

### 7.1.1 Gender Sensitization Action Plan

S. No.	Name of Activity	Planned Date
1.	Signing of MoU with an NGO 'S. Ajit Singh Foundation' that works in the field of empowering women of low socio-economic background	July, 2021
2.	Activities like collection of old clothes and exhibition of the articles prepared from them by women registered under S. Ajit Singh Foundation's "Green Sparrow Project"	July - August 2021
3.	National Nutrition Month Celebration	September, 2021
3 (a)	Notice Distribution	1 Sept., 2021
3 (b)	Inauguration by Dr. GS Samra, Principal, Lyallpur Khalsa College, Jalandhar; Plantation in 'Herbal Garden' of College	1st week of Sept., 2021
3 (c)	Yoga & AYUSH for Nutrition including message by Ayurveda expert and Yoga Session	2nd week of Sept., 2021
3 (d)	Student activities like innovative recipes and slogan writing competition	3rd week of Sept., 2021
3 (e)	Panel discussion on Boosting Immunity and Valedictory	4th week of Sept., 2021
4.	International Day of the Girl Child Celebration	21st October, 2021
5	Legal Services Camp in collaboration with District legal Services Authority under the aegis of PAN India Awareness & Outreach Programmes	Last week of October, 2021
6.	International Women's Day Celebration (Hunar Hut)	8 March, 2022
7.	Youth Skill Development Day	March, 2022
8.	Seminar on Free Legal Aid under Alternative Dispute Redressal System	April, 2022
9.	World Menstrual Hygiene Day	28 May, 2022



**Lyallpur Khalsa College, Jalandhar  
&  
S. Ajit Singh Foundation Society  
(Regd.)**

***Commemorate International  
Day of the Girl Child - 2021***

***An exhibition on “Value Addition through  
remodelling household surplus and waste  
items” will be the highlight on this occasion.***

**Venue: Adjacent Science Block**

**Date: 21 October 2021**

**Time : 12:30 pm**

- 1. All are cordially invited to visit the exhibits***
- 2. You are also requested to kindly donate household surplus items/clothes at the stall***

---

**Organized by Grievances Redressal Cell**



**Lyallpur Khalsa College, Jalandhar  
&  
District Legal Services Authority, Jalandhar  
Organises Seminar  
on  
Free Legal Aid Under Alternative  
Dispute Redressal System**

**By  
Ms. Sonal Nanda  
Advocate,  
Distt. Courts, Jalandhar  
On 22.4.2022 (12:00 noon)  
Seminar Hall (Principal Office)**

**Dr. GS Samra  
(Principal)**

**Dr. Gagandeep Kaur  
(Convener)**

**Grievances  
Redressal Cell**

**Social  
Sensitisation Cell**

**NSS Unit**

**Legal Aid Club**

# ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਵੱਲੋਂ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਸੈਮੀਨਾਰ ਕਰਵਾਇਆ



ਜਲੰਧਰ, 28 ਅਪ੍ਰੈਲ, (ਜੇ.ਐੱਸ. ਸੋਢੀ)- ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ 'ਅਲਟਰਨੇਟਿਵ ਡਿਸਪਿਊਟ ਰਿਡਰੈਸਲ ਸਿਸਟਮ' ਤਹਿਤ ਸੈਮੀਨਾਰ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਸੈਮੀਨਾਰ ਗਰੀਵੀਐਂਸ ਰੀਡਰੈਸਲ ਸੈੱਲ, ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਯੂਨਿਟ, ਲੀਗਲ ਏਡ ਕਲੱਬ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸੈਂਸਟਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਸੈੱਲ ਨੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਥਾਰਟੀ, ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕੀਤਾ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਅਤੇ ਕਾਲਜ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੇ ਕਨਵੀਨਰਜ਼ ਨੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਸੋਨਲ ਨੰਦਾ, ਐਡਵੋਕੇਟ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਚਹਿਰੀਆਂ ਜਲੰਧਰ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ।



can be placed well. On this occasion, Shefali Kashyap was also present.

## **Lyallpur Khalsa College organises seminar on Free Legal Aid**



**JALANDHAR:** Lyallpur Khalsa College Jalandhar is committed for the overall development of its students. In this regard, a seminar was organized to make them aware about their legal rights and free legal aid under Alternative Dispute Redressal System. This seminar was organized by Grievances Redressal Cell, N.S.S. Unit, Legal Aid Club and Social Sensitization Cell in collaboration with District Legal Services Authority, Jalandhar. Chief Guest, Sonal Nanda, advocate at district courts, Jalandhar, was welcomed by worthy Principal Dr. Gurbinder Singh Samra and conveners of organizing units. Principal Dr. Samra in his address advised the students to be updated about their legal rights and duties as well. Dr. S.S. Bains informed the functioning of LKC Legal Aid Club. Dr. Manmeet Sodhi conducted the stage and presented the vote of thanks. During this event, Prof. Jasreen Kaur, Dean Academic Affairs, Dr. Gagandeep Kaur, convener Grievances Redressal Cell, Dr. S.S. Bains, incharge Legal Aid Club, Dr. Amita Shahid convener Social Sensitization Cell, Prof. Satpal Singh, Chief Program officer, N.S.S. and Prof. Arunjit Kaur, Prof. Jaswinder Kaur, Prof. Navdeep Kaur and students were present.

