Dated: 10th Sept. 2024

Meeting of Women Cell / Sexual Harassment and Grievance Redressal Committee:

Agenda: To discuss action plan for the session 2024

A meeting of women cell, sexual harassment and grievance Redressal committee was organised on 10th Sept. to discuss the action plan for the session 2024-25. With the consent of all the members it was decided that the cell will organise awareness programmes on various social issues in addition to some lectures by the Medical officers for the welfare of female students. It was decided during the meeting that to begin with Dr. Dechen Wangmo, medical officer at Banjar hospital will be called to deliver a lecture on hysteria and other common medical issues faced by girls at young age. It was also decided that lectures related to women's rights, anti-narcotics and general awarness regarding environment will be organised in due course of time. 7 Students were nominated as Gender Champions.

Following staff members and gender champions were present in the meeting:

1. Leena Vaidya (Convener)
2. Vikas Negi
3. Prof. Deepak K. Singh.
4. Dr. Hemlata
5. Prof. Ramanand
6. Prof. Lata
7. Kanika (Student)
8. Akshita "
9. Yamuna "
10. Rohan Prakash "

(Students)

11. Radhika
12. Kshitiz
13. Yopinder

10 Sept, 2024

Principal
Government Degree College
Banjar, Distt. Kullu (H.P.)

Dated: 26th Sept. 2024.

"NOTICE"

This is for the information of all the students, staff and non-teaching staff that the "Women Cell" of GDCB is organising a health awareness camp for all the boys & girls of this college. Dr. Dechen Wongmo will be the chief-guest as well as the main speaker in this session. All are requested to kindly attend the function on 27th Sept. 2024 at 11:00 AM in college multipurpose hall. Looking forward to your presence.

[signature]
Convener
(Women Cell)

[signature] 26th Sept., 2024
Principal
(G. C. Banjar)

Principal
Government Degree College
Banjar, Distt. Kullu (H.P.)

In place of Dr Dechen Wangmo, Dr. Shivanshu came to deliver the lecture.

[signature]

महिला प्रकोष्ठ द्वारा सामान्य स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

राजकीय महाविद्यालय बंजार में आज महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान में महाविद्यालय सभागार में सामान्य स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ रेणुका थपलियाल ने की।

इस अवसर पर सिविल हॉस्पिटल बंजार से डॉ शिवांशु गौतम मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित रही। इस कार्यक्रम का शुभारम्भ द्वीप प्रज्जवलन से हुआ और मंच संचालन महिला प्रकोष्ठ प्रभारी डॉ लीना वैद्या ने किया।

मुख्य वक्ता ने अपने सम्भाषण में स्वस्थ जीवन शैली, मधुमेह रोग, हाइपरटेंशन, माहावारी जैसे मुद्दों पर अपनी बात रखी। उन्होंने अल्कोहल और सिगरेट के दुषप्रभावों से भी विद्यार्थियों को अगवत करवाया। उन्होंने बताया कि आधुनिक युग में किस तरह से विद्यार्थी डायबिटीज तथा हाइपरटेंशन के शिकार हो रहे हैं । उन्होंने बताया हम सभी को चाहिए कि हम सुबह का नाश्ता जरूर करें, उचित मात्रा में पानी का सेवन करें, व्यायाम तथा योग करें और साथ ही साथ फोन को छोड़कर अपने विश्वसनीय तथा परिवार जनों से बातचीत करें ।

महाविद्यालय की प्राचर्या ने बताया की मौजूदा बदलती परिस्थितियों में कैसे हम अपने आप को शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रखने के लिए व्यायाम योग और खान पान की आदतें सुधार करके स्वस्थ जीवन संभव बना सकते हैं। इस कार्यक्रम में महिला प्रकोष्ठ के सदस्यों सहित महाविद्यालय के शिक्षक और गैर शिक्षक वर्ग उपस्थित रहे। अंत में प्रो दीपक कुमार सिंह ने अतिथियों, विद्यार्थियों और वक्ता का धन्यवाद ज्ञापित किया।

27 Sept, 2024

Principal
Government Degree College
Banjar, Distt. Kullu (H.P.)

