Diary No. 424
Date 17.06.020
Dayanand Mahila Mahavidyalaya
Kurukshetra

Dr. Deepa
Dr. Sonia
Mrs. Sudha

rediffmail Mailbox of dmmkkr2010

Subject: Fwd: OBSERVATION OF INTERNATIONAL DAY OF YOGA-2020.

From: Ku Nss <kunss1969@gmail.com> on Tue, 16 Jun 2020 09:42:06

To: agcambalacantt@gmail.com, kvadav women <kvadavw@gmail.com>, sumansidhu04@yahoo.com, "R.N. gupta" <principaljcmm@gmail.com>, devsamajambala@gmail.com, MATA SUNDRI KHALSA GIRLS COLLEGE <mskgcn@gmail.com>, "G.M.N. (P.G.)College Ambala Cantt" <gmncollege@gmail.com>, anitakhippal@gmail.com, ROSHAN DHIMAN <roshandhiman_kuk@yahoo.co.in>, dav college <davc_naneola@rediffmail.com>, DAV COLLEG KARNAL <dav_college@rediffmail.com>, davcambala <davcambala@yahoo.com>, directorgecnilokheri@gmail.com, Khalsa <smskhalsacollege@gmail.com>, karnalgck@rediffmail.com, S A Jain College <sajaincollege@rediffmail.com karnal <gc_karnal_women@yahoo.com>, NSS SAJC <nsssajc@gmail.com>, principalgcghd@yahoo.com, Maharan Pratap Natiional College Mullana Ambala <mpncambala@gmail.com>, "S.U.S. Gc Matak Majri" <susgcmm@gmail.c KIRAN ANGRA <mdsdgirlscollege@gmail.com>, RKSD COLLEGE <rksdcollegekt@yahoo.com>, MDSD Edusat mdsdedusat@gmail.com>, meenakshi verma <igmmvkaithal@gmail.com>, principal <gcambalacantt@rediffmail.c rincipal BAR Janta College <barjckaul@hotmail.com>, "Principal, Govt. College Naraingarh" gc_naraingarh@yahoo.com>, Principal Principal <davcpundri@yahoo.in>, nssrggcsaha2016@gmail.com, skmvfp@gmail.com, Principal GCW <gcwambalacity@gmail.com>, ramesh lal <davcollegecheeka@rediffmail.cor ngh <dscollege_knl@rediffmail.com>, CISKMV DHAND <ciskmvdhand@gmail.com>, gnkcknl@gmail.com, "Dr.Sh ani" <drsheelarani12@gmail.com>, Principal Guru Nanak Khalsa College Karnal <principal@gnkckarnal.org>, collegekaithal@yahoo.com, manju.panghal81@gmail.com, "Dr. B. R. Ambedkar Govt. College Kaithal" ckaithal@gmail.com>, hctm98@rediffmail.com, shubhi_rgoyal@yahoo.co.in, Manish Papneja npmsdgirlsclg@gmail.com>, Bhagwan Parshuram <bprc1992@gmail.com>, JRG COLLEGE <jrgcollegekkr@gm yanand <dmmkkr2010@rediffmail.com>, gc bherian <gcbherian@gmail.com>, DAV Pehowa avcpehowa@gmail.com>, gimtkkr@yahoo.com, Manoj kumar <manoj.aa19@gmail.com>, IGN College ncollege@gmail.com>, mncshahabad@yahoo.co.in, GC Barwala PKL <govt.gcbarwala@gmail.com>, arya kar havidyalya shahabad markanda <akmshahabad@yahoo.com>, harvinder sharma <gcgpanchkula@gmail.com ncipal G. C. Kalka" <gckalka@gmail.com>, sdcppt@kuk.ac.in, Jagdish Gupta <principalaryapgcollege@gmai ollege Pnp <sdpgcollegepanipat@yahoo.com>, gc panipat <gcpnp786@gmail.com>, gng college gcollegeynr@gmail.com>, "Govt. College, Israna (Pnp)" <gcisrana@gmail.com>, Principal MAC Jagadhri ncipalmac.bajpai@gmail.com>, GC Bapoli <gcbapoli@gmail.com>, MLN College Radaur <mlncradaur@yah lesh Kapoor <principal.mlncynr@gmail.com>, dav <dav_dav2007@rediffmail.com>, Guru Nanak Khalsa Co lsawins@gmail.com>, hgcjagadhri_girls@rediff.com, GovtCollege Chhachhrauli <gcchhachhrauli@gmail.c ipal JMIT <principal@jmit.ac.in>, Dhariwal Ramesh <rameshdhariwal1973@gmail.com>, Janta Institutions @gbsedu.com>, SushmaArya <davcollegeynr@rediffmail.com>, sghskc@gmail.com, tinymanjeet@gmail. l <nitinjindal2005@gmail.com>, dineshsrana24@rediffmail.com, vivekgupta83@yahoo.com, "Govt. Girls C kshetra" <gcgkurukshetra@gmail.com>, bprcnss@gmail.com, Rajiv Gandhi Govt College Saha Ambala saha2006@gmail.com>, gcw madlauda <gcwmadlauda@gmail.com>, kaurteghbir@gmail.com, "Govt. Co Kalayat" <gcgkalayat@gmail.com>, "Dr. Ravish Kumar" <dr.ravishkumar19@gmail.com>, Sant Ishar Sing pehowa@gmail.com>, gacsmk Samalkha <gacsmk@kuk.ac.in>, Harish Kumar <harish9083@gmail.com college981@gmail.com, tejibrar24@gmail.com, info@dronacharyadegreecollege.com, rampalredhu@gr etsheokand17@gmail.com, GOVT COLLEGE FOR GIRLS CHEEKA <gcgcheeka@gmail.com>, "Direct tor@piet.co.in>, kusum.gora@gmail.com, ksarao12@gmail.com, "Principal I.B.College" palibcollege@gmail.com>, dsw@kuk.ac.in, principaluck1973@gmail.com, Nirupma Bhatti mabhatti@gmail.com>, principaliihskuk2019@gmail.com, gdcollegeshera@gmail.com, sk5948403@gr dhainformation@gmail.com, nssofficerpadha@gmail.com, shellybnsl@gmail.com, Principal G C Chhac achhrauliinformation@gmail.com>, rajninikhil83@gmail.com, gcgjundla@gmail.com, raripur rani purrani@gmail.com>, uiet.kurukshetra@gmail.com, university college of education <ucedukkr@kuk.a ollege <principal@mlncollegeynr.ac.in>, National Service Scheme <nss@piet.co.in>, Principal Guru N Karnal <principal.gnkcknl@gmail.com>, "Govt. College Panchkula" <gc1_panchkula@yahoo.co.in>, ollege Aharwala Bilaspur" <gcbilaspurinformation@gmail.com>, urani2015@kuk.ac.in

