വാരാന്ത്യപതിപ്പ് ലക്കം-36 | JANUARY 23 - JANUARY 29

മനസ്സ് നന്നാവട്ടെ

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

ഉള്ളടക്കം

എൻ.എസ്.എസ് വാർത്തകൾ

ഗുഡ് ടച്ച്, ബാഡ് ടച്ച്
പേജ് 1

അഭയം' ഭവന നിർമ്മാണം പുരോഗമിക്കുന്നു.
പേജ് 1

ദേശിയ സമ്മതിദായക ദിനം
പേജ് 1

ദേശീയ ബാലിക ദിനം
പേജ് 2

സുഭാഷ് ചന്ദ്ര ബോസ് ജയന്തി
പേജ് 2

ദേശീയ ടൂറിസം ദിനം
പേജ് 3

സൂര്യ നമസ്കാരം
പേജ് 3

രക്തദാനം
പേജ് 4

റിപബ്ലിക് ദിനാഘോഷം
പേജ് 4

ഒയാസിസ് ലീഡർഷിപ്പ് പ്രോഗ്രാം
പേജ് 5

ചോദ്യം ഉത്തരം
പേജ് 6

അക്ഷരാഗ്നി
പേജ് 6

ചിന്താവിഷയം
പേജ് 7

ഗുഡ് ടച്ച്, ബാഡ് ടച്ച്

എൻ.എസ്.എസ്. വാർത്തകൾ

ഗുഡ് ടച്ച്, ബാഡ് ടച്ച്

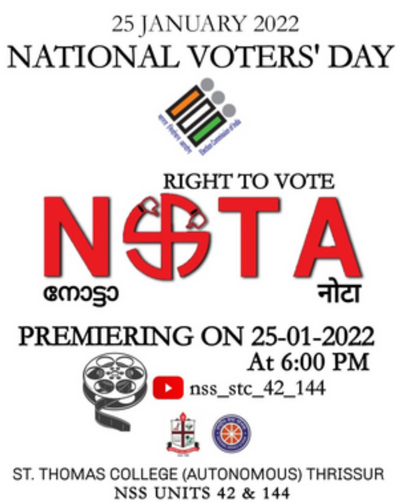
ഈ കഴിഞ്ഞ ദിവസങ്ങളിൽ സമൂഹ മാധ്യമങ്ങളിലൂടെ ഏവരുടെയും ശ്രദ്ധയാകർഷിച്ച ഒരു കേസിനെ ആസ്പദമാക്കി ശരിയായ സ്പർശനവും തെറ്റായ സ്പർശനവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം, അവ മനസ്സിലാക്കേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം എന്നിവയെ പറ്റി എൻ. എസ്.എസ് പോഡ്കാസ്റ്റായ സോഷ്യോപോഡ്സിലൂടെ വളന്റിയർ ഗ്രേസ്ലെറ്റ് പോൾ സംസാരിച്ചു. ഒപ്പം ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം എന്താണെന്നും അതിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചും അതിലൂടെ വ്യക്തമാക്കി.

'അഭയം' ഭവന നിർമ്മാണം പുരോഗമിക്കുന്നു.

എൻ. എസ്. എസിന്റെ സ്വപ്നപദ്ധതിയായ 'അഭയം' ഭവന നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർമാരായ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത് വർഗ്ഗീസിന്റെയും, ഡോ. വിമല കെ. ജോണിന്റെയും നേതൃത്വത്തിൽ എല്ലാവരുടെയും സഹകരണത്തോടെ നല്ല രീതിയിൽ പുരോഗമിക്കുന്നു.

ദേശിയ സമ്മതിദായക ദിനം

ജനുവരി ഇരുപത്തിയഞ്ചാം തിയ്യതി ദേശീയ സമ്മതിദായക ദിനം ആചരിച്ചു.ഇതിന്റെ ഭാഗമായി പോസ്റ്ററുകൾ തയ്യാറാക്കുകയും , ഷോർട്ട് ഫിലിം യൂട്യൂബിൽ റിലീസ് ചെയ്യുകയും ചെയ്തു.വോട്ട് ചെയ്യേണ്ടതിന്റെ പ്രധാന്യവും, ആവശ്യകതയും ഉൾപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർമാരായ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത്ത് വർഗീസിന്റേയും, ഡോ. വിമല കെ ജോണിന്റെയും നേതൃത്വത്തിൽ പൂർണ്ണമായും എൻ എസ് എസ് വളന്റിയേഴ്സിന്റെ പങ്കാളിത്തത്തിൽ സൃഷ്ടിച്ച ഷോർട്ട് ഫിലിം സമ്മതിദാനത്തെക്കുറിച്ച് കൂടുൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കാൻ സഹായിച്ചു.

