

**दलहन विकास निदेशालय, भोपाल द्वारा विश्व खाद्य दिवस के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम  
दिनांक 10-10-2021 से 16-10-2021 तक आयोजित कार्यक्रमों का प्रतिवेदन**

क्रमांक	दिनांक	आयोजित कार्यक्रम
1.	10.10.2021	विन्ध्याचल भवन परिसर में आम जनता को विश्व खाद्य दिवस के बारे में जागरूकता हेतु पोषण आहार में दलहन का महत्व बताया तथा बैनर व पोस्टर के माध्यम से संतुलित आहार में सम्मिलित अवयवों से अवगत कराया।
2.	11.10.2021	निदेशालय के अधिकारियों व कर्मचारियों की बैठक का आयोजन किया गया जिसमें दलहन व खाद्य तेलों का महत्व व वर्तमान परिवेश में स्वास्थ्य संबंधित समस्याओं से बचने के लिए उचित मात्रा में उपयोग करने से संबंधित चर्चा हुई। चर्चा के दौरान यह बताया गया कि खाद्य तेलों का उपयोग आवश्यकता से 2 से 3 गुना अधिक मात्रा में किया जा रहा है जोकि स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं को बढ़ाने में उत्तरदायी है। अतः इसका उचित मात्रा में उपयोग करना बहुत ही आवश्यक है। साथ ही परिरक्षित खाद्य पदार्थ जैसे – पीजा, बर्गर, पैस्ट्री, बिस्किट की जगह घरेलू /लोकल भोज्य पदार्थ का उपयोग करने पर महत्व दिया। जिससे की स्थानीय लोगों को रोजगार मिलता रहे तथा स्वास्थ्य भी ठीक बना रहे।
3.	12.10.2021	विन्ध्याचल भवन परिसर की कैंटीन के कर्मचारियों व उपस्थित लोगों को खाद्य तेलों के उचित मात्रा में उपयोग की महत्वता को बताया गया तथा खाद्य तेलों के उपयोग के बाद बचे हुए तेल को बार-बार उपयोग न करने व नये खाद्य तेल में न मिलाने का सुझाव दिया गया। जिससे की खाद्य तेल से होने वाले स्वास्थ्य संबंधी विकारों से बचा जा सकें।
4.	13.10.2021	निदेशालय के अधिकारियों व कर्मचारियों को न्यूट्रीसीरियल के महत्व को बताया तथा ज्वार, बाजरा व मिलेट को हमारे दैनिक आहार में सम्मिलित करने व इससे होने वाले फायदों के बारे में चर्चा हुई। वर्तमान परिवेश में होने वाली उपापचयी रोग जैसे रक्तचाप, मधुमेह व अन्य बीमारियों को न्यूट्रीसीरियल के उपयोग से प्रबंधित या ठीक किया जा सकता है से संबंधित विस्तृत चर्चा हुई। इसी क्रम में न्यूट्रीसीरियल से बनी खिचड़ी का उपयोग समस्त अधिकारियों व कर्मचारियों को करवाया गया तथा इससे होने वाले फायदों को भी बताया गया।
5.	14.10.2021	विन्ध्याचल भवन परिसर में स्थित कृषि विभाग व उद्यानिकी विभाग के कर्मचारियों /तकनीकी सहायकों को संतुलित आहार में दलहन का महत्व बताया जिसके अंतर्गत 12 प्रकार के पोषक तत्वों को विभिन्न प्रकार की दलहन के उपयोग से प्राप्त कर सकते हैं। शाकाहारी आहार में दलहन का पोषण सुरक्षा में विशेष महत्व को विस्तृत रूप से बताया गया। किसी एक प्रकार की दालों का प्रयोग न करके भिन्न-भिन्न दालों को आहार में सम्मिलित करने का सुझाव दिया गया।
6.	15.10.2021	केन्द्रीय आवासिय परिसर के सामुदायिक भवन प्रांगण में निदेशालय द्वारा विश्व खाद्य दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें आवासिय परिसर के रहवासी निदेशालय के अधिकारी/कर्मचारियों ने भाग लिया जिसमें डा. ए.के. शिवहरे, संयुक्त निदेशक द्वारा रहवासियों के बीच में विश्व खाद्य दिवस के कार्यक्रम के अंतर्गत जागरूकता कार्यक्रम में दालों का महत्व तथा विभिन्न प्रकार की दालें तथा पाये जाने वाले पोषक तत्व तथा संतुलित आहार में उनकी आवश्यकता पर जानकारी दी। साथ ही दालों को पकाने के सही तरीके व उपयोग से अवगत कराया एवं लोकल खाद्य पदार्थ का अधिक से अधिक उपयोग करने की सलाह तथा परिरक्षित खाद्य पदार्थ (पैकड सामग्री) का कम से कम उपयोग करने का सुझाव दिया। जिससे की स्थानीय/परम्परागत उत्पाद की मांग बढ़ने से स्थानीय लोगों को भी रोजगार मिलता रहे तथा स्वास्थ्य भी ठीक बना रहे। वर्तमान में हम खाद्य एवं दलहन उत्पादन में आत्मनिर्भर हैं। यह केन्द्र सरकार के दलहन विशेष पर चलाये गये सामूहिक कार्यक्रमों का ही परिणाम है कि पूर्व वर्षों में हमें अन्य देशों से दलहन को आयात करना पड़ता था जिससे हमें बड़ी मात्रा में विदेशी मुद्रा खर्च करनी पड़ती

