

# ഓർമ്മച്ചിറക്

2026

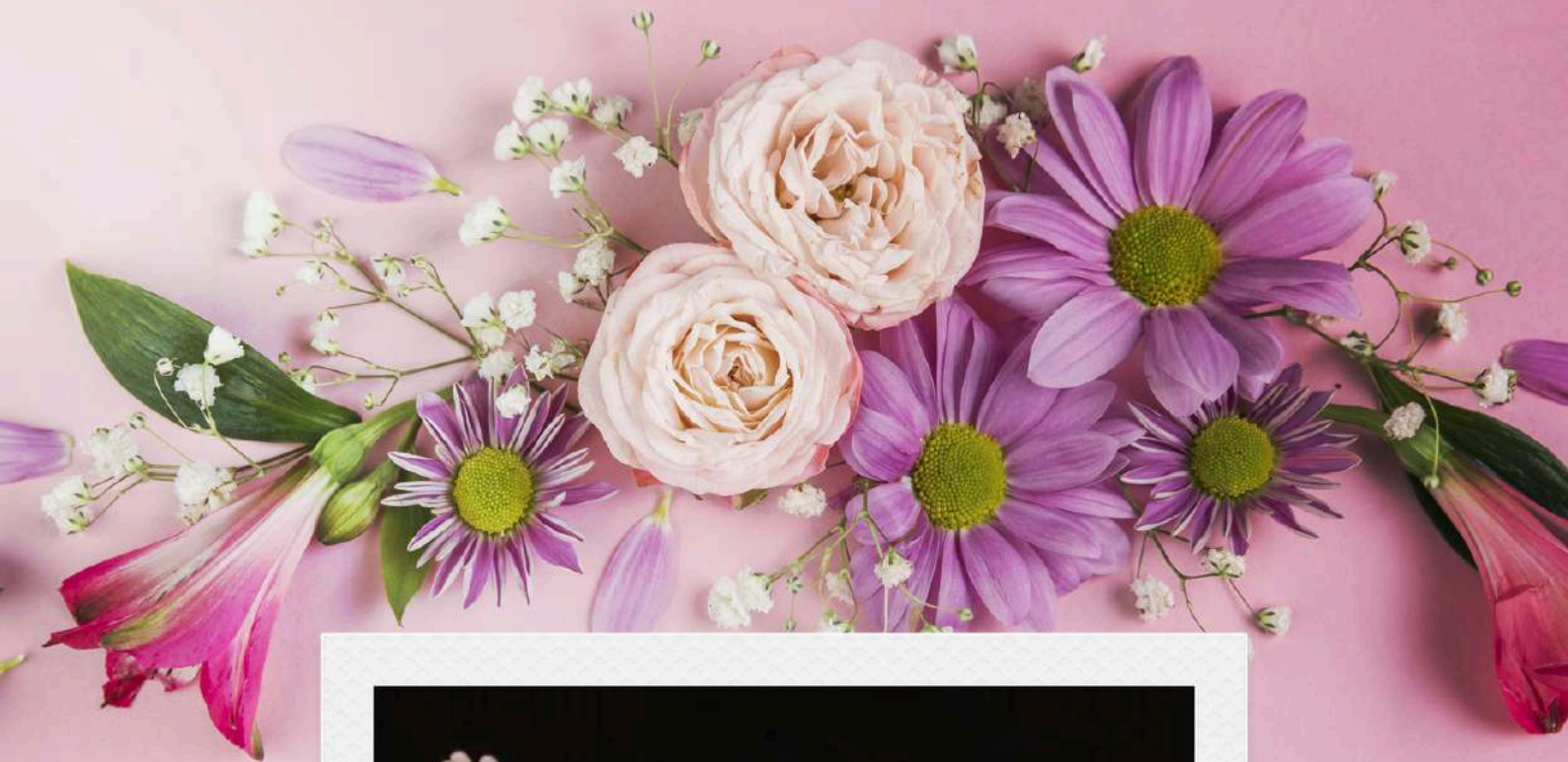
**MERCY COLLEGE OF NURSING**  
**POTHY, THALAYOLAPARAMBU**



Midayikunnu P.O,Thalayolaparambu  
Ph: 04829 235355,238567  
[WWW.mercynursingcollege.com](http://WWW.mercynursingcollege.com)  
Recognized by INC,KNC,Gvt.of Kerala  
Affiliated to KUHS

# MERCY COLLEGE OF NURSING POTHY





**Pope Leo XIV**

*Peace be with all of you!*



**Mar Raphael Thattil**

Major Archbishop  
Syro-Malabar Catholic Church



**Mar Joseph Pamplany**  
Vicar the Major Archbishop,  
Major Archeparchy of Ernakulam-Angamaly

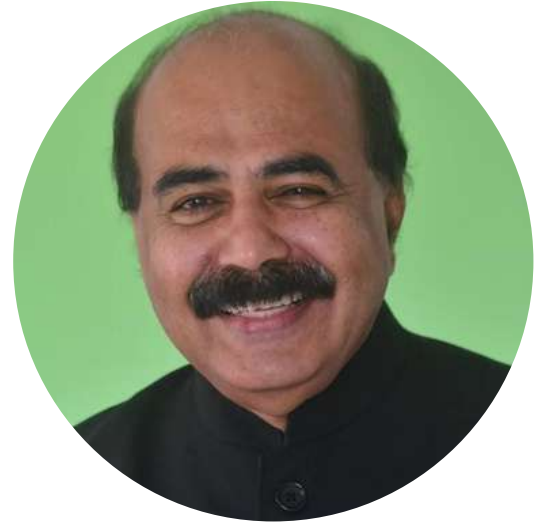


*Florence Nightingale*



**KERALA UNIVERSITY OF HEALTH SCIENCES**  
Medical College P. O., Thrissur, Kerala, India Pin - 680 596

Prof. (Dr.) Mohanan Kunnummal, MD  
Vice Chancellor



# MESSAGE

I am happy to learn that the students and faculty of Mercy College of Nursing are bringing out their academic College Magazine for the academic year 2025-2026. A magazine is the mirror of an institution's spirit - reflecting its creativity, talent, and intellectual vibrancy. I am confident that this special edition, "ORMACHIRAKU" will serve as a vibrant forum for students to refine their literary skills and further enrich the academic environment of the institution. I extend my heartfelt congratulations and warm wishes to all the students and faculty members for this commendable initiative.

Prof. (D..) Mohanan Kunnummal  
Vice Chancellor

# MESSAGE



Education enlightens minds, empowers individuals, and guides society toward a progressive future. It is truly inspiring to witness the growth, dedication, and achievements of our students at MCON. The college magazine “ORMACHIRAKU” beautifully reflects their talents, creativity, and hard work, serving as a meaningful platform for expression and shared memories.

I extend my sincere appreciation to the Management, Faculty, and Editorial Board for their efforts in bringing out this publication. My heartfelt congratulations to our dear students, and I wish them continued success in all their future endeavors.

**Sr. Lee Rose Plackal SABS**  
Provincial Superior  
Adoration Province  
Ernakulam

# MESSAGE



It is a matter of pride to learn that our College is bringing out its annual college magazine titled “ORMACHIRAKU”. Such publications play an important role in nurturing the intellectual and creative spirit of students. They provide a meaningful space for young minds to share their ideas, talents, and experiences, while also highlighting the vibrant academic and co-curricular life of the institution.

I extend my heartfelt appreciation to the editorial board and all the contributors whose dedication made this magazine possible. May this publication encourage our students to continue striving for excellence and to uphold the values of compassion, responsibility, and service that define the nursing profession. I wish the magazine and everyone involved in it continued success and a bright future ahead.

**Prof.Sr. Anecia S.A.B.S**  
Director  
Mercy College of Nursing, Pothy



## **MESSAGE**

It gives me great pleasure to know that the annual magazine of Mercy College of Nursing, Pothy, titled “ORMACHIRAKU” , is being published. A college magazine reflects the spirit, creativity, and achievements of its students and faculty. It provides a valuable platform for young minds to share their thoughts, talents, and experiences, while celebrating the vibrant academic life of the institution.

I sincerely appreciate the efforts of the editorial board and everyone who contributed to bringing out this publication. I hope this magazine will inspire our students to continue striving for excellence and uphold the values of compassion, dedication, and service that define the nursing profession. I extend my best wishes for the success of this wonderful initiative.

**Sr.Preethi Thundathil S.A.B.S**  
**Administrator**  
Mercy Hospital, Pothy

# **MESSAGE**



**Nursing is an art: and if it is to be made an art, it requires an exclusive devotion as hard a preparation as any painter's or sculptor's work. This magazine brings together our thoughtful perspectives and creative expressions, reflecting our evolving competencies. May it motivate everyone to continue striving for excellence and uphold the noble values of the nursing profession.**

**Prof.Dr.Sindhu.J.Vayalil**  
**Principal**  
Mercy College of Nursing,Poathy

# *Editorial*

With immense pride and heartfelt joy, we present the latest edition of “ORMACHIRAKU”, the annual magazine of Mercy College of Nursing. More than a publication, “ORMACHIRAKU” reflects the vibrant spirit, creativity, and collective journey of our college community.

Within these pages unfolds a beautiful blend of poems, stories, articles, and artwork that echo the voices, ideas, and aspirations of our students and faculty. Each contribution weaves a unique thread into this tapestry of expression, celebrating imagination, knowledge, and inspiration.

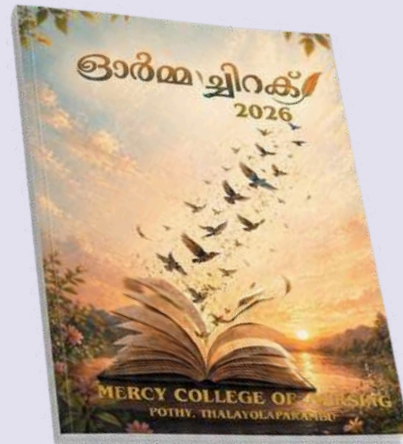
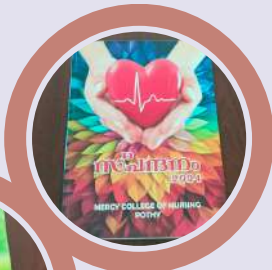
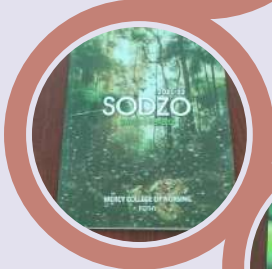
We express our sincere gratitude to our management, faculty members, and dear students whose creativity, dedication, and enthusiasm made this magazine possible. We also extend our heartfelt thanks to all those who offered their valuable support and helping hands behind the scenes. Special appreciation goes to the well-wishers and advertisers whose encouragement and contributions greatly supported the publication of this magazine.

As you turn these pages, may “ORMACHIRAKU” inspire, enlighten, and offer a delightful glimpse into the vibrant life and talents of our institution.

Warm regards,  
Editorial Board  
ORMACHIRAKU



Adila.s  
Magazine Editor



### Student Editor

Ms. Adila.S

### Photography

Mr. Jithin Jose

### DTP & Layout

Ms. Julie.J

### Printing

Viani Printings  
Ernakulam

### Editor in chief

Rev. Sr. Anecia S.A.B.S (Director)  
Prof. Dr. Sindhu J Vayalil (Principal)

### Staff Editors

Mr. Jithin Jose  
Ms. Merly Mathew

### Cover Page Design

Ms. Adila.S

### Finance Controller

Sr. Lincy S.A.B.S

### About

**"DRMACHIRAKU"** is the 8<sup>th</sup> Annual Magazine published by Mercy College of Nursing, Pothy, Thalayolaparambu, Kottayam, Kerala. This magazine is record of student achievements and our life at Mercy College of Nursing.



# MERCY COLLEGE OF NURSING

## THALAYOLAPARAMBU, POTHY, KOTTAYAM

### THE ANNUAL REPORT OF THE COLLEGE, 2025

“The educated nurse is not merely trained to do, but prepared to think, care, and lead.”— Florence Nightingale

With the continuous evolution and progress of the nursing profession, I am pleased to present the 12th Annual Report of Mercy College of Nursing. Mercy College of Nursing, managed by the Sisters of Adoration of the Blessed Sacrament, S.H. Province, Ernakulam, steadfastly continues its commitment to excellence in nursing education and healthcare services.

The institution was established in 1996 as a School of Nursing and was later upgraded to a College of Nursing in 2013, marking a significant milestone in its academic growth. Over the years, the college has consistently provided a healthy, supportive, and academically competitive environment, enabling students to develop holistically in academics, sports, and a wide range of co-curricular and extracurricular activities.

Mercy College of Nursing is affiliated with Mercy Hospital, Thalayolaparambu, Pothy, Kottayam, which is also managed by the Sisters of Adoration of the Blessed Sacrament, S.H. Province, Ernakulam, thereby offering students rich clinical exposure and opportunities for professional competence and compassionate service.

