Report
of
Personality Development Club
(2021-22)

Mehr Chand Mahajan
DAV College for Women

Sector-36 (Chandigarh)

www.mcmdavcw-chd.edu
0172- 2603355, 0172- 2624921

Personality Development Club Report (July 2021- June 2022)

1. A Webinar on ‘GET THE LUMP OUT OF YOUR THROAT THROUGH CREATIVE WRITING’ was organized by the Personality Development Club and Equal Opportunity Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh on 27th October 2021. Ms. Suditi Jindal, Life Coach and Founder of PHILYRA Training and Consultancy was the speaker for the webinar. The objective of the session was to share the importance of creative writing and explain the effect of creative writing on the present state of mind and intrinsic aspect of personality. Ms. Suditi Jindal explained how creative writing can develop emotional skills by creating a story and develop to manage a situation through creative thoughts, imaginations, alternatives, thought process and problem solving abilities. She added that with more and more creative writing, we can also develop a feeling of self- understanding and learn how to become more self-confident within ourselves and gain that skill of expressing our story. The online session saw an enthusiastic participation and an overwhelming response of over 100 students. The students appreciated the tips and techniques given by the resource person for the creative writing and development of emotional skills. This interactive session was successful in motivating the students to go for creative writing and relieve their stress. The Principal Dr. Nisha Bhargava expressed appreciation for this endeavor and she stressed that such initiatives are crucial for the complete development of the students.

एमसीएम में रचनात्मक लेखन पर सत्र आयोजित

स्टेट समाचार/चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर विमेन, चंडीगढ़ के पर्सनालिटी डिवेलपमेंट क्लब और ईक्वल ऑपर्च्युनिटी सेल ने 'गेट द लम्प आउट ऑफ यॉर थ्रोट थ्रू क्रिएटिव राइटिंग' शीर्षक से एक ऑनलाइन इंटरैक्टिव सत्र का आयोजन किया। सुश्री सुदिति जिंदल, लाइफ कोच और फिला ट्रेनिंग एंड कंसल्टेंसी की संस्थापक, इस ज्ञानवर्धक सत्र की प्रमुख वक्ता थीं। सुश्री जिंदल ने विस्तार से बताया कि कैसे रचनात्मक लेखन मन और व्यक्तित्व की वैज्ञानिक समझ में मदद कर सकता है। व्यक्ति के भीतरी कौशल को बढ़ाने और व्यक्तित्व के विकास में रचनात्मक लेखन की भूमिका पर प्रकाश डालते हुए, सुश्री जिंदल ने रचनात्मक लेखन के माध्यम से भावनात्मक कौशल विकसित करने के लिए बहुमूल्य सुझाव साझा किए। इस सत्र ने रचनात्मक लेखन लोगों की ऊर्जा का सही उपयोग करता है विषय पर अंतर्दृष्टि प्रदान की और समस्या निवारण क्षमताओं का भी विकास किया । सत्र में विभिन्न संकायों के 100 से अधिक छात्रों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने पर्सनालिटी डिवेलपमेंट क्लब और ईक्वल ऑपर्च्युनिटी सेल के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने छात्रों को अपने जीवन में रचनात्मक लेखन का उपयोग करने के लिए प्रेरित किया ताकि समस्या समाधान क्षमताओं को विकसित किया जा सके और उनके व्यक्तित्व को आकार दिया जा सके।

एमसीएम ने रचनात्मक लेखन पर सत्र आयोजित किया

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर विमेन, चंडीगढ़ के पर्सनालिटी डिवेलपमेंट क्लब और ईक्वल ऑपर्च्युनिटी सेल ने 'गेट द लम्प आउट ऑफ यॉर थ्रोट थ्रू क्रिएटिव राइटिंग' शीर्षक से एक ऑनलाइन इंटरैक्टिव सत्र का आयोजन किया। सुश्री सुदिति जिंदल, लाइफ कोच और फिला ट्रेनिंग एंड कंसल्टेंसी की संस्थापक, इस ज्ञानवर्धक सत्र की प्रमुख वक्ता थीं। सुश्री जिंदल ने विस्तार से बताया कि कैसे रचनात्मक लेखन मन और व्यक्तित्व की वैज्ञानिक समझ में मदद कर सकता है। व्यक्ति के भीतरी कौशल को बढ़ाने और व्यक्तित्व के विकास में रचनात्मक लेखन की भूमिका पर प्रकाश डालते हुए, सुश्री जिंदल ने रचनात्मक लेखन के माध्यम से भावनात्मक कौशल विकसित करने के लिए बहुमूल्य सुझाव साझा किए। इस सत्र ने रचनात्मक लेखन लोगों की ऊर्जा का सही उपयोग

करता है विषय पर अंतर्दृष्टि प्रदान की और समस्या निवारण क्षमताओं का भी विकास किया। सत्र में विभिन्न संकायों के 100 से अधिक छात्रों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने पर्सनालिटी डिवेलपमेंट क्लब और ईक्वल ऑपर्च्युनिटी सेल के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने छात्रों को अपने जीवन में रचनात्मक लेखन का उपयोग करने के लिए प्रेरित किया ताकि समस्या समाधान क्षमताओं को विकसित किया जा सके और उनके व्यक्तित्व को आकार दिया जा सके।

Session held on Creative Writing

The Aman Sandesh Times Network

Chandigarh: The Personality Development Club and Equal Opportunity Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organised an online interactive session titled 'Get The Lump Out of Your Throat Through Creative Writing'.

