हिमालयी

द्वैमासिक

बच्चों का अख़बार

RNI No. UTTHIN/2003/10745 वर्ष 09, अंक 96, पृष्ठ 8, देहरादून, जनवरी–फरवरी, 2019 1995 से सतत प्रकाशित

दीदी की चिट्ठी

प्यारे बच्चो,

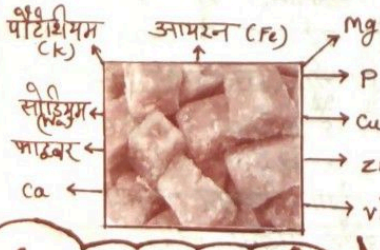
आप सब को नव वर्ष की बहुत -बहुत शुभकामनाऐ। कहते हैं दिल नादान होता है, सुन्दर सोच रखता है। और प्रेम को महत्व देता है। कहते हैं सुन्दर विचार दिल से निकलते हैं। लेकिन जो हमारा दिमाग होता है वह तेज, चालाक और तिकडमबाज होता है। फायदा नुकसान देखता है। अधिकतर खराब विचार दिमाग की देन होते हैं। कोशिश करे कि हमारा दिमाग हमारे दिल पर हावी ना हो। प्रेम, प्यार, सहायता, मदद जैसे शब्दो को समझे और अपने जीवन मे अपनाऐं। हर चीज से फायदा हो यह जरूरी तो नहीं। कई चीजो से आत्मिक सुख का अनुभव होता है। इस सुख का अहसास हमे ऊर्जा देता है।

प्रतिभा किसी की मोहताज नही कॉलम (पृष्ठ सं. 7) मे हमारे दोस्तो के भाव, विचार जानकर बहुत अच्छा लगा है। सलाम करती हूँ दोस्तो आपके जज्बे को और अपने माता पिता के प्रति आपके भाव को। यह भावना उम्र के हर पड़ाव मे बनाए रखना। तुम हो तो वे हैं और वे हैं तो तुम हो। हमारी एक छोटी साथी ने अपने इलाके (रुड़की) की समस्या से हम सबको अभगत कराया है। अच्छा लगा यह जानकर कि बच्चे अपने आस-पास की समस्याओं पर ध्यान देते हैं।

गंगा माँ अपने पानी के अन्दर की जैव विविधता से आप सब का परिचय करवा रही हैं। अवश्य पढ़े। हमारे नन्हें साथियों ने गंगा माँ पर कविता भी लिख डाली हैं। बाल अखबार के लिए सहयोग राशि भेजने वाले पाठकों का तहे दिल से धन्यवाद। तुम्हारे पत्रो का इन्तजार रहेगा।

तुम्हारी दीदी,
सुधा

स्वास्थ्य



① गुड़ खाने से हमारे शरीर में खुशी का एहसास कराने वाले हार्मोन का स्राव होता है।

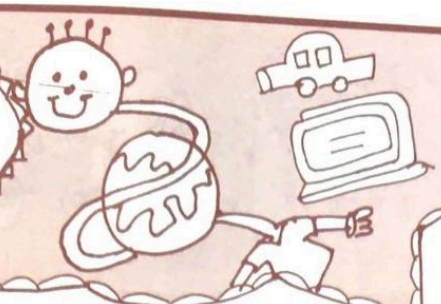
② गुड़ में फाइबर की मात्रा अधिक है। यह कब्ज मे आराम देता है।

③ जिन के शरीर में खून की कमी होती है उन्हें नियमित गुड़ खाना चाहिए क्योंकि गुड़ मे लौह तत्व बहुत हैं।

④ गुड़ शरीर को तुरंत ऊर्जा देता है।

शेष पृष्ठ सं. 5 पर....

हिमालयी,
बच्चों का अखबार

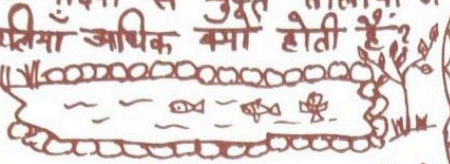


विज्ञान के चमत्कार

हरे पादपों से युक्त तालाबों में मछलियां अधिक क्यों होती हैं?

