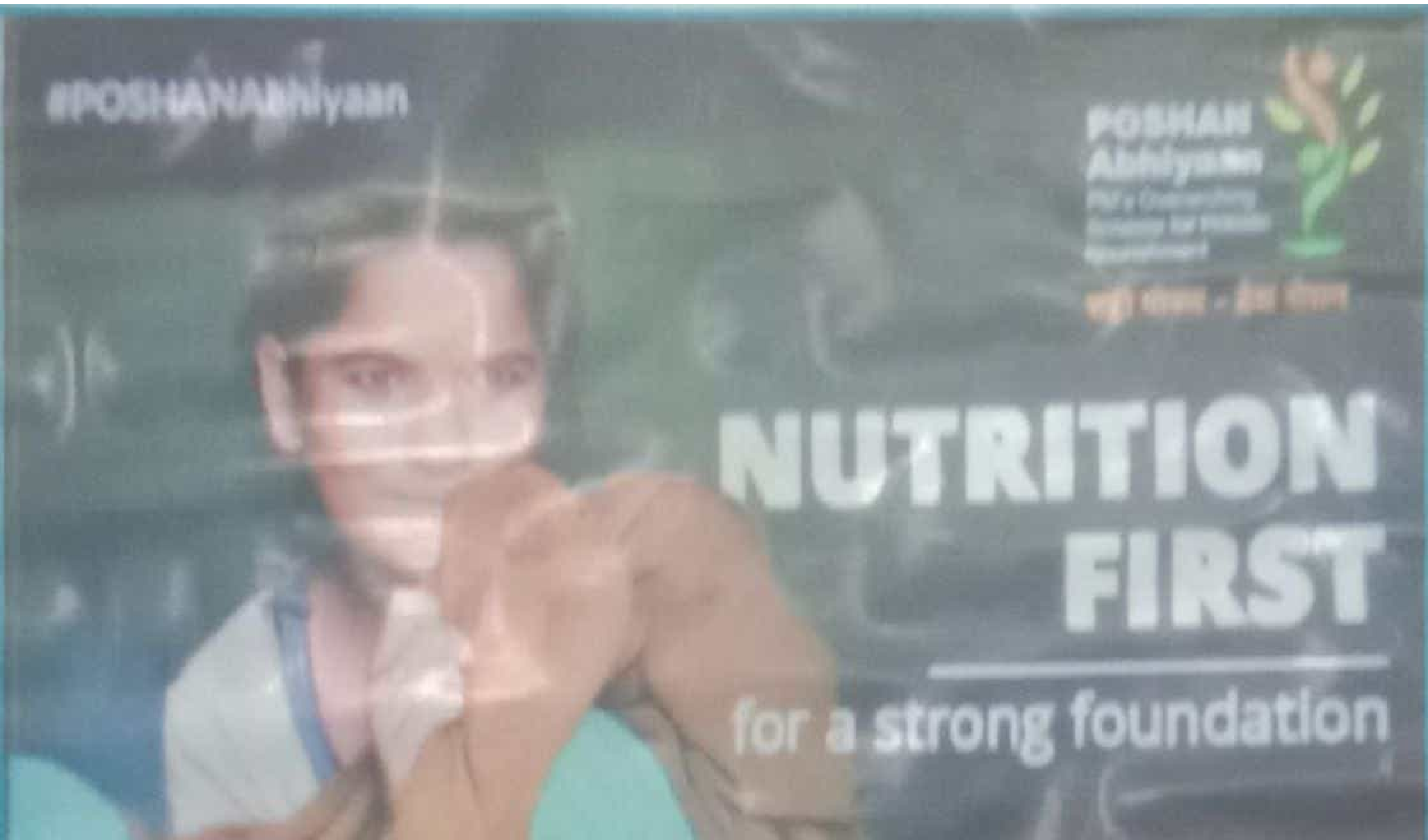
हर घर पोषण त्योहार
National Nutrition Month September - 2018
"सही पोषण देश रोशन"
THEME :– THE FIRST 1000 DAYS OF THE CHILD : BETTER CHILD HEALTH
Organised by
Dept. of Home Science, Sri Arvind Mahila College
on
Date : 20.09.2018
NUTRITION FIRST FOR CHILDREN
Because our children are the leaders of tomorrow.


#POSHANAbhiyaan
POSHAN
Abhiyaan
NUTRITION
FIRST
for a strong foundation

Estd. : 1960

Phone : 0612-3266992, 3266993
E-mail : samcpatna@gmail.com
Website : www.samcpatna.org

SRI ARVIND MAHILA COLLEGE, PATNA

(A Constituent Unit of Magadh University)
Kazipur, Patna - 800 004 (Bihar)

Ref. No. .... Date ....

सेवा में,

समाचार संपादक,
दैनिक समाचार पत्र / न्यूज चैनल
पटना (बिहार)

विषय - गृहविज्ञान विभाग, श्री अरविन्द महिला कॉलेज द्वारा आयोजित 'पोषण माह' पर कार्यक्रम में कवरेज के संबंध में।

महाशय,

सविनय निवेदन करना है कि आगामी 20.09.2018 को पूर्वाह्न 12 बजे से, कॉलेज समागार में 'राष्ट्रीय पोषण माह' के अवसर पर संबंधित विषय पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया जा रहा है। जिसमें बतौर मुख्य वक्ता शहर के प्रसिद्ध चिकित्सक डा० रूमा गोस्वामी एवं शिशु रोग विशेषज्ञ डा० समीर कुमार संबोधित करेंगे।

सादर अनुरोध है कि इस महत्वपूर्ण आयोजन के कवरेज हेतु अपना प्रेस प्रतिनिधि, एवं छायाकार भेजने की कृपा करें।

आज के कार्यक्रम में प्रकाशनार्थ	
आयोजन	- राष्ट्रीय पोषण माह
तिथि	- 20.09.2018
समय	- 12 बजे पूर्वाह्न
स्थान	- श्री अरविन्द महिला कालेज

भवदीय
[signature] 14.9.2018
(डा० शिवनारायण)
मिडिया प्रभारी

सूचना

सभी शिक्षक, शिक्षिकाओं, शिक्षकेत्तर कर्मियों एवं छात्राओं को सूचित किया जाता है कि दिनांक 20-09-2018 को गृह विज्ञान विभाग द्वारा पोषण सप्ताह के उपलक्ष्य में एक सेमीनार का आयोजन किया जा रहा है जिसका विषय "The first Thousand days of the child: BETTER CHILD HEALTH" है जिसमें शहर के दो मशहूर डा॰ के द्वारा संबंधित विषय पर व्याख्यान दिया जाएगा। आप सबों से अनुरोध है कि कार्यक्रम में उपस्थित होकर कार्यक्रम की शोभा बढ़ायें।

समय 12:00

स्थान: Seminar hall

ह०
Singh
11.9.2018

समन्वक

शहनाज़ खानम
11-9-2018
विभागाध्यक्ष

12/09/18

12/9/2018

12.9.18

12.9.18

Prem Kumari 14/9/18

Savita Kumari 12.9.18

18.9.18

12.9.18

14/9/18

14/9/18

14/9/18

15.9.18

14.9.18

Ritabina 14-9-18

14.9.18

15.9.18

Estd : 1960

Phone : 0612-3266992, 3266993
E-mail : samcpatna0612@gmail.com
Website : www.samcpatna.com

SRI ARVIND MAHILA COLLEGE, PATNA

(A Constituent Unit of Patliputra University, Patna)
Kazipur, Patna - 800004 (Bihar)

Ref. No. .... Date.........................

Dr. Ruma Guswami,
Consultant Gynecologist,
Sun Gynaecare Hospital,
Patliputra.

Subject: -To Conduct a Seminar on National Nutrition Month September – 2018

Dear madam,

On behalf of Sri Arvind Mahila College, Patna we request you for your respectable and honorable presence to celebrate National Nutrition Month-2018. The theme of this seminar is ' the first 1000 days of the child BETTER CHILD HEALTH.' Which is going to be held on 20.09.2018 from 12 A.M at the college that is organized by Department of Home Science.

It would be motivating for students if you accept our invitation for this seminar as one of the speakershave some informative presentation, interaction with students and few words of advice on the topic "Nutrition with in womb and first six months of life"

Please send a gentle reply for confirmation of your availability and presence so that we may finalize the rest of the event.

Looking forward to welcome you at Sri Arvind Mahila College, Patna.

Thanking you in anticipation

15/9/18

Prof.(Dr.) Usha Jha
Prof . Incharge
Sri Arvind Mahila College
Patna.

Prof. In-Charge
Sri Arvind Mahila College
Kazipur, Patna-800004

Estd : 1960

Phone : 0612-3266992, 3266993
E-mail : samcpatna0612@gmail.com
Website : www.samcpatna.com

SRI ARVIND MAHILA COLLEGE, PATNA

(A Constituent Unit of Patliputra University, Patna)
Kazipur, Patna - 800004 (Bihar)

Ref. No. ....

Date.........................

Dr. Samir Kumar,
Consultant ,
Mahavir Vatsalya Hospital,
Patna.

