मिति :२०८१-११-२० मंगलबार

जैमिनी नगरपालिका वडा नम्बर १, कुश्मीशेरा मा भान्सासुधार आरोग्यको आधार अभियान र स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम सम्पन्न

धौलागिरी आयुर्वेद अस्पताल को आयोजनमा जैमिनी नगरपालिका वडा नम्बर १, कुश्मीशेरा मा भान्सासुधार आरोग्यको आधार अभियान र स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम जैमिनी नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हरि बहादुर भुजेलको प्रमुख आतिथ्यता सम्पन्न भयो।कार्यक्रम को स्थानीय संयोजन दमेक आयुर्वेद औषधालयले गरेको थियो। कार्यक्रम सञ्चालन दमेक आयुर्वेद औषधालयका प्रमुख डा. लक्ष्मीप्रसाद शर्माले गर्नुभएको थियो। जैमिनी न.पा वार्ड नम्बर १ का वार्ड अध्यक्ष्य बिष्णु प्रसाद आचार्य , न.पा का का शिक्षा शाखा प्रमुख खेम प्रसाद आचार्य ज्यू ले कार्यक्रम सफलताको लागि शुभकामना व्यक्त गर्नु भएको थियो ,भने कार्यक्रममा आवस्यक सहजीकरण धौलागिरि आयुर्वेद अस्पतालका ल्याब टेक्निसियन मनोज भुसालले गर्नु भएको थियो | स्वागत मन्तव्य धौलागिरी आयुर्वेद अस्पतालका चिकित्सक डा. महेश अर्याल ले राखुभएको थियो र त्यसैक्रममा उहाँले फाल्गुन महिनामा चलिराखेको नसर्ने रोगहरुको पहिचानका लागि एक महिने अभियान का बीच उक्त कार्यक्रम निकै सार्थक भएको बताउनुभयो। चेतनाको कमी र बढ्दो अव्यवस्थित अनि अस्वस्थ खानपान , जीवनशैली, शारिरीक निष्क्रियताले मुटुरोग, रक्तसञ्चार प्रणालीका रोग, मोटोपना, मधुमेह इत्यादि अनेक जटिल रोगहरू निम्त्याएको र सोको रोकथाम र निवारण का लागी स्थानीय जडिबुटीको पहिचान, समुचित प्रयोग, भान्सा व्यवस्थापन, हितकर आहार-विहारको प्रयोग, पोषण विचार, व्यायाम, योग-प्राणायम -ध्यान को अहम् भूमिका रहेको बताउदै कार्यक्रमको औचित्य पनि प्रष्ट पार्नुभयो। कार्यक्रमको प्राविधिक शत्रमा डा. कमलविक्रम पौडेल र डा. महेश अर्याल ले विभिन्न सामग्री प्रदर्शन सहित प्रस्तुति दिनुभएको थियो। साथै योग सम्बन्धित वैचारिक विषयमा परामर्श, पोष्टर प्रस्तुति र सामान्य योगाभ्यास का नियम साबधानी र योग का फाइदाका बारेमा पनि जानाकारी गराइएको थियो।

कार्यक्रमको अन्त्यमा सहभागीको प्रतिनिधित्व गर्दै २ जना सहभागीले कार्यक्रम अत्यन्तै लाभदायी रहेको र कार्यक्रममा सिकेका ज्ञान अनुसरण गर्ने ,छरछिमेकका दाजुभाइ-दिदिबहिनीलाई पनि सिकाउने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो।

कार्यक्रमको अन्त्यमा डा. कमलविक्रम पौडेलले आफूले सिकेको कुरा व्यवहारमा पनि लागू गर्ने , भ्रमित प्रचारप्रसार बाट सतर्क हुन , समयसमयमा स्वास्थ्य परिक्षण गर्ने र चिकित्सकको परामर्श लिई मात्र औषधि प्रयोग गर्न अनुरोध गर्दै जडिबुटीको प्रयोग आफुखुसी नगरी उचित परामर्श पश्चात मात्र गर्नु पर्ने कुरा माथि प्रकाश पार्नुभएको थियो। कार्यक्रममा वडा नं १ को कार्यालय जैमिनी नगरपालिकाले समाजका विभिन्न तह र तप्कामा रहेर योगदान पुर्याउनुभएका ४५ जना नागरिकलाई सहभागी गराउन आवस्यक सहकार्य गर्नु भएको थियो | कार्यक्रम जैमिनी नगरपालिका वडा नं. १ को सहभा हलमा मिति २०८१-११-१९ गते सम्पन्न भएको थियो |

मान्सा सुधार आरोग्यको आधार
अभियान र
स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम

भान्सा सुधार आरोग्यको आधार
अभियान र
भान्सा सुधार आरोग्यको आ
अभियान र
स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम
मिति : २०८१ फागुन १९ गते

सुधार आरोग्यको आधार
अभियान र
स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम