पंचायती राज

भारत 2023 INDIA

AYUSH GRAM MODEL

MOHINIPUR GRAM PANCHAYAT

MOHANPUR R.D. BLOCK

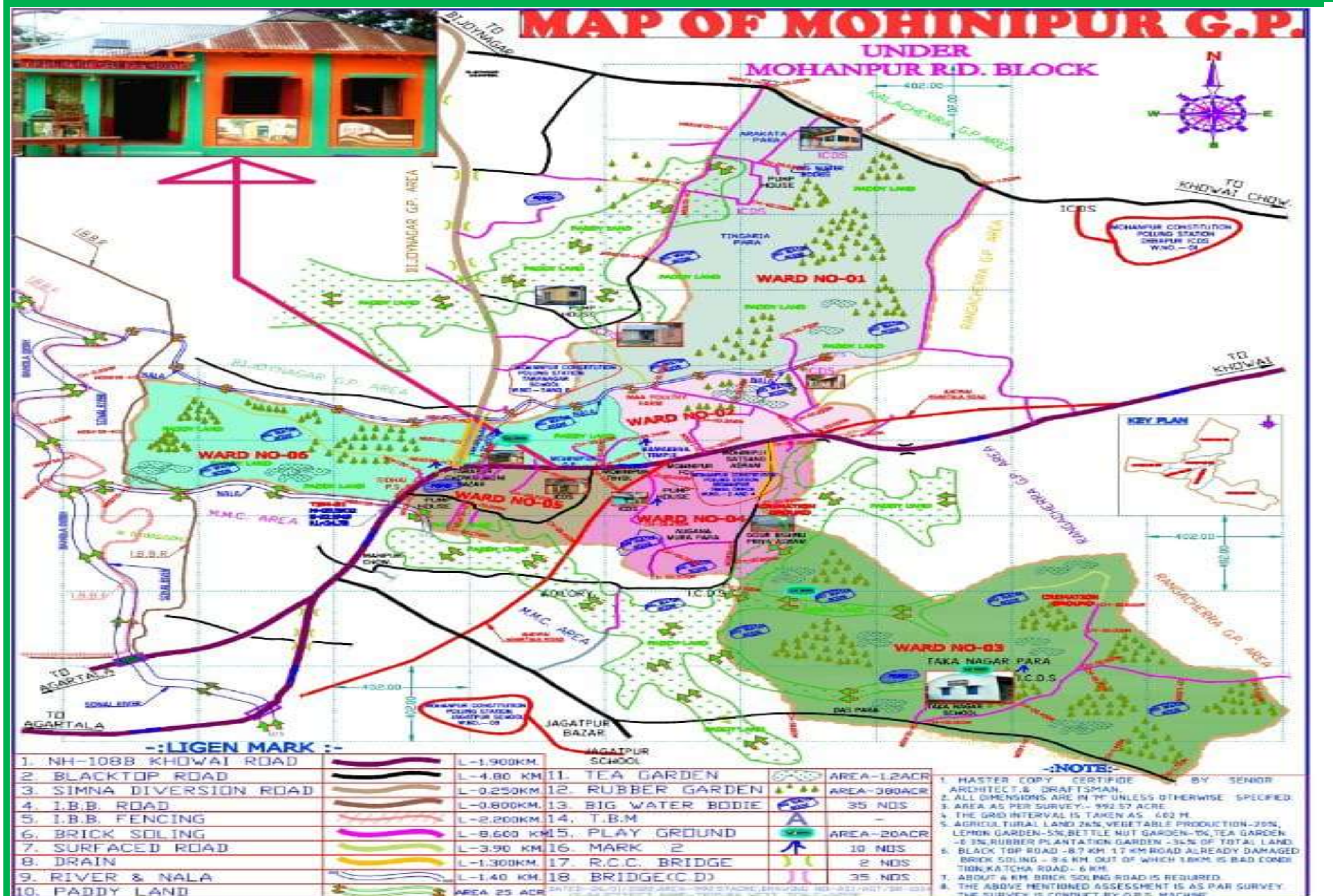
WEST TRIPURA

AYUSH GRAM
স্বাগতম
আয়ুষ গ্রাম, মোহিনীপুর
আয়ুর্বেদ, হোমিওপ্যাথি ও যোগ ব্যায়াম এর মাধ্যমে রোগ প্রতিরোধ ও উন্নততর স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানের একটি প্রকল্প।
সৌজন্যেঃ-
মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত
মোহনপুর আর.ডি ব্লক, পশ্চিম ত্রিপুরা জেলা

মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত অফিস

মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত
কার্য্যালয়
মোহনপুর আর.ডি ব্লক। পশ্চিম ত্রিপুরা।
স্বাগতম
আয়ুষ গ্রাম, মোহিনীপুর
আয়ুর্বেদ, হোমিওপ্যাথি ও যোগ ব্যায়াম এর মাধ্যমে রোগ প্রতিরোধ ও উন্নততর স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানের একটি প্রকল্প
আয়ুষ গ্রাম, মোহিনীপুর
সৌজন্যে:- মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত
মোহনপুর আর.ডি ব্লক,
পশ্চিম ত্রিপুরা জেলা

সম্পদ ও রাস্তা সহ মোহিনীপুর জিপির মানচিত্র



মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত মোহনপুর আর ডি ব্লক পশ্চিম ত্রিপুরা জেলা

মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত 1994 সালের জুলাই মাসে প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল। গ্রাম পঞ্চায়েতকে 24 এপ্রিল 2022 সালে পঞ্চায়েতি রাজ মন্ত্রক (MOPR) দ্বারা শিশুবান্ধব গ্রাম পঞ্চায়েত পুরস্কৃত করা হয়েছে।এই গ্রাম পঞ্চায়েত যার মোট 826টি পরিবার রয়েছে এবং যার মোট জনসংখ্যা 3260 জন। পশ্চিম ত্রিপুরার জেলা সদর থেকে প্রায় 25 কিলোমিটার দূরে অবস্থিত। পঞ্চায়েতের অধিকাংশ মানুষ তাদের জীবিকা নির্বাহের জন্য কৃষির উপর নির্ভরশীল। গ্রামের মোট এলাকা 3.50 বর্গ কিমি এবং MGNREGA-এর অধীনে মোট 668টি সক্রিয় জব কার্ড। গ্রামের একজন গতিশীল ও সক্রিয় মহিলা প্রধান (মুখিয়া) শ্রীমতী রমা দেব মহোদয়া । 24.08.2019 থেকে রমা দেব যিনি নারী ও শিশুদের উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে বিষয়গুলি প্রচারে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করছেন। গ্রামটির স্থানীয় পর্যায়ে সুশাসনের দীর্ঘ ইতিহাস রয়েছে এবং গ্রামবাসীরা গ্রামের প্রধানদের দক্ষ নেতৃত্বের সাথে সাথে গ্রামের সামগ্রিক উন্নতির জন্য একত্রিত ভাবে কাজ করে চলছে।

AYUSH

- **A** - Ayurveda
- **Y** - Yoga and Naturo
- **U** - Unani
- **S** - Siddha
- **H** – Homeopathy

আয়ুষ গ্রামের প্রয়োজনীয়তা

আয়ুষ গ্রাম ধারণার অধীনে, স্থানীয় জনগণের আচরণগত পরিবর্তন, স্থানীয় ঔষধি ভেষজ শনাক্তকরণ ও ব্যবহার এবং আয়ুষ স্বাস্থ্য পরিষেবার বিধানের জন্য গ্রামীণ স্বাস্থ্যকর্মীদের প্রশিক্ষণের মাধ্যমে আয়ুষ ভিত্তিক জীবনধারা প্রচার করা।

আয়ুষ গ্রামের উদ্দেশ্য

1. আয়ুষ হাসপাতাল এবং ডিসপেনসারিগুলিকে আপগ্রেড করার মাধ্যমে,প্রাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্র (PHCs), কমিউনিটি হেলথ সেন্টার (CHCs) এবং জেলা হাসপাতালগুলিতে (DHs) আয়ুষ সুবিধাগুলির সহ অবস্থানের মাধ্যমে একটি সর্বজনীন অ্যাক্সেস সহ সাশ্রয়ী আয়ুষ পরিষেবা প্রদানের করা।

আয়ুষ গ্রামের উদ্দেশ্য

2. আয়ুষ চিকিৎসা পদ্ধতিতে বর্ণিত খাদ্যাভ্যাস এবং জীবনযাত্রার অনুশীলনের জন্য সম্প্রদায়ের মধ্যে সচেতনতা ছড়িয়ে দেওয়া যা রোগ প্রতিরোধে এবং স্বাস্থ্যের উন্নতিতে সহায়তা করে।

3. আশেপাশে যেসব ভেষজ পাওয়া যায় সেগুলোকে ঔষধি মূল্য বলে ব্যাখ্যা করে সংরক্ষণ ও চাষের জন্য মানুষকে পরামর্শ দেওয়া।

