राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड
राष्ट्रीय सेवा योजना
Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com
Website- www.gpgcbazpur.in

Report
NSS Adventure Camp, RMC, Dharamshala (HP)
30/11/2025 to 09/12/2025

राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) के अंतर्गत 10 दिवसीय एडवेंचर कैंप का आयोजन RMC, मैक्लोडगंज, धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश) में दिनांक 30/11/2025 से 09/12/2025 तक सफलतापूर्वक किया गया। इस कैंप का मुख्य उद्देश्य स्वयंसेवकों में साहसिक गतिविधियों के माध्यम से नेतृत्व क्षमता, अनुशासन, सहयोग, आपदा प्रबंधन कौशल तथा प्राकृतिक वातावरण के प्रति संवेदनशीलता विकसित करना था।

प्रतिभागी स्वयंसेवकों का विवरण

कुल स्वयंसेवक: 10 (5 छात्र एवं 5 छात्राएँ)

1. गुनगुन – राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर,
2. खुशी प्रजापति – रास बिहारी बोस सुभारती विश्वविद्यालय, देहरादून,
3. प्रियंका दास – केशव सूर्यमुखी कॉलेज ऑफ एजुकेशन, शक्ति फार्म,
4. रुचिता – राठ महाविद्यालय, पैठाणी,
5. स्नेहा आर्य – रास बिहारी बोस सुभारती विश्वविद्यालय, देहरादून,
6. अखिलेश कुमार – राठ महाविद्यालय, पैठाणी
7. आयुष कोठारी – एच.एन.बी.जी.यू., श्रीनगर गढ़वाल
8. लोकेश चौहान – राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर
9. उदय राज तिवारी – महाराणा प्रताप राजकीय डिग्री कॉलेज, नानकमत्ता,
10. उज्ज्वल – पी.एन.जी. राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, रामनगर।

दैनिक समय-सारिणी (Routine)

- प्रातः चाय – 06:00 बजे
- फॉलो इन – 06:30 बजे
- नाश्ता – 07:30 बजे
- चाय अवकाश – 11:00 बजे
- दोपहर का भोजन – 01:00 बजे
- सायं चाय – 04:00 बजे
- रात्रि भोजन – 07:30 बजे
- रात्रि भोजन के बाद – सांस्कृतिक कार्यक्रम अभ्यास

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड

राष्ट्रीय सेवा योजना

Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com

Website- www.gpgcbazpur.in

दिवसवार गतिविधियों का विवरण

दिन 01 (30/11/2025)

स्वयंसेवकों का प्रातः 10:00 बजे RMC केंद्र पर आगमन हुआ। आगमन के पश्चात स्वयंसेवकों का पंजीकरण किया गया। टीम लीडर द्वारा 10 दिवसीय कैंप की रूपरेखा, नियमावली एवं अनुशासन संबंधी निर्देश दिए गए। इसके बाद स्वयंसेवकों ने बौद्ध मंदिर एवं मैक्लोडगंज बाजार का भ्रमण किया, जिससे उन्हें स्थानीय संस्कृति को समझने का अवसर मिला।

