Report of Regular Activities Under NSS During the Session 2015-16

S. No.	Date	Title of Activity	Purpose/Objective	No. of Teachers Involved	Number of Students Benefitted
1	16th July 2015	• **Orientation program** was for the freshers. • **Enrolment Drive** was conducted in the month of July and 200 volunteers (unit I & II) were enrolled for the Session 2015-16**.**	• To acquaint the new volunteers to NSS. • To discuss upcoming programmes for the Session.	02	200
2	14th August 2015	• **Tree Plantation** by Principal Dr. (Mrs.) Suresh Boora, Faculty and the Volunteers. Approximately 150 saplings were planted in the campus.	• To Save Environment.	04	200
3	14th September 2015 to 16th September 2015	**International Youth Day Celebration** • Pledge ceremony by volunteers to make country peaceful, healthy and integrated. • Activities like Lectures, Debate, Poster Making Competitions, Nukkad Natak on the theme 'Youth and HIV/AIDS' were organized. • Human Chain was also formed.	• To aware the volunteers regarding their duties towards the country. • They were also made aware on dreaded disease HIV/AIDS.	02	200 27 Students Participated **Position Holders:** **Debate:** First- Vandana(611) B.A. II Second- Poonam(212) B.Com. III Third- Manisha (215) B.Com III **Poster Making:** First- Geeta (214) B.Com. II Second- Nisha(987) B.A. III Third- Neeraj(714) B.A. II
4	01st October 2015	• On account of **Gandhi Jayanti** various competitions like Essay Writing, Declamation, Singing, Poetic Recitation and Poster Making were organized. The theme of the Competitions was 'Philosophy of Gandhi Ji' • Students were motivated to wear Khadi to promote Khadi and Small Scale Industries.	• To imbibe the values given by Mahatma Gandhi ji in our life.	02	200 42 Students participated **Position Holders:** Essay Writing: First- Sonia(1012) B.A. III Second- Manisha (215) B.Com II Third-Pooja (328) B.Com. III Declamation: First – Kavita(401) B.A. I Second-

					Poonam(1066) B.A. III Third- Preeti (244) B.Com. II Poster making: First –Poonam (212) B.Com. III Second – Nisha(987) B.A. III Third- Rekha(1063) B.A. III Sing a Song: First – Preeti(401) B.A. I Second- Poonam(1066) B.A. III Third- Bindu (998) B.A III Poetic Recitation: First – Neelam(720) B.A. III Second – Vandana(611) B.A. II Third- Preeti (244) B.Com. II
5	19th October 2015 to 25th October 2015	**Health care week** • Dental Check-up camp was organized. Dr. Shiwani Sharma and Dr. Manish were invited for dental check-up.	• To maintain and up keep teeth in good condition.	02	200
6	31st October 2015 to 06th November 2015	• **Special Seven Days Camp**	• Report attached separately		
7	01st December 2015	**Awareness Programme on World AIDS Day** • To make the students aware regarding AIDS, world AIDS day was observed. Under it, Competitions on Essay Writing and Poster Making were held. • Human Chain was also formed.	• To spread awareness on the dreaded disease HIV/AIDS	03	200 28 Students participated **Position Holders:** **Essay Writing:** First- Bindu (998) B.A III Second- Sheetal(772) B.A. II Third- Neetu (24) B.Com. I **Poster Making:** First – Bharti

					(666) B.A. II Second – Rajiya (250)B.Com II Third- Nidhi (491) B.A. I
8	08th march 2016	**Celebration of International Women's Day** • NSS POs and Volunteers expressed their views regarding the Empowerment of Women.	• For empowering the Women	02	200
9	15th March 2016	Fifteen volunteers performed play in One Day Workshop on theme 'Digital India' at MD University, Rohtak.	• To make the students conversant on 'Digital India Mission'	02	15

Report of Special Seven Days Camp Organised By NSS (Unit-1 &2) In Collaboration With Gram Panchayat, Matindu (Sonipat)

Date: 31st October 2015 to 06th November 2015 **Venue: Village Matindu (Sonipat)**

S. No.	Date	Title of Activity	Purpose/Objective	No. of Teachers Involved	Number of Students Benefitted
1	31st October 2015	• Cleanliness drive at village Matindu.	• To make the environment and surroundings neat and clean	02	100
2	01st November 2015	• Lecture by Sh. Rajkumar, Ex. Inspector, Haryana Police on Traffic Rules. • Meditation camp by Sh. Raj Kumar. • Rally on Social evils.	• To create awareness regarding traffic rules and social evils	02	100
3	02nd November 2015	• Lecture by Dr. Gaurav Rathi, medical officer on general health issues. • Cleanliness campaign as a contribution towards "Clean India Mission"	• To aware volunteers regarding their balanced diet and hygiene.	02	100
4	03rd November 2015	• Lecture by Sh. Rajesh, Advocate at District Court Sonipat on rights and duties of citizens and PNDT Act. • Lecture by Volunteers on female feticide, Beti Bachao, Beti Padhao etc. • Lecture by Dr. Shivani and Dr. • Manish on 'Dental Health'	• To raise awareness regarding duties and rights of Citizens of India and Women Rights. • To raise awareness regarding good Dental Health.	02	100
5	04th November 2015	• Lecture and demonstration on Yoga Practices and Healthy Life Style. • Lecture by Dr. Ramesh Saini, Assistant Professor in Computer Science Department, Kanya Mahavidyalaya, Kharkhoda on Personality Development. • Various sports activities for volunteers were also organised.	• To inculcate good habits among volunteers • For personality development • To enhance team spirit among volunteers.	02	100
6	05th November 2015	• Lecture by Mrs. Rachna on healthy tips regarding beauty care. • Nukkad Natak, Skits, Haryanvi Poetic Recitation and Songs were performed by	• To aware villagers regarding various social problems.	02	100 58 Students participated **Position Holders:** Mehandi:

