

Gurukul Mahila Mahavidyalaya, Raipur (C.G)

Session (2021-22)

REPORT

Event	: Guest lecture
Topic	: Stress free teaching
Lecturer	: Kajal Ramchandani
Designation	: Trainer, Art of living
Date	: 11/10/21
Time	: 11.00—1.00



Program detail

स्थान : गुरुकुल परिसर.

दिनांक : 12/10/21 समय: प्रातः 11:00 बजे

स्ट्रेस फ्री टीचिंग पर कार्यशाला

आज गुरुकुल महिला महाविद्यालय कालीबाड़ी रोड रायपुर में दिनांक 11 अक्टूबर 2021 को महाविद्यालय प्राध्यापकों के लिए stress-free टीचिंग विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। आर्ट ऑफ लिविंग एक गैर सरकारी संस्था है जिसका उद्देश्य हिंसा मुक्त एवं तनाव मुक्त समाज का निर्माण करना है। 156 देशों से ज्यादा देशों में इनकी शाखाएं हैं। इस कार्यशाला में प्रशिक्षण हेतु प्रशिक्षक के रूप में काजल रामचंदानी आर्ट ऑफ लिविंग की शिक्षिका उपस्थित हुईं। इन्होंने अपने कार्यक्रम में बताया कि प्राणायाम, योगा और ध्यान की सहायता से हम चिंता से मुक्त रह सकते हैं तथा जीवन को खुशहाल बना सकते हैं प्राणायाम एवं योगा की तकनीक को शिक्षकों को ध्यान करके सिखाया। महाविद्यालय के प्राचार्य सहित समस्त प्राध्यापक इस कार्यक्रम में उपस्थित हुए।

