

Punarjjany

ಚೇತರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪುನರ್ವಸತಿ ಕೇಂದ್ರ · ಪೂಮಲ, ತ್ರಿಶೂರ್, ಕೇರಳ

ವ್ಯಸನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ. ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಆರಂಭ.

Punarjjany ಕೇರಳದಲ್ಲಿರುವ 21 ದಿನಗಳ ವಸತಿ ಸಹಿತ ಚೇತರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪುನರ್ವಸತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ. ಮದ್ಯ ಅಥವಾ ಇತರ ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಸ್ವತಃ ಸಿದ್ಧರಿರುವವರಿಗಾಗಿ ಇದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ, ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ, ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬದ ಒಬ್ಬ ಸದಸ್ಯರು ಎಲ್ಲಾ 21 ದಿನವೂ ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಕ್ಯಾಂಪಸ್‌ನಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ.

+91 97472 01015 · +91 82814 78832 · +91 80896 25077

www.punarjjany.com

ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ

Punarjjany ಎಂದರೇನು?

Punarjjany (ಪುನರ್ಜನಿ) ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ಅರ್ಥ ಪುನರ್ಜನ್ಮ, ಅಂದರೆ ಹೊಸ ಆರಂಭ. ವ್ಯಸನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಕುಟುಂಬ, ಸಂಬಂಧಗಳು, ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಬದುಕಿಗೂ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಇವೆಲ್ಲದರ ಕಡೆಗೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕು ಎಂದು ನಾವು ನಂಬುತ್ತೇವೆ.

Punarjjany ಕೇಂದ್ರವನ್ನು 2004ರಲ್ಲಿ ದಿವಂಗತ ಡಾ. ಜಾನ್ಸ್ ಕೆ. ಮಂಗಲಂ ಅವರು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಕಾಲೇಜು ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾಗಿದ್ದ ಅವರು ಸ್ವತಃ ಮದ್ಯವ್ಯಸನದಿಂದ ಹೊರಬಂದವರು. ನಂತರ ತಮ್ಮ ಉಳಿದ ಜೀವನವನ್ನು ಇತರರ ಚೇತರಿಕೆಗೆ ನೆರವಾಗಲು ಮುಡಿಪಾಗಿಟ್ಟರು. ಇಂದು ಈ ಕೇಂದ್ರವು ಅವರ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸಹಾನುಭೂತಿ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಪೂರ್ಣ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಕ್ಯಾಂಪಸ್ ಪೂಮಲದ ಶಾಂತ, ಹಸಿರು ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ, ಪೂಮಲ ಅಣೆಕಟ್ಟಿನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿದೆ. ಇದು ತ್ರಿಶೂರ್ ನಗರದಿಂದ ಸುಮಾರು 12 ಕಿ.ಮೀ. ದೂರದಲ್ಲಿದೆ.







ಒಂದು ಭಿನ್ನ ದಾರಿ

ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಸನಮುಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರವಲ್ಲ

ನಮ್ಮ ಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಡಾ. ಜಾನ್ಸ್ ಕೆ. ಮಂಗಲಂ ಅವರು ಸುಮಾರು ಇಪ್ಪತ್ತು ವರ್ಷ ಮದ್ಯವ್ಯಸನದೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಿದವರು. 1990ರ ದಶಕದಲ್ಲಿ ಅವರು ಕೇರಳದ ಹಲವು ವ್ಯಸನಮುಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಸ್ವತಃ ಹೋಗಿ ಬಂದರು. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಿಜವಾಗಿ ಬೇಕಾದ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ಕೇಂದ್ರ ಅವರಿಗೆ ಎಲ್ಲೂ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ.

ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥರಲ್ಲ, ಮಾದಕ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದವರು ಎಂದು ಅವರು ಅರಿತುಕೊಂಡರು. ಅದಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ 2004ರಲ್ಲಿ Punarjjany ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು: ಆ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪ್ರೀತಿ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ಬರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಳ. ಸ್ವಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಬರಲು ಸಿದ್ಧರಿರುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶ.

ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆ

> **ಔಷಧಗಳಷ್ಟೇ ಬದುಕನ್ನು ಬದಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಕುಟುಂಬದ ಬೆಂಬಲ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಬೆಂಬಲ ನಿಜವಾದ ಚೇತರಿಕೆಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ.**

ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ Punarjjany ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ, ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ, ಯೋಗ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯ ತರಬೇತಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕುಟುಂಬಗಳು Punarjjany ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಏಕೆ ಆರಿಸುತ್ತವೆ

ಕುಟುಂಬದ ಒಬ್ಬರು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಗಿರುತ್ತಾರೆ

ಪತಿ ಅಥವಾ ಪತ್ನಿ, ಇಲ್ಲವೇ ತಂದೆ ಅಥವಾ ತಾಯಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಪೂರ್ತಿ ಅವಧಿ ಕ್ಯಾಂಪಸ್‌ನಲ್ಲೇ ಇದ್ದು, ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ (ಕೌನ್ಸೆಲಿಂಗ್) ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆಯುರ್ವೇದ ಆರೈಕೆಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ

ಅಭ್ಯಂಗ, ನಸ್ಯ ಮತ್ತು ಧಾರಾ ದೇಹಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುತ್ತವೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ, ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ನಿದ್ರೆಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಔಷಧ

ಸಲಹೆ ನೀಡುವ ವೈದ್ಯರು ಸೂಚಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ; ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವಾಡಿಕೆಯಂತೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

ತಜ್ಞರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ

ವೈದ್ಯರು, ಮನೋವೈದ್ಯರು, ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ, ಮೊದಲೇ ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ಭೇಟಿಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ

ಇದು ಬೀಗ ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಿಡುವ ಕೇಂದ್ರವಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬಾಳುತ್ತಾರೆ, ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಬೆಂಬಲವಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಮನೆಗೆ ಮರಳಿದ ನಂತರವೂ ಆರೈಕೆ

ಇಲ್ಲಿರುವ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೆ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಮರಳದಂತೆ ತಡೆಯುವ ತರಬೇತಿ. ಡಿಸ್ಚಾರ್ಜ್ ಆದ ನಂತರ ಫಾಲೋ-ಅಪ್ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ.

21 ದಿನಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಏನೇನು ಇರಬಹುದು

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದರೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ದಿನಕ್ಕೂ ಒಂದು ನಿಗದಿತ ಕ್ರಮವಿದೆ. ಅದು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಮನಸ್ಸಿನ ನೆಮ್ಮದಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಏನೇನು ಇರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನವು ಇರಬಹುದು.

- ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆ
- ಮನೋವೈದ್ಯರ ಸಮಾಲೋಚನೆ
- ಮಾನಸಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ
- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
- ಗುಂಪು ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಗ್ರೂಪ್ ಥೆರಪಿ)
- ಕುಟುಂಬ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
- ಮನೋಶಿಕ್ಷಣ ತರಗತಿಗಳು
- ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯ ತರಬೇತಿ
- ಯೋಗ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ
- ಮೈಂಡ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ (ಸಾವಧಾನತೆ) ಅಭ್ಯಾಸ
- ಮತ್ತೆ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಮರಳದಂತೆ ತಡೆಯುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
- ಮನೆಗೆ ಮರಳಿದ ನಂತರದ ಆರೈಕೆಯ ಯೋಜನೆ

ಆಯುರ್ವೇದ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು

- ಅಭ್ಯಂಗ
- ನಸ್ಯ
- ಧಾರಾ
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಇತರ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು, ನಿದ್ರೆ ಸುಧಾರಿಸಲು ಮತ್ತು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡಲು ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ.