Subject: -To Conduct a Seminar on National Nutrition Month september – 2018

Respected Sir,

On behalf of Sri Arvind Mahila College, Patna we request you for your respectable and honorable presence to celebrate National Nutrition Month-2018. The theme of this seminar is ' the first 1000 days of the child- BETTER CHILD HEALTH.' Which is going to be held on 20.09.2018 from 12 A.M at the college that is organized by Department of Home Science.

It would be motivating for students if you accept our invitation for this seminar as one of the speakers have some informative presentation, interaction with students and few words of advice.

Please send a gentle reply for confirmation of your availability and presence so that we may finalize the rest of the event.

Looking forward to welcome you at Sri Arvind Mahila College, Patna.

Thanking you in anticipation

Usha Jha
15/9/18

Prof.(Dr.) Usha Jha
Prof . Incharge
Sri Arvind Mahila College
Patna.

Prof. In-Charge
Sri Arvind Mahila College
Kazipur, Patna-800004

NAME	Mob. No.	Sig.
Dr Samir Kr.	9835987770	[illegible]
DR. Ruma Yaswan	9801849137	[illegible]
Dr. Vinni Singh	9431432688	[illegible]
Shahnaz Khanam.	9135577666.	S. Khanam
Dr. Shashi S. Bala.	9430611842	[illegible] 20.9.18
Dr. Sarita Kumari	9386521648	S. [illegible] 20.9.18
Dr PRABHA MISHRA	9934411254	[illegible] 20.9.18
Dr Neelam Kumari	9431880612	[illegible] 20.9.18
Sadhana Thakur	9431886595	[illegible]
Dr. Prem Kumari	9334317660	P. Kumari 20.9.18
Rokhsana.		Rokhsana.
Veena Jha	9934297677	[illegible] 20.9.18
Dileep Kumar	9708201415	Dileep Kumar
Dr. Sundar Kant [illegible]	9431426947	[illegible]

हर घर पोषण त्योहार
R KUMAR
PROF. (Dr.) USHA JHA

National Nutrition Month Se
THEME :- THE FIRST 1000 DAYS OF THE CHILD : BE
Dept. of Home Science, Sri Arvind
Date : 20.09.2018

''सही पोषण
THEME :- THE FIRST 1000 DAYS OF THE
Dept. of Home Science,
College

हर घर पोषण त्योहार
National Nutritio
“सही पो
THEME :— THE FIRST 1000 DAYS O
pt. of Home Scienc
Date :
NUTRITIO
NUTRIT ON

Page No. ____
Date ____

S.N.	NAME	Roll No.	CLASS	SIG
(1)	RANI KUMARI	4	P.G IVth Semester	Rani Kumari
(2)	Sudha Rani	34	P.G IVth sem	Sudha Rani
(3)	Ruchi Bharti	52	P.G IVth Sem.	Ruchi Bharti
(4)	Jyoti kumari	30	P.G IVth Sem.	Jyoti kumari
5)	Kumud kumari	07	P.G IIth sem	Kumud kumari
4)	Ashrafi Khatoon	40	P.G II sem	Ashrafi Khatoon
5)	Prakriti Chandra			Prakriti
6	Shiva kumari	13	P.G IVth Sem	Shiva kumari
7	RUBI KUMARI	62	H.Sc. IV sem P.G	Rubi kumari
8	Abhilasha-Kumari	1	P.G II Sem	Abhilasha-Ku.
9	Soni Kumari	14	P.G II Sem	Soni Kumari
10	Anusha Bharti	06	P.G IInd sem	Anusha Bharti
11.	Priyanka Kumari	37	P.G IInd sem	Priyanka kumari
12	Shalini Priya	45	P.G II Sem	Shalini
13.	Achala singh	2	P.G IV Sem	Achala singh
14.	Chinku kumari		P.G IV Sem	Chinku kumari
15.	Savitri kumari	60	P.G IV Sem (H.Sc)	Savitri kumari
16	PRABHA KUMARI	22	P.G IVth sem	Prabha Kumari
17.	Shruti	02	P.G IInd Sem	Shruti
18.	SNEHA SINGH	49	P.G. IVth Sem	Sneha Singh
19	Prity kumari	12	P.G. IVth sem	Prity kumari
20	Hina kumari	4	P.G IVth sem	Hina kumari
21	Aasmi Kumari	9	P.G IVth Sem	Aasmi Kum
22	MANISHA KUMARI	11	PG IVth Sem	Manisha Kumari
23	Natasha Kumari	41	PG IVth sem	Natasha Kumari
24	Vandana kri	44	P.G IVth Sem	Vandana kri
25	Madhupriya	17	P.G IVth Semester	Madhupriya.
26	Radha Kumari	08	P.G IV th semest	Radha kumari
27	Sufi-Parween	21	P.G IVth semest	Sufi-Parween
28	Neha Kumari	94	B.A (1st year)	Neha Kumari
29	Pooja Kumari	206	B.A (1st year)	Pooja Kumari
30	Shruti Kumari	54	I. Com (2nd year)	Shruti

