Elixir

A Monthly Newsletter of Podar College Alumni Association

30.12.2023 alumni.podarcollege@gmail.com Saturday

A Mental Health Programme for NCC Cadets

The keynote speaker of the seminar was Ms. Vedika Podar, Trustee of the Anandilal Podar Trust

एन. सी. सी. कैडेट के लिए मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का हुआ आयोजन

खबरों की दुनिया

नवलगढ़। दी आनन्दीलाल पोदार ट्रस्ट, द्वारा संचालित सेठ जी. बी. पोदार कॉलेज की आई.क्यू.ए.सी. एवं एन.सी.सी. यूनिट के संयुक्त तत्वाधान में मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन हुआ। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि विख्यात मनोवैज्ञानिक और मानसिक स्वास्थ्य अधिवक्ता वेदिका बाई पोदार रही। कार्यक्रम के प्रारंभ में आई.क्यु.ए.सी. समन्वयक एवं उप प्राचार्य डॉ. विनोद कुमार सैनी ने मुख्य वक्ता वेदिका बाई पोदार का स्वागत किया तथा मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता के लिए उनके द्वारा किए जा रहे कार्यों के बारे में विस्तृत जानकारी प्रदान की।

मुख्य वक्ता वेदिका बाई पोदार ने एस.सी.सी. कैडेट्स एवं कॉलेज विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य पर विस्तृत व्याख्यान दिया मानसिक स्वास्थ्य को लेकर विद्यार्थियों की चिन्ताओं का निराकरण करते हुए उन्होंने कहा कि चिंता, तनाव, नशाखोरी, अवांछित विचार मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सबसे बड़ी बाधा है। तनाव से दूर रहने के लिए नृत्य, भ्रमण, दोस्तों के साथ समय बिताना, खान-पान को बेहतर रखना, नींद पूरी लेना भी मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर करता है। एन.सी.सी. कैडेट भारतीय रक्षा बलों में अग्रणी भूमिका निभाते हैं, अतः उनका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होना बेहद आवश्यक है। वेदिका बाई पोदार ने कहा कि हमें दान उत्सव, स्वयं के खुश रहने के तरीके ढूंढकर मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाया जा सकता है। हमें दूसरों की मदद करके आत्मसन्तुष्टि प्राप्त करनी चाहिए, जिससे मानसिक स्वास्थ्य बेहतर बन सके।

प्रो. चेतन दाधीच ने वेदिका बाइपोदार तथा उपस्थित सभी का आभार व्यक्त किया। एन.सी.सी. ए.एन.ओ. लेफ्टिनेंट कमलेश कुमार ने एन.सी.सी. कैडेट्स के मार्गदर्शन के लिए धन्यवाद ज्ञापित किया।

पोदार ट्रस्ट के चेयरमेन राजीव के. पोदार, अधिशाषी निदेशक एम. डी. शानभाग, सी. ओ. ओ. डॉ. राजेन्द्र कुमार, प्राचार्य डॉ. सत्येन्द्र सिंह ने मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम के लिए प्रसन्नता व्यक्त की।

मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

नवलगढ़। कस्बे के दी आनन्दीलाल पोदार ट्रस्ट, नवलगढ़ द्वारा संचालित सेठ जी. बी. पोदार कॉलेज की आई.क्यू.ए.सी. एवं एन.सी.सी. यूनिट के संयुक्त तत्वाधान में मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन हुआ। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि विख्यात मनोवैज्ञानिक और मानसिक स्वास्थ्य अधिवक्ता सुश्री वेदिका बाई जी पोदार रही। कार्यक्रम के प्रारंभ में आई.क्यु.ए.सी. समन्वयक एवं उप प्राचार्य डॉ. विनोद कुमार सैनी ने मुख्य वक्ता सुश्री वेदिका बाई जी पोदार का स्वागत किया तथा मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता के लिए उनके द्वारा किए जा रहे कार्यों के बारे में विस्तृत जानकारी प्रदान की। मुख्य वक्ता सुश्री वेदिका बाई जी पोदार ने एस.सी.सी. कैडेट्स एवं कॉलेज विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य पर विस्तृत व्याख्यान दिया मानसिक स्वास्थ्य को लेकर विद्यार्थियों की चिन्ताओं का निराकरण करते हुए उन्होंने कहा कि चिंता,तनाव,नशाखोरी, अवांछित विचार मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सबसे बड़ी बाधा है। तनाव से दूर रहने के लिए नृत्य, भ्रमण, दोस्तों के साथ समय बिताना, खान-पान को बेहतर रखना, नींद पूरी लेना भी मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर करता है। सुश्री वेदिका बाई जी पोदार ने कहा कि हमें दान उत्सव, स्वयं के खुश रहने के तरीके ढूंढकर मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाया जा सकता है। प्रो. चेतन दाधीच ने सुश्री वेदिका बाई जी पोदार तथा उपस्थित सभी का आभार व्यक्त किया। एन.सी.सी. ए.एन.ओ. लेफ्टिनेंट कमलेश कुमार ने एन.सी.सी. कैडेट्स के मार्गदर्शन के लिए धन्यवाद ज्ञापित किया।

