

E-mail : sdmmnrw@gmail.com  
www. sdmmnarwana.com

01684 240161  
241933



# S.D. Mahila Mahavidyalya

Narwana - 126116 (Jind) Haryana

Accredited by NAAC with Grade 'B'

Affiliated to Ch. Ranbir Singh University, Jind

Ref. No. 4836/S.D.M./N/V/22

Dated...17.05.22

## सूचना


दिनांक: 17.05.2022

महाविद्यालय की सभी छात्राओं को सूचित किया जाता है कि महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ(Women Cell) तीन दिवसीय आत्मरक्षा (Self Defence) की कार्यशाला का आयोजन कल दिनांक: 18 मई से 20 मई ,2022 तक किया जाएगा। इच्छुक छात्राएं इसमें भाग लें क्योंकि यह कार्यशाला आपके लिए लाभदायक रहेगी। कार्यशाला का आयोजन सेमिनार रूम में दोपहर 12 बजे होगा। कक्षा अनुसार छात्राएं कार्यशाला में भाग ले।


नोट: 18 मई, 2022 BSc-I,II,III

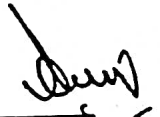
19 मई, 2022 BCOM-I,II,III

20 मई, 2022 BA-I,II,III

  
महिला प्रकोष्ठ प्रभारी

Dr. Nayan Deep

  
Dr. Anita Chhabra

  
Principal,  
S.D. Mahila Mahavidyalya  
NARWANA (Jind)

## एसडी महिला कालेज में सैल्फ डिफेंस ट्रेनिंग का हुआ शुभारंभ

नरवाना, 18 मई (मनदीप) :- एसडी महिला कालेज में महिला प्रकोष्ठ व एनएसएस तथा शारीरिक शिक्षा विभाग के संयुक्त सौजन्य से तीन दिवसीय सैल्फ डिफेंस पर कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। डा. नयनदीप, डा. शालू सचदेवा ने संयुक्त रूप से बताया कि इस कार्यशाला का उद्देश्य असामाजिक तत्वों से छात्राओं को स्वरक्षा करना सिखाना है। इन्होंने यह भी कहा कि लड़कियां किसी भी दृष्टि से कमजोर नहीं हैं, बल्कि उनका स्वयं का आत्मविश्वास पूरा होना चाहिए। प्राचार्या डा. अंजना लोहान ने छात्राओं को प्रेरित

करते हुए कहा कि सैल्फ डिफेंस की ट्रेनिंग के माध्यम से जो गुर सिखाए जाएंगे। उन्हें आवश्यकता पड़ने पर उनका उपयोग कर स्वरक्षा करें। छात्राएं कभी भी स्वयं को कमजोर न समझें। उन्होंने कहा कि सैल्फ डिफेंस की ट्रेनिंग के लिए बाहर नहीं जाना पड़ रहा है, बल्कि कालेज की छात्रा निशु व सुरभि दोनों यह ट्रेनिंग दे रही हैं। इस अवसर पर रेखा कोहली, डा. अनीता छत्राएं, मूर्ति जागलान, कान्ता जागलान, कोच वेदप्रकाश, मनीषा नैर्, डा. शालू गर्ग आदि उपस्थित रहे।



