



युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय
MINISTRY OF
YOUTH AFFAIRS AND SPORTS
DEPARTMENT OF YOUTH AFFAIRS



SESSION 2025-26

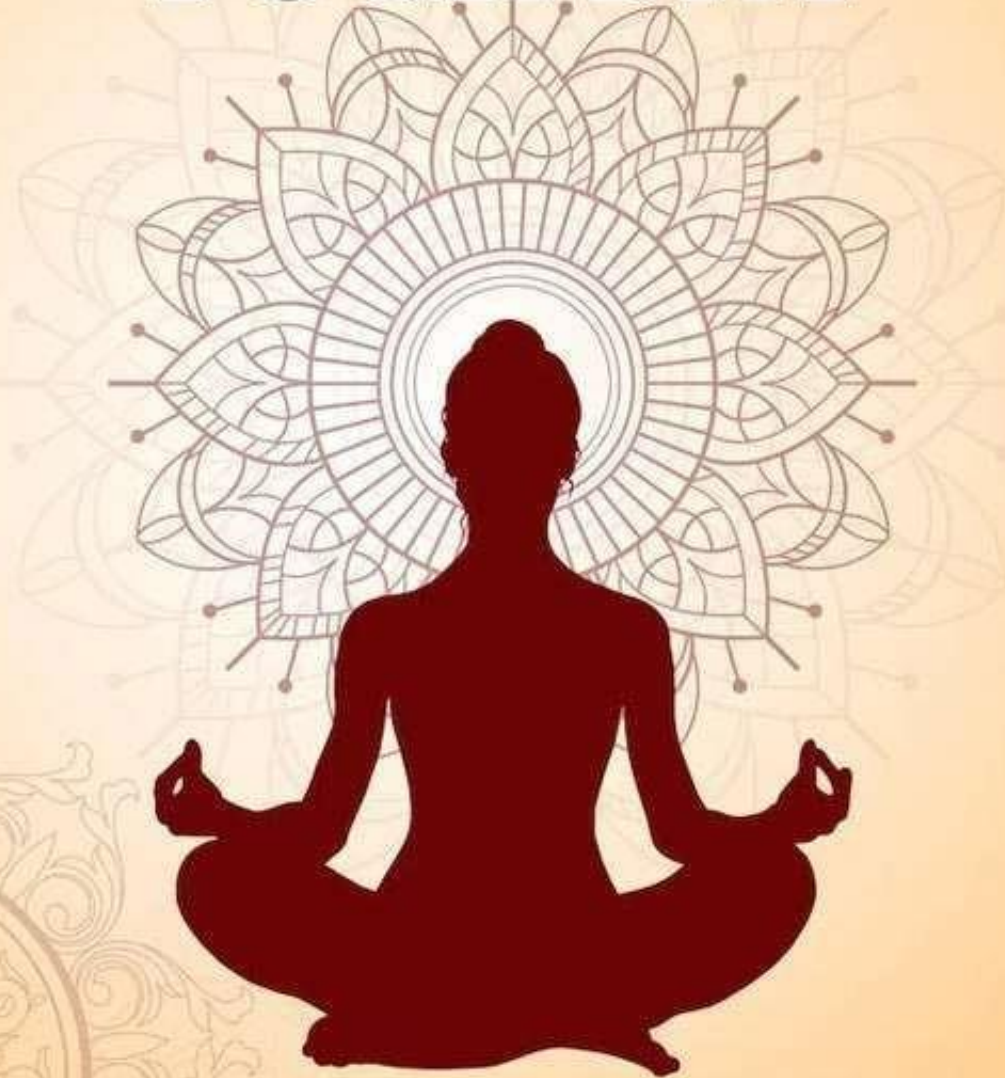
NSS UNIT OF MSCM GOVT. COLLEGE THURAL, HP

PROGRAM OFFICER: PAWAN RANA

PRINCIPAL: MRS RAKA SHARMA



INTERNATIONAL YOGA DAY



EVENT-1

INTERNATIONAL YOGA DAY....

On 21st June 2025, the NSS unit of our college *celebrated International Yoga Day* with great enthusiasm. The program was inaugurated by our respected Principal Prof. Raka Sharma, who motivated the students to adopt yoga as a part of daily life for physical fitness and mental peace. Distinguished faculty members including Prof. Navita, Prof. Ajay, Dr. Vishal Walia, Dr. Shishu pal also graced the occasion with their presence.

The session began with a brief introduction about the importance of yoga in maintaining a healthy lifestyle. Under the guidance of experts, volunteers and participants performed different yoga asanas such as *Tadasana, Bhujangasana, Vajrasana and Pranayama* exercises.

The program witnessed active participation from NSS volunteers, students and staff members. The atmosphere was filled with positivity and discipline, reflecting the true spirit of yoga.



EVENT-2

REGISTRATION OF NEW NSS VOLUNTEERS....



On 16th July 2025, the NSS unit of our college organized the *Registration Activity of New Volunteers* for the academic session 2025-26. A total of 50 new volunteers from various streams such as *BA, Bsc, Bcom, and BCA* were enrolled in the NSS unit.

The program was inaugurated by the Vice Principal, *Prof. Kamal Kumar*, who addressed the gathering and highlighted the importance of social service and discipline in students's life.

Program officer, Pawan Rana also motivated the students by explaining the vision and objectives of the NSS. Distinguished faculty members including Prof. Ravi singh Palsra, Dr. Amit sharma, Dr. Sanjeev Sharma, Dr. vishal walia graced the occasion with their presence.

Active volunteers such as *Saurabh, Sujal, Divansh, Ishika, Nancy, krish, Tamanna, Nancy* also participated and shared their experiences.



EVENT-3

NEW VOTERS AWARENESS PROGRAM....





World
Environment
Day



एक पेड़ माँ के नाम

EVENT-4

TREE PLANTATION DRIVE-"EK PED MAA KE NAAM"

On 26th July 2025, the NSS unit of our college organized a Tree Plantation Drive Under the theme "EK PED MAA KE NAAM". The event was graced by the presence of Dr. Shishu pal as the chief guest, who encouraged students to plant trees and highlighted the significance of protecting the environment for a sustainable future.

The program began with a motivational address by the NSS Program Officer, Prof. Pawan Rana who explained the importance of tree plantation and its role in maintaining ecological balance.



Nss volunteers actively participated in planting a large number of saplings in the college campus, contributing towards a greener and healthier environment.

The volunteers took an oath to nurture and take care of the saplings they planted. The atmosphere was filled with enthusiasm and the campaign successfully spread the message of environmental protection and responsibility.





TREE PLANTATION AT COLLEGE CAMPUS...





EVENT-5

ONE DAY CLEANINESS DRIVE-"BHANG UKHADO ABHIYAN....

The NSS unit of our college conducted a One Day Cleaniness Drive-"BHANG UKHADO ABHIYAN" in the college campus and surrounding areas. The drive aimed at spreading awareness about cleanliness, proper waste disposal and maintaining a healthy environment. The activity was inaugurated by the Vice principal, Prof. Kamal kumar who motivated the students to keep their surroundings neat and clean. He also emphasized the importance of cleanliness in maintaining good health. Under the guidance of the Program Officer, Pawan Rana, volunteers actively participated in the campaign.

During the drive, NSS volunteers removed plastic waste, discarded bottles and garbage from different parts of the campus. They also cleaned and arranged the flower beds, making the surrounding more beautiful.







QUIZ COMPETITION ON THE NATIONAL FLAG OF INDIA

QUIZ
TIME!



EVENT-6

AWARENESS AND EDUCATION PROGRAM-QUIZ ON THE NATIONAL FLAG OF INDIA....

On 7th August 2025, the NSS unit of our college organized an Awareness And Education Program in the form of quiz Competition on the topic-"*NATIONAL FLAG OF INDIA*". The program aimed at increase awareness among students about the history, importance, and rules associated with the Indian National Flag, the pride of the nation.

A total of 46 NSS volunteers participated enthusiastically in the competition. The students were divided into 7 teams and each team answered various questions related to the *TIRANGA*.

The program was inaugurated by the Principal prof. Raka sharma who addressed the volunteers and highlighted the importance of respecting the national flag.





QUIT INDIA MOVEMENT....



EVENT-7

TWO DAY SEMINAR ON QUIT INDIA MOVEMENT....

भाषण प्रतियोगिता में तनु ने मारी बाजी

अनंत ज्ञान, डरोह। थुरल। महाराजा संसार चंद मेमोरियल राजकीय महाविद्यालय थुरल में नवगठित सामाजिक विज्ञान संस्था द्वारा 8 और 9 अगस्त को भारत छोड़ो



आंदोलन की वर्षगांठ पर दो दिवसीय सेमिनार, भाषण एवं प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्या डॉ. राका शर्मा ने मुख्य अतिथि एवं मुख्य वक्ता के रूप में शिरकत की। उन्होंने युवाओं से आजादी के बाद भारत निर्माण में सक्रिय भागीदारी की अपील की। भाषण प्रतियोगिता में बीए प्रथम वर्ष की तनु ने प्रथम, तमन्ना ने द्वितीय, और रजनी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। प्रश्नोत्तरी में दिव्यांश प्रथम, अनमोल द्वितीय और सुजल तृतीय रहे।

महाराजा संसार चंद मेमोरियल राजकीय कॉलेज थुरल में भारत छोड़ो आंदोलन की वर्षगांठ पर दो दिवसीय सेमिनार



विभिन्न प्रतियोगिताओं में विजेता छात्र मुख्यातिथि व कॉलेज स्टाफ के साथ।

सवेरा न्यूज/जसवंत कठियाल, पालमपुर : महाराजा संसार चंद मेमोरियल राजकीय कॉलेज थुरल में 8 व 9 अगस्त को महाविद्यालय में नवगठित सामाजिक विज्ञान संस्था, द्वारा भारत छोड़ो आंदोलन की वर्षगांठ पर दो दिवसीय सेमिनार, भाषण प्रतियोगिता तथा प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस आयोजन में प्राचार्या राका शर्मा ने मुख्यातिथि तथा मुख्य वक्ता के रूप में शिरकत की। उन्होंने विद्यार्थियों को महात्मा गांधी के स्वतंत्रता संग्राम में योगदान पर विस्तार से प्रकाश डाला और आजादी के बाद भारत निर्माण की प्रक्रिया में विद्यार्थियों से योगदान देने का आह्वान किया। आज भी भारत छोड़ो आंदोलन युवाओं और नागरिकों को प्रेरणा देता है जो एकता सहस्र और अहिंसा के माध्यम से वर्तमान सामाजिक समस्याओं का समाधान ढूँढ़ने में सहायक है। इस अवसर पर भाषण प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर बीए प्रथम वर्ष की तनु, द्वितीय स्थान पर बीए प्रथम वर्ष की तमन्ना, तथा तृतीय स्थान पर दिए प्रथम वर्ष की रजनी रही। प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता में दिव्यांश प्रथम, द्वितीय स्थान अनमोल, तृतीय स्थान सुजल ने हासिल किया। इस अवसर पर प्रो. रवि सिंह पालसरा प्रो. लेख राम नेगी इतिहास विभाग, प्रो पवन राणा राजनीति विज्ञान विभाग, प्रो नविता वाणिज्य विभाग उपस्थित रहे। विद्यार्थियों में सौरव सुजल अमित विशाल अखिल विजय नितिन निखिल सोमिल सक्षम सौरभ अनमोल सुद अर्पित अर्पित अर्णव अर्कुश दिव्यांश आदि उपस्थित रहे।

INTERNATIONAL



YOUTH DAY

EMPOWERING THE FUTURE



EVENT-7

INTERNATIONAL YOUTH DAY CELEBRATION....

12
AUGUST
2025





INTERNATIONAL YOUTH DAY 2025.....





