

Conference Report

One day Multidisciplinary National conference was held by department of Home Science of Mrs. K.S.K. College Beed on dated 14 th February 2020. The Conference was sponsored by Dr. B.A.M.U. Aurangabad faculty of interdisciplinary studies and Mrs. K.S.K. College, Beed.

Total 135 Participants from all over India attended it. Conference proceeding was published in four parts. Among them, Two were published in English third was in Marathi language and the fourth was published in multi language i.e. English, Marathi and Hindi.

The research articles were published in peer reviewed referred and UGC listed journal (Journal No.40776) with ISSN 2277-5730. It is an International multidisciplinary quarterly research journal named AJANTA with I.F. 6.399 from Ajanta Prakashan, Aurangabad (M.S.)

Altogether 12 posters were selected and Presented from students of different colleges. Amongst them prizes were distributed to the best three posters.

As per schedule, registration time was from 8.30 a.m. to 10.00 a.m. It was also Break fast and tea time. Majority of the participants were registered previously along with their submission of research study. On the spot registration was done for many.

President of the inaugural function was Hon. Principal Dr. Deepa Kshirsagar. After welcome song and lighting ceremony, she welcomed the chief guest of the function.

Hon. Dr. Mule Sanjivani Dean interdisciplinary studies, Dr. BAMU was guest of the function. In her inaugural speech she wished success and best wishes to the national conferece.

Hon. Dr. Awchar Smita was key note speaker for the inuagural session. She is working in the Dept of Sociology, Dr. B.A.M.U., Aurangabad.

Welcome address was delivered by Prof. Nuzhat Sultana M.B. Head Dept. of Home science and anchoring was done by Prof. Maya Khandat from Dept. of Home Science, Mrs. K.S.K. College Beed. Inaugral session ended by 11.30 a.m. Participants enjoyed tea break and conversing with chief guests.

Pre lunch session (i.e. from 12.00 p.m. to 1.30 p.m.) was poster session. Various posters were presented by students from different colleges of India. Firstly, chief guest Hon. Dr. Mule Sanjivani & Dr. Awchar Smita carefully observed posters along with the spot oral interview along with the students about theme, objectives, result and community importance in India. Ranking was done by them. Then it was free for all the participants to have dialogue with stud Lunch break was from 1.30 p.m. to 2.30 p.m. During lunch time participants enjoyed the menu as well as they got an oppörtunity to share their ideas with others. From 2.30 p.m. to 4.00 p.m. technical session was there. It was presided by Hon. Principal Dr. Savita Shete. In this session paper presentation by participants was organized. Discussion was

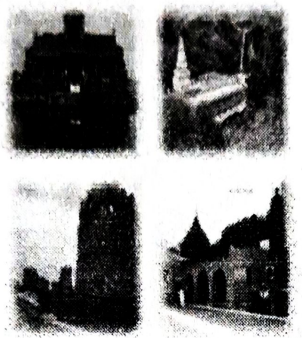




followed after paper presentation .Presidential address was delivered by president of the session. The session was followed by Tea break from 4.00 p.m. to 4.30 p.m.

From 4.30 p.m. valedictory session was conducted, Chief guest of the session was Dr. B.V. Murlidhar, Prof , HOD and Vice Principal of S.V.U. College of Arts, Tirupati ,(A.P.). During his speech he has touched theme in various angle. His lecture was thought provoking to participants and students.Presidential address was delivered by Hon. Vice Principal Prof. Dr. HangeAbasaheb.His speech was full of various realistic examples of women empowerment in various fields. He also focused on challenges faced by women in India and various opportunities for women. Participants were benefited by this session.After distribution of certificates, vote of thanks was given by Dr.Jadhav M.B.

The conference conducted successfully due to proper and timely guidance of Hon. Principal Dr. Deepa Kshirsagar, Vice Principal Dr. AbasahebHange, Vice Principal Dr. ShivanandKshirsagar, P.G. Director Dr. Rekha Gulve and efforts of K.S.K.College staff and Home Science department i.e. HOD Dr.Nuzhat Sultana M.B, Dr. Maya Khandat, Dr.Jadhav M.B., Dr.Mubina , Ms.PranaliMaske.

85

19-20

<p>National Conference on "Women Empowerment Challenges & Opportunities of Indian Women"</p> <p>: Advisory Committee :</p> <p>Dr. Pramod Yeole Vice-Chancellor, Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University, Aurangabad.</p> <p>Dr. Sadhana Pande Registrar, Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University, Aurangabad.</p> <p>Dr. Sanjivini Mule Dean Faculty of Inter Disciplinary Studies, Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University, Aurangabad.</p> <p>To, Book-Post Prof./Dr./Mr./Mrs. _____</p> <hr/> <hr/> <hr/> <p>From :</p> <p>DR. MRS. DEEPA BHARATBHUSHAN KSHIRSAGAR Principal Nayyan Shikshan Sanshodhan Rajuri, Beed.</p> <p>Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar Alias Kaku Arts, Science and Commerce College Beed-431122</p> <p>Re-accredited by NAAC at 'A' Grade ISO-9001-2015 Certified Website-www.kskcollegebeed.com Email ID - homenationalconference@gmail.com</p>	<p>: Organizing Committee :</p> <p>Organizing Chairman</p> <p>Dr. R.G. Machale -Administrative Officer Dr. A.S. Hange -Vice Principal Dr. S.V. Kshirsagar -Vice Principal Dr. Gulve R.M. -P.G. Director Shri Syed Lal -Jr. Vice Principal Shri J.U. Kolekar -Supervisor</p> <p>Organizing Conveners</p> <p>Dr. Khandat M.S. -Prof in Home Science (9326135492) Mrs. Jadhav M.B. -Lecturer in Home Science (9168384173) Miss. Mubina Shaikh -Lecturer in Home Science (7559261156) Miss. Maske Pranali -Lecturer in Home Science (7350005252)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div> <p>: Visit us at :</p> <p>Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar, Alias Kaku arts, Science and commerce College, Beed-431122</p> <p>Website : www.kskcollegebeed.com Email ID : homenationalconference@gmail.com</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p>Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University, Aurangabad & Mrs. K.S.K. College of Art's Science and Commerce, Beed</p> <p>Sponsored Multidisciplinary National Conference on 'Women Empowerment Challenges & Opportunities of Indian women' 14th Feb. 2020</p>  <p>Organized by Dr. Mrs. Deepa Kshirsagar Principal N.S.S.R'S Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar, Alias Kaku arts, Science and commerce College, Beed-431122 'A' Grade Re-accredited by NAAC with 3.18 (CGPA), ISO 9001-2015 Certified.</p>
--	---	---

Name of the event: One day Multidisciplinary National Conference

Date of event: 14th February 2020

President of event: Dr Deepa Kshirsagar

**Chief Guest of the event: Dr Awchar Smita, & Dr Muley Sanjivani ,B.V Murlidhar,
Dr Savita Shete**

No. of Participants: 135

Broucher of the Conference:

: Invitation :

Dear Sir / Madam,
It gives us immense pleasure to invite you to Participate in the National conference on **Women Empowerment : challenges & opportunities of Indian women** Multidisciplinary on 14th February 2020 organized by department of Home Science Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar, Alias Kaku Art's Science and Commerce College, Beed.

: About College :

The College is one of the reputed institution in Marathwada Region run by Navgan Shikshan Sanstha Rajuri, Beed. The college was founded by former member of Parliament, Late Sow Kesharbai Sonajirao Kshirsagar with the aim of imparting quality education to the first generation learners from rural areas for overall development and generate human resource to build the nation. Late. Sow Kesharbai Sonajirao Kshirsagar was a woman of masses who donated all her mind and heart to the cause of education of the downtrodden, poor and ignorant that really forms the major bulk of society. The college is affiliated to Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University, Aurangabad. The College is ISO-9001:2015 certified and re-accredited by NAAC having 'A' grade with CGPA 3.18 in Nov. 2018 for its meritorious academic records and overall infrastructure development. The college is continuously pursuing the traditional of promoting education.

: About Home Science Department :

The Department of Home science was started in the year of 1984. In the Home science Department Three faculties are working in Senior College and one faculty is working in junior College level. Dr. Nuzhat Sultana is the Head of the Department and also she is Recognized Research Guide of Dr. B.A.M. University Aurangabad and SRTM University & JJU Jaipur. She is BOS in Home Science Dr. BAMU Aurangabad & Dr. Khandat M.S. is member of Bos & Faculty Dr. BAMU Aurangabad. The result of Home Science Subject is more than 90% every year. Faculties of Home Science Departments attended Seminar and conference at national & international level.

: Theme of the Conference :

Women Empowerment: challenges & opportunities of Indian women

Sub Themes :

- Current status & opportunities of women
- Educational status of women
- Indian constitution, women Law
- Female Feticide
- Government schemes & diet challenges in middle age women
- Social challenges of Indian working women
- Role of women in child Development
- Stress & women health
- Women empowerment through microfinance
- Rural women entrepreneur
- Women entrepreneurship in India & women rights
- Industry and women empowerment
- Indian women and women Liberation movement
- Women Liberation movement
- Sexuality and female development
- Information technology and women
- Science and women empowerment
- Indian women empowerment and Religion
- Panchayatraj and women
- Political Contribution and women
- Family Violence and women
- Contribution of Women in Gender Development
- NGO Contribution to women development
- Diet, Health and Women, Tribal Women and Development
- Adolescence Challenges and opportunities
- Feminization and female Development
- Economy and Women
- Indian Society and Women
- Globalization and Indian Women
- The Media and Women
- Men and Women Empowerment
- Literature and Women Empowerment

: Call For Paper :

Selected papers will be published in special issue of reputed UGC Peer reviewed Journal named as Ajanta Publication ISSN - 2277-5730 Impact Factor 6.399. The complete paper should not be more than four page. The abstract of the paper should not be exceeding 150 words. The abstract and research paper should be in MS-Office, Font - Times New Roman, Font, Size-12, For Marathi & Hindi Font Name APS-DV-Priyanka DVB-TT Surekh (ISM), Kruti Dev 010. Line Spacing -1.5 with 1 inch margin at all sides A4 size paper to be send by email to

homenationalconference@gmail.com and ha. 1 copy should be send to the convener address. No paper will not accepted without registration. Young Research can present their paper orally.

: Important Dated :

Last date of paper submission- 01st February 2020
Conference Date - 14th February 2020

Registration Fees :

- Rs.300 (For Students)
- Rs.600 (For Research Scholars)
- Rs.700 (Delegates without Research Journal)
- Rs.1000 (Delegates with Research Paper)

: Registration :

Registration fees must be paid by online /RTGS/NEFT or direct deposit in bank Account Name Principal, Mrs. K.S.K. college Beed Account No. 20992700051 Bank Name Bank of Maharashtra, IFSC Code MAHB00060121

Note : Scan Copy of Registration Fee Should be send along with the Research Paper on E-mail Address of Conference

: Patron in Chief :

HON SHRI JAYDATTAJI KSHISAGAR
Ex Minister of Employment Guarantee and Horticulture Government of Maharashtra

: Patrons :

HON. DR. BHARATBHUSHAN KSHISAGAR
Secretary
Navgan Shikshan Sanstha Rajuri, Beed

: Chief organizing Secretary :

Dr. Mrs. Deepa Kshirsagar
Principal
Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar, Alias Kaku Art's Science and Commerce College, Beed-431122

: Scheme coordinator :

Dr. Nuzhat Sultana M.B
(9168293222)
Prof. & HOD in Home Science
Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar, Alias Kaku Art's Science and Commerce College, Beed-431122

: Convener :

Dr. Khandat M.S.
Prof. in Home Science
Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar, Alias Kaku Art's Science and Commerce College, Beed-431122

Key Note Speaker:



सुचना

महाविद्यालयानील सर्व विद्यार्थ्यांना कळविण्यात येते की, स्नेहसंमेलनानिमित्त गृहशास्त्र विभागातर्फे विविध स्पर्धांचे आयोजन करण्यात आलेले आहे. तरी उच्चुक विद्यार्थ्यांनी गृहशास्त्र विभागात दिनांक 25/01/2020 पर्यंत नावे नोंदवावीत.

दि. 27/01/2020 - मेंहदी स्पर्धा

दि. 28/01/2020 - घोषवाक्य स्पर्धा (समतेक/पौष्टिक) आहार

दि. 29/01/2020 - पोस्टर स्पर्धा (ज्वळंत समस्या)

- | | | |
|-----------------------|-----------------|--|
| 1) Mrs. Londhe Y. B. | <u>Londhe</u> | 16) Radkar J. B. - <u>Radkar</u> |
| 2) Mrs. Deugude R. N. | <u>Deugude</u> | 17) Dr. Ramteke J. P. - <u>Ramteke</u> |
| 3) Mandve P. B. | <u>Mandve</u> | 18) Dr. Maheshmalkar P. R. - <u>Maheshmalkar</u> |
| 4) Netke D. C. | <u>Netke</u> | |
| 5) Shingare A. K. | <u>Shingare</u> | |
| 6) Gonde G. D. | <u>Gonde</u> | |
| 7) " Kasbe A. H. | <u>Kasbe</u> | |
| 8) Smt. Jadhav M. B. | <u>Jadhav</u> | |
| 9) Shinde R. R. | <u>Shinde</u> | |
| 10) Zade S. G. | <u>Zade</u> | |
| 11) Malode S. S. | <u>Malode</u> | |
| 12) Thokal A. S. | <u>Thokal</u> | |
| 13) Jagtap V. S. | <u>Jagtap</u> | |
| 14) Nagure J. V. | <u>Nagure</u> | |
| 15) Jadhav S. V. | <u>Jadhav</u> | |

Chief Guests in Home Science Dept:



Poster Presentation:



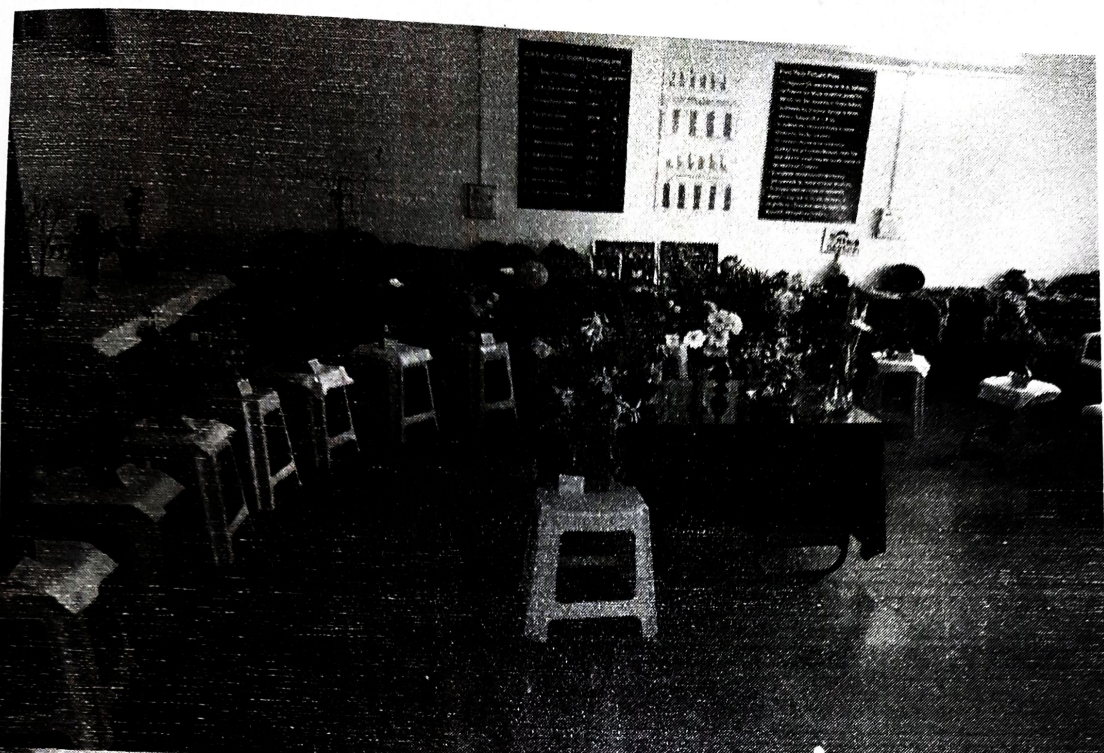
(51)

19-20



Name of the event : **Flower Arrangement exhibition & Food Stall,Rangoli Exhibition (In Gathering)**
Date of event : 31.01.2020 & 1st Feb 2020
President of event : Dr Deepa Kshirsagar
No of Participants : 45





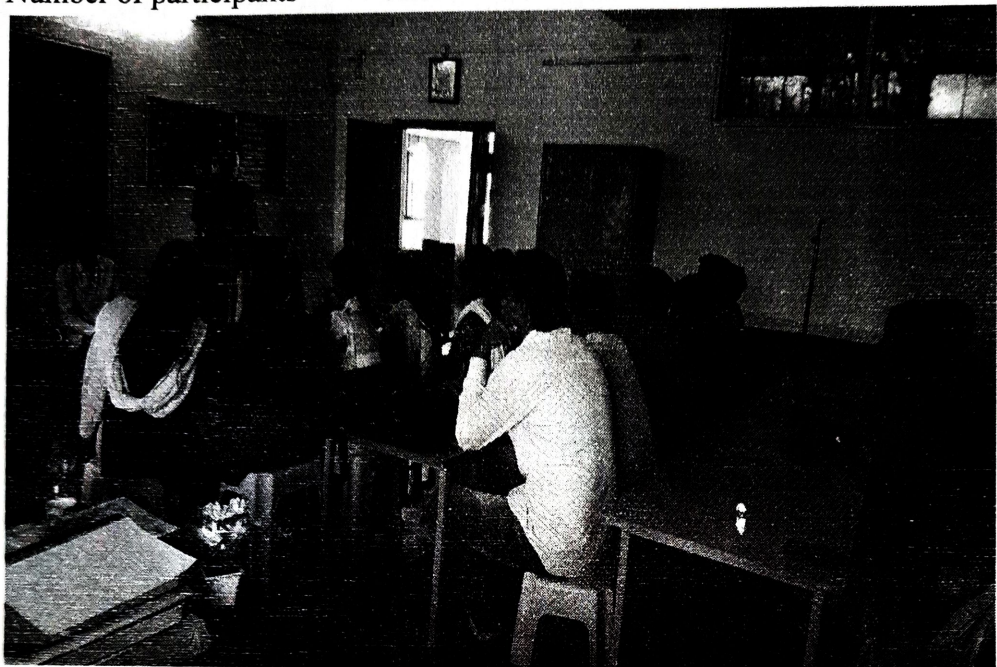
THE UNIVERSITY OF

Stalls in College gathering

65

2019-20

Name of the event : Guest lecture
Date of event : 08/01/2020
President of event : Dr Gaushal M.H
Chief guest of event : Dr KSHIRSAGAR
Number of participants : 20



Name of the event : low price nutritious information folder
Date of event : 20/10/2019
President of event : Dr Nuzhat Sultana M.B
Chief guest of event : Dr Khandat M.S
Number of participants : 35

Photo
for file.

(44)

19-20

Name of the event: **Visit of Research recognition committee,Dr BAMU,A.bad**

Date of event: **01.01.2020**

President of event: **Dr Deepa Kshirsagar**

Resourse person of the event: **Dr Bankar Vandana & Dr Shilpa Khot**



(46)

19-20

Name of the event: **Demonstration on Bangal making (Best out of waste)**

Date of event : **08.12.2019**

Resource person of the event: **Mrs Nikhat Patel**

No of Participants: **15**



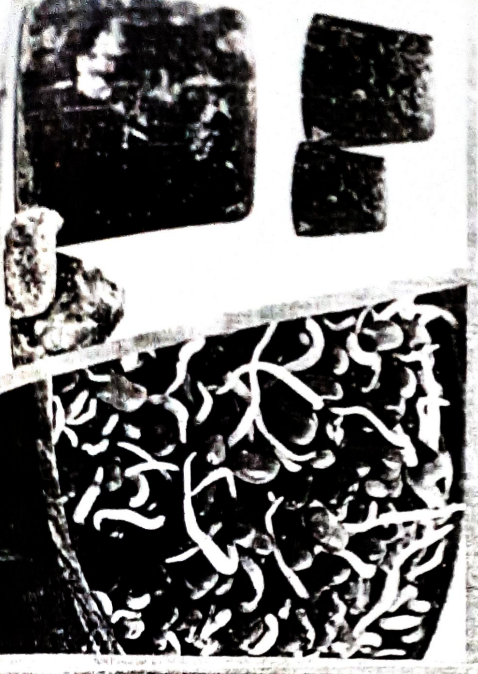
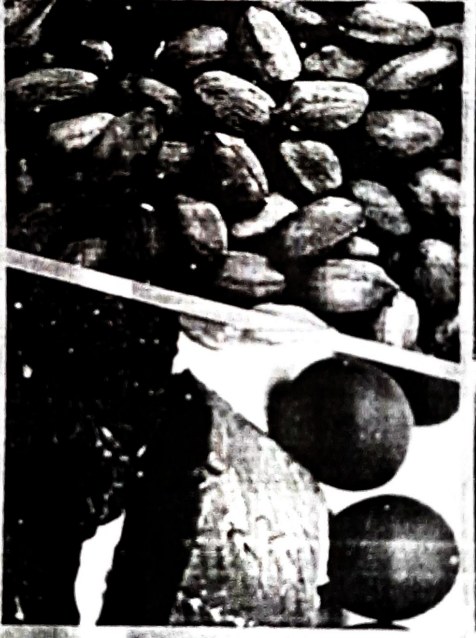
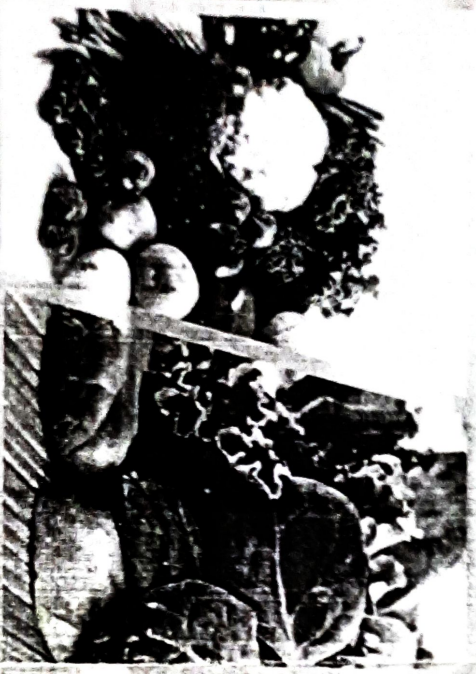
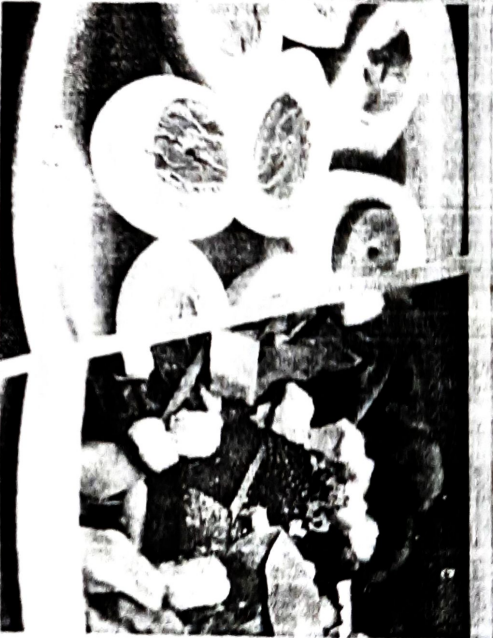
Name of the event: **Preparation of folder on Adolescent girls and Anemia**

Date of event : **26.01.2020**

Resource person of the event: **Dr Nuzhat Sultana M.B**

No of Participants: **06**

P.T.O. for pic



सौ.कं.एस.के महाविद्यालय बीड

नवागण शिक्षण संस्था संघर्षित

21.11.19



किशोरवयीन मुली

व रक्तक्षय

(2019-20)

:: प्रेरणास्थान ::

डॉ. दीपा क्षीरसागर

:: मार्गदर्शन ::

डॉ. नुझहत सुलतान

मुविना शेख

प्रस्तावना :

किशोरवयीन मुलींमधील रक्तक्षयचे प्रमाण कमी व्हावे म्हणून आहार शिक्षणासाठी हा परीपत्रिका आपल्या हातात देताना आम्हाला आनंद होत आहे. तुम्हाला माहितच आहे की आरोग्य, आहार शिक्षण या क्षेत्रांमध्ये महिला व मुली कायम दुर्लक्षित्या गेल्या आहेत. भारतामध्ये महिलांमधील व किशोरवयीन मुलींमधील रक्तक्षयचे प्रमाण ७० ते ८० टक्के इतके असल्याचे वेगवेगळ्या संशोधन अभ्यासातून दिसून येते. महिला व मुलींमध्ये पाहण्याचा सिंगापेदी दृष्टीकोन, सामाजिक विषमता, अमुच्या व विकृष्ट वर्गाच्या आरोग्यसेवा या व इतर कारणांमुळे महिलांच्या आरोग्याचा दर्जा खालावलेला दिसतो. रक्तक्षयसारख्या आजारवर किशोरवयसातच उपाययोजना न केल्यास रक्तक्षय पुढे तसाच राहून महिलांना आरोग्याच्या अनेक समस्यांना तोंड द्यावे लागते. अपुरा किंवा अयोग्य आहार हे किशोरवयात होणाऱ्या रक्तक्षयाच्या इतर अनेक कारणांपैकी एक प्रमुख कारण आहे. लोहयुक्त पदार्थांचा आहारांमध्ये नियमितपणे समावेश करून, लोहयुक्त शोषण शरीरात घांगले होण्यासाठी 'क' जीवनसत्त्वयुक्त पदार्थांचा आहारात समावेश करून, अन्नाचे परामध्ये समान वाटप करून किशोरवयात होणाऱ्या रक्तक्षयाला प्रतिबंध करता येईल. त्यासाठी कुटुंबाच्या आहाराविषयक सर्वोपयोगी महत्त्वपूर्ण बदल घडून येण्याची गरज आहे.

उत्तक्षय :

- किशोरी शिक्षणात रक्तक्षय मोठी समस्या आहे. किशोरी भविष्यातील माता आहेत. ७० ते ८० टक्के किशोरींमध्ये रक्तक्षय आढळतो.
- किशोरींमध्ये रक्तक्षय हा त्यांच्याकडे कुटुंबातून होणारे दुर्लक्ष / हेडसांड / अयोग्य आहार / अपुरा विकृष्ट आहार / भरपूर काढ / शिक्षणाचा अभ्यासामुळे होतो.
- रक्ततालील / हिमोबोलीनचे प्रमाण १२ प्रॉसेन्टा कमी होणे याला रक्तक्षय म्हणतात.
- लोह किंवा प्रतिनांच्या कमतरतेमुळे रक्तक्षय / ऑनिमिया होते.
- अत्रातील लोहाची कमतरता. रूग्णांमध्ये मासिक पाळीचक्रात व बाळंतपणात आवश्यकतेनुसार लोह अत्रातून न मिळाल्यास रक्तक्षय होऊ शकतो.
- आतड्यांतील जंत, मलेरिया सारख्या आजारांमुळे रक्तक्षय होऊ शकतो.
- मूळव्याय, आतड्यांतील अस्तर, अपघात, बाळंतपणातील रक्तस्त्राव यामुळे रक्तक्षय होऊ शकतो.

उत्तक्षय म्हणजे काय ?

- सर्व प्रकारचे अन्नघटक असलेला भरपूर आहार मिळाला नाही. त्यामुळे तिच्या बाडीवर परिणाम झाला आहे. तिच्या आहारात हिच्या पालेभाज्या, मोड आलेली कडधान्ये, भांगार हे लोहयुक्त पदार्थ आणि टॉमॅटो, सिंगू व इतर फळे कमी असल्यामुळे तिच्या शरीराला आवश्यक तेवढे लोह मिळाले नाही. त्यामुळे रक्तक्षय हा आजार झाला आहे. ऑनिमिया हा आजार झाल्यामुळे,
- लवकर थकवा पारला लागला व मळून गेण्यासारखे वाटू लागते.
- जेवण कमी जागृत आणि कोणतेही काम करण्यासाठी तिला उत्साह वाटत नाही.
- रोगाप्रतिकारक्षमता कमी झाल्यामुळे ती सतत आजारी पडू लागते.

जीभ, ओट, नख व डोळ्यांच्या कडांची आतील बाजू पांढरी पडणे या लक्षणांवरून एखाद्या व्यक्तीला रक्तक्षय झाला आहे हे समजे.

लक्षणं :

- सर्व प्रकारचे अन्नघटक असलेला भरपूर आहार मिळाला नाही.
- लवकर थकवा व सुस्ती येते.
- थकून येते. निरुत्साही वाटते.
- काम करताना दम लागतो.
- छातीत धडधडते.
- ओट, नख व जीभ फिकट दिसतात.

उत्तक्षय प्रतिबंध व उपचार :

- लोहयुक्त समतोल आहाराचा रोजच्या जेवणात समावेश करावा.
- गडद हिच्या पालेभाज्या, मोड आलेली कडधान्ये, नांभणी, गुळ यांचा जास्त प्रमाणात आहारात उपयोग करावा.
- मांसाहारी पदार्थात जसे अंडी, मासे, कसेनी, यामध्ये लोह जास्त प्रमाणात असते.
- जेवणात कोशिंबिरी, सॅलेड, सिंगू, इ. चा समावेश करावा.
- जेवणातून लगेच चहा किंवा कॉफी घेऊ नये.
- घरगुती ताजे, गरम व स्वच्छ अन्नपदार्थ खावेत.
- पालेभाज्या चिरण्यापूर्वी पडून घ्याव्यात.
- स्वयंपाकासाठी साफयती लोखंडी भांड्यांचा वापर करावा.
- रक्तक्षय प्रतिबंधासाठी लोहयुक्त आहारा सोबत लोहगोळ्या दिवसातून एक तीन महिनेपर्यंत व उपचाराय दिवसातून दोन गोळ्या तीन महिने पर्यंत घ्याव्यात.

