“ घर बारी ने तीरथ ने थाय है ”

वातें
वाग्धारा नी

नवम्बर, 2022

अंक 30

VAAGDHARA

रबी के मौसम में खेत की तैयारी

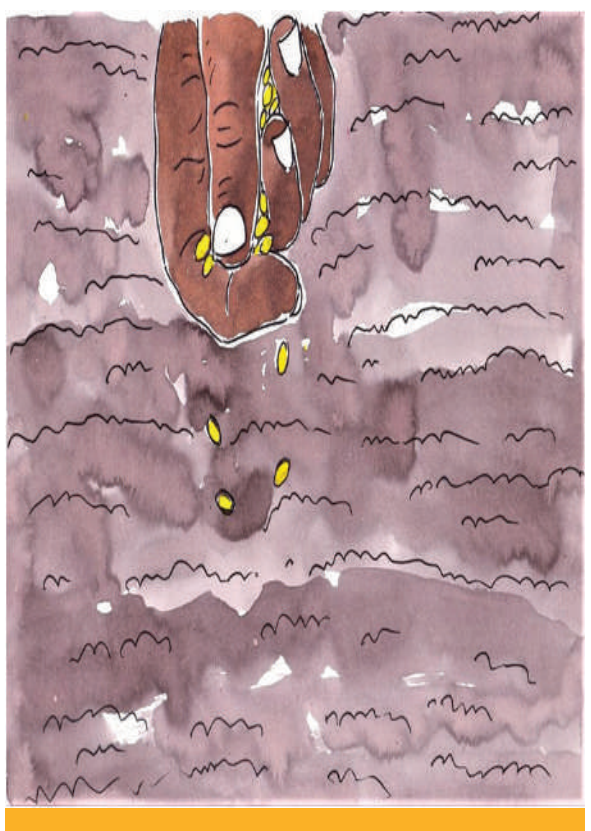
मेरे प्यारे आदिवासी किसान भाइयो -बहनों, प्यारे बच्चो, स्वराज साथियों जय गुरु !!!

हमारी आने वाली सर्दियों की फसल की बुवाई के पहले मै आपको शुभकामनाएं देते हुए कामना करना चाहता हूँ कि आने वाली फसल हमारे खाध्य की सुरक्षा पूरी करे हमारे भंडार भरे एवं अच्छी उपज निपज व स्वस्थ रहे | आदिवासी क्षेत्र में बहुत सारा भू-भाग ऐसा है जहाँ बरसात से खेती कि जाती है और बरसात से खेती का कुछ हिस्सा भी अभी तक चलता रहता है और बाद के महीनो तक जारी रहता है हांगड़ी खेती करने वाले किसान भी खेत जनवरी -फरवरी तक जारी रखते है किस प्रकार से कम पानी में अच्छे से खेती की जाये उसका उदहारण केवल मात्र हमारा आदिवासी क्षेत्र है जिसमे खेती की कई सारी विधीयां है उन सब तरीको से हमारी अच्छी उपज निपज बने उसके लिए भी आप सभी को शुभकामनाये |

पिछले माह हम स्वराज यात्रा पूरी करके व स्वराज सम्मलेन कर वापिस लोटे तो एक अलग उत्साह और क्षेत्र की समस्या और दुसरे क्षेत्र की समस्या, अनुभव को लेकर हमारे सभी साथी अपने -अपने गाँव, अपने-अपने क्षेत्र में पहुचे है, स्वराज मित्र भी पहुचे है, संगठन के साथी भी पहुचे है जो नही आ पाए है उनसे मै आग्रह करना चाहूँगा की जो यात्रा में सम्मलित थे वो अपना अनुभव बताये साथियों प्रयास हमेशा स्वराज का ऐसा होता है जिसमे हम किसी का नुकसान ना करे तथा हमारी कम से कम आवश्यकता और हमारी निर्भरता कम से कम हो जिसमे हमारी बीज की,खाद की विशेष रूप से तथा हम किसी भी प्रकार की दवा का उपयोग ना करे जो की हमारी प्रकृति को नुकसान पहुँचाएं चुकी कुछ पिछले सालो से वाग्धारा का तथा हमारे संगठनो का आग्रह रहा है की गेंहूँ की खेती में जो अब बड़ी तादात में हमारे क्षेत्र में होने लगी है उसमे घास पालने के लिए उपयोग किया जाता है जिसमे हम हमारी जरूरतों को किस प्रकार से निर्भर नही होने दे उसका महत्त्व है सीएल की भाजी जो की बरसो से हमारे यहाँ हिमोग्लोबिन बढाने के काम में हमारी मदद करती है उसको हम छोड़ते जा रहे है उस पर हमने ध्यान देना छोड़ दिया है, हम उसको मारने के लिए दवाई का उपयोग करते है क्या हम ऐसा उदहारण बन सकते है कि उस सीएल की भाजी को हम खुद के काम में ले या हमारे मवेशियों के लिए ले एवं उसकी सुकमणी कर सकते है कम से कम हम उसको दवाईयां छाट कर न मारे इससे हमारी फसल का नुकसान भी नही हो इस प्रकार की दवाईयां केंसर जैसे गंम्भीर रोग का कारण बनती है वर्षो पहले आदिवासी क्षेत्रो में केंसर, हार्ट की बीमारी, डायबिटीस जैसे रोग के बारे में जानता भी नही था आज हर गाँव में उसके मरीज मिलने लग गए है हमारे क्षेत्र में जवान मृत्यु दर बढ़ती जा रही है यह हमारे लिए बड़ी चिंता का विषय है और सीधे तौर पर हम कह पाए या ना कह पाए परन्तु मूल कारण हमारी खेती में हुए बदलाव का एक बड़ा कारण है क्या हम ख़राब मिटटी, ख़राब फसले, ख़राब खाना हमारे आने वाली पीढियों को देकर जाना चाहते है अगर नही तो प्रत्येक साथी से चाहूँगा की अपने गॉव में जा करके लोगो को समझाए अनुरोध करे की हम आदिवासी क्षेत्र के लोग अहिंसक खेती में विश्वास करते थे यह हिंसा की कृषि है इसे हमें नही करना चाहिए देश और दुनिया के लिए उदहारण बनना चाहिए।

इसके साथ एक आग्रह हमारी आने वाली पीढ़ियों के लिए, बच्चो के लिए है कि हम किस प्रकार से हमारे बच्चो को हमारे ज्ञान व अनुभव को हमारे क्षेत्र के तरीको से परिचित करवा पाए उसके लिए भी हमारी जिम्मेदारी है कि हम उन्हें हमारे परम्परागत ज्ञान से अवगत कराये मै संगठन के साथियों, पदाधिकारियो, स्वराज मित्रो व सहजकर्ता से आग्रह करना चाहता हूँ की वह जितनी ज्यादा से ज्यादा फसले अपने आने वाली सर्दी की फासले में लगवा पाए हम थाली में जितना खाते है उसका कम से कम 80 प्रतिशत खाना भी हमारी खेती से उगा पाए तो हम स्वराज की पहली सीढ़ी पूरी कर पाने में सफल होंगे हम हमारे बच्चो को स्वस्थ रखते हुए शिक्षा से जोड़ कर उनके अधिकारों से जोड़ते है, हमारी परम्परागत तौर तरीके से हमारी परंपरागत संस्कृति को जोड़कर रखते है तो हमारे स्वराज का दूसरी सीढ़ी पूरी कर पाते है और हम हमारे सोचने की प्रक्रिया बिना किसी दबाव बिना किसी बाहरी दुनिया के स्वतंत्र रूप से पूरी कर पाते तो हमारे स्वराज की तीसरी सीढ़ी चढ़ पाने में सफल होंगे आपको पुनः पुनः शुभकामनाये व आप ही पर विश्वास के कारण स्वराज सशक्त बनाने की दिशा में संस्था प्रयासरत है आग्रह है हम उसे और मजबूत करे |

