IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

कोविड-19 महामारी के पहले,दौरान और महामारी के बाद लोगो में किचन गार्डन के प्रति ज्ञान,दृष्टिकोण और अभ्यास की स्थिति का अध्ययन

Shashi kala
Department of Home science
LNMU Darbhanga Bihar

सार

यह शोध पत्र उन शहरी महिलाओं एवं पुरुषों पर प्रकाश डालता है जो कोविड-19 महामारी के पहले या कोविड-19 के दौरान या फिर कोविड-19 बाद किचन गार्डन विकसित किये और कोरोना महामारी के बाद भी उससे जुड़े है। किचन गार्डनिंग घर पर उगाई गई सब्ज़ियों, फलों, जडीं-बुटियों,फूलों को उगाने की क्रिया है। प्राप्त निष्कर्ष से स्पष्ट है कि किचन गार्डन तकनीक को अपनाना गरीबी से निपटने और पोषण संबंधी अपर्याप्तता को दूर करने एवं भविष्य में कोविड जैसे संकट से निपटने के लिए एक महत्वपूर्ण और प्रभावी रणनीति हो सकती है।

मुख्य बिन्दु- कोविड-19, किचन गार्डेन, महामारी, घरेलू उद्यानों, फल, फूल, सब्जी,जड़ी-बूटी

परिचय

कोविड-19 और किचन गार्डन

मंजर एवं अन्य(2020) ने अपने शोध में पाया कि "कोविड-19 संक्रमण में तेज़ी से हो रही वृद्धि के प्रसार को रोकने के लिए सभी देशों की सरकारों ने अलग-अलग स्तर पर कई तरह के उपाय लागू किए जैसे- सार्वजनिक समारोहों पर प्रतिबंध, गतिशीलता पर प्रतिबंध, शैक्षणिक संस्थानों के खुलने पर प्रतिबंध, बाजारों, निजी और सरकारी संगठनों को अस्थायी रूप से बंद करना आदि। इन उपायों को सामान्यतौर पर लॉकडाउन के रुप में संदर्भित किया गया। नियंत्रण की इस रणनीति से अज्ञात एवं स्पर्शोन्मुख मामलों के संपर्क को नियंत्रित करने में मदद भी मिली।" किचन गार्डन जिसे घरेलु बागवानी, पोटेज या पोटेजर गार्डन, शाक वाटिका, रसोई वाटिका या बगीचा अन्यादि नामों से जाना जाता है।इस घरेलू बागवानी का एक लंबा इतिहास है जो तब शुरू हुआ जब मनुष्य ने कृषि करना सीखा किंतु उस समय इसे कोई नाम नही मिला।किचन गार्डन लंबे समय से चली आ रही एक प्रथा अर्थात् संस्कृति बन गयी जो आज भी अनेक रुपों में हर उम्र के लोगों के बीच लोकप्रिय है भले इसे विकसित करने का उद्देश्य लोगों के बीच भिन्न-भिन्न ही क्यों न हो। प्राचीन काल में पारंपरिक रूप से इसे आम बीमारियों के इलाज के लिए औषधीय पौधों को उगाने का एक सुलभ स्रोत माना जाता था। इसलिए इसे एक मिश्रित फसल प्रणाली के रूप में वर्णित किया जा सकता है। किचन गार्डन को स्थान और सुविधा के अनुसार किसी भी आकार का बनाया जा सकता है। शहरी और अर्ध-शहरी क्षेत्रों में रहने वाले अधिकांश लोगों के पास किचन गार्डनिंग या होम गार्डनिंग के लिए पर्याप्त स्थान नहीं है। अत: लोग घर के बगीचे में, बालकनी, छत या घर के समीप अपनी सुविधानुसार सब्जियां फलों,जड़ी-बूटियों और फूलों को उगाते है, जो भोजन और आय के पूरक स्रोत के रूप में काम करते हैं। कोविड-19 महामारी ने विकास के दो रास्ते सुझाए हैं –पहला वर्तमान किचन गार्डेन(घरेलू उद्यान) कार्यक्रमों को बढ़ाने और मज़बूत करने पर केंद्रित है। और दूसरा घरेलू उद्यानों को शुरू करने और उनका विस्तार करने के लिए एक आधार तैयार करता है। गृह बागवानी संयुक्त राष्ट्र सतत विकास लक्ष्यों(SDG) द्वारा निर्धारित कई प्रमुख विकास मानकों को सीधे प्रभावित कर सकती है।

