



B.V.V. Sangha's

BVVS Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkote

Accredited at 'B' Grade by NAAC

AQAR -2023-24

Criterion-III

RESEARCH, INNOVATIONS AND EXTENSION

3.4 Extension Activities



B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College

Bagalkot- 587101

Department of Economics

Extension activity – 2023-24

Place: Government Higher Primary School, Mallapur, Bagalkote District

Date: 20th July 2024

Topic: Awareness on World Population Day 2023

Organized by: Department of Economics

Participating Students and Faculty: 10 Students and 1 Lecturer

On 20th July 2024, students from the Department of Economics along with one faculty member, conducted an awareness program at Government Higher Primary School, Mallapur, Bagalkote District, in observance of World Population Day 2023. The session aimed to educate high school students about population-related issues, including overpopulation, its impacts, and the importance of sustainable development. The program included an informative presentation, interactive discussions, and a quiz, encouraging student participation. The activity successfully raised awareness about population control, family planning, and the role of education, fostering critical thinking and engagement among the students.



Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

Photo Gallery



List of the Students

Sl. No.	Name of the student	Registration Number	Signature
1.	Sushmita Goudar	U10DW22A0010	
2.	Shanta Kambar	U10DW22A0011	
3.	Ashwini Sunagada	U10DW22A0012	
4.	Sumangala Malapur	U10DW22A0014	
5.	Anuradha Bandiwaddar	U10DW22A0037	
6.	Chaitra Poojannavaar	U10DW22A0038	
7.	Keerti Veeranna Bisanal	U10DW22A0039	
8.	Geeta	U10DW22A0080	
9.	Sukanya Gulannavara	U10DW22A0083	
10.	Revati Dyamanna Kagal	U10DW22A0046	

B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College Bagalkote

Accredited at 'B' Grade by NAAC

Name of the Event: Extension Activity on Awareness on World Population Day.

Date of the Event: 20-7-2024

Organizing Department/Cell/Unit: Department of Economics

Resource Person of the Event: V.S. Bisadur (Satyagi), Sukanya Gulannaray

Number of Participant: 50 students.

Sl. No.	Name of the Student	Reg. No.	Class	Signature
1.	Parvati B. Rajanal	11	7 th	P.B.R
2.	ಶ್ರೀಲಕ್ಷ್ಮಿ. ಎ. ಕಂಪಾಕವ	20	7 th	S.R.T
3.	Mahamada J. Kadeshanavara	10	7 th	M.T.K
4.	Kalpna M. Humasikatti	7	7 th	K.M.H
5.	Sushruti R. Talavay	21	7 th	S.R.T
6.	Suvarna M. Rajanal	25	7 th	S.M.R
7.	Jyoti M. Kalasada	5	7 th	J.M.K
8.	Rekha N. Kandagal	18	7 th	R.N.K
9.	ಪುಷ್ಪಾ ಎ. ಹುಲಕಿರೇ	16	8 th	S.M.K
10.	ಭಾರ್ಗವಿ ಸಂಗವಿ ಪ್ರಜಾ	2	8 th	B.S.P
11.	ಸ ಸುಶ್ಮಿತಾ ಕೆ. ಇಮ್ಮರಾಕ್ಷಿ	15	8 th	ಕೆ.ಕೆ.ಇ

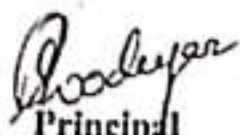
12	SouBhavBhaya N. Madar	9	8th	S.N.M
13	Madhu S.P. Madar	11	8th	S.B.D
14	Savita. M. Dalawayi	19	7th	S.M.O
15	Spoosti. R. Itagi	12	8th	S.R.Itagi
16	Spoosti. J. Kandagall	13	8th	S.J.14
17)	Rashmita. Y. Padanakatti	6	8th	R.Y.P
18)	Nisha. L. Pujari	4	8th	N.L.P
19)	Pavitra. M. Hadapada	5	8th	P.M.H
20	Soumya R. Valikasa	10	8th	S.R.V
21)	Keerti. M. Dalawayi	8	7th	Keerti
22)	Aishwarya H. Dalawayi	1	7th	A.H.D
23)	Soumya. V. Padanakatti	23	7th	S.V.P
24)	Laxmi. I. Pujari	9	7th	L.I.P
25)	Anita. G. Bidari	.	6th	A.G.B
26)	Madhu. N. Madar	10	7th	L.N.A
27)	Madhu. S. Madar	3	7th	B.N.B
28)	Gangamma. A. Badiger	4	7th	G.A.B.
29)	Maitra. R. Lagoti	7	6th	M.R.L
30)	Tanuja. J. Kandagall		6th	T.J.K
31)	Sinchana. S. Lagoti	21	6th	S.S.L
32)	Vaksha. S. Rajanal		6th	V.S.R
33)	Soumya. S. Lagoti	22	6th	S.S.L
34)	Madhu. N. Madar		6th	L.R.H
35)	Priyanka. N. Madar	10	6th	P.N.M.

36) Preeti.M.Madax	09	6th	P.M.M
37) Soumay M.A 24	24	7th	S.M.H
38) ಸಿ.ಕಾ.ಧ.ಯ: ನಲಗು	17.	6th	-
39) ಕೃಷ್ಣಾ ನು ದಿನಾಸೂರ	5	6	KSD
40) ಜಿ.ಕಾ.ವ. ಪಟಾರ	9	6th	A.P.T
41) ಅಭಿವಾಣಿ, ಶ್ರೀ. ಪೆಂಟೆ	1	6th	A, S, G
42) ವಿರುಪಾಕ್ಷಯ್ಯ, ಮ. ಹಿರೇಮಠ	25	6th	V, M, H
43) ನೇಪಾಳಿ ಇ. ರಾಜರಾಜ	15	6ನೇ ತರಗತಿ	S. I. K
44) ಮುಲ್ಲುಕಾಯಿ ಎ.ನ. ರೇ. ಕಾರ್ಡೀಶನ್	7	6th	M. R. K.
45) ಕ್ರೀಡಾ. ಬ. ಅಶ್ವನಾರ	17	6th	S. B. A.
46) ಶಿವರಾಜ. ಮ. ಹೆಡತಡ	16	6th	S. M. H.
47) ಸುಕಾಂಠ. ಮು. ರಾಂಪೂರ	93	6th	S. M. R
48) ಹನುಂತ. ಲ. ಕೊಡಕರ	26	6th	H. L. K
49) ಮಹಿಣಿ. ಅ. ಭೀಷ್ಮಿ	27	6th	M. A. B
50) ಕವಿ ಭೀ ವಂಶಕರ	10	6th	S. B. T

Signature: ①  ② 

Name of the Coordinator: ① Dr. S.M. Sangam

Designation: Lecturer. ② Smt. Vandana Sathigali


Principal

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S.
Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkot
Department of Mathematics
Extension Activity Report 2023-24



B. V. V. Sangha's
**Akkamahadevi Women's Arts, Science
& Commerce College, Bagalkot**
Accredited at 'B' grade by NAAC



IQAC
Department of Mathematics
Organize
Extension Activity
On The Occasion of

National Mathematics Day

Date: 22-12-2023

Time: 2.30 pm

President

Smt. S. J. Wodeyar principal
B.V.V.S Akkamahadevi Women's Arts, Science
and Commerce College, Bagalkote

Presence

Smt. S. B. Kudachi Head Master
Govt.Boys School ,No.2, Bagalkote

Hearty Welcome

By

Staff & Students



ಇದೇ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ

ಇ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ

ಇ

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 22-12-2021 ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2
ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2
ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2
ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2
ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2

P. P. Kulkarni
ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ
ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 2

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ 1000 ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ 2

ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ

Photo Gallery of Extension Activity



Students Attendance

Sl. No	Name	Class
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

Examination Answer
22/12/2022

1) Divya Kamble	B.Sc - III
2) Nishant	B.Sc - III
3) Vatsavani Pujari	B.Sc - IV
4) Prityanka Lawale	B.Sc - IV
5) Prityanka Bangar	B.Sc - IV
6) Sahana Ghisal	B.Sc - IV
7) Sahana Bugati	B.Sc - IV
8) Sahana Ghisal	B.Sc - IV
9) Vijaylaxmi Mali	B.Sc - IV
10) Rani Rani Kothmane	B.Sc - IV
11) Karishma Talewar	B.Sc - IV
12) Nilufer	B.Sc - IV
13) Umesh Babbar	B.Sc - IV
14) Tejashwini Magi	B.Sc - IV
15) Jyoti Hulle	B.Sc - IV
16) Vaishnavi Muradi	B.Sc - IV
17) Lakshmi	B.Sc - IV
18) Parvathi	B.Sc - I
19) Jyoti Siddapur	B.Sc - I
20) Supriya Hizamath	B.Sc - III
21) Saniya Mulla	B.Sc - III
22) Pooja Rathod	B.Sc - III



B. V. V. Sangha's
**Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce
College, Bagalkot**



Accredited at 'B' grade by NAAC

**Department of Mathematics
Report on
Extension Activity**

- Name of the Event :** Extension Activity
- Topic :** Extension Activity on the occasion of National Mathematics Day
- Date :** 22-12-2023
- Place :** Govt. Boys School , No.2, Bagalkote
- Beneficiaries :** 89 students with staff of Govt. Boys School ,No.2 Bagalkote


Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT



ಗೆ.

