



UNNAT BHARAT ABHIYAN

MEERUT INSTITUTE OF ENGINEERING AND TECHNOLOGY, MEERUT

[C-46414]

PROGRESS REPORT

April - June 2023

UBA Coordinator's Name: Dr. Swapan Suman

Email: swapan.suman@miet.ac.in

Phone Number: 7004667943

Sr. No.	ADOPTED VILLAGES	TALUKA	DISTRICT
1	Jamalpur Majra	Block JaniKhurd	Meerut
2	Dimoli	Block JaniKhurd	
3	Chhajupur/ Chhajmalpur	Block JaniKhurd	
4	Anjouli	Block JaniKhurd	
5	Gagol/Gagoul	Block/ Tehsil Meerut	

ACTIVITY 1:

Name of Activity: Awareness program on health with food by *Cycle Driven Atta-Chakki*

Need of the Activity: Awareness about health and nutrients of food; also encouragement of rural innovators.

A cycle repairer and built a cycling mill to grind wheat by our innovator with Indian *jugad*.

This innovative floor mill can grind about 8 kg of wheat and other grains in an hour. The machine is easy to use and can be operated by both women and children. Grains are poured in the upper part of the machine, which then flow down to a millstone through a pipe to the bottom compartment for grinding.

The cycle operated atta-chakki can grind wheat, rice and other coarse grains with no loss to their nutritional value.

This cycle driven atta-chakki was exploring in villages by MIET by our students under Unnat Bharat Abhiyan (UBA) and aware them about health along with nutrients presents in grains.

Wheat Atta Chakki has many health benefits: It contains Vitamin B, dietary fiber, iron, magnesium, and prevents weight gain. Adding Whole Wheat Chakki Atta as simple substitutions in your eating routine helps you receive the healthful reward without giving up the nourishment.





ACTIVITY 2:

Name of Activity: World Malaria Day

Need of the Activity: World Malaria Day raise awareness about the need for the prevention, control, and elimination of malaria.

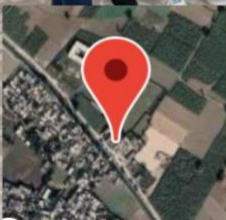
On April 25, 2023, Meerut Institute of Engineering and Technology, Meerut under the umbrella of Unnat Bharat Abhiyan (UBA) highlighted the importance of a responsibility to end malaria within a generation and to make a malaria-free village, city, India as well as world.

UBA team and students organize a rally at Nagla Jamalpur village on this occasions and aware about malaria diseases and how to prevent. They discuss following measures can help reduce the risk of mosquito bites from villagers:

- I. When outside at night, wear a dress with long sleeves and long pants
- II. Use mosquito nets over the bed during the night
- III. Before going to bed, spray pyrethrin or a related insecticide in the bedroom
- IV. Never allow stagnant water in household surroundings
- V. Always close the water tubs with a lid



GPS Map Camera



Jamalpur Majra, Uttar Pradesh, India
XJ93+925, Jamalpur Majra, Uttar Pradesh 250501, India
Lat 28.968445°
Long 77.60256°



ACTIVITY 3:

Name of Activity: Visit 'आधारशिला लैब' with school students of Jani Block

Need of the Activity: Through Adharshila Lab, a campaign to connect rural children as well as their parents and villagers with innovative technology and science.

Through **Adharshila Lab**, which is an initiative to link rural children as well as their parents and other villages with cutting-edge technological and scientific advancements. The science that is taught from the sixth to the twelfth grade will be made more practical, and the value of science and mathematics in all aspects of life will be stressed to the elders.

35 Students of Nagla Jamalpur Village, Meerut visited Adharshila lab which is situated in Mohhiduinpur, Meerut. Children will have the chance to learn about coding, artificial intelligence, robotics, the technology behind drones, Newton's laws, the notion of bullet trains, the rotation of planets, and a tour of the cosmos via a telescope while they are here. Solar system, which refers to the process of night and day, light, lens, and sound in physics; from measuring temperature to the idea of battery in chemistry; the human body and cell in biology; abacus in mathematics; sensor in technology; and personality and career development.