रयबक सी.(2018) ने अपने अध्ययन में पाया कि"घरेलू बगीचों का सबसे विशिष्ट कार्य ताजी सब्जियों की नियमित आपूर्ति करना है, जो कि प्रोटीन, विटामिन, कार्बोज और खनिज की पूर्ति का समृद्ध स्त्रोंत होती है। घर के बगीचे खाद्य सुरक्षा, खाद्य विविधता, पौष्टिक मूल्य एवं घर के आस-पास के वातावरण और स्वास्थ्य कल्याण में सुधार करते हैं।वैश्विक खाद्य संकट और बढ़ती खाद्य कीमतों के कारण उभरते प्रतिकूल प्रभावों को कम करने में, अधिक लचीली खाद्य प्रणालियों को अपनाने और आजीविका में वृद्धि को मजबूत करने में योगदान देती है।"

के0 चित्रा (2021) ने अपने अध्ययन में पाया कि "जैविक सब्जियां उगाने और छत उद्यान की स्थापना के सभी पहलुओं पर जागरूकता उत्पन करने के लिए कोयंबटूर के भारथिअर विश्वविद्यालय के वनस्पति विज्ञान विभाग में स्थान का चयन किया गया और विभिन्न आकारों के ग्रो बैग चुने गए एवं जैविक उर्वरकों जैसे- केंचुआ खाद, पंचगव्य खाद, का उपयोग करके छात्रों को जैविक छत उद्यान की स्थापना लिए प्रेरित और प्रशिक्षित किया गया।"

भट्टारी एवं अन्य (2021) ने अपने अध्ययन में पाया कि "खाद्य सुरक्षा इक्कीसवीं सदी की प्रमुख वैश्विक चुनौतियों में से एक है। 2009 से 2050 के बीच विश्व की जनसंख्या में एक तिहाई की वृद्धि होने की उम्मीद है और एशिया में1990 की तुलना में 2050 के बाद से फसल की पैदावार में 5 से 30% की गिरावट आने का अनुमान है। अत: खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए मौजूदा संसाधनों का उपयोग करते हुए उत्पादन बढ़ाने के लिए विकल्पों की तलाश करने का यह सही समय है। इस संबंध में घरेलू उद्यान एक व्यवहारिक और टिकाऊ विकल्प हो सकता है।"

आंबलिया एवं अन्य (2024) ने अपने अध्ययन में पाया कि "किचन गार्डन के उत्पाद (सब्जी, फल एवं जड़ी-बुटी) पर्याप्त मैक्रो और माइक्रोन्यूट्रिएंट्स के साथ संतुलित आहार तक पहुंच सुनिश्चित करने का एक सरल तरीका है।"

अनुसंन्धान अंतराल (research gap)

अध्ययन में यह पाया गया कि कोविड-19 महामारी के पहले, दौरान और बाद में जैविक किचन गार्डन से सम्बन्धित कई शोध हुए है किंतु स्थानीय स्तर पर खासकर मऊ जैसे जिलों में ना के बराबर हैं। इसलिए जैविक किचन गार्डन विषय पर गहन शोध की आवश्यकता है।

उद्देश्य

- कोविड-19 महामारी के पहले, दौरान और उसके बाद जैविक किचन गार्डन विकसित करने वाले लोगों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि का पता लगाना ।
- कोविड-19 महामारी के पहले, दौरान और उसके बाद किचन गार्डन शुरु और भविष्य में बनाये रखने के प्रति लोगों के ज्ञान,दृष्टिकोण और जागरुकता की स्थिति का आकलन करना।
- कोविड-19 के बाद किचन गार्डन शुरु करने और भविष्य में बनाये रखने में लोगों के समक्ष आने वाली समस्याओं / चुनौतियों की पहचान करना।

समस्या का विवरण

कोविड़-19 के दौरान यह स्पष्ट हो गया कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए दैनिक आहार में कैलोरी के साथ-साथ संतुलित पोषणयुक्त भोजन का होना अत्यन्त जरुरी है। परन्तु इस महामारी ने यह भी स्पष्ट किया है कि उच्च गुणवत्ता वाले पोषक तत्वों से भरपूर संतुलित खाद्य पदार्थ का सेवन करना अधिकांश लोगों के लिए अभी भी चुनौतीपूर्ण है, जब तक कि वे इन्हे अपने खेत, बगीचा, बालकनी, छत में न उगाएं। आधुनिक युग की सबसे बड़ी समस्या यह कि अधिक पैदावार बढ़ाने के चक्कर में किसान रासायनिक उर्वरकों का उपयोग करके फसल (अनाज,फल,फुल और सब्जियाँ) उगा रहे है। जिसके सेवन के कारण लोगों को अनेक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है।

अध्ययन का महत्व

किचन गार्डन, बाजार में बिकने वाले महंगे फलों और सब्जियों की नियमित और सुविधाजनक आपूर्ति सुनिश्चित करने की कुंजी है।यह अध्ययन इस बात पर भी प्रकाश डालता है कि किस प्रकार किचन गार्डन कोविड महामारी जैसे संकटों के दौरान और बाद मे भी पर्याप्त,सस्ते और पौष्टिक खाद्य पदार्थ प्राप्त करने की क्षमता को आसान बनाया है। इस शोध से अन्य महिला और पुरुषों में यह जागरूकता उत्पन होगी कि वे कम या छोटे स्थान में भी छोटे निवेश से खुद का रसोई बाग शुरू करके अपनी प्रतिदिन की खाद्य आपूर्ति की जरूरतों को पूरी कर सकतें है और भविष्य के लिए धन का निवेश भी कर सकतें है। किचन गार्डन की स्थापना और पौधों की देखभाल से संम्बन्धित बुनियादी ज्ञान बागवानी को भविष्य में भी जारी रखने के प्रति व्यक्ति के आत्मविश्वास को बढ़ाने में मदद करेगा। इस चुनौती से

निपटने के लिए कई स्वास्थ्य संगठनों ने भी घर पर जैविक किचन गार्डन (रसोई बागवानी) को शुरु करने और जारी रखने के महत्व पर जोर दिया है।

अनुसंधान पद्धति

- यह शोध एक गुणात्मक दृष्टिकोण अपनाता है।

आकड़ों को एकत्र करने के स्त्रोंत:

- अध्ययन में प्राथमिक और द्वितीयक दोनों स्त्रोंत का उपयोग किया गया है।
- प्राथमिक आकड़ों को संरचित प्रश्नावली का उपयोग करके प्रत्यक्ष रुप से जानकारी को एकत्र किया गया है। साथ ही अवलोकन विधि का भी सहारा लिया गया है।
- द्वितीयक आकड़ों को समाचार पत्रों, पत्रिकाओं और वेबसाइटों से एकत्र किया है।

नमूनें का आकार:

- मऊ शहर से 125 प्रतिभागियों का चयन करने के लिए स्तरीकृत यादृच्छिक नमूना तकनीक को अपनाया गया है। इस शोध का कोई भी उत्तरदाता पेशेवर किसान नही है।

अध्ययन क्षेत्र:

- यह अध्ययन सुविधानुसार मऊ जिला (उ0 प्र0) के शहरी क्षेत्र में किया गया है।

सांख्यिकीय विधियां:

- आंकड़ों के विश्लेषण के लिए आवृत्ति और प्रतिशत सांख्यिकी विधियों का सहारा लिया गया है।

परिणाम और विचार विमर्श

आकड़ों को योजना के अनुसार तालिका, आरेख के रुप में प्रस्तुत किया गया है और सांख्यिकीय रूप से विश्लेषित किया गया है तथा विश्लेषण के परिणाम प्रस्तुत कर चर्चा की गई हैं -

तालिका संख्या:1 उत्तरदाताओं की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि

पैमाना	श्रेणी	उत्तरदाताओं की सं0	
		आवृत्ति	प्रतिशत
आयु	35-45	27	21.6%
	45-55	42	33.6%
	55-65	56	44.8%
	कुल योग	125	100
लिंग	महिला	68	54.4%
	पुरूष	57	45.6%
	कुल योग	125	100
परिवार में सदस्यों की संख्या	2-4 सदस्य	50	40%
	4-6 सदस्य	52	41.6%
	6 से अधिक सदस्य	23	18.4%
	कुल योग	125	100
व्यवसाय	सरकारी नौकरी	34	27.2%
	प्राइवेट नौकरी	21	16.8%
	बिजनेस	16	12.8%
	सेवानिवृत्त	44	35.2%
	गृहणी	10	8%
कुल योग		125	100
शैक्षणिक स्थिति	हाईस्कूल	14	11.2 %
	इन्टरमिडिएट	21	16.8%
	स्नातक	43	34.4 %
	परास्नातक	37	29.6%
	अशिक्षित	6	4.8%
	अन्य योग्यता	4	3.2%
	कुल योग	125	100
मासिक आय	25000 से कम	66	52.8 %
	25000-50000	54	43.2 %

	50000-75000	3	2.4%
	75000 से अधिक	2	1.6%
कुल योग		125	100
मकान की स्थिति	स्वयं का घर	102	81.6%
	किराये का घर	23	18.4%
कुल योग		125	100

