

7.1.9

Constitutional Obligations : Value, rights, duties and Responsibilities

1. The women cell of the college has organized **National Voter Day** on dated 25/1/2022 in online mode through which 147 entries have recorded from Haryana state.
2. One day state level workshop on **Healthy eating and Lifestyle** was organized by Women cell on 22/01/2022 with 205 students.
3. The Women cell of the college has organized a activity on **World suicide Prevention Day** on 10/09/2022
4. On the Occasion of Independence Day 15th August, 2021, NSS volunteers has arranged **SAWCHTA ABIYAN** in college compus.
5. The NSS volunteers has organized a programme on **Gandhi Jayanti** in online mode from 2nd Oct. to 5th Oct. 2021 in which 204 students participated.
6. Online Quiz organized by NSS volunteers has on the occasion of **Sarder Valabhbhai Patel Jayanti** on dated 31st Oct. 2021.
7. On 3rd Nov. 2021, The NSS volunteers organized a poster making competition on **Pardushan Muket Diwali**.
8. An oath was recieted on 26th Nov, 2021 by all the faculty members on the occasion of Constitutional day and videos were uploade on **Instagram and Twitter** .
9. An essay writing competition was organized on **World Aids Day** dated 1st Dec. 2021 by NSS volunteers of the college.
10. On 2nd Dec. 2021, an awareness campaign was arranged in relation to the **prevention of communicable diseases** by NSS volunteers.
11. A note has been written by NSS volunteers on **International Day of Peace** dated 15th September, 2021.

12. On the occasion of **Poshan Maah** from 1st to 7th September, 2021 plants were planted in villagers, Aanganwadi and local schools side by side slogan writing competition was organized under the POSHAN VATIKA, national sewa scheme.
13. On 6/9/2021, The NSS volunteers have organized a program for the awareness for vaccination and cleanliness to **pregnant women**.
14. 1-15th August, 2021, the NSS volunteers had celebrated **Swachta Pakvada** to aware the people for the cleanliness and also clean the whole college campus.
15. The NSS volunteers had celebrated **Aajadi Amrit Mohatsav** in college and participated in **Essay writing, poster making and shoot videos while singing national anthem.**
16. **7 days camp dated 14th Feb. 2022** was organized by NSS units of the college to make the students aware about self-dependency and physical fitness.
17. A lecture was delivered by MC Dhiman on **Home Nursing** to NSS volunteers. In camp students also participated in **Yoga camp** practicing **Surya Namaskar and Parnayam.**
18. On occasion of **World Health Day, 7th April, 2022**, the NSS volunteers provide First aid Kit facility in college campus.
19. The NSS volunteers organized a program on **Gar Gar Tiranga** from 1st to 15th August, 2021. They upload their selfie on social media platforms.
20. The NSS units of the college organized poster making competition on **YOG and JIWAN** on 13/5/2022.

21. On 21/5/2022 , the NSS volunteers organized a **short discussion** on **Anti-Terrorist Day**.
22. NSS volunteers has created awareness among the people about the harmful effect of tobacco on **World Tobacco Prohibition** on 31/5/2022.
23. A rally was organized by NSS volunteers on **World Environment Day** on 5/6/2022.
24. A lecture was delivered on **World Environment Day** on 21/06/2022 in college campus.

Online ~~workshop~~ One day state level workshop on "Healthy Eating and Lifestyle" on 22.01.2022

Women Cell organized an online one day state level workshop on "Healthy Eating and Lifestyle" on 22.01.2022. Dr. Richa Bhasin, founder of "The Nutritionists Abode" Ghaziabad was the key speaker for the workshop. She taught the participants about the right way of taking all the nutrients on the right line of the day. 205 students registered for the workshop. This workshop received very positive feedback from all participants.

Esides
T. ...

Jain
Principals

रविवार • 23.01.2022

पानीपत, रविवार, 23 जनवरी, 2022

अमर उजाला

कार्यशाला में सेहतमंद भोजन पर दिया व्याख्यान

भार के अनुपात में शरीर को प्रोटीन मिलना जरूरी

कार्यशाला में सेहतमंद भोजन पर दिया व्याख्यान

माई सिटी रिपोर्टर

करनाला। राजकीय महिला महाविद्यालय के महिला प्रकोष्ठ इकाई की ओर से शनिवार को हेल्थी ईटिंग एंड लाइफस्टाइल विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया।
ऑनलाइन हुई कार्यशाला की मुख्य वक्ता द न्यूट्रिशन अबोड गाजियाबाद की संस्थापक डाइटीशियन रिचा भसीन रही। उन्होंने छात्राओं को माइंडफुल ईटिंग कॉन्सेप्ट के अंतर्गत एकाग्रता पूर्वक भोजन खाने के महत्व से अवगत करवाया। उन्होंने कहा कि

शरीर के भार के अनुपात में शरीर को उचित प्रोटीन मिलना अनिवार्य है। नाश्ता, दोपहर का भोजन एवं रात के खाने को क्रमशः हल्का करते जाएं। इसके लिए आवश्यक है कि दिन में कम से कम एक बार के भोजन में दाल को अवश्य शामिल करें। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्रिंसिपल डॉ. सरिता कुमार ने की।
महिला प्रकोष्ठ की प्रभारी डॉ एकता अरोड़ा ने व्याख्यान के उपरांत छात्राओं ने पौष्टिक भोजन के संदर्भ में चर्चा की। सहायक प्राध्यापिका मंजू शर्मा, आकांक्षा और हरप्रति कौर भी जुड़े।

जागरण संवाददाता, करनाल: राजकीय महिला महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ इकाई की ओर से राज्यस्तरीय हेल्थी ईटिंग एंड लाइफस्टाइल विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में द न्यूट्रिशन अबोड गाजियाबाद की संस्थापक डाइटीशियन ऋचा भसीन ने विस्तार व्याख्यान प्रस्तुत किया।
व्याख्यान में प्रदेश के विभिन्न महाविद्यालयों व विश्वविद्यालयों के 205 छात्रों और प्राध्यापकों ने पंजीकरण कराया। छात्राओं को माइंडफुल ईटिंग कॉन्सेप्ट के अंतर्गत एकाग्रतापूर्वक भोजन के बारे में अवगत करवाया गया। ऋचा ने बताया कि नाश्ता, दोपहर का भोजन एवं रात के खाने को क्रमशः हल्का

करते जाएं। शरीर के भार के अनुपात में उचित प्रोटीन का प्रयोग प्रतिदिन अनिवार्य है। इसके लिए आवश्यक है कि दिन में कम से कम एक बार के भोजन में दाल को अवश्य शामिल करें।
कार्यक्रम महाविद्यालय की प्राचार्या डा. सरिता कुमार की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। प्राचार्या ने इस प्रकार के आयोजनों को छात्राओं के लिये काफी लाभप्रद बताया।
महिला प्रकोष्ठ की प्रभारी डा. एकता अरोड़ा ने कहा कि व्याख्यान के बाद छात्राओं ने पौष्टिक भोजन से संबंधित सवालों के उचित जवाब दिए। कार्यक्रम के आयोजन में असिस्टेंट प्रोफेसर मंजू शर्मा, आकांक्षा और हरप्रति कौर का विशेष योगदान रहा।

नार्ड गर्ड

classmate

Date _____

Page _____

15/08/2022

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर स्वयंसेविकाओं ने आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत 'हर घर तिरंगा' अभियान में सक्रिय भागीदारी की, इस अवसर पर स्वयंसेविकाओं ने महाविद्यालय परिसर में स्वच्छता अभियान चलाया, तत्पश्चात् समारोह समापन के अवसर पर उपस्थित जनों में मिठाई - वितरण में सहायता की।



Smita

Handwritten signature or mark at the top of the page.

Handwritten text in the first line of the main body.

Handwritten text in the second line of the main body.

Handwritten text in the third line of the main body.

Handwritten text in the fourth line of the main body.

Handwritten text at the bottom of the page.

