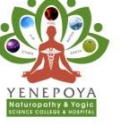




ಯೆನೆಪೋಯ ನ್ಯಾಚುರೋಪತಿ ಮತ್ತು ಯೋಗಿಕ ಸೈನ್ಸ್ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು  
ಆಸ್ಪತ್ರೆ  
**Yenepoya Naturopathy & Yogic Science College & Hospital**

Naringana, Deralakatte Post, Mangalore - 575018 Ph: 8494935215  
Email: [officeynymch@yenepoya.edu.in](mailto:officeynymch@yenepoya.edu.in), <http://ynysch.yenepoya.edu.in>



02-09-2024

**Rashtriya Poshan Maah 2024 Launched with Enthusiasm at Yenepoya Naturopathy and Yogic Science College and Hospital**

**Yenepoya, Karnataka, September 2, 2024** – The much-anticipated Rashtriya Poshan Maah 2024 was officially launched today at Yenepoya Naturopathy and Yogic Science College and Hospital, Yenepoya (Deemed to be University). The event, designed to raise awareness about nutrition and promote healthy eating habits, kicked off with great enthusiasm and participation from community members.

The launch ceremony was marked by a series of informative sessions, interactive workshops, and engaging activities aimed at emphasizing the importance of balanced nutrition in maintaining overall health. The event began with an insightful keynote address by Ajith K, Assistant Professor, a renowned expert in nutrition science, who highlighted the critical role of dietary practices in improving health outcomes and encouraged attendees to adopt healthier lifestyles.

We are honoured to inaugurate Rashtriya Poshan Maaha 2024 at our college, said Dr. Puneeth Ragavendra K R, Principal of Yenepoya Naturopathy and Yogic Science College. Our aim is to foster a greater understanding of nutrition and provide practical tools for making informed dietary choices that contribute to long-term well-being.

Dr Sunitha, Assistant Professor addressed in detail that the program will be happening throughout the month with various workshops covering topics such as nutritious meal planning, understanding food labels, and the benefits of incorporating traditional and modern nutritional practices. Cooking demonstrations on healthy recipes, while personalized nutrition consultations offered valuable insights into individual dietary needs.

Additionally, the college introduced a new community outreach program as part of Rashtriya Poshan Maah. This initiative aims to provide educational resources and support to local families, helping them make healthier food choices and improve their overall nutritional habits.

Yenepoya Naturopathy and Yogic Science College and Hospital is dedicated to advancing the field of nutrition and promoting holistic health. Rashtriya Poshan Maaha serves as a vital platform for the institution to highlight its commitment to fostering a culture of health and nutrition awareness. Faculties and students witnessed the program.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪೋಲಿಸ್ ಮಾಹ್ 2024 ಅನ್ನು ಯೆನೆಪೋಯ ನ್ಯಾಚುರೋಪತಿ ಮತ್ತು ಯೋಗಿಕ್ ಸೈನ್ಸ್ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಯಿತು

ಯೆನೆಪೋಯ, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2, 2024 - ಬಹು ನಿರೀಕ್ಷಿತ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪೋಲಿಸ್ ಮಾಹ್ 2024 ಅನ್ನು ಇಂದು ಯೆನೆಪೋಯ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಯಿತು. ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಈವೆಂಟ್ ಬಹಳ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.

ಒಟ್ಟಾರೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಮತೋಲಿತ ಪೋಷಣೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯುಕ್ತ ಅವಧಿಗಳು, ಸಂವಾದಾತ್ಮಕ ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳು ಮತ್ತು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಸಮಾರಂಭವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಜಿತ್ ಕೆ, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದ ಖ್ಯಾತ ತಜ್ಞ, ಅವರು ಆರೋಗ್ಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವವರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ಈವೆಂಟ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.

ಯೆನೆಪೋಯ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲ ಡಾ.ಪುನೀತ್ ರಾಗವೇಂದ್ರ ಕೆ.ಆರ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುವ ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಆಹಾರದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಡಾ.ಸುನೀತಾ ಅವರು ವಿವರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ತಿಂಗಳಾದ್ಯಂತ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಯೋಜನೆ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ವಿವಿಧ ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ನಡೆಯಲಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ, ಕಾಲೇಜು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪೋಲಿಸ್ ಮಾಹ್ನ ಭಾಗವಾಗಿ ಔಟ್‌ರೀಚ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿತು. ಈ ಉಪಕ್ರಮವು ಸ್ಥಳೀಯ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಅವರ ಒಟ್ಟಾರೆ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಯೆನೆಪೋಯ ನ್ಯಾಚುರೋಪತಿ ಮತ್ತು ಯೋಗಿಕ್ ಸೈನ್ಸ್ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಸಮರ್ಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪೋಲಿಸ್ ಮಾಹ್ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಅರಿವಿನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ತನ್ನ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಲು ಪ್ರಮುಖ ವೇದಿಕೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ವಿಯಾದರು.

Dr. Puneeth Raghavendra K R  
I/c Principal  
Yenepoya Naturopathy & Yogic Science College & Hospital

