

IFTM University Alumni Association (IUAA)

In collaboration with

School of Sciences

Organized a webinar on

"Perfect Food for Fitness and Fat to Fit Twist"

September 25, 2021



IFTM UNIVERSITY
ALUMNI ASSOCIATION (IUAA)
In collaboration with
School of Sciences
Organizes A
WEBINAR on
Perfect Food for Fitness and Fat to Fit Twist

25 September, 2021
Saturday
3:30 pm
onwards



Meeting Platform:
ZOOM

Eminent speaker:
Alumnus: Mrs. Pragya Agarwal
M.Sc. (Home Science) 2019-21
Dietician at Siddh Hospital, Moradabad
E-mail Id- dt.pragyaagarwal35@gmail.com

ALUMNI COORDINATOR: Dr. Pawan Kumar Shukla

Organizing Committee		
Dr. Himanshu Gupta (Assistant Prof) (Convener)	Dr. Tripti Pandey Mr. Amit Bhatnagar (Organizing Secretary)	Prof. (Dr.) B.K. Singh (Director) (Chairman)

Purpose/ Objective

The purpose of this webinar was to upgrade the knowledge of participants in the field of food, nutrition and hygiene. The webinar may inculcate critical thinking and knowledge of identification of proper food for fitness among participants. Additionally, it was aimed to have an interaction amongst the students, alumni and teachers in a reasonably structured way. Therefore, IFTM University Alumni Association (IUAA) in collaboration with School of Sciences organized a webinar on “Perfect Food for Fitness and Fat to Fit Twist” on September 25, 2021 from 03:30 PM onwards.

The organizing team members were-

1. Prof.(Dr.) B.K.Singh (Chairman)
2. Dr. Pawan Kumar Shukla (Coordinator)
3. Dr. Himanshu Gupta (Convener)
4. Dr. Trapti Pandey (Organizing Secretary)
5. Mr. Amit Bhatnagar (Organizing Secretary)

About Alumnus Speaker

Mrs. Pragya Agarwal is an alumnus of our University of the batch 2019-2021. Mrs. Agarwal is M.Sc. (Home Science) as well as PGD in Dietetics. She has more than 8 years of experience in therapeutic and weight loss diets as a freelance nutritionist. She is also a visiting nutritionist in Siddh multispecialty Hospital and Mansi nursing home.

Details of the Webinar

With the encouragement and support from the IUAA, the School of Sciences organized a WEBINAR on “Perfect Food for Fitness and Fat to Fit Twist” on September 25, 2021 at 03:30 PM. More than 100 participants registered from the different departments of IFTM University.

At the beginning, Dr. Pawan Kumar Shukla, Coordinator (IUAA), Department of Chemistry, School of Sciences (SoS), IFTM University, welcomed the participants at 03:30 pm. Prof. B.K. Singh, Director, SoS as well as Chairman of the webinar, addressed

Honorable Chancellor-Shri. Rajiv Kothiwal; Pro Chancellor- Sh. Abhinav Kothiwal; Vice-Chancellor-Prof. M.P. Pandey; Pro Vice Chancellor-Prof. Rahul Kumar Mishra; Registrar-Prof. Sanjeev Agrawal, Alumnus Mrs. Pragya Agarwal, M.Sc. Home Science(2019-2021), and all the participants. Dr. Pawan Kumar Shukla, Coordinator, presented the outline of the webinar. Thereafter, he introduced the alumnus speaker, Mrs. Pragya Agarwal.

Mrs. Agarwal told that taking a well-balanced diet can help you get the calories and nutrients you need to fuel your daily activities, including regular exercise. She explained the participants about intake of various nutrients through different food item. She also explained to eat the right type of food at the right times of the day and night.

After the completion of webinar, e-certificates were emailed to all the registered participants.

The session was concluded by vote of thanks, which was delivered by Dr. Himanshu Gupta, Head, Department of Chemistry as well as Convener of the present webinar.

Outcomes:

- The different categories of food and nutrition as well as, the eating habits were explained to all the participants.
- The webinar inspired and encouraged all the participants towards, a fiber-and protein rich breakfast which may fend off hunger pangs for longer duration and provide energy required for good health and fitness.

Glimpses of the Webinar:





SAMPLE CERTIFICATE OF PARTICIPATION



IUAA

IFTM University Alumni Association

Certificate of Participation

This is to Certify that

Dr./Mr./Mrs. _____ has successfully participated in a Webinar on
“Perfect Food for Fitness and Fat to Fit twist”
 conducted by IFTM University Alumni Association(IUAA) in collaboration with
 School of Sciences, IFTM University
 on September 25, 2021.

Dr. Pawan Kumar Shukla
(Coordinator, IUAA)

Dr. Himanshu Gupta
(Convener)

Dr. Trapti Pandey
Mr. Amit Bhatnagar
(Organizing Secretary)

Prof. (Dr.) B.K. Singh
(Director)
(Chairman)



