



# മനസ്സ് നന്നാവട്ടെ

സെന്റ്. തോമസ് കോളേജ് (ഓട്ടോണമസ്), തൃശ്ശൂർ  
എൻ എസ് എസ് യൂണിറ്റ് 42 & 144

## ഉള്ളടക്കം

### എൻ.എസ്.എസ് വാർത്തകൾ

ഇംപോർട്ടൻസ് ഓഫ് സ്റ്റിപ്പെന്റേജ്

പേജ് 1

സെലക്ഷൻ ക്യാമ്പ് അവസാനിച്ചു.

പേജ് 1

അഭയം പ്രമോഷൻ വീഡിയോ റിലീസ്

പേജ് 1

ഗോ ഇലക്ട്രിക് ക്യാമ്പയിൻ

പേജ് 2

ട്രാഷ് ഇറ്റ് തൃശ്ശൂർ: റെയിൽവേ സ്റ്റേഷൻ

പേജ് 2

അഗ്നിബാധ

പേജ് 3

'സ്വാർ' മായി എൻ എസ് എസ്

പേജ് 3

ഇന്റർനാഷണൽ ഡേ എഗൈൻസ് കറപ്ഷൻ

പേജ് 4

അന്താരാഷ്ട്ര അഴിമതി വിരുദ്ധ ദിനം

പേജ് 4

ഇന്റർനാഷണൽ വളന്റിയേഴ്സ് ഡേ

പേജ് 5

മനുഷ്യവകാശ ദിനം

പേജ് 5

ഇന്ററാക്റ്റീവ് സെഷൻ

പേജ് 6

എ ടോക്കൺ ഓഫ് ഗ്രാറ്റിറ്റ്യൂഡ്

പേജ് 6

ചോദ്യം ഉത്തരം

പേജ് 7

അക്ഷരാഗ്നി

പേജ് 7

ചിന്താവിഷയം

പേജ് 8



## Sociopods

Service that inspire you

### EPISODE #31

December 6, 2021

6:00 pm

## The Importance of Sleep



Available on: Spotify Anchor Google Podcasts

Follow us @nss\_stc\_42\_144

## സോഷ്യോപോഡ്സ് പോസ്റ്റർ

# എൻ.എസ്.എസ്. വാർത്തകൾ

## ഇംപോർട്ടൻസ് ഓഫ് സ്റ്റീപ്പ്

ഉറക്കത്തെക്കുറിച്ചും അതിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചും വളന്റിയർ റെന യൂണിറ്റിന്റെ പോഡ്കാസ്റ്റായ സോഷ്യോ പോഡ്സിലൂടെ സംസാരിച്ചു .

## സെലക്ഷൻ ക്യാമ്പ് അവസാനിച്ചു.

സെന്റ് തോമസ് കോളേജ് (ഓട്ടോണമസ് ), തൃശ്ശൂരിലെ എൻ എസ് എസ് യൂണിറ്റുകളായ **42 & 144** ലേക്കുള്ള **2021** ബാച്ചിന്റെ സെലക്ഷൻ ക്യാമ്പ് അവസാനിച്ചു. മൂന്നുറ്റിയമ്പതിൽപരം വിദ്യാർത്ഥികൾ ഈ വർഷം എൻ എസ് എസിലേക്ക് അപേക്ഷിച്ചിരുന്നു അതിൽ നിന്ന് വെയിറ്റിംഗ് ലിസ്റ്റ് ഉൾപ്പെടെ നൂറ്റിപതിമൂന്ന് പേരെയാണ് തിരഞ്ഞെടുത്തത്. ഒരു മാസത്തോളം നീണ്ടു നിന്ന സെലക്ഷൻ ക്യാമ്പ് ഓൺലൈൻ, ഓഫ് ലൈൻ വർക്കുകൾ, ഇന്റർവ്യൂ എന്നീ പ്രക്രിയകളിലൂടെ കടന്നുപോയ ശേഷമാണ് വളന്റിയേഴ്സിനെ തിരഞ്ഞെടുത്തത്.

## അഭയം പ്രമോഷൻ വീഡിയോ റിലീസ്

അഭയം ഭവന നിർമ്മാണ പദ്ധതി വിവരിക്കുന്ന പത്താമത്തെ പ്രമോഷൻ വീഡിയോ ഡിസംബർ ഒമ്പത്തിന് പുറത്തിറങ്ങി. വീഡിയോയിൽ അഭയം ഭവനനിർമ്മാണ പദ്ധതിയെക്കുറിച്ച് ഷൈൻ ടോം ചാക്കോ (ആക്ടർ )സംസാരിച്ചു. പദ്ധതിയ്ക്ക് ആശംസയും പിന്തുണയും അറിയിച്ചതിനൊപ്പം ഏവരുടേയും സഹകരണവും അഭ്യർത്ഥിച്ചു .