ACTIVITY 4:

Name of Activity: World Bicycle Day

Need of the Activity: Awareness to the many advantages of commuting by bicycle, which include the fact that it is a sustainable mode of transportation that is easy to use, inexpensive, ecologically friendly, and physically fit.

The bicycle helps to keep the air cleaner, reduces the amount of congestion, and makes it easier for those who are economically or otherwise disadvantaged to access education, health care, and other social services. In order to successfully accomplish the Sustainable Development Goals, it is essential to establish a transport system that is both environmentally friendly and sustainable. Such a system should encourage economic development, bring about more equality, and strengthen efforts to combat climate change.



World Cycle Day was celebrated in **Mechanical Engineering Department of Meerut Institute of Engineering and Technology under Unnat Bharat Abhiyan**. During this, a one-day ban was imposed on the movement of motorcycles and vehicles in the college campus. Everyone was asked to come by bicycle. Students and teachers enthusiastically reached the college campus riding cycles. Dr. Swapan Suman, Coordinator of Unnat Bharat Abhiyan, said that riding a bicycle is very

beneficial from the point of view of health.

According to experts, riding a bicycle for 30 minutes a day activates the immune cells present in our body, which reduces the risk of getting sick. Riding a bicycle is beneficial not only for physical health, but also for mental health.

Media head Ajay Choudhary said that on the one hand the prices of petrol and diesel are skyrocketing and on the other hand their excessive use damages the environment. All the vehicles leave harmful gases while running on the road, due to which our environment is harmed. In such a situation, the use of bicycle proves to be environmental friendly.



उन्नत भारत अभियान के तहत एमआईईटी विश्व साइकिल दिवस मनाया साइकिल की सवारी कई मायनों में है फायदेमंद : डॉ स्वपन सुमन

एनपीटी ब्यूरो

मेरठ। उन्नत भारत अभियान के तहत मेरठ इंस्टिट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी के मैकेनिकल इंजीनियरिंग विभाग में विश्व साइकिल दिवस मनाया गया। इस दौरान कॉलेज परिसर में मोटरसाइकिल एवं गाड़ियों के लिए 11 दिन की पाबंदी लगाई गई। सभी को साइकिल से आने के लिए कहा गया। छात्र एवं शिक्षक उत्साह पूर्वक साइकिल चलाकर कॉलेज परिसर में पहुंचे। उन्नत भारत अभियान के कोऑर्डिनेटर डॉ स्वपन सुमन ने कहा साइकिल की सवारी करना स्वास्थ्य की दृष्टि से बेहद फायदेमंद है। विशेषज्ञों के अनुसार प्रतिदिन 30 मिनट साइकिल की सवारी हमारे शरीर में मौजूद इम्यून सेल को सक्रिय करती है, जिससे बीमार होने का खतरा कम हो



जाता है। साइकिल की सवारी करना ना सिर्फ शारीरिक स्वास्थ्य, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी लाभदायक है।

मीडिया हेड अजय चौधरी ने कहा की एक तरफ जहां पेट्रोल, डीजल की कीमत आसमान छू रही है तो दूसरी तरफ उनके ज्यादा इस्तेमाल से वातावरण को क्षति पहुंचती है। तमाम गाड़ियां रोड पर चलते हुए हार्मफुल गैसेज छोड़ जाती हैं

जिसकी वजह से हमारे पर्यावरण को हानि पहुंचती है। ऐसे में साइकिल का उपयोग एनवायरनमेंटल फ्रेंडली साबित होता है। इस अवसर पर एमआईईटी के चेयरमैन विष्णु शरण, वाइस चेयरमैन पुनीत अग्रवाल, निदेशक डॉ बृजेश सिंह, डॉ हनी तोमर, डॉ भूपेंद्र शर्मा, विभाग अध्यक्ष डॉ शैलेंद्र त्यागी आदि मौजूद रहे।



