

PoshanMaahAbhiyan

organized by
ICAR-ATARI, Kanpur & KVKs of Uttar Pradesh

In order to defeat the malnutrition from every household and to make aware the rural population of our country about balanced nutrition from locally available and nutrition rich agricultural commodities, it was decided and initiated by the union ministry of women and child development to celebrate September 2020 (1st – 30th September) as a PoshanMaah at national level. ICAR and IFFCO have jointly organized this program specially to enhance the knowledge and skills of Anganwadi workers and farm women of rural India. So that every farm family will get balanced and high nutritive diet by developing Nutri-gardens, producing Bio-fortified crops and including in their diet in the form of Nutri-thali. Along with this various events were also conducted by the KVKs of Uttar Pradesh to make aware the Anganwadi workers and farm women regarding the nutritional requirement and diet for pregnant women and lactating mothers, adolescent girls, children and infants.

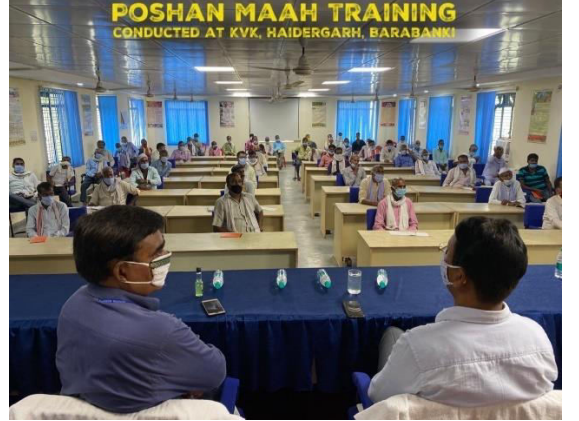
Dr. Sadhna Pandey, Principal Scientist, ICAR-ATARI, Kanpur (Nodal Officer, PoshanMaahAbhiyan) discussed with the all Nodal officers at KVK level and motivated them to organize various events like nutrition recipes competition, online lectures, videos, door to door contact, field visits. So that knowledge on various issues related to malnutrition and anemia, protein energy deficiency, low intake of green leafy vegetables & Fruits, Milk & Milk products etc. may be disseminated among the farming community of Uttar Pradesh. Dr. Kirti Mani Tripathi, SMS, Home Science, Bulandshahar has conducted nutritional recipe cooking competition among Anganwadi workers, farm women and other stake holders. So that they will become aware about the preparation of low cost balanced diet recipes from locally available resources. Dr. Prem Lata, SMS, Home Science, Ballia has organized door to door campaign about the identification of high nutritional agricultural produce their preparation and utilization. Dr. Nimisha Awasthi, SMS, Home Science, Kanpur Dehat have developed videos on nutria-garden and nutria-thali. Nodal officers have also conducted training and visits regarding Nutri-gardens, Bio-fortified crops and value added crops.

On 17 September 2020, 83 KVKs of U.P. under guidance of Director, ICAR-ATARI, Kanpur in collaboration with IFFCO organized Mega training programme on Nutri-gardens, Bio-fortified crops and Nutri-thali. 3664 Anganwadi workers, 3559 farm women of U.P. were benefited and 4143 seed packets including 6765 vegetables seedlings and 3907 planting material were given for developing kitchen garden in their villages. Director appraised the efforts done by KVKs for creating Mega level knowledge about nutria-gardens, nutria-thali and bio-fortified crops among rural masses. A WhatsApp group on PoshanMaah was also created by ICAR-ATARI, Kanpur by associating all the Heads and nodal officers of KVKs day to day instructions, guidance and plan of work was communicated and lectures, videos and other activities were documented well recorded in this group.

(Source: ICAR-Agricultural Technology Application Research Institute, Kanpur)

Photos of Poshan Maah Abhiyan organized on 17.09.2020





दस अंगुलियां कृषि विज्ञान केन्द्र द्वारा कैम्प लगाकर वितरण किए बीज

दस अंगुलियां ब्यूरो हमीरपुर | जनपद के कृषि विकासखंड क्षेत्र के सरसई गांव सप्ताह कार्यक्रम के तहत क्षेत्र के सरसई गांव में महिलाओं स्थानीय उपलब्ध अनाज से बचाव के लिए निश्चित अनाज का सेवन करना चाहिए वहीं महिलाएं घर के आसपास पोषण



में कृषि विज्ञान केंद्र के वैज्ञानिक डॉ. फूल कुमारी द्वारा पोषण सप्ताह का कैंप लगाकर महिलाओं को कुपोषण से बचाव तथा गृह पोषण वाटिका तैयार करने के लिए बीज का वितरण किया। स्थानीय कृषि विज्ञान केंद्र की कृषि वैज्ञानिक डॉ. फूल कुमारी द्वारा राष्ट्रीय पोषण पोष्टिक महत्व के बारे में बताते हुए मल्टीग्रैन आटा पोष्टिक सत्तु पोष्टिक लड्डू वाला आहार आदि की जानकारी दी। महिलाओं का बच्चों में अधिकतर आयरन तथा कैल्शियम की कमी पाई जाती है। इससे बच्चे एनीमिया तथा व्हाइरोसिक बीमारी के शिकार हो जाते हैं। कुपोषण से वाटिका लगाकर अपने परिवार को पोष्टिक संतुलित हरी सब्जी से परिवार को स्वस्थ एवं आसपास का वातावरण शुद्ध रहेगा। रबी की सब्जी किट का वितरण किया गया। इस अवसर पर डॉ. शालिनी ने जानकारी दी कार्यक्रम में 28 महिलाएं मौजूद रही।



