



ATS VALLEY SCHOOL
EXPLORE LEARN LEAD

फ़तह

हिंदी की मासिक पत्रिका

विश्व स्वास्थ्य दिवस



(अप्रैल 2022)

विश्व स्वास्थ्य दिवस

किसीके पास धन अपार है,
किसीके पास खुशहाल परिवार है,
किसीके पास अपनों का प्यार है,
किसीके पास बंगला, ज़मीन और बड़ी कार है,
लेकिन अगर नहीं अच्छा स्वास्थ्य,
तो ये सब चीज़ें बेकार है।
जानता यह बात हर जन है,
कि स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा धन है।



अच्छा खाओ, अच्छा पीयो।
कसरत करना समय से सोना।
अच्छा स्वास्थ्य कभी ना खोना।

मनन(2अ)

"जीवन है बहुत अनमोल,
जिसमें स्वास्थ्य का है
सबसे बड़ा रोल।

दक्ष गुलाटी(7अ)

स्वास्थ्य रहा जिसका ठीक,
जीवन में रहा खुशहाल।
अच्छे स्वास्थ्य बिना जीवन बेकार है,
जीवन का आधार ही स्वास्थ्य है।
हम रखेंगे अपने स्वास्थ्य का ध्यान,
ना करेंगे कोई विचार।
जल्दी सुबह जागेंगे हम,
रोज़ व्यायाम करेंगे हम।
हरी-हरी सब्जियाँ खाएँगे
खुशहाली का जीवन बिताएँगे।

मेहुल जैन(2ब)

स्वास्थ्य को दे पहला स्थान,
तभी होगा बीमारियों का निदान।

आदया मित्तल (2ब)

अच्छा स्वास्थ्य ही जीवन है
ऐसा सभी कहते हैं।
खान-पान के साथ ही,
स्वस्थ मन भी है ज़रूरी,
तन-मन की शुद्धता का मान
करें वर्ल्ड हेल्थ डे पर अच्छे स्वास्थ्य का ध्यान।

आकांक्षा वर्मा(9अ)

जंक फूड से दूरी,
सेहत अपने पास।
बाकी सब व्यर्थ है,
स्वास्थ्य ही धन है खास।

ज़ौहेन(4अ)

बंद करो जंक फूड खाना,
मुश्किल होता है वज़न घटाना।
घर का बना खाना खाओ,
नहीं तो पड़ेगा जिम को जाना।
इसी प्रण से हर वर्ष विश्व स्वास्थ्य दिवस मनाना।

गोबिंददीप(5अ)

अच्छा स्वास्थ्य रखना है।
जंक फूड नहीं चखना है।
सादा भोजन हमारा खाना,
अस्पताल नहीं पड़ेगा जाना।

कीथ हुसैन(7अ)

प्रतिदिन कसरत करना,
सुबह की सैर से नहीं डरना।
अच्छा-ताज़ा भोजन खाना,
स्वास्थ्य को है अपनाना।

जयतेश(5अ)

स्वस्थ शरीर ही है स्वस्थ आत्मा का स्थान,
इसलिए करते रहे रोज़ प्राणायाम।
दोगे अगर स्वास्थ्य पर ध्यान,
तभी कर सकते हैं समाज का कल्याण।
खेलोगे-कूदोगे करोगे कसरत,
तो बदल सकती हैं आपकी किस्मत।
इसीलिए तो कह गए जानी लोग,
करो योग, रहो निरोग।

सूर्याश(8अ)

खाना-पीना सरल हो,
साथ में हो समय का ध्यान।
संग-संग कसरत भी चले,
बनी रहे स्वास्थ्य की आन।
निरोगी हो मेरे देश की जनता,
सदा रहे भारत देश महान।

ध्रुव चौहान (9अ)

स्वस्थ तन,स्वस्थ मन।
खुशहाल रहे जन-जन।

पृषा सैनी(3ब)