

पंजाब केसरी 08/04/2025

जी.एम.एन. कॉलेज में विश्व स्वास्थ्य दिवस पर हुआ जागरूकता कार्यक्रम

अम्बाला, 7 अप्रैल (बलराम): छावनी स्थित जी.एम.एन. कॉलेज में सोमवार को 'विश्व स्वास्थ्य दिवस' के उपलक्ष्य में जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें यूथ रैडक्रॉस सोसायटी एवं जी.एम.एन. कॉलेज ऑफ नर्सिंग के विद्यार्थियों की सक्रिय भागीदारी रही।

इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि अम्बाला छावनी सिविल अस्पताल के वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. जोगिंदर सिंह थे। कार्यक्रम के संयोजक एवं यूथ रैडक्रॉस सोसायटी के प्रमुख डॉ. राकेश कुमार ने पूरे आयोजन की रूपरेखा तैयार की। कार्यक्रम की शुरुआत जी.एम.एन. कॉलेज के प्राचार्य डॉ. रोहित दत्त द्वारा मुख्य अतिथि का पुष्पगुच्छ भेंट कर स्वागत करने के साथ हुई।

विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए डॉ. जोगिंदर सिंह ने कहा कि स्वास्थ्य केवल रोग से बचाव नहीं है, बल्कि यह संपूर्ण मानसिक, शारीरिक और सामाजिक समरसता की स्थिति है। युवाओं को नशे, अव्यस्थित खानपान और तनाव से दूर रहकर एक संतुलित जीवन जीने का प्रयास करना चाहिए। समय पर सोना, संतुलित आहार लेना, नियमित व्यायाम करना और सकारात्मक सोच रखना जैसी अच्छी



जी.एम.एन. कॉलेज में 'विश्व स्वास्थ्य दिवस' के उपलक्ष्य में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम को संबोधित करते मुख्य अतिथि।

आदतें जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाती हैं। उन्होंने स्वास्थ्य सेवाओं की महत्ता और सरकार की योजनाओं के बारे में भी विद्यार्थियों को अपडेट कराया।

कॉलेज के प्राचार्य डॉ. रोहित दत्त ने अपने संबोधन में कहा कि आज का दिन हमें याद दिलाता है कि स्वास्थ्य ही सबसे बड़ी पूंजी है।

यदि जीवन में कुछ हासिल करना है तो हमें सबसे पहले अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए। उन्होंने विद्यार्थियों को सलाह दी कि वे नशे

से दूर रहें, नियमित व्यायाम करें और जंकफूड का सेवन न करें।

जी.एम.एन. कॉलेज ऑफ नर्सिंग के प्राचार्य डॉ. रामलखन ने भी छात्रों को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के संयोजक डॉ. राकेश कुमार ने कहा कि यूथ रैडक्रॉस का मुख्य उद्देश्य समाज में सेवा, समर्पण और स्वास्थ्य के प्रति चेतना जाग्रत करना है। ऐसे कार्यक्रम छात्रों में नेतृत्व, सेवा भावना और स्वास्थ्य के प्रति सजगता को

बढ़ावा देते हैं। उन्होंने छात्रों से अपील की कि वे स्वयं स्वस्थ रहें और समाज में भी स्वास्थ्य के प्रति सकारात्मक संदेश फैलाएं।

एक छात्र ने भी अपने विचार साझा करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन उन्हें स्वास्थ्य के प्रति जागरूक बनाते हैं और जीवनशैली में सकारात्मक बदलाव लाने हेतु प्रेरित करते हैं। कार्यक्रम में छात्रों, शिक्षकों, नर्सिंग स्टाफ और अन्य गणमान्य व्यक्तियों की सक्रिय भागीदारी रही।