

SALAAM BAALAK TRUST

Annual Tour

2021-2022



Sattal (Nainital)



“All work and no play makes Jack a dull boy” highlights the importance of activities of recreation, play, rest, leisure, etc., in our life.

Recreation is essential in the integral development of children and adolescents since it improves their quality of life and provides them with important psycho-emotional, cognitive, physical, and social benefits.

A study from **“North Carolina State University”**, found outdoor play and nature-based activities helped buffer some of the negative mental health impacts of the COVID-19 pandemic for children and adolescents.

The last two years of the pandemic had been very challenging for our children, their mental health was the worst affected.

Hence, after a gap of 2 years, this year we planned an annual tour to Sattal, Nainital, Uttarakhand for our children from the shelter homes and contact points.

This year the tour was planned for 20 days, starting from 18th June till 7th July.

320 children and 40 staff from SBT went for the tour. Wherein, the children and staff were distributed into four groups. Each group spent five days in the Sattal Resort.

There were multiple activities planned for children in each group for the entire five days of stay, ranging from Boating, Trekking, Dancing, and Outdoor sports such as cricket, football and so on.

The Sattal cottage grabbed the attention of the children. The hills and the flora and fauna excited them, they were curious and always ready to explore the surroundings.

In each group, three committees were made: food, cleaning and sports. In all these committees’ children were made part along with the staff and they participated with great enthusiasm.

A wide range of dishes was made and served each day of the tour, breakfast, lunch, evening snacks and dinner. Senior children came forward and helped in distributing the food to all.



The children went to Nainital along with the staff, where they visited the Zoo. They were very excited to see the animals up and close in their natural habitat.

Few children went to Mukhteshwar accompanied by the SBT staff. They were ecstatic to see the Mukhteshwar temple and the apple gardens.

The trip brought smiles back to the faces of the children. They ran and played out in the open and enjoyed themselves to the fullest.

Our Executive Council Members, Mr A.K Tiwari and Dr P.N Mishra also went on the trip along with the children. APPI Coordinator Ms Priyadarshni Singh also went for the tour. This was her first experience of the annual tour.

The tour brought children from different centres together after a long gap. They lived in co-existence with great fun and made new friends. They were there for each other and encouraged each other as and when needed.





"Annual Tour experiences of children through colours and in their own words"

Blaven Central Soni ①
नीनीताल सावनताल भासा वृतांत
हम लोग 23/6/22 की शाम 7 बजे Blaven Central से निकले थे। और वहां से D.M.R.C. गये थे। फिर वहां हमें लेने बस आने वाली थी। हमने वहां रात का खाना खाया था। और फिर कुछ देर हमने वहां वेस्टमैन भी खेला था। और खूब मस्ती भी की। रात के बजे हमारी बस आई थी। हमारे साथ दो और थे। अपना चर और आसरा भी था। इसलिए हमें अपना सेंटर काबूतार किया। फिर जब आसरा सेंटर के बच्चे आये तो हमारी बस वहां से बिगड़ी हमारी बस के साथ दो और बस थी। जिसमें अपना चर और आसरा थे के बच्चे थे। हम लोग नीनीताल में सावनताल गये थे इसमें मैंने कुछ हमारी बस का कैमरा फंदा ही गया था। जिसके कारण हमें कठिनाई पड़ती थी।

नीनीताल सावनताल भासा वृतांत ②
नीनीताल जगह पड़ा। फिर जब बस चली तो साथे बच्चे खुश हुए थे। हम सब पहली बार नीनीताल जा रहे थे। वो भी पौरातन के लिए जब हम पहाड़ों में पहुँचे तो हमने बहुत सारे सुंदर सुंदर पहाड़ देखे और ऐसा जगह मैंने पहले कभी नहीं देखा था, इसके बाद जब हम वन से नीचे आये तो हमें पता चला की वन जहाँ पहुँचे तो जगह फिर पहाड़ पर है। यह बात सुनकर हम बहुत खुश थे। और जब हमने अपना कैमरा देखा तो ऐसा लग रहा था। जैसे हम अपना कैमरा देहे ही तो जगह बहुत ही सुंदर थी। वह एक लकड़ी से बना अपना सामान गाड़ी में रखने के बाद हुआ पर था। अपना सामान गाड़ी में रखने के बाद हुआ घर से हाथ मुँह धोकर कर तैयार होकर बाहर निकले गया। लकड़ी गाड़ी में आकर की सड़कें ठीक पकी हुई जलवा और जय सिया खाना खाने के बाद हम

③
सब अंश करने के लिए चले गये। जब सब आराम कर के उठे तो हमें शाम की मिठाई सर ने डकड़ा देने के लिए कहा फिर जब हम सब ठीक हो गये तो सर ने हमें ब्राप की हम मराने रिक 7:00 बजे तक ही बहार रह सकते थे, क्योंकि अंधेरे में जंगली जानवरों का खतरा होता है। शाम की हम सब की एक meeting हुई जिसमें हमें बच्चे अपने अपने cleaning और Food बुरा बताया हमारे सेंटर में से मैं अंश नकदिया और सारी मैन Food भुप में थी। और भुप मैन साफ़ cleaning भुप में थी। दूसरे दिन हम सभी सुबह 5:30 उठे गये थे। हम सभी बासी-बारी नहाने और अपने कपड़े को धोकर बुझाया। तैयार होकर 8:00 को नाश्ता करने के बाद Boating करने गये।

④
मेरे साथ मेरे अन्य साथियों ने मैंने बस अड्डे का आनंद लिया। हमने लजमग, चार्ले रक वोटिंग की थी। उस दिन वहां हमको-हमकी बरिश भी हो रही थी। जिससे सावनताल के जगह और भी सज्ज की हमने वहां icecream और chups भी खाई थी। अगले दिन हम डेवल देवता मंदिर में भी जाया गया था। भोम्रा भोम्रा बच्चे पैदल गये। और आगे गाड़ी में गये थे। वहां बहुत सारी घंटियां थी। इनकी सारी घंटियां मैंने पहनी कर देखी थी। वहां का भुप बहुत सुंदर था। यह मंदिर घंटियों की वजह से गूँगाहूट है। हमने काफी आकर शाम को खाना खाया और फिर रात को अंतर्दारी भी खेली जिसमें

⑤
बहुत मजा आया। दूसरे दिन ही नीनीताल के 200 मी गये थे। जहाँ हमने रेंड पाण्डा और शेर चिता जंगल जैसे अन्य जानवर भी देखे फिर हम वॉपस आकर रात का खाना खाया और आराम करने चले गये फिर दूसरे दिन हमने नाइट के बाहर ही play activity की थी जैसे रेंज, गिलास रेंज, बोरी रेंज और फिर क्रिकेट भी खेला हमने बहुत मजे किया। फिर शाम को मिठाई सर ने सब को इनाम दिया और भुप मैन को वेल भी कि दी। और फिर रात को कंगालगाड़ी खाये फिर बैंग पैक किया और रात को हम वहाँ से निम्नल गये।