धन्यवाद !!!
जय स्वराज



आपका अपना
जयेश जोशी

अपने खेत में गेहूँ बोने का समय आ गया है।

भारत वर्ष में स्थित जनजातीय जिले अपनी विशेष भौगोलिक परिस्थितियों के चलते एक अलग ही पहचान रखते है । इन क्षेत्रो के निवासियों का जुड़ाव व रहन सहन प्रकृति के समीप, वन, पहाड़ियो एवं नदियों के नजदीक होने से उनसे जुड़े घटक उनकी जीविकोपार्जन के साधन बनते है । कुछ ऐसी ही भोगौलिक परिस्थितियां एवं वन, खेतो से जुड़ाव दक्षिणी राजस्थान के तीन प्रमुख जनजातीय जिले बांसवाड़ा, डुंगरपुर एवं प्रतापगढ़ का भी है । ये जिले अरावली पर्वतमाला के दक्षिणी-पूर्वी भाग मे होने के कारण अधिक बरसात वाले तथा पहाड़ियो, तलहटियों के चलते ऊबड़-खाबड़ भू- भाग का निर्माण करते है । अधिक बरसात के चलते नदी,नाले एवं वनो की अधिकता के साथ ही 70 प्रतिशत से अधिक जनजातीय आबादी होने से ये जिले सविंधान के ट्राइबल सब प्लान श्रेणी के अंतर्गत आते है । जनजातियों का खेतो से जुड़ाव इस बात से भी जाना जा सकता है कि इनके निवास स्थल अधिकतर अपने खेतो पर ही छोटा सा घर बनाकर होता है तथा इनसे जुड़े पशुधन जैसे गाय, बैल, बकरी, मुर्गी इत्यादि इनके प्रमुख साथी होकर खेतो एवं जीवन से जुड़े समस्त घटको मे सहजीवन का एक उत्तम उदाहरण प्रस्तुत करते है ।

विगत वर्षो मे कृषि क्षेत्र के नवीन अनुसंधानों के चलते खेती को लाभदायक बनाने के प्रयास पूरे भारत वर्ष मे किये गये । जिसमे जनजातीय किसानो को भी देश के अन्य किसानो कि तरह ही मानते हुए अधिक पैदावार देने वाली संकर किस्मों एवं नगदी फसलों के प्रयोग इन क्षेत्रों मे भी किये गये । अधिक बरसात एवं भरपूर उर्वरा शक्ति वाले प्रकृति के निकटस्थ इन खेतो मे अधिक उत्पादन एवं लाभ को आँकते हुए इन्हे अधिक उत्पादक माना गया, किंतु उन खेतो के स्वामित्व वाले जनजातीय किसान जो की पूर्णरूप से खेतो, वनोपज एवं उनसे जुड़े हुए संसाधनो पर ही आश्रित थे वे अपने मूलस्वरूप से भटकते हुए देखे गये ।

इस तथ्य को समझने के लिए पहले हमे जनजातियों के मूल स्वरूप को समझना आवश्यक हो जाता है । इनके स्वामित्व मे प्रति किसान दो-तीन बीघा जमीन होने से ये लघु एवं सीमांत किसानो की श्रेणी मे आते है । पारंपरिक रूप से वर्षा पोषित मिश्रित खेती करते हुए क्षेत्र मे प्रचलित समस्त फसलों की खेती अपने उपलब्ध खेत पर लेते हुए अपने परिवार एवं पशुधनों की समस्त जरूरतों को पूरा करते है ।

नवम्बर माह किसानों के लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं क्योंकि यही वह समय है जब किसान रबी फसल का चयन कर उसे खेतों में लगाता है एवं खरीफ की कटाई कर उसे बेचना भी होता है, भारतीय परिपेक्ष में फसल उत्पादन में मौसम का अहम् योगदान हैं, मौसम का सीधा प्रभाव किसानों की जिंदगी पर पड़ता है | फसल उत्पादन के लिए किस मौसम में किस माह क्या करें जिससे खेती-बाड़ी एवं सब्जी उत्पादन में अधिक लाभ हो यह हम आज आपको बताएँगे | ठण्ड के समय खेतों में रबी फसले लहलहाती हैं परन्तु अधिक ठंडा एवं बेमोसम बारिश कई बार इस लहलहाती हुई फसलों को बर्बाद कर देती है इसलिए जरुरी है कि खेती बाड़ी के सभी काम सही समय पर एवं परम्परागत तरीकों से करें ताकि नुकसान से बचा जा सके | जिससे अलग -अलग फसलों में अलग बीज एवं क्रियाकलाप में थोडा बहुत अंतर होता है सभी किसान मिट्टी की जांच करवा लें एवं उस अनुसार अपने खेत में फसल एवं उर्वरक का प्रयोग करें नीचे कुछ सामान्य क्रियाकलाप हैं जो किसान भाइयों को नवम्बर माह में करना चाहिए |

गेहूँ – गेहूं (Wheat) रबी की फसल है । इसकी बुवाई लगभग 15 अक्टूबर से 15 नवंबर के बीच में की जाती हैं। गेहूँ की बुवाई समय से एवं पर्याप्त नमी पर करनी चाहिए। देर से पकने वाली प्रजातियों की बुवाई समय से अवश्य कर देना चाहिए अन्यथा उपज में कमी हो जाती है। खरीफ फसल की कटाई के बाद गेहूँ के लिए खेत की तैयारी तत्काल कर लें। देख लें कि मिट्टी भुरभुरी हो जाये और ढेले न रहने पायें। गेहूँ में प्रमाणित और घर का या शोधित बीज ही बोयें। बीज की मात्रा प्रति बीघा 20 किलो ग्राम ही रखनी चाहिए I जितना ज्यादा बुवाई में विलम्ब होता जाता है, गेहूँ की पैदावार में गिरावट की दर बढ़ती चली जाती है। दिसम्बर से बुवाई करने पर गेहूँ की पैदावार एवं जनवरी में बुवाई करने पर उत्पादन की मात्रा घटती है।

गेहूं की बुवाई

गेहूं की बुवाई अधिकतर धान के बाद की जाती है इसीलिए ज्यादातर जगहों पर गेहूं की बुवाई में देरी हो जाती है। हम किसानों को पहले से निश्चित कर लेना चाहिए की खरीफ की फसल में धान की कौन सी प्रजाति का उपयोग करें ताकि समय पर बुवाई की जा सके। गेहूं का अत्यधिक उत्पादन लेने के लिए हमें खरीफ की फसल जैसे धान आदि को समय से बोना चाहिए। जिससे गेहूं की बुवाई के लिए अक्टूबर तक खेत खाली हो जाए। धान की फसल के बाद खेत थोड़ा कठोर हो जाता है इसलिए खेत की अच्छी तरह से जुताई करनी चाहिए तत्पश्चात ही गेहूं को बोना चाहिए। मिट्टी भुरभुरी हो जाने के बाद ही गेहूं की बुवाई करनी चाहिए। रोटावेटर से जुताई करने पर खेत एक बार में ही पूर्ण रूप से तैयार हो जाता है। गेहूं की बुवाई के लिए उपयुक्त समय निर्धारण कर लेना चाहिए और खेत में नमी की मात्रा भी चेक कर लेनी चाहिए जिससे कि गेहूं का अंकुरण अच्छी तरह से हो सके। देर से पकने वाली प्रजातियों की बुवाई समय से कर देनी चाहिए जिससे की उपज में कोई समस्या ना हो। जैसे-जैसे बुवाई में विलंब होता जाता है उत्पादन की मात्रा भी समय के हिसाब से कम होती जाती है इसलिए गेहूं की बुवाई समय से करना अति आवश्यक है।

बीज की मात्रा एवं अच्छे बीज का प्रयोग

मशीन से बुवाई करने पर 100 किलोग्राम तथा मोटा दाना 125 किलोग्राम प्रति हेक्टेयर के हिसाब से प्रयोग करना चाहिए। यदि खेत में बीज की अंकुरण क्षमता कम है तो बीज का प्रयोग सामान्य दाना 125 किलोग्राम प्रति हेक्टेयर तथा मोटा दाना 150 किलोग्राम प्रति हेक्टेयर की दर से प्रयोग करना चाहिए।

बुवाई करने से पहले बीज का जमाव या अंकुरण अवश्य जाँच कर लें आसपास के स्थानीय राजकीय अनुसंधान केंद्रों पर यह सुविधा फ्री में उपलब्ध है। यदि पुराना बीज उपयोग करने वाले हैं तो बीज की अंकुरण क्षमता अवश्य जाँच कर लेनी चाहिए जिससे कि बाद में समस्या ना हो।

गेहूं में उर्वरक की मात्रा

अच्छी फसल के लिए प्रति एकड़ खेत में 5 से 8 टन अच्छी तरह सड़ी हुई गोबर की खाद मिलाएं। बुवाई के समय गेहूं की फसल में प्रति एकड़ 1 किवंटल कम्पोस्ट की सड़ी हुई खाद एवं 1 किवंटल वर्मी कम्पोस्ट खाद मिलाकर पानी पिलाने के बाद खेत को तैयार करके ऊपर छिडकाव कर लेना चाहिए इसके बाद बुवाई कर लेवे इसके बाद हर सिंचाई में जीवामृत का उपयोग करे तभी बढ़िया उपज ले सकते है |

