



তারিখঃ ০১ নভেম্বর ২০২০

## বিজ্ঞপ্তি

সংশ্লিষ্ট সকলের অবগতির জন্য জানানো যাচ্ছে যে, জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্রের উদ্যোগে জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীসহ অত্র বিশ্ববিদ্যালয়ের সম্মানিত শিক্ষক, কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের মানসিক স্বাস্থ্য বিষয়ে সচেতনতা বৃদ্ধির জন্য করোনাকালীন সময়ে সপ্তাহে দুইদিন (রবিবার ও বুধবার) সন্ধ্যা ৭:০০-৮:০০ টা পর্যন্ত মানসিক স্বাস্থ্যের উপর বিষয়ভিত্তিক অনলাইনে আলোচনা সভার আয়োজন করা হয়েছে। শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্রে নিয়োজিত মনোবিজ্ঞানীগণ নিম্নোক্ত সূচী অনুযায়ী নভেম্বর ২০২০ মাসে অনলাইনে আলোচনা করবেন।

ক্রম	বিষয়	আলোচক	তারিখ	সময়	জুম আইডি
১.	বিষন্নতা ও তার প্রতিকার	শুভাশীষ কুমার চ্যাটার্জী	৪ নভেম্বর ২০২০	সন্ধ্যা ৭:০০-৮:০০	মিটিং আইডি: 946 5273 4352 পাসওয়ার্ড: scgc
২.	আত্মহত্যার ঝুঁকি ও প্রতিরোধ	ইফরাত জাহান	৮ নভেম্বর ২০২০		
৩.	মাদকাসক্তি সমস্যা ও করণীয়	শুভাশীষ কুমার চ্যাটার্জী	১১ নভেম্বর ২০২০		
৪.	রাগ নিয়ন্ত্রণ	ইফরাত জাহান	১৫ নভেম্বর ২০২০		
৫.	মানসিক চাপ নিয়ন্ত্রণ	শুভাশীষ কুমার চ্যাটার্জী	১৮ নভেম্বর ২০২০		
৬.	পারস্পরিক সম্পর্ক উন্নয়ন	ইফরাত জাহান	২২ নভেম্বর ২০২০		
৭.	শুচিবাই সমস্যা ও করণীয়	শুভাশীষ কুমার চ্যাটার্জী	২৫ নভেম্বর ২০২০		
৮.	পড়াশোনায় মনোযোগিতা	ইফরাত জাহান	২৯ নভেম্বর ২০২০		

অনলাইন আলোচনায় অংশগ্রহণে ইচ্ছুক অত্র বিশ্ববিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী, শিক্ষক, কর্মকর্তা ও কর্মচারীগণকে যথাসময়ে প্রদত্ত জুম আইডি ও পাসওয়ার্ড ব্যবহার করে অথবা নিম্নোক্ত জুম লিংকের মাধ্যমে যোগদানের জন্য অনুরোধ করছি।



<https://zoom.us/j/94652734352?pwd=ZnJjdE9mbHQraEl5alNBc3dxNWRjZz09>

ধন্যবাদান্তে,

পরিচালক

শিক্ষার্থী কল্যাণ ও পরামর্শদান কেন্দ্র

জাহাঙ্গীরনগর বিশ্ববিদ্যালয়।