S.N.	NAME	Roll No.	CLASS	SIGN
31	Surabhi Verma	31	I com (2 year)	Surabhi
32	Kajal Kumari	84	I.A 2II year	Kajal
33	Radhika Priya	92	I.A II. year	Radhika Priya
34	Sharda Kumari	27	IV 2d year	Sharda K.
35	Rekha Kumari	50	IV 2d Year	Rekha K.
36	Shiwani Raj	490	B.A Part I	Shiwani Raj
37	Shristi Tiwary	460	B.A Part I	Shristi Tiwary
38	Saniya Raj	144	B.A Part I	Saniya Raj
39	Sudha Kumari	53	P.G II year	Sudha K.
40	Shakuntla Kumari	11	P.G II Sem	Shakuntla
41	Jyoti Kumari	28	P.G IV Sem	Jyoti Kumari
42	Nishu Kumari	28	P.G IV Sem (2014)	Nishu Kumari
43	Pratibha Kumari	59	P.G IV Sem	Pratibha K.
44	Bandana Devi	36	P.G IV Sem	Bandana
45.	Akanksha kumari	373	B.A. Part I	Akanksha
46.	Puja kumari	421	B.A. Part-I	Puja kumari
47	Anjali Raj	411	B.A Part-I (Pol. Sci.) Hons.	Anjali
48	Sonam Kumari	06	B.A Part-I	Sonam
49	Krishna Kala Kumari	26	M.A 1 Sem	Krishna Kala
50	Shweta Raj	07	M.A 4 Sem	Shweta Raj
51	Sabita Rani	2	M.A I Sem	Sabita Rani
52	Juli Kumari	28	P.G I	Juli Kumari
53	Remi kumari	8	M.A I Se.	Remi kumari
54	Suman Kumari	25	M.A I Sem	Suman Kumari
55	Zahida Khatoon	31	M.A Ist Sem	Zahida Khatoon
56	Chanchal Kumari	10	M.A 1st	Chanchal
57	Soni Kumari	13	M.A. 1st	Soni Kumari
58	Sweta Bharti	18	M.A 1st	Sweta Bharti
59	Shilpi Kumari	06	M.A 1st	Shilpi K.
60	Menka kumari	54	M.A 4th	Menka kumari
61	Manju Kumari	36	M.A II Sem	
62.	Nargis Gupta	09	M.A II Sem	Nargis Gupta
63	Ayushi Kumari	38	M.A II Sem	Ayushi K.

Date

SN	NAME	Roll NO	CLASS	SIGN
64	Nidhi priya	15	P.G IInd	Nidhi priya
65	Mamta kumari	41	P.G II nd	Mamta kumari
66	Dolly kumari	~~1A~~ 16	P.G IInd	Dolly kumari
67	Nisha kumari	33	P.G IV	Nisha kumari
68	Gunjan kumari.	51	P.G. IV	Gunjan kumari
69	RUNI KUMARI	45	P.G IV Se	Runi kumari
70	Manita kumari	61	P.G. IV Se	Manita kumari
71	Kavita Kumari	31	P.G. IV Sem	Kavita Kumari
72	Rupam kumari	46	P.G. IV Sem	[illegible]
73	Puja Roy.	98	B.A (1st)	Puja Roy
74	Bijeta Raj		B.A (1st yr)	Bijeta Raj
75	Sabita kumari	28	P.G I	Sabita
76	Priya Raj	51	P.G 1st	Priya Raj
77	Amrita Pritam	58	P.G 1st	Amrita
78	Anupriya Kumari	43	P.G. Ist	Anupriya Kumari
79	Anamika Rani	291	B.A 1st (Pol hon)	Anamika Rani
80	Apurva Narayan	171	B.A-I (Pol sc)	Apurva
81	Lusi kumari	11	P.G 1ST	Lusi kumari
82	Aakanksha Singh	126	BA (H) - Part II	Aakanksha Singh
83	Priya Kumari	132	BA(H) - Part I	Priya Kumari
84	Nishka Tiwari	131	BA(H)-Part-I	Nishka Tiwari
85	Shrusty Kumari	644	BA Part	Shrusty kumari
86	Puja Rani	151	B.A Part II	Puja Rani
87	Alka kumari	329	B.A Part II	Alka kumari
88	Priya Bharti	276	B.A Part-II	Priya Bharti
89	Chandani kumari	276	B.A Part II	Chandani kumari
90	Aakriti kumari	134	BA Part II	Aakriti kumari
91	Rakhi kumari	47	P.G-IV	Rakhi kumari
92	Nisha Kumari	52	Icom	Nisha kumari
93	Nadira Bano	253	B.A	Nadira
94	Preeti Kumari	24	MA-IIsem	Preeti kumari
95	Ruki kumari	10	MA-IV sem	Ruki kumari

