



जनसंवाद, जगनगर
8 दिसंबर 2018
आसनसोल
बुल 5.00
पृष्ठ 16

दैनिक जागरण



www.jagran.com

प. बंगाल, झारखंड, बिहार, दिल्ली, उत्तरांचल, कश्मीर, हरियाणा, उत्तराखंड, राजस्थान, गुजरात, तमिलनाडु और सिक्किम क्षेत्रों में प्रसारित

एडिटेड टेस्ट में अब भी बराबरी का मुकाबला : अरविन 12

पाकिस्तान विरोधी है भाजपा का खेया : इमरान खान 13

4 दैनिक जागरण जगनगर, 8 दिसंबर 2018

रानीगंज आसपास जागरण

www.jagran.com

शारीरिक परिवर्तन को सजगता से लें छात्राएं

जागरण संवाददाता, आसनसोल : दिल्ली पब्लिक स्कूल आसनसोल में किशोरावस्था में होने वाले शारीरिक, मानसिक एवं हार्मोन से संबंधित परिवर्तनों पर छात्राओं को जागरूक करने के लिए शुक्रवार को कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में कक्षा 5 से 10 तक की छात्राओं को डॉ. ब्रिदिशा गुहा नियोगी ने किशोरावस्था में होने वाले शारीरिक, मानसिक तथा भावनात्मक परिवर्तन संबंधी जानकारी दी।

उन्होंने कहा कि हमें शारीरिक परिवर्तनों को सजगता से लेना चाहिए। उचित शारीरिक विकास के लिए नियमित रूप से संतुलित भोजन, उचित व्यायाम के साथ दैनिक जीवन में कुछ महत्वपूर्ण बातों को ध्यान में रखना चाहिए। डॉ. नियोगी ने सफाई पर विशेष बल देते हुए कहा कि ये छोटी-छोटी बातें ही आगे चलकर कभी-कभी गंभीर बीमारी का रूप धारण कर लेती हैं। कोई भी समस्या



ड्रीपीएस के विद्यार्थियों को जागरूक करने के लिए प्रधानाचार्य आरडी शर्मा • जागरण

होने पर माता-पिता या अपने शिक्षकों से निःसंकोच बात करनी चाहिए। क्योंकि इस तरह की समस्याओं को छुपाना या अनदेखा करना जीवन के लिये घातक हो सकता है।

अनेक छात्र-छात्राओं तथा शिक्षकों ने डॉ. नियोगी से प्रश्न पूछकर अपनी समस्या तथा जिज्ञासा का समाधान प्राप्त

किया। स्कूल के प्रधानाचार्य आरडी शर्मा ने कहा कि किशोरावस्था में शरीर में अनेक परिवर्तन होने के कारण ही इसे तूफानों की उम्र कहते हैं, इसलिए इस उम्र में अधिक सचेत रहना चाहिए। अंत में स्कूल के प्रधानाचार्य ने डॉ. ब्रिदिशा गुहा नियोगी को स्मृति चिह्न एवं बुके देकर सम्मानित किया।