

இலங்கை உட்கரப்பியல் நிபுணர்களின் கல்லூரி மற்றும் இலங்கை நிரிழிவு நோயாளர்களின்

சம்மேளனத்தினால் ஏற்பாடுசெய்யப்பட்ட

பாடசாலை சிறுவர்களின் நாடளாவியரீதியிலான சித்திரம் மற்றும் கட்டுரை போட்டி

நிரிழிவு, உயர் இரத்த அழுத்தம் மற்றும் உயர் கொலெஸ்ட்ரோல் எனும் நோய்கள் இன்றய சமுதாயத்தில் சாதாரணமாக காணக்கூடியதாகவுள்ளது. இதன் காரணமாக பக்கவாதம் போன்ற கொடிய நோய்கள் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம் உண்டு. எமது சிறு வயதிலேயே எம் உணவு முறையை கட்டுப்படுத்துவதன் மூலமும் உடற்பயிற்சி செய்வது மற்றும் உடல் எடையை குறைப்பதன் மூலமும் இந் நிலைமையை தவிர்த்துக்கொள்ளலாம். வாழ்க்கை முறை என்பது நீரிழிவு போன்ற நாள்பட்ட நோய்கள் பலவற்றிற்கான முக்கிய காரணியாகும். அதனால் எவ்வித சவால்கள் வந்தாழும் சிறந்த வாழ்க்கைக்காக ஆரோக்கியமான வழிமுறைகளை கடைபிடித்து வாழ்வது எதிர்காலத்தில் மேலும் இவ்வாரான நீரிழிவு கொள்ளை நோய் ஏற்படுவதை தடுப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

இலங்கை உட்கரப்பியல் நிபுணர் கல்லூரி மற்றும் இலங்கை நிரிழிவு நோயாளர்களின் சம்மேளனம் இம்முறை வருடாந்த நீரிழிவு தினத்தை முன்னிட்டு “ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையினால் நிரிழிவை தவிர்ப்போம்” எனும் தலைப்பின் கீழ் பாடசாலை சிறுவர்களுக்கிடையில் சித்திரம் மற்றும் கட்டுரை போட்டிகளை நடாத்த தீர்மானித்துள்ளதோடு மேற் குறிப்பிடப்பட்ட தலைப்பின் கீழ் விண்ணப்பங்கள் கோரப்படுகின்றன.

அனைத்து ஆக்க பூர்வமான படைப்புகளும் கீழே காட்டப்பட்ட சட்ட திட்டங்களுக்கு அமைவாக நேர்த்தியாக பூர்த்தி செய்யப்பட்ட விண்ணப்ப படிவத்துடன் கீழே காட்டப்பட்ட முகவரிக்கு 2024 செப்டெம்பர் 30 ஆந் திகதிக்கோ அல்லது அதற்கு முன்னரோ கிடைக்குமாறு அனுப்பி வைத்தல் வேண்டும் அல்லது நேரடியாக சமர்ப்பிக்கலாம். கால தாமதமாக கிடைக்கப்பெறும் படைப்புக்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படமாட்டாது என இக்தால் அறியத்தருகின்றோம்.

உங்களால் போட்டிக்காக அனுப்பப்பட்ட படைப்புகள் இலங்கை உட்கரப்பியல் நிபுணர் கல்லூரி மற்றும் இலங்கை நிரிழிவு நோயாளர்களின் சம்மேளனத்திற்கு உரித்தாவதோடு எதிர்காலத்தில் சமூக விழிப்புணர்விற்காக அவ் அனைத்து படைப்புகளையும் மின்னணுசார் அல்லது அச்ச ஊடகங்களாக உபயோகிப்பதற்கான உரிமை எமது கல்லூரிக்கு உண்டு.

முகவரி:

இலங்கை நிரிழிவு நோயாளர்களின் சம்மேளனம்

மே/பா இலங்கை உட்கரப்பியல் நிபுணர் கல்லூரி

இல. 04,

சிறிதம்ம மாவத்தை,

கொழும்பு 10,

கட்டளைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள்

தலையங்கம்: “ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையினால் நிர்மலம் தவிர்ப்போம்”

நோக்கம் : நீர்மலம் மற்றும் ஏனைய தொற்றா நோய்களை தவிர்த்துக்கொள்வதற்காக மேற்கொள்ளப்பட வேண்டியவை.

வயது எல்லை:

- கனிஷ்ட பிரிவு : 2024 ஜனவரி 01ஆந் திகதிக்கு 5 முதல் 10 வயதிற்கிடையில் இருத்தல் வேண்டும்.
- மத்திய பிரிவு : 2024 ஜனவரி 01ஆந் திகதிக்கு 11 முதல் 15 வயதிற்கிடையில் இருத்தல் வேண்டும்
- சிரேஷ்ட பிரிவு : 2024 ஜனவரி 01ஆந் திகதிக்கு 16 முதல் 18 வயதிற்கிடையில் இருத்தல் வேண்டும்

சித்திரம் மற்றும் கட்டுரை போட்டிகளுக்காக மேற் கூறப்பட்ட வயதெல்லைகளுக்கு உட்பட்டவர்கள் விண்ணப்பிக்கலாம்.

