



कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)

पूर्व नाम-शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788-2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com

Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602



दुर्ग, दिनांक : 22.09.2020

राष्ट्रीय पोषण माह में प्रतियोगिताएँ आयोजित

शासकीय डॉ. वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग द्वारा सितंबर माह को पोषण माह के रूप में मनाया गया। वर्तमान परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए सभी प्रतियोगितायें डिजिटल ऑनलाईन रखी गईं। राष्ट्रीय पोषण माह 2020 मुख्य रूप से "गंभीर कुपोषित बच्चों की पहचान" एवं "पोषण के लिये पौधे" अभियान पर केंद्रित रखा गया है। गृहविज्ञान की विभागाध्यक्ष डॉ. अमिता सहगल ने बताया कि महाविद्यालय के गृहविज्ञान विभाग द्वारा इन विषयों को केन्द्र में रखकर - गंभीर कुपोषित बच्चों की पहचान पर पोस्टर प्रतियोगिता रखी गई जिसे फोटो के माध्यम से भेजा गया। वहीं पोषण के लिए पौधे विषय पर अपने घर पर पोषक तत्व से भरपूर सब्जी या फल का पौधा लगाते हुए उसे वीडियो के माध्यम से संप्रेषित किया जाना था।

अंतर्महाविद्यालयीन स्तर पर आयोजित इस प्रतियोगिता हेतु छात्राओं में बहुत उत्साह दिखाई पड़ा और लगभग 60 छात्र-छात्राओं ने इसमें भाग लिया।

पोस्टर प्रतियोगिता में प्रथम कु. यामिनी साहू (बी.एससी. गृहविज्ञान भाग-1) शास. डॉ. वा.वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग, द्वितीय - श्री वेदप्रकाश (बी.एससी. बायो भाग-1) शासकीय महाविद्यालय बेलौदी एवं कु. पूर्णिमा (बी.एससी. बायो-2) तृतीय मेनका साहू (बी.एससी.भाग-2) शास. डॉ. वा. पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग रहीं। वहीं कु. धनेश्वरी (बी.एससी. गृहविज्ञान-2) कन्या महाविद्यालय दुर्ग को सांत्वना पुरस्कार प्रदान किया गया।

पोषक पौधारोपण वीडियो प्रतियोगिता में (एम.एससी गृहविज्ञान-2 सेमे.) की छात्रा कु. प्रतीक्षा तुवानी (कन्या महाविद्यालय, दुर्ग) एवं तनु जाल (एम.एससी गृहविज्ञान-2 सेमे.) ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। द्वितीय स्थान पर रही (एम.एससी गृहविज्ञान-4 सेमे.) की छात्रा कु. अनिदिता बिश्वास। तृतीय स्थान पर दो छात्रायें भारती बघेल (बी.एससी गृहविज्ञान-2) एवं सीमा यादव (बी.एससी गृहविज्ञान-2) कन्या महाविद्यालय दुर्ग रहीं। वहीं कु. तेजस्विनी एम.-2 सेम. गृहविज्ञान और ज्योति यादव (बी.एससी. गृहविज्ञान भाग-2) को सांत्वना पुरस्कार प्रदान किया गया।

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि मानव शरीर को स्वस्थ बनाये रखने में पोषक तत्व अति महत्वपूर्ण है। इन प्रतियोगिताओं के माध्यम से छात्र-छात्राओं में भी जागरूकता आयेगी। मुझे बेहद खुशी है कि इस गंभीर परिस्थिति के समय भी छात्राओं ने उत्साहपूर्वक इसमें हिस्सा लिया।

(डॉ० सुशील चन्द्र तिवारी)
प्राचार्य

शास0 डॉ० वा० वा० पाटणकर कन्या
स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ०ग०)

राष्ट्रीय पोषण माह में प्रतियोगिताएँ आयोजित

कुपोषण के प्रकार एवं उपचार

1) जब बच्चे का वजन उसकी उम्र के अनुसार मानक रूप की तुलना में कम हो। इसे वजन लेकर जाँचकर अकृता है व पोषण की स्थिति का भी पता लगाया जा सकता है।

2) बच्चे की लम्बाई की तुलना में वजन कम होता है। बच्चा दुबला कमजोर एवं पतला दिखने लगता है। शरीर में वसा तथा मांसपेशियाँ कम हो जाती हैं। बच्चे के बार-बार बीमार होने से यह स्थिति बनती है।

3) बच्चे की उम्र के अनुसार उसकी लम्बाई में वृद्धि नहीं होता। यह लंबे समय तक बच्चे की आवश्यक पोषण नहीं मिलने के कारण निर्मित स्थिति होता है।

शरीर (ठिगनापन)

Name - Yamini Sahu
Class - BSC (Home Sci)
College - Govt. W.V. Patanjali
Girls P.G. College, Durg (C.G.)

“गंभीर कुपोषित बच्चों की पहचान”

संश्लेषण → यह पोषण विकार के गंभीर प्रकार है जिसे वसा की मांसपेशियाँ और शरीर के अंतर्को का हास होता है।

पहचान

1. पुरानी दस्त और चक्कर आना
2. श्वास प्रणाली में संक्रमण बार-बार बुरा
3. बौद्धिक अक्षमता और धीसी हुई आँखें
4. अवस्था विकास और पतला चेहरा
5. पसली और कंधे त्वचा के माध्यम से दिखाई देना

सब्जियाँ, फल, गेहूँ और अन्य अनाज (दाल आदि)

“कुपोषण से मुक्त क्षपोषण से युक्त”

भ्रष्ट आहार न मिलने का परिणाम, कुपोषण का है यह आराम.

Name ku. Dhameshwar