Media Coverage

आईएफटीएम में परफेक्ट फूड फॉर फिटनेस एंड फैट टू फिट ट्विस्ट विषय पर हुआ वेबिनार



श्रीमती प्रज्ञा अग्रवाल

मुरादाबाद (विधान केसरी)। आईएफटीएम विश्वविद्यालय में आईएफटीएम यूनिवर्सिटी एल्युमिनाई एसोसिएशन तथा स्कूल ऑफ साइंसेज के संयुक्त तत्वावधान में परफेक्ट फूड फॉर फिटनेस एंड फैट टू फिट ट्विस्ट विषय पर एक वेबिनार का आयोजन किया गया। विश्वविद्यालय के कुलसचिव प्रो. संजीव अग्रवाल ने आयोजकों को वेबिनार के सफल आयोजन हेतु शुभकामनाएं देते हुए कहा कि विद्यार्थी ही शिक्षण संस्थानों की पूंजी होते हैं, वे ही किसी न किसी रूप में संस्था का प्रतिनिधित्व करते हैं। प्रो. अग्रवाल ने यह भी कहा कि विद्यार्थियों से

इम्युनोइंफॉर्मेटिक्स एप्रोच टू डिजाइन पेटाइड बेस्ड वैक्सीन अग्रेस्ट माइक्रोऑर्गेनिज्म पर भी वेबिनार



Dr. Vikas Kaushik,

मुरादाबाद (विधान केसरी)। आईएफटीएम विश्वविद्यालय में एलुमनाई एसोसिएशन एवं स्कूल ऑफ बायोटेक्नोलॉजी द्वारा मंगलवार को इम्युनोइंफॉर्मेटिक्स एप्रोच टू डिजाइन पेटाइड बेस्ड वैक्सीन अग्रेस्ट माइक्रोऑर्गेनिज्म विषय पर वेबिनार का आयोजन किया गया। आईएफटीएम यूनिवर्सिटी के पूर्व छात्र एवं तत्वली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी, जालंधर (पंजाब) के एसोसिएट प्रोफेसर, डॉ. विकास कौशिक ने मुख्य वक्ता के रूप में अपने दक्षत्व में सभी प्रतिभागियों को पेटाइड वैक्सीन डिजाइन करने के लिए इम्युनोइंफॉर्मेटिक्स टूल्स की उपयोगिता के संबंध में प्रकाश डाला। विश्वविद्यालय के कुलसचिव प्रो. संजीव अग्रवाल ने डॉ. कौशिक द्वारा उपलब्ध कराई गई महत्वपूर्ण जानकारीयों हेतु उनकी सराहना की। प्रो. अग्रवाल ने यह भी कहा कि सभी विद्यार्थी डॉ. कौशिक के अनुभव का भरपूर लाभ उठाएं और उनके सुझाव को आत्मसात करें। स्कूल के निदेशक डॉ. तजील अहमद कार्यक्रम के अध्यक्ष व असिस्टेंट प्रोफेसर मिस. कंचन लखेरा वेबिनार की आयोजन सचिव रहें। इस वेबिनार में भाग लेने हेतु 90 प्रतिभागियों ने पंजीकरण करवाया। वेबिनार के सफल आयोजन में डॉ. अहमद, अपर निदेशक के.के. बंसल तथा विभागाध्यक्ष एवं एलुमनाई समन्वयक डॉ. नबील अहमद का महत्वपूर्ण योगदान रहा। कार्यक्रम के अंत में वेबिनार के संयोजक व स्कूल के असिस्टेंट प्रोफेसर श्री अक्षित कुमार ने सभी के प्रति आभार प्रकट किया।

संस्थानों का जीवन पर्यन्त सम्बन्ध चलता रहता है तथा शिक्षण संस्थाएं हमेशा अपने विद्यार्थियों का हित चाहती हैं। वेबिनार में स्कूल ऑफ साइंसेज की पूर्व छात्रा व सिद्ध हॉस्पिटल, मुरादाबाद की डाइटीशियन श्रीमती प्रज्ञा अग्रवाल एल्युमिनस स्पीकर रहें। श्रीमती अग्रवाल ने विद्यार्थियों से अपने अनुभव साझा

किए। उन्होंने कहा कि प्रोफेशनल लाइफ में फिटनेस बहुत जरूरी है, तभी हम सफलता के शिखर को छू सकते हैं। जिसके लिए हमें संतुलित और पौष्टिक आहार लेना चाहिए और नियमित रूप से व्यायाम भी करना चाहिए। वेबिनार के अध्यक्ष व स्कूल के निदेशक प्रो. वी.के. सिंह ने श्रीमती अग्रवाल का स्वागत करते

हुए कहा कि विद्यार्थियों को सफलता के शिखर पर देखना अत्यंत सुखदयी होता है। वेबिनार के सफल आयोजन में एलुमनाई समन्वयक असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. पवन कुमार शुक्ला, संयोजक डॉ. हिमांशु गुप्ता एवं आयोजन सचिव डॉ. तृप्ति पाण्डेय एवं श्री अमित भटनागर का विशेष योगदान रहा।

आईएफटीएम में फिटनेस व फूड पर वेबिनार

मुरादाबाद। आईएफटीएम विवि में आईएफटीएम यूनिवर्सिटी एल्युमिनाई एसोसिएशन और स्कूल ऑफ साइंसेज के संयुक्त तत्वावधान में परफेक्ट फूड फॉर फिटनेस एंड फैट टू फिट दिवस्ट विषय पर वेबिनार का आयोजन किया गया। वेबिनार में स्कूल ऑफ साइंसेज की पूर्व छात्रा व सिद्ध हॉस्पिटल मुरादाबाद की डायटिशियन प्रज्ञा अग्रवाल एल्युमिनस स्पीकर रहीं। इस मौके पर विवि के कुलसचिव प्रो. संजीव अग्रवाल, स्कूल के निदेशक प्रो. बीके सिंह आदि रहे।