Training Report of HRD cell, ICAR-NBFGR, Lucknow (Nov. 23-25, 2021)

A three-day training program on "Effective Health Management for Enhancing Work Efficiency of Employees- कर्मचारियों के कार्य क्षमता बढ़ाने के लिए प्रभावी स्वास्थ्य प्रबंधन" was organized at ICAR-National Bureau of Fish Genetic Resources, Lucknow from 23-25 November, 2021. The programme was inaugurated by Dr. Kuldeep K. Lal, Director, ICAR-NBFGR, Lucknow.

Training program, 03-day duration, was designed for the skilled supporting staff (SSS) of the Institute who had been find difficult to attend the online training program during the year. The training was aimed at educating the employees about the role of sound physical and mental health in increasing overall output in their professional and family lives, with special reference to the covid-19 protocol perspectives. The training was initiated as a step towards FAO's goal of sustainable development (SDG 3) with good health and wellbeing of staffs. In his inaugural lecture, Director, Dr. Kuldeep K. Lal, asked employees to adopt healthy lifestyle to remain fit throughout lifetime by avoiding any type of intoxication, making yoga and meditation an integral part of daily life and following Covid -19 protocol regularly which has affected community health in recent past. He asked the participants not to indulge in rumours and develop sense to respect the laws of environmental cleanliness and protection of the National property. He also asserted that mis-interpretation of rules and regulations should be avoided and governmental guidelines to be followed in all respect.

In his expert lecture on effective health management by yoga in corona scenario Dr. Basdeo Kushwaha, told trainees that yoga helps in increasing happiness in normal life and increases immunity towards diseases. A motivational talk and demo session, on scientific management of stress by motivational speaker Mr. Aman Gupta, Coordinator, E-3, Consultancy Form, Lucknow, was also arranged during this programme, in his interactive lectires he emphasised that acceptance of inconveniences is good things and try to overcome constituously must be a habit to repain happy at the work place and in family. Dr. Achal Singh, Principal Scientist and coordinator of the training while delivering lecture on spiritual wellbeing of the employee, discussed about various forms of bridges (setu) and importance of bridging the gap between knowledge & adoption in overcoming adverse situations by maintaining patience.

A training manual as a ready reference, in Hindi, for the trainee participant- Skilled Support Staff category was also released during the inaugural session. This manual also released in e-booklet form (https://online.fliphtml5.com/mkmzi/kymt/) and made available to all the trainee. The QR code-based training manual was also prepared so that trainee employee can access easily by mobile. The valedictory function chief guest Dr. Kuldeep K. Lal, Director, ICAR-NBFGR, presented the certificates to 14 successful trainees (M=13, F=1), and which they could look back on for years to come as remembrance. Meeting ended with vote of thanks by Dr. Achal Singh, Principal Scientist, Nodal HRD & Training coordinator.

Public-goods Initiatives



Release of HRD training manual in Inauguration



Remarks of Chairman, Inaugural session, Dr. Kuldeep K. Lal, Director.



Inaugural session speaker Dr. B. Kushwaha, Principal Scientist, NBFGR



Introdution about purpose of organisation training & training manual, related to Good Health & Well-being.



Guest speker Sh. Aman Gupta, Coordinator, E-3, Consultanmce firm, Lucknow, with trainee.



Valedictory session, trainee with certificates with Director, NBFGR.





Feed-back-participant

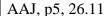
https://online.fliphtml5.com/mkmzi/ kymt/

Certificates presentation to participants



e-Booklet: QR code e-Booklet: Link

News_paper_coverage



रोगों के प्रति प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है योग

भावना । जरुन अनुवीतिक राज्यात जाते, मानाव में मानाव कर्मार्थियों को आर्च जुलाला स्ट्रीने के तित्र प्रकारी जाताना कर्मान्य कर्मान्य के तित्र प्रकारी कर्मान्य कर्मान्य त्राव्य त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य त्राव्य त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य त्रीच्या की क्षानी अस्त्रात कर्मान्य त्रीच्या की क्षानीय के ताला त्रीच्या क्षान्य त्राव्य त्रीच्या कर्मान्य की क्षान्य त्राव्य क्षानीय कर्मान्य त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य व्याव त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य त्रीच्या कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य कर्मान्य त्रीच्या कर्मान्य विकोष कर में क्षेत्रिक - 19 प्रोतिकीन पूर्विकार के मोहर्ष में कार्यवार्थिय की सार्व पेत्रेस्स और परिवार्धिक अंध्या प्रेम मान्य की देशिया की कार्य और में पादा प्राथमका स्थाप में में प्राथम प्रेम प्राप्त अंध्या प्रेम प्राप्त अंध्या प्रेम प्राप्त कर कि नियं के प्राप्त कर कि नियं के प्राप्त कर कि नियं के प्राप्त कर कि नियं का प्राप्त कर कि नियं के प्राप्त कर कि नियं का प्राप्त कर कर कि नियं का प्राप्त कर कर कर की नियं कर की