ಪಾರಿವಾಹನ

ಬಿ.ಪಿ.ವಿ.ವಿ.ಎಸ್ ಆಕ್ರಮಣದೇವಿ ಮಹಿಳಾ

ಕಲಾ ವಿಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ವಾಣಿಜ್ಯ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ

ಬಾಗಲಕೋಟೆ

ದಿನಾಂಕ : 23-02-2024 ರಂದು, ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ ನಿಭಾಗದ ಪಡೆಯಿಂದ ಶ್ರೀಮತಿ. ಪಿ.ಎಮ್.ಕಡವಟ್ಟಿ ಹಾಗೂ 04 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಗೆ ಆಗಮಿಸಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನ ಚದುರುವಿಕೆ (ರಾಮನ್ ಪರಿಣಾಮ) ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಕುರಿತು ವಿಸ್ತರಣಾ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿ ಹಲವು ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು.

ಒಟ್ಟು ಈ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಉಪನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕ/ಕ ರೊಂದಿಗೆ 85 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು.

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ತಾವುಗಳ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಕಲಿಕೆಯಾಯಿತು ಎಂದು ಹೇಳಲು ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ದನ್ಯವಾದಗಳು

ಮುಖ್ಯ ಗುರುಗಳು,
ಸರ್ಕಾರಿ ಕನಡ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳ
ಮಾದರಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಶಿರೂರ
ತಾ|| ಬಿ|| ಬಾಗಲಕೋಟೆ



B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce College, Bagalakot -587101

Accredited at 'B' Grade by NAAC



On 23-02-2024 Conducted Extension program on Scattering of Light from the department of Physics.



Pradyumna
Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT



Principals
 Principal
 B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
 Arts Science & Commerce Co. 99
 BAGALKOT

B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College

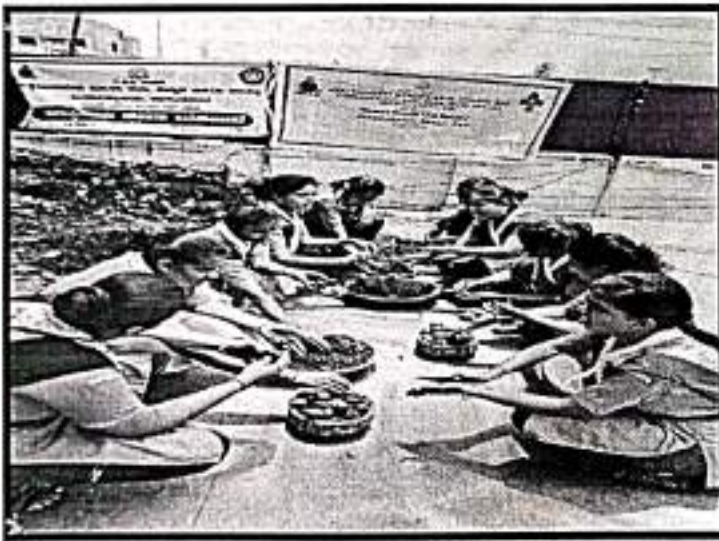
Bagalkot – 587101

Date :01/06/2024
Event :Seed Ball Making
Place :College Premises

Organizing Cells : NSS, Bharat Scouts and Guides & P.G Department of Botany

The Seed Ball Making event held on 01/06/2024 at our college premises, organized by NSS, Bharat Scouts and Guides, and the P.G Department of Botany, successfully engaged students in creating seed balls. Participants learned about native plant species and conservation while actively contributing to environmental sustainability through hands-on activities.

Photo Gallery




[Signature]
Ranger Leader
Akkamahadevi Ranger Unit
B.V.S. AWC, BAGALKOTE-587101

[Signature]
Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkote
Students Attendance

Sl. No.	Name of the Student	UID No.	Signature
1.	Aishwarya C.J	BSG 262 277 994	
2.	Aishwarya Agasar	BSG 302 074 752	
3.	Akshata Bugadi	BSG 236 765 179	
4.	Akshata Koujalgi	BSG 300 394 159	
5.	Basamma unad	BSG 262 277 791	
6.	Jyoti Bitthal	BSG 270 044 039	
7.	Pavitra Rathod	BSG 262 284 783	
8.	Prema Bhagwati	BSG 236 761 832	
9.	Priya Asangi	BSG 236365887	
10.	Priya Halingali	BSG 236 761 916	
11.	Saniya Mulla	BSG 262 277 994	
12.	Saraswati Patil	BSG 236 765 227	
13.	Soumya Bhovivaddar	BSG 248 188 779	
14.	Spoorthi Bannatti	BSG 262 277 994	
15.	Spoorthi Turudgi	BSG 236 765 021	
16.	Sushmita Goudar	BSG 245 887 395	
17.	Vishala Nadamani	BSH 245 887 117	
18.	Sangeeta kelur	BSG 300 392 430	


Ranger Leader
Akkamahadevi Ranger Unit
BWS. AWC, BAGALKOTE-587101


Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S
Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College
Bagalkot- 587101

Department of Sociology

Extension activity – 2023-24

Place: Grama Panchayat Shigikeri, Bagalkote

Date: 03rd August 2024

Topic: NAREGA(Notional Rural Employment Guarantee Act)

Organized by: Department of Sociology

Participating Students and Faculty: 08 Students and 1 Lecturer

On 03rd August 2024, students from the Department of Sociology along with one faculty member, conducted an awareness program at **Gram Panchayat Shigikeri**, Bagalkote in observance of NAREGA Notional Rural Employment Guarantee Act. The session aimed to Provide a legal guarantee of employment to rural labourers and to strengthen the livelihood security of rural households. The program included an informative presentation, interactive discussions. The activity successfully raised awareness about Encouraging the participation of Rural Labourers in the Planning and Implementation of the program.


Principal

**B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT**

Photo Gallery

Department of Sociology



Bagalkote, Karnataka, India

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkote

Lat 16.18601°

Long 75.70615°

03/08/24 12:28 PM



Bagalkote, Karnataka, India

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkote

Lat 16.18601°

Long 75.70615°

03/08/24 12:25 PM



B.V.V.Sangha's
AKKAMAHADEVI WOMEN'S ARTS SCIENCE AND COMMERCE COLLEGE,
BAGALKOT - 587 101. Karnataka State

Accredited At "B" Grade by NAAC

Smt. S. J. Wodeyar M.Sc.
Principal

Off : 08354-220005, 220689 Extn.-2087,2101
Fax : 220005, 225102
Website : bvvsawcb.org
email : awcbcollege@gmail.com

Ref. No : AWASCCB

/2024-25/256/01

Date : 02-08-2024

ಗೆ,

ಪಂಚಾಯತ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು,
ಸಿಗಿಕೇರಿ,
ಪ್ರಾ/ಡಿ/ಲಾ. ಬಾಗಲಕೋಟೆ.

ವಿಷಯ : ವಿಸ್ತರಣಾ ಚಟುವಟಿಕೆ (ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಗ್ರಾಮೀಣ ಉದ್ಯೋಗ ಪಾತ್ರಿ ಯೋಜನೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವ) ಕುರಿತು.

