



# **SANATAN DHARMA COLLEGE**

## **AMBALA CANTT**

NAAC Accredited Grade “A+” with CGPA 3.51 in 3<sup>rd</sup> cycle/ College with Potential for Excellence,  
UGC

### **WOMEN CELL ACTIVITIES (2015-16)**

**Convener: Dr. SONIKA SETHI**

An important aspect of Holistic personality development of an individual is, gender sensitization. The Women Cell of the college ensures that the students of the college, both boys and girls, evolve in an environment that allows them equal opportunities to excel without any discrimination based on gender. The Cell also provides ample opportunities to the girl students to indulge in activities that boosts their confidence as well as enhances their skill sets.

**Details of this year's activities are as under:**

<b>Activity</b>	<b>Date</b>	<b>Details</b>	<b>Participants</b>
<b>Expert Lecture</b>	29 July 2015	<b>Dr Sangeeta Jain</b> , Gynaecologist & Obstetrician from Vardhman Nursing Home, Ambala City addressed girl students about Menstrual Health	120 students
<b>Nukkad Natak</b>	18 Aug 2015	Nukkad Natak in collaboration with <b>Manthan Theatre group</b> was performed in the college campus on the topic “Beti Bachao, Beti Padhao”	30 students
<b>Art &amp; Craft Workshop</b>	15-17 Sep 2015	The Cell organized an Art & Craft Workshop in collaboration with the Home Science dept. of the college under the guidance of Mrs. Asha	100 students

		Verma, instructor from Pidilite.	
<b>Carom Board Championship</b>	29 Feb 2016	The Cell organized Carom championship for girl students as well as the female Faculty members of the college.	200 students & teachers
<b>Expert Lecture</b>	8 March 2016	The cell organized an expert lecture by Dietician, Ritika Gulati on the topic 'Creating & Maintaining Healthy Eating Culture'	100 students
<b>Sampoorna-Inter-College Fest</b>	9 March 2016	A series of competitions were organized to celebrate International Women's Day in which students from different colleges of the state participated. Dr Minakshi Garg, Trustee, M M University Mullana was the Chief Guest for the occasion.	90 students
<b>Expert Lecture</b>	9 March 2016	An Expert lecture on "Personality Development" was delivered by Dr. Sushil Kansal, Associate Professor S D College	100 students



### Results of the Carom Championship organized by the Cell:

CARROM CHAMPIONSHIP (Faculty Members)				
S No.	Position	Name	Class	Institution
1.	Winners (Teachers)	Anita Bindal	Commerce	S D College, A/Cantt
		Pooja	Commerce	S D College, A/Cantt
2.	Runners Up (Teachers)	Babita Bist	Mathematics	S D College, A/Cantt
		Madhu Sharma	Music	S D College, A/Cantt

CARROM CHAMPIONSHIP (Students)				
S No.	Position	Name	Class	Institution
1.	Winners (Students)	Richa	M.A. Eco. I	S D College, A/Cantt
		Surbhi	M.A. Eco. I	S D College, A/Cantt
2.	Runners Up (Students)	Aditi	B Sc II	S D College, A/Cantt
		Anandita	B Sc II	S D College, A/Cantt





**Results of various competitions organized under Sampurna-Inter-college Fest:**

**Face Painting (Inter-College)**

S No.	Position	Name	Class	Institution
1.	First	Anjali	B A I	Arya Girls' College, A/Cantt
2.	Second	Navesha Dhaliwal	B A III (Eng Hons)	S D College, A/Cantt
3.	Third	Preeti	B Ed	PKR Jain B.Ed College, A/Cantt

**Mini Saga Writing (Inter-College)**

S No.	Position	Name	Class	Institution
1.	First	Ankit Misra	B Tech II	MMU, Mullana
2.	Second	Gurpreet	M Com II	DAV College, A/City
3.	Third	Harpreet Kaur	B A II	DMMV, Kurukshetra

**Creative Speaking (Inter-College)**

S No.	Position	Name	Class	Institution
1.	First	Divneet Kaur	B Sc II (Elec)	S D College, A/Cantt
2.	Second	Harshdeep	B A II	M N College, Shahbad
3.	Third	Harpreet Kaur	B A II	DMMV, Kurukshetra



## GLIMPSES OF WOMEN CELL ACTIVITIES





# MEDIA COVERAGE

## प्रराज न मनापा हल्य ९९ न्यूट्राना शाल

अम्बाला छावनी, 10 सितम्बर (रमिंद्र): छावनी स्थित एस. डी. कालेज में महिला प्रकोष्ठ, गृह विज्ञान एसोसिएशन द्वारा 'हैल्थ एंड न्यूट्रेशन सप्ताह' मनाया गया। कालेज में इस सप्ताह को स्वास्थ्य व पोषण सप्ताह के रूप में मनाया गया, जिसके अंतर्गत 7 से 9 सितम्बर तक वक्तव्य शृंखला आयोजित की गई। इस शृंखला में डा. सोनिका सेठी द्वारा महिला रोग एवं महिला स्वास्थ्य, प्रो. कवलीन भारेज द्वारा व्यायाम के महत्व तथा प्रो. श्रेष्ठा मुगल द्वारा पोषण का महत्व विषयों पर छात्राओं को नवीनतम जानकारी दी गई। इसी कड़ी के तहत कालेज के विद्यार्थियों ने विभिन्न प्रतियोगिताओं में हिस्सा लिया, जिनमें पोस्टर मैकिंग, स्लोगन राईटिंग, रेसिपी काटेस्ट, टी-शर्ट पेंटिंग शामिल रही। कालेज प्राचार्य डा. राजेंद्र सिंह इस अवसर पर मुख्यातिथि थे। उन्होंने विद्यार्थियों



विद्यार्थियों द्वारा बनाए गए व्यंजनों का अवलोकन करते निर्णायक मंडल के सदस्य। (चित्रमोहन)

को पुरस्कृत किया। प्राचार्य ने इस अवसर पर वूमैन सैल के पदाधिकारियों एवं प्रभारियों को बैज लगाकर सम्मानित किया। प्रतियोगिताओं में निर्णायक मंडल की भूमिका डा. सुशील कंसल, डा. नवी गुलाटी, डा. जयदीप चौहान, प्रो. रुद्र प्रो. अमनदीप मेहता, प्रो. मंदीप कौर निभाई। कार्यक्रम में गृह विज्ञान की अध्यक्ष प्रो. कमलेश सिंह, वूमैन सैल कन्वीनर डा. सोनिका सेठी, होम साइंस एसोसिएशन की प्रभारी प्रो. श्रेष्ठा मुगल व अन्य मौजूद रहे।

## महिला दिवस पर महिला अधिकारों पर हुआ चिंतन



छात्राओं ने महिला अधिकारों पर चिंतन करते हुए पोस्टर प्रदर्शित किए।

अम्बाला छावनी, 17 सितम्बर (पंकज): सनातन धर्म कालेज में श्रोते 3 दिन से जारी 3 दिवसीय आर्ट्स एंड क्राफ्ट्स वर्क शोप का समापन हुआ। कालेज की होम साइंस एसोसिएशन की ओर से आयोजित इस कार्यक्रम में लगभग 100 छात्रों ने फेब्रिक पेंटिंग, मूल और ग्लास पेंटिंग आदि के गुरु सीखे। अंतिम दिन विद्यार्थियों द्वारा बनाई विभिन्न



छात्राओं ने महिला अधिकारों पर चिंतन करते हुए पोस्टर प्रदर्शित किए।

अम्बाला छावनी, 29 जुलाई (बराह): एस. डी. कालेज में महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान में बुधवार को सैमीनार का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्यातिथि के रूप में श्री रोग विशेषज्ञ डा. मंगला देवी मौजूद थीं। जिन्होंने मौजूद कालेज के छात्राओं ने बड़े रंगों के बॉम्ब में जानकारी दी। इसके अलावा छात्राओं के पूछे गए सप्रश्नों का समाधान व उत्तर भी बताया।

## महिलाओं को स्वास्थ्य के प्रति किया जागरूक



एस. डी. कालेज में सैमीनार के दौरान मुख्यातिथि को सम्मानित करते हुए।

अम्बाला छावनी, 10 सितम्बर (रमिंद्र): छावनी स्थित एस. डी. कालेज में महिला प्रकोष्ठ, गृह विज्ञान एसोसिएशन द्वारा 'हैल्थ एंड न्यूट्रेशन सप्ताह' मनाया गया। कालेज में इस सप्ताह को स्वास्थ्य व पोषण सप्ताह के रूप में मनाया गया, जिसके अंतर्गत 7 से 9 सितम्बर तक वक्तव्य शृंखला आयोजित की गई। इस शृंखला में डा. सोनिका सेठी द्वारा महिला रोग एवं महिला स्वास्थ्य, प्रो. कवलीन भारेज द्वारा व्यायाम के महत्व तथा प्रो. श्रेष्ठा मुगल द्वारा पोषण का महत्व विषयों पर छात्राओं को नवीनतम जानकारी दी गई। इसी कड़ी के तहत कालेज के विद्यार्थियों ने विभिन्न प्रतियोगिताओं में हिस्सा लिया, जिनमें पोस्टर मैकिंग, स्लोगन राईटिंग, रेसिपी काटेस्ट, टी-शर्ट पेंटिंग शामिल रही। कालेज प्राचार्य डा. राजेंद्र सिंह इस अवसर पर मुख्यातिथि थे। उन्होंने विद्यार्थियों

महिलाओं में अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता की कमी है। इसलिए ऐसे कार्यक्रमों को बहुत जरूरत है। कार्यक्रम की मुख्यातिथि डा. मंगला देवी ने बताया कि युवकस्थ में होने वाले अधिकतर समस्याओं का कारण हमारा जीवनशैली है। इनका निवारण सही पोषण व व्यायाम है। कालेज प्रो. डा. नवीन गुलाटी ने बताया कि कालेज को 100 साल पूरा हो गए हैं। इसी उपलक्ष्य में कालेज की ओर से एक शृंखला में कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। इस मौके पर कालेज की उप-प्राचार्य प्रो. विना शर्मा, प्रो. हरपल सिंह, डा. राजेंद्र कौर, डा. कृष्ण कुमार आदि मौजूद रहे।



विद्यार्थियों के दौरान बनाई गई चीजों को देखते प्रोफेसर व अन्य।

## कलाकृतियों का प्रदर्शनी लगाई

अम्बाला छावनी, 17 सितम्बर (पंकज): सनातन धर्म कालेज में श्रोते 3 दिन से जारी 3 दिवसीय आर्ट्स एंड क्राफ्ट्स वर्क शोप का समापन हुआ। कालेज की होम साइंस एसोसिएशन की ओर से आयोजित इस कार्यक्रम में लगभग 100 छात्रों ने फेब्रिक पेंटिंग, मूल और ग्लास पेंटिंग आदि के गुरु सीखे। अंतिम दिन विद्यार्थियों द्वारा बनाई विभिन्न

### 100 छात्रों ने सीखे पेंटिंग के गुरु

कलाकृतियों की प्रदर्शनी लगाई गई। इसका निरोक्षण करते हुए प्राचार्य डा. राजेंद्र सिंह ने विद्यार्थियों को उनके सराहनीय कार्य के लिए बधाई दी। वूमैन सैल की इंचार्ज डा. सोनिका सेठी ने कार्यशाला के बारे में

जानकारी दी। होम साइंस एसोसिएशन की इंचार्ज प्रो. श्रेष्ठा ने बताया कि कार्यशाला में छात्राओं को विशेष टिप्स देने के लिए आशा व वर्षा को बुलाया गया। उन्होंने विद्यार्थियों को घर में सजाने के लिए विभिन्न कलाकृतियां सिखाईं। इस अवसर पर डा. नवीन गुलाटी, प्रो. कमलेश सिंह, प्रो. हिना अरोड़ा और डा. शशी राणा भी मौजूद रहे।

# INTERNATIONAL WOMEN'S DAY CELEBRATIONS





## OTHER ACHIEVERS

Name	Event	Place	Date	Prize
Priya (B Com III)	National Level Essay Writing Competition	DAV College, Karnal	20 Feb 2016	Second
Vishal Verma ( B Sc II)	State Level Competitions	Pt CLS Govt College, Karnal	05 Feb 2016	Second in PPT
Navesha Dhaliwal (BA III Eng Hons)	State Level Competitions	Pt CLS Govt College, Karnal	05 Feb 2016	Second in Painting
Team of 6 Girls	State Level Competitions	Pt CLS Govt College, Karnal	05 Feb 2016	Second in Skit
Pratibha (M Sc Maths)	State Level Competitions	Govt PG College, Ambala Cantt	16 Feb 2016	Second in Painting
Divneet Kaur (B Sc Elec II)	State Level Competitions	Govt PG College, Ambala Cantt	16 Feb 2016	Third in Debate
Vatika Sharma (B A III Eng Hons)	State Level Competitions	Govt PG College, Ambala Cantt	16 Feb 2016	Third in Essay Writing
Shruti (B Sc IT)	State Level Competitions	Govt Girls' College, Ambala City	10 Mar 2016	Second in Collage Making
Kumari Jyoti (MA II)	State Level Competitions	Govt Girls' College, Ambala City	10 Mar 2016	Consolation in Poetry Recitation
Navesha Dhaliwal (B A III Eng Hons)	State Level Competitions	S A Jain College, Ambala City	08 Mar 2016	First in Poster Making