# Lyallpur Khalsa College Jalandhar organized a seminar on Free Legal Aid under ADRS in collaboration with District Legal Services Authority, Jalandhar

Jalandhar-Zenith Lehal

Lyallpur Khalsa College Jalandhar is committed for the overall development of its students. In this regard, a seminar was organized to make them aware about their legal rights and free legal aid under Alternative Dispute Redressal System. This seminar was organized by Grievances Redressal Cell, N.S.S. Unit, Legal Aid Club and Social Sensitization Cell in collaboration with District Legal Services Authority, Jalandhar. Chief Guest, Ms. Sonal Nanda, advocate at district courts, Jalandhar, was welcomed by worthy Principal Dr. Gurbinder Singh Samra and conveners of organizing units. Principal Dr. Samra in his address advised the students to be Advocate Ms. Sonal Nanda in her address explained the concept of legal aid, eligibility of beneficiaries, and also informed the procedure of availing free aid. She elaborated ADRS in simple terms. She added that when both parties come to ADRS for justice, the justice is expedited and binding. Ms. Nanda urged the students to take the benefit of the free legal aid and make others aware about free legal

aid. Later, Dr. S.S. Bains informed the functioning of LKC Legal Aid Club. Dr. Manmeet Sodhi conducted the stage



and presented the vote of thanks. During this event, Prof. Jasreen Kaur, Dean Academic Affairs, Dr. Gagandeep Kaur, convener Grievances Redressal Cell, Dr. S.S. Bains, incharge Legal Aid Club, Dr. Amita Shahid convener Social Sensitization Cell, Prof. Satpal Singh, Chief Program officer, N.S.S. and Prof. Arunjit Kaur, Prof. Jaswinder Kaur, Prof. Navdeep Kaur and students were present.



# जिला कानूनी सेवाएं अथारिटी ने खालसा कालेज में करवाया सैमीनार



एडवोकेट सोनल नंदा का स्वागत करते डा. गुरपिन्द्र सिंह समरा। (ठाकुर)

जालंधर, 28 अप्रैल (विनीत): लायलपुर खालसा कालेज में कानूनी अधिकारों व मुफ्त कानूनी सहायता संबंधी जागरूकता फैलाने के उद्देश्य से 'अल्ट्रनेटिव डिस्प्यूट रिड्रैसल सिस्टम' के तहत सैमीनार करवाया गया, जिसमें एडवोकेट सोनल नंदा ने बतौर रिसोर्स पर्सन शामिल होकर सभी को जागरूक किया।

उन्होंने बताया कि जब दोनों पक्ष न्याय के लिए 'अल्ट्रनेटिव

डिस्प्यूट रिड्रैसल सिस्टम' को अपनाते हैं तो न्याय में देरी नहीं होती और यह कानूनी तौर पर मानने योग्य भी होता है। प्रिंसीपल डा. गुरपिन्द्र सिंह समरा ने एडवोकेट नंदा का आभार व्यक्त करते हुए सभी को प्राप्त जानकारी से लाभान्वित होने के लिए प्रेरित किया। इस अवसर पर डा. एस.एस. बैंस, डा. गगनदीप कौर, प्रो. सतपाल सिंह व अन्य मौजूद थे।



# GRIEVANCES REDRESSAL



Grievance is any type of problem, concern, dispute/complaint or suggestion(s) related to academics or the environment, in the college premises. The Cell works on principles including confidentiality, impartiality, sensitivity, timely and appropriate action.

The committee aims at being a link between students, teachers and College administration. It is established to create a healthy and safe atmosphere for students of the College. It works under the patronage of the Principal and is executed through the teacher members. Suggestions/complaint boxes are installed outside administrative block and Library of the College to facilitate students, teachers and employees to drop in their suggestions/grievances in the suggestion boxes. Grievances may also be sent through e-mail at [grievancelkc@gmail.com](mailto:grievancelkc@gmail.com).

## Objectives of the Cell

The objectives of the Grievances Redressal Cell are designed in the core framework of UGC Guidelines and are as follows:

- To develop an organisational framework to resolve grievances of the students and staff.
- To create an environment of gender justice where boys and girls work together with a sense of personal security and dignity so as to make the institution student friendly.
- To create awareness amongst students about the issues related to the youth, girls in particular.
- To promote a social and psychological environment that will raise awareness about sexual harassment in its various forms.
- To equip the female students and staff members with knowledge of their legal rights.
- To enhance the self-esteem and self-confidence of girl students, women faculty and staff.
- To incorporate hygiene habits and ensure a healthy atmosphere in and around the college.
- To ensure personality along with academic development of students
- To foster decision-making ability in girl students for making informed choices in areas like education, employment and health

## **Dr. Gagandeep Kaur (Convenor)**

### Women Employees

Prof. Sandeep Bassi (Coordinator)

Dr. Jaswant Kaur

Prof. Ravneet Bains

Dr. Amandeep Kaur

### Girls Student

Prof. Jaswinder Kaur (Coordinator)

Prof. Amita Shahid

Dr. Manmeet Sodhi

Dr. Navjot Kaur



## **Working Structure of Grievances Redressal Cell**

The person concerned can personally approach to the head/members. Every Saturday Grievances are received through the suggestion / complaint box. Suggestions/Problems are classified.



After knowing grievance of students, member discusses it with the Convenor and coordinator of the cell, then appropriate solution is found out. If not solved at this level then grievance is taken up to the Principal.



Action taken is communicated to the students and staff.





# **Report on various programs held to celebrate POSHAN Maah 2021**

**Lyallpur Khalsa College  
Jalandhar**



# Lyallpur Khalsa College Jalandhar

Organizes  
Awareness Campaign  
on

**National Nutrition Month (Sep' 21)**

---

By  
Grievances Redressal Cell  
&  
NSS Wing

---

**Grievances Redressal Cell & NSS Wing**  
**Lyallpur Khalsa College, Jalandhar**  
***Celebrates***  
**POSHAN MAAH – September 2021**  
**(National Nutrition Mission)**

*POSHAN Abhiyan* (under National Nutrition Mission) is India's flagship program launched in March 2018, to improve the nutritional status of children up to 8 years, adolescent girls, pregnant women and lactating mothers. The aim is to achieve specific targets for reduction in low birth weight babies, stunted growth, malnourishment and anemia. To give momentum to *POSHAN Abhiyan*, the month of September is celebrated as *Rashtriya POSHAN Maah*.