## **OBJECTIVES**

- To provide opportunities which would enable the student to function as an effective individual
- To prepare a professional and technically skilled nurse competent to give comprehensive nursing care to the individual, family and community in sickness and health.
- To acquire an exemplary steadfastness to principles and moral values so as to witness to a life of honesty and integrity.
- To provide opportunities and experience, which would enable the student to develop and maintain effective interpersonal relationship with professional and non-professional personnel.
- Develop a team spirit by working with other members of the health care team in the promotion of health, prevention of illness, restoration of health and alleviation of suffering.
- Demonstrative leadership qualities and decision making abilities in various nursing situations.
- Demonstrative skill in excellent nursing care, teaching and supervising skill in the hospital and in community settings.

## **INFRASTRUCTURE**

The College is equipped with infrastructure facilities to accommodate 60 students, strictly in accordance with Indian Nursing Council (INC) norms. The new College building, inaugurated on 02 April 2016, is well designed and stands fit in all aspects of nursing education.

To enhance practical learning, the College has continuously upgraded its laboratory facilities, including a well-equipped skill laboratory, ensuring effective hands-on training for students. The institution provides a conducive learning environment where students can acquire knowledge and skills by utilizing a wide range of resources such as clinical facilities in both governmental and non-governmental hospitals, community health centres, a well-stocked library, and fully equipped classrooms.

We humbly thank the Almighty God for His abundant blessings and guidance in all our endeavours.

## **CLINICAL TRAINING AND HOSPITAL SERVICES**

Students gained extensive hands-on clinical experience at Mercy Hospital, a 300-bedded multispecialty institution, which significantly enhanced their clinical competencies under expert supervision. Established in December 1973, Mercy Hospital offers comprehensive services through various departments including Medicine, Paediatrics, Orthopaedics, Obstetrics and Gynaecology, Surgery, Geriatrics, Psychiatry, Palliative Care, and Dialysis.

To ensure broad-based clinical exposure, the College conducted collaborative clinical training programmes with other reputed healthcare institutions and entered into Memorandums of Understanding (MoUs) with selected hospitals. As part of advanced clinical training, Fourth Semester students were posted to Lakeshore Hospital for advanced nursing practice.

The College is also affiliated with Vaikom Taluk Hospital, Community Health Centres (CHCs), and Primary Health Centres (PHCs), where students gain valuable experience in community health nursing and governmental healthcare settings. Further strengthening specialty exposure, Fifth Semester students were posted to Believers Church Medical College Hospital for paediatric nursing experience.

Additionally, the College is affiliated with Believers Church Medical College Hospital to facilitate critical care unit exposure for Eighth Semester B.Sc. Nursing students during their internship period, thereby enhancing their readiness for professional practice

## **FACULTY**

The faculty members of the College are highly qualified, experienced, and committed to providing quality nursing education and comprehensive clinical training to students. The institution is supported by a team of 23 teaching faculty members, each possessing rich clinical and teaching experience. The faculty actively engage in research activities, continuous professional development, and student mentoring, thereby enhancing academic excellence, clinical competence, and professional growth among students.

## **LIBRARY**

The Library of Mercy College of Nursing stands as a cornerstone of academic excellence, offering a rich array of resources to support nursing education, teaching, and research. The library houses a total of 4,560 books, encompassing a wide range of subjects in nursing, medical sciences, and allied health disciplines.

To keep students and faculty abreast of recent developments, the library subscribes to 17 professional journals, providing access to current research and emerging trends in nursing and healthcare. In addition, the collection includes 142 back volumes of journals, which serve as valuable references for academic study and research activities.

Library services include book lending, reference and information assistance, and a quiet, well-maintained reading area that promotes focused learning. To ensure effective utilization of resources, regular orientation programmes are conducted for newly admitted students, familiarizing them with library facilities, services, and basic research methodologies.

## **ACADEMIC ACHIEVEMENTS**

We are proud of yielding the academic achievement for the year 2025-25 after completion of the regular examination as follows:

1<sup>st</sup> Semester: 95%

2<sup>nd</sup> Semester-100%

3<sup>rd</sup> Semester-98%

4<sup>th</sup> semester-96%

5<sup>th</sup> Semester- 100%

6<sup>th</sup> Semester – 95%

7<sup>th</sup> Semester – 100%

## **STUDENT NURSES ASSOCIATION**

All students are enrolled as members of Student Nurses Association at the institutional level. Our Student nurses association was headed by Mr.Jithin Jose. Various important days are celebrated by the students in and out the campus. Ms.Agnes AJ won prize for the state SNA sports meet and Ms. Athira Robin won prize for the SNA arts meet. The following members are the office barriers of SNA 2025.

President: Pro.Dr.Sindhu.J.Vayalil

Advisor: Mr.Jithin Jose

Chairperson: Mr.Joyal Jojo

Vice Chairperson: Ms.Christina Augustine

Secretary: Ms.Krishnapriya

Joint Secretary: Ms.Neethu Jayan

Treasurer: Ms. Sonu Babu

Programme Co-ordinator: Ms.Aneeta P Tomy

Sports Co-Ordinator: Mr.Sivanath K

### **Class representatives**

Ms. Athulya Mathew

Ms.Augustina Jeni

Ms.Aleena Joseph

Ms.Olivia Elis Benny

## **COLLEGE UNION COUNCIL**

In order to improve the leadership quality of the students, college union election was conducted on 15/06/24. The following members are the office bearers of college union council.

1. Chair Person: Ms .Amina Shafeek
2. Vice Chair Person: Ms.Andriya Prakash
3. General secretary: Ms. Maria Rose Joseph
4. University Union Councilor: Ms.Neha K.S
5. Editor of College Magazine : Ms.Adila S
6. Secretary of fine arts: Ms.Anjaly Shajan
7. Joint Secretary: Ms.Anusree AN
8. Secretary of Sports and Games: Ms.Josna Joseph
9. Class Representative:
  - Ms.Jesna S
  - Ms.Athira Robin
  - Ms.Josna Jomon
  - Mr.R.Niranjana

## **STUDENT WELFARE ACTIVITIES**

Students are given sessions on personality development, value education and counselling services. Life Skill Training ‘WIN LIFE COURSE” is given for the newly admitted students by the certified trainer. Festival days are celebrated in the College. Students are receiving scholarships like E-grantz and others as per agreement with Govt.

## **ANTI-RAGGING MEASURES**

We have an active anti-ragging committee. Awareness programmes are arranged for both parents and students. Anti-Ragging week was celebrated for 12<sup>th</sup> August to 18<sup>th</sup> August to create awareness among students about hazards of ragging. As a part of anti-ragging day celebration competitions such as poster making, Slogan writing, essay writing logo designing and reels were conducted. Antiragging awareness class by Mr. Arjunan and Mr. Mohanan sub inspector of police, Thalayolaparambu has arrived to take class. The meeting started with a prayer song. They discussed about the consequences of substance abuse. They also mentioned about the importance of positive thinking, the healthy relationship between body and mind, equal importance of proper functioning of all our body systems, ways to develop critical thinking, methods to keep ourself away from negative thoughts and people. They explained everything with live examples from their day to day experiences. The students has taken an oath regarding they won't rag anybody, they will never try any kind of substances. They explained about the punishment of ragging crimes. Advised the students to show love, concern, empathy and respect to all others. Students was clear about the importance of creating a safe environment around us. Students are free to discuss their problems and issues related to ragging and appropriate measures are taken immediately.

## Anti-ragging Committee Members

Sl.	Name	Designation
1	Sr. Anecia SABS	Director, Mercy College of Nursing
2	Prof. Dr. Sindhu J	Principal & Chairperson
3	Sr. Shaiby M.J( Sr.Lisa)	Convener
4	Ms. Vidya R Nair	Secretary
5	Sr. Gonzaga	Clinical Psychologist
6	Ms. Sibitha Sinu Paul	I Year Class Coordinator
7	Ms. Vidya R Nair	II Year Class Coordinator
8	Sr.Rincy	III Year Class Coordinator
9	Ms. Lucy Joseph	IV Year Class Coordinator
10	Student Representatives	Ms.Ashna & Mr.Albert (1st Sem), Mr.Mathew & Ms.Alphonsa (3rd Sem), Mr.Sreedev & Ms.Lizbeth (5th Sem), Mr.Subin & Ms.Agnes

## Anti-Ragging Squad Members

Sl.	Name	Designation	Contact
1	Sr. Anecia SABS	Director	7994190582
2	Dr. Prof. Sindhu J	Principal & Chairperson	8547342157
3	Sr. Jessy Abraham	Assistant Warden &	9496637365
4	Ms. Vidya R Nair	Secretary	9656237093
5	Sr. Lisa	Assistant Warden	9544213550
6	Ms. Reshma	Hostel Faculty	9497326415
7	Ms. Donna Rose	Hostel Faculty	7558098435

## STAFF DEVELOPMENT AND WELFARE ACTIVITIES

At Mercy College of Nursing, continuous professional development and the well-being of faculty are given high priority. To enhance knowledge and teaching competencies, Continuing Faculty Education (CFE) programmes are conducted on the third Saturday of every month. These sessions focus on recent advancements in nursing education, clinical practice, research methodologies, and emerging trends in healthcare.

In addition to academic enrichment, various faculty welfare initiatives are undertaken to promote physical, mental, and professional well-being. Faculty members are encouraged and supported to participate in national and international conferences, workshops, and seminars for professional growth and academic exposure. As part of recreational and team-building activities, a one-day picnic was organized to provide relaxation and rejuvenation for the faculty.

The faculty welfare activities are co-ordinated by the staff secretary Ms. Jinumol Joseph and CNE is organized by Ms. Reshma Vargheese.

A Three-Day Faculty Development Programme (FDP) was conducted at Mercy College of Nursing from 29 October 2025 to 31 October 2025 with the objective of strengthening the pedagogical competencies of nursing faculty. The programme focused on promoting innovative and student-centred teaching-learning strategies, enhancing assessment techniques, and improving the overall quality of nursing education. The sessions were facilitated by experienced faculty members with expertise in nursing education and instructional methodologies.

A total of 22 faculty members participated in the programme, including 17 faculty members from Mercy College of Nursing, three participants from BCF College of Nursing, and three participants from Leyamma Memorial College of Nursing. In addition, Sr. Rosaline Thomas, Assistant Professor, Department of Obstetrics and Gynaecology, Lourdes College of Nursing, Thrikkakara, attended the programme as an observer.

Recognizing the increasing significance of the Objective Structured Clinical Examination (OSCE) as a core component of competency-based nursing education, Mercy College of Nursing, Pothy, organized a State-Level Workshop titled "OSCE Exam Readiness Boot Camp" on 18 December 2025, with approval for 10 credit hours from the Kerala Nurses and Midwives Council (KNMC).

The workshop was designed to equip nursing faculty with comprehensive theoretical knowledge and practical hands-on experience in the planning, implementation, and evaluation of OSCEs across various semesters and specialties of the B.Sc. Nursing programme.

## **SPIRITUAL AND PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT**

True education aims at the holistic development of students, encompassing academic, emotional, psychological, and spiritual growth. In keeping with this philosophy, annual student retreats were organized from 16 December 2025 to 18 December 2025, providing students with opportunities for reflection, value formation, and personal growth.

To support the psychological well-being of students, the institution has arranged the services of a student counsellor, who is available to address personal, emotional, and psychological issues that may affect students' well-being and academic performance.

Further strengthening student support, all students are divided into small groups and assigned to faculty mentors. Students are encouraged to meet their assigned charge teachers at least once a month or as and when required, ensuring continuous guidance, mentoring, and individualized support.

## **STUDENT SUPPORT AND GUIDANCE PROGRAMME**

The college is having an actively functioning student support and guidance programme cell. Ms.Reshma varghese and Ms.Mable Maria are the nodal officers of SSGP. It is functioning as per the guidelines given by KUHS.

## **SPORTS COMMITTEE**

The Sports Committee of Mercy College of Nursing actively promotes physical fitness and sportsmanship among students by organizing various sports and games throughout the academic year. The committee is headed by Mr.Jithin Jose and the following members are the sports representatives

Ms.Gopika Das

Ms.Agnes AJ

Ms.Denia Saju

Mr.Mathew Benzely

The Annual Sports Day was celebrated on 17th May 2025, featuring a range of sports and games competitions. Students enthusiastically participated, showcasing their athletic skills and competitive spirit. The winners were awarded prizes in recognition of their achievements.

Further, the talented students who excelled in the Annual Sports Day represented the college at the Zonal Level Competitions, where they demonstrated outstanding performance and secured prizes. The Sports Committee remains committed to encouraging students to engage in sports activities for overall well-being, teamwork, and discipline. Looking ahead, the committee plans to introduce more opportunities for students to participate in intercollegiate and state-level competitions, further enhancing their sporting potential.

## **PARENTS TEACHERS ASSOCIATION (PTA)**

PTA general body meeting was conducted on 26/03/25. The following members were elected as the PTA executing members for the year 2025.

1. Patron Prof. Dr.Sindhu.J.Vayalil
2. PTA President: Mr.Baby Mathew
3. Vice President: Ms.Sinimol Joseph
4. Secretary : Prof.Lucy Joseph
5. Treasurer: Sr.Jessy Maria

Executive members

Mr.Joshy Jacob

Ms.Shanty

Ms.Joycee Jacob

Mr.Praveen

Sr.Lisa

Ms.Sibitha Sinu Paul

Ms.Meera Vaippan

Ms.Mable Maria

Ms.Vidya R Nair

Class PTA meeting was conducted on every 3months and the academic performance of the students are intimated to the parents.

## **HOSTEL**

Mercy College of Nursing provides exclusive hostel facilities for female students, ensuring a safe, secure, and comfortable residential environment. The hostel is well equipped with essential amenities that foster a conducive atmosphere for academic focus, personal development, and well-being.

We remain optimistic and confident about the future of our nursing programme.

With the continued guidance and support of our management, the institution is well positioned to meet emerging challenges and to sustain its commitment to excellence in nursing education

**PRINCIPAL**



**TEACHING STAFF**



**NON-TEACHING STAFF**



**HOSTEL STAFF**



**EDITORIAL BOARD**



**SSGP**



**SNA**



**COLLEGE UNION**



**OUTGOING BATCH**



**1<sup>ST</sup> SEMESTER**



**3<sup>RD</sup> SEMESTER**



**5<sup>TH</sup> SEMESTER**



**7<sup>TH</sup> SEMESTER**

# THE NURSING PROFESSION: A MODERN SYNTHESIS OF CARE AND SCIENCE

Nursing is a highly specialized healthcare profession dedicated to the protection, promotion, and optimization of health and abilities. Often described as both an art and a science, it combines a deep respect for human dignity with rigorous clinical expertise to provide holistic care for individuals, families, and communities.

## The Core of Practice: The Nursing Process

Regardless of their specialty, all nurses follow a systematic method known as the nursing process to deliver patient-centered care.

- **Assessment:** Collecting in-depth physiological, social, and lifestyle data.
- **Diagnosis:** Analyzing symptoms and behaviours to identify health problems.
- **Planning:** Setting measurable and realistic goals for a patient's recovery.
- **Implementation:** Executing the care plan, including administering medications and performing treatments.
- **Evaluation:** Analyzing the effectiveness of the plan and making necessary adjustments.

## Diverse Career Paths and Specialties

- **Registered Nurses (RNs):** The most common role, providing direct care in hospitals, clinics, and schools.
- **Advanced Practice Registered Nurses (APRNs):** Highly trained professionals such as Nurse Practitioners (NPs), Nurse Anesthetists (CRNAs), and Nurse Midwives (CNMs), who can often diagnose illness and prescribe medications.
- **Specialized Clinical Areas:** Nurses can focus on specific fields like oncology, pediatrics, critical care/ICU, and mental health.

- **Non-clinical Roles:** Opportunities also exist in nursing education, research, informatics, and healthcare policy.

## Evolution and History

The profession has evolved from ancient roots of domestic caregiving to a regulated and respected vocation.

- **Florence Nightingale:** Considered the founder of modern nursing, she professionalized the field in the mid-19th century by establishing the first nursing school and implementing sanitation standards that drastically reduced mortality rates.
- **Professionalization:** The 20th century saw the move of nursing education from hospital-based apprenticeships to university-level degree programs (BSc, MSc, DNP).

## Current Trends and Future Challenges

- **Technological Integration:** The use of Electronic Health Records (EHRs), telehealth, and artificial intelligence is streamlining documentation and improving predictive analytics for patient outcomes.

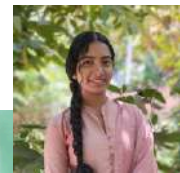
- **Global Shortages:** A critical shortage of nurses is projected through 2030, driven by an aging global population and high rates of professional burnout.
- **Expanding Autonomy:** There is a growing trend toward granting APRNs full practice authority, allowing them to serve as primary care providers and bridge gaps in physician availability.

## Additional Insight :

In 2026, the nursing profession is marked by the integration of technology such as artificial intelligence and remote patient monitoring, alongside shifts towards sustainable practice models to address shortages. The profession remains economically resilient, with high demand, and is consistently rated highly for ethics.

## Conclusion

In conclusion, nursing is a dynamic and evolving profession that combines compassion with scientific knowledge. It continues to play a crucial role in modern healthcare systems by adapting to technological advancements and addressing global healthcare challenges.



Litty Tomichan  
1<sup>st</sup> Semester





# Nurses Day



GRADUATION  
CEREMONY  
BATCH OF  
**2020**







*Congratulations!*



# കൊഴിയാത്ത ഇതൾ



Josna Joseph  
Out going Student

ഈറനണിഞ്ഞ മിഴികളിൽ നിന്നും  
പൊടുന്നനേ ഒരു തുള്ളി ഇറ്റ് വീണു പെട്ടെന്നതാ  
ഞാൻ ഞെട്ടി ഉയർത്തു എങ്ങോ പോയാരേൻ  
മനസിനൊപ്പം

പോയതൊക്കെയതാ ഒരു കനലായ്  
എരിഞ്ഞമരുന്നു എന്തിനീ വേദന നീ എനിക്ക്  
തന്നു എന്ന് ഞാനെന്നോടു തന്നേ  
മനസിലാഞ്ഞു ഞാനെന്നോടു തന്നേ  
മനസിലാഞ്ഞു..

എത്ര മനോഹരമാണാരാവുകൾ മനസിൽ ഇന്നും  
തങ്ങി നിൽക്കുന്നു നീ എനിക്കായ് തന്ന  
ഓർമ്മകളെല്ലാം ഒരു പുഷ്പമായ് വിരിഞ്ഞ്  
നിൽക്കുന്നു.

ഈറനണിഞ്ഞ മുടി നീ കോതിയൊതുക്കിയതും  
എൻ തോളിൽ നീ തലചായ്ച്ചു കിടന്നതും ഇന്നും  
മധുരമായ ഒരോർമ്മയായി എൻ നേഞ്ചോടു  
ചേർത്തു പിടിക്കുന്നു

മധുരിക്കുമി ഓർമ്മകൾ എനിക്കായ് തന്നു നീ  
ഹാ! എത്ര സുന്ദരം ആ ഓർമ്മകൾ  
ഓർമ്മതൻ പുവിൽ നിന്നും  
ആ ഒരിതൾ മാത്രം കൊഴിയാതെ ബാക്കിയായി.





# SPORTS DAY



## **HANDS THAT HEAL**

We carry compassion in our hands,  
and courage in our eyes,  
walking quiet corridors  
where pain and hope collide.

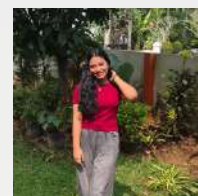


We learn the language of heart beats,  
the rhythm of a breath,  
standing strong beside a soul,  
balanced between life and death.



Not every lesson lives in books;  
some live in tears we hold,  
in sleepless nights and gentle words,  
in stories never told.

We are not just students in white;  
we are strength learning to care,  
turning empathy into action,  
answering silent prayers.



**Anna Rose Paulson**  
1<sup>st</sup> semester

# BLOOD

Donor Day



14 JUNE





Hanna Mol Siju  
1<sup>st</sup> Semester

## *Small Steps*

Small steps taken every day,  
Lead us gently on our way.  
Dreams grow strong when hearts believe;  
In hope we give, in faith receive.

Through cloudy skies or sunny weather,  
We learn, we grow, we walk together.  
Life feels bright when kindness stays,  
Lighting up our ordinary days.

When doubts appear and strength feels low,  
We pause, breathe deep, and move more slow.  
Each little step, though small it seems,  
Brings us closer to our dreams.



international  
**YOGA** day



21st June

# ഓർമ്മപുക്കൾ



Jesna George  
V Sem

ഏതോ വസന്തകാലത്തിന് ഓർമ്മയിൽ കാത്തിരിക്കുകയാണോ നിമിഷം; വീണ്ടും വരുമെന്ന പ്രതീക്ഷയാൽ ഓർത്തിരിക്കുകയാണോ നിമിഷം.

ആരോരുമില്ലാ നീണ്ട കാൽപ്പതായിലൂടെ ഓർമ്മതൻ ഒരുനൂറു പുച്ചെണ്ടുമായ് ഓടിയകലുകയാണെന്ന് ഹൃദയം, വീണ്ടും ഒരുനോക്ക് കാണുമെന്നാശയാൽ.

കാലത്തിന്റെ ദ്രുഗതിയിൽ, ഭൂമിയുടെ ചക്രവാളത്തിൽ, എങ്ങോ പോയിമറഞ്ഞ ആ ഒരോർമ്മ ജീവനു വേണ്ടി തേടിയലയുന്നു.

രാത്രിയുടെ നിഴൽ വീണ താഴ്വരയിലൂടെ നിലാവിന്റെ വെള്ളിവെളിച്ചം നീളേ പടർന്നു. മന്ദമാരുതൻ തഴുകി ഉണർത്തുന്ന പാലപ്പൂവിൻ സുഗന്ധം പടർന്നു.

വസന്തകാലത്തിന്റെ പച്ചപരവതാനിയിലൂടെ പണ്ടങ്ങോ നടന്നു ഞാൻ ഒരു പുൽനാമ്പ് തേടി പ്രതീക്ഷയെങ്ങോ പോയിമറഞ്ഞു ഓർക്കുന്നു ഞാനാ ഏകാന്തനിമിഷം.

എൻ കാൽപാദത്തിൻ വിരലടയാളം ഭൂമിതൻ നെറുകയിൽ തലോടവേ, പണ്ടങ്ങോ പോയിമറഞ്ഞൊരാ കൈയക്ഷരം, വീണ്ടും ഓർമ്മയിൽ തെളിഞ്ഞിടുന്നു.

ഓർമകളെത്രയോ സുന്ദരം; വിലോലം അതിലത്രയോ കണ്ണുനീർതുള്ളികൾ ഒരായിരം പൂക്കളാൽ പുൽകുന്നീ നിമിഷം പോയകാലത്തിന് ഓർമ്മപ്പുവുകൾ.

പൂക്കൾ നിറഞ്ഞ പൂന്തോപ്പിൻ നടുവിൽ ആശതൻ സ്വപ്നമേറി നിൽപ്പു ഞാൻ. വീണ്ടും വരുമെന്ന വസന്തകാലത്തിന് സ്മൃതിയിൽ, കാത്തിരിക്കുകയാണോ നിമിഷം.

ഋതുക്കൾ പോയിമറഞ്ഞു; വസന്തമോ വന്നെത്തി ഒരിക്കൽ നീ തന്നൊരു സ്നേഹസമ്മാനം, മയിൽപ്പിലിപോലെ ഞാൻ കാത്തുസൂക്ഷിച്ചു, വീണ്ടുമൊരു കഥയുടെ ആരംഭത്തിനായി. ജീവനുവേണ്ടി തേടിയലയുകയാണെന്ന് ആത്മാവ്.

കാലമോ കടന്നുപോയി; പൂക്കളോ പൊഴിഞ്ഞുപോയി പൂന്തോപ്പില്ല, സ്വപ്നമില്ല, എൻ പ്രതീക്ഷയുമില്ല. കൈകളോ ശൂന്യം, ഹൃദയമോ ശൂന്യം, ബാക്കിവെച്ചതാണീ ആയിരം 'ഓർമ്മപ്പുക്കൾ'

നിശ്വാസമില്ല, നിഴലുമില്ല, എൻ കാൽപ്പാദമില്ല. ഓർമ്മതൻ തേരില റി വരുന്നൊരു മന്ദമാരുതനാണവൻ ആത്മാവ്.



---

June 19

---

# വായന ദിനം

---





Neha Biju & Acsa Susan Jacob  
 won 1<sup>st</sup> Prize  
 Intercollegiate Quiz Competition ,Kottayam

# WORLD ANTI DRUG DAY





## *NATURE'S SYMPHONY*

Rivers weave through valleys green,  
Mountains rise where clouds are seen,  
Stars dance above, in endless night,  
A cosmic show, a pure delight.

Winds whisper low, through forest trees,  
Leaves rustle, in a gentle breeze.  
Ocean waves crash, on sandy shore,  
Nature's rhythm, forever moves.

In twilight's hush, creatures roam,  
Seeking dreams, in their secret home,  
Moonbeams dance, on waters calm,  
A celestial waltz, in cosmic psalm.

In this world we're part too,  
Connected threads, in nature's hue.  
A fleeting glimpse of something grand,  
In Nature's song, we find our stand.



Neethu Babu  
1<sup>st</sup> Semester



**JWALA**



**ARTS DAY**

June 21





## Is She Right?

Yeah... it is  
The way it is.  
Rightly, she is—  
The hope in the home.

"Belligerent," they say,  
A so-called scapegoat.  
Yet still she stands,  
The hope in the home.

Family anchor, I say,  
Keeper of kin,  
Rightly, she is—  
The hope in the home



Diya Somichen  
3<sup>rd</sup> Semester



# School health programme & mock drill





## REPORT OF MEDICAL CAMP

A free medical camp was conducted at mercy Hospital, Pothy in Thalayolaparambu on 19<sup>th</sup> July 2025 from 9am to 2pm .The camp offered various checkups like (GRBS ,TSH, Bone density etc.) and medical and surgical consultation by Dr. A D Sreekumar General Medicine and Dr. Shiju Varghese General Surgeon, Mercy hospital Pothy. Fourth Semester B.Sc. Nursing students and Faculties of Medical surgical Nursing Department of MCON played an integral role in this medical camp. The camp Saw an enthusiastic participation from the local community, with a significant number of individuals availing the services. Over all the medical camp was success contributing to the well being of the community and re enforcing the hospital commitment to providing accessible health care services



**Medical surgical Nursing Department**



**Anna George**  
**3<sup>rd</sup> Semester**

## **HOPE!**

**I live in shadows, warm and deep  
Where your heartbeat rocks my sleep  
I do not see the world outside,  
Only feel you, close, inside.  
Your thoughts are heavy, nights are long  
You wonder where I may belong  
Fear and hope in a quiet fight,  
Tears that fall without a sight.  
I know no pain, I know no blame,  
I have no face, I have no name.  
Whatever choice your heart may choose,  
I rest in love - you cannot lose.  
Between your breath and all you feel,  
This silent bond is soft and real!**

**Note: The quiet bond between a mother and the unborn life as the mother struggles with the decision of abortion.**



# BG Department



The Obstetrics and Gynaecological Nursing department of Mercy College of Nursing observed breast feeding week and celebrated it on 2/8/2025 at 10 am in the Mercy Hospital reception. The sixth semester B.Sc. Nursing students conducted an awareness programme named “LACTORA” in a view to share knowledge and promote appreciable practices of breast feeding.



August 02



## **Time doesn't Knock**

**Time doesn't knock.  
It slips in—  
between a breath,  
between two heartbeats.  
It smells like new rain,  
sounds like a message  
you almost ignored  
but changed your life.  
Time wears many faces:  
a slow morning,  
a racing clock, a quiet night  
that understands you.  
It doesn't ask permission.  
It edits us—  
softens our fears,  
sharpens our dreams.  
Time is not running out.  
It is unfolding.  
And right now,  
it is choosing you.**



**Anamika u  
&  
Giya sosa Gigi (1<sup>st</sup> Sem)**

---

# SOLACE 2K25

---



---

## MENTAL HEALTH DAY PROGRAMME

---

Mental Health Nursing Department

# ആരോഗ്യത്തിലേക്കുള്ള യാത്ര: എല്ലാവർക്കും ഒരുപോലെ ആണോ? ....

ആരോഗ്യം മനുഷ്യന്റെ ഏറ്റവും വലിയ സമ്പത്താണ്. എന്നാൽ ആ സമ്പത്ത് എല്ലാവർക്കും ഒരുപോലെ ലഭിക്കുമ്പോഴേ ഒരു സമൂഹം സത്യത്തിൽ പുരോഗമിക്കുകയുള്ളൂ. ഇന്ത്യ പോലെയുള്ള വലിയ രാജ്യത്ത്, ഇന്ന് പോലും ആരോഗ്യപരിചരണത്തിന്റെ സൗകര്യങ്ങൾ എല്ലാവരിലേക്കും ഒരേ അളവിൽ എത്തുന്നില്ല. ഈ അസമത്വമാണ് ഇന്ത്യയിലെ ആരോഗ്യപരിചരണത്തിലെ അന്തരം എന്ന പേരിൽ നമ്മെ ആശങ്കപ്പെടുത്തുന്നത്.



ആരോഗ്യപരിചരണം ലഭിക്കുന്നില്ല എന്നത് ഒരു യാഥാർത്ഥ്യമാണ്. നഗരങ്ങളുടെ തിരക്കിനിടയിൽ ഉയർന്നു നിൽക്കുന്ന ആധുനിക ആശുപത്രികൾ, വിദഗ്ധ ഡോക്ടർമാർ, നൂതന സാങ്കേതികവിദ്യകൾ—ഇവയെല്ലാം ഒരു വശത്ത്. മറുവശത്ത്, ഗ്രാമങ്ങളുടെ ശാന്തതയ്ക്കുള്ളിൽ, ഒരു ഡോക്ടറെ കാണാൻ പോലും കിലോമീറ്ററുകൾ സഞ്ചരിക്കേണ്ടിവരുന്ന മനുഷ്യജീവിതങ്ങൾ. ഇവിടെ ആരോഗ്യം ഒരു അവകാശമല്ല, പലപ്പോഴും ഒരു ഭാഗ്യമായി മാറുന്നു.

ആരോഗ്യപരിചരണത്തിലെ ഈ അന്തരം നികത്തുക എന്നത് സർക്കാരിന്റെ മാത്രം ഉത്തരവാദിത്വമല്ല. ഒരു സമൂഹം എന്ന നിലയിൽ നാം എല്ലാവരും ഈ വിഷയത്തെ ഗൗരവത്തോടെ കാണണം. ഗ്രാമങ്ങളിലേക്കുള്ള ആരോഗ്യസൗകര്യങ്ങളുടെ ശക്തിപ്പെടുത്തലും, പ്രാഥമികാരോഗ്യ സംവിധാനങ്ങളുടെ മെച്ചപ്പെടുത്തലും അനിവാര്യമാണ്. ആരോഗ്യ സമ്പത്തിന്റെ അടയാളമല്ല; മറിച്ച് മനുഷ്യന്റെ അവകാശമാണ്. ആ അവകാശം ഇന്ത്യയിലെ ഓരോ പൗരനും ഒരുപോലെ അനുഭവിക്കേണ്ടത് നമ്മുടെ ഉത്തരവാദിത്വമാണ്.

ചികിത്സാ ചെലവ് ഇന്ത്യയിലെ ആരോഗ്യരംഗത്തെ മറ്റൊരു വലിയ പ്രശ്നമാണ്. സർക്കാർ ആശുപത്രികൾ ഉണ്ടായിട്ടും, നീണ്ട കാത്തിരിപ്പും പരിമിതമായ സൗകര്യങ്ങളും കാരണം പലരും സ്വകാര്യ ആശുപത്രികളിലേക്ക് പോകുന്നു. എന്നാൽ സ്വകാര്യ ചികിത്സ പല കുടുംബങ്ങൾക്കും താങ്ങാനാകാത്ത ചെലവാണ്. ഇതു കാരണം ചിലർ ചികിത്സ തന്നെ ഉപേക്ഷിക്കുന്ന അവസ്ഥയും കാണപ്പെടുന്നു. ചികിത്സയുടെ ചെലവ് കൂടുന്നതോടെ, രോഗം ശരീരത്തെ മാത്രമല്ല, കുടുംബത്തിന്റെ സാമ്പത്തികാവസ്ഥയെയും ബാധിക്കുന്നു.

ആരോഗ്യം ഒരു ആഡംബരമല്ല. അത് ഓരോ മനുഷ്യന്റെയും അടിസ്ഥാന അവകാശമാണ്. ആ അവകാശം ഇന്ത്യയിലെ അവസാനത്തെ വ്യക്തിയിലേക്കും എത്തുമ്പോഴേ ഒരു സുസ്ഥിരവും കരുണയുള്ളതുമായ സമൂഹം രൂപപ്പെടുകയുള്ളൂ.

ഇന്ത്യയുടെ ആരോഗ്യ ഇൻഷുറൻസ് പദ്ധതികൾ പ്രതീക്ഷയുടെ വെളിച്ചമായി നിലകൊള്ളുന്നുവെങ്കിലും, അവയുടെ പ്രയോജനം എല്ലാ ജനവിഭാഗങ്ങളിലേക്കും പൂർണ്ണമായി എത്തുന്നില്ല. അറിവിന്റെ കുറവും സംവിധാനങ്ങളിലെ പരിമിതികളും ഇപ്പോഴും അനേകരെ ആ വെളിച്ചത്തിൽ നിന്ന് അകറ്റുന്നു.





*N*UTRIORA

NUTRITIONAL PROGRAMME

Nursing Foundation  
Department





Jesna George  
5 th semester

## मैं कौन हूँ

विल पूछता है एक सवाल जिनका जवाब है लापता। खोजना है एक रास्ता जो ले जाए मुझे मंज़िल की ओर।

चाँद की रोशनी या सूरज की किरण, जुगनू हूँ या चमकते सितारे, क्या नाम दे सकूँ खुद को और क्या रंग दिला दूँ अपनी पहचान को।

सफ़र है लम्बा, गुज़रनी है अकेली, सवाल ज़्यादा, जवाब कम। मन भरा है एक समंदर सा, उसकी लहरें भी ढूँढ रही हैं किनारे।

सही है कि नहीं मेरी यह डगर? तबाह डर लगता है, सपनों से कर दे यूँ बे-घर।  
रहूँ या ना रहूँ, फ़र्क़ क्या पड़ा? पर ये दिल तो पूछता है "मैं कौन हूँ।"



# ACHIEVEMENTS



LAKSHMI JAYAKUMAR  
&  
NEHA BIJU

WON 1ST PRIZE FOR THE INTERCOLLEGIATE QUIZ COMPETITION

YEAR OF 2025



Sonu Babu  
7th sem

# ഓർമ്മ പൂക്കൾ

ഒരിക്കലും മറക്കാത്ത എന്തെങ്കിലും ഉണ്ടോ  
എന്ന ചോദ്യത്തിന് ഓർമ്മകൾ എന്നല്ലാതെ  
മറ്റെന്ത് ഉത്തരമുണ്ട്?

ഒഴുകുന്ന പുഴയെ മാറോടു ചേർക്കുന്ന  
കല്ലുകൾക്ക് ഉണ്ട് ഓർമ്മ.

സ്നേഹത്തിന്റെ കയ്യൊപ്പുകൾ മാത്രം ഉള്ളിൽ  
ചേർക്കുന്നതു അല്ല ഓർമ്മകൾ അവയ്ക്ക്  
കണ്ണിരിന്റെ ഉപ്പുരസവും, സൗഹൃദത്തിന്റെ  
ചേർത്തുപിടിക്കലും, വിരഹത്തിന്റെ  
വേദനയുമുണ്ട്.

മരണമില്ലാത്ത മനുഷ്യനില്ലെങ്കിലും, ഒരു  
മറവികും ഇടംനൽകാത്ത

ഓർമ്മകൾ എത്ര തരളം അല്ലേ!

ഓർമ്മകൾ പുൽകിയുണരാത്ത മനുഷ്യർ ...  
അത്തരമൊരു ചിന്തപോലും കെട്ടുകഥയാകും.  
ഒരുമരണത്തിനും വിട്ടുകൊടുക്കാതെയുള്ള  
ഒരുപാടോർമ്മകളുള്ള മനുഷ്യരിവിടെ  
ഉണ്ടോ....

കണ്ടുമറയുന്ന മുഖങ്ങളിൽ കാഴ്ചയുടെ  
ധൈര്യങ്ങളെ അന്ധമാക്കുന്ന ഓർമ്മകൾ  
മനുഷ്യനെ ഇന്നും ര്മ്മപൂക്കളാക്കുന്നു.

ഒരു മറവികും വിട്ടുകൊടുക്കാതെ  
ഹൃദയത്തിന്റെ ഓർമ്മകൾ.

സമയനാഴിക അതിവേഗം കുതിക്കുമ്പോൾ  
സമയത്തിനും കാലത്തിനുമപ്പുറം മറവിയുടെ  
തടവറ കീഴടക്കാത്ത

എത്ര എത്ര ഓർമ്മകളല്ലേ നമ്മളെ  
ചിന്തയിലാഴ്ത്തുന്നത്.

പടർത്തുന്ന പുഞ്ചിരികളെക്കാൾ കാലം  
മായ്ക്കാത്ത ഓർമ്മകളാൽ ഓരോ

മനുഷ്യനിലും തേങ്ങലായി

നിലകൊള്ളുന്നതെന്നേദനകൾ അറിയിക്കുന്നു  
ണ്ടാവുകയില്ലല്ലോ.



# മങ്ങുകില്ല സ്മൃതികൾ

.....



Adila. S  
4th year

ഓർമ്മിക്കുന്നു ഞാൻ!  
കാലത്തിന്റെ മൗനവാതിലുകൾക്കപ്പുറം  
ചേതനയറ്റു പോയ ക്ഷണങ്ങളെ  
മറവിയുടെ മൃതസ്പർശമേകാതെ  
പോയ ഹൃദയനിശ്ചയങ്ങളെ

കൈവിട്ട വഴികളിൽ  
നിറഞ്ഞിരുന്നൊരാർത്ഥം  
കാൽപ്പാടുകളായി ശേഷിക്കുന്നിതാ..  
പൂർണ്ണതയുടെ രൂപമായ നീ!  
ഇന്നിതാ അഭ്യശ്യവഴിയാകുന്നുവോ...

കാലത്തിന്റെ കരിഞ്ഞ നെഞ്ചിൽ  
മൗനത്തിന്റെ തീകൊളുത്തി നീ  
തെളിയുന്ന ദീപനാളംപോൽ...  
വിരിയുന്നു പൊയ്കയിൽ  
പ്രഭാതത്തിൻ വിരലുകളാൽ  
പ്രാണൻ നൽകിയ മലർപോൽ...

മോചനമില്ലിനി!  
മറവിക്ക് വഴങ്ങാത്ത ശ്മശാനഭൂമിയിലും  
ഓർമ്മിക്കുന്നു ഞാൻ!  
നീയാം എന്നിലെ അസ്ഥിത്വപരിവർത്തനത്തെ!



