



National Service Scheme
Ministry of Youth Affairs and Sports
Government of India



ANNUAL NSS REPORT
(SESSION 2020-21)

Submitted by:

NSS UNITS

of

**Mehr Chand Mahajan
DAV College for Women**

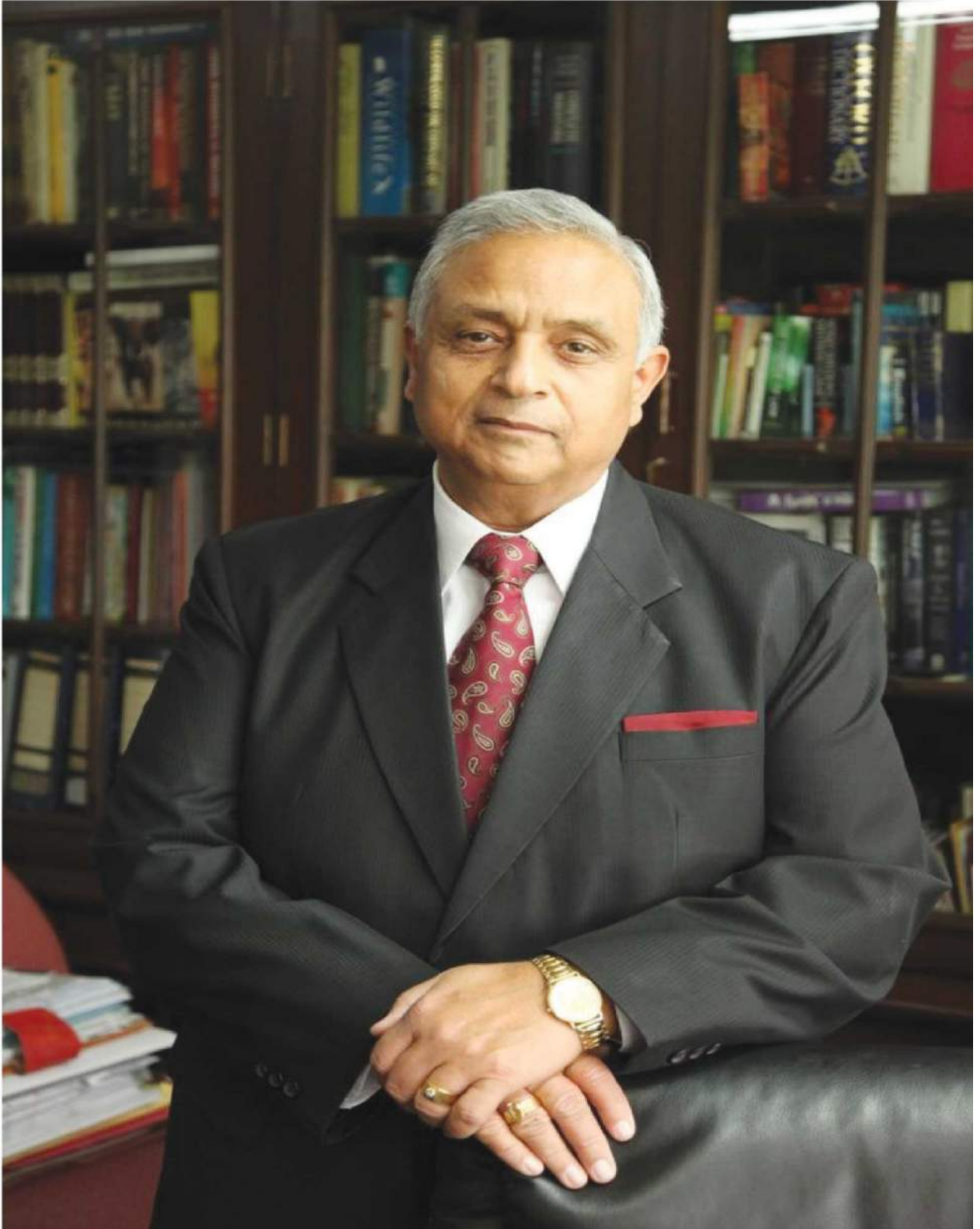
Sector 36- A, Chandigarh (U.T.)

Our Beacon of Light



MAHARISHI SWAMI DAYANAND SARASWATI

Our Guide and Mentor



*Dr. Punam Suri Ji, Padma Shree Awardee
Hon'ble President
DAV College Managing Committee
New Delhi*



From the Principal's Desk

Amplifying a tragedy is easy but the best way to tackle a situation is to remain constructive in thoughts and actions. As the country and the world struggled to deal with the pandemic situation, there were two ways to deal with the challenges; one, to harp on the problems and two, to be a part of the solution. NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women chose to be part of the solution and arranged many activities and events woven around the themes of sanitization, sustainability, creativity, compassion, inclusivity and hope.

The annual report of NSS (2020-21) of our College is not only a compilation of the activities planned and organized by our NSS Units but also a testimony to the indefatigable spirit of the NSS volunteers who engaged in constructive efforts to keep negativity at bay and bring sunshine in the lives of everyone around them. The activities that aimed at creating awareness included Awareness campaigns and Drives regarding COVID-19, Cancer, Swachh Campus, Water Conservation, Nutrition and Immunity and Cleanliness Drive and Plog run to mark the 151st birth anniversary of the Father of the Nation. The volunteers also celebrated various days including Earth Day, Yoga Day, Independence Day, Van Mahotsav, Senior Citizen Day, World Food Day, Rashtriya Ekta Diwas, Green Diwali, Constitution Day, NSS Day, International Day of Persons with Disabilities, Yuva Pravasi Bhartiya Diwas, Prakram Diwas and National Girl Child Day. Apart from this, many events were arranged to nurture creativity and many activities were organized which encouraged solidarity among citizens and expressed the commitment of NSS volunteers to the cause of national integration. Discussions on National Education Policy, 2020 ensured that participants remain aware of the policies in education and webinars on mental and emotional wellness aimed to encourage optimism. The Seven Day and Night NSS Special Camp was arranged while following the protocols of social distancing and sanitization. Apart from arranging cultural events and informative sessions, the newly inducted NSS volunteers were acquainted with the objectives of NSS.

From the Principal's Desk (contd..)

We owe the success of our efforts to the zeal of our volunteers and to the torch bearers who continue to guide and inspire us. I am grateful to Shri Punam Suri ji, Padma Shree Awardee, Hon'ble President, DAV College Managing Committee, New Delhi for keeping us motivated throughout the testing times by way of his messages and thoughts. I express my gratitude to Shri H.R. Gandhar ji, Senior Governing Body member of the College and Vice President DAVCMC who supports and guides us in all our endeavours. I am thankful to Shri Shiv Raman Gaur ji, Director Higher Education, DAVCMC whose words always inspire us to reach for the stars. I also acknowledge the efforts of our NSS Programme Officers, Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari for their dedication and sincerity. I am also indebted to the NSS team members for their hard work and commitment. Finally, my blessings to the NSS volunteers who left no stone unturned and walked hand in hand for the noble cause with the motto of 'Not Me but You'!



**Dr. Nisha Bhargava
Principal**



Dr Pallvi Rani



Dr Purnima Bhandari

**NSS Programme Officers
(Session: 2020-21)
Mehr Chand Mahajan College for Women
Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)**

Message

The NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh have been the frontrunners in contributing to the cause of community service along with the overall development of students by organizing various activities. With a deep sense of gratification, we, the NSS Programme Officers take pride in conveying our deepest gratitude to the people who directly and indirectly contributed to the cause of successful completion of the session 2020-21 by the NSS Units.

Although the session 2020-21 witnessed the turmoil of COVID-19 pandemic, it could not hamper the invincible spirit of NSS volunteers who worked tirelessly and created awareness regarding COVID-19 prevention measures and inspiring people with their positive outlook. With the motive of keeping the disease at bay, they created and shared educational videos demonstrating the correct way of washing hands and also shared these videos on various social networking sites. In addition, various online activities based on several social campaigns such as Green Environment-healthier environment, Fit India Movement, Azadi Ka Amrit Mahotsav, Ek Bharat Shrestha Bharat, POSHAN Abhiyaan were organized both at regional and National level that aimed to equip the volunteers with a sense of responsibility and solidarity towards national development. Despite the challenges posed due to COVID-19 pandemic, several offline activities such as National girl Child Day Celebration, International Women's Day celebration, World Cancer Day, rally on Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan were organized in the adopted Village Badheri, Chandigarh (U.T.) where volunteers donated stationary kits, sanitary pads among school children and apprised the residents of the importance of Swachhta, relevance of maintaining personal hygiene, wearing masks and observing social distancing norms. They also distributed masks, sanitizers, soaps to the needy persons, thus contributing to the cause of community welfare.

Message (contd..)

We are beholden to the unflinching support and guidance of our worthy Principal Dr Nisha Bhargava under whose able leadership, NSS Units were able to work towards the goals of National Service Scheme and contribute to the betterment of the society. We also express our heartfelt gratitude to all the stakeholders, teaching and non-teaching staff and our beloved NSS volunteers for their sincere and praiseworthy endeavors in making this session a fruitful one. We believe that the knowledge gained and shared by the NSS volunteers during this session will not only inspire others to work for the social cause but will also lead to the creation of a Cleaner, Greener and Healthier Biome!

INDEX OF THE ACTIVITIES CONDUCTED IN SESSION 2020-21

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	DATE	PAGE NUMBER
1.	Introduction	--	1
2.	Highlights of the session 2020-21	--	4
3.	Diya and Candle Lighting Activity	3 April 2020	11
4.	Awareness Campaign about COVID-19 through Poster Presentation	5 April – 7 April 2020	12
5.	Awareness initiatives by NSS volunteers to prevent COVID-19 transmission	13 – 14 April 2020	14
6.	Earth Day Celebration	22 April 2020	18
7.	A Webinar titled 'Envisaging a Physically and Emotionally Safe Environment for Children Coupled with Proper Hygiene: A Crucial Step during Lockdown and Beyond'	22 April 2020	22
8.	IGOT Diksha Training and Installation of Aarogya Setu App	27 April – 3 May 2020	24
9.	A webinar on Mental Health and Emotional Wellness During COVID-19: Coping with Anxiety and Depression	11 May 2020	26
10.	NSS Meeting with Directorate Officials of Chandigarh and Himachal Pradesh on COVID-19	21 & 22 May	30

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	DATE	PAGE NUMBER
11.	Inter College Best Out of Waste Competition	29 May to 5 June	31
12.	Celebration of International Day of Yoga	15 June - 21 June (including preparation days)	39
13.	A Webinar on Swachh Campus and Water Conservation	3 July	52
14.	An Awareness Campaign to Mark the Celebration of Van Mahotsav	1 July to 31 July 2020	55
15.	National Level Online Quiz to Celebrate '74 th Independence Day'	15 August 2020	61
16.	Senior Citizen Day Celebration	21 August 2020	64
17.	A Webinar on Nutrition & Immunity During COVID-19 Times	4 September 2020	66
18.	Inter-College Online Cookery Competition as part of the celebration of POSHAN MAAH-2020	10 September 2020	71
19.	A Web telecast on New Education Policy for Volunteers of UNNAT BHARAT ABHIYAN/ NSS/ NYKS/ NCC	16 September 2020	77
20.	A Webinar on National Education Policy 2020 Organized by NSS Units in Collaboration with UBA Cell	21 September 2020	78
21.	NSS Day Celebration - 2020	24 September 2020	83

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	DATE	PAGE NUMBER
22.	Cleanliness Drive and Plog Run on the occasion of the 151 st Birth Anniversary of Mahatma Gandhi Ji	1-2 October 2020	92
23.	Pledge by the Volunteers of NSS and NCC against COVID-19	8 October 2020	100
24.	World Food Day Celebration	16 October 2020	105
25.	NSS Orientation Cum Induction Programme 2020	29 October 2020	109
26.	Celebration of National Unity Day (Rastriya Ekta Diwas)	31 October 2020	114
27.	State/University Level Selection of NSS Volunteers for NSS Pre-Republic Day Parade Camp 2020	5 November 2020	119
28.	Workshop on 'Soil' Under Sustainable Urban Farming organized by the Committees of Skill Development and Sustainable Practices and the NSS Units of the College	11 November 2020	122
29.	Celebration of Diwali	12 November -15 November 2020	123
30.	Inter-College Poster making Competition on the occasion of Constitution Day Celebration 2020	24 November -26 November 2020	130
31.	National Level Quiz on World AIDS Day	1 December 2020	134

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	DATE	PAGE NUMBER
32.	Celebration of International Day of Persons with Disabilities	3 December 2020	139
33.	Yuva Pravasi Bhartiya Divas 2021	8 January 2021	146
34.	Celebration of National Girl Day	22 January 2021	149
35.	Celebration of Parakram Divas (125 th Birth Anniversary of Netaji Subhas Chandra Bose)	23 January 2021	156
36.	Celebration of Republic Day	26 January 2021	160
37.	An Awareness session on the occasion of World Cancer Day	4 February 2021	163
38.	International Women's Day Celebration	8 March 2021	170
39.	Seven Day/Night Special NSS Camp (REPORT)	18 March to 24 March 2021	174

INTRODUCTION

National Service Scheme, popularly known as NSS, was launched under the aegis of the Ministry of Youth Affairs & Sports (MYAS), Government of India in the year 1969, which was the birth centenary year of Mahatma Gandhi, the Father of the Nation. The scheme was launched simultaneously in 37 Universities involving about 40,000 students. It primarily focused on the development of the personality of students through community service and promotion of national solidarity in the country. The idea of involving students in the task of national service dates back to the times of Mahatma Gandhi. He exhorted the students to remain conscious of their social responsibility. The duty of the students should be to prepare themselves for final dedication to the service of fellow countrymen rather than just treating this period of study as one of the opportunities for indulging in intellectual luxury. Advising them to form a living contact with the community in whose midst their institution is located, he suggested that instead of merely undertaking academic research about economic and social disability, the students should do “something positive, so that the life of the villagers might be raised to a higher material and moral level”. Currently, the College is running two NSS units with around 206 student volunteers and two NSS programme officers.

The year 2020-21 was marked with the prevalence of deadly COVID-19 pandemic that witnessed the remarkable contributions made by the NSS volunteers in the field of mask distribution, sensitization programmes related to COVID-19 norms. The NSS Units wholeheartedly involved themselves in protecting the environment by conducting activities in consonance with the vision of ‘*Swachh Bharat Abhiyan*’ programme of the Government of India. The College takes pride in nurturing students who orient themselves towards community service and work dedicatedly to become the agents of change.

AIMS AND OBJECTIVES

- Personality Development of students through community service
- Understanding the community in which they work
- Understanding themselves in relation to their community
- Identifying the needs and problems of the community and working towards mitigating them
- Developing a sense of social and civic responsibility
- Utilizing their knowledge in finding practical solutions to individual and community problems
- Developing competence required for group living and sharing of responsibilities
- Gaining skills in mobilizing community participation
- Acquiring leadership qualities and democratic attitude
- Developing capacity to meet emergencies and natural disaster and practice national integration and social harmony

MOTTO

The motto of NSS is '*NOT ME BUT YOU*'. This expresses the essence of democratic living, upholds the need for selfless service and appreciation of the other person's viewpoint and underlines that the welfare of the individual is ultimately dependent on the welfare of society as a whole. Therefore, it should be the aim of the NSS to demonstrate this motto in its day-to-day programmes.

AIMS OF NSS PROGRAMMES/ACTIVITIES

The operational aim of NSS is to integrate the three basic components of the programme. NSS programmes should provide a variety of learning experiences, which must develop a sense of participation, service and achievement among the volunteers. The activities should aim at the following:

- (i) Making education more relevant to the present situation to meet the felt needs of the community and supplement the education of the university/college students by bringing them face to face with the rural situation;

- (ii) Providing opportunities to the students to play their role in planning and executing development projects which would not only help in creating durable community assets in rural areas and urban slums but also results in the improvement of quality of life of the economically weaker sections of the community;
- (iii) Encouraging students and non-students to work together along with the adults in rural areas;
- (iv) Developing qualities of leadership by discovering the latent potential among the campers, both students as well as local youth (Rural and Urban), with a view to involve them more intimately in the development programmes and also ensuring proper maintenance of the assets created during the camps;
- (v) Emphasizing dignity of labour and self-help and the need for combining physical work with intellectual pursuits;
- (vi) Encouraging youth to participate enthusiastically in the process of national development and promote national integration through corporate living and cooperative action.

While undertaking these activities, each NSS Unit should envisage its programmes/activities aiming at instilling discipline, building character, promotion of physical fitness and development of culture.

HIGHLIGHTS OF THE SESSION 2020-21

Upholding the motto of *Not me but you*, NSS Units of our College have been constantly contributing to many flagship programmes including Swachh Bharat Abhiyan, POSHAN Abhiyaan, Ek Bharat Shrestha Bharat with intertwined objectives of community welfare.

- During COVID-19 pandemic, NSS volunteers demonstrated the true spirit and raised awareness through virtual mode on (i) Paustik Aahaar through unique slogans and (ii) COVID-19 where they exhibited the correct way of washing hands in the educational video to the masses to keep the disease at bay. In addition, volunteers following the guidelines of social distancing and precautionary measures, made and displayed the awareness posters outside their homes. All these posters also promoted the objective of Swachhta.
- With the commitment of social service, NSS volunteers of our College made an initiative of preparing and distributing homemade cloth masks. As masks were running out in markets and were not cheap, the volunteers made cloth masks following the proper protocols, which were as safe as commercial masks.
- On 22nd April 2020, NSS volunteers celebrated Earth Day and planted saplings of trees, watered plants, made posters related to saving mother earth to generate awareness among masses.
- With an aim to address the stigma associated with sexual exploitation and disseminate inclusion actions of the POCSO Act 2012, a webinar titled 'Envisaging A Physically and Emotionally Safe Environment for Children Coupled with Proper Hygiene: A Crucial Step During Lockdown and Beyond' was organized on 22nd April 2020.
- On 11th May 2020, a webinar titled "Mental Health and Emotional Wellness during COVID-19: Coping with Anxiety and Depression" was organized by the NSS Units in collaboration with the Geetanjali Counselling Helpline Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.
- The NSS Units of the college organized an Inter College Best of Waste Competition on 28th May 2020 where the theme was 'Creativity in Confinement'

The competition witnessed an overwhelming response of more than 70 students from institutions of Chandigarh and even outside the city.

- With an objective of creating awareness regarding the importance of yoga in one's life, NSS units celebrated International Day of Yoga by organizing several activities via a virtual mode that included a live virtual yoga session, an online inter-college quiz and poster making activity.
- A webinar on 'Swachh Campus and Jal Shakti' was organized on 3rd July 2020 where Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari, NSS Programme Officers apprised the volunteers of the various sustainable approaches which our College has been adopting from last several years that included: (1) green practices; (2) waste management practices including various types of waste and its segregation as per protocols; (3) and practices related to Jal Shakti.
- To mark the celebration of Van Mahotsava, an awareness campaign was launched where NSS volunteers motivated their friends and family to plant more saplings of trees, immunity booster and air purifier plants like Aloe Vera, tulsi, ajwain, etc. Keeping in view the COVID-19 pandemic, NSS volunteers encouraged people to participate in the Van Mahotsava by planting at their respective places with their family members.
- On the occasion of 74th Independence Day, around 650 participants from different schools and colleges of more than 15 different states of India including Chennai, Maharashtra, Rajasthan, Punjab, Haryana, and West Bengal participated in the National level Online quiz that was organized by the NSS Units of the College. The quiz was based on the several facts and events of independence and progression of our country from freedom (swatantra) to Self-reliance (atmanirbharta). Around 650 people participated in the quiz.
- NSS volunteers celebrated Senior Citizen Day (21st August, 2020) by visiting their elderly neighbours and grandparents and spent some quality time with them. Some of them distributed food items and masks to their neighbours and older people. Volunteers also played board games with their grandparents and helped them to stay positive about life.
- A Webinar on nutrition & immunity during COVID-19 times was organized by NSS Units in collaboration with Fortis Hospital, Mohali on 4th September 2020 where volunteers were informed about the concept of optimum nutrition, a

healthy balanced diet and immunity strengthening nutrients and herbs especially under COVID-19.

- On 10th September, 2020, as part of the celebration of POSHAN MAAH-2020, an Inter-College Online Cookery Competition was organized by the NSS units where volunteers prepared nutritious recipes and reinforced and promoted the use of kitchen gardens and used ingredients in culminating the problem of malnutrition among children.
- NSS Units in collaboration with Unnat Bharat Abhiyan Cell of the College organized a webinar on National Education Policy on 16th September, 2020 for the volunteers of Unnat Bharat Abhiyan/ NSS/ NYKS/ NCC.
- On the occasion of NSS Day, a virtual meet entitled 'Celebrating the true essence of NSS Day' was organized on 24th September where Ms. Nikita Bharti and Ms. Satvika Singh, two alumnae of the College who made a mark as NSS volunteers in the college delivered motivational talk to the young and dynamic student community and shared their personal experiences and their journey.
- To commemorate the 151th birth anniversary of Mahatma Gandhi Ji, a cleanliness drive and Plog Run was organized. The main aim of the event was to ensure cleanliness and promote the concept of *Swachh Bharat, Swastha Bharat*, and be the part of Fit India Freedom Run. Around 38 NSS volunteers participated in the 2 kms plog run and while running and jogging, they picked up litter, swept the nearby areas, and collected the waste in eco-friendly reusable bags. A few volunteers cycled, performed yoga asanas, and breathing exercises. The volunteers also distributed soaps, sanitizers, and masks to the needy people during the run while observing social distancing norms.
- On 16th October 2020, NSS Units celebrated World Food Day by distributing food, milk, fruit & eatable things to needy people. They also prepared posters spreading the message not to waste the food.
- A virtual NSS Orientation cum Induction programme was organized on 29th October 2020 that was graced by the presence of Mr. Bikram Singh Rana, State Liaison Officer (NSS), Chandigarh Administration, who motivated and apprised the volunteers of various upcoming projects. During the event, Principal Dr Nisha Bhargava appreciated the efforts of NSS Units that consistently contributed to flagship programs such as Swachh Bharat Abhiyan, Swachhta

Pakhwada, POSHAN Maah, Ek Bharat Shreshtha Bharat (EBSB and apprised the audience of the novel initiatives undertaken by the college including composting, sustainable and skill related practices.

- On 31st October 2020, National Unity Day was celebrated by the NSS Units of the College where NSS Volunteers under the guidance of Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari took Rashtriya EKTA pledge. In addition, few of the volunteers participated in the activity Run for unity in their respective areas while taking necessary COVID-19 precautions.
- Two of our NSS volunteers - Cheshta (B.Sc MFT III) and Vanshika (B.Com III) participated in State/University level selection of NSS Volunteers for NSS Pre-Republic Day Camp.
- With an aim of celebrating Diwali in true NSS spirit, NSS volunteers organized a donation drive with the theme 'रोशनी - Let's brighten up Every face' where volunteers urged people to donate various items to the underprivileged. Besides, an awareness campaign with the theme 'Vocal for Local' was also organized where NSS Volunteers of the Units motivated their family and friends and bought diwali essentials like diyas, decorative items from local artisans and street vendors as a step forward towards the new policy of - आत्म निर्भर भारत. Instead of traditional gifts, immunity booster plants such as Tulsi were exchanged as gifts among the friends by the volunteers.
- With an aim of generating awareness on World AIDS Day, a National online quiz competition was organized on 1st December, where around 233 people from more than 15 different states across the nation participated. The quiz was based on the facts regarding HIV/AIDS that included the symptoms, preventive measures of HIV/AIDS and initiatives taken up by the Government of India to curb this deadly disease.
- On the occasion of International Day of Persons with Disabilities, the NSS Units of the College organized an online RUSA sponsored awareness programme - Disability and Positivity in life where the special guest of honour was Sh. J.S. Jayara, Principal, Institute for the Blind, Sector 26 Chandigarh. Besides, a donation drive was organized where NSS volunteers of the College donated articles to the specially-abled kids of SOREM institute that included stencils,

Camlin brushes, mould-kit, chocolate moulds, glue gun, fevicol boxes, thera bands (used in Physiotherapy), thera tubes (mild, moderate, strong). The aim of the drive was to empower such persons rather than sympathize with them.

- In the month of January, NSS Units of the College celebrated National Girl Child Day (24th January, 2021) by visiting their adopted Village Badheri where an awareness programme was organized on the theme '*Beti Bachao Beti Padhao*' in the premises of Government Model High School, Sector 41-D, Chandigarh where volunteers donated stationary kits among the school girls. The main aim was to promote the concept of girl education among the society.
- On the occasion of 125th Birth anniversary of Netaji Subhas Chandra Bose, NSS Units organized an interactive session as a part of celebration of **Parakram Divas** on 23rd January 2021 where volunteers presented their views in the form of speech, posters and slogans.
- A national pledge signifying the virtues and feeling of brotherhood and equality was administered to the NSS volunteers on the occasion of 72nd Republic Day Celebration.
- NSS Units in collaboration with the Medical Committee of the College organized an awareness session in Village Badheri on 4th February, 2021 – World cancer Day where the resource person for the session was Dr Parneet Kaur, Consultant - Obstetrician and Gynaecologist, Ivy Hospital, Mohali who provided a detailed insight on cancer while laying major emphasis on causes, pre-symptoms of Breast Cancer, Cervical cancer, Ovarian cancer and Leukemia.
- On the occasion of International Women's Day, NSS Units in collaboration with Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a pad donation drive in the premises of Government Model High School, Sector 41-D, Village Badheri, Chandigarh (U.T).

**INDEX OF THE ACTIVITIES DONE IN QUARTER I
(APRIL – JUNE 2020)**

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS (Hrs)
1	Diya and candle lighting activity	35	3 April 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	1 hr
2	Awareness Campaign about COVID-19 through Poster Presentation	7	5 April – 7 April 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	6 hrs
3	Awareness initiatives by NSS volunteers to prevent COVID-19 transmission	13	13 – 14 April 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
4	Earth Day Celebration	30	22 April 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
5.	A Webinar titled 'Envisaging a Physically and Emotionally Safe Environment for Children Coupled with Proper Hygiene: A Crucial Step during Lockdown and Beyond'	58	22 April 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs
6	IGOT Diksha Training and Installation of Aarogya Setu App	85	27 April – 3 May 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	5 hrs

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS (Hrs)
7.	A webinar on Mental Health and Emotional Wellness During COVID-19: Coping with Anxiety and Depression	40	11 May 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	3 hrs
8.	NSS Meeting with Directorate Officials of Chandigarh and Himachal Pradesh on COVID-19	2	21 & 22 May	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
9.	Inter College Best Out of Waste Competition	6 (organizing volunteers); 70 (external participants)	29 May to 5 June	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	7 hrs
11.	Celebration of International Day of Yoga	90	15 June - 21 June (including preparation days)	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	5 hrs

QUARTER I (APRIL – JUNE 2020)

TITLE OF THE ACTIVITY: **DIYA AND CANDLE LIGHTING ACTIVITY**

Date: 3 April 2020

Number of NSS Volunteers: 35

Objectives:

- To encourage citizens to light candles in show of solidarity against COVID-19
- To defeat the deep darkness of the crisis
- To appreciate the medical staff and sanitation team for their priceless work during COVID-19 pandemic

The Context: On April 3, 2020, Friday, Honourable Prime Minister of India Sh. Narendra Modi addressed the nation and asked the citizens to give him 9 minutes of their time at 9.00 pm on Sunday to end the "darkness" of COVID-19 by lighting candles or flashing torches, mobile phones from their doors or balconies to mark the national fight against the coronavirus pandemic. In his address, he motivated all the citizens to come up together and urged to awake the superpower of 130 crore Indians. Being responsible and aware citizens of the country, NSS volunteers of our College participated in the event with great enthusiasm.

The Practice: During the event, NSS volunteers actively participated by lighting diyas, candles, torches and flashlights from their respective residences. Respecting the appeal made by the honorary Prime Minister of India, volunteers gathered exactly at 9.00 pm on the terrace, balconies, doors and windows with their family members and lit the diyas and candles to end the darkness and uncertainty emanating from the crisis and by progressing towards hope. Some of the volunteers made the homemade diyas with wheat and flour to keep it eco-friendly. To support the motive, many volunteers urged in their neighbourhood not to burst crackers and Chinese lanterns on this occasion. With this, NSS volunteers also thanked the sanitation staff and the Medical workers for their work during the pandemic. The event lasted for 9 minutes but it lit the hope in all of us to fight constantly against dire crises. Our volunteers motivated their family members and neighbours to participate in the event and show solidarity in our collective fight against the novel coronavirus.

Evidence of Success: Volunteers were successful in generating awareness regarding the cause.



Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.instagram.com/tv/B-n-kn2AeYP/?igshid=a3sj4xnb68rw>

<https://youtu.be/KyoSkdCoJTs>

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/videos/225432711873188/?sfnsn=wiwspwa>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1247007315494141957?s=20>

TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS CAMPAIGN ABOUT COVID-19 THROUGH POSTER PRESENTATION

Date: 5 April – 7 April 2020

Number of NSS Volunteers: 7

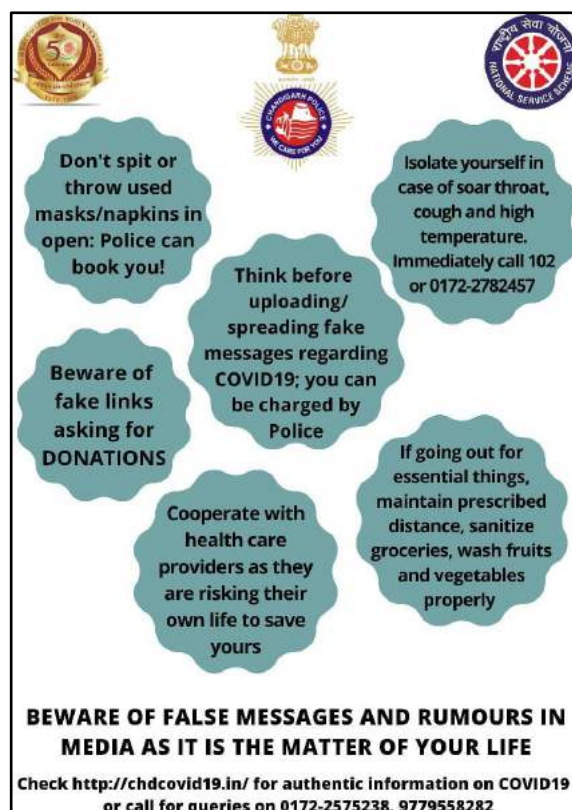
Objectives:

- To create awareness about facts related to COVID-19
- To stop the spread of fake rumours about COVID-19
- To reduce the fear of pandemic among people

The Context: The pandemic of COVID-19 (novel coronavirus) has not only created fear among the people but also sparked many rumours among the masses. In order to counteract the spread of rumours among the people, the Chandigarh police reposed faith in Mehr Chand Mahajan DAV fraternity and assigned the responsible task of

spreading awareness through the medium of posters and slogans. The posters contain more symbolic and pictorial representation than written content so that anyone can understand and feel encouraged to follow them. The information contained in them makes people aware about the do's and don'ts and what they should and shouldn't believe. In addition, one can utilise the time creatively and encourage themselves to stay calmly at home.

The Practice: The NSS Volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh collaborated with Chandigarh police to dispel the rumours regarding COVID-19 through posters and slogans. Volunteers made posters on the theme - *“Prevent the fake news to spread and highlight the facts and do's & don'ts in this phase”*. The selected posters were then uploaded on various social media platforms by Chandigarh Police and were printed in newspapers. The volunteers who made posters were: Manan Kaur Oberoi (B.A.III), Vanshika Garg (B.Com II), Ishita (B.A. II), Yashika (B.Com II), Himani Chopra (B.A.III), Kunjalika (B.A.I) and Partiksha Singla (B.A.III).



Evidence of Success: One of our volunteers (Partiksha Singla B.A. III Year) poster got selected by the Chandigarh police and her entry got uploaded on their social media platforms.

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.instagram.com/p/B-Mu12g-rJ/?igshid=110lqc1hrj14f>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1250276398578593793?s=20>

<https://t.co/YhLCo4UwLd>

TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS INITIATIVES BY NSS VOLUNTEERS TO PREVENT COVID-19 TRANSMISSION

Date: 13 -14 April 2020

NSS Volunteers participated: 13

Objectives:

- To generate awareness regarding COVID-19 in society
- To take precautions against spreading of COVID-19
- To provide face masks to the needy persons
- To explain step by step instructions of installing Aarogya Setu App
- To sensitize people about social distancing and sanitization

The Context: The NSS volunteers of the College with the zeal of helping others, have always taken initiatives in every way possible. During COVID-19 pandemic, volunteers sensitized the people by making them aware about the precautionary measures which they must follow in order to prevent the spread of coronavirus.

The Practice: The NSS volunteers of the College depicted their creativity and responsibility towards generating awareness regarding COVID-19. The volunteers made their contribution to society fulfilling the motto of NSS '*Not Me But You*' in every way possible. At first, volunteers made an initiative of preparing and distributing homemade cloth masks. As masks were running out in markets and were relatively expensive, the volunteers made cloth masks following the proper protocols, which were as safe as any commercial mask. These masks are easy to make and cost less, which makes it affordable to the people. These masks can be washed provided they are dried in sunlight for 8 hours and then they can be reused. Our volunteers made masks and distributed them to the needful, the ones who could not afford other factory-made masks.





Visual teachings are remembered for a long time and this is psychologically proven. The volunteers made creatively appealing posters about measures to be taken amidst COVID-19. The volunteers following the measures of social distancing and precautionary measures displayed the hand-made posters outside their homes. The motive was to create awareness regarding COVID-19 among passers-by on the spreading of virus. These posters

included measures of prevention of virus including - washing hands for 20 seconds, using masks, maintaining hygiene etc. All these posters also promoted the objective of personal *Swachhta*. Not only this, one of our volunteers also shared her video demonstrating how to remove and dispose of gloves properly.

A poem was composed by one of the volunteers that had a positive impact on the society.

Evidence of Success: All the initiatives taken by the volunteers proved to be fruitful.



Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

https://www.instagram.com/p/B-_Mu12g-rJ/?igshid=1I0lqc1hrj14f

<https://youtu.be/X60j9PjcQi0>

https://www.facebook.com/MCMDAVCW/videos/153081226107956/?sfnsn=wiwspw_a

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1250276751684427776?s=20>

<https://t.co/uE3B8CCJz4>



एमसीएम की एनएसएस-एनसीसी की छात्राओं ने बांटे मास्क



घर पर कपड़े से मास्क बनाती एमसीएम की छात्रा।



जागरूकता के लिए घरों के बाहर पोस्टर चिपकाती एक छात्रा।

संवाद न्यूज एजेंसी

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन सेक्टर-36 छात्राओं को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिये कोविड-19 के बारे में जागरूक कर रहा है।

साथ ही कॉलेज के एनएसएस, एनसीसी (सेना और नौसेना विंग) कैडेटों और उन्नत भारत अभियान (यूवीए) समिति के स्वयंसेवकों ने घर पर मास्क बनाकर अपने रिहाइशी क्षेत्रों में मास्क और सैनिटाइजर वितरित किए। उन्होंने घर पर रहने और मास्क पहनने

के बारे में जागरूकता फैलाने वाले पोस्टर भी बनाए और लोगों के घरों के बाहर चिपकाए।

इसके अलावा उन्होंने लोगों को कोरोना और एहतियाती उपायों के बारे में संवेदनशील बनाने के उद्देश्य से विभिन्न वीडियो भी बनाए। ये वीडियो कॉलेज के सोशल मीडिया हैंडल पर साझा किए हैं। वीडियो में हाथ धोने की उचित प्रक्रिया, फेस मास्क बनाने के प्रदर्शन और घर और फल और सब्जियों के सैनिटाइजेशन जैसे विभिन्न महत्वपूर्ण पहलुओं को समझाया गया है।

वर्तमान परिदृश्य में स्वयंसेवक डोर दू डोर जागरूकता गतिविधियां नहीं कर सकते हैं। इसलिए वे वीडियो के माध्यम से लोगों को जागरूक करने लिए निरंतर प्रयासरत हैं।

डॉ. निशा भागवत, प्रिंसिपल

स्वयंसेवक हरसिंजन कौर ने कहा कि स्वयंसेवक संकट की इस घड़ी के दौरान अपनी सामाजिक जिम्मेदारी निभाते हुए मानव जाति की सेवा करने और कोविड-19 के बारे में आम लोगों में जागरूक करने का हरसंभव प्रयत्न कर रहे हैं।

MCM spreads COVID-19 awareness through videos



ISHA UPADHYAY
CHANDIGARH, APR 16

Not letting COVID-19 outbreak and the resultant lockdown defeat education's purpose of enlightening and empowering young minds, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women has undertaken various initiatives to keep the students productively engaged while spreading awareness about the pandemic.

In a unique endeavour, the volunteers of NSS, NCC (Army and Naval Wing) cadets and Unnat Bharat Abhiyan (UBA) Committee of the college have made various videos aiming at sensitizing citizens about the disease and its precautionary measures. Shared on the college's social media

handles, these educative videos touch upon various important aspects like proper procedure of washing hands, demonstration of making face masks and sanitizers at home and sanitization of fruits and vegetables. Observing the lockdown restrictions, the volunteers also distributed face masks and sanitizers in their own localities.

Awareness posters about social distancing, staying at home and wearing masks were also made by the volunteers and pasted outside their residences for the passers by. Sharing her experience, NSS volunteer Harsirjan Kour said that the volunteers realize their responsibility during this hour of crisis and are trying to serve mankind through their humble efforts like making.

एमसीएम में वीडियो के माध्यम से कोरोना के प्रति जागरूकता संदेश

मिजी संवाददाता - चंडीगढ़

कोविड-19 के प्रकोप और इसके परिणामस्वरूप लॉकडाउन के बाद भी मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में छात्राओं को प्रबुद्ध और सशक्त बनाने के उद्देश्य से जारी शिक्षा निरंतर जारी है। इसी दिशा में कोविड-19 महामारी के बारे में जागरूकता फैलाने के साथ-साथ छात्राओं के ज्ञान क्षितिज को समृद्ध करने के लिए कॉलेज ने अनेक नवीन प्रयास किए हैं। एक अगुने प्रयास में कॉलेज के एनएसएस (एनसीसी सेना और नौसेना विंग) कैडेटों और ऊत भारत अभियान (यूबीए) समिति के स्वयंसेवकों ने नागरिकों को इस बीमारी और एहतियाती उपायों के बारे में संवेदनशील बनाने के उद्देश्य से विभिन्न वीडियो बनाए तथा कॉलेज के सोशल मीडिया हैंडल पर साझा किए। ये शिक्षाप्रद वीडियो हाथ धोने की उचित प्रक्रिया, फेस मास्क बनाने के प्रदर्शन और घर और फल और सब्जियों के सेनेटाइजेशन जैसे विभिन्न महत्वपूर्ण पहलुओं पर प्रकाश खलते हैं। लॉकडाउन प्रतिबंधों को देखते हुए स्वयंसेवकों ने अपने स्वयं के रिहायशी क्षेत्रों में फेस मास्क और सेनेटाइजर भी वितरित किए। स्वयंसेवकों द्वारा घर पर रहने और मास्क पहनने के बारे



में जागरूकता फैलाने वाले पोस्टर भी बनाए और अपने क्षेत्र के निवासियों के निवास के बाहर चिपकाया। अपने अनुभव को साझा करते हुए एमसीएम कॉलेज की एनएसएस स्वयंसेवक हरसिरजन कौर ने कहा कि स्वयंसेवक संकट की इस घड़ी के दौरान अपनी सामाजिक जिम्मेदारी का एहसास करते हुए अपने विनम्र प्रयासों के माध्यम से मानव जाति की सेवा करने और कोविड-19 के बारे में आम लोगों में जागरूक करने का हर संभव प्रयत्न कर रहे हैं। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि कॉलेज कोविड-19 के प्रकोप से उत्पन्न अनिश्चितता और निराशा को स्थिति को कम करने के लिए पर्याप्त उपाय कर रहा है। उन्होंने कहा कि वर्तमान परिदृश्य में जब स्वयंसेवक डोर-टू-डोर जागरूकता गतिविधियां नहीं कर सकते हैं, तो वे वीडियो के माध्यम से लोगों को जागरूक करने लिए निरंतर प्रयासरत हैं।

एमसीएम वॉलंटियरों ने घर-घर बांटे मास्क

चंडीगढ़, 16 अप्रैल (ट्रिब्यून)

कोविड-19 के प्रकोप और लॉकडाउन के बाद भी एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन एनएसएस, एनसीसी कैडेटों और उन्नत भारत अभियान समिति के स्वयंसेवकों ने इस महामारी से बचने के एहतियाती उपायों के बारे में लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से वीडियो बनाए। लॉकडाउन प्रतिबंधों को देखते हुए स्वयंसेवकों ने अपने रिहायशी क्षेत्रों में फेस मास्क और सेनेटाइजर भी वितरित किए। घर पर रहने और मास्क पहनने के बारे में जागरूकता फैलाने वाले पोस्टर भी घरों के बाहर चिपकाये। एनएसएस



वॉलंटियर हरसिरजन कौर ने कहा कि इस संकट की घड़ी में मानव जाति की सेवा के लिये आम लोगों को जागरूक करने का हरसंभव प्रयत्न कर रहे हैं।

प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि कॉलेज कोविड-19 के प्रकोप से उत्पन्न अनिश्चितता और निराशा की स्थिति को कम करने के उपाय कर रहा है।

TITLE OF THE ACTIVITY: EARTH DAY CELEBRATION

Date: 22 April 2020

Number of NSS volunteers participated: 30

Objectives:

- To create awareness among people regarding the environment
- To focus on the concept of Reduce, Reuse and Recycle
- To encourage the plantation of saplings of trees to increase the level of oxygen
- To show love and respect towards all animals who inhabit the Earth
- To inspire people to care for the environment even during lockdown

The Context: Earth Day has been celebrated every year on 22 April since 1970. There are several ways to celebrate earth day that include keeping the environment clean, planting more and more trees, picking up trash and recycling the products. Earth day is something the entire family can celebrate together in a variety of ways at home and in the community. The aim of Earth Day is to unite people for a single cause, which is to care for the earth. The purpose is to minimize the problems of pollution, war, conflicts and to appreciate our planet and conserve the wonderful resources it provides us.

The Practice: At a time when the earth is facing the pandemic in the form of novel Coronavirus, the NSS volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh successfully managed to celebrate the earth day at their respective places. Volunteers planted saplings of trees, watered plants, made posters related to saving mother earth to generate awareness among masses. Some of the volunteers painted their hands and pledged to protect nature and its environment. A volunteer set up a drip irrigation system in her house for the plants highlighting the importance



of water conservation. The volunteers celebrated the World Earth Day with enthusiasm and fervour.

Evidence of Success: Through their innovative initiatives, NSS volunteers were able to generate awareness among masses regarding protection of Earth and its resources.



Media Clippings:

अर्थ डे पर एमसीएम में ऑनलाइन कैप्शन, कंटेंट राइटिंग प्रतियोगिता

संवाद न्यूज एजेंसी

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएच कॉलेज फॉर गर्ल्स ने सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए अर्थ डे पर विभिन्न गतिविधियों का आयोजन करवाया। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों के तत्वावधान में स्वयंसेवकों ने अपने-अपने स्थानों पर पौधरोपण किया। इसके अलावा लोगों को जागरूक करने के लिए जागरूकता पोस्टर और वीडियो बनाया।



एमसीएम की छात्रा हाथ पर बनी कलाकृति दिखाती।

कॉलेज की पर्यावरण समिति ने एक ऑनलाइन कैप्शन और कंटेंट राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। कॉलेज की ओर से आयोजित दो दिवसीय प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने अपने निवास

स्थान पर ही पर्यावरण पर आधारित पुरस्कार विजेता फिल्म अलबर्टॉस को देखने के बाद उस पर एक राइट अप एवं उसका कैप्शन भी लिखा। इस प्रतियोगिता में 50 से अधिक छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि पृथ्वी दिवस का आयोजन वैश्विक कोरोना वायरस महामारी के कारण आज और अधिक प्रासंगिक हो गया है।

एन.एस.एस. विंग और पर्यावरण समिति ने करवाई ऑनलाइन गतिविधियां

चंडीगढ़, 23 अप्रैल (आइएन): एन.एस.एस. विंग की ओर से ऑनलाइन अर्थ डे पर विभिन्न गतिविधियां आयोजित की। कॉलेज की एन.एस.एस. स्वयंसेवकों ने अपने-अपने स्थानों पर पौधरोपण किया। लोगों को जागरूक करने के लिए जागरूकता पोस्टर और वीडियो बनाया। स्वयंसेवकों ने वीडियो के जरिए अर्थ डे पर गतिविधियों को प्रस्तुत किया। स्वयंसेवकों ने पर्यावरण की रक्षा और इसके प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए



अर्थ डे पर विभिन्न गतिविधियां हुईं। (तुलना) खुद को समर्पित करने का भी संकल्प लिया। कॉलेज की पर्यावरण समिति ने एक ऑनलाइन कैप्शन और कंटेंट राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता में 50 से अधिक छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

विभिन्न ऑनलाइन गतिविधियों का आयोजन

चंडीगढ़। पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रतिबद्ध, मेडर बंद महाजन डीएच कॉलेज फॉर गैरर्स की छात्राओं ने अपने अपने निवास स्थान पर सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए अर्थ डे के उपलक्ष्य में विभिन्न गतिविधियां आयोजित की। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों के तत्वावधान में, एनएसएस स्वयंसेवकों ने अपने-अपने स्थानों पर पौधरोपण किया, आम जनता को जागरूक करने के लिए जागरूकता पोस्टर और वीडियो बनाया। अपने विचार प्रवाहों से एनएसएस स्वयंसेवकों ने, वीडियो के माध्यम से अर्थ डे पर उनके द्वारा की गई गतिविधियों को प्रस्तुत किया और सभी से पर्यावरण संरक्षण की अपील की। स्वयंसेवकों ने पर्यावरण की रक्षा और इसके प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए खुद को समर्पित करने का भी संकल्प लिया। कॉलेज की पर्यावरण समिति ने एक ऑनलाइन कैप्शन और कंटेंट राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य मानवीय द्वारा किये गए कार्यों से इस ग्लोब की अन्य प्रजातियों पर डूबती गंभीर खतरा पर विचार-विमर्श करना था।



एमसीएम में अर्थ डे पर ऑनलाइन प्रतियोगिताएं घरों में किये पौधरोपण, पर्यावरण संरक्षण के वीडियो बनाकर भेजे

चंडीगढ़, 23 अप्रैल (ट्रिब्यून)। पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रतिबद्ध एमसीएम डीएच कॉलेज फॉर वूमैन की छात्राओं ने अपने घरों पर सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए अर्थ डे के उपलक्ष्य में विभिन्न गतिविधियां आयोजित की। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों के तत्वावधान में स्वयंसेवकों ने अपने-अपने स्थानों पर पौधरोपण किया, जागरूकता पोस्टर पर वीडियो बनाये। अपने प्रयासों से एनएसएस स्वयंसेवकों ने वीडियो के माध्यम से अर्थ डे पर उनके द्वारा की गई गतिविधियों को प्रस्तुत किया और सभी से पर्यावरण संरक्षण की अपील की। कॉलेज की पर्यावरण समिति ने एक ऑनलाइन कैप्शन और कंटेंट राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। पर्यावरण पर आधारित पुरस्कार विजेता फिल्म अलबर्टॉस को देखने के बाद उस पर एक राइटअप एवं कैप्शन लिखना था, प्रतियोगिता में 50 से अधिक छात्राओं ने भाग लिया। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि पृथ्वी दिवस का आयोजन

वैश्विक कोरोनावायरस महामारी के कारण आज और अधिक प्रासंगिक हो गया है।

पोस्टर मेंकिंग में सृजन ने बाजी मारी

अम्बाला (नस) : मुरलीधर डीएच सीनियर सेकेंडरी पब्लिक स्कूल के विद्यार्थियों ने पृथ्वी दिवस को उत्साह से मनाया। नर्सरी से क्लास एक तक ड्राइंग एक्टिविटी, दूसरी से चौथी तक ऑनलाइन पोस्टर मेंकिंग प्रतियोगिता तथा पांचवी से सातवी तक स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। 8वीं से 12वीं तक के बच्चों को विभिन्न विषयों पर लेख लिखे। सेव एन्वायरनमेंट, सेव इलेक्ट्रिसिटी, सेव नेचर, प्लांट मोर ट्रीस आदि प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। पोस्टरमेंकिंग प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों में सृजन, अशानीर, अर्जुन आराध्य, लवलीन, निष्ठा, तेजस शर्मा, अर्जुन, हर्ष, अंगद, सनम, कंदर्प, दीक्षा शामिल हैं। वहीं केपीकेए महाविद्यालय के छात्रों ने भी पृथ्वी दिवस पर आयोजित प्रतियोगिता में

इंटर स्कूल प्रतियोगिता में विद्यार्थियों के साथ-साथ शिक्षकों ने भी झटके पुरस्कार

चंडीगढ़ (ट्रिब्यून) : वर्ल्ड अर्थ डे कीपर शहर के 50 से अधिक स्कूलों के स्टूडेंट्स, टीचर्स और प्रिंसिपलों ने ऑनलाइन इंटर स्कूल मोबाइल वीडियो प्रतियोगिता 'डू-इट योरसेल्फ' में हिस्सा लेकर करीब 250 लघु मोबाइल वीडियो तैयार किए। इसका आयोजन चंडीगढ़ प्रशासन के पर्यावरण विभाग और शहर की स्वयंसेवी संस्था युवसत्ता की ओर से अर्थ डे नेटवर्क आफ इंडिया के सहयोग से किया गया था। चंडीगढ़ प्रशासन के पर्यावरण निदेशक देबेंद्र दलाई ने कहा कि छात्रों द्वारा धरती मां के लिए अपनी चिंता व्यक्त करने के लिए मोबाइल वीडियो बनाना प्रशंसनीय कार्य है। स्टूडेंट्स कैटेगरी में बेस्ट फाइव पेंट्रीज में कार्मल कावेंट स्कूल की नौवीं कक्षा की छात्रा चितवन सिंह (आर्गेनिक डाइज), आशियाना पब्लिक स्कूल की कक्षा 3 की छात्रा काव्या (री-साइकलिंग), गवर्नमेंट मॉडल सीनियर सेकेंडरी स्कूल, सेक्टर-37 बी की 11 वीं कक्षा की छात्रा दिव्यांशी गुरुंग (घर पर फेस मास्क बनाना), सेंट जोसेफ सीनियर सेकेंडरीस्कूल-44 की छात्रा श्रेया चावला (वेस्ट रिड्रेशन), दिल्ली पब्लिक स्कूल-40 की आठवीं कक्षा की छात्रा सुहानी शर्मा और कार्मल कावेंट स्कूल-9 की ग्यारहवीं की छात्रा खुशी शर्मा शामिल हैं। सुहानी और खुशी को संयुक्त तौर पर यह पुरस्कार मिला। टीचर्स कैटेगरी में आदर्श बाल विद्यापीठ की सुबालक्ष्मी पी दुर्गा (मास्क मेंकिंग), सेंट जोसेफ सीनियर सेकेंडरी स्कूल की जी मिथ्या (टैरेस गार्डनिंग), जीएमएचएस-सेक्टर-37 बी की सीमा चौधरी (अर्बन फार्मिंग), जीएमएचएस-सेक्टर-38 वेस्ट की शालिनी शर्मा (सेव वाटर) और गवर्नमेंट मॉडल सीनियर सेकेंडरी स्कूल, कैंबवाला के तुलसी राम (पेपर रीसाइकलिंग) शामिल हैं। छात्राओं ने प्रतियोगिता में पोस्टर आयोजन ऑनलाइन किया गया। पेंटिंग बनाकर भेजे।

स्टूडेंट्स ने घर बैठे दिया अर्थ डे का मैसेज

सिटी रिपोर्टर | चंडीगढ़

शहर में अलग-अलग स्कूल व कॉलेजों ने अर्थ डे पर कंपीटिशन किए। स्टूडेंट्स ने घर बैठे ही इन कंपीटिशन में हिस्सा लिया। केबीडीएवी स्कूल सेक्टर 7 में 8वीं, 9वीं और 10वीं के स्टूडेंट्स के लिए अर्थ डे पर कंपीटिशन करवाया गया। 'टैकिंग अर्थ बैक होम' के विषय पर पोएट्री राइटिंग कंपीटिशन हुआ। घर बैठे ही स्टूडेंट्स ने इस कंपीटिशन में हिस्सा लिया। एमसीएम कॉलेज फॉर वुमन सेक्टर 36 के स्टूडेंट्स ने भी इस कंपीटिशन में हिस्सा लिया। इस दौरान एनएसएस वॉलंटियर्स ने अपने



घर पर पौधे लगाए। इसके अलावा स्टूडेंट्स ने पोस्टर बनाए और वीडियो के जरिए लोगों को अवेयर किया।

एनएसएस व पर्यावरण समिति ने ऑनलाइन प्रतियोगिता करवाई

चंडीगढ़, (राकेश): पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रतिबद्ध, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन की छात्राओं ने अपने अपने निवास स्थान पर सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए अर्थ डे के उपलक्ष्य में विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों के तत्वावधान में, एनएसएस स्वयंसेवकों ने अपने-अपने स्थानों पर पौधारोपण किया, आम जनता को जागरूक करने के लिए जागरूकता पोस्टर और वीडियो बनाया। अपने विनम्र प्रयासों से एनएसएस स्वयंसेवकों ने, वीडियो के माध्यम से अर्थ डे पर उनके द्वारा की गई गतिविधियों को प्रस्तुत किया और सभी से पर्यावरण संरक्षण की अपील की। स्वयंसेवकों ने पर्यावरण की रक्षा और इसके प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए खुद को समर्पित करने का भी संकल्प लिया। कॉलेज की पर्यावरण समिति ने एक ऑनलाइन क्विज और कट्टे राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य मानवों द्वारा किये गए कार्यों से इस गृह की अन्य प्रजातियों पर उपजे गंभीर खतरों पर विचार-विमर्श करना था। इस दो दिवसीय प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने अपने निवास स्थान पर ही पर्यावरण पर आधारित पुरस्कार विजेता फिल्म अलवेडोस को देखने के बाद उस पर एक राइट अप एवं उसका केषान लिखना था। इस प्रतियोगिता में 50 से अधिक छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने कहा कि पृथ्वी दिवस का आयोजन वैश्विक कोरोनावायरस महामारी के कारण आज और अधिक प्रासंगिक हो गया है।

पृथ्वी दिवस पर छात्रों ने किया पौधारोपण

चंडीगढ़। पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रतिबद्ध मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन की छात्राओं ने अपने-अपने निवास स्थान पर सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए अर्थ डे के उपलक्ष्य में विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों के तत्वावधान में एनएसएस स्वयंसेवकों ने अपने-अपने स्थानों पर पौधारोपण किया। आम जनता को जागरूक करने के लिए जागरूकता पोस्टर और वीडियो बनाए गए। स्वयंसेवकों ने पर्यावरण की रक्षा और इसके प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए खुद को समर्पित करने का भी संकल्प लिया। कॉलेज की पर्यावरण समिति ने एक ऑनलाइन क्विज और कट्टे राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता में 50 से अधिक छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

Links of activity uploaded at various social networking sites are as follows:

https://www.instagram.com/p/B_ZMHdLBSSC/?igshid=1wans5rpy0ko7

https://www.instagram.com/p/B_ZYGGZhHBn/?igshid=1wa080ldjdetv

https://www.instagram.com/tv/B_ZrA0zBOOZ/?igshid=vxmuulcrtwvt

<https://youtu.be/0qp5SSEW8DE>

<https://www.facebook.com/watch/?v=755342194998554>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1253932428084666368?s=20>

TITLE OF THE ACTIVITY: A WEBINAR TITLED 'ENVISAGING A PHYSICALLY AND EMOTIONALLY SAFE ENVIRONMENT FOR CHILDREN COUPLED WITH PROPER HYGIENE: A CRUCIAL STEP DURING LOCKDOWN AND BEYOND'

Date: 22 April 2020

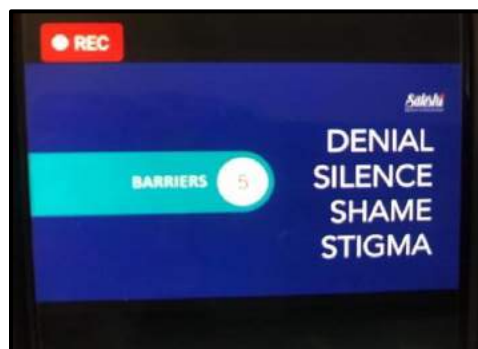
NSS Volunteers participated: 58

Objectives:

- To make volunteers aware about the preventive measures to be taken during COVID 19 crisis
- To lay emphasis on the importance of physically and emotionally safe environment for children coupled with proper hygiene
- To address the stigma associated with sexual exploitation
- To disseminate inclusion actions of the POCSO Act 2012 amended in 2019
- To introduce the Rakshin project to volunteers
- To empower the volunteers in becoming proactive preventers of Child Sexual Abuse

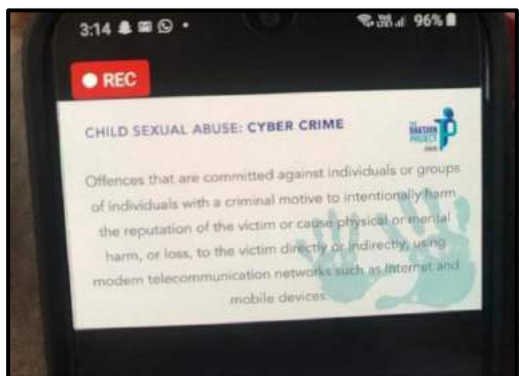
The Context: On 22 April 2020, under the supervision of NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari, a webinar was organized by the NSS Units in order to create awareness about Child Sexual Abuse and Protection of Children from Sexual Offences (POCSO) ACT as a part of The Rakshin Project in association with Sakshi NGO, where Mr Swarnim Sen, Leading Trainer of the project guided and informed the volunteers about the Child Sexual Abuse and its impact in our society.

The Practice: Around 58 NSS volunteers along with the NSS Programme Officers of the College attended this online webinar. It was conducted in three major parts: Pre-Assessment forms, Online webinar session, and Feedback forms. The first part of the workshop entailed the circulation of pre-assessment forms comprising multiple choice questions among the participants to check their awareness regarding the issue, while the second part of the workshop started with general awareness regarding



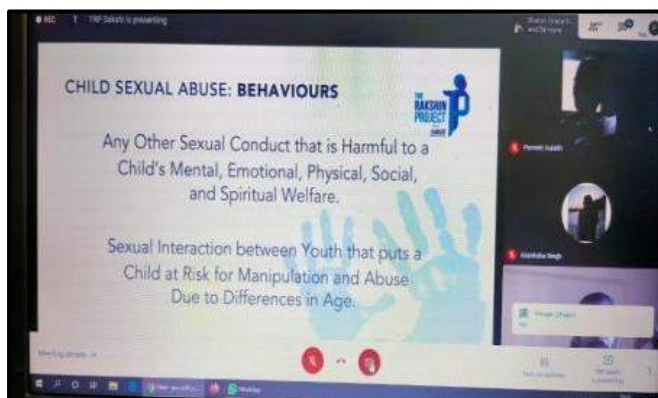
COVID-19 and its preventive measures. This was followed by a detailed discussion on the subject of Child Sexual Abuse under The Rakshin Project.

The volunteers were informed about the possible cases where a child can be abused



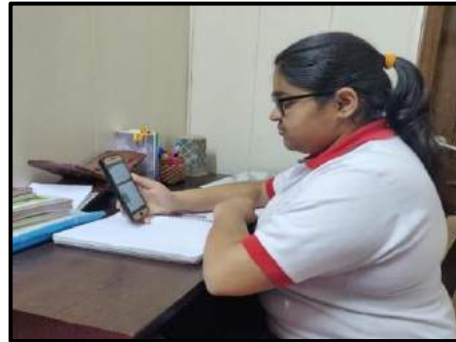
and the actions that are considered as abuse under the POCSO Act 2012, amended in 2019. In addition, Mr Sen discussed the importance of a physically and emotionally safe environment coupled with proper hygiene in these testing times and in future. The session was quite informative and interactive as several questions were

discussed by the trainer. The participants were shown relevant videos to elucidate the possible syndromes that the children may develop after the abuse and how to deal with them. Emphasis was laid on the power of saying 'No'. The role of Rakshin in order to act as a proactive protector of child abuse was described along with video training of how to talk to the abused child. The fellowship program of the project was also explained. The online session ended with the third and final part of the workshop where the general queries of the volunteers were addressed. At last, the participants were asked to fill a feedback form in which they were asked various questions regarding the workshop.



Evidence of Success: By the end of the workshop, the volunteers were well aware of the preventive measures required to be taken during this lockdown, thereby encouraging them to raise voice for a safer world where the children can be protected from the sexual and other forms of

abuse. The session laid a deep impact on the mindset of the volunteers as they were sensitized about this critical issue.



Media Clippings:

Webinar on child abuse, awareness video on PM cares fund by MCM

ISHA UPADHYAY
CHANDIGARH, APR 24

The nation-wide lockdown seems to be the only viable solution for the time being to contain the spread of COVID-19, but this solution also brings many unprecedented problems in its wake.

One such problem can be the escalation in child abuse instances during this period; cognizant of this fact, the NSS units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women organised a highly contextual webinar titled 'Envisaging a Physically and Emotionally Safe Environment for Children Coupled with Proper Hygiene: A Crucial Step during Lockdown and Beyond'. Organized with the objective of making volunteers aware about the preventive measures to be taken during COVID-19 crisis and to empower the volunteers in becoming proactive preventers of child sexual abuse, the webinar was a part of Rakshin Project in

association with Sakshi NGO. Around 60 NSS volunteers along with the NSS programme officers of the college attended the webinar.

Swarnim Sen, Leading Trainer, Rakshin Project apprised the volunteers about the gravity of the rampant child sexual abuse in our society and also enlightened them about the role of Rakshin in curtailing this menace. Drawing attention to the stigma and denial related to the sexual exploitation of children, the volunteers were informed about possible cases where a child can be abused and the actions that are considered as abuse under the POCSO Act 2012, amended in 2019.

पीएम केअर्स फंड पर हुए जागरूक

चंडीगढ़। कोविड-19 महामारी को फैलाने से रोकने के लिए समय-समय पर राष्ट्रव्यापी लॉकडाउन एकमात्र व्यवहार्य समाधान प्रतीत होता है, लेकिन इस समाधान के साथ साथ कई अन्य समस्याएँ भी सामने आती हैं। इस तरह की एक समस्या इस अवधि के दौरान बाल दुर्व्यवहार के मामलों में वृद्धि हो सकती है, इस तरह पर सख्तन लेते हुए, मोहरा चंद मखनल डीएवी कॉलेज फॉर वूमन की एनएसएस इकाइयों ने 'उचित स्वच्छता के साथ बच्चों के लिए शारीरिक और मानवतात्मक रूप से सुरक्षित वातावरण' - लॉकडाउन के दौरान तथा भविष्य के लिए एक महत्वपूर्ण कदम' ('इमिर्सिनिंग एंड डिमोडलरली सेफ इन्वायरमेंट फॉर फिजिकल कंफर्ट विद प्रोपर लव्डनीस एंड परेशन स्ट्रेप इवेंटिंग लॉकडाउन एंड बिरोड') शीर्षक पर एक अवैयक्तिक प्रारम्भिक वेबिनार का आयोजन किया। कोविड-19 संकट के दौरान उठाए जाने वाले निवारक उपायों के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने के उद्देश्य से संघटित और बाल शौच पर के सक्रिय लेक्चरमकॉर्ट बनाने में स्वयंसेवकों को सहायक बनाने के लिए सभी एनएसएस के सदस्यों से आयोजित यह वेबिनार 'सखिन प्रोजेक्ट' का एक हिस्सा था।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में बाल यौन शोषण पर वेबिनार

चंडीगढ़। संख्या-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज चार यौवन ने शुरूआत को वेबिनार का आयोजन आयोजन किया था। इनका विषय 'शारीरिक और मानवतात्मक रूप से सुरक्षित वातावरण की परिभाषणा - लॉकडाउन के दौरान तथा भविष्य के लिए एक महत्वपूर्ण कदम' था। वेबिनार में कोविड के एनएसएस कार्यक्रम अधिकारियों के साथ लगभग 60 एमएसएस स्वयंसेवकों ने भाग लिया। कोविड-19 संकट के दौरान उठाए जाने वाले निवारक उपायों के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने के उद्देश्य से संघटित और बाल यौन शोषण के सक्रिय लेक्चरमकॉर्ट बनाने में स्वयंसेवकों को सहायक बनाने के लिए सभी एनएसएस के सदस्यों से आयोजित यह वेबिनार 'सखिन प्रोजेक्ट' का एक हिस्सा था।

Links of activity uploaded at various social networking sites are as follows:

https://www.instagram.com/p/B_Zh_fAhavq/?igshid=1gcz00sfc0ohj

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1253967205030649857?s=20>

<https://t.co/0svpi3nN0J>

TITLE OF THE ACTIVITY: IGOT DIKSHA TRAINING AND INSTALLATION OF AAROGYA SETU APP

Date: 27 April – 3 May 2020

Number of NSS Volunteers participated: 85

Objectives:

- To make volunteers aware about COVID-19 and its precautionary measures
- To apprise the volunteers of modules related to 'Basics of COVID-19'
- To learn about stress management and coping up during the breakout of pandemic

The Context: As directed by State NSS Cell and under the guidance of the NSS Programme Officers Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari, the volunteers underwent an online training module on 'Basics of COVID-19. The NSS volunteers were encouraged to download Igot Diksha App to undergo an online training module regarding COVID-19 and its aspects. Besides, Arogya Setu app was also downloaded and self-assessment tests were undertaken. The aim of this activity was to promote the importance of health education especially during the time of the pandemic outbreak.

