

दर्पण

बेहोरपुवरे

होटल प्रबंधन, खानपान एवं पोषाहार संस्थान, पूसा, नई दिल्ली

त्रैमासिक वितरण

उपलब्धियाँ

आई.एच.एम. पूसा की चमक: “बैटल फॉर यंग एंटरप्रेन्योर्स” में स्वर्ण पदक

बी.एससी. तृतीय वर्ष के छात्र, देवानंद एस. अनीश, ने “बैटल फॉर यंग एंटरप्रेन्योर्स” इन अकादमिडेशन मैनेजमेंट प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीतकर संस्थान का नाम गर्व के साथ रोशन किया।

इस प्रतियोगिता में देवानंद ने उद्यमिता की सफलता के लिए आवश्यक पाँच प्रमुख व्यावसायिक भूमिकाओं पर एक अत्यंत प्रभावशाली और स्पष्ट प्रस्तुति दी। उनके प्रस्तुतिकरण ने न केवल उनकी गहरी व्यावसायिक समझ और नवाचार को प्रदर्शित किया, बल्कि नेतृत्व क्षमता और रणनीतिक सोच को भी एक नए स्तर पर प्रस्तुत किया, जिससे प्रतियोगिता में उनकी अलग पहचान बनी।



यह प्रतिष्ठित स्वर्ण पदक, जो प्रोफेशनल हाउसकीपर्स एसोसिएशन द्वारा प्रदान किया गया, आई.एच.एम. पूसा के उन विद्यार्थियों का प्रमाण है जिन्हें संस्थान नवाचार, रणनीति, नेतृत्व और व्यावसायिक दक्षता में उत्कृष्ट बनाने के लिए निरंतर प्रेरित करता है।

देवानंद की इस शानदार उपलब्धि ने न केवल उनके व्यक्तिगत परिश्रम और प्रतिभा को प्रमाणित किया है, बल्कि पूरे संस्थान के लिए यह गर्व और प्रेरणा का स्रोत भी बनी है। उनके इस प्रेरक प्रदर्शन से अन्य छात्रों को भी प्रेरणा मिली है कि कड़ी मेहनत, समर्पण और रचनात्मक सोच किसी भी चुनौती में सफलता दिला सकती है।

विश्व खाद्य दिवस 2025: पोषण और नवाचार



विश्व खाद्य दिवस 2025 के अवसर पर, आई.एच.एम. पूसा में “पोषण और नवाचार” कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें छात्रों को दो स्वास्थ्यवर्धक स्नेक्स और एक पौष्टिक पेय तैयार करने की चुनौती दी गई। विश्व खाद्य दिवस 2025 का आयोजन, आई.एफ.बी.ए. एवं निफ्टेम कुंडली के सहयोग से सम्पन्न हुआ था। पाक कला में उत्कृष्टता, नवाचार और पोषण तथा सतत विकास के प्रति प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करते हुए, आई.एच.एम. पूसा के छात्रों ने अपनी

स्वास्थ्य सचेत और रचनात्मक प्रस्तुति से जूरी को प्रभावित किया और प्रतियोगिता में बी.एससी. तृतीय वर्ष के छात्र आर्य नायक और अरुण प्रकाश ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। प्रतिष्ठित जूरी में शेफ सुधीर सिबल और शेफ मधुसूदन गुप्ता (सदस्य, IFCA), डॉ. मंजरि चंद्रा (पोषण विशेषज्ञ), सुश्री वैशाली जॉली (यूट्यूबर एवं फूड ब्लॉगर) और सुश्री शिल्पा अग्रवाल (उपाध्यक्ष, IFBA) शामिल थीं। प्रतियोगिता का समापन जूरी मूल्यांकन और पैनल चर्चा के साथ हुआ, जिसमें संतुलित और सतर्क खाने के महत्व को रेखांकित किया गया। आई.एच.एम. पूसा ने विश्व खाद्य दिवस 2025 को “बेहतर भोजन और बेहतर भविष्य के लिए हाथ से हाथ मिलाकर” विषय पर मनाया। साथ ही, उद्योग जगत और शैक्षणिक समुदाय ने मिलकर खाद्य संबंधी मिथकों और भ्रामक दावों को वैज्ञानिक तथ्यों के आधार पर परखा और चुनौती दी।

भारत की क्षेत्रीय पाक शैली : पोषण महोत्सव 2025

दिल्ली विश्विद्यालय के इंस्टीट्यूट ऑफ होम इकोनॉमिक्स में प्रतिष्ठित पाक कला प्रतियोगिता आयोजित की गई, जिसमें भारत की विविध और समृद्ध क्षेत्रीय व्यंजनों का जश्न मनाया गया। दिल्ली एनसीआर के कई कॉलेजों की टीमों ने इसमें भाग लेकर अपनी पाक कला कौशल



और रचनात्मकता का प्रदर्शन करा। इस प्रतियोगिता में कुल 16 टीमों ने भाग लिया, जिनमें आई.एच.एम. पूसा के छात्रों ने असाधारण कौशल का प्रदर्शन करते हुए प्रथम और द्वितीय स्थान हासिल किए। प्रथम स्थान पर बिहार की रसोई से आलोक पाल और ऋषि राज (बी.एससी. प्रथम वर्ष) रहे, जबकि द्वितीय स्थान पर केरल की रसोई से हृदय पी.बी.और मोहम्मद नाजिल (बी.एससी. प्रथम वर्ष) ने अपनी प्रतिभा से सबको प्रभावित किया।

इस भोजन सूची में पोषण और परंपरा का संगम स्पष्ट है - केरल के स्वादिष्ट व्यंजन जैसे पाल कप्पा, लाल मिर्च झींगा करी, उन्नाक्कया, कोझी अदा और सुलेमानी; जबकि लिट्टी-चोखा, सत्तू पेय, ठेकुआ, पीठा, और दूध का चितवा बिहार की पाक विरासत को उजागर करते हैं। इन विविध पेशकशों ने न केवल इंद्रियों के लिए एक दावत बनाई बल्कि भारतीय पाक संस्कृति की गहराई और समृद्धि को भी जीवंत कर दिया।



वंदे मातरम् के 150 वर्ष

वंदे मातरम् के 150 वर्ष पूर्ण होने के अवसर पर आई.एच.एम. पूसा के प्रधानाचार्य श्री कमल कांत पंत, संकाय सदस्यों और प्रशासनिक कर्मचारियों ने राष्ट्रीय गीत “वंदे मातरम्” के वर्षभर चलने वाले समारोह के उद्घाटन की लाइव स्क्रीनिंग में भाग लिया।

1875 में अक्षय नवमी के शुभ दिवस पर बंकिम चंद्र चटर्जी द्वारा लिखित यह गीत एकता और देशभक्ति को प्रेरित करता है। इस अवसर पर पूरे देश में सामूहिक गायन भी किया गया, जिससे इस ऐतिहासिक क्षण को गौरव और श्रद्धा के साथ मनाया गया। इसका उद्देश्य मातृभूमि के प्रति प्रेम, सम्मान और समर्पण की भावना जागृत करना था।



कैंपस कनेक्ट और करियर आउटरीच

आई.एच.एम. पूसा ने हाल ही में दिल्ली पब्लिक स्कूल, रोहिणी, गार्गी एसकेवी स्कूल, सर्वोदय कन्या विद्यालय, आई.ए.आर.आई के छात्रों का स्वागत किया, उन्हें आतिथ्य उद्योग के अनुभव से संबंधित जानकारी प्रदान की। कार्यक्रमों में शेफ दिव्या बोस द्वारा आयोजित चॉकलेट वर्कशॉप शामिल थी, जिसमें छात्रों ने टेम्परिंग तकनीक और प्रोफेशनल बेकरी कौशल सीखे। इसके अलावा, छात्रों को संस्थान के शैक्षणिक वातावरण, आतिथ्य संस्कृति और करियर विकल्पों से परिचित कराया गया।

साथ ही आई.एच.एम. पूसा ने क्वींस वैली स्कूल, जसपाल कौर पब्लिक स्कूल और प्रेजेंटेशन कॉन्वेंट स्कूल में आयोजित “करियर फेयर” में भाग लिया, जहां छात्रों को एन.सी. एच.एम.सी.टी. के अंतर्गत विभिन्न पाठ्यक्रम और आतिथ्य में भविष्य के अवसरों के बारे में मार्गदर्शन दिया गया। ये पहल छात्रों को होटल उद्योग में शामिल होना के लिए प्रेरित करती है और आतिथ्य की गतिशील दुनिया से परिचित कराती हैं।

छात्र विनिमय: ज्ञान, पाक शैली और संस्कृति का संगम

आई.एच.एम. पूसा और आई.एच.एम. चेन्नई के बीच आयोजित छात्र विनिमय कार्यक्रम ने ज्ञान, परंपरा और सौहार्द



का सुंदर संगम प्रस्तुत किया। ऐतिहासिक स्मारकों के अन्वेषण करने से लेकर आई.एच.एम. पूसा के छात्रों के साथ प्रामाणिक दक्षिण भारतीय व्यंजन पकाने और गरबा नाइट मनाने तक, इस अनुभव ने अकादमिक शिक्षा और हस्त कला दोनों को एक साथ जोड़ दिया। इतना ही नहीं इस कार्यक्रम के अंतर्गत छात्रों ने भारत मंडप में वर्ल्ड फूड इंडिया 2025 में आतिथ्य शिक्षा का प्रतिनिधित्व भी किया।

शैक्षणिक सत्रों, पाक कला अभ्यासों और सांस्कृतिक अनुभवों—दक्षिणाचित्र, प्राचीन मंदिरों, विवेकानंद हाउस और मरीना बीच जैसी स्थलों की यात्रा ने छात्रों को तमिलनाडु की समृद्ध विरासत से रूबरू तो कराया ही, साथ ही उन्हें अपनी परंपराएँ साझा करने का अवसर भी प्रदान किया। आई.एच.एम. पूसा के छात्रों ने दिल्ली की पाक शैली का प्रदर्शन दिया, जिसमें दही वड़ा, दाल मखनी, मटन रारा, रोटी, पान शामिल था।

एन.सी.एच.एम.सी.टी. तथा पर्यटन मंत्रालय के सहयोग से आयोजित इस पहल ने न केवल व्यावसायिक कौशल को मजबूत किया, बल्कि दोनों संस्थानों के बीच गहरे और सार्थक संबंध भी स्थापित किए।

स्वाद और सीख की यात्रा



अक्टूबर माह से आई.एच.एम. पूसा ने लगातार कई महत्वपूर्ण पाक कला वर्कशॉप्स आयोजित की हैं, जिनका उद्देश्य छात्रों को वैश्विक पाक परंपराओं और आधुनिक तकनीकों से जोड़ना रहा है। हाल ही में आयोजित अमेरिकन पीकन नट्स वर्कशॉप में छात्रों ने भाग लिया और प्रतिष्ठित शेफ परविंदर सिंह बाली, अनिल रोहीरा, विक्की रत्नानी तथा अजय चोपड़ा जैसे दिग्गजों से मार्गदर्शन प्राप्त किया। इस सत्र में छात्रों ने पीकन नट्स के पोषण मूल्य, बहुउपयोगिता और मीठे नमकीन व्यंजनों में इसके रचनात्मक उपयोग की तकनीकें सीखीं।

वही किक्कोमन सोया वर्कशॉप ने छात्रों को जापानी पाक परंपरा से परिचित कराया। उन्होंने जाना कि सोया सॉस केवल एक मसाला नहीं, बल्कि स्वाद की गहराई और संतुलन बनाने वाला महत्वपूर्ण तत्व है। इंस्टाग्राम पर साझा झलकियों में छात्रों को सुशी, तेरियकी और प्यूज़न व्यंजनों की तैयारी करते हुए देखा गया।

साथ ही, वेलबिट उपकरण वर्कशॉप ने छात्रों को आधुनिक रसोई तकनीकों और ऊर्जा कुशल उपकरणों के प्रयोग की जानकारी दी। वेलबिट इंडिया और शेफ सौरभ राणे के मार्गदर्शन में छात्रों ने सीखा कि कैसे आधुनिक पाक उपकरण पेशेवर रसोई को तेज़, सुरक्षित और प्रभावी बनाते हैं।

इन वर्कशॉप्स ने आई.एच.एम. पूसा को पाक कला नवाचार का केंद्र बना दिया है, जहाँ छात्र सामग्री आधारित सीख, अंतरराष्ट्रीय स्वाद और तकनीकी दक्षता का संगम अनुभव कर रहे हैं।

उद्यमशीलता विकास कार्यक्रम



आई.एच.एम. पूसा में आयोजित उद्यमशीलता विकास कार्यक्रम ने छात्रों को व्यावहारिक अनुभव प्रदान किया। जिसके अंतर्गत प्रथम वर्ष, द्वितीय वर्ष तथा फूड प्रोडक्शन डिप्लोमा के छात्रों द्वारा संस्थान के बेकशॉप और भोजनकक्ष में फूड स्टॉल चलाया गया, जहां उन्होंने अपने पाक कौशल के साथ-साथ भोजन योजना और लागत प्रबंधन के साथ-साथ बाजार विश्लेषण का अनुभव भी प्राप्त किया।



यह कार्यक्रम हाउसकीपिंग विभाग में भी चलाया गया जिसके अंतर्गत विद्यार्थियों ने फूलों से गुलदस्ते बनाये तथा विक्रय किये। यह अनुभव छात्रों को रचनात्मकता और व्यावसायिक समझ का संतुलन सिखाता है, उन्हें भविष्य के आतिथ्य लीडर्स के रूप में तैयार करता है और आई.एच.एम. पूसा की अनुभव आधारित शिक्षा और समग्र विकास की प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

अंतरराष्ट्रीय हाउसकीपिंग सप्ताह: स्मार्ट हाउसकीपिंग, स्मार्ट भविष्य

सितंबर माह में दिनांक 15 से 19 तक अंतरराष्ट्रीय हाउसकीपर्स वीक का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य हाउसकीपिंग पेशेवरों के योगदान को सम्मानित करना और विशेषज्ञ निर्देशित कार्यशालाओं के माध्यम से छात्रों के ज्ञान को समृद्ध करना था। इस अवधि में कार्यशालाएँ आयोजित की गईं जैसे कि पेपर्मिट रोबोटिक्स – क्लीनिंग इक्विपमेंट (श्री किरण राव ने रोबोटिक क्लीनिंग तकनीक और स्मार्ट हाउसकीपिंग के भविष्य से परिचित कराया), किंग कॉइल मास्टरक्लास ऑन मैट्रेस (श्री अमन गोयल ने मैट्रेस की गुणवत्ता, डिज़ाइन और गेस्ट कम्फर्ट पर विशेषज्ञ जानकारी साझा की) बी ग्रीन सस्टेनेबल क्लीनिंग एजेंट्स (सुश्री पूजा मागो ने पर्यावरण-अनुकूल सफाई उत्पादों टिकाऊ हाउसकीपिंग प्रथाओं पर प्रकाश डाला), और इंटीरियर डिज़ाइनिंग (श्री मोक्ष ने डिज़ाइन सिद्धांतों, स्पेस एस्थेटिक्स और गेस्ट-केंद्रित इंटीरियर्स पर विस्तृत चर्चा की)।



रेवेन्यू मैनेजमेंट: संकाय विकास कार्यशाला

संस्थान में रेवेन्यू मैनेजमेंट पर एक विशेष कार्यशाला आई.एच.एम. पूसा के संकाय सदस्यों के लिए आयोजित की गई, जिसका उद्देश्य आतिथ्य क्षेत्र में मूल्य निर्धारण रणनीतियों, मांग पूर्वानुमान तथा वित्तीय अनुकूलन के ज्ञान को सुदृढ़ करना रहा। यह कार्यक्रम संकाय सदस्य



श्रीमती अरीना गुलिया तथा श्री प्रत्युष सिंह द्वारा प्रधानाचार्य कमल कांत पंत के नेतृत्व में आयोजित किया गया।

इस कार्यशाला के माध्यम से संकाय सदस्यों को व्यवहारिक एवं मूल्यवान अंतर्दृष्टियाँ प्राप्त हुईं, जो उन्हें आधुनिक राजस्व प्रबंधन तकनीकों को शैक्षणिक पाठ्यक्रमों तथा वास्तविक आतिथ्य संचालन में प्रभावी रूप से एकीकृत करने में सक्षम बनाएंगी। साथ ही इससे संस्थान की उद्योग-उन्मुख शिक्षा के प्रति प्रतिबद्धता और अधिक सशक्त होगी।

पूसा जर्नल ऑफ हॉस्पिटैलिटी एंड एप्लाइड



साइंसेज़ : 11 वर्ष पूर्ण

संस्थान ने अपनी प्रतिष्ठित प्रकाशन श्रृंखला पूसा जर्नल ऑफ हॉस्पिटैलिटी एंड एप्लाइड साइंसेज़ के 11वें अंक इश्यू का प्रक्षेपण किया है। यह जर्नल निरंतर अकादमिक तथा उद्योग जगत से जुड़े विविध विषयों—पर्यटन, होटल प्रबंधन, खाद्य सुरक्षा, पोषण, मानव संसाधन प्रबंधन, पर्यावरण तथा नवीन उत्पाद विकास—से संबंधित शोध प्रस्तुत करता रहा है।

इस प्रकाशन का प्रमुख उद्देश्य शिक्षाविदों एवं आतिथ्य क्षेत्र से जुड़े पेशेवरों में अनुसंधान प्रवृत्ति को प्रोत्साहित करना है। जर्नल के माध्यम से संस्थान न केवल शैक्षणिक उत्कृष्टता को बढ़ावा देता है, बल्कि उद्योग जगत की आवश्यकताओं के अनुरूप नवीन विचारों और शोध कार्यों को भी मंच प्रदान करता है।

इस प्रकार पूसा जर्नल ऑफ हॉस्पिटैलिटी एंड एप्लाइड साइंसेज़ ने अपने 11 वर्षों की यात्रा में अकादमिक और उद्योग जगत के बीच सेतु का कार्य करते हुए अनुसंधान और नवाचार की दिशा में उल्लेखनीय योगदान दिया है।

आगामी उत्सवों की प्रस्तुति

भारत पर्व
खेल सप्ताह
प्रबंधन दिवस
पी.एच.डी.सी.सी.आई. अंतर्राष्ट्रीय शेफ प्रतियोगिता
भारतीय संस्कृति और पाक शैली कार्यक्रम स्तर 1
ई.डी.पी. श्रृंखला
एफ.डी.पी. श्रृंखला

विजिलेंस

अवेयरनेस

कैंपेन 2025

विजिलेंस अवेयरनेस कैंपेन 2025 के अंतर्गत, आई.एच.एम. पूसा



ने 28 अक्टूबर 2025 को एक प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया, जिसमें जांच एवं रिपोर्ट लेखन, चार्जशीट निर्माण, तथा CTE प्रकार की गहन विषयों पर विशेष रूप से चर्चा की गई।

यह सत्र श्री एल.के. गांगुली, पूर्व निदेशक (A & F), NCHMCT, नोएडा द्वारा संचालित किया गया, जिन्होंने पारदर्शिता और जवाबदेही को सुदृढ़ बनाने के अपने व्यापक अनुभव एवं महत्वपूर्ण अंतर्दृष्टियाँ साझा कीं।

“भ्रष्टाचार क्षीण करता है, सतर्कता सशक्त बनाती है” थीम पर आधारित यह कार्यक्रम आई.एच.एम. पूसा की ईमानदारी, नैतिक आचरण और सुशासन के प्रति प्रतिबद्धता को और अधिक दृढ़ता से पुष्ट करता है।

स्टूडियो 82 : मीडिया एवं कंटेंट क्रिएशन

आई.एच.एम. पूसा ने हाल ही में स्टूडियो 82 का उद्घाटन किया, जो एक अत्याधुनिक डिजिटल मीडिया एवं कंटेंट क्रिएशन केंद्र है। इसे 1979-1982 बैच के छात्रों की पहल से संस्थान को भेंट किया गया है।



यह योगदान केवल वित्तीय निवेश का प्रतीक नहीं है, बल्कि अपने अल्मा मेटर के प्रति गहन जुड़ाव और उत्तरदायित्व का प्रमाण भी है। इस स्टूडियो को एक संपूर्ण मीडिया पारिस्थिति की तंत्र के रूप में विकसित किया गया है। इसमें पॉडकास्ट रिकॉर्डिंग बूथ, एडिटिंग सूट, उच्च गुणवत्ता वाले ऑडियो-विजुअल उपकरण तथा आधुनिक कार्यस्थल की सुविधाएँ उपलब्ध हैं। यहाँ छात्र डिजिटल कहानी-कथन, ब्रांडिंग और संचार जैसी अनिवार्य दक्षताओं का अभ्यास कर सकेंगे।

यह केंद्र न केवल शैक्षणिक अनुभव को समृद्ध करेगा, बल्कि छात्रों को अपनी प्रतिभा वैश्विक स्तर पर प्रदर्शित करने का अवसर भी प्रदान करेगा। स्टूडियो 82, आई.एच.एम. पूसा की नवाचार और पूर्व छात्र सहभागिता की परंपरा को नई ऊँचाइयों तक ले जाने वाला एक ऐतिहासिक कदम है।

इंपरफेक्शन : सफलता की कुंजी ?



शेफ ममता बिष्ट
विभागाध्यक्ष

मैं एक परफेक्शनिस्ट थी, हर चीज़ में परफेक्शन की तलाश में मैं घंटों तक संशोधन और रिफाइनमेंट में बिताती थी, सब कुछ सही करने की कोशिश करती थी। लेकिन इस प्रक्रिया में, मैंने बहुत समय और ऊर्जा खो दी। मैंने डेडलाइन, ऑपच्युनिटी, और अपनों के साथ समय बिताने का मौका खो दिया। मेरी परफेक्शन की खोज प्रगति और खुशी के लिए एक बाधा बन गई।

एक दिन, मुझे एहसास हुआ कि मेरी परफेक्शन की खोज मुझे विलंब की ओर ले जा रही है। इंपरफेक्ट कदम उठाना भी उस एक परफेक्ट कदम का इंतजार करने से बेहतर है।

स्वप्न तब सच होते हैं जब हम कदम उठाते हैं, भले ही वह इंपरफेक्ट हो, फिर भी यह आपको आपके सपने के करीब ले जाता है।

सीखे गए सबक:

- समय कीमती है : “इंपरफेक्शन” अक्सर “परफेक्शन” से बेहतर होता है।
- इंपरफेक्शन अवसर हैं: सीखने, सुधरने, और नवाचार करने का मौका देता है।
- परफेक्शन से अधिक प्रगति जरूरी है, कदम उठाना और आगे बढ़ना, परफेक्शन में फंसने से बेहतर है।

मुझे परफेक्शनिस्ट होने के जाल से बाहर निकलने में समय लगा। इंपरफेक्शन से डरना या छिपना नहीं चाहिए, बल्कि इसका हँसकर स्वागत करना चाहिए।

वह मरते दम तक मेरे साथ थी



जानवी त्यागी
तृतीया वर्ष बी.एससी.

मैं धीरे चलता या तेज़ वो हमेशा अपनी रफ़्तार से चलती। जीवन में कोई भी परिस्थिति आई कोई भी कठिनाई आई किंतु उसने मेरा साथ नहीं छोड़ा। मेरे हर संघर्ष को देखा उसने मेरे मुश्किल समय में भी उसने मेरा हाथ थामे रखा। जो कभी थककर बैठ जाता तो वो मुझे नसीहत देती। समय बहुत बलवान है, वो ताने सुनाती। मैं जब कभी सोचता कि ठहर जाऊँ इस ज़िंदगी की भागदौड़ से, वो मेरा

हाथ थामती और मुझे इस गतिशील दुनिया का आईना दिखाती। बारिश, पतझड़, धूप, आंधी हर मौसम में साथ निभाया है उसने मेरा। कभी जो बीमार होती तो रुक-सी जाती, हाँ दवा खाकर ठीक भी जल्दी हो जाती थी।

किंतु एक रोज़ एक हादसा हुआ, वक्रत फ़िर थम-सा गया कुछ ऐसा हुआ। मैंने उसे जगाने की कोशिशें की बहुत किंतु उस मंज़र ने जैसे उसकी नसों को कुचल डाला था। मैं सड़क से जा रहा था और वह भी मेरे साथ थी, हाथ में थामे हुए वह मेरा हाथ थी किंतु वह ज़रा लड़खड़ाई, नीचे गिरी और एक गाड़ी उसके ऊपर से गुज़र गयी।

ये तो तय है कि उसे भुला नहीं पाऊँगा कभी चाहे कोई अन्य मेरे जीवन में क्यों न आ जाए क्योंकि मुझे बहुत प्रिय थी मेरी वह - घड़ी।

कलाकृति की प्रस्तुति



सुमन सेठी



शिप्रा



रिधिमा शंकर



निमनजोत कौर

आतिथ्य उद्योग में पर्यावरणीय प्रथाएँ



श्री दर्श ध्यानी
संकाय

सतत विकास आतिथ्य उद्योग का केन्द्रीय स्तंभ बन चुकी है। होटल, रिसॉर्ट और रेस्तराँ पर्यावरणीय उत्तरदायित्व को वैकल्पिक नहीं, बल्कि अपनी पहचान का अभिन्न अंग मान रहे हैं। अतिथि अब ऐसे अनुभव चाहते हैं जो उनके मूल्यों के अनुरूप हों, और उद्योग ने इसका उत्तर उन नवाचारों से दिया है जो विलासिता को पर्यावरणीय संवेदनशीलता के साथ जोड़ते हैं।

ऊर्जा दक्षता इस परिवर्तन की आधारशिला है। आधुनिक प्रणालियाँ प्रकाश और तापमान नियंत्रण को इस प्रकार संचालित करती हैं कि अपव्यय न्यूनतम हो और आराम अक्षुण्ण रहे। जल संरक्षण भी उतना ही महत्वपूर्ण है—कम प्रवाह वाले उपकरण, ग्रे-जल पुनर्चक्रण और वर्षा जल संचयन अब दैनिक संचालन का हिस्सा बन चुके हैं, विशेषकर उन क्षेत्रों में जहाँ जल संकट गहरा है। पाकशालाएँ खाद्य अपशिष्ट की निगरानी और कम्पोस्टिंग को अपनाकर यह सुनिश्चित कर रही हैं कि स्वाद और जिम्मेदारी साथ-साथ चलें।

मेनू अब स्थानीय स्रोतों पर आधारित हैं, जहाँ ‘फार्म टू टेबल’ भोजन ताजगी और कार्बन पदचिह्न में कमी दोनों प्रदान करता है। वास्तुकला और आंतरिक सज्जा भी इस दृष्टिकोण को प्रतिबिंबित करती है, जिसमें पुनर्नवीनीकरण सामग्री और नवीकरणीय संसाधनों का प्रयोग होता है। सौर और पवन ऊर्जा जैसी नवीकरणीय शक्तियाँ अब केवल नवीनता नहीं, बल्कि दीर्घकालिक प्रतिबद्धता का प्रतीक हैं।

आतिथ्य की परिभाषा वही है जो अतिथि को विलासिता के साथ-साथ पृथ्वी के प्रति संवेदनशीलता प्रदान करे। सच्ची उत्कृष्टता वही है जो अनुभवों को अतिथि और पर्यावरण दोनों के सम्मान में रूपांतरित करे।

साक्षात्कार

श्री विरेंद्र स. दत्ता भारतीय आतिथ्य शिक्षा जगत के सबसे प्रतिष्ठित शिक्षाविदों में से एक हैं, जिन्होंने आई.एच.एम. पूसा में अपने योगदान से संस्थान की पहचान को नई ऊँचाइयों तक पहुँचाया। वे होटल मैनेजमेंट और शिक्षा के क्षेत्र में दशकों से सक्रिय हैं और अपने गहन अनुभव, शोध और मार्गदर्शन से असंख्य छात्रों को प्रेरित कर चुके हैं। श्री दत्ता ने न केवल अकादमिक उत्कृष्टता को बढ़ावा दिया बल्कि उद्योग और शिक्षा के बीच सेतु का कार्य करते हुए विद्यार्थियों को व्यावहारिक दृष्टिकोण प्रदान किया। आज वे एक प्रेरणादायी शिक्षक, मार्गदर्शक और विचारक के रूप में जाने जाते हैं, जिनकी विरासत आने वाली पीढ़ियों को दिशा देती रहेगी।

1. जब आतिथ्य उद्योग अपने प्रारंभिक चरण में था, तब आपको इस क्षेत्र में करियर चुनने की प्रेरणा कैसे मिली?

आतिथ्य उद्योग, यद्यपि उस समय उतना विकसित नहीं था जितना कि आज है, मुझे वैश्विक कार्य अवसरों, विभिन्न व्यंजनों का स्वाद लेने, और लोगों से जुड़ने का अवसर प्रदान किया। मेरे पिता, जो एक महान शिकारी थे, ने मुझे पाँच साल की उम्र में ही जंगली खेल के प्रसंस्करण और भोजन पकाने की प्रक्रिया से परिचित कराया, जिससे मेरी रुचि बढ़ी। इसके अलावा, मेहमानों को यादगार अनुभव प्रदान करने का आनंद भी मेरे लिए एक महत्वपूर्ण प्रेरणा थी। यह एक ऐसा क्षेत्र था जो निरंतर सीखने और सीधे प्रभाव डालने का अवसर प्रदान करता था।

2. आपको इंडियन कलिनरी फोरम द्वारा 'हॉल ऑफ फ़ेम' पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। अपने लंबे करियर में इस उपलब्धि का आपके लिए क्या महत्व है?

'हॉल ऑफ फ़ेम' पुरस्कार प्राप्त करना मेरे लिए गौरव का क्षण था। व्यक्तिगत रूप से, यह दशकों की मेहनत और समर्पण का फल था। पेशेवर रूप से, यह मुझे आई.एच.एम.पूसा द्वारा प्राप्त शिक्षा और आतिथ्य उद्योग से प्राप्त अनुभव के लिए सम्मान था, जिसने मुझे वैश्विक स्तर पर अपनी पहचान बनाने में मदद की। यह पुरस्कार मुझे आगे भी उत्कृष्टता के लिए प्रेरित करता है और नई पीढ़ी का मार्गदर्शन करने के लिए प्रोत्साहित करता है।

3. छह दशकों में, आप आतिथ्य उद्योग में सबसे महत्वपूर्ण परिवर्तन क्या मानते हैं?

छह दशकों में, न केवल हॉस्पिटैलिटी उद्योग बल्कि ग्राहक जागरूकता में भी महत्वपूर्ण परिवर्तन आया है। सबसे बड़े बदलावों में व्यंजनों और भोजन अनुभवों का वैश्वीकरण, संचालन और मेहमानों के साथ जुड़ाव के लिए तकनीक का एकीकरण, और स्थायित्व और नैतिक प्रथाओं पर बढ़ता ध्यान शामिल हैं। मेहमानों की व्यक्तिगत अनुभवों की मांग और विपणन और रचनात्मकता पर डिजिटल प्लेटफार्मों का प्रभाव भी वास्तव में परिवर्तनकारी रहा है।

5. आई.आई.सी.ए. का नेतृत्व करते और इसकी पहचान बनाते समय आपका क्या दृष्टिकोण रहा?

आई.आई.सी.ए. का नेतृत्व करते हुए मेरी दृष्टि हमेशा समाज को वापस देने और मेरे अल्मा मेटर को वापस देने की रही है, जिसने मुझे ज्ञान और अवसर प्रदान किए और मेरे सफर में मेरा समर्थन किया। मैं आई.आई.सी.ए. को एक प्रमुख संस्थान में बदलना चाहता था जो न केवल विश्व स्तरीय पाक और आतिथ्य शिक्षा प्रदान करता है, बल्कि प्रतिस्पर्धी भावना, रचनात्मकता, एक मजबूत नैतिक आधार और जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण को भी बढ़ावा देता है। मेरा उद्देश्य एक ऐसा वातावरण बनाना था जहां छात्र व्यावहारिक कौशल प्राप्त कर सकें, वैश्विक परिप्रेक्ष्य के साथ उद्यमी क्षमताएं विकसित कर सकें, और ऐसे जिम्मेदार नेता बन सकें जो उद्योग और समाज में अर्थपूर्ण योगदान दें।



श्री विरेंद्र स. दत्ता

4. आप अपनी वित्तीय निवेश की मजबूत समझ के लिए जाने जाते हैं। स्मार्ट वित्तीय निर्णय लेने के बारे में आप अपने सहयोगियों या युवा पेशेवरों को क्या महत्वपूर्ण सलाह देते हैं?

सहयोगियों और युवा पेशेवरों के लिए, मेरी प्रमुख वित्तीय सलाह यह है कि बचत और निवेश जल्दी शुरू करें (अपनी पहली तनखाह का 20% से शुरू करें), भले ही राशि छोटी हो। अपनी बचत को ऐसे संपत्तियों से जोड़ें जो न केवल मुद्रास्फीति की दर के साथ बढ़ती हैं, बल्कि उससे अधिक बढ़ती हैं। वेतन कभी भी आपकी बढ़ती आकांक्षाओं और पारिवारिक मांगों को

पूरा करने के लिए पर्याप्त नहीं होगा। समझें कि बैंक में पैसा केवल अपनी क्रय शक्ति में घटता है। शेयर बाजार के संचालन की व्यापक समझ प्राप्त करें, अपने निवेशों में विविधता लाएं, सभी अंडे एक ही टोकरी में न रखें, और प्रतिबद्धता से पहले पूरी तरह से शोध करें। सबसे महत्वपूर्ण बात, अपनी आय के अनुसार जीवन व्यतीत करें, आपातकालीन धन का निर्माण प्राथमिकता दें, और वित्तीय बाजारों और व्यक्तिगत वित्त के बारे में खुद को लगातार शिक्षित करें। मेरे अनुभव में, अंतिम लक्ष्य एक टुकड़ा जमीन हासिल करना होना चाहिए, फिर चाहे यह छोटा ही हो।

6. आप अपने छात्रों और टीम को कौन से मूलभूत मूल्य सिखाते हैं?

मेरे नेतृत्व में, मैंने लगातार कई मूल्यों पर जोर दिया है:

अपने सीनियर्स का सम्मान करें - उनसे उनके सकारात्मक गुणों के बारे में सीखें।

उत्कृष्टता- हम जो कुछ भी करते हैं उसमें उच्चतम मानकों के लिए प्रयास करना, पाक प्रदर्शन से लेकर मेहमानों की सेवा तक।

अखंडता- ईमानदारी, पारदर्शिता और नैतिक आचरण को बनाए रखना।

नवाचार- रचनात्मक सोच और निरंतर सुधार को प्रोत्साहित करना।

समूहकार्य- सहयोगी भावना और पारस्परिक सम्मान को बढ़ावा देना।

सहानुभूति- मेहमानों और सहयोगियों की जरूरतों को समझना और उनकी अनुमान लगाना।

व्यावसायिकता- आचरण, स्वरूप और समर्पण का उच्च स्तर बनाए रखना।

और सबसे आखिर में- जीवनपर्यंत एक छात्र बनकर रहें : सीखना कभी रुकना नहीं चाहिए।

संविधान प्रश्नोत्तरी

1. संविधान दिवस किस तिथि को मनाया जाता है?
2. भारतीय संविधान के जनक किसे कहा जाता है?
3. संविधान किस वर्ष अंगीकृत हुआ?
4. संविधान किस वर्ष लागू हुआ?
5. संविधान की मूल भाषा क्या थी?
6. भारत के प्रथम राष्ट्रपति कौन थे?
7. प्रारम्भिक संविधान में कितने अनुच्छेद थे?
8. प्रारम्भिक संविधान में कितनी अनुसूचियाँ थीं?



