

## राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई महाविद्यालय सराहां, सिरमौर हि.प्र.

**सप्त दिवसीय विशिष्ट आवासीय शिविर**

**दिनांक 11 फरवरी से 17 फरवरी 2025**

**प्रभारी: सहायक आचार्य दिनेश कुमार**

राजकीय महाविद्यालय सराहां की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई, सत्र 2024-25 के सप्त दिवसीय विशिष्ट शिविर का शुभारंभ दिनांक 11 फरवरी 2025 को किया गया जिसमें 53 स्वयंसेवी ने हिस्सा लिया। इस विशिष्ट शिविर में कार्यकारी प्राचार्य श्री जगमोहन सिंह ठाकुर राजकीय महाविद्यालय सराहां, बतौर मुख्य अतिथि शामिल हुए। सर्वप्रथम मुख्य अतिथि को बैज लगाकर तथा गुलदस्ता भेंट कर स्वागत किया गया। उसके बाद मुख्य अतिथि ने माता सरस्वती के चरणों में दीप प्रज्ज्वलन कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। सांस्कृतिक कार्यक्रमों के तहत स्वयंसेवियों ने सरस्वती वंदना व राष्ट्रीय सेवा योजना गीत प्रस्तुत किया। उसके बाद कार्यक्रम अधिकारी दिनेश कुमार द्वारा मुख्य अतिथि का स्वागत किया गया तथा सप्त दिवसीय शिविर के कार्यक्रमों के बारे में संक्षिप्त में अवगत करवाया गया। उन्होंने बताया कि इस बार के शिविर के थीम "youth for my Bharat and youth for digital literacy" है। स्वयंसेवियों ने भजन व नृत्य आदि सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत कर कार्यक्रम की शोभा को बढ़ाया। मुख्य अतिथि महोदय ने अपने संबोधन में विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि राष्ट्र के लिए सामुदायिक भागीदारी आवश्यक है तथा राष्ट्रीय स्वयंसेवा योजना हमें समाज से जुड़ने का अवसर प्रदान करता है। दोपहर बाद भोजन उपरांत कार्यक्रम अधिकारी द्वारा स्वयंसेवियों को राजेंद्र सिंह, जादव पायेंग, मारीमुथु योगनाथन, एम.एस. स्वामीनाथन तथा सलीम अली नामक पांच समूहों में बांटा गया।



## राष्ट्र के लिए सामुदायिक भागीदारी आवश्यक

अनंत ज्ञान, सोलन। राजकीय महाविद्यालय सराहां में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई का सात दिवसीय विशेष शिविर का शुभारंभ किया गया, जिसमें 56 स्वयंसेवी हिस्सा ले रहे हैं। इस विशिष्ट शिविर के शुभारंभ दिवस पर कॉलेज के कार्यकारी प्राचार्य जगमोहन सिंह ठाकुर ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। प्राचार्य ने माता सरस्वती के चरणों में दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। तत्पश्चात स्वयंसेवियों ने सरस्वती वंदना तथा राष्ट्रीय सेवा योजना गीत प्रस्तुत किया। मुख्यातिथि महोदय ने अपने संबोधन में विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि राष्ट्र के लिए सामुदायिक भागीदारी आवश्यक है तथा राष्ट्रीय स्वयंसेवा योजना हमें समाज से जुड़ने का अवसर प्रदान करता है।



### Physical Activities:-

शारीरिक कार्यों के तहत 11 फरवरी 2025 को मारीमुथु योगनाथन समूह ने रसोईघर की सफाई की, राजेंद्र सिंह समूह ने महाविद्यालय के अंदरूनी भाग तथा अन्य तीनों समूहों ने महाविद्यालय प्रांगण में सफाई का कार्य किया जबकि 12 फरवरी 2025 को शारीरिक कार्यों हेतु स्वयंसेवी गोद लिए गांव सराहां के जोहना घाट स्थित हनुमान मंदिर परिसर पहुंचे। इस दिन का कार्यभार राजेंद्र सिंह समूह के पास रहा। इस दौरान मंदिर परिसर के अंदर मारीमुथु समूह के सदस्यों ने सफाई अभियान चलाया जिसमें बावड़ी की सफाई भी की गई जबकि एम. एस. स्वामीनाथन समूह द्वारा पौधों की गुड़ाई एवं सिंचाई की गई। सलीम अली तथा जादव पायेंग समूह के स्वयंसेवियों ने मंदिर परिसर के आसपास के क्षेत्रों में सफाई की।

दिनांक 13 फरवरी 2025 को दिन का कार्यभार मारीमुथु समूह के पास रहा। इस दौरान राजेंद्र सिंह समूह ने महाविद्यालय परिसर में लगे पौधों की गुड़ाई व

सिंचाई का कार्य किया जबकि अन्य समूहों के स्वयंसेवियों ने महाविद्यालय खेल मैदान के आसपास जमी खरपतवार और घास को निकालने का कार्य किया।

इसी क्रम में 14 फरवरी 2025 को दिन का कार्यभार एम. एस. स्वामीनाथन समूह के पास रहा तथा दौरान राजेंद्र सिंह, मारीमुथु योगनाथन, जादव पाएंग तथा सलीम अली समूहों के स्वयंसेवियों ने महाविद्यालय खेल मैदान को समतल बनाने का कार्य किया और साथ ही डंगों पर उगी खरपतवार को काटकर उसका निस्तारण किया।

दिनांक 15 फरवरी 2025 को शारीरिक कार्यों के अंतर्गत Plastic free campaign चलाया गया। इस अभियान की शुरुआत राजकीय महाविद्यालय सराहां से की गई। स्वयंसेवियों ने राष्ट्रीय राजमार्ग 907A से होकर पुराना बस स्टैंड सराहां तक प्लास्टिक को एकत्र करके उसका निस्तारण किया। इस दौरान स्वयंसेवियों ने विभिन्न व्यक्तियों से बातचीत भी की तथा लोगों को प्लास्टिक से होने वाले नुकसान के बारे में अवगत करवाया गया। इस अभियान में मारीमुथु, सलीम अली, एम.एस. स्वामीनाथन तथा राजेंद्र सिंह समूह के स्वयंसेवियों ने भाग लिया जबकि जादव पायेंग समूह के स्वयंसेवियों ने दिन भर की तमाम गतिविधियों का संचालन किया।

इसी तरह 16 फरवरी 2025 को दिन का कार्यभार सलीम अली समूह के पास रहा। इस दौरान राजेंद्र सिंह तथा मारीमुथु योगनाथन समूह के स्वयंसेवियों ने सिरमौरी ताल में सफाई का कार्य किया जबकि एम. एस. स्वामीनाथन समूह के स्वयंसेवियों ने चमोडा में बनी बावड़ी व उसके आसपास के क्षेत्र की सफाई का कार्य किया। इसके अतिरिक्त जादव पाएंग समूह के सदस्यों ने महाविद्यालय परिसर में सफाई के साथ-साथ पौधों की सिंचाई का कार्य किया।

दिनांक 17 फरवरी 2025 को सांयकालीन सत्र में स्वयंसेवियों ने सभागार तथा रसोई घर में सफाई के अतिरिक्त महाविद्यालय सभागार एवम प्रागण की सफाई की।





Sarahan, Himachal Pradesh, India  
P5gp+246, Distt, P.o, Sarahan, Himachal Pradesh  
173024, India  
Lat 30.725622° Long 77.184896°  
15/02/2025 11:34 AM GMT +05:30



Sarahan, Himachal Pradesh, India  
P5gj+f6c, Sarahan, Himachal Pradesh 173024,  
India  
Lat 30.726213° Long 77.180573°  
13/02/2025 11:05 AM GMT +05:30



Sarahan, Himachal Pradesh, India  
P5gj+f6c, Sarahan, Himachal Pradesh 173024, India  
Lat 30.725955° Long 77.180322°  
13/02/2025 10:28 AM GMT +05:30



DURGA MEDICAL STORE  
MRI  
CT-SCAN  
0780-22100  
08947 91002  
0101830004

## Academic Activities:-

दिनांक 11 फरवरी 2025 को शैक्षणिक सत्र में कार्यकारी प्राचार्य श्री जगमोहन सिंह ठाकुर राजकीय महाविद्यालय सराहां ने विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि राष्ट्र के लिए सामुदायिक भागीदारी आवश्यक है तथा राष्ट्रीय स्वयंसेवा योजना हमें समाज से जुड़ने का अवसर प्रदान करता है।