Page No.
Date

SNo	NAME	RollNO	CLASS	Sing
96	Archana Kumari	3	M.A. II Sem	Archan
97	Anu Kumari	46	M.A. II Sem	AnuKum
98	Sushma kumari	39	M.A. II Sem.	Sushma K
99	Jyotsana [illegible]	52	M.A. II Sem	Jyotsana P
100	Nikita Kumari	23	M.A. II Sem	Nikita Kum
101	Rupam Sinha	04	M.A II Sem	Rupam Si
102	Bandana kumari	29	M.A II Sem	Bandan-k
103	Neha Kumari	16	M.A IV Sem	Neha Ku
104	Naheed parveen	39	M.A IV Sem	[illegible]
105	Tanvi	69	Bsc. III	[illegible]
106	Purnima Kumari	24	M.A. IV Sem	Purnima

Estd : 1960

Phone : 0612-3266992, 3266993
E-mail : samcpatna0612@gmail.com
Website : www.samcpatna.com

SRI ARVIND MAHILA COLLEGE, PATNA
(A Constituent Unit of Patliputra University, Patna)
Kazipur, Patna - 800004 (Bihar)

Ref. No. ....   Date.........................

प्रेस विज्ञप्ति

राष्ट्रीय पोषण माह - "सही पोषण देश रोशन" पर एक संगोष्ठी का आयोजन।

पटना, 20 अगस्त.

पोषण अभियान सही 'पोषण देश रोशन' सितम्बर है पोषण माह के अवसर पर गृहविज्ञान विभाग, श्री अरविन्द महिला कॉलेज के द्वारा एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस संगोष्ठी का विषय था "The first 1000 days of the child : BETTER CHILD HEALTH" इस कार्यक्रम में शहर के प्रख्यात स्त्री रोग विशेषज्ञ डा० रुमा गोस्वामी एवं शिशु रोग विशेषज्ञ डा० समीर कुमार ने भाग लिया। कार्यक्रम में प्रथम वक्ता के रूप में डा० रुमा गोस्वामी ने "Nutrition within womb and first six month of life" विषय पर चर्चा करते हुए बताया कि एक स्वस्थ माँ ही स्वस्थ बच्चे को जन्म दे सकती है और एक स्वस्थ जन्म लेने वाला बच्चा ही आगे भी स्वस्थ रह सकता है, अगर ठीक से देखभाल की जाए, इसलिए जरूरी है कि भावी माता अपने स्वास्थ्य का ध्यान गर्भधारण करने से पहले ही रखना शुरु कर दें। इसके तहत डा० द्वारा निम्न विषयों पर विशेष ध्यान रखने के लिए कहा गया। 1) अपने वजन को नियंत्रित रखें 2) जंक फूड का इस्तमाल न करें 3) संतुलित भोजन ग्रहण करें जिसमें प्रचुर मात्रा में हरी सब्जी, फल, दूध का सेवन, चावल, दाल, रोटी के साथ करें 4) अगर धुम्रपान या शराब पीते हैं तो इसका सेवन न करें

Estd : 1960

Phone : 0612-3266992, 3266993
E-mail : samcpatna0612@gmail.com
Website : www.samcpatna.com

SRI ARVIND MAHILA COLLEGE, PATNA
(A Constituent Unit of Patliputra University, Patna)
Kazipur, Patna - 800004 (Bihar)

Ref. No. .... Date.........................