		volunteers at various places in the village. • Mehandi and Poster Making Competitions were organized.			First- Reenu(229)B.com II Second– Seema (452) B.A. I Third- Neelam (999)B.A. III <u>Poster Making:</u> First- Sheetal(26)B.Com I Second- Pooja(625) B.A. II Third-Priya (327)B.Com III
7	06th November 2015	• Various Cultural activities were organized. • Rangoli Making Competition was organized. • Closing ceremony by President of Governing Body of the College Management Sh. Ved Prakash Dahiya and Principal Dr. (Mrs.) Suresh Boora.	• To encourage volunteers to participate in different co-curricular activities.	02	100 25 Students participated **<u>Position Holders:</u>** <u>Rangoli Making:</u> First- Priya (327)B.Com III Second - Versha(209)B.Com II Third- Seema (452) B.A. I

Glimpses of Various Activities under NSS During the Session

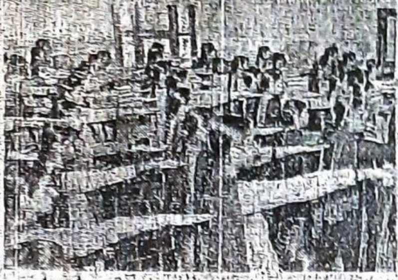
NEWS CORNER

KANYA MAHAVIDYALAYA, KHARKHODA,
ONE-DAY CAMPS
(14th-August, 2015) (14th September, 2015) (15th September, 2015)
(16th-September 2015)

पौधारोपण से संवरेगा पृथ्वी का स्वरूप

खरखौदा। कन्या महाविद्यालय खरखौदा के प्रांगण में कालेज की एनएसएस यूनिट एक व दो की ओर से पौधा रोपण अभियान चलाया गया। जिसकी शुरूआत प्राचार्या डॉ. सुरेश बूरा ने पौधा रोपकर की। इस अवसर पर उन्होंने सभी स्वयं सेविकाओं को अपने जन्म दिवस पर एक पौधा जरूर लगाने व उसका संरक्षण करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि पेड़ों के काटे जाने से इस धरती का स्वरूप बिगड़ता जा रहा है। पेड़ों की इस तीव्रता से हो रही कटाई न तो इस पृथ्वी के लिए ठीक है और न ही इस पृथ्वी पर रहने वाले लोगों के लिए। ऐसे में सभी को अपनी नैतिक जिम्मेदारी निंभाते हुए ज्यादा से ज्यादा पौधा रोपण करना चाहिए। उन्होंने कहा कि पौधा रोपण करने से न केवल धरती का रूप संवरेगा बल्कि लगातार ग्लोबल वार्मिंग के बढ़ते प्रभाव से भी हमें निजात मिलेगी। उन्होंने सभी स्वयं सेविकाओं को ज्यादा से ज्यादा पौधा रोपण करते हुए उनका संरक्षण करने की शपथ भी दिलाई। इस अवसर पर यूनिट इंचार्ज डा. नमिता व डा. सुषमा आदि सहित समस्त स्टाफ सदस्य मौजूद रहे।

शपथ



खरखौदा। छात्राओं को शपथ दिलाती सुरेश बूरा।

स्वयं सेविकाओं को शपथ दिलाई

खरखौदा। कन्या महाविद्यालय खरखौदा में अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस के तहत आयोजित किए जा रहे तीन दिवसीय कार्यक्रम में स्वयं सेविकाओं ने देश को स्वस्थ, सुरक्षित व उन्नत बनाने की शपथ ली। प्राचार्या डा. सुरेश बूरा ने सभी स्वयं सेविकाओं को शपथ दिलाई व देश की एकता व अखंडता बनाए रखने में अपनी भागीदारी रखने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के तहत कन्या कालेज की एनएसएस यूनिट-एक व दो की स्वयं सेविकाओं को सम्बोधित करते हुए कह कि युवा शक्ति राष्ट्र को एक नई राह दिखा सकती है। उन्होंने कहा कि युवा शक्ति अगर चाहे तो किसी भी क्षेत्र में अपनी भागीदारी कर उसे कामयाबी तक लेकर जा सकती है। उन्होंने कहा कि स्वयं सेविकाएं इस बात पर भी ध्यान दें कि अपने चरित्र निर्माण के साथ ही देश को उन्नत बनाने में आगे जरूर आएं। स्वयं सेविकाओं ने इस अवसर पर मानव श्रृंखला बनाकर एचआईवी एड्स के प्रति जागरूक किया गया। इस अवसर पर एनएसएस इंचार्ज डा. नमिता, डा. सुषमा व डा. अनुरिता के साथ स्टाफ सदस्य मौजूद रहा।