Lyallpur Khalsa College at Jalandhar observes "*POSHAN Maah*" throughout the month of September, holding different activities with the involvement of students, faculty and experts on nutrition and health.

**INAUGURATION**  
(8.9.2021)

- Inaugural Message - Dr G. S. Samra (Principal, Lyallpur Khalsa College, Jalandhar)
- Plantation in 'Herbal Garden' of College

**YOGA & AYUSH for NUTRITION**  
(15.9.2021)

- Message by Ayurveda Expert
- Yoga Session by Students and Faculty

**STUDENT ACTIVITIES - Competitions**  
(22.9.2021)

- Innovative Recipes
- Slogan Writing

**PANEL DISCUSSION**  
(29.9.2021)

- BOOSTING IMMUNITY - Healthy Food and Food Habits



**Inaugural Message**  
**by**  
**Dr. Gurbinder Singh Samra**  
**Principal**  
**Lyallpur Khalsa College**  
**Jalandhar**



Video Link: <https://drive.google.com/file/d/1x76LaD1gi9541oi86WzaKsZP1kYEu-aZ/view?usp=sharing>

# POSHAN Vatika

Plantation in herbal garden of college

Facebook Post Link:

<https://www.facebook.com/131178883720811/posts/1788463227992360/?sfnsn=wiwspmo>

## Plantation in Herbal Garden of College





## ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਹ ਦੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤ

**ਸਹੀ ਪੋਸ਼ਣ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ : ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਸਮਰਾ**



ਜਲੰਧਰ (08.09.2021): ਕਾਲਜ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਕਮੇਟੀ ਬਤੌਰ ਮੁੱਖ ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਮਹਿਮਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਜਦਕਿ ਗ੍ਰੀਵੈਂਸ ਰਿਡਰੈਸਲ ਸੈਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਯੂਨਿਟ ਵਲੋਂ ਸਮਰਾ ਨੇ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਹ ਦੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਹ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ 'ਸਹੀ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇਸ਼ ਰੋਸ਼ਣ' ਅਧੀਨ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਹਫ਼ਤੇਵਾਰ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਸ. ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸ਼ੇਰਗਿੱਲ ਮੈਂਬਰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਹੀ ਪੋਸ਼ਣ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ

ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਅਤੇ ਨਰੋਈ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਸਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਰਬਲ, ਸਾਧਾ ਅਤੇ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਖੁਰਾਕ ਖਾਣ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਾਲਜ ਦੇ ਗ੍ਰੀਵੈਂਸ ਰਿਡਰੈਸਲ ਸੈਲ ਦੇ ਕਨਵੀਨਰ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ ਅਤੇ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਚੀਫ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ ਪ੍ਰੋ. ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ. ਪਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹੋਅਰ, ਸ. ਸਰਬਜੋਤ ਸਿੰਘ ਲਾਲੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਡਾ. ਨਵਨੀਤ ਅਰੋੜਾ, ਡਾ. ਸੰਦੀਪ ਬਸੀ, ਪ੍ਰੋ. ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਹਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰੋ. ਹਿਮਾਂਸ਼ੂ ਅਤੇ ਡਾ. ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਆਦਿ ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਹਿਬਾਨ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।





# Yoga & AYUSH for Nutrition

**Message by Dr. Hemant Kumar  
Malhotra (Ayurvedic Medical Officer,  
Primary Health Centre, Randhawa  
Masandha, Jalandhar)**

Video link: <https://www.youtube.com/watch?v=IOB8NOeBnC0>

## Yoga Session by Students and Teachers



### ਯੋਗ ਗੁਰੂ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਚਲੋਤਰਾ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਕਰਵਾਏ ਯੋਗ ਆਸਣ

ਜਲੰਧਰ, 18 ਸਤੰਬਰ (ਵਿਨੀਤ)—  
ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਗ੍ਰੀਵੈਸ ਅਤੇ  
ਰਿਵੇਸਲ ਸੈਲ ਵਲੋਂ ਐਨ. ਐਸ. ਐਸ. ਯੂਨਿਟ  
ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਯੋਗ ਸੈਸ਼ਨ  
ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ  
ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਦੇ ਪੀ. ਏ.  
ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਚਲੋਤਰਾ, ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ  
ਅਤੇ ਜੋਗਵਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਬਤੌਰ ਯੋਗ ਗੁਰੂ  
ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗ  
ਆਸਨ ਕਰਵਾਏ ਅਤੇ ਯੋਗ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਤੇ  
ਚਾਨਣ ਪਾਇਆ। ਯੋਗ ਗੁਰੂਆਂ ਨੇ ਸਾਰਿਆਂ  
ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗ ਆਸਨ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ  
ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ। ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ  
ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਨੇ ਇਸ ਮੌਕੇ ਭੋਜੇ ਆਪਣੇ  
ਵੀਡੀਓ ਸੈਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ  
ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ  
ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਚੀਫ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ  
ਅਫਸਰ ਪ੍ਰੋ. ਸਤਪਾਲ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ  
ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ, ਰੋਧਾਵਾ



ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗ ਆਸਣ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਯੋਗ ਗੁਰੂ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਚਲੋਤਰਾ,  
ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਜੋਗਵਰ ਸਿੰਘ।

ਮਸੇਦਾਂ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਹਿਮੰਤ  
ਕੁਮਾਰ ਮਲਹੋਤਰਾ ਦੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰ  
ਲਈ ਆਪਣਾ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤੱਥਾਂ  
ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਾਕੂਮੈਂਟਰੀ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੀ  
ਗਈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਐਨ. ਐਸ. ਐਸ. ਯੂਨਿਟ  
ਦੇ ਹੋਡ ਪ੍ਰੋ. ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ  
ਡਾ. ਨਵਨੀਤ ਅਰਿੰਡਾ, ਡਾ. ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ  
ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

