

VIVEKANANDA PATHSHALA AT A GLANCE IN THE MONTH OF JANUARY, 2022.

A new year, a new beginning.

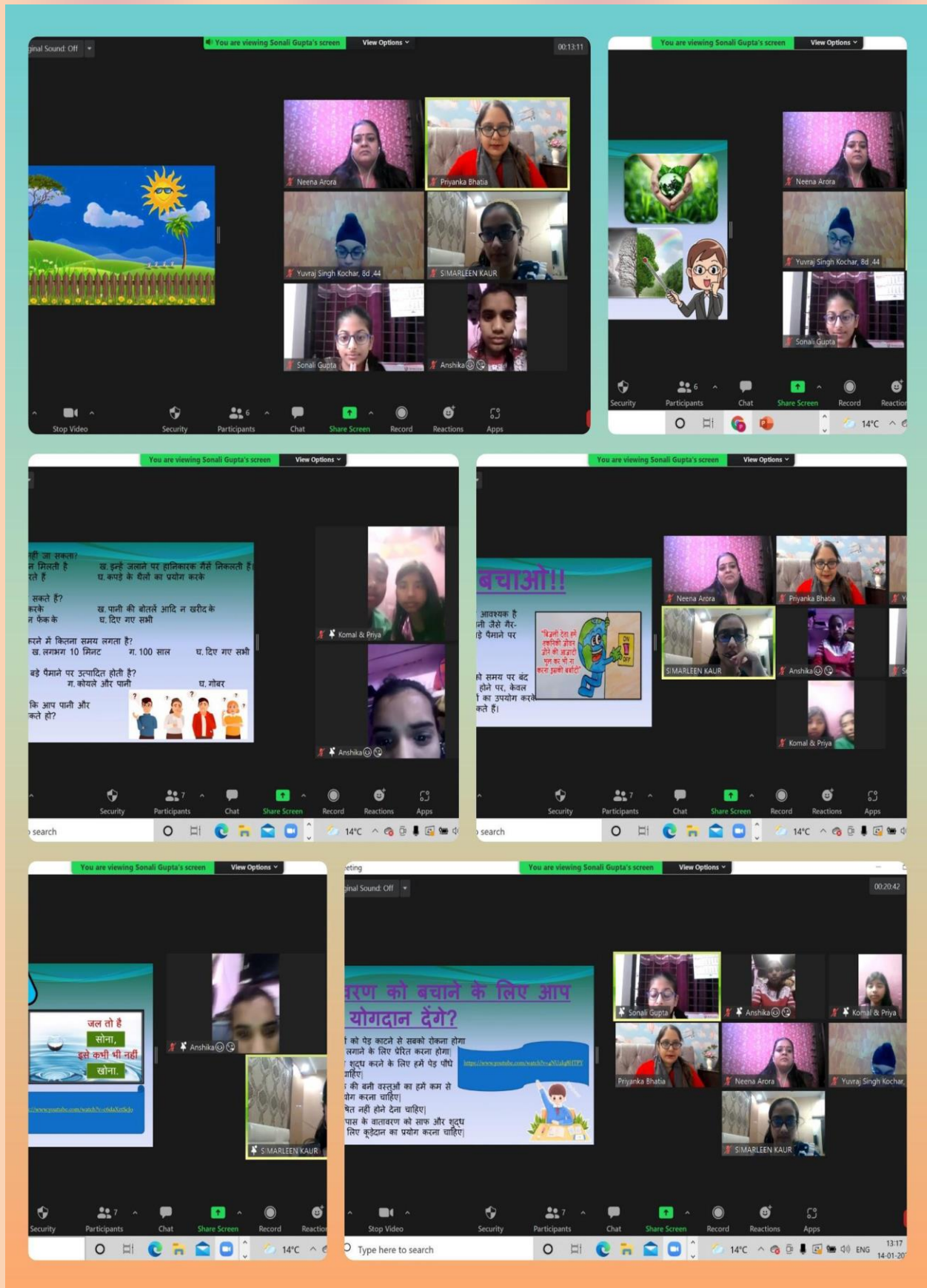
We started the month by wishing the Vivekanand Pathshala students a happy and fruitful year. A beautiful card was also shared with them.



ZOOM SESSIONS

The month started with a Zoom Session conducted on 14 January 2022 by Ms. Neena Arora on the topic 'Environment'. The session was very useful and interactive. The students were taught about the importance of saving water and electricity.







A virtual Zoom session on 'Nutrition and Health' was conducted by Ms. Poonam Sagar on 21 January 2022. The session started with a prayer followed by a PowerPoint presentation and an animated video. It was an interesting and knowledgeable session.

Balanced Diet

अनाज और दालें पर्याप्त मात्रा में लेवन करें

खाद्य और पेय चीनी और फैट में अधिक लेवन करें

दूध और दूध उत्पाद अपूर्ण मात्रा में लेवन करें

मांस, मछली, और पोल्ट्री संतुलित रूप से लेवन करें

फल और सब्जियाँ अधिक मात्रा में लेवन करें

पोषक तत्व (Nutrients)

हाइड्रेट (Carbohydrates)

प्रोटीन (Proteins)

चर्ब (Fats)

विटामिन (Vitamins)

मिनरल्स (Minerals)

विटामिन और मिनरल्स (Vitamins and Minerals)

- सुरक्षात्मक भोजन हमारे शरीर को बीमारियों से लड़ने में मदद करता है।
- यह हमें काम राशि में लेने होते हैं लेकिन यह हमारे शरीर की लाइक बहुत महत्वपूर्ण होते हैं।
- उद्घरण - दूध और उसे बनी products, हरी सब्जियाँ और फल।

प्रश्न में से किससे ऊर्जा प्राप्त नहीं होती है?

ब/ हाइड्रेट

प्रोटीन

द/ सभी से प्राप्त होती है

प्रश्न में से किसे रसात्मक पदार्थ कहा जाता है ?

ब/ विटामिन

हाइड्रेट

द/ बसा

प्रश्न में से कौन सा विटामिन सी का उत्तम स्रोत है?

ब/ आम

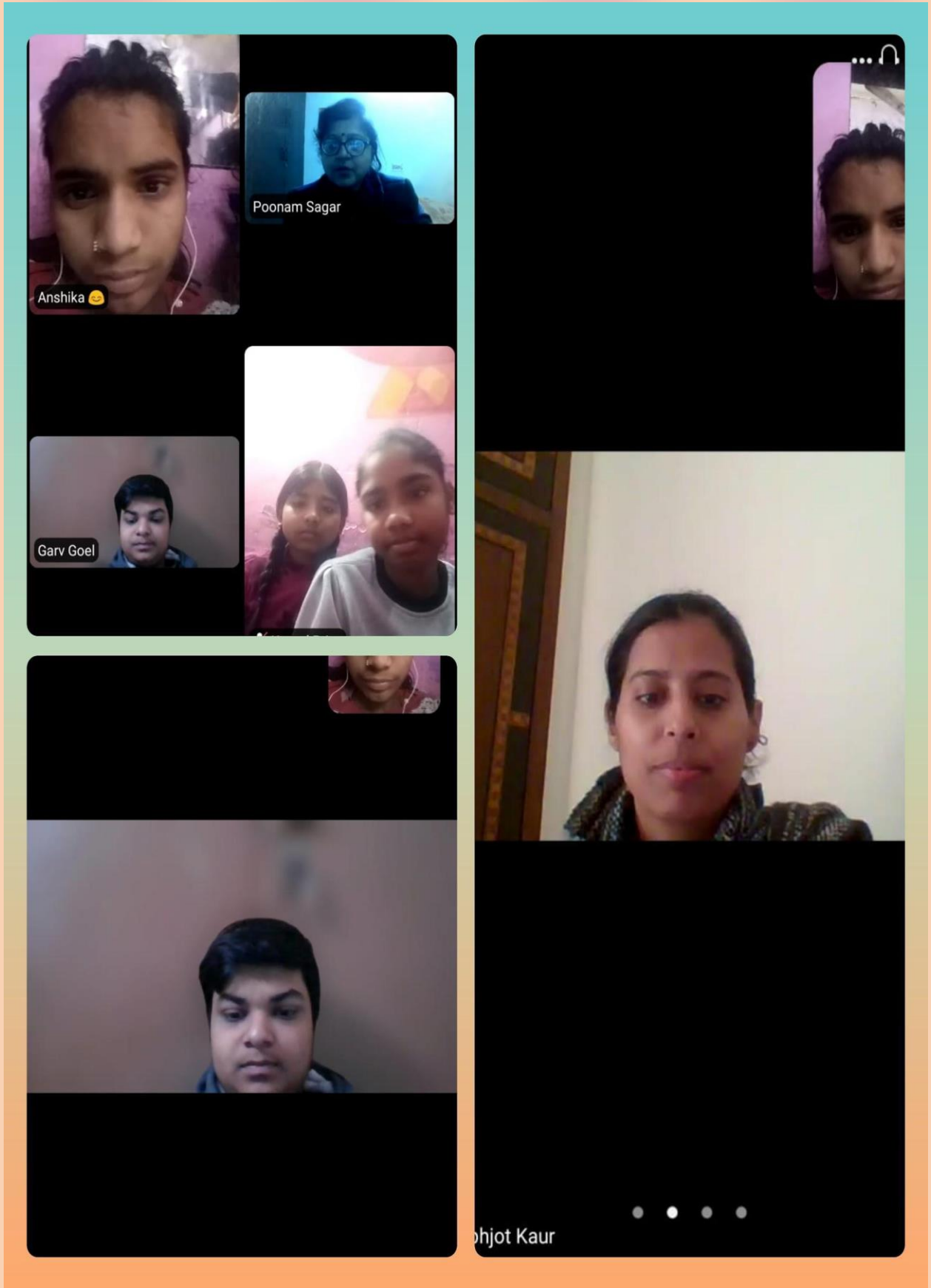
द/ दूध

प्रश्न में से कौन सा शर्करा कौन सी है ?

ब/ फ्रक्टोस

द/ सुक्रोज





LINKS AND LEARNING

To spread the feeling of festivity, a YouTube video showing the importance of the Lohri festival was shared in the WhatsApp group with the children which helped them to gain knowledge.

<https://youtu.be/7IhUKYmvu50>



Adding to their creativity a video showing how to make decorative paper kites was shared on the occasion of Makar Sankranti.

<https://youtu.be/1OBIsCsrmeE>



Moral values are the key components of a person's character. To inculcate the moral values among the children, moral stories were shared with them. These stories will help them to become a better person.

<https://youtu.be/A1nNHdt1mic>



A beautiful video depicting the tableaux of states at the Republic Day parade was shared with the students of Vivekanand Pathshala on the occasion of Republic day to enhance the feeling of patriotism.

https://youtu.be/zB2kX_TMgzM



