# APPEAL/NOTICE

In order to reassure the students community of the college to avoid any kind of stress or panic such as their study, health and related issues in the prevailing situation arises due to pandemic of Covid-19, a helpline has been provided by the college for them. The experts from the college will help the students in solving the issues related to their mental health, psychological concerns and well being of the students of the college.

The following members of the staff are hereby deputed to help the students especially during the pandemic of Corona Virus (Covid-19) through interactions etc. to remain calm and stress free. The members of the staff are also requested to provide them immediate necessary help in need.

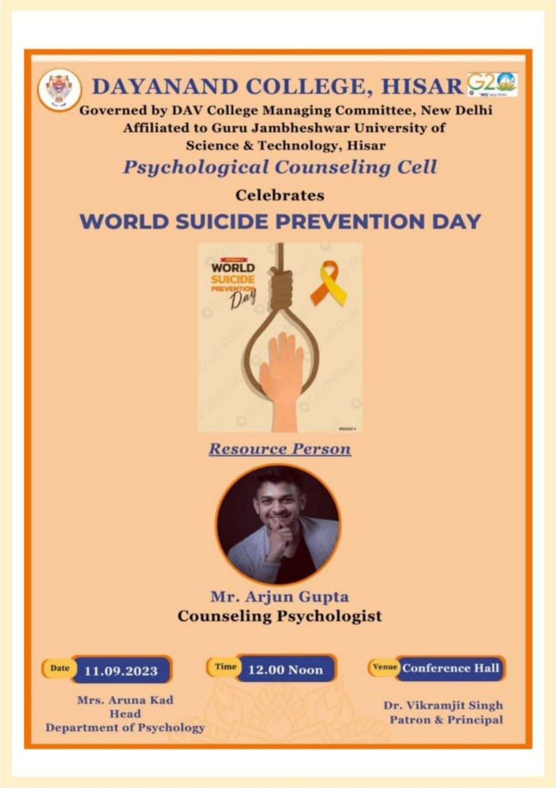
| Sr. No. | Name | Time | Contact Number | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Ms. Aruna Kad<br>Associate Prof. of Psychology | 12:00 noon to 02:00 pm | 9215292157 | 18 students sensitized |
| 2. | Dr. Sharmila Gunpal<br>Assistant Prof. of Psychology | 03:00 pm to 05:00 pm | 9468360902 | 15 " |
| 3. | Dr. Renu Rathee<br>Associate Prof. of Psychology | 05:00 pm to 07:00 pm | 9896210656 | 15 " |

Students may take the help of the above teachers in case of any psychological issues.

Principal

# Psychological Counselling Cell Activities

## World Suicide Prevention Day on 10.09.2023.



# आत्महत्या का विचार आना एक बहुत गंभीर समस्याः अर्जुन गुप्ता

नभ-छोर न्यूज ▸▸ 11 सितंबर

हिसार। दयानन्द महाविद्यालय, में विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के उपलक्ष में मनोविज्ञान विभाग की साइकोलॉजिकल काउंसलिंग सेल द्वारा एक एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन किया गया। मुख्य वक्ता अर्जुन गुप्ता व डॉ. विक्रमजीत सिंह ने कहा कि इस दिवस को मनाने का उद्देश्य लोगों में आत्महत्या न करने के प्रति जागरूकता पैदा करना है। उन्होंने बताया की आत्महत्या का विचार आना एक बहुत गंभीर समस्या है तथा 10 में से हर एक इसके बारे में जरुर सोचता है। उनके अनुसार यह एक मनोवैज्ञानिक समस्या है तथा यदि ऐसा विचार आ रहा है तो किसी की सहायता अवश्य लेनी चाहिए या बात करनी चाहिए। ऐसे विचार तनाव की स्थिति में आ सकते हैं और हमे सहायता की जरूरत होती है। उन्होंने अपने अनुभवों को विद्यार्थियों के साथ साझा किए। मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरुणा कद ने डॉ. रेनू राठी और डॉ. शर्मिला आदि मौजूद थी।

# दयानन्द महाविद्यालय में 'विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस' पर एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन

पाठकपक्ष न्यूज

हिसार, 12 सितम्बर : दयानन्द महाविद्यालय, हिसार में 'विश्व आत्महत्या रोकथाम' दिवस के उपलक्ष में मनोविज्ञान विभाग की 'साइकोलॉजिकल काउंसलिंग सेल' के द्वारा एक एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन किया गया। इस उपलक्ष पर अर्जुन गुप्ता (Counselling Psychologist) मुख्य वक्ता रहे। सबसे पहले महाविद्यालय के प्राचार्य डॉक्टर विक्रमजीत सिंह ने इस दिवस पर की उपयोगिता पर प्रकाश डालते हुए बताया की इस दिवस को मनाने का उद्देश्य लोगों में आत्महत्या न करने के प्रति जागरूकता पैदा करना है। इसके बाद मुख्य वक्ता श्री अर्जुन गुप्ता ने अपने संबोधन के माध्यम से विद्यार्थियों को जागरूक करने का प्रयास किया। उन्होंने बताया की आत्महत्या का विचार आना एक बहुत गंभीर समस्या है तथा 10 में से हर एक इसके बारे में जरुर सोचता है। उनके अनुसार यह एक मनोवैज्ञानिक समस्या है तथा यदि ऐसा विचार आ रहा है तो किसी की सहायता अवश्य लेनी चाहिए या बात करनी चाहिए। ऐसे विचार तनाव की स्थिति में आ सकते है और हमे सहायता की जरुरत होती है। उन्होंने अपमे अनुभवों को विधार्थियों के साथ साँझा किया तथा उनसे अपील की कि ऐसे व्यक्ति की सहायता जरुर करनी चाहिए जिसमे ऐसे विचार आ रहे हों। मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरुणा कद ने अंत में सभी का धन्यवाद किया। डॉक्टर रेनू राठी और डॉक्टर शर्मीला गुन्पल ने इस आयोजन में अपनी अहम् भूमिका निभाई। इस अवसर पर मनोविज्ञान विभाग के सभी विद्यार्थियों ने बाद चढ़ कर भाग लिया।

# Five Days International Workshop on Mental Health and Wellbeing:Psychological Intervention from 8-12 February, 2021

DAYANAND COLLEGE, HISAR
Accredited with 'A' Grade by NAAC
Governed by DAV College Managing Committee, New Delhi
Affiliated to Guru Jambheshwar University of Science & Technology, Hisar

Department of Psychology
Invites you to join an International Workshop on
Mental Health & Well-being: Psychological Interventions

From 8th Feb. to 12th Feb. 2021 at 12:30 pm

Eminent Speakers:

8th Feb. 2021
Dr. Dinesh Kataria
Director Professor &
HoD of Psychiatry
Lady Hardinge Medical College, Delhi
Topic: Mental Health: An overview

9th Feb. 2021
Dr. Krishan K Sony
Assistant Professor
(Clinical Psychology)
Dept. of Psychiatry,
PGIMER, Chandigarh
Topic: Women Mental Health Issues
& its Management: A Challenge

10th Feb. 2021
Dr. Manjit Rehal, Psychiatrist
(Associate Fellow British
Psychology Society)
Topic: Silent Pandemic- Sexua
violence & its impact on surviv

11th Feb. 2021
Prof. Promila Batra
Consulting Psychologist,
Retd. Professor of Psychology & Dean
M.D.U. Rohtak
Topic: Virtues and Mental Health

12th Feb. 2021
Prof. Rajbir Singh
Faculty of Behavioural Science,
SGT University, Gurugram
Topic: Positive psychology interventions to enhance well being and mental health

और तुमने कहा, सदा आता रहे। बुनती थीं। कैसा रंगीन था। कैसा संघर्ष नहीं।

## देश में 10 करोड़ मानसिक रोगियों के लिए केवल 10,000 डाक्टर्स उपलब्ध-प्रो. राजबीर

पाठकपक्ष न्यूज

हिसार, 14 फरवरी : दयानन्द महाविद्यालय, हिसार के मनोविज्ञान विभाग के तत्वाधान में आयोजित पांच दिवसीय वर्कशाप के अन्तिम दिन वर्कशाप की शुरूआत करते हुए मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरूणा कद ने मुख्यवक्ता का परिचय करवाया। मुख्यवक्ता के रूप में प्रो. राजबीर सिंह, बिहेवियरल साईंस, फैकल्टी ऑफ बिहेवियरल साईंस, एस.जी.टी. यूनिवर्सिटी, गुड़गांव ने अपने विचार प्रकट किए। उन्होंने अपने वक्तव्य में आंकड़ों की सहायता से मानसिक बीमारियों में आ रहे उछाल की तरफ सबका ध्यान आकर्षित किया। उन्होंने बताया कि भारत में 1990 के बाद से अवसाद के दोगुने से भी ज्यादा लोग ग्रसित हो गए हैं। अवसाद और चिंता के केस लगातार बढ़ रहे हैं, परन्तु 10 करोड़ मानसिक रोगियों के लिए केवल 10,000 डाक्टर्स उपलब्ध हैं। भारत में परिस्थितियां मनोरोगियों के लिए सामान्य नहीं हैं। प्रोफेसर राजबीर सिंह ने बताया कि पोजिटिव डेवियेन्ट बिहेवियर के द्वारा समाज में बदलाव लाया जा सकता है। उन्होंने केस स्टडीज के माध्यम से पॉजिटिव व्यवहार का महत्व बताया कि किस तरह दूसरे लोग इसे देखकर बड़े पैमाने पर अपने समस्यात्मक व्यवहार में बदलाव कर सकते हैं। साइको-एजुकेशनल स्किल्ज के द्वारा इन व्यवहारों को अपनाया जा सकता है, क्योंकि नकारात्मक व्यवहार में सकारात्मक और शालीन व्यवहार को देखकर ही बदलाव लाया जा सकता है। वर्कशाप के अंत में दयानन्द महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. विक्रमजीत सिंह ने सभी का धन्यवाद किया और मनोविज्ञान विभाग को इसके सफल आयोजन के लिए साधुवाद दिया। वर्कशाप का समापन करते हुए मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरूणा कद ने आज के मुख्य वक्ता का धन्यवाद किया। इस वर्कशाप में महाविद्यालय की डॉ. रेनू राठी, डॉ. शर्मिला गुणपाल, मोनिका, अनिल शर्मा और संदीप कुमार उपस्थित रहे।

## स्ट्रेस से उत्पन्न बदलावों को सकारात्मक विचारों से किया जा सकता है ठीक-प्रोमिला

पाठकपक्ष न्यूज

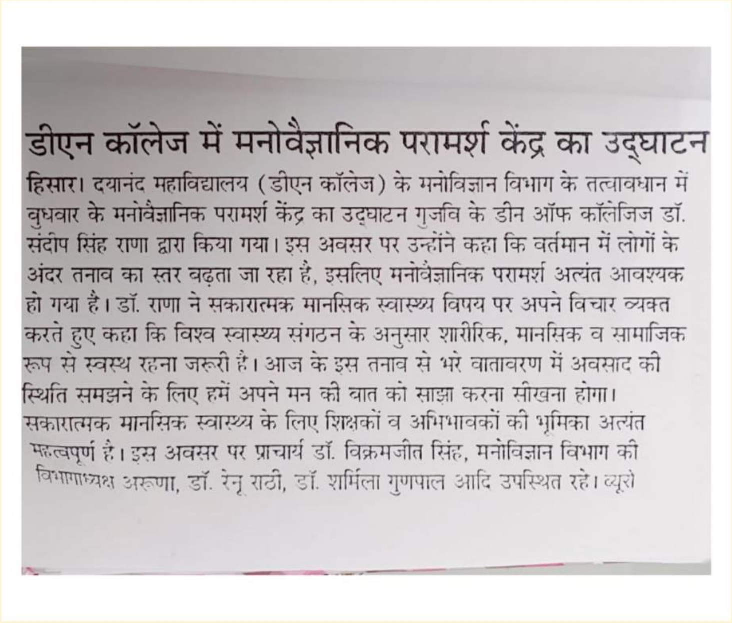
हिसार, 12 फरवरी : दयानन्द महाविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग के तत्वाधान में आयोजित पांच दिवसीय वर्कशाप के चौथे दिन मुख्यवक्ता के रूप में प्रो. प्रोमिला बतरा, रिटायर्ड प्रोफेसर तथा काउंसलिंग साइकोलोजिस्ट, मनोविज्ञान विभाग, महर्षि दयानन्द विश्वविद्यालय, रोहतक ने ''वर्चुअस एण्ड मेन्टल हैल्थ'' विषय पर अपने विचार प्रकट किए। वर्कशाप की शुरूआत मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष श्रीमती अरूणा कद ने करते हुए मुख्यवक्ता का परिचय करवाया। मुख्यवक्ता प्रो. प्रोमिला बतरा ने अपने वक्तव्य में जीवन में अपनाये जाने वाले अच्छे गुणों और विचारों के ऊपर चर्चा की। उन्होंने कहा कि जीवन में आने वाली स्ट्रेस से उत्पन्न हारमोनल बदलावों को भी अच्छे और सकारात्मक विचारों से ठीक किया जा सकता है। उन्होंने इमपैथी को अच्छे गुणों में सबसे ऊपर रखा। मनुष्य को अपने जीवन में अच्छे और बुरे की पहचान होनी चाहिए। इससे हमारे मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। उनके अनुसार जीवन का सही अर्थ प्राप्त करने के लिए हमें अपने अन्दर सकारात्मक परिवर्तन लाने चाहिए तथा अपने विचारों पर काम करना चाहिए। इस प्रकार अच्छे मानसिक स्वास्थ्य के लिए अच्छे और सकारात्मक गुणों और विचारों का होना अति आवश्यक है। आज का वर्कशाप बहुत ही जानकारी देने वाला तथा एक नई सोच को जागृत करने वाला रहा। वर्कशाप के अंत में मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरूणा कद ने मुख्य वक्ता का धन्यवाद किया। वर्कशाप के दौरान महाविद्यालय की डॉ. रेनू राठी, डॉ. शर्मिला गुणपाल, मोनिका, अनिल शर्मा और संदीप कुमार उपस्थित रहे।

## हर 1000 में से 648 महिलाएं अवसाद की शिकार-डॉ. कृष्ण सोनी

पाठकपक्ष न्यूज

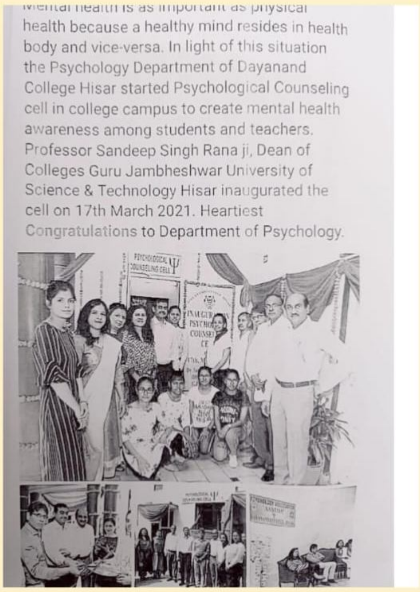
हिसार, 10 फरवरी : दयानन्द महाविद्यालय, हिसार के मनोविज्ञान विभाग के तत्वाधान में मानसिक अवसाद तथा निवारण विषय पर पाँच दिवसीय वर्कशाप का आयोजन किया गया। वर्कशाप का शुभाआरम्भ महाविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष श्रीमती अरूणा कद ने किया। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. विक्रमजीत सिंह ने आज के मुख्य वक्ता डॉ. दिनेश कटारिया, विभागाध्यक्ष मनोचिकित्सक, लेडी हार्डिंग मैडिकल कॉलेज, दिल्ली का स्वागत किया। डॉ. दिनेश कटारिया जी ने अपने सम्बोधन में मानसिक तनाव व स्वास्थ्य के बारे में विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने बड़े ही आसान शब्दों में मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ, परिभाषा तथा मानसिक तनाव के कारण व उसके निवारण के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि मानसिक रोग एक गम्भीर समस्या है तथा इसका उपचार बहुत जरूरी है। उन्होंने इस कड़ी में ''मेन्टल हैल्थ व वैल बींग: साइकलोजिकल इंटरनेशनल'' पर हो रही ऑनलाईन अन्तरराष्ट्रीय वर्कशाप के दूसरे दिन मुख्य वक्ता के रूप में डॉ. कृष्ण कुमार सोनी, सहायक प्राध्यापक, मनोविज्ञान विभाग, पी. जी. आई. एम. ई. आर. चण्डीगढ़ रहे। वर्कशाप की शुरूआत अरूणा कद, विभागध्यक्ष, मनोविज्ञान विभाग द्वारा की गई। इन्होंने डॉ. कृष्ण कुमार सोनी व सभी प्रतिभागियों का स्वागत किया। डॉ. सोनी ने महिलाओं व पुरूषों में पाए जाने वाले शारीरिक व मानसिक अन्तर के ऊपर प्रकाश डालते हुए महिलाओं से सम्बन्धित मानसिक बीमारियों पर विस्तृत व्याख्यान दिया। मुख्य वक्ता ने महिलाओं से सम्बन्धित अवसाद व चिंता तथा दुर्व्यवहार आदि शामिल है। डॉ सोनी ने बताया कि 1000 में से 64 महिलाए अवसाद की शिकार हैं इनके कारण मनोशारीरिक तथ सामाजिक हैं। अतः महिलाओं के अच्छे शारीरिक व मानसिक विकास के लिए समाज में जागरूकत आवश्यक है। हमारे समाज में जो महिला और पुरूष में जो अन्तर वह बहुत ज्यादा है। इससे भी महिलाओं में स्वास्थ्य सम्बन्धि शिकायत ज्यादा पाई जाती है महिलाओं को बेहतर इलाज के लिए प्रोफेशनलस के पास जाना चाहिए इस प्रकार डॉ. सोनी ने अपने व्याख्यान में महिलाओं से जुड़ी समस्याओं और उपचार पर विस्तृ जानकारी दी। वर्कशाप के अंत में मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष

# Inauguration of Psychological Counseling Cell on 17.03.2021.



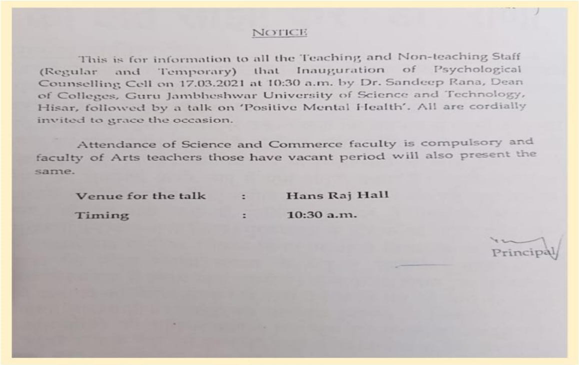
## डीएन कॉलेज में मनोवैज्ञानिक परामर्श केंद्र का उद्घाटन

हिसार। दयानंद महाविद्यालय (डीएन कॉलेज) के मनोविज्ञान विभाग के तत्वावधान में बुधवार के मनोवैज्ञानिक परामर्श केंद्र का उद्घाटन गुजवि के डीन ऑफ कॉलेजिज डॉ. संदीप सिंह राणा द्वारा किया गया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि वर्तमान में लोगों के अंदर तनाव का स्तर बढ़ता जा रहा है, इसलिए मनोवैज्ञानिक परामर्श अत्यंत आवश्यक हो गया है। डॉ. राणा ने सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य विषय पर अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार शारीरिक, मानसिक व सामाजिक रूप से स्वस्थ रहना जरूरी है। आज के इस तनाव से भरे वातावरण में अवसाद की स्थिति समझने के लिए हमें अपने मन की बात को साझा करना सीखना होगा। सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य के लिए शिक्षकों व अभिभावकों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। इस अवसर पर प्राचार्य डॉ. विक्रमजीत सिंह, मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरूणा, डॉ. रेनू राठी, डॉ. शर्मिला गुणपाल आदि उपस्थित रहे। ब्यूरो



Mental health is as important as physical health because a healthy mind resides in health body and vice-versa. In light of this situation the Psychology Department of Dayanand College Hisar started Psychological Counseling cell in college campus to create mental health awareness among students and teachers. Professor Sandeep Singh Rana ji, Dean of Colleges Guru Jambheshwar University of Science & Technology Hisar inaugurated the cell on 17th March 2021. Heartiest Congratulations to Department of Psychology.

**A talk by Prof. Sandeep Sing Rana, Department of Applied Psychology, Guru Jambheshwar University of Science & Technology, Hisar on 17.03.2021**



NOTICE

This is for information to all the Teaching and Non-teaching Staff (Regular and Temporary) that Inauguration of Psychological Counselling Cell on 17.03.2021 at 10:30 a.m. by Dr. Sandeep Rana, Dean of Colleges, Guru Jambheshwar University of Science and Technology, Hisar, followed by a talk on 'Positive Mental Health'. All are cordially invited to grace the occasion.