5) कुछ शारीरिक व्यायाम एवं योगा करें 6) साथ ही अगर कोई भावी माता पहले से ही किसी प्रकार की दवा जैसे Thyroid, या diabetes में लेती है तो डाक्टर से उस संबंध में अवश्य परामर्श लें अंत में उन्होने कहा कि खाने में उसकी Quantity से ज्यादा उसके Quality पर विश्वास करें, बच्चों को ज्यादा से ज्यादा स्तनपान करायें कम से कम छः माह तो अवश्य ही करायें।

इसके उपरांत शहर के प्रसिद्ध शिशु रोग विशेषज्ञ डा० समीर कुमार ने मुख्य विषय पर चर्चा करते हुए बताया कि - सितम्बर है राष्ट्रीय पोषण माह के क्या-क्या लक्ष्य है जिसके अंतर्गत समुदाय द्वारा ग्रहण किये जाने वाले खाद्य पदार्थ के बारे में पता लगाना साथ ही बच्चों मे होने वाले चार तरह के कुपोषण के बारे मे बताया 1) stunting 2) wasting 3) underweight 4) micronutrient deficiency, प्रथम 1000 days of life को किस तरह से पोषण बच्चों के brain development, physical growth को प्रभावित करता है एवं सही पोषण न लेने पर उनके पूरे जीवन काल पर क्या असर पड़ता है। Expressed breast milk and human milk banking पर प्रकाश डाला। अंत में कहा कि राष्ट्रीय पोषण माह को सफल बनाने के लिए हमें समाज के हर नागरिक को जागरूक बनाना होगा और उसके साथ-साथ सरकार के साथ हर नागरिक को अपनी भागीदारी और अपना

Estd : 1960

Phone : 0612-3266992, 3266993
E-mail : samcpatna0612@gmail.com
Website : www.samcpatna.com

SRI ARVIND MAHILA COLLEGE, PATNA

(A Constituent Unit of Patliputra University, Patna)
Kazipur, Patna - 800004 (Bihar)

Ref. No. .... Date.........................

कर्तव्य सुनिश्चित करना पड़ेगा।

आरंभ में कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए प्राचार्य प्रो. उषा झा ने पोषण के महत्व पर विस्तार पूर्वक प्रकाश डालते हुए कहा कि शुरुआती दौर के सही पोषण पर ध्यान देने से माँ एवं बच्चा दोनो स्वस्थ रहते हैं।

विषय प्रवेश इस कार्यक्रम की समन्वयक डा० विभी सिंह द्वारा किया गया जिसमे उन्होंने बताया कि क्यों इस माह को पोषण माह बताया गया है तथा 1000 days of child health का क्या महत्व है एवं कुपोषण बताया कि कुपोषण से निराकरण के लिए किशोरावस्था से गर्भावस्था और शिशु के जन्म से 3 साल तक पर्याप्त पोषण एवं उसकी समुचित देखभाल अनिवार्य है। मंच संचालन भी उन्हीं के द्वारा किया गया।

इस कार्यक्रम की अध्यक्षता डा० शहनाज खानम द्वारा किया गया साथ ही धन्यवाद ज्ञापन भी उन्होंने ही दिया। कार्यक्रम में विभाग की डा० कुंदन, डा० नीलम, अनुभा, सोनी, कॉलेज की शिक्षक, शिक्षिकायें सहित बड़ी संख्या में छात्रायें उपस्थित थी।

डा० शिवनारायण
मिडिया प्रभारी

पटना LIVE | सिटी | हिन्

समस्याओं की जड़ है जंक फूड, इसे सबसे पहले बोलें ना

अरविंद महिला कॉलेज

पटना | प्रधान संवाददाता

एक स्वस्थ मां ही स्वस्थ बच्चे को जन्म दे सकती है। इसलिए मां को अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए। कॉलेज में छात्राओं का पसंदीदा खाना जंक फूड होता है। इससे कई तरह की समस्याएं आती हैं। इसलिए जंक फूड को सबसे पहले ना कहिए और अपने वजन को नियंत्रित रखिए।

ये बातें गुरुवार को स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. रूमा गोस्वामी ने अरविंद महिला कॉलेज में कहीं। मौका था गृह विज्ञान विभाग की ओर से राष्ट्रीय पोषण माह पर आयोजित एक संगोष्ठी का। इस मौके पर उन्होंने कहा कि छात्राएं भावी मां हैं। उन्हें अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए। उन्हें अपने खाने में ज्यादा से ज्यादा हरी सब्जियां, फल और दूध का इस्तेमाल करना चाहिए और अपने वजन पर नियंत्रण रखना चाहिए। अगर थाइरॉइड या डाइबिटीज की दवाएं लेती हैं तो गर्भधारण से पहले डॉक्टर से जरूर सलाह लें। उद्घाटन डॉ. रूमा गोस्वामी, शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. समीर कुमार, कॉलेज की प्राचार्या प्रो. उषा झा और विभागाध्यक्ष प्रो. विमी सिंह ने दीप जलाकर किया।

सुझाव

- राष्ट्रीय पोषण माह पर छात्राओं को स्वास्थ्य रखने के लिए आयोजित हुई संगोष्ठी
- स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. रूमा और शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. समीर ने रखे विचार

03 माह का समय बच्चों के पोषण के लिए अहम

अरविंद महिला कॉलेज में गुरुवार को आयोजित संगोष्ठी में मौजूद छात्राएं।

बच्चों के मान... विकास के लि... हजार दिन मह...