Ms. Suditi Jindal, Life Coach and Founder of PHILYRA Training and Consultancy, was the resource person for this enlightening session and she elaborated on how creative writing can help in scientific understanding of mind and personality.

Shedding light on the role of creative writing in enhancing the skills within oneself and thereby enhancing one's personality, Ms. Jindal shared valuable tips to develop emotional skills by applying the art of creative writing. The session provided insights into how creative writing channelises ones' energy and leads to problem solving abilities. Over 100 students from various streams participated enthusiastically in the session.

Principal Dr. Nisha Bhargava expressed appreciation for this endeavour of Personality Development Club and Equal Opportunity Cell. She further motivated the students to use creative writing in their lives so as to develop problem solving abilities and shape their personalities.

2. The Personality Development Club and Character-Building Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, in association with Arya Samaj, Sector 16, Chandigarh organised a workshop on "Herbal Holi Colour Making" on the theme **होली के रंग प्रकृति के संग** in blended mode on March16, 2022. The workshop spanning around two hours brought in 150 participants who took keen interest in the indigenous preparation of Holi colours as demonstrated elaborately by the resource person Mrs Santosh Verma.She extended the opportunity of hands-on experience of mixing colours,

to the participants. Mrs Santosh Verma made all the participants touch and feel the exuberance of the fresh colours. She also addressed the queries of the students to their satisfaction.As a token of bonhomie, the resource person laid open the displayed array of freshly prepared colours to be taken home by the participants as samples. The blended mode witnessed the creatively curated activity being simultaneously watched by the members of the Arya Samaj Mandir sector 16 Chandigarh.

As a sequel to the workshop of making colours, the writing instincts of the participants and other students of the college were spurred with an Online Slogan writing Competition on the topic ‘As you mingle with colors, pick the shade that matches your personality and articulate it into Holi theme’. wherein the students were required to pen a Holi theme-based slogan with the colour personifying their personalities. The competition drew great responses from various students’ participants who brought forth a beautiful derivation of the colour of their choice in the form of slogans symbolising Holi, the festival of colours.

The judges announced the following prizes of the competition:
First Prize (Rs.1500/-): Mehakdeep , BA I
Second Prize (Rs.1000/-): Vandini, BA I
Third Prize (Rs. 500/-): Jasmine, B.COM II

The principal of the college Dr. Nisha Bhargava appreciated the efforts of Personality Development Club and Character-Building Committee for having worked in tandem to organize and coordinate the twin activities commemorating the season of colours, encapsulated in the festival of Holi.

विद्यार्थियों ने सीखा हर्बल रंग बनाना

एमसीएम में ऑनलाइन कार्यशाला के दौरान शिक्षक और छात्राएं। विज्ञप्ति

चंडीगढ़। पर्यावरण को ध्यान में रखते हुए होली मनाने के विषय पर एमसीएम कॉलेज फॉर वुमन ने रविवार को ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन किया। यह कार्यशाला कॉलेज के पर्सनैलिटी डेवलपमेंट क्लब और चरित्र निर्माण समिति ने आर्य समाज सेक्टर-16 के सहयोग से आयोजित की। इस दौरान ऑनलाइन स्लोगन लेखन प्रतियोगिता भी आयोजित की गई। कार्यक्रम में हर्बल रंग बनाना सिखाया गया। इस दौरान मुख्य वक्ता के रूप में संतोष वर्मा मौजूद रहीं। इसमें 110 से अधिक प्रतिभागियों ने भाग लिया। स्लोगन लेखन में बीए प्रथम वर्ष की महकदीप को पहला, इसी कक्षा की वंदिनी को दूसरा और बीकॉम द्वितीय वर्ष की जैसमीन को तीसरा स्थान मिला। स्लोगन लेखन प्रतियोगिता की विजेताओं को पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम के अंत में कॉलेज की प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने सभी प्रतिभागियों और आयोजकों की सराहना करते हुए इस प्रकार के आयोजन भविष्य में करवाने रहने की बात कही। ब्यूरो

