



---

# NSS ACTIVITY REPORT 2017-18

---

NSS Activities undertaken by college during 2017-18



By

Mrs. Punam Dawgotra,  
Assistant Professor,  
Deptt. of Computer Science &  
Applications

Mrs. Sugandha Sapru,  
Assistant Professor,  
Deptt. of Mathematics

**MCM DAV College for Women, Sector 36, Chandigarh**

# National Service Scheme



**"Not Me But You"**

## Contents

National Service Scheme .....	3
Swachh Bharat Pakhwara- 1st August to 15th August .....	5
Swachhta Survey in Adopted Village – 8 <sup>th</sup> September .....	22
Awareness about garbage disposal at Sector 36 market – 9 <sup>th</sup> September.....	24
Survey at Kartar Aasra Orphanage, Chandigarh – 11th September.....	26
7-Day Day & Night Camp – 29 <sup>th</sup> September to 5 <sup>th</sup> October.....	28
National Integration Camp at Shimla – 6 <sup>th</sup> to 12 <sup>th</sup> October.....	62
Run for Unity Marathon – 31 <sup>st</sup> October 2017 .....	63
Swachh Bharat Mobile App Awareness Campaign – 10 <sup>th</sup> November .....	65
Self Defense Training - 23 <sup>rd</sup> October to 3 <sup>rd</sup> November .....	68
College Beautification activity – 28 <sup>th</sup> to 30 <sup>th</sup> January.....	69
Pulse Polio Drive – 28 <sup>th</sup> to 30 <sup>th</sup> January .....	70
AIDSCON – 16 <sup>th</sup> to 17 <sup>th</sup> February.....	72
Blood Donation Camp – 23rd February .....	73
Donate a Pad Activity – 8 <sup>th</sup> March .....	75
Tree Plantation – 13 <sup>th</sup> March .....	77

## National Service Scheme

### Motto

The Motto of NSS "Not Me But You", reflects the essence of democratic living and upholds the need for self-less service. NSS helps the students develop appreciation to other person's point of view and also show consideration to other living beings. The philosophy of the NSS is well doctined in this motto, which underlines/on the belief that the welfare .of an individual is ultimately dependent on the welfare of the society on the whole and therefore, the NSS volunteers shall strive for the well-being of the society.

### Aims & Objectives of NSS

The main objectives of National Service Scheme (NSS) are:



### Aspects of NSS Programme

The NSS Programme undertakes either under regular or special camping covering four aspects.

## INSTITUTIONAL WORK

- The students may be placed in selected welfare agencies outside the campus to work as volunteers

## INSTITUTIONAL PROJECT

- Improvement of campus, construction of play fields and swimming pools etc.

## RURAL PROJECT

- Eradication of illiteracy, minor irrigation work, agricultural operations, health, hygiene, sanitation, development of rural cooperatives, savings drive, construction of rural roads etc.( preferably by adopting village within the easy reach of the college).

## URBAN PROJECT

- Adult education, welfare of slum dwellers, training in civil defence setting up of first aid posts, hospital work etc.

## Symbol

The symbol for the NSS has been based on the giant Rath Wheel of the world famous Konark Sun Temple (The Black Pagoda) situated in Orissa, India. The wheel portrays the cycle of creation, preservation and release and signifies the movement in life across time and space, The symbol thus stands for continuity as well as change and implies the continuous striving of NSS for social change.

## Badge

The NSS Symbol is embossed on the badge. The eight bars in the wheel represent the 24 hours of a day. The red colour indicates that the volunteer is full of young blood that is lively, active, energetic and full of high spirit. The navy blue colour indicates the cosmos of which the NSS is tiny part, ready to contribute its share for the welfare of the mankind.

## Swachh Bharat Pakhwara- 1st August to 15th August

**August 01, 2017**

Starting the new session with a momentum, MCM DAV College for Women, Sector 36 kicked off fortnightly long activities towards promoting Swachh Bharat Abhiyan. At an event organized by the NSS unit of the college, Swachh Bharat pledge was administered to more than 250 students and faculty members. Students pledged towards devoting at-least 100 hours per year to voluntary work for cleanliness.

Speaking at the occasion, principal of the MCM College, Dr. Nisha Bhargava exhorted students to make cleanliness part of the life and also asked the students to make their family members, friends, neighbors part of the mission. Regarding the importance of segregation of waste at source she said, "Appropriate segregation of waste at source is essential for making India – Swachh Bharat. Let's take the pledge to segregate any waste in two dustbins - wet waste in Green and dry waste in Blue." She added that the college is planning to implement waste segregation under Swachh Bharat in all hostels, cafeteria and other areas."

The event also witnessed downloading of the Swachh Bharat mobile-app in huge numbers. Students were requested to create and participate in Swachh Bharat challenges and also submit activities besides spreading the word about the app.









August 02, 2017

Cleanliness drives in Principal's Office, Science & Arts block gardens



August 03, 2017

Cleanliness drives in Sports ground and Parking area





August 04, 2017

Cleanliness drives outside and around college boundary





**August 05, 2017**

Best out of waste workshop

Special Guests

**Shri. Thanglemlian**

- Director, National Program for Youth & Adolescent Development, Ministry of Youth Affairs and Sports, Govt. of India

**Captain Subhash Chand**

- Regional Director, Regional Directorate of NSS, Chandigarh

**Sh. Bikram Rana**

- State Liaison Officer (NSS), Chandigarh Administration











August 08, 2017

Cleanliness drive in celebration ground, behind climbing rock, and rishi vatika



**August 09, 2017**

Workshop on Cleanliness by Dr. Gaurav Gaur, PU

Continuing its efforts towards creating mass awareness among students regarding Swachh Abhiyaan, an awareness session was held in the MCM DAV College for Women, Sector 36. Mr. Gaurav Gaur who is an Assistant Professor at the Centre for Social Work, Panjab University was a key note speaker. Mr. Gaurav Gaur is a renowned social activist who has received recognition not only at national but international levels also. More than 250 students and NSS volunteers attended the session.





August 10, 2017

Cleanliness drive in Cricket ground and Front gardens





## Swachhta Survey in Adopted Village – 8<sup>th</sup> September

With an aim to understand the ground realities and assess the awareness towards cleanliness, a survey of more than 80 dwelling units was conducted in the adopted village of Badheri on 08-September-2017. More than 50 volunteers of the college participated in the survey. During the survey the residents were asked about a wide range of issues on cleanliness like any prevalent illness among children, practice of sanitizing milk bottles before feeding, availability of clean drinking water, hygiene related habits of bathing and washing hands before meals, availability of toilets in house premises, open defecation, garbage disposal and awareness about waste segregation.

It was found that most of the residents had access to clean drinking water and in-house toilets besides provision for throwing household waste. A key aspect that was found to be true across most of the residents was lack of awareness towards waste segregation at source. More so, the practice of segregation of waste into wet and dry was not at all followed even among those who were aware about the concept. The residents though showed inclination towards undertaking segregation in future provided a set of garbage bins is provided to them.

The survey allowed a dual benefit. Besides providing useful information on habits pertaining to cleanliness, it made the residents especially the homemakers aware about key aspects of cleanliness. Some of the women residents really appreciated the efforts of the volunteers and resolved towards maintaining their and their children's personal hygiene.







## Awareness about garbage disposal at Sector 36 market – 9<sup>th</sup> September

A team of NSS students interacted with shopkeepers, vegetable vendors, fruit vendors, washroom keepers in market of sector 36 and inquired about garbage collection and dumping initiatives by Municipal Corporation. About 20 people responded to the queries of the volunteers.





## Survey at Kartar Aasra Orphanage, Chandigarh – 11th September

30 NSS volunteers visited the orphanage and conducted a study of the garbage disposal system. The garbage is collected in garbage bags which are taken by MC garbage truck every day.. The volunteers told residents to bathe every day and clean hands before meals. They were also encouraged to change clean clothes every day. The volunteers also visited the kitchen area to check the hygiene.





## 7-Day Day & Night Camp – 29<sup>th</sup> September to 5<sup>th</sup> October

### Day-1: September 29, 2017

7-days day & night NSS camp began at MCM DAV College for Women with much enthusiasm. The camp was inaugurated by the principal of the college Dr. Nisha Bhargava. The programme was also presided over by Dr. Sarita Chauhan, ex- NSS programme officer and NSS Programme officers Mrs. Punam Dawgotra and Mrs. Sugandha Sapru.

