



भारत स्काउट्स एवं गाइड्स

बेहतर भारत के निर्माण की ओर

राष्ट्रीय मुख्यालय

पता: लक्ष्मी मजूमदार भवन, 16, महात्मा गाँधी मार्ग, इन्द्रप्रस्थ एस्टेट, नई दिल्ली-110002

वेबसाइट: www.bsgindia.org इमेल आईडी: info@bsgindia.org दूरभाष: +91-11-23370126, 23378667

परिपत्र क्रमांक 185/2023

दिनांक 22 सितम्बर, 2023

प्रति,

समस्त राज्य सचिव

भारत स्काउट्स एवं गाइड्स

राज्य संघ

भारतीय संघ



विषय: राष्ट्रीय कैंसर जागरूकता दिवस-2023

महोदय/महोदया,

भारत स्काउट्स एवं गाइड्स, राष्ट्रीय मुख्यालय की ओर से शुभकामनाएँ!

राष्ट्रीय कैंसर जागरूकता दिवस 7 नवंबर को कैंसर का शीघ्र पता लगाने एवं कैंसर पैदा करने वाली जीवनशैली से बचने के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए मनाया जाता है।

विश्व कैंसर दिवस 2023 एवं 2024 का विषय "देखभाल अंतर को बंद करें" है।

यह दिन आम नागरिक के लिए कैंसर की रोकथाम एवं शीघ्र पता लगाने के बारे में बढ़ती जागरूकता के महत्व पर प्रकाश डालना है। भारतीय और वैश्विक आबादी के बीच कैंसर की जांच, रोकथाम और उपचार के बारे में निष्कर्ष निकालने के लिए, सामान्य जागरूकता कम है, विशेष रूप से कम और मध्यम आय वाले लोगों में, जहां साक्षरता दर कम है, जिससे कैंसर के प्रसार में वृद्धि हुई है, और इसे पूर्ण करने की तत्काल आवश्यकता है। उचित शिक्षा की कमी विश्व कैंसर दिवस इस बात पर ध्यान दिलाता है कि कैंसर को रोकना, इसका शीघ्र पता लगाना और इसका इलाज करना है।

कैंसर की रोकथाम

हालाँकि कैंसर के कई रूपों को रोका नहीं जा सकता है, फिर भी कुछ लोगों में कैंसर का निदान किया जाएगा, भले ही वे स्वस्थ जीवनशैली अपनाएँ। कैंसर के खतरे को विभिन्न तरीकों से कम किया जा सकता है, जिनमें शामिल हैं:

- फलों और सब्जियों से भरपूर पौष्टिक आहार और प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों एवं लाल मांस का कम सेवन करना।
- नियमित व्यायाम और स्वस्थ वजन बनाए रखना।
- तम्बाकू उत्पादों के उपयोग से दूर रहना।
- न्यूनतम शराब का सेवन करना।
- पराबैंगनी किरणों के प्रति सावधानी बरतने में सनस्क्रीन का उपयोग करना एवं सुरक्षात्मक कपड़े पहनना शामिल है।
- नियमित आधार पर अनुशंसित कैंसर जांच में भाग लेना।
- पर्यावरण में हानिकारक रसायनों के संपर्क से बचना चाहिए।
- वायरस ह्यूमन पेपिलोमावायरस (एचपीवी) के खिलाफ टीकाकरण कैंसर का कारण बन सकता है।

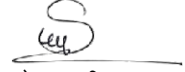
यहाँ नीचे कुछ गतिविधियाँ सुझाई गई हैं:

1. कैंसर के बारे में जागरूकता बढ़ाएं, जनता को शिक्षित करें, रोगियों और बचे लोगों का समर्थन करें और कैंसर की रोकथाम को बढ़ावा दें।
2. कैंसर अनुसंधान या सहायता संगठनों के लिए धन जुटाने के लिए चौरिटी वॉक, दौड़ या बाइक की सवारी की योजना बनाएं।

कृपया एक्शन तस्वीरों के साथ संक्षिप्त रिपोर्ट 15 नवंबर 2023 तक info@bsgindia.org के साथ girlprogramme@bsgindia.org पर भेज दी जाए, ताकि रिपोर्ट को अधिक से अधिक दृश्यता के लिए बीएसजी राष्ट्रीय मुख्यालय मासिक पत्रिका और बीएसजी सोशल मीडिया साइटों पर प्रकाशित किया जा सके।

सधन्यवाद,

भवदीया,



(सुरेखा श्रीवास्तव)
उप निदेशक गाइड
(बालिका कार्यक्रम)

प्रतिलिपि:

1. भारत स्काउट्स एवं गाइड्स, राष्ट्रीय मुख्यालय के सभी पदाधिकारी।
2. अध्यक्ष/सचिव, रेलवे स्काउट और गाइड बोर्ड, रेल भवन, नई दिल्ली।
3. आयुक्त, केन्द्रीय विद्यालय संगठन, 18 संस्थान एरिया, शहीद जीत सिंह मार्ग, नई दिल्ली –110016।
4. आयुक्त, नवोदय विद्यालय समिति, संस्थान एरिया, बी-15, सेक्टर-62, नोएडा, उत्तर प्रदेश-20130।
5. निदेशक, डीएवी
6. सभी जिला सचिव, दम्मम, रियाद, मस्कट और जमीयतयूथ क्लब के जिला संघ।
7. सभी सहायक निदेशक, भारत स्काउट्स एवं गाइड्स – भागीदारी को आगे बढ़ाने और प्रोत्साहित करने हेतु।