Report
of
Women Development Cell
(2023-24)

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

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

Activities (2023-24)

Activity 1:
Topic: Food for mind

Department: Women development Cell in collaboration with NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women

Date: 11 September, 2023

Venue: Govt. High school, Badheri

Objectives: 1. To educate school students about the impact of food on mental health.
2. To promote healthy eating habits
3. To encourage acts of kindness.

Practice: To mark the celebration of the bicentennial birth anniversary of Swami Dayanand Saraswati Ji, the NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, in collaboration with the Women Development cell of the College, organized a Poshan Maah week program. It was a flagship program of Ministry of Women and Child Development, Govt of India, organized a Poshan Maah week program, 8 September -14 September 2023. Day 3 was 'Food for mind'. The resource person for this event was Dr Meenu Singla. It was an interactive session where the school students were told about how eating healthy can turn into a superfood for their mind along with other activities like exercise, acts of kindness etc. They were encouraged to intake healthy food and avoid junk food to avoid negative impact on their health, moods and lifestyle. After the session, 50 tiffin boxes with healthy food were distributed among students.

Resource Person: Dr Meenu Singla
Assistant Professor
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Number of registered participants: Tiffin boxes with healthy food were distributed among 50 students.

Coordinator: Dr Ritika Bansal

Pictures- Evidence of success:
Overall, the event was successful. We received warm responses from students and the staff members for the initiative.

राष्ट्रीय सेवा योजना
NATIONAL SERVICE SCHEME
MEHR CHAND MAHAJAN
DAV COLLEGE FOR WOMEN
SECTOR 36-A, CHANDIGARH
WOMEN DEVELOPMENT CELL
GPS Map Camera
Chandigarh, चंडीगढ़, India
ARTS & SCIENCE BLOCK, MCM DAV COLLAGE FOR GIRLS, MCM DAV College Rd, 36A, Sector 36, Chandigarh, चंडीगढ़ 160036, India
Lat 30.734812°
Long 76.757536°
11/09/23 10:03 AM GMT +05:30
Google

MEHR CHAND MAHAJAN
DAV COLLEGE FOR WOMEN
SECTOR 36-A, CHANDIGARH
WOMEN DEVELOPMENT CELL
GOVT. MODEL
SECTOR 41-D
GPS Map Camera
Chandigarh, Chandigarh, India
Sector 41-D, Block C, Sector 41, Chandigarh, 160036, India
Lat 30.730777°
Long 76.736825°
11/09/23 10:25 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Chandigarh, Chandigarh, India
Booth No.290 , Sector-41 C, Block C, Sector 41, Chandigarh, 160036, India
Lat 30.731062°
Long 76.737079°
11/09/23 11:37 AM GMT +05:30
Google

MEHR CHAND MAHAJAN
DAV COLLEGE FOR WOMEN
SECTOR 36-A, CHANDIGARH
WOMEN DEVELOPMENT CELL

Food for Thought
Developing a thoughtful mind
राष्ट्रीय सेवा योजना
MEHR CHAND MAHAJAN
COLLEGE FOR WOMEN
36-A, CHANDIGARH

DEL HIGH SCHOOL
GPS Map Camera
Google
Chandigarh, Chandigarh, India
3171, Sector 41D, Block D, Sector 41, Chandigarh, 160036, India
Lat 30.731377°
Long 76.736718°
11/09/23 11:46 AM GMT +05:30

Press Coverage:

एनएसएस इकाई द्वारा संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह आयोजित

सवेरा न्यूज/नीना

चंडीगढ़,19 सितंबर : भारत सरकार के महिला एवं बाल विकास मंत्रालय के कार्यक्रम पोषण माह के तत्वावधान में एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन सैक्टर 36 की एनएसएस इकाइयों ने कॉलेज की कला स्वच्छता समिति के सहयोग से स्वामी दयानंद सरस्वती जी की द्विशताब्दी जयंती के उपलक्ष्य मे 7 दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत गवर्नमेंट हाई स्कूल, सैक्टर 41- डी. बुटेरी, चंडीगढ़ में संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह मनाया गया। पहले दिन विद्यार्थियों को पर्सनल हाइजीन के

एनएसएस सप्ताह में हिस्सा लेते वालंटियर्स।

महत्व से अवगत कराया गया। एम एफ टी विभाग में सहायक प्रोफेसर डॉ. संदीप कौर इस कार्यक्रम में बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। उन्होंने विद्यार्थियों एवं एनएसएस स्वयंसेवकों को व्यक्तिगत स्वास्थ्य देखभाल, स्वच्छता और अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे मे बताया।

आयोजित सत्र प्रिवेंटिव डाइट केयर फॉर अनीमिया के लिए एम एफ टी रविभाग में सहायक प्रोफेसर डॉ. कीर्ति सिंगला, मुख्य वक्ता रहीं। इस सत्र मे, वाणिज्य विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. मीनू सिंगला द्वारा स्कूली विद्यार्थियों को पौष्टिक भोजन के महत्व और मस्तिष्क पर पड़ने वाले इसके प्रभाव से परिचित कराया गया। उन्होंने विद्यार्थियों को जंक फूड से बचने और स्वस्थ जीवन जीने के तरीके अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया। न्यूट्रिशन ड्यूरिंग एडोलेसेंस विषय पर व्याख्यान द्वारा गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. हरजोत ने विद्यार्थियों को शारीरिक विकास के शुरुआती चरणों में उचित विकास के लिए पोषण एवं व्यायाम के महत्व से अवगत करवाया। पौष्टिक लंच बॉक्स के पोषक मूल्य के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए प्रतियोगिता मेरा लंच बॉक्स आयोजित की गई थी। इस प्रतियोगिता में इशनूर कौर बीकॉम प्रथम वर्ष और पाहुलरीत कौर बीएससी एमएफटी-प्रथम वर्ष ने प्रथम स्थान प्राप्त किया, एमएफटी प्रथम वर्ष से याशिता मल्ली ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया जबकि एकनूर गिल एमएफटी तृतीय वर्ष और बीए द्वितीय वर्ष की गुंजन ने तृतीय पुरस्कार प्राप्त किया। रसायन विज्ञान विभाग की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. आंचल बत्रा सत्र में बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने इस पहल में सहयोग करने और समग्र कल्याण प्राप्त करने के लिए, पौष्टिक आहार और व्यायाम के महत्व के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए एनएसएस और अन्य सभी समितियों के प्रयासों की सराहना की।

एमसीएम एनएसएस इकाइयों ने किया संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह का आयोजन

चंडीगढ़, 19 सितम्बर (राम सिंह बराड़): भारत सरकार के महिला एवं बाल विकास मंत्रालय के कार्यक्रम पोषण माह के तत्वावधान में मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय की एनएसएस इकाइयों ने कॉलेज की कला स्वच्छता समिति के सहयोग से स्वामी दयानंद सरस्वती की द्विशताब्दी जयंती के उपलक्ष्य में 7 दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत 8 से 14 सितंबर 2023 तक गवर्नमेंट हाई स्कूल, सेक्टर 41- डी. बधेरी, चंडीगढ़ में संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह मनाया गया। पहले दिन विद्यार्थियों को पर्सनल हाइजीन के महत्व से अवगत कराया गया। एमएफटी विभाग में सहायक प्रोफेसर डॉ. संदीप कौर इस कार्यक्रम में बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। उन्होंने विद्यार्थियों एवं एनएसएस स्वयंसेवकों को व्यक्तिगत स्वास्थ्य देखभाल, स्वच्छता और अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में बताया। 9 सितंबर 2023 को आयोजित सत्र प्रिवेंटिव डाइट केयर फॉर अनीमिया के लिए एम एफ टी रविभाग में सहायक प्रोफेसर डॉ. कीर्ति सिंगला, मुख्य वक्ता रहीं। यह सत्र कॉलेज के महिला विकास सेल के सहयोग से एनीमिया के बारे में

एमसीएम कालेज सैक्टर-36 की प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव के साथ संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह दौरान छात्राएं संयुक्त तस्वीर करवाते हुए। (छाया : गुरिंद्र सिंह)

जागरूकता फैलाने के लिए आयोजित किया गया था। 11 सितंबर 2023 को फूड फॉर माईंड विषय पर चर्चा की गई। इस सत्र में, वाणिज्य विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. मीनू सिंगला द्वारा स्कूली विद्यार्थियों को पौष्टिक भोजन के महत्व और मस्तिष्क पर पड़ने वाले इसके प्रभाव से परिचित कराया गया। उन्होंने विद्यार्थियों को जंक फूड से बचने और स्वस्थ जीवन जीने के तरीके अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया। पौष्टिक भोजन के लगभग पचास टिफिन बॉक्स भी वितरित किए गए।