This year the theme of the camp was related to the 'Swachh Bharat Abhiyan' focusing of health and hygiene. More than 100 NSS volunteers participated in the camp. The inaugural session began with saraswati vandana and volunteers presented a vibrant fusion dance.

Speaking at the occasion the principal of the college said "NSS Camp is an important platform for the students to learn and become better citizens for tomorrow. It gives them an opportunity to become a catalyst for change in the society". She encouraged the students to participate in the camp with full vigor and enthusiasm.





Day-2: September 30, 2017

Cleanliness drive in Sector 17 Plaza



Day-3: October 1, 2017

The third day of camp started with prayers, followed by some fun activities which included mind twisting games and riddles. All the volunteers participated enthusiastically. The first session of the third day was conducted by an informative lecture by Dr. Indu Arora, Associate Professor, MCM DAV College. She discussed the harmful effects of over use of computers and mobiles. She made the volunteers aware of the various health hazards posed by wrong posture while using a computer or mobile. She discussed the remedies and things to avoid while using gadgets of today.

In the second session, Sh. Deepak Manchanda, State Secretary Kheti Virasat Mission (KVM), Punjab shared his expert views on organic farming. He encouraged NSS volunteers to grow seasonal vegetables and fruits at home by using the easy and safe organic farming. Volunteers were apprised about step by step method to do organic farming at homes by using simple and easily available ingredients. He demonstrated technique of making bio enzyme. Volunteers got enlightened with the knowledge of speakers. Post lunch NSS volunteers visited adopted village Badheri where volunteers interacted with the village women and children. The women were given demonstration of preparation of bio enzyme from fruit peels that can be used as sanitizer, antiseptic, cleaner, and bathing liquid. The volunteers also discussed about reducing polythene usage and segregation of dry and wet waste. The volunteers inspired the residents to use paper and cloth bags. They were quite positive about implementing these suggestions and spreading them in their village.









#### Day-4: October 2, 2017

On the fourth day of 7 days day and night NSS camp the volunteers paid their heartfelt homage to the Father of the Nation, Mahatama Gandhi and Late Prime Minister, Sh. Lal Bahadur Shastri. They started the rest of activities with a prayer and NSS lakshya song.

The first session of the day was conducted by Sh. Yogesh Sharma from RGNIYD, Regional Center, Chandigarh in which the volunteers participated in various group activities that initiated a sense of team spirit and healthy interaction. It was a hugely successful session.

The second session was an interactive lecture by Dr. Nitasha Khehra, Assistant Professor in Department of Psychology, MCM DAV College for women. The volunteers were given an insight into stress and depression faced by the youngsters of today. She discussed various practical techniques to improve mental health and the challenges faced due to changing social norms.

Post Lunch the volunteers visited adopted village Badheri. Volunteers demonstrated method of making economical and hygienic sanitary pads at home to the women and young girls of the village. A workshop was conducted by the volunteers to teach about making various decorative items from waste material at home. Some of the women residents learned about mehndi applying skill as well. The women residents of the village participated enthusiastically in all the activities.





### Day-5: October 3, 2017

On the fifth day of the camp a self-defense session was conducted by Lady Constable Ranjana Devi and Lady Constable Sonia. They gave detailed instructions about how to protect themselves when facing problems like stalking, eve teasing and other crime against women. They also inspired the girl volunteers to be aware about their rights and duties.

In the second session Dr. Vandana Sharma, Assistant professor, Department of Microbial and Food Technology, MCM DAV apprised the volunteers about waste management by segregation and composting. She demonstrated the steps of making compost through an instructional video.

Post lunch the volunteers visited the adopted village. A rally on 'Beti bachao, Beti Padhao' was organized to make the parents aware about female feticide. Later the volunteers demonstrated the technique of waste segregation at homes and making compost from the biodegradable waste.







### Day-6: October 4, 2017

Day 6 of the camp started with a key note lecture by Sh. Sunil Panghal, Assistant Director, State Aids Control Society, Chandigarh. He touched upon various issues related to AIDS and also sensitized the volunteers about the role to be played by them in spreading the message. Thereafter a visit to the Financial Inclusion Camp was made which was organised by Chandigarh Administration in Sector 17 with an aim to highlight the importance of bringing the marginalized sections of the society into the mainstream. The camp was inaugurated by HE, The Governor of Punjab and Administrator UT Chandigarh.







### Day-7: October 5, 2017

The last day of the camp was presided over by the principal of the college Dr. Nisha Bhargava and Sh. Bikram Rana, State Liaison Officer (NSS), Chandigarh was the chief guest. The valedictory program began with the NSS Lakshya Geet. NSS Program Officer, Mrs. Sugandha Sapru read the camp report. A vibrant cultural program was presented by the volunteers which included Gujarati, Haryanvi and Western dance followed by a Bhangra performance. The program also included participation by village kids from Badheri.

Sh. Bikram Rana encouraged the volunteers to work towards the social causes and spread the message of cleanliness. Dr. Nisha Bhargava applauded NSS volunteers for their service and congratulated them for successful completion of the camp. She further motivated the volunteers to continue working for the betterment of the society. Key achievers during the camp were facilitated for their contribution made during the camp.

In preparation towards the golden jubilee celebrations of the college, volunteers were involved in painting the campus walls. The initiative was much appreciated







## New Initiatives

Singing NSS Anthem – Lakshya Song

Skill based training to villagers

Focus on Swachh Bharat

Development of team and leadership skills

Internal beautification of campus

Self Defence Training





## Competitions Organized



# Best out of Waste Activity



# Cleanliness



# Blood Donation



# Beti Bachao – Beti Padao

## BRIEFLY

### Cleanliness camp ends at MCM DAV

*Chandigarh:* In a week-long camp from September 29 to October 5 at MCM DAV College for Women, organised on the theme, "Health, Hygiene and Cleanliness", more than 100 participating volunteers interacted with village residents, especially women. They demonstrated methods of waste segregation, composting and making garbage enzyme from fruit peels. The women were explained the method of making hygienic and economical reusable sanitary pads. The volunteers also taught them various techniques of making usable products from home waste like foot mats, carry bags, envelopes and decorative items from bottles. During the camp, the volunteers learned about the safe use of gadgets, organic farming, tackling depression and stress, waste segregation and composting, causes and prevention of AIDS, self protection and a lot more. The camp concluded with honoring the volunteers for their performance during the camp. A cultural program was presented by the volunteers that included Gujrati, Haryanvi and western dance, followed by foot tapping bhangra. A special surprise dance was organised by the volunteers in which young girls from adopted village Badheri participated to showcase their talent. These girls came forward when the volunteers visited the village for social activities as a part of the camp.

### 7-DAY NSS CAMP CONCLUDES AT MCM

**CHANDIGARH:** The seven-day long NSS camp at MCM DAV College for Women, Sector 36, concluded on Thursday. State liaison officer Bikram Rana was the chief guest and principal Nisha Bhargava presided over the function. The valedictory programme began with NSS lakshya geet. NSS programme officer Sugandha Sapru read the camp report. Bikram Rana encouraged the volunteers to work towards social causes and spread the message of cleanliness. Bhargava applauded NSS volunteers for their service and congratulated them for successful completion of the camp. She further motivated the volunteers to continue working for betterment of the society. Over 100 volunteers interacted with village residents during the weeklong camp. They demonstrated methods of waste segregation, composting and making garbage enzymes from fruit peels. Meanwhile, seven-day camp at DAV College, Sector 10, Chandigarh, concluded on Thursday with a cultural programme. A total of 200 volunteers along with four programme officers participated in the Activities included cleanliness drives on the campus.