## REPORT ON ANTI RAGGING DAY CELEBRATION, ANTI RAGGING COMPETITIONS, ANTIRAGGING AWARENESS CLASS, AND ANTIRAGGING WEEK CELEBRATIONS 2025

In adherence to the guidelines set forth by the University Grants Commission (UGC) and the National Medical Commission (NMC), Mercy College of Nursing, Pothi, Kottayam observed Anti-Ragging Day on August 12th, 2025, followed by antiragging competitions, awareness class and Anti-Ragging Week from August 12th to August 18th, 2025. This initiative aimed to raise awareness about the serious issue of ragging, foster a culture of respect and empathy, and reinforce the institution's commitment to providing a safe and inclusive environment for all students. Throughout the week-long celebration, a range of engaging and informative activities were conducted to promote the anti-ragging message and encourage active participation from students and faculty.

The week commenced with a formal inaugural ceremony attended by the Director [Sr. Anecia SABS], Principal [Prof. Dr. Sindhu J Vayalil], Vice Principal [Prof. Lucy Joseph], Dean Student welfare [Sr. Lisa SABS], Antiragging Nodal officer [Mrs. Vidya R Nair], heads of departments, faculty, and student representatives. The event included speeches highlighting the importance of a ragging-free campus and outlining the institution's stringent anti-ragging policies. Students took an oath on prevention and the prohibition of ragging anywhere in and outside our campus.

Informative posters and banners, downloaded from the UGC website, were prominently displayed across the campus, including academic buildings and hostel premises. These materials served to educate students about the legal consequences of ragging and the institutional procedures for reporting incidents. Creative competitions such as slogan writing, essay writing, logo designing, Quiz and poster making were organized, allowing students to express their understanding of the anti-ragging theme and showcase their artistic talents.

Interactive sessions and workshops were conducted by faculty members and experts to discuss the ill effects of ragging, promote healthy senior-junior interactions, and raise awareness about available support systems and helpline numbers. Short films and documentaries focusing on the dangers of ragging and the importance of a respectful campus environment were screened for students and faculty.

The Anti-Ragging Day and Week activities witnessed overwhelming participation from students, faculty, and staff. The Anti-Ragging Day and Week celebration proved to be a success, achieving its objectives of raising awareness and promoting a positive campus culture. The positive response and active participation from all stakeholders demonstrate a collective commitment to maintaining a ragging-free environment and ensuring the well-being of all students. Further efforts will be made to sustain this momentum through continuous awareness campaigns, effective monitoring mechanisms, and proactive engagement with students to ensure a ragging-free campus for generations to come.



## ANTI RAGGING DAY CELEBRATION



# INDEPENDENCE DAY



കാരുണ്യ സ്പർശത്തിന്റെ

53

വർഷങ്ങൾ



**MERCY HOSPITAL**

POTHY, THALAYOLAPARAMBU

Contact: 7012917993 | 9188536131 | 8590068053

# HOSPITAL DAY CELEBRATION





## Whispers of the River

In the heart of the forest,  
where wildflowers bloom,  
a river flows gently, dispelling all gloom,  
with silver-tongued murmurs.

It dances with grace,  
winding through valleys—  
a soft, warm embrace.

The sun spills its gold on the water's clear face,  
while willows lean low in delicate grace.

Dragonflies flit like jewels in the air,  
as the chorus of crickets hums sweetly and fair.

As twilight descends and the stars start to gleam,  
the river reflects them—a shimmering dream—  
with the moon as its partner.

It flows through the night,  
a ribbon of silver bathed in soft light.



Gowrikrishna &  
Hima Ann Shaji(5<sup>th</sup> sem)

# The Rose I Never Gave

You didn't leave.  
 You stopped reaching,  
 cared quieter,  
 and I learned how silence  
 can bruise without touching.

I don't offer roses  
 to prove anything to the world.  
 I kept a rose for you,  
 not to promise forever,  
 only to bloom honestly—  
 soft enough to mean something.

I kept a rose for you,  
 its petals slowly closing.  
 No promises.  
 No forevers.  
 Just the pain of blooming alone.

Like love—  
 soft, fragile, real.  
 It didn't die loudly.  
 Now I carry you,  
 not loudly,  
 not proudly,  
 just carefully.



Adila.s  
 7<sup>th</sup> sem

ഗ്യാലക്സിയോടുകൂടിയ  
 ഗോൾഡ് കവറിൽ  
 ആഭരണങ്ങളുടെ  
 വിപുലമായ ശേഖരം

സുപ്പർ ഷോപ്പിംഗ് & ഗിഫ്റ്റ് ഹൗസ്

ലേഡീസ് കളക്ഷൻസ്  
 തലയോലപ്പാമ്പ്

Mob : 9447 607 495, 9447 600 165

മുഖർ

MAHARAJA'S GIFT HOUSE

GOOD TASTE  
 GOOD MOOD

# Shake palace

Thalayoparambu

MOSTLY ♥  
 SHAKES, JUICES, ICECREAMS,  
 SNACKS, AND OTHER  
 BAKERY ITEMS  
 available

PREMIUM SHAKES | FRESH JUICES | DELICIOUS ICECREAMS | TASTY SNACKS | QUALITY BAKERY ITEMS

Ph no- **7902509841**

THALAYOPARAMBU STAND



# Faculty Development Programme in Medical Education Technology



**October 29th to 31<sup>st</sup> 2025**

**Organizer : Mrs.Reshma Varghese  
(FDP Coordinator)**

MERCY COLLEGE OF NURSING



## *Resource Persons*

1. Mrs. Reshma Varghese, Lecturer, Mental Health Nursing Department
2. Mr. Jithin Jose, Lecturer, Community Health Nursing Department
3. Sr. Rincy Mol, Lecturer, Child Health Nursing Department

# *Programme Overview:*

A three-day Faculty Development Programme (FDP) was successfully conducted at Mercy College of Nursing, aimed at strengthening the pedagogical skills of nursing faculty. The programme was approved by KUHS.

## *Insights:*

- Enhanced teaching skills and strategies
- Innovative approaches to Nursing education
- Opportunities for faculty growth and development



# *Congratulations*



**WON GOLD MEDAL FOR SHOT PUT  
SNA EAST ZONE**

**AIDS DAY AWARENESS  
PROGRAMME  
AT  
THALAYOLAPARAMBU  
FHC**



**December 01  
2025**

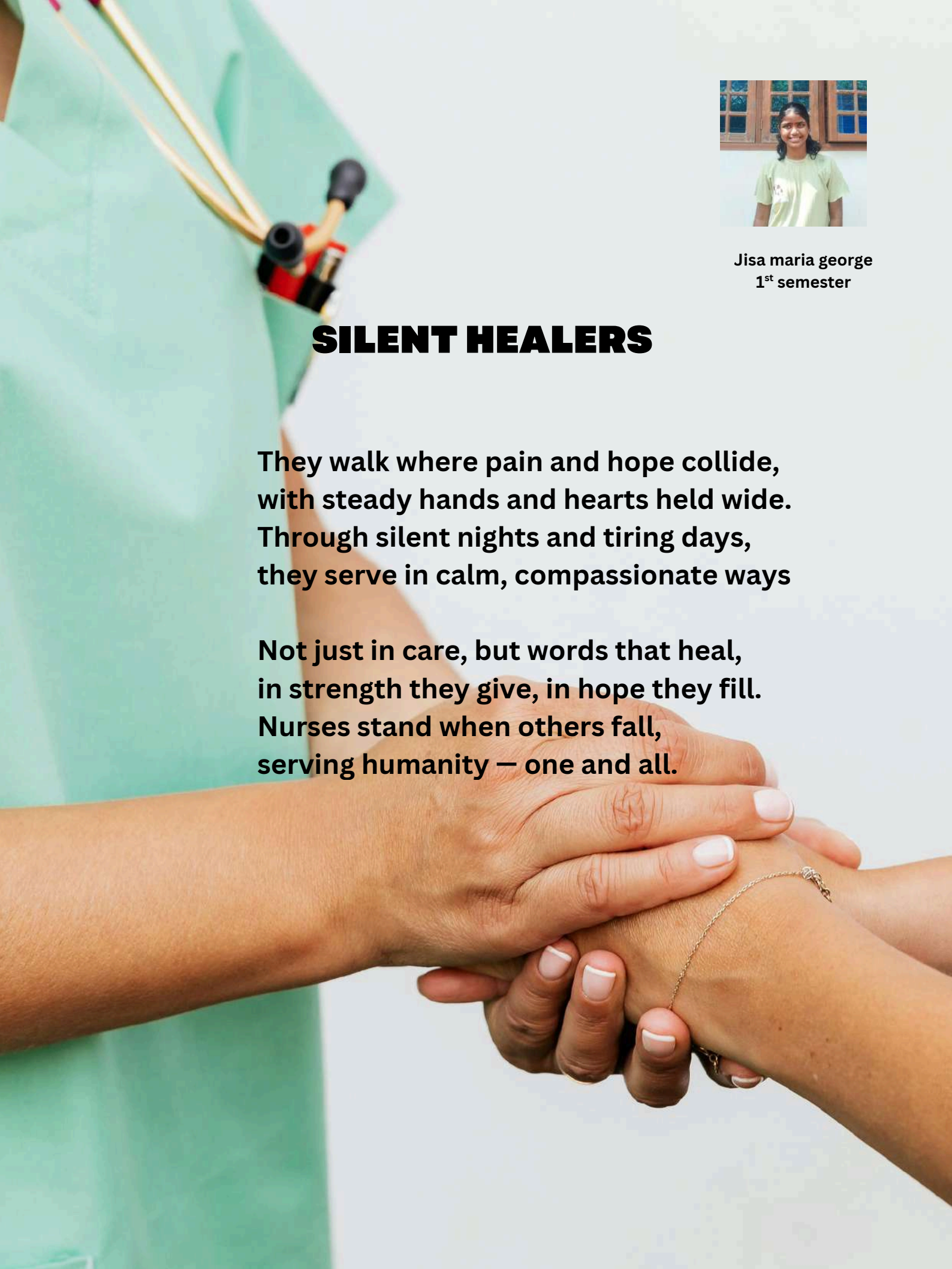


Jisa maria george  
1<sup>st</sup> semester

## **SILENT HEALERS**

**They walk where pain and hope collide,  
with steady hands and hearts held wide.  
Through silent nights and tiring days,  
they serve in calm, compassionate ways**

**Not just in care, but words that heal,  
in strength they give, in hope they fill.  
Nurses stand when others fall,  
serving humanity – one and all.**



# STATE LEVEL WORKSHOP ON OSCE Exam Readiness Boot camp





# EDICAL SURGICAL NURSING DEPARTMENT



WON 1<sup>ST</sup> PRIZE FOR THE QUIZ COMPETITION GENETICS



**Ammas**

**BAKERS AND  
RESTAURANT**

Thalayolaparambu, Tel. 04829-238431.

**MY  
CINEMAS**

Truly Yours  
THALAYOLAPARAMBU  
+91 90377 99417

**4K DOLBY 7.1  
LARGEST PARKING FACILITY  
FOOD & BEVERAGES  
BIG SCREEN BRANDING**

- RENOVATING SOON -



# CHRISTMAS CELEBRATION



# വേട്ടയാടപ്പെട്ടവർ

" താമരക്കണ്ണൻ ഉറങ്ങേണം കണ്ണും പൂട്ടി ഉറങ്ങേണം " യാമമുളവാക്കിയ ഇരുട്ടിന്റെ മറവിൽ ആ അരോചകം ഉളവാക്കുന്ന ആ ഈരടികളുടെ ശബ്ദം പതിവുപോലെ ഉയർന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നു. ചുട്ടുവിളക്കും ആയി സഞ്ചരിക്കുന്ന വഴിയാത്രക്കാർക്ക് എല്ലാം ആ നാല് ചുമരുകളിൽ നിന്നുയരുന്ന ശബ്ദം കളിയാക്കലുകളുടെയും കെട്ടുകഥകളുടെയും പൊട്ടിച്ചിരികൾ ഉളവാക്കുന്നത് പതിവായിരുന്നു. " ശുദ്ധ ഭ്രാന്ത് കൊണ്ട് വല്ലോം ചെങ്ങലയ്ക്കുള്ളിൽ ഇട്ട് ചികിത്സിക്കാൻ ഉള്ളതിന്.... " കുറ്റപ്പെടുത്തലുകളുടെ ഉയർന്ന സ്വരം ആ പ്രദേശം ഒന്നാകെ നിറച്ചു കൊണ്ടേയിരുന്നു. ഒരു ചെറിയ ആൺകുട്ടി തന്റെ അമ്മയുടെ കൈവിട്ട് കൗതുകത്തോടെ ആ വീട്ടുപടിക്കൽ ചെന്ന് എത്തിവലിഞ്ഞു നോക്കിക്കൊണ്ടേയിരുന്നു. എന്തോ കൗതുകം കൂട്ടിയുടെ ഉള്ളിൽ നിറഞ്ഞതിനാൽ അമ്മയുടെ താക്കീതുകളെ അവഗണിച്ചുകൊണ്ട് ആ കുട്ടി തന്റെ നിൽപ്പ് തുടർന്നു. പെട്ടെന്ന് അകത്തുനിന്നും ഒരു ഈറ്റപ്പുലിയുടെ വേഗത്തിൽ മുഷിഞ്ഞ സാരിയുടുത്ത, ജഡകൊണ്ട് മുടിയിഴകൾ മുടിയ ഒരു സ്ത്രീ എത്തി. അവരുടെ കണ്ണുകളിൽ തീവ്രമായ ഒരു ശൗര്യവും, സങ്കടവും ഈ ചേർന്നിരുന്നു.