26 December 2023

Seth Gyaniram Bansidhar Podar College, Nawalgarh, fosters Mental Wellbeing with online program in a collaborative effort to promote positive mental health, the college's Internal Quality Assurance Cell and the NCC unit of Seth Gyaniram Bansidhar Podar College, Nawalgarh recently hosted an insightful online program. This initiative sought to address the well-being of both NCC cadets and college students on a broader scale.

The program was grace by a renowned expert and esteemed member of the Trustee, Ms. Vedika Ji Podar.

As the founder of Kangaroo Minds and a globlly recognized psychologist and mental health advocate, Ms. Podar's expertise proved invaluable to the audience.

The program offered a valubable platform for open dialogue and interaction. Participants actively engaged and clarification on specific concerns. Ms. Vedica Podar's empathetic approach and practical advice resonated with the audience, providing them with tools and strategies to navigate challenges and prioritize their mental health.

This collaborative initiative by Seth Gyaniram Bansidhar Podar College and The Anandilal Podar Trust underscores their commitment to holistic student development. By prioritizing mental well-being alongside academic pursuits, the program empowers students to face academic pressures, build resilience and cultivate healthier emotional lives.

SETH GYANIRAM BANSIDHAR PODAR COLLEGE, NAWALGARH ALUMNI ASSOCIATION
RAMBILAS PODAR ROAD, NAWALGARH-333042
01594-222030, 6376173950
EMAIL ID: ALUMNI.PODARCOLLEGE@GMAIL.COM

A Guest Lecture at Podar College

The keynote speaker was Dr. Nidhi Yadav, an alumnus of the college and a Ph. D. scholar at NIT Silchar, Asam

अभिनंदन सी. एस. आई. आर., आई. आई. टी., एन. आई. टी., केन्द्रीय एवं राज्य विश्वविद्यालय स्नातकोत्तर के विद्यार्थियों के लिए अनेक अवसर उपलब्ध करवाते हैं

पोदार कॉलेज में अतिथि व्याख्यान का आयोजन

नवलगढ़ (सीमा सन्देश सं.)। दी आनन्दीलाल पोदार ट्रस्ट, नवलगढ़ द्वारा संचालित सेठ जी. बी. पोदार कॉलेज, नवलगढ़ के अल्युमनी एसोसिएशन द्वारा स्नातकोत्तर विज्ञान के विद्यार्थियों के लिए अतिथि व्याख्यान का आयोजन किया गया। पोदार कॉलेज एल्युमनी एसोसिएशन सचिव एवं उप-प्राचार्य डॉ. विनोद कुमार सैनी ने बताया कि एन. आई. टी. सिलचर से डॉक्टरेट एवं आई. आई. टी. बॉम्बे की शोधार्थी डॉ. निधि यादव अतिथि व्याख्यान की मुख्य वक्ता रही मुख्य वक्ता डॉ. निधि यादव का डॉ. विनोद सैनी एवं प्रो. चेतन दाधीच, विभागाध्यक्ष रसायन विज्ञान द्वारा पुष्पगुच्छ भेंट कर अभिनंदन किया गया। डॉ. विनोद कुमार सैनी ने डॉ. निधि यादव का स्वागत एवं परिचय प्रस्तुत किया। उन्होंने बताया कि डॉ. निधि यादव 2018 में स्नातकोत्तर रसायन विज्ञान की विद्यार्थी रही। इस अवसर पर डॉ. निधि यादव द्वारा रसायन विज्ञान गणित, भौतिकी, जन्तुविज्ञान, वनस्पति विज्ञान के विद्यार्थियों को केरियर डवलपमेंट, प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी, शोध क्षेत्र में भविष्य का निर्माण जैसे विषयों पर व्याख्यान दिया। उन्होंने कहा कि सी. एस. आई. आर., आई. आई. टी., एन. आई. टी., केन्द्रीय एवं राज्य विश्वविद्यालय स्नातकोत्तर के विद्यार्थियों के लिए अनेक अवसर उपलब्ध करवाते हैं। अतः विषय की आधारभूत संकल्पना एवं प्रायोगिक दक्षता को अर्जित कर विद्यार्थी शिक्षा, उद्योग, खनन, शोध, दवा आदि क्षेत्र में बेहतर रोजगार प्राप्त कर सकते है इस अवसर पर उप-प्राचार्य डॉ. विनोद कुमार सैनी, चेतन दाधीच सहित सभी स्टाफ सदस्यों ने प्रतीक चिन्ह भेंट कर डॉ. निधि यादव का सम्मान किया। अतिथि व्याख्यान में सभी विभागाध्यक्ष, व्याख्याता प्रो. अम्बेश कुमार, प्रो. सीमा, प्रो. रीना प्रो. विशाखा सहित बड़ी संख्या में विद्यार्थी उपस्थित रहे। प्रो. चेतन दाधीच द्वारा आभार व्यक्त किया गया।

