

निबन्ध प्रतियोगिता परिणाम
विषय: खाद्य सुरक्षा | मेरा हक ।

क्र.सं.	विद्यार्थी का नाम	स्थान
01.	प्रियांशी - 8B.R.N.24	प्रथम
02.	दिव्यांशी चौधरी - 8B.R.N.24	द्वितीय
03.	प्रियांशी II - 8B-R.N.25	तृतीय

02.12.19
सुधी / विद्यार्थी
प्रीत जीवित हिंदी
एन.ए. वि. संस्थान
हैदराबाद।

खाने की उपयोगिता



सपरैखा :-

- (i) प्रस्तावना
- (ii) खाने की अहमियत व भूमिका
- (iii) खाना बबदि करने से होने वाले हानि
- (iv) खाना बचाने के लाभ

● **प्रस्तावना :-** हम सभी लोग खाने की भूमिका की नहीं समझते हैं, इसीलिए हमारे देश में ना जाने कितना खाना रोज बबदि होता है। हमारे देश में कितने ही लोग बिना खाना खाए सो जाते हैं, और जिन लोगों को खाना प्यारि है वे लोग अपनी थाली में अपनी क्षमता से ज्यादा खाना ले लेते हैं और वो खाना नाली में जाता है, इसीलिए कहते हैं "उतना ही ले थाली में, जिससे खाना न जाए ब्यर्थ नाली में।"

● **खाने की अहमियत व भूमिका :-** खाने की हमारे जीवन में उनी ही भूमिका है जितनी कि हवा, पानी की। खाने से हमें उर्जा प्राप्त होती है। इससे हमें कई तरह की शक्ति मिलती है। खाने के बिना कितने ही लोगों की मृत्यु हो जाती है। अगर हमें खाना नहीं मिलता तो हमारा विकास नहीं होगा।

Don't waste Food.

● **खाना बबदि करने से होने वाली हानियाँ :-** हम प्रतिदिन कितना ही खाना बबदि करते हैं, अगर वो खाना नाली के बजाय उन लोगों के पेट में चला जाए जो रोज भूखे ही घैट सौ जाते हैं। अगर हम इसी प्रकार रोज खाना बबदि करेंगे तो एक समय ऐसा आयेगा जब हम सब खाने के लिए तरसेंगे और दूबे पेट ही हम मर जायेंगे। और इन सबका जिम्मेदार कोई और नहीं बल्कि हम लोग ही होंगे।

● **खाना बचाने के लाभ :-** अगर हम खाना बचाएंगे तो हमारा ही भविष्य अच्छा होगा। इससे हमें ही आने वाले समय में फायदा होगा। हम जो खाना फेंक देते हैं अगर वहीं खाना हम किसी गरीब बच्चे या व्यक्ति को दे दें। तो उसका भी पेट भर जायेगा। हम जो खाना फेंक देते हैं उस खाने की फसल को उगाने में किसान की ना जाने कितनी मेहनत लगती है, वह अपना खून - पसीना रुक करके उस उपज को तैयार करता है। "हम खाना फेंकते समय बस रुक चीज सोच लिया करें कि हम जो खाना फेंक रहे हैं उसी खाने के लिए बहुत-से लोग तरसते हैं।"

“ **खाना खारों में भर बबदि न करें कण भर!** ”

Name :- Priyanshi | Class :- 8th 'B'
 Roll no. :- 24 | House :- Girls B^{Ist}
 School :- J. N. V. Raibareli [U.P.]

खाद्य सुरक्षा

हमारे जीवन में भोजन का मुख्य योगदान है। जीवन जीने की कला में भोजन का बहुत बड़ा योगदान है। भोजन के बिना हम जीवित नहीं रह सकते।

जैसा कि हमारे पूर्वजों ने कथ है कि किसी भी इंसान को सामान्य जीवन जीने के लिए रोंटी, कपड़ा और मकान बहुत जरूरी है। लोगों का कहना है कि इंसान पानी और हवा के बिना नहीं जी सकता परंतु मेरा मानना यह है कि कोई भी इंसान बिना भोजन मान एक दिन जीवित रह सकता है।

मेरा एक:- 01/12/2019 को दोपहर से पूर्व ही लगभग 10 बजे हमारे नवोदय विद्यालय के आयुक्त श्री विश्वजीत सिंह ने भोजन को न व्यर्थ करने के कई लाभ बताए। उनका कहना था कि यदि हम भोजन को बर्बाद नहीं करते हैं तो हमारे उसी भोजन से ही कुछ लोगों का पेट भर जाता है। हम ये जानते हैं कि हमारे देश में प्रतिवर्ष भूख के कारण कर्षकों का निधन हो जाता है। उन्होंने हमें बताया कि हमें भोजन को व्यर्थ नहीं करना चाहिए।

भोजन व्यर्थ करने के कारण:- हम अक्सर भोजन थाली में लेने के बाद ही फेंकते हैं क्योंकि हमें अपनी भूख का अंदाजा नहीं रहता है। हम ये नहीं सोचते हैं कि हमारे स्कूल के भोजन बर्बाद करने से कई लोगों की भूख कट जाती है वे भूख के कारण मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं। अगर हमें ये सोचना होना दिया कि हमारे पास तो पर्याप्त भोजन है ही, दूसरों का क्या फर्क सिर्फ सोच का होता है हमें अपनी सोच बदलना होगा।

उतना ही लीजिए जितनी पेट में ही जगह ताकि बन न जाए, वो फेंकने की वजह।

भोजन

भोजन बचाने के लाभ:- भोजन बचाने के लाभों की कोई गिबती नहीं है वे अनंत हैं। हम भोजन को बचा कर के अपना भविष्य सुरक्षित कर सकते हैं और साथ में ही दूसरों को जीवन दान दे सकते हैं। क्योंकि यदि हम जो खाना फेंकते हैं उसे किसी कि को दान दे दें तो उसे हमें लाख दुःख दुवारें मिलेंगी, और वह व्यक्ति प्रसन्न भी हो जाएगा।
यदि भोजन व्यर्थ न बहाएंगे।
तो लाख दुआएँ पाएंगे॥

भोजन मत फेंकिए, किसी को इसकी पाह है।
जीवन जीने के लिए हमें करनी इसकी परवाह है॥

सावनो रात
9th A

II

Date:
Page:

Date:
Page:

विज्ञापन के आधार पर

‘खाद्य बचत’ के उपरांत, कल स्क
कार्यक्रम आयोजित कराया गया था।
जिसके बारे में मेरे विचार निम्नलिखित
हैं -
खाद्य मंत्रालय (Cent. Gov.)

34 →

खाद्य को कैसे बर्बाद होने से रोक
→ सकते हैं? → [लक्ष्य]

“खाना बर्बाद क्यों कोई भूखा है।”

fox us. D.D News → 01 Dec. 2019.

Time → 10pm to 11pm [मेरा हक] → Sunday

कल डी डी न्यूज चैनल पर इस कार्यक्रम
के वक्ता आलोक सिन्हा [FIC] जी थे।
जिन्होंने खाद्य सुरक्षा के विषय में कई
तर्क दिए हैं। इस कार्यक्रम से हमें बहुत
कुछ सीखने को मिला। इस कार्यक्रम ने
हमें भोजन की महत्वता को बताया। हमारे
देश की वर्तमान दशा यह है कि 21 मिलियन
किलोग्राम भोजन प्रति वर्ष बर्बाद होता है।
बड़े ही दुख की बात है कि जहाँ 88,800
करोड़ लोग भूख के कारण प्रति वर्ष मौत
का शिकार हो जाते हैं। यह कैसी
विडम्बना है जिस देश में 21 million kg
भोजन बर्बाद होता है उसी देश के
88,800 करोड़ लोगों की मौत भूख के
कारण होती है। राशि के आधार पर

(A-8)

करीड़ रूपये का भोजन प्रति दिन बर्बाद होता 244 है। इस खाद्य की बर्बादी जो कम ही नहीं हो रही, यह समस्या एक ऐसे देश की है जो कृषि प्रधान देश कहलाता है। एक तरफ भोजन की बर्बादी पर रोक नहीं लग पा रहा तो दूसरी ओर सरकार मध्याह्न भोजन कार्यक्रम द्वारा बच्चों को भोजन प्रदान करने में लगी है। 12 मिलियन बच्चों को प्रतिदिन मध्याह्न भोजन कार्यक्रम द्वारा भोजन प्रदान किया जा रहा है। हमारे नवोदय विद्यालय समिति के आयुक्त → विश्वजीत कुमार सिंह ने भी खाद्य सुरक्षा पर अपने तर्क प्रस्तुत किए। भोजन नहीं बर्बाद करना चाहिए। भोजन की कीमत वही व्यक्ति समझता है जिसे 1 रोटि भी नसीब नहीं होती। इसलिये अन्न की कदर करो।

[125 शब्द]

सूक्ति

* उतना ही खाने के लिए लिया जाए,
जितना आप से खाया जाए। (News)

* उतना ही ले चाली में, जितना बर्बाद न जाए नाली
(News)

स्वर्चित

66 अन्न हमारा ईश्वर है, इसका आदर करना हमारा कर्तव्य है

134 → सावनी रावल (IX-A)