



GIRL UP NITARA



Janki Devi Memorial College
University of Delhi
IQAC - JDMC

NAME OF THE EVENT	Girl Up Nitara orientation
NAME OF THE ORGANISER	Girl Up Nitara
MODE OF EVENT	Offline
PURPOSE OF EVENT	To make freshers aware of the work, teams and roles and responsibilities of Girl Up Nitara and help them making decisions to join by providing keen details about the society and its workings.
NUMBER OF ATTENDEES	15
DATE OF EVENT	20th August, 2025
DAY OF EVENT	Wednesday

Date:- 20th August,2025

Time:- 12:30pm

Venue:- Room no. 16

The Orientation Program for Girl Up Nitara commenced at 12:00 PM with a warm welcome from the core members. The session formally began with an introduction by convener Alka Singh, who spoke about the mission of Girl Up Nitara and the importance of women's empowerment, encouraging freshers to join the society. She also shared insights on girlhood and proposed the idea of starting a book club focused on motivational and empowerment literature.

The history of Girl Up Nitara and its presence in various colleges and universities was shared, followed by addresses from the President Savani, and Vice President Apoorva, who elaborated on the mission, vision, and values of solidarity promoted by the society.

Core members then introduced themselves, discussed upcoming events, and presented the heads and coordinators of different teams. Members shared their personal experiences, team responsibilities, and past involvement in society activities, including seminars, webinars, movie screenings, NGO collaborations, panel discussions, and the QALA store initiative. Information on how to join the society was also provided.

The session concluded with interactive games to engage the freshers and a group photograph marking the end of the orientation.



गर्ल अप नितारा



जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज
दिल्ली विश्वविद्यालय
IQAC - JDMC

कार्यक्रम का नाम	गर्ल अप नितारा ओरिएंटेशन
आयोजकों का नाम	गर्ल अप नितारा
आयोजन का तरीका	ऑफलाइन
आयोजन का उद्देश्य	नए छात्रों को गर्ल अप नितारा के कार्य, टीमों, भूमिकाओं और जिम्मेदारियों से अवगत कराना और उन्हें सोसाइटी और उसके कामकाज के बारे में गहन जानकारी प्रदान करके इसमें शामिल होने का निर्णय लेने में मदद करना।
उपस्थित लोगों की संख्या	15
आयोजन की तिथि	20th अगस्त, 2025
आयोजन का दिन	बुधवार

दिनांक: 20 अगस्त, 2025

समय: दोपहर 12:30 बजे

स्थान: कमरा संख्या 16

गर्ल अप नितारा का ओरिएंटेशन कार्यक्रम दोपहर 12:00 बजे मुख्य सदस्यों के गर्मजोशी भरे स्वागत के साथ शुरू हुआ। सत्र की औपचारिक शुरुआत संयोजक अलका सिंह के परिचय से हुई, जिन्होंने गर्ल अप नितारा के मिशन और महिला सशक्तिकरण के महत्व पर बात की और नए सदस्यों को सोसाइटी में शामिल होने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने लड़कपन के बारे में भी अपने विचार साझा किए और प्रेरक एवं सशक्तिकरण साहित्य पर केंद्रित एक पुस्तक क्लब शुरू करने का विचार रखा।

गर्ल अप नितारा के इतिहास और विभिन्न कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में इसकी उपस्थिति पर चर्चा की गई, जिसके बाद अध्यक्ष सवानी और उपाध्यक्ष अपूर्वा ने अपने संबोधन दिए, जिन्होंने सोसाइटी द्वारा प्रचारित एकजुटता के मिशन, विजन और मूल्यों पर विस्तार से प्रकाश डाला।

इसके बाद मुख्य सदस्यों ने अपना परिचय दिया, आगामी कार्यक्रमों पर चर्चा की और विभिन्न टीमों के प्रमुखों और समन्वयकों का परिचय दिया। सदस्यों ने अपने व्यक्तिगत अनुभव, टीम की जिम्मेदारियों और सोसाइटी की गतिविधियों में अपनी पिछली भागीदारी, जैसे सेमिनार, वेबिनार, फिल्म स्क्रीनिंग, एनजीओ सहयोग, पैनल चर्चा और क्यूएएलए स्टोर पहल, के बारे में जानकारी साझा की। सोसाइटी में शामिल होने के तरीके के बारे में भी जानकारी दी गई।