एसडी महिला कालेज में सैल्फ डिफेंस ट्रेनिंग में आत्मरक्षा के गुर सीखती छात्राएं

## आत्मरक्षा के गुर सिखाने के लिए कार्यशाला का हुआ शुभारंभ



एसडी महिला कालेज में आत्मरक्षा के गुर सीखती छात्राएं। विज्ञप्ति

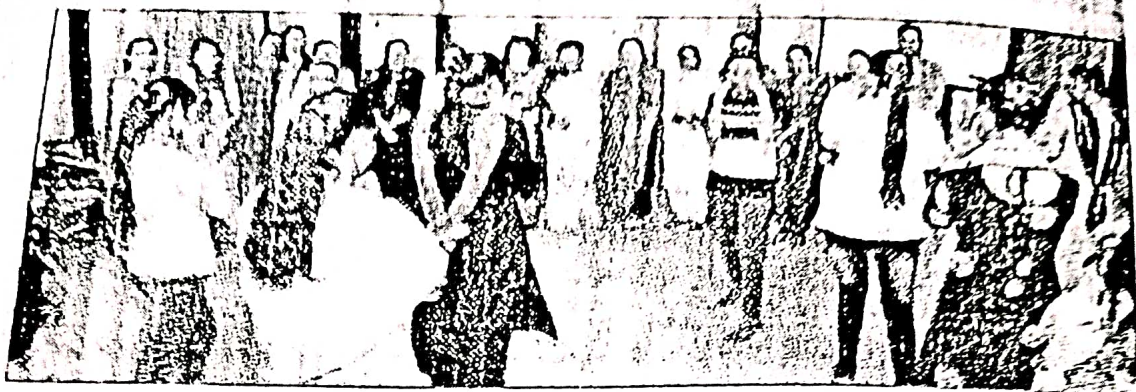
संवाद सूत्र, नरवाना : एसडी महिला कालेज में महिला प्रकोष्ठ व एनएसएस व शारीरिक शिक्षा विभाग के संयुक्त सौजन्य से तीन दिवसीय आत्मरक्षा पर कार्यशाला का शुभारंभ किया गया।

डा. नयनदीप, डा. शालू सचदेवा ने संयुक्त रूप से कहा कि कार्यशाला का उद्देश्य असामाजिक तत्वों से छात्राओं को खुद की रक्षा करना सिखाना है। उन्होंने कहा कि लड़कियां किसी भी दृष्टि से कमजोर नहीं हैं। बस उनका खुद का आत्मविश्वास पूरा होना चाहिए। प्राचार्या डा. अंजना लोहान ने कहा कि आत्म रक्षा की ट्रेनिंग के माध्यम से जो गुर सिखाए जाएंगे,

- कालेज में तीन दिवसीय आत्मरक्षा पर कार्यशाला का किया शुभारंभ
- एसडी कालेज की ही छात्रा निशु और सुरभि दे रही ट्रेनिंग

उन्हें आवश्यकता पड़ने पर उपयोग कर खुद की रक्षा करें। छात्राएं कभी भी खुद को कमजोर नहीं समझें। उन्होंने कहा कि आत्म रक्षा की ट्रेनिंग के लिए बाहर नहीं जाना पड़ रहा है, बल्कि कालेज की छात्रा निशु व सुरभि दोनों यह ट्रेनिंग दे रही हैं। मौके पर पर रेखा कोहली, डा. अनीता, मूर्ति, कांता, कोच वेदप्रकाश, मनीषा व डा. शालू गर्ग भी मौजूद रहे।

## एसडी महिला कॉलेज में सेल्फ डिफेंस ट्रेनिंग का हुआ शुभारंभ



आत्मरक्षा के गुर सीखती छात्राएं। विज्ञप्ति

नरवाना। एसडी महिला कॉलेज में महिला प्रकोष्ठ व एनएसएस तथा शारीरिक शिक्षा विभाग की ओर से आत्मरक्षा पर कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। डॉ. नयनदीप, डॉ. शालू सचदेवा ने बताया कि कार्यशाला का उद्देश्य असामाजिक तत्वों से छात्राओं को स्वरक्षा करना सिखाना है। उन्होंने कहा कि लड़कियां किसी भी दृष्टि से कमजोर नहीं हैं, बस उनका स्वयं का आत्मविश्वास पूरा होना चाहिए। प्राचार्य डॉ. अंजना लोहान ने कहा कि आत्मरक्षा प्रशिक्षण के माध्यम से ऐसे गुर सिखाए जाएंगे, उन्हें आवश्यकता पड़ने पर उनका उपयोग कर स्वरक्षा करें। रेखा कोहली, डॉ. अनीता छाबड़ा, मूर्ति जागलान मौजूद रहीं। संवाद.