संचालन प्रो. शान्तिलाल जोशी ने किया। पोदार ट्रस्ट के चेयरमेन राजीव के. पोदार, ट्रस्टी सुश्री वेदिका पोदार, अधिशाषी निदेशक एम. डी. शानभाग सी. ओ. ओ. डॉ. राजेंद्र कुमार, प्राचार्य डॉ. सत्येन्द्र सिंह ने अतिथि व्याख्यान के आयोजन पर प्रसन्नता व्यक्त की तथा केरियर निर्माण में अतिथि व्याख्यान की भूमिका के लिए बधाई प्रेषित की।

22 December 2023

Seth Gyaniram Bansidhar Podar College Alumni Association Nawagarh hosts guest lecture for postgraduate science students o 22 December 2023. The lecture was delivered by Dr. Nidhi Yadav, an alumnus of the college and a Ph. D. scholar at NIT Silchar, Asam.

Dr. Yadav spoke on a variety of topics related to career development, competitive exam preparation, and building a future in research. She highlighted many opportunities available to postgraduate science students in India, including research positions at the CSIR, IITs, and central as well as state universities.

Dr. Yadav urged students to focus on developin a strong foundation in their subject area and to gain practical skills through internships and research opportunities. She also emphasized the importance of networking with other professionals in their field.

The lecture was well-received by the students, who found it to be informative and inspiring. Dr. Yadav's insights and advice will be valuable to students as they navigate their academic and professional careers.

An International Group of Conference was organized in Podar College

To promote the research work among the students

पोदार कॉलेज में तीन दिवसीय अन्तरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस 'अरावली' का समापन

शोधार्थियों का प्रमाण पत्र एवं प्रतीक चिह्न भेंट कर किया सम्मान

न्यूज सर्विस/नवज्योति, नवलगढ़। कस्बे के दी आनन्दीलाल पोदार ट्रस्ट नवलगढ़, द्वारा संचालित सेठ जी बी. पोदार कॉलेज में तीन दिवसीय अन्तर्राष्ट्रीय ग्रुप ऑफ कॉन्फ्रेंस अरावली का समापन हुआ। समापन समारोह के मुख्य अतिथि आर. आर. मोरारका पीजी कॉलेज के प्राचार्य डॉ. अरविन्द कुमार महला रहे।

विशिष्ट अतिथि मेजर डी.पी. शर्मा, अधिशाषी निदेशक एम.डी. शानभाग, सचिव प्रो. एम.सी. मालू, सी.ओ.ओ. डॉ. राजेन्द्र कुमार, उप प्राचार्य डॉ. विनोद कुमार सैनी रहे। समापन समारोह कि अध्यक्षता प्राचार्य डॉ. सत्येन्द्र सिंह ने की। समारोह का शुभारंभ मां सरस्वती की प्रतिमा पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्वलन, सरस्वती वंदना के साथ हुआ। समापन सत्र में अतिथियों को पुष्प गुच्छ, शॉल भेंट कर उनका अभिनंदन किया गया। प्राचार्य डॉ. सत्येन्द्र सिंह ने स्वागत भाषण दिया।

