

प्रेस विज्ञप्ति

## जामिया ने मनाया मानसिक स्वास्थ्य दिवस

जामिया मिल्लिया इस्लामिया के मनोविज्ञान विभाग ने 10 अक्टूबर, 2022 को 'मानसिक स्वास्थ्य दिवस' मनाया। मानसिक स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए दुनिया भर में यह दिन मनाया जाता है।

इस आयोजन में, विशेष रूप से कोविड के बाद के समय में मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को उजागर करने के लिए कई गतिविधियां आयोजित की गईं। गतिविधियों में पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता, मानसिक स्वास्थ्य प्रश्नोत्तरी, क्रिएटिव आर्ट स्टेशन, मेंटल डिक्लटर एक्टिविटी और ग्रैंड ओपन-माइक शामिल थे।

विभाग के छात्रों और शिक्षकों के लिए यूनीक बैज और टैटू बनाने के लिए एक आर्ट स्टेशन भी बनाया गया था।

पूरे कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण ओपन माइक था जिसमें कुछ आत्मा झकझोरने वाले कविता पाठ और छात्र की पसंद के विषयों पर एक्सटेम्पोर वार्ता शामिल थी। जब प्रदर्शन चल रहे थे, मेंटल डिक्लटर एक्टिविटी की घोषणा की गई जिसमें कोई भी गुमनाम रूप से अपने दिल, रहस्यों और पिछले दुखों के बोझ को साझा कर सकता था।

कार्यक्रम का समापन विभागाध्यक्ष प्रो शीमा अलीम के समापन भाषण के साथ हुआ और उन्होंने विभाग के छात्रों के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने उन्हें मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों के बारे में अधिक जागरूकता फैलाने और आसपास के मानसिक बीमारियों के कलंक को दूर करने में मदद करने के लिए अपने दोस्तों और पड़ोसियों के बीच पहुंचने के लिए विशेष प्रयास करने का आह्वान किया।

कार्यक्रम की योजना और आयोजन विभाग के सब्जेक्ट एसोसिएशन द्वारा डॉ मीना उस्मानी के मार्गदर्शन में किया गया था और इसमें विभाग के सभी छात्रों की सक्रिय भागीदारी शामिल थी।

सरोजिनी नायडू सेंटर फॉर विमेन स्टडीज, जेएमआई 12 अक्टूबर 2022 को दोपहर 3 बजे से विश्वविद्यालय की मीर तक्री मीर बिल्डिंग में मानसिक स्वास्थ्य दिवस मनाने के लिए 'अंडरस्टैंडिंग जेंडर एंड वेलबीइंग' पर एक पैनल चर्चा आयोजित करने के लिए सुकून, फोर्टिस हेल्थ केयर के साथ मिलकर काम कर रहा है। डॉ. समीर कलानी, सीनियर कंसल्टेंट- साइकियाट्रिस्ट, हेड ऑफ सुकून हेल्थकेयर, डॉ. मधुलिका बाजपेयी, सीनियर फैंकल्टी, साइकोलॉजी डिपार्टमेंट, भास्कराचार्य कॉलेज, दिल्ली यूनिवर्सिटी और सुश्री कामना सरीन, कंसल्टेंट- क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट, सुकून हेल्थ पैनलिस्ट होंगी।

जनसंपर्क कार्यालय  
जामिया मिल्लिया इस्लामिया