हरे पादपों से युक्त तालाबों में जल के अन्दर ऑक्सीजन (O_2) की मात्रा आधिक होती है क्योंकि यह प्रकाश संश्लेषण (photosynthesis) क्रिया द्वारा दिन में काफी मात्रा में उत्पन्न होकर जल मे घुल जाती है। जिसे मछलियाँ अपने श्वसन में उपयोग करके जीवित रह सकती हैं। इसके साथ ही आधिक पादपों के कारण कीड़े-मकोड़े भी आधिक रहते हैं। इस तरह मछलियों को पर्याप्त भोजन भी प्राप्त होता है।

केला कुछ समय बाद काला क्यों पड़ जाता है?



मार्केट से बढ़िया केले लेने के बाद भी कुछ दिन बाद यह काला होकर गलने लगता है। यह रहस्य केले के अन्दर ही छुपा है। केले के छिलके में एथिलीन नामक तत्व होता है। एथिलीन का काम है केले को पकाना। यह कच्चे, हरे केले को मीठे स्वादिष्ट पके हुए पीले केले में बदल देता है। केले के पकने के बाद भी एथिलीन केले को पकाने का कार्य करती रहती है। अब यदि केले को सही समय पर न खाया जाए तो एथिलीन उसे गला कर काला कर देती है। इस प्रक्रिया को धीमा करने के लिए केले को हवा रहित ठंडे स्थान पर रखना चाहिए।

अम्लीय वर्षा कैसे होती है?

कारखानों से निकलने वाली सल्फर डाई ऑक्साइड व नाइट्रोजन के ऑक्साइड वायुमण्डल में वर्षा के पानी से घुलकर अम्ल बनाते हैं। यह अम्लीय वर्षा के रूप में वर्षा के साथ पृथ्वी पर गिरता है जिसे अम्लीय वर्षा कहते हैं।

गर्म देशों के व्यक्ति ठंडे देशों की अपेक्षा काले क्यों होते हैं?

त्वचा मे मेलानिन (melanin) नाम का पिगमेंट बनता है। गर्म देशों में व्यक्तियों को पराबैंगनी (uv rays) किरणों के प्रभाव से बचाने के लिए त्वचा मे मेलानिन का निर्माण आधिक मात्रा में होता है। जिससे वे काले होते हैं। ठंडे देशों के व्यक्तियों में मेलानिन कम मात्रा मे पाया जाता है जिससे वे गोरे होते हैं।

- उत्तराखण्ड के उत्तरकाशी जिले में 3,900 मी० की ऊंचाई पर गोमुख के निकट गंगोत्री हिमानी गंगा का उद्गम स्रोत है। यहां इसे भागीरथी कहते हैं।
- अलकनंदा का उद्गम स्रोत है बद्रीनाथ के ऊपर सतोपंथ हिमानी (अलकापुरी हिमनद) में है।
- 'गंगा-ब्रह्मपुत्र' डेल्टा हुगली और मेघना नदियों के बीच है।
- 'गंगा-ब्रह्मपुत्र' डेल्टा विश्व का सबसे बड़ा डेल्टा माना जाता है।

गंगा की जैवविविधता

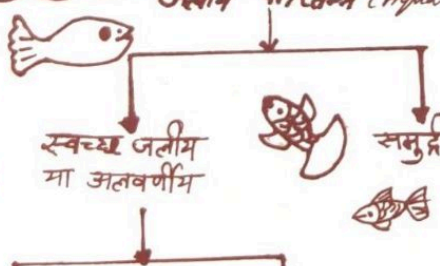
(भाग-2)

