

# Newsletter

January 2013

## In this Issue

Certificate Distribution for Tunnel Farming Course

Poultry Training & Course Registration

LSF Meeting with PPAF

Health Corner ( Polen Allergy )

KOU Course Outline & Schedule



Lok Sanjh Foundation  
[www.loksanjh.org](http://www.loksanjh.org)

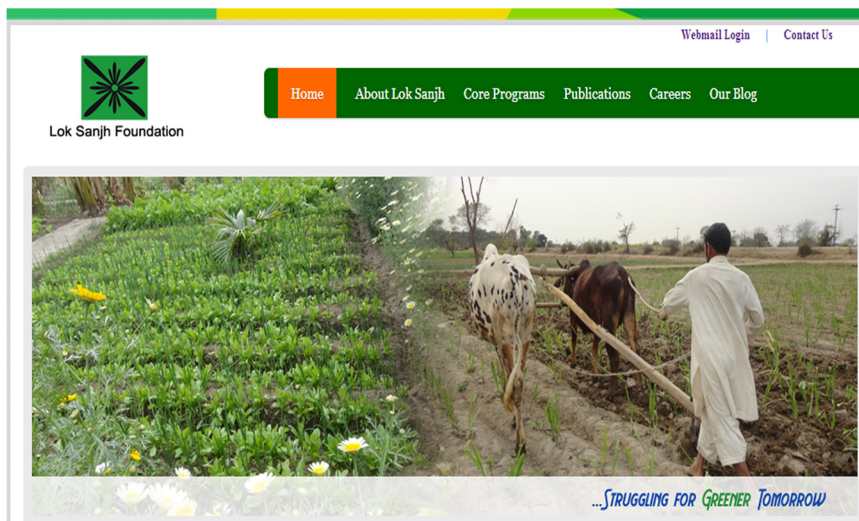
## Certificate Distribution for Tunnel Farming Course



On 3rd January, Kissan Open University organized an event to distribute certificates to successful candidates of Tunnel Farming course. The duration of the course was three months where each candidate participated with great interest. The event was presided by Dr. Shahid Zia, MD Lok Sanjh Foundation. He advised the farmers to enhance their technical skills in Tunnel Farming. The farmers learnt to grow the vegetables by using this technology. The certificates were distributed by Mr. Farooq Khan, Deputy Executive Director Lok Sanjh Foundation.

## Lok Sanjh New Website Launched

Lok Sanjh has launched its new website. Now user can view and subscribe to important updates & latest news. It contains Lok Sanjh's core programs, its agenda, and a new feature of organic e-shop where user can purchase organic food online. The effort has been made to design this website user friendly. The new website is totally up to the mark meeting all the requirement of new technology.





### Poultry Training and Course Registration



Lok Sanjh Foundation introduced a poultry farming course in Kissan Open University to strengthen farmer's economic conditions, particularly of female farmers. Participants were trained to manage poultry sheds and their related matters. Participants from Fateh Jhang area participated in the training session.

The Farmers were taught practically to handle their sheds properly and course outline was handed over to the participants for future use.

### LSF meeting with PPAF

Executive Director Lok Sanjh Foundation, Dr. Farzana Shahid and PPAF Chief Executive Qazi Azmat Isa held a meeting at the PPAF Head Office to discuss possible partnership between the two organizations. Dr. Farzana said that Lok Sanjh is working closely with small farmers for poverty reduction through sustainable agriculture and protection of environment with the participation of all the stake holders. Qazi Azmat Isa lauded the contribution of Lok Sanjh Foundation in poverty alleviation in the poor segments of rural Pakistan. It was mutually agreed that an appraisal mission of PPAF will visit field areas of LokSanjh in South Punjab during the month of February to finalize the collaboration.





## Health Corner ( Polen Allergy )

If you experience allergy symptoms all year long, you may have allergies to something in your home, such as dust mites or pet dander.



The microscopic male cells of flowering plants make up pollen. In the spring, summer, and fall, pollens spread through the air to fertilize plants and tree flowers. But on their way, they can get inhaled.

If you have a tree pollen allergy or flower pollen allergy, this can cause symptoms such as:

- Sneezing
- Watery eyes
- Nasal congestion
- Runny nose
- Itchy throat
- Cough

Keep your windows and outside doors closed as much as possible.

Use air-conditioning to cool your home. Avoid using window and attic fans during pollen season.

