



Anand Charitable Trust's

Anand Ayurved College

- **Recognition-** Central Council of Indian Medicine, New Delhi.
- **Permission** -Dept. of AYUSH Govt. of India New Delhi.
- **Affiliation** – Maharashtra University of Health Sciences, Nashik.

Address – Phulewadi Road, Vaijapur, Dist- Aurangabad, Maharashtra, India-423701

Office Phone: 02436299117

Website- www.anandayurvedcollege.com

Email: anandayurved11@gmail.com

वैद्यकीय शिक्षण व औषधी द्रव्ये विभाग, महाराष्ट्र शासन व आयुष संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य द्वारा पुरस्कृत
आयुर्वेद जनजागृती अभियान ऑक्टोबर २०२३

वैद्यकीय शिक्षण व औषधी द्रव्ये विभाग, महाराष्ट्र शासन व आयुष संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य द्वारा पुरस्कृत
आयुर्वेद जनजागृती अभियान अंतर्गत आनंद चॅरिटेबल ट्रस्टचे, आनंद आयुर्वेद कॉलेज, वैजापूर, छत्रपती संभाजीनगर,
येथील डॉ. स्मिता कानवडे यांनी आनंद इंटरनॅशनल स्कूल येथे १९ ऑक्टोबर रोजी तपासणी शिबीर घेतले.

लाभार्थी संख्या - 07

वैद्यकीय शिक्षण व औषधी द्रव्ये विभाग, महाराष्ट्र शासन व आयुष संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य द्वारा पुरस्कृत
आयुर्वेद जनजागृती अभियान अंतर्गत आनंद चॅरिटेबल ट्रस्टचे, आनंद आयुर्वेद कॉलेज, वैजापूर, छत्रपती संभाजीनगर,
येथील डॉ. स्मिता कानवडे यांनी जिल्हा परिषद शाळा, शिवराई येथे १ ऑक्टोबर रोजी तपासणी शिबीर घेतले.

लाभार्थी संख्या - 15



Vaijapur, Maharashtra, India
WPJJ+66H, Vaijapur, Maharashtra 423701, India
Lat 19.930322°
Long 74.730757°
19/10/23 11:36 PM GMT +05:30



आयुर्वेद जनजागृती अभियान

वैद्यकीय शिक्षण व औषधी द्रव्ये विभाग, महाराष्ट्र शासन व आयुष संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य द्वारा पुस्तक १५ सप्टेंबर २०२३ पासुन ३० सप्टेंबर २०२३ पर्यंत राज्यभर

पुस्तिका	दिनांक	समय	मुख्य विचार

GPS Map Camera

Vaijapur, Maharashtra, India
WPJJ+66H, Vaijapur, Maharashtra 423701, India
Lat 19.930322°
Long 74.730757°
19/10/23 11:36 PM GMT +05:30





तापि गरम खावे .
शिकणीच्याचे लाडू, भ्रगर असे पचायला हलके आहार घ्यावे .
नाक घ्यावे .
सुखमस गाईचे तुप, लोणीसह खडीसाखर यांचा जेवणात वापर करावा .
जुका, काजू, बदाम, सॅमदाणे खावे .
आची, वाटण्याची डाळ सोडून सर्व डाळी खाव्यात. तूर, मूग, मसूर आणि
सेबन आहारात जास्त प्रमाणात करावे .
कोळी, चाकवत, पडवळ, भेंडी, मुदिना, शेवग्याच्या शेंगा इत्यादि हिरट्या
फळभाज्या याचे सेवन करावे .
या त्या फळांचा व भाज्यांचा आहारात सेवन उत्तम .
द संत्री, मोसंबी, लिंबू, इतर फळे, सुरणाकंद, मुळा, नाजर, बावीत .
गहू, सोयाबीन, नाचणी

काय खावे

नाशक द्रव्ये

कडधान्य

दाल

मसाल्याचे लिंबूट पत्र

घार पाक

मसाल्याचे लिंबूट पत्र

मसाल्याचे लिंबूट पत्र

क तुप

नये/कमी खायचे

धी, लाल मिरची, म... करावे .
कटाटा इत्यादी... खावे .
हार (चिकन, मट... करावे .
साठवलेले पदार्थ शक्यतोच... करावे .
कमी करावे किंवा... करावे .
कमी प्रमाणात... करावे .
सेवन...

महात्म

प्रत्येक हातात...

वर्षभर रोजाना...

साठवलेले...

स्वास्थ्य...

शिवराज...

फळभाज्या...

शिवराज...

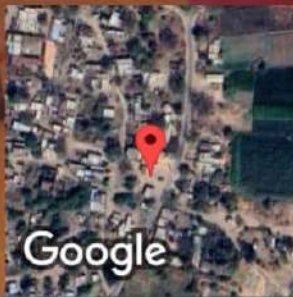
 **GPS Map Camera**



Shivrai, Maharashtra, India
WRHH+9M5, Shivrai, Maharashtra 423702, India
Lat 19.928296°
Long 74.829257°
28/10/23 09:18 AM GMT +05:30



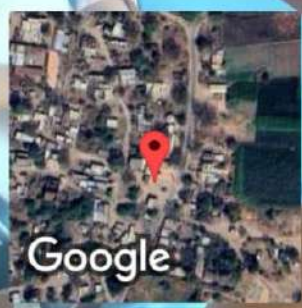
 **GPS Map Camera**



Shivrai, Maharashtra, India
WRHH+9M5, Shivrai, Maharashtra 423702, India
Lat 19.928423°
Long 74.829174°
28/10/23 11:20 AM GMT +05:30




 **GPS Map Camera**



Shivrai, Maharashtra, India
WRHH+9M5, Shivrai, Maharashtra 423702, India
Lat 19.928458°
Long 74.829184°
28/10/23 11:30 AM GMT +05:30



 **GPS Map Camera**



Shivrai, Maharashtra, India
WRHH+9M5, Shivrai, Maharashtra 423702, India
Lat 19.928397°
Long 74.829258°
28/10/23 10:07 AM GMT +05:30