আয়ুষ গ্রামের উদ্দেশ্য

4. এলাকায় পাওয়া ভেষজ ব্যবহারের মাধ্যমে সাধারণ উপাদান এবং এর প্রতিকার সম্পর্কে লোকদের পরামর্শ দেওয়া।

5. ম্যালেরিয়া, টিবি, ডায়রিয়া ইত্যাদির মতো সংক্রামক রোগের বিরুদ্ধে প্রচারণা চালানো এবং তাদের প্রতিরোধ ও চিকিৎসার ব্যবস্থা করা।

আয়ুষ গ্রামের জন্য কৌশল

1. গ্রামে আয়ুষ স্বাস্থ্য সচেতনতা প্রচার
2. গ্রামে যোগ শিবিরের আয়োজন
3. গ্রামে আয়ুষ স্বাস্থ্য শিবির আয়োজন
4. গ্রামে স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের জন্য ওরিয়েন্টেশন প্রোগ্রাম
5. আয়ুষ সচেতনতা তৈরি করা এবং আয়ুষ গ্রাম.এর অধীনে উপলব্ধ সুবিধাগুলি সম্পর্কে তথ্য প্রচার করা

আয়ুস চিকিৎসার বিভিন্ন দিক

1. গ্রামীণ স্বাস্থ্যসেবা হিসাবে আয়ুষ পদ্ধতি।
2. মানসিক স্বাস্থের জন্য আয়ুষ স্বাস্থ্যসেবা।
3. আয়ুষের প্রতিরোধমূলক দিক।
4. পুনরুজ্জীবনের জন্য আয়ুষ।
5. স্বাস্থ্যকর যৌনতার জন আয়ুষ জীবন।
6. একটি ভালো থেরাপি হিসেবে আয়ুষ।

ভেষজ উদ্ভিদের ঔষধি গুণ

- তুলসী
- কালোমেঘ
- অ্যালোভেরা
- আমলকি
- ধনেপাতা

তুলসী

ব্যবহার:

আমাদের দেশে ছেলেমেয়েদের সর্দি-কাশিতে তুলসী পাতার রস ব্যাপক ভাবে ব্যবহৃত হয়। এসব ক্ষেত্রে কয়েকটি তাজা তুলসী পাতার রসের সাথে একটু আদার রস ও মধুসহ খাওয়ানো হয়। বাচ্চাদের সর্দি-কাশিতে এটি বিশেষ ফলপ্রদ। তাজা তুলসী পাতার রস মধু, আদা ও পিঁয়াজের রসের সাথে এক সাথে পান করলে সর্দি বের হয়ে যায় এবং হাপানিতে আরাম হয়।

ঔষধি গুণাগুণ:

পেট কামড়ানো, কাশি: তুলসী পাতার রসে মধু মিশিয়ে খাওয়ালে বাচ্চাদের পেট কামড়ানো, কাশি ও লিভার দোষে উপকার পাওয়া যায়।

* ঘামাচি ও চুলকানি: তুলসী পাতা ও দুর্বার ডগা বেটে গায়ে মাখলে ঘামাচি ও চুলকানি ভাল হয়।

কালমেঘ

ঔষধী গুণ:

শিকড় ব্যতীত কালমেঘ গাছটির সব অংশই ঔষুধের কাজে লাগে। কালমেঘ অত্যন্ত তেতো এবং পুষ্টিকর। মানব দেহের রোগপ্রতিরোধী শক্তি বৃদ্ধি করে। জ্বর, কৃমি, আমাশয়, সাধারণ শারীরিক দুর্বলতা এবং বায়ু আধিক্যে কালমেঘ অত্যন্ত উপকারী। শিশুদের যকৃৎ রোগে এবং হজমের সমস্যায় কালমেঘ ফলপ্রদ।

অ্যালোভেরা

হৃদপিন্ড সুস্থ রাখে অ্যালোভেরা

অ্যালোভেরার রস রক্তের সাথে মিশে রক্তে অক্সিজেনের প্রবাহ বাড়িয়ে দেয়। এতে করে আমাদের দেহের শিরা উপশিরায় অক্সিজেন সম্বলিত রক্তের সরবরাহ বেড়ে যায় এবং তা আমাদের হৃদপিণ্ডের কর্মক্ষমতা বাড়ায়। বৃটিশ মেডিকেলের গবেষকদের মতে অ্যালোভেরার রস রক্তের খারাপ কোলেস্টেরলের মাত্রা কমিয়ে দিতে বিশেষভাবে কার্যকরী। এতে করেও হৃদপিন্ডের স্বাস্থ্য ভালো থাকে।