Facebook Post Link:

<https://www.facebook.com/131178883720811/posts/1795186347320048/?sfnsn=wiwspmo>

# Student Activities

**Grievances Redressal Cell & NSS Unit**

**LYALLPUR KHALSA COLLEGE**

**JALANDHAR**



*celebrates*



**POSHAN MAHA - September 2021**

(National Nutrition Mission)

## STUDENT ACTIVITIES

### RECIPE MAKING

**Theme - "Millet based  
Nutritious Recipes"**

Participants should make a  
video of their recipe and  
share it on our Telegram  
group before 22.09.21

Join our Recipe Making  
Telegram Group, click on:  
[t.me/joinchat/0bWhIT9ExdgzMDII](https://t.me/joinchat/0bWhIT9ExdgzMDII)

### SLOGAN WRITING

**Theme - "Feeding  
Smart Right from Start"**

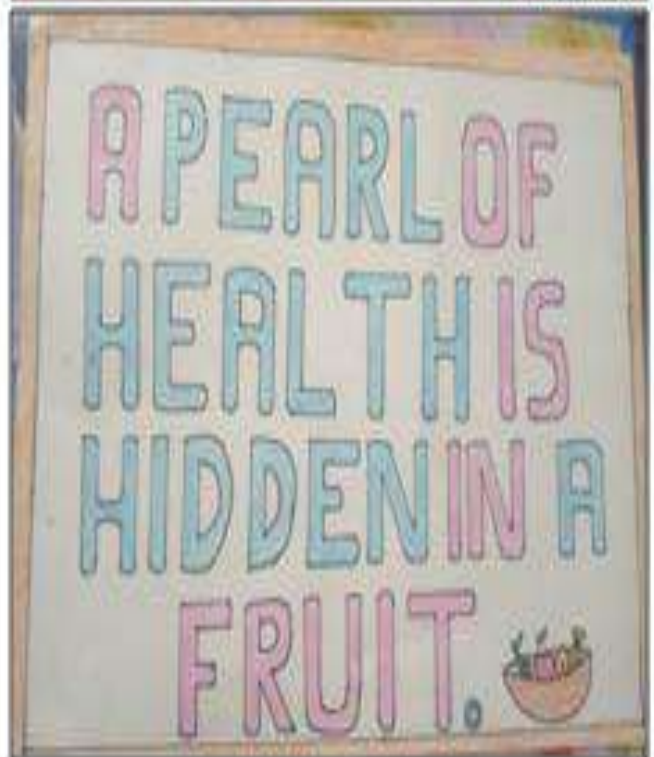
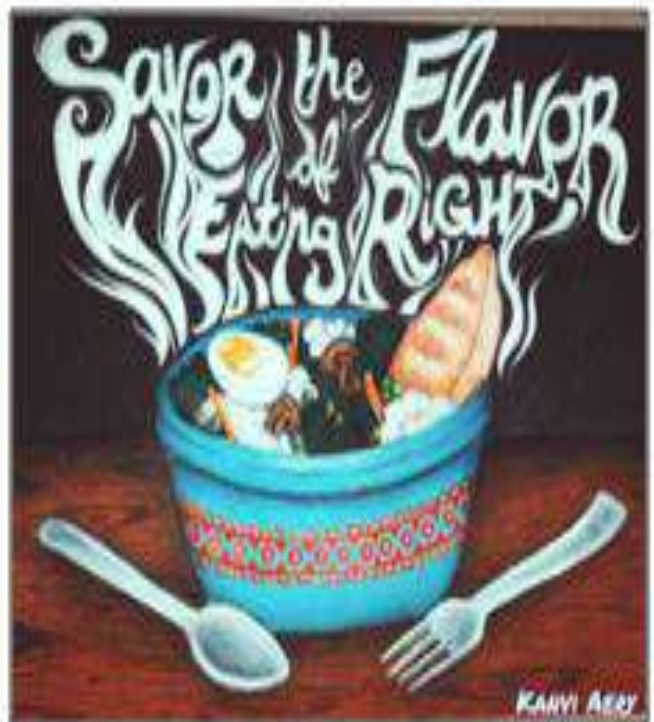
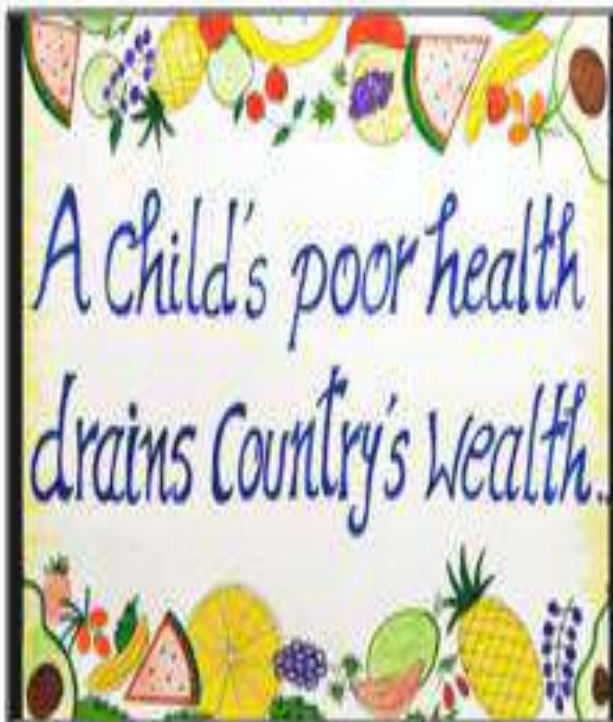
Participants should make a  
poster of slogan and send  
its image on our Telegram  
group before 22.09.21

