“
आवने वरसाद घेवरियो वरसाद
उनी उनी रोटली ने कारेला नु शाक
”

# वातें वाग्धारा नी

जुलाई, 2020

VAAGDHARA

प्रिय सम्माननीय साथियों,

**मेरे आदिवासी प्यारे बच्चों और भाइयों-बहनों, आप सबको जय गुरु !**

इस मासिक पत्रिका “वातें वाग्धारा नी” के माध्यम से पहली बार आप सबसे रूबरू होने का मौका मिल रहा है। आशा है की विगत दो माह की पत्रिका के माध्यम से हमारा जुड़ाव आप सबसे ओर मजबूत हुआ होगा। वाग्धारा संस्था ने “वातें वाग्धारा नी” के माध्यम से आपके द्वारा किये जा रहे स्थानीय प्रयासों को अन्य आदिवासी भाइयों व बहनों के साथ एक कड़ी के रूप में जोड़ने की जो पहल की है, मेरा मानना है की कहीं न कहीं हम सभी उसमें सफल भी हो रहे होंगे। जनजाति क्षेत्र में ग्राम विकास की सोच को लेकर आप सबके द्वारा जो भी सार्थक प्रयास किये जा रहे है, उन सबका संकलन का जरिया भी यह पत्रिका है। ताकि इन प्रयासों को हम न केवल मात्र अपने पास रखे बल्कि इनको हम सरकार व अन्य हितधारकों तक भीं पहुंचा सके, परिणामस्वरूप आपके प्रयासों से हो रहे बदलावों को दुनिया के लिए उदाहरण के तौर पर भी दिखाया जा सके । इस माह की पत्रिका “वातें वाग्धारा नी” का मुख्य पृष्ठ बच्चों पर केन्द्रित है, जिसमें मुख्यतः बाल अधिकारों के संरक्षण में समुदाय आधारित बाल निगरानी तंत्र की भूमिका को लेकर विस्तार से चर्चा की गयी है। इस समुदाय आधारित बाल निगरानी तंत्र के प्रभावी क्रियान्वयन से चारो बाल अधिकारों को सुनिश्चित किया जाएगा। इसी कड़ी को आगे बढ़ाते हुए अगर हम चारो बाल अधिकारों को देखते है तो सबसे पहले हम बात करते हैं जीवन जीने के अधिकार की, जिसके तहत आज कोरोना महामारी के समय जनजाति क्षेत्र के बच्चों के इस अधिकार का हनन न हो इसके लिए सबकी सामुदायिक जिम्मेदारी बनती है की सभी अपने बच्चों के स्वास्थ्य, खान-पान का उचित ख्याल रखे, ताकि वह किसी भी तरह की बीमारी की चपेट में ना आये और उसको पोषण युक्त आहार मिले ताकि बच्चें कमजोर या कुपोषित न हो और जो बच्चें कम वजन या कुपोषित है, तो तत्काल स्थानीय ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति द्वारा उनके अभिभावको से चर्चा कर बच्चों को ईलाज के लिए स्वास्थ्य केंद्र या कुपोषण निवारण केंद्र में लेकर जाये, इस कार्य में सहयोग के लिए आप चाइल्ड लाइन 1098 सेवा का भी सहयोग ले सकते है । अगर हम बात करते है विकास के अधिकार की, तो सबसे पहले बात आती है उनकी शिक्षा की। जैसा की आप सभी को पता है की अभी कोरोना महामारी के कारण हमारें बच्चों की शिक्षा सबसे ज्यादा प्रभावित हुई है और उसमें भी विशेष रूप से जनजाति व ग्रामीण क्षेत्र के बच्चें सबसे ज्यादा प्रभावित हुए है। केंद्र व राज्य सरकारे अपने अपने स्तर पर प्रयास कर रही है, की किस प्रकार से इस विकट परिस्थिति में बच्चों की शिक्षा को बहाल किया जाये, ताकि उनकी शिक्षा ज्यादा प्रभावित न हो पाए, इसके लिए अस्थायी व्यवस्था के तौर पर ऑनलाइन कक्षाओं का आयोजन भी किया जा रहा है। लेकिन यह व्यवस्था हमारे जनजाति क्षेत्र के बच्चों के लिए ज्यादा कारगर नहीं है, इसलिए भाइयों व बहनों यहाँ आप सबकी मुख्य भूमिका है की अभिभावक के नातें अपने बच्चों की शिक्षा पर पूरा ध्यान केन्द्रित किया जाये और जब तक विद्यालय सुचारू रूप से नहीं खुलते है घर पर ही रोजाना दो से तीन घंटे आपको अपने बच्चों को पढ़ाना है, ताकि उनका मोह शिक्षा से भंग ना हो और उनके पाठ्यक्रम का नियमित दोहरान हो सके।

इसी क्रम में जब हम बात करते है सुरक्षा के अधिकार की तो वर्तमान समय में हमारें बच्चों की सुरक्षा के प्रति आपकी जिम्मेदारी भी बढ़ जाती है, अभी लॉकडाउन के कारण जितने लोग अपने परिवार व अकेले, रोजगार की तलाश में मजदूरी के लिए बाहर गये थे वह सभी वापस अपने गाँव में लौट कर आ गये है, ऐसे कई परिवार आपके अपने गाँवो से भी होंगे। ऐसे में एक तरफ जहाँ उनका रोजगार खत्म हो गया है और परिवार का भरण पोषण कर पाना मुश्किल हो रहा है, वही दूसरी तरफ सरकार द्वारा स्थानीय स्तर पर इन परिवारों को रोजगार देने के लिए महानरेगा कार्यक्रम का क्रियान्वयन बड़े स्तर पर किया जा रहा है, लेकिन जब हम यह सुनते है की फलां माता-पिता या अभिभावक ने अपनी जगह कार्य करने उस बच्चें को महानरेगा कार्यस्थल पर भेज दिया है और ऐसे में वह नाजुक हाथ वहां पर तगारी उठा रहे है, गड्ढे खोद रहे है तो ऐसा लगता है की हम खुद ही अपने बच्चों की सुरक्षा के साथ खिलवाड़ कर रहे है। आने वाला समय इन बच्चों के लिए ओर भी खतरनाक साबित होने की सम्भावना रखता है, क्यूंकि जैसे ही हालात धीरे धीरे सामान्य होंगे ऐसे में जब परिवार के परिवार वापस रोजगार की तलाश में पलायन करेंगे तो इन बच्चों की भी एक बड़ी संख्या इसमें शामिल हो सकती है और वह बच्चें अपनी शिक्षा से हमेशा के लिए वंचित हो सकते है। परिणामस्वरूप उन बच्चों के सुरक्षा के अधिकार का हनन होगा। अंत में हम बात करते है सहभागिता के अधिकार की, तो प्रायः यह देखने में आता है की बच्चों को हमेशा से ही बच्चा समझा गया है। घर हो या समाज, दोनों जगह बच्चों की बात को ठीक से सुनना तो दूर अपितु पूरी तरह से नकार दिया जाता है। सही मायनों में बच्चें समाज के सबसे वंचित वर्ग से है और ऐसे में बच्चों के अधिकार के मामलों में लिए गये फैसलों में उनकी भागीदारी न के बराबर ही रह जाती है, फलस्वरूप बच्चें शिक्षा, स्वास्थ्य, पोषण इत्यादि क्षेत्रों में अपने अधिकारों से वंचित रह जाते है। अभी कोरोना के दौर ने इनकी वंचितता को ओर बढ़ा दिया है। ऐसे में माता-पिता, समुदाय, सरकार इत्यादी की जिम्मेदारी है की अपने बच्चों की बात को भी प्राथमिकता से सुना जाये और इसके लिए स्थानीय स्तर पर ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति की बैठको में दो बाल सदस्यों की भागीदारी भी सुनिश्चित कि जाएँ, ताकि वह दोनों बच्चें पुरे गाँव के बच्चों की आवाज बन सके और उनकी समस्याओं को भी वहां रख सके।

जनजाति समुदाय ने हमेशा स्थानीय संवाद, चिंतन व मनन को आगे बढ़ाया है जो की स्थानीय समाधान में महत्ती भूमिका निभाता है। अंत में मैं आप सबसे आग्रह करना चाहता हूँ की अपने बच्चों को एक बाल मित्र वातावरण प्रदान करने और उनके चारो बाल अधिकारों के संरक्षण के लिए सबको अपने अपने स्तर पर अपनी जिम्मेदारी तय करनी होगी। ताकि हमारी आने वाली भावी पीढ़ियों को बेहतर भविष्य प्राप्त हो एवं यह बच्चे राष्ट्र निर्माण में योगदान दे सके।

**बाल संरक्षण के लिए समुदाय की जिम्मेदारीः**

- अपने गाँव में बाल अधिकारों के संरक्षण के लिए ग्राम स्तर पर सरकार द्वारा बच्चों के अधिकारों के संरक्षण हेतु उपलब्ध कराई जा रही योजनाओं एवं सेवाओं के क्रियान्वयन में अपनी सक्रिय भागीदारी निभाएं।
- सेवा प्रदाताओं द्वारा शिक्षा,स्वास्थ्य,विकास, पोषण एवं संरक्षण के क्षेत्र में प्रदान की जा रही सुविधाओं की निगरानी समुदाय द्वारा की जाये ताकि समुदाय भी गाँव विकास में सहयोग कर सके।
- समुदाय आधारित बाल निगरानी तंत्र का क्रियान्वयन स्थानीय स्तर पर सामुदायिक संगठन ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति द्वारा किया जाये और बाल संरक्षण की कार्य योजना का निर्माण कर उसका अमलीकरण किया जाये।

**बाल संरक्षण के लिए परिवार की जिम्मेदारीः**

- परिवार स्तर पर बच्चों के पोषण की पूर्ति के लिए पोषण बगियाँ का निर्माण किया जाये ताकि पुरे वर्ष भर बच्चों के पोषण को सुनिश्चित किया जा सके।
- कम उम्र में बच्चों को बाल श्रम जैसे कार्यों में न लगाकर उनकी शिक्षा को सुनिश्चित करवाएं ताकि उनका भविष्य बेहतर हो।
- बच्चों को परिवार में अपनी बात रखने का मौका देवे ताकि वह स्वयं के हित में लिए जाने वाले निर्णयों में अपने विचार रख सके।
- कम उम्र में बच्चों की शादी न करें और माता-पिता अपने बच्चों के भविष्य निर्माण में सकारात्मक भूमिका निभाएं।

**बाल संरक्षण के लिए बच्चों की जिम्मेदारीः**

- बाल संरक्षण के लिए बच्चों को भी चाहिए की वह स्वयं भी अपने अधिकारों के प्रति जागरूक रहे और अगर कोई भी उनके साथ कुछ गलत व्यवहार करता है तो उसका विरोध करे।
- अपने गाँव के सभी बच्चों की आवाज को आगे ले जाने के लिए ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति के बाल सदस्य प्रत्येक माह अपनी सक्रिय भागीदारी निभाएं।

!! धन्यवाद !!

आपका अपना साथी
**माजिद खान**
वाग्धारा, कुपडा, बाँसवाड़ा

# एक पीढ़ी पढ़ेगी सात पीढ़ी तरेगी...

प्रिय पाठकों जैसा की “वातें वाग्धारा नी”पत्रिका के द्वितीय अंक में आपने जाना की गाँव में बाल अधिकारों के संरक्षण के लिए ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति की महत्ती भूमिका है और इसके लिए वह समुदाय के साथ मिलकर कैसे कार्य कर रही है । इसी कड़ी को आगे बढ़ाते हुए इस माह के अंक में हम जानेंगे की किस प्रकार हमारे बच्चों के अधिकारों के संरक्षण के लिए समुदाय आधारित बाल निगरानी तंत्र का क्रियान्वयन ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति द्वारा किया जाएगा व इस जुलाई माह में कैसे बाल शिक्षा विशेषकर बालिका शिक्षा को प्राथमिकता के साथ सुनिश्चित करेगी । जैसा की आप सबको पता है की आपके गाँव में बाल अधिकारों के संरक्षण के लिए ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति का गठन किया गया है, जिसकी मुख्य उद्देश्य पुरे गाँव के 18 वर्ष तक के आयु के बच्चों को एक सुरक्षित बचपन प्रदान करना ताकि आने वाले समय में हमारा गाँव बाल मित्र गाँव बन सके । जनजाति समुदाय में अगर बच्चों की परिस्थितियों के बारे में विचार करे तो एक मुख्य कारण जो निकल कर आता है वह है की आज भी जनजाति परिवारों में आर्थिक परिस्थिति का हवाला देते हुए माँ बाप द्वारा अपने बच्चों को शिक्षा से ना जोड़ते हुए बाल मजदूरी के लिए छोड़ दिया जाता है, जिसका परिणाम बच्चों के भविष्य के साथ अन्याय के रूप में होता है, और वह शिक्षा से वंचित रह जाते है व समाज में पिछड़ते है । वर्तमान परिस्थितियों में गाँव गाँव और ढ़ाणी-ढ़ाणी राजकीय विद्यालय व प्रशिक्षित शिक्षक होने के उपरांत भी हमारे परिवार के, गाँव के, फले के बच्चों को शिक्षा की सुरक्षा नहीं दे पाते है, हम हमारे पीढ़ियों के साथ अन्याय कर रहे है और हमारी ज़िम्मेदारी व कर्तव्य से मुंह मोड़ रहे है । अगर ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति को अपने गाँव को बाल मित्र गाँव बनाना है तो इसमें समुदाय आधारित बाल निगरानी प्रणाली की महत्ती भूमिका है । “हमारा गाँव, हमारा स्कूल, हमारी तरक्की, हमारा बाल मित्र ग्राम” हर बच्चे का यह अधिकार हैं की उसे सुरक्षा एवं गरिमा के साथ जीने के लिए सुरक्षात्मक वातावरण मिले। बच्चो को विद्यालय में, सुमदाय तथा घरमें हिंसा, उपेक्षा, शोषण एवं लिंग आधारित भेदभाव से संरक्षण मिलना चाहिए। बच्चे समुदाय और देश की परिसंपति है। बच्चो को स्नेह देने, उनकी देखभाल करने तथा उनके साथ सम्मान और मर्यादा का व्यवहार किये जाने की आवश्यकता है। जिस बच्चे की सही रूप से देखभाल और उसका सही पालन पोषण होगा वह बच्चा अवश्य ही देश का एक जिम्मेदार नागरिक बनेगा। अगर हम बाल शिक्षा की बात करें तो विगत वर्षो में जनजाति क्षेत्र में काफी बदलाव आया है जिसमे विशेषकर बालिका शिक्षा । अभी काफी बालिकाएं उच्च प्राथमिक शिक्षा के बाद आगे की शिक्षा के लिए अपने गाँव से 4 से 5 किलोमीटर की दुरी पर स्थित विद्यालयों में पढ़ने को जा रही है और परिवार वाले भी इसको प्राथमिकता से ले रहे है । बालिका भावी पीढ़ी के निर्माण में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है इसलिए अगर आज की हमारी बालिकाएं शिक्षित होंगी तो आने वाली भावी पीढ़ी भी शिक्षित होंगी और यह सोच में बदलाव अब दिखाई देने लगा है । वर्तमान में कोरोना महामारी के कारण विद्यालय बंद है, राज्य सरकारें अपने अपने स्तर पर योजना का निर्माण भी कर रही है की कैसे जल्द से जल्द विद्यालयों को बच्चों की शिक्षा के लिए खोला जाएँ ताकि बच्चों का भविष्य प्रभावित न हों । इसी क्रम में यह भी विशेष ध्यान दिया जा रहा है की जब विद्यालय खुलेंगे तो किस प्रकार वहां आने वाले बच्चों को एक सुरक्षित माहोल प्रदान किया जाये व जिन विद्यालयों को क्वारेन्टाईन सेंटर या आइसोलेशन हेतु चुना गया था उनको उचित रूप से सेनेटाईज और स्वच्छ किया जाये एवं सरकार की निर्देशिका के अनुसार सारे सुरक्षा उपायों जैसे शारीरिक दुरी, मास्क का इस्तेमाल, साबुन से नियमित हाथ धोना आदि को ध्यान में रखते हुए पढ़ाई प्रारम्भ करें एवं मध्यान भोजन की पूर्ण व्यवस्था सुनश्चित हो।

