

श्रमयोग पत्र

सेवा में

वर्ष : 07

अंक : 03 (हिन्दी मासिक) देहरादून, 01 जून 2021

मूल्य - 5.00 ₹ प्रति

पृष्ठ-8

वार्षिक मूल्य -100 ₹

कोरोना से लड़े तो कैसे

स्वास्थ्य सुविधाओं की भारी कमी से जूझता देश

श्रमयोग पत्र ब्यूरो

कोरोना महामारी ने हमारे देश की स्वास्थ्य सुविधाओं की असलियत हमारे सामने खोल कर रख दी है। हमारा स्वास्थ्य तन्त्र "हर नागरिक को स्वास्थ्य" की अवधारणा से अभी कोसों दूर खड़ा है। भारत सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं पर सबसे कम खर्च करने वाले कुछ देशों में शामिल है। भारत अपने सकल घरेलू उत्पाद का मात्र 1.26 प्रतिशत सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं पर खर्च करता है जबकि नीदरलैंड, न्यूजीलैंड, फिनलैंड, आस्ट्रेलिया जैसे देश कुल सकल घरेलू उत्पाद का 9 प्रतिशत, अमेरिका 16 प्रतिशत और जापान, फ्रान्स, कनाडा, जर्मनी जैसे देश 10 प्रतिशत खर्च करते हैं। यहाँ तक कि विकासशील देशों में भी ब्राजील सार्वजनिक स्वास्थ्य पर अपने सकल घरेलू उत्पाद का 8 प्रतिशत खर्च करता है। हमारे पड़ोसी देश बांग्लादेश व पकिस्तान भी सार्वजनिक स्वास्थ्य पर सकल घरेलू उत्पाद का 3 प्रतिशत खर्च कर रहे हैं। राष्ट्रीय स्वास्थ्य नीति 2017 में सन् 2025 तक स्वास्थ्य क्षेत्र में सकल घरेलू उत्पाद का 2.5 प्रतिशत खर्च करने की सिफारिश की गई है पर मौजूदा हालातों में यह सम्भव नहीं दिखता। वर्ष 2018 में स्वास्थ्य जर्नल लेन्सेट द्वारा जारी स्वास्थ्य सुविधाओं तक पहुँच व गुणवत्ता सूचकांक में भारत को

195 देशों की सूची में 145 वे नम्बर पर रखा गया। इस सूची में चीन (48), श्रीलंका (71) व बांग्लादेश (133) नम्बर पर थे। इसका मतलब कोरोना से पूर्व के इस अध्ययन में हमें पता था कि स्वास्थ्य सुविधाओं के मामले में हम कहाँ खड़े हैं। हमारे यहाँ जब स्वास्थ्य सुविधाएँ इतनी लाचर थी तो उनके द्वारा रातों रात स्वास्थ्य आपातकाल की स्थिति में कैसे समाधान पेश किया जा सकता था, अतः बड़ी संख्या में लोगों की जान चली गई।

भारत में विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा निर्धारित प्रति 1000 की जनसंख्या पर एक डॉक्टर के अनुपात के विपरीत प्रति 1445 जनसंख्या पर एक डॉक्टर है लेकिन यह आंकड़ा पूरी तस्वीर को समझने के लिये काफी नहीं है। ग्रामीण भारत में यह अनुपात प्रति 10926 जनसंख्या पर एक डॉक्टर है जबकि आबादी का 65 प्रतिशत जनसंख्या ग्रामीण भारत में निवास कर रही है। ऐसे में कोरोना जैसी महामारी के समय रातों रात स्वास्थ्य सुविधाएँ जुटाना असम्भव ही है। वर्ष 2016 में विश्व स्वास्थ्य संगठन ने कहा कि स्वास्थ्य विकास लक्ष्यों को प्राप्त करने हेतु दुनिया के देशों के पास प्रति 10,000 की आबादी पर 44.5, स्वास्थ्य कार्यकर्ता होने चाहिये, भारत में अभी इसके आधे ही स्वास्थ्य कर्मी उपलब्ध हैं। इसका परिणाम यह है कि उत्तराखण्ड राज्य के हल्द्वानी व

देहरादून में अस्थाई कोविड केयर केंद्र स्थापित करने के बाद भी इनमें काम करने के लिये न तो डॉक्टर मिल रहे हैं न स्वास्थ्य कार्यकर्ता। 23 मई को हिन्दुस्तान में छपी रिपोर्ट के अनुसार हल्द्वानी में डीआरडीओ की ओर से 500 बेड का अस्थाई कोविड अस्पताल बनाया गया था जिसके लिये 175 एमबीबीएस डॉक्टरों समेत मेडिकल स्टाफ के लिये भरती निकाली गई लेकिन 23 मई तक सिर्फ 6 डॉक्टर ही मिल सके। छावनी परिषद गढ़ी में 150 बेड का अस्थाई कोविड अस्पताल बनाया गया व 24 डॉक्टर एवं 30 नर्सों की भरती हेतु विज्ञप्ति निकाली गई थी लेकिन 23 मई तक एक भी आवेदन नहीं आया जबकि 25 मई अन्तिम तिथि थी।

आखिर हमारी प्राथमिकताएँ क्या हैं? हम शिक्षा और स्वास्थ्य जैसी जरूरतें जो हमारे समाज के आगे बढ़ने का एक रास्ता है पर खर्च क्यों नहीं कर रहे हैं? हमारी सरकार शिक्षा और स्वास्थ्य को निजी क्षेत्र को सौंप देना चाहती है। जबकि इन दोनों क्षेत्रों में अधिक धन की व्यवस्था कर सरकार को इनका संचालन पूरी तरह अपने हाथों में लेना चाहिये। स्वास्थ्य सेवाओं को निजी क्षेत्र व बीमा कम्पनियों के हाथों नहीं छोड़ा जा सकता। देश में अधिक संख्या में डॉक्टर व स्वास्थ्य कर्मियों को तैयार करने के लिये अधिक निवेश की आवश्यकता है। जिसे सरकार द्वारा किया ही जाना चाहिये।

चढ़ान की तरह खड़ा किसान आन्दोलन

विक्रम, श्रमयोग

किसानों ने 26 मई को पूरे भारत में काला दिवस मनाया। 26 मई को किसान आंदोलन को 6 माह पूर्ण हो गए हैं। इस दिन टिकरी बार्डर, गाजीपुर बार्डर व अन्य मोर्चों पर किसानों ने भारी विरोध प्रदर्शन किये। किसान 6 माह से दिल्ली के बार्डर पर डटे हुए हैं। किसानों का कहना है कि तीनों कृषि कानून उनको लूटने के कानून हैं। अतः जब तक बिल वापसी नहीं होगी तब तक किसानों की घर वापसी भी नहीं होगी। किसानों ने विरोध प्रदर्शन के दौरान आन्दोलन के प्रति सरकार के रवैये की घोर आलोचना की और सरकार के तानाशाही रवैये के सामने एकजुट रहने का संकल्प लिया। भारत में किसान आन्दोलनों का इतिहास बहुत पुराना है। यहाँ किसानों ने हमेशा आन्दोलनों से ही अपनी लिए नई राह बनायी है। देश में 1917 में अवध में सबसे पहला, सबसे बड़ा और प्रभावशाली किसानों का आंदोलन हुआ। वर्ष 1919 में इस संघर्ष ने जोर पकड़ लिया और वर्ष 1920 के अक्टूबर महीने में प्रतापगढ़ में किसानों की एक विशाल रैली के दौरान 'अवध किसान सभा' का गठन हुआ। तब से लेकर

अब तक किसान लगातार अपने मुद्दों को लेकर लड़ रहे हैं। देश में आज भी 85 प्रतिशत सीमान्त किसान हैं जो कर्ज के बोझ तले छोटी-छोटी जोतों के सहारे अपना जीवन यापन कर रहे हैं उनके लिये भी ठोस नीति बनाने की आवश्यकता है।

भारत में आजादी से पहले तथा आजादी के बाद आज तक किसान आन्दोलन ही करता आ रहा है। उसे कुछ भी बिना आंदोलन के नहीं मिला है। कैसी विडम्बना है कि कृषि

प्रधान देश जिसमें किसान को अन्नदाता कहा जाता है आज उसी अन्नदाता कि बात सुनने को सरकार तैयार नहीं है। इस आन्दोलन में बहुत से किसान भाई शहीद हो गये हैं। क्या सरकार को किसानों कि बातों को तुरन्त मान नहीं लेना चाहिए? सरकार को अपनी हट छोड़ कर तीनों कृषि कानूनों को वापस लेते हुए आन्दोलन को समाप्त करवाना चाहिए व सीमान्त किसानों के लिये भी ठोस नीति बनानी चाहिए।



हमारी पार्टी



प्रिय साथियो,

श्रमयोग पत्र के सातवें वर्ष का तीसरा अंक लेकर हम आपके बीच हैं। सामुदायिक पत्रकारिता को मजबूत करने व सामुदायिक आवाज को मंच देने के उद्देश्यों के साथ हम अपने मिशन पर अग्रसर हैं। पिछले दिनों हमारे अनेक साथियों ने कहा कि बहुत प्रयास करके भी हम अच्छा नहीं लिख पाते व छापने के लिये भेजते हुए हिचक होती है। इस सन्दर्भ में हम आपसे कहना चाहते हैं कि श्रमयोग पत्र हम सभी के लिये एक पाठशाला है, जहाँ हम सामुदायिक पत्रकारिता के पाठ पढ़ रहे हैं। हम महसूस करते हैं कि सामुदायिक आवाजों को उठाने व रखने के मंच बहुत सीमित हैं, अतः हमारी नैतिक जिम्मेदारी है कि हम सामुदायिक मुद्दों व आवाजों को अपनी लिख सकने की क्षमता के अनुसार ही उठाते रहें। भाषा व उसके शिल्प से ज्यादा हमारे लिये मुद्दे महत्वपूर्ण हैं, हमें उन्हें हर हाल में उठाते रहना होगा।

साथियो, कोविड महामारी ने हमारे कई अपनों को हमसे छीन लिया है। काफी लोग अस्पताल व घर में बीमारी से मुकाबला कर रहे हैं। कई परिवारों के कमाऊ सदस्य अपने रोजगार खो चुके हैं। कमरतोड़ महंगाई ने जीना दूबर कर दिया है। बच्चे पिछले एक वर्ष से विद्यालय का मुंह नहीं देख पाये हैं। इन सब कारणों से समाज में भय व तनाव का माहौल है। कुल मिलाकर हम बहुत कठिन दौर से गुजर रहे हैं। ऐसे में समुदायों की आपसी एकता व सामुदायिक पत्रकारिता हमारी ताकत है। जहाँ एक ओर अपने संगठन की ताकत से हम इसका मुकाबला कर रहे हैं वहीं दूसरी ओर श्रमयोग पत्र में आज के समय को दर्ज करते हुए अपने मुद्दों को उठा रहे हैं। इस कठिन समय में श्रमयोग समुदाय व हमारे अन्य साथी संगठन हमारी ताकत बने हैं। उनके सहयोग से अनेक गांवों में आशा/आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं, ग्राम प्रधान, स्वयं सहायता समूहों को कोविड से रोकथाम हेतु स्वास्थ्य उपकरणों यथा ऑक्सीमीटर, थर्मल स्कैनर, मास्क, वैपोराइजर, सैनेटाइजर इत्यादि का वितरण किया जा रहा है।

श्रमयोग पत्र श्रमयोग समुदाय के सदस्यों के बीच संवाद का महत्वपूर्ण जरिया है। हमें अपने पढ़ने व लिखने के कार्य को और तेज करना होगा। श्रमयोग पत्र के माध्यम से सामुदायिक पत्रकारिता आन्दोलन को मजबूत करने की जिम्मेदारी हम सबके ऊपर है। हम प्रारम्भ से ही श्रमयोग पत्र का संचालन सिर्फ आपके द्वारा अदा किये जाने वाले सदस्यता शुल्क से करते हैं व गैर-लाभकारी समाचार पत्र हैं। हम इस पत्र में निशुल्क सामुदायिक विज्ञापनों के अतिरिक्त धन लेकर किसी तरह के सरकारी या निजी विज्ञापन नहीं छापते। पत्र की वार्षिक सदस्यता ₹ 100 व आजीवन सदस्यता ₹ 1000 है। आपके द्वारा ग्रहण की गयी पत्र की सदस्यता सामुदायिक पत्रकारिता के उत्थान की इस मुहिम को मजबूत करेगी। बीते छः वर्षों में आपसे मिले हर तरह के सहयोग के लिये आभार।

शुभ कामनाओं सहित

सम्पादक।

भीतर के पृष्ठों में

- गांव घर की खबर — पृष्ठ 2
- सुन्दर लाल बहुगुणा जी का जाना — पृष्ठ 3
- कहानी नमक — पृष्ठ 4
- ऑक्सीजन व ऑक्सीमीटर — पृष्ठ 5
- कार्य क्षेत्र से मासिक रिपोर्ट — पृष्ठ 6
- विश्व पर्यावरण दिवस — पृष्ठ 8

मौसम का हाल

मौसम विज्ञान विभाग ने दक्षिण-पश्चिम मानसून के केरल के ऊपर 4 जून तक पहुँचने की सम्भावना व्यक्त की है। उत्तराखण्ड राज्य में जून माह में ऊँचाई वाले इलाकों में भारी से सामान्य वर्षा हो सकती है। मैदानी इलाकों में गरज के साथ छींटे पड़ने की सम्भावना है।

जून माह-सावधानियाँ

समय-समय पर साबुन से हाथों को धोयें। जरूरी होने पर ही घर से बाहर निकलें। घर से बाहर मास्क अवश्य पहनें। शारीरिक दूरी बनाए रखें। साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें। पर्याप्त मात्रा में स्वच्छ पानी पियें।

जून माह में विशेष दिवस

- 01 जून — विश्व दुग्ध दिवस
- 05 जून — विश्व पर्यावरण दिवस
- 07 जून — विश्व खाद्य सुरक्षा दिवस
- 12 जून — विश्व बाल श्रम निषेध दिवस
- 14 जून — विश्व रक्तदान दिवस
- 29 जून — टीम श्रमयोग बैठक
- 30 जून — श्रम सखी बैठक

सम्पादकीय

परीक्षाओं के बन्धन से मुक्ति

कोरोना महामारी ने एक काम कमाल का किया है, मौजूदा हालातों ने हमें बताया है कि परीक्षा के बगैर भी आगे बढ़ा जा सकता है। इस बार कक्षा दस व बारह समेत सभी कक्षाओं के विद्यार्थियों को परीक्षा दिये बगैर अगली कक्षाओं में भेजा जायेगा। अलग-अलग ऐतिहासिक स्रोतों में परीक्षाओं की शुरुआत चीन में हुई बताई गई है जब सुई सल्तनत ने अपने कर्मचारियों की नियुक्ति के लिये परीक्षाओं का सहारा लेना शुरू किया। इसके अतिरिक्त इतिहास में अलग-अलग जगहों पर योग्यता को मापने के पैमाने बनाने का जिक्र मिलता है। भारत में मौजूदा परीक्षा प्रणाली अंग्रेजों की देन है।

परीक्षाओं के जाल ने हमारे विद्यालयों में सीखने-सीखाने की प्रक्रिया को तहस-नहस कर दिया है। शिक्षा प्रारम्भ करने के लिये प्रवेश हेतु दी जाने वाली परीक्षा से शुरू होने वाला यह जाल अन्त में ज्यादातर मामलों में विद्यार्थी को एक असवेदनशील, व्यक्तिवादी, अवसरवादी, भ्रष्ट व स्वार्थी नागरिक बनाकर समाज में छोड़ देता है। इस मामले में सरकारी स्कूलों का जिक्र इसलिये किया जाना जरूरी है कि वो कम से कम बच्चे को सहज प्रवेश देकर उनके साथ प्रवेशोत्सव मनाते हैं। निजी विद्यालयों ने परीक्षाओं को बच्चों के सामने बहुत बड़ा बना दिया है जिसके बोझ तले हमारे विद्यालयों में बच्चे व शिक्षक कराह रहे हैं।