ವಾದ್ಯವೇ,

ಪ್ರಾಚಾರ್ಯನಿರಿಸಿದ ವಿಷಯದನ್ವಯ ಬಿ.ವಿ.ವಿ.ವಿ. ಸಂಘದ ಅಕ್ಕಮಹಾದೇವಿ ಮಹಿಳಾ ಶಾಲಾ, ವಿಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ಪಾಲಿಟೆಕ್ನಿಕ್ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗದ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಎಸ್. ಡಿ. ಪೂಜಾರಿ ಇವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ, ಬಿ. ಎ. ಪ್ರಥಮ ವರ್ಷದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಗ್ರಾಮೀಣ ಉದ್ಯೋಗ ಪಾತ್ರಿ ಯೋಜನೆ' ಯ ಕುರಿತು ಸಿಗಿಕೇರಿ, ಗ್ರಾಮಸ್ಥರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಲು ಅನುಮತಿಸಿ, ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡಲು ಈ ಮೂಲಕ ಕೋರಲಾಗಿದೆ.

ವಂದನೆಗಳೊಂದಿಗೆ,

Ri...
02/08/24
ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ
ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯತ, ಸಿಗಿಕೇರಿ
ಪ್ರಾ. ಡಿ. ಬಾಗಲಕೋಟೆ

S. J. Wodeyar
Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

List of the Students

Sl. No	UUCMS No	Name of the Student	Sign
1.	U10DW23A0011	SARASWATI HADIMANI	S.S.H
2.	U10DW23A0031	NIRMALA AMBAGER	N.C.A
3.	U10DW23A0032	SRILAXMI S.KOTI	S.S.H
4.	U10DW23A0037	PALLAVI H.LINGAD	P.H.L
5.	U10DW23A0040	POOJA PATROTI	P.S.P
6.	U10DW23A0042	ANUSHA YALAGI	A.Y.Y
7.	U10DW23A0049	SAHANA KHAJJIDONI	S.K.

B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College

Bagalkot- 587101

Department of Women's Studies

Extension activity - 2023-24

Date: 20th July 2024

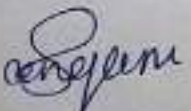
Place: Government Higher Primary School, Mallapur, Bagalkote District

Topic: Awareness on Health and Hygiene

Organized by: Department of Women's Studies

Participants: 10 Students and 1 Lecturer

On 20th July 2024, the Department of Women's Studies conducted an awareness program on health and hygiene at Government Higher Primary School, Mallapur. The session aimed to educate students on essential hygiene practices, including hand washing, brushing teeth, and maintaining cleanliness in school. The participating students demonstrated proper techniques, and the lecturer emphasized the importance of good sanitation and nutrition.


Dr. S.M. Sangam

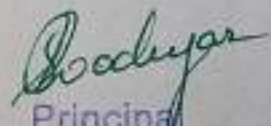

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

Photo Gallery





To,
Principal,
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's Arts,
Science and Commerce College,
Bagalkote

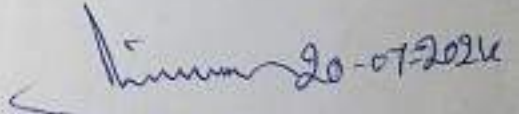
Subject: Certificate of Appreciation

I hereby confirm that on 20/07/2024 at 10:30 AM, 10 students from the Economics Department of B.V.V.S Akkamahadevi Women's Arts, Science, and Commerce College, Bagalkot, along with Smt. Vandana Sattigeri, Assistant Professor, Department of Economics, visited our school and successfully conducted an awareness program on the topic of 'Empowering Youth for a Sustainable Future' for our school students. We sincerely appreciate your valuable at the event.


Thanking You,

Date: 20/07/2024

Place: Bagalkot


ಮುಖ್ಯ ಗುರುಗಳು,
ಸರ್ಕಾರಿ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ,
ಮಲ್ಲಾಪುರ, ತಾ.ಜಿ.ಬಾಗಲಕೋಟೆ

List of the Students

Sl. No.	Name of the student	Registration Number	Signature
1.	Sahana Nayak	U10DW22A0005	S. K. Nayak
2.	Komal Vaddar	U10DW22A0033	K. T. Vaddar
3.	Bhagyashree Tambakad	U10DW22A0034	B. B. Tambakad
4.	ReNyka Benakatti	U10DW22A0053	R. enuk. B
5.	Tejashwini Meti	U10DW22A0069	T. S. meti
6.	Sushmita Karanandi	U10DW22A0074	S. S. Karanandi
7.	Daneshwari Choukimath	U10DW22A0084	
8.	Bhommavva Sulibhavi	U10DW22A0088	B. S. Sulibhavi
9.	Nanda Hunnura	U10DW22A0089	
10.	Soumya Bhovivaddar	U10Dw23A0045	Soumya

B.V.V.S.
Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College Bagalkote
Accredited at 'B' Grade by NAAC

Name of the Event: Extension Activity on Women Health and Hygiene

Date of the Event: 20/07/2024

Organizing Department/Cell/Unit: Women's Studies Department

Resource Person of the Event: Dr. S.M. Sangam

Number of Participant: 10 + 50 + 2 = 62

Sl. No.	Name of the Student	Reg. No.	Class	Signature
1.	Parvati .B. Rajana	11	7 th	P.B.R
2.	ಶ್ರೀಲಕ್ಷ್ಮಿ . ಎ. ಕಂಠಾಪುರ	20	7 th	S.R.T
3.	Mahamada.T. Kateshanikar	10	4 th	M.T.K
4.	Kalpna .M. Hurasikatti	7	7 th	K.M.H
5.	Sushiti .R. Talavay	21	7 th	S.R.T
6.	Suvarna .M. Rajana	25	7 th	S.M.R
7.	Jyoti .M. Kalasada	5	7 th	J.M.K
8.	Rekha .N. Kandagal	18	7 th	R.N.K
9.	ಶ್ಯಾಮ್ಲಾ ಎಂ ಹುಲಕೋಟೆ	16	8 th	S.M.H
10.	ಭಾರ್ಗವೀ ಸಂಗೀತ ಶ್ರೀಲಾಳಿ	2	8 th	B.S.P
11.	ಸ ಸುಶ್ಮಿತಾ .ಕೆ. ಗುಮ್ಮರಾಕ್ಷಿ	15	8 th	##J

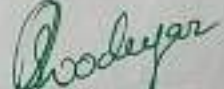
12	SouBhavBiyar, N. Madwar	9	8th	S.N.M
13	Madhu . S. Madwar	11	8th	S.B.D
14	Savita . M. Dalawayi	19	7th	S.M.O
15	Spoosti . R. Itagi	12	8th	S.R.Itagi
16	Spoosti . I. Kandagall	13	8th	S.I.14
17)	Rashmita . y. Padanahatti	6	8th	R.Y.P
18)	Nisha . L. Pujari	4	8th	N.L.P
19)	Pavitra.M. Hadapada	5	8th	P.M.H
20	Soumya R. Valikaza	10	8th	S.R.V
21)	Keesti . M. Dhanawalyi	8	7th	Pri.Dhanaw
22)	Paishuraga H. Dalawayi	1	7th	A.H.D
23)	Soumya . V. Padanahatti	23	7th	S.V.P
24)	Laxmi . I. Pujari	9	7th	L.I.P
25)	Anita . G. Bidari		6th	A.G.B
26)	Madhu . S. Madwar	10	7th	L.N.A
27)	Madhu . S. Madwar	3	7th	B.N.B
28)	Bansamma . A. Badiger	4	7th	B.A.B
29)	Maitra . R. Lagaloti	7	6th	M.R.L
30)	Taruja . J. Kandagall		6th	T.J.K
31)	Sinchana . S. Lagaloti	21	6th	S.S.L
32)	Vassha . S. Rajanah		6th	V.S.R
33)	Soumya . S. Lagaloti	22	6th	S.S.L
34)	Madhu . S. Madwar		6th	L.R.H
35)	Priyanka . N. Madwar	10	6th	P.N.M.

