अर्थेक्टर्स व गीतांजनिक सार्वाचित करायोग से अरूकेश्वर एसीनिमस के सदर्योग करायोग करायोग सार्वाचित स्वास्त्र पहला स्वत्य अर्थानिक की आई।
इस कार्यावाला में अरूकोशितिनक्स एसीनिमस, चंडीगढ़ के सीपीसी चेरस्सीसत्रीवि करिशाल करीर मुख्य बनाता ग्रामित हुए। उनके साथ अरूकोशितक्स एसीनिमस, चंडीगढ़ की सीपीसी चेरस्सीसत्रीवि करिशाल करीर मुख्य बनाता ग्रामित हुए। उनके साथ अरूकोशितक्स एसीनिमस, चंडीगढ़ और उत्तर साथ अरूकोशितक्स एसीनिमस, चंडीगढ़ और टिल्ली से आए अन्त सदर्यों ने भी विचारिक्स में अन्त विदेशाली अरूपन साथ करायोगित की अरूपन विचारिक्स में अन्त विदेशाली कर पूर्व करायोगित हुए अरूपन सिंह किता स्वास्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वस्त्र स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वास्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम के स्वस्त्र हित्याम के सिविम्स के अर्थान के की स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र स्वस्त्र हित्य स्वस्त्र हित्याम स्वस्त्र स्वस्त है।

एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया

वंडीगढ़, स्टेट समाचार। विज

चंडीगढ़ स्थित मेहर चंद्र महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से 'अल्कोहल एंड डग अवेयरनेस प्रोग्राम' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल 'स्वच्छ मन मुख्य फोकस नशामुक्ति और पुनर्वास

एनॅनिमस, चंडीगढ़ के सीपीसी अनुवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार सुत्री शामिल होनी चाहिए। चेयरमैन, श्री संजीव कौशल बतौर रूपम सिंह तथा सॉफ्टवेयर प्रोफेशनल

पहचान, उनके प्रवेश की प्रक्रिया

अभियान' के अंतर्गत आवोजित की गई। पर रहा है, सॉफ्ट स्किल्स टेनर एवं इमेज स्वास्थ्य सेवाएँ, और उन पर निर्भ इस कार्यशाला में अल्कोदोलिक्स कंसल्टेंट, सुश्री दीपाली वर्मा, परिवारजनों के लिए सहयोग व्यवस्थ

मुख्य वक्ता शामिल हुए। उनके साथ सुन्नी कृतिका भी शामिल हुईं। इन्होने प्राचार्या श्रीमती नीना शर्मा ने गीतांजील अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस, चंडीगढ नशा ग्रस्त व्यक्तियों के केस स्टडीज, काउंसलिंग हेल्यलाइन की इस दिशा मे और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने भी नागामिक के प्रभावी ज्यायों और निरंतर प्रवासों की सराइना की और कहा विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव पुनवाँस प्रक्रियाओं पर चर्चा की। पैनल कि मानसिक स्वास्थ्य साक्षरता बढ़ाने साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। विशेषज्ञों ने नशामुक्ति केंद्रों के लिए एवं विद्यार्थियों को सशक्त बनाने के कार्यक्रम में अन्य विशेषज्ञों के रूप में मानक संचालन प्रक्रियाएँ (एसओपी) लिए इस तरह के संवेदनशीलता काउंसिलंग एवं व्यवहारिक कौशल को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा कार्यक्रमों का नियमित आयोज विशेषज्ञ, श्री दिलबाग सिंह, जिनका सुविधाएँ, नशाग्रस्त व्यक्तियों की सराहनीय है।

