हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळ सोनपेठ संचलित

# कै. रमेश वरपुडकर महाविद्यालय, सोनपेठ, जि. परभणी

## महिला सक्षमीकरण समिती

## शैक्षणिक वर्ष : २०२३-२०२४

| | | |
|---|---|---|
| भाग – अ | | |
| उपक्रम / कार्यक्रमाचे क्रमांक | | ५ |
| उपक्रम / कार्यक्रमाचे नाव | | मासिक पाळी समज गैरसमज कार्यशाळा |
| दिनांक- | | १५/९/२३ |
| उपक्रम / कार्यक्रमाचे स्वरूप | | सॅनिटरी पॅड वेंडिंग मशीन चे उद्घाटन आणि मासिक पाळी : समज गैरसमज कार्यशाळेद्वारे शालेय व महाविद्यालयीन विद्यार्थिनीं आणि माता पालकसमुपदेशन कार्यक्रम |
| उद्देश | १ | शालेय महाविद्यालयीन विद्यार्थिनींना आणि माता पालक मासिक पाळी विषयी शास्त्रीय माहिती देणे |
| | २ | मासिक पाळी विषयी असणारे गैरसमज दूर करणे |
| | ३ | किशोर वयात मुलींचा आहार कसा असावा याविषयी माहिती देणे |
| | ४ | विद्यार्थिनी आणि माता पालकांच्या मनातील शंकांचे निरसन करणे |
| | ५ | सॅनिटरी पॅड वेंडिंग आणि डिस्पोजल मशीनचे उद्घाटन करणे |
| प्रमुख पाहुणे / मार्गदर्शक / व्याख्याते | | कार्यक्रमाचे अध्यक्ष आदरणीय निर्मलाताई कदम, प्रेरणा ताई वरपूडकर ज्योतीताई कदम आशाताई चांडक |
| उद्घाटक | | प्रेरणाताई समशेर वरपूडकर |
| ठिकाण | | राजेभाऊ कदम सांस्कृतिक सभागृह रामेश् वरपुरकर महाविद्यालय सोनपेठ |
| उपस्थिती | विद्यार्थी, माता पालक | ३५८ |
| | कर्मचारी | ३५ |
| | इतर | १० |
| | एकूण | ४०३ |

Late.Ramesh Warpudkar College Sonpeth Dist.Parbhani (M.S.)

| भाग – ब |
|---|
| उपक्रम / कार्यक्रमाचे क्रमांक संक्षिप्त विवरण |

हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळाच्या वतीने शालेय महाविद्यालय विद्यार्थीनीं आणि माता पालक यांच्या करीता 'मासिक पाळी: समज व गैरसमज' या एकदिवसीय कार्यशाळेचे आयोजन व सॅनिटरी पॅड वेंडिंग मशीनचे वितरण आज कै.राजाभाऊ कदम विद्यालयाच्या सांस्कृतिक सभागृहात करण्यात आले. उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते सर्वप्रथम संस्थापक अध्यक्ष कै. राजाभाऊ कदम साहेबांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. शाळेसाठी शालेय व महाविद्यालयीन पातळीवरील विद्यार्थ्यांनी आणि माता पालक यांना आमंत्रित करण्यात आले होते. या कार्यशाळेद्वारे विद्यार्थ्यांच्या मनातील मासिक पाळीच्या अनुषंगाने असणाऱ्या समजण्याचे शंका निरसन व्हावे व माता का पालकांच्या किशोरवयातील मुलींच्या समस्यांबाबत असणाऱ्या प्रश्नांची उकल व्हावी या हेतूने ही कार्यशाळा आयोजित करण्यात आली होती .