अपने चरित्र के साथ ही देश की उन्नति : सुरेश

खरखौदा | कन्या कॉलेज में अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस के तहत आयोजित किए जा रहे तीन दिवसीय कार्यक्रम में स्वयं सेविकाओं ने देश को स्वस्थ, सुरक्षित व उन्नत बनाने की शपथ ली। प्राचार्या डॉ. सुरेश बूरा ने सभी स्वयं सेविकाओं को शपथ दिलाई व देश की एकता व अखंडता बनाए रखने में अपनी भागीदारी रखने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के तहत कन्या कॉलेज की एनएसएस यूनिट-एक व दो की स्वयं सेविकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि युवा शक्ति राष्ट्र को एक नई राह दिखा सकती है। युवा शक्ति अगर चाहे तो किसी भी क्षेत्र में अपनी भागीदारी कर उसे कामयाबी तक लेकर जा सकती है। स्वयं सेविकाएं इस बात पर भी ध्यान दें कि अपने चरित्र निर्माण के साथ ही देश को उन्नत बनाने में आगे जरूर आएं। इस अवसर पर मानव श्रृंखला बनाकर एचआईवी के प्रति जागरूक किया गया।

राष्ट्र को नई राह दिखा सकते हैं युवा : डॉ. बूरा

संवाद सहयोगी, खरखौदा : खरखौदा के कन्या कॉलेज में अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस के तहत आयोजित किए जा रहे तीन दिवसीय कार्यक्रम में स्वयं सेविकाओं ने देश को स्वस्थ, सुरक्षित व उन्नत बनाने की शपथ ली। प्राचार्या डॉ. सुरेश बूरा ने सभी स्वयं सेविकाओं को शपथ दिलाकर देश की एकता व अखंडता बनाए रखने में अपनी भागीदारी रखने के लिए प्रेरित किया।

कार्यक्रम के तहत कन्या कॉलेज की एनएसएस यूनिट-एक व दो की स्वयं सेविकाओं को कहा कि युवा शक्ति राष्ट्र को एक नई राह दिखा सकती है। उन्होंने कहा कि युवा शक्ति अगर चाहे तो किसी भी क्षेत्र में अपनी भागीदारी कर उसे कामयाबी तक लेकर जा सकती है। स्वयं सेविकाएं इस बात पर भी ध्यान दें कि अपने चरित्र निर्माण के साथ ही देश को उन्नत बनाने में आगे जरूर आएं। स्वयं सेविकाओं ने इस अवसर पर मानव श्रृंखला बनाकर एचआईवी एड्स के प्रति जागरूक किया गया। इस अवसर पर एनएसएस इंचार्ज डॉ. नमिता, डॉ. सुषमा व डॉ. अनुरिता के साथ स्टाफ सदस्य मौजूद रहा।

हड्डी रोग विशेषज्ञ ने पूर्व सैनिकों का स्वास्थ्य जांचा

खरखौदा | बरोणा मार्ग स्थित

...amme Officer
N.S.S. Unit
Kanya Mahavidyalaya
Kharkhoda

युवा जागरुक हो मिटाएं कन्या भ्रूण हत्या का कलंक : वरुण

कहा, कन्या भ्रूण हत्या रोकने के लिए सोच बदलें

भास्कर न्यूज | खरखौदा

कन्या कॉलेज में शुक्रवार को भाजपा की कन्या शक्ति क्रांति द्वारा एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कन्या शक्ति क्रांति की जिला संयोजक सोनिया अग्रवाल की अध्यक्षता में आयोजित इस कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि प्रदेश संयोजक वरुण चौधरी ने कहा कि भारत वह देश है जहां पर नारियों की पूजा जाता रहा है। ऐसे ही भारत की अपेक्षा रखते हुए न जाने कितने लोगों ने अपने प्राणों की आहुति दी, लेकिन आज जो भारत हम सबके सामने है उस भारत के समाज में कन्या भ्रूण जैसा पाप हर रोज किया जाता है। इसके लिए हर युवा को आगे आना होगा। इस सामाजिक बुराई से लड़ते हुए इसका खात्मा करना होगा।

उन्होंने कहा कि अकसर सुनने में आने लगा है कि हम अपनी बेटी को बेटा समझकर उसका लालन-पालन कर रहे हैं। बस इसी सोच को बदलना है। क्यों एक बेटी को बेटी समझकर उसके अधिकार उसे नहीं दिए जा रहे, क्यों उसे बेटा मानकर उसकी परवरिश करने के लिए समाज आगे आ रहा है। कन्या कॉलेज प्राचार्या डा. सुरेश बूरा ने कहा कि कालेज की ओर से विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से छात्राओं को उनके अधिकारों से अवगत करवाने के साथ ही उनके सर्वांगीण विकास के लिए काम किया जाता है। इस अवसर पर सुनील वत्स, राजेंद्र सैनी, योगेश पाल अरोड़ा, यशपाल दहिया, मेजर मान सिंह व संजय गौतम आदि इस अवसर पर मौजूद रहे।

खरखौदा . कन्या कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में संबोधित करते वरुण चौधरी।

कन्या कालेज में दंत सुरक्षा सप्ताह की शुरुआत

संस, खरखौदा : कन्या कालेज की एनएसएस यूनिट व यूथ रेडक्रास के अंतर्गत दंत सुरक्षा सप्ताह शुरू किया गया है। इसके तहत कालेज की छात्राओं के दांतों की जांच होगी व चिकित्सकों द्वारा छात्राओं को दांतों की सुरक्षा के तरीकों से अवगत कराया जाएगा।

