



ජාතික විත්‍ර තරගය 2021

- විත්‍රයේ මාතෘකාව:** යාර්ටික/මානසික දඬුවම්වලින් තොර ධනාත්මක විනය පාලනය
- පහත කරුණු ඔබට ඇතුළත් කළ හැකිය: 1) දඬුවම මගේ ජීවිතයට බලපෑ ආකාරය 2) මට දඬුවම් අවසාන කිරීමට අවශ්‍ය ඇයි? 3) දඬුවම්වලින් තොරව මගේ ජීවිතය පිළිබඳ දැක්ම 4) දඬුවම් වෙනුවට මම කැමති විකල්ප විනය ක්‍රියාමාර්ග 5) දඬුවමේ සෘණාත්මක ප්‍රතිඵල මොනවාද?
- මාධ්‍යය:** ඕනෑම මාධ්‍යයක් (ක්‍රේයෝන්, පැන්සල් දිය සායම්, අඟුරු ආදිය)
- විත්‍රවල ප්‍රමාණය:** සෑම විත්‍රයක්ම A4 ප්‍රමාණයේ විය යුතුය.
- අවසන් දිනය:** 2021 ඔක්තෝබර් 12
- එවිය හැකි නිමර්ණ ගණන:** එක් තරගකරුවකුට එක් විත්‍රයක් පමණක් එවිය හැකිය.
- සහතික කිරීම :** විත්‍රයේ පිටුපස කරුණාකර නම, උපන් දිනය, ලිපිනය, දුරකථන අංකය, ශ්‍රේණිය (පන්තිය) සහ “මෙම නිමර්ණය (ලේඛනයේ නම) බවට සහතික කරමි” යනුවෙන් සඳහන් කර දිනය යොදා, දෙමව්පිය/ගුරුවරයාගේ නම සහ අත්සන යොදා සහතික කළ යුතුය.
- නිමර්ණ එවීම:** ළමා භිංසනයට නිත පදනම, 115 කින්සි පාර, කොළඹ 8 ලිපිනයට තැපැල් කිරීමට හෝ ගෙනවිත් භාර දීමට හැකිය.
- සහතික පත් ප්‍රදානය:** 2021 නොවැම්බර් 20
- සම්බන්ධීකරණය:** ශ්‍රේ 0775028679 | දිනිති 075827491