

Principal Office Indira Gandhi Government College Pandaria
Dist. Kabirdham (C.G) College Code – 2003

Email-Pandariacollege@gmail.com,Website: lgcollegepandaria.ac.in

No. / Est / 2019

Pandariya date - ...02/12/2019

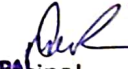
NOTICE

On this date 5/12/2019 by the Women's Committee will has organized the reminder program for the previous meeting Regarding Minutes & Challenges Overcome For females staff and faculties.

Minutes of meeting:-

1. Advice About Energetic life span & Change in their life-style For females.
 2. Knowledge About Foods In which has Complete Nutrients.
 3. Advice About for the Daily Yoga practices for Hormonal Balance & be energetic.
- for the organization of this program all Female teaching & non-teaching staff & Student's should be participate mandatory and some teaching staff has name below they done this specific program and also monitoring :-

S.N	Name of Committee members
1	Jaya Sharma (Head)
2	Madhuriratnabhaskar(Coordinator)
3	Bhumijachandrakar
4	Pinkivaishnaw
5	Sonalchandravanshi
6	Lavinathakur
7	MadhuDewangan

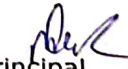

Principal
INDIRA GANDHI GOVT. COLLEGE
Pandaria, Dist. Kabirdham (C.G)

No. / Est / 2019

pandariya date -

Copy to :-

- 1.Information of releted officer/faculty
- 2.Informatin for Est. branch of Indira Gandhi Government Pandaria College


Principal
Indira Gandhi Government College
Pandaria ,Dist. Kabirdham (C.G)

आज दिनांक 05/12/2019 को इंदिरा गाँधी शासकीय महाविद्यालय पणरिया जिला-कबीरधाम (ल.ग.) में महिला समिति के द्वारा मीटिंग का आयोजन किया गया जिसमें मीटिंग में स्वस्थगल समस्याओं की जानकारी प्रदान की गई। इस मीटिंग में छात्राओं को पोषक तत्वों की जानकारी भी प्रदान की गई। इस मीटिंग के माध्यम से छात्राएँ यह जान पायी कि वे अपनी दिनचर्या में सुधार करके व खानपान की बारीकियों को जानकर अपने स्वास्थ्य को बेहतर कर सकती हैं।

- छात्राओं की जीवनशैली में सुधार कर आलस दूर करने व ऊर्जावान बने रहने की सलाह दी गई
- छात्राओं को ऐसे शौच्य पदार्थ की जानकारी प्रदान की गई जो पोषक तत्वों से परंपूर हो
- छात्राओं को नियमित योगाभ्यास / exercise करने की सलाह दी गई ताकि उनमें muscular balance बनी रहे व वे स्फूर्ति महसूस करें।

उपरोक्त जानकारियों का विस्तार से वर्णन किया गया व निश्चित रूप से छात्राएँ इससे लाभान्वित हुई।

~~Husku~~

कार्यक्रम अध्यक्ष

~~Suman Sahel~~

कार्यक्रम संयोजक

श्रीमति माधुरी रत्न शास्कर	Jayasharma
श्रीमति जया शर्मा	
श्रीमति विंछी वैष्णव	Sanvi
शुद्धी सौनव चन्द्रवंशी	Sonal
शुद्धी भूमिका चन्द्राकर	Bhumika
शुद्धी मधु देवांगन	Devangana

उप. सदस्य छात्राओं के नाम **हस्ताक्षर**

जरीना खान	Jasina
दीपाली गुप्ता	Dipali Gupta
भुमेश्वरी	Bhmeshwari
हनी देवांगन	Honey
दामिनी	Damini
विशा चन्द्रवंशी	Divya Nisha
दुर्गा भट्ट	Divya
अपर्णा	Aparna

उप. छात्राओं के नाम **हस्ताक्षर**

रंजु चंद्राकर	Ranj
रुक्ता पट्टे	Rukta
रोमी ठाकुर	Romi
रुमदा कुं	Rumada
पूणिमा चंद्राकर	Purnima
प्रियांका साहू	Priyanka
रोमा चन्द्राकर	Roma
रीना	Reena
माजरी	Majari
जाह्नवि सिन्हा	Jahnavi
सौनवती साहू	Sonal
शुद्धी साहू	Shudha
प्रियांका चन्द्रवंशी	Priyanka
सुजाप्रीति	Sujapreeti

चाँदनी निषाद	Chandhi	20
अंजना	Angana	ed
रोशनी कुर	Roshni	&
सपना पात्रे	Sapna patre	
सरिता	Saxita	Of
अरेखासाहू	Arekha Sahu	
मायत्री	Mayatri	ng
लवणी	Lucky	aff
श्रद्धा	Shraddha	
मनीषा	Manisha	
तुलसी सेन	Tulsi	
अंजनी पंसेन	Anjani	
कृष्णाणा डाहरे	Krushna	
लदना यादव	Vandana	
पिंकी निषाद	Pinki	
श्रद्धा चव्दवशी	Shraddha	
गौरी यादव	Gauri	
गोदावरी	Godavari	MS
पुष्पा तिवारी	Pushpa	
उमा धुव	Uma	
पुष्पिणी	Pan	
यामनी	Yamini	
रेशमा	Reshama	
रंजना	Ranjana	