कॉन्फ्रेंस के संयोजक डॉ. दाऊलाल बोहरा ने तीन दिवस में आयोजित विभिन्न गतिविधियों जैसे पत्र वाचन, पोस्टर प्रजेंटेशन, रिपोर्ट राइटिंग, एब्सट्रेक के बारे में जानकारी दी। डॉ. बोहरा ने बताया कि कॉन्फ्रेंस में 380 से अधिक प्रतिभागियों ने ऑनलाइन एवं ऑफलाइन रजिस्ट्रेशन करवाया तथा 160 से अधिक प्रतिभागियों ने अपने शोध पत्र एवं एब्सट्रेक जमा किए। डॉ. बोहरा ने बताया कि कॉन्फ्रेंस में आई. आई. टी. जोधपुर, उन्नत भारत अभियान, रेड लिस्ट, आई.यू.सी.एन. जैसे अनेक संस्थानों का सहयोग रहा।

कॉन्फ्रेंस के समापन समारोह में अतिथियों द्वारा बेस्ट पेपर के लिए आई. आई. टी. जोधपुर से हिमांचल, बनस्थली विद्यापीठ टोंक से साल्वी कुमारी, पोदार कॉलेज से प्रो. विशाखा पुंखिया को प्रमाण पत्र एवं प्रतीक चिन्ह भेंट किया गया। विद्यार्थी वर्ग में बेस्ट पेपर के लिए यशस्वी शर्मा, धर्मेन्द्र कुमार सैनी, जाइमा खत्री को पुरुस्कृत किया गया।

ऑनलाइन पेपर प्रजेंटेशन के लिए सुश्री रमनदीप कौर, दीप रतीलाल गौडानी एवं एवं डॉ. जयाना उपाध्याय को पुरस्कृत किया। पोस्टर प्रजेंटेशन में तब्बसुम सैयद को अतिथियों द्वारा प्रमाण पत्र एवं प्रतीक चिन्ह भेंट कर सम्मान किया गया। पोदार ट्रस्ट के सचिव प्रो. एम. सी. मालू ने शैक्षिक उन्नयन एवं गुणवता के क्षेत्र में कॉन्फ्रेंस की भूमिका पर विचार रखे। मुख्य अतिथि डॉ. अरविंद कुमार महला ने कहा कि शोध को बढ़ावा देने तथा विद्यार्थियों को विकसित भारत की संकल्पना समझाने के लिए हमें जोड़ना होगा। इस अवसर पर पोदार ट्रस्ट के सचिव प्रो. एम. सी. मालू का स्टाफ सदस्यों द्वारा साफा, शॉल, माला पहनाकर व अभिनंदन पत्र भेंट कर सम्मान किया गया। डॉ. विक्रम सिंह जाखड़ द्वारा तीन दिवसीय कॉन्फ्रेंस की सफलता के लिए पोदार ट्रस्ट प्रबन्धन, देश विदेश से जुड़े सभी विद्वानों, शोधार्थियों, तकनीकी टीम, विद्यार्थियों एवं सभी संकाय सदस्यों तथा प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से योगदान देने वाले सभी लोगों का आभार व्यक्त किया।

सभी विभागाध्यक्ष, व्याख्याता, विद्यार्थी सहित नवलगढ़ के अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे। मंच संचालन प्रो. शान्तिलाल जोशी ने किया। पोदार ट्रस्ट के चेयरमेन एवं चीफ पैट्रॉन राजीव के. पोदार, ट्रस्टी सुश्री वेदिका पोदार ने अन्तर्राष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस के सफल आयोजन के लिए बधाई प्रेषित की तथा शोध को बढ़ावा देने एवं विकसित समाज की क[illegible] के लिए कॉन्फ्रेंस की आवश्य[illegible] पर बल दिया।

Our Upcoming Movements:

01 January 2024

New Year's Day is celebrated on January 1st, marking the beginning of a new calendar year. It's a time for making new resolutions and setting a course for the year ahead.

06 January 2024

An Alumni Get-Together will be organized on 06 January 2024 in Seth Gyaniram Bansidhar Podar College, Nawalgarh.