Punarjjany ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ನಿಗಾ ಘಟಕ (ICU) ಇಲ್ಲ. ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಮಟ್ಟದ ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ತುರ್ತು ನಿರ್ವಿಷೀಕರಣ (ಡಿಟಾಕ್ಸ್) ಅಥವಾ ಒಳರೋಗಿಯಾಗಿ ದಾಖಲಿಸಿಕೊಂಡು ನೀಡುವ ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ ಆರೈಕೆಯನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಆರೈಕೆ ಬೇಕಾದವರನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿರುವ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ತರಗತಿಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು

- ವ್ಯಸನದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ತರಗತಿಗಳು
- ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ
- ಕುಟುಂಬದ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವ ತರಗತಿಗಳು
- ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಗುಂಪು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- ಒಳಾಂಗಣ ಮತ್ತು ಹೊರಾಂಗಣ ಆಟಗಳು
- ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನ ತರಗತಿಗಳು

ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ

ನಾವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಂತಹ, ಮುಚ್ಚಿದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸುರಕ್ಷಿತ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಮಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನದ ಮೂಲಕ ಇಲ್ಲಿರುವವರು:

- ಜವಾಬ್ದಾರಿ ವಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ
- ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ
- ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ರೀತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ
- ತಂಡವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ
- ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಮರಳಲು ಸಿದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಶುಲ್ಕ

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಶುಲ್ಕ

₹45,000

21 ದಿನ, ವಸತಿ ಸಹಿತ

ಶುಲ್ಕದಲ್ಲಿ ಸೇರಿರುವುದು

- 21 ದಿನಗಳ ವಸತಿ
- ಡಾರ್ಮಿಟರಿ (ಸಾಮೂಹಿಕ ಕೊಠಡಿ) ವಸತಿ
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಊಟ
- ಕುಟುಂಬದ ಒಬ್ಬ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ (ಜೊತೆಗಿರುವವರಿಗೆ) ವಸತಿ
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆ
- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ (ಕೌನ್ಸೆಲಿಂಗ್)
- ಗುಂಪು ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಗ್ರೂಪ್ ಥೆರಪಿ)
- ಕುಟುಂಬ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ
- ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಯೋಜನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು
- ಯೋಗ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳು
- ಮನೋಶಿಕ್ಷಣ ತರಗತಿಗಳು
- ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಶುಲ್ಕದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಲ್ಲದಿರುವುದು

- ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದರೆ ಮಾಡಿಸುವ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ (ಲ್ಯಾಬ್) ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು
- ಕೇಂದ್ರದ ಹೊರಗಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ
- ವೈದ್ಯರು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟ ಔಷಧಗಳು
- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಖರ್ಚುಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಯಾಣ

ದಾಖಲಾತಿಯ ನಿಯಮಗಳು

- ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವ ಮನಸ್ಸಿರಬೇಕು.
- ಸೂಕ್ತತೆಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅನುಮತಿ (ಮೆಡಿಕಲ್ ಕ್ಲಿಯರೆನ್ಸ್) ದೊರೆತ ನಂತರವೇ ದಾಖಲಾತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸೂಕ್ತವೇ ಎಂಬ ಅಂತಿಮ ನಿರ್ಧಾರ ತಜ್ಞರದ್ದು.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪೂರ್ತಿ ಅವಧಿ ಕುಟುಂಬದ ಒಬ್ಬ ಸದಸ್ಯರು (ಜೊತೆಗಿರುವವರು) ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆ ಇರಬೇಕು.
- ಕೇಂದ್ರದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ದಿನಚರಿಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕು.

ದಾಖಲಾಗುವ ದಿನ ಏನೇನು ತರಬೇಕು

ದಾಖಲೆಗಳು

- ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಧಾರ್ ಕಾರ್ಡ್ (ಮೂಲ ಪ್ರತಿ ಮತ್ತು ನಕಲು ಪ್ರತಿ)
- ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರ ಆಧಾರ್ ಕಾರ್ಡ್
- ಇಬ್ಬರ ಪಾಸ್‌ಪೋರ್ಟ್ ಅಳತೆಯ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳು
- ಹಿಂದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ದಾಖಲೆಗಳು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ವರದಿಗಳು
- ಡಿಸ್ಚಾರ್ಜ್ ಸಾರಾಂಶ ಮತ್ತು ಲ್ಯಾಬ್ ವರದಿಗಳು, ಇದ್ದರೆ