The Practice: The platform for the module was Igot Diksha app, where volunteers registered themselves and did the training. The training included modules as Introduction to COVID-19 (it's myths and facts), Hygiene Measures and Quarantine, Protective Equipment, Discharge and Death and Stress Management and Social Stigma. The sources used for the training included videos and presentation. After the completion of the training, the volunteers were acknowledged with e-certificates. The information gained from the training was used further by the volunteers in spreading awareness about 'How to Cope With COVID-19'. Besides, Arogya Setu app was also downloaded by them and self-assessment tests were undertaken.

Evidence of Success: Majority of NSS volunteers installed Aarogya Setu App and underwent self-assessment tests. Besides, they underwent online training modules and got apprised with the preventive measures regarding COVID-19.



Links of activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/watch/?v=1672892089532047>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1253967205030649857?s=20>

<https://t.co/v9yaOlh8dX>

TITLE OF THE ACTIVITY: A WEBINAR ON MENTAL HEALTH AND EMOTIONAL WELLNESS DURING COVID-19: COPING WITH ANXIETY AND DEPRESSION

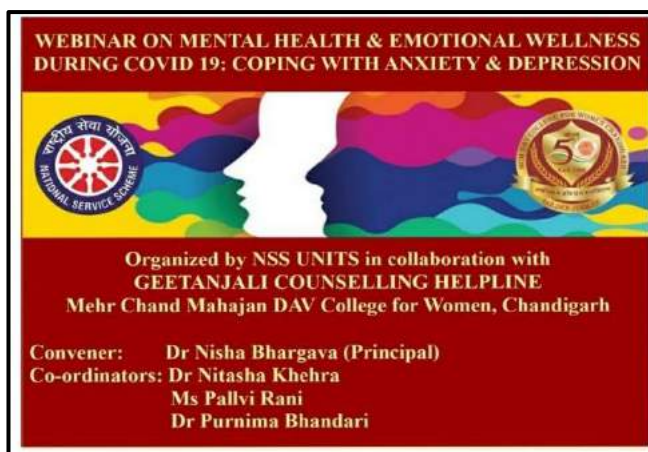
Date: 11 May 2020

Number of NSS Volunteers participated: 40

Objectives:

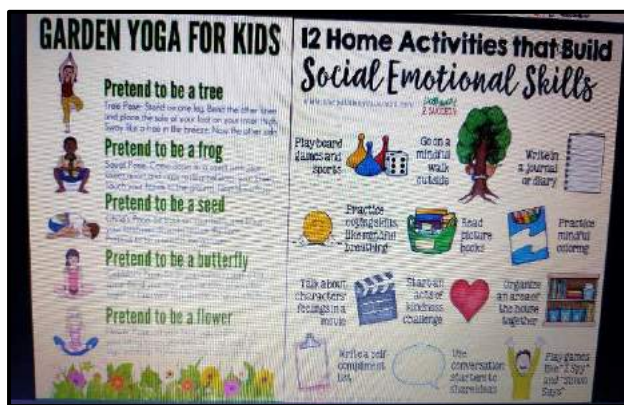
- Psychoeducation on vulnerability to various mental health disorders arising during the pandemic
- Management of negative emotions and effective coping strategies for controlling anxiety and depression
- Strategies for maintain positive mental health and emotional well-being during this challenging time
- To make volunteers aware about the measures to be taken to cope with anxiety and depression during the lockdown
- To motivate volunteers to indulge in physical exercises and positive thinking

The Context: On 11 May 2020, a webinar titled “Mental Health and Emotional Wellness during COVID-19: Coping with Anxiety and Depression” was organized by the NSS Units in collaboration with the Geetanjali Counselling Helpline Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women,



Chandigarh. The resource person for the webinar was **Dr. Nitasha Khehra**, Assistant Professor, Department of Psychology, who is heading Geetanjali Counselling Helpline Committee of the college. She has previously worked as a Clinical Psychologist for nearly seven years at Department of Psychiatry, PGIMER, Chandigarh. Her areas of specialization include Clinical Psychology, Neuropsychology and Psychotherapy.

The Practice: During the event, she informed the volunteers about the behavioural changes amongst the people having anxiety or depression. She made the volunteers



aware about the symptoms of anxiety, COVID-19, and psychological effects of sleep deprivation, strategies for managing stress and anxiety, tips for better sleep and self-care. She explained that mental health includes our emotional, psychological and social well-being and is affected by the way

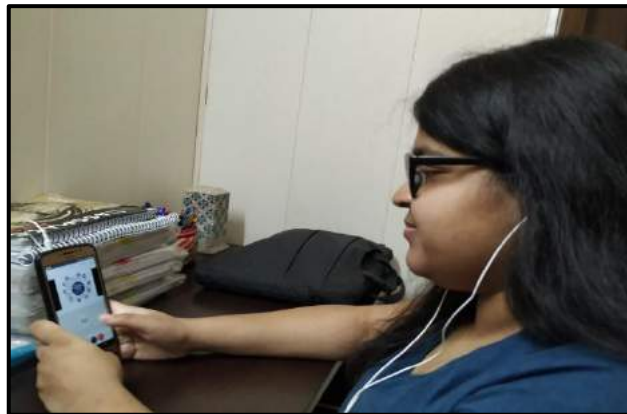
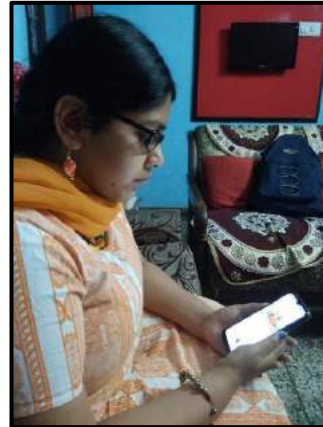
we think, feel, act and make choices.

The volunteers were also apprised of the facts like how mental health has affected our emotional well-being and physical activities during the lockdown period, symptoms of *Obsessive-Compulsive Disorder*, brain areas that are affecting emotion, mood, anxiety, alertness, concentration, attention etc. The volunteers were acquainted with the psychological effects of such a situation. They were also given health tips with regard to mental health and relieving anxiety (coping skills to be used) and how meditation can help in balancing the brain hemispheres. She suggested eating healthy food and drinking plenty of water to stay focused and hydrated.



Evidence of Success: The volunteers were made well aware of the effects of mental health and thoughts on their emotional as well as physical wellbeing and the preventive measures that should be taken during the COVID-19 crisis.





Media Clippings:

40

छात्राओं ने मानसिक स्वास्थ्य पर की चर्चा

एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन में वेबिनार का आयोजन




मेंटल हेल्थ वेबिनार में भाग लेती एमसीएम की छात्राएं। संवाद

संवाद न्यूज एजेंसी

चंडीगढ़। कोविड-19 महामारी के दौरान मानसिक स्वास्थ्य के प्रबंधन पर मनोचिकित्सा प्रदान करने के उद्देश्य से एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन में वेबिनार का आयोजन किया गया।

एनएसएस इकाइयों और परामर्श हेल्पलाइन समिति ने मेंटल हेल्थ एंड इमोशनल वेलनेस इन द कोविड-19 पेंडेमिक : कोपिंग विद एंजायटी एंड डिप्रेशन विषय पर वेबिनार कराया। कॉलेज के पोस्ट ग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ साइकोलॉजी की असिस्टेंट प्रोफेसर और गीतांजलि परामर्श हेल्पलाइन समिति की कन्वोनर डॉ. नताशा खेहरा ने इसका संचालन किया। इसमें 40 से अधिक

एनएसएस स्वयंसेवकों ने भाग लिया। डॉ. नताशा खेहरा ने स्वयंसेवकों को मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक कल्याण के विभिन्न महत्वपूर्ण पहलुओं के बारे में बताया। डॉ. खेहरा ने अच्छी नींद, शारीरिक व्यायाम, पौष्टिक भोजन, सकारात्मक सोच और खुद को बचाए रखने में आत्म देखभाल के महत्व पर जोर दिया। वेबिनार का मुख्य उद्देश्य छात्राओं को माइंडफुलनेस की अवधारणा, इसके विभिन्न प्रकारों और इसके अभ्यास से परिचित करना था। कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि वर्तमान संक्रमण के दौर में हमारे मानसिक स्वास्थ्य की सुरक्षा के लिए ये मूल्यवान, विवेकपूर्ण चिंतन हमारी जीवन शैली को पुनः नवीनीकृत करने में सहायक हैं।

छात्राओं को बताया गया कैसे रहें तनाव से दूर

जासं, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमैन-36 में वीरवार को मेंटल हेल्थ एंड इमोशनल वेलनेस इन द कोविड-19 पेंडेमिक शीर्षक पर छात्राओं को जानकारी दी गई। कॉलेज के पोस्ट ग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ साइकोलॉजी की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. नताशा खेहरा ने इस वेबिनार का संचालन किया। इसमें 40 से अधिक एनएसएस स्वयंसेवकों ने भाग लिया। छात्राओं को बताया गया कि सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण बनाए रखने के लिए मस्तिष्क को संतुलित करने के लिए अच्छी नींद, शारीरिक व्यायाम, पौष्टिक भोजन, सकारात्मक सोच जरूरी हैं। सहायक प्रोफेसर



एमसीएम डीएवी कॉलेज में वेबिनार में हिस्सा लेती हुई छात्राएं • कॉलेज

डॉ. आकांक्षा त्रिपाठी ने छात्राओं को माइंडफुलनेस के बारे में जानकारी दी। छात्राओं को भ्रम, बेचैनी, भविष्य की चिंता, सामाजिक और अलगाव की विशेषता के इस कठिन समय के दौरान माइंडफुलनेस जैसी महत्वपूर्ण तकनीक से अभ्यस्त होने पर जोर दिया।

माइंडफुलनेस पर वेबिनार आयोजित

चंडीगढ़, 15 मई (आकृति) : कोविड-19 महामारी के दौरान मानसिक स्वास्थ्य के प्रबंधन पर मने चिकित्सा प्रदान करने के उद्देश्य से एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वुमैन की एनएसएस. इकाइयों और परामर्श हेल्पलाइन समिति ने मेंटल हेल्थ एंड इमोशनल वेलनेस इन द कोविड-19 पेंडेमिक : कोपिंग विद एवसाइटी एंड डिप्रेशन विषय पर अत्यधिक प्रासंगिक वेबिनार का आयोजन किया। पोस्ट ग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ साइकोलॉजी की असिस्टेंट प्रोफेसर तथा गीतांजलि परामर्श हेल्पलाइन समिति की कन्वीनर डॉ. नताशा खेहरा ने वेबिनार का संचालन किया। इसमें 40 से ज्यादा स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया। डॉ. नीतिशा खेहरा ने स्वयंसेवकों को मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक कल्याण के विभिन्न महत्वपूर्ण पहलुओं के बारे में बताया। वेबिनार में स्वयंसेवकों ने लॉकडाउन के दौरान चिंता और अवसाद से निपटने के लिए किए जाने वाले उपायों के बारे में सीखा। कॉलेज की विसिफ्ट डॉ. निशा भार्यद ने कहा कि वर्तमान संकट के दौर में अस्तित्व के लिए जुड़ने मानव जीवन के इस चरित्र पर, इस तरह के वेबिनारों की आवश्यकता है।

मेंटल हेल्थ, इमोशनल वेलनेस पर वेबिनार

चंडीगढ़। कोविड - 19 महामारी के दौरान मानसिक स्वास्थ्य के प्रबंधन पर मनोचिकित्सा प्रदान करने के उद्देश्य से, मेहरा चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों और परामर्श हेल्पलाइन समिति ने मेंटल हेल्थ एंड इमोशनल वेलनेस इन द कोविड - 19 पेंडेमिक : कोपिंग विद एवसाइटी एंड डिप्रेशन विषय पर एक अत्यधिक प्रासंगिक वेबिनार का आयोजन किया। एमसीएम डीएवी कॉलेज के पोस्ट ग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ सायकोलॉजी की असिस्टेंट प्रोफेसर तथा गीतांजलि परामर्श हेल्पलाइन समिति की कन्वीनर डॉ. नताशा खेहरा ने इस वेबिनार का संचालन किया जिसमें चालीस से अधिक एनएसएस स्वयंसेवकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। वर्तमान संकट के दौरान मानसिक और भावनात्मक जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से आयोजित इस वेबिनार में डॉ. नीतिशा खेहरा ने स्वयंसेवकों को मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक कल्याण के विभिन्न महत्वपूर्ण पहलुओं के बारे में बताया, जिसमें नकारात्मक भावनाओं का प्रबंधन, चिंता और अवसाद को नियंत्रित करने के लिए प्रभावी रणनीति शामिल है। सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण बनाए रखने के लिए मस्तिष्क को संतुलित करने में ध्यान की भूमिका पर चर्चा करते हुए डॉ. खेहरा ने अच्छी नींद, शारीरिक व्यायाम, पौष्टिक भोजन, सकारात्मक सोच और खुद को बचाए रखने में आत्म-देखभाल के महत्व पर जोर दिया। इस वेबिनार में स्वयंसेवकों ने लॉकडाउन के दौरान चिंता और अवसाद से निपटने के लिए किए जाने वाले उपायों के बारे में सीखा और अपनी विशेषज्ञ से प्रश्न पूछकर अपनी जिज्ञासाओं का समाधान भी प्राप्त किया।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.instagram.com/p/CAU5I7xBSIQ/?igshid=1xt1jx636qu3h>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/861473364318918/?sfnsn=wiwspwa>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1262336767870537728?s=20>

<https://t.co/NkGSYE6R4z>

TITLE OF THE ACTIVITY: NSS MEETING WITH DIRECTORATE OFFICIALS OF CHANDIGARH AND HIMACHAL PRADESH ON COVID-19

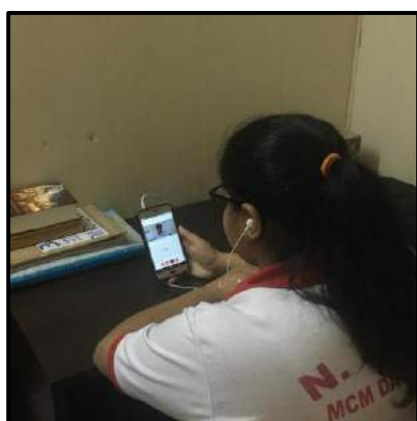
Date: 21-22 May 2020

Number of NSS Volunteers participated: 2

Objectives:

- To connect volunteers as well as officials from various institutions to work for the society together
- To generate ideas on coping with the pandemic
- To share the statistical data of progress and motivate volunteers in continuation for their activities

The Context: The NSS units of the College are dedicated towards helping the society in every way possible even during the pandemic time. In order to disseminate awareness regarding the coronavirus, volunteers made face masks and distributed to the needy persons; generated awareness through their hand-made posters, slogans and videos. The main aim of this event was to connect with the NSS Directorate officials and with the volunteers from various other institutions, and shared their activities performed during the lockdown period.



The Practice: A two-day NSS meeting with the Directorate officials of Chandigarh and Himachal Pradesh was organized held on 21-22 May 2020 virtually, where two of our NSS volunteers – Parteeksha Singla (B.A. III) and Himani Chopra (B.A. III) shared the activities of the Units performed during the lockdown period. There were two stages of the meet. In the first stage, a trial online meeting was

conducted on Cisco Webex platform by Mr. RajKumar Verma and Ms. Harjinder Kaur from State NSS Cell, Chandigarh.

Besides, volunteers from the institutions of Chandigarh and Himachal Pradesh joined the meeting and shared the activities done in their respective institutional units. On the second day of meet (i.e., 22 May 2020), the meeting was conducted by Directorate officials where Ms. Harjinder at first gave the statistical report of both Chandigarh and Himachal Pradesh, regarding installation of Aarogya Setu App, completion of training in IGOT platform and data related to the project – ‘relief to needles. The nodal officers of districts after that provided their regional data. Lastly, names were called out for the volunteers and their NSS Unit’s success report was submitted verbally through the virtual meet.

Evidence of Success: Volunteers were successful in connecting with the officials of NSS Directorate and with volunteers of other institutes where they were apprised of the activities done by them.

TITLE OF THE ACTIVITY: INTER COLLEGE BEST OUT OF WASTE COMPETITION

Date: 28 May - 4 June 2020

Number of NSS Volunteers participated: 6 (in organizing); 70 participants (including external participants)

Objectives:

- To promoting the concept of reuse, recycle and reduce on the occasion of World Environment Day
- To encourage the artistic talents of students
- To generate ideas about coping with confinement/lockdown in a creative way
- To appreciate and acknowledge the creativity to spread positivity amidst lockdown

The Context: On the occasion of World Environment Day, the NSS units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, organized an *Inter College Best of Waste Competition*. The theme for the competition was ‘Creativity in Confinement’. The competition saw an overwhelming response from institutions of Chandigarh and even outside the city. The competition received more than 70 registrations from different colleges and universities. The participants submitted the

pictures of their creative art pieces, which were idealized on the objective of reuse, reduce and recycle.

The Practice: During the event, a google form was created and forwarded wherein the interested participants registered themselves for the competition. The participants were given guidelines for submission i.e., they had to mail a word file consisting of material used in the product and at least three pictures in sequence of making. The participation was recorded from many institutions as it was open to all streams and classes. The art pieces had variants as it depicted the creators mind which was put into the product for the viewers and judges to interpret. The results were declared on 4 June 2020 through college social media handles.

Evidence of Success: The event received an overwhelming response of around 70 registrations. The winners are as follows:



FIRST PRIZE

BIRD'S NEST FROM BEST OUT OF WASTE

Name: KASHISH BANSAL

Class: B. Com II (Sec-D)

Institution Name: MEHR CHAND MAHAJAN DAV
COLLEGE FOR WOMEN, CHANDIGARH



SECOND PRIZE

ENVIRONMENT FRIENDLY NEWSPAPER LAMP

Name: SONALI SETH

Class: B.A. THIRD YEAR

Institution Name: MEHR CHAND MAHAJAN DAV COLLEGE FOR WOMEN, CHANDIGARH.



SECOND PRIZE

HANGING LAMP

Name: SAUMYA

Class: B.A. FIRST YEAR

Institution Name: POST GRADUATE GOVERNMENT COLLEGE FOR GIRLS SECTOR 42,



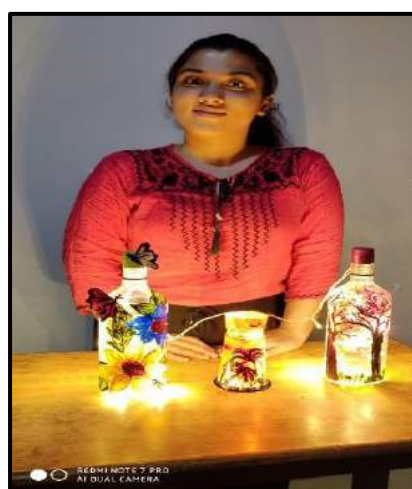
THIRD PRIZE

DECORATIVE FLOWER POTS

Name: YASHIKA SOOD

Class: B.COM. SECOND YEAR

Institution Name: MEHR CHAND MAHAJAN DAV COLLEGE FOR WOMEN, CHANDIGARH.



THIRD PRIZE

RECYCLED PLASTIC NIGHT LAMPS

Name: MAHIMA KAUSHIK

Class: B.Sc. THIRD YEAR

Institution Name: MEHR CHAND MAHAJAN DAV COLLEGE FOR WOMEN, CHANDIGARH.



CONSOLATION PRIZE

HANDMADE WALL PIECE

NAME: PRACHI

CLASS: B.COM. SECOND YEAR

INSTITUTION NAME: GOVERNMENT COLLEGE OF COMMERCE AND BUSINESS ADMINISTRATION, SECTOR 50, CHANDIGARH



CONSOLATION PRIZE

Name: DIVYAPREET KAUR

Class: B.Sc. THIRD YEAR

Institution Name: GOVERNMENT HOMESCIENCE COLLEGE, SECTOR 10, CHANDIGARH.



CONSOLATION PRIZE

MASK MADE BY WASTE CLOTH

Name: MANIK CHOUDHARY

Class: B.COM. SECOND YEAR

Institution Name: SRI GURU GOBIND SINGH COLLEGE
SECTOR 26, CHANDIGARH



CONSOLATION PRIZE

WALL HANGING

Name: VANSHIKA BAGGA

Class: B.A. FIRST YEAR

Institution Name: MEHR CHAND MAHAJAN DAV
COLLEGE FOR WOMEN, CHANDIGARH.

Media Clippings:

बेस्ट ऑफ वेस्ट में कशिश बंसल ने मारी बाजी

संवाद न्यूज एजेंसी

चंडीगढ़। सेक्टर -36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन के एक भारत श्रेष्ठ भारत सेल ने रविवार को विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता करवाई। इस गतिविधि में विभिन्न संकायों के प्रतिभागियों ने पर्यावरण संरक्षण पर जागरूकता पैदा करने के पोस्टर बनाए।



प्रतियोगिता में भाग लेती एक छात्रा।

हार्न, एनएसएस इकाइयों ने क्रिएटिविटी इन कन्फर्मेशन विषय पर इंटर-कॉलेज बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता करवाई। प्रतियोगिता के लिए 11 अलग-अलग कॉलेजों के 70 विद्यार्थियों ने बेकार पड़ी सामग्री को उपयोग करके उपयोगी वस्तुएं बनाकर अपनी रचनात्मक प्रविष्टियां भेजीं। गतिविधि में अपशिष्ट से पक्षी के घोंसले बनाने से लेकर पर्यावरण के अनुकूल अखबार लैप, वेस्ट प्लास्टिक से लैप, सजावटी सामान इत्यादि बनाए। बेस्ट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता में

एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन-36 के एक भारत श्रेष्ठ भारत सेल ने ऑनलाइन पोस्टर मेकिंग और बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता करवाई

एमसीएम डीएवी कॉलेज की कशिश बंसल ने प्रथम, एमसीएम की सोनाली सेठ और पीजीजीसीजी - 42 की सौम्या को दूसरा व तीसरा स्थान पर एमसीएम डीएवी कॉलेज की यशिका सूद व महिमा कौशिक को मिला।

वेस्ट मेटेरियल से स्टूडेंट्स ने बनाए आकर्षक मॉडल



चंडीगढ़ : वेस्ट चीजों से मॉडल बनती छात्रा @सौगवत: कॉलेज

जारा, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन में रविवार को पर्यावरण पर ऑनलाइन पोस्टर मेकिंग और बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। एक भारत श्रेष्ठ भारत सेल ने विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में गतिविधि का आयोजन किया। प्रतिभागियों ने अपने कलात्मक कौशल का प्रदर्शन किया और पर्यावरण संरक्षण पर जागरूकता पैदा करने के लिए पोस्टर बनाए। पृथ्वी

ग्रह पर संतुलन, जलवायु परिवर्तन और फलस्वरूप ग्लोबल वार्मिंग, वनों की कटाई के कारण तेजी से लुप्त हो रही विभिन्न वनस्पतियों और मिट्टी के कटाव सहित पर्यावरणीय मुद्दों की एक विस्तृत श्रृंखला को छात्राओं ने विभिन्न रंगों के माध्यम से उजागर किया। प्रतियोगिता के लिए 11 अलग-अलग कॉलेजों के 70 विद्यार्थियों ने बेकार पड़ी सामग्री के उपयोग करके उपयोगी वस्तुएं बनाकर अपनी रचनात्मक प्रविष्टियां भेजीं।

पर्यावरण पर ऑनलाइन पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में छात्राओं ने दिखाई प्रतिभा

चंडीगढ़, 7 जून (राकेश) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन के एक भारत श्रेष्ठ भारत सेल ने विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में पोस्टर मेकिंग गतिविधि का आयोजन किया। इस गतिविधि में विभिन्न संकायों के उत्साही प्रतिभागियों ने अपने कलात्मक कौशल का प्रदर्शन किया और पर्यावरण संरक्षण पर जागरूकता पैदा करने के लिए विचारोत्तेजक पोस्टर बनाए। पृथ्वी ग्रह पर संतुलन, जलवायु परिवर्तन और फलस्वरूप ग्लोबल वार्मिंग, वनों की कटाई के कारण तेजी से लुप्त हो रही विभिन्न वनस्पतियों और मिट्टी के कटाव सहित पर्यावरणीय मुद्दों की एक विस्तृत श्रृंखला को छात्राओं ने विभिन्न रंगों के माध्यम से उजागर किया। प्लास्टिक अपशिष्ट और औद्योगिक उत्सर्जन को भी छात्राओं ने अपने चित्रों में उकेर कर पर्यावरण पर इनके खतरे को बखूबी जाहिर किया। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने विश्व पर्यावरण



ऑनलाइन पेंटिंग प्रतियोगिता में छात्रा की ओर से वेस्ट से तैयार गमले।

दिवस के अवसर पर क्रिएटिविटी इन कन्फर्मेशन विषय पर इंटर-कॉलेज बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता के लिए 19 अलग-अलग कॉलेजों के 80 विद्यार्थियों ने बेकार पड़ी सामग्री के उपयोग करके उपयोगी वस्तुएं बनाकर अपनी रचनात्मक प्रविष्टियां भेजी प्राप्त हुईं। गतिविधि में अपशिष्ट से पक्षी के घोंसले बनाने से लेकर पर्यावरण के अनुकूल अखबार लैप, कचरे का पुनर्नवीनीकरण कर उस से प्लास्टिक

के लैप, सजावटी सामान इत्यादि के माध्यम से प्रतिभागियों की पर्यावरण चेतना और रचनात्मकता अच्छी तरह से परिलक्षित हुई। बेस्ट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता में मेहरचंद महाजन डीएवी कॉलेज की कशिश बंसल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान मेहरचंद महाजन डीएवी कॉलेज की सोनाली सेठ तथा पीजीजीसीजी - 42 की सौम्या को मिला। तीसरे स्थान पर मेहरचंद महाजन डीएवी कॉलेज की यशिका सूद तथा इसी कॉलेज की महिमा कौशिक रही।

‘बेस्ट ऑफ वेस्ट’ में एमसीएम की कशिश ने मारी बाजी

चंडीगढ़, 7 जून (ट्रिब्यून)

एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन के ‘एक भारत श्रेष्ठ भारत’ सेल ने विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। पृथ्वी ग्रह पर संतुलन, जलवायु परिवर्तन और फलस्वरूप ग्लोबल वार्मिंग को छात्राओं ने विभिन्न रंगों के माध्यम से उजागर किया। प्रतियोगिता के लिए 11 कॉलेजों के 70 विद्यार्थियों ने बेकार पड़ी सामग्री के उपयोग करके उपयोगी वस्तुएं बनाकर अपनी रचनात्मक प्रविष्टियां भेजीं। बेस्ट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता में एमसीएम डीएवी कॉलेज की कशिश बंसल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान एमसीएम डीएवी कॉलेज की सोनाली सेठ तथा सौम्या को मिला।

पर्यावरण पर पोस्टर मेकिंग और बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट स्पर्धा



चंडीगढ़। मेहर चंद महजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के एक भारत श्रेष्ठ भारत सेल ने विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में पोस्टर मेकिंग गतिविधि का आयोजन किया। इस गतिविधि में विभिन्न संकायों के उत्साही प्रतिभागियों ने अपने कलात्मक कौशल का प्रदर्शन किया और पर्यावरण संरक्षण पर जागरूकता पैदा करने के लिए विचारोत्तेजक पोस्टर बनाए। पृथ्वी ग्रह पर संतुलन, जलवायु परिवर्तन और फलस्वरूप ग्लोबल वार्मिंग, वनों की कटाई के कारण तेजी से लुप्त हो रही विभिन्न वनस्पतियों और मिट्टी के कटाव सहित पर्यावरणीय मुद्दों की एक विस्तृत श्रृंखला को छात्राओं ने विभिन्न रंगों के माध्यम से उजागर किया। प्लास्टिक अपशिष्ट और औद्योगिक उत्सर्जन को भी छात्राओं ने अपने चित्रों में उकेर कर पर्यावरण पर इनके खतरों को बयानबंद किया। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर क्रिएटिविटी इन कन्फर्मेशन विषय पर इंटर-कॉलेज बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता के लिए 11 अलग-अलग कॉलेजों के 70 विद्यार्थियों ने बेकार पड़ी सामग्री के उपयोग करके उपयोगी वस्तुएं बनाकर अपनी रचनात्मक प्रविष्टियां भेजीं प्राप्त हुईं। गतिविधि में अपशिष्ट से पथी के घोंसले बनाने से लेकर पर्यावरण के अनुकूल अखबार लैप, कचरे का पुनर्नवीनीकरण कर उस से प्लास्टिक के लैप, सजावटी सामान इत्यादि के माध्यम से प्रतिभागियों की पर्यावरण चेतना और रचनात्मकता अच्छी तरह से प्रकटित हुई। बेस्ट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता में मेहरचंद महजन डीएवी कॉलेज की कशिश बंसल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान मेहरचंद महजन डीएवी कॉलेज की सोनाली सेठ तथा पीजीजीसीजी - 42 की सौम्या को मिला। तीसरे स्थान पर मेहरचंद महजन डीएवी कॉलेज की की यशिका सूट तथा इसी कॉलेज की महिमा कौशिक रही।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.instagram.com/p/CBN4knBhKBA/?igshid=wj1jc8pm30qx>

<https://www.instagram.com/p/CBN4knBhKBA/?igshid=1jumip6qct537>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/877942792671975/>

https://www.facebook.com/226512264481701/posts/877942792671975/?sfnsn=wiws_pwa

<https://twitter.com/MCMDA/CW/status/1270355894396768261?s=20>

<https://t.co/XsaR5HRPWJ>

TITLE OF THE ACTIVITY: CELEBRATION OF INTERNATIONAL DAY OF YOGA

Date: 21 June 2020

Number of NSS Volunteers participated: 90

Objectives:

- To create awareness regarding the importance of yoga
- To promote the engagement of volunteers in a productive activity by means of quiz and webinar
- To create awareness about the importance of health, fitness and nutrition during today's pandemic situation
- To practice asanas for holistic well-being

The Context: Since 2015, 21 June is celebrated as International Day of Yoga with an aim to create awareness about the health benefits of yoga. International Day of Yoga is celebrated every year to educate everyone about the physical, mental and



spiritual benefits of practicing yoga. Yoga also has medical benefits, which include curing diseases like blood pressure, diabetes, chronic pains etc. It helps in improving posture and flexibility, proper body image and promotes better sleep. To avoid mass gatherings and following the health advisory issued by the Government of India on account of the current pandemic situation, the Ministry of Youth affairs and Sports has observed the theme of *Yoga @home* and *Yoga with Family* last year. Keeping in mind the theme for the year, the NSS volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women celebrated International Day of Yoga and participated in various online activities through virtual mode.

The Practice: The volunteers celebrated the International Day of Yoga by participating in various activities. The preparation for the showdown day started a week before, in consonance with the theme. The commemoration started with participation in an online quiz organized by the Ministry of Ayush on *mygov portal*. The quiz was based on yoga and the volunteers received *e-certificates* after successfully completing the quiz. Apart from that, the volunteers



also participated in competitions including slogan writing/poster making/quiz competition organized by other institutions such as Hamidia Girls Degree College, University of Allahabad, where our volunteers participated with an aim of spreading the importance of Yoga amidst the out-break of COVID-19. One of the volunteers Ms. Vanshika Garg, a student from B. Com II Year also participated in a National level Yoga workshop organized by Maharaja Agrasen College, Jagadhari where pictures/videos of asanas were submitted on a daily basis.

The volunteers of the Unit of the College organized various activities based on the prescribed theme. An online inter-college quiz on Yoga and its aspects was organized that received an overwhelming response of around 400 students from various colleges. A poster making activity was organized where the volunteers made best use of their skills on International Day of Yoga. The posters were pasted on the walls of their houses, which not only helped them in expressing their creativity but also helped them in creating awareness in their neighbourhoods. An e-poster was also made by the NSS volunteers, which illustrated a set of 12 powerful asanas of Suryanamaskaar (sun salutation) that strengthens the core of the body and improves cardiovascular function.



In order to shatter the myths regarding Vegan Food, videos were made to create awareness regarding the same where the volunteers tried to clear the misconceptions relating to the topic. Several health recipes were also shared including 'Turmeric Rice' so as to make everyone aware about the fact that turmeric has an anti-inflammatory property and is beneficial during the times of pandemic. An audio on how to recite and pronounce shlokas properly was also compiled.

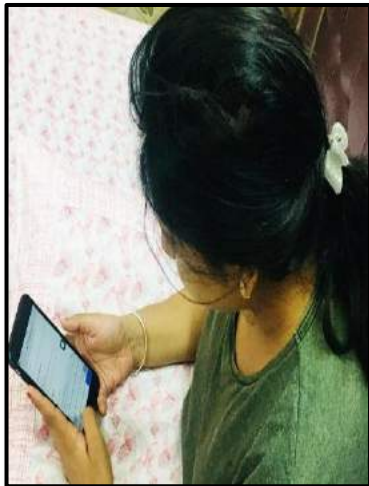


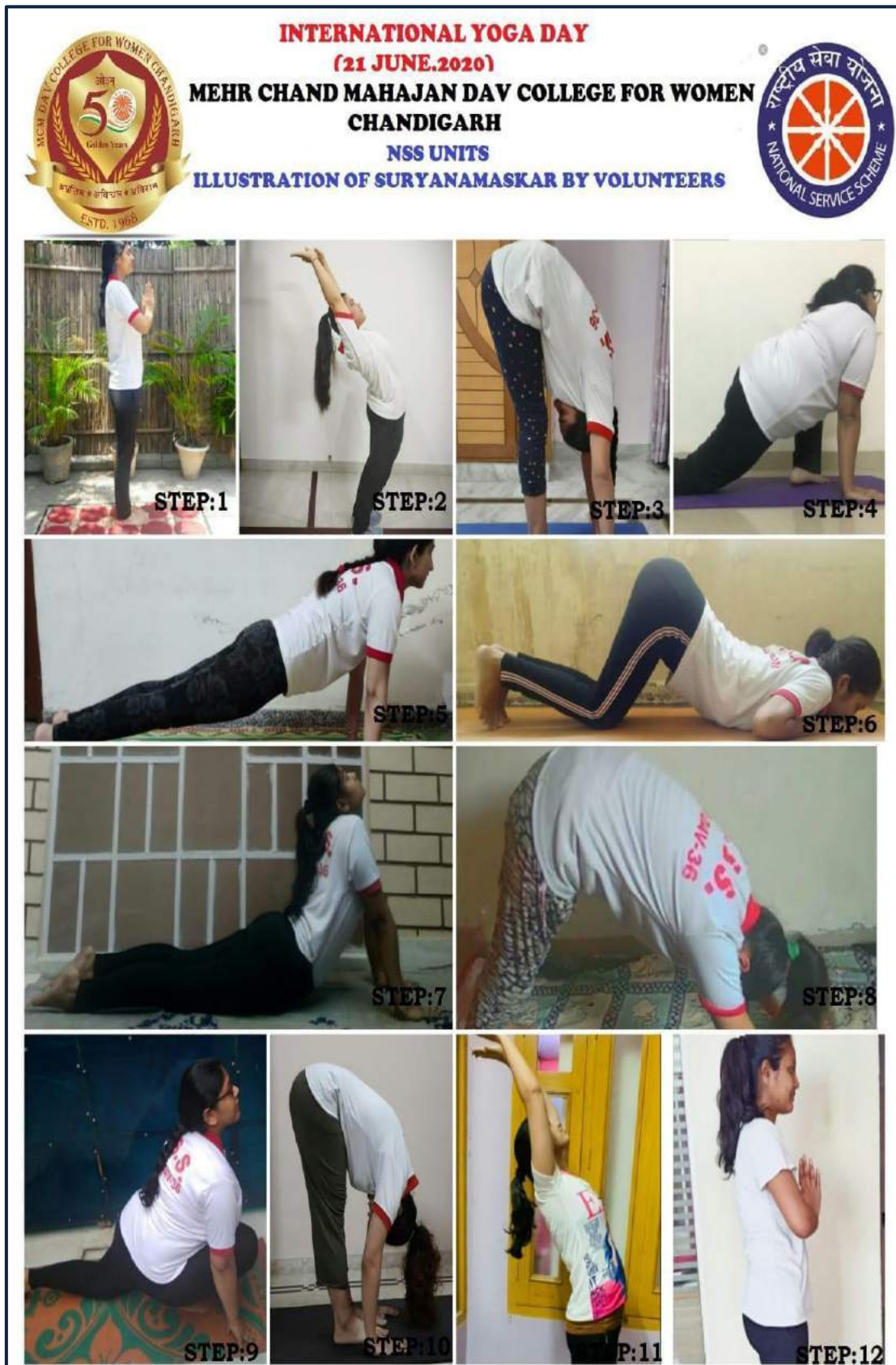
A live virtual yoga session was organized by the NSS Units of the College, where Ms Keisham Monarita, a Gold medallist in yoga at National and International level was the resource person. Around 108 participants including NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari registered for this live session.

The session started with the address of worthy Principal of the College, Dr Nisha Bhargava – an ardent follower of Yoga, where she inspired students and the faculty members to follow the yoga protocols in their daily lives for holistic well-being. During the session, Ms K. Monarita discussed the importance of yoga aspects and demonstrated 15 asanas as mentioned in common yoga day protocol (Government of India). These included asanas like *Tadasana*, *Vrikshasana*, *Trikonasana*, *Bhadrāsana*, *Vakrasna*, *Salabhasana* etc. During the session, Ms K. Monarita explained the correct way of doing breathing exercises like *KapalBhati*, *Anulom-Vilom* and highlighted the significance of practicing yoga asanas particularly during the current COVID-19 pandemic situation. Volunteers participated enthusiastically in the session, which was also attended by their family members. The main aim of organizing the session was to spread the message about the long-term benefits of yoga. To foster a sense of participation in the nation-wide yoga movement, some of the volunteers attended a live screening session of Doordarshan's National telecast related to International day of Yoga on 21 June 2020.



Evidence of Success: NSS volunteers of the College participated enthusiastically in the celebration of International Day of Yoga. The objectives that our volunteers laid down were achieved and they were successful in creating awareness about the importance of yoga in today's time.





Awareness poster on various steps of Surya Namaskar prepared by NSS Volunteers for circulation. Yoga@Home



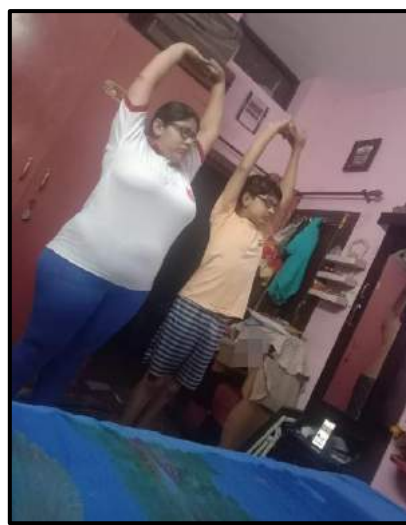
Active participation in the celebration of International day of Yoga by the faculty member Dr. Shefali Dhiman, Assistant Professor & HOD, PG Department of Chemistry. Yoga@Home




One of the volunteers Ms. Vanshika Garg, a student from B. Com II Year participated in a National level Yoga workshop organized by Maharaja Agrasen College, Jagadhari. Yoga@Home



Active participation in the celebration of International day of Yoga by Mr. Surjit from accounts branch of the College. Yoga@Home; Yoga with family.



Active participation of NSS Volunteers in the celebration of International day of Yoga. Yoga@Home; Yoga with family




Mehr Chand Mahajan DAV College for Women
 Sector 36-A, Chandigarh
NSS Units
 are celebrating
International Day of Yoga

with
Ms. Keisham Monarita
 Gold medalist in yoga at National and International level

Join us for a live session on
21 June, 2020 from 7:00 am to 7:45 am
Theme: Yoga at Home
 Kindly register at the link given in the attached message.

Ms. Pallvi Rani
 Dr. Purnima Bhandari
 (NSS Programme Officers)

Dr. Nisha Bhargava
 Principal




Mehr Chand Mahajan DAV College for Women
 Sector 36-A, Chandigarh
NSS UNITS
 are organising Inter-College
Awareness Quiz on Yoga
 on
International Day of Yoga

Instructions:

- Quiz link for participation will be opened on 20 June, 2020 between 4:00 pm to 4:40 pm.
- Response will be recorded only once and it is mandatory to submit answers within 40 minutes.
- E-certificates will be given to the one's scoring 70% and above.

LET THE LIGHT IN YOU SHINE!




Ms. Pallvi Rani
 Dr. Purnima Bhandari
 (NSS Programme Officers)

Convener
Dr. Nisha Bhargava
 Principal

The link to the Google Form is given in the attached message.

Yoga Live Session and Inter-College Awareness Quiz on International Day of Yoga, organized by the NSS units of the College. Yoga@Home; Yoga with family.




NSS UNITS
 of
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women
 Sector 36-A, Chandigarh
 presents
 Some basic useful yoga exercises
 which should be practised daily
 by all for a healthy life.

Ms. Pallvi Rani
 Dr. Purnima Bhandari
 (NSS Programme Officers)


Dr. Nisha Bhargava
 Principal

Ardh chakrasana (The Half Wheel Posture)

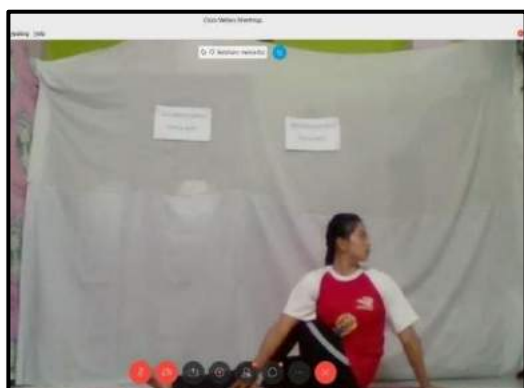


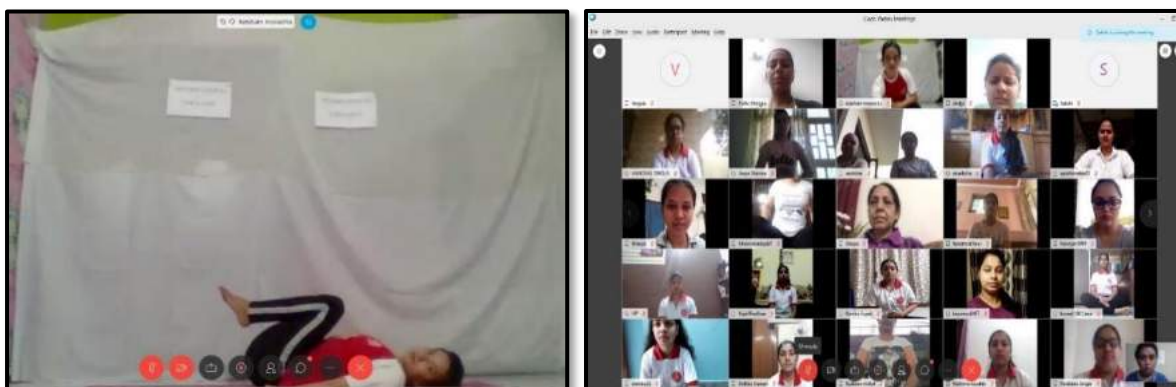
Artha means half. Chakra means wheel. In this posture, the body takes the shape of a half wheel, hence it is called Artha Chakrasana. It is very beneficial for spinal and neck muscles. It also enhances the breathing capacity. Those who suffer from back problems and patients of hypertension should avoid performing this asana.

Nadishodhana/ Anulom Vilom Pranayam



Nadishodhana/anulom vilom pranayam (Alternate nose breathing) The main characteristic feature of this pranayama is alternate breathing through the left and right nostrils without or with retention of breath. As the name says, this pranayam is all about cleaning the nadis, the nerves, which will then help in free flow of oxygen, water & blood, the essentials of human system. It is also very good for mental health, bringing oneself closer to peace and harmony.





Live Yoga Session conducted by Ms. Keisham Monarita. Yoga@Home



Awareness videos were made to shatter the myths about Vegan Food.

Participation certificates of NSS Volunteers received from Ministry of Ayush.



Link of the compiled video of the activities of Yoga day:

https://drive.google.com/file/d/1jDe8roaVWJqA0GH9jJ7_AJYv93SSnYTp/view?usp=sharing

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.instagram.com/p/CBp0Dieh1cB/?igshid=lpo5ef167bec>

<https://www.instagram.com/p/CBukaiYB-5J/?igshid=1jmhm0k9dno>

<https://youtu.be/lv8ERNBTwH0>

<https://youtu.be/rHeoa7QL9Y0>

<https://youtu.be/OIzieaABI8k>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/886735895125998/?sfnsn=wiwpwa>

<https://www.facebook.com/watch/?v=313694289643759>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1275043646656503808?s=20>

INDEX OF THE ACTIVITIES DONE IN QUARTER – II

(JULY – SEPTEMBER 2020)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS (Hrs)
1.	A Webinar on Swachh Campus and Water Conservation	15	3 July	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 Hr
2.	An Awareness Campaign to Mark the Celebration of Van Mahotsava	26	1 July to 31 July 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	15 hrs
3.	National Level Online Quiz to Celebrate '74th Independence Day'	36 (of college; 650 participants in total)	15 August 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
4.	Senior Citizen Day Celebration	15	21 August 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	3 hrs
5.	A Webinar on Nutrition & Immunity during COVID-19 times	56	4 September 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs
6.	Inter-College Online Cookery Competition as part of the celebration of POSHAN MAAH-2020	30	10 September 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	5 hrs
7.	A Web telecast on New Education Policy for Volunteers of UNNAT BHARAT ABHIYAN/ NSS/ NYKS/ NCC	52	16 September 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 Hrs

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS (Hrs)
8.	A Webinar on National Education Policy 2020 Organized by NSS Units in Collaboration with UBA Cell	180 (including 68 NSS volunteers)	21 September 2020	Dr Gunjan Rani Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	5 Hrs
9.	NSS Celebration Day - 2020	57	24 September 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs

QUARTER – II (JULY – SEPTEMBER 2020)

TITLE OF THE ACTIVITY: A WEBINAR ON “SWACHH CAMPUS AND JAL SHAKTI”

Date: 3 July 2020

Number of NSS volunteers participated: 13

Objectives:

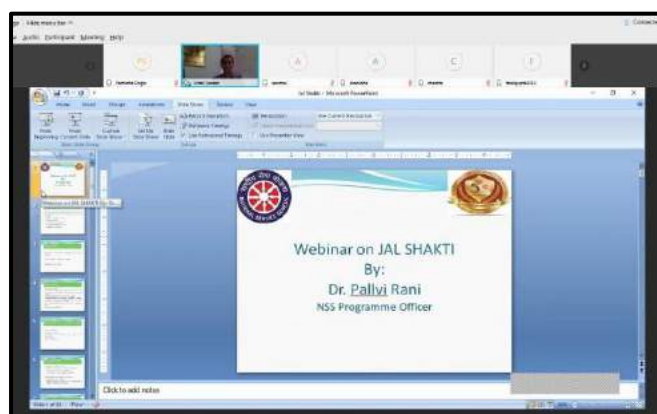
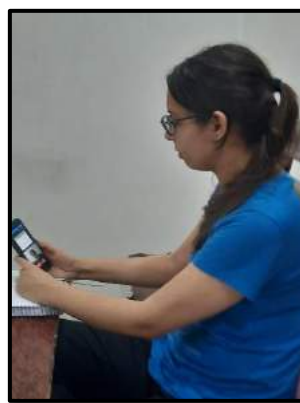
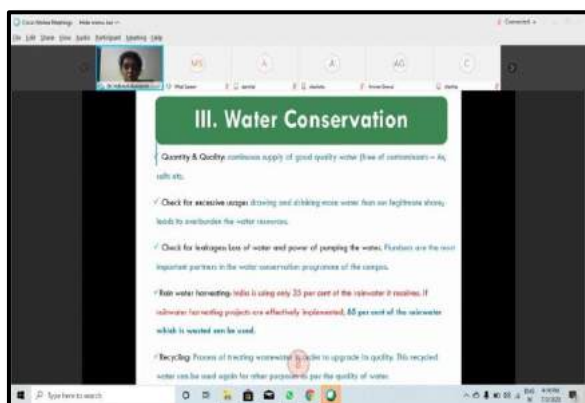
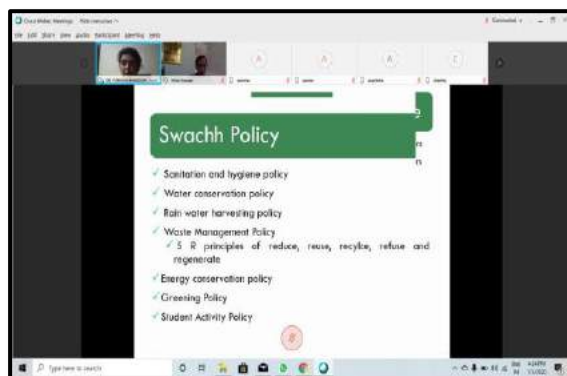
- To enlighten volunteers about various practices conducted in the college under Swachh campus campaign
- To motivate students how they can do their bit towards water conservation
- To create awareness regarding the need for conservation of resources for a better future.
- To acquaint the participants with the role of Higher Education institution (HEI) in “Swachh Campus and Jal Shakti”.

The Context: On 3 July 2020, a webinar on the topic "**Swachh Campus and Jal Shakti**" was conducted by the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh. This webinar was conducted under the directives of Mahatma Gandhi National Council of Rural India (MGNCRE) so as to apprise students of the initiatives taken up by the Government of India regarding Swachhta. The session was primarily hosted by NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari.

The Practice: During the session, NSS Programme Officers apprised students of the various sustainable approaches which our College has been adopting from the last several years that include: (1) green practices; (2) waste management practices including various types of waste and its segregation as per available protocols; (3) and practices related to Jal Shakti i.e. water conservation and management including quality and quantity and how volunteers should keep a check that there is no leakage or loss of water, taking care of sanitization and hygiene of the campus and how one could contribute her part in it. Besides this, volunteers were apprised about the process *via* which one can conserve energy resources and utilize alternate sources of

energy such as solar energy. Such sources are renewable and more efficient in nature, thereby reducing the carbon footprints. Volunteers were encouraged to celebrate all the environment related days and acquaint them how NSS unit is playing its role in spreading awareness for this cause. Further, they were guided about *Swachh* policy and what should be our plan of action to achieve its goals. It is true that the role of Higher Education institution (HEI), stakeholders in Swachhta initiative is very crucial in Swachh Campus and Jal Shakti because ultimately, they are the ones who can enforce and implement it.

Evidence of Success: The session was informative and volunteers gained insights about the several facts of Swachh Campus and Jal Shakti and also felt encouraged to develop a plan of action to achieve the goals of this cause.





TITLE OF THE ACTIVITY: AN AWARENESS CAMPAIGN TO MARK THE CELEBRATION OF VAN MAHOTSAVA

Date: 1 July to 31 July 2020

Number of NSS Volunteers participated: 26

Objectives:

- To encourage people to plant more saplings and celebrate Van Mahotsava
- To create awareness about the use of medicinal plants amongst prevailing pandemic situations
- To plant medicinal and air purifier plants

The Context: Van Mahotsava is an annual tree planting festival in India that is celebrated in the first week of July. This festival is organised to encourage the people to support tree plantation. To mark the celebration, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh celebrated Van



Mahotsava by initiating an Awareness Campaign with a theme “Each One, Plant One”. The primary objective of the campaign was to encourage people to plant more saplings especially of medicinal and air purifier content in order to boost their immunity during the current pandemic situation.

The Practice: In this campaign, the NSS volunteers of the College participated enthusiastically by planting saplings in their house and neighbourhood, by actively engaging in plantation drive. In addition, volunteers motivated their friends and family too to plant more saplings of trees, immunity booster and air purifier plants like Aloe Vera, tulsi, ajwain, etc. Keeping in view the COVID-19 pandemic, NSS volunteers encouraged people to participate in the Van Mahotsava by planting saplings at their respective places with their family members. Some of the volunteers procured saplings

from the mobile van of Department of Forest, U.T., Chandigarh. The Department had started the initiative titled “वन विभाग आपके द्वार” in U.T. Chandigarh. This scheme of free distribution of plants/saplings to the general public inspired volunteers to take part in it. Many students used glass jars, reusable bottles as pots to plant in order to stay eco-friendly.

The worthy Principal of the College Dr. Nisha Bhargava initiated the campaign by planting medicinal plants in the Rishi Vartika of the college campus. She also distributed immunity booster plants – Tulsi among teaching and non-teaching staff of our college. Some of the teaching and non-teaching members of our college also participated in this campaign enthusiastically by planting saplings at their respective places along with their family members.



Evidence of Success: The activity was whole-heartedly supported by the NSS Volunteers as well as teaching and non-teaching staff of the College that guided the public to plant saplings of immunity boosting plants at their places while following social distancing and precautionary norms.









EACH ONE, PLANT ONE



Media Clippings:



एमसीएम में वनमहोत्सव



चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने अपने वार्षिक वृक्षारोपण कार्यक्रम 'वनमहोत्सव' को 'इच वन, प्लांट वन' विषय के साथ आयोजित किया। इस आयोजन का प्राथमिक उद्देश्य वर्तमान महामारी के दौरान प्रतिरक्षा को बढ़ावा देने के लिए लोगों को विशेष रूप से औषधीय एवं वायु शुद्ध करने के लिए अधिक से अधिक पौधे लगाने के लिए प्रोत्साहित करना था। प्रिंसिपल डॉ० निशा भार्गव ने कॉलेज के ऋषि वाटिका में औषधीय पौधों को लगाकर अभियान की शुरुआत की और सामाजिक भेदभाव और एहतियाती मानदंडों का पालन करते हुए कॉलेज के स्टाफ सदस्यों के बीच प्रतिरक्षा बढ़ाने वाले पौधे तुलसी के पौधे वितरित किए। पर्यावरण संरक्षण के लिए कॉलेज के प्रयासों के बारे में बताते हुए डॉ० भार्गव ने कहा कि मानव द्वारा प्राकृतिक संसाधनों के अंधाधुंध दोहन ने पर्यावरण को बहुत नुकसान पहुंचाया है और इस नुकसान को दूर करना हमारी जिम्मेदारी है। उन्होंने कहा कि एमसीएम हरित एवं स्वच्छ पृथ्वी के लिए निरंतर प्रयासरत है और इसी दिशा में लोगों को जागरूक करने के लिए विभिन्न प्रकार के कार्यक्रमों का आयोजन करता है।



एनएसएस के स्वयंसेवकों एवं स्टाफ के सदस्यों ने अपने घरों और आस-पड़ोस में पौधे लगाकर इस आयोजन में भाग लिया। इसके अतिरिक्त, स्वयंसेवकों ने अपने दोस्तों और परिवार के सदस्यों को भी प्रतिरक्षा में वृद्धि तथा वायु शोधक पौधे जैसे एलोवेरा, तुलसी, अजवाइन आदि पौधे लगाने के लिए प्रेरित किया। कुछ स्वयंसेवकों ने वन विभाग, यूटी, चंडीगढ़ की पहल 'वन विभाग आपके द्वार' नामक मोबाइल वैन से भी पौधे लिए।

एमसीएम में वनमहोत्सव का आयोजन



चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने अपने वार्षिक वृक्षारोपण कार्यक्रम 'वनमहोत्सव' को 'इच वन, प्लांट वन' विषय के साथ आयोजित किया। इस आयोजन का प्राथमिक उद्देश्य वर्तमान महामारी के दौरान प्रतिरक्षा को बढ़ावा देने के लिए लोगों को विशेष रूप से औषधीय एवं वायु शुद्ध करने के लिए अधिक से अधिक पौधे लगाने के लिए प्रोत्साहित करना था। प्रिंसिपल डॉ० निशा भार्गव ने कॉलेज के ऋषि वाटिका में औषधीय पौधों को लगाकर अभियान की शुरुआत की और सामाजिक भेदभाव और एहतियाती मानदंडों का पालन करते हुए कॉलेज के स्टाफ सदस्यों के बीच प्रतिरक्षा बढ़ाने वाले पौधे तुलसी के पौधे वितरित किए। पर्यावरण संरक्षण के लिए कॉलेज के प्रयासों के बारे में बताते हुए डॉ० भार्गव ने कहा कि मानव द्वारा प्राकृतिक संसाधनों के अंधाधुंध दोहन ने पर्यावरण को बहुत नुकसान पहुंचाया है और इस नुकसान को दूर करना हमारी जिम्मेदारी है। उन्होंने कहा कि एमसीएम हरित एवं स्वच्छ पृथ्वी के लिए निरंतर प्रयासरत है और इसी दिशा में लोगों को जागरूक करने के लिए विभिन्न प्रकार के कार्यक्रमों का आयोजन करता है। एनएसएस के स्वयंसेवकों एवं स्टाफ के सदस्यों ने अपने घरों और आस-पड़ोस में पौधे लगाकर इस आयोजन में भाग लिया। इसके अतिरिक्त, स्वयंसेवकों ने अपने दोस्तों और परिवार के सदस्यों को भी प्रतिरक्षा में वृद्धि तथा वायु शोधक पौधे जैसे एलोवेरा, तुलसी, अजवाइन आदि पौधे लगाने के लिए प्रेरित किया। कुछ स्वयंसेवकों ने वन विभाग, यूटी, चंडीगढ़ की पहल 'वन विभाग आपके द्वार' नामक मोबाइल वैन से भी पौधे लिए।

Links of videos and posts uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://youtu.be/wrPb02wruwg>

<https://www.instagram.com/p/CClxCyxhx-/?igshid=183jg35jngtww>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1282724783503728640?s=20>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/936979080101679/?sfnsn=wiwspwa>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/935178676948386/>

TITLE OF THE ACTIVITY: NATIONAL LEVEL ONLINE QUIZ TO CELEBRATE '74TH INDEPENDENCE DAY'

Date: 15 August 2020

Number of NSS Volunteers participated: 36 (of college; 650 participants in total)

Objectives:

- To celebrate '74th Independence Day'
- To check the knowledge of students about '74th Independence Day'
- To promote our heritage and encourage patriotism

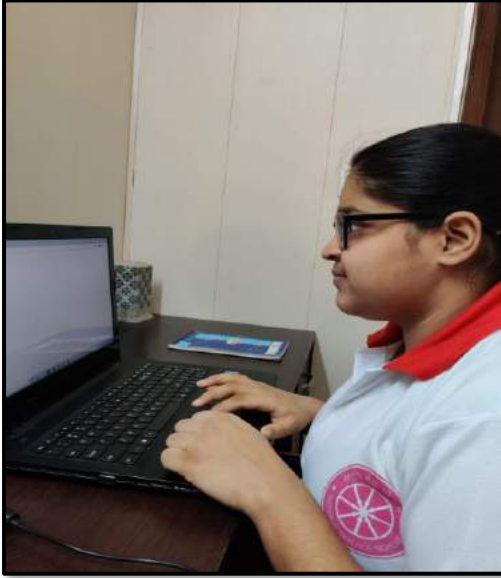
The Context: On 15 August, 2020, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organised a National Level Online Quiz to mark the celebration of 74th Independence Day. The theme of the event was - **एक पहल**

स्वतंत्रता से आत्मनिर्भरता की ओर.

The Practice: To mark the celebration of 74th Independence Day, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a National Level Online Quiz on 15th August 2020. Around 1400 participants from different schools and colleges of more than 15 different states of India including Chennai, Maharashtra, Rajasthan, Punjab, Haryana, West Bengal registered for the same. The quiz was based on the several facts and events of independence and progression of our country from freedom (*Swatantra*) to Self-reliance (*Atmanirbharta*). Around 650 people participated in the online National Quiz. Participants who secured more than 75% were awarded with the certificate as well. This quiz competition evoked patriotism and connection with our rich heritage.



Evidence of Success: The event was a grand success as around 650 participants from 15 different states participated enthusiastically and got apprised of facts related to *Swatantra* and *Atmanirbharta*.



