



Celebrating Rashtriya



POSHAN MAAS 2021

Theme

CONVERGING TOWARDS A HEALTHY WALK THROUGH LIFE

कुपोषण छोड़ पोषण की ओर - थामें क्षेत्रीय भोजन की डोर

Organised by

Dept. Of Home Science, Sri Arvind Mahila College

Date - 25 th September, 2021

Time - 11:00 A.M . Onwards



Sri Arvind Mahila College-Patna
(A Constituent of Patliputra University)
Department of Home Science



One Day Workshop on the occasion of
राष्ट्र पोषण माह 2021

1st to 30th September 2021

Theme:

"Converging Towards a Healthy Walk-Through Life"

25th September 2021

Saturday

Time: 11 A.M - 1 P.M.

Venue - Seminar Hall, Sri Arvind Mahila College, Patna

EMINENT SPEAKERS



Dr. Diwakar Tejaswi
M.B.B.S. (Gold Medalist)
F.C.C.P., M.C.H., PhD
General Physician & T.B.
Specialist

Dr. Abhishek
M.B.B.S. MD, DM
Physician & Critical
care Specialist

Dr. Rupali Kumari
M.Sc., Phd Research
Scholar, Nutrition
Clinical Dietician

Dr. Rubina Perween
PhD, M.Sc. Nutrition
Consultant Dietician & State
Programme Coordinator,
ICDS

सही पोषण - देश रोशन

Organized By-



Dr. Meera Kumari
Principal
Arvind Mahila College,
Patliputra University, Patna



Dr. Shahnaz Khanam
HOD & Associate Professor
Department of Home Science,
Sri Arvind Mahila College, Patna



Dr. Vimi Singh
Associate Professor
Department of Home Science,
Sri Arvind Mahila College, Patna



Department of Home Science
SRI ARVIND MAHILA COLLEGE

KAZIPUR, PATNA - 800004

(Constituent unit of Patliputra University, Patna)

Ref.

Date 23.09.21

सेवा में,

समाचार संपादक
दैनिक समाचार पत्र
पटना बिहार

विषय - गृहविज्ञान विभाग श्री अरविन्द
महिला कॉलेज में पोषण माह
पर होने वाले कार्यक्रम के कवरेज
के संबंध में

महाराज,

सविनय निवेदन करना है कि
आगामी 25.09.21 को पूर्वाह्न 11 बजे से
कॉलेज सभागार में पोषण माह के उपलक्ष्य
में कार्यक्रम होने जा रहा है जिसमें शहर
के कुछ डॉक्टर एवं आहार विशेषज्ञ भाग
लेंगे।

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 - पोषण माह पर
कार्यक्रम

दिनांक - 25.09.21

समय - 11 बजे पूर्वाह्न

स्थान - श्री अरविन्द महिला
कॉलेज

प्रबन्धीय

23/9/2021
(डा० शिवनारायण)
मिडिया प्रमारी



One Day Workshop on the occasion of
राष्ट्र पोषण माह 2021
 1st to 30th September 2021
 "Converging Towards a Healthy Walk Through Life"
 कवचण जेड पोषण की ओर - खररर खेरीव भोजन की डेर
 Dept. of Home Science, Food and Mahila Co-Operation
 Date: 29th September, 2021
 Time: 10:00 A.M. - 05:00 P.M.



NUTRITION FIRST
 for a strong foundation



Celebrating Rashtriya POSHAN MAAH 2021
 CONVERGING TOWARDS A HEALTHY WALK THROUGH LIFE
 कवचण जेड पोषण की ओर - खररर खेरीव भोजन की डेर
 Dept. of Home Science, Food and Mahila Co-Operation
 Date: 29th September, 2021
 Time: 10:00 A.M. - 05:00 P.M.