सत्र का समापन नए विद्यार्थियों को आकर्षित करने के लिए इंटरैक्टिव खेलों के साथ हुआ तथा अभिविन्यास के अंत में एक समूह फोटोग्राफ भी लिया गया।



JANKI DEVI MEMORIAL COLLEGE
(UNIVERSITY OF DELHI)



GIRL UP NITARA

UNDER THE AEGIS OF IQAC

INVITES

(ALL FIRST YEAR STUDENTS TO)

Orientation session

ROOM NO 13 | 20 | At 12 pm
AUGUST

President
Savani Yadav

Vice President
Apoorva Roy

Convenor
Ms. Alka

IQAC Coordinator
Dr. kush KumarGayasen
Deputy IQAC Coordinator
Dr. Shivani Burnwal

Principal
Prof Swati Pal



जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज
(दिल्ली विश्वविद्यालय)



गर्ल अप नितारा

आईक्यूएसी के तत्वावधान में

आमंत्रित करता है
(सभी प्रथम वर्ष के विद्यार्थी को)

ओरिएंटेशन सेशन

रूम नं. 13

20
अगस्त

समय : 12-1

सवानी यादव
अध्यक्ष

अपूर्वा रॉय
उपाध्यक्ष

सुशी अल्का
संयोजक

डॉ. कुश कुमार गयासेन
आईक्यूएसी संयोजक
डॉ. शिवानी बर्नवाल
आईक्यूएसी सह-समन्वयक

प्रो. स्वाति पाल
प्रधानाचार्या



Janki Devi Memorial College
Lat:28.6416817,Long:28.6416817



12:26 pm
20 Aug-25, Wednesday



120°
SE



Janki Devi Memorial College

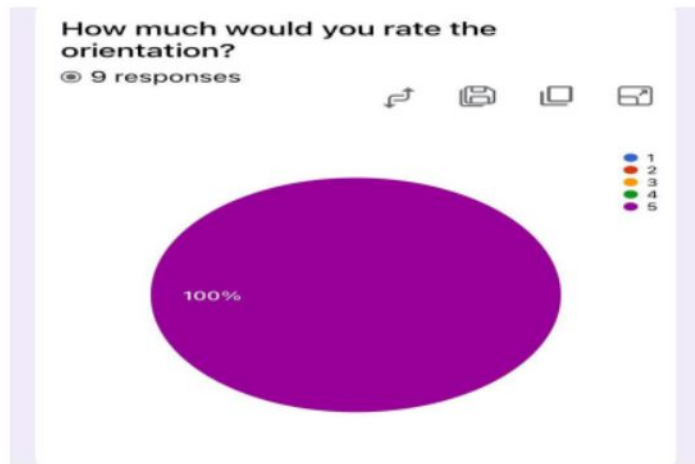
Lat:28.6418328,Long:28.6418328



Attendance

	B	C	D
1	Name	Year	Course
2	Yuvika	2025	Ba hindi honors
3	Sneha Goyal	2025	Bsc Maths honors
4	Anushka	2025	bsc Hons mathematics
5	SIDRA RAHMANI	1st yr	BCom
6	Deepanshi Sundriyal	1st	Bcom program
7	Simran	1st year	Bsc honour maths
8	Khushi	2025	Bsc(honors)mathematics
9	Anita	2025-2026	Bsc honors mathematics
10	Chanchal	1	B.com honors

Feedback



GIRL UP NITARA



Janki Devi Memorial College
University of Delhi
IQAC - JDMC

Name of the event	Teacher's day Celebration
Name of the organisers	Girl Up Nitara
Mode of event	Offline
Purpose of event	To celebrate the day of those teachers who brightens our lofes with knowledge and wisdom.
Number of attendees	16
Date of Event	8th September, 2025
Day of Event	Monday

Date: 8th September 2025

Time: 12:00 p.m.

Venue: Lab 1

On 8th September 2025, Girl Up Nitara of Janki Devi Memorial College organized a Teachers' Day celebration to thank the convenor, Ms.Alka, for her support and guidance. The event was attended by several students.

The event began with a short welcome for the convenor, Ms.Alka. Students greeted her warmly, and this was followed by a cake-cutting ceremony to mark the occasion. As a gesture of appreciation, students handed over handmade cards to Ms. Alka. The cards carried thoughtful messages and were prepared by students to show their gratitude.

Following this, Ms.Alka led a short interactive session. She asked the students to introduce themselves and share something about their interests or experiences. This helped create a comfortable space for everyone and made the session more engaging. The event concluded with a few group photographs taken to capture the memorable moments



गर्ल अप नितारा

जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज
दिल्ली विश्वविद्यालय
IQAC - JDMC



कार्यक्रम का नाम	शिक्षक दिवस समारोह
आयोजक का नाम	गर्ल अप नितारा
आयोजन का तरीका	ऑफलाइन
आयोजन का उद्देश्य	उन शिक्षकों का दिन मनाने के लिए जो हमारे जीवन को ज्ञान और बुद्धि से रोशन करते हैं।
उपस्थित लोगों की संख्या	16
आयोजन की तिथि	8th अप्रैल, 2025
आयोजन का दिन	सोमवार

दिनांक: 8 सितंबर 2025

समय: दोपहर 12:00 बजे

स्थान: लैब 1

8 सितंबर 2025 को, जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज के गर्ल अप-नितारा ने संयोजक, सुश्री अलका को उनके समर्थन और मार्गदर्शन के लिए धन्यवाद देने हेतु एक शिक्षक दिवस समारोह का आयोजन किया। इस कार्यक्रम में कई छात्रों ने भाग लिया।

कार्यक्रम की शुरुआत संयोजक, सुश्री अलका के एक छोटे से स्वागत से हुई। छात्रों ने उनका गर्मजोशी से अभिवादन किया, और इसके बाद इस अवसर को चिह्नित करने के लिए केक काटने की रस्म हुई। आभार व्यक्त करने के रूप में, छात्रों ने सुश्री अलका को हस्तनिर्मित कार्ड सौंपे। इन कार्डों में विचारशील संदेश थे और छात्रों द्वारा अपना आभार व्यक्त करने के लिए तैयार किए गए थे।

इसके बाद, सुश्री अलका ने एक छोटा संवादात्मक सत्र लिया। उन्होंने छात्रों को अपना परिचय देने और अपनी रुचियों या अनुभवों के बारे में कुछ साझा करने के लिए कहा। इससे सभी के लिए एक आरामदायक माहौल बनाने में मदद मिली और सत्र अधिक आकर्षक बन गया। क्षणों को संजोने और उन्हें यादों के रूप में रखने के लिए अंत में कुछ समूह तस्वीरें ली गईं।

Poster of the Event:



Geotagged pictures:





Attendance

	A	B
1	Name	Year
2	Savani	3
3	Apoorva	2
4	Deepika	3
5	Bhoomi Mishra	2
6	Krishika	3
7	Reeva	2
8	Aliya	2
9	Bhoomika	2
10	Niharika	3
11	Manvi	3



GIRL UP NITARA



**Janki Devi Memorial College
 University of Delhi
 IQAC - JDMC**

NAME OF THE EVENT	Take a chit, Leave a chit
--------------------------	----------------------------------

NAME OF THE ORGANISER	Girl Up Nitara
MODE OF EVENT	Offline
PURPOSE OF EVENT	To spread positivity, joy and sense of connection among students.
DATE OF EVENT	15th September, 2025
DAY OF EVENT	Monday

