

**Avinashilingam Institute for Home Science and Higher Education
For Women,
Coimbatore-43
Department of Tamil
NSS UNIT-14 - 2015-2020**

S.No	Date	Name of the Activity	Details of the Activity	No. of Beneficiaries
2015-2016				
1.	26.09.2015	Village visit, socio-economic survey, voter awareness, cleaning activity	Survey to collect details in the adopted village, voter awareness Given by NSS Volunteers. Cleaning campaign also done with the help of Village officials	100 (NSS Volunteers and vellakinar Village People)
2.	22.1.2016	Personality Development programme	Lecturer Dr.UshaElango Benefits of Personality Development and How to develop your personality?	150 N.S.S volunteers
3.	27.01.2016	Awareness Rally on CleanIndia and Green India	Awareness on Clean India and Green India was conducted through Rally holding placards, carrying purposive messages and shouting hues on Clean India and Green India	100 (NSS Volunteers)
4.	21.2.2016	Poliodrops	Volunteers assisted in the Polio Drop Medical Camp conducted Veerakeralam village.	200 village people
5.	21.2.2016	Disabled children survey	A Disabled children survey was conducted in the adopted village - Vellakinar.	150 N.S.S volunteers
6.	07.03.2016	Women empowerment	Special addresses on Dr.B.Lakshmishanthi- Save the Girl child Dr.Revathi Ravisankar- Reproductive health Dr.Akila Ayyavoo-obesity and its implications. @2.00 pm to 4.00pm	150 (NSS Volunteers)

7.	28.3.2016	Terrace gardening	Lecturer Dr.Lavanya. guided on the topic “How to make terrace vegetable garden, create raised beds on terrace, integrate vegetable patch on the terrace, terrace garden in planter boxes”.	150 N.S.S volunteers
8.	28.03.2016	Disaster management	Lecturer Dr.Chandrakrishnan, Asst.Prof .Govt Arts College Educated about the Science Of The Disasters That Commonly Occur, Being The Cyclone, Earthquake, Tsunami, Floods And Their Scientific Nature	150- N.S.S volunteers
2016-2017				
9.	21.6.2016	International yoga day celebration.	Dr.M.SylviaSubapriya, NSS Program Coordinator welcomed the gathering and introduced the Chief Guest, Dr.N.A.Perumal, Director - General, Vision for Wisdom, Aaliyar. The students of the University comprising of NSS volunteers, NCC cadets and sports students demonstrated various Asanas and it was coordinated by Mrs.Lakshmi, The University Yoga trainer.	
10.	26.07.2016	Kalam library contest Motivational Drawing competition on Dr.Kalam Birthday	It is a project - Dr.Kalam’s library. This project initiated as a tribute to Dr.A.P.J. Abdul Kalam. The initiative aims at setting up new libraries and revamping the existing libraries into a better place. Dr.Vijaya Karthikeyan, Corporation Commissioner inaugurated the project	65 (NSS Volunteers)

11.	10.08.2016	Road safety awareness programme	Dr. (Mrs.) M. Sylvia Subapriya, NSS Programme Coordinator has given Presidential address, in her speech she mentioned about how to prevent road accidents. The Special address was given by Mr.Sadhasivam, Inspector of Police (Traffic), Coimbatore-West. He talked about the importance of helmet and traffic Rules.	515 (All I UG NSS Volunteers)
2017-2018				
12.	11.08.2016	Seminar on reproductive health and importance of breast feeding	In connection with the Breast feeding week celebration, NSS Unit 13 organised a seminar on “Reproductive Health and Breast Feeding” at Thiruchitrambalam Auditorium of Avinashilingam Institute for Home Science and Higher Education for Women. Guest address was given by Dr.A.Janani. oriented regarding: Menstrual Irregularities, Menstrual Hygiene, Pre-Conceptional Period, Lactation & Contraception, Menopause. which are important aspects for every women.	150 (NSS Volunteers)
13.	14.08.2016	Rally Azadi 70 (candle light march)	As per the Directives of the Minister, Human Resource Development AZADI –70 was celebrated in the Avinashilingam University for Women.	788 (NSS Volunteers)
14.	19.08.2016	Corruption	ASP.Mr.Mutharasu Grant corruption, Systemic corruption in different sectors are addressed towards anticorruption movement	56 (Village people)

15.	23.08.2016	Azadi 70	As per the Directives of the Minister, Human Resource Development AZADI -70 was celebrated in the Avinashilingam University for Women.	788 (NSS Volunteers)
16.	09.09.2016	Anti-ragging Rally	Started Our Rally At 2:00 PM around the Campus. We Created Awareness By Using Placards Having Various Anti- Ragging Awareness Quotes And By Uttering Slogans.	800 (NSS Volunteers)
17.	29.09.2016	Nss day celebration	NSS day celebration special address on Dr.S.Rajasekaran, Tamil Nadu State NSS cell Directorate of collegiate education Chennai.	800 (NSS Volunteers)
18.	02.10.2016	Gandhi Jayanthi Celebration	The importance of having a clean environment is emphasized and oriented others in the society to have clean surroundings in their area. Made to take oath to spend 2hours every week towards the Swatch Bharath Mission	100 (NSS Volunteers)
19.	17.12.2016	Survey and Awareness Rally on Digital India	To create awareness on creating bank account and about Digital India NSS volunteers conducted a rally to create awareness programme on digital banking using ATM card, Rupay card, plastic money holding.	700 N.S.S volunteers
20.	17.01.2017	Tree Plantation at vellakinar	Tree plantation was done in the public areas of Vellakinar and Government middle school	100 (NSS Volunteers)
2017-2018				
21.	25.07.2017	Swatch Bharath	Cleanliness campaign to sensitize the villagers women and 45 children of Bommanpalayam in the cleaning activity	169 Residents of Bommanpalayam

22.	10-08-2017	Cleanliness and Personal Hygiene	Awareness on Personal hygiene and environmental cleanliness was created by the NSS volunteers	Inmates of the Institutions and public
23.	18.09.2017	Protection of Monuments	Dr.Sathishkumar, Department of Tamil, Kongunadu college of arts and science enlightened the volunteers on Monuments to be preserved in India	42 volunteers of Tamil
24.	20.09.2017	Environmental Protection	Mr. Kalidas, President, Osai Trust Highlighted on the importants of Environmental protection	42 volunteers of Tamil
25.	21.09.2017	Stress Management	M/s.V.Malarmangai, Associate Trainer, NSS ETI gave hands on Demonstration on stress management through laughter therapy	42 volunteers of Tamil
26.	21.09.2017	Personality Development	M/S Rani, Trainee Co-Ordinator ,NSS ETI spoke on personality development for NSS volunteers	42 volunteers of Tamil
27.	21.09.2017	AIDS Awareness Rally	Sensitized the villagers on AIDS awareness, the Rally Marched through the length and breadth of the village	Villagers, Bommanampalayam.
28.	22.09.2017	Aids Awareness	Dr.Mahadevan, Dermatologist, CMCH Spoke on AIDS awareness	42 volunteers of Tamil
29.	03.10.2017	Socio Economic survey	Survey on demographic details; 5 villages per volunteer were survived and problems like poverty, poor drainage, mosquito menace in the village were identified	450 villagers were survived
30.	07.01.2018	Digital India	Awareness was given on a one to one basis and through group programmes on the need for digitalization	70 volunteers of Tamil & human x development & 280 villagers

அவினாசிலிங்கம்
மனையியல் மற்றும் மகளிர் உயர்கல்வி நிறுவனம்
பல்கலைக்கழகம்
கோயம்புத்தூர் - 641 043.



நாட்டு நலப்பணித் திட்டம்.
(அலகு 16)

சிறப்பு முகாம்

“தூய்மை மற்றும் பசுமை பாரதத்தில் இளைஞர்களின் பங்கு”

Youth for Clean and Green India
[Swachh Bharath Mission]

இடம்

குப்பநாயக்கன்பாளையம்
சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி
கோவை மாவட்டம் - 641 108

நாள்

04.01.2020–10.01.2020

எங்களுக்காக அல்ல!
உங்களுக்காக...

NOT ME BUT YOU

அன்புடையீர்

வணக்கம், எங்கள் பல்கலைக்கழக நாட்டுநலப் பணித் திட்டத்தின் சார்பில் சோமையம்பாளையம் பஞ்சாயத்துக்குட்பட்ட குப்பநாயக்கன்பாளையம் கிராமத்தில் 04.01.2020 முதல் 10.01.2020 வரை "இளைஞர்களுக்கான பசுமை பாரதம் மற்றும் தூய்மை பாரதம்" என்ற பொருளில் சிறப்பு முகாம் நடைபெற உள்ளது. இச்சிறப்பு முகாமில் தாங்கள் கலந்து கொண்டு நாட்டுநலப் பணித்திட்ட மாணவிகளை ஊக்குவித்து எங்கள் திட்டப்பணிகள் சிறக்க உதவுமாறு பணிவன்புடன் அழைக்கின்றோம்.

இப்படிக்கு,

பல்கலைக்கழக நிர்வாகத்தினர்,
ஒருங்கிணைப்பாளர், திட்ட அலுவலர்கள்,
நாட்டுநலப் பணித்திட்ட மாணவிகள்.

முகாம் அறிவுரையாளர்கள்

முனைவர்.(திரு)P. R. கிருஷ்ணகுமார், வேந்தர் அவர்கள்
முனைவர்.(திருமதி).பிரேமாவதி விஜயன் துணைவேந்தர் அவர்கள்
முனைவர்.(திருமதி)S. கௌசல்யா, பதிவாளர் அவர்கள்
முனைவர்.(திருமதி).U.ஜெரினாபி, முதன்மையர், வணிகவியல் மற்றும் மேலாண்மைப்புலம்
முனைவர்.(திருமதி).D. கீதா வணிகவியல் துறை தலைவர் ,
முனைவர் (திருமதி).S.ராஜலட்சுமி, நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர்,
அவினாசிலிங்கம் மனையியல் மற்றும் மகளிர் உயர்கல்வி நிறுவனம்,
கோயம்புத்தூர் – 43.

திட்ட அமைப்பாளர்

குழு எண் திட்ட அலுவலர்

உதவி திட்ட அலுவலர்

16

முனைவர்.V.விமலா
உதவிப் பேராசிரியர்
வணிகவியல் துறை
நாட்டுநலப்பணித்திட்டம்

திருமதி.V. யசோதா
உதவிப் பேராசிரியர்
வணிகவியல் துறை
நாட்டுநலப்பணித்திட்டம்

பங்கு பெறுவோர்: இரண்டாம் ஆண்டு வணிகவியல் மாணவிகள்

நிகழ்விருக்கும் பணிகள் மற்றும் முக்கிய நிகழ்ச்சிகள்

விழிப்புணர்வு முகாம்:

1. முகாம் நிகழ்ச்சிகள் பற்றி கிராம மக்களுடன் கலந்துரையாடல்
2. இயற்கை வளம் மற்றும் நீர்வளப் பாதுகாப்பு படக்காட்சி
3. சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வு
4. சாலை பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வு
5. கோவில் சீரமைத்தல்
6. பெண் குழந்தைக்கெதிரான பாலியல் வன்கொடுமை எதிர்ப்புப் பேரணி.
7. தோல் நல விழிப்புணர்வு முகாம்.
8. முதல் உதவி பற்றிய விழிப்புணர்வு.

மருத்துவ முகாம்

1. கண் பரிசோதனை முகாம்
2. பொது மருத்துவ முகாம் (அலோபதி)
3. பொது மருத்துவ முகாம் (ஆயுர்வேதம் மற்றும் சித்தா)

சுற்றுப்புற சுகாதாரம்

1. சுற்றுப்புறச்சூழல் தூய்மைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு பேரணி.
2. சாலை பாதுகாப்பு விதிமுறைகள் பற்றிய படக்காட்சிகள்.
3. கோயில், நூலகம் மற்றும் பள்ளி வளாகங்களை சுத்தம் செய்தல்
4. சாலையோரப் பார்த்தீனியம் மற்றும் முட்டைதர்கள் அகற்றும் பணி
5. மரக்கன்றுகள் நடுதல்

போட்டிகள் நடத்துதல்

1. கிராம மக்களுக்கு சுகாதாரம் குறித்த போட்டிகள் நடத்துதல்
2. பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கு சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு குறித்த கட்டுரைப் போட்டி, பேச்சுப் போட்டி மற்றும் ஓவியப்போட்டி நடத்துதல்



அவினாசிலிங்கம்
மனையியல் மற்றும் மகளிர் உயர்கல்வி நிறுவனம்
பல்கலைக்கழகம்
கோயம்புத்தூர் - 641 043.

நாட்டு நலப்பணித் திட்டம்.
(அலகு 16)

- திட்ட அலுவலர்** : முனைவர்.V.விமலா
உதவிப் பேராசிரியர் வணிகவியல் துறை
- உதவி திட்ட அலுவலர்** : திருமதி.V.யசோதா
உதவிப் பேராசிரியர் வணிகவியல் துறை
- கடவுள் வாழ்த்து** : **முகாம் துவக்க விழா**
செல்வி சுருதி நாட்டுநலப் பணித்திட்ட பிரதிநிதி
செல்வி அகில்யா நாட்டுநலப் பணித்திட்ட பிரதிநிதி
- வரவேற்புரை** : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்
- தலைமையுரை** : முனைவர்.(திருமதி).U.ஜெரினாபி
முதன்மையர், வணிகவியல் மற்றும் மேலாண்மைப்புலம்,
அவினாசிலிங்கம் மனையியல் மற்றும் மகளிர் உயர்
கல்வி நிறுவனம், கோவை
- சிறப்புரை** : முனைவர்.(திருமதி).D. கீதா வணிகவியல் துறை
தலைவர்
- சிறப்புரை** : திரு.பாலகிருஷ்ணன்
தலைவர்,குப்பநாயக்கன்பாளையம்
- சிறப்புரை** : திரு.கோவிந்தராஜ்,
தலைவர்,குப்பநாயக்கன்பாளையம்
- சிறப்புரை** : திரு.ராஜேந்திரன்,
தலைவர்,குப்பநாயக்கன்பாளையம்
- சிறப்புரை** : திரு.செந்தில்குமார்,
வார்டு கவுன்சிலர்,குப்பநாயக்கன்பாளையம்
- சிறப்புரை** : திரு.மோகன்,
கிராம உறுப்பினர்,குப்பநாயக்கன்பாளையம்
- நன்றியுரை** : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்
- நாட்டுநலப் பணித்திட்ட**
பாடல் மற்றும் தேசியகீதம் : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்

சிறப்பு முகாம் தொடக்கப்பணிகள்

முதல் நாள்

நாள்: 04.01.2020 சனிக்கிழமை

இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம், சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி

- காலை 7.30 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை
 - * முகாம் துவக்கவிழா மற்றும் முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்
- மதியம் 9.00 மணி முதல் 12.00 மணி வரை
 - * பன்றிக்காய்ச்சல் விழிப்புணர்வு பேரணி
- மதியம் 12.30 மணி முதல் 1.00 மணி வரை
 - * தூய்மை இந்தியா விழிப்புணர்வு முகாம்
- மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை
 - * மதிய உணவு
- மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை
 - * ஓய்வு
- மாலை 3.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை
 - * நுகர்வோர் உரிமை மற்றும் பாதுகாப்பு சட்டம் 1986 (COPRA) பற்றிய விரிவுரை - திரு.N.லோகு. செயலாளர், நுகர்வோர் குரல் சங்கம், கோவை.
- மாலை 5.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை
 - * முகாம் நிகழ்ச்சிகள் பற்றி கிராம மக்களுடன் கலந்துரையாடல்
- இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை
 - * கலை நிகழ்ச்சிகள்
- இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை
 - * இரவு உணவு
- இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை
 - * அறிக்கை தயார் செய்தல்
- இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை
 - * துயிலும் நேரம்

இரண்டாம் நாள் - 05.01.2020-ஞாயிற்றுக்கிழமை

இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம்,சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி

- காலை 5.00 மணி முதல் காலை 6.00 மணி வரை
* தினசரி காலை நடைமுறைகள்
- காலை 6.00 மணி முதல் காலை 7.30 மணி வரை
* கூட்டு வழிபாடு, யோகாசனம் மற்றும் உடற்பயிற்சி..
- காலை 7.45 மணி முதல் காலை 8.30 மணி வரை
* காலை உணவு
- காலை 8.45 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை
* முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்
- மதியம் 9.00 மணி முதல் 12.00 மணி வரை
* உறுப்புதானம் பற்றியவிழிப்புணர்வு சிறப்புரை- டாக்டர்.ராஜேஸ்பாபு கங்கா மருத்துவமனை
- மதியம் 12.30 மணி முதல் 1.00 மணி வரை
* பெண் குழந்தைகளுக்கு எதிரான பாலியல் வன்கொடுமைகள் பற்றிய விழிப்புணர்வு வீதி நாடகம் (நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்)
- மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை
* மதிய உணவு
- மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை
* ஓய்வு
- மாலை 3.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை
* உன்னத பாரதம் திட்டத்தின் கீழ் கல்வியறிவு சதவீதம் மற்றும் பள்ளி இடைநிற்றல் பற்றிய கணக்கெடுப்பு
- மாலை 5.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை
* பள்ளி மாணவர்களுக்கான துப்புரவு மற்றும் சுகாதாரம் பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி
- இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை
* கலை நிகழ்ச்சிகள்
- இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை
* இரவு உணவு
- இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை
* அறிக்கை தயார் செய்தல்
- * இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை துயிலும் நேரம்

முன்றாம் நாள் - 06.01.2020 - திங்கட்கிழமை

இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம், சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி

காலை 5.00 மணி முதல் காலை 6.00 மணி வரை

* தினசரி காலை நடைமுறைகள்

காலை 6.00 மணி முதல் காலை 7.30 மணி வரை

* கூட்டு வழிபாடு, யோகாசனம் மற்றும் உடற்பயிற்சி..

காலை 7.45 மணி முதல் காலை 8.30 மணி வரை

* காலை உணவு

காலை 8.45 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை

* முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்

மதியம் 9.00 மணி முதல் 1.00 மணி வரை

* அடிப்படை பிரானிக் சிகிச்சை மற்றும் அதன் பயன்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வு மற்றும் செயல்முறை வகுப்பு - திரு ஞானமலிங்கம் அங்கீகாரம் பெற்ற பிரானிக் பயிற்றுவிப்பாளர்

மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை

* மதிய உணவு

மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை

* ஓய்வு

மாலை 3.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை

தோள் தானம் பற்றிய விழிப்புணர்வு சிறப்புரை- திருமதி. நளினி பாலாஜி. தோள் வங்கி ஒருங்கிணைப்பாளர், கங்கா மருத்துவமனை.

மாலை 5.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை

* மார்பக புற்று நோய் விழிப்புணர்வு சிறப்புரை- டாக்டர் சூர்யா சுப்ரமணி, பிளாஷ்டிக் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர், கங்கா மருத்துவமனை.

இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை

* கலை நிகழ்ச்சிகள்

இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை

* இரவு உணவு

இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

* அறிக்கை தயார் செய்தல்

இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை

* துயிலும் நேரம்

நான்காம்நாள் - 07.01.2020 - செவ்வாய்கிழமை

இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம், சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி

காலை 5.00 மணி முதல் காலை 6.00 மணி வரை

* தினசரி காலை நடைமுறைகள்

காலை 6.00 மணி முதல் காலை 7.30 மணி வரை

* கூட்டு வழிபாடு, யோகாசனம் மற்றும் உடற்பயிற்சி.

காலை 7.45 மணி முதல் காலை 8.30 மணி வரை

* காலை உணவு

காலை 8.45 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை

* முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்

மதியம் 9.00 மணி முதல் 1.00 மணி வரை

* சர்க்கரை நோய் மற்றும் ரத்த அழுத்த பரிசோதனை முகாம்

* கண் மற்றும் பொது மருத்துவ முகாம் - அகர்வால் மருத்துவமனை.

மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை

* மதிய உணவு

மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை

* ஓய்வு

மாலை 3.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை

* சுற்றுதழல் பாதுகாப்பு மற்றும் இன்றைய சவால்கள் என்ற தலைப்பில் கருத்தரங்கம் - திரு. முகமத் சலீம், தேசிய நிலவியல் கல்வியாளர், கோவை

மாலை 5.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை

* பார்த்தீனிய செடிகளை அகற்றுதல்

இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை

* கலை நிகழ்ச்சிகள்

இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை

* இரவு உணவு

இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

* அறிக்கை தயார் செய்தல்

இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை

* துயிலும் நேரம்

ஐந்தாம்நாள் - 08.01.2020 - புதன்கிழமை

இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம், சோமையம்பாளையம்
ஊராட்சி

காலை 5.00 மணி முதல் காலை 6.00 மணி வரை

* தினசரி காலை நடைமுறைகள்

காலை 6.00 மணி முதல் காலை 7.30 மணி வரை

* கூட்டு வழிபாடு, யோகாசனம் மற்றும் உடற்பயிற்சி

காலை 7.45 மணி முதல் காலை 8.30 மணி வரை

* காலை உணவு

காலை 8.45 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை

* முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்

மதியம் 9.00 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

* பொது மக்கள் மற்றும் ஆர்வலர்களுக்கு சந்தைப்படுத்துதல் பற்றிய நெறிமுறைகள். சரக்கு மற்றும் சேவை வரி பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி - திருவருண் அவர்கள் சந்தைப்படுத்துதல் பயிற்சியாளர்

மதியம் 9.00 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

* உன்னத பாரதம் திட்டத்தின் கீழ் மிஷன் பாணி திட்டம் பற்றிய பேரணி

மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை

* மதிய உணவு

மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை

* ஓய்வு

மாலை 3.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை

* கிராமத்திலுள்ள ஸ்ரீதேவி பூதேவி சமேத செளந்திரராஜப் பெருமாள் கோவிலில் மராமரத்து பணிகள் மேற்கொள்ளுதல்

இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை

* கலை நிகழ்ச்சிகள்

இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை

* இரவு உணவு

இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

* அறிக்கை தயார் செய்தல்

இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை

* துயிலும் நேரம்

ஆறாம்நாள் - 09.01.2020 - வியாழக்கிழமை
இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம், சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி

காலை 5.00 மணி முதல் காலை 6.00 மணி வரை

- * தினசரி காலை நடைமுறைகள்

காலை 6.00 மணி முதல் காலை 7.30 மணி வரை

- * கூட்டு வழிபாடு, யோகாசனம் மற்றும் உடற்பயிற்சி..

காலை 7.45 மணி முதல் காலை 8.30 மணி வரை

- * காலை உணவு

காலை 8.45 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை

- * முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்

மதியம் 9.00 மணி முதல் 12.00 மணி வரை

- * சித்தா மற்றும் ஆயுர்வேத மருத்துவ முகாம் டாக்டர் சந்திரசேகரன் ஆயுர்வேத மருத்துவ அலுவலர், சாந்திகிரி சித்தா மற்றும் ஆயுர்வேத மருத்துவமனை.

மதியம் 10.00 மணி முதல் 12.00 மணி வரை

- * கருப்பை நோய் அறிகுறிகள் மற்றும் கட்டிகள் பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி - டாக்டர் நிஷா, சித்த மருத்துவ அலுவலர், சாந்திகிரி சித்தா மற்றும் ஆயுர்வேத மருத்துவமனை.

மதியம் 12.30 மணி முதல் 1.00 மணி வரை

- * மாடி தோட்டம் மற்றும் இயற்கை விவசாயம் பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துதல்

மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை

- * மதிய உணவு

மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை

- * ஓய்வு

மாலை 3.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை

- * சுற்றுசூழல் மற்றும் நிலைத்தன்மை வளர்ச்சிக்கான பயிற்சி - திருமதி.அகிலா, ஒருங்கிணைப்பாளர் ஓசை. அமைப்பு.