## एम.सी.एम. में एन.एस.एस. कैम्प सम्पन्न, स्वयंसेवकों को सामाजिक कार्यों के लिए प्रोत्साहित किया

100 से अधिक छात्राओं ने लिया था कैम्प में हिस्सा

चंडीगढ़, 5 अक्टूबर (रश्मि रोहिला): एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वूमैन में लगे सात दिवसीय एन.एस.एस. कैम्प का वीरवार को समापन हो गया। इस दौरान बतौर मुख्यातिथि स्टेट लायजन ऑफिसर चंडीगढ़ बिक्रम राणा मौजूद थे। कार्यक्रम का शुभारंभ एन.एस.एस. के लक्ष्य गीत से हुआ, जिसके बाद एन.एस.एस. प्रोग्राम ऑफिसर सुगंधा सप्रू ने कैम्प के दौरान स्वयंसेवकों द्वारा किए गए सामाजिक कार्यों का ब्यौरा पेश किया। एम.सी.एम. के एन.एस.एस. यूनिट के प्रशंसनीय प्रयासों की सराहना करते हुए बिक्रम राणा ने स्वयंसेवकों को सामाजिक कार्यों के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ योगदान

देने के लिए प्रोत्साहित किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा ने एन.एस.एस. स्वयंसेवकों की सराहना की। उन्होंने आगे स्वयंसेवकों को भविष्य में समाज की भलाई के लिए काम करना जारी रखने के लिए प्रेरित किया। कैम्प में 100 से अधिक छात्राओं ने हिस्सा लिया एवं कैम्प के दौरान रक्तदान, एड्स, पर्यावरण, पर्सनेलिटी डिवेलपमेंट, खानपान संबंधी जागरूकता, स्वच्छता इत्यादि से संबंधित सैमीनार एवं वर्कशॉप आदि का आयोजन किया गया। कैम्प में छात्राओं ने चंडीगढ़ के बड़हेड़ी गांव जाकर वहां के निवासियों



को सफाई, पर्यावरण संरक्षण, भ्रूण हत्या आदि के विषय में बताया। छात्राओं ने ग्रामीण महिलाओं को शगुन के कार्ड, फाइल कवर, ग्लास पेंटिंग, फैब्रिक पेंटिंग आदि सिखाए। समापन समारोह में गिद्धा, हरियाणवी, गुजराती एवं वेस्टर्न डांस पेश किए। इस अवसर पर एम.सी.एम. की एन.एस.एस. यूनिट द्वारा अपनाए गए बढेरी गाँव के बच्चों ने भी नृत्य के माध्यम से अपनी प्रतिभा को दर्शकों के समक्ष रखा। इस अवसर पर कैम्प में आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं को भी पुरस्कृत किया गया।

### एमसीएम कालेज में एनएसएस शिविर सम्पन्न

## छा गया गिद्धा, हरियाणवी, वेस्टर्न डांस

चंडीगढ़, 6 अक्टूबर (ट्रिब्यून)

एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन-36 में आयोजित सात दिवसीय एनएसएस शिविर का समापन हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि स्टेट लायजन ऑफिसर चंडीगढ़ बिक्रम राणा थे। कार्यक्रम का शुभारंभ एनएसएस के लक्ष्य गीत से हुआ इसके पश्चात एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर सुगंधा सप्रू ने कैम्प के दौरान स्वयंसेवकों द्वारा किये गए सामाजिक कार्यों का ब्यौरा प्रस्तुत किया। बिक्रम राणा ने

स्वयंसेवकों को सामाजिक कार्यों के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ योगदान देने के लिए प्रोत्साहित किया। इस अवसर पर कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा ने एनएसएस स्वयंसेवकों की निस्वार्थ सेवा की सराहना की। सात दिवसीय कैम्प में 100 से अधिक छात्राओं ने हिस्सा लिया एवं कैम्प के दौरान रक्तदान, एड्स, पर्यावरण, पर्सनेलिटी डेवलपमेंट, खानपान संबंधी जागरूकता, स्वच्छता इत्यादि से संबंधित सेमिनार एवं वर्कशॉप आदि का आयोजन किया गया।

छात्राओं ने चंडीगढ़ के बड़हेड़ी गांव जाकर सफाई, पर्यावरण संरक्षण, भ्रूण हत्या आदि विषय बारे जागरूक किया। विभिन्न रंगों से सजे इस समापन समारोह में गिद्धा, हरियाणवी, गुजराती एवं वेस्टर्न नृत्य प्रस्तुत किये गए। एमसीएम डीएवी कॉलेज अगले वर्ष अपने पचास वर्ष पूरे कर रहा है इस गोल्डन जुबली महोत्सव के लिए स्वयंसेवकों ने कॉलेज की बॉर्डरवाला पर विभिन्न रंगों से आकृतियां बनाकर कॉलेज को एक अनोखा उपहार दिया।

# 7-day NSS camp on 'Health, Hygiene and Cleanliness' concludes at MCM

CHANDIGARH, OCT 5

The 7 days day & night NSS camp at MCM DAV College for Women concluded here today with a valedictory function. Sh. Bikram Rana, State Liaison Officer, Chandigarh Administration was the Chief Guest on the occasion. The function was presided over by Principal Dr. Nisha Bhargava.

The programme began with NSS Lakshya Geet and the camp report read by Mrs. Sugandha Sapru, NSS Programme Officer. Appreciating the laudable endeavours of NSS unit at MCM, Sh. Bikram Rana encouraged the volunteers to contribute their best for social causes and spread the message of cleanliness to every strata of society.

During the event, a cultural program was presented by volunteers that included Gujrati, Haryanvi and western dance followed by foot tapping bhangra. A special surprise dance was organized



by volunteers in which young girls from adopted village Badheri participated to showcase their dancing talent. These girls came forward when the volunteers visited the village for social activities as part of the camp. For the upcoming 50th anniversary of MCM DAV, NSS volunteers presented a gift of beautifully painted boundary

wall of the college campus as part of on-campus project.

Principal Dr. Nisha Bhargava applauded the selfless service of the NSS volunteers and congratulated them on the successful completion of the camp. She further motivated the volunteers to continue working for the betterment of the society in the future as well.

During the weeklong camp, from 29th September to 5th October, organized on the theme 'Health, Hygiene and Cleanliness' over 100 participating volunteers interacted with village residents especially women. They demonstrated methods of waste segregation, composting and making garbage enzyme from fruit peels. The women were explained the method to make hygienic and economical reusable sanitary pads. The volunteers also taught various techniques of making usable products from waste at home like foot mats, carry bags, envelopes and decorative items from bottles etc. During the camp volunteers learned about safe use of gadgets, organic farming, tackling depression and stress, waste segregation and composting, causes and prevention of AIDS, self protection and a lot more. The camp concluded with honoring the volunteers for their outstanding performance during the camp.

## NSS camp ends with cultural programme

CHANDIGARH, OCTOBER 5

The seven-day NSS camp at the MCM DAV College for Women, Sector 36, concluded here today with a valedictory function. Bikram Rana, State Liaison Officer, Chandigarh

Administration, was the chief guest on the occasion. The function was presided over by Principal Nisha Bhargava.

During the event, a cultural programme was presented by volunteers that included

Gujrati, Haryanvi and western dance, followed by a bhangra performance. During the week-long camp, over 100 participants interacted with village residents, especially women. — TNS

XX

## 7 दिवसीय एनएसएस शिविर में विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेता हुए पुरस्कृत

चंडीगढ़, 5 अक्टूबर (फटानिया) प्रोत्साहित किया। जारी रखने के लिए प्रेरित किया।  
: एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर इस अवसर पर कॉलेज की इस सात दिवसीय कैम्प में 100 से  
वीमेन में आयोजित सात दिवसीय प्रिंसिपल डॉ निशा ने एनएसएस अधिक छात्राओं ने हिस्सा लिए एवं

एनएसएस कैम्प 5 अक्टूबर को समारोहपूर्वक संपन्न हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि स्टेट लायसन ऑफिसर चंडीगढ़ श्री विक्रम राणा थे। कार्यक्रम का शुभारंभ एनएसएस के लक्ष्य गीत से हुआ इसके पश्चात एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर श्रीमती सुगंधा सपू ने सातदिवसीय कैम्प के दौरान स्वयंसेवकों द्वारा किये गए सामाजिक कार्यों का ब्यौरा प्रस्तुत किया।

एमसीएम के एनएसएस यूनिट के प्रशंसनीय प्रयासों की सराहना करते हुए श्री विक्रम राणा ने स्वयंसेवकों को सामाजिक कार्यों के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ योगदान देने के लिए



एनएसएस कैम्प के समापन मौके विभिन्न प्रतियोगिताओं की विजेता छात्राओं को पुरस्कृत करते स्टेट लायसन ऑफिसर विक्रम राणा। (छाया: गुरिन्दर सिंह)

स्वयंसेवकों की निस्वार्थ सेवा की सराहना की और शिविर के सफल समापन पर उन्हें बधाई दी। उन्होंने आगे स्वयंसेवकों को भविष्य में समाज को भलाई के लिए काम करना

