

छतों पर सब्जी बागवानी: भारत में शहरी खाद्य सुरक्षा का समाधान



**डॉ. जितेन्द्र कुमार मीणा,
श्री राजपाल बोचालिया**

सहायक प्रोफेसर, एपेक्स
विश्वविद्यालय, जयपुर

***अनुरूपी लेखक**

डॉ. जितेन्द्र कुमार मीणा*

भारत की शहरी जनसंख्या 2030 तक 60 करोड़ से अधिक हो जाएगी। घटती कृषि भूमि और खाद्य आपूर्ति श्रृंखलाओं पर बढ़ते दबाव के कारण, शहरी खाद्य सुरक्षा एक बड़ी चुनौती बन गई है। छतों पर सब्जी बागवानी एक ऐसा नवाचार है जो बेकार पड़ी छतों का उपयोग कर ताज़ी, जैविक और पोषक सब्जियाँ उगाने का अवसर प्रदान करती है।

खाद्य सुरक्षा के लिए छतों पर बागवानी क्यों?

- बेकार पड़ी जगह का उपयोग: अधिकतर शहरी छतें खाली रहती हैं जिन्हें हरे-भरे बागानों में बदला जा सकता है।
- खाद्य परिवहन की दूरी कम करना: यहीं पर उगाई गई सब्जियाँ परिवहन की लागत और प्रदूषण को कम करती हैं।

- पूरे साल उपलब्धता: उचित प्रबंधन से सालभर सब्जियाँ प्राप्त की जा सकती हैं।
- रोजगार और कौशल विकास: यह महिलाओं और वृद्धजन के लिए अंशकालिक रोजगार का स्रोत बन सकता है।
- स्वास्थ्य और पोषण: ताज़ी, कीटनाशक मुक्त और पोषक सब्जियाँ उपलब्ध कराता है।

भारत में छतों पर उगाई जाने वाली उपयुक्त सब्जियाँ

मौसम	उपयुक्त सब्जियाँ
गर्मी	टमाटर, बैंगन, भिंडी, मिर्च, लौकी, खीरा
सर्दी	पालक, मेथी, धनिया, मूली, गाजर, मटर, पत्तागोभी
सालभर	कढ़ी पत्ता, पुदीना, लेमनग्रास, ऐलोवेरा, अदरक, हल्दी

बर्तन सुझाव: ग्रे बैग्स, पुराने डिब्बे, मिट्टी के गमले,
प्लास्टिक की टोकरियाँ जिनमें पानी निकासी हो।

प्रमुख तकनीकें और प्रणालियाँ

1. मिट्टी आधारित कंटेनर बागवानी: प्रारंभ करने वालों के लिए उपयुक्त, जिसमें खाद और मिट्टी का मिश्रण होता है।
2. वर्टिकल गार्डनिंग: दीवारों और खंभों के सहारे अधिकतम उपयोग।

3. हाइड्रोपोनिक्स: बिना मिट्टी के पोषक जल में खेती।
4. ड्रिप सिंचाई: जल की बचत और समान वितरण।
5. कम्पोस्ट यूनिट: रसोई के कचरे से जैविक खाद तैयार करना।

छतों पर सब्जी बागवानी: भारत में शहरी खाद्य सुरक्षा का समाधान

ताज़ा भोजन उगाएँ, पैसे बचाएँ, स्वस्थ रहें और आत्मनिर्भर भारत बनाएँ

छतों पर बागवानी क्यों करें?

- भारत में शहरी आबादी तेजी से बढ़ रही है।
- ताज़ी सब्जियों मांगी हो रही है और सभी के लिए उपलब्ध नहीं हो पाती।
- लंबी दूरी परिवहन से पोषक तत्व कम होते हैं और कार्बन उत्सर्जन बढ़ता है।
- छतें अनुपयोगी पड़ी रहती हैं, जिनमें अपार संभावनाएँ हैं।