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. सुनीता टेंगसे यांनी केले. यावेळी विद्यार्थिनींना मार्गदर्शन करताना सौ. प्रेरणाताई वरपूडकर यांनी "मासिक पाळीविषयी आजही प्रकट न बोलणे हे फारच वाईट आहे. मासिक पाळी सारख्या प्रसंगी सासूबाईंनी आईच्या भूमिकेत गेल्यामुळेच आमच्यासारख्या स्त्रिया उभ्या राहू शकल्या हे विसरता येणार नाही. यापूर्वी तर मासिक पाळी सुरू झाल्यावर मुलींना शाळेतच पाठवले जात नव्हते पण शासनाचे अनेक प्रयत्न व आशा वर्कर्स मुळे बदल हळूहळू का होईना होत आहे. आज तुम्हाला शाळेत येण्यासाठी सुरू झालेल्या मानव विकास बस या त्याचेच उदाहरण मानता येईल. सक्षम मुलींना समाजात मान सन्मान मिळतो. पुरुषसत्ताक व्यवस्थेत आपणही स्वतःला बदलल्याशिवाय पर्याय नाही आणि त्यासाठी शिक्षणाशिवाय तरणोपाय नाही. हे अगोदर लक्षात असू द्या. मुलींनी आजच स्वतःचे ध्येय निश्चित करा व बदलत्या भूमिकेनुसार बदल सुद्धा अंगीकारा. वाचनानेच माणूस घडतो म्हणून चरित्रग्रंथ, कादंबरी, आत्मचरित्र वाचावीत. त्यातून प्रेरणा घ्याव्यात व आपले रोल मॉडेल, आदर्श आजच निश्चित करावेत. आपण आपल्या संस्काराची चाकोरी न ओलांडता, आई-वडिलांना आपल्या वर्तनाने कधीही शरमेने मान खाली घालावी लागू नये असंच सर्व मुलींनी वागावं." असेही त्या उद्घाटकीय मनोगतात यावेळी म्हणाल्या.

या कार्यक्रमाच्या प्रमुख मार्गदर्शक डॉ. आशाताई चांडक यांनी आपल्या मार्गदर्शनात "हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळात स्त्री शिक्षिका जास्त असणे ही जमेची गोष्ट आहे, असे म्हणत डॉ. सौ. आशा चांडक यांनी कार्यशाळेच्या संबंधित माहिती दिली व किशोरवयीन मुलींना ऋतुप्राप्ती झाल्यावर पौगंडावस्थेतील होणारे शारीरिक व मानसिक बदल, मासिक पाळी व्यवस्थापन, पाळी विषयीचे समज, गैरसमज, पाळीतील जननेंद्रियांची स्वच्छता, सॅनिटरी पॅड किंवा सुती कापडाच्या घड्याचा वापर, त्याची योग्य विल्हेवाट, पाळीत घ्यावयाचा योग्य पोषक आहार, सोबत मासिक पाळीशी संबंधित विविध आरोग्य समस्या, पीसीओएस, अतिरक्तस्राव तसेच पाळीमध्ये वापरण्यासाठी शाश्वत पर्याय अर्थात शोषक म्हणून मेन्स्ट्रुअल कप आदी विषयी मार्गदर्शन केले. यात पाॅवर पॉइंट प्रेझेंटेशन च्या वापरामुळे त्यांच्या बोलण्याला एक वैधता व आकर्षकता लाभली. याप्रसंगी चांडक मॅडम यांनी मुलींना मासिक पाळीच्या संदर्भात घ्यावयाची काळजी या अनुषंगाने शपथ दिली.या प्रेझेंटेशन पूर्वी डॉ.पवन चांडक यांनी या मासिक पाळी: समज गैरसमज कार्यक्रमाची भूमिका मांडली. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी मातोश्री श्रीमती निर्मलाताई राजाभाऊ कदम होत्या. या कार्यक्रमाचा अध्यक्षीय समारोप करताना सौ. मनीषा आंधळे यांनी " शिवाजी महाराजांनी हिरकणीला बुरुज पार करून आल्यानंतर ज्याप्रमाणे तिच्यातील पुरुषत्व आणि स्त्रीत्व जाणून घेतले त्याप्रमाणे हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळाचे विद्यमान अध्यक्ष आदरणीय

परमेश्वर कदम साहेबांनी तिन्ही युनिटचे हेड महिलांना नेमून त्यांच्यातील पुरुषोत्त्वाचा गौरव तर केला पण आजच्या कार्यशाळेतून त्यांनी स्त्री मधील स्त्रीत्व देखील जाणून घेण्याचा प्रयत्न हा निश्चितच कौतुकास्पद आहे. असे मत मांडले. याप्रसंगी संस्थेच्या उपाध्यक्षा सौ. ज्योतीताई कदम यांनीही सभागृहास संबोधित केले. "मासिक पाळी ही निसर्गदत्त असून त्यात मुलींनी लाजण्यासारखे काहीच नाही" असे त्या यावेळी म्हणाल्या. तर उद्घाटक म्हणून सौ. प्रेरणाताई समशेर वरपूडकर यांनी आपल्या व्यस्ततेतून वेळ काढत कार्यक्रमास हजेरी लावली. त्याबद्दल त्यांचे आभार व्यक्त केले. या कार्यक्रमासाठी मुख्य मार्गदर्शक म्हणून डॉ. आशाताई चांडक व मोलाची भूमिका पार पाडली. या कार्यक्रमाच्या आयोजनात हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळातील महिला शिक्षिका ॲड.सौ. मनीषा आंधळे, सौ. पल्लवी यादव, सौ. मेघा हुंबे, डॉ. शेख शकीला, डॉ. सुनिता टेंगसे, डॉ. मुक्ता सोमवंशी व डॉ. वनिता कुलकर्णी यांनी मोलाचे सहकार्य केले. राष्ट्रगीताच्या सामूहिक गायनाने कार्यक्रमाची सांगता करण्यात आली.

उपक्रम / कार्यक्रमाची उपयुक्तता

शालेय व महाविद्यालयीन विद्यार्थिनींच्या मासिक पाळीच्या अनुषंगाने असणाऱ्या शंकांचे समाधान करण्याच्या हेतूने व किशोर वयात मुलींच्या शारीरिक मानसिक बदलांविषयी असणाऱ्या पालकांच्या शंकांच्या अनुषंगाने या कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले या कार्यशाळेद्वारे मासिक पाळी बाबत असणारी शास्त्रीय माहिती विद्यार्थिनींना मिळाली व यादरम्यान विद्यार्थ्यांनी विद्यार्थ्यांनी कसे काळजी घ्यावी व आपले आपण करा आहार घ्यावा याविषयी विस्तृत मार्गदर्शन त्यांना मिळाले तसेच व्यक्तिमत्व विकास साधत असताना आपण आपले उद्दिष्टे निश्चित करून त्या पद्धतीने परिश्रम घेतले तर निश्चितच आपली वेगळी ओळख आपण कुटुंबात आणि समाजात निर्माण करू शकतो या अनुषंगानेही त्यांना मार्गदर्शन या कार्यशाळेत दरम्यान प्राप्त झाले

Late.Ramesh Warpudkar College Sonpeth Dist.Parbhani (M.S.)

| भाग – क | | | |
|---|---|---|---|
| उपक्रम / कार्यक्रमाचे खर्चाचे विवरण | | | |
| अ क्र | खर्च करण्यात आलेल्या वस्तूचे विवरण | झालेला खर्च (रु) | शेरा |
| | शाल, बुके, चहा ,नाश्ता, सॅनिटरी पॅड वेंडिंग आणि डिस्पोजल मशीन, मानधन | १८००० | |
| एकूण खर्च | | १८००० | |

अहवाल सादर करणाऱ्या समिती / विभाग: महिला सक्षमीकरण समिती

| पद | नाव | स्वाक्षरी |
|---|---|---|
| समिती अध्यक्ष/ विभाग प्रमुख | डॉ सुनिता टेंगसे | |
| समन्वयक | डॉ सुनिता टेंगसे | |
| सदस्य | डॉ मुक्ता सोमवंशी,डॉक्टर वनिता कुलकर्णी | |

अहवाल सदर केल्याचा दिनांक: १८ / ९ / २०२३

टीप: सोबत कार्यक्रमाचे GEO TAGGED फोटो व वर्तमानपत्रातील बातम्या जोडाव्यात

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

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sopneth
Dist.Parbhani
(M.S.)