उत्तक्षय प्रतिबंध - लोहयुक्त पदार्थ :

पौष्टिक सांडू महत्त्व :

पौष्टिक सांडू तयार करण्यासाठी शेंदाणे, खजूर व गुळ हे पदार्थ एकत्र कुटून त्याचे मिश्रण तयार केलेले आहे. यामधील खजूर व गुळामधून आपल्याला लोह मिळते. उपवासशिवाय इतर दिवशीही आपण हे सांडू तयार करून खावे पाहिजेत. या सांडूयामाणे इतर प्रकारचे म्हणजेच माचणीचे सांडू, गाई-बैसनचे सांडू, आळीवाचे सांडू तयार करून तर आपल्या शरीराला लोह मिळू शकते. हे सांडू आपण तयार करून साठवून ठेवू शकतो.

पौष्टिक सांडू पाककृती :

साहित्य : शेंदाणे - एक वाटी, खजूर - पाच वाटी किसेलेला गुळ - पाऊण वाटी, कृती : शेंदाणे भाजून बारीक कुट करा. या कुटयामध्ये किसेलेला गुळ व खजुराचे छोटे छोटे टाक्या, या मिश्रणामध्ये आवश्यकतेनुसार रूप टाकून एकत्र करा व त्याचे छोटे-छोटे सांडू बनवा. अशाप्रकारे पौष्टिक सांडू बनविला येता.

घातीपीठाचे महत्त्व :

घातिरिठामधून आपल्याला लोह मिळते व त्यामध्ये पालेभाजी घालण्यामुळे त्यातील लोहाचे प्रमाण आणखी वाढते. घातिरिठामध्ये आपण सेंदीशिवाय कांदाची पात, कोबी किंवा कोबीरीतण पातू शकतो. न्याय मुलींना पालेभाजी खाणे आवश्यक नाही. शिवाय नेमुनी नेमुनी भाकरी-घाती आणि भाजी वेगवेगळे करण्यावेळी भाजी घालून घातिरिठ बनविले तर मुली ते जास्त आवडीने खातील, अशाच आपले स्वयंपाकाचा वेळ पण घातेत, या घातिरिठानेच पुढिल्याची घटणी, आवड्याची घटणी किंवा आवड्याचे लोणचे खाणे तर त्यामधील लोहाचे शोषण वाढते व घातीला पण ते घान लागते. आपण घातिरिठे की मुलींना दिवसातून चार वेळा खाणे पाहिजे. घातीची संध्याकाळच्या वेळी आपण मुलींना घातिरिठ करून घ्यावला देऊ शकतो.

घातीपीठाचे पाककृती :

साहित्य : गव्हाची पीठ - एक वाटी, ज्यारीचे किंवा बाजरीचे पीठ - एक वाटी, बेसन पीठ - अर्धा वाटी, कोणतीही एक चिरलेली पालेभाजी - एक वाटी (पालक मेथी, कांदाची पात), बारीक चिरलेला कांदा - एक वाटलेले आले व लसुण - पाऊण चमचा, घातेलेली हिचरी किंवा तात चिरली - चवीनुसार, मीठ - चवीनुसार, ओवा - अर्धा चमचा, ते - आवश्यकतेनुसार.

कृती : सर्व साहित्य आधी एकत्र करून त्या पोडे तेल व आवश्यकतेनुसार पाणी टाकून मळून घ्या. (साधारण एक तासानंतर घातिरिठ करा.) पीठाचे छोटे छोटे गोळे करा. हाताने पोळ्याटावर प्लॅस्टिकचा कागद किंवा ओले फडके घेऊन एक एक गोळा त्यावर धापा आणि तळ्यामध्ये आवश्यकतेनुसार तेल टाकून घातेलेली घातिरिठ मंद आचेवर सातसर होईपर्यंत भाजा. तयार झालेले घातिरिठ आपण लोणच, पुढिल्याची / कोशिंबिरीची घटणी, रूप, लोणी घातेवर खाऊ शकतो.

मोड आलेल्या मुगाच्या चिखडीचे महत्त्व :

- मुगामध्ये लोहाचे प्रमाण भरपूर असते. मोड आणल्यामुळे त्यातील लोहाचे शोषण जास्त घांगल होते व ते पचनास हलके होतात.
- रोजच्या जेवणात हाळ भाताप्रमाणेच ही चिखडी बनवता घेऊ शकते. हाळ भातावेळा या चिखडीची चव मुलींना नक्कीच आवडेल व तयार करण्यासाठीचा वेळही वाढेल.
- चिखडीसाठी लागणारे साहित्य हे कमी खर्चात आपल्याला सहज उपलब्ध होईल.
- चिखडीबरोबर कोशिंबीर, सिंगू, टॉमॅटो, आवड्याचे लोणचे, घटणी घातीची जे उपलब्ध असेल ते खाल्ल्याने लोहाचे शोषण जास्त घांगले होते.
- मोड आलेल्या मुगाची चिखडी दुपारी किंवा रात्री आपण जेवणासाठी बनवू शकतो.

मुगाला मोड कसे आणवे ?

प्रथम मुग ५ ते ६ तास पाण्यात भिजवत ठेवा. त्यानंतर पाण्यातून काढून ओल्या कापडात ८ ते १० तास धडू बांधून ठेवा.

मुगाच्या चिखडीची पाककृती :

साहित्य : मोड आलेले मुग - अर्धा वाटी, तांदूळ एक वाटी, आल लसुण पेस्ट एक चमचा, हिच्या चिरलेला तीन ते चार, कोशिंबीर पाच वाटी, गरम मसाला १ चमचा, कांदा-एक, मीठ - चवीनुसार, तेल - आवश्यकतेनुसार. कृती : कमीत कमी पाण्यामध्ये तांदूळ एक किंवा दोन वेळा घुवा घालून तेल तापवून त्यामध्ये कांदा थोडा तांदूळ होईपर्यंत परतून घ्या. त्यामध्ये आल-लसुण, चिरली व नंतर मोड आलेले मुग घालून मंद आचेवर पोडे पला. या मिश्रणात तांदूळ टाकून थोडावेळ परता. चवीनुसार मीठ घाला. दोन ते अडीच वाटी पाण्यात मिश्रण शिजू घ्या. प्रेस कुकरचा वापर करत असाल तर कुकरचा दोन सिट्ट्या होऊन घ्या. गरम-गरम चिखडीवर चिरलेली कोशिंबीर टाकून व सिंगू चिखून घ्या.

Event Report

Name of the event : Visit
Organized / Sponsored by : Home Science
Date of event : 16/09/2019
Location of event : Twinkling Star English School, Shivaji Nagar Beed.
President of event : Mrs. Manikaran Sing.
Chief guest of event : ----
Number of participants : 21
Contact person's Name : Mrs. Manikaran Sing

Summary of the Event

A Visit Of M.A. Home Science students was organized /sponsored by the Home Science on date 16 Sept.2019 At Twinkling Star English School, Beed. The chief guest of the event was Mrs. Mani Karan Sing, Principal Twinkling star English School, And 16 students were participated for the above event. Anthropometrical measurement of the Children were checked or assessed by the M.A. Home Science Students.

Principal Mrs. Manikarn Sing have appreciate the M.A. Home Science Students for their field work.



Report of the Event

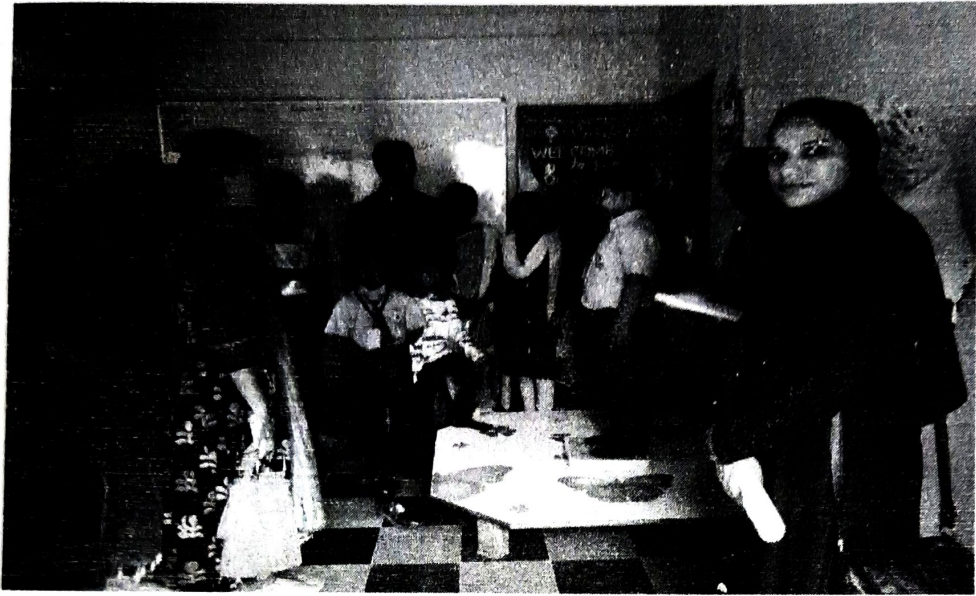
Home Science Department

Home Science Department have organized Visit to Twinkling Star English School, Beed dated on 16th Sept 2019 at 11.30 a.m. hrs. 16 no. of students have participated.

Nuzhat
 Head of the Department
 Dr. Nuzhat Sultana M.B



अ.क्र.	विद्यार्थ्यांचे नाव	वर्ग	स्वाक्षरी
①	वीर ज्योती शिवाजी	M.A.F.y	Jyoti
②	वीर प्रातक्षर राजेंद्र	M.A.F.y	Rajendra
③	मुजळ प्रभाती गुजर प्रगती ब्राह्मदेव	F.y	Pragati
④	निक्ता शिक	F.y	Nikhata
⑤	पाठान निक्ता	F.y	Pathan
⑥	उत्पल दुगा	F.y	Durga
⑦	स्वाती पटकर	M.A.F.y	Swati
⑧	जावळ आश्विनी	F.y	Ashwini
⑨	पुजा सिमळ	F.y	Pooja
⑩	पात्याळ किती	F.y	Kirti
⑪	गिरी गिरी	F.y	Giri
⑫	अमलपुत्र अंकिता	B.A.T.y	Ankita
⑬	ज्योत्सना उपरे	B.A.T.y	Upare
⑭	मयुरा राऊत	B.A.S.y	Mayuri
⑮	प्राणेश्वर पुजा	B.A.T.y	Pooja
⑯	निखळाले शितल	T.y	Shital
⑰	साडी किरण	T.y	Kiran
⑱	चरमळ कमल	T.y	Komal
⑲	नहरकर पुनम	S.y	Punam
⑳	रानमार आश्विनी	T.y	Ranmare
㉑	कदम कृष्णा	F.y	Kadam



6



Navgan Shikshan Sanstha Rajuri (N)

Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar Alias Kaku
Arts, Science & Commerce college, Beed-431122.

Principal-Dr.D.B.Kshirsagar



ISO Certified - 9001:2015

NAAC Reaccredited - 'A' Grade

E-mail-kskbeed123@rediffmail.com

website-kskcollege.org

Ph.(02442)222641 Fax-(02442)230197

Ref : kskcb/2019-2020

Date 16 / 9 / 2019

To,
The Principal.
Twinkling Star
preschool, Beed

Madam/ Sir,

The girls students of M.A. Home Home-Science

Department of our college have proposed a visit to your Twinkling
Star School on 16-Sept-2019 as part of syllabus,
at 11.30 a.m./p.m.

Kindly grant the necessary permission,.

Yours faithfully,

Ms Singh

Principal

Twinkling Star Kidzee School
Shivaji Nagar, Beed. Tq. Dist. Beed.

[Signature]
Principal.

श्री भव्य कीर्तन महोत्सव

सहभागी विद्यार्थी

07/01/2020

(12)

अ. ... यांचे नाव	वर्ग	स्वाक्षरी
------------------	------	-----------

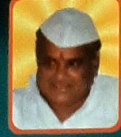
2019-20

॥ श्री ॥

(14)

CIT EXEMPTION
PUNE/2018-19/80G/10514
Date : 21/06/2019

८४८/०४/बीड
NTS6464P



रजि.नं.एफ /१११६६/बीड
SBI Ac.No. 34457169715

सामाजिक प्रतिष्ठान, बीड

स्व. सुवर्णलालजी खटोड



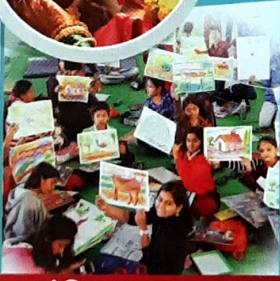
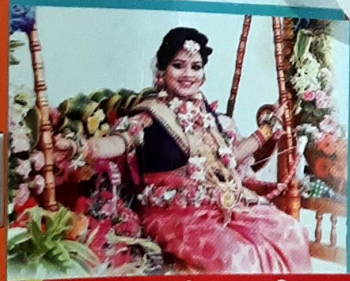
राज्यस्तरीय भव्य ZEE टॉकीज प्रस्तुत

कीर्तन महोत्सव

॥ ३१ डिसेंबर २०१९ ते १० जानेवारी २०२० ॥ व श्रीमद् भागवत कथा

ZEE टॉकीज

२२ सांप्रदायीक
कीर्तनाचे झी टॉकीज
चित्रीकरण करणार आहे.
संपूर्ण जगात ६६ दिवस
रोज सायं. ६ ते ७ वा.
बीडचा कीर्तन महोत्सव
प्रेक्षण होणार आहे



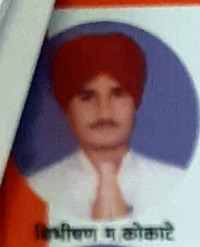
स्थळ : बंबनगरी कृष्ण मंदिराजवळ, सावतामाळी चौक, बीड.

web: www.zkspcare.com

Visitus : You Tube - Bhavya Kirtan Mahotsawa Beed
E-mail : ashishskhatod@gmail.com

संपर्क 9850077361, 9822251567, 9049484818, 9822299207

विशेष विनंती : आपल्या सांस्कृतिक चळवळीचं, बीडकरांचं भुषण असलेला कीर्तन महोत्सवाची माहिती सोशल मिडीया, वॉट्स अॅप, हार्डिक, फेसबुक, ट्वीटर, ई-मेल, एस.एम.एस. पाठवून आपल्या सर्व नातेवाईक, मित्रांना ही पत्रिका पाठवून निमंत्रित करा.



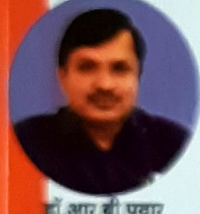
विधीपण म कोकाटे



डॉ. मनिष विष्णोई



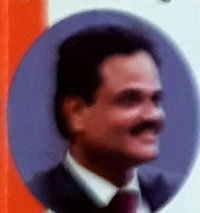
सरणिन खाडे



डॉ. आर बी पवार

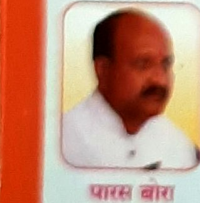


मंगलदास मामदेव अंकुटे



स्वागताध्यक्ष

सुशील खटोड (सहच)



पारस बोरा



सौ. मधुबाला बोरा



शुभम खटोड

कीर्तन महोत्सव घेट प्रक्षेपण सेवा :
बीड दर्शन केवल नेटवर्क
प्रो.प्रा. शिवाजीराव गायकवाड
मो. ९८२२३७३६४८, (०२४४२)२२४३८५

घंघप सेवा : **संचेती मंडप, बीड**
आशिष संचेती मो. ९८२२६७०६२८
मंडपातील LED टि. वी. सेवा
पारस इलेक्ट्रोकार्ड, बीड मो. ९८५०८५५९५५

घंघपधोरण आमन व्यवस्था : आकाश संचेती,
संचेती मंगल कार्यालय, बीड मो. ९८५०५०७५८५
फेटा वाकची भ्रान्यवसुंची ज्ञान :
श्री. पृथ्वीराज अन्वड, बीड मो. ९८२३३२५३५९

धीमव्द भागवत कथा प्रवक्तें :
ह. भ. प. अनुगधा दिदी यांची निवाम व्यवस्था :
आशिष श्रीराम काटकर, सेंट्स स्कुलच्या
पागे फुनार्हानार, बीड मो. ९८५०४९७९०९
भाजीपाना व्यवस्था : गणीपार्श्व मो. ९७६६४७४३९३

सहोर्णन वाकचा सहकुर्वांची मोहन निवाम व्यवस्था सहकुर्वांची
ओम इव्हेंट मॅनेजमेंट
अमृत मंगल कार्यालय, बीड
श्री. शिवणीकर मो. ९०९९०९९६४३, ९४२२९३०४९०

सांडेड व्यवस्था : **संविण्ण सांडेड लाईट्स् & इव्हेंट**
प्रायव्हेट लि. औरंगाबाद्द सहकुर्वा मो. ९८२२९७५६०९
सि. ३९ फिसे. ते ९० जाने. २०१९ शेजी लागवण अंकुटे सह
की. आय. पी. वेण्णकम सेवा ओपसिण्ण विद्या से संस्था,
आहेरवडगांव तके मोहन सेवा राहिल. मो. ९९५८९३७०३९

* **प्रसिध्दी प्रमुख** *
सुशील देशमुख मो. ९९२३८४७५७८
पारंगदर्शक : **ह. भ. प. हरिदास जोगव्द**
(बीड जिन्ना अण्ण अ. पा. का पारंग) मो. ९४२२२४०५९९

पत्रिका छपाई : बाळु वेणे, बीड मो. ९४२०३७३६९९
छाप्रकाश : **योगेश कर्नाडे टीम सॅवल्स** मो. ९९२२९९९७३
पिक्चरल फोटो स्टुडिओ मो. ९२७३७३७३६०

कल्लकार निवाम सहकुर्वा :
हरिन अन्विना (०२४४२)२२४७०९
पविचय लांड (०२४४२)२२७३३३
नाड कुल सेंट मो. ९४२२७४३७४९
जय पारंगण सेकुर्वाटि सविण्ण सेवा :
बीड. मो. ९४२२४८२६२२

सहसंयोजक : **सौ. प्रह्लाताई रामदासी**
श्री. महादेव चाटे गेवराई मो. ९४२००२५०७५,
श्री. अनंत कुलकर्णी मो. ९५२७२९५२३८,
श्री. सुरेश साळुंके मो. ९८२३६०९४८०
श्री. ज्ञानदेव काशिद मो. ९९७०७४३६०४

HD व्हिडीओ गुटींग, जिमी जिब कॅमेरा क्रेन,
क्लोज सर्किट, HD वॉल स्क्रिन सेवा :
संकेत व्हिडीओटेक्, बीड (काळे बंधु)
मो. ९४२२७४५७६७ (०२४४२)२२५२३४

सांप्रदायिक कीर्तन व्यवस्था :
ह. भ. प. तालमणी केशव म. जगदाळे
ज्ञानेश्वर अध्यात्म संगीत विद्यालय
धिमसिंह गड घाघीरा फाटा. मो. ९७६३२८०९५४

पेटी वादक : **सुधिर देगपुख** मो. ७५८८९३४०२५
गायणाचार्य : **विधीपण म कोकाटे** मो. ९४२२९३५०८२५
कुण्णा म. मोरे, जालना मो. ७८७५८३६४७३
अधिपान म. डाकणे, नेकनु म. ८९९९३९०३४८

* **भोजन आचारी** *
पृथ्वीसिंग चारण
मो. ९८२२६७०६८५
संत सेवक जनार्थन बण्ण्ड,
बीड मो. ९४२२७४३४९४

सहोर्णन वाकचा सहकुर्वांची मोहन निवाम व्यवस्था सहकुर्वांची
रविराज मंगल कार्यालय
गौरीशंकर लक्ष्मीनारायण पटेल
मो. ९८८९४५९८९८, ९४२२९५९८३९ मोंडा रोड, बीड.

आपले घर सजवण्यासाठी बाहेर भावी जाण्याची गरज नाही बीड घेणे अद्यावत असे ब्रॅन्डेड दालन...
योगेश बोरा (MBA) - झट्टा बोरा-खटोड (इंटीरियर डिझायनर) चांचे
पॅलेट फर्निशिंग्स्
* वॉल पेपर * वॉल टेक्चर्स * पी. व्ही. सी. फ्लोरींग * डुडन फ्लोरींग
* कर्टन्स रोलर, रोमान, कस्टमाईज ब्लाईंड्स् डिझायनर प्लास फिल्म्स्
* मॅटेस * बेडशीट्स् * कारपेट्स् * वॉटर पॅनल * सोफा कुर्चर्नि.
साराडा कॅपिटल शॉप नं. २९, डी. पी. रोड, बीड-४३११२२ * E-mail : yogbora@gmail.com | www.palettefurnishings.com * एक वेळ सहकुर्वा उबवण घेत छा...!

मुनोत इन्फ्रा
मोंडा रोड, मसरत नगर, बीड.
सौ हाऊस व फ्लॉट सिस्टीमसाठी विश्वसनीय नाव
* संपर्क *
संपत मुनोत
9422741025
सिध्दार्थ मुनोत
9527555517

खटोड इण्डस्ट्रीज
प्रो.प्रा. शुभम गौतम खटोड
9049484818

आमच्याकडे सर्व प्रकारचे ग्राजगी इलेक्ट्रीकलची कामे केली जातील. तसेच इलेक्ट्रीकल साहित्य व फॅब्रीकेशन साहित्य टोक दरामध्ये मिळेल.
प्लॉट नं. डी-७५ एम. आय. डी. सी. एरिया, आकाशवाणीच्या बाजुला, बीड-४३११२२ * E-mail: khatodind@gmail.com, shubhamkhatod@gmail.com

कीर्तन महोत्सवास येणाऱ्या भाविक भक्तांचे बोरा, मुनोत, कोटेचा परिवाराच्या घतीने हार्दिक-हार्दिक स्वागत...!



१७ व्या राज्यस्तरीय कीर्तन महोत्सवामध्ये ३१ डिसेंबर २०२० ते १० जानेवारी २०२१ मध्ये संवीतमय रामकथेचे आयोजन करण्यात आले आहे. कथा प्रवक्तें : **ह. भ. प. रामायणाचार्य रायव्द महाराज जलाल (नाशिक)**
कथा दिनांक : ०४/०१/२०२१ ते दि. १०/०१/२०२१ वेळ : दु. १ ते ५ वा. कथेचे आयोजन केले आहे.
पारंगदर्शक
रतनलालजी नहार
सौ. बदामबाई न



अॅड. श्रीराम ल



स्वामी आनंद



सौ. अनुगधा



सुधिर दे



सौ. प्रज्ञाता



सौ. सवि

ह. भ. प. भरत
(राष्ट्रीय व
मो. ९४२२९



Navgan Shikshan Sanstha Rajuri (N)
Mrs. Kesharbai Sonajirao Kshirsagar Alias Kaku
Arts, Science & Commerce college, Beed-431122.

Principal-Dr.D.B.Kshirsagar



NAAC Reaccredited - 'A' Grade

E-mail-kskbeed123@rediffmail.com
(02442)230197

ISO Certified - 9001:2008

website-kskcollege.org

Ph.(02442)222641 Fax-

Ref :kskcb/2016-2017/_

Date 06/01/2020

To,

The Principal,

Mrs. K.S.K College, Beed.

Subject: - Visit of B.A & M.A. Home Science Students.

Respected Madam/Sir

With reference to the above B.A & M.A Home Science students of our college would like to visit to State level kirtan mahotsav On dated 07.01.20 as per part of their syllabus. There for I request you to please give permission for the same

Yours faithfully

Dr. Nuzhat Sultana M.B

07.1.20
7/1/2020

11 19-20

Report of the Event

Home Science Department

Home Science Department have organized Visit
to Kamdhenu old age Home dated on 17 Sept 2019
at 11:00 hrs. 16 no. of students
have participated.

Head of the Department
Dr. Nuzhat Sultana M.B



शैक्षणिक भेटीसाठी सहभागी विद्यार्थी

Topic :- वृद्धाश्रम भेट

Date:- 18.09.2019

Time:-

Sr. No.	Name of the Student	Class	Signature
1	अंकिता असलेकर	BA TY	<u>Ankita</u>
2	ज्योती गोर	M.A.F.Y	<u>Jyoti</u>
3	प्रतिक्षा गोर	M.A.F.Y	<u>Pratixa</u>
4	स्वप्ती पटेकर	M.A.F.Y	<u>Swapti</u>
5	अश्विनी जावळे	M.A.F.Y	<u>Ashwini</u>
6	शिवानी खिंद	M.A.F.Y	<u>Shivani</u>
7	मस्तुर राशना	M.A.F.Y	<u>Mastur</u>
8	बिष्म निखत	M.A.F.Y	<u>Bismita</u>
9	उपवास कुर्गा	M.A.F.Y	<u>Upasana</u>
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			

66 19-20

Report of the Event

Home Science Department

Home Science Department have organized Mehendi
for women group of Beed. competition dated on 04 August
at 11.30 hrs. 15 no. of students women
have participated.

Nuzhat

Head of the Department
Dr. Nuzhat Sultana M.B



Report of the Event

Home Science Department

Home Science Department have organized Meherdi
School children competition dated on _____
 at _____ hrs. _____ no. of students
 have participated.

Nuzhat
 Head of the Department
 Dr. Nuzhat Sultana M.B



(1) List of School Students (75)

नाम वरग शिक्का mobile No.

1	जोगदंड नेहा रामदास	५th	बागवलय विद्यालय
2	डोळस आशदा चंद्रकांत	५th	भोरवलय
3	कु. साळुंके शिवाजी शंकर	५th	
4	कु. जाधव दिपाली दशरथ	५th	
5	साळुंके प्रमोदी जगन्नाथ	५th	
6	भंडार कल्पुजा तुकाराम	५th	
7	डोळस निकिता सयाजी	10th	श्री. वांजवाडी. श्री.
8	डोळस दिपाली पंडित	५th	12 परमाणु मिळाले
9	कागडे मृच्छी आण्णासाहेब	५th	१५५५८७८५८५
10	जाधव तनुजा विश्वंभर	५th	
11	जोगदंड संध्या बाबुराव	५th	
12	डोळस मयूरी बाळकृष्ण	५th	
13	बाहिर वैष्णवी रामहर	५th	बागवलय विद्यालय
14	बाहिर वैष्णवी राजेश	५th	
15	डोळे अक्षरा अशोक	५th	
16	शेख आकाशिया अब्दुल मजिद	५th	
17	भनकर काशीश्वरी दशरथ	10th	
18	रघुन वैष्णवी अशुतोष	10th	

1) गान प्रभुराधा 10th 151100 विद्या
काके प्रियंका हनुमान 10th

2) डॉ. सरमल अर्था शैलेंद्र 10th
शैलेंद्र शायेशा भागमा रमेश 10th अल्लुप्पा, दायरुण
प्रियंका कर्कर

3) शाणप सुजाती - 9923690524

4) अडागळे भारती इशोक 9075248791

5) गिरी वैष्णवी भागवत 9922534936

6) साकळे प्रितीसंतोष 8975655917

7) यादव स्वाती राजेश 9922852934

8) वारवकर नेहा इशोक 8379054145

कानडिया
एम.एस.ए.
कानडिया
9403486193
5 प्रमाणिका
साकळी

9) इंदरे समीक्षा बाबुराव 9वी

10) इंदरे अशोक अशोक 9वी

11) कडे पुजा रामशंकर 9वी

12) सांकळे सुधासंतोष 9वी

13) खांडे वैष्णवी देवीदास 9वी

14) पिस्ताळ शिवाजी सुश्रुता 9वी

9850189265
8788024034
ब
शामभंडे एम. डामभंडे

15) कु. पांडव कनूजा - 10 वी - चेपलवती - 9421277570

16) कु. रमेश सुनिशाजी 9वी " - 9503829394

17) कु. शिवाजी रमेश - 9वी यशवंत - 702014

प्रमाणपत्र मिळाले

- नकावरे अमृत उतेश्वर ९वीं यशवेण
- १) जगताय गौरी समजाव १०वीं "
- २) डावले प्रतिष्ठा अशोक ९वीं शिवाजी
- ३) वाघमारे सोनधा रामरा ९वीं "
- ४) ~~कोल्हे शुकरी मल्लारी~~ ~~भंडारी अमृत उतेश्वर~~ १०वीं जंपाजी
- ५) खाने हाणी नय्यर खाने १०th लनायक
- ६) काळकुटे साक्षी यशवेण " शिवाजी
- ७) गायकवाड युगसाक्षी अमृत उतेश्वर १०th "
- ८) धरत साक्षी राजकुली १०th "
- ९) पहाण मुस्कान अमृत उतेश्वर ९th विनायक
- १०) गायकवाड विनायक विनायक १०th शिवाजी
- ११) शिखरे शानेश्वी प्रभाश १०th यशवेण
- १२) शिंदे संस्था राम ९th गीताकन्या
- १३) जाधव प्रतिष्ठा मखिंदे ९th "
- १४) जोगदेव साक्षी अचरि ९th "
- १५) सोदादिया दीपक ९th "
- १६) गवई दीक्षा प्रभाश ९th सरस्वती
- १७) नागवे कीर्ती सतोष ९th संस्कार
- १८) कोल्हे पुनम भाडुखोले ९th राजकी शाह

(C1) 19-20

Self Defence Marshal Art Association, Beed

Sarika Yogesh
agar



Chairman:-
Dr. Deepa Kshirsagar

KSK /2019-20

Date:-30/07/2019

To
Mrs. Savita Surana.
Surana Mehendi Art Beed.

Subject: - To appoint as a examiner for Mehendi competition.

Sir/Madam,

I have great pleasure to appoint you as a examiner for mehendi/Rangoli competition at Mrs. K.S.K. College Beed. On Date 4th August 2019 at 11.30 P.M.

Principal

Mrs. K.S.K. Art's, Sci.Comm.
College. Beed-431122

दि. १/६/२०१९

सुचना

महाविद्यालयातील सर्व विद्यार्थ्यांना सुचित करण्यात येते गृहशास्त्र
विभागातर्फे दि. ४/८/२०१९ रोजी ~~सेहदी स्पष्टी~~

----- घेण्यात येणार आहे. तरी महाविद्यालयातील सर्व विद्यार्थ्यांनी
वेळेवर उपस्थित राहावे.

वेळ: ११.०० ते १२.००



गृहशास्त्र विभाग