आईवीआरआई: महिलाओं को दिया पोषण वाटिका का प्रशिक्षण

बरेली। केंद्रीय पशु चिकित्सा एवं अनुसंधान संस्थान (आईवीआरआई) ने कुपोषण के प्रति जागरूकता को अभियान शुरू किया है। कृषि विज्ञान केंद्र के तत्वावधान में राष्ट्रीय पोषण माह के अंतर्गत ग्रामीण महिलाओं एवं युवतियों को जागरूक करने और उन्हें इस अभियान से जोड़ने के लिए सावित्री इंटर कॉलेज करौना में प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम में गृह विज्ञान विशेषज्ञ डॉ. रंजना गुप्ता ने महिलाओं को भोजन में पोषक तत्वों के महत्व के बारे में विस्तार से बताया। पोषक तत्वों की कमी से होने वाले रोगों, बच्चों में कुपोषण और उससे बचाव के बारे में भी जानकारी दी। कहा, महिलाएं अपने घर के आसपास खाली पड़ी जगह पर पोषण वाटिका लगाकर उसमें ताजे फल एवं सब्जियां उगाकर पौष्टिक आहार के साथ आमदनी भी कर सकती हैं। महिलाओं को पोषण वाटिका लगाने के लिए मौसमी सब्जियों के बीज एवं नींबू, कटहल, लीची के पौधे वितरित किए गए। ब्यूरो

परीक्षा में न बैठने देने के मामले में

सही जानकारी से लोगों को खाने में मिलेंगे पोषक तत्व

काणपुर देहात | हिन्दुस्तान संवाद

पोषण माह के अंतर्गत कृषि विज्ञान केंद्र में रविवार को भोजन की तैयारियों व पकाने में पोषक तत्वों की हानि के संबंध में ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यक्रम संपन्न हुआ। कार्यक्रम में केवीके की वैज्ञानिकों ने आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों व अन्य लोगों को जानकारी दी।

उन्होंने काटने के बाद सब्जियों के न घोने व अधिक देर तक कटी सब्जियों का खुला न छोड़ने समेत विषयों पर जानकारी दी। कृषि विज्ञान केंद्र के ऑनलाइन प्रशिक्षण में डीपीओ राकेश सिंह, सात ब्लॉक के सीडीपीओ, कृषक महिलाएं व आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियां गुगल मीट एप से जुड़ी। कार्यक्रम की केवीके की डॉ.निमिषा

अवस्थी ने बताया कि भोज्य पदार्थों में दो तरह के पोषक तत्व होते हैं। तेल वसा व पानी में घुलनशील होता है। सब्जी या अनाज की पानी भिगोकर रखने या धोते समय उसके पोषक तत्व विटामिन सी, बी व शर्करा आदि बह जाती है। लोग अधिकतर सब्जी काटने के बाद धोते हैं, लेकिन हमेशा सब्जी को धोकर ही काटनी चाहिए।

सब्जी में अधिक तेल का प्रयोग न करें। सब्जी को कभी भी खुली न पकाएं। डा.चंद्रकला ने बताया कि विटामिन सी युक्त फल, सब्जी को काटकर ज्यादा समय के लिए खुला न छोड़े। इससे कई तरह की कीटाणुनाशक बैक्टीरिया आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों को धोकर ही काटनी चाहिए।

महिलाओं को बताए घर में सब्जी उगाने के तरीके



कृषि विज्ञान केंद्र में गमलों में सब्जी उगाने की महिला किसानों को जानकारी देती वैज्ञानिक डॉ. तिमि यादव।

संवाद ब्यूरो एजेंसी
दूध पीने से शरीर में सेरोटोनिन हार्मोन का स्तर होता है, जिससे दिमाग शांत रहता है। इसलिए दूध को संपूर्ण आहार माना गया है। विषय वस्तु विशेषज्ञ गृह वैज्ञानिक डॉ. रंजना गुप्ता ने बताया कि शरीर को स्वस्थ रखने के लिए हमें पोषक पदार्थों को जरूरत होती है।
ये पोषक पदार्थ ताजे फलों, सब्जियों, साबुत अनाज, फलियों, सूखे मेवों, डेयरी उत्पादों, मांस आदि से मिलते हैं। संतुलित आहार से व्यक्तिगत आवश्यकताओं के अनुसार पोषक तत्वों की मात्रा शामिल होनी चाहिए।
इस दौरान महिलाओं को कृषि विज्ञान केंद्र की प्रत्येक इकाई का भ्रमण भी कराया गया।

दोहा, हेमा मिश्रा, श्रीमती निधि द्विवेदी, वर्मा जी का जन्म हुआ।

प्रसार कार्यकर्ताओं को संतुलित आहार के महत्व के बारे में दिया गया प्रशिक्षण

दियौपुर (अरिया)। कृषि विज्ञान केंद्र परवहा अरिया में पोषण माह के अंतर्गत प्रसार कार्यकर्ताओं को संतुलित आहार के महत्व के बारे में प्रशिक्षण प्रदान किया गया जिसमें पशु पालन विशेषज्ञ डॉ. ब्रिज विकास सिंह ने बताया कि कैसे डेयरी उत्पाद से पोषक तत्वों को पाया जा सकता है हम अपने आहार में प्रतिदिन एक ग्लास दूध जरूर शामिल करना चाहिए। दूध न केवल कैल्शियम का भंडार है, बल्कि इसमें लैक्टिक एसिड भी होता है, जो त्वचा को मृदुलायन करता है। इसे पीने से शरीर में सेरोटोनिन हार्मोन का स्तर होता है, जिससे दिमाग शांत रहता है इसलिए दूध को संपूर्ण आहार माना गया है। और विषय वस्तु विशेषज्ञ गृह विज्ञान डॉ. रंजना गुप्ता ने बताया कि हमारे शरीर को पूरी तरह स्वस्थ रहने के लिए हमें पोषक पदार्थों को भरत रहनी है। ये पोषक पदार्थ अलग-अलग तरह के भोजन से हमें मिलते हैं, मसलन ताजे फल, सब्जियां, साबुत अनाज, फलियों, सूखे मेवों, डेयरी उत्पाद और मांस वगैरह से। इनमें सभी को अपनी आवश्यकता है, इसलिए एक संतुलित आहार में ये सब चीजें