प्रश्नोत्तरी तक पहुंचने के लिए यहां दिया गया QR कोड स्कैन करें:

9. मौलिक अधिकार किस भाग में हैं?
10. नीति निर्देशक तत्व किस भाग में हैं?
11. संशोधन प्रक्रिया किस अनुच्छेद में है?
12. राष्ट्रीय आपातकाल किस अनुच्छेद में है?
13. अस्पृश्यता किस अनुच्छेद से समाप्त हुई?
14. धर्म की स्वतंत्रता किस अनुच्छेद में है?
15. प्रस्तावना में "धर्मनिरपेक्ष" शब्द किस संशोधन से जोड़ा गया?

खाद्य

मोरिंगा के पत्ते	100 ग्रा.
ऊर्जा	282 के.जे.
प्रोटीन	6.4 ग्रा.
बीटा कैरोटीन	17542 μ ग्रा.
लोह	4.56 मि.ग्रा.
कैल्शियम	314 मि.ग्रा.

IFCT, NIN(2017)

दिल मांगे मोरिंगा

मोरिंगा ओलिफेरा (सहजन, ड्रमस्टिक) को 'ट्री ऑफ़ लाइफ' या चमत्कारी पेड़ भी कहते हैं। यह एक महत्वपूर्ण औषधीय पौधा है जो दुनिया भर में व्यापक रूप से मौजूद है। यह स्वदेशी मूल से भारत, अरब एवं ईस्ट इंडीज़ में पाया जाता है। मोरिंगा का वर्णन चरक संहिता, आष्टांग हृदय, कश्यप संहिता, शरण गंधारा योगारत्नाकारा जैसे प्राचीन ग्रंथों में देखने को मिलता है। इस पेड़ के लगभग सभी भाग प्रयोग में लाए जाते हैं। मोरिंगा की पत्तियों में विशेष रूप से बीटा कैरोटीन, कैल्शियम, पोटेशियम जैसे पौष्टिक तत्व भरपूर मात्रा में होते हैं। यह फ्लेवोनोइड, फेनोलिक एसिड, पॉलीफेनोल, फेनोल जैसे चिकित्सीय तत्वों से भी परिपूर्ण है। इसमें रोगाणुरोधी तथा कवकनाशी प्रक्रिया भी मौजूद है। शोध के अनुसार मोरिंगा में दूध से चार गुना अधिक कैल्शियम तथा दो गुना ज्यादा बेहतर सुपाच्य प्रोटीन होता है। मोरिंगा को फंक्शनल फूड की भाँति खाद्य उत्पादों जैसे वेजिटेबल सूप पाउडर, कुकीज़, स्नैक्स, दही, ब्रेड इत्यादि के प्रयोग में लिया जाता है। सेवन के लिए मोरिंगा की पत्तियों से चटनी, सूप, सब्जी, चपाती, इत्यादि बनाये जा सकते हैं। इन्हें दाल में भी डाला जाता है तथा सांभर में भी इनका प्रयोग काफ़ी सामान्य है जो पौष्टिक तत्वों को बढ़ाता है। इसके अलावा स्मूदी अथवा जूस में डाल कर भी इनका लाभ उठाया जा सकता है।

2 दिन की यात्रा योजना - शोजा

शोजा हिमाचल प्रदेश की शांत और मनमोहक पहाड़ियों में बसा एक खूबसूरत पर्वतीय गाँव है। घने देवदार के जंगलों, बर्फ़ से ढकी चोटियों और बादलों से घिरी वादियों के बीच स्थित शोजा प्रकृति प्रेमियों और शांति की तलाश में आने वाले यात्रियों के लिए एक आदर्श स्थान है। यहाँ की ताज़ी हवा, सुकून भरा माहौल और हिमालय के शानदार दृश्य इस यात्रा को यादगार बना देते हैं।

शाम 4:30 बजे - गाँव
भ्रमण: लकड़ी के घर,
स्थानीय जीवन और शांत
वातावरण



शाम 6:00 बजे - सूर्यास्त
दृश्य: घाटियाँ सुनहरी धुंध में
नहाई हुई



दोपहर 2:30 बजे - शोजा
वाटरफॉल : देवदार के
जंगलों से होकर झरने तक
छोटी पदयात्रा



दोपहर 12:30 बजे -
आगमन



सुबह 5:30 बजे -
प्रस्थान → शोजा
प्रथम दिन

सुबह 6:30 बजे रघुपुर किला ट्रेक:
घास के मैदान, हिमालयी दृश्य और
प्राचीन खंडहर



द्वितीय दिन

शाम 4:30 बजे - घाटी का
नज़ारा और विश्राम



शाम 7:00 बजे - लोककथाएँ
और सांस्कृतिक अनुभव

दोपहर 3:00 बजे - झील
किनारे समय बिताना



सुबह 11:30 बजे - जलौरी दर्रा
से सेरोलसर झील भ्रमण:
देवदार व ओक के जंगलों में
छिपी पवित्र झील



रात 9:00 बजे -
शोजा → वापसी यात्रा

Chandran