



GRAMEEN SNEH FOUNDATION'S

# HEALTH & WELLNESS FESTIVAL 2016



**A Report**

# FROM THE PRESIDENT

Amid much fervor and enthusiasm, the three-day 'Health and Wellness Festival, 2016', under the aegis of Grameen Sneh Foundation (GSF), was kicked off on 15th, January, Friday at Adhiveshan Bhawan in the Old Secretariat at Patna.

This festival that lasted for 3 days saw a congregation of the best from the field of Medicine, Glitterati, Spiritual World, Judiciary, State Government and administration. A first of its kind ever hosted in the state of Bihar, it opened the roads of awareness amongst the masses regarding all kinds of wellness therapies, alternative medicine, spiritual and mental wellness in the presence of national as well as international experts.

I, on a personal note congratulate everyone associated with this initiative and gracefully acknowledge their contribution in any way that made this event a grand success. Thank you.



Best Wishes,  
**Sneha Routray**  
*President - Grameen Sneh Foundation*



15th January, 2016

# DAY ONE

## Body

In her welcome address, Sneha Routray, the GSF president, highlighted the motto and mission of the foundation and laid stress on the need of generating awareness. She also explained the details of Sneh- Mobile App and free helpline & counselling portal of the Foundation.



In her introductory speech on ‘Reason to organize and relevance of health and wellness festival in present day’, noted Actor and social activist Manisha Koirala, relating tree with the human wishes, said: “We need to feed the roots, rather than taking care of stem, leafs and flowers. As human beings are multi-dimensional people, we must focus on health more than any materialistic things.”

Being a cancer survivor, she laid emphasis on regular health check-ups, to avert any chronic situation. “Normally, we go to doctors when we fall ill. But, the time has come when we need to go to the doctors for keeping our wellness maintained throughout the life, with a synchronized co-ordination between mind, body and soul,”

# Theme

# DAY ONE

## Body

# 15th January, 2016

Bihar chief electoral officer Ashok Kumar Chouhan, in his address described the physical and economic trauma that comes before and after cancer. “Most of the cancer patients die of fear-psychosis or economic exhaustion during the treatment. We must not care only about their wellness, but we’ll have to chalk out plans to save the backbones of economy that succumbs during the treatment of the patients,” he said.

Mrs Justice Anjana Prakash of Patna High Court, in her address, expressed concern over the limited resources in the medical system. She also appealed to the people to adapt a preventive approach, to avoid the complications to multiply in future.



Chief guest, Mr Justice Iqbal Ahmed Ansari, the acting Chief Justice of Patna High Court, asked the people to support the cancer patients with creating soothing and positive atmosphere around them. Citing example of the famous case relating to a blind poor girl, he said: “The most effective ingredients that matter at the end of day are the determination of the victim to fight and support from the family and friends,” “Why don’t we prepare to avoid diseases, rather than making us the victims of it? It is pathetic that we are not giving up our vices to avert any mishap at a higher level. We must not forget that the God helps those who help themselves,” he added.



**Theme**

**15th January, 2016**

# **DAY ONE**

## **Body**

Quoting the reports of various journals relating to cancer, MP and former Union Health minister Shatrughan Sinha, appealed the mass to give up tobacco completely till 2020. “I am peeved to inform that more than 75 percent of oral cancers are from India, particularly from Bihar, Jharkhand, Bengal and Uttar Pradesh. People from these states are very fond of oral intake of tobacco in different forms,” he said, adding,

“The time has come for at least food for the thought to restrict cancer spreading its testicles in future in our society.”

Laying stress on positive thinking, better lifestyle and regular workouts, Mr. Sinha said that cancer is no more a proverbial demon. He also appreciated his Bollywood colleague Manisha Koirala for defeating cancer. “She is a fighter, not a survivor only,” he added.



# Theme

# DAY ONE

# Body

# 15th January, 2016

Extending the vote of thanks, noted cancer specialist and Padmashree award-ee Dr. J K Singh, said that the role of different streams of medicare in the world and the need of dragging out fear from the hearts of cancer patients have laid emphasis on incorporating treatment, counselling and rehabilitation.



A panel discussion and interaction on ‘Integration of therapies, foods and healthy life style to ensure quality of life’ was held. While Dr. H R Nagendra, Yoga Guru and President, VYASA, Bangaluru, highlighted the role of systematic life style to avoid many incorrigible diseases, Dr Meenu Walia, the patron of Delhi Chapter of GSF appreciated the upcoming trend of incorporating allopathic with other streams of medications, like Homeopathy and Ayurveda. Mr. S. M. Raju, the Bihar welfare secretary and an Ayurveda expert, also shared his experiences that inspired him to explore the subject. Darryl D’Souza, secretary, World United – Doctors’ and Healers’ Association, Goa moderated the session.



**Theme**

**DAY TWO**

**Mind**

**16th January, 2016**

A panel discussion about ‘Socio-cultural and preventive aspects of cancer - challenges and scopes in Bihar’ was held on 16th January, Saturday forenoon.



Dr. A. A. Hai, director, Paras Hai Medicare and Research Centre, Patna, while moderating the panel discussion, said that rising number of cancer patients had recently been declared epidemic by World Health Organisation (WHO). Giving the break-up of cancers, he said that while 40 percent of the cancer was due to tobacco, obesity and lack of personal hygiene, it had caused nearly 15 and 10 percent of cancers respectively. “And, most of these cases are due to our deliberate dilly-dallying approach in taking prevention before it could take a demon shape. Silver-lining in dark cloud is 50 percent of our cancers are very much preventive,” he said.

Dr. Hai further said in a recent meeting of cancer specialists from as many as 117 countries called upon by WHO, reached a clear-cut conclusion that controlling use of tobacco and alcohol along with physical workouts and balance diet could control the spread of cancer.

He also laid the stress upon creating awareness, especially among children and adolescents. He further said, “Tobacco-free India is the best legacy for the nation in future,”

# Theme

# DAY TWO

## Mind

16th January, 2016

Noted cancer specialist Dr. J K Singh, who had been awarded Padmashree for his work in this area, said that in Bihar, nearly 42 percent cancer cases are oral. “The root cause for it is the frequent use of chewing tobacco. The people here do not give up their vices easily as the incubation period is sometimes over 25 years,” he said.



Senior journalist and former editor of India Today, Dilip Mandal, advocated for including the demerits of different vices causing cancer, in textbooks of the state. “It will not only create awareness among society through coming generation but will also eradicate shyness from their minds to discuss about their problems. Ignorance compounded with coyness often becomes lethal,” he said.



Bihar Unicef representative Dr. Yameen Mazumdar said that though Unicef had no direct intervention in cancer eradication programmes, the organisation would chalk out plans in future to create awareness in this connection at younger level. Quoting noted cancer specialist and noted microbiology researcher, Yusuf Hannan, he said that cancer is like infamous Russian roulette gambling. “The doctors do not know about the single bullet in revolver’s chamber. We adapt vices like tobacco, alcohol and drugs and fill the remaining chambers, to increase the probability of death,” he said.



**Theme**

# **DAY TWO**

**Mind**

Noted oncologist and patron of Delhi chapter of Grameen Sneh Foundation (GSF) Dr. Meenu Walia laid stress on maintaining hygienic atmosphere, to avert the entry of cancer in society. “We will have to create awareness among the people, particularly among women to have three-dose vaccination for girls below 15 years, to have prevention against the cervix cancer,” she said.



The discussion was followed by a 39-minute motivational speech given by noted philanthropist Shri Mahatria Ra of Infnitheism Spiritual Foundation, Pune. He appealed the mass to adapt the good and avoid bad, to make the society. “It is the collective goodness that can make the society good and happy,” he said. Emphasising on the power of human spirit, he urged all to arrange their mental orientations in a way where goodness should be collaborative and the badness be competitive. “That is how we can get over making small changes and achieve a holistic transformation”, he added. Talking about deep and shallow thoughts, he said whatever is kept in deep thoughts, keeps recurring in the life time and again; hence he suggested the audience to keep the good deeds in deep thoughts and the negativity for the shallow kind; the only way to make the good memories strongly everlasting.

# Theme

# DAY TWO

## Mind

# 16th January, 2016

In the post-tea session, another panel discussion on ‘Mindfulness based approaches/contemplative approaches, theatre/cinema therapy, motivational enhancement therapy, healing touch – Reiki, pain and anger management, voice therapy/expressive therapy’ was held, moderated by senior IAS Tripurari Sharan.

Acharya Shubham Jee Maharaj of Veerayatan, in her introductory speech, said that life is like Mother Earth. “We need to make our attitude healthy and beautiful to make life beautiful.



Noted theatre activist Tanveer Akhtar said that performing arts could play even more effective role in rehabilitating the patients with broken hearts.



Noted oncologist Dr. Ramesh Chouhan of World Academy of Medical Sciences, Hyderabad, in his address, said that it was a misnomer that cancer was a new disease as even 4,000 ago; there were evidences of breast cancer. Dr.Chouhan said that none of the doctors actually tell the cause. “We must know that reason that why do some of the cells of our body revolt,” he asked.

Counsellor Shaan Khattau of Healers, Mumbai, said that odd conditions often turned people restless. “We have trauma in our emotion in circumstances like pain and anger and we need to remove it on time, to make our life comfortable,” she said.

**Theme**

**17th January, 2016**

# **DAY THREE**

## **Soul**

Dr. Jagat Narula, the head of cardio-vascular department in New York Hospital, USA on 'Heart disease: Let's pledge to prevent it'. Categorising the diseases in two parts, i.e. communicable and non-communicable, he said that after a long and comprehensive Horus study of mummies of Egypt and Peru, it was found that nine risk factors, including lipid, cholesterol, smoking, hypertension and diabetes, described 90 percent of the disease occurred. "One usually inherits risk factors and not vascular disease. Preventing the risk factors should prevent disease," he said, adding, "You can defeat your genetics. So lower your cholesterol, better you do."



It was followed by a panel discussion about 'How important is media in propagating health related issues to general public in reference to lifestyle disorders'. Moderating the discussion, noted journalist Ravish Kumar advocated for a better and comprehensive national policy was the need of the hour. "It would not ensure proper screening on time, it would also eradicate several social taboos about the disease," he said.

**Theme**

**17th January, 2016**

# DAY THREE

## Soul

Patna-based senior neuro-physician Dr. Binay Karak pointed out the demerits of processed and packaged foods.

GSF president Sneha Routray, who is herself a cancer conqueror, said that more counselling forums and support groups are needed to overcome the trauma that comes while fighting the battle with this disease.

In the post-tea session, another panel discussion on ‘Art therapy, healing through music, laughter therapy, hypnotherapy, dream analysis, sacred dances for physical, emotional and spiritual well-being, relevance of spirituality and honesty in life’ was held.

Moderating the discussion, ‘giggling guru’ Dr. Madan Kataria of Laughter Yoga University, Bengaluru, said that since laughing provides additional oxygen to our cells, it improves our immune system and prevents us from many diseases. “Cancer patients must compliment with all possible alternative medical therapies along with the modern researches. Not only that, a patient must check the antecedents of the doctor,” he said.



**Theme**

# **DAY THREE**

**Soul**

**17th January, 2016**

Dr. Priti Gupta of Institute of Hypno-therapy, Gurgaon said that mind has two parts, i.e. conscious and sub-conscious. “We must do our work with happiness. Everything is in your hand,” she said.

India’s first music therapist Dr. Bhaskar Khandekar said that different musical ragas had effects on different diseases. “Melody can cure any disease as it increases the secretion of different enzymes,” he said.



Concluding the session, noted Actor and social activist Manisha Koirala said that we need to love and to be loved. “There are six needs we function from, i.e. security, variety, significance, love, growth and contribution,” she said and added that life is always full of challenges. “Our thought, belief and attitude can make impact on our wellness. We should adapt the spirit of fighter than a victim,” she said.

Sharing her fighting days with cancer, she said that a shift of attitude helped her to overcome the disease. “Everyone always likes to change problems into challenges but the way must be a bit interesting,” she said.

# Theme

# 17th January, 2016

## DAY THREE

### Soul

Later, while delivering her motivational speech on “Sacred dances for physical, emotional and spiritual well-being and its transformation”, eminent classical danseuse, choreographer and Padma Vibhushan recipient Dr. Sonal Mansingh said that dance is the best form of 16 types of yogas. “Since it was propagated from the Lord of life Shiva, its mudras not only release stress from body and mind, the Indian traditional dance keeps us healthy and well,” she said, adding, “It is the nritya (dance) that even at the age of 72, I have never experienced headache in my life so far.”

Recently chosen as one of the brand ambassador of PM Narendra Modi’s much-enthusiastic ‘Swachhh Bharat Abhiyaan’, Dr.Mansingh also emphasized on making a pollution-free India. She also wished GSF to attain more feathers for GSF in future.

Later, His Excellency Ram Nath Kovind, Governor of Bihar, presided over the felicitation ceremony. In his address as the Chief Guest, he said that knowing about the different programmes of the three-day Health and Wellness through different media clippings; he was enthused to see the initiatives taken by GSF.

“With rising pollution and contamination in foods, we need to regularise our daily routine with workouts and yoga – to avert any possibility of disease,” he said, adding, “We need to make our attitude positive, to make this world beautiful.”

Emphasizing on the need of multi-phased systematic programmes needed for Bihar hospitals, to check the epidemic of cancer, he further said that both Centre and State governments need to chalk out preventive plans, to make this State cancer-free.

Dr. J K Singh, President of Cancer Care India New Delhi, extended vote of thanks, on behalf of GSF.



# PRESS SPEAK

## अच्छी सेहत नहीं तो गाड़ी, बंगला, पैसा सब बेका

- जानलेवा होने से पहले बीमारी का इलाज करायें : मनीषा
- तम्बाकू बिक्री को लेकर संसद में बहस हो : न्यायमूर्ति अंसारी

पटना (आससे)। चर्चित फिल्म अभिनेत्री मनीषा को इराला ने कहा कि अगर आप के पास अच्छी सेहत नहीं हो तो गाड़ी, बंगला, पैसा सब बेकार है। इस बात का पहला मुद्दा तब हुआ, जब मैं कैंसर के कारण मोंत के करीब आ गयी थी और जिंदगी के लिए तरस रही थी। श्रीमती को इराला ग्रामीण स्नेह फाउंडेशन के दिवसीय आयोजन 'हेल्थ एण्ड वेलनेस फेस्टिवल-२०१६' के उद्घाटन सत्र को संबोधित कर रही थीं। इसका आयोजन

भाजपा सांसद शत्रुघ्न सिन्हा ने कहा कि देश का स्वास्थ्य ही देश को संपन्न है। उन्होंने तम्बाकू को कैंसर के लिए खतरनाक बताते हुए उसे छोड़ने की सलाह दी और समाज के हर तबके को बेहतर समाज के लिए चिंता करने की सलाह दी और कहा कि बेहतर जीवन शैली, योग और व्यायाम के जरिये हम स्वस्थ रह सकते हैं।

इस अवसर पर पटना उच्च न्यायालय के कार्यकारी मुख्य न्यायाधीश इकबाल अहमद

बुलंद करने की सलाह दी। इस अवसर पर ए.के. चौहान ने कहा कि कैंसर का इलाज महंगा है। इसलिए सरकार को गरीबों को मदद करनी चाहिये। अगर किमोथेरेपी को व्यवस्था घर पर हो जाती है, तो हॉस्पिटल खर्च बच जायेगा। इलाज में लम्बा समय लगने से पूरे परिवार की आर्थिक स्थिति चरमरा जाती है। इसलिए पुनर्वास को भी व्यवस्था होनी चाहिये। आर्ग्यस एस.एम. राजू ने कहा कि बड़ी बीमारियों का इलाज अल्ट्राटेक्निक्स में भी ढूँढा जाना चाहिये। इस अवसर पर जस्टिस अंजना प्रकाश ने कहा कि हमारे पास संसाधन सीमित हैं। इसलिए गरीबों को बीमारी की शुरुआत में ही ध्यान देना चाहिये, ताकि वे



देश का स्वास्थ्य ही देश की संपत्ति : शत्रुघ्न

महंगे इलाज से बच सकें। धन्यवाद ज्ञापन करते हुए डा. जितेन्द्र कुमार ने कहा कि कैंसर को बीमारी पर जितना रिसर्च हुआ है उतना रिसर्च किसी और बीमारी पर नहीं हुआ है। क्योंकि आनेवाले समय में कैंसर से सबसे ज्यादा लोग मरने वाले हैं। कैंसर के इलाज में हर पद्धति का समावेश होना चाहिये। इस अवसर पर कैंसर से संबंधित एक ऐसी को लॉचिंग भी की गयी। इस अवसर पर पैनल डिस्कशन में चार्डबीएस, बंगलोर के कुलपति योग गुरु डा. एच.आर. गोगोय ने योग से स्वायंभूज और कैंसर के इलाज के उपाय बताये। इसमें डेरिल डिजुजा तथा एकेडमिक कार्टिसिल ऑफ इंडिया के अध्यक्ष डा. मुदुल कुमार ने भी अपने विचार रखे।

अंसारी ने कहा कि सचेत रहकर लाइलाज बीमारियों से बचा जा सकता है। उन्होंने कहा कि एक तरफ हम 'तम्बाकू स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है' जैसा उल्लेख बनाते हैं और दूसरी तरफ उसे बेचने की इजाजत देते हैं। इस पर देश को संसद में बहस होनी चाहिये। उन्होंने मानसिक रूप से खुद को मजबूत रहने तथा

श्रीधवेशन भवन में किया गया था। श्रीमती को इराला ने कहा कि मैंने फसला लिया है कि लोगों को कैंसर बीमारी के प्रति जागरूक करूँगी, ताकि लोग सचेत हो सकें तथा बीमारी से जानलेवा होने से पहले ही अपना बेहतर इलाज करा सकें।

इस मौके पर मशहूर फिल्म स्टार और

## कैंसर से बचना है तो मोटापे से रहें दूर

रटना (एसएनबी)। राजधानी में आयोजित तीन दिवसीय हेल्थ एंड वेलनेस फेस्टिवल-2016 में डॉक्टरों ने साफ शब्दों में सावधान किया है कि नभल जाएं वरना आने वाले दिनों में देश कैंसर का घर बन सकता है। कैंसर के बढ़ते मामले चिंता

सुलभ है जो टाटा या दिल्ली में है। मैक्स अस्पताल, नई दिल्ली की डॉ. मीनू वालिया ने कहा कि कैंसर के इलाज में खर्च बहुत हो जाता है, इसलिए जरूरी है कि यह बीमारी न हो, इसके प्रति लोगों को जागरूक किया जाए। उधर, पुणे के

डॉक्टरों ने किया आगाह, आने वाले दिनों में देश बन सकता है कैंसर का घर जागरूकता जरूरी, जिंदगी जीने के तौर सीखें

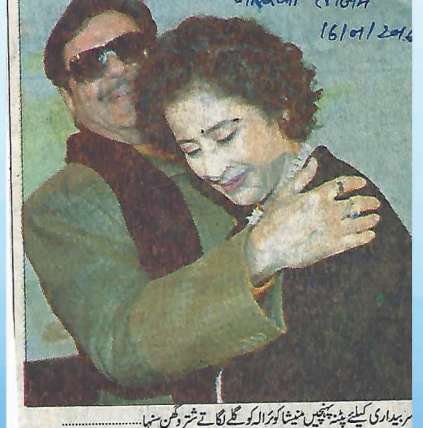
स्पीरिचुअल गुरु महाशय रा ने कहा कि जिंदगी जीने के बारे में हम सोचें, न कि सफल कैसे हों इस बारे में चिंता करें। सामूहिकता पर बल देते हुए उन्होंने कहा कि अकेले चलने से बेहतर है देश, समाज और

फास्ट फूड पर रोक बेहद जरूरी है। व्यायाम और संतुलित आहार अपनाना आवश्यक है। निवार को पैनल डिस्कशन में राजधानी के सिद्ध सर्जन डॉ. ए.ए. हई ने कहा कि कैंसर के कारण पूरा परिवार परेशान हो जाता है। इससे बने के लिए मोटापा पर कंट्रोल के साथ संतुलित आहार जरूरी है। कैंसर रोग विशेषज्ञ डॉ. जे के हं ने कहा कि बिहार में मुंह के कैंसर का रिकॉर्ड 97 प्रतिशत है। डॉ. दिलीप मंडल ने या कि पटना में भी कैंसर का वही इलाज

