

शनिवार

02 सितंबर, 2023

अंक - 27

खबर एक्सप्रेस

संतुलित आहार द्वारा कुपोषण निवारण विषय पर दो दिवसीय प्रशिक्षण संपन्न

कानपुर। चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के अधीन संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा सितंबर 2023 में छठा राष्ट्रीय पोषण माह मना रहा है। इस अवसर पर उपस्थित गृह वैज्ञानिक डॉक्टर निमिषा अवस्थी ने बताया कि इस वर्ष, इसका उद्देश्य मिशन पोषण 2.0 के आधार, जीवन-चक्र दृष्टिकोण के माध्यम से कुपोषण से व्यापक रूप से निपटना है। इस दृष्टिकोण में, पोषण माह 2023 का केंद्र बिंदु मानव जीवन के महत्वपूर्ण चरणों- गर्भावस्था, शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था के बारे में व्यापक जागरूकता पैदा करना है। इसका उद्देश्य सुपोषित भारत, साक्षर भारत, सशक्त भारत पर केंद्रित विषय-वस्तु के माध्यम से पूरे भारत में पोषण संबंधी समझ को बढ़ावा देना है। पोषण माह 2023 के शुरुआत करते हुए कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा ग्राम सहतावन पुरवा विकास खंड मैथा में दो दिवसीय प्रशिक्षण दिनांक 1 व 2 सितंबर, 2023 को आयोजित किया गया। एक गंभीर स्थिति है। कुपोषण तब होता है जब किसी व्यक्ति के आहार में पोषक तत्वों की सही मात्रा नहीं होती है। भोजन व्यक्ति स्वस्थ रखने के लिए ऊर्जा और पोषक तत्व प्रदान करता है। यदि आपको प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन और खनिजों सहित पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते हैं तो आप कुपोषण से पीड़ित हो सकते हैं। जब आवश्यक मात्रा में पोषक तत्व नहीं मिलते तो शरीर की ठीक तरह से ग्रोथ नहीं हो पाती। इसके साथ ही वजन भी बहुत कम हो जाता है। वंही पोषक तत्वों



की कमी से गंभीर परेशानियां जैसे डायबिटीज हृदय रोग आदि होने की संभावना रहती है। उक्त बातें प्रशिक्षण कार्यक्रम में डॉ निमिषा अवस्थी ने बताई। कार्यक्रम में बोलते हुए डॉ अरुण सिंह ने कहा कि गलत खानपान की आदत, खाने में जरूरी पोषक तत्वों के न होने के कारण भी यह समस्या होती है। दुनियाभर में लोग इस परेशानी से जूझ रहे हैं। कई जगहों पर

वहां के पर्यावरण और लाइफस्टाइल के कारण इसके होने की संभावना अधिक होती है। वंही डॉ राजेश राय ने बताया कि कुपोषण से ग्रसित लोगों में विटामिन (Vitamin), मिनिरल्स (Minerals) और दूसरे पदार्थों की कमी होती है जो शरीर के सही तरह से काम करने के लिए बेहद जरूरी होते हैं। कुपोषण के कारण छोटी और दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याएं

संक्रमण का अधिक खतरा होता है। काम पर ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई और घाव और बीमारियों से धीमी गति में रिकवर होती है। डॉ निमिषा ने बताया कहा अतः कुपोषण से बचाव हेतु हेल्दी डाइट लेना चाहिए, प्रतिदिन एक ग्लास दूध और एक फल जरूर लेना चाहिए। प्रशिक्षण में 35 गांव के छुन्ना, मीरा, आनंद व रघुनंदन समेत 50 महिला पुरुषो ने प्रतिभाग किया।

आज का कानपुर

से प्रकाशित लखनऊ, उन्नाव, सीतापुर, लखीमपुर खीरी, हमीरपुर, मीहदा, बादा, फतेहपुर, प्रयागराज, इटावा, कन्नौज, गाजीपुर, कानपुर देहात, सुल्तानपुर, अमेठी, बहराइच में प्रसारित

संतुलित आहार द्वारा कुपोषण निवारण विषय पर दो दिवसीय प्रशिक्षण हुआ संपन्न

आज का कानपुर

कानपुर । चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के अधीन संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा सितंबर 2023 में छठ राष्ट्रीय पोषण माह मना रहा है इस अवसर पर उपस्थित गृह वैज्ञानिक डॉक्टर निमिषा अवस्थी ने बताया कि इस वर्ष, इसका उद्देश्य मिशन पोषण 2.0 के आधार, जीवन-चक्र दृष्टिकोण के माध्यम से कुपोषण से व्यापक रूप से निपटना है इस दृष्टिकोण में पोषण माह 2023 का केंद्र बिंदु मानव जीवन के महत्वपूर्ण चरणों- गर्भावस्था, शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था के बारे में व्यापक जागरूकता पैदा करना