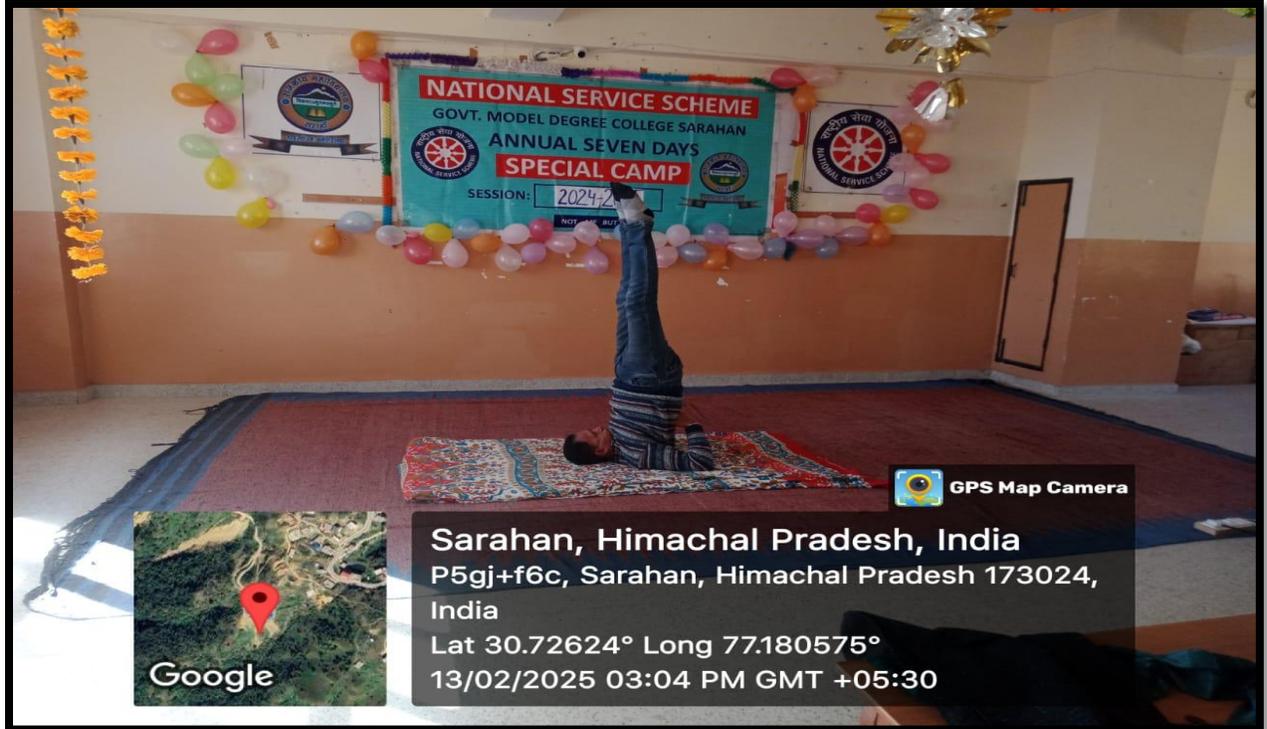


दिनांक 12 फरवरी 2025 को शैक्षणिक सत्र में मुख्य प्रवक्ता हनुमान मंदिर के महंत व सेवानिवृत्त प्रिंसिपल श्री परमेश्वर दास व आपदा प्रबंधन टीम से गृह रक्षा विभाग में कंपनी कमांडर श्री बलवीर सिंह, पी. सी. ए. श्री राजेंद्र कुमार व कांस्टेबल श्री राजेंद्र कुमार थे। श्री परमेश्वर दास जी ने स्वयंसेवियों को नैतिक मूल्यों के विषय पर व्याख्यान दिया। उन्होंने विद्यार्थियों को सकारात्मक सोच के साथ समाज सेवा करते हुए व्यक्तित्व निर्माण पर जोर दिया जबकि आपदा प्रबंधन पर बोलते हुए पी. सी. ए. श्री राजेंद्र कुमार ने विद्यार्थियों को आपदा के विभिन्न प्रकारों के बारे में बताया तथा आपदा घटित होने पर कम संसाधनों से पीड़ित व्यक्तियों की सहायता करने हेतु विभिन्न तरीकों के बारे में जानकारी दी।





