

## Events by Red Ribbon Club & Unnat Bharat Abhiyan on World Aids Day,2024

**Three Day Self Defense Camp for Women:Day -1 (26<sup>th</sup> November 2024): Inauguration and Awareness Initiatives**

**SESSION 1 (Inauguration and putting pin of Red Ribbon and Selfie Point of TB Mukta Bharat Abhiyan)**

Red Ribbon Club & Unnat Bharat Abhiyan of Central University of Himachal Pradesh conducted a 3-day self-defense camp for women in collaboration with Sewa Bharti, Ekai Dehra and Dehra Police Station. The first session featured a **Selfie Point for TB Mukta Bharat**, an initiative by Prime Minister Narendra Modi.

Participants from different departments and students attending the self-defense camp eagerly took photos there, showing their

support and excitement for this program.

After this, the registration began. The trainees also made & Pin up red ribbons for the participants, university

students, and staff to raise awareness about World AIDS Day. The programme was start with pujaan of Maa Sawarsti j









## SESSION 2 (Self Defense training for women under Red Ribbon Club and Signature Campaign)

The next session marked the inauguration of the 3-day self-defense program for women, held from 26-11-2024 to 28-11-2024. The program was organized in collaboration with the Red Ribbon Club and Dehra Police Station under the Unnat Bharat Abhiyaan. The Head of the Social Work Department, Dr. Shashi Punam, the Dean of Visual Arts, Prof. Nirupama Singh, Dr. Shevta Sharma, and police constables Puja Rani and Athul Sharma inaugurated the program by lighting the lamp. The inauguration was led by Dr. Shashi Punam, Nodal Officer Unnat Bharat Abhiyan & Red Ribbon Club, who delivered a lecture on the importance of self-defense for women, Nutrition and awareness on HIV/ AIDS. Athul Sharma, a police constable, then conducted a session highlighting sensitive points to target in self-defense. The training began with basic techniques such as proper stances and punches, making it an interactive and engaging experience.



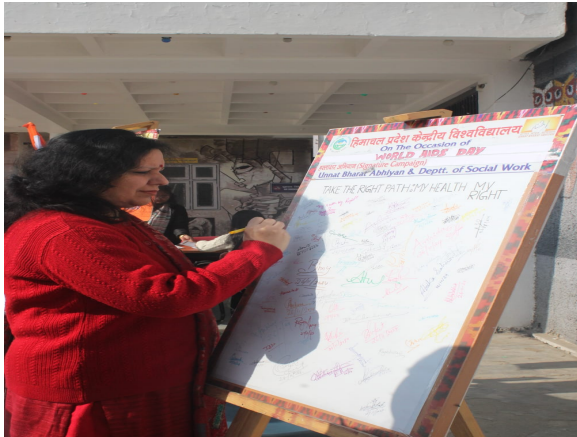






### SESSION 3 (Awareness about HIV/AIDS”& Signature campaign on World AIDS Day)

During the break time of the self-defense camp, a signature campaign was organized to spread awareness about World AIDS Day. Participants, including students, faculty, and others attending the event, actively joined in, showing their support for the cause. The campaign highlighted the importance of understanding and preventing HIV/AIDS, encouraging everyone to pledge their commitment to creating a more informed and compassionate society





## SESSION 4 (Lecture and Slogan speaking of “TB Harega Desh Jeetega)

The next session, led by the Visual Arts Department, focused on Constitution Day. All university students gathered in the hall to take the Constitution Day pledge. Following this, the Social Work Department invited a trainee to lead the TB slogan, "TB Harega, Desh Jeetega."



### Day -2 (27<sup>th</sup> November 2024): Skill-Building and Creative Engagement

**Session-1** The program began in the morning with the registration of participants, after which each participant was pinned with a red ribbon to raise awareness about World AIDS Day. Following this, everyone proceeded to the hall, where a warm-up session was conducted by the students themselves to energize the participants. This was followed by Saraswati Vandana, setting a positive and inspiring tone for the day.

Next, a self-defense training session was conducted by Dehra Police Constables Atul Sharma and Puja Rani. The event was organized by the Central University of Himachal Pradesh in collaboration with Dehra Police Station and the Red Ribbon Club under the Unnat Bharat Abhiyan. The session provided women with practical self-defence training through interactive activities, enhancing their skills and confidence.