ಔಷಧಗಳು

- ಈಗ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಔಷಧಗಳು
- ಆ ಔಷಧಗಳಿಗೆ ವೈದ್ಯರು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟ ಚೀಟಿಗಳು

ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಸ್ತುಗಳು

- ದಿನನಿತ್ಯ ಧರಿಸಲು ಆರಾಮದಾಯಕ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಉಡುಪು
- ಟವೆಲ್ ಮತ್ತು ಚಪ್ಪಲಿ
- ಟೂತ್‌ಬ್ರಷ್, ಟೂತ್‌ಪೇಸ್ಟ್, ಸೋಪು, ಶಾಂಪೂ ಮತ್ತು ಬಾಚಣಿಗೆ
- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಇತರ ವಸ್ತುಗಳು

ಕೇಂದ್ರದ ನಿಯಮಗಳು

- ಮದ್ಯ, ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳು, ತಂಬಾಕು, ಸಿಗರೇಟ್, ಬೀಡಿ, ಗುಟ್ಕಾ, ಪಾನ್ ಮಸಾಲಾ ಮತ್ತು ವ್ಯಸನ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕ್ಯಾಂಪಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ, ತರಗತಿಗಳು, ಗುಂಪು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಇಲ್ಲಿರುವ ಇತರರ ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಖಾಸಗಿತನ ಹಾಗೂ ಘನತೆಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು.
- ಕ್ಯಾಂಪಸ್ ಶಾಂತವಾಗಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ತಕ್ಕ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಇರಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಹಕರಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ವಾಗ್ದಾನ

> **ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯ ವ್ಯಸನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೊಸ ಬದುಕನ್ನು ನೀಡುವುದು.**

Punarjjany ಕೇವಲ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರವಲ್ಲ. ಇದು ಒಂದು ಕುಟುಂಬ, ಭರವಸೆಯ ನೆಲೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಹೊಸ ಆರಂಭ.

ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

+91 97472 01015 · +91 82814 78832 · +91 80896 25077

ಫೋನ್ ಮತ್ತು WhatsApp ಗೆ ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಯೂ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತೇವೆ

Dr. Johns K. Mangalam Road, Poomala PO, Thrissur, Kerala 680581, India

punarjjanypoomala@gmail.com · www.punarjjany.com/kn/

Punarjjany ಪೂಮಲದ ಡಾ. ಜಾನ್ಸ್ ಕೆ. ಮಂಗಲಂ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಇದು ತ್ರಿಶೂರ್ ನಗರದಿಂದ ಸುಮಾರು 12 ಕಿ.ಮೀ. ದೂರದಲ್ಲಿದೆ. ತ್ರಿಶೂರಿನಲ್ಲಿ ರೈಲು ನಿಲ್ದಾಣವಿದೆ. ಹತ್ತಿರದ ಪ್ರಮುಖ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣ ಕೊಚ್ಚಿನ್ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣ. ತ್ರಿಶೂರಿನಿಂದ ಟ್ಯಾಕ್ಸಿ ಅಥವಾ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾದಲ್ಲಿ ಬರಬಹುದು. ಹೊರಡುವ ಮೊದಲು ನಮಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ, ನಾವು ದಾರಿ ತಿಳಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಈ ಪುಟ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಯಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ನಂತರ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ತಜ್ಞರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. Punarjjany ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸೇವೆಯಲ್ಲ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ದಯವಿಟ್ಟು ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿ.

Punarjjany ಕೇಂದ್ರವನ್ನು 2004ರಲ್ಲಿ Punarjjany Charitable Trust ಸ್ಥಾಪಿಸಿತು. ಕ್ಯಾಂಪಸ್ ಈ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಒಡೆತನದಲ್ಲಿದೆ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು The Shore Wellness Pvt Ltd ನಡೆಸುತ್ತದೆ. Reg. No. 217/2004/IV · ISO 9001:2015