MCM conducts workshop on Alcohol, drug awareness program

CHANDIGARH, May 21: The Geetanjali Counselling Helpline and Hostel Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, in collabora-tion with NGO Alcoholics Anonymous (AA) conducted a workshop on 'Alcohol and Drug Awareness Program' under their mental health initiative of 'Swachh Mann Abhiyari, The resource persons were Sh. Sanjeev Kaushal, CPC Chairman, Alcoholies Anony-mous, Chandigarh and his team members from AA Chandigarh and Delhi to share their first-hand experiences, and provide insight and support to the students. Oth er experts included Sh. Dilbach er experts included Sh. Dilbach nous (AA) conducted a workshor and support to the students. Other experts included Sh. Dilbagh
Singh, Counselling and Behavior- S
al Skills Specialist with a strong if
focus on de-addiction and rehaebilitation, Ms. Deepali Verma, Soft ti
skills Trainer and Image Consulfatant, Ms. Roopam Singh, Translaitor, Teacher and Journalist, and s
Ms. Kritika, Software Profession- Ia
1. They discussed case studies of
alcoholic individuals and effective s
strategies of de-addiction. The pankills Trainer and Image Consul- for admission to centers, providen ant, Ms. Roopam Singh, Transla- ing health services, and extending for, Teacher and Journalist, and support ato their dependent families. Kritika, Software Profession- lies.

Being equipped with their perhealth literacy and regulacholic individuals and effective strategies of de-addiction. The pan and having resurrected to social more relevant psychosoc lists also highlighted the need for living through AA, it was their empower the students.



Standard Operating Procedures for de-addiction centers with nec-essary health facilities including the identification of drug addicts for admission to centers, provid-

endeavor to help create public awareness through the social and professional system at varied at ray or platforms. Officiating Prin-cipal Ms. Neena Sharma appreci-fice tanglai Conneciling, Helpline foetanglai Conneciling, Helpline to raise awareness about mental health literacy and regularly orga-nizing sensitisation programmes on relevant associations from the con-

एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का किया आयोजन

फास्ट मीडिया/चंडीगढ़/अंजू मोदगिल। चंडीगढ़ स्थित मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से 'अल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्राम' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल 'स्वच्छ मन अभियान' के अंतर्गत आयोजित की गई। इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस, चंडीगढ के सीपीसी चेयरमैन, श्री संजीव कौशल बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उनके साथ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस, चंडीगढ और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने भी विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य विशेषज्ञों के रूप में काउंसलिंग एवं व्यवहारिक कौशल विशेषज्ञ, श्री दिलबाग सिंह, जिनका मुख्य फोकस नशामुक्ति और पुनर्वास पर रहा है, सॉफ्ट स्किल्स ट्रेनर एवं इमेज कंसल्टेंट, सुश्री दीपाली वर्मा, अनुवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार सुश्री रूपम सिंह तथा सॉफ्टवेयर प्रोफेशनल सुश्री कृतिका भी शामिल हुईं। इन्होने नशा ग्रस्त व्यक्तियों के केंस स्टडीज, नशामुक्ति के प्रभावी उपायों और पुनर्वास प्रक्रियाओं पर चर्चा की। पैनल विशेषज्ञों ने नशामुक्ति केंद्रों के लिए मानक संचालन प्रक्रियाएँ (एसओपी) को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा सुविधाएँ, नशाग्रस्त व्यक्तियों की पहचान,

उनके प्रवेश की प्रक्रिया, स्वास्थ्य सेवाएँ, और उन पर निर्भर



परिवारजनों के लिए सहयोग व्यवस्था शामिल होनी चाहिए अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस के सदस्यों ने अल्कोहलिज्ञम से उबरने और सामाजिक जीवन में वापसी के अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि यह उनका प्रयास है कि समाज के विभिन्न मंचों पर इस प्रकार की सामाजिक चेतना और जागरूकता फैलाई जाए। कार्यक्रम के अंत में कार्यवाहक प्राचार्या श्रीमती नीना शर्मा ने गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन की इस दिशा में निरंतर प्रयासों की सराहना की और कहा कि मानसिक स्वास्थ्य साक्षरता बढ़ाने एवं विद्यार्थियों को सशक्त बनाने के लिए इस तरह के संवेदनशीलता कार्यक्रमों का नियमित आयोजन सराहनीय है।

मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया



वंडीगढ (ब्यूरो)। इर चंट महाजन

्वास्त्र पहिल अभियान के आर्थात अभियान के आर्थात अभियान के आर्थात एक्षीस्त्र के प्रतिकृष्ठ के स्वीवत प्रतिस्त्र को संगीत के स्वीवत प्रतिस्त्र का प्रतिस्त्र के स्वीवत अभ्योतिकास एक्षीस्त्र के स्वीवत और दिल्ली से आर अन्य सहस्त्रों ने भी विद्याविकों से अपने व्यक्तिस्त्र अनुस्त्र सहस्त्र में अपने प्रतिकृष्ठ प्रतिकृष्ठ कर्म सहस्त्र में अस्त्र विद्याविक स्वीवत्र सर्वेक्षास भेजप्ति विद्याविक स्वीवत्र सर्वेक्षास भेजप्ति विद्याविक स्वीवत्र सर्वेक्षास भेजप्ति विद्याविक स्वीवत्र सर्वेक्षास भेजप्ति स्वीवत्र सर्वेक्षास स्वीवत्र

मुख्य फोकस नशामुंका और पुनर्शक्रम पर यह है. संस्ट फिक्टब ट्रेना एवं संस्थ के संस्ट्रेट, मुझी खेजने वर्च, अनुवादक, त्रितिक्व एवं प्रकार मुझी रूपा में स्थान के स्वार्ट्ड, मुझी खेजने वर्च, अनुवादक, त्रितिक्व एवं प्रकार मुझी रूपा में स्थान में स्यान में स्थान में स्थान

ਐਮਸੀਐਮ ਡੀਏਵੀ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁਧ ਕਾਰਜਸ਼ਾਲਾ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 21 ਮਈ (ਬਠਲਾਣਾ): ਮੇਹਰ ਚੰਦ (ਐਮਸੀਐਮ) ਡੀ.ਏ.ਵੀ. ਕਾਲਜ ਫਾਰ ਵੁਮੈਨ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਹੋਸਟਲ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਗੈਰ ਸਰਕਾਰੀ ਸੰਗਠਨ ਅ ਲ ਕੇਂ ਹੋਂ ਲਿ ਕ ਸ



ਅਨੋਨਿਮਸ (ਏ.ਏ.) ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ 'ਬਰਾਬ ਤੇ ਨਸ਼ਾ ਜਾਗਰਕਤਾ ਕਾਰਜਸ਼ਾਲ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ 'ਸਵੱਛ ਮਨੂੰ ਅਭਿਆਨ' ਤਹਿਤ ਮਾਨਸਿਕ ਤੰਦਰਸਤੀ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸੀ। ਇਸ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸੋਤ ਵਿਅਕਤੀ ਸੰਜੀਵ ਕੌਸ਼ਲ, ਸੀ.ਪੀ.ਸੀ. ਚੇਅਰਮੈਨ, ਅਲਕੋਹੋਲਿਕਸ ਅਨੋਨਿਮਸ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਸਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਏ.ਏ. ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਟੀਮ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਿਜੀ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਉੱਪੰਚਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਤੀ। ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਸਾਹਰ ਦਿਲਬਾਘ ਸਿੰਘ (ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਬਿਹੇਵੀਅਰਲ ਸਕਿਲਜ਼ ਮਾਹਰ), ਮਿਸ ਦੀਪਾਲੀ ਵਰਮਾ (ਸੌਫਟ ਸਕਿਲਜ਼ ਟਰੇਨਰ ਅਤੇ ਇਮੇਜ ਕਨਸਲਟੈਂਟ), ਮਿਸ ਰੂਪਮ ਸਿੰਘ (ਅਨੁਵਾਦਕ ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਪੱਤਰਕਾਰ) ਅਤੇ ਮਿਸ ਕਿਤਿਕਾ (ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ) ਸ਼ਾਮਨ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਲਭ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਕੇਸ ਅਧਿਐਨ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਛਡਵਾਉਣ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਰਣਨੀਤੀਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ। ਪੈਨਲ ਵਲੋਂ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤੀ ਕੇਂਦਰਾਂ ਲਈ ਸਟੈਂਡਰਡ ਓਪਰੇਟਿੰਗ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰਜ਼ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ 'ਤੇ ਵੀ ਜ਼ੋਰ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿਚ ਨਸ਼ੇੜੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਮੁਹਈਆ ਕਰਵਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦੀ ਪ੍ਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦਿਆਂ ਕਾਲਜ ਦੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਪ੍ਰਿਸੀਪਲ ਮਿਸ ਨੀਨਾ ਬਰਮਾ ਨੇ ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਦੇ ਮਾਨਸਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਵਲ ਉਮੀਦਜਨਕ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਲਾਘਾ ਕੀਤੀ।

मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता पर कार्यशाला का आयोजन किया

ामार्ग न्यूज चंडीगढा मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ



अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से 'अल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्राम' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल स्वच्छ मन अभियान' के अंतर्गत आयोजित की गई।

इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स ्नॉनिमस, चंडीगढ़ के सीपीसी चेयरमैन, संजीव कौशल बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उनके साथ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस. चंडीगढ और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने भी विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव साद्रा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य विशेषज्ञों के रूप में काउंसलिंग एवं यवहारिक कौशल विशेषज्ञ.

नशामुक्ति और पुनर्वास पर रहा है सॉफ्ट स्किल्स टेनर एवं इमेज कंसल्टेंट. दीपाली वर्मा, अनवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार सुश्री रूपम सिंह तथा सॉफ्टवेयर प्रोफेशनल कृतिका भी शामिल हुईं। इन्होने नशा ग्रस्त व्यक्तियों के केस स्टडीज, नशामिक प्रभावी उपायों और पुनर्वास प्रक्रियाओं पर चर्चा की। कार्यक्रम के अंत में कार्यवाहक पाचार्या नीना शर्मा ने गीतांजलि काउंसलिंग हेल्पलाइन की इस दिशा में निरंतर प्रयासों की सराहना की और कहा कि मानसिक स्वास्थ्य साक्षरता ब्रह्मने एवं विद्यार्थियों को सशक्त बनाने के लिए इस तरह के संवेदनशीलता कार्यक्रमों का नियमित आयोजन सराहनीय है।

एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया

चंडीगढ़। चंडीगढ़ स्थित मेहर चंद महाजन डीएबी महिला महाविद्यालय की गीतांजलि काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के हयोग से हाअल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्रामह विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल ह्यस्वच्छ मन अभियानह्न के अंतर्गत आयोजित की गई।

इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस, वंडीगढ़ के सीपीसी चेयरमैन, श्री संजीव कौशल पंदीपाढूं के संपीची पेपरमें, औ संजीव कोजल वर्षों पूछवं बक्ता शामिल हुए। उनके साथ अक्कोतिलिक्स प्रतीम्म, पंदीमाढ़ और दिल्ली से आए अक्का सहस्यों ने भी विद्यापियों के अप्ते कोजनात अनुभव सात्राक्ष ने भी विद्यापियों के रूप में कर्रावित्त प्रताम संजावित कोणल विद्याप्त के रूप में कर्रावित्त पर्य क्षावित्त के सोहल विद्याप्त के रूप में कर्रावित्त पर्य क्षावित्त के सोहल विद्याप्त के स्थाप विद्याप्त मार्स, जिनका मुख्य फोकस नज्याप्ति केर पुनर्वास पर रात है, सॉस्ट क्लिस्स ट्रेन एवं मेंग कंस्स्टर, सुन्नी दीपाली चर्मा, अनुवादक, शिवित्ता एवं पत्रकार सुन्नी कप्पा निर्देश तथा भी शामिल हुईं।इन्होंने न्या प्रता व्यक्तियों के



केस स्टडीज, नशामुक्ति के प्रथावी उचारों और पुजबास प्रक्रिकाओं पर चर्चा की पेनल विशेषज्ञीने नहाजूकि केंद्रें के लिए मानक संचालन प्रक्रिक्यों, स्वाध्यक्त केंद्रें के लिए मानक संचालन प्रक्रिक्यों, इस प्रकार की सामाजिक चेता और आवश्यक बताया, जिनमें विश्वक्ति के आवश्यक बताया, जिनमें विश्वक्ति का आवश्यक विश्वक्ति के आवश्यक संवक्ति हैं, अपने के विश्वक्ति के अपने के अपने अनुष्यक्ति के अपने के व्यवक्ति के अपने अनुष्यक्ति के अनु

मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यशाला का किया आयोजन

नशा मुवित केंद्रों के लिए मानक संचालन प्रक्रियाओं को बताया आवश्यक

चंडीगढ़, 21 मई (आशीष): सैक्टर-36 स्थित मेहर चंद महाजन ही ए वी महिला महाविद्यालय की गीतांजलि काऊंसलिंग हैल्पलाइन एवं हॉस्टल कमेटी ने एन जी ओ. अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस के सहयोग से अल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्राम विषय पर

गरकाल: दोफार डेड में तीन बन्ने

कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल स्वच्छ मन अभियान के अंतर्गत आयोजित की गई। इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस के सी.पी.सी. चेयरमैन संजीव कौशल बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए।

उनके साथ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस, चंडीगढ़ और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने भी विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत

अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया कार्यक्रम में अन्य विशेषज्ञों के रूप में काऊंसलिंग एवं व्यवहारिक कौशल विशेषज्ञ दिलबाग सिंह जिनका मख्य फोकस नशामिक्त और पनर्वास पर रहा है, सॉफ्ट मुख्य फाकस नशामुनात आर पुनवास पर रहा ह, साफ्ट स्कित्स ट्रेनर एवं इमेज कंसल्टैंट दीपाली वर्मा अनुवादक, शिक्षिका रूपम सिंह तथा सांफ्टवेयर प्रोफेशनल कृतिका भी शामिल हुईं। इन्होंने नशा ग्रस्त व्यक्तियों के कस स्टडीज, नशामुक्ति के प्रभावी उपायों और पुनर्वास प्रक्रियाओं पर चर्चा की।

पैनल विशेषजों ने नशामक्ति केंद्रों के लिए मानक संचालन प्रक्रियाएं को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा सुविधाएं, नशाग्रस्त व्यक्तियों की पहचान, उनके प्रवेश की प्रक्रिया, स्वास्थ्य सेवाएँ, और उन पर निर्भर परिवारजनों के लिए सहयोग व्यवस्था शामिल होनी चाहिए। कार्यक्रम के अंत में कार्यवाहक प्राचाय नीना शर्मा ने गीतांजलि काऊंसलिंग हैल्पलाइन की इस दिशा में निरंतर प्रयासों की सराहना की।

एमसीएम ने मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया



ब्यूरो/गुड़गांव मेल

चंडीगढ़। चंडीगढ़ स्थित मेहर चंद महानज डीएवी महिला महानिद्यालय की गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एर्नीनमस (एए) के महत्योग से 'अल्कोहल एंड ड्रग अवेयरनेस प्रोग्राम' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य एहल 'स्वच्छ मन अभियान' के अंतर्गत आयोजित की गई। इस कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एर्नीनिमस, चंडीगढ़ के सीपीसी चेयरमैन, संजीव कौशल बतीर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उनके साथ अल्कोहोलिक्स एर्नीनिमस, चंडीगढ़ और दिल्ली से आए अन्य सदस्यों ने भी विद्यार्थियों से अपने व्यक्तिगत अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यक्रम में अन्य विरोधकों के रूप में कार्यक्रम में अन्य विरोधकों के रूप में कार्यक्रम में अन्य विरोधकों के रूप में कार्यक्रम मार्ग्यक्ति और पुनर्वास पर रहा है, साँपट स्किल्स ट्रेनर एवं इमेज कंसल्टेंट, दीपाली वर्मा, अनुवादक, शिक्षिका एवं प्रक्कार रूपम सिंह तथा साँपट्वेयर प्रोफेशनल कृतिका भी शामिल हुई। पैनल विरोधकों ने नशामुक्ति केंद्रों के लिए मानक संचालन प्रक्रियाएँ (एसओपी) को आवश्यक बताया, जिनमें चिकित्सा सुविशाएँ, नशाग्रस्त व्यक्तियों की पहचान, उनके प्रवेश की प्रक्रिया, स्वास्थ्य सेवाएँ, और उन पर निर्भर परिवारजनों के लिए।