Keep your car windows rolled up when driving; use air-conditioning.

Consider vacationing to a place where pollen is low, such as the beach. Check pollen counts before planning outdoor activities. Avoid being outdoors in the early morning, when pollen is most prevalent.

If you have to be outdoors, wear sunglasses to minimize pollen in your eyes. Remove your clothing when you come indoors; shower and wash your hair.

## KOU Course Outline and Schedule

کورس آؤٹ لائن: مرغیانی کاسٹریٹیکٹ کورس  
 ”دیہی مرد و خواتین کے مقامی کاروبار، معاشی ترقی اور تحفظ خوراک“  
 کورس دورانیہ:۔ بروز منگل (صبح 11.00 بجے تک 01.00 سہ پہر)  
 کورس کوآرڈینیٹر:۔ مس میوند خان، سعید الرحمن  
 کسان اوپن یونیورسٹی (راتوال)

تاریخ	کورس موضوع	کلاس / مطالعاتی دورہ
22-01-2013	کورس رجسٹریشن، کورس فیس کی وصولی ذمہ داران:۔ مس میوند خان اسٹینٹ کورس کوآرڈینیٹر سعید الرحمن کورس کوآرڈینیٹر گھریلو سطح پر مرغیانی کو تحفظ خوراک کیلئے مناسب ماحول کا روپ کیسے بنایا جاسکتا ہے؟ (لکچر:۔ سعید الرحمن)	کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر
29-01-2013	مرغیاں پالنے کی پہلی کلاس، ڈیزیننگ لکچر:۔ ڈاکٹر نعمان (ہارانی لائیو سٹاک پروڈکشن اینڈ ریسرچ انسٹی ٹیوٹ)	لکچر ڈیزیننگ کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر
07-02-2013	مرغیانی کیلئے جگہ کا انتخاب (لکچر:۔ ڈاکٹر آصف سعید) مرغی خاندان کی تغیر مرغی کی منگنی، سترائی اور روٹی کا انتظام بچھائی کا استعمال مرغیوں کو کس قسم کی خوراک دی جانی چاہئے دیہی خوراک گھریلو سطح پر تیار کرنے کا طریقہ دیہی خوراک تیار کرنے کا عملی مظاہرہ	لکچر ڈیزیننگ ہیڈ آفس لوک سانجھ فاؤنڈیشن

تاریخ	کورس موضوع	کلاس / مطالعاتی دورہ
19-02-2013	چھڑنے نکلوانے کیلئے مرغی کا انتخاب انڈوں کی اہمیت اور چھڑے نکلوانے کے دوران احتیاطی تدابیر (لکچر:۔ ڈاکٹر آصف سعید)	ہیڈ آفس لوک سانجھ فاؤنڈیشن
26-02-13	پالٹری فارم کا مطالعاتی دورہ	پالٹری فارم فتح جنگ
19-03-2013	مرغیوں کی بیماریاں اور ان کی روک تھام کے طریقے لکچر:۔ ڈاکٹر نعمان (ہارانی لائیو سٹاک پروڈکشن اینڈ ریسرچ انسٹی ٹیوٹ)	کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر
26-03-2013 27-03-2013 28-03-2013	کورس کے طلباء و طالبات کی فتح جنگ و مشری ہسپتال میں عملی ڈیزیننگ	طلباء و طالبات کیلئے عملی ڈیزیننگ فتح جنگ و مشری ہسپتال
02-04-2013	مرغیانی کیلئے لوگ سانجھ سے قرضہ حاصل کرنے اور معاہدہ کے بارے میں بریفنگ (لکچر:۔ ڈاکٹر فرزانہ شاہ + مس میوند خان)	کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر
09-04-2013	مرغیاں پالنے کے پیداواری اخراجات اور آمدن کا حساب کتاب رکھنے کے طریقے (لکچر:۔ سعید الرحمن)	کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر
16-04-2013	پالٹری فارم ریسرچ سکول (ماہر:۔ ڈاکٹر شاہد ضیاء / ڈاکٹر فرزانہ شاہ)	کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر
23-04-2013	مرغیانی کورس کی اختتامی تقریب و تحسیم اسناد (سہان خصوصی:۔ ڈاکٹر کیون گھالا گھر)	کسان اوپن یونیورسٹی راتوال سنٹر