Amar Ujala

Page No, -05 (My City)

Date: 15 OCT 2019

कार्यशाला में तनाव से निपटने पर हुई चर्चा

मुरादनगर। आईटीएस डेंटल कॉलेज में सोमवार को तनाव से बचाव एवं मानसिक स्वास्थ्य विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस समारोह के एक भाग के रूप में आईटीएस ग्रुप के चेयरमैन डा. आरपी चड्ढा, वाइस चेयरमैन अर्पित चड्ढा की प्रेरणा से योग और आयुर्वेद के माध्यम से तनाव से बचाव और मानसिक स्वास्थ्य के विषय पर योगी डॉ. अमृत राज के द्वारा दंत चिकित्सकों और छात्रों के लिए कार्यशाला का आयोजन किया गया। डॉ. अमृत राज ने समझाया कि योग हमारे स्वास्थ्य के लिए कितना महत्वपूर्ण है।

Nav Bharat Times (Hindi)

Page No.-02 (Gzb.) Date: 15 OCT 2019

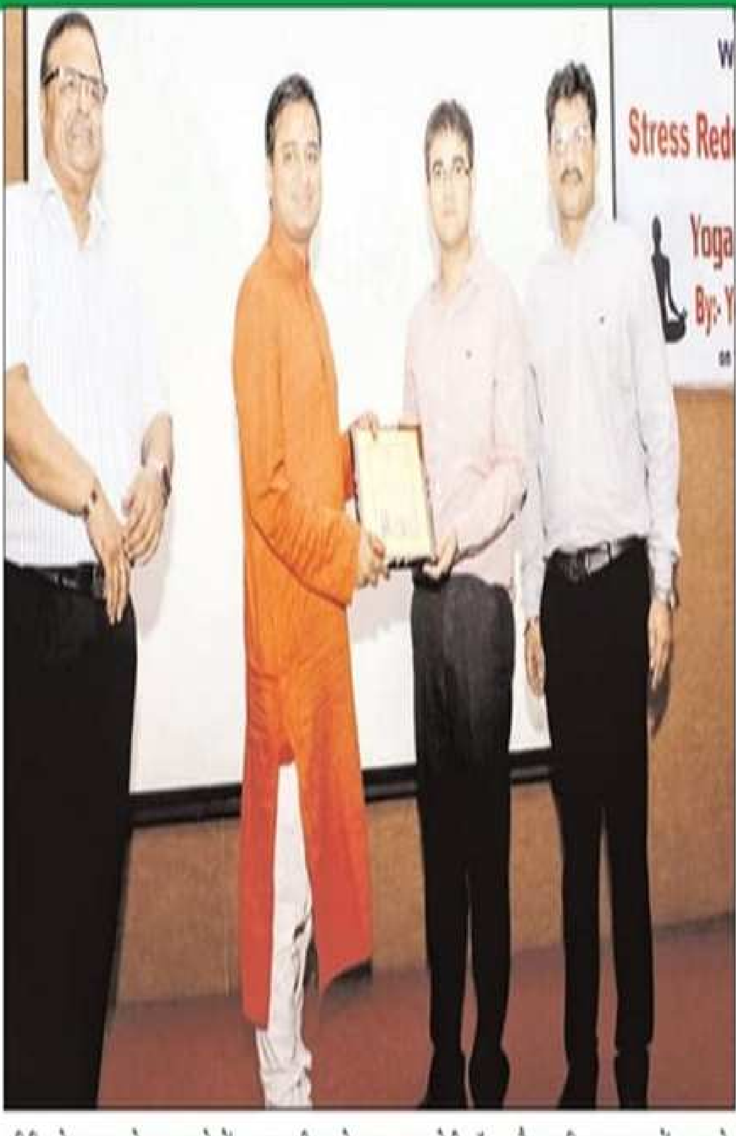
मानसिक स्वास्थ्य विषय पर वर्कशॉप

■ एनबीटी न्यूज, मुरादनगर : मेरठ रोड स्थित आईटीएस कॉलेज में मानसिक स्वास्थ्य विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसमें योगी डॉ. अमृत राज संस्थान के दांत के डॉक्टरों और छात्रों को जरूरी टिप्स दिए। उन्होंने योग और आयुर्वेद का महत्व बताया। उन्होंने योग क्रिया, प्राणायाम, आसन, मुद्राएं, ध्यान से तनाव कम करने की जानकारी दी। इस दौरान मीडिया प्रभारी राजीव मल्होत्रा, डॉ. आर.पी. चड्ढा और अर्पित चड्ढा मौजूद रहे।