" ഉണ്ണി.... ഇങ്ങോട്ട് വായോ... " ആ പതറിയ സ്വരം വാർദ്ധക്യം എത്തിയ വാതിൽക്കൽ യൗവനത്തിന്റെ പടികടക്കാൻ മടിക്കുന്ന ഒരു അമ്മ മനം ഉണർന്നിരുന്നു . പതറി ശബ്ദം കൂട്ടിയയിൽ പേടിയുളവാക്കി, വാതിലിന്റെ ഇടയിലൂടെ പുറത്തേക്ക് എത്തിയ കൈകൾ കണ്ട പരിഭ്രാന്തിയിൽ കൂട്ടി കരയാൻ തുടങ്ങി.

" അയ്യോ എന്റെ കുഞ്ഞ്... " വഴിയരികിൽ സംസാരത്തിൽ മുഴുകിയ അമ്മ ഒരു നിലവിലിയുമായി തന്റെ കുഞ്ഞിന്റെ അരികിൽ ഓടിയെത്തി. ശേഷം ആ കുട്ടിയെ വാരിയെടുത്തു പുണർന്നു. നെറ്റിത്തടത്തിൽ ചുംബനം കൊണ്ട് തഴുകി, തലോടി....

"താ...താ... എന്റെ കുഞ്ഞിനെ താ " സ്ത്രീയുടെ നിലവിലികൾ മുർച്ചയുള്ളതായി മാറി ഇത് കണ്ട് അടുത്തുനിന്ന് എത്തിയ രണ്ട് സ്ത്രീകൾ ആ അമ്മയോട് കുഞ്ഞിനെയും കൊണ്ട് വേഗം തിരികാൻ ഉള്ള മുന്നറിയിപ്പ് നൽകി. ഇത് മനസ്സിലാക്കിയ അവർ വേഗത്തിൽ അവിടെ നിന്നും ഓടി മറഞ്ഞു.

" ഉണ്ണി.... എന്റെ ഉണ്ണിയെ കൊണ്ടുപോകാതെ... താ... താ.. " ആ സ്ത്രീയുടെ ശബ്ദം ഉയർന്നു കൊണ്ടേയിരുന്നു. ഏതോ അല്ല ഒരു ചീറ്റപ്പുലിയുടെ ശൗര്യവും വിരഹത്തിന്റെ സങ്കടവും ആ കണ്ണുകളിൽ തെളിഞ്ഞു നിന്നിരുന്നു. പെട്ടെന്ന് ആ സ്ത്രീയുടെ ബോധം നഷ്ടപ്പെട്ട അവർ പൊട്ടിപ്പൊളിഞ്ഞ ആ നാല് ചുമരുകളിലെ തറയിൽ വീണു.

" അയ്യോ.... ശാരദേ " ആ സ്ത്രീയുടെ വീഴ്ച കണ്ട് മറ്റ് സ്ത്രീകൾ ചേർന്ന് ആ വാതിൽ തുറന്ന് ബോധരഹിതയായ ശാരദയെ അകത്ത് കട്ടിലിൽ കൊണ്ട് കിടത്തി. ബോധരഹിതയായ ശാരദയുടെ അടഞ്ഞ കണ്ണുകളിൽ നിന്നും കണ്ണുനീർ ഒഴുകി ഇറങ്ങി ഇത് കണ്ട് നിന്നവർക്കെല്ലാം സങ്കടം ഉള്ളിലുളവാക്കി.

" പാവം ശാരദ, എത്ര സന്തോഷത്തോടെ കഴിഞ്ഞിരുന്നവളാ!. ഇത്രയൊക്കെ ഉള്ളൂ ഓരോ മനുഷ്യന്റെ കാര്യം " കേട്ടു നിന്നവർ അത് അംഗീകരിച്ചുകൊണ്ട് തലയാട്ടി.

" എന്നാലും നമ്മൾ ആരെങ്കിലും വിചാരിച്ചോ ശാരദ ഇങ്ങനെ ആകുമെന്ന്. " ആളുകൾ ഇങ്ങനെ പലതും അവരെക്കുറിച്ച് പറയാൻ തുടങ്ങി ബോധം മടങ്ങിവന്ന ശാരദയുടെ മനസ്സ് മനോ ദർപ്പണത്തിൽ വെഗ്രതയോടെ തന്റെ മകന്റെ സാന്നിധ്യം അല്ല മങ്ങിമറിഞ്ഞ സാന്നിധ്യം അന്ധകാര ഗൃഹയിലേക്ക് തള്ളിയിടുന്നത് പോലെ ശാരദയിൽ അത് അനുഭവപ്പെട്ടു.



ഈത്താലാടിക്കൊണ്ട് അമ്മയുടെ കയ്യിൽ ഇരിക്കുന്ന ചോറും പാത്രത്തിൽ നിന്നും ഓരോ ഉരുള ചോറുണ്ണുന്ന തന്റെ ഉണ്ണിയുടെ മുഖം ആ മനോ ദർപ്പണത്തിൽ തെളിഞ്ഞുവന്നു.

ഉല്ലാസ തിമിർപ്പിന്റെ അവധിക്കാലം ആയിരുന്നു അത് കൂട്ടുകാരുമൊത്ത് പാടത്തും വരമ്പത്തും തുള്ളി കളിക്കുന്ന ഉണ്ണി. അമ്മയുടെ വാത്സല്യത്തിൽ അവൻ ഉണ്ണി എന്ന വിളിപ്പേരിൽ നാട് മുഴുവൻ നിറഞ്ഞു നിന്നിരുന്നു. ഉണ്ണിയുടെ ജീവിതം തന്നെ കിരീടം ഇല്ലാത്ത ഒരു രാജാവിനെ പോലെ ആയിരുന്നു എന്ന് നാട്ടുമുഴുവൻ പറയുവായിരുന്നു. ഇന്നിതാ ഉണ്ണിക്ക് ഒരു കളിക്കോപ്പ് വാങ്ങാനുള്ള പണം പോലും ഇല്ലാത്ത ശാരദയെ കണ്ടുനിന്ന നാട്ടുകാരുടെയും കണ്ണുകൾ നിറയുന്നു. ശാരദയുടെ ഭർത്താവ് മാധവൻ ഗൾഫിൽ ജോലി ചെയ്യുന്ന ഒരു വ്യവസായി ആയിരുന്നു. മാധവന് എല്ലാവരോടും എന്നും സ്നേഹം മാത്രമായിരുന്നു. ചതി, വഞ്ചന എന്നിവ വാക്കുകൾ അദ്ദേഹത്തിന്റെ മനസ്സിന്റെ താളുകളിൽ പോലും ഉണ്ടായിരുന്നില്ല എന്നാൽ അത് മുതലെടുത്ത് ചിലർ അദ്ദേഹത്തെ ചതിച്ചു. ഒരു മുഴം കയറിനുള്ളിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ അവസാനം അവർ കണ്ടെത്തി. പിന്നീടുള്ള ശാരദയുടെ ജീവിതം നരകതുല്യമായിരുന്നു. എങ്കിലും വെല്ലുവിളികളെ അതിജീവിച്ച് മകനുവേണ്ടി അവർ സങ്കടങ്ങൾ ഉള്ളിൽ ഒതുക്കി ജീവിച്ചു തന്റെ കുടുംബത്തിന്റെ നിലനിൽപ്പിനു വേണ്ടി ശാരദ എല്ലാത്തരം ജോലികളും ചെയ്തു. പണിയെടുത്താലും വേണ്ടില്ല തന്റെ ഉണ്ണി എന്നും കിരീടം ഇല്ലാത്ത രാജാവ് തന്നെ ആകണമെന്ന് അവർ അതിയായി ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. ഉണ്ണിയുടെ ഉല്ലാസ നിമിഷങ്ങളിൽ അവന് ഏറ്റവും പ്രിയപ്പെട്ടതായിരുന്നു അവധിക്കാലത്തെ കൂട്ടുകാരും ഒത്തുള്ള പാടത്തും വരമ്പത്തും ഉള്ള കളിചിരികൾ. അന്നൊരിക്കൽ ശാരദ ഈ ലോകം വിട്ടു തന്നെ പോയിരുന്നു എന്ന് പറയാം. ഇന്ന് വെറുമൊരു ജഡശരീരം ആയാണ് അവർ ജീവിക്കുന്നത് എന്തെന്നാൽ അവധിക്കാലത്തെ വരവേറ്റ ഉണ്ണി പിന്നീട് ഇന്നുവരെ അവധിക്കാലത്തെ കാത്തു നിന്നിട്ടില്ല അവൻ എങ്ങോ മാഞ്ഞിരിക്കുന്നു മറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. കൂട്ടുകാരുമൊത്ത് കളിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഉണ്ണിയെ പിന്നീട് നാട്ടുകാരോ വീട്ടുകാരോ ആരും കണ്ടിട്ടില്ല. കളിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കെ കളി പന്ത് എടുക്കാൻ പോയ ഉണ്ണി അഗാധമായ ഒരു ഗർത്തത്തിൽ പതിഞ്ഞു പോയെന്നാണ് പോലീസുകാരുടെയും കണ്ടു നിന്നവരുടെയും നിഗമനം. എന്നിരുന്നാലും തന്റെ ഉണ്ണിയെ നഷ്ടപ്പെട്ട വാർത്ത അമ്മ മനസ്സിന്റെ മാനസിക നില ആകെ ഷഡ്യാലപ്പെടുത്തി.

" ജീവിക്കുന്ന ജഡമാണ് അവൾ " നാട്ടുകാരുടെയും കണ്ടുനിന്നവരുടെയും കണ്ണുകളെ ഈ വാക്കുകൾ വീണ്ടും നിറച്ചു. ശാരദയ്ക്ക് കാലം കൊടുത്ത അടുത്ത ക്രൂരമായ ഒരു തമാശ ആയിരുന്നു അത്. ഉണ്ണിയുടെ വിടവാങ്ങൽ അംഗീകരിക്കാൻ കഴിയാത്ത ആ സ്ത്രീ നാട്ടുകാർക്ക് മുന്നിൽ ഒരു ഭ്രാന്തിയായി മാറിയിരുന്നു. തന്നിൽ നിന്നും മറഞ്ഞു ഉണ്ണി ഒളിച്ചു കളിച്ചിരുന്നു എപ്പോഴും. ഇപ്പോഴും ഒളിച്ചിരിക്കുകയാണ് എന്ന് ഇടയ്ക്ക് അവർ വിളിച്ചു പറയും. ആഴമേറിയ ഗർത്തത്തിൽ മകനോടൊപ്പം കിടന്നുറങ്ങാൻ മനോനില തെറ്റിയ ആ സ്ത്രീ ഇന്ന് അതിയായി ആഗ്രഹിക്കുന്നു.



" ഉണ്ണി..... അമ്മ വന്നുട്ടോ... " അബോധ അവസ്ഥ മറികടന്ന് ബോധത്തിലേക്ക് എത്തിയ സ്ത്രീ കൂടെ നിന്നവരെ എല്ലാം തട്ടിമാറ്റി ഉണ്ണി.... എന്ന് അലറി കരഞ്ഞുകൊണ്ട് പുറത്തേക്ക് ഓടി. ഗേറ്റ് കടക്കവേ അകലേനിന്നും പാഞ്ഞെത്തിയ ഒരു ചരകുവണ്ടി അവളിലേക്ക് എത്തി. അങ്ങനെ നീണ്ട മണിക്കൂറുകളുടെ കാത്തിരിപ്പിന് വിരാമമെന്നോ ആ കണ്ണുകൾ ഒരിക്കലും തുറക്കാത്തവിധം നിദ്രയിലാണ്ടു. മകനോടൊപ്പം ഉറങ്ങാൻ കൊതിക്കുന്ന ആ അമ്മ മനസ്സിനെ അവനിലേക്ക് എത്തിച്ചത് മറ്റൊരു തമാശയായിരിക്കും ആളുകൾ പറഞ്ഞു തുടങ്ങി.

ഒറ്റ മരത്തിലെ ആ പക്ഷി ഇനിയെങ്കിലും സമാധാനത്തോടെ, തന്റെ പുതുജീവിതത്തിൽ ചിറകടിച്ചുയരട്ടെ.

" താമരക്കണ്ണൻ ഉറങ്ങേണം, കണ്ണും പൂട്ടി ഉറങ്ങേണം" ഏവരും ഉറങ്ങുന്ന ആ നാല് ചുമരുകൾക്കുള്ളിൽ നിന്നും ദേ പിന്നെയും ആ ഈരടികൾ!!!!....

-----



രചന

അനീഷ ജോഷി  
1<sup>st</sup> semester

# LAMP LIGHTING CEREMONY







---

# Republic Day

---





## **PUBLIC AWARENESS PROGRAMME**



**Third semester Bsc Nursing students conducted public awareness programme on personal hygiene at Taluk headquarters hospital Vaikom to promote healthy practices and disease prevention**

# CHILDREN'S DAY



**Pediatric Department**

---

# “From Value-Based Life to Life-Based Values: The Modern Shift”

---



## The changing moral landscape of modern society

“We live in a time when the world around us is constantly changing—beliefs, priorities, and even moral standards seem to shift with every generation. In such a world, the real challenge is not merely to succeed, but to remain rooted in values. “In a world where success is often valued more than integrity, an important question quietly challenges us: Are we living according to our values, or are we changing our values to suit the way we live?”

