

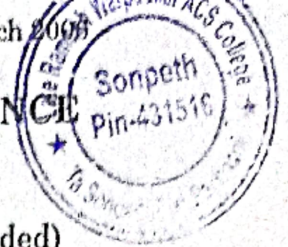
Hanuman Shikshan Prasarak Mandal, Sonpeth's
LATE RAMESH WARPUDKAR ARTS, COMMERCE & SCIENCE
COLLEGE, SONPETH. DIST. PARBHANI 431516 (MS)

NAAC Accredited with Grade- B

(Affiliated to: Swami Ramanand Teerth Marathwada University, Nanded)

Ph. (02453) 240 142 Fax. (02453)240 142 Principal: 09423 779 000

Web: www.warpudkarcollege.com Email:lrwcsnpt@rediffmail.com./shreyavasant2010@gmail.com



Shri. P.R. Kadam
President

Dr. V.D. Satpute
Principal

Departmental Activity Report

Department of sociology jila Parishad prashala sonpeth health department sonpet jointly organised one day workshop ON MENSTRUAL CYCLE: AWAKENING

Name of the Department: SOCIOLOGY

1. Name of the Activity: -department of sociology jila Parishad prashala and health department sonpet joint your organised one day workshop on to understand menstrual cycle-----
2. Date: -10/8/23-----
3. Place & Time:-jila Parishad prashala sonpeth 11:00 am-----
4. Objectives of the Programme:---Dispelling misconceptions about menstruationCreating health awarenessTo give scientific information about menstruationOpen communication tools with studentsUnderstanding Adolescent Problems-----
5. Guests/Resource Persons:-Dr mridula Deshmukh, Urmila Rathore madam bansode madam, doctor Sunita Tengse-----
6. Abstract of the Programme: ---. A one-day workshop titled "Understand Menstruation" was organized today in association with Department of Sociology of Ramesh Varpukar College and 'Health Care Department' of Zilla Parishad Prashala Sonpeth. On this occasion, Mrs. Jyoti Kadam (Vice President Hashipram, Sonpeth) was present. The Principal of Zilla Parishad Prashala Mr. Gorve Sir was present as the President. Dr. Mridula Deshmukh (Medical Officer, Sonpeth) and Mrs. Urmila Rathod (Zilla Parishad Prashala, Sonpeth) was present. The workshop was inaugurated by Mrs. The image of Savitribai Phule was worshiped by Jyoti Kadam and dignitaries. The welcome song was sung by students Ms. Faimuna and Sadia. On the occasion of the inauguration Mrs. Jyotitai Kadam expressed the opinion that it is essential for girls to consult with their

parents, friends and doctors about the experiences and symptoms during menstruation. Girls should focus on their diet and eat healthy. He appealed to the students to add regular exercise to keep their body and mind fit. Chief Guide Dr. According to Mridula Deshmukh, menstruation is a 'natural change' in a girl's life and a sign of entering puberty. Due to this change, the girl's body begins to change into a young woman. During this time, many changes occur in the body. At the age of 11 to 12, puberty begins. And puberty is completed at 15 to 17 years. After menstruation, girls should speak freely without fear. He discussed with the students the topic of menstrual irregularity and its causes. Menstrual bleeding is impure.-and the problems related to girls health is discuss in this workshop-----

7. Total Beneficiaries: ---69-----
8. Achievements/ Outcomes: ---Dispelling misconceptions about menstruation
Creating health awareness
To give scientific information about menstruation
Open communication tools with students
Understanding Adolescent Problems-