गेहूं में सिंचाई का समय एवं मात्रा

गेहूं की अधिक उपज लेने के लिए हमें सिंचाई समय से करनी चाहिए तथा खाद आदि का प्रयोग भी अच्छी तरह व समय से करना चाहिए।

पौधों की वृद्धि एवं विकास के लिए जल का सही भराव अति आवश्यक है। पानी भूमि में पोषक तत्वों को घुलनशील बनाता है जिससे जो हम वर्मीकम्पोस्ट खाद एवं जीवामृत आदि डालते हैं वह पानी की सहायता से घुलकर मिट्टी में पड़े तत्व पौधे को लाभ पहुंचाता है।

गेहूं की फसल में सिंचाई की मात्रा सर्दियों में होने वाली वर्षा पर निर्भर करता है। यदि बारिश नहीं होती है तो लगभग गेहूं में 4 से 6 पानी लगने अति आवश्यक होते हैं। यदि आपके यहां की भूमि दोमट नहीं है यानी कि रेतीली है तो आपके यहां 6 से 8 पानी लगाना अति आवश्यक है। यदि समय से बारिश नहीं होती है तो गेहूं में लगभग 15 दिन के बाद पानी लगाना अनिवार्य होता है।

गेहूं में पहला पानी कब लगाएं

गेहूं की फसल में पहला पानी लगभग अंकुरण होने के बाद जब पौधा 5 या 6 इंच का हो जाए उसके बाद लगाना चाहिए या फिर समय-समय पर नमी की मात्रा को चेक कर लेना चाहिए यदि खेत में नमी कम है तो पानी लगा देना चाहिए। लेकिन पहला पानी हल्की मात्रा में ही प्रयोग करना चाहिए। पहले पानी में अधिक पानी प्रयोग कर देने से पौधे का विकास कम हो जाता है। इसलिए प्रथम पानी अधिक मात्रा में नहीं लगाना चाहिए। प्रथम पानी लगभग 20 से 25 दिन में लगाया जाता है। यदि आपके यहां की भूमि रेतीली है तो लगभग 15 से 20 दिन के अंदर पानी लगा देना चाहिए।

गेहूं की पैदावार

गेहूं की पैदावार एक अच्छे खेत में लगभग 5 से 7 क्विंटल तक होती है। लेकिन जिन खेतों की देखभाल अच्छी तरीके से नहीं होती है तथा समय से पानी, खाद आदि का प्रयोग नहीं होता है उनमें पैदावार घट जाती है। लेकिन देखभाल अच्छी तरीके से करने पर उत्पादन में वृद्धी की जा सकती है |

शीतकालीन मक्का –

सिंचाई की सुनिश्चित व्यवस्था होने पर रबी मक्का की बुवाई नवम्बर माह के मध्य तक पूरी कर लें। बुवाई के लगभग 25-30 दिन बाद पहली सिंचाई कर दें।पौधों के लगभग घुटने तक की ऊँचाई के होने या बुवाई के लगभग 30-35 दिन बाद हर सिचाई में जीवामृत का प्रयोग करे बीज की मात्रा प्रति बीघा 5 किलो ग्राम ही रखनी चाहिए I

मक्के की खेती रबी और खरीफ दोनों मौसम में की जाती है। हमारे देश में अनाजों की पैदावार में मक्के का तीसरा स्थान है। कर्नाटक, बिहार, उत्तर प्रदेश, झारखंड, गुजरात, मध्य प्रदेश, पंजाब, उत्तराखंड, राजस्थान, हिमाचल प्रदेश एवं आंध्र प्रदेश में इसकी प्रमुखता से खेती की जाती है। यदि आप रबी मक्का की खेती करना चाहते हैं तो यहां से इसकी खेती से जुड़ी जानकारियां प्राप्त कर सकते हैं।

बुवाई का समय

- रबी मक्का की खेती के लिए सितंबर-अक्टूबर का महीना सर्वोत्तम है।
- इसके अलावा नवम्बर के मध्य तक इसकी बुवाई की जा सकती है।

बीज की मात्रा एवं बीज उपचार

- प्रति एकड़ जमीन में खेती के लिए करीब 8-10 किलोग्राम बीज की आवश्यकता होती है।
- फसल को विभिन्न रोगों से बचाने एवं बेहतर पैदावार के लिए प्रति किलोग्राम बीज को 2 ग्राम ट्राईकोडर्मा से उपचारित करें।
- बुवाई से पहले प्रति किलोग्राम बीज को 2 ग्राम कार्बेंडाजिम या 2 ग्राम कैप्टन से उपचारित करें।
- इसके अलावा प्रति किलोग्राम बीज को 2.5 ग्राम थीरम से भी उपचारित किया जा सकता है।
- इसके आलावा परम्परागत पद्धति नीचे दिखाई गई है उससे भी उपचारित करे |

मिट्टी

- रबी मक्का के लिए दोमट मिट्टी सबसे उपयुक्त है।
- इसके अलावा भारी या रेतीली मिट्टी में भी इसकी खेती की जा सकती है।
- बेहतर पैदावार के लिए मिट्टी का पी.एच स्तर 6.5 से 7.5 के बीच होना चाहिए।

खेत की तैयारी एवं उर्वरक की मात्रा

- खरीफ फसल की कटाई के बाद खेत की 2 बार गहरी जुताई करें। गहरी जुताई के लिए मिट्टी पलटने वाली हल या डिस्क हैरो का प्रयोग कर सकते हैं।
- इसके बाद 2 बार हल्की जुताई करें।
- अच्छी फसल के लिए प्रति एकड़ खेत में 5 से 8 टन अच्छी तरह सड़ी हुई गोबर की खाद मिलाएं।
- खेत की मिट्टी को भुरभुरी एवं समतल बनाने के लिए जुताई के बाद पाटा अवश्य लगाएं।
- बीज की बुआई के लिए खेत में क्यारियां तैयार कर लें।
- क्यारियों के बीच 60 सेंटीमीटर की दूरी रखें इन क्यारियों पर 20 सेंटीमीटर की दूरी पर बीज की बुवाई करें।
- बीज की बुवाई 5 सेंटीमीटर की गहराई में करें।
- बुवाई के समय वर्मीकम्पोस्ट खाद पहले प्रति एकड़ 2-3 क्विंटल हल के माध्यम से लाईन में डाल कर बुवाई करे
- हर सिंचाई में जीवामृत का उपयोग करना बहुत जरुरी है (जीवामृत कैसे तैयार करना वो निचे दिया गया है)

सिंचाई एवं खरपतवार नियंत्रण

- रबी मक्का में कुल 4 से 5 सिंचाई की आवश्यकता होती है।
- खेत में नमी की कमी न होने दें एवं जल जमाव की समस्या से बचने के लिए जल निकासी की उचित व्यवस्था करें।
- खरपतवार पर नियंत्रण के लिए कुछ समय के अंतराल पर निराई-गुड़ाई करें।
- निराई-गुड़ाई के समय इस बात का ध्यान रखें कि खरपतवार को काटकर हटाने की जगह जड़ से निकालें।

कटाई एवं पैदावार

- जब भुट्टे के ऊपर की परतें सूखने लगे तब कटाई कर लेनी चाहिए।

मक्के की पैदावार उसकी विभिन्न किस्मों पर निर्भर करता है। आमतौर पर प्रति एकड़ जमीन से 32 से 40 क्विंटल फसल की पैदावार होती है।

चना - भारत में चने की खेती मुख्य रूप से उत्तर प्रदेश, कर्नाटक, मध्यप्रदेश, महाराष्ट्र, राजस्थान तथा बिहार में की जाती है। देश के कुल चना क्षेत्रफल का लगभग 90 प्रतिशत भाग तथा कुल उत्पादन का लगभग 92 प्रतिशत इन्ही प्रदेश से प्राप्त होता है। भारत में चने की खेती 7.54 मिलियन हेक्टेयर क्षेत्र में की जाती है जिससे 7.62 क्विं./हे. के औसत मान से 5.75 मिलियन टन उपज प्राप्त होती है। भारत में सबसे अधिक चने का क्षेत्रफल एवं उत्पादन वाला राज्य मध्यप्रदेश है तथा छत्तीसगढ़ प्रान्त के मैदानी जिलो में चने की खेती असिंचित अवस्था में की जाती है।

जलवायु :

