

पंजाब क्रेशरी 14-12-2024

# जी.एम.एन. कॉलेज में फिट इंडिया सप्ताह के तहत हुई उद्यमिता निर्माण गतिविधि

अम्बाला, 13 दिसम्बर (बलराम): छावनी स्थित जी.एम.एन. कॉलेज के प्राचार्य डा. रोहित दत्त के मार्गदर्शन में प्रबंधन विभाग के सहयोग से कॉलेज में इनोवेशन एंड एंटरप्रेन्योरशिप डिवेलपमेंट सैल (आई.डी.सी.)

द्वारा शुक्रवार को फिट इंडिया सप्ताह 2024 के तहत उद्यमिता निर्माण गतिविधि का आयोजन किया।

इस गतिविधि की शुरुआत आई.डी.सी. संयोजक प्रो. नीलम के स्वागत भाषण के साथ हुई, जहां उन्होंने योग संस्थान, अम्बाला छावनी में योग प्रशिक्षक पवन शर्मा का स्वागत किया। छात्रों को पारंपरिक प्रथाओं जैसे ऐप्स के विकास, ऑनलाइन पाठ्यक्रम एवं वर्चुअल योग सत्र के साथ प्रौद्योगिकी के संयोजन के बारे में रचनात्मक रूप से सोचने के लिए प्रोत्साहित किया। एक निर्देशित योग सत्र आयोजित किया गया, जिसमें सांस लेने के व्यायाम (प्राणायाम),



जी.एम.एन. कॉलेज में फिट इंडिया सप्ताह के तहत उद्यमिता निर्माण गतिविधि में भाग लेते विद्यार्थी एवं योग प्रशिक्षक। (देवदत्त)

बुनियादी आसन और ध्यान तकनीकों पर जोर दिया गया।

छात्रों और शिक्षकों ने सक्रिय रूप से भाग लिया और लचीलापन, शक्ति एवं मानसिक स्पष्टता में सुधार पर ध्यान केंद्रित किया। सत्र का उद्देश्य छात्रों को यह दिखाना था कि कैसे इन प्रथाओं को बेहतर शारीरिक और भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए उनके दैनिक दिनचर्या में शामिल किया जा सकता है।

गतिविधि समन्वयक डा. रवनीत कौर ने जानकारी दी कि छात्र कैसे अपने दैनिक जीवन में स्वास्थ्य प्रथाओं को एकीकृत कर सकते हैं और उन्हें स्थायी व्यवसाय मॉडल में

बदल सकते हैं। छात्रों को कल्याण और फिटनेस क्षेत्रों में उद्यमिता की तलाश करने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। शारीरिक शिक्षा विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. बृजेश कुमार ने इस कार्यक्रम की सफलता के लिए पूरी आयोजन टीम को बधाई दी और अपने बहुमूल्य समय को कम करने एवं छात्रों को अपनी उद्यमी यात्रा में विचार करने के लिए प्रेरित करने के लिए हमारे सम्मानित अतिथि के प्रति आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम में लगभग 90 छात्रों ने भाग लिया। इस अवसर पर डा. अमीता सहित शैक्षणिक एवं गैर शैक्षणिक विभाग के सदस्य भी विशेष रूप से उपस्थित रहे।