2023 පෙබරවාරි

4 ප්‍රීතිමත් වැඩිහිටියන් සඳහා පුවත් පත්‍රිකාව

~ නිරෝගී ස්වාධීන ජීවිතයක් උදෙසා ~
යටිනුවර වැඩිහිටි මධ්‍යස්ථානය
මහනුවර දිස්ත්‍රික්කය

පසුබිම: ගැටලු හඳුනා ගැනීම

අත්දැකීම් ඇති සහ රැකියා කළ හැකි වුවද විශ්‍රාම යාමේ ක්‍රමවේදය නිසාල බොහෝ වැඩිහිටියන්ට රැකියාවක් සහ ප්‍රමාණවත් ආදායමක් නොමැතිව ජීවත් වීමට සිදු වේ.

මෙම තත්වයන් මද්‍යයේ මෙම මධ්‍යස්ථානය සාමාජිකයින් විසින් 2016 ජනවාරි 1 වෙනි දින දී ආරම්භ කරන ලද්දේ, යහපත් කායික හා මානසික සෞඛ්‍යයක් පවත්වා ගනිමින්, දරුවන් මත යැපීමෙන් හෝ වැඩිහිටි නිවාසවල රැඳී සිටීමෙන් තොරව ආදායම් උත්පාදන ක්‍රියාකාරකම්වල නියැලීමෙන් ස්වාධීන වැඩිහිටි පුද්ගලයෙකු ලෙස ජීවත් වීම අරමුණු කර ගෙනය.

මධ්‍යස්ථානයේ වර්තමාන කළමනාකාරීත්වය

මෙම ප්‍රදේශයේ වෙසෙන වැඩිහිටියන් අතර පුදගලයන් 60 දෙනෙක් මෙම සමිතියේ සමාජිකත්වය ලබා තිබේග කෝවිඩ් ව්‍යාප්තියට පෙර වැඩිහිටි පුද්ගලයන් හට සමිතියට එක්වන ලෙස නිතර ආරාධනාවන් ලැබිණ.

ආරම්භයේදී මෙහි ගොඩනැගිල්ලක් නොතිබිණිග දිවයින පුරා කල ක්ෂේත්‍ර පරීක්ෂනයකින්ල මෙහි ක්‍රියාකාරකම් ඇගයීමට පාත්‍ර වෙමින්, ජාතික වැඩිහිටි මහලේකම් කායීාලය මගින්ල 2019 වර්ෂයේ දිවා මධ්‍යස්ථාන සංවර්ධනය කිරීමේ වැඩසටහන යටතේ රු. ලක්ෂ 25 ක් වෙන් කල ප්‍රතිපාදන මත වර්තමාන ගොඩනැගිල්ල ඉදිකර 2020.02.27 විවෘත කර ඇත.

ඉන් පසුව, කොට්ඨාශයේ සමිති අතර ඇගයීමට ලක් වෙමින් සහ, විමධ්‍යගත අයවැය යටතේ වෙන්කල මන්ත්‍රී ප්‍රතිපාදන වලින් මධ්‍යස්ථානයට අවශ්‍ය භාණ්ඩ ප්‍රමාණවත් පරිදි ලබා ගැනීමට හැකි විය.

කොවිඩ් වසංගතයට පෙර, මෙම සමිතිය සතුව ආසන්න වශයෙන් රු. ලක්ෂ 11 ක් පමණ මුදලක් විය. ගොඩනැගිල්ලේ යටිතල පහසුකම් සංවර්ධනය සඳහා රු. ලක්ෂ 2.5 ක් පමණ මුදලක් වැය කොට ඇති අතර, කොවිඩ් වසංගතය හමුවේ පීඩිත වූ බැවින් සාමාජිකයන් වෙත වියළි ආහාර ද්‍රව්‍ය බෙදා දීම සඳහා ද මෙපරදිම වැයබරක් දරා තිබිණිග දැනටල රු. ලක්ෂ 6 ක් ස්ථාවර තැන්පත් ගිණුමක් පවත්වා ගනිමින් එහි පොලී මුදලින් මධ්‍යස්ථානයේ නඩත්තු කටයුතු ද සිදු කරනු ලබයි.

ක්ෂේත්‍රයෙන් ලැබුණ පණිවුඩ

"මෙහි සිටින බොහෝමයක් වඩිහිටියන් මූල්‍යම වශයෙන් ශක්තිමත් නොවන සහර හෝ යැපීමට පවුලක් නොමති වුවන්ග කෙසේ නමුත් මොවුන් මෙහි පැමිණ කතාබස් කරමින්ල ඔවුන්ගේ ගැටළු සාකච්ඡා කරමින් සහ විසඳුම් සලකා බලමින් ධනාත්මකව කාලය ගත කරනවා."

"සාමාන්‍යයෙන් අපේ ළමයි දවල්ට වැඩට යන නිසා එයාලට වෙලාවක් නෑ අපිව බලාගන්න. නමුත් මෙහි පැමිණි විට සතුටින් සමාජ ක්‍රියාකාරකම් වල නිරත වෙන්න අපට පුලුවන්. සතුටින් ඉන්න පුලුවන්නම් දිගුකල් ජීවත් වෙන්න පුළුවන් කියලා අපි විශ්වාස කරනවා."