36) Preeti.M.Madax	09	6th	P.M.M
37) Soumay M.A 24	24	7th	S.M.A
38) ಸಿ.ಇ.ಝ.ಯ. ನಲಗು	17.	6th	-
39) ಕಕ್ಕಪ್ಪ ನು ಜಿವಾನವರ	5	6	KSD
40) ಚಿಕ್ಕಾ.ವಿ.ಪಟ್ಟಾರ	2	6th	A.P.T
41) ಅಭಿವೇಶ, ಶ್ರೀ, ಪೆಂಪೆ	1	6th	A.S.G
42) ವಿರುಪಾಕ್ಷಯ್ಯ, ಯ, ಹಿರೇಮಠ	25	6th	V.M.H
43) ನಂಜೇಶ್ವರಿ ಇ. ಕಂದರಲ್ಲ	15	6ನೇ ತರಗತಿ	S.I.K
44) ಮಲ್ಲು ಕಾಯಿಲೆ ನ.ರೇ.ಕಾರೀಕಟ್ಟೆ	7	6th	M.R.K.
45) ಶ್ರೀಶೈಲ .ಬ. ಅಚ್ಚನಗಾರ	17	6th	S.B.A.
46) ಶಿವರಾಜ.ಯ. ಹೆಡಲದ	16	6th	S.M.H.
47) ಸುಬಾಷ್ಣಿ.ಯ. ರಾಂಪುರ	23	6th	S.M.R
48) ಹವ್ಯಾಹ.ಲ. ಸೋಜಿಕಟ್ಟ	26	6th	H.L.K
49) ಮಹೇಶ್ ಅ. ಭೀಲಗಿ	27	6th	M.A.B
50) ಶಿವು ಭೀಲಗಿ	10	8th	S.B.T

Signature: ①  ② 

Name of the Coordinator: ① Dr. S.M. Sangam

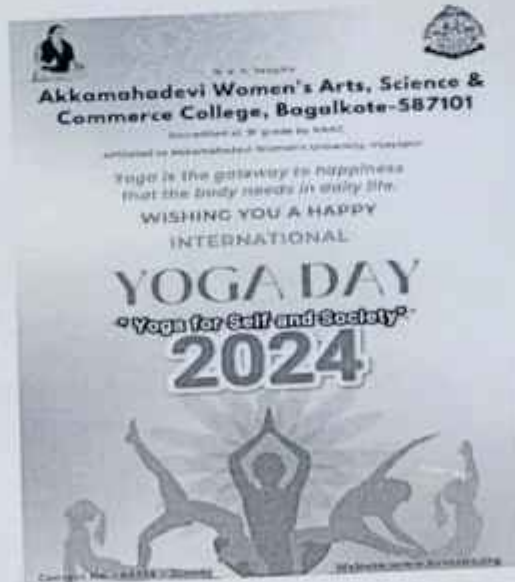
Designation: Lecturer. ② Smt. Vandana Sathigudi


Principal

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

International Day of Yoga-2023-24

21st June 2024 we celebrated International Yoga Day on our B.V.V.S College Campus. Our talented yoga students showcased their skills by demonstrating various yogasanas, promoting wellness, flexibility and inner peace.



Dr. Anurupa
Principal

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkot

Department: Physical Education

Event: International Day of Yoga

Date: 21/06/2024

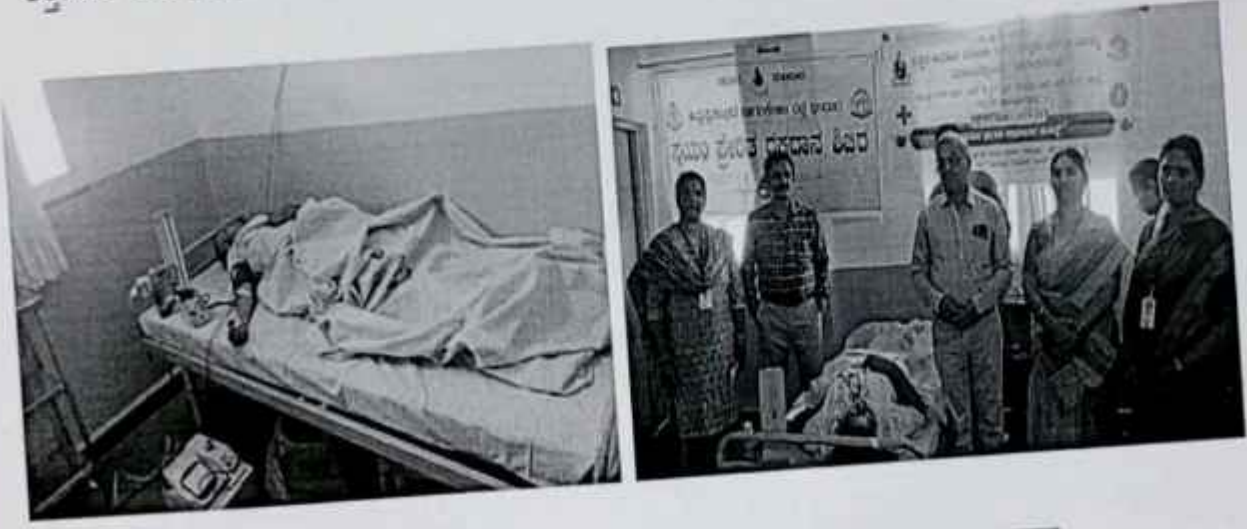
Sl.No	Name of the Student	Sign
01	Kavya Nailg	Kavya
02	Poojyals Shurma	P.H. Shurma
03	Bheda N. Tambali	C.N. Tambali
04	Basamma Hadpada	B. Hadpada
05	Atshwanya Hiremath	A. Hiremath
06	Basamma Madigaudar	B.M.
07	Renuka Banatatti	Renuka
08	Renuka Padaratti	R. Padaratti
09	Ashwini J. Jadhav	AJ
10	Neha N. Gaudar	N.R. Gaudar
11	Deepa N. P.	Deepa
12	Shivani S.	Shivani
13	Kavya P. K.	Kavya
14	Shruti S. Purani	Shruti - Purani
15	Khadija Kadi	Kadi
16	Ayisha Bevala	Ayisha
17	Masuma Shaikh	Masuma
18	Nayana S. A.	N.S.A.
19	Priganta V. K.	Priganta
20	Shanta V. Kambur	S.V. Kambur
21	Ashwini R. Sunagar	A.R. Sunagar
22	Chaitra Poojannavar	C.S. Poojannavar
23	Rakha Balasaddi	R.A. Balasaddi
24	Gushwita Gaudar	G.M. Gaudar
25	Sudha Chavan	Sudha
26	Rakha B. Sudda	R. B. S.
27	S.D. Umekar B.M.	S. D. M.
28	Sumangla Malapur	S.L. Malapur
29	Chandrika Kumbhar	C.S. Kumbhar
30	Pushpa - Bhatnagar	Pushpa
31	Pichoojiya - H.	A.T.H.
32	Pamika L. Kambur	A.L. Kambur
33	Sushmita Gaudar	S.M. Gaudar
34	Anusha I. Jadhav	A.I.J.
35	Pavitra R. Sunagar	P.R.S.
36	Sakshi J. Kambur	Sakshi
37	Nirmala C. Nambur	N.C.A.
38	Shruti S. Kambur	SK
39	Sushma B. Sunagar	S.S.B.
40	Bhagyashree B. Tarkad	B.B.T.
41	Laxmi J. Badiger	Laxmi

Priganta
Priganta

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

Blood Donation Camp Report 2023-24

ದಿನಾಂಕ: 22/02/2024 ರಂದು ಯುಥ್ ರೆಡ್ ಕ್ರಾಸ್ ಘಟಕ ರೆಡ್ ರಿಬ್ಬನ್ ಕ್ಲಬ್ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನೆ ಅ ಮತ್ತು ಬ ಘಟಕಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬಿ.ವಿ.ವಿ.ಸಂಘದ ಬಾಗಲಕೋಟೆ ರಕ್ತ ಭಂಡಾರ ಇವರುಗಳ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ರಕ್ತದಾನ ಶಿಬಿರ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. 12 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು ರಕ್ತದಾನ ಮಾಡಿದರು.



Shalpa

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkot

Department: N.S.S. Cell

Event: Blood Donation Camp

Date: 22/02/2024

Sl.No	Name of the Student	Sign
01	Vijaya. Jadhav	
02	Shradha Zingade	
03	Pavitra Tumakur	
04	Sahana Shirol	
05	Pooja Kialagi	
06	Aishwarya Agasar	
07	Sharanamma Math	
08	Swapna Patiloti	
09	Deepa Kodagali	
10	Sudha Hiremath	
11	Akshata Kowajagi	
12	Bhimavva Patil	

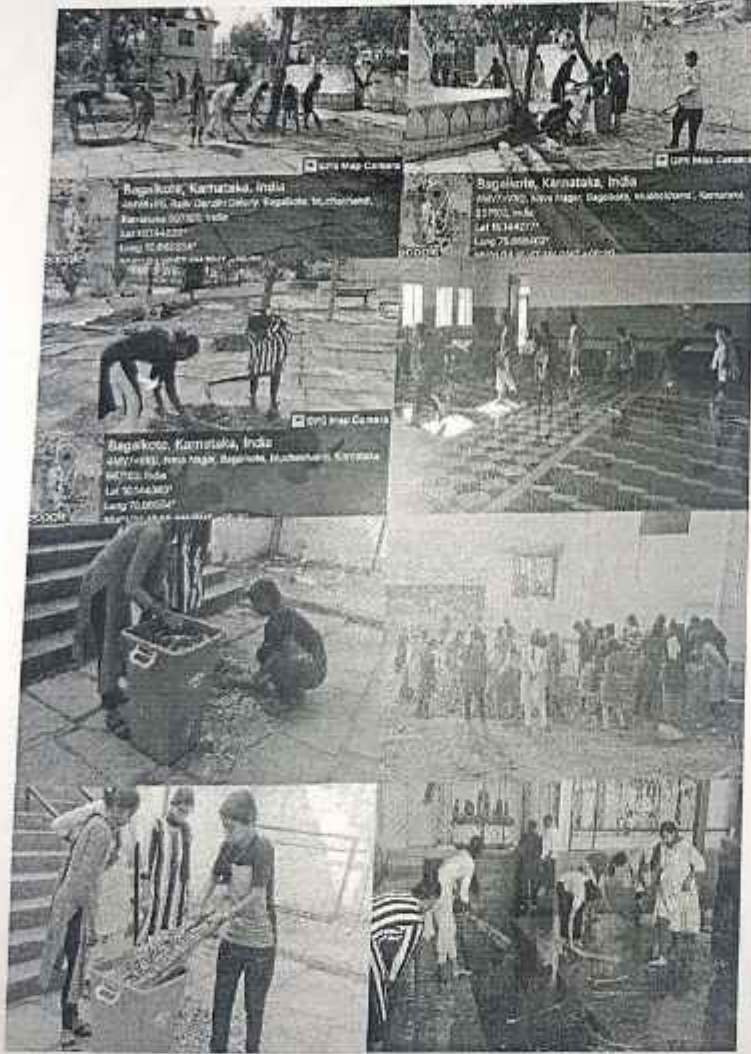

Principal

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

Swachhata Programme 2023-24

ದಿನಾಂಕ: 30/09/2024 ರಂದು ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧೀಜಿ ಮತ್ತು ಲಾಲ್ ಬಹದ್ದೂರ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ಯವರ ಜಯಂತಿ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಘಟಕಗಳ ವತಿಯಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ದಿನಾಂಕ: 26/01/2024 ರಂದು ಗ್ರಾಮದ ಸ್ಮಾರಕಗಳ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ತಿಬಿರಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾಡಿದರು.



Doodyan

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkot

Department: N.S.S. Cell

Event: Swachhata hi seva Programme

Sl.No	Name of the Student	26/1/2024	30/09/2024
01	Saniya L.M	SM	SM
02	Akshata Ishant Kulkarni	AE	AE
03	Supriya N. Hiremath	Sukhmani	Sukhmani
04	Aishwarya P. Agari	Sukhmani	Sukhmani
05	Deekha V. Karkal	SM	SM
06	Ningamma M. Maguade	NIBM	NIBM
07	Saniya M. Mujawar	SMMujawar	S.M. Mujawar
08	Shruti M. Pottou	Shruti	Shruti
09	Pooja Pasnadi	P.S. Pasnadi	P.S.
10	Nirjala C. Ambiger	N.C.A	N.C.A
11	Saravati V. Bhat	SM	SM
12	Deekha L.M	P.C.M	P.C.M
13	Chaitra S. B	C.S.B	C.S.B
14	Satyabhama S. Madav	S.V.M	S.V.M
15	Nasirath Kulkarni	N.B.Kulkarni	N.B.Kulkarni
16	Mishantak-Balikar	MISHAK	MISHAK
14	Tejaswini S. Angadi	T.S.Angadi	T.S.Angadi
18	Suma B. Kulkarni	Suma	Suma
19	Dhwani S. Desai	Dhwani	Dhwani
20	Sanjana M. Hiremath	S.M.H	S.M.H
21	Deepa S. Valmiki	Deepa	Deepa
22	Tejshree M. Kazi	Tejshree	Tejshree
23	Sahana P.B	Sahana	Sahana
24	Parvati Bhagavati	Parvati	Parvati
25	Shruti D. N	Shruti	Shruti
26	Yashodha S. Bagamwar	Yashodha	Yashodha
27	Leena M. Yadav	Leena	Leena
28	Leena S. Kulkarni	Leena	Leena
29	Sallu S. Chavan	Sallu	Sallu
30	Sumya Kati	S.S.Kati	S.S.Kati
31	Pameela Nataraj	Pameela	Pameela
32	Deepa Suresh Pawar	Deepa	Deepa
33	Vidya H. Rathod	Vidya	Vidya
34	Bhuvaneshwari Kattimani	Bhuvaneshwari	Bhuvaneshwari
35	Smriti S. Pujari	Smriti	Smriti
36	Rakshita M	Rakshita	Rakshita
37	Tejshree Kulkarni	Tejshree	Tejshree
38	Syada Shasappa Nayak	Syada	Syada
39	Chingabai Malagi	Chingabai	Chingabai
40	Shivaleela Talawar	S.S.T	S.S.T
41	Anuradha Randivodda	Anuradha	Anuradha
42	Vaishali L. Magi	Vaishali	Vaishali
43	Jyoti S. Gonnageri	Jyoti	Jyoti
44	Tejshree B. S	Tejshree	Tejshree
45	Jyoti Bittal	J.S.B	J.S.B
46	Pavitra Rathod	Pavitra	Pavitra
47	Swaleha Momin	S.M.M	S.M.M
48	Aishika Mulla	Aishika	Aishika
49	Savitri Hiremath	Savitri	Savitri
50	Akshata	A	A

Sl.No	Name of the Student	26/1/2024	30/09/2024
51	Aishwarya A	SA	SA
52	Madhura Bagwan	MB	MB
53	Bhagya Dodman	B.T.D	B.T.D
54	Jandari Bagwan	JB	JB
55	Nanda H. Hurdur	NH	NH
56	Bhagyashri B. Bimbard	B.B.T	B.B.T
57	Beemanya S. Sulebhar	B.S.S	B.S.S
58	Dharmya P. Madan	DM	DM
59	Renuka K. Padgankat	PK	PK
60	Bhramara Y. Madhavan	BY	BY
61	Sushmita Y. Sanghavi	S.Y.S	S.Y.S
62	Kalpna J. Pujari	KJ	KJ
63	Sonjeda Y. Pujari	SP	SP
64	Huligemma S. Mubhashi	H.S.M	H.S.M
65	Roshmani Mujaman	R.K.Mujaman	R.K.Mujaman
66	Neelamma S. Paradi	NP	NP
67	Pravita P. Tumkur	PT	PT
68	Vashodha S. Pekar	V.S.P	V.S.P
69	Priyanka A. Anali	P.A.A	P.A.A
70	Tulajabai S. Jagga	T.S.Jagga	T.S.Jagga
71	Sahana B. Kalli	SK	SK
72	Namrata A. Hadapad	N.A.H	N.A.H
73	Tyoti Goudan	TG	TG
74	shruti Pattan	SP	SP
75	Bhagyashri Bhapatir	B.T.B	B.T.B
76	Akshata Goudati	AG	AG
77	Neelamma H. Sargoudha	NH	NH
78	Mayava Amategoudia	MA	MA
79	Triveni Gopshreddi	TG	TG
80	Laxmi Patil	L.P.P	L.P.P
81	Sameera Nadaf	SN	SN
82	Swati H. H. H. H.	SH	SH
83	Sumanta J. Mahapatra	SM	SM
84	Savita Anabiger	S.I.A	S.I.A
85	Somyanya Math	S.M.M	S.M.M
86	Bhagya Bhavalati	BB	BB
87	Devi Shikha V. D.	Devi Shikha	Devi Shikha
88	K. Mani M.	K. Mani	K. Mani
89	Deepa B. K.	Deepa	Deepa
90	Shana K.	SK	SK
91	Susmita H.	SH	SH
92	Taru H.	TH	TH
93	Renulca G.	RG	RG
94	Sameera F.	SF	SF
95	Rakshita	RK	RK
96	Pratiksha	PK	PK
97	Pratiksha	PK	PK
98	Pratiksha	PK	PK
99	Pratiksha	PK	PK
100	Shanta Kamban	SK	SK

Prasanna
Principal

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

ಲಕ್ಷ ವೃಕ್ಷ ಅಭಿಯಾನ

ದಿನಾಂಕ: 25/06/2024 ರಂದು ಬಾಗಲಕೋಟದ ಜಿಲ್ಲಾಡಳಿತ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡ ಲಕ್ಷ ವೃಕ್ಷ ಅಭಿಯಾನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಘಟಕಗಳ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕಿಯರು ಗಿಡ ನೆಡುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.



