


Annexure-C-2-(2.7.1)

2.7: Gender Equity:

i) No. of Health sensitization Programs organized = More than 3

Activities Organized:

1. AIDS Awareness Program



S.V. GOVT. COLLEGE GHUMARWIN
Distt. - Bilaspur, Himachal Pradesh, Pin-174021.
Phone and Fax 01978-255551. www.gcghumarwin.org.in, gcghumarwin-hp@nic.in

Red Ribbon Club

Stigma and discrimination are major challenges for people suffering from HIV, which affect their physical and mental health. To eliminate this discrimination, Himachal Pradesh AIDS Control Society organized a program through Red Ribbon in Government College under Youth Day and Joint Health Campaign. For this program, the students of the college were made to interact with People Living with HIV, in which they shared their experiences with everyone. Under this program, the students made a new beginning by joining hands with People Living with HIV. HIV AIDS Counselor Mrs. Monica ji was also present in this program, she also administered an oath to the students to avoid this disease and not to discriminate against people suffering from this disease. She gave information about the HIV and AIDS (Prevention and Control) Act, 2017, which is a law of India, which came into force on September 10, 2018. This law protects the rights of people suffering from HIV and AIDS and prevents discrimination against them. In this program, a video on this law was also shown. The students also made everyone aware through a short play. The chief guest of this program, the Principal of the college, Prof. Ram Krishan ji also asked the students to spread this information to every section of the society. Dr. Vikram Kapil, Prof. Sita Ram, Prof. Vivek, Prof. Anil Kumar, District AIDS Program Officer Dr. Tahseen and the Nodal Officer of Red Ribbon Club, Lalit Sharma was also present in this program.

To make people aware about the evils of drug abuse, the Red Ribbon Club of our college staged a street play at Sir Utsave on 2nd October, the birth anniversary of the Father of the Nation, Mahatma Gandhi. Twelve volunteers of the Red Ribbon Club of the college participated in the play. Through this street play, the students explained that drug addiction not only harms physical and mental health, but also has a profound effect on social and economic conditions. Breakdown of family fabric, increase in crime and decrease in productivity are the major side effects of drug addictions to avoid drug addiction themselves. On this occasion, popular MLA Ghumarwin Sh. Rajesh Dharmani participated as the chief guest and appealed to all the citizens of the society to actively participate in this campaign and cooperate in ending drug addiction.

A blood donation camp was organized at Swami Vivekanand Government College Ghumarvi on 22 November 2024 to commemorate the birth anniversary of martyr Ankush Thakur and NCC Day. This program was jointly

Lalit Sharma
Nodal Officer Red Ribbon club
SVGC Ghumarwin (9646502984)

Principal
SVGC Ghumarwin



S.V. GOVT. COLLEGE GHUMARWIN
Distt. - Bilaspur, Himachal Pradesh, Pin-174021.
Phone and Fax 01978-255551. www.gcghumarwin.org.in, gcghumarwin-hp@nic.in

Red Ribbon Club





Red Ribbon Club



पोस्टर बनाकर किया लोगों को एचआईवी एड्स के प्रति किया जागरूक



केशव न्यून, प्रदीप कुमार घुमारवीं, : राजकीय महाविद्यालय घुमारवीं में छात्रों की एचआईवी एड्स के बारे में जागरूक करने और उन्हें समुचित और सही तरह पर जागरूक कर देना ही जागरूकता अधिवक्ता का हिस्सा बनने के लिए आवश्यक है। इस उद्देश्य के अन्तर्गत एक पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन महाविद्यालय रेड रिबन क्लब ने किया जिसमें केशव न्यून, प्रदीप कुमार ने इस प्रतियोगिता में हिस्सा लिया जिसमें की ए डिप्टी वर्ग कि छात्र कुल्लुब ने प्रथम और बी एच की तुल्य वर्ग कि छात्र विवेक वर्ग ने दूसरा स्थान हासिल किया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्रों को एच आई वी, एड्स, रक्त चरम, भरो के दुष्प्रभाव इत्यादि विषय में जागरूक कर देना तथा छात्रों को जागरूकता अधिवक्ता के रूप में प्रोत्साहित करना और प्रो. सीता राम जी उपस्थित रहे।

पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में कृतिका प्रथम



घुमारवीं में रेड रिबन की ओर से आयोजित कार्यक्रम में कृतिका विद्यार्थी - प्रथम
 घुमारवीं : राजकीय महाविद्यालय घुमारवीं में छात्रों की एचआईवी एड्स के बारे में जागरूक करने और उन्हें समुचित और सही तरह पर जागरूक कर देना ही जागरूकता अधिवक्ता का हिस्सा बनने के लिए आवश्यक है। इस उद्देश्य के अन्तर्गत एक पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन महाविद्यालय रेड रिबन क्लब ने किया जिसमें केशव न्यून, प्रदीप कुमार ने इस प्रतियोगिता में हिस्सा लिया जिसमें की ए डिप्टी वर्ग कि छात्र कुल्लुब ने प्रथम और बी एच की तुल्य वर्ग कि छात्र विवेक वर्ग ने दूसरा स्थान हासिल किया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्रों को एच आई वी, एड्स, रक्त चरम, भरो के दुष्प्रभाव इत्यादि विषय में जागरूक कर देना तथा छात्रों को जागरूकता अधिवक्ता के रूप में प्रोत्साहित करना और प्रो. सीता राम जी उपस्थित रहे।

पीपल लीविंग विद एच.आई.वी. पर विद्यार्थियों ने किया संवाद

घुमारवीं, 23 सितम्बर (केशव): हिमाचल प्रदेश एड्स कंट्रोल सोसायटी द्वारा राजकीय महाविद्यालय घुमारवीं में रेड रिबन के माध्यम से कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने ए पीपल लीविंग विद एच.आई.वी. के बारे में अपनी बात कही। कार्यक्रम में एच.आई.वी. एड्स सलाहकार मोनिका भी उपस्थित रहीं। उन्होंने विद्यार्थियों को इस बीमारी से बचने और इससे पीड़ित लोगों के साथ भेदभाव न करने की शपथ दिलाई। उन्होंने एच.आई.वी. और एड्स (रक्तचम और निर्यंत्रण) अधिनियम, 2017 के बारे में जानकारी दी। उन्होंने कहा कि यह कानून एच.आई.वी. और एड्स से पीड़ित लोगों के अधिकारों की रक्षा करता है और उनके खिलाफ



घुमारवीं: पोस्टर के माध्यम से लोगों को एड्स के प्रति जागरूक करते रेड रिबन क्लब के सदस्य।

भेदभाव को रोकता है। कार्यक्रम में मुख्यातिथि प्रधानाचार्य प्रो. रामकृष्ण ने विद्यार्थियों को इस जानकारी को समाज में पहुंचाने के लिए प्रेरित किया। इस मौके पर डा. विक्रम कपिल, प्रो. सीता राम, प्रो. विवेक, प्रो. अनिल कुमार, एड्स प्रोग्राम ऑफिसर डा. तहसीन और रेड रिबन क्लब के नोडल ऑफिसर ललित शर्मा उपस्थित रहे।

पंजाब केसरी 24/09/17

2. Awareness Program about Nutritional and balanced Diet

DATE

संतुलित आहार लेने के लिए प्रेरित किए कालेज विद्यार्थी

संवाद सहयोगी, जमरुण • घुमारवीं : राजकीय महाविद्यालय घुमारवीं में सोमवार को पोषण पखवाड़े के तहत विशेष जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आयोजन महाविद्यालय महिला शिकायत निवारण समिति, हिंदी विभाग तथा महिला विभाग के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता उपप्राचार्य प्रो. प्रीतम लाल ने की।

उन्होंने विद्यार्थियों को संतुलित आहार लेने के लिए प्रोत्साहित किया। बाल विकास परियोजना अधिकारी रंजना शर्मा ने कहा कि भारत जैसे विकासशील देश में प्रत्येक नागरिक का स्वस्थ होना अति आवश्यक है, तभी हम 2030 तक संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास के उद्देश्यों को हासिल कर सकते हैं। कहा कि एक महिला यदि सही आहार लेगी तो उसका परिवार भी स्वस्थ होगा और इस प्रकार देश में बीमारियों पर होने वाले खर्च को कम किया जा सकता है। सीडीपीओ रंजना ने रक्त में हीमोग्लोबिन बढ़ाने के लिए खाना

