बुधवार, २१ जुलै २०२१ पुढारी ३

विवेकानंद महाविद्यालयात 'कोव्हिड-१९'वर ऑनलाईन व्याख्यान

कोल्हापूर (पुढारी वृत्तसेवा) : विवेकानंद महाविद्यालयाच्या गृहविज्ञान विभागाच्या वतीने 'किशोरवयीन आहार आणि कोव्हिड-१९' या विषयावरील व्याख्यान झाले. कमला कॉलेजच्या गृहविज्ञान विभागप्रमुख प्रा. रेखा पंडित यांनी मानसिक व शारीरिक आरोग्यासाठी योग्य आणि संतुलित आहाराची आवश्यकता विशद केली. प्राचार्य डॉ. आर. आर. कुंभार अध्यक्षस्थानी होते. सध्याच्या स्थितीत रोगप्रतिकार शक्ती वाढवणाऱ्या नैसर्गिक आहाराचे महत्त्व व हळद, आले, तुळस, पुदिना, लसूण यांचा आहारातील समावेशामुळे होणारे फायदे त्यांनी सांगितले. जंकफूड, फास्ट फूड, शीतपेये व प्रक्रियायुक्त पदार्थांचे दुष्परिणाम सांगताना योग्य आहाराच्या निवडीची गरज त्यांनी व्यक्त केली. गृहविज्ञान विभागप्रमुख डॉ. ऊर्मिला खोत यांनी प्रास्ताविक केले. प्रा सई पाटील यांनी सूत्रसंचालन केले. प्रा. भारती मुढे यांनी आभार मानले.