ප්‍රධාන ක්‍රියාකාරකම් සඳහා උදාහරණ

- විහාරස්ථානයේ සංවර්ධන කාර්යන්හී ප්‍රමුඛව කටයුතු කිරීම. දාන/ශීල/භාවනා/බෝධි පූජා වැඩසටහන් පැවැත්වීම
- ආයුර්වේද වෛද්‍ය සායන හා උපදේශන සේවා වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම.
- ප්‍රදේශයේ සංවර්ධන කායීන්හී මූලිකත්වය ගෙන කටයුතු කිරීම හා එමගින් වැඩිහිටි සුභසාධනය උදෙසා අරමුදල පෝෂණය කර ගැනීම.
- වැඩිහිටියන්ගේ ශාරීරික හා මානසික සුවතාවය සඳහා යෝගා ව්‍යායාම සහ භාවනා පුහුණු කිරීම / ප්‍රචලිත කිරීම.
- සෞන්දර්‍යාත්මක හැඟීම් වර්ධනය උදෙසා නර්තන / ගායන කුසලතා ඔප් නැංවීම
- රුක් සිටුවීම, පරිසර සංරක්ෂණය සහ ගෙවතු වගාව සඳහා දායකත්වය.
- සාමාජිකයන් වෙනුවෙන් වන්දනා හා විනෝද චාරිකා සංවිධානය.
- සාමාජිකයන්ගේ අවමංගල්‍ය වලදී පිසූ ආහාර හා මූල්‍ය ආධාර සැපයීම.

සාම්ප්‍රදායික නැටුම්

යෝගා පුහුණුවක්

හොඳ ප්‍රතිඵල

දැන් අපිට ආපහු ඇවිදින්න පුලුවන්!

මධ්‍යස්ථානයට පැමිණ ව්‍යායාම අභ්‍යාස වල නිරත වීමෙන් ඇවිදීමට අපහසුතා තිබුන ඇතැම් සාමාජිකයින් හට දැන් ඇවිදීමට හැකියාව ලැබී ඇත.

ධනාත්මක සිතුවිලි වර්ධනය!

සාමාජිකයන් ගැයීම්, නැටීම්, සාකච්ඡ කිරීම් වැනි නිවසේදී කළ නොහැකි විනොදාසාත්මක දේ කිරීමට මෙහි රැස් වන අතර එමගින් ඔවුන්ගේ උනන්දුව වැඩි කරයි, ඔවුන්ගේ මනස පුහුණු කරයි, සහ ධනාත්මක සිතුවිලි ඇති අය බවට පත් කරයි.

තෑගිත් දිනුවා!

2019 දී පැවත්වූ වැඩිහිටි ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ තරගයකදී මෙම සමිතිය පළාතේ ප්‍රථම ස්ථානය දිනා ගනීමට සමත් වෙන ලදී. එම ත්‍යාග මුදල භාවිතා කර ඔවුන් සමිතියට අවශ්‍ය පුටු, මේස හා ඉහුම් පිහුම් උපකරණද ලබා ගන්නා ලදී. තවද මධ්‍යස්ථානයේ ඉදිකිරීම් කටයුතුද සිදුකරගෙන තිබුණි.

අභියෝග

- කොවිඩ් වසංගතය හා බැඳුණු විවිධ හේතු නිසා ආදායම් උත්පාදන මාර්ග නැවතිණි.
- කොරෝනා වසංගතය හේතුවෙන් ඔවුන්ට සාමාන්‍ය පරිදි රැස්වීමට අපහසුතා ඇති වී තිබුණි.
- ඔවුන් විවිධ දෑ වගා කිරීම ආරම්භ කළ අතර වගා බිමෙහි අස්වනු දෙපා / සිව්පා සතුන්ගෙන් හානියට පත් විය.
- ගොඩනැගිල්ලේ දැල් ආවරණ තුලින් වර්ෂාව / කෘමි උවදුරු ඇතුලු වී එහි ඇති භාණ්ඩ වලට හානි පමුණුවයි.
- මේ වන විට අරමුදල් ලැබීම් නතර වී ඇත. නමුත් සාමාජිකයින් වැසිකිලියක් සෑදීමට , පුස්ථකාලක් සෑදීමට හා විවිධ පුහුණුවන් ලබා ගැනීමට අපේක්ෂාවෙන් සිටියි.

ගීත ගායනා කරමින් විනෝද වීම

(ඡායාරූප අදාළ පුද්ගලයන්ගේ අවසර ඇතිව ප්‍රකාශයට පත් කෙරේ)

කරුණාකර ඔබේ ප්‍රජාව තුල සිදු වන යහපත් ක්‍රියාකාරකම් jica.procees@gmail.com වෙත යවන්න

වැඩිහිටි සහ ආබාධිත අධ්‍යක්ෂක මණ්ඩලය, සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ජාතික වැඩිහිටි මහලේකම් කාර්යාලය, සමාජ සවිබල ගැන්වීම් අමාත්‍යාංශය
ජපන් ජාත්‍යන්තර සහයෝගිතා නියෝජිතායතනයේ (JICA) ව්‍යාපෘතිය ප්‍රජාව තුළ වැඩිහිටි සේවයේ ධාරිතාව වැඩි දියුණු කිරීම

ව්‍යාපෘති කාර්යාලය
ජාතික වැඩිහිටි මහලේකම් කාර්යාලය (NSE),
ලිපිනය: D බ්ලොක්, 2 වන මහල, සෙත්සිරිපාය අදියර (II), බත්තරමුල්ල, කොළඹ
විද්‍යුත් තැපැල: jica.procees@gmail.com