

Extension Lecture on World Mental Health Day


On 10/10/2022 Department of Education of Babbar Akali Memorial Khalsa College, Garhshankar celebrated World Mental Health Day. Dr. Kuljinder Kaur ,Principal of KC. College of Education, Nawanshahr was invited as resource person to deliver an extension lecture on this day. The lecture started with an orientation of World Mental Health Day celebrated by WHO every year on 10th of October. Principal, Dr. Baljit Singh extended formal and floral welcome to the speaker. He talked about the importance of mental health in today's life. After that the expert of the day proceeded with her lecture. She explained about stress, anxiety and depression. She also shared various real life examples to make her lecture more interesting and interactive. At the end HoD Dr. Sangha Gurbaksh Kaur extended hearty thanks to the expert. Principal Dr. Baljit Singh appreciated the efforts of HoD and all organizing committee members.




Babbar Akali Memorial Khalsa College
Garhshankar
Under the Management of SSPC
Affiliated to Panjab University, Chandigarh

Department of Education
An Extension Lecture
on
World Mental Health Day

Date and Time: Oct. 10, 2022 at 5:30pm-8:30pm Venue: Room no. 42

Dr. Speaker:  Dr. Kuljinder Kaur
K.C. College of Education, Nawanshahr

Dr. Principal:  Dr. Baljit Singh (Principal)
B.A.M. Khalsa College, Garhshankar

Co-ordinator : Dr. Sangha Gurbaksh Kaur
(H.O.D., Department of Education)

Organising Committee : Prof. Preetinder Kaur, Prof. Nareek Kaur, Prof. Kinjal Kaur

ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ 'ਚ ਵਿਸ਼ਵ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ।

ਦੇਸ ਪ੍ਰਦੇਸ ਗਤਸ਼ੇਕਰ 10 ਅਕਤੂਬਰ (ਮਨਜਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਪੋਸਰਾ)



ਬੰਬਰ ਅਕਾਲੀ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਗਤਸ਼ੇਕਰ ਵਿਖੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ । ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਰਵਾਏ ਲੋਕਚਰ ਦੌਰਾਨ ਡਾ. ਕੁਲਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਕੇ ਸੀ. ਕਾਲਜ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਨਵਾਸ਼ਹਿਰ ਨੇ ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਵਜੋਂ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਆਪਣੇ ਸੰਬੰਧਨ ਵਿਚ ਡਾ. ਕੁਲਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਰੀਰਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਖੋਂ ਤੰਦਰੁਲਤ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਡਹਿਦੇ ਹੋਏ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਾਲਜ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵਿਚਾਰ ਪੱਸ ਕਰਵਿਆਂ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਕੁਲਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਦਾ ਕਾਲਜ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਮੁਖੀ ਡਾ. ਸੰਘਾ ਗੁਰਬਖਸ਼ ਕੌਰ ਤੇ ਸੰਗਠਿਤ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ ਪ੍ਰ. ਪ੍ਰੀਤਦਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਪ੍ਰ. ਨਰੇਸ਼ ਕੁਮਾਰੀ, ਪ੍ਰ. ਕਿਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਲੋਕਚਰ ਦੌਰਾਨ ਵਿਚਾਰ ਪੱਸ ਕੀਤੇ।