

**அனைத்து வயதினரும் சத்தான ஊட்டச்சத்து உணவையும்
சுகாதாரத்தையும் தவறாது கடைபிடிக்க வேண்டும்
சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிறுவன இயக்குநர்
திரு. ராஜேஷ் சதுர்வேதி வலியுறுத்தல்**

சென்னை, திருமங்கலம் மெட்ரோ இரயில் நிலைய வளாகத்தில் சென்னை மாவட்ட சமூகநலம் மற்றும் மகளிர் உரிமைத்துறை மற்றும் சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிர்வாகம் சார்பாக ஊட்டச்சத்து குறித்த விழிப்புணர்வு கண்காட்சி நடைபெற்றது. கண்காட்சியை சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிறுவன இயக்குநர் ராஜேஷ் சதுர்வேதி (அமைப்புகள் மற்றும் இயக்கம்) குத்துவிளக்கு ஏற்றிவைத்து தொடங்கி வைத்தார்.

அப்போது, இன்றைய காலகட்டத்தில் 2 வயது குழந்தை முதல் பெரியவர்கள் வரை எளிதில் கிடைக்கக்கூடிய சத்தான ஊட்டச்சத்து உணவு பழக்கத்தையும், காய்கறிகளையும் உண்ணுவதோடு, சுகாதாரத்தையும் தவறாது கடைபிடிக்க வேண்டும். அப்போதுதான் ஆயோக்கியமான மக்களாக இருக்க முடியும் என்று சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிறுவன இயக்குநர் ராஜேஷ் சதுர்வேதி தெரிவித்தார்.

இதுகுறித்து அவர் மேலும் தெரிவித்ததாவது:-

ஆண்டுதோறும் மத்திய மாநில அரசு செப்டம்பர் மாதம் முழுவதும் ஊட்டச்சத்து இயக்கம் குறித்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தி வருகின்றனர். கர்ப்பிணி பெண்கள், பாலூட்டும் தாய்மார்கள், வளரிளம் பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் ஆகியோரின் ஆரோக்கியம் மற்றும் தனிநபர் ஊட்டச்சத்து மற்றும் சுகாதாரத்தினை மேம்படுத்தும் வகையில் இந்த கண்காட்சி விழிப்புணர்வு முகாம் நடத்தப்படுகிறது. 0 முதல் 6 வயது குழந்தைகளிடையே காணப்படும் குள்ளத்தன்மையை ஆண்டுக்கு 2% குறைத்தல், 0 முதல் 6 வயது குழந்தைகளிடையே காணப்படும் ஊட்டச்சத்து குறைப்பாட்டை ஆண்டுக்கு 2% குறைத்தல், எடைகுறைவான குழந்தைகள் பிறப்பதை குறைத்தல், குழந்தைகளிடையே காணப்படும் இரத்தசோகையை குறைத்தல், 15 முதல் 49 வயதிற்குட்பட்ட பெண்கள் மற்றும் வளரிளம் பெண்களிடையே காணப்படும் இரத்தசோகையை குறைத்தல் ஆகியவை போஷான் அபியான் திட்டத்தின் நோக்கம். இதனை அடையும் பொருட்டு ஒவ்வொரு ஆண்டும் செப்டம்பர் மாதம் முழுவதும் ஊட்டச்சத்து மாதமாக கொண்டாடப்பட்டு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சி திட்டம் சார்பில் ஊட்டச்சத்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. கருவுற்ற காலத்தில் இருந்து 1000 நாட்கள் வரை சத்தான உணவு, சத்தான திரவ உணவுகளை உண்ண வேண்டும். பொதுவாக அனைத்து வயதினரும் இன்றைய காலத்திற்கு மட்டுமல்லாது எக்காலத்திலும் எளிதில் கிடைக்கக்கூடிய சத்தான உணவு பழக்கவழக்கங்களை சத்தான திரவ உணவு வகைகளையும் உட்கொண்டால் ஆரோக்கியமான மக்களாக மட்டுமல்லாமல் வலிமையானவர்களாகவும் இருக்கலாம். இவ்வாறு சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிறுவன இயக்குநர் ராஜேஷ் சதுர்வேதி தெரிவித்தார்.

இந்நிகழ்ச்சியில், மாவட்ட சமூகநலம் மற்றும் மகளிர் உரிமைத்துறை மாவட்ட திட்ட அலுவலர் ஆர்.ஜெயஸ்ரீ, குழந்தை வளர்ச்சி திட்ட அலுவலர்கள் ம.பவித்ரா, எம்.வணிதாதேவி, உஷா மற்றும் சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிறுவனத்தின் மேலாளர் கே.எஸ்.அருண் (இயக்கம்), துணை மேலாளர் ஏ.அருள்ராதா (இயக்கம்), மற்றும் பணியாளர்கள் உள்ளிட்டோர் கலந்து கொண்டனர்.

மேலும், இந்த விழிப்புணர்வு கண்காட்சி அறிஞர் அண்ணா ஆலந்தூர் மெட்ரோ, புரட்சித்தலைவர் டாக்டர் எம்.ஜி.ராமச்சந்திரன் சென்ட்ரல் மெட்ரோ, திருமங்கலம், விம்கோ நகர் மற்றும் வடபழனி மெட்ரோ இரயில் நிலையங்களில் நடைபெறவுள்ளது.

வெளியீடு: இணை இயக்குநர் / மக்கள் தொடர்பு அலுவலர்

சென்னை மெட்ரோ இரயில் நிறுவனம், சென்னை – 600107.