जैसा की आप सब जानते है की बच्चे देश का भविष्य है तथा बच्चों का समग्र विकास सुनिश्चित करना हम सबकी जिम्मेदारी है, क्यूंकि बच्चे सशक्त होगें, तो राष्ट्र सशक्त होगा। बच्चों के सर्वांगीण विकास हेतु समुचित पोषण, शिक्षा, समुचित अवसर के साथ-साथ देखरेख, संरक्षण एवं सुरक्षित वातावरण प्रदान करना आवश्यक है तथा इसे सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका परिवार, समुदाय, पंचायत, राज्य एवं देश की है। बाल संरक्षण सुनिश्चित करने हेतु उपलब्ध बाल संरक्षण संरचनाओं/घटकों में से धरातलीय स्तर पर बच्चों के संरक्षण के लिए गाँव स्तर पर ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति और पंचायत स्तर पर ग्राम पंचायत स्तरीय बाल संरक्षण समिति का गठन किया गया है, जिसमें समुदाय प्रतिनिधियों, पंचायत प्रतिनिधियों व बच्चों से जुडे महत्वपूर्ण विभागों की जिम्मेदारी सुनिश्चित की गई है। हमारें आस-पास ऐसे असंख्य बच्चे है, जो कठिन परिस्थितियों में अपना जीवनयापन करने के लिए मजबूर है तथा इन्हे अपने समुचित विकास हेतु उचित अवसर एवं संरक्षण नहीं मिल पा रहा है। इस तरह के सभी बच्चे देखरेख और संरक्षण की आवश्यकता वाले बच्चों की श्रेणी में आते है। ऐसे बच्चों का चिन्हीकरण करके इनकी व्यक्तिगत विकास योजना बनाते हुए, उसका गाँव स्तर पर क्रियान्वयन सुनिश्चित करना ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति की महत्वपूर्ण भूमिका में आता है। ऐसा पाया गया है कि वर्तमान में सभी पंचायतों में 0-18 आयुवर्ग के बच्चे जो विषम परिस्थितियों में जीवनयापन कर रहे है, जिन्हे देखरेख और संरक्षण की आवश्यकता है, का आंकडा उपलब्ध नहीं है। इस सन्दर्भ में बच्चों के कल्याण और संरक्षण हेतु पंचायत स्तरीय बाल संरक्षण समिति का यह दायित्व है कि वह पंचायत के अधीन आने वाले गाँवो की समस्त ग्राम विकास बाल अधिकार समिति के साथ चर्चा कर अपने पंचायत क्षेत्र में निवासरत प्रत्येक बच्चे/परिवार, जों कि उक्त श्रेणी में आते है, उनका डाटाबेस पंचायत मुख्यालय पर संधारित कर नियमित अपडेट करें, साथ ही प्रतिमाह बैठक आयोजित कर पंचायत स्तरीय बाल संरक्षण समिति बालकों के मुद्दों पर त्वरित कार्यवाही करते हुए, अपनी पंचायत को बाल मैत्री बनाने हेतु भरसक प्रयास सुनिश्चित करें।

इसी सन्दर्भ में बाल मित्र गाँव निर्माण के लिए समुदाय आधारित बाल निगरानी प्रणाली की विशेष आवश्यकता है ताकि कठिन परिस्थितियों में जीवनयापन कर रहे बच्चों की सूचना एवं जानकारी संग्रहित कर चिन्हित किये गये बच्चों की व्यक्तिगत विकास कार्य योजना तैयार कर इसका प्रभावी क्रियान्वयन ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति द्वारा किया जाये ताकि गाँव को बाल मित्र गाँव की श्रेणी में समावेशित करने में सहायक सिद्ध हो।

अगर हम बात करें समुदाय आधारित बाल निगरानी प्रणाली की जरूरत क्यूँ ? तो जैसा ऊपर परिचय में बच्चों से सम्बन्धित जो भी समस्याएँ व मुद्दें बताएं गये है उन सबके स्थायी समाधान व सतत निगरानी करने के लिए स्थानीय समुदाय व स्थानीय सामुदायिक संगठनों की विशेष ज़िम्मेदारी है । जिन बच्चों को बाल मजदूरी या बाल पलायन से मुक्त करवाकर विद्यालय से जोड़ा जाता है तो नियमित वह बच्चें विद्यालय जा रहे है या नहीं या फिर वह बच्चा वापस से बाल मजदूरी या बाल पलायन में लिप्त तो नहीं हो गये है इसकी नियमित निगरानी करने का कार्य ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति के जिम्मे होगा । इसके तहत सबसे पहले ग्राम विकास बाल अधिकार समिति को समुदाय के जागरूक लोगों के साथ फलां वार आपस में जिम्मेदारी तय करनी होगी और उक्त फलें में नीचे दी गयी विशेष देखभाल एवं संरक्षण की श्रेणी अनुसार समस्त बच्चों की समेकित जानकरी एकत्रित करनी हैं । फिर फलें वार समेकित जानकारी को एक साथ दिए गये बाल निगरानी प्रपत्र में संकलित करनी हैं, ताकि पुरे गाँव के बच्चों की जानकारी एक जगह पर आ सके और इस एकत्रित जानकारी के अनुसार ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति अपनी वार्षिक बाल संरक्षण योजना तैयार करेगी और जनजातीय स्वराज संगठन के साथ साँझा करेगी ताकि पुरे संगठन की भी वार्षिक बाल संरक्षण योजना का निर्माण हो सके । **वार्षिक बाल संरक्षण योजना** सभी राजस्व गांव से एकत्रित किये गये डाटाबेस के आधार पर विद्यालय प्रबंधन समिति व ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति द्वारा कार्ययोजना का निर्माण किया जायेगा एवं कार्ययोजना को क्रियान्वित किया जाएगा। डाटाबेस के आधार पर तैयार कार्ययोजना को सम्बन्धित ग्राम पंचायत, जनजातीय स्वराज संगठन एवं ज़िला बाल संरक्षण इकाई को संप्रेषित किया जायेगा एवं उस एकत्रित जानकारी के आधार पर ग्राम पंचायत, पंचायत समिति एवं ज़िला बाल संरक्षण इकाई गाँव के वंचित बच्चों व उनके परिवार को लाभान्वित करने के लिए कार्ययोजना का निर्माण करेगी।यह कार्ययोजना ग्राम पंचायत स्तर पर हो रहे बाल संरक्षण के कार्यो की प्रगति की निगरानी के लिए उपयोगी होगी। **विशेष देखभाल एवं संरक्षण की श्रेणी में आने वाले बच्चों की समेकित जानकारीः** विशेष देखभाल एवं संरक्षण की श्रेणी में आने वाले बच्चों की समेकित जानकारी को संकलित करने के लिए नीचे की टेबल में विशेष देखभाल एवं संरक्षण की 19 अलग अलग प्रकार की श्रेणियां दर्शायी गयी है, जिनको ध्यान में रखकर वंचित बच्चों की समेकित जानकारी को संकलित करने में मदद मिलेगी । ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति द्वारा वंचितता आंकलन के पश्चात् बालकों से संबधित प्राप्त आंकडों को श्रेणीवार दर्ज करना है। उक्त आंकडों को दर्ज करने की दिनांक एवं माह व वर्ष का भी उल्लेख किया जाना है। प्रत्येक श्रेणी के सम्मुख पहचान किये गये बच्चों की प्राप्त कुल संख्या को दर्ज किया जावेगा। **प्रथम तीन माह पश्चात् बच्चों की संख्याः** उक्त कॉलम में सर्व प्रथम आंकडों की प्राप्ति के तीन माह के भीतर की स्थिति एवं संबधित पंचायत या संस्था द्वारा जिन बालकों के साथ कार्य किया गया या जोडा गया तथा अब, उन्हे त्वरित सहायता की आवश्यकता नहीं है, को घटानें के बाद नये पहचान किये गये बालकों या नये प्रकरणों तथा पूर्व के शेष बालकों का योगकर जोडना है। इन आंकडों को दर्ज किये जाने की तिथि, माह व वर्ष का इन्द्राज भी किया जावेगा। **द्वितीय तीन माह के पश्चात् बच्चों की संख्याः** इस हेतु प्रथम तीन माह में प्राप्त बच्चों के आंकडों के साथ किये कार्य या जोड़े जाने के पश्चात शेष बचे बालकों एवं इस अवधि में प्राप्त नये बच्चों की संख्या व पूर्व के शेष का योगकर दर्ज करना है। इन आंकड़ों को दर्ज किये जाने की तिथि, माह व वर्ष को इन्द्राज भी किया जावेगा। इसी प्रकार प्रत्येक तीन माह में निरन्तर रूप से यह डाटा अपडेट व परिवर्तित होता रहेगा और ग्राम स्तर पर संधारित किया जावेगा।

**(नोट-ग्राम विकास बाल अधिकार समिति द्वारा जब तक किसी प्रकरण या बालक को वांछित लाभ या सुविधा पूर्णतया उपलब्ध नहीं कराई जाती है, तब तक ऐसे बालकों को निरंतर कार्य योजना का हिस्सा रखना है तथा जोडे जाना है।)** बच्चों का निगरानी प्रपत्र : बच्चों की स्थानीय स्तर पर निगरानी प्रक्रिया को दो भागो में विभाजित किया गया है। जिसके अनुसार दो तरीकें से ग्राम विकास बाल अधिकार समिति को बच्चों की सतत निगरानी करनी है ।

प्रथम : इसमें गाँव के 3 से 18 वर्ष के सभी बच्चों की जानकारी एक बार में ली जाएगी और इसको बैठक रजिस्टर में भरा जाएगा । 3 से 18 वर्ष के बच्चों की जानकरी को एक बार ही भरा जाना है उसके बाद प्रत्येक तीन महीने में इसका मूल्यांकन किया जाना है, इस पर पुरे साल भर में 4 बार यह मूल्यांकन का कार्य किया जाएगा और इसके आधार पर हम बच्चों पर निगरानी रख सकते है और इसमें हो सकता है की त्रैमासिक मूल्यांकन के दौरान कोई नया वंचित बच्चा भी जुड़ सकता है ।

द्वितीय : इसमें गाँव के 3 से 18 वर्ष के सभी बच्चों की जानकारी हर महीने ली जाएगी और इसको बैठक रजिस्टर में भरा जाएगा । 3 से 18 वर्ष के बच्चों की जानकरी को हर महीने भरा जाएगा । जिसकी मदद से हर माह बच्चों की निगरानी करने का कार्य ग्राम विकास बाल अधिकार समिति द्वारा किया जाएगा ।

**माजिद खान** - थीम लीडर, सच्चा बचपन

**चाइल्ड लाईन सम्बन्धी जानकारी पेज 4 पर**

**विशेष देखभाल एवं संरक्षण की श्रेणी में आने वाले बच्चों की समेकित जानकारी का प्रपत्र**

| क्र.स. | श्रेणी | अनाथ बच्चें | परित्यक्त बच्चें | विशेष आवश्यकता एवं देखभाल वाले बच्चें | विकलांग बच्चें | जिनके माता-पिता आजीवन कारावास में हो या सजाएं मौत सुनाई गयी हों | आर्थिक रूप से कमज़ोर परिवार के पीड़ित बच्चें | घुम्मकड बंजारें प्रवासी परिवार के पीड़ित बच्चें | शराब या नशीली दवाओं का सेवन करने वाले परिवार के पीड़ित बच्चें | गुमशुदा बच्चें | पलायन करने वाले बच्चें | बाल मजदूरी करने वाले बच्चें | विधुर पिता के बच्चें | विधवा माता के बच्चें | विधि से संघर्षत पीड़ित बच्चें | यौन शोषण से पीड़ित बच्चें | मुख्यमंत्री हुनर विकास योजना के अंतर्गत आने वाले पालनहार लाभार्थी वाले बच्चें | नाता जाने वाली माता के बच्चें | पुनर्विवाहित विधवा माता के बच्चें | बाल विवाह वाले बच्चें |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | कुल बच्चों की संख्या : माह/वर्ष..... | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | प्रथम तीन माह पश्चात बच्चों की संख्या | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2.1 | पूर्व | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2.2 | नए | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | द्वितीय तीन माह पश्चात् बच्चों की संख्या | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3.1 | पूर्व | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3.2 | नए | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | तृतीय तीन माह पश्चात् बच्चों की संख्या | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4.1 | पूर्व | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4.2 | नए | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | चतुर्थ तीन माह पश्चात् बच्चों की संख्या | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5.1 | पूर्व | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5.2 | नए | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

# कदम-कदम सच्ची खेती की ओर.....

परम्परा से खेती-वाड़ी हमारी सब की विरासत रही है, जबसे खेती का निजीकरण या यूँ कहे की जबसे खेती परिवार या किसी व्यक्ति का कार्य बन गयी है। तब से खेती मेरी, तुम्हारी,उसकी हो गई है,जब से हमारी खेती की व्यवस्था बिखरने लगी है हमारे आस-पास के वातावरण का उपजाऊपन कम हो रहा है, फिर वह खेत का हो, पेड़ का हो, पशुओं का, या फिर हमारी अपनी कार्य-क्षमता हो । आर्थिक-विकास के लुभावने आंकड़ो की द्रष्टि से अगर हम खेती को समझे तो खेती, एक बिना लाभ का कार्य लगता है। इस आर्थिक और तकनीकी विचारधारा के कारण से आज के आधुनिक समाज मे खेती एक अच्छे कार्य के रूप मे नहीं देखी जाती है खेती से जुड़े विभागों, और बाजारीकरण के कारण से, लोग खेती मे उत्पादन नहीं, आमदनी ढूंढ रहे हैं। इस समझ वाले लोगों का मानना हैं की, खाद्य सामग्री तो पैसे से खरीदी जा सकती है और खेती से पैसा नहीं मिलता। कोरोना महामारी ने हमे एक-बार फिर से याद दिलाया है, की खेती से जुड़ी आजीविका की दुनिया मैं कोई बराबरी नहीं है। चार-माह के इस वातावरण ने रोग-प्रतिरोधक क्षमता, शुद्ध-खानपान और खेती के महत्व को स्थापित किया है। कई आर्थिक रूप से सम्पन्न लोग भी अब अपने स्वयं के व परिवार के लिए खेती अपनाने का विचार करने लगे हैं। ऐसी स्थिति मे हम जिनके पास, जो भी थोड़ी जमीन और अपना कृषक समाज और खेती के परंपरागत तरीके है वे क्यों न इस पर विचार करें। इस महामारी के प्रकोप के दौरान खेती ही एक ऐसा कार्य रहा जिस पर लॉक-डाउन का असर अन्य कार्यों के मुकाबले कम हुआ है। विशेषकर जो किसान बाजार के बजाय परिवार के पोषण के लिए खेती करते हैं उन-पर तो असर लगभग नहीं के बराबर रहा है। इस गर्मी के समय मे भी उन्हे सब्जी, फल आदि उपलब्ध होते रहे हैं। अतः यह बहुत ही उचित समय है, जब हम तय करने का प्रयास करें की हमारी खेती कैसी हो? बाजार द्वारा नियंत्रित पैसा या आमदनी से जुड़ी खेती या फिर वह खेती जो हमे पोषण और स्वास्थ्य प्रदान करे, खर्चों की कमी करे, और साथ मे यदि कोई आय होती तो ''सोने पे सुहागा'' जैसा कार्य हो जायेगा। हम कोशिश करें अपनी खेती को पोषण संवेदी बनाने की,हम वह लगाएँ जो हम खाये और हम वही खाएँ जो हम उपजाये, यही होगा सच्चा किसान स्वराज । फसल की पसंद अपनी, बीज अपना, खाद-अपना, पोषण अपना, और स्वास्थ्य भी अपना। बहुत सी बार हमे यह सुनने मे आता है की हम यह नहीं कर सकते क्योंकि हमारे पास तो जमीन कम है, दो-तीन बीघा ही है और इसमें यह सब करना हमारे लिए तो मुश्किल है। हमारे वागधारा से जुड़े किसानों का यह मानना है की यह तो मुख्यतः हम छोटे किसानों के लिए ही है । हम इसको बहुत अच्छे से अपना सकते हैं । इसमे जो सबसे खास बात है वह है यह निश्चित करना है और प्रण लेना की हम अपनी खेती को सही मायने मे परिवार के पोषण के लिए ही करेंगे । एक बार तय कर लिया तो फिर एक-एक करके अपने कदम उस और ले जा सकते हैं । मुझे पूरा विश्वास है की यदि सच्चा प्रयास किया तो धरती माता हमारी सामान्य आवश्यकताओं को जरूर पूरा करेगी । इस पत्रिका के माध्यम से हम आपसे चर्चा केरेंगे की एक-एक कदम करके किसान अपनी खेती को कैसे सच्ची खेती मे बदल सकता है। वैसे यह कार्य कठिन हो सकता है परंतु इतना ज्यादा कठिन भी नहीं हो सकता की हम इसे नहीं कर सकते । इस दिशा मैं हमारे लिए सबसे महत्वपूर्ण कदम है “अपने खान-पान और अपनी खेती के आपसी सम्बन्धों को जानना । सबसे पहला काम है, धरती माता का ध्यान करके एक चालीस पेज की कापी और एक पेन्सिल ले। शुरू के कुछ तीन-चार पेज खाली छोड़ दें, पांचवे पेज पर एक तालिका बनाए, उसके पहले कॉलम मे एक-एक करके उन वस्तुओं के नाम लिखें जो हमने इस-बार अपने खेत मे बुवाई की है, फिर भले ही वह एक क्यारी या एक पौधा ही क्यों न हों। अब, दूसरे कॉलम मे मात्रा लिखे जैसे बीघा, क्यारी, 2 पौधा, आदि, अन्य दो कॉलम अभी खाली रखे।

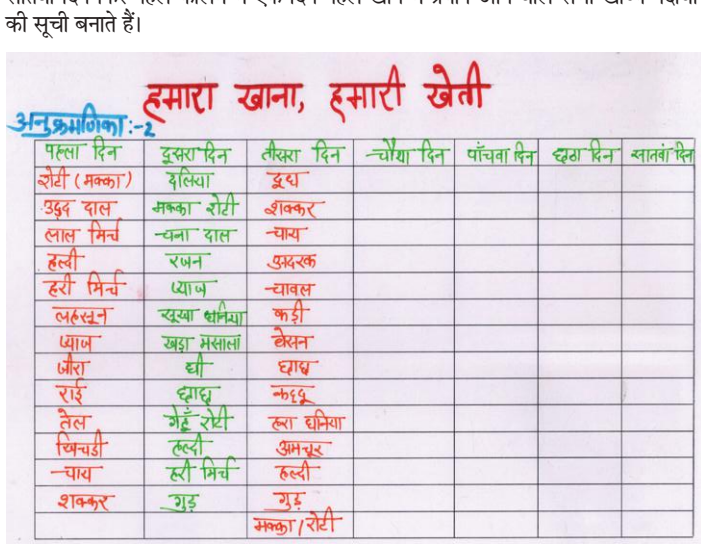
हमारी खेती और हमारे खाने का समाधान निम्न तालिका के जरिये