प्राचार्य डा. सुरेश बूरा ने कहा कि दांत हमारे शरीर का आवश्यक अंग है। इतना ही नहीं यह हमारे संपूर्ण स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। इसलिए हमें इनकी देखभाल करने में कोताही नहीं बरतनी चाहिए। उन्होंने बताया कि सप्ताह भर चलने वाले इस दंत सुरक्षा सप्ताह के तहत सभी छात्राओं के दांतों की जांच की जाएगी। इस अवसर पर दंत चिकित्सक डा. शिवानी शर्मा ने कहा कि दांतों की सुरक्षा बहुत ही जरूरी है। सभी छात्राओं को चाहिए कि वे सुबह व शाम को ब्रश जरूर करें। इसके साथ ही हल्की सी भी दांत संबंधी परेशानी होने पर दंत चिकित्सक से परामर्श जरूर लें। डा. मनीष, डा. नमिता, डा. सुषमा व डा. सीमांत आदि मौजूद रहे।

प्रतियोगिताएं आयोजित

जासं, खरखौदा : कन्या कालेज में शनिवार को एक दिवसीय एनएसएस कैंप का आयोजन किया गया, जिसमें दोनों यूनिट की स्वयं सेविकाओं ने हिस्सा लिया। इस दौरान प्रतिभा खोज प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। इसमें भाषण प्रतियोगिता में कविता दहिया, निबंध लेखन में सोनिया, गायन में प्रीति, कविता पाठ में नीलम व पोस्टर मेकिंग में पूनम ने प्रथम स्थान हासिल किया। प्राध्यापिका अलका गुलाटी ने कहा कि छात्राओं का हर क्षेत्र में निपुण होना जरूरी है तभी उनका सर्वांगीण विकास संभव है। स्वयं सेविकाओं के लिए जरूरी है कि वह इस तरह की प्रतियोगिताओं में बढ़-चढ़ कर हिस्सा लें।

सोनी

कन्या महाविद्यालय खरखौदा में प्रतिभा खोज संपन्न

छात्राओं का रहा जलवा

विभिन्न प्रतियोगिताओं में भाषण में कविता, निबंध में सोनिया, गायन में प्रीति, कविता पाठ में नीलम व पोस्टर मेकिंग में पूनम ने प्रथम स्थान हासिल किया।

हरिभूमि न्यूज . खरखौदा

कन्या महाविद्यालय खरखौदा में एक दिवसीय एनएसएस शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें दोनों यूनिट की स्वयं सेविकाओं ने हिस्सा लिया। इस अवसर पर आयोजित कई प्रतिभा खोज प्रतियोगिताएं आयोजित की गई, जिसमें स्वयं सेविकाओं ने हिस्सा लिया। भाषण प्रतियोगिता में कविता दहिया ने, निबंध लेखन में सोनिया, गायन में प्रीति, कविता पाठ में नीलम व पोस्टर मेकिंग में पूनम ने प्रथम स्थान हासिल किया।

प्राध्यापिका अल्का गुलाटी ने इस अवसर पर कहा कि छात्राओं का हर क्षेत्र में निपुण होना जरूरी है, तभी उनका सर्वांगीण विकास हो सकता है। एनएसएस के एक दिवसीय शिविर के तहत विभिन्न प्रतियोगिताएं आयोजित कर स्वयं सेविकाओं की प्रतिभा को निखारने का काम किया जा रहा है। ये स्वयं सेविकाओं के लिए बहुत ही जरूरी है और ऐसी प्रतियोगिता में बढ़ चढ़ कर हिस्सा लेना चाहिए। उन्होंने कहा कि इसके साथ ही स्वयं सेविकाओं को चाहिए कि वे अपने

खरखौदा। छात्राओं को पुरस्कार प्रदान करती अलका गुलाटी। फोटो : हरिभूमि

सोनीपत। भाषण प्रतियोगिता में विजेताओं के साथ स्टाफ सदस्य। फोटो : हरिभूमि

- विजेताओं को प्राध्यापिका गुलाटी ने दी बधाई

व्यवहार में शिष्टाचार लाकर सभ्य होने का परिचय भी दें। क्योंकि आज की आधुनिकता की दौड़ में नई पीढ़ी संस्कारों से विमुख हो रही है, इसलिए जरूरी है कि किताबी ज्ञान के साथ ही शिष्टाचार का ज्ञान भी स्वयं सेविकाएं जरूर हासिल करें। इस अवसर पर सभी विजेता स्वयं सेविकाओं को कॉलेज स्टाफ ने बधाई दी।

हिंदी भाषण प्रतियोगिता आयोजित

सोनीपत। साउथ प्वाइंट स्कूल रतनगढ़ में इंटर हाउस हिन्दी भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। यह प्रतियोगिता विद्यालय के सभी सदनों के बीच हुई, जिसमें बच्चों ने विभिन्न विषयों पर अपने अपने विचार प्रकट किए। प्रतियोगिता में नॉलेज सदन प्रथम स्थान पर, विजडम सदन द्वितीय तथा ट्रूथ सदन तृतीय स्थान पर रहा। कक्षा सातवीं से दामी, कक्षा आठवीं से पूजा तथा कक्षा छठी से रितु का प्रदर्शन सराहनीय रहा। इस अवसर पर संस्था के चेयरमैन दिलबाग सिंह खत्री, सीईओ भावना कालरा, डायरेक्टर चेतन शर्मा व प्राचार्य विजय छाबड़ा ने सभी विजेताओं को बधाई दी।