आज मैं गंगा बात करूंगी अपने परिवार की। पहले अंक मे मैंने जिक्र किया था कि मेरे जल मे मेरा भरा पूरा परिवार वास करता है। आज आप सब का परिचय करवाना है अपने परिवार से। वैज्ञानिक भाषा मे कहे तो गंगा की जैव विविधता (biodiversity) से। यानि गंगा के जल मे रहने वाले विभिन्न जलीय जीव जन्तु जैसे मछली, मेढ़क, मगरमच्छ, सांप, शार्क, डॉलफिन आदि, व जलीय पादप जैसे जलकुम्भी (water hyacinth), हाईड्रा आदि। यही है मेरा परिवार जिसे मैं बहुत चाहती हूँ और जाहिर है बहुत प्यार भी करती हूँ। हमारा साथ है जन्मो का और इन सबकी वजह से मेरा अस्तित्व है। ये सब हैं तो मैं हूँ और ये नहीं तो मैं भी नहीं। थोड़ा पेचिदा लग रहा है ना। पर कोई बात नहीं, एक-एक करके उनके महत्व को बताऊंगी तो समझ जाओगे मैं ऐसा क्यो कह रही हूँ। इन सब (जीव जन्तु व पादपों) की वजह से मुझे जीवित नदी का दर्जा मिला है।

किसी भी स्थान पर एक पौधा या एक जीव अकेला नहीं पाया जाता है। बल्कि ये दोनो साथ-साथ एवं समूहों मे पाए जाते हैं और दोनो ही एक-दूसरे को प्रभावित करते हैं। एक ही जाति (species) के बहुत-से पौधे या जीव मिलकर एक आबादी (Population) का निर्माण करते हैं, और विभिन्न जातियो की आबादियाँ मिलकर एक जैविक समुदाय (Biotic Community) का निर्माण करती हैं। किसी समुदाय के निर्जीव वातावरण तथा उसमे पाए जाने वाले जीवधारियो को सामूहिक रूप से पारितन्त्र (Ecosystem) कहते हैं। दूसरे शब्दो मे, जैव-समुदाय तथा अजैव वातावरण के सम्बन्ध को पारितन्त्र कहते हैं। अब मैं बात करूंगी अपने पारितन्त्र की। पारितन्त्र मुख्य रूप से दो प्रकार के होते हैं :-

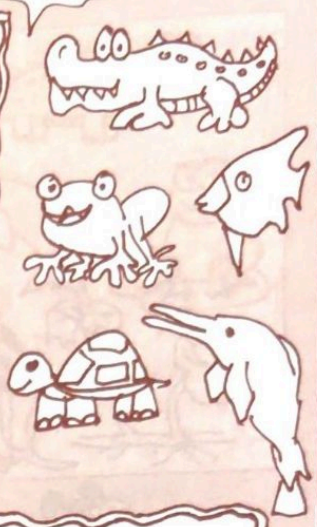
1. जलीय पारितन्त्र (Aquatic Ecosystem)
2. स्थलीय पारितन्त्र (Terrestrial Ecosystem)

मेरा परिवार जलीय पारितन्त्र प्रेमी है। मेरा जल बहता जल है और अलवणीय है। मेरे परिवार को यही जल भाता है। क्योंकि वे इसी में पले बढ़े हैं। अब यदि मेरे जल को लवणीय कर दिया जाये और मेरी प्रवृति रुके जल वाली यानि तालाब जैसी हो जाए तो क्या होगा? आप सब समझदार हैं, समझ सकते हैं मेरे परिवार के सदस्यो पर क्या बीतेगी। वे धीरे-धीरे बिमार हो जाएगे। और फिर



पृष्ठ सं. ③ का शेष भाग...

॥ नमामि गंगे ॥



गंगा को अलविदा कहकर दूसरे लोक में चले जाएगे। मेरी शुद्धता निर्मल व अविरल धारा उन सब की मौजूदगी से है। जैसे घड़ियाल भाई का जिम्मा है सफाई का, वहीं मगरमच्छ भाई चौकीदारी करते हैं। जैसे ही कहीं माँस का टुकड़ा देखा वह लपक कर खा जाते हैं। मछली बहन तो स्वस्थ पारीस्थितिकी (ecology) का सूचक हैं और आहार श्रृंखला (food chain) का महत्वपूर्ण अंश भी। मेंढक भाई के तो क्या कहने। वयस्क मेंढक अच्छे जीव कीट नियंत्रक होते हैं। और भोजन श्रृंखला (food chain) मे साँप व अन्य जानवरों के लिए भोजन बनते हैं। पर्यावरण की दृष्टि से मेंढक भाई जान पारीस्थितिक संकेतक (Ecological indicator) भी होते हैं। मेरा प्यारा बच्चा कछुआ मुझे बहुत प्यार करता है। यह जल तंत्र का गिद्ध है। यह मरी हुई व बिमार मछलियों को खाता है और जलीय पर्यावरण को स्वस्थ रखता है। ऊदबिलाव और डॉल्फिन भी मेरे परिवार के सदस्य हैं और हमारे साथ ही रहते हैं। पर हर जगह नहीं। नखरेबाज जो हैं। इन्हें तो मेरा गहरा, तेज प्रवाह व स्वच्छ जल ही भाता है। इन्हे मेरी अविरल धारा ही पसन्द है। इन सब परिवार वासीयों का आवास (habitat) मेरा निर्मल व अविरल जल है।

