सकाळ

सिंधुदुर्ग, बुधवार, २० जुलै २०२२

संतुलित आहार गरजेचा : मोरजकर

दोडामार्ग, ता. १९ : कोकणात वातावरण दमट असल्यामुळे व आहाराकडे योग्य पदार्थांचा वापर न केल्याने येथील मुला-मुलींमध्ये हिमोग्लोबीनचे प्रमाण खूपच कमी आहे. जंकफूड वापर, बदलती जीवनशैली, आहारात नि:सत्व पदार्थांचा वापर यामुळे हे प्रमाण घटते. हिमोग्लोबीन वाढविण्यासाठी नियमितपणे पालेभाज्या व फळांचा संतुलित आहार घेणे आवश्यक आहे, असे विचार डॉ. योजना मोरजकर यांनी व्यक्त केले.

येथील लक्ष्मीबाई सीताराम हळबे कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालयात राष्ट्रीय सेवा योजना विभागाने आयोजित केलेल्या 'किशोरवयीन मुलींचे हिमोग्लोबीन कमी असण्याची कारणे व उपाय' विषयावर आयोजित कार्यक्रमात त्या बोलत होत्या. अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ. सुभाष सावंत होते.

व्यासपीठावर राष्ट्रीय सेवा योजना विभागाचे कार्यक्रम अधिकारी प्रा. दिलीप बर्वे उपस्थित होते. प्राचार्य डॉ. सुभाष सावंत यांच्या मार्गदर्शनाखाली व सिंधुरत्न प्रतिष्ठान दोडामार्ग शाखेच्या मदतीने २७ जूनला घेतलेल्या रक्तगट व हिमोग्लोबीन शिबिरातील कमी हिमोग्लोबीन असलेल्या विद्यार्थ्यांना हिमोग्लोबीन वाढविण्यासाठी या व्याख्यानातून सकारात्मक फायदा होईल, अशी आशा सर्वांनी व्यक्त केली. डॉ. सावंत यांनी विद्यार्थ्यांना आरोग्यासंदर्भात सर्वतोपरी मदत करण्याचे आश्वासन दिले. सूत्रसंचालन, प्रास्ताविक व पाहुण्यांचा परिचय राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी डॉ. राजेंद्र इंगळे यांनी, तर आभार प्रा. प्रीती प्रसादी यांनी मानले.