महाविद्यालय समाचार दर्शन

अंक- २४ जुलाई से सितम्बर २०१९

पाठ्येत्तर गतिविधियाँ एवं विद्यार्थी व्यक्तित्व उन्नयन

प्रमुख सुर्खियाँ

- युवा उत्सव
- खेलकूद प्रतियोगिता
- जल संरक्षण सेमीनार
- योग प्रशिक्षण
- राष्ट्रीय सेवा योजना
- हिन्दी दिवस
- विश्व जनसंख्या दिवस
- मधुमक्खी प्रशिक्षण

डॉ. (श्रीमती) कामिनी जैन
प्राचार्य एवं संरक्षक

डॉ. (श्रीमती) रश्मि श्रीवास्तव
गुणवत्ता प्रकोष्ठ प्रभारी

संपादक मण्डल
डॉ. संगीता अहिरवार, डॉ. अरुण सिकरवार

मुद्रण एवं ग्राफिक्स
जलज श्रीवास्तव, बलराम यादव, राजेश कुमार यादव एवं मनोज कुमार सिसोदिया

शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय, होशंगाबाद (म.प्र.)

प्राचार्य की कलम से.....

महाविद्यालय समाचार दर्शन के चौबीसवें अंक के प्रकाशन पर अत्यंत हर्ष का अनुभव कर रही हूँ। माह जुलाई से सितम्बर 2019 के मध्य छात्राओं के व्यक्तित्व निर्माण एवं नैतिक गुणवत्ता के उन्नयन हेतु महाविद्यालय में सतत् शैक्षणिक एवं शैक्षणोत्तर गतिविधियों का आयोजन किया जाता रहा है। महाविद्यालय में कार्यरत विभिन्न समितियों, प्रकोष्ठ एवं विभागों की महाविद्यालय में सचालित गतिविधियों में अहम भूमिका रही है।

महाविद्यालय का वातावरण एवं महाविद्यालयीन परिवार का सहयोग छात्राओं के भविष्य निर्माण में नीव का पत्थर सिद्ध होगा। मैं इस अंक के प्रकाशन के लिए महाविद्यालय परिवार को शुभकामनाएँ एवं बधाई देती हूँ।

डॉ. (श्रीमती) कामिनी जैन

प्राचार्य एवं संरक्षक

संपादकीय .....

महाविद्यालय 'समाचार दर्शन' का नवीन अंक आपके सामने प्रस्तुत है। 'समाचार दर्शन' के पूर्व में प्रकाशित अंकों में आपकी सराहना से हम हर्षित

है। आपकी प्रेरणा से प्रेरित हो नवीन अंक को ओर अधिक बेहतर बनाने हेतु प्रेरित है महाविद्यालय की छात्राओं द्वारा प्रथम टेस्ट एवं विश्वविद्यालयीन सेमेस्टर परीक्षाओं के माध्यम से अपनी योग्यता एवं गुणवत्ता का लोहा मनबाया है। शैक्षणिक एवं शैक्षणोत्तर उपलब्धियों के मान से यह समय अत्यंत महत्वपूर्ण एवं सराहनीय रहा है। जिन छात्राओं ने अपनी योग्यता को सिद्ध किया है। उन्हें शुभकामनाएँ।

प्रतिवेदन माह जुलाई 2019 से सितम्बर 2019 तक

डिग्री कॉलेज में कुपोषण, सुपोषण पर कार्यशाला आयोजित

नई दुनिया

कार्यशाला में छात्राओं को दी संतुलित आहार की जानकारी

कार्यशाला :01.07.2019 ''कुपोषण और सुपोषण'' ''इंडियन रेलवे केटरिग एण्ड टूरिज्म कार्पोरेशन लिमिटेड '' एवं आयोजक स्व कामता प्रसाद मेमोरियल शिक्षण समिति रायसेन से आऍ श्री विक्रांत वर्मा एवं उनकी टीम नें छात्राओं को शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ्य रहने हेतु दैनिक जीवन की दिनचर्या में संतुलित आहार का सेवन और पौष्टिक भोजन की जानकारी दी उन्होने बताया कि किस तरह हम स्थानीय एवं सस्ते उपलब्ध पदार्थो से पौष्टिक भोजन तैयार से पोषण स्तर को सुधार सकते है ।इस विषय पर प्राचार्य डॉ श्रीमती कामिनी जैन ने छात्राओं को बताया कि किशोरावस्था भावी जीवन का आधार होता स्तंभ होता है। किशोरावस्था में खान पान , रहन यहन की अच्छी आदते दीर्घायु

जीवन प्रदान करने में सहायक होती है। किशोरियों में खून की कमी देखी जाती है। इसलिए हम सभी वर्गो को अपनी आयु एवं आवश्यकता अनुसार संतुलित आहार का सेवन करना चाहिए एवं अंकुरित खाद्य पदार्थ को अपने दैनिक भोजन मे शामिल करना चाहिए। डॉ रश्मि श्रीवास्तव ने बताया कि वर्तमान समय में कुपोषण जैसी गंभीर बीमारी हमारी नई पीढ़ी को पनपने नही दे रही है और इस बीमारी को पौष्टिक भोजन के द्वारा जड़ से खत्म करने के लिए हम सभी को मजबूती से कदम उठाना पड़ेगा। कार्यक्रम में श्री विक्रांत वर्मा ने ऐसे ही घर पर सस्ते एवं जल्दी तैयार होने वाले वाले पौष्टिक एवं स्वादिष्ट भोजन तैयार करने की सरल विधियों का प्रशिक्षण दिया उन्होने मिक्स वेज सूप, फ्रूट सलाद सत्तू और अंकुरित अनाज के व्यांजनों को तैयार किया और सभी छात्राओं को चखने के लिए भी दिया।

राष्ट्रीय सेवा योजना :11.07.2019 विश्व जनसंख्या दिवस

राष्ट्रीय सेवा योजना के अंतर्गत रासेयो की स्वयंसेविकाओं ने ''विश्व जनसंख्या दिवस'' पर जीवन को खुशहाल बनाओं , बढ़ती आवादी पर रोक लगाओ स्लोगन एवं रैली के माध्यम से जनसमुदाय को जागरूक किया। ''विश्व जनसंख्या दिवस'' लोगों में बढती जनसंख्या की समस्या के प्रति जागरूकता लाने के लिए मनाया जाता है, जिससे लोगों को जनसंख्या वृद्धि के कारण होने बाली समस्याओं जैसे कि गरीबी, भूखमरी तथा स्वास्थ्य में गिरावट के प्रति सचेत किया जा सके।

एन.सी.सी शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनॉक 13.07.2019 को प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन के मार्गदर्शन में 05 एम.पी. गर्ल्स बटालियन के कैड्टस ने वृक्षारोपण अभियान के अंतर्गत महाविद्यालय परिसर में साफ सफाई कर परिसर में पौधारोपण किया। साथ ही कैडेट्स को पौधो के रख रखाव हेतु प्रेरित किया एवं वृक्षारोपण के महत्व को बताया। इस अवसर पर एन.सी.सी. प्रभारी डॉ. संगीता पारे, डॉ. श्रीकांत दुवे, डॉ रश्मि श्रीवास्तव, डॉ. कंचन ठाकुर,

रैली निकाल कैडेट्स ने किया पौधरोपण

एनसीसी के कैडेट्स ने रैली निकालकर पौधारोपण के लिए किया जागरुक

डॉ. नीतू पवांर, श्रीमती प्रीति ठाकुर एवं बड़ी संख्या में कैडेट्स उपस्थित रहे।

एन.सी.सी शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनॉक 22.07.2019 को प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन के मार्गदर्शन में 05 एम.पी. गर्ल्स बटालियन के कैड्टस ने परेड़ के पश्चात महाविद्यालय से रैली निकाल कर वृक्षारोपण हेतु प्रेरित किया इसके साथ ही महाविद्यालय के वरिष्ठ प्राध्यापकों एवं परमानेंट इन्स्ट्रेक्टर स्टॉफ हवालदार दीवान सिंह के साथ वृक्षारोपण किया।

एन.एस.एस. वर्तमान समय में गुरू के महत्व की प्रासंगिकता विषय पर वाद–विवाद एवं परिचर्चा क्लब के द्वारा परिचर्चा का आयोजन किया गया। मॉ सरस्वती के पूचन अर्चन के पश्चात कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया कार्यक्रम में कु रोशनी धोटे, कु रमा पुर्विया , अंजली मिश्रा , मुस्कान सेन , ने गुरू की महत्ता पर अपने बिचार व्यक्त किए। श्री कैलाश डोंगरे ने कहा कि गुरू की महत्ता को शब्दों में बांधना असंभव है। इस अवसर पर मुख्यवक्ता डॉ रागिनी दुवे ने कहा कि प्राचीन गुरू परंपरा हमारी उन्नति की मूलाधार है। डॉ श्रुति गोखले ने छात्राओं का मार्गदर्शन करते हुए कहा कि गुरू अज्ञान रूपी अंधकार का नाश करने वाले है। महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने छात्राओं को उद्‌बोधित करते हुए कहा कि ''गुरू बिन होई न ज्ञान'' गुरू ज्ञान रूपी मोतियों से विद्यार्थियों का मार्ग प्रशस्थ करते है। छात्र जीवन में एकाग्रता एवं धैर्य का होना अतिआवश्यक है।

एन.एस.एस. राष्ट्रीय सेवा योजना , क्लीनीकल न्यूट्रीशन, समाजकार्य एवं समाजशास्त्र विभाग के संयुक्त तत्वाधान में महिला बाल विकास होशंगाबाद द्वारा

''माहवारी , स्वास्थ्य, पोषण एवं स्वच्छता प्रबंधन'' में जनजागरूकता कार्यक्रम पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने बताया कि आज की किशोरी भविष्य की माता है अतः उसके स्वास्थ्य और पोषण का ध्यान रखना अति आवश्यक है,क्योकि जब नींब मजबूत होगी तब ही स्वस्थ्य संतान की कल्पना की जा सकती है। महिला बाल विकास की संयुक्त उपसंचालक मोहिनी जाधव नें स्वयंसेविकाओं एवं छात्राओं को संबोधित करते हुए माहवारी के समय हाने वाली समस्याओं , स्वास्थ्य, पोषण एवं स्वच्छता प्रबंधन के विषय में जनजागरूकता लाना एवं भ्रांतियों को समाप्त करने के बारे में बताया। उन्होने 'Have a Happy Period' शार्ट फिल्म के माध्यम से जागरूक किया। मालवी हास्पिटल से पधारी स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. श्रुति मालवी ने छात्राओं को माहवारी के समय सेनेटरी नेपकिन के अलावा विभिन्न आधुनिक तरीकों के उपयोग की जानकारी दी एवं छात्राओं से माहवारी स्वच्छता संबंधी अनुभवों को साझा किया। एनीमिया बचाव व उसके दुष्परिणाम, आयरन युक्त एवं विटामिन सी युक्त फल सब्जियों का सेवन करने पर जोर दिया। महिला बालविकास की परामर्शदात्री शुचिता राजावत नें ''उदिता योजना'' के उद्देश्य के बारे में जानकारी दी जिसका उद्देश्य स्वास्थ्य, पोषण एवं स्वच्छता पर आधारित है उन्होने बताया कि उदिता योजना के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय माहवारी स्वच्छता दिवस का आयोजन किया जाता है। भावना विष्ठ नें वन स्टाप सेंटर के बारे में जानकारी देते हुए कहा कि किसी भी समस्या के ग्रस्त महिलाएँ एवं छात्राएँ वन स्टाप सेंटर पर जाकर अपनी समस्याओं का समाधान प्राप्त कर सकती है एवं उनकी समस्या गोपनीय रखी जायगी। सेंटर में कानूनी सहायता भी निःशुल्क उपलब्ध कराई जाती है। और यह सेंटर 24 घंटे एवं शासकीय अवकाश पर भी खुले रहते है।

योग प्रशिक्षण शिविर शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय होशंगाबाद में योग विज्ञान विभाग द्वारा प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन के

निर्देशानुसार आज दिनॉक 27.07.2019 से 7 दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का शुभारंभ हुआ। कार्यक्रम का उद्घाटन नर्मदा महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. ओ. एन. चौबे के मुख्य आतिथ्य में किया गया। कार्यक्रम के प्रारंभ में योग विभाग की प्रभारी डॉ ज्योति जुनगरे ने योग की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए सात दिवसीय प्रशिक्षण शिविर की रूपरेखा बताई गई। इसके पश्चात विभाग की योग शिक्षिका श्रीमती किरण विश्वकर्मा एवं सोनाली साहू द्वारा योगासन,प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास महाविद्यालयीन स्टाफ एवं छात्राओं को कराया गया।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि डॉ. ओ. एन. चौबे ने कहा कि योग संपूर्ण मानव जाति के लिए आवश्यक है। योग से विभिन्न प्रकार के रोगों से निजात पाया जा सकता है। साधारण योग प्रशिक्षण लेने के लिए शिक्षा या उम्र की कोई बंदिस नही है अपने दिनचर्या में योग को शामिल किया जाना चाहिए इसी अवसर पर हमारी मार्गदर्शक डॉ श्रीमती कामिनी जैन ने बताया कि निरोगी होने के लिए योग रामबाण है। वर्तमान जीवन शैली में योग की आवश्यकता बहुत बढ़ गई है। नियमित रूप से योग करने से किसी भी तरह की पीड़ा दूर हो जाती है।

प्रशिक्षण शिविर में डॉ संजय चौधरी , डॉ अमिता जोशी,डॉ हर्षा चचाने, डॉ कंचन ठाकुर, डॉ मनीषा तिवारी, डॉ संध्या राय, डॉ श्रुति गोखले, डॉ आर बी शाह, डॉ मीना शुक्ला, डॉ रागिनी दुवे, डॉ वर्षा चौधरी, डॉ पी आर मानकर, डॉ. जी सी पाण्डे , डॉ आशीष सिंह, डॉ सी एस राज, प्रो. कैलाश डोंगरे, डॉ रश्मि सोनी, डॉ धीरज खातरकर ,डॉ यशवंत निंगवाल, श्रीमती सुषमा तिवारी , शीतल मेहरा, सुषमा सराठे , कु शिवानी चौबे, शैलेन्द्र ईवने, कामिनी गहलोद, उमा उईके, शीतल अहिरवार, स्वाती राजपूत, अंजुम शेख, ज्योति शर्मा, दिव्या निमोदा एवं भारी संख्या में छात्राएं उपस्थित रही।

सीखने की प्रक्रिया जीवन पर्यन्त चलती रहती है : डॉ. कामिनी जैन

शिष्टाचार , सभ्यता और सौम्य व्यवहार अनिवार्य है विषय पर प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने अपने उद्बोधन में कहा कि विद्यार्थी सतत् रूप से अपने जीवन में सीखने की प्रक्रिया जारी रखें तो वे मनचाही सफलता पा सकते हैं। वे जीवन को व्यवस्थित करें क्योंकि अनियंत्रित जीवनशैली स्वभाव में चिढ़चिढ़ापन लाती है। उन्होने कहा कि सकारात्मक परिवर्तनों के लिए वे शिष्टाचार का पाठ भगवान

हमारे समाज सुधारकों के जीवन चरित्र से ले सकते है,वे अपना व्यवहार मर्यादित और सौम्य रूप से प्रदर्शित करें जिससे वे समाज में सम्मानजनक स्थान प्राप्त कर सकते हैं, कार्यक्रम का संचालन प्रकोष्ठ प्रभारी डॉ रामबाबू मेहर ने किया।

इस अवसर पर प्रमुख व्याख्यानकर्ता के रूप में रामायण शोध केन्द्र भोपाल के समन्वयक और प्राध्यापक डॉ. राजेश श्रीवास्तव प्रमुख रूप से उपस्थित थे। डॉ. श्रीवास्तव ने **''मन के हारे हार है मन के जीते जीत''** से अपनी बात प्रारंभ कर बताया कि विद्यार्थियों को कभी हार नही मानना चाहिए। रामायण के विभिन्न प्रसंगों के माध्यम से उन्होनें छात्राओं को उद्‌बोधित करते हुऍ, मेघनाथ और राम के युद्ध के समय राम की सौम्यता पर उन्होने गंभीर प्रकाश डाला साथ ही उन्होनें अपने विभिन्न देशों के प्रवास के अनुभवों को साझा करते हुए बताया कि वहॉ रामकथा को किस व्यवहार में प्रयोग किया जाता है। उन्होनें कहा कि विद्यार्थी राम और कृष्ण के पाठ्यक्रमों से अपने व्यवहार का निर्माण कर सकते हैं।

डॉ. भारती दुबे ने कहा कि हमारे आचरण में सभ्यता का होना ही अपने उत्तम व्यक्तित्व का मुख्य आधार है, डॉ अमिता जोशी ने बताया कि हम अपनी कार्यप्रणाली से अपनी योग्यता को सिद्ध कर सकते हैं। कार्यक्रम में मुख्य रूप से डॉ वर्षा चौधरी, डॉ संध्या राय, डॉ मीना शुक्ला, डॉ कंचन ठाकुर, डॉ आर. बी. शाह, डॉ हर्षा चचाने, डॉ मनीषा तिवारी, डॉ विजया देवास्कर, डॉ कीर्ति दीक्षित, डॉ रश्मि सोनी, डॉ संतोष अहिरवार, श्री रफीक अली, डॉ दशरथ मीना, डॉ रीना मालवीय, अंकिता तिवारी, प्रीति ठाकुर, सौम्या चौहान, सोनाली साहू, प्रियल जैन,के साथ ही महाविद्यालयीन स्टाफ एवं छात्राऍ उपस्थित रही।

वणिज्य विभाग कार्यशाला 02.08.2019

वाणिज्य विभाग की डॉ मनीषा तिवारी ने अपने उद्‌बोधन में छात्राओं को (KYC) की उपयोगिता एवं महत्व से अवगत कराया। श्री अजय तिवारी ने छात्राओं का मार्गदर्शन करते हुए बताया कि (KYC) फार्म को किस प्रकार अपडेट किया जा सकता है। डॉ दशरथ मीना ने (KYC) एवं ईमेल

आई डी की अनिवार्यता से छात्राओं को अवगत कराया। वाणिज्य विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ अमिता जोशी ने छात्राओं को उद्‌बोधित करते हुए कहा कि नई तकनीक में वाणिज्य विषय की उपयोगिता एवं महत्व को और अधिक बढ़ा दिया।

स्वॉमी विवेकानंद केरियर एवं मार्गदर्शन प्रकोष्ठ शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर कन्या महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनांक 05.08.2019 को स्वॉमी विवेकानंद केरियर एवं मार्गदर्शन प्रकोष्ठ के तत्वाधान में प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी में कोचिंग संस्थानों की भूमिका विषय पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। छात्राओं में प्रतियोगी परीक्षाओं के प्रति रूझान बडाने हेतु स्वॉमी विवेकानंद केरियर एवं मार्गदर्शन प्रकोष्ठ के लिए भोपाल स्थित कौटिल्य एकेडमी से श्री दिनेश सिहं एवं श्री आशीष मोटघरे मार्गदर्शक के रूप में पधारे। जिन्होंने यूपीएससी, एमपीपीएससी, एसएससी. आदि परीक्षाओं की तैयारी करने हेतु छात्राओं को मार्गदर्शन प्रदान किया एवं बताया कि विधार्थियों को इन प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी महाविद्यालय की डिग्री के साथ ही प्रारम्भ कर देना चाहिए ऐसा करने से विधार्थि विषय को गंभीरता से समझते है तथा उनमें निर्णय लेने की क्षमता का भी विकास होता है। इसके साथ ही बताया कि उनके संस्थान द्वारा प्रतिभाशाली विधार्थियों को इन प्रतियोगी परिक्षाओं की तैयारी हेतु कोचिंग फीस की 70 से 100 प्रतिशत तक की छात्रवृत्ति भी प्रदान की जाती है।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ कामिनी जैन ने भी शासन के द्वारा अनु.जाति, अनु. जनजाति, अल्पसंख्यक वर्ग एवं आर्थिक रूप से कमजोर प्रतिभागियों को दी जाने वाली आर्थिक मदद तथा छात्रवृत्तियों की जानकारी भी छात्राओं की दी एवं बताया कि मार्गदर्शकों द्वारा दी गई जानकारी छात्राओं के लिए अवश्य ही लाभप्रद होगी ।

