

## कर्मचारी राज्य बीमा निगम आदर्श अस्पताल, रामदरबार चंडीगढ़ में 74वें ईएसआईसी स्थापना दिवस और विशेष सेवाओं के पखवाड़े का आयोजन दिनांक 05.03.2025

बीमित श्रमिकों/उनके परिवार के सदस्यों और नियोक्ताओं की शिकायतों के निवारण के लिए डॉ. राकेश कुमार की उपस्थिति में कर्मचारी राज्य बीमा निगम आदर्श अस्पताल चंडीगढ़ में सुविधा समागम का आयोजन किया गया।

डॉ. राजन सियाल, डॉ. रुचि और डॉ. सुधीर द्वारा एक स्वास्थ्य वार्ता की गई जिसमें स्वस्थ जीवन शैली बनाए रखने के उपायों को अपनाने, मादक द्रव्यों, जो भविष्य में कैंसर के घावों का कारण बन सकता है के सेवन से बचने के लिए कहा गया। डॉ. पूजा मजोत्रा द्वारा आयुर्वेद के महत्व पर एक सीख भी जनता को प्रदान की गई। एक छोटी सी स्वास्थ्य वार्ता में स्वस्थ जीवन शैली को बनाए रखने के लिए उपायों जैसे स्वस्थ आहार, योग और नियमित व्यायाम को अपनी दैनिक दिनचर्या में अपनाने, नियमित स्क्रीनिंग परीक्षण कराने और अस्पताल में नियमित फॉलो-अप लेने के बारे में बताया गया।

संदर्भ के लिए तस्वीरें संलग्न हैं-