26/11/2021

କି ବିଭାଗୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ
 ଉପଯୁକ୍ତ ସ୍ଥାନ ଓ ସମୟ ଚିରାଏ । ବିଭାଗୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ
 କେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ ଉପଯୁକ୍ତ ସମୟ ଚିରାଏ । ବିଭାଗୀୟ
 ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ ଉପଯୁକ୍ତ ସମୟ ଚିରାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ
 ବିଭାଗ

✓

minutes

- Brief (1. Review) in order of
 1. for purchase of equipment
 - Review in order of
 - Review in order of
 - Review in order of

01/12/2021

2/12/2021

गणेशाय नमः
शुभमस्तु

2021-22
12/12/21

6/09/2021 पोषण माह के अंतर्गत स्वयंसेविकाओं ने आरक्षक के क्षेत्र में
वैमसीनेशन और साफाई मो लोक जागरणका आयोजन
किया। जिसके अंतर्गत छात्राओं ने गर्भवती महिलाओं
को टीकाकरण एवं सेविकाओं का मदद समझाया।

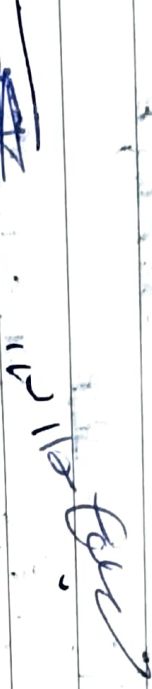
Signature

SP

दिनांक - 15 अगस्त, 2021

6.

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर स्वयंसेविकाओं द्वारा परिसर में स्वच्छता अभियान चलाया गया, तपश्चात् परिसर को फूलों से सुसज्जित किया। प्राचार्य के गार्ड ऑफ ऑनर देते हुए परेड का संचालन किया। समारोह समापन के अवसर पर उपस्थित जनों में मिठाई वितरण का कार्य किया।



15/08/2022

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर स्वयंसेविकाओं ने आज्ञादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत 'हर घर तिरंगा' अभियान में सक्रिय भागीदारी की, इस अवसर पर स्वयंसेविकाओं ने महाविद्यालय परिसर में स्वच्छता अभियान चलाया। तापश्चात् समारोह समापन के अवसर पर उपस्थित जनों में मिठाई - वितरण में सहायता की।

classmate

Date

Page


classmate

Subject:

Government College for Women, Karnal
NSS Seven Days Camp
14/02/2022-20/02/2022
REPORT

Day 1 - 14/02/2022

राजकीय महिला महाविद्यालय, करनाल में एन.एस.इकाई द्वारा सात दिवसीय शिविर का 14 फरवरी 2022 को प्राचार्या डॉ. सरिता कुमार के कर कमलों द्वारा विधिवत् उद्घाटन किया गया। इस अवसर पर डॉ. सरिता ने एन.एस.एस.की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए स्वयंसेविकाओं को राष्ट्र सेवा के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना का उद्देश्य है कि हम अपने से पहले दूसरों की सहायता करने के लिए सदा तैयार रहें। राष्ट्रीय सेवा योजना की विविध गतिविधियां बहुमुखी व्यक्तित्व का विकास करने में सहायक सिद्ध होती हैं। इसीलिए सभी स्वयंसेविकाओं को पूरी निष्ठा से सभी कार्यों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया। साथ ही आत्मनिर्भर बनने के लिए सरकार द्वारा दिए जाने वाले अनुदान व योजनाओं आदि की जानकारी प्रदान करते हुए उनका लाभ उठाने के लिए प्रेरित किया। स्वयंसेविकाओं ने राष्ट्रीय सेवा योजना का लक्ष्य गीत गायन और रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत कर माहौल खुशनुमा बना दिया। राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी ने 'आत्मनिर्भर भारत' अभियान से परिचित कराते हुए छत्राओं को शारिरिक, मानसिक, भावनात्मक और आर्थिक रूप आत्मनिर्भर बनने के लिए प्रेरित किया। सात दिवसीय शिविर के पहले दिन छत्राओं ने पौलीथिन मुक्त पर्यावरण पर रैली निकाली और स्लम बस्ती में जाकर वहाँ के रहवासियों को स्वच्छता के प्रति जागरूक किया। साथ ही छत्राओं ने महाविद्यालय परिसर में साफ-सफाई की। इस अवसर पर एन.एस.एस.कार्याधिकारी सुश्री श्रुति त्रिपाठी, डॉ. सृष्टि रंगा के साथ टीम सदस्य व अन्य स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे।