Dated: 27th Sept. 2024

classmate
Date
Page

28th Sept. 2024

महाविद्यालय बंजार में युवाओं को बताए अल्कोहल व सिगरेट के दुष्प्रभाव

बंजार, 27 सितम्बर (तक्षक): महाविद्यालय बंजार में शुक्रवार महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान में महाविद्यालय सभागार में सामान्य स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. रेणुका थपलियाल की अध्यक्षता में किया गया।

इस अवसर पर सिविल अस्पताल बंजार से डॉ. शिवांशु गौतम मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित रहे। इस कार्यक्रम का शुभारम्भ दीप प्रज्वलन से हुआ और मंच संचालन महिला प्रकोष्ठ प्रभारी डॉ. [illegible] ने किया। मुख्य वक्ता ने स्वस्थ जीवन शैली, मधुमेह रोग, हाइपरटेंशन व माहवारी जैसे मुद्दों पर अपनी बात रखी। उन्होंने अल्कोहल और सिगरेट के दुष्प्रभावों से भी विद्यार्थियों को अवगत करवाया।

उन्होंने बताया कि आधुनिक युग में किस तरह से विद्यार्थी डायबिटीज तथा हाइपरटेंशन के शिकार हो रहे हैं। सुबह का नाश्ता जरूर करें, उचित मात्रा में पानी का सेवन करें, व्यायाम तथा योग करें और साथ ही साथ [illegible] को छोड़कर अपने विश्वसनीय तथा परिवारजनों से बातचीत करें। इस कार्यक्रम में महिला प्रकोष्ठ के सदस्यों सहित महाविद्यालय के शिक्षक और गैर शिक्षक वर्ग उपस्थित रहे।

बंजार : महाविद्यालय बंजार में स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम के दौरान प्राचार्या व अन्य गणमान्य व्यक्ति।

स्वस्थ रहने के लिए सुबह का नाश्ता जरूरी : शिवांशु

बंजार महाविद्यालय में विद्यार्थियों को किया जागरूक

संवाद न्यूज एजेंसी

बंजार (कुल्लू)। स्वस्थ रहने के लिए सुबह का नाश्ता जरूरी है। इसके अलावा उचित मात्रा में पानी का सेवन भी करें। व्यायाम, योग और ध्यान को अपनी दिनचर्या का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बनाएं।

यह यह बात नागरिक अस्पताल बंजार के चिकित्सक डॉ. शिवांशु गौतम ने बंजार कॉलेज में आयोजित शिविर में कही।

कॉलेज में महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान में सामान्य स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। इस दौरान महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. रेणुका थपलियाल भी मौजूद रहीं। डॉ. शिवांशु गौतम ने विद्यार्थियों को स्वस्थ जीवन शैली, मधुमेह रोग, हाइपरटेंशन, माहवारी जैसे मुद्दों पर जागरूक किया। कहा कि शराब और अन्य नशीले पदार्थों के इस्तेमाल से जानलेवा बीमारियां होती हैं। चेतावनी के बाद भी युवा पीढ़ी नशे की चपेट में आ रही है।

इसे बचाने के लिए प्रयास किए जाने चाहिए। इस दौरान प्रो. दीपक कुमार सिंह आदि उपस्थित रहे।

Workshop on "Self-Defence Skills"

classmate
Date
Page

20th Nov. 2024 to 25th Nov 2024

In collaboration with ICDS (Integrated Child Development Services) Banjar, the "women-cell" of the college organised a five-days 'self-defence' workshop for the girl students of the college, w.e.f. 20th Nov. to 25th Nov 2024, in the college campus from 12:00 AM to 1:00 PM. More than 100 girls took part in this workshop and learnt the skills & techniques to protect themselves in potentially vulnerable situations. The ~~workshop~~ workshop aimed to educate, empower and equip female students with essential self-defence skills.

Objective:

a) To educate girls on self-defence techniques, skills and strategies.
b) To enhance confidence among girl students
c) To promote a culture of safety.
d) To reduce vulnerability to attacks.
e) To improve situational awareness.

[signature] 25th Nov. 2024
(Convener Women Cell)

[signature] 25/11/2024
(Principal)

Principal
Govt. Degree College
Banjar Distt. Kullu (H.P.

[signature]

80 students on 1st Day.

21st Nov Amar Ujala

80 छात्राओं ने सीखे आत्मरक्षा के गुर

बंजार (कुल्लू)। बंजार कॉलेज में छात्राओं के लिए आत्मरक्षा के गुर सिखाने के लिए प्रशिक्षण शिविर लगाया जा रहा है। बाल विकास परियोजना और बंजार महाविद्यालय का महिला प्रकोष्ठ संयुक्त रूप से शिविर का आयोजन कर रहा है। 25 नवंबर तक आत्मरक्षा के गुर सिखाए जाएंगे। प्राचार्य डॉ. आरके सिंह ने कहा कि आत्मरक्षा का कौशल हर छात्रा को आना चाहिए। शिविर में विशेषज्ञ मोहन लाल छात्राओं को आत्मरक्षा के गुर सिखा रहे हैं। पहले दिन छात्राओं को पंच और किक करने की तकनीक सिखाई गई। शिविर में महाविद्यालय की 80 छात्राओं ने भाग लिया। उधर, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बंजार और राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मंगलौर में अध्ययनरत छात्राओं को 20 से 25 नवंबर तक आत्मरक्षा के गुर सिखाए जाएंगे। बाल विकास परियोजना अधिकारी चंपा शर्मा ने कहा कि बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ योजना के तहत किशोरियों को आत्म रक्षा करने का प्रशिक्षण दिया जा रहा है। संवाद

