Promoting small millet cultivation and consumption in Uttarakhand

Project: - ***Promoting small millet cultivation and consumption in Uttarakhand***

Work area in Uttarakhand: In a selected area of Almora and Chamoli district of the state.

Supported by : - DHAN FOUNDITION

Implemented by : - INHERE, ALMORA

Duration 1st January 2017 till date

Objective:

Increase cultivation and house hold consumption of small millets in INHERE working areas and other parts of Uttarakhand along with availing high market potentials of such millets to enhance the economy of rural small and marginalized farmers.

Achievement:

- **Organizing exposure visit: -**
  One exposure visit of two key INHERE staff to Salem, Tamilnadu.

❖ **Establish small millet processing unit: - One unit established at INHERE food processing center Chinoni, Almora.**

DEhusking Machine, INHERE Campus Chinoni

DE hulling Machine, INHERE Campus Chinoni

❖ **Training of Inhere staff: - Organized one training for inhere staff**

In-house training

Practical training

❖ **Conducting recipe contest: - Organized two contest**

Bajan Cluster, Distt. Almora

Bachuaban Cluster, Distt. Chamoli

Jhungora Kheer

Manduwa Chapati

Bedu Chapati & Chatni

Mandua Shai

Two recipe contests on small millets and associated food grains was organized at Bachuaban and Bajan zone on dated 17.1.2017 and 28.1.2017 in which total 81 villagers participated and out of which 21 contestants demonstrated their 37 recipes. Two knowledgeable person in each zone were selected as jury from the community itself to taste and decide the best recipes for presenting first, second and third prizes. All rest 18 contestants were also given consolation prizes for motivation. The process of preparing each recipe was documented in detail by the selected document list from INHERE. Before conducting these events mass awareness meeting was conducted in each zone for ensuring maximum participation.

❖ Developing IEC materials for promotion of small millets:

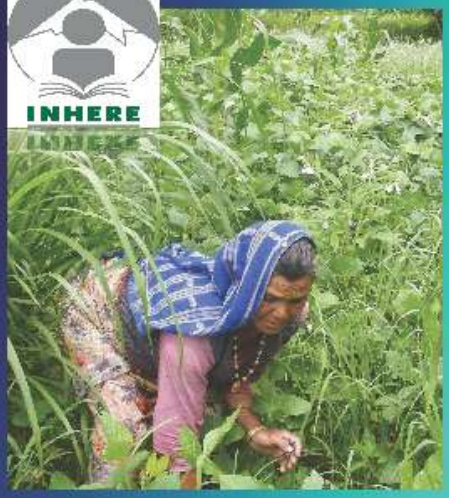
Draft material for preparing four poster on millets and one brochure on Barnyard millet has been developed.

