**“ अच्छा स्वास्थ्य वो बेशकीमती दौलत है ,**
**जिसे सारी दौलत मिलाकर भी नहीं खरीद सकते “**

जीवन का पहला सुख निरोगी काया को बताया गया है। यह सत्य भी है क्योंकि आप अगर स्वस्थ है तो आप हर चीज का आंनद ले सकते है लेकिन अगर आपका स्वास्थ्य खराब है तो आप खानपान, घूमना, धनसंपत्ति किसी का भी आनंद नहीं उठा पाएंगे। लेकिन हमारी बदलती जीवनशैली और खानपान ने हमारे शरीर को कई तरह की बीमारियों का घर बना दिया है। यही कारण है की आज हर परिवार में कोई ना कोई व्यक्ति दवाओं के सहारे अपना जीवन जी रहा है।

दवाइयों के सेवन के साथ ही व्यक्ति को कई तरह के परहेज रखने पड़ते है। ये दवाइयों के खर्चे एक आम परिवार का बजट बिगाड़ देते है। एक रिसर्च में यह बात सामने आयी है की एक औसतन भारतीय परिवार प्रति वर्ष 1.5 लाख रूपये बीमारियों और उनके इलाज पर खर्च कर देता है। इन्हीं सभी बातों को ध्यान में रखते हुए हेल्प इंडिया ने मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ की शुरुआत की है। हेल्प इंडिया के मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ का उद्देश्य लोगों को ऐसी स्वास्थ्य सेवायें उपलब्ध करवाना है जिससे वे बीमारी से पहले ही उनकी रोकथाम कर सके और शरीर की रोगप्रतिरोधक क्षमता बढाकर शरीर को स्वस्थ बनाये रख सके।

मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ की शुरुआत 21 जून 2020 से की गयी थी इस मिशन के तहत लोगों को डिजिटल ट्रेनिंग के द्वारा प्रिवेंटिव हैल्थ की ट्रेनिंग देना है। प्रिवेंटिव हेल्थ की यह ट्रेनिंग अनुभवी योगाचार्य और आयुर्वेदाचार्य द्वारा दी जा रही है। अभी तक 6 लाख से अधिक लोगों को प्रिवेंटिव हेल्थ की ट्रेनिंग दी जा चुकी है। हेल्प इंडिया ने इस वर्ष 21 जून 2021 योग दिवस तक 1 करोड़ प्रिवेंटिव हेल्थ कंसल्टेंट बनाने का लक्ष्य रखा है जिसे आप सभी के सहयोग से हम निश्चित प्राप्त करेंगें।

## भारत का ओकिनावा

जापान में एक स्थान है ओकिनावा , वहां पर अधिकांश लोग 90 से अधिक उम्र तक भी स्वस्थ जीवन जीते है। रिसर्च में यह बात सामने आयी है की उन्होंने अपनी दिनचर्या और खानपान को इस तरह व्यवस्थित किया है की वे लम्बी उम्र तक स्वस्थ रहते है। अब आप सभी को जानकर बेहद ख़ुशी होगी हेल्प इंडिया वहां की पूरी दिनचर्या और खानपान को यहाँ पर लाकर आपके लिए इस तरह का हेल्थ

इंफ्रास्ट्रक्चर खड़ा करने वाला है जिसे की भारत का ओकिनावा कहा जायेगा।

यहाँ पर पूरी तरह से ऑर्गेनिक तरिके से फल सब्जियाँ , जड़ी बूटियों और अनाज की खेती की जाएगी। जिनमें किसी तरह की रासायनिक खाद का इस्तेमाल नहीं होगा। और यहाँ पर उत्पादित फल सब्जी जड़ी बूटियों का इस्तेमाल  हेल्थ उत्पादों के निर्माण में किया जायेगा। यह उत्पाद बी2मि की वेबसाइट पर उपलब्ध रहेंगें जिन्हें ऑनलाइन प्रक्रिया के द्वारा खरीदा जा सकेगा इसके साथ ही देशभर में मौजूद बी2मि के काउंटर पर ये उत्पाद उपलब्ध रहेंगें।

## प्रिवेंटिव हेल्थ रिपोर्ट

| क्रमांक | विषय | संख्या |
|---|---|---|
| 1 | प्रिवेंटिव हेल्थ शिविर संख्या | 98 |
| 2 | प्रिवेंटिव  हेल्थ शिविर आयोजित राज्यों की संख्या | 15 |
| 3 | प्रिवेंटिव हेल्थ कंसल्टेंट ट्रेनर संख्या | 1634 |
| 4 | प्रिवेंटिव हेल्थ ट्रेनिंग दी गयी | 6,05,446 |

