



১০ই অক্টোবর ২০২২



বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস

প্রতিপাদ্য বিষয়

**Make Mental Health &
Well-Being For All a Global Priority**

(সবার জন্য মানসিক স্বাস্থ্য ও ভালো থাকাটাই হোক বৈশ্বিক অগ্রাধিকার)

প্রধান অতিথি

অধ্যাপক ড. মোঃ নূরুল আলম

মাননীয় উপাচার্য, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়

আলোচনা অনুষ্ঠান ও কর্মশালা

১৯ই অক্টোবর ২০২২
সকাল ০৯:৩০ ঘটিকা

স্থান

সেমিনার কক্ষ
জহির রায়হান মিলনায়তন

জীবন-দক্ষতামূলক কর্মশালা

- আবেগ নিয়ন্ত্রণের দক্ষতা
- আত্ম-সম্মানের দক্ষতা
- মানসিক চাপ মোকাবেলার দক্ষতা
- দ্বন্দ্ব মোকাবেলার দক্ষতা
- সম্পর্ক রক্ষার দক্ষতা
- যোগাযোগের দক্ষতা
- সিদ্ধান্ত গ্রহণের দক্ষতা
- সমস্যা সমাধানের দক্ষতা

আয়োজনে

শিক্ষার্থীকল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র
জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়

শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র

জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়

সাভার, ঢাকা।

বিজ্ঞপ্তি

সংশ্লিষ্ট সকলের অবগতির জন্য জানানো যাচ্ছে যে, বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস-২০২২ উদযাপন উপলক্ষে শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র আগামী ১৯ অক্টোবর-২০২২ সকাল ৯:৩০ টা থেকে জহির রায়হান মিলনায়তনের সেমিনার কক্ষে একটি জীবন-দক্ষতামূলক কর্মশালা আয়োজন করতে যাচ্ছে। এই কর্মশালায় আবেগ নিয়ন্ত্রণের দক্ষতা, আত্ম-সম্মানের দক্ষতা, মানসিক চাপ মোকাবেলার দক্ষতা, দ্বন্দ্ব মোকাবেলার দক্ষতা, সম্পর্ক রক্ষার দক্ষতা, যোগাযোগের দক্ষতা, সিদ্ধান্ত গ্রহণের দক্ষতা এবং সমস্যা সমাধানের দক্ষতার উপর আলোচনা করা হবে। উক্ত কর্মশালায় অংশগ্রহণে আগ্রহী শিক্ষক, শিক্ষার্থী, কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্রে অথবা অন লাইনে নাম রেজিস্ট্রেশনের জন্য অনুরোধ করা হলো।

রেজিস্ট্রেশনের লিংক-<https://tinyurl.com/JU-WMHD2022>

স্বাক্ষর/- পরিচালক, শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র
জা.বি।

তারিখঃ ১০-১০-২০২২

সদয় অবগতি, প্রচার ও প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণের জন্য অনুলিপি প্রেরণ করা হলোঃ

- ১। প্রো-উপাচার্য(প্রশাসন)জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ২। কোষাধ্যক্ষ, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ৩। সকল ডীন, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ৪। রেজিস্ট্রার(ছাত্র/ছাত্রী) জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ৫। পরিচালক, শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ৬। সকল প্রভোস্ট, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ৭। প্রক্টর, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ৮। সকল বিভাগীয় সভাপতি/পরিচালক, আইবিএ-জেইউ, আইআইটি, বিআইসিএলসি, আইআরএস, ওয়াজেদ মিয়া বিজ্ঞান গবেষণা কেন্দ্র, আইকিউএস/অফিস প্রধান/পরিচালক/ভারপ্রাপ্ত শিক্ষক, জা.বি, সাভার, ঢাকা।
- ৯। সভাপতি/সম্পাদক, শিক্ষক সমিতি, জা.বি, সাভার, ঢাকা।
- ১০। সকল ডেপুটি রেজিস্ট্রার, রেজিস্ট্রার অফিস, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়, সাভার, ঢাকা।
- ১১। অধ্যক্ষ, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয় স্কুল ও কলেজ, সাভার, ঢাকা।
- ১২। উপাচার্যের সচিব(ডেপুটি রেজিস্ট্রার) উপাচার্য অফিস, জা.বি, সাভার, ঢাকা।
- ১৩। সভাপতি/সাধারণ সম্পাদক, অফিসার সমিতি/সাংবাদিক সমিতি/কর্মচারী সমিতি/কর্মচারী ইউনিয়ন, জা.বি।
- ১৬। নোটিশ বোর্ড।

(প্রফেসর ড. সৈয়দা ফাহুলজা বেগম)

পরিচালক, শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র জা.বি।