

કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર, વ્યારા દ્વારા તાપી જિલ્લાની આદિવાસી ખેડૂત મહિલાઓને ડાયલ-આઉટ
કોન્ફરન્સ થકી આરોગ્ય વિષય ઉપર માર્ગદર્શન આપવાનો નવતર પ્રયોગ

ભારતીય કૃષિ અનુસંધાન પરિષદ પુરસ્કૃત અને નવસારી કૃષિ યુનિવર્સિટી દ્વારા સંચાલિત કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર તાપી જિલ્લા ખાતે કાર્યરત છે. આ કેન્દ્ર દ્વારા રિલાયન્સ ફાઉન્ડેશનના સહયોગથી તા. ૨૧/૦૫/૨૦૨૦ના રોજ ડાયલ-આઉટ કોન્ફરન્સ દ્વારા આદિવાસી ખેડૂત મહિલાઓને ક્ષેત્રિય તાલીમ આપવામાં આવી હતી. જેમાં તાપી જિલ્લાના ડોલવણ તાલુકાના વિવિધ ગામની કુલ ૫૮ આદિવાસી મહિલાઓએ ઉમંગભેર ભાગ લીધો હતો. તાલીમનો મુખ્ય વિષય "આહાર અને પોષણ વ્યવસ્થા તેમજ કોરોના વાયરસથી બચવા માટે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો" અંગેનો હતો. કોરોના વાયરસના કારણે હાલ લોકડાઉનની પરિસ્થિતિમાં ખેડૂત મહિલાઓ કેન્દ્ર ખાતે માર્ગદર્શન મેળવવા રૂબરૂ આવી ન શકે તે માટે તેઓને ઘરે બેઠાં કેન્દ્રના વૈજ્ઞાનિકશ્રીઓ દ્વારા જરૂરી માહિતી આપી શકાય તે માટે સદર કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

સૌ પ્રથમ કેન્દ્રના વરિષ્ઠ વૈજ્ઞાનિક અને વડા ડૉ. સી. ડી. પંડ્યાએ મહિલાઓને કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર વિશે સમજણ આપી હતી તેમજ કોરોના વાયરસથી બચવા અંગે જાગૃતિ કેળવવા માટે આરોગ્ય સેતુ એપ્લિકેશનનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું. ત્યારબાદ કાર્યક્રમમાં કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્રના ગૃહવિજ્ઞાન વિભાગના વૈજ્ઞાનિક પ્રો. આરતી એન. સોનીએ કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત સર્વે મહિલાઓને શરીર નીરોગી રહે તે માટે આહાર અને પોષણ વ્યવસ્થા વિષે માર્ગદર્શન પૂરું પાડ્યું હતું. જેમાં ખાસ કરીને સમતોલ આહાર, શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવા માટે ખટાશવાળા ફળો-શાકભાજીનું સેવન, ફળગાવેલા કઠોળનો આહારમાં વધુ ઉપયોગ તેમજ શરીરમાં હીમોગ્લોબીન જાળવવા માટે લોહતત્વયુક્ત ખાદ્યપદાર્થો, વિટામિન-સી યુક્ત ખાદ્યપદાર્થો અને સાથે પ્રાણાયામના મહત્વ વિષે ભાર મૂક્યો હતો.

વધુમાં, પ્રો. આરતી એન. સોનીએ કોરોના વાયરસથી બચવા માટે લેવામાં આવતી કાળજી વિષે વિગતવાર માહિતી આપી હતી. જેમાં ગરમ પાણીનું સેવન, આયુર્વેદિક ઉકાળો બનાવવાની પદ્ધતિ, ઘરેથી આવશ્યક કાર્ય માટે બહાર નીકળવાનું થાય તો સોશિયલ ડિસ્ટન્સીંગ અને માસ્ક પહેરવા બાબત, સમયાંતરે સાબુથી ૨૦ સેકન્ડ સુધી હાથ બરાબર ધોવા વગેરે બાબતોની કાળજી રાખવા માટે આગ્રહપૂર્વક વિનંતી કરી હતી અને ખાસ કરીને ઘરે રહેશો તો જ સુરક્ષિત રહી શકાશે તે માટે ઘરે જ રહેવા માટે અનુરોધ કર્યો હતો. અંતમાં, કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત આદિવાસી મહિલાઓએ આરોગ્ય સંબંધિત પોતાને મૂંઝવતા પ્રશ્નો રજૂ કરી વૈજ્ઞાનિકશ્રીઓ દ્વારા નિરાકરણ મેળવ્યું હતું.