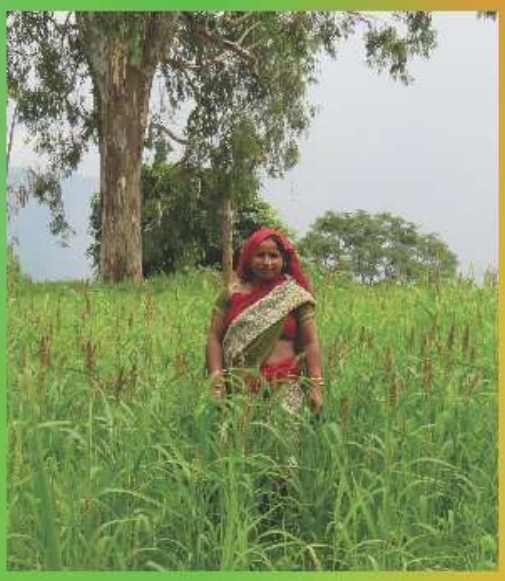
मडुवे को भूल रहे हैं हम

पुस्तैनी पौष्टिक आहार है मडुवा
जिसनें हमें जिलाया हे,
सुखे में भी पैदा होकर
आडे वक्त काम आया है।।
हर घर की रोटी है मडुवा
पाचन शक्ति बढाने को
जो कर देता है पेट सफा
तो हो जाते सब रोग दफा
क्या रक्त चाप क्या एसीडिटी
क्या कब्ज और क्या मधुमेह
पुरूखों से पूछो क्या उनको
इन रोगों ने कभी सताया है।।
मॉ जब जन्म देती बच्चे को
लेजी निकालता यह मडुवा
मॉ को दूध ना हो अगर
मडुवे का रस पिलाया है ।।
जापान ने मॉगा है मडुवा
बेबी आहार बनाने को
धन्य है हम कुदरत ने हमको
यह उपहार दिलाया है।।
बड़ा दुर्भाग्य है हमारा
कैसा समय यह आया है।।
मडुवे को भूल रहे हैं हम
गेहॅं राशन का अपनाया है।।

बचाओ ! बचाओ ! बचाओ !

पहाड़ की समृद्ध
परंपरागत खाद्य संस्कृति,
उत्तम स्वास्थ्य व
खाद्य सुरक्षा





महिला खाद्य एवं पोषण सुरक्षा

महिलाएं सामाजिक व जैविक कारणों से अपने संपूर्ण जीवन-चक्र में कुपोषण से अत्यधिक ग्रसित रहती हैं./ इस कुपोषित अवस्था में भी महिलाएं घंटो घर और बाहर के कार्यों के बोझ से दबी रहती हैं / युवा लड़कियां व गर्भवती महिलाएं कुपोषण के और अधिक शिकार हो रहे हैं जिससे उनमें शक्ति, लौहतत्व व आयोडीन की अत्यधिक कमी हो जाती है / इस कुपोषण को दूर करने के लिए आज महिला केन्द्रित पोषण एवं स्वास्थ्य पुनरुद्धार योजनाओं की सख्त जरुरत है जिससे कुपोषण जड़ से समाप्त किया जा सके /

कृषि जैव-विविधता एवं खाद्य सुरक्षा

⇒ उत्तराखंड का पर्वतीय क्षेत्र कृषि जैव-विविधता के लिए धनी रहा है

⇒ घाटी से लेकर उच्च हिमालयी क्षेत्रों (3300 फीट) तक जलवायु में स्थानीय भिन्नता के कारण अलग-अलग अनेक फसलें उगाई जाती हैं

⇒ इस विविधतापरक परम्परागत खेती ने ही यहाँ के निवासियों को हमेशा खाद्य व पोषण सुरक्षा दी है. कृषि विविधता व फसल चक्र ही यहाँ के लोगों की स्वावलंबी व आत्मनिर्भर जीवनशैली का आधार रहा है.

⇒ दुर्भाग्यवश आज हमारी परंपरागत समृद्ध व टिकाऊ कृषि प्रणाली का निरंतर ह्रास होते जा रहा है जिसके दुस्परिणाम निम्नवत स्पष्ट हैं:-

- परंपरागत पोष्टिक अनाजों के स्थान पर रसायनयुक्त अनाजों के प्रयोग से अनेकानेक असाध्य रोगों का पैदा होना
- इन रोगों से निजात पाने के लिए अत्यधिक धन का व्यय होने से आर्थिक स्थिति का कमजोर होना
- जन्म से ही बच्चे का स्वास्थ्य कमजोर होना क्योंकि एक कमजोर मां स्वस्थ्य बच्चे को जन्म नहीं दे सकती
- गाँव में रहने वाले परिवारों की संख्या में तीव्र ह्रास व गावों का खाली हो जाना एक अशुभ संकेत
- जैव-विविधता में कमी के कारण जल जंगल जमीन व संपूर्ण पारिस्थितिकीय तंत्र (जीव एवं प्राकृतिक संसाधनों के बीच संबंध) में कई समस्याएं उत्पन्न होने लगी हैं जिससे मानव व सभी प्रकार के जीव आत्माएं प्रभावित हो रही हैं.

- Exposure visit cum trial run to potential buyers : - One exposure visit cum trial run to potential buyers was organized
- ToT for small millet recipe demonstration : - One ToT organized