There was a time when honesty, compassion, faith, and integrity were considered the foundation of a meaningful life. People believed that no matter how difficult life became, these values should never be compromised. Today, however, many find themselves adjusting their principles to fit circumstances, social pressure, or personal convenience. Living a value-based life in a value-shifting world is not always easy, but it is essential for building a meaningful and responsible life.

## What are Values?

Values in life are the principles, beliefs, and standards that guide the way we think, behave, and make decisions. They help us understand what is right or wrong, important or unimportant, acceptable or unacceptable in our lives.

Simply says, **values are the inner guidelines that shape our character and actions**

**Some common values that shape a good life include:**

Values in life can be grouped into several types based on the areas of life they influence. Here are the main types explained simply:

beliefs, and standards that guide the way we think, behave, and make decisions. They help us understand what is right

### **1. Moral Values**

Moral values help us understand what is right and wrong and guide our ethical behaviour.

Examples:

Honesty

Integrity

Truthfulness

Justice

Responsibility

These values help to build good character and trust in society.

### **2. Personal Values**

Personal values are the principles that shape an individual's personal goals, choices, and priorities.

Examples:

Self-discipline

Hard work

Courage

Self-respect

Determination

These values influence how a person grows and develops in life.

### **3. Social Values**

Social values guide how we interact and live with others in society.

Examples:

Respect for others

Cooperation

Tolerance

Kindness

Equality

These values help create peaceful and healthy relationships in families and communities.

### **4. Spiritual Values**

Spiritual values relate to faith, inner peace, and connection with God or a higher purpose.

Examples:

Faith

Humility

Forgiveness

Compassion

Love

These values bring meaning, hope, and inner strength to life.

### **5. Cultural Values**

Cultural values are beliefs and practices that come from traditions, customs, and heritage of a society.

Examples:

Respect for elders

Family unity

Traditional practices

Community responsibility

These values help preserve culture and identity.

## **Why Values Are Important**

Values are not just ideas we talk about; they are habits we practice every day. When our actions reflect our values, our life becomes meaningful and inspiring to others. Values,

### **1. Guide Our Decisions**

Values help us choose between right and wrong and make wise decisions in difficult situations.

### **2. Shape Our Character**

Values such as honesty, integrity, and kindness build a strong and trustworthy personality.

### **3. Create Meaning and Purpose in Life**

Values give direction to life and help us understand what truly matters.

### **4. Build Trust and Strong Relationships**

When people live by values like respect and fairness, it creates trust and harmony in families and society.

### **5. Bring Inner Peace**

Living according to our values gives us a clear conscience and a sense of satisfaction.

### **6. Strengthen Society**

When individuals practice good values, it helps create a more just, peaceful, and caring community.

## Advantages of a Value-Based Life

### 1. Inner Peace

When a person lives according to their values, they feel satisfied and peaceful because their actions match their beliefs.

### 2. Strong Character

Values such as honesty, integrity, and responsibility help build a strong and trustworthy personality.

### 3. Trust and Respect from Others

People who consistently live by values gain the respect and confidence of others.

### 4. Better Decision-Making

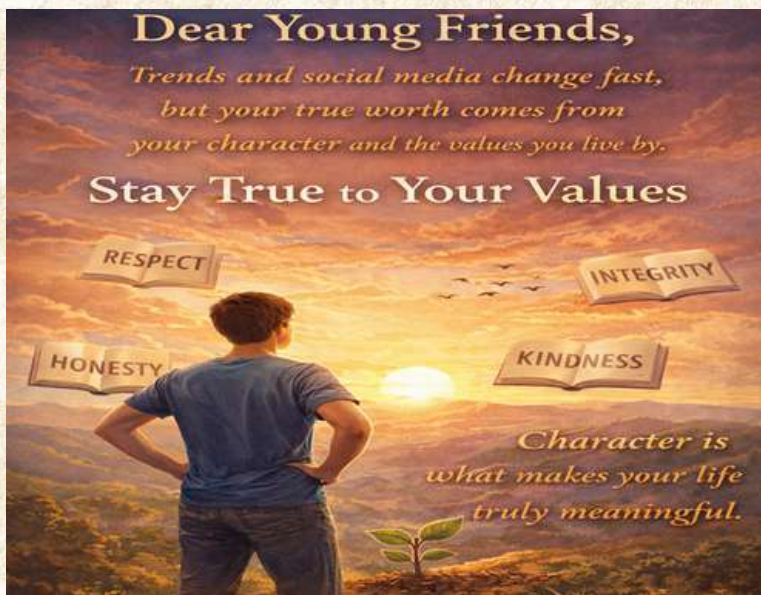
Values act like a guide or compass, helping individuals make the right choices even in difficult situations.

### 5. Meaningful and Purposeful Life

A value-based life gives deeper meaning and direction rather than living only for temporary success or pleasure.

### 6. Positive Influence on Society

People who practice strong values inspire others and help create a fair, peaceful, and compassionate society.



## Challenges of a Value-Based Life

### 1. It May Be Difficult at Times

Following values like honesty and fairness may sometimes create difficulties when others take easier or dishonest paths.

### 2. Possible Social Pressure

A person who stands firmly by values may face criticism or pressure from people who do not share the same principles.

### 3. Slower Success in Some Situations

In competitive environments, sticking to ethical values may sometimes seem to delay quick success.

### 4. Feeling Isolated

At times, people who strongly follow their values may feel alone when others choose different paths.

## Conclusion

The real challenge in today's world is not simply choosing between success and failure, but choosing between **convenience and character**. When we allow circumstances to shape our values, we slowly lose our moral foundation. But when we allow our values to guide our life, we build a character that stands strong in every situation. A value-based life may not always be the easiest path, but it is the path that leads to **integrity, dignity, and lasting meaning**. *In the end, it is our values—not our achievements—that truly define who we are.*

## A Message to the Youth

Dear young friends,

You are growing up in a world that moves faster than any generation before you. Every day, you are surrounded by new trends, new technologies, and constant voices telling you how to look, how to behave, and how to measure success. Social media shows perfect pictures, perfect lifestyles, and perfect achievements. Sometimes it may make you feel that you must run faster, achieve more, and prove yourself to the world.

But in the middle of all this noise, never forget one simple truth: your value as a person is not decided by likes, followers, brands, marks, or popularity. Your character decides it.

There will be moments when you are tempted to take shortcuts, to follow the crowd, or to compromise what you know is right. You may feel pressure from friends, society, or online trends. But real strength is not in doing what everyone else is doing; real strength is in having the courage to stay true to your values.

Respect your parents and teachers, because their experiences can guide you through many difficulties. Be kind to your friends and classmates, because the world needs more compassion than competition. Use technology wisely, because it should help you grow, not control your life. Dress, speak, and behave in ways that reflect self-respect and dignity.

Do not measure your life only by success or achievements. A truly successful life is one where people remember you for your honesty, kindness, and integrity. The world may admire talent and fame, but it always respects a person of strong character.

You are the future of families, communities, and society. The choices you make today will shape the world of tomorrow. If you build your life on strong values—truth, love, responsibility, and faith—you will not only succeed in life but also inspire others around you.

Remember, trends will change, technology will evolve, and society will keep moving forward. But the values you carry in your heart will remain your greatest strength and your guiding light throughout life. Let your values guide your life, not the world's changing trends. Because the character you build today will define the legacy you leave tomorrow.



**Sr. Dr. Jessy Abraham**  
Associate Professor



★ COLLEGE DAY CELEBRATION ★



## A LULLABY OF REST

Night folds the noise of day away,  
Like tired birds that seek the tree.  
The restless mind begins to sway,  
Toward a quiet, gentle sea.

Eyes grow heavy, fears grow small,  
The clock forgets its hurried beat,  
Shadows soften on the wall,  
And weary hearts admit defeat.

Dreams arrive on silver feet,  
Carrying hopes we cannot keep;  
In silence all our sorrows meet,  
And melt within the arms of sleep