एमसीएम में स्वतंत्रता दिवस पर राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं का आयोजन

चंडीगढ़, 16 अगस्त। राष्ट्र के 74 वें स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने विभिन्न राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन प्रतियोगिताओं का आयोजन किया। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत (ईबीएसबी) सेल ने एक राष्ट्रीय ऑनलाइन देशभक्ति कविता लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया जिसमें 8 राज्यों के 41 प्रतिभागियों ने राष्ट्रभक्ति से ओतप्रोत अपनी कवितायें भेजी। प्रतियोगिता में भारत के उत्तरी, पूर्वी और दक्षिणी राज्यों के उत्साही प्रतिभागियों द्वारा भेजी गयी कविताओं में विविधता में सामंजस्य की झलक थी। प्रतिभागियों द्वारा प्रस्तुत कविताओं ने हमारी अदम्य राष्ट्रीय गौरव और समृद्ध विरासत को व्यक्त किया, और राष्ट्रीय सुरक्षा और एकता की समकालीन चुनौतियों को भी गंभीरता से चित्रित किया। इस ऑनलाइन कविता लेखन में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन, चंडीगढ़ की अशिका यादव ने पहला स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान सेंट थॉमस कॉलेज, त्रिशूर के श्रीराज पी एस तथा गोपीचंद आर्य महिला कॉलेज, अबोहर की नवरीत कौर को संयुक्त रूप से दिया गया। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन, चंडीगढ़ की अर्शप्रीत कौर तीसरे स्थान पर रही तथा शासकीय महाविद्यालय, गोवा के डॉ ब्रजपाल सिंह गहलोत को सात्वना पुरस्कार से नवाजा गया। एक अन्य कार्यक्रम में, कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने 'एक पहल स्वतंत्र से आत्मनिर्भरता की ओर' विषय पर ऑनलाइन क्विज का आयोजन किया। 15 विभिन्न राज्यों के 600 से अधिक प्रतिभागियों ने क्विज में हिस्सा लिया। यह क्विज हमारे देश की स्वतंत्रता और स्वतंत्रता से लेकर आत्मनिर्भरता तक की प्रगति और स्वतंत्रता के कई तथ्यों और घटनाओं पर आधारित थी। एक भारतश्रेष्ठ भारत के तत्वावधान में एनएसएस स्वयंसेवकों ने हमारे बहुसांस्कृतिक राष्ट्र की भाषाई और सरस विविधता को प्रदर्शित किया। मानव संसाधन विकास मंत्रालय भारत सरकार की पहल 'एक वाक्य एक दिन' को प्रदर्शित करते हुए स्वयंसेवकों ने विभिन्न क्षेत्रों के रंगीन पहनावों के साथ विभिन्न भाषाओं में प्लेकार्ड प्रदर्शित किए।



एमसीएम डीएवी कॉलेज में एकेडेमिक प्रोग्रेशन पर वेबिनार एवं ऑनलाइन कार्यशाला

चंडीगढ़, (संवाददाता)। मेहरचंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के पोस्टग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ मैथमेटिक्स ने विद्यार्थियों के संवर्धन और विकास हेतु दो दिवसीय वेबिनार एवं ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन किया। इस गतिविधि में चंडीगढ़ के विभिन्न संस्थानों के लगभग 125 विद्यार्थियों, रिसर्च स्कॉलर्स तथा फैकल्टी मेंबर्स ने भाग लिया। डॉ नीला पवार ने 'गणितीय कौशल के साथ करियर' पर व्याख्यान और डॉ स्वाती सिदाना ने 'माइक्रोसॉफ्ट एक्सेल' पर ऑनलाइन कार्यशाला संचालित की।

डॉ नीला पवार ने 'करियर विद मैथमेटिकल स्किल्स' पर अपने व्याख्यान में प्रतिभागियों को गणित विषय में उपलब्ध कैरियर के अवसरों के बारे में जागरूक करने के साथ साथ उनकी गणितीय प्रतिभा को निखारने के लिए सुझाव दिये। डॉ पवार ने गणितीय मॉडलिंग, अंतरिक्ष विज्ञान, कोडिंग, टर्मिनल बैलिस्टिक, गणित पाठ्यक्रम पर इंजीनियरिंग सहित उन्नत विज्ञान और प्रौद्योगिकी की निर्भरता से संबंधित पहलुओं पर प्रतिभागियों से बातचीत की। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि एमसीएम में, समग्र शिक्षा प्रदान करने के साथ साथ विद्यार्थियों को विभिन्न कैरियर के अवसरों के बारे में जागरूक करने और उन्हें अपेक्षित कौशल से समृद्ध करने के प्रयास किए जाते हैं जो उन्हें रोजगारपरक बनाते हैं।

एमसीएम में स्वतंत्रता दिवस पर करवाई राष्ट्रीय प्रतियोगिताएं

चंडीगढ़, (आपका फैसला)। राष्ट्र के 74 वें स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने विभिन्न राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन प्रतियोगिताओं का आयोजन किया। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत (ईबीएसबी) सेल ने एक राष्ट्रीय ऑनलाइन देशभक्ति कविता लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया जिसमें 8 राज्यों के 41 प्रतिभागियों ने राष्ट्रभक्ति से ओतप्रोत अपनी कविताएं भेजी। प्रतियोगिता में भारत के उत्तरी, पूर्वी और दक्षिणी राज्यों के उत्साही प्रतिभागियों द्वारा भेजी गयी कविताओं में विविधता में सामंजस्य की झलक थी। प्रतिभागियों द्वारा प्रस्तुत कविताओं ने हमारी अदम्य राष्ट्रीय गौरव और समृद्ध विरासत को व्यक्त किया, और राष्ट्रीय सुरक्षा और एकता की समकालीन चुनौतियों को भी गंभीरता से चित्रित किया। इस ऑनलाइन कविता लेखन में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन, चंडीगढ़ की अंशिका यादव ने पहला स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान सेंट थॉमस कॉलेज, त्रिशूर के श्रीराज पीएस तथा गोपीचंद आर्य महिला कॉलेज, अबोहर की नवरीत कौर को संयुक्त रूप से दिया गया। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन, चंडीगढ़ की अर्शप्रीत कौर तीसरे स्थान पर रही तथा शासकीय महाविद्यालय, गोवा के डॉ बृजपाल सिंह गहलोट को सांत्वना पुरस्कार से नवाजा गया। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने भी काव्यात्मक अंदाज में स्वतंत्रता दिवस के मौके पर देशवासियों को शुभकामनाएं दीं। उन्होंने एक स्वरचित कविता के माध्यम से हमारे महान स्वतंत्रता सेनानियों को श्रद्धांजलि अर्पित की।

स्वतंत्रता दिवस पर राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं का आयोजन

स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने विभिन्न राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन प्रतियोगिताओं का आयोजन किया। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत सेल ने एक राष्ट्रीय ऑनलाइन देशभक्ति कविता लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया, जिसमें 7 राज्यों के 42 प्रतिभागियों ने राष्ट्रभक्ति से ओतप्रोत अपनी कविताएं भेजी। इस ऑनलाइन कविता लेखन में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन, चंडीगढ़ की अंशिका यादव ने पहला स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान सेंट थॉमस कॉलेज, त्रिशूर के श्रीराज पी एस तथा गोपीचंद आर्य महिला कॉलेज, अबोहर की नवरीत कौर को संयुक्त रूप से दिया गया। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन, चंडीगढ़ की अर्शप्रीत कौर तीसरे स्थान पर रही तथा शासकीय महाविद्यालय, गोवा के डॉ. बृजपाल सिंह गहलोट को सांत्वना पुरस्कार से नवाजा गया।

एमसीएम में स्वतंत्रता दिवस पर प्रतियोगिताएं

चंडीगढ़। स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन ने विभिन्न राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन प्रतियोगिताएं करवाईं। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत (ईबीएसबी) सेल ने एक राष्ट्रीय ऑनलाइन देशभक्ति कविता लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया। इसमें 8 राज्यों के 41 प्रतिभागियों ने राष्ट्रभक्ति की अपनी कविताएं भेजीं। ऑनलाइन कविता लेखन में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन की अंशिका यादव ने पहला स्थान प्राप्त किया। दूसरा स्थान सेंट थॉमस कॉलेज, त्रिशूर के श्रीराज पीएस तथा गोपीचंद आर्य महिला कॉलेज, अबोहर की नवरीत कौर को संयुक्त रूप से दिया गया। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन, चंडीगढ़ की अर्शप्रीत कौर तीसरे स्थान पर रही। शासकीय महाविद्यालय, गोवा के डॉ. वृजपाल सिंह गहलोत को सांत्वना पुरस्कार से नवाजा गया। एक अन्य कार्यक्रम में कॉलेज की एनएसएस इकाइयों को प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने स्वतंत्रता दिवस के मौके पर देशवासियों को शुभकामनाएं दीं।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/927139324418988/>

<https://www.instagram.com/p/CDuucQABT4g/?igshid=1u7rddfv29vrv>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1292992399510183937?s=20>

https://www.facebook.com/226512264481701/posts/922425514890369/?sfnsn=wiws_pmo

TITLE OF THE ACTIVITY: SENIOR CITIZEN DAY CELEBRATION

Date: 21 August, 2020

Number of NSS volunteers participated: 15

Objectives:

- To work for the welfare of senior citizens
- To increase awareness about the issues that affect aged people
- To raise awareness of the condition of senior citizens and to support them throughout the aging process
- To recognize and appreciate their accomplishments and participation in society in order to promote their skills and knowledge

The Context: World Senior Citizens Day is celebrated on 21 August every year. The day has been dedicated to raise awareness about the issues that affect older people. The day reminds us to appreciate the valuable contributions made by the elders to the communities to create a better place to live.

The Practice: The NSS Volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh celebrated the senior citizen day by organizing several activities. In one of the activities, volunteers visited the old age home in Sector 15 Chandigarh so that they could spend time with them who may not have any grandchildren to visit them. The volunteers also visited their elderly neighbours and grandparents to spend



some quality time with them.

Volunteers also played board games with their grandparents and helped them to build up the mental and emotional energy in a positive direction. The volunteers had fun and shared some old memories and talked about the past stories with their grandparents.

Some volunteers made phone calls to their grandparents and talked about what's going on in their lives. Besides, volunteers distributed food items and masks to their neighbours and elder people.

Evidence of Success: The volunteers celebrated the senior citizen day with full enthusiasm while following social distancing and proper precautionary measures.





Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1298910297554448385?s=20>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/935176606948593/?sfnsn=wiwspwa>

<https://www.instagram.com/p/CEYxf6AB8Lb/?igshid=duqya822kopw>

TITLE OF THE ACTIVITY: A WEBINAR ON NUTRITION & IMMUNITY DURING COVID-19 TIMES

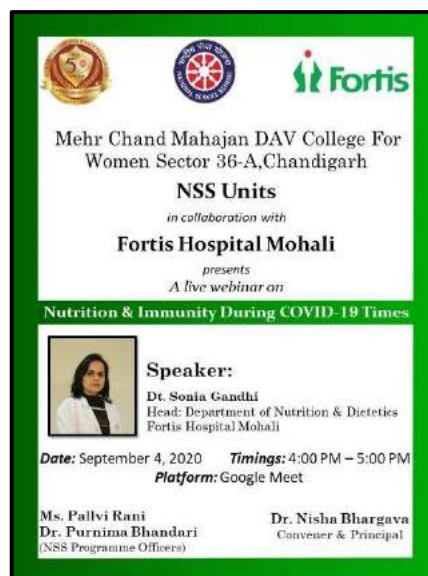
Date: 4 September 2020

Number of NSS Volunteers participated: 56

Objectives:

- To create awareness about the importance of a healthy balanced diet and its compositions.
- To create awareness about co-morbidities and how to manage them effectively
- To create awareness of nutrients those have been identified as critical for immune cells.
- To encourage participants to adopt good hygiene practices

The Context: A webinar on "Nutrition & Immunity during COVID-19 times" was organized by the NSS Units of the College in association with Fortis Hospital Mohali. The resource person was Dt Sonia Gandhi, Head, Department of Nutrition & Dietetics.



The novel Coronavirus (COVID-19) has brought dietary nutrition to the forefront. The significant role of nutrition in strengthening the immune system and fortifying it to fight against viruses such as Coronavirus cannot be underestimated. Intake of adequate nutrients as per specific individual requirements is the need of the hour, for a healthy body and holistic wellbeing. The webinar was organized to celebrate the occasion of **National Nutrition Week** (1st September – 7th September 2020) in which the theme was '*Eat right, bite by bite*'. During the webinar, NSS Volunteers were apprised of ways to manage a good nutritional status which is considered as a major tool to fight against the virus. COVID-19 is a leading challenge across the world and proper nutrition intake is essential for proper prevention against the virus.

The Practice: A Webinar on "Nutrition & Immunity during COVID-19 times" in collaboration with Fortis Hospital, Mohali was organized by the NSS units of the College where the resource person was Dt Sonia Gandhi, Head, Department of Nutrition & Dietetics. Around 56 NSS volunteers along with their NSS programme officers Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari attended the webinar. The volunteers

were informed about the concept of optimum nutrition, a healthy balanced diet and immunity strengthening nutrients and herbs. They were encouraged to follow safe hygiene practices to ensure food safety and importance of following proper SOPs like wearing masks and following social distancing norms. They were told about the

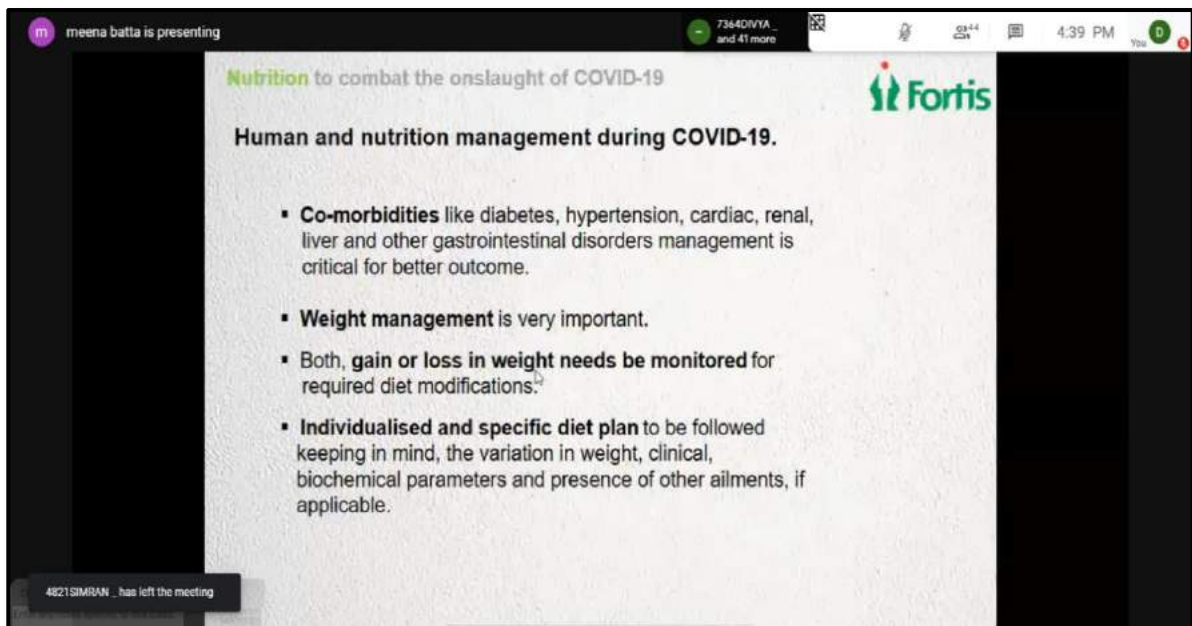
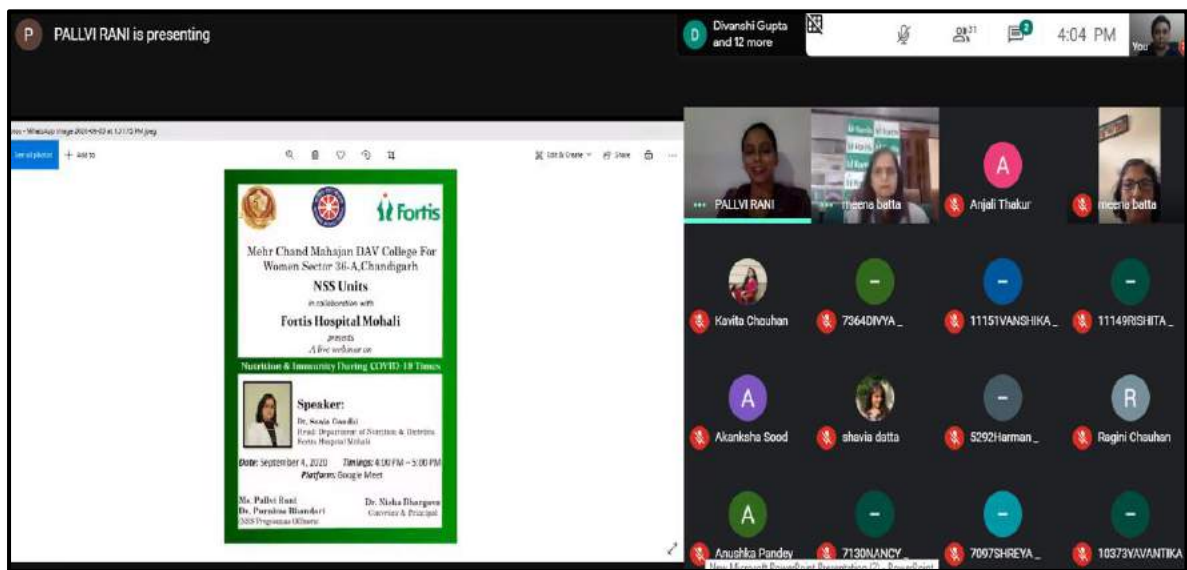


effective ways of managing comorbidities like hypertension, diabetes, cardiac problems etc. as healthy nutrition is considered as essential for fighting against COVID-19. The volunteers were apprised of the importance of nutrients that have been specifically considered essential for immune cells and about the composition and importance of a healthy balanced diet. Good nutrition is crucial for health, particularly in times when the immune system might need to fight back.

The volunteers were acquainted with the importance and relevance of good hygiene practices that should be adopted during food handling operations as they are considered to be the foundation for ensuring food safety and to minimize exposure to

the virus. In addition to this, the volunteers were also informed about the SOPs that need to be followed to minimize spread of the virus.

Evidence of Success: The volunteers were made aware about the importance of immunity strengthening and building nutrient intake as well as adopting good hygiene practices and proper SOPs to fight against the virus.





Media Clippings:

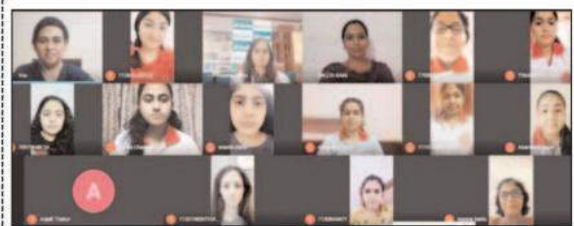


चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन की एनएसएस इकाइयों द्वारा राष्ट्रीय पोषण सप्ताह के अंतर्गत आयोजित वेबिनार में कोविड-19 के दौरान पोषण और प्रतिरक्षा पर चर्चा करते हुए प्रतिभागी और कॉलेज स्टाफ के सदस्य। सौजन्य: कॉलेज

अच्छा खान-पान ही मजबूत इम्यून सिस्टम का साधन

जासं, चंडीगढ़ : राष्ट्रीय पोषण सप्ताह के अंतर्गत एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन की एनएसएस इकाइयों ने सोमवार को वेबिनार का आयोजन किया। इसमें कोविड-19 के दौरान पोषण और प्रतिरक्षा पर एक अत्यधिक प्रासंगिक चर्चा की गई। लगभग 56 से अधिक एनएसएस स्वयंसेवकों ने इस वेबिनार में भाग लिया। वेबिनार के दौरान प्रतिभागियों को पोषण प्रबंधन के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी दी गई। डाइटेशियन सोनिया गांधी ने इष्टतम पोषण, एक स्वस्थ संतुलित आहार और प्रतिरक्षा को मजबूत करने वाले पोषक तत्वों और जड़ी-बूटियों की अवधारणा पर विस्तार से बताया। कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि वर्तमान में कोविड-19 दुनिया भर में एक प्रमुख चुनौती है।

एमसीएम कॉलेज में पोषण पर वेबिनार



चंडीगढ़। राष्ट्रीय पोषण सप्ताह के अंतर्गत, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन की एनएसएस इकाइयों ने कोविड -19 के दौरान पोषण और प्रतिरक्षा पर एक अत्यधिक प्रासंगिक वेबिनार आयोजित किया। यह वेबिनार फोर्टिस अस्पताल, मोहाली के सहयोग से आयोजित किया गया तथा इस वेबिनार का संचालन फोर्टिस अस्पताल, मोहाली के पोषण और आहार विभाग की प्रमुख डाइटेशियन सोनिया गांधी ने किया। लगभग 56 से अधिक एनएसएस स्वयंसेवकों ने इस वेबिनार में भाग लिया। वेबिनार के दौरान प्रतिभागियों को पोषण प्रबंधन के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी दी गयी। डाइटेशियन सोनिया गांधी ने इष्टतम पोषण, एक स्वस्थ संतुलित आहार और प्रतिरक्षा को मजबूत करने वाले पोषक तत्वों और जड़ी-बूटियों की अवधारणा पर विस्तार से बताया और स्वयंसेवकों को स्वच्छता नियमों का पालन करने के लिए प्रोत्साहित किया। उच्च रक्तचाप, मधुमेह, हृदय संबंधी समस्याओं के प्रबंधन के प्रभावी तरीकों पर भी प्रकाश डाला गया। स्वयंसेवकों को महामारी से बचाव हेतु खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने के तरीकों तथा खाद्य संचालन के दौरान स्वच्छता के महत्व और इसकी प्रासंगिकता से भी अवगत कराया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि करोना वायरस के प्रकोप की स्थिति में प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में पोषण की महत्वपूर्ण भूमिका है। उन्होंने कहा कि वर्तमान में कोविड -19 दुनिया भर में एक प्रमुख चुनौती है और उचित पोषण का सेवन वायरस के साथ-साथ शारीरिक और मानसिक कल्याण के लिए आवश्यक है।

TITLE OF THE ACTIVITY: INTER-COLLEGE ONLINE COOKERY COMPETITION AS PART OF THE CELEBRATION OF POSHAN MAAH-2020

Date: 10 September, 2020

Number of NSS Volunteers participated: 30

Objectives:

- To encourage participants to prepare nutritious recipes for malnourished children
- To increase awareness of the participants about nutritious content in plants and vegetables
- To reinforce the movement to achieve the concept of holistic nutrition
- To promote the use of kitchen gardens to prepare healthy nutrition-rich recipes.

The Context: On 10th September, Thursday, an Inter-College Online Cookery Competition was conducted to celebrate POSHAN MAAH-2020.

The Prime Minister's Overarching Scheme for Holistic Nutrition or POSHAN Abhiyaan or National Nutrition Mission, is Government of India's flagship programme to improve nutritional outcomes for children, pregnant women and lactating mothers.

Launched by the Prime Minister on the occasion of the International Women's Day on 8th March, 2018 from Jhunjhunu in Rajasthan, the POSHAN Abhiyaan directs the attention of the country

towards the problem of malnutrition and addresses it in a mission-mode. The campaign aims to bring the nutrition discussion to the grassroots-level, invites citizens to come forward, share nutritional recipes and contribute towards creating a healthier India. The NSS volunteers prepared nutritious recipes from the herbs and vegetables that were available in their localities for malnourished children. The volunteers gained knowledge about the nutrition content of herbs and vegetables and created awareness about the same.



The Practice: Under the supervision of NSS Programme Officers Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized an Inter College Online Cookery Competition to celebrate POSHAN MAAH-2020. The major aims of the event included (i) dissemination of nutritious knowledge about nutritious content of herbs and vegetables which could be used to eradicate the problem of malnutrition among children; and (ii) to promote plantation drive for Promotion of Kitchen garden under "POSHAN KE LIYE PAUDHE"



"पोषण के लिए पौधे" drive. NSS Volunteers prepared nutritious recipes and reinforced



and promoted the use of kitchen gardens and used ingredients in their recipes.

The programme through use of technology, a targeted and holistic approach strives to reduce the level of stunting, under-nutrition, anaemia and low birth weight in children, focus on adolescent girls, pregnant women and lactating mothers, thus holistically addressing malnutrition. In this cookery competition, emphasis was laid on the nutritional values of locally

grown vegetables and how usage of them can alleviate the problem of malnutrition among children. The NSS volunteers were encouraged to prepare a variety of healthy recipes to reinforce and promote the idea of holistic nutrition.

Evidence of Success: By the end of the Inter College Online Cookery Competition, the volunteers had prepared nutrition-rich recipes, promoted and reinforced the idea of adequate and holistic nutrition



and were fully aware and informed of the relevance of *POSHAN Abhiyaan*. The results of the competition were as follows:

FIRST PRIZE: *Healthy Delight Combo Meal*

Vanshika Garg, B.COM III,
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Sector 36-A,
Chandigarh

SECOND PRIZE; *Pineapple Rice with Mixed Beans*

Arshpreet Kaur, B.COM II;
Government College of Commerce and Business Administration,
Sector- 50, Chandigarh.

THIRD PRIZE: *Sadabahar sprouts wrap*

Venus, B.COM II, Goswami Ganesh Dutta Sanatan Dharma
College, Sector-32, Chandigarh.

CONSOLATION PRIZE:

1. *Spinach soya chunk wrap, beetroot-wheatgrass punch, Veg salad*

Manya Khetarpal – B.A. III. Mehr Chand Mahajan DAV College for Women,
Sector 36-A, Chandigarh

**2. *Mix Atta Chila* - Sangita Shenoy, B.COM II, K.V. Pendharkar College, Dombivli,
Maharashtra.**

Media Clippings:

एम.सी.एम. में पोषण माह के अंतर्गत ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता करवाई

चंडीगढ़, 29 सितम्बर (नरेश): पंजाब स्कूल शिक्षा विभाग ने 'राष्ट्रीय यूथ पार्लियामेंट प्रोग्राम' के लिए विद्यार्थियों को तैयारी करवाने के लिए सिलेबस बना कर स्कूलों को भेज दिया है और इसी आधार पर विद्यार्थियों को तैयारी करवाने के निर्देश दिए गए हैं। स्कूल शिक्षा विभाग के प्रवक्ता ने बताया कि विद्यार्थियों में लोकतंत्रीय मूल्यों के प्रति लगन और भावना पैदा करने के मकसद से 'राष्ट्रीय यूथ पार्लियामेंट प्रोग्राम' करवाया जाता है। स्कूल शिक्षा विभाग ने इस प्रोग्राम के लिए विद्यार्थियों को तैयार करने के लिए सिलेबस तैयार किया है। प्रवक्ता के अनुसार इस प्रोग्राम में 9वीं से 12वीं कक्षा तक के विद्यार्थी हिस्सा लेंगे। नौवीं और 10वीं के विद्यार्थियों के लिए नागरिक शास्त्र के विषयों में से जबकि 11वीं और 12वीं के विद्यार्थियों के लिए राजनीति शास्त्र में से सिलेबस को अंतिम रूप दिया गया है। प्रवक्ता के अनुसार स्कूल मुखियों को भेजे गए सिलेबस के आधार पर ही विद्यार्थियों को तैयारी के लिए गतिविधियों करवाने के लिए निर्देश दिए गए हैं।

एमसीएम में पोषण माह के अंतर्गत ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन

चण्डीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन की एनएसएस इकाइयों ने पोषण माह - 2020 के अंतर्गत एक इंटर कॉलेज ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन किया।

भारत सरकार की पहल, पोषण माह - 2020 का उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए सामुदायिक भागीदारी को सुनिश्चित करना है। इस प्रतियोगिता के आयोजन का उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए पौष्टिक व्यंजनों को बढ़ावा देने के साथ साथ पोषण के लिये पौधे अभियान के तहत किचन गार्डन के बारे में भी लोगों को जागरूक करना है। प्रतियोगिता में देश के विभिन्न हिस्सों से 30 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस आयोजन में स्थानीय रूप से उगाई गई



सामग्रियों के पोषण मूल्य के बारे में जागरूकता बढ़ाने, उनके उपयोग से कुपोषण की समस्या को कम करने के आलावा कई प्रकार के स्वस्थवर्धक व्यंजनों को तैयार करने के लिए प्रतिभागियों को प्रोत्साहित किया गया। विजेताओं को नकद

पुरस्कार दिए गए एवं सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र से सम्मानित किया गया।

प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार वंशिका गर्ग को मिला जबकि अर्शप्रीत एवं वीनस को क्रमशः दूसरा एवं तीसरा पुरस्कार दिया गया।

संगीता शेर्नॉय तथा मान्या खेत्रपाल को सांत्वना पुरस्कार से सम्मानित किया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने एनएसएस इकाइयों के इस प्रयास की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रतियोगिता ने न केवल प्रतिभागियों के पाक कौशल का परीक्षण किया बल्कि समग्र पोषण के महत्व का संदेश भी दिया है। उन्होंने उम्मीद जताई कि यह प्रतियोगिता कुपोषण से लड़ने के राष्ट्रीय अभियान में सामुदायिक भागीदारी को बढ़ाने में सहायक होगी।

एमसीएम में ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता



चण्डीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन की एनएसएस इकाइयों ने पोषण माह-2020 के अंतर्गत एक इंटर कॉलेज ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन किया। भारत सरकार की पहल, पोषण माह-2020 का उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए सामुदायिक भागीदारी को सुनिश्चित करना है। इस प्रतियोगिता के आयोजन का उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए पौष्टिक व्यंजनों को बढ़ावा देने के साथ साथ 'पोषण के लिये पौधे' अभियान के तहत किचन गार्डन के बारे में भी लोगों को जागरूक करना है। प्रतियोगिता में देश के विभिन्न हिस्सों से 30 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस आयोजन में स्थानीय रूप से उगाई गई सामग्रियों के पोषण मूल्य के बारे में जागरूकता बढ़ाने, उनके उपयोग से कुपोषण की समस्या को कम करने के आलावा कई प्रकार के स्वस्थवर्धक व्यंजनों को तैयार करने के लिए प्रतिभागियों को प्रोत्साहित किया गया। विजेताओं को नकद पुरस्कार दिए गए एवं सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र से सम्मानित किया गया। प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार वंशिका गर्ग को मिला जबकि अर्शप्रीत एवं वीनस को क्रमशः दूसरा एवं तीसरा पुरस्कार दिया गया। संगीता शेर्नॉय तथा मान्या खेत्रपाल को सांत्वना पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

वंशिका बनीं ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता की विजेता

जासं, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी-36 की एनएसएस इकाइयों ने पोषण माह-2020 के अंतर्गत इंटर कॉलेज ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन किया। इसका उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए सामुदायिक भागीदारी को सुनिश्चित करना रहा।

प्रतियोगिता में विभिन्न राज्यों से 30 से अधिक प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया। इसमें प्रथम पुरस्कार वंशिका गर्ग को, दूसरा पुरस्कार अर्शप्रीत और वीनस को तीसरा पुरस्कार दिया गया। संगीता शेनॉय तथा मान्या खेत्रपाल को सांत्वना पुरस्कार से सम्मानित किया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने एनएसएस इकाइयों के इस प्रयास की सराहना की।



एमसीएम डीएवी-36 द्वारा आयोजित ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता की विजेता वंशिका गर्ग ●सौजन्य: कॉलेज

ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता में वंशिका प्रथम



वंशिका गर्ग।

चंडीगढ़ 29 सितम्बर (आशीष): सेक्टर-36 एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वुमैन की एन.एस.एस. इकाइयों ने पोषण माह-2020 के अंतर्गत इंटर कॉलेज ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता में देश के विभिन्न हिस्सों से 30 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। विजेताओं को नकद पुरस्कार दिए गए एवं सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र से सम्मानित किया गया। प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार वंशिका गर्ग को मिला जबकि अर्शप्रीत एवं वीनस को क्रमशः दूसरा एवं तीसरा पुरस्कार दिया गया।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में पोषण माह के तहत ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन

(फास्ट मीडिया) चंडीगढ़, विनोद कुमार। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन की एनएसएस इकाइयों ने पोषण माह - 2020 के अंतर्गत एक इंटर कॉलेज ऑनलाइन कुकरी प्रतियोगिता का आयोजन किया। भारत सरकार की पहल, पोषण माह - 2020 का उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए सामुदायिक भागीदारी को सुनिश्चित करना है। इस प्रतियोगिता के आयोजन का उद्देश्य कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए पौष्टिक व्यंजनों को बढ़ावा देने के साथ साथ "पोषण के लिये पौधे" अभियान के तहत किचन गार्डन



के बारे में भी लोगों को जागरूक करना है। प्रतियोगिता में देश के विभिन्न हिस्सों से 30 से अधिक प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस आयोजन में स्थानीय रूप से उगाई गई सामग्रियों के पोषण मूल्य के बारे में जागरूकता बढ़ाने, उनके उपयोग से कुपोषण की समस्या को कम करने के आलावा कई प्रकार के स्वस्थवर्धक व्यंजनों को तैयार करने के लिए प्रतिभागियों को प्रोत्साहित किया गया। विजेताओं को नकद पुरस्कार दिए गए एवं सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र से सम्मानित किया गया। प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार वंशिका गर्ग को मिला जबकि अर्शप्रीत एवं वीनस को क्रमशः दूसरा एवं तीसरा पुरस्कार दिया गया। संगीता शेनॉय तथा मान्या खेत्रपाल को सांत्वना पुरस्कार से सम्मानित किया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने एनएसएस इकाइयों के इस प्रयास की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रतियोगिता ने न केवल प्रतिभागियों के पाक कौशल का परीक्षण किया बल्कि समग्र पोषण के महत्व का संदेश भी दिया है। उन्होंने उम्मीद जताई कि यह प्रतियोगिता कुपोषण से लड़ने के राष्ट्रीय अभियान में सामुदायिक भागीदारी को बढ़ाने में सहायक होगी।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/963234627476124>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1311575931773886465>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1304056295905918979?s=20>

https://www.instagram.com/p/CFyxQYtBa4F/?utm_source=ig_web_copy_link

TITLE OF THE ACTIVITY: A WEB TELECAST ON NEW EDUCATION POLICY FOR VOLUNTEERS OF UNNAT BHARAT ABHIYAN/ NSS/ NYKS/ NCC

Date: 16 September 2020

Number of NSS volunteers participated: 52

Objectives:

- To transform India's Education Policy
- To promote multilingualism and the power of language in learning and teaching
- To encourage innovation and out of the box ideas through autonomy, good governance and empowerment

The Context: On 29th July 2020, Honourable Prime Minister of India Sh Narendra Modi approved the '**National Education Policy 2020 (NEP 2020)**', with an aim to transform India's education system by 2040. The NEP 2020 is the first education policy of the 21st century and aims to address our country's current developmental imperatives. The Policy proposes the revision and revamping of all aspects of the current education structure, including its regulation and governance, to forge a new education system that is on par with the aspirational objectives of 21st century education. The New Policy also renamed the Ministry of Human Resource Development (MHRD) as **the Ministry of Education** in a bid to bring the focus back on education and learning.

The Practice: NSS volunteers along with the NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh attended the web telecast on new education policy on 16th September 2020. It was conducted in two major sessions: inaugural session and the technical session. In the inaugural session, Shri Kiren Rijju, MoS Youth Affairs and Sports briefed everyone about New Education Policy 2020. The Guest of Honour



Shri Ramesh Pokhriyal Nishank, Minister of Education shared his views regarding the NEP 2020 and launched the e-booklet on NEP 2020 as a Resource Material which was followed by the vision of Chief Guest Shri Raj Nath Singh, Raksha Mantri on NEP. The session was concluded by Shri Sanjay Dhotre, MoS Education. The technical

session was addressed by Secretary Youth Affairs and Sports followed by a presentation on the salient features of NEP 2020 regarding school education by Secretary D/O SE&L. Furthermore, the Secretary, UGC gave a presentation on the salient features of NEP 2020 in context to higher education. The online session ended with addressing the general queries of the



volunteers and coordinators.



Evidence of Success: By the end of the webinar, the volunteers were well aware of the New Education Policy that intends to bring a systematic reform in the education sector than an incremental reform.

TITLE OF THE ACTIVITY: A WEBINAR ON NATIONAL EDUCATION POLICY 2020 ORGANIZED BY NSS UNITS IN COLLABORATION WITH UBA CELL

Date: 21 September 2020

Number of Participants: 180 (including 68 NSS volunteers)

Objectives:

- The importance of developing human potential from inside and the National Education Policy-2020 being an India-centric policy which will enable the country's youth to generate employment opportunities, as it will focus on individual skill development
- How the new policy will take classroom teaching to the field and make it applicable in practical life
- Narrating practical examples of how nothing is extra-curricular and everything is a part of Education and emphasized the holistic nature of the NEP-2020
- How National Education Policy would bridge the wide gulf between the Western education paradigms and Indian education paradigms and bring greater fluidity and flexibility into the higher education of the country

The Context: In order to apprise the students of the National Education Policy (NEP) 2020, the NSS Units in collaboration with Unnat Bharat Abhiyaan (UBA) Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a webinar on 21st September 2020. The main guest of honor was Ms Arundhati Nilkanth Kawadkar, an educationist at Sanmitra Sainiki Vidyalaya, Chandrapur, Maharashtra. The other speakers present were Dr Subhash Sharma, Founder Director, CEPR, and independent director of Hindustan Copper Ltd., Prof Sanjay Kaushik, Dean, College Development Council, Panjab University, Chandigarh, Prof Gurdip Sharma, Mr Dayanidhi Ji, and Dr Nisha Bhargava, Principal, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh. They deliberated upon National Education Policy-2020.



The Practice: The webinar witnessed an enthusiastic participation from around 180 participants. The participants were a mix of students, faculty members, NSS and UBA volunteers, and residents of MCM DAV's adopted villages. Ms Arundhati Kawadkar dwelt upon the importance of developing human

potential from inside. She spoke about the National Education Policy-2020 being an India-centric policy that will enable the country's youth to generate employment opportunities, as it will focus on individual skill generation. She further spoke about how the policy blurs distinctions between various disciplines and manifests the latent



potential in every child's mind. The new policy will take classroom teaching to the field and make it applicable in practical life. Narrating practical examples of how nothing is extra-curricular and everything is a part of education; Ms Arundhati emphasized the holistic nature of the NEP-2020. She also informed the participants that the policy will focus on the increase in research for resurgence.



Dr Subhash Sharma informed the participants about the National Education Policy-2020 invoking curiosity and enhancing the skill sets of students. He shared with the participants that the policy was drafted by the brightest minds in the country. He further deliberated that the National Education Policy would bridge the wide gulf between the Western education paradigms and Indian education paradigms and bring greater fluidity and flexibility into the higher education of the country. The students would be able to opt for subjects cutting across disciplines, as per their aptitude. The National Education Policy would also introduce the credit system into our higher education and reduce the prevalent rigidity in the traditional education system. This would create a level playing field for the students which would be able to enhance their global competitiveness. Dr Sharma reminded the dismal scenario in India's current higher education system wherein, according to a recent survey, 69% of the students in the engineering colleges in India were found to be unemployable. He concluded his speech by focusing on one of the greatest advantages of this policy which would be to build our youth's capacity for entrepreneurship.

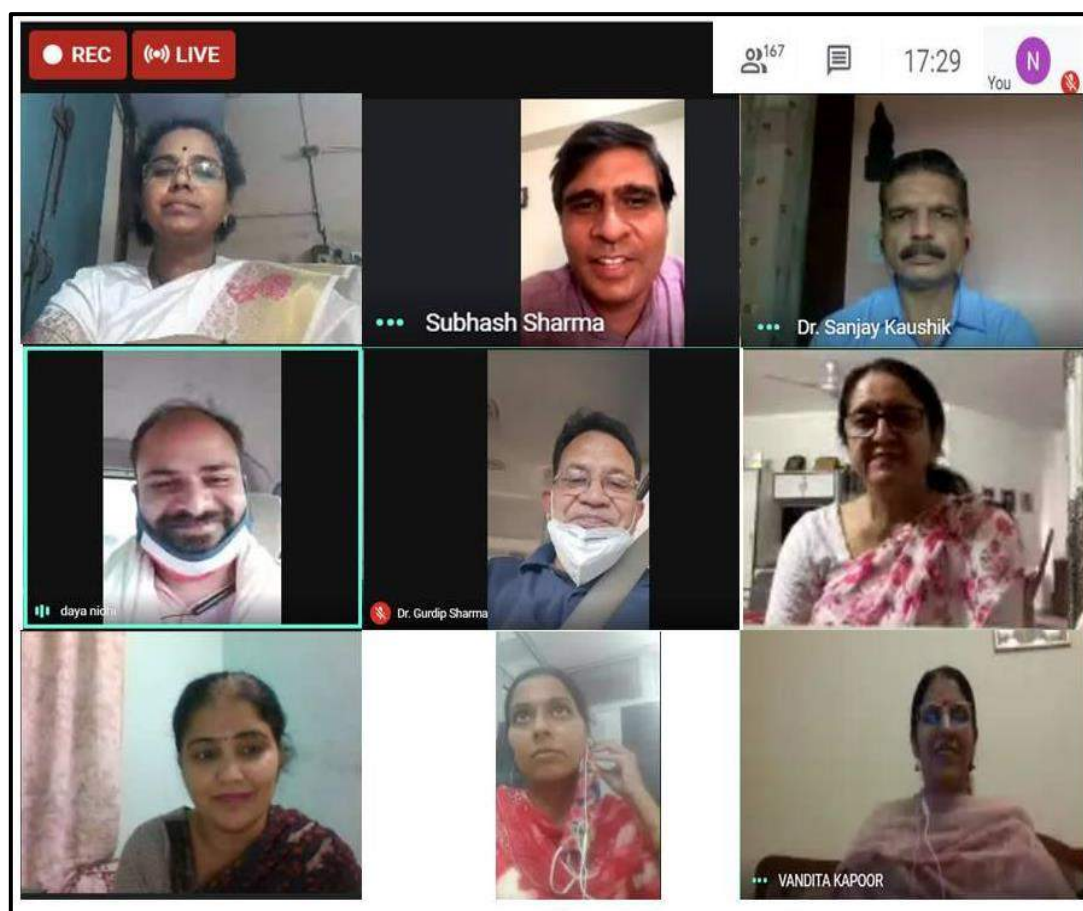
Furthermore, the speakers also spoke about how the National Education Policy-2020 would generate and maintain a Central Fund to enable and encourage patents, royalties, innovations, and research. Special Education Zones would be created in remote places so that quality education is available for all and there would be an



increase in funding in Higher Education. The teacher-student ratio would also be improved under the new policy.

Dr Sanjay Kaushik also spoke about how the National Education Policy-2020 would signal a shift from the prehistoric to the modern and developed and from the human to humane. The webinar was extremely informative and dwelt upon the various nuances of the National Education Policy-2020. The various doubts of the participants were put to rest by the expertise of the speakers.

Evidence of Success: The webinar on the new National Education Policy was very informative, creating awareness about the future of the education system in India and how it will open new opportunities for the students. The students were encouraged and were invoked with curiosity and skill development and waiting to see how the education system will change in the coming future.



राष्ट्रीय शिक्षा नीति पर विमर्श के लिए हुआ वेबिनार



चंडीगढ़। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन, चंडीगढ़ की एनएसएस इकाइयों और उन्नत भारत अभियान सेल ने एक वेबिनार का आयोजन किया। वेबिनार में सन्मित्र सैनिकी विद्यालय, चंद्रपुर (महाराष्ट्र) में शिक्षाविद् अरुंधति नीलकंठ कावडकर बतौर मुख्य वक्ता उपस्थित थीं। विषय पर विचार करने वाले अन्य वक्ताओं में सीईपीआर के संस्थापक निदेशक और हिंदुस्तान कॉपर लिमिटेड के इंडिपेंडेंट डायरेक्टर डॉ. सुभाष शर्मा तथा पंजाब विश्वविद्यालय, चंडीगढ़ के डीन कॉलेज डवलपमेंट कौंसिल प्रोफेसर संजय कौशिक उपस्थित थे। पंजाब विश्वविद्यालय के वरिष्ठ सीनेट और सिंडिकेट सदस्य डॉ. गुरदीप शर्मा और भारतीय शिक्षा मंडल, चंडीगढ़ के ऑर्गेनाइजिंग सेक्रेटरी दयानिधि ने भी इस समारोह में विशेष अतिथि के रूप में उपस्थित थे। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने अपने उद्घाटन सम्बोधन में एनईपी 2020 के महत्व के बारे में बताते हुए कहा कि कैसे यह भारत में उच्च शिक्षा की प्राचीर को मजबूत करेगा। डॉ. भार्गव ने प्रतिभागियों से इस बात पर भी चर्चा की किस प्रकार एनईपी देश के युवाओं के लिए नए पोर्टल और अवसरों के मार्ग खोलेंगी। अरुंधति कावडकर ने राष्ट्रीय नीति पर अपनी बहुमूल्य अंतर्दृष्टि साझा करते हुए कहा कि यह नीति भारत-केन्द्रित है, यह देश के युवाओं को व्यक्तिगत कौशल सृजन पर ध्यान केंद्रित करके रोजगार के अवसर पैदा करने में सक्षम बनाएगी।

एमसीएम में राष्ट्रीय शिक्षा नीति पर विचार विमर्श



चंडीगढ़, 22 सितंबर। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन, चंडीगढ़ की एनएसएस इकाइयों और उन्नत भारत अभियान सेल ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर एक वेबिनार का आयोजन किया। वेबिनार में सन्मित्र सैनिकी विद्यालय, चंद्रपुर (महाराष्ट्र) में शिक्षाविद् सुश्री अरुंधति नीलकंठ कावडकर बतौर मुख्य वक्ता उपस्थित थीं। विषय पर विचार करने वाले अन्य वक्ताओं में सीईपीआर के संस्थापक निदेशक और हिंदुस्तान कॉपर लिमिटेड के इंडिपेंडेंट डायरेक्टर डॉ. सुभाष शर्मा तथा पंजाब विश्वविद्यालय, चंडीगढ़ के डीन कॉलेज डवलपमेंट कौंसिल प्रोफेसर संजय कौशिक उपस्थित थे। पंजाब विश्वविद्यालय के वरिष्ठ सीनेट और सिंडिकेट सदस्य डॉ. गुरदीप शर्मा और भारतीय शिक्षा मंडल, चंडीगढ़ के ऑर्गेनाइजिंग सेक्रेटरी श्री दयानिधि ने भी इस समारोह में विशेष अतिथि के रूप में उपस्थित थे। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने अपने उद्घाटन सम्बोधन में एनईपी 2020 के महत्व के बारे में बताते हुए कहा कि कैसे यह भारत में उच्च शिक्षा की प्राचीर को मजबूत करेगा। डॉ. भार्गव ने प्रतिभागियों से इस बात पर भी चर्चा की किस प्रकार एनईपी देश के युवाओं के लिए नए पोर्टल और अवसरों के मार्ग खोलेंगी। सुश्री अरुंधति कावडकर ने राष्ट्रीय नीति पर अपनी बहुमूल्य अंतर्दृष्टि साझा करते हुए कहा कि यह नीति भारत-केन्द्रित है, यह देश के युवाओं को व्यक्तिगत कौशल सृजन पर ध्यान केंद्रित करके रोजगार के अवसर पैदा करने में सक्षम बनाएगी। उन्होंने आगे बताया कि कैसे यह नवीन नीति हर विद्यार्थी के ज्ञान क्षितिज को समर्थन देकर उनके मस्तिष्क में अव्यक्त क्षमता को भी प्रकट करेगी। डॉ. सुभाष शर्मा ने एनईपी 2020 की बारीकियों पर चर्चा करते हुए कौशल विकास पर बातचीत की। प्रो. संजय कौशिक ने कहा किस प्रकार एनईपी -2020 पूर्व-प्रेतिहासिक से आधुनिक और विकसित और मानव से मानवीय में बदलाव का संकेत देगा। वेबिनार राष्ट्रीय शिक्षा नीति -2020 की विभिन्न बारीकियों पर चर्चा की गयी। इस वेबिनार में 240 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी विभिन्न शकाओं का समाधान प्राप्त किया।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://youtu.be/s1R8JDxlybA>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1308672412909621248?s=20>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/960240847775502/?sfnsn=wiwspwa>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/956902154776038/?sfnsn=wiwspwa>

<https://www.instagram.com/p/CFelKqdhfuc/?igshid=1d7h14jntllvq>

TITLE OF THE ACTIVITY: NSS DAY CELEBRATION-2020

Date: 24 September 2020

Number of NSS Volunteers participated: 57

Objectives:

- To create awareness amongst the volunteers about the relevance of NSS Day
- To motivate volunteers to continue their selfless service towards community work
- To promote and instill the idea of social service among the students
- To recognize outstanding contribution by NSS student volunteers and NSS Programme Officers in the community service
- To develop the personality and character of the student youth through voluntary community service

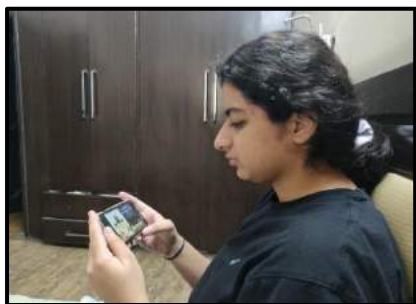
The Context: National Service Scheme (NSS) day is observed every year on September 24 across the nation. It is a public service program conducted by the Ministry of Youth Affairs & Sports, which was launched in 1969, the birth centenary year of Mahatma Gandhi in 37 universities involving 40,000 students but now has been extended to all the states and universities of the country. This year due to COVID-19 pandemic, NSS day was celebrated virtually across the nation. The main aim of the event was to orient the student youth towards the community service while studying in educational institutions.



The Practice: On 24th September, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women celebrated the NSS day with great fervor and enthusiasm. Due to COVID-19 pandemic, several virtual activities were organized. In the morning, NSS volunteers of the College attended the webcast of NSS Award Ceremony for year 2018-

19 that was organized by The Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of

India. Awards were conferred by the honourable President of India Shri Ram Nath Kovind in the presence of Shri Kiren Rijiju. Subsequent to it, various awareness activities pertaining to Fit India movement, COVID-19 (including Dos and Don'ts) were



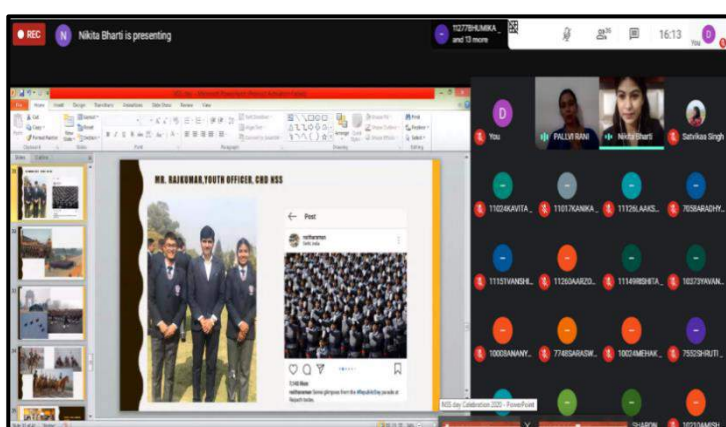
conducted virtually by the volunteers that included yoga, cycling, distribution of masks and soaps etc.

In the evening, a webinar on **“Celebrating the true essence of NSS**

Day” was organized where Ms. Nikita Bharti and Ms. Satvika Singh, two alumnae of the College who made a mark as NSS volunteers in the college graced the occasion as resource person. During this interactive webinar, both of our alumni delivered motivational talk



to the young and dynamic student community and shared their personal experiences, their journey from joining NSS till the present. They also motivated the present volunteers by sharing their views about community service, how one can serve the



nation without compromising their duties. Besides, they sensitized students about different aspects related to Swachhta, Fit -India Movement (under which importance of fitness in our daily life was highlighted), awareness regarding senior citizens and

regarding the precautions that one must take during current pandemic time. They urged the young minds to have concern for the wellbeing of the community and engage in creative and constructive social action following the motto of *Not me but You*. The webinar was concluded with a poem recitation by Ms. Nancy Sharma who shared some of her lines on the NSS DAY which follows as:

क्या रुकता है नदियों का पानी?

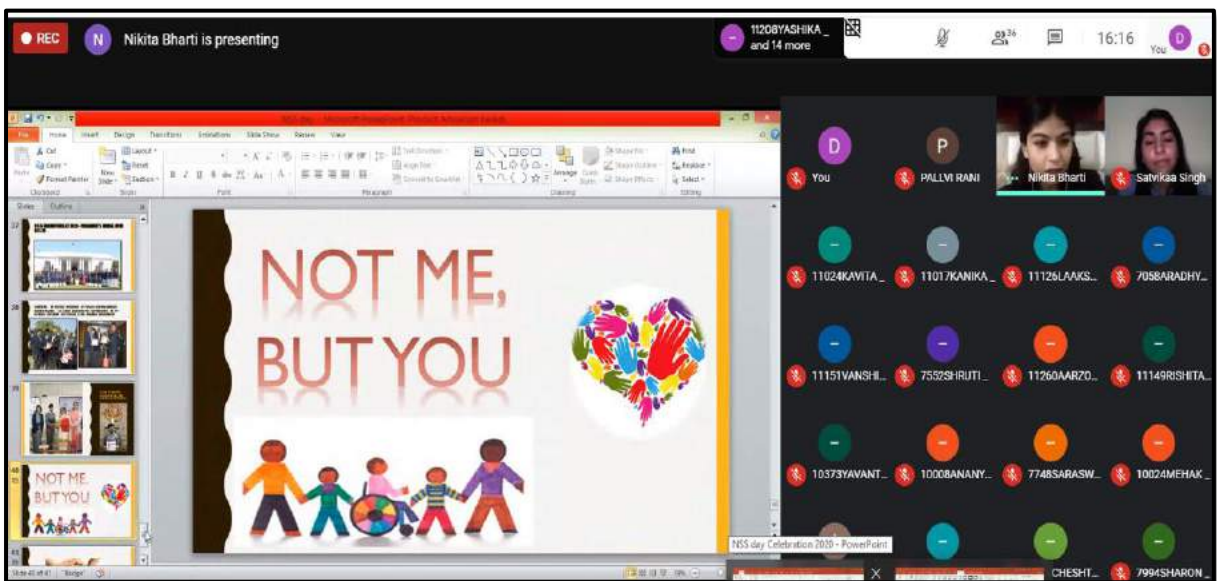
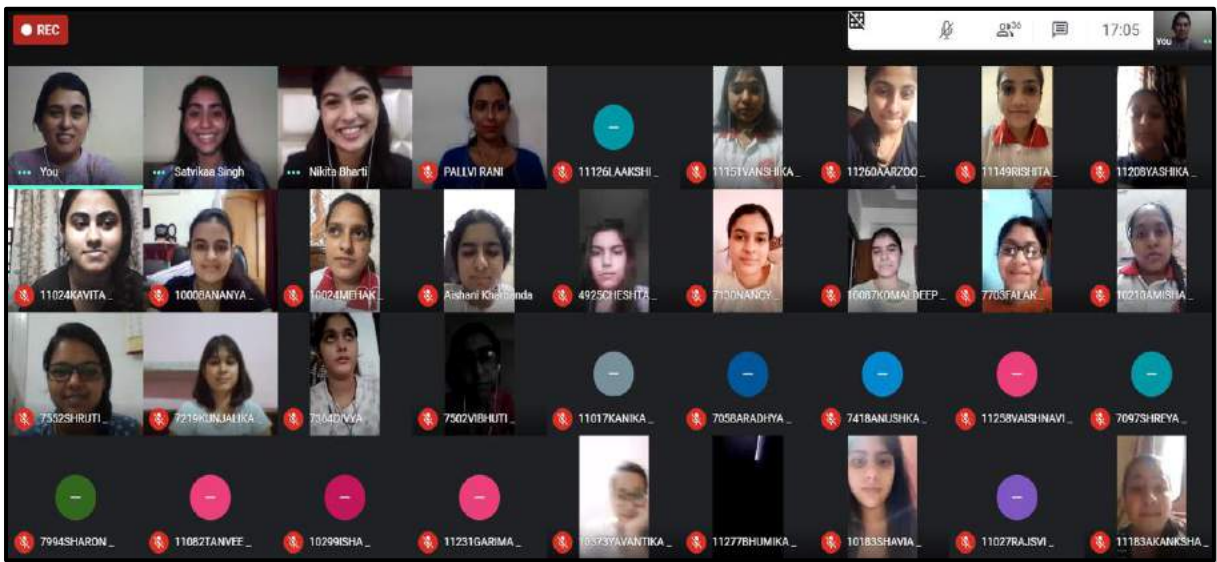
या झुकते हैं शीश पर्वत के?

कैसे फिर हम रुक जाएं? जन शिक्षा और जन खुशहाली
जब सेवक कहलाए जन सर्वत के! एक नए समाज की खातिर
साथी हैं हम स्वच्छ भारत के हम युवा हैं!
स्वच्छता ही हमारा नारा है! हम जागरूक हैं!
एक भारत श्रेष्ठ भारत तो चलो चलें उत्तम आज की खातिर।।
एकता से ही हिंद हमारा है!

Evidence of Success: By the end of the celebrations, the volunteers were fully informed about the relevance of NSS day; were encouraged and motivated to contribute and give back to society in all the ways they can.



ANNUAL NSS REPORT (2020-21)



Media Clippings:

ऑनलाइन एनएसएस दिवस का किया आयोजन

जगमार्ग न्यूज

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने बड़े उत्साह के साथ ऑनलाइन एनएसएस दिवस का आयोजन किया। वर्तमान महामारी की स्थिति के कारण, एनएसएस इकाइयों ने एनएसएस दिवस के उपलक्ष्य में कई ऑनलाइन गतिविधियों का आयोजन किया। सेलिब्रेशन द टूरु एसेंस ऑड एनएसएस डे शीर्षक पर एक वेबिनार आयोजित किया गया जिसमें महाविद्यालय की दो पूर्व छात्राओं सुश्री निकिता भारती और सुश्री सात्विका सिंह कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों के समक्ष बतौर रिमोस पर्सन उपस्थित थीं। इस इंटरैक्टिव वेबिनार के दौरान, दोनों



छात्राओं ने कॉलेज के दिनों में एनएसएस स्वयंसेवकों के रूप में अपने व्यक्तिगत अनुभवों को साझा करते हुए प्रेरक व्याख्यान दिया। उन्होंने उपस्थित स्वयंसेवकों को सामुदायिक सेवा के बारे में अपने विचारों को साझा करके प्रेरित किया कि कैसे हम राष्ट्र सेवा में भागीदार बन सकते हैं।

वेबकास्ट में लिया भाग

उन्होंने प्रतिभागियों को मन से समुदाय की भलाई के लिए धितन करने, रचनात्मक एवं सामाजिक भलाई के कार्यों में संलग्न होने का आग्रह किया। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने वर्ष 2018-19 के लिए एनएसएस पुरस्कार समारोह के वेबकास्ट में भाग लिया, जो भारत सरकार के युवा मामलों और खेल मंत्रालय द्वारा आयोजित किया गया था। इसके आलावा फिट इंडिया मूवमेंट, कोविड - 19 से सुरक्षा उपायों से संबंधित विभिन्न जागरूकता गतिविधियों स्वयंसेवकों द्वारा संचालित की गईं जिनमें योग, साइकिल चलाना, मास्क और साबुन का वितरण आदि शामिल हैं। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने सामुदायिक सेवा के क्षेत्र में अनुकरणीय कार्य करके अपने जीवन में 'नॉट मी बट यू' के एनएसएस आदर्श वाक्य का अनुकरण करने के लिए एमसीएम एनएसएस स्वयंसेवकों को बधाई दी।

एमसीएम में एनएसएस दिवस का बताया महत्व

● दो पूर्व छात्राओं निकिता भारती और बतौर रिमोस पर्सन सात्विका सिंह ने दी जानकारी

चंडीगढ़, 26 सितंबर (मनोज) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने बड़े उत्साह के साथ ऑनलाइन एनएसएस दिवस का आयोजन किया। वर्तमान महामारी की स्थिति के कारण, एनएसएस इकाइयों ने एनएसएस दिवस के उपलक्ष्य में कई ऑनलाइन गतिविधियों का आयोजन किया। सेलिब्रेशन द टूरु एसेंस ऑड एनएसएस डे शीर्षक पर एक वेबिनार आयोजित किया गया जिसमें महाविद्यालय की दो पूर्व छात्राओं निकिता भारती और सात्विका सिंह कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों के समक्ष बतौर रिमोस पर्सन उपस्थित थीं। इस इंटरैक्टिव वेबिनार के दौरान दोनों छात्राओं ने कॉलेज के दिनों में एनएसएस स्वयंसेवकों के रूप में अपने व्यक्तिगत अनुभवों को साझा करते हुए प्रेरक व्याख्यान दिया। उन्होंने उपस्थित स्वयंसेवकों को सामुदायिक सेवा के बारे में अपने विचारों को साझा करके प्रेरित किया कि कैसे हम राष्ट्र सेवा में भागीदार बन सकते हैं तथा उन्हें स्वच्छ भारत, फिट इंडिया मूवमेंट से संबंधित विभिन्न पहलुओं और वर्तमान महामारी के समय में स्वयंसेवकों एवं समुदाय को सुरक्षित रखने के लिए विभिन्न सावधानियों बनाने एवं सभी को इस बारे में जागरूक करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने प्रतिभागियों को मन से समुदाय की भलाई के लिए धितन करने, रचनात्मक एवं सामाजिक भलाई के कार्यों में संलग्न होने का आग्रह किया। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने वर्ष 2018-19 के लिए एनएसएस पुरस्कार समारोह के वेबकास्ट में



भाग लिया, जो भारत सरकार के युवा मामलों और खेल मंत्रालय द्वारा आयोजित किया गया था। इसके अलावा फिट इंडिया मूवमेंट, कोविड - 19 से सुरक्षा उपायों से संबंधित विभिन्न जागरूकता गतिविधियों स्वयंसेवकों द्वारा संचालित की गईं जिनमें योग, साइकिल चलाना, मास्क और साबुन का वितरण आदि शामिल हैं। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने सामुदायिक सेवा के क्षेत्र में अनुकरणीय कार्य करके अपने जीवन में 'नॉट मी बट यू' के एनएसएस आदर्श वाक्य का अनुकरण करने के लिए एमसीएम एनएसएस स्वयंसेवकों को बधाई दी।

इसरो साइबर स्पेस प्रतियोगिता-2020 में 500 शीर्ष छात्रों ने बनाई जगह

पिंजौर, 26 सितंबर (मनी): सेंट ब्रिगेकानंद मिलेनियम स्कूल एचएमटी पिंजौर के बच्चा 8वीं के दिव्यांश रिप्लानी ने इसरो साइबर स्पेस प्रतियोगिता-2020 में 2 लाख प्रतिभागियों में से पहले 500 शीर्ष छात्रों में अपनी जगह बनाई है। यह हर्ष की बात है कि कोविड -19 के इस विषम परिवेश में भी बच्चों का मनोबल शीर्ष पर है। इसरो साइबर स्पेस प्रतियोगिता 2020 के तहत विभिन्न आनलाइन प्रतियोगिताओं का आयोजन हुआ था। दिव्यांश रिप्लानी ने इसमें से माडल मेंकेंग प्रतियोगिता में भाग लिया था। यह प्रतियोगिता जून माह में आयोजित हुई थी। दिव्यांश व उसके अभिभावक उसकी इस उपलब्धि पर खुशी से फूले नहीं समा रहे हैं। दिव्यांश ने अपने माडल के बारे में बताया कि उसका माडल जीएएसएलबीएसआई तीसरी आईडी पर बना हुआ है। इसका प्रयोग चन्द्रबान-2 को लॉच करने के लिए किया गया था। इसका सफलतम परीक्षण 2014 में श्री हरिकोटा में किया गया था। दिव्यांश ने अपने विद्यालय के प्राचार्य पीयूष पुंज, उप प्राचार्य व सभी अध्यापकों का धन्यवाद किया। उसने कहा

कि विद्यालय में प्रत्येक बच्चे की प्रतिभा को निखारा जाता है। सभी को प्रत्येक प्रतियोगिता में बहचद कर भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

मैं विज्ञान विषय में अधिक रुचि रखता हूँ इसलिए इस से जुड़ी हर प्रतियोगिता में भाग लेता रहता हूँ। इस प्रतियोगिता में भी भाग लेने के लिए मुझे अपने अध्यापकों का पूरा सहयोग मिला था। प्राचार्य पीयूष पुंज ने दिव्यांश रिप्लानी व उसके माता-पिता को हार्दिक बधाई दी। उन्होंने बताया कि विद्यालय के लिए यह गर्व का विषय है कि बच्चे ऐसी परिस्थिति में भी अपने आप को हर क्षेत्र में आगे रख रहे हैं। दिव्यांश बहुत ही अनुशासित छात्र है। वह न केवल विज्ञान में बल्कि सभी विषयों में उत्तीर्ण रहता है। वह खेल कूद व अन्य गतिविधियों में भी हमेशा आगे रहा है। इस आईसीसी प्रतियोगिता में अत्यंत सराहनीय प्रदर्शन करने के लिए दिव्यांश को आनलाइन माध्यम से प्रमाण पत्र दिया जाएगा। इस प्रतियोगिता का परिणाम 25 सितंबर को राष्ट्र के महामहिम राष्ट्रपति महोदय की उपस्थिति में हुआ।

एमसीएम में एनएसएस दिवस का आयोजन



चंडीगढ़, 26 सितंबर। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने बड़े उत्साह के साथ ऑनलाइन एनएसएस दिवस का आयोजन किया। वर्तमान महामारी की स्थिति के कारण, एनएसएस इकाइयों ने एनएसएस दिवस के उपलक्ष्य में कई ऑनलाइन गतिविधियों का आयोजन किया। 'सेलिब्रेटिंग द टूरु एसेंस ऑफ एनएसएस डे' शीर्षक पर एक वेबिनार आयोजित किया गया जिसमें महाविद्यालय की दो पूर्व छात्राओं सुश्री निकिता भारती और सुश्री सात्विका सिंह कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों के समक्ष बतौर रिसोर्स पर्सन उपस्थित थी। इस इंटरैक्टिव वेबिनार के दौरान, दोनों छात्राओं ने कॉलेज के दिनों में एनएसएस स्वयंसेवकों के रूप में अपने व्यक्तिगत अनुभवों को साझा करते हुए प्रेरक व्याख्यान दिया। उन्होंने उपस्थित स्वयंसेवकों को सामुदायिक सेवा के बारे में अपने विचारों को साझा करके प्रेरित किया कि कैसे हम राष्ट्र सेवा में भागीदार बन सकते हैं तथा उन्हें स्वच्छ भारत, फिट इंडिया मूवमेंट से संबंधित विभिन्न पहलुओं और वर्तमान महामारी के समय में स्वयं को एवं समुदाय को सुरक्षित रखने के लिए विभिन्न सावधानियां बरतने एवं सभी को इस बारे में जागरूक करने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने प्रतिभागियों को मन से समुदाय की मलाई के लिए चिंतन करने, रचनात्मक एवं सामाजिक मलाई के कार्यों में संलग्न होने का आग्रह किया। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने वर्ष 2018-19 के लिए एनएसएस पुरस्कार समारोह के वेबकास्ट में भाग लिया, जो भारत सरकार के युवा मामलों और खेल मंत्रालय द्वारा आयोजित किया गया था। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने सामुदायिक सेवा के क्षेत्र में अनुकरणीय कार्य करके अपने जीवन में 'नॉट मी बट यू' के एनएसएस आदर्श वाक्य का अनुकरण करने के लिए एमसीएम एनएसएस स्वयंसेवकों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि एमसीएम की एनएसएस इकाइयों को पंजाब विश्वविद्यालय द्वारा सामुदायिक सेवा और राष्ट्र निर्माण में उनके महत्वपूर्ण योगदान के लिए सम्मानित किया गया था।

समाज को आगे बढ़ाने के लिए चिंतन व रचनात्मक कार्य जरूरी

■ एमसीएम कॉलेज में
एनएसएस दिवस के
मौके पर कही यह बात

एजुकेशन रिपोर्टर | चंडीगढ़

एमसीएम कॉलेज फॉर वूमेन
सेक्टर-36 की एनएसएस
इकाइयों ने बड़े उत्साह के साथ
ऑनलाइन एनएसएस दिवस का
आयोजन किया। वर्तमान महामारी
की स्थिति के कारण, एनएसएस
इकाइयों ने एनएसएस दिवस
के उपलक्ष्य में कई ऑनलाइन
गतिविधियों का आयोजन किया।
'सेलिब्रेटिंग द टू एसेस ऑफ
एनएसएस डे' शीर्षक पर एक
वेबिनार आयोजित किया गया,
जिसमें महाविद्यालय की दो पूर्व
छात्राओं निकिता भारती और
सात्विका सिंह कॉलेज के बतौर
रिसोर्स पर्सन थी।

वेबिनार के दौरान, दोनों
छात्राओं ने स्वयंसेवकों को
सामुदायिक सेवा के बारे में
अपने विचारों को साझा करके
प्रेरित किया कि कैसे हम राष्ट्र



■ **एनएसएस स्वयंसेवकों को दी बधाई...** एक अन्य
गतिविधि में कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने वर्ष 2018-19 के लिए
एनएसएस पुरस्कार समारोह के वेबकास्ट में भाग लिया, जो भारत सरकार के
युवा मामलों और खेल मंत्रालय द्वारा आयोजित किया गया था। इसके आलावा
फिट इंडिया मूवमेंट, कोविड - 19 से सुरक्षा उपायों से संबंधित विभिन्न
जागरूकता गतिविधियां स्वयंसेवकों द्वारा संचालित की गईं, जिनमें योग, साइकिल
चलाना, मास्क और साबुन का वितरण आदि शामिल हैं। कॉलेज की प्रिंसिपल
डॉ. निशा भार्गव ने सामुदायिक सेवा के क्षेत्र में अनुकरणीय कार्य करके अपने
जीवन में 'नॉट मी बट यू' के एनएसएस आदर्श वाक्य का अनुकरण करने के
लिए एमसीएम एनएसएस स्वयंसेवकों को बधाई दी।

सेवा में भागीदार बन सकते हैं
तथा उन्हें स्वच्छ भारत, फिट
इंडिया मूवमेंट से संबंधित
पहलुओं व वर्तमान महामारी के
समय में स्वयं को एवं समुदाय
को सुरक्षित रखने के लिए

सावधानियां बरतने एवं जागरूक
करने के लिए प्रोत्साहित किया।
प्रतिभागियों को मन से समुदाय
की भलाई के लिए चिंतन करने,
रचनात्मक एवं सामाजिक भलाई
के कार्यों में संलग्न होने को कहा।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

https://www.facebook.com/226512264481701/posts/960697967729790/?sfnsn=wiws_pwa

<https://www.instagram.com/p/CFqg1WWBmH5/?igshid=utdm0m3y57ti>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1310415267210473475?s=20>

**INDEX OF THE ACTIVITIES DONE IN QUARTER – III
(OCTOBER – DECEMBER 2020)**

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS (Hrs)
1.	Cleanliness Drive and Plog Run on the occasion of the 151 st Birth Anniversary of Mahatma Gandhi Ji	38	1-2 October 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	6 hrs
2.	Pledge by the Volunteers of NSS and NCC against COVID-19.	130 (+16 NCC candidates)	8 October 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	1 hr
3.	World Food Day Celebration	20	16 October 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
4.	NSS Orientation Cum Induction Programme 2020	230	29 October 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
5.	Celebration of National Unity Day (Rastriya Ekta Diwas)	100	31 October 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs
6.	State/University Level Selection of NSS Volunteers for NSS Pre-Republic Day Parade Camp 2020	2	5 November 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	8 hrs
7.	Workshop on 'Soil' Under Sustainable Urban Farming organized by the Committees of Skill	100	11 November 2020	Dr. Gurvinder Kaur Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS (Hrs)
	Development and Sustainable Practices and the NSS Units of the College				
8.	Celebration of Diwali	100	12 November - 15 November 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	8 hrs
9.	Inter-College Poster making Competition on the occasion of Constitution Day Celebration 2020	106	24 November - 26 November 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	5 hrs
10.	National Level Quiz on World AIDS Day	250	1 December 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	3 hrs
11.	Celebration of International Day of Persons with Disabilities	100 volunteers + 38 students of SOREM	3 December 2020	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	7 hrs

QUARTER – III (OCTOBER – DECEMBER 2020)

TITLE OF THE ACTIVITY: CLEANLINESS DRIVE AND PLOG RUN ON THE OCCASION OF THE 151ST BIRTH ANNIVERSARY OF MAHATMA GANDHI JI

Date: 2 October 2020

Number of NSS Volunteers participated: 38

Objectives:

- To commemorate the 151st birth anniversary of the father of our nation, Mahatma Gandhi Ji
- To encourage volunteers to include sports and physical activities in their everyday lives and promote *Fit India Freedom Run*
- To motivate the volunteers to clean their surroundings and help in the proper waste disposal

The Context: To commemorate the 151st birth anniversary of the father of our nation, Mahatma Gandhi Ji, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a cleanliness drive on 2nd October 2020, and participated in a plog run, where NSS volunteers joined hands and cleaned their neighbouring areas while running/cycling/jogging. This event was conducted under *Swachh Bharat Abhiyan* which was coupled with *Fit India Freedom Run movement*. *Swachh Bharat Abhiyan* was launched by Hon'ble Prime Minister of India Shri Narendra Modi on 2nd October 2014 throughout the length and breadth of the country as a National movement that aimed to achieve the vision of a 'Clean India'. In 2019, another event - *Fit India Movement* was launched by our worthy Prime Minister that aimed to encourage Indians to include fitness activities and sports in their daily lives and pave way for a healthy and fit lifestyle. On this occasion, 'Fit India Freedom Run' was launched by Minister of State for Youth Affairs & Sports (Independent Charge) and Minister of State for Minority Affairs under which *Fit India Plog Run* was organized. This aimed at achieving the dual objective of creating *a clean and fit India*.

In this event, NSS volunteers enthusiastically participated in the 2 kms plog run at their respective places. They cleaned their surroundings, picked up litter, and swept areas near their homes. In addition, the volunteers distributed masks, soaps and sanitizers to people.

The Practice: To commemorate the 151st birth anniversary of Mahatma Gandhi Ji, NSS Volunteers organized a cleanliness drive and participated in a plog run at their respective places while maintaining social distance and taking all COVID-19 related precautionary measures. The event was organized under the guidance of NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari. The main aim of the event was to ensure cleanliness and promote the concept of *Swachh Bharat*, *Swastha Bharat*, and be the part of Fit India



Freedom Run. Around 38 NSS volunteers participated in the 2 kms plog run and while running and jogging, they picked up litter, swept the nearby areas, and collected the



waste in eco-friendly reusable bags. A few volunteers cycled, performed yoga asanas, and breathing exercises. The volunteers also distributed soaps, sanitizers, and masks to the needy people during the run while observing social distancing norms. In addition, some of the volunteers helped in cleaning the agricultural land, planted trees in the barren area, and promoted the concept of sustainable farming. A poem was also written by one of the NSS Volunteers – Ms Nancy Sharma on the occasion. It highlighted the importance of Swachhta

in daily life.

Besides, a massive cleanliness drive was organized by the NSS committee on 1st October 2020. The main aim of the drive was to thoroughly clean the area of the campus while taking all the precautions during COVID-19 pandemic. Although,

cleanliness of campus is a routine activity, this time, due to COVID-19, some extra steps were also taken. Following cleanliness related activities were undertaken:

- Campus lawns, parking area, administrative buildings, library, staff rooms, hostels, Celebration Ground, Panghat Area etc. were thoroughly broomed and cleaned
- Extra precautions were taken while cleaning the library
- Cleaning of classrooms, window panes and switch boards
- Unwanted weeds and shrubs around the periphery and in the campus were removed
- Segregation of waste into biodegradable and non-biodegradable (Both the wet waste and dry waste were collected at different places and later on wet waste was disposed of in the compost pits).
- Thorough cleaning of dustbins and their proper placement at respective areas.
- Cleaning and sanitization of washrooms with cleaning solutions
- Door handles and handrails were all sanitized.
- Aquatic pond situated in the College Botanical Garden was cleaned thoroughly and weeds were removed.
- Laboratories were cleaned and sanitized
- The garden waste of the campus which is already being converted into nutrient



enriched compost (in inhouse compost pits) was used for gardening purpose.

Evidence of Success: By the end of the plog run, the volunteers had cleaned their surrounding areas and promoted the concept of *Swachh Bharat*, *Swastha Bharat*, and Fit India among people. They also felt energized after the run and distributed masks and sanitizers.

In addition, a short-compiled video highlighting the initiatives undertaken during the event was shot and shared on several social platforms.

Links of videos and posts uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/watch/?v=2840535286236296>

https://www.instagram.com/tv/CF3WRUUhXMu/?utm_source=ig_web_copy_link

https://youtu.be/28_ZDJvuVz0

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1312220355562409988>

Poem by Ms. Nancy Sharma:

मैं गांधी नहीं हूँ !	हमें इन कंधों पर एक स्वच्छ समाज बनाना है।
हूँ एक आम सा नागरिक!	हमें रोकना है उस बच्चे को
अकेला चला था	जो चिप्स का पैकेट यूँ ही फेंक देता है।
आज कारवां बन गया हूँ	और समझाना है
हमें हौसला बहुत है	पड़ोस वाले चाचा को
भले ही मुश्किल ज्यादा है!	जो प्लास्टिक को जलाकर उसमें हाथ सेक लेता
स्वच्छ हो मन !	है।
और हर घर गली मोहल्ला,	करना होगा हमला
सफल हो स्वच्छ भारत अभियान	नाली के उस पानी पर
बस यही इरादा है।	और उन कूड़े के ढेरों पर,
कस ली है कमर हमने	वह जागेंगे देखकर तुम्हें
आज फिर सफाई करने का ठाना है।	पर चलना होगा पहले
स्वयंसेवक यूँ ही नहीं कहलाता	तुम्हें उठकर अपने पैरों पर।।







Media Clippings:

एमसीएम में गांधी जयंती पर कई प्रतियोगिताएं

माई सिटी रिपोर्टर

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन ने महात्मा गांधी की 150वीं जयंती के द्वितीय वर्ष के समापन समारोह पर स्वच्छता अभियान का आयोजन किया। राष्ट्रपिता को श्रद्धांजलि के रूप में कॉलेज ने दो दिनों की अवधि में विभिन्न गतिविधियों और प्रतियोगिताओं का आयोजन किया।

कॉलेज के संगीत विभाग ने महात्मा गांधी को विभाग के शिक्षकों और छात्राओं द्वारा गाए गए भावपूर्ण गांधी भजन के वीडियो के माध्यम से एक संगीतमय श्रद्धांजलि दी। वीडियो को कॉलेज के आधिकारिक सोशल मीडिया अकाउंट्स पर जारी किया गया। कॉलेज की एनएसएस समिति की ओर से एक व्यापक स्वच्छता अभियान का आयोजन किया गया। इसमें पूरे परिसर में स्वच्छता से संबंधित गतिविधियां आयोजित की गईं। कॉलेज की स्वच्छ समिति (कला) ने गांधीवादी दर्शन पर एक ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया। इसमें 136 छात्रों ने हिस्सा लिया। ललित कला विभाग ने 'स्वच्छ भारत सेवा' विषय पर एक पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इसमें 95 से अधिक छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कॉलेज के संस्कृत विभाग ने गांधी: स्वदेशी और स्वच्छ पर एक ऑनलाइन स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता आयोजित की। इसमें 60 से अधिक प्रतिभागियों ने गांधीवादी दर्शन के मूल्यों को व्यक्त किया। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने सभी प्रतियोगिताओं के विजेताओं को बधाई दी।



एमसीएम में पोस्टर मेकिंग में हिस्सा लेती छात्रा।

ये रहा परिणाम

पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में मुस्कान और आस्था ने पहला, सेहर एवं वंशिका गुप्ता ने द्वितीय तथा आकृति, अस्मिता व तान्या सिंगला को तृतीय पुरस्कार दिया गया। स्लेगन राइटिंग प्रतियोगिता में कृतिका, अक्षिता और मनीषा को पहला पुरस्कार मिला। मेहा, भावना और पद्मिनी राय को दूसरा तथा प्रैसी और महक को तीसरा पुरस्कार दिया गया। राष्ट्रीय ऑनलाइन निबंध लेखन प्रतियोगिता में हरनाज सिक्ंद ने प्रथम पुरस्कार प्राप्त किया। जबकि वंशिका को दूसरा पुरस्कार और अश्वनूर खुराना को तीसरा पुरस्कार मिला। विजेताओं को नकद पुरस्कार से सम्मनित किया गया। सभी प्रतियोगियों को ई-सर्टिफिकेट भी दिए गए।

एमसीएम डीएवी कॉलेज ने गांधी जयंती पर स्वच्छता जागरूकता अभियान चलाया



(फास्ट मीडिया) चंडीगढ़, विनोद कुमार। महात्मा गांधी की 150वीं जयंती के द्वितीय वर्ष के समापन स्मरणोत्सव में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने भारत सरकार के स्वच्छ भारत अभियान के तहत स्वच्छता जागरूकता अभियान का आयोजन किया। कॉलेज के संगीत विभाग ने महात्मा गांधी को विभाग के शिक्षकों एवं छात्राओं द्वारा गाए गए भावपूर्ण गांधी भजन के वीडियो के माध्यम से एक समृद्ध संगीतमय श्रद्धांजलि दी। कॉलेज की एनएसएस समिति द्वारा एक व्यापक स्वच्छता अभियान का आयोजन किया गया, जिसमें पूरे परिसर में स्वच्छता से संबंधित गतिविधियों की गईं। कैम्पस लॉन, पार्किंग क्षेत्र, प्रशासनिक भवन, लाइब्रेरी, स्टाफ रूम और हॉस्टल की सफाई, बायोडिग्रेडेबल और नॉन-बायोडिग्रेडेबल कचरे का पृथक्करण, वॉशरूम और प्रयोगशालाओं की सफाई इस स्वच्छता जागरूकता अभियान में शामिल थे। महाविद्यालय की स्वच्छ समिति (कला) ने गांधीवादी दर्शन पर एक ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया जिसमें 136 छात्रों की भारी भागीदारी देखी गई। ललित कला विभाग ने स्वच्छ भारत सेवा विषय पर एक पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन

किया जिसमें 95 से अधिक छात्राओं ने भाग लिया। कॉलेज के संस्कृत विभाग ने 'गांधी: स्वदेशी और स्वच्छ' पर एक ऑनलाइन स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता करवाई, जिसमें 60 से अधिक प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया। कॉलेज के पोस्ट ग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ कॉमर्स ने कॉलेज की स्वच्छता समिति के तत्वाधान "कोविड-19: ए बूस्टर शॉट टू स्वच्छ भारत मिशन" विषय पर राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता में राष्ट्र भर के 65 से भी अधिक विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। प्रतियोगिता के परिणाम 2 अक्टूबर 2020 को महात्मा गांधी की जयंती पर घोषित हुए। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में मुस्कान एवं आस्था ने पहला, सेहर एवं वंशिका गुप्ता ने दूसरा, आकृति, अस्मिता, तान्या सिंगला ने तीसरा स्थान पाया। स्लोगन राइटिंग में कृतिका, अक्षिता और मनीषा ने पहला, मेहा, भावना और पद्मिनी राय ने दूसरा जबकि प्रैसी और महक ने तीसरा स्थान पाया। राष्ट्रीय ऑनलाइन निबंध लेखन प्रतियोगिता में हरनाज सिक्ंद ने पहले, वंशिका दूसरे और अश्वनूर खुराना तीसरे स्थान पर रहे। विजेताओं को नकद पुरस्कार और प्रतिभागियों को ई-सर्टिफिकेट प्रदान किए गए। कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने सभी प्रतियोगिताओं के विजेताओं को बधाई दी और गांधी जी के जीवन पर प्रकाश डाला। डॉ. भार्गव ने कॉलेज के स्वच्छता समिति, संगीत विभाग, संस्कृत विभाग, वाणिज्य विभाग, एनएसएस इकाइयों की स्वच्छता के प्रति विभिन्न प्रकार के आयोजनों के माध्यम से जागरूकता बढ़ाने के लिए उनके द्वारा किये गए प्रयासों को सराहा।

एमसीएम ने गांधी जयंती पर स्वच्छता जागरूकता अभियान

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। महात्मा गांधी की 150 वीं जयंती के द्वितीय वर्ष के समापन स्मरणोत्सव में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने भारत सरकार के स्वच्छ भारत अभियान के तहत स्वच्छता जागरूकता अभियान का आयोजन किया। राष्ट्रपिता को श्रद्धांजलि के रूप में कॉलेज ने दो दिनों की अवधि में विभिन्न गतिविधियों और प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। कॉलेज के संगीत विभाग ने महात्मा गांधी को विभाग के शिक्षकों एवं छात्रों द्वारा गाए गए भावपूर्ण गांधी भजन के वीडियो के माध्यम से एक समृद्ध संगीतमय श्रद्धांजलि दी। वीडियो को कॉलेज के आधिकारिक सोशल मीडिया अकाउंट्स पर जारी किया गया। कॉलेज की एनएसएस समिति द्वारा एक व्यापक स्वच्छता अभियान का आयोजन किया गया, जिसमें पूरे परिसर में स्वच्छता से संबंधित गतिविधियाँ की गईं। कैपस लॉन, पार्किंग क्षेत्र, प्रशासनिक भवन, लाइब्रेरी, स्टाफ रूम और हॉस्टल की सफाई, बायोडिग्रेडेबल और नॉन-बायोडिग्रेडेबल कचरे का पृथक्करण, वाशरूम और प्रयोगशालाओं की सफाई इस स्वच्छता जागरूकता अभियान में शामिल थे।

महाविद्यालय की स्वच्छ समिति (कला) ने गांधीवादी दर्शन पर एक ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया जिसमें 136 छात्रों की भारी भागीदारी देखी गई। ललित कला विभाग ने दृढ़ स्वच्छ भारत सेवा विषय पर एक पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया जिसमें 95 से अधिक छात्रों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया एवं रचनात्मक पोस्टर बनाकर महात्मा गांधी के सपने और भारत सरकार की स्वच्छ भारत की पहल को पूर्ण रूप से साकार करने की दिशा में एकजुट होकर काम करने का आग्रह किया। कॉलेज के संस्कृत विभाग ने 100% गांधी-स्वदेशी और स्वच्छ पर एक ऑनलाइन स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता आयोजित की, जिसमें 60 से अधिक प्रतिभागियों ने गांधीवादी दर्शन के मूल्यों को व्यक्त किया। कॉलेज के पोस्ट ग्रेजुएट डिपार्टमेंट ऑफ कॉमर्स ने कॉलेज की स्वच्छता समिति के तत्वाधान में -कौविद -



19-ए बूस्टर शॉट दृढ़ स्वच्छ भारत मिशन- विषय पर राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने निबंध के रूप में अपने विचारों को उजागर किया कि किस प्रकार कोरोनावायरस महामारी ने देश के स्वच्छ भारत मिशन को अग्रसर किया। प्रतियोगिता में राष्ट्र भर के 65 से भी अधिक विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। प्रतियोगिता के परिणाम 2 अक्टूबर 2020 को महात्मा गांधी की जयंती पर घोषित किए गए। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में मुस्कान एवं आस्था ने पहला पुरस्कार प्राप्त किया। सेहल एवं वंशिका गुप्ता दो द्वितीय तथा आकृति, अस्मिता, तान्या सिंगला को तृतीय पुरस्कार दिया गया। स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता में कृतिका, अश्विनी और मनीषा को पहला पुरस्कार मिला। मेहा, भावना और पद्मिनी राय को दूसरा पुरस्कार

दिया गया तथा प्रैसी और महक तो तीसरा पुरस्कार दिया गया। राष्ट्रीय ऑनलाइन निबंध लेखन प्रतियोगिता में हरनाज सिकंद ने प्रथम पुरस्कार प्राप्त किया जबकि वंशिका को दूसरा पुरस्कार और अश्विनी खुराना को तीसरा पुरस्कार मिला। विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रदान किये गए तथा सभी प्रतिभागियों को ई-सर्टिफिकेट भी दिए गए। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने सभी प्रतियोगिताओं के विजेताओं को बधाई देते हुए कहा कि महात्मा गांधी की गांधी से महात्मा तक की जीवन यात्रा हर किसी के लिए अनुकरणीय है। उन्होंने कहा कि आज स्वच्छ भारत के बारे में महात्मा गांधी का विचार सर्वाधिक प्रासंगिक है। क्योंकि इन विचारों में स्वच्छता के अंतर्गत मन, शरीर और आत्मा की स्वच्छता, परिवेश की स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, ग्राम विकास इत्यादि शामिल हैं। डॉ. भार्गव ने कॉलेज के स्वच्छता समिति, संगीत विभाग, संस्कृत विभाग, वाणिज्य विभाग, एनएसएस इकाइयों की स्वच्छता के प्रति विभिन्न प्रकार के आयोजनों के माध्यम से जागरूकता बाने के लिए उनके द्वारा किये गए प्रयासों की सराहना की।

TITLE OF THE ACTIVITY: PLEDGE BY THE VOLUNTEERS OF NSS AND NCC AGAINST COVID-19

Date: 8 October 2020

Number of NSS Volunteers participated: 130 NSS Volunteers and 16 NCC cadets

Objectives:

- To spread awareness among all regarding COVID-19
- To encourage the students to take necessary precautions so as to curtail the spread of this deadly virus
- To create a strong unified voice to maximize the impact
- To encourage all to follow the key COVID-19 appropriate behaviours

The Context: The COVID -19 pandemic is affecting the whole world which is an infectious disease caused by a newly discovered coronavirus. The COVID-19 virus spreads primarily through droplets of saliva or discharge from the nose when an infected person coughs or sneezes. The best way to prevent and slow down the

transmission is to take all the necessary precautions to protect yourself and others from corona virus by washing your hands and not touching your face.



The Practice: On 8th October, under the able guidance of the worthy Principal Dr. Nisha Bhargava, the NSS volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Sector 36-A, Chandigarh along with NCC cadets, teaching and non-teaching staff members took a virtual pledge to fight against the COVID-19 and spread its awareness among people. During the pledge, volunteers pledged to follow the COVID-19 related guidelines issued

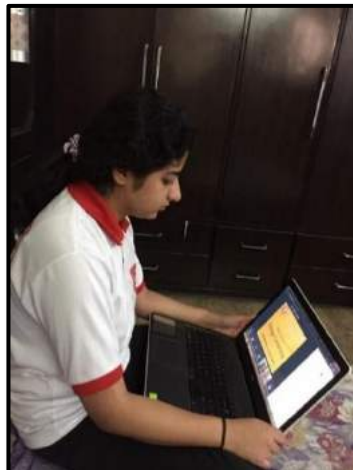
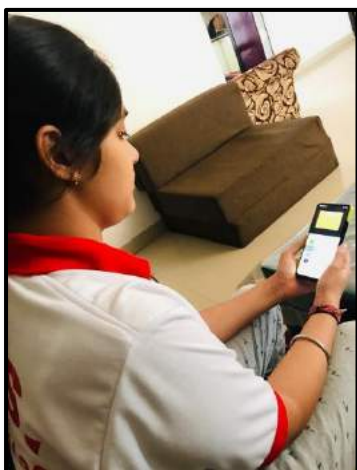
by the Government and encourage others to follow and adopt the same. In her concluding remarks, Dr Nisha Bhargava applauded the efforts of NSS and NCC volunteers in curbing the spread of COVID-19 through their awareness campaigns that they undertook during the last few months and motivated them to serve the society and nation with their work. At the end, all the Volunteers were determined to fight for the cause.

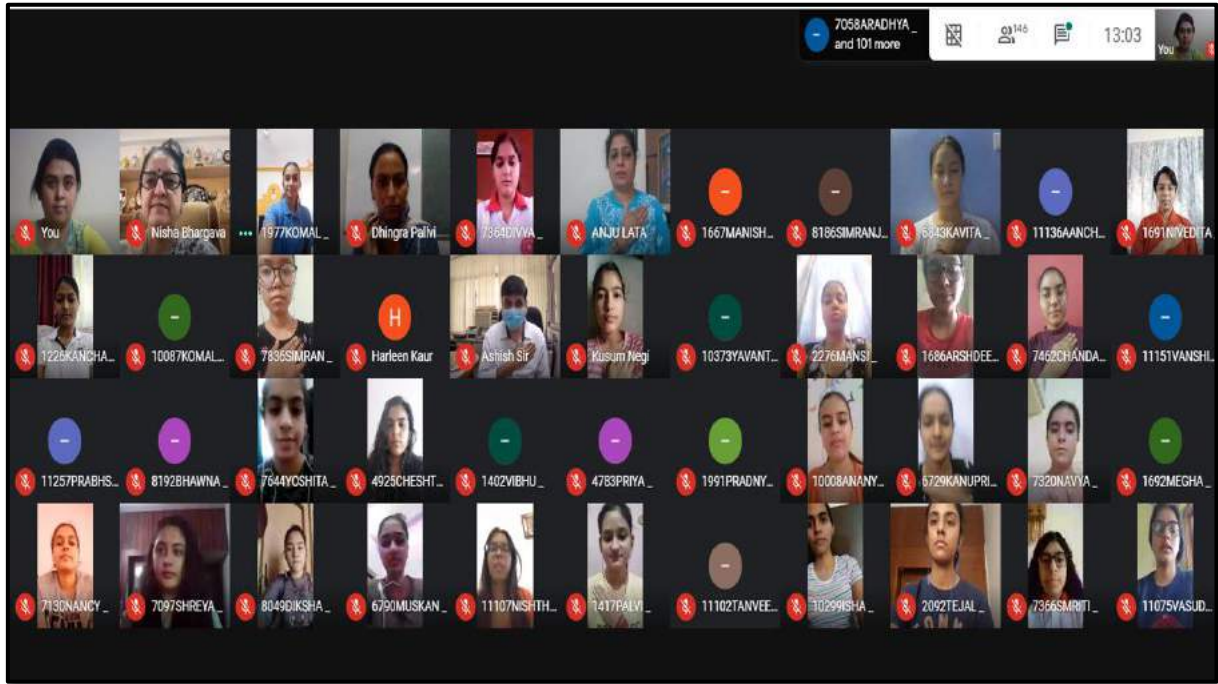
Evidence of Success: Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/970971650035755>

https://www.instagram.com/p/CGMuZrFhHzA/?utm_source=ig_web_copy_link

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1315229315915685888>





Media Clippings:

एमसीएम में एनएसएस स्वयंसेवकों और एनसीसी कैडेटों ने लिया कोविड -19 की रोकथाम का संकल्प

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। कोविड -19 से सुरक्षा संबंधी उपायों के प्रति लोगों को जागरूक करने एवं इसकी रोकथाम के लिए मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के एनएसएस स्वयंसेवकों, टीचिंग एवं नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्यों ने ऑनलाइन प्रतिज्ञा ली। 150 से अधिक स्वयंसेवकों ने भारत सरकार द्वारा जारी सभी कोविड -19 संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करने और दूसरों को भी इन नियमों के प्रति जागरूक कर उनका पालन करवाने के लिए प्रोत्साहित करने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए, कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने पिछले कुछ महीनों के दौरान अपने जागरूकता अभियानों के माध्यम से कोविड -19 के प्रसार पर अंकुश लगाने के लिए कॉलेज के एनसीसी एवं एनएसएस स्वयंसेवकों के अनुकरणीय प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आगे भी अपने निस्वार्थ काम के माध्यम से समाज और राष्ट्र की सेवा करने के लिए उन्हें प्रेरित किया और सभी छात्राओं से अपील की कि वे घातक वायरस से बचाव के लिए कोविड -19 रोकथाम प्रोटोकॉल के पालन के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए अपनी जिम्मेदारी का एहसास करें।

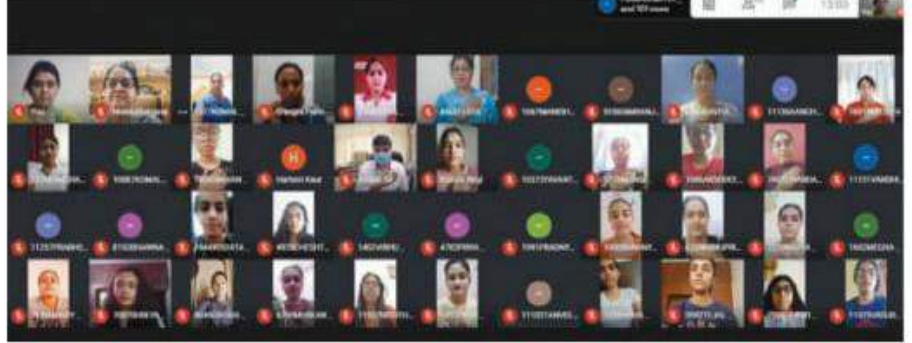
एनसीसी कैडेटों ने लिया कोरोना की रोकथाम का संकल्प

चंडीगढ़। कोविड -19 से सुरक्षा संबंधी उपायों के प्रति लोगों को जागरूक करने एवं इसकी रोकथाम के लिए मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के एनएसएस स्वयंसेवकों, टीचिंग एवं नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्यों ने ऑनलाइन प्रतिज्ञा ली। 150 से अधिक स्वयंसेवकों ने भारत सरकार द्वारा जारी सभी कोविड -19 संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करने और दूसरों को भी इन नियमों के प्रति जागरूक कर उनका पालन करवाने के लिए प्रोत्साहित करने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए, कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने पिछले कुछ महीनों के दौरान अपने जागरूकता अभियानों के माध्यम से कोविड -19 के प्रसार पर अंकुश लगाने के लिए कॉलेज के एनसीसी एवं एनएसएस स्वयंसेवकों के अनुकरणीय प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आगे भी अपने निस्वार्थ काम के माध्यम से समाज और राष्ट्र की सेवा करने के लिए उन्हें प्रेरित किया और सभी छात्राओं से अपील की कि वे घातक वायरस से बचाव के लिए कोविड -19 रोकथाम प्रोटोकॉल के पालन के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए अपनी जिम्मेदारी का एहसास करें।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में एनएसएस स्वयंसेवकों और एनसीसी कैडेटों ने लिया कोविड-19 की रोकथाम का संकल्प

ह्यूमन इंडिया/विनोद कुमार चंडीगढ़। कोविड-19 से सुरक्षा संबंधी उपायों के प्रति लोगों को जागरूक करने एवं इसकी रोकथाम के लिए मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के एनएसएस स्वयंसेवकों, टीचिंग एवं नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्यों ने ऑनलाइन प्रतिज्ञा ली।

150 से अधिक स्वयंसेवकों ने भारत सरकार द्वारा जारी सभी कोविड-19 संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करने और दूसरों को भी इन नियमों के प्रति जागरूक कर उनका पालन करवाने के लिए प्रोत्साहित करने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वयंसेवकों को



संबोधित करते हुए, कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने पिछले कुछ महीनों के दौरान अपने जागरूकता अभियानों के माध्यम से कोविड-19 के प्रसार पर अंकुश लगाने के लिए कॉलेज के एनसीसी

एवं एनएसएस स्वयंसेवकों के अनुकरणीय प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आगे भी अपने निस्वार्थ काम के माध्यम से समाज और राष्ट्र की सेवा करने के लिए उन्हें प्रेरित किया और सभी

छात्राओं से अपील की कि वे घातक वायरस से बचाव के लिए कोविड-19 रोकथाम प्रोटोकॉल के पालन के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए अपनी जिम्मेदारी का एहसास करें।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में स्वयंसेवकों ने लिया कोविड-19 की रोकथाम का संकल्प

चंडीगढ़। कोविड-19 से सुरक्षा संबंधी उपायों के प्रति लोगों को जागरूक करने एवं इसकी रोकथाम के लिए मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के एनएसएस स्वयंसेवकों, टीचिंग एवं नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्यों ने ऑनलाइन प्रतिज्ञा ली। 150 से अधिक स्वयंसेवकों ने भारत सरकार द्वारा जारी सभी कोविड-19 संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करने और दूसरों को भी इन नियमों के प्रति जागरूक कर उनका पालन करवाने के लिए प्रोत्साहित करने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने पिछले कुछ महीनों के दौरान अपने जागरूकता अभियानों के माध्यम से कोविड-19 के प्रसार पर अंकुश लगाने के लिए कॉलेज के एनसीसी एवं एनएसएस स्वयंसेवकों के अनुकरणीय प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आगे भी अपने निस्वार्थ काम के माध्यम से समाज और राष्ट्र की सेवा करने के लिए उन्हें प्रेरित किया और सभी छात्राओं से अपील की कि वे घातक वायरस से बचाव के लिए कोविड-19 रोकथाम प्रोटोकॉल के पालन के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए अपनी जिम्मेदारी का एहसास करें।

व्याक्तत्व पर कथा होगी।

वॉलंटियर्स ने कोविड-19 की रोकथाम का लिया संकल्प

चंडीगढ़, 9 अक्टूबर (आशीष): कोविड-19 से सुरक्षा संबंधी उपायों के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए सैक्टर-36 मेहर चंद महाजन डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वीमेन के एन.एस.एस. स्वयंसेवकों, टीचिंग एवं नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्यों ने ऑनलाइन



प्रतिज्ञा ली। 150 से अधिक स्वयंसेवकों ने कोविड-19 संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करने और दूसरों को भी इन नियमों के प्रति जागरूक कर उनका पालन करवाने के लिए प्रोत्साहित करने का संकल्प लिया।

कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने पिछले कुछ महीनों के दौरान अपने जागरूकता अभियानों के माध्यम से कोविड-19 के प्रसार पर अंकुश लगाने के लिए कॉलेज के एन.सी.सी. एवं एन.एस.एस. स्वयंसेवकों के अनुकरणीय प्रयासों की सराहना की।



(फास्ट मीडिया) चंडीगढ़, विनोद कुमार। कोविड -19 से सुरक्षा संबंधी उपायों के प्रति लोगों को जागरूक करने एवं इसकी रोकथाम के लिए मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के एनएसएस स्वयंसेवकों, टीचिंग एवं नॉन टीचिंग स्टाफ सदस्यों ने ऑनलाइन प्रतिज्ञा ली। 150 से अधिक स्वयंसेवकों ने भारत सरकार द्वारा जारी सभी कोविड -19 संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करने और दूसरों को भी इन नियमों के प्रति जागरूक कर उनका पालन करवाने के लिए प्रोत्साहित करने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए, कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने पिछले कुछ महीनों के दौरान अपने जागरूकता अभियानों के माध्यम से कोविड-19 के प्रसार पर अंकुश लगाने के लिए कॉलेज के एनसीसी एवं एनएसएस स्वयंसेवकों के अनुकरणीय प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आगे भी अपने निस्वार्थ काम के माध्यम से समाज और राष्ट्र की सेवा करने के लिए उन्हें प्रेरित किया और सभी छात्राओं से अपील की कि वे घातक वायरस से बचाव के लिए कोविड -19 रोकथाम प्रोटोकॉल के पालन के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए अपनी जिम्मेदारी को सहसास करें।

TITLE OF THE ACTIVITY: WORLD FOOD DAY CELEBRATION

Date: 16 October 2020

Number of NSS Volunteers participated: 20

Objectives:

- Spreading the message not to waste the food
- Distributing valuable things to needy people
- Encouraging the participants to help needy people and bring smiles onto their faces.
- To increase awareness among the volunteers about World food day

The Context: On 16th October 2020, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women celebrated World Food Day where the NSS volunteers distributed food to the needy people and generated awareness regarding the importance of food.

The Practice: The NSS Volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh celebrated World Food Day under the supervision of NSS programme Officers Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari. During the event, NSS volunteers distributed food, milk, fruit and food to needy people. They also



prepared posters spreading the message not to waste food. Waste for one could become a need for someone else.

With this motto, the volunteers distributed the food articles and spread smiles onto their faces. People shared how they had earlier felt neglected in society but this activity had uplifted their confidence. They eventually felt taken care of and a part of the society.

The volunteers were encouraged to prepare healthy food for the needy people as this was necessary to them during this pandemic. It was an initiative taken by the college to spread awareness among all the NSS volunteers. The members took the necessary precautions by wearing a mask and maintaining distance. At the end, all the NSS volunteers felt that this was a real service towards society. All the volunteers were strongly determined to encourage others to fight against COVID-19. The volunteers were also fully aware and informed about the importance of this day.



Evidence of Success Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1317442965749395456>

https://www.instagram.com/tv/CGcdLvLBzld/?utm_source=ig_web_copy_link

https://youtu.be/yP_kmmRp3-0

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/979703252495928/?sfnsn=wiwspwa>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/976130142853239/?sfnsn=wiwspwa>





न्यूज ब्रीफ

एमसीएम ने वर्ल्ड फूड-डे का आयोजन



चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन की एनएसएस इकाइयों ने विश्व खाद्य दिवस का आयोजन किया। खाद्य सुरक्षा के बारे में जागरूकता फैलाने के उद्देश्य आयोजित इस आयोजन में एनएसएस स्वयंसेवकों ने स्वस्थ एवं पौष्टिक आहार को बढ़ावा देने की आवश्यकता को दर्शाते हुए पोस्टर बनाए। स्वयंसेवकों ने अपने निवास स्थान पर अपने पड़ोस में जरूरतमंदों को खाद्य सामग्री भी वितरित की। एक अन्य ऑनलाइन गतिविधि में, कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग ने 'फूड बिजनेस : मॉडलिंग द रोल मॉडल' का आयोजन किया। डॉ आशीष कुमार सिंह, प्रिंसिपल साइंटिस्ट, फूड साइंस एंड टेक्नोलॉजी, एन्ड आई सी सी बिजनेस प्लानिंग एन्ड डवलपमेंट यूनिट, डेयरी टेक्नोलॉजी डिवीजन आईसीएआर-एनडीआरआई, करनाल ने बतौर मुख्य अतिथि इस ऑनलाइन गतिविधि में उपस्थित थे। गतिविधि का अंतर्निहित उद्देश्य छात्रों को उद्योग की गहन देने के साथ साथ इस खाद्य क्षेत्र में उनके कौशल को समृद्ध करने, खाद्य व्यवसायों को अच्छी तरह से जानने और समझने का अवसर देना था। इस गतिविधि में कुल 30 छात्रों ने अपनी प्रस्तुतियों दीं जिनमें उन्होंने स्वयं को खाद्य व्यवसाय के मालिक के रूप में दर्शाते हुए, उस व्यवसाय के बारे में जानकारी साझा की कि उन्होंने इसे कैसे शुरू किया, उन्हें किस प्रकार की चुनौतियों का सामना करना पड़ा, किस प्रकार के उतार-चढ़ाव उन्होंने इस व्यवसाय में देखे, उनके इस व्यवसाय में भविष्य के लिए क्या योजनाएँ हैं इत्यादि शामिल थे। इस प्रतियोगिता में विजेताओं को नकद पुरस्कार से सम्मानित किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि वर्तमान महामारी ने स्वस्थ, सुरक्षित और पौष्टिक भोजन के प्रति सभी का ध्यान आकर्षित किया है और इस वर्ष का विश्व खाद्य दिवस और भी अधिक प्रासंगिक हो गया है। उन्होंने कहा कि इस समय एक मजबूत खाद्य प्रणाली की आवश्यकता के बारे में जागरूकता की आवश्यकता है जिससे की सभी को स्वस्थ और पौष्टिक आहार मिले।

TITLE OF THE ACTIVITY: NSS ORIENTATION CUM INDUCTION PROGRAMME 2020

Date: 29 October 2020

Number of participants: 200

Objectives:

- To welcome new volunteers and apprise them about the various activities and special camps conducted in NSS
- To inform the volunteers about the aims, objectives and benefits of being a volunteer
- To promote the idea of selfless service towards community work
- To motivate and recognize efforts of volunteers and instil the idea of personality and character development through social work

The Context: On 29th October, 2020, NSS Orientation cum Induction programme was held virtually for the existing as well as newly recruited volunteers for the session 2020-2021. The ceremony was conducted to mark the volunteer's formal introduction and entry to NSS and elaborate its functioning. It was graced by Mr Bikram Singh Rana, State Liaison Officer (NSS), Chandigarh Administration who delivered a motivating address.

The Practice: During the event, Principal Dr Nisha Bhargava apprised the audience of the novel initiatives undertaken by the college including composting, sustainable and skill related practices. She also appreciated the efforts of NSS Units that consistently contributed to flagship programs such as Swachh Bharat Abhiyan, Swachhta Pakhwada, POSHAN Maah, Ek Bharat Shreshtha Bharat (EBSB), Unnat Bharat



Abhiyan (UBA) and praised their work that was undertaken in rural areas during Swachh Bharat Summer Internship 2.0 - 2019. She expressed her gratitude to Dr Punam Suri ji, Padma Shree Awardee, Hon'ble President, DAV College Managing Committee, New Delhi for his visionary leadership and for his encouraging words at all times and especially during the deadliest outbreak of coronavirus. She also thanked Shri H.R. Gandhar ji, Senior Governing Body member of the College and Vice President DAVCMC for his valuable guidance at all times.

The Orientation cum Induction Programme was graced by Mr. Bikram Singh Rana, State Liaison Officer (NSS), Chandigarh Administration, who motivated and apprised the volunteers of various upcoming projects. He talked about the urgent need for everyone to work towards community outreach programs. He suggested that the NSS units should appoint cops from amongst themselves to focus on specific groups like senior citizens and persons with disabilities. He said that India must make focused and concerted efforts to join the league of developed nations.

As the new session started, volunteers joined with enthusiasm and excitement. NSS Programme Officers Dr Pallavi Rani and Dr Purnima Bhandari informed the volunteers about the benefits of joining NSS. Dr Pallvi Rani in her presentation explained the objectives, rules and regulations of NSS to the newly recruited NSS Volunteers. They were also enlightened about the symbol and motto of NSS. They were made aware of the special camps, competitions and events that take place as well as the efforts and achievements of the NSS Unit and the various activities conducted during the COVID-19 lockdown. Existing volunteers who had played an important role in organizing various NSS activities spoke about their personal journeys and motivated the volunteers to work efficiently and selflessly to give back to the society and help in all the ways they can.

Evidence of Success: By the end of the Orientation cum Induction Programme, the volunteers were well aware of the significance, objectives and rules and regulations of joining NSS and were filled with zeal to engage selflessly in constructive and efficient social action.

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

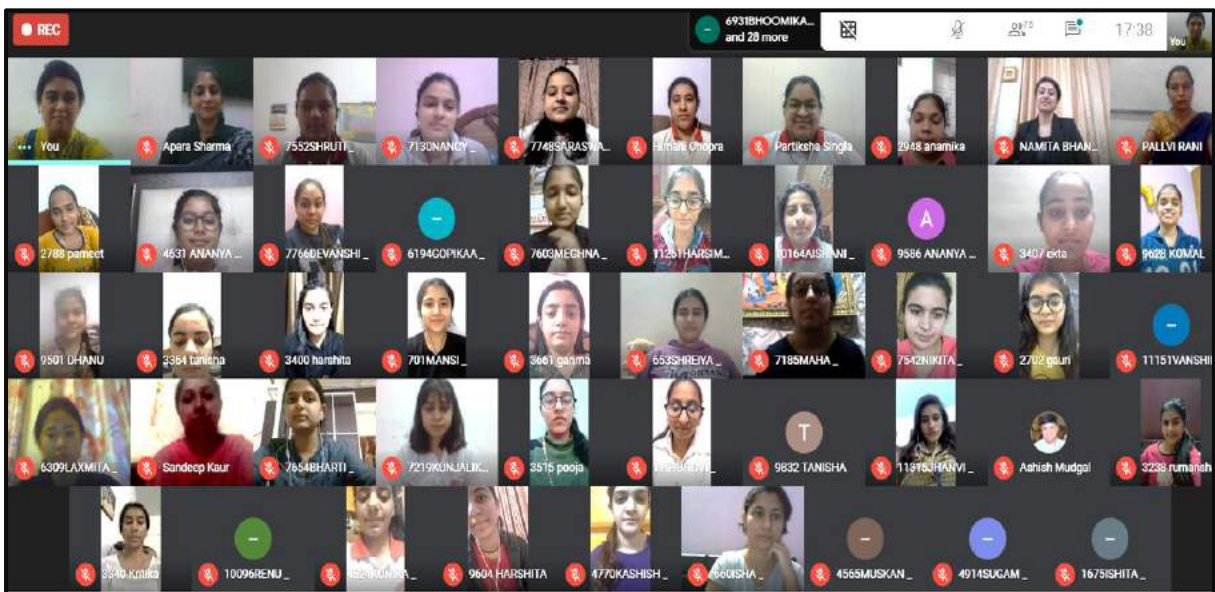
<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1322546577076940801?s=20>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/988164608316459/?sfnsn=wiwspwa>

<https://www.instagram.com/p/CHAUJeBv2u/?igshid=dl71ym0dykaa>



ANNUAL NSS REPORT (2020-21)



Media Clippings:

स्वयंसेवकों के लिये ऑनलाइन इंडक्शन कार्यक्रम चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन की एनएसएस इकाइयों ने सत्र 2020-2021 में शामिल किए गए नए स्वयंसेवकों के लिए एक ओरिएंटेशन कम इंडक्शन कार्यक्रम का आयोजन किया। समारोह में श्री बिक्रम सिंह राणा, स्टेट लायन ऑफिसर (एनएसएस), चंडीगढ़ प्रशासन बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। एनएसएस के स्वयंसेवकों को कॉलेज के एनएसएस इकाइयों के उद्देश्यों, कार्यप्रणाली और गतिविधियों से परिचित कराने के लिए आयोजित इस कार्यक्रम के शुभारंभ में प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने अपने स्वागत संबोधन में स्वयंसेवकों को कॉलेज की एनएसएस टीम द्वारा कई प्रेरक एवं अनुकरणीय कार्यों के बारे में बताते हुए नेक इरादे, दृढ़ संकल्प एवं एनएसएस के आदर्शों का पालन करते हुए समाजसेवा में निस्वार्थ भाव से संलग्न रहने के लिए प्रेरित किया। डॉ. भार्गव ने कहा कि कॉलेज की एनएसएस टीम ने विभिन्न क्षेत्रों में बड़े पैमाने पर काम किया जिनमें स्वच्छ भारत अभियान, स्वच्छ पखवाड़ा, पोषण माह, स्वच्छ भारत समर इंटरशिप जैसे कार्यक्रम शामिल हैं। उन्होंने कहा कि एनएसएस के आदर्श वाक्य 'नॉट मी बट यू' का अनुकरण करते हुए कॉलेज के स्वयंसेवकों ने सामुदायिक कल्याण के लिए वर्तमान महामारी के दौरान भी ऑनलाइन कार्यक्रमों के माध्यम से कई जागरूकता कार्यक्रमों का संचालन किया।

एनएसएस स्वयंसेवकों ने ऑनलाइन इंडक्शन कार्यक्रम में लिया भाग चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन की एनएसएस इकाइयों ने सत्र 2020-2021 में शामिल किए गए नए स्वयंसेवकों के लिए एक ओरिएंटेशन कम इंडक्शन कार्यक्रम का आयोजन किया। समारोह में बिक्रम सिंह राणा, स्टेट लायन ऑफिसर (एनएसएस), चंडीगढ़ प्रशासन बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। एनएसएस के स्वयंसेवकों को कॉलेज के एनएसएस इकाइयों के उद्देश्यों, कार्यप्रणाली और गतिविधियों से परिचित कराने के लिए आयोजित इस कार्यक्रम के शुभारंभ में प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने अपने स्वागत संबोधन में स्वयंसेवकों को कॉलेज की एनएसएस टीम द्वारा कई प्रेरक एवं अनुकरणीय कार्यों के बारे में बताते हुए नेक इरादे, दृढ़ संकल्प एवं एनएसएस के आदर्शों का पालन करते हुए समाजसेवा में निस्वार्थ भाव से संलग्न रहने के लिए प्रेरित किया।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में एनएसएस स्वयंसेवकों के लिये ऑनलाइन इंडक्शन कार्यक्रम

विनोद कुमार, चंडीगढ़।

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन की एनएसएस इकाइयों ने सत्र 2020-2021 में शामिल किए गए नए स्वयंसेवकों के लिए एक ओरिएंटेशन कम इंडक्शन कार्यक्रम का आयोजन किया। समारोह में श्री बिक्रम सिंह राणा, स्टेट लायन ऑफिसर (एनएसएस), चंडीगढ़ प्रशासन बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। एनएसएस के स्वयंसेवकों को कॉलेज के एनएसएस इकाइयों के उद्देश्यों, कार्यप्रणाली और गतिविधियों से परिचित कराने के लिए आयोजित इस कार्यक्रम के शुभारंभ में प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने अपने स्वागत संबोधन में स्वयंसेवकों को कॉलेज की एनएसएस टीम द्वारा कई प्रेरक एवं अनुकरणीय कार्यों के बारे में बताते हुए नेक इरादे, दृढ़ संकल्प एवं एनएसएस के आदर्शों का पालन करते हुए समाजसेवा में निस्वार्थ भाव से संलग्न रहने के लिए प्रेरित किया। डॉ. भार्गव ने कहा कि कॉलेज की एनएसएस टीम ने विभिन्न क्षेत्रों में बड़े पैमाने पर काम किया जिनमें स्वच्छ भारत अभियान, स्वच्छ पखवाड़ा, पोषण माह, स्वच्छ भारत समर इंटरशिप जैसे कार्यक्रम शामिल हैं। उन्होंने कहा कि एनएसएस के आदर्श वाक्य 'नॉट मी बट यू' का अनुकरण करते हुए कॉलेज के स्वयंसेवकों ने सामुदायिक कल्याण के लिए वर्तमान महामारी के दौरान भी ऑनलाइन कार्यक्रमों के माध्यम से कई जागरूकता कार्यक्रमों का संचालन किया। श्री बिक्रम सिंह राणा ने स्वयंसेवकों को सामुदायिक कार्यक्रमों के माध्यम से समाज के उत्थान के लिए काम करने का आह्वान किया। श्री राणा ने कहा कि इस समय



हमारा देश विकसित राष्ट्रों की तरह कई टोस एवं नवीन प्रवास कर रहा है और इन कार्यों में देश के युवाओं की महत्वपूर्ण भूमिका है। उन्होंने यह भी मुद्दा पट्टा दिया कि हमारे समाज में समनता के लिए एनएसएस इकाइयों को जरूर

नगरियों और विकलांग व्यक्तियों जैसे विशिष्ट वर्गों पर ध्यान देना चाहिए, इनके लिए भी कॉलेज की एनएसएस इकाइयों को अपने स्वयंसेवकों को नियुक्त करना चाहिए। आयोजन के दौरान, नए शामिल स्वयंसेवकों को एनएसएस के महत्व और एनएसएस स्वयंसेवकों के कर्तव्यों के बारे में बताया गया। एनएसएस के तत्कालीन अध्यक्ष डॉ. निशा भार्गव, प्राचार्य और कार्यक्रम, एनएसएस इकाइयों की उत्कृष्टता और लीडरशिप के दौरान आयोजित गतिविधियों को एक प्रेजेंटेशन भी दिखाई गयी। मौजूदा स्वयंसेवकों ने, जिन्होंने विभिन्न एनएसएस गतिविधियों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई, उन्होंने भी अपने अनुभवों को प्रतिभागियों के साथ साझा किया एवं नवप्रयोगियों को समाज के उत्थान के लिए हर संभव तरीकों से कुशलतापूर्वक और निस्वार्थ रूप से काम करने के लिए प्रेरित किया।

**TITLE OF THE ACTIVITY: CELEBRATION OF NATIONAL UNITY DAY
(RASTRIYA EKTA DIWAS)**

Date: 31 October 2020

Number of the NSS volunteers participated: 100

Objectives:

- To commemorate the birth anniversary of Sardar Vallabhbhai Patel
- To celebrate National Unity Day and dedicate ourselves to preserve the unity and integrity of the nation
- To acknowledge his efforts in uniting the nation and to honour him
- To reaffirm the commitment of the citizen of India to uphold the security, unity, and integrity of the country

The Context: National Unity Day or *Rashtriya Ekta Diwas* is celebrated to mark the birth anniversary of Sardar Vallabhbhai Patel on October 31 every year since 2014. Popularly known as the “Iron Man of India”, Sardar Patel is known to have played a crucial role in the unification of India. For his incredible efforts, the nation has celebrated National Unity Day since 2014.



The day

provides an opportunity to reaffirm the inherent strength and resilience of our nation to withstand the actual and potential threats to the unity, integrity, and security of our country.

The Practice: On 31st October 2020, National Unity Day was celebrated by the NSS Units of the College.

During the event, NSS Volunteers took *Rashtriya EKTA pledge* which was carried out under the guidance of Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari. The pledge was shared with all the volunteers. While one of the volunteers led the way, all the others repeated the words after her. Everyone took the pledge to do their best for the benefit of the country by upholding the values of 'Unity in Diversity'. The pledge was carried out to spread the values and beliefs laid down by Sardar Vallabhbhai Patel. This was a way to spread awareness to the masses to strive to unite the nation, beyond all the differences that we may have. The idea of unity is not just a formality, it is a responsibility. Hence, as responsible citizens of the country, it should be our endeavor to uphold the ideals of unity, safety, and security.

In addition, few of the volunteers participated in the activity *Run for unity* in their respective areas while taking necessary COVID-19 precautions. In order to promote unity, some of the volunteers prepared posters and spread awareness in their neighborhood. Also, some of the volunteers composed poems and recited during the event. Few of the volunteers interacted with their friends from different religions and got apprised with their customs, rituals and traditions. In addition, many students participated in the National level Online Quiz conducted by the Government of India.

Evidence of Success: In the end, all the volunteers were extremely motivated and determined to take all the measures to carry out their responsibilities and roles towards the unification of the country. After the pledge was over, they realized the importance of unity and togetherness.

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/NSSUTChandigarh/posts/648473012504020>

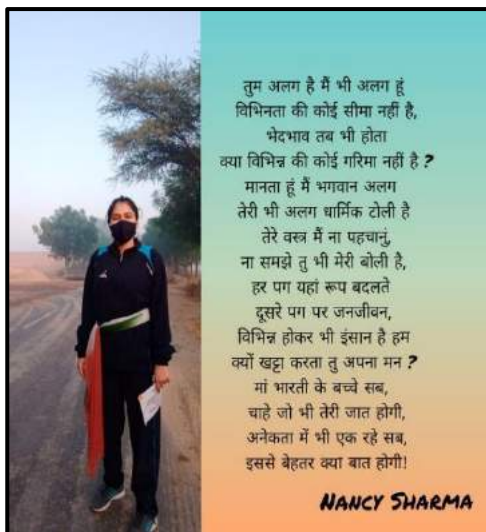
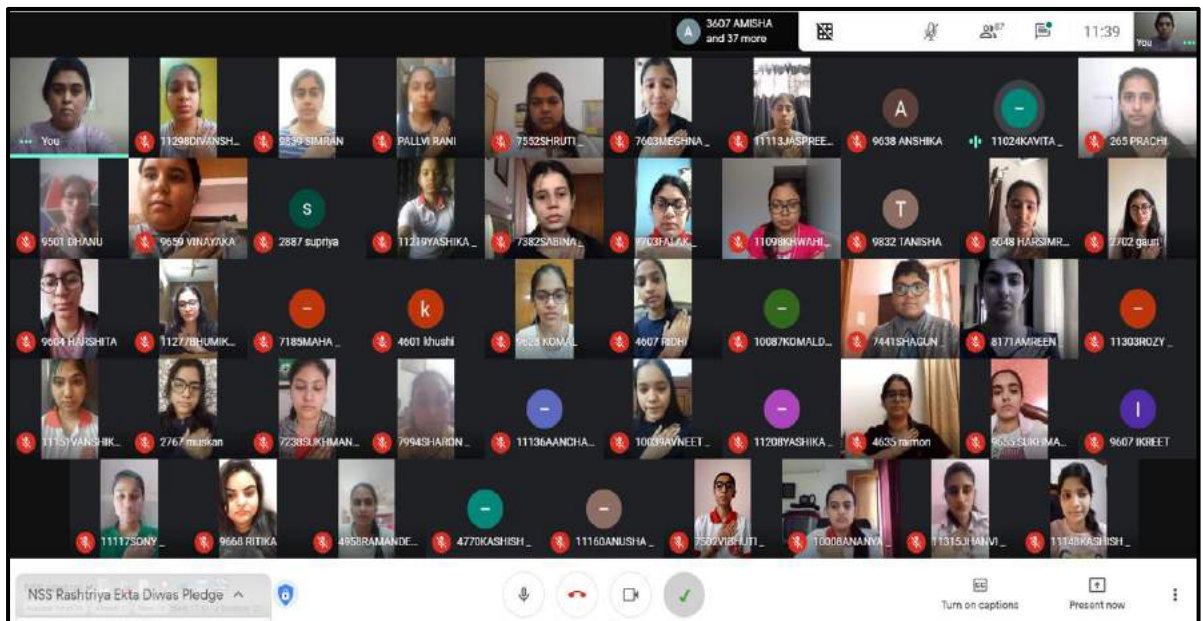
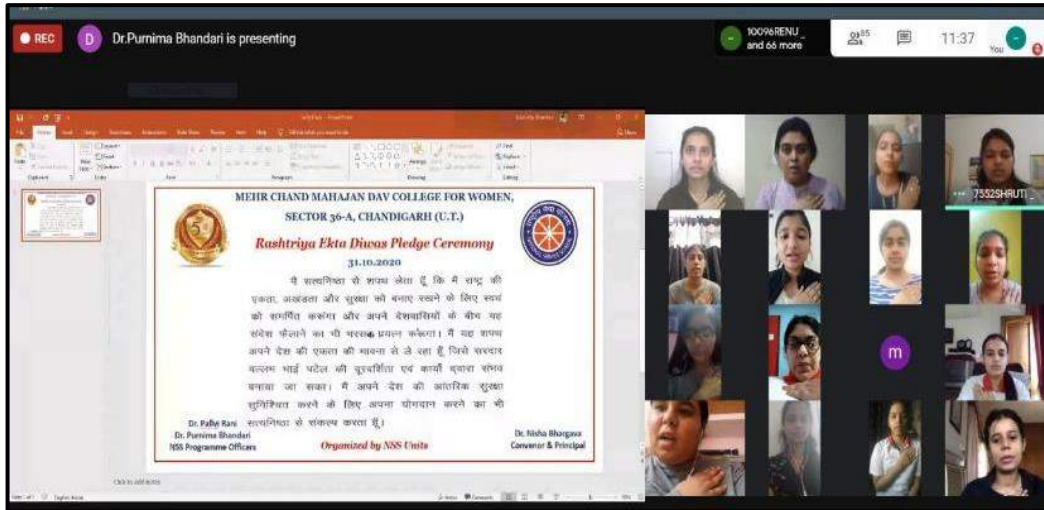
<https://www.facebook.com/NSSUTChandigarh/posts/647885225896132>

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/988833721582881>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1322834456957210624>

https://www.instagram.com/p/CHCxM5LhRt5/?utm_source=ig_web_copy_link

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)





Media Clippings:

एमसीएम में राष्ट्रीय एकता दिवस का आयोजन

चंडीगढ़, 1 नवंबर (राकेश): राष्ट्रीय एकता दिवस पर मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन ने लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल को विनम्र श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत क्लब ने बायोस्कोप शीर्षक पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन वीडियो रिकॉर्डिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस अनूठी प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने एकीकृत भारत के वास्तुकार सरदार पटेल के जीवन की झलक प्रदान करते हुए भारत के एकीकरण में उनके अपार योगदान को एक वीडियो के माध्यम से प्रस्तुत किया। इस प्रतियोगिता में 9 राज्यों से 50 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी विस्मयकारी प्रविष्टियां भेजीं, जिन्हें सामग्री, भाषा और प्रस्तुति के मापदंडों पर आंका गया था। शीर्ष चार विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए और सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाणपत्र दिए गए। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने भी इस दिन को बड़े उत्साह के साथ मनाया और भारत के स्वतंत्रता संग्राम सेनानी और आधुनिक राष्ट्र निर्माता सरदार वल्लभ भाई को श्रद्धांजलि दी। लगभग 100 स्वयंसेवकों ने विविधता में एकता की थीम पर आयोजित विभिन्न गतिविधियों में बढ़चढ़ कर भाग लिए जिसमें की राष्ट्रीय एकता एवं अखंडता के लिए शपथ, पोस्टर बनाने, रन फॉर यूनिटी तथा अपने संबंधित क्षेत्रों में विविधता में एकता के बारे में जागरूकता पैदा करने सहित कई गतिविधियों शामिल थीं।

एमसीएम में राष्ट्रीय एकता दिवस का आयोजन



चंडीगढ़। राष्ट्रीय एकता दिवस के अवसर पर, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल को विनम्र श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत क्लब ने बायोस्कोप शीर्षक पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन वीडियो रिकॉर्डिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस अनूठी प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने एकीकृत भारत के वास्तुकार सरदार पटेल के जीवन की झलक प्रदान करते हुए भारत के एकीकरण में उनके अपार योगदान को एक वीडियो के माध्यम से प्रस्तुत किया। इस प्रतियोगिता में 9 राज्यों से 50 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी विस्मयकारी प्रविष्टियां भेजीं, जिन्हें सामग्री, भाषा और प्रस्तुति के मापदंडों पर आंका गया था। शीर्ष चार विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए और सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाणपत्र दिए गए। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने भी इस दिन को बड़े उत्साह के साथ मनाया और भारत के स्वतंत्रता संग्राम सेनानी और आधुनिक राष्ट्र निर्माता सरदार वल्लभ भाई को श्रद्धांजलि दी।

एमसीएम में राष्ट्रीय एकता दिवस का आयोजन

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। राष्ट्रीय एकता दिवस के अवसर पर, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल को विनम्र श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत क्लब ने बायोस्कोप शीर्षक पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन वीडियो रिकॉर्डिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस अनूठी प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने एकीकृत भारत के वास्तुकार सरदार पटेल के जीवन की झलक प्रदान करते हुए भारत के एकीकरण में उनके अपार योगदान को एक वीडियो के माध्यम से प्रस्तुत किया। इस प्रतियोगिता में 9 राज्यों से 50 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी विस्मयकारी प्रविष्टियां भेजीं, जिन्हें सामग्री, भाषा और प्रस्तुति के मापदंडों पर आंका गया था। शीर्ष चार विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए और सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाणपत्र दिए गए। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने भी इस दिन को बड़े उत्साह के साथ मनाया और भारत के स्वतंत्रता संग्राम सेनानी और आधुनिक राष्ट्र निर्माता सरदार वल्लभ भाई को श्रद्धांजलि दी। लगभग 100 स्वयंसेवकों ने विविधता में एकता की थीम पर आयोजित विभिन्न गतिविधियों में बढ़चढ़ कर भाग लिए जिसमें की राष्ट्रीय एकता एवं अखंडता के लिए शपथ, पोस्टर बनाने, रन फॉर यूनिटी तथा अपने संबंधित क्षेत्रों में विविधता में एकता के बारे में जागरूकता पैदा करने सहित कई गतिविधियों शामिल थीं। कुछ स्वयंसेवकों ने इस अवसर पर भारत सरकार द्वारा आयोजित राष्ट्रीय स्तर के ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी में भी भाग लिया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भागवत ने महान नेता सरदार वल्लभभाई पटेल की जयंती पर देशवासियों को शुभकामनाएं दीं और सरदार पटेल के आदर्शों का अनुकरण करने का आह्वान किया।



एमसीएम में राष्ट्रीय एकता दिवस का आयोजन

चंडीगढ़, 1 नवंबर (राकेश): राष्ट्रीय एकता दिवस पर मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन ने लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल को विनम्र श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। कॉलेज के एक भारत श्रेष्ठ भारत क्लब ने वायोस्कोप शीर्षक पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन वीडियो रिकॉर्डिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस अनूठी प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने एकीकृत भारत के वास्तुकार सरदार पटेल के जीवन की झलक प्रदान करते हुए भारत के एकीकरण में उनके अपार योगदान को एक वीडियो के माध्यम से प्रस्तुत किया। इस प्रतियोगिता में 9 राज्यों से 50 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी विस्मयकारी प्रविष्टियां भेजीं, जिन्हें सामग्री, भाषा और प्रस्तुति के मापदंडों पर आंका गया था। शीर्ष चार विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए और सभी प्रतिभागियों को ई-प्रमाणपत्र दिए गए। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने भी इस दिन को बड़े उत्साह के साथ मनाया और भारत के स्वतंत्रता संग्राम सेनानी और आधुनिक राष्ट्र निर्माता सरदार वल्लभ भाई को श्रद्धांजलि दी। लगभग 100 स्वयंसेवकों ने विविधता में एकता की थीम पर आयोजित विभिन्न गतिविधियों में बढ़चढ़ कर भाग लिए जिसमें की राष्ट्रीय एकता एवं अखंडता के लिए शपथ, पोस्टर बनाने, रन फॉर यूनिटी तथा अपने संबंधित क्षेत्रों में विविधता में एकता के बारे में जागरूकता पैदा करने सहित कई गतिविधियां शामिल थीं।

पटेल जयंती पर ऑनलाइन वीडियो रिकॉर्डिंग प्रतियोगिता

चंडीगढ़, 1 नवंबर (दिग्वि)

राष्ट्रीय एकता दिवस के अवसर पर एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन ने लौहपुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए विभिन्न गतिविधियां आयोजित कीं। एक भारत श्रेष्ठ भारत क्लब ने वायोस्कोप शीर्षक पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन वीडियो रिकॉर्डिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया। इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने एकीकृत भारत के वास्तुकार सरदार पटेल के जीवन की झलक प्रदान करते हुए भारत के एकीकरण में उनके अपार योगदान को एक वीडियो के माध्यम से प्रस्तुत किया। इस प्रतियोगिता में 9 राज्यों से 50 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी प्रविष्टियां भेजीं। शीर्ष चार विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने भी इस दिन को बड़े उत्साह के साथ मनाया। लगभग 100 स्वयंसेवकों ने विविधता में एकता की थीम पर आयोजित विभिन्न गतिविधियों में बढ़चढ़ कर भाग लिया जिसमें की राष्ट्रीय एकता एवं अखंडता के लिए शपथ, पोस्टर बनाने, रन फॉर यूनिटी तथा अपने संबंधित क्षेत्रों में विविधता में एकता के बारे में जागरूकता पैदा करने सहित कई गतिविधियां शामिल थीं। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने महान नेता सरदार पटेल की जयंती पर देशवासियों को शुभकामनाएं दीं।

छात्राओं ने बनाए 'विविधता में एकता' के पोस्टर

चंडीगढ़। चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन में राष्ट्रीय एकता दिवस के उपलक्ष्य में विभिन्न गतिविधियों का आयोजन हुआ। इस दौरान आधुनिक भारत के निर्माता पूर्व उपप्रधानमंत्री सरदार वल्लभ भाई को श्रद्धांजलि दी। लगभग 100 स्वयंसेवकों ने विविधता में एकता विषय पर आयोजित विभिन्न गतिविधियों में भाग लिया। इसमें भारत की राष्ट्रीय एकता एवं अखंडता के लिए शपथ, पोस्टर बनाने, रन फॉर यूनिटी और अपने क्षेत्रों में विविधता में एकता के बारे में जागरूकता पैदा करने सहित कई गतिविधियां शामिल थीं।

TITLE OF THE ACTIVITY: STATE/UNIVERSITY LEVEL SELECTION OF NSS VOLUNTEERS FOR NSS PRE-REPUBLIC DAY PARADE CAMP 2020

Date: 5 November 2020

Number of NSS volunteers participated: 2

Objectives:

- To provide opportunities to the volunteers to meet the eminent personalities of different fields
- To help the volunteers to broaden their knowledge base
- To inculcate a sense and spirit of patriotism, national integration, solidarity, brotherhood and communal harmony among the volunteers.
- To help the volunteers to adopt a good lifestyle, attain leadership qualities and improve communication skills.
- To enhance leadership qualities, fraternity and team spirit

The Context: National Service Scheme (NSS) is an Indian government-sponsored flagship for public service program conducted by the Ministry of Youth Affairs and Sports of the Government of India that aims at 'Personality Development of the volunteers through community service'. Pre Republic-Day (RD) Selection Camp selection is organized prior to the Republic Day Camp in order to select NSS Volunteers who are best in Parade and cultural activities. In order to qualify for the pre-RD Camp, two of our NSS volunteers – Ms Cheshta – (B.Sc. MFT III) and Ms Vanshika B. Com III) participated in the selection camp. NSS Programme Officer Dr Purnima Bhandari accompanied the volunteers for the Pre RD-Selection camp that was held at DAV College, Sector 10, Chandigarh.



