IJARSCT
ISSN (Online) 2581-9429
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology (IJARSCT)
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
Impact Factor: 6.252
Volume 2, Issue 1, June 2022

गृह-विज्ञान शिक्षा में मिलेट आधारित पारंपरिक आहार का महत्व

प्राची[1] डॉ. सुनीता सिंह[2]
[1]शोधार्थी [2]शोध निर्देशक
गृह विज्ञान - विभाग
एन.आई.आई.एल.एम विश्वविद्यालय, कैथल (हरियाणा)

सारांश

गृह-विज्ञान शिक्षा का उद्देश्य केवल घरेलू प्रबंधन तक सीमित नहीं है, बल्कि यह पोषण, स्वास्थ्य, सामाजिक-सांस्कृतिक मूल्यों तथा सतत विकास की समझ को भी बढ़ावा देता है। वर्तमान समय में कुपोषण, जीवनशैली संबंधी रोगों और पर्यावरणीय असंतुलन की चुनौतियों के बीच मिलेट आधारित पारंपरिक आहार का महत्व पुनः उभरकर सामने आया है। यह शोध पत्र गृह-विज्ञान शिक्षा के संदर्भ में मिलेट आधारित आहार की उपयोगिता, पोषण मूल्य, सांस्कृतिक महत्त्व और शैक्षिक समावेशन का विश्लेषण प्रस्तुत करता है।

मुख्य संकेतक: मिलेट, गृह-विज्ञान शिक्षा, पारंपरिक आहार, पोषण, सतत विकास।