जनसंपर्क कार्यालय
जामिया मिल्लिया इस्लामिया

26 दिसंबर, 2024

प्रेस विज्ञप्ति

जामिया मिल्लिया इस्लामिया के फिजियोथेरेपी एवं पुनर्वास विज्ञान केंद्र ने "फिट इंडिया मूवमेंट" मनाने के लिए विशेष सत्र का आयोजन किया

जामिया मिल्लिया इस्लामिया में फिजियोथेरेपी एवं पुनर्वास विज्ञान केंद्र ने दिनांक 24 दिसंबर, 2024 को एक विशेष सत्र का आयोजन किया जिसका उद्देश्य "फिट इंडिया मूवमेंट" के अंतर्गत छात्रों को शामिल करना था, जो कि भारत सरकार की एक पहल है और जिसे वर्ष 2019 में फिटनेस को आम नागरिकों के दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने के उद्देश्य से शुरू किया गया था।

फिजियोथेरेपी एवं पुनर्वास विज्ञान केंद्र के विशेष सत्र में शारीरिक फिटनेस के आवश्यक महत्व पर प्रकाश डाला गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य छात्रों को अपने दैनिक जीवन में नियमित शारीरिक गतिविधि को शामिल करने के लिए प्रेरित करना और निरंतर स्वास्थ्य एवं कल्याण के प्रति समर्पण को बढ़ावा देना था। इस सत्र का नेतृत्व केंद्र की मानद निदेशक प्रो. जुबिया वकार ने किया और साथ ही प्रो. सूरज कुमार एवं डॉ. मोअज्जम खान ने भी इस सत्र में भाग लिया।

इस सत्र में संकाय सदस्यों और छात्रों ने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने, शैक्षणिक प्रदर्शन को बढ़ाने और जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों को रोकने में शारीरिक गतिविधि की महत्वपूर्ण भूमिका के बारे में एक आकर्षक चर्चा की। छात्रों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया, अपने विचार साझा किए एवं अपने व्यस्त कार्यक्रम के अनुरूप व्यावहारिक फिटनेस टिप्स तथा गतिविधियों के बारे में सीखा।

इस पहल के भाग के रूप में, मास्टर ऑफ फिजियोथेरेपी कोर्स की हम्दा फुरकान ने छात्रों एवं शिक्षकों को शपथ दिलवाई । इस शपथ के अनुसार प्रतिभागी प्रतिदिन कम से कम 30 मिनट शारीरिक फिटनेस को देंगे और फिट इंडिया मूल्यांकन ऐप का उपयोग करके तिमाही शारीरिक स्वास्थ्य आकलन करने के लिए प्रतिबद्ध हैं।

जनसंपर्क कार्यालय
जामिया मिल्लिया इस्लामिया