



SATIMATA SHIKSHAN SANSTHA'S

DR. M. K. UMATHE COLLEGE

APPROVED BY GOV.T OF MAHARASHTRA & AFFILIATED TO RTM NAGPUR UNIVERSITY

Reaccredited
by
NAAC with
B++

Lokseva Nagar, Bhamti, Ring Road, Nagpur - 440 022.

Ph. No. 0712 2227062, Fax : 0712 2230460 | mku_rmc@yahoo.co.in, umathecollege@gmail.com | Website : www.umathecollege.org

Shri Kishor Umathe
Secretary

Dr. D. V. Naik
Principal

Ref. No. MKU

Date : 10.08.2019

अहवाल

डॉ. एम.के. उमाठे कॉलेज, नागपूर करिअर गाइडन्स आणि कॉउंसेलिंग सेल व परम चैतन्य फाऊंडेशन नाशिक यांच्या संयुक्त विद्यमाने दि. 10.8.2019 शनिवार रोजी रूम नं. १७ मध्ये ९.१० वाजता 'ध्यान पध्दती व्दारे व्यक्तीमत्व विकास' या विषयावर विशेष व्याख्यानाचे आयोजन करण्यात आले होते. या कार्यक्रमाचे अध्यक्ष डॉ दिलीप सुखदेवे हे होते तर प्रमुख अतिथी श्रीमती आरती सिंह हया होत्या. या प्रसंगी परमचैतन्य फाऊंडेशनच्या श्रीमती सरला पुरोहित व श्रीमती सिमा सिंघम उपस्थित होत्या.

प्रमुख वक्त्या आरती सिंह यांनी वर्तमान तनावपूर्ण जीवना मध्ये मणुष्याला अनेक समस्यांचा सामना करावा लागतो. शारिरीक, मानसिक, बौद्धिक आणि संवेदनशिल समस्या निर्माण होण्यामागे तणावपूर्ण जीवन आहे. यामुळे अनेक प्रकारच्या आरोग्य समस्या निर्माण झाल्या आहेत. वाढत्या स्पर्धा मुळे विद्यार्थी दशेत अनेक प्रश्न निर्माण होत आहेत. त्यासाठी ध्यान पध्दती महत्वाची असून त्या पासून तणावमुक्त जीवन जगू शकतो. तसेच ध्यान पध्दतीचे महत्व त्यांनी सांगितले.

शेवटी विद्यार्थ्यांना २० मिनीट ध्यान साधना घेण्यात आली. या कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रा. विनोद खेडकर यांनी केले तर आभार प्रा. हर्षवर्धन लांजेवार यांनी केले.

प्राचार्य

PRINCIPAL
Dr. M. K. Umathe College
Nagpur - 440022