## प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पाद

हेल्प इंडिया के मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ के साथ ही लोगों के स्वास्थ्य के लिए अच्छे प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पादों की जरुरत महसूस हुई। हमने यह महसूस किया की बाजार में अच्छे प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पादों की बेहद कमी है। इसी बात को ध्यान में रखते हुए हेल्प इंडिया ने 100 सालों से आयुर्वेदिक उत्पादों के क्षेत्र में कार्य करने वाली कम्पनी के साथ मिलकर प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पादों की श्रृंखला तैयार की है जो की गुणवत्ता में तो उत्कृष्ट है ही इसके लाभकारी परिणाम भी मिले है।

ये प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पाद आपके हृदय, लिवर , फेफड़े, हड्डियों को समुचित पोषण प्रदान करते है और आपके स्वास्थ्य को लंबी उम्र तक स्वस्थ एवं निरोगी बनाये रखते  है।

| क्रमांक | प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पाद | स्वास्थ्य के लिए लाभ |
|---|---|---|
| 1 | ब्रोनाटस केप्सूल | दिमाग के स्वास्थ्य के लिए |
| 2 | इम्यूनोक्सी कैप्सूल | रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए |
| 3 | कार्डियोरेक्स कैप्सूल | हार्ट को बनाये मजबूत और तंदरुस्त |
| 4 | आयुष क्वाथ काढ़ा | मौसमी संक्रमण से रोकथाम |
| 5 | कैलसिलोक्स कैप्सूल | किडनी और मूत्र सबंधी समस्याओं के लिए |
| 6 | लिव एंड लिव | लिवर की गंदगी को साफ करने और कार्यक्षमता में सुधार |
| 7 | बोन एक्टिव | हड्डियों की मजबूत |
| 8 | गिलोय घनवटी | इम्युनिटी बूस्टर,डाइबिटीज में लाभकारी, पाचन में सुधार |
| 9 | कुरकुमा लोंगा केप्सूल | दिल की समस्याओं में प्रभावी, कोलेस्ट्रॉल कम करने में सहायक |
| 10 | बी2मी वीटा चार्ज्ड सिरप | इंस्टेंट एनर्जी , और प्रतिरोधक क्षमता मजबूत करने में |
| 11 | बी2मी वीटा हर्बल पाउडर | पोषक तत्वों की कमी दूर करने में , मानसिक तनाव दूर करने में सहायक |
| 12 | बी2मी पाचन सुधा सिरप | पेट सबंधी समस्याओ में लाभकारी |
| 13 | बी2मी एडिक्शन फुल स्टॉप | नशा छोड़ने में प्रभावी |
| 14 | बी2मी हेल्थ सप्लीमेंट | प्रतिरक्षा बूस्टर ड्राप |
| 15 | ड्राई फ्रूट चव्यनप्राश | शरीर के सम्पूर्ण स्वास्थ्य के लिए लाभकारी उत्पाद |
| 16 | बी2मी चॉकलेट ड्रिंकिंग पावडर | वजन घटाने में लाभकारी, एनर्जी प्रदान करता है |
| 17 | एन 95 | इन्फेक्शन फैलने वाले 95% कणों से बचाता है। |

मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ के द्वारा समाज में जगरूगकता फ़ैलाने और लोगों को प्रिवेंटिव हेल्थ के बेहतरीन उत्पाद उपलब्ध करवाने के लिए लीडरशिप आइकॉन अवार्ड से सम्मानित किया गया है।

एक स्वस्थ व्यक्ति ही एक सवस्थ समाज का निर्माण में सहयोग कर सकता है और एक स्वस्थ समाज ही देश को सशक्त और आत्मनिर्भर बना सकता है। हेल्प इंडिया भविष्य में मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ कार्यक्रम द्वारा पुरे देश में स्वास्थ्य को लेकर जनजागृति के साथ ही लोगों को प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पाद उपलब्ध करवा रहा है।

आगामी दिनों में हेल्प इंडिया के प्रिवेंटिव हेल्थ प्लेटफॉर्म पर आपको ऑनलाइन स्वास्थ्य सलाह उपलब्ध करवाई जा रही है। जिसमें देश के प्रशिक्षित आयुर्वेदाचार्य और योगाचार्य द्वारा सभी तरह के रोगों के उपचार के लिए स्वास्थ्य सलाह और रोग में लाभदायक औषधियों और प्रिवेंटिव हेल्थ उत्पादों के बारे में बताया जायेगा।

श्री राजा सिंह
मिशन प्रिवेंटिव हेल्थ
हेल्प इंडिया ऑनलाइन फाउंडेशन