



DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-ED) COLLEGE ECR, Mamallapuram, 603 104



**DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS**

&



in Collaboration with

**INTEGRATED CHILD DEVELOPMENT SERVICES
GOVERNMENT OF TAMILNADU**



Celebrates

**NUTRITION MONTH
RASHTRIYA POSHAN MAAH , SEPTEMBER 2022**

Time : 10:00am

**September
29th**

Venue : Seminar Hall



DHANALAKSHMI SWAMI
ARTS AND SCIENCE (BO-ED) COLLEGE
ECR, Mamallapuram, 603 104

DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS

CALORIE
CRUNCH
&
NUTRI CLUB



in Collaboration with
INTEGRATED CHILD DEVELOPMENT SERVICES
GOVERNMENT OF TAMILNADU

Celebrates

NUTRITION MONTH
PUSHYAM POSHAN MAH, SEPTEMBER 2022

10:00am

September
29th

Venue : Seminar Hall













RAINBOW

FOOD















சுகாதார உணவு

MY PLATE

VEGETABLES

WHOLEGRAINS



Healthy
Air

Drink
Water

Stay
Active

HEALTHY
PROTEIN

சுகாதார உணவு























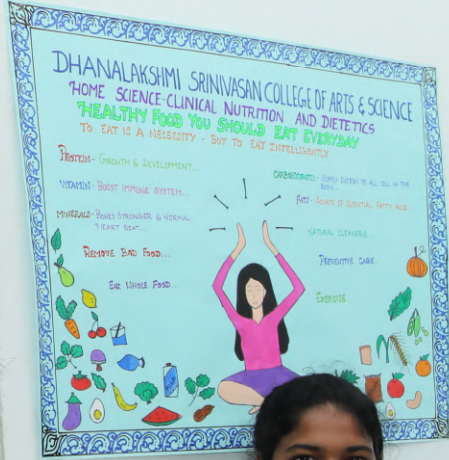


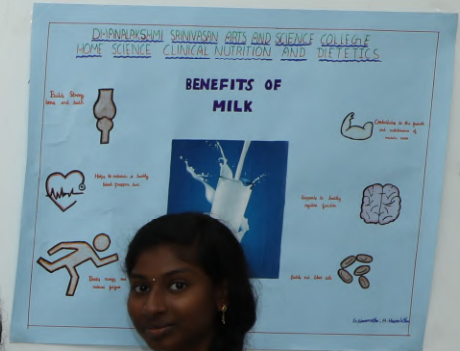
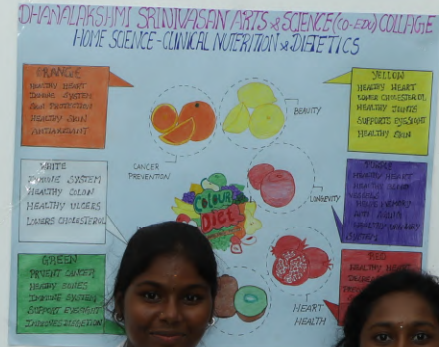
















GROUND FLOOR

"Artis, vivas and they get all the good in nature"

SAFE DISTANCE

NOT ME SUIT YOU

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
 (Affiliated to University of Madras)
 ECR, Mamallapuram, Chennai - 603104

NATIONAL SERVICE SCHEME
 (NSS UNIT - I)

FRUITS

VEGETABLES

WHOLE GRAIN

HEALTHY PROTEIN

DRINK WATER

Stay Active

செயல்பாடு

T.K.M.

I.C.D.S.

DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

POSHAN
ABHIYAN
National Nutrition
Mission
Preventive and
Promotional
Component

சமூக நலன் மற்றும் மகனீர் உரிமைத் துறை
ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சிப் பணிகள் திட்டம் (ICDS)
திருக்கழுக்குன்றம் வட்டாரம், செங்கல்பட்டு மாவட்டம்.
உட்பட்சத்து மாத விழா
உறாட்சிகளில் உட்பட்சத்து தூண்டுதல்
(ம) இரத்த சோகை வழிப்புணர்வு

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
(Affiliated to University of Madras)
ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS



பாலூட்டும் தாய்மார்களை
சிறந்த ஆற்றல்கள் மூலம் வலி குறைக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க
உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க
உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க
உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க

தாய் சேம்
நலத்திற்கு ஆதாரமான
முதல் 100 நாட்கள்
“நலமான குழந்தைகள் வளமான தமிழகம்”

காப்பினி பெண்களே!
உயர் சிறந்த குழந்தை வளர்ச்சி
உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க
உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க
உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க உதவிக்க

**DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE**
ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.



சமூக அமைதி மற்றும் சமூக சேவை
ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சிப் பணிகள் திட்டம் (ICDS)
திருச்செழும்பூர் வட்டம், சேம்பரூர், குமரவட்டம்.
உபட்சத்து மாத விழா
புராட்சிகளில் உபட்சத்து துணுதல்
ம) இரத்த சோகை சிறப்புணர்வு.

**DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE**
(Affiliated to University of Madras) ECR, Mamallapuram, Chennai-603 104.

**DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS**

CALORIE





ASAN
COLLEGE





DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

சமூக நலன் மற்றும் மகளிர் உரிமைத் துறை
ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சிப் பணிகள் திட்டம் (ICDS)
திருக்கழுக்குன்றம் வட்டமாம், செங்கல்பட்டு மாவட்டம்.
உட்பட்சத்துறை மாத விழா
உரராட்சிகளில் சந்தை தூண்டல்
(ம) இரத்த கொடுக்க விழிப்புணர்வு

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
(Affiliated to University of Madras) - 603 104
DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS



நுண்ணொட்டச்சத்து
(Micro Nutrient)

பிள்ளைகளின் உடம்பு வளர்ச்சியில் நுண்ணொட்டச்சத்து முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

- உடம்பு வளர்ச்சியை தாமதப்படுத்துகிறது.
- உடம்பு வளர்ச்சியை தாமதப்படுத்துகிறது.
- உடம்பு வளர்ச்சியை தாமதப்படுத்துகிறது.

சுகாதார அலுவலர் உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கிறார்.

பாதுகாக்கும் தாய்மார்கள்

பிள்ளை வளர்ச்சியில் 6 மாதம் வரை தாயின் அணைப்பே 8 மாதத்தில் நிறைவு பெறும் வரை தொடர வேண்டும். உயர்த்திய உணவுகளை உட்கொடுக்க வேண்டும். குழந்தைகளை நன்றாக கழிவுகளை கழிப்பதில் உதவிக்க வேண்டும்.

போஷன் அபியான்

தாய் சேய் நலத்திற்கு ஆதாரமான

முதல் 1000 நாட்கள்

"நலமான குழந்தைகள் வளமான தமிழகம்"

பிள்ளை வளர்ச்சியில் முதல் 1000 நாட்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

- முதல் 6 மாதம் 270 நாட்கள்
- முதல் 6 மாதம் 180 நாட்கள்
- 7 மாதம் முதல் 6 வயது வரை 850 நாட்கள்

காப்பியினி பெண்களே!

பேஷன் அபியான்

எட்டிசந்தை குழந்தையாளர்கள்

பேஷன் அபியான்

இரத்த சேரகம் (Anemia)

பேஷன் அபியான்

DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

சமூக நலம் மற்றும் மகளிர் உரிமைகள் துறை
இருங்கைவாந்த குழந்தை வளர்ச்சிப் பணிகள் திட்டம் (ICDS)
 திருச்சிக்குட்குளம் வட்டாரம், செங்கல்பட்டு மாவட்டம்.
உட்படச்சத்தா மராத விழா
உறாட்சிகளில் உயர்ந்ததை தூண்டதல்
(ம) இரத்த சேனை விழிப்புணர்வு

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
 ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
 (Affiliated to University of Madras)
 DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
 CLINICAL NUTRITION & DIETETICS



குணமுள்ளிச் சிந்தி
 (Milk Nutrition)
 உயர்ந்த தரத்திலில்
 உயர்ந்த சிந்தி
 உயர்ந்த சிந்தி
 உயர்ந்த சிந்தி

பாலுட்கும் தாய்ப்பாற்றலும்
 உயர்ந்த தரத்திலில்
 உயர்ந்த சிந்தி
 உயர்ந்த சிந்தி

நமர் சேமி நகத்திற்கு ஆதாரமான
முதல் 1000 நாட்கள்
“நமமான குழந்தைகள் வளமான தமிழகம்”
 270 நாட்கள்
 100 நாட்கள்
 7 மணி முதல் 8 மணி வரை 500 நாட்கள்

கம்பிணி பெண்களே!
 உயர்ந்த தரத்திலில்
 உயர்ந்த சிந்தி
 உயர்ந்த சிந்தி

செ.ச.ச.த. முயற்சியானது
 உயர்ந்த தரத்திலில்
 உயர்ந்த சிந்தி
 உயர்ந்த சிந்தி

சிறித சேமை (Anemia)
 உயர்ந்த தரத்திலில்
 உயர்ந்த சிந்தி
 உயர்ந்த சிந்தி



DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.



தமிழ்நாடு அரசு
தொழில்நுட்ப கல்வி
பேரமைப்பு (ICDS)
தமிழ்நாடு அரசு
தொழில்நுட்ப கல்வி
பேரமைப்பு (ICDS)
தமிழ்நாடு அரசு
தொழில்நுட்ப கல்வி
பேரமைப்பு (ICDS)

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
(Affiliated to Anna University, Chennai)
DEPARTMENT OF MANAGEMENT STUDIES
DEPARTMENT OF MANAGEMENT STUDIES



DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.



DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.



PODHAN
Arts and Science
சமூக சேவை
பெரியவைத் துறை
மாண்புமிகு
சமூகப் பணிகள் திட்டம் (ICDS)
கருத்து
மாமல்லபுரம்.
மா
தூண்டுதல்
புணர்வு
fssa

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.
DEPARTMENT OF THE SCIENCE
CAL



ARTS



POSHAN
Abhiyaan



உருங்கை மார்ச்சி மீட்டம் (ICDS)

உவரா மீட்டம்

(LD)

மேதி

ARTS AN
CHENNA
G FOR E



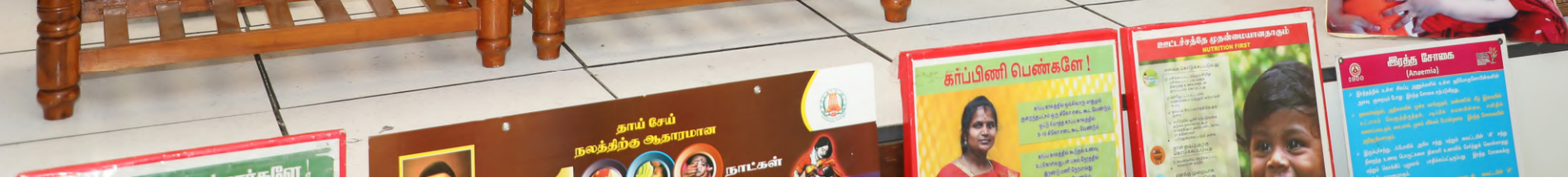


ANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

ANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
(Affiliated to University of Madras) | ECR, Mamallapuram, Chennai-603 104.

DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS

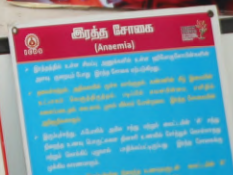


DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
(Affiliated to Anna University, Madras) ECR, Mamallapuram, Chennai-603 104.

DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS







TO TAKE
JEWORMING
TABLET
6 MONTH ONCE

S

2

AVOID JUNK
FOOD &
CARBOHYDRATE ONLY

தமிழ்நாடு மாநில அரசின் (தமிழ்நாடு அரசு)
இருங்கைநகர் கழுவை வளர்ச்சி பணிகள் திட்டம் (ICDS)
திருச்செங்குன்றம் வட்டாரம், சென்னை-6. (குமாவட்டம்)
உட்கட்டி மாநாடு விழா
உறுப்பினர்கள் உட்கட்டி கழுவை துணைத்
(ம) இரத்த சேர் விழிப்புணர்வு

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS

DHANAI ARTS AND SO



ARTS AND SCIEN

ECR, Ma



DHANALAKSHMI SRINIVASAN

ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION)

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104







ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCA

ECR, Mamallapuram, Chennai - 6



ANALAKS
AND SCIENCE
(University of Madras)

INIVASA
TION) COL
Mam, Chennai-6



Certificate of Appreciation
INTEGRATED CHILD DEVELOPMENT SERVICES
CERTIFICATE APPRECIATION

DHANALAKSHMI SRINIVASAN ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE

ECR, Mamallapuram, Chennai - 603 104.

DHANALAKSHMI SRINIVASAN
ARTS AND SCIENCE (CO-EDUCATION) COLLEGE
(Affiliated to University of Madras) | ECR, Mamallapuram, Chennai-603 104.
DEPARTMENT OF HOME SCIENCE
CLINICAL NUTRITION & DIETETICS

சமூக நலன் மற்றும் மக்கள் உரிமைத் துறை
கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சிப் பணிகள் திட்டம் (ICDS)
திருக்கழுக்குன்றம் வட்டாரம், செங்கல்பட்டு மாவட்டம்,
உட்பட்சத்து முயற்சி
பாடசிகளில் உட்பட்சத் தூண்டுதல்
இரத்த சோதனை விழிப்புணர்வு



நுண்ணாடிச் சத்து
(Micro Nutrient)

பாலாடரும் தாய்ப்பார்களை!

தாய் சேய் நலத்திட்ட அகாரணம்

முகத் **1000** நாட்கள்

நலமான குழந்தைகள் வளமான தமிழகம்

நல்ல சாறு 270 நாட்கள்
நல்ல பழங்கள் 180 நாட்கள்

முதல் **1000** நாட்கள்

காப்பிணப் பெண்களே!

சிறந்த சேவா
(Excellent)

சிறந்த சேவா
(Excellent)