12 सितंबर 2023 को न्यूट्रीशन ड्यूरिंग एडोलेसेंस विषय पर व्याख्यान द्वारा गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. हरजोत ने विद्यार्थियों को शारीरिक विकास के शुरुआती चरणों में उचित विकास के लिए पोषण एवं व्यायाम के महत्व से अवगत करवाया। पौष्टिक लंच बॉक्स के पोषक मूल्य के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए 13 सितंबर 2023 को एक प्रतियोगिता 'मेरा लंच बॉक्स' आयोजित की गई थी। इस कार्यक्रम में पौष्टिक और स्वादिष्ट लंच बॉक्स के लिए नवीन विचार प्रस्तुत किए गए। इस प्रतियोगिता में इशनूर कौर बीकॉम प्रथम वर्ष और पाहुलरीत कौर बीएससी एमएफटी-प्रथम वर्ष ने प्रथम स्थान प्राप्त किया, एमएफटी-प्रथम वर्ष से याशिता मल्ली ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया जबकि एकनूर गिल एमएफटी तृतीय वर्ष और बीए द्वितीय वर्ष की गुंजन ने तृतीय पुरस्कार प्राप्त किया। सप्ताह भर चलने वाले जागरुकता कार्यक्रम का अंतिम दिन कॉलेज की सस्टेनेबल प्रैक्टिस कमेटी के सहयोग से आयोजित किया गया। सत्र का उद्देश्य खाद्य लेबल पढ़ने और पौष्टिक भोजन की आदतों के महत्व पर जोर देना था। रसायन विज्ञान विभाग की असिस्टेंट प्रोफ़ेसर डॉ. आंचल बत्रा सत्र में बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं और उन्होंने रीडिंग फूड लेबल्स विषय पर अपनी अंतर्दृष्टि साझा की। उन्होंने स्वस्थ जीवन शैली जीने के लिए भोजन में परिरक्षकों से बचने और स्वस्थ भोजन खाने के लाभों पर प्रकाश डाला। कॉलेज प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने इस पहल में सहयोग करने और समग्र कल्याण प्राप्त करने के लिए पौष्टिक आहार और व्यायाम के महत्व के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए एनएसएस और अन्य सभी समितियों के प्रयासों की सराहना की।

स्वस्थ जीवन जीने के तरीके अपनाने बारे किया प्रोत्साहित

एन.एस.एस. इकाइयों ने संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह का आयोजन किया

चंडीगढ़, 19 सितम्बर (आशीष): सैक्टर 36 के मेहर चंद महाजन डी.ए.वी. महिला महाविद्यालय की एन.एस.एस. इकाइयों ने गवर्नमैंट हाई स्कूल, सैक्टर 41 बडहेड़ी में संपूर्ण स्वास्थ्य सप्ताह मनाया गया। कॉलेज की कला स्वच्छता समिति के सहयोग से स्वामी दयानंद सरस्वती की द्विशताब्दी जयंती के उपलक्ष्य में 7 दिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत आयोजन किया गया।

पहले दिन विद्यार्थियों को पर्सनल हाइजीन के महत्व से अवगत कराया गया। एम.एफ.टी. विभाग में सहायक प्रोफेसर डॉ. संदीप कौर बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। उन्होंने विद्यार्थियों एवं एन.एस.एस. स्वयंसेवकों को

कॉलेज परिसर में आयोजित कार्यक्रम में भाग लेती हुई छात्राएं। (परमजीत)

व्यक्तिगत स्वास्थ्य देखभाल, स्वच्छता और अपशिष्ट प्रबंधन के महत्व के बारे में बताया।

फूड फॉर माइंड विषय पर चर्चा की गई। इस सत्र में वाणिज्य विभाग की सहायक प्रोफैसर डॉ. मीनू सिंगला ने स्कूली विद्यार्थियों को पौष्टिक भोजन के महत्व और मस्तिष्क पर पड़ने वाले प्रभाव से परिचित कराया। उन्होंने विद्यार्थियों को जंक फूड से बचने और स्वस्थ जीवन जीने के तरीके अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया।

न्यूट्रीशन ड्यूरिंग एडोलेसैंस विषय पर व्याख्यान द्वारा गृह विज्ञान विभाग की सहायक प्रोफैसर डॉ. हरजोत ने विद्यार्थियों को शारीरिक विकास के शुरुआती चरणों में उचित विकास के लिए पोषण एवं व्यायाम के महत्त्व से अवगत करवाया।

पौष्टिक लंच बॉक्स के पोषक मूल्य के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए प्रतियोगिता मेरा लंच बॉक्स आयोजित की गई। कार्यक्रम में पौष्टिक और स्वादिष्ट लंच बॉक्स के लिए नवीन विचार प्रस्तुत किए गए। इशनूर कौर और पाहुलरीत कौर ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।

याशिता मल्ली ने द्वितीय जबकि एकनूर गिल और बी.ए. गुंजन ने तृतीय पुरस्कार प्राप्त किया। कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने इस पहल में सहयोग करने और समग्र कल्याण प्राप्त करने के लिए पौष्टिक आहार और व्यायाम के महत्त्व के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए एन.एस.एस. और अन्य सभी समितियों के प्रयासों की सराहना की।

MCM NSS units organised 7-Day Sampurna Swasthya Saptaah

THE AMAN SANDESH TIMES

Chandigarh: The NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women in collaboration with the Swachhta Committee of Arts of the College, under the aegis of Poshan Maah, a flagship program of Ministry of Women and Child Development, Government of India, organized a 7-Day Sampurna Swasthya Saptaah at Government High School, Sector 41-D, Badheri, Chandigarh from 8th to 14th September 2023 to mark the celebration of the bicentennial birth anniversary of Swami Dayanand Saraswati Ji. On the first day, students were apprised of the 'Importance of Personal Hygiene'. Dr. Sandeep Kaur, Assistant Professor, Department of MFT, was the resource person for the event. She enlightened the students and volunteers about the significance of personal health care, hygiene and waste management. Dr. Kirti Singla, Assistant Professor, Department MFT, was the resource person on 9th September 2023 for the session 'Preventive Diet care for Anaemia'. This session was conducted in collaboration with Women Development Cell of the

College to spread awareness about anaemia. 'Food for Mind' was the topic of discussion on 11th September 2023. In this engaging session, school students were acquainted with the importance of healthy food and its impact on the mind by Dr. Meenu Singla, Assistant Professor, Department of Commerce. She encouraged the students to avoid junk food and adopt healthier ways of living. About fifty tiffin boxes with healthy food were also distributed.

To educate the students about the importance of nutrition and exercise for proper growth in the early stages of body development, Dr. Harjot, Assistant Professor, Department of Home Science, delivered a lecture on the topic 'Nutrition during adolescence' on 12th September 2023. A competition 'My Lunch Box' was organised on 13th September 2023 to raise awareness about the nutritional value of a healthy lunch box. Innovative ideas for healthy and tasty lunch boxes were presented. Ishnoor Kaur BCom-I and Pahulreet Kaur BSc MFT-I bagged the first position, Yashita Malli from MFT-I stood second and, Eknoor Gill MFT-III and Gunjan BA-II won the third prize. The last day of the week-long awareness programme was conducted in collaboration with the Sustainable Practices Committee of the College. The session aimed at emphasising the importance of reading food labels and healthy food habits. Dr. Aanchal Batra, Department of Chemistry was the resource person for the session and she shared her insights on the topic 'Reading Food Labels'. She highlighted the benefits of avoiding preservatives in food and eating healthy meals to live a healthy life. Principal of the College, Dr. Nisha Bhargava, applauded the efforts of NSS and all the other Committees for collaborating in this noble initiative and for creating awareness regarding the importance of healthy dietary habits and exercise as a way to achieve holistic well-being.

Activity No.: 2

Topic: Training session on “First Aid and CPR"

Organized By: Women Development Cell

Date: 20Th September 2023

Venue: Science Conference Hall

Resource Persons: Mr. Yogesh and Ms. Gulshan Hira, Disaster Management Trainers, and Guest Faculty Members at Mahatma Gandhi State Institute of Public Administration (MGSIPA), Sector 26, Chandigarh.

No. of Students: Approx 100

Coordinators: Ms. Deepti Sharda, Dr Ritika Bansal, Dr Navdeep kaur

Objective: To impart knowledge of commonly occurring situations in our day-to-day life. Importance of maintaining calm in adverse situations and how to give basic medical aid to anybody, if required.

Practice: A training session on Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) and First Aid was conducted at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh on 20th September 2023 for the staff and Undergraduate students by Women Development Cell. A hands-on training was demonstrated in CPR and other medical conditions like bruises, cuts, nose bleeding, chocking, vertigo, fits etc. by the team. Students and teachers got the knowledge of dressing the wound, applying different types of bandages, splinting the injured body part, providing cardiopulmonary resuscitation, and transferring the victim. The workshop was followed by a doubt clarification session which was dealt by the team members with fervour and patience. The team answered all the questions raised by the students. It was an interactive and educative session to equip students and teachers with skills and confidence to use first aid and CPR in real life situation. Team emphasized on the importance of learning first aid and urged those who are getting the training to train other students.

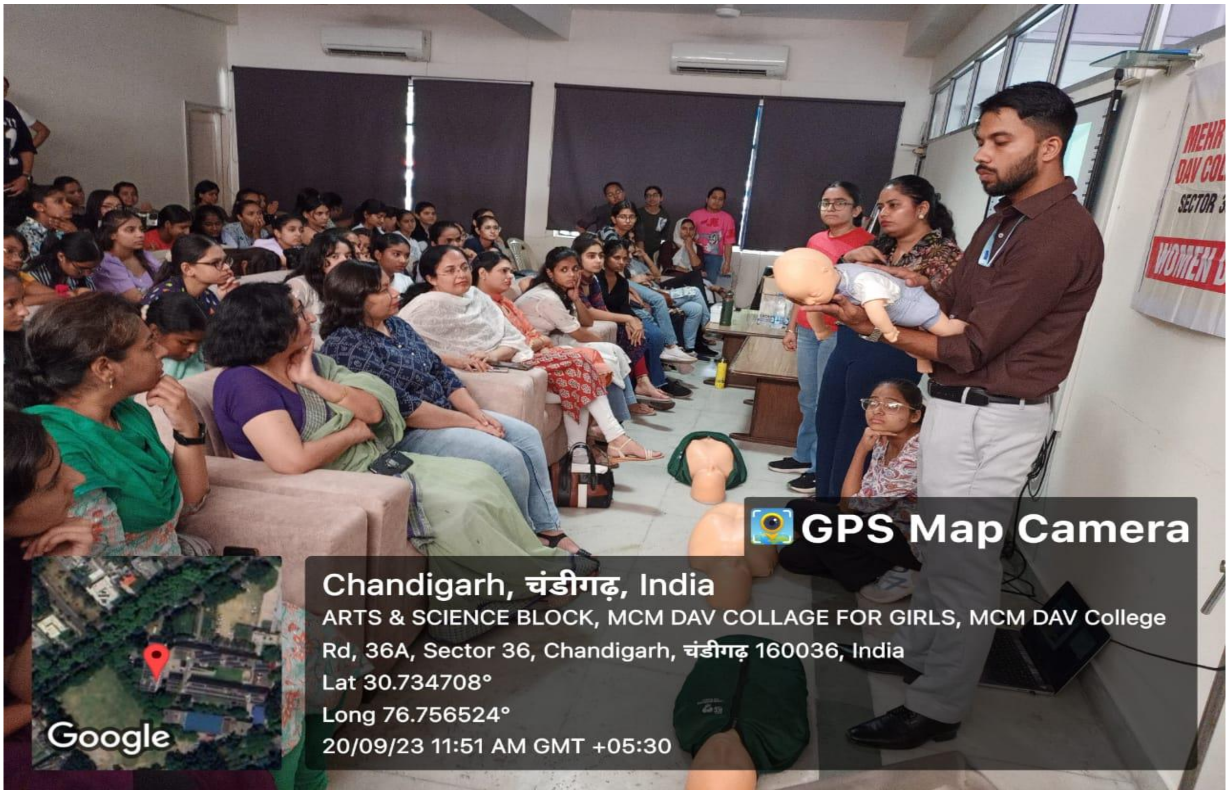
Brochure and Evidence of Success:

MEHR CHAND MAHAJAN
DAV COLLEGE FOR WOMEN
SECTOR 36-A, CHANDIGARH
WOMEN DEVELOPMENT CELL
GPS Map Camera
Google
Chandigarh, चंडीगढ़, India
ARTS & SCIENCE BLOCK, MCM DAV COLLAGE FOR GIRLS, MCM DAV College
Rd, 36A, Sector 36, Chandigarh, चंडीगढ़ 160036, India
Lat 30.734719°
Long 76.756511°
20/09/23 10:43 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Chandigarh, चंडीगढ़, India
ARTS & SCIENCE BLOCK, MCM DAV COLLAGE FOR GIRLS, MCM DAV College
Rd, 36A, Sector 36, Chandigarh, चंडीगढ़ 160036, India
Lat 30.73475°
Long 76.756554°
20/09/23 11:58 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Chandigarh, चंडीगढ़, India
ARTS & SCIENCE BLOCK, MCM DAV COLLAGE FOR GIRLS, MCM DAV College Rd, 36A, Sector 36, Chandigarh, चंडीगढ़ 160036, India
Lat 30.734703°
Long 76.756513°
20/09/23 11:26 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Chandigarh, चंडीगढ़, India
ARTS & SCIENCE BLOCK, MCM DAV COLLAGE FOR GIRLS, MCM DAV College Rd, 36A, Sector 36, Chandigarh, चंडीगढ़ 160036, India
Lat 30.734623°
Long 76.756526°
20/09/23 11:09 AM GMT +05:30
Google



Media Coverage:

एमसीएम में 'प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर' पर सत्र का आयोजन किया गया

चंडीगढ़ (जगमार्ग न्यूज)। मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय सेक्टर 36-ए.की महिला विकास सेल ने 'प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर' पर एक प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया। इस सत्र में आपदा प्रबंधन प्रशिक्षक व महात्मा गांधी राज्य लोक प्रशासन संस्थान (एमजीएसआईपीए), सेक्टर 26, चंडीगढ़ में अतिथि संकाय सदस्य श्री योगेश और सुश्री गुलशन हीरा बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उन्होंने हमारे दैनिक जीवन में आमतौर पर होने वाली आपात स्थितियों के बारे में विस्तृत जानकारी दी। सत्र के दौरान विद्यार्थियों को यह समझाया गया कि विपरीत परिस्थितियों में उन्हें शांत रहने की जरूरत है और उन्हें यह भी बताया गया कि किसी जरूरतमंद को प्राथमिक चिकित्सा सहायता कैसे दी जाए। इस सत्र का उद्देश्य विद्यार्थियों को वास्तविक जीवन की स्थितियों में प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर का उपयोग करने के कौशल से लैस करना था । सत्र विद्यार्थियों के लिए इंटरैक्टिव एवं शिक्षाप्रद रहा। कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने महिला विकास सेल के प्रयासों की सराहना की और विद्यार्थियों से बुनियादी चिकित्सा सहायता को जानने का आग्रह किया ताकि वह अपने आसपास होने वाली आपात स्थितियों का सामना कर सकें।

Session on 'First Aid and CPR' held at MCM DAV College for Women

CHANDIGARH, SEPT 23

Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Sec 36-A, Chandigarh organised a training session on "First Aid and CPR". Resource persons for the sessions were Mr. Yogesh and Ms. Gulshan Hira, Disaster Management Trainers and Guest Faculty Members at Mahatma Gandhi State Institute of Public Administration (MGSIPA), Sector 26, Chandigarh. They imparted knowledge of commonly occurring emergencies in our day-to-day lives. It was explained to students that they need to remain calm in adverse situations and they were also shown how to give basic medical aid to anyone in need. It was an interactive and educative session to equip students with skills and confidence to use first aid and CPR in real-life situations. Dr. Nisha Bhargava, principal of the college, appreciated the efforts of the Women Development Cell and urged students to keep themselves updated with the 'hows' of basic medical aid as it proves crucial in emergencies.

एमसीएम डीएवी महिला महाविद्यालय में प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर पर सत्र का आयोजन किया गया

चण्डीगढ़ , (हिमप्रभा ब्यूरो)। मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय सेक्टर 36-ए, चंडीगढ़ की महिला विकास सेल ने ÷प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर÷ पर एक प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया। इस सत्र में आपदा प्रबंधन प्रशिक्षक व महात्मा गांधी राज्य लोक प्रशासन संस्थान (एमजीएसआईपीए), सेक्टर 26, चंडीगढ़ में अतिथि संकाय सदस्य श्री योगेश और सुश्री गुलशन हीरा बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उन्होंने हमारे दैनिक जीवन में आमतौर पर होने वाली आपात स्थितियों के बारे में विस्तृत जानकारी दी। सत्र के दौरान विद्यार्थियों को यह समझाया गया कि विपरीत परिस्थितियों में उन्हें शांत रहने की जरूरत है और उन्हें यह भी बताया गया कि किसी जरूरतमंद को प्राथमिक चिकित्सा सहायता कैसे दी जाए। इस सत्र का उद्देश्य विद्यार्थियों को वास्तविक जीवन की स्थितियों में प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर का उपयोग करने के कौशल से लैस करना था । सत्र विद्यार्थियों के लिए इंटरैक्टिव एवं शिक्षाप्रद रहा। कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने महिला विकास सेल के प्रयासों की सराहना की और विद्यार्थियों से बुनियादी चिकित्सा सहायता को जानने का आग्रह किया ताकि वह अपने आसपास होने वाली आपात स्थितियों का सामना कर सकें।

महाविद्यालय में 'प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर' पर सत्र का आयोजन

चंडीगढ़, 23 सितंबर (राम सिंह बराड़): मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय सैक्टर 36-ए, चंडीगढ़ की महिला विकास सेल ने 'प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर' पर एक प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया। इस सत्र में आपदा प्रबंधन प्रशिक्षक व महात्मा गांधी राज्य लोक प्रशासन संस्थान (एमजीएसआईपीए), सैक्टर 26, चंडीगढ़ में अतिथि संकाय सदस्य योगेश और गुलशन हीरा बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए। उन्होंने हमारे दैनिक जीवन में आमतौर पर होने वाली आपात स्थितियों के बारे में विस्तृत जानकारी दी। सत्र के दौरान विद्यार्थियों को यह समझाया गया कि विपरीत परिस्थितियों में उन्हें शांत रहने की जरूरत है और उन्हें यह भी बताया गया कि किसी जरूरतमंद को प्राथमिक चिकित्सा सहायता कैसे दी जाए। इस सत्र का उद्देश्य विद्यार्थियों को वास्तविक जीवन की स्थितियों में प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर का उपयोग करने के कौशल से लैस करना था। सत्र विद्यार्थियों के लिए इंटरैक्टिव एवं शिक्षाप्रद रहा। कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने महिला विकास सेल के प्रयासों की सराहना की और विद्यार्थियों से बुनियादी चिकित्सा सहायता को जानने का आग्रह किया ताकि वह अपने आसपास होने वाली आपात स्थितियों का सामना कर सकें।

एमसीएम कॉलेज में करवाए गए प्रशिक्षण सत्र के दौरान संबोधित करते हुए गुलशन हीरा। (छाया : कमलजीत सिंह)

Activity 3:

Topic: **Manifestation to Empowerment**

Department: The Women development Cell in collaboration with the Character Building Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Date: 23rd September, 2023

Venue: Science Conference Hall

Objectives: 1. To exhibit the power of internal beliefs
2. To showase the examples of Women Empowerment

Practice: The Women Development Cell and the Character Building Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, organised an interactive session on the topic "Manifestation to Empowerment" on 23rd September, 2023. The activity was taken up by the students of BBA 3rd year who are Student Ambassadors of Women Development Cell. The event was attended by about 70 students of various streams.