क्रमांक	दिनांक	आयोजित कार्यक्रम
		<p>थी। वर्तमान समय में आयात पर होने वाले विदेशी मुद्रा के खर्च में बचत हुई है। साथ ही रहवासियों से खाद्य पदार्थों के समुचित उपयोग व दुरुपयोग पर रोक लागाने का आग्रह किया कि घर पर, रेस्टोरेंट व अन्य जगहों पर खाना उतनी ही मात्रा में मंगवाये/ले जिससे कि भोजन का दुरुपयोग न हो सके और देश में सभी को खाद्यान्न उपलब्ध हो सके।</p> <p>डा. शिवहरे द्वारा गृह वाटिका का महत्व बताया गया जिसमें दैनिक आवश्यकताओं के जैविक फल-सब्जी हम घर पर ही प्राप्त कर सके। साथ ही श्री इंद्रमणी कुशवाह द्वारा विकसित गृह वाटिका का सभी रहवासियों /प्रतिभागियों के साथ भ्रमण किया और देखा गया कि उन्होंने किचन में उपयोग होने वाले कई प्रकार के मसाले, सब्जियाँ व फल लगा रखे हैं। डा. शिवहरे द्वारा किचन गार्डन को और अधिक उपयोगी बनाने के लिए कई प्रकार के उपयोगी जानकारी दी गई और अन्य उपस्थित रहवासियों को भी किचन गार्डन बनाने का सुझाव दिया गया। रहवासियों के सवाल/जिज्ञासाओं के जबाब दलहन विकास निदेशालय के अधिकारियों/कर्मचारियों द्वारा दिये गये।</p>
7.	16.10.2021	<p>सी.जी.एच.एच. डिस्पेसरी क्रमांक 2, भोपाल के परिसर में विश्व खाद्य दिवस के कार्यक्रम आयोजन इस निदेशालय द्वारा किया गया। जिसमें सी.जी.एच.एच. के डा. राखी महेश्वरी, सी.एम.ओ. एवं डा. सागर गंगवानी, मेडीकल ऑफीसर व उनके कर्मचारी एवं सी.जी.एच.एस. लाभार्थी एवं निदेशालय के अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा भाग लिया गया।</p> <p>सर्वप्रथम निदेशालय के डा. ए.के. शिवहरे, संयुक्त निदेशक द्वारा बताया गया कि विश्व खाद्य दिवस मनाने का उद्देश्य भुखमरी से लड़ाई हेतु लोगों को जागरूक करना है ताकि खाद्य सुरक्षा पोषण सुरक्षा सुनिश्चित की जा सके इस कार्य हेतु संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा खाद्य एवं कृषि संगठन की स्थापना 16 अक्टूबर, 1945 में की गई थी। यह संगठन बदलती तकनीक के साथ कृषि, पर्यावरण, पोषक तत्व और खाद्य सुरक्षा के बारे में जानकारी देता है ताकि पूरी दुनिया में खाद्य पदार्थों की गुणवत्ता बढ़ाई जा सके और भुखमरी/कुपोषण को रोका जा सके। वर्ष 1979 में कॉन्फ्रेंस में विश्व खाद्य संगठन (एफ.ए.ओ.) ने विश्व खाद्य दिवस मनाने की घोषणा की जब से प्रत्येक वर्ष 16 अक्टूबर को किसी एक निश्चित थीम पर मनाया जाता है इस वर्ष की थीम "हमारे कार्य हमारा भविष्य है – बेहतर उत्पादन, बेहतर पोषण, बेहतर वातावरण और बेहतर जीवन है। जोकि 150 देशों में मनाया जा रहा है ताकि बेहतरीन खाने को प्रोत्साहित तथा खाद्यान्न की कमी से निपटा जा सके। सभी विकसित एवं विकासशील देशों में भुखमरी व कुपोषण की समस्या है। 114 देशों में भारत 101 पायेदान पर है जो कि केवल 13 देशों से अच्छी स्थिति में है यहा तक की पाकिस्तान, नेपाल, बांग्लादेश व अन्य पड़ोसी देशों की स्थिति से भी खराब स्थिति है। जिसे बेहतर बनाने की आवश्यकता है।</p> <p>डा. शिवहरे द्वारा दलहन का पोषण आहार में महत्व व देश व विश्व में दलहन की उत्पादन सांख्यिकी से संबंधित तथ्यों से अवगत कराया गया और लोगों को जागरूक करते हुए आग्रह किया गया कि घर पर, रेस्टोरेंट व अन्य जगहों पर खाना उतनी ही मात्रा में मंगवाये/ले जिससे कि भोजन का दुरुपयोग न हो सके और देश में सभी को खाद्यान्न उपलब्ध हो सके। अतः दुनिया में भूख और खाद्य सुरक्षा से निपटने के लिए लोगों तक खाना पहुँचाने के साथ बड़ी मात्रा में बेकार हो रहे खाने को बचाना भी एक गंभीर चुनौती है।</p> <p>इसी तारतम्य में डा. सागर गंगवानी, मेडीकल ऑफीसर द्वारा संतुलित आहार पर प्रकाश डाला गया तथा देश के हंगर इंडेक्स नंबर को वर्तमान स्थिति से उभरने हेतु</p>

