मिति :२०८१-११-२८ बुधबार

बागलुङ नगरपालिका वडा नम्बर १४, बलेवामा भान्सासुधार आरोग्यको आधार अभियान र स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम सम्पन्न

धौलागिरी आयुर्वेद अस्पताल को आयोजनमा बागलुङ नगरपालिका वडा नम्बर १४, बलेवामा भान्सासुधार आरोग्यको आधार अभियान र स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम धौलागिरी आयुर्वेद अस्पताल प्रमुख डा. शरद पन्थीको अद्यक्षता एवं बागलुङ नगरपालिका वडा नम्बर १४का वडा अद्यक्ष श्री चक्र बहादुर खत्रीको प्रमुख आतिथ्यतामा ६४ जनाको सहभागितामा भयो।कार्यक्रमको स्थानीय संयोजन बलेवा आयुर्वेद औषधालयले गरेको थियो। कार्यक्रम सञ्चालन बलेवा आयुर्वेद औषधालयका प्रमुख हरि पौडेलले गर्नुभएको थियो। बागलुङ न.पा. वार्ड नम्बर १४ का वार्ड अध्यक्ष्य चक्र बहादुर खत्रीले, कार्यक्रम सफलताको लागि शुभकामना व्यक्त गर्नु भएको थियो, भने कार्यक्रममा स्वागत मन्तब्य राख्दै नसर्ने रोग को न्यूनीकरण गर्न र पहिलो अस्पताल भान्सा भएको ले तहा हुने गतिबिधि व्यवस्थित गरि दैनिक आहार व्यवहार सुधार गर्ने अभिप्रायले कार्यक्रम संचालन भएको बताउनु भएको थियो | 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 | उद्घाटन सत्र समापन मन्तब्य राख्दै डा शरद पन्थीले हाल ७१ प्रतिसत मृतुको कारण नसर्ने रोग भएकोले ति रोगबाट बच्न हाम्रो खान पान दैनिक ब्यबहार र जीवनशैली व्यवस्थापन गर्नु जरुरि रहेको ले कार्यक्रम संचालन गर्न उपयुक्त रहेको बताउनुभयो। आफूले सिकेको कुरा व्यवहारमा पनि लागू गर्ने , भ्रमित प्रचारप्रसारबाट 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। कार्यक्रमको प्राविधिक शत्रमा धौलागिरी आयुर्वेद अस्पतालका डा. शरद पन्थी डा. कमल बिक्रम पौडेल डा. सरोज पन्थीले आयुर्वेद सेवा, जीवनशैली व्यवस्थापन, दिनचर्या ऋतुचर्या, भान्सा वरिपरिका जडिबुटी प्रयोग,महत्व र साबधानी,र योग सम्बन्धि कार्यपत्र प्रस्तुतीकरण राखु भएको थियो साथै योग सम्बन्धित वैचारिक विषयमा परामर्श, पोष्टर प्रस्तुति र सामान्य योगाभ्यास का नियम साबधानी र योगका फाइदाका बारेमा पनि जानाकारी गराइएको थियो। भने आवस्यक सहजीकरण धौलागिरि आयुर्वेद अस्पतालका ल्याब टेक्निसियन मनोज भुसालले गर्नु भएको थियो।

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

कार्यक्रमको अन्त्यमा डा. कमल विक्रम पौडेलले कार्यक्रममा वडा नं १४ को कार्यालय बागलुङ नगरपालिकाले समाजका विभिन्न तह र तप्कामा रहेर योगदान पुर्याउनुभएका ६४ जना नागरिकलाई सहभागी गराउन आवस्यक सहकार्य गर्नु भएकोमा वडा कार्यालय परिवार र स्थानीय संयोजन गर्ने बलेवा आयुर्वेद औषधालय परिवारलाई बिशेस धन्यबाद सहित कृतज्ञता व्यक्त गर्नुभएको थियो | कार्यक्रम बागलुङ नगरपालिका वडा नं. १४ को सहभा हलमा मिति २०८१-११-२७ गते सम्पन्न भएको थियो |

१४ नं. वडा कार्यालय
"मेरो स्वास्थ्य मेरो जिम्मेवारी"
भान्सा सुधार आरोग्यको आधार
अभियान र
स्वस्थ जीवनशैली कार्यक्रम
मिति : २०८१ फागुन २७ गते
स्थान : बा.न.पा-१४. वडा कार्यालय
आयोजक
धौलागिरी आयुर्वेद अस्प

REDMI NOTE 9 PRO
KABI