प्रत्येक जीवधारी ऐसे आवास मे रहना पसन्द करते हैं जो उनकी सभी अथवा अधिकतर आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। अर्थात कोई भी जीव जाति यदि सफलतापूर्वक बने रहना चाहती है तो उसे अपने आवास की पारिस्थितियों एवं उनमे होने वाले परिवर्तनों के साथ पूर्ण सामंजस्य बनाना आवश्यक है। मैं आप सब का ध्यान मेरे जलीय जीवों की तरफ ले जाना चाहती हूँ व उनकी उन परीस्थितियों से अवगत करानी चाहती हूँ जो जो स्थल मे रहने वाले जीव धारियों को नहीं करनी पड़ती है। जैसे :

① **ऑक्सीजन की कमी :**
जलीय जीव ऑक्सीजन पानी मे घुली ऑक्सीजन से लेते हैं। पानी मे घुली ऑक्सीजन की मात्रा बहुत कम होती है। यदि पानी दूषित हो जाए तो मेरे भाई - बहनो को ऑक्सीजन लेने में बहुत कठिनाई होती है।

② **प्रकाश की कमी :**
जैसे हम जल से नीचे जाते हैं प्रकाश की मात्रा कम होती जाती है। जल की ऊपरी सतह पर मेरे भाई - बहनों को काफी प्रकाश मिल जाता है। यदि जल मे प्रदूषण की मात्रा अधिक होती है तो प्रकाश मिलने मे बहुत कठिनाई होती है। क्या करें दोस्तो? झेलता है मेरा परिवार यह सब। नासमझी की तो हद हो गई है।

③ **पानी के दाब की अधिकता :**
गहराई के साथ-साथ जैसे - जैसे पानी में नीचे उतरते हैं उन के (जीवों) ऊपर पानी का दाब भी उतना बढ़ता जाता है।

④ **गति मे अवरोध :**
जलीय जीवो की गति भी पानी पर निर्भर करती है। पानी का वेग, स्वच्छता जीवों की गति को प्रभावित करते हैं।

⑤ **लवणों की सान्द्रता :**
जल मे खनिजों की मात्रा विभिन्न स्थानों में अलग - अलग होती है। जीव जन्तु अपने लिए खनिज लवण जल से प्राप्त करते हैं। लवणों की सान्द्रता के कारण स्वच्छ जल के जीव समुद्री जल मे जीवित नहीं रह पाते और समुद्री जीव स्वच्छ जल मे जीवित नहीं रहते।

॥ नमामि गंगे ॥

पृष्ठ सं॰ 4 का शेष भाग

मेरे जलीय जीव इन सब परिस्थितियों का सामना करके अपने आपको उसके अनुकूल बनाकर रहते हैं। अब यदि मेरा जल प्रदूषित हो जाता है तो मेरे परिवार को ऑक्सीजन की कमी प्रकाश की कमी, पानी के दाब, गति में अवरोध व लवणों की सान्द्रता आदि को झेलना होगा। और फिर मातम। समझ गये ना। जलीय पादपों की बात अगले अंक में करूंगी।

मैं गंगा गोमुख से गंगासागर तक के सफर में अपने साथ जैव विविधता को साथ लेकर चलती हूँ। जलीय वनस्पति और जीव जन्तु बहुमूल्य संसाधन हैं। उनका सम्मान और संरक्षण हम सबकी जिम्मेदारी है। हम सब को प्रकृति से सीखने की जरूरत है। ताकि स्वस्थ भविष्य का निर्माण किया जा सके। गंगा की जैव विविधता गंगा की धड़कन है, यह समझना होगा हम सब को। गंगा की चाहत यही है लहर लहर लहराये गंगा, लहर लहर लहराये गंगा।

□□□ डा॰ सुधा शर्मा

पृष्ठ सं. 1 का शेष भाग ....