Join our Slogan Writing  
Telegram Group, click on:  
[t.me/joinchat/2UkKY5pkiBczOGY1](https://t.me/joinchat/2UkKY5pkiBczOGY1)

For more details and query, Contact: **Dr. Gagandeep Kaur (9815555764)**





## Students' Activities








# Panel Discussion & Valedictory Function




**LYALLPUR KHALSA COLLEGE**  
**JALANDHAR**  
*celebrating*

**National Nutrition Month - 2021**  
Theme: **"Boosting Immunity – Healthy Food and Food Habits"**  
*We cordially invite you all to a panel discussion with our panelists*

**On September 29, 2021 at 12:30 pm**  
**Venue: Seminar Hall, Principal Office**

		
Dr. Gurbinder Singh Samra Principal Lyallpur Khalsa College Jalandhar	Dr. Varinder Kaur Assistant Civil Surgeon Jalandhar	Dr. Kanchan Sandhu Nutritionist KVK, Noor Mahal Jalandhar

*Organized by:*  
**Grievances Redressal Cell    NSS Unit    Dept. of Zoology & Botany**



# ਕਾਲਜ 'ਚ 'ਬੁਸਟਿੰਗ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਦੀ ਫੂਡ' ਤੇ ਹੋਈ ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ



ਡਾ. ਕੰਚਨ ਸੰਧੂ ਤੇ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ, (ਸੱਜੇ) ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ ਸਮੇਂ ਮੌਜੂਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀ।

ਜਲੰਧਰ, 1 ਅਕਤੂਬਰ (ਵਿਨੀਤ)— ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਗਰੀਵਿਐਂਸ ਰਿਡਰੈਸਲ ਸੈੱਲ, ਐੱਨ. ਐੱਸ. ਐੱਸ., ਬੋਟਨੀ ਅਤੇ ਜੁਆਲੋਜੀ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ 'ਬੁਸਟਿੰਗ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਦੀ ਫੂਡ ਐਂਡ ਫੂਡ ਹੈਬਿਟਸ' ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ ਕਰਵਾਈ ਗਈ, ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਨੇ ਕੀਤੀ, ਜਦ ਕਿ ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਡਾ. ਕੰਚਨ ਸੰਧੂ (ਨੂਰਮਹਿਲ) ਬਤੌਰ ਪੋਸਟ ਮਾਹਿਰ

ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾ. ਸਮਰਾ ਨੇ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਹੀ ਪੋਸ਼ਣ ਤੇ ਦੇਸ਼ ਰੋਸ਼ਨ ਦਾ ਨਾਰਾ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ 'ਚ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੀ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਨੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਵਿਚ ਆਇਰਨ ਦੀ ਕਮੀ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਜੇਕਰ ਫੂਡ ਨੂੰ ਤਿਆਗ

ਕੇ ਤਾਜ਼ਾ ਫੱਲ-ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ 'ਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਟਿਫਿਕੇਟ ਵੀ ਵੰਡੇ ਗਏ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਡਾ. ਜਸਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਪ੍ਰੋ. ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਅਰੁਣਜੀਤ ਕੌਰ, ਡਾ. ਜਸਵੰਤ ਕੌਰ, ਡਾ. ਹਰਸ਼ਵੀਰ ਅਰੋੜਾ, ਡਾ. ਨਵਜੋਤ ਕੌਰ, ਡਾ. ਨਵਨੀਤ ਅਰੋੜਾ, ਡਾ. ਹੇਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।



# लायलपुर खालसा कालेज में 'बूस्टिंग इम्यूनिटी हैल्दी फूड' पर हुई पैनल डिस्कशन

जालंधर, 1 अक्टूबर (विनीत): लायलपुर खालसा कालेज के ग्रिविएंस रिड्रेसल सैल, एन.एस.एस. यूनिट, बॉटनी व ज्यूलॉजी विभाग की ओर से 'बूस्टिंग इम्यूनिटी हैल्दी फूड एंड फूड हैबिट्स' विषय पर पैनल डिस्कशन करवाई गई, जिसकी अध्यक्षता प्रिंसीपल डा. गुरपिन्द्र सिंह समरा ने की, जबकि असिस्टेंट सिविल सर्जन डा. वरिन्द्र कौर व डा. कंचन संधू (नूरमहल) बतौर विशेषज्ञ शामिल हुए।

डा. समरा ने कहा कि सभी को 'सही पोषण व देश रौशन' का नारा बुलंद करना चाहिए। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में बच्चे अपने खुराक के प्रति जागरूक नहीं हैं, जिसका उनकी सेहत पर बुरा प्रभाव पड़ता है। डा. वरिन्द्र कौर व डा. कंचन संधू ने पौषण की कमी से होने वाली बीमारियां व लड़कियों में आयरन की कमी संबंधी जानकारी देते हुए जंक फूड को त्याग कर ताजा फल-सब्जियों का सेवन करने के लिए कहा। अंत में सप्ताह



डा. कंचन संधू व डा. वरिन्द्र कौर का स्वागत करते प्रिंसीपल डा. गुरपिन्द्र सिंह समरा।



पैनल डिस्कशन में मौजूद कालेज के छात्र-छात्राएं।

भर चले कार्यक्रम में भाग लेने वाले छात्रों को प्रमाण पत्र भी बांटे। इस अवसर पर डा. गगनदीप कौर, डा. जसविन्द्र कौर, प्रो. सतपाल सिंह, डा.

