



WELFARE MEASURES FOR FACULTY & STAFF



***GOVT. M. H. COLLEGE OF HOME SCIENCE
AND SCIENCE FOR WOMEN, JABALPUR
SESSION 2019-20 TO 2023-24***

CELEBRATIONS & RECREATIONS



Sarva Dharma Sabha 30/1/2020

Govt. M. H. College of Home Science and
Science for Women Jabalpur

Is Organizing

Garba Mahotsav

On 1st October 2022
from 03:00 pm to 06:00 Pm

at
Basketball Ground

Entry Time 02:00 pm to 02:40 Pm



Organizing Committee
Garba Mahotsav

#ColourOfFestival होमसाइंस कॉलेज में आयोजन गरबा के रंग में रंगी स्टूडेंट्स, किया महारास



होमसाइंस कॉलेज में आयोजित गरबा ईव में बिरकती छात्राएं

पत्रिका plus रिपोर्टर
patrika.com

जबलपुर. गरबा के रंग में कॉलेज स्टूडेंट्स रंगी नजर आई। आदिशक्ति की आराधना के लिए स्टूडेंट्स ने कॉलेज मैरिस में गरबा किया। होमसाइंस एवं महिला विज्ञान कॉलेज में शनिवार को गरबा महोत्सव कॉलेज छात्राओं के लिए आयोजित किया गया। गरबा के पर्यजन हेतु में तैयार होकर आई स्टूडेंट्स ने गरबा और डांडिया रास किया। इस दौरान अलग-अलग कैटेगरी में पुरस्कार भी वितरित किए गए।



महारास में रमा मन

गरबा के साथ स्टूडेंट्स ने डांडिया रास भी किया। अट्रैक्टिव कॉस्ट्यूम और म्यूजिकल बीट्स में गरबा का उत्साह छाया रहा। बेस्ट फैकल्टी परफॉर्मेंस के लिए महिमा बैरगी, अपूर्वा सोनी, डॉ. जया गुमारला, डॉ. रीना मेरठ, रश्मि सिंगरौर को मिला। गरबा क्वीन रश्मिता दुबे और मुस्कान कोल, कीर्ति पटेल, बबिता सिंह, अर्द्धा पाटकर, आर्या तिवारी, अकिता राजभर, अनिषा तिवारी, मुस्कान पाटक, मानसी रैकवार, शिवानी ज्योतिषी, पलक नायक, अर्द्धा द्विवेदी, आकृति पाण्डे को पुरस्कृत किया गया।

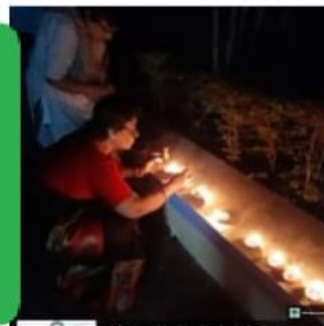
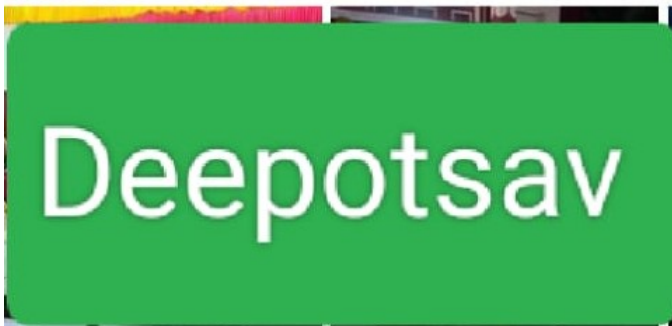
जबलपुर. रविवार, 22 अक्टूबर, 2023
bhaskarhindi.com



गुजराती गीतों पर खेला गरबा

जबलपुर. रंग बिरंगे परिधान, हाथों में डांडिया और मन में उत्साह के साथ छात्राओं ने गरबा का आनंद लिया। यह अवसर था शास्त्रीय होमसाइंस महाविद्यालय में गरबा महोत्सव का, जिसमें छात्राओं ने बड़-चढ़कर भाग लिया। गुजराती गीतों पर छात्राओं ने ताल से ताल मिलाकर डांडिया रास एन्जॉय किया। विभिन्न कैटेगरीज में प्राइज भी दिए

गए, जिनमें बेस्ट फैकल्टी परफॉर्मेंस महिमा बैरगी, अपूर्वा सोनी, डॉ. जया गुमारला, डॉ. रीना मेरठ, रश्मि सिंगरौर, गरबा क्वीन रश्मिता दुबे, बेस्ट गरबा ड्रेस मुस्कान कोल, कीर्ति पटेल, बबिता सिंह व बेस्ट एसेसरीज का खिताब अर्द्धा पाटकर, आर्या तिवारी, अकिता राजभर, बेस्ट गरबा शिवानी ज्योतिषी, पलक नायक, अर्द्धा द्विवेदी, आकृति पाण्डे को मिला।



SDG goal 5



Gender equality today for a sustainable tomorrow
international women's day 8/3/2022





Govt MH college...