achment(s) - IDY-2020_001.pdf (827.23KB) , International_day_of_Yoga.pdf (529.96KB)

प्रेषक

महानिदेशक उच्चतर शिक्षा, हरियाणा,
शिक्षा सदन, सैक्टर–5, पंचकूला।

सेवा में

All University & District NSS Programme Coordinator
State of Haryana

यादी क्रमांक– 15/3–2020 एन0एस0एस0 (2)
दिनांक, पंचकूला 15/06/2020

Subject:- Observation of International Day of Yoga-2020

****

उपरोक्त विष्य के संदर्भ में।

विषयांकित मामले में क्षेत्रीय निदेशक एन0एस0एस0, नई दिल्ली से प्राप्त पत्र की प्रति भेजते हुये लिखा जाता है कि वर्ष 2020 में COVID-19 के संकमण को ध्यान में रखते हुये इस वर्ष 21 जून, 2020 को अंर्तराष्ट्रीय योगा दिवस, पूर्व वर्षो से अलग तरह नये दिशानिर्देशों अनुसार मनाया जाना है। वर्ष 2020 में अंर्तराष्ट्रीय योगा दिवस के आयोजन हेतू भारत सरकार द्वारा **"Yoga@Home and Yoga with Family"** थीम निर्धारित की गई है। सभी एन0एस0एस0 इकाईयों को नये दिशा निर्देशानुसार अंर्तराष्ट्रीय योग दिवस मनाने बारे सूचित किया जाता है।