Sushruti

Day 3 - 16/02/2022

आज दिनांक 16 फरवरी, 2022 को राजकीय महिला विद्यालय करनाल के प्रांगण में चल रहे राष्ट्रीय सेवा योजना के सात दिवसीय शिविर के तीसरे दिन प्रातः सर्वप्रथम कार्यक्रम अधिकारी श्रुति त्रिपाठी व सृष्टि रंगा ने छात्राओं को योगासन करवाए तथा सूर्य नमस्कार व प्राणायाम का महत्व समझाया। छात्राओं ने इन आसनों का भरपूर आनंद उठाया जिससे वे अत्यधिक फुर्ती व उत्साह से परिपूर्ण हो गईं। प्रधानाचार्य डॉ. सरिता कुमार ने छात्राओं से अपने निजी अनुभव भी सांझा किए साथ ही पर्यावरण संरक्षण का महत्व समझाया रेड क्रॉस

कोशन एस.एस.टी.म ने लोडो में स्वस्थ जीवन के लिए जरूरी मापदंडों को लेकर जागरूक किया, विश्व स्वास्थ्य दिवस पर एन.एस.एस. स्वयंसेविकाओं ने कालेज परिसर में प्राथमिक - चिकित्सा किट की स्थापना की,

~~संसद~~ संसद

समस्या का प्रा. उपाय

संसद

1 - 15 अक्टूबर 2011

• इस तरह निरंतर अभियान के अवसर हम हम सबको शिक्षा देने निरंतर के साथ मेलपी अपलोड की, साथ ही हर एक निरंतर है।
- निरंतर अवसर के लोगों को अभियान के प्रति अवसर है।
- महाविद्यालय स्तर पर आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं ने हम सब सब
- अवसर विकास ने सक्रिय प्रतियोगिता है।

Handwritten signature

05
कोरन . एम . एम . ने पोस्टर - मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस प्रतियोगिता में द्वाप्राओं ने बड़ - चढ़कर प्राग लिया। योगा एवं जीवन विषय पर आयोजित इस प्रतियोगिता में नेहा (B.A. III) ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।

13/05/2022

~~for~~ - Chris W

21/05/2022 आतंकवाद - निषेध दिवस के अवसर पर एन.एस.एस. टीम ने 'आतंकवाद एवं कारण' विषय पर लघुचर्चा का आयोजन किया। विभिन्न आतंकवादी संगठन एवं युवाओं के इस और रुझान की समस्या पर स्वयंसेविकाओं ने अपने विचार व्यक्त किए। एन.एस.एस. कार्यक्रम अहिकारियों ने स्वयंसेविकाओं को संविदनशीलता का महत्व बताया।

~~_____~~ _____

classmate

Date _____

Page _____

विश्व सम्बाधु निषेध दिवस के अवसर पर सन. सस. रस स्वयंसेविकाओं
ने नशा - मुक्ति के लिए लोगों को जागरूक किया।

21/05/2022

~~Signature~~

05/06/2022 विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर सन. सस. स्वयंसेविकाओं ने जागरूकता रैली निकाली, सन. सस. कार्यक्रम अधिकारी सुभाषी शृष्टि (इकाई 1) एवं सुभाषी शृष्टि ने बच्चों को पर्यावरण को संरक्षित करने के गुर सिखाये, (इकाई 2)


सन. सस.

State level power point presentation (online)
on National Voter day 25.1.2022.

State level power point
presentation competition (online) was organized
on National Voter day 25.1.2022.

The theme for the competition was "Women
in politics". 147 entries from all
over Naganya were received and top
3 positions were awarded with
cash prizes. Certificates were given
to all the participants.

Grady
Incharge

new
after
Principal.

Paddler Activity

World Suicide Prevention Day, 10.09.2021

'Paddler' Activity was organised to campaign about suicide prevention. Messages were posted on the Paddler wall that will help in counselling of the students.

Dr. EKTA ANNA
Principal.

Incharge