The Practice: The day in Pre RD-Selection camp began at 10 a.m. and continued up to 5 p.m. It included Physical training, community singing, parade practice, lectures, discussions and evening cultural programme. The selection was entirely managed by the NSS officials including Mr RajKumar Verma, Youth Officer, Regional Directorate, Chandigarh, student volunteers and contingent leaders. It provided ample opportunities to the NSS volunteers not only to interact among themselves but also to learn and know the tradition, custom, culture of different states. It is treated as a recognition of the selfless community service rendered by the NSS Volunteers throughout the country. Each volunteer got a chance to exhibit his talent and cultural background.



Evidence of Success: During the camp, volunteers attained leadership qualities, improved communication skills and inculcated the sense and spirit of patriotism and brotherhood. The volunteers became capable of team building and leadership and well-disciplined and capable to undergo rigorous physical and drill training.



TITLE OF THE ACTIVITY: WORKSHOP ON 'SOIL' UNDER SUSTAINABLE URBAN FARMING ORGANIZED BY THE COMMITTEES OF SKILL DEVELOPMENT AND SUSTAINABLE PRACTICES AND THE NSS UNITS OF THE COLLEGE

Date: 11th November, 2020

Number of participants: 100

Objectives:

- To promote POSHAN ABHIYAAN, the flagship program of NITI Aayog on Holistic Nutrition
- To make the participants aware of the significance of healthy soil for growing seasonal vegetables, herbs and medicinal plants in small spaces and their nutritional value.

The Context: The synthesis of the worlds of food, nutrition, urban spaces and environment is much needed presently given that there is scarcity of nutritious food and clean air/ water due to modern life

Mehr Chand Mahajan DAV College for Women
Sector 36-A, Chandigarh

Organises
SUSTAINABLE URBAN FARMING
(a series of six workshops)

A collaborative venture of the Committees of Skill Development and Sustainable Practices and the NSS Units of the College

To promote
POSHAN ABHIYAAN
(a flagship initiative of the NITI Aayog on Holistic Nutrition)

Inaugural Workshop: 11 November 2020 at 4:00 p.m.
Register at <https://forms.gle/kvhMtMeJeBHQo7xJ7>
(through the official College Email ID)
No registration fees

OPEN TO ALL STUDENTS (On the basis of first come, first serve)

Learn to grow nutritious food in your kitchen garden or terrace

Committee Coordinators

- Dr. Qadrat Hundal
- Dr. Madhuri Tanaji Patil
- Dr. Shafila

Chief Coordinator
Dr. Gurvinder Kaur

NSS Programme Officers

- Dr. Pallvi Rani
- Dr. Purnima Bhandari

PRINCIPAL
DR. NISHA BHARGAVA

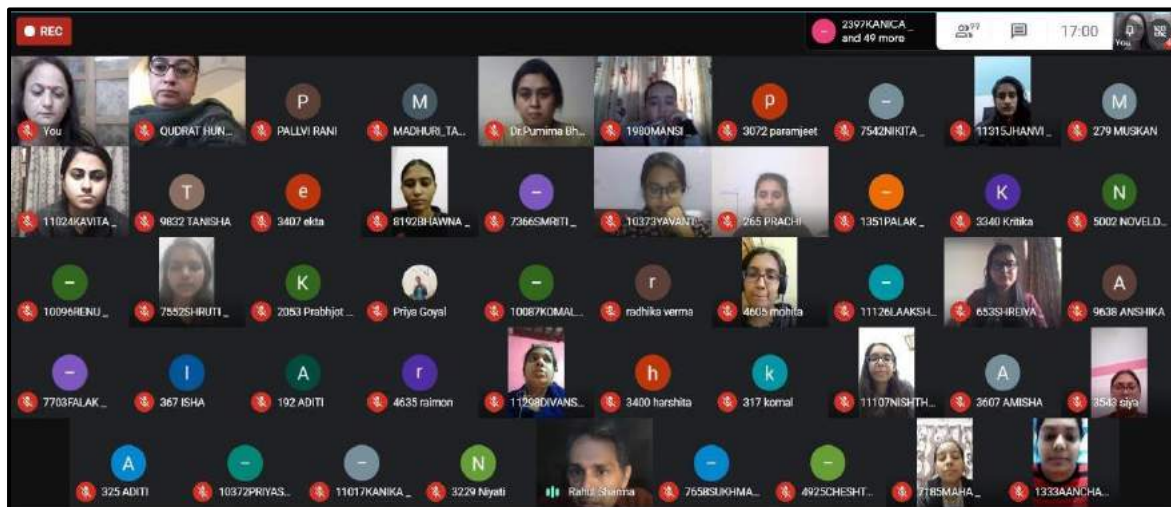
For any queries contact - 947993859, 9872863330, 9463082369



styles, especially in urban areas. This workshop was organized as an awareness session to apprise the participants of the same.

The Practice: A practical demonstration was given to prepare pots by the resource person, Mr. Rahul Sharma, an IT expert turned farmer. He further discussed the importance and need of growing organic food especially during pandemic time with the volunteers and motivated them to start their own kitchen garden at their respective places.

Evidence of Success: All the participants interacted with the resource person enthusiastically.



Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1334890353955012608?s=20>

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/1015546165578303/?sfnsn=wiwspwa>

TITLE OF THE ACTIVITY: **CELEBRATION OF DIWALI**

Date: 12 November -15 November 2020

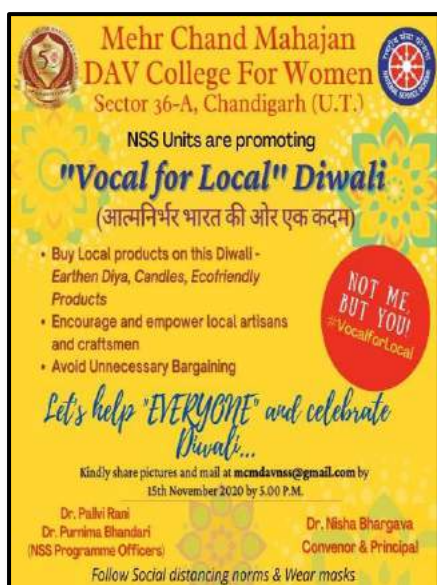
Number of NSS Volunteers participated: 100

Objectives:

- To celebrate the festival of lights and brighten not just our lives but of everyone around us
- To promote and encourage people to celebrate eco-Diwali, free of crackers
- To empower our national strength by buying local products and promoting our local artisans

The Context: Diwali is one of the biggest festivals celebrated across the world by millions of people. It signifies the triumph of good over evil. The festival gets its name from the row (*avali*) of clay lamps (*deepa*) that Indians light outside their homes to symbolize the inner light that protects us from spiritual darkness.

The Practice: On the occasion of Diwali, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, under the able guidance of worthy Principal Dr. Nisha Bhargava and supervision of NSS Programme Officers - Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari organized several activities that intended to promote the concept of *Not me but You* among the people. Under these, a donation drive with the theme '**रोशनी - Let's brighten up Every face**' was organized in which the NSS volunteers started the campaign and urged people to donate various items to underprivileged persons. Many volunteers collected and distributed masks & soaps, blankets, woollens, books & notebooks, toys, stationery (pens, pencils, colours), homemade healthy eatables, fruits, and footwear among the underprivileged people.



In addition, **an awareness campaign** with the theme '**Vocal for Local**' was also organized where NSS Volunteers of the Units motivated their family and friends and bought Diwali essentials like diyas, decorative items from local artisans and street vendors as a step forward towards the new policy of – *आत्मनिर्भर भारत* which is promoted by our esteemed prime minister Sh. Narinder Modi. The main aim of the campaign was to encourage and empower local artisans and craftsmen.

With the recent spike observed in pollution levels and the larger climate change crisis plaguing humanity, our NSS volunteers also promoted the concept of '**Go Green Diwali**'. Under this initiative, with an aim to keep our environment clean and healthy, NSS volunteers made posters and urged people to avoid the use of crackers during the festival. Some of the volunteers made eco-friendly rangoli from flowers, petals and

eco-friendly colours. A few of them decorated diyas from the recycled products and distributed them among their friends and family. Instead of traditional gifts, immunity booster plants such as *Tulsi* were exchanged as gifts among the friends by the volunteers. Some of the volunteers presented decorated diyas as tokens of gratitude to the corona warriors for their selfless service that they rendered during the lockdown. One of the volunteers even donated the money which she had earned from mehndi application during the festival of Karva Chauth, to a needy person. The activity aimed to spread the light of happiness among the people which proved to be an incentive to celebrate a pollution free Diwali.



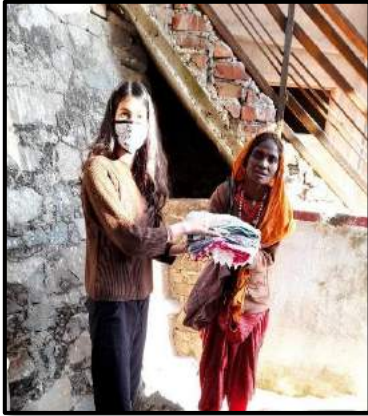
After Diwali, a cleanliness drive was organized by NSS Volunteers at their respective places with an aim to contribute to Swachhta Abhiyan, whereby volunteers cleaned their homes and surrounding areas and inspired others while following precautionary COVID-19 norms. The flowers and leaves that were used during the preparation of eco-friendly rangoli were used to make organic compost. Overall, the event was a successful one that fulfilled the motto of NSS – ***Not me but You!***

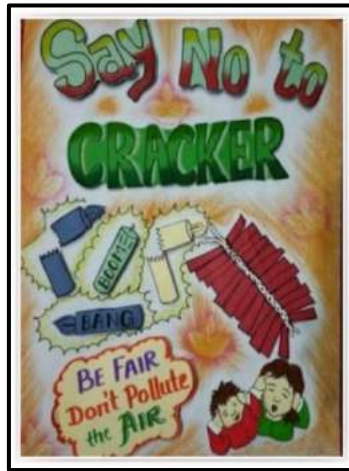
Evidence of Success: By the end of the activities, the volunteers were enthused with the ideas of selflessness and sharing which were a befitting tribute to the motto of NSS "Not Me but You". They helped the people around them and our environment and enriched not just their lives but those around them. **Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:**

https://www.instagram.com/p/CHshVt4BLzJ/?utm_source=ig_web_copy_link

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1328711287723814913>

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1002572986875621>





Giftng immunity booster Plant Tulsi to my neighbour.



Media Clippings:

नॉट मी बट यू को समर्पित दिवाली समारोह

जगमार्ग न्यूज
चंडीगढ़। वर्तमान महामारी के समय में भी दिवाली समारोह में एक अनूठा आयाम जोड़ते हुए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने नॉट मी बट यू की अवधारणा को बढ़ावा देने के लिए कई गतिविधियों का आयोजन किया। इन गतिविधियों में 100 से अधिक स्वयंसेवकों ने भाग लिया जिसमें दान अभियान- रोशनी, जागरूकता अभियान- वोकल फॉर लोकल तथा गो ग्रीन दीवाली के लिए प्रोत्साहन शामिल था। गतिविधि रोशनी के तहत, स्वयंसेवकों ने मास्क, साबुन, कंबल, वूलन कपड़े, किताबें, नोटबुक, खिलौने, जूते, घर का बना पौष्टिक खाना और फल दान करके वंचित लोगों के साथ दिवाली उत्सव की खुशी को बढ़ाने का प्रयास किया।



दिवाली के बाद, स्वच्छ अभियान में योगदान देने के उद्देश्य से, स्वयंसेवकों द्वारा अपने निवास स्थानों पर एक सफाई अभियान चलाया गया, जहाँ स्वयंसेवकों ने एहतियातन कोविड -19 मानदंडों का पालन करते हुए अपने घरों और आस-पास के क्षेत्रों की सफाई की और दूसरों को प्रेरित किया। प्रिंसिपल डॉ निशा भागवत ने कहा कि ये गतिविधियाँ स्वयंसेवकों के निस्वार्थ सेवा की भावना को दर्शाती हैं।

वोकल फॉर लोकल के तहत कार्यक्रम

जरां, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी द्वारा नॉट मी बट यू पर आधारित कई गतिविधियों का आयोजन किया। इसमें 100 से अधिक स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया। जिसमें दान अभियान- रोशनी, जागरूकता अभियान-वोकल फॉर लोकल और गो ग्रीन दीवाली के लिए प्रोत्साहन शामिल रहा। गतिविधि रोशनी के तहत, स्वयंसेवकों ने मास्क, साबुन, कंबल, वूलन कपड़े, किताबें, नोटबुक, खिलौने, जूते, घर का बना पौष्टिक खाना और फल वंचित लोगों को दान किए। स्थानीय कलाकारों की रचनात्मकता और कौशल को बढ़ावा देने के लिए लोकल फॉर वोकल का नारा बुलंद किया गया। जिसमें स्थानीय कारीगरों और शिल्पकारों को प्रोत्साहित करने और उन्हें सशक्त बनाने के लिए



एमसीएम डीएवी द्वारा नॉट मी बट यू पर आधारित कई गतिविधियों का आयोजन किया गया।
सौजन्य : कॉलेज
 स्वयंसेवकों ने अपने परिवार और दोस्तों को स्थानीय कारीगरों और सड़क विक्रेताओं से दिया, सजावटी सामान खरीदने के लिए प्रेरित किया।

एमसीएम में नॉट मी बट यू को समर्पित गतिविधियों के साथ दिवाली समारोह

चंडीगढ़ (हिमश्रमा न्यूज)। वर्तमान महामारी के समय में भी दिवाली समारोह में एक अनूठा आयाम जोड़ते हुए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एनएसएस इकाइयों ने नॉट मी बट यू की अवधारणा को बढ़ावा देने के लिए कई गतिविधियों का आयोजन किया। इन गतिविधियों में 100 से अधिक स्वयंसेवकों ने भाग लिया जिसमें दान अभियान- रोशनी, जागरूकता अभियान-वोकल फॉर लोकल तथा गो ग्रीन दीवाली के लिए प्रोत्साहन शामिल था। गतिविधि रोशनी के तहत, स्वयंसेवकों ने मास्क, साबुन, कंबल, वूलन कपड़े, किताबें, नोटबुक, खिलौने, जूते, घर का बना पौष्टिक खाना और फल दान करके वंचित लोगों के साथ दिवाली उत्सव की खुशी को बढ़ाने का प्रयास किया। स्थानीय कलाकारों की रचनात्मकता एवं कौशल को बढ़ावा देने के लिए लोकल फॉर वोकल का नारा बुलंद किया गया जिसमें स्थानीय कारीगरों और शिल्पकारों को प्रोत्साहित करने



और उन्हें सशक्त बनाने के लिए स्वयंसेवकों ने अपने परिवार और दोस्तों को स्थानीय कारीगरों और सड़क विक्रेताओं से दिया, सजावटी सामान खरीदने के लिए प्रेरित किया। गो ग्रीन दीवाली पहल के तहत, स्वयंसेवकों ने पर्यावरण के अनुकूल दिवाली की अवधारणा को बढ़ावा देने वाले जागरूकता पोस्टर बनाए। कुछ स्वयंसेवकों ने कोरोना योद्धाओं की निस्वार्थ सेवा के लिए उनका आभार व्यक्त करते हुए अपने घर में उनके लिए एक दीया विशेष रूप से सजा कर प्रज्वलित किया। दिवाली के बाद, स्वच्छ अभियान में योगदान देने के उद्देश्य से, स्वयंसेवकों द्वारा अपने निवास स्थानों पर एक सफाई अभियान चलाया गया, जहाँ स्वयंसेवकों ने एहतियातन कोविड -19 मानदंडों का पालन करते हुए अपने घरों और आस-पास के क्षेत्रों

को सफाई की और दूसरों को प्रेरित किया। इको-फ्रेंडली रीली तीव्र करने के दौरान जीविक खाद बनाने के लिए इस्तेमाल होने वाले फूल, पत्तियों का इस्तेमाल किया गया। एनएसएस स्वयंसेवकों द्वारा की गई इस तरह की विचारशील पहल की सराहना करते हुए, प्रिंसिपल डॉ निशा भागवत ने कहा कि ये गतिविधियाँ स्वयंसेवकों के निस्वार्थ सेवा की भावना को दर्शाती हैं। उसने उम्मीद जताई कि एनएसएस इकाइयों के इन प्रयासों ने निश्चित रूप से जरूरतमंद लोगों के जीवन में खुशियों की रोशनी फैलाई है।

MCM NSS units celebrate Diwali with activities promoting 'Not Me but You'

Adding a unique dimension to Diwali celebrations in the times of pandemic, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women organized several activities to promote the concept of 'Not me but You'. More than 100 volunteers participated in these activities that included donation drive- Roshni, awareness campaign- Vocal for Local and Go Green Diwali. Under the activity Roshni, the volunteers endeavoured to lighten up the Diwali of underprivileged people by donating masks, soaps, blankets, woollens, books, notebooks, toys, stationary, homemade healthy eatables, fruits and footwear. As part of the Vocal for Local campaign that sought to encourage and empower local artisans and craftsmen, the volunteers motivated their family and friends and bought diyas, decorative items from local artisans and street vendors. Under the Go Green Diwali initiative, the volunteers made awareness posters promoting.



एमसीएम डीएवी कॉलेज में इको-फ्रेंडली दिवाली का आयोजन

ह्यूमन इंडिया/विनोद कुमार

चंडीगढ़। उत्सव की भावना को फिर से जागृत करने और महामारी द्वारा लाये गए निराशा के अंधेरे को दूर करने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की चरित्र निर्माण समिति ने गो इको: ग्रीन दिवाली फेस्ट का आयोजन किया। दीवाली उत्सव को पर्यावरण के अनुकूल मनाने का संदेश देने एवं समाज के उत्थान के संकल्प के उद्देश्य साथ, चरित्र निर्माण समिति ने इस उत्सव में विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया। से नो टू क्रेकर्स विषय पर पोस्टर मेकिंग, वेज़ टू प्रमोट इंडियन दियाज़ विषय पर शॉर्ट फ़िलिम, गो ग्रीन विषय पर पॉट डेकोरेशन, रंगोली मेकिंग विद ईको प्रोडक्ट्स तथा कंदील मेकिंग प्रतियोगिताओं में छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रविष्टियों ने न केवल प्रतिभागियों की अनुकरणीय रचनात्मकता को प्रतिबिंबित किया, बल्कि पर्यावरण संरक्षण के लिए उनकी संवेदनशीलता को भी प्रदर्शित किया। सर्वश्रेष्ठ विजेता प्रविष्टियों को ई-प्रमाणपत्र से सम्मानित किया गया। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में हर्षिता भारती ने पहला स्थान प्राप्त किया जबकि भावना रानी तथा वसुंधरा ठाकुर को क्रमशः दूसरा व तीसरा स्थान मिला। अदिती जोशी को सांत्वना पुरस्कार दिया गया। पॉट डेकोरेशन में देबप्रिया ने पहला पुरस्कार जीता जबकि नेहा गोयल तथा शराबा सिंह को क्रमशः दूसरा व तीसरा पुरस्कार दिया गया। वर्णिका ने इस प्रतियोगिता में सांत्वना पुरस्कार जीता। रंगोली में अदिति जोशी ने पहला पुरस्कार जीता जबकि ऋषिका और गुनीत को क्रमशः दूसरा और तीसरा पुरस्कार दिया गया। कंदील मेकिंग में सिमरन गल्होत्रा ने पहला पुरस्कार जीता जबकि अनुष्का और इन्दरजोत को क्रमशः दूसरा व तीसरा पुरस्कार मिला। बेस्ट शार्ट फिल्म के लिए नीरज सगवाल को सम्मानित किया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने चरित्र निर्माण समिति की इस अनूठी पहल के लिए सराहना करते हुए कहा कि इस प्रकार के आयोजन छात्राओं को एक सशक्त चरित्र के साथ राष्ट्र के जागरूक नागरिक बनाने के उद्देश्य में सहायक होंगे। उन्होंने कहा कि इस प्रयास के माध्यम से छात्राओं को सन्देश दिया गया है कि कठिन समय के दौरान भी धैर्य, साहस और हिम्मत से काम लेकर अपने मनोबल को हमेशा ऊंचा रखना चाहिए क्योंकि प्रत्येक दिन कुछ न कुछ उत्सव मनाने लायक है।

TITLE OF THE ACTIVITY: INTER-COLLEGE POSTER MAKING COMPETITION ON THE OCCASION OF CONSTITUTION DAY CELEBRATION - 2020

Date: 24 – 26 November 2020

Number of NSS volunteers participated: 106 [85 (of pledge) and 21 (of poster making)]

Objectives:

- To commemorate the adoption of the Constitution of India
- To maintain integrity in the society and to promote unity among the citizens to build a great nation
- To promote harmony throughout the nation
- To spread awareness of fundamental duties across the masses by mobilizing the Youth of the country

The Context: Constitution Day (or *Samvidhan Divas*) is also known as National Law Day is celebrated in India on 26th November every year to commemorate the adoption of the Constitution of India. It was marked as the Constitution Day of India by Prime Minister Sh Narendra Modi in the year 2015 as a part of the year-long celebration of the 125th birth anniversary of Dr B R Ambedkar. The Constitution of India lays down the framework demarcating fundamental political code, structure, procedures, powers, and duties of government institutions and sets out fundamental rights, directive principles, and the duties of citizens.



The Practice: The NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a live telecast where our honourable President of India Shri Ram Nath Kovind led the nation in community reading of the preamble to the Constitution at 11.00 A.M. The main aim of the telecast was to enhance the knowledge

and information about the Indian Constitution and to spread awareness on fundamental duties among the masses by mobilizing the youth of the country.

Besides, the NSS Volunteers also participated in an online inter-college quiz competition on the subject of the Constitution of India that was organised by the NSS Unit of The Government College of Commerce and Business Administration Sector 50, Chandigarh. In addition, NSS Units of the College organised an Inter-College Poster



making competition with theme as “कर्तव्य पालन - एक सफल जीवन का आधार” as a part of Constitution Day Celebration – 2020 where students from different colleges participated. The result are as follows:

First prize: Jasmine (9953); Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Second prize: Mehak (2031212); Government College of Commerce and Business Administration, Sector 50, Chandigarh

Third prize: Aditi (9610); Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

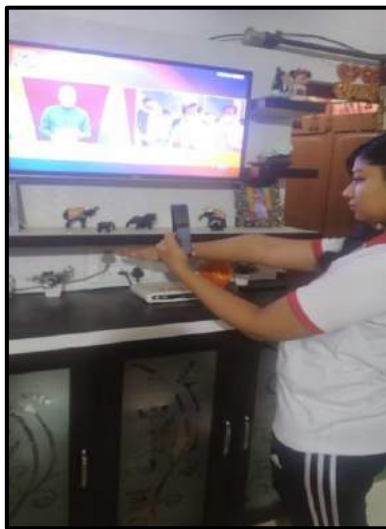
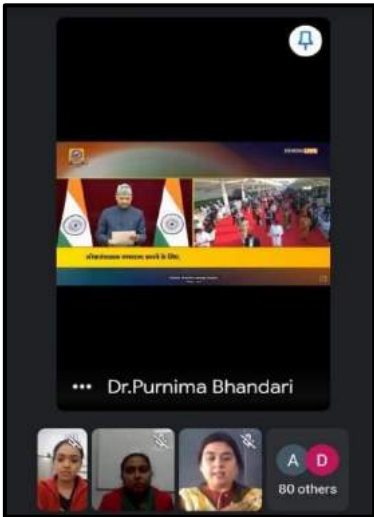
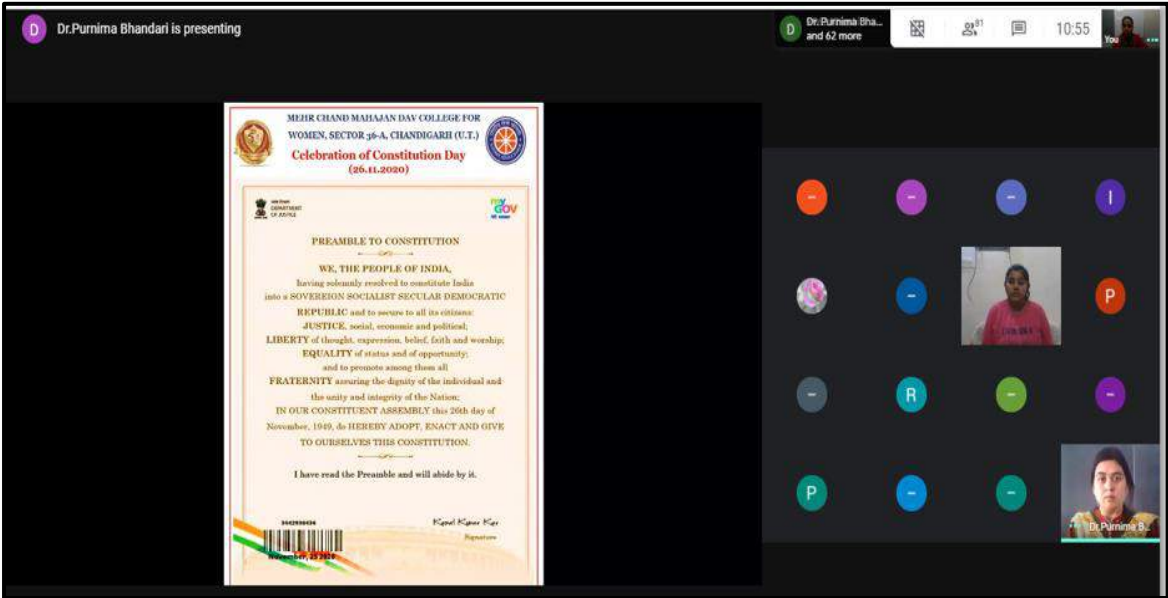
Evidence of Success: At the end of the session, NSS Volunteers were apprised with the fundamental duties and were motivated to maintain the integrity and unity in the society. **Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:**

<https://www.facebook.com/NSSUTChandigarh/posts/666884123996242>

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1009361639530089>

https://www.instagram.com/p/CIDL0iKB-28/?utm_source=ig_web_copy_link

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1331900287968178177>



Media Clippings:

एमसीएम में संविधान दिवस का आयोजन

चंडीगढ़ (दिल्ली) : संविधान दिवस के अवसर पर एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन ने अपनी छात्राओं के लिये विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। इस अवसर पर कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक लाइव टेलीकास्ट में भाग लिया, जिसमें भारत के राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद ने भारत के संविधान की प्रस्तावना पढ़ी। इस लाइव टेलीकास्ट में 85 से अधिक स्वयंसेवकों ने भाग लिया। कॉलेज की स्वच्छता समिति ने परिसर के साथ-साथ छात्रावासों पर व्यापक सफाई अभियान चलाए। महामारी की स्थिति को ध्यान में रखते हुए परिसर की सफाई भी की गई। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज के एनसीसी कैडेट्स (नेवल विंग) ने भारत के संविधान पर जागरूकता बढ़ाने के लिए पोस्टर बनाए और संविधान निर्माता डॉ. बीआर अंबेडकर को श्रद्धांजलि दी। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने छात्राओं को संविधान दिवस मनाने के साथ-साथ उनके द्वारा इस अवसर पर किये गए प्रयासों की सराहना की।

एमसीएम में मनाया गया संविधान दिवस

चंडीगढ़। संविधान दिवस के अवसर पर मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन ने अपनी छात्राओं में संवैधानिक मूल्यों को अग्रसर करने हेतु विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। इस अवसर पर कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक लाइव टेलीकास्ट में भाग लिया, जिसमें भारत के माननीय राष्ट्रपति श्री राम नाथ कोविंद ने भारत के संविधान की प्रस्तावना पढ़ी। इस लाइव टेलीकास्ट में 85 से अधिक स्वयंसेवकों ने भाग लिया और हमारे संविधान में निहित मूल्यों को बनाए रखने के लिए प्रेरित महसूस किया। कॉलेज की स्वच्छता समिति ने परिसर के साथ-साथ छात्रावासों पर व्यापक सफाई अभियान चलाए। महामारी की स्थिति को ध्यान में रखते हुए, परिसर की सफाई भी की गई। छात्राओं ने अपने-अपने निवास स्थानों और आस-पड़ोस में भी स्वच्छता गतिविधियां आयोजित कीं। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज के एनसीसी कैडेट्स (नेवल विंग) ने भारत के संविधान पर जागरूकता बढ़ाने के लिए पोस्टर बनाए और भारतीय संविधान के जनक डॉ. बी.आर. अंबेडकर को श्रद्धांजलि अर्पित की। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने छात्राओं को संविधान दिवस उत्साहपूर्वक मनाने के साथ-साथ उनके द्वारा इस अवसर पर किए गए प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि यह हमारे संविधान के निर्माताओं के प्रति आभार व्यक्त करने का दिन है। उन्होंने युवाओं से हमारे सपनों का भारत बनाने के लिए खुद को प्रतिबद्ध करने का आह्वान किया।

एमसीएम में संविधान दिवस का आयोजन

चंडीगढ़ : संविधान दिवस पर एमसीएम डीएवी ने छात्राओं में संवैधानिक मूल्यों को अग्रसर करने हेतु विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक लाइव टेलीकास्ट में हिस्सा लिया। जिसमें राष्ट्रपति राम नाथ कोविंद ने देश के संविधान की प्रस्तावना पढ़ी। कॉलेज की स्वच्छता समिति ने परिसर के साथ-साथ छात्रावासों पर व्यापक सफाई अभियान चलाए। छात्राओं ने अपने-अपने निवास स्थानों और आस-पड़ोस में भी स्वच्छता गतिविधियां आयोजित कीं। एक अन्य गतिविधि में कॉलेज के एनसीसी कैडेट्स (नेवल विंग) ने भारत के संविधान पर जागरूकता बढ़ाने के लिए पोस्टर बनाए और भारतीय संविधान के जनक डॉ. बीआर अंबेडकर को श्रद्धांजलि अर्पित की। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने छात्राओं को संविधान दिवस उत्साहपूर्वक मनाने के साथ-साथ उनके द्वारा इस अवसर पर किये गए प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि यह हमारे संविधान के निर्माताओं के प्रति आभार व्यक्त करने का दिन है। (जास)

छात्राओं को संवैधानिक मूल्यों की जानकारी बांटी

चंडीगढ़। संविधान दिवस के अवसर पर मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन ने अपनी छात्राओं में संवैधानिक मूल्यों को अग्रसर करने हेतु विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। इस अवसर पर कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक लाइव टेलीकास्ट में भाग लिया, जिसमें भारत के माननीय राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद ने भारत के संविधान की प्रस्तावना पढ़ी। इस लाइव टेलीकास्ट में 85 से अधिक स्वयंसेवकों ने भाग लिया और हमारे संविधान में निहित मूल्यों को बनाए रखने के लिए प्रेरित महसूस किया। कॉलेज की स्वच्छता समिति ने परिसर के साथ-साथ छात्रावासों पर व्यापक सफाई अभियान चलाए। महामारी की स्थिति को ध्यान में रखते हुए परिसर की सफाई भी की गई।

TITLE OF THE ACTIVITY: NATIONAL LEVEL QUIZ ON WORLD AIDS DAY

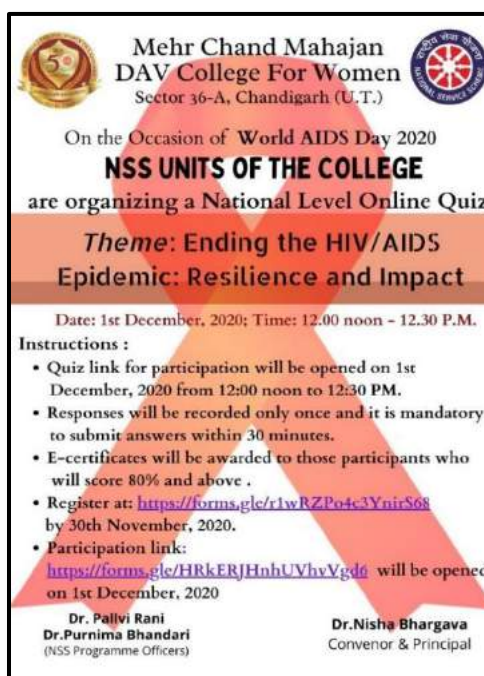
Date: 1 December 2020

Number of NSS Volunteers participated: 233 (in quiz) and 17 (in video)

Objectives:

- To create awareness regarding HIV/AIDS among the people
- To foster early detection of HIV infection among persons at ongoing risk for HIV
- To enhance earlier referral to prevention, care, treatment and support for persons identified as HIV positive.
- To educate individuals about the misconceptions of HIV/AIDS

The Context: World AIDS Day is observed on 1st December each year. It is an opportunity for people worldwide to unite in the fight against HIV, to show support for people living with HIV, and to remember those who have died from an AIDS-related illness. This year, on 1st December 2020, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a National Level Online Quiz Competition with an aim to raise awareness about the Acquired ImmunoDeficiency Syndrome (AIDS) disease. This year, the theme of the day was – **“Ending the HIV/AIDS**



Epidemic: Resilience and Impact” where people were urged to make a joint effort to deliver high-quality services for treatment and prevention of HIV, to the ones who are in need.

The Practice: During the event, around 233 people from more than 15 different states across the nation participated in National level Online Quiz. The quiz was based on the facts regarding HIV/AIDS that included the symptoms, preventive measures of HIV/AIDS and initiatives taken up by the Government of India to curb this deadly disease. The participants got comprehensive information about HIV/AIDS and gained

knowledge about the awareness and the precautionary measures that must be taken. By the end of the quiz, the volunteers learnt their role in propagating the prevention of HIV.



In addition, an educational video that highlighted the myths about HIV/AIDS were made by the NSS volunteers in collaboration with the Red Ribbon Club where people were made aware about the myths and the stigma related to the disease that need to be eradicated from the society.

Evidence of Success: Conclusively, NSS volunteers were able to spread awareness regarding HIV/AIDS in the society through their video and quiz. **Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:**

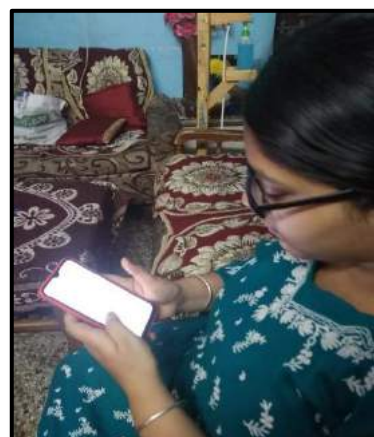
<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/1013336902465896/>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1333788478203523072>

https://www.instagram.com/tv/CIQlyknh8k5/?utm_source=ig_web_copy_link

<https://www.instagram.com/p/CILqpBzBIYL/?igshid=12mseoli95aI6>

<https://youtu.be/KuXP39ALKN4>



Media Clippings:

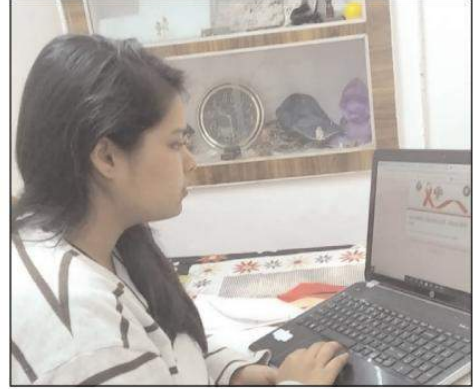
एड्स से बचाव के लिए किया जागरूक

जासं, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी कॉलेज-36 की एनएसएस इकाई ने विश्व एड्स दिवस पर राष्ट्रीय ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया। जिसका उद्देश्य एड्स के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। वर्ल्ड एड्स-डे के थीम एंडिंग द एचआईवी/एड्स, एपिडेमिक : रेसिलिएंस एंड इंपैक्ट को ध्यान में रखते हुए, प्रश्नोत्तरी के माध्यम से, एनएसएस इकाईयों ने युवाओं से एचआईवी के

उपचार और रोकथाम के लिए उच्च गुणवत्ता वाली सेवाएं देने के लिए एक संयुक्त प्रयास करने का आग्रह किया था। प्रश्नोत्तरी में राष्ट्र भर के 15 से अधिक राज्यों के लगभग 233 लोगों ने भाग लिया तथा एड्स के बारे में तथ्यों, इसके लक्षणों, निवारक उपायों सहित इस घातक बीमारी पर अंकुश लगाने के लिए भारत सरकार द्वारा उठाए गए कदमों पर अपना ज्ञान साझा किया।

एमसीएम ने विश्व एड्स दिवस पर प्रतियोगिताओं का आयोजन

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। विश्व एड्स दिवस के उपलक्ष्य में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एड्स जागरूकता समिति और तथा एनएसएस इकाईयों ने इस घातक बीमारी के खिलाफ एकजुट होने तथा जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकाईयों ने इस अवसर पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन क्विज का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य एक्रायर्ड इम्यूनो डेफिशिएंसी सिंड्रोम (एड्स) बीमारी के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। इस वर्ष वर्ल्ड एड्स डे के थीम 'एंडिंग द एचआईवी / एड्स, एपिडेमिक - रेसिलिएंस एंड इंपैक्ट' को ध्यान में रखते हुए, प्रश्नोत्तरी के माध्यम से, एनएसएस इकाईयों ने युवाओं से एचआईवी के उपचार और रोकथाम के लिए उच्च गुणवत्ता वाली सेवाएं देने के लिए एक संयुक्त प्रयास करने का आग्रह किया। इस प्रश्नोत्तरी में राष्ट्र भर के 15 से अधिक राज्यों के लगभग 233 लोगों ने भाग लिया तथा एड्स के बारे में तथ्यों, इसके लक्षणों, निवारक उपायों सहित इस घातक बीमारी पर अंकुश लगाने के लिए भारत सरकार द्वारा उठाए गए कदमों पर अपना ज्ञान साझा किया। इस प्रश्नोत्तरी के आलावा एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक शैक्षिक वीडियो भी बनाया जिसमें एचआईवी / एड्स के बारे में मिथकों पर प्रकाश डाला गया तथा इस बीमारी के बारे में जागरूक किया। कॉलेज की एड्स जागरूकता समिति ने ग्लोबल सॉल्लिडैरिटी, शेयर्ड रिस्पॉन्सिबिलिटी शीर्षक पर क्वेश्चन राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया जिसमें कि 73 से अधिक विद्यार्थियों एवं शिक्षकों ने हिस्सा लेकर अपनी रचनात्मकता का प्रदर्शन करते हुए क्वेश्चन लिखे। सभी प्रतिभागियों को ई-सर्टिफिकेट दिए गए। इन विचारशील प्रयासों की सराहना करते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि यह जरूरी है कि युवाओं, विशेष रूप से एनएसएस स्वयंसेवकों को विभिन्न संवेदीकरण एवं जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से एड्स की रोकथाम के प्रचार प्रसार में अग्रसर हों।



विश्व एड्स दिवस पर प्रतियोगिताएं आयोजित

'एच.आई.वी./एड्स के बारे में छात्रों को वॉलंटियर्स ने दी जानकारी'



चंडीगढ़, 2 दिसम्बर (आशीष): विश्व एड्स दिवस पर एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वुमेन सैक्टर-36 की एड्स जागरूकता समिति और तथा एन.एस.एस. यूनिट ने जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। एन.एस.एस. इकाइयों ने राष्ट्रीय स्तर पर ऑनलाइन क्विज आयोजित की। एक्रायर्ड इम्यूनो डेफिशिएंसी सिंड्रोम (एड्स) बीमारी के बारे में जागरूकता बढ़ाना था।

इस बार वर्ल्ड एड्स डे के थीम 'एंडिंग द एचआईवी/एड्स, एपिडेमिक रेसिलिएंस एन्ड इम्पैक्ट' को ध्यान में रखते हुए प्रश्नोत्तरी के माध्यम से एन.एस.एस. इकाइयों ने

युवाओं से एच.आई.वी. के उपचार और रोकथाम के लिए उच्च गुणवत्ता वाली सेवाएं देने के लिए एक संयुक्त प्रयास करने का आग्रह किया।

इसमें 15 से ज्यादा से 233 लोगों ने भाग लिया। स्वयंसेवकों ने शैक्षिक वीडियो भी बनाया, जिसमें एच.आई.वी./एड्स के बारे में मिथकों पर प्रकाश डाला गया।

एड्स जागरूकता समिति ने ग्लोबल सॉलिडैरिटी, शेयर्ड रिस्पॉन्सिबिलिटी शीर्षक पर कैप्शन राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया, जिसमें कि 73 से अधिक विद्यार्थियों एवं शिक्षकों ने हिस्सा लेकर अपनी रचनात्मकता का प्रदर्शन करते कैप्शन लिखे।

कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि यह जरूरी है कि युवाओं, विशेष रूप से एन.एस.एस. स्वयंसेवकों को विभिन्न संवेदीकरण एवं जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से एड्स की रोकथाम के प्रचार प्रसार में अग्रसर हों।

विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन

चंडीगढ़, 2 दिसंबर (ट्रिब्यू)

विश्व एड्स दिवस के उपलक्ष्य में एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एड्स जागरूकता समिति तथा एनएसएस इकाइयों ने विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने इस अवसर पर एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन क्विज का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य एक्वायर्ड इम्यूनो डेफिशिएंसी सिंड्रोम (एड्स) बीमारी के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। प्रश्नोत्तरी में देश के 15 से अधिक राज्यों के लगभग 233 लोगों ने भाग लिया। इस प्रश्नोत्तरी के अलावा एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक शैक्षिक वीडियो भी बनाया जिसमें एचआईवी/एड्स के बारे में मिथकों पर प्रकाश डालता है।

एमसीएम ने विश्व एड्स दिवस पर प्रतियोगिताओं का आयोजन

विनोद कुमार, चंडीगढ़। विश्व एड्स दिवस के उपलक्ष्य में, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की एड्स जागरूकता समिति और तथा एनएसएस इकाइयों ने इस घातक बीमारी के खिलाफ एकजुट होने तथा जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने इस अवसर पर



एक राष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन क्विज का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य एक्वायर्ड इम्यूनो डेफिशिएंसी सिंड्रोम (एड्स) बीमारी के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। इस वर्ष वर्ल्ड एड्स डे के थीम - एडिंग द एचआईवी / एड्स, एपिडेमिक - रेसिलिएंस एन्ड इम्पेक्ट - को ध्यान में रखते हुए, प्रश्नोत्तरी के माध्यम से, एनएसएस इकाइयों ने युवाओं से एचआईवी के उपचार और रोकथाम के लिए उच्च गुणवत्ता वाली सेवाएं देने के लिए एक संयुक्त प्रयास करने का आग्रह किया। इस प्रश्नोत्तरी में राष्ट्र भर के 15 से अधिक राज्यों के लगभग 233 लोगों ने भाग लिया तथा एड्स के बारे में तथ्यों, इसके लक्षणों, निवारक उपायों सहित इस घातक बीमारी पर अंकुश लगाने के लिए भारत सरकार द्वारा उठाए गए कदमों पर अपना ज्ञान साझा किया। इस प्रश्नोत्तरी के अलावा एनएसएस स्वयंसेवकों ने एक शैक्षिक वीडियो भी बनाया जिसमें एचआईवी / एड्स के बारे में मिथकों पर प्रकाश डाला गया तथा इस बीमारी के बारे में जागरूक किया। कॉलेज की एड्स जागरूकता समिति ने ग्लोबल सॉलिडैरिटी, शेयर्ड रिस्पॉन्सिबिलिटी शीर्षक पर क्विज राइटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया जिसमें कि 73 से अधिक विद्यार्थियों एवं शिक्षकों ने हिस्सा लेकर अपनी रचनात्मकता का प्रदर्शन करते हुए क्विज लिखे। सभी प्रतिभागियों को ई-सर्टिफिकेट दिए गए। इन विचारशील प्रयासों की सराहना करते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि यह जरूरी है कि युवाओं, विशेष रूप से एनएसएस स्वयंसेवकों को विभिन्न संवेदीकरण एवं जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से एड्स की रोकथाम के प्रचार प्रसार में अग्रसर हों।

TITLE OF THE ACTIVITY: CELEBRATION OF INTERNATIONAL DAY OF PERSONS WITH DISABILITIES

Date: 3 December 2020

Number of NSS Volunteers participated: 100 volunteers + 38 students of SOREM

Objectives:

- To promote an understanding about the disability issues
- To mobilize support for the dignity, rights, and well-being of persons with disabilities
- To aware integration of persons with disabilities in every aspect of political, social, economic, and cultural life

The Context: Since 1992, the International Day of Persons with Disabilities has been annually observed on 3rd December around the world. It reflects a growing understanding that disability is a part of the human condition. To commemorate the International Day of Persons with Disabilities, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a RUSA sponsored awareness programme – ***Disability and Positivity in life***, and a donation drive.

The Practice: The NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized an online RUSA sponsored awareness programme - ***Disability and Positivity in life*** where the special guest of honor was Sh J S Jayara, Principal, Institute for the Blind, Sector 26 Chandigarh. The programme started with an introductory address by Ms. Neena Sharma, RUSA Institutional Coordinator, where she gave a brief introduction about the occasion and the objective of organizing this programme. In her inaugural address, Principal of the College Dr Nisha Bhargava motivated the NSS Volunteers by sharing her thoughts and urged them to make a better place to live for everyone including the specially-abled ones.

In his address, the special guest of the day Sh. Jayara highlighted the conditions and ways *via* which visually impaired persons are being taught, are provided with vocational and educational facilities and shared the success journey of special-abled persons. He also motivated our volunteers and highlighted the fact that disability should not be considered as a curse but a challenge which should be

adopted with a positive attitude. NSS Programme Officers Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari also encouraged the volunteers to work in this sphere of disability with a positive attitude.

Besides, a donation drive was organized where NSS volunteers of the College



donated relevant articles to the specially-abled kids of SOREM institute that included stencils, masking tape, Camlin brushes, mould-kit, mixing palette, chocolate moulds, glue gun, cello tape dispenser, fevicol boxes, thera bands (used in Physiotherapy), thera tubes (mild, moderate, strong). The main aim of

the drive was to empower such persons rather than sympathize with them. For the donation drive, volunteers were quite generous and collected around Rs. 5700/-. A few volunteers coordinated well among themselves and with the NSS Programme Officers and purchased the above-mentioned things. On 3rd December, 2020, volunteers along with NSS Programme Officers went to the SOREM institute and



donated the articles to the specially-abled children. They also spent some quality time with them, made them feel special, following all the COVID-19 norms during the entire event. The volunteers gained awareness about disabled persons and how they are a part of our society as one and not some

outsider. They learned to accept them as they are and make them feel as a whole in the society even during COVID-19 time.

Evidence of Success: Through the awareness programme, volunteers gained insights about the celebration of International day for Persons of Disabilities and how they are part of the society and what should be done in order to empower them. During the donation drive, volunteers were quite energetic and donated the essential articles with the aim to empower specially-abled people, thus fulfilling the NSS motto – Not me

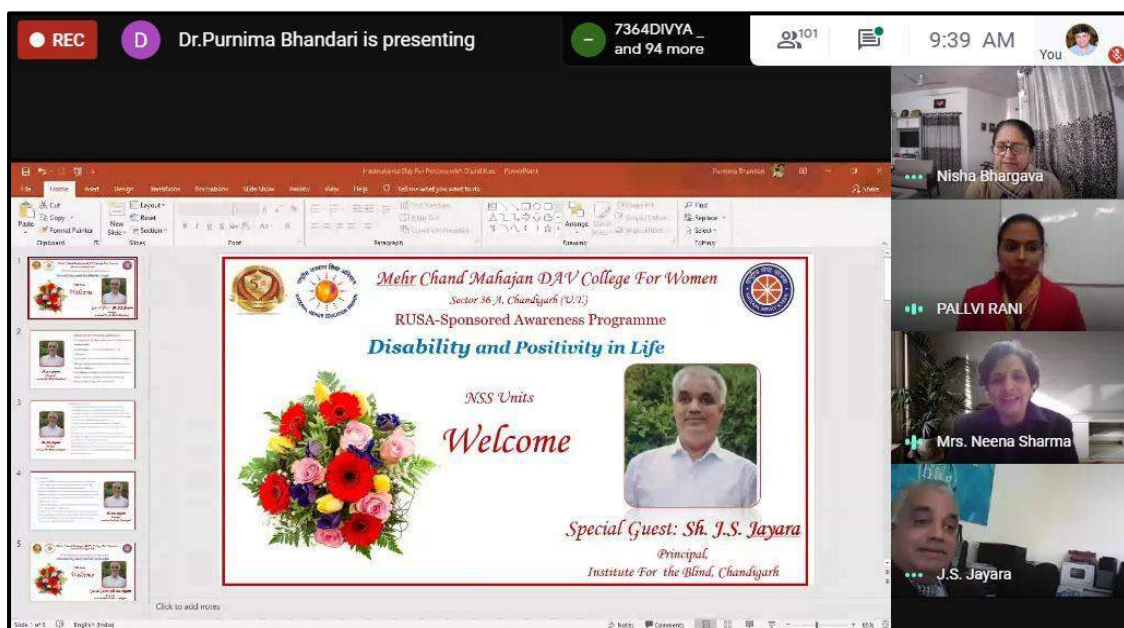
but you! **Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:**

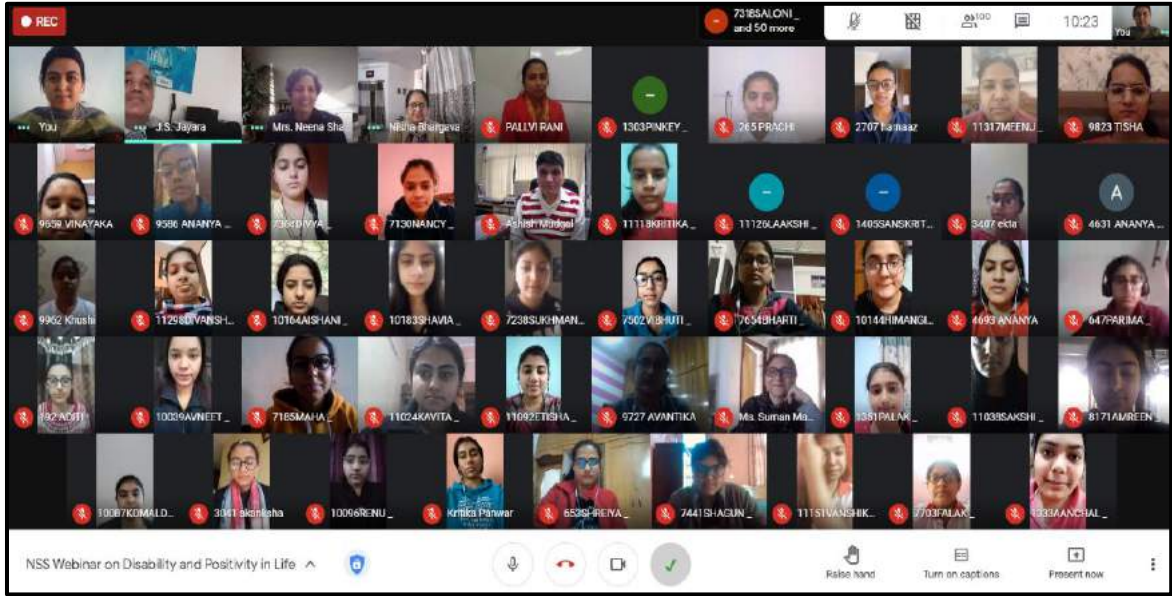
<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1334873060680237056?s=20>

<https://www.instagram.com/p/CIU01CRhtWy/?igshid=153vvr6hq2bkz>

https://www.instagram.com/p/CIYTkMh3_A/?igshid=1k41ddwanhmp6

<https://www.facebook.com/226512264481701/posts/1014535919012661/?sfnsn=wiwspwa>





दिव्यांगता को सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर दूर किया जा सकता है : जायरा

चंडीगढ़, 3 दिसंबर (राफेल): इंटरनेशनल डे ऑफ पर्सनल विड हिस्टोरिकल के उपलक्ष्य में मेहर चंद महानन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन की एनएसएस इकायों, इन्कल अपिच्युनिटी सैल और चरित्र निर्माण समिति के तत्वावधान में विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकायों ने 'हिस्टोरिकल एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' विषय पर राष्ट्रीय ऊच्च शिक्षा अभियान प्रयोजित एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। जे.एस. जायरा, प्रिंसिपल, इंस्टीट्यूट फॉर द ब्रह्मरूढ़, चंडीगढ़ बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे।



'हिस्टोरिकल एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' पर दिव्यांगों को समझे व शिक्षण सामग्री देते हुए छात्र।

जायरा ने कहा कि विकलांगता अभिशाप नहीं है, बल्कि एक चुनौती है जिसे सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर दूर किया जा सकता है। विकलांगों के प्रति व्यावहारिक परिचय लाने के लिए सर्वेदीकरण कार्यक्रमों की आवश्यकता पर जोर देते हुए जायरा ने कहा कि पीडब्ल्यूडी (पर्सनल विड हिस्टोरिकल) को मुख्यधारा में जोड़ने के लिए, उन्हें अनुकूल वातावरण में लिए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा मुलभ कराना महत्वपूर्ण है जो उनकी क्षमता निर्माण के साथ उन्हें सक्षम बनाए। कॉलेज की एनएसएस इकायों ने सोमर इंस्टीट्यूट के विश्वविद्यालय को पेंट, फ्रिजियोवैरीसो बैड, चॉकलेट मोल्ड्स आदि वस्तुएं साझा कीं। कॉलेज के इन्कल अपिच्युनिटी सैल ने पोस्टर मेकिंग, स्लोगन राइटिंग तथा 'बिलिडिंग बेक लैटर टुवर्ड्स एन इक्विंसिबल एक्सोसिबल एंड सस्टेनेबल पोस्ट कोविड - 19 वर्ल्ड वाय, फॉर एंड विद पर्सनल विड हिस्टोरिकल' शीर्षक पर 'येर स्टोरी ऑफ कोविड -19

रिमांस गतिविधि का आयोजन किया। इन गतिविधियों में छात्रों ने उन्माहपूर्वक भाग लिया एवं पीडब्ल्यूडी के तथ्यों, मुद्दों और चुनौतियों पर जागरूकता बढ़ाने के लिए रचनात्मक प्रक्रियाएं भेजीं।

कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा धार्या ने जोर देकर कहा कि इस दिवस को मनाने का उद्देश्य विकलांगता से संबंधित मुद्दों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और हमारे शिक्षार्थियों को विकलांग व्यक्तियों को भलाई के लिए जागरूक करना है। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी की मोटिवेशनल स्पॉकर, प्रॉनभा देवेनन का उद्घरण देते हुए डा. धार्या ने कहा कि उनकी सफलता की कहानी इस तथ्य पर जोर देती है कि जो व्यक्ति एक मजबूत इच्छाशक्ति एवं अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए दृढ़ता से प्रयास करता है तो उस व्यक्ति को रोकना नहीं जा सकता है, उसे निश्चित ही सफलता मिलती है।

इंटरनेशनल डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी कार्यक्रम के जरिये किया जागरूक

चंडीगढ़। इंटरनेशनल डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी के उपलक्ष्य में एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन की एनएसएस इकाइयों, इकल ऑप्युनिटी सेल और चरित्र निर्माण समिति के तत्वावधान में विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने 'डिसेबिलिटी एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' विषय पर राष्ट्रीय उत्तर शिक्षा अभियान (रुसा) प्रायोजित एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। जेएस जयारा, प्रिंसिपल, इंस्टीट्यूट फॉर द ब्लाइंड, चंडीगढ़ इस अवसर पर बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। इस दौरान जयारा ने कहा कि विकलांगता अभिशाप नहीं है, बल्कि एक चुनौती है जिसे सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर दूर किया जा सकता है। विकलांगों के प्रति व्यवहारिक परिवर्तन लाने के लिए सचेदीकरण कार्यक्रमों की आवश्यकता पर जोर देते हुए जयारा ने कहा कि पीडब्ल्यूडी (पर्सन्स विद डिसेबिलिटी) को मु यथारा में जोड़ने के लिए, उन्हें अनुकूल वातावरण में लिए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा सुलभ करना महत्वपूर्ण है जो उनकी क्षमता निर्माण के साथ उन्हें सक्षम बनावे। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने सोरम इंस्टीट्यूट के विद्यार्थियों को पेट, फिजियोथेरेपी बैंड, चॉकलेट मोल्ड्स आदि वस्तुएं साझा की। कॉलेज के इकल ऑप्युनिटी सेल ने इस अवसर पर पोस्टर मेकिंग, स्लोगन राइटिंग तथा 'बिलिडिंग बेक बेटर इन टुवार्ड्स एन इ-सुसिब, ए।सीएसएल एन्ड सस्टेनेबल पोस्ट कोविड-19 वर्ल्ड बाय, फॉर एन्ड विद पर्सन्स विद डिसेबिलिटी' शीर्षक पर चार स्टोरी ऑफ कोविड-19 रिस्वास गतिविधि का आयोजन किया। इन गतिविधियों में छात्राओं ने उत्साहपूर्णक भाग लिया एवं पीडब्ल्यूडी के तथ्यों, मुद्दों और चुनौतियों पर जागरूकता बढ़ाने के लिए रचनात्मक प्रविधियां भेजी। कॉलेज की चरित्र निर्माण समिति ने पोस्टर मेकिंग और होमेशन ड्राइव का आयोजन किया। प्रतिभागियों ने पर्सन्स विद डिसेबिलिटी शीर्षक पर पोस्टर बनाए एवं विकलांग व्यक्तियों के लिए विचारशील, प्रेरक संदेश लिखे। विद्यार्थियों ने वकित एवं विकलांग व्यक्तियों को को संदेशों के रूप में भी दिये। सभी गतिविधियों के प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र प्रदान किए गए। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने जोर देकर कहा कि इस दिवस को मनाने का उद्देश्य विकलांगता से संबंधित मुद्दों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और हमारे हितधारकों को विकलांग व्यक्तियों की भलाई के लिए जागरूक करना है।



एमसीएम में 'इंटरनेशनल-डे ऑफ पर्संस'



चंडीगढ़। इंटरनेशनल डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी के उपलक्ष्य में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन की एनएसएस इकाइयों, इकल ऑप्युनिटी सेल और चरित्र निर्माण समिति के तत्वावधान में विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने 'डिसेबिलिटी एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' विषय पर राष्ट्रीय उत्तर शिक्षा अभियान रुसा प्रायोजित एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। श्री जेएस जयारा, प्रिंसिपल, इंस्टीट्यूट फॉर द ब्लाइंड, चंडीगढ़ इस अवसर पर बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। अपने प्रेरक संबोधन में श्री जयारा ने कहा कि विकलांगता अभिशाप नहीं है बल्कि एक चुनौती है जिसे सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर दूर किया जा सकता है।

इंटरनेशनल-डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी पर एम.सी.एम. कॉलेज में कार्यक्रम

'विकलांगता अभिशाप नहीं है, चुनौती है सकारात्मक सोच से मिल सकती है जीत'

चंडीगढ़, 3 दिसम्बर (आईएनपी): इंटरनेशनल-डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी पर पोस्टर-26 किया और चंद्र महाजन डॉ. ए.वी. कॉलेज फॉर वूमन की एन.एस.एस. इकाइयों, इकल ऑप्युनिटी सेल और चरित्र निर्माण समिति के तत्वावधान में विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। एन.एस.एस. इकाइयों ने 'डिसेबिलिटी एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' विषय पर राष्ट्रीय उत्तर शिक्षा अभियान रुसा प्रायोजित एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया।

जे.एस. जयारा, प्रिंसिपल, इंस्टीट्यूट फॉर द ब्लाइंड बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। उन्होंने कहा कि विकलांगता अभिशाप नहीं है, बल्कि एक चुनौती है, जिसे सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर दूर किया जा सकता है। एन.एस.एस. इकाइयों ने सोरम इंस्टीट्यूट के विद्यार्थियों को पेट, फिजियोथेरेपी बैंड, चॉकलेट मोल्ड्स आदि वस्तुएं साझा की।

इकल ऑप्युनिटी सेल ने पोस्टर मेकिंग, स्लोगन राइटिंग तथा 'बिलिडिंग बेक बेटर इन टुवार्ड्स एन इ-सुसिब, एन.एस.एस. एल.सी.एस.एल. एन्ड सस्टेनेबल पोस्ट कोविड-19 वर्ल्ड बाय, फॉर एन्ड विद पर्सन्स विद डिसेबिलिटी' शीर्षक पर चार स्टोरी ऑफ कोविड-19 रिस्वास गतिविधि का आयोजन किया। कॉलेज की चरित्र निर्माण समिति ने पोस्टर मेकिंग और होमेशन ड्राइव का आयोजन किया।

प्रतिभागियों ने पर्सन्स विद डिसेबिलिटी शीर्षक पर पोस्टर बनाए एवं विकलांग व्यक्तियों के लिए विचारशील, प्रेरक संदेश लिखे। विद्यार्थियों ने वकित एवं विकलांग व्यक्तियों को को संदेशों के रूप में भी दिये। सभी गतिविधियों के प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र प्रदान किए गए। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने जोर देकर कहा कि इस दिवस को मनाने का उद्देश्य विकलांगता से संबंधित मुद्दों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और हमारे हितधारकों को विकलांग व्यक्तियों की भलाई के लिए जागरूक करना है।

कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने 'डिसेबिलिटी एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' विषय पर राष्ट्रीय उत्तर शिक्षा अभियान रुसा प्रायोजित एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया।

मनव संसाधन विभाग में विश्व विकलांगता दिवस मनाया

चंडीगढ़, 3 दिसम्बर (आईएनपी): मानव संसाधन विभाग में विश्व विकलांगता दिवस मनाया गया। इस अवसर पर विभाग के कर्मचारियों और छात्रों ने विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया।

'पटा ने पर्व सी.एम.ओ. को घर अलॉट'

एमसीएम में इंटरनेशनल डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी



एमसीएम एनएसएस वालंटियर बच्चों को उपहार देते हुए। (छाया: गुरिंदर सिंह)

चंडीगढ़, 3 दिसम्बर (राम सिंह बराड़): इंटरनेशनल डे ऑफ पर्सन्स विद डिसेबिलिटी के उपलक्ष्य में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन का एनएसएस इकाइयों, इक्वल ऑपचुनिटी सैल और चरित्र निर्माण समिति के तत्वावधान में विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने 'डिसेबिलिटी एंड पॉजिटिविटी इन लाइफ' विषय पर राष्ट्रीय उच्चतर शिक्षा अभियान (रूसा) प्रायोजित एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। जे.एस. जयारा, प्रिंसीपल, इंस्टीट्यूट फॉर द ब्लाइंड, चंडीगढ़ इस अवसर पर बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित थे। अपने प्रेरक संबोधन में जयारा ने कहा कि विकलांगता अभिशाप नहीं है, बल्कि एक चुनौती है जिसे सकारात्मक दृष्टिकोण

अपनाकर दूर किया जा सकता है। विकलांगों के प्रति व्यवहारिक परिवर्तन लाने के लिए संवेदीकरण कार्यक्रमों की आवश्यकता पर जोर देते हुए जयारा ने कहा कि पीडब्ल्यूडी (पर्सन्स विद डिसेबिलिटी) को मुख्यधारा में जोड़ने के लिए, उन्हें अनुकूल वातावरण में लिए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा सुलभ कराना महत्वपूर्ण है जो उनकी क्षमता निर्माण के साथ उन्हें सक्षम बनाए। कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने सोरम इंस्टीट्यूट के विद्यार्थियों को पेंट, फिजियोथेरेपी बैंड, चॉकलेट मोल्ड्स आदि वस्तुएं सांझा की। कॉलेज के इक्वल ऑपचुनिटी सैल ने इस अवसर पर पोस्टर मेकिंग, स्लोगन राइटिंग तथा 'बिल्डिंग बेक बेटर थन टुवार्ड्स एन इन्क्लूसिव, एक्सीसिबल एंड सस्टेनेबल पोस्ट कोविड-19 वर्ल्ड बाय,

फॉर एंड विद पर्सन्स विद डिसेबिलिटी' शीर्षक पर योर स्टोरी ऑफ कोविड-19 रिस्पांस गतिविधि का आयोजन किया। इन गतिविधियों में छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया एवं पीडब्ल्यूडी के तथ्यों, मुद्दों और चुनौतियों पर जागरूकता बढ़ाने के लिए रचनात्मक प्रविष्टियां भेजीं। कॉलेज की चरित्र निर्माण समिति ने पोस्टर मेकिंग और डोनेशन ड्राइव का आयोजन किया। प्रतिभागियों ने पर्सन्स विद डिसेबिलिटी शीर्षक पर पोस्टर बनाए एवं विकलांग व्यक्तियों के लिए विचारशील, प्रेरक संदेश लिखे। विद्यार्थियों ने वचन एवं विकलांग व्यक्तियों को सर्दियों के कपड़े भी दिए। सभी गतिविधियों के प्रतिभागियों को ई-प्रमाण पत्र प्रदान किए गए।

कॉलेज की प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव ने जोर देकर कहा कि इस दिवस को मनाने का उद्देश्य विकलांगता से संबंधित मुद्दों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और हमारे हितधारकों को विकलांग व्यक्तियों की भलाई के लिए जागरूक करना है। डॉ. भार्गव ने विद्यार्थियों को अपनी मन की शक्ति को जगाने और इस दुनिया को विशेष रूप से विकलांग लोगों सहित सभी के लिए रहने के लिए एक बेहतर दुनिया बनाने के लिए प्रेरित किया।

INDEX OF THE ACTIVITIES DONE IN QUARTER – IV
(JANUARY – MARCH 2021)

S.NO	NAME OF THE ACTIVITY	NUMBER OF VOLUNTEERS PARTICIPATED	DATE	TEACHER INCHARGE	NUMBER OF HOURS
1.	Yuva Pravasi Bhartiya Divas 2021	125	8 January 2021	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs
2.	Celebration of National Girl Day	38 volunteers + 40 school students	22 January 2021	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
3.	Celebration of Parakram Divas (125 th Birth Anniversary of Netaji Subhas Chandra Bose)	86	23 January 2021	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	2 hrs
4.	Celebration of Republic Day	109	26 January 2021	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	3 hrs
5.	An Awareness session on the occasion of World Cancer Day	35 volunteers + 45 residents	4 February 2021	Dr Sarabjeet Kaur Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
6.	International Women's Day Celebration	34 volunteers + 55 girl students	8 March 2021	Dr Vandana Syal Dr Pooja Sharma Dr Purna Sharma Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	4 hrs
7.	Seven Day/Night Special NSS Camp	81	18.03.2020-24.03.2021	Dr Pallvi Rani Dr Purnima Bhandari	85

QUARTER – IV (JANUARY – MARCH 2021)

TITLE OF THE ACTIVITY: YUVA PRAVASI BHARTIYA DIVAS 2021

Date: 8 January 2021

Number of NSS Volunteers participated: 125

Objectives:

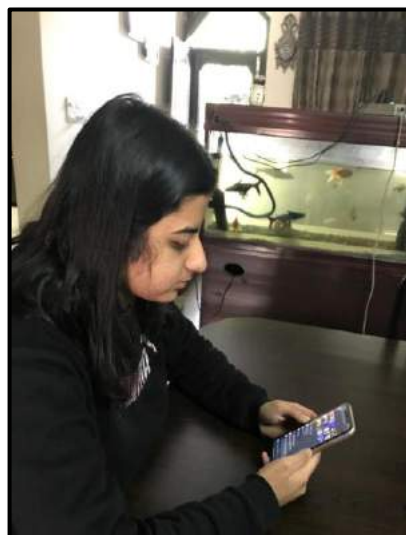
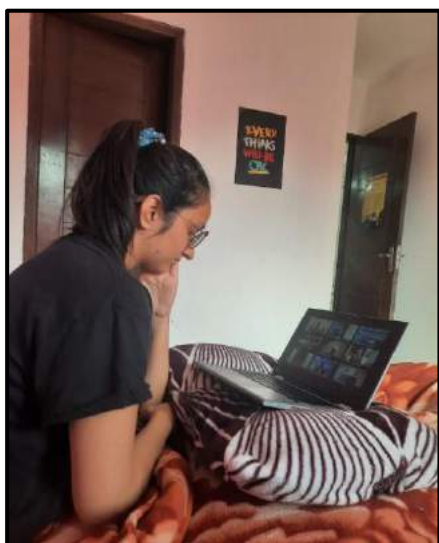
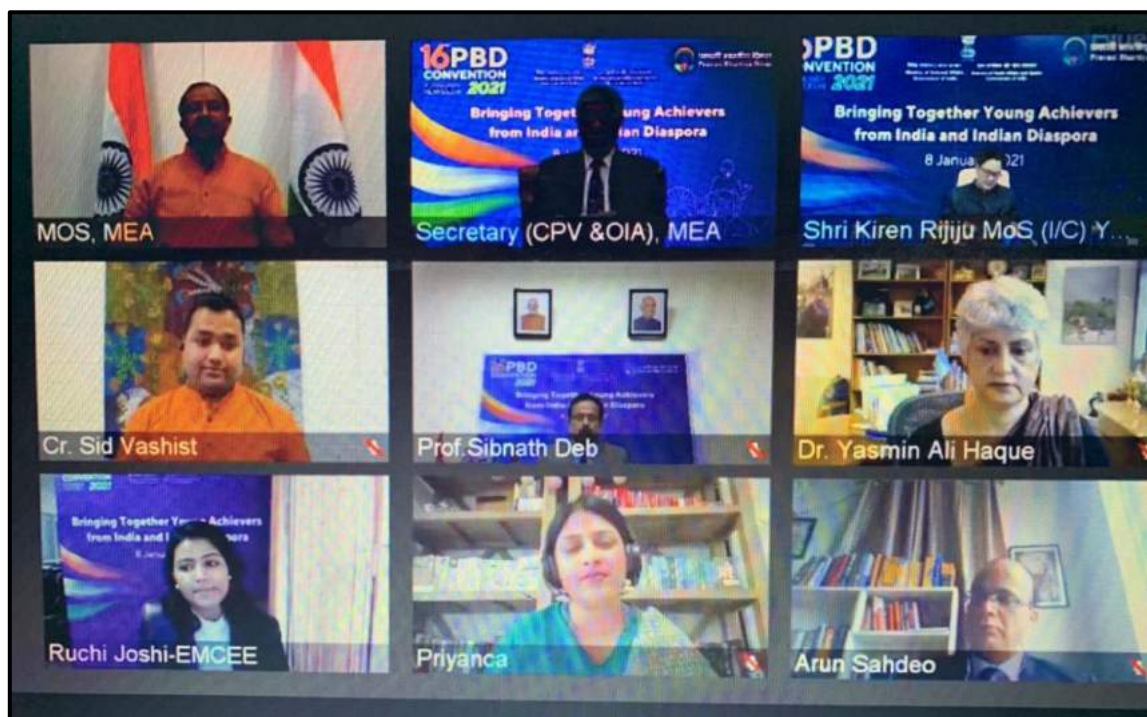
- To provide a platform for NRIs to express their feelings and perceptions about India.
- To create a network of NRIs in all the countries of the world and connecting the younger generation with immigrants.

