


GURU GOBIND SINGH COLLEGE FOR WOMEN
SECTOR 26, CHANDIGARH

GGSCW REKHI CENTRE OF EXCELLENCE
FOR THE SCIENCE OF HAPPINESS

 In Collaboration with
DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY 

Is Organising a Mental Health Camp
to celebrate

World
MENTAL
HEALTH
Day

8th to 10th October, 2024
TIME: 9:30 AM
VENUE: GGSCW CAMPUS

Entries are invited for:

1. Poster Making on
2. Poetry Writing
3. Photography
4. Art Therapy
5. Music & Dance Therapy

Major Attractions:

1. Know Your Personality
2. Stress Check
3. Counselling in Person

HoD Psychology
Dr. Savneet Kaur

Coordinator
Dr. Reena Parti

Principal
Dr. Jatinder Kaur



जीजीएससीडब्ल्यू के छात्रों ने जानी आर्ट थेरेपी

चंडीगढ़। जीजीएससीडब्ल्यू के रेखी सेंटर ऑफ एक्सीलेंस फॉर द साइंस ऑफ हैप्पीनेस के वेलनेस गेटवे ने मनोविज्ञान विभाग के सहयोग से तीन दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य शिविर आठ-दस अक्टूबर की सफलतापूर्वक मेजबानी की। शिविर का उद्देश्य कविता लेखन, पाठ, नारा लेखन, पोस्टर बनाना, फोटोग्राफी और व्यक्तित्व मूल्यांकन सहित विविध रचनात्मक गतिविधियों के माध्यम से छात्रों के बीच मानसिक कल्याण को बढ़ावा देना है। छात्रों ने स्थिरता को बढ़ावा देते हुए रेडियंट रिदम और आर्ट थेरेपी पर कार्यशालाओं के माध्यम से खुद को खोला और अभिव्यक्त किया। मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ और इकसाई कंसल्टेंसी, मुंबई की निदेशक अनीत बेदी ने जीवन की चुनौतियों से निपटने में सामूहिक समर्थन के महत्व पर जोर देते हुए, अच्छे मानसिक स्वास्थ्य के महत्व पर जोर देते हुए एक महत्वपूर्ण ऑनलाइन व्याख्यान दिया। शिविर का समापन मनोविज्ञान विभाग के छात्रों द्वारा आयोजित निःशुल्क व्यक्तित्व परीक्षण के साथ हुआ।

जीजीएससीडब्ल्यू-26, चंडीगढ़ में वेलनेस गेटवे, तीन दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य शिविर



छात्रों, स्टेड अकाशा।

जीजीएससीडब्ल्यू के रेखी गेटवे और एक्सलेंस परिसर में आयोजित मानसिक स्वास्थ्य शिविर के माध्यम से 3-दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य शिविर (8-10 अक्टूबर, 2024) की सफलतापूर्वक योजना की। शिविर का उद्देश्य कक्षाएं/घर, नया लेखन, फोटो बनाना, पोस्टर बनाने और व्यक्तिगत मूल्यांकन सहित विभिन्न

रचनात्मक गतिविधियों के माध्यम से छात्रों के बीच मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देना है। छात्रों ने शिविर को बढ़ावा देने के लिए पोस्टर बनाने और अर्ट थोपी पर कार्यशाळाओं के माध्यम से खुद को व्यक्त करने और अभिव्यक्त किया। मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ और इकाई कंसल्टंट, मुंबई की निदेशिका, सुश्री अनीता बेदी ने जीवन की चुनौतियों से निपटने में समुदायिक समर्थन के महत्व पर जोर देते हुए, अच्छे मानसिक स्वास्थ्य

के महत्व पर जोर देते हुए एक महत्वपूर्ण अधिगम कार्यक्रम दिया। शिविर का सम्मान मानसिक विभाग के छात्रों द्वारा आयोजित नि:शुल्क व्यक्तिगत परीक्षण के साथ हुआ। इस शिविर का आयोजन करके, जीजीएससीडब्ल्यू ने मानसिक स्वास्थ्य का समर्थन करने, अपने मूल्यों और छात्र कल्याण के प्रति समर्पण का प्रदर्शन करने की अपनी प्रतिबद्धता को पुष्टि की।

3-Day Mental Health Camp organised

THE AMAN SANDESH TIMES

Chandigarh : The Wellness Gateway at GGSCW's Rekhi Centre of Excellence for the Science of Happiness, in collaboration with the Department of Psychology, successfully hosted a 3-Day Mental Health Camp (8-10 October, 2024). The camp aimed to promote mental well-being among students through diverse creative activities, including poetry writing/recitation, slogan writing, poster making, photography, and personality assessment. Students unwound and expressed themselves through workshops on Radiant Rhythms and Art



Therapy, fostering stability. Mental Health Expert and Director of Ikasai Consultancy, Mumbai, Ms. Aneet Bedi, delivered a pivotal online lecture emphasizing the importance of good mental health, stressing the significance of collective support in coping with life's challenges.

The camp culminated in free personality testing conducted by Psychology Department students. By organizing this camp, GGSCW reaffirmed its commitment to supporting mental well-being, demonstrating its values and dedication to student welfare.