A Student Seminar on "Mindful Preparation for Future Competitive Exams" organized by Career Guidance and Placement Cell

Date: 18th February, 2026

A one-day seminar titled "Mindful Preparation for Future Competitive Exams" was successfully organized by the Career Guidance and Placement Cell at Arya Kanya Mahavidyalaya, Shahabad Markanda, under the direction of Convener Dr. Hema Sukhija. Principal Prof. (Dr.) Aarti Trehan inaugurated the event, encouraging students to recognize their potential to excel in today's competitive global landscape.

The seminar featured expert-led technical sessions covering essential career paths, including IAS, IPS, UPSC, and Banking, conducted by Mr. Manvinder Sharma (Director, Career Will, Kurukshetra). Dr. Indra Bhardwaj (Dean, S.P. Bansal School of Business, Geeta University, Panipat) delivered a lecture on "Mindfulness-Powered Critical Reasoning" to enhance mental focus for cracking tough exams. The event also highlighted emerging trends in MBA and management careers through a session by Deepika Rathi from Bulls Eye. Shivani (Deputy Manager, Bulls Eye, Ambala) also graced the occasion with her presence.

This highly interactive program benefited approximately 179 students from final-year B.A., B.Sc., B.C.A., and B.Com streams, providing them with practical insights beyond their textbooks. The successful execution of the event was made possible through the dedicated efforts of the organizing team, including Mrs. Parwinder Kaur, Mrs. Akwinder Kaur, Mrs. Ankita Hans,Dr Swarit Sharma, Dr Pooja, Ms Diksha and Ms. Nidhi.The session concluded with a vote of thanks, acknowledging the hard work of the entire team in ensuring a bright and successful future for the students.

Technical Session-I

Technical Session-II **Technical Session-III**

Newspaper Coverage

आर्य कन्या महाविद्यालय में एक दिवसीय सेमिनार आयोजित

शाहबाद मारकंडा, 18 फरवरी (विजय कुमार): आर्य कन्या महाविद्यालय में करियर गाइडेंस एंड प्लेसमेंट सेल की ओर से संयोजिका डॉ. हेमा सुखीजा के निर्देशन में 'माइंडफुल प्रिपरेशन फॉर फ्यूचर कॉम्पिटिटिव एग्जाम' विषय पर एक दिवसीय सेमिनार का सफल आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं को प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए सही दिशा, मानसिक एकाग्रता और व्यावहारिक रणनीतियों से अवगत कराना रहा। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय की प्राचार्या प्रो. (डॉ.) आरती त्रेहन द्वारा मुख्य वक्ताओं के स्वागत के साथ किया गया। उन्होंने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि आज के प्रतिस्पर्धात्मक दौर में केवल शैक्षणिक ज्ञान ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि आत्मविश्वास, सकारात्मक सोच और निरंतर अभ्यास भी सफलता की कुंजी हैं। ऐसे सेमिनार छात्राओं को वैश्विक स्तर पर अपनी पहचान बनाने के लिए प्रेरित करते

एक दिवसीय सेमिनार में भाग लेती छात्राएं।

हैं। करियर सेल की संयोजिका डॉ. हेमा सुखीजा ने कहा कि महाविद्यालय का लक्ष्य छात्राओं को केवल पुस्तकीय ज्ञान तक सीमित न रखकर उन्हें करियर के व्यावहारिक पहलुओं से भी परिचित कराना है। विशेषज्ञों के मार्गदर्शन से छात्राएं अपने लक्ष्य को स्पष्ट कर बेहतर तैयारी कर सकती हैं। सेमिनार को तीन तकनीकी सत्रों में विभाजित किया गया। प्रथम तकनीकी सत्र में करियर विल, कुरुक्षेत्र के निदेशक मनविंदर शर्मा मुख्य वक्ता रहे। उन्होंने कॉलेज की पढ़ाई के साथ-साथ आईएएस, आईपीएस, यूपीएससी और बैंकिंग जैसी प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी की रणनीति पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि स्नातक स्तर से ही योजनाबद्ध तैयारी शुरू करने से सफलता की संभावना बढ़ जाती है। द्वितीय तकनीकी सत्र में गीता यूनिवर्सिटी के एसपी बंसल स्कूल ऑफ बिजनेस की डीन डॉ. इंद्रा भारद्वाज ने 'माइंडफुलनेस-पावर्ड क्रिटिकल रीजनिंग' विषय पर व्याख्यान दिया। उन्होंने समझाया कि मानसिक एकाग्रता, तार्किक क्षमता और सकारात्मक दृष्टिकोण के माध्यम से किसी भी कठिन परीक्षा को सरल बनाया जा सकता है। तृतीय तकनीकी सत्र में बुल्स आॅय से दीपिका राठी ने 'एमबीए के उभरते रुझान' विषय पर मार्गदर्शन दिया। उन्होंने मैनेजमेंट क्षेत्र में करियर की संभावनाओं, आवश्यक कौशल और बदलते ट्रेंड्स पर विस्तार से चर्चा की। इस अवसर पर बुल्स आई, अंबाला की डिप्टी मैनेजर शिवानी की गरिमामयी उपस्थिति भी रही। पूरा सेमिनार अत्यंत इंटरएक्टिव रहा, जिसमें विशेषज्ञों ने छात्राओं के साथ सीधा संवाद स्थापित किया और उनके प्रश्नों के उत्तर दिए। बी.ए., बी.एससी., बी.सी.ए एवं बी.कॉम तृतीय वर्ष की लगभग 179 छात्राओं ने इस सेमिनार का लाभ उठाया। कार्यक्रम के सफल आयोजन में डॉ. स्वरित शर्मा, परविंदर कौर, अकविंदर कौर, अंकिता हंस, डॉ. पूजा, दीक्षा, निधि और काजल का विशेष योगदान रहा। अंत में संयोजिका ने सभी अतिथियों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि महाविद्यालय भविष्य में भी छात्राओं के सर्वांगीण विकास हेतु ऐसे आयोजन निरंतर करता रहेगा।

अजीत समाचार
उत्तर भारत का सम्पूर्ण अख़बार
19-Feb-2026
Page: 17
http://www.ajitsamachar.com/20260219/27/17/1_1.cms