सन् 2011 में हमारे देश के महान वैज्ञानिक डा० सी०एन०आर० राव ने तत्कालीन प्रधानमंत्री को पत्र लिखकर कहा था कि हमारे पास परीक्षा का तन्त्र तो है पर शिक्षा का कोई तन्त्र नहीं है। उन्होंने लिखा कि मौजूदा परीक्षा का तन्त्र परीक्षाओं में असफल होने वाले विद्यार्थियों को शिक्षा से दूर कर रहा है। अनेक शोध बताते हैं कि परीक्षाओं की बाधयता ने बहुत बड़ी संख्या में विद्यार्थियों में शिक्षा के प्रति अरुचि पैदा की है। मौजूदा परीक्षा प्रणाली न सिर्फ बोझिल है बल्कि पूरी तरह अवैज्ञानिक भी है। यह हर परिस्थिति में विद्यार्थी पर परफोर्मेंस का दबाव डालती है व नम्बर हासिल करने पर जोर देती है। असफल होने की स्थिति में यह संघर्ष करने का हौसला न देकर निराशा के गर्त में धकेल देती है। भारत में हर घण्टे एक विद्यार्थी आत्महत्या करता है। जिसका सबसे बड़ा कारण परीक्षाओं का दबाव अथवा मौजूदा परीक्षा प्रणाली है।

हमारे शिक्षाविदों को अब इस दिशा में नये तरह से सोचने की आवश्यकता है। मौजूदा परीक्षा प्रणाली विद्यार्थियों व शिक्षकों को आमने-सामने खड़ा कर देती है। जबकि आवश्यकता साथ हाथ पकड़कर चलने की है। आइये मिलकर सीखने की प्रक्रिया को तेज करते हुए परीक्षा के गैर जरूरी महत्व को कम करें।

पाठकों के लिए

श्रमयोग पत्र में अपने प्रिय पाठकों की अधिक से अधिक भागीदारी सुनिश्चित करने के लिये 'गांव घर की खबर' नाम से स्तम्भ प्रकाशित किया जाता है। आप समाज, देश, गांव, खेती, राजनीति, मानव मूल्य आदि किसी भी विषय पर अपनी बेबाक राय हमें भेजें। हमें इसे प्रकाशित करने में प्रसन्नता अनुभव करेंगे। विचार कभी भी दबाए नहीं जाने चाहिये, इन्हें शब्द रूप दें।

-सम्पादक

श्रमयोग समुदाय की सदस्यता ग्रहण करें।

साथियों श्रमयोग आपके द्वारा दिये गये आर्थिक सहयोग से ही गतिविधियों का संचालन करता है। हम किसी भी सरकारी या गैर सरकारी संस्थान से किसी तरह की आर्थिक मदद प्राप्त नहीं करते हैं। अतः अपने अन्य साथियों को भी श्रमयोग समुदाय की सदस्यता लेने हेतु प्रेरित करें। सदस्यता शुल्क ₹0 200/- वार्षिक है। प्रत्येक सदस्य तक "श्रमयोग पत्र" डाक द्वारा निशुल्क भेजा जायेगा। सदस्यता आवेदन पत्र के लिये आप shramyogcommunity@gmail.com पर पत्र भेज सकते हैं। श्रमयोग की गतिविधियों को जानने के लिये www.shramyog.org को देखें।



गांव घर की खबर



कोविड के कठिन समय में

नमस्कार आशा करती हूँ आप सब कुशल होंगे। कोविड-19 की दूसरी लहर पहली से भी खतरनाक है। इसलिए अपने स्वास्थ्य एवं सुरक्षा का ध्यान रखिएगा। कोविड की वजह से आपसी मेल जोल में कमी आई है, ऐसे में लेखनी के शब्दों के माध्यम से क्षेत्रीय अनुभव लिख रही हूँ।

इस वर्ष 2021 में महामारी के कारण अपने गांव के कई लोग जो दिल्ली में रहा करते थे के जान गंवाने की सूचनाएं दिल दहलाने वाली रही। कई लोग गांव, पड़ोस में भी पाजिटिव पाये गये। खौफनाक मंजर रहा जिस कारण मई माह में मासिक बैठकों

का आयोजन स्थगित करना पड़ा। कोविड को ध्यान में रखते हुए श्रमयोग की ओर से हेल्थ किट उपलब्ध करायी गयी। जिसकी सहायता से किसी व्यक्ति के स्वास्थ्य की जांच जैसे आक्सीजन लेवल व पल्स रेट, बुखार की स्थिति, साँस लेने की समस्या में भाप लेने आदि की सेवायें उपलब्ध हो सके। इस योगदान के लिए श्रमयोग संस्थान का तहे दिल से धन्यवाद करती हूँ। आजकल राज्य सरकार की ओर से तहसील द्वारा बी.एल.ओ के माध्यम से आइवरमैकटीन की दवा उपलब्ध करायी जा रही है। क्षेत्र में दवा वितरण की सेवा का अवसर मुझे भी

प्राप्त हुआ है। क्षेत्रवासियों की सेवा करने में सुखद अनुभूति हो रही है, ताकि हमारा क्षेत्र सुरक्षित रहे।

किचन गार्डन के लिए उपलब्ध कराये गये बीज बोये गये थे जिनमें, कुछ बीजों की उपज ठीक रही। खीरा, ओगल, मूली, फ्रेंचबीन आदि अच्छे हो रहे हैं। आजकल कृषि कार्य में व्यस्तता बनी हुई है। अदरक, हल्दी, मिर्च आदि की रोपाई और गुड़ाई का कार्य चल रहा है। कुछ प्रवासी लोग भी घरों में आये हैं।

सुमित्रा देवी,
कालीगांव

हेल्थ किट के लिये धन्यवाद

श्रमयोग के सभी साथियों व रचनात्मक महिला मंच की सभी सदस्यों को मेरा नमस्कार। आशा करती हूँ इस महामारी के दौर में आप व आपके परिवार जन सकुशल होंगे। जैसा हम सभी लोग जानते हैं कि कोरोना महामारी ने फिर से आपना भयंकर रूप ले लिया है जिसके कारण पूरे विश्व पर खतरा बना हुआ है। पिछले वर्ष बड़े-बड़े शहरों में इसका प्रकोप बना हुआ था। परंतु इस बार ग्रामीण समाज भी इसकी चपेट में है। यहां न

अस्पतालों की सुविधा है और न ही सड़क की। जिसके चलते लोग सही समय पर अपना इलाज नहीं कर पा रहे हैं और उनका जीवन बड़ा कष्टदायी हो गया है। गांव में जिनको बुखार, खाँसी-जुकाम के लक्षण हैं, हम लोग उनसे उचित दूरी बना रहे हैं। साथ ही उन्हें समय पर उचित दवा खाने की सलाह दे रहे हैं।

बच्चों और वृद्ध लोगों के स्वास्थ्य का विशेष ध्यान देने की जरूरत है। इस महामारी

में प्रत्येक कलस्टर में श्रमसखी व आशा कार्यकर्ता को जो हेल्थ किट वितरित किये हैं, उसके लिए मैं अपने समूह की ओर से बहुत-बहुत धन्यवाद करती हूँ। इस बार मार्च के महिने में रचनात्मक महिला मंच की ओर से जो बीज उपलब्ध कराये गये थे, समूह की सभी महिलाओं ने अपने किचन गार्डन में बीज लगाये, और परिणाम अच्छा मिला।

अंजु देवी,
श्रमसखी, थला

सब्जियों से राहत

प्रिय भाई-बहनों नमस्कार हर माह 6 तारीख से जमरिया में बैठकों को दौर शुरू हो जाता है। अप्रैल माह में श्रम सखियों ने अपने-अपने कलस्टर में स्वयं बैठकें की थी। लेकिन मई की बैठकें कोविड-19 के कारण स्थगित हो गयी। अप्रैल में बीजों का वितरण किया

गया था जिसका उत्पादन अच्छा हो रहा है। महामारी के चलते लोगों को कम-से-कम सब्जियों में राहत मिली है जिसमें खीरा, ओगल, बीन्स, आदि हैं। इस बार श्रमयोग के द्वारा आंगनवाड़ी व आशा कार्यकर्ताओं एवं श्रमसखियों को कुछ उपकरण दिये गये जिसमें

भाप लेने वाली मशीन, आक्सीमीटर, मास्क, सेनिटाइजर आदि वस्तुएं थी, हम सभी श्रमयोग का धन्यवाद करते हैं।

शीला देवी,
श्रमसखी,
जमरिया

सावधानियाँ बरतें

कोविड-19 की दूसरी लहर पूरी दुनिया के सामने आ गयी है। इस बार तो इस महामारी से मरने वालों की संख्या काफी अधिक है। पिछली लहर के समय लोगों के मन में इसको लेकर काफी भय था और लोग भी काफी सर्तक थे। सावधानियाँ बरत रहे थे। सभी लोग मास्क व सेनिटाइजर व बार-बार साबुन से हाथ धोते थे, सोशल डिस्टेंसिंग का पालन कर रहे थे। लेकिन इस बार लगा कि जैसे

सभी लोग लापरवाह हो गये थे। किसी भी प्रकार का भय नहीं था।

इस बार पहाड़ों में कोरोना का काफी कहर मचा हुआ है। इसका मुख्य कारण गांवों में आये हुये प्रवासियों को क्वारंटाइन न करना है। शादी ब्याह में भी भीड़-भाड़ है। कोई सोशल डिस्टेंसिंग नहीं है। सभी लोग आराम से कहीं भी घूम रहे हैं। पिछली बार तो गांव-गांव में सेनिटाइजर मास्क बाटे गये थे पर इस बार ऐसा किसी-किसी गांव में हुआ जो कि वहां के प्रधानों ने करवाया। हमारे झीपा में भी अभी ऐसा कोई कार्य नहीं हुआ, और न ही गांव में कोई सुचना लेने देने आए। इस बार तो कोई मदद भी नहीं मिली। लोगो ने खुद ही अपनी सुरक्षा की है। हर गांव में लोग बुखार से पिड़ित थे। पर शुरु है हमारे गांव में ऐसा किसी को नहीं हुआ। हम सभी लोगो ने वैक्सीन भी लगवा ली है।

एक दिन प्रकाश कांडपाल जी का फोन आया और उन्होंने हमारा हाल-चाल पूछा, और कहा कि इस बार कोविड के कारण से लोग काफी परेशान हैं, तो श्रमयोग संस्थान आपकी क्या मदद कर सकता है। आपको

वर्तमान स्थिति को लेकर किस प्रकार की जरूरत है तो मैंने उन्हें कहा कि इस बार तो हमारे यहाँ मास्क, सेनिटाइजर, साबुन कुछ भी वितरण नहीं हुआ है। तो आप हमें इसी प्रकार की मदद कर सकते हैं। 26 मई को हमारे रचनात्मक महिला मंच के रूप में मंच की सचिव अनीता देवी जी ने सबसे पहले संदेश दिया था कि उन्हें श्रमयोग ने भाप लेने वाली मशीन, आक्सीमीटर, थर्मामीटर, व मास्क दिये गये। 27 मई को यह सामान मुझे भी मिला। मुझे और मेरे परिवार को इसे देख बहुत खुशी मिली। जिन लोगों को हमने चुन कर विजयी बनाया उन्होंने तो हमारी मदद तो छोड़ें कभी पूछा भी नहीं। लेकिन हमें श्रमयोग संस्थान पर बहुत गर्व है, संस्थान ने हमारी पिछली बार भी मदद की थी राशन के रूप में और इस बार अभी यह किट दिया है यह बहुत सराहनीय कार्य है। मैं और मेरा समूह आप सभी श्रमयोग कार्यकर्ताओं का और वे लोग जो जो इस समय समाज कार्यों में लगे हैं उनका धन्यवाद करते हैं।

सुनीता देवी,
श्रमसखी, चाँच

लोग वैक्सीन लगा रहे हैं

हमारे गांव में आजकल बहुत लोग शहर से आए हुए हैं। सभी लोगों ने आने से पहले अपना कोविड का टेस्ट करवाया था और सभी लोग ठीक हैं। हमारे गांव में दो लोगो को कोविड हो गया था, और कुछ लोगों को बुखार आया था, अब सब ठीक हैं। गांव में प्रधान जी ने सेनिटाइजर, मास्क, साबुन वितरित किया, और आशा कार्यकर्ता व आंगनवाड़ी कार्यकर्ता के द्वारा दवाईयां दी गई। गांव में

कुछ लोग नियमों का पालन कर रहे हैं लेकिन कुछ लोग लापरवाही भी कर रहे हैं। सभी लोग वैक्सीन लगा रहे हैं। हमारे श्रमयोग से मुझे कुछ सामान जैसे भाप लेने वाली मशीन, आक्सीमीटर, थर्मामीटर, मास्क मिला इसके लिए संस्थान को धन्यवाद।

नन्दी देवी,
श्रमसखी,
चाँच

विश्व पर्यावरण दिवस

पर्यावरण शब्द दो शब्दों से मिलकर बना है, परि और आवरण जिसमें परि का अर्थ है हमारे आसपास या कह ले कि जो चारों ओर है। वहीं आवरण का अर्थ है जो हमें चारों ओर से घेरे हुए है। संयुक्त राष्ट्र द्वारा घोषित यह दिवस पर्यावरण के प्रति वैश्विक स्तर पर जागरूकता लाने के लिए मनाया जाता है। इसकी घोषणा और स्थापना संयुक्त राष्ट्र महासभा के द्वारा 1972 में हुई थी। हालांकि इस कार्यक्रम को हर वर्ष मनाने की शुरुआत 1973 से हुई। 5 जून 1973 को पहला विश्व पर्यावरण दिवस मनाया गया। पर्यावरण के जैविक संघटकों में सूक्ष्म जीववाणु से लेकर कीड़े-मकोड़े सभी जीव जंतु और पेड़-पौधों के अलावा उनसे जुड़ी सारी जैव क्रियाएं और अजैविक संघटकों में निर्जीव तत्व और उनसे जुड़ी प्रक्रियाएं आती हैं। जैसे पर्वत, चट्टानें, नदी, हवा और जलवायु के तत्व इत्यादि।

कृष्णा रावत, कक्षा-10,
सतखोलू तल्ला



पहला दशक श्रमयोग के साथ मेरा सफर

अजय कुमार

वर्ष 2015 कई मायनों में महत्वपूर्ण रहा। श्रमयोग समुदाय के सदस्यों के बीच संवाद के लिये हम श्रम संदेश निकाल रहे थे पर इसको अधिकाधिक लोगों तक पहुँचाना सम्भव नहीं हो पा रहा था। अतः इसे वैधानिक स्वरूप देने पर विचार हुआ ताकि पोस्ट की मदद से इसे दूरदराज के सदस्यों के पास भी भेजा जा सके। अतः इसके पंजीकरण का निर्णय लिया गया। पंजीकरण हेतु श्रमयोग पत्र नाम चुना गया व 1 अप्रैल 2015 को श्रमयोग पत्र का पहला अंक प्रकाशित किया गया।

वर्ष 2015 की बरसात में लोक विज्ञान संस्थान के राजेश शर्मा जी के सहयोग से गिगड़े गाँव में अमन शक्ति समूह ने अपना पहला पॉली टनल बनाया। ऐसा इस क्षेत्र में पहली बार हो रहा था। शुरु में महिलायें काफी संशुभ थी। पॉली टनल में टमाटर का बीज लगा कर पौध तैयार की गई व अनेक गाँवों की महिलाओं ने उस पौध को