एमसीएम में मादक द्रव्यों के प्रति जागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला आयोजित

उत्तम हिन्दू न्यूज नेटवर्क

खंडीगढ (रिज)ः चंडीगढ़ स्थित मेहर चंद महाजन डीएली महिला महालिवालन को गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन एवं होस्टल कमेटी ने एनजीओ अल्कोहोलिक्स एनॉनिमस (एए) के सहयोग से 'अल्कोहाल एंड ड्रा अलंबरनेस प्रोप्ताम' तिथाय पर कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला मानसिक स्वास्थ्य पहल 'स्वच्छ मन अभियान' के अंतर्गत आयोजित की गई। कार्यशाला में अल्कोहोलिक्स एनॅनिमस, चंडीगढ़ के सीपीसी चेयरमैन, संजीव कौशल बतीर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उनके साथ अल्कोहोलिक्स एनॅनिमस, चंडीगढ़ और उल्कोहोलिक्स एनॅनिमस, चंडीगढ़ और विद्यार्थियों से अपने व्यक्तियत अनुभव साझा किए और मार्गदर्शन प्रदान किया। कार्यअम में अन्य विशेषग्रों के रूप में काउंसिलिंग एवं व्यवहारिक कौशल



एमसीएम में आयोजित कार्यशाला का दश्य।

विशेषज्ञ, दिलबाग सिंह, जिनका मुख्य फोकस नशामुक्ति और पुगर्वास पर रहा है, सांपट सिकरन्स ट्रेनर एवं इंगेज कंसल्टेंट, सुश्री दीपाली बर्मा, अनुवादक, शिक्षिका एवं पत्रकार सुश्री रूपम सिंह तथा सांपटवेथर प्रोपेशनल सुश्री कृतिका भी शामिल हुई। अंत में कार्यवाहक प्राचार्य नीना शर्मा ने गीतांजिल काउंसलिंग हेल्पलाइन को इस दिशा में निरतर प्रयासो को सराहना की और कहा कि मानसिक स्वास्थ्य साधरता बख्ने एवं विद्यार्थियों को सशक बनाने के लिए इस तरह के सबेदनशीलता कार्यक्रमों का नियमित आयोजन सरावनीय है।

MCM conducts workshop on alcohol and drug awareness program



CHANDIGARH, MAY 21

The Geetanjali Counselling Helpline and Hostel Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, in collaboration with NGO Alcoholics Anonymous (AA) conducted a workshop on 'Alcohol and Drug Awareness Program' under their mental health initiative of 'Swachh Mann Abhiyan'.

The resource persons were Sanjeev Kaushal, CPC Chairman, Alcoholics Anonymous, Chandigarh and his team members from AA Chandigarh and Delhi to share their first-hand experiences, and provide insight and support to the students. Other experts in cluded Dilbagh Singh, Counselling and Behavioral Skills Specialist with a strong focus on de-addiction and rehabilitation, Ms. Deepali Verma, Soft skills Trainer and Image Consultant, Ms. Roopam Singh, Translator, Teacher and Journalist, and Ms. Kritika, Software Professional. They discussed case studies of alcoholic individuals and effective strategies of de-addiction.