साइकिल की सवारी कई मायनों में है फायदेमंद : डॉ स्वपन सुमन

सियासत ब्यूरो/मेरठ

www.siyasatdaily.com

उन्नत भारत अभियान के तहत मेरठ इंस्टिट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी के मैकेनिकल इंजीनियरिंग विभाग में विश्व साइकिल दिवस मनाया गया।

एमआईईटी में मनाया विश्व साइकिल दिवस

इस दौरान कॉलेज परिसर में मोटरसाइकिल एवं गाड़ियों के लिए एक दिन की पाबंदी लगाई गई। सभी को साइकिल से आने के लिए कहा गया। छात्र एवं शिक्षक उत्साह पूर्वक साइकिल चलाकर कॉलेज परिसर में पहुंचे। उन्नत भारत अभियान के कोऑर्डिनेटर डॉ स्वपन सुमन ने कहा साइकिल की सवारी करना स्वास्थ्य



की दृष्टि से बेहद फायदेमंद है। विशेषज्ञों के अनुसार प्रतिदिन 30 मिनट साइकिल की सवारी हमारे शरीर में मौजूद इम्यून सेल को सक्रिय करती

है, जिससे बीमार होने का खतरा कम हो जाता है। साइकिल की सवारी करना ना सिर्फ शारीरिक स्वास्थ्य, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी लाभदायक है। मीडिया हेड अजय चौधरी ने कहा की एक तरफ जहां पेट्रोल, डीजल की कीमत आसमान छू रही है तो दूसरी तरफ उनके ज्यादा इस्तेमाल से वातावरण को क्षति पहुंचती है। तमाम गाड़ियां रोड पर चलते हुए हार्मफुल गैसज छोड़ जाती हैं जिसकी वजह से हमारे पर्यावरण को हानि पहुंचती है। ऐसे में साइकिल का उपयोग एनवायरनमेंटल फ्रेंडली साबित होता है। इस अवसर पर एमआईईटी के चेयरमैन विष्णु शरण, वाइस चेयरमैन पुनीत अग्रवाल, निदेशक डॉ बृजेश सिंह, डॉ हनी तोमर, डॉ भूपेंद्र शर्मा, विभाग अध्यक्ष डॉ शैलेंद्र त्यागी आदि मौजूद रहे।

ACTIVITY 5:

Name of Activity: World Environment Day

Need of the Activity: Tree planting is one of the finest ways to improve the environment. Trees increase biodiversity, give oxygen, and offer resources. We cannot survive without trees. We should plant more and more trees.

On the occasion of World Environment Day, a tree plantation program was organized at MIET under the joint aegis of Unnat Bharat Abhiyan, NSS Unit, Internal Quality Assurance Cell and Society of Electronics Engineers. Director Dr. Brijesh Singh said that trees provide life, air and oxygen to humans, which give us life, not only to plant trees but to save them, it is the duty of every person in the society. To create balance in the environment, the more trees there are on the earth, the more oxygen will be available to humans.

State Coordinator of National Children's Science Congress, Deepak Sharma said that this time the main mantra of Environment Day in our country is the art of living a nature-friendly life. We can protect the environment by making small changes in our lifestyle.

During this, Director Dr. Brijesh Singh, State Coordinator of National Children's Science Congress Deepak Sharma, IQAC Head Dr. Praveen Chakraborty, Unnat Bharat Abhiyan Coordinator Dr. Swapan Suman and Media Head Ajay Chaudhary planted saplings.



एमआईईटी में वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन

Campus Adda June 06, 2023



मेरठ। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर उन्नत भारत अभियान, एनएसएस यूनिट, इंटरनल क्वालिटी एश्योरेंस सेल और सोसाइटी ऑफ इलेक्ट्रॉनिक्स इंजीनियर्स के संयुक्त तत्वावधान में एमआईईटी में वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

निदेशक डॉ बृजेश सिंह ने कहा कि वृक्ष मनुष्य को प्राण वायु ऑक्सीजन मिलता है, जो की हमें जीवन देते हैं वृक्षों को लगाना ही नहीं अपितु इन्हें बचाए रखना समाज के हर व्यक्ति का कर्तव्य है। पर्यावरण में संतुलन बनाने के लिए धरती पर जितना अधिक से अधिक वृक्ष होंगे उतना ही मनुष्य को ऑक्सीजन मिलेगा।