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड

राष्ट्रीय सेवा योजना

Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com

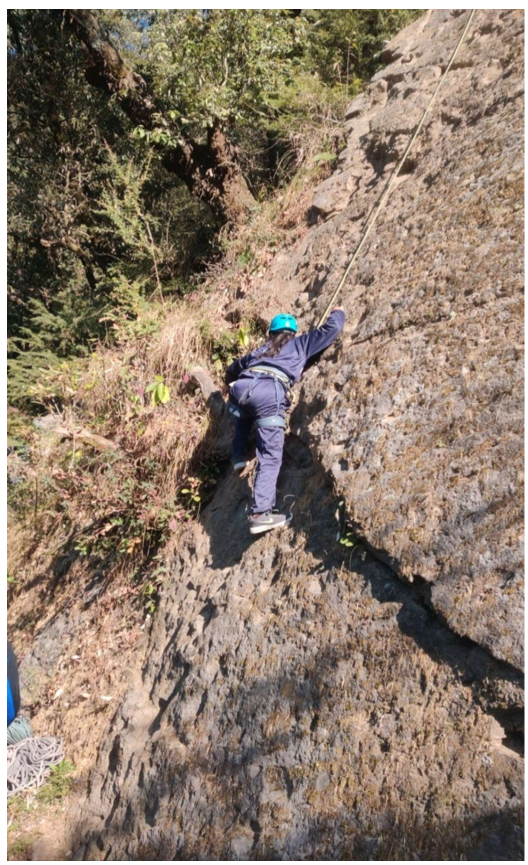
Website- www.gpgcbazpur.in

दिन 02 (01/12/2025)

दूसरे दिन स्वयंसेवकों ने सेंट जॉन चर्च, मैक्लोडगंज का भ्रमण किया। इसके पश्चात रॉक क्लाइम्बिंग पर व्याख्यान दिया गया तथा कृत्रिम दीवार पर उसका व्यावहारिक अभ्यास कराया गया। साथ ही रस्सी एवं गांठों (Rope and Knots) पर महत्वपूर्ण प्रशिक्षण प्रदान किया गया।

दिन 03 (02/12/2025)

इस दिन स्वयंसेवकों ने फ्लैग पॉइंट का भ्रमण किया। पर्वतारोहण (Mountain Climbing) पर व्याख्यान एवं अभ्यास कराया गया। पर्वतीय क्षेत्रों में चलने की शिष्टाचार (Mountain Walking Manners) पर जानकारी दी गई। दिन के अंत में लकड़ी एकत्र करने की गतिविधि कराई गई।



राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड

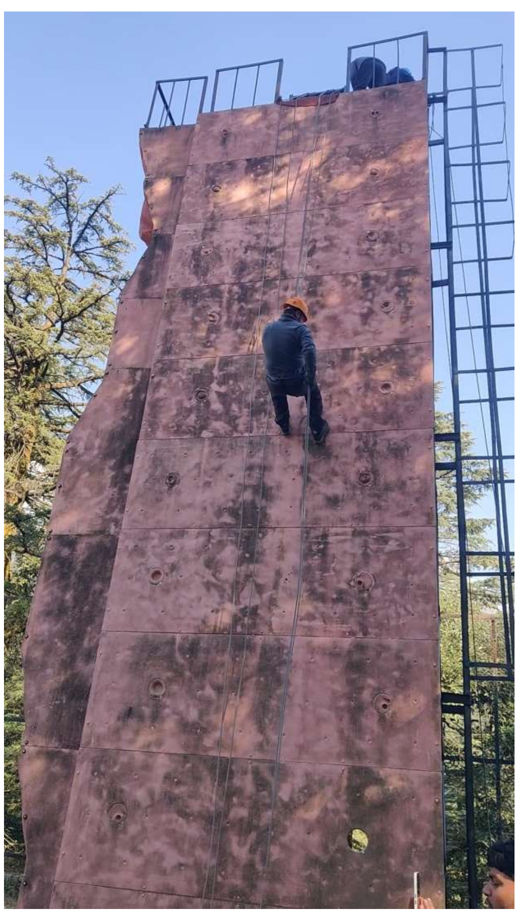
राष्ट्रीय सेवा योजना

Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com

Website- www.gpgcbazpur.in

दिन 04 (03/12/2025)

चौथे दिन दल झील (Dal Lake) का भ्रमण किया गया। रैम्बलिंग (Rambling) पर व्याख्यान एवं अभ्यास कराया गया। इसके अतिरिक्त टग ऑफ वार (रस्साकशी) पर प्रशिक्षण एवं अभ्यास हुआ, जिससे टीम भावना को प्रोत्साहन मिला।



दिन 05 (04/12/2025)

