SLCE
Sri Lanka College of Endocrinologists

SRI LANKA DIABETES FEDERATION

ශ්‍රී ලංකා අන්තරාසර්ගවේදීන්ගේ විද්‍යායතනය සහ ශ්‍රී ලංකා දියවැඩියා සම්මේලනය
විසින් සංවිධානය කරනු ලබන
පාසල් ළමුන් සඳහා වන දීප ව්‍යාප්ත චිත්‍ර හා රචනා තරඟය

දියවැඩියාව, අධික රුධිර පීඩනය හා අධික කොලොස්ටරෝල් යන රෝගී තත්වයන් අද සමාජයේ බහුලව දැකිය හැක. මේ හේතුවෙන් අංශබාගය වැනි දරුණු රෝගී තත්වයන්ට අපට මුහුණ දීමට සිදු වනු ඇත. අප කුඩා කාලයේම අප ගන්න ආහාර පාලනය කිරීම තුලින් ව්‍යායාම කිරීම හා ශරීරයේ බර අඩු කර ගැනීමෙන් මෙම තත්වයන් වළක්වා ගත හැක. ජීවන රටාව යනු **දියවැඩියාව වැනි නිදන් ගත රෝග රාශියකට මුල් වන ප්‍රධාන සාධකයකි. එම නිසා කුමන අභියෝග හමුවේ වුවත් කෙසේ හෝ නිරෝගී ජීවන රටාවක් පවත්වා ගෙන යාම නුදුරු අනාගතයේ තවත් දියවැඩියා වසංගතයක් ඇති වීම වැලැක්වීමට උදව් වනු ඇත.**

ශ්‍රී ලංකා අන්තරාසර්ගවේදීන්ගේ විද්‍යායතනය සහ ශ්‍රී ලංකා දියවැඩියා සම්මේලනය මෙවර වාර්ෂික දියවැඩියා දින සැමරුම වෙනුවෙන් **“නිරෝගී ජීවන රටාවක් තුලින් දියවැඩියාව වලක්වමු”** යන තේමාව යටතේ පාසල් ළමුන් අතර චිත්‍ර හා රචනා තරඟ සංවිධානය කිරීමට තීරණය කොට ඇති අතර ඉහත මාතෘකාව යටතේ අයදුම්පත් බාරගනු ලැබේ.

සියලුම නිර්මාණ පහත සඳහන් නීති රීති වලට අනුකූලව **නිසි පරිදි සම්පූර්ණ කරන ලද අයදුම් පතක් සමගින්** පහත ලිපිනයට **සැප්තැම්බර් 30 2023 දින හෝ ඊට පෙර ලියාපදිංචි තැපෑලෙන් හෝ ගෙනවිත් භාර දිය හැක.** ප්‍රමාදව ලැබෙන අයදුම්පත් හා අසම්පූර්ණ අයදුම්පත් සමග එවනු ලබන නිර්මාණ බාරගනු නොලබන බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

ඔබ විසින් තරගයන් සඳහා ඉදිරිපත් කරනු ලබන නිර්මාණ ශ්‍රී ලංකා අන්තරාසර්ගවේදීන්ගේ විද්‍යායතනය හා ශ්‍රී ලංකා දියවැඩියා සම්මේලනය සතු වන අතර අනාගතයේදී සමාජය දැනුවත් කිරීම සඳහා එම සියලු නිර්මාණ විද්‍යුත් හා / හෝ මුද්‍රිත මාධ්‍යක් ලෙස භාවිතා කිරීමට අප විද්‍යායතනයට බලතල ඇත.

ලිපිනය:

සභාපති
ශ්‍රී ලංකා දියවැඩියා සම්මේලනය
ශ්‍රී ලංකා අන්තරාසර්ගවේදීන්ගේ විද්‍යායතනය බාරේ
නො 04,
සිරිධම්ම මාවත,
කොලඹ 10.

නීති හා රෙගුලාසි

මාතෘකාව: “නිරෝගී ජීවන රටාවක් තුලින් දියවැඩියාව වලක්වමු”

පරමාර්ථය: දියවැඩියාව සහ අනෙකුත් බෝ නොවන රෝග වලක්වා ගැනීම සඳහා කල හැකි දෑ .

වයස් සීමාව:

- කනිෂ්ට අංශය - 2024 ජනවාරි 01 වන දිනට වයස අවුරුදු 5 ත් 10 ත් අතර විය යුතුය.
- මධ්‍යම අංශය - 2024 ජනවාරි 01 වන දිනට වයස අවුරුදු 11 ත් 15ත් අතර විය යුතුය.
- ජ්‍යෙෂ්ඨ අංශය - 2024 ජනවාරි 01 වන දිනට වයස අවුරුදු 16 ත් 18ත් අතර විය යුතුය.