Shine Tom Chacko  
Actor



# ഗോ ഇലക്ട്രിക് ക്യാമ്പയിൻ

ഊർജ്ജ കിരൺ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി ഡിസംബർ പത്തിന് രാവിലെ വടക്കുംനാഥ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ തെക്കേ ഗോപുരനടയിൽ ഗോ ഇലക്ട്രിക് ക്യാമ്പയിൻ സംഘടിപ്പിച്ചു. തൃശ്ശൂർ എം എൽ എ പി. ബാലചന്ദ്രൻ പരിപാടി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ റാലി, അവബോധ ക്ലാസ് തുടങ്ങിയവയിൽ പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത്ത് വർഗീസിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ രണ്ട് ബാച്ചിലെയും നൂറോളം എൻ എസ് എസ് വളന്റിയേഴ്സ് പങ്കെടുത്തു.

**St. Thomas College (Autonomous), Thrissur**  
**NSS Units 42 & 144**

ഊർജ്ജകിരൺ 2021-22  
**“ഗോ ഇലക്ട്രിക് ക്യാമ്പയിൻ”**

ഉദ്ഘാടനം :  
MLA പി. ബാലചന്ദ്രൻ തൃശ്ശൂർ

10-12-2021, വെള്ളി  
10.30 AM  
വടക്കും നാഥൻ ക്ഷേത്ര തെക്കേ ഗോപുര നട, തൃശ്ശൂർ

- ഉർജ്ജ കാരുഷേഷിയും ഉർജ്ജ സംരക്ഷണവും
- അവബോധ ക്ലാസ്
- ഉർജ്ജ സംരക്ഷണ റാലി
- പ്രതിജ്ഞ
- ഒപ്പു രേഖരണം

# ട്രാഷ് ഇറ്റ് തൃശ്ശൂർ: റെയിൽവേ സ്റ്റേഷൻ

ഡിസംബർ പതിനൊന്നിന് സെന്റ് തോമസ് കോളേജ് നാഷണൽ സർവീസ് സ്കീം വളന്റിയേഴ്സ് തൃശ്ശൂർ റെയിൽവേ സ്റ്റേഷൻ വൃത്തിയാക്കി. ഇരുപത്തിയഞ്ച് വളന്റിയേഴ്സ് ശുചീകരണ പ്രവർത്തനത്തിൽ സജീവമായി പങ്കാളികളായി. രാവിലെ ഒമ്പതരക്ക് തുടങ്ങിയ പ്രവർത്തനം ഉച്ചയ്ക്ക് ഒരു മണിയോടെ സമാപിച്ചു.

**ST. THOMAS COLLEGE (AUTONOMOUS), THRISSUR**  
**NSS UNITS 42 & 144**

**TRASH IT THRISSUR**

PLACE : THRISSUR RAILWAY STATION

**Cleaning Day organised by NSS Units 42 & 144**  
**St.Thomas College(Autonomous), Thrissur**  
**December 11, 2021**

@nss\_stc\_42\_144





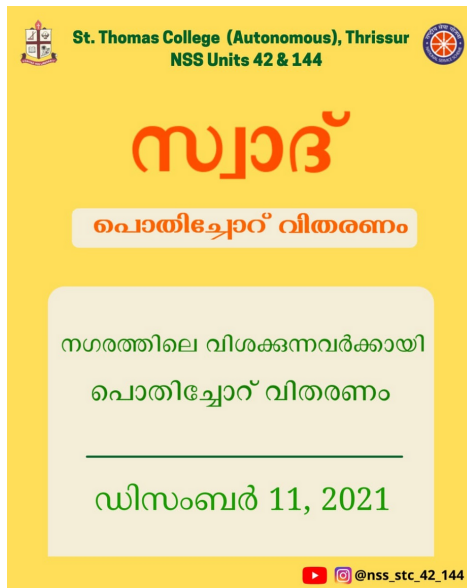
# അഗ്രിബുർ

അഗ്രിബുർ എന്ന പേരിൽ തൃശ്ശൂർ സെന്റ് തോമസ് കോളേജിന്റെ പുതിയ ക്യാമ്പസിൽ ആരംഭിച്ച കൃഷി പുരോഗമിക്കുന്നു. ഈ ആഴ്ചയിൽ ശനിയാഴ്ച രാവിലെ ഒമ്പത് മുതൽ വൈകിട്ട് നാല് വരെ രണ്ട് ബാച്ചിലെയും ഇരുപത് വളന്റിയേഴ്സ് കൃഷിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെട്ടു.