अरुणजीत कौर, डा. जसवंत कौर, डा. हर्षवीर अरोड़ा, डा. नवजोत कौर, डा. नवनीत अरोड़ा, डा. हेमिन्द्र सिंह, डा. अमनदीप कौर मौजूद थे।



## ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਦੀ ਲੜੀ ਅਧੀਨ ਕਰਵਾਈ ਗਈ ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ



ਜਲੰਧਰ (01.10.2021): ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ, ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਗਰੀਵੀਐਂਸ ਰੀਡਰੈਸਲ ਸੈੱਲ, ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਯੂਨਿਟ, ਬੋਟਨੀ ਅਤੇ ਜੋਆਲੋਜੀ ਵਿਭਾਗ ਵਲੋਂ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਦੀ ਲੜੀ ਅਧੀਨ ਅੰਤਿਮ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ 'Boosting Immunity-Healthy Food and Food Habits' ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਪ੍ਰੋ. ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਵਲੋਂ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਡਾ. ਸਮਰਾ ਅਤੇ ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਚਿੰਨ੍ਹ ਦੇ ਕੇ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਨੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਮਨਾਉਣ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ 'ਸਹੀ ਪੋਸ਼ਣ ਤੇ ਦੇਸ਼ ਰੋਸ਼ਨ' ਦਾ ਨਾਹਰਾ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਤੇ ਪਹਿਰਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜੋਕੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਤੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਗਰੂਕ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਇਸ ਕਰਕੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਦਾ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਹੋਰ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਸ ਪ੍ਰਗਟਾਈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲਣ ਲਈ ਅੱਛੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਨੂੰ ਜੀਵਣ ਵਿਚ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ। ਪੈਨਲ ਡਿਸਕਸ਼ਨ ਵਿਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ, ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ, ਜਲੰਧਰ ਅਤੇ ਡਾ. ਕੰਚਨ ਸੰਧੂ Nutritionist, ਕੇ.ਵੀ.ਕੇ ਨੂਰਮਹਿਲ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਹਿਰਾਂ ਵਲੋਂ ਭਾਗ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰ ਕੌਰ ਨੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਵਿਚ ਆਈਰਨ ਦੀ ਕਮੀ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਡਿਸਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਪੈਨਲ ਦੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਬਜ਼ਾਰਾਂ ਤੋਂ ਜੰਕ ਫੂਡ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਤਾਜ਼ਾ ਫਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਣ ਵਿਚ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਜੈਸਾ ਤਨ, ਵੈਸਾ ਮਨ ਉੱਤੇ ਜੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਡਾ. ਕੰਚਨ ਸੰਧੂ, ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਲੋਹ-ਤੱਤਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ

ਆਪਣੇ ਜੀਵਣ ਵਿਚ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ ਨੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਸੰਬੰਧੀ ਰਿਪੋਰਟ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਕਾਲਜ ਦੇ ਹਰਬਲ ਗਾਰਡਨ ਵਿੱਚ ਪੌਦੇ ਲਗਾਏ ਗਏ, ਦੂਸਰੇ ਹਫ਼ਤੇ ਯੋਗਾ ਸੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਤੀਸਰੇ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਵਾਈਆਂ ਗਈਆਂ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੂਰੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਂਹ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਟਰੇਫੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਵੀ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਡਾ. ਜਸਵਿੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾ. ਅਰੁਣਜੀਤ ਕੌਰ ਮੁਖੀ ਕੈਮਿਸਟਰੀ ਵਿਭਾਗ, ਡਾ. ਜਸਵੰਤ ਕੌਰ, ਡਾ. ਹਰਸ਼ਵੀਰ ਅਰੋੜਾ, ਡਾ. ਨਵਜੋਤ ਕੌਰ, ਡਾ. ਨਵਨੀਤ ਅਰੋੜਾ, ਡਾ. ਹੇਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਡਾ. ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਹਾਜ਼ਰ ਰਹੇ। ਮੰਚ ਦਾ ਸੰਚਾਲਣ ਡਾ. ਉਪਮਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਬਾਖੂਬੀ ਨਿਭਾਇਆ ਗਿਆ।



Exhibition by  
Lyallpur Khalsa College &  
S. Ajit Singh Foundation Society (Regd.)  
to  
Commemorate International Day of the  
Girl Child - 2021

---



**Lyallpur Khalsa College, Jalandhar  
&  
S. Ajit Singh Foundation Society  
(Regd.)**

***Commemorate International  
Day of the Girl Child - 2021***

***An exhibition on “Value Addition through  
remodelling household surplus and waste  
items” will be the highlight on this occasion.***

**Venue: Adjacent Science Block**

**Date: 21 October 2021**

**Time : 12:30 pm**

- 1. All are cordially invited to visit the exhibits***
- 2. You are also requested to kindly donate  
household surplus items/clothes at the stall***

---

**Organized by Grievances Redressal Cell**



The Grievance Redressal Cell of Lyallpur Khalsa College organized an exhibition of old cloth items under the Green Sparrow Project which was well received and all the decorative and usable items made from old materials were appreciated and procured. Lyallpur Khalsa College Jalandhar has promised full support to The Ajit Singh Foundation Society under which this exhibition and sale has been organized so that the girls working under this project can sell their wares and earn a living.





Principal Dr. Gurbinder Singh Samra along with the staff participated in the exhibition. He said that this is a great initiative of S. Ajit Singh Foundation under which a group of 10 girls collect old clothes and make bags, sacks, purses, foot stools etc. from them. He said that due to the dedicated efforts of the President of the society Ramanpreet Kaur this social service organization was working in a very good manner. He said that our organization is always committed to protect the environment and create an eco-friendly environment. Going forward in this field, our college has signed an MOU with Ajit Singh Foundation under Green Sparrow Project.





The president of the society Ramanpreet Kaur said that under a project by S. Ajit Singh Foundation, plastic bags are being replaced with cloth bags to protect the environment from the dangers posed by plastic. These manufactured goods are sold to create employment for girls and women. In this exhibition, the college's NSS unit, teachers and students provided great support.