चना एक शुष्क एवं ठण्डे जलवायु की फसल है जिसे रबी मौसम में उगाया जाता है । चने की खेती के लिए मध्यम वर्षा (60-90 से.मी. वार्षिक वर्षा) और सर्दी वाले क्षेत्र सर्वाधिक उपयुक्त है। फसल में फूल आने के बाद वर्षा होना हानिकारक होता है, क्योंकि वर्षा के कारण फूल परागकण एक दूसरे से चिपक जाते जिससे बीज नही बनते है। इसकी खेती के लिए 24-30 सेल्सियस तापमान उपयुक्त माना जाता है। फसल के दाना बनते समय 30 सेल्सियस से कम या 30 सेल्सियस से अधिक तापक्रम हानिकारक रहता है।

भूमि की तैयारीः

चने की खेती दोमट भूमियों से मटियार भूमियों में सफलता पूर्वक किया जा सकता है। चने की खेती हल्की से भारी भूमियों में की जाती है। किन्तु अधिक जल धारण एवं उचित जल निकास वाली भूमियॉ सर्वोत्तम रहती हैं। छत्तीसगढ़ की डोरसा, कन्हार भूमि इसकी खेती हेतु उपयुक्त हैं। मृदा का पी.एच. मान 6-7.5 उपयुक्त रहता है।

अंसिचित अवस्था में मानसून शुरू होने से पूर्व गहरी जुताई करने से रबी के लिए भी नमी संरक्षण होता है। एक जुताई मिट्टी पलटने वाले हल तथा 2 जुताई देशी हल से की जाती है। फिर पाटा चलाकर खेत को समतल कर लिया जाता है।

उपरोक्त सभी फसल को बुवाई से पहले बीज उपचार करना अनिवार्य है बीज उपचार से काफी लाभ होता है I

अभी रबी की फसल की बुवाई की तैयारी चल रही है काफी किसानो ने अपने घर पर सब्जी की नर्सरी तैयार की गई है इससे काफी किसानो ने घर पर लगाने के बाद दुसरे किसानो को बेचकर आय का जरिया तैयार किया गया है , नवम्बर महीने में ठंड के मौसम में प्राप्त होने वाली सब्जियां को लगा सकते है जिसके अंतर्गत खास करके प्याज ,फुल गोभी ,पत्ता गोभी , मटर , आलू , लहसुन , मुली , शलजम , पालक, मेथी , धनिया, गाजर , बेगन , मिर्च , मोगरी , टमाटर जैसी सब्जियां लगा सकते है इसमें काफी सब्जीयो की नर्सरी तैयार करनी पड़ती है या किसान के वहां से भी पौध ली जाती है तो उपरोक्त सभी आप अपने घर पर लगाकर उपयोग ले सकते है I

1. बीज – किसान द्वारा घर में सुरक्षित रखा जाता है उसको खोलकर देख लेना जरुरी है उसमे कही कीड़े पड़ गये है तो उसको साफ करके बीज सही करना जरुरी है , यदि बीज में ज्यादा कीड़े पड गये है तो उसको बुवाई के काम में नही लेना है |
2. योजना के अनुसार सभी प्रकार के बीज अपने घर है या नही उसको देख लेना जरुरी है यदि बीज नहीं है तो समय पर अपने पडोसी या गाँव में भरोसेमंद किसान के पास से समय पर बीज की व्यवस्था कर लेना चाहिए |
3. सभी प्रकार के बीज को उपचारित करके बुवाई करे ताकि फसल उत्पादन में वृद्धी होगी |
4. घर का अच्छा परिपक्व बीज का चयन कर उसे साफ पानी में डालकर हाथ से घुमायेंगे जिससे अच्छा बीज निचे जायेगा और कमजोर व खराब बीज ऊपर तेरने लग जायेगा जो बीज पानी में निचे रह गया उसे लेकर बीज उपचारित करें ऊपर तेरने वाला बीज को बहार निकाल देना है उसका उपयोग नहीं करना है |

जीवामृत बनाने की विधि एवं उपयोग

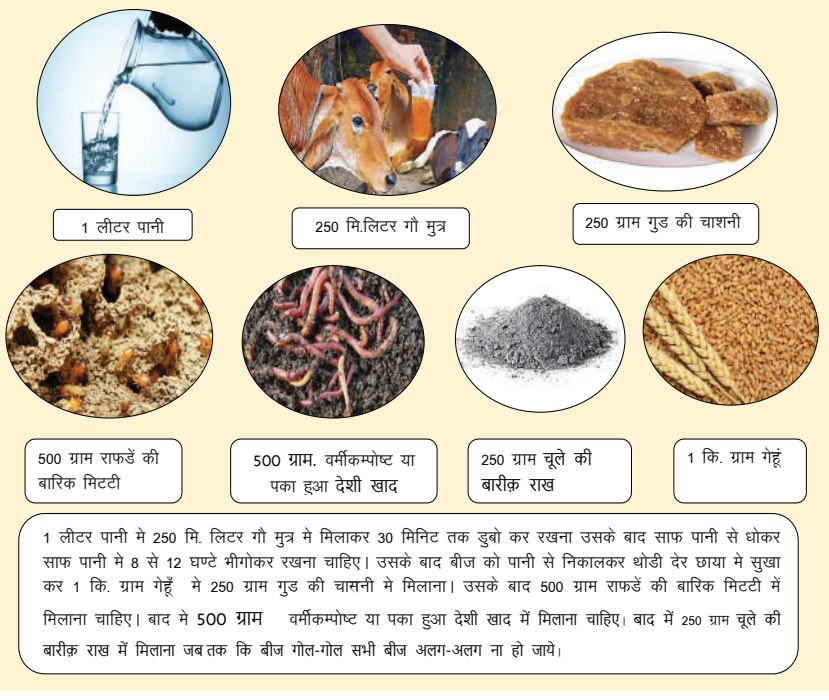
सामग्री

- गाय का गोबर- 10 किग्रा
- गौ मूत्र -5-10 लीटर
- गुड़ – 1 किग्रा
- चने का आटा (बेसन)- 1 किग्रा
- पेड़ के नीचे कि मिट्टी – 50 ग्राम
- जल 200 लीटर

बनाने की विधि एवं उपयोग

बताई गई सामग्री को प्लास्टिक ड्रम में 200 लीटर पानी के साथ अच्छी तरह से मिलाएं I ड्रम के ढक्कन को बंद कर के छाया में रखें I घोल को दिन में 1 बार डंडे से अच्छे से बाये और दाये से हिलायेI 4 दिन के भीतर जीवामृत उपयोग हेतु तैयार है I इसे बुवाई के बाद सिंचाई के साथ जीवामृत को अंगुली की धार जैसे देना होगाI 200 लीटर/ प्रति एकड के लिए उपयोगी है।

बीज उपचार करने की विधि –



1 लीटर पानी मे 250 मि. लिटर गौ मुत्र मे मिलाकर 30 मिनिट तक डुबो कर रखना उसके बाद साफ पानी से धोकर साफ पानी मे 8 से 12 घण्टे भीगोकर रखना चाहिए। उसके बाद बीज को पानी से निकालकर थोडी देर छाया मे सुखा कर 1 कि. ग्राम गेहूँ मे 250 ग्राम गुड की चासनी मे मिलाना। उसके बाद 500 ग्राम राफडें की बारिक मिटटी में मिलाना चाहिए। बाद मे 500 ग्राम वर्मीकम्पोष्ट या पका हुआ देशी खाद में मिलाना चाहिए। बाद में 250 ग्राम चूले की बारीक़ राख में मिलाना जब तक कि बीज गोल-गोल सभी बीज अलग-अलग ना हो जाये।

सच्चा बचपन : बाल अधिकार सप्ताह

बाल अधिकार सप्ताह
(दिनाँक 14 नवम्बर-20 नवम्बर)

देश की जनसंख्या का 40 प्रतिशत भाग बच्चे हैं। समता और समानता के मद्धेनज़र वंचित वर्ग के बच्चों के लिए बने सुरक्षा एवं विकास कार्यक्रमों के द्वारा सभी बच्चों के लिए अवसर, सुविधा और माहौल सुनिश्चित किये जाने की आवश्यकता है जिससे उनका सर्वोकृष्ट व्यक्तिगत विकास संभव हो सके।

बाल्यावस्था वयस्कता से अलग है और जन्म लेने से 18 वर्ष की उम्र तक इंसान इसी अवस्था में रहता है । इस विशेष प्रकार से संरक्षित समय में, यह सुनिश्चित करना ज़रूरी है कि बच्चे सम्मान के साथ जीवन जीना, सीखना, खेलना, विकसित होने के साथ साथ स्वस्थ बचपन जी सके चूँकि ये उनके अपने अधिकारों अर्थात बाल अधिकारों की श्रेणी में आते हैं ।