कैम्प के दौरान रक्तदान, एड्स, पर्यावरण, परसनेलिटी डेवलपमेंट, खानपान संबंधी जागरूकता, स्वच्छता इत्यादि से संबंधित सेमिनार एवं वर्कशॉप आदि का आयोजन किया गया। कैम्प में स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, महिलाओं के अधिकारों एवं नशा मुक्ति पर विशेष बल दिया गया। कैम्प में छात्राओं ने चंडीगढ़ के बहेड़ी गाँव जाकर वहां के निवासियों को सफाई, पर्यावरण संरक्षण, धूँज हटाना आदि के विषय में बताया। छात्राओं ने ग्रामीण महिलाओं को शगुन के कार्ड, फाइल कवर, ग्लास पेंटिंग, फैनब्रिक पेंटिंग आदि सिखाये।

## एनएसएस कैम्प के समापन पर रंगारंग कार्यक्रम

अमर उजाला व्यूरो  
चंडीगढ़।

सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फार वुमन में आयोजित सात दिवसीय एनएसएस कैम्प का वीरवार को समापन हो गया। इसमें बतौर मुख्य अतिथि स्टेट लाइजनिंग ऑफिसर विक्रम राणा उपस्थित रहे। कार्यक्रम शुभारंभ एनएसएस के लक्ष्य गीत से हुआ। इसके बाद एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर सुगंधा सपू ने सात दिवसीय कैम्प के दौरान स्वयंसेवकों की ओर से किये गए सामाजिक कार्यों का ब्यौरा प्रस्तुत किया। एमसीएम के एनएसएस यूनिट के प्रशंसनीय प्रयासों की सराहना करते हुए विक्रम राणा ने स्वयंसेवकों को सामाजिक कार्यों के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ योगदान देने के लिए प्रोत्साहित किया।

इस अवसर पर कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने एनएसएस स्वयंसेवकों की निस्वार्थ सेवा की सराहना की और शिविर के सफल समापन पर उन्हें बधाई दी। सात दिवसीय कैम्प में 100 से अधिक छात्राओं ने हिस्सा लिया।



शिविर के समापन के मौके पर डीएवी सेक्टर-10 में गिददा पेश करती छात्राएं।

कैम्प के दौरान रक्तदान, एड्स, पर्यावरण, जागरूकता, स्वच्छता से संबंधित परसनेलिटी डेवलपमेंट, खानपान संबंधी सेमिनार एवं कार्यशाला का आयोजन

किया गया। कैम्प में स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, महिलाओं के अधिकारों एवं नशामुक्ति पर विशेष बल दिया गया। विभिन्न रंगों से सजावटी इस समापन समारोह में गिददा, हरियाणवी, गुजराती एवं वेस्टर्न डांस पेश किए गए। इस मौके पर बहेड़ी गाँव के बच्चों ने भी दर्शकों के सामने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। अपनी एमसीएम डीएवी कॉलेज अगले वर्ष अपने पचास वर्ष पूरे कर रहा है। इस मौके पर कॉलेज की बाउंड्री वॉल पर विभिन्न रंगों से आकृतियाँ बनाकर कॉलेज को एक अलौकिक उपहार दिया। इस अवसर पर कैम्प में आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं को भी पुरस्कृत किया गया।

उपर, डीएवी कॉलेज सेक्टर-10 में भी एनएसएस शिविर का समापन हो गया। इस मौके पर बतौर मुख्य अतिथि स्टेट लाइजनिंग ऑफिसर विक्रम राणा उपस्थित रहे। इस दौरान स्टूडेंट्स ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति दी। इस शिविर में 200 स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया।

## सैल्फ डिफेंस ट्रेनिंग सत्र लगाया

चंडीगढ़, 4 अक्टूबर (रश्मि रोहिला): एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज में चल रहे 7 दिवसीय एन.एस.एस. कैंप के पांचवें दिन चंडीगढ़ पुलिस कर्मियों द्वारा सैल्फ डिफेंस ट्रेनिंग सत्र का आयोजन किया गया। इस दौरान पुलिस कर्मियों ने एन.एस.एस. स्वयंसेवकों को स्टाकिंग, ईव टीजिंग एवं महिलाओं के प्रति होने वाले अन्य अपराधों के दौरान आत्मरक्षा के गुर दिए। पुलिसकर्मियों ने स्वयंसेवकों को अपने अधिकारों और कर्तव्यों से भी अवगत कराया। दूसरे सत्र में कॉलेज के माइक्रोबियल एंड फूड साइंस विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. वंदना शर्मा ने स्वयंसेवकों को वेस्ट मैनेजमेंट, सेग्रीगेशन एवं कम्पोस्टिंग पर व्याख्यान दिया। उन्होंने स्वयंसेवकों को खाद बनाने के गुर बताए। कैंप के छठे दिन स्टेट एड्स कंट्रोल सोसाइटी के असिस्टेंट डायरेक्टर सुनील पंघाल ने एड्स पर व्याख्यान दिया। इसके बाद स्वयंसेवकों ने बडहेड़ी गांव जाकर बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ विषय पर रैली निकाल कर लोगों को जागरूक किया।

# प्रशासन ही दिन खु



प्रशासक बदनौर, सांसद किरण खेर व अन्य स्ट.

# जी गबले



और शीतल  
के वर्ग में  
सिंह दूसरे  
। लड़कियों  
के शॉटपुट  
ले, डेचन  
गौधरी तीसरे  
में सर्वजीत  
और हरीश

## पुलिसकर्मियों ने छात्राओं को बताए आत्मरक्षा के गुर

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज में चल रहे एनएसएस कैंप के पांचवें दिन चंडीगढ़ पुलिस कर्मियों की ओर से सेल्फ डिफेंस ट्रेनिंग सेशन का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पुलिस कर्मियों ने एनएसएस स्वयं सेवकों को स्टॉकिंग, ईव टीजिंग एवं महिलाओं के प्रति होने वाले अन्य अपराधों के दौरान आत्मरक्षा के गुर दिए।

पुलिसकर्मियों ने स्वयं सेवकों को अपने अधिकारों और कर्तव्यों से भी अवगत कराया। शिविर के दूसरे सत्र में कॉलेज के माइक्रोबियल एंड फूड साइंस विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. वंदना शर्मा ने स्वयं सेवकों को वेस्ट मैनेजमेंट, सेग्रीगेशन एवं कंपोस्टिंग पर व्याख्यान दिया। इस दौरान उन्होंने स्वयंसेवकों को खाद बनाने के आसान तरीके बताए। स्टेट एड्स कंट्रोल सोसाइटी के असिस्टेंट डायरेक्टर सुनील पंघाल ने एड्स पर व्याख्यान दिया। इस सूचनात्मक सत्र के दौरान सुनील ने एड्स से बचाव, रोकथाम एवं कारणों से श्रोताओं को अवगत कराया। इसके बाद स्वयं सेवकों ने बड़हेरी गांव में रैली निकालकर 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' के संबंध में लोगों को जागरूक किया। एनएसएस यूनिट के प्रयासों की सराहना करते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि एमसीएम अपनी छात्राओं को ज्ञान के साथ-साथ आवश्यक जीवन कौशल प्रदान कर उन्हें सशक्त बनाता है। ब्यूरो

## मो सेकेंडरी वे

चंडीगढ़।  
वन्य जीव  
इंटर स्कूल  
जीजीएमए  
बतौर मुख  
उपस्थित र  
इसके उ  
इंद्रजीत गु  
स्कूल की  
अन्य लोग  
ने भाग लि  
आज कई  
हो रही है।  
खेती योग्य  
का प्रयास  
रखना चा  
प्रजातियों  
पर्यावरण  
कार्यक्रम  
सम्मानित  
सेकेंडरी स  
वहीं दूसरा  
जोशी और  
पब्लिक स्  
सांत्वना पु  
छात्रा प्रिया

## एमसीएम कॉलेज में सात दिवसीय एनएसएस कैंप का समापन



चंडीगढ़ | एमसीएम कॉलेज फॉर वुमन सेक्टर-36 में 7 दिवसीय एनएसएस कैंप का समापन हुआ। स्टूडेंट्स ने कन्या भ्रूणहत्या के खिलाफ रैली निकाली।

### **NSS camp at MCM DAV**

**CHANDIGARH:** A seven-day NSS camp was organised at MCM DAV College for Women, Sector 36. The camp is enabling the students to become responsible citizens who can bring about a noticeable change in the society. A lecture by Indu Arora, associate professor and head, DCSA, was held on Tuesday. She discussed harmful effects of over use of computers and mobiles. Deepak Manchanda encouraged volunteers to grow seasonal vegetables and fruits at home.