MARATHON RACE



EVENT-8

MARATHON RACE-"NASHA MUKT BHARAT ABHIYAN"

On 14th august 2025, a Marathon Race was organized under the theme "NASHA MUKT BHARAT ABHIYAN" by the combined efforts of the Anti-Drug Force, NSS unit and Road safety club. The marathon aimed to create awareness among students and the community about the ill effects of drugs and to encourage a healthy, drug-free lifestyle.

A total of 102 participants enthusiastically took part in the event. The marathon was flagged off by the Principal Prof. Raka Sharma who inaugurated the race by showing the green flag.

HAR GHAR TIRANGA RALLY







Happy



Independence Day

EVENT-9

INDEPENDENCE DAY CELEBRATION AT SDM OFFICE DHEERA...

On 15th August 2025, six NSS volunteers of our college, along with the Program Officer, Prof. Pawan Rana participated in the Independence Day Celebration held at the SDM Office, Dheera hosted in the premises of Govt. Senior Secondary School Dheera. The event was Organised to mark the 79th Independence Day of India and to instill patriotism among students.

From our college NSS unit, Six volunteers represented the team including Saurabh, Sujal, Divansh, Krish, Nancy and Ishika. Their disciplined presence added pride to the occasion and they enthusiastically participated in the celebration.



EVENT-10

NATIONAL SPORTS DAY CELEBRATION....

नीरज और साहिल बने श्रेष्ठ वॉलीबॉल खिलाड़ी

राकेश डोगरा, अनंत ज्ञान

डोह। महाराजा संसार चंद स्मारक राजकीय महाविद्यालय थुरल में राष्ट्रीय खेल दिवस का आयोजन बड़े हर्षोल्लास के साथ किया गया। इस अवसर पर वॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें महाविद्यालय की 6 टीमों ने भाग लिया। इसमें खेले इंडिया के तहत प्रतिभागियों द्वारा खेल शपथ भी ली गई, जिसमें बीसीए की टीम प्रथम तथा कॉमर्स की टीम द्वितीय स्थान पर रही।

इस कार्यक्रम में मुख्यातिथि प्राचार्या राका शर्मा उपस्थिति रही। खेल दिवस पर उन्होंने कहा कि भारत के महान हॉकी खिलाड़ी मेजर भ्यानचंद की जयंती के उपलक्ष में राष्ट्रीय खेल दिवस का आयोजन किया जाता है।

विजेताओं को महाविद्यालय प्राचार्या राका शर्मा तथा रवि सिंह पालसरा खेल संयोजक द्वारा सम्मानित किया गया। नीरज और साहिल को श्रेष्ठ वॉलीबॉल खिलाड़ी चुना गया। इस मौके पर प्रो. रवि सिंह पालसरा, प्रो. लेख राम नेगी, डॉ. संजीव शर्मा, डॉ. अमित शर्मा, प्रो. पवन राणा, डॉ. विशाल वालिया, डॉ. शिशुपाल प्रो. नविता प्रो. प्रेमलता प्रो. अजय व प्रो. कुशल सिंह उपस्थित रहे। सभी ने मिलकर इस पहल को सफल बनाने में अपना योगदान दिया।



थुरल महाविद्यालय में मनाया खेल दिवस

महाराजा संसार चंद स्मारक राजकीय महाविद्यालय थुरल में राष्ट्रीय खेल दिवस



महाराजा संसार चंद स्मारक राजकीय महाविद्यालय थुरल में राष्ट्रीय खेल दिवस आयोजन उत्साह पर प्रतिभागी