	Name	class	Sing
1	Sakshi Kumari	B.A Part I	Sakshi Kumari
2	Nishu Kumari	B.A Part - 1	Nishu Kumari
3	Kajal Kumari 2	B.A Part - 1	Kajal Kumari
4	Abha Kumari	B.A Part - I	Abha Kumari
5	Sonali Kzi	B.A Part - I	Sonali Kzi
6	Pooja Raj	B.A Part - I	Pooja Raj
7	Kajal Kumari - 3	B.A Part - I	Kajal Kumari ^{III}
8	Mamta Kumari	B.A Part - I	Mamta Kumari
9	Akansa Kumari	B.A Part - II ^{Subsida}	Akansa Kumari
10	Kajal Kumari	B.A Part - II ^{Subsida}	Kajal Kumari
11	Amita Kumari	BA Part II ^{Subsida}	Amita Kumari
12	Sujata Kumari	BA Part II ^{Subsida}	Sujata Kumari
13	Kajal Kumari	B.A - Part - I	Kajal Kumari
14	Rashmi Raj	B.A Part - I ^{Subsida}	Rashmi Raj
15	RISHU BHARTI	M.A - II ^{Home Science} 02	RISHU BHARTI
16	Anju Kumari	M.A - II ^{Home Science} 02	Anju Kumari
17	Rudrakani Sinha	M.A - III ^{Home Science} 02	Rudrakani Sinha
18	Kumari Priyanka	M.A III ^{Home Science}	Kumari Priyanka
19	Shivani Kumari	B.A II ^{Subsida}	Shivani Kumari
20	Rummi Kumari	M.A I Sem	Rummi Kumari
21	Urddi Kumari	B.A III ^{Home Science}	Urddi Kumari
22	Anshu Kumari	B.A III ^{Home Science}	Anshu Kumari
23	Anubhaya	B.A III ^{HOME Science}	Anubhaya
24	Nisha Kumari	B.A III Home Science	Nisha Kumari
25	Neha Kumari	B.A III Home Science	Neha Kumari
26	Shreya bharti	B.A III Home Science	Shreya bharti
27	Sushmita Kumari	B.A III Home Science	Sushmita Kumari
28	Apoorva Singh	B.A 3 rd year ^(Home) H.Sci	Apoorva Singh
29	Sreethi Kumari	B.A 3 rd year ^(Home) H.Sci	Sreethi Kumari
30	Maushmi Kumari	B.A 3 rd year ^(Home) H.Sci	Maushmi Kumari
31	Pinky Kumari	B.A 3 rd year ^(Home) H.Sci	Pinky Kumari
32	Tanuja Kumari	Pg 1 Sem	Tanuja Kumari

Name

class

Signature

33	Priya Rai	B.A Part - I (Sub)	Priya Rai
34	Priyanka Rai	B.A Part - I (Sub)	Priyanka Rai
35	Muskan Kumari	B.A Part - I (Sub)	Muskan Kumari
36	Sandhya Kumari	B.A Part - III (Hons)	Sandhya Kumari
37	Ishu Bharti	B.A Part - II (Hons)	Ishu Bharti
38	Puja Kumari	B.A Part - 2 (Hons)	Puja Kumari
39	Anjali Kumari	B.A Part - 2 (Hons)	Anjali Kumari
40	Nandani Kumari	I.A (Hons)	
41	Susmita Kumari	I.A (Hons)	
42	Sandhya Kumari	I.A (H.S)	
43	MAMTA KUMARI	M.A (1st Semester)	Mamta Kumari
44	Shalini Priya (ex-student)	Home-Sci (2016-2018)	Shalini Priya
45	Mehnaz Zohra (")	Home-Science (")	
46	Ashika Kumari	Psychology 1st Sem	Ashika Kumari
47	Ashraf Khatun	Home Science	
48	Abhilasha Kumari	Home Science	A.K.
49	Anu Kumari	Home Science	A.K.
50	Soni Kumari	Home Science	Soni Kumari
51	Radhika Priya	Home Science ^{2(Hons)}	Radhika Priya
52	Taru Kumari	B.Sc 2nd year	
53	BEAUTY SUMAN	B.Sc II year	Beauty Suman
54	ANUPRIYA SHARMA	B.Sc II year	Anu Sharma
55	Aarshi Patel	B.A Part I Home	Aarshi Patel
56	Amrinder Kumari	B.com II year	
57	Aarti Kumari	B.A Part I year	Aarti Kumari
58	Shweta Kumari	B.A Part II year	Shweta Kumari
59	Dolly Kumari	B.A Part II year	Dolly Kumari
60	Nitu Kumari	B.A II nd year	Nitu Kumari
61	Neha Kumari	B.A II nd year	Neha Kumari
62	Charchal Kumari	B.A II nd year	Charchal Rai

