গবিতে স্বাস্থ্য বিজ্ঞান অনুষদের আয়োজনে জাতীয় পুষ্টি সপ্তাহ পালিত



ছবি: প্রতিনিধি

সাভারের গণ বিশ্ববিদ্যালয়ে (গবি) স্বাস্থ্য বিজ্ঞান অনুষদের উদ্যোগে 'পুষ্টি বৈষম্যের দিন শেষ, গড়বো স্বনির্ভর বাংলাদেশ' প্রতিপাদ্যে জাতীয় পুষ্টি সপ্তাহ দিবস উদযাপিত হয়েছে।

বৃহস্পতিবার (৩০ এপ্রিল) সকাল ১১টায় বিশ্ববিদ্যালয়ের একাডেমিক ভবনের ৫ম তলা থেকে একটি র‍্যালি শুরু হয়ে ট্রান্সপোর্ট চত্বরে এসে র‍্যালি শেষ করে এই দিবস উদযাপন করা হয়।

র‍্যালি শেষে বায়োকেমিস্ট্রি এন্ড মলিকুলার বায়োলজি বিভাগের শিক্ষার্থী সাখাওয়াত হোসেন বলেন, জাতীয় পুষ্টি সপ্তাহ পালনের উদ্দেশ্য ছিল পুষ্টি সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা। মানুষের কাছে পুষ্টি সংক্রান্ত সচেতনতা বৃদ্ধির মধ্য দিয়ে ভবিষ্যতে দেশ এবং বিশ্বের পুষ্টি সচেতনতায় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখবে।'

বায়োকেমিস্ট্রি এন্ড মলিকুলার বায়োলজি বিভাগের বিভাগীয় প্রধান ও সহযোগী অধ্যাপক ড. মাহবুবা খাতুন বলেন, নিরাপদ খাদ্য গ্রহণে সচেতনতার ওপর গুরুত্বারোপ করা এবং সুস্থ জীবনযাপনের জন্য নিরাপদ খাদ্য চিহ্নিত করা অত্যন্ত জরুরি। পাশাপাশি, জাঙ্ক ফুড পরিহার করতে হবে।

তিনি আরও বলেন, দৈনন্দিন খাদ্যতালিকায় মৌসুমী ফলের গুরুত্ব বাড়াতে হবে, কারণ এসব ফল পুষ্টিগুণে সমৃদ্ধ এবং শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে। সঠিক খাদ্যাভ্যাস গড়ে তোলার মাধ্যমে ব্যক্তি ও সমাজ উভয়ই উপকৃত হবে।

বিশ্ববিদ্যালয়ের স্বাস্থ্য বিজ্ঞান অনুষদের ডিন ও সহযোগী অধ্যাপক মো. ফুয়াদ হোসেন শিক্ষার্থীদের স্বাস্থ্য ও পুষ্টি বিষয়ে সচেতন হওয়ার আহ্বান জানিয়ে। বলেন, বর্তমান সময়ে সুস্থ থাকতে স্বাস্থ্য ও পুষ্টির প্রতি বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া জরুরি।

শিক্ষার্থীদের উদ্দেশ্যে তিনি আরও বলেন, গণ বিশ্ববিদ্যালয়ের স্বাস্থ্য বিজ্ঞান অনুষদের শিক্ষার্থী হিসেবে তাদের গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব রয়েছে। বিশেষ করে কমিউনিটির নিকট গিয়ে পুষ্টি ও জনস্বাস্থ্য সম্পর্কে সচেতনতা তৈরি করতে হবে। পাশাপাশি, কমিউনিটির মানুষের ভাষা ও প্রেক্ষাপট বোঝার ওপরও গুরুত্বারোপ করা উচিত। এতে কার্যকরভাবে বার্তা পৌঁছানো যায়।

র‍্যালি শেষে শিক্ষার্থী, কর্মকর্তা কর্মচারীদের মধ্যে লিফলেটের মাধ্যমে পুষ্টি বার্তা প্রচার করা হয়। এসময় উপস্থিত ছিলেন বিশ্ববিদ্যালয়ের ডিন,রসায়ন বিভাগের বিভাগীয় প্রধান অধ্যাপক ড. নিলয় কুমার দে ও শিক্ষক-শিক্ষার্থীরা।