A.N-19

दयानन्द महिला महाविद्यालय, कुरुक्षेत्र

नोटिस

दिनांक – 13.01.2022

महाविद्यालय की सभी छात्राओं को सूचित किया जाता है कि राष्ट्रीय सेवा योजना की ओर से 'आजादी के अमृत महोत्सव' के उपलक्ष्य में मकर संक्राति के पावन पर्व पर दिनांक 14.01.2022 को 'सूर्य नमस्कार जीवनी शक्ति का आधार' विषय पर आधारित सूर्य नमस्कार गतिविधि का आयोजन किया जा रहा है। इच्छुक छात्राएँ सूर्य नमस्कार की 12 क्रियाओं को करते हुए अपना वीडियो एवं जीओटेग फोटो dmmnss20@gmail.com पर भेजें तथा निम्नलिखित लिंक पर अपना रजिस्ट्रेशन करें –

https://yoga.ayush.gov.in/suryanamaskar/

https://yogacertificationboard.nic.in/suryanamaskar/

https://www.75suryanamaskar.com

अतिरिक्त जानकारी हेतु राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारियों से सम्पर्क करें।

कार्यक्रम अधिकारी
डॉ० सोनिया – 9466941441
डॉ० रीतु – 7082676825

13/1/22

प्राचार्या
Principal
Dayanand Mahila Mahavidyalaya
Kurukshetra (Haryana)

राष्ट्रीय सेवा योजना

आज़ादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में मकर संक्रांति के पावन पर्व पर दिनांक: 14-01-2020 को 'सूर्य नमस्कार जीवनी शक्ति का आधार' विषय पर आधारित सूर्य नमस्कार गतिविधि में भाग लेने वाली छात्राएं:

Sr.No	Name	Class	Roll No
1.	Harsur Kaur	B.A. II	120209002273
2.	Muskan	B.A. II(V)	120209300202l
3.	Sukal Dahiya	B.A. II	120209002185
4.	Amandeep Kaur	B.A. II	120229002237
5.	Simran	BSc II (C.Sc)	120209015019
6.	Radha	M.Com II	220209168042
7.	Tvishi	B.A. I (V)	1212093002012
8.	Tripti Garg	B.A. I	121209300200l
9.	Tanu	BSc II	120209015060
10.	Khushi	BSc II (CSc)	120209015081
11.	Aarzoo Kalra	B.A. III	3148420029
12.	Payal	B.A. III	3148420089
13.	Parveen Devi	B.A. III	3148420108
14.	Harkirat Kaur	B.A. III	3148420152
15.	Komal Valia	B.A. III	3148420157
16.	Taniya Sharma	B.A. III	3148420166
17.	Nancy	B.A. III	3148420189
18.	Prachi	B.A. III	3148420197
19.	Pranjal	B.A. III	3148420205
20.	Pallavi	B.A. III	3148420209

S.No	Name	Class	Roll No
21.	Anu Devi	B.A. III	3148420106
22.	Kavita	B.A. III	3148420227
23.	Nancy Raheja	B.A. III (V)	3230920001
24.	Muskan	B.A. III (V)	3230920013
25.	Vanshika	B.A. III (V)	3230920016
26.	Priyanka	B.A. III (V)	3230920042
27.	Archana	B.Com III	3148520028
28.	Shristi	B.Com III	3148520031
29.	Mehak	B.Com III	3148520066
30.	Ekta	B.Com III	3148520073
31.	Nisha	B.Com III (SFS)	3270420051
32.	Jaanvi Thakur	B.Com III (SFS)	3270420057
33.	Tulsi	B.Com III (SFS)	3270420061
34.	Anamika	B.Sc III	3148720042
35.	Chahat	B.A. II	120209002119
36.	Harmanpreet Kaur	B.Sc III (NM)	3148720051
37.	Charu	B.A. II	120209002027
38.	Kavita Rani	B.A. II	120209002125
39.	Navneet	B.A. II	120209002141
40.	Mahak	B.A. II (V)	120209002042