दिनांक 13 फरवरी 2025 को शैक्षणिक सत्र के मुख्य प्रवक्ता श्री जयचंद कौशल, सेवानिवृत्त पंचायत इंस्पेक्टर व वर्तमान में NIRD-PR हैदराबाद में Master Resource Person रहे, जिन्होंने "Yoga for healthy life" विषय पर अपना व्याख्यान दिया। उन्होंने बताया कि योग का अर्थ "Health in body, peace in mind and bliss in soul" माना गया है। उन्होंने बताया कि योग ऐसी विधा है जो हमें सांसारिक बंधनों से मुक्त करवाती है जीवन को उत्सव बनाती है। उन्होंने स्वयंसेवियों के सामने शीर्षासन, सर्वांग आसन आदि का प्रदर्शन भी किया और बताया कि शीर्ष आसन को आसनों का पिता तथा सर्वांग आसन को आसनों की माता की संज्ञा दी जाती है जिनका मानसिक, शारीरिक व आध्यात्मिक स्वास्थ्य पर सीधा असर पड़ता है। तत्पश्चात उन्होंने स्वयंसेवियों को जिबरिस मेडिटेशन की क्रिया भी सिखाई।



दिनांक 14 फरवरी 2025 को शैक्षिक सत्र के मुख्य प्रवक्ता श्री दीपक चौहान, बाल विकास परियोजना अधिकारी पच्छाद, जिला सिरमौर रहे। उन्होंने " भारत में सामाजिक न्याय हेतु विभिन्न कार्यक्रमों " विषय पर अपने विचार रखे। उन्होंने बताया कि

कमजोर वर्गों के उत्थान के लिए वर्तमान में सरकारें कुछ प्रमुख कार्यक्रम चला रही हैं जिनमें मुख्यमंत्री सुख शिक्षा योजना, मुख्यमंत्री कन्यादान योजना, मुख्यमंत्री शगुन योजना, बेटी है अनमोल योजना, महिला स्वयं रोजगार योजना, विधवा पुनर्विवाह योजना, प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना, बाल बालिका सुरक्षा योजना, मुख्यमंत्री सुख आश्रय योजना तथा मिशन वात्सल्य योजना आदि प्रमुख हैं। उन्होंने स्वयंसेवियों से इन कार्यक्रमों को समाज के विभिन्न वर्गों तक पहुंचाने का भी आह्वान किया।



दिनांक 15 फरवरी 2025 को शैक्षिक सत्र में "Health and Hygiene" विषय पर सामुदायिक अस्पताल सराहां में आयुष विभाग से डॉक्टर सचिन द्वारा व्याख्यान दिया गया। स्वास्थ्य के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि व्यक्ति को स्वस्थ रहने के लिए संतुलित भोजन करना चाहिए। इसके साथ ही उन्होंने Personal hygiene, Environmental hygiene, Domestic hygiene, Food hygiene तथा Community hygiene पर विस्तार से जानकारी दी तथा साथ ही स्वयंसेवियों को नशे से दूर रहने का भी आह्वान किया।



दिनांक 16 फरवरी 2025 को शैक्षिक सत्र में प्रोफेसर कृष्ण दत्त, आचार्य इतिहास विभाग, राजकीय महाविद्यालय सराहां Resource Person रहे। उन्होंने "Career Opportunities" विषय पर अपना व्याख्यान दिया। अपने संबोधन में उन्होंने विद्यार्थियों को अपने जीवन में लक्ष्य निर्धारित करने तथा उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए लगातार मेहनत करने पर बल दिया। उन्होंने कहा कि विद्यार्थी अपनी रुचि अनुसार अपना करियर तय करें और उसके लिए मेहनत करें।