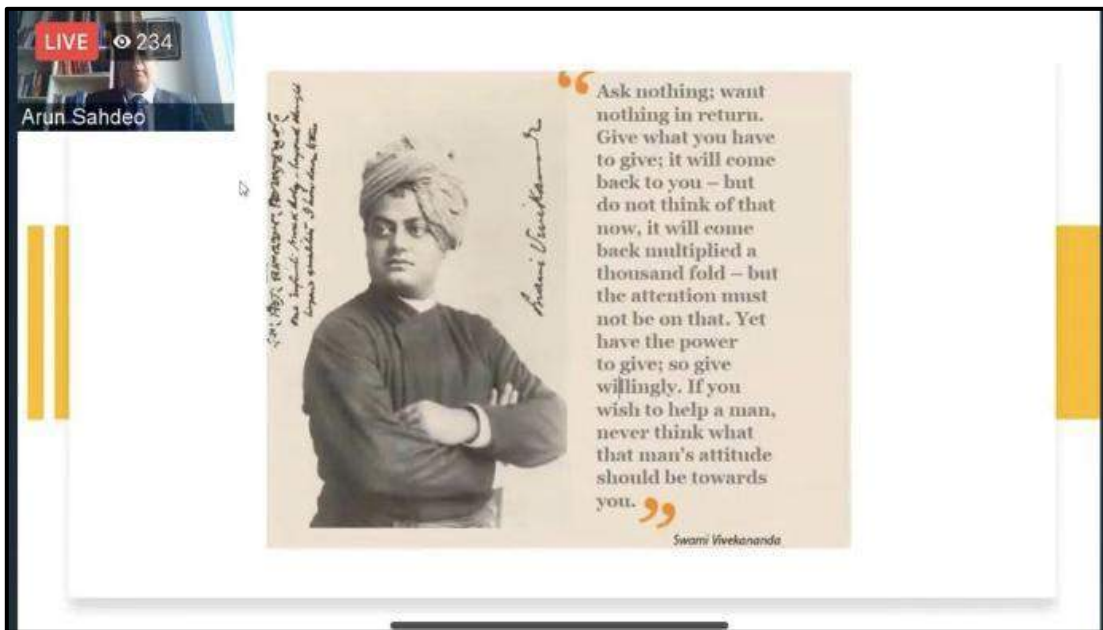
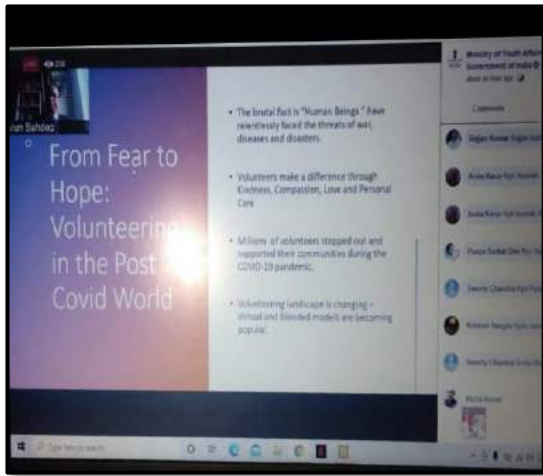
The Context: Pravasi Bhartiya Divas, a celebratory day has been observed on 9 January by the Republic of India to mark the contribution of the overseas Indian community towards the development of India. This day commemorates the return of Mahatma Gandhi from South Africa to Mumbai on 9 January 1915.

The Practice: NSS volunteers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh attended a live session of Yuva Pravasi Bhartiya Divas Conference "Bringing together Young Achievers from India and Indian Diaspora" that was organized by Ministry of Youth Affairs and Sports and Ministry of External Affairs, Govt. of India. The session focussed on the issues and challenges people are facing in different countries. Despite 2020 being a tough year, people who were focused and motivated had been successful in achieving their goals. Several speakers from different countries and backgrounds spoke about their own achievements, and challenges they faced. Dignitaries including Ruchi Joshi, Jaswinder Garcha, Sanjana, Deepti Chandra, Shri Sanjay Bhattacharya, Hon'ble Minister of State (Independent Charge) for Youth Affairs and Sports & Minority Affairs, Shri Kiren Rijiju, a special guest, Priyanca Radhakrishnan Hon'ble Minister for Youth, Community and Voluntary Sector, and Diversity, Inclusion and Ethnic Communities, New Zealand, participated in the conference. This session witnessed an enthusiastic participation of a lot of the volunteers. Conference highlighted the eminent role of RGNIYD in bringing together

the young achievers from India and Indian diaspora and their engagement in several academic, research, training, exchange and outreach programmes.

Evidence of Success: The session was very informative and insightful, and the volunteers were enthused with a sense of motivation to achieve more things in their lives.





TITLE OF THE ACTIVITY: CELEBRATION OF NATIONAL GIRL CHILD DAY

Date: 22 January 2021

Number of NSS volunteers participated: 38 volunteers + 40 school children

Objectives:

- To create awareness about the rights of girls, discuss various issues pertaining to inequalities that girls face in their daily lives and
- To increase awareness about the importance of girl education, nutrition, and health.

The Context: National Girl Child Day in India is celebrated on January 24 every year, since it was started by the Ministry of Women and Child Development in 2008 with an aim to spread awareness about gender inequality and to challenge gender stereotypes. The celebrations also marked the anniversary of *Beti Bachao Beti Padhao* (BBBP) Scheme.

The Practice: On 23rd January 2021, NSS Units of the College celebrated National Girl Child Day (24th January, 2021) by visiting their adopted Village Badheri where an awareness programme was organized on the theme '*Beti Bachao Beti Padhao*' in the premises of Government Model High School, Sector 41-D, Chandigarh. The



event was graced by the presence of Mr Hardeep Singh Buterla, Former Sr. Deputy Mayor, Councilor Ward No. 10 Chandigarh. School in charge – Ms Jatinder Kaur and NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari were also present during the event.

During the programme, NSS volunteers apprised the school girls of the significance of the day and how girl education can bring substantial change in the society by quoting examples of Savitribai Phule, and Dr Kiran Bedi who contributed appreciably in the field of girl's education and brought revolution in the society. In his motivating

address, Mr Hardeep Singh discussed the role of girls in today's society and how one could contribute towards the betterment of girls in the society. He also discussed the contribution of Savitribai Phule who is regarded as the first female teacher of India and how she played an important and vital role in improving women's rights in our country. He truly expressed the importance of the girl child in the society with his mesmerizing words.

With an aim to promote the concept of girl education among the society, NSS volunteers donated stationary kits among the school girls. In addition, enthusiastic NSS volunteers formed a human chain and organized an awareness rally in order to sensitize residents of that area regarding the rights of girls for education following proper COVID-19 protocols (social distancing and sanitization).



Evidence of Success: The event was successful as it was able to create awareness about the rights and provisions of girls in the field of education, health among the students as well as among residents of that area.







एमसीएम डीएवी कॉलेज में राष्ट्रीय बालिका दिवस का आयोजन किया

» विनोद कुमार

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन की एनएसएस इकाइयों ने राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में गाँव बधेरी में ह्यबेटी बचाओ बेटे पढाओहू विषय पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। सरकारी मॉडल हाई स्कूल (जीएमएचएस), सेक्टर 41-डी में आयोजित इस कार्यक्रम में श्री हरदीप सिंह बटरला, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर, पार्श्व वार्ड नंबर 10, चंडीगढ़ और जीएमएचएस -41 प्रभारी श्रीमति जतिंदर कौर विशेष रूप से उपस्थित थे। कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में जागरूकता पैदा करना, लड़कियों द्वारा उनके दैनिक जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करने के साथ साथ बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूक करना था। अपने प्रेरक संबोधन में, श्री हरदीप सिंह ने इस बात पर जोर दिया कि प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तीकरण और उनके अधिकारों



की पूर्ति में कैसे योगदान दे सकता है। कार्यक्रम के दौरान, एनएसएस स्वयंसेवकों ने सावित्रीबाई फुले और डॉ किरण बेदी के उदाहरण देते हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किये। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के

निवासियों को जागरूक करने के लिए एक जागरूकता रैली का आयोजन किया।

कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कहा कि इस बात से इनकार नहीं किया जाता है कि अब लोग लड़कियों का बहिष्कार और रूढ़ियों से उत्पन्न बाधाओं को तोड़ रहे हैं, लेकिन अभी भी लड़कियों के अधिकारों के लिए एक अधिक न्यायपूर्ण और समृद्ध भविष्य बनाने की दिशा में बहुत कुछ किए जाने की आवश्यकता है।

लड़कियों को अधिकारों के प्रति किया जागरूक

एमसीएम की एनएसएस इकाई ने राष्ट्रीय बालिका दिवस पर आयोजित किया कार्यक्रम

माई सिटी रिपोर्टर

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज-36 की एनएसएस इकाई ने गांव बड़हेडी में लड़कियों को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक किया। इकाई ने राष्ट्रीय बालिका दिवस पर 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' मुहिम के तहत गांव में कार्यक्रम आयोजित किया। इस अवसर पर जीएमएचएस 41-डी के प्रभारी जतिंदर कौर, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर हरदीप सिंह बटरला विशेष रूप से उपस्थित रहे।

कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में बताना, उनके दैनिक जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करना, बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूक करना था। हरदीप सिंह ने बताया कि

पीयू में बालिका दिवस पर दिया समानता का संदेश

चंडीगढ़। पीयू के गलर्स हॉस्टल नंबर- 8 में राष्ट्रीय बालिका दिवस का आयोजन किया गया। इस दौरान समानता का संदेश दिया गया। पीयू के निर्माण कार्य में जुटे श्रमिकों के बच्चों के साथ यह दिवस मनाया गया। इस मौके पर बच्चों ने पर्यावरण, स्वास्थ्य, प्रदूषण आदि मुद्दों पर चित्र भी बनाए। वार्डन सिमरन कौर ने कहा कि यह कार्यक्रम सभी के बीच समानता की भावना लाने के लिए आयोजित किया गया है। डीएसडब्ल्यू प्रो. एसके तोमर ने बच्चों के साथ बातचीत की। उनके द्वारा बनाए गए चित्रों की तारीफ की। इस अवसर पर डीएसडब्ल्यू वुमन प्रो. सुखबीर कौर ने भी विचार रखे। उन्होंने बच्चों की माताओं से भी बात की। इस दौरान एनएसएस की टीम भी उपस्थित रही। ब्यूरो

प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तिकरण और उनके अधिकारों की पूर्ति में योगदान दे सकता है। एनएसएस स्वयंसेवकों ने सावित्रीबाई फुले और डॉ. किरण बेदी का उदाहरण देते हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली

लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किए। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के निवासियों को जागरूक करने के लिए जागरूकता रैली निकाली। प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने एनएसएस स्वयंसेवकों के प्रयास की सराहना की।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में राष्ट्रीय बालिका दिवस का आयोजन किया

चंडीगढ़ ■ रोज़ाना ब्यूरो

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन की एनएसएस इकाई ने राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में गांव बधेरी में 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' विषय पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। सरकारी मॉडल हाई स्कूल (जीएमएचएस), सेक्टर 41-डी में आयोजित इस कार्यक्रम में श्री हरदीप सिंह बटरला, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर, पार्षद वार्ड नंबर 10, चंडीगढ़ और जीएमएचएस -41 प्रभारी श्रीमति जतिंदर कौर विशेष रूप से उपस्थित थे।

कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में जागरूकता पैदा करना, लड़कियों द्वारा उनके दैनिक जीवन की

चुनौतियों पर चर्चा करने के साथ साथ बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूक करना था। अपने



प्रेरक संबोधन में, श्री हरदीप सिंह ने इस बात पर जोर दिया कि प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तिकरण और उनके अधिकारों की पूर्ति में कैसे योगदान दे सकता है। कार्यक्रम के दौरान, एनएसएस स्वयंसेवकों ने सावित्रीबाई

फुले और डॉ. किरण बेदी के उदाहरण देते हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किये। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के निवासियों को जागरूक करने के लिए एक जागरूकता रैली का आयोजन किया।

कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि इस बात से इनकार नहीं किया जाता है कि अब लोग लड़कियों का बहिष्कार और रूढ़ियों से उत्पन्न बाधाओं को तोड़ रहे हैं, लेकिन अभी भी लड़कियों के अधिकारों के लिए एक अधिक न्यायपूर्ण और समृद्ध भविष्य बनाने की दिशा में बहुत कुछ किए जाने की आवश्यकता है।

एमसीएम में राष्ट्रीय बालिका दिवस का आयोजन

चंडीगढ़, 24 जनवरी (राम सिंह बराड़): मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन की एनएसएस इकाइयों ने राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में गांव बधेरी में 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' विषय पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। सरकारी मॉडल हाई स्कूल (जीएमएचएस), सेक्टर-41डी में आयोजित इस कार्यक्रम में हरदीप सिंह बुटेरला, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर, पार्षद वार्ड नंबर-10, चंडीगढ़ और जीएमएचएस-41 प्रभारी जतिंदर कौर विशेष रूप से उपस्थित थे। कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में जागरूकता पैदा करना, लड़कियों द्वारा उनके दैनिक जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करने के साथ-साथ बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के



'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' विषय पर जागरूकता रैली की शुरुआत करते हुए हरदीप सिंह बुटेरला। (छाया : गुरिंदर सिंह)

बाबरे में जागरूक करना था। अपने प्रेरक संबोधन में, हरदीप सिंह ने इस बात पर जोर दिया कि प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तीकरण और उनके अधिकारों की पूर्ति में कैसे योगदान दे सकता है। कार्यक्रम के दौरान, एनएसएस सावित्रीबाई फुले और डॉ. किरण बेदी के उदाहरण देते हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि

कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किए। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के निवासियों को जागरूक करने के लिए एक जागरूकता रैली का आयोजन किया।

कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि इस बात से इनकार नहीं किया जाता है कि अब लोग लड़कियों का बहिष्कार और रूढ़ियों से उत्पन्न बाधाओं को तोड़ रहे हैं, लेकिन अभी भी लड़कियों के अधिकारों के लिए एक अधिक न्यायपूर्ण और समृद्ध भविष्य बनाने की दिशा में बहुत कुछ किए जाने की आवश्यकता है।

न जन्मा समानता लगना तक एक काइना काइ

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में राष्ट्रीय बालिका दिवस का आयोजन



सभी समानता, चंडीगढ़ (विक्रान्त शर्मा) - मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन की एनएसएस इकाइयों ने राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में गांव बधेरी में 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' विषय पर

जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। सरकारी मॉडल हाई स्कूल (जीएमएचएस), सेक्टर 41-डी में आयोजित इस कार्यक्रम में श्री हरदीप सिंह बुटेरला, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर, पार्षद वार्ड नंबर 10, चंडीगढ़ और जीएमएचएस -41 प्रभारी श्रीमति जतिंदर कौर विशेष रूप से उपस्थित थे। कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में जागरूकता पैदा करना, लड़कियों द्वारा उनके दैनिक जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करने के साथ साथ बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूक करना था। अपने प्रेरक संबोधन में, श्री हरदीप सिंह ने इस बात पर जोर दिया कि प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तीकरण और उनके अधिकारों की पूर्ति में कैसे योगदान दे सकता है। कार्यक्रम के दौरान, एनएसएस सावित्रीबाई फुले और डॉ. किरण बेदी के उदाहरण देते

हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किये। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के निवासियों को जागरूक करने के लिए एक जागरूकता रैली का आयोजन किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि इस बात से इनकार नहीं किया जाता है कि अब लोग लड़कियों का बहिष्कार और रूढ़ियों से उत्पन्न बाधाओं को तोड़ रहे हैं, लेकिन अभी भी लड़कियों के अधिकारों के लिए एक अधिक न्यायपूर्ण और समृद्ध भविष्य बनाने की दिशा में बहुत कुछ किए जाने की आवश्यकता है।

एमसीएम में राष्ट्रीय बालिका दिवस का आयोजन

लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है

चंडीगढ़, 24 जनवरी (राकेश) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन की एनएसएस इकाइयों ने राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में गांव बढेरी में 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' विषय पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। सरकारी मॉडल हाई स्कूल सेक्टर 41-डी में आयोजित इस कार्यक्रम में हरदीप सिंह बुटेरला, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर, पार्श्व वार्ड नंबर 10, चंडीगढ़ और जीएमएचएस 41 प्रभारी जतिंदर कौर विशेष रूप से उपस्थित थे। कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में जागरूकता पैदा करना, लड़कियों द्वारा उनके दैनिक जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करने के साथ-साथ बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूक करना था। हरदीप सिंह ने इस बात पर जोर दिया कि प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तिकरण और उनके अधिकारों की पूर्ति में कैसे योगदान दे



सरकारी मॉडल हाई स्कूल सेक्टर 41 में 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' पर जागरूकता कार्यक्रम में छात्राएं हिस्सा लेती हुई।

सकता है। कार्यक्रम के दौरान, एनएसएस स्वयंसेवकों ने सावित्रीबाई फुले और डा. किरण बेदी का उदाहरण देते हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किये। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के निवासियों को जागरूक करने के लिए एक जागरूकता रैली का आयोजन किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने कहा कि इस बात से इनकार नहीं किया जाता है कि अब लोग लड़कियों का बहिष्कार और रूढ़ियों से उत्पन्न बाधाओं को तोड़ रहे हैं, लेकिन अभी भी लड़कियों के अधिकारों के लिए एक अधिक न्यायपूर्ण और समृद्ध भविष्य बनाने की दिशा में बहुत कुछ किए जाने की आवश्यकता है।

बढेरी गांव में जाकर जागरूकता कार्यक्रम किया आयोजित

राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में एमसीएम डीएवी कॉलेज की एनएसएस इकाइयों की ओर से गांव बढेरी में बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ विषय पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान सरकारी मॉडल हाई स्कूल, सेक्टर 41-डी में आयोजित इस कार्यक्रम में हरदीप सिंह बुटेरला, पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर, पार्श्व वार्ड नंबर 10, चंडीगढ़ और जीएमएचएस -41 प्रभारी जतिंदर कौर विशेष रूप से उपस्थित थे। कार्यक्रम का उद्देश्य लड़कियों के अधिकारों के बारे में जागरूकता पैदा करना, लड़कियों द्वारा उनके दैनिक जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करने के साथ-साथ बालिका शिक्षा, पोषण और स्वास्थ्य के महत्व के बारे में जागरूक करना था। हरदीप सिंह ने इस बात पर जोर दिया कि प्रत्येक व्यक्ति लड़कियों के सशक्तिकरण और उनके अधिकारों की पूर्ति में कैसे योगदान दे सकता है। एनएसएस स्वयंसेवकों ने सावित्रीबाई फुले और डॉ. किरण बेदी के उदाहरण देते हुए स्कूली लड़कियों को अवगत कराया कि कैसे लड़कियों की शिक्षा समाज में पर्याप्त बदलाव ला सकती है। स्वयंसेवकों ने स्कूली लड़कियों को स्टेशनरी किट भी वितरित किये। उन्होंने इस अवसर पर एक मानव श्रृंखला बनाई और लड़कियों के अधिकारों के बारे में उस क्षेत्र के निवासियों को जागरूक करने के लिए एक जागरूकता रैली का आयोजन किया।

Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1049195818880004>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1353592250932973570>

https://www.instagram.com/p/CKdTyj1Bble/?utm_source=ig_web_copy_link

TITLE OF THE ACTIVITY: CELEBRATION OF PARAKRAM DIVAS (125TH BIRTH ANNIVERSARY OF NETAJI SUBHAS CHANDRA BOSE)

Date: 23 January 2021

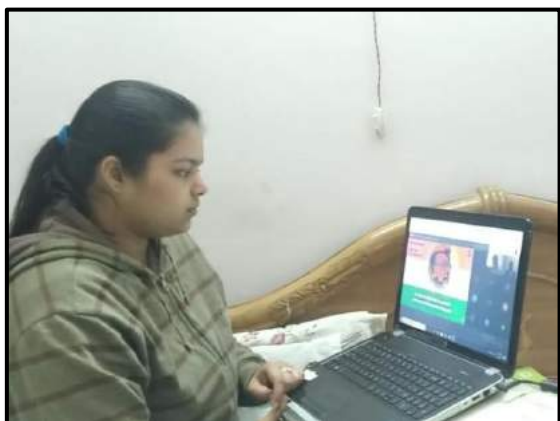
Number of NSS volunteers participated: 86

Objectives:

- To remember and honour Netaji's indomitable spirit and selfless service to the nation
- To inspire people of the country, especially the youth to act with determination and endurance at the time of adversity
- To infuse the spirit of patriotic fervor, courage and valor among the people

The Context: The Union Culture Ministry has announced that 23rd January - birth anniversary of Netaji Subhas Chandra Bose would be celebrated as **Parakram Divas** – a day of courage - every year starting from 23rd January 2021 as part of 125th birth anniversary at national as well as international level. This is being celebrated in remembrance and honor of Netaji and his indomitable spirit and selfless service to the nation.

The Practice: On the occasion of 125th Birth anniversary of Netaji Subhas Chandra Bose, NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh under the able guidance of the worthy Principal Dr Nisha Bhargava organized an interactive session as a part of celebration of **Parakram Divas** on 23rd January, 2021 where several activities were organized. In the beginning of the session, NSS Programme Officers Dr Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari apprised the volunteers of the relevance of the day. During the session, NSS volunteers presented their views in the form of speech, posters and slogans. They interpreted and discussed the relevance of slogans including 'तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आज़ादी दूंगा', '**Life loses half its interest if there is no struggle-there are no risks to be taken**' given by Netaji Subhas Chandra Bose. A few of the volunteers prepared posters depicting his ideas on the occasion and shared with the audience. One of the volunteers, Ms. Nancy Sharma, a student



of B.A. II Year shared her views through a poem. At the end of the session, a screening of a short documentary movie portraying the journey, ideology and contribution of Netaji Subhas Chandra Bose to India's freedom



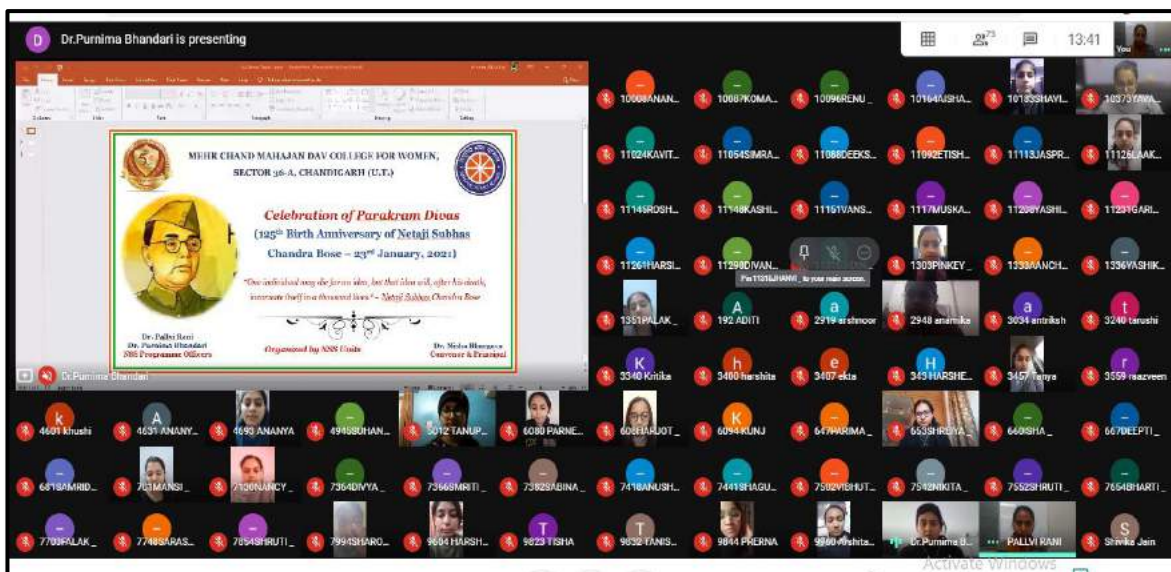
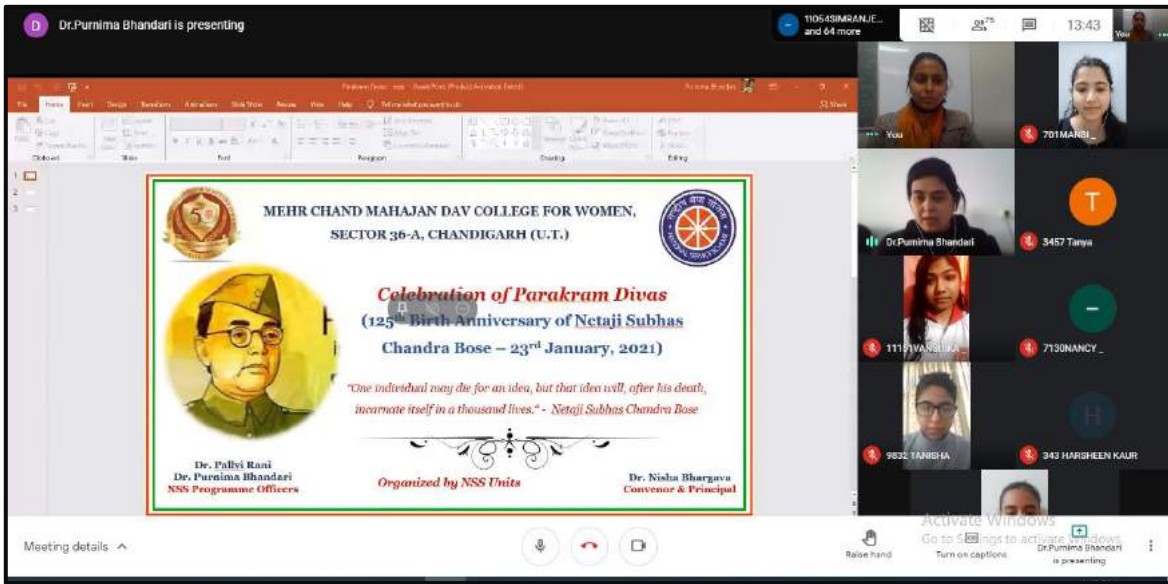
struggle was held that inspired and infused a spirit of patriotic fervor among the volunteers.

Evidence of Success: The event was successful as students paid tributes to Netaji Subhas Chandra Bose and were enthused with a spirit of patriotic fervor and courage to serve the country. The event was appreciated by everyone.

Poem by Ms. Nancy Sharma:

चट्टानों सा सबल था वह , नई हवा सा वह आया था
था वह देवदूत या क्रांतिकारी , पर आमजन में नेता कहलाया था
आजाद हिंद फौज का नायक, उसके मुख पर तेज न्यारा था
मां भारती का वीर सपूत, वह इस भूमि का उजियारा था
विचारों से स्वाधीनता वह, एकता में विश्वास बढ़ा था
आजादी के इस संग्राम में वह पूरी फौज के साथ खड़ा था
दिल्ली चलो का नारा देकर, उसने क्रांति का पाठ पढ़ाया था
डरो नहीं , झुका नहीं , नव युवाओं को सिखाया था
ए मेरे देश के नौजवान! पराधीनता सिर्फ स्वभाव से है
देश में बदलाव की लहर ! यह संभव तुम्हारे प्रभाव से है

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)



मेहरचंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन

एनएसएस स्वयंसेवकों ने किया पराक्रम दिवस का आयोजन



सभी समानता, चंडीगढ़ (विक्रांत शर्मा) - भारत सरकार के नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 125 वीं जयंती के अवसर पर वर्ष भर आयोजित होने वाले समारोहों को अंतर्गत, मेहर चंद महाजन डीएवी कश्मल फधर वुमन की एनएसएस इकाइयों ने एक संवादात्मक सत्र आयोजित किया। सत्र के दौरान एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डक्ष पल्लवी रानी और डक्ष पूर्णिमा भंडारी ने स्वयंसेवकों को पराक्रम दिवस की प्रासंगिकता से अवगत कराया। आयोजन में लगभग 86 एनएसएस स्वयंसेवकों ने नेताजी को श्रद्धांजलि अर्पित की। इस आयोजन में स्वयंसेवकों ने वर्तमान संदर्भ में नेताजी द्वारा उद्धृत नारों की

प्रासंगिकता की व्याख्या और चर्चा की। स्वयंसेवकों द्वारा नेताजी के प्रेरक विचारों को दर्शाने वाले पोस्टर भी बनाए। सत्र के अंत में, स्वयंसेवकों को एक लघु वृत्तचित्र दिखाया गया, जिसमें नेताजी सुभाष चंद्र बोस की यात्रा, विचारधारा और योगदान पर प्रकाश डाला गया। प्रिंसिपल डक्ष निशा भार्गव ने नेताजी की अदम्य भावना और देश के प्रति निस्वार्थ सेवा को याद रखने, युवाओं को प्रतिकूल परिस्थितियों का दृढ़ संकल्प से सामना करने के लिए प्रेरित करने और देशभक्ति की भावना को अग्रसर करने के लिए एनएसएस इकाइयों द्वारा किये गए इस प्रयास को सराहना की।

एमसीएम डीएवी कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों ने किया पराक्रम दिवस का आयोजन

चंडीगढ़ ■ रोड़ाना ब्लूटे

भारत सरकार के नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 125 वीं जयंती के अवसर पर वर्ष भर आयोजित होने वाले समारोहों को अंतर्गत, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन की एनएसएस इकाइयों ने एक संवादात्मक सत्र आयोजित किया। सत्र के दौरान एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ पल्लवी रानी और डॉ पूर्णिमा भंडारी ने स्वयंसेवकों को पराक्रम दिवस की प्रासंगिकता से अवगत कराया। आयोजन में लगभग 86 एनएसएस स्वयंसेवकों ने नेताजी को श्रद्धांजलि अर्पित की। इस आयोजन में स्वयंसेवकों ने वर्तमान संदर्भ में नेताजी द्वारा



उद्धृत नारों की प्रासंगिकता की व्याख्या और चर्चा की।

स्वयंसेवकों द्वारा नेताजी के प्रेरक विचारों को दर्शाने वाले पोस्टर भी बनाए। सत्र के अंत में, स्वयंसेवकों को एक लघु वृत्तचित्र दिखाया गया, जिसमें नेताजी सुभाष चंद्र बोस की यात्रा, विचारधारा और योगदान पर प्रकाश डाला गया।

प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने नेताजी की अदम्य भावना और देश के प्रति निस्वार्थ सेवा को याद रखने, युवाओं को प्रतिकूल परिस्थितियों का दृढ़ संकल्प से सामना करने के लिए प्रेरित करने और देशभक्ति की भावना को अग्रसर करने के लिए एनएसएस इकाइयों द्वारा किये गए इस प्रयास की सराहना की।

'एन.एस.एस. स्वयंसेवकों ने मनाया पराक्रम दिवस'

चंडीगढ़, 9 फरवरी (आशीष) : नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 125 वीं जयंती पर वर्ष भर आयोजित होने वाले समारोहों को अंतर्गत सैक्टर-36 के मेहर चंद महाजन डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वूमैन की एन.एस.एस. इकाइयों ने एक संवादात्मक सत्र आयोजित किया। सत्र के दौरान एन.एस.एस. कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पल्लवी रानी और डॉ. पूर्णिमा भंडारी ने स्वयंसेवकों को पराक्रम दिवस की प्रासंगिकता से अवगत कराया। 86 एन.एस.एस. स्वयंसेवकों ने नेताजी को श्रद्धांजलि अर्पित की।

इस आयोजन में स्वयंसेवकों ने वर्तमान संदर्भ में नेताजी द्वारा उद्धृत नारों की प्रासंगिकता की व्याख्या और चर्चा की। स्वयंसेवकों द्वारा नेताजी के प्रेरक विचारों को दर्शाने वाले पोस्टर भी बनाए।

Link of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1059951807804405>

TITLE OF THE ACTIVITY: **CELEBRATION OF REPUBLIC DAY**

Date: 26 January 2021

Number of NSS volunteer participants: 109

Objectives:

- To identify the needs and problems of the community and involve them in problem solving process
- To celebrate national festival of the Republic Day with enthusiasm and express our respect for the national flag, and our faith in the Constitution
- To infuse the spirit of patriotic fervour among the volunteers



The Context: Republic Day has been celebrated every year in India on January 26, since 1950 to honor the date on which the Constitution of India came into effect.

The Practice: On the occasion of 72nd Republic Day Celebration, NSS Units of Mehr



Chand Mahajan DAV College for Women, under the able guidance of the worthy Principal of the College – Dr. Nisha Bhargava organized a virtual meet session where several activities were organized. A national pledge signifying the virtues and feeling of brotherhood and equality

was administered to the volunteers. Some of the volunteers shared their views on the concept of justice, liberty, equality, and fraternity that are substantial aspects of our Constitution. One of the speakers elaborated the existence and role of NSS in building our great nation. Another volunteer discussed the relevance of organ donation and motivated others to promote it. The other speakers discussed the diversity of the country and how one could contribute to the country's growth. A self-composed poem on patriotism was also recited by one the volunteer Ms. Nancy Sharma. Poster made by one of our volunteers was also shared that highlighted the significance of the occasion. The session concluded with our national anthem.

Evidence of Success: The event was successful as volunteers were infused with the spirit of patriotism. The event was appreciated by everyone.

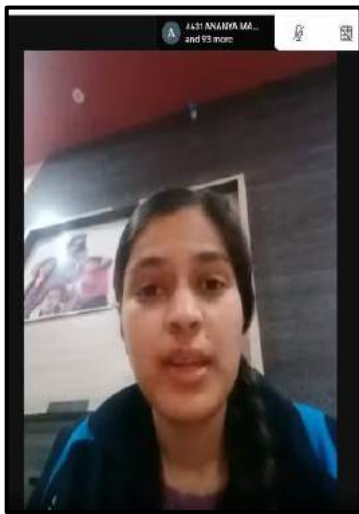
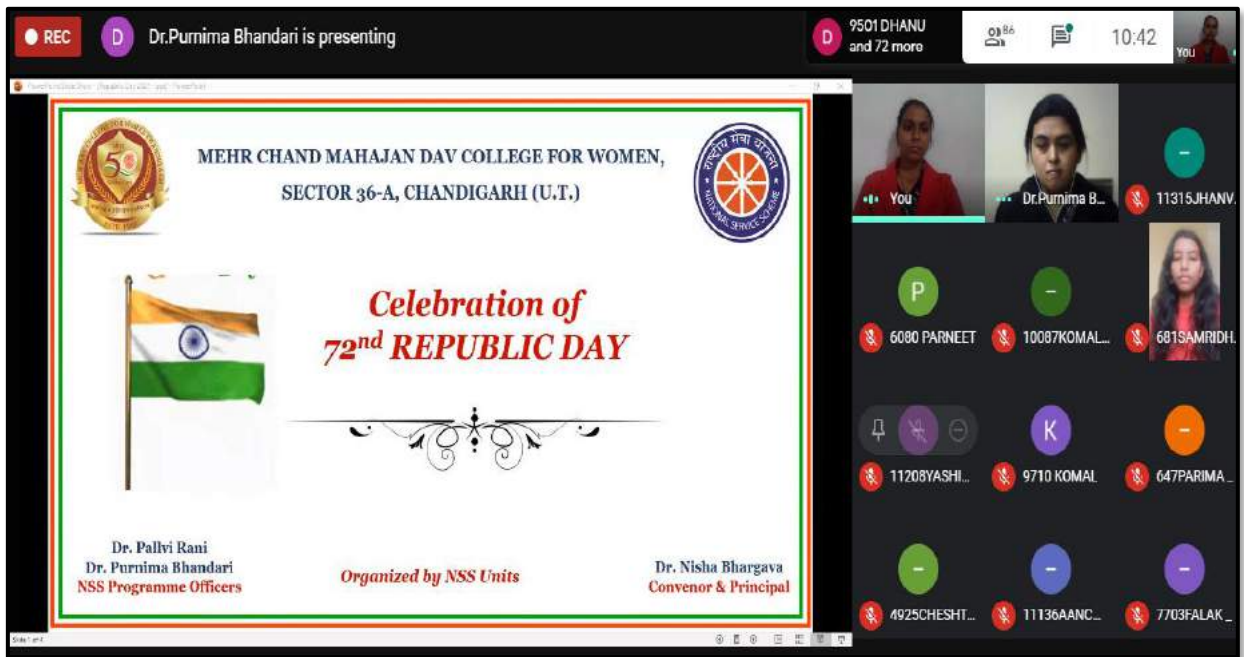
Poem by Ms. Nancy Sharma:

होता गंगा यमुना का मेल यहां
उत्तर में गिरिराज पहरेदार खड़ा है
हिंद महासागर की अठखेलियां
पश्चिम में रेगिस्तान थार बड़ा है
जब प्रकृति ने हर रूप संजोया
हम में भी नहीं कोई अंतर रहना चाहिए

भारत मेरा स्वतंत्र हो चुका
यह हमेशा गणतंत्र रहना चाहिए ।
अरे यह तो वेदो की पावन भूमि है
यहां ऋषि-मुनियों की वाणी बहती है
भाषा गणित और विज्ञान की रचना
यहां कण-कण में विद्या रहती है

विद्वान वही जो जगत का रहे
नालंदा और तक्षशिला का यह मंत्र रहना चाहिए
भारत मेरा स्वतंत्र हो चुका
यह हमेशा गणतंत्र रहना चाहिए।
छोड़ो अंधविश्वास और जाति धर्म
मां भारती हमें एकता सिखलाती है

भले भले प्रांत के लोग यहां
यहां की सभ्यता से प्रेम की खुशबू आती है
ना रहे भले ही रीति रिवाज कोई
मानवता की भक्ति का तंत्र रहना चाहिए
भारत मेरा स्वतंत्र हो चुका
यह हमेशा गणतंत्र रहना चाहिए।।



TITLE OF THE ACTIVITY: AN AWARENESS SESSION ON THE OCCASION OF WORLD CANCER DAY

Date: 4 February 2021

Number of NSS volunteers participated: 35 volunteers and 45 (residents of Village Badheri)

Objectives:

- To sensitize residents and raise awareness regarding cancer
- To help people in getting the right information about cancer
- To encourage its prevention, detection, and treatment

The Context: World Cancer Day is the one singular initiative under which the entire world can unite together in the fight against the global cancer epidemic. Every year, it is celebrated on 4th February. It is led by the Union for International Cancer Control (UICC) to support the goals of the World Cancer Declaration. The day aims to save millions of preventable deaths each year through education, raising awareness, and pressing governments and individuals across the world to take action.



The Practice: On the occasion of World Cancer Day, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh in collaboration with the Medical Committee of the College organized an awareness session in Village Badheri on 4th February, 2021. The resource person for the session was Dr Parneet Kaur, Consultant - Obstetrician and Gynaecologist, Ivy Hospital, Mohali. Mrs Ranjit Kaur and Mrs Sunita, In charges of Anganwadi, NSS Programme Officers - Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari and Dr Sarabjeet Kaur – Convenor, Medical Committee were also present during the event. The session was attended by the women and girls of that area. In the beginning of the session, NSS volunteers apprised the audience of the objectives, spirit and vision on the World Cancer Day. During the session, Dr Parneet Kaur provided a detailed insight on cancer while laying major emphasis on causes,

pre-symptoms of Breast Cancer, Cervical cancer, Ovarian cancer and Leukemia. She also highlighted the importance of cleanliness of our body parts especially among women. She laid emphasis on periodic screening and diagnosis of the diseases for timely treatment and apprised the audience of the cervical cancer vaccine. At the end of the session, an NSS Volunteer recited a self-written poem on the occasion. Several

queries by the audience were addressed by the resource person during the session.



In addition, an awareness walk was also organized in the Village Badheri where volunteers displayed charts that highlighted on how to fight cancer through regular screening and early detection, thus sensitizing the residents about the disease. Proper COVID-19 protocols (sanitization and social distance maintenance) were observed during the event.

Evidence of Success: NSS Volunteers were successful in creating awareness regarding cancer and its types among the residents of that area. The event was a successful one as it was applauded by the audience.







Links of the activity uploaded at various social networking sites are as follows:

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1360282509527851009>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1360282501076320258>

<https://twitter.com/MCMDAVCW/status/1360282453449998336>

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1060596874406565>

MCM NSS celebrates World Cancer Day

On the occasion of World Cancer Day, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, in collaboration with the college's Medical Committee, organized an awareness session in the adopted village Badheri. The resource person for the session was Dr. Parneet Kaur, Consultant - Obstetrician and Gynaecologist, Ivy Hospital, Mohali. Mrs Ranjit Kaur and Mrs Sunita, Incharges of Badheri Anganwadi were also present during the event. The session was attended by the women and girls of that area. In the beginning of the session, NSS volunteers apprised the audience with the objectives, spirit and vision of the World Cancer Day. During the session, Dr. Parneet Kaur provided detailed insights on cancer while laying major emphasis on its causes, symptoms of Breast Cancer, Cervical cancer, Ovarian cancer and Leukaemia. She laid emphasis on periodic screening and diagnosis for timely treatment and apprised the audience about the cervical cancer vaccine. Several queries of the audience were addressed by the resource person during the session. In addition, an awareness walk was also organized in Badheri where volunteers displayed charts that sought to sensitize the residents about the disease. Proper COVID-19 protocols (sanitization and social distance maintenance) were observed during the event. Principal Dr. Nisha Bhargava lauded the spirit of selfless service of the NSS volunteers, whose efforts were efficacious in raising awareness regarding cancer and its types among the residents of Badheri.



एमसीएम के एनएसएस स्वयंसेवकों ने मनाया विश्व कैंसर दिवस



चंडीगढ़ (ऋद्धम आचार्य)। विश्व कैंसर दिवस के अवसर पर, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने कॉलेज की मेडिकल कमेटी के साथ मिलकर गाँव बढेरी में एक जागरूकता सत्र का आयोजन किया। इस जागरूकता सत्र का संचालन आइवी अस्पताल, मोहाली की प्रसूति एवं स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ परनीत कौर ने किया। आयोजन के दौरान बढेरी आंगनवाड़ी

की इंचार्ज श्रीमती रणजीत कौर और श्रीमती सुनीता भी उपस्थित थीं। इस सत्र में बढेरी गाँव की महिलाओं और लड़कियों ने बचकर भाग लिया। सत्र की शुरुआत में, एनएसएस स्वयंसेवकों ने विश्व कैंसर दिवस की अवधारणा एवं उद्देश्यों से प्रतिभागियों को अवगत कराया। सत्र के दौरान डॉ परनीत कौर ने इस घातक बीमारी के कारणों पर जोर देते हुए, ब्रैस्ट कैंसर, सर्वाइकल कैंसर, डिम्बग्रंथि के कैंसर

और ल्यूकेमिया के बारे में प्रतिभागियों को जागरूक किया। उन्होंने समय पर उपचार के लिए आवधिक जांच और निदान पर जोर देते हुए प्रतिभागियों को गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के टीके के बारे में भी बातचीत की। सत्र के दौरान विशेषज्ञ द्वारा प्रतिभागियों के कई प्रश्नों को भी संबोधित किया गया। इस आयोजन के साथ साथ कोविड-19 प्रोटोकॉल (स्वच्छता और सामाजिक दूरी रखरखाव) के दिशानिर्देशों का पालन करते हुए बढेरी गाँव में ही एक जागरूकता वॉक का भी आयोजन किया गया, जहाँ स्वयंसेवकों ने पोस्टरों के माध्यम से गाँव के रहवासियों को इस बीमारी के बारे में जागरूक करने का प्रयास किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने बढेरी गाँव के निवासियों में कैंसर और इसके प्रकारों के बारे में जागरूकता बढ़ाने हेतु एनएसएस

स्वयंसेवकों की निस्वार्थ सेवा की भावना की सराहना की।

खिलाड़ियों और स्टाफ के हुये व लड़कियों के ट्राय

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। अगामी 20 फरवरी टूर्नामेंट की तैयारियों में जुटी चंडीगढ़ टीम का कोविड 19 टेस्ट करवाया गया। सेक्टर 16 स्थित कैम्प में भाग रहे सभी 25 संभावित खिलाड़ियों और स्टाफ के हुये। टेस्ट के बाद खिलाड़ियों ने सेक्टर 16 स्थित किया। टेस्ट की रिपोर्ट गुरुवार को आयेगी जिसके घोषणा की जायेगी। इसके बाद टीम कोलकाता के को आईटी पार्क स्थित महाजन क्रिकेट ग्राउंड में सम्मन हो गये। टीम मैनेजर इन्दु गुप्ता ने बताया कि पेश कर प्रदर्शन के आधार पर अगामी सीनियर वूमन 30 खिलाड़ियों की घोषणा कर कैम्प में प्रेक्टिस में

देगी सोह का कह है,

एमसीएम के एनएसएस स्वयंसेवकों ने मनाया विश्व कैंसर दिवस



चंडीगढ़, 11 फरवरी। विश्व कैंसर दिवस के अवसर पर, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने कॉलेज की मेडिकल कमेटी के साथ मिलकर गाँव बढेरी में एक जागरूकता सत्र का आयोजन किया। इस जागरूकता सत्र का संचालन आइवी अस्पताल, मोहाली की प्रसूति एवं स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ परनीत कौर ने किया। आयोजन के दौरान बढेरी आंगनवाड़ी की इंचार्ज श्रीमती रणजीत कौर और श्रीमती सुनीता भी उपस्थित थीं। इस सत्र में बढेरी गाँव की महिलाओं और लड़कियों ने बढ़चढ़ कर भाग लिया। सत्र की शुरुआत में, एनएसएस स्वयंसेवकों ने विश्व कैंसर दिवस की अवधारणा एवं उद्देश्यों से प्रतिभागियों को अवगत कराया। सत्र के दौरान डॉ परनीत कौर ने इस घातक बीमारी के कारणों पर जोर देते हुए, ब्रैस्ट कैंसर, सर्वाइकल कैंसर, डिब्रॉथि के कैंसर और ल्यूकेमिया के बारे में प्रतिभागियों को जागरूक किया। उन्होंने समय पर उपचार के लिए आवधिक जांच और निदान पर जोर देते हुए प्रतिभागियों को गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के टीके के बारे में भी बातचीत की। सत्र के दौरान विशेषज्ञ द्वारा प्रतिभागियों के कई प्रश्नों को भी संबोधित किया गया। इस आयोजन के साथ साथ कोविड-19 प्रोटोकॉल (स्वच्छता और सामाजिक दूरी रखरखाव) के दिशानिर्देशों का पालन करते हुए बढेरी गाँव में ही एक जागरूकता वॉक का भी आयोजन किया गया, जहाँ स्वयंसेवकों ने पोस्टरों के माध्यम से गाँव के रहवासियों को इस बीमारी के बारे में जागरूक करने का प्रयास किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने बढेरी गाँव के निवासियों में कैंसर और इसके प्रकारों के बारे में जागरूकता बढ़ाने हेतु एनएसएस स्वयंसेवकों की निस्वार्थ सेवा की भावना की सराहना की।

जागरूकता सत्र आयोजित कर मनाया विश्व कैंसर दिवस

जगमार्ग न्यूज

चंडीगढ़। विश्व कैंसर दिवस के अवसर पर, एमसीएम डीएवी कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने कॉलेज की मेडिकल कमेटी के साथ मिलकर गाँव बढेरी में एक जागरूकता सत्र का आयोजन किया। इस जागरूकता सत्र का संचालन आईवी अस्पताल, मोहाली की प्रसूति एवं स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ परनीत कौर ने किया।

आयोजन के दौरान बढेरी आंगनवाड़ी की इंचार्ज रणजीत कौर और सुनीता भी उपस्थित थीं। सत्र में बढेरी गाँव की महिलाओं और लड़कियों ने बढचढ कर भाग लिया। एनएसएस स्वयंसेवकों ने विश्व कैंसर दिवस की अवधारणा एवं उद्देश्यों से प्रतिभागियों को अवगत कराया। डॉ परनीत कौर ने इस बीमारी के कारणों पर जोर देते हुए, ब्रैस्ट कैंसर, सर्वाइकल कैंसर, डिम्बग्रंथि के कैंसर और ल्यूकेमिया के बारे में प्रतिभागियों को जागरूक किया। उन्होंने प्रतिभागियों को गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के टीके के बारे में भी बातचीत की। विशेषज्ञों ने प्रतिभागियों के कई प्रश्नों को भी संबोधित किया गया।



इस आयोजन के साथ साथ कोविड-19 प्रोटोकॉल के दिशानिर्देशों का पालन करते हुए बढेरी गाँव में ही एक जागरूकता वर्क का भी आयोजन किया गया, जहाँ स्वयंसेवकों ने पोस्टर्स के माध्यम से गाँव के रहवासियों को इस बीमारी के बारे में जागरूक करने का प्रयास किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने बढेरी गाँव के निवासियों में कैंसर और इसके प्रकारों के बारे में जागरूकता बढ़ाने हेतु एनएसएस स्वयंसेवकों की निस्वार्थ सेवा की भावना को सराहना की।

स्वयंसेवकों ने मनाया विश्व कैंसर दिवस

चंडीगढ़ (ट्रिब्यून) : विश्व कैंसर दिवस के अवसर पर एमसीएम डीएवी कॉलेज की एनएसएस इकाइयों ने कॉलेज की मेडिकल कमेटी के साथ मिलकर गाँव बढेरी में एक जागरूकता सत्र का आयोजन किया। इस जागरूकता सत्र का संचालन आईवी अस्पताल, मोहाली की स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. परनीत कौर ने किया। आयोजन के दौरान बढेरी आंगनवाड़ी की इंचार्ज रणजीत कौर और सुनीता भी उपस्थित थीं। इस सत्र में बढेरी गाँव की महिलाओं और लड़कियों ने भाग लिया। सत्र की शुरुआत में एनएसएस स्वयंसेवकों ने विश्व कैंसर दिवस की अवधारणा एवं उद्देश्यों से प्रतिभागियों को अवगत कराया। सत्र के दौरान डॉ. परनीत कौर ने इस घातक बीमारी के कारणों पर जोर देते हुए, ब्रैस्ट कैंसर, सर्वाइकल कैंसर, डिम्बग्रंथि के कैंसर और ल्यूकेमिया के बारे में प्रतिभागियों को जागरूक किया। उन्होंने समग्र पर उपचार के लिए आवधिक जांच और निदान पर जोर देते हुए प्रतिभागियों को गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के टीके के बारे में भी बातचीत की।

TITLE: INTERNATIONAL WOMEN'S DAY CELEBRATION

Date: 8 March 2021

Number of NSS volunteers participated: 34 volunteers + 55 girl students

Objectives:

- To make women especially the teenage school girls aware of the concept of menstrual hygiene and the importance of nutritious food during periods
- To engage more and more people in the noble work of donating sanitary pads among school girls

The Context: March 8 is celebrated annually as International Women's Day. The day celebrates the social, economic, cultural, and political achievements of women. Women around the globe join hands and through various means such as social media and social events empower themselves by connecting and in the process of learning and growing.



The Practice: On the occasion of International Women's Day, NSS Units in collaboration with Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized a pad donation drive in the premises of Government Model High School, Sector 41-D, Village Badheri, Chandigarh (U.T),

adopted under NSS Scheme. During the event. NSS volunteers enlightened the audience about the importance of menstrual hygiene. They also distributed sanitary pads among the school girls, non-teaching staff of the school as well as of the college that were donated by the staff and students of the college.

To make them aware about the importance of nutritious food, packed *gur chana* were distributed to the children in steel containers so as to avoid the usage of plastic. The message of women empowerment was further emphasized by a poem which was



composed and recited by a NSS volunteer of the Unit.

Evidence of Success: Overall the event was successful as volunteers made their contribution to society thus fulfilling the motto of NSS 'Not Me But You' in every way possible.