होने चाहिए- जिसकी हमारे शरीर को स्वस्थ रखने में मदद मिलेगी संतुलित आहार में व्यक्तिगत आवश्यकताओं के अनुसार पोषक तत्वों की मात्राएं शामिल होनी चाहिए। उसमें सब्जियों को खाने खाता होने को सौकीन है तो परेशान होने की आवश्यकता नहीं है अपने आप अपने घर में पको उगाह वह छत्र पर गमलों में हरी सब्जियां उगा सकते हैं। इसपर गमले न हो तो घर



सभी पोषक तत्वों को स्थान मिलना चाहिए। संतुलित आहार ऐसा होना चाहिए कि विशेष पोषक तत्व थोड़ा-थोड़ा ही वेस- प्रोटीन और चर्मा, प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट आदि। उस आहार में सभी पोषक तत्व उचित अनुपात में होने चाहिए। और ग्रामीण महिलाओं को गमले में सब्जियों को उगाने की तकनीक को बताया गया किन्तु ध्यान में बचाव नहीं है और वह लोग हरी सब्जियों को खाने खाता होने को सौकीन है तो परेशान होने की आवश्यकता नहीं है अपने आप अपने घर में पको उगाह वह छत्र पर गमलों में हरी सब्जियां उगा सकते हैं। इसपर गमले न हो तो घर में पड़े पौष्टिक हारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए हमें पोषक पदार्थों को जरूरत होती है। ये पोषक पदार्थ अलग-अलग तरह के भोजन से हमें मिलते हैं, मसलन ताजे फल, सब्जियां, साबुत अनाज, फलियों, सूखे मेवों, डेयरी उत्पाद और मांस वगैरह से। इनमें सभी को अपनी आवश्यकताओं के अनुसार पोषक तत्वों की मात्राएं शामिल होनी चाहिए। उसमें सभी पोषक तत्वों को स्थान मिलना चाहिए। संतुलित आहार ऐसा होना चाहिए कि विशेष पोषक तत्व थोड़ा-थोड़ा ही वेस- प्रोटीन और चर्मा, प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट आदि। उस आहार में सभी पोषक तत्व उचित अनुपात में होने चाहिए।

पोषण माह के अंतर्गत प्रसार कार्यकर्ताओं को संतुलित आहार के महत्व के बारे में प्रशिक्षण प्रदान किया गया

(केंद्र विज्ञान संवाददाता)
दियौपुर। कृषि विज्ञान केंद्र परवहा अरिया में पोषण माह के अंतर्गत प्रसार कार्यकर्ताओं को संतुलित आहार के महत्व के बारे में प्रशिक्षण प्रदान किया गया जिसमें पशु पालन विशेषज्ञ डॉ. ब्रिज विकास सिंह ने बताया कि कैसे डेयरी उत्पाद से पोषक तत्वों को पाया जा सकता है हम अपने आहार में प्रतिदिन एक ग्लास दूध जरूर शामिल करना चाहिए। दूध न केवल कैल्शियम का भंडार है, बल्कि इसमें लैक्टिक एसिड भी होता है, जो त्वचा को मृदुलायन करता है। इसे पीने से शरीर में सेरोटोनिन हार्मोन का स्तर होता है, जिससे दिमाग शांत रहता है इसलिए दूध को संपूर्ण आहार माना गया है। और विषय वस्तु विशेषज्ञ गृह विज्ञान डॉ. रंजना गुप्ता ने बताया कि हमारे शरीर को पूरी तरह स्वस्थ रहने के लिए हमें पोषक पदार्थों को जरूरत होती है। ये पोषक पदार्थ अलग-अलग तरह के भोजन से हमें मिलते हैं, मसलन ताजे फल, सब्जियां, साबुत अनाज, फलियों, सूखे मेवों, डेयरी उत्पाद और मांस वगैरह से। इनमें सभी को अपनी आवश्यकताओं के अनुसार पोषक तत्वों की मात्राएं शामिल होनी चाहिए। उसमें सभी पोषक तत्वों को स्थान मिलना चाहिए। संतुलित आहार ऐसा होना चाहिए कि विशेष पोषक तत्व थोड़ा-थोड़ा ही वेस- प्रोटीन और चर्मा, प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट आदि। उस आहार में सभी पोषक तत्व उचित अनुपात में होने चाहिए। और ग्रामीण महिलाओं को गमले में सब्जियों को उगाने की तकनीक को बताया गया किन्तु ध्यान में बचाव नहीं है और वह लोग हरी सब्जियों को खाने खाता होने को सौकीन है तो परेशान होने की आवश्यकता नहीं है अपने आप अपने घर में पको उगाह वह छत्र पर गमलों में हरी सब्जियां उगा सकते हैं। इसपर गमले न हो तो घर में पड़े पौष्टिक हारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए हमें पोषक पदार्थों को जरूरत होती है। ये पोषक पदार्थ अलग-अलग तरह के भोजन से हमें मिलते हैं, मसलन ताजे फल, सब्जियां, साबुत अनाज, फलियों, सूखे मेवों, डेयरी उत्पाद और मांस वगैरह से। इनमें सभी को अपनी आवश्यकताओं के अनुसार पोषक तत्वों की मात्राएं शामिल होनी चाहिए। उसमें सभी पोषक तत्वों को स्थान मिलना चाहिए। संतुलित आहार ऐसा होना चाहिए कि विशेष पोषक तत्व थोड़ा-थोड़ा ही वेस- प्रोटीन और चर्मा, प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट आदि। उस आहार में सभी पोषक तत्व उचित अनुपात में होने चाहिए।

