



रिज पर निकाली प्रभात फेरी, गेयटी में हुआ कार्यक्रम

Wed, 02 Jan 2019 09:23 PM (IST)



स्वस्थ भारत यात्रा के राष्ट्रीय अभियान के तहत बुधवार को रिज मैदान पर जागरण संवाददाता, शिमला : स्वस्थ भारत यात्रा के राष्ट्रीय अभियान के तहत बुधवार को रिज मैदान पर प्रभात फेरी का आयोजन किया। इस अवसर पर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. नीरज मित्तल, जिला युवा समन्वयक प्रभात कुमार, संयुक्त निदेशक, एफएसएसएआइ एसी मिश्रा तथा डॉ. विजेता सलाहकार विशेष तौर पर मौजूद रहे।

स्वयंसेवियों ने लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक रहने का संदेश प्रभात फेरी के दौरान दिया। इसके अलावा इस अवसर पर गेयटी थियेटर में भी कार्यक्रम हुआ। निदेशक स्वास्थ्य सुरक्षा एवं विनियम विभाग डॉ. एनके लठ ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। उन्होंने कहा कि प्रत्येक नागरिक को अपने जीवन में स्वच्छता तथा स्वस्थता के प्रति जागरूक व सतर्क रहना चाहिए, क्योंकि स्वच्छता को अपनाकर ही अच्छे स्वास्थ्य की कामना की जा सकती है। डॉ. एनके लठ ने कहा कि ताजा व सादा भोजन स्वास्थ्य के लिए हितकर है। भोजन में हरी सब्जिया, दाल व अनाज को शामिल किया जाना चाहिए। प्रत्येक भारतीय को अपने भोजन में नमक, चीनी तथा तेल कम व संतुलित मात्रा में लेने की आदत डालनी चाहिए। ऐसा करने से कई रोगों से बचाव होगा। उन्होंने इस अवसर पर उपस्थित लोगों को इस आदत को अपनाने की शपथ भी दिलवाई।

मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. नीरज मित्तल ने असंतुलित आहार से होने वाली बीमारियों की जानकारी दी। उन्होंने संतुलित आहार व खाद्य सुरक्षा के बारे में जागरूक किया।

एसी मिश्रा ने राष्ट्रीय स्तर पर चलाए जा रहे स्वस्थ भारत जन जागरूकता अभियान की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि प्रत्येक नागरिक को डिब्बा बंद खाद्य पदार्थों को खरीदने से पूर्व उसकी पैकिंग समाप्ति तिथि सहित उसमें निहित पौष्टिक तत्वों के बारे में भी जानकारी प्राप्त कर लेनी चाहिए। डॉ. विजेता ने कहा कि केंद्र सरकार द्वारा महात्मा गांधी की 150वीं जन्म शताब्दी के अवसर पर पूरे भारत में आयोजित किए जा रहे खाद्य सुरक्षा जन जागरूकता अभियान को सफल बनाने में प्रत्येक नागरिक अपनी सहभागिता दर्ज करवाने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने स्वस्थ भारत का स्वप्न देखा था, जिसे प्रत्येक नागरिक खानपान में बदलाव तथा स्वास्थ्य नियमों को अपनाकर पूरा कर सकता है।