### Session 2: (Awareness on HIV/AIDS & Drug Addiction)

Adding a creative touch to the program, a faculty member from the Department of Visual Arts performed a song that inspired participants to stay stress-free and motivated during their self-defense journey. The program successfully combined awareness, empowerment, and creativity to make the day impactful for all attendees.

### Session 3: (Human Chain)

After the session, students and teachers came together to form a powerful human chain in the shape of a ribbon, symbolizing unity and raising awareness for TB Mukta Bharat, NashaMukta Bharat, and World AIDS Day. Their collective effort stood as a strong message of hope and action for a healthier, addiction-free, and AIDS-free society.











### Day 3: Closing Ceremony and Empowerment

The final day featured a blend of empowerment-focused activities and cultural performances. Dr. Shashi Punam inaugurated the session with a talk on the importance of self-defense training in enhancing women's confidence and safety. This was followed by Prof. Sanjeet Singh Thakur (Dean of Social Sciences), who shared inspiring stories of women leaders to highlight the broader goals of women's empowerment.

A student from the Social Work Department delivered a self-composed poem celebrating women's resilience, while Constable Athul Sharma demonstrated the techniques learned over the past three days. His talk on women's safety included practical advice and the dissemination of the women's helpline number.

Adding a musical touch, Mrs. Shailza Sandhu, a PhD scholar from the Department of Social Work, performed a song dedicated to women's empowerment. Certificates were distributed to participants, recognizing their successful completion of the program. The event concluded with an inspiring speech by Prof. Nirupama Singh, who encouraged women to embrace confidence and independence. Dr. Shveta Sharma delivered the vote of thanks, acknowledging the contributions of all participants and collaborators.

This three-day self-defense camp exemplified the Central University of Himachal Pradesh's commitment to fostering a secure and empowering environment for women. By combining skill-building, awareness campaigns, and creative engagements, the program instilled confidence and equipped participants with essential tools for personal safety and social responsibility.









## **Day 4 (30<sup>th</sup> November 2024)**

### **Session 1: Eye Camp**

The Department of Social Work, Central University of Himachal Pradesh (CUHP), in collaboration with the Red Ribbon Club, SevaBharati, and SM Hospital Kangra, under the Unnat Bharat Abhiyan initiative, organized a Free Eye Check-Up Camp at SabkaSindhuParishad, CUHP Campus 1. The program began with an inaugural session, where the chief guest, DrRanveer Singh Jaswal, a child specialist, addressed the importance and advanced health facilities In S M hospital. Mukta Singh and her team also highlighted the need for greater awareness and care regarding eye health.

Following the inauguration, participants registered for the eye check-up, which included a variety of examinations conducted by a team including refraction and screening for various eye diseases. Free medicines and spectacles were distributed to patients as part of the service. Alongside the medical camp, several awareness activities were conducted.

### **Session 2: (Rangoli making to create awareness on TB Mukta Bharat Abhiyan& HIV/AIDS Day)**

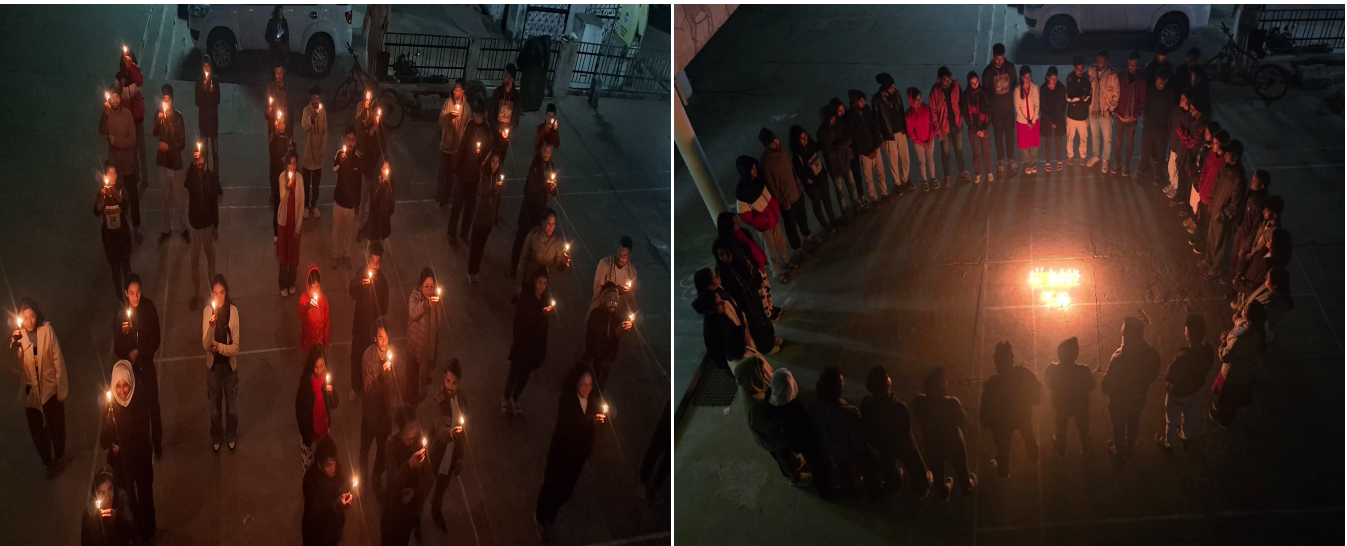
Students created a Rangoli emphasizing tuberculosis (TB) awareness, set up a Selfie Point with TB-related messages, and organized a signature campaign to mark TB awareness and World AIDS Day.

