ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਬਾਜਰਾ ਵਰ੍ਹਾ ਹੈ 2023

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੰਗਠਨ (ਐਫ ਏ ਓ) ਨੇ 2023 ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਬਾਜਰਾ ਵਰ੍ਹਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਰੋਮ ਵਿਖੇ ਆਪਣੇ ਹੈੱਡਕੁਆਰਟਰ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਬਾਜਰਾ ਵਰ੍ਹਾ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨੀ ਸਮਾਰੋਹ ਦੌਰਾਨ, ਐਫ ਏ ਓ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਨਿਆਵੀ ਖੇਤੀ-ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧ ਰਹੀ ਆਬਾਦੀ ਦਾ ਢਿੱਡ ਭਰਨ ਲਈ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਬਾਜਰੇ ਵਰਗੇ ਮੋਟੇ ਅਨਾਜ ਇੱਕ ਕਿਫ਼ਾਇਤੀ ਅਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਮੋਟੇ ਅਨਾਜ ਵਿੱਚ ਬਾਜਰਾ, ਪ੍ਰੋਸੋ, ਫੋਕਸਟੇਲ, ਬਾਰਨਯਾਰਡ, ਲਿਟਲ, ਕੋਡੋ, ਬਰਾਊਨਟੌਪ, ਰਾਗੀ ਅਤੇ ਗਿਨੀ ਬਾਜਰੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਫੋਨੀਓ, ਚਰ੍ਹੀ (ਜਾਂ ਗ੍ਰੇਟ ਮਿਲੈੱਟ) ਅਤੇ ਟੇਫ ਸਮੇਤ ਇੱਕ ਵਿਭਿੰਨ ਸਮੂਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਹ ਉਪ-ਸਹਾਰਾ ਅਫਰੀਕਾ ਅਤੇ ਏਸ਼ੀਆ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਸ੍ਰੋਤ ਹਨ।

ਐਫ ਏ ਓ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਾਜਰੇ ਦਾ ਵੱਧ ਉਤਪਾਦਨ ਛੋਟੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ੀ-ਰੋਟੀ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਆਮਦਨ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਐਫ ਏ ਓ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਾਜਰੇ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਨਿਰੋਗ ਅਨਾਜ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਉਤਪਾਦਨ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਾਜਰਾ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਕੀ ਹਨ?

- ਸੁੱਕੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੀਜੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਛੋਟੇ-ਦਾਣੇ ਵਾਲੀਆਂ ਅਨਾਜ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਭਿੰਨ ਸਮੂਹ

- ਜਲਵਾਯੂ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ, ਮਾੜੀ ਮਿੱਟੀ, ਸੋਕੇ ਅਤੇ ਸਖ਼ਤ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ
- ਵੱਧ ਖਾਦ ਅਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਤਪਾਦਨ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ
- ਪੁਰਖਾਂ ਦੀਆਂ ਰਵਾਇਤ, ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੁਦੇਸੀ ਗਿਆਨ ਦਾ ਅਨਿੱਖੜਵਾਂ ਅੰਗ
- ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਅਨਾਜ ਜਿਹੜੇ ਲੋਹੇ ਸਮੇਤ ਰੇਸ਼ੇਦਾਰ, ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਅਤੇ ਖਣਿਜ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਮਨੁੱਖੀ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਚੰਗਾ (ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਚਾਰੇ ਰਾਹੀਂ)
- ਅਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਘੱਟ ਗਲਾਈਸੈਮਿਕ ਇੰਡੈਕਸ ਦੇ ਨਾਲ ਗਲੂਟਨ ਮੁਕਤ
- ਸੁਆਦ ਦੇ ਨਾਲ ਉਤਪਾਦ ਅਤੇ ਪਕਵਾਨ ਵਿਧਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭਿੰਨ
- ਪੇਂਡੂ, ਸ਼ਹਿਰੀ, ਖੇਤਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸੀਮਾਂਤ ਉਤਪਾਦਨ ਖੇਤਰਾਂ ਲਈ ਆਮਦਨ ਦਾ ਇੱਕ ਸ੍ਰੋਤ
- ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਅਤੇ ਮੰਡੀਕਰਨ ਮੌਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦਾ ਢੰਗ
- ਸਭ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਬਿਹਤਰ ਉਤਪਾਦਨ, ਪੋਸ਼ਣ, ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