

Table of contents

- महिला अधिकारिता और सशक्तिकरण
 - सूत्रधार - नेहल सिंघल
 - दिन 1 - पहला सत्र
 - दिन 1 - दूसरा सत्र
 - दिन 2 - पहला सत्र
 - दिन 2 - दूसरा सत्र

महिला अधिकारिता और सशक्तिकरण

दो दिन (चार सत्र) सैद्धांतिक, व्यावहारिक और प्रश्नोत्तर आधारित सक्रिय सहभागिता कार्यशाला

क्रियान्वयन तकनीक: ज्ञान चित्रण

सूत्रधार - नेहल सिंघल

कथाकार, तकनीक एवं प्रस्तुति गीता मातृशक्ति सन्देश पॉडकास्ट, ज्ञान प्रक्रिया विशेषज्ञ, आईटी सलाहकार, कोरा सम्मानित श्रेष्ठ लेखन

दिन 1 - पहला सत्र

महिलाओं के लिए भगवद्गीता

1. कथा वाचन
2. भागवत की कहानियां, कविताएं, वास्तविक जीवन उदाहरण
3. महिलाओं के विरुद्ध हिंसा - प्रदर्शनी

अपेक्षित परिणाम:

1. श्लोक लिखने के लिए ज्ञान चित्रण का उपयोग, प्रासंगिक उदाहरण।
2. प्रश्नोत्तर

- **आवश्यक सामग्री** - प्रति प्रतिभागी: 10-15 A4 कागज, पेंसिल, मिटाने की रबर, हाइलाइटर (पीला, हरा, लाल व रुचि अनुसार), बॉलपेन (नीला, हरा, लाल व काला), कार्डबोर्ड होल्डर
- समय: 90 मिनट

दिन 1 - दूसरा सत्र

महिला सशक्तिकरण के लिए सोशल मीडिया का उपयोग

1. Quora हिन्दी समुदाय के सफल उदाहरण: भोजन, छात्र, गृहिणी, पेशेवर
2. साइबर सुरक्षा संक्षिप्त परिचय
3. सामुदायिक प्रोत्साहन और समर्थन के लिए स्पेसेस, ऑनलाइन आवाज

अपेक्षित परिणाम:

1. लेखन एवं समझ के लिए ज्ञान चित्रण, प्रस्तुति में स्पष्टता के लिए विचारों को व्यवस्थित करना।
2. साइबर सुरक्षा त्वरित सुझाव, प्रश्नोत्तर

- **आवश्यक सामग्री** - प्रति प्रतिभागी: 10-15 A4 कागज, पेंसिल, मिटाने की रबर, हाइलाइटर (पीला, हरा, लाल व रुचि अनुसार), बॉलपेन (नीला, हरा, लाल व काला), कार्डबोर्ड होल्डर
- समय: 90 मिनट

दिन 2 - पहला सत्र

कार्यक्षेत्र में महिला सुरक्षा

1. दृष्टिकोण, आत्मविश्वास, रिश्ते, स्वास्थ्य
2. शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य
3. कानून, त्वरित सुझाव और जागरूकता

अपेक्षित परिणाम:

1. कार्यस्थल कानूनों और जागरूकता के लिए ज्ञान चित्रण

2. उदाहरण और प्रश्नोत्तर

- **आवश्यक सामग्री** - प्रति प्रतिभागी: 10-15 A4 कागज, पेंसिल, मिटाने की रबर, हाइलाइटर (पीला, हरा, लाल व रुचि अनुसार), बॉलपेन (नीला, हरा, लाल व काला), कार्डबोर्ड होल्डर
- समय: 90 मिनट

दिन 2 - दूसरा सत्र

घर पर महिला सुरक्षा

1. परिस्थितियां, रिश्ते, संतुलन, स्वास्थ्य
2. शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य
3. कानून, त्वरित सुझाव और जागरूकता

अपेक्षित परिणाम:

1. त्वरित समझ के लिए ज्ञान चित्रण
 2. उदाहरण और प्रश्नोत्तर
- **आवश्यक सामग्री** - प्रति प्रतिभागी: 10-15 A4 कागज, पेंसिल, मिटाने की रबर, हाइलाइटर (पीला, हरा, लाल व रुचि अनुसार), बॉलपेन (नीला, हरा, लाल व काला), कार्डबोर्ड होल्डर
 - समय: 90 मिनट

सभी कार्यशाला सत्र समकालिक प्रश्नोत्तर के साथ व्यावहारिक हैं।