The coordinator of this exhibition, Dr. Gagandeep Kaur on behalf of S. Ajit Singh Foundation Society thanked and encouraged to organize such exhibitions in future. On this occasion, Prof. Arunjit Kaur, Prof. Jaswinder Kaur, Dr. Upma Arora, Dr. Heminder Singh and Prof. Surbjit Singh were present.

## Press Coverage

L.K.C. News

### ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਏ ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਲਗਾਈ ਗਈ ਪੁਰਾਣੇ ਕਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਸਾਮਾਨ ਨੇ ਸਭ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ



**ਜਲੰਧਰ (01.11.2021):** ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਅਧੀਨ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਦਾ ਬਣਾਇਆ ਸਾਮਾਨ ਵਿਕ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਹ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਕਮਾ ਸਕਣ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਸਟਾਫ਼ ਸਮੇਤ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ 10 ਲੜਕੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਪੁਰਾਣੇ ਕੱਪੜੇ ਇੱਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬੈਗ, ਚੋਲੇ, ਪਰਸ, ਪਾਏਦਾਨ ਆਦਿ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਕਤ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਦੇ ਸੁਚੱਜੇ ਯਤਨਾਂ ਸਦਕਾ ਇਹ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸੰਸਥਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਇੱਕ ਈਕੋ-ਫ੍ਰੈਂਡਲੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿਰਜਣ ਲਈ

ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਦਿਆਂ ਸਾਡੇ ਕਾਲਜ ਨੇ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਐਮ.ਓ.ਯੂ. 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਲਿਫਾਫਿਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਬਣਾਏ ਥੈਲੇ ਵਰਤ ਕੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਦਰਪੇਸ਼ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਵੇਚ ਕੇ ਕੁੜੀਆਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਕਾਲਜ ਦੇ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਯੂਨਿਟ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਭਰਪੂਰ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਦੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ ਵੱਲੋਂ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰੋ. ਅਰੁਣਜੀਤ ਕੌਰ, ਪ੍ਰੋ. ਜਸਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਡਾ. ਉਪਮਾ ਅਰੋੜਾ, ਡਾ. ਹੇਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰ ਕੇ ਸਭ ਦਾ ਹੌਂਸਲਾ ਵਧਾਇਆ।







ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ: ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਨੂੰ ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਪੋਪਰ ਬੈਗ ਭੇਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ। ਤਸਵੀਰ-ਮੁਨੀਸ਼

## ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵਲੋਂ ਬਣਾਏ ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ

ਜਲੰਧਰ, 1 ਨਵੰਬਰ (ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ)- ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ, ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਗ੍ਰੀਵੋਸ ਰਿਡਰੈਸਲ ਸੈੱਲ ਵਲੋਂ ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਅਧੀਨ ਪੁਰਾਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਲਗਾਈ ਗਈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਭਰਵਾਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਮਿਲਿਆ ਤੇ ਸਭ ਵੱਲੋਂ ਪੁਰਾਣੇ ਸਾਮਾਨ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਸਜਾਵਟੀ ਤੇ ਵਰਤੋਂ ਯੋਗ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਆ ਗਿਆ ਤੇ ਖਰੀਦ ਵੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਮਹਿਲਾ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਇਲਪੁਰ ਖਾਲਸਾ ਕਾਲਜ ਜਲੰਧਰ ਵੱਲੋਂ ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਰਾਹੀਂ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਨੂੰ ਪੂਰਨ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਦਾ ਇਕਰਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਇਹ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਸੇਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਅਧੀਨ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਦਾ ਬਣਾਇਆ ਸਾਮਾਨ ਵਿਕ ਸਕੇ ਤੇ ਉਹ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਕਮਾ ਸਕਣ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ: ਗੁਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਸਟਾਫ਼ ਸਮੇਤ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ

ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ 10 ਲੜਕੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਪੁਰਾਣੇ ਕੱਪੜੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬੈਗ, ਬੈਲੇ, ਪਰਸ, ਪਾਏਦਾਨ ਆਦਿ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਕਤ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਦੇ ਸੁਚੱਜੇ ਯਤਨਾਂ ਸਦਕਾ ਇਹ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਵਧਦਿਆਂ ਸਾਡੇ ਕਾਲਜ ਨੇ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਹਰੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਐਮ.ਓ.ਯੂ. 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ. ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਿਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਬਣਾਏ ਬੈਲੇ ਵਰਤ ਕੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਦਰਪੇਸ਼ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਵੇਚ ਕੇ ਕੁੜੀਆਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਕਾਲਜ ਦੇ ਐਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਯੂਨਿਟ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਭਰਪੂਰ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ।

# **Report on Legal Services Camp 2021**

**Held on 27 October 2021**

**Lyallpur Khalsa College  
Jalandhar**



Under the aegis of  
**NATIONAL LEGAL SERVICES AUTHORITY**  
&  
**PUNJAB STATE LEGAL SERVICES AUTHORITY**  
**DISTRICT LEGAL SERVICES AUTHORITY**  
**JALANDHAR**

in coordination with  
**DISTRICT ADMINISTRATION, JALANDHAR**



Commemorating the 75th Year of  
India's Independence  
Azadi Ka Amrit Mahotsav



**PAN INDIA AWARENESS & OUTREACH PROGRAMMES**  
organize

**LEGAL SERVICES CAMP**  
at

**LYALLPUR KHALSA COLLEGE, JALANDHAR**

on  
**27th October 2021**



District Legal Services Authority, Jalandhar and Lyallpur Khalsa College, Jalandhar organized a “Legal Services Camp” on 27 October 2021, to create awareness about free legal aid services that the Government of India provides to the weaker sections of the society. The event was organized by the Grievances Redressal Cell of the College.

