



न्यूक्लियर पावर कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड  
(भारत सरकार का उद्यम)

NUCLEAR POWER CORPORATION OF INDIA LIMITED

(A Government of India Enterprise)

(निगम योजना एवं निगम संचार)

(Corporate Planning & Corporate Communication)



## 'आत्म-सशक्तिकरण से तनाव प्रबंधन'

### 'Stress Management through Self-Empowerment'

एनपीसीआईएल मुख्यालय में 'आज़ादी का अमृत महोत्सव आयोजन समिति' के तत्वावधान में दिनांक 23 जनवरी, 2022 को प्रातः 11 बजे से 12 बजे के दौरान देश के एक जाने-माने प्रवक्ता डॉ. ई वी स्वामिनाथन द्वारा 'आत्म-सशक्तिकरण से तनाव प्रबंधन' के विषय पर व्याख्यान प्रस्तुत किया गया। यह व्याख्यान वेबएक्स मीट के ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के माध्यम से एनपीसीआईएल मुख्यालय व इसकी सभी इकाइयों में कार्यरत समस्त सदस्यों के लिए उपलब्ध था। लगभग 200 सदस्यों ने वेबएक्स मीट और यू-ट्यूब लिंक के संयुक्त माध्यमों से इस कार्यक्रम में भाग लिया।

डॉ. ई. वी. स्वामिनाथन ने अपने व्यापक अनुभव और ज्ञान को साझा करते हुए बहुत ही सरल शब्दों में तनाव प्रबंधन के प्रभावी सिद्धांतों की व्याख्या की। ध्यान का एक छोटा सत्र आयोजित किया। व्याख्याता और श्रोतागण के बीच पारस्परिक वार्तालाप से व्याख्यान की जीवंतता बनी रही और सभी श्रोतागण लाभान्वित हुए।

यह व्याख्यान यू-ट्यूब पर नीचे दिए गए लिंक पर उपलब्ध हैं। इच्छुक कार्मिक अपनी सहूलियत के हिसाब से जब चाहे तब इसका लाभ ले सकते हैं।

<https://youtu.be/dsHIMgLVtKE>

झरना तनेजा Jharna Taneja

Cisco Webex Meetings Meeting Info Hide Menu Bar


File Edit Share View Audio & Video Participant Meeting Help

01:50:18

Jharna Taneja NPCIL Me

PADMANABHAN C.A.

PRINCE GROVER



Participants (34)

Search

- RP ram prakash
- SS S K Sharma
- SS Sandeep Mohan Saxena
- S Shubha
- S snm
- SB sunil badghare
- S Suresh
- VG Venkataraman Huggilla ga...
- VB Vijaya Bharathi

Unmute Start video Share

Participants Chat

1203 23-01-2022

Cisco Webex Meetings Meeting Info Hide Menu Bar

File Edit Share View Audio & Video Participant Meeting Help

01:19:46

Jharna Taneja NPCIL Me

PADMANABHAN C.A.

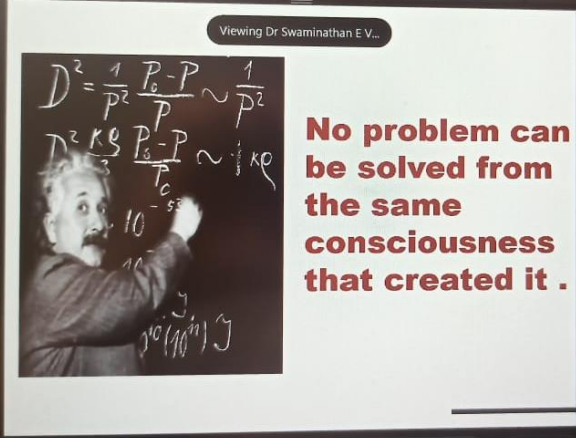
PRINCE GROVER

Layout

Participants (33)

Search

Viewing Dr Swaminathan E V...



Unmute Start video Share

Participants

PG PRINCE GROVER

PW PURUSHOTTAM J. WAS

R R.R.Kamath

RR Raghupati Roy

R rajesh

RP ram prakash

RS Rishi Sharma

SS S K Sharma

SS Sandeep Mohan Saxen

ENG IN 23-01-2022

Cisco Webex Meetings Meeting Info Hide Menu Bar

File Edit Share View Audio & Video Participant Meeting Help

01:42:10

Jharna Taneja NPCIL Me

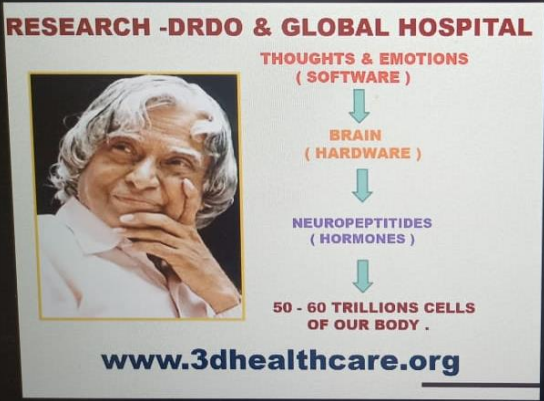
PADMANABHAN C.A.

PRINCE GROVER

Participants (35)

Search

Dr Swaminathan E V



RESEARCH -DRDO & GLOBAL HOSPITAL

THOUGHTS & EMOTIONS (SOFTWARE)

BRAIN (HARDWARE)

NEUROPEPTIDES (HORMONES)

50 - 60 TRILLIONS CELLS OF OUR BODY .

www.3dhealthcare.org

Unmute Start video Share

Participants Chat

JN Jharna Taneja NPCIL Me

HBNI HBNI Host

DW Dr Swaminathan E V

1 1847085236

A aecs-6music-room

AY Ajay yadav

A akrishti

AM ATREYEE MUKHERJEE

D Devanath

ENG IN 23-01-2022

