



ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી

(આઈ. એસ. ઓ. ૯૦૦૧:૨૦૧૫ પ્રમાણિત સંસ્થા),

"સંહતિ", છઠ્ઠો માળ, એસ.આઈ.ઈ.સી.સી. કેમ્પસ, ખજોદ ચાર રસ્તા પાસે, અલથાણ રોડ, સરસાણા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૭
ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧ ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : info@sgcci.in

Website : www.sgcci.in

Ref no. PN 2025-26/099

Dt. 14/08/2025

તંત્રીશ્રી, _____, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

(સેક્રેટરી)

ચેમ્બર દ્વારા ટોકીંગ ટુ બોડીમાઈન્ડ વિષે સેશન યોજાયું

સુરત: ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી દ્વારા મંગળવાર, તા. ૧૨ ઓગષ્ટ ૨૦૨૫ના રોજ સાંજે ૭:૩૦ કલાકે, સંહતિ, સરસાણા, સુરત ખાતે ટોકીંગ ટુ બોડીમાઈન્ડ વિષે સેશન યોજાયું હતું, જેમાં વક્તા તરીકે તથાસ્તુ વાઈબ્સના ફાઉન્ડર એન્ડ સીઈઓ સુશ્રી સાક્ષી પ્રેમે વિસ્તૃત જાણકારી આપી હતી.

ચેમ્બર ઓફ કોમર્સના પ્રમુખ શ્રી નિખિલ મદ્રાસીએ જણાવ્યું હતું કે, ચેમ્બર હંમેશા ઉદ્યોગ જગત અને સમાજના હિત માટે પ્રેરણાદાયી કાર્યક્રમોનું આયોજન કરતું રહે છે. આવા સેશન દ્વારા સભ્યોને નવી દિશામાં વિચારવાની તક મળે છે, નવી કુશળતાઓ શીખવા મળે છે અને વ્યક્તિગત તેમજ વ્યાવસાયિક જીવનમાં સકારાત્મક પરિવર્તન લાવવાની પ્રેરણા મળે છે.

સુશ્રી સાક્ષી પ્રેમે જણાવ્યું હતું કે, માનવીનું શરીર અને મન એકબીજા સાથે અવિભાજ્ય રીતે જોડાયેલ છે. જો આપણે મનની અવસ્થાને સમજીને શરીરને સંદેશો આપીએ તો આરોગ્યમાં સુધારો લાવી શકાય છે. સાથે જ માનસિક શાંતિ અને જીવનની ગુણવત્તામાં નોંધપાત્ર ફેરફાર આવી શકે છે. બોડીમાઈન્ડ કમ્યુનિકેશન દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની અંદરના સકારાત્મક ઊર્જા સ્ત્રોતોને પણ સક્રિય કરી શકે છે.

તેમણે જણાવ્યું હતું કે, બોડીમાઈન્ડ ટેકનિક્સ વ્યક્તિને તણાવ ઘટાડવા, આત્મવિશ્વાસ વધારવા અને સ્વસ્થ જીવન જીવવામાં મદદરૂપ થાય છે. વધુમાં તેમણે પ્રેક્ટિકલ એક્સરસાઈઝ અને ધ્યાન ટેકનિક્સ વિષે પણ વિસ્તૃત માહિતી આપી હતી.

ચેમ્બરના ઉપ પ્રમુખ શ્રી અશોક જીરાવાલાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું હતું. ચેમ્બરના ગૃપ ચેરમેન શ્રી ચિરાગ દેસાઈએ કાર્યક્રમની રૂપરેખા આપી હતી. ચેમ્બરની સ્કીલ ડેવલપમેન્ટ કમિટીના કો-ચેરમેન શ્રી નિકેત શાસ્ત્રીએ વક્તાનો પરિચય આપ્યો હતો. કમિટીના સભ્ય શ્રી અજિતસિંહ સોહલે કાર્યક્રમનું સંચાલન કર્યું હતું. જ્યારે કમિટી સભ્ય શ્રી રહેમાન ખાને ઉપસ્થિત સર્વેનો આભાર માની સેશનનું સમાપન કર્યું હતું.