

‘जायका’ का शुभारंभ

चर्चा में क्यों?

15 अक्टूबर, 2021 को इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मानव संग्रहालय, भोपाल द्वारा संग्रहालय भ्रमण पर आने वाले दर्शकों की मांग पर भील जनजात के पारंपरिक भोजन कार्यक्रम ‘जायका’ की शुरुआत की गई है।

प्रमुख बंदि

- इस संबंध में नदिशक डॉ. प्रवीण कुमर मशिर ने बताया कि पिछले दो दशकों में वशिव के तमाम बड़े वैज्जानिकों ने अपने शोध से ये साबति किया है कि जनजातियों के प्राकृतिक आहार को अपनाने से पोषक तत्त्वों की कमी से होने वाले अनेक रोगों से नज्जात मलि सकती है।
- संग्रहालय की कैटीन में प्रत्येक शनविर एवं रवविर को दोपहर 1 बजे से 4 बजे के मध्य प्रदेश की भील जनजात का पारंपरिक भोजन मक्के की रोटी, बैगन का भरता, धनया-लहसुन की चटनी, गुड आदि उपलब्ध रहते हैं।
- उल्लेखनीय है कि मक्के की रोटी का सेवन करने से शरीर को फाइबर प्राप्त होता है, जो पाचन संबंधी समस्याओं से राहत पाने में मदद करता है। यह शरीर में कॉलेस्ट्रॉल के स्तर को नयंत्रति करने में भी मदद करता है। साथ ही फाइबर युक्त आहार से लंबे समय तक भूख नहीं लगती।