(5) गुड़ की तासीर गर्म होती है।

(6) यह शरीर के तापमान को नियंत्रित करता है।

(7) कफ से राहत देता है।

(8) पेट की समस्या जैसे एसिडिटी व पाचन संबंधी गड़बड़ियों में लाभदायक है।

(9) गुड़ शरीर को तुरंत ऊर्जा देता है।

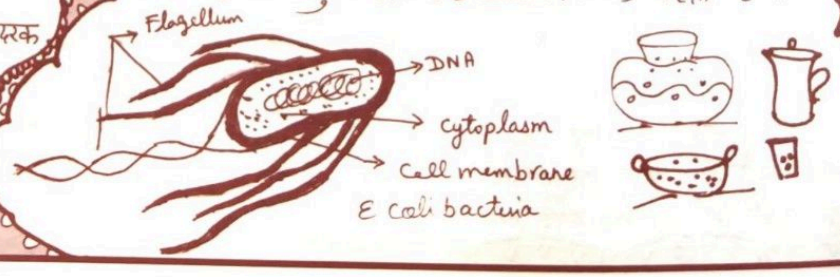
(10) गुड़ के साथ अदरक या सोंठ खाने से जोड़ों के दर्द में लाभ मिलता है।

खोजू भाई

आज मैं खोजू भाई तुम्हें पीतल के बर्तन में पानी जीवाणु रहित (bacteria free) कैसे रहता है बताऊंगा?

भारत के ग्रामीण आंचलों में आज भी पीने का पानी पीतल के बर्तनों में रखा जाता है। ब्रिटेन के नार्थअम्ब्रिया विश्वविद्यालय के सूक्ष्म जीव वैज्ञानिक (micro organisims) प्रो॰ रीड ने पीतल और मिट्टी के बर्तन लिए। उन्हें पानी से भर दिया और ई कोलाई जीवाणु (E. coli bacteria) डाल दिये। छः घन्टे बाद फिर चौबीस घन्टे बाद और फिर 48 घन्टे बाद इन दोनों बर्तनों (मिट्टी और पीतल) के पानी का परीक्षण किया गया। पानी में जीवित बचे जीवाणुओं की गिनती की गई। पाया गया कि पीतल के बर्तन में जीवाणुओं की संख्या घटती चली गई और 48 घंटे बाद इन जीवाणुओं की संख्या न के बराबर थी।

शोध में पाया गया कि पीतल में पाये जाने वाले तत्व पानी के साथ रासायनिक क्रिया (chemical action) के बाद जीवाणुओं की प्रतिरोधक क्षमता (resistance power) को खत्म कर देते हैं। तांबे के कण जीवाणुओं की कोशिकाओं (cells) की दिवारों को कमजोर कर उसके अंदर के एंजाइमों (Enzymes) को प्रभावहीन कर देते हैं। इस तरह E. coli जीवाणु मर जाते हैं। शोध से यह भी पता चला है कि बर्तन से निकलने वाले पीतल तथा तांबे की मात्रा मानव के शरीर को कोई नुकसान नहीं पहुंचाते हैं। ई-कोलाई जीवाणु से पेचीस (diarrohoea) होता है। पीतल के बर्तन में जल रखने से वह जीवाणु रहित (bacteria free) रहता है।



पृष्ठ सं. 7 का शेष भाग .....

आपकी इस मदद पर माता पिता का क्या कहना है ?