**Josna J**  
**3<sup>rd</sup> Semester**

# CREATIVE EXPRESSIONS



Meeralakshmi K R  
1<sup>st</sup> sem



Dona Jomon  
3<sup>rd</sup> sem



Mariya Philip  
3<sup>rd</sup> sem



Tania Praveen  
1<sup>st</sup> sem

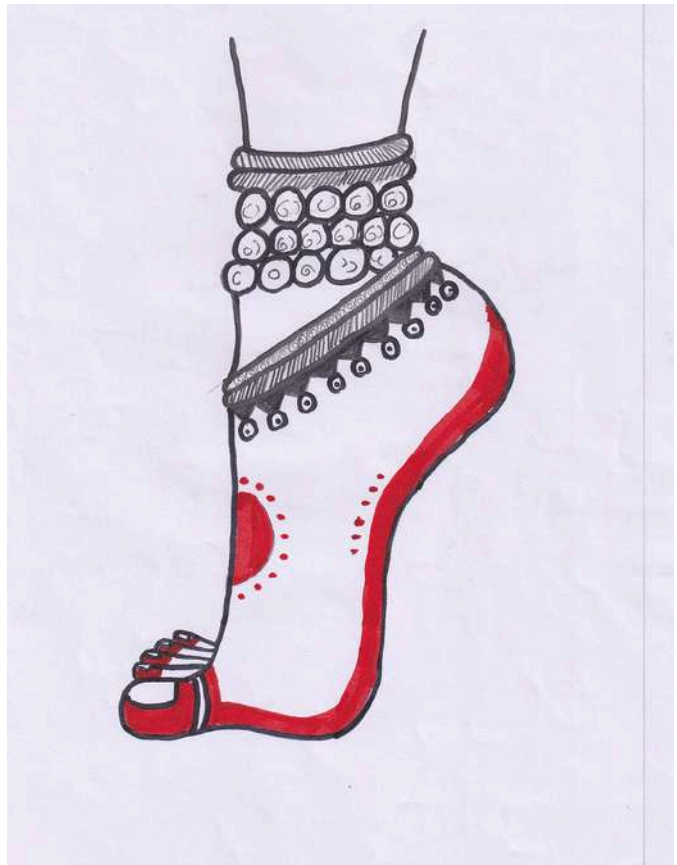




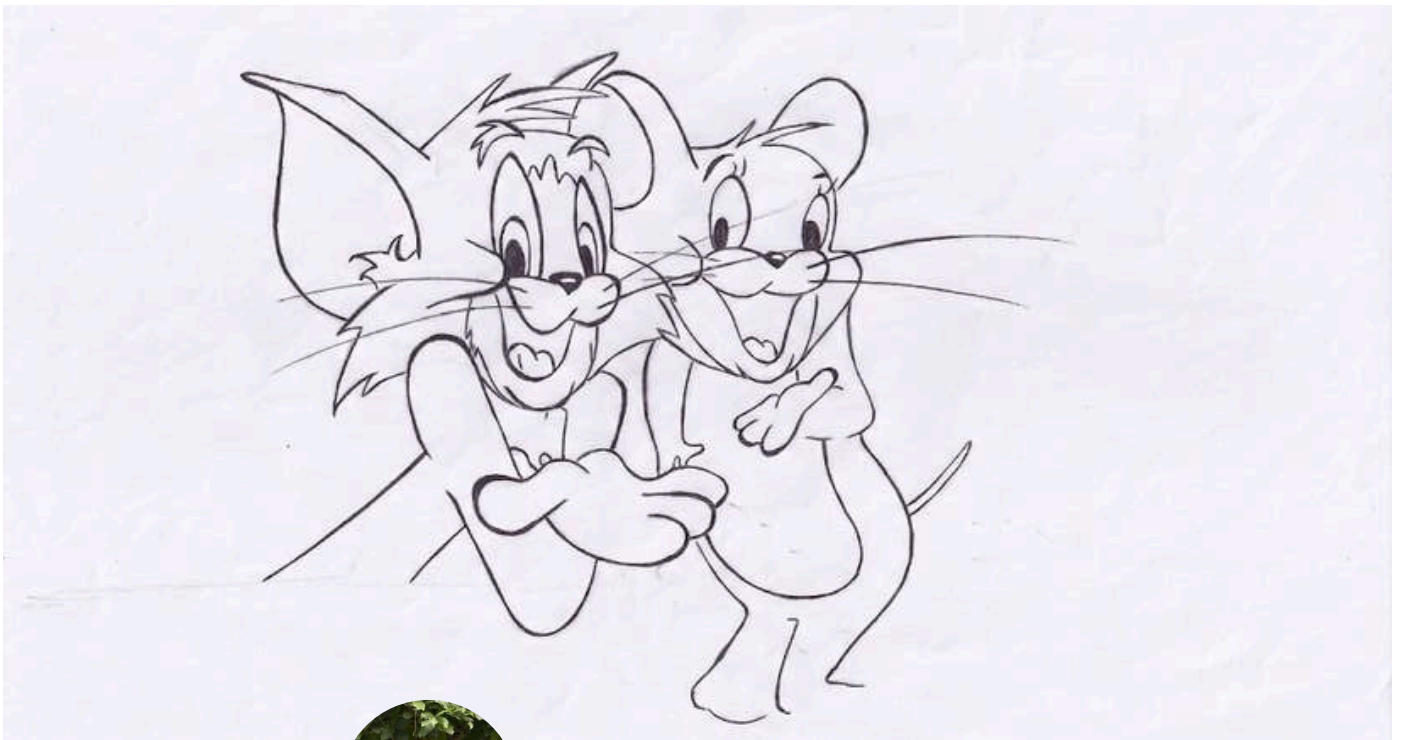
The Lady with the Lamp



**Josna Jaison**  
1<sup>st</sup> sem



**Josna J**  
3<sup>rd</sup> sem



**Anna George**  
3<sup>rd</sup> sem



**Niya Jose**  
3<sup>rd</sup> sem



**Oliviya Elis Benny**  
3<sup>rd</sup> sem



**MIMI**

Asin Maria Jacob  
1<sup>st</sup> Semester B Sc Nursing  
Student



**Asin Maria Jacob**  
1<sup>st</sup> sem



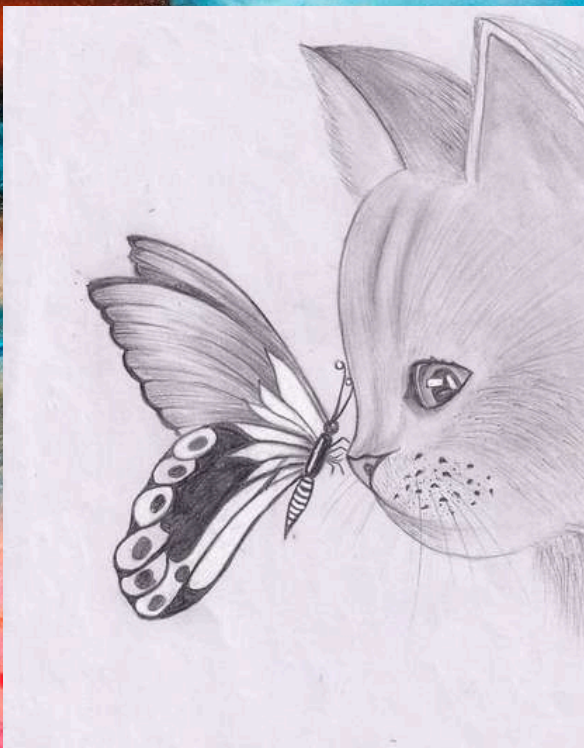
**Dona Biju**  
3<sup>rd</sup> sem



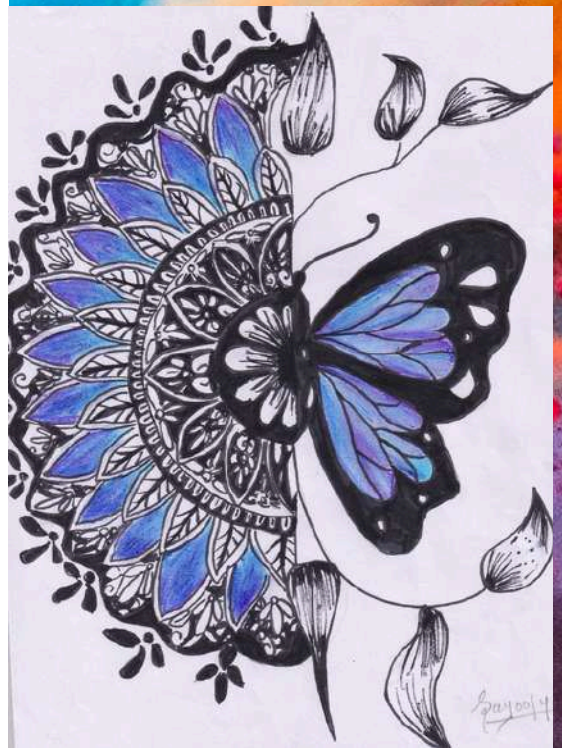
**Arya Vijayan**  
3<sup>rd</sup> sem



**Adithya P M**  
3<sup>rd</sup> sem



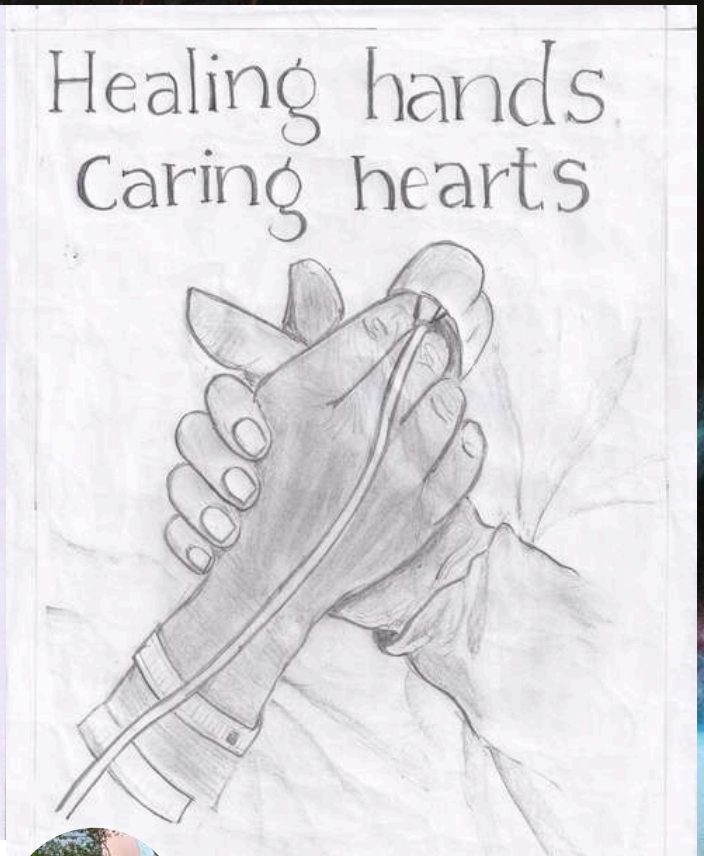
**Adithya Suku**  
3<sup>rd</sup> sem



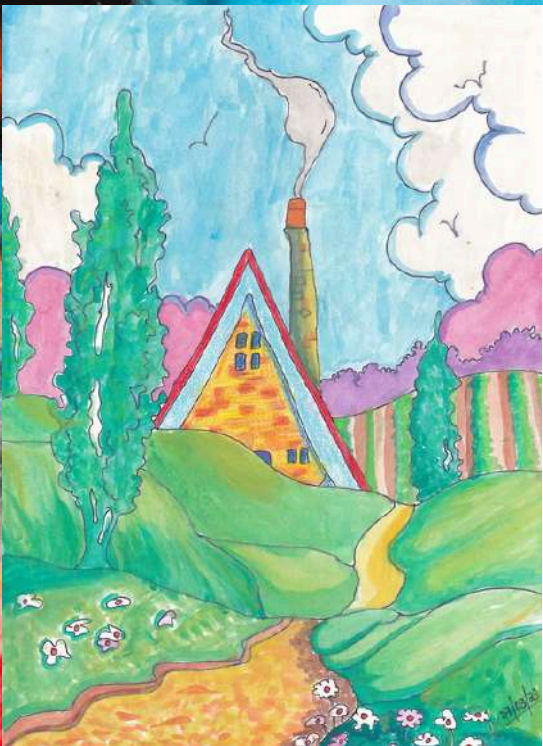
**Sayoojya S**  
3<sup>rd</sup> sem



**Dency David**  
3<sup>rd</sup> sem



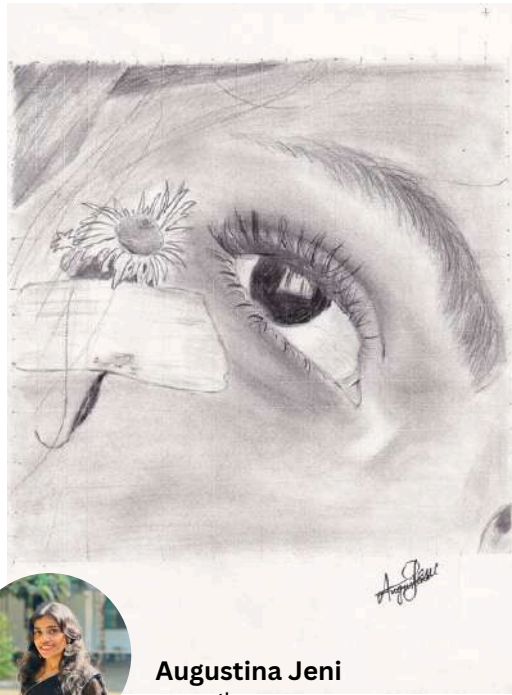
**Angel Treasa**  
1<sup>st</sup> sem



**Diya Somichen**  
3<sup>rd</sup> sem



**Rosemary K S**  
7<sup>th</sup> sem



**Augustina Jeni**  
7<sup>th</sup> sem



**Agnes Maria Joby**  
7<sup>th</sup> sem

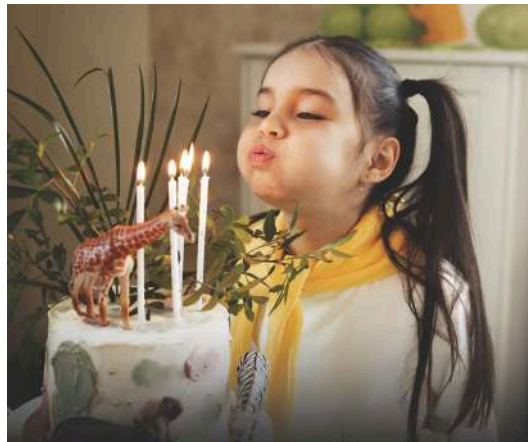


# Quick Bites

BAKERS

Oppo. Mercy Mospital, Pothy

**9745875561**



# Celebrating Moments with Cloud cakes<sup>®</sup>

Unwrap a Smile

**Customer Care No. 96334 40504**

### BRANCHES AT

Thalayolaparambu 98457 40504 89432 40504	Kothenalloor 95073 40504 90374 40504	Kuruvilangad 98476 40504 99473 40504	Mulanthunthy 42359 40504 62356 40504	Velkom 96069 40504 96058 40504
Kakkanad 62350 40504 62358 40504	Poruva 89434 40504	Kangaramppady Kakkanad 81389 40504	Pala 95442 40504 95448 40504	

www.cloudcakesin.com | info@cloudcakesin.com



11 321 00000905



**Kho kho 3rd  
SNA zonal level**



**Staff Tour**

# MERCY AYURVEDA CENTRE

Heal Naturally, Live Fully

## Treatments

- Treatment for varicose vein
- All kinds of joint pain
- Skin diseases
- Women's reproductive disorders
- Post-COVID syndromes
- Spine-related diseases
- Haemorrhoids (Piles)
- All types of headaches
- Body aches and pains
- Weight loss treatments

## Procedures

- Abhyangam / oil massage
- Dhara, Tailadhara
- Takradhara
- Dhanyamladhara
- Choornakizhi
- Avikizhi
- Elakizhi
- Narangakizhi
- Navarakizhi
- Navarakizhi (Navarateppu)
- Pizhichil
- Lepam
- Nadiswedam
- Steam bath
- Shiropichu
- Shirodhara
- Shiro Basti
- Nasyam
- Virechanam
- Vamanam
- Basti
- Kati Basti
- Pichu
- Janu Basti
- Greeva Basti
- Upanaham
- All Panchakarma therapies
- Yoga therapy



**Sr. Dr. CINOBY CHACKO** BAMS, MD

(Sr. ANET SABS)

Ayurveda Physician  
Assistant Medical Superintendent



### HOLISTIC HEALING

Natural therapies to heal the body, mind and soul.



### AUTHENTIC AYURVEDA

Traditional Ayurvedic knowledge with a personal touch.



### EXPERT CARE

Experienced physician with compassionate patient care.



### NATURAL & SAFE

100% natural treatments for lasting and safe results.

Heal Naturally,  
Live Fully

MERCY AYURVEDA CENTRE

Mercy Hospital, pothuv...

Canalside

BOOKING



# Mercy Hospital

Potheny, Thalayolaparambu

Phone : 04829 238749, 236131, 9188536131

☎ Info@mercyhospital.co.in 🌐 www.mercyhospital.co.in

YOUR HEALTH,  
OUR PRIORITY.



*Excellence  
in Healthcare  
Compassionate  
Care*

#### SERVICES:

- General Surgery
- Gynecology
- General Medicine
- Paediatric
- Orthopaedics
- Pulmonology
- ENT

#### FACILITIES:

- 24/7 Emergency
- Modern ICU
- Advanced Diagnostics
- 24/7 CT Scan
- Dialysis | X-Ray | Lab
- Echo | TMT

#### Specialities

CARDIOLOGY | NEPHROLOGY | NEUROLOGY | AYURVEDA  
PHYSIOTHERAPY | PSYCHIATRY | OPHTHAL | DENTAL | DERMATOLOGY

**PALLIATIVE CARE ALSO AVAILABLE PH :+91 70129 17993**