## Cultural Activities:-

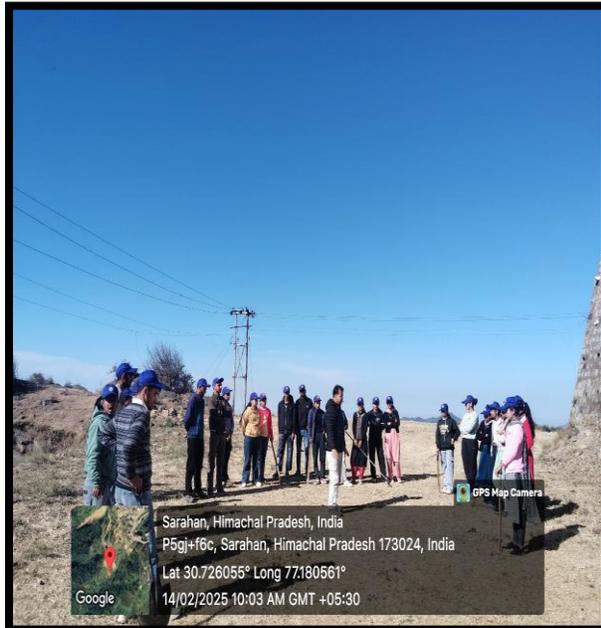
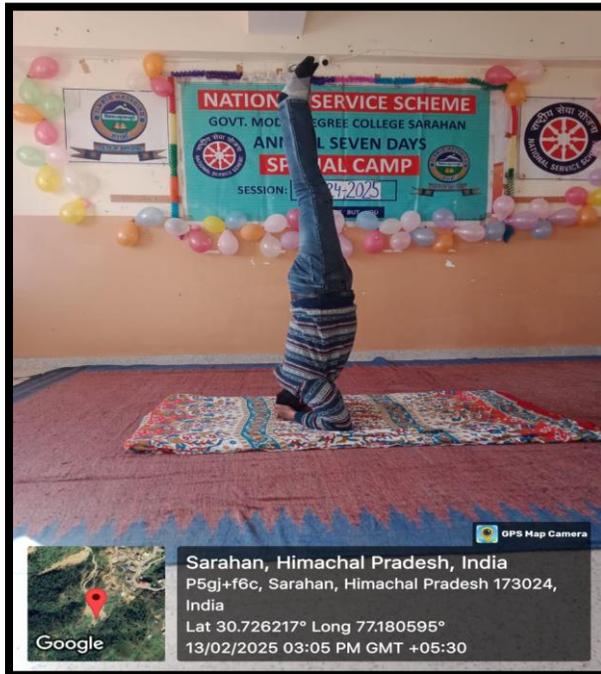
स्वयंसेवियों ने विभिन्न दिवसों पर विभिन्न प्रकार की सांस्कृतिक गतिविधियों का भी आनंद लिया जिसमें भजन- कीर्तन, लोकनृत्य, एकलगान, समूहगान, एकलनृत्य, युगलनृत्य व समूहनृत्य प्रमुख रहे।





## Recreational & Yoga Activities:-

स्वयंसेवियों ने मनोरंजनात्मक गतिविधियों के तहत भी कई प्रकार के खेल जैसे चाटी तोड़, पकड़म-पकड़ाई, मानसिक खेल, प्राणायाम की क्रिया, जिबरिस मेडिटेशन तथा मार्च पास्ट आदि का आनंद लिया।



## Closing of Camp:-

दिनांक 17 फरवरी 2025 को इस सप्त दिवसीय विशिष्ट आवासीय शिविर के समापन समारोह का आयोजन किया गया। समापन समारोह में सेवानिवृत्त आचार्य श्री नारायण दत्त शर्मा जी ने मुख्य अतिथि जबकि श्री सुरेश शर्मा पी.टी.ए.अध्यक्ष ने विशेष अतिथि के रूप में शिरकत की। मुख्य अतिथि ने रिबन काटकर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। प्राचार्य महोदय द्वारा अतिथियों का स्वागत गुलदस्ता भेंट कर किया गया और साथ ही राष्ट्रीय सेवा योजना के स्वयंसेवियों द्वारा मुख्य अतिथि व अन्य अतिथियों को बैज लगाकर सम्मानित किया गया। मुख्य अतिथि ने सरस्वती माता के चरणों में दीप जलाकर कार्यक्रम को आगे बढ़ाया। राष्ट्रीय सेवा योजना स्वयंसेवियों ने सरस्वती वंदना, स्वागत गीत तथा राष्ट्रीय सेवा योजना गीत प्रस्तुत कर कार्यक्रम में समा बांधा। उसके बाद राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी द्वारा सप्त दिवसीय आवासीय शिविर की रिपोर्ट प्रस्तुत की जिसमें इन सात दिनों में स्वयंसेवियों द्वारा की गई विभिन्न शारीरिक, बौद्धिक, सांस्कृतिक, मनोरंजनात्मक व योगा आदि प्रत्येक प्रकार की गतिविधियां का व्योरा प्रस्तुत किया। सांस्कृतिक कार्यक्रम के तहत स्वयंसेवियों ने एकल गान, एकल नृत्य, समूह गान व समूह नृत्य आदि विभिन्न रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत कर सभी का मन मोह लिया। तत्पश्चात शिविर में बेहतरीन कार्य करने वाले स्वयंसेवियों को सम्मानित किया गया। मुख्य अतिथि ने अपने संबोधन में सभी स्वयंसेवियों को सफल शिविर के समापन के लिए बधाई दी व शिविर में सीखें गए ज्ञान को अपने जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया। अंत में राष्ट्रीय सेवा योजना स्वयंसेवी नीतिका ने मुख्य अतिथि व अन्य अतिथियों का धन्यवाद किया और राष्ट्रगान के साथ शिविर का समापन हुआ।











