

GOVERNMENT CHANDULAL CHANDRAKAR ARTS AND SCIENCE COLLEGE PATAN, DURG**REPORT OF THE EVENT**

Program Name- NUTRITIONAL AWARENESS in ADOPTED VILLAGE

Date- 30.09.2022

SN	POINTS	PROGRAM DETAILS
1	Name of the Program*	NUTRITIONAL AWARENESS in ADOPTED VILLAGE
2	Date of the Program*	30.09.2022
3	Organized by*	NSS UNIT & BLUE-BRIGADE CLUB
4	Convenor(s)	PROF. B. M. SAHU & DR. PUSHPA MINJ
5	Chief-guest	SRI ASHISH VERMA
6	President	Dr. B. S. CHHABRA, PRINCIPAL
7	Number of participants*	43
8	Number of Beneficiaries	100 Villagers, 400 school children Total = 500
9	Summary of the Program*	<p>➤ Nutrition awareness</p> <p>Following guidelines were given to school children, children, their mother, villagers and NSS volunteers: -</p> <p>➤ शिशु तथा बाल पोषण पर राष्ट्रीय दिशा-निर्देश- https://hi.vikaspedia.in/health/child</p> <p>शिशु आहारों का ऊर्जा घनत्व-</p> <p>छोटे बच्चों को न्यून ऊर्जा सघनता वाले पूरक आहार दिए जाने हैं तथा खाने की कम आवृत्ति से अपर्याप्त कैलोरी के परिणामस्वरूप कुपोषण होता है। अधिकतर आहार भारी होते हैं तथा बच्चा इन्हें एक ही बार में अधिक मात्रा में नहीं खा सकता। इस प्रकार बच्चे में पर्याप्त ऊर्जा सुनिश्चित करने के उद्देश्य से बच्चों को बार-बार थोड़े-थोड़े अन्तराल पर थोड़ी ऊर्जा के घनत्व वाले आहार देना आवश्यक है।</p> <p>शिशुओं तथा छोटे बच्चों को दिए जाने वाले आहारों की ऊर्जा सघनता को चार विभिन्न तरीकों से बढ़ाया जा सकता है:-</p> <p>(i) प्रत्येक शिशु आहार में एक छोटा चम्मच तेल अथवा घी डालना। वसा ऊर्जा का संकेंद्रित स्रोत है तथा उसमें विद्यमान ऊर्जा में भरपूर वृद्धि करता है। यह जानकारी प्रदान करके कि एक छोटा शिशु मां के दूध तथा अनाजों एवं दालों जैसे सभी अन्य आहारों में विद्यमान वसा को पचा सकता है, इस मिथ्या भ्रम को तोड़ना होगा कि छोटा बच्चा वसा को नहीं पचा सकता तथा यह मानने का कोई कारण नहीं कि बच्चा आहार में मिलाई गयी वसा को नहीं पचा सकता।</p> <p>(ii) बच्चे के अहार में चीनी अथवा गुड़ मिलाना। बच्चों को अधिक ऊर्जा की जरूरत होती है इसलिए बच्चे के आहार में पर्याप्त मात्रा में चीनी अथवा गुड़ मिलाना चाहिये।</p> <p>(iii) 'माल्टिड' आहार देना। माल्टिंग आहार के गाढ़पन को घटाती है तथा इस प्रकार बच्चा एक बार में अधिक खा सकता है। माल्टिंग साबुत अनाज अथवा अथवा दाल का अकुरण करके इसको पीसने के पश्चात् सुखाना है। अनाज अथवा दाल के माल्टिंग से तैयार शिशु आहार मिश्रण बच्चों को और अधिक ऊर्जा प्रदान करेगा। अन्य आहारों के साथ माल्टिंग आहार का आटा बच्चे को और अधिक ऊर्जा प्रदान करेगा। अन्य आहारों के साथ माल्टिंग आहार का आटा बच्चे को दिए जाने वाले भोजन के गाढ़पन को घटाने में मदद करता है। ए.आर.एफ. माल्टिड आहारों के आटे को दिया गया वैज्ञानिक नाम है तथा इसका शिशु अहारों में अवश्य उपयोग किया जाना चाहिये।</p> <p>(iv) गाढ़े मिश्रित आहार देना। पतला दलिया पर्याप्त ऊर्जा प्रदान नहीं करता है। विशेषकर 6-9 माह के दौरान एक छोटे शिशु को गाढ़े परन्तु सुपाच्य दलिया की आवश्यकता होती है, क्योंकि अर्ध-ठोस आहार के सख्त टुकड़ों को निगलने में शिशु को कठिनाई हो सकती है। छोटे शिशुओं हेतु अर्ध-ठोस आहारों को मूसल से कूटा व छलनी से छाना जा सकता है, ताकि मिश्रित आहार सुपाच्य तथा अथवा पिण्डों रहित समरस हों।</p>
10	Weblink of the Program	