# मासिक पाळीविषयी मोकळे पणाने बोला : डॉ.चांडक

सोनपेठ येथे सॅनिटरी नॅपकिन व्हेंडींग मशीनचे लोकार्पण करण्यात आले.

प्रतिनिधी | सोनपेठ

मासिक पाळीविषयी प्रकट न बोलणे हे फारच वाईट आहे. मासिक पाळी व्यवस्थापन आरोग्याच्या दृष्टीने अतिशय आवश्यक आहे. त्यामुळे त्याबाबत् संकोच बाळगण्याची काहीही गरज नाही. प्रत्येक महिला, युवतीने आपल्या शरीराची काळजी घेणे आवश्यक आहे, असे प्रतिपादन डॉ.आशा चांडक यांनी केले.

सोनपेठ येथील येथील हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळाच्या वतीने मासिक पाळी : समज व गैरसमज या एकदिवसीय कार्यशाळेचे उद्घाटन व सॅनिटरी पॅड वेंडिंग केले. प्रेरणा वरपूडकर यांनी याप्रसंगी मासिक पाळी व्यवस्थापनाच्या अनुषंगाने मार्गदर्शन केले. डॉ.पवन चांडक यांनीही मासिक पाळी : समज गैरसमज कार्यक्रमाची भूमिका मांडली. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी निर्मला कदम होत्या. मनीषा आंधळे म्हणाल्या, बुरुज पार करून आल्यानंतर ज्याप्रमाणे शिवाजी महाराजांनी हिरकणीतील मातृत्व जाणून घेतले, त्याप्रमाणे आजच्या समाजानेही महिलांच्या आरोग्याची काळजी घेणे आवश्यक आहे. संस्थेच्या उपाध्यक्षा ज्योती कदम यांनीही मनोगत मांडले. शिक्षिका ॲड.मनीषा आंधळे,

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sopneth Dist.Parbhani (M.S.)

पुण्य नगरी

# मासिक पाळी : समज व गैरसमज विषयावर कार्यशाळा

## डॉ.आशा चांडक यांचे प्रतिपादन, कै.रमेश वरपूडकर महाविद्यालयात महिलांसह विद्यार्थिनींना मार्गदर्शन

**सोनपेठ / प्रतिनिधी**

येथील हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळ आयोजित 'मासिक पाळी: समज व गैरसमज' या एकदिवसीय कार्यशाळेचे उद्‌घाटन व सॅनिटरी पॅड वेंडिंग मशीनचे वितरण शुक्रवारी (दि.१५) कै.राजाभाऊ कदम विद्यालयाच्या सांस्कृतिक सभागृहात करण्यात आले. उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते सर्वप्रथम संस्थापक अध्यक्ष कै.राजाभाऊ कदम साहेबांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले.२०२३