Date: 15th September 2025

Time: 10:00 a.m to 1:00 p.m

Venue: JDMC Triangle

On September 15th, 2025, Girl Up Nitara of Janki Devi Memorial College organized a warm and uplifting activity called "Take a Chit, Leave a Chit" at the JDMC Triangle. The initiative aimed to spread positivity, joy, and a sense of connection among students, and it was met with great enthusiasm. The stall was beautifully decorated with posters and props. Two boxes were kept that allowed the participants to pick and leave chits containing kind and encouraging messages. At the center was a pink compliment box, where students left appreciation notes for one another. Smiles were shared as students read heartfelt messages like, "You deserve every good thing in this world," and among many more. Many students also took pictures with playful props; some even offered free hugs, leading to moments of joy and fondness. The entire event reflected a strong sense of community, kindness, and togetherness. It was a joyful celebration of small acts of kindness, reminding everyone that even the simplest gestures can make a big difference.



गर्ल अप नितारा
जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज
दिल्ली विश्वविद्यालय
IQAC - JDMC



कार्यक्रम का नाम	एक चिट लो, एक चिट छोड़ो
आयोजक का नाम	गर्ल अप नितारा
आयोजन का तरीका	ऑफलाइन
आयोजन का उद्देश्य	छात्रों के बीच सकारात्मकता, खुशी और जुड़ाव की भावना फैलाना।
आयोजन की तिथि	15 सितंबर, 2025
आयोजन का दिन	सोमवार

दिनांक: 15 सितंबर 2025

समय: सुबह 10:00 बजे से दोपहर 1:00 बजे तक

स्थान: जेडीएमसी ट्रायंगल

15 सितंबर, 2025 को, जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज की गर्ल अप नितारा ने जेडीएमसी ट्रायंगल में "एक चिट लो, एक चिट छोड़ो" नामक एक उत्साहवर्धक और उत्साहवर्धक गतिविधि का आयोजन किया। इस पहल का उद्देश्य छात्रों के बीच सकारात्मकता, खुशी और जुड़ाव की भावना फैलाना था, और इसे बड़े उत्साह के साथ स्वीकार किया गया। स्टॉल को पोस्टरों और प्रॉप्स से खूबसूरती से सजाया गया था। दो बॉक्स रखे गए थे जिनमें प्रतिभागी दयालु और उत्साहवर्धक संदेशों वाले चिट चुनकर छोड़ सकते थे। बीच में एक गुलाबी रंग का कॉम्प्लिमेंट बॉक्स था, जहां छात्रों ने एक-दूसरे के लिए प्रशंसा पत्र छोड़े। जब छात्रों ने "आप इस दुनिया की हर अच्छी चीज के हकदार हैं" जैसे भावपूर्ण संदेश पढ़े, तो सभी के चेहरे पर मुस्कान आ गई। कई छात्रों ने चंचल प्रॉप्स के साथ तस्वीरें भी खिंचवाईं; कुछ ने तो मुफ्त में गले भी लगाए, जिससे खुशी और स्नेह के पल आए। पूरे कार्यक्रम में समुदाय, दयालुता और एकजुटता की एक मजबूत भावना झलक रही थी। यह दयालुता के छोटे-छोटे कार्यों का एक आनंददायक उत्सव था, जिसने सभी को याद दिलाया कि सबसे सरल कार्य भी बड़ा बदलाव ला सकते हैं।

Pictures of the Event:





GIRL UP NITARA
Janki Devi Memorial College
University of Delhi
IQAC - JDMC

NAME OF THE EVENT	Manjari: Art, expression and mental health
NAME OF THE ORGANISER	Girl Up Nitara
MODE OF EVENT	Offline
PURPOSE OF EVENT	To make the students understand about different feelings, symptoms our body displays if we feel certain emotions and also introduce different movements with hands, body etc.
NUMBER OF ATTENDEES	17
NUMBER OF SPEAKER	1
DATE OF THE EVENT	17th September, 2025
DAY OF THE EVENT	Wednesday

Date:- 17th September,2025

Time:- 11 Am

Venue:- Room no. 16

The therapy event by Ridhi Sachdeva commenced at 11:00 PM with a warm welcome from the anchor, followed by her felicitation. After a talk about the various ways people express themselves, there was a movement therapy session where different hand and body movements were introduced. Our convenor, Ms. Alka, also joined us for the session, adding to the spirit of participation and learning. This was followed by a meditation session that emphasized the importance of the signals the body sends in response to various emotions. The physical manifestations of specific emotions were also covered by the speaker. Students then engaged in a variety of activities, such as a newspaper doll activity that required them to talk to the doll and record their exchanges. The event concluded with a reflection session, during which participants shared their insights.