### **Session 3: NukkadNatak**

A Nukkad Natak performed by the students effectively illustrated the link between TB and malnutrition, engaging the community in an informative and creative way. Additionally, a faculty member from the Political Science department provided insights on TB, focusing on its connection to malnutrition, while Prof. Sanjeet Singh Thakur delivered a session on HIV/AIDS, raising awareness about prevention and management strategies.

The event served as both a medical and educational initiative, combining free eye care services with community-driven health awareness efforts. It successfully brought together students, faculty, and medical professionals to address pressing health concerns and promote healthier practices within the community.

हिमाचल प्रदेश केंद्रीय विश्वविद्यालय के देहरा कैंपस II में उन्नत भारत अभियान के तहत रेड रिबन क्लब और समाज कार्य विभाग के सहयोग से 29 नवम्बर से चलाये जा रहे कार्यक्रम के अंतिम दिन "टी बी मुक्त भारत अभियान" के अंतर्गत टीवी मुक्त हिमाचल हिमाचल बनाने के लिए 1 दिसम्बर को हस्ताक्षर अभियान और कैंडल मार्च द्वारा आम जनता को टीवी के बारे में जागरूक किया गया, इस अभियान का समापन कैंडल मार्च द्वारा किया गया दिनांक 1/12/24 को कार्यक्रम की शुरुआत समाज विज्ञान संकाय के डीन प्रोफेसर संजीत सिंह ठाकुर कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए, तत्पश्चात समाज कार्य विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. शशि पूनम ने सबका स्वागत और अभिनंदन किया और अपने विचार प्रकट करते हुए HIV/AIDS day और इस वर्ष की थीम के बारे में आपने विचार साझा किए और बताया कि इस वर्ष अभियान नारा है – अधिकारों के मार्ग पर चलें । यह थीम एचआईवी/एड्स महामारी से प्रभावी ढंग से निपटने के लिए मानव अधिकारों को बनाए रखने के महत्व पर जोर देती है। यह लोगों के अधिकारों का उल्लंघन करने वाले कानूनी और सामाजिक अवरोधों को हटाने की वकालत करता है, जैसे भेदभावपूर्ण कानून और अपराधीकरण जो एचआईवी से पीड़ित लोगों के लिए स्वास्थ्य सेवा और सामाजिक समर्थन तक पहुँच में बाधा डालते हैं। यह अभियान संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार घोषणा के सिद्धांतों के अनुरूप है, जिसमें जोर दिया गया है कि एड्स को समाप्त करने और वैश्विक स्तर पर स्थायी स्वास्थ्य परिणाम सुनिश्चित करने के लिए सभी के अधिकारों की रक्षा करना महत्वपूर्ण है। इसी के साथ साथ उन्नत भारत अभियान के तहत अंगीकृत आम जनता को क्षय रोग के बारे में जागरूक करने के लिए शपथ दिलाया गया इस कार्यक्रम में समाज कार्य विभाग के संकाय सदस्य डॉ. जयकान्त सिंह, शोधार्थी रविंद्रा नेगी, सुरेश कुमार, युक्ता तोमर, अंकित कुमार तथा समाज कार्य के सभी विद्यार्थियों ने सहयोग कर उपस्थित रहे ।