மாலை 5.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை

- * கிராமத்திலுள்ள குழந்தைகளுக்கு போட்டிகள் நடத்துதல்

இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை

- * கலை நிகழ்ச்சிகள்

இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை

- * இரவு உணவு

இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

- * அறிக்கை தயார் செய்தல்

இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை

- * துயிலும் நேரம்

ஏழாம்நாள் - 10.01.2020 - வெள்ளிக்கிழமை

இடம் : குப்பநாயக்கன்பாளையம், சோமையம்பாளையம் ஊராட்சி

காலை 5.00 மணி முதல் காலை 6.00 மணி வரை

- * தினசரி காலை நடைமுறைகள்

காலை 6.00 மணி முதல் காலை 7.30 மணி வரை

- * கூட்டு வழிபாடு, யோகாசனம் மற்றும் உடற்பயிற்சி..

காலை 7.45 மணி முதல் காலை 8.30 மணி வரை

- * காலை உணவு

காலை 8.45 மணி முதல் காலை 9.00 மணி வரை

- * முகாம் பணிக்குத் தயாராகுதல்

மதியம் 9.00 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

- * நிகழ்நேர மொத்த தீர்வு (NTGS), தேசிய மின்னணு பண பரிமாற்றம் (NEFT), உடனடி சேவை கட்டணம் (IMPS) மற்றும் மொபைல் வங்கி கணக்கெடுப்பு..

மதியம் 11.00 மணி முதல் 12.15 மணி வரை

- * மரங்கள் நடுதல்

மதியம் 12.30 மணி முதல் 1.00 மணி வரை

- * பசுமை பாரதம் தூய்மை பாரதம் விழிப்புணர்வு ரதம்

மதியம் 1.00 மணி முதல் மாலை 2.00 மணி வரை

- * மதிய உணவு

மதியம் 2.00 மணி முதல் மாலை 3.00 மணி வரை

- * ஓய்வு

மாலை 3.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை

- * உப்பு சிகிச்சை – முனைவர். விமலா, நாட்டுநலப் பணித் திட்ட அலுவலர், அவினாசிலிங்கம் மனையியல் மற்றும் மகளிர் உயர்கல்வி நிறுவனம்

மாலை 5.00 மணி முதல் 7.00 மணி வரை

- * முகாம் நிறைவு விழா

இரவு 7.30 மணி முதல் 8.30 மணி வரை

- * கலை நிகழ்ச்சிகள்

இரவு 9.00 மணி முதல் 10.00 மணி வரை

- * இரவு உணவு

இரவு 10.15 மணி முதல் 11.00 மணி வரை

- * அறிக்கை தயார் செய்தல்

இரவு 11.00 மணி முதல் காலை 05.00 மணி வரை

- * துயிலும் நேரம்

முகாம் நிறைவு விழா

வரவேற்புரை : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்

தலைமையுரை : முனைவர்.(திருமதி).ரு.ஜெரினாபி
முதன்மையர்,மேலாண்மைப்புலம்,
அவினாசிலிங்கம் மனையியல் மற்றும் மகளிர்
உயர் கல்வி நிறுவனம், கோவை

சிறப்புரை :திரு.பாலகிருஷ்ணன்
தலைவர், குப்பநாயக்கன்பாளையம்

சிறப்புரை :திரு.கோவிந்தராஜ்,
தலைவர், குப்பநாயக்கன்பாளையம்

சிறப்புரை :திரு.ராஜேந்திரன்,
தலைவர், குப்பநாயக்கன்பாளையம்

சிறப்புரை :திரு.செந்தில்குமார்,
வார்டு கவுன்சிலர், குப்பநாயக்கன்பாளையம்

சிறப்புரை : திரு.மோகன்,
கிராம உறுப்பினர்,குப்பநாயக்கன்பாளையம்

அறிக்கை

வாசித்தால் : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்

நன்றியுரை : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்

நாட்டுநலப் பணித்திட்ட

பாடல் மற்றும் தேசியகீதம் : நாட்டுநலப் பணித்திட்ட ஆர்வளர்கள்