सर्वेरा न्यूज/जसवंत कटिवाल, पालसपुर, 29 अगस्त : महाराजा संसार चंद स्मारक राजकीय महाविद्यालय थुरल में राष्ट्रीय खेल दिवस का आयोजन उत्सव और उल्लास के साथ किया गया। इस अवसर पर वॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इसमें महाविद्यालय की 6 टीमों ने भाग लिया जिसमें खेले इंडिया के तहत प्रतिभागियों द्वारा खेल शपथ भी ली गई। जिसमें बीसीए की टीम प्रथम तथा कॉमर्स की टीम द्वितीय स्थान पर रही। इस कार्यक्रम में महान हॉकी खिलाड़ी मेजर भ्यानचंद की जयंती के उपलक्ष में राष्ट्रीय खेल दिवस का आयोजन किया जा रहा है यह दिवस में खेल संस्कृति को बढ़ावा देने युवाओं को शारीरिक गतिविधि में भाग लेने के लिए प्रेरित करने और विजेताओं को महाविद्यालय प्राचार्या राका शर्मा तथा रवि सिंह पालसरा खेल संयोजक द्वारा सम्मानित किया गया। नीरज और साहिल को श्रेष्ठ वॉलीबॉल खिलाड़ी चुना गया। इस मौके पर प्रो. रवि सिंह पालसरा, प्रो. लेख राम नेगी, डॉ. संजीव शर्मा, डॉ. अमित शर्मा, प्रो. पवन राणा, डॉ. विशाल वालिया, डॉ. शिशुपाल प्रो. नविता प्रो. प्रेमलता प्रो. अजय व प्रो. कुशल सिंह उपस्थित रहे। सभी ने मिलकर इस पहल को सफल बनाने में अपना योगदान दिया।

थुरल में प्रतिभागियों को मिला सम्मान



थुरल। महाराजा संसार चंद स्मारक राजकीय महाविद्यालय थुरल में राष्ट्रीय खेल दिवस बड़े उत्साह के साथ मनाया गया। इस अवसर पर वॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इसमें महाविद्यालय की छह टीमों ने भाग लिया, जिसमें खेले इंडिया के तहत प्रतिभागियों द्वारा खेल शपथ भी ली गई। जिसमें बीसीए की टीम प्रथम तथा कॉमर्स की टीम द्वितीय स्थान पर रही। इस कार्यक्रम में मुख्यातिथि प्राचार्या राका शर्मा उपस्थिति रही। विजेताओं को महाविद्यालय प्राचार्या राका शर्मा तथा रवि सिंह पालसरा खेल संयोजक द्वारा सम्मानित किया गया। नीरज और साहिल को श्रेष्ठ वॉलीबॉल खिलाड़ी चुना गया। इस मौके पर प्रो. रवि सिंह पालसरा, प्रो. लेख राम नेगी, डॉ. संजीव शर्मा, डॉ. अमित शर्मा, प्रो. पवन राणा, डॉ. विशाल वालिया, डॉ. शिशुपाल प्रो. नविता प्रो. प्रेमलता प्रो. अजय व प्रो. कुशल सिंह उपस्थित रहे। सभी ने मिलकर इस पहल को सफल बनाने में अपना योगदान दिया।



NATIONAL



SPORTS DAY



EVENT-11

SWACHHTA ABHIYAN....

On 18th sept 2025, the NSS unit of our college organized a SWACHHTA ABHIYAN under the banner of Swach Bharat Abhiyan. The program was held in the presence of the head of the institution, Prof. Raka Sharma who served as the chief guest.

During this campaign, the NSS volunteers actively cleaned the college premises, focusing on areas around the badminton and volleyball courts as well as the surroundings of the campus.

On this occasion, the Program Officer, Prof. Pawan Rana addressed the volunteers and emphasized the significance of cleanliness in personal life as well as in society.







SWACHHTA ABHIYAN....

EVENT-12

DISTRICT LEVEL PRE-RD SELECTION CAMP....

On 19th September 2025, a District Level Pre-RD Selection Camp was organized at Government Degree College Shahpur. This one-day camp aimed at selecting deserving NSS volunteers for participation in higher-level Republic Day Parade preparations.

From our college, two volunteers- “DIVANSH” and “KRISH” represented the NSS unit with great enthusiasm. The camp began with a 1600m race, where Krish secured the 6th position and Divansh secured the 7th Position, showcasing commendable stamina and dedication.

At the end of the camp, after rigorous evaluation, NSS volunteer “Divansh Jamwal” was selected for the next stage of Pre-RD camp bringing pride and recognition to the NSS unit of our college.



EVENT-13

RELIEF WORK AT BACHWAI VILLAGE



On 20-23 sept. 2025, the NSS unit of our college carried out a special relief activity at BACHWAI Village which had recently been affected by a natural disaster. Due to heavy damages, many families lost their houses and belongings. In this difficult time, the NSS volunteers came forward to provide timely support and assistance to the victims.

