

## ഉയിരിവ്

വടകര ആയുർവേദ ആശുപത്രിയിലെ കിടപ്പുരോഗികൾക്കും കൂട്ടിരിപ്പുകാർക്കുമായി പുതുതായി ആരംഭിച്ച ഒരു ആരോഗ്യ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടിയാണ് ഉയിരിവ്. ഒന്നിടവിട്ടു വെള്ളിയാഴ്ചകളിൽ ആണ് ഈ പരിപാടി. ശാരീരിക മാനസിക ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുത്ത ശേഷം തിരികെ പോകുമ്പോൾ, അത് സംരക്ഷിക്കാൻ ഉതകുന്ന തരത്തിലുള്ള അറിവ് പകരലാണ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണശീലങ്ങൾ എന്ന വിഷയത്തിൽ 16 09 2022 ന് വെള്ളിയാഴ്ച ഉച്ചയ്ക്ക് ഡോ. അഫ്ദിദ പി എ ക്ലാസ് എടുത്തു.



സ്ഥാപനത്തിലെ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ ഡോ. നീതി രാജൻ ഈ ക്ലാസുകളുടെ ഏകോപനം നിർവഹിക്കുന്നു.