छात्राओं को बांटे सेनेटरी नैपकीन

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज- 36 में सोमवार को महिला दिवस पर कई कार्यक्रम हुए। कॉलेज की चरित्र निर्माण समिति ने महिला नेतृत्व पर विज्ञापन बनाने और परिणता विषय पर कविता पाठ प्रतियोगिता करवाई।

एक अन्य कार्यक्रम में कॉलेज की एनएसएस इकाई के स्वयंसेवकों ने राजकीय आदर्श उच्च विद्यालय -41 बढहेरी की छात्राओं को सेनेटरी नैपकीन वितरित किए। साथ ही गोद लिए गांव में स्वच्छता और पोषण पर एक संवादात्मक सत्र भी आयोजित किया। इसमें गांव की महिलाओं के बीच मल्टीग्रेन नमकीन और अन्य खाद्य पदार्थ वितरित किए गए। कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने कविता पेश कर छात्राओं और शिक्षिकाओं को महिला दिवस की बधाई दी। ब्यूरो



सेनेटरी नैपकीन वितरित करवाने के लिए देती शिक्षिकाएं।

एमसीएम में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस मनाया



चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन ने अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर नारीत्व को सम्मान देते हुए विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की चारित्र निर्माण समिति ने दो गतिविधियाँ आयोजित कीं जिनमें एक राष्ट्रीय स्तर की विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता तथा दूसरी गतिविधि का शीर्षक था परिणिता जिसमें अंतर्गत प्रतिभागियों को स्वरचित कविता के माध्यम से भावों को समर्पित करना था। विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता वूमैन इन लीडरशिप विषय पर आयोजित की गई तथा इसमें भी प्रतिभागियों ने बढ़ चढ़ कर भाग लिया तथा अपनी प्रविष्टियों में वीमेनहुड के सार को दर्शाया था।

एमसीएम में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का आयोजन

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन ने अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर नारीत्व को सम्मान देते हुए विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज की चारित्र निर्माण समिति ने दो गतिविधियाँ आयोजित कीं जिनमें एक राष्ट्रीय स्तर की विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता तथा दूसरी गतिविधि का शीर्षक था परिणिता जिसमें अंतर्गत प्रतिभागियों को स्वरचित कविता के माध्यम से भावों को समर्पित करना था। विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता वूमैन इन लीडरशिप विषय पर आयोजित की गई तथा इसमें भी प्रतिभागियों ने बढ़ चढ़ कर भाग लिया तथा अपनी प्रविष्टियों में

वीमेनहुड के सार को दर्शाया था। परिणीता गतिविधि में प्रतिभागियों ने दिल को छू लेने वाली कवितायें लिखी तथा इसे अपने जीवन की होम मेकर्स को समर्पित किया। इसी प्रकार कॉलेज के वीमेन डवलपमेंट सेल और एनएसएस इकाइयों ने सैनिटरी पैड एकत्र किए और सरकारी मॉडल हाई स्कूल -41, बढेरी की छात्राओं को वितरित किए। वीमेन डवलपमेंट सेल और एनएसएस इकाइयों ने अपने अडॉप्टेड गाँव में स्वच्छता और पोषण पर एक संवादात्मक सत्र भी आयोजित किया, जिसमें गाँव की महिलाओं के बीच मल्टीग्रेन नमकीन तथा अन्य खाद्य पदार्थ वितरित किए। विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता के पहले



स्थानों को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने भी इस अवसर पर स्टाफ के सदस्यों के साथ महिला शक्ति को समर्पित एक स्वरचित कविता साझा की। उन्होंने कहा कि 1968 से एमसीएम डीएवी कॉलेज

महिला सशक्तिकरण हेतु निरंतर प्रयासरत है तथा ये सशक्त महिलायें न केवल अपने परिवार को सशक्त बना रही हैं बल्कि लिंगभेद से ऊपर उठकर, असमानताओं से मुक्त एक सशक्त समाज के निर्माण में भी योगदान दे रही हैं।

एमसीएम कॉलेज ने छात्राओं को बांटे सैनिटरी पैड

चंडीगढ़। वही एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन में भी अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर नारीत्व को सम्मान देते हुए विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया। कॉलेज

की चारित्र निर्माण समिति ने दो गतिविधियाँ आयोजित की जिनमें एक राष्ट्रीय स्तर की विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता तथा दूसरी गतिविधि का शीर्षक था परिणीता जिसमें अंतर्गत प्रतिभागियों को स्वरचित कविता के माध्यम से भावों को समर्पित करना था।



विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता वूमैन इन लीडरशिप विषय पर आयोजित की गई तथा इसमें भी प्रतिभागियों ने बढ़ चढ़ कर भाग लिया तथा अपनी प्रविष्टियों में वीमेनहुड के सार को दर्शाया था। परिणीता गतिविधि में प्रतिभागियों ने दिल को छू लेने वाली कविताएँ लिखी तथा इसे अपने जीवन की होम मेकर्स को समर्पित किया। इसी प्रकार कॉलेज के वीमेन डवलपमेंट सेल और एनएसएस इकाइयों ने सैनिटरी पैड एकत्र किए और सरकारी मॉडल हाई स्कूल -41, बढेरी की छात्राओं को वितरित किए। वीमेन डवलपमेंट सेल और एनएसएस इकाइयों ने अपने अडॉप्टेड गाँव में स्वच्छता और पोषण पर एक संवादात्मक सत्र भी आयोजित किया, जिसमें गाँव की महिलाओं के बीच मल्टीग्रेन नमकीन तथा अन्य खाद्य पदार्थ वितरित किए। विज्ञापन बनाने की प्रतियोगिता के पहले स्थानों को नकद पुरस्कार प्रदान किए गए।

**SEVEN DAY AND NIGHT NSS SPECIAL
CAMP (2020-21)**

18TH – 24TH MARCH 2021

Under the theme

**“SWACHH BHARAT ABHIYAN AND
JAL SHAKTI ABHIYAN”**



Submitted to:

NATIONAL SERVICE SCHEME

Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India

By:

NSS Units

of

Mehr Chand Mahajan DAV College for Women

Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)

**INDEX OF THE ACTIVITIES CONDUCTED UNDER
SEVEN DAY AND NIGHT NSS SPECIAL CAMP (2020-21)**

Theme: *Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan*

Date: 18th March – 24th March, 2021

Sr. No	Day: Date	Name of The Activities	Resource Person	Pg. No
1	DAY 1: 18 March 2021	Plantation Drive	Dr Nisha Bhargava - Principal, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	179
2		Inaugural cum Orientation Session and COVID-19 Pledge	Dr Nisha Bhargava - Principal, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	181
3		Workshop on Mask Making	Ms Rati Arora, Assistant Professor, Department of Home Science, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	185
4		Orientation Cum Ice- Breaking Session	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	187
5	DAY 2: 19 March 2021	Awareness Lecture On “Blood Donation Amidst Covid Pandemic”	Dr Suchet Sachdev, Associate Professor, Department of Transfusion Medicine, PGIMER, Chandigarh	190
6		Awareness Lecture On “HIV/AIDS and Blood Donation”	Mr Sunil Kumar, Assistant Director (Youth Affairs) & Programme Officer (Blood Safety), Chandigarh State Aids Control Society	192
7		Awareness Session On “Re-Understanding the Notion of Freedom” Under POCSO Act	Dr Minakshi Rana, Assistant Professor, PG Department of Sociology, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	194
8		Cleanliness Drive	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	195
9	DAY 3: 20 March 2021	An Awareness Session Cum Workshop on Light Emitting Diode (LED) – A Solution to Sustainable Energy Lighting	Dr Pallavi Gupta, Assistant Professor, Department of Physics, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	203

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

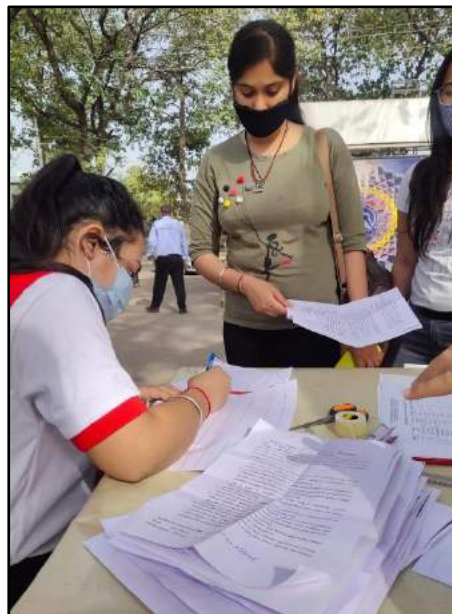
Sr. No	Day: Date	Name of The Activities	Resource Person	Pg. No
10	DAY 3: 20 March 2021	Lecture On “NSS Lifestyle Scenario with NSS Camp and NSS Award”	Mr Rajkumar Verma, Youth Officer, Regional Directorate, Chandigarh	205
11		Workshop on Miniature Garden from Best Out of Waste	Dr Pooja Sharma, Assistant Professor and Hod, Department of Fine Arts, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh	207
12		Workshop on Paper Recycling	Dr Shafila, Assistant Professor, Department of Environment Science, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	209
13		Yoga Cum Meditation Session	Ms Keisham Monarita, A Gold Medalist in Yoga at National and International Level	212
14	DAY 4: 21 March 2021	Workshop on Self-Defence Techniques	Mr Sanjay Malik, Head Constable and Ms. Pooja, Lady Constable, Members from Swayam Team of Child & Women Safety Cell of The Chandigarh Police Department	214
15		Workshop Cum Hands-On Training Session on Fire Fighting	LFM Bhupinder Singh And LFM Paramjit Singh, Fire Station, Sector 38, Chandigarh.	216
16		Interactive Game Session	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	218
17	DAY 5: 22 March 2021	Awareness Lecture on Water Conservation on The Occasion of World Water Day	Mr Sushil Dogra, Scientist B, Chandigarh Pollution Control Committee, Paryavaran Bhawan, Chandigarh	220
18		Awareness Lecture – “Nutrition N You, Of You, By You, For You: Need of The Hour” Under POSHAN Abhiyaan	Dr Harjot Kaur Mann, Assistant Professor (Food and Nutrition), Department of Home Science, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh	223
19		Awareness Rally on Jal Shakti Abhiyan On the Occasion of World Water Day	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	225
20		Workshop on Growing Organic Food	Dr Gurvinder Kaur, Associate Professor, Department of	228

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)

Sr. No	Day: Date	Name of The Activities	Resource Person	Pg. No
			Public Administration, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh	
21		Talent Hunt Event	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	230
22	DAY 6: 23 March 2021	Interactive Session on Azaadi Ka Amrut Mahotsav, India@75 Years	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	232
23		Motivational Lecture and Poster Making Competition on Shaheed Bhagat Singh Ji on the occasion of Shaeedi Diwas	Dr Sarita Chauhan, Associate Professor, PG Department of Hindi, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women	233
24		Interactive Session on Swachh Bharat Abhiyan And Jal Shakti Abhiyan	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	236
25		Lecture on Waste Management	Dr Vandana Sharma & Dr Sandeep Kaur, Assistant Professor, Department of Microbial Food Science and Technology, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh.	238
26	DAY 7: 24 March 2021	Talk on "Ek Bharat Shreshtha Bharat Mission: A Salute to The Multicultural Fabric of India"	Ms Neena Sharma, Associate Professor, PG Department of English, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women	240
27		Gratitude Session	Dr Pallvi Rani & Dr Purnima Bhandari - NSS Programme Officers	243

DAY 1: 18.03.2021 – Inaugural Day

Adhering to all the COVID-19 protocols and SOPs issued by Government of India, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh (U.T) kick started the Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21) from 18th March to 24th March 2021. The theme of the camp was **Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan**. During the camp, under the dynamic leadership of our worthy Principal Dr Nisha Bhargava, a plethora of activities related to the theme were organized which not only enlightened the NSS Volunteers about the social issues but



also motivated and enhanced their student-community interface. The entire schedule of the camp was planned in such manner to make it expansive and with an to aim to develop overall well-being and character of the participants.

On Day 1 of the camp, registration process began at the College entrance where around 81 NSS volunteers registered for the camp. During the registration process, thermal checking of all the registered NSS volunteers was done as a part of the COVID-19 precautionary measure. In addition, the consent forms assuring the physical wellbeing of the volunteers, duly signed by their parents/guardians were collected.



TITLE OF THE ACTIVITY: PLANTATION DRIVE

Date: 18 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To propagate the importance of tree plantation in preserving the environment.
- To maintain a green environment as well as floral beauty of the college campus

The Context: *The key to a greener planet is in our hands.* With the increasing pollution levels in our environment, there is an immediate need for directing our actions towards protecting nature. Plants cleanses the climate by absorbing carbon dioxide from the environment and releasing oxygen. With this view, a plantation drive was organized on Day 1 in collaboration with the Horticulture and Landscaping Committee of the College.

The Practice: The registration process was followed by a plantation drive that was conducted in the Green lawns of the College under green initiative deeds. During this drive, NSS volunteers under the able guidance of the respected Principal Dr. Nisha Bhargava along with their NSS Programme Officers – Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari and Convenors of Horticulture and Landscaping Committee – Dr. Pooja Sharma and Dr. Seema Kanwar planted saplings of roses and other air purifying plants. The students were made aware of the need of planting air purifying saplings so as to make environment greener and safer one. All the volunteers vowed to take care of saplings planted by them and organized such kind of green initiatives drives in future in the Village Badheri, adopted under NSS.



Evidence of Success: The plantation drive was conducted following the social distancing norms. The volunteers were highly enthusiastic and promised to inculcate the environmental do's and don'ts in their daily lives.



एमसीएम में 7 दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ

चंडीगढ़, 19 मार्च (एनडीएन) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज के प्रांगण में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ हुआ। स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान भी इस अवसर पर शामिल थे। एनएसएस के अध्यक्ष डॉ. निशा भांगी ने कहा कि शिविर का उद्देश्य है छात्रों को पर्यावरण से जुड़े विभिन्न पहलुओं से अवगत कराना। उन्होंने बताया कि कॉलेज को पंचायत समिति, चंडीगढ़ द्वारा वर्ष 2018 में गैर-एनएसएस जूनिट से सम्मानित किया गया था। डॉ. भांगी ने परिषद और मातृसंग मुहूर्तों को भी सात दिवसीय शिविर का शुभारंभ करने की शक्ति प्रदान करने में एनएसएस के सहयोग पर प्रकाश डालते हुए कहा कि कार्यक्रम महासूची के समर्थन और एनएसएस के कार्यक्रमों को सफल बनाने में मदद करेगा। शिविर के दिनांक को प्रमाणित करने के लिए डॉ. भांगी ने पर्यावरण पर एक स्व-चलित कार्ड भी मुद्रित और

एनएसएस कॉलेज में एनएसएस केप की शुरुआत की। प्रिंसिपल डॉ. निशा भांगी पीछा लगाते हुए। (छाया: जुदिन्दर सिंह)

स्वयंसेवकों से फायदा होगा। इस कार्यक्रम का प्राथमिक्य सरकारों के परामर्श के बाद उद्योगों को प्रदान करने का संकल्प लिया। उद्घाटन दिनांक का संकल्प एनएसएस के पूरा निराकरण के बाद ही लागू होगा। एनएसएस के अध्यक्ष डॉ. निशा भांगी ने कहा कि यह कार्यक्रम छात्रों के जीवन और निवास से परिलक्षित करता है और कॉलेज को एनएसएस गतिविधियों पर प्रदर्शन के साथ होगा।

एमसीएम में एनएसएस शिविर का शुभारंभ पौधारोपण से किया

चंडीगढ़, 19 मार्च (एनडीएन) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज के प्रांगण में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ हुआ। स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान भी इस अवसर पर शामिल थे। एनएसएस के अध्यक्ष डॉ. निशा भांगी ने कहा कि शिविर का उद्देश्य है छात्रों को पर्यावरण से जुड़े विभिन्न पहलुओं से अवगत कराना। उन्होंने बताया कि कॉलेज को पंचायत समिति, चंडीगढ़ द्वारा वर्ष 2018 में गैर-एनएसएस जूनिट से सम्मानित किया गया था। डॉ. भांगी ने परिषद और मातृसंग मुहूर्तों को भी सात दिवसीय शिविर का शुभारंभ करने की शक्ति प्रदान करने में एनएसएस के सहयोग पर प्रकाश डालते हुए कहा कि कार्यक्रम महासूची के समर्थन और एनएसएस के कार्यक्रमों को सफल बनाने में मदद करेगा। शिविर के दिनांक को प्रमाणित करने के लिए डॉ. भांगी ने पर्यावरण पर एक स्व-चलित कार्ड भी मुद्रित और

एनएसएस कॉलेज में एनएसएस केप की शुरुआत की। प्रिंसिपल डॉ. निशा भांगी पीछा लगाते हुए। (छाया: जुदिन्दर सिंह)

स्वयंसेवकों से फायदा होगा। इस कार्यक्रम का प्राथमिक्य सरकारों के परामर्श के बाद उद्योगों को प्रदान करने का संकल्प लिया। उद्घाटन दिनांक का संकल्प एनएसएस के पूरा निराकरण के बाद ही लागू होगा। एनएसएस के अध्यक्ष डॉ. निशा भांगी ने कहा कि यह कार्यक्रम छात्रों के जीवन और निवास से परिलक्षित करता है और कॉलेज को एनएसएस गतिविधियों पर प्रदर्शन के साथ होगा।

एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन सेक्टर-36 में शुक्रवार को एनएसएस केप की शुरुआत करती प्रिंसिपल डॉ. निशा भांगी और कॉलेज स्टाफ सदस्यों

एमसीएम में एनएसएस शिविर का आगाज

जयपुर, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी कॉलेज सेक्टर-36 में सात दिवसीय एनएसएस केप का शुक्रवार को आरंभ हुआ। वर्ष 2021 एनएसएस केप का भीम स्वरूप भारत अभियान और जल शक्ति है। कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. निशा भांगी ने कहा कि वर्ष 2020 में लगाए गए एनएसएस केप में शामिल वालंटियर्स ने समाज के लिए बेहतरीन काम किया था। केप को बनाने का मुख्य उद्देश्य छात्रों को समाज से जोड़ना है। कॉलेज वालंटियर्स ने हमेशा बेहतरीन काम किया है और कॉलेज का नाम ऊंचा उठाया है। इस मौके पर केप लगाने वाले टीचर्स को सम्मानित करते हुए डॉ. निशा ने कहा कि हर वालंटियर्स की टीचर्स पर सबसे अहम जिम्मेवारी होती है, जिसे पूरा करना टीचर्स का परम धर्म है।

Link of the event uploaded on various social media handle:

https://www.instagram.com/p/CMof7dZBcO9/?utm_source=ig_web_copy_link

<https://www.facebook.com/MCMDA/CW/posts/1082771645522421>

TITLE OF THE ACTIVITY: INAUGURAL CUM ORIENTATION SESSION AND COVID-19 PLEDGE

Date: 18 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To acquaint the volunteers with the aims and objectives of NSS Camp
- To motivate and recognize the efforts of the volunteers and instil the idea of personality and character development through social work
- To promote the idea of selfless service towards community work
- To administer COVID-19 pledge to prevent the spread of COVID-19 Virus

The Context: A Seven Day and Night NSS Special Camp was organized from 18th March – 24th March, 2021 with the theme Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan. To mark the NSS Volunteers' formal introduction and entry to the special camp, and apprise them with the theme and activities of the camp, an inaugural session was organized. The chief guest of the session was Dr. Nisha Bhargava, Principal, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Sector 36-A, Chandigarh.

The Practice: The inaugural session of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21) was held at 10 a.m. in the Multimedia Hall. The inaugural session began on an auspicious note with the lamp lightening ceremony, followed by chanting of Gayatri Mantra and Saraswati Vandana by the NSS Volunteers – Ms. Shruti Singla and Ms. Kunjalika. In her inaugural address, Madam Principal praised the volunteers for their enthusiastic participation in spite of ongoing global pandemic and lauded their efforts and services which they rendered during the lockdown period. She also apprised the volunteers about the importance of social service in one's life and how one should contribute towards the cause of others. She urged the audience to follow all necessary COVID-19 protocols and eat balanced and healthy diet. She also recited a self-composed poem during the session which was based on the theme of environment. Later on, NSS Programme officer Dr. Pallvi Rani presented a brief report of the work done by NSS Units during and after the lockdown period, and achievements of NSS Units. At the end of session, a green planter was presented to Principal Madam by Dr

Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari as a token of gratitude. Later on, COVID-19 pledge was administered to the staff and NSS volunteers.

Evidence of Success: The campers displayed great enthusiasm and determined to participate in the camp whole-heartedly. The lighting of the lamp inspired the volunteers to be the torch bearers and motivated them to work efficiently and selflessly to serve the community in the best way possible.

गीली मिट्टी की खुशबू

भीगी हुई सी एक शाम

मौसम की पहली बारिश

कर रही है सलाम

तपती हुई ज़मीं को

मिला है कुछ सुकून

कागज़ की कश्तियों का

बहते पानी में है हुजूम ।

ओस जैसी पानी की बूँदें

पत्तों पे हैं रूकी हुई

सावन की काली बदली

बरसने को है झुकी हुई ।

तस्कीन देगा सबको

रिमझिम बरसता सावन

धरती की प्यास कुछ तो

करता ही होगा कम ।

एक वक़्त था कि बरखा

झूमती हुई आती थी

धरती की संगत में

बहुत दिन बिताती थी ।

अफ़सोस है मगर अब

बदला इसका मिज़ाज है

कभी कभार ही आती है

शायद तबीयत नासाज़ है ।

हुआ यूँ कि जब धरती पर

जंगल कटने लगा

सावन का ख़ूबसूरत मौसम

भी सिमटने लगा ।

इसको वापिस लाने को

कुछ जतन करना होगा ।

धरती की बंजर गोद को

पेड़ों से भरना होगा ।

आने वाले कल का कुछ तो हो इंतज़ाम

आओ मिलकर करें कुछ वक़्त कुदरत के नाम ।

- डॉ निशा भार्गव, प्रिंसिपल



एमसीएम में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ

चण्डीगढ़ (ऋद्धम आचार्य / हिमप्रभा)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ हुआ। स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान थीम के तहत आयोजित इस शिविर का उद्घाटन कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने किया। दीप प्रज्वलन और सरस्वती वंदना के पश्चात अपने प्रेरक संबोधन में डॉ. भार्गव ने स्वयंसेवकों को एमसीएम एनएसएस इकाइयों की गतिविधियों और उपलब्धियों से अवगत कराया। उन्होंने बताया कि कॉलेज को पंजाब यूनिवर्सिटी, चंडीगढ़ द्वारा वर्ष 2018 में बेस्ट एनएसएस यूनिट से



सम्मानित किया गया था। डॉ. भार्गव ने परिश्रम और मानवीय मूल्यों की गरिमा सहित मूल्यवान जीवन पाठों को आत्मसात करने में एनएसएस के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि वर्तमान महामारी के समय भी, एमसीएम के एनएसएस स्वयंसेवकों

ने समाज सेवा हेतु प्रशंसनीय कार्य किया।

शिविर के विषय की प्रासंगिकता पर बात करते हुए डॉ. भार्गव ने पर्यावरण पर एक स्व-रचित कविता भी सुनाई और स्वयंसेवकों से पर्यावरण और प्राकृतिक संसाधनों के

संरक्षण के बारे में जागरूकता पैदा करने हेतु कार्य करने का आग्रह किया। इस अवसर पर वृक्षारोपण अभियान भी चलाया गया। इस आयोजन में एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पल्लवी रानी ने स्वयंसेवकों को एनएसएस के उद्देश्यों और नियमों से परिचित कराया और कॉलेज की एनएसएस गतिविधियों पर प्रकाश डाला। इस कार्यक्रम का आयोजन कोविड - 19 के सभी सुरक्षा उपायों को ध्यान में रखकर किया गया तथा स्वयंसेवकों ने सभी आवश्यक प्रोटोकॉल का पालन करने का संकल्प लिया। उद्घाटन दिवस का समापन एमसीएम के गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर श्रीमती

एमसीएम में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ हुआ। स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान थीम के तहत आयोजित इस शिविर का उद्घाटन कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने किया। दीप प्रज्वलन और सरस्वती वंदना के पश्चात अपने प्रेरक संबोधन में डॉ. भार्गव ने स्वयंसेवकों को एमसीएम एनएसएस इकाइयों की गतिविधियों और उपलब्धियों से अवगत कराया। उन्होंने बताया कि कॉलेज को पंजाब यूनिवर्सिटी, चंडीगढ़ द्वारा वर्ष 2018 में बेस्ट एनएसएस यूनिट से सम्मानित किया गया था। डॉ. भार्गव ने परिश्रम और मानवीय मूल्यों की गरिमा सहित मूल्यवान जीवन पाठों को आत्मसात करने में एनएसएस के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि वर्तमान महामारी के समय भी, एमसीएम के एनएसएस स्वयंसेवकों ने समाज सेवा हेतु प्रशंसनीय कार्य किया। शिविर के विषय की प्रासंगिकता पर बात करते हुए डॉ. भार्गव ने पर्यावरण पर एक स्व-रचित कविता भी सुनाई और स्वयंसेवकों से पर्यावरण और प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण के बारे में जागरूकता पैदा करने हेतु कार्य करने का आग्रह किया। इस अवसर पर वृक्षारोपण अभियान भी चलाया गया। इस आयोजन में एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पल्लवी रानी ने स्वयंसेवकों को एनएसएस के उद्देश्यों और नियमों से परिचित कराया और कॉलेज की एनएसएस गतिविधियों पर प्रकाश डाला।

एमसीएम में एनएसएस शिविर का शुभारंभ

चंडीगढ़। सेक्टर- 36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज में शुक्रवार को सात दिवसीय एनएसएस शिविर का शुभारंभ किया। शिविर का विषय स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान है।

कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने शिविर का उद्घाटन किया। उन्होंने स्वयंसेवकों से पर्यावरण और प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण के बारे में समाज में जागरूकता पैदा करने के लिए आग्रह किया। इस दौरान वृक्षारोपण अभियान चलाया गया। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पल्लवी रानी ने स्वयंसेवकों को एनएसएस के उद्देश्यों और नियमों से परिचित करवाया। ब्यूरो

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1082770828855836/>

TITLE OF THE ACTIVITY: WORKSHOP ON MASK MAKING

Date: 18 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To reinforce the idea and practice of handmade masks
- To demonstrate to the volunteers the technique regarding the procedure of making cloth masks from used cloths
- To instil the concept of skill development amongst volunteers

The Context: In order to prevent the spread of COVID-19, the Government of India has urged the citizens to wear face mask and follow COVID-19 norms during this pandemic. However, due to insufficient supply of expensive medical-grade masks, it has been advised to wear home-made face masks. With an aim to make cloth masks especially for needy persons, a mask making workshop using the concept of recycle and reuse was organized in the second session of Day 1 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21). The session was organized to teach the volunteers about the recycling and reuse concept where they learnt to make face masks from the used cloth fabrics.

The Practice: In the second session, Ms. Rati Arora, Assistant Professor, Department of Home Science conducted a workshop on mask making where she demonstrated the procedure of making masks from recycled cloths. NSS Volunteers enthusiastically observed the demonstrations and displayed keen interest. As per the guidance of Ms. Rati, volunteers prepared the masks from the scratch and designed them as per available material.

Evidence of Success: The session encouraged volunteers to acquire a skill in making handmade face masks. They made colourful cloth masks from recycled cloths for which were later given away the needy. The volunteers were happy to participate in the activity as well as helped one other out in the practice of making masks. The volunteers were extremely motivated and determined to continue the practice of producing masks at home.



The session was followed by the lunch at Hostel mess where volunteers enjoyed their meal while following all COVID-19 related protocols. After the lunch, volunteers returned to Multimedia Hall for third session.



TITLE OF THE ACTIVITY: ORIENTATION CUM ICE-BREAKING SESSION

Date: 18 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To apprise the volunteers about the theme of the camp and activities to be undertaken in the NSS camp
- To create a common sense of purpose and acquaint them with the volunteers in charge
- To help the volunteers to bond as team and work for a common sustainable goal

The Context: With an aim of equipping the volunteers with the theme as well as activities planned for the Seven day and Night NSS Special Camp (2020-21), an orientation cum icebreaking session was organized in the third session of Day 1.

The Practice: During the session, the NSS Programme Officers – Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari familiarized the volunteers with the theme of camp i.e., Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan. They were encouraged to introduce themselves. They were also apprised with the schedule and activities that were planned in this camp including cleanliness drives, awareness sessions on HIV/AIDS, POSHAN Abiyaan, etc. During the session, NSS Group leaders introduced themselves and briefed the volunteers about the functioning of NSS, the motto and need to work as team for achieving sustainable goal. Later on, volunteers were divided into various groups such as Discipline committee, Hospitality committee, Documentation committee, Photography committee, Stage management and Cultural committee. For each day volunteers were given responsibilities. The main aim of this activity was to enhance their skills, impart confidence among them and equip them with social responsibility. NSS Programme Officers motivated the volunteers to work hard and contribute to the society while following proper COVID 19 norms.

Evidence of Success: Due to the Coronavirus outbreak, the session of 2020-2021 was online and hence it was crucial to familiarize the volunteers with the theme, rules and activities pertaining to NSS Camp. At the end of the session, the volunteers were

motivated and were determined to take part in all the activities. Volunteers left the session with a sense of belongingness and responsibility.



After the session, volunteers left for their respective places. In the evening, interactive sessions were organized that aimed at improving communication skills and bonding among the NSS volunteers. They shared their first day's experience that helped them to grow in one way or the other. Later on, volunteers geared for next day's activities.

DAY 2: 19.03.2021

Day 2 of Seven day and Night NSS Special Camp started early with 'Prabhat Pheri' in the college campus that was conducted under Fit India movement advocating the message “फिटनेस का डोज़ – आधा घंटा रोज़.” It was conducted in the College Sports ground where volunteers were acquainted with the importance of fitness in daily lives. The event was conducted while following all the precautionary COVID protocols.



It was followed by the morning prayer and *Lakshye Geet* of NSS, where NSS Programme Officers along with volunteers started the second day with the blessings of Almighty. After that, a review session was organized where one of the volunteers – Ms. Nancy Sharma reviewed and summarized the previous day activities.



TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS LECTURE ON “BLOOD DONATION AMIDST COVID PANDEMIC”

Date: 19 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To make the volunteers aware of blood donation and its importance
- To apprise the NSS Volunteers with the eligibility conditions and procedure of blood donation and transfusion
- To motivate the volunteers to come forward and donate blood for the noble cause

The Context: Donating blood and its products is considered essential for community welfare. However, since the lockdown was announced in the country from 25th March 2020 onwards, movements of citizens was curtailed and blood donation related events came to a grinding halt, and the population of eligible blood donors started shrinking. Due to the ongoing pandemic, suitable donors are either afraid or are unaware of the ways to donate their blood. With this objective, an insightful lecture on “Blood Donation amidst COVID pandemic” was organized by the NSS Units where the resource person was Dr. Suchet Sachdev, Associate Professor, Department of Transfusion Medicine, PGIMER, Chandigarh (U.T.).

The Practice: During his enlightening talk, Dr. Suchet Sachdev enlightened the volunteers about blood donation procedure, which is a simple and safe if donated while following a proper protocol. He mentioned that blood donation drives are essential component of the society for treating people who require regular blood transfusion on account of being afflicted with blood disorders such as Thalassemia, Sickle Cell Anaemia, Haemophilia, etc. As per the statistics discussed by him, India faces a blood shortage of 3 million units. 12 million units of blood are needed every year, but only 9 million units are donated. In the session, he discussed the various norms related to the process of Blood Donation such as criteria for blood donation, need and procedure of the same. He also emphasized the need for blood donation and transfusion especially during the current pandemic and motivated the young brigade to work for

the cause. He further made them aware about the rich healthy diet that one should include before and/or after blood donation.

Evidence of Success: At the end of the session, all the volunteers were extremely motivated and determined to donate blood. Their queries related to blood transfusion were handled by the resource person. They expressed their gratitude to Dr. Suchet Sachdev for making them aware about the blood donation procedure especially during current pandemic.



Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1084559978676921/>

TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS LECTURE ON “HIV/AIDS AND BLOOD DONATION”

Date: 19 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To disseminate knowledge regarding HIV/AIDS and Blood donation
- To spread awareness of safe practices to prevent HIV infection
- To highlight the role of Youth in controlling and preventing HIV/AIDS

The Context: Human Immunodeficiency Virus (HIV) is a virus that attacks the body's immune system and can lead to Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS) if not treated properly. Currently, there is no effective cure. However, with proper awareness, HIV can be prevented. With an aim of sensitizing volunteers about HIV/AIDS, an awareness session on “**HIV/AIDS and Blood Donation**” was organized where Mr. Sunil Kumar, Assistant Director (Youth Affairs) & Programme Officer (Blood Safety), Chandigarh State AIDS Control Society was the resource person.

The Practice: During the interactive session, Mr. Sunil Kumar informed the volunteers about the difference between HIV and AIDS and how one can lead a normal life even if contracted with HIV. Several myths regarding the disease were busted during the session. He enlightened the volunteers about the precautions, safe practices and measures such as usage of condoms, safe blood transfusion, avoiding use of used blades/ needles that one should take in order to prevent the spread of HIV/AIDS. The session ended with a question-answer hour where many queries of the volunteers were taken up by the resource person. The volunteers were informed about the helpline services and initiatives that the Government of India has taken in preventing its spread.

Evidence of Success: The session provided a lot of insight about HIV/AIDS and made the volunteers conscious and aware of their role in sensitizing the people about the safe practices they should adopt to prevent this disease.



TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS SESSION ON “RE-UNDERSTANDING THE NOTION OF FREEDOM” UNDER POCSO ACT

Date: 19 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To sensitize the volunteers about the legalities under POCSO Act
- To make the volunteers aware about their rights to freedom



The Context: To deal with child sexual abuse cases, the Government has brought in a special law, namely, The Protection of Children from Sexual Offences (POCSO) Act, 2012. An awareness session was organized on Day 2 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21) where the resource person Dr. Minakshi Rana, Assistant Professor, PG Department of Sociology gave brief insights about POCSO Act and different aspects of freedom to a woman in a true sense.



The Practice: During her enlightening session, she highlighted the need of awareness among girls regarding their rights and urged them to be confident in their approach towards their life. Besides, she conducted many activities that boosted the confidence among the volunteers.

The session was really an eye-opening session as she shared several case studies of children who were sexually harassed in their lives.

Evidence of Success: The volunteers enthusiastically interacted as well as connected to the real-life examples that were discussed. The session was quite interactive as she encouraged the volunteers to share their opinions and their experiences on the issue.

TITLE OF THE ACTIVITY: **CLEANLINESS DRIVE**

Date: 19 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To promote the concept of Swachh Bharat Mission
- To improve the levels of cleanliness in the College campus through Solid-Waste Management activities
- To instil a sense of responsibility and belongingness among volunteers
- To encourage and promote good hygiene practices amongst volunteers

The Context: Under the able leadership of our Honourable Prime minister Sh. Narendra Modi, Swachh Bharat Abhiyan was launched to solve the problems of sanitation and waste management in India by ensuring hygiene across the country. Under this, cleanliness related programmes including cleanliness drives were launched to make the area free from waste and disease. To accelerate the efforts and achieve universal sanitation coverage, a cleanliness drive was conducted on Day 2 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21) by NSS volunteers.

The Practice: In the last session, under the supervision of NSS Programme Officers - Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari, a massive cleanliness drive was conducted within and outside the College campus where NSS volunteers cleaned every nook and corner of the college area with dedication and the areas included College Celebration Ground, Green lawns, Gate entrance, Hostel Areas and Mess Areas. The volunteers were divided into groups and were asked to clean particular assigned areas of the College premises. During the drive, all norms of social distancing and COVID appropriate behaviour were followed. This activity was conducted under Swachh Bharat Abhiyan as a part of which values of **Swachh Bharat, Swastha Bharat** were inculcated among the volunteers. During the drive, dry and wet waste were segregated and put in correct dustbins. Dry leaf litter were collected and put in compost pits. Damaged items were discarded properly. Some of volunteers also cleaned their mess area. Sanitization of rooms was also done.

Evidence of Success: The volunteers participated enthusiastically and the Drive promoted team spirit in them. Awareness regarding cleanliness and knowledge about its methods and need was imparted. Their participation in the activity reflected their willingness and interest to keep the surroundings clean and make India a better place to live. Thus, NSS Volunteers took one step forward towards “Cleanliness”.

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1084560235343562>



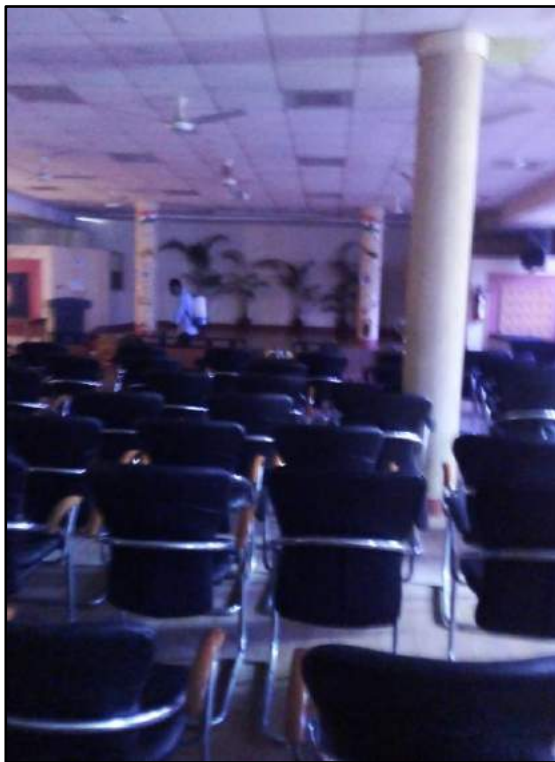












Throughout the camp, Cleanliness and Sanitization of Multimedia Hall, Celebration Ground was ensured by following COVID-19 safety norms.

DAY 3: 20.03.2021

Day 3 of Seven Day and Night NSS Camp (2020-21) started with usual prayer that was followed by a review session where one of the NSS volunteers reviewed the activities that were conducted during Day 2.

TITLE OF THE ACTIVITY: AN AWARENESS SESSION CUM WORKSHOP ON LIGHT EMITTING DIODE (LED) – A SOLUTION TO SUSTAINABLE ENERGY LIGHTING

Date: 20 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To promote and encourage the use of LEDs for energy conservation and efficiency
- To sensitize the volunteers about the significance and relevance of using LEDs
- To reinforce the use of sustainable and eco-friendly alternatives

The Context: A Light Emitting Diode (LED) is one of the latest inventions and is extensively used in several devices ranging from our cell phones to the large advertising display boards. When compared to traditional incandescent bulbs, LED bulbs consume between 85 % and 90 % less electricity, thus reducing the bill cost. Additionally, they produce virtually zero heat, which also lowers the cooling costs. Therefore, focusing on the wide usage and long-lasting benefits in terms of energy efficacy of *this Green technology*, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organized an informative session cum Workshop on “**Light Emitting Diode (LED) – A Solution to Sustainable Energy Lighting**” on Day 3 of the Seven Day and Night NSS Camp (2020-21). The session was conducted under the theme “**Green Initiative**” where the main objective was to promote the concept of Swachhta using sustainable approaches.

The Practice: On 20th March 2020, an awareness session cum workshop on Light Emitting Diode – Solution to Sustainable Energy Lightening was organized by the NSS Units in collaboration with the Renewable Energy Committee. The resource person of the session was Dr. Pallavi Gupta, Assistant



Professor, Department of Physics where she highlighted the basics and importance of LED and how they are emerging as a sustainable approach in today's world. An informative presentation covering all these points was shown during the workshop that made the workshop more interesting. The volunteers were provided valuable information on how to maximize the use of LEDs and minimize the use of Incandescent Lighting. In addition, volunteers also learnt about the assembly of LED and how one can save the electricity bill by adopting to this environmental-friendly green approach. At the end of the session, a doubt clearing session was also organized wherein several queries of the volunteers were answered by the resource person.

Evidence of Success: NSS Volunteers were fully informed and aware of the relevance and significance of using LED. They attended the workshop very enthusiastically and took active participation in the discussion round.

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088902788242640/>



TITLE OF THE ACTIVITY: LECTURE ON “NSS LIFESTYLE SCENARIO WITH NSS CAMP AND NSS AWARD”

Date: 20 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To apprise the NSS volunteers about the motto and functioning of National Service Scheme (NSS), camp and awards
- To motivate the students to actively participate in community work
- To develop among volunteers a sense of social and civic responsibility

The Context: National Service Scheme (NSS) is an Indian government-sponsored public service program conducted by the Department of Youth Affairs and Sports of the Government of India. Popularly known as NSS, the scheme aimed at developing student's personalities through community service. With this motive, a lecture on “**NSS Lifestyle Scenario with NSS Camp and NSS Award**” was organized under the *Rashtriya Seva Yojna* by the NSS Units of Mehr Chand Mahajan College for Women, Chandigarh where Mr. Rajkumar Verma, Youth officer, Regional Directorate, Chandigarh graced the occasion as a resource person.

The Practice: In the beginning of the session, Principal Dr. Nisha Bhargava along with NSS Programme Officers – Dr Pallvi Rani and Dr Purnima Bhandari accorded a green welcome to Mr. Raj Kumar Verma. During his talk on “*एनएसएस शिविर एवं एनएसएस पुरस्कार के साथ एनएसएस की जीवन शैली का परिदृश्य*” Mr Raj Kumar enlightened the volunteers about his experiences as NSS camper in various National level camps and urged them to serve the society to the best of their abilities. The volunteers got familiar with the meaning of NSS motto - “*NOT ME BUT YOU*”, NSS clap and NSS Lakshaye Geet. The main aim



of the session was to motivate the volunteers to actively participate and give their best in every activity. Volunteers were informed of the relevance of undertaking community work, participating in Republic Day as well as National Integration Camps where they not only acquire leadership qualities but also develop a democratic attitude while maintaining social harmony. The poems related to NSS, recited by Mr. Verma during the session instilled a sense of responsibility among the NSS volunteers. At the end of the session, one of the volunteers Ms. Vanshika presented a handmade portrait of Mr. RajKumar Verma as a token of gratitude to him.

Evidence of Success: This session motivated the volunteers to make a social mark in the society by engaging in different community work without bias. It instilled the values of social service among them. **Link of the event uploaded on social media handle:** <https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/108890263157589/>.





TITLE OF THE ACTIVITY: WORKSHOP ON MINIATURE GARDEN FROM BEST OUT OF WASTE

Date: 20 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To enhance the creativity of the volunteers using recycle and re-use concept
- To make decorative items including miniature garden from eco-friendly sustainable materials

The Context: We are all aware of the fact that for conserving the environment, the “Best out of waste” activity helps to recycle and reuse waste material in making different eco-friendly sustainable items. A miniature garden is not only a piece of art and creativity, but also enhances the aesthetic ambience of any indoor space, thus promoting an eco-friendly environment. It not only purifies the indoor air but also helps us in reducing anxiety and stress levels. Being the forerunner in adopting sustainable practices and preserving the environment, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women organized an eco-friendly **Workshop on Miniature Garden from Best Out of Waste** in collaboration with Horticulture Committee during the third session of Day 3 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21) where the

resource person was Dr. Pooja Sharma, Assistant Professor and HOD, Department of Fine Arts.

The Practice: During the workshop, Dr. Pooja Sharma emphasized on the concept of recycling and reuse. She demonstrated how one can make a miniature garden from the waste such as broken containers, beads using eco-friendly material such as plants, clay, thus highlighting the concept of best out of waste. The main aim of this workshop was to make the volunteers aware of the various ways of using waste and unwanted material and nurture their creativity.

Evidence of Success: The session was very interesting and helped the volunteers to create a beautiful miniature garden out of waste materials. This activity instilled a sense of responsibility among them and encouraged them to conserve the environment using recycle-reuse concept.



Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088902654909320/>

TITLE OF THE ACTIVITY: **WORKSHOP ON PAPER RECYCLING**

Date: 20 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To sensitize the volunteers about 3R's of environment i.e., Reduce, Reuse, Recycle
- To propagate the concept of paper recovery by creating awareness regarding paper recycling

The Context: Recycling of paper is considered necessary as it conserves natural resources, reduces greenhouse gas emissions, and keeps landfill space free for other types of trash that cannot be recycled. Every ton of recycled paper saves about 17 trees. Recycled paper not only serves as an environmentally friendly resource for paper manufacturers but also save costs and energy. Thus, efforts are needed to protect the environment by adopting approaches such as recycling of paper that are important for environment conservation and protection.

The Practice: In the subsequent session of Day 3 of Seven Day and Night NSS Special camp (2020-21), an interactive **Workshop on Paper Recycling** was organized by the NSS Units in collaboration with MCM Eco-Club where Dr. Shafila, Assistant Professor, Department of



Environment Science was the resource person. During the session, Dr. Shafila highlighted the need of recycling and reusing waste products especially paper and briefly explained how cardboard boxes can be recycled efficiently as storage baskets at homes. She also gave examples of different products such as biodegradable recyclable pencils, boxes that one could prepare from discarded waste. In addition, she demonstrated different steps involved in making paper, paper-pencils from waste

newspapers to the NSS volunteers. Volunteers were also given brief insights about disposal of electronic waste like chargers, mobiles, etc.

Evidence of Success: The workshop was quite interesting as volunteers learnt different ways manage waste efficiently. The workshop filled the volunteers with enthusiasm as they enjoyed making paper-pencils, handmade paper from waste newspapers. Later on, some of the volunteers used handmade paper as canvas for making portraits, book marks etc.

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088902708242648/>





TITLE OF THE ACTIVITY: YOGA CUM MEDITATION SESSION

Date: 20 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To promote Fit India campaign and encourage people to remain healthy and fit by including physical activities and sports in their daily lives
- To increase mobility and body balance, build harmony between mind and body
- To reduce levels of stress and inflammation in the volunteers

The Context: To ensure the mental wellbeing of people especially children amid lockdown, the Government of India has launched Fit India Movement where several physical activities including Yoga have been organized. Yoga not only enhances the physiological as well as psychological well-being, but also relieves stress and anxiety thereby improving strength and harmony between mind and body. With this aim, a **yoga cum meditation session** was organized in the evening session of Day 3 of Seven Day and Night Camp (2020-21).

The Practice: During the yoga session, Ms. Keisham Monarita, a Gold medalist in yoga at National and International level demonstrated different stress relieving practices as well as asanas including *Pranayam, Kapalbharti, Vakrasna, Salabhasana, Sukhasana, Virabhadrasana* etc. to the NSS volunteers. Besides, she also enlightened the volunteers about different stretching exercises that strengthen body, reduce stress, anxiety, fatigue and help in building stamina. During the session, Ms. K. Monarita explained the correct way of doing breathing exercises like *KapalBhati, Anulom-Vilom* and highlighted the significance of practicing yoga asanas particularly in current Covid-19 pandemic situation. Volunteers participated enthusiastically in the session. The session ended with peaceful mediation practice.

Evidence of Success: The session concluded with an interactive session between the instructor and the volunteers in which several queries of the volunteers were addressed by the instructor. The session was very refreshing, reviving, and relaxing, enabled the participants to rejuvenate themselves and foster harmony between mind and the body. **Link of the event uploaded on social media handle:**

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088902834909302/>



DAY 4: 21.03.2021

Day 4 of Seven Day and Night NSS Camp (2020-21) began on the spiritual note that was followed by a review session where one of the NSS volunteers reviewed the activities that were conducted during Day 3.

TITLE OF THE ACTIVITY: WORKSHOP ON SELF-DEFENCE TECHNIQUES

Date: 21 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To reinforce women's capacity to defend themselves against potential attacks
- To build self-confidence so that they can contribute meaningfully to their development

The Context: Self-defence training for students have become integral part of their curriculum which not only improves their physical conditions but also boosts their confidence. Self-defence lets a person take charge and defuse, de-escalate, or defend oneself and those around in the surroundings.

The Practice: In the first session of Day 5 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21), a **Workshop on Self-Defence Techniques** was organized where Mr. Sanjay Malik, Head Constable and Ms. Pooja, Lady Constable, members from SWAYAM team of Child & Women Safety Cell of the Chandigarh Police Department demonstrated and imparted the volunteers with tactical and defensive moves and measures one should take to protect oneself and fight back. The main aim of organizing this session was to educate volunteers about their rights which are very important in today's world considering the fact that many of them might be going through some untoward incident at any point of their lives. During the session, trainers discussed the crimes that are prevalent in the society especially against women and how one can safeguard herself by using such techniques. They were encouraged to raise their voices and channelize their



frustrations into empowering grip while practicing self-defence moves. Trainers also highlighted the importance of healthy food and lifestyle one should adopt especially during younger stage.

Evidence of Success: NSS Volunteers joined the workshop with the excitement and enthusiastically learnt the techniques to defend themselves in the times of danger and asked several questions pertaining to it. At the end of the session, volunteers were determined to empower themselves as well as the community at large to adopt the Self Defence Practices. Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088906238242295/>



TITLE OF THE ACTIVITY: WORKSHOP CUM HANDS-ON TRAINING SESSION ON FIRE FIGHTING

Date: 21 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To sensitize the volunteers about the necessary steps to take during fire outbreak
- To demonstrate and give hands-on exposure on handling of different types of fire extinguishers

The Context: Fires destroy property, cause injuries, and cost lives. With proper training in basic fire-fighting techniques, one can eliminate fire hazards and respond quickly and efficiently thus help in preventing to prevent small fires from becoming big emergencies. As NSS volunteers are committed to the cause of community welfare, they must know what to and how to do in case of fire hazard. Keeping this in mind, a **Workshop cum Hands-on Training Session on Fire Fighting** was organized under the supervision of NSS Programme Officers – Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari on the Day 4 of Seven Day and Night NSS Camo (2020-21).

The Practice: Considering the need of the hour to deal with fire hazards, the second session was a **workshop cum hands-on training session on Fire Fighting** where a team from Fire Station, Sector 38, Chandigarh



comprising of LFM Bhupinder Singh and LFM Paramjit Singh demonstrated the techniques of using fire extinguishers during emergency situations. During the training session LFS Bhupinder Singh informed the volunteers about the do's and don'ts of the fire safety norms, types of fire hazards and ways to control fire outbreak. He further briefed the volunteers about the different types of fires extinguishers used to extinguish fires. They also demonstrated and allowed the volunteers and NSS Programme Officers to have hands on experience of using extinguishers. A green planter as a

token of gratitude was presented to the Fire and Rescue Team by the NSS Programme Officers and volunteers.

Evidence of Success: It was an interactive and informative training session. The volunteers were apprised with the safety measures that need to be taken in case of a fire emergency.

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088906404908945/>



TITLE OF THE ACTIVITY: INTERACTIVE GAME SESSION

Date: 21 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To promote Fit India campaign and engage the volunteers physically in traditional games
- To stimulate a sense of belongingness and team spirit amongst the volunteers

The Context: Playing games, outdoor or indoor, have a huge impact on a holistic development of an individual. Games offer an effective but indirect means of exercise for students and youth in general. It not only strengthens the body, but also improves body's defensive system against disease.

The Practice: In the evening of Day 4, a **game session was organized under the Fit India movement** where traditional games including Kho-Kho were organized. The main objective of this session was to enhance the coordination and flexibility, stamina and inculcate the spirit of team work. The session was a relaxing one which refreshed and rejuvenated the spirit of NSS volunteers. The volunteers were energized and infused with the spirit of NSS to perform each activity in the days to come with enthusiasm.

Evidence of Success: Volunteers learned the essence of team spirit and in this session. They were enthusiastic to perform all the NSS activities and were filled with zeal to engage selflessly in constructive activities.



Later in the evening, volunteers who were interested in taking part in cultural dances and events to be performed in the valedictory session started their preparations. Performances were planned on theme of the cultural diversity of our country i.e., *Ek Bharat Shrestha Bharat* that included fusion of state dances, Nukkad Natak on the theme Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan. Volunteers began their practices with full zeal and enthusiasm.

DAY 5: 22.03.2021

Day 5 of Seven Day and Night NSS Camp (2020-21) began with the prayer session which was followed by a review session where one of the NSS volunteers reviewed the activities that were conducted during Day 4.

TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS LECTURE ON WATER CONSERVATION ON THE OCCASION OF WORLD WATER DAY

Date: 22 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To spread awareness among volunteers regarding the global water crisis
- To make the volunteers apprise the importance and need of conserving water for living organisms as well as for sustainable environment
- To commemorate World Water Day 2021 with the theme of 'Valuing Water' and educate the volunteers about the importance of fresh water and its significance in fostering the cause of a cleaner and greener planet.

The Context: Every year, March 22 is celebrated as the “**World Water Day**” that focusses on the importance of freshwater and presses for the sustainable management of freshwater resources. It is about what water means to the masses, its true value and how one can better protect this vital resource. Water is used by all living organisms on the Earth for their metabolic processes. However, only 3% of Earth's water is fresh, out of which 2.5% of the earth's fresh water is unavailable: locked up in glaciers, polar ice caps, atmosphere, and soil; highly polluted; or lies too far under the earth's surface to be extracted at an affordable cost while 0.5% of the earth's water is available fresh water. Moreover, with the increase in global population coupled with change in climatic conditions, water availability has come under extreme threat. This year, the theme for World Water Day 2021 was “Valuing Water” which means *to value water more than its price*. To commemorate the World Water Day - 2021, **an awareness lecture on Water Conservation** was organized on 22.03.2021 by the

NSS Units in collaboration with MCM Eco-Club of the College as a part of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21). The resource person was **Mr. Sushil Dogra, Scientist B, Chandigarh Pollution Control Committee, Paryavaran Bhawan, Sector 19-B, Chandigarh.**

The Practice: Under the able guidance of the Principal, Dr. Nisha Bhargava and supervision of NSS Programme Officers - Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari, an awareness lecture was organized in the multimedia hall where the resource person of the day – Mr. Sushil Dogra apprised the volunteers or the need to conserve and preserve water. Using statistics related to



wastage of water, he emphasized the need of saving water as a natural resource and how it is going to benefit the future generation if saved and used judiciously. Besides, he discussed the reasons for water depletion especially in Sukhna Lake and how one can contribute to the improvement of quality as well as quantity of water. The volunteers were informed about the various ways to re-use impure water for gardening, cleaning purposes. He also discussed about different water conserving plans such as rain water harvesting, water supply and water quality monitoring schemes such as smart water meters that have been adopted by the Chandigarh Administration in the last few years. In the end, he also discussed water saving tips with the volunteers.

Evidence of Success: The volunteers were appreciative of the information that was shared and found it beneficial. They were determined to conserve water and adopt sustainable waste water management strategies in their daily lives.

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/posts/1088924228240496>



NSS Camp at MCM promotes Jal Shakti, Poshan and Swachh Bharat Abhiyan



On day 5 of the 7 Day/Night Special NSS Camp at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, an awareness lecture on Water Conservation was organised in collaboration with MCM Eco Club. The objective of organizing the lecture was to educate the volunteers about the theme of this year's World Water Day i.e. Valuing Water, about the importance of fresh water and its significance in fostering a cleaner and greener planet. The resource person Mr. Sushil Dogra, Scientist B, Chandigarh Pollution Control Committee, Chandigarh, discussed different ways for conserving water such as rainwater harvesting, water quality monitoring scheme, etc. This was followed by a talk on 'Nutrition' under the Poshan Abhiyan of Ministry of Women and Child Development, Government of India. Dr. Harjot Kaur Mann, Assistant Professor, Department of Home Science of the college delivered this talk wherein she apprised the volunteers about the importance of nutrition in day-to-day life.

TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS LECTURE – “NUTRITION N YOU, OF YOU, BY YOU, FOR YOU: NEED OF THE HOUR” UNDER POSHAN ABHIYAAN

Date: 22 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To emphasize and encourage the volunteers to eat a balanced nutritious diet
- To explain the importance of exercise and staying active
- To provide sufficient knowledge about the diet plans that can be followed by girls

The Context: Amongst India’s most serious developmental challenges is malnutrition that contributes substantially to the country’s disease burden. With the launch of Government of India flagship programme - POSHAN Abhiyaan (National Nutrition Mission) several awareness



programmes have been proposed that aim to sensitize and improve nutrition amongst children, pregnant women, and lactating mothers. Keeping in mind the ongoing POSHAN Pakhwada, an awareness talk was organized by the NSS Units where students were acquainted with the importance of Nutrition in day-to-day life.

The Practice: In the second session, Dr. Harjot Kaur Mann, Assistant Professor (Food and Nutrition), Department of Home Science of the Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh delivered an interesting talk entitle “**NUTRITION N YOU, OF YOU, BY YOU, FOR YOU: Need of the hour**”. In her enlightening session, Dr. Harjot apprised the volunteers of eating nutritious food that comprises of nutrients in an appropriate amount and elaborated the relationship between ‘W’ (wake, walk, water, worry, weight) and ‘M’ that one should adopt in their daily life. She also emphasized

on the need of eating food rich in Vit B12, D that could help them in tackling micronutrient deficiencies such as anemia even under pandemic conditions.

The session was aimed to engage young minds of the volunteers in promoting positive nutrition behavior and practice. Also, with the aim of Nourish to Flourish, students were imbued with skill of making energy and protein bars as powerhouse of essential nutrients. At the end, being NSS students, they were motivated to not only practice but also preach and extend their knowledge to eradicate the issue of malnutrition at the grass root level from a less privileged section of society.

Evidence of Success: The session was thoroughly enjoyed by all the volunteers as their doubts related to eating habits were cleared by the resource person. They learned a lot of new facts about basic nutrition that they were unaware of earlier. They were appreciative of the workshop and were delighted to learn new facts about their health and well-being.



जल संरक्षण पर जागरूकता व्याख्यान
चंडीगढ़ (दिव्य): मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में नाइट स्पेशल एनएसएस कैम्प के 5 वें दिन कॉलेज के इको क्लब के सदस्यों से जल संरक्षण पर जागरूकता व्याख्यान का आयोजन किया गया। व्याख्यान के आयोजन का उद्देश्य स्वयंसेवकों को इस वर्ष के विश्व जल दिवस की थीम पानी, ताजे पानी के महत्व तथा स्वच्छ एवं हरित गृह के बारे में जागरूक करना था। इस अवसर पर चंडीगढ़ पॉक्सुएल कंट्रोल बोर्ड के साइंटिस्ट बी सुशील डोगरा ने जल संरक्षण के लिए विभिन्न तरीकों पर वर्षों की जैसे वर्षा जल संवर्धन, जल गुणवत्ता निगरानी योजना इत्यादि। इसके बाद महिला और बाल विकास मंत्रालय, भारत सरकार के पोषण अभियान के तहत 'पोषण' पर एक बार्ता हुई। कॉलेज के गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ हरजोत कौर मान ने स्वयंसेवकों को दैनिक जीवन में पोषण के महत्व से अवगत कराया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कोविड-19 सुरक्षा निर्देशों का कड़ाई से पालन करते हुए एमसीएम के एनएसएस कार्यक्रम अधिकारियों को शिविर के सफल संचालन के लिए बधाई दी।

एमसीएम में एनएसएस शिविर के दौरान जल शक्ति, पोषण एवं स्वच्छ भारत अभियान को बढ़ावा

भारत-19 संचालन

शिविर में मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में 7 वें / नाइट स्पेशल एनएसएस कैम्प के 5 वें दिन कॉलेज के इको क्लब के सदस्यों से जल संरक्षण पर जागरूकता व्याख्यान का आयोजन किया गया। व्याख्यान के आयोजन का उद्देश्य स्वयंसेवकों को इस वर्ष के विश्व जल दिवस की थीम पानी, ताजे पानी के महत्व तथा स्वच्छ एवं हरित गृह के बारे में जागरूक करना था। इस अवसर पर चंडीगढ़ पॉक्सुएल कंट्रोल बोर्ड के साइंटिस्ट बी सुशील डोगरा ने जल संरक्षण के लिए विभिन्न तरीकों पर वर्षों की जैसे वर्षा जल संवर्धन, जल गुणवत्ता निगरानी योजना इत्यादि। इसके बाद महिला और बाल विकास मंत्रालय, भारत सरकार के पोषण अभियान के तहत 'पोषण' पर एक बार्ता हुई। कॉलेज के गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ हरजोत कौर मान ने स्वयंसेवकों को दैनिक जीवन में पोषण के महत्व से अवगत कराया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने कोविड-19 सुरक्षा निर्देशों का कड़ाई से पालन करते हुए एमसीएम के एनएसएस कार्यक्रम अधिकारियों को शिविर के सफल संचालन के लिए बधाई दी।

शिविर के सफल संचालन के लिए बधाई दी।

TITLE OF THE ACTIVITY: AWARENESS RALLY ON JAL SHAKTI ABHIYAN ON THE OCCASION OF WORLD WATER DAY

Date: 22 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To sensitize the residents regarding the need for water conservation
- To identify the problems related to water quality and quantity faced by the villagers and collect data using a survey method

The Context: The Jal Shakti Abhiyan (JSA) is a time-bound, mission-mode water conservation campaign that has been initiated by our Honourable Prime Minister of India Sh. Narendra Modi. On 22nd March, 2021, i.e., World Water day, PM Modi virtually launched the campaign - 'Jal Shakti Abhiyan: Catch the Rain' where he urged the citizens of the country to conserve water through participatory approach. Taking another step forward in this direction, the NSS Units in collaboration with MCM Eco-Club of the College organized an **awareness rally on Jal Shakti Abhiyan** in their adopted Village Badheri, Chandigarh as part of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21).

The Practice: Following all the necessary COVID-19 protocols, the NSS volunteers of the College visited their adopted Village Badheri where they organized an awareness rally that aimed at creating awareness regarding conserving water among the local communities. Volunteers carried different placards and raised slogans such as *जल है तो जीवन है, पानी है जीवन की आस, पानी को बचाने का करो प्रयास* that aided in conveying the message that **Water conservation is the need of the hour!** In addition, awareness regarding HIV/AIDS was also disseminated by the NSS volunteers among the residents.

To understand the ground realities and assess awareness towards cleanliness and water management, a comprehensive survey of more than 50 dwelling units was conducted in a hybrid mode in Village Badheri. During the survey, residents were asked about the different waste management techniques adopted by them, sources of ground and fresh water, availability of clean drinking water, hygiene-related habits

of bathing and washing hands before meals, and different rain water harvesting schemes that they adopted in order to conserve water. The main aim of the survey was to ascertain the needs and problem faced by them in relation to cleanliness and water management. In addition, volunteers distributed sanitizers, soaps and handmade face masks that they have prepared on Day 1 of Seven Day and Night NSS Camp (2020-21) among the residents of Village Badheri, Chandigarh.

Evidence of Success: All the volunteers were highly enthusiastic and energetic and even during the pandemic they worked together as a team to come forward to spread awareness about *Swachh Bharat* and *Jal Shakti Abhiyan*.

Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088924114907174/>





एमसीएम में एनएसएस शिविर के दौरान जल शक्ति, पोषण एवं स्वच्छ भारत अभियान को बढ़ावा

जल शक्ति (Water Awareness / दिवस)। यह वर्ष भारत के 75वें / 75वां स्वच्छ भारत अभियान के 5वें दिन को मनाया जा रहा है। इस अवसर पर एनएसएस शिविर के दौरान जल शक्ति, पोषण एवं स्वच्छ भारत अभियान को बढ़ावा दिया गया।

एनएसएस शिविर के दौरान जल शक्ति, पोषण एवं स्वच्छ भारत अभियान को बढ़ावा दिया गया। एनएसएस शिविर के दौरान जल शक्ति, पोषण एवं स्वच्छ भारत अभियान को बढ़ावा दिया गया।

जल संरक्षण पर जागरूकता व्याख्यान के जरिये पानी का महत्व समझाया

क्लब ने रैली निकालकर किया गया जागरूक:

इसके अलावा इन्होंने क्लब के सहयोग से विभिन्न सरकारी पहलों जैसे स्वच्छ भारत अभियान, जल शक्ति अभियान और एचआईवी / एड्स पर जागरूक करने के लिए रैली निकाली गई। स्वयंसेवकों ने जरूरतमंद व्यक्तियों को साबुन, सैनिटाइजर, मास्क भी वितरित किए और भारत सरकार द्वारा निर्धारित सभी दिशानिर्देशों का पालन करने का आग्रह किया।

अभियान के तहत पोषण पर एक वार्ता हुई। कॉलेज के गृह विज्ञान विभाग की महायक प्रोफेसर डॉ. हरजोत कौर मान ने स्वयंसेवकों को दैनिक जीवन में पोषण के महत्व से अवगत कराया। स्वयंसेवकों को ऊर्जा और प्रोटीन वार बनाना भी सिखाया गया। इसके साथ साथ सभी आवश्यक कोविड -19 दिशानिर्देशों का पालन करते हुए, एनएसएस स्वयंसेवकों ने अपने अडॉप्टेड गाँव खेटो का दौरा किया जहाँ उन्होंने स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान के आधार पर एक सर्वेक्षण किया।

जल संरक्षण के प्रति किया जागरूक

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज-36 में एनएसएस शिविर के दौरान जल संरक्षण और पोषण पर वार्ता का आयोजन करवाया गया। कॉलेज के ईको क्लब के सदस्यों ने स्वयंसेवकों को जागरूक करने के लिए जल संरक्षण पर व्याख्यान दिया। इस दौरान इस वर्ष के विश्व जल दिवस के विषय 'ताजे पानी के महत्व, स्वच्छ व हरित गृह' के बारे में भी बताया गया। चंडीगढ़ प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के वैज्ञानिक सुशील डोगरा ने जल संरक्षण के लिए विभिन्न तरीकों जैसे वर्षा जल संचयन, जल गुणवत्ता निगरानी योजना इत्यादि पर चर्चा की।

कॉलेज के गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. हरजोत कौर मान ने स्वयंसेवकों को दैनिक जीवन में पोषण के महत्व से अवगत कराया। साथ ही कोविड-19 के दिशानिर्देशों का पालन करते हुए एनएसएस स्वयंसेवकों ने गोद लिए गाँव बढहेरी का दौरा किया और स्वच्छ भारत अभियान व जल शक्ति अभियान के आधार पर एक सर्वेक्षण किया। इसके अलावा विभिन्न सरकारी पहलों जैसे स्वच्छ भारत अभियान, जल शक्ति अभियान और एचआईवी एड्स पर गाँववासियों को जागरूक करने के लिए रैली निकाली गई। स्वयंसेवकों ने जरूरतमंद व्यक्तियों को साबुन, सैनिटाइजर व मास्क भी वितरित किए। प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने शिविर के सफल संचालन के लिए बधाई दी। व्यूरो

TITLE OF THE ACTIVITY: WORKSHOP ON GROWING ORGANIC FOOD

Date: 22 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To promote POSHAN ABHIYAAN, the flagship program of NITI Aayog on Holistic Nutrition along with the concept of Swachhta
- To sensitize the students about the importance of growing chemical free food from seeds for healthy living
- To motivate the volunteers to work towards saving the environment.

The Context: With the rapid increase in population coupled with urbanization, there is scarcity of food and nutrition that needs to be tackled using sustainable approaches. Moreover, due to industrialization, soil is being contaminated with different toxic ions including arsenic, cadmium that need to be reclaimed for farming purpose. With this objective, **a workshop on growing organic food** was organized as an awareness session to apprise the participants about the benefits and technique of growing chemical free nutritious food. This workshop was organized under the POSHAN Abhiyaan that also highlighted the concept of growing *Swachh* – chemical free food for individuals.

The Practice: The workshop was conducted by Dr. Gurvinder Kaur, Associate professor, Department of Public Administration, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh who highlighted the importance of growing chemical free food in the current times. She



highlighted the importance of consuming protein rich food such as lentils, green leafy vegetables that are rich source of proteins and iron. She also briefed the volunteers about the impact of using pesticides as fertilizers on human food chain as well on environment. Further, the volunteers were made aware of the concept of industrialization and the commercialization of agriculture and its impact on food

nutrition. She promoted the idea of organic farming (i.e., growing chemical free food) and encouraged the volunteers to grow their own food in their respective places and protect themselves from the harmful effects of unhealthy food.

At the end of the session, volunteers were shown patches of land where our College has been growing nutritious food organically even under lockdown conditions.