परिवार की तबकी के लिए साथ चले। दूसरे सत्र में इप्ता से जुड़े वरिष्ठ रंगकर्मी तनवीर अख्तर ने कहा कि जन सहयोग से होने वाले थियेटर के जरिये कैंसर को रोकने, इलाज के दौरान मनोबल बनाये रखने एवं इलाज के बाद समाज से जुड़ने के तरीके बताये जा सकते हैं। ग्रामीण स्नेह फाउंडेशन द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में वरिष्ठ आईएएस अधिकारी त्रिपुरारी शरण, वर्ल्ड एकेडेमी ऑफ मेडिकल साइंस निदरलैंड के डॉ. रमेश चन्द्र चौहान और शान खटाक भी शामिल थीं।



पंजाबी वुडू आदकार नैनिशा कोरिअर और अरमिन सैद फाउंडेशन के तिन दिवसीय कार्यक्रम का उद्घाटन करती हैं



रिबिदारी क्लेप्टिचिनिंग नैनिशा कोरिअर के साथ शत्रुघ्न सिन्हा

चिंती (नौराज)। अखिल सभ्यता के लिए दुनिया का काम है। गाड़ी, बंगला, पैसा सब बेकार है। इस बात का पहला मुद्दा तब हुआ, जब मैं कैंसर के कारण मोंत के करीब आ गयी थी और जिंदगी के लिए तरस रही थी। श्रीमती को इराला ग्रामीण स्नेह फाउंडेशन के दिवसीय आयोजन 'हेल्थ एण्ड वेलनेस फेस्टिवल-२०१६' के उद्घाटन सत्र को संबोधित कर रही थीं। इसका आयोजन भाजपा सांसद शत्रुघ्न सिन्हा ने कहा कि देश का स्वास्थ्य ही देश को संपन्न है। उन्होंने तम्बाकू को कैंसर के लिए खतरनाक बताते हुए उसे छोड़ने की सलाह दी और समाज के हर तबके को बेहतर समाज के लिए चिंता करने की सलाह दी और कहा कि बेहतर जीवन शैली, योग और व्यायाम के जरिये हम स्वस्थ रह सकते हैं। इस अवसर पर पटना उच्च न्यायालय के कार्यकारी मुख्य न्यायाधीश इकबाल अहमद बुलंद करने की सलाह दी। इस अवसर पर ए.के. चौहान ने कहा कि कैंसर का इलाज महंगा है। इसलिए सरकार को गरीबों को मदद करनी चाहिये। अगर किमोथेरेपी को व्यवस्था घर पर हो जाती है, तो हॉस्पिटल खर्च बच जायेगा। इलाज में लम्बा समय लगने से पूरे परिवार की आर्थिक स्थिति चरमरा जाती है। इसलिए पुनर्वास को भी व्यवस्था होनी चाहिये। आर्ग्यस एस.एम. राजू ने कहा कि बड़ी बीमारियों का इलाज अल्ट्राटेक्निक्स में भी ढूँढा जाना चाहिये। इस अवसर पर जस्टिस अंजना प्रकाश ने कहा कि हमारे पास संसाधन सीमित हैं। इसलिए गरीबों को बीमारी की शुरुआत में ही ध्यान देना चाहिये, ताकि वे महंगे इलाज से बच सकें। धन्यवाद ज्ञापन करते हुए डा. जितेन्द्र कुमार ने कहा कि कैंसर को बीमारी पर जितना रिसर्च हुआ है उतना रिसर्च किसी और बीमारी पर नहीं हुआ है। क्योंकि आनेवाले समय में कैंसर से सबसे ज्यादा लोग मरने वाले हैं। कैंसर के इलाज में हर पद्धति का समावेश होना चाहिये। इस अवसर पर कैंसर से संबंधित एक ऐसी को लॉचिंग भी की गयी। इस अवसर पर पैनल डिस्कशन में चार्डबीएस, बंगलोर के कुलपति योग गुरु डा. एच.आर. गोगोय ने योग से स्वायंभूज और कैंसर के इलाज के उपाय बताये। इसमें डेरिल डिजुजा तथा एकेडमिक कार्टिसिल ऑफ इंडिया के अध्यक्ष डा. मुदुल कुमार ने भी अपने विचार रखे। अंसारी ने कहा कि सचेत रहकर लाइलाज बीमारियों से बचा जा सकता है। उन्होंने कहा कि एक तरफ हम 'तम्बाकू स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है' जैसा उल्लेख बनाते हैं और दूसरी तरफ उसे बेचने की इजाजत देते हैं। इस पर देश को संसद में बहस होनी चाहिये। उन्होंने मानसिक रूप से खुद को मजबूत रहने तथा श्रीधवेशन भवन में किया गया था। श्रीमती को इराला ने कहा कि मैंने फसला लिया है कि लोगों को कैंसर बीमारी के प्रति जागरूक करूँगी, ताकि लोग सचेत हो सकें तथा बीमारी से जानलेवा होने से पहले ही अपना बेहतर इलाज करा सकें। इस मौके पर मशहूर फिल्म स्टार और