अतः आपसे अनुरोध किया जाता है कि अपने अधीनस्थ सभी एन0एस0एस0 इकाईयों को निर्देश देने का कष्ट करें कि भारत सरकार के नये दिशानिर्देशानुसर दिनांक 21 जून, 2020 को अंर्तराष्ट्रीय योग दिवस निर्धारित थीम के अंर्तगत मनाने उपरान्त योग दिवस की रिपोर्ट व तस्वीरें स्टेट एन0एस0एस0 हरियाणा को अवगत करवाते हुये क्षेत्रीय निदेशालय, नई दिल्ली की ई मेल आई0डी0 nssrcdelhi@gmail.com पर भिजवाना सूनिश्चित करें।

सलंग्न:– उपरोक्तानुसार

अधिक्षक एन0एस0एस0
कृते महानिदेशक उच्चतर शिक्षा, हरियाणा,
पंचकूला।

पृ0 क्रमांक सम

दिनांक पंचकुला 15/06/2020

इसकी एक प्रति निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु भेजी जाती है:–

1. Nodal Officer NSS, Technical Education Department, Haryana को इस बारे तकनीकी एन0एस0एस0 इकाईयों को निर्देश देने बारे इस अनुरोध के साथ भेजी जाती है।
2. Regional Director, Regional Directorate of NSS, Ministry of Youth Affairs & Sports, New Delhi.

अधिक्षक एन0एस0एस0
कृते महानिदेशक उच्चतर शिक्षा, हरियाणा,
पंचकूला।

Dayanand Mahila Mahavidyalaya, Kurukshetra

Date:- 20/6/2020

All the students are hereby informed that 6th **International Day of Yoga** is going to be celebrated on 21.06.2020. In order to popularise the practice of Yoga among students of the State the Department of Higher Education, Haryana has initiated the # Har Ghar Yoga Campaign to be run on the social media platforms. Under this campaign students will be encouraged to join the IDY Yoga exercise on 21st morning and 20 lucky participating students will be awarded (₹5000 each by a draw of lots for all eligible candidates).

The procedure of students participation will be in manner explained below:-

1. Register on toll free registration by giving a missed call on 7419444449 after 4:00 AM on 21 June 2020.
2. Fill in your details on Har Ghar Yoga Portal.
3. Upload pictures doing Yoga on this portal then the portal will generate IDY Participation Badge.

The final step is to share this Badge on any of social media hadles, with the hashtags # Har Ghar Yoga and #Yoga at home and tagging Department's page. 20 lucky participants will be given cash prize. The detailed instructions are shared in NSS WhatsApp group. Maximum participation is expected and compulsory for all volunteers.

Dr. Vijeshwari Sharma

Principal

NSS P.O.

Dr. Deepa

Dr. Sonia

Sudha SUDHA NCC officer

Date:- 20/06/2020

All the NSS Volunteers are hereby informed that due to contagious nature of COVID-19, the 6th **International Day of Yoga** will be solemnised on **21.06.2020** with the theme Yoga @ home and yoga with family. All are requested to participate in this mega event on **21 June 2020 from 7:00 AM to 7:45 AM** from their home with family members. The live telecast of the 6th International Day of Yoga will be streamed on **YouTube and Facebook page of University** on the link given below:-

https://www.youtube.com/channel/UCq8wP4CDKoz1QSNUgSgEtn
w

Dr. Vijeshwari Sharma

Principal

NSS P.O.

Dr. Deepa

Dr. Sonia

SUDHA NCCofficer

योग दिवस

राष्ट्रीय सेवा योजना (45)

योग दिवस NSS Students

21-06-2020

List of Students

Sr. No.	Name	Class	Roll No
1.	JEENAT	B.A. Final	1531420008
2.	Reena Devi	B.A. Final	1531420009
3.	Shivani Devi	B.A. Final	1531420010
4.	Kirti	〃	1531420011
5.	Mamta	〃	1531420021
6.	Rashmi Verma	〃	1531420022
7.	Kajal	〃	1531420028
8.	Meenakshi Devi	〃	1531420029
9.	Komal	〃	1531420031
10.	Preeti	〃	1531420036
11.	Hema	〃	1531420041
12.	Neha Devi	〃	1531420056
13.	Monika	〃	1531420057
14.	Rashmi	〃	1531420058
15.	Renu Devi	〃	1531420059
16.	Mamta Rani	〃	1531420060
17.	Priyanka	〃	1531420065
18.	Simranjeet Kaur	〃	1531420069
			1531420071