अपने खेतों में लगाया। बीज पंतनगर विश्वविद्यालय से लाया गया था। टमाटर की अच्छी पैदावार हुई। महिलायें अपनी इस सफलता पर खुश थीं। वर्ष 2015 में हमने मंच के लिये अनेक प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन भी किया। हम सूचना का अधिकार कानून, मनरेगा कानून इत्यादि की जानकारीयों से महिलाओं को लेस करना चाहते थे।

वर्ष 2015 में एक और विशेष बात हुई। सल्ट व नैनीडांडा ब्लॉक आपस में अपनी सीमायें साझा करते हैं। सल्ट ब्लॉक अल्मोड़ा जिले में है तो नैनीडांडा पौड़ी जिले में। इन दोनों विकास खण्डों में रहने वाले लोगों में आपस में खूब शादियाँ होती हैं। नैनीडांडा से सल्ट में ब्याह कर आयी महिलायें वापस अपने मायके जा कर वहाँ की बहुओं को अपने समूह व मंच की कहानियाँ सुनाती थीं। हमें नैनीडांडा से सन्देश आने लगे व सल्ट में बैठकों के दौरान महिलायें हमें उनके मायके के गांव



दूसरे महोत्सव में भागीदारी करती महिलायें।

नैनीडांडा जाने के लिये कहती। अतः बरसात के बाद शंकर भाई व मैंने नैनीडांडा जाने का निर्णय लिया व हम लोग पहली बार शंकरपुर तक मोटर साईकिल से गये। मेरा इस क्षेत्र से यह पहला परिचय था। कुछ लोगों से मुलाकात भी हुई। हम वहाँ काम

करने के रास्ते खोजने लगे। किसी भी नये क्षेत्र में काम शुरु करने से पहले वहाँ अध्ययन यात्रा करना श्रमयोग में परम्परा बन रही थी। अतः इस क्षेत्र में अध्ययन यात्रा करने का विचार मन में आने लगा। लेकिन उसके लिये अभी काफी काम किया जाना बाकी था। दूसरे महिला महोत्सव के आयोजन का समय नजदीक आ रहा था। हमारे साथी व मंच उसकी तैयारियों में थे। अतः महोत्सव के बाद इस पर विचार करने का निर्णय लिया गया।

29 नवम्बर 2015 को रचनात्मक महिला मंच द्वारा दूसरा महिला महोत्सव मनाया गया। श्रमयोग की अब तक की यात्रा में यह मील का पत्थर साबित हुआ। जिसका आयोजन पूरी तरह रचनात्मक महिला मंच द्वारा किया गया था। मंटवास के समूह ने पूरी जिम्मेदारी के साथ मंच सज्जा, सभी आंगतुकों के बैठने की व्यवस्था व सबके लिये भोजन की व्यवस्था की हुई थी। जिसके लिये उन्होंने स्वयं ही संसाधन जुटाये थे। महोत्सव शानदार रहा। सांस्कृतिक कार्यक्रम हुए। परिचर्चाएं व सम्बोधन भी हुए। मंच की अध्यक्ष ने रिपोर्ट प्रस्तुत की। इस महोत्सव में मत्स्य विभाग अल्मोड़ा से रवि कुमार, शिक्षा विभाग सल्ट से सन्तोष जोशी, बंगलौर से प्रकाश रौतेला, गढ़वाल से सामाजिक कार्यकर्ता मनीष सुन्दरियाल इत्यादि शामिल हुए। अपने गठन के बाद मंच की सदस्यों के लिये यह पहला मौका था जब उनके कार्यक्रम में सरकारी विभागों से आये लोग शामिल हुए व उनका संवाद हुआ। महिलायें अपनी ताकत को महसूस कर रही थीं। वो समझ रही थी कि समूह व संगठन में रहकर किस तरह आजीविका के साधनों को मजबूत करने की दिशा में काम कर सकती हैं। इस महोत्सव ने महिलाओं को आपस में एक

दूसरे के और करीब ला दिया। यह सामाजिक पूंजी के माध्यम से आर्थिक पूंजी के निर्माण की बात थी। श्रम उत्पाद के माध्यम से भी महिलायें इसे समझ रही थीं। हमारा काम धीरे-धीरे आसन होता जा रहा था। अब महिलायें स्वयं ही अपने समूहों की ताकत की सबसे बड़ी प्रचारकर्ता थीं। दूसरे महोत्सव के बाद जब मंटवास गाँव की महिलाओं के अतिरिक्त सभी प्रतिभागी वापस लौटते हुए पहाड़ की चढ़ाई चढ़ रहे थे तब मुझे महसूस हुआ कि यह चढ़ाई थकाने के बजाय हममें उत्साह भर रही थी। पहाड़ पर चढ़ने के लिये रखा जाने वाला हर कदम हममें भरोसा जगा रहा था कि सल्ट में आगे बढ़ने का रास्ता यही है। हम लोग बातें करते हुए आगे बढ़ रहे थे। महिलायें अपने अब तक किये प्रयासों को एक दूसरे से कह कर खुश थीं।

दूसरे महोत्सव ने हम सबमें उत्साह का संचार किया। यह आगे बढ़ने का समय था। महिला मंच भी महिलाओं का भरोसा अर्जित कर रहा था। महिलायें अपने अभियानों को समझ रही थीं। जीवन की कई झंझावतों के बाद भी आपस में एक होने, एक होकर अपनी समस्याओं पर चर्चा करने व मिलकर उनका समाधान ढूँढने की प्रक्रिया महिलाओं के बीच स्वीकार्यता प्राप्त कर रही थी। समूहों की बैठकें नियमित रूप से हो रही थीं। उनमें महिलाओं की उपस्थिति उत्साहवर्धक थी। शुरुआत में एक घंटे में खत्म हो जाने वाली समूह की बैठकें अब तीन घंटे तक भी चल रही थीं। हम पूरी प्रक्रिया को समझ रहे थे। मंच से चर्चा करते हुए अपने लिये जरूरत के अनुरूप नये नियम बना रहे थे। कुल मिलाकर हमारे अभियान हम सबकी साझी ताकत से आगे बढ़ रहे थे।

क्रमशः

सुन्दर लाल बहुगुणा जी की याद



शंकर, श्रमयोग

जब मैं नैनीताल में पढ़ाई कर रहा था तो कई बार सुन्दर लाल बहुगुणा जी के बारे में सुना था। किन्तु कभी न तो किसी ने विस्तार से उनके बारे में बताया और न मैंने पढ़ा। कालेज करने के बाद जब मैंने एक स्वयं सेवी संस्था में कार्य करना प्रारम्भ किया तो वहाँ पर लोग चिपको आन्दोलन और बहुगुणा जी की बहुत बातें करते थे, क्योंकि यह संस्था पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में कार्यरत थी। किन्तु तब भी मैंने उन्हें कभी ज्यादा जानने का प्रयास नहीं किया। 2005-06 में संस्था के काम से मैं जोशीमठ गया। वहाँ एक सज्जन ने मुझे बताया कि सुन्दर लाल बहुगुणा जैसे लोगों ने उत्तराखण्ड बेच के खा लिया। वह सज्जन जल विद्युत परियोजना के सन्दर्भ में बात कर रहे थे। मैंने तब भी बहुगुणा जी को जानने की कोशिश नहीं की। उन सज्जन के साथ 20 मिनट की बात से मैंने भी अपना विचार बना लिया कि बहुगुणा जी ने कुछ गलत ही किया होगा।

फिर जैसे-जैसे टिहरी आन्दोलन मजबूत होने लगा, अखबार बहुगुणा जी के संघर्षों को लिखने लगे। तब मेरा ध्यान उनके संघर्षों की ओर गया। इस बीच लोक गायक नरेन्द्र सिंह नेगी के कुछ गीत प्रचलित हो रहे थे। मैं नेगी जी के गीतों को बहुत

सुनता था। एक दिन मैंने एक गाना सुना "टिहरी डूबण लयूँ छ बेटा"। ये बड़ा ही भावुक और संवेदनाओं वाला गाना था और दिल्ली में हमारे साथ कुछ लोग टिहरी के थे वो अपनी टिहरी को आखिरी बार देखने घर जा रहे थे। इस पूरे पक्ष ने टिहरी और उनसे जुड़े आन्दोलकारी सुन्दर लाल बहुगुणा को जानने के लिए प्रेरित किया। उस समय मेरे कुछ मित्र मीडिया से जुड़े थे। मेरे मीडिया के मित्र, मैं और मेरे एक साथी विनोद टिहरी और डेम के बारे में चर्चा करते रहते थे। तब पता चल कि कुछ लोग अपना जीवन देकर भी पर्यावरण और समाज के लिए काम में लगे हैं। सुन्दर लाल बहुगुणा उन्हीं मनीषियों के नेतृत्वकर्ता थे।

2008 में जब मैंने लोक विज्ञान संस्थान में कार्य प्रारम्भ किया तब वहाँ पर जल विद्युत परियोजनाओं के विरोध में एक आन्दोलन चल रहा था। उस दौरान मुझे बहुगुणा जी के बारे में पढ़ने और जानने का और विस्तृत मौका मिला। मैं उनके काम के बारे में पढ़ने लगा और बिना मिले मेरा उनसे एक सम्बन्ध बन गया। 2011 में जब मैं नीदरलैण्ड में अपनी पढ़ाई कर रहा था। वहाँ मुझे सेमिनार में एक पर्यावरणविद् पर विस्तार से चर्चा करनी थी। 15 दिन का समय था। तब मैंने बहुगुणा जी पर एक

प्रस्तुतीकरण बनाया था, तब मैं वास्तव में गहराई से उनके कार्य और संघर्ष को समझ पाया।

नीदरलैण्ड से लौटने के बाद मैं पहली बार अजय जोशी के साथ उनसे देहरादून में मिला। उन दिनों बहुगुणा जी हेल्थो के परिसर में निवास कर रहे थे। लगभग आधा घण्टे उनसे बातें करने का अवसर मिला। उनकी पत्नी विमला बहुगुणा जी भी साथ थीं। उन्हें देखकर लग रहा था पता नहीं कितने समय से मैं इन्हे जानता हूँ। अजय जोशी ने उनसे एक प्रश्न किया कि हम लोग जो पर्यावरण और सामाजिक क्षेत्र में कार्य कर रहे हैं हमें क्या करना चाहिए ?

"पहाड़ों पर कास्ट पौधे जैसे अखरोट, खुमानी की तरह के पौधे लगाओ, पानी रोकने के लिए छोटी-छोटी जल तलाई बनाओ और आत्मनिर्भर होने के लिए यहीं पर यहाँ के संसाधनों से रोजगार उत्पन्न करो। बाकि अब हमारा क्या, बुढ़ा बोलता है और दाडी हिलती है" कह कर वो हँसे। बहुगुणा जी के कार्य और उनका जीवन पर्यावरण और समाज में कार्य करने की प्रेरणा देता है। ऐसे जीवन के प्रति सम्मान की भावना स्वाभाविक है। अपने बच्चों को उनके बारे में बताना अच्छा लगता है। हालाँकि सशरीर अब वे नहीं हैं परन्तु अपने सैद्धांतिक जीवन और कार्य से वे मुझमें हमेशा जीवित रहेंगे।

रचनात्मक महिला मंच-सल्ट का उपक्रम

सल्ट- अल्मोड़ा एवं नैनीडांडा-पौड़ी गढ़वाल, उत्तराखण्ड के स्वयं सहायता समूह सदस्यों के द्वारा परम्परागत तरीके से उगाये गये कृषि उत्पाद

सहयोग

श्रम-उत्पाद SHRAM-UTPAD
Promoting rural wisdom

श्रमयोग SHRAMYOG
Build harmony between human and nature

सुझाव एवं शिकायत E-mail : info@shramyog.org, Mobile : 9759131832.

नमक (अन्तिम भाग)

रजिया सज्जाद जहीर

उसने कीनू कालीन पर उलट दिए। टोकरी खाली की और नमक की पुड़िया उठाकर टोकरी की तह में रख दी। एक बार झॉककर उसने पुड़िया को देखा और उसे ऐसा महसूस हुआ मानो उसने अपनी किसी प्यारे को कब्र की गहराई में उतार दिया हो! कुछ देर उकड़ू बैठी वह पुड़िया को ताकती रही और उन कहानियों को याद करती रही जिन्हें वह अपने बचपन में अम्मा से सुना करती थी, जिसमें शहजादा अपनी रान चीरकर हीरा छिपा लेता था और देवों, खौफनाक भूतों तथा राक्षसों के सामने से होता हुआ सरहदों से गुजर जाता था। इस जमाने में ऐसी कोई तरकीब नहीं हो सकती थी वरना वह अपना दिल चीरकर उसमें यह नमक छिपा लेती। उसने एक आह भरी।

फिर वह कीनूओं को एक-एक करके टोकरी में रखने लगी, पुड़िया के इधर-उधर, आसपास और फिर ऊपर, यहाँ तक कि वह बिलकुल छिप गई। आश्चर्य होकर उसने हाथ झाड़े, सूटकेस पलंग के नीचे खिसकाया, टोकरी उठाकर पलंग के सिरहाने रखी, और लेटकर दोहर ओढ़ ली।

रात को तकरीबन डेढ़ बजे थे। मार्च की सुहानी हवा खिड़की की जाली से आ रही थी। बाहर चाँदनी साफ और ठंडी थी। खिड़की के करीब लगा चंपा का एक घना दरख्त सामने की दीवार पर पत्तियों के अक्स लहका रहा था। कभी किसी तरफसे किसी की दबी हुई ख़ाँसी की आहट, दूर से किसी कुत्ते के भौंकने या रोने की आवाज, चौकीदार की सीटी और फिर सन्नाटा! यह पाकिस्तान था। यहाँ उसके तीन सगे भाई थे, बेशुमार चाहने वाले दोस्त, बाप की कब्र थी, नन्हे-नन्हे भतीजे-भतियौं थीं जो उससे बड़ी मासुमियत से पूछते, “फूफ़ीजान, आप हिंदुस्तान में क्यों रहती हैं, जहाँ हम लोग नहीं आ सकते।” उन सबके और सफिया के बीच में एक सरहद थी और बहुत ही नोकदार लोहे की छड़ों का जगला, जो कस्टम कहलाता था।

कल वह लाहौर से चली जाएगी। हो सकता है, सालभर बाद फिर आए। एक साल से पहले तो वह आ भी नहीं सकती थी और यह भी हो सकता कि अब कभी न आ सके।

उसकी आँखें आहिस्ता-आहिस्ता बंद होने लगीं। फिर उसे एक सफेद दुपटे का दूधिया आँचल लहराता दिखाई देने लगा, जिस पर यहाँ-वहाँ सितारे झिलमिला रहे थे-हमें वहाँ से आए तो बहुत दिन हो गए, यहाँ हमारी कोठी भी है, बिजनेस भी, हम यहाँ बस भी गए हैं, पर हमारा वतन तो जी लाहौर ही है।

फिर दिखा इकबाल का मकबरा, लाहौर का किला, किले के पीछे डूबते हुए सूरज की नारंगी किरणें, आसपास से फैलता-उभरता अँधेरा, उस रंगीन अँधेरे में बहती हुई नरम हवा। उस हवा में रची हुई मौलसिरी की खुशबू और मकबरे की सीढ़ियों पर बैठे हुए दो इंसान-सिर झुकाए चुपचाप, उदास, जैसे दो बेजान परछाइयाँ।

“तो तुम कल चली जाओगी?”

“हाँ!”

“अब कब आओगी?”