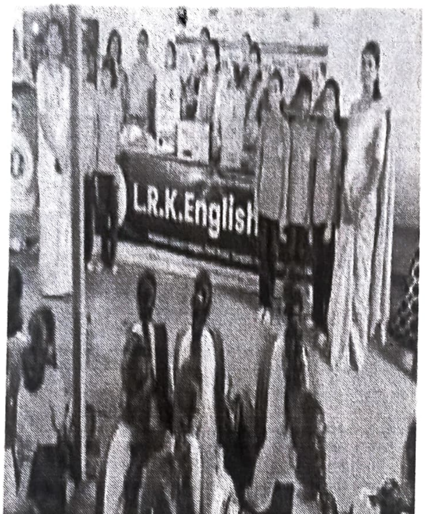
उद्‌घाटक म्हणून प्रेरणा वरपूडकर होत्या. तर कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी निर्मला राजाभाऊ कदम होत्या. मार्गदर्शक म्हणून डॉ.आशा चांडक होत्या. किशोरवयीन मुलींना ऋतूप्राप्ती झाल्यावर पौगंडावस्थेतील होणारे शारीरिक व मानसिक बदल, मासिक पाळी व्यवस्थापन, पाळी विषयीचे समज, गैरसमज आदी विषयी डॉ.आशा चांडक यांनी मार्गदर्शन केले. डॉ.पवन चांडक यांनीही कार्यक्रमाच्या अनुषंगाने भूमिका मांडली. मनीषा आंधळे, ज्योती कदम यांनीही मनोगत मांडले. प्रेरणा वरपूडकर यांनी आपल्या व्यस्ततेतून वेळ काढत कार्यक्रमास हजेरी लावली. प्रास्ताविक डॉ.सुनीता टेंगसे यांनी केले. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी पल्लवी यादव, मेघा हुंबे, डॉ. शेख शकीला, डॉ.सुनीता टेंगसे, डॉ.मुक्ता सोमवंशी व डॉ.वनिता कुलकर्णी यांनी पुढाकार घेतला. राष्ट्रगीताच्या सामूहिक गायनाने कार्यक्रमाची सांगता करण्यात आली.

Smart Parbhani Edition
Sep 16, 2023 Page No. 03
Powered by : eReleGo.com

Late.Rameshwarpudkar Colleege Sonpeth Dist.Parbhani (M.S.)

# मासिक पाळीशिवाय नवनिर्मिती अशक्य - डॉ. आशाताई चांडक

**सोनपेठ-** येथील हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळ आयोजित समासिक पाळी: समज व गैरसमज या एकदिवसीय कार्यशाळेचे उद्घाटन व सॅनिटरी पॅड वेंडिंग मशीनचे वितरण आज कै.राजाभाऊ कदम विद्यालयाच्या सांस्कृतिक सभागृहात करण्यात आले. उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते सर्वप्रथम संस्थापक अध्यक्ष कै. राजाभाऊ कदम साहेबांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. सुनीता टेंगसे यांनी केले. यावेळी विद्यार्थिनींना मार्गदर्शन करताना सौ. प्रेरणाताई वरपूडकर यांनी मासिक पाळी विषयी आजही प्रकट न बोलणे हे फारच वाईट आहे. मासिक पाळी सारख्या प्रसंगी सासूबाईंनी आईच्या भूमिकेत गेल्यामुळेच आमच्यासारख्या स्त्रिया उभ्या राहू शकल्या हे विसरता येणार नाही. यापूर्वी तर मासिक पाळी सुरू झाल्यावर मुलींना शाळेतच पाठवले जात नव्हते पण शासनाचे अनेक प्रयत्न व आशा वर्कर्स मुळे बदल हळूहळू का होईना होत आहे. आज तुम्हाला शाळेत येण्यासाठी सुरू




झालेल्या मानव विकास बस या त्याचेच उदाहरण मानता येईल. सक्षम मुलींना समाजात मान सन्मान मिळतो. पुरुषसत्ताक व्यवस्थेत आपणही स्वतःला बदलल्याशिवाय पर्याय नाही आणि त्यासाठी शिक्षणाशिवाय तरणोपाय नाही. हे अगोदर लक्षात असू द्या. मुलींनी आजच स्वतःचे ध्येय निश्चित करा व बदलत्या भूमिकेनुसार बदल सुद्धा अंगीकारा. वाचनानेच माणूस घडतो म्हणून चरित्रग्रंथ, कादंबरी, आत्मचरित्र वाचावीत. त्यातून प्रेरणा घ्याव्यात व आपले रोल मॉडेल, आदर्श आजच निश्चित करावेत. आपण आपल्या संस्काराची चाकोरी न ओलांडता, आई-वडिलांना आपल्या वर्तनाने कधीही शरमेने मान खाली घालावी लागू नये असेच सर्व मुलींनी वागावे. असेही त्या उद्घाटकीय मनोगतात यावेळी म्हणाल्या. या कार्यक्रमाच्या प्रमुख मार्गदर्शक डॉ. आशाताई चांडक यांनी आपल्या मार्गदर्शनात हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळात स्त्री शिक्षिका जास्त असणे ही जमेची गोष्ट आहे, असे म्हणत डॉ. सौ. आशा चांडक यांनी कार्यशाळेच्या संबंधित माहिती दिली व किशोरवयीन मुलींना ऋतुप्राप्ती झाल्यावर पौगंडावस्थेतील होणारे शारीरिक व मानसिक बदल, मासिक पाळी व्यवस्थापन, पाळी विषयीचे समज, गैरसमज, पाळीतील जननेंद्रियांची स्वच्छता, सॅनिटरी पॅड किंवा सुती कापडाच्या घड्याचा वापर, त्याची योग्य विल्हेवाट, पाळीत घ्यावयाचा योग्य पोषक आहार, सोबत मासिक पाळीशी संबंधित विविध आरोग्य समस्या, पीसीओएस, अतिरक्तस्राव तसेच पाळीमध्ये वापरण्यासाठी शाश्वत पर्याय अर्थात शोषक म्हणून मेन्स्ट्रुअल कप आदी विषयी मार्गदर्शन केले. यात पॉवर पॉइंट प्रेझेंटेशन च्या वापरामुळे त्यांच्या बोलण्याला एक वैधता व आकर्षकता लाभली. या प्रेझेंटेशन पूर्वी डॉ.पवन चांडक यांनी या मासिक पाळी: समज गैरसमज कार्यक्रमाची भूमिका मांडली. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी मातोश्री श्रीमती निर्मलाताई राजाभाऊ कदम होत्या. या कार्यक्रमाचा अध्यक्षीय समारोप करताना सौ. मनीषा आंधळे यांनी शिवाजी महाराजांनी हिरकणीला बुरुज पार करून आल्यानंतर ज्याप्रमाणे तिच्यातील पुरुषत्व आणि स्त्रीत्व जाणून घेतले त्याप्रमाणे हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळाचे विद्यमान अध्यक्ष आदरणीय परमेश्वर कदम साहेबांनी तिन्ही युनिटचे हेड महिलांना नेमून त्यांच्यातील पुरुषत्वाचा गौरव तर केला पण आजच्या कार्यशाळेतून त्यांनी स्त्री मधील स्त्रीत्व देखील जाणून घेण्याचा प्रयत्न हा निश्चितच कौतुकास्पद आहे, असे मत मांडले. याप्रसंगी संस्थेच्या उपाध्यक्षा सौ. ज्योतीताई कदम यांनीही सभागृहास संबोधित केले. मासिक पाळी ही निसर्गदत्त असून त्यात मुलींनी लाजण्यासारखे काहीच नाही असे त्या यावेळी म्हणाल्या. तर उद्घाटक म्हणून सौ. प्रेरणाताई समशेर वरपूडकर यांनी आपल्या व्यस्ततेतून वेळ काढत कार्यक्रमास हजेरी लावली, त्याबद्दल त्यांचे आभार व्यक्त केले. या कार्यक्रमासाठी मुख्य मार्गदर्शक म्हणून डॉ. आशाताई चांडक व मोलाची भूमिका पार पाडली. या कार्यक्रमाच्या आयोजनात हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळातील महिला शिक्षिका ॲड.सौ. मनीषा आंधळे, सौ. पल्लवी यादव, सौ. मेधा हुंबे, डॉ. शेख शकीला, डॉ. सुनिता टेंगसे, डॉ. मुक्ता सोमवंशी व डॉ. वनिता कुलकर्णी यांनी मोलाचे सहकार्य केले. राष्ट्रगीताच्या सामूहिक गायनाने कार्यक्रमाची सांगता करण्यात आली.