प्रेस विज्ञप्ति

एन.एस.एस. हरियाली महोत्सव. दिनॉक 06.08.2019 को एक अभियान धरती का श्रृंगार हरियाली महोत्सव के अंतर्गत पौधारोपण एवं सेल्फी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया इस अवसर पर महाविद्यालय में राजीव गॉधी कॉरीडोर सेल्फी पांइट का निर्माण किया गया। इस कार्यक्रम के अंतर्गत 01 अगस्त से 20 अगस्त तक विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाना है सेल्फी प्रतियोगिता में छात्राओं ने बढ़ चढ़ कर भाग लिया। कार्यक्रम में महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने

छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि इन प्रतियोगिताओं का उद्देश्य पर्यावरण को संरक्षित करना एवं पर्यावरण संरक्षण के लिए जागरूकता लाना है। कार्यक्रम संयोजक डॉ. वर्षा चौधरी ने कहा कि नवप्रवेशित छात्राओं को इन प्रतियोगिताओं में बढ़ चढ़ कर सहभागिता करनी चाहिए।

एन.एस.एस. ईको क्लब राष्ट्रीय हरित कोर. 10.08.2019 को हरियाली महोत्सव के '**एक अभियान धरती के श्रृंगार का**' कार्यक्रम एवं महाविद्यालय में गठित **राष्ट्रीय हरित कोर** द्वारा संचालित **ईकोक्लब** के अन्तर्गत पर्यावरण जागरूकता हेतु छात्राओं के लिए **क्विज** प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।

प्रतियोगिता में देश एवं राज्य से सम्बंधित राष्ट्रीय उद्यान, नदियॉ, वनस्पतियॉ, प्राणी, प्रदूषण के कारणों एवं इनसे बचाव कैसे करें' जैसे विषयों पर छात्राओं से प्रश्न पूछे गए। क्विज के उपरान्त छात्राओं से पर्यावरण जागरूकता पर परिचर्चा भी की गई। छात्राओं ने उत्साह पूर्वक भागीदारी की।

क्विज प्रतियोगिता में वर्षा हरियाले, श्रृध्द्वा बरखने, हीरामणी बानिया एवं स्वर्णिमा जाट की टीम 'ए' ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।

अनुशासन समिति 26.08.2019 को नैतिकता अनुशासन एवं सोशल मीडिया का सद्उपयोग विषय पर महाविद्यालय की अनुशासन समिति की संयोजक डॉ ज्योति जुनगरे के सहयोग से महाविद्यालयीन स्टॉफ द्वारा छात्राओं से परिचर्चा का आयोजन किया गया इस परिचर्चा में छात्राओं के द्वारा सोशल मीडिया के दूरूपयोग को लक्ष्य करते हुए कुछ महत्वपूर्ण निर्णय लिए गए जिसमें छात्राओं ने अपनी सहमति जताकर शिक्षण संस्थान को आदर्श रूप तक पहुॅचाने का सार्थक कदम बताया गया।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ श्रीमती कामिनी जैन ने छात्राओं का मार्गदर्शन करते हुए कहा कि छात्राओं के समूह मे से ही स्टार ग्रुप का निर्माण किया जा रहा है, चौकीदार के नियत स्थान के पास कैमरा लगवाया जायेगा शैक्षणिक स्टॉफ द्वारा नैतिक शिक्षा पर विशेष बल दिया जायेगा। प्राचार्य द्वारा छात्राओं को स्पष्ठ निदेर्शित किया कि कालेज केम्पस में छात्राएँ मोबाईल बंद रखे अन्यथा प्रबंधन द्वारा जुर्माने के साथ साथ अनुशासनात्मक कार्यवाही की जावेगी। छात्राओं को कालेज गणवेश में आना अनिवार्य होगा। महाविद्यालय में कक्षाएँ 10:30 के बाद से ही शुरू होती है अतः छात्राएँ समय सारणी के अनुसार ही महाविद्यालय में आवे। उपस्थिति कम होने पर टेस्ट देने की अनुमति नही होगी। रविवार एवं अवकाश के दिनों में अकादमिक सांस्कृतिक एवं प्रायोगिक किसी भी प्रकार की कक्षाएँ नही होती है। इस परिचर्चा में लिए गए निर्णयों पर महाविद्यालयीन परिवार एवं छात्राओं ने अपनी सहमति जताई।

आई टी प्रभारी डॉ अरूण सिकरवार ने कहा कि वर्तमान पीढ़ी का आई क्यू बढ़ रहा है परंतु हमें स्वतंत्रता का दुरोपयोग नही करना चाहिए। डॉ भारती दुवे ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि बेटियॉ शिक्षा एवं अन्य क्षैत्रों में परचम लहरा रही है अतः आप भी अपनी शक्ति को समझकर भविष्य निर्धारित करे। डॉ रागिनी दुवे ने अपने वक्तव्य में कहा कि मल्टीमीडिया के दुरूपयोग से बचे रहना आपकी व्यक्तिगत जिम्मेदारी भी है। डॉ रामबाबू मेहर ने कहा कि दिशा ठीक होगी तो कहीं समस्या नही है। कार्यक्रम का सफल संचालन डॉ ज्योति जुनगरे ने किया।

प्रबंधन द्वारा अभिभावकों से निवेदन किया गया कि छात्राओं की समय सारणी का आवलोकन कर गणवेश में समय सारणी के अनुसार ही महाविद्यालय में पहुचावे।

एन.एस.एस. शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनॉक 28.08.2019 को राष्ट्रीय हरित कोर पर्यावरण नियोजक एवं समन्वयक संगठन भोपाल के द्वारा छात्राओं को **इको फ्रेन्डली गणेश जी की प्रतिमा बनाना सिखाया गया।** यह कार्यक्रम राष्ट्रीय

कॉलेज में छात्राएं बना रहीं मिट्टी के गणेश की 400 प्रतिमाएं, प्रशिक्षण दिया

सेवा योजना एवं राष्ट्रीय कैडेट कोर के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित किया गया। राष्ट्रीय हरित कोर के सदस्यों ने बताया कि वर्तमान में पर्यावरण संरक्षण की अत्यंत आवश्यकता है। वर्तमान में शासन 2 अक्टूबर से प्लास्टिक– निषेध के बारे में योजना बना रही है हमें इसमें पूर्ण सहयोग करना होगा।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ श्रीमती कामिनी जैन ने कहा कि हमारा देश त्यौहारों का देश है। हम उत्सव धर्मी देश में निवास करते है। त्यौहारो की परंपरा का परिवहन करना अति–आवश्यक है परंतु इसके साथ साथ जल संरक्षण की आवश्यकता है। मिट्टी की मूर्ति का निर्माण करे एवं घर में ही इनका विसर्जन करे हमें प्रकृति से सामंजस्य स्थापित करना होगा महाविद्यालय परिसर में कृत्रिम कुण्ड का निर्माण किया जा रहा है जिसमें छात्रावासी छात्रा एवं महाविद्यालय की छात्राएँ मूर्ति विसर्जन कर पर्यावरण के संरक्षण में अपना योगदान देंगी।

ईको फ्रेंडली समूह के सदस्यों ने छात्राओं को प्रत्यक्ष मूर्ति निर्माण का तरीका बताया इस समूह के द्वारा निःशुल्क वितरण हेतु 400 गणेश प्रतिमाओं का निर्माण किया जा चुका है। समूह के विनोद कुमार चौधरी ने बताया कि गणेश जी के श्रृंगार हेतु विभिन्न दालों और औषधीय पौधों के बीजो का उपयोग करे जिससे वह अंकुरित होकर पौधे बनेंगे। इस समूह के द्वारा पक्षियों के कृत्रिम घोसले प्रदान किए गए एवं भविष्य में इस समूह का सहयोग महाविद्यालय परिवार को मिलता रहेगा। श्री दिनेश चौधरी, श्री गोपाल कुशवाह, श्री बीरवल सिंह, श्री राम कुमार, श्री महेश मेहरा, श्री अर्जुन, श्री विनय के मार्गदर्शन में छात्राओं एवं स्टाफ ने गणेश जी की प्रतिमा का निर्माण किया।

प्रेस विज्ञप्ति

दिनॉक 28.08.2019 को व्यक्तित्व विकास प्रकोष्ठ एवं खेल विभाग संयुक्त तत्वाधान में खेल दिवस के उपलक्ष्य में दो दिवसीय कार्यक्रमों का उद्घाटन हुआ। जिसमें महाविद्यालय के जिमनेसियम हॉल में

कैरम व टेबिल टेनिस की प्रतियोगिताओं का शुभारंभ प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन के कर कमलों द्वारा हुआ इसमें छात्राओं और प्राध्यापकों के बीच में प्रतियोगिताएँ कराई गई। इस अवसर पर प्राचार्य डॉ श्रीमती कामिनी जैन उपस्थित छात्राओं को संबोधित करते हुए खेलो के माध्यम से व्यक्तित्व का विकास करने पर बल दिया और छात्राओं से अपील करते हुए कहा कि वे महाविद्यालय की विभिन्न गतिविधियों में उत्साह पूर्वक भाग लेते हुए महाविद्यालय व शहर का नाम रोशन करे। उन्होने यह भी कहा कि खेल जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा है जो शरीर ही नही बल्कि मानसिक कसरत के लिए भी आवश्यक है।

दिनॉक 29.08.2019 को दोपहर 02 बजे **माननीय श्री अशोक ध्यानचंद्र जी (अर्जुन अवार्ड)** के मुख्यआतिथ्य में महाविद्यालय में कार्यक्रम आयोजित किया जावेगा जिसमें महाविद्यालय के राष्ट्रीय स्तर पर प्रतिनिधित्व करने वाले खिलाडियों का सम्मान किया जावेगा।

