GPS Map Camera
Navapara,
Chhattisgarh, India
Xrfv+h27, Navapara, Chhattisgarh
493881, India
Lat 20.97405° Long 81.842749°
23/08/25 12:10 PM GMT +05:30
24.39° C
Google

छात्राओं ने सीखे आत्मरक्षा के गुर, रोजमर्रा की चीजों से भी कर सकती हैं बचाव

नवापारा-राजिम @ पत्रिका शासकीय नवीन कन्या महाविद्यालय में 'आत्मरक्षा' विषय पर विशेष जागरूकता एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित हुआ। कार्यक्रम में मार्शल आर्ट ट्रेनर जितेंद्र कुमार यादव ने छात्राओं को आत्मरक्षा के व्यावहारिक तरीके सिखाए। उन्होंने प्रैक्टिकल डेमो के जरिए बताया कि मुश्किल हालात में पेन, बोतल, मोबाइल, बैग और गाड़ी की चाबी जैसे रोजमर्रा की चीजों का इस्तेमाल आत्मरक्षा में कैसे किया जा सकता है।

महाविद्यालय की पूर्व छात्रा प्रिंसी साहू, जो लंबे समय से इस प्रशिक्षण से जुड़ी हैं, ने छात्राओं को आत्मविश्वास और आत्मबल का महत्व समझाया। उन्होंने कहा कि आत्मविश्वास के सहारे महिलाएं हर कठिन परिस्थिति का डटकर सामना कर सकती हैं। उन्होंने यह भी साझा किया कि इस प्रशिक्षण ने उनके व्यक्तित्व में नया आत्मबल पैदा किया है।

ट्रेनर यादव ने गीता के प्रसंग और शरीर विज्ञान को जोड़कर प्रशिक्षण को और रोचक बनाया। उन्होंने छात्राओं को समझाया कि सतर्कता और साहस से किसी भी अवांछित घटना को टाला जा सकता है।

कार्यक्रम का संचालन डॉ. प्रियंका सिंह ने किया। इस मौके पर महाविद्यालय के सहायक प्राध्यापक डॉ. सुधीर कुमार अग्रहरि, डॉ. सरोज चक्रधर, योगेश देवांगन, तुलेश्वरी साहू सहित कॉलेज स्टाफ मौजूद रहे।

नवभारत
छत्तीसगढ़ • ओडिशा
Baloda Bazar - 24 Aug 2025 - 24balb7
epaper.navabharat.news

कन्या महाविद्यालय में आत्मरक्षा पर प्रशिक्षण

नवापारा राजिम। शासकीय नवीन कन्या महाविद्यालय, गोबरा नवापारा, रायपुर में 'आत्मरक्षा' पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन हुआ, जिसमें मार्शल आर्ट ट्रेनर जितेंद्र कुमार यादव द्वारा छात्राओं को आत्मरक्षा जैसे महत्वपूर्ण विषय पर प्रशिक्षण दिया गया । ट्रेनर के साथ महाविद्यालय की पूर्व छात्रा प्रिंसी साहू जो कि लंबे समय से इस प्रशिक्षण से जुड़ी हैं, ने भी छात्राओं को आत्मविश्वास और आत्मबल के महत्व पर ओजपूर्ण शैली में मार्गदर्शन दिया । उन्होंने कहा कि इस प्रशिक्षण से जुड़कर उनके व्यक्तित्व में आत्मविश्वास का संचार हुआ है। ट्रेनर ने प्रैक्टिकल करके छात्राओं को सिखाया कि कैसे वे विपरीत परिस्थिति में अपने आसपास की वस्तुओं जैसे पेन, बोतल, मोबाइल, कॉलेज बैग, गाड़ी की चाबी आदि को अपनी सुरक्षा के लिए इस्तेमाल कर सकते हैं । उन्होंने गीता के प्रसंग व शरीर विज्ञान का समन्वय कर रोचक ढंग से प्रशिक्षण दिया । साथ ही छात्राओं को प्रेरित किया कि अपने साहस से आप अवांछित घटनाओं को टाल सकते हैं। इसके लिए सजग और सावधान रहना आवश्यक है। कार्यक्रम का संचालन डॉ. प्रियंका सिंह ने किया । प्रशिक्षण में छात्राएँ, महाविद्यालय के सहायक प्राध्यापकगण डॉ. सुधीर कुमार अग्रहरि, डॉ. सरोज चक्रधर, योगेश देवांगन, तुलेश्वरी साहू एवं कर्मचारीगण उपस्थित रहे ।

GPS Map Camera
Navapara,
Chhattisgarh, India
Xrfv+h27, Navapara, Chhattisgarh
493881, India
Lat 20.974007° Long 81.842816°
23/08/25 12:14 PM GMT +05:30
24.39° C
Google

शासकीय नवीन कन्या महाविद्यालय
GPS Map Camera
Navapara, Chhattisgarh, India
Xrfv+h27, Navapara, Chhattisgarh 493881, India
Lat 20.974011° Long 81.842838°
23/08/25 12:25 PM GMT +05:30
24.39° C
Google

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय नवीन कन्या महाविद्यालय, गोबरा नवापारा,
जिला–रायपुर (छत्तीसगढ़)
Web Site: www.girlsgobra-nawaparaclg.edu.in
Email id :- govt.girlsclg.gobra@gmail.com

गोबरा–नवापारा, दिनांक 20/08/2025

//सूचना//

इस महाविद्यालय के समस्त छात्राओं को सूचित किया जाता है, कि 23/08/2025 को क्रीड़ा विभाग के द्वारा 'Self Defence Awareness Program' का आयोजन किया जा रहा है।

अतः समस्त छात्राएँ प्रातः 11:30 बजे अपनी उपस्थिति सेमीनार हॉल में देना सुनिश्चित करें।

क्रीड़ा प्रभारी
डॉ. प्रियंका सिंह

20-08-25
डॉ. (श्रीमती) मधु श्रीवास्तव
प्राचार्य
शासकीय नवीन कन्या महाविद्यालय गोबरा–नवापारा
जिला–रायपुर (छ.ग.)