**HTC**

## ‘बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ’ विषय पर छात्राओं ने निकाली रैली

### गांव निवासियों को जागरूक किया

चंडीगढ़, 4 अक्टूबर (पठानिया) : एमसीएम डीएवी कॉलेज में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस कैम्प के पांचवे दिन चंडीगढ़ पुलिस कर्मियों द्वारा सेल्फ डिफेन्स ट्रेनिंग सत्र का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पुलिस कर्मियों ने एनएसएस स्वयंसेवकों को स्टाकिंग, ईव टीजिंग एवं महिलाओं के प्रति होने वाले अन्य अपराधों के दौरान आत्मरक्षा के गुर दिए। पुलिसकर्मियों ने स्वयंसेवकों को अपने अधिकारों और कर्तव्यों से भी अवगत कराया। इसी दिन दूसरे सत्र में कॉलेज के माइक्रोबियल एंड फूड साइंस विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ वंदना शर्मा ने स्वयंसेवकों को वेस्ट मैनेजमेंट, सेग्रीगेशन एवं कम्पोस्टिंग पर व्याख्यान दिया। उन्होंने

व्याख्यान के दौरान स्वयंसेवकों को खाद बनाने के बहुत ही आसान स्टेप्स बताये। कैम्प के छठे दिन स्टेट एड्स कंट्रोल सोसाइटी के असिस्टेंट डायरेक्टर श्री सुनील पंधाल ने एड्स पर व्याख्यान दिया। इस सूचनात्मक सत्र के दौरान श्री सुनील ने एड्स के बचाव, रोकथाम एवं कारणों से श्रोताओं को अवगत कराया। इसके उपरान्त स्वयंसेवकों ने बढेरी गांव जाकर बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ विषय पर रैली निकाल कर वहां के रहवासियों को जागरूक किया।

एनएसएस यूनिट द्वारा किये प्रयासों की सराहना करते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि एमसीएम अपनी छात्राओं को ज्ञान के साथ-साथ आवश्यक जीवन कौशल प्रदान कर उन्हें सशक्त बनाता है।

## एमसीएम एनएसएस शिविर में सेल्फ डिफेन्स ट्रेनिंग



अर्धे प्रकाश संवाददाता

चंडीगढ़। एमसीएम और एनएसएस के बीच चले रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर के चौथे दिन चंडीगढ़ पुलिस कमिश्नरी द्वारा सेल्फ डिफेन्स ट्रेनिंग का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पुलिस कमिश्नरी ने एनएसएस स्वयं सेवकों को स्ट्राइक, इंग्लिश एवं महिलाओं के ड्रीम

होने वाले अन्य अपराधों के दौरान आत्मरक्षा के गुर दिए।

पुलिस कमिश्नरी ने स्वयं सेवकों को अपने अधिकारों और कर्तव्यों से भी अवगत कराया। इसी दिन दूसरे सत्र में कलिंग के महाकेशविका एंड कूटनशास्त्र विभाग की अधिष्ठाता प्रोफेसर डॉ. कंदना शर्मा ने स्वयं सेवकों को वेस्ट मैनेजमेंट, सेटीकरण एवं कम्पोस्टिंग पर

आख्यान दिया। उन्होंने व्यवहार के दौरान स्वयं सेवकों को खतर बनने के बहुत ही अलग-अलग तरीके

के बारे में छठे दिन स्टेट एट्रस कंट्रोल सोसाइटी के अधिष्ठाता डॉ. सुनील फंडल ने एट्रस पर आख्यान दिया। इस सूपनात्मक सत्र के दौरान सुनील ने एट्रस के बचाव, रोकथाम एवं कार्यों से शैलियों को अवगत कराया। इसके अलावा स्वयं सेवकों ने बड़े-बड़े गुंबज जकार केटी बचाओ केटी पढ़ाओ विषय पर रैली निकाल कर यहां के रहवासियों को जागरूक किया।

एनएसएस यूनिट द्वारा किये प्रयासों की सराहना करते हुए कलिंग की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गवा ने कहा कि एनएसएस अपनी छात्रों को इन के साथ-साथ आत्मरक्षा जीवन कोशल प्रदान कर उन्हें प्रभावित करता है।

## MCM holds empowering session on self-defence, philanthropic activities



CHANDIGARH, OCT 4

The 5th day of the ongoing 7 days day & night NSS camp at MCM DAV College for Women witnessed a highly informative and empowering session on self-defence by Chandigarh Police personnel. The city cops gave detailed instructions to NSS volunteers on how

to protect themselves when faced with problems like stalking, eve teasing and other crimes against women. The cops also inspired the volunteers to be aware of their rights and duties. In the second session Dr. Vandana Sharma, Assistant Professor, Department of Microbial and Food Technology, MCM DAV apprised the volunteers about waste management

by segregation and composting. She also demonstrated the steps of making compost through an instructional video. The volunteers then visited the adopted village Badheri where they demonstrated to the villagers the technique of waste segregation and composting from the biodegradable waste. A rally on 'Beti bachao, Beti Padhao' was also organized at the village to make the parents aware about female foeticide.

On the 6th day of the camp, Sumil Panghal, Assistant Director, State AIDS Control Society, Chandigarh conducted a session wherein he discussed the reasons and causes of AIDS and apprised the volunteers about the different ways of tackling this deadly disease. Later the volunteers participated in Poster Making Contest on Save Girl Child and Swachhta Abhiyan. Expressing appreciation for the initiatives undertaken by the NSS unit, college Principal Dr. Nisha Bhargava said that MCM seeks to empower its students with knowledge as well essential life skills and the NSS camp is an apt platform to nurture women of substance who have all these skills.



## शिविर में दी सेल्फ डिफेंस की ट्रेनिंग

चंडीगढ़, 4 अक्टूबर (राकेश): एमसीएम डीएवी कॉलेज में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस कैम्प के पांचवें दिन चंडीगढ़ पुलिस कर्मियों द्वारा सेल्फ डिफेंस ट्रेनिंग सत्र का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पुलिस कर्मियों ने एनएसएस स्वयंसेवकों को स्ट्राकिंग, ईव टीजिंग एवं महिलाओं के प्रति होने वाले अन्य अपराधों के दौरान आत्मरक्षा के गुर दिए। पुलिस कर्मियों ने स्वयं सेवकों को

अपने अधिकारों और कर्तव्यों से भी अवगत कराया। इसी दिन दूसरे सत्र में कॉलेज के माइक्रोबियल एंड फूड साइंस विभाग की असिस्टेंट प्रो. वंदना शर्मा ने स्वयंसेवकों को वेस्ट मैनेजमेंट, सेग्रीगेशन एवं कम्पोस्टिंग पर संबोधित किया। इसके उपरान्त स्वयंसेवकों ने बडहेड़ी गांव जा कर बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ विषय पर रैली निकाल कर वहां के वासियों को जागरूक किया।

## ‘बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ’ विषय पर छात्राओं ने निकाली रैली

### गांव निवासियों को जागरूक किया

चंडीगढ़, 4 अक्टूबर (पठानिया) : एमसीएम डीएवी कॉलेज में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस कैम्प के पांचवें दिन चंडीगढ़ पुलिस कर्मियों द्वारा सेल्फ डिफेंस ट्रेनिंग सत्र का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पुलिस कर्मियों ने एनएसएस स्वयंसेवकों को स्ट्राकिंग, ईव टीजिंग एवं महिलाओं के प्रति होने वाले अन्य अपराधों के दौरान आत्मरक्षा के गुर दिए। पुलिसकर्मियों ने स्वयंसेवकों को अपने अधिकारों और कर्तव्यों से भी अवगत कराया। इसी दिन दूसरे सत्र में कॉलेज के माइक्रोबियल एंड फूड साइंस विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ वंदना शर्मा ने स्वयंसेवकों को वेस्ट मैनेजमेंट, सेग्रीगेशन एवं कम्पोस्टिंग पर व्याख्यान दिया। उन्होंने

व्याख्यान के दौरान स्वयंसेवकों को खाद बनाने के बहुत ही आसान स्टेप्स बताये। कैम्प के छठे दिन स्टेट एड्स कंट्रोल सोसाइटी के असिस्टेंट डायरेक्टर श्री सुनील पंघाल ने एड्स पर व्याख्यान दिया। इस सूचनात्मक सत्र के दौरान श्री सुनील ने एड्स के बचाव, रोकथाम एवं कारणों से श्रोताओं को अवगत कराया। इसके उपरान्त स्वयंसेवकों ने बडेरी गांव जाकर बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ विषय पर रैली निकाल कर वहां के रहवासियों को जागरूक किया।