**\*केंद्रीय विश्वविद्यालय हिमाचल प्रदेश द्वारा क्षय रोग (टी.बी.) से निपटने के प्रयासों की सराहना और सम्मान\***

धर्मशाला में मुख्य जिला चिकित्सा अधिकारी, जिला कांगड़ा द्वारा आयोजित रेड रिबन क्लब की बैठक में केंद्रीय विश्वविद्यालय हिमाचल प्रदेश के रेड रिबन क्लब द्वारा टी.बी. से निपटने के लिए किए गए प्रयासों की सराहना की। रेड रिबन क्लब की नॉडल अधिकारी डॉ. शशि पूनम ने बताया कि केन्द्रीय विश्वविद्यालय हिमाचल प्रदेश का रेड रिबन क्लब टी.बी. की रोकथाम और जागरूकता फैलाने के लिए लगातार विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन करता रहता है। इन कार्यक्रमों का उद्देश्य विद्यार्थियों और स्थानीय लोगों के बीच स्वास्थ्य शिक्षा को बढ़ावा देना तथा टी.बी. ग्रसित रोगियों के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण प्रोत्साहित करना है।

इस उत्कृष्ट प्रयास के लिए, केन्द्रीय विश्वविद्यालय हिमाचल प्रदेश रेड रिबन क्लब को "टी.बी. समाप्त करने में नवाचार की अद्वितीय पहल" के लिए पुरस्कार से नवाजा गया। यह पुरस्कार केन्द्रीय विश्वविद्यालय हिमाचल प्रदेश के समाज कार्य विभाग की शोधार्थी बबीता शर्मा ने जिला कांगड़ा के मुख्य चिकित्सा अधिकारी से प्राप्त किया। जिला कांगड़ा के मुख्य चिकित्सा अधिकारी ने हिमाचल प्रदेश केंद्रीय विश्वविद्यालय के रेड रिबन क्लब की इस महत्वपूर्ण पहल को प्रभावी और प्रेरणादायक बताया। इस के अलावा बैठक में उपस्थित अन्य रेड रिबन क्लबों के सदस्यों ने भी इस पहल को सराहते हुए इसे अन्य संस्थानों के लिए अनुकरणीय मॉडल बताया।



**Awareness Programs: Seminars, workshops, poster and slogan competitions, and street plays highlighting issues like HIV/AIDS, sexually transmitted diseases, drug abuse, tobacco, and alcohol.**

- Health Check-Up Camps: Screenings for HIV/AIDS, blood pressure, and sugar levels.
- Promoting Healthy Lifestyles: Yoga, meditation, fitness activities, and workshops on nutrition and healthy eating habits.

Community Services: Awareness programs in schools and blood donation camps.

A special program organized by the Red Ribbon Club at the university's Dhauladhar Campus-1 gave a new boost to the 'TB-Free India' campaign. The event featured Dr. Rajesh Kumar Sood, District TB Officer of Kangra, as the chief guest, and Dr. Lalit Mohan, Assistant Professor at the university, as the program chairperson. The program aimed to raise awareness about tuberculosis (TB) among students, teachers, and the local community, inspiring collective efforts to eradicate the disease. Dr. Sood provided detailed insights into TB and emphasized that it is treatable with timely medical intervention. He urged people to recognize its symptoms early and seek treatment promptly. Dr. Lalit Mohan encouraged active participation from students and faculty in the campaign, emphasizing the university's responsibility to contribute to societal health. The event witnessed significant participation from university researchers and students. This initiative by Himachal Pradesh Central University marks a significant step toward achieving a TB-free India. With the collective efforts of students, faculty, and the local community, the campaign has the potential to make a meaningful impact.