हमारा खाना, हमारी खेती

अनुक्रमणिका :-1

| अभी खेत मे लगाई | मात्रा | कितनी उपज हुई | कितनी कमाई हुई |
|---|---|---|---|
| मक्का | पाव बीघा | | |
| माल / वावटा | 2 क्यारी | | |
| कांग | 3 क्यारी | | |
| पायरिया | 4 क्यारी | | |
| चवंसा | 10 पौधे | | |
| मिर्च | 10 पौधे / 1 क्यारी | | |
| लौकी | 1 पौधा | | |
| अदरक | आधी क्यारी | | |
| पोदीना | आधी - क्यारी | | |
| बैंगन | 10 पौधे | | |
| टमाटर | 20 पौधे | | |
| सोयाबीन | पाव बीघा | | |
| कपास | 1 बीघा | | |

अब हमे जानना है की हम खाते क्या-क्या है, तो इसके लिए पेज 6 और 7 को मिलाकर एक तालिका बनाते हैं जिसमे दस कॉलम होंगे। पहले कॉलम नंबर के लिए दूसरे से आठवे कॉलम तक, पहली लाइन मे लिखे पहला-दिन,दूसरा-दिन, तीसरा दिन,चैथा दिन,पांचवा दिन, छ्ठा दिन, सातवाँ दिन फिर पहले कॉलम मे एक दिन पहले खाने में प्रयोग आने वाले सभी खाध्य पदार्थो की सूची बनाते हैं।



हमारा खाना, हमारी खेती

अनुक्रमणिका :-2

| पहला दिन | दूसरा दिन | तीसरा दिन | चौथा दिन | पाँचवा दिन | छठा दिन | सातवां दिन |
|---|---|---|---|---|---|---|
| रोटी (मक्का) | दलिया | दूध | | | | |
| उड़द दाल | मक्का रोटी | शक्कर | | | | |
| लाल मिर्च | चना दाल | चाय | | | | |
| हल्दी | रजन | अदरक | | | | |
| हरी मिर्च | प्याज | चावल | | | | |
| लहसुन | खुश्या धनिया | कढ़ी | | | | |
| प्याज | खड़ा मसाला | बेसन | | | | |
| जीरा | घी | घाड़ | | | | |
| राई | घाड़ | कढ़ु | | | | |
| तेल | गेहूँ रोटी | हरा धनिया | | | | |
| खिचड़ी | हल्दी | अमचूर | | | | |
| चाय | हरी मिर्च | हल्दी | | | | |
| शक्कर | गुड़ | गुड़ | | | | |
| | | मक्का / रोटी | | | | |

- ऐसे एक-एक करके सात दिनो मे प्रयोग किए गए खाध्य पदार्थों की स

# बरसात के मौसम में जल प्रबन्धन एवं पशु प्रबन्धन

जून माह की भयंकर गर्मी को सहन करने के बाद जुलाई माह की शुरुआत होते ही वागड़ की धरती में बारिश की शुरुआत हो जाती है। और साथ में बांसवाडा की धरती ने हरी साड़ी पहन कर अपनी खूबसूरती ले आती है । और खास तौर पर इस समय पर हमारे किसान भाई खेती बाड़ी से जुड़े सारे कार्य करते है । ताकि समय पर फसल तैयार कर अपनी आजीविका चला सकें । वागड़ क्षेत्र में बारिश ही सिंचाई का सबसे बड़ा स्त्रोत है। लेकिन काफी पानी का हिस्सा नदी नाले में बहकर चला जाता है । साथ में ले जाता है उपयोगी मिट्टी, खाद, जो किसान के लिए काफी उपयोगी है । इसलिए किसान को बारिश का महत्व समझकर खेती का पूरा या ज्यादातर फायदा बारिश के मौसम में ही लेना चाहिए। इसलिए इससे जुड़ी कुछ खास बातें हम इस अंक में आपको बताने जा रहे है। इस वागड़ की धरती पर किसान बारिश में खरीफ फसलों में मक्का, सोयाबीन, तुअर , उडद, कपास जैसी फसले उगाते है । वही छोटे अनाज के रूप में तिल, कुरी, बटी भी उगाते है, जो पहाड़ी क्षेत्र में विशेष देखने को मिलता है । इस क्षेत्र में चावल (धान) की खुशबु कुछ अलग है , जैसे बिना पानी या कम पानी में पकता पाथरिया, पानी वाली जगह जिसको हम तलाई बोलते है , उसमे काली कमोद , जल जीरा, बिजली कोलंबो जैसे चावल (धान) भी किसान अच्छी तरह करते है ।

इसके साथ-साथ इस बारिश के मौसम में आजकल किसान अपने अपने घरों में पोषण वाटिका भी लगाने लगे है। जिसमे मुख्य सब्जियाँ भिण्डी, वालोर, बेंगन, मिर्च, कद्दू, लौकी, तुरई, गिलकी, इस तरह काफी सब्जियां देखने को मिलती है। इसके आलावा जिसका किसान सुखमणी में विशेष ध्यान देते है, ऐसी सब्जी जो बिना उगाये प्रकृति अपने आप देती है, वो काचरी,कीकोड़े, भी शामिल है और पत्तेदार सब्जी में रजन, ढ़ीमडा, पुई, लूणी भी काफी पौष्टिकता बढ़ाता है। उपरोक्त सभी बातों को ध्यान में रखे तो इस माह में बहुत सारे कार्य करने होते है, जिसमे शामिल हैः- बारिश के पानी को

रोककर नमी बनाये रखनाः-वागड़ क्षेत्र की जमीन समतल न होकर ज्यादातर पहाड़ी और ढलाऊ भूमि है। इसलिए ज्यादा बारिश में मिट्टी कटाव होना भी बहुत आम बात होती है। इसलिए बारिश के मौसम में मिट्टी के लिए खास प्रावधान किया जाता है। तेज बारिश में ढलाऊ वाले खेतों में ज्यादा पानी (बारिश) की वजह से मिट्टी कटाव ज्यादा मात्रा में होती है। इसकी वजह से खेत से मिट्टी निकल जाती है और पत्थर ही नजर आते है। आखिरकार उस खेत में फसल नहीं होती या उत्पादन बहुत कम होता है, तो उस मिट्टी को रोकने के लिए या मिट्टी बचाव के लिए पत्थर की मेड भी खड़ी की जा सकती है। जिसकी वजह से उस मेड़ पर मिट्टी का बचाव हो सकें। खासकर के मिट्टी कटाव की प्रक्रिया में खेत की उपरी परत जो आधा फिट होती है वह बह जाती है, जो फसल के लिए सबसे अधिक महत्वपूर्ण होती है। जिससे फसल की उत्पादन को ज्यादा बढ़ावा मिलता है। अच्छी खुली उपजाऊ मिट्टी के बह जाने के परिणामस्वरूप खेत में बस छोटे-छोटे कंकड़ दिखाई देते है, जिसके कारण कई बार बैलों द्वारा हल जोतते समय उनके पैरों से खुन निकल आता है। उन बाधाओ को रोकने के लिए आपको पत्थर के बंड के साथ-साथ मेड़बन्दी का निर्माण कराना अतिआवश्यक है । सरकार द्वारा की गई मनरेगा कार्य के तहत केटेगरी-4 के तहत खेत की मेड़बन्दी के कार्य का हमारे किसान भाइयों को व्यक्तिगत रूप से लाभ उठाना बहुत जरुरी है । क्यूंकि अगर यह मिट्टी खेत में बची रहेगी तो खेत की सम्पूर्णता बनी रहेगी । खाद और जरुरी जैविक तत्व ही मिट्टी को जीवित रखते है। इसके साथ ही अगर पानी खेत में धीमी गति से रुक-रुक कर बहेगा या मेडबन्दी की नाली में थोड़ी देर ठहरा रहेगा, तो भूमि में रिसाव होते हुए, भूमिगत पानी का स्तर भी बढेगा और खेत में नमी बनी रहने से फसल को सहन करने की क्षमता बनी रहेगी और उत्पादन में वृद्धि होगी।

**मेड़ पर बीज रोपणः-** अपने ढलाऊ जमीन पर जहाँ पत्थर का बंड या मिट्टी के कार्य से मेड़बन्दी किया गया है, उस मेड पर खास तौर पर फलीदार पौधे का बीज बारिश के समय डाल देना चाहिए । जैसे सरगवा, सुबबुल, खाखरा, ग्लेरिसीडीया, अरण्ड़ी जैसे बीज को डालने से मेड़ पर यह रक्षा कवच की तरह कार्य करेगी । मेड़ को टूटने से बचाएगी साथ अपने पशुओं के लिए उसकी पत्ती का चारा उपलब्ध हो जायेगा और उससे जलाऊ लकड़ी भी उपलब्ध हो जाएगी । जलाऊ लकड़ी के लिए जंगल में समय निकालकर नहीं जाना पड़ेगा । अपने ही घर पर लकड़ी उपलब्ध हो जाएगी इसके साथ यह पौधे फलीदार होने की वजह से उनके जड़ में नाईट्रोजन मिलता है, तो उस पौधे के आस-पास फसल भी अच्छी होती है । फसल में खाद डालने की आवश्यकता नहीं रहती है । और इस पौधे की वजह से नमी भी भूमि में संरक्षित रहेगी ।

**बारिश के पानी को रोककर रबी की फसल में उपयोग में लेनाः-** बरसात के दिनों में छोटे-छोटे नालो में काफी पानी बहकर चला जाता है। इसे रोककर रखने के लिये अपने खेतो के आस-पास एक बड़ा खड्डा या थोड़ी मेहनत से तालाब जैसा बन सकता है। सरकारी योजना के माध्यम से अपने खेतों पर फार्मपोंड (तलावडी)

बनाने की योजना भी शामिल है इसका सही उपयोग करके बारिश के पानी को इकठ्ठा करके रबी फसल में जो अंत में फसल पकने लिए एक या दो सिंचाई की आवश्यकता होती है। उसकी पूर्ति की जा सकती है। और उस पानी का उपयोग करके अपने आजीविका में वृद्धि कर सकते है।

**पौधे में थावलाः-** बारीश के आने से पहले ही हमें हमारे पेड़-पौधो के चारों और थावला निर्माण कार्य कर लेना चाहिए। उसमे समतल जमीन में गोल थावला और ढलाऊ जमीन में अर्द्ध-चन्द्राकार आकार के पत्थर के थावले बनाना अति आवश्यक है। क्युंकि इससे बारिश का पानी जमीन में एक जगह इकठ्ठा होता है। और पेड़-पौधों को पर्याप्त मात्रा में पानी मिलता है। और साथ में भूमि में नमी सोखने की क्षमता भी बढ़ेगी और पौधे का विकास एवं उसकी जड़ो की गहराई बढ़ेगी और गर्मी में नीचे से पानी लेने की क्षमता बनी रहेगी।

**मिश्रित फसल से कैसे लेंगे दोहरा लाभः-** प्राकृतिक आपदा को ध्यान में रखते हुए एवं बारिश के उतार-चढ़ाव को देखते हुए किसान की इसी एक फसल पर निर्भरता रहेगी इस कारण नुकसान हो सकता है। वागड़ क्षेत्र में खासकर के जहाँ रबी की फसल के लिए सिंचाई की सुविधा नहीं , वहां मिश्रित फसल से किसान को दोहरा लाभ लेना अति आवश्यक है। जैसे की हम देखते है मक्का की फसल के साथ अरहर फसल करना अति आवश्यक है। यदी प्रकृति ने साथ दिया और समय पर बारिश अच्छी आती है तो मक्का की फसल मिल जाएगी और बाद में तुअर की फसल 6 माह के बाद आमदनी देगी। यदि बारिश का उतार-चढ़ाव रहा तो भी दोनों में से एक फसल किसान को जरुर लाभ दे देती है। इस तरह मक्का के साथ झालर, उड़द, तिल, या मक्का के साथ कपास की खेती भी मिश्रित फसल के रूप में किसान को काफी लाभ देती है।

**फसल में निराई-गुड़ाई एवं कलपी देनाः-** खरीफ की फसल में किसान अपने खेत में कुछ मात्रा में बीज ज्यादा ही डालते है , क्यूंकि यदि उनका अंकुरण कम रहा तो बराबर फसल होगी , ज्यादा उगा तो बीच में से निकालकर पशु चारे के रूप में उपयोग में ले लेते है। काफी किसान भाई अपनी मेहनत करने से बचने के लिए खरपतवार को निकालने की जगह केमिकल दवाई डालकर खत्म कर देते है। ऐसे किसानो से मेरा निवेदन है कि जो आप दवाई डालकर खरपतवार का नाश करते है उसमे उसके पास में जो फसल खड़ी है, उसमे जहर की मात्रा बढती है, साथ में मिट्टी में भी जहर की मात्रा जाती है। आखिरकार जो फसल का उपयोग अनाज के रूप में आप खाने में उपयोग कर रहे हो, वो आपको नुकसान करता है। साथ में फसल से निकलने वाला चारा आप पशु को खिलाते हो तो पशु को भी काफी नुकसान होता है। तो खरपतवार को अपने खेतो में दवाई से मारना नहीं है। लेकिन उसको निकालकर खाद बनाना है। खरपतवार का आप दो प्रकार से उपयोग कर सकते है - प्रथम तो आप अपनी फसल से निकलने वाले खरपतवार को वही जमीन में गाड़कर ऊपर मिट्टी से ढ़क दो जिससे सड़कर खाद में बदल जायेगा। दूसरा आप अपने कम्पोस्ट

खाद में डालकर उसके ऊपर पशुओं के पेशाब का छिड़काव करने से खाद में परिवर्तन हो जायेगा तो किसान भाई खरपतवार को निकालकर उसका सही उपयोग करें, जो खरपतवार पशुओं के चारें के रूप में काम आता है, उसका पशुओं के लिए भी उपयोग में ले सकते है। अपनी फसल में नमी बनाये रखने के लिए एवं दो पौधो के बीच में खाली जगह में खरपतवार को निकालने के लिए थोड़ी बारिश रुकने के साथ खेतों में कलपी लगाऐ। उससे फसल को काफी लाभ होता है। फसल की बढ़वार अच्छी होती है और जो जमीन में पोषक तत्व मुख्य फसल को मिलने चाहिए वो उसको मिलते है।और यदि खरपतवार न निकाले तो जमीन के पौषक तत्वों को खरपतवार ले लेती है। जिससे मुख्य फसल को नुकसान हो सकता है।

**बारिश में कैसे बचाए अपने जंगल** जनजाति बाहुल्य क्षेत्र में वैसे ही बिना जंगल से अपना जीवन अधुरा बन जाता है तो बारिश में अपने आप प्राकृतिक उगे हुए पौधे को कैसे सुरक्षित करके बचाया जाये , यह महत्वपूर्ण है जैसे अपने आप उगे हुए पौधे जैसे ही दिखाई दे उसको पशु से नुकसान नहीं हो इस तरह सुरक्षा करनी है। अपनी राजमर्रा जीवन में उपयोग फल, फुल, या इमारती लकड़ी की आवश्यकता की पूर्ति के लिए कुछ खाली जगह पर पौधे लगाना चाहिए जैसे आम, अमरुद, नींबू, टिमरू, सीताफल, सरगवा बांस, सागवान, नीम जामुन जैसे पौधे या बीज डालकर अपनी खाली जगह को भर देना चाहिए और अपने आप उगने वाली देशी बेर को कटिंग करके उसकी आँख कलम के माध्यम से बग बेर की कलम करनी चाहिए। जिससे आने वाले समय में उसका फल खाने में एवं बेर की पत्ती बकरी को पाले के रूप में कार्य कर सकती है। अपने जीवन में खाने में उपयोगी उपरोक्त फल अपना परिवार बाजार से खरीदकर नहीं खा सकता, लेकिन अपने घर में या आस-पास ऐसे फल के पेड़ होतो पूरा परिवार उस फल को खाकर आनंद तो ले ही सकते है साथ में आपका और आपके छोटे बच्चो के पोषक तत्व की कमी की पूर्ति भी कर सकता है। अतः सभी परिवार को उपयोगी पेड़-पौधे लगाना जरुरी है। जिससे आपके परिवार को फल, पशु के लिए चारा एवं घर में जलाऊ लकड़ी एवं इमारती लकड़ी के लिए भी कही जाने की आवश्यकता नहीं रहती है।