PRINCIPAL
Late Ramesh Warpudkar Arts. & Com .
College, Sonpeth Dist. Parbhani



हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळ सोनपेठ संचलित

कै. रमेश वरपुडकर महाविद्यालय, सोनपेठ, जि. परभणी

..... समाजशास्त्र विभाग..... विभाग /समिती

शैक्षणिक वर्ष : 2023-2024



भाग - अ									
उपक्रम / कार्यक्रमाचे क्रमांक	3								
उपक्रम / कार्यक्रमाचे नाव	मासिक पाळी जनजागृती कार्यशाळा								
दिनांक-	10 ऑगस्ट 2023								
उपक्रम / कार्यक्रमाचे स्वरूप	महाविद्यालयातील समाजशास्त्र विभाग, जिल्हा परिषद प्रशाला सोनपेठ येथील आरोग्य विभाग आणि प्राथमिक आरोग्य केंद्र सोनपेठ यांच्या संयुक्त विद्यमानेशालेय विद्यार्थिनींना मासिक पाळी विषयी शास्त्रोक्त माहिती देणे, विद्यार्थिनींच्या शंकांचे समाधान करणे								
उद्देश	<ol style="list-style-type: none"> १ किशोरवयीन विद्यार्थिनींच्या शारीरिक, मानसिक समस्या जाणून घेणे २ मासिक पाळी विषयी शास्त्रोक्त माहिती देणे ३ विद्यार्थ्यांशी हितगुज साधणे ४ विद्यार्थिनींच्या समस्यांचे निरसन करणे ५ किशोरवयीन शारीरिक मानसिक हार्मोनल चेंजेस विषयी माहिती देणे 								
प्रमुख पाहुणे / मार्गदर्शक / व्याख्याते	डॉक्टर मृदुला देशमुख सौ उर्मिला राठोड मॅडम, मुख्याध्यापक धिवार सर								
उद्घाटक	हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळाच्या उपाध्यक्ष सौ ज्योतीताई कदम मॅडम								
ठिकाण	जिल्हा परिषद प्रशाला सोनपेठ								
उपस्थिती	<table border="1"> <tr> <td>विद्यार्थी</td> <td>56</td> </tr> <tr> <td>कर्मचारी</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>इतर</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>एकूण</td> <td>76</td> </tr> </table>	विद्यार्थी	56	कर्मचारी	8	इतर	7	एकूण	76
विद्यार्थी	56								
कर्मचारी	8								
इतर	7								
एकूण	76								




भाग - व
उपक्रम / कार्यक्रमाचे क्रमांक संक्षिप्त विवरण
<p>कै. रमेश वरपुडकर महाविद्यालयातील समाजशास्त्र विभाग आणि जिल्हा परिषद प्रशाला सोनपेठ येथील 'हेल्थ केअर डिपार्टमेंट' यांच्या संयुक्त विद्यमाने "समजून घेऊया मासिक पाळीला" या एक दिवशीय कार्यशाळेच्या आयोजन आज करण्यात आले. याप्रसंगी कार्यशाळेच्या उद्घाटक म्हणून सौ. ज्योती कदम (उपाध्यक्ष हृषिप्रमं.सोनपेठ) या उपस्थित होत्या. तर अध्यक्ष म्हणून जिल्हा परिषद प्रशालेचे मुख्याध्यापक श्री गोरवे सर हे उपस्थित होते. प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून डॉ.मृदुला देशमुख (मेडिकल ऑफिसर, सोनपेठ) आणि सौ. उर्मिला राठोड (जिल्हा परिषद प्रशाला, सोनपेठ) यांची उपस्थिती होती. कार्यशाळेचे उद्घाटन सौ. ज्योती कदम आणि मान्यवरांच्या हस्ते सावित्रीबाई फुले यांच्या प्रतिमेचे पूजन करून करण्यात आले. स्वागतगीत कु.कैमुना आणि सादिया या विद्यार्थिनींनी गायले. उद्घाटन प्रसंगी सौ. ज्योतीताई कदम यांनी मुलींनी मासिक पाळी दरम्यान येणाऱ्या अनुभव आणि जासाविषयी आपल्या पालकांशी, मैत्रिणींशी डॉक्टरांशी चर्चा करून सल्ला घेणे अत्यावश्यक आहे असे मत व्यक्त केले. मुलींनी आपल्या आहारावर लक्ष केंद्रित करून सकस आहार घ्यावा. आपले शरीर आणि मन तंदुरुस्त ठेवण्यासाठी नियमित व्यायामाची जोड द्यावी असे आवाहन त्यांनी विद्यार्थिनींना केले. प्रमुख मार्गदर्शक डॉ. मृदुला देशमुख यांनी मासिक पाळी हा मुलींच्या जीवनात होणारा 'एक नैसर्गिक बदल' असून तारुण्यात प्रवेश करण्याचे ते एक लक्षण आहे. या बदलामुळे बालिकेचे शरीर तरुणीत बदलाला सुरुवात होते. यावेळी शरीरात बरेच बदल होतात 11 ते 12 वर्षी यौवनात प्रवेश होतो. व 15 ते 17 वर्षे यौवनावस्था पूर्ण होते. मासिक पाळी आल्यानंतर मुलींनी घाबरून न जाता मोकळेपणाने बोलले पाहिजे. मासिक पाळीतील अनियमितता व</p>