इस अवसर पर व्यक्तित्व विकास प्रकोष्ठ के प्रभारी डॉ. रामबाबू मेंहर ने कहा कि छात्र जीवन में खेलो के महत्व और व्यक्तित्व के विकास के लिए स्वामी विवेकानंद के विभिन्न उदाहरणों को बताकर छात्राओं से उन पर चलने की अपील की। क्रीडा अधिकारी डॉ ज्योति जुनगरे ने बताया कि महाविद्यालय की छात्राएँ निरंतर राष्ट्रीय स्तर तक विभिन्न खेलों में महाविद्यालय का नाम उँचा कर रही है और नई छात्राओं से अपील करते हुए कहा कि वे खेल विभाग की गतिविधियों से जुडी रहे।

प्रेस विज्ञप्ति तीन दिवसीय उद्यमिता जागरूकता केम्प के द्वितीय दिवस शहरी आजीविका मिशन के मेनेजर श्री उमेश जोशी ने प्रतिष्ठित स्वसहायता समूह लिज्जत पापड़, अमूल, रोमा देवी का उदाहरण देते हुए बताया कि स्वसहायता समूह एक समान आर्थिक एवं सामाजिक पृष्ठ भूमि वाली 10 से 20 महिलाओं द्वारा बनाया गया समूह है। जिसमे सर्वसम्मति से एक अध्यक्ष एवं एक सचिव की नियुक्ति की

जाती है। स्वसहायता समूह के पंचसूत्री सिद्धांत – नियमित मासिक बैठक, नियमित मासिक बचत, नियमित आंतरिक ऋण, ऋण का नियमित पुर्नभुगतान एवं नियमित रिकार्ड रखना है।

एम.एस.सी. द्वितीय वर्ष कम्प्यूटर की छात्रा मेघा मसानिया नें पी.पी.टी के माध्यम से 'हाउ टू गेट इंटर्नशिप एण्ड अर्न पाकेटमनी फ्राम कालेज' विषय पर प्रजेंटेशन देकर बताया कि इंटरशाला एक ई लर्निंग प्लेटफार्म है। जिसके माध्यम से सोशल मीडिया, डिजीटल मार्केटिंग, बेव डेवलपमेंट आदि पर ऑनलाईन इंटर्नशिप कर 15000 तक मासिक स्टायफंड प्राप्त किया जा सकता है।

एम.पी.कॉन के समन्वयक श्री शीलेष मालवीय ने जिला व्यापार केन्द्र, खादी ग्रामोद्योग, अंतव्यवसायी विकास समिति, अनुसूचित जनजाति विकास वित निगम, अनुसूचित जाति वित विकास निगम, म.प्र. राज्य वित विकास निगम, औद्योगिक विकास बैंक, राष्ट्रीय कृषि एवं ग्रामीण विकास बैंक, द्वारा चलाई जाने वाली विभिन्न योजनाओं के अंतर्गत प्रदत्त ऋण एवं अनुदान की जानकारी दी।

श्री अखिलेश यादव ने ''वर्मी कंपोष्ट एवं वर्मी वाश'' की औद्योगिक ईकाई स्थापित करने की जानकारी दी। कार्यशाला के (अंतिम तृतीय दिवस) श्री अखिलेश यादव द्वारा मधुमक्खी पालन उद्योग से छात्राओं को अवगत कराते हुए बताया कि मधुमक्खी के एक वाक्स से एक सीजन में 70 से 80 किलोग्राम शहद प्राप्त होती है इसके अतिरिक्त मधुमक्खी मोम, प्रोपोलिस, बी विनोम आदि प्राप्त होते है। मधुमक्खी पौधों का परागण कर फलो एवं अनाज की पैदावार बढाती है।

अक्षर टायर इंडस्ट्रीज के प्रोपराइटर श्री अरूण दीक्षित ने संघर्ष एवं इनका प्रभावी रूप से सामना करने हेतु अपने व्यक्तिगत अनुभवों को छात्राओं से साझा किए एवं एक आध्यात्मिक कहानी के माध्यम से भारतीय संस्कृति माता पिता एवं महाविद्यालय की गरिमा बनाए रखने हेतु प्रेरित किया।

कार्यक्रम के अंत में छात्राओं को प्रमाणपत्र वितरित किए गये एवं औद्योगिक इकाई नर्मदा एग्रीकल्चर इंडस्ट्रीज एवं दीप फुड प्रोसेसिंग इंडस्ट्रीज का शैक्षणिक भ्रमण कराया गया।

राष्ट्रीय सेवा योजना,राष्ट्रीय पोषण माह 25.09.2019

आज दिनॉक 25.09.2019 को शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में राष्ट्रीय पोषण माह के अंतर्गत क्लीनिकल न्यूट्रिशन एण्ड डायटेटिक्स विभाग एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के संयुक्त तत्वाधान में जिला स्तरीय व्यंजन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कार्यक्रम प्रभारी डॉ. रश्मि श्रीवास्तव नें बताया कि विभिन्न जिले के महाविद्यालयों के छात्र छात्राओं ने प्रतियोगिता में भाग लिया जिसमें प्रतिभागियों द्वारा लगभग 50 प्रकार के व्यंजनों का प्रदर्शन किया। प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि जिला स्तर व्यंजन प्रतियोगिता में स्थानीय खाद्य पदार्थो से निर्मित पौष्टिक भोजन बनाने की विभिन्न विधियों प्रदर्शन किया गया। खाना बनाने की कला को छात्र केरियर के रूप में अपना सकते है। क्योकि सारे मास्टर सेफ पुरूष ही है। प्रतियोगिता में छात्राओं के साथ साथ छात्रों ने भी बढ चढ कर हिस्सा लिया, प्राचार्य मेडम ने छात्रों को प्रोत्साहित करने के लिए विशेष पुरूस्कार प्रदान किये। प्रतियोगिता में शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद, शासकीय महाविद्यालय सिवनी मालवा, शासकीय कन्या महाविद्यालय पिपरिया, शासकीय महाविद्यालय डोलरिया एवं श्रीमाखनलाल

चतुर्वेदी महाविद्यालय बाबई नें भाग लिया। प्रतिभागियों द्वारा विभिन्न व्यंजन जैसे सूजी का हलवा, आलू की खीर, सेव की जलेबी, मुनगे के पत्ती के भजिये एवं चटनी, मिक्स अनाज लड्डू, सूजी और आलू मिक्स टिकिया, श्रीखंड, सोयाबीन की बडी के भजिये आदि व्यंजनो का प्रदर्शन किया गया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर गीता अहिरवार, शासकीय कन्या महाविद्यालय पिपरिया, द्वितीय स्थान शालू राजपूत शासकीय महाविद्यालय डोलरिया तृतीय स्थान श्रुति गौर शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद एवं सांत्वना पुरूस्कार भूमिका झरानिया शासकीय महाविद्यालय सिवनी मालवा ने प्राप्त किया।

प्रतियोगिता में निर्णायक के रूप में महिला बाल विकास की पर्यवेक्षक श्रीमती प्रीति शर्मा, श्रीमती प्रीति वर्मा एवं श्रीमती रेखा चौरे के द्वारा किया गया।

महाविद्यालय में हुआ व्यक्तित्व विकास पर व्याख्यान

विश्व को आतंकवाद की नहीं प्रेम की आवश्यकता है

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में व्यक्तित्व विकास प्रकोष्ठ के तत्वाधन में आतंकवाद समस्या और समाधान विषय पर व्याख्यान आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन द्वारा किया गया। मुख्य अतिथि के रूप में डॉ कल्पना विस्वास उपस्थित रही। इस अवसर पर डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने बताया कि आतंकवाद न सिर्फ भारत में बल्कि वैश्विक स्तर पर एक गंभीर समस्या बना हुआ है। आज जहॉ भी हम देखते हैं आतंकवादी कानून व्यवस्था को तिलांजली देकर जनता को निशाना बना रहे है। आज आतंकवाद मात्र जरूरतमंदो तक सीमित नही है बल्कि उसमे उच्च शिक्षित युवा जा रहे है जिसमें एक नई बहस चल पडी है कि दुनिया किस दिशा में जा रही है।उन्होने छात्राओं को संदेश देते हुए कहा कि उन्हे जीवन में सकारात्मकता से स्वयं का

विकास करना होगा। उनकी दिशा प्रगतिवादी होगी तभी आतंकवाद जैसी विकट समस्या से निपटा जा सकता है।

मुख्य व्याख्यानकर्ता डॉ कल्पना विस्वास ने आतंकवाद की प्राचीन से लेकर आधुनिक सभ्यता तक एक विस्तृत रेखा खींची। उन्होने बताया कि रावण,कंस, दुर्योधन आदि आतंक के पर्याय थे। वे आज समाज में कई विकृत रूपों में मौजूद है।इसको उन्होने ब्रिटिश आतंकवाद से जोडते हुए कहा कि दमित शोषित ही नही बल्कि राज्य भी हिंसा करते थे। पूरी दुनिया में धार्मिक कट्टरवाद सामाजिक असमानता बेरोजगारी भ्रष्टाचार इसके पनपने का मुख्य कारण है। वर्तमान में उरी,पुलवामा आक्रमण इसी तरह की सोच को रेखंकित करते है। अंत में उन्होने बताया कि इससे निपटने के लिए गॉधी के बताये प्रेम के रास्ते पर चल कर ही समाप्त किया जा सकता है। गीता जी का उदाहरण देते हुए उन्होने कहा कि जैसा कर्म वैसा ही फल होता है अर्थात हिंस फैलाओगे तो हिंसा ही वापिस मिलेगी।

आयोजन के संचालक डॉ रामबाबू मेहर ने कहा कि आतंकवाद की जडे बहुत गहरी है। विवेकानंद का उदाहरण देते हुए उन्होनें युवाओं का आहृवान किया कि वे ही इस गंभीर समस्या से निजात दिला सकते है जब तक लोगो के मस्तिष्क करे बदला नही जावेगा, तब तक इसका समाधान मुस्किल है उन्होने गॉधी जी की 150 वीं जयंती की अग्रिम शुभकामना देते हुए गॉधी के सत्य अहिंसा के प्रयोगों की चर्चा की और साथ ही उस रास्ते पर चलने की अपील की।

07 सितम्बर
जल संरक्षण हेतु
GLOBUS

07 सितम्बर
जल संरक्षण हेतु
GLOBUS

पोषण अभियान माह :23.09.2019

23.09.2019 को रासेयो के अतर्गत प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन के निर्देशन एवं कार्यक्रम अधिकारी इकाई 01 श्रीमती प्रीति ठाकुर, ईकाई 02 डॉ नीतू पवांर के मागदर्शन में ''किशोरियो के लिए पोषण अभियान'' के तहत ''मोटापा– फिट रखने के लिए शारीरिक व्यायाम का महत्व'' एवं ''भोजन विकार– नास्ते पर चर्चा एवं असामयिक भोजन'' थीम पर व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में प्राचार्य डॉ श्रीमती कामिनी जैन स्वयंसेविकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि नास्ता हमारे दैनिक आहार के लिए बहुत ही आवश्यक है क्योकि रात के खाने के बाद हम काफी लम्बे समय तक कुछ नही खाते है ऐसे में सुबह का नास्ता पौष्टिक तत्वो से भरपूर होना चाहिए उन्होने कहा कि सही मायने में देखा जाय तो नास्ता ना करने का अर्थ है शरीर को पर्याप्त उर्जा ना मिलना कार्यक्रम में विषय विशेषज्ञ डॉ भारती दुबे (प्राध्यापक) न स्वयंसेविकाओं को संतुलित आहार के बारे में विस्तृत जानकारी दी उन्होने अपने दैनिक आहार में नास्ते को शामिल करने पर जोर दिया और कहा कि पूरा दिन काम करने के लिए आपके शरीर को पर्याप्त मात्रा में उर्जा की आवश्यकता होती है और इस उर्जा के लिए नास्ते से बेहतर विकल्प और कुछ नही है इस लिए नास्ते को दिन का सबसे महत्वपूर्ण भोजन माना जाता है।

इसी कडी में क्रीडा अधिकारी डॉ ज्योति जुनगरे एवं योग विशेषज्ञ श्रीमती किरण विश्वकर्मा एवं कु. सोनाली साहू ने शारीरिक फिटनेस संबंधित जानकारी दी उन्होने कार्यक्रम में सूर्य–नमस्कार का प्रदर्शन कर उसके महत्व को बताया और स्वयंसेविकाओं को भी सूर्य–नमस्कार प्रशिक्षण दिया। प्रतिदिन सुबह कम से कम आधा घंटा योग एवं व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल करने के लिए जागरूक किया।

युवा उत्सव 2019–20

महाविद्यालय स्तर पर दिनॉक 26 सितम्बर 2019 को युवा उत्सव का शुभारंभ मॉ सरस्वती की पूजा एवं दीप प्रज्जवलन कर किया गया। उद्घाटन में अंतर्राष्ट्रीय भजन गायिका श्रीमती अनीता खंडेलवाल महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन,डॉ रागिनी दुबे, डॉ. भारती दुबे, डॉ वर्षा चौधरी, डॉ. अमिता जोशी, युवा उत्सव प्रभारी डॉ. कंचन ठाकुर मंचासीन रही। महाविद्यालय की संगीत विभाग की छात्राओं में रानी सांगुले, कपिला मिश्रा ने 'शारदे वर दे मेरी बुद्धि हो जाए प्रखर' सरस्वती वंदना एवं स्वागत गीत 'अभिनंदन है शत शत वंदन है आप पधारे है' की प्रस्तुति दी संगतकार के रूप में श्री रामसेवक शर्मा, श्री हेमंत चौहान उपस्थित रहे।

युवा उत्सव प्रभारी डॉ. कंचन ठाकुर ने तीन दिवसों में आयोजित होने वाली प्रतियोगिताओं की

रूपरेखा पर प्रकाश डाला महाविद्यालय की वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. रागिनी दुबे ने युवा उत्सव के पूर्व अनुभवों को साझा किया। अंतर्राष्ट्रीय भजन गायिका श्रीमती अनीता खंडेलवाल ने अपने उद्बोधन में बताया कि लक्ष्य से कार्य सिद्ध होते है। कला और संस्कृति के माध्यम से अपनी प्रतिभा को निखार सकते है। इसके लिए व्यक्ति के पास सकारात्मक सोच पक्का इरादा एवं बडी सोच आवश्यक है इस अवसर पर उन्होने नर्मदाष्टकम् एवं भजन की मधुर आवाज में प्रस्तुति दी। अध्यक्षीय उद्बोधन में महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने कहा कि युवा देश का भविष्य होते है। आज के समय

में युवा शक्ति से ही देश की उन्नति होती है। छात्राओं को कार्यक्रमों में भाग लेना चाहिए जिससे वे अपनी प्रतिभा को निखार सके जिससे महाविद्यालय का नाम रोशन हो सके इस अवसर पर छात्राओं को शुभकामना दी। इस अवसर पर डॉ. हर्षा चचाने ने आभार प्रदर्शन किया एवं कार्यक्रम का सफल संचालन डॉ. रामबाबू मेहर ने किया।

युवा उत्सव के प्रथम दिवस में पोस्टर निर्माण, दृश्य चित्रण, क्ले मॉडलिंग, कार्टूनिंग, रंगोली, कोलार्ज आदि प्रतियोगिताएँ समपन्न हुई। पोस्टर निर्माण प्रतियोगिता में रोशनी यादव,रूकमणी यादव, दिव्यानी मनवारे, सोनिया मालवीय ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किया। क्ले मॉडलिंग में प्रज्ञा दुबे, ललिता सौर, निधि पटैल,ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किया। दृश्य चित्रण प्रतियोगिता में कुमकुम गोस्वामी, दर्शिता आचार्य, प्रयांशी गौर ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किया। कार्टूनिंग प्रतियोगिता में रोशनी यादव, माया पाल, अनम शम्स ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किया। रंगोली प्रतियोगिता में कुमकुम गोस्वामी, वैष्णवी उपाध्याय, प्रियांशी गौर क्रमशः प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किया। कोलार्ज प्रतियोगिता में अनम शम्स, पूर्वा उपाध्याय, नौशीवा खान,क्रमशः प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किया।

युवा उत्सव द्वितीय दिवस

शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय में युवा उत्सव के द्वितीय दिवस में वक्तृता वाद विवाद, प्रश्नमंच, मिमिक्री, स्क्रिट, मूक अभिनय, एकांकी नाटक विधा का आयोजन किया गया

वक्तृता का विषय ''गॉधी जी के आंदोलन'' में प्रथम स्थान अनम शंम्स, द्वितीय रागिनी चौरे, तृतीय रमा पुर्विया रही। वाद विवाद का विषय इस सदन की राय में ''महात्मा गॉधी के स्वच्छता संबंधी विचारों की प्रासंगिकता'' में पक्ष में प्रथम स्थान रूचि दुबे, द्वितीय स्थान पर नौशीवा खान, तृतीय स्थान पर माधुरी दुबे पर रही एवं विपक्ष में प्रथम रोशनी यादव एवं द्वितीय प्रियंका यादव प्रश्नमुच में प्रथम स्थान सलौनी दुबे, सौम्या गुरू एवं अंजली विश्वकर्मा का समूह रहा द्वितीय स्थान पर रागिनी चौरे, अनीता शर्मा , बबली का समूह रहा द्वितीय स्थान पर आयुषी तिवारी, आराधना प्रजापति एवं श्रीहर्षनी के समूह ने अपना स्थान निर्धारित किया। मिमिक्री प्रथम संध्या तिवारी द्वितीय माधुरी दुबे तृतीय पूर्वा उपाध्याय रही। स्किट में संध्या तिवारी एवं समूह ने अपनी सहभागिता दी। मूक अभिनय में शिवानी गौर, प्रियंका चौरे, शिखा वर्मा, माधुरी दांगी, दीक्षा दुबे ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। एकांकी में चार समूह ने अपनी प्रस्तुति दी।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन प्रतियोगिता के परिणामों के घोषण के अवसर पर छात्राओं को प्रोत्साहित किया एवं चयनित छात्राओं को शुभकामनाऍ प्रेषित करते हुए कहा कि युवा उत्सव की विधाए आपकी गुणवत्ता में निखार लाती है। विश्वविद्यालय स्तर, राज्य स्तर, एवं राष्ट्रीय स्तर पर चयनित होने के लिए महाविद्यालय स्तर पर आयोजित विधाऍ नींव का पत्थर साबित होती है। इस अवसर पर युवा उत्सव प्रभारी डॉ. कंचन ठाकुर ने भी प्रतिभागियों को शुभकामनाऍ दी।

युवा उत्सव तृतीय दिवस

शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय में युवा उत्सव के तृतीय दिवस एकल गायन शास्त्रीय, एकल गायन सुगम, एकल गायन पाश्चात्य, समूह गायन पाश्चात्य, वादन परकुशन, वादन नान परकुशन, एकल नृत्य एवं समूह नृत्य विधा का आयोजन किया गया।

एकल गायन शास्त्रीय, में प्रथम सिद्धा साई , द्वितीय गायत्री बाथोले एवं तृतीय मनीषा व्यास रही, एकल गायन सुगम, में प्रथम कु. रानी सांगुले, द्वितीय नेहा तिवारी एवं तृतीय स्थान पर शिवानी मर्सकोले ने अपना स्थान निर्धारित किया। एकल गायन पाश्चात्य, में प्रथम कपिला मिश्रा द्वितीय पूर्णा उपाध्याय एवं तृतीय स्थान पर रानी सांगुले एवं पलक यादव रही। समूह गायन पाश्चात्य,में प्रथम स्थान पर रानी सांगुले समूह रहा। वादन परकुशन, में प्रथम शिवानी मर्सकोले द्वितीय कर्णिका मिश्रा एवं तृतीय गायत्री पाथैरिया रही। वादन नान परकुशन, में प्रथम गायत्री पथौरिया द्वितीय स्थान पर मनीषा व्यास रही। एकल नृत्य शास्त्रीय में प्रथम कु साक्षी चौरे एवं समूह नृत्य शास्त्रीय में प्रथम प्रीति माधव, श्रद्धा शर्मा, दीक्षा मालवीय,यशिका विश्वकर्मा,मीनाक्षी मेहरा, शिवानी पाल, स्नेहा, शिवानी गढ़वाल शिवानी समर्सकोले का समूह रहा। द्वितीय स्थान पर अंजली शिवहरे, ऋषिता भाटिया, रिंकी झा, प्रेरणा खत्री, ईशा गोहर समूह रहा। तृतीय स्थान पर सोनू मॉझी, निधी रावत, नेहा वर्मा , आयुषी चौहान, लक्ष्मी मीना का समूह रहा।