राजकीय महाविद्यालय घुमारवीं में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम के बाद उपस्थित कालेज प्रबंधन व अन्य • जलद्वारा

घुमारवीं महाविद्यालय में पोषण पखवाड़े के तहत आयोजित किया गया जागरूकता कार्यक्रम, विद्यार्थियों को किया जागरूक

दी। सुपरवाइजर कीर्ति ने कहा कि इस अभियान का उद्देश्य बच्चों, किशोरियों और महिलाओं में कुपोषण को कम करना है।

आहार और पोषक तत्वों के विभिन्न स्रोतों को जानकारी दी। सुपरवाइजर श्वेता ने महिला एवं बाल विकास विभाग की योजनाओं की जानकारी दी। उन्होंने शगुन योजना, प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना, बेटी है अनमोल योजना, विधवा पुनर्विवाह योजना तथा इंदिरा गांधी सुख शिक्षा योजना के बारे में बताया। कार्यक्रम संयोजक डा. मनोरमा ने धन्यवाद

जापित किया। डा. अंजना ने मंच संचालन किया। इस अवसर पर महाविद्यालय की सभी समितियों के समन्वयक डा. सुरेश शर्मा, प्रो. सीताराम, सहायक आचार्य राजीव, डा. अंजना, डा. अंजु, डा. रीता, सहायक आचार्य पूनमा, डा. प्रवीण, सहायक आचार्य राकेश, सहायक आचार्य पूजा, सचिन, संतोष, नितिन, नंदू व विद्यार्थी उपस्थित रहे।

विद्यार्थियों को हीमोग्लोबिन बढ़ाने की दी गई जानकारी

संवाद न्यूज एजेंसी

घुमारवीं (बिलासपुर)। राजकीय महाविद्यालय घुमारवीं के हिंदी विभाग, कालेज महिला शिकायत निवारण समिति और महिला विभाग के संयुक्त तत्वावधान में पोषण पखवाड़े के तहत जागरूकता कार्यक्रम हुआ, अध्यक्षता उप प्राचार्य प्रो. प्रीतम लाल ने की।

उन्होंने विद्यार्थियों को संतुलित आहार लेने के लिए प्रोत्साहित किया। महिला विभाग की ओर से बाल विकास परियोजना अधिकारी रंजना शर्मा ने बताया कि भारत जैसे विकासशील देश में प्रत्येक नागरिक का स्वस्थ होना अति आवश्यक है, तभी हम 2030 तक संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास के उद्देश्यों को हासिल कर सकते हैं। उन्होंने बताया कि एक महिला यदि सही आहार लेगी तो उसका परिवार भी स्वस्थ होगा और इस प्रकार देश में बीमारियों पर होने वाले खर्च को कम किया जा सकता है।

उन्होंने रक्त में हीमोग्लोबिन बढ़ाने के लिए खाना खाने के सही तरीकों की भी जानकारी दी। सुपरवाइजर कीर्ति ने बताया कि इस अभियान का उद्देश्य बच्चों, किशोरियों और महिलाओं में कुपोषण को कम करना है। उन्होंने बताया कि आंगनवाड़ी में गर्भवती महिलाओं की समय-समय पर जांच की जाती है, ताकि गर्भवती

महिलाएं स्वस्थ बच्चों को जन्म दे सकें। उन्होंने पोषण टैकर मोबाइल एप की भी जानकारी दी। सुपरवाइजर निधि शर्मा ने संतुलित आहार और पोषक तत्वों के विभिन्न स्रोतों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि महिलाएं पोषण के अभाव में एनीमिया का शिकार हो रही हैं जिससे यह कुपोषित बच्चों को जन्म देती है।

सुपरवाइजर श्वेता ने महिला एवं बाल विकास विभाग की शगुन योजना, प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना, बेटी है अनमोल योजना, विधवा पुनर्विवाह योजना, इंदिरा गांधी सुख शिक्षा योजना, इनके लिए पात्रता और लाभार्थियों की जानकारी दी। साथ ही इन योजनाओं की जानकारी अपने आस-पास के लोगों तक पहुंचाने का आग्रह किया।