राजकीय महाविद्यालय बंजार में आत्मरक्षा के गुर सीखतीं छात्राएं। संवाद

Dated: 18.11.2024

NOTICE

This is for the information of all the girl students of the college that 'Women Cell' of this college, in collaboration with ICDS Banjar, is organising a 5-Days workshop/Skill development programme on "Self Defence Skill," w.e.f. 20th November to 25th November, 2024 from12:00 am to 01:00 PM, in the college campus. All the girl students are requested to take part in this workshop and make it a success.

18/11/24
Convener
(Women Cell)

Principal
Govt. Degree College
Banjar Distt Kullu (H.P

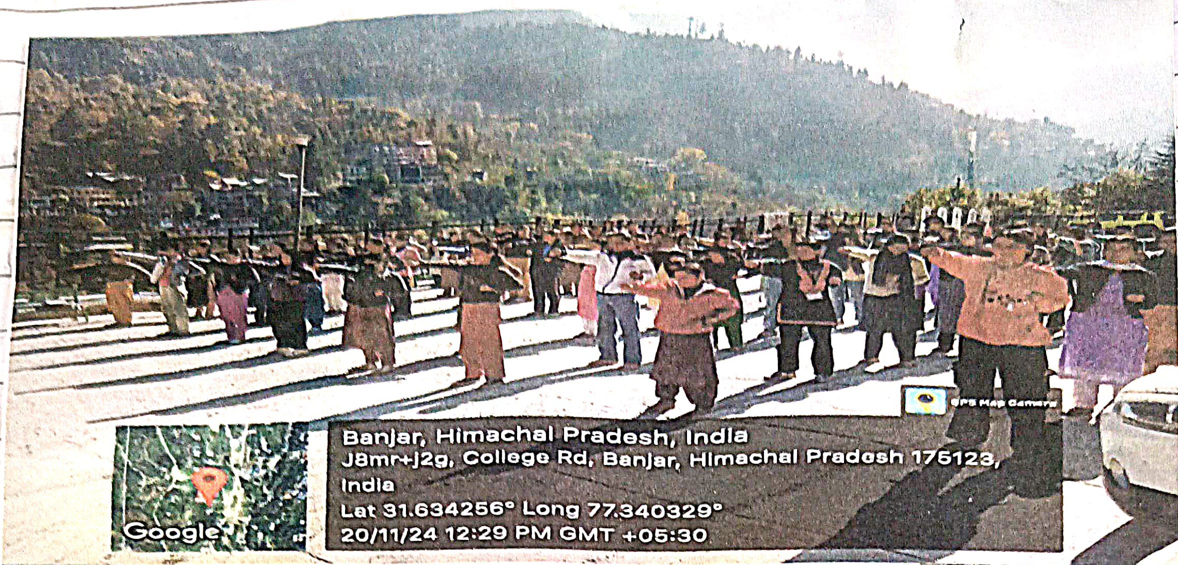
ACADEMY OF SELF DEFENCE KULLU

Member: Universal Shotokan Karate Do India (USKI)
USKI Approved by: Karate India Organization (KIO)
H.O.: Harish General Store, Sultanpur, Kullu, H.P. 175101
Email: senseiharish1984@gmail.com Phone No. 96371-04000

Ref. No.

Dated:

Remarks: - The self defence training was organized in GC Banjar in collaboration with women cell of the college. This programme/workshop was organized by ICDS project Banjar w.e.f. NOV 20-25, 2024.



The workshop was concluded on 25th Nov. with ~~staging~~ a skit performance by the students on "Beti Bachaao, Beti Padhao." The students were given refreshment by the ICDS Banjar after the completion of the workshop.