गर्ल अप नितारा
जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज
दिल्ली विश्वविद्यालय
IQAC - JDMC

कार्यक्रम का नाम	मंजरी: कला, अभिव्यक्ति और मानसिक स्वास्थ्य
आयोजक का नाम	गर्ल अप नितारा
आयोजन का तरीका	ऑफलाइन
आयोजन का उद्देश्य	विद्यार्थियों को विभिन्न भावनाओं, लक्षणों के बारे में समझाना, जो हमारा शरीर प्रदर्शित करता है, यदि हम कुछ भावनाओं को महसूस करते हैं, तथा हाथों, शरीर आदि के साथ विभिन्न गतिविधियों से भी परिचित कराना।
उपस्थित लोगों की संख्या	17
बोलने वालों की संख्या	1
आयोजन की तिथि	17 सितंबर, 2025
आयोजन का दिन	बुधवार

दिनांक:- 17 सितंबर
समय:- सुबह 11 बजे
स्थान:- कमरा नंबर 16

यह थेरेपी सत्र, जिसे ऋद्धि सचदेवा द्वारा संचालित किया गया, सुबह 11:00 बजे एंकर द्वारा दिए गए गर्मजोशी भरे स्वागत और उनके सम्मान समारोह के साथ आरंभ हुआ। लोगों के स्वयं को अभिव्यक्त करने के विभिन्न तरीकों पर चर्चा के बाद, एक मूवमेंट थेरेपी सत्र आयोजित किया गया, जिसमें अलग-अलग हाथ और शरीर की गतियों को शामिल किया गया। हमारी कन्वीनर सुश्री अल्का ने भी इस सत्र में भाग लिया, जिससे कार्यक्रम में सहभागिता और सीखने का माहौल और भी समृद्ध हो गया। इसके पश्चात एक ध्यान सत्र हुआ, जिसमें यह बताया गया कि शरीर विभिन्न भावनाओं के प्रति किस प्रकार संकेत देता है। वक्ता ने भावनाओं की शारीरिक अभिव्यक्तियों पर भी प्रकाश डाला। इसके बाद छात्रों ने कई गतिविधियों में भाग लिया, जिनमें से एक “न्यूजपेपर डॉल” गतिविधि थी, जिसमें उन्हें एक कागज़ की गुड़िया से बात करनी थी और अपने संवाद रिकॉर्ड करने थे। कार्यक्रम का समापन एक चिंतन सत्र के साथ हुआ, जिसमें प्रतिभागियों ने अपने अनुभव और विचार साझा किए।

Posters of the Event:



JANKI DEVI MEMORIAL COLLEGE
(UNIVERSITY OF DELHI)



GIRL UP NITARA

UNDER THE AEGIS OF IQAC

is organizing a workshop and
art therapy session

MANJARI – ART, EXPRESSION AND MENTAL WELL BEING

11AM ONWARDS

17TH SEPTEMBER

ROOM 16



RIDHII SACHDEVA
(Psychologist & Therapist)

Savani Yadav
(President)

Apoorva Roy
(Vice President)

Ms. Alka
(Convenor)

Dr. Kush Kumar Gayasen
(IQAC Coordinator)
Dr. Shivani Burnwal
(Deputy IQAC Coordinator)

Prof. Swati Pal
(Principal)



जानकी देवी मेमोरियल कॉलेज
(दिल्ली विश्वविद्यालय)