इस दिन स्वयंसेवकों ने भागसू वाटरफॉल एवं भागसू नाग मंदिर तक ट्रैकिंग की। पर्वतीय खतरों (Mountain Hazards) पर व्याख्यान दिया गया। दिन के उत्तरार्ध में खेल गतिविधियों का आयोजन किया गया।

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड

राष्ट्रीय सेवा योजना

Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com

Website- www.gpgcbazpur.in

दिन 06 (05/12/2025)

छठे दिन टायरोलियन ट्रैवर्स द्वारा नदी पार करने (River Crossing) का अभ्यास कराया गया। इसके बाद मनोरंजक खेल गतिविधियाँ आयोजित की गईं।

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड
राष्ट्रीय सेवा योजना
Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com
Website- www.gpgcbazpur.in

दिन 07 (06/12/2025)

सातवें दिन स्वयंसेवकों ने धर्मकोट गाँव का भ्रमण किया। जुमरिंग (Jumaring) पर व्याख्यान एवं व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया गया। साथ ही ट्रैकिंग से संबंधित तकनीकी जानकारी भी प्रदान की गई।

‘

दिन 08 (07/12/2025)

आठवें दिन स्वयंसेवकों ने त्रिउंड तक ट्रैकिंग की। यह गतिविधि शारीरिक सहनशक्ति, धैर्य एवं टीम वर्क की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण रही।

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड

राष्ट्रीय सेवा योजना

Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com

Website- www.gpgcbazpur.in

दिन 09 (08/12/2025)

इस दिन आपदा प्रबंधन पर विशेष प्रशिक्षण दिया गया। स्ट्रेचर निर्माण (Stretcher Making) एवं कैजुअल्टी कॉलिंग (Casualty Coiling) का व्यावहारिक अभ्यास कराया गया, जिससे स्वयंसेवकों को आपात परिस्थितियों से निपटने का कौशल प्राप्त हुआ।

दिन 10 (09/12/2025)

अंतिम दिन वैलिडिक्टरी कार्यक्रम का आयोजन किया गया। चार राज्यों से आए स्वयंसेवकों द्वारा रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियाँ दी गई। कार्यक्रम के समापन के पश्चात सभी स्वयंसेवकों का RMC से प्रस्थान हुआ।

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बाजपुर (ऊधमसिंह नगर) उत्तराखण्ड
राष्ट्रीय सेवा योजना
Email ID- nssgdcbazpur@gmail.com
Website- www.gpgcbazpur.in

10 दिवसीय एडवेंचर कैंप के दौरान स्वयंसेवकों को शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक स्तर पर अत्यंत मूल्यवान सीख और अनुभव प्राप्त हुए। विभिन्न साहसिक गतिविधियों जैसे ट्रैकिंग, रॉक क्लाइम्बिंग, पर्वतारोहण, नदी पार करना तथा जुमरिंग आदि के माध्यम से स्वयंसेवकों में आत्मविश्वास, साहस और जोखिम उठाने की क्षमता विकसित हुई। आपदा प्रबंधन से संबंधित प्रशिक्षण, जैसे स्ट्रेचर निर्माण एवं कैजुअल्टी हैंडलिंग, ने आपात परिस्थितियों में त्वरित एवं विवेकपूर्ण निर्णय लेने का कौशल प्रदान किया। सामूहिक जीवन एवं कठोर दिनचर्या ने अनुशासन, समय प्रबंधन, सहयोग और नेतृत्व गुणों को सुदृढ़ किया। विभिन्न राज्यों से आए स्वयंसेवकों के साथ सहभागिता ने सांस्कृतिक समझ, आपसी सम्मान और राष्ट्रीय एकता की भावना को प्रोत्साहित किया। कुल मिलाकर, यह कैंप स्वयंसेवकों के लिए आत्म-विकास, सामाजिक उत्तरदायित्व और प्रकृति के प्रति संवेदनशीलता का एक अविस्मरणीय अनुभव सिद्ध हुआ।

NSS स्वयंसेवक दल
(टीम लीडर – डॉ. अनिल कुमार सैनी)