



Room to Read®

World Change Starts
with Educated Children.®

नमस्कार,

आशा है कि आप और आपका परिवार अच्छे से होंगे। जैसा कि आप जानते हैं हम सभी लॉकडाउन में हैं और अपने—अपने घर पर हैं, हमने सोचा कि अपने नियमित समाचार पत्र गपशप का ई—संस्करण लाया जाए। हम आपको लॉकडाउन की इस अवधि के दौरान समय—समय पर इस तरह के ई—गपशप भेजते रहेंगे। आशा है कि आपको इसे पढ़कर अच्छा लगेगा। आप इसे अपने दोस्तों, परिवार के सदस्यों और आपके अनुसार जिन्हें भी इन लेखों को पढ़ने में मजा आए उनके साथ साझा कर सकते हैं।

घर पर रहें। सुरक्षित रहें।

आपकी चुलबुली और बुलबुली

पर्यावरण के बारे में आप सभी ने सुना या पढ़ा ही होगा कि यह पानी, हवा और धरती से मिलकर बनता है जिस पर मनुष्यों, जानवरों और पेड़—पौधों की जिन्दगी निर्भर करती है। आप सब यह भी जानती होंगी कि इसका बचाव और रख—रखाव हमारे जीवन के लिए कितना जरूरी है। एक स्वस्थ पर्यावरण हमारे जीवन के लिए उतना ही महत्वपूर्ण है जितनी की हमारी साँसें। आपका क्या मानना है?

क्या आपको पता है कि 2 जून 2015 को हमारे एक और पड़ोसी देश भूटान ने 'वृक्षारोपण' यानि पेड़ लगाने का एक नया विश्व रिकॉर्ड कायम किया और गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में अपना नाम दर्ज करा लिया (गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स हर साल प्रकाशित होने वाली एक किंताब है जिसमें चीजें, व्यक्तियों या स्थानों के बारे में अनोखी बातें रिकॉर्ड की जाती हैं)।

उस दिन 100 लोगों ने मिलकर 1 घंटे में 49,672 पेड़ लगाए। 2015 में वहाँ के पूर्व राजा जिनमे सिंग्ये वांगयुक की 60वीं सालगिरह रही और यह वृक्षारोपण कार्यक्रम उनके सम्मान में आयोजित किया गया था। उन्होंने अपने राज में पर्यावरण के बचाव के लिए बहुत से कदम उठाये थे, और पेड़ लगाने पर हमेशा जोर दिया था। यहीं वजह है कि आज वहाँ के कुल क्षेत्र का 75 प्रतिशत वन है। इसका मतलब यह है कि वहाँ की पूरी जमीन का ¾ हिस्सा वन है। यह अपने आप में एक बहुत अनोखी बात है, क्योंकि

आज कल हम यह देख रहे हैं कि किस तरह से वनों को काट कर उसमें बड़ी—बड़ी इमारतें बनाई जा रही हैं।

पेड़ हमारे जीवन के लिए कितने उपयोगी हैं यह तो हम सभी जानते हैं। पर क्या आप सब जानती हैं कि इस समय पूरे विश्व के सिर्फ 31 प्रतिशत क्षेत्र में वन बचे हैं। हमारे देश में भी बहुत कम जंगल बचे हैं, हालांकि पिछले कुछ सालों में स्थिति में सुधार हुआ है। 1986—90 के दौरान हमारे देश में केवल 21.5 प्रतिशत वन बचे थे, पर अब यह बढ़कर 23.56 प्रतिशत हुआ है। मजे की बात यह है कि भूटान से पहले 1 घंटे में 100 लोगों द्वारा सबसे ज्यादा पेड़ लगाने का विश्व रिकॉर्ड भारत का ही था, पर भूटान ने करीब दस हजार पेड़ ज्यादा लगाकर उस रिकॉर्ड को तोड़ दिया।