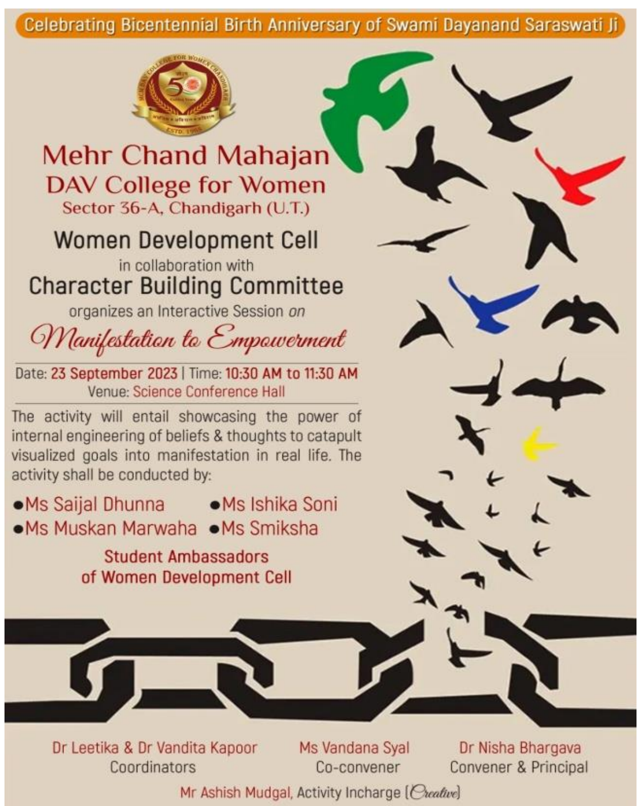
The activity showcased the power of internal beliefs and thoughts to transfer the visualized goals into manifestation in real life. For this the Law of Attraction and Law of Universe were depicted very beautifully. The event also showcased power of Women. Examples of women luminaries from different fields were taken to illustrate their inner callings that included an exquisite coverage of our Principal 's interview, wherein ma'am poetically narrated the manifestation of her childhood beliefs and vision. Principal Dr Nisha Bhargava was conspicuous in the event with her august presence ,and, also addressed the students by quoting examples from Srimad Bhagvad Gita. She was highly appreciative of an entirely students' run show.

Number of participants: 70

Student Ambassadors:
1. Saijal Dhunna
2. Muskan Marwaha
3. Smiksha
4. Ishika Soni

Coordinators: Dr Vandita Kapoor
Dr Leetika

Pictures- Evidence of success:



MEHR CHAND MAHAJAN

Media Coverage

Session on Manifestation to Empowerment at MCM

THE AMAN SANDESH TIMES

Chandigarh: The Women Development Cell and the Character Building Committee of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Sector 36-A, Chandigarh, organised an interactive session on the topic "Manifestation to Empowerment". The activity was conducted by the students of BBA III who are Student Ambassadors of the Women Development Cell.

The event was attended by about 70 students from various streams. The activity showcased the power of internal beliefs and thoughts in transforming the visualized goals into manifestation in real life. For this, the Law of Attraction and the Law of the Universe were depicted.

The event also showcased the power of Women. Examples of women luminaries from different fields were given to illustrate the inner callings of these exemplary women, including exclusive coverage of the interview of the Principal of the College, Dr. Nisha Bhargava. She poetically narrated the manifestation of her childhood beliefs and vision.

Principal Dr. Nisha Bhargava graced the event with her presence and addressed the students by quoting examples from Shrimad Bhagavad Gita. She complimented the students on the successful organisation of the session which was run entirely by the students. She congratulated the organising team of the Women Development Cell, Character Building Committee and Student ambassadors for the successful organisation of this event.

ब्रह्मांड के नियम का महत्व बताया

एमसीएम में सशक्तिकरण की अभिव्यक्ति पर सत्र के आयोजन में 70 विद्यार्थियों ने लिया भाग

फास्ट मीडिया

अमूल्या, चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, सेक्टर 36-ए, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल और चरित्र निर्माण समिति ने "सशक्तिकरण की अभिव्यक्ति" विषय पर एक इंटरैक्टिव सत्र का आयोजन किया। इस कार्यक्रम का संचालन महिला विकास प्रकोष्ठ में बीबीए तृतीय वर्ष के स्टूडेंट एंबेसडरस द्वारा किया गया। जिसमें विभिन्न धाराओं के लगभग 70 विद्यार्थियों ने भाग लिया। कार्यक्रम ने जीवन में कल्पित लक्ष्यों को आंतरिक विश्वास और वैचारिक शक्ति द्वारा वास्तविकता में बदलने की कला का प्रदर्शन किया। इसके लिए आकर्षण के नियम और ब्रह्मांड के नियम के महत्व को को दशार्या गया। इस कार्यक्रम में महिला सशक्तिकरण पर भी वार्ता की गई ।महिलाओं के आंतरिक विश्वास को दशार्ने के लिए विभिन्न क्षेत्रों में दिग्गज महिलाओं के उदाहरण दिए गए, जिनमें कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव के साक्षात्कार को भी शामिल किया गया। उन्होंने अपने बचपन के वैचारिक विश्वास और दृष्टिकोण की अभिव्यक्ति के बारे में बताया और गीता के उदाहरण उद्धृत करके विद्यार्थियों को संबोधित किया और इस कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए महिला विकास सेल, चरित्र निर्माण समिति एवं विद्यार्थियों को बधाई दी।

एम सी एम में सशक्तिकरण की अभिव्यक्ति पर सत्र का आयोजन

चंडीगढ़।स्टेट समाचार।विज

मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, सेक्टर 36-ए, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल और चरित्र निर्माण समिति ने सशक्तिकरण की अभिव्यक्ति विषय पर एक इंटरैक्टिव सत्र का आयोजन किया। इस कार्यक्रम का संचालन महिला विकास प्रकोष्ठ में बीबीए तृतीय वर्ष के स्टूडेंट एंबेसडरस द्वारा किया गया। जिसमें विभिन्न धाराओं के लगभग 70 विद्यार्थियों ने भाग लिया। कार्यक्रम ने जीवन में कल्पित लक्ष्यों को आंतरिक विश्वास और वैचारिक शक्ति द्वारा वास्तविकता में बदलने की कला का प्रदर्शन किया। इसके लिए आकर्षण के नियम और ब्रह्मांड के नियम के महत्व को को दर्शाया गया।

इस कार्यक्रम में महिला सशक्तिकरण पर भी वार्ता की गई ।महिलाओं के आंतरिक विश्वास को दर्शाने के लिए विभिन्न क्षेत्रों में दिग्गज महिलाओं के उदाहरण दिए गए, जिनमें कॉलेज प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव के साक्षात्कार को भी शामिल किया गया। उन्होंने अपने बचपन के वैचारिक विश्वास और दृष्टिकोण की अभिव्यक्ति के बारे में बताया और गीता के उदाहरण उद्धृत करके विद्यार्थियों को संबोधित किया और इस कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए महिला विकास सेल, चरित्र निर्माण समिति एवं विद्यार्थियों को बधाई दी।

Activity 4:

Topic: "Wellness waves: Surfing through Cervical and Breast health"

Department: The Women development Cell

Date: 7th February,2024

Venue: Multi Media Hall

Objectives:

1. To raise awareness among students about cancer
2. To highlight the importance of regular screenings, self-examination techniques, and lifestyle modifications that can significantly reduce the risk of developing these types of cancer.

Practice:

Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, 36A organized a seminar on the topic " Wellness waves: Surfing through Cervical and Breast health" on 7th February. Resource persons for the same were Dr. Naval Bansal(Consultant Breast and Endocrine Surgery, Fortis Hospital, Mohali) and Dr. Shweta Tahlan(Consultant,Surgical gynaecology Oncology, Fortis Hospital, Mohali). The event was attended by students and faculty members.
Dr. Bansal and Dr. Tahlan emphasized the importance of early detection and prevention of breast and cervical cancer. They shared valuable insights into the significance of regular screenings, self-examination techniques, and lifestyle modifications that can significantly reduce the risk of developing these types of cancer.

Speaking on the occasion, Dr. Bansal highlighted, "Early detection is key in combating breast cancer. Regular screenings and self-examinations can help in identifying any abnormalities at an early stage when treatment is most effective."

Dr. Tahlan stressed the need for comprehensive awareness campaigns to educate women about the importance of cervical health. She emphasized that Cervical cancer is largely preventable with timely screening and vaccination against human papillomavirus (HPV), and it's crucial for girls to receive the HPV vaccine before the age of 26.

The seminar concluded with an interactive Q&A session, where attendees had the opportunity to seek clarifications and additional information from the experts.

Dr. Nisha Bhargava, Principal of the college, emphasized the institution's unwavering commitment to raising awareness among students, aiming to bolster the well-being of women.

