ඉන්දියානු මහ කොමසාරිස් කාර්යාලය
කොළඹ

පුවත්පත් නිවේදනය

<u>ඉන්දියානු මහ කොමසාරිස් කාර්යාලය ‘සවිමත් ඇය සමඟින් වඩා නිරෝගී අනාගතයක්’ යන තේමාව යටතේ ජාත්‍යන්තර කාන්තා දිනය සමරයි</u>

ජාත්‍යන්තර කාන්තා දිනය සමරමින්, කොළඹ, ඉන්දියානු මහ කොමසාරිස් කාර්යාලයේ සංස්කෘතික අංශය වන ස්වාමි විවේකානන්ද සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය ජාත්‍යන්තර කාන්තා දිනය 2025 නිමිත්තෙන් කාන්තා සවිබල ගැන්වීම, සුබ සිද්ධිය සහ ආත්ම ආරක්ෂාව පිළිබඳ දැනුම්වත්කම ප්‍රවර්ධනය කරමින් වැඩසටහන් මාලාවක් සංවිධානය කර තිබිණ.

2. මේ යටතේ ශාරීරික පුහුණු කණ්ඩායමක ඉදිරිපත් කිරීම් සමඟින් ක්‍රීඩා වැඩසටහනක් වැල්ලවත්ත හින්දු කාන්තා විද්‍යාලයේ ද පෞද්ගලික ආරක්ෂාව පිළිබඳ සිසුවියන් 300 දෙනෙකු සඳහා පුහුණු වැඩසටහනක් මිලාගිරිය ශාන්ත පාවුළු බාලිකා විද්‍යාලයේ ද පැවැත්විණ. ස්වාමි විවේකානන්ද සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය, කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලයේ දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යායතනය හා එක්ව සමබර පෝෂණයක වැදගත්කම ඉස්මතු කරමින් ‘කාන්තා සෞඛ්‍යය උදෙසා පෝෂණයේ කාර්යභාරය’ යන මැයෙන් සැසියක් ද සංවිධානය කර තිබිණ.

3. කාන්තාවන් සවිබල ගැන්වීම උදෙසා සිය කැපවීම අඛණ්ඩව ඉදිරියට ගෙන යමින් ස්වාමි විවේකානන්ද සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය මානසික සහ කායික සුවතාවය ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා බ්‍රහ්ම කුමාරි රාජ යෝගා මධ්‍යස්ථානය හා එක්ව සංවිධානය කළ ‘කාන්තා සවිබල ගැන්වීම සඳහා යෝගා’ යන වැඩසටහන 2025 මාර්තු 8 වන දින පැවැත්විණ.

4. මෙම වැඩසටහන් මාලාව අග්‍රාමාත්‍ය ශ්‍රී නරේන්ද්‍ර මෝදි මැතිතුමා විසින් දියත් කරන ලද Fit India මෙහෙයුම හා සමපාත වේ. ‘සවිමත් ඇය සමඟින් වඩා නිරෝගී අනාගතයක්’ යන තේමාව යටතේ පැවැත්වෙන මෙම වැඩසටහන් මාලාව විවිධ සංවිධාන සමඟ හවුල්කාරිත්වය තුළින් ශාරීරික යෝග්‍යතාවය, මානසික සුවතාවය, පෝෂණය සහ සමාජ අන්තර්ග්‍රහණීයත්වය ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ අරමුණ ඇතිව සංවිධානය කර ඇත. මෙම මුලපිරීම් ඉන්දියාව තුළ සහ ඉන් ඔබ්බට කාන්තා මූලික සංවර්ධනය යන දැක්ම ශක්තිමත් කරනු ඇත.

***

කොළඹ
2025 **මාර්තු** ***07***