கட்டுரை போட்டிக்கான சொற்களின் எண்ணிக்கை:

- கனிஷ்ட பிரிவு : 250 இற்கு உட்பட்ட சொற்கள்
- மத்திய பிரிவு : 1000 இற்கு உட்பட்ட சொற்கள்
- சிரேஷ்ட பிரிவு : 1500 இற்கு உட்பட்ட சொற்கள்

விண்ணப்பிக்க வேண்டிய வழி முறைகள்:

- சித்திரங்கள் மற்றும் கட்டுரைகள் பூர்த்தி செய்யப்பட்ட விண்ணப்ப படிவத்துடன் மேற்கூறப்பட்ட முகவரிக்கு பதிவுத் தபாலில் அல்லது நேரடியாகவோ பெற்றுக் கொடுக்கலாம்.
- அனைத்து கட்டுரைகளும் கை எழுத்து மூலமாகவோ அல்லது அச்சு ஊடகத்தின் உதவியுடன் மாத்திரமே ஏற்றுக்கொள்ளப்படும். கட்டுரைகளுக்காக சிங்களம், தமிழ் மற்றும் ஆங்கில ஆகிய மொழி மூலத்தை உபயோகிக்கலாம்.
- உங்கள் சித்திரங்களை A4 அளவு பேப்பரில் மாத்திரம் அனுப்ப வேண்டும் அத்துடன் சித்திரத்தை விருப்பமான நிர மூலத்தை உபயோகித்தேனும் அனுப்பலாம். (உ+ம். தூரிகை, சோக், பென்சில் நிரங்கள், நீர் சாயம், எண்ணெய் சாயம்)

அனைத்து ஆக்கங்களும் உங்களுடையதாகவே இருத்தல் வேண்டும் அத்துடன் அந்நியவர்களின் ஆக்கங்களாக இருக்கக் கூடாது.

உங்கள் சித்திரங்கள் மற்றும் கட்டுரைகள் தலைப்பின் கீழ் இருத்தல் வேண்டும் அவ்வாறற்ற படைப்புகள் நிராகரிக்கப்படும்.

அனைத்து போட்டிகளுக்கான பரிசுகள்:

முதல் பரிசு : ரூபா. 25,000/-

இரண்டாம் பரிசு : ரூபா. 15,000/-

மூன்றாம் பரிசு : ரூபா. 10,000/-

ஆறுதல் பரிசுகளாக முதல் 5 பேர்களுக்கு சான்றிதழ்கள் மற்றும் பணப்பரிசுகள் வழங்கப்படும்.

கட்டுரை, சித்திரம் மற்றும் குறுந்திரைப்படங்கள் போட்டிக்கான மாதிரி விண்ணப்பப் படிவம்

முழுப் பெயர் :

முதல் எழுத்துக்களுடனான பெயர் :

முதல் எழுத்துக்களுடனான பெயர் (ஆங்கிழத்தில்) :

பிறந்த திகதி :

வயது :

படிக்கும் வகுப்பு :

பாடசாலையின் பெயர் மற்றும் முகவரி :

பாடசாலையின் தொலைபேசி இல. :

வீட்டு மகவரி (அவசியம்) :

தொலைபேசி இலக்கம் (அவசியம்) : கையடக்க தொ/பே:

வீட்டு:

மின்னஞ்சல் முகவரி :

படைப்பாளியின் அறிக்கை

நான் போட்டியின் சட்ட திட்டங்களை வாசித்து அறிந்தேன் எனவும் எனது படைப்புகள் இலங்கை நிரிழிவு நோயாளர்களின் சம்மேளனத்திற்கு உரியவை எனவும் எதிர்காலத்தில் சமூக விழிப்புணர்விற்காக இப் படைப்புகளை உபயோகிப்பதற்கு இச் சம்மேளனத்திற்கு உரிமை உண்டு என நான் அறிந்துக்கொண்டேன் என உறுதி அளிக்கின்றேன்.

இலங்கை நிரிழிவு நோயாளர்களின் சம்மேளனத்தின் முடிவு இறுதி முடிவாகும் எனவும், இப் படைப்புகள் என்னுடையதன்றி வேறு எவறுடையதுமில்லை என நான் உறுதி படுத்துகின்றேன்.

.....

.....

போட்டியாளரின் கையொப்பம்

திகதி

அதிபரின் அறிக்கை

படைப்புகள் இவ் மாணவருக்கு / மாணவிக்கு உரியவை எனவும் அவர் இப்போட்டியில் கலந்து கொள்வதற்கான தகுதியை பூர்த்தி செய்தவர் எனவும், இதற்கு முன்னர் இப் படைப்புகள் வேறு எந்த போட்டிக்கும் அனுப்பப்படவில்லை என இத்தால் உறுதி கூறுகின்றேன்.

.....

.....

அதிபரின் கையொப்பம்

திகதி