

Workshop
ON
Health Awareness and Stress Management

ORGANIZED BY

Red Cross Committee

GOVT. J. P. VERMA PG ARTS & COMMERCE COLLEGE, BILASPUR
(C.G.)

in

Association with Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

DATE: 7th January, 2023

PROGRAMME DETAILS

11:00 AM -11:30 AM Inauguration and Welcome Speech by
Dr. S.L. Nirala, Principal

11:30 AM -12:30 PM Lecture by Dr. Anil Kumar Yadav
Neuropsychiatrist
Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

12:30 PM- 12:45 PM Tea Break

12:45 PM- 01:45 PM Lecture by Mr. Ajay Zade
Manager Operations
and Patient Grievance Redressal Officer
Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

01:45 PM- 02:30 PM Lunch Break

02:30PM- 04:00 PM Discussion Session

04:00PM- 04:30 PM Valedictory Function



Dr. A Tirkey
Convener, Red-Cross Committee



Dr. Sanjay Tiwari
Convener, NAAC



Dr. S.L. Nirala
Principal and Patron



कार्यालय प्राचार्य, शासकीय जे.पी. वर्मा स्नातकोत्तर कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.) फोन / फैक्स नं.—07752.228225

बिलासपुर, दिनांक 07/01/2023

-: रेडक्रॉस सोसायटी महाविद्यालयीन इकाई :-
स्वास्थ्य जागरूकता कार्यशाला

दिनांक 07.01.2023 को दोपहर 12:00 बजे से अपरान्ह 03:00 बजे तक कक्ष क्रमांक-30 में रेडक्रॉस सोसायटी महाविद्यालयीन इकाई के द्वारा स्वास्थ्य जागरूकता विषय पर व्याख्यान का आयोजन किया गया जिसमें अपोलो अस्पताल, बिलासपुर के डॉक्टर अनिल कुमार यादव और श्री अजय जाड़े (मैनेजर ऑपरेशन) उपस्थित होकर व्याख्यान का संपादन किया।

(डॉ. ए. तिकी)
प्रभारी रेडक्रॉस सोसायटी
महाविद्यालयीन इकाई
शासकीय जेपी वर्मा स्नातकोत्तर
कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.)

(डॉ. एस.एल. निराला)

प्रमुख

शासकीय जे.पी. वर्मा स्नातकोत्तर
कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.)



कार्यालय प्राचार्य, शासकीय जे.पी. वर्मा स्नातकोत्तर कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.) फोन/फैक्स नं.—07752.228225

बिलासपुर, दिनांक 07/01/2023

-: रेडक्रॉस सोसायटी महाविद्यालयीन इकाई :-
स्वास्थ्य जागरूकता कार्यशाला

दिनांक 07.01.2023 को दोपहर 12:00 बजे से अपरान्ह 03:00 बजे तक कक्ष क्रमांक-30 में रेडक्रॉस सोसायटी महाविद्यालयीन इकाई के द्वारा स्वास्थ्य जागरूकता विषय पर व्याख्यान का आयोजन किया गया जिसमें अपोलो अस्पताल, बिलासपुर के डॉक्टर अनिल कुमार यादव और श्री अजय जाड़े (मैनेजर ऑपरेशन) उपस्थित होकर व्याख्यान का संपादन किया।

(डॉ. ए. तिकी)

प्रभारी रेडक्रॉस सोसायटी
महाविद्यालयीन इकाई
शासकीय जेपी वर्मा स्नातकोत्तर
कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.)

(डॉ. एस.एल. निराला)

प्राचार्य

शासकीय जे.पी. वर्मा स्नातकोत्तर
कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.)

Handwritten date: 07/01/23

GOVERNMENT JAMUNA PRASAD VERMA PG ARTS AND COMMERCE
COLLEGE, BILASPUR (C.G.) 495001

①

Workshop
ON
Health Awareness and Stress Management
ORGANIZED BY

Red Cross Committee

GOVT. J. P. VERMA PG ARTS & COMMERCE COLLEGE, BILASPUR (C.G.)
in
Association with Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

DATE: 7th January, 2023

List of Participants

Sl. No.	Name	Designation/Class	Signature
1	Avinay BAGHEL	B.A. II	Avinay
2	Divya Bhargaw	B.A. II	Divya
3	Manisha	B.A. II	manisha
4	Roshmi Kaushik	B.A. II	Roshmi
5	Poolvati Shelinder	B.A. I	Poolvati
6	Anita Chaitlchase	B.A. I	Anita
7	Trinaka Suryavanshi	B.A. I	Trinaka
8	Aarti Sahu.	B.A. I	Aarti Sahu
9	Swabhi Tandan	B.SC I	Swabhi
10	Neha suryavanshi	B.A. II	Neha
11	MUSKAN RAJAK	B.A. II	MUSKAN RAJAK
12	Kavita Sharma.	B. Com II	Kavita
13	Kanchan Suryavanshi	B.A. II	Kanchan.
14	Alka chaturvedi	B.SC II	Alka
15	Roshan Suryavanshi	B. SC. II	Roshan
16	Sagar Khandley	B Com II	Sagar
	Sanjay Sahu	B.A. I	Sanjay



GOVERNMENT JAMUNA PRASAD VERMA PG ARTS AND COMMERCE
COLLEGE, BILASPUR (C.G.) 495001

Workshop
ON
Health Awareness and Stress Management
ORGANIZED BY

Red Cross Committee

GOVT. J. P. VERMA PG ARTS & COMMERCE COLLEGE, BILASPUR (C.G.)
in
Association with Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

DATE: 7th January, 2023

List of Participants

Sl. No.	Name	Designation/Class	Signature
18	संजना तिकी	B.A. I	Sanjana
19	Rishi Singh Thakur	B.A. I	Rishi
20	Shivam Banjare	B.A. I	Shivam
21	Narayan Jaiswal	B.A. I	Narayan
22	ANINASH SONI	B.A. I	Aninash
23	Aditya Bharti	BA. I	Aditya
24	Devprasad Gendle	B.A. I	Devprasad
25	SERAT LAMU	B.A. I	Serat
26	Jasmin Nayyar	B.A. I	Jasmin
27	सुनीता कौरिक	B.A. III	सुनीता
28	समीक्षा रजक	B.A. III	समीक्षा
29	Jindal Sahu	B.A. I	Jindal Sahu
30	Nitesh Kumar Patel	B.A. I	Nitesh
31	Manuman Singh Rajput	B.S.C. I	Manuman
32	Nidhoni Rajput	B.S.C. I	Nidhoni
33	Anjali Sahu	B.A. I	Anjali
	Ravina Patel	B.A. I	Ravina



GOVERNMENT JAMUNA PRASAD VERMA PG ARTS AND COMMERCE
COLLEGE, BILASPUR (C.G.) 495001

3

Workshop
ON
Health Awareness and Stress Management
ORGANIZED BY

Red Cross Committee

GOVT. J. P. VERMA PG ARTS & COMMERCE COLLEGE, BILASPUR (C.G.)
in
Association with Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

DATE: 7th January, 2023

List of Participants

Sl. No.	Name	Designation/Class	Signature
35	Jugal kishan sahu	B.A. III	
36	Sukhdil	B.A. III	
37	Roshni pawar	B.A III	
38	Manisha Banjara	B.A III	
39	Kavita Ghoshilohare	B.A III	
40	Jyoti chhabre	B.A. III	
41	Rupmani Manikpuri	B.A. III	
42	YAMINI SAHU	B.A III	
43	Gyaneshwari Tiwari	B.A III	
44	Aishwarya sahu	B.A. III	
45	Pushpraj Ghoshilohare	B.B.A-III	
46	Amit Das	B.Com III	
47	Vivek shukla	D.B.A III	
48	Devesh Dhrwad	BBA III	
49	Heman kurrey	B.A. - I	
50	subhash kumar khute	B.A. III	
51	Rahul Balraj	B.A. III	



Control sheet

GOVERNMENT JAMUNA PRASAD VERMA PG ARTS AND COMMERCE
COLLEGE, BILASPUR (C.G.) 495001

(4)

Workshop
ON
Health Awareness and Stress Management
ORGANIZED BY

Red Cross Committee

GOVT. J. P. VERMA PG ARTS & COMMERCE COLLEGE, BILASPUR (C.G.)
in
Association with Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

DATE: 7th January, 2023

List of Participants

Sl. No.	Name	Designation/Class	Signature
52	प्रियंका तिवारी	MA Eng I S	Prinyankh
53	मनीष अंगारे	B.A. I	मनीष
54	स्वाति सिंह	B.A. I	@Swati
55	रागिनी भार्गव	B.A. I	Ragini
56	किरान साहू	B.A. I	kiran Sahu
57	विकास पटेल	B.A. I	Vikas patel
58	रुनिमा साकत	B.A. I	Runima Sakat
59	पूजा धुव	B.A. I	Pooja Dhruw
60	भारती पटेल	B.A. I	B Patel
61	भारती धुव	B.S.C III	Bharwati
62	दीपक पटेल	B.S.C. III	Deepak
63	लेवकेश	B.A. II	Levesh
64	Adarsh Tiwari	B.B.A II	Adarsh
65	Ayush Mahadik	BBA I	Ayush
66	Siddharth Srivastava	B.B. II	Siddharth
67	Yogita Mohan	B.B.A III	Yogita
	Arpita Vastav	B.B.A II	Arpita



Contd... 5

GOVERNMENT JAMUNA PRASAD VERMA PG ARTS AND COMMERCE
COLLEGE, BILASPUR (C.G.) 495001

5

Workshop
ON
Health Awareness and Stress Management
ORGANIZED BY

Red Cross Committee

GOVT. J. P. VERMA PG ARTS & COMMERCE COLLEGE, BILASPUR (C.G.)
in
Association with Apollo Hospital, Bilaspur (C.G.)

DATE: 7th January, 2023

List of Participants

Sl. No.	Name	Designation/Class	Signature
68	i) Umeshwari Yadav	B.A II	umeshwari
69	ii) mithlesh kumari	B.A III	mithlesh
70	iii) Vishal Ahiswari	B.A III	Vishal
71	iv) Govind. Sahu	B.A. III	Govind
72	v) Harsh Singh Lahre	B.A. III	Harsh
73	vi) MANTHAN KUMAR	B.A. III	MANTHAN
74	vii) Devesh Dharwad	BBA III	Devesh
75	viii) Vivek shukla	BBA III	Vivek
76	Pushpraj Ghoshal	B.B.A. III	(Pushpraj)
77	Sugandh Yadav	BBA III	Sugandh
78	SUHAVAN	M.COM I st	Suhavan
79	AJAY KUMAR BANJARE	M.COM I st	Ajay
80	J. Nirjala Patil	B.Sc. II	Nirjala
81	Radha Lahare	B.A. II	Radha
82	Subhas Sahu	B.Sc I	Subhas
83	Mekhan Lal	B.A. II	Mekhan
84	Jaduram Yadav	B.Sc III	Jaduram



Principal
Govt. J.P. Verma P.G. Arts
& Commerce College
Bilaspur (C.G.)



कायालय प्राचार्य, शासकीय जे.पी. वर्मा स्नातकोत्तर कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय

बिलासपुर (छ.ग.) फोन/फैक्स नं.—07752.228225

बिलासपुर, दिनांक 07/01/2023

-: प्रेस विज्ञप्ति :-

रेडक्रॉस सोसायटी महाविद्यालयीन इकाई

दिनांक 07.01.2023 शासकीय जमुना प्रसाद वर्मा स्नातकोत्तर कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय, बिलासपुर (छ.ग.) के रेडक्रॉस सोसायटी महाविद्यालयीन इकाई के द्वारा स्वास्थ्य जागरूकता विषय पर व्याख्यान का आयोजन किया गया, जिसमें अपोलो अस्पताल, बिलासपुर के डॉ. अनिल कुमार यादव और श्री अजय जाड़े ने मानव जीवन में तनाव के कारण एवं निवारण पर व्याख्यान दिया।

स्वागत भाषण में संस्था के प्राचार्य डॉ. एस.एल. निराला ने कहा कि छात्र जीवन में तनाव का प्रबंधन आज की अपरिहार्य आवश्यकता है तथा अपोलो अस्पताल, महाविद्यालय में व्याख्यान के आयोजन के साथ-साथ स्वास्थ्य शिविर भी रखें जिससे छात्रों को अधिकाधिक इसका लाभ मिले।

डॉ. अनिल कुमार यादव छात्रों से रूबरू होते हुए मानव जीवन में तनाव की उत्पत्ति, प्रकार, प्रबंधन एवं उसके दुष्प्रभाव के बारे में विस्तार से बतलाया, छात्र जीवन हार्मोन परिवर्तन का समय होता है, हमें स्वस्थ जीवन शैली अपनाकर तनाव से लड़ाई लड़ना चाहिए। व्यायाम, ध्यान, भोजन, वातावरण, संगति तथा सोशल मीडिया के कम उपयोग से छात्र अपनी पढ़ाई पर ज्यादा से ज्यादा फोकस कर सकते हैं उन्होंने सेक्स एजुकेशन पर भी खुलकर उपयोगी जानकारी दी। श्री अजय जाड़े ने सभागार में उद्बोधन में कहा कि इलाज से बेहतर रोकथाम है, इसलिए हमें बीमार होकर बिस्तर में पड़ने से अच्छा है कि समय-समय पर हमारा स्वास्थ्य परीक्षण हो।

इस व्याख्यान का सूत्राधार डॉ. के.के. भण्डारी रहे और कार्यक्रम का मंच संचालन डॉ. संजय तिवारी तथा आभार ज्ञापन डॉ. ए. तिर्की के द्वारा किया गया। उक्त व्याख्यान में महाविद्यालयीन छात्र/छात्राओं के साथ सभी प्राध्यापकों की भी सहभागिता रही।

(डॉ. ए. तिर्की)

प्रभारी रेडक्रॉस सोसायटी
महाविद्यालयीन इकाई
शासकीय जेपी वर्मा स्नातकोत्तर
कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.)

(डॉ. एस.एल. निराला)

प्राचार्य

शासकीय जेपी वर्मा स्नातकोत्तर
कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय
बिलासपुर (छ.ग.)