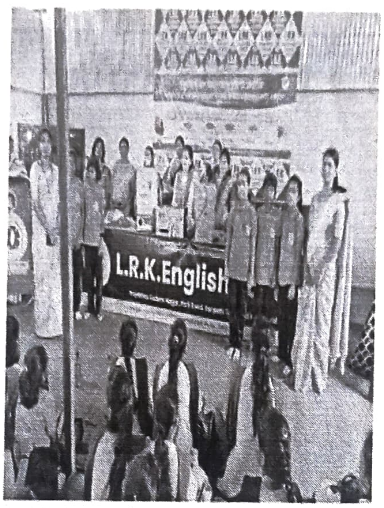
Late.Ramesh Warpudkar Colleege Sopneth Dist.Parbhani (M.S.)

दैनिक
न्याय टाईम्स
संपादक : बालकिशन सोनी

# मासिक पाळीशिवाय नवनिर्मिती अशक्य - डॉ. आशाताई चांडक

**सोनपेठ (प्रतिनिधी) :-**

येथील हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळ आयोजित 'मासिक पाळी: समज व गैरसमज' या एकदिवसीय कार्यशाळेचे उद्घाटन व सॅनिटरी पॅड वेंडिंग मशीनचे वितरण आज कै.राजाभाऊ कदम विद्यालयाच्या सांस्कृतिक सभागृहात करण्यात आले. उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते सर्वप्रथम संस्थापक अध्यक्ष कै. राजाभाऊ कदम साहेबांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. सुनीता टेंगसे यांनी केले. यावेळी विद्यार्थिनींना मार्गदर्शन करताना सौ. प्रेरणाताई वरपूडकर यांनी मासिक पाळीविषयी आजही प्रकट न बोलणे हे फारच वाईट आहे. मासिक पाळी सारख्या प्रसंगी सासूबाईंनी आईच्या भूमिकेत गेल्यामुळेच आमच्यासारख्या स्त्रिया उभ्या राहू शकल्या हे विसरता येणार नाही. यापूर्वी तर मासिक पाळी सुरू झाल्यावर मुलींना शाळेतच पाठवले जात नव्हते पण शासनाचे अनेक प्रयत्न व आशा वर्कर्स मुळे बदल हळूहळू का होईना होत आहे. आज तुम्हाला शाळेत येण्यासाठी सुरू झालेल्या मानव विकास बस या त्याचेच उदाहरण मानता येईल. सक्षम मुलींना समाजात मान सन्मान मिळतो. पुरुषसत्ताक व्यवस्थेत आपणही स्वतःला बदलल्याशिवाय पर्याय नाही आणि त्यासाठी शिक्षणाशिवाय तरणोपाय नाही. हे अगोदर लक्षात असू द्या. मुलींनी आजच स्वतःचे ध्येय निश्चित करा व बदलत्या भूमिकेनुसार बदल सुद्धा अंगीकारा. वाचनानेच माणूस घडतो म्हणून चरित्रग्रंथ, कादंबरी, आत्मचरित्र वाचावीत. त्यातून प्रेरणा घ्याव्यात व आपले रोल मॉडेल, आदर्श आजच निश्चित करावेत. आपण आपल्या संस्काराची चाकोरी न ओलांडता, आई-वडिलांना आपल्या वर्तनाने कधीही शरमेने मान खाली घालावी लागू नये असेच सर्व मुलींनी वागावं. असेही त्या उद्घाटकीय मनोगतात यावेळी म्हणाल्या. या कार्यक्रमाच्या प्रमुख मार्गदर्शक डॉ. आशाताई चांडक यांनी आपल्या मार्गदर्शनात हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळात स्त्री शिक्षिका जास्त असणे




