



# युवाओं के द्वारा बदलाव की कहानियाँ

भारत में झारखण्ड राज्य के पश्चिम सिंहभूम जिले में स्थित आदिवासी क्षेत्रों में पर्यावरण और सामुदायिक स्वास्थ्य के लिए कार्य



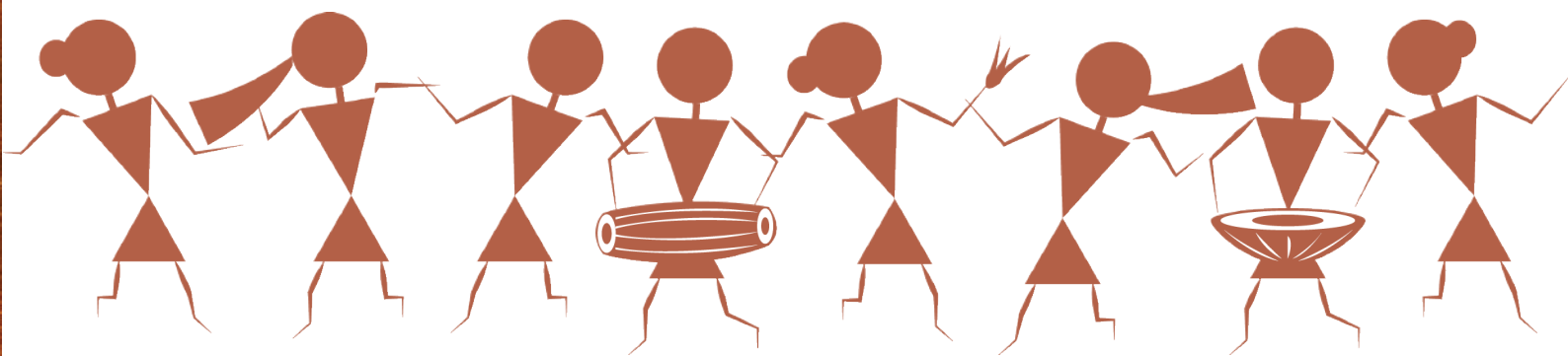


Jharkhand Initiative for Adolescents Health (JIAH) कार्यक्रम के तहत युवा साथियों द्वारा पी.एल.ए. (सहभागी सीख एवं क्रियान्वयन) बैठकों का आयोजन किया गया जिसके अंतर्गत 1400 से अधिक किशोर/किशोरियों ने अपने घरों में पोषण वाटिका लगाई। 500 से अधिक युवाओं ने पर्यावरण संरक्षण की दिशा में आगे बढ़ते हुए पर्वतारोहण गतिविधियों और अभियानों में भाग लिया तथा स्थानीय स्तर पर वन समितियों का गठन और उन्हें सक्रिय किया ताकि स्थानीय जंगलों को सुरक्षित रखा जा सके। इससे उनके आहार की गुणवत्ता बढ़ाने में और महामारी के दौरान स्वास्थ्य व आजीविका को सुरक्षित रखने में सहयोग प्राप्त हुआ। गंभीर मानसिक सामाजिक स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहे कुछ लोगों ने जब पोषण वाटिका लगाई गयी और उसका लाभ उठाया गया तब उनका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर पाया गया।



## अनुक्रमणिका

- 1  बहालिन लेयांगी द्वारा बांदाबुरु जंगल का पुनरुत्थान 5
- 2  सिकंदर पारिया द्वारा सामुदायिक परिदृश्य का पुनर्निर्माण 6
- 3  नाउरु सुरीन द्वारा सामुदायिक पहल के माध्यम से जंगल की सुरक्षा 7
- 4  सुरेश पूर्ती द्वारा बागवानी की सामुदायिक पहल 8
- 5  सावित्री बानरा के सहयोग से पोषण बगीचों का पुनर्जीवन 9
- 6  सुनीता बोयपाई के द्वारा कृषि आधारित स्थाई आजीविका के लिए जैविक खेती 10
- 7  युवा सहजकर्ता बुधन सिंह हाइबुरु के कोविड19 के दौरान प्रयास 11







ट्रेक के दौरान प्रतिभागियों के बीच वन पारिस्थितिकी तंत्र सेवाओं पर चर्चा

## 1 बांदाबुरु जंगल का पुनरुत्थान

यह कहानी पश्चिमी सिंहभूम जिला के खुंटपानी प्रखण्ड के बनडाबुरु जंगल की है। इस जंगल के बगल में पोरलोग नाम का एक गाँव स्थित है जिसमें हो समुदाय के लोग रहते हैं। उसी समुदाय के बीच में बहलीन नामक एक लड़की है जो युवा साथी के तौर पर कार्य करती है। इस जंगल में तरह-तरह के पेड़ पौधे पाये जाते हैं—जैसे साल, नीम, हेसेल, पासु तथा झाड़ू। पोरलोग और अगल-बगल के गाँव के लोगों को इस जंगल से फल-फूल इत्यादी मिलते हैं और सभी गाँव में कोई त्योहार या पूजा पाठ होता तो उसकी सामग्री इसी जंगल से लाते हैं। जंगल के फल-फूल को बाजार में बेचते भी हैं और उससे उनका आय भी होता है। पहले इस जंगल में बड़े-बड़े पेड़ थे, जो हरा-भरा सुंदर दिखता था और पुरा घना भी था। उस समय गाँव के लोगों की समझ कम होने के कारण पेड़ को काट देते और जंगल में आग भी लगा देते थे जिससे चारों ओर आग फैल जाता था और पेड़ पौधे जलकर नष्ट हो जाते थे, जिससे वहाँ के जीव जन्तु भी डर कर भाग गए और छोटे छोटे जीव जलकर वहीं पर नष्ट हो गए। इस प्रