


Gender Sensitization Action Plan for 2021-21

The 'Women Cell' is an active initiative of our college which helps to create social awareness about the women's problems and addresses the challenges posed by gender discrimination inherent in our patriarchal society. The goal is to create a safe haven within the institution where the students can engage in curricular and co-curricular activities and realize their full potential. The WDC organizes debates, poetry and quiz competitions and other cultural events which help to develop self-confidence in women. Besides these cultural activities, any grievances of the students are looked after by the Internal Complaints Committee. It plans to take every complaint seriously and offer guidance and support to the affected students.

The WC plans to hold an online seminar related to Gender Equality and Women's Rights. This will help the students to become aware of their rights in the society.

A session highlighting the importance of balanced diet and a National seminar on women's health will also be held during the year. Participation in sports and physical activity will also be encouraged as a 'healthy mind resides in a healthy body'. An online webinar on National Sports Day also will be arranged.

Thus, a multi-disciplinary approach will be followed for the overall development of the women.

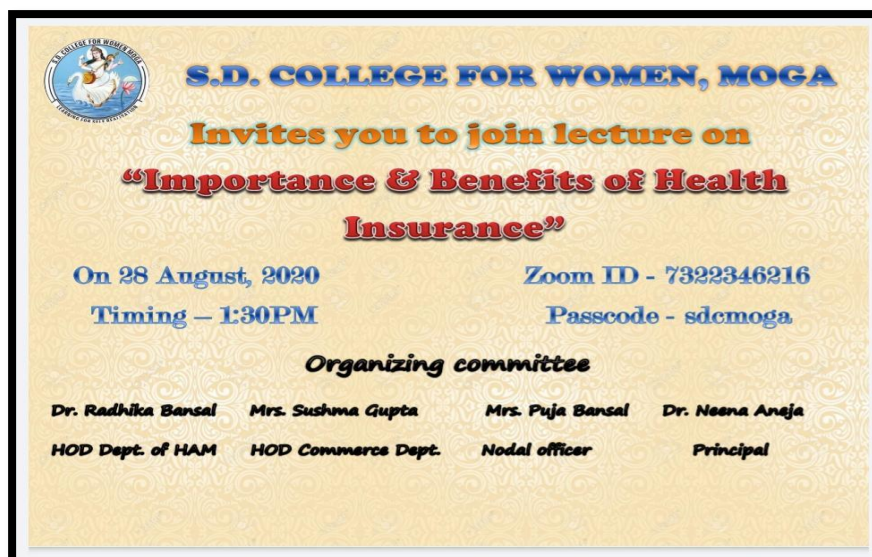

Principal
S.D.College for Women
Moga

Activities done under Gender Action Plan

1. Online Webinar on Gender Equity (01-08-2020)



2. Activities done under FIT India Run(15-08-2020 to 02-10-2020)



एसडी कॉलेज फॉर वूमेन में करवाए ऑनलाइन क्विक मुकाबले

मोगा | एसडी कॉलेज फॉर वूमेन में ऑनलाइन क्विक मुकाबला करवाया गया। इस मुकाबले का आयोजन प्रिंसिपल डॉ. नीना अनेजा के निर्देशों में किया गया। प्रिंसिपल ने बताया कि यह मुकाबला हर नागरिक के लिए 14 से 18 अगस्त तक ओपन था। इस क्विक मुकाबले को राष्ट्रीय स्तर पर भारी स्वीकृति मिली। मुकाबले में भाग लेने वाले भागीदारों के पास से सेहत और योग संबंधी प्रश्न पूछे गए और योग्य हिस्सा लेने वालों को ई-स्टीफीक्रेट मुहैया किए गए। सहायक प्रोफेसर नमिता बर्मन फिजिकल एजुकेशन डिपार्टमेंट ने इस मुकाबले के आयोजन के लिए अहम योगदान दिया।

डिंट ईडिआ फ्रीडम रन प्रोग्राम 'च वपीआ कारगुजारी लਈ एी-सन्मान सर्टीफिकेट जारी

मोगा, 23 सितंबर (अमरसद खान) : सधानक और डी.कालज वार वूमन मोगा नू डिंट ईडिआ फ्रीडम रन प्रोग्राम विंच वपीआ कारगुजारी लਈ डारड सरकार दे मंडराले युवा माले अडे खडा

