

## سونا نجانا شجر کاری کے ذریعے دیہی سندھ میں غذائی قلت دور کرنے کی کوشش

کراچی، 23 نومبر 2020: سندھ ایگریکلچر یونیورسٹی، ٹنڈو جام اور آغا خان یونیورسٹی نے وسطی سندھ کے ایک دیہی ضلع ٹیاری میں سونا نجانا امرنگا کے 40 ہزار پودے لگانے کی مہم شروع کی ہے، جس کا مقصد اس علاقے میں غذائیت کی کمی کی شکار ماڈوں، بچوں اور نوجوانوں کو غذائیت سے بھرپور کھانا مہیا کرنا ہے۔

نیشنل نیوٹریشن سروے 2018 کے مطابق، سندھ میں غذائیت کی کمی صحت عامہ کا ایک بڑا مسئلہ ہے۔ ہر دس میں سے چار بچے نشوونما کے مسائل کا شکار ہیں، جس سے ان کا قد اور وزن کم رہ جاتا ہے۔ صوبے میں وزن کی کمی کے شکار بچوں کی شرح 141.3 اور پتلی جسمت کے شکار بچوں کی شرح 23.3 فیصد ہے جو کہ دیگر صوبوں کی نسبت سب سے زیادہ ہے۔ غذائی قلت کی سب سے بڑی وجہ ایسا کھانا ہے جس میں غذائیت کم ہو۔

آغا خان یونیورسٹی کی جانب سے اس منصوبے کے سربراہ پروفیسر اسد علی کا کہنا ہے کہ دیہی سندھ کے بیشتر غریب خاندان روزانہ روٹی اور سبزی پر گزارہ کرتے ہیں۔ سونا نجانا ڈر مسٹک درخت مختلف طرح کے ضروری غذائی اجزاء پر مشتمل ہے اور چونکہ یہ درخت صحرا جیسے حالات میں بھی آسانی سے اگ سکتا ہے، لہذا یہ دیہی سندھ کے لیے ایک بہترین فصل ہے۔

تیزی سے بڑھنے اور خشک سالی کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت رکھنے والے سونا نجانا اصل گھربر صغیر ہندوپاک ہے۔ اس کا ہر حصہ خوردنی اور پروٹین، پوٹاشیم، کئیشیم، زنک، وٹامن اور اینٹی آکسیڈنٹ جیسے غذائی اجزاء سے بھرپور ہے۔ سونا نجانا کی پتیوں کو آسانی سے کاٹ کر دال اور سبزیوں کے ساتھ پکایا جاسکتا ہے۔ اس کی پھلیاں، جو سبز پھلیوں کی طرح ہی ذائقہ رکھتی ہیں، تل (فرائی) کر کے یاسوپ میں استعمال کی جاسکتی ہیں، جبکہ اس کی جڑیں بھی خوردنی ہیں۔

علاقے کے لوگوں کی سہولت کے لیے، اے کے یوسنڈھ ایگریکلچر یونیورسٹی کے ساتھ مل کر ٹیاری میں 40 ہزار درختوں کی سونا نجانا زسری لگائے گی۔ زسری تک مفت رسائی سے لوگوں کو زیادہ متوازن اور غذائیت سے بھرپور کھانا میسر ہو گا۔

زسری کے علاوہ، علاقے کے مکینوں میں مزید 12 ہزار پودے بھی تقسیم کیے گئے ہیں۔ اے کے یو اور ایس اے یو ٹیمیں خاندانوں کو اپنی غذا بہتر بنانے کے لیے اس درخت کے پتے، پھلی اور بیج استعمال کرنے کی ترغیب دیں گی۔ خواتین کو صحت مند کھانا پکانے میں مدد کے لیے کھانا بنانے کی ترکیبوں پر مشتمل سندھی زبان میں ایک ویڈیو سیریز بھی دستیاب کی گئی ہے۔

ٹیاری کے گاؤں ولی محمد ابڑو کے 65 سالہ کبیر پٹی پوٹو کا کہنا ہے کہ اگرچہ سونا نجانا کے لیے کوئی نیا درخت نہیں ہے لیکن انہوں نے اس کی خوبیوں کے بارے میں تب جانا جب آغا خان یونیورسٹی کی ٹیم نے ان کے گاؤں کا دورہ کر کے تفصیلات بتائیں اور دکھایا کہ سونا نجانا کو سبزی یا گوشت کے ساتھ کس طرح پکاتے ہیں۔

سونا نجانا کو عالمی سطح پر ایک 'سپر فوڈ' سمجھا جاتا ہے: اس کے پتے خشک کر کے پاؤڈر بنایا جاتا ہے جو کئیشیم، وٹامن اے اور پروٹین سے بھرپور ہوتا ہے جو بیک کر کے شہروں میں مینگے داموں بیچا جاتا ہے۔ اس کے بیجوں کا تیل، جس میں زیتون کے تیل کی طرح کی خصوصیات ہیں، بین الاقوامی مارکیٹ میں بھی مینگے داموں فروخت ہوتا ہے۔ آگے چل کر شرکت دار دیہاتیوں کو سونا نجانا کے پتوں اور بیج کو کیش کر اپ کے طور پر کاشت کرنے کی ترغیب دیں گے۔

سندھ ایگریکلچر یونیورسٹی کے ایگریکلچرل ایجوکیشن ایسوسی ایشن ڈیپارٹمنٹ کے چیئرمین پروفیسر محمد اسماعیل کنبھر کا کہنا ہے کہ وہ لوگوں کو ان درختوں کو اگانے اور ان کی دیکھ بھال کرنے کے بارے میں تربیت دیں گے تاکہ وہ اس طبی اور غذائیت کے حامل درخت سے مکمل مستفید ہو سکیں۔

پروفیسر اسد علی کا کہنا ہے کہ سوہانچنا کاشتکاری مہم نہ صرف میاری کے عوام کی صحت بلکہ ماحولیات کے لیے بھی مفید ہوگی۔

اے کے یو کا فیلڈ ریسرچ سینٹر 2003 سے میاری میں قائم ہے اور شواہد کی بنیاد پر اقوام متحدہ کے سسٹین ایبل ڈیولپمنٹ گول 3 کے اہداف حاصل کرنے کے اقدامات کر رہا ہے جس کے تحت سب ممالک کو 2030 تک غذائی کمی کی ساری اقسام کے خاتمہ اور نومولود اور بچوں کی اموات کے اسباب کی روک تھام کرنا ہے۔

سوہانچنا شجرکاری مہم کی فنڈنگ پرنس صدر الدین آغا خان فنڈ فار دی انوائزمنٹ سے کی جا رہی ہے جس کے تحت 10 ملین امریکی ڈالر کا فنڈ ماحولیاتی مسائل کے عملی حل کے لیے مختص کیا گیا ہے۔