

झिरो फिगरऐवजी स्वतःच्या आरोग्यावर लक्ष द्या : साकळे

गारगोटी, ता. १ : महाविद्यालयीन तरुणींनी पौष्टिक, प्रोटीनयुक्त आहार घ्यावा, वाढत्या वयात शरीराला सकस आहाराची गरज असते. सध्या मुली सोशल मीडियाच्या आहारी जाऊन स्वतःच्या आरोग्याचा बिघाड करून घेत आहेत, असे प्रतिपादन शरीरबोध सामाजिक संस्था, कोल्हापूरच्या राजश्री साकळे यांनी केले.

कर्मवीर हिरे महाविद्यालयातील युवती विकास मंचच्या वतीने 'वयात येताना' या महाविद्यालयीन युवतींसाठी



गारगोटी : येथे 'वयात येताना' कार्यशाळेत बोलताना राजश्री साकळे.

आयोजित कार्यशाळेत त्या बोलत होत्या. प्राचार्य डॉ. यू. आर. शिंदे अध्यक्षस्थानी होते. श्रीमती साकळे

म्हणाल्या, 'महाविद्यालयातील युवतींना हिमोग्लोबिनची कमतरता, प्रोटीन-व्हिटॅमिनची कमतरता या सगळ्या

आरोग्यविषयक समस्यांना सामोरे जावे लागते. त्यांनी वयात येताना मुला-मुलीत होणारे शारीरिक, मानसिक बदल यावर भाष्य केले.' प्राचार्य डॉ. यू. आर. शिंदे यांनी मार्गदर्शन केले.

युवती विकास मंचच्या प्रमुख डॉ. अस्मिता प्रधान यांनी प्रास्ताविक केले. डॉ. मृणाल देसाई यांनी परिचय करून दिला. यावेळी उपप्राचार्य डॉ. एस. बी. देसाई, डॉ. एस. डी. वारके उपस्थित होते. सूत्रसंचालन डॉ. विनया रायजाधव यांनी केले. डॉ. सुप्रिया शिंदे यांनी आभार मानले.