

Right diet will reduce disease burden in the country: Harsh Vardhan



New Delhi, Dec 26 (UNI) Union Minister of Health & Family Welfare Harsh Vardhan in Thursday stressed the need for a Jan Andolan, a peoples' movement, encouraging people to have healthier diets to help in reduction of the disease burden in the country.

Speaking after inaugurating the second edition of the 'Eat Right Mela' at Jawaharlal Nehru Stadium, here,

the Minister said the Eat Right Mela of FSSAI is a commendable effort and outreach activity for citizens to nudge them towards eating right.

भोजन बचाओ बांट कर खाओ : हर्षवर्धन

नई दिल्ली (एसएनबी)। केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री डा. हर्षवर्धन ने कहा कि स्वास्थ्यवर्धक भोजन से देश में रोगों में कमी लाने में मदद मिलेगी। इसे जनान्दोलन बनाने पर बल देते हुए उन्होंने कहा कि लोगों को स्वास्थ्यवर्धक खाद्य पदार्थ के लिए प्रेरित किया

जवाहर लाल नेहरू
स्टेडियम में दूसरा
ईट राइट मेला शुरू

जाना आवश्यक है। इसलिए भोजन बचाओ बांट कर खाओ पर बल देना जरूरी है। उन्होंने कहा कि हमें भोजन को व्यर्थ नहीं जाने देने और जरूरतमंदों के साथ भोजन बांटकर

खाने की आदत डालनी चाहिए। डा. हर्षवर्धन बृहस्पतिवार को जवाहर लाल नेहरू स्टेडियम में चल रहे दूसरे पांच दिवसीय ईट राइट मेले के उद्घाटन समारोह में यह बात कही।

डा. हर्षवर्धन ने कहा कि भारतीय खाद्य संरक्षा एवं मानक प्राधिकरण (फसाई) का ईट राइट मेला एक सराहनीय प्रयास है। उन्होंने कहा कि आइए हम सार्वजनिक कार्यक्रमों और जन समूह में ईट राइट मेलों का आयोजन करें। इन मेलों के माध्यम से विशेषज्ञ भोजन के बारे में सलाह भी दे सकते हैं। खाद्य पदार्थों की सही सोच रखने वालों और विशेषज्ञों के साथ संवाद और परामर्श से भी यह संभव है। मेलों में मिलने वाले लजीज खाद्य पदार्थों के तत्वों और पाक विधि से न केवल सही भोजन के बारे में उपयोगी जानकारी मिलती है अपितु इनसे आनन्द और मनोरंजन भी होता है। उन्होंने स्पष्ट किया कि एक तरफ भारत में लोग अल्प पोषण से पीड़ित हैं जिससे निर्बलता आती है और दूसरी तरफ अधिक भोजन, जंकफूड और व्यायाम के अभाव से मोटापा बढ़ता है जो कि चिंता का विषय बना है। भोजन में अधिकता से जुड़ी बीमारियों से पता चलता है कि लोग कम स्वास्थ्यवर्धक भोजन ले रहे हैं।