## नेहा व आयुष को बेस्ट कैंपर, राजेंद्र समूह को सर्वश्रेष्ठ समूह का पुरस्कार



### अनंत ज्ञान, सोलन

राजकीय महाविद्यालय सराहां में राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई क्षेत्र 2024-25 के सप्त दिवसीय विशेष शिविर का समापन समारोह आयोजित किया। इसमें सेवानिवृत्त आचार्य नारायण दत्त शर्मा ने मुख्यातिथि, जबकि सुरेश शर्मा पीटीए अध्यक्ष ने विशेषातिथि के रूप में शिरकत की।

अतिथियों का स्वागत बैज लगाकर और पुष्प गुच्छ भेंट कर किया गया। समारोह का शुभारंभ मुख्यातिथि द्वारा सरस्वती माता के चरणों में दीप प्रज्वलन तथा स्वयंसेवियों द्वारा सरस्वती वंदना के साथ हुआ। तत्पश्चात स्वयंसेवियों ने अतिथि के स्वागत में स्वागत गीत प्रस्तुत करने के बाद राष्ट्रीय सेवा योजना गीत प्रस्तुत किया। सराहां कॉलेज के कार्यकारी प्राचार्य प्रोफेसर जगमोहन सिंह ठाकुर ने मुख्यातिथि, विशेषातिथि व अन्य लोगों का स्वागत किया। उसके बाद

कार्यक्रम अधिकारी द्वारा सप्त दिवसीय शिविर की रिपोर्ट पेश की गई। उन्होंने बताया कि इस दौरान शारीरिक कार्यों के तहत कॉलेज की सफाई, झाड़ियों की कटाई, गोद लिए क्षेत्र जोहना घाट के मंदिर परिसर में सफाई, पौधों की गुड़ाई व सिंचाई, कॉलेज खेल मैदान का समतलीकरण, सरस्वती ताल के इर्द-गिर्द की सफाई, बावड़ियों की सफाई तथा कॉलेज से पुराना बस स्टैंड तक प्लास्टिक मुक्त अभियान आदि प्रमुख रहे। स्वयंसेवियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों के तहत एकल गीत, समूह गान, भजन तथा लोक नृत्य आदि कार्यक्रमों में भाग लिया। कार्यक्रम की अंतिम कड़ी में शिविर में बेहतर कार्य करने वाले स्वयंसेवियों को मुख्यातिथि द्वारा पुरस्कार वितरित किए गए, जिसमें नेहा तथा आयुष सिंह को बेस्ट कैंपर के पुरस्कार से सम्मानित किया गया, जबकि राजेंद्र सिंह समूह को सर्वश्रेष्ठ समूह का पुरस्कार मिला।

नेहा-आयुष को बेस्ट कैंपर, राजेंद्र सिंह समूह को चुना सर्वश्रेष्ठ समूह सराहां (सिरमौर)। राजकीय महाविद्यालय सराहां में मंगलवार को राष्ट्रीय सेवा योजना के सात दिवसीय शिविर के समापन समारोह का आयोजन हुआ। इसमें सेवानिवृत्त आचार्य नारायण दत्त शर्मा मुख्यातिथि और पीटीए अध्यक्ष सुरेश शर्मा विशेष अतिथि के रूप में मौजूद रहे।

कार्यक्रम का आगाज दीप प्रज्वलन और सरस्वती वंदना से हुआ। कार्यकारी प्राचार्य

**सराहां कॉलेज में सात दिवसीय एनएसएस शिविर का सफलतापूर्वक आयोजन**

प्रोफेसर जगमोहन सिंह ठाकुर ने मुख्य अतिथि, विशेष अतिथि व अन्य लोगों का स्वागत किया। उसके बाद कार्यक्रम अधिकारी ने शिविर की रिपोर्ट प्रस्तुत की।

अंत में शिविर में बेहतर कार्य करने वाले स्वयंसेवियों को मुख्य अतिथि ने पुरस्कार वितरित किए। इसमें नेहा और आयुष सिंह को बेस्ट कैंपर का पुरस्कार प्रदान किया। जबकि राजेंद्र सिंह समूह को सर्वश्रेष्ठ समूह का पुरस्कार प्रदान किया गया। संवाद

# END