बाल अधिकारों के बारे में बेहतर तरीके की सोच रखने वाले दुनियाभर के सबसे ज़्यादा देशों ने मानवाधिकार संधि के रूप में "बाल अधिकारऔर संयुक्त राष्ट्र सम्मेलन" अंतर्राष्ट्रीय कानूनी सरंचना को अपनाकर प्रत्येक बच्चे से उसके अधिकारों की रक्षा करने और उन्हें पूरा करने का वादा किया था ।

संयुक्त राष्ट्र के **"सतत विकास लक्ष्य"** में बाल अधिकारों का सम्मान करना एवं उनकी रक्षा करने की बात की गयी है।

"सतत विकास लक्ष्य" को **"बाल अधिकारों"** की प्राप्ति के बिना प्राप्त कर पाना असंभव है ।

बच्चों के विकास को सुरक्षित करते बाल अधिकार

जीवन जीने का अधिकार:	विकास/संरक्षण का अधिकार:	सुरक्षा का अधिकार:	सहभागिता का अधिकार:
आश्रय	मुफ्त व अनिवार्य शिक्षा का अधिकार,	उपेक्षा, क्रूरता और शोषण से मुक्त जीवन जी सके	युवावस्था और इससे आगे बढ़ने पर स्वयं और देश के निर्माण में आत्मनिर्भरता के साथ सोच समझकर फैसले ले सके
पोषण और स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच	खेल और मनोरंजन के भरपूर अवसर,		
	अवकाश के समय में आराम,		

भारत में दिनांक 14 नवम्बर को देश के प्रथम प्रधान मंत्री पं. जवाहरलाल नेहरू की जयंती के अवसर पर उन्हें श्रद्धांजलि देने के रूप में बाल दिवस मनाया जाता है ।

दिनांक 20 नवम्बर को पूरे विश्व में अन्तर्राष्ट्रीय बाल दिवस मनाया जाता है ।

20 नवंबर वर्ष 1959 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने बाल अधिकारों की घोषणा को अपनाया था ।

इसी दिन वर्ष 1989 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने बाल अधिकारों पर कन्वेंशन को अपनाया था।

आदिवासी और जनजातिय क्षेत्रों में बच्चों की स्थिति:-

तालिका: आदिवासी और जनजातिय क्षेत्र में 5 वर्ष तक की आयु के बच्चों में कुपोषण का स्तर

सं.	राज्य/जिलेवार	उम्र की तुलना में कम वजन (Under weight)	उम्र की तुलना में छोटा कद (Stunting)	लम्बाई की तुलना में कम वजन (Wasting)
	भारत	32.1	35.5	19.3
1	राजस्थान	27.6	31.8	16.8
2	बांसवाडा	38.7	44.6	7.5
3	डूंगरपुर	25.9	31.4	4.4
4	प्रतापगढ़	31.8	29	11.5
5	मध्यप्रदेश	33	35.7	6.5
6	रतलाम	28.6	29	4.2
7	झाबुआ	41.7	49.3	5.6
8	गुजरात	39.7	39	10.6
9	दाहोद	53	55.3	13.4

स्रोत- रा.प.स्वा.स. 5 (2020-21) आंकड़ा प्रतिशत में

मुख्य अनुशंसा:

1. प्रत्येक विद्यालय में कुपोषण मुक्त अभियान के सुदृढ़ीकरण की आवश्यकता है जिसके अंतर्गत छात्र-छात्राओ को प्रति सप्ताह पोषण के प्रति जागरूक करना, स्वास्थ्य जाँच की नियमितता, प्रत्येक किशोरी बालिका को आयरन फोलिक एसिड टेबलेट का वितरण, तथा साथ ही विद्यालय प्रांगण में स्थानीय पौष्टिक फल एवं सब्जियों की पोषण वाटिका को स्थापित किया जाये।
2. पंचायत स्तर की बाल संरक्षण समिति को पुनर्जीवित करते हुए सक्रिय बनाने की आवश्यकता है।
3. जनजातिय क्षेत्रों में रोजगार हेतु परिवार के पलायन की स्थिति में बच्चे शिक्षा से वंचित हो जाते हैं यदि उनके बच्चों के अनुपात में तय आवासीय विद्यालयों की संख्या बढ़ाई जाये तो माता-पिता पलायन के समय अपने बच्चों को इन आवासीय विद्यालय से जोड़कर बच्चों का शिक्षा से जुड़ाव बनाये रख सकते हैं|
4. विद्यालयों में **"बाल सभा"** आयोजित करने हेतु सरकार द्वारा बने हुए दिशा-निर्देश के प्रभावी क्रियान्वयन को सुनिश्चित किया जाए।
5. ग्राम सभा में बच्चों के अधिकारों से जुड़े मुद्दों को सम्मिलित किया जाये|

सच्चा स्वराज : सामाजिक अंकेक्षण - समुदाय द्वारा सत्यता जांचना

सरकार द्वारा ग्राम विकास के लिए किये गये टिकाऊ एवं उपयोगी कार्य की जाँच का हक आम जनता को है | जनता जब चाहे खर्च का हिसाब एवं कार्यो की गुणवता की जाँच कर सकती है यही कार्य सामाजिक अंकेक्षण कहलाता है | दक्षिणी राजस्थान,गुजरात व मध्यप्रदेश के राजस्थान की सीमा से लगे ग्रामीण क्षेत्रों में जनजातिय समुदाय कृषक , खेतिहर, मजदूरों तथा अन्य श्रमिक व विभिन्न प्रकार के कार्य करने वाले परिवार निवासरत है इनमें से अधिकांश परिवार गरीबी रेखा के नीचे जीवन-यापन करने वाले हैं। केन्द्र सरकार एवं राज्य सरकारों द्वारा समय-समय पर अनेक कार्यक्रमों की शुरुआत कर विकास के कार्य करवाए जा रहे है | सरकार द्वारा योजना को प्रभावी रूप से लागु करने और भ्रष्टाचार से मुक्त रखने के लिए सामाजिक अंकेक्षण तथा सूचना के अधिकार अधिनियम के तहत समस्त जानकारियाँ लेते रहने का प्रावधान आम आदमी के लिए किया गया है। इस अंक में हम सब मिलकर जानेगे कि सामाजिक अंकेक्षण की प्रक्रिया व इसके फायदे क्या है ?

अपने बीज का चयन सावधानी से करें और बीजामृत से उनका उपचार करें।

जनजातिय स्वराज संगठन सहयोग इकाई की गतिविधियाँ

माही

प्रिय साथियों आशा एवं उम्मीद करता हूँ कि दीपावली उत्सव एवं उमंग के साथ मनाई होगी एवं इस उमंग के साथ ही हम सभी साथी रबी की फसल में लग गये होंगे. साथियों मैं दीपावली के पहले हमारे क्षेत्र में आया था तो देखा की बांसवाडा-घाटोल मार्ग पर दो युवा तेज रफ़्तार से वाहन चलाते हुए आपस में भीड़ गए जिसमे मेरे आँखों के सामने एक युवक ने दम तोड़ दिया. इस स्थिति को थोडा गंभीरता से देखिएगा जब वो युवा अपने घर से निकला होगा तो घर वाले वापस लोटने की राह देख रहे होंगे युवा की उम्र तकरीबन 25 से 27 साल के मध्य होगी. आप युवा सोचे किस प्रकार से आपके माता –पिता ने कठोर परिश्रम कर आपको इस उम्र तक लाए होंगे ये देखने के लिए की आप एक हादसे में आपकी ही नहीं पुरे परिवार को अन्धकार में डाल दे उस माता को देखिये जो आपको विदा करते समय आपकी पीठ देखे और फिर आपको कभी देख ही नहीं पाए.आप सोचे ये सब आप किसको बताने चाहते है क्या आप इसमें अच्छे दिख रहे है मेरी नजरो में तो आप एक लोफर है जो किसी का ध्यान न रखते हुए बस एक्सेलिटर पर ही अपना ध्यान केन्द्रित कर रहे है .साथियो आपसे निवेदन है की आप इन सब बातो को समझे और आप यही दिमाग पढाई में लगाए तो शायद आपका भविष्य अन्धकार न होते हुए उजाले की तरफ जाए. मैं इस संस्करण के माध्यम से आपसे अनुरोध कर सकता हूँ के आप संभल जाए तो आपके परिवार के लिए हितकारी होगा.....