Principals

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B.V.V.S.

Akkamahadevi Women's Arts, Science and Commerce College, Bagalkot

Department: N.S.S. Cell

Event: Laksha Vruksha Abhiyan

Sl.No	Name of the Student	
01	Saraswati Patil.	
02	DEEPIHITHA. Y.B	Deekshita
03	Keerati. M	K.M.N
04	Deepa. B	Deepa
05	Shana. K	Shana
06	Tejaswini. Hugar	TH
07	Smriti. Harlapur	SH
08	Peneka. Golabagi	PK
09	Samana. Nadal	SN
10	Calakita. Malikayimath	CL
11	Smriti. S. Bulgar	SB
12	Koushalya. V. Math	KV
13	Somya. GOODI	SG
14	Ashwini	AS
15	Anita	AN
16	Shivakka. Hankeeri	SH
14	Savita	SA
18	Rakha	RA
19	Soumya. Kambal	SK
20	Bhimavva. Patil	BP
21	Pekha. Murakachitti	PM
22	Geeta	Geeta
23	Shanta. Kambay	SK
24	Ashwini. Patil	AP
25	Vijayalaxmi. Patil.	VJP
26	Sunita. Naik	SN
27	Spoorti. Turadagi.	ST
28	Priyanka. Asanghi	PA
29	Priyanka. Bhal	PBA
30	Pavitra. Pathod.	PP
31	Basamma. Vnael.	BBV
32	Priyanka. Shona.	PS

Principals

Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT



B. V. V. Sangha's
Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce
College, Bagalkot
Accredited at 'B' grade by NAAC



Department of Home Science
Organizes
Extension Activity:
Awareness Programme on Nutrition
Index

Sl.No	List of Documents
1.	Programme Outline
2.	Agenda or Schedule
3.	Dept. Meeting for forming meeting minutes
4.	Notice
5.	Invitation Card
6.	Students Attendance
8.	Multiple choice questions quiz
9.	Feedback form
10.	Report
11.	Brochure
12.	Gallery

EXTENSION ACTIVITY PROGRAMME

One-day special lecture will be conducted on 'Extension Activity: Awareness programme on Nutrition by the department of Home Science for the academic year 2023-2024. The below attached schedule format of programme:

Time	Activity/Session	Speaker	Venue	Remarks
10:00 AM	Welcome	A.V. Pusanik	Seminar hall	Brief overview of the event
10:10 AM	Introduction	-		-
10:20 AM	Addressing the	Smt. S.J. Wodeyar		Focus on event
11:30 AM to 12:30	Special Talk	"		Engaging session
12:45 PM	Feedback and Interaction	"		Share thoughts and queries
12:45 to 1:00 PM	Closing Remarks	Vandana.B		Vote of thanks and closure



B. V. V. Sangha's
Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce
College, Bagalkot
Accredited at 'B' grade by NAAC



Department of Home Science
Organizes

Extension Activity: Awareness Programme on Nutrition

Overview of the Awareness Programme on Nutrition

The *Awareness Programme on Nutrition* aims to educate individuals and communities on the importance of proper nutrition in maintaining a healthy lifestyle. The program focuses on promoting knowledge about balanced diets, the role of various nutrients, and practical strategies for adopting healthier eating habits. By the end of the program, participants will have a better understanding of how nutrition affects overall health and well-being and will be equipped with tools to make informed choices about their daily diet.

Key Highlights:

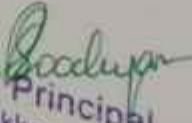
1. **Introduction to Nutrition:** An introductory session explaining the fundamental concepts of nutrition and its importance in everyday life.
2. **Understanding Nutrients:** Detailed discussions on macronutrients (proteins, carbohydrates, fats) and micronutrients (vitamins, minerals), and their specific roles in the body.
3. **Healthy Eating Practices:** Guidance on planning balanced meals, portion control, and incorporating a variety of food groups into daily meals.
4. **Interactive Learning:** Engaging activities such as quizzes and demonstrations to reinforce learning and make the session more enjoyable.
5. **Real-Life Case Studies:** Sharing stories of individuals who have benefited from adopting healthier eating habits, offering practical examples to inspire participants.
6. **Practical Cooking Tips:** Live demonstrations on preparing nutritious meals with easily available ingredients, emphasizing healthier cooking methods.
7. **Q&A Session:** An opportunity for participants to ask questions and receive expert advice on specific nutrition concerns.

Target Audience:

The program is designed for community members, students, parents, and anyone interested in improving their dietary habits and overall health.

Objectives of the Awareness Programme on Nutrition

- ✓ To educate the community on the importance of nutrition.
- ✓ To promote healthy eating habits.
- ✓ To provide knowledge on essential nutrients.
- ✓ To raise awareness about common nutritional deficiencies.
- ✓ To provide practical tips for meal planning.
- ✓ To address myths and misconceptions about nutrition.
- ✓ To foster a positive attitude toward long-term health.
- ✓ To engage and involve the participants actively.


Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT



B. V. V. Sangha's
Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce
College, Bagalkot
Accredited at 'B' grade by NAAC



Department of Home Science
Organizes

**Extension Activity:
Awareness Programme on
Nutrition**

Date: 23-11-2023

Time: 10.00 pm

Resource Person

Smt. S. J. Wodeyar

Principal
B.V.V.S Akkamahadevi Women's Arts, Science
and Commerce College, Bagalkot

IQAC Coordinator

Smt.P.K. Chougula

Venue – College Seminar Hall

All are cordially invited

Teaching, Non-Teaching Staff & Students

Notice to students

Dear Students,

This is to inform all the students that a on the topic **Extension Activity: Awareness Programme on Nutrition** will be organized by the **Department of Home Science**.


Details of the Event:

- **Date:** 23-11-2023
- **Time:** 10:30 AM
- **Venue:** Seminar Hall
- **Beneficiaries:** Girls (High School Students)

All the concerned students are requested to attend the session and benefit from the valuable insights on nutrition and its role in maintaining a healthy life.

Warm regards,

Principal



Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B. V. V. Sangha's
Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce College,
Bagalkot

Accredited at 'B' grade by NAAC

Department of Home Science
Organizes

Extension Activity: Awareness Programme on Nutrition



Created by: Dept. of Home Science.

Co-ordinated by: Smt. S.J. Kodeyax
Principal,

Akkamahadevi Women's Arts
Science & Commerce, College
Bagalkote.

ಇತರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆಹಾರಗಳು ಉತ್ತಮ ಮೂಲಗಳು.

ಪೋಷಣೆ ಎಂದರೆ ಏನು?