है इसका उद्देश्य सुपोषित भारत, साक्षर भारत, सशक्त भारत पर केंद्रित विषय-वस्तु के माध्यम से पूरे भारत में पोषण संबंधी समझ को बढ़ावा देना है पोषण माह 2023 के शुरुआत करते हुए कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा ग्राम सहतावन पुरवा विकास खंड मैथा में दो दिवसीय प्रशिक्षण दिनांक 1 व 2 सितंबर, 2023 को आयोजित किया गया एक गंभीर स्थिति है कुपोषण तब होता है जब किसी व्यक्ति के आहार में पोषक तत्वों की सही मात्रा नहीं होती है भोजन व्यक्ति स्वस्थ रखने के लिए ऊर्जा और पोषक तत्व प्रदान करता है यदि आपको प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन और खनिजों सहित

पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते हैं तो आप कुपोषण से पीड़ित हो सकते हैं जब आवश्यक मात्रा में पोषक तत्व नहीं मिलते तो शरीर की ठीक तरह से ग्रोथ नहीं हो पाती इसके साथ ही वजन भी बहुत कम हो जाता है वही पोषक तत्वों की कमी से गंभीर परेशानियां जैसे डायबिटीज हृदय रोग आदि होने की संभावना रहती है उक्त बातें प्रशिक्षण कार्यक्रम में डॉ निमिषा अवस्थी ने बताई कार्यक्रम में बोलते हुए डॉ अरुण सिंह ने कहा कि गलत खानपान की आदत, खाने में जरूरी पोषक तत्वों के न होने के कारण भी यह समस्या होती है दुनियाभर में लोग इस परेशानी से जूझ रहे हैं कई जगहों पर वहां के पर्यावरण और



लाइफस्टाइल के कारण इसके होने की संभावना अधिक होती है वही डॉ राजेश राय ने बताया कि कुपोषण से ग्रसित लोगों में विटामिन, मिनिरल्स और दूसरे पदार्थों की कमी होती है जो शरीर के सही तरह से काम करने के लिए बेहद जरूरी होते हैं कुपोषण के कारण छोटी और दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याएं संक्रमण का अधिक खतरा होता है काम पर

ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई और घाव और बीमारियों से धीमी गति में रिकवर होती है डॉ निमिषा ने बताया कहा अतः कुपोषण से बचाव हेतु हेल्दी डाइट लेना चाहिए, प्रतिदिन एक ग्लास दूध और एक फल जरूर लेना चाहिए प्रशिक्षण में 35 गांव के छुन्ना, मीरा, आनंद व रघुनंदन समेत 50 महिला पुरुषों ने प्रतिभाग किया

राष्ट्रीय स्वरूप

कुपोषण निवारण विषय पर प्रशिक्षण

कानपुर । सीएसए के अधीन संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दलीप नगर द्वारा सितंबर में छठा राष्ट्रीय पोषण माह मना रहा है। इस अवसर पर उपस्थित गृह वैज्ञानिक डॉक्टर निमिषा अवस्थी ने बताया कि इस वर्ष, इसका उद्देश्य मिशन पोषण 2.0 के आधार, जीवन-चक्र दृष्टिकोण के माध्यम से कुपोषण से व्यापक रूप से निपटना है। इस दृष्टिकोण में, पोषण माह का केंद्र बिंदु मानव जीवन के महत्वपूर्ण चरणों- गर्भावस्था, शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था के बारे में व्यापक जागरूकता पैदा करना है। इसका उद्देश्य सुपोषित भारत, साक्षर भारत, सशक्त भारत पर केंद्रित विषय-वस्तु के माध्यम से पूरे भारत में पोषण संबंधी समझ को बढ़ावा देना है। पोषण माह के शुरुआत करते हुए कृषि विज्ञान केंद्र दलीप नगर द्वारा ग्राम सहतावन पुरवा विकास खंड मैथा में दो दिवसीय प्रशिक्षण दिनांक 1 व 2 सितंबर, को आयोजित किया गया। एक गंभीर स्थिति है। कुपोषण तब होता है जब किसी व्यक्ति के आहार में पोषक तत्वों की सही मात्रा नहीं होती है। भोजन व्यक्ति स्वस्थ रखने के लिए ऊर्जा और पोषक तत्व प्रदान करता है। यदि आपको प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन और खनिजों सहित पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते हैं तो आप कुपोषण से पीड़ित हो सकते हैं। जब आवश्यक मात्रा में पोषक तत्व नहीं मिलते तो शरीर की ठीक तरह से

ग्रोथ नहीं हो पाती। इसके साथ ही वजन भी बहुत कम हो जाता है। वंही पोषक तत्वों की कमी से गंभीर परेशानियां जैसे डायबिटीज हृदय रोग आदि होने की संभावना रहती है। उक्त बातें प्रशिक्षण कार्यक्रम में डॉ निमिषा अवस्थी ने बताई।

से ग्रसित लोगों में विटामिन मिनिरल्स और दूसरे पदार्थों की कमी होती है जो शरीर के सही तरह से काम करने के लिए बेहद जरूरी होते हैं। कुपोषण के कारण छोटी और दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याएं संक्रमण का अधिक खतरा होता है। काम



कार्यक्रम में बोलते हुए डॉ अरुण सिंह ने कहा कि गलत खानपान की आदत, खाने में जरूरी पोषक तत्वों के न होने के कारण भी यह समस्या होती है।

दुनियाभर में लोग इस परेशानी से जूझ रहे हैं। कई जगहों पर वहां के पर्यावरण और लाइफस्टाइल के कारण इसके होने की संभावना अधिक होती है। वंही डॉ राजेश राय ने बताया कि कुपोषण

पर ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई और घाव और बीमारियों से धीमी गति में रिकवर होती है। डॉ निमिषा ने बताया कहा अतः कुपोषण से बचाव हेतु हेल्टी डाइट लेना चाहिए, प्रतिदिन एक ग्लास दूध और एक फल जरूर लेना चाहिए। प्रशिक्षण में 35 गांव के छुन्ना, मीरा आनंद व रघुनंदन समेत 50 महिला पुरुषो ने प्रतिभाग किया।

समाज का साथी

कानपुर नगर से प्रकाशित

अंक: 2

कानपुर, रविवार 03 सितंबर-2023

पृष्ठ -8

जाप्यगारा उजास्यता रहा

दख गए। जिनम 1452 मराजा का बड़ा का सषस जाग रखा।

संतुलित आहार द्वारा कुपोषण निवारण विषय पर दो दिवसीय प्रशिक्षण

नगर संवाददाता

कानपुर । सीएसए के अधीन संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा सितंबर में छठा राष्ट्रीय पोषण माह मना रहा है। इस अवसर पर उपस्थित गृह वैज्ञानिक डॉक्टर निमिषा अवस्थी ने बताया कि इस वर्ष, इसका उद्देश्य मिशन पोषण 2.0 के आधार, जीवन-चक्र दृष्टिकोण के माध्यम से कुपोषण से व्यापक रूप से निपटना है। इस दृष्टिकोण में, पोषण माह का केंद्र बिंदु मानव जीवन के महत्वपूर्ण चरणों- गर्भावस्था, शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था के बारे में व्यापक जागरूकता पैदा करना है। इसका उद्देश्य सुपोषित भारत, साक्षर भारत, सशक्त भारत पर केंद्रित विषय-वस्तु के माध्यम से पूरे भारत में पोषण संबंधी समझ को बढ़ावा देना है। पोषण माह के शुरुआत करते हुए कृषि विज्ञान केंद्र दलीप नगर द्वारा ग्राम सहतावन पुरवा



विकास खंड मैथा में दो दिवसीय प्रशिक्षण दिनांक 1 व 2 सितंबर, को आयोजित किया गया।

एक गंभीर स्थिति है। कुपोषण तब होता है जब किसी व्यक्ति के आहार में पोषक तत्वों की सही मात्रा नहीं होती है। भोजन व्यक्ति स्वस्थ रखने के लिए ऊर्जा और पोषक तत्व प्रदान करता है। यदि आपको प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन और खनिजों सहित पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते हैं तो आप कुपोषण से पीड़ित हो सकते हैं। जब आवश्यक मात्रा

में पोषक तत्व नहीं मिलते तो शरीर की ठीक तरह से ग्रोथ नहीं हो पाती।

इसके साथ ही वजन भी बहुत कम हो जाता है। वंही पोषक तत्वों की कमी से गंभीर परेशानियां जैसे डायबिटीज हृदय रोग आदि होने की संभावना रहती है। उक्त बातें प्रशिक्षण कार्यक्रम में डॉ निमिषा अवस्थी ने बताई। कार्यक्रम में बोलते हुए डॉ अरुण सिंह ने कहा कि गलत खानपान की आदत, खाने में जरूरी पोषक तत्वों के न होने के कारण भी यह समस्या होती है। दुनियाभर में लोग इस