क्रमांक	दिनांक	आयोजित कार्यक्रम
		<p>जागरूकता अभियान कम्पाउडिंग इंडेक्स(1 से 2, 2 से 4, 4 से 8...) के माध्यम से फैलाने का सुझाव दिया एवं निदेशालय की इस पहल का स्वागत व सराहना की।</p> <p>डा. राखी महेश्वरी, सी.एम.ओ. द्वारा भी लाभार्थियों को बताया गया कि हमें एक ही प्रण लेना है कि हमारे देश में एक भी बच्चे भूख से न मरे और भोजन की बर्बादी न करें।</p> <p>“भोजन उतना ही ले थाली में, कि बेकार न जाये नाली में”</p> <p>इसके साथ सबको धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कार्यक्रम के समापन किया गया।</p>

## विश्व खाद्य दिवस में आयोजित गतिविधियों की झलकियाँ



विश्व खाद्य दिवस के अंतर्गत निदेशालय में आयोजित बैठक एवं गतिविधियों

विश्व खाद्य दिवस में आयोजित गतिविधियों की झलकियाँ



विश्व खाद्य दिवस के अंतर्गत उद्यानिकी विभाग में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम



विश्व खाद्य दिवस के अंतर्गत केन्द्रीय आवास परिसर के सामुदायिक भवन में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम

विश्व खाद्य दिवस में आयोजित गतिविधियों की झलकियाँ



विश्व खाद्य दिवस के अंतर्गत केन्द्रीय आवास परिसर में गृह वाटिका के महत्त्वता पर चर्चा



विश्व खाद्य दिवस के अंतर्गत सी.जी.एच.एस., डिस्पेसरी क्रमांक 2 में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम

\*\*\*\*\*