प्रैस–नोट

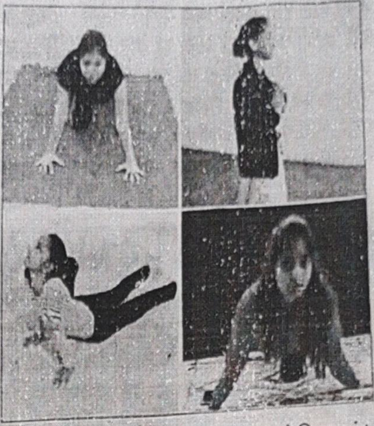
दिनांक 14.01.2022, दयानन्द महिला महाविद्यालय, कुरूक्षेत्र की राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा कार्यक्रम अधिकारी डॉ० सोनिया एवं डॉ० रीतू के कुशल निर्देशन में 'आजादी के अमृत महोत्सव' के उपलक्ष्य में 'मकर सक्रांति' के पावन पर्व पर 'सूर्य नमस्कार' गतिविधि का आयोजन किया गया। इस गतिविधि का विषय 'सूर्य नमस्कार जीवनी शक्ति का आधार' रहा। इस अवसर पर स्वयं सेविकाओं ने घर पर रहकर ही कोविड–19 महामारी के नियमों का पालन करते हुए सूर्य नमस्कार की विभिन्न क्रियाओं को किया एवं अपने परिजनों को भी इसके लिए प्रेरित किया। इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ० विजेश्वरी शर्मा जी ने छात्राओं के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि महामारी के इस दौर में हमें शारीरिक एवं मानसिक शक्ति को बढ़ाने की बहुत आवश्यकता हैं। सूर्य नमस्कार अपने आप में एक पूर्ण साधना एवं आध्यात्मिक अभ्यास है, क्योकि इसमें आसन, प्रणायाम, ध्यान आदि सभी तकनीकें शामिल हैं। हम सभी को अपनी दिनचर्या की शुरूआत सूर्य नमस्कार के साथ करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि हमारे महाविद्यालय की स्वयं–सेविकाएं समय–समय पर इस तरह के जागरूकता अभियान चलाकर लोगों को प्रेरित करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं।

पंजाब केसरी

15.1.2022

स्वयं सेविकाओं ने योग के माध्यम से स्वस्थ रहने का दिया संदेश

कुरुक्षेत्र, 14 जनवरी (विनोद अरोड़ा) : सलारपुर रोड स्थित दयानन्द महिला महाविद्यालय में राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा कार्यक्रम अधिकारी डा. सोनिया एवं डा. रीतू के कुशल निर्देशन में आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में विभिन्न योग क्रियाओं का आयोजन किया गया तथा स्वयं सेविकाओं ने योग के माध्यम से लोगों को स्वस्थ रहने का संदेश दिया। इस अवसर पर स्वयं सेविकाओं ने घर पर रहकर ही कोविड-19 महामारी के नियमों का पालन करते हुए सूर्य नमस्कार की विभिन्न क्रियाओं को किया एवं अपने परिजनों को भी इसके लिए प्रेरित किया। इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्या डा. विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि महामारी के इस दौर में हमें शारीरिक एवं मानसिक शक्ति को बढ़ाने की बहुत आवश्यकता है। सूर्य नमस्कार अपने आप में एक पूर्ण साधना एवं आध्यात्मिक अभ्यास है क्योंकि इसमें आसन, प्राणायाम, ध्यान आदि सभी तकनीकें शामिल हैं।



योगाभ्यास में भाग लेती स्वयं सेविकाएं।

हम सभी को अपनी दिनचर्या की शुरुआत सूर्य नमस्कार के साथ करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि महाविद्यालय की स्वयं सेविकाएं समय-समय पर इस तरह की जागरूकता अभियान चलाकर लोगों को प्रेरित करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं।

अमर उजाला

15.01.2022

शारीरिक-मानसिक शक्ति के लिए करें योग

संवाद न्यूज एजेंसी

कुरुक्षेत्र। दयानंद महिला महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई की ओर से सूर्य नमस्कार गतिविधि का आयोजन किया गया। इस अवसर पर स्वयं सेविकाओं ने घर पर रहकर ही कोविड-19 के नियमों का पालन करते हुए सूर्य नमस्कार की विभिन्न क्रियाओं को किया एवं अपने परिजनों को भी इसके लिए प्रेरित किया।

इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि महामारी के इस दौर में हमें शारीरिक एवं मानसिक शक्ति को बढ़ाने की बहुत आवश्यकता है।

सूर्य नमस्कार अपने आप में एक पूर्ण साधना एवं आध्यात्मिक अभ्यास है, क्योंकि इसमें आसन, प्राणायाम, ध्यान आदि सभी तकनीक शामिल हैं। हम सभी को अपनी दिनचर्या की शुरुआत सूर्य नमस्कार के साथ करनी चाहिए।

उन्होंने कहा कि महाविद्यालय की स्वयं-सेविकाएं समय-समय पर इस तरह के जागरूकता अभियान चलाकर लोगों को प्रेरित करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। कार्यक्रम अधिकारी डॉ. सोनिया एवं डॉ. रीतू के कुशल निर्देशन में इस गतिविधि का आयोजन किया गया।

योग करती छात्राएं। संवाद

दैनिक जागरण

15 जनवरी, 2022

डीएन कालेज की छात्राओं ने किया सूर्य नमस्कार

जागरण संवाददाता, कुरुक्षेत्र : दयानंद महिला महाविद्यालय की एनसीसी विंग ने आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में सूर्य नमस्कार गतिविधि का आयोजन किया गया। इस गतिविधि का विषय सूर्य नमस्कार जीवनी शक्ति का आधार रहा। स्वयं सेविकाओं ने घर पर रहकर सूर्य नमस्कार की विभिन्न क्रियाओं को किया और अपने परिजनों को प्रेरित किया। एनसीसी की कार्यक्रम अधिकारी डा. सोनिया व डा. रीतू ने छात्राओं को मार्गदर्शन किया। प्राचार्या डा. विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि महामारी के इस दौर में हमें शारीरिक एवं मानसिक शक्ति को बढ़ाने की बहुत आवश्यकता है। सूर्य नमस्कार अपने आप में एक पूर्ण साधना व आध्यात्मिक अभ्यास है।

अपने घर पर सूर्य नमस्कार करती छात्राएं। • सौजन्य-पी.आर.ओ।

पंजाब केसरी

15 जनवरी 2022

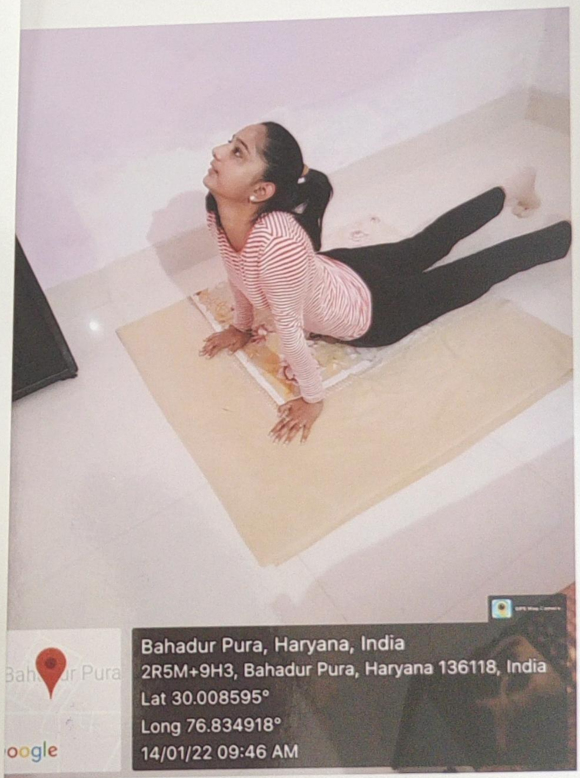
यज्ञ में भाग लेती अध्यापिकाएं। (अरोड़ा)

दयानन्द महिला महाविद्यालय में मकर सक्रांति पर्व के उपलक्ष्य में किया हवन

कुरुक्षेत्र,(विनोद अरोड़ा): दयानन्द महिला महाविद्यालय की आर्य युवती परिषद एवं युवा कल्याण परिषद द्वारा लोहड़ी व मकर सक्रांति के पावन पर्व के उपलक्ष्य में हवन का आयोजन तथा भारत वर्ष के विभिन्न राज्यों में लोहड़ी तथा मकर सक्रांति उत्सव विषय पर कोलाज प्रतियोगिता करवाई गई। कॉलाज प्रतियोगिता मे कुल 39 प्रविष्टियां प्राप्त हुई। जिसमें मेघा बी.एस.सी. तृतीय वर्ष ने प्रथम स्थान, सूर्यांशी बी.ए. तृतीय वर्ष तथा मानसी बी.एस.सी तृतीय वर्ष ने संयुक्त रूप से द्वितीय स्थान तथा दिशा शर्मा बी.एस.सी द्वितीय वर्ष व अंजली बी.कॉम. तृतीय वर्ष ने संयुक्त रूप से तृतीय स्थान प्राप्त किया। पूनम बी.ए. तृतीय वर्ष तथा मनीषा बी.ए प्रथम वर्ष ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया। इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्या डा.विजेशवरी शर्मा ने विजेता छात्राओं को बधाई देते हुए उनके प्रयासों की सराहना की। उन्होंने सभी के उतम स्वास्थ्य की कामना की। कार्यक्रम की संयोजिका डा. सुमन राजन ने यज्ञ संपन्न करवाया तथा सभी उपस्थित प्राध्यापिकाओं की सराहना की।

REDMI K20 PRO
AI TRIPLE CAMERA

सूर्य नमस्कार 13.01.2022 (A.N-19)



अमर उजाला

15.01.2022

शारीरिक-मानसिक शक्ति के लिए करें योग

संवाद न्यूज एजेंसी

कुरुक्षेत्र। दयानंद महिला महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई की ओर से सूर्य नमस्कार गतिविधि का आयोजन किया गया। इस अवसर पर स्वयं सेविकाओं ने घर पर रहकर ही कोविड-19 के नियमों का पालन करते हुए सूर्य नमस्कार की विभिन्न क्रियाओं को किया एवं अपने परिजनों को भी इसके लिए प्रेरित किया।

इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि महामारी के इस दौर में हमें शारीरिक एवं मानसिक शक्ति को बढ़ाने की बहुत आवश्यकता है।

सूर्य नमस्कार अपने आप में एक पूर्ण साधना एवं आध्यात्मिक अभ्यास है क्योंकि इसमें आसन, प्राणायाम, ध्यान आदि सभी तकनीक शामिल हैं। हम सभी को अपनी दिनचर्या की शुरुआत सूर्य नमस्कार के साथ करनी चाहिए।

उन्होंने कहा कि महाविद्यालय की स्वयं-सेविकाएं समय-समय पर इस तरह के जागरूकता अभियान चलाकर लोगों को प्रेरित करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। कार्यक्रम अधिकारी डॉ. सोनिया एवं डॉ. रीतू के कुशल निर्देशन में इस गतिविधि का आयोजन किया गया।

योग करती छात्राएं। स्रोत

दैनिक जागरण

15 जनवरी, 2022

डीएन कालेज की छात्राओं ने किया सूर्य नमस्कार

जागरण संवाददाता, कुरुक्षेत्र : दयानंद महिला महाविद्यालय की एनसीसी विंग ने आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में सूर्य नमस्कार गतिविधि का आयोजन किया गया। इस गतिविधि का विषय सूर्य नमस्कार जीवनी शक्ति का आधार रहा। स्वयं सेविकाओं ने घर पर रहकर सूर्य नमस्कार की विभिन्न क्रियाओं को किया और अपने परिजनों को प्रेरित किया। एनसीसी की कार्यक्रम अधिकारी डा. सोनिया व डा. रीतू ने छात्राओं को मार्गदर्शन किया। प्राचार्या डा. विजेश्वरी शर्मा ने छात्राओं के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि महामारी के इस दौर में हमें शारीरिक एवं मानसिक शक्ति को

अपने घर पर सूर्य नमस्कार करती छात्राएं। • सौजन्य-पीआरओ

बढ़ाने की बहुत आवश्यकता है। सूर्य नमस्कार अपने आप में एक पूर्ण साधना व आध्यात्मिक अभ्यास है।

पंजाब केसरी

15 जनवरी 2022

यज्ञ में भाग लेती अध्यापिकाएं

दयानन्द महिला महाविद्यालय में मकर सक्रांति पर्व के उपलक्ष्य में किया हवन

कुरुक्षेत्र (विनोद अरोड़ा) : दयानन्द महिला महाविद्यालय की आर्य युवती परिषद एवं युवा कल्याण परिषद द्वारा लोहड़ी व मकर सक्रांति के पावन पर्व के उपलक्ष्य में हवन का आयोजन तथा भारत वर्ष के विभिन्न राज्यों मे लोहड़ी तथा मकर सक्रांति उत्सव विषय पर कोलाज प्रतियोगिता करवाई गई। प्रतियोगिता में कुल 39 प्रविष्टियां प्राप्त हुई। जिसमें मेघा बी.एस.सी. तृतीय वर्ष ने प्रथम स्थान, सूर्यांशी बी.ए. तृतीय वर्ष तथा मानसी बी.एस.सी तृतीय वर्ष ने संयुक्त रूप से द्वितीय स्थान तथा दिशा शर्मा बी.एस.सी द्वितीय वर्ष व अंजली बी.कॉम तृतीय वर्ष ने संयुक्त रूप से तृतीय स्थान प्राप्त किया। पूनम बी.ए. तृतीय वर्ष तथा मनीषा बी.ए. प्रथम वर्ष ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया। इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्या डा.विजेश्वरी शर्मा ने विजेता छात्राओं को बधाई देते हुए उनके प्रयासों की सराहना की। उन्होंने सभी के उत्तम स्वास्थ्य की कामना की। कार्यक्रम की संयोजिका डा. सुमन राजन ने यज्ञ सफल करवाने पर सभी उपस्थित प्राध्यापिकाओं की सराहना की।

Dayanand Mahila Mahavidyalaya, Kurukshetra
NAAC Accredited Grade 'A'
Notice

Date 06.06.2022

All the students are hereby informed that Physical Education & Sports Society, N.S.S. and N.C.C. are going to organize an Extension Lecture on 08.06.2022 on the topic **"Yoga"** at 11:00 a.m. in the Seminar Room.

6/6/22.

Principal
Principal
Dayanand Mahila Mahavidyalaya
Kurukshetra (Haryana)

Physical Education & Sports
Dr. Anu Chauhan

N.S.S.
Dr. Sonia
Dr. Ritu

N.C.C.
Ms. Vinita