डॉ. समीर कुमार ने बच्... चार तरह के कुपोषण के ... और कहा कि बच्चे के शा... मानसिक विकास के लिए ... बहुत ही महत्वपूर्ण होते हैं। ... उन्हें सही पोषण नहीं मिल... विकसित नहीं होने के साथ... की शारीरिक कमियां भी पू... लिए रह जाती हैं। कॉलेज ... प्रो. उषा झा ने कहा कि छा... अपने पोषण पर शुरुआत से ... देना चाहिए। ताकि आगे भवि... भी स्वस्थ पैदा हों। कार्यक्रम ... संचालन प्रो. विमी सिंह ने क... कहा कि पहला तीन माह बच्चों ... के लिए बहुत जरूरी है। जिस... मां को तैयार रहना चाहिए।

स्वस्थ मां ही स्वस्थ बच्चे को दे सकती है जन्म, पोषण जरूरी

सिटी रिपोर्टर | पटना

एक स्वस्थ मां ही स्वस्थ बच्चे को जन्म दे सकती है और स्वस्थ जन्म लेने वाला बच्चा ही आगे भी स्वस्थ रह सकता है। यह बात गुरुवार को अरविंद महिला कॉलेज में हुई संगोष्ठी में स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. रूमा गोस्वामी ने कही। पोषण माह के अवसर पर कॉलेज के होमसाइंस विभाग ने संगोष्ठी आयोजित की थी। डॉ. रूमा ने कॉलेज की छात्राओं व शिक्षकों से विषय पर चर्चा की।

उन्होंने कहा कि कि गर्भधारण के समय से ही महिलाओं को विशेष ख्याल रखना चाहिए। बच्चे के जन्म लेने के 6 माह बाद तक उसे मां का ही दूध देना चाहिए। शिशुरोग विशेषज्ञ डॉ. समीर कुमार ने बच्चों में पाए जाने वाले चार तरह के कुपोषण के बारे में बताया, जिसमें बर्बादी, वजन कम होना, बौनापन और अन्य चीजें हैं। उन्होंने बताया कि सही पोषण नहीं लेने से पूरे जीवनकाल पर इसका असर होता है। तो जरूरी है कि हम इसपर ध्यान दें। राष्ट्रीय पोषण माह को सफल बनाने के लिए हर नागरिक को अपनी जिम्मेवारी निभाने की जरूरत है तभी ये सफल हो पाएगा। मौके पर प्राचार्या डॉ. उषा झा, होमसाइंस विभाग की प्रो. विम्मी, डॉ. शहनाज खानम, डॉ. कुंजन, डॉ. नीलम, अभा सोनी आदि मौजूद रहीं।

सिटी एक्टिविटी

सिटी अपडेट

राष्ट्रीय पोषण माह पर संगोष्ठी आयोजित

पटना. श्री अरविंद महिला कॉलेज में गृह विज्ञान विभाग की ओर से राष्ट्रीय पोषण माह पर संगोष्ठी आयोजित की गयी. जिसका विषय था 'द जस्ट 1000 डेज ऑफ चाइल्ड-बेटर चाइल्ड हेल्थ'. इस अवसर पर स्त्री रोग विशेषज्ञ रुमा गोस्वामी एवं शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ समीर कुमार मौजूद थे. कॉलेज की प्राचार्या प्रो उषा झा ने पोषण के महत्व पर चर्चा करते हुए कहा कि शुरुआती दौर के सही पोषण पर ध्यान देने से मां एवं बच्चा दोनों स्वस्थ रहते हैं. डॉ रुमा ने बताया कि एक स्वस्थ मां ही स्वस्थ बच्चे को जन्म दे सकती हैं.

जागरण सि...

बचपन से की जानी चाहिए स्वस्थ व स्वच्छ जीवन की शुरुआत

अरविंद महिला कॉलेज में गुरुवार को कॉलेज परिसर में पोषण सप्ताह के मौके पर संगोष्ठी का आयोजन किया गया था। इस मौके पर स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. समीर कुमार, डॉ. रूमा गोस्वामी, ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि एक स्वस्थ जीवन के लिए बचपन से ही शुरुआत करनी चाहिए।

इसके लिए मां को अपने बच्चों को छह महीने तक अपना दूध पिलाना चाहिए। साथ ही बच्चों की उम्र छह महीने होने के बाद अनाज खिलाने की आदत भी डालनी चाहिए। इस मौके पर छात्राओं को खुद के स्वास्थ्य और आरोग्य जीवन जीने के तरीकों के विषय में बताया गया। इस मौके पर स्कूल की प्राचार्या ने सब का शुक्रिया करते हुए कहा कि इस तरह के कार्यक्रम हमें और हमारी छात्राओं को प्रोत्साहित करने के लिए आयोजित होने आवश्यक हैं। जिससे भविष्य में वो खुद का और अपने परिवार का सही तरीके से पालन-पोषण कर सकें। अगर इस उम्र में ही हम उन्हें जागरूक करेंगे तो भविष्य में एक उज्ज्वल समाज का निर्माण हो सकेगा। प्राचार्या ने कहा कि इस उम्र से ही अगर छात्राओं में संस्कार की नींव पड़ेगी तो उनका भविष्य बेहतर हो सकेगा। इस लिए स्कूल में इस तरह के कार्यक्रम होने आवश्यक हैं। इससे छात्राएं जागरूक होती हैं, और अन्य को भी रहा दिखाती हैं। इस मौके पर शिक्षकों के साथ छात्राओं ने अपने विचार रखे।

Sri Arvind Mahila College, Patna

Accredited by NAAC with B+ Grade

(A Constituent Unit of Patliputra University, Patna)

Awareness program on National Nutrition month

Date	No. of students enrolled	Organizing Department
20-09.2018	**102**	**Home Science**

अरविंद महिला कॉलेज में शनिवार को गृह विज्ञान विभाग की ओर से सेमिनार का आयोजन हुआ, कार्यक्रम में डॉ चारु मोदी ने मासिक धर्म से संबंधित होने वाली समस्याओं के बारे में जानकारी दी. आहार विशेषज्ञ विभा

राय ने कहा कि खान-पान से कई तरह के गलतफहमियां है. लड़कियों को शिक्षा देकर ही आहार और पोषण के प्रति जागरूक किया जा सकता है. कार्यक्रम का उद्‌घाटन प्राचार्य प्रो उपा झा ने किया. मौके पर डॉ शहनाज खानम, विमी सिंह, डॉ नीलम सोनी, लोग मौजूद थी.

छात्रों को आहार के प्रति जागरूक करना जरूरी

लाइफ रिपोर्टर @ पटना

अरविंद महिला कॉलेज में शनिवार को गृह विज्ञान विभाग की ओर से सेमिनार का आयोजन हुआ. कार्यक्रम में डॉ चारु मोदी ने मासिक धर्म से संबंधित होने वाली समस्याओं के बारे में जानकारी दी. आहार विशेषज्ञ विभा राय ने कहा कि खान-पान से कई तरह के गलतफहमियां है. लड़कियों को शिक्षा देकर ही आहार और पोषण के प्रति जागरूक किया जा सकता है. कार्यक्रम का उद्घाटन प्राचार्य प्रो उषा झा ने किया. मौके पर डॉ शहनाज खानम, विमी सिंह, डॉ नीलम सोनी, लोग मौजूद थी.

80 स्टूडेंट्स के बीच बांटी गयी छात्रवृत्ति

पटना. बिहार मारवाड़ी सम्मेलन शिक्षा समिति की ओर से शनिवार को डॉ राम मनोहर लोहिया जयंती सह व्याख्यान माला का आयोजन हुआ. कार्यक्रम के दौरान अप्रैल 2018 से मार्च 2019 तक कुल 80 स्टूडेंट्स के बीच करीब 17 लाख रुपये की छात्रवृत्ति प्रदान की गयी. इसके अलावा न्यायमूर्ति स्व हरिलाल अग्रवाल पुरस्कार सीएनएलयू से डिग्री हासिल करने वाली रिया चौकसी और अंजनेय सिंह को दिया गया. स्व कैलाशी देवी परमेश्वर लाल डोकानिया पुरस्कार एमबीबीएस प्रथम श्रेणी से सफल छात्रा अल्पना पाठक को मिला. स्व जानकी देवी सीताराम [illegible] पुरस्कार रामावतार पोद्दार को दिया गया. इसके साथ अन्य सम्मान के साथ लोगों को सम्मानित किया गया. कार्यक्रम का उद्घाटन कमल नोपानी, डॉ सुदर्शन [illegible], विनोद तोदी ने किया. इस मौके पर बिहार मारवाड़ी सम्मेलन के सभी सदस्य मौजूद थे.

…ए देखें बड़ा सपना : देवी