तालिका सं0 1 से स्पष्ट है कि साक्षात्कार में कुल 125 उत्तरदाता शामिल थे जिसमें किचन गार्डनिंग शुरू करने या जारी रखने वाले अधिकांश 44.8 प्रतिशत उत्तरदाता 55 से 65 वर्ष की आयु वर्ग के,दूसरे स्थान पर 33.6 प्रतिशत उत्तरदाता 45 से 55 वर्ष की आयु वर्ग के एवं सबसे कम 21.6 प्रतिशत उत्तरदाता 35 से 45 वर्ष की आयु वर्ग के थे। अध्ययन में 54.4 प्रतिशत महिला उत्तरदाता एवं 45.6 प्रतिशत पुरुष उत्तरदाता शामिल थे।इसी प्रकार किचन गार्डनिंग शुरू करने या जारी रखने वाले अधिकांश 41.6 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार में 4- 6 सदस्य संख्या, दूसरे स्थान पर 40 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार में 6 से अधिक सदस्य संख्या एवं सबसे कम18.4 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार में 2-4 सदस्यों की संख्या थी।इसी प्रकार अध्ययन में शामिल सबसे अधिक 35.2 प्रतिशत उत्तरदाता अपने व्यवसाय से सेवानिवृत्त चुके थे, उससे कम 27.2 प्रतिशत उत्तरदाताओं का व्यवसाय सरकारी नौकरी से संबन्धित,16.8 प्रतिशत उत्तरदाताओं का व्यवसाय प्राइवेट नौकरी से संबन्धित इसी प्रकार12.8 प्रतिशत उत्तरदाता बिजनेस से संबन्धित और सबसे कम 8 प्रतिशत उत्तरदाता गृहणी थी।अध्ययन में विभिन्न स्तर की शैक्षिक योग्यता वाले उत्तरदाता भी शामिल थे।उनमें से अधिकांश 34.4 प्रतिशत उत्तरदाता स्नातक, 29.6 प्रतिशत उत्तरदाता परास्नातक, 16.8 प्रतिशत उत्तरदाता इन्टरमिडिएट,11.2 प्रतिशत उत्तरदाता हाईस्कूल, 4.8 प्रतिशत उत्तरदाता अशिक्षित और 3.2 प्रतिशत उत्तरदाता अन्य योग्यता वाले थे। साक्षात्कार में शामिल अधिकांश 52.8 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार की मासिक आय 25,000 रुपये से कम,43.2 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार की मासिक आय 25,000-50,000 रुपये के बीच, 2.4 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार की मासिक आय 50,000-75,000 रुपये के बीच और 1.6 प्रतिशत उत्तरदाताओं के परिवार की मासिक आय 75,000 से अधिक थी। इसी प्रकार अध्ययन में शामिल सबसे अधिक 81.6 प्रतिशत उत्तरदाता अपने स्वयं के घर में एवं 18.4 प्रतिशत उत्तरदाता किराये के घर में रहते थे।

तालिका सं0 - 2 किचन गार्डनिंग शुरू करने या जारी रखने वाले उत्तरदाताओं के ज्ञान,दृष्टिकोण और अभ्यास की स्थिति का आकलन

पैमाना	श्रेणी	उत्तरदाताओं की संख्या	
		आवृत्ति	प्रतिशत
क्या आप एक स्थायी किचन गार्डनिंग के फायदे जानते है	हाँ	107	85.6%
	नही	5	4.0%
	कम जानकारी है	13	10.4%
कुल योग		125	100
यदि हाँ तो आप किचन गार्डेन कब शुरु किये	कोविड के पहले	34	27.2%
	कोविड के दौरान	15	12.0%
	कोविड के बाद	76	60.8%
कुल योग		125	100
किचन गार्डेन में पौधों के रख-रखाव के लिए आप किस उर्बरक(खाद) का उपयोग करते है	रासायनिक उर्वरक(खाद)	16	12.8%
	जैविक उर्वरक(खाद)	80	64%
	उपर्युक्त दोनो	29	23.2%
कुल योग		125	100

किट एवं पौधों के रोगो को नियत्रण के लिए आप किन उपायों को अपनाते है	रासायनिककीटनाशकों का उपयोग	35	28%
	प्राकृतिक तरीकों का उपयोग करना	67	53.6%
	उपर्युक्त दोनो	2 3	18.4%
कुल योग		125	100
किचन गार्डन पद्धतियों से सम्बन्धित जानकारी आप कहाँ से प्राप्त करते है	सोशल मिडियां	31	24.8%
	परिवार,मित्र,पड़ोसी	12	9.6%
	किताब और पत्रिकाओं	14	11.2%
	ऑनलाइन संसाधन	43	34.4%
	बागवानी प्रदर्शनी	25	20.0%
कुल योग		125	100

तालिका सं0 – 2 से स्पष्ट है कि साक्षात्कार में शामिल सबसे अधिक 85.6 प्रतिशत उत्तरदाताओं को स्थायी किचन गार्डनिंग से होने वाले फायदे के बारे में जानकारी थी,जबकि 10.4 प्रतिशत उत्तरदाताओं कम जानकारी थी और 4.0 प्रतिशत उत्तरदाताओं को स्थायी किचन गार्डनिंग से होने वाले फायदे के बारे में जानकारी नही थी।इसी प्रकार साक्षात्कार में शामिल सबसे अधिक 60.8 प्रतिशत उत्तरदाता अपना किचन गार्डेन कोविड के बाद शुरु किये।इससे यह स्पष्ट है कि कोविड-19 महामारी ने घरेलू बागवानी के प्रति लोगों में खासकर शहरी और उपनगरीय इलाकों में रुचि बढ़ा दी है। जबकि 27.2 प्रतिशत उत्तरदाता अपना किचन गार्डेन कोविड के पहले से ही शुरु किये हुए है और कोविड के दौरान तथा कोविड के बाद भी जारी रखे हुए है।जबकि सबसे कम12.0 प्रतिशत उत्तरदाता अपना किचन गार्डेन कोविड के दौरान शुरु किये।यद्यपि महामारी के दौरान छोटे या बड़े पैमाने पर शहरी कृषि में भागीदारी की अपनी चुनौतियाँ और बाधाएँ थीं।लॉकडाऊन के कारण पौधे और बीज बेचने वाली कई नर्सरियाँ बंद हो गयी थीं।इसलिए घर पर भोजन उगाने के लिए आवश्यक संसाधनों को प्राप्त करने में कठिनाई हुई।जिसके कारण चाहते हुए भी लोग घरेलू बागवानी नही शुरु कर पाये।तालिका से यह भी स्पष्ट है कि सबसे अधिक 64 प्रतिशत उत्तरदाताओं द्वारा किचन गार्डेन में पौधों के रख-रखाव के लिए जैविक उर्वरक(खाद) का उपयोग करते है तथा उससे कम 23.2 प्रतिशत उत्तरदाता जैविक उर्वरक और रासायनिक दोनों का उपयोग आवश्यकतानुसार करते है और सबसे कम 12.8 प्रतिशत उत्तरदाता रासायनिक उर्वरक(खाद) का उपयोग किये गये।उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि सबसे अधिक 53.6 प्रतिशत उत्तरदाता किचन गार्डेन में किट एवं पौधों के रोगो को नियंत्रित करने के लिए प्राकृतिक तरीकों का उपयोग करते है एवं उससे कम 18.4 प्रतिशत उत्तरदाता रासायनिक कीटनाशक तथा प्राकृतिक दोनों तरीकों का उपयोग करते है और सबसे कम 28 प्रतिशत उत्तरदाता रासायनिक कीटनाशकों का उपयोग करते है। इसी प्रकार किचन गार्डनिंग शुरू करने या जारी रखने वाले अधिकांश 34.4 प्रतिशत उत्तरदाता किचन गार्डन पद्धतियों से सम्बन्धित जानकारी ऑनलाइन साधनों (जैसे-युट्यूब, फेसबुक)से, उससे कम 24.8 प्रतिशत उत्तरदाता किचन गार्डन पद्धतियों से सम्बन्धित जानकारी सोशल मिडियां, इसी प्रकार 20.0 प्रतिशत उत्तरदाता किचन गार्डन पद्धतियों से सम्बन्धित जानकारी बागवानी प्रदर्शनी से,11.2 प्रतिशत उत्तरदाता किचन गार्डन पद्धतियों से सम्बन्धित जानकारी किताब और पत्रिकाओं से और 9.6 प्रतिशत उत्तरदाता किचन गार्डन पद्धतियों से सम्बन्धित जानकारी परिवार,मित्र,पड़ोसी से प्राप्त करते है।

घरेलु बागवानी के प्रति एक उत्तरदाता, आयु 35 वर्ष ने अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि-"किचन गार्डन घरेलु अपशिष्ट, गंदे पानी, राख, फलों और सब्जियों के छिलके और पौधों के अनुपयोगी हिस्से, तथा चावल, दाल, मांस और मछली आदि धोने के बाद बचे हुए पदार्थों का उपयोग जैविक खाद के रूप में किया जा सकता है।" अत: स्पष्ट है कि लोग कोविड महामारी से सबक लेकर आगें कोविड जैसी महामारी से निपटने के लिए किचन गार्डन पद्धति को एक सुचारु, सुव्यवस्थित एवं सुसंगठित विकल्प के रुप में देख रहे है।

तालिका सं0 – 3 उत्तरदाताओं द्वारा किचन गार्डेन के लिए उपयोग में लिए गये स्थान

पैमाना	उत्तरदाताओं की संख्या		
	कोविड के पहले	कोविड के दौरान	कोविड के बाद
घर की छत पर	√	√	√
घर के पीछे खाली स्थान में	√	√	√
घर के आगें बगीचा में	√	√	√
बालकनी में	-&	√	√
दिवारों पर	&	&	√

नोट–बहुविकल्पीय प्रतिक्रिया वाले प्रश्न

तालिका सं03 से स्पष्ट है कि उत्तरदाताओं द्वारा कोविड के पहले, कोविड के दौरान और कोविड के बाद क्रमश: घर की छत पर, घर के पीछे खाली स्थान में,घर के आगें किचन गार्डेन के लिए स्थान उपयोग में लिए गये, जबकि कोविड के दौरान और कोविड के बाद किचन गार्डेन को बालकनी में भी शुरु किया गया,और कोविड के बाद दिवारों पर भी उपयुक्त संसाधनों का उपयोग करके बीज और पौधे लगाकर खाद्य सामग्री का उत्पादन कर रहे है। इससे स्पष्ट है कि कोविड महामारी में लोगों के समक्ष आयी खाद्य संकट की स्थिति ने भली-भांति किचन गार्डेन के महत्व को समझा दिया है अत: महामारी के बाद किचन गार्डन शहर वासियों के बीच एक लोकप्रिय विकल्प बन रही है।