“मालूम नहीं, शायद अगले साल। शायद कभी नहीं।”

अचानक उसकी आँखें खुल गईं। शायद उसने मकबरे की सीढ़ियों के नीचे

लगी दूब से एक पत्ती तोड़ी थी जिस पर ठंडी ओस जमना शुरू हो गई थी। हुआ यह था कि नींद में करवट लेते हुए उसका हाथ कीनूओं से लबालब भरी टोकरी पर जा पड़ा था-रसीले, ठंडे कीनू जिनको देते वक्त उसके दोस्त ने कहा था, “यह हिंदुस्तान-पाकिस्तान की एकता का मेवा है।”

सफिया फर्स्ट क्लास के वेटिंग रूम में बैठी थी। देहली तक का किराया उसके भाई ने दिया था। वह हाथ में टिकट दबाए वेटिंग रूम के बाहर प्लेटफार्म पर टहल रहा था। वह अंदर बैठी चाय की प्याली हाथ में लिए कीनूओं की टोकरी पर निगाहें जमाए यह सोच रही थी कि आसपास, इधर-उधर इतने लोग हैं, लेकिन सिर्फ वही जानती है कि टोकरी की तह में कीनूओं के नीचे नमक की पुड़िया है।

जब उसका समान कस्टम पर जाँच के लिए बाहर निकाला जाने लगा तो उसे एक झिरझिरी-सी आई और एकदम से उसने फ़ैसला किया की मुहब्बत का यह तोहफा चोरी से नहीं जाएगा, नमक कस्टमवालों को दिखाएगी वह। उसने जल्दी पुड़िया निकाली और हैंडबैग में रख ली, जिसमें उसका पैसों का पर्स और पासपोर्ट आदि थे। जब समान कस्टम से होकर रेल की तरफ चला तो वह एक कस्टम अफसर की तरफ बढ़ी। ज्यादातर मेजें खाली हो चुकी थीं। एक-दो पर इक्का-दुक्का सामान रखा था। वहीं एक साहब खड़े थे-लंबा कद, दुबला-पतला जिस्म, खिचड़ी बाल, आँखों पर ऐनक। वे कस्टम अफसर की वर्दी पहने तो थे मगर उन पर वह कुछ जाँच नहीं रही थी। सफिया कुछ हिचकिचाकर बोली, “मैं आपसे कुछ पूछना चाहती हूँ।” उन्होंने नजर भरकर उसे गौर से देखा। बोले, “फरमाइए।”

उन्के लहजे ने सफिया की हिम्मत बढ़ा दी, “आप...आप कहाँ के रहने वाले हैं?”

उन्होंने कुछ हैरान होकर उसे फिर गौर से देखा, “मेरा वतन देहली है, आप भी तो हमारी ही तरफ की मालूम होती हैं, अपने अजीजों से मिलने आई होंगी।”

“जी हाँ। मैं लखनऊ की हूँ। अपने भाईयों से मिलने आई थी। वे लोग इधर आ गए हैं। आपको...आपको भी तो शायद इधर आए-?”

“जी जब पाकिस्तान बना था तभी आए थे, मगर हमारा वतन तो देहली ही है।”

सफिया ने हैंडबैग मेज पर रख दिया और नमक की पुड़िया निकालकर उनके सामने रख दी और फिर आहिस्ता-आहिस्ता रुक-रुक उनको सब कुछ बता दिया।

उन्होंने पुड़िया को धीरे से अपनी तरफ सरकाना शुरू किया। जब सफिया की बात खत्म हो गई तब उन्होंने पुड़िया को दोनों हाथों में उठाया, अच्छी तरह लपेटा और खुद सफिया के बैग में रख दिया। बैग सफिया को देते हुए बोले, “मुहब्बत तो कस्टम से इस तरह गुजर जाती है कि कानून हैरान रह जाता है।”

वह चलने लगी तो वे भी खड़े हो गए और कहने लगे, “जामा मस्जिद की सीढ़ियों को मेरा सलाम कहिएगा और उन खातून को यह नमक देते वक्त मेरी तरफ से कहिएगा कि लाहौर अभी तक उनका वतन है और देहली मेरा, तो बाकी सब रफता-रफता ठीक हो जाएगी।”

सफिया कस्टम के जंगले से निकलकर दूसरे प्लेटफार्म पर आ गई और वे वहीं



नमक
(रज़िया सज्जाद ज़हीर)

खड़े रहे। प्लेटफार्म पर उसके बहुत-से दोस्त, भाई रिश्तेदार थे, हसरत भरी नजरों, बहते हुए आँसुओं, ठंडी साँसों और भिचे हुए होठों को बीच में से काटती हुई रेल सरहद की तरफ बढ़ी। अटारी में पाकिस्तानी पुलिस उतरी, हिंदुस्तानी पुलिस सवार हुई। कुछ समझ में नहीं आता था कि कहाँ से लाहौर खत्म हुआ और किस जगह से अमृसर शुरू हो गया। एक जमीन थी, एक जवान थी, एक-सी सूरतें और लिबास, एक-सा लाबोलहजा, और अंदाजा थे, गालियाँ भी एक ही-सी थीं जिनसे दोनों बड़े प्यार से एक-दूसरे को नवाज रहे थे। बस मुश्किल सिर्फ इतनी थी कि भरी हुई बन्दूकें दोनों के हाथों में थीं।

अमृतसर में कस्टम वाले फर्स्ट क्लास वालों के सामान की जाँच उनके डिब्बे के सामने ही कर रहे थे। सफिया का सारा सामान देखा जा चुका तो वह उन नौजवान कस्टम अफसर की ओर बढ़ी जो बातचीत और सूरत से बंगाली लगते थे, “देखिए,

मेरे पास नमक है, थोड़ा-सा”

फिर उसने हैंडबैग खोला और वह पुड़िया उनकी तरफ बढ़ाते हुए, अटकते, झिझकते, हिचकिचाते हुए उनको सब-कुछ कह सुनाया। उन्होंने सिर झुका लिया था, सुनते रहे, बीच-बीच में सर उठाते, गौर से उसे देखते, फिर सुनने लगते। बात पूरी हो गई तो उन्होंने एक बार फिर सफिया को ऊपर से नीचे देखा, धीरे से बोले, “इधर आइए जरा!” चलते-चलते उन्होंने एक-दूसरे से कहा, “इनके सामान का ध्यान रखिएगा।” प्लेटफार्म के सिरे पर एक कमरा था। वे उसके अंदर घुसे। सफिया दाखिला होते हिचकिचाई। वे मुस्कराकर बोले, “आइए, आइए न!”

जब से रूमाल निकालकर उन्होंने कुर्सी को झाड़ा और बोले, “बैठिए।”

सफिया ने पुड़िया और बैग को मेज पर रखा दिया। बाहर की तरफ झॉककर उन्होंने एक पुलिस वाले को इशारा किया। सफिया के पैर तले की जमीन खिसकने लगी-अब क्या होगा!

“दो चाय लाओ, अच्छी वाली।” पुलिसवाला सफिया को घूरता हुआ चला गया। फिर उन्होंने मेज की दराज खींची और उसमें अंदर दूर तक हाथ डालकर एक किताब निकाली। किताब को सफिया के सामने रखकर उन्होंने पहला सफा खोल दिया। बाई ओर नजरूल इस्लाम की तसवीर थी और टाइल वाले सफे पर अंग्रजी के कुछ धुंधले शब्द थे-“शमसुल इस्लाम की तरफ से सुनील दास गुप्त को प्यार के साथ, ढाका 1946”

“तो आप क्या ईस्ट बंगाल के हैं?”

“हाँ, मेरा वतन ढाका है।” उन्होंने बड़े फ़क्र से जवाब दिया।

“तो आप यहाँ कब आए?”

छुअन (पिछले भाग से आगे)

अंजलि शर्मा

वरिष्ठ सहायक,

ग्राम्य विकास विभाग, बदायूँ

शाम को सुनंदा बेमन से पार्क गई, आज उसे अच्छा सा नहीं लग रहा था। सबको देख रही थी लेकिन दिमाग में उसके उलझनें चल रही थीं। उसी समय वही छोटी बच्ची “मीठी” भाग कर उसके पास आ गई और पूछने लगी, “आप मैम हो क्या?”

“नहीं तो” सुनंदा ने बताया।

“लेकिन मेरी मैम तो ऐसी ही साड़ी पहन कर आती है, और वो हमें राइम्स भी सिखाती हैं” आँखे नचा कर मीठी ने कहा।

“अच्छा!! कैसी होती है राइम्स जरा हमें भी तो सुनाओ” सुनंदा ने उसे दुलारते हुए कहा। मीठी ने एक साँस में न जाने कितनी राइम्स सुना डाली और वो भी आँखे बंद करके सुनाती रही। अचानक से मीठी के पापा की आवाज से उसकी तंद्रा भंग हुई “शैतान! यहाँ खड़ी है, मुझे तो कुछ भी नहीं सुनाती है और मैम का सिर खा रही है।”

“मुझे बहुत अच्छी लगती है ये वाली मैम, पापा!” कहते हुए मीठी ने उसके गले से लिपट कर उन्हें प्यार कर लिया।

“बहुत प्यारी बच्ची है” कहते हुए सुनंदा ने उसे अपनी गोद में ले लिया और दुलारते हुए पूछा, “आपकी मम्मी क्या करती हैं मीठी? कल से उन्हें भी साथ

लाना, लाओगी ना”

“वो तो बहुत दूर गाँव के पास चली गई हैं। पापा! क्या भगवान जी अम्मा को कल पार्क में मैम के पास भेज सकते हैं??” नन्हीं मीठी ने भोलेपन से कहा।

अभिषेक का चेहरा उतर गया था और आँखे भीग गई थीं, सुनंदा ने बात को संभालते हुए कहा, “कोई बात नहीं मीठी!! अब से हम रोज आएंगे और यहाँ खूब खेला करेंगे है ना मीठी!!”

तभी मीठी उनसे लिपटते हुए कहने लगी, “मैम!! कल मेरा बर्थडे है, आप आओगी ना आप जरूर आना और मेरे लिए केक भी बना के लाना मुझे बहुत पसंद है” मीठी ने अधिकार से कहा।

“मीठी से क्या बदतमीजी है? किसी से माँगना बुरी बात होती है ना चलो, बहुत बिगड़ गई हो” अभिषेक ने डॉटते हुए कहा और जल्दी से मीठी को गोद में उठाया और चला गया।

घर आकर सुनंदा अभिषेक और मीठी के विषय में देर तक सोचती रही। शुचि के आने पर उन्होंने मीठी और अभिषेक के बारे में सब बताया तो शुचि ने कहा, “अच्छा, वो पार्क वाला फ्रेंड अभिषेक बड़ा बुरा हुआ बेचारे के साथ। ऐसा करना आप कल चली जाना केक लेकर।”

उसकी बात बीच में काटते हुए सुनंदा ने कहा, “लेकिन अभिषेक ने उसे इनविटेशन नहीं दिया है शुचि”

“जब डिवीजन हुआ तभी आए, मगर हमारा वतन ढाका है, मैं तो कोई बारह-तेरह साल का था। पर नजरूल और टैगौर को तो हम लोग बचपन से पढ़ते थे। जिस दिन हम रात यहाँ आ रहे थे उसके ठीक एक वर्ष पहले मेरे सबसे पुराने, सबसे प्यारे, बचपन के दोस्त ने मुझे यह किताब दी थी। उस दिन मेरी सालगिरह थी-फिर हम कलकत्ता रहे, पढ़े, नौकरी भी मिल गई, पर हम वतन आते-जाते थे।”

“वतन?” सफिया ने जरा हैरान होकर पूछा।

“मैंने आपसे कहा न कि मेरा वतन ढाका है।”- उन्होंने जरा बुरा मानकर कहा।

“हाँ-हाँ, ठीक है। ठीक है।” सफिया जल्दी से बोली।

“तो पहले तो बस इधर ही कस्टम था, अब उधर भी कुछ मोलमाल हो गया है।”

उन्होंने चाय की प्याली सफिया की तरफ खिसकाई और खुद एक बड़ा-सा घूँट भरकर बोले, “वैसे तो डाभ कलकत्ता में भी होता है जैसे नमक यहाँ भी होता है, पर हमारे यहाँ के डाभ की क्या बात है! हमारी जमीन हमारे पानी का मजा ही कुछ और है!” उठते वक्त उन्होंने पुड़िया सफिया के बैग में रख दी और खुद उस बैग को उठाकर आगे-आगे चलने लगे, सफिया ने उनके पीछे चलना शुरू किया।

जब सफिया अमृतसर के पुल पर चढ़ रही थी तब पुल की सबसे निचली सीढ़ी के पास वे सिर झुकाए चुपचाप खड़े थे। सफिया सोचती जा रही थी किसका वतन कहाँ है- वह जो कस्टम के इस तरफ है या उस तरफ!

समाप्त

“तो क्या हुआ माँ?? आप तो मीठी की आवाज पर जाओगी ना केक देकर चली आना बस” शुचि ने कहा।

“तू भी साथ चलना भले लोग हैं,” सुनंदा ने कहा।

“नहीं माँ मेरा जरूरी सेमिनार है मैं तो नहीं जा पाऊँगी, हाँ आप जरूर चली जाना। अरे आप ऐसा करो कॉलोनी में जो गिफ्ट शॉप है ना वहीं से, अच्छा आप छोड़ें, मैं खुद देखकर अच्छा सा लाती हूँ” कहती हुई शुचि बाहर चली गई।

अगले दिन सुनंदा ने बाबी डॉल वाला चॉकलेट केक तैयार किया। शुचि ने बर्थडे डेकोरेशन का सामान बलून, कैप, चॉकलेट और एक प्यारा सा टैडी भी लाकर दिया था। सारा सामान अच्छी तरह से पैक करके जब वह मीठी के घर पहुँची तो उन्हें अजीब सा लग रहा था कि पता नहीं वो लोग कैसा रियेक्ट करें? पर्स मोबाइल निकाल कर एड्रेस चेक किया फ्लैट न0 देखकर पूरे इत्मिनान से उन्होंने डोर बेल बजाई। दरवाजा अभिषेक ने खोला, मीठी ने जब उन्हें देखा तो खुश हो कर भाग के उनके पास आ गई। उन्होंने मीठी को बर्थडे विश किया और सारा सामान टेबल पर रख कर मीठी को गोद में उठाकर प्यार कर लिया। “अरे इतना सामान लाने की क्या जरूरत थी मैम? ये मीठी तो ऐसे ही कुछ भी बोलती रहती है” अभिषेक ने कहा।

क्रमशः

हमारा स्वास्थ्य

कोरोना-दूसरी लहर

(भाग-2)

डा0 वन्दना, बेंगलुरु

हम सब अपने आस-पास देख ही रहे हैं कि कैसे कोरोना वायरस की दूसरी लहर भयावह होती जा रही है। हर तरफ हाहाकार मचा हुआ है। अस्पतालों में जगह नहीं है। मरीजों को इलाज नहीं मिल पा रहा है। ऑक्सीजन की कमी ने हालात और भी ज्यादा खतरनाक बना दिया है। इस बीच जिन्हें कोरोना के हल्के लक्षण हैं। उन्हें घर पर ही खुद को आइसोलेट कर ट्रीटमेंट करना पड़ रहा है। ऑल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेस (एम्स) और इंडियन कार्डिसल ऑफ मेडिकल रिसर्च (आईसीएमआर) ने मिलकर एक नई गाइडलाइन जारी की है। जिसमें कोरोना के तीन अलग-अलग लेवल 'माइल्ड, मॉडरेट और गंभीर' के ट्रीटमेंट के बारे में जानकारी दी गई है।

हल्के लक्षण दिखने पर कैसे करें पहचान ?

ऐसे मरीजों में कोरोना के हल्के लक्षण दिखाई देते हैं। जैसे-बुखार रहता है लेकिन सांस संबंधी कोई परेशानी नहीं हो रही है।

सलाह:- होम आइसोलेशन ओर देखभाल।

जरूर करें ये काम: सामाजिक दूरी बनाएं रखें, घर में भी मास्क पहनें, हाथों को साफ करते रहें, शरीर को हाइड्रेट रखें, मल्टीविटामिन्स और विटामिन सी जैसी

दवाइयों का सेवन करें, फिजिशियन से संपर्क में रहें, आक्सीजन लेवल और शरीर के तापमान का ध्यान रखें।

सांस लेने में समस्या होने, पांच दिन से ज्यादा तेज बुखार या खांसी होने, जिन लोगों को पहले से कोई गंभीर समस्या हो ऐसी स्थिति में तुरन्त ध्यान देने की जरूरत है। मॉडरेट लक्षण दिखने पर कैसे करें पहचान ?