KANYA MAHAVIDYALAYA, KHARKHODA

N.S.S. SEVEN DAYS SPECIAL CAMP

(VENUE : Village Matindu)

2 Nov.

पूरे शरीर को शुद्ध कर लेते हैं।

एनएसएस साप्ताहिक शिविर शुरू

खरखौदा। खरखौदा के कन्या कालेज की एनएसएस यूनिट एक व दो के साप्ताहिक शिविर की शुरुआत कालेज के सभागार में हवन के साथ हुई। इस अवसर पर प्राचार्या डा. सुरेश बूरा, प्रधान वेद प्रकाश दहिया व सचिव धर्मपाल रोहिल्ला ने भी हवन में आहुति डाली व शिविर की कामयाबी की शुभकामनाएं दी। स्वयंसेविकाओं को संबोधित करते हुए प्राचार्या डा. सुरेश बूरा ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर के दौरान होने वाली गतिविधियों को शिविर तक समिति रखें, बल्कि उन्हें लगातार जारी रखते हुए समाज उत्थान में अपनी भागीदारी दर्ज कराएं। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डा. नमिता व डा. सुषमा ने शिविर के दौरान आयोजित किए जाने वाले कार्यक्रमों की रूपरेखा से सभी को अवगत करवाया। जिसमें स्वच्छता के साथ ही बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ अभियान की जोर-शोर से अलख जगाना है।

अधिकारों के प्रति किया जागरूक

खरखौदा। बुधवार को मटिंडू गांव चल रहे कन्या कालेज की एनएसएस यूनिटों के साप्ताहिक शिविर के तहत स्वयं सेविकाओं को उनके अधिकारों व कर्तव्यों से अवगत करवाया गया। एडवोकेट राजेश की ओर से महिला अधिकारों के बारे में जानकारी मुहैया करवाते हुए किस प्रकार अपने हक को प्राप्त किया जा सकता है के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। एडवोकेट ने कहा कि आजादी के बाद भारतीय सभ्यता पर पश्चिमी सभ्यता का प्रभाव पड़ने लगा था। जिससे हम अपने संस्कारों व संस्कृति से दूर होते चले गए।

शिविर में दी व्यक्तित्व निर्माण की जानकारी

[illegible]

गुरुवार 5 नवंबर, 2015 | 2

दूसरों को सम्मान देने से ही मिलता है खुद को सम्मान

भास्कर न्यूज | खरखौदा

मटिंडू गांव चल रहे कन्या कालेज की एनएसएस यूनिटों के साप्ताहिक शिविर के तहत स्वयं सेविकाओं को उनके अधिकारों व कर्तव्यों से अवगत करवाया गया। एडवोकेट राजेश की ओर से महिला अधिकारों के बारे में जानकारी मुहैया करवाते हुए किस प्रकार अपने हक को प्राप्त किया जा सकता है इसके बारे में विस्तार से जानकारी दी गई।

स्वयं सेविकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि आजादी के बाद भारतीय सभ्यता पर पश्चिमी सभ्यता का प्रभाव पड़ने लगा था। जिससे हम अपने संस्कारों व संस्कृति से दूर होते चले गए।

▪ एनएसएस शिविर में दी जानकारी

उन्होंने कहा कि अपने अधिकारों का हनन होने की स्थिति में हम जहां न्यायालय में जाकर न्याय प्राप्त कर सकते हैं, लेकिन इसके साथ ही हमें एक बात की ओर ध्यान देने की भी जरूरत है कि अगर हम खुद सम्मान चाहते हैं तो हमें दूसरों को भी सम्मान देना होगा। जिसका कारण है कि वर्ष में करीब 12 सौ शादियां आपसी सहमति से टूट रही हैं। इस अवसर पर प्रोग्राम अधिकारी डॉ. नमिता व डॉ. सुषमा मौजूद रहीं।

4 Nov.

वे नियमित यहां व्यवस्था कर दो कर्मचारी लगा देंगे।

स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता जरूरी : डॉ. गौरव

भास्कर न्यूज | खरखौदा

एनएसएस यूनिट के स्वयं सेविकाओं को डॉ. गौरव राठी ने किया जागरूक

गांव मटिंडू में चल रहे कन्या कालेज की एनएसएस यूनिट एक व दो के साप्ताहिक शिविर में डा. गौरव राठी ने स्वयं सेविकाओं को स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए जागरूक किया। उन्होंने कहा कि महिलाओं में स्वास्थ्य के प्रति सजगता न होने के चलते अक्सर वे बीमारियों की चपेट में आ जाती हैं।

डा. गौरव राठी ने शिविर में पहुंच कर स्वयं सेविकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि अक्सर महिलाओं में आयरन की कमी [illegible] आती है जिसका मुख्य कारण बेहतर खानपान का न होना है। इसके लिए जरूरी है कि खाने में हरी सब्जियां प्रचुर मात्रा में शामिल की जाएं। इतना ही नहीं हिमोग्लोबिन की समस्या से भी बहुतायत संख्या में महिलाएं पीड़ित हैं। जिसके चलते शरीर में कमजोरी आना, थकावट महसूस करने जैसी समस्याओं से महिलाओं को दो-चार होना पड़ता है। इसके लिए जरूरी है कि पौष्टिक भोजन गृहण किया जाए।