कला और संस्कृति से निखार सकते हैं अपनी प्रतिभा

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने चयनित छात्राओं का उत्साह वर्धन करते हुए कहा कि जिला, विश्वविद्यालय स्तरीय एवं राज्य स्तरीय प्रतियोगिताओं में चयनित होने के लिए और अधिक मेहनत और श्रम की आवश्यकता है, अतः कठोर परिश्रम कर अपना स्थान सुनिश्चित करे। युवा उत्सव प्रभारी डॉ. कंचन ठाकुर ने अगली प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए छात्राओं को नियमों से अवगत कराया। महाविद्यालय में तीन दिवसीय युवा उत्सव में 22 विधाओं को आयोजित किया गया सभी विधाओं में छात्राओं ने अपनी सहभागिता दी। चयनित छात्राओं को प्रमाणपत्र प्रदान किए गए।

हिन्दी दिवस

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनांक 17.09.2019 को हिन्दी विभाग एवं साहित्यिक गतिविधि की समिति के संयुक्त तत्वाधान में हिन्दी दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में डॉ. रागिनि दुबे, डॉ. मीना शुक्ला, डॉ. श्रुति गोखले एवं महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. कामिनी जैन मंचासीन रही।

माँ सरस्वती के पूजन एवं दीप प्रज्ज्वलन के पश्चात कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। इस अवसर पर कु. वर्षा पुरोहित एवं हर्षा पुरोहित ने सरस्वती वंदना दीपा कुमरे एवं रमा पुरविया ने हिन्दी से संबंधित कविताएं एवं भाषण की प्रस्तुति दी। डॉ. संतोष अहिरवार ने कहा कि हम हिन्दी भाषी प्रदेश के निवासी है हमें विरासत के रूप में हिन्दी मिली हुइ है। डॉ. श्रुति गोखले ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि अहिन्दी भाषा के प्रति आसम्मान का व्यवहार न रखें। तब ही हम हिन्दी को राष्ट्रभाषा के रूप में प्रतिष्ठित होते देख पाएंगे। डॉ. रागिनि दुबे ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि अंतर्राष्ट्रीय कार्यशालाओं में हिन्दी में संभाषण किया जाता है। डॉ. मीना शुक्ला ने विभिन्न आकड़ों के माध्यम से भाषा के प्रचार प्रसार एवं वैश्विक स्तर पर हिन्दी के बढ़ते हुए वर्चस्व को बताया।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि मुझे गर्व है हम हिन्दी भाषी प्रदेश में निवास करते हैं। हमें अपने ज्ञान वृद्धि के लिए हिन्दी का अध्ययन करना चाहिए। हिन्दी संस्कृत सम्मत व्याकरणिक भाषा है। कार्यक्रम का संचालन डॉ. कीर्ति दीक्षित ने किया।

इंडक्सन प्रोग्राम इंडक्सन प्रोग्राम

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में विश्व बैंक परियोजना के अंतर्गत आज दिनांक 18. 09.2019 को इंडक्सन प्रोग्राम के अंतर्गत तीन विषयों पर महाविद्यालय के प्राध्यापकों ने अपने बिचार रखे। व्याख्यान के विषय को नेक द्वारा महाविद्यालय का मूल्यांकन एवं ''अधोसंरचना शासन द्वारा उच्च शिक्षा के लिए दी जाने वाली छात्रवृत्तियॉ एवं योजनाएँ'' महाविद्यालय में युवा उत्सव एवं सांस्कृतिक गतिविधियॉ।

डॉ श्रीकांत दुबे ने नेक द्वारा महाविद्यालय का मूल्यांकन की प्रक्रिया एवं छात्राओं की क्या भागीदारी होती है, जिसमें महाविद्यालय को अच्छा ग्रेड मिल सके, प्रक्रिया से अवगत कराया साथ ही छात्राओं की जिज्ञासाओं का समाधान भी किया। डॉ रामबाबू मेहर ने शासन द्वारा दी जाने वाली छात्रवृत्तियों की जानकारी दी।छात्रवृत्ति फार्म की प्रक्रिया को विस्तार से बताया। डॉ संध्या राय युवा उत्सव क्यो किए जाते है?इसका प्रयोजन क्या ? आदि विषय पर अपने बिचार रखे। युवा उत्सव में कौन–कौन सी विधाएँ सम्पन्न की जाती है, के बारे में बताया, अपने उद्‌बोधन में बताया कि यह कार्यक्रम छात्राओं को प्लेफार्म उपलब्ध कराता है, जिसमें छात्राऍ अपने व्यक्तित्व का विकास कर सकती है।

विश्व बैंक परियोजना के अंतर्गत तृतीय दिवस में दिनांक 19.09.2019 को इंडक्सन प्रोग्राम

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में विश्व बैंक परियोजना के अंतर्गत तृतीय दिवस में दिनांक 19.09.2019 को इंडक्सन प्रोग्राम में पूर्व निर्धारित विषय पर व्याख्यान महाविद्यालय के प्राध्यापकों द्वारा दिए गए, जिसमें डॉ. ज्योति जुनगरे, डॉ संगीता पारे, डॉ संगीता अहिरवार आदि प्राध्यापकों ने संगोधित किया। डॉ जुनगरे ने खेल गतिविधियों प्रक्रिया से छात्राओं को अवगत कराया खेल गतिविधि में रोजगार की संभावनाओं को बताया। डॉ संगीता पारे ने एन.सी.सी. के माध्यम से एकता और अनुशासन

कैसे व्यक्तित्व का विकास करता है, आदि बिचार रखे। डॉ रागिनी दुबे एन.एस.एस. की गतिविधियों पर प्रकाश डालते हुए बताया कि युवा पीढ़ी को सकारात्मकता के साथ देश के विकास में सहभागी बनाया जा सकता है। इसकी शिक्षा हमें एन.एस.एस. से मिलती है इंडक्सन कार्यक्रम प्रभारी डॉ संगीता अहिरवार ने महाविद्यालयीन प्राध्यापको का परिचय कराया ।

समापन सत्र में छात्रओं का उद्‌बोधन करते हुए महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने कहा कि इस प्रोग्राम का मुख्य उद्‌देश्य उच्च शिक्षा विवि. महाविद्यालय एवं शासन द्वारा संचालित विभिन्न योजनाओं एवं क्रियाकलापों से छात्राओं को अवगत कराना है जिससे छात्राएँ अधिकांश समस्याओं का समाधान कर सकेंगी।

दिवसीय इंडक्सन प्रोग्राम

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में विश्व बैंक परियोजना के अंतर्गत आज दिनांक 17. 09.2019 को तीन दिवसीय इंडक्सन प्रोग्राम का शुभारंभ किया गया। यह कार्यक्रम विश्व बैंक परियोजना के अंतर्गत आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में गुणवत्ता उन्नयन के तहत महाविद्यालय में नव प्रवेशित छात्राओं को विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय की योजनाओं एवं पद्धति से अवगत कराना है।

कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. कामिनी जैन के नें की डॉ जैन ने अपने सारगर्भित उद्बोधन में कहा कि तीन दिवसीय इस इंडक्सन कार्यक्रम का शासन एवं उच्च शिक्षा विभाग का उद्देश्य उच्च शिक्षा विभाग, विश्वविद्यालय, महाविद्यालय से परिचय एवं छात्रहित में शासन एवं उच्चशिक्षा विभाग द्वारा संचालित गतिविधियों से अवगत कराना है।

दिनॉक 17,18,19 आयोजित इस इंडक्सन कार्यक्रम में प्रतिदिन 4 घंटे की समय सारणी का निर्धारण किया गया। प्रथम दिवस दिनॉक 17 को डॉ. अरूण सिकरवार ने अपने उद्बोधन में ''उच्च शिक्षा विभाग एक परिचय'', बरकतउल्लाह विश्वविद्यालय पाठ्यक्रम, परीक्षा पद्धति, उपस्थिति आदि छात्राओं को अवगत कराया। डॉ संगीता अहिरवार नें छात्राओं को संबांधित करते हुए ''अपने महाविद्यालय को जानिये''– प्राचार्य, प्राध्यापकगण, सहायक कर्मचारी विभिन्न व्यवस्थाएँ समय सारणी रेमेडियल कक्षाएँ स्टूडेंट ट्रेकिंग सेटिसफेक्शन सर्वे आदि से छात्राओं को अवगत कराया डॉ रागिनी दुबे अनुशासन एवं रेगिंग विरोधी कानून से अवगत कराया। डॉ रामबाबू मेहर ने राज्य शासन की विभिन्न योजनाओं एवं छात्रवृत्ति की जानकारी छात्राओं से साझा की।

उद्यमिता जागरूकता केम्प 23.09.2019

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनॉक 23.09.2019 में भारत शासन के राष्ट्रीय विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी उद्यमिता बोर्ड भोपाल एवं शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय के संयुक्त तत्वाधान में तीन दिवसीय उद्यमिता जागरूकता केम्प का शुभारंभ हुआ कार्यक्रम का औपचारिक उद्घाटन करते हुए प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने सफल महिला उद्यमियों के उदाहरण देकर कुटीर उद्योग एवं स्वसहायता समूह के माध्यम से छात्राओं को रोजगार सृजन हेतु प्रेरित कर शासन द्वारा प्रदत्त प्रोत्साहन राशि एवं सुविधाओं की जानकारी प्रदान की।