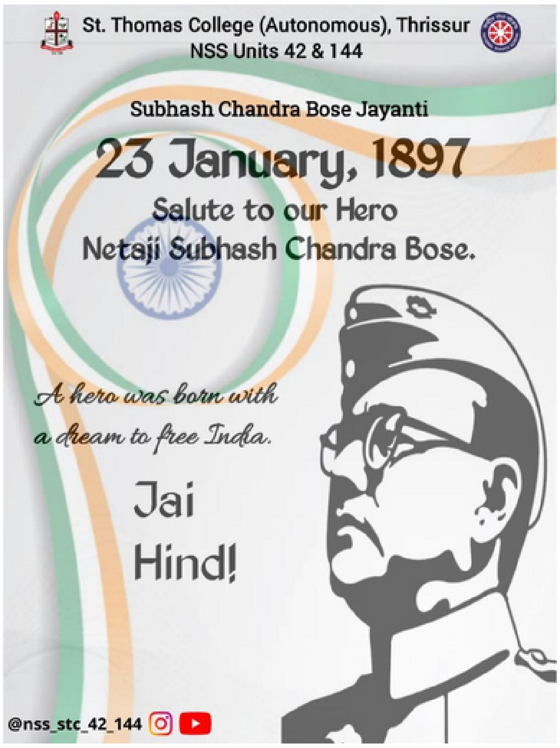


ദേശീയ ബാലിക ദിനം

ജനുവരി ഇരുപത്തിനാലാം തിയതി ദേശീയ ബാലിക ദിനം ആചരിച്ചു. ഇതിനോടനുബന്ധിച്ച് നടത്തിയ മലയാളം മുദ്രാവാക്യ രചന മത്സരത്തിൽ രണ്ടാം വർഷ ഫിസിക്സ് വിദ്യാർത്ഥിനി ആര്യ പ്രമോദ് വിജയിയായി. തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട മുദ്രാവാക്യമായ "പൊഴിയട്ടെ ചിരികൾ, ഉയരട്ടെ മൊഴികൾ, മറയട്ടെ മറകൾ,അടരട്ടെ ഭീതി, പതിയട്ടെ പതറാതെ, പുത്രിതൻ ജ്വാല " ഉൾപ്പെടുത്തികൊണ്ട് ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി പോസ്റ്റർ നിർമ്മിക്കുകയും ചെയ്തു.

സുഭാഷ് ചന്ദ്ര ബോസ് ജയന്തി

ജനുവരി ഇരുപത്തിമൂന്നാം തിയ്യതി നേതാജി സുഭാഷ് ചന്ദ്രബോസ് ജയന്തി ആഘോഷിച്ചു. ഇന്ത്യയ്ക്ക് സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി അഹോരാത്രം പ്രയത്നിച്ച അദ്ദേഹത്തിന്റെ നൂറ്റിഇരുപത്തിയഞ്ചാം ജന്മദിനമായിരുന്നു.ഈ ദിവസത്തിനോടനുബന്ധിച്ച് എൻ എസ് എസ് വളന്റിയേഴ്സ് പോസ്റ്റർ നിർമ്മിക്കുകയും സുഭാഷ് ചന്ദ്രബോസ് ജയന്തി ആചരിക്കുകയും ചെയ്തു.