# 'സ്വാദ്' മായി എൻ എസ് എസ്

ഡിസംബർ പതിനൊന്ന് ശനിയാഴ്ച സെന്റ് തോമസ് കോളേജിലെ നാഷണൽ സർവീസ് സ്കീം തൃശ്ശൂർ നഗരത്തിന്റെ പരിസര പ്രദേശങ്ങളിലെ നിർധനരായ വഴിയോരവാസികൾക്ക് 'സ്വാദ്' ന്റെ ഭാഗമായി പൊതിച്ചോർ വിതരണം നടത്തി. ഇരുപതോളം എൻ എസ് എസ് വളന്റിയേഴ്സ് പങ്കെടുത്ത ഉദ്യമത്തിന് പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത്ത് വർഗീസ് നേതൃത്വം നൽകി.





# ഇന്റർനാഷണൽ ഡേ എഗൈൻസ്റ്റ് കറപ്ഷൻ

"യുവർ റൈറ്റ്, യുവർ റോൾ :സേനോടു കറപ്ഷൻ " എന്ന വിഷയത്തിൽ ഇന്റർനാഷണൽ ഡേ എഗൈൻസ്റ്റ് കറപ്ഷന്റെ ഭാഗമായി വളന്റിയേഴ്സിനായി ടോക്ക് സംഘടിപ്പിച്ചു. റെബിൻ വിൻസെന്റ് ഗ്രാളൻ (അഡ്വക്കേറ്റ്) സംസാരിച്ചു . പ്രിൻസിപ്പാൾ ഡോ. മാർട്ടിൻ കെ എ ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു. പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത്ത് വർഗീസ് അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു.

St. Thomas College (Autonomous), Thrissur  
NSS Units 42 & 144

DECEMBER 9  
**INTERNATIONAL DAY AGAINST CORRUPTION**

**INAUGURATION:**  
Rev. Dr. Martin K A  
Principal - In - Charge  
St. Thomas College, (Autonomous), Thrissur

**TALK BY:**  
Rebin Vincent Galan  
Advocate  
L.L.M.  
(Practicing at Thrissur District Court)

*"Your Right, Your Role: Say No To Corruption"*

7.00 PM, 9th December 2021

@nss\_stc\_42\_144

# അന്താരാഷ്ട്ര അഴിമതി വിരുദ്ധ ദിനം

അഴിമതിയ്ക്കെതിരെ സമൂഹത്തെ ബോധവൽക്കരിക്കണം എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ ഡിസംബർ ഒമ്പതിന് ആചരിക്കുന്ന അന്താരാഷ്ട്ര അഴിമതി വിരുദ്ധ ദിനത്തിന്റെ ഭാഗമായി പോസ്റ്റർ നിർമ്മിച്ചു.