25/11/2024
(Principal)
Principal
Govt. Degree College
Banjar Distt. Kullu (H.P)

25th Nov 2024
(Convener)

classmate
Date
Page

Amar Ujala

धर्मशाला | वीरवार, 28 नवंबर 2024

कॉलेज की छात्राओं ने सीखे आत्म सुरक्षा के गुर

संवाद न्यूज एजेंसी

बंजार (कुल्लू)। बंजार कॉलेज में पांच दिवसीय आत्म सुरक्षा प्रशिक्षण शिविर का समापन हो गया। इस दौरान कॉलेज की 140 छात्राओं ने आत्म सुरक्षा के गुर सीखे।

इस मौके पर रोवर और रेंजर इकाई की छात्राओं ने बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ पर नाटक प्रस्तुत किया। नाटक में छात्रा रजनी ने अध्यापिका की भूमिका और अर्चना ने दादी की भूमिका निभाकर खूब तालियां बटोरीं। बंजार कॉलेज की प्राचार्य प्रो. आरके सिंह ने कहा कि

बंजार कॉलेज में पांच दिवसीय आत्म सुरक्षा प्रशिक्षण शिविर का समापन

बाल विकास विभाग बंजार के सहयोग से छात्राओं को अपनी सुरक्षा को लेकर जागरूक किया गया।

इसके अलावा शिक्षक मोहन और हरीश ने व्यावहारिक रूप से तकनीकों का प्रयोग कर छात्राओं के माध्यम से प्रदर्शन किया।

इस दौरान बाल विकास अधिकारी बंजार के पर्यवेक्षक मोतीराम भी मौजूद रहे।

..र : बंजार महाविद्यालय में पांच दिवसीय आत्मरक्षा प्रशिक्षण शिविर के समापन समारोह के दौरान सामूहिक चित्र में छात्राएं और प्रशिक्षक

8th March 2025

"International Women's Day."

International Women's Day Celebrated with Enthusiasm at Government College, Banjar :

International Women's Day was celebrated with great enthusiasm at Government College, Banjar. The event was organized under the joint aegis of the college's Women's Cell and Gender Champions. The program commenced with Dr. Leena Vaidya, Coordinator (Women's Cell), extending a warm welcome to the chief guest. On this special occasion, renowned organic farmer from the Banjar region, Mrs. Anita Negi, was present. She highlighted the importance of organic farming and shared how she successfully cultivated crops such as apples, potatoes, tomatoes, chilies, and coarse grains using natural methods. Her achievements have become a source of inspiration for other women. She mentioned that with the support of the Agriculture Department, she initially started apple orchards and vegetable farming on 3 bighas of land, which has now expanded to 7 bighas. Additionally, she has been providing training to self-help groups.

Various competitions and cultural programs were organized to showcase the struggles, sacrifices, and achievements of women. Some key highlights of the event included:

Poetry Competition – Lency, Anjali, Bhanupriya, and Kuljeet paid tribute to great women in Indian history through their poetic presentations, highlighting their contributions to society.

Traditional Fashion Show – The show featured a glimpse of pahari culture and traditions through traditional attire.

Ethnic Fashion Show – Themed "Unity in Diversity," this segment promoted unity and cultural diversity in society.

Indo-Western Show – This segment showcased the fusion of modernity and tradition.

PCOD Presentation – Lovely Chauhan shared her personal experiences, explaining how PCOD-related health issues can be managed through a balanced diet and a healthy lifestyle.

Musical and Theatrical Performances – These performances emphasized messages of women's freedom and equality.

Special Presentation by Gender Champions – Radhika and Kanika gave a powerful presentation advocating for women's freedom and equality.

To recognize outstanding performances, three students – Kanika, Radhika, and Akshita – were honored for their exceptional contributions.

The college principal, Dr. Rajesh Kumar Singh, extended his warm wishes and congratulations on International Women's Day. He elaborated on topics such as gender equality, women's empowerment, the freedom for daughters to pursue their goals, and equal upbringing.

The program concluded with a vote of thanks delivered by Dr. Deepak Kumar. The event was attended by all the faculty members and around 150 students.

Principal
Govt. Degree College
Banjar Distt Kullu (H.P

(Convener)
9th March 2025

classmate
Date
Page

classmate

9th March

बंजार कॉलेज में मनाया महिला दिवस

अनंत ज्ञान, बंजार। राजकीय उत्कृष्ट महाविद्यालय बंजार में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस धूमधाम से मनाया गया। इस कार्यक्रम का आयोजन महाविद्यालय के महिला प्रकोष्ठ और जेंडर चैंपियंस के संयुक्त तत्वाधान में किया गया। सर्वप्रथम डॉ. लीना वैद्य, समन्वयक (महिला प्रकोष्ठ) द्वारा मुख्यातिथि का स्वागत किया गया। इस अवसर पर बंजार क्षेत्र की प्रसिद्ध जैविक कृषक अनीता नेगी उपस्थिति रही। उन्होंने जैविक खेती के महत्व पर प्रकाश डालते हुए बताया कि कैसे प्राकृतिक विधियों का उपयोग कर उन्होंने सेब, आलू, टमाटर, मिर्च और मोटे अनाज जैसी फसलों की खेती में सफलता प्राप्त की। इस अवसर पर विभिन्न प्रतियोगिताओं और सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया, जिनका मुख्य उद्देश्य महिलाओं के संघर्ष, त्याग और उपलब्धियां को उजागर करना था कार्यक्रम में प्रमुख रूप से शामिल थे। कविता प्रतियोगिता में भारतीय इतिहास की महान महिलाओं की उपलब्धियां और समाज में उनके योगदान पर आधारित प्रस्तुतियों के माध्यम से लेंसी, अंजलि, भानुप्रिया और कुलजीत द्वारा उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की गई।

