Munger University मुंगेर विश्वविद्यालय

Office of the Principal
K.K.M. COLLEGE, JAMUI (BIHAR)

(A Constituent Unit of Munger University, Munger)

Ref. No: NSS/2026/18 Date: 14.10.26

Notice for the NSS Volunteers

Subject: Participation in "Yoga evam Aatm-Suraksha Diwas" under Nasha Mukt Yuva for Viksit Bharat – 100 Week Sankalp Abhiyan

It is hereby notified to all the students and NSS volunteers of KKM College, Jamui, that the NSS Unit of KKM College, Jamui is organizing a programme on "Yoga evam Aatm-Suraksha Diwas" (Yoga and Self-Defence Day) under the nationwide "Nasha Mukt Yuva for Viksit Bharat – 100 Week Sankalp Abhiyan", an initiative of the Ministry of Youth Affairs & Sports, Government of India. The programme aims to promote physical fitness, mental well-being, self-discipline, personal safety and awareness about the harmful effects of substance abuse among young people, encouraging them to contribute towards building a healthy, addiction-free and developed India.

Programme Details:

- Date: Thursday, 15 October 2026
- Time: 11:30 am
- Venue: KKM College, Jamui
- Organized by: NSS Unit, KKM College, Jamui
- Theme: Fit Youth, Addiction-Free Youth (Shakti evam Seva)

Major Activities:

1. Mass Yoga Session: Yoga, pranayama and meditation to promote physical and mental well-being.
2. Self-Defence Demonstration: Basic self-defence awareness and techniques to enhance personal safety and confidence, particularly among female students.
3. Awareness Programme on Drug Abuse: Expert interaction highlighting the harmful effects of substance abuse and the importance of a drug-free lifestyle.
4. Nasha Mukt Sankalp: Collective pledge towards creating a drug-free society.

All students, particularly NSS volunteers, are requested to participate enthusiastically in the programme and contribute towards the success of this important national campaign. Students are advised to wear comfortable clothing suitable for yoga and physical activities and report to the programme venue on time.

S Mondal, 14.10.26

NSS Programme Officer,
KKM College, Jamui

Programme Officer
N.S.S
K.K.M College, Jamui

14/10/2026

Principal
KKM College, Jamui

Principal
K.K.M. College, Jamui

Munger University मुंगेर विश्वविद्यालय

Office of the Principal
K.K.M. COLLEGE, JAMUI (BIHAR)
(A Constituent Unit of Munger University, Munger)

Ref. No:..NSS/2026/18 Date:....14.10.26...

एनएसएस स्वयंसेवकों हेतु सूचना सूचना

विषय: "नशा मुक्त युवा फॉर विकसित भारत - 100 सप्ताह संकल्प अभियान" के अंतर्गत "योग एवं आत्म-सुरक्षा दिवस" कार्यक्रम में सहभागिता के संबंध में।

के.के.एम. कॉलेज, जमुई के सभी विद्यार्थियों एवं राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) के स्वयंसेवकों को सूचित किया जाता है कि महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) इकाई द्वारा भारत सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय की पहल "नशा मुक्त युवा फॉर विकसित भारत - 100 सप्ताह संकल्प अभियान" के अंतर्गत "योग एवं आत्म-सुरक्षा दिवस" कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है।

इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य युवाओं में शारीरिक स्वस्थता, मानसिक स्वास्थ्य, आत्म-अनुशासन, व्यक्तिगत सुरक्षा तथा नशीले पदार्थों के सेवन से होने वाले दुष्प्रभावों के प्रति जागरूकता विकसित करना है। साथ ही, युवाओं को स्वस्थ, नशामुक्त एवं विकसित भारत के निर्माण में सक्रिय योगदान देने के लिए प्रेरित करना है।

कार्यक्रम का विवरण:

- दिनांक: गुरुवार, 15 अक्टूबर 2026
- समय: पूर्वाह्न 11:30 बजे
- स्थान: के.के.एम. कॉलेज, जमुई
- आयोजक: राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) इकाई, के.के.एम. कॉलेज, जमुई
- विषय-वस्तु: स्वस्थ युवा, नशामुक्त युवा (शक्ति एवं सेवा)

कार्यक्रम की प्रमुख गतिविधियाँ:

1. सामूहिक योगाभ्यास: शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने के उद्देश्य से योग, प्राणायाम एवं ध्यान का सामूहिक अभ्यास।

2. आत्मरक्षा का प्रदर्शन: व्यक्तिगत सुरक्षा एवं आत्मविश्वास को बढ़ावा देने के लिए, विशेष रूप से छात्राओं हेतु, आत्मरक्षा की बुनियादी तकनीकों का प्रदर्शन एवं जागरूकता कार्यक्रम।

3. नशीले पदार्थों के दुष्प्रभावों पर जागरूकता कार्यक्रम: विशेषज्ञों के साथ संवाद के माध्यम से नशीले पदार्थों के सेवन से होने वाले दुष्प्रभावों तथा नशामुक्त जीवनशैली के महत्त्व के प्रति जागरूकता उत्पन्न करना।

4. नशामुक्ति संकल्प: नशामुक्त समाज के निर्माण हेतु सभी प्रतिभागियों द्वारा सामूहिक संकल्प लेना।

महाविद्यालय के सभी विद्यार्थियों, विशेष रूप से राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) के स्वयंसेवकों, से अनुरोध किया जाता है कि वे इस कार्यक्रम में उत्साहपूर्वक भाग लें तथा इस महत्त्वपूर्ण राष्ट्रीय अभियान को सफल बनाने में अपना सक्रिय योगदान दें।

सभी प्रतिभागियों को सलाह दी जाती है कि वे योग एवं अन्य शारीरिक गतिविधियों के लिए उपयुक्त तथा आरामदायक वस्त्र पहनकर आएँ एवं निर्धारित समय पर कार्यक्रम स्थल पर अपनी उपस्थिति सुनिश्चित करें।

S Mondal, 14.10.26

NSS Programme Officer,
KKM College, Jamui

Programme Officer
N.S.S
K.K.M College, Jamui

14/10/2026

Principal
KKM College, Jamui

Principal
K.K.M. College, Jamui