



प्रेस विज्ञप्ति

तिरुवनंतपुरम, 7 जनवरी 2022

पैरालंपिक कांस्य पदक विजेता शरद कुमार ने कहते हैं, पी एम मोदी 'चैंपियंस से मिलो' पहल की शुरुआत में यह कहते हुए, पैरालिंपियन के लिए "आपको पोषक तत्व देने के लिए भोजन महंगा होने की आवश्यकता नहीं है"

तिरुवनंतपुरम : 7 जनवरी 2022: पी एम मोदी का स्कूल भ्रमण अभियान के दौरान टोक्यो पैरालंपिक के पैरालिंपियन कांस्य पदक विजेता शरद कुमार ने शुक्रवार को केरल के तिरुवनंतपुरम में सरकारी बालिका सीनियर सेकंडरी स्कूल काटनहिल का दौरा किया।

मेजबान स्कूल के सदस्यों के अलावा, केरल के विभिन्न जिलों से 75 स्कूलों के छात्र प्रतिनिधियों ने भी इस कार्यक्रम में भाग लिए और विश्व चैंपियनशिप कांस्य पदक विजेता के साथ अपने अनुभव साझा करने का अवसर मिला।

विभिन्न खेलों के साथ अपने व्यक्तिगत अनुभव के बारे में बातते हुए शरद ने कहा, "मैं निश्चित रूप से यह नहीं जानता था कि हाई जंप मेरे लिए इतना अच्छा बनने वाला था, मैंने इसे इसलिए चुना क्योंकि हाई-जंप ने मुझे आकर्षित किया था। मैं क्रिकेट, फुटबॉल और टेबल टेनिस खेल रहा था, मैंने खुद खेल के खुले तौर पर हूँ और मैंने कभी नहीं कहा कि केवल फुटबॉल या क्रिकेट में अच्छा हूँ और मैं इस तरह इस खेल को नहीं खेलूंगा। मैंने देखा कि कैसे हर खेल का प्रभाव पड़ता है, मैं मानसिक रूप से मजबूत था, फुटबॉल ने मुझे चपलता दी और ऊंची कूद ने मुझे बताया कि भौतिकी और विज्ञान क्या है। मैंने खेल को वैसे ही खेला जैसा इससे प्यार करता था और इसमें कोई बाध्यता नहीं थी।"

उन्होंने आगे यह भी कहा कि खेल के प्रति प्यार और जुनून के अलावा, अनुशासित जीवन का अनुसरण करना भी महत्वपूर्ण है।

उन्होंने कहा "अच्छे और सफल जीवन का एकमात्र शॉर्टकट समय पर खाना, सोना, अनुशासन का पालन करना और चीजों को आधूरा नहीं छोड़ना" ।

शरद ने 'संतुलित आहार' (बेलेन्सड डाइट) फिटनेस के महत्व पर भी छात्रों के साथ बातचीत की और कहा "आपको पोषक तत्व देने के लिए भोजन महंगा होने की आवश्यकता नहीं है, यहां तक कि सस्ते खाद्य पदार्थ क्या आपको आवश्यक पोषक तत्व दे सकते हैं। इसलिए खाने की हर चीज लें, चाहे वह छोटी हो या बड़ी, महंगा या सस्ता, बस जांच लें कि इसमें पोषक तत्व हैं जिनकी आपको आवश्यकता है।"

शरद, जो भारतीय खेल प्राधिकरण (भाखेप्रा) के प्रशिक्षक हैं, युवा खिलाड़ियों को बेहतर हाई-जंपर्स एथलीट बनने के लिए टिप्स देते हुए और टेबल टेनिस खेल में अपना कौशल भी दिखाया।

यह अनूठी पहल सरकार के 'आजादी का अमृत महोत्सव' हिस्सा है, जिसकी शुरुआत दिसंबर 2021 में ओलंपिक स्वर्ण पदक विजेता नीरज चोपड़ा और फिर ओलंपिक कांस्य पदक बजरंग पुनिया और नाविक वरुण ठक्कर और के सी गणपति द्वारा आनेवाले हफ्तों में की जाएगी।

शिक्षा मंत्रालय और युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय के द्वारा 'चैंपियंस से मिलो' पहल क अनूठा स्कूल भ्रमण अभियान है जो संयुक्त रूप से आयोजित किया जा रहा है। ओलंपियन अपने भ्रमण के दौरान स्कूली बच्चों को अपने अनुभव, जीवन के सबक, खाने के सही तरीके के बारे में सुझाव साझा करते हैं और प्रेरणादायी प्रोत्साहन समग्र रूप से भी देते हैं।

ईओएम