त्याची कारणे या विषयावर त्यांनी विद्यार्थिनींशी चर्चा केली. मासिक पाळी मधून होणारा रक्तस्राव हा अशुद्ध असतो. मासिक पाळी दरम्यान स्त्रिया निगेटिव्हिटी बाहेर टाकतात. हे दोन्ही गैरसमज आहेत. मासिक पाळी दरम्यान आरोग्याची काळजी कशी घ्यावी असे त्या यावेळी म्हणाल्या. सौ. उर्मिला राठोड यांनी तारुण्य अवस्थेमध्ये मुलींचा आहार हा परिपूर्ण हवा. पालेभाज्या, फळभाज्या, कडधान्य, फळे, जीवनसत्व, कॅल्शियम युक्त आहाराचा समावेश नियमित करायला हवा. त्याबरोबरच व्यायाम, योगासने, प्राणायाम, ध्यान नियमित करण्याचे आवाहन त्यांनी विद्यार्थिनींना केले. अध्यक्षीय समारोप प्रसंगी श्री गोरवे सर यांनी प्रस्तुत कार्यशाळेमुळे विद्यार्थिनींना मासिक पाळी विषयी शास्त्रोक्त माहिती मिळण्यास मदत झाली असून मार्गदर्शक आणि विद्यार्थी यांच्यातील खुली चर्चा झाली यातच या कार्यशाळेची फलश्रुती आहे असे ते म्हणाले. या कार्यशाळेचे प्रास्ताविक करताना डॉ. सुनिता टेंगसे यांनी कार्यशाळा आयोजित करण्यामागचा हेतू सांगितला. मासिक पाळी म्हणजे काय? ती का येते? त्यामुळे काय त्रास होतात? आरोग्याची काळजी कशी घ्यावी? यादरम्यान होणारे शारीरिक बदल कसे हाताळावेत? याविषयी डॉक्टर आणि विद्यार्थी यांच्यामध्ये खुली चर्चा घडवून यावी हा उद्देश समोर ठेवून या कार्यशाळेचे आयोजन केले असे त्या म्हणाल्या. या कार्यशाळेसाठी 56 विद्यार्थिनी उपस्थित होत्या. या कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन कु.मेहेक आणि कु. मोहिनी यांनी केले. तर आभार समीक्षा पंडित या विद्यार्थिनींनी मानले. कार्यशाळेची सांगता राष्ट्रगीताने करण्यात आली.

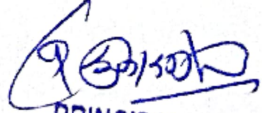
उपक्रम / कार्यक्रमाची उपयुक्तता

किशोरवयीन मुलींमध्ये होणारे हार्मोनियम चेंजेस आणि शारीरिक बदलांविषयी माहिती देऊन त्यांच्या शंकांचे निरसन मासिक पाळी विषयी शास्त्रोक्त माहिती देणे शालेय विद्यार्थ्यांशी हितगुज साधने

भाग - क			
उपक्रम / कार्यक्रमाचे खर्चाचे विवरण			
अ क्र	खर्च करण्यात आलेल्या वस्तूचे विवरण	झालेला खर्च (रु)	शेरा
	चहा बिस्कीट नाष्टा, पुष्पहार, पुष्पगुच्छ	1600	
एकूण खर्च		1600	
अहवाल सादर करणाऱ्या समिती / विभाग समाजशास्त्र विभाग			
पद	नाव	स्वाक्षरी	
समिती अध्यक्ष/ विभाग प्रमुख	डॉ सुनिता टेंगसे		
समन्वयक	डॉ सुनिता टेंगसे		
सदस्य	आरोग्य विभाग जिल्हा परिषद प्रशाला सोनपेठ		
अहवाल सादर केल्याचा दिनांक: 11 / 8 / 2023			