उत्कृष्ट कार्य पर तीन कॉलेज छात्राएं नवाजीं

संवाद न्यूज एजेंसी

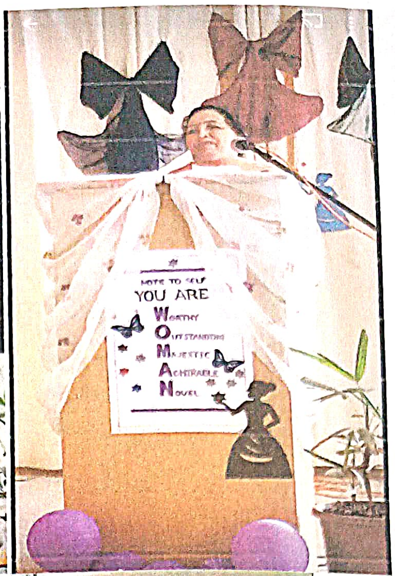
बंजार (कुल्लू)। राजकीय उत्कृष्ट महाविद्यालय बंजार में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस धूमधाम से मनाया गया। यह कार्यक्रम महाविद्यालय के महिला प्रकोष्ठ और जेंडर चैंपियंस के संयुक्त तत्वावधान में हुआ।

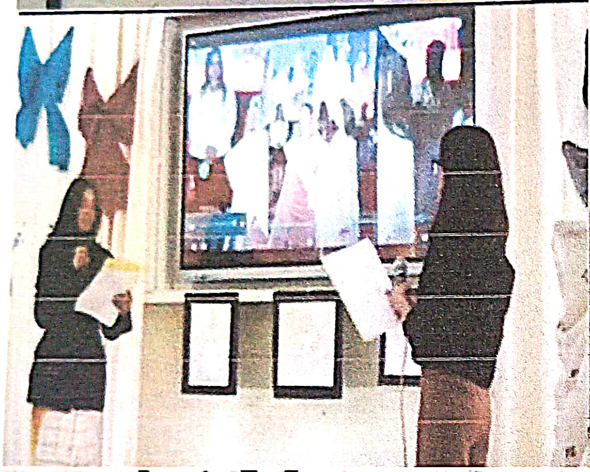
सर्व-प्रथम समन्वयक डॉ. लीना वैद्य ने मुख्यातिथि प्रसिद्ध जैविक कृषक अनीता नेगी का स्वागत किया। उन्होंने जैविक खेती के महत्व पर प्रकाश डाला। बताया कि कैसे प्राकृतिक विधियों का उपयोग कर उन्होंने सेब, आलू, टमाटर, मिर्च और मोटे अनाज जैसी फसलों की खेती में सफलता प्राप्त की, और उनकी यह उपलब्धि दूसरी महिलाओं के लिए प्रेरणा बनी।

कार्यक्रम के माध्यम से सांस्कृतिक झलक पेश की

लवली चौहान ने पीसीओडी जैसी स्वास्थ्य समस्याओं को संतुलित आहार और स्वस्थ जीवन शैली के माध्यम से कैसे नियंत्रित करने की सलाह दी। महाविद्यालय के जेंडर चैंपियन राधिका और कनिका ने महिला स्वतंत्रता और समानता को बढ़ावा देने को लेकर विशेष प्रस्तुति दी। इस मौके पर उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए महाविद्यालय की तीन छात्राओं कनिका, राधिका और अक्षिता को सम्मानित किया गया।

प्राचार्य डॉ. राजेश कुमार सिंह ने अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस की शुभकामनाएं दीं। इस दौरान डॉ. रेणुका थपलियाल, डॉ. रमेश यादव, डॉ. हेमलता, लता, डॉ. विकास, डॉ. अनिल तथा अन्य शिक्षक और विद्यार्थी उपस्थित रहे।





Vaidya
9th March 2025

09/03/2025
Principal
Govt. Degree College
Baniar Distt Kullu (H.P