जागरूकता से कैंसर का बचाव संभव

जासं., पटना : ग्रामीण स्नेह फाउंडेशन द्वारा आयोजित हेल्थ एंड वेलनेस फेस्टिवल के दूसरे दिन पैनल डिस्कशन आयोजित किया गया। चर्चा के दौरान डॉ. ए.ए. हई ने कहा कि भारत में 40 फीसद कैंसर तंबाकू के कारण, 15 फीसद मोटापे, 10 फीसद शारीरिक निष्क्रियता, 6 फीसद खान-पान, 4-5 फीसद वंशानुगत और 25 फीसद कैंसर अन्य कारणों से होता है। डॉ. जेके सिंह ने कहा कि बिहार में मुंह का कैंसर सबसे ज्यादा होता है। यह कैंसर ज्यादातर 15-20 साल के युवा में होता है। कैंसर की रोकथाम के लिए शिक्षा और रोग के बारे में जागरूकता जरूरी है। यामीन मजूमदार ने सुझाव दिया कि यूनिसेफ बच्चों के साथ कैंसर के खिलाफ जागरूकता अभियान चला सकती है। इनीफिनथिज्म रिस्पेक्टुअल फाउंडेशन पुणे के महाशय रा ने कहा कि हर कोई सफलता पाने के बारे में सोचता है। जिंदगी जीने के बारे में कोई नहीं सोचता। यदि हम अपनी क्षमता के साथ न्याय नहीं करते तो यह मनोवैज्ञानिक आत्महत्या के समान है। पैनल डिस्कशन के दूसरे सत्र में प्रधान सचिव त्रिपुरारी शरण, आचार्य श्रमजी महाशय, निदरलैंड के डॉ. रमेश चंद्र चौहान, मुंबई के शान खटाक, इप्ता के मशहूर कलाकार तनवीर अख्तर, न्यूयॉर्क के डॉ. सुनीता शाह डॉ. मीनू वालिया व वरिष्ठ पत्रकार दिलीप मंडल ने भी भाग लिया।





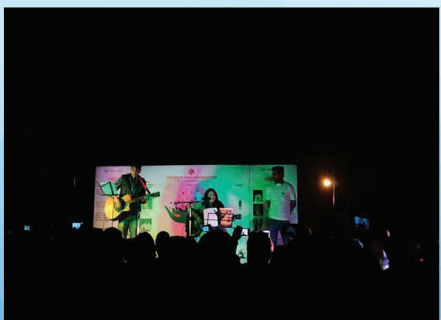




# PREPARATORY ACTIVITIES

## Health & Wellness Festival 2016

Grameen Sneh Foundation organized a number of preparatory activities across the city ahead of Health & Wellness Festival 2016 namely road shows, corporate sessions, yoga and reiki sessions for organizations, psychometry sessions for institutional workers. Some glimpses :





[www.grameensnehfoundation.org](http://www.grameensnehfoundation.org)  
[contact@grameensnehfoundation.org](mailto:contact@grameensnehfoundation.org)

**HEADQUARTERS &  
DELHI - NCR OFFICE**

2B-21, Ground Floor, Sector 2  
Sadhna, Vaishali, Ghaziabad  
UP - 201012  
+91-120-4336857

**BIHAR OFFICE**

G-A1, Mateshwari Apartment  
Exhibition Road, Patna -1  
+91-7091290451

**ODISHA OFFICE**

Rambagh, Jajpur  
Odisha - 755014  
+91-8763704539

**NATIONAL TOLL FREE CANCER HELPLINE : 1800 3456 265**



Find Us On  
Facebook

[facebook.com/grameensnehfoundation](https://facebook.com/grameensnehfoundation)