पोषण प्रबंधन का महिलाओं को मिला प्रशिक्षण

जागरण संवाददाता, मीरजापुर : बरकछा स्थित कृषि विज्ञान केंद्र में पोषण माह कार्यक्रम के तहत महिलाओं को केंद्र अध्यक्ष प्रो. श्रीराम सिंह ने सहजन का पौधा वितरित किया। महिलाओं को सहजन से होने वाले लाभ के बारे में विस्तार से जानकारी दी। वरिष्ठ वैज्ञानिक प्रो. संत प्रसाद ने ग्रामीणों के स्वास्थ्य में पोषण के महत्व पर विस्तार से प्रकाश डाला। डा. एसके गोयल ने खाद्य पदार्थों से पोषण प्रबंधन के बारे में जानकारी दी तथा संतुलित आहार का महत्व बताया। डा. एसएन सिंह द्वारा पालक, धनिया, चुकंदर, मेथी द्वारा पोषण प्रबंधन की जानकारी दी। राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा मिशन योजना के तहत दो दिवसीय कृषक प्रशिक्षण कार्यक्रम में तिल की फसल के बारे में चर्चा की। साथ ही सरसो के आरएच 749 प्रजाति के बारे में जानकारी दी।

पोषण माह के तहत विचार गोष्ठी का हुआ आयोजन



डुमरियागंज सिद्धार्थनगर। मंगलवार को आचार्य नरेंद्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय द्वारा संचालित कृषि विज्ञान केंद्र पोषण माह अभियान के तहत पोषण माह पर कृषक गोष्ठी का आयोजन किया गया जिसमें केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं अध्यक्ष डॉ. एल सी वर्मा ने गर्भवती महिलाओं धात्री महिलाएं बच्चे किशोरियों को अपने चर्चा में पोषण मान उद्देश्य छोटे बच्चों, का प्रयोग करें।

महिलाओं और किशोरियों में कुपोषण और एनीमिया को कम करना है इसके साथ ही आहार व्यवहार विटामिंस पर चर्चा किया। डॉ. डीपी सिंह, डॉ. एस एन सिंह, डॉ. एस के मिश्रा व डॉ. प्रदीप कुमार ने पोषण के महत्व के बारे में बताते हुये 'पोषण माह' कुपोषण के खिलाफ सिद्धार्थनगर की महिलाओं को जागरूक किया। पोषण माह में महिलाएं व पुरुष उपस्थित रहे।

कृषि विज्ञान केंद्र पर पोषण अभियान कार्यक्रम मनाया गया

जिला की आंगनवाड़ी कार्यकर्ता व कृषक महिलाओं ने की भागीदारी

फोटो- पोषण अभियान के अंतर्गत पोषण किट वितरित करते कृषि वैज्ञानिक फफूंद (औरैया)। जनपद के कृषि विज्ञान केंद्र परवाहा में केंद्र एचमू इफको औरैया के संयुक्त तत्वाधान पोषण माह के अंतर्गत पोषण अभियान गुरुवार को मनाया गया जिसमें आंगनवाड़ी कार्यकर्ता तथा कृषक महिलाओं ने भागीदारी की। गुरुवार को कृषि विज्ञान केंद्र परवाहा में पोषण माह के अंतर्गत मनाया गया पोषण अभियान 2020 जनपद के सरपंच समाज कृषि विज्ञान केंद्र परवाहा औरैया एवं इसको औरैया के संयुक्त तत्वाधान में केंद्र सरकार के निर्देशानुसार मनाया गया। आंगनवाड़ी कार्यकर्ता एवं कृषक महिलाओं ने कार्यक्रम में भागीदारी की, समस्त प्रतिभागियों को पोषण किट

सब्सिडियों के बीच का वितरण किया गया कार्यक्रम की शुरुआत में केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं हेड डॉ. अनंत कुमार द्वारा



मानव पोषण पर चर्चा करते हुए सभी महिलाओं से केंद्र से जुड़े रहने एवं पोषण वाटिका लगाकर घर से जैविक सब्जी उत्पादन का प्रयोग करने पर बल दिया इफको के जिला प्रबंधक श्री प्रेम राज

शर्मा ने पोषण अभियान के तहत आंगनवाड़ी कार्यकर्ता का सहयोग की अपील के साथ कोविड-19 बचाव हेतु

काढ़ा बनाने एवं सामाजिक दूरी पर प्रकाश डाला केंद्र की ग्रह वैज्ञानिक डॉ. रीम यादव ने समस्त महिलाओं को बताया कि एक स्वस्थ बच्चा स्वस्थ समाज की आधारशिला होता है।

