



हिरक जयंती समारोह के भाग के रूप में
अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, नई दिल्ली
प्रस्तुत करता है
जन व्याख्यान एवं पैनल वार्ता
(हिन्दी व अंग्रेजी में)

"अच्छे स्वास्थ्य के लिए व्यायाम"

दिनांक : 29.03.2017 (बुधवार)

समय : सांय: 4:00 बजे से 5:00 बजे तक

स्थान : जवाहर लाल सभागार, एम्स

वक्ता

डॉ. रणदीप गुलेरिया, डॉ. के.के. दीपक
डॉ. राजेश मल्हौत्रा, डॉ. संजय वधवा

संचालक

डॉ. के.पी. कोच्छड़

पैनलिस्ट

डॉ. शैफाली गुलाटी, डॉ. संदीप सेठ, डॉ. गीता हाण्डा
डॉ. अनिल गोस्वामी, डॉ. अलका मोहन चुटानी, डॉ. अस्मिता पाटिल

- व्यायाम: क्यों और कैसे?
- व्यायाम: पहले और अब?
- व्यायाम तथा आहार?
- अभ्रमणशील जीवन-शैली से हानि
- मन और मस्तिष्क लिए व्यायाम
- स्वस्थ हृदय व फेफड़ों के लिए व्यायाम
- स्वस्थ हड्डियों व जोड़ों के लिए व्यायाम
- बीमारी एवं चोट से स्वास्थ्यलाभ के लिए व्यायाम

आप सभी सादर आमंत्रित हैं

प्रवेश नि: शुल्क (कृपया सांय: 3:45 बजे से पूर्व अपना स्थान ग्रहण कर लें)

कृपया व्याख्यान के पश्चात् जलपान ग्रहण करें

पार्किंग की सुविधा मल्टी-लेवल भूमिगत पार्किंग में उपलब्ध है।

(एम्स मस्जिद मोठ परिसर के पास)

कृपया जानकारी के लिए संपर्क करें: मीडिया एवं प्रोटोकॉल प्रभाग

फोन न. - 011-26593400, 26593514, 26549131