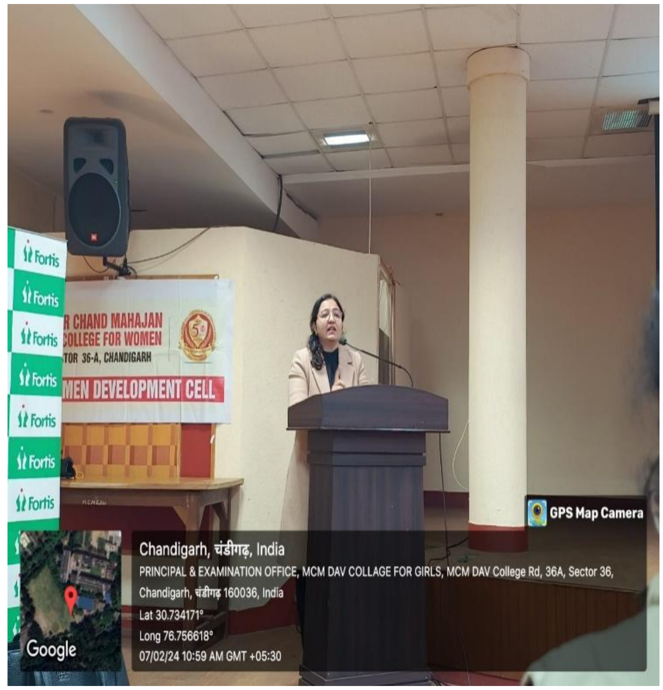
Number of participants: 130

Student Ambassadors: 1. Ankita B.Sc. 2 CAS
2. Anmol Verma B.Sc. 2 CAS

Coordinators: Ms. Deepti Sharda
Dr Ritika Bansal

Brochure:

Pictures- Evidence of success:



Media Covergage:

एमसीएम ने सर्वाइकल और ब्रैस्ट हैल्थ पर सैमीनार आयोजित

चंडीगढ़, 13 फरवरी (राम सिंह बराड़): मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल ने 'वेलनेस वेव्स: सर्फिंग थ्रू सर्वाइकल एंड ब्रेस्ट हेल्थ' विषय पर सैमिनार का आयोजन किया। इस सेमिनार में फोर्टिस अस्पताल, मोहाली से स्तन और एंडोक्राइन सर्जरी सलाहकार डॉ. नवल बंसल और सर्जिकल गायनोकोलॉजी ऑन्कोलॉजी, सलाहकार डॉ. श्वेता तहलान बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए। डॉ. बंसल और डॉ. तहलान ने नियमित जांच, स्व-परीक्षण तकनीकों, जीवनशैली में बदलाव के महत्व के बारे में बहुमूल्य जानकारी साझा की, जो स्तन और गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के जोखिम को काफी हद तक कम कर सकते हैं। इस अवसर पर अपने विचार व्यक्त करते हुए डॉ. बंसल ने इस बात पर

एमसीएम में सर्वाइकल और ब्रैस्ट हैल्थ पर सैमीनार को संबोधित करते हुए डॉ. श्वेता तहलान। (छाया : गुरिन्द्र सिंह)

प्रकाश डाला कि स्तन कैंसर का शीघ्र पता लगाना ही इससे निपटने की कुंजी है। प्रारंभिक चरण में उपचार सबसे प्रभावी होता है उस समय नियमित जांच और स्व-परीक्षण किसी भी असामान्यता की पहचान करने में मदद कर सकते हैं। डॉ. तहलान ने महिलाओं को गर्भाशय ग्रीवा के स्वास्थ्य के महत्व के बारे में शिक्षित करने के लिए व्यापक जागरूकता अभियान की आवश्यकता पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि ह्यूमन पेपिलोमावायरस (एचपीवी) के खिलाफ समय पर जांच और टीकाकरण से सर्वाइकल कैंसर को काफी हद तक रोका जा सकता है, और लड़कियों के लिए 26 साल की उम्र से पहले एचपीवी वैक्सीन प्राप्त करना महत्वपूर्ण है। सेमिनार एक इंटरैक्टिव सत्र के साथ संपन्न हुआ, जिसमें उपस्थित लोगों को एक विशेष अवसर मिला जिसमें उन्होंने विशेषज्ञों से स्पष्टीकरण और अतिरिक्त जानकारी प्राप्त की। इस प्रयास की सराहना करते हुए, प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि यह महिलाओं की भलाई को बढ़ावा देने के उद्देश्य से विद्यार्थियों में जागरूकता बढ़ाने के प्रति संस्थान की अटूट प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

स्तन कैंसर का शीघ्र पता लगाना ही इससे निपटने का तरीका : डॉ. बंसल

माई सिटी रिपोर्टर

एमसीएम कॉलेज में सेमिनार के दौरान मौजूद सलाहकार। अमर उजाला

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम कॉलेज के महिला विकास सेल ने मंगलवार को 'वेलनेस वेव्सः सर्फिंग थ्रू सर्वाइकल एंड ब्रेस्ट हेल्थ'' विषय पर सेमिनार का आयोजन किया। इस सेमिनार में स्तन और एंडोक्राइन सर्जरी सलाहकार डॉ. नवल बंसल और सर्जिकल गायनोकोलॉजी ऑन्कोलॉजी सलाहकार डॉ. श्वेता तहलान बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुए।

डॉ. बंसल ने कहा कि स्तन कैंसर का शीघ्र पता लगाना ही इससे निपटने की कुंजी है। प्रारंभिक चरण में उपचार सबसे प्रभावी होता है। उस समय नियमित जांच और स्व-परीक्षण किसी भी असामान्यता की पहचान करने में मदद कर सकते हैं। डॉ. बंसल और डॉ. तहलान ने नियमित जांच, स्व-परीक्षण तकनीकों, जीवनशैली में बदलाव के महत्व के बारे में बहुमूल्य जानकारी साझा की, जो स्तन और गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के जोखिम को काफी हद तक कम कर सकते हैं।

डॉ. तहलान ने महिलाओं को गर्भाशय ग्रीवा के स्वास्थ्य के महत्व के बारे में शिक्षित करने के लिए व्यापक जागरूकता अभियान की आवश्यकता पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि ह्यूमन पेपिलोमावायरस (एचपीवी) के खिलाफ समय पर जांच और टीकाकरण से सर्वाइकल कैंसर को काफी हद तक रोका जा सकता है और लड़कियों के लिए 26 साल की उम्र से पहले एचपीवी वैक्सीन प्राप्त करना महत्वपूर्ण है।

प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि स्वस्थ समाज सुनिश्चित करने के लिए ऐसी जागरूक पहल महत्वपूर्ण हैं।

MCM holds seminar on cervical, breast health

CHANDIGARH: The Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, organised a seminar on the topic 'Wellness Waves: Surfing through Cervical and Breast Health'. The resource persons for the seminar were Dr. Naval Bansal, Consultant- Breast and Endocrine Surgery and Dr. Shweta Tahlan, Consultant- Surgical Gynaecology Oncology, Fortis Hospital, Mohali. Dr. Bansal and Dr. Tahlan shared valuable insights about the significance of regular screenings, self-examination techniques, and lifestyle modifications that can significantly reduce the risk of developing breast and cervical cancer. Speaking on this occasion, Dr. Bansal highlighted, "Early detection is the key to combating breast cancer. Regular screenings and self-examinations can help in identifying any abnormalities at an early stage when treatment is most effective." Dr. Tahlan impressed upon the need for comprehensive awareness campaigns to educate women about the importance of cervical health. She said that cervical cancer is largely preventable with timely screening and vaccination against human papillomavirus (HPV), and it's crucial for girls to receive the HPV vaccine before the age of 26. The seminar concluded with an interactive session, wherein the attendees had the opportunity to seek clarifications and additional information from the experts. Lauding this endeavour, Principal Dr. Nisha Bhargava asserted that it reflects the institution's unwavering commitment towards raising awareness among students, aiming to bolster the well-being of women.

CHANDIGARH,13.02.24-The Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, organised a seminar on the topic 'Wellness Waves: Surfing through Cervical and Breast Health'.

The resource persons for the seminar were Dr. Naval Bansal, Consultant- Breast and Endocrine Surgery and Dr. Shweta Tahlan, Consultant- Surgical Gynaecology Oncology, Fortis Hospital, Mohali. Dr. Bansal and Dr. Tahlan shared valuable insights about the significance of regular screenings, self-examination techniques, and lifestyle modifications that can significantly reduce the risk of developing breast and cervical cancer. Speaking on this occasion, Dr. Bansal highlighted, "Early detection is the key to combating breast cancer. Regular screenings and self-examinations can help in identifying any abnormalities at an early stage when treatment is most effective." Dr. Tahlan impressed upon the need for comprehensive awareness campaigns to educate women about the importance of cervical health. She said that cervical cancer is largely preventable with timely screening and vaccination against human papillomavirus (HPV), and it's crucial for girls to receive the HPV vaccine before the age of 26. The seminar concluded with an interactive session, wherein the attendees had the opportunity to seek clarifications and additional information from the experts.

Lauding this endeavour, Principal Dr. Nisha Bhargava asserted that it reflects the institution's unwavering commitment towards raising awareness among students, aiming to bolster the well-being of women. She added that such awareness initiatives are crucial in ensuring a healthy society.

MCM holds seminar on Cervical and Breast Health

February 13, 2024 03:52 PM

Activity 5:

Topic: Sanitary Pad Donation Drive

Organized by: Women Development Cell, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Pad Collection Date: February 29, 2024 - March 1, 2024

Pad Distribution Date: March 4, 2024

Pad Collection Venue: Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Pad Distribution Venue: Slum Area, Sector 25, Chandigarh

Objective: To collect sanitary pads to address menstrual hygiene needs and raise awareness about women's health in underserved communities.

Practice:

The Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, successfully organized a two-day Sanitary Pad Collection Drive on February 29, 2024, and March 1, 2024. The primary objective of the drive was to collect sanitary pads to address menstrual hygiene needs and raise awareness about women's health in underserved communities.

Donation Drive Details:

The drive witnessed an overwhelming response from students, faculty, and staff of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women. Donation boxes were strategically placed near the bank area to facilitate the convenient drop-off of sanitary pad contributions. The enthusiastic participation and generosity of the college community greatly contributed to the success of the collection drive. A significant quantity of sanitary pads was collected during the two-day drive. The donated sanitary pads ranged from various brands and sizes, ensuring a diverse collection to cater to the varied needs of women.

Distribution in Slum Area:

On completion of the collection drive, the Women Development Cell organized a distribution event in the slum area of Sector 25, Chandigarh. The distribution aimed to reach women in need and create awareness about the importance of menstrual hygiene. 10 students volunteers and 4 teachers from the Women Development Cell actively participated in the distribution, engaging with the community and providing essential information on menstrual health and hygiene practices.