मेरी इस मदद से मेरे माता -पिता खुश होते हैं। क्योंकि उन्हे भी थोड़ा मदद मिल जाती है। लेकिन वो कहते हैं कि पढ़ाई ज्यादा जरूरी है इसलिए वो मुझसे ज्यादा काम नहीं करवाते हैं।

★ सीमा, कक्षा-7

मेरी इस मदद से मेरे माता पिता बहुत खुश होते हैं। तथा वो मेरी पढ़ाई पर भी ध्यान देते हैं। मैं अपनी खुशी से उनकी मदद करती हूँ। ★ रागिनी कक्षा -6, सन्नी, कक्षा-8

मेरी इस मदद से मेरे माता पिता बहुत खुश होते हैं। उनको हमारी एक छोटी सी मदद से बहुत बड़ी खुशी मिलती है और उनको हमारे ऊपर गर्व महसूस होता है। ऐसा उनका कहना है वे कहते हैं हम हमेशा खुश रहें और उनका आशीर्वाद हमेशा हमारे साथ रहता है। ★ श्रुति, कक्षा -6

वे कहते हैं मैं पढ़ू भी और दुकान मे मदद भी करूं। ★ आशीष कक्षा -6

क्या आप उनके व्यवसाय में रोज मदद करते हैं ?

हाँ, मैं उनके व्यवसाय मे रोज मदद करती हूँ। क्योंकि वो अकेले काम करते हैं। इसलिए मेरा फर्ज बनता है कि मैं उनकी मदद करूं तथा मुझे उनकी मदद करना बहुत अच्छा लगता है। ★ रागिनी, कक्षा -6

मैं रोज मदद करती हूँ। उनके पास बहुत काम रहता है। उन्हें आराम करने को भी समय नहीं मिलता और वो बहुत थक जाते हैं। वह मेरी मदद से खुश होते हैं। मुझे खुशी मिलती है। और वे आराम भी कर पाते हैं। ★ श्रुति [redacted], आशीष, सीमा [redacted]

नहीं मैं उनके व्यवसाय मे रोज मदद नहीं करता हूँ क्योंकि मैं स्कूल भी जाता हूँ। ★ सन्नी, कक्षा - 8

पाठकों की कलम से.

सेवा मे,

डा. सुधा कबटियाल
संपादक, 'बच्चों का अखबार'
मियांवाला, दून

विषय : "समाचार"

उचित action लेने की कृपा करें। पत्र की Reply देने की कृपा करना। धन्यवाद!

Detail -

① Roorkee city के S.D.M. निवास के चौराहे से लेकर मंगलौर कस्बे तक (दिल्ली रोड) G.T. Road -NH-58 सड़क के दोनो ओर फुटपाथ टूटे फूटे पड़े हैं। भारी ट्रैफिक के कारण हमेशा धूल मिट्टी उड़ती रहती है। सांस लेने मे परेशानी होती है।

② मोहनपुरा -रूड़की मे NH-58 पर बना रेलवे पुल की रेलींगस टूटी फूटी पड़ी हैं। रेलींगस पर reflectors भी नहीं लगे हैं। पुल पर लाइटे नहीं लगी। पुल कभी भी टूट कर गिर सकता है।

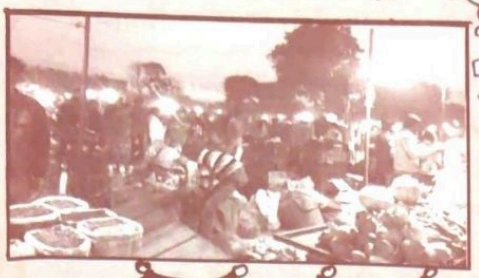
③ NH-58 रूड़की के सब चौराहों पर स्पीड ब्रेकर नहीं बने जबकि NH58 पर बच्चों के स्कूल हैं। सड़क क्रास करते समय स्कूली बच्चों का accident हो जाता है। कई बच्चों की life का नुकसान हो चुका है।

④ मोहनपुरा - रूड़की के रेलवे पुल के ढलान पर ARYAN Hotel - मारबल पत्थर की दुकान के सामने सड़क से सटा हुआ फुटपाथों के गढ्ढे मे हमेशा पानी भरा रहता है। संबंधित अधिकारियों से तुरंत जनहित मे ठीक करवा दें।

⑤ NH-58 पर ON Road पर बने बच्चों के स्कूलो के सामने सड़क NH-58 पर रम्बल स्ट्रीप एवंम speed controller करने हेतु अति आवश्यक साईनबोर्ड आदि सुरक्षा उपकरण भी नहीं लगायें।

★ विधि अग्रवाल, कक्षा-6
Delhi Road - Roorkee

प्रतिभा किसी की मोहताज नहीं



आप अपने माता पिता की किस व्यवसाय में मदद करते हैं?