9+



Posts

About

Photos







Alumini Meet



2 reactions

Like

Comment







Patron

Dr. Nandita Sarkar

Principal

Govt. M H College of Home Science and
Science for Women (Auto.), Jabalpur

Convener

Smt. Shubha Sinha

Asstt. **Professor**, Department of
Chemistry

IQAC Coordinator

Dr. B K Singh

Professor, Department of Chemistry

Coordinator

Dr. Jyoti Jain

HOD, Department of Resource
Management

Organizing Team

Shri Gunwant Singh

Dr. Manju Gupta

One week wellness program on

“Yoga for self and society”

From 24 June to 29 June, 2024



Resource Person

Dr Rashmi Saxena

Retd. Professor, Chemistry

TIME 3:30 PM

VENUE

FIRST FLOOR

SWAYAM SIDHHA HOSTEL

**Organized by
Department of Chemistry
&**

**Department of Resource Management
Under the aegis of IQAC**

**Govt. M H College of Home Science and Science for Women (Auto.), Jabalpur
(M.P.)**



ChemEra

HEALTH & FITNESS



25 Jun · 🌐

Day 1 A wellness program on yoga for self and society

#SDG3goodhealthandwellbeing

Patron
Dr. Nandita Sarkar
Principal
Govt. S.M. College of Higher Science and
Science for Women (Aut.), Jabalpur

Convener
Smt. Shubha Sinha
Asst. Professor, Department of
Chemistry

IQAC Coordinator
Dr. R. K. Singh
Wellness, Department of Chemistry

Coordinator
Dr. Jyoti Jain
WOM, Department of Resource
Management

Organizing Team
Shri. Gunwant Singh
Dr. Manju Gupta

**One week wellness
program on
"Yoga for self and society"**
from 24 June to 29 June, 2024

**Resource Person**
Dr. Rashmi Saxena
Retd. Professor, Chemistry

TIME 3:30 PM
VENUE
FIRST FLOOR
SWAYAM SIDHHA HOSTEL

Organized by
Department of Chemistry
&
Department of Resource Management
Under the aegis of IQAC



Scanned with OKEN Scanner



ChemEra

26 Jun · 🌐



Day 2 A wellness program on yoga for self and society
#SDG3goodhealthandwellbeing



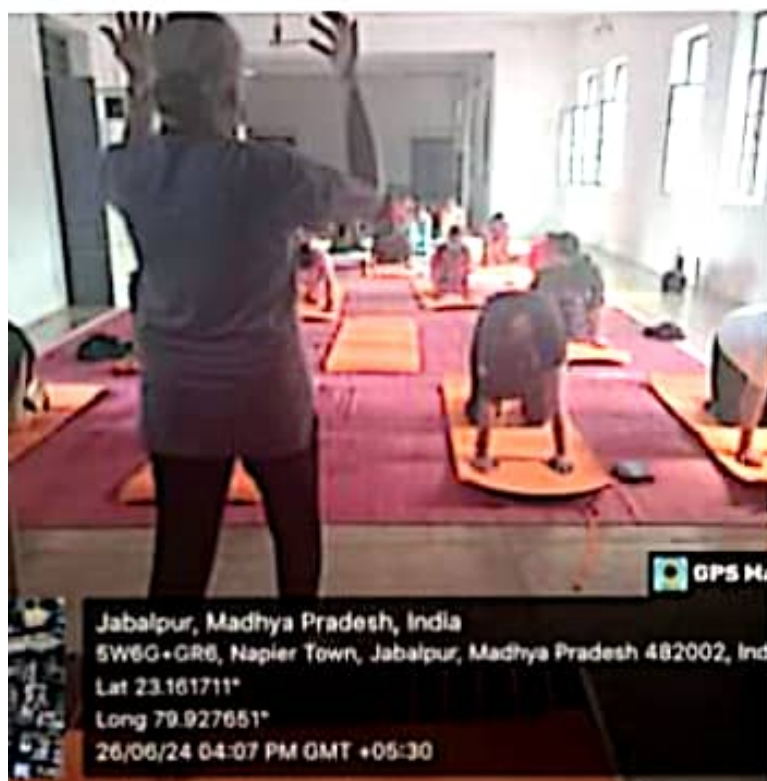


ChemEra

28 Jun · 🌐

Day 3 and 4 wellness program on yoga for self and society

#SDG3goodhealthandwellbeing





ChemEra

28 Jun · 🌐



Day 5

wellness program on yoga for self and society

#SDG3goodhealthandwellbeing



Scanned with OKEN Scanner



ChemEra

29 Jun · 🌐

Day 6 Wellness program on yoga for self and society

#SDG3goodhealthandwellbeing



शरीर और मन को स्वस्थ रखने किया योग

जबलपुर। होमसाइंस कॉलेज में स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से वेलनेस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बताया गया कि एक स्वस्थ शरीर स्वस्थ मन के साथ ही पूर्ण स्वस्थ माना जाता है। अतः योग आसन सूक्ष्म व्यायाम, ध्यान, प्राणायाम ये सभी तन-मन को स्वस्थ रखने के तरीके हैं। कार्यक्रम का प्रारंभ डॉ. नंदिता सरकार के मार्गदर्शन में हुआ। इस अवसर पर समन्वयक डॉ. शुभा सिन्हा, संयोजक डॉ. ज्योति जैन, सचिव डॉ. मंजु गुप्ता, गुणवंत सिंह प्रीठा अधिकारी आदि की उपस्थिति रही। पी-2

योग और ध्यान हैं जीवन के आधार



जबलपुर plus रिपोर्टर

गवर्नमेंट होमसाइंस कॉलेज में वेलनेस प्रोग्राम का शुभारंभ सोमवार को हुआ। कार्यक्रम में स्वास्थ्य के शारीरिक और मानसिक आयामों पर दृष्टिपात करते हुए एक्सपर्ट द्वारा ट्रेनिंग दी जाएगी। वक्ताओं ने कहा कि योग आसन सूक्ष्म व्यायाम, ध्यान और प्राणायाम, यह सभी तन-मन को स्वस्थ रखने के तरीके हैं। शिविर में एक सप्ताह तक प्रशिक्षक डॉ. रश्मि सक्सेना द्वारा प्रशिक्षण दिया जाएगा। उद्घाटन अवसर पर प्राचार्य डॉ. नंदिता सरकार, समन्वयक डॉ. शुभा सिन्हा, संयोजक डॉ. ज्योति जैन, सचिव डॉ. मंजु गुप्ता, ब्रीड़ा अधिकारी गुणवंत सिंह मौजूद थे।

patrika.com

जबलपुर, मंगलवार
25 जून, 2024

bhaskarhindi.com

जबलपुर, मंगलवार, 25 जून 2024, 04

नईदुनिया

जबलपुर, मंगलवार, 25 जून, 2024

तनावयुक्त जीवन शैली में मन को शांतचित करने ध्यान प्राणायाम करें

होमसाइंस कालेज में वेलनेस कार्यक्रम का आयोजन

होमसाइंस कालेज में स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से वेलनेस कार्यक्रम का शुभारंभ सोमवार को किया गया। 29 जून तक चलने वाले कार्यक्रम में शारीरिक और मानसिक दोनों आयामों पर दृष्टिपात किया जाएगा। प्रशिक्षण डा. रश्मि सक्सेना दे रही हैं। उन्होंने बताया कि स्वस्थ शरीर स्वस्थ मन के साथ ही पूर्ण स्वस्थ माना जाता है। इसलिए योग आसन सूक्ष्म व्यायाम, ध्यान, प्राणायाम तन-मन को स्वस्थ रखने के तरीके हैं। शारीरिक



सक्रियता के साथ तनावयुक्त जीवन शैली में मन को शांत चित करने के लिये ध्यान प्राणायाम करना चाहिए। कार्यक्रम का शुभारंभ प्राचार्य डा. नंदिता सरकार के मार्गदर्शन में किया। डा. शुभा सिन्हा ने कार्यक्रम की रूपरेखा तैयार की। कार्यक्रम संयोजक डा. ज्योति जैन ने संचालन किया। कार्यक्रम की सचिव डा. मंजु गुप्ता ने आभार माना। कार्यक्रम को सफल बनाने में ब्रीड़ा अधिकारी गुणवंत सिंह का योगदान रहा।