डा. गौरव राठी ने कहा कि आज के समय में टीबी जैसी समस्या से भी महिलाएं पीड़ित हैं। ऐसे में एहतियात रखते हुए सप्ताह भर तक खांसी रहे तो इसकी जांच जरूर करवाएं। इस अवसर पर एनएसएस यूनिट इंचार्ज डॉ. नमिता व डॉ. सुषमा मौजूद रहीं।

Programme Officer
N.S.S. Unit
Kanya Mahavidyalaya
Kharkhoda

Programme Officer
-II

NEWS CORNER

निरोगी बनाता है योग : यशपाल

- कन्या कॉलेज के एनएसएस शिविर पांचवें दिन जारी
- स्वयंसेविकाओं को योग के महत्व से अवगत कराया

संवाद सहयोगी, खरखौदा : खरखौदा के सैनी गढ़ी मोहल्ले में चल रहे कन्या कालेज के एनएसएस यूनिट शिविर के पांचवें दिन सोमवार को स्वयं सेविकाओं ने योग के महत्व को जाना। योग गुरु यशपाल आर्य ने स्वयंसेविकाओं को योग के महत्व से अवगत कराते हुए उन्हें अपनी दिनचर्या में योग को शामिल करने को कहा। उन्होंने कहा कि योग हमारे शरीर को बीमारियों से बचाने में सहायक है। इस अवसर पर उन्होंने स्वयं सेविकाओं को योग करना भी सिखाया। इसके साथ ही सायंकालीन सत्र में दंत चिकित्सक डा. टीना ने स्वयं सेविकाओं को दांतों की साफ-सफाई न रखने से होने वाली परेशानियों से अवगत करवाते हुए हर रोज दांत ब्रश से साफ करने की सलाह दी।

वहीं एनएसएस यूनिट-1 में डा. गणेश सैनी ने स्वयं सेविकाओं को व्यक्तिगत विकास के बारे में जानकारी देते हुए कहा कि व्यक्तिगत विकास तभी संभव है जब हमारा खुद के ऊपर पूरा आत्मविश्वास हो। किसी भी कार्य की सफलता हमारे द्वारा की गई मेहनत पर निर्भर करती है। इसके लिए जरूरी है कि हम उस कार्य के प्रति समर्पित हों और हमारे अंदर उस कार्य को अंजाम देने की इच्छा शक्ति प्रबल हो। शिविर के

खरखौदा के सैनी गढ़ी मोहल्ला स्थित सामुदायिक केंद्र में चल रहे साप्ताहिक एनएसएस शिविर में योग करती स्वयं सेविकाएं। जागरण

सायंकालीन सत्र में स्वयं सेविकाओं ने गीत प्रतियोगिता में हिस्सा लिया। एनएसएस यूनिट के शिविर में चल रहे कार्यक्रम सारिका व दूसरी यूनिट के शिविर में चल रहे कार्यक्रम डा. सुषमा के नेतृत्व में आयोजित किए जा रहे हैं।

स्वयंसेविकाओं को दी ब्यूटी थेरेपी और हेयर केयर की जानकारी

अमर उजाला ब्यूरो

खरखौदा। कन्या महाविद्यालय खरखौदा में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर में यूनिट एक व दो की स्वयं सेवी छात्राओं को थेरेपी और हेयर केयर के बारे मे जानकारी दी गई। इस अवसर पर यूनिट एक और दो की कार्यक्रम अधिकारी सारिका गुप्ता एवं डॉ. सुषमा उपस्थित रही। मैडम रचना ने स्वयंसेवी छात्राओं को ब्यूटी के बारे में टिप्स दिए और छात्राओं को मेकअप आदि करके भी दिखाया गया। इसके अलावा दोनों यूनिटों की स्वयंसेवी छात्राओं में गायन और डांस प्रतियोगिता भी आयोजित की गई। यूनिट एक की स्वयंसेवी छात्राओं में संगीता ने पहला, रेनू ने दूसरा रेखा ने तीसरा, यूनिट दो की सिल्की ने पहला, किरणबाला ने दूसरा, पूजा और बिंदिया ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। खेलों में छात्राओं ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

ब्यूटी थेरेपी के बारे में जानकारी देती रचना।

एनएसएस साप्ताहिक शिविर शुरू

खरखौदा। खरखौदा के कन्या कालेज की एनएसएस यूनिट एक व दो के साप्ताहिक शिविर की शुरुआत कालेज के सभागार में हवन के साथ हुई। इस अवसर पर प्राचार्या डा. सुरेश बुरा, प्रधान वेद प्रकाश दहिया व सचिव धर्मपाल रोहिल्ला ने भी हवन में आहुति डाली व शिविर की कामयाबी की शुभकामनाएं दी। स्वयंसेविकाओं को संबोधित करते हुए प्राचार्या डा. सुरेश बुरा ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर के दौरान होने वाली गतिविधियों को शिविर तक सीमित रखें, बल्कि उन्हें लगातार जारी रखते हुए समाज उत्थान में अपनी भागीदारी दर्ज कराएं। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डा. नमिता व डा. सुषमा ने शिविर के दौरान आयोजित किए जाने वाले कार्यक्रमों की रूपरेखा से सभी को अवगत करवाया। जिसमें स्वच्छता के साथ ही बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ अभियान की जोर-शोर से अलख जगाना है।

