



ರೈತ ಭವನ, ಜನರಲ್ ಕಾರ್ಯಪ್ಪ ವೃತ್ತ, ಗದಗ- 582 101

RaithaBhavana, General Cariappa Circle, Gadag - 582 101

E-mail: ksrdrpruadmissions@gmail.com

Phone: 08372-230338, Fax: 08372-297343

News about Ayurveda and Yoga For Resistance published in Kannada Daily
Newspaper Date:21.05.2021

ಪ್ರಜಾವಾಣಿ

ಇಂದಿನಿಂದ ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ ಯೋಗ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಗ್ರಾಮೀಣಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ

ಪ್ರಜಾವಾಣಿ ವಾರ್ತೆ

ಗದಗ: ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಗ್ರಾಮೀಣಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು 'ಯೋಗಕ್ಷೇಮ' ಯೋಗ ಕೇಂದ್ರ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನಾ ಕೋಶ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಆಯುಷ್ ಇಲಾಖೆ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ 'ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ ಯೋಗ' ಎಂಬ 15 ದಿನಗಳ ಯೋಗ ತರಬೇತಿ, ಆಯುರ್ವೇದ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಅರಿವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಗುರುವಾರ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿತು.

ಜಿಲ್ಲಾ ಪೊಲೀಸ್ ವರಿಷ್ಠಾಧಿಕಾರಿಯತೀರ್ ಎನ್. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿ, 'ಕೋವಿಡ್-19ನಿಂದ ಗುಣಮುಖರಾಗಲು ಹಾಗೂ ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ

ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳು

- ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕವೇ ಯೋಗ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ತರಬೇತಿ
- www.ksrdpru.ac.inಗೆ ಆಸಕ್ತರು ಲಾಗಿನ್ ಆಗಿ
- ಸೂಕ್ತ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಕುರಿತು ಉತ್ತರಿಸಲಿರುವ ತಜ್ಞರು

ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿ ಸೋಂಕು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಹಕರಿಸಬೇಕು' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಪ್ರಾಸ್ತಾವಿಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದ

ಡಾ. ಸುಜಾತಾ ಪಾಟೀಲ, 'ಕೊರೊನಾ ಸೋಂಕು ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು. ಆದಕಾರಣ, 15 ದಿನಗಳ ಯೋಗ ತರಬೇತಿ, ಆಯುರ್ವೇದ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ 'ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ ಯೋಗ' ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ' ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿದ್ದ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಹಣಕಾಸು ಅಧಿಕಾರಿ ಪ್ರಶಾಂತ್ ಜಿ.ಸಿ. ಮಾತನಾಡಿ, 'ಶುಕ್ರವಾರದಿಂದ ಎರಡು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ ಯೋಗ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಡಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ಯೋಗ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸದುಪಯೋಗ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7.30ಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.ksrdpru.ac.inಗೆ ಲಾಗಿನ್ ಆಗಬೇಕು' ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಎಂಬಿಎ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ ಪವಿತ್ರಾ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಹಾಡಿದರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಂಯೋಜನಾಧಿಕಾರಿ ಪ್ರಶಾಂತ್ ಮೇರವಾಡೆ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಉಪನ್ಯಾಸಕಿ ನಮಿತಾ ಎಂ.ವೈ. ನಿರೂಪಿಸಿದರು. ಕ್ರೀಡಾ ವಿಭಾಗದ ಸಹಾಯಕ ನಿರ್ದೇಶಕ ಡಾ. ವೀರೇಶ್ ಕುಮಾರ್ ವಿಜಾಪುರ ವಂದಿಸಿದರು. ಕುಲಪತಿ ಪ್ರೊ.ವಿಷ್ಣುಕಾಂತ್ ಚಟಪಲ್ಲಿ ಶುಭ ಹಾರೈಸಿದರು. ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯ್ತಿ ಸಿಇಒ ಭರತ್ ಎಸ್. ಇದ್ದರು.

ಉದ್ಘಾಟನಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ನಂತರ ಆಯುಷ್ ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಡಾ. ಅಶೋಕ ಮತ್ತಿಗಟ್ಟಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.