Ms Rupinderjit Chahal, the Honorable District Sessions Judge-cum-President DLSA, Jalandhar was the Chief Guest. She was accompanied by Mr. Majinder Singh, Addl Sessions Judge, Mr Amit Kumar Gupta, Chief Judicial Magistrate, Dr.Gagandeep Kaur CJM- cum-Secretary DLSA and Sh. Dilbagh Singh, Deputy Superintendent of Police and Sh. Balwinder Singh, Deputy Commissioner of Police Jalandhar. They were welcomed by Dr G.S. Samra, Principal of the College and appreciated the efforts by the DLSA, especially Ms. Rupinderjit Chahal in holding the awareness camp at the college campus. Ms Harleen Kaur, Advocate highlighted the role of DLSA and elaborated upon the various ways and means for quick redressal of the grievances. Students and staff and faculty of the college participated in the awareness camp. A ‘Nukkad Natak’ was also presented on the occasion. Stalls were laid out by various Government Departments and NGO’s for the benefit of the public.

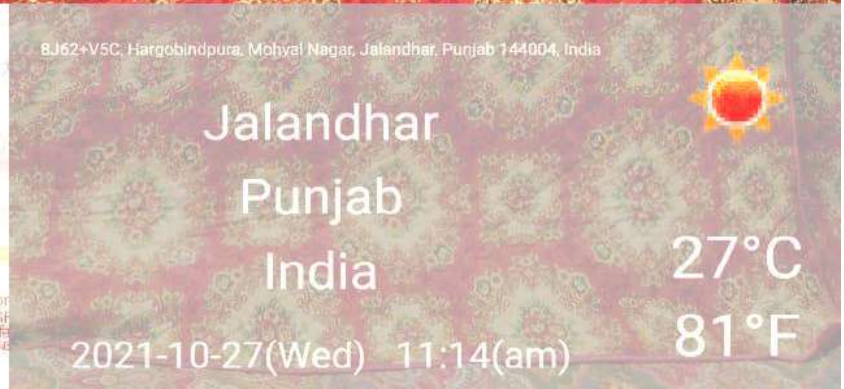
Two sewing machines were handed over to the economically weaker girl students by the Red Cross and a wheel chair for use in the OPD of the Department of Physiotherapy was also given to the college, for use of patients. The program was anchored by Dr. Surinder Mand, Dean, Student Welfare, and coordinated by Dr. Gagandeep Kaur, Convener, Grievances Redressal Cell.





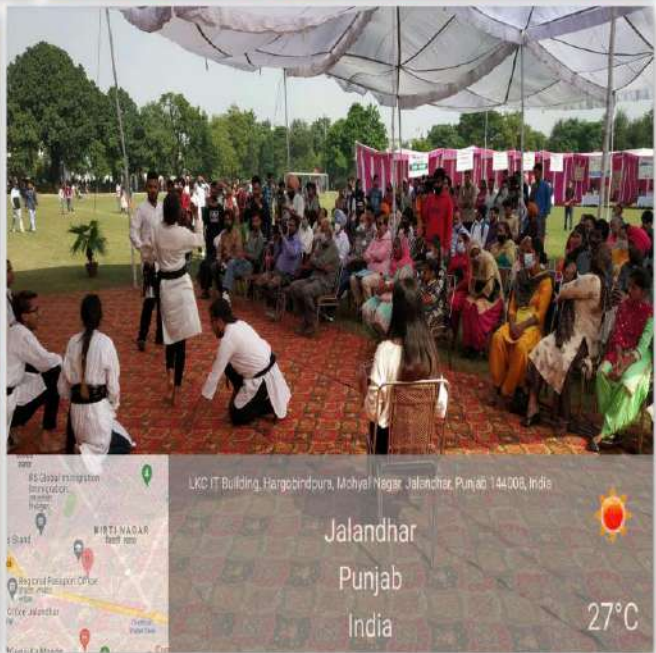
**Chief Guest Ms. Rupinderjit Chahal, District Sessions Judge, Jalandhar and other dignitaries being welcomed by Dr GS Samra, Principal, Lyallpur Khalsa College, Jalandhar.**





**Lighting the Lamp by the guests**





**A *Nukkad Natak* depicting role of District Legal Services Authority for the service of society, was performed by the students of the college on the occasion.**





8J62+VSC, Hargobindpura, Mohyal Nagar, Jalandhar, Punjab 144004, India

Jalandhar  
Punjab  
India



27°C

81°F

2021-10-27(Wed) 11:49(am)

**The Chief Guest taking a round of the stalls by various Government and Non-Government Organizations. A total of 16 exhibition stalls were put up.**





**The Chief Guest interacting with staff of S. Ajit Singh Foundation (Regd.) running an NGO '*Hariyan Chiryaan*'.**

**The NGO has collaboration with Lyallpur Khalsa College, Jalandhar for imparting entrepreneurship skills among the economically weaker girl students training them in art of stitching, developing environmentally friendly products from household surplus and solid waste management under and earn while you learn program.**



**Sewing machines to needy girl students and a wheelchair donated to Department of Physiotherapy by Red Cross Foundation on the occasion .**





**A general view of the audience and the exhibit stalls in the background.**



## Media coverage of the Event

Various departments which participated, besides District Legal Services Authority in the Awareness Camp were, District Social Security Office, District Welfare Office, District Health Department, Employment Office, Labour Commissioner Office, Food Supply Controller, Horticulture, District Child Protection Office, District Education Officer, NGO's like *Sakhi* One Stop Centre, *Haiyan Chirriyan* among others.

Information was shared about Smart Ration Cards, Pension Benefits to children who lost parents to COVID 19 and Sarbat Bima Yojana Cards. Employment letters were also issued to 5 youth and a vaccination camp was also organized.

Free legal aid was provided to a number of persons whose cases were either pending or were to be filed in the competent court of law.