एमसीएम ने पर्यावरण के अनुकूल तरीके से मनाया होली का त्यौहार

जगमार्ग न्यूज़

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर विमेन, के पर्सनालिटी डिवेलपमेंट क्लब और चरित्र निर्माण समिति ने आर्य समाज, सेक्टर 16, चंडीगढ़ के सहयोग से 'होली के रंग प्रकृति के संग' कार्यक्रम के साथ होली का आगाज़ किया। इस कार्यक्रम में हर्बल होली कलर्स मेकिंग और ऑनलाइन स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता पर ब्लेंडिड मोड में एक कार्यशाला का आयोजन किया गया। होली के हर्बल रंग बनाने के लिए इस कार्यशाला में प्रमुख वक्ता के रूप में श्रीमती संतोष वर्मा शामिल हुईं। 110 से अधिक प्रतिभागियों को प्राकृतिक अवयवों से होली के रंग तैयार करने का अनुभव प्राप्त हुआ।मिश्रित मोड में आर्य समाज मंदिर, सेक्टर 16, चंडीगढ़ के सदस्यों द्वारा एक साथ रचनात्मक रूप से आयोजित गतिविधियाँ देखी गईं।

ऑनलाइन स्लोगन लेखन प्रतियोगिता का आयोजन एक रोचक विषय पर था कि जिन रंगों के साथ आप घुलते-मिलते हैं, वैसे ही एक रंग का चयन करें, जो आपके व्यक्तित्व का प्रतिनिधि हो और इसे होली की थीम में स्पष्ट करें। छात्रों ने होली की थीम पर आधारित स्लोगन उन रंगों के साथ लिखा, जिन्हें वे अपने व्यक्तित्व का प्रतिनिधि मानते हैं। विजेताओं को नकद पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने रंगों के त्योहार होली के उपलक्ष्य में दो गतिविधियों का उचित आयोजित करने के लिए पर्सनालिटी डिवेलपमेंट क्लब और चरित्र निर्माण समिति के प्रयासों की सराहना की।

INC - Education Sector Print f 0

MCM celebrates Holi eco-friendly way

March 19, 2022 11:32 PM

CHANDIGARH,19.03.22-The Personality Development Club and Character Building Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, in association with Arya Samaj, Sector 16, Chandigarh, celebrated Holi with an event titled 'Holi ke Rang Prakriti ke Sang'.

The event included a workshop in blended mode on Herbal Holi Colours Making and Online Slogan Writing Competition. The workshop on Herbal Holi Colours had artist Mrs Santosh Verma as the resource person. Over 110 participants got hands-on experience of preparing Holi colours from natural ingredients. The blended mode witnessed the creatively curated activity being simultaneously watched by the members of the Arya Samaj

3.The Personality Development Club of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Sector 36-A, Chandigarh organized an interactive session on ‘Mind Entity-The Kinetics of Success’ on 13th May 2022.The session spanning around 1.5 hours brought in 170 participants who took keen interest in the concept of inner happiness and its importance in our lives. MsTavishi Kumar (Founder & CEO, ShriShiksha) was the speaker for the session. She emphasized on how inner happiness and internal peace helps our mind to stay calm and recollected in every situation. Happiness is an inner state of mind which comes from within us and it is the ultimate quest, something all humans aspire to. Even if our outside situations are comfortable and luxurious, we are not necessarily happy. She further added that how we can enhance our perception and make life style changes to stay happier. The session received an overwhelming response. The students appreciated the concept of practicing meditation for joy and happiness. The speaker explained how meditation helps us to experience a happy state of mind. There are four ingredients of happiness i.e. kindness, empathy, playfulness and inner balance. By integrating these aspects of ourselves into our lives, we can reconnect with a happy state of mind and step away from negativities. Principal Dr. Nisha Bhargava expressed appreciation for this endeavor and she added that such initiatives are crucial for the holistic development of the students.

INC - Education Sector

MCM holds interactive session on Mind Entity

June 14, 2022 05:40 PM

CHANDIGARH,14.06.22-The Personality Development Club of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh organised an interactive session titled 'Mind Entity-The Kinetics of Success'. Ms Tavishi Kumar (Founder & CEO, ShriShiksha) was the speaker for the session. Ms. Tavishi emphasised on how inner happiness and internal peace helps our mind to stay calm in every situation. She further explained how to enhance one's perception and make life style changes to stay happier. The concept of practicing meditation for joy and happiness was also stressed upon. The speaker explained how meditation helps one to experience a happy state of mind. Elaborating the four ingredients of happiness i.e. kindness, empathy, playfulness and inner balance, Ms. Tavishi said that by integrating these aspects into our lives, we can reconnect with a happy state of mind and step away from negativities. Over 170 participants took keen interest in the concept of inner happiness and its importance in our lives.

Principal Dr. Nisha Bhargava expressed appreciation for this endeavour and she added that such initiatives are crucial for the holistic development of the students. Having written a poem on happiness, she asserted that one should look within oneself for happiness as it is an inner state of mind and no external factors can bring about eternal happiness.

