



पोषण को थाली से जीवनशैली तक पहुंचाने का संदेश

एरा यूनिवर्सिटी में राष्ट्रीय पोषण माह का आयोजन

लखनऊ (सं)। स्वस्थ रहने के लिए सिर्फ पेट भरना पर्याप्त नहीं, बल्कि शरीर की जरूरत के मुताबिक संतुलित और पौष्टिक आहार लेना भी जरूरी है। इसी संदेश को छात्रों और समाज तक पहुंचाने के उद्देश्य से एरा यूनिवर्सिटी के न्यूट्रिशन एंड डायटेटिक्स विभाग में चल रहे 'राष्ट्रीय पोषण माह 2026' का बुधवार को समापन हुआ। समारोह में विशेषज्ञों ने बदलती जीवनशैली के बीच सही पोषण को बीमारियों से बचाव का महत्वपूर्ण आधार बताया।

कार्यक्रम की शुरुआत विभागाध्यक्ष डॉ. कहकशां परवीन के स्वागत भाषण से हुई। उन्होंने आयोजन के लिए कुलपति प्रो. अब्बास अली महदी और उपकुलपति प्रो. फरजाना महदी का आभार जताया। फैकल्टी



ऑफ साइंस के डीन प्रो. डॉ. ए.के. श्रीवास्तव ने स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों से निपटने के लिए प्रमाण आधारित पोषण संबंधी जानकारी को आम लोगों तक पहुंचाने पर जोर दिया। एराज इंस्टीट्यूट ऑफ एलाइड हेल्थ साइंसेज

एंड रिसर्च के असिस्टेंट डीन प्रो. डॉ. जिया अब्बास और स्टूडेंट वेलफेयर की डीन प्रो. डॉ. तनवीर खदीजा ने भी पोषण जागरूकता को स्वस्थ समाज की जरूरत बताया। समारोह में चीफ डायरेक्शियन प्रो. डॉ. निरुपमा सिंह ने

मरीजों के उपचार में पोषण की भूमिका और डायटीशियन व एलाइड हेल्थ प्रोफेशनल्स के योगदान की जानकारी दी। समापन समारोह में विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेता छात्रों को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। बिना

आग के खाना बनाने की प्रतियोगिता में तुषार सिंह, अयान शाहिद, हुदा खान और माहेबा जमाल की टीम ने पहला स्थान हासिल किया। पोस्टर प्रतियोगिता में अरीशा दानिश प्रथम रहीं, जबकि रील मेकिंग में हलीमा ने बाजी मारी। स्ट्रीट प्ले में टीम लाइफलाइन प्रथम रही। रील मेकिंग प्रतियोगिता में, हलीमा ने प्रथम पुरस्कार जीता, सौम्या खान ने दूसरा पुरस्कार जीता, और आमना सिराज और अजाज असगर ने तीसरा पुरस्कार हासिल किया। छात्रों ने डिबेट, क्विज और अन्य गतिविधियों में भी उत्साह से हिस्सा लिया। रेबस क्विज में टीम 1, जिसमें अरीबा असद, इकरा आसिफ गौस, हुमैरा इस्लामुद्दीन और जिकरा ने पहला स्थान हासिल किया, जबकि टीम 2, जिसमें उन्नति श्रीवास्तव, ईसिया रिजवी, इंशारा रिजवी और सईदा समरजात जह्रा शामिल थीं, ने दूसरा स्थान हासिल किया। कार्यक्रम का संचालन डॉ. सना अफरीन और अंशिका सिंह ने किया।