



लोक सभा सचिवालय
प्रेस एवं जन सम्पर्क स्कंध
संसद भवन, नई दिल्ली
LOK SABHA SECRETARIAT
Press and Public Relations Wing
Parliament House, New Delhi

प्रेस विज्ञप्ति PRESS RELEASE

संसद भवन में फिट इंडिया अभियान के अवसर पर लोक सभा अध्यक्ष ने संसद सदस्यों का नेतृत्व किया

लोक सभा अध्यक्ष ने संसद सदस्यों और कर्मचारियों से स्वस्थ जीवन शैली अपनाने का आग्रह किया

नई दिल्ली 06 सितम्बर 2019 : लोक सभा अध्यक्ष श्री ओम बिरला ने आज कई केंद्रीय मंत्रियों, संसद सदस्यों और अन्य गण्यमान्य व्यक्तियों की उपस्थिति में संसद भवन में फिट इंडिया अभियान की मुहीम को आगे बढ़ाया।

इस अवसर पर श्री बिरला ने कहा कि भारत द्वारा किए गए प्रयासों के कारण अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस शुरू होने के बाद से ही योग पूरी दुनिया में लोगों की दिनचर्या का हिस्सा बन गया था। उन्होंने फिट इंडिया मूवमेंट में इसी तरह के प्रयास का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि इसे जन आंदोलन बनना चाहिए और यह संदेश जाना चाहिए कि भारत एक सबसे फिट राष्ट्र है। उन्होंने आगे कहा कि संसद सदस्यों को यह सुनिश्चित करना होगा कि उनका निर्वाचन क्षेत्र सबसे फिट हो जाए, उन्होंने सदस्यों के बीच उनके निर्वाचकों की फिटनेस के लिए एक स्वस्थ प्रतिस्पर्धा का आह्वान किया।

बाद में मीडियकर्मियों से बातचीत करते हुए श्री बिरला ने कार्य निष्पादन और कार्यक्षमता को बेहतर बनाने के लिए अपनी दिनचर्या में नियमित व्यायाम, पर्याप्त विश्राम और संतुलित आहार को शामिल करते हुए स्वस्थ जीवन शैली अपनाने के साथ ही तनाव को कम करने हेतु प्रयास करने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि स्वस्थ (फिट) रहकर ही हम अपने कर्तव्यों और उत्तरदायित्वों का निष्ठापूर्वक निर्वहन कर सकते हैं। यदि हम पूरी तरह स्वस्थ नहीं हैं तो हम अपनी क्षमता का पूरी तरह से उपयोग नहीं कर पाएंगे और राष्ट्र के लिए समृद्धि और प्रगति का मार्ग प्रशस्त नहीं कर पाएंगे।

युवा कार्य और खेल मंत्रालय में मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) ने अपने उद्गार में कहा कि संसद से देशभर में सन्देश जाता है कि एक स्वस्थ राष्ट्र ही एक सबल राष्ट्र बन सकता है। उन्होंने कहा कि शरीर को फिट करने के लिए जीवन शैली में मामूली परिवर्तन करने की आवश्यकता है। व्यायाम से जीवन में नई स्फूर्ति आती है जिससे न केवल शरीर फिट होता है बल्कि राष्ट्र की प्रगति को भी सुनिश्चित किया जा सकता है। उन्होंने कहा कि बीमारी से सारे देश का सुखचैन चला जाता है और इसीलिए यह आवश्यक है कि हम एक फिट और स्वस्थ राष्ट्र की स्थापना के लिए मिलकर काम करें। लोक सभा अध्यक्ष का अभिनन्दन करते हुए उन्होंने कहा कि उनकी अगुवाई में संसद ने केवल कार्य की दृष्टि से फिट हुई है अपितु शारीरिक रूप से भी फिट हो रही है।

इससे पहले, प्रतिभागियों ने श्री बिरला के नेतृत्व में संसद भवन के चारों ओर एक चक्कर लगाया। तत्पश्चात, योग शिक्षक ने प्रतिभागियों को फ्री हैंड व्यायाम और योग के बारे में जानकारी दी।

अंत में लोक सभा अध्यक्ष ने सभी प्रतिभागियों को फिट इंडिया शपथ दिलाई।

प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा परिकल्पित फिट इंडिया अभियान का उद्घाटन उन्हीं के द्वारा 29 अगस्त 2019 को राष्ट्रीय खेल दिवस के अवसर पर किया गया था। यह अभियान भारत के महानतम खिलाड़ियों में से एक मेजर ध्यानचंद को समर्पित किया गया है और इसका उद्देश्य भारत को एक फिट और स्वस्थ राष्ट्र बनाने के लिए जन अभियान की शुरुआत करना है।

LOK SABHA SPEAKER LEADS MEMBERS AT FIT INDIA MOVEMENT IN PARLIAMENT HOUSE

HE URGES MPs AND EMPLOYEES TO ADOPT HEALTHY LIFESTYLE

New Delhi 06 September 2019: Lok Sabha Speaker Shri Om Birla started the Fit India Movement in the Parliament House today in the presence of several Union Ministers, Members of Parliament, and other dignitaries.

On this occasion Shri Birla said that, yoga had already become a part of people's routine all over the world since the International Day of Yoga was started on the initiative of India. He called that Fit India Movement should become a peoples' movement and that the message should go out that India is a most fit nation. He added further that Members of Parliament must ensure that each of their constituencies becomes the fittest, he called for a healthy competition among the Members in order to ensure the same.

Speaking to media persons Shri Birla called upon the MPs and the employees of Lok Sabha and Rajya Sabha Secretariats to especially incorporate a healthy lifestyle that comprises of regular exercise, adequate rest and balanced diet along with efforts to reduce stress, so as to improve their performance and efficiency. He said that it is only with fitness that we can fulfill our duties and responsibilities with dedication. Without adequate fitness we won't be able to reach our full potential and take the nation on the path to prosperity and fulfillment, he added.

Earlier, Shri Birla led the participants for a walk around the Parliament House. Thereafter the instructors briefed the participants about free hand exercises and yoga.

Shri Kiren Rijiju, Minister of Youth Affairs and Sports said that Parliament gives a message that only a healthy nation can become a strong nation. He emphasized that we can remain fit by including simple changes in our lifestyle. He said that exercise rejuvenates our lives which not only makes us healthy but also leads towards the holistic development of the country. He further said that disease snatches the comfort from our families which makes it necessary that we collectively work for a fit and healthy nation. He thanked Lok Sabha Speaker and said that in his leadership Parliament has become healthy in terms of work as well as physically.

At the end, Lok Sabha Speaker administered the Fit India oath to the participants.

Conceived and inaugurated by Prime Minister Shri Narendra Modi on the occasion of National Sports Day on 29th August 2019, Fit India Movement pays tribute to one of India's greatest sports persons Major Dhyanchand, it seeks to launch a peoples' movement in order to make India a fit and healthy nation.