ही जमेची गोष्ट आहे, असे म्हणत डॉ. सौ. आशा चांडक यांनी कार्यशाळेच्या संबंधित माहिती दिली व किशोरवयीन मुलींना ऋतुप्राप्ती झाल्यावर पौगंडावस्थेतील होणारे शारीरिक व मानसिक बदल, मासिक पाळी व्यवस्थापन, पाळी विषयीचे समज, गैरसमज, पाळीतील जननेंद्रियांची स्वच्छता, सॅनिटरी पॅड किंवा सुती कापडाच्या घड्याचा वापर, त्याची योग्य विल्हेवाट, पाळीत घ्यावयाचा योग्य पोषक आहार, सोबत मासिक पाळीशी संबंधित विविध आरोग्य समस्या, पीसीओएस, अतिरक्तस्राव तसेच पाळीमध्ये वापरण्यासाठी शाश्वत पर्याय अर्थात शोषक म्हणून मेन्स्ट्रुअल कप आदी विषयी मार्गदर्शन केले. यात पॉवर पॉइंट प्रेझेंटेशन च्या वापरामुळे त्यांच्या बोलण्याला एक वैधता व आकर्षकता लाभली. या प्रेझेंटेशन पूर्वी डॉ.पवन चांडक यांनी या मासिक पाळी: समज गैरसमज कार्यक्रमाची भूमिका मांडली. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी मातोश्री श्रीमती निर्मलाताई राजाभाऊ कदम होत्या. या कार्यक्रमाचा अध्यक्षीय समारोप करताना सौ. मनीषा आंधळे यांनी शिवाजी महाराजांनी हिरकणीला बुरुज पार करून आल्यानंतर ज्याप्रमाणे तिच्यातील पुरुषत्व आणि स्त्रीत्व जाणून घेतले त्याप्रमाणे हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळाचे विद्यमान अध्यक्ष आदरणीय परमेश्वर कदम साहेबांनी तिन्ही युनिटचे हेड महिलांना नेमून त्यांच्यातील पुरुषत्वाचा गौरव तर केला पण आजच्या कार्यशाळेतून त्यांनी स्त्री मधील स्त्रीत्व देखील जाणून घेण्याचा प्रयत्न हा निश्चितच कौतुकास्पद आहे. असे मत मांडले. यासोबतच एका कवितेतून .....

"चार दिवसाच्या स्रावाने
जीव हतबल झाला गं
चौरस सकस आहार तिला
पोटभर जेवू घाला गं!
श्रम कष्ट नकोत तिला
चीडचीड जीव झाला गं!
समजून घेवून सा-याजणी
हलके हलके बोला गं!
स्त्रीत्व च केले बहाल
निसर्गाने तिला गं
देण निसर्गाची तिने
काय गुन्हा केला गं?

असा प्रश्न व्यवस्थेसमोर त्यांनी उभा केला. याप्रसंगी संस्थेच्या उपाध्यक्षा सौ. ज्योतीताई कदम यांनीही सभागृहास संबोधित केले. मासिक पाळी ही निसर्गदत्त असून त्यात मुलींनी लाजण्यासारखे काहीच नाही असे त्या यावेळी म्हणाल्या. तर उद्घाटक म्हणून सौ. प्रेरणाताई समशेर वरपूडकर यांनी आपल्या व्यस्ततेतून वेळ काढत कार्यक्रमास हजेरी लावली. त्याबद्दल त्यांचे आभार व्यक्त केले. या कार्यक्रमासाठी मुख्य मार्गदर्शक म्हणून डॉ. आशाताई चांडक व मोलाची भूमिका पार पाडली. या कार्यक्रमाच्या आयोजनात हनुमान शिक्षण प्रसारक मंडळातील महिला शिक्षिका ॲड.सौ. मनीषा आंधळे, सौ. पल्लवी यादव, सौ. मेघा हुंबे, डॉ. शेख शकीला, डॉ. सुनिता टेंगसे, डॉ. मुक्ता सोमवंशी व डॉ. वनिता कुलकर्णी यांनी मोलाचे सहकार्य केले. राष्ट्रगीताच्या सामूहिक गायनाने कार्यक्रमाची सांगता करण्यात आली.



Late.Ramesh Warpudkar Colleege Sopneth Dist.Parbhani (M.S.)

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sonpeth Dist.Parbhani (M.S.)

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sonpeth Dist.Parbhani (M.S.)

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sopneth
Dist.Parbhani
(M.S.)

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sopneth
Dist.Parbhani
(M.S.)

Late.Ramesh Warpudkar Colleege
Sopneth
Dist.Parbhani
(M.S.)