Name

Class

Sing

63	Somya Kumari	J.A	Somya Kumari
64	Anita Kumari	BA Part II	Anita Kumari
65	Sudata Kaur	BA Part II	Sudata Kaur
66	Deepa Kaur Gupta	B.A Part III	Deepa Kaur Gupta
67	Arshi Kumari	I.com XII	Arshi Kumari
68	Trishiti Kumari	M.A (I)	Trishiti Kumari
69	Simple Kumari	B.Com (I)	Simple Kumari
70	Asha Rani	B.A (I)	Asha Rani
71	Vandana Kumari	B.A - I	Vandana Kumari
72	Ujala Kumari	B.A - I	Ujala Kumari
73	Raja Kumari	M.A I	Raja Kumari
74	Pinky Kumari	B.A (I) History	Pinky Kumari
75	Parvati Rani	B.Com part I (Hons)	Parvati Rani
76	Tanya Sinha	B.Com part I	Tanya Sinha
77	Kajal Kumari	BA Let yr	Kajal Kumari
78	Rinjhini Rani	B.Sc Part-2 (Maths)	Rinjhini Rani
79	Seema Kumari	BA I) pol sci	Seema Kumari
80	Nishi Kumari	B.A (I)	Nishi Kumari
81	Annu Kumari	B.A - (I)	Annu Kumari
82	Aarti Kumari	B.A (I) History	Aarti Kumari
83	Shilpi	B.A - I	Shilpi
84	Rinjhini Kumari	B.A - (I)	Rinjhini Kumari
85	Pinki Kumari	B.A (I)	Pinki Kumari
86	Shivani Kumari	B.A (I)	Shivani Kumari
87	Muskan-Bharti	12th (J.COM)	Muskan Bharti
88	Pallavi Kumari	12th (J.Sc)	Pallavi Kumari
89	Asha Rani Sinha	12th (J.Sc)	Asha Rani Sinha
90	Shevanti Soni	12th (J.Sc)	Shevanti Soni
91	Kumari Pragati	B.Sc II (Zoology)	Kumari Pragati
92	Radha Rani Sinha	B.Sc II (Zoology)	Radha Rani Sinha
93	Sneha Kumari	B.Com II (AC)	Sneha Kumari

Name

Class

Singer

94	Priya Rai	B.A Part-I (Hist. Hon)	Priya Rai
95	Priyanka Rai	B.A Part I (Hist. Hon)	Priyanka Rai
96	Muskan Kumari	B.A Part I (Hindi)	Muskan Kumari
97	Soni Soni Vastav	IT	
98	Khushbu Kumari	B.A Part I (His)	Khushbu Kumari
99	Sadhna Shiwangi Tri	B.A Part I (Hindi)	Sadhna Shiwangi Kum
100	Divya Agarwal	B.A Part II (HONS)	Divya Agarwal
101	Priya Kumari	B.A Part II (Hons)	Priya Kumari
102	Priya Thak	BA Part II (History)	Priya Thak
103	Shreya Raj	Ma (Home Scienc	Shreya Raj

[Faint, mostly illegible handwritten text and numbers in the lower portion of the page, possibly bleed-through from the reverse side.]



Department of Home Science SRI ARVIND MAHILA COLLEGE

KAZIPUR, PATNA - 800004

(Constituent unit of Patliputra University, Patna)

Ref.

प्रेस विज्ञापित

Date 25.9.21.

विषय - पोषण माह के अवसर पर कार्यशाला एवं
वृक्षारोपण

पटना 25 सितम्बर,

आज दिनांक 25.9.21 को श्री अरविन्द महिला कालेज में गृहविज्ञान विभाग द्वारा एक कार्यशाला का आयोजन किया गया साथ ही पोषण वाटिका भी को ध्यान में रखते हुए परिसर में आम के विभाग द्वारा लगाया गया। कार्यशाला का शुभारंभ करते हुए डा० विम्वी सिंह ने पोषण माह के चारों थीम के बारे में विस्तारपूर्वक बताते हुए विभिन्न राज्य में पाये जाने वाले पोषक आहार जैसे क्षेत्रीय आहार पर प्रकाश डाला। आतिथियों का स्वागत करते हुए कालेज की प्राचार्य प्रो० नीरा कुमारी ने बताया कि सम्पूर्ण राष्ट्र के विकास के लिए प्रत्येक व्यक्ति को स्वस्थ रखना आवश्यक है। कार्यक्रम के प्रथम वक्ता के तौर पर डा० आशिषेक चौधरी ने किशोरियों एवं महिलाओं में पोषक तत्वों के कमी से होने वाली समस्याओं पर प्रकाश डाला तथा बताया चक्कर आना, पकन ये iron deficiency के मुख्य लक्षण हो सकता है।

दूसरे वक्ता के तौर पर डा० दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि Covid pandemic के समय अत्यधिक vitamin c एवं गिलोई के सेवन की वजह से काफी पाचन एवं लिवर संबंधी समस्या देखने को मिली तथा सुझाव दिया कि इस तरह की क्वार्टियों को सेवन डा० के परामर्श के द्वारा करें।

तिसरी वक्ता के रूप में आशिषियन रुपाली ने बताया कि पोषण वाटिका के सहारे महिलाओं एवं बच्चों में प्रोटीन एवं आयरन की कमी को दूर किया जा सकता है।



Department of Home Science SRI ARVIND MAHILA COLLEGE

KAZIPUR, PATNA - 800004

(Constituent unit of Patliputra University, Patna)

Ref.

Date 25.9.21.

