



کچن گارڈنگ

نوید عصمت، ملتان

بڑھتی ہوئی آبادی کی غذائی ضروریات پورا کرنے کے لئے سبزیوں کی اہمیت مسلمہ ہے۔ ان میں وٹامنز اور دیگر اہم غذائی اجزاء وافر مقدار میں موجود ہوتے ہیں جو انسانی صحت کو برقرار رکھنے کے لئے بہت ضروری ہیں۔ پاکستان میں سبزیوں کی فی کس کھپت عالمی معیار سے بہت کم ہے ماہرین کے مطابق انسانی خوراک میں سبزیوں کا استعمال 300 سے 350 گرام فی کس روزانہ ہونا چاہیے جبکہ ہمارے ہاں یہ مقدار 100 سے 150 گرام فی کس روزانہ ہے جو کہ سفارش کردہ مقدار کے بیماریوں اور صحت عامہ کے مسائل میں اضافہ ہو کے باغیچہ میں کاشت کی گئی سبزیاں تازہ، صحت مند ہوتی ہیں جن کے استعمال سے انسانی صحت پر



گارڈنگ کا مطلب ہے؛ گھریلو پیمانے پر سبزیوں کی کاشت، تاہم خصوصی طور پر اس سے مراد ایسی سبزیوں کی کاشت ہے جو کسی بھی گھر کی روزمرہ کی ضرورت بھی ہو اور جنہیں کچن کے قریب لان، گملوں، ٹوکریوں، پلاسٹک بیگ، لکڑی و پلاسٹک کے ڈبوں وغیرہ یا چھت پر اگا کر ہر وقت تازہ سبزی کے حصول کو ممکن بنا کر گھریلو ضرورت کو پورا کیا جاسکے۔ اس طرح کاشت کی گئی سبزیاں آلودگی سے پاک یا Near to Organic یا حاصل کی جاتی ہیں جو کیمیائی کھادوں اور زہریلی ادویات کے استعمال سے پاک ہوتی ہیں۔ صوبے میں زہروں کے اثرات سے پاک سبزیوں کی گھریلو پیمانے پر کاشت کے لئے کچن گارڈنگ کے پروگرام پر عمل درآمد جاری ہے۔ اس منصوبہ کا بنیادی مقصد کاشتکاروں اور شہری آبادی کو اپنی سبزی خود اگانے کی طرف راغب کرنا ہے۔ اس منصوبہ کے تحت اب تک سبزیوں کے 10 لاکھ سے زائد پیکٹس تقسیم کیے جا چکے ہیں۔ اس سال موسم سرما کی سبزیوں کیلئے ایک لاکھ سے زائد پیکٹس صرف 50 روپے فی بیگ کے حساب سے شہریوں کو دیئے جا رہے ہیں۔ پنجاب کے 36 اضلاع میں 325 سیل پوائنٹس کے ذریعے 50 روپے فی پیکٹ کی رعایتی قیمت پر تقسیم کیے گئے جبکہ رواں سال میں موسم سرما کی سبزیوں کے ایک لاکھ سے زائد سیڈ پیکٹس رعایتی قیمتوں پر شہریوں کو فراہم کیے جا رہے ہیں۔ حکومت پنجاب محکمہ زراعت اب سیڈ پیکٹس کے علاوہ کچن گارڈنگ کیلئے پودوں کی نرسریاں بھی فراہم کرے گا۔ خوش آئند بات یہ ہے کہ کچن گارڈنگ کے فروغ کیلئے وائس چانسلر، ایم این ایس زرعی یونیورسٹی پروفیسر ڈاکٹر آصف علی کی ہدایت کے مطابق یونیورسٹی کے شعبہ ہارٹی کلچر نے کچن گارڈنگ کیلئے نرسریاں اگا کر رعایتی نرخوں پر لوگوں کو فراہم کرنا شروع کر دی ہیں اور اس پروگرام کی انفرادیت یہ ہے کہ کچن گارڈنگ کو فروغ دینے کیلئے سبزیوں کی نرسری سکولوں، کالجوں اور ڈیپارٹمنٹل سٹورز پر ڈسپلے کرنے سمیت ہوم ڈیلیوری سروس کے ذریعے فراہم کی جا رہی ہے۔ کیمیائی و نامیاتی کھادوں اور کیڑے مار ادویات کے بڑھتے ہوئے استعمال سے سیوریج کے پانی میں انسانی صحت کیلئے مضر عناصر کی مقدار میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ موسم سرما میں کچن گارڈنگ کے تحت اگائی جانے والی سبزیوں میں مولی، گاجر، شلجم، پاک، دھنیا، سلاڈ، گوبھی، سرسوں اور میتھی وغیرہ شامل ہیں۔ کچن گارڈنگ کے فوائد میں گھریلو چار دیواری میں موجود فارغ جگہ کا بہتر استعمال، ہر وقت تازہ سبزیات کی دستیابی سے کچن کی ضروریات کا پورا ہونا، ماہانہ اخراجات میں کمی، زہریلی ادویات سے پاک اور ممکن حد تک آرگینک سبزی کا حصول شامل ہے۔