एक उत्तरदाता आयु 55-65 वर्ष ने अपने अनुभव बताते हुए कहा कि-"घर में उगाई गई सब्ज़ियों और फलों की गुणवत्ता और स्वाद बाज़ार से खरीदी गई सब्ज़ियों और फलों से कहीं बेहतर है। उन्होने कहा कि मुझे खुशी है कि मेरी रसोई कोरोनावायरस के डर या लॉकडाउन से प्रभावित नहीं हुई। किचन गार्डेन की पद्धति ने खाद्य समस्या से लेकर तनाव तक की समस्याओं को दुर करने में न सिर्फ हमारी मदद की बल्कि बागवानी से निकली सब्जियों, फलों, फूलों एवं जड़ी-बुटियों को पड़ोंसियों को देकर उनकी भी मदद करने का भी मौका दिया। कोविड के बाद हमने छत, बालकनी, बगीचा के साथ-साथ दिवारों पर भी पीवीसी पाइप एवं अन्य साधनों की मदद से इसका विस्तार किया।"

तालिका सं0 4- उत्तरदाताओं द्वारा किचन गार्डेन में पौधों को उगाने के लिए उपयोग में लिए गये साधनों

उत्तरदाताओं द्वारा किचन गार्डेन में पौधों को उगाने के लिए उपयोग में लिए गये ससाधनों
गमलें
पी वी सी पाइप
थर्माकोल के चौड़ें डिब्बे
टुटे हुऐ या खराब स्टील और मिट्टी के बर्तन
पानी की बोतलें एवं खाली डिब्बें
सीमेंट की बोरी
टायर
अन्य संसाधन- जुते, डिग्गी,हेलमेट

नोट-बहुविकल्पीय प्रतिक्रिया वाले प्रश्न

तालिका सं0 4 से स्पष्ट है कि कोविड के पहले, दौरान और कोविड के बाद उत्तरदाताओं द्वारा किचन गार्डेन में फूलों, सब्जियों, फलों, एवं जड़ी-बुटियों को उगाने के लिए गमलें थर्माकोल के चौड़ें डिब्बे, टुटे हुऐ या खराब स्टील और मिट्टी के बर्तन, पी वी सी पाइप, पानी की बोतलें एवं खाली डिब्बें, सीमेंट की बोरी, टायर और अन्य संसाधन- जुते, डिग्गी,हेलमेट का उपयोग साधनों के रुप में लिए गये।

तालिका सं0 5- किचन गार्डेन शुरू करने या जारी रखने के लिए आपको किन कारकों ने प्रेरित किया?

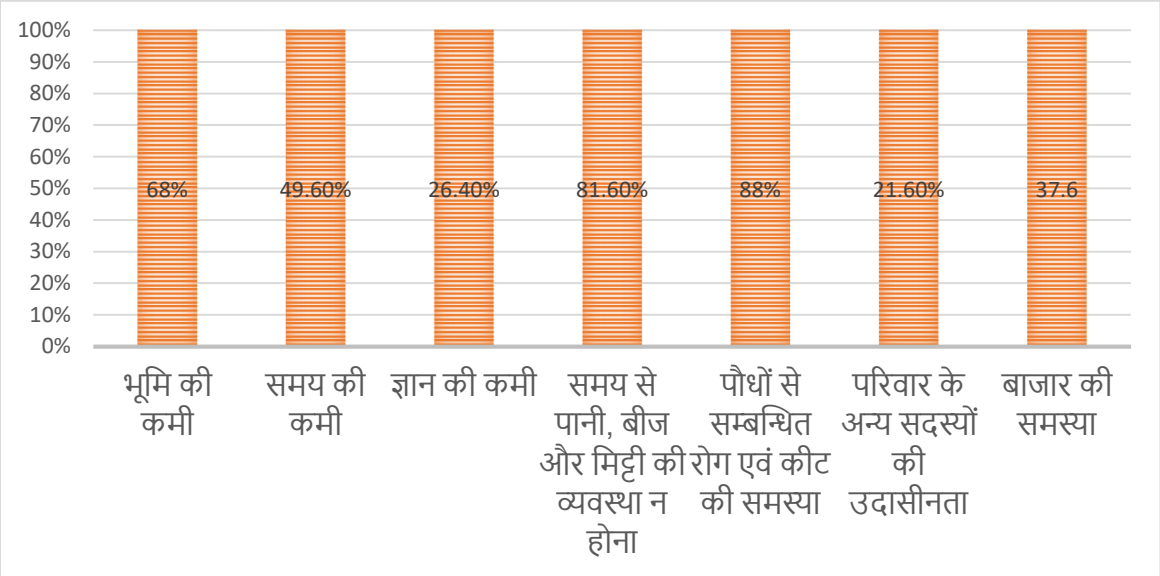
उत्तरदाताओं को किचन गार्डन शुरू करने तथा जारी रखने के लिए प्रेरित करने वाले कारक	उत्तरदाताओं की सं0 रैंक
खाद्य सुरक्षा की समस्या (कोविड महामारी के दौरान)	1
बागवानी का शौक / खाली समय का सदुपयोग (कोविड महामारी के दौरानऔर बाद में भी)	2
बाजार की तुलना में कम खर्च पर ताजी और जैविक खाद्य (ताजे फल, सब्जी एवं जड़ी-बूटी) की आपूर्ति	5
सभी मौसम में खाद्य विविधता के माध्यम से संतुलित भोजन की उपलब्धता	6
आर्थिक लाभ (पूँजी की बचत में सहायक)	7
घरेलू अवशिष्ट के पुर्नचक्रण द्वारा प्राप्त खाद का उपयोग (छिलके,कागज,जल,घास,पौधों के अवशिष्ट)	9
रोजगार के अवसर	8
शारीरिक गतिविधों से मानसिक स्वास्थ्य लाभ	4
महंगी और विदेशी चीजों का स्वाद लेने का अवसर	3
दूसरों को बागवानी करते देखकर	11
सोशल मिडियां का प्रभाव	10
कोई प्रेरणा नहीं	12

नोट- बहुविकल्पीय प्रतिक्रिया वाले प्रश्न

तालिका संख्या 5 से स्पष्ट है कि उत्तरदाताओं को किचन गार्डन स्थापित करने या भविष्य में जारी रखने के लिए खाद्य सुरक्षा की चिंता(कोविड महामारी के दौरान और बाद में भी) प्रभावित करने वाला सबसे महत्वपूर्ण कारक रहा।प्रतिभागियों ने स्पष्ट कहा कि मुझे पहले से ही घरेलू बागवानी का शौक था। अत: कोविड लॉकडाउन के दौरान घर पर अधिक समय होने के कारण शुरु किया एवं दूसरों को बागवानी करते देखकर ,घरेलू खपत के लिए ताजी साग-सब्जियों की उपलब्धता,घरेलू अवशिष्ट के पुर्नचक्रण द्वारा खाद की उपलब्धता पैसों की बचत करने में सहायक, शारीरिक गतिविधों से मानसिक स्वास्थ्य लाभ,अवशिष्ट जल का सदुपयोंग एवं बिक्री के लिए ताजी साग-सब्जियों की उपलब्धता, बागवानी का शौक, सोशल मिडियां का प्रभाव, महंगी और विदेशी चीजों का स्वाद लेने का अवसर, रोजगार के अवसर प्रमुख कारक रहा।

अध्ययन के प्रतिभागियों ने बताया कि- "किचन गार्डेन के कारण उनके प्रतिदिन के भोजन में विविधता आयी और कोविड से मिले सबक के कारण उन्होने अपनी बागवानी पद्धतियों में भी बदलाव किया। उन्होने बताया कि अब उनकी बागवानी से पहले की अपेक्षा अधिक उपज प्राप्त होती है। इससे उनकी आय में भी वृद्धि हुई।" अत:घरेलू उद्यान स्थानीय लोगों की आजीविका संबंधी चिंताओं को हल करने में मदद करती हैं।

आरेख सं06- उत्तरदाताओं के समक्ष किचन गार्डेन कार्य में आने वाली बाधाऐं/चुनौतियां



नोट- बहुविकल्पीय प्रतिक्रिया वाले प्रश्न

आरेख सं0 6 से स्पष्ट है कि किचन गार्डेन कार्य में उत्तरदाताओं के समक्ष अनेक बांधाऐं/चुनौतियां आती है जैसे- समय से पानी,बीज और मिट्टी की व्यवस्था न हो पाना, पौधों से सम्बन्धित रोग और कीट की समस्या,समय की कमी,बाजार की समस्या, ज्ञान की कमी, किचन गार्डेन मे कार्य करने के प्रति परिवार के अन्य सदस्यों की उदासीनता,भूमि की कमी आदि।

एक उत्तरदाता आयु 50 वर्ष ने अपने अनुभव बताते हुए कहा कि-"मुझे बागवानी का शौक बचपन से है किंतु समय की कमी के कारण फसल(फल, सब्जी और जड़ी- बुटी की किस्में) नहीं उगाते हैं। जबकी उत्तरदाता के पास उगाने के लिए क्षेत्र की उपलब्धता भी है।कारण कि अक्सर काम के संदर्भ में आवागमन और अन्य सामाजिक प्रतिबद्धताओं को एक साथ करने की कोशिश के कारण बगीचे को अपने हाल पर छोड़ना पड़ता है।"

