# काम छोड़कर कर्मचारियों ने की जीवन के लेखा-जोखा पर चर्चा

शिविर में उपस्थित पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग के कर्मचारी। ● **नईदुनिया**

**सिवनी (नईदुनिया प्रतिनिधि)।** राज्य आनंद संस्थान द्वारा जिले के शासकीय अधिकारी- कर्मचारियों के लिए विभागवार अल्पविराम शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। इसका शुभारंभ बुधवार को पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग के कर्मचारियों के अल्प विराम शिविर से किया गया। शिविर का आयोजन पलिटेक्निक कालेज सभाकक्ष में किया गया।

शिविर में राज्य आनंद संस्थान के राज्य स्तरीय प्रशिक्षक मुकेश करूआ, अनिल कांवले डीपीआई, मनीषा कांवले ने उपस्थित लगभग 60 प्रतिभागियों के साथ दिनभर के सेशन में अल्प विराम, जीवन का लेखा-जोखा, रिश्ते, सुख और दुख सहित अन्य गतिविधियों के माध्यम से प्रतिभागियों की मानसिक, शारीरिक, भावनात्मक उन्नति व प्रसन्नता के दृष्टिकोण पर चर्चा की गई।

जिला पंचायत मुख्य कार्यपालन अधिकारी ने प्रतिभागियों को मार्गदर्शन दिया। कार्यक्रम में नोडल अधिकारी नीलेश जैन, मास्टर ट्रेनर नीलम विश्वकर्मा व सूर्यप्रकाश विश्वकर्मा सहित जिले में कार्य कर रहे राज्य आनंद संस्थान साथी उपस्थित रहे।राज्य आनंद संस्थान द्वारा आयोजित होने वाले अल्पविराम शिविर का मुख्य उद्देश्य रोजाना की भागदौड़ शारीरिक कम, मानसिक ज्यादा है। बाहर से ज्यादा भगदड़ अंदर है। विचारों, चिंताओं, काल्पनिक डर, इर्ष्या आदि की भीड़ लगी हुई है, जहां विश्राम की आवश्यकता है। नागरिकों की खुशहाली व परिपूर्ण जीवन के लिए आंतरिक व बाह्य सकुशलता के लिए अल्पविराम शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। लोगों का सिर्फ भौतिक प्रगति व सुविधाओं से अनिवार्य रूप से प्रसन्न रहना संभव नहीं है। राज्य का पूर्ण विकास नागरिकों की मानसिक, शारीरिक व भावनात्मक उन्नति व प्रसन्नता दृष्टि से राज्य आनंद संस्थान उक्त आयोजन करता चला आ रहा है। 20 मई को वन विभाग के कर्मचारियों के लिए शिविर का आयोजन मुख्य वनसंरक्षक कार्यालय के सभाकक्ष में रखा गया है। 21 मई को कृषि विभाग के कर्मचारियों के लिए मिशन हाल सिवनी, 7 जून को नगर पालिका के अधिकारी व कर्मचारियों के लिए मानस भवन सिवनी, 8 जून को पीडब्ल्यूडी के अधिकारी, कर्मचारियों के लिए पीडब्ल्यूडी कार्यालय सिवनी में व 9 जून को पुलिस विभाग के अधिकारी, कर्मचारियों के पुलिस कंट्रोल रूम में अल्पविराम शिविर राज्य आनंद संस्थान के रिसोर्स पर्शन की उपस्थिति में आयोजित किया जाएगा।

### राज्य आनंद संस्थान द्वारा अल्पविराम शिविरों का शुभारंभ

# लोगों की सहायता करना सच्चा आनंद : पार्थ जैसवाल

## आज स्वास्थ्य विभाग के कर्मचारियों के लिए आयोजन

दिव्य एक्सप्रेस, सिवनी

राज्य आनंद संस्थान द्वारा जिले के शासकीय अधिकारी- कर्मचारियों के लिए विभागवार अल्पविराम शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। जिसका शुभारंभ बुधवार को पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग के कर्मचारियों के अल्प विराम शिविर आयोजित कर किया गया। शिविर का आयोजन जिला मुख्यालय के पॉलिटेक्निक कॉलेज सभाकक्ष में किया गया। जिसमें राज्य आनंद संस्थान के राज्य स्तरीय प्रशिक्षक मुकेश कनउज, अमित कांबले डीपीएल, श्रीमति मनीषा कांबले द्वारा उपस्थित लगभग 60 प्रतिभागियों के साथ दिनभर के सेशन में अल्प विराम, जीवन का लेखा-जोखा, गिले, सुख और दुख सहित अन्य गतिविधियों के माध्यम से प्रतिभागियों को मानसिक, शारीरिक एवं भावनात्मक उन्नति तथा प्रसन्नता के दृष्टिकोण पर चर्चा की गई। मुख्य कार्यपालन अधिकारी जिला पंचायत सम्पूर्ण सेशन में उपस्थित रहे तथा प्रतिभागियों को अपना मार्गदर्शन दिया। कार्यक्रम में नोडल अधिकारी नीलेश जैन, मास्टर ट्रेनर नीलम विश्वकर्मा तथा सूर्यप्रकाश विश्वकर्मा सहित जिले में कार्य कर रहे राज्य आनंद संस्थान साथी उपस्थित रहे।

भोपाल से आये प्रशिक्षकों के द्वारा अल्प विराम परिचय में उपस्थित समस्त अधिकारी एवं कर्मचारियों को जीवन में आनंद का महत्व एवं आनंद की बढ़ोत्तरी कैसे की जावे या जीवन में आनंद कम होने के कारणों पर विस्तृत चर्चा की गई उपस्थित सभी प्रशिक्षणार्थियों ने रुचि लेकर विषय को समझा एवं अपने अनुभव साझा किये इसी दौरान पार्थ जैसवाल द्वारा भी अपने जीवन के अनुभव साझा करते हुए कहा कि मुझे सच्चा आनंद लोगों की मदद करने में प्राप्त होता है अपने सभी सहकर्मियों को उन्होंने अपने से जुड़े लोगों की मदद करने के लिये प्रेरित किया। साथ ही जीवन की घटनाओं से उन्होंने क्या सीखा यह भी साझा किया। भोपाल से आई मनीषा कांबले ने जीवन रूपी गिलास में क्या क्या कमी है और उसे हम कैसे दूर कर सकते हैं इसे गतिविधि के माध्यम से समझाया जो बहुत ही रुचिकर रहा।

### नर्सिंग ट्रेनिंग सेंटर के अल्पविराम

जिला मुख्यालय सिवनी में स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों व कर्मचारियों के लिए 19 मई को प्रातः 10.30 बजे से अल्प विराम शिविर का आयोजन स्वास्थ्य विभाग के नर्सिंग ट्रेनिंग सेंटर में किया जाएगा। उक्त कार्यक्रम में संबंधित अधिकारी व कर्मचारी की उपस्थिति कार्य दिवस मानी जाएगी।