SRI DEVARAJ URS ACADEMY OF HIGHER EDUCATION & RESEARCH
SRI DEVARAJ URS MEDICAL COLLEGE
Tamaka, Kolar
UNIVERSITY LIBRARY & LEARNING RESOURCE CENTRE

ಪ್ರಜಾವಾಣಿ

Online Newspaper Clipping Service
Dtd-Saturday, 10th, June 2023

Page No.04

ಕಾರಾಗೃಹದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಪಾಠ!

ಕೋಲಾರ: ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಗ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ದೇವರಾಜ ಅರಸು ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಮಗ್ರ ಔಷಧ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗದಿಂದ ಜಿಲ್ಲಾ ಕಾರಾಗೃಹದಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಣಾಧೀನ ಕೈದಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ 'ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಯೋಗ' ಉಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯಿತು.

ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಮಗ್ರ ಔಷಾಧ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಡಾ.ವಿಜಯಕುಮಾರ್ ಅವರು ವಿಚಾರಣಾಧೀನ ಕೈದಿಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಉತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡಿದರು.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿಭಾಗದ ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಡಾ.ಅಶ್ವಿನ್ ಬೀಳಗಿ ಅವರು ಕಾರಾಗೃಹದ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟರು. ನಂತರ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡಿದರು.

ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಮಗ್ರ ಔಷಧ ವಿಭಾಗದ ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸಕಿ ಸುನೀತಾ ಅವರು ಮಹಿಳಾ ವಿಚಾರಣಾಧೀನ ಕೈದಿಗಳಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕುರಿತು ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡಿದರು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ವಿಧಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟರು.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕಾರಾಗೃಹದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರಾದ ಪರಮೇಶ್ವರ್ ನಾಯಕ್ ಹಾಗೂ ಇತರ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಇದ್ದರು.

ಜಿಲ್ಲಾ ಕಾರಾಗೃಹದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರ ಕೋರಿಕೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಒಂದು ವಾರದ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಸಂಸ್ಥೆಯಿಂದ ವಿಚಾರಣಾಧೀನ ಕೈದಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.