सच्ची खेती- ख़ुशी है की अब हमारी बहने पारंपरिक खेती को समझने के साथ ही करने लगी है जैसा की अभी हम देख रहे है कि बहुत से गाँवो में हिरमा चना को बीज उपचार कर खेती के लिए उपयोग में लिया जा रहा है यह विश्वास दिलाने में साथियों हमें कई वर्ष लगे पर इसके परिणाम आने लगे है हमारे वागड़ क्षेत्र में हमें बहुत सी चीजों में बाजार पर निर्भर नहीं के बराबर रहना पड़ रहा है जब बीज की बात आती है तो आज भी सबसे पहले बीज अपने घर पर जिसने सहजकर रखा है वह किसान साथी सबसे पहले बीज डालता है उगाता है और उत्पदान भी पहले लेता है साथ ही आने वाले वर्ष के लिए बचाके भी रखता है पर बाजार पर आश्रित किसान बाजार में जाएगा लाएगा दवाई डालेगा और फिर उगायेगा ऐसा अंतर हमको समझना पड़ेगा.

किसान साथियों इस माह में हमे जिवामृत दवाई बनानी है ताकि हमारी फसल जल्दी से अच्छी लय पकड़ के खड़ी हो क्यों हम बाजार से NPK लाए और हमारे ऊपर रासायनिक का भार बढ़े और क्यों हम मिटटी को खराब करे जैसा की मैने कहा था की हमारे क्षेत्र में हर वनस्पति आसानी से मिल जाती है और इसके उपयोग आज भी हम जानते है तो इसको इस्तेमाल करे और हमारी मिटटी,जल,जंगल,जानवर और बीज को आने वाली पीढियों के लिए बचाए रखे ताकि वो पीढ़ी भी हमारी सिख लेकर हमारी संस्कृति और विरासत को बचाए रखे..

सच्चा बचपन- 14 नवम्बर से 20 नवम्बर तक बाल सप्ताह का आयोजन होने जा रहा है जिसमे पंचायत स्तर पर प्रभात फेरी निकालना और विशेष ग्राम सभा व बाल संवाद का आयोजन करवाना जिसमें बच्चों द्वारा सुझाव दिया जाएं ताकि विकास कार्य योजना बाल केन्द्रित हो सके,ग्राम विकास बाल अधिकार समिति की बैठक में बाल मित्र गाँव अवधारणा को लेकर चर्चा और इस दिशा में हुई प्रगति की समीक्षा करना एवं साथ ही गाँव में बच्चो के विभिन्न क्षेत्र जेसे खेल मैदान,स्कूल की चार दिवारी,शोचालय एवं शाला के पश्चात पुस्तकालय का निर्माण मुख्यालय स्तर पर होना चाहिए .इसमें पिछले कुछ वर्षो में भी खेल मैदान के लिए बच्चो ने अपनी मांग ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति के साथ मिलकर ग्राम सभा में इसका अनुमोदन करवाया है जो की कुछ हद तक सफल रहा है। साथियो पत्रिका के माध्यम से आपसे अनुरोध है की बच्चे ही कल का भविष्य है कृपया कल के भविष्य का एक वातारण का निर्माण करे ताकि आपको बच्चे या आने वाली पीढ़िया ऐसे कामो के लिए सदेव स्मरण करे...

सच्चा स्वराज – हमारे मुद्दों की हम पहचान तो करना सिख गए है और कही ना कही इसको प्राथमिकता देना भी सिख रहे है परन्तु अभी यह सफ़र शुरू हुआ है मेरा मानना है एक दिन सभी स्वराज संगठनों को काफी आगे तक जाना है जो बैठकों के दर्मिया अनुभव लिए होंगे पिछले महीने में बैठक में शामिल हुआ था वहा हमारी चर्चा में निकल कर आया की संगठन के कुछ साथी सम्पूर्ण योजनाओ की जानकारी रखते है पर जब संगठन में सम्मिलित हुए तब इन सब चीजों का अभाव था पर विगत कुछ वर्षो में यह संभव हुआ और अब उनके ग्राम पंचायत में किसी भी व्यक्ति को योजना की जानकारी चाहिए तो वह सीधा संगठन के साथी से संपर्क करता है क्योंकि अब समुदाय के साथी जानते है की हमारा कार्य वह व्यक्ति बिना स्वार्थ के करने में हमारा पूर्ण योगदान देगा और पीछले वर्षो ने फसल खराबा,पशुटीकाकरण, सामुदायिक पेयजल,योजनाओ के लाभ, नहरी की मरम्मत के साथ ही व्यक्तिगत लाभों के लिए भी यह व्यक्ति (संगठन सदस्य) आगे रहा है साथियो मैने जब बात की तो संगठन साथी ने बताया की हेमंत जी वाकई इसमें अलग ही आनंद आता है आज सरपंच भी मुझे समझता है और कुछ मुद्दों पर मेरी राय भी लेता है अब मुझे संगठन के सभी सदस्यों को आगे ले जाना है और कल वाग्धारा रहे या न रहे पर हमारा संगठन हमेशा रहेगा यह सुनके मुझे भी काफी आनन्द आया कि संगठन की सोच अब हमारे सदस्य जानने लगे है और आगे बढ़ने लगे है.....

वाहन चलाते समय हेलमेट का उपयोग जरुर करे आप है तो परिवार है.....

हिरन

जय गुरु सभी साथियों आप सभी से कुछ सवाल करना चाहते है | जिससे हमारे आने वाले माह की गतिविधियां जुड़ी है |
क्या आप तैयार है साथियों –
छड़ी पड़े गम – गम .....
हमारी प्रथम पाठशाला .....
ऐसा क्या है जो आप से कोई नही छीन सकता और न ही चुरा सकता है जिसे बाँटने पर बढती,कम नही होती ?
.....
इसी प्रकार हम बाल पंचायत का आयोजन करने वाले है जोकि सभी जनजातीय स्वराज संगठन में होगी जिसमे बाल अधिकार के साथ ही विभिन्न प्रकार की गतिविधियों का आयोजन भी होगा ---

- बीज एकत्र करना रंगों के अनुसार
- मिट्टी एकत्र करना रंगों के अनुसार
- शिक्षा का अधिकार

शिक्षा के अधिकार पर चर्चा कर बाल पंचायत के सदस्यों को सक्रिय करना ताकि कोई न रहे वंचित शिक्षा से – बचपन न खोने देगे, अपने अधिकारों को लेकर रहेगे |
ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति,सक्षम समूह की बैठक में ग्राम विकास एवं सच्ची खेती को लेकर सत्र अनुसार गतिविधियों का आयोजन करवाया जायेगा |
ग्राम विकास के मुद्दों को सही तरह से चुन कर उन्हें अगले स्तर पर रखने की योजना के लिए गतिविधियां आयोजीत की जाएगी |
युवा साथियो को खेती से आजीविका सवर्धन हेतु प्रशिक्षण प्रदान किया जायेगा, जिससे युवाओ का खेती की तरफ रुझान होवे |
स्वराज संगठनो द्वारा जैसा कि चने को लेकर प्रस्ताव रखा था उस अनुसार चना वितरण एवं अन्य योजनाओं से जुडाव करवाने के लिए बैठक का आयोजन |
हाँग्ड़ी खेती पर प्रशिक्षण , जिसका मुख्य उद्देश्य है जैविक तरीके से अपने खेतो की मिट्टी को उपजाऊ बनाये रखे एवं अच्छी उपज ले सके |
खूब खूब आभार साथियों |

मानगढ़

मानगढ जनजातीय स्वराज संगठन सहयोग इकाई की ओर से सभी पाठकों को जयगुरू!