पेड़ वातावरण से कार्बन डाइऑक्साइड लेकर ऑक्सीजन देते हैं ये तो हम सबको पता है, पर इसके अलावा भी पेड़ों से हमें और बहुत से फायदे हैं। पेड़ प्रदूषण फैलाने वाले गैस, जो हमारे लिए हानिकारक हैं, जैसे नाइट्रोजन ऑक्साइड, अमोनिया, सल्फर डाइऑक्साइड वर्गे हैं, सोख लेते हैं और हमारे आस—पास के वातावरण को साफ रखते हैं। पेड़ हमारे वातावरण को ठंडा भी रखते हैं। जिन क्षेत्रों में भारी मात्रा में पेड़ काटे गए हैं वहाँ के तापमान में बढ़ोत्तरी देखी गयी है, मतलब उन क्षेत्रों में गर्मी बढ़ गयी है। और इस समय दुनिया भर में गर्मी बढ़ने

पर्यावरण - कुछ रोचक बातें

से हमारे पर्यावरण में बहुत से बदलाव हुए हैं जो सभी के लिए हानिकारक सिद्ध हो सकते हैं। इसके फलस्वरूप मौसम का चक्र बदल रहा है जिससे खेती में फर्क पड़ता है और अक्सर फसलों को नुकसान पहुँचता है। अब दुनिया भर में पर्यावरण को बचाने की मुहीम छिड़ गयी है। अब हर जगह ज्यादा से ज्यादा पेड़ लगाने पर जोर दिया जा रहा है। अगर हम सब मिलकर प्रयास करें तो अभी भी पर्यावरण को बचा सकते हैं।

मुझे उम्मीद है कि आप सबको पर्यावरण से संबंधित कुछ नयी और रोचक बातों के बारे में जानकर बड़ा मजा आया होगा। कहीं आप यह तो नहीं सोचने लगी कि इन्हें बड़े पर्यावरण को बचाने के लिए हम क्या कर सकते हैं? वैसे अगर हम अपने रोजमर्रा की जिंदगी में थोड़ी सी सावधानी या बदलाव लायें तो पर्यावरण को बचाने में हमारा बहुत योगदान हो सकता है। क्या आप जानता है कि मैं क्या करती हूँ? मैं कभी भी रास्ते में कूड़ा—कचरा नहीं फेंकती और हमेशा कूड़ेदान का इस्तेमाल करती हूँ। और तो और घर में जब लाइट या पंखे की जरूरत नहीं होती तब उसे बंद ही रखती हूँ। इससे 10—40 प्रतिशत बिजली बच जाती है। तो इसी तरह आप भी अपने दोस्तों और परिवार के साथ मिलकर योजना बना सकती हैं कि अपने पर्यावरण को अच्छा और स्वस्थ रखने के लिए आप क्या कदम उठायेंगी। अगर आपने अपने समुदाय में कुछ ऐसी चीजें की हैं या करना चाहती हैं तो मुझे लिख कर जरूर बताएँ।

रंग—बिरंगी घड़ी

नीचे एक दिलचस्प घड़ी दी गई है। इसमें आपको रंग भरना है। आपने दिन भर में क्या—क्या काम किया, किस काम में कितना समय बिताया, इसे रंगों से दिखाना है। यहाँ दिन भर का मतलब है पूरे 24 घंटे और उन घंटों के लिए रंग चुनकर घड़ी में भर देना है। आपने कुछ खास या नया किया है तो उसको अलग से लिख दीजिए और उसके लिए अपना मनवाहा कोई रंग चुन लीजिए। उदाहरण के तौर पर अगर आप घर में पढ़ाई सुबह 10 से 12 के बीच में करते हो तो आपको इस घड़ी में 10 से 12 के खानों में हरा रंग भरना है। इसी तरह घड़ी के बाकी खानों में अपनी रोज़ की रुटीन के हिसाब से आपको रंग भरना होगा। अंत में आप देखिएगा कि 24 घंटे की रंग—बिरंगी घड़ी बन जाएगी। आपको अपनी रुटीन का भी अंदाजा लग जाएगा।

- सुबह जागना और नहाना
- व्यायाम
- घर में खुद से पढ़ाई करना

- घर में रहके भाई बहनों के साथ खेलना
- खाना
- सोना