Evidence of Success: The volunteers were extremely motivated to grow their food and protect themselves from the harmful effects of unhealthy food. Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1088923824907203/>



एमसीएम कॉलेज में जल संरक्षण पर जागरूकता व्याख्यान में भाग लेते विद्यार्थी व टैली कार लोगों को जागरूक करते हुए। (छाया : गुरिंद सिंह)

एमसीएम में एनएसएस शिविर दौरान जल शक्ति, पोषण एवं स्वच्छ भारत अभियान को प्रोत्साहन

चंडीगढ़, 31 मार्च (रंजनीत सिंह): मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमन में 7 डेनइट एमएसएस कैम्प के 5वें दिन कॉलेज के इको क्लब के सहयोग से जल संरक्षण पर जागरूकता व्याख्यान का आयोजन किया गया। व्याख्यान के आयोजन का उद्देश्य स्वयंसेवकों को इस वर्ष के विश्व जल दिवस की थीम पानी, ताजे पानी के महत्व तथा स्वच्छ एवं हरित गृह के बारे में जागरूक करना था। इस अवसर पर चंडीगढ़ पॉलिटेक्निक कंट्रोल बोर्ड के राइटोइस्ट डॉ. सुशील खोगरा ने जल संरक्षण के लिए विभिन्न तरीकों पर चर्चा की जैसे वर्षा जल संचयन, जल पुनर्चक्रण निगरानी योजना इत्यादि। इसके बाद महिला और बाल विकास मंत्रालय, भारत सरकार के पोषण अभियान के तहत 'पोषण' पर एक वर्कशॉप हुई। कॉलेज के गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. हरजीत कौर मान ने स्वयंसेवकों को दैनिक जीवन में पोषण के महत्व से अवगत करवाया। स्वयंसेवकों को ऊर्जा और प्रोटीन चार बनाना भी सिखाया गया। इसके साथ-साथ सभी आवश्यक कोविड-19 दिशानिर्देशों का पालन करते हुए, एनएसएस स्वयंसेवकों ने अपने अर्द्ध-डेड गार्ड बेंचों का दौरा किया जहां उन्होंने स्वच्छ भारत अभियान और जल शक्ति अभियान के आधार पर एक सर्वेक्षण किया। इसके अलावा एमसीएम इको क्लब के सदस्यों से विभिन्न सरकारी पहलों जैसे स्वच्छ भारत अभियान, जल शक्ति अभियान और एचआईवी/एड्स पर गांव के निवासियों को जागरूक करने के लिए रैली निकाली गई। स्वयंसेवकों ने जरूरतमंद व्यक्तियों को साबुन, सैनेटाइजर, मास्क भी वितरित किए और भारत सरकार द्वारा निर्धारित सभी आवश्यक कोविड दिशानिर्देशों का पालन करने का आग्रह किया। दिन के तीसरे सत्र में, पोषण अभियान के तहत 'सस्टेनेबल अर्बन फार्मिंग' पर एक व्याख्यान का आयोजन किया गया। व्याख्यान के दौरान, कॉलेज की लोक प्रशासन विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. गुरविंद कौर ने वर्तमान समय में बीजों के महत्व और रसायनिक-मुक्त भोजन पर प्रकाश डाला। दिन का समापन एक प्रतिभा खोज रस के साथ हुआ, जिसमें स्वयंसेवकों ने नृत्य, गीत, कविता आदि के रूप में अपनी प्रतिभा प्रदर्शित की। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कोविड-19 सुरक्षा निर्देशों का कड़ाई से पालन करते हुए एमसीएम के एनएसएस कार्यक्रम अधिकारियों को शिविर के समस्त संवर्धन के लिए बधाई दी।

उन्होंने बताया कि कॉलेज की एनएसएस इकाइयां स्वच्छ भारत अभियान, पोषण अभियान, जल शक्ति अभियान और इसी तरह की विभिन्न राष्ट्रीय योजनाओं में महत्वपूर्ण योगदान देने के साथ-साथ इस तरह के प्रयासों के माध्यम से छात्रों के चरित्र निर्माण की दिशा में प्रत्येक कार्य करते रही हैं।

TITLE OF THE ACTIVITY: TALENT HUNT EVENT

Date: 22 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To provide a platform to the volunteers to showcase their talent
- To boost the confidence of the volunteers and enhance their interactive skills

The Context: *'Talent hits a target no one else can hit.'*

Talent is not a word that can be easily defined, it has multiple horizons, ranging from dancing, poetry, acting, painting, singing, the list is never-ending. To unveil the talents of our NSS volunteers, **a talent hunt event** was organized in the last session of Day 5 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21).

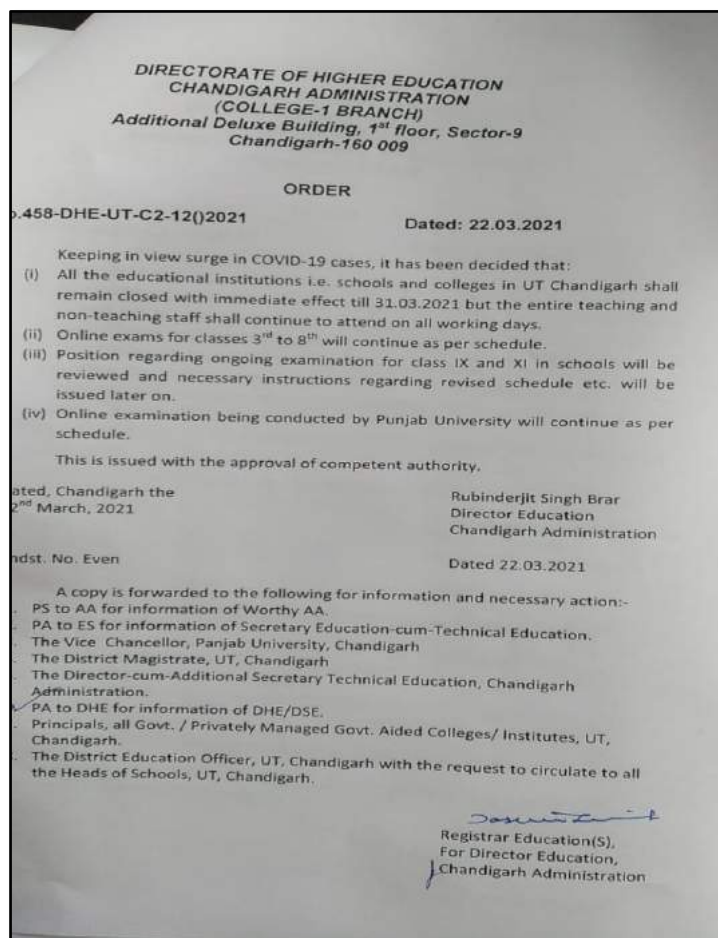
The Practice: During the session, volunteers came prepared with their mesmerizing performances showcasing their talent. A beautiful traditional Rajasthani dance was performed by one of the volunteers under **Ek Bharat Shreshtha Bharat programme**. Another volunteer gave a spell-bounding Kathak performance that left all the viewers in awe. Many volunteers recited their self-composed poems on different social issues such as *Beti Bachao, Beti Padho* which was the need of the hour. Visually appealing posters were made by the volunteers on the social issues.

Evidence of Success: The event was a success as the volunteers enthusiastically participated in the talent hunt. The performers were appreciated by the programme officers and encouraged to sharpen their skills.



In the evening, volunteers got back to their practice session where they rehearsed for the cultural dance performances which included Garba from Gujarat, Natti from Himachal Pradesh and Tarpa dance from Dadra and Nagar Haveli that were prepared under the '**Ek Bharat Shreshtha Bharat**' scheme where the objective was to promote the cultures of all Indian states. In addition, volunteers rehearsed for the *Nukkad Natak* which was based on the theme of Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan. All the spectators were enjoying the acting of the participants and giving healthy inputs and constructive feedback. These activities not only enhanced the unity among the volunteers, but also filled them with a sense of pride and respect for the richness of our culture and heritage.

Due to increase in the number of COVID-19 cases, Directorate of Higher Education, Chandigarh Administration issued an order stating the closure of educational institutes for students as precautionary measure. Keeping this in view, the Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21) was *shifted from offline mode to online mode*.



DAY 6: 23.03.2021

Day 6 of Seven Day and Night NSS Camp (2020-21) was conducted in an online mode where the first session began with the auspicious chanting of Gayatri mantras which was followed by a review session of Day 5 activities by NSS Volunteers.

TITLE OF THE ACTIVITY: INTERACTIVE SESSION ON AZAADI KA AMRUT MAHOTSAV, INDIA@75 YEARS

Date: 23rd March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To generate awareness among the volunteers about the objective of celebrating AZAADI KA AMRUT MAHOTSAV, INDIA@75 YEARS

The Context: The Azadi Amrit Mahotsav means elixir of energy of independence; i.e., is a festival of awakening of the nation. The programme was launched by Honourable prime Minister of India Sh. Narendra Modi on 12th March, 2021. The main objective of this programme is to actively involve students and apprise them with the contributions laid by prominent freedom fighters such as Subash Chander Bose, Sardar Patel, Shaheed Bhagat Singh.

The Practice: As part of **celebration of Azaadi ka Amrut Mahotsav, an interactive session** was organized on Day 6 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21).

During this session, NSS Volunteers – Ms. Takshu Jagga,

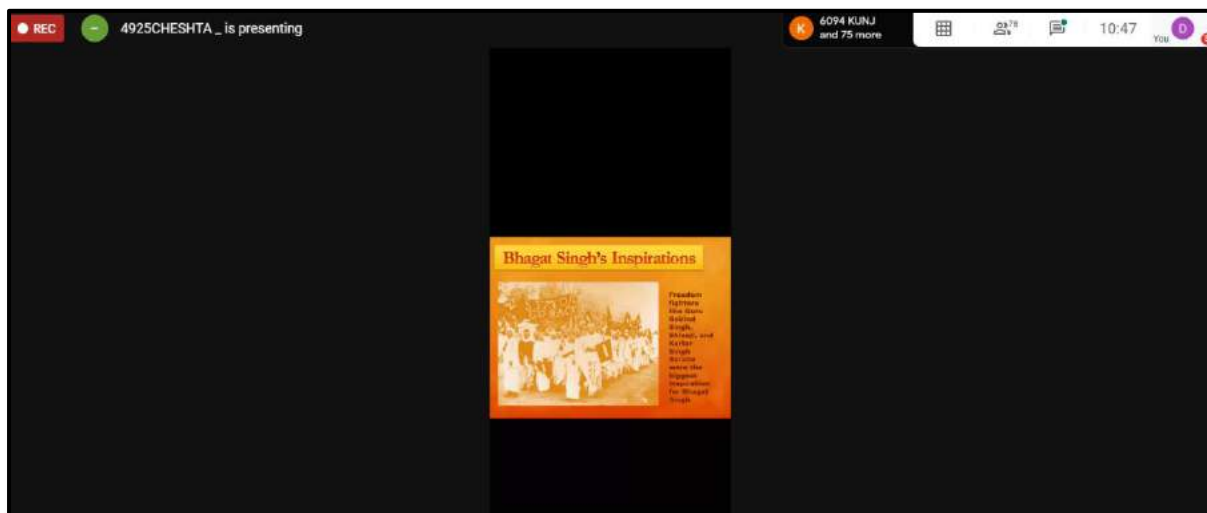


Ms. Yashika, Ms. Simranjeet Kaur and Ms. Dhanu explained the relevance of celebrating **Azaadi ka Amrut**

Mahotsav, India@75 years through their virtual presentations.

Evidence of Success: NSS Volunteers were acquainted with the contributions made by our freedom fighters in the India's struggle for freedom.





TITLE OF THE ACTIVITY: MOTIVATIONAL LECTURE AND POSTER MAKING COMPETITION ON SHAHEED BHAGAT SINGH JI ON THE OCCASION OF SHAEEDI DIWAS

Date: 23 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

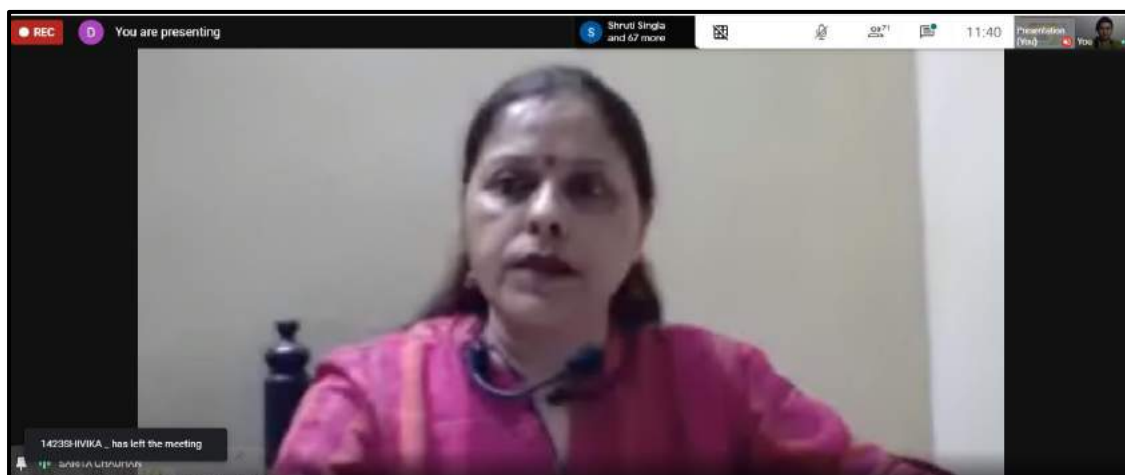
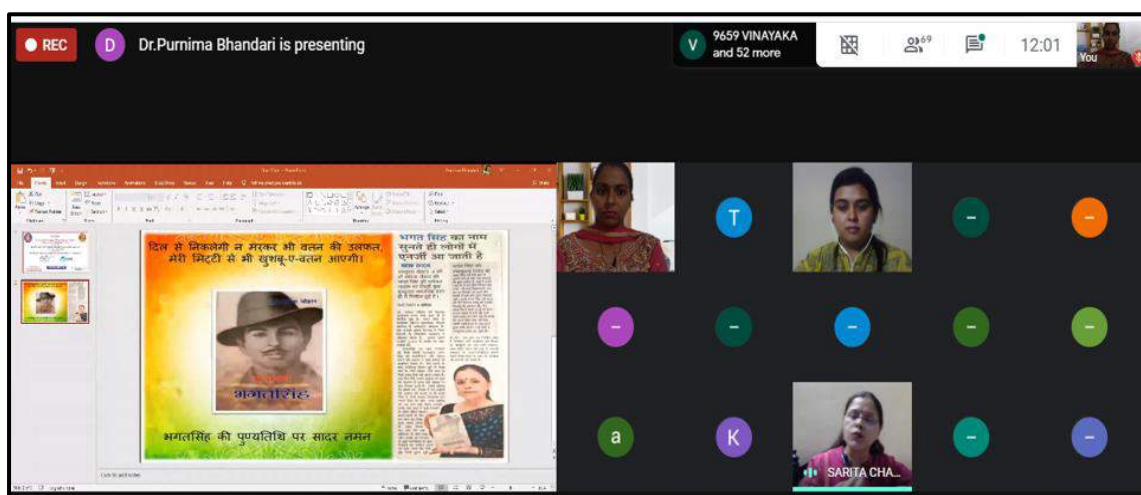
- To apprise the volunteers about the prominent role played by Shaheed Bhagat Singh ji in India's Freedom for struggle

The Context: Every year 23rd March is celebrated as Martyr's Day to pay tribute to three extraordinary revolutionaries of India - Bhagat Singh, Shivaram Rajguru, and Sukhdev Thapar who were hanged to death by the British namely. With the aim of apprising volunteers of the contribution given by Shaeed Bhagat Singh ji in the India's

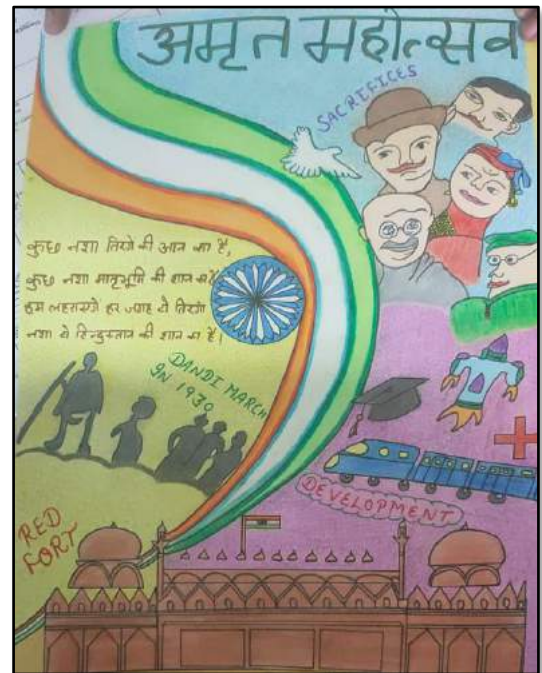
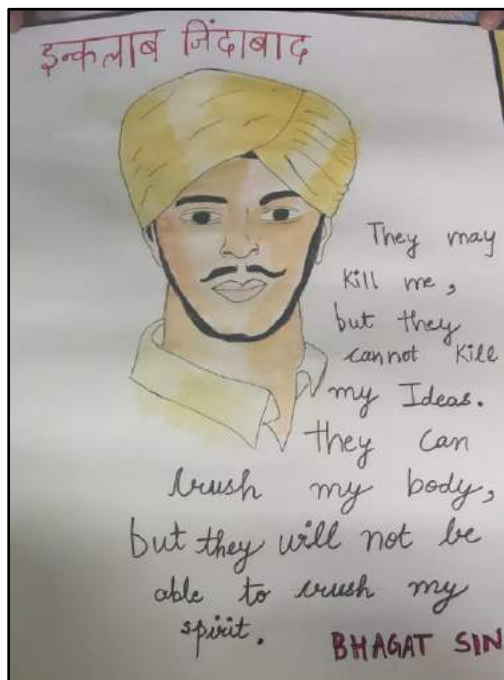
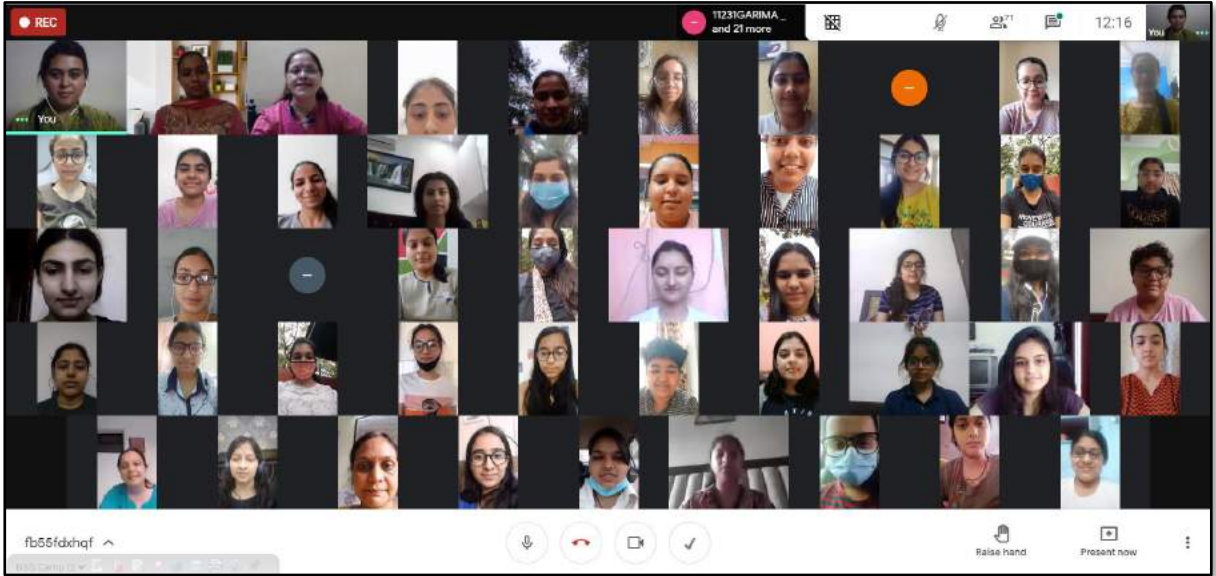
freedom to struggle, a motivational lecture was organized under Amrut Mahotsav, India@75 years.

The Practice: During the session, a motivational session talk was delivered by Dr. Sarita Chauhan, Associate Professor, PG Department of Hindi, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, author of a book entitled ‘मृत्युंजय भगत सिंह’ where she apprised the volunteers about the life of Bhagat Singh ji – a socialist revolutionary, his struggle for freedom, the importance of Shaheedi Diwas. She also motivated the volunteers to inculcate the values of Bhagat Singh ji in their lives. At the end of the session, a poster-making competition was organized where volunteers prepared their posters with the theme Azaadi Ka Amrit Mahotsav

Evidence of Success: The students were inspired by the motivational talk and were filled with feelings of patriotism, inspiration, and motivation after the session. They were inspired with a sense of responsibility and duty towards our country.



ANNUAL NSS REPORT (2020-21)





Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1089034014896184/>

TITLE OF THE ACTIVITY: INTERACTIVE SESSION ON SWACHH BHARAT ABHIYAN AND JAL SHAKTI ABHIYAN

Date: 23 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

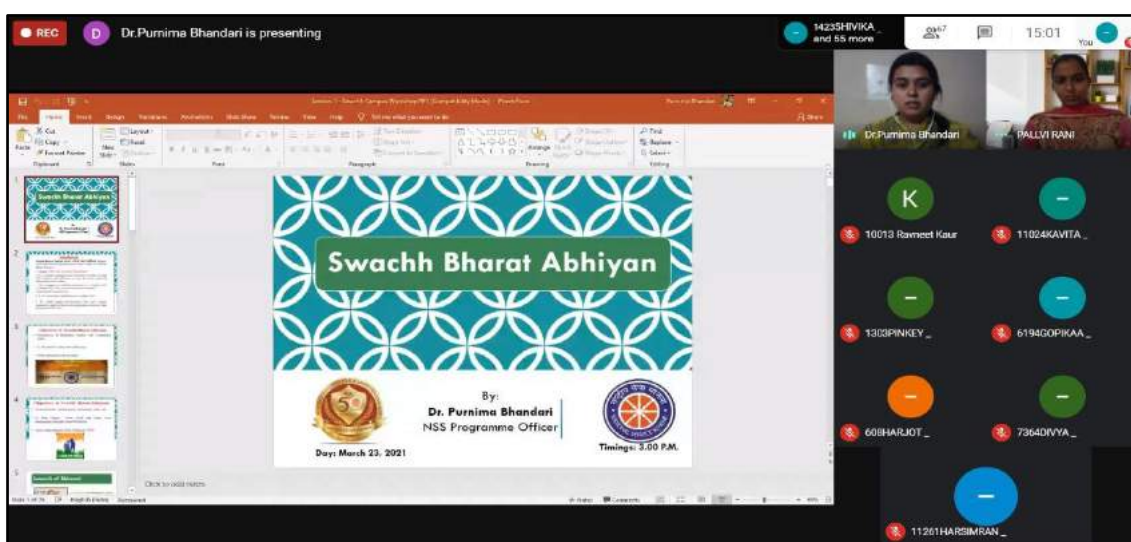
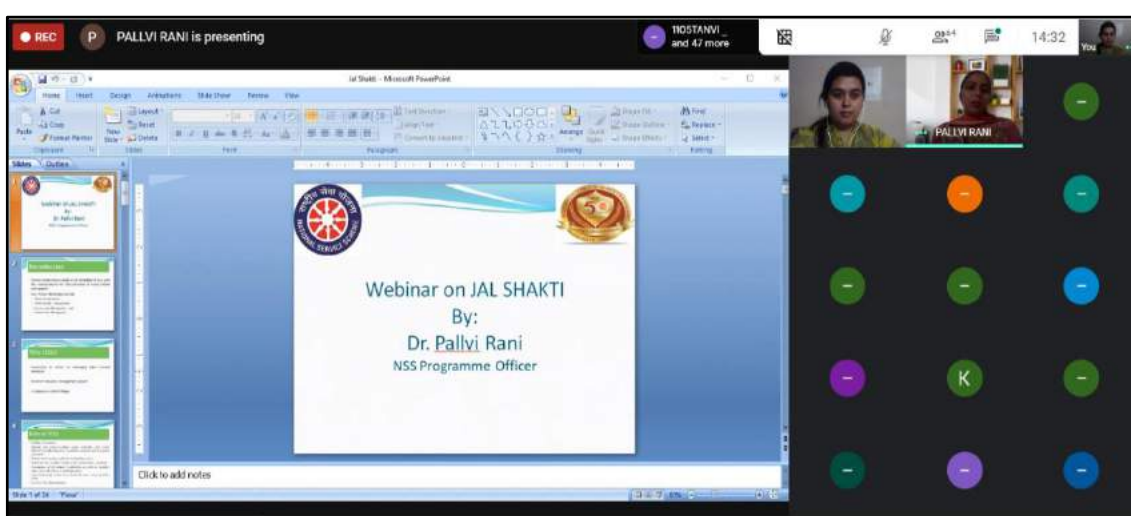
- To enlighten the NSS volunteers about the theme “Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan
- To apprise the volunteers of various Swachhta practices adopted in the College campus

The Context: *Swachh Bharat Abhiyan*, or *Swachh Bharat Mission*, is a nation-wide campaign initiated by the Government of India in the year 2014 with an aim to eliminate open defecation and improve solid waste management practices. On the similar lines, *Jal Shakti Abhiyan* was launched by the Ministry of Jal Shakti in 2019 for conservation of water resources and water security. As an NSS volunteer, it is imperative for them to be the part of such campaigns so that they can serve to community welfare in best possible way. With this motive, **an awareness session on Swachh Bharat Abhiyan and Jal Shakti Abhiyan** was organized in the third session of Day 6 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21).

The Practice: During the session, NSS Programme Officers – Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari informed the volunteers about the importance of campaigns - *Jal Shakti Abhiyan* and *Swachh Bharat Abhiyan* respectively. By discussing the eco-

friendly practices adopted by our College under Swachhta, NSS Programme Officers motivated students to contribute to the society as a NSS Volunteer by generating awareness and adopting such sustainable practices among the community. The main objective of the session was to make the volunteers understand the significance of Jal Shakti Abhiyan and Swachh Bharat Abhiyan launched by the Government of India and sensitize them about the need to propagate these campaigns.

Evidence of Success: Volunteers attended the session very enthusiastically and took active participation in the group discussion. They were appreciative of the workshop and were delighted to learn new things.



Link of the event uploaded on social media handle:

<https://www.facebook.com/MCMDAVCW/photos/a.239819746484286/1089033974896188/>

DAY 7: 24.03.2021

Day 7 of the Seven Day and Night NSS Camp (2020-21) was conducted in an online mode where the first session commenced with a prayer chanted harmoniously by a volunteer. It was followed by a review session of Day 6 activities.

TITLE OF THE ACTIVITY: LECTURE ON WASTE MANAGEMENT

Date: 24 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To generate awareness regarding the need of waste management
- To spread awareness regarding 7R's of Solid Waste Management that includes Refuse, Reduce, Repurpose, Reuse, Recycle, Rot and Rethink

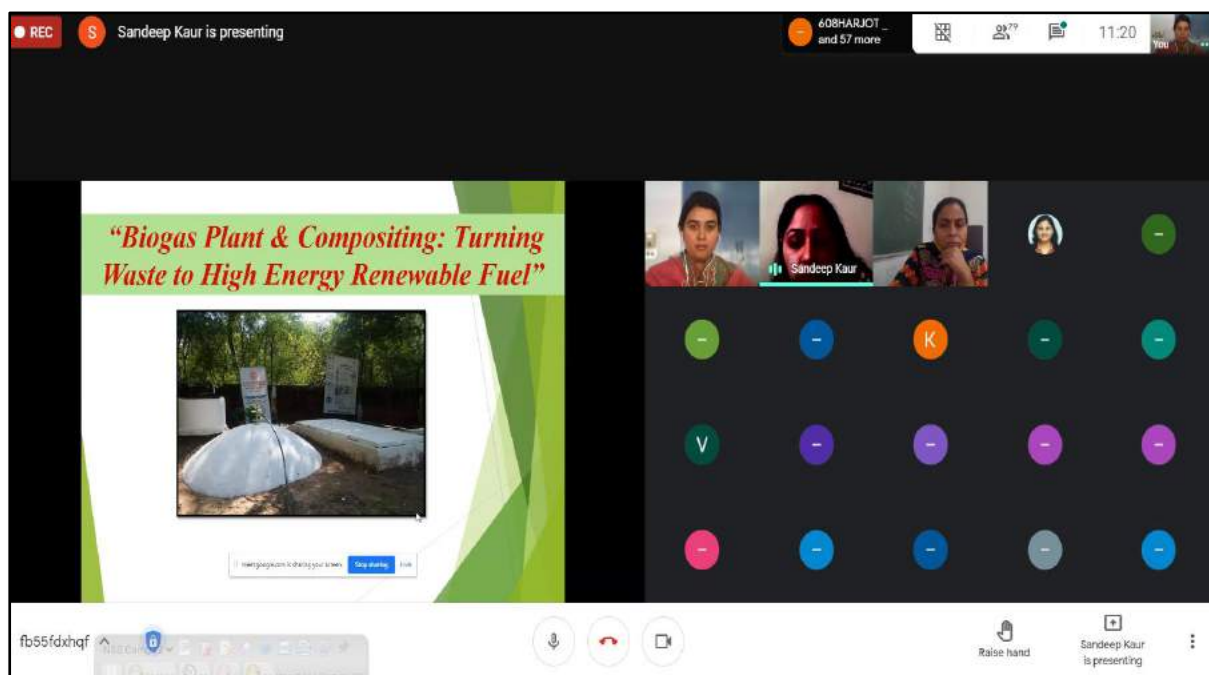
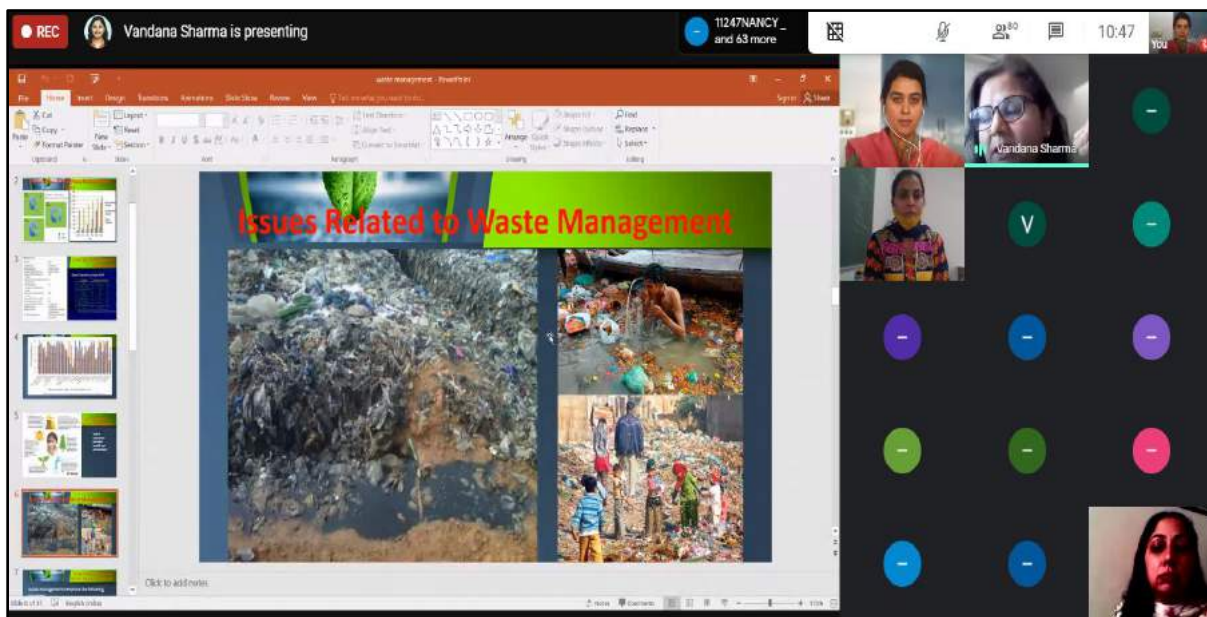
The Context: Waste Management is all about how waste can be changed and used as a valuable resource. Due to rapid industrialisation and urbanization, there is an increase in the generation of municipal waste that needs to be addressed as improper disposal of waste has an undesirable impact on health and environment. With this motive, a **lecture on waste management** was organized by the NSS Units in the first session of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21).

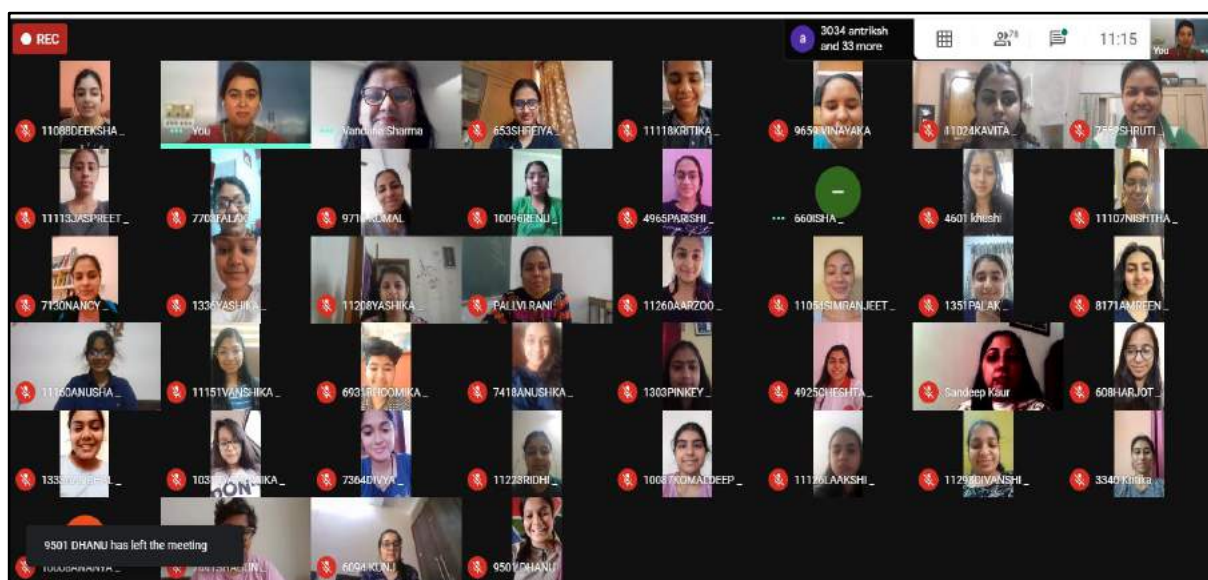
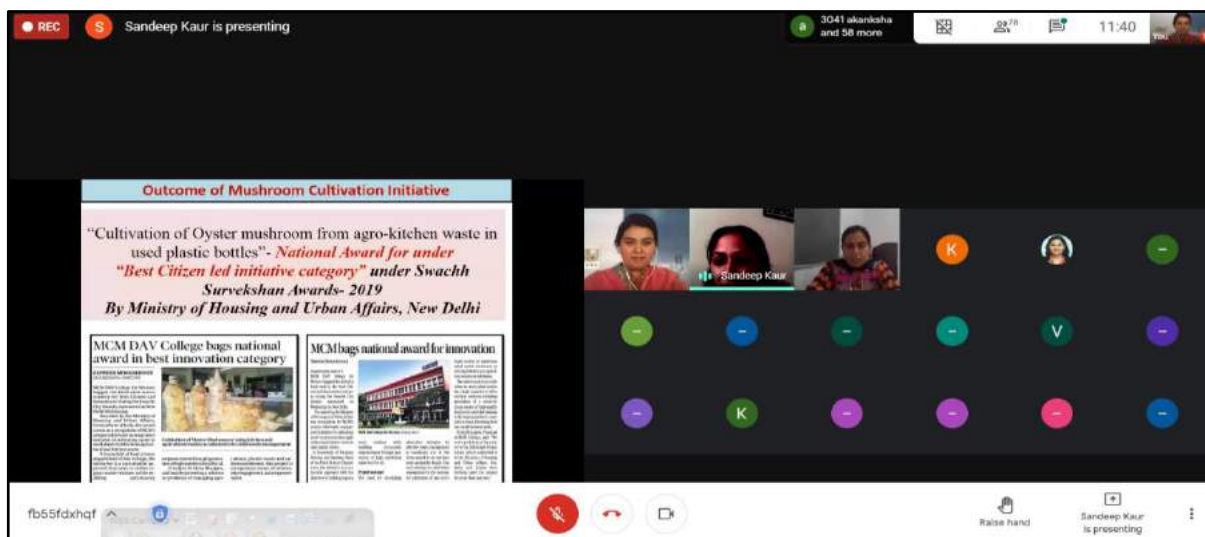
The Practice: The first session started with an informative lecture by Dr. Vandana Sharma and Dr. Sandeep Kaur, Assistant professor, Department of Microbial Food science and Technology on Solid Waste Management Techniques. Volunteers were acquainted and informed of the various practices of solid waste management and their significance. Reviewing the statistical and factual data on the situation, Dr. Vandana Sharma apprised the students of the different methods used for waste management which includes Sanitary Landfills, Incineration, Recycling, Composting, and many more.

In addition, Dr. Sandeep Kaur enlightened the volunteers with the several awards that our College has received in the last years for being the pioneer in handling the waste material efficiently such as production of mushroom from waste in plastic

bottles etc. Volunteers were also briefed about the various ongoing projects and achievements of the College in the field of Swachhta that included construction of Biogas plant, Compost and Vermicompost Units, Sewage Treatment plant.

Evidence of Success: At the end of the session, volunteers were aware of the need of adopting different waste management practices and were determined to adopt the practices in their Village Badheri, adopted under NSS.





TITLE OF THE ACTIVITY: TALK ON " EK BHARAT SHRESHTHA BHARAT MISSION: A SALUTE TO THE MULTICULTURAL FABRIC OF INDIA "

Date: 24 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

- To inculcate the values inherent in Ek Bharat Shrestha Bharat (EBSB), a nationwide movement in India to promote unity and integrity among the residents of India
- To make volunteers aware about the inhabitants, culture, dance and festivities of Dadra and Nagar Haveli, paired under EBSB

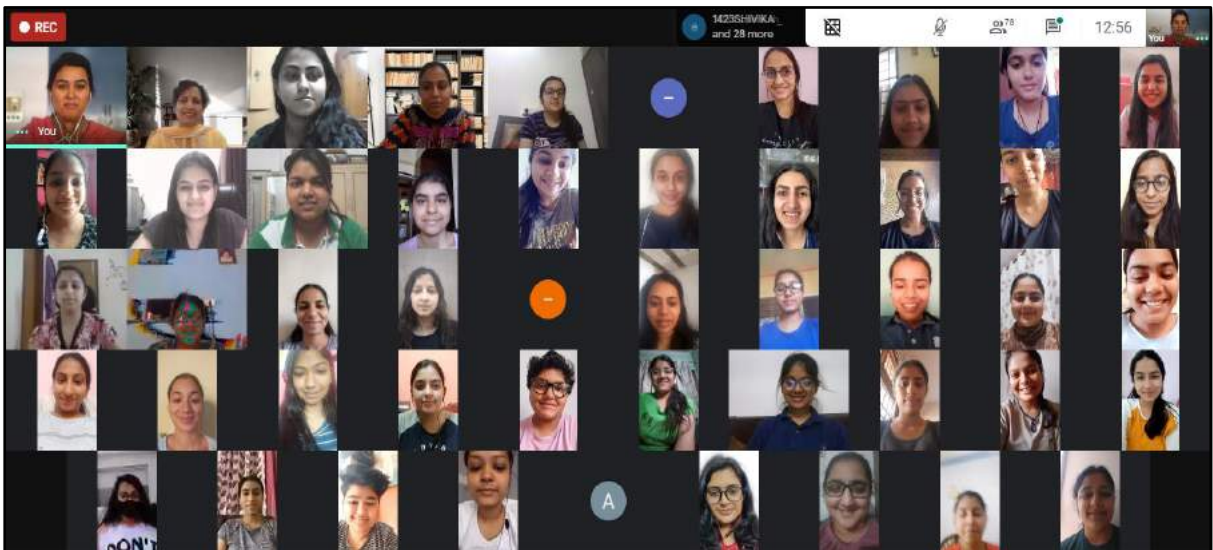
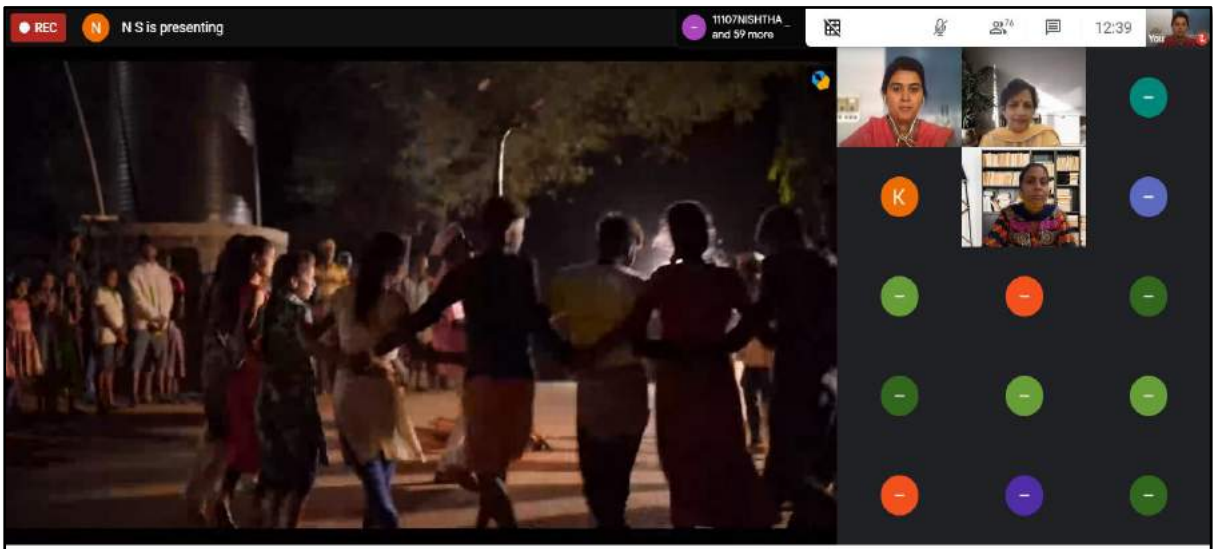
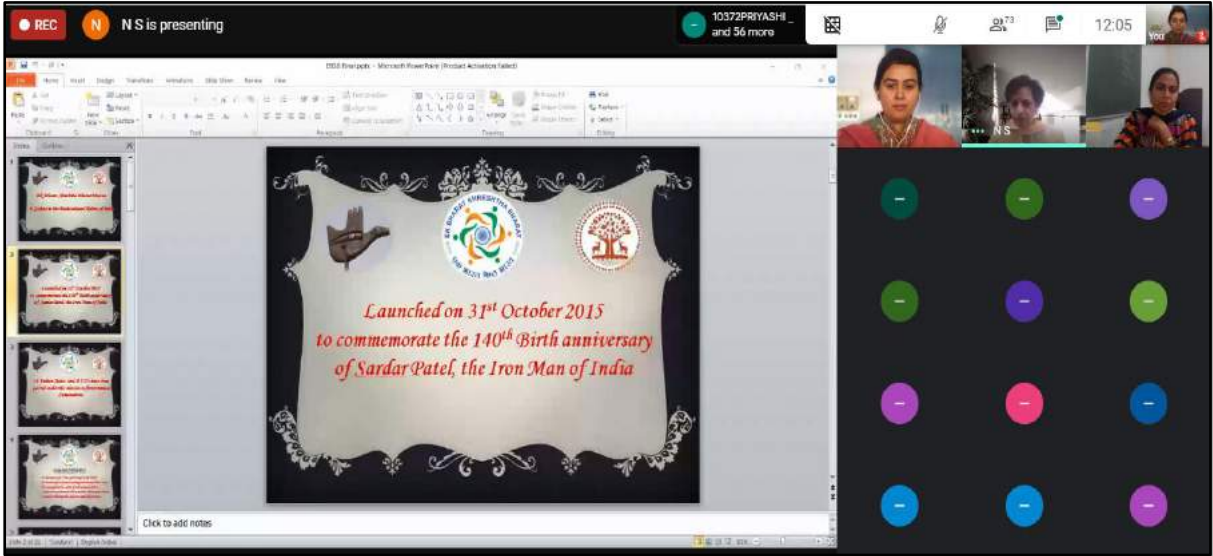
The Context: To commemorate the birth anniversary of Sardar Vallabh Bhai Patel, Ek Bharat Shreshtha Baharat scheme was launched on 31st October, 2015 under which our city beautiful Chandigarh has been paired with Dadra and Nagar Haveli. Nestled cosily amidst the states of Maharashtra and Gujarat, Dadra and Nagar Haveli are located in the western nook of India and is a perfect example of amalgamation of different cultures. In order to know more about this recently paired Union Territory, **an informative lecture on “Ek Bharat Shreshtha Bharat Mission: A Salute to The Multicultural Fabric of India”** was organized in the second session of Day 7 of Seven Day and Night NSS Special Camp (2020-21).

The Practice: In the subsequent session, Ms. Neena Sharma, Associate Professor, PG Department of English, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh gave an informative and enlightening talk on "Ek Bharat Shreshtha Bharat Mission: A Salute to the Multicultural Fabric of India" where volunteers were informed about the history and culture of Dadra and Nagar Haveli that consisted of tribes, musical and art forms, traditional dance – Tarpa, food and language amongst others. The main aim of the session was to acquaint the volunteers with the knowledge as well as a cultural connection of different parts of India which would in turn help in strengthening the unity and integrity of India.

Evidence of Success: Volunteers were excited to learn new things about the culture and heritage of Dadra and Nagar Haveli.



ANNUAL NSS REPORT (2020-21)



TITLE OF THE ACTIVITY: GRATITUDE SESSION

Date: 24 March 2021

Number of NSS Volunteers: 81

Objectives:

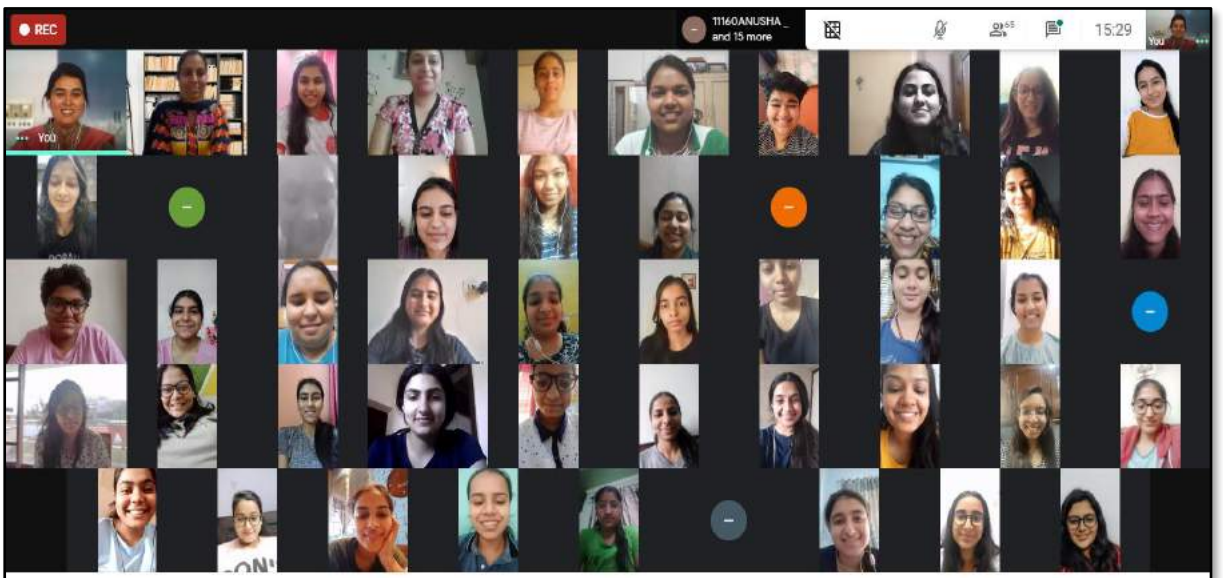
- To pay gratitude to every volunteer for their efforts for making this camp a successful one
- To praise and motivate the volunteers to keep up the good work

The Context: Seven Day and Night Special NSS Camp (2020-21) of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh was organized from 18th – 24th March 2021. It was organized taking all the precautionary COVID-19 measures. During the camp, NSS Volunteers participated enthusiastically and displayed their best in the activities that were conducted from community welfare. In order to appreciate their praise worthy work and motivate them for future community engagement, **a gratitude session** was organized during the last session of Day 7.

The Practice: In the last session, NSS Programme Officers Dr. Pallvi Rani and Dr. Purnima Bhandari expressed gratitude and a heartfelt thanks to all the volunteers as well as group leaders who participated in making the Seven Day and Night Camp a success. The Programme Officers lauded and appreciated the efforts of the volunteers in every field including discipline, hospitality, organizing, documentation etc. After that, the volunteers one by one expressed their views about their stay in camp, shared their learnings, amazing experience they had, and thanked the Programme officers and all the group leaders. In the end, group photographs were clicked.

Evidence of Success: Overall, it was a very interactive session where everyone expressed their gratitude to each other and praised one other. Through this seven-day journey, volunteers were infused with the motto of NSS – *Not Me, But You!* With this, the camp ended on a positive as well as an emotional note.

ANNUAL NSS REPORT (2020-21)



MEDIA CLIPPINGS

7 दिवसीय एनएसएस शिविर अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों की दी जानकारी

जगमार्ग न्यूज

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया। अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ चंदना शर्मा और डॉ संदीप कौर ने कॉलेज परिसर स्थापित में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला। कॉलेज के स्नातकोत्तर अंग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर श्रीमती नीना शर्मा ने एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन- एक सल्यूट टू मल्टीकल्चरल फैब्रिक ऑफ इंडिया शीर्षक पर व्याख्यान दिया जिसमें स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली के इतिहास और संस्कृति,

भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया



जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया। शिविर की पूरी अवधि के दौरान, स्वयंसेवकों ने प्रत्येक सत्र में असाधारण सीखने के अवसरों का अनुभव किया जो स्वयंसेवकों के समग्र विकास को ध्यान में रखते हुए तैयार किये गए थे। शिविर के दौरान ट्रांसफ्यूजन मेडिसिन विभाग, पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़ के डॉ सुचेत सचदेव द्वारा रक्तदान पर व्याख्यान, राज कुमार वर्मा, युवा अधिकारी, क्षेत्रीय निदेशालय, चंडीगढ़ द्वारा 'एनएसएस लाइफस्टाइल परिदृश्य के साथ एनएसएस कैंप और एनएसएस अवार्ड' पर व्याख्यान। चंडीगढ़

पुलिस के संजय मलिक, पूजा, और स्वयं टीम के सदस्यों द्वारा 'सेल्फ डिफेंस तकनीक' पर कार्यशाला, एलएफएस भूपिंदर सिंह द्वारा 'फायर फाइटिंग' पर कार्यशाला एवं हैंड-ऑन प्रशिक्षण सत्र, कॉलेज के हिंदी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ सरिता चौहान द्वारा शहीद भगत सिंह द्वारा प्रेरक वार्ता, कॉलेज के फाइन आर्ट्स विभाग की डॉ पूजा शर्मा द्वारा 'मिनिएचर गार्डन फ्रॉम आउट ऑफ वेस्ट' पर कार्यशाला, और कॉलेज के पर्यावरण विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ शफ़ीला द्वारा 'पेपर रीसाइक्लिंग' पर कार्यशाला आयोजित की गई।

एमसीएम में एनएसएस शिविर संपन्न



एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन सेक्टर-36 में आयोजित एनएसएस कैंप के दौरान वालंटियर्स सफाई अभियान को लेकर जागरूकता कार्यक्रम चलाते हुए ●स्वा:

एमसीएम में 7 दिवसीय एनएसएस शिविर संपन्न



चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया। अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ. वंदना शर्मा और डॉ. संदीप कौर ने कॉलेज परिसर स्थापित में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला। कॉलेज के स्नातकोत्तर अंग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर श्रीमती नीना शर्मा ने एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन : एक सल्यूट टू मल्टीकल्चरल फैब्रिक ऑफ इंडिया शीर्षक पर व्याख्यान दिया जिसमें स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली के इतिहास और संस्कृति, जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया। शिविर की पूरी अवधि के दौरान, स्वयंसेवकों ने प्रत्येक सत्र में असाधारण सीखने के अवसरों का अनुभव किया जो स्वयंसेवकों के समग्र विकास को ध्यान में रखते हुए तैयार किये गए थे। कॉलेज की प्रिंसिपल प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने शिविर के सफल समापन के लिए एनएसएस इकाइयों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि वर्तमान महामारी के समय में शिविर के दौरान स्वयंसेवकों को जो कौशल एवं ज्ञान से समृद्ध किया गया है वह उनके लिए एक मजबूत जीवन मूल्य प्रणाली देकर राष्ट्र का एक जिम्मेदार नागरिक बनने का मार्ग प्रशस्त करेगा।

एमसीएम में एनएसएस शिविर संपन्न

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया। अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रोफेसर डा. वंदना शर्मा और डा. संदीप कौर ने कॉलेज परिसर स्थापित में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला। कॉलेज के स्नातकोत्तर अंग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर श्रीमती नीना शर्मा ने एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन एक सल्यूट टू मल्टीकल्चरल फैब्रिक ऑफ इंडिया शीर्षक पर व्याख्यान दिया, जिसमें स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली के इतिहास और संस्कृति, जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया। शिविर की पूरी अवधि के दौरान स्वयंसेवकों ने प्रत्येक सत्र में असाधारण सीखने के अवसरों का अनुभव किया जो स्वयंसेवकों के समग्र विकास को ध्यान में रखते हुए तैयार किये गए थे।

एमसीएम में 7 दिवसीय एनएसएस शिविर संपन्न

चण्डीगढ़ (ऋद्धम आचार्य / हिमप्रभा)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया। अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ वंदना शर्मा और डॉ संदीप कौर ने कॉलेज परिसर स्थापित में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला। कॉलेज के स्नातकोत्तर अग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर श्रीमती नीना शर्मा ने एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन- एक सल्यूट टू मल्टीकल्चरल फैब्रिक ऑफ इंडिया शीर्षक पर व्याख्यान दिया जिसमें स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली के इतिहास और संस्कृति, जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया। शिविर की पूरी अवधि के दौरान, स्वयंसेवकों ने प्रत्येक सत्र में असाधारण सीखने के अवसरों का

अनुभव किया जो स्वयंसेवकों के समग्र विकास को ध्यान में रखते हुए तैयार किये गए थे। शिविर के दौरान ट्रांसपयूजन मेडिसिन विभाग, पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़ के डॉ सुचेत सचदेव द्वारा रक्तदान पर व्याख्यान, श्री राज कुमार वर्मा, युवा अधिकारी, क्षेत्रीय निदेशालय, चंडीगढ़ द्वारा एनएसएस लाइफस्टाइल परिदृश्य के साथ एनएसएस कैंप और एनएसएस अवार्ड पर व्याख्यान। चंडीगढ़ पुलिस के श्री संजय मलिक, सुश्री पूजा, और स्वयं टीम के सदस्यों द्वारा सेल्फ डिफेंस तकनीक पर कार्यशाला, एलएफएस भूपिंदर सिंह द्वारा फायर फाइटिंग पर कार्यशाला एवं हैंड-ऑन प्रशिक्षण सत्र, कॉलेज के हिंदी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ सरिता चौहान द्वारा शहीद भगत सिंह द्वारा प्रेरक वार्ता, कॉलेज के फाइन आर्ट्स विभाग की डॉ पूजा शर्मा द्वारा मिनिचर गार्डन फॉम आउट ऑफ वेस्ट पर कार्यशाला, और कॉलेज के पर्यावरण विभाग के सहायक प्रो. डॉ शफीला द्वारा पेपर रीसाइक्लिंग पर कार्यशाला आयोजित की गई। इन गतिविधियों के अलावा, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर योग में स्वर्ण पदक विजेता तथा योग

इंस्ट्रक्टर सुश्री के मोनारिटा द्वारा एक योग सत्र भी संचालित किया गया जिसका उद्देश्य स्वयंसेवकों को तनाव से राहत देने, शरीर और मन को योग प्रथाओं के माध्यम से एकाग्र एवं सक्षम करने के कौशल से भी समृद्ध किया गया। शिविर के दौरान, एनएसएस स्वयंसेवकों ने स्वच्छ भारत अभियान के तहत स्वच्छता अभियान भी चलाया, जिसमें उन्होंने कॉलेज परिसर में सफाई की एवं इस प्रक्रिया में श्रम को गरिमा सीखी। भारत सरकार के पलैगशिप कार्यक्रम आजादी के अमृत महोत्सव के तत्वाधान एक इंटरएक्टिव सत्र आयोजित किया गया था जिसमें एनएसएस स्वयंसेवकों सुश्री तक्षु जग्गा, सुश्री याशिका, सुश्री सिमरनजीत कौर और सुश्री धनु ने आजादी का अमृत महोत्सव, भारत 75 वर्ष को मनाने की प्रासंगिकता के बारे में बताया एवं इसकी ऑनलाइन प्रस्तुतियाँ भी दी। आजादी का अमृत महोत्सव की थीम पर पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता भी आयोजित की गई। शिविर की पूरी



अवधि के दौरान सरकार द्वारा कोविड -19 की रोकथाम हेतु जारी मानदंडों का कड़ाई से पालन किया गया। वेलेंडिकटरी सत्र के दौरान, एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ पल्लवी रानी और डॉ पूर्णिमा भंडारी ने शिविर को सफल बनाने के लिए सभी हितधारकों का आभार व्यक्त किया। कॉलेज की प्रिंसिपल प्राचार्य डॉ निशा भार्गव ने शिविर के सफल समापन के लिए एनएसएस इकाइयों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि वर्तमान महामारी के समय में शिविर के दौरान स्वयंसेवकों को जो कौशल एवं ज्ञान से समृद्ध किया गया है वह उनके लिए एक मजबूत जीवन मूल्य प्रणाली देकर राष्ट्र का एक जिम्मेदार नागरिक बनने का मार्ग प्रशस्त करेगा।

एनएसएस शिविर में स्वयंसेवकों का उत्सव है।

आभी ने मनीमाजरा के ओल्ड रोपड़ रोड

एमसीएम में 7 दिवसीय एनएसएस शिविर संपन्न

एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे जागरूक किया

आज समाज नेटवर्क

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया। अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ. वंदना शर्मा और डॉ. संदीप कौर ने कॉलेज परिसर स्थापित में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला। कॉलेज के स्नातकोत्तर अग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर नीना शर्मा ने

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर के दौरान मौजूद प्रतिभागी। आज समाज नेटवर्क एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन: एक के इतिहास और संस्कृति, जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया। स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली शिविर की पूरी अवधि के दौरान, स्वयंसेवकों ने प्रत्येक सत्र में असाधारण सीखने के अवसरों का अनुभव किया जो स्वयंसेवकों के समग्र विकास को ध्यान में रखते हुए तैयार किये गए थे।

शिविर के दौरान ट्रांसपयूजन मेडिसिन विभाग, पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़ के डॉ. सुचेत सचदेव द्वारा रक्तदान पर व्याख्यान, राज कुमार वर्मा, युवा अधिकारी, क्षेत्रीय निदेशालय, चंडीगढ़ द्वारा एनएसएस लाइफस्टाइल परिदृश्य के साथ एनएसएस कैंप और एनएसएस अवार्ड पर व्याख्यान। कॉलेज की प्रिंसिपल प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने शिविर के सफल समापन के लिए एनएसएस इकाइयों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि वर्तमान महामारी के समय में शिविर के दौरान स्वयंसेवकों को जो कौशल एवं ज्ञान से समृद्ध किया गया है वह उनके लिए एक मजबूत जीवन मूल्य प्रणाली देकर राष्ट्र का एक जिम्मेदार नागरिक बनने का मार्ग प्रशस्त करेगा।

7 Day night NSS camp concludes at MCM

CHANDIGARH, APR 7

The 7 Day/Night Special NSS Camp at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women culminated with an eventful day wherein the volunteers were educated about Waste Management and the Ek Bharat Shreshtha Bharat Abhiyan of Government of India. With a view to enlighten the volunteers about the importance of waste management, Dr. Vandana Sharma and Dr. Sandeep Kaur, Assistant Professors, Department of Microbial Food Science and Technology at MCM shed light on various solid waste management techniques. Ms. Neena Sharma, Associate Professor, PG Department of English at MCM delivered an informative talk on 'Ek Bharat Shreshtha Bharat Mission: A Salute to the Multicultural Fabric of India' where volunteers were informed about the history and culture of Dadra and Nagar Haveli including its tribes, musical and art forms, traditional dance, food and language. During the entire duration of the camp, the volunteers experienced exceptional learning opportunities in each of the session that was



curated keeping in mind the holistic development of the volunteers. Lecture on 'Blood Donation amidst COVID pandemic' by Dr. Suchet Sachdev, Department of Transfusion Medicine, PGIMER, lecture on 'NSS Lifestyle Scenario with NSS Camp and NSS Award' by Mr. Raj Kumar Verma, Youth Officer, Regional Directorate, Chandigarh, workshop on 'Self-Defense Techniques' by Chandigarh Police's Mr. Sanjay Malik, Ms. Pooja, and members of Swayam team, workshop cum hands-on training session on 'Fire Fighting' by LFS Bhupinder Singh, motivational talk on Shaheed Bhagat Singh by Dr. Sarita Chauhan.

एमसीएम में 7 दिवसीय एनएसएस शिविर संपन्न

चंडीगढ़, 7 अप्रैल (राकेश): मेहरचंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया। अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रो. डा. वंदना शर्मा और डॉ. संदीप कौर ने कॉलेज परिसर में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला।

कॉलेज के स्नातकोत्तर अंग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रो. नीना शर्मा ने एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन: एक सेल्वटूट टू मल्टीकल्चरल फैब्रिक ऑफ इंडिया शीर्षक पर व्याख्यान दिया, जिसमें स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली के इतिहास और संस्कृति, जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया। शिविर की पूरी अवधि के दौरान, स्वयंसेवकों ने प्रत्येक सत्र में



एनएसएस शिविर में छात्राएं योग से स्वस्थ रहने के गुर लेती हुई।

असाधारण सीखने के अवसरों का अनुभव किया जो स्वयंसेवकों के समग्र विकास को ध्यान में रखते हुए तैयार किये गए थे।

शिविर के दौरान ट्रांसफ्यूजन मेडिसिन विभाग, पीजीआई के डा. सुचेत सचदेव द्वारा रक्तदान पर व्याख्यान, राज कुमार वर्मा, युवा अधिकारी, क्षेत्रीय निदेशालय, चंडीगढ़

द्वारा एनएसएस लाइफस्टाइल परिदृश्य के साथ एनएसएस कैप और एनएसएस अवार्ड पर व्याख्यान। चंडीगढ़ पुलिस के सजय मलिक, पुजा, और स्वयं टीम के सदस्यों द्वारा सेल्फ डिफेंस तकनीक पर कार्यशाला, एलएफएस भूपिंदर सिंह द्वारा फायर फाइटिंग पर कार्यशाला एवं हैंड-ऑन प्रशिक्षण सत्र, कॉलेज के हिंदी विभाग

की एसोसिएट प्रोफेसर डा. सरिता चौहान द्वारा शहीद भगत सिंह द्वारा प्रेरक वार्ता, कॉलेज के फाइन आर्ट्स विभाग की डा. पूजा शर्मा द्वारा मिनिएचर गार्डन फ्रॉम आऊट ऑफ वेस्ट पर कार्यशाला, और कॉलेज के पत्राचार विभाग के सहायक प्रो. डॉ. शफीला द्वारा पेपर रीसाइक्लिंग पर कार्यशाला आयोजित की गई।

एमसीएम में 7 दिवसीय एनएसएस शिविर संपन्न

» विनोद कुमार

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज में सात दिवसीय विशेष एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक समापन हुआ। समापन समारोह में स्वयंसेवकों को भारत सरकार के अपशिष्ट प्रबंधन और एक भारत श्रेष्ठ भारत अभियान के बारे में जागरूक किया गया।

अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में स्वयंसेवकों को जागरूक करने हेतु कॉलेज के खाद्य विज्ञान विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ वंदना शर्मा और डॉ संदीप कौर ने कॉलेज परिसर स्थापित में विभिन्न अपशिष्ट प्रबंधन तकनीकों पर प्रकाश डाला।

कॉलेज के स्नातकोत्तर अंग्रेजी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर श्रीमती नीना शर्मा ने एक भारत श्रेष्ठ भारत मिशन: एक सल्यूट टू मल्टीकल्चरल फैब्रिक ऑफ इंडिया शीर्षक पर व्याख्यान दिया जिसमें स्वयंसेवकों को दादरा और नगर हवेली के इतिहास और संस्कृति, जनजातियों, संगीत और कला रूपों, पारंपरिक नृत्य, भोजन और भाषा के बारे में बताया गया।

शिविर के दौरान ट्रांसफ्यूजन मेडिसिन विभाग, पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़ के डॉ सुचेत सचदेव द्वारा रक्तदान पर व्याख्यान, श्री राज कुमार वर्मा, युवा अधिकारी, क्षेत्रीय निदेशालय, चंडीगढ़ द्वारा 'एनएसएस लाइफस्टाइल परिदृश्य के साथ एनएसएस कैंप और एनएसएस अवार्ड' पर व्याख्यान। चंडीगढ़ पुलिस के श्री संजय मलिक, सुश्री पूजा, और स्वयं टीम के सदस्यों द्वारा 'सेल्फ डिफेंस तकनीक' पर कार्यशाला, एलएफएस भूपिंदर सिंह द्वारा 'फायर फाइटिंग'



पर कार्यशाला एवं हैंड-ऑन प्रशिक्षण सत्र, कॉलेज के हिंदी विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ सरिता चौहान द्वारा शहीद भगत सिंह द्वारा प्रेरक वार्ता, कॉलेज के फाइन आर्ट्स विभाग की डॉ पूजा शर्मा द्वारा 'मिनिचर गार्डन फ्रॉम आउट ऑफ वेस्ट' पर कार्यशाला, और कॉलेज के पर्यावरण विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ शफीला द्वारा 'पेपर रीसाइक्लिंग' पर कार्यशाला आयोजित की गई। कॉलेज की प्रिंसिपल प्राचार्य डॉ निशा भार्गव ने शिविर के सफल समापन के लिए एनएसएस इकाइयों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि वर्तमान महामारी के समय में शिविर के दौरान स्वयंसेवकों को जो कौशल एवं ज्ञान से समृद्ध किया गया है वह उनके लिए एक मजबूत जीवन मूल्य प्रणाली देकर राष्ट्र का एक जिम्मेदार नागरिक बनने का मार्ग प्रशस्त करेगा।

NOT ME, BUT YOU!



Submitted by:

**Mehr Chand Mahajan
DAV College for Women**

Sector 36- A, Chandigarh (U.T.)