චිත්‍ර හා රචනා සඳහා ඉහත සියලු වයස් කාණ්ඩ සඳහා අයදුම් කලහැක.

රචනා තරඟය සඳහා වචන සිමාව:

- කනිෂ්ට අංශය: වචන 250 පමණි
- මධ්‍යම අංශය: වචන 1000 පමණි
- ජ්‍යෙෂ්ඨ අංශය: වචන 1500 පමණි

අයදුම් කල යුතු ආකාරය:

- චිත්‍ර හා රචනා සම්පූර්ණ කරන ලද අයදුම් පත සමග ඉහත සඳහන් ලිපිනයට ලියාපදිංචි තැපැලෙන් හෝ ගෙනෙවිත් භාර දිය හැක.
- සියලුම රචනා අත් අකුරින් හෝ මුද්‍රිත මාධ්‍ය වලින් පමණක් භාර ගනු ලැබේ. රචනා සඳහා සිංහල, ද්‍රවිඩ හා ඉංග්‍රීසි යන ඕනෑම මාධ්‍යක් භාවිතා කල හැක.
- ඔබගේ චිත්‍ර A3 ප්‍රමාණයේ පත්‍රයේ පමණක් එවිය යුතු අතර ඕනෑම චිත්‍ර මාධ්‍යක් භාවිතා කල හැක. (උදා. පින්සල්, චෝක්, පැන්සල්, දිය සායම්, තෙල් තීන්ත)

ඔබගේ සියලු යොමු කිරීම් ඔබගේ වියයුතු අතර අන්‍යයන්ගේ පිටපත් නොවිය යුතුය.

ඔබගේ චිත්‍ර හා රචනා නිර්මාණ මාතෘකාවට අදාල විය යුතු අතර එසේ නොවන්නේ නම් එම නිර්මාණ ප්‍රතික්ෂේප කරනු ලැබේ.

සියලු තරඟ සඳහා ත්‍යාග:

පළමුවන ත්‍යාගය: රුපියල් 25,000/-

දෙවන ත්‍යාගය: රුපියල් 15,000/-

තුන් වන ත්‍යාගය: රුපියල් 10,000/-

සැනසිලි තෑගි ලෙස පලවන 5 දෙනාට සහතික පත් සමග මුදලින් තෑගි පිරිනමනු ලැබේ.

<u>රචනා, චිත්‍ර හා කෙටි චිත්‍රපට තරඟ සඳහා ආදර්ශ අයදුම්පත්‍රය</u>

සම්පූර්ණ නම:

මුලකුරු සමග නම:

මුලකුරු සමග නම (ඉංග්‍රීසියෙන්):

උපන් දිනය:

වයස:

ඉගෙනුම ලබන පන්තිය:

පාසලේ නම සහ ලිපිනය:

පාසලේ දුරකථන අංකය:

නිවසේ ලිපිනය (අනිවාර්ය වේ):

දුරකථන අංකය (අනිවාර්ය වේ): ජංගම: නිවස:

විද්‍යුත් තැපැල:

නිර්මාණකරුගේ ප්‍රකාශය

මම තරග නීති රීති කියවා තේරුම් ගත් බවත් මගේ නිර්මාණ ශ්‍රී ලංකා දියවැඩියා සම්මේලනය සතුවන බවත් අනාගතයේ සමාජය දැනුවත් කිරීම උදෙසා මෙම නිර්මාණ භාවිතා කිරීමට මෙම සම්මේලනයට බලතල ඇති බව මම තේරුම් ගතිමි.

ශ්‍රී ලංකා දියවැඩියා සම්මේලනයේ තීරණය අවසන් තීරණය බවත්, මෙම නිර්මාණ මගේම මිස අන් අයකුගේ නොවන බවත් මම සහතික වෙමි.

....

තරගකරුගේ අත්සන දිනය

විදුහල්පති තුමාගේ / විදුහල්පතිතුමියගේ ප්‍රකාශය

නිර්මාණ මෙම ශිෂ්‍යයාගේ බවත් ඔහු / ඇය මෙම තරගයට සහභාගී වීමට අදාල සුදුසුකම් සපුරා ඇති බවත්, මීට පෙර මෙම නිර්මාණ වෙනත් තරඟයකට යොමු කර නොමැති බවත් සහතික කරමි.

....

විදුහල්පති තුමාගේ / විදුහල්පතිතුමියගේ අත්සන හා නිල මුද්‍රාව දිනය