**बारिश में पशुओ की कैसे करे देखभाल :** आम तौर पर बारिश के दिनों में पशु की देखभाल करना काफी तकलीफ दायक है, क्यूंकि बारिश में पशु कही बाहर छोड़ नही सकते। दूसरा बारिश की वजह से काफी कीचड़ होता है। पशु के मल-मूत्र के निस्तारण की समस्या और उन सभी चीजो को ध्यान में रखा जाये तो बारिश में मच्छर का प्रमाण बढ़ जाता है। आखिरकार पशु में बीमारी और परिवार में बीमारी का प्रमाण भी बढ़ जाता है। घर के पास पशुवाड़ा होता है, उसमे थोड़ी ढ़लान वाली जगह रखना जरुरी है। जिसमे पशु का पैशाब एक जगह गड्ढे में इकठ्ठा हो जाये और उस पैशाब को आप बाद में खाद एवं दवाई के रूप में उपयोग में ले सकते है। दूसरा जैसे पशु मल करता है तो उसको खुला नहीं फेकते हुए उसको कम्पोस्ट में डालना जरुरी है। जिससे गंदगी नहीं हो। पशु को बारिश के दिनों में कुछ घंटो के लिए बेघर खुला छोड़ना चाहिए, जिससे उनके बाड़े का स्थान सुख जाये और रातभर आराम से बैठ सकें। शाम को रोज नीम की पत्ती का धुआं करना जरुरी है। जिससे मच्छर ना हो, ताकि परिवार को और पशु को दूसरी बिमारीयों से बचाया जा सकें। पशुपालन के साथ कई परिवार में एक या दो मुर्गा पालते है तो उससे काफी लाभ होता है। बारिश के दिनों में पशु में चिचड़थाने के छोटे कीड़े पड़ते है, उसको मुर्गा खत्म कर देता है। बारिश के दिनों में जहरीले जीव-जन्तुओ को भी मुर्गे खा जाते है जिससे होने वाले रोगों से पशु और परिवार दोनों को सुरक्षित रख सकते है। मुर्गीपालन फसल में भी काफी उपयोगी होता है। जो नुकसानदायक कीट फसलों में दिखाई देते है उन्हें मुर्गे खत्म (खा जाते है) कर देते है। इस तरह मुर्गापालन आदिवासी परिवार के आजीविका का एक साधन भी है।

**बारिश में कैसे करें जैविक खाद व जैविक दवाई का उपयोग** आम तौर पर बारिश के दिनों में जैविक खाद जैसे कम्पोस्ट और कम्पोस्ट खाद को बुवाई के पहले डाल सकते है। लेकिन बीच में खाद की पूर्ति करने के लिए आप बारिश में यूरिया की जगह , जीवामृत का उपयोग कैसे करते है , उसके लिए जीवामृत बनाने की विधि समझते है। **जीवामृत बनाने की विधि** सामग्री -10 किलोग्राम देशी गाय का गोबर , 5 लीटर गौ मूत्र, 250ग्राम गुड, 100 लीटर पानी सभी मिश्रण को दिन में तीन बार बराबर दाई और बाई तरफ घुमाना है 4 दिन तक। **उपयोग** - खासकर के बारिश के अलावा तो आप सिंचाई के साथ अंगुली की धार जैसा टंकी में डालकर दे सकते है लेकिन बारिश के दिनों में सिंचाई नहीं करते है उस दौरान आप मिश्रण को मिलाकर जिस तरह थोडा-थोडा यूरिया मक्का में रखते है उसी तरह जीवामृत की मदद से जमीन को पौषक तत्व मिलते है और ये एक उत्प्रेरक एजेंट के रूप में कार्य करता है, जिसकी वजह से मिट्टी में सूक्ष्मजीवों की गतिविधि बढ़ जाती है और फसलों की पैदावार अच्छे से होती है, इसके अलावा जीवामृत की मदद से पेड़ों और पौधों को कवक और जीवाणु संयत्र रोग होने से भी बचाया जा सकता है। सभी मिश्रण को दिन में 3 बार बराबर दाई ओर बाई तरफ घुमाना है 4 दिन तक

**किस तरह से उपयोग करे इस मिश्रण कोः-** तैयार किया गया 10 लीटर मिश्रण को 100 लीटर पानी सिंचाई के पानी के साथ दे सकते है या इसका छिड़काव भी कर सकते है। हर 15 दिन में डालने से यूरिया खाद ड़ालने की जरूरत नहीं होती।बाल्टी से लोटी-लोटी पौधे को देना है 2/3 बार मक्का में देने से आपको यूरिया डालने की आवश्यकता नहीं रहती यदि फिर भी मक्का पीली नजर आती है तो आप 15 लीटर की टंकी में 1.5 लीटर गोमूत्र डालकर छिड़काव कर सकते है फसल को ऊपर से खाद देने का यह तरीका भी बहूत लाभदायक है। बारिश के दिनों में फसल एवं पोषण वाटिका में कीट या फफूंद की बीमारी आना आम बात है। लेकिन हम थोड़ी सावधानी रखे तो उस बीमारी को फसल और पोषण वाटिका में आने नहीं देंगे। यदि हर 15दिन के अन्तराल में नीम आधारित दवाई का उपयोग किया जाये तो उसकी गंध या तत्व से कोई कीट जन्म नही लेता है। यदि आपने नीम आधारित दवाई का छिड़काव नहीं किया, तो आप कीट नियंत्रण के लिए दशपर्णी दवाई का उपयोग कर सकते है।

**सभी जैविक दवाई बनाने की विधि एवं उपयोग इस प्रकार है-** दशपर्णी, सामग्री 1. नीम की पत्ती 5 किग्रा। 2. बेशर्म,धतुरा,आकड़ा,थोर,इन्दुरी, अरडू, करंज, अरंड, पपीता, 18 किलोग्राम (हरप्रजाति के पौधे की 2 किलोग्राम पत्ती) 3. हरी मिर्ची का पेस्ट 2 किलोग्राम। 4. लहसुन का पेस्ट 250 ग्राम। 5. गाय का गोबर 3 किलोग्राम। 6. गौ मूत्र 5 लीटर। सभी प्रजाति की पत्ती को बराबर बारीक कर के मिक्स करने के बाद 100 लीटर पानी में डाल कर 7 से 8 दिन तक फर्मेंटेशन (खमीर) के लिए रख दे और इस मिश्रण को 3 से 8 दिन तक हिलाना है। **उपयोग** 1. 15 लीटर के पम्प में 1.5 लीटर इस मिश्रण का उपयोग कर सकते है। 2. यह मिश्रण फसल में रस चुसक कीड़े और झिल्ली के प्रकोप में कार्य करती है।

**नीम आधारित दवाई सामग्री विधि** 1. नीम के पत्ते 2.पुराना मटका, ड्रम 3. गौमूत्र 5 किलोग्राम नीम की पत्ती को 2 लीटर गौमूत्र के साथ मिलकर 15 लीटर पानी में डालकर 7 दिन तक फर्मेंटेशन(खमीर) के लिए रख देते है और रोज दिन में 3 बार हिलाना है। 7 दिन के बाद दवाई तैयार हो जाएगी। **उपयोगः-** 1. 15 लीटर के पम्प में 1.5 लीटर इस मिश्रण का उपयोग कर सकते है। 2. यह मोला और रस चुसक कीड़े के लिए काफी उपयोगी है। फंगीसाइड - फफूंदीनाशक दवा 100लीटर पानी में 3लीटर खट्टी छांछ मिलकर स्प्रे करते है। यह कवक नाशक है।

**पी.एल. पटेल** - थीम लीडर सच्ची खेती

# औषधियाँ, वनस्पतियाँ और हमारा स्वास्थ्य

आज कोरोना महामारी के संकट से बचने के लिए अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाना जरुरी है और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में आयुर्वेदिक दवाईयां कारगार सिद्ध होती है इसी को ध्यान में रखते हुए वाग्धारा ने 10000 परिवारों को अपने घर पर ही हर्बल गार्डन लगाने हेतु जो औषद्यियां बीज से उगाई जा सकती है इस प्रकार की 10 वनस्पति का चयन किया गया जो आम तोर पर मुश्किल से उपलब्ध होती है लेकिन वागड़ में उगाई जा सकती है । इससे गाँवो में परम्परागत चिकित्सा पद्दति को पुनः जीवित करने में सहायता मिलेगी,लोगो में आयुर्वेदिक औषद्यियों के प्रति रूचि बढ़ेगी।लोगो में वनस्पति को पहचान कर उसके उपयोग को लेकर जानकारी में वृद्धि होगी। गाँवो में इस तरह के हर्बल गार्डन लगा कर स्वास्थ्य एवं कुपोषण की स्थिति में सुधार लाया जा सकता है । इनमे से कुछ वनस्पति के बारे में जानकारी एवं उपयोग इस प्रकार है

1. सहजन(सहजन, मुनगा, सरगवा) डवतपदहं व्समपमितं : उपयोग भागः मूलत्वक, फल, बीज, पत्र।

मात्राः स्वरस - 10 - 20 मि.ली., चूर्ण - 1 - 3 ग्राम।

सहजन लम्बी फलियों वाली एक सब्जी का पेड़ है, कि भारत और दुनिया भर में उगाया जाता है. विज्ञान ने प्रमाणित किया है कि इस पेड़ का हर अंग स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक है. सहजन को अंग्रेजी में (मोरिंगा) या Drumstic ktree कहते हैं। ज्यादातर भारतीय सहजन की फली को सब्जी व अन्य भोजन बनाने में करते हैं ।

सहजन का पेड़ कही भी आसानी से लग जाता है. इसे बहुत पानी की जरुरत नहीं होती और यह तेजी से बढ़ता है. भारतीयों के लिए गर्व की बात है कि यह मूलतः उत्तर भारत से ही दुनिया भर में फैला है. भोजन और उपचार के अतिरिक्त सहजन का प्रयोग पानी साफ करने और हाथ धुलने के लिए भी किया जा सकता है।

यह एक बहुत उपयोगी पौधा है जिसका उपयोग भारत के व्यंजनों में खूब किया जाता है। इसके बीजों से तेल निकाला जाता है और छाल पत्ती, गोंद, जड़ आदि से आयुर्वेदिक दवायें तैयार की जाती हैं। इसमें दूध की तुलना में 4 गुना कैल्शियम और दुगना प्रोटीन पाया जाता है। यह प्राकृतिक औषधीय गुणों से भरपूर है तथा इसकी फली का अचार और चटनी कई बीमारियों से मुक्ति दिलाने में सहायक हैं।

**सहजन के फायदे**

1. सहजन की पत्ती - इसकी पत्तियों में प्रोटीन, विटामिन B6, विटामिन C, आयरन, मैग्नीशियम, पोटैशियम, जिंक जैसे तत्व पाए जाते हैं. इसकी फली में विटामिन C और सहजन की पत्ती में कैल्शियम प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं. सहजन में एंटीओक्सिडेंट, बायोएक्टिव प्लांट कंपाउंड होते हैं।

2. सहजन की सूखी पत्तियों के 100 ग्राम पाउडर में दूध से 17 गुना अधिक कैल्शियम और पालक से 25 गुना अधिक आयरन होता है. इसमें गाजर से 10 गुना अधिक बीटा-कैरोटीन होता है, जो कि आँखों, स्किन और रोगप्रतिरोधक तंत्र के लिए बहुत लाभदायक है. सहजन में केले से 3 गुना अधिक पोटैशियम और संतरे से 7 गुना अधिक विटामिन C होता है।

यह पत्तियाँ प्रोटीन का भी बेहतरीन स्त्रोत हैं. एक कप ताजी पत्तियों में 2 ग्राम प्रोटीन होता है. यह प्रोटीन किसी भी प्रकार से मांसाहारी स्त्रोतों से मिले प्रोटीन से कम नहीं है क्योंकि इसमें सभी आवश्यक एमिनो एसिड्स पाए जाते हैं।

3. सहजन की फली और पत्ती का सूप पीने या दाल में सहजन की पत्ती मिलाकर बनाने से बदलते मौसम के असर से बचाव होता है. यह रोगप्रतिरोधक क्षमता बढाकर ऐसे मौसम में होने वाले सर्दी-जुकाम होने से रोकता है. यहाँ तक कि एड्स के रोगियों को दी जाने वाली । Anti and Retroviral Therapy जीमतंचल के साथ यह हर्बल सप्लीमेंट के रूप में दिया जाता है।

4. सहजन पेट की समस्याओं के लिए कारगर है. सहजन हल्का रेचक है, अतः यह पेट साफ करता है. फाइबर की वजह से यह कब्ज दूर करता है. पेट के कीड़े और जीवाणुओं से भी सहजन मुक्ति दिलाता है. सहजन की जड़ का पाउडर पेट में पाए जाने वाले राउंड वर्म को खत्म करता है।

5. वजन घटाने में सहजन लाभकारी है. जानिए कैसे ? सहजन में डाईयूरेटिक गुण होते हैं जो कि शरीर की कोशिकाओं में अनावश्यक जल को कम करता है. इसके एंटी-इन्फ्लेमेटोरी गुण शरीर की सूजन कम करते हैं. फाइबर से भरपूर सहजन शरीर में फैट अवशोषण कम करता है. इन्सुलिन रेजिस्टेंस कम करके यह अनावश्यक फैट जमने को रोकता है।

6. दूध पिलाने वाली माताओं के लिए सहजन बहुत बढ़िया है. सहजन की पत्ती को घी में गर्म करके प्रसूता स्त्री को दिए जाने का पुराना रिवाज है. इससे दूध की कमी नहीं होती और जन्म के बाद की कमजोरियों जैसे थकान आदि का भी निवारण होता है. बच्चे का स्वास्थ्य सही रहता है और वजन भी बढ़ता है. सहजन में पाए जाने वाला पर्याप्त कैल्शियम किसी कैल्शियम सप्लीमेंट से कई गुना अच्छा है।

**उपयोग विधिः**

**आँख आनाः**इसके पत्तों को पीसकर टिकिया बनाकर आँखों पर बाँधने से आराम मिलता है।

**सिर दर्दः** पत्तों के रस में कालीमिर्च पीसकर लेप करने से सिर दर्द मे आराम मिलता है।

**दाँत दर्दः** इसके गौंद को मुँह में रखने व चूसने से दाँत दर्द में आराम मिलता है।

**रतौन्धीः** पत्र रस 30 मि.ली. को 1चम्मच मधु के साथ रात को लेने से आराम मिलता है।

**कान दर्दः** सहजन के ताजे पत्तों का रस कान में डालने से दर्द मे आराम मिलता है।

**गुर्दे की पथरीः** इसकी सब्जी खाने से गुर्दे और मूत्राशय की पथरी निकल जाती है।

**गठिया रोगः** इसकी सब्जी खाने से गठिया एवं जोड़ों का दर्द, वात रोगों में लाभ होता है।

मोचः पत्तियों की लुगदी को सरसों तेल में गर्म कर बाँधने से मोच में आराम मिलता है।

**खाद्य पदार्थो में उपयोग** -सर्दियाँ जाने के बाद इसके फूलों की तथा नर्म फलियों की सब्जी बना कर खाई जाती है

**2. तुलसी ( सुरसा)**

भारतीय संस्कृति और धर्म में तुलसी को उसकेमहानगुणों के कारण ही सर्वश्रेष्ठ स्थान दिया गया है। भारतीय संस्कृतिमें यह पूज्य है। इसका धार्मिक महत्व तो है ही लेकिन विज्ञान के दृष्टिकोंण से यह एक महान औषधि है। इसे हजारों वर्षों से विभिन्न रोगों के इलाज के लिए औषधि के रूप में प्रयोग किया जा रहा हैं।

उपयोग भागः-पत्र, बीज।

मात्राः-पत्तों का चूर्ण 5-7 ग्राम, स्वरस 5-10 मि.ली., बीज काचूर्ण 1-2 ग्राम।

विभिन्न रोगों मे तुलसी का उपयोगः

हिचकी व अस्थमा 10 मि. ग्रा. पत्र रस को 5 ग्राम शहद के साथ सेवन करने से हिचकी एवं अस्थमा रोग में आराम मिलता है।

पाचन शक्ति बढ़ाने के लिए 10 ग्राम पत्र रस को 5 ग्राम शहद एवं 2 ग्राम पिसी कालीमिर्च का सेवन 10-12 दिन तक करने से पाचन शक्ति बढ़ती है।

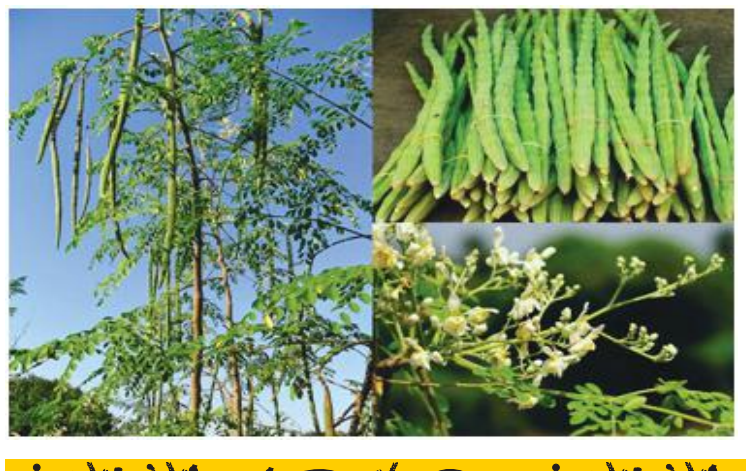
गठिया रोगः तुलसी के पंचाग के चूर्ण को पुराने गुड़ में मिलाकर 10-10 ग्राम की गोलियां बना लें। सुबह शाम गो दूध या बकरी के दूध से 2-2 गोली का सेवन लगातार कुछ महीनों तक करने से गठिया व जोड़ों के दर्द में लाभ होता है।

**सिर दर्दः** एक चैथाई चम्मच पत्तों का रस, एक चम्मच शुद्ध शहद के साथ नित्य 15 दिनों तक सुबह-शाम सेवनकरने से आराम मिलता है।