राष्ट्रीय बाल विज्ञान कांग्रेस के प्रदेश समन्वयक दीपक शर्मा ने कहा की इस बार हमारे देश में पर्यावरण दिवस का मूल मंत्र प्रकृति के अनुकूल जीवन जीने की कला है। हम अपनी जीवनशैली में छोटे-छोटे बदलाव करके पर्यावरण की रक्षा कर सकते हैं।

इस दौरान निदेशक डॉ बृजेश सिंह, राष्ट्रीय बाल विज्ञान कांग्रेस के प्रदेश समन्वयक दीपक शर्मा,आईक्यूएसी हेड डॉ प्रवीण चक्रवर्ती, उन्नत भारत अभियान कोऑर्डिनेटर डॉ स्वप्न सुमन एवं मीडिया हेड अजय चौधरी ने पौधे रोपे ।

Tags: मेरठ



ACTIVITY 6:

Name of Activity: International YOGA Day

Need of the Activity: Raise awareness worldwide of the many benefits of practicing yoga.

Every year on June 21st, International Yoga Day 2023 is observed to raise awareness of the many advantages of yoga practise. The day of the year with the greatest length in the Northern Hemisphere, the summer solstice, falls on the selected date. This day is an opportunity to spread the word about yoga's all-encompassing approach to wellness. It emphasises the significance of achieving balance in our hectic, contemporary life and promotes harmony on all levels—physical, mental, and spiritual. Yoga promotes stress reduction, awareness, and general health and vigour.

Students and faculty members of Meerut Institute of Engineering and Technology, Meerut celebrated International YOGA Day 2023 under Unnat Bharat Abhiyan (UBA) and National Service Scheme (NSS).





एमआईईटी में अंतराष्ट्रीय योग दिवस पर योग शिविर का आयोजन

एनपीटी ब्यूरो

मेरठ। अंतराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एमआईईटी और शुभ योग स्टूडियो के संयुक्त तत्वावधान में योग शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 100 से ज्यादा छात्र-छात्राओं ने हिस्सा लिया। इस दौरान शुभ योग स्टूडियो से योग गुरु मोना अहलावत द्वारा छात्र छात्राओं को योगाभ्यास कराया। इस दौरान योग गुरु ने पद्मासन, वज्रासन, सिद्धासन, मत्स्यासन, वक्रासन, अर्ध-मत्स्येन्द्रासन, गोमुखासन, पश्चिमोत्तनासन, ब्राह्म मुद्रा, उ ष ट् आ साना , गोमुखासन, अर्धहलासन, हलासन, सर्वांगासन, विपरीतकर्णी आसन, पवनमुक्तासन, नौकासन, शवासन, : मकरासन,



धनुरासन, भुजंगासन, शलभासन, विपरीत नौकासन आदि का अभ्यास कराया। योग गुरु ने आसन के फायदे भी बताए जैसे भुजंग आसन का रोज अभ्यास से कमर की परेशानियां दूर होती हैं। ये आसन पीठ और मेरूदंड के लिए लाभकारी होता है। बाल आसन से तनाव दूर होता है। शरीर को संतुलिच और रक्त संचार को सामान्य बनाने के लिए इस आसन को किया

जाता है। इस अवसर पर शुभ योग स्टूडियो से शुभांगिनी राजपूत, देवेन्द्र कुमार, गौरव भारद्वाज, दीपक ठाकुर, शक्ति ठाकुर, भावना, मंजू, ओ.डी राजपूत, एमआईईटी के वाइस चेयरमैन पुनीत अग्रवाल, निदेशक डॉ बृजेश सिंह, डीएसडब्ल्यू डॉ भूपेंद्र कुमार शर्मा, एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ स्वपन सुमन, मीडिया हेड अजय चौधरी आदि ने योगाभ्यास किया।



miet

दैनिक

WWW.MEERUTDARPAN.COM

You Tube/meerut darpan news

mrtddarpan@gmail.com

Whatsapp:- 9897419837

RNI NO. UPHIN 2016/69845

मेरठ दर्पण

21-06-2023 मेरठ

एमआईईटी में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर योग शिविर का आयोजन



