

दैनिक जागरण 06/03/2025

छात्राओं को आत्मरक्षा के लिए टिप्स

जासं • अंबाला : गांधी मेमोरियल नेशनल कालेज की एनएसएस इकाई द्वारा छात्राओं के लिए आत्मरक्षा प्रशिक्षण का आयोजन किया। महिलाओं की सुरक्षा के लिए बढ़ती चिंता के साथ, आत्मरक्षा प्रशिक्षण कालेजों में लड़कियों के सशक्तिकरण का एक अनिवार्य घटक बन गया है। प्रिंसिपल डा. रोहित दत्त ने कालेज में लड़कियों के लिए आयोजित आत्मरक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम के महत्व, लाभ और मुख्य बातों पर प्रकाश डाला।

इसका उद्देश्य लड़कियों को आत्मरक्षा कौशल से सशक्त बनाना, उन्हें कमजोर परिस्थितियों में खुद को बचाने के लिए व्यावहारिक तकनीकों से लैस करना और लड़कियों में आत्मविश्वास और आत्म-सम्मान को बढ़ावा देना है। डॉ. सरोज ने कहा लड़कियों में आत्मविश्वास बढ़ेगा। इस तरह के प्रशिक्षण से लड़कियों में कमजोर परिस्थितियों से निपटने के लिए अधिक आत्मविश्वास और सशक्तिकरण की भावना पैदा होगी।