6.

अहमदनगर जिल्हा मराठा विद्या प्रसारक समाजाचे

**श्री ढोकेश्वर कॉलेज, टाकळी ढोकेश्वर**

ता. पारनेर जि. अहमदनगर-४१४३०४ (महाराष्ट्र)

## निर्भय कन्या अभियान योजना (२०२३-२४)

### अहवाल

विद्यार्थी विकास मंडळ ,सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ यांच्या मान्यतेनुसार महाविद्यालयात 'निर्भय कन्या अभियान' योजना राबविण्यात आली .हा उपक्रम ऑनलाईन राबविण्यात आला . विद्यार्थी विकास मंडळाने उपक्रमासाठी ५००० रुपये अनुदान मंजूर केले होते . उद्घाटनासाठी दि .१६/०१/२०२४ या दिवशी भाळवणी येथील मास्टर ट्रेनर विकास पवार यांना निमंत्रित केले होते .''जुदो आणि कराटे यांचे महत्त्व '' या विषयावर प्रात्यक्षिकांद्वारे त्यांनी विद्यार्थिनीना मार्गदर्शन केले. स्वसंरक्षणासाठी जुदो आणि कराटे यांचे वापर करणे कसे उप युक्त आहे हे त्यांनी दाखविले . द्वितीय पुष्प श्री.जाधव संदीप ( सनफार्मा औषधी कंपनी) यांनी औषधीनिर्मिती क्षेत्रातील विविध संधी या विषयावर मार्गदर्शन केले.

कार्यशाळेच्या दुसऱ्या दिवशी १७/०१/२०२४ यादिवशी प्रथम पुष्प डॉ.निमसे एस.जे यांनी गुंफले.''निरोगी आयुष्यासाठी योग्य दिनचर्या आणि योगा'' या विषयावर उदाहरणे देऊन व्याख्यान दिले.योग्य संतुलित आहार ,निरोगी रहाण्यासाठी नियम आणि पथ्य,टाळण्यायोग्य सवयी यावर त्यांनी मार्गदर्शन केले .पंचकर्म ,नस्य ,यांचेही महत्व सांगितले .योगा आणि व्यायाम यांचीही त्यांनी प्रात्यक्षिके दाखविली. द्वितीय पुष्प गुंफण्यासाठी डॉ.शोभा गायखे यांनी व्यासपीठावर महिलांचे विविध शारीरिक आणि मानसिक आजार या विषयावर व्याख्यान दिले. विविध सामाजिक प्रश्न निर्माण होण्याची करणे आणि त्यावरील उपाय याविषयीही चर्चा झाली. प्रास्ताविक आणि पाहुणे परिचय डॉ गंगोत्री यांनी करुन दिला .

अध्यक्षीय मनोगत प्राचार्य डॉ. रंगनाथ आहेर यांनी व्यक्त केले. त्यांनी बदलत असलेल्या जीवनशैली आणि बाहेरील जगात वाढलेला स्त्रियांचा वावर यामुळे तयार झालेले प्रश्न आणि सुरक्षा उपाय यावर मार्गदर्शन केले.विविध क्षेत्रात स्त्रियांचा सहभाग वाढणे गरजेचे आहे अशीही प्राचार्यांनी अपेक्षा केली. उपक्रमात ७० विद्यार्थिनी सहभागी झाल्या होत्या .सूत्रसंचालन कु.काकडे मयुरी तर आभार प्रदर्शन ठाणगे श्रद्धा यांनी केले.विद्यार्थी विकास मंडळ अधिकारी प्रा. किशोर कांबळेआणि सर्व महिला प्राध्यापक ही उपस्थित होते .

Student Development Officer
Shri. Dhokeshwar College
Takali Dhokeshwar

प्राचार्य
श्री. ढोकेश्वर कॉलेज
टाकळी ढोकेश्वर, ता. पारनेर, जि, अ.नगर

सहभागी विद्यार्थिनी.

पुढारी

# स्वस्थ शरीर तर मन स्वस्थ : डॉ. निमसे

**टाकळी ढोकेश्वर : पुढारी वृत्तसेवा**

धावपळीच्या युगात मनुष्य सैरभैर झाला असून स्वस्थ शरीर तर मन स्वस्थ असल्याची खंत डॉ. शर्मिष्ठा निमसे व्यक्त केली.

टाकळी ढोकेश्वर(ता.पारनेर) येथे श्री ढोकेश्वर महाविदयालयात सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ विद्यार्थी विकास मंडळ अंतर्गत महाविद्यालयात निर्भय कन्या अभियान अंतर्गत विशेष कार्यशाळा आयोजित केली होती. या कार्यशाळेत डॉ शर्मिष्ठा निमसे या बोलत होत्या.

कार्यशाळेच्या दुसऱ्या सत्रात डॉ.शोभा गायके यांनी मुलींचे बदलते जीवन व जीवन जगण्याची शैली यावर मत व्यक्त केले सामाजिक बदलामुळे विविध प्रश्न तयार झाले आहेत ते कसे सोडवावेत यासाठी निर्णयक्षम होणे किती गरजेचं आहे याविषयी चर्चा केली.

या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षपदी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. रंगनाथ आहेर हे होते. या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. वैशाली गंगोत्री यांनी तर आभार विद्यार्थी विकास अधिकारी प्रा.किशोर कांबळे यांनी केले.

Ahmednagar Edition
Jan 18, 2024 Page No. 2
newspaper.pudhari.co.in

वृत्तपत्र कात्रण

श्री. ढोकेश्वर कॉलेज
टाकळी ढोकेश्वर, ता. पारनेर, जि. अ.नगर

Scanned with OKEN Scanner

डॉ. शोभा गायखे 'शारीरिक व मानसिक आरोग्य' या विषयावर बोलताना सोबत प्राचार्य व डॉ. निमसे.

डॉ. शर्मिला निमसे 'आहार व योगा' या विषयावर मार्गदर्शन करताना.

प्राचार्य
श्री. ढोकेश्वर कॉलेज
टाकळी ढोकेश्वर, ता. पारनेर, जि. अ.नगर

Scanned with OKEN Scanner