**चेहरे की झाईयाँः** इसकी पत्तियों का रस निकाल कर बराबर मात्रा में नींबू का रस मिलायें और रात को चेहरे पर लगायें तो झाईयां नहीं रहती, फुंसियां ठीक होती है और चेहरे की रंगत में निखार आता है।

**फ्लू रोगः**-तुलसी के पत्तों का काढ़ा, सेंधा नमक मिलाकर पीने से ठीक होता है।

**गुर्दे की पथरीः** तुलसी की पत्तियों को उबालकर बनाया गया काढ़ा शहद के साथ नियमित 6 माह तक सेवन करने से पथरीमूत्र मार्ग से बाहर निकल जाती है।



**सोहननाथ जोगी** - वरिष्ठ कार्यक्रम प्रबंधक वाग्धारा

# हाट बाजार का महत्व

एक दिन मैं एक गांव से गुजर रहा था । मैंने देखा गांव के चैराहे पर कुछ बच्चे खेल रहे थे । पाँच छः बच्चे दुकानें लगा कर बैठे थे और तीन चार बच्चे हाथों में हाथ डालकर कुछ गा रहे थे । मैंने उत्सुकतावश सोचा की रुकना चाहिए देखना चाहिए आखिर यह बच्चे क्या कर रहे हैं जब मैंने रुक कर उनके गीत को सुनने का प्रयास किया तो कुछ समझ में नहीं आया क्योंकि बच्चे जल्दी-जल्दी कुछ गा रहे थे हाथों में हाथ डालकर नाच भी रहे थे ऐसा लग रहा था जैसे की बच्चे किसी उत्सव में या किसी मेले में शामिल होने के लिए जा रहे हैं । मैंने पास जाकर उन बच्चों को रोका और उनसे पूछा कि बेटा तुम क्या गा रहे हो धीरे-धीरे बताओ तो उसमें फिर एक बच्चा बोला कालिया रे कालिया तो दूसरा बच्चा बोला कई है कटारिया दोनों मिलकर बोलने लगे तारो मारो हाथ मारो हाथ हलादेव नो हाट फिर मैंने उन दूसरे बच्चों को पूछा तो उन्होंने बताया कि हम हाट बाजार लगा कर बैठे हैं एक को पूछा उसने कहा मैं यह नमकीन लेकर बैठा हूं, दूसरे ने कहा मैं फल और सब्जी लेकर बैठा हूं, तीसरे ने कहा मैं यह चांदी के जेवर लेकर बैठा हूं, अगले ने कहा मैं खिलौने लेकर बैठा हूं, उसके आगे एक और बच्चा बैठा था उसने कहा मैं कुल्फी लेकर आया हूं मैंने कहा अच्छी बात है तुम खेलो ऐसा कहकर मैं वहां से आगे चल दिया ।

मेरे मन मस्तिष्क में मेरी आंखों के आगे अचानक हाट बाजार की पूरी तस्वीर एक फिल्म के समान आ गई मैंने देखा ग्रामीण जन अपने जरूरत की चीजें खरीद रहे हैं । जिसमें मसालों से लेकर फल सब्जी नमकीन मिठाई कपड़ों की दुकान चांदी के जेवरात और अन्य कई प्रकार की वस्तुएं जो घर परिवार को चलाने के लिए आवश्यक होती हैं उस हाट बाजार मे बिकने के लिए आती है । उस हाट बाजार में आसपास के लगभग आंठ दस किलोमीटर की परिधि के गांव के सभी लोग आबाल वृद्ध जुटते हैं और जहां बच्चे अपनी मौज मस्ती करते है मनोरंजन की वस्तुएं खरीदते हैं खिलौने खरीदते हैं मिठाईयां खाते हैं नमकीन खाते हैं वही ग्रहस्थ लोग अपनी गृहस्थी के लिए चीजें खरीदते हैं महिलाएं अपने श्रृंगार के लिए बिंदिया, लाली, तेल, साबुन, पाउडर, क्रीम खरीदती हैं और अन्य युवक युवतियाँ लोग गाते बजाते हाट बाजार का आनंद लेते है । प्राचीन काल से चली आ रही यह हाट बाजार की परम्परा हमारे जीवन का एक अभिन्न अंग है जिस समय यातायात के आवागमन के कोई साधन नहीं होते थे बाजार शहरों और कस्बों तक ही सीमित थे यहां तक की बड़े बड़े गांवों में भी पूरी चीजें नहीं मिलती थी उस समय में इस प्रथा ने जन्म लिया बड़े-बड़े शहरों से कस्बों से व्यापारी एक साथ एक निश्चित दिन पर गांव में इकट्ठे होते हैं या तो उस गांव के मुख्य सड़क पर या अन्यत्र कहीं कोई खाली स्थान हो वहां पर यह सब लोग एक बाजार की तरह सड़क के दोनों तरफ दुकानें सजा देते हैं और ग्रामीणों को इंतजार होता है उस हाट वाले दिन का चाहे वो रविवार हो या शनिवार । इसके मूल में यही भावना होती है की सारी चीजें एक ही स्थान पर ग्रामीणों को उपलब्ध हो जाएं । आज हम देखते हैं कि वर्तमान संदर्भों में पूरी दुनिया में जो वीकेंड का कांसेप्ट आया है या यूं कहिए कि जो सुपरमार्केट का जमाना आया है उसके मूल में कहीं न कहीं यह हमारी हाट बाजार की व्यवस्था रही है कारण की हाट बाजार भी हमारी साप्ताहिक प्रक्रिया है जिसमें एक विशेष क्षेत्र में सप्ताह के एक विशेष दिन यह पूरा बाजार लगाया जाता है जिसमें सुई से लेकर चांदी के गहनों,वस्त्रों,मसालें,खाने-पीने तक की अन्य वस्तुओं का बाजार लगता है आज हम देखते हैं कि सुपर मार्केट क्या है सुपर मार्केट भी एक तरह से हाट बाजार ही है जहां हमें हमारी आवश्यकताओं की तमाम वस्तुएं एक ही छत के नीचे प्राप्त हो जाती है । लेकिन हमारे हाट तो इससे भी आगे हैं सुपर मार्केट में हमें मार्केट जाना पड़ता लेकिन हाट बाजार स्वयं अपनी दुकानों को लेकर अपने उत्पादों को अपनी वस्तुओं को लेकर हम तक पहुंचाता है हमारे निवास के आसपास जिस भी क्षेत्र में आवागमन और वाहन की सुविधा है वहां पर यह संपूर्ण बाजार लगता है हमारे दैनिक काम में आने वाली और कृषि कार्यों में काम आने वाली समस्त प्रकार की वस्तुएं हमें वहां प्राप्त होती हैं और हमारे ग्रामीण भाई पूरे सप्ताह इस की योजना बनाते हैं और जिस दिन हाट होता है उस दिन सभी अपने काम धंधे की छुट्टी रखकर पूरा का पूरा परिवार हाट बाजार में जाता है जो उनके निवास से 5 या 7 किलोमीटर की परिधि में है जहां वह आराम से पैदल चलकर जा सकते हैं और वहां दिनभर घूमते हैं उन हाट बाजारों को देखते हैं उनका आनंद लेते हैं और घर लौटते समय अपने आवश्यकताओं की तमाम वस्तुएँ जो हाट बाजार में उपलब्ध है खरीद कर ले जाते है । सप्ताह भर की वस्तुओं को खरीदना आवश्यकता से अधिक वस्तुओं का संग्रह नहीं करना और मितव्ययता के साथ अपने परिवार को चलाना हमारे यहां के जन जीवन की सबसे बड़ी मान्यता है और इन मान्यताओं को पूरा करने में कहीं ना कहीं यह हाट बाजार उपयोगी सिद्ध हुए जिन्होंने ग्रामीणों में मितव्ययता और अपरिग्रह की भावना का संचार किया । इन हाट बाजारों से वस्तु विनिमय की प्रथा को भी बहुत बड़ा बल मिला जहां ग्रामीण जन अपने साथ अनाज नकदी फसलें और कपास लेकर आता था उसे उस हाट बाजार में बेचकर उससे जो धन प्राप्त होता था जिसमें वह अपनी आवश्यकताओं की वस्तुएं हाट से ही खरीद कर अपने घर ले जाता था जिससे ना तो नगद को संभालने की व्यवस्था ना उसके चोरी हो जाने की समस्या जब आवश्यकता हो तब उपलब्ध अनाजों और कपास से इन वस्तुओं को प्राप्त करना सबसे बड़ा उद्देश्य होता था और इस प्रकार हाट बाजार ग्रामीण जन जीवन के लिए बहुत सुविधाजनक और लाभकारी सिद्ध हुए हैं । हाट बाजार की परंपरा ने एक मजबूत सामाजिक प्रतिबद्धता को भी दर्शाया है पूरा समाज बिना किसी ऊंच नीच जाति बिरादरी अमीर गरीब के भेद नहीं मानते हुए एक साथ एक पंक्ति में वे लोग उस हाट बाजार का आनंद लेते थे खरीदारी करते थे और हाट में आने वाले दुकानदार भी अलग-अलग होते थे जैसे सुनार चांदी के गहनों की दुकान लेकर आता था तो हमारे जो दर्जी थे वह लोग सिले सिलाए वस्त्र लेकर आते थे हमारे लोहार भाई लोगों की वस्तुएं लेकर जो कृषि कार्यों के लिए उपयोग की वस्तुएं बनाकर लेकर आते थे जो बर्तन होते थे उनको लेकर आते थे साथ ही पंसारी लोग मसाले लेकर आते थे हमारे समाज में मिट्टी के बर्तन बनाने वाले हमारे प्रजापति भाई थे वह अपने मिट्टी के बर्तनों को लेकर आते जिसमें खाने के सब्जी बनाने के लिए आटा गूंथने के लिए और पानी भरने के लिए मटके होते थे ये सभी वस्तुएँ बढ़िया होती थी ऐसी चीजें मिट्टी की थी जो धातु के बजाय उपयोग में लाई जाती थी और कहीं ना कहीं यह सारी चीजें जो हाट बाजार में मिलती थी विशेष रूप से स्वस्थ और शुद्ध मिलती थी यह कहीं से भी हमारे स्वास्थ्य को हमारे खान-पान को प्रभावित नहीं करती थी उल्टे यह हमें स्वस्थ रखने में सहायक होती थी ।

एक तरफ जहां सामाजिक एकता और अखंडता को बनाए रखने में हाट बाजार उपयोगी थे वहीं दूसरी तरफ हमारे ग्रामीणों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में वहां केवल और केवल शुद्ध चीजें ही बिकने को आती थी क्योंकि यह सारे हाथ करघा में ग्रामीणों द्वारा अपने घरों में बनाई जाती थी और अपने हाथों से बनाई जाती थी इसलिए उसमें किसी भी प्रकार की अशुद्धियां मिलावट की कोई संभावना नहीं होती हाट बाजार सांस्कृतिक परिवेश को पुष्ट करने के लिए छोटे-मोटे मेलों का रूप लिया करते थे जिसमें बच्चे किशोर गृहस्थ और यहां तक की वृद्ध जन भी इस का आनंद लेते थे सभी मिलकर नमकीन और मिठाई खरीदते थे शाम लौटते समय रास्ते में कहीं पर भी बैठ कर सामूहिक रूप से उसका स्वाद लेते थे बच्चे खिलौने लेते थे यहां तक की कई बड़े-बड़े हाटों में तो झूले तक लगाए जाते थे उन हाटों में मनोरंजन के अन्य साधनों के माध्यम से यह लोग अपने मन या मानसिक स्वास्थ्य को भी यह पुष्ट करते थे इन हाट बाजारों में हमें हमारी आदिवासी लोक संस्कृति की झलक भी मिलती है हाट बाजारों में युवतियाँ पारंपरिक परिधान, श्रृंगार और गहनों से लदी हाट बाजार में आती हैं और एक दूसरे के गले में बाहें डालकर झूमती नाचती गाती आती है युवक युवतियाँ हाट बाजार में नाचते गाते निकलते हैं तो उनके मुख मंडल पर उभरने वाले निर्विकार भाव देखते ही बनते हैं और उस समय एक ऐसी अलौकिक लोक सांस्कृतिक झांकी दिखाई देती है जिसको देखकर मन प्रसन्न हो जाता है और उस दृश्य में कहीं न कहीं प्रकृति और पुरुष के सनातनी संबंधों की झलक हमें दिखलाई पड़ती है ।

इस प्रकार हम यह कह सकते हैं यह हाट बाजार हमारे लोक जीवन की एक सशक्त अभिव्यक्ति और आवश्यकता है जो हमारे आदिवासी जनजीवन में गहरे तक अपनी जड़ें जमाए हुए हैं आज वर्तमान समय में भले ही भिन्न-भिन्न बदले हुए नामों में रूपों में यह परंपरा हमारे सामने आ रही है लेकिन इसके मूल में कहीं न कहीं हमारा लोक जीवन हमारी लोक परंपराएं हमारी लोक मान्यताएं और हमारी आवश्यकताएं दिखाई देती है सार्व रूप में हम यही कह सकते कि हाट बाजार हमारे लोक जीवन के सांस्कृतिक सामाजिक आर्थिक पक्ष को बनाए रखने में उसे शुद्धता और स्थायित्व प्रदान करने में बहुत महत्वपूर्ण भूमिका अदा कर रहे हैं ।

**सतीश आचार्य**

# महात्मा गाँधी नरेगा में श्रमिको को सम्पूर्ण मजदूरी कैसे मिले ?

**जितना काम : उतना दाम** पेरा 16 अनुसूची (1) , मनरेगा अधिनियम के अनुसार , श्रमिको का भुगतान कार्य के मापन (मेजरमेंट ऑफ़ टास्क ) के आधार पर दिया जाना है जो की अधिकृत व्यक्ति द्वारा कार्य का मापन किया जायेगा । अधिनियम के संदर्भ में राज्य राजस्थान सरकार का यह दायित्व है की मनरेगा के श्रमिको को उनको उनके काम का भुगतान कार्य के मापन के अनुसार पूरा और समय पर मिले अर्थात **'जितना काम- उतना दाम'** । चूँकि राजस्थान राज्य में दिनांक 1.4.2020 से न्यूनतम मजदूरी दर 220 रुपया है, जबकि नरेगा के अनुसार राज्य में औसतन मजदूरी दर प्रति दिन 162 रूपये भुगतान किया जा रहा है जो की 58 (24%) रुपया कम है। राजस्थान में पिछले तीन वर्षो की न्यूनतम मजदूरी दर एवं औसतन मजदूरी दर में अंतर निम्न है :

| क्र. स. | वर्ष | न्यूनतम मजदूरी दर (भारत सरकार द्वारा नोटिफाई ) (रु) | औसतन दर (रु) नरेगासॉफ्ट (MIS) के अनुसार | अंतर |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2019-20 | 199 | 144 | -55 (28%) |
| 2 | 2018-19 | 192 | 137 | -55 (29%) |
| 3 | 2017-18 | 192 | 136 | -56 (30%) |

उक्त मजदूरी दर के अंतर को कम करने के लिए तथा कम मजदूरी मिलने के प्रमुख कारण, तथा मजदूरी पूरी कैसे मिले उसकी क्या प्रक्रिया है तथा पूरी मजदूरी प्राप्त करने के लिए कौन कौन सी बातो का ध्यान रखा जाना आवशयक है।

**मनरेगा कम मजदूरी मिलने के प्रमुख कारणः** फ़ील्ड सर्वे के अनुसार मजदूरी दर प्रतिदिन प्रति श्रमिको को औसतन 29% कम मिल रही है जिसके प्रमुख कारण निम्न लिखित है : 1. सबसे महत्वपूर्ण कारण यह है की ज्यादातर श्रमिको को कार्य के आवंटन के समय यह पता नहीं होता है की उनको शाम तक कितनी मिटटी काटनी /निकालनी है जिससे की पूरी मजदूरी मिलेगी । 2. दूसरा कारण यह है की मनरेगा मेट ज्यादातर स्वयं नहीं जानते है की प्रतिदिन न्यूनतम मजदूरी दर के अनुसार एक श्रमिक को कितनी मिटटी का ले आउट (माप चोकड़ी) दिया जाना चाहिए । 3. कार्य समाप्ति पर प्रतिदिन मापन /मापी मेट से नहीं लिया जाता है जिसके चलते मस्टर रोल में रोजाना नहीं भरा जाता है । 4. अभ्यास में यह पाया गया है की जे टी ए पखवाडा के अंत में हर वर्क साईट पर नहीं जा पाता है और कार्य की अधिकता की वजह से औसतन माप पुस्तिका में भर देते है

5. राज्य सरकार का औसतन मजदूरी दर के संदर्भ विषय के पत्र क्रमांक ऍफ़ 1(2) ग्रामीण विकास /नरेगा/ माद/56002/204 दिनांक 20 जून 2019 के पेरा (1) के अनुसार 'मेट द्वारा माप किये जाने पर ओसत मजदूरी दर अधिसूचित मजदूरी दर से 70%से कम होने पर तुरंत ग्राम रोजगार सेवक,जे टी ए,ग्राम विकास अधिकारी, सरपंच,को अवगत कराया जायेगा' । यह सर्कुलर /आदेश ओसत मजदूरी दर को प्रमोट करता है ,जिसके वजह से भी तकनिकी अधिकारी ओसत मजदूरी गणना करता है।

