സ്മൃതിയോഗ

ത്രിദിന സ്മൃതിയോഗ റിപ്പോർട്ട്

കൗമാരഭൃത്യം - സ്വസ്ഥവൃത്തം ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റുകളുടെ സംയുക്ത ആഭിമുഖ്യത്തിൽ നടത്തിയ സ്മൃതിയോഗ ഉദ്ഘാടന കർമ്മത്തിൽ വൈദ്യരത്നം ആയുർവ്വേദ കോളേജ് കൗമാരഭൃത്യം ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിലെ ഡോ. മധുസൂദനൻ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. സ്വസ്ഥവൃത്തം ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് മേധാവി ഡോ. ദീപക് സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. ബഹുമാനപ്പെട്ട പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഷേബ എം.ഡി ഉദ്ഘാടന കർമ്മം നിർവ്വഹിച്ചു. ആശുപത്രി സൂപ്രണ്ട് ഡോ. പ്രസന്ന, കോളേജ് കൗൺസിൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. അനിൽ എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ച് സംസാരിച്ചു. ഡോ. മിഥുൻ നന്ദി പ്രകാശിപ്പിച്ചു.

15.05.2019 ന് മാനസികാരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചും, യോഗയുടെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചും, ആഹാരത്തെക്കുറിച്ചും സ്വസ്ഥവൃത്തം ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് മേധാവി ഡോ. ദീപക് ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ്സ് എടുത്തു. തുടർന്ന് യോഗ പരിശീലനവും നടത്തി.

16.05.2019 ന് ഡോ. ലുബ്ന എം.ഡി, മാനസിക സമ്മർദ്ദം, അമിത ആകാംക്ഷ എന്നിവയെക്കുറിച്ച് ക്ലാസ്സ് എടുത്തു. അവ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രാണായാമ ക്രിയകൾ ഡോ.ലുക്മാനുലിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ പരിശീലിപ്പിച്ചു.

17.05.2019 ന് യോഗ പരിശീലനം, സൂര്യനമസ്കാരം, മെഡിറ്റേഷൻ എന്നിവ ഡോ. ദീപക്കിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ പരിശീലിപ്പിച്ചു. തുടർന്ന് വ്യക്തിത്വ വികസനത്തെക്കുറിച്ചും ആശയ വിനിമയ കഴിവുകൾ വികസിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും ഡോ. മധുസൂദനൻ, ബാലരോഗ വിഭാഗം ക്ലാസ്സ് എടുത്തു. ബുദ്ധിവികാസത്തിനുള്ള ഔഷധ വിതരണവും, 3 ദിവസത്തെ ക്ലാസ്സുകളുടെ അവലോകനവും നടത്തി അവസാനിപ്പിച്ചു. 20 കുട്ടികൾ പങ്കെടുത്ത വർക്ക്ഷോപ്പ് കുട്ടികൾക്ക് വളരെ പ്രചോദനമാകുകയും, കൂടുതൽ ദിവസം ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുക്കാനുള്ള

ആഗ്രഹം പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. കുട്ടികളോടൊപ്പം സന്നിഹിതരായിരുന്ന മാതാപിതാക്കളും നല്ല അഭിപ്രായം പ്രകടിപ്പിച്ചു. 3 ദിവസത്തെ വർക്ക്ഷോപ്പ് സംഘടിപ്പിക്കാൻ ഹൗസ് സർജൻസിന്റെ നല്ലതായ സഹായ സഹകരണങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. കൂടാതെ നോൺ ടീച്ചിങ്ങ് സ്റ്റാഫിന്റെ സഹായ സഹകരണവും എടുത്ത് പറയേണ്ടതാണ്.

****

ആയുർവേദ കോളേജ്,
ഒല്ലൂർ
THANK YOU