

Topic: Food Management

B.A. Part 1

Dr. Bandana Kumari

Guest lecturer

Home Science Dept

SNSRKS, College  
Saharsa

## A. कार्मिक प्रबन्धन

“कार्मिक प्रबन्धन, प्रबन्ध कार्य का वैसा भाग है, जो किसी संगठन में मूलतः मानव-सम्बन्धों से सम्बन्धित है. जिसका उद्देश्य उन सम्बन्धों का अनुपालन है, जो व्यक्ति के कल्याण को ध्यान में रखते हुए, उपक्रम में कार्यरत् लोगों द्वारा उसके प्रभावकारी कार्यक्रम में अधिकतम योगदान देने में सक्षम बनाता है.” इसे विभिन्न नामों से पुकारा जाता है, जैसे—Personnel Administration, Labour Relations, Management of Human Relations, Industrial Relations आदि.

कार्मिक प्रबन्धन के निम्नलिखित लक्षण हैं—

(1) कार्मिक प्रबन्धन कार्यरत् व्यक्तियों के प्रबन्ध से सम्बन्धित है.

(2) कार्मिक प्रबन्धन कर्मचारियों से व्यक्तिगत और सामूहिक दोनों रूप से सम्बन्धित है.

(3) कार्मिक प्रबन्धन कर्मचारियों को उनके गुणों और क्षमताओं को विकसित करने से सम्बन्धित है, जिससे कि कर्मचारियों को कार्य-संतुष्टि प्राप्त हो सके.

(4) कार्मिक प्रबन्धन सभी संगठनों और उनके सभी पहलुओं में अंतर्ग्रस्त है.

(5) कार्मिक प्रबन्धन निरन्तर प्रकृति का है.

(6) कार्मिक प्रबन्धन पूर्व-निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए कर्मचारियों का स्वैच्छिक सहयोग प्राप्त करने का प्रयास करता है.

इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ पर्सनल मैनेजमेंट, कलकत्ता के अनुसार कार्मिक प्रबन्धन के कार्यों का निम्नलिखित वर्गीकरण किया जा सकता है—(i) औद्योगिक सम्बन्धों का उन्नयन,

(ii) संयुक्त विचार-विमर्श का उपयोग, (iii) प्रबन्धन को श्रम नीति के निर्धारण और प्रबन्धन-कर्मचारी सम्बन्ध में घनिष्टता पैदा करने में सहायता प्रदान करना, (iv) प्रबन्धन को कर्मचारियों की सुरक्षा, स्वास्थ्य और कल्याण के बारे में परामर्श देना, (v) कारखानों में सुविधाओं और कल्याण-सम्बन्धी कार्यों की वृद्धि करना और (vi) कर्मचारियों के प्रशिक्षण और आगे की शिक्षा के लिए प्रबन्धन को परामर्श देना.

## B. आहार-प्रबन्धन

उत्पादनों से उपलब्ध खाद्य-सामग्री और साधनों की विवेकपूर्ण ढंग से मितव्ययता को ध्यान में रखते हुए पारिवारिक आहार सम्बन्धी लक्ष्यों को प्राप्त करना ही आहार-प्रबन्धन कहलाता है. पोषण-सम्बन्धी आवश्यकताएँ विभिन्न व्यक्तियों में विभिन्न होती हैं, जिसे प्रभावित करने वाले कारक भी आयु, लिंग, जलवायु श्रम, कार्य एवं शारीरिक अवस्था में विभिन्न होते हैं.

ज्ञान-कुशलता एवं योग्यता से गृहिणी भोजन सम्बन्धी कार्यों को प्रभावपूर्ण ढंग से संगठित और व्यवस्थित करके परिवार को श्रेष्ठ पोषण प्रदान करने के साथ-साथ धन, समय एवं शक्ति का सर्वश्रेष्ठ उपयोग करते हुए उनके व्यय पर पूर्ण नियन्त्रण रखती है. परिवार के बढ़ने पर उच्च ज्ञान, विकसित योग्यता, अर्जित कुशलताओं की सहायता से गृहिणी धन, समय एवं शक्ति के निरर्थक व्यय पर रोक लगाकर, सब कार्यों को एक विशेष ढंग की व्यवस्था में संजोकर निभाती है. उद्देश्य की उत्पत्ति उस परिवार द्वारा पोषित मूल्यों द्वारा होती है. खाद्यों का चयन, खरीददारी, भोजन बनाना, परोसना, स्वच्छता बनाए रखना, उसका उपयोग आदि सभी बातों का ध्यान होना चाहिए.

आहार प्रबन्धन के मुख्य लक्ष्य—आहार प्रबन्धन के मुख्य चार लक्ष्य निम्नलिखित होते हैं—

(a) परिवार के लिए पर्याप्त पौष्टिक भोजन उपलब्ध करना;

(b) उपलब्ध धन से पौष्टिक आहार का आयोजन करना;

(c) सदस्यों की पसंद के अनुसार भोजन का आयोजन करना तथा;

(d) धन, समय एवं शक्ति के सदुपयोग और व्यय पर नियन्त्रण रखना.

उपर्युक्त लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए श्रम एवं समय बचत उपकरणों का प्रयोग करना चाहिए. भोजन की पौष्टिकता और गुण, रुचि, रंग, चयन आदि में वृद्धि परिवार के सामाजिक-आर्थिक स्तर, अनुभव, शिक्षा, मकान की स्थिति, गृहिणी की नौकरी की प्रवृत्ति एवं जीवन मूल्यों से निर्धारित होते हैं. आहार प्रबन्धन करते समय गृहिणी को भोजन का पसंद आना या नहीं आना व्यक्ति-विशेष पर निर्भर करता है, उसे समझ लेना चाहिए. व्यक्ति को उसकी रुचि के अनुकूल ही भोजन देना चाहिए तभी पाचक-रस अच्छी तरह से उत्पन्न होते हैं तथा भोजन अच्छी तरह से पचता है. किसी विशेष खाने को नहीं चाहने-वालों को उसे आकर्षक ढंग से परोसकर, रुचिपूर्ण बनाकर खाने के लिए प्रेरित किया जाता है. इसके अतिरिक्त बर्तन, तश्तरी, थाली, काँच के सामान, चीनी-मिट्टी के पात्र, रंग-बिरंगी प्लास्टिक की वस्तुओं से उस स्थान की सजावट तथा खाने की टेबुल की सजावट विशेष रूप से खाने के सम्पूर्ण एवं समग्र आकर्षण में वृद्धि करती है. आकर्षक भोजन से खाने की अभिलाषा बढ़ती है. भूख की संवेदना उत्तेजित होती है.

आहार प्रबन्धन के लिए गृहिणी को पोषण विज्ञान की जानकारी के साथ ही परिवार के विभिन्न सदस्यों को किस प्रकार का पोषण मिलना चाहिए, इसकी भी जानकारी होनी चाहिए, जैसे—बच्चों के भोजन में कम कैलोरी एवं कम प्रोटीन की जरूरत, बच्चों के भोजन उत्तम प्रोटीन युक्त, शारीरिक कार्य करने वालों को मानसिक कार्य करने वाले की अपेक्षा भोजन में अधिक कैलोरी तथा महिलाओं की अपेक्षा

पुरुषों के भोजन में अधिक कैलोरी की आवश्यकता होती है. कम खर्च में अधिक-से-अधिक पौष्टिक भोजन की तैयारी गृहिणी को बाजार की भी जानकारी होनी चाहिए.

आहार प्रबन्धन को कम समय तथा कम श्रम में आयोजित करना—आहार प्रबन्धन को कम समय तथा कम श्रम में आयोजित प्रकार से आयोजित करना चाहिए—

(a) आहार प्रबन्धन कई दिनों के लिए एक साथ बना लेनी चाहिए तथा आवश्यकता पड़ने पर इसे परिवर्तनशील व्यावहारिक एवं लचीला भी होना चाहिए.

(b) ऐसे समय पर बाजार जायें जब रास्ते एवं बाजार में भीड़ कम हो.

(c) कई दिनों के लिए सामान एक साथ खरीदकर फ्रिज में रख लेना चाहिए.

(d) दोनों समय के लिए सब्जी एवं अन्य व्यंजन बनाकर फ्रिज में रखना चाहिए.

(e) भंडार घर, खाना पकाने एवं परोसने से सम्बन्धित स्थानों पर सभी सामग्री सहज उपलब्ध रखना चाहिए.

(f) घरेलू उत्पादनों से, जैसे—मक्खन, घी, मट्ठा, हरी सब्जी, फल से भी समय-श्रम की बचत होती है तथा भोजन की एकरसता दूर होती है.

(g) परिवार के अन्य सदस्यों की सहायता, रेडीमेड भोज्य पदार्थ, समय-श्रम बचाऊ उपकरण आदि के प्रयोग करनी चाहिए.

(h) सप्ताह में कभी-कभी बाहर भोजन की व्यवस्था कर लेने से समरसता भी खत्म होती है तथा आने वाले दिनों के लिए नई शक्ति एवं स्फूर्ति भी आती है.

इस प्रकार, सफल आहार प्रबन्ध से परिवार के पोषण सम्बन्धी आवश्यकताओं की पूर्ति भी होती है तथा सभी को उनकी पसंद का उचित आहार भी मिल जाता है. कई दिनों के लिए आहार का प्रबन्ध कर लेने से सभी आवश्यक सामानों की खरीददारी की जा सकती है. धन, समय एवं शक्ति का बचाव बेहतर आयोजन तथा सुव्यवस्था से किया जाता है. पूर्व आयोजन से परिवार को मनपसंद भोजन मिल जाता है.