பெருநகர சென்னை மாநகராட்சி

செய்தி வெளியீடு

செ.வெ.எண்.371 **நாள்: 10.08.2026**

பெருநகர சென்னை மாநகராட்சியில் உள்ள உதவிப் பொறியாளர்கள் மற்றும் இளநிலைப் பொறியாளர்களுக்கு உடல், மன என முழுநலன் சார்ந்த பயிற்சியினை (A Holistic Wellness Programme) மாநகராட்சி ஆணையாளர் டாக்டர் ஜி. எஸ். சமீரன், இ.ஆ.ப., அவர்கள், தொடங்கி வைத்துப் பேசினார்.

இன்று (10.08.2026) பெருநகர சென்னை மாநகராட்சியில் உள்ள உதவிப் பொறியாளர்கள் மற்றும் இளநிலைப் பொறியாளர்களுக்கு உடல் நலன், மன நலன் என முழுநலன் சார்ந்த பயிற்சி (A Holistic Wellness Programme) பெருநகர சென்னை மாநகராட்சியுடன் கிரடாய் (CREDAI Foundation) மற்றும் துருதி அறக்கட்டளை (Dhruthi Trust) ஆகியவை இணைந்து நடத்தியது. இப்பயிற்சியினை மாநகராட்சி ஆணையாளர் டாக்டர் ஜி.எஸ். சமீரன், இ.ஆ.ப., அவர்கள், ரிப்பன் கட்டட வளாகத்தில் உள்ள அம்மா மாளிகையில் தொடங்கி வைத்துப் பேசினார்.

இப்பயிற்சியினை மாநகராட்சி ஆணையாளர் அவர்கள் தொடங்கி வைத்துப் பேசியதாவது:

பெருநகர சென்னை மாநகராட்சியில் பல்வேறு வளர்ச்சித் திட்டப் பணிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகிறது. சுமார் ஒரு கோடி மக்களின் அடிப்படைத் தேவைகளுக்கான சேவைகளை பெருநகர சென்னை மாநகராட்சி வழங்கி வருகிறது. இத்திட்டப் பணிகளை மக்களிடம் கொண்டு சென்று சிறந்த சேவையினை வழங்கிடும் வகையில், மாநகராட்சியின் பொறியாளர்கள் சிறப்புடன் பணியாற்றி வருகின்றனர். அதிகாலை தொடங்கி இரவு வரை தங்களது பொறுப்பை உணர்ந்து பொறியாளர்கள் பணியாற்றி வருகின்றனர். பல்வேறு பணிகளை மேற்கொள்ளும் பொறியாளர்கள் தங்களது உடல் நலனையும், மன நலனையும் ஒரு சேர பேணி பாதுகாத்துக் கொள்வது அத்தியாவசியமாகும். தங்களுக்கான பணிகள் காரணமாக ஏற்படும் மன இறுக்கத்தையும், சோர்வினையும் தவிர்த்து தங்களது உடல், மனம் சார்ந்த நலன்களில் தனிக்கவனம் செலுத்துவது தொடர்பாக பெருநகர சென்னை மாநகராட்சியின் சிறப்பு ஏற்பாட்டின் பேரில் கிரடாய் (CREDAI Foundation) மற்றும் துருதி அறக்கட்டளை (Dhruthi Trust) ஆகியவற்றுடன் இணைந்து முழுநலன் சார்ந்த பயிற்சி (A Holistic Wellness Programme) வழங்கப்படுகிறது. பொறியாளர்கள் தங்களது பணிகளுக்கிடையில் உடல், மனம் ஆகியவற்றில் மேம்பட்ட கவனம் செலுத்துவதற்கும், விழிப்புணர்வு பெறுவதற்கும் இப்பயிற்சி மிகவும் உதவிகரமாக அமைந்திடும் என்று பேசினார்.

இப்பயிற்சியில், இணை ஆணையாளர் (பணிகள்) திரு.செ.சரவணன், இ.ஆ.ப., சென்னை கிரடாய் (CREDAI Foundation) நிர்வாகிகள் திரு.மெகுல் எச். தோஷி, திரு.பிரகாஷ் செல்லா, திரு. வர்கீஸ் ஜான், திருமதி ஆஷா மரினா, துருதி அறக்கட்டளை (Dhruthi Trust) நிர்வாகிகள் திரு.சுரேஷ் அருணாசலம், திரு. ராம்ஜி வெங்கடாச்சாரி, திரு.ஏழுமலை சிவகுமார், டாக்டர் சங்கீதா சண்முகம், திருமதி ஜெயா வெங்கடேஷ், பயிற்சி வழங்குநர்கள் டாக்டர் சங்கீதா சந்தோஷ், டாக்டர் திவ்யா பிரபா, மற்றும் பொறியாளர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

செய்தி வெளியீடு: இணை இயக்குநர்/மக்கள் தொடர்பு அலுவலர்,

பெருநகர சென்னை மாநகராட்சி.