HINT

तनाव से बचाव और मानसिक स्वास्थ्य के विषय पर कार्यशाला का आयोजन

गाजियाबाद/हिन्ट। आईटीएस डेन्टल कॉलेज, मुरादनगर गाजियाबाद में तनाव से बचाव और मानसिक स्वास्थ्य के विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस समारोह के एक भाग के रूप में आईटीएस-द ऐजूकेशन ग्रुप के चेयरमैन डॉ0 आरपी चड्ढा तथा वाईस चेयरमैन अर्पित चड्ढा की प्रेरणा से योग और आयुर्वेद के माध्यम से तनाव से बचाव और मानसिक स्वास्थ्य के विषय पर प्रसिद्ध योगी डॉ0 अमृत राज के द्वारा संस्थान के दंत चिकित्सकों और विद्यार्थियों के लिए एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का संचालन प्रसिद्ध योगी डॉ0 अमृत राज, आरोग्यधाम के मालिक जिन्होंने विश्व भर में विभिन्न राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर इस प्रकार की अनेकों कार्यशालाएं की है। कार्यशाला के दौरान योगी डॉ0 अमृत राज ने सभी प्रतिभागियों को योग और आयुर्वेद के महत्व को समझाया कि योग हमारे स्वस्थ्य के लिए कितना महत्वपूर्ण है। कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य प्रतिभागियों के दिन-प्रतिदिन के तनाव को कम करने में सहायता करना और व्यक्तिगत और व्यावसायिक क्षेत्रों में सुधार तथा उत्पादन क्षमता में सुधार करना था। योगी डॉ0 अमृत राज ने प्रतिभागियों को योग क्रिया, प्राणयाम, आसन, मुद्राएं, ध्यान करने जैसी तकनीकों और मंत्रों के सिद्धान्तों को समझने में मदद की। इसके साथ-साथ योगी डॉ अमृत राज ने सभी प्रतिभागियों को आयुर्वेदिक योग अहार और जड़ी-बूटियों तथा स्वस्थ भोजन की आदतों और स्वस्थ जीवन शैली के सिद्धांतों के बारे में भी बताया। सभी प्रतिभागियों ने इस कार्यशाला के माध्यम से अपने जीवन की गुणवत्ता और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार के लिए विभिन्न जीवन शैली संशोधनों और तकनीकों को सीखा। आईटीएस सेंटर फॉर डेन्टल स्टडीज एण्ड रिसर्च, मुरादनगर, गाजियाबाद की स्थापना आईटीएस-द ऐजूकेशन ग्रुप के चेयरमैन डॉ0 आरपी चड्डा के द्वारा सन 2000 में की गयी। यह देश के मुख्य संस्थानों मे से एक है अपनी स्थापना के बाद से ही यह संस्था अपने छात्रों और अपने मरीजों को उन्नत गुणवत्ता के उपचार के लिये एक स्वस्थ राष्ट्र के लिये सेवा मिशन के साथ उच्च गुणवत्ता की शिक्षा के लिये प्रतिबद्ध है।



दंत चिकित्सा के क्षेत्र में तेज गति से क्रांति लाने के लिए आईटीएस सेंटर फॉर डेंटल स्टडीज एण्ड रिसर्च, मुरादनगर डेंटिस्ट्री की दुनिया में होने वाली नवीनतम उन्नति के साथ छात्रों और अध्यापकों के ज्ञान को नियमित रूप से सुधार करने में विश्वास रखता है। आईटीएस डेन्टल कॉलिज को नेक ए ग्रेड से मान्यता प्राप्त है और सभी 9 दंत विशिष्टताओं में स्नातक और स्नातकोत्तर दोनो पाठ्यक्रम है। संस्थान में दिन प्रतिदिन ओपीडी बढ़ रही है जिससे छात्रों को अधिक से अधिक एक्सपोजर मिलता हैं सभी विभाग बुनियादी और साथ ही साथ रोगियों की विशेष उपचार आवश्यकताओं को पूरा करते है। संस्थान बड़े पैमाने पर सामाजिक/सामुदायिक विकास के लिये लक्षित गतिविधियों मे शामिल है। जैसे की मुफ्त दंत चिकित्सा, स्वास्थ शिविरों का आयोजन, कई सैटेलाइट, गरीबी रेखा से नीचें के रोगियों बीपीएल के लिये मुफ्त ईलाज, दंत चिकित्सा प्रत्यारोपण, जिरकोनिया क्राउन आदि विशेष उपचार समाज में इस तरह योगदान के लिये संस्थान को अनेकों बार सम्मानित किया गया है। दंत चिकित्सा मे तीव्र गति से क्रांति के साथ, वैश्विक मानकों के साथ तालमेल रखना संस्थान की सूची में सबसे ऊपर है।

कॉलिज में मरीजों के सर्वोत्तम ईलाज के लिये कैड-कैम, सीबीसीटी, लेजर, माईक्रो डेंटिस्ट्री आदि की आधुनिक सुविधायें भी उपलब्ध है। कॉलिज में अत्याधुनिक सेंटर फॉर एडवांस रिसर्च भी है, जहाँ अनेको शोध हुये है। जिसके लिये संस्थान को अनेको बार आईसीएमआर अनुदान से सम्मानित किया गया है। इस सफल कार्यशाला के आयोजन के लिय सभी प्रतिभागीयों ने आईटीएस-द ऐजूकेशन ग्रुप के चेयरमैन डॉ0 आरपी चड्ढा तथा वाईस चेयरमैन श्री अर्पित चड्ढा को धन्यवाद दिया।