Impact and Community Response:

The Sanitary Pad Collection Drive received positive feedback from the slum community. The initiative not only addressed a critical need for menstrual hygiene products but also fostered a sense of community support. The event provided an opportunity for open conversations about women's health, breaking taboos, and promoting a supportive environment.

Student Ambassadors: 10 students from BCA3 visited Slum area with 3 teachers Ms. Vandana, Dr Ritika, Ms. Sarabjit Kaur

Coordinators: Ms. Deepti Sharda
Dr Ritika Bansal
Dr Navdeep Kaur

Brochure:

Pictures- Evidence of success:

GIVE ME A PAD
WOMEN DEVELOPMENT CELL
GPS Map Camera
Chandigarh, चंडीगढ़, India
PRINCIPAL & EXAMINATION OFFICE, MCM DAV COLLAGE FOR GIRLS, MCM DAV College Rd, 36A, Sector 36, Chandigarh, चंडीगढ़ 160036, India
Lat 30.734467°
Long 76.756427°
29/02/24 01:26 PM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Chandigarh, Chandigarh, India
1054, 25D, Slum, Sector 25, Chandigarh, 160014, India
Lat 30.753382°
Long 76.753538°
04/03/24 11:45 AM GMT +05:30
Google

STAFF BUS
MEHR CHAND MAHAJAN
DAV COLLEGE FOR WOMEN
SECTOR 36-A, CHANDIGARH
WOMEN DEVELOPMENT CELL
GPS Map Camera
Chandigarh, Chandigarh, India
47, 36A, Sector 36, Chandigarh, 160036, India
Lat 30.73505°
Long 76.756473°
04/03/24 11:13 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Chandigarh,CH,India
Sector 25D, Chandigarh, 160014, CH, India
Lat 30.751991, Long 76.752968
03/04/2024 11:44 AM GMT+05:30
Note : Captured by GPS Map Camera

Press Coverage:

एम.सी.एम. ने सैनेटरी नैपकिन दान अभियान चलाया

महिलाओं में माहवारी के दौरान स्वच्छता बारे जागरूकता बढ़ाना मकसद

चंडीगढ़, 9 मार्च (रश्मि हंस): मेहर चंद महाजन डी.ए.वी. महिला महाविद्यालय (एम.सी.एम.) के वूमैन डेवलपमैंट सेल ने सैनेटरी नैपकिन दान अभियान का आयोजन किया। अभियान का प्राथमिक उद्देश्य समाज के वंचित वर्गों की महिलाओं में माहवारी के दौरान स्वच्छता के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। नैपकिन एकत्र करने के लिए परिसर में दान पेटियां रखी गई थीं। इस अभियान को कॉलेज के विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों का भरपूर सहयोग मिला।

कॉलेज समुदाय की उत्साही भागीदारी के कारण संग्रह अभियान पूर्ण रूप से सफल हुआ। संग्रह अभियान के पूरा होने पर सेल ने सैक्टर-25 के स्लम क्षेत्र में रहने वाली महिलाओं को सैनिटरी नैपकिन दान किए।

एम.सी.एम. के वूमैन डेवलपमैंट सेल ने सैनेटरी नैपकिन दान अभियान का आयोजन किया।

महिला विकास सेल के प्रयास की सराहना की

दान अभियान के दौरान स्वयंसेवक, महिला समुदाय के साथ जुड़े और माहवारी से सम्बन्धित स्वास्थ्य एवं स्वच्छता प्रथाओं पर आवश्यक जानकारी प्रदान की। कालेज प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव ने वंचित महिलाओं को माहवारी के समय स्वच्छता के महत्वपूर्ण मुद्दे के बारे में शिक्षित करने में महिला विकास सेल के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने कहा कि इस अभियान ने महिलाओं में स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता विकसित करने, वर्जनाओं को तोड़ने और एक सहायक वातावरण को बढ़ावा देने के लिए बातचीत का अवसर प्रदान किया।

डीएवी महिला महाविद्यालय में महिलाओं को सैनिटरी पैड बांटतीं छात्राएं। अमर उजाला

महिलाओं को बांटे सैनेटरी पैड

डीएवी कॉलेज की छात्राओं ने चलाया सैनेटरी पैड दान अभियान

माई सिटी रिपोर्टर

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी महिला महाविद्यालय में छात्राओं ने सैनेटरी पैड दान अभियान चलाया। नैपकिन एकत्र करने के लिए परिसर में दान पेटियां रखी गई।

पेटियों से एकत्रित नैपकिन को सेक्टर-25 के क्षेत्र में महिलाओं को वितरित कर छात्राओं ने स्वच्छता के प्रति जागरूक किया। महाविद्यालय के महिला विकास प्रकोष्ठ द्वारा चलाए अभियान का प्राथमिक उद्देश्य समाज के वंचित वर्ग की महिलाओं में माहवारी के दौरान स्वच्छता के बारे में जागरूकता बढ़ाना रहा। अभियान के दौरान स्वयंसेवक महिला समुदाय के साथ जुड़े और माहवारी से संबंधित स्वास्थ्य एवं स्वच्छता प्रथाओं पर आवश्यक जानकारी दी।

प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने महिलाओं को माहवारी के समय स्वच्छता पर जागरूक करने पर छात्राओं के प्रयास की सराहना की।

एमसीएम ने सैनेटरी नैपकिन दान अभियान चलाया

एमसीएम कालेज की छात्राएं अभियान में भाग लेते हुए। (छाया : कमलजीत सिंह)

चंडीगढ़, 9 मार्च (विशेष संवाददाता): मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय चंडीगढ़ के वीमेन डेवलपमेंट सेल ने सेनेटरी नैपकिन दान अभियान का आयोजन किया। अभियान का प्राथमिक उद्देश्य समाज के वंचित वर्गों की महिलाओं में माहवारी के दौरान स्वच्छता के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। नैपकिन एकत्र करने के लिए परिसर में दान पेटियां रखी गई थीं। इस अभियान को कॉलेज के विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों का भरपूर सहयोग मिला। कॉलेज समुदाय की उत्साही भागीदारी के कारण संग्रह अभियान पूर्ण रूप से सफल हुआ। संग्रह अभियान के पूरा होने पर, सेल ने सैक्टर 25, चंडीगढ़ के स्लम क्षेत्र में रहने वाली महिलाओं को सैनिटरी नैपकिन दान किए। दान अभियान के दौरान स्वयंसेवक, महिला समुदाय के साथ जुड़े और माहवारी से सम्बन्धित स्वास्थ्य एवं स्वच्छता प्रथाओं पर आवश्यक जानकारी प्रदान की। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने वंचित महिलाओं को माहवारी के समय स्वच्छता के महत्वपूर्ण मुद्दे के बारे में शिक्षित करने में महिला विकास सेल के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने इस अभियान के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि इस अभियान ने महिलाओं में स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता विकसित करने, वर्जनाओं को तोड़ने और एक सहायक वातावरण को बढ़ावा देने के लिए बातचीत का अवसर प्रदान किया।

चिकित्सा शिविर आज

चंडीगढ़, 9 मार्च (विशेष संवाददाता): उत्तराखंड जन चेतना मंच द्वारा 7वें रक्तदान शिविर का आयोजन 10 मार्च को गढ़वाल भवन, सैक्टर 29 में किया जा रहा है। इसी के साथ संस्था के नवनिर्वाचित पदाधिकारियों का शपथ ग्रहण समारोह भी आयोजित किया जाएगा। संस्था के प्रधान दीपक असवाल ने उक्त जानकारी देते हुए बताया कि रक्तदान शिविर सुबह 9 बजे से प्रारम्भ होकर दोपहर 2 बजे तक चलेगा जिसमें अमरटेक्स इंडस्ट्रीज के एमडी अरुण ग्रोवर व गढ़वाल सभा के अध्यक्ष बिक्रम सिंह बिष्ट मुख्य अतिथि होंगे। शिविर में मुफ्त चिकित्सा जांच भी होगी जिसके तहत पारस हॉस्पिटल, पंचकूला के डॉक्टर्स की टीम मरीजों की जांच करेगी।

MCM holds Sanitary Napkin Donation Drive

March 09, 2024 04:36 PM

CHANDIGARH,09.03.24-The Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, organised a Sanitary Napkin Donation Drive. The primary objective of the drive was to raise awareness about menstrual hygiene among the women from underprivileged sections of the society. Donation boxes were placed in the campus for collecting the napkins. The drive witnessed an overwhelming response from students, faculty and staff of the college. The enthusiastic participation and generosity of the college community greatly contributed to the success of the collection drive. On completion of the collection drive, the Cell donated the sanitary napkins to women in the slum area of Sector 25, Chandigarh. During the donation drive, the volunteers engaged with the community and provided essential information on menstrual health and hygiene practices.