ദേശീയ ടൂറിസം ദിനം

ജനുവരി ഇരുപത്തിയഞ്ചാം തിയ്യതി ദേശീയ ടൂറിസം ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് പോസ്റ്റർ നിർമ്മിക്കുകയും, ഓൺലൈനായി തൃശ്ശൂരിലെ വൈവിധ്യമാർന്ന വിവിധ സ്ഥലങ്ങളെ പരിചയപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തു. സ്നേഹതീരം, ചിമ്മിനി ഡാം, ശക്തൻ തമ്പുരാൻ പാലസ്, വിലങ്ങൻകുന്ന് ഹിൽസ്, സൂ & മ്യൂസിയം, വാഴാനി ഡാം, അതിരപ്പിള്ളി, തുമ്പൂർമുഴി, ചെപ്പാറ,കേരള കലാമണ്ഡലം തുടങ്ങിയ വിനോദ സഞ്ചാര കേന്ദ്രങ്ങളെക്കുറിച്ച് വിശദമായി,നേരിട്ട് അവിടം സന്ദർശിച്ചു എന്ന അതേ വികാരം വരും വിധം വളന്റിയർമാർ അവതരിപ്പിച്ചു. ഓരോ സ്ഥലത്തിന്റെ പ്രത്യേകതകളെക്കുറിച്ചും, അവിടുത്തെ കാഴ്ചകളെക്കുറിച്ചും വിവരിച്ചുകൊണ്ട് അതൊരു മനോഹരമായ വീഡിയോ ആക്കി മാറ്റി. വീട്ടിൽ ഇരുന്ന് കൊണ്ട് തന്നെ അവിടം കാണാനും ,ഭംഗി ആസ്വദിക്കാനും കഴിയുന്ന രീതിയിൽ ആയിരുന്നു വീഡിയോ. ഇത് ശരിക്കും വേറിട്ട നല്ലൊരു അനുഭവമായിരുന്നു.

സൂര്യ നമസ്കാരം

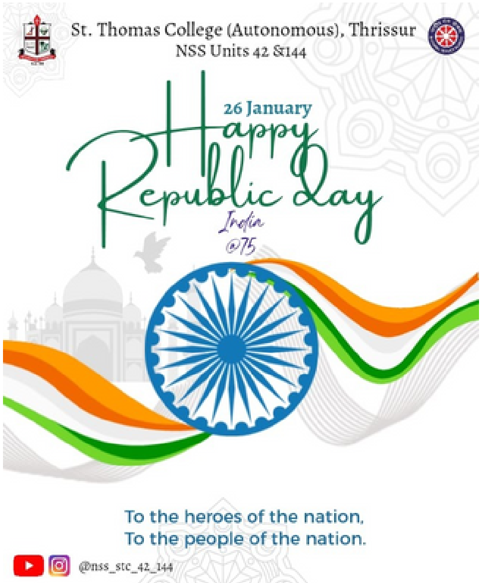
കേന്ദ്ര ആയുഷ് മന്ത്രാലയത്തിന്റെ പിന്തുണയോടെ നാഷണൽ യോഗാസന സ്പോർട്സ് ഫെഡറേഷൻ, മുപ്പത് സംസ്ഥാനങ്ങളിലെ മുപ്പത്തിനായിരം സ്ഥാപനങ്ങളെയും മൂന്നുലക്ഷം വിദ്യാർത്ഥികളെയും ഉൾപ്പെടുത്തികൊണ്ട് സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ എഴുപതിയഞ്ചാം വാർഷിക ആഘോഷത്തിന്റെ ഭാഗമായി **750** മില്യൺ സൂര്യ നമസ്കാർ പ്രൊജക്റ്റ് സംഘടിപ്പിച്ചു. ഇരുപതിയൊന്ന് ദിവസം നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന യോഗയാണിത് . ഏട്ടു മിനിറ്റാണ് ഒരു സൂര്യ നമസ്കാരം പൂർത്തിയാക്കുന്നതിനാവശ്യം. ഇപ്രകാരം പതിമൂന്ന് തവണയാണ് ഒരു ദിവസത്തിൽ സൂര്യ നമസ്കാരം ചെയ്യേണ്ടത്. അതിനായി സൂര്യ നമസ്കാർ എന്ന വെബ്സൈറ്റിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത്, ഓരോ ദിവസവും യോഗ കലണ്ടറിൽ അടയാളപ്പെടുത്തണം.ഇങ്ങനെ ഇരുപതിയൊന്ന് ദിവസവും ചെയ്താൽ അഭിനന്ദനാർത്ഥം ഒരു സർട്ടിഫിക്കറ്റ് ലഭിക്കും. ഈ യോഗയിൽ എൻ എസ് എസിലെ എല്ലാ വളന്റിയർമാരും വളരെ മികച്ചരീതിയിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു.