इस अवसर पर कार्यक्रम संयोजक डा. मनोरमा, डा. अंजना, डा. सुरेश शर्मा, प्रो. सीताराम, सहायक आचार्य राजीव, डा. अंजना, डा. अंजु, डा. रीता, डा. प्रवीण, सहायक आचार्य पूनमा, सहायक आचार्य राकेश, सहायक आचार्य पूजा, सचिन, संतोष, नितिन, नंदू आदि विद्यार्थी उपस्थित रहे।

अभिनव (9) उज्ज्वला 22/04/25

3. Awareness Program about Personal Hygiene



4. Awareness Program about Mental Health, Meditation and Stress Management

मानसिक स्वास्थ्य, अवसाद प्रबंधन में ध्यान की अहम भूमिका : राकेश



धुमारवीं कॉलेज में विश्व ध्यान दिवस पर आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में शपथ लेते विद्यार्थी। संवाद

संवाद न्यूज एजेंसी

धुमारवीं (विलासपुर)। राजकीय महाविद्यालय धुमारवीं के योग क्लब ने विश्व ध्यान दिवस पर एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम में प्रातः कालीन सभा में विद्यार्थियों और शिक्षकों ने ध्यान किया।

इस दौरान मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन में ध्यान की भूमिका विषय पर भी चर्चा की गई। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. राकेश राणा ने कहा कि ध्यान हमारे अंदर की यात्रा है जिससे हम बाहर की दुनिया में जीने का कौशल सीखते हैं।

उन्होंने कहा कि मानसिक विकार से कोई भी व्यक्ति जीवन के किसी भी पड़ाव में ग्रस्त हो

सकता है इसलिए आवश्यक है कि ध्यान जैसी विधि को जीवन में अपनाया जाए। उन्होंने कहा कि ध्यान से जहां शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य प्राप्त होता है वहीं आध्यात्मिक मार्ग पर अग्रसर होने में सहायक है।

उन्होंने कहा कि यदि विद्यार्थियों को किसी भी तरह की मानसिक परेशानी, तनाव या चिंता हो तो उन्हें अपने दोस्तों, परिवार वालों या शिक्षकों के साथ जरूर साझा करें। ताकि वह अकेलेपन का शिकार न हों और अपनी समस्या से संबंधित सही समाधान प्राप्त कर सकें। उन्होंने विद्यार्थियों से ध्यान को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया। उन्होंने सभी को निरंतर ध्यान के लिए एक ध्यान शपथ भी दिलाई।

छात्र अभियेक ने कहा कि नशे जैसी दुष्प्रवृत्ति से ध्यान द्वारा बचा जा सकता है।

अनिता ने कहा कि ध्यान करने से मैं मानसिक विकार जैसे चिंता, गुस्सा आना, अकेलेपन जैसी समस्याओं से बाहर निकली हूँ। योग क्लब की प्रभारी डॉ. रीता ने कहा कि मानसिक तनाव और अवसाद आज महामारी की तरह फैल रहे हैं जिसका शिकार युवा और बच्चे सर्वाधिक हो रहे हैं। इसलिए योग, ध्यान को शैक्षणिक संस्थानों में हर एक विद्यार्थी के लिए आवश्यक करना चाहिए। इस अवसर पर संजना, प्रो. रीता शर्मा, पूजा, प्रो. कविता, एनएसएस अधिकारी प्रो. रमेश, महाविद्यालय योग क्लब के सदस्य आदि उपस्थित रहे।

धुमारवीं में मनाया ध्यान दिवस

धुमारवीं : विवेकानंद राजकीय महाविद्यालय धुमारवीं के योग क्लब ने विश्व ध्यान दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम में प्रातः कालीन सभा में हाविलड आनलाइन ध्यान सत्रा द्वारा आयोजित ध्यान सत्र में महाविद्यालय के विभिन्न विद्यार्थियों और शिक्षकों ने ध्यान किया। कन्या छात्रावास के योग हॉल में छात्राओं

ने ध्यान का अभ्यास किया। इस अवसर पर मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन में ध्यान की भूमिका विषय पर चर्चा का भी आयोजन किया गया। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. राकेश राणा ने कहा कि ध्यान हमारे अंदर की यात्रा है। इस अवसर पर उन्होंने निरंतर ध्यान के लिए एक ध्यान शपथ भी दिलाई।

दिव्य हिमाचल
22/12/24