सहायक कर्मचारियों को प्रभावी स्वास्थ्य प्रबंधन पर दिया प्रशिक्षण

निर स्थान जीवन डीली जननाई चीर और जान को दिनक जीवन का

प्रमाण पर जगने विशेषक व्यक्तवन से त्री, बान्योत्त बुलावतः ने प्रीत्पृत्तां को के न्याल के को में कार्य को और नताव कि नीम स्थानक जीवत में जोक्क प्रदूर्वन्ती हुआ प्रतिन्द्रत पूर्वती कुट्टी में राज्य स्थात के और प्रतिन्द्रतीय पंच कर्य को के निवर् दिनों के और प्रतिन्द्रतीयक समय को नीते की पहला महार्थन

माजपा नेता सत्येन्द्र शर्मा सपा में शामिल

सम्बन्धः भगवनार्वे पार्ते के राष्ट्रीय कामक एवं पूर्व गु प्रदेश के नेतृत्व पर नामक मात्रते हुए त्याव गरिनाकार ...

Sahara, p.6, 26.11

योग और ध्यान कर रहें स्वस्थ



क्षिति हैं हैं कि प्राप्त के बात के प्राप्त के विकास कर कि प्राप्त के प्राप्त के बात के प्राप्त के प्राप के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप्त के प्राप

Tizarat, p.3, 26.11

Amrit Vichar, p.5, 26.11

तन और मन से स्वस्थ रहना जरूरी

 सम्द्रीय मत्स्य आनुवारिक संसाधन ब्यूरो में आयोजित हुई कार्यशाला

अमृत विचार, लखनऊ

राष्ट्रीय मध्य आनुवशिक संसाधन ज्यूरो में सहायक कर्मचरियों की कार्य कुशलता बढ़ाने के लिए प्रभावी स्वास्थ्य प्रबंधन पर तीन दिवसीय प्रशिक्षण का आयोजन किया गया। इस मौके पर संस्थान के निदेशक डॉ. कुलद्रेप के. लाल ने कहा कि स्वस्य शारीरिक और मानीसक स्वास्थ्य की भीमका वा समझान बेहद नरूपी है। निदेशक कर्मचरिये हाल के दिनों में मामदाधिक स्वास्थ्य प्रवंधन पर एक प्रेरक वार्ता और हंमी



प्राप्तसम्प्रकारोद्धम् मे प्रमान-पत्र के साथ प्रतिस् और गीजूद असिकारी । परेटी-अमृत विर

नहीं में बचकर जीवन भर म्हम्स रहने के लिए स्वस्थ जीवन हीती अपनाएं। योग और ध्यान को दैनिक जीवन का अभिन्न क्षंग बनाएं के प्रति प्रतिरोधक क्षमता को बहाता और निवमित तीर में कोविट-19 प्रोटोबॉल वा पालन करें विसमें अमन गुजा ने तनाव के वैज्ञानिक

कुशवाहा ने प्रशिक्षकों को बलाया कि योग सामान्य जीवन में खशी बढ़ानं में मदद करता है और रोगों है। कार्यक्रम के दौरान प्रेरक वक्ता से कहा कि वे किसी भी प्रकार के को प्रभवित किया है। वहीं बसदेय सत्र का भी आयोजन किया गया।

सहायक कर्मचारियों के लिए प्रभावी स्वास्थ्य प्रबंधन पर प्रशिक्षण

कारक अंग्रेस के का का का का का लोक को तुरु हुए का प्रीक्षण वर्गक का प्राप्त सम्बद्ध के निर्माण में कुलिए के लात में किया का प्राप्त कारकार में विदेशक प्राप्त कुलिए के लात में कर्मकारियों के बात कि में कहा कि प्राप्त कारबार और राष्ट्रिय संपीत को पुरस्त के ... कर वो उत्तरीकर विकार पदा अंकर वैद्यारिक कार्यों का उत्तरात को के जिला प्राप्ता ... की प्रतिकार स्थानकर की अच्छा जिल ने

or name tell in the name abort dell - object it der get grad netter para-ामणा, पंतर कोर भार को दिन्स कोर - जा उसने विशेषक सम्बाधन में हो, स्वार्थन के दी स्वार्थन के दी स्वार्थन के दिन को उर्जन- अंत्र काम की निर्देशन काम में प्रशासन के देविकों का स्वार्थन के दिन्स कोरत के तिर्देश के प्रशासन के दिन्स कोरत के तिर्देश के प्रशासन के दिन्स कोरत के तिर्देश के प्रशासन काम को दिन्स कोरत के तिर्देश के प्रशासन काम को दिन्स के दूर्ण काम के स्वार्थ के तिर्देश की काम के दूर्ण काम के दिन्स के दूर्ण काम के दूर्ण काम के दिन्स के दूर्ण काम काम के दूर्ण काम के दूर्ण काम काम के दूर्ण काम काम के दूर्ण काम काम काम के दू

sh site point on then