Attendance of Science and Commerce faculty is compulsory and faculty of Arts teachers those have vacant period will also present the same.

| | | |
|---|---|---|
| Venue for the talk | : | Hans Raj Hall |
| Timing | : | 10:30 a.m. |

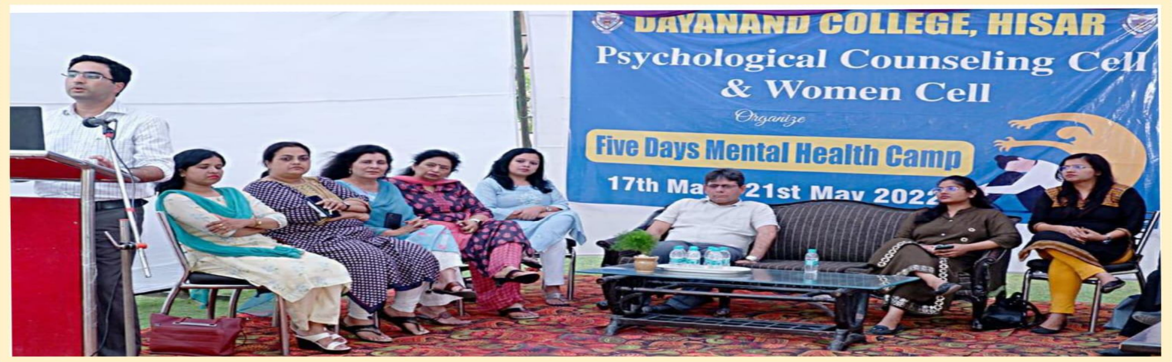
Principal

## अवसाद को समझने के लिए मन की बात सांझा करें : डॉ. राणा

हिसार/17 मार्च/रिपोर्टर

दयानन्द महाविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग के तत्वावधान में मनोवैज्ञानिक परामर्श केन्द्र का उद्घाटन डीन ऑफ कालेजिज, गुरू जम्भेश्वर विश्वविद्यालय विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी के प्रोफेसर डॉ. संदीप सिंह राणा द्वारा किया गया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि वर्तमान में लोगों के अन्दर तनाव का स्तर बढ़ता जा रहा है इसलिए मनोवैज्ञानिक परामर्श अत्यन्त ही आवश्यक हो गया है। महाविद्यालय के विद्यार्थियों के लिए इस परामर्श केन्द्र की शुरूआत अपने आप में एक अनूठा प्रयास है। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. विक्रमजीत सिंह, मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष अरूणा कद, डॉ. रेनू राठी तथा डॉ. शर्मिला गुणपाल ने पुष्पगुच्छ भेंट कर मुख्यअतिथि का स्वागत किया। मुख्यवक्ता के तौर पर डॉ. संदीप सिंह राणा ने सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य विषय पर अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार शारीरिक, मानसिक व सामाजिक रूप से स्वस्थ रहना जरूरी है। आज के इस तनावयुक्त वातावरण में अवसाद की स्थिति समझने के लिए हमें अपने मन की बात को सांझा करना सीखना होगा। सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य के लिए शिक्षकों व अभिभावकों की भूमिका अत्यन्त महत्वपूर्ण है। मानसिक स्वास्थ्य को

# Five Days Mental Health Camp at Girls Hostel 17-21 May 2022.



दयानन्द महाविद्यालय के महिला छात्रावास में चल रहे मानसिक स्वास्थ्य कैंप का दूसरा दिन