निष्कर्ष

स्पष्ट हैं कि कोविड के दौरान किचन गार्डेन (रसोई उद्यान) ने स्थानीय लोगों की आजीविका और पोषण सुरक्षा संबंधी चिंताओं को हल करने में मदद की हैं और उसके बाद भी दे रही है।निश्चतरुप से शहरी बागवानी को सही तरीके से और सावधानी से लागू करके अधिकांश चुनौतियों/ बाधाओं को दूर किया जा सकता है। निष्कर्ष में यह भी पाया गया कि घरेलू उद्यान लगभग सभी मौसमों के लिए घरेलू खाद्य सुरक्षा को बनाए रखने, खाद्य उपलब्धता सुनिश्चित करने,उसका उपयोग और उत्पादन में स्थिरता सुनिश्चित करने में सहायक है। निष्कर्ष से यह भी स्पष्ट है कि अधिकांश घरों में छोटे और मध्यम आकार के बगीचे हैं जो दिखाता है कि विभिन्न प्रकार के बागवानी तरीकों जैसे- बर्तन, प्लास्टिक बैग, या विभिन्न प्रकार के कंटेनर के बारे में और अधिक जागरूकता की आवश्यकता है, जिन्हें बागवानी के लिए कम जगह वाले लोगों द्वारा आसानी से अपनाया जा सकता है। महामारी से मिले सबक के कारण बागवानी पद्धतियों में भी बदलाव आया है तथा लोग रासायनिक उर्वरक के स्थान पर जैविक उर्वरक का उपयोग करके फल, सब्जी और जड़ी-बुटी युक्त भोज्य पदार्थ को उगा रहे है। इससे लोगों की खाद्य प्रणालियों में बदलाव आया है। हालांकि शहरी बागवानी की अपनी सीमाएँ हैं, किंतु भविष्य में कोविड महामारी जैसे आने वाले संकटों के लिए तैयार रहने हेतु खाद्य सुरक्षा की नीति में बागवानी की भूमिका को मजबूत करने की और आवश्यकता है। साथ ही घरेलू उद्यान को अपनाने के लिए पारंपरिक ज्ञान के साथ वैज्ञानिक खेती प्रणाली के एकीकरण को प्राथमिकता देते हुए रसोई उद्यानों के विभिन्न मॉडल विकसित और प्रसारित किए जाने चाहिए।

संदर्भ सूची

- Fresco, L.O, Westphal, E (1988) “A hierarchical classification of farm systems” Experimental Agriculture, 24(4), 399-419
- Rybak, C., Mbwana, H. A., Bonatti, M., Sieber, S., & Müller, K. (2018). Status and scope of kitchen gardening of green leafy vegetables in rural Tanzania: implications for nutrition interventions. *Food Security*, *10*, 1437-1447
- Eigenbrod,C.,& Gruda,N (2015) “Urban vegetable for food security in cities. A review” Agronomy for Sustainable Development, 35, 483-498
- Lal,R (2020) “Home gardening and urban agriculture for advancing food and nutritional security in response to the COVID-19 pandemic” Food security, 12(4), 871-876
- “http://timesofindia.indiatimes.com/articleshow/75436097.cms?utm_source=contentofinterest&utm_medium=text&utm_campaign=cppst”
- Birdi,T.J., & Shah,S.U (2015) “Implementing perennial kitchen garden model to improve diet diversity in Melghat, India” Global journal of health science, 8(4), 10
- K. Chitra (2021) “Establishment of Organic Terrace Garden and Cultivation of Nutritious Vegetables” Vol 23 (12) pp. 464-468
- Bhattarai D.R.,Sharmila P.,Bhattarai D. (2021) “mpact of home garden interventions on household access to vegetables for nutrition security in kavreplanchok district of Nepal” H.I.J.Vol 5 (5).pp. 187-190
- Aambaliya,P.,Dudhagara,C.R.,&Mahera,A.B. (2024) “Perception and Problems of Kitchen Gardening in Jamnagar District of Gujarat, India” Journal of Experimental Agriculture International,46(7)631–637
- Hazra,S.,Parida,S.P.,Giri,P.P.,&Behera,B.K. (2025) “Kitchen garden, dietary diversity, and women's health in rural eastern India: a mixed method study” Frontiers in public health, 13, 1465169.
- Kumbhalkar,Ms.H.S.,Aghav,Mr.R.D.,P.Khedkar,&Dr.S (2024). “A Complete Guide: Kitchen Gardening. International Journal of Environment” Agriculture and Biotechnology, 9(4), 273–279
- Srivastava S., Shaheen F (2025) “Gardening Perception and Practices Related to the Medicinal Plantation: A Factor Loading Analysis”, Vol.13, Nu.1.