I.C.D.S. की State pres. co-ordinator Dr
रुबिना परवीन ने बताया जिस तरह से सरकार
पोषण स्तर को सही करने के लिए front line
कार्यकर्ता को सशक्त कर रही है हमें भी अपने
परिवार से शुरुआत करते हुए पोषण के प्रति
लोगों को जागृत करना चाहिए।

अंग्रेजों ने योगा गुरु शक्तिश कुमार ने बताया
कि अपने जीवन शैली में नियमित बैठ पर योगा
को अपनाकर हम कई तरह की विमारियों से
बच सकते हैं।

कार्यक्रम का समापन विभाग की विभागाध्य
डा० शहनाज खानम के धन्यवाद जापन के
द्वारा किया गया इस तरह वक्ताओं द्वारा दिए
गए सुझाव से हमारी छात्राएँ लाभान्वित हुए।
इस तरह के कार्यक्रम नियमित रूप से होना
चाहिए।

इस अवसर पर विभाग की डा० कुंजन,
डा० नीलन, सोनी सहित मारी संरण्या में
छात्राएँ उपस्थित थीं।

शहनाज खानम
25.9.2021

विभागाध्यक्षा

गृह-विज्ञान विभाग
अरविन्द महिला कॉलेज
पटना

पोषण माह पर हुई कार्यशाला व पौधारोपण

पटना. अरविंद महिला कॉलेज में गृहविज्ञान विभाग की ओर से पोषण माह के अवसर पर कार्यशाला का आयोजन किया गया. जहां कॉलेज परिसर में आम के पौधे लगाये गये. कार्यशाला में डॉ विमी सिंह



ने पोषण माह के चारों थीम के बारे में विस्तार से चर्चा की. कार्यक्रम में डॉ अभिषेक चौधरी ने किशोरियों एवं महिलाओं में पोषक तत्वों के कमी से होने वाली समस्याओं के लक्षण से लोगों को अवगत कराया. वहीं डॉक्टर दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि कोई भी दवा बिना डॉक्टर की सलाह से न लें.

पोषण माह के अवसर पर कार्यशाला एवं पौधारोपण

पटना (आससे). शनिवार को श्री अरविंद महिला कॉलेज में गृह विज्ञान विभाग द्वारा एक कार्यशाला का आयोजन किया गया। साथ ही पोषण

करें। तीसरी वक्ता के रूप में डाइटिशियन रूपाली ने बताया कि पोषण वाटिका के सहारे महिलाओं एवं बच्चों में प्रोटीन एवं आयरन की कमी को दूर किया जा सकता है।

पोषण के प्रति लोगों को जागरूक करना चाहिए। अंत में योगा गुरु राकेश कुमार ने बताया कि अपने जीवन शैली में नियमित तौर पर योगा को अपनाकर हम कई तरह की बीमारियों से बच

परिसर में विभाग द्वारा आम का पेड़ लगाया गया। कार्यशाला का शुभारंभ करते हुए डॉ भीम सिंह ने पोषण माह के चारों थीम के बारे में विस्तार पूर्वक बताते हुए विभिन्न राज्य में पाए जाने वाले पोषक आहार जैसे क्षेत्रीय आहार पर प्रकाश डाला। अतिथियों का स्वागत करते हुए कॉलेज की प्राचार्य प्रोफेसर मीरा कुमारी ने बताया कि संपूर्ण राष्ट्र के विकास के लिए प्रत्येक व्यक्ति को स्वस्थ रहना आवश्यक है। कार्यक्रम के प्रथम वक्ता के तौर पर डॉ अभिषेक चौधरी ने किशोरियों एवं महिलाओं में पोषक तत्वों की कमी होने से होने वाली समस्याओं पर प्रकाश डाला। दूसरे वक्ता के तौर पर डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि कोविड पांडेमिक के समय अत्यधिक



आईसीडीएस की स्टेट प्रोफेसर कोआर्डिनेटर डॉक्टर रूबीना पविन ने बताया जिस तरह से सरकार पोषण स्तर को सही करने के लिए फंडलाइन कार्यकर्ता को सशक्त कर रही है हमें भी अपने परिवार से शुरुआत करते हुए

सकते हैं। कार्यक्रम का समापन विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ शहनाज खाना के धन्यवाद ज्ञापन के द्वारा किया गया। इस अवसर पर विभाग की डॉ कुंजन, डॉक्टर निलन, मोनी सहित भारी संख्या में छात्राएं उपस्थित रही।

2
र
इ
त
हे
भी
मह
3
संब
हज
हे,
मंत्र
ारों
दिने
माम
पिछ
से ट
प्रति
से उ
हजा
संक
में व
लोग
देश
हे।
लोग
साए
हे ज
कए