मेरठ दर्पण - अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एमआईईटी और शुभ योग स्टूडियो के संयुक्त तत्वावधान में योग शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 100 से ज्यादा छात्र-छात्राओं ने हिस्सा लिया। इस दौरान शुभ योग स्टूडियो से योग गुरु मोना अहलावत द्वारा छात्र छात्राओं को योगाभ्यास कराया। इस दौरान योग गुरु ने पद्मासन, वज्रासन, सिद्धासन, मत्स्यासन, वक्रासन, अर्ध-मत्स्येन्द्रासन, गोमुखासन, पश्चिमोत्तनासन, ब्राह्म मुद्रा, उष्ट्रासन, गोमुखासन, अर्धहलासन, हलासन, सर्वांगासन, विपरीतकर्णी आसन, पवनमुक्तासन, नौकासन, शवासन, मकरासन, धनुरासन, भुजंगासन, शलभासन, विपरीत नौकासन आदि का अभ्यास कराया। योग गुरु ने आसन

के फायदे भी बताए जैसे भुजंग आसन का रोज अभ्यास से कमर की परेशानियां दूर होती हैं। ये आसन पीठ और मेरूदंड के लिए लाभकारी होता है। बाल आसन से तनाव दूर होता है। शरीर को संतुलित और रक्त संचार को सामान्य बनाने के लिए इस आसन को किया जाता है। इस अवसर पर शुभ योग स्टूडियो से शुभांगिनी राजपूत, देवेन्द्र कुमार, गौरव भारद्वाज, दीपक ठाकुर, शक्ति ठाकुर, भावना, मंजू, ओ.डी राजपूत, एमआईईटी के वाइस चेयरमैन पुनीत अग्रवाल, निदेशक डॉ बृजेश सिंह, डीएसडब्ल्यू डॉ भूपेंद्र कुमार शर्मा, एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ स्वपन सुमन, मीडिया हेड अजय चौधरी आदि ने योगाभ्यास किया।

NEWS BLOGS

www.newsblogs.in

LiveUpdates

21 JUN 2023

एमआईईटी में अंतराष्ट्रीय योग दिवस पर योग शिविर का आयोजन



मेरठ : अंतराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एमआईईटी और शुभ योग स्टूडियो के संयुक्त तत्वावधान में योग शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 100 से ज्यादा छात्र-छात्राओं ने हिस्सा लिया। इस दौरान शुभ योग स्टूडियो से योग गुरु मोना अहलावत द्वारा छात्र छात्राओं को योगाभ्यास कराया। इस दौरान योग गुरु ने पद्मासन, वज्रासन, सिद्धासन, मत्स्यासन, वक्रासन, अर्ध-मत्स्येन्द्रासन, गोमुखासन, पश्चिमोत्तनासन, ब्राह्म मुद्रा, उष्ट्रासन, गोमुखासन, अर्धहलासन, हलासन, सर्वांगासन, विपरीतकर्णी आसन, पवनमुक्तासन, नौकासन, शवासन, मकरासन, धनुरासन, भुजंगासन, शलभासन, विपरीत नौकासन आदि का अभ्यास कराया। इस अवसर पर शुभ योग स्टूडियो से शुभांगिनी राजपूत, देवेन्द्र कुमार, गौरव भारद्वाज, दीपक ठाकुर, शक्ति ठाकुर, भावना, मंजू, ओ.डी राजपूत, एमआईईटी के वाइस चेयरमैन पुनीत अग्रवाल, निदेशक डॉ बृजेश सिंह, डीएसडब्ल्यू डॉ भूपेंद्र कुमार शर्मा, एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ स्वपन सुमन, मीडिया हेड अजय चौधरी आदि ने योगाभ्यास किया।





Action plan for Upcoming months:

Sr. No.	Activity to be conducted
1	Awareness program on world population day
2	Awareness program on world youth skill day
3	Activity of women empowerment