**मनरेगा में पूरी मजदूरी (पारिश्रमिक ) प्राप्त करने के तरीके /प्रक्रिया :** महात्मा गाँधी नरेगा में पूरी मजदूरी प्राप्त करने की संभावना है यदि श्रमिको को दिया गया कार्य पूर्ण करने के साथ साथ कार्य के आवंटन , मिटटी के प्रकार , मिट्टी भरकर बाहर डालने की दुरी व कार्य का मापन तथा मजदूरी कैसे ज्ञात करने की जानकारी हो ।

**पूरी मजदूरी प्राप्त करने के लिए निम्नलिखित प्रक्रिया /जानकारी का होना नितान्त आवश्यक है : अ). कार्य का आवंटन :** कार्य की मांग के पश्चात् ग्राम पंचायत की प्रमुख जिम्मेदारी है की ग्राम पंचायत मेट के माध्यम से श्रमिक को वर्क साईट पर कार्य का आवंटन सही तरीके से करे अर्थात मेट की जिम्मेदारी है की वह श्रमिक को काम के शुरू में यह बताये की उनको कितना काम करना है जिससे की उसको तय न्यूनतम मजदूरी 220 रुपया प्रतिदिन मिल सके।

राजस्थान सरकार ने 4 जून 2008 के आदेश द्वारा मेट की मुख्य भूमिका को स्पष्ट किया है की कार्य स्थल पर मेट का मुख्य कार्य है की टास्क का आवंटन किया जाये । मेट को चाहिए की वह कार्य आवंटन के दौरान निम्न **लिखित बातो का ध्यान रखे : 1. कुल टास्क ज्ञात करना :** मेट को प्रथम और महत्वपूर्ण बात यह ध्यान रखनी चाहिए की एक मजदूर का कुल टास्क कितना होगा अर्थात चोकड़ी की लम्बाई ,चौड़ाई और गहराई कितनी होगी और यदि श्रमिक समूह में काम कर रहा है तो उसे एक श्रमिक की टास्क को श्रमिको की संख्या से गुणा कर दे ताकि कुल मजदूरो का कुल टास्क (चौकड़ी का आकार) ज्ञात किया जा सके और यह जानकारी श्रमिको को सुबह देना आवश्यक है । **2. मिटटी के प्रकार समझना एवं सही पहचान करना :** चोकड़ी के आवंटन से पूर्व मेट के लिए यह जानकरी होना आवश्यक है की मिटटी का प्रकार क्या है जैसे की साधारण , कठोर मिटटी , विघटित चट्टान इसको पहचनाने के लिए निम्न तालिका की जानकारी होना आवश्यक है :

| क्र. सं | मिटटी का प्रकार | मिट्टी खोदने के लिए आवश्यक औजार | उदाहरण | तालाब गहरा करने वाले कार्य जीरो लीड एवं जीरो लिफ्ट (घनफीट ) मिट्टी निकालनी पड़ेगी* |
|---|---|---|---|---|
| 1 | साधारण मिट्टी (ordlnary Soll) | ऐसी मिट्टी इस श्रेणी में आती है जो की फावड़े तथा कुदाल से आसानी से खोदी जा सके | बलुई दोमट मिटटी, वनस्पति आच्छादित भूमि | 46 |
| 2 | कठोर मिट्टी (hard soll) | ऐसी मिट्टी जो की गैंती तथा शवल से खुदाई की जा सके | चिकनी मिटटी , कंकड़ वाली मिटटी , ब्लैक कॉटन मिटटी | 41 |
| 3 | विघटित चट्टान | ऐसी मिटटी जो तेज धारदार शवल से ही खोदी जा सके | मुर्रम, चट्टान | 37 |

मजदूरी पूरी प्राप्त करने के लिए मुख्यरूप से ध्यान रखे जाने वाली जानकारियां मनरेगा में पूर्ण मजदूरी का भुगतान प्राप्त करना संभव है यदि निम्न बातों का ध्यान रखा जायें : 1. श्रमिको को ध्यान रखना चाहिए की वर्क साईट पर उनको ले आउट मिले (चोकड़ी की ल. और चौ. क्या होगी ) 2. सभी श्रमिको टास्क निकालने/ मिट्टी मिटटी को काटने पर ध्यान देना चाहिए । क्योंकि कई वर्क साईट पर कुछ श्रमिक बिल्कुल भी काम नहीं करते है उसके चलते काम कम होता है । 3. मेट श्रमिको को मिट्टी के प्रकार के हिसाब से कार्य का आवंटन करे जैसे कठोर मिट्टी की अपेक्षा साधारण मिट्टी में कम मिट्टी निकालना जो की बीएस आर में प्रावधान किया हुआ है। 4. मेट को चोकड़ी के आवंटन करते समय लीड एंड लिफ्ट के कांसेप्ट का ध्यान रखना आवश्यक है । 5. मेट को चाहिए की वह चोकड़ी /कार्य की मापी सही तरीके से ले और उसको मस्टर रोल में रोजाना इन्द्राज करे । 6. श्रमिको को चाहिए वे कार्य के अंत में सही मापी भरने के पश्चात् मस्टर रोल पर हस्ताक्षर करे 7. मेट को चाहिए की वह कार्य के अंत में माप के अनुसार मजदूरी की गणना उपरोक्त सूत्र से ज्ञात करके प्रत्येक श्रमिक को तथा समूह को सामूहिक रूप से बताये । 8. ग्राम पंचायत /पंचायत समिति को चाहिए की वे मेट का प्रशिक्षण कार्य आवंटन तथा मापन नियमित रूप से कराये । 9. जेटीए को चाहिए की वह कार्य की गुणवत्ता की सघन मोनिटरिंग करे और दैनिक माप को एम् –बुक में इन्द्राज करे और जितना काम उतना दाम के सिद्धांत की पालना करे । 6. ग्रामीण विकास / नरेगा/ मद /56002/204 दिनांक 20 जून 2019 के पेरा (1) के अनुसार 'मेट द्वारा माप किये जाने पर ओसत मजदूरी दर अधिसूचित मजदूरी दर से 70%से कम होने पर तुरंत ग्राम रोजगार सेवक,जे टी ए,ग्राम विकास अधिकारी, सरपंच,को अवगत कराया जायेगा' उक्त आदेश की समीक्षा करके आवश्यक नीतिगत बदलाव किया जाना चाहिए ।

**सारांश :** महात्मा गाँधी नरेगा में श्रमिको की मजदूरी उनके काम के आधार पर अर्थात जितना काम –उतना दाम देने का प्रावधान है ,जबकि धरातल पर /गाँव स्तर पर श्रमिको को मजदूरी में विभिन्नता ( wage dlffrentlon) कम या नहीं के बराबर पाई जाती है, क्योंकि राजस्थान में औसतन मजदूरी दर 29% पिछले तीन वर्षो के दौरान न्यूनतम मजदूरी दर से कम रही है । फील्ड के अवलोकन के अनुसार मनरेगा मेट की क्षमता की वृद्दि समय समय पर न होना और BFT का हर पंचायत क्लस्टर (२-३ पंचयत ) पर तैनात नहीं किया जाना जिससे डेली /दैनिक मापन नहीं हो पा रहा है । जूनियर तकनिकी सहायक के अधिक कार्यभार के कारण हर वर्क साईट का मापन नहीं ले पाने के कारण तथा लोगो को मजदूरी टाइम पर मिले इसके दबाव के चलते ज्यादातर साईट पर टास्क को औसतन के आधार पर भुगतान किया जा रहा है |

ऐसी प्रैक्टिस से जो श्रमिक पूरा काम करता है और उसको मजदूरी का भुगतान उतना ही मिलता है जितना अन्य जो कार्य नहीं करते है या कम करते है तो वह श्रमिक निराश हो जाता है और परिणामस्वरुप वर्क साईट पर कार्य कम पाया जाता । चूँकि मनरेगा का एक प्रमुख उद्देश्य यह भी है की टिकाऊ संसाधनों का निर्माण ज्यादा से ज्यादा किया जाये। अत; राज्य सरकार से अपेक्षा है की वे स्थानीय कैडर की क्षमता की वृद्दि नियमित रूप से करे और यह सुनिशिचित किया जाये की सभी मनरेगा श्रमिको को जितना काम –उतना दाम मिले । **निर्देश :** 1. मनरेगा अधिनियम 2005 2. मनरेगा न्यूनतम मजदूरी नोटिफाई सर्कुलर 3. राजस्थान सरकार के मेट दायित्व आदेश 4 जून 2008 4. बेसिक शेडूल ऑफ़ रेट्स (बी एस आर) 7. आदेश क्रमांक ग्रामीण विकास /नरेगा/ माद/56002/204 दिनांक 20 जून 2019

**परमेश पाटीदार** – थीम लीडर, सच्चा स्वराज

# •••••••• जनजातीय स्वराज संगठन सहयोग इकाई की गतिविधिया ••••••••

## • | मानगढ़ | •

**!! सभी समुदाय मित्रो को जयगुरु !!**

जैसा की गत माह में वातें वागधारा नी पत्रिका का दूसरा अंक आया था और हमे विश्वास है की आप सभी लोगो तक पहुंचा होगा और आपने उसे पढ़ा भी होगा गत माह की पत्रिका में हमारी इकाई में जो कार्य समुदाय के साथ हुए है वो हम ने बताया जैसा :- नर्सरी निर्माण, हल्दी एव परंपरागत बीजो के लिए किये गये प्रयासए कोरोना जनजागरूकता एव सामाजिक सुरक्षा योजनाओं से जुड़ाव व मनरेगा पर डाला गया जोर इसी क्रम में हमने कुछ और नये कार्य व गतिविधियां की जिनको हम आप के साथ साझा करना चाहते है।

**कोरोना रथ यात्रा** – जैसा की हम जानते है की आज तक हम कोरोना वैश्विक महामारी का सामना कर रहे है, इसी क्रम को ध्यान में रखते हुए हमने जनजागरूकता कार्यक्रम के माध्यम से रथ चलाया, जिसका मुख्य उद्देश्य समुदाय को जागरुक करना है इस रथ की शुरुआत दिनांक 5 जून 2020 को हुई और 23 जून 2020 तक बांसवाडा जिले के आनंदपुरी व गांगड़तलाई ब्लॉक के कुल 212 गांव में व गुजरात के दाहोद जिले के झालोद और फतेहपुरा ब्लॉक के 46 गांव में रथ घुमा और हमारे सहजकर्ता मित्रों का सहयोग रहा।

**कुपोषित बच्चो की जानकारी** – मानगढ़ इकाई के 52 गावों में सहजकर्ता व CRP साथी मित्रो के माध्यम से घर -घर जाकर बच्चो की जानकारी ली व बच्चो के स्वास्थ्य के बारे में जानने के लिए MUC टेप के द्वारा जानकारी ली, जिसका मुख्य उद्देश्य कुपोषित बच्चो की जानकारी लेना, अगर कोई बच्चा अतिकुपोषित है तो बच्चो के माता-पिता व परिवारजन को बताना की बच्चो को स्वस्थ रखने के लिए कैसे देखभाल की जाये, साथ ही यह जानकारी दी की अगर कोई बच्चा किसी बीमारी से ग्रसित है जिसे चिकित्सा मदद और पालनहार योजना का लाभ नही मिल रहा है वो भारत सरकार के द्वारा टोल फ्री सेवाएचाइल्ड लाईन के माध्यम से मदद ले सकते है जिसका नंबर है 1098 हमारी साथी रेशम पारगी को बच्चों की सर्वे के दौरान गाँव धुलियागढ़ में एक कुपोषित बालिका मिली जिसकी उम्र 2 वर्ष थी जो कि ना तो बैठ सकती थी और नहीं चल सकती थी उस बच्ची की पूरी जानकारी ले कर हमारी साथी मित्र ने उसी समय टोल फ्री नंबर 1098 में कॉल कर के सुचना दी, जिससे इस बच्ची का इलाज जल्द से जल्द हो सके, अभी वर्तमान में इस बच्ची का इलाज महात्मा गाँधी चिकित्सालय, बाँसवाड़ा में चल रहा है|

**बीज वितरण** – गाँव में बने हमारे सक्षम समूह की महिलाओं को कुछ अंशदान राशी लेकर और चवले के बीज दिए गए, जिसका मुख्य उदेदश्य देशी बीज समुदाय के लोगो तक पहुंचाना एवं समुदाय के लोगो में बाज़ार के बीज की निर्भरता कम करना था, बीज देने के साथ ही हमारे साथियों ने सक्षम समूह की महिलाओं को यह बताया की इस बीज को कैसे लगाना है और इसकी निराईए गुडाई कैसे करनी है साथ ही उनके खेतों मे जा कर का निरीक्षण भी किया |

**खाद्य सामग्री वितरण** – वर्तमान में चल रहे कोरोना वेश्विक महामारी में समुदाय के जरूरतमंद लोगो को आनंदपुरी ब्लाक के सुंदराव ग्राम पंचायत के घनेवा गावं में 312 जरुरतमंद परिवारो को खाद्य सामग्री का वितरण किया, जिसका मुख्य उद्देश्य निराश्रित लोगों तक मदद पहुंचाना था आवश्यक सामग्री में लोगो को दाल, चावल, तेल, शक्कर, आटा, आलू, प्याज, नमक आदि समस्त प्रकार की सामग्री का वितरण किया|

**रोहित स्मिथ** – JSSSI लीडर, आनंदपुरी

## • | माही | •

**!! मेरे समुदाय परिवारों को राम-राम !!**

जैसा कि विगत दो माह में आपने "वाते वाग्धारा की'' पत्रिका को जिस प्रकार से एक उत्सुकता वश आपने हम को सकारात्मक प्रतिक्रिया दी इसके लिए आप सभी का ह्रदय से आभार करता हूँ । उम्मीद हे कि इस माह का संस्करण भी आपको अच्छा लगेगा, इस माह मे संस्था ने समुदाय के साथ बहुत ही सराहनीय कार्यक्रम किये जैसे कि वर्तमान समय में कोविड वैश्विक महामारी के समय में वागधरा संस्था ने समुदाय के बीच बीजो का वितरण किया, कोरोना जनजागरूकता अभियान चलाया , सामाजिक सुरक्षा योजनाओ से लोगो को जोड़ा व मुख्यमंत्री योजनाओ एवं सरकारी योजनाओ के बारे मे अवगत किया, महात्मा गाँधी नरेगा योजना से समुदाय को जोड़कर लोगो को रोजगार के अवसर प्रदान किए और भी कई योजना जैसेकि,कुपोषित बच्चो की जानकारी हो या विभिन्न प्रकार के बीज वितरण का कार्य इस माह में किए गए।

**बीज वितरण** – जुन माह में 319 गाँव के लिये एवं संस्था द्वारा बनाये गये हमारे 319 सक्षम समूह की महिलाओं के लिए लगभग अपने क्षेत्र में विलुप्त हुई कुरी,बटी,माल के बीज किसानो तक को पहुचाने का कार्य, या फिर देसी उड़द,मक्का (सफेद/पीली),तिल,धान ,सब्जी और अरंडी बीज ,गाँव के लि, जंगल बीज का वितरण, एवं कुछ अंशदान राशी समुदाय को प्रदान की गई जिसका मुख्य उदेदश्य देशी बीज समुदाय के लोगो तक पहुंचाना एवं इस वैश्विक महामारी के समय समुदाय के लोगो में बाजार के बीजो की निर्भरता को कम करना था, बीज वितरण के पश्चात हमारे सहजकर्ता एवं साथी मित्रो ने सक्षम समूह की महिलाओं को बीज को किस प्रकार लगाना है निराई और गुडाई करने संबंधित जानकारी प्रदान की ।

**महात्मा गाँधी नरेगा से जोड़ना** – वर्तमान में चल रहे कोरोना वैश्विक महामारी में समुदाय के पास रोजगार के अवसर एक दायरे में सीमित थे। इस कठिन घड़ी में हमारे स्थानीय सहजकर्ता एवं समुदाय मित्रों द्वारा गाँव-गाँव , ढाणी-ढाणी पहुँच कर परिवारों को ना केवल महात्मा गाँधी नरेगा से रोजगार ही दिलाया गया अपितु इसी योजना के अंतर्गत आने वाले 270 परिवारों को भी जोब जॉब कार्ड से जोड़ा गया। और संस्था आगे भी ऐसे परिवारों की मदद करने के लिए तत्पर रहेगी।

**कुपोषित बच्चो की जानकारी** – मानगढ़ इकाई के 78 गावों में सहजकर्ता व समुदाय सन्दर्भ मित्र के माध्यम से घर-घर जा कर बच्चो की जानकारी ली, बच्चो के स्वास्थ्य के बारे में जानने के लिए MUC टेप के माध्यम से जानकारी ली। जिसका मुख्य उदेदश्य कुपोषित बच्चो की जानकारी लेना था। अगर कोई बच्चा कुपोषित है, तो बच्चो के माता - पिता व परिवारजनों को बताना की बच्चों को स्वस्थ रखने के लिए उनकी देख रेख किस प्रकार की जाय। साथ ही यह भी जानकारी भी दी कि अगर कोई बच्चा किसी भी प्रकार की बीमारी से ग्रसित हैं तो उसे चिकित्सक अधिकारी को अवगत कराया जाएं। साथ ही पालनहार लाभ नही मिल रहा वो भी मदद के लिए भारत सरकार के द्वारा टोल फ्री (1098) सेवा चाइल्ड लाईन के माध्यम से हमारे साथियों ने कुल 14 केस इस माह दर्ज करवाएं।

**कोरोना रथ यात्रा** – जैसा की हम सभी वर्तमान समय में कोविड-19वैश्विक महामारी से संघर्ष कर रहे हैं, इसी क्रम को ध्यान में रखते हुए संस्था ने जनजागरूकता कार्यक्रम के माध्यमसे रथ चलाया, जिसका मुख्य उदेश्य समुदाय को कोरोना वैश्विक महामारी के प्रति जागरूकता के साथ-साथ कृषि की जानकारी, मौसमी बीमारीयों (डेंगू,मलेरिया) एवं राज्य व केंद्र सरकार की योजनाओं के प्रति जागरुक करना था। रथयात्रा की शुरुआत दिनाक 5 जुन को बांसवाडा से माननीय जिला कलेक्टर महोदय एवं पुलिस उप अधीक्षक महोदय ने हरी झंडी देकर शुभारम्भ किया गया और जिसका समापन 27 जून को आसपुर विधायक महोदय द्वारा किया गया.कोरोना रथ यात्रा बांसवाडा जिले के घाटोल, प्रतापगढ़ के पीपलखूंट एवं डूंगरपुर जिले के आसपुर खंड में कुल 319 गांव में परिपूर्ण की गई , और इस रथयात्रा को सफल बनाने में सहजकर्ता मित्रों एवं समुदाय संदर्भ मित्रों का अहम योगदान रहा ।

**पंचायत स्तरीय बाल संरक्षण समिति** – जून माह में बच्चो के अधिकारों को लेकर 39पंचायत स्तरीय बाल संरक्षण समिति का पुनः गठन किया गया। इसमें मुख्यतः-जरूरतमन बच्चों को चाइल्ड लाइन 1098से जोड़ना, स्कुल व आंगनवाडी की गुणवत्ता का ध्यान देना। सामाजिक सुरक्षा से वंचित बच्चों को विभिन्न योजनाओं से जोड़ना ग्रामीण स्तर पर बच्चों का पलायन रोकना और बालश्रम के बारे मे चर्चा कर बालश्रम पर लगाम लगाना साथ ही बालश्रम कर रहे बच्चों को स्कूल से जोड़ना व इस हेतु हर माह की एक निश्चित तिथि को बैठक का आयोजन ग्राम पंचायत पर किया जाएगा।

**हेमंत आचार्य** – JSSSI लीडर, घाटोल

## • | हिरन | •

**जनजातीय स्वराज संगठनो द्वारा चलाया गया, 356 गावों में "कोरोना जागरूकता रथ"**

• कोरोना महामारी में लोगो के बीज जागरूकता हेतु पहल के लिए जनजातीय स्वराज संगठनो ने **"कोरोना जागरूकता रथ"** के माध्यम से कार्य को संपूर्ण कियां। इस जागरूकता अभियान में इकाई के सभी नौ जनजातीय स्वराज संगठनो ने अपनी भूमिका निभाते हुए गाँव के हर फले तक पहुचनें का प्रयास किया । इस रथ के माध्यम से लगभग 35600 परिवारों को कोरोना बीमारी के बारे में व उससे बचने के उपाय और शरीर की बीमारी से लड़ने की ताकत कैसे बढ़ाई जाये उसके बारे मे गीत, पम्पलेट और पोस्टर के माध्यम से समुदाय को जागरूक किया गया । इसी के साथ जागरूकता रथ के माध्यम से समुदाय में कोविड-19 महामारी में मिलने वाली योजनाओं के बारे में भी जागरूक किया गया । कोविड-19 महामारी में शरीर को रोग से लड़ने की क्षमता पर ध्यान देने के लिए रथ के माध्यम से पोषण के ऊपर जानकरी का संचार किया गया जिसमे घरेलु उपाय जैसे पोषण वाटिका और घर के विभिन प्रकार के अनाज आदि को खान पान की आदत में लेने के लिए प्रोत्साहित किया ।

**संगठनो ने लिया परंपरागत खेती को जीवित करने का जिम्मा,चालू किया "चैमासा खेती बचायो अभियान"**

• कोविड-19 और लॉकडाउन के पश्चात किसानो को जायद की फसल का भारी नुकसान हुआ। इसका प्रमुख कारण बाजार बंद होना था जिसकी वजह से बीज समय पर नहीं मिल पाया । इसी परिस्थिति से निकलने क ल

# विश्व स्तनपान सप्ताह (WBW) 2020
# "एक स्वस्थ ग्रह के लिए स्तनपान का समर्थन करें"

मां का दूध नवजात शिशु को ईश्वर की ओर से प्रदान की गई एक अनुपम भेंट है। यह केवल पोषण ही नहीं, जीवन की धारा है। इससे मां और बच्चे के स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। यह हर रूप में शिशु को लाभ ही पहुंचाता है और इसकी महत्ता इसी से समझी जा सकती है कि शिशु को छह माह तक पानी पीने की भी आवश्यकता नहीं होती। जो शिशु स्तनपान करते हैं, उनका प्रतिरक्षा तंत्र मजबूत तो बनता ही है, साथ ही पीलिया, एलर्जी, अस्थमा व अन्य श्वास संबंधी बीमारियां, सर्दी-जुकाम को भी दूर रखता है। वहीं अध्ययन बताते हैं कि ऐसे बच्चों को बड़े होकर मोटापा, डायबिटीज व कैंसर जैसी घातक बीमारियां भी नहीं होती हैं। ऐसे बच्चे कुपोषण के शिकार नहीं होते क्योंकि मां के दूध के रूप में पर्याप्त पोषण मिलता है। स्तनपान शिशु के सिर्फ शारीरिक विकास पर ही सकारात्मक प्रभाव नहीं डालता, बल्कि यह उनके मानसिक विकास में भी सहायक होता है।

माँ को शिशु के जन्म के बाद स्तनपान शुरू कर देना चाहिए। जन्म के तत्काल बाद शिशु को (उसके शरीर को कोमलता से सुखाने के बाद) उसकी मां की गोद में देना चाहिए। मां उसे अपने स्तन के पास ले जाये, ताकि त्वचा से संपर्क हो सके। इससे दूध का बहाव ठीक होता है और शिशु को गर्मी मिलती है। इससे मां और शिशु के बीच भावनात्मक संबंध विकसित होता है ।साधारणतया कम से कम छह महीने तक शिशु को स्तनपान कराना चाहिए और उसके बाद दो साल या उसके बाद तक भी स्तनपान कराया जा सकता है। माँ के बीमार होने पर भी शिशु को स्तनपान कराना जरूरी होता है। आमतौर पर माँ की साधारण बीमारियों में स्तनपान करने वाले शिशु को कोई नुकसान नहीं पहुंचता। यहां तक कि टायफायड, मलेरिया,पीलिया और कुष्ठ रोग में भी स्तनपान पर रोक लगाने की सलाह नहीं दी जाती है। स्तनपान शिशु के लिए संरक्षण और विकास का काम करता है क्योंकि नवजात शिशु में रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति नहीं होती। बच्चे के जन्म के बाद का प्रारंभिक दूध कोलोस्ट्रम कहलाता यह कोलोस्ट्रम पचाने में भी बहुत आसान होता है । इसके अतिरिक्त लैक्टोफेरिन,माँ के दूध में दूसरा सबसे प्रचुर मात्रा में आयरन-बाइंडिंग प्रोटीन पाया जाता है, और शिशु की प्रतिरक्षा में इसकी बहुमुखी भूमिका दी गई है। यह संक्रमण को रोकता है, आंतों में बैक्टीरिया को लौह तत्त्व की उपलब्धता को सीमित करता है जिसके अभाव में शिशु की आंतों में रोगाणु पनप नहीं पाते। इसी प्रसंग में 1 अगस्त से 7 अगस्त तक स्तनपान के सकारात्मक प्रभावों के बारे में स्तनपान कराने वाली माताओं को जानकारी एवं जागरूक करने,सुरक्षा, प्रोत्साहन, समर्थन और प्रोत्साहित करने के लिए हर साल विश्व स्तनपान सप्ताह मनाया जाता है। वाग्धारा संस्था पिछले कई वर्षों से पोषण और स्वास्थ्य पर समुदाय में जागरूकता और परिवर्तन पर काम कर रहा है। राजस्थान के बांसवाड़ा जिले के घाटोल, आनंदपुरी, कुशलगढ़, सज्जनगढ़ और गांगड़तलाई ब्लॉक के प्रत्येक आंगनवाड़ी केंद्र में गर्भवती महिलाऐ व स्तनपान कराने वाली माताओं और उनके परिवार के सदस्यों के साथ स्तनपान सप्ताह मनाया जाता है। वाग्धारा के जागरूकता कार्यक्रम में समुदाय के सदस्यों के बीच स्तनपान को बढ़ावा देने के लिए जागरूकता फैलाना, स्तनपान के तरीके, स्तनपान का महत्व, नवजात के जन्म के 1 घंटे के भीतर स्तनपान कराना, नवजात शिशु के जन्म के पहले 6 महीनों तक केवल स्तनपान कराना, 7 वें महीने से बच्चे को घर पर बना अर्ध-ठोस भोजन खिलाना,प्रत्येक गर्भवती और स्तनपान कराने वाली मां को दैनिक भोजन में सभी प्रकार के पोषण संबंधी खाद्य पदार्थ देना , उन्हें पास के सार्वजनिक स्वास्थ्य संस्थान में नियमित जांच के लिए ले जाना ,पति और परिवार के अन्य सदस्यों को गर्भवती और स्तनपान कराने वाली मां का ध्यान रखना और स्तनपान जारी रखना शामिल है ।

विश्व स्तनपान सप्ताह पहली बार वर्ष 1992 मे मनाया गया था, और उस समय से यह दुनिया भर के संगठनों और संस्थानों द्वारा मान्यता प्राप्त है। कई वर्षों के बाद, इसे WHO, UNICEF और अन्य कई संगठनों द्वारा 120 देशों में मनाया गया ।आज विडंबना ही है कि वैदिक संस्कृति वाला भारत देश वर्ल्ड ब्रेस्टफीडिंग ट्रेंड्स इनिशिएटिव (WBTi) द्वारा किए गए एक नए अध्ययन में भारत 78 वे स्थान पर है एवं श्रीलंका प्रथम स्थान पर है । वैश्विक स्तर पर 98 देशों के बीच यह सर्वेक्षण किया गया था।

**स्तनपान कराने के फायदे:** स्तनपान कराने से मां को गर्भावस्था के बाद होने वाली समस्याओं ,जैसे तनाव और रक्तस्राव जैसी समस्याओं पर जल्द नियंत्रण पाया जा सकता है। स्तनपान कराने से माताओं को स्तन और गर्भाशय में होने वाले कैंसर का खतरा काफी हद तक कम हो जाता है। स्तनपान एक प्राकृतिक गर्भनिरोधक है। स्तनपान कराने से खून की कमी से होने वाले रोग एनिमिया का खतरा कम होता है। स्तनपान के लिए आप अधिक कैलोरी का इस्तेमाल करती हैं । यह प्राकृतिक तरीके से आपके वजन को कम करने के साथ आपको मोटापे से भी बचाए रखने में आपकी मदद करता है। स्तनपान सुविधाजनक, मुफ्त (शिशु को बाहर का दूध पिलाने के लिए दुग्ध मिश्रण, बोतल और अन्य खर्चीले सामान की जरूरत होती है) और सबसे बढ़ कर माँ तथा शिशु के बीच भावनात्मक संबंध मजबूत करने का सुलभ साधन है। बच्चा अपनी मां को जल्दी पहचानने लगता है।

**माँ का दूध शिशु के लिए किस तरह फायदेमंद है :** डिब्बाबंद दूध की तुलना में शिशु के लिए माँ के दूध को पचाना आसान होता है। यह शिशु को आंतों और फेफड़ों के संक्रमणों से सुरक्षित रख सकता है । ये संक्रमण समय से पहले जन्मे शिशुओं के लिए काफी गंभीर हो सकते हैं। शिशु को अपने शरीर का तापमान सामान्य रखने में मदद करता है। उसे गर्माहट प्रदान करने के अलावा, त्वचा से त्वचा का स्पर्श आपके और शिशु के बीच के भावनात्मक बंधन को और मजबूत बनाता है। शिशुओं के लिए प्रकृति का सबसे बेहतरीन आहार है। इसके संघटक आदर्श रूप से शिशु की आंतों के लिए अनुकूल हैं। इसलिए यह आसानी से पच जाता है। शिशु को इनफेक्शन से लड़ने में मदद करता है। इसमे रोगप्रतिकारक (एंटीबॉडीज) होते हैं, जो शिशु की पेट से सम्बंधित बीमारी,सर्दी-जुकाम, छाती में इनफेक्शन और कान के संक्रमण आदि से रक्षा करते हैं।

विश्व स्तनपान सप्ताह के इतिहास के अनुसार स्तनपान का महत्व विश्व स्तर पर तब पहचान लिया गया, जब विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) और संयुक्त राष्ट्र अंतर्राष्ट्रीय बाल आपातकालीन कोष (यूनिसेफ) ने स्तनपान को बचाने, बढ़ावा देने और समर्थन करने के लिए इनोसेंट डिक्लेरेशन के नाम से एक ज्ञापन बनाया। "इनोसेंटी घोषणा एक औपचारिक दस्तावेज है जिसे लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए बनाया गया था।"

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने कहा है कि स्तनपान के जरिये कोरोना संक्रमण का खतरा नहीं है और इसलिए कोविड-19 पीड़ित महिलायें भी शिशु को अपना दूध पिला सकती हैं। "कोविड-19 से संक्रमित या संक्रमण का संदेह होने पर भी शिशु को अपना दूध पिलाने के लिए माँ को प्रोत्साहित किया जाना चाहिये। जब तक माँ बहुत ज्यादा बीमार नहीं है बच्चे को उससे अलग नहीं किया जाना चाहिये।"मौजूदा प्रमाणों के आधार पर डब्ल्यूएचओ की सलाह है कि स्तनपान से कोविड-19 होने के खतरे की तुलना में इसके फायदे कहीं अधिक हैं। डब्ल्यूएचओ ने कोविड-19 संक्रमित माँ द्वारा स्तनपान के बारे मे दिशा-निदेर्श भी जारी किया है। इसमें कहा गया है कि स्तनपान से पहले माँ को मास्क लगाना चाहिये, शिशु को छूने से पहले और बाद में अपने हाथ धोने चाहिये तथा नियमित रूप से आसपास की सतहों को साफ और संक्रमण मुक्त करना चाहिये।

यद्यपि राजस्थान में स्तनपान कराना सामान्य है परन्तु राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण-4 (NFHS-4 ) के अनुसार 6 माह से कम आयु के मात्र 58% बच्चों को ही केवल स्तनपान कराया जाता हैग एवं मात्र 24 % शिशु को जन्म के पहले घंटे में स्तनपान कराया जाता है | 17 % बच्चों को पहले तीन दिनों के दौरान माँ के दूध के अलावा कुछ और भी पदार्थ जैसे घुट्टी, शहद, पानी आदि दिया जाता है।कुल मिलाकर, 87 प्रतिशत बच्चे 1 वर्ष तक एवं 71 % बच्चे 2 साल तक स्तनपानजारी रखते हैं। आज आवश्यकता है ऐसी मुहिम चलाने की जिसमें स्तनपान कराने के लिए माताओं को प्रोत्साहित किया जाए, स्वास्थ्य देखभाल कार्यकर्ताओं , समुदाय और पिता का मार्गदर्शन कर और उन्हें शिक्षित किया जाए । स्तनपान कराने वाली माताओं की रक्षा और समर्थन के लिए कानूनों और नीतियों का निर्धारण हो। इस वर्ष भी स्तनपान के सकारात्मक प्रभावों के बारे में युवा माताओं को जागरूक कर यह सुनिश्चित करना होगा कि वह बच्चे को स्तनपान कराने के महत्व की अनदेखी करने का जोखिम नहीं उठाए क्योंकि यह माँ और बच्चे के स्वास्थ्य के लिए अत्यंत आवश्यक है। स्तनपान मातृत्व का एक पवित्र कर्तव्य है जिसे कोई भी माँ नजरंदाज न करे। यह मानवीय जीवन को सहेजने का एक सुदृढ़ माध्यम है।

**राजेश हिरन**
स्टेट पॉलिसी एडवोकेसी लीडर ( हैल्थ )
वाग्धारा, जयपुर

# वाग्धारा संस्था द्वारा संचालित चाइल्ड लाइन 1098 ने बदली बाल श्रमिकों की तकदीर

वाग्धारा संस्था का मुख्य उद्देश्य सच्चा बचपन,सच्चा लोकतंत्र एवं सच्चा स्वराज है। आपको यह जानकर हैरानी होगी की आज भी स्वतंत्र भारत जैसे देश में गरीब ,अनाथ, लाचार एवं बेसहारा बालको की क्या स्थिति है। जब कि हम मानते है कि बालको के मामले में राज्य सरकार एवं केन्द्र सरकार कि अनेको योजनाए संचालित है फिर भी किस कारण इन नन्हें मुन्ने भारत के भविष्य (बालको) के परिवारो के पास इन योजनाओं का लाभ क्यों नही पहुंच पाता। बात करे बॉसवाडा एवं प्रतापगढ़ जिले में गडरियो के पास बालको के गिरवी रखने का हो या बालश्रम मजदुरी करवाने का हो परन्तु वहॉ पर बालको का बेहताशा अत्याचार होता है। आज से करीब डेढ़ वर्ष पूर्व बॉसवाडा चाइल्ड लाइन 1098 में 17 नाबालिग बालको को गडरियो से मुक्त करवाकर परिवार में वापस पुनर्वास करवाया। प्रतापगढ़ के भैं: ठेंचला गांव में चाइल्ड लाइन 1098 को आउटरिच के दौरान विद्यालय में बालक द्वारा बताया गया कि सर आप मेरे दो मित्रो को छुडाकर ले आओ क्योकि उसके पापा ने उनको मुजदुरी के लिए गडरियो के पास भेज दिया है। वह दोनो मेरे सहपाठी एवं मित्र है बालक के ऐसा कहते ही शिक्षक शिवनाथ जाट सहम उठे, तभी टीम सदस्य ने तसल्ली से एकान्त में ले जाकर शिक्षक कि मौजुदगी में टीम ने पुरी जॉच पड़ताल कि तो मामला सामने आया कि बालक कन्हैयालाल उम्र 08 वर्ष, व केशुराम उम्र 10 वर्ष, पिता नन्दा कटारा निवासी कटारो का खेडा ने अपने दो मासुम बेटो को मात्र 20 हजार रुपये में भेड चराने वाले के साथ सौदा कर दिया एवं पढ़ाई से वंचित कर भेड चराने के लिए भेज दिया शिक्षक शिवनाथ द्वारा तुरन्त चाइल्ड लाइन 1098 पर शिकायत दी गई। चाइल्ड लाइन के जिला समन्वयक परमेश पाटीदार द्वारा तुरन्त उस मामले में कार्यवाही हेतु टीम सदस्य कान्तिलाल यादव, कमलेश बुनकर,बासुडा कटारा एवं दिनेश निनामा को जिम्मेदारी दी गई कि किसी भी तरह से इन मासुम बच्चो को वापस लाना है। टीम को यह भी भय था कि अगर कार्यवाही का पता गडरिया को चल गया तो वह बालको को कई और भेज देगा।

पीपलखूंट का मामला

पिता ने बीस हजार रुपए में दो बच्चों को गडरिये के पास रखा गिरवी

स्कूल के शिक्षक और चाइल्ड लाइन के प्रयासों से एक माह बाद हुए मुक्त

ऐसे सामने आया मामला

चाइल्ड लाइन ने किए भरसक प्रयास

लिखा-पढ़ी कर लिए पैसे

टीम ने गडरियो को अपने विश्वास में लेकर पुरी जानकारी ली तो बताया कि मैंने तो इन दोनो बालको को 20 हजार रुपयो में उसके पिता से सौदा किया एवं बीच में उसके रिश्तेदार भी था। कार्यवाही का डर सामने देख एक दिन बाद गडरिया ने हमेशा हमेशा के लिए अपना फोन बन्द कर दिया। टीम ने प्रशासन के सहयोग से फोन के लॉकेशन कि जानकारी लेने पर पता चला कि यह तो वर्तमान मध्यप्रदेश के जिला छाजापुर के गांव मगलाज में है। टीम द्वारा मध्यप्रदेश के जिला पुलिस अधीक्षक को भी मामले कि जानकारी दी एवं घटनाक्रम से अवगत करवाया परन्तु तबतक वह अपना डेरा लेकर कही जा चुका था। टीम ने लगातार प्रयास करते हुए दलाल को अपने विश्वास में लेकर जानकारी दी कि किसी भी प्रकार से इन दोनो नाबालिग बालको को मुक्त करवाकर वापस लाना है वरना घटना में लिप्त समस्त प्रार्थीयो के विरुद्ध कार्यवाही कि जायेगी। परन्तु वह भी सहयोग में आनाकानी करता रहा। टीम के सदस्यो द्वारा नियमित जानकारी में गडरिया के पित्र के नम्बर मिले जिस पर फोन कर बताया कि अगर बालको को सही सलामत घर वापसी नही करवाई गई तो आपके विरुद्ध कानुनी कार्यवाही करवाई जायेगी। खास बात यह रही कि बालको के पिता द्वारा किसी भी प्रकार सहयोग नही किया जा रहा था तभी दिनांक 25/03/2019 मंगलवार कि रात को 1:30 बजे टीम सदस्य कमलेश बुनकर के फोन पर दलाल का फोन आता है। बालको को भेज दिया दिया है इतना ही कहा एवं फोन को बन्द कर दिया टीम द्वारा वहा के सहयोग कर्ता से जानकारी लेने पर बताया गया कि हम अभी आपको अवगत करवाते है जानकारी सही निकली टीम सुबह गांव पहुची एवं बच्चो का हाल देखने पर दिल कलेजो पर आ गया एवं आंखो में आसु आ गए कि वाह रे..... मेरे भारत आज भी मेरे भारत के भविष्य का क्या हाल है बीन मॉ के बालको की क्या लाचारी है पॉवो में छाले अपने आप दु:ख भरी दास्तान को बया कर रहे थे एवं बालको का डरा हुआ चेहरा बता रहा था कि हम तो मासुम कली है परन्तु जिसके पालनहार का दिल नही पसीजा ऐसा करते हुए तो क्या करे। टीम ने समस्त प्रकार कि सुविधा एवं उपयोगी आवश्यक वस्तुओ कि पुर्ति करते हुए विधिवत विद्यालय में बालको को प्रवेश करवाया गया।

जब मामला मिडिया के माध्यम से प्रशासन के पास पहुचा तो जिला प्रतापगढ व बॉसवाडा प्रशासन मे हड़कम सा मच गया मामला भारत के लोकतंत्र के मुख्य सदन में पहुचा एवं वहा पर चर्चा होने लगी कि आज भी आदिवासी बालको को गरीबी के कारण गिरवी रखा जाता है। तभी राजस्थान के विधान सभा में मामले कि गुंज सुनाई दी प्रशासन सकते में आ गया तबतक बॉसवाडा कि वाग्धारा संस्था के सचिव जयेश जोशी द्वारा बताया कि चाइल्ड लाइन कि समस्त टीम जिसमें कान्तिलाल यादव, कमलेश बुनकर,बासुडा कटारा,नरेश पाटीदार,निशा चौहान,शोभा सोनी एवं दिनेश निनामा द्वारा विभिन्न मामलो में पुछताछ एवं कार्यवाही कर प्रशासन के सहयोग से सत्रह नाबालिग बालको को पुनर्वास करवाया है। उक्त मालले में अब पुर्णतया विराम लग चुका है क्योकि तीन मुकदमें दर्ज हुए दो गिरफ्तारी हुई प्रशासन के द्वारा आदेश निकाले गए कि इस प्रकार कि मामले में कोताही बरतने पर कार्यवाही कि जायेगी। जिला प्रशासन द्वारा उत्कृष्ट कार्य करने पर जिला स्तरीय सम्मान समारोह में प्रमाण पत्र देकर नवाजा गया जिसमें जिला स्तार से लेकर गांव स्तर तक टीम के कार्यो कि प्रशंसा कि गई। जनसमुदाय में एक नया संदेश गया कि भारत के भाग्य विधाता तो भारत के नन्हे मुन्ने बालक है।

उक्त कहानी से सीख मिलती है कि हमें हमारे गांव के व समुदाय के बच्चों का भविष्य सुरक्षित करते हुए उन्हें शिक्षा से जोड़ना है व बालश्रम से दूर रखना है। किसी भी मदद के लिये चाइल्ड लाइन नम्बर 1098 पर फोन करके मदद मांगी जा सकती है तथा अपने गांव व वागड़ क्षेत्र को बालमित्र बनायें।

**बसुड़ा कटारा** – चाइल्ड लाईन टीम सदस्य

# सफलता की कहानी

## नाम - मानसिंह डामोर, गाँव आमलीपाड़ा,पंचायत समिति – कुशलगढ़

मानसिंह डामोर एक सक्रिय और जागरूक किसान है| उनके परिवार में उनकी पत्नी के साथ उनके दो बेटे, दो बेटियां और एक बहू भी है| मानसिंह जी ने अपने बचपन के दिनों से ही खेती में काफी सारे संघर्ष देखे है| और साथ ही ये भी सच है की उन्होंने काफी लम्बे समय पहले ही जान लिया था की आज की आधुनिक खेती के दौर में खेती के तौर तरीको से खेती ज्यादा लम्बे समय तक साथ नहीं देगी| अपने खेतों में फसल लगाकर उसकी उपज को मंडी में बाज़ार के भाव बेचकर अपना पेट भरना सतत कार्य नहीं प्रतीत हुआ| इस प्रकार उन्होंने अपनी खेती की भूमि को सर्वोत्तम बनाने की दिशा में अपना रुख किया और टिकाऊ और सस्ती कृषि पद्धतियों की दिशा में पहल की। अपनी फसलों और भूमि उपयोग की उचित योजना के साथ उन्होंने अपने परिवार के आहार में भोजन की उपलब्धता और पोषण आश्वासन में अंतर को पूरा करने की कोशिश की।

वे स्थायी कृषि विषयों पर चर्चा में सक्रिय भागीदार थे। यहां तक कि उन्होंने पिछले साल अपनी खेती की जमीन के आधे हिस्से में केले का बागान भी स्थापित किया, जो पूर्ण रूप से जैविक था। इससे परिवार को भोजन के साथ-साथ वित्तीय आपत्तियों से निपटने में मदद मिली। समय के साथ प्रशिक्षण और महत्वपूर्ण जानकारी प्राप्त होने कारण स्थायी खेती के तरीको को अपनाने में प्रोत्साहित किया |

इसी के साथ मानसिंह जी ने अपनी 3 बीघा जमीन को एक जैविक खेत में बदल दिया, जहाँ उन्होंने अमरूद और आम के बगीचे से शुरुआत की। वह अपने खेत में मौसमी सब्जियों की खेती भी करते है। वह 4 वर्मीबेड के मालिक है और बड़े पैमाने पर वर्मीकम्पोस्ट खाद तैयार करते है| वह तैयार खाद अपने गाँव के अन्य किसानों को भी बेचते है। साथ ही उन्हें जैविक खाद को बनाने की प्रक्रिया और तैयारियों के बारे में गहरा ज्ञान है। वह अपनी भूमि में जो फसलें उगाते है वह भूमि के प्रकार और जल उपलब्धता जैसे संसाधनों के संबंध में अच्छी तरह से नियोजित होती है। एक फसल चक्र बनाए रखना और कुशलता से खेती के साधनों का उपयोग करने के लिए लागत में कटौती करने और कम बजट बनाए रखने में बहुत मदद मिलती है। वह बुवाई के लिए अपने घर के ही देशी बीज का इस्तेमाल करते है और अपनी खेती के अभ्यासों में कम से कम बाजार के आदानों पर निर्भर है।

मानसिंह जी के ये सभी कार्य उन्हें पोष्टिक भोजन व गुणवत्तापूर्ण जीवनशेली अपनाने के लिए और परिवार को संतुलित आहार देने में मदद करता है। समय के साथ जब सारा जहाँ जीवन के लिए बाज़ार पर निर्भर है वही मानसिंह जी ने अपने परिवार को स्वस्थ रखने का जिम्मा खुद उठाया और इसके लिए अपने कदम भी आगे बढाए इसके साथ ही वह ब्लॉक और गांव की मंडी के स्थानीय बाजार में अपनी उपज का व्यापार करते है| यह उन्हें आर्थिकरूप से भी मदद करता है और वे स्थायी कृषि और खेती के कामों के लिए भी दूसरों को प्रोत्साहित करते हैं।

## बच्चों की कवितायें

ओ री तितली, कहाँ चली तू, कितनी अच्छी और भली तू!
खूब सँवरकर जब आती है, रंगों का गाना गाती है।

••••

चाँद सलोना, चाँद सलोना, नटखट-सा नन्हा मृगछौना।
दौड़ रहा मन की मस्ती में, अंबर की उजली बस्ती में।
कभी बादलों में छिप जाता, कभी उछलकर बाहर आता।

••••

एक बड़े सेठ की बेटी, दो दिन से बीमार पड़ी भाई l
तीन वैध मथुरा से आये, चार दावा की पुड़िया लाये l
पांच मिनट में गरम कराई, छः छः घन्टे बाद पिलानी l
सात मिनट में ऑखें खोली, आठ मिनट में मुंह से बोली l
नौ मिनट में दौड़ लगाई, दस तक गिनती सीखी भाई l

••••

हम भारत देश के,प्यारे बच्चे। सारे जग से,न्यारे बच्चे।
सब कहते हैं,मुझको अच्छे। हम कर्तव्यनिष्ठा के,सच्चे बच्चे।
सबको करते हम, सदा नमस्ते। हम भारत देश के,प्यारे बच्चे।

••••

## पहेलियाँ

बीच ताल में तेल उसमे नाचे नखरेल
जवाब – पूरी

•••

हरी मछली के पेट में हरे हरे अंडे
जवाब – मटर

•••

जटा जब उतारी तो निकला काला खोल
अन्दर पानी निकला जब दिया उसे फोड़
जवाब – नारियल

•••

## अंक पहेली – रिक्त स्थान भरें

| | | |
|---|---|---|
| 7 | 8 | 3 |
| 2 | | 10 |
| 9 | 4 | 5 |

| | | |
|---|---|---|
| 16 | 17 | 12 |
| 11 | 15 | 19 |
| 18 | 13 | |

## ज्ञानवर्धक कहानी

बहुत समय पहले की बात है, सुदूर दक्षिण में किसी प्रतापी राजा का राज्य था. राजा के तीन पुत्र थे, एक दिन राजा के मन में आया कि पुत्रों को कुछ ऐसी शिक्षा दी जाये कि समय आने पर वो राज-काज सम्भाल सकें. इसी विचार के साथ राजा ने सभी पुत्रों को दरबार में बुलाया और बोला, " पुत्रों, हमारे राज्य में नाशपाती का कोई वृक्ष नहीं है, मैं चाहता हूँ तुम सब चार-चार महीने के अंतराल पर इस वृक्ष की तलाश में जाओ और पता लगाओ कि वो कैसा होता है ?" राजा की आज्ञा पा कर तीनो पुत्र बारी-बारी से गए और वापस लौट आये . सभी पुत्रों के लौट आने पर राजा ने पुन: सभी को दरबार में बुलाया और उस पेड़ के बारे में बताने को कहा।

पहला पुत्र बोला, " पिताजी वह पेड़ तो बिलकुल टेढ़ा – मेढ़ा, और सूखा हुआ था ."

" नहीं -नहीं वो तो बिलकुल हरा –भरा था, लेकिन शायद उसमे कुछ कमी थी क्योंकि उसपर एक भी फल नहीं लगा था ", दुसरे पुत्र ने पहले को बीच में ही रोकते हुए कहा .

फिर तीसरा पुत्र बोला, " भैया, लगता है आप भी कोई गलत पेड़ देख आये क्योंकि मैंने सचमुच नाशपाती का पेड़ देखा, वो बहुत ही शानदार था और फलों से लदा पड़ा था ."

और तीनो पुत्र अपनी -अपनी बात को लेकर आपस में विवाद करने लगे कि तभी राजा बोले, दरअसल तुम तीनो ही वृक्ष का सही वर्णन कर रहे हो . मैंने जानबूझ कर तुम्हे अलग- अलग मौसम में वृक्ष खोजने भेजा था और तुमने जो देखा वो उस मौसम के अनुसार था.

**मैं चाहता हूँ कि इस अनुभव के आधार पर तुम तीन बातों को गाँठ बाँध लो :**

पहली, किसी चीज के बारे में सही और पूर्ण जानकारी चाहिए तो तुम्हे उसे लम्बे समय तक देखना-परखना चाहिए ।

दूसरी, हर मौसम एक सा नहीं होता, जिस प्रकार वृक्ष मौसम के अनुसार सूखता, हरा-भरा या फलों से लदा रहता है उसी प्रकार मनुष्य के जीवन में भी उतार चढाव आते रहते हैं ।

और तीसरी बात, अपनी बात को ही सही मान कर उस पर अड़े मत रहो, अपना दिमाग खोलो, और दूसरों के विचारों को भी जानो। यह संसार ज्ञान से भरा पड़ा है।

क्या आप जानते हैं

उल्लू अपने सिर को 360° यानि बिल्कुल गोल घुमा सकता है,
लेकिन इसकी आंखे नही हिलती.
चूहा अगर 5 मंजिला इमारत से भी कूद जाए तो भी उसे चोट नही लगेगी.
धरती का सबसे भारी पेठा (कद्दू) 950 किलो का है, यानि एक ALTO 800 कार से भी ज्यादा भारी।
मच्छर 2 फिट प्रति सेकेंड की गति से उड़ते हैं l
भारत में सांपों की करीब 300 किस्में पाई जाती हैं,
जिनमे से 50 विषैली होती हैं ।
मस्तिष्क शरीर की ऑक्सीजन और कैलोरी का
लगभग 20 प्रतिशत उपयोग करता है।
जब आप संगीत सुन रहे होते हैं तब आपके दिल की धड़कन की गति में परिवर्तन होता है।
हाथ की सबसे छोटी ऊँगली के बिना आप अपने हाथ की 50 प्रतिशत ताकत खो देते हैं।
यदि अपनी आँख एक डिजिटल कैमरा होती तो यह 576 मेगापिक्सल की होती।

मार्गदर्शक : दीपक शर्मा, गगन सेठी, नरेन्द्र कुमार | मुख्य संकलक : परमेश पाटीदार | सहसंकलक : जागृती भट्ट | सहायक : कान्तिलाल यादव