सच्चा बचपनः ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समितियों के द्वारा ग्रामपंचायत से राजकीय विद्यालय अम्बलिया आम्बादरा और नवाधरा में बच्चों के खेल मैदान नहीं होने की समस्या जनप्रतिनिधियों के समक्ष रखी थी| जिस पर अक्टूबर माह में स्कूल मैदान के निर्माण का कार्य पूरा हुआ है इससे 300 से अधिक विद्यालयीन बच्चों को विभिन्न खेलो में अपना कौशल विकसित करने और खेल विधाओ में पारंगत होने की सुविधा मिली, ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति फलवा के द्वारा शाला प्रबंधन समिति के साथ मिलकर फलवा में हिंदी और अंग्रेजी भाषा में पढाई करने की मांग की थी जिसे शिक्षा विभाग के द्वारा स्वीकृत करते हुए फलवा में दोनों भाषाओ में पढाई प्रारंभ हुई है इससे फलवा और दस से अधिक गाँवो के बच्चों को अंग्रेजी भाषा में पढ़ने की सुविधा प्राप्त हो गयी है |

सच्ची खेतीः रागी, कुल्थी, सांवा, कोदो, कांगनी, कुटकी जैसे मोटे अनाजो की जलवायु प्रतिरोधी क्षमता, उच्च पोषकमान और कोरोना के बाद समाज में स्वास्थ्य के प्रति बढती जागरूकता ने एक बार फिर लोगों को परंपरागत मोटे अनाज और विविधतापूर्ण फसलो की ओर लोटने पर मजबूर कर दिया है क्यूंकि मोटे अनाज की पैदावार के लिए पानी की जरूरत कम पड़ती है। खाद्य व पोषण सुरक्षा देने के साथ-साथ ये पशु चारा भी मुहैया कराते हैं। इनकी फसलें मौसमी उतार-चढ़ाव भी आसानी से झेल लेती हैं। इसका यही अर्थ है कि पानी की कमी और बढ़ते तापमान के कारण खाद्यान् उत्पादन पर मंडराते संकट के दौर में मोटे अनाज उम्मीद की किरण जगाते हैं क्योंकि इनकी खेती अधिकतर वर्षाधीन इलाकों में बिना उर्वरक-कीटनाशक के होती है। पोषक तत्वों की दृष्टि से ये गुणों की खान हैं। प्रोटीन व फाइबर की भरपूर मौजूदगी खनिज तत्व भी प्रचुरता में होते हैं जिससे कुपोषण की समस्या दूर होती है। इन्ही महत्त्व को देखते हुए भारत सरकार की अनुशंसा पर संयुक्त राष्ट्र संघ ने भी वर्ष 2023 को "अन्तराष्ट्रीय मिलेट वर्ष" के रूप में घोषित किया है.

हमारा उन्नत आदिवासी समुदाय कई पीढ़ियों से मोटे अनाज की खेती करते आ रहा था परन्तु बढ़ते बाजारवाद और भेदभाव पूर्ण सरकारी नीतियों के कारण मोटे अनाज की खेती लुप्त होती जा रही है वाग्धरा संस्था के द्वारा परंपरागत खेती को बढ़ावा देने तथा संवहनीय आजीविका के लिए इस वर्ष खरीफ सीजन में सक्षम समूह के माध्यमो से जुड़े 3500 से अधिक परिवारों को विभिन्न मोटे अनाज के 250-250 ग्राम बीज उपलब्ध करवाया है जिससे आज इन सभी परिवारों के पास पर्याप्त मात्रा में घर उपयोग हेतु मोटा अनाज उपलब्ध है |

सक्षम समूह की महिलाओ के द्वारा आपसी सोहार्द और एक दुसरे की मदद के लिए हमारे समुदाय की महान परम्परा हलमा को पुनर्जीवित किया है , निस्वार्थ भावना से ऐसे परिवार जिनके पास कोई आर्थिक और मानवीय संसाधन नहीं थे उनके खेतों में जाकर सामुदायिक रूप से हलमा कर निंदाई-गुडाई और फसल कटाई कार्य पूर्ण किये है. इससे वंचित परिवार का कृषि कार्य समय पर पूर्ण होकर संबल मिला है तो वहीं दूसरी ओर गाँवो में आपसी समन्वय, सोहार्द और प्रेम में वृद्धि हुई है |

सच्चा स्वराजः गाँधी जी के ग्राम स्वराज की संकल्पना को सच्चे अर्थो में लागु करने के लिए हमारे देश में त्रिस्तरीय पंचायत व्यवस्था निर्मित कर स्वशासन के माध्यम से शासन में समाज के अंतिम पायदान पर खड़े व्यक्ति की भागीदारी करने का प्रावधान किया गया है. वाग्धारा संस्था ने भी ग्राम स्वराज को धरातल पर लाने के लिए ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समिति तथा सक्षम समूह के नेतृत्व में समुदाय के द्वारा अक्टूबर माह में हुई ग्राम सभा में बड़ी संख्या में सहभागिता कर ग्राम विकास योजना बनाने में निर्णायक भूमिका निभाई| मानगढ़ इकाई की 122 ग्राम पंचायतो में 4636 विकास की योजनाये बनाकर ग्राम सभा में प्रस्तुत की और इन्हें ग्रामसभा से अनुमोदित कराकर पंचायत समितियों को प्रेषित करवाया है इसके साथ ही आनंदपुरी विकासखंड की ग्राम विकास एवं बाल अधिकार समितियों ने अपने गाँवो में सामुदायिक हलमा कर नहर सुधार का कार्य किया है.

संगठन के प्रयासों से झालोद में सभी 380 ग्राम पंचायतो में कम्प्यूटर ऑपरेटर हुए कार्यरत...

गाँव ठुठी कंकासिया में वाग्धारा द्वारा गठित जनजातिय स्वराज सगंठन झालोद की मासिक बैठक में यह मुद्दा निकलकर आया कि ग्राम पंचायत पर कार्यरत कम्प्यूटर ऑपरेटर की हड़ताल के कारण सरकारी योजनाओ से सम्बंधित कार्य नहीं हो रहे है कई योजनाओ की समयसीमा भी ख़त्म होने को है परन्तु पंचायत से जरुरी दस्तावेज नहीं बनने के कारण सभी परेशान है | उसी समय जनजातिय स्वराज सगंठन झालोद के अध्यक्ष संगाड़ा राजीव भाई जोखाभाई, उपाध्यक्ष मंजुलाबेन भाभोर, सचिव शंकर भाई निनामा द्वारा सभी सदस्यों से चर्चा कर तहसीलदार को ज्ञापन देकर ग्रामीणों की समस्या को हल करने का निर्णय लिया | तहसीलदार ने संगठन को आश्वस्त कर जल्द ही पंचायत पर व्यवस्था बनाने का भरोसा दिलाया ज्ञापन देने के बाद तहसीलदार महोदय ने समस्या का त्वरित निराकरण करते हुए पांच दिनों में फिर से कम्प्यूटर ऑपरेटर, ग्राम पंचायतो पर कार्यरत हो गये जिससे सभी ग्रामीणों के पंचायत से जुड़े कार्य और दस्तावेज बनने लगे और पात्र व्यक्तियों को सरकारी योजनाओं का लाभ मिलने लगा |
झालोद jss के सदस्य तहसीलदार को ज्ञापन देते हुए

मिट्टी अब सूखी हो जाएगी – टपक पद्धिति से पौधे को पानी देना एक अनुकूल तरीका है।

डेंगू बुखार, कारण, उपचार तथा बचाव

डेंगू बुखार क्या है

डेंगू बुखार, जिसे आमतौर पर हड्डी तोड़ बुखार के रूप में भी जाना जाता है, एक फ्लू जैसी बीमारी है, जो डेंगू वायरस के कारण होती है। बरसात के मौसम में डेंगू का खतरा बहुत बढ़ जाता है। यह जुलाई से अक्टूबर में सबसे ज्यादा फैलता है।डेंगू का मच्छर एडीज इजिप्टी मुख्य रूप से दिन में काटता है। यह सूर्योदय के दो घंटे बाद और सूर्यास्त से कई घंटे पहले सबसे अधिक सक्रिय रहता है।

डेंगू के कारण

डेंगू चार वायरसों के कारण होता है, जो इस प्रकार हैं - डीईएनवी-1, डीईएनवी-2, डीईएनवी-3 और डीईएनवी-4। जब यह पहले से संक्रमित व्यक्ति को काटता है तो वायरस मच्छर के शरीर में प्रवेश कर जाता है। और बीमारी तब फैलती है जब वह मच्छर किसी स्वस्थ व्यक्ति को काटता है, और वायरस व्यक्ति के रक्तप्रवाह के जरिये प्रवेश कर जाता है।

डेंगू के लक्षण

- तेजबुखार • भूख न लगना
- कमजोरी होना
- त्वचा पर निशान • खांसी आना
- बदन दर्द एडीस मच्छर द्वारा काटे जाने के करीब 3-5 दिनों के बाद मरीज में डेंगू बुखार के लक्षण दिखाई देने लगते हैं।