ऐसे मरीजों में कोरोना के मॉडरेट लक्षण दिखाई देते हैं। जैसे-रोगी की श्वसन दर 24/मिनट से अधिक है, सांस की तकलीफ है और ऑक्सीजन लेवल 90 प्रतिशत है।

सलाह: अस्पताल में एडमिट करायें। जरूर करें ये काम: मरीज को अस्पताल में एडमिट कराएँ, सांस लेने में समस्या होने पर ऑक्सीजन सपोर्ट, डॉक्टरों द्वारा लगातार निगरानी, सीने का टेस्ट।

गंभीर लक्षण दिखने पर कैसे करें पहचान ?

ऐसे मरीजों में कोरोना के गंभीर लक्षण दिखाई देते हैं। जैसे-रोगी की श्वसन दर 30/मिनट से अधिक है, सांस की तकलीफ है।

सलाह: आईसीयू में एडमिट कराएँ।

जरूर करें ये काम: मरीज को आईसीयू में भर्ती करायें, जिस हिसाब से जरूरत है,

इलाज किया जाए, चेस्ट की जांच जरूर कराएँ, जरूरत पड़ने पर ऑक्सीजन दी जाए।

इन गाइडलाइन्स का पालन करें:

इस बार 60 से 65 फीसदी मरीजों को सांस लेने में काफी दिक्कत आ रही है। उनका ऑक्सीजन लेवल तेजी से घटता है। 2 से 3 दिन के अन्दर ये 80 प्रतिशत से नीचे पहुँच जाता है। ऐसे में तुरन्त ऑक्सीजन की जरूरत होती है। ऑक्सीजन को लेकर हर तरफ हाहाकार मचा है। दरअसल कोरोना का नया स्ट्रेन काफी खतरनाक है। इस बार फेफड़ों के 25 प्रतिशत नुकसान होने के बाद कोरोना के लक्षण सामने आते हैं। बढ़ते केस की वजह से कोरोना की रिपोर्ट भी देर से आ रही है और तब तक सांस लेने में परेशानी शुरू हो जा रही है।

ऑक्सीजन की बढ़ती मांग के पीछे दूसरी बड़ी वजह है पिछली बार के 88 फीसदी के मुकाबले इस बार ऑक्सीजन का लेवल 70 से 80 फीसदी नीचे चला जा रहा है। ऐसे में जरूरी है कि सांसों की इमरजेंसी की नौबत ही न आए। बीमार होने से पूर्व ही योगाभ्यास से ऑक्सीजन लेवल को बढ़ाने की कोशिश की जा सकती है। कुछ आसानों का लगातार अभ्यास

लाभप्रद है।

भुजंगासन के फायदे: किडनी को स्वस्थ बनाता है। लिवर से जुड़ी दिक्कत दूर होती है। तनाव चिंता और डिप्रेशन दूर करता है। रीढ़ की हड्डी मजबूत होती है। फेफड़ों को मजबूत बनाता है।

उष्णसन के फायदे:- टखने का दर्द दूर होता है, मोटापा कम होता है, शरीर का पाचन सुधरता है, हार्ट मजबूत होता है।

अन्य कुछ लाभदायक आसन हैं- योग मुद्रासन, मकरासन, ताड़ासन, विश्रामासन, हस्तासन, मंडूकासन, नौकासन, धनुरासन प्रायाणायाम के फायदे तो हम कोरोना की पहली लहर से ही सुनते आ रहे हैं। अनुमोल विलोम, कपालभाति, भस्त्रिका, भ्रामरी, उज्जायी प्राणायाम से फेफड़ों को मजबूत बनाएँ।

भस्त्रिका के फायदे: नाक और सीने की समस्या दूर होती है, तनाव और चिंता दूर होती है, दिल को स्वस्थ रखने में सहायता है, अस्थमा के रोग को दूर करता है।

कपालभाति के फायदे: बंद सांस नली खुल जाती है। सांस का लेना आसान हो जाता है, नर्व मजबूत बनते हैं, शरीर के ब्लड में सुधार आता है।

उज्जायी के फायदे: दिमाग को शांत करता है, शरीर में गर्माहट आती है, ध्यान लगाने की क्षमता बढ़ती है। दिल के रोगों में फायदेमंद है।

इम्युनिटी बढ़ाने के लिए गिलोय, तुलसी, अश्वगंधा खाने के बाद 1-1 गोली लें। खाली पेट श्रसारि वटी की 1 गोली सुबह-शाम लें। दूध में हल्दी डालकर

उबालें, रात में सोने से पहले पियें, यह इम्युनिटी को बढ़ाता है। फेफड़ों के लिए भुना चना खाएँ।

दवाएँ जो कोरोना के इलाज में इस्तमाल हो रही हैं:- कुछ दवाएँ एफडीए द्वारा मंजूर की गई हैं। अक्टूबर 2020 में एफडीए ने रेमिडेनसीवर को कोविड-19 के इलाज के लिए मंजूरी दी। मरीज जिसकी उम्र 12 साल से ज्यादा है और जिसको भर्ती होने की जरूरत है उसमें एन्टीवायरल दवा रेमिडेनसीवर दी जा रही है। रेमिडेनसीवर पर जो अध्ययन हुए हैं वह यह वादा नहीं करते कि यह मरीज के मरने के दर को कम कर रहा है। अक्टूबर 2020 में डब्ल्यूएचओ के एक अध्ययन में देखा गया कि मृत्यु दर में इसके इस्तमाल से कोई कमी नहीं आई है। इसके अलावा जो मेडिसिन इस्तमाल की जा रही हैं उसमें बुखार की दवा, एन्टीबायोटिक्स, एन्टीएलरजिक, विटामिन सी, जिन्क, और स्टेरोईड शामिल हैं।

इस बात का खास ध्यान रखने की जरूरत है कि कोई भी दवा अपने आप से शुरू नहीं करनी है। बिना डॉक्टर की सलाह से कोई दवा नहीं लेनी है। चाहे परेशानी कम ही हो फिर भी दवा लेने की सलाह सिर्फ और सिर्फ डॉक्टर के द्वारा ही लेनी है। ऐलोपैथिक दवा के अलावा कोविड के इलाज में होम्योपैथिक दवाओं का इस्तमाल भी कई अध्ययन द्वारा कारगर साबित हुआ है। जब से कोरोना शुरू हुआ है तब से कई अध्ययनों में देखा गया है कि कई होम्योपैथिक दवाएँ इसको ठीक करने में कारगर साबित हुई हैं। कोइ भी दवा बिना डॉक्टर के सलाह के नहीं लेनी है। दवा को लेने के लिए उसको कैसे और कितना लेना है वह पता होना जरूरी है जो डॉक्टर ही सही तरीके से बता सकता है।

ऑक्सीजन और ऑक्सीमीटर

संकलनकर्ता: शंकर दत्त
एक बहुत आसान प्रयोग है, आक्सीजन को समझने और महसूस करने के लिए।

एक काँच का गिलास लें, इसके अंदर एक मोमबत्ती जला के रख दें, ध्यान रहे मोमबत्ती की लौ गिलास से बाहर न आ रही हो, अब एक प्लेट लें और गिलास को ढक दें। क्या होगा ?

कुछ ही सेकेंड के बाद मोमबत्ती बुझ जाएगी ऐसा क्यों हुआ ? इसलिए कि गिलास में ऑक्सीजन खत्म होते ही मोमबत्ती बुझ गयी। आग को जलने के लिए आक्सीजन की आवश्यकता होती है। बिना आक्सीजन के आग नहीं जलती। ठीक इसी तरह बिना आक्सीजन के हमारा शरीर भी नहीं चल सकता। क्यों ? क्योंकि हमारे शरीर को गर्म रखने के लिए या उसमें ऊर्जा बनने के लिए आक्सीजन की आवश्यकता होती है। खाना पचाने और गुलूकोज को ऊर्जा में परिवर्तित करने के लिए आक्सीजन की आवश्यकता होती है। बिना आक्सीजन के ऊर्जा बनना संभव नहीं है। अगर शरीर में आक्सीजन कम होती है, तो हमारे अंगों को ऊर्जा नहीं मिल पाती और वे कमजोर हो जाते हैं। अगर बहुत कम हो गयी तो शरीर बहुत ठंडा हो जाता है, या मृत्यु हो जाती है। ये कैसे पता करें की शरीर के में आक्सीजन कम हो रही है ?

जब भी हम दौड़ते हैं, या चढ़ाई चढ़ते हैं, हमारी साँस फूलने लगती है। हम बहुत तेज-तेज साँस लेते हैं। ये लक्षण हैं शरीर

में आक्सीजन कम होने का, किंतु ये सिर्फ अनुमान है। अगर हमें ठीक पता लगाना है कि हमारे शरीर में आक्सीजन सेचुरेशन क्या है तो हमें मशीन का सहारा लेना होगा। ये मशीन है ऑक्सीमीटर। ऑक्सीमीटर कैसे ऑक्सीजन नापता है।

फेफड़ों की कोशिकाओं, ऊतकों एवं अंगों तक आक्सीजन पहुँचाने का कार्य लाल रक्त कणिकाओं या हिमोग्लोबिन का है। एक हिमोग्लोबिन अपने ऊपर एक आक्सीजन चिपकाता है, और कोशिकाओं तक पहुँचाता है। माना कि आपके शरीर में 10 हिमोग्लोबिन हैं और 10 पर ही आक्सीजन है, तो आपका आक्सीजन सेचुरेशन 100 प्रतिशत हुआ। अगर 9 पर ही सेचुरेशन है, तो सेचुरेशन 90 प्रतिशत है। आक्सीमीटर पर एक लाइट जलती है जो हमारे अंगुली के आर-पार हो जाती है। यह तरंग ऑक्सीजन युक्त हिमोग्लोबिन में अलग व्यवहार करती है, और खाली हिमोग्लोबिन पर अलग। यह लाइट के तरंग दैर्ध्य के सिद्धांत पर कार्य करती है। इसी सिद्धांत से आक्सीजन की गणना की जाती है। अंगुली सही तरह से लाइट पर न रखने, बहुत अधिक तनाव, तेज बुखार में भी ऑक्सीजन का सेचुरेशन कम आता है। इसलिए हमें चाहिए की हम सही तरह से बार-बार आक्सीजन सेचुरेशन नापें।

(डब्ल्यूएचओ0ओ0 के पैटेंट सेफ्टी सेक्शन और अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन के लेखों से साभार)

विश्व पर्यावरण दिवस 05 जून के उपलक्ष्य में

राज्य स्तरीय पेंटिंग प्रतियोगिता का आयोजन

दिनांक : 25 मई से 05 जून, 2021 तक

विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में स्वेचस एवं उत्तराखण्ड राज्य विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी परिषद, देहरादून 'यूकोस्ट'(UCOST) तथा अन्य सहयोगी संस्थाओं द्वारा एक राज्य स्तरीय पेंटिंग प्रतियोगिता का आयोजन कर रहा है। प्रतिभागियों को पेंटिंग बनाकर HUNCHA APP पर अपलोड करना है।

विषय :

प्रकृति संरक्षण पर पोस्टर एवं कार्टून प्रतियोगिता

पुरस्कार

प्रत्येक ग्रुप में प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय पुरस्कारों के अतिरिक्त 2 सांत्वना पुरस्कार भी प्रदान किये जायेंगे।

- ग्रुप 1 : कक्षा 1 से कक्षा 5 तक
- ग्रुप 2 : कक्षा 6 से कक्षा 8 तक
- ग्रुप 3 : कक्षा 9 से कक्षा 12 तक

नियम व शर्तें :

- यह प्रतियोगिता निःशुल्क है।
- सभी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र दिये जावेंगे।
- इस प्रतियोगिता में 8 वर्ष से 18 वर्ष आयु वर्ग के बच्चे भाग ले सकते हैं।
- कलाकृति का आकार A-4 या A-3 होना चाहिए।
- यह प्रतियोगिता निश्चित समय के लिये है।
- कलाकृति को HUNCHA APP (Link : <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.jiayou.huncha>) पर अपलोड करना है। HUNCHA APP प्ले स्टोर से डाउन लोड करें।
- कोई भी कलाकृति बिना स्वेचस को भेजा गया हो, उसके लिए धनराशि का भुगतान नहीं किया जायेगा।
- स्वेचस द्वारा चुने गए प्रतिभागियों को अपनी कलाकृति को चुने जाने के 10 दिनों के भीतर पूरा रूप में स्वेचस को भेजना होगा। प्राप्त किए जाने के बाद स्वेचस द्वारा प्रतिभागियों के नाम व कलाकृतियों को स्वेचस की वेबसाइट पर प्रदर्शित किया जायेगा। इसके बाद वह स्वेचस की सम्पत्ति मानी जाएगी।
- बच्चों को अपनी मौखिक कलाकृति ही भेजनी होगी।
- प्रतियोगिता के विषय में स्वेचस का निर्णय अंतिम होगा।
- चुने गए प्रतिभागियों के नाम की घोषणा 15 जून 2021 को की जायेगी।

उत्प्रेरण एवं सहयोग:

उत्तराखण्ड राज्य विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी परिषद, देहरादून

सह-आयोजक :
पंडित ललित मोहन शर्मा
जवर्नमेंट पोस्ट ग्रेजुएट कॉलेज
कपिलेश्वर

आयोजक :
स्वेचस, देहरादून

अधिक जानकारी के लिए निम्न से सम्पर्क करें :-
Contact Person: सोना बाजी (9412938991), डॉ0 अजय कुमार (9411751625), योगेश चट्ट (7351408603), नीरज जगियाल (9897865625),
कपट जय (7060360452), डॉ0 जी.के.टी.परा (7017976632), डॉ0 वृज्ज्वल शर्मा (9411719465, 8171682193)

खबरें कार्य क्षेत्र से

श्रमयोग संस्थान सोसायटी पंजीकरण एक्ट के तहत पंजीकृत एक जन संस्थान है। श्रमयोग के द्वारा उत्तराखण्ड राज्य व देश के अलग-अलग हिस्सों में जन समुदायों के साथ मिलकर विकासात्मक गतिविधियों को अन्जाम दिया जाता है। यहाँ श्रमयोग के कार्य क्षेत्र की खबरें दी जा रही हैं। बच्चे अपने क्षेत्र में बदलते तापमान पर नजर रख रहे हैं। यहां उनकी अभिव्यक्ति को स्थान दिया जा रहा है।

- सम्पादक

नैनीडांडा क्लस्टर
ऊषा देवी, ऑलेथ

कोरोना ने पुनः इस वर्ष भी दस्तक दे दी है। पिछले वर्ष 2020 में हालात बहुत खराब थे। सब की आर्थिक स्थिति खराब हो गई थी। इस बार फिर से वही माहौल लौट आया है। उससे भी ज्यादा खतरनाक रूप में लोग बहुत डरे हुए हैं। क्योंकि इस बार यह कोरोना की लहर गाँव में भी देखने को मिली है। इन सब हालातों को देखते हुए गाँव की बैठकें स्थगित कर दी गई हैं। सदस्याओं से बात फोन के माध्यम से की गई। इस बार प्रयोग के तौर पर बैठकों का आयोजन सदस्याओं से कॉफ्रेंस कॉल द्वारा किया गया। बैठक में सदस्याओं को बताया कि किन-किन बातों को ध्यान रखना वर्तमान में आवश्यक है। जिससे कोरोना से बचा जा सके।