ಪೋಷಣೆ ಎಂದರೆ ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಅದು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಅಧ್ಯಯನ. ಪೋಷಣೆಯು ದ್ರವಾಂಶಪದಾರ್ಥಗಳು (ಪ್ರೋಟೀನ್ಸ್, ಕೊಬ್ಬುಗಳು, ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್) ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮಪದಾರ್ಥಗಳು (ವಿಟಮಿನ್ಸ್, ಖನಿಜಗಳು) ಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಮತ್ತು ಅವುಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆಯಲು ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಪೋಷಣೆಯ ಮಹತ್ವ:

ಸಮತೋಲನಮಯ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ದೇಹದ ಕಾರ್ಯಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ, ಮತ್ತು ಇದು ಉತ್ತಮ ಶಕ್ತಿ, ದೇಹದ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಉತ್ತಮ ಮನೋಭಾವ, ಹಾಗೂ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ರೋಗಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಹೊತ್ತಿಗೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರ:

• ಪ್ರೋಟೀನ್ಸ್ (Proteins):

ಪ್ರೋಟೀನ್ಸ್ ಶರೀರದ ಕೋಶಗಳನ್ನು ರಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಸಲು, ಹಾಗೂ ಶರೀರದ ಬಲವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಅವು ಹಕ್ಕಿ, ಮೀನು, ಮಾಂಸ, ಮೊಟ್ಟೆಗಳು, ದಾಲ್ಚಿನ್ನಿ, ಮತ್ತು ಬೀಜಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ.

• ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್ (Carbohydrates):

ಆಹಾರದಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗಲು ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಇವು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಹಣ್ಣುಗಳು, ತರಕಾರಿಗಳು, ಧಾನ್ಯಗಳು, ಮತ್ತು

• ಕೊಬ್ಬುಗಳು (Fats):

ಕೊಂಡಾರಿತ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಮತ್ತು ಲೈಫ್‌ಲೈನ್ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕೊಬ್ಬುಗಳನ್ನು ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕೊಬ್ಬುಗಳು ಸ್ಯಾಟುರೇಟೆಡ್, ಹತ್ತಿ ಎಣ್ಣೆ, ಹಾಗೂ ಅವಕಾಡೋ ಇತ್ಯಾದಿ.

• ವಿಟಮಿನ್ಸ್ ಮತ್ತು ಖನಿಜಗಳು (Vitamins and Minerals):

ವಿಟಮಿನ್ಸ್ ಮತ್ತು ಖನಿಜಗಳು ದೇಹವನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹಣ್ಣುಗಳು, ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಾಲು, ಮೊಸರು, ಮತ್ತು ಅಣಕುಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಮೂಲಕ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಗಾಗಿ ಸಲಹೆಗಳು:

• ಊಟದಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯತೆ:

ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

• ನೀರು ಕುಡಿಯಿರಿ:

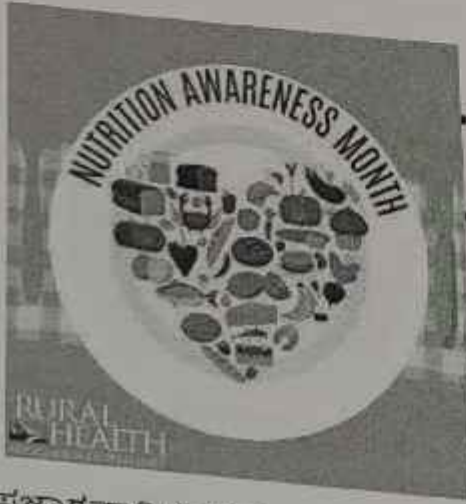
ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯಿರಿ. ಇದು ದೇಹವನ್ನು ಹೈಡ್ರೇಟ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ಜಲ್ಪುಕಾರಿಕತೆ ಅಥವಾ ತೂಕವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ.

• ನೇರ ಆಹಾರ ಆಯ್ಕೆಗಳು:

ಸಕ್ಕರೆ, ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಕೃತಕ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಸಹಜ ಆಹಾರಗಳನ್ನು, ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು,

ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಪೋಷಣೆಯ ಸೇವನೆ:	ನಿಯಮಿತ	ಹಾರದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ:	ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು
ವಾರಕ್ಕೆ 3 ಪ್ರಮುಖ ಆಹಾರ ಹಾಗೂ 2 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಕೈಗೊಳ್ಳಿ.	ಆಹಾರದ ಹತ್ತಿರದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮಿತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಬಹುದು.	ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮೀರಿ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಬಹುದು.	ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ.



ಆಹಾರದ ಮಾದರಿಯ ಯೋಜನೆ:

- ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಭೋಜನ: ಗೋಧಿ ರೊಟ್ಟಿ, ತರಕಾರಿ, 1 ಉಪ್ಪು ಮೊಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯಹಾರ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು.
 - ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ತಿಂಡಿ: ಕಡಲೆಕಾಳು, ಫಲಸಾಲಾ ಮತ್ತು 1 ಜೇನುಹನಿ
 - ಸಂಜೆ ಊಟ: ವಾಕೋಡಾ, ಕಾಫಿ ಅಥವಾ ಟೀ
 - ಊಟ: ಬಾತ್, ಸಸಿಪಟ್ಟು, ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಕಾಳು ಕಡಲೆ
- ಪೋಷಣೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ:
- ಪೋಷಣೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿದರೆ, ದೇಹವು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿದ್ದು, ನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು

ಸಜಾಗವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

- ಪೋಷಣೆ ತಂಪಾದ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಿತ
- ಅವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿರ್ಣಯ:

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪೋಷಣೆಯು ಉತ್ತಮ ಜೀವನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು, ನಮ್ಮ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ

B. V. V. Sangha's
Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce College,
Bagalkot

Department of Home Science
Organizes

Extension Activity: Awareness Programme on Nutrition

Multiple Choice Questions

ಹೆಸೂಲ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಬಹು ಆಯ್ಕೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (Multiple Choice Questions - MCQs)

ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಪ್ರಶ್ನೆ 1: ಎಲ್ಲಾ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಏನೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ?

- a) ಜಂಕ್ ಫುಡ್ b) ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ
c) ತೈಲಯುಕ್ತ ಆಹಾರ d) ಶೀತ ಆಹಾರ

ಉತ್ತರ: b) ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ

ಪ್ರಶ್ನೆ 2: ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ನೀಡುವ ಪೋಷಕಾಂಶ ಯಾವದು?

- a) ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳು b) ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್‌ಗಳು
c) ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಗಳು d) ನಾರಿನಂಶ

ಉತ್ತರ: b) ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್‌ಗಳು

ಪ್ರಶ್ನೆ 3: ಪ್ರೋಟೀನ್‌ನ ಪ್ರಮುಖ ಉಲ್ಲೇಖವಾಗಿದೆ:

- a) ಮಾವು b) ಮೀನು
c) ಸಕ್ಕರೆ d) ಬೆಲ್ಲ

ಉತ್ತರ: b) ಮೀನು

ಪ್ರಶ್ನೆ 4: ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ರೋಗಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಪೋಷಕಾಂಶ ಯಾವುದು?

- a) ವಿಟಮಿನ್ A b) ವಿಟಮಿನ್ C
c) ಕಬ್ಬಿಣ d) ತೈಲ

ಉತ್ತರ: b) ವಿಟಮಿನ್ C

ಪ್ರಶ್ನೆ 5: ನೀವು ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವ ಮೂಲಕ ಪಡೆಯುವ ಪೋಷಕಾಂಶ ಯಾವದು?

- a) ಕಬ್ಬಿಣ b) ನಾರಿನಂಶ
c) ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ d) ಮೆಳಗಾಲದ ಆಹಾರ

ಉತ್ತರ: b) ನಾರಿನಂಶ

ಪ್ರಶ್ನೆ 6: ಸಕ್ಕರೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇರುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು ಯಾವ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು?

- a) ಡಾಂಗ್ಲು
b) ಮಧುಮೇಹ
c) ರಕ್ತಹೀನತೆ
d) ಪಚನ ಸಮಸ್ಯೆ

ಉತ್ತರ: b) ಮಧುಮೇಹ

ಪ್ರಶ್ನೆ 7:

ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಪ್ರಮುಖ ಪೋಷಕಾಂಶ ಯಾವುದು?

- a) ಕಬ್ಬಿಣ
b) ಪ್ರೋಟೀನ್
c) ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ
d) ವಿಟಮಿನ್ D

ಉತ್ತರ: c) ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ

ಪ್ರಶ್ನೆ 8:

ಫಾಸ್ಟ್ ಫುಡ್ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಏನೆಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು?

- a) ಪಚನ ಸಮಸ್ಯೆ
b) ದೇಹದ ಒತ್ತುವರಿ
c) ಮಧುಮೇಹ
d) ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ

ಉತ್ತರ: d) ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ

ಪ್ರಶ್ನೆ 9:

ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಏನೆಲ್ಲಾ ಲಾಭಗಳಿವೆ?

- a) ದೇಹದ ತೂಕ ಇಳಿಸುತ್ತದೆ
b) ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ
c) ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ
d) ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ

ಉತ್ತರ: d) ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ

ಪ್ರಶ್ನೆ 10: ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನೀಡಬೇಕಾದ ಪೋಷಕಾಂಶ ಯಾವುದು?

- a) ಕಬ್ಬಿಣ ಮತ್ತು ಫೋಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್
b) ತೈಲ ಮತ್ತು ಸಕ್ಕರೆ
c) ವಿಟಮಿನ್ D ಮಾತ್ರ
d) ನಾರಿನಂಶ

ಉತ್ತರ: a) ಕಬ್ಬಿಣ ಮತ್ತು ಫೋಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್

B.V.V.S

Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce College, Bagalkot

Department of Home Science and Department of Botany

Feed back form of Special Lecture Programme

National Nutrition Month

Sl. No	Questions	Excellent	Good	Average	Below average	Poor
1.	ನೀವು ವಿಸ್ತರಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿರುವ ಅನುಭವ ಹೇಗಿತ್ತು?					
2.	ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ನಿಮಗೆ ಹೊಸ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಅಥವಾ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿದೆಯೇ?					
3.	ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸಮಯಪಾಲನೆ ಹೇಗಿತ್ತು?					
4.	ನೀವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಂಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ?					
5.	ನೀವು ವಿಸ್ತರಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿರುವ ಅನುಭವ ಹೇಗಿತ್ತು?					
6.	ನೀವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗಿದೆಯೇ?					
7.	ಪ್ರಸ್ತುತಿ ಅಥವಾ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಶೈಲಿಯನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ?					
8.	ಉಪನ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಇಷ್ಟವಾದದ್ದು ಏನು?					
9.	ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅನುಭಾವವನ್ನು ಒಂದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿ:					
10.	ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಆಲೋಚನೆಗಳು?					


Principal

B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT



B. V. V. Sangha's
Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce College, Bagalkot
Department of Home Science
Report on Extension Activity: Awareness Program on Nutrition

Date: 23-11-2023

Venue: Basaveshwara Girls High School

Organized by: Department of Home Science

Number of Participants: 120

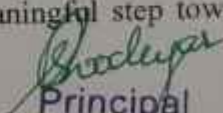
Objective of the Program

- The primary goal of the awareness program was to educate the community about the importance of proper nutrition, its impact on health, and practical ways to incorporate a balanced diet into daily life.
- The program aimed to address malnutrition, promote healthy eating habits, and prevent nutrition-related diseases.

Highlights of Programme:

The Department of Home Science carried out extension activity on "Awareness Programme on Nutrition" was held on 23-011-2023 at Basaveshwara Girls High School, Bagalkote. The Activity involves 120 students.

- An extension activity focusing on an awareness program on nutrition was organized for college students to educate them on the significance of balanced diets and healthy eating habits. The program aimed to create awareness about the role of proper nutrition in maintaining physical and mental well-being, enhancing academic performance, and preventing lifestyle-related diseases.
- The session began with an introduction to the program's objectives by resource person. Expert talks followed, covering key topics such as the basics of nutrition, the importance of macro and micronutrients, and the health risks associated with poor dietary choices.
- Special emphasis was given to the dietary challenges faced by young adults, such as skipping meals, reliance on fast food and inadequate hydration.
- Handouts containing easy-to-follow diet plans and nutrition tips tailored for college students were distributed to all participants. The program concluded with an open forum for students to ask questions and share their feedback.
- The activity was successful in increasing students' understanding of nutrition and its direct impact on their academic and personal lives. Overall, the program was a meaningful step toward improving community health through better nutrition awareness.


Principal

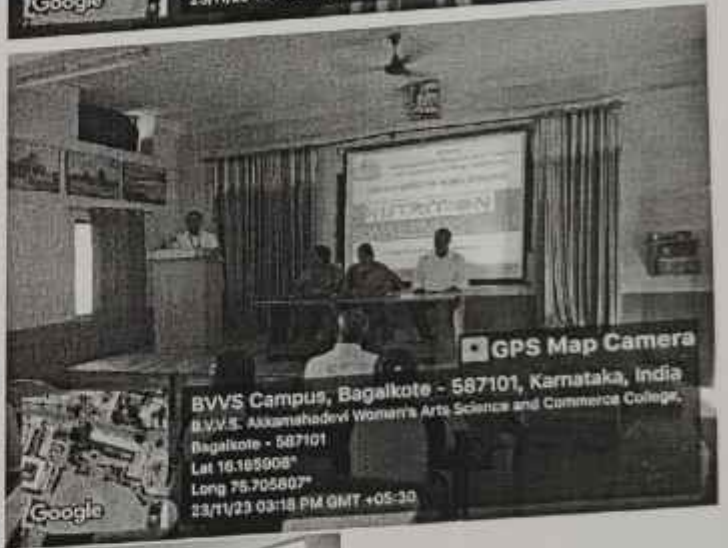
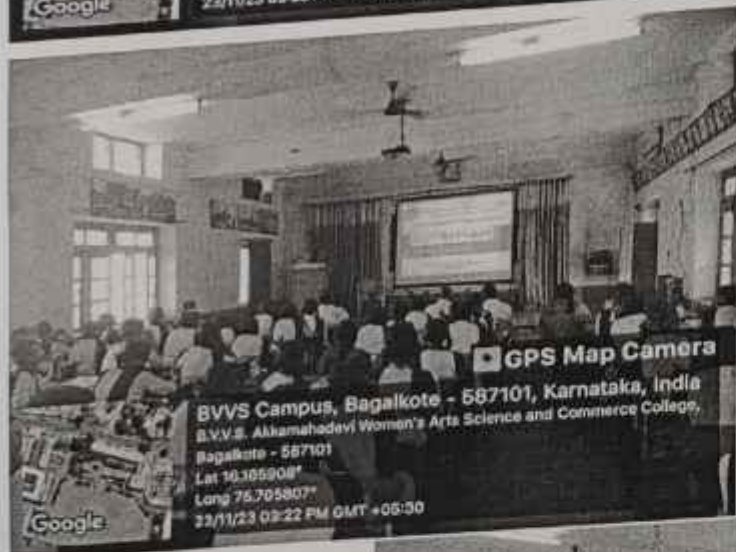
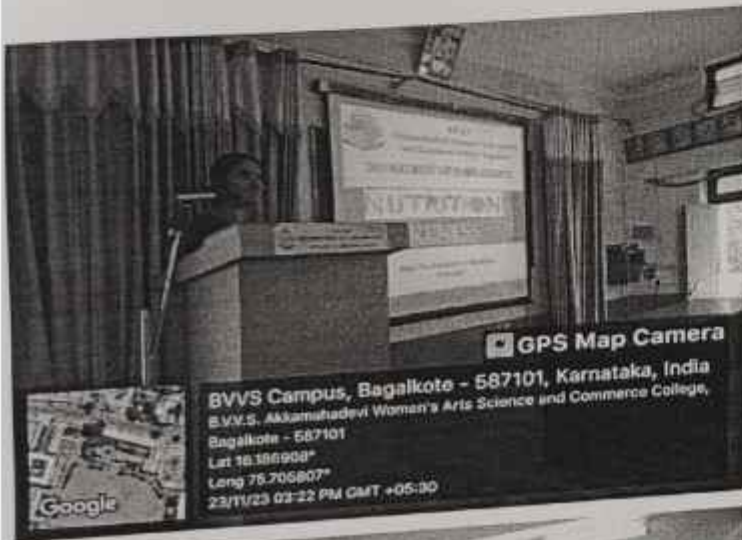
B.V.V.S. Akkamahadevi Woman's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT

B. V. V. Sangha's

Akkamahadevi Women's Arts, Science & Commerce College, Bagalkote

Department of Home Science

Extension Activity on Extension Activity: Awareness Program on Nutrition



Deviya
Principal
B.V.V.S. Akkamahadevi Women's
Arts Science & Commerce College
BAGALKOT