Principal Dr. Nisha Bhargava expressed appreciation for this endeavour of the Women Development Cell to educate underprivileged women about the crucial issue of menstrual hygiene. She highlighted the importance of the drive as she added that the drive provided an opportunity for open conversations about women's health, breaking taboos and promoting a supportive environment

एमसीएम ने सेनेटरी नैपकिन दान अभियान चलाया

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, के वीमेन डेवलपमेंट सेल ने सेनेटरी नैपकिन दान अभियान का आयोजन किया। अभियान का प्राथमिक उद्देश्य समाज के वंचित वर्गों की महिलाओं में माहवारी के दौरान स्वच्छता के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। नैपकिन एकत्र करने के लिए परिसर में दान पेटियाँ रखी गई थी। इस अभियान को कॉलेज के विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों का भरपूर सहयोग मिला। कॉलेज समुदाय की उत्साही भागीदारी के कारण संग्रह अभियान पूर्ण रूप से सफल हुआ । संग्रह अभियान के पूरा होने पर, सेल ने सेक्टर 25, चंडीगढ़ के स्लम क्षेत्र में रहने वाली महिलाओं को सैनिटरी नैपकिन दान किए। दान अभियान के दौरान स्वयंसेवक, महिला समुदाय के साथ जुड़े और माहवारी से सम्बन्धित स्वास्थ्य एवं स्वच्छता प्रथाओं पर आवश्यक जानकारी प्रदान की। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने वंचित महिलाओं को माहवारी के समय स्वच्छता के महत्वपूर्ण मुद्दे के बारे में शिक्षित करने में महिला विकास सेल के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने इस अभियान के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि इस अभियान ने महिलाओं में स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता विकसित करने, वर्जनाओं को तोड़ने और एक सहायक वातावरण को बढ़ावा देने के लिए बातचीत का अवसर प्रदान किया।

Activity 6:

Topic: 'Cyber Saheli' to commemorate International Women's Day

Organized by: NSS Units of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women in collaboration with Women Development Cell, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Date: 9th March, 2024

Venue: Badheri 41D Chandigarh

Objectives:

- Raise awareness about cyber safety and security among women.
- Educate women on the importance of good cyber hygiene practices.
- Provide practical tips and strategies to protect personal information online.
- Empower women with the knowledge to identify and respond to cyber threats.

Context:- The context of this program is to promote good cyber hygiene practices among women residing in Badheri. This could include educating them about online safety, privacy measures, how to identify and respond to cyber threats, and empowering them with knowledge to navigate the digital world securely. It's likely a workshop or seminar focused on empowering women with the necessary skills and knowledge to stay safe online

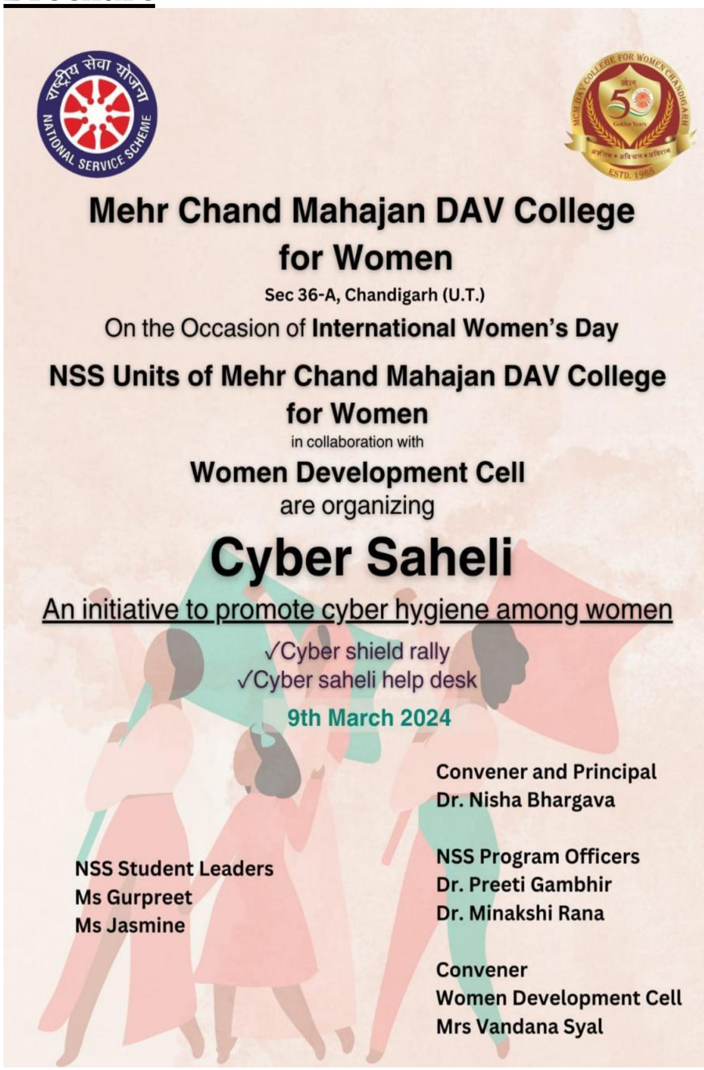
Practice- The NSS Units of Mehr Chand Mahajan D.A.V College for Women, Chandigarh, in collaboration with the Women Development Cell of the College, organised 'Cyber Saheli' to commemorate International Women's Day. The event aimed to promote good cyber hygiene practices among women residing in Badheri and raise awareness about the importance of staying safe online. As part of the initiative, volunteers created a Cyber Saheli Helpline Desk to offer assistance to the people in case they had any doubts or queries about online safety. They also provided guidance on how to steer clear of potential cyber threats and resolved any issues that residents were facing with respect to their online activity. Overall, the event was a great success and proved to be an effective way of empowering women to take control of their online presence and stay safe in the ever-evolving digital landscape.

No of Students: NSS: 20 Volunteers
WDC: 4 Volunteers
Teacher: 1

Pictures – Evidence of success:

GOVT. MODEL HIGH SCHOOL
Women Development Cell
राष्ट्रीय सेवा योजना
NATIONAL SERVICE SCHEME
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women

Brochure



Activity 7:

Topic: Self-Healing and Meditation Workshop

Organized by: The Women Development Cell in collaboration with Cosmetology Department

Date: 12th March, 2024

Venue: Science Conference Hall, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Resource Person: Ms Ravneet Kaur
Certified Pranic Healer, Pranic Healing Instructor and Tarot Card

Master, Chandigarh (U.T.)

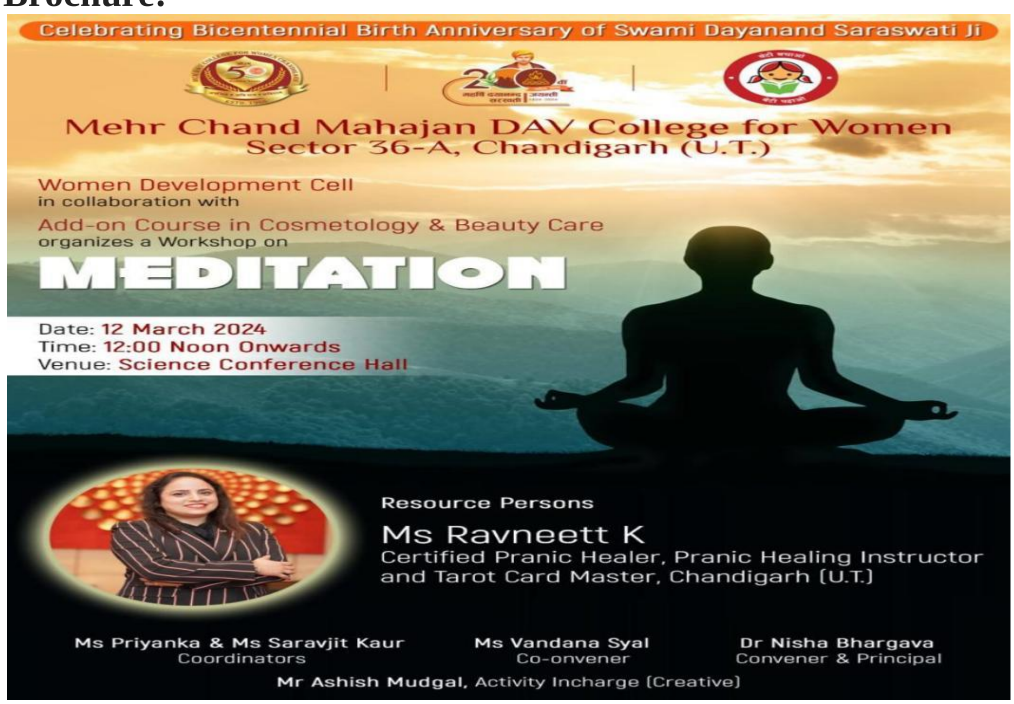
Objectives: The workshop aimed to empower women by providing them with tools and techniques to enhance their mental, emotional, and spiritual well-being.

Practice: The workshop featured sessions led by experienced practitioners in the fields of holistic healing and meditation. Participants had the opportunity to learn from experts who shared their knowledge and insights on self-healing techniques and meditation practices.

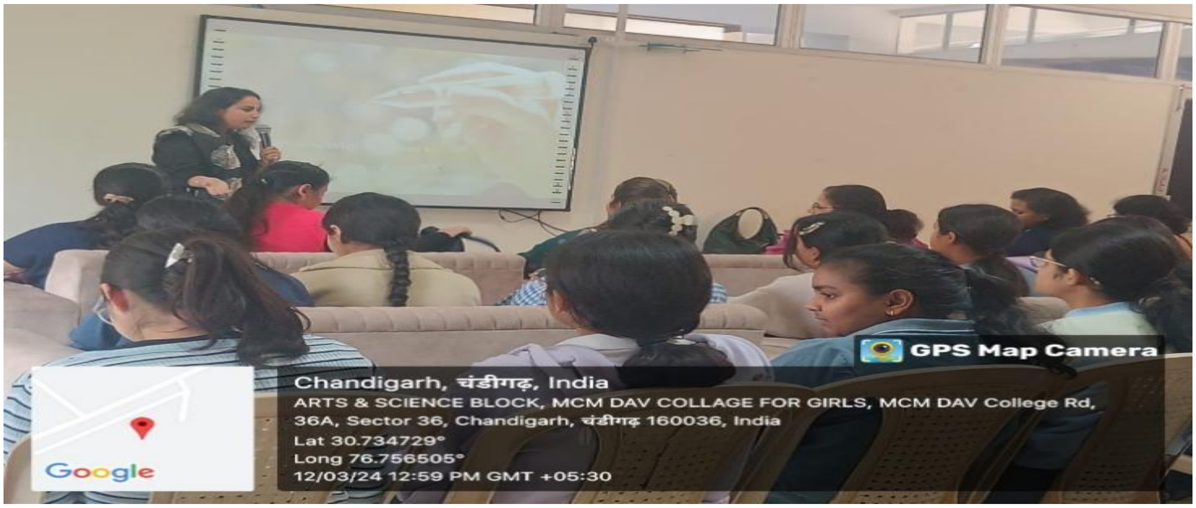
In Hindi:
एमसीएम ने आत्म-चिकित्सा और ध्यान पर कार्यशाला का आयोजन किया

मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल ने कॉस्मेटोलॉजी एंड ब्यूटी केयर ऐड-ऑन के सहयोग से सेल्फ-हीलिंग एंड मेडिटेशन पर एक कार्यशाला का आयोजन किया। इस कार्यशाला में प्रसिद्ध आध्यात्मिक संत, प्रमाणित प्राणिक हीलर और टैरो कार्ड मास्टर,सुश्री रवनीत, बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। इस कार्यशाला का उद्देश्य महिलाओं को उनके मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ाने के लिए उपकरण और तकनीकों का ज्ञान प्रदान करना था। कार्यशाला में समग्र उपचार और ध्यान पर सत्र शामिल थे। प्रतिभागियों ने कार्यशाला में आत्म चिकित्सा और ध्यान प्रथाओं पर विशेषज्ञ द्वारा दी गई विस्तृत जानकारी और अंतर्दृष्टि से लाभ उठाया।
प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने विद्यार्थियों को कल्याण एवं विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक कौशल से लैस करने के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने कहा कि इस तरह के प्रयास कॉलेज की एक नियमित विशेषता है जिसका उद्देश्य अपने विद्यार्थियों के समग्र विकास को सुनिश्चित करना है।

Brochure:



<u>Picture-Evidence of success</u>:



Press Coverage:

एमसीएम ने की आत्म-चिकित्सा और ध्यान पर कार्यशाला आयोजित

कार्यशाला में हिस्सा लेते स्टूडैंट्स और कॉलेज फैकल्टी।

सवेरा न्यूज/नीना

चंडीगढ़, 3 अप्रैल : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन सैक्टर 36 के महिला विकास सेल ने कॉस्मेटोलॉजी एंड ब्यूटी केयर ऐड-ऑन कोर्स के सहयोग से सैल्फ-हीलिंग एंड मेडिटेशन पर एक कार्यशाला का आयोजन किया। इस कार्यशाला में प्रसिद्ध आध्यात्मिक संत, प्रमाणित प्राणिक हीलर और टैरो कार्ड मास्टर, रवनीत, बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुई। इस कार्यशाला का उद्देश्य महिलाओं को उनके मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ाने के लिए उपकरण और तकनीकों का ज्ञान प्रदान करना था। कार्यशाला में समग्र उपचार और ध्यान पर सत्र शामिल थे। प्रतिभागियों ने कार्यशाला में आत्म चिकित्सा और ध्यान प्रथाओं पर विशेषज्ञ द्वारा दी गई विस्तृत जानकारी और अंतर्दृष्टि से लाभ उठाया। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने विद्यार्थियों को कल्याण एवं विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक कौशल से लैस करने के इस प्रयास की सराहना की।

छात्राओं को दी आत्म चिकित्सा की जानकारी

माई सिटी रिपोर्टर

सेक्टर-36 स्थित मेहर चंद महाजन डीएवी महिला कॉलेज में कार्यशाला का आयोजन

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित मेहर चंद महाजन डीएवी महिला कॉलेज के महिला विकास सेल ने कॉस्मेटोलॉजी एंड ब्यूटी केयर ऐड-ऑन कोर्स के सहयोग से स्व-उपचार और ध्यान पर एक कार्यशाला का आयोजन किया।

कार्यशाला में समग्र उपचार और ध्यान पर सत्र शामिल रहे। प्रतिभागियों ने कार्यशाला में आत्म चिकित्सा और ध्यान प्रथाओं पर विशेषज्ञों द्वारा दी गई विस्तृत जानकारी और अंतर्दृष्टि से लाभ उठाया।

कार्यक्रम में प्रसिद्ध आध्यात्मिक संत, प्रमाणित प्राणिक हीलर और टैरो कार्ड मास्टर रवनीत बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। कार्यशाला का उद्देश्य महिलाओं को उनके मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ाने के लिए उपकरण और

कार्यशाला में बोलतीं वक्ता। संवाद

तकनीकों का ज्ञान प्रदान करना था। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने विद्यार्थियों को कल्याण एवं विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक कौशल से लैस करने के इस प्रयास की सराहना की।

एमसीएम चंडीगढ़ में आत्म-चिकित्सा और ध्यान पर कार्यशाला मुख्य वक्ता रवनीत संबोधित करते हुए। (छाया : गुरिंद्र सिंह)

एमसीएम द्वारा आत्म-चिकित्सा और ध्यान पर कार्यशाला का आयोजन

चंडीगढ़, 3 अप्रैल (राम सिंह बराड़): मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल ने कॉस्मेटोलॉजी एंड ब्यूटी केयर ऐड-ऑन कोर्स के सहयोग से सेल्फ-हीलिंग एंड मेडिटेशन पर एक कार्यशाला का आयोजन किया। इस कार्यशाला में प्रसिद्ध आध्यात्मिक संत, प्रमाणित प्राणिक हीलर और टैरो कार्ड मास्टर, रवनीत, बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। इस कार्यशाला का उद्देश्य महिलाओं को उनके मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ाने के लिए उपकरण और तकनीकों का ज्ञान प्रदान करना था।

कार्यशाला में समग्र उपचार और ध्यान पर सत्र शामिल थे। प्रतिभागियों ने कार्यशाला में आत्म चिकित्सा और ध्यान प्रथाओं पर विशेषज्ञ द्वारा दी गई विस्तृत जानकारी और अंतर्दृष्टि से लाभ उठाया। उन्होंने कहा कि इस तरह के प्रयास कॉलेज की एक नियमित विशेषता है जिसका उद्देश्य अपने विद्यार्थियों के समग्र विकास को सुनिश्चित करना है।

Print

MCM holds workshop on Self-Healing and Meditation

April 03, 2024 02:45 PM

CHANDIGARH,03.04.24-The Women Development Cell of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, in collaboration with the Cosmetology and Beauty Care Add-on Course, organised a workshop on Self-Healing and Meditation. Ms. Ravneett, a renowned spiritual sage, certified pranic healer and tarot card master, conducted the workshop that aimed to empower women by providing them with tools and techniques to enhance their mental, emotional, and spiritual well-being. The workshop included sessions on holistic healing and meditation. The participants had the opportunity to learn from experts who shared their knowledge and insights on self-healing techniques and meditation practices.

Principal Dr. Nisha Bhargava expressed appreciation for this endeavour to equip students with the much required skills for promoting well-being and growth. She added that such endeavours are a regular feature of the college aimed at ensuring holistic

एमसीएम ने आत्म-चिकित्सा और ध्यान पर कार्यशाला का आयोजन किया

चंडीगढ़, स्टेट समाचार।

मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल ने कॉस्मेटोलॉजी एंड ब्यूटी केयर ऐड-ऑन कोर्स के सहयोग से सेल्फ-हीलिंग एंड मेडिटेशन पर एक कार्यशाला का आयोजन किया। इस कार्यशाला में प्रसिद्ध आध्यात्मिक संत, प्रमाणित प्राणिक हीलर और टैरो कार्ड मास्टर,सुश्री रवनीत, बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। इस कार्यशाला का उद्देश्य महिलाओं को उनके मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ाने के लिए उपकरण और तकनीकों का ज्ञान प्रदान करना था। कार्यशाला में समग्र उपचार और ध्यान पर सत्र शामिल थे। प्रतिभागियों ने कार्यशाला में आत्म चिकित्सा और ध्यान प्रथाओं पर विशेषज्ञ द्वारा दी गई विस्तृत जानकारी और अंतर्दृष्टि से लाभ उठाया। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने विद्यार्थियों को कल्याण एवं विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक कौशल से लैस करने के इस प्रयास की सराहना की।

एमसीएम ने आत्म-चिकित्सा और ध्यान पर कार्यशाला का आयोजन किया

चंडीगढ़ (जगमार्ग न्यूज)। मेहर चंद महाजन डीएवी महिला महाविद्यालय, चंडीगढ़ के महिला विकास सेल ने कॉस्मेटोलॉजी एंड ब्यूटी केयर ऐड-ऑन कोर्स के सहयोग से सैल्फ-हीलिंग एंड मेडिटेशन पर एक कार्यशाला का आयोजन किया। इस कार्यशाला मे प्रसिद्ध आध्यात्मिक संत, प्रमाणित प्राणिक हीलर और टैरो कार्ड मास्टर,सुश्री रवनीत, बतौर मुख्य वक्ता शामिल हुईं। इस कार्यशाला का उद्देश्य महिलाओं को उनके मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ाने के लिए उपकरण और तकनीकों का ज्ञान प्रदान करना था। कार्यशाला मे समग्र उपचार और ध्यान पर सत्र शामिल थे। प्रतिभागियों ने कार्यशाला मे आत्म चिकित्सा और ध्यान प्रथाओं पर विशेषज्ञ द्वारा दी गई विस्तृत जानकारी और अंतर्दृष्टि से लाभ उठाया। प्राचार्या डॉ. निशा भार्गव ने विद्यार्थियों को कल्याण एवं विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक कौशल से लैस करने के इस प्रयास की सराहना की। उन्होंने कहा कि इस तरह के प्रयास कॉलेज की एक नियमित विशेषता है जिसका उद्देश्य अपने विद्यार्थियों के समग्र विकास को सुनिश्चित करना है।