छतों पर बागवानी के लाभ

- ताज़ी, रासायनिक-मुक्त सब्जियों की उपलब्धता
- घर के खाने का खर्च कम होता है
- पोषण और परिवार के स्वास्थ्य में सुधार
- शहरों में हरियाली बढ़ती है और तापमान कम होता है
- पर्यावरण संरक्षण और सतत जीवन शैली को बढ़ावा

आपकी छत आपके परिवार की सेहत की गारंटी

ताज़ा और पोषणयुक्त

किफायती और पैसे की बचत

पर्यावरण के अनुकूल

परिवार और समुदाय का कल्याण

आप ये सब्जियाँ उगा सकते हैं

पालक

लेटूस

मेथी

टमाटर

बैंगन

मिर्च

धनिया

मूली

बीन्स

खीरा

और भी कई सब्जियाँ और हरी पत्तदार पौधे आपकी छत पर सफलतापूर्वक उग सकते हैं!

कैसे शुरू करें?

- अपनी छत का आकलन करें रोजाना 4-5 घंटे धूप और पानी की उपलब्धता सुनिश्चित करें।
- उपयुक्त कंटेनर चुनें छोटे बैग, गमने, ट्रे, टोकरीयाँ या पुनर्चक्रित डिब्बों का उपयोग करें।
- उत्तम गुणवत्ता वाली मिट्टी तैयार करें मिट्टी, कंपोस्ट और कोकोपीट को बराबर मात्रा में मिलाएँ।
- मौसमी सब्जियाँ चुनें अगस्त और जनवरी उमने वाली मौसमी सब्जियों से शुरूआत करें।
- नियमित पानी और देखभाल करें ड्रिप सिस्टम या पानी देने के केन का उपयोग करें। मूल्य से नमी बनी रहती है।
- नियमित रूप से उपज लें और आनंद लें समय पर कटाई करें और ताज़ी सब्जियों का आनंद लें।

शहरी भारत पर प्रभाव

- स्थानीय खाद्य उत्पादन बढ़ाकर खाद्य सुरक्षा को मजबूत करना
- पर्यावरणीय प्रदूषण कम करना और स्थिरता को बढ़ावा देना
- लचीले समुदायों और स्वस्थ शहरों का निर्माण

छोटा कदम, बड़ा बदलाव
आइए, अपनी छतों को खाद्य बागानों में बदलें और मिलकर बनाएँ भूख-मुक्त, स्वस्थ और आत्मनिर्भर भारत।

“खाद्य सुरक्षा का भविष्य हमारे सिर के ठीक ऊपर शुरू हो सकता है।”

मुख्य चुनौतियाँ और समाधान

चुनौती | समाधान

जल की कमी | ग्रे वॉटर और ड्रिप प्रणाली का प्रयोग
छत की भार क्षमता | हल्के कंटेनर और मिट्टी के मिश्रण का उपयोग

प्रारंभिक लागत | सरकारी सब्सिडी और सामुदायिक मॉडल

जागरूकता की कमी | प्रशिक्षण शिविर और शहरी कृषि नीतियाँ

सरकारी नीति और समर्थन

दिल्ली, बेंगलुरु और हैदराबाद जैसे कई शहर छतों पर बागवानी को प्रोत्साहन देने के लिए प्रशिक्षण और सब्सिडी की योजना चला रहे हैं। स्मार्ट सिटी मिशन, राष्ट्रीय शहरी आजीविका मिशन और AMRUT जैसी योजनाओं में छतों पर खेती को शामिल किया जा सकता है।

सफलता की कहानियाँ

- हैदराबाद: तेलंगाना बागवानी विभाग में 25,000 से अधिक छतों पर बगीचे पंजीकृत।
- चंडीगढ़: नगर निगम प्रशिक्षण और बीज को रियायती दरों पर उपलब्ध कराता है।

निष्कर्ष

छतों पर सब्जी बागवानी केवल शौक नहीं बल्कि एक व्यावहारिक और टिकाऊ उपाय है जो भारत में शहरी खाद्य असुरक्षा को दूर कर सकता है। सही नीतियों, जनजागरूकता और सामुदायिक भागीदारी से भारत की छतें एक नए खाद्य स्रोत के रूप में विकसित की जा सकती हैं।