शिविर में दी व्यक्तित्व निर्माण की जानकारी

सम, खरखौदा : मटिंडू गांव में चल रहे साप्ताहिक एनएसएस शिविर में स्वयंसेविकाओं को रमेश सैनी ने कहा कि व्यक्तित्व निर्माण बहुत ही जरूरी है। हम अपने बाहरी व आंतरिक व्यक्तित्व के द्वारा अपने प्रभाव दूसरों पर बेहतर ढंग से छोड़ सकते हैं। उन्होंने कहा कि हर व्यक्ति का अपना-अपना व्यक्तित्व है, जो उसकी पहचान है।

उन्होंने कहा कि हर बच्चा अनगढ़ पत्थर की तरह है जिसमें सुंदर मूर्ति छिपी है, जिसे शिल्पी की आंख देख पाती है। वह उसे तराश कर सुंदर मूर्ति में बदल सकता है। मूर्ति पहले से ही पत्थर में मौजूद होती है। उन्होंने कहा कि माता-पिता शिक्षक और समाज बच्चों को इसी प्रकार संवार कर खूबसूरत व्यक्तित्व प्रदान करते हैं। व्यक्तित्व-विकास में वंशानुक्रम तथा परिवेश दो प्रधान तत्व है। वंशानुक्रम व्यक्ति को जन्मजात शक्तियां प्रदान करता है। परिवेश उसे इन शक्तियों को सिद्धि के लिए सुविधाएं प्रदान करता है। बच्चों के व्यक्तित्व पर सामाजिक परिवेश प्रबल प्रभाव डालता है। ऐसे में जैसे-जैसे बच्चा विकसित होता जाता है, वह उस समाज या समुदाय की शैली को आत्मसात कर लेता है, जिसमें वह बड़ा होता है, व्यक्तित्व पर गहरी छाप छोड़ते है। स्वयं सेविकाओं ने इससे पहले यशपाल आर्य द्वारा करवाए गए योग आसनों को भी जाना व दिनचर्या में शामिल करने की बात कही। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डा. नमिता व डा. सुषमा मौजूद रही।

हवन

खरखौदा। कन्या कालेज में शिविर के शुभारंभ पर यज्ञ में आहुति डालते शिक्षक। फोटो : हरिभूमि

अधिकारों के प्रति किया जागरूक

खरखौदा। [illegible] की मटिंडू गांव चल रहे कन्या कालेज की एनएसएस यूनिटों के साप्ताहिक शिविर के तहत स्वयं सेविकाओं को उनके अधिकारों व कर्तव्यों से अवगत करवाया गया। एडवोकेट [illegible] की ओर से महिला अधिकारों के बारे में जानकारी मुहैया करवाते हुए किस प्रकार अपने हक को प्राप्त किया जा सकता है के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। एडवोकेट [illegible] ने कहा कि आजादी के बाद भारतीय सभ्यता पर पाश्चात्य सभ्यता का प्रभाव पड़ने लगा था। जिससे हम अपने संस्कारों व संस्कृति से दूर होते चले गए।

[illegible]क्तित्व निर्माण बहुत जरूरीः रमेश

[illegible] में आयोजित हुआ साप्ताहिक एनएसएस शिविर

[illegible]यं सेविकाओं को दी गई [illegible]त्व निर्माण की जानकारी

भास्कर न्यूज | खरखौदा

[illegible] गांव की चौपाल में लगे एनएसएस शिविर में स्वयं सेविकाओं को संबोधित करते हुए गर्ल्स कॉलेज खरखौदा के प्रोफेसर रमेश सैनी ने कहा कि व्यक्तित्व निर्माण बहुत ही जरूरी है। हम अपने बाहरी व आंतरिक व्यक्तित्व के द्वारा अपने प्रभाव दूसरों पर बेहतर ढंग से छोड़ सकते हैं।

व्यक्ति का अपना-अपना व्यक्तित्व है, जोकि [illegible] पहचान है। जिसके तहत ही लोगों भीड़ में [illegible] उसे उसके व्यक्तित्व के कारण पहचान लिया [illegible] है, यही उसकी विशेषता है, यही उसका [illegible]त्व है। उन्होंने कहा कि प्रकृति का यह नियम है [illegible] एक व्यक्ति की आकृति दूसरे से भिन्न है। उन्होंने कहा कि हर बच्चा अनगढ़ पत्थर की तरह है जिसमें सुन्दर मूर्ति छिपी है, जिसे शिल्पी की आंखें देख पाती है। वह उसे तराश कर सुन्दर मूर्ति में बदल सकता है। क्योंकि मूर्ति पहले से ही पत्थर में मौजूद होती है। उन्होंने कहा कि माता-पिता शिक्षक और समाज बच्चों को इसी प्रकार संवार कर खूबसूरत व्यक्तित्व प्रदान करते हैं। व्यक्तित्व-विकास में वंशानुक्रम तथा परिवेश दो प्रधान तत्व हैं।