A total of 26 volunteers actively participated including Anmol, Krish, Divansh, Aditiya, Sujal, Saksham, Manish, Archit, Sandeep and others. They were guided by Principal Prof. Raka Sharma, Program Officer Prof. Pawan Rana, Prof. Ravi Singh Palsra and dr. Sanjeev Who were also present to motivate and encourage the students.





**NSS
VOLUNTEERS
AT BACHWAI
VILLAGE...**



Sahotrian Da Lahr, Himachal Pradesh, India

Wccw+48, Sahotrian Da Lahr, Himachal Pradesh 176107, India

Lat 31.920407° Long 76.445226°

23/09/2025 11:46 AM GMT +05:30



GPS Map C



Sahotrian Da Lahr, Himachal Pradesh, India 🇮🇳

Wccw+48, Sahotrian Da Lahr, Himachal Pradesh 176107, India

Lat 31.920348° Long 76.445216°

23/09/2025 11:47 AM GMT +05:30

EVENT-14

NSS Foundation Day



On 24th September all the volunteers participated in the event organized on NSS foundation day. more than 50 volunteers were present there with staff and comittee members. all the volunteers were addressed by the incharge of NSS comittee Prof. Pawan Rana, volunteers took part in diffrent activities.

Prof. Pawan Rana and Principal Mrs. Raka Sharma Guide the volunteers about the foundation need and objective of NSS. they encourage volunteers to serve their nation.



EVENT-15

Vikasit Bharat Quiz

The Vikasit Bharat Quiz hosted on the MY BHARAT PORTAL is a nation wide initiative under the VIKASIT BHARAT YOUNG LEADERS DIALOGUE (VBYLD) 2026 to engage youth shaping India's future conducted in 12 languages. The quiz tests knowledge on various aspects of the country and vision towards Vikasit Bharat. The quiz is conducted by the NSS unit in our campus.

Almost 125 Students participated in this quiz and enhance their knowledge.

QUIZ
TIME!



EVENT-16


TB Awareness with Health Department



STOP TB

Tuberculosis (TB) **spreads through the air** from one person to another.


- TB germs spread when a person with infectious TB disease **coughs, speaks, or sings**.
- TB germs usually **attack the lungs** but can also move to any part of the body.



TB germs can live in the body **without making you sick**.

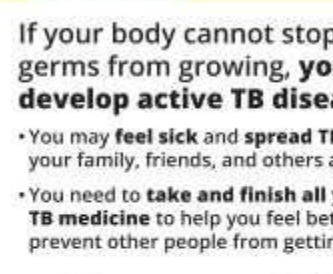
This is called **latent TB infection** or **inactive TB**.

- TB germs can live in your body for years without causing symptoms. Without treatment, **inactive TB can develop into active TB disease and make you sick**.
- If you have inactive TB, you can take TB medicine to **prevent the development of active TB disease** even if you do not feel sick.




If your body cannot stop TB germs from growing, **you develop active TB disease**.

- You may **feel sick** and **spread TB germs** to your family, friends, and others around you.
- You need to **take and finish all your TB medicine** to help you feel better and prevent other people from getting sick.




Symptoms of active TB disease:

Cough lasting 3+ weeks	Coughing up blood or speckled phlegm (coughs from deep inside the lungs)	Chest pain	Weakness or fatigue
No appetite	Weight loss	Fever and/or chills	Night sweats



Take and finish all of your TB medicine to **kill TB germs and STOP TB!**

Publication Number: 6474





Thural Khas, Himachal Pradesh, India

Wf69+6j8, Thural Khas, Himachal Pradesh 176107, India

Lat 31.910504° Long 76.469142°

03/10/2025 02:35 PM GMT +05:30



EVENT-17

Viksit Bharat Quiz



Participation in the Viksit Bharat Quiz is increased to 155 participants. Almost half unit of NSS volunteers were participated in it. The participation of our students is almost 300% in this quiz.