टीप: मोठत कार्यक्रमाचे GEO TAGGED फोटो व वर्तमानपत्रातील बातम्या जोडाव्यात




PRINCIPAL
 Late Ramesh Warpudkar (ACS)
 College, Sonpeth Dist. Parbhani



You

10 August, 7:51 pm



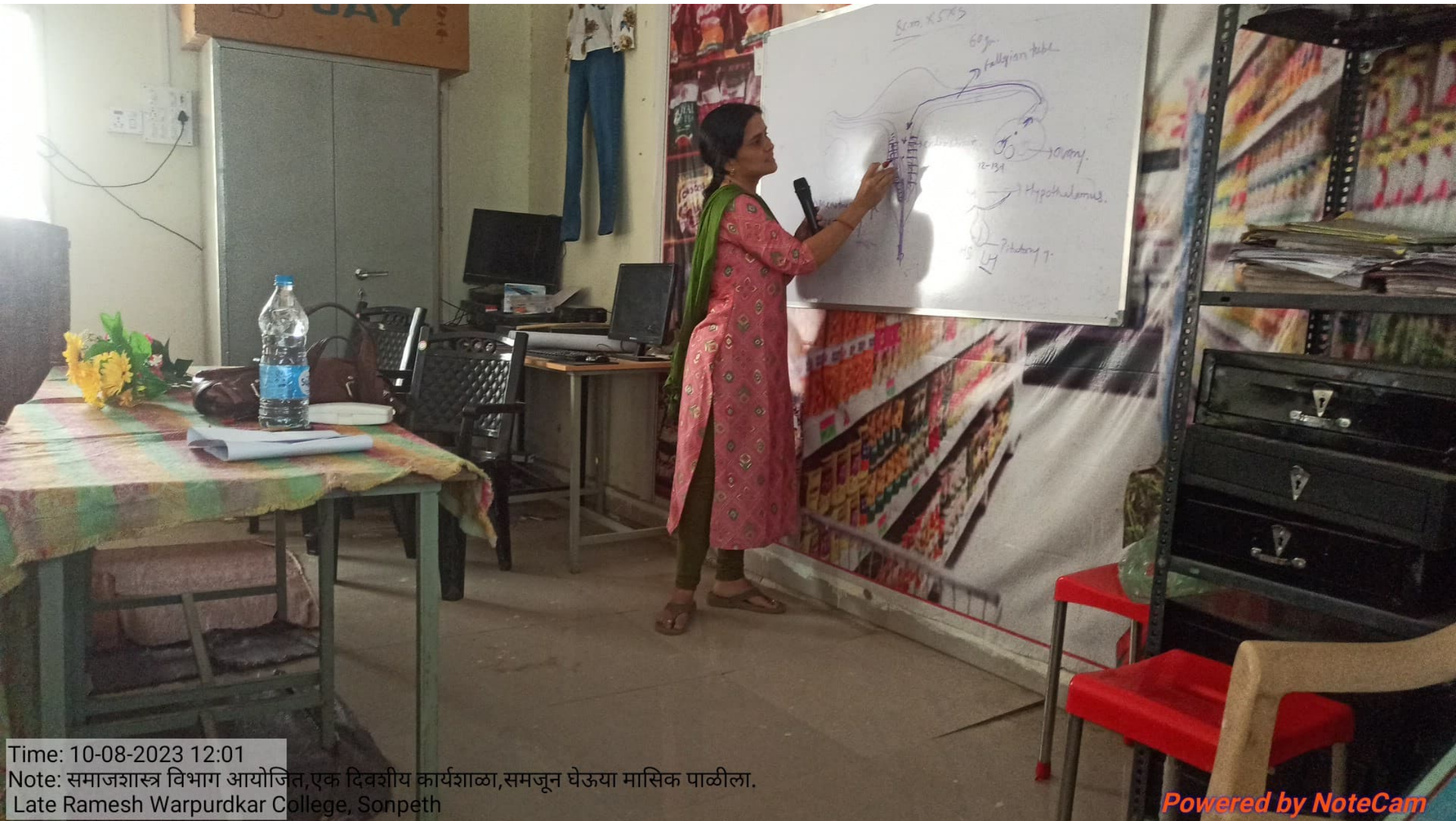


Latitude: 19.030362
Longitude: 76.476733
Accuracy: 2000.0 m
Time: 10-08-2023 12:15
Note: समाजशास्त्र विभाग आयोजित, एक दिवशीय कार्यशाळा, समजून घेऊया मासिक पाळीला.
Late Ramesh Warpurdkar College, Sonpeth

Latitude: 19.030195
Longitude: 76.477123
Accuracy: 2000.0 m
Time: 10-08-2023 12:12

Note: समाजशास्त्र विभाग आयोजित, एक दिवसीय कार्यशाळा, समजून घेऊया मासिक पाळीला.
Late Ramesh Warpurekar College, Sonbeth

Powered by NoteCam



Time: 10-08-2023 12:01

Note: समाजशास्त्र विभाग आयोजित, एक दिवसीय कार्यशाळा, समजून घेऊया मासिक पाळीला.
Late Ramesh Warpurdkar College, Sonpeth

Powered by NoteCam

डॉ. शर्मिष्ठा कलपुरकर महाविद्यालयीय 10/12/2023

समाजशास्त्र विभाग

प्रतिष्ठित प्रोफेसर डॉ. शर्मिष्ठा कलपुरकर

को सन्मानित

करिता







Time: 10-08-2023 11:25

Note: समाजशास्त्र विभाग आयोजित, एक दिवशीय कार्यशाळा, समाजज्ञ घेऊया मासिक पाळीला.
Late Ramesh Warpudkar College, Sonpeth

Powered by NoteCam

कै रमेश वरपुडकर महाविद्यालयतील 10/8/2023
सामान्यतः विभाग
जि परिसर पुढील सोनपेठ ग्राम्या संयुक्त विद्यामाले
* एक दिवसीय कार्यशाळा *
"समजून घेऊन मातंग पाळिला"
प्रथम मानविकी :- डॉ. सुनील नारायण भंडारकर, डॉ. फारुख
द्वितीय :- डॉ. अशोक शरदाशंकर जोष



Latitude: 19.030362
Longitude: 76.476733
Accuracy: 2000.0 m
Time: 10-08-2023 11:34

Note: समाजशास्त्र विभाग आयोजित एक दिवसीय कार्यशाळा, समजून घेऊन मातंग पाळिला.
Late Ramesh Warpudkar College, Sonpeth