वंशानुक्रम व्यक्ति को जन्मजात शक्तियां प्रदान करता है। परिवेश उसे इन शक्तियों को सिद्धि के लिए सुविधाएं प्रदान करता है। बच्चों के व्यक्तित्व पर सामाजिक परिवेश प्रबल प्रभाव डालता है। ऐसे में जैसे-जेसे बच्चा विकसित होता जाता है, वह उस समाज या समुदाय की शैली को आत्मसात कर लेता है, जिसमें वह बड़ा होता है, व्यक्तित्व पर गहरी छाप छोड़तें हैं। इसलिए मनुष्य के लिए व्यक्तित्व निर्माण बहुत ही जरूरी हैस्वयं सेविकाओं ने इससे पहले यशपाल आर्य द्वारा करवाए गए योग आसनों को भी जाना व दिनचर्या में शामिल करने की बात कही। इस अवसर पर कार्यक्रम अधिकारी डॉ. नमिता व डॉ. सुषमा मौजूद रही।

दूसरों को सम्मान देने से ही मिलता है खुद को सम्मान

भास्कर न्यूज | खरखौदा

मटिंडू गांव चल रहे कन्या कॉलेज की एनएसएस यूनिटों के साप्ताहिक शिविर के तहत स्वयं सेविकाओं को उनके अधिकारों व कर्तव्यों से अवगत करवाया गया। एडवोकेट राजेश की ओर से महिला अधिकारों के बारे में जानकारी मुहैया करवाते हुए किस प्रकार अपने हक को प्राप्त किया जा सकता है इसके बारे में विस्तार से जानकारी दी गई।

▪ एनएसएस शिविर में दी जानकारी

स्वयं सेविकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि आजादी के बाद भारतीय सभ्यता पर पश्चिमी सभ्यता का प्रभाव पड़ने लगा था। जिससे हम अपने संस्कारों व संस्कृति से दूर होते चले गए।

उन्होंने कहा कि अपने अधिकारों का हनन होने की स्थिति में हम जहां न्यायालय में जाकर न्याय प्राप्त कर सकते हैं, लेकिन इसके साथ ही हमें एक बात की ओर ध्यान देने की भी जरूरत है कि अगर हम खुद सम्मान चाहते हैं तो हमें दूसरों को भी सम्मान देना होगा। जिसका कारण है कि वर्ष में करीब 12 सौ शादियां आपसी सहमति से टूट रही हैं। इस अवसर पर प्रोग्राम अधिकारी डॉ. नमिता व डॉ. सुषमा मौजूद रही।

हवन यज्ञ के साथ एनएसएस शिविर हुआ शुरू

खरखौदा | खरखौदा के कन्या कॉलेज की एनएसएस यूनिट एक व दो के साप्ताहिक शिविर की शुरुआत कॉलेज के सभागार में हवन के साथ हुई। इस अवसर पर प्राचार्या डॉ. सुरेश बूरा, प्रधान वेद प्रकाश दहिया व सचिव धर्मपाल रोहिल्ला ने भी हवन में आहुति डाली व शिविर की कामयाबी की शुभकामनाएं दी। एनएसएस यूनिट-एक व दो की स्वयंसेविकाओं को संबोधित करते हुए प्राचार्य डॉ. सुरेश बूरा ने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना का मुख्य उद्देश्य छात्राओं की सामाजिक चेतना को समृद्ध बनाना है। उन्होंने कहा कि यह इकाई सामाजिक समस्याओं से संबंधित गतिविधियां आयोजित करती रही है।

[illegible]वास्थ्य के प्रति जागरूकता जरूरी : डॉ. गौरव

भास्कर न्यूज | खरखौदा

[illegible]नएसएस यूनिट के स्वयं [illegible]विकाओं को डॉ. गौरव [illegible]ठी ने किया जागरूक

[illegible] मटिंडू में चल रहे कन्या कॉलेज की एनएसएस [illegible]निट एक व दो के साप्ताहिक शिविर में डॉ. गौरव राठी ने स्वयं सेविकाओं को स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए जागरूक किया। उन्होंने कहा कि [illegible]हिलाओं में स्वास्थ्य के प्रति सजगता न होने के चलते [illegible] वे बीमारियों की चपेट में आ जाती है।

डॉ. गौरव राठी ने शिविर में पहुंच कर स्वयं [illegible]विकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि अवसर [illegible]हिलाओं में आयरन की कमी सामने आती है। जिसका मुख्य कारण बेहतर खानपान का न होना है। इसके लिए जरूरी है कि खाने में हरी सब्जियां प्रचुर मात्रा में शामिल की जाएं। इतना ही नहीं हिमोग्लोबिन की समस्या से भी बहुतायत संख्या में महिलाएं पीड़ित हैं। जिसके चलते शरीर में कमजोरी आना, थकावट महसूस करने जैसी समस्याओं से महिलाओं को दो-चार होना पड़ता है। इसके लिए जरूरी है कि पौष्टिक भोजन गृहण किया जाए।

डॉ. गौरव राठी ने कहा कि आज के समय में टीबी जैसी समस्या से भी महिलाएं पीड़ित हैं। ऐसे में एहतियात रखते हुए सप्ताह भर तक खांसी रहे तो इसकी जांच जरूर करवाएं। इस अवसर पर एनएसएस यूनिट इंचार्ज डॉ. नमिता व डॉ. सुषमा मौजूद रही।