

!! JAI SHRI GURUDEV !!
SRI ADICHUNACHANGIRI FIRST GRADE COLLEGE,
CHANNARAYAPATANA
DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Report of Special Lecture on “FOOD and Nutrition” – February/2022

Bhaskara. J
Physical Education Director
Email: bhaskaraj1986@gmail.com

Department of Physical Education and Sports, Sri Adichunachangiri First Grade College, Channarayapatna, organized one day special lecture **05th February 2022** at 10.30 am. The event was inaugurated by Dr.K.N.Hariparasad, Physical Education Director, Vidyavardhaka First Grade College, Mysore. Over 250 students and staff members had participated in this program.

Mr.J.Bhaskara, Director of Physical Education and Sports welcomed the gathering. The chief guest Dr.K.N.Hariparasad, Physical Education Director, Vidyavardhaka First Grade College, Mysore spoke about the importance of Food and Nutrition in daily life. He asked students to transform this seminar content to family, friends and neighbours to keep the society physical and mentally fit. Dr.N.Shankarash remarked presidential note and highlighted the significance of nutrition food in a daily diet. Miss.Sanjana.C.P, member of sports committee, SAFGC anchored this event. Dr.Chandrashekar.B.N, Mr.Shridhar, Mr.Narasimhamurthy, Miss.Kavitha, Dr.Nirupama, Miss.Binduraj were also present. Mr.Siddaraju made a vote of thanks.

ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಿ




ಚನ್ನರಾಯಪಟ್ಟಣ: ಯುವ ಸಮುದಾಯ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕುರುಕುಲ ತಿಂಡಿಯ ದಾಸರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಹೊರ ಬಂದು ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಮೈಸೂರಿನ ವಿದ್ಯಾವರ್ಧಕ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಕಾಲೇಜು ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ನಿರ್ದೇಶಕ ಡಾ.ಕೆ.ಎನ್.ಹರಿಪ್ರಸಾದ್ ತಿಳಿಸಿದರು.

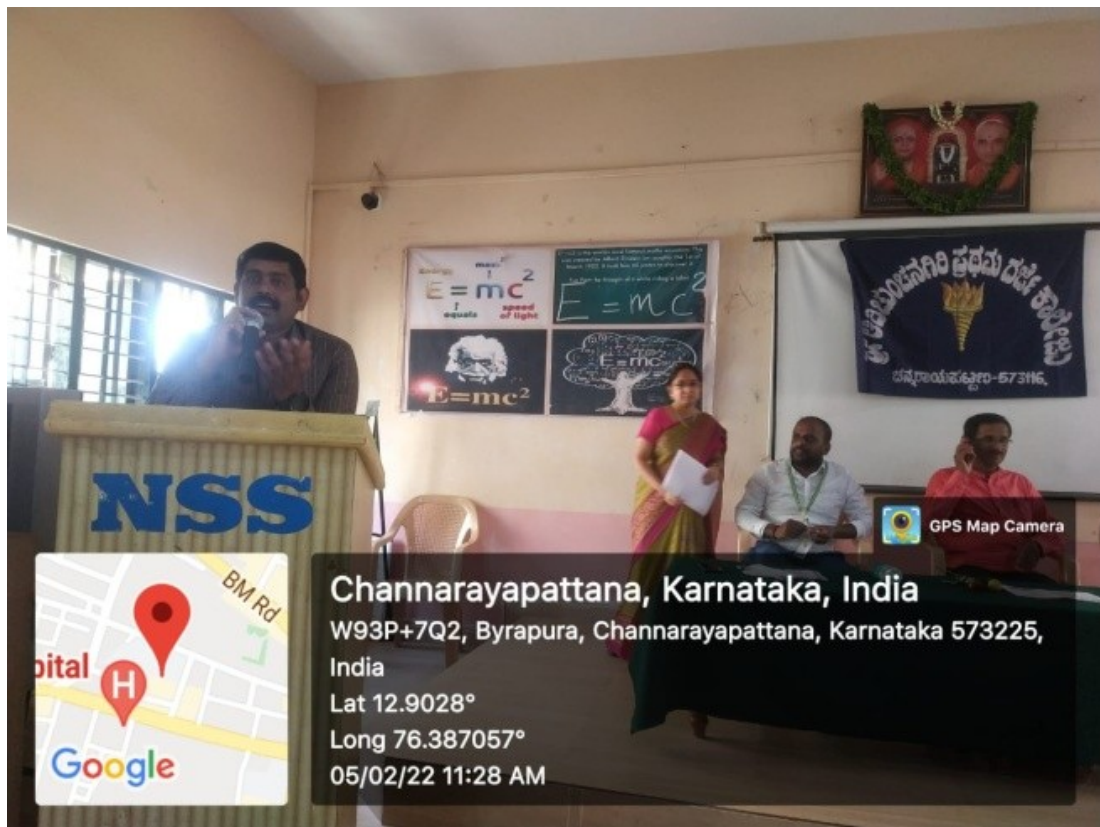
ಪಟ್ಟಣದ ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಕಾಲೇಜಿನ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಕುರಿತು ಉಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಯುವ ಸಮುದಾಯ ರಸ್ತೆ ಬದಿ ಕುರುಕಲು ತಿಂಡಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಕೆಫೆಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಗೆ ಮುಂದಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಲಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

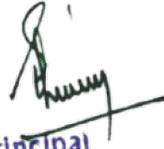
ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ, ದೇಶೀಯ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ದ್ವಿದಳ ಧಾನ್ಯ, ಹೆಚ್ಚಿನಾಂಶ ಅಂಶ ಇರುವ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಯನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಸಮಾಜದ

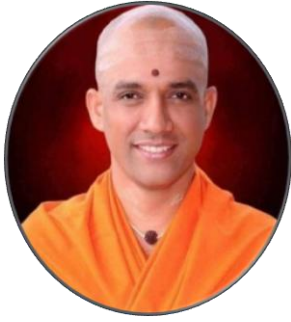
ಚನ್ನರಾಯಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಉಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ನಿರ್ದೇಶಕ ಡಾ.ಕೆ.ಎನ್. ಹರಿಪ್ರಸಾದ್ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು.

ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಸಾಧ್ಯ ಯೋಗಾಸನ, ವಾಯು ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಆನಾರೋಗ್ಯ ವಿಹಾರ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಡಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ನೀಡಿ, ಜಾಗೃತಿಕ ತಾಪಮಾನದಿಂದ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಪರಿಸರ ಕಾಪಾಡಬೇಕು ಇರುವುದರಿಂದ ನೀರು, ಗಾಳಿ ಕಲುಷಿತವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದರು. ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಬೋಧಕ ಭಾಸ್ಕರ, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಸಿ.ಪಿ.ಸಂಜನಾ, ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ ಸಿದ್ದರಾಜು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.


Principal
Sri Adichunachangiri First Grade College
Channarayapatna




Principal
Sri Adichunchanagiri First Grade College
Channarayapatna



SRI ADICHUNCHANAGIRI FIRST GRADE COLLEGE

CHANNARAYAPATNA, HASSAN-573116, Karnataka

(Affiliated to University of Mysore)

[Re-Accredited with 'B+' Graded by NAAC]



INVITATION



"Special Lecture Programme on Nutrition"


05th Feb 2022

Organised By



Department of Physical Education

& Collaboration with IQAC


Principal
Sri Adichunchanagiri First Grade College
Channarayapatna

VENUE: HCS HALL

TIME: 10.30 AM



Divine Blessings

**His Holiness Parama Poojya Jagadguru Padmabhushana
Sri Sri Sri Dr. Balagangadharanatha Mahaswamiji**

Gracious Blessings

**His Holiness Parama Poojya Jagadguru
Sri Sri Sri Dr. Nirmalanandanatha Mahaswamiji
President**

Sri Adichunchanagiri Mahasamsthana Mutt

Gracious Presence

**His Holiness
Poojya Sri Sri Shambhunatha Swamiji
Secretary**

Sri Adichunchanagiri Shikshana Trust (R)
Hassan and Kodagu.

Chief Guest

Dr. N.S. Ramegowda

Chief Executive Officer

Sri Adichunchanagiri Shikshana Trust (R.)
BG Nagar

Resource Person

Dr. Hariprasad

Physical Education Director
Vidyavardhaka First Grade College
Myoser

President

Dr. N. Shankarsh

Principal


SAFG College, Channarayapatna

Convener

Bhaskara J.

Physical Education Instructor
SAFG College, Channarayapatna




Principal
Sri Adichunchanagiri First Grade College
Channarayapatna

**CORDIALLY INVITED BY
TEACHING, NON TEACHING STAFF AND STUDENTS**