രക്തദാനം

ഒരു വ്യക്തിയുടെ ജീവൻ നിലനിർത്താൻ ഒരാൾക്ക് നൽകാൻ സാധിക്കുന്ന ഏറ്റവും വലിയ സമ്മാനമാണ് രക്തദാനം. പക്ഷേ പലർക്കും അതിനെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ധാരണകളില്ല. രക്തദാനത്തെക്കുറിച്ച് മറ്റുള്ളവരിൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുന്നതിനു വേണ്ടി എൻ എസ് എസ് വളന്റിയേഴ്സ് വീഡിയോ നിർമ്മിച്ചു. ആർക്കെല്ലാമാണ് രക്തം ദാനം ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്നതെന്ന് വളരെ വ്യക്തമായിത്തന്നെ ഈ വീഡിയോയിൽ പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. സ്ത്രീകൾക്കും പുരുഷന്മാർക്കും എപ്പോഴെല്ലാമാണ് രക്തദാനം ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നതെന്നതിനെക്കുറിച്ചും,രക്തം ദാനം ചെയ്യുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട വസ്തുതകളെക്കുറിച്ചും എല്ലാവരെയും ബോധവൽകരിക്കാനുതകുന്ന വീഡിയോയാണിത്. രക്തദാനത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം എല്ലാവരിലേക്കും എത്തിക്കാൻ ഇതിലൂടെ സാധിക്കുന്നു.

റിപബ്ലിക് ദിനാഘോഷം

ഭാരതത്തിന്റെ എഴുപത്തിമൂന്നാം റിപബ്ലിക് ദിനം ജനുവരി ഇരുപത്തിയാറാം തിയ്യതി ആഘോഷിച്ചു. കോവിഡ് മാനദണ്ഡങ്ങൾ പാലിച്ചുകൊണ്ട് കോളേജിൽ നടത്തിയ പരിപാടിയിൽ ബഹു: പ്രിൻസിപ്പാൾ റവ.ഡോ. മാർട്ടിൻ കെ. എ. ദേശീയ പതാക ഉയർത്തി. പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർമാരായ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത്ത് വർഗീസ്, ഡോ.വിമല കേ. ജോൺ ഏതാനും വളന്റിയേഴ്സ് എന്നിവർ കോളേജിലെത്തി പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തു. മറ്റു വളന്റിയേർസ് അവരവരുടെ വീടുകൾക്ക് സമീപമുള്ള പതാക ഉയർത്തൽ പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുക്കുകയും ചെയ്തു. തുടർന്ന് വെർച്ച്വൽ ആയി നടത്തിയ കലാപരിപാടികളിൽ വിവിധ വളന്റിയേഴ്സ് പ്രസംഗം,പാട്ട്,നൃത്തം എന്നീ കലാസൃഷ്ടികൾ അവതരിപ്പിച്ചു. ദിനത്തിന്റെ പോസ്റ്റർ നിർമ്മിക്കുകയും കലാപരിപാടികളുടെ വീഡിയോ പുറത്തിറക്കുകയും ചെയ്തു.



ഒയാസിസ് ലീഡർഷിപ്പ് പ്രോഗ്രാം

ഓരോ ജില്ലയിൽ നിന്നുമുള്ള മികച്ച അഞ്ച് നേതാക്കളെ കണ്ടെത്തുന്നതിനായി ഒയാസിസ് സംഘടന കേരളത്തിലെ വിവിധ ജില്ലകളിൽ സംഘടിപ്പിക്കുന്ന ഒയാസിസ് കേരള യൂത്ത് ലീഡർഷിപ്പ് ഡെവലപ്മെന്റ് പ്രോഗ്രാമിന്റെ ഭാഗമായി നിങ്ങളിലെ നേതാവിനെ കണ്ടെത്തുക എന്ന ലക്ഷ്യം മുൻനിർത്തി ജനുവരി ഇരുപത്തിയാറാം തിയ്യതി വളന്റിയേഴ്സിനായി ഓറിയന്റേഷൻ ക്ലാസ്സ് നടത്തി. ഈ പരിപാടിയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അറിയാൻ ക്ലാസ്സ് സഹായകമായിരുന്നു. ഒരു മണിക്കൂർ കൊണ്ട് വളരെ വിശദമായി അവരുടെ പ്രതിനിധികളായ സീജൽ ലീഷയും മാളവികയും സംസാരിച്ചു. എൻ.എസ്.എസ്. പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ മാരായ പ്രൊഫ. രഞ്ജിത് വർഗ്ഗീസും ഡോ. വിമല കെ. ജോണും പങ്കെടുത്തു. സംവേദനാത്മകമായ സെഷൻ ആയിരുന്നു അത്.