ORGANIZER
(B. M. Sahu)

COORDINATOR, IQAC
(Dr. Sadhna Rahatgaonkar)

PRINCIPAL

409

कार्यालय प्राचार्य
शासकीय चन्द्रलाल चन्द्राकर कला एवं विज्ञान महाविद्यालय, पाटन,
Email: patancollege@gmail.com, website : govtcccollegepatan.in
UGC Code -202013 , Naac Accredited

पाटन दिनांक 26/09/2022

सूचना

राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई 01 एवं इकाई 02 में पंजीकृत समस्त छात्र-छात्राओं को सूचित किया जाता है कि एक दिवसीय विशेष शिविर ग्राम देमार (गोदग्राम) में दिनांक 30/09/2022 को आयोजित किया गया है। शिविर में सम्मिलित होने के इच्छुक छात्र-छात्राएं महादलनायक ईश्वर सिन्हा एवं कु. विभा साहू के पास अपना नाम लिखा सकते हैं। इस शिविर में केवल 50 छात्र-छात्राएं भाग ले सकेंगे। एवं सभी छात्र-छात्राएं 10:30 बजे सीधे ग्राम देमार में स्वयं के साधन से जायेंगे।

कार्यक्रम अधिकारी
राष्ट्रीय सेवा योजना

डा. बी. एल. सी. म. चन्द्राकर
पाटन, जिला दुर्ग (उ.प्र.)

(डॉ. बी.एस. छाबड़ा)

प्राचार्य
शास.सी.एल. महाविद्यालय एवं विज्ञान
कार्यालय पाटन, जिला-दुर्ग (उ.प्र.)

राष्ट्रीय सेवा योजना
एक दिवसीय विशेष शिविर ग्राम यैमार
दिनांक - 30.09.2022

क्र.सं.	नाम	श्रेणी
1	रश्मी वर्मा	B.A. I
2	टिकेश्वरी साहू	B.A. I
3	रोबिनी साहू	B.A. II
4	सोनल सोनवानी	B.A. I
5	मोवरा साहू	B.A. II
6	कुन्ती साहू	B.A. II
7	मुधु मुंड	B.Sc. II
8	श्वेता वर्मा	B.Sc. II
9	मनीषा दुरंधर	A.A. I
10	रालिनी वर्मा	B.Sc. I
11	आरती यडु	B.A. I
12	गीताप्ली देवांगन	B.A. I
13	वर्षा पैरडिया	B.A. I
14	गाम्भी वर्मा	B.Sc. I
15	रुची वर्मा	B.Sc. I
16	अप्ली वर्मा	B.A. I
17	मूनाक्षी	B.Sc. I
18	तिलेश्वरी साहू	B.A. III
19	सगम वर्मा	B.Sc. II
20	ममता किरवर्मा	B.Sc. I
21	टिकेश्वरी पटेल	B.A. IV
22	आमृता वर्मा	B.A. III
23	विभा साहू	B.A. III
24	बायजा पैरडिया	B.A. III

29	हेमा पटेल	
30	भूमिका साहू	
31	दामिनी वर्मा	B.A. III
32	नदनी साहू	B.A. III
33	लोमेश्वरी साहू	B.A. III
34	नौमेश्वरी साहू	B.A. III
35	तनु वर्मा	B.A. III
		B.A. II

	नाम	वर्ग
36	विकास सांगडे	वर्ग
37	चस्पकबा देवागन	B.A. II
38	विकास साहू	B.A. III
39	इश्वर सिन्हा	B.A. III
40	खतराम बिषाद	B.A. III
41	चमन साहू	B.A. II
42	धर्मेन्द्र साहू	B.A. III
43	मनीष वर्मा	B.A. III
44	इशाब देवागन	B.C. II
45	लोचन देवागन	B.A. I
46	टिकाराम	B.A. I
47	भारतूर	B.A. I
48		B.A. II



Program Name- NUTRITIONAL AWARENESS in ADOPTED VILLAGE Date- 30.09.2022



Program Name- NUTRITIONAL AWARENESS in ADOPTED VILLAGE Date- 30.09.2022



Program Name- NUTRITIONAL AWARENESS in ADOPTED VILLAGE Date- 30.09.2022



Program Name- NUTRITIONAL AWARENESS in ADOPTED VILLAGE Date- 30.09.2022

दिनांक - 30.9.22

एक दिवसीय शिविर

सहायतालय की सं. सं. सं. इकाई द्वारा गाँव गाम
 देमाड में एक दिवसीय शिविर लगा कर पोषण
 आधार माह मनाया। कार्यक्रम अधिकारी श्री
 जी. रंज-साहू एवं डॉ. पुष्पा मिश्र के नेतृत्व में
 आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं की पोषण आधार से
 संबंधित व्यापक सपट्टा एवं पाँच लक्ष तक
 के बच्चों का स्वस्थ शिशु-प्रतियोगिता
 का आयोजन किया गया तथा समाद प्रतियोगिता
 भी आयोजित हुई। व्यापक सपट्टा में
 प्रथम - श्रीमती सुखवारी साहू आंगनवाड़ी
 केंद्र क्रमांक- 2, द्वितीय - श्रीमती कस्तूरी बांध
 केंद्र क्र. 3, स्वस्थ शिशु-प्रतियोगिता में
 प्रथम - सुकुम द्वितीय - देवांशु समाद
 प्रतियोगिता में प्रथम - संगम लमा B. Sc II
 द्वितीय - रुपानी सादव B. Sc II रही।
 प्रतियोगिता पूर्व गाम देमाड में ग्रामीणों एवं
 स्कूल बच्चों के सहयोग से पोषण आधार
 जागरूकता रैली का आयोजन किया गया
 साथ ही स्वयंसेवकों द्वारा पोषण आधार पर
 दीवारों में नारा लेखन किया गया। प्रसन्न
 वितरण समारोह में मुख्य अतिथि आशीष लमा
 O.D. अध्यक्षता महा. के प्राचार्य डॉ. जी. रंज. दाबड़ा
 विशेष अतिथि देवेन्द्र चन्द्रवंशी उपाध्यक्ष नगर पंचायत
 पारन, श्रीमती पूर्णिमा लमा सरपंच एवं प्रधानाधिका
 ठाकुर जी उपस्थित थे।

