

श्रीराम एज्युकेशन सोसायटी, धामणगाव रेल्वे संचालित

श्रीराम कला महिला महाविद्यालय,



धामणगाव रेल्वे

केंद्र क्र. 170



राष्ट्रीय पोषण महिना अहवाल

सत्र - 2022-2023

सादरकर्ता

राष्ट्रीय सेवा योजना

श्रीराम कला महिला महाविद्यालय, धामणगाव रेल्वे

हर

जीवन

हो पोषण से

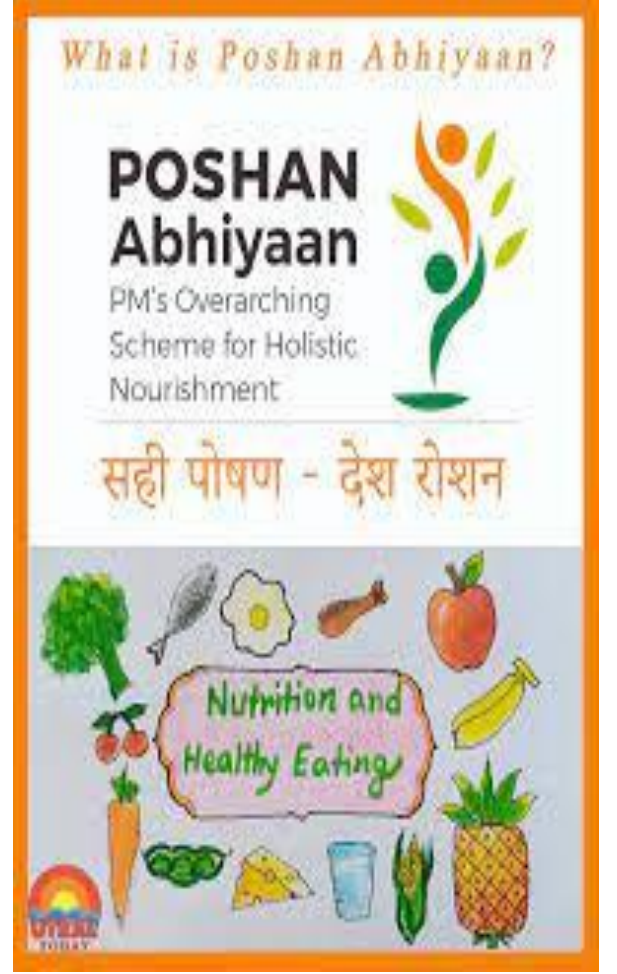
रोशन



राष्ट्रीय पोषण महिना अहवाल

प्रस्तावना:-

भारत सरकार महिला आणि बालविकास मंत्रालय, खाद्य आणि पोषण मंडळाकडून वार्षिक पोषण कार्यक्रम सुरु केला जातो. पोषण सप्ताह च् मुख्य उद्देश आरोग्यासाठी पोषण वाढवणे, त्यामुळे विकास, उत्पादकता, आर्थिक विकास आणि अंततः राष्ट्रीय विकासावर प्रभाव पडतो. राष्ट्रीय पोषण अभियान - भारताचा एक प्रमुख कार्यक्रम, पुढील तीन वर्षात कुपोषण, अशक्तपणा, वाढ खुंटणे आणि कमी जन्माचे वजन या समस्यांचे निराकरण करण्याचे विशिष्ट उद्दिष्ट साध्य करण्यासाठी सुरु करण्यात आले आहे. लहान मुलांची, सहा वर्षे वयोगटातील, किशोरवयीन मुली, गर्भवती महिला आणि स्तनदा माता यांची पोषण संबंधी स्थिती सुधारण्यासाठी आहे.