एम.पी.कॉन लिमीटेड के कार्यक्रम समन्वयक श्री शीलेष मालवीय ने उद्यमिता के वर्गीकरण जैसे उद्योग– (निर्माण कार्य, विज्ञापन एवं विक्रय) व्यवसाय– (क्रय एवं विक्रय) सेवा ईकाई– (कौशल का उपयोग कर आय अर्जन), उद्यमिता के अवसर एवं चुनौतियों, स्वसहायता समूह के निर्माण, स्व आकलन तालिका पर विस्तार से व्याख्यान दिया।

डॉ संजय गार्गव प्राध्यापक वाणिज्य ने बताया कि उद्यमिता शब्द की उत्पत्ति संत कबीर के दोहे 'कह कबीर कुछ उद्यम कीजिए, आप खाएं औरन को दीजै' से हुई है। डॉ गार्गव ने फिक्की एवं भारतीय होटल श्रृंखला की चेयरमेन ज्योत्सना सूरी की किताब 'सक्सेस अगेंस्ट ऑल आर्ट्स' का संदर्भ देकर बताया कि महिलाओं में प्रबंधन का नैशर्गिक गुण होता है उन्होने उद्यमिता में विपणन एवं विज्ञापन की भूमिका कार्पोरेट टेक्स जी. डी.पी. आदि विषयों पर अपने विचार रखे, तीन दिवसीय कार्यक्रम के अंतिम दिवस छात्राओं को विभिन्न औद्योगिक ईकाइयों का भ्रमण भी कराया जायेगा एवं सभी छात्राओं को प्रमाणपत्र प्रदान किए जायेंगे।

जल संरक्षण हेतु शिक्षा एवं जनजागरण– एक अति आवश्यक कदम पर एक दिवसीय राष्ट्रीय शोध संगोष्ठी

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में दिनांक 29.08.2019 में जल संरक्षण हेतु शिक्षा एवं जनजागरण– एक अति आवश्यक कदम पर एक दिवसीय राष्ट्रीय शोध संगोष्ठी का आयोजन किया गया। उद्घाटन में मुख्य अतिथि डॉ. के. के. भारद्वाज मुख्य वन संरक्षक वनवृत्त होशंगाबाद , अध्यक्ष श्री पी. के. जैन क्षैत्रीय निर्देशक केन्द्रीय भू–जल बोर्ड मध्यप्रदेश शासन भोपाल मुख्य वक्ता डॉ. संतकुमार भटनागर निर्देशक बायोमेडिकल रिसर्च सेंटर दिल्ली (NCR) , विशिष्ट अतिथि डॉ. अभय पाण्डे पूर्व राज्य परियोजना संचालक रूसा म.प्र. भोपाल, डॉ. राकेश सिंह, श्री कपिल फौजदार, श्री रोहन जैन एवं महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन मंचासीन रही।

माँ सरस्वती का पूजन अर्चन कर उद्घाटन सत्र का शुभारंभ किया गया। अतिथि देवों भवः की परंपरा का परिवहन करते हुए महाविद्यालय परिवार ने अतिथियों का स्वागत किया। इस अवसर पर संगीत विभाग की डॉ. रूपाली जैन ने सरस्वती वंदना एवं स्वागत गीत की प्रस्तुति दी।

स्वागत भाषण में प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने कहा कि प्राचीन समय में तकनीकी इतनी विकसित नहीं थी तब भी हमारे पास जल संरक्षण की विकसित प्रक्रिया थी। जल संरक्षण एक ज्वलंत समस्या है। इस समस्या से निपटने के लिए सभी की साझेदारी अतिआवश्यक है। विषय प्रवर्तन करते हुए संयोजक डॉ अरूण सिकरवार ने बताया कि भारत भू–जल निर्यात करने में विश्व में तीसरे स्थान पर है। विश्व में सर्वाधिक भू–जल का उपयोग करने वाले राष्ट्रों में भारत सम्मिलित है इसमे अमेरिका और चीन से भी हम आगे हैं। श्री कपिल फौजदार ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि वर्तमान पीढ़ी विज्ञान के बहुत नजदीक है। परन्तु जल संकट से राष्ट्र को बचने के लिए जल का दुरूपयोग करने से बचा जाने में आपकी अहम् भूमिका होगी।

डॉ. राकेश सिंह ने अपने उदबोधन में कहा कि वर्तमान में बहुत सारी बीमारी जल प्रदूषण के कारण ही हो रही है। मुख्य अतिथि श्री के.के. भारद्वाज ने अपने उद्बोधन में कहा कि प्रकृति प्रत्येक मानव का पोषण तो कर सकती है परन्तु उसके लालच का पोषण नहीं कर सकती । विशिष्ट वक्ता डॉ. अभय पाण्डे ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि जल संरक्षण में स्वयं की भूमिका निर्धारित करें। हमें जैसे धरती मिली हम वैसी ही धरती रखे। हमें दौढ़ते हुए जल का चलना एवं रूकना सिखाना होगा। मुख्य वक्ता डॉ. संत कुमार भटनागर ने कहा कि हमारे शरीर को रोग मुक्त रखने के लिए जल की आवश्यकता होती है। अतः जल संरक्षण एक महती आवश्यकता है। अध्यक्षता कर रहे श्री पी.के. जैन ने कहा कि भू–जल स्तर के ऊपर आने से ही नदियाँ

बहती है। उद्घाटन सत्र को सफल संचालन डॉ. श्रुति गोखले ने एवं आभार प्रदर्शन डॉ. वैशाली लाल ने किया। कार्यशाला में शोध संक्षेपिका का विमोचन किया गया।

समापन–सत्र में मुख्य अतिथि डॉ. ओ.एन. चौबे, प्राचार्य शासकीय नर्मदा महाविद्यालय होशंगाबाद, विशिष्ट अथिति डॉ. व्ही.के. सीरिया, डॉ. व्ही.के. मालवीय एवं अध्यक्ष के रूप में महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. कामिनी जैन मंचासीन रही। समापन सत्र में उक्त 15 शोधार्थियों एवं अतिथि विद्वानों ने अपना शोध पत्र का वाचन किया। डॉ. एल.एन. मालवीय, डॉ. ज्योति सिंह, श्री आर.आर. सोनी डॉ. श्वेता तिवारी, रोशनी सिंह कुसुम पाठक सचिन ताम्रकर, रेणुका ठाकुर शत्रुद्धन झारिया, आशी तिवारी, डॉ. हेमंत चौधरी, डॉ. आशीष सोहगौरा, डॉ. अखिलेश यादव, श्री दुर्गेश राणे, डॉ. नीतू पवार, डॉ. दीपक अहिरवार, दुर्गा वंशकार ने शोध पत्र का वाचन किया।

डॉ. व्ही.के. सीरिया ने अपने उद्बोधन में कहा कि जल के बिना मानव सभ्यता का विकास संभव नहीं है। डॉ. व्ही. के. मालवीय ने अपने उद्बोधन में कहा कि प्राचीन अनुभव एवं आधुनिक तकनीकी को सम्मिलित कर जल संरक्षण किया जा सकता है। डॉ. ओ.एन. चौबे ने जल प्रदूषण एवं जल संरक्षण के अनुभव को साझा करते हुए शोधार्थियों को जल संरक्षण की आधुनिक तकनीक से अवगत कराकर प्रेरित किया। डॉ. हर्षा चचाने ने सफल संचालन एवं डॉ. रामबाबू मेहर ने आभार प्रदर्शन किया।

राष्ट्रीय सेवा योजना एवं क्लीनिकल न्यूट्रिशन एण्ड डायटेटिक्स विभाग

14.09.2019 को प्राचार्य डॉ. कामिनी जैन के मार्गदर्शन में राष्ट्रीय सेवा योजना एवं क्लीनिकल न्यूट्रिशन एण्ड डायटेटिक्स विभाग के संयुक्त तत्वाधान में पोषण माह (1 सितंबर से 30 सितंबर 2019 तक) के अंतर्गत सेमीनार एवं परिचर्चा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में महाविद्यालय की प्राचार्य ने छात्राओं को संबोधित करते हुए व्यक्तिगत स्वच्छता भोजन आरोग्य एवं कुपोषण क्या है और क्यों होता है के बारे में बताया। उन्होंने कहा की कुपोषण का मतलब खराब पोषण और सुपोषण का मतलब अच्छा पोषण। उन्होंने छात्राओं को बड़े नाखूनों के कारण शरीर में जाने वाली गंदगी से होने वाली बीमारी के बारे में बताया। तीन सफेद चीजे नमक, शक्कर एवं मैंदा हमारे स्वास्थ्य के लिए जहर का काम करती है। इसके साथ

साथ वर्तमान में एक चौथी चीज सफेद चावल इसमें सम्मिलित हो गया है। उन्होंने बताया कि जरूरी नहीं है कि गरीब परिवार के बच्चें ही कुपोषित होते है बल्कि सम्पन्न परिवार के बच्चे भी कुपोषित हो सकते हैं। क्योंकि परिवारों में पोषण जागरूकता की कमी है।

महिला बाल विकास से पधारे परियोजना अधिकारी श्री प्रमोद गौर ने कहा

कि किशोरियों का अच्छा विकास उनके अच्छे भविष्य का परिचारक होता है। उन्होंने कहा कि थाली में विविधता होनी चाहिए। कुपोषण एक कुचक्र है जो एक दिन में नहीं टूटेगा इसके लिए हमारी भोजन आदतों में परिवर्तन लाना आवश्यक है। उन्होंने महिला सशक्तिकरण के बारे में भी छात्राओं को जागरूक करते हुए कहा कि महिलाओं का आर्थिक रूप से सशक्त होना जरूरी है।