मेरे माता पिता सब्जी की दुकान लगाते हैं। वह अकेले दुकान लगाते हैं। मैं भी उनकी मदद करती हूँ और उनके साथ बैठती हूँ। मैं स्कूल से आने के बाद माता पिता के सब्जी की दुकान लगाती हूँ।
(*) रागीनी, कक्षा -6, रा॰प्रा॰वि॰ कुआंवाला

मैं अपनी माता पिता के साथ सब्जी की दुकान में मदद करती हूँ। मैं उनके साथ-साथ घर का काम भी कराती हूँ।
(*) श्रुति, कक्षा -6, रा॰उ॰प्रा॰वि॰, कुआंवाला

मैं अपने माता पिता के साथ सब्जी की दुकान लगाती हूँ।
(*) सीमा, कक्षा -7, कुआंवाला

मैं दुकान मे बैठकर उनकी मदद करता हूँ।
(*) आशीष, कक्षा -6, रा॰ उ॰प्रा॰वि॰, कुआंवाला

मेरे माता पिता मजदूरी करते हैं, मैं माता पिता की मदद करता हूँ। मैं फूल बेचने जाता हूँ।
(*) सन्नी, कक्षा -8, रा॰उ॰प्रा॰वि॰, कुआंवाला

क्या आपको उनकी मदद करना अच्छा लगता है?

हाँ अच्छा लगता है। क्योंकि मेरे माता पिता दिन भर कार्य (मजदूरी) करने के लिए बाहर जाते हैं। और शाम को पापा मम्मी को अपने साथ सब्जी की दुकान लगाने को कहते हैं। माँ को घर पर भी बहुत काम करने होते हैं। मैं उनकी मदद करती हूँ।
(*) रागीनी, कक्षा -6

मुझे अपनी मम्मी की मदद करके खुशी मिलती है। जब मम्मी पापा हमारा ख्याल रखती हैं तब हमारा भी फर्ज बनता है हम उनका ख्याल रखें।
(*) श्रुति, कक्षा -6

हाँ अच्छा लगता है। वह थके हुए होते हैं। मैं मदद करता हूँ।
(*) सन्नी, कक्षा -8

मुझे अच्छा लगता है। वह अकेले काम करते हैं तो उनको थोड़ा मदद मिल जाती है। माता के पास घर का ज्यादा काम होता है। इसलिए मैं उनकी मदद करती हूँ।
(*) सीमा, कक्षा -7

क्या आपकी पढ़ाई में कोई बाधा आती है? क्या वह स्कूल जाने से रोकते हैं?

हाँ कभी-कभी बाधा आती है। वो मुझे स्कूल जाने से कभी मना नहीं करते परन्तु कभी अधिक काम पड़ जाता है। इसलिए मुझे घर में रुकना पड़ता है परन्तु मैं अपने स्कूल का काम घर पर ही समय से पूरा कर देती/देता हूँ।
(*) रागीनी, कक्षा -6, सन्नी, कक्षा -8

वे हमें स्कूल जाने से मना नहीं करते क्योंकि मेरे माता पिता कहते हैं कि हम पढ़ लिखकर उनका नाम रोशन करें। और हमें अच्छी शिक्षा मिले और वे कहते हैं हर लड़की को शिक्षा प्राप्त करनी चाहिए और लड़कियों को देश के प्रति कुछ करना चाहिए और मेरी माँ यह चाहती हैं कि मैं उनका नाम रोशन करूँ।
(*) श्रुति, कक्षा -6

मेरे माता पिता चाहते हैं कि मैं पढ़-लिखकर पुलिस बनूं। मुझे वे स्कूल जाने से नहीं मना करते हैं।
(*) सीमा, कक्षा -7

कविता

निर्मल अविरल लोकधारा

भारत की हो जीवन धारा,
रूप तुम्हारा कितना न्यारा,
माँ के आँचल जैसी तुम,
ममता ही बरसाती तुम,
तुम हिमालय से उतरी हो,
स्वच्छ नीर सी बहती हो,
भारत पर तुम छाई हो,
नाम अनोखा लाई हो,
देवनदी कहलाती हो,
देकर जीवन का उपहार,
लेती नहीं विराम,
माते ! माते तुम्हे प्रणाम ।