আমলকী

ঔষধি গুণ:

- আমলকী কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের উপর কাজ করে।
- বমি বন্ধে কাজ করে।
- দীর্ঘমেয়াদি কাশি সর্দি হতে উপকার পাওয়ার জন্য আমলকীর নির্যাস উপকারী।
- এটি হৃদযন্ত্র ও মস্তিষ্কের শক্তিবর্ধক।
- ভিটামিন সি’সমৃদ্ধ আমলকীতে প্রচুর পরিমাণে এ্যান্টিঅক্সিডেন্ট উপাদান রয়েছে।

বিভিন্ন অসুখ সারানো ছাড়াও রোগ প্রতিরোধক ক্ষমতা গড়ে তুলতেও আমলকী দারুণ সাহায্য করে। আমলকীর গুণাগুণের জন্য আয়ুর্বেদিক ওষুধেও এখন আমলকীর নির্যাস ব্যবহার করা হচ্ছে।

ধনে পাতা

ধনে পাতার অসাধারণ উপকারিতা

১. ধনে পাতা খেলে শরীরে খারাপ কোলেস্টরলের মাত্রা কমে যায়, ভাল কোলেস্টরলের মাত্রা বৃদ্ধি পায়।

২. হজমে উপকারী, যকৃতকে সঠিকভাবে কাজ করতে সাহায্য করে, পেট পরিষ্কার হয়ে যায় ধনে পাতা খেলে।

৩. ডায়াবেটিসে আক্রান্তদের জন্যে ধনে পাতা বিশেষ উপকারী। এটি ইনসুলিনের ভারসাম্য বজায় রাখে এবং রক্তের সুগারের মাত্রা কমায়।

৪. ধনে পাতায় থাকা অ্যান্টি-সেপটিক মুখে আলসার নিরাময়েও উপকারী, চোখের জন্যেও ভাল।

Preparatory Meeting for Conduct Ayush Awareness Campaign on 24th April

AYUSH GRAM SABHA ON 24^{TH} APRIL 2023

আয়ুষ গ্রাম সভা

আয়ুষ গ্রাম সভা

Organisation of AYUSH Health Camp On 24th April

শিবির
vivo Y20G 2021

আয়ুষ গ্রাম প্রকল্পের অধীনে একটি উদ্যোগ
মোহনপুর আর.ডি ব্লক,
পশ্চিম ত্রিপুরা জেলা
vivo Y20G 2021

Yoga and AYUSH health Awareness Camp on 24th April

OPPO F9 Pro

Visit of Sidhai Mohanpur Dispensary by Branch Officer Ayurveda ,DHS Govt. Of Tripura

Ayush Awareness Campaign on 08.05.2023 in Kamakhya Mandir Of Mohinipur GP

AYUSH GRAM SABHA ON 15TH May 2023 in The Takkarnagar of Mohinipur GP

আয়ুষ গ্রাম সভা

Organisation of AYUSH Health Camp On 15th May 2023

আয়ুষ স্বাস্থ্য শিবির

আয়ুষ স্বাস্থ্য শিবির

Yoga and AYUSH health Awareness Camp on 15th May

vivo Y20G 2021

A Training /Lecture on Ayush Way of Lifestyle in Presence of DM Sir and CMO Sir on 18th May 2023

Yoga and AYUSH health Awareness Camp Arakata AWC on 6th June

Samsung Galaxy S23

Samsung Galaxy S23

AYUSH GRAM SABHA ON 6TH June 2023 in The Arakata of Mohinipur GP

আয়ুষ গ্রাম সভা

আয়ুষ গ্রাম সভা
Samsung Galaxy S23

Organisation of AYUSH Health Camp On 6th June 2023

ত্রিপুরা সরকার
ায়ুষ স্বাস্থ্য শিবির
গ্রাম প্রকল্পের অধীনে একটি উদ্যোগ
জন্যেঃ- মোহিনীপুর গ্রাম পঞ্চায়েত
মোহনপুর আর.ডি ব্লক,
পশ্চিম ত্রিপুরা জেলা
10.30 AM
তারিখ ঃ

Plantation of Medicinal plant

Samsung Galaxy S23

Preparatory Meeting for Conduct Intenationa Yoga Day on 21th June

State level field visit at proposed site for celebration of IDY 2023

Thanks

Mohinipur Gram Panchayat
Mohanpur R.D Block
West Tripura