पोषण माह के तहत विचार गोष्ठी का हुआ आयोजन

डुमरियागंज सिद्धार्थनगर। मंगलवार को आचार्य नरेंद्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय द्वारा संचालित कृषि विज्ञान केंद्र पोषण माह अभियान के तहत पोषण माह पर कृषक गोष्ठी का आयोजन किया गया जिसमें केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं अध्यक्ष डॉ. एल सी वर्मा ने गर्भवती महिलाओं धात्री महिलाएं बच्चे किशोरियों को अपने चर्चा में पोषण मान उद्देश्य छोटे बच्चों, महिलाओं और किशोरियों में कुपोषण और एनीमिया को कम करना है इसके साथ ही आहार व्यवहार विटामिंस पर चर्चा किया। डॉ. डीपी सिंह, डॉ. एस एन सिंह, डॉ. एस के मिश्रा व डॉ. प्रदीप कुमार ने पोषण के महत्व के बारे में बताते हुये 'पोषण माह' कुपोषण के खिलाफ सिद्धार्थनगर की महिलाओं को जागरूक किया। पोषण माह में महिलाएं व पुरुष उपस्थित रहे।



सदर विधायक ने आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को बांटी किट

इटावा। सदर विधायक सरिता भदौरिया ने आज यहां कहा कि देश के किसानों की आय बढ़ाने की दिशा में सरकार सकारात्मक कदम उठा रही है और अब खेतों में पुरुषों के मुकाबले महिलाएं भी बराबर हाथ बंटा रही है। यह सौभाग्य की बात है। आज कृषि विज्ञान केंद्र, इटावा पर पोषण अभियान 2020 एवं महिला कृषक प्रशिक्षण के



इटावा : सदर विधायक सरिता भदौरिया का स्वागत करती केंद्र की वैज्ञानिक सुनीता मिश्रा। फोटो : एसएनबी

तहत आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को पोषण वाटिका एवं संतुलित आहार पर केंद्र की वैज्ञानिक सुनीता मिश्रा ने प्रशिक्षण दिया एवं पोषण वाटिका हेतु बीज किट सदर विधायक सरिता भदौरिया के कर कमलों द्वारा वितरित काए गये। कार्यक्रम का शुभारम्भ सदर विधायक द्वारा दीप प्रज्वलन से की गई। केंद्र की वैज्ञानिक सुनीता मिश्रा ने सदर विधायक को शाल ओढ़ाकर स्वागत किया। उपरोक्त कार्यक्रम में 80 आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं ने भाग लिया।

जैविक सब्जी के उत्पादन से खत्म होगा कुपोषण

जानकारी दी

बहराइच। हिन्दुस्तान संवाद

जिले को कुपोषण मुक्त करने व पोषण के स्रोत खाने व फसलों की जानकारी देने के लिए गुरुवार को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मदिवस पर गुरुवार को शहर स्थित कृषि विज्ञान केंद्र प्रथम के नवोन्मत्त प्रशिक्षण हल में माह सितम्बर को पोषण माह के रूप में मनाया गया। कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि बलराज विधायक सरोज सोनकर मौजूद रहें।

बलराज विधायक ने महिलाओं का आश्वासन किया कि वह पोषण को समझना से निपटने के लिए स्वयंसेवकी बनें और अपने खेत पर या घर के पास जैविक सब्जियां और अनाजों का उत्पादन करें। सरकार की ओर से भी भरपूर सहयोग दिया जाएगा। केंद्र के प्रभारी अधिकारी डॉ. एमपी सिंह ने बताया कि पोषण और स्वास्थ्य दोनों एक सिक्के के दो पहलू हैं। अच्छा पोषण



कृषि विज्ञान केंद्र प्रथम पर कार्यकर्ता को समानित करती बलराज विधायक, मौजूद अफसर वकी है जिसमें शरीर की जरूरत विकास एवं बीमारियों से लड़ने के लिए जरूरी तत्व मौजूद हैं।

केंद्र के वैज्ञानिक डॉ. शैलेंद्र सिंह व कार्यक्रम के समन्वयक एवं वैज्ञानिक गृह विज्ञान रेंजु आर्या ने फल एवं सब्जियों के पोषक तत्व के बारे में बताया। उपनिदेशक कृषि डॉ. आरके सिंह, मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी डॉ. बलवंत सिंह, जिला उद्यान अधिकारी पारसनाथ, इफको के क्षेत्रीय प्रबंधक सर्वजीत वर्मा एवं जिला कार्यक्रम अधिकारी जीडी रावत ने भी अपने विचार रखे।

के निर्माण के टिप्स दिए गए। मुख्य अतिथि ने प्रशिक्षण में भाग लेने वाले 120 आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं व महिला किसानों को बतवाहा कृषि सब्सिडियों में पाए जाने वाले विटामिन प्रोटीन एवं खनिज पदार्थों से बहुरंग से रंग नष्ट हो जाते हैं पोषण वाटिका का रखा जाता है। केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं अध्यक्ष डॉ. एल सी वर्मा ने आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को पोषण वाटिका लगाने का तरीका बताया। केंद्र के वैज्ञानिक डॉ. सुनीता सिंह ने संतुलित आहार की जानकारी दी। सभी को कुछ सब्सिडियों कीट (पालक, मेथी, धनिया, मूली एवं गाजर के बीज) तथा सहजन का पौधा वितरित किया गया। उन्होंने कहा कि बाजार में विक्रय वाली चमकदार फल सब्सिडियों को रासायनिक उर्वरक प्रयोग करके उगाया जाता है। जिससे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो रही है। उपनिदेशक रेशम डॉ. एमपी सिंह ने महिलाओं को जैविक सब्सिडियों को उत्पादन की जानकारी दी।

जैविक सब्जी के उत्पादन से खत्म होगा कुपोषण

जानकारी दी

बहराइच | हिन्दुस्तान संवाद

जिले को कुपोषण मुक्त करने व पोषण के श्रोत खानान व फसलों की जानकारी देने के लिए गुरुवार को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के जन्मदिन पर गुरुवार को शहर स्थित कृषि विज्ञान केंद्र प्रथम के नवनिर्मित प्रशिक्षण हॉल में माह सितम्बर को पोषण माह के रूप में मनाया गया। कार्यक्रम में वतौर मुख्य अतिथि बलराम विधायक सरोज सोनकर मौजूद रही।

बलराम विधायक ने महिलाओं का आह्वान किया कि वह पोषण की समस्या से निपटने के लिए स्वादबो बने और अपने खेत व बा घर के पास जैविक सब्जियों और अनाजों का उत्पादन करें। सरकार को और से भी भरपूर सहयोग दिया जाएगा। केंद्र के प्रभारी अधिकारी डॉ. एमपी सिंह ने बताया कि पोषण और खाद्यान्न देने एक सिक्के के दो पहलू हैं। अच्छा पोषण



कृषि विज्ञान केंद्र प्रथम पर कार्यकर्त्री को सम्मानित करती बलराम विधायक, मौजूद अफसर वही है जिसमें शरीर की जरूरत विकास एवं बीमारियों से लड़ने के लिए जरूरी तत्व मौजूद हों।

केंद्र के वैज्ञानिक डॉ. शैलेंद्र सिंह व कार्यक्रम के समन्वयक एवं वैज्ञानिक गृह विज्ञान रेनु आर्या ने फल एवं सब्जियों के पोषक तत्व के बारे में बताया। उपनिदेशक कृषि डॉ. आरके सिंह, मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी डॉ. बलवंत सिंह, जिला उद्यान अधिकारी परमनाथ, इफको के क्षेत्रीय प्रबंधक सर्वजीत वर्मा एवं जिला कार्यक्रम अधिकारी जीडी यादव ने भी अपने विचार रखे।

के निर्माण के टिप लिए गए। मुख्य अतिथि ने प्रशिक्षण में भाग लेने वाले 120 आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों व महिला किसानों को बताया कि सब्जियों में पाए जाने वाले विटामिन प्रोटीन एवं खनिज पदार्थों से बहुत से रोग नष्ट हो जाते हैं। पोषण वाटिका या रसोई घर बाग या फिर गृह वाटिका को कहा जाता है। केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं अध्यक्ष डॉक्टर बी पी शाही ने आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों को पोषण वाटिका लगाने का तरीका बताया।

केंद्र के वैज्ञानिक डॉ. सुरें बरिसे सिंह ने संतुलित आहार की जानकारी दी। सभी को कुछ सब्जियों कीट (पालक, मेथी, धनिया, मूली एवं गाजर के बीज) तथा सहजन का पौधा वितरित किया गया। उन्होंने कहा कि बाजार में बिकने वाली चमकदार फल सब्जियों को रासायनिक उर्वरक प्रयोग करके उगाया जाता है। जिससे शरीर को रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो रही है। उपनिदेशक रेशम डॉ. एसबी सिंह ने महिलाओं को जैविक सब्जियों को उत्पादन की जानकारी दी।

पोषण अभियान व महिला कृषक प्रशिक्षण का आयोजन



कृषि विज्ञान केंद्र मनकापुर में हुआ कार्यक्रम।

संदेश वाहक न्यूज

गोण्डा। गुरुवार को कृषि विज्ञान केंद्र मनकापुर पर भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद नई दिल्ली के निर्देशानुसार आचार्य नरेंद्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के तत्वावधान में पोषण अभियान एवं महिला कृषक प्रशिक्षण का आयोजन किया गया। इसका उदघाटन विधायक गौरा के प्रतिनिधि नीरज पटेल द्वारा किया गया। श्री पटेल ने आह्वान किया कि वैज्ञानिकों द्वारा बताए गए पोषण के अनुसार कृषक

महिलाएं अपने परिवार एवं समाज का स्वास्थ्य अच्छा बना सकती हैं। इस अवसर पर मंडल अध्यक्ष भाजपा शोहरत वर्मा एवं किसान मोर्चा के मंडल अध्यक्ष माता प्रसाद, इफको के क्षेत्रीय प्रबंधक दिनेश कुमार सिंह, केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं अध्यक्ष डॉक्टर ओम प्रकाश, डॉक्टर एमके पांडेय, डॉक्टर केके मौर्य, डॉक्टर पीके मिश्रा, डॉ राम लखन सिंह, डॉ मनोज कुमार सिंह, डॉ अर्चना सिंह आदि वैज्ञानिकों ने विभिन्न विषयों पर पोषण संबंधी जानकारी दी।

रासायनिक उर्वरक की बजाए जैविक खाद का करें प्रयोग

कृषि विज्ञान केंद्र बरकछा में महिला कृषक प्रशिक्षण कार्यक्रम

जागरण संवाददाता, मीरजापुर : बरकछा स्थित कृषि विज्ञान केंद्र में राष्ट्रीय पोषण माह अभियान का आयोजन किया गया। जिलाधिकारी सुशील कुमार पटेल ने कहा कि विषय का अग्रणी फल एवं सब्जी उत्पादक राष्ट्र होने के बावजूद भी हमारी उत्पादकता बहुत कम है एवं अधिकांश जनसंख्या ऐसी ही जो संतुलित एवं पोषित आहार के अभाव में कुपोषण एवं इससे होने वाली बीमारियों से ग्रस्त हो जाते हैं। सब्जियां एवं फल जो कि पोषिकता से परिपूर्ण होते हैं, उसके निदान में काफी हद तक उपयोगी होते हैं।