डेंगू का उपचार

औषधि :टायलेनोल या पैरासिटामोल जैसी दर्द निवारक दवाएं आमतौर पर रोगियों को दी जाती हैं। गंभीर डिहाइड्रेशन के मामले में कभी-कभी आईवी ड्रिप्स प्रदान की जाती हैं। डेंगू के बुखार से राहत पाने के लिए नारियल पानी खूब पिएं। इसमें मौजूद जरूरी पोषक तत्व जैसे मिनरल्स और एलेक्ट्रो लाइट्स शरीर को मजबूत बनाने में मदद करता है।

तुलसी के पत्तों को गर्म पानी में उबाल लें और फिर इस पानी को पिएं। ऐसा करने से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बेहतर होती है। इसे दिन में चार बार पी सकते हैं। पपीते के पत्ते भी काफी असरदार हैं। इसमें मौजूद पपेन शरीर के पाचन को सही रखता है। इसका जूस पीने से प्लेटलेट्स तेजी से बढ़ते हैं। तुलसी के पत्तों के साथ काली मिर्च को पानी में उबाल लें और पिएं। इससे इम्यून सिस्टम मजबूत होता है और यह एंटी बैक्टीरियल की तरह काम करता है।

डेंगू से बचाव

त्वचा को खुला न छोड़ें: अपनी त्वचा की सतहों को ढकने और मच्छर के दंश की संभावना को कम करने के लिए लंबी पैंट और पूरी बाजू की शर्ट पहनें। मच्छरों को भगाने व मारने के लिए मच्छर नाशक क्रीम, स्प्रे, मैट्स, कॉइल्स आदि प्रयोग करें। गुग्गल के धूएँ से मच्छर भगाना एक अच्छा देशी उपाय है। रात में मच्छरदानी के प्रयोग से भी मच्छरों के काटने से बचा जा सकता है। सिनेट्रोला तेल भी मच्छरों को भगाने मे काफी प्रभावी है। यदि रूम कूलरों तथा पानी की टंकियों को पूरी तरह खाली करना संभव नही है तो यह सलाह दी जाती है कि उनमे सप्ताह मे एक बार पेट्रोल या मिट्टी का तेल डाल दें। ऐसे करने से मच्छर का पनपना रूक जायेगा। अपने घर के आस-पास के क्षेत्रों मे सफाई रखें। कूड़ा-करकट इधर उधर ना फेकें। घर के आस-पास जंगली घास व झाडियाँ आदि न उगने दें। एडीज मच्छर साफ और स्थिर पानी में पनपता है। पानी के बर्तन या टंकी को हर समय ढककर रखें और यदि आवश्यक हो तो एक उचित कीटाणुनाशक का उपयोग करें। यदि आपको लगता है कि आपके क्षेत्र में मच्छरों की संख्या में अधिक वृद्धि हो गयी है या फिर बुखार से काफी लोग ग्रसित हो रहे है तो अपने स्थानीय स्वास्थ्य केन्द्र, नगरपालिका या पंचायत केन्द्र में अवश्य सूचना दें।

वर्षो बाद हुआ समस्याओं का त्वरित निराकरण ! चाइल्ड लाइन 1098 वाग्धारा की पहल लाई रंग

2. चाइल्ड लाइन 1098 वाग्धारा ने चोपाल में निकली दिव्यांग पेंशन ,पालनहार ,शिक्षा से वंचित बालको की समस्या ,सड़क ,पानी इत्यादि मुलभुत सुविधाओ का अभाव है तो जिला प्रशासन मदद करे

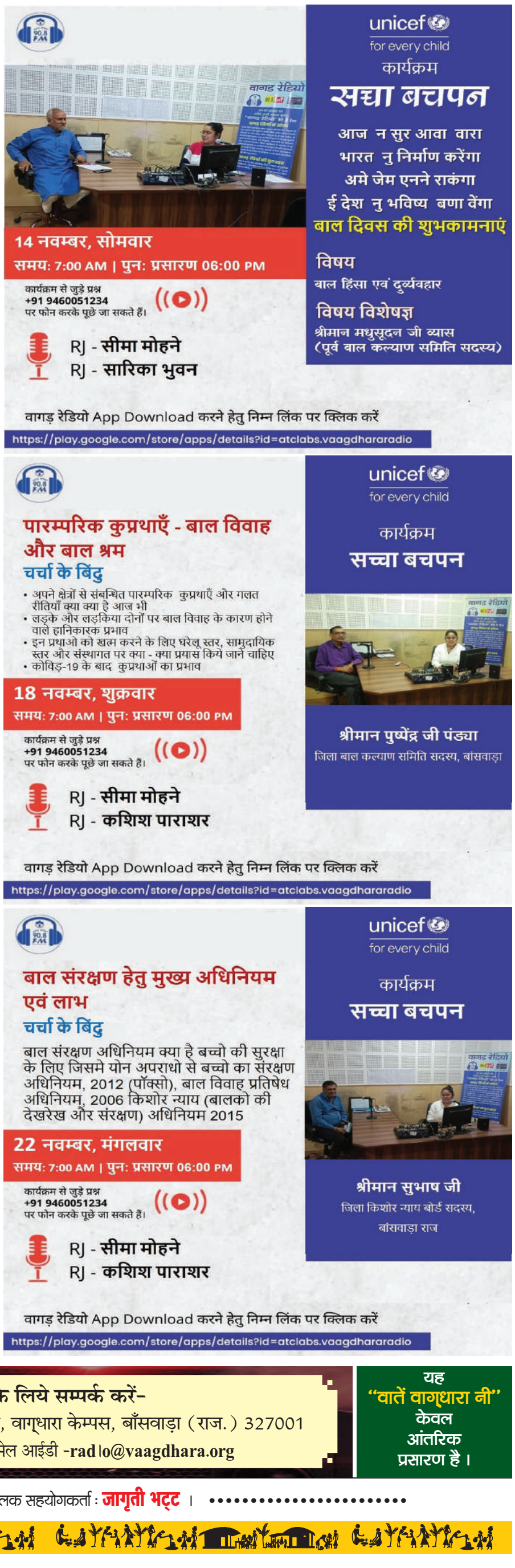
3. सरकार हमारी खेर -खबर नही लेती है कि खबर प्रकाशित होने पर, जिला प्रशासन के अधिकारी तुरंत गाँव पहुचे एवं ग्रामीणों से वार्तालाप कर संवाद किया ! कार्यवाही कर त्वरित निराकरण के दिए निर्देश ग्रामीणों में ख़ुशी की लहर

1. ग्रामीणों के द्वारा चाइल्ड लाइन 1098 की चोपाल में बताया की कभी सरकार भी हमारे गाँव में आ के देखे की हम किस स्थिति में अपने जीवन का गुजर बसर करते है | समस्याएं अनेक है पर समाधान नही

4. तत्काल पांच दिव्यांग जनों के प्रमाण पत्र ऑनलाइन करवाए, स्वीकृत पेंशन को किया जारी पालनहार के फॉर्म को किया ऑनलाइन माँ -बाड़ी केंद्र के स्वीकृति के लिए भेजा अनुशंसा पत्र सडको का होगा दुरस्तीकरण

5 . गाँव निचला घंटाला में बरसो बाद अधिकारी के गाँव पहुँचने एवं समस्त समस्याओ के निराकरण होने पर गाँव वालो ने चाइल्ड लाइन 1098 वाग्धारा का जताया आभार

नोट :- जरुरत मंद बालको का एक ही सहारा चाइल्ड लाइन 1098 वाग्धारा



वागड़ रेडियो 90.8 FM द्वारा जन - जन तक विशेष संदेशों के साथ जन जागरूक कार्यक्रम
* पोषण माह के जरिये जन जागरूकता
* पोषण एवं स्वास्थ्य की बात समुदाय के साथ
* विशेष दिवस जैसे अंतराष्ट्रिय बाल सप्ताह दिवस (छोटे बच्चे, बालक - बालिका, किशोरियों के लिए) सुरक्षा की एक पहल
- विषय विशेषज्ञों के साथ गाँव गाँव
- ढाणी ढ़ाणी पते की बात, वागड़ रेडियों के साथ

अधिक जानकारी के लिये सम्पर्क करें-
वागड रेडियों 90.8 FM, मुकाम-पोस्ट कुपड़ा, वाग्धारा केम्पस, बाँसवाड़ा (राज.) 327001
फोन नम्बर है - 9460051234 ई-मेल आईडी -radio@vaagdhara.org

यह "वातें वाग्धारा नी" केवल आंतरिक प्रसारण है ।

मार्गदर्शक : दीपक शर्मा, गगन सेठी, नरेन्द्र कुमार । मुख्य संकलक : परमेश पाटीदार । संकलक सहयोगकर्ता : जागृती भट्ट ।