

The Annual Report of Social Service Club (NYNA) for the year 2020-21

Social Service Club (NYNA) has organized various programmes for the academic year 2020-21. .



World Blood Donors Day

DATE: 14-06-2020

Venue: Online Platform

Donating blood is one of the greatest way to help humankind. “Never feel yourself weak, you have the ability to save a life. Just donate blood”. Every year on 14th of June world Blood Donors Day is celebrated to encourage blood donation and appreciate or thank the blood donors all over the world. AMC Group of Educational institutions, Social Service Club commemorated the World Blood Donor’s Day on 14-06-2020. To acknowledge this day, Elocution and collage Competitions conducted among the students through online.



Report on visit to Covid-19 warriors

Date: 23rd September 2020

Venue: Police station and PHC Vaniyamkulam

With the COVID-19 threat entering the third phase; it is the time that people in the health sector and the police departments of our area deserve a round of applause for their dedicated work Especially during this crucial juncture. “There is a risk, but the two important departments (i.e.Health and Police) have taken the Hippocratic Oath to always serve their society”. Police personnel and the Health departments are the first respondents to any situation. They come in contact with people from all walks of life and they need to be fit and healthy to tackle the situation effectively.

As part of Social Service club of AMC College Manissery, the Club members visited Ottapalam Police Station and PHC Vaniyamkulam to felicitate the officers who was honoured on independence day, Prakasan Sir ,ASI Ottapalam ,Kamala ma’am, Beet officer, to appreciate the two departments for their invaluable and selfless services to the society .





Report On Cancer Awareness Day

Date: November 7th 2020

Venue: Online Platform

On 7th November, Social Service Club (NAYA) commemorate National Cancer Awareness day. AMC Group of Educational Institutions through the social aservice club coordinators and members circulated the phamlet to create an awareness among the people “how to prevent cancer through food”. The phamlet is circulated through digital way.

ഭക്ഷണത്തിലൂടെ എങ്ങിനെ ക്യാൻസറിനെ പ്രതിരോധിക്കാം
ഒരു ടൗൺ കൗൺസർ പ്രതിരോധം ഒരു ടൗൺ കൗൺസർ ചികിത്സയ്ക്ക് വിലമതിക്കുന്നു.

വെളുത്തുള്ളി....

വെളുത്തുള്ളി ക്യാൻസർ തടയാൻ ഉത്തമമാണ്. ഇതിൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള അലിസിൻ എന്ന ഘടകം അർബുദ രോഗങ്ങളെ തുരത്തുന്നു. ഇതോടൊപ്പം വിറ്റാമിൻ, കാൽഷ്യം, ധാതുക്കൾ എന്നിവയും വെളുത്തുള്ളിയിലുണ്ട്. ഇവയിലുള്ള സൾഫർ സംയുക്തങ്ങൾ ക്യാൻസർ സെല്ലുകൾ ക്ഷുഭിതൻ വളരത്തിലിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.



മീനുകൾ...

മത്സി, അയല പോലെയുള്ള മീനുകളിൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ഒമേഗ-3 ഫാറ്റി ആസിഡും വിറ്റാമിൻ ഡിയും ക്യാൻസർ സാധ്യത കുറക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. ആഴ്ചയിൽ രണ്ടു തവണകൾ ഇവ കഴിച്ചാൽ ആവശ്യത്തിനുള്ള പോഷകങ്ങൾ ശരീരത്തിന് ലഭ്യമാകും.



കൂണ്...

ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ക്യാൻസറിനെ നശിപ്പിക്കാനും ക്യാൻസർ സഹായകരമായ പദാർത്ഥങ്ങൾ നശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കൂണ് ഉണ്ട്. കൂണ് കോഴി മുട്ടകളുടെ പ്രധാന ഭാഗമാണ്. കൂണ് കോഴി മുട്ടകളിൽ സന്നദ്ധമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. പനി കോളാബാക്ടീരിയ്ക്ക് അളവ് കൂടാൻ സഹായം നൽകുന്നതിനെ തടയുകയും ക്യാൻസർ സാധ്യത കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.



പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ....

പഴങ്ങളിലും പച്ചക്കറികളിലും ധാരാളം പോഷകഗുണങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ക്രോമറ്റിനോയ്ഡുകൾ, ഫ്ലാവനോയ്ഡുകൾ, ബീറ്റാ കരോട്ടീൻ, തൈലോറ്റാ തെറാക്കൈറ്റുകൾ, ബെറ്റാലൈൻ, വിറ്റാമിൻ ഡി, സി, ഇ, കെ എന്നീ പല ഗുണകങ്ങളാണ് ഇവയിലുള്ളത്. ഇവയ്ക്ക് ഹോർമോണുകളോടൊപ്പം പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഇവ രോഗങ്ങളെ സഹജമായി തടയാൻ സഹായിക്കുന്ന ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധശേഷി ക്ഷയിക്കുന്നില്ല.



സിട്രസ് പഴങ്ങൾ...

സിട്രസ് പഴങ്ങളായ നാരങ്ങ, ഓറഞ്ച്, മ്യൂസംബ എന്നിവയ്ക്ക് ക്യാൻസർ തടയാനുള്ള ശേഷി ഉണ്ട്. നാരങ്ങയുടെ പുല്ലും തൊഴിയിൽ നിന്ന് തിരിച്ചെടുത്ത സത്തിൽ ലിംഗോഹ എന്ന രക്താർബുദത്തെ തടയുന്ന ഘടകങ്ങൾ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. നാരങ്ങയിൽ വിറ്റാമിൻ സി ധാരാളമുണ്ട്. ഇവ ക്യാൻസർ തടയാൻ സഹായിക്കും. ഇതോടൊപ്പം ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കാനും നാരങ്ങ നല്ലതാണ്.



Distribution of Mobile Phone

Date ; 28th July 2020

The COVID-19 has resulted in schools and colleges shut all across the world. Globally, over 1.2 billion children are out of the classroom. As a result, education has changed dramatically, with the distinctive rise of e-learning, whereby teaching is undertaken remotely and on digital platform. AMC group of Educational institutions on behalf of Social Service club distributed mobile phones to the students those who are not having mobile phones, to ensure the digitalized learning, as “Education is the most powerful weapon which you can use to change the world”.

Distributors of the Mobile Phone.

1. Manikandan R [Hon] (Member of Governing Body AMC Group of Educational Institution)
2. Baiju K (Principal, AMC Group of Educational institution)
3. Divya Haridas (Asst. Professor, English)



Donation of mask

Date ; 19th February 2021

As one of the preventive measures during the pandemic situation, Social Service Club members made mask which were donated to Ottapalam Taluk Hospital. Arousing commitment towards the society among the students is the main objective of Social Service Club (NYNA).



Financial assistance to a cancer patient

Date ; 16th April 2021

Rs. 2450/ collected from the students and handed over to Haridasan, Chundichiparambil, Kothayur Road, whose daughter (Akshara) is a cancer patient near to our college. It help the students to learn their social responsibility towards the society.

I would like to conclude the Social Service Club (NYNA) activities for the academic year 2020-21.



Herewith the report is being concluded

Staff Co-ordinator Vasanthi P