पोषण अभियान हा कार्यक्रम नसून एक जनआंदोलन आणि सहभाग आहे, याचा अर्थ "जनआंदोलन (लोकांचे सहकार्य आवश्यक आहे)" आहे. कार्यक्रमात स्थानिक स्वराज्य संस्था, राज्य सरकारचे विभाग, सामाजिक संस्था आणि सार्वजनिक आणि खाजगी क्षेत्रातील प्रतिनिधींचा मोठ्या प्रमाणावर सहभाग असतो. दहा कोटींहून अधिक लोकांना या कार्यक्रमाचा फायदा होणार आहे. पोशन अभियानांतर्गत सर्व विभागात समन्वय साधून एकत्रितपणे लक्ष्य साध्य करण्याची गरज आहे. या अभियानाचे औचित्य साधून राष्ट्रीय सेवा योजना पथक श्री राम कला महिला महाविद्यालय धामणगाव रेल्वे यांनी खालील विविध कार्यक्रमांचे आयोजन केले होते त्याचा विस्तृत अहवाल खालील प्रमाणे आहे

राष्ट्रीय पोषण महिना अभियान मार्गदर्शन :-

श्रीराम शिक्षण संस्था धामणगाव रेल्वे द्वारा संचालित श्रीराम कला महीला महाविद्यालय धामणगाव रेल्वे येथे राष्ट्रीय सेवा योजना पथक व गृह अर्थशास्त्र विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमानाने नुकतीच राष्ट्रीय पोषण महिना मार्गदर्शन पर कार्यक्रम घेण्यात आला. या कार्यक्रमाचा उद्देश आरोग्यदायी आहाराच्या सवयी आणि तरुणांमध्ये आहाराच्या निवडीबाबत जागरूकता निर्माण करणे हा होता. या कार्यक्रमाचे अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. नंदकिशोर राऊत तर विशेष अतिथी म्हणून डॉ. सुधीर पाथरे, डॉ. योगेश काशीकर राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी डा. मोनाली इंगळे, महिला अधिकारी, प्रा नितीन बिहाडे, प्रा. अभिजीत दोड उपस्थित होते.



कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला सरस्वती पूजन व दिप प्रज्वलन झाल्यावर विद्यापीठ गीत घेण्यात आले. कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकेत डॉ. योगेश काशीकर रा.से.यो. अधिकारी यांनी कार्यक्रमाचे उद्देश्य स्पष्ट केले. पोषण अभियान हा कार्यक्रम नसून एक जनआंदोलन आहे, याचा अर्थ लोकांचे सहकार्य आवश्यक आहे. असे विद्यार्थिनींना पटवून दिले. विद्यार्थ्यांनी भाज्या आणि फळांच्या सॅलड्सचे भरपूर प्रकार आणि त्यांची खासियत समजावून सांगितली आणि आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी आणि रोगांपासून दूर राहण्यासाठी आपल्या नियमित आहारात सॅलडचा समावेश करण्याचे महत्त्व सांगितले.

या प्रसंगी डा. मोनाली इंगळे, महिला अधिकारी यांनी विद्यार्थींना आहार हा व्यक्ती/कुटुंबाच्या आरोग्याचा पाया असल्याचे नमूद केले. पूर्वापार आपल्याकडे योग्य आहाराला अत्यंत महत्त्व असून, त्याला पूर्णब्रह्म संबोधले गेले असल्याचे त्यांनी यावेळी नमूद केले. बाळाचे पहिले अन्नप्राशन सोळा संस्कारांपैकी एक आहे आणि आपल्याकडे आहाराशी संबंधित सोहळे साजरे होतात, यावरूनच महत्त्व अधोरेखित होत असल्याचे त्यांनी सांगितले. प्रतिकारशक्ती खूप चांगली असणे, याला अत्यंत महत्त्व असून, सोबतच स्वच्छता

व कोरोना काळात 'एसएमएस' अर्थात 'सॅनिटाईझ, मास्क आणि सेफ डिस्टन्स' याला महत्व देण्याचे सुचविले.