गर्ल अप नितारा

आईक्यूएसी के तत्वावधान में

एक कार्यशाला और कला चिकित्सा
सत्र का आयोजन कर रहा है

मंजरी - कला, अभिव्यक्ति और मानसिक स्वास्थ्य

सुबह 11 बजे से

17 सितंबर

कमरा 16



रिद्धि सचदेवा
(मनोवैज्ञानिक एवं चिकित्सक)

सावनी यादव
(अध्यक्ष)

अपूर्वा टॉय
(उपाध्यक्ष)

सुश्री अलका
(संयोजक)

डॉ. कुश कुमार्गयासेन
(आईक्यूएसी समन्वयक)
डॉ. शिवानी वर्नवा
(उप आईक्यूएसी समन्वयक)

प्रो. स्वाति पाल
(प्राचार्य)

Feedback cum Attendance form:

How much would you rate the workshop?

Pie ▾



- 1 : 0 (0%)
- 2 : 0 (0%)
- 3 : 2 (28.57%)
- 4 : 1 (14.29%)
- 5 : 4 (57.14%)



How would you rate the logistics work?

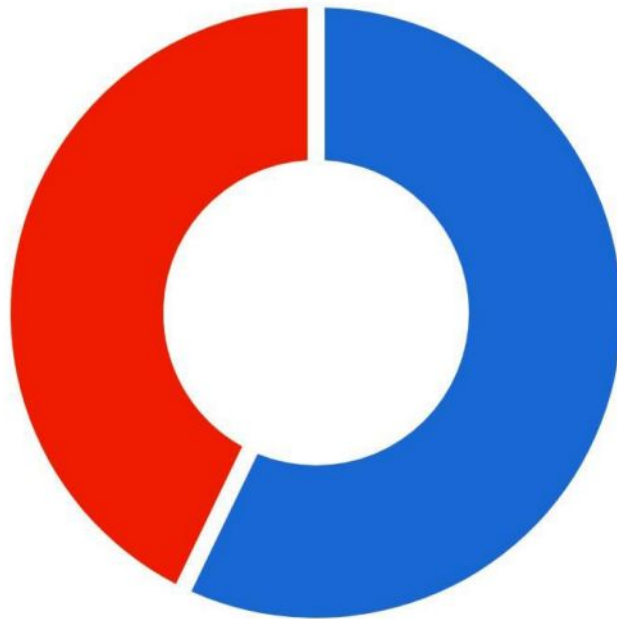
Pie ▾



- 1 : 0 (0%)
- 2 : 1 (14.29%)
- 3 : 2 (28.57%)
- 4 : 1 (14.29%)
- 5 : 3 (42.86%)



How would you rate the theme of the event? Pie ▾



- Very good : 4 (57.14%)
- Good : 3 (42.86%)
- Average : 0 (0%)
- Bad : 0 (0%)



Geotagged Pictures:

-



GPS Map Camera

Delhi, Delhi, India 🇮🇳
Hall, Janki Devi Memorial College, Old Rajinder Nagar, Rajinder
Nagar, Delhi, Delhi 110060, India
Lat 28.641745° Long 77.192119°
17/09/2025 11:14 AM GMT +05:30

Google



Delhi, Delhi, India 🇮🇳

Hall, Janki Devi Memorial College, Old Rajinder Nagar, Rajinder Nagar, Delhi, Delhi 110060, India

Lat 28.641711° Long 77.192143°

17/09/2025 11:16 AM GMT +05:30

Google



Delhi, Delhi, India 🇮🇳
Hall, Janki Devi Memorial College, Old Rajinder Nagar, Rajinder
Nagar, Delhi, Delhi 110060, India
Lat 28.641707° Long 77.19219°
17/09/2025 12:31 PM GMT +05:30

GPS Map Camera

-
-
Attendance:

Name	Course	Year
Myrrha	Bcom	2nd
Kavya	Bcom P	2
Samira K	B.Com H	2nd year
Divyanshi	Bcom hon	2
Anshika Y	Bcom pro	2nd
Kanchan	B com hon	2 nd
Riya Gupta	B.com(H)	2nd