ചോദ്യം ഉത്തരം

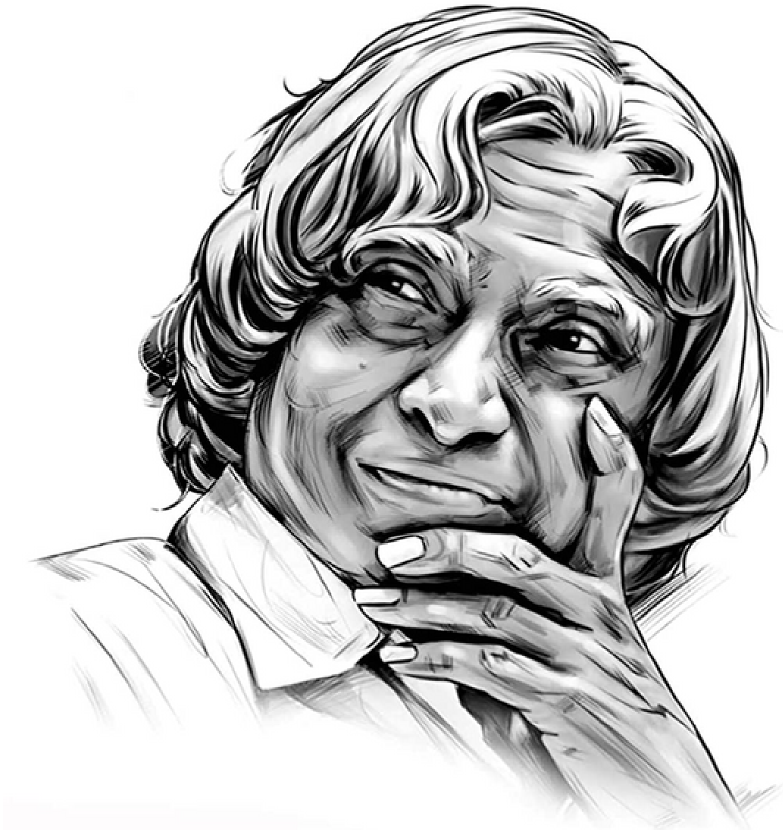
എന്താണ് ഇന്റർ സ്റ്റേറ്റ് യൂത്ത് എക്സ്ചേഞ്ച് പ്രോഗ്രാം?

ഇന്റർ സ്റ്റേറ്റ് യൂത്ത് എക്സ്ചേഞ്ച് പ്രോഗ്രാം എന്നത് മന്ത്രാലയം സ്പോൺസർ ചെയ്യുന്ന ഒരു എൻ എസ് എസ് പരിപാടിയാണ്.എൻ എസ് എസ് വളന്റിയേർസ് സ്വന്തം സംസ്ഥാനം വിട്ട് മറ്റൊരു സംസ്ഥാനത്തിന്റെ ആചാരങ്ങളും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും അറിയുവാൻ നടത്തുന്ന സന്ദർശനമാണ് ഈ പ്രോഗ്രാമിലൂടെ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്

അക്ഷരാഗ്നി

- ഫാത്തിമ ലിന

വിഷാദം മായാത്ത ഓർമ്മത്താളുകളിൽ ചിന്തകളുടെ നിറം എന്നും കറുപ്പായിരുന്നു. കണ്ണീരുറങ്ങാത്ത മിഴിക്കോണുകളിലെന്നും വേദനയുടെ നരവീണ ചിത്രങ്ങളും കാലത്തിൻ നിറഭേദങ്ങൾ ചിതലുവീണ സ്വപ്നങ്ങളുടെ അഗാധമായ നേർകാഴ്ചകളായിരുന്നു.



ചിന്താവിഷയം:

"പ്രശ്നങ്ങൾ എല്ലാം സാധാരണമാണ്, പക്ഷേ
അതിനോടുള്ള നമ്മുടെ മനോഭാവമാണ്
പരിഹാരങ്ങളിൽ വ്യത്യാസമുണ്ടാക്കുന്നത്!"

- ഡോ. എ.പി.ജെ അബ്ദുൾ കലാം -

@nss_stc_42_144