ST. THOMAS COLLEGE (AUTONOMOUS), THRISSUR  
NSS UNITS 42 & 144

INTERNATIONAL  
**ANTI CORRUPTION DAY**  
DECEMBER 9

*"Your Right, Your Role: Say No To Corruption."*

@nss\_stc\_42\_144

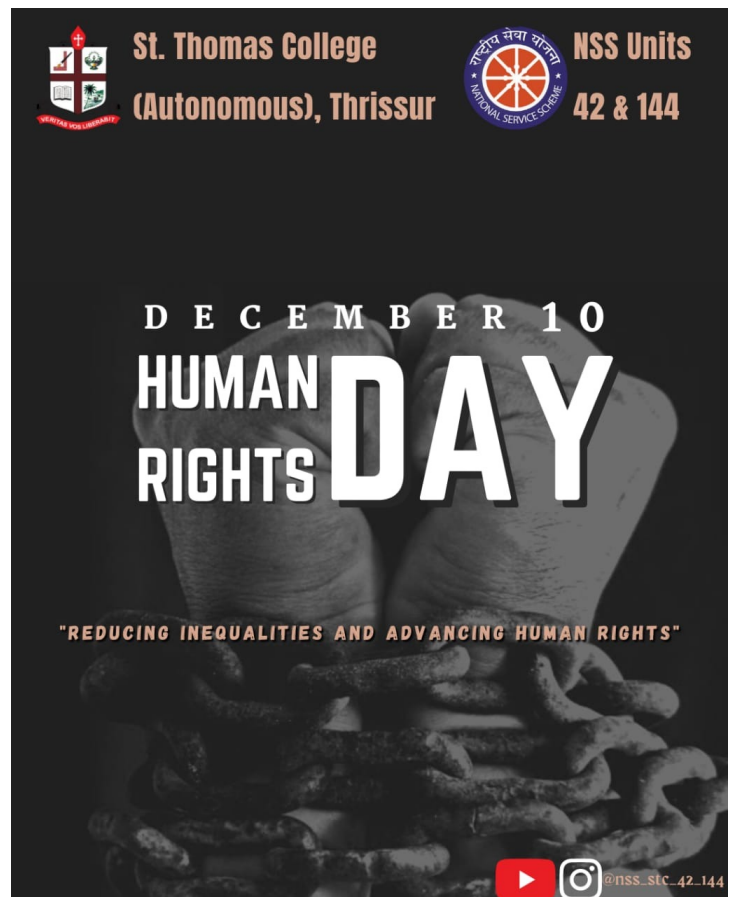
# ഇന്റർനാഷണൽ വളന്റിയേഴ്സ് ഡേ

ഡിസംബർ അഞ്ച് ഇന്റർനാഷണൽ  
വളന്റിയേഴ്സ് ഡേയോടനുബന്ധിച്ച്  
പോസ്റ്റർ നിർമ്മിച്ചു.



# മനുഷ്യവകാശ ദിനം

ഡിസംബർ പത്ത് മനുഷ്യവകാശ  
ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് പോസ്റ്റർ  
നിർമ്മിച്ചു. ഇതോടൊപ്പം  
വളന്റിയേഴ്സിന്റെ കലാസൃഷ്ടികൾ  
ഉൾപ്പെടുത്തി മാഗസിൻ പുറത്തിറക്കി.





# ഇന്ററാക്റ്റീവ് സെഷൻ

ഡിസംബർ മൂന്ന് ദിനശേഷി ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് എല്ലാ പ്രതിസന്ധികളെയും മനോധൈര്യം കൊണ്ട് മറികടന്ന, യാത്രികനായ മുനവിർ എ കെ യുമായി ഇന്ററാക്റ്റീവ് സെഷൻ സംഘടിപ്പിച്ചു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജീവിതവും, യാത്രകളോടുള്ള അഭിനിവേശവും, മനോധൈര്യവും ഏവർക്കും ഊർജ്ജം പകരുന്നതായിരുന്നു.

St. Thomas College (Autonomous), Thrissur | NSS Units 42 & 144

December 3

International Day Of Persons With Disabilities

An interactive session with **Munavvir AK** (Perinthalmanna)

On

'Leadership and participation of persons with disabilities towards an inclusive, accessible and sustainable post COVID-19 world

@nss\_stc\_42\_144

# എ ടോക്കൺ ഓഫ് ഗ്രാറ്റിറ്റ്യൂഡ്

കാലാവധി പൂർത്തിയാകുന്ന എൻ എസ് എസ് പ്രോഗ്രാം ഓഫീസറായ ഡോ. ഡെയ്സ് ലാൻഡ് തട്ടിൽ എ ടോക്കൺ ഓഫ് ഗ്രാറ്റിറ്റ്യൂഡ് എന്ന പേരിൽ ഫെയർവെൽ മീറ്റിംഗ് സംഘടിപ്പിച്ചു. പ്രിൻസിപ്പാൾ ഡോ. മാർട്ടിൻ കെ എ ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു. പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത്ത് വർഗീസ് ആശംസകളർപ്പിച്ചു. സീനിയർ നവനീത് കൃഷ്ണ അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവെച്ചു. ഡോ. ഡെയ്സ് ലാൻഡ് തട്ടിൽ മറുപടി പ്രസംഗം നടത്തി. ടീച്ചറുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും പിന്തുണയ്ക്കും നന്ദിയർപ്പിച്ച മീറ്റിംഗിൽ വളന്റിയേഴ്സിന്റെ കലാപരിപാടിയും ഉൾപ്പെടുത്തിയിരുന്നു.

St. Thomas College (Autonomous), Thrissur | NSS Units 42 & 144

A Token Of Gratitude To

**Dr. Daisland Thattil**

11.12.2021 7.00 PM

JOIN US FOR Farewell Meet

@nss\_stc\_42\_144



## ചോദ്യം ഉത്തരം

ഏറ്റവും മികച്ച എൻ എസ് എസ് പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് നൽകുന്ന ഭാരതത്തിലെ പരമോന്നത ബഹുമതി ഏതാണ്?

എൻ എസ് എസ് ദേശീയ അവാർഡ്.

## അക്ഷരാഗ്നി

-ആൻപ്ലവർ ഔസേപ്പ്







**ചിന്താവിഷയം:**

"ആദ്യം നിങ്ങളെ അവർ അവഗണിക്കും, പിന്നെ പരിഹസിക്കും, പിന്നെ പുച്ഛിക്കും, പിന്നെ ആക്രമിക്കും, എന്നിട്ടായിരിക്കും നിങ്ങളുടെ വിജയം"

-മഹാത്മാ ഗാന്ധി-



@nss\_stc\_42\_144