श्री कृष्ण विद्यालय विशेष शिक्षण

ग्राम - देभार

दिनांक - 30/9/2022

क्र.	नाम	पठन	हस्ताक्षर
1	भारद्वर तेलक	B.A II	कुल
2	विभा साहू	B.A. III	Abha
3	रश्मि कर्मा	B.A. III	Ram
4	संगम वर्मा	B.Sc II	Sangam
5	रुपाली यादव	BSC II	Rupali
6	दीपांजलि वर्मा	B.A. I	Deepanjali
7	रश्मी वर्मा	B.A. I	Rashmi
8	शारदा साहू	B.Com I	Sharda
9	हिमानी साहू	B. Com I	Himani
10	त्रिपति	B.Com I	Tripti
11	पंकज साहू	B.A. II	Pankaj
12	शान्देश कुमार साहू	B.A II	Shanesh
13	जितेंद्र कुमार सिन्हा	B.A. II	Jitendra
14	मनीषा	B.A. I	Manisha
15	सागर	B.A. II	Sagar
16	चन्द्रिका	B.A. I	Chandrika
17	हृदयपाल	B.A. III	Hrudaypal
18	मंगल	B.A. II year	Mangal
19	मिनाक्षी	B.S.C. I	Minakshi
20	नोमेश्वरी	B.A II	Nomeshwari
21	मधु यदु	BSC II	Madhur
22	मनीष वर्मा	BSC II	Manish
23	आरती यदु	BA I	Arati Yadu
24	रागिनी वर्मा	B.Sc I	Ragini
25	दिप्ति वर्मा	B.A. I	Dipti
26	नदनी साहू	B.A III	Nadani
27	विकास कुमार साहू	B.A III	Vikash
28	गायत्री पेंडरिया	B.A III	Gayatri
29	हेमा पटेल	B.A III	Hema
30	विष्णु कुमार वर्मा	B.A II	Vishnu
	अनिका साहू	B.A. III	Anika

देमाल

30-9-22

81	लोचन देवांगन	B.A I	लोचन देवांगन
82	तिलेश्वरी साठु	B.A III	
83	आयुषी कामा	B.A III	Tilashwari
84	अश्विनी देवांगन	B.A III	आयुषी
85	अतुल विठ्ठल	B.A III	
86	मंत्राराम विष्णु	B.A II	
87	श्वेता कामा	B.A III	मंत्राराम
88	गायत्री वमा	B.P.C II	Shweta Verma
89	चनुशेखर देवांगन	B.S.C I	गायत्री
90	डा. पुष्पा मित्त		
91	जे. वी. ए. साठु		
92	सुनील वमा	वसुदेव	सुनील वमा
93	मोहन विठ्ठल	विद्याचक्र	
94	दिलीप पुरेल	देमा	
95	योगेश राठ	देमा	
96	दीपक हिरवानी	शिक्षक (P.S. Demar)	
97	विश्वनाथ मंडावी	(अपसर प्रिन्स)	
98	अंजनी मंडावी	(अध्यक्ष)	
99	विश्वनाथ मंडावी		
100	रेखवरा म साठु	अध्यक्ष	रेखवरा म
101	अभयरा म साठु	देमार	अभयरा म
102	आर. रमेश ठाकुर (प्रधान पाठक)	P/S देमार	
103	कल्याणी साठु	सहायक शिक्षक	
104	मधु पाटकार	सहायक शिक्षक	
105	सलिल देशमुख		
106	इक्षरी वमा		
107	सोमनाथ दे. ठाकुर	कम्प्युटर अपरेटर	
108	सुखबारी साठु	सा. वा. प्रिन्स	सुखबारी साठु
109	डिडेरेव	M.A. III sem	
110	सचिव वमा	B.A III sem	

- 61) वंदना वर्मा Supervisor ICDS Vande
- 62) रेहणी वर्मा आ.वा.कार्य रेहणी वर्मा
- 63) प्रभा वर्मा आ.वा.कार्य प्रभा वर्मा
- 64) हेमि-देशलहर का.वा.कार्य हेमि देशलहर
- 65) कश्चरी बांधे - आ.वा.कार्य कश्चरी बांधे
- 66) रींगीता वर्मा आ.वा.कार्य रींगीता वर्मा
- 67) हीना कामरे Heena
- 68) अरुणिका वर्मा Arunka
- 69) प्रेमलता साहू प्रेमलता साहू
- 70) पिकी कौशिकी पिकी कौशिकी
- 71) नीतू मंडवी नीतू बांधे
- 72)
- 73)
- 74) Shailesh Kumar Mishra Shai
- 75) R.K. Verma R.K.
- 76) ~~कल्याण चव्हाण~~ Kalyan
- 77) अमरबास वर्मा Amr
- 78) रश्मि वर्मा Rashmi
- 79) राजाराम वर्मा Rajaram
- 80) अचिता वर्मा Achita