गृह वैज्ञानिक डॉ. संध्या मुरे (कृषि वैज्ञानिक केन्द्र हरदा) ने अपने वक्तव्य में कहा कि कुपोषण का मुख्य कारण बढ़ती हुई आबादी है पानी के कारण 80 से 90 प्रतिशत बीमारी होती है। उन्होंने 1000 डेज ऑफ लाईफ की अवधारणा के बारे में बताया कि जिस दिन से बच्चा माँ के गर्भ में आता है उसी दिन से कुपोषण पर कार्य करना आवश्यक होता है। उन्होंने कहा कि महिला बाल विकास का कुपोषण को कम करने के लिए बहुत बड़ा योगदान है। उन्होंने सब्जियों को सुखा कर पावडर बना कर उसका दैनिक भोजन में उपयोग करने की सलाह दी। तृणधान (ज्वार, वाजरा, रागी) गेंहू से ज्यादा पोष्टिक होते हैं। न्यूट्रिशन इण्डिया ग्रो–एप के बारे में बताया व स्थानीय खाद्य–पदार्थों के प्रति छात्राओं को जागरूक किया।

महिला बाल विकास की उपसंचालक श्रीमती अर्चना पचौरी ने बताया कि कुपोषण के बारे में हम सकारात्मक सोच रखे और कुपोषण की जगह हम सुपोषण के बारे में प्रयास करें। कु. मोनिका कौशल परियोजना अधिकारी क्लिंटन फाउण्डेशन पीपीटी के माध्यम से किशोरी बालिकाओं को एनीमिया के बारे में बताया। क्नीलिकल न्यूट्रिशन विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. रश्मि श्रीवास्तव ने छात्राओं को अपने आहार में आयरन एवं विटामिन युक्त पोषक तत्वों का प्रयोग करने की सलाह दी। कार्यक्रम में राष्ट्रीय सेवा योजना की कार्यक्रम अधिकारी इकाई–1 एवं इकाई–2 श्रीमती प्रीति ठाकुर एवं डॉ. नीतू पवार ने पोषक तत्वों का महत्व बताते हुए पौष्टिक आहार लेने के लिए छात्राओं एवं स्वयंसेविकाओं को प्रेरित किया। इसी कड़ी में छात्रा कु. आशी तिवारी ने अपनी परिचर्चा में कहा कि स्वस्थ शरीर के साथ साथ स्वस्थ तेज दिमाग भी होना चाहिए। कार्यक्रम का संचालन महिला बाल विकास की श्रीमती सुचित्रा व आभार डॉ. रश्मि श्रीवास्तव के द्वारा किया गया।

अर्न्तराष्ट्रीय ओजोन दिवस शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनांक 16. 09.2019 को ईको क्लब के तत्वाधान में **अर्न्तराष्ट्रीय ओजोन दिवस** के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया

गया। कार्यक्रम में ग्लोबल बार्मिंग एवं हानिकारण विकिरण से पृथ्वी एवं अन्य जीवों की रक्षा करने वाली ओजोन परत पर एक टेली फीचर फिल्म का प्रदर्शन भी किया गया। छात्राओं द्वारा चित्रकला के माध्यम से भी ओजोन परत का महत्व एवं इसमें होने वाले क्षरण को एवं इसके क्षरण से मानव एवं अन्य जीवों को होने वाले हानिकारक प्रभावों को छात्राओं ने अपनी चित्रकला के माध्यम से उकेरा।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ श्रीमती कामिनी जैन ने छात्राओं को बताया कि पॉलीथीन उपयोग न करके एवं घरेलू कचरे को जैविक खाद में बदलकर पर्यावरण एवं वायुमंडल को स्वच्छ बनाया जा सकता है तथा ग्लोबल बार्मिंग से भी बचा जा सकता है।

विवेकानंद केरियर मार्गदर्शन प्रकोष्ठ अल्पावधि प्रशिक्षण कार्यक्रम

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में स्वामी विवेकानंद केरियर मार्गदर्शन प्रकोष्ठ के अंतर्गत अल्पावधि प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में म.प्र. विज्ञान सभा के श्री आरीफ खॉ एवं यू.टी.एम.टी. संस्था मुम्बई के संतोष कुमार विश्वकर्मा द्वारा छात्राओं को संबोधित किया गया। स्वामी विवेकानंद केरियर मार्गदर्शन प्रकोष्ठ प्रभारी डॉ संगीता अहिरवार ने बताया कि प्रतिवर्ष अनुसार इस वर्ष भी छात्राओं की रोजगार की समस्या निवारण हेतु इस प्रशिक्षण का आयोजन किया गया।

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि इन प्रशिक्षणों का उद्देश्य छात्राओं को रोजगार से जोडना एवं आत्मनिर्भर बनाना है, ''पढ़ती नारी बढता राष्ट्र'' की थीम पर महाविद्यालय परिवार कार्य करता है। छात्राओं के स्बावलंबन एवं आत्मविश्वास की बृद्धि हेतु इस प्रकार के प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है।

प्रशिक्षक आरीफ खॉ ने मधुमक्खियों की प्रजाति से अवगत कराते हुए, शहद के व्यवसाय से होने वाले लाभ से छात्राओं को रूबरू कराया। संतोष कुमार विश्वकर्मा ने अपने प्रशिक्षण में बताया कि हम पुनः रासायनिक खेती से आर्गनिक खेती की ओर लौट रहे है प्रशिक्षक टीम द्वारा महाविद्यालय में क्षैत्र का चयन किया गया। यह प्रशिक्षण 30 दिनों तक प्रतिदिन 2 घंटे विशेषज्ञों के मार्गदर्शन में दिया जावेगा।

रासेयो का अभिमुखीकरण कार्यक्रम

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद में आज दिनॉक 20.09.2019 को रासेयो के अतर्गत प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन के मार्गदर्शन में एवं कार्यक्रम अधिकारी ईकाई 01 श्रीमती प्रीति ठाकुर एवं ईकाई 02 डॉ नीतू पवांर के निर्देशन में अभिमुखीकरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मॉ सरस्वती जी एवं प्रेरणा पुरूष स्वामी विवेकानंद जी के समक्ष दीप प्रज्जवलित कर एवं अतिथियों का स्वागत तिलक लगाकर एवं स्वागत गीत द्वारा किया गया। रासेयो की स्वयंसेविकाओं लक्ष्यगीत की प्रस्तुति दी गई।

प्राचार्य डॉ. श्रीमती कामिनी जैन ने स्वयंसेविकाओं को रासेयो के मुख्य उद्देश्य ''समाज सेवा के माध्यम से व्यक्तित्व का विकास'' से अवगत कराया,उन्होने कहा कि पुस्तकीय ज्ञान के साथ साथ सर्वांगीण विकास हेतु रासेयो एक अच्छा माध्यम है। पूर्व जिला समन्वयक डॉ रागिनी दुबे ने रासेयो का सिद्धांत वाक्य मै नही आप का सार बताया। उन्होने रासेयो के 7 दिवसीय विशेष शिविर, रासेयो के बैज की विस्तृत जानकारी दी उन्होने बैज में नीले,लाल व सफेद रंग का महत्व समझाते हुए बताया कि यह शांति उत्साह एवं ब्रहमाण्ड को इंगित करता है। बैज के मध्य में जो आठ तीलियॉ है वे 24 घंटे कार्य करने के लिए प्रेरित करती है।

जिला समन्वयक डॉ डी.एस.खत्री ने स्वयंसेविकाओं को कहा कि यह आप लोगों का शिक्षा आरंभ कार्यक्रम है उन्होने रासेयो में नवप्रवेशित स्वयंसेविकाओं का स्वागत किया। उन्होने कहा कि निःस्वार्थ समाज सेवा ही राष्ट्रीय सेवा योजना है। किसी को कुछ देने की इच्छा से आपके मन में शांति की अनुभूति होती है, स्वयंसेविकाओं को जिला स्तरीय,संभाग स्तरीय,राज्य स्तरीय एवं राष्ट्रीय स्तरीय पुरस्कार, 'ए'.'बी'.'सी' प्रमाणपत्र की विस्तृत जानकारी दी।

कार्यक्रम का समापन रासेयो स्वयंसेविकाओं द्वारा रासेयो के आवाहन गीत के द्वारा किया गया कार्यक्रम सफल संचालन स्वयंसेविका कविता राजपूत एवं आभार प्रियंका गाड़रियॉ के द्वारा किया गया।

जिला स्तरीय महिला कुश्ती प्रतियोगिता में शासकीय गृहविज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय सर्वाधिक अंक लेकर विजेता रहा आज दिनॉक 26.09.2019 को शास. नर्मदा महाविद्यालय होशंगाबाद में महिला कुस्ती प्रतियोगिता का आयोजन हुआ। जिसमें टिमरनी, बनखेडी, एन.ई.एस. होम साइंस कालेज, नर्मदा कालेज की विभिन्न केटेगिरी में महिला पहलवानों ने भाग लिया। जिसमें प्रतियोगिता के फाईनल में 50 कि.ग्रा. वर्ग में सुनीता टिमरनी वर्सेस कामिनी होमसाइंस की कुश्ती हई जिसमे कामिनी विजयी रही। प्रतियोगिता के 53 कि.ग्रा. वर्ग में आरती केवट टिमरनी श्रद्धा शर्मा होमसाइंस जिसमें श्रद्धा शर्मा होमसाइंस विजयी रही। 59 कि.ग्रा. वर्ग में महिमा चंदेल टिमरनी राधा यादव होमसाइंस में जिसमें राधा यादव विजयी रही। इसी प्रकार 65 कि.ग्रा. वर्ग सोनम आम्रवंशी एनईएस की, इसी प्रकार 68 कि.ग्रा. वर्ग में नर्मदा महाविद्यालय से कोसिमा अली और 72 कि.ग्रा. वर्ग वंदना पटैल बनखेडी एवं 76 कि. ग्रा. वर्ग में रागिनी उईके होंमसाइंस की सर्वाधिक अंक लेकर विजयी रही। प्रतियोगिता के समापन में डॉ विनिता अवस्थी मुख्यअतिथि , विशिष्ठ अतिथि डॉ. ज्योति जुनगरे अध्यक्ष डॉ रश्मि तिवारी ने खिलाडियों को मेडल देकर सम्मानित किया। प्रतियोगिता का सफल संचालन डॉ. वाय एस चाहर वरिष्ठ क्रीडा अधिकारी नर्मदा महाविद्यालय ने किया।