आज हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय के रेड रिबन क्लब व समाज कार्य ने सेवा भारती देहरा इकाई के साथ मिल कर पहल प्रकल्प world aids day के उपलक्ष्य पर बच्चों को देश में फैली हुई कुरुतियों के बारे में नशा मुक्त भारत अभियान और तंबाकू वह टीवी जैसी गंभीर बीमारियों के बारे में बताया गया। बच्चों के द्वारा बहुत ही सुंदर प्रस्तुतियां जिसमें गीत, रामधुन, ओम उच्चारण इत्यादि सुनाए गए। इसके साथ साथ सेवा भारती और हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय के समाज कार्य विभाग के शोधार्थी सुरेश और छात्रों द्वारा बच्चों को टी बी मुक्त भारत के बारे में जानकारी दी गई व उन्हें अपने घर और आस पास की साफ सफाई, स्वच्छता के बारे में भी अवगत करवाया गया। इसी के साथ साथ सेवा भारती देहरा इकाई के अध्यक्ष श्री सुरिंदर सूद जी के द्वारा बच्चों को जलेबी वितरण भी किया गया और टीवी हारेगा-देश जीतेगा के नारे भी बच्चों द्वारा लगाए गए।





जोनल अस्पताल धर्मशाला में जिला चिकित्सा अधिकारी डॉ. राजेश गुलेरी की अध्यक्षता में 'विश्व एड्स दिवस 2024 के लिए अभियान योजना' की बैठक आयोजित की गई। जिसमें जिला काँगड़ा के विभिन्न विभागों से अधिकारी-कर्मचारी उपस्थित रहे। इस योजना बैठक के मुख्य अतिथि जिला काँगड़ा के अतिरिक्त उपायुक्त श्री विनय कुमार रहे। विवेच्य योजना बैठक में जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. आर. के. सूद ने 'विश्व एड्स दिवस 2024 के लिए अभियान योजना' के लिए आगामी कार्यक्रम की रूपरेखा रखी। इस सुअवसर पर हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय के 'रेड रिबन क्लब' को उनके उत्कृष्ट कार्य हेतु सम्मानित किया गया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति प्रो. सत प्रकाश बंसल जी, कुलसचिव प्रो. सुमन शर्मा जी, अधिष्ठाता अकादमिक प्रो. प्रदीप कुमार जी ने रेड रिबन क्लब के नोडल अधिकारी डॉ. शशि पूनम एवं विभिन्न परिसरों के समन्वयक डॉ. भरत सिंह, डॉ. अमरीक सिंह ठाकुर तथा श्री मुरली एन को उनकी इस विशिष्ट उपलब्धि के लिए शुभकामनाएं प्रेषित की।





विश्व एड्स दिवस पर केंद्रीय विश्वविद्यालय, हिमाचल प्रदेश के देवी पीताम्बर कन्या छात्रावास में खुली चर्चा का आयोजन किया गया

देहरा , 1 दिसंबर 2024: केंद्रीय विश्वविद्यालय, हिमाचल प्रदेश के सामाज कार्य विभाग की छात्राओं( अर्शा,अभिलाषा,प्रियंका ,अभिरामी) द्वारा विश्व एड्स दिवस के अवसर पर एड्स जागरूकता और रोकथाम पर एक खुली चर्चा का आयोजन किया।देवी पीतांबरा कन्या छात्रावास में आयोजित इस कार्यक्रम का आयोजन समाज कार्य विभाग की छात्राओं ने विभागाध्यक्ष डॉ. शशि पुनम की देखरेख में किया।खुली चर्चा का उद्देश्य छात्राओं को एड्स के बारे में जागरूक करना और इसके कारणों, लक्षणों और रोकथाम के तरीकों के बारे में जानकारी प्रदान करना था। चर्चा में एड्स से पीड़ित लोगों के प्रति भेदभाव ओर अपमान को भी कम करने पर ज़ोर दिया गया।खुली चर्चा के बाद एड्स जागरूकता पर एक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।





















# हिमाचल प्रदेश केंद्रीय विश्वविद्यालय

उन्नत भारत अभियान, रेड रिबन क्लब,  
सेवा भारती एवं एस. एम. आई हॉस्पिटल  
के संयुक्त तत्वाधान में

## निःशुल्क नेत्र जांच शिविर



स्थान - सप्त-सिंधु परिसर, देहरा ।      दिनांक - 30.11.2024 | समय - सुबह 10:00 - शाम 04:30

सम्पर्क करें: **Dr. Shashi Punam** (94186-36222)  
Yukta Tomar & Babita Sharma (RD Scholar - Social Work)

विद्यार्थी समन्वयक:  
Ishani, Shruti Kashyap, Monika  
Sarfas: 95625 53215, Yahkoob: 94470 69353,  
Ajit, Abhiram, Mohmmad Nabeel, Karan Rana



**Dr Shashi Punam**  
Nodal Officer- Unnat Bharat Abhiyan & Red Ribbon Club  
Central University of Himachal Pradesh