परेशानी से जूझ रहे हैं। कई जगहों पर वहां के पर्यावरण और लाइफस्टाइल के कारण इसके होने की संभावना अधिक होती है। वंही डॉ राजेश राय ने बताया कि कुपोषण से ग्रसित लोगों में विटामिन मिनिरल्स और दूसरे पदार्थों की कमी होती है जो शरीर के सही तरह से काम करने के लिए बेहद जरूरी होते हैं। कुपोषण के कारण छोटी और दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याएं संक्रमण का अधिक खतरा होता है। काम पर ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई और घाव और बीमारियों से धीमी गति में रिकवर होती है। डॉ निमिषा ने बताया कहा अतः कुपोषण से बचाव हेतु हेल्दी डाइट लेना चाहिए, प्रतिदिन एक ग्लास दूध और एक फल जरूर लेना चाहिए। प्रशिक्षण में 35 गांव के छुन्ना, मीरा, आनंद व रघुनंदन समेत 50 महिला पुरुषो ने प्रतिभाग किया।

दि ग्राम टुडे

Email : thegramtodayeditor@gmail.com

वर्ष: 6 अंक: 15

पेज: 08, मूल्य: 2 रूपये

उत्तराखण्ड, मध्य-प्रदेश, उत्तर-प्रदेश, राजस्थान, बिहार, महाराष्ट्र, गुजरात, संघ प्रदेश,

दि ग्राम टुडे

कानपुर/वाराणसी/उन्नाव/जौनपुर

www.thegramtoday.com

संतुलित आहार द्वारा कुपोषण निवारण विषय पर दो दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम संपन्न

चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के अधीन संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा सितंबर 2023 में छठा राष्ट्रीय पोषण माह मना रहा है। इस अवसर पर उपस्थित गृह वैज्ञानिक डॉक्टर निमिषा अवस्थी ने बताया कि इस वर्ष, इसका उद्देश्य मिशन पोषण 2.0 के आधार, जीवन-चक्र दृष्टिकोण के माध्यम से कुपोषण से व्यापक रूप से निपटना है। इस दृष्टिकोण में, पोषण माह 2023 का केंद्र बिंदु मानव जीवन के महत्वपूर्ण चरणों- गर्भावस्था, शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था के बारे में व्यापक जागरूकता पैदा करना है। इसका उद्देश्य "सुपोषित भारत, साक्षर भारत, सशक्त भारत" पर केंद्रित विषय-वस्तु के माध्यम से पूरे भारत में पोषण संबंधी समझ को बढ़ावा देना है। पोषण माह 2023 के शुरूआत करते हुए कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर द्वारा ग्राम सहतावन पुरवा विकास खंड मैथा में दो दिवसीय प्रशिक्षण दिनांक 1 व 2



सितंबर, 2023 को आयोजित किया गया। एक गंभीर स्थिति है। कुपोषण तब होता है जब किसी व्यक्ति के आहार में पोषक तत्वों की सही मात्रा नहीं होती है। भोजन व्यक्ति स्वस्थ रखने के लिए ऊर्जा और पोषक तत्व प्रदान करता है। यदि आपको प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा,

विटामिन और खनिजों सहित पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते हैं तो आप कुपोषण से पीड़ित हो सकते हैं। जब आवश्यक मात्रा में पोषक तत्व नहीं मिलते तो शरीर की ठीक तरह से ग्रोथ नहीं हो पाती। इसके साथ ही वजन भी बहुत कम हो जाता है। वंही पोषक तत्वों

की कमी से गंभीर परेशानियां जैसे डायबिटीज हृदय रोग आदि होने की संभावना रहती है। उक्त बातें प्रशिक्षण कार्यक्रम में डॉ निमिषा अवस्थी ने बताईं। कार्यक्रम में बोलते हुए डॉ अरुण सिंह ने कहा कि गलत खानपान की आदत,

खाने में जरूरी पोषक तत्वों के न होने के कारण भी यह समस्या होती है। दुनियाभर में लोग इस परेशानी से जूझ रहे हैं। कई जगहों पर वहां के पर्यावरण और लाइफस्टाइल के कारण इसके होने की संभावना अधिक होती है।

वही डॉ राजेश राय ने बताया कि कुपोषण से ग्रसित लोगों में विटामिन, मिनिरल्स और दूसरे पदार्थों की कमी होती है जो शरीर के सही तरह से काम करने के लिए बेहद जरूरी होते हैं। कुपोषण के कारण छोटी और दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याएं संक्रमण का अधिक खतरा होता है। काम पर ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई और घाव और बीमारियों से धीमी गति में रिकवर होती है। डॉ निमिषा ने बताया कहा अतः कुपोषण से बचाव हेतु हेल्दी डाइट लेना चाहिए, प्रतिदिन एक ग्लास दूध और एक फल जरूर लेना चाहिए। प्रशिक्षण में 35 गांव के छुन्ना, मीरा, आनंद व रघुनंदन समेत 50 महिला पुरुषो ने प्रतिभाग किया।