एमसीएम ने माइंड एंटिटी पर इंटरैक्टिव सत्र का आयोजन किया

अमूल्या, चंडीगढ़।

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर विमेन, चंडीगढ़ के पर्सनालिटी डेवेलप्मेंट क्लब ने %माइंड एंटिटी-द काइनेटिक्स ऑफ सक्सेस% नामक एक इंटरैक्टिव सत्र का आयोजन किया। सुश्री तविशी कुमार (संस्थापक और सीईओ, श्रीशिक्षा) इस सत्र में बतौर प्रमुख वक्ता शामिल हुईं। सुश्री तविशी ने इस बात पर जोर दिया कि कैसे आंतरिक खुशी और आंतरिक शांति हमारे दिमाग को हर स्थिति में शांत रहने में मदद करती है। उन्होंने आगे बताया कि कैसे किसी की धारणा को बढ़ाया जाए और खुश रहने के लिए जीवन शैली में बदलाव किया जाए। आनंद और खुशी के लिए प्रतिदिन ध्यान के अभ्यास पर भी जोर दिया । वक्ता ने यह भी बताया कि कैसे ध्यान मन की प्रसन्नता का अनुभव करने में मददगार होता है। खुशी के चार तत्वों दयालुता, सहानुभूति, चंचलता और आंतरिक संतुलन के बारे में बताते हुए, सुश्री तविशी ने कहा कि इन पहलुओं को अपने जीवन में एकीकृत करके, हम मन की एक खुशहाल स्थिति के साथ फिर से जुड़ सकते हैं और नकारात्मकता से दूर हो सकते हैं। 170 से अधिक प्रतिभागियों ने आंतरिक खुशी की अवधारणा और हमारे जीवन में इसके महत्व में गहरी रुचि ली। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने इस प्रयास की सराहना की और उन्होंने कहा कि इस तरह की पहल छात्राओं के समग्र विकास के लिए महत्वपूर्ण हैं। खुशी पर एक स्वरचित कविता के आधार पर, उन्होंने जोर देकर कहा कि किसी को भी खुशी के लिए अपने भीतर देखना चाहिए क्योंकि यह मन की एक आंतरिक स्थिति है और कोई भी बाहरी कारक शाश्वत सुख नहीं ला सकता है।

‘खुश रहने के लिए जीवन शैली में बदलाव किया जाना चाहिए’

चंडीगढ़, 14 जून (आशीष): सैक्टर-36 स्थित मेहर चंद महाजन डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वूमैन के पर्सनालिटी डिवैल्पमैंट क्लब ने माइंडएंटिटी-द काइनेटिक्स ऑफ सक्सैस नामक एक इंट्रैक्टिव सत्र का आयोजन किया। श्रीशिक्षा की संस्थापक और सी.ई.ओ. तविशी कुमार इस सत्र में बतौर प्रमुख वक्ता शामिल हुईं।

तविशी ने इस बात पर जोर दिया कि कैसे आंतरिक खुशी और आंतरिक शांति हमारे दिमाग को हर स्थिति में शांत रहने में मदद करती है।

उन्होंने बताया कि कैसे किसी की धारणा को बढ़ाया जाए और खुश रहने के लिए जीवन शैली में बदलाव किया जाए। आनंद और खुशी के लिए प्रतिदिन ध्यान के अभ्यास पर भी जोर दिया। वक्ता ने यह भी बताया कि कैसे ध्यान मन की प्रसन्नता का अनुभव करने में मददगार होता है।

खुशी के चार तत्वों दयालुता, सहानुभूति, चंचलता और आंतरिक संतुलन के बारे में बताते हुए तविशी ने कहा कि इन पहलुओं को अपने जीवन में एकीकृत करके, हम मन की एक खुशहाल स्थिति के साथ फिर से जुड़ सकते हैं और नकारात्मकता से दूर हो सकते हैं। 170 से अधिक प्रतिभागियों ने आंतरिक खुशी की अवधारणा और हमारे जीवन में इसके महत्व में गहरी रुचि ली।

ऐसी पहल छात्राओं के समग्र विकास के लिए महत्वपूर्ण

प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव ने इस प्रयास की सराहना की और उन्होंने कहा कि इस तरह की पहल छात्राओं के समग्र विकास के लिए महत्वपूर्ण हैं। खुशी पर एक स्वरचित कविता के आधार पर उन्होंने जोर देकर कहा कि किसी को भी खुशी के लिए अपने भीतर देखना चाहिए क्योंकि यह मन की एक आंतरिक स्थिति है और कोई भी बाहरी कारक शाश्वत सुख नहीं ला सकता है।

प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव मुख्य वक्ता तविशी का स्वागत करते हुए।