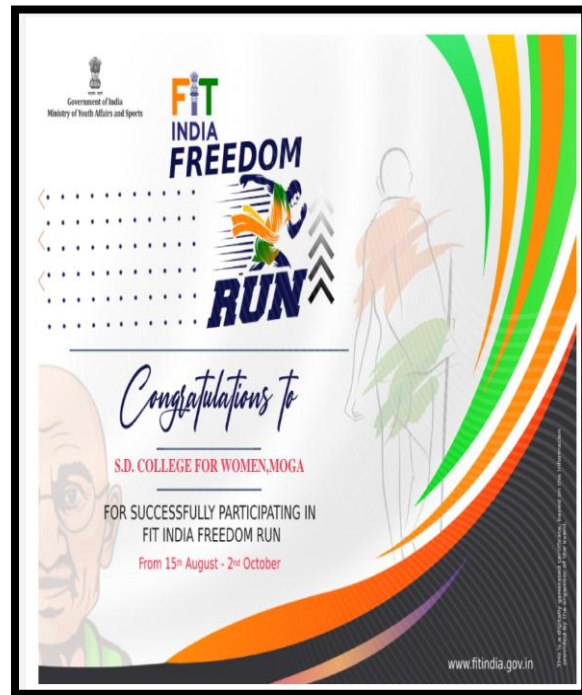


वॉल मालता पुपड एी सन्मान सर्टीफिकेट जारी कीडा गिआ। कालज प्रिंसिपल डा.नीना अनेजा ने दिसआ कि एिह प्रोग्राम 15 अगस्त 2020 से 2 अक्टूबर 2020 तक चलेंगा डे एिस प्रोग्राम दा मुंख मंडव क्विक-19 प्रोग्राम दे डहिड ऐन सी सी. क्विडटा अडे ऐन ऐस ऐस. वलेंटीअरस ने सरीरक किरिआवा विंच हिंसा लिआ अडे डिंट ईडिआ फ्रीडम रन संकलप नू मुंख आघार बटा के पसटर वी लाए गऐ।

रोजाना 'सपेक्समैन'


RozanaSpokesman.com

epaper by Daksham.COM



for
Principal
S.D.College for Women
Moga


3. National Webinar on Women's Health (09-10-2020)




S.D. College for Women Moga

A Premier Multi Faculty Post Graduate Women Institution
Affiliated to Panjab University, Chandigarh
Re-accredited with Grade B+ by NAAC

Department of Hospital Administration & Management
in collaboration with IQAC invites you to join a WEBINAR



October 9, 2020
11:00 AM



Meeting ID: 732 234 6216
Passcode: sdcwmoga

WOMEN'S HEALTH

Guest Speaker: Dr. Amrita Jha

Dr. Radhika Bansal
H.O.D. Dept. Of
Hospital Administration
and Management

Mrs. Puja Bansal
Nodal Officer

Dr. Neena Aneja
Principal

<https://us02web.zoom.us/j/7322346216?pwd=TGpJR0lvZjJhSzVSNWdseTJMS3IEZDZ09>

एस.डी. कालेज में स्त्री सेहत संभाल पर करवाया बैबीनार

मोगा, (गुलाटी) :

एस.डी.कालेज फार वूमैन मोगा में बी.वाक अस्पताल एडमिनिस्ट्रेशन एंड मैनेजमेंट की ओर से स्त्रियों की देखभाल संबंधी बैबीनार का आयोजन किया गया। कालेजप्रिन्सीपल डा. नीना अनेजा ने कहा कि कोरोना ने लोगों की जीवन शैली बदल दी है और ऐसे दी में सेहत की संभाल जरूरी है। बैबीनार के मुख्य वक्ता डा. अमृता दिल्ली थे। अंग्रेजी विभाग की सहायक प्रवक्ता नगमा गाबा ने मुख्य वक्ता का अभिनंदन करते हुए संक्षेप में उनकी शैक्षणिक उपलब्धियों की जानकारी श्रोताओं के साथ संयुक्त की। डा. अमृता ने कहा कि सेहतमंद औरत खुशहा परिवार की बुनियाद है। हार्मोन के बदलाव, अनिश्चित मासिक धर्म, कौलियायम की कमी, कुपोषण आदि शारीरिक समस्याएं महिलाओं के आम जीवन को प्रभावित करती है।




बैबीनार में विचार पेश करते टीचर। (नरुला)

Wed, 14 October 2020
epaper.dainiksaveratimes.org/c/

दैनिक सवेरा




Principal
S.D.College for Women
Moga

4. Activities organized under Poshan Pakhwara (16-03-2021 to 31-03-2021)

ਸ਼ਿਸ਼ੂ ਨਾਅਰੇਬਾਜੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਹ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਅਦਾਰੇ,

ਐਸ.ਡੀ. ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਪੋਸ਼ਣ ਪਖਵਾੜਾ ਤਹਿਤ ਆਨਲਾਈਨ ਵਿਸਥਾਰ ਭਾਸ਼ਨ ਕਰਵਾਇਆ

ਮੋਗਾ, 31 ਮਾਰਚ (ਜਸਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬੱਬ-ਸਬਾਨਕ ਐਸ.ਡੀ. ਕਾਲਜ ਫਾਰ ਵੂਮੈਨ ਵਿਭਾਗਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮੰਤਰਾਲੇ ਇਸਤਰੀ ਅਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਵਲੋਂ ਚਲਾਏ ਪੋਸ਼ਣ ਪਖਵਾੜਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਨਲਾਈਨ ਵਿਸਥਾਰ ਭਾਸ਼ਨ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਅਤੇ ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਯੂਨਿਟ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਨੀਨਾ ਅਨੇਜਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੋਸ਼ਣ ਪਖਵਾੜਾ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵਲੋਂ ਚਲਾਇਆ ਗਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਵ 6 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਆਨਲਾਈਨ ਵਿਸਥਾਰ ਭਾਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਤਾ ਮਿਸ ਸੁਖਵੀਰ ਕੌਰ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਵੇਸ ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸਿੰਗ ਐਂਡ ਕੁਆਲਿਟੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਸਨ। ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਬਲਜੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਮੁੱਖ ਵਕਤਾਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਸੁਖਵੀਰ ਕੌਰ ਨੇ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜ਼ਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਿਟਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ ਨਮਿਤਾ ਬਰਮਨ ਨੇ ਸੁਖਵੀਰ ਕੌਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਲੇਡਟੀਨੇਟ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ, ਸਮੂਹ ਸਟਾਫ਼ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

CS Scanned with CamScanner

ਐਸ.ਡੀ. ਕਾਲੇਜ ਫਾਰ ਵੂਮੈਨ ਮੋਗਾ ਮੇਂ ਆਨਲਾਈਨ ਵੈਬਿਨਾਰ

ਮੋਗਾ (ਗੁਲਾਟੀ) : ਐਸ.ਡੀ. ਕਾਲੇਜ ਫਾਰ ਵੂਮੈਨ ਮੋਗਾ ਮੇਂ ਪੋਸ਼ਣ ਪਖਵਾੜਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਨਲਾਈਨ ਵੈਬਿਨਾਰ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਐਂਡ ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਯੂਨਿਟ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕਾਲੇਜ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਨੀਨਾ ਅਨੇਜਾ ਨੇ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਤਥਾ ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਯੂਨਿਟ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਪੋਸ਼ਣ ਸਪੱਤਾਹ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੁਆਰਾ 16 ਸੇ 31 ਮਾਰਚ ਤੱਕ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ 0 ਸੇ 6 ਵਰ੍ਹੇ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਮੇਂ ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਹੈ ਤਥਾ ਲੋਕਾਂ ਮੇਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਆਨਲਾਈਨ ਵੈਬਿਨਾਰ ਦੌਰਾਨ ਮਿਸ ਸੁਖਵੀਰ ਕੌਰ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸਿੰਗ ਐਂਡ ਕੁਆਲਿਟੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਦਾ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਬਲਜੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ। ਮੁੱਖ ਵਕਤਾਬੇ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਬਾਰੇ ਜਾਨਕਾਰੀ ਸਰੋਤਿਆਂ ਦੇ ਸਾਥ ਸੰਯੁਕਤ ਕੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਨੀਨਾ ਅਨੇਜਾ, ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਲੇਡਟੀਨੇਟ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ, ਸਮੂਹ ਸਟਾਫ਼ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।



ਐਸ.ਡੀ.ਕਾਲੇਜ ਮੇਂ ਆਨਲਾਈਨ ਵੈਬਿਨਾਰ ਮੇਂ ਅਪਨੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਮਾਹਿਰ ਅਧਿਆਪਕ। (ਨਰੁਲਾ)

ਦੈਨਿਕ ਸਾਵੇਰਾ Thu, 01 April 2021
epaper.dainiksaveratimes.org/c/5

CS Scanned with CamScanner

for
Principal
S.D.College for Women
Moga



5. Online Webinar organized by NCC and NSS Unit on Women's Health (28-05-2021)

S.D. College for Women, Moga
A premier Multi-Faculty post graduate Women Institution of the area (Estd. 1969)
Affiliated to Panjab University, Chandigarh
Re-Accredited with Grade B+ by NAAC

Dept. of Physical Education In collaboration with NSS and NCC Unit
Organizes Online Guest Lecture
On
"Yoga For Women's Health"

Date: May 26, 2021
Time: 12.00 PM
ZOOM id: 732 234 6216
Passcode: sdcwmoga

Principal
Dr. Neena Aneja
S.D. College for Women

Resource Person
Dr. Deepti Joshi
Assistant Professor
SHAUATS, Prayagraj, U.P.

Organizing Committee
Mrs. Namita Barman
Dr. Baljeet Kaur
Lt. Ramanpreet KAUR

एस.डी. कॉलेज फार वूमैन ने करवाया ऑनलाइन गैस्ट लैक्चर

मोगा (मुरादा) : एस.डी. कॉलेज फार वूमैन मोगा के फिजिकल एजुकेशन विभाग, एन.एस.एस एवं एन.सी.सी. यूनिट के आपसी सहयोग से ऑनलाइन गैस्ट लैक्चर महिलाओं की सेहत के लिए योग का महत्व विषय पर आयोजित किया गया। कॉलेज प्रिंसिपल डा. नीना अनेजा ने कहा कि योग अमूल्य मनुष्य को स्वयंबोध कराता है। योग अभ्यास महिलाओं के शारीरिक, मानसिक व हार्मोनल तंत्र में सहायक सिद्ध हुआ है। गैस्ट लैक्चर के मुख्य वक्ता डा. दीप्ति जोशी सहायक प्रोफेसर सेम हिगिनबॉटम एडिक्टर टेक्नोलॉजी एजुकेशन एंड मीडिया ब्रह्मराज यू.पी. थे। डा. राधिका ने मुख्य वक्ता की शैक्षणिक एवं गैर शैक्षणिक उपलब्धियों बारे श्रोताओं से संवृक्त की। मुख्य वक्ता डा. दीप्ति ने महिलाओं से संबंधित योग अभ्यास की जानकारी दी तथा कहा कि महिलाएं अपनी स्थिति अनुसार योग के तंदुरुस्त रखने के लिए योग कर सकती हैं। तनाव मुक्ति के लिए योग के आसन करके शरीर को तंदुरुस्त रखा जा सकता है।

एस.डी. कॉलेज फार वूमैन में ऑनलाइन गैस्ट लैक्चर दौरान अपने विचार पेश करते प्रिंसिपल डा. नीना अनेजा, डा. दीप्ति जोशी, नमिता बर्मन, डा. राधिका। (नरुला)

फ्री. 28 May 2021
epaper.dainiksaveratimes.org/c/60

Dr. Neena Aneja
Principal
S.D. College for Women
Moga