कृषि विज्ञान केंद्र में आयोजित कार्यक्रम में वोलते डीएम सुशील कुमार पटेल

जिलाधिकारी ने कहा कि पोषिक आहार न लेने की वजह से देश की जनसंख्या का बहुत बड़ा हिस्सा चिरौरीय है। कुपोषण जैसी बीमारी को दूर भागने के लिये सब्जियों से मिलने वाली पोषण सुरक्षा का महत्त्व बढ़ जाता है।

हम सभी को अपने पोषिक एवं संतुलित बनाने के लिए भोजन

सकता है। कृषि विज्ञान केंद्र अध्यक्ष प्रो. डा. राम सिंह ने स्वागत करते हुए पोषिक आहार व पोषण वाटिका को लगाने के बारे में जानकारी दी। इफको के वरिष्ठ प्रबंधक डा. जीपी तिवारी ने स्वयं को स्वस्थ बनाने के साथ जमीनों को स्वस्थ रखने पर बोल दिया। नीलम अधिकारी डा. एस्के गोयल, डा. एसपी सिंह, डा. जेपी सिंह, डा. जीपी तिवारी ने जानकारी दी। डीपीआरओ अरविंद कुमार, बीएसए वरिष्ठ कुमार सिंह आदि रहे।

औषधीय पौधरोपण पर जोर दें आंगनबाड़ी वर्कर कृषि विज्ञान केंद्र पर आंगनबाड़ी वर्करों को दिया सुपोषण का प्रशिक्षण

संवाद न्यूज एजेंसी

रामपुर। पोषण माह के दौरान प्रत्येक आंगनबाड़ी केंद्र एवं परिवर्तीय विद्यालयों के साथ-साथ आम लोगों को भी अपने आसपास के खाली स्थानों पर पोषण वाटिका बनाने के लिए विशेष जोर दिया जा रहा है। इसके लिए प्रशासनिक स्तर से कृषि विज्ञान केंद्र धर्मपुर के माध्यम से आंगनबाड़ी वर्कर एवं अन्य महिलाओं को प्रशिक्षण भी प्रदान किया गया।



रामपुर क्षेत्र में आंगनबाड़ी वर्करों ने पोस्टर के माध्यम से दिया पोषण का संदेश।

जिला कार्यक्रम अधिकारी राजेश कुमार ने बताया कि विकास खंड मिलक एवं चमरीआ क्षेत्र की 40 आंगनबाड़ी वर्कर एवं 40 अन्य महिलाओं को कृषि विज्ञान केंद्र पर पोषण वाटिका में विभिन्न प्रकार के औषधीय पौधों को लगाने तथा उनकी देखभाल के तरीके भी बताया गए। इसके अलावा इन महिलाओं को कृषि विज्ञान केंद्र की तरफ से गाजर, मूली, पालक, मेथी आदि के बीज भी दिए गए, ताकि वे अपने गांव में जाकर विभिन्न स्थलों पर पोषण वाटिका बनाकर उसमें उच्च उत्पादक एवं गुणवत्ता वाले बीजों का रोपण कर सकें तथा लोग सरकार की कुपोषण से लड़ने के लिए चलाई जा

आंगनबाड़ी केंद्रों पर पोस्टर प्रतियोगिता का हुआ आयोजन

रही इस मुहिम का हिस्सा बनकर स्वयं और अपने परिवार के स्वास्थ्य के प्रति जागरूक हो सकें। आंगनबाड़ी केंद्रों पर पोस्टर प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया, जिसमें स्थानीय बच्चों ने बेहद उत्साहित होकर पोषण पर आधारित पोस्टर बनाकर परिजनों को सुपोषण के फायदे बताए।

उन्होंने कहा कि इस पूरे अभियान में सामुदायिक स्थानों के साथ-साथ प्रत्येक घर में फल, सब्जी तथा

औषधीय पौधे लगाने हेतु विभिन्न गतिविधियों को प्रोत्साहित किया जा रहा है। देश में आवुर्दे की अत्यंत प्राचीन एवं समृद्ध परंपरा है। अदरक, हल्दी, सहजन, बेल, आंवला, नीम, तुलसी, पुदीना आदि का भोजन में उपयोग करने से प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि होती है, जिससे विभिन्न बीमारियां तथा वायरल संक्रमण से बचाव होता है। सितंबर माह शाक-सब्जियों एवं फलों के रोपण का उचित समय है। इसलिए 'पोषण के लिए पौधे' अभियान के अंतर्गत किचन गार्डन के विकास को प्रोत्साहित किया जा रहा है।



पोषण माह अभियान के तहत महिलाओं को जागरूक करती कृषि विज्ञान केंद्र की वैज्ञानिक स्वाती दीपक दुबे • जागरण

पोषण वाटिका महत्व के बारे में दिया गया प्रशिक्षण

संसू, कुंडा : पोषण माह अभियान के अंतर्गत कृषि विज्ञान केंद्र की गृह वैज्ञानिक स्वाती दीपक दुबे ने बैहारी का पुरवा ग्राम में महिलाओं एवं आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं को पोषण वाटिका के महत्व के बारे में बताया।

उन्होंने कहा कि पोषण वाटिका का उपयोग करने से किस तरीके से कुपोषण को दूर किया जा सकता है। इसके बारे में जानकारी दी गई। सब्जियां हेतु एवं कुपोषण के बचाव

के लिए सभी महिलाएं पोषण वाटिका बनाकर अपने परिवार का सहयोग कर सकती हैं। इससे बच्चे प्रतिदिन आहार में हरी एवं ताजा सब्जियों का उपयोग कर सकेंगे।

पोषण वाटिका में सभी प्रकार की सब्जियां, फल, बेल वाले पौधे, पत्ती वाली सब्जियां लगाई जा सकती हैं। नई प्रजातियों का उपयोग करके वर्ष भर इसका उत्पादन कर सकते हैं। इस अवसर पर पिंकी सरिता रीता अर्चना महिलाएं रही।

आहार में आवश्यक पोषक तत्वों का संतुलन न होने से हो रही परेशानियां

-कृषि उप सभाग सिधौली के सभागार में एक प्रशिक्षण कार्यक्रम

सिधौली-सीतापुर। किचुआं बच्चों, गर्भवती महिलाओं, बुजुर्ग एवं अन्य बीमार-पुजुर्गों में उचित पोषण न मिलने के कारण हो रही समस्याओं को ध्यान में रखते हुए लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से भारत सरकार द्वारा पोषण माह मनाया जा रहा है जिसके औपचारिक शुभारंभ के शुभ अवसर पर आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं एवं महिला किसानों का पोषण विषय में कोशल विकास करने के लिए मि. विज्ञान केंद्र, सीतापुर, सीतापुर द्वारा मि. उप सभाग सिधौली के सभागार में एक प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसका उद्देश्य सिधौली विकास खण्ड के प्रमुख विस्था प्रकाश पाण्डेय द्वारा कार्यक्रम में क्षेत्र की कुल 80 आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं, तीन पुरवावाहन, बाल विकास परिषद के अधिकारी एवं 25 महिला किसानों ने प्रतिभाग किया।

बौद्ध धार्मिक एवं अन्य 30 मुंश सिंह ने कहा कि



अन्यत्र आहार में आवश्यक पोषक तत्वों का संतुलन न होने के कारण लोगों को स्वास्थ्य संबंधी, रक्तहीन मस्तिष्क एवं बुजुर्गों को नाना प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। अतः सभी लोगों को उचित पोषण को अनिवार्य और आवश्यक है। मुजुज अतिथि बरक प्रमुख विस्था प्रकाश पाण्डेय ने अपने संबोधन में कहा कि सभी लोगों को प्रशिक्षण में भाग लेने वाली बहानों को ध्यानपूर्वक सुनकर एवं पोषण विज्ञान

वाटिका को प्रदर्शन इकाई तैयार करने के लिए इसके द्वारा उदाहरण, गन्ना, मूली, धनिया एवं मेथे के बीज की किट भी प्रदान की गई। अन्य कार्यकर्ताओं एवं महिला किसानों को भी किट वितरण को सुदृढ़ बनाने का वादा किया गया। इसके सिधौली के प्रभारी प्रकाश, क्षेत्र पंचायत सदस्य नीरव सिंह एवं मि. उप सभाग सिधौली के सभी कार्यपालक मौजूद रहे।

आंगनबाड़ियों को पोषण वाटिका किट दिए

57 प्रतिशत महिलाओं, बच्चों में आयरल और कैल्शियम की कमी

संवाद न्यूज एजेंसी

ज्ञानपुर। कृषि विज्ञान केंद्र बेजवां और इफको की ओर से बृहस्पतिवार को पोषण अभियान अंतर्गत महिला कृषकों को सेहत के प्रति जागरूक किया बल्कि आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं में पोषण वाटिका को संवारने के लिए औराई विधायक दीनानाथ भास्कर ने सब्जी बीज किट का वितरण भी कराया। कार्यक्रम का शुभारंभ कर भगवान शिल्पी को नमन किया।

वक्ताओं ने कहा कि प्रदेश सरकार महिलाओं की सेहत सुधारने के लिए प्रयासरत है जिसके अंतर्गत मिलने वाली सुविधाओं का लाभ अधिक संख्या में उठाना समय की मांग है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के

महिला कृषकों में स्वास्थ्य जागरूकता के लिए की गई पहल

जन्मदिन पर केंद्र सरकार की योजनाओं पर भी प्रकाश डाला। वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. विश्वेंद्र द्विवेदी ने कहा कि 57 प्रतिशत महिलाएं, बच्चे आयरल और कैल्शियम की कमी के कारण प्रभावित रहते हैं जिससे निजात पाने के लिए मेथी का सेवन करना लाभप्रद होगा। उप निदेशक कृषि एके सिंह ने रागी, मंडवा, सांवा, कोदो को शून्य लागत, तकनीक तरीके से उगाकर प्रयोग में लाने पर बल दिया।

डीपीओ राजीव सिंह ने आंगनबाड़ी केंद्रों से मिलने वाली

सुविधाओं पर विस्तार चर्चा की। कृषि प्रसार विशेषज्ञ डा.आरपी चौधरी ने ज्वार, बाजरा की उपयोगिता, फसलों के संवर्द्धन प्रजातियों, पशु चिकित्सा विशेषज्ञ डा.गोविंद चौधरी ने गाय के दूध, उत्पादों के मूल्य संवर्द्धन की जानकारी दी। पदप सुरक्षा विशेषज्ञ डा.मनोज पांडेय ने शहद, मशरूम पोषण प्रबंधन के लिए प्रेरित किया। गृह विज्ञान विशेषज्ञ डा.रेखा सिंह ने पोषण धाली विधि को स्वस्थ रहने का सरल तरीका बताया। इस मौके पर डा.एके चतुर्वेदी, सर्वेश बरनवाल, डा.प्रभात सिंह, वीवी दीप्तिका, धनंजय प्रसाद सिंह, प्रमोद पासवान, रीता अवस्थी, पुनम देवी, प्रतिमा पाल, सुनीता देवी, शिवानी देवी, रंजन, नगीना देवी रही।