## डॉ. ईषा ने दी अवसाद से होने वाले नुकसानों की जानकारी व बचाव

**पाठकपक्ष न्यूज**

हिसार, 19 मई : दयानन्द महाविद्यालय, हिसार के मनोविज्ञान विभाग के साइक्लोजीकल काउंसलिंग सैल तथा वुमन सैल द्वारा संयुक्त रूप से महाविद्यालय के महिला छात्रावास में चल रहे पांच दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य कैंप के गत दिवस दूसरे दिन डॉ. ईषा, सलाहकार, गीतांजलि अस्पताल, हिसार ने मुख्यवक्ता के रूप में छात्राओं को सम्बोधित करते हुए कहा कि व्यक्ति में अवसाद से होने वाले नुकसान तथा आत्महत्या करने जैसे विचार क्यों आते है? तथा उन पर कैसे काबू पाकर स्वस्थ रहा जा सकता है? इस विषय पर अपने विचार रखे। उन्होंने सभी छात्राओं की एक-एक करके मानसिक जांच की तथा स्वास्थ्य सम्बन्धी परामर्श दिया। इस अवसर पर मुख्यअतिथि के रूप में उपस्थित श्रीमती शोभा चहल ने अपने सम्बोधन में छात्राओं से मानसिक स्वास्थ्य के महत्व तथा मैंटल हैल्थ कैंप की उपयोगिता बारे अपने विचार सांझा किए। उल्लेखनीय है कि दयानन्द महाविद्यालय की साइक्लोजीकल काउंसलिंग सैल ने छात्राओं की मानसिक स्वास्थ्य जांच के लिए महाविद्यालय के महिला छात्रावास में पांच दिवसीय कैंप का आयोजन किया है। कार्यक्रम के अंत में मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्षा श्रीमती अरूणा कद ने आज के कैंप की मुख्यअतिथि तथा मुख्यवक्ता का धन्यवाद किया। इस अवसर पर एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. रेनू राठी, डॉ. शर्मिला गुनपाल डॉ. सुरूचि शर्मा, डॉ. छवि मंगला तथा महिला छात्रावास की वार्डन सुषमा सहित बड़ी संख्या में छात्राएं उपस्थित रहीं।

## दयानंद महाविद्यालय में पाँच दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य कैंप में पहुंचे डॉ. पवन कचोरिया

**पाठकपक्ष न्यूज**

हिसार, 20 मई : दयानन्द महाविद्यालय, हिसार के मनोविज्ञान विभाग के साइक्लोजीकल काउंसलिंग सैल तथा वुमन सैल द्वारा संयुक्त रूप से महाविद्यालय के महिला छात्रावास में आयोजित पाँच दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य कैंप के तीसरे दिन मनोरोग चिकित्सक डॉ. पवन कचोरिया मुख्यअतिथि के रूप में उपस्थित हुए। उन्होंने अपने सम्बोधन छात्राओं को मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न बीमारियों के बारे प्रकाष डाला तथा यह भी बताया कि कैसे उनसे निदान पाया जा सकता है। उन्होंने छात्राओं को यह भी बताया कि किस तरह चिकित्सा विधियाँ अपनाकर अवसाद, तनाव तथा चिंता से दूर रहा जा सकता है। उन्होंने कहा कि युवावस्था में इस तरह की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएं आती हैं लेकिन उनसे डरने की कोई जरूरत नहीं है क्योंकि हर प्रकार की बीमारी मनोरोग चिकित्सा विधि अपनाकर तथा मनोचिकित्सक की सलाह से उन्हें दूर किया जा सकता है। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. विक्रमजीत सिंह ने भी छात्राओं को सम्बोधित किया तथा छात्राओं को इस तरह के शिविर के आयोजन, उनके महत्व तथा उपयोगिता के बारे में बताया। इस अवसर पर मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्षा श्रीमती अरूणा कद, एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. रेनू राठी, डॉ. शर्मिला गुनपाल, डॉ. छवि मंगला तथा छात्रावास वार्डन सुषमा सहित छात्राएं उपस्थित रही।

On the Third of Mental Health Camp at Girls Hostel premises of Dayanand College Hisar Dr Pawan Kumar an eminent clinical counsellor and alumnus of Dayanand College Hisar enlightened the students about stress and the modes of stress Management and interacted the students individually and addressed the mental health issues.
Heartiest Congratulations to Department of Psychology and Psychological Counseling Cell of College.

DAYANAND COLLEGE, HISAR
Five Days Mental Health Camp

DAYANAND COLLEGE, HISAR
Psychological Counseling Cell

DAYANAND COLLEGE, HISAR
Psychological Counseling Cell
& Women Cell
Organize
Five Days Mental Health Camp
17th May - 21st May 2022

# DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY

# DAYANAND COLLEGE, HISAR

**Accredited with 'A' Grade by NAAC**
**Governed by DAV College Managing Committee, New Delhi**
**Affiliated to Guru Jambheshwar University of Science & Technology, Hisar**

**Invites you to**
**join a National Webinar**
**on**

## 'MINDFULNESS' based Self Management Intervention in Promoting Health & Well being during COVID 19

**Resource Person**
Prof. Sandeep Rana
Dean of Colleges
Department of Psychology
GJU S&T, Hisar

Day & Date: Saturday, 30th May, 2020
Time: 11:30 a.m. on Google Meet

Follow Registration Link: https://forms.gle/mBudhQFdDGbsGQui7

E-certificates for all registered participants