नैनीडांडा के ऑलेथ गाँव के आस-पास के गाँव में सभी लोग सुरक्षित हैं। कुछ दिन लोगों को बुखार आया था। उसके बाद स्थिति सामान्य भी हो गई थी। गाँव ब्यूरा में ज्यादा लोगों को बुखार खाँसी की परेशानी हुई। समय पर दवाई मिलने से अब स्वास्थ्य में सुधार है। नैनीडांडा से आगे धुमाकोट के क्षेत्र में 5-6 लोग कोरोना संक्रमित हुए थे। इस बार गाँव के लोग ज्यादा डरे हुए हैं। कुछ वृद्ध लोगों की तो मृत्यु भी हो गई। अब स्थिति में सुधार है।

मौसम में परिवर्तन हुआ और वर्षा हुई जिससे मिर्च की फसल को पानी मिल गया। आज कल लोग मिर्च की गुड़ाई कर रहे हैं।

कार्यक्षेत्र से रिपोर्ट



कुकल्याल बाखली के बाड़े में सब्जी।

को देखते हुए मई माह की बैठकें स्थगित कर दी गईं। पिछले वर्ष गाँव के लोग कोरोना की महामारी से बचे हुए थे परन्तु इस बार कोरोना की लहर ने गाँव में भी दस्तक दी है। गाँव के हर परिवार में किसी न किसी व्यक्ति को खाँसी, बुखार, सर दर्द जैसे लक्षण दिखे। यह बुखार एक बार होने के बाद दुबारा से शरीर में आ जा रहा था। भवाली गाँव की सदस्या ने बताया कि उनके गाँव में टाइफाइड भी लोगों को निकला है। बांगीधर गाँव में बहुत ज्यादा बुखार देखने को मिला। अब स्थिति हर जगह थोड़ा सामान्य है। परन्तु मई के शुरूआती दिनों में हालत बहुत खराब थी अब भी सब ठीक तो नहीं हुआ है। परन्तु स्थिति पहले से सामान्य है।

पहाड़ों में एक दम से मौसम में भी परिवर्तन आया। आधी तूफान के साथ वर्षा भी हुई। जिससे मिर्च की फसल को पानी मिला, अदरक लगाने के लिए जमीन में थोड़ी नमी आई। कृषि विभाग की सहायता से जो बीज रचनात्मक महिला मंच को श्रमयोग संस्था द्वारा दिए गये थे वह बीज भी सदस्याओं ने बोए। किसी सदस्या के बीज उगे तो किसी सदस्याओं के बीज नहीं उगे। परन्तु सदस्याएँ अभी भी खेत में मेहनत कर रही हैं व अपने किचन गार्डन की सब्जियाँ खा रही हैं। बाजार से उन्हें सब्जी लाने की आवश्यकता नहीं होती।

कोट जसपुर गाँव की निर्मला देवी, पुष्पा देवी, सिन्दुरी देवी ने मिल कर 30 किलोग्राम अदरक का बीज लगाया है। उनका कहना था देखते हैं किस तरह से होती है। खेती चाहे हो या न हो खेत में कुछ मेहनत तो हम करेंगी ही। बस सरकार से चाहते हैं कि हमारे खेतों की सुरक्षा के लिए तार-बाढ़ की सुविधा दे जिससे हमारा मनोबल बढ़ता रहे।

थला, जमरिया क्लस्टर
सुरेन्द्र, जमोली

मई माह में दोनों क्लस्टरों में गठित महिला स्वयं सहायता समूहों की मासिक बैठकों का आयोजन नहीं हो पाया। इस बार कोरोना की लहर गाँव में भी पहुँच गई है। गाँव के हर परिवार में किसी न किसी व्यक्ति को खाँसी, बुखार, सर दर्द जैसे लक्षण दिख रहे हैं। सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र देवायल से स्वास्थ्य सुविधाएँ प्राप्त हो रही हैं। वहाँ ऑक्सीजन सिलिण्डर में फ्लोमीटर की परेशानी हो रही थी। श्रमयोग ने अपनी साथी संस्था स्पेक्स को यह बात बताई तो डा० बृजमोहन शर्मा जी ने तुरन्त चार फ्लोमीटर उपलब्ध करवा दिये। हम सभी उनका धन्यवाद करते हैं। इसके अतिरिक्त सोसायटी फॉर हिमालयन एन्वायरमेंट एण्ड जियोलॉजी, बेरीनाग के सहयोग से आशा, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता व एएनएम केन्द्रों को मेडिकल किट भी वितरित किये जा रहे हैं हम सभी उनका धन्यवाद करते हैं।

थला व जमरिया क्लस्टर में सभी ने बीज बोए हैं। सब्जियाँ अच्छी हुई हैं। सभी अपने किचन गार्डन की सब्जियाँ खा रहे हैं।

बाल मंच के पर्यावरण चेतना केन्द्रों की रिपोर्ट

दिनांक	प्रातः 06:00 बजे का तापमान (सेन्टीग्रेड में)			सांय 06:00 बजे का तापमान (सेन्टीग्रेड में)		
	गिगड़े (सल्ट)	ऑलेथ (नैनीडांडा)	चाँच (सल्ट)	गिगड़े (सल्ट)	ऑलेथ (नैनीडांडा)	चाँच (सल्ट)
1 मई	28.5	27		26.5	29	
2 मई	26.5	28		27	30	
3 मई	26	27		25	26	
4 मई	25	27.5		25.5	27	
5 मई	27	26		26	25	
6 मई	24	27		25	26	
7 मई	25	27		23	26.5	
8 मई	26.5	26		22	25	
9 मई	27	27		26	27.5	
10 मई	22	28		21	27	
11 मई	25	28.5		24	26.5	
12 मई	24	26.5		23.5	26	
13 मई	23	26		22	25	
14 मई	26	26.5		24.5	26	
15 मई	26.5	26		25.7	27	
16 मई	25.5	27		23	26.5	
17 मई	27	28		24	27	
18 मई	22	27.5		27	27	
19 मई	22.5	25		22	24	
20 मई	21	24		21	22	
21 मई	23	25		24	26	
22 मई	22	26		23	26.5	
23 मई	24.5	27		23.5	28	
24 मई	20	27.5		23	28	
25 मई	25	27		27	28	
26 मई	26	28		24	27.5	
27 मई	28	28		25	29	
28 मई	23	29		21.8	28	
29 मई	24	29.5		22	27	
30 मई	20	28		23	29	
31 मई	22	27.5		-	29	

वर्षा (मी०मी०)

दिनांक	गिगड़े (सल्ट)	ऑलेथ (नैनीडांडा)
04 मई	2.5	-
06 मई	10.5	-
07 मई	2	-
13 मई	-	16
19 मई	29.8	21
20 मई	46	130
29 मई	0.6	-
31 मई	-	20

सदस्याओं ने जो खेतों में सब्जी के बीज बोये थे वह भी हो गये हैं। वर्षा के कारण उन्हें भी पानी मिल गया। सदस्याओं ने बताया की इस बार जब से लॉकडाउन लगा है हम लोग सब्जी बाजार से लाए ही नहीं हैं। हम लोग अपने खेतों में उगी सब्जी ही खा रहे हैं।

चाँच एवं रथखाल क्लस्टर
राकेश, दाड़िमी

कोविड-19 के दूसरी लहर के चलते इस बार बैठक करना संभव नहीं था। ऐसा दूसरी बार हुआ जब क्लस्टर स्तर की बैठकें स्थगित करनी पड़ी। लेकिन सभी के साथ टेलिफोनिक संपर्क बना हुआ था। क्लस्टर में जहाँ कहीं पिछले महिने बीज नहीं बटा था वहाँ बीज पहुँचाया गया।

इस बार सभी लोग बीमार पड़े हुए थे। सभी को बुखार था, इससे महिलाएँ अधिक पीड़ित थीं और किसी को समझ नहीं आ रहा था कि किया क्या जाए। क्योंकि यहाँ का सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र देवायल यहाँ से बहुत दूर है, और वहाँ जाने के लिए कोई साधन भी नहीं था। हालाँकि सभी लोगों ने अपने स्वास्थ्य का बेहतर ध्यान दिया, और स्वस्थ हो गये। किन्तु कई परिवारों के सदस्य इस महामारी के कारण चल भी बसे। फिलहाल स्थिति सामान्य है पर अभी तक किसी गाँव में जाना संभव नहीं हो पाया है। ऐसी परिस्थितियों में यह समझना मुश्किल था कि किस प्रकार से कार्य किया जाए।

हालाँकि धारा विकास कार्य चलता रहा। जिसकी शुरूआत सकरखोला और दाड़िमी में हुई और जिस पर जल्द कार्य होने की संभावना है। चाँच में भी लगातार नौलों का डाटा लिया जा रहा है, किन्तु इस बार डौटापानी के नौले में कुछ समस्यायें सामने आ रही हैं। लोगों का कहना है कि नौले में अब पानी नहीं ठहर रहा। जिसके लिए उन्होंने नौले को मिटटी से लीपा

भी था। पानी नौले में बिल्कुल निचले स्तर पर है। जो काफी चिंता का विषय है क्योंकि वहाँ के 7 परिवार पीने के पानी के लिए उसी पर निर्भर हैं। क्लस्टर में इस बार श्रम सखियों को स्वास्थ्य उपकरण भी दिये गये।

गिगड़े क्लस्टर
देवकी देवी, गिगड़े

अप्रैल की तो बैठकें सभी ठीक ठाक हुई पर मई की बैठकें बीमारी की वजह से नहीं हो पाई। सभी समूह की सदस्याओं से फोन पर ही बातें हुई। सभी सदस्यों को यह समझाया गया कि सभी सावधानी से रहे। इस साल कि बीमारी ने बहुत भयंकर रूप ले लिया है। पिछले साल तो बीमारी के आते ही लोकडॉउन हो गया था पर इस साल किसी ने कोई परवाह नहीं की। बाहर से आने जाने वालों ने भी कोई रोकथाम नहीं की। इसलिए लोगों को समझाया कि अपनी हीफाजत खुद करें। कोई भी घर से इतना ही निकले जितना उनका काम पड़े और घर आते ही साबुन से हाथ धोएं, सेनिटाइजर जरूर लगाये और एक दूसरे से शारिरिक दूरी बना के रक्खें।

पिछले साल की तरह इस साल का भी बीज अच्छा फायदा रहा। पहले गर्मी की बारिश न होने के कारण बीज नहीं हुए। पर अब बारिश हुई है तो सभी ने बीज बोए हैं। जहाँ-जहाँ पानी था वहाँ लोगों ने पहले ही बीज बो दिये थे। बीन, मूली, उगल की सब्जियाँ बहुत हुई हैं। जिससे लोगों को बहुत राहत मिली है। पहले हम बीजों की कमी के कारण बरसात में ही बीज बोते थे, परन्तु अब हम हर मौसम में किचन गार्डन कर रहे हैं।

जसपुर क्लस्टर
निर्मला देवी, कोट जसपुर

कोरोना महामारी के कारण प्रत्येक गाँव में बैठकें करना अभी परिस्थिती के अनुकूल बिलकुल भी नहीं था। कोरोना के बढ़ते मामले

चाँच धारा विकास कार्यक्रम

23 मई, 2021						
स्रोत का नाम	पी०एच०			टी०डी०एस०		
	पहली रीडिंग	दूसरी रीडिंग	तीसरी रीडिंग	पहली रीडिंग	दूसरी रीडिंग	तीसरी रीडिंग
डौठा पानी नौला	7.5	7.5	7.5	26	26	26
धारा पानी	7.3	7.3	7.3	36	36	36
शिव मन्दिर नौला	7.3	7.3	7.3	42	42	42
हैंड पंप नौला	6.6	6.6	6.6	37	37	37

आधी-अधुरी आजादी

चन्द्रा, देहरादून

कैसा होगा सोने के पिंजरे में रहना? कैसा होगा शेर होना लेकिन सरकार का? कैसा महसूस करें जब हम अपने आस-पास की परिस्थितियों के प्रति अपने मन के रोष को जताने में स्वयं को असमर्थ महसूस करें और मन के भीतर लगातार अविश्वास व असंतोष की स्थिति बनी रहे। बी0बी0सी0 इण्डिया में छपे एक आलेख के अनुसार “देश में पिछले दशक में राजद्रोह के मामलों में एकाएक वृद्धि हुई है। वकीलों, पत्रकारों और अकादमिकों के एक समूह आर्टिकल 14 के आकड़ों के मुताबिक पिछले पाँच सालों में औसतन 28 फीसद की दर से हर साल राजद्रोह के मामलों में भारत में वृद्धि देखी गई है। राजद्रोह कानून क्या है? भारतीय दंड संहिता का ये कानून किसी भी उस कार्यवाई को अपराध की श्रेणी में रखता है जिसमें ‘सरकार के प्रति असहमति जतायी गई है या फिर इसकी कोशिश की गई है’ इसमें सजा के तौर पर जुर्माना या फिर अधिकतम उम्र कैद की सजा या फिर दोनों ही हो सकती है। यह कानून गुलामी के समय 1870 के दशक में लाया गया था। अन्य देशों जैसे सऊदी अरब, मलेशिया, ईरान, कुवैत, कुवैत, सेनेगल और तुर्की आदि में भी यह कानून है। साल 2009 में ब्रिटेन ने अपने यहां यह कानून रद्द कर दिया है। वहाँ इस तरह के कानूनों के खिलाफ एक लम्बी कानूनी मुहिम चली थी।

भारत के आधिकारिक नेशनल क्राइम रिकॉर्ड ब्यूरो (एनसीआरबी) ने 2014 से राजद्रोह के मामलों को अलग श्रेणी के अन्तर्गत रखना शुरू किया था। एन0सी0आर0बी0 ने राजद्रोह के जितने मामले बतलाए हैं वो आर्टिकल 14 समूह की ओर से बताई गई संख्या से कम हैं क्योंकि राजद्रोह से जुड़े सभी मामलों को उन्होंने उस श्रेणी में नहीं रखा था। आर्टिकल 14 के आकड़े बताते हैं कि पिछले दशक में दर्ज कुल राजद्रोह के मामलों में दो तिहाई पाँच राज्यों बिहार, कर्नाटक, झारखण्ड, उत्तर प्रदेश और तमिलनाडु में दर्ज हुए हैं। यह

मामले केन्द्र और राज्य दोनों ही सरकारों की ओर से दर्ज किए गए हैं। इनमें से कुछ राज्य लम्बे समय से माओवादी हिंसा से प्रभावित रहे हैं। लेकिन आंकड़े बताते हैं कि हाल के सालों में राजद्रोह के मामलों में जो इजाफा हुआ है वो नागरिक आंदोलनों से जुड़ा हुआ है। मसलन आप वर्तमान में चल रहे किसान आन्दोलन को देख लीजिए या फिर 2019 में चले नागरिक संशोधन कानून के खिलाफ हुए आन्दोलन को या पिछले कुछ वर्षों से लगातार हो रही ऐसी घटनाओं को जो समाज में लोगों में खलबली मचाती हैं।

भारतीय अदालतों में भी राजद्रोह के कानून के इस्तेमाल को लेकर कई बार सवाल खड़े हुए हैं। दिल्ली की एक अदालत के अनुसार राजद्रोह के कानून का इस्तेमाल असहमति के स्वर को चुप कराने के लिए नहीं किया जा सकता है एवं यह तब तक नहीं लगाया जा सकता जब तक कि कोई व्यक्ति सरकार के खिलाफ हिंसा करने के लिए न उकसाए या फिर उसका मकसद अराजकता फैलाना हो।

आधिकारिक आंकड़े और चौंकाते हुए बताते हैं कि राजद्रोह के मामलों में दोष साबित होने की दर 2014 के 33 फीसद से गिरकर 2019 में तीन फीसद तक आ गई है। तो अब सवाल उठता है क्या सच में इस कानून का प्रयोग स्वतंत्रता की आड़ में सरकार के कार्य के प्रति असंतोष को दबाने के लिए व डराने के लिए प्रयोग होने लगा है?