आपल्या अध्यक्षीय भाषणात डॉ. नंदकिशोर राऊत यांनी राष्ट्रीय पातळीवर सप्टेंबर महिना हा 'राष्ट्रीय पोषण महिना' म्हणून साजरा केला जातो. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी ऑगस्ट महिन्याच्या 'मन की बात' कार्यक्रमात 'राष्ट्रीय पोषण माह अभियाना'चा उल्लेख करून मुलांचे सामर्थ्य व क्षमता यामध्ये आहाराची सर्वात महत्वपूर्ण भूमिका असल्याचे म्हटले होते, व जनभागीदारीतून भारताला कुपोषण मुक्त करता येईल, असे आवाहन विद्यार्थ्यांना केले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन कु. प्रगती बोरकुटे यांनी केले तर, आभार प्रदर्शन कु. योगिता दुबे यांनी केले. या प्रसंगी डॉ. राजेश आडे, डॉ.निता केने, अजय कुलकर्णी, राजेश भैर्या, राजेश मारवे, संतोष सीसोदे, शरद गवारले, नागोराव पंचबुद्धे, प्रफूल कांबळे, कल्पना चव्हाण आणि बहुसंख्य विद्यार्थी उपस्थित होते. या कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी कांचन वाट, काजल खंडारे, प्रांजली ठाकरे, आचल चौधरी, शिवानी पंढरे, तेजल पुरडकर, काजल चौधरी, पल्लवी ठाकरे, मनिषा गायकवाड, , पल्लवी गावंडे, भारती ठाकरे, प्रियंका शेलोटे, दीक्षा मात्रे, तेजस्विनी काळे, काजल मेंढे, राणी भुते, काजल चौधरी, ममता मेहर, अपेक्षा इंगळे, आरती मेंढे, अर्पिता मेश्राम, आरती तितुरमारे, आयुषी चुटे, भाग्यश्री म्हात्रे, धनश्री बागडे, पुनम शिंदे, साक्षी नागोसे, स्वीटी वानखडे व प्रा डॉ. योगेश काशीकर रासेयो अधिकारी, डॉ.मोनाली इंगळे यांनी विशेष परिश्रम घेतले. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या म्हणण्यानुसार "नेशन अँड न्यूट्रिशन, यामध्ये महत्वपूर्ण संबंध आहे; अन्नानुसार मानसिक व बौद्धिक विकास होत असतो, यासाठी जनआंदोलन उभे करून पोषक अन्न व स्वस्थ राहण्यासाठी आपण सगळ्यांना प्रेरित करू, या संकल्पावर कार्यक्रमाची सांगता झाली.

डिश डेकोरेशन स्पर्धा:-

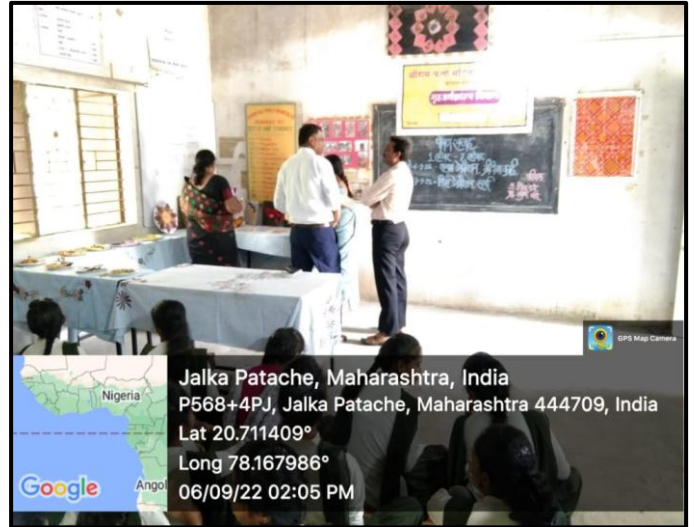
श्रीराम शिक्षण संस्था धामणगाव रेल्वे द्वारा संचालित श्रीराम कला महीला महाविद्यालय धामणगाव रेल्वे येथे राष्ट्रीय सेवा योजना पथक व गृह अर्थशास्त्र विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमानाने नुकतीच डिश डेकोरेशन स्पर्धा पार पडली. ही स्पर्धा अंडरग्रेजुएटच्या विद्यार्थ्यांसाठी खुली होती. या स्पर्धेमागचा उद्देश आरोग्यदायी आहाराच्या सवयी आणि तरुणांमध्ये आहाराच्या निवडीबाबत जागरूकता निर्माण करणे हा होता. वेगवेगळ्या माउथवॉटरिंग सॅलडसह तयार केलेल्या सुंदर डिझाइन आणि नमुन्यांमधून सहभागींची सर्जनशीलता प्रकट झाली. स्पर्धेचे मुख्य लक्ष केवळ सॅलड तयार करणेच नव्हे तर त्यांच्या कलात्मक सादरीकरणावर देखील होते ज्यामध्ये सौंदर्याचा पैलू होता. अंतिम उत्पादन तयार करताना आणि ट्रेसिंग करताना लक्षात ठेवल्या जाणाऱ्या स्वच्छतेच्या बाबींवर समान जोर देण्यात आला. स्वच्छता, सुरक्षितता, चव आणि सादरीकरण हे या स्पर्धेचे मूलभूत निकष होते. या कार्यक्रमाचे अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. नंदकिशोर राऊत तर विशेष अतिथी म्हणून डॉ. सुधीर पाथरे, डॉ. योगेश काशीकर राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी डा. मोनाली इंगळे, महिला अधिकारी, प्रा. नितीन बिहाडे, प्रा. अभिजीत दोड उपस्थित होते.

कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला सरस्वती पूजन व दिप प्रज्वलन झाल्यावर विद्यापीठ गीत घेण्यात आले. कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकेत डॉ. योगेश काशीकर रा.से.यो. अधिकारी यांनी कार्यक्रमाचे उद्देश्य स्पष्ट केले. पोषण अभियान हा कार्यक्रम नसून एक जनआंदोलन आहे, याचा अर्थ लोकांचे सहकार्य आवश्यक आहे. असे विद्यार्थिनींना पटवून दिले. विद्यार्थ्यांनी भाज्या आणि फळांच्या सॅलड्सचे भरपूर प्रकार आणि सामान्यतः उपलब्ध घटकांचा वापर करून अनेक कल्पक सॅलड्स प्रदर्शित केले. सहभागींनी त्यांच्या सॅलडची खासियत समजावून सांगितली आणि आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी आणि रोगांपासून दूर राहण्यासाठी आपल्या नियमित आहारात सॅलडचा समावेश करण्याचे महत्त्व सांगितले. आपल्या अध्यक्षीय भाषणात डॉ. नंदकिशोर राऊत यांनी राष्ट्रीय पोषण महिनाचा आढावा घेत भारतातील प्रत्येक नागरिकांनी याचे पालन करावे असे आवाहन

केले. विद्यार्थ्यांना निरोगी जीवन जगण्यासाठी सलाद खाण्याची नियमित सवय लावावी असे आवाहन केले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन कु.मनिषा गायकवाड यांनी केले तर, आभार प्रदर्शन कु. भारती ठाकरे यांनी केले. या प्रसंगी डॉ. राजेश आडे, डॉ.निता केने, अजय कुलकर्णी, राजेश भैय्या, राजेश मारवे, संतोष सीसोदे, शरद गवारले, नागोराव पंचबुद्धे, प्रफूल कांबळे, कल्पना चव्हाण आणि बहुसंख्य विद्यार्थी उपस्थित होते. या कार्यमाच्या यशस्वीतेसाठी कांचन वाट, काजल खंडारे, प्रांजली ठाकरे, आचल चौधरी, शिवानी पंढरे, तेजल पुरडकर, काजल चौधरी, पल्लवी ठाकरे, प्रगती बोरकुटे, योगिता दुबे, पल्लवी गावंडे, प्रियंका शेलोटे, दीक्षा मात्रे व प्रा डा योगेश काशीकर रासेयो अधिकारी, डॉ.मोनाली इंगळे यांनी विशेष परिश्रम घेतले.

Memorable Clicks (Photo)



Broadcasting on Social Media (News)

v.dainikhindusthan.com

हिंदुस्थान
अमरावती

श्रीराम कला महीला महाविद्यालय धामणगाव रेल्वे येथे राष्ट्रीय पोषण महिना अभियानास प्रारंभ

धामणगाव रेल्वे दि. ७ : श्रीराम शिक्षण संस्था धामणगाव रेल्वे द्वारा संचालित श्रीराम कला महीला महाविद्यालय धामणगाव रेल्वे येथे राष्ट्रीय सेवा योजना पथक व गृह अर्थशास्त्र विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमानाने नुकतीच राष्ट्रीय पोषण महिना मार्गदर्शन पर कार्यक्रम घेण्यात आला. या कार्यक्रमाचा उद्देश आरोग्यदायी आहाराच्या सवयी आणि तरुणांमध्ये आहाराच्या निवडीबाबत जागरूकता निर्माण करणे हा होता. या कार्यक्रमाचे अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. नंदकिशोर राऊत तर विशेष अतिथी म्हणून डॉ. सुधीर पाथरे, डॉ. योगेश काशीकर राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी डा. मोनाली इंगळे, महिला प्रा. नितीन बिहाडे, प्रा. अभिजीत दोड उपस्थित होते.

कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला सरस्वती पूजन व दिप प्रज्वलन झाल्यावर विद्यापीठ गीत घेण्यात आले. कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकेत डॉ. योगेश काशीकर रा.से.यो. अधिकारी यांनी कार्यक्रमाचे उद्देश्य

स्पष्ट केले. पोषण अभियान हा कार्यक्रम नसून एक जनआंदोलन आहे, याचा अर्थ लोकांचे सहकार्य आवश्यक आहे. असे विद्यार्थिनींना पटवून दिले. विद्यार्थ्यांनी भाज्या आणि फळांच्या सॅलड्सचे भरपूर प्रकार आणि त्यांची खासियत समजावून सांगितली आणि आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी आणि रोगांपासून दूर राहण्यासाठी आपल्या नियमित आहारात सॅलडचा समावेश करण्याचे महत्त्व सांगितले.

या प्रसंगी डा. मोनाली इंगळे, महिला अधिकारी यांनी विद्यार्थ्यांना आहार हा व्यक्ती/कुटुंबाच्या आरोग्याचा पाया असल्याचे नमूद केले. पूर्वापार आपल्याकडे योग्य आहाराला अत्यंत महत्त्व असून, त्याला पूर्णब्रह्म संबोधले गेले असल्याचे त्यांनी यावेळी नमूद केले. बाळाचे पहिले अन्नप्राशन सोळा संस्कारांपैकी एक आहे आणि आपल्याकडे आहाराशी संबंधित सोहळे साजरे होतात, यावरूनच महत्त्व अधोरेखित होत असल्याचे त्यांनी सांगितले. प्रतिकारशक्ती खूप चांगली असणे, याला अत्यंत महत्त्व असून, सोबतच स्वच्छता

व कोरोना काळात 'एसएमएस' अर्थात 'सॅनिटाईझ, मास्क आणि सॅफ डिस्टन्स' याला महत्त्व देण्याचे सुचविले.

आपल्या अध्यक्षीय भाषणात डॉ. नंदकिशोर राऊत यांनी राष्ट्रीय पोषण महिनाचा आढावा घेत भारतातील प्रत्येक नागरिकांनी याचे पालन करावे असे आवाहन केले. राष्ट्रीय पातळीवर सप्टेंबर महिना हा 'राष्ट्रीय पोषण महिना' म्हणून साजरा केला जातो. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी ऑगस्ट महिन्याच्या 'मन की बात' कार्यक्रमात 'राष्ट्रीय पोषण माह अभियाना'चा उल्लेख करून मुलांचे सामर्थ्य व क्षमता यामध्ये आहाराची सर्वात महत्त्वपूर्ण भूमिका असल्याचे म्हटले होते, व जनभागीदारीतून भाखाला कुपोषण मुक्त करता येईल, असे आवाहन विद्यार्थ्यांना केले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन कु. प्रगती बोरकुटे यांनी केले तर, आभार प्रदर्शन कु. योगिता दुबे यांनी केले. या प्रसंगी डॉ. राजेश आडे, डॉ. निता केने, अजय कुलकर्णी, राजेश भैय्या, राजेश मारवे, संतोष सीसोदे, शरद