Sr.No	Name	Class	Roll No
21.	Deepa Devi	B.A.II Final	1531420091
22	Sheetal Suman	"	1531420094
23.	Geeta Saini	"	1531420096
24.	Aarzoo	"	1531420099
25.	Renu	"	1531420100
26.	Santosh Devi	"	1531420104
27.	Parveen Kaur	"	1531420107
28.	Monika	"	1531420111
29.	Muskan	"	1531420117
30.	Bharti Devi	"	1531420130
31	Parveena	"	1531420136
32.	Santosh Rani	"	1531420148
33.	Komal	"	1531420174
34.	Rajni	"	1531420177
35.	Savita Rani	"	1531420184
36	Aarti	"	1531420189
37	Khushbu	"	1531420192
38	Ankita Sharma	"	1531420196
39.	Ekta	"	1531420201
40.	Preety Devi	"	1531420208
41.	Jaswinder Kaur	"	1531420209
42.	Chirag Devi	"	1531420216
43.	Rajwinder Kaur	"	1531420219
44.	Neha Rani	"	1531420222
45.	Kajal	"	1531420224

Sr.No	Name	Class	Roll No
46.	Neha	B.A Final	1531420226
47.	Sonali	11	1531420229
48.	Swati	11	1531420239
49.	Vandana	11	1531420246
50.	Harpreet Kaur	11	1531420248
51.	Ravina	11	1531420255
52.	Reena Devi	11	1531420261
53.	Navdeep Kaur	11	1531420264
54.	Anjali	11	1531420282
55.	Manisha	BA final (V)	1614520002
56	Neha	11	1614520007
57	Komal	11	1614520014
58.	Dipali	11	1614520026
59.	Kanchan	11	1614520056
60.	Kriti	11	1614520060
61	Neha	Bcom Final	1531620030
62.	Sujata	11	1531620045
63.	Shilpa Rani	11	1531620054
64.	Kajal Devi	11	1531620063
65.	Poonam Rani	11	1531620082
66.	Komal	BSC Final (CS)	1531820050
67.	Jyoti	11	1531820054
68.	Vareena	BA IInd.	22671200
69.	Vrinda	11	2267120037
70.	Neha	11	2267120066

Sr.No	Name	Class	RollNo
71	Nancy	BA IInd.	2267120071
72.	Sheetal	11	2267120090
73.	Deepanshi	11	2267120123
74.	varsha Rani	11	2267120125
75.	Amanpreet Kaur	11	2267120143
76.	Nisha	11	2267120149
77	Priyanka	11	2267120161
78.	Shivani	11	2267120165
79.	Navneet Kaur	11	2267120223
80	Tanvi	11	2267120224
81	Jyoti	11	2267120239
82	Harpreet	Bcom II	2267220079
83	Mahak	11	2267320034
84.	Rajvinder Kaur	BA Ist	3148420069
85.	Suryanshi	11	3148420078
86.	Ritika Rani	11	3148420081
87	Madhu Devi	11	3148420088
88.	Sonia Devi	11	3148420148
89	Komal walia	11	3148420157
90.	Sakshi Rani	Bcom I	3230920009
91.	Priyanka	11	3230920042
92.	Munisha	11	3270420038
93.	Loveleen Kaur	BSC I.	3148720028
94.	Megha	11	3148720030
95.	Riya	11	3148720064

P-1

Expt. No. 21-6-20

2019-20

NCC Students

Yoga from Home

Yoga @ Home & Yoga with family

37 Cadets
one ANO

Sr. No	Name	Class	Sr. No	Name	Class
1.	Aastha	BA II	26	Kirti	BComISFS
2	Chesta	BComI	27	Shreya	BScI CS
3.	Sandhaya	BAII	28	Renuka	BAII
4	Shivani	B Com	29	Kalpana	BScI NM
5.	Remplee	BAII	30	Garima	BSII CS
6.	Asha	BAIII	31	Shivani	BComII CS
7.	Neelam	B Com III	32	Gurjeet	BAI
8.	Kiran	BComIII(V)	33	Jyoti	BAI G
9.	Lata	BSCIII NM	34	Anjal	BComI
10	Madhu	BScIII CS	35	Prachi	BScI NM
11	Ankita	BScIII CS	36	Kamaldeep	BSI CS
12	Priyanka	BA III	37.	Sandhaya	BAII
13	Ritika	BScIII NM		Captain SUDHA ANO	
14	Anju Saini	B.ScIII CS			
15	Shivani Pal	BComIII			
16	Minal Gullati	BComIII			
17	Kusum	BA III			
18	Vishu	B ComI			
19	Vasudha	BComI(V)			
20	Komal	BScI NM			
21	Pragya	BSc II Cs			
22	Yukti	B Com I			
23	Prachi Devi	BScI CS			
24	Aanchal	B.SII CS			
25	Muskan Saini	B Com II			

Teachers Signature : ....