संविधान में प्राप्त मौलिक अधिकार तमाम स्वतंत्रताएँ प्रदान करता है, जिसमें विचारों की अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता, धार्मिक स्वतंत्रता आदि सम्मिलित हैं परन्तु वर्तमान में परिस्थितियाँ कुछ और ही हैं। अमेरिका की एक संस्था फ्रीडम हाउस की “विश्व में स्वतंत्रता 2021” रिपोर्ट के अनुसार भारत आंशिक रूप से ही स्वतंत्र है। इस रिपोर्ट को 2 मुख्य वर्गीकरण एवं 7 आधारों की समीक्षा की गई एवं भारत को 100 में से 67 अंक दिये गये। प्रथम वर्गीकरण राजनैतिक

अधिकार थे। जिसमें भारत को 40 में से 34 अंक मिले एवं दूसरा नागरिक अधिकार है जिसमें भारत को 60 में 33 अंक मिले। इसमें कई प्रश्न शामिल थे, जैसे क्या जनसंख्या के विभिन्न वर्गों (जातीय, नस्लीय, धार्मिक, लिंग, एलजीबीटी और अन्य प्रासंगिक समूहों सहित) के पास पूर्ण राजनीतिक अधिकार और चुनावी अवसर हैं? क्या सरकारी भ्रष्टाचार के खिलाफ सुरक्षा उपाय मजबूत और प्रभावी हैं? क्या सरकार खुलेपन और पारदर्शिता के साथ काम करती है? क्या कोई स्वतंत्र मीडिया है? क्या व्यक्ति सार्वजनिक और निजी तौर पर अपने धार्मिक विश्वास या अविश्वास का अभ्यास करने और व्यक्त करने के लिए स्वतंत्र है? क्या अकादमिक स्वतंत्रता है और क्या शिक्षा प्रणाली व्यापक राजनीतिक सिद्धान्तों से मुक्त है? क्या सभा की स्वतंत्रता है? क्या गैर सरकारी संगठनों के लिए स्वतंत्रता है विशेष रूप से वे जो मानवाधिकारों में लगे हुए हैं। क्या ट्रेड यूनियनों और इसी तरह के पेशेवर या श्रमिक संगठनों के लिए स्वतंत्रता है? क्या कोई स्वतंत्र न्यायपालिका है? आदि प्रश्न जो 7 आधारों के अन्तर्गत सम्मिलित थे के उत्तर निराशाजनक थे। अतः तमाम घटनाओं को व्यक्त करते हुए इनके उत्तर में आधे अंक ही प्राप्त हुए हैं। समीक्षा में चुनावी प्रक्रिया को 12 में से 12 अंक मिले, नागरिक स्वतंत्रता में अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता में 16 में 9 अंक मिले। हालातों को देखे तो ऐसा होना लाजमी ही था। संगठनात्मक अधिकारों के सवालों की समीक्षा करने पर भारत को 12 में से केवल 7 अंक ही मिले। व्यक्ति की व्यक्तिगत सम्पत्ति, व्यक्तिगत स्वतंत्रता में भी भारत को 16 में से 9 अंक मिले।

यह तथ्य यह बताते हैं कि हमारी आधी-अधुरी स्वतंत्रता अब हमारे साथ-साथ अन्य राष्ट्रों के समक्ष भी प्रकट होने लगी है। प्रेस की स्वतंत्रता की बात की जाये तो भारत फिर से 142 वें स्थान पर आ गया है। एक फ्रंसीसी एन0जी0ओ रिपोर्ट्स विदाउट बार्डर्स (आरएसएफ) द्वारा निर्मित 2021 वर्ल्ड प्रेस फ्रीडम इंडेक्स में भारत को फिर से 180

देशों में से 142 वें स्थान पर रखा है। 2016 से लगातार भारत का रैंक 133 था जो 2020 में गिरकर 142 पर आ गया है। यह रिपोर्ट यह भी कहती है कि पत्रकारों के लिए भारत

दुनिया के सबसे खतरनाक देशों में से एक है। यह बात हमसे भी नहीं छुपी है। अन्ततः कहा जा सकता है कि हम आधी-अधुरी स्वतंत्रता का सफर ही तय कर सके हैं।

सल्ट व नैनीडांडा के बाड़ों में सब्जियाँ

राकेश, सल्ट

पिछली बार कोविड-19 के कारण अचानक लॉकडाउन के हालात बने और घरों में प्रवासी वापस आए। इस वजह से परिवारों के आय के स्रोत बुरी तरह प्रभावित हुए। ऐसे में यह समझ पाना बहुत मुश्किल था कि ऐसा क्या किया जाए जिससे सभी को राहत मिल सके। तब रचनात्मक महिला मंच ने समझा कि आने वाले समय में परिवारों के पोषण में कमी होने की सम्भावना है। ऐसी परिस्थितियों में किचन गार्डन की सब्जियाँ हमारे परिवारों को पोषण उपलब्ध कराने में बहुत मददगार होंगी। परन्तु बीज की उपलब्धता बड़ी समस्या थी। ऐसे में रचनात्मक महिला मंच ने सब्जी के बीज उपलब्ध कराने हेतु कृषि विभाग से निवेदन किया। मुख्य कृषि अधिकारी प्रियंका सिंह इसके लिये तैयार हो गईं। विभाग के सहयोग से रचनात्मक महिला मंच ने बीज खरीदे और उनको सभी सदस्यों के पास पहुंचाया गया।

सीमित साधन होने के बावजूद यह बीज नैनीडांडा से रथखाल तक प्रत्येक सदस्या के पास पहुंचा। मंच ने यह निश्चित किया कि बीजों के एवज में प्रत्येक सदस्या 10 रु. जमा करें ताकि अगली बार का बीज आ सकें और यहीं से शुरूआत हुई बीज कोष की। अब इसे एक वर्ष से ऊपर हो गया है और इस बार तीसरे सीजन में बीज दिया गया है। इस बार मंच ने यह निश्चित किया कि प्रत्येक सदस्या से बीज कोष के लिए 20 रु. जमा कराये जाएंगे ताकि बीज कोष बढ़ सके और इस क्षेत्र में नये प्रयोग हों।

इस बार मंच ने महिलाओं को खीरे, कदमू, करेला, ओगल, मूली, फ्रेंचबीन, बैंगन, भिंडी के बीज दिये हैं और साथ-साथ उन्हें बोने के लिए भी प्रेरित भी किया गया। उन लोगों पर विशेष ध्यान दिया गया जिन्होंने किचन गार्डन में भी सब्जी लगाना

छोड़ दिया था। कई महिलाओं ने इसकी शुरूआत की। ये वो महिलाएँ थी जिनके पास या तो किचन गार्डन नहीं था या वे अकेली थी। साथ-साथ मंच ने महिलाओं को बीज लगाने के पारंपरिक तरीकों में जरूरत के अनुसार कुछ बदलाव करने के लिए भी प्रोत्साहित किया ताकि उत्पादन अच्छा हो। इस बार शुरूआत में वर्षा न होने के चलते पेशानियों का सामना भी करना पड़ा। कई क्षेत्रों में बारिश नहीं हो रही थी जिसके कारण किचन गार्डन में बोई हुई सब्जियों के उगने के आसार नहीं दिख रहे थे। क्योंकि कई गांवों में पीने के पानी तक की समस्या है। ऐसे में कोई किचन गार्डन के लिए सोच भी नहीं सकता था। कई जगह इस वजह से बीज बोये तक नहीं गये थे। लेकिन जिन गांवों में पानी पर्याप्त था वहाँ की सदस्याओं ने मंच के ग्रुप में उगी हुई सब्जियों की फोटो डालनी शुरू कर दी थी। जिससे समझा जा सकता था कि ऐसी परिस्थितियों में भी महिलाओं का हौसला नहीं टूटा। सब्जियाँ उगायी जाती रहीं। और फिर आखिरकार बारिश हुई और सभी ने बीज लगाये। अब लोगों का अच्छा उत्पादन हो रहा है। महिलाओं ने इसके लिए काफी मेहनत की।

क्षेत्र में कई महिलाओं का कहना है कि इसके कारण हमें बाजार से सब्जी नहीं लानी पड़ रही है। ओगल, मूली व बीन्स का उत्पादन बहुत अच्छा रहा। बेले अभी हो रहीं हैं।

इसके साथ-साथ अब मंच इस दिशा में भी कार्य कर रहा है कि महिलाएं खुद से बीज बनाये और अगर किसी के पास बीज अधिक होता है तो मंच उन्हें से बीज खरीद लेगा। अभी इसमें बहुत सारे प्रयोग होने बाकी हैं तब जाकर यह एक मजबूत तंत्र बन पायेगा। रचनात्मक महिला मंच लगातार इस और अग्रसर है।

श्रमयोग द्वारा उप-जिलाधिकारी सल्ट, जिला-अल्मोड़ा को पत्र

31.05.2021

सेवा में,

उप-जिलाधिकारी महोदय

सल्ट, जिला-अल्मोड़ा

उत्तराखण्ड

विषय: स्वयं सहायता समूहों को सहयोग।

महोदय,

आपको सादर अवगत कराना है कि श्रमयोग (सोसायटी पंजीकरण एक्ट 1860 के अन्तर्गत पंजीकृत) एक स्वैच्छिक संस्था है। हम विगत 10 वर्षों से सल्ट विकास खण्ड के लगभग 80 गाँवों में ग्रामीण विकास के कार्य कर रहे हैं। इन गाँवों में महिलाओं के स्वयं सहायता समूह भी गठित किये गये हैं।

इस पत्र के माध्यम से हम आपको सादर सूचित करना चाहते हैं कि हम प्रत्येक स्वयं सहायता समूह को निम्न सामग्री निशुल्क उपलब्ध कराने का प्रयास कर रहे हैं। ताकि कोरोना से जंग में सहयोग किया जा सके।

1. प्रत्येक समूह को थर्मामीटर/थर्मल स्कैनिंग गन।
2. प्रत्येक समूह को ऑक्सीमीटर व सैनिटाइजर
3. प्रत्येक सदस्या को तीन लेयर माँस्क।
4. प्रत्येक समूह को स्टीमर

हमारे स्थानीय कार्यालय का पता हिनौला बाजार (मौलेखाल), सल्ट, जिला-अल्मोड़ा है। धन्यवाद।

शुभेच्छु

प्रकाश काण्डपाल

श्रमयोग

आपसे अपील

प्रिय मित्रो नमस्कार!

श्रमयोग एक स्वैच्छिक संस्थान है जो विगत 10 वर्षों से भारत वर्ष के उत्तराखण्ड राज्य में पहाड़ी जिलों अल्मोड़ा एवं पौड़ी गढ़वाल में कार्य कर रहा है। हम स्थानीय समुदाय को मजबूत सामाजिक पूंजी के निर्माण के लिये जन संगठनों में संगठित होने के लिये प्रेरित कर रहे हैं। श्रमयोग के प्रयासों से पिछले 10 वर्षों में लगभग 80 गाँवों में विशेषकर महिलाओं व बच्चों ने अपने आप को समुदाय आधारित संगठनों में संगठित किया है और आज ये संगठन स्थानीय मुद्दों पर अपनी आवाज मुखरता से उठा रहे हैं। आज ये संगठन “श्रम-जन स्वराज अभियान” व “प्राकृतिक धरोहर बचाओ अभियान” के अन्तर्गत पंचायती राज सशक्तिकरण, स्थानीय संसाधन आधारित आजीविका संवर्धन एवं जल-जंगल-जमीन व जैव विविधता संरक्षण के लिए लगातार कार्य कर रहे हैं। श्रमयोग इन सब गतिविधियों के संचालन हेतु किसी सरकारी एवं गैर सरकारी स्रोत से आर्थिक मदद नहीं लेता, सभी गतिविधियाँ जन सहयोग से चलती हैं। संस्था जमीन से जुड़कर जमीनी मुद्दों पर कार्य कर रही है। जिसका प्रभाव हमारे कार्यक्षेत्र में देखा जा सकता है किन्तु संसाधनों के अभाव में कार्यक्रम का विस्तार एक चुनौती है। क्योंकि कार्यक्रम को सुगम बनाने एवं अभियान को लगातार चलाने हेतु न्यूनतम मानव संसाधनों कि आवश्यकता होती है जिन्हें अपने जीवनयापन हेतु एक न्यूनतम नगद आय की आवश्यकता होती है।

लम्बे अनुभव के बाद हमने इस चुनौती से निपटने का एक वैकल्पिक रास्ता खोजा है - “श्रम सखी”। श्रम सखी 9-10 गाँवों के बीच एक ऐसी स्थानीय सक्रीय महिला है, जो अभियानों की गतिविधियों को अपना अतिरिक्त समय देती है। क्योंकि महिने में अपने समय का एक बड़ा हिस्सा ये महिलाएं अभियानों को देती हैं, अतः स्थानीय समुदाय के साथ मिलकर हमने यह तय किया कि इन महिलाओं का निश्चित मासिक मानदेय होना चाहिए, जो रू0 2000 मासिक तय है। वर्तमान में 7 श्रम सखियाँ अभियानों से जुड़ी हैं। जो अपने घरेलू काम के साथ अभियानों की गतिविधियों में सहयोग कर अपने परिवार के लिए नगद आय भी जुटाती हैं। आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों से आने वाली इन श्रम सखियों को मिलने वाली यह नियमित मासिक आय उनके परिवारों को मजबूती देती है। अपने इस काम से इन महिलाओं के जीवन में सकारात्मक बदलाव आया है और इन्हें समाज में पहचान मिली है।

आपसे निवेदन है कि आप एक श्रम सखी के लिये आर्थिक सहयोग कर इन्हें आगे बढ़ने में सहयोगी बनें। हम इसके लिये आपसे श्रमयोग को रू0 2,000 मासिक आर्थिक मदद करने का निवेदन करते हैं। अपनी क्षमता के अनुरूप सहयोग करें। आपका सहयोग इस अभियान के विस्तार में सहयोगी होगा।

धन्यवाद

टीम श्रमयोग।

बाल मंच का पृष्ठ

इस पृष्ठ में श्रमयोग के "प्राकृतिक धरोहर बचाओ अभियान" से निकली जानकारियों के साथ-साथ बाल मंच की गतिविधियों एवं बाल मंच के सदस्यों की अभिव्यक्तियों को स्थान दिया जाता है। एवं बच्चों से सम्बन्धित लेखन को स्थान दिया जाता है।

-सम्पादक

विश्व पर्यावरण दिवस

आसना, श्रमयोग

लोगों में पर्यावरण के प्रति जागरूकता जगाने के लिए संयुक्त राष्ट्र द्वारा संचालित विश्व पर्यावरण दिवस दुनिया का सबसे बड़ा वार्षिक आयोजन है। इसका मुख्य उद्देश्य हमारी प्रकृति की रक्षा के लिए जागरूकता बढ़ाना और दिन प्रतिदिन बढ़ रहे विभिन्न पर्यावरणीय मुद्दों को देखना है। इस बार विश्व पर्यावरण दिवस की थीम "पारिस्थितिकी तंत्र बहाली" है। जैसा कि हम जानते हैं पेड़ों के अधिक काटे जाने की वजह से पर्यावरण का संतुलन बिगड़ता जा रहा है। प्रदूषण की समस्या दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। इन सभी समस्या को देखते हुए संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा विश्व पर्यावरण दिवस को मनाने की शुरुआत वर्ष 1973 में हुई। सबसे पहली बार वर्ष 1972 में संयुक्त राष्ट्र संघ ने स्वीडन में विश्व भर के देशों का पहला पर्यावरण सम्मेलन आयोजित किया। 19 नवम्बर 1986 में पर्यावरण संरक्षण अधिनियम लागू हुआ।