एनएसएस यूनिट द्वारा किये प्रयासों की सराहना करते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि एमसीएम अपनी छात्राओं को ज्ञान के साथ-साथ आवश्यक जीवन कौशल प्रदान कर उन्हें सशक्त बनाता है।

## स्वयंसेवकों ने महिलाओं को कचरे से खाद बनाने की विधि सिखाई

चंडीगढ़, 3 अक्टूबर (पठानिया) : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन फॉर विमेन में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर के तीसरे और चौथे दिन विभिन्न प्रकार की गतिविधियों का आयोजन किया गया जिनका उद्देश्य

स्वयंसेवकों के ज्ञान क्षितिज को बढ़ा करने के साथ साथ राष्ट्र के जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए सक्षम बनाना था जो की भविष्य में समाज में महत्वपूर्ण बदलाव ला सकें।

तीसरे दिन के कार्यक्रम का शुभारम्भ सरस्वती वंदना से हुआ। कॉलेज के

डिपार्टमेंट ऑफ कंप्यूटर साइंस एवं एप्लिकेशन्स विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर एवं अध्यक्ष डॉ इंदु अरोड़ा ने मोबाइल एवं कंप्यूटर के अत्यधिक उपयोग से स्वास्थ्य पर होने वाले दुष्प्रभावों की विस्तृत जानकारी दी। इस रोचक एवं ज्ञानवर्धक व्याख्यान के पश्चात श्री दीपक मनचंदा ने छात्राओं को आर्गेनिक फार्मिंग के बारे में

बताया। श्री मनचंदा ने स्वयंसेवकों को घर पर ही आर्गेनिक फार्मिंग करने के सरल तकनीकों के बारे में बताया एवं उन्हें आसानी से उपलब्ध सामग्री का उपयोग करके घर पर मौसमी सब्जियों और फलों को विकसित करने के लिए

योगेश शर्मा ने टीम स्पिरिट एवं हेल्दी इंटरैक्शन पर अत्यंत रोचक व्याख्यान दिया। इसके उपरान्त कॉलेज के साइकोलॉजी विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ निताशा खेरा ने आज के युवाओं के तनाव और अवसाद के बारे

में जानकारी दी। उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य को बदलने और सामाजिक मानदंडों को बदलने के कारण चुनौतियों का सामना करने के लिए विभिन्न व्यावहारिक तकनीकों पर चर्चा की।

दोनों दिनों में दोपहर सत्र में कॉलेज के स्वयंसेवकों ने बढेरी गाँव जाकर

वहाँ के रहवासियों को कचरे से खाद बनाने की विधि सिखाई तथा उन्हें पॉलीथिन उपयोग के दुष्प्रभावों की जानकारी दी। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने एनएसएस स्वयंसेवकों की परोपकारी गतिविधियों की सराहना की और उन्हें भविष्य में भी इसी प्रकार मानव जाति के कल्याण के लिए काम करने के लिए प्रेरित किया।



एनएसएस शिविर दौरान डॉ. इंदु अरोड़ा गाँव निवासियों को मोबाइल एवं कंप्यूटर के दुष्प्रभावों की जानकारी देते हुए। (छाया : कमलजीत सिंह)

प्रोत्साहित किया। उन्होंने सब्जियों के छिलके एवं कचरे से खाद बनाने का तरीका भी स्वयंसेवकों को बताया।

शिविर के चौथे दिन स्वयंसेवकों ने दिन की शुरुआत महात्मा गाँधी एवं श्री लाल बहादुर शास्त्री को श्रद्धांजलि अर्पित करके की राजीव गाँधी नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ युथ डेवलपमेंट के रीजनल सेंटर चंडीगढ़ से आये श्री

## MCM NSS camp discusses ways to deal with depression

CHANDIGARH, OCT 3

The 3rd and 4th day of 7 day NSS camp at MCM DAV College for Women were marked by a plethora of activities aimed at widening the horizons of the volunteers as well as enabling them to become responsible citizens who can bring about a noticeable change in the society.

Prayer followed by fun activities like mind twisting games and riddles kickstarted the third day of the day and night camp. An informative lecture by Dr. Indu Arora, Associate Professor and Head, DCSA, MCM DAV was held



wherein she discussed the harmful effects, including health hazards, of over use of computers and mobiles. Dr. Indu also discussed the ways to reduce these harmful effects. This was followed by

an insightful session on Organic Farming by Deepak Manchanda encouraged the volunteers to grow seasonal vegetables and fruits at home by using the easy organic farming techniques,

Manchanda gave them step by step instructions on doing organic farming at home by using simple and easily available ingredients. He also demonstrated the technique of making garbage enzyme.

On the fourth day of the camp, the volunteers paid rich tributes to Mahatma Gandhi and Lal Bahadur Shastri and began the day with prayer and NSS lakshya song. Yogesh Sharma of RGNIID, Regional Center, Chandigarh conducted a highly successful session focusing on inculcating a sense of team spirit and healthy interaction through group activities.

## NSS camp at MCM

**CHANDIGARH:** The third and fourth day of 7 day NSS camp at MCM DAV College for Women were marked by a plethora of activities aimed at widening the horizons of the volunteers as well as enabling them to become responsible citizens who can bring about a noticeable change in the society. In the four days camp the volunteers visited adopted village Badheri where they interacted with the village women and children. On the 3rd day, the volunteers demonstrated to the villagers preparation of garbage enzyme from fruit peels that can be used as sanitizer, antiseptic, cleaner, and bathing liquid. DP

### स्वयंसेवकों को दी मोबाइल के दुष्प्रभाव की जानकारी

चंडीगढ़। सेक्टर- 36 एमसीएम डीएवी कालेज फॉर वुमन में एनएसएस शिविर में कई गतिविधियों का आयोजन किया गया। इसका उद्देश्य स्वयंसेवकों के ज्ञान क्षितिज को बढ़ा करने के साथ-साथ राष्ट्र के जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए सक्षम बनाना था। तीसरे दिन के कार्यक्रम का शुभारंभ सरस्वती वंदना से हुआ। कॉलेज के डिपार्टमेंट ऑफ कंप्यूटर साइंस और एप्लीकेशन विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. इंदु अरोड़ा ने मोबाइल एवं कंप्यूटर के अत्यधिक उपयोग से स्वास्थ्य पर होने वाले दुष्प्रभावों की विस्तृत जानकारी दी। इस रोचक एवं ज्ञानवर्धक व्याख्यान के पश्चात दीपक मनचंदा ने छात्राओं को आर्गेनिक फार्मिंग के बारे में बताया। मनचंदा ने स्वयंसेवकों को घर पर ही आर्गेनिक फार्मिंग करने के सरल तकनीकों के बारे में बताया एवं उन्हें आसानी से उपलब्ध सामग्री का उपयोग करके घर पर मौसमी सब्जियों और फलों को विकसित करने के लिए प्रोत्साहित किया।

42, गांव  
अटावा

## चंडीगढ़ कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग में अप्रतिम फेस्ट का आगाज

एक

बाई में बुरा  
कचरा फैला  
। पार्किंग  
लिए निगम  
रूनी सड़कों  
के चलते  
मना करना  
भेरा होने के  
ते रहते हैं।

जागरण संवाददाता, चंडीगढ़ : चंडीगढ़ कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक फेस्ट अप्रतिम का आगाज हुआ। ड्रामेटिक कल्ब की तरफ से महिला सशक्तिकरण को लेकर नाटक का मंचन भी किया गया। कैम्पस में सिग्नेचर कैम्पेन भी चलाई गई। ह्यूमन चेन बनाकर एकता का संदेश दिया गया।

साथ ही पंजाबी लोक नृत्य भंगड़ा का मंचन किया गया। इसका उद्घाटन

प्रिंसिपल एमएस गुजराल ने किया। फेस्ट के मुख्य कार्यक्रम 13 और 14 अक्टूबर को आयोजित होंगे। एलांते मॉल में 6 अक्टूबर को फ्लैश मॉब आयोजित की जाएगी तो सुखना लेक पर 7 अक्टूबर को साइक्लोरथॉन होगी।

अलग-अलग दिन शहर के कई स्थानों पर कार्यक्रमों का आयोजन होगा और सभी विजेता स्टूडेंट्स को पुरस्कार देकर सम्मानित किया जाएगा।



चंडीगढ़ : बढेरी गांव में जाकर लोगों को कचरे से खाद बनाने की विधि बताते सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन कॉलेज के स्वयंसेवक ● जागरण

# College-goers told about mobile hazards

TIMES NEWS NETWORK

**Chandigarh:** The NSS volunteers of MCM DAV College, Sector 36, were cautioned against the “health hazards” of addiction to mobile phones and computers, and informed about the benefits of organic vegetables, here on Tuesday.

On the fourth day of a camp organized for the volunteers, MCM DAV College assistant professor Dr Indu Arora gave a talk on the subject. She also suggested ways to reduce these “harmful effects”.

Delivering a talk on organic farming, subject expert Deepak Manchanda encouraged volunteers to grow seasonal vegetables and fruit at home by using easy organic-farming techniques. Manchanda gave them step-by-step instructions.

Later, volunteers paid tributes to Mahatama Gandhi and Lal Bahadur Shastri and began the day with a prayer. MCM DAV College psychology assistant professor Nitas-

ha Khehra gave a talk on stress and depression faced by youngsters today. She discussed techniques to improve mental health and challenges faced due to changing social norms.

On both days, volunteers visited a village adopted by the college, Badheri, where they interacted with women and children there. The volunteers taught the villagers how to prepare garbage enzyme from fruit peels that can be used as sanitizer, antiseptic, cleaner, and bathing liquid. Volunteers also encouraged them to reduce polythene usage and educated them about segregation of dry and wet waste.

Volunteers inspired residents to use paper and cloth bags. They also demonstrated them a method for making economical and hygienic sanitary pads at home. They also taught women of the village how to make art from decorative items that are otherwise waste at home.

## एनएसएस स्वयंसेवकों को दी अहम जानकारी

चंडीगढ़ (ट्रिन्टू): एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन-36 में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर के तीसरे और चौथे दिन विभिन्न प्रकार की गतिविधियों का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ कॉलेज के कंप्यूटर साइंस एवं ऐप्लीकेशन्स विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर एवं अध्यक्षा डॉ. इंदु अरोड़ा के व्याख्यान से हुआ। उन्होंने मोबाइल एवं कंप्यूटर के अत्यधिक उपयोग से स्वास्थ्य पर होने वाले दुष्प्रभावों की विस्तृत जानकारी दी। इस रोचक एवं ज्ञानवर्धक व्याख्यान के पश्चात दीपक मनचंदा ने छात्राओं को आर्गेनिक फार्मिंग के बारे में बताया।

## छात्राओं ने आर्गेनिक फार्मिंग के गुर सिखाए +

चंडीगढ़, 3 अक्टूबर (राकेश): एमसीएम एनएसएस शिविर में स्वयंसेवकों के लिए व्यापक जानकारी एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन फॉर विमेन में चल रहे सात दिवसीय एनएसएस शिविर के तीसरे और चौथे दिन विभिन्न प्रकार की गतिविधियों का आयोजन किया गया। जिनका उद्देश्य स्वयंसेवकों के ज्ञान क्षितिज को बढ़ा करने के साथ साथ राष्ट्र के जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए सक्षम बनाना था जोकि भविष्य में समाज में महत्वपूर्ण बदलाव ला सके। तीसरे दिन के कार्यक्रम का शुभारंभ सरस्वती वंदना से हुआ। कॉलेज के डिपार्टमेंट ऑफ कंप्यूटर साइंस एवं एप्लीकेशन्स विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर एवं अध्यक्षा डा. इंदु अरोड़ा ने मोबाइल एवं कंप्यूटर के अत्यधिक उपयोग से स्वास्थ्य पर होने वाले दुष्प्रभावों की जानकारी दी। इस रोचक एवं ज्ञानवर्धक व्याख्यान के पश्चात दीपक मनचंदा ने छात्राओं को आर्गेनिक फार्मिंग के बारे में बताया। मनचंदा ने स्वयंसेवकों को घर पर ही आर्गेनिक फार्मिंग करने के सरल तरीके बताए। शिविर के स्वयंसेवकों ने दिन की शुरुआत महात्मा गांधी एवं लाल बहादुर शास्त्री को श्रद्धांजलि अर्पित करके की राजीव गाँधी नेशनल इंस्टीच्यूट ऑफ यूथ डिवैल्फमेंट के रीजनल सेंटर चंडीगढ़ से आए योगेश शर्मा ने टीम स्पिरिट एवं हेल्दी इंटररिलेशन पर अत्यंत रोचक व्याख्यान दिया। इसके उपरांत साइकोलॉजी विभाग की असिस्टेंट प्रो. डा. निताशा ने आज के युवाओं के तनाव और अवसाद के बारे में जानकारी दी।

x

## National Integration Camp at Shimla – 6<sup>th</sup> to 12<sup>th</sup> October

NSS volunteer Ms. Tamanna Participated in National Integration Camp at Rohru, Shimla from 6th to 12th October 2017.



## Run for Unity Marathon – 31<sup>st</sup> October 2017

Programme Officer Mrs. Sugandha Sapru and 30 NSS volunteers participated in Marathon of Run For Unity organized by Chandigarh administration from Sukhna Lake to Capital complex.







## Swachh Bharat Mobile App Awareness Campaign – 10<sup>th</sup> November

An interactive session was organized for downloading and installation of Swachta App MOHUA. Speakers were from Chandigarh Administration. Over 500 students participated in this event. The NSS volunteers and Programme officers also conducted various sessions to make the students aware about this app.







## Self Defense Training - 23<sup>rd</sup> October to 3<sup>rd</sup> November

In collaboration with Swayam- Women defense training cell of Chandigarh Administration (Women Cell) a 11 days training session was organized in which about 50 students participated.



## College Beautification activity – 28<sup>th</sup> to 30<sup>th</sup> January

Volunteers participated in college beautification activity from 28<sup>th</sup> Jan to 30<sup>th</sup> Jan and attended the fine arts workshop. 25 NSS volunteers completed the beautification activity from 9<sup>th</sup> Jan to 13<sup>th</sup> Jan by painting the college boundary wall.



## Pulse Polio Drive – 28<sup>th</sup> to 30<sup>th</sup> January

NSS volunteers participated in Pulse Polio Drive organized by Chandigarh Health Department. These volunteers attend a workshop on 24<sup>th</sup> January at Dev Samaj College for education, Sector 36 organized by Dr. Deepshikha, Health Department, Chandigarh Administration about the activities to be done during the Pulse Polio drive. On 28<sup>th</sup> January the volunteers set up a counter near college boundary wall to administer the polio drops to children. On 29<sup>th</sup> and 30<sup>th</sup> the volunteers conducted house to house visits to administer polio drops to the children who could not make it on 28<sup>th</sup>.







## AIDSCON – 16<sup>th</sup> to 17<sup>th</sup> February



## Blood Donation Camp – 23rd February

Blood donation camp was organized on 23<sup>rd</sup> February, 2018 in collaboration with PGIMER, Chandigarh. Sh. Bikram Rana, State Liaison Officer, NSS was the chief guest for the occasion. Over 400 students got registered and total 159 units of blood were donated by volunteers, students and staff members.





## Donate a Pad Activity – 8<sup>th</sup> March

The volunteers celebrated International Women's Day at adopted Badheri. A talk by Dr. Parminder Kaur from Fortis Hospital was given regarding menstrual hygiene and health. Sanitary pads were donated by college students and teachers that were distributed among women residents of the village.





## Tree Plantation – 13<sup>th</sup> March

Tree plantation drive was organized in the college campus to create an artificial forest. Sh. Davesh Moudgil, Mayor, Chandigarh was the event. 80 trees, shrubs and plants of medicinal abilities were planted. The plants varieties Giloy, Insulin, Kaner, Amla, Harad, Rose, Pear, Gulmohri, Logistemia, Kachnar, Reetha, Amrood, Casia, Dheu, Vasaka, Harshingar and Lasura were planted.

# एमसीएम डीएवी कालेज में कृत्रिम वन की स्थापना

नगर निगम मेयर देवेश मोदगिल ने किया उद्घाटन

महापौर ने छात्राओं और फैकल्टी सदस्यों को स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता फैलाने का भी आग्रह किया

अर्थ प्रकाश संवाददाता

चंडीगढ़। हर क्षेत्र में अग्रणी रहने की अपनी परंपरा को आगे बढ़ाते हुए आज एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन ने अपने कॉलेज कैम्पस में एक कृत्रिम वन की स्थापना की जिसका उद्घाटन चंडीगढ़ के मेयर देवेश मोदगिल ने किया। कॉलेज के बॉटनी विभाग और एनएसएस यूनिट के तत्वावधान में स्थापित इस कृत्रिम वन को स्वच्छता मिशन के अंतर्गत स्थापित किया गया है। इस अवसर पर चंडीगढ़ के मेयर मोदगिल ने



कृत्रिम वन में पहला पौधा लगाया। इस कृत्रिम वन में विभिन्न औषधीय औरसजावटीपौधों की 30 प्रजातियां होंगी जैसे कि गिलो, कपूर, मुरंया, आमला, इंसुलिन, अश्वगंधा, रीठा, जंगली गुलाब आदि।

एमसीएम की पहल के लिए प्रशंसा करते हुए मोदगिल ने कॉलेज

के पर्यावरण के संरक्षण के लिए कॉलेज की सराहना की। उन्होंने छात्राओं और फैकल्टी सदस्यों को स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता फैलाने का भी आग्रह किया।

कॉलेज की प्रिंसिपल निशा भागवं ने कहा की एमसीएम सदैव ही

इस प्रकार के कार्यक्रमों के आयोजन में पहल करता रहा है एमसीएम कॉलेज बायोगैस उत्पादन, सोर ऊर्जा उत्पादन, वर्षा जल संचयन, अपशिष्ट अलगाव, वर्मी कंपोस्टिंग, ई-अपशिष्ट प्रबंधन जैसे प्रयासों के साथ ग्रीन कैम्पस की दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहा है।

## Mayor inaugurates artificial forest at MCM DAV College

CHANDIGARH, MAR 13

In a first of its kind initiative by an educational institution in the region, MCM DAV College for Women set up an Artificial Forest that was inaugurated by Davesh Moudgil, Mayor, Chandigarh here today. Set up under the aegis of Botany Department and NSS unit of the college, the forest is a part of the college's innovative practices under Swachhita Mission with the theme 'Back to Nature'. Moudgil planted the first sapling in the forest that will have over 30 species of various medicinal and ornamental plants like giloy, camphor, murraya, amla, insulin plant, ashwagandha, reetha, wild roses, etc. Expressing appreciation for the initiatives of MCM to conserve the environment, Moudgil urged the students to contribute for this cause by generating awareness among the masses. Principal Dr.Nisha Bhargava



informed that MCM is fully conscious of its responsibility of protecting planet Earth, and is marching steadily towards being a Green Campus with its efforts

like Biogas production, Solar Energy production, rain water harvesting, waste segregation, e-waste management, vermicomposting and so on.

## एमसीएम कैम्पस में 'कृत्रिम वन'



मेयर देवेश मौदगिल कृत्रिम वन क्षेत्र में वृक्ष की पौध लगाकर शुरुआत करते हुए। (बाबा)

चंडीगढ़ (संजीव) : हरियाली को विस्तार देने के क्रम में एमसीएम कालेज कैम्पस में कृत्रिम वन उगाने के प्रोजेक्ट पर मंगलवार को कार्य शुरु कर दिया। मेयर देवेश मौदगिल ने कालेज कैम्पस में वृक्षों की पौध लगाकर कृत्रिम वन क्षेत्र की शुरुआत की। स्वच्छता मिशन के तहत पर्यावरण को संरक्षित करने की दिशा में यह एक कदम है। बॉटनी विभाग और एनएसएस यूनिट के तत्वावधान में शुरु कृत्रिम वन प्रोजेक्ट के तहत कैम्पस के खाली पड़े एक हिस्से जिसे अब वन क्षेत्र के रूप में विकसित करने की योजना है, में औषधीय और सजावटी पौधों की 30 प्रजातियां लगाई गई हैं। प्रिंसिपल निशा भार्गव ने कहा कि पर्यावरण बचाओ के लक्ष्य पर कालेज लंबे अरसे से काम कर रहा है।

## एमसीएम कॉलेज में कृत्रिम वन स्थापित



चंडीगढ़ में मंगलवार को एमसीएम डीएवी कॉलेज कॉलेज कैम्पस में पहला पौधा लगाकर कृत्रिम वन का उद्घाटन करते मेयर देवेश मोदगिल। -दैनिक ट्रिब्यून

चंडीगढ़ (ट्रिब्यून): एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन ने आज कॉलेज कैम्पस में एक कृत्रिम वन की स्थापना की जिसका उद्घाटन मेयर देवेश मोदगिल ने किया। कॉलेज के बॉटनी विभाग और एनएसएस यूनिट के तत्वावधान में स्थापित इस कृत्रिम वन को स्वच्छता मिशन के अंतर्गत स्थापित किया गया है। इस अवसर पर मेयर ने कृत्रिम वन में पहला पौधा लगाया। इस कृत्रिम वन में विभिन्न औषधीय और सजावटी पौधों की 30 प्रजातियां होंगी जैसे कि गिलोय, कपूर, मुरर्या, आवला, इंसुलिन, अश्वगंधा, रीठा, जंगली गुलाब आदि। उन्होंने छात्रों और फैकल्टी सदस्यों को स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता फैलाने का भी आग्रह किया। कॉलेज की प्रिंसिपल निशा भार्गव ने कहा कि एमसीएम कॉलेज बायोगैस उत्पादन, सौर ऊर्जा उत्पादन, वर्षा जल संकथन, वर्मी कंपोस्टिंग, ई-अपशिष्ट प्रबंधन जैसे प्रयासों के साथ वीन कैम्पस की दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहा है।



## एमसीएम कॉलेज में की गई कृत्रिम वन की स्थापना

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज ने अपने कॉलेज कैम्पस में एक कृत्रिम वन की स्थापना की जिसका उद्घाटन चंडीगढ़ के मेयर दावेश मोदगिल ने किया। कॉलेज के बॉटनी



विभाग और एनएसएस यूनिट के तत्वावधान में स्थापित इस कृत्रिम वन को स्वच्छता मिशन के अंतर्गत स्थापित किया गया है। इस अवसर पर चंडीगढ़ के मेयर श्री मोदगिल ने कृत्रिम

वन में पहला पौधा लगाया। इस कृत्रिम वन में विभिन्न औषधीय और सजावटी पौधों की 30 प्रजातियां होंगी जैसे कि गिलो, कपूर, मुरया, आमला, इंसुलिन, अश्वगंधा, रीठा, जंगली गुलाब आदि। एमसीएम की पहल के लिए प्रशंसा करते हुए श्री मोदगिल ने कॉलेज के पर्यावरण के संरक्षण के लिए कॉलेज की सराहना की। उन्होंने छात्रों और फैकल्टी सदस्यों को स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता फैलाने का भी आग्रह किया। कॉलेज की प्रिंसिपल निशा भार्गव ने कहा की एमसीएम सदैव ही इस प्रकार के कार्यक्रमों के आयोजन में पहल करता रहा है एमसीएम कॉलेज बायोगैस उत्पादन, सौर ऊर्जा उत्पादन, वर्षा जल संचयन, अपशिष्ट अलगाव, वर्मी कंपोस्टिंग, ई-अपशिष्ट प्रबंधन जैसे प्रयासों के साथ ग्रीन कैम्पस की दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहा है।

## MCM SETS UP ARTIFICIAL FOREST

**CHANDIGARH:** City mayor Davesh Moudgil inaugurated an artificial forest at MCM DAV College for Women, Sector 36, here on Tuesday. Set up under the aegis of botany department and NSS unit of the college, the forest is a part of the college's innovative practices under Swachhta Mission on the theme 'Back to Nature'. Moudgil planted the first sapling in the forest that will have over 30 species of various medicinal and ornamental plants. Principal Nisha Bhargava informed that MCM is marching steadily towards being a green campus.

P  
fa

HT C  
chand

PANC  
tion  
net f  
from  
MCc  
said,  
tions  
hots  
with  
TI  
the s  
Jogp  
will

# Artificial forest opens at college

CHANDIGARH, MARCH 13

Davesh Moudgil, UT Mayor, inaugurated an artificial forest at the MCM DAV College for Women, Sector 36, today. Set up under the aegis of the botany department and the NSS unit of the college, the forest is a part of the college's innovative practices under the Swachhata Mission with the theme 'Back to Nature'.

Moudgil planted the first sapling in the forest that will have over 30 species of various medicinal and ornamental plants such as giloy, camphor, muraya, amla, insulin plant, ashwagandha, reetha and wild roses. —TNS



UT Mayor Davesh Moudgil opens an artificial forest at the MCM DAV College for Women in Chandigarh. TRIBUNE PHOTO