दयानन्द महिला महाविद्यालय, कुरुक्षेत्र

प्रैस–नोट

दिनांक 21.06.2020 को 'अर्न्तराष्ट्रीय योग दिवस' के अवसर पर दयानन्द महिला महाविद्यालय, कुरुक्षेत्र की राष्ट्रीय सेवा योजना की स्वयं सेविकाओं एवं नैशनल कैडेट कोर की कैडेटस के द्वारा घर पर अपने परिवार के साथ योगासन किए गए। कोराना संक्रमण को ध्यान में रखते हुए सरकार द्वारा 2020 के लिए निर्धारित थीम Yoga@Home and YogawithFamily के अर्न्तगत 132 छात्राओं ने अपने परिजनों के साथ योग की विभिन्न प्रक्रियाएं जैसे – अनुलोम–विलोम, कपाल भाति, गोमुख तथा ताड़ासन आदि की तथा अर्न्तराष्ट्रीय योग दिवस में भाग लिया ओर अपनी फोटो व वीडियो सरकार द्वारा जारी link पर upload की। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ0 विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं का उत्साहवर्धन किया और बताया कि वर्तमान में कोविड–19 की विषम परिस्थितियों में विशेष रूप से योग का महत्व बढ़ जाता है जबकि प्रत्येक व्यक्ति एकाकीपन, तनाव और भय से ग्रसित होकर स्वयं को इन परिस्थितियों से जूझने में असमर्थ हो रहा है, ऐसे में योग इन सब विकारों को दूर करके मनुष्य को तन, मन, और आत्मा में सामंजस्य स्थापित करने में मदद करता है। अगर योग हमारी दिनचर्या का हिस्सा बन जाए तो जीवन में सकारात्मक परिवर्तन आ सकता है। योग कर्मसु कौशलम् की उक्ति को हमें अपने जीवन में अक्षरशः उतारने का प्रयास करना चाहिए। योग की महिमा एवं महत्व को जानकर इसे स्वस्थ जीवन शैली हेतु अपनाया जा रहा है। अतः योग हमारे जीवन का अभिन्न अंग होना चाहिए। अर्न्तराष्ट्रीय योग दिवस के आयोजन में राष्ट्रीय सेवा योजना की संयोजिकाओं डॉ0 दीपा व डॉ0 सोनिया एवं नैशनल कैडेट कोर की संयोजिका श्रीमती सुधा सेठी का पूर्ण सहयोग रहा।

Punjab Kesari
dt. 23.06.2020

दयानन्द महिला महाविद्यालय की छात्राओं ने घर पर किए योगासन

कुरुक्षेत्र, 22 जून (विनोद अरोड़ा) : अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर दयानन्द महिला महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना की स्वयं सेविकाओं एवं नैशनल कैडेट् कोर की कैडेट्स के द्वारा घर पर अपने परिवार के साथ योगासन किए गए। 132 छात्राओं ने अपने परिजनों के साथ योग की विभिन्न प्रक्रियाएं जैसे अनुलोम-विलोम, कपाल भाति, गोमुख तथा ताड़सन आदि की। प्राचार्या डा. विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं का उत्साहवर्धन किया और बताया कि वर्तमान में कोविड-19 की विषम परिस्थितियों में विशेष रूप से योग का महत्व बढ़ जाता है, जबकि प्रत्येक व्यक्ति एकाकीपन, तनाव और भय से ग्रसित होकर स्वयं को इन परिस्थितियों से जूझने में असमर्थ हो रहा है, ऐसे में योग इन सब विकारों को दूर करके मनुष्य को तन, मन और आत्मा में सामंजस्य स्थापित करने में मदद करता है। आयोजन में राष्ट्रीय सेवा योजना की संयोजिकाओं डा. दीपा व डा. सोनिया एवं नैशनल कैडेट् कोर की संयोजिका सुधा सेठी का पूर्ण सहयोग रहा।

योगासन करती महाविद्यालय की छात्राएं। (अरोड़ा)