



Academic
Staff College

A Report on

One-day Orientation Lecture on “Nutritional Health Benefits of Millets”

Dt. 25.02.2019

Academic Staff College in Association with Hotel Management Department, KLU organised a One-day Orientation Lecture on “Nutritional Health Benefits of Millets” on 25.02.2019 by **Dr. KhardharVali, a Renowned Independent Scientist and Health Expert, Mysore** for all the Faculty Members, Non-Teaching Staff and Students of KLEF. The Programme took place in the New Theatre, R-Block.

Dr.YadlapalliVenkateswaraRao, a Padmasri awardee, was the chief guest of the day spoke about the importance of organic and its urgency in today’s pollution and increasing health crisis. Further, the resource person Dr.KhardharValispoke about the process of reviving the healthy food habits, through discovery of nutritional and medicinal effects of millets, the Indian Traditional Healthcare that can eradicate the existing some of the sicknesses and diseases. He made a statement, **“WHEN DIET IS WRONG, MEDICINE IS OF NO USE; WHEN DIET IS CORRECT, MEDICINE IS OF NO NEED”**. The right kind of food, a simple lifestyle and the right agricultural practice are what the society needs to mend its ways and get itself into a healthy state.

He expressed that over the past few years there has been a healthy food revolution, especially, with the increasing health consciousness among people, there has been a rise in the demand of nutrient rich cereals and millets. He feels that organic farming, environment, ecological balance, food and healthy habits go hand in hand to acquire good health. One cannot be separated from each other. The bifurcation and separation of these entities today lead to these ever increasing and threatening diseases. He strongly feels that only millets have become favourite food fad among millenials for its umpteen health benefits. Enriched with the goodness of nature, millets are a rich source of fibre, minerals like magnesium, phosphorous, iron, calcium, zinc and potassium. ‘Millets are extremely nutritious and good for health and they also need less water and can be stored for years, as they have a long shelf life. Millets make for a perfect healthy meal. What’s more, millets are loaded with high amount of starch and proteins, which can be beneficial, if added to the daily diet.’

The audience raised the queries and got their doubts cleared by the resource person who suggested practicing better food habitsto overcome the health related issues. The programme went on well and to satisfaction of the faculty, non-teaching staff and students.



Padmasri Dr. Y. Venkateswara Rao, Chairman, Rythunestham Foundation



Dr. Khadhar Vali, Renowned Independent Scientist and Health Expert



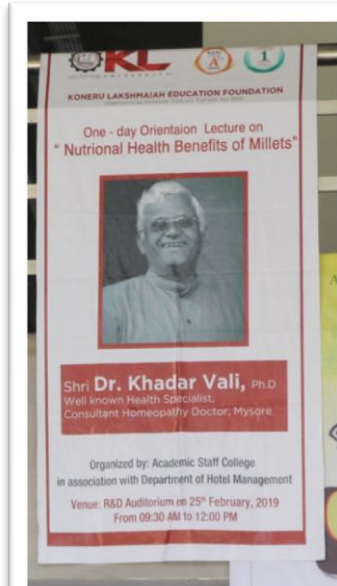
Interaction& Doubts Clarification



Felicitation



Some Glimpses



సేంద్రియ పంటలు ఆరోగ్యదాయకం

శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ ఖాదర్‌వలీ

కృష్ణలంక(విజయవాడ తూర్పు): ఆధునిక ఆహారపు అలవాట్లతో మధుమేహం, ఊబకాయం, రక్తపోటు, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధులు ప్రబలుతున్నాయని, వాటి నివారణకు సేంద్రియ, పకృతి వ్యవసాయ విధానంతో పండించిన ఆహార పదార్థాలను ఉపయోగించాలని ప్రముఖ శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ ఖాదర్ వలీ సూచించారు. సోమవారం కేఎల్ యూనివర్సిటీ హోటల్ మేనేజ్‌మెంట్ విభాగం ఆధ్వర్యంలో 'ఆధునిక రోగాలు-నియంత్రణ'పై జరిగిన అవగాహన సదస్సులో ఆయన ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడారు. వాణిజ్య ప్రయోజనాల కోసం పాశ్చత్య దేశాలు కూడా

రసాయనాలతో కూడిన ఆహార పదార్థాలను మార్కెట్‌లోకి తీసుకు వస్తున్నాయన్నారు. వీటితో పాటు వ్యవసాయంలో రసాయన మందులు, ఎరువుల వాడకంతో విషపూరిత, పోషక విలువలు లేని ఆహార పదార్థాలతో మనుషుల్లో వ్యాధి నిరోధకశక్తి నశించి అనారోగ్య సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతున్నాయన్నారు. ఈ సమస్య పరిష్కారానికి సేంద్రియ, పకృతి వ్యవసాయ విధానంలో పండించిన సిరిధాన్యాలను ప్రతి ఒక్కరు ఆహారంగా తీసుకోవాలని సూచించారు. పద్మశ్రీ యడ్లపల్లి వెంకటేశ్వరరావు, ప్రిన్సిపల్ పుల్లంకి రాజేష్, వైఎస్ ప్రిన్సిపల్ శివనాగయ్య, ఈసీఈ విభాగాధిపతి కావ్య, హేమామాలిని తదితరులు పాల్గొన్నారు.