ಜೆಎಸ್‌ಎಸ್ ಮಹಿಳಾ ಕಾಲೇಜು, ಕೊಳ್ಳೇಗಾಲ

ದಿನಾಂಕ : 13-07-2018

ವರದಿ

"ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಮೈಮನದ ಸೋಲು"

ಜೆಎಸ್‌ಎಸ್ ಮಹಿಳಾ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಡಾ.ಪೂರ್ಣಿಮಾ

ಕೊಳ್ಳೇಗಾಲ:13/07/2018: ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ, ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಸಂತೃಪ್ತಿಯ ಚಿಲುಮೆ. ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಮೈಮನದ ಸೋಲು ಎಂದು ಡಾ.ಪೂರ್ಣಿಮಾ, ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ ತಜ್ಞರು, ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಮಂಗಳೂರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಿಸಿದರು.

ಇಲ್ಲಿಯ ಜೆಎಸ್‌ಎಸ್ ಮಹಿಳಾ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರ ವೇದಿಕೆ ವತಿಯಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಆರೋಗ್ಯ ನಮ್ಮ ದೇಹರಚನೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳಂದಾಚೆಗಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು, ಮೌಲ್ಯಗಳು, ತರ್ಕ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವಣ ಸಂಬಂಧಗಳು ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನಲ್ಲದೆ ಬೌದ್ಧಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಷಯಗಳ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದ್ದು ಅವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪೂರಕ. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಡೆಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗೆಗೆ ಅರಿವು ಪಡೆಯುವುದಂತೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಯಾಗಿ ಆಗಮಿಸಿದ್ದ ಸರ್ಕಾರಿ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಕಾಲೇಜಿನ ರಾಜ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಡಾ.ಸುಧಾ ಮಾತನಾಡಿ ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ನಮ್ಮ ದೇಶ ಹಾಗೂ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸೊಂಕು ಜಾಡ್ಯಗಳು, ಪರಾವಲಂಬಿ ಜೀವಿ ರೋಗಗಳು ವಿಫುಲವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದವು ಹಾಗೂ ಮನುಕುಲವನ್ನು ನಡುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದವು ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಆಯೋಜನೆ ವಿದ್ಯಾವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಾಜ ಸುಧಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ಸು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅನೈರ್ಮಲ್ಯವೇ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಪಡೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಪ್ರಾಚಾರ್ಯ ಪ್ರೊ.ಉಮೇಶ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿದ್ದರು, ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯ ವೇದಿಕೆ ಸಂಚಾಲಕಿ ಶ್ರೀಮತಿ ವಾಣಿ, ಭೂಗೋಳಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ಮಿತಾ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ಮಿತಾ ಸ್ವಾಗತಿಸಿ, ವಂದಿಸಿದರು.

ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರ ವೇದಿಕೆ ವತಿಯಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ "ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ" ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ಮಿತಾ, ಡಾ.ಸುಧಾ, ಡಾ.ಪೂರ್ಣಿಮಾ, ಪ್ರಾಚಾರ್ಯ ಪ್ರೊ.ಉಮೇಶ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಾಣಿ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ರವರನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರ ವೇದಿಕೆ ವತಿಯಿಂದ "ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ" ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ. ಡಾ.ಪೂರ್ಣಿಮಾರವರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರನ್ನು ಕುರಿತು ಮಾತಾನಾಡುತ್ತಿರುವುದು. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಡಾ.ಸುಧಾ, ಡಾ,ಪೂರ್ಣಿಮಾ, ಪ್ರಾಚಾರ್ಯ ಪ್ರೊ.ಉಮೇಶ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಾಣಿ, ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ಮಿತಾ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ರವರನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿರುವ ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಹಾಗು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು