



ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮಂಡಳಿ
ಭಾರತೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆ ಆವರಣ, ಬೆಂಗಳೂರು-12

ಕೆ.ಎಸ್.ಸಿ.ಎಸ್.ಟಿ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಕಚೇರಿ ಕಲಬುರಗಿ
ಮತ್ತು

**ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಜಿಲ್ಲಾ
ಪಂಚಾಯತ್, ಬಳ್ಳಾರಿ ಜಿಲ್ಲೆ**
ಇವರ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನದ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ

**“ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ, ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಮತ್ತು
ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ”**

ದಿನಾಂಕ: 22/03/2024

ಸ್ಥಳ: ಡಿ.ಎನ್.ಬಿ. ಸಭಾಂಗಣ, ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಆವರಣ.

ಸಮಯ	ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವಿವರಗಳು	
9:30 – 10:30	ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ನೋಂದಣಿ	
10:30 – 10:40	ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಸ್ವಾಗತ ಮತ್ತು ನಿರೂಪಣೆ	ಶ್ರೀ ಈಶ್ವರ ದಾಸಪ್ಪನವರ್ ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣಾಧಿಕಾರಿ
10:40 – 10:50	ಉದ್ಘಾಟನೆ ಹಾಗೂ ಉದ್ಘಾಟನೆ ನುಡಿ	ಡಾ.ವೈ. ರಮೇಶ್ ಬಾಬು ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಬಳ್ಳಾರಿ
10:50 – 11:05	ಪ್ರಾಸ್ತಾವಿಕ ನುಡಿ	ಡಾ.ಯು.ಟಿ. ವಿಜಯ್ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು, ಕೆ.ಎಸ್.ಸಿ.ಎಸ್.ಟಿ. ಬೆಂಗಳೂರು
11:05 – 11:15	ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳ ನುಡಿ	ಡಾ.ಬಸರೆಡ್ಡಿ ಎನ್ ಜಿಲ್ಲಾ ಶಸ್ತ್ರ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತಜ್ಞರು, ಬಳ್ಳಾರಿ
11:15 – 11:25	ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಅತಿಥಿಗಳ ನುಡಿ	ಡಾ. ಹನುಮಂತಪ್ಪ ಮಕ್ಕಳ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಆರೋಗ್ಯಾಧಿಕಾರಿ, ಬಳ್ಳಾರಿ
11:25 – 11:40	ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಮತ್ತು ವಂದನಾರ್ಪಣೆ	ಡಾ. ಸೈಯದ್ ಸಮೀರ್ ಯೋಜನಾ ಅಭಿಯಂತರರು ಕೆ.ಎಸ್.ಸಿ.ಎಸ್.ಟಿ. ಬೆಂಗಳೂರು.
11:40 – 12:00	ಚಹಾ ವಿರಾಮ ಮತ್ತು ಗುಂಪು ಛಾಯಾಚಿತ್ರ	
	ತಜ್ಞರ ಉಪನ್ಯಾಸ (ಮುಂದಿನ ಪುಟ)	

12:00 – 01:00	<p>ವಿಷಯ: "ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ: ಮುಟ್ಟಿನ ಆಚೆ"</p> <p>ಉಪವಿಷಯಗಳು:</p> <ul style="list-style-type: none"> ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಬಾಲಕಿಯರಿಗೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ. ಮುಟ್ಟಿನ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಮಿಥ್ಯಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು. ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ನಿಯಮಿತ ತಪಾಸಣೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ. 	ಡಾ. ಸುರೇಖಾ
01:00 – 02:00	<p>ವಿಷಯ: "ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ, ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಒಟ್ಟಾರೆ ಅಂಶಗಳು"</p> <p>ಉಪವಿಷಯಗಳು:</p> <ul style="list-style-type: none"> ಉತ್ತಮ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳು ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ: ವಿಧಗಳು, ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕ್ಯಾಶಿಯೋರ್ಕರ್ ಮತ್ತು ಮರಸ್ಮಸ್ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ವಿಧಾನಗಳು 	ಡಾ. ಸೈಯದ್ ಸಮೀರ್
02:00 – 2:45	ಊಟದ ವಿರಾಮ	
02:45 – 03:45	<p>ವಿಷಯ: "ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಮತೋಲಿತ ಪೋಷಣೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ"</p> <p>ಉಪವಿಷಯಗಳು:</p> <ul style="list-style-type: none"> ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು. ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಪ್ರಮುಖ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು. ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ನಿರ್ಬಂಧಗಳೊಳಗೆ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳು. 	ಡಾ. ವಿಶಾಲಾಕ್ಷಿ
03:45 – 03:55	ಚಹಾ ವಿರಾಮ	
03:55 – 04:40	<p>ವಿಷಯ: "ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು"</p> <p>ಉಪವಿಷಯಗಳು:</p> <ul style="list-style-type: none"> ಪ್ರತಿರಕ್ಷಣೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಬಾಲ್ಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳು. ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಆರಂಭಿಕ ಪತ್ತೆ. 	ಶ್ರೀ ಈಶ್ವರ ದಾಸಪ್ಪನವರ್
04:40 – 04:45	ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವಂದನಾರ್ಪಣೆ	ಶ್ರೀ. ರಾಮಚಂದ್ರರೆಡ್ಡಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಎನ್.ಆರ್.ಡಿ.ಎಂ.ಎಸ್ ಕೇಂದ್ರ ಬಳ್ಳಾರಿ
04:40 - 05:10	ಸಂವಾದ/ ಚರ್ಚೆ, ಸಮಾರೋಪ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣ ಪತ್ರ ಹಂಚಿಕೆ	