⊛ नाजिया मलिक
कक्षा -8
R.J.B.J. Highschool,
Kishanpur, Hardiwar

गंगा स्वच्छता अभियान

गंगा नदी को भारत मे पुण्य प्रदान करने वाली नदी कहा गया है । इसमे स्नान करने मात्र से व्यक्ति के सम्पूर्ण पापो का विनाश हो जाता है । ऐसी पुण्य दायिनी मां गंगा को आज अपवित्र एवं प्रदूषित कर दिया है जो देश की आगे आने वाली नस्लो के लिए खतरनाक साबित होगी । गंगा को प्रदूषण मुक्त बनाने के लिए केन्द्रीय मंत्री श्रीमती उमा भारती ने कुछ कदम उठाये हैं जो भारत सरकार की कामयाबी को दर्शा रही हैं । भारत सरकार द्वारा इस कार्यक्रम की सफलता के लिए कुछ कठोर कदम उठाये हैं जो इस प्रकार से हैं :

① गंगा मे गिरने वाले सभी गन्दे नालो पर प्रतिबन्ध लगाया जाये ।
② मां गंगा की पवित्रता के लिए किनारो पर शौच करने वालो पर दण्ड का प्रावधान किया जाए ।
③ मवेशियो के नहाने पर प्रतिबन्ध हो ।
④ मां गंगा की पवित्रता बनाये रखने के लिए पॉलीथिन को गंगा मे न डाला जाये ।

इस प्रकार हम देखते हैं कि इन अनेक उपायो को अपनाकर हम मां गंगा को पवित्र बनाये रख सकते हैं ।

⊛ समरीन शाह, कक्षा-8,
रा.ज.भा.जू.हा.स्कूल
हरिद्वार

चुटकुले

नेताजी (बेटे से) एक जमाना था जब मैं 10 रू० मे सब्जी, दूध और नाश्ता लेकर चला आता था । बेटा : पापा अब यह संभव नहीं है । अब सारी दुकानो में सीसीटीवी कैमरे लगे रहते हैं ।

⊛ अंजली पंवार, कक्षा -7,
शिव जूनियर हाई स्कूल,
मालदेवता, दून

सरदार : की माँ की तबियत अचानक खराब हो गई । वह अस्पताल पहुंचा ।
डॉक्टर : इनके दो टेस्ट होंगे ।
सरदार : रोते हुए मेरी माँ तो अनपढ़ है ।

⊛ शिवम बिष्ट, कक्षा-7,
शिव जूनियर हाई स्कूल, मालदेवता, दून

BOOK POST CONTAINING PERIODICALS

हिमालयी बच्चों का अखबार

RNI NO. UTTHIN/2003/10745

सेवा में,
....
....
....
....
....

स्वामी मुद्रक व प्रकाशक डॉ अनिल प्रकाश जोशी द्वारा शिखर इन्टरप्राइजेज सत्यभामा निवास, तरूण विहार देहरादून दूरभाष : 0135–2532753 से मुद्रित तथा हैस्को ग्राम शुक्लापुर, पो.ऑ.–अम्बीवाला, वाया प्रेमनगर, देहरादून से प्रकाशित।

सम्पादक :	डा. सुधा कबटियाल
पता :	डा. सुधा कबटियाल ग्राम–मियांवाला, पो.ऑ.–हर्रावाला, देहरादून–248001
सहयोग टीम :	रूचि जुयाल
हमारा पता :	बच्चों का अखबार हैस्को गाँव ग्राम शुक्लापुर, पो.ऑ.–अम्बीवाला, वाया प्रेमनगर, देहरादून–248001

सीमित प्रचार प्रसार हेतु

भारतीय वन्यजीव संस्थान
Wildlife Institute of India

राष्ट्रीय स्वच्छ गंगा मिशन
National Mission for Clean Ganga

साभार – जैव विविधता संरक्षण एवं गंगा जीर्णोद्धार द्वारा उत्प्रेरित एवं सहयोग

HESCO