पंजाब केसरी 05/12/2024

फिट इंडिया सप्ताह के तहत जी.एम.एन. कॉलेज के विद्यार्थियों ने बनाए प्रेरक पोस्टर

अम्बाला, 4 दिसम्बर (बलराम): छावनी के जी.एम.एन. कॉलेज ने फिट इंडिया सप्ताह के पांचवें दिन विद्यार्थियों ने प्रेरक पोस्टर बनाकर अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। संयोजक डा. नेहा अग्रवाल के नेतृत्व में आयोजित इस गतिविधि का मुख्य उद्देश्य छात्रों को फिटनैस और स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना था।

इस अवसर पर कॉलेज के प्राचार्य डा. रोहित दत ने कहा कि आज के युग में छात्रों को पढ़ाई के साथ-साथ अपने स्वास्थ्य पर भी ध्यान देना चाहिए। अच्छा स्वास्थ्य न केवल उनके जीवन को बेहतर बनाता है, बल्कि उन्हें उनके भविष्य के लक्ष्यों को प्राप्त करने में भी सहायता करता है। कॉलेज का प्रयास है कि विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से छात्रों को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित किया जाए।

जी.एम.एन. कॉलेज में फिट इंडिया सप्ताह के तहत बनाए पोस्टर दिखाते विद्यार्थी। (देवदत्त)

डा. नेहा अग्रवाल ने बताया कि यह कार्यक्रम विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यू.जी.सी.) के दिशा-निर्देशों के तहत आयोजित किया गया, जिसमें विद्यार्थियों को समझाया गया कि स्वास्थ्य ही जीवन का सबसे बड़ा धन है। इस प्रकार की गतिविधियां छात्रों को शारीरिक और मानसिक रूप से सशक्त बनाने के लिए प्रेरित करती हैं।

इस कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने अपनी रचनात्मकता के माध्यम से फिटनेस का संदेश दिया। छात्रों ने अपने पोस्टरों के माध्यम से यह दिखाया कि नियमित व्यायाम, संतुलित आहार और सकारात्मक मानसिकता का जीवन में कितना महत्व है।