वर्तमान दौर में पर्यावरण असंतुलन की सबसे बड़ी समस्या ग्लोबल वॉर्मिंग है। जिसकी वजह से पृथ्वी का तापमान बढ़ रहा है और मानव जीवन के कदम विनाश की ओर बढ़ रहे हैं। बड़े-बड़े शहरों में दिन प्रतिदिन जलस्तर गिरता जा रहा है। आवश्यकता से अधिक बोरिंग का निर्माण हो रहा है। यह भविष्य की चिन्ता को बढ़ा रहा है। ग्लोबल वॉर्मिंग की समस्या मुख्य रूप से वातावरण में बहुत अधिक कार्बन डाई ऑक्साइड की वजह से होती है। जब हम तेल, कोयला इत्यादि जलाते हैं तो उससे अधिक मात्रा में कार्बन डाई ऑक्साइड निकलती है। कुछ लोग खेती करने के लिए जंगलों को जला देते हैं। पर्यावरण को बचाने में पशु पक्षियों का भी काफी महत्व है। अनावश्यक पेड़ काटने से पक्षियों का बसेरा भी खत्म हो गया है। इस वजह से उसकी प्रजातियाँ विलुप्ति की कगार पर हैं।

आधुनिकता ने मानव की ज़रूरतें जिस तरह से आसान की हैं। उतनी ही तेजी से प्रकृति

को मुसीबत में डाला है। यह चुनौतियाँ वर्तमान में आसानी से देखने को मिल रही हैं। प्रकृति का जो चक्र है वह परिवर्तित हो गया है। आधुनिकीकरण के इस जीवन में हम कार की बात करें तो इसने मानव जीवन को बहुत सरल किया है। मनुष्य कम समय में अपने स्थान से दूसरे स्थान पर जा सकता है। आकार में छोटी होने के कारण घर के अन्दर भी लोग रख लेते हैं। पहले लोग साइकिल का उपयोग अधिक करते थे। अब यह कम चलाई जा रही है जबकि पर्यावरण संरक्षण में साइकिल का योगदान है कार का नहीं।

विशेषज्ञ बताते हैं कि पेट्रोल से चलने वाली कार के इंजन से कार्बन मोनो ऑक्साइड गैस व डीजल से चलने वाली कार के इंजन से कार्बन डाई ऑक्साइड गैस निकालती है। कार का एसी या हीटर चालू रहने से यह गैस काफी मात्रा में बनाती है। फैंसला हमें करना है कि हम जीना चाहते हैं या इस धरती से विलुप्त हो जाना चाहते हैं।

जैव विविधता जीवन का आधार

शंकर दत्त, श्रमयोग

प्यारे बच्चों, बिना जैव विविधता के धरती पर जीवन का विकास सम्भव नहीं है। क्योंकि पूरा पारिस्थितिकीय तन्त्र एक दूसरे पर निर्भर है। प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से पूरी जैव विविधता एक दूसरे का सहयोग कर आगे बढ़ती है। कैसे? सारी विविधता एक दूसरे को कैसे सहयोग करती है। चलो एक उदाहरण से समझते हैं।

अच्छा बताओं पौधे क्या खाते हैं?

जब मैं छोटा था तब मुझे लगता था पौधे मिट्टी और पानी खाते हैं। लेकिन बाद में पता लगा मिट्टी तो सिर्फ आधार है। पौधों का 90 प्रतिशत से भी अधिक भाग तो कार्बन और पानी है।

फिर ये कार्बन आया कहाँ से?

हवा से। जो हॉ जैव श्वास के दौरान कार्बन डाई ऑक्साइड निकालते हैं। वही तो पौधे का खाना है। है ना हम दोनों एक दूसरे के लिए। क्योंकि जो पौधे अपना खाना बनाने के बाद आक्सीजन निकालते हैं वह हमारे लिए प्राण वायु है। ऐसे ही बहुत सी क्रिया विधि के लिए हम एक दूसरे पर निर्भर हैं।

चलो जैव विविधता के एक दूसरे के सहयोग

के और उदाहरण देखते हैं।

हमारे शरीर को बढ़ने के लिए सबसे अधिक प्रोटीन की ज़रूरत होती है और हमें प्रोटीन कहाँ से मिलता है? पौधों से या जीवों से जैसे दूध, अण्डा य मछली से। लेकिन गाय, मछली और अन्य जीव भी प्रोटीन पौधों से ही लेते हैं मतलब हमारे लिए प्रोटीन का आधार पौधे ही हैं!!!

अब प्रश्न आता है। पौधे कहाँ से प्रोटीन लाते हैं?

चलो जानते हैं। असल में प्रोटीन बनने का आधार नाइट्रोजन है और हमारे पर्यावरण में नाइट्रोजन गैस के रूप में है। अब हम तो उस नाइट्रोजन को ले नहीं सकते किन्तु पौधे ले सकते हैं।

कैसे ???

राइजोबियम एक बैक्टीरिया होता है जो पर्यावरण के खुले नाइट्रोजन को पकड़ लेता है। और भी ऐसे सूक्ष्म जीव हैं जो ऐसा करते हैं। ये सूक्ष्म जीव पेड़ों की जड़ों में होते हैं। मुख्य रूप से दलहनी फसलों में होते हैं। पेड़ इनसे नाइट्रोजन ले लेते हैं और बीज के रूप में हमें प्रोटीन उपलब्ध कराते हैं।

अब आप सोचिये क्या जैव विविधता के बिना जीवन सम्भव है ?

जानकारी

कोरोना का नया वैरिएंट

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने पिछले साल अक्टूबर में महाराष्ट्र में सामने आए कोरोना वायरस यानी सार्स कोविड-2 के नए वैरिएंट बी.1.617 को वैरिएंट्स ऑफ कंसर्न की सूची में शामिल किया है। यानी यह 2019 में चीन के वुहान में मिले ओरिजिनल कोरोना वायरस के मुकाबले अधिक संक्रामक और घातक है। भारत में पिछले चार-पाँच हफ्ते से कोरोना वायरस के मामलों में जिस तरह बढ़ोतरी हुई है, उससे मौतों का आंकड़ा भी तीन लाख को पार कर चुका है। 50 हजार मौतें तो महज 15 दिनों में हो गईं। इसके लिए कोई जिम्मेदार है तो वह नया वैरिएंट ही है। कोरोना का यह नया वैरिएंट बी.1.617 सिर्फ भारत में ही नहीं बल्कि दुनिया के 44 देशों में मिला है। इसी वजह से डब्ल्यूएचओ ने इसे वैरिएंट्स ऑफ इंटरिस्ट (वीओआई) की श्रेणी से हटाकर वैरिएंट्स ऑफ कंसर्न (वीओसी) घोषित किया है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने 11 मई को साप्ताहिक रिपोर्ट जारी की। इसमें कहा कि बी.1.617 वैरिएंट अब दुनियाभर के लिए चिन्ता का विषय (वैरिएंट्स ऑफ कंसर्न) बन गया है। दरअसल विश्व स्वास्थ्य संगठन ने वायरस में होने वाले बदलावों पर नजर रखने के लिए ग्लोबल डेटाबेस बनाया है- जो सभी के लिए खुला है। इस डेटाबेस में 44 देशों से आए 4,500 जीनोम सीक्वेंस में बी.1.617 की पुष्टि हुई है।

इस वैरिएंट को तीन सब-लाइनेज में बांटा गया है- बी.1.617.1, बी.1.617.2 और बी.1.617.3 जिसमें शुरुआती दो सबसे खतरनाक हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन का कहना है कि कई देशों में हाल ही में केस बढ़े हैं तो उसकी वजह यह वैरिएंट्स ही हैं। शुरुआती नतीजे बताते हैं कि भारत में दो वैरिएंट्स बी.1.617.1 और बी.1.617.2 तेजी से फैल रहे हैं। तीसरे सब-लाइनेज की जीनोम सीक्वेंसिंग में संख्या बहुत कम मिली है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक भारत

में 0.1 प्रतिशत पाँजिटीव सैम्पल की जीनोम सीक्वेंसिंग की गई। ताकि वैरिएंट्स का पता चल सके। अप्रैल 2021 के बाद भारत में सीक्वेंस किए गए सैम्पल्स में 21 प्रतिशत मामले बी.1.617.1 के और 7 प्रतिशत मामले बी.1.617.2 के थे। यानी मामलों में बढ़ोतरी के लिए यह जिम्मेदार है।

बी.1.617 को भारतीय वैज्ञानिकों ने सबसे पहले महाराष्ट्र से अक्टूबर 2020 में लिए कुछ सैम्पल्स में पकड़ा था। INSACOG ने जनवरी में अपनी सक्रियता बढ़ाई और ध्यान में आया कि महाराष्ट्र में बढ़ते मामलों के पीछे बी.1.617 ही जिम्मेदार है। 15 फरवरी तक महाराष्ट्र में 60 प्रतिशत केसेज के लिए बी.1.617 ही जिम्मेदार था। इसके बाद इसके सब-लाइनेज सामने आते चले गए।

इस वैरिएंट पर एंटीबायोटिक्स या वैक्सीन करार है या नहीं ?

पक्के तौर पर नहीं पता। विश्व स्वास्थ्य संगठन का कहना है कि बी.1.617 पर वैक्सीन की इफेक्टिवनेस, इलाज में इस्तेमाल हो रही दवाएँ कितना प्रभावी हैं या रीइन्फेक्शन का खतरा कितना है, पक्के तौर पर कुछ नहीं कहा जा सकता। पर अच्छी बात यह है कि जिसे वैक्सीन लगी होगी, उसमें काफी हद तक गंभीर लक्षण नहीं होंगे।

(भाष्कर.कॉम से साभार)

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक शंकर दत्त ने नौटियाल प्रिंटर्स ग्राम माजरी माफी, मोहकमपुर, देहरादून (उत्तराखण्ड) से मुद्रित कर ग्राम श्यामपुर, पो0 अम्बीवाला, प्रेमनगर, देहरादून (उत्तराखण्ड) से प्रकाशित किया।

सम्पादक-अजय कुमार

सभी पद अवैतनिक हैं। (सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा)

समुद्र की गहराई कितनी होती है, जानिए रोचक जानकारी

सभी सागरों की गहराई अलग-अलग मानी गई है। हालांकि महासागरों की गहराई का रहस्य अभी भी बरकरार है। समुद्र की गहराई बेहद ठंडी, अंधेरी होती है और कभी-कभी तो ज्यादा दबाव के कारण यहाँ ऑक्सीजन भी काफी कम हो जाती है। धरती पर जितना दबाव महसूस होता है, समुद्र की गहराइयों में यह 1,000 गुना ज्यादा होता है। इतना ज्यादा दबाव कि बायोकेमिस्ट्री भी यहाँ फेल हो जाए। इस दबाव की सच्चाई यह है कि समुद्र की तलहटी में रहने की एक प्रतिशत से भी कम जगहों का अभी तक पता चला है, जहाँ जीव और जन्तु रहते हैं।

बीबीसी की एक रिपोर्ट के अनुसार मशहूर हॉलीवुड निर्देशक जेम्स कैमरन समुद्र के उस



हिस्से में जाकर वापस आए हैं जहाँ कोई नहीं गया था। सन् 2012 में उन्होंने पश्चिमी पेसिफिक में सबसे गहरे स्थल मरियाना ट्रेंच में 11 किलोमीटर गहराई तक गोता लगाया था। नीचे पहुँचने में उन्हें 2 घंटे से ज्यादा का समय लगा। वे डीप सी चेंलेजर नाम की पनडुब्बी में गए थे जिसे ऑस्ट्रेलिया में बनाया गया था। उन्होंने समुद्र तल पर लगभग 3 से ज्यादा घंटे बिताए। इस तरह का अभियान केवल एक बार 1960 में हुआ था जब दो लोग इस गहराई में उतरे थे।

समुद्र बहुत गहरा होता है। हालांकि, इसका तल समतल या एक समान नहीं है, जिसका अर्थ है कि समुद्र में पानी की गहराई भी भिन्न होती है। महासागर की सबसे गहरी जगह

11,034 मीटर (36,201 फीट) मानी गई है और यह प्रशांत महासागर की मरियाना ट्रेंच में चैलेंजर डीप नामक स्थान पर है। हैरानी वाली बात यह है कि यह स्तर भी समुद्र का अंतिम स्तर नहीं है। क्योंकि साइंटिस्ट अभी तक समुद्र का सिर्फ 5 प्रतिशत का अनुमान लगा पाए हैं। बाकी के 95 प्रतिशत अभी भी बाकी है।

समुद्र की गहराई को फाथोम में मापा जाता है, प्रत्येक का माप छह फीट है। गहरे समुद्र/महासागरों में फाथोमीटर का प्रयोग किया जाता है। इकोसाउंडिंग सिस्टम से भी समुद्र की गहराई को नापा जाता है। उल्लेखनीय है कि सूर्य की रोशनी समुद्र में नीचे लगभग 400 मीटर तक जा सकती है।

है ना रोचक।

	<h3>ई-कचरा प्रबन्धन</h3> <p>एक कदम स्वच्छ पर्यावरण की ओर</p>	
<h4>ई-कचरा क्या है?</h4> <p>अनुपयोगी इलैक्ट्रॉनिक एवं इलैक्ट्रिक सामान जैसे कंप्यूटर, सी0पी0यू0, प्रिन्टर, की-बोर्ड, माउस, मोबाइल फोन, चार्जर, डिस्क, रेडियो, टेलीविजन, एयर कंडीशन, एल0ई0डी0 बल्ब इत्यादि ई-कचरा कहलाता है।</p>		
<h4>क्या आप जानते हैं?</h4> <p>हमारा देश अमेरिका, चीन, जापान व जर्मनी के बाद दुनिया का पाँचवाँ सबसे ज्यादा ई-कचरा पैदा करने वाला देश है। वर्ष 2019 में हमारे देश में 53.6 मिलियन टन ई-कचरा पैदा हुआ, जिसमें से सिर्फ 17 प्रतिशत ई-कचरा ही रीसायकल किया जा सका। ई-कचरे का उचित प्रबन्धन न होने से यह न सिर्फ पर्यावरण को नुकसान पहुँचाता है, इससे मनुष्यों में स्वास्थ्य सम्बन्धी अनेक समस्याएँ भी पैदा होती हैं। इस बात को ध्यान में रखते हुए भारत सरकार के पर्यावरण, वन एवं जलवायु परिवर्तन मंत्रालय ने वर्ष 2016 में ई-कचरे के प्रबन्धन के लिये दिशा निर्देश जारी किये, जिसमें सम्बन्धित पक्षों की निम्न जिम्मेदारियाँ तय की गई हैं।</p>		
<h4>ई-कचरे के बारे में सम्बन्धित पक्षों की जिम्मेदारियाँ</h4>		
<ul style="list-style-type: none"> □ किसी भी इलैक्ट्रॉनिक एवं इलैक्ट्रिक सामान के उत्पादक अपने उत्पाद के ई-कचरा बनने पर उसे उपभोक्ता से वापस लेंगे। □ इलैक्ट्रॉनिक एवं इलैक्ट्रिक सामान के दुकानदार अपने प्रतिष्ठान में ई-कचरा वापस लेने की व्यवस्था करेंगे व ई-कचरे के एवज में योजनानुसार उपभोक्ता को धनराशि का भुगतान करेंगे। □ क्लेक्शन सेन्टर उत्पादक, रीसायकलर अथवा डिस्पोजमेंटलर की तरफ से ई-कचरा एकत्र कर सकेंगे व ई-कचरे का उचित मूल्य उपभोक्ता को देंगे। □ उपभोक्ता की जिम्मेदारी है कि ई-कचरे को क्लेक्शन सेन्टर में जाकर जमा करें। हम अपने जिले को ई-कचरा मुक्त जिला बनायेंगे। इसलिये विकास खण्ड स्तर पर चार ई-कचरा क्लेक्शन सेन्टर खोले जा रहे हैं। आपसे निवेदन है कि आप अपना ई-कचरा क्लेक्शन सेन्टर पर ही दें एवं ई-कचरे का उचित मूल्य प्राप्त करें। 		
<h4>निवेदक</h4> <p>सोसायटी ऑफ पॉल्यूशन एवं एनवायरमेण्ट कन्जर्वेशन साइंटिस्ट्स 115, किशन नगर, देहरादून</p>		