गवारले, नागोराव पंचबुडे, प्रफुल्ल कांबळे, कल्पना चव्हाण आणि बहुसंख्य विद्यार्थी उपस्थित होते. या कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी कांचन वाट, काजल खंडारे, प्रांजली ठाकरे, आचल चौधरी, शिवानी पंढरे, तेजल पुरडकर, काजल चौधरी, पल्लवी ठाकरे, मनिषा गायकवाड, पल्लवी गावडे, भारती ठाकरे, प्रियंका शेलोटे, दीक्षा मात्रे, तेजस्विनी काळे, काजल मेंडे, राणी भुते, काजल चौधरी, ममता मेहर, अपेक्षा इंगळे, आरती मेंडे, अर्पिता मेथ्राम, आरती तितुरमारे, आयुषी चुटे, भाग्यश्री म्हात्रे, धनश्री बागडे, पुनम शिंदे, साक्षी नागोसे, स्वीटी वानखडे व प्रा. डॉ. योगेश काशीकर रासेयो अधिकारी, डॉ. मोनाली इंगळे यांनी विशेष परिश्रम घेतले. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या म्हणण्यानुसार नेशन अँड न्यूट्रिशन, यामध्ये महत्त्वपूर्ण संबंध आहे; अन्नानुसार मानसिक व बौद्धिक विकास होत असतो, यासाठी जनआंदोलन उभे करून पोषक अन्न व स्वस्थ राहण्यासाठी आपण सगळ्यांना प्रेरित करू, या संकल्पनेवर कार्यक्रमाची सांगता झाली.



महिला - सांस्कृतिक

श्रीराम कला महिला महाविद्यालयात 'डिश डेकोरेशन' स्पर्धा उत्साहात

देशोन्नती वृत्तसंकलन...

धामणगाव रेल्वे ■ श्रीराम शिक्षण संस्था धामणगाव रेल्वेद्वारा संचालित श्रीराम कला महिला महाविद्यालय धामणगाव रेल्वे येथे राष्ट्रीय सेवा योजना पथक व गृह अर्थशास्त्र विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमानाने नुकतीच डिश डेकोरेशन स्पर्धा पार पडली.

ही स्पर्धा अंडरग्रेजुएटच्या विद्यार्थ्यांसाठी खुली होती. या स्पर्धेमांडरचा उद्देश आरोग्यदायी आहाराच्या सवयी आणि तरुणांमध्ये आहाराच्या निवडीबाबत जागरूकता निर्माण करणे, हा होता. वेगवेगळ्या माउथवॉटरिंग सॅलडसह तयार केलेल्या सुंदर डिझाईन आणि नमुन्यांमधून सहभागींची सर्जनशीलता प्रकट झाली. स्पर्धेचे मुख्य लक्ष केवळ सॅलड तयार करणेच नव्हे, तर त्यांच्या कलात्मक सादरीकरणावर देखील होते ज्यामध्ये सौंदर्याचा पैलू होता. अंतिम उत्पादन तयार करताना आणि ट्रेसिंग करताना लक्षात ठेवल्या जाणाऱ्या स्वच्छतेच्या बाबींवर समान जोर देण्यात आला. स्वच्छता, सुरक्षितता, चव आणि सादरीकरण हे या स्पर्धेचे मूलभूत निकष होते.

या कार्यक्रमाचे अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्रभारी



अनेक विद्यार्थिनींनी घेतला सहभाग

प्राचार्य डॉ. नंदकिशोर राऊत, तर विशेष अतिथी म्हणून डॉ. सुधीर पाथरे, डॉ. योगेश काशीकर राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी डा. मोनाली

इंगळे, महिला अधिकारी, प्रा नितीन बिहाडे, प्रा. अभिजीत दोड उपस्थित होते.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन कु.मनिषा गायकवाड यांनी केले, तर आभार प्रदर्शन कु. भारती ठाकरे यांनी केले. याप्रसंगी डॉ. राजेश आडे, डॉ. निता केने, अजय कुलकर्णी, राजेश भैय्या, राजेश मारवे, संतोष सिसोदे, शरद गवारले, नागोराव पंचबुडे, प्रफुल्ल कांबळे, कल्पना चव्हाण आणि बहुसंख्य विद्यार्थी उपस्थित होते.

या कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी कांचन वाट, काजल खंडारे, प्रांजली ठाकरे, आचल चौधरी, शिवानी पंढरे, तेजल पुरडकर, काजल चौधरी, पल्लवी ठाकरे, प्रगती बोरकुटे, योगिता दुबे, पल्लवी गावडे, प्रियंका शेलोटे, दीक्षा मात्रे व प्रा. डॉ. योगेश काशीकर रासेयो अधिकारी, डॉ. मोनाली इंगळे यांनी विशेष परिश्रम घेतले.