अंशु मर उषा मा (19/5/22)  
पंजाब कसरी (19/5/22)

# Participants of Workshop

PAPERWELL  
Date : \_\_\_\_\_  
Page no. \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_  
Page no. \_\_\_\_\_

S.No.	Name	Class	Roll No.	Student's Signature
1.	Manisha	B.A. Ind Yr.	57	Manisha
2.	Swati	B.A. Ind Yr.	22	Swati
3.	Anu	B.A. Ind Yr.	84	Annu
4.	Khusbi	B.A. Ind Yr.	3046	Khusbi
5.	Sonia	B.A. Ind Yr.	141	Sonia
6.	Tanu	B.A. Final	35	Tanu
7.	Priya	B.com Ist	23	Priya
8.	Mamta	B.com Ist	24	Mamta
9.	Anu	B.com. Ind	27	Anu
10.	Pinky	B.A. Ind	87	Pinky
11.	Deepika	B.A. Ind	59	Deepika
12.	Ritu	B.A. Ind	53	Ritu
13.	Shalu	B.com. Ind	6	Shalu
14.	Anu	B.A. Final	96	Annu
15.	Anju	B.A. Ind	11	Anju
16.	Ritu	B.A. Final	41	Ritu
17.	Komal	B.A. Final	184	Komal

Name	Class	Roll No.	Signature
Nisha	B.A final yr.	90	NISHA
Shubham	B.A final	212	Shubham
Subhjeet	B.A final	197	Subhjeet
Anjali	B.A final	104	Anjali
Sakshi	B.A final	242	<del>Sakshi</del>
Pooja	B.A 1st yr.	256	Pooja
Usha	B.A 1st yr	26	Usha
Muskaan	B.A 1st yr	84	Muskan
Mamta	BA 1st yr.	209	Mamta
Priya	B.A 1st yr.	234	Priya
Sheetal	B.A 1st yr.	35	Sheetal. Kumari
Nishu	B.A 1st yr.	218	Nishu
Sikhani	B.A 1st yr.	187	<del>Sikhani</del>
Neha	B.A 1st yr.	6	Neha
Anu	B.A final	58	Anu
Muskan	BA 1st yr	71	Muskan
Khushboo	BA final	219	Khushboo

Sirvan

Class

Roll No.

Date: \_\_\_\_\_  
Page no: \_\_\_\_\_

36	Preeti	BA 2nd yr	130	Preeti
37	Muskan	BA final yr	112	Muskan
38	Boonam	BA 4th yr	136	Boonam
39	Jyoti	BA final yr.	184	Jyoti
40	Anjali	BA 1st yr.	202	Anjali
41	Tanu	BA 1st yr.	214	Tanu
42	Bharti	BA 1st yr.	180	Bharti
43	Anjali	BA 2nd yr	125	Anjali
44	Ankita	BA 2nd yr	221	Ankita
45	Anjali	BA 2nd yr	278	Anjali
46	Tamanna		271	Tamanna
47	Chanchal		244	Chanchal
48	Sirvan		329	Sirvan
49	Sheetal		238	Sheetal
50	Shikha		234	Shikha
51	Anjali		187	Anjali
			276	Anjali

Sl. No.	Name	Roll no	Signature
	Pushpa	283	Pushpa
52	Gayatri	185	Gayatri
53	Aarti	277	Aarti
54	Deepika	260	Deepika
55	Purna	264	Purna
56	Seema	267	Seema
57	Rashmi	233	
58	Deepak	266	Deepak
59	Pinkini	161	Pinky
60	Preeti	293	Preeti
61	Ritu	222	Ritu
62	Savita	162	Savita
63	Kavita	268	Kavita
64	Kafi	332	Kafi
65	Ashu	314	Ashu
66	Ritu	253	Ritu
67	Kusum	224	Kusum
68			

Name

Roll. No.

	Name		Roll. No.	
69	Anjali		305	Anjali
70	Sheetal		331	Sheetal
71	Sweety		279	Saupti
72	Jyoti		231	Jyoti
73	Khusi		240	
74	Anju		307	Anju
75	Asha		246	ASHA
76	Pooja		232	Pooja
77	Shashi		303	Shashi
78	Anjali		225	Anjali
79	Manali		273	
80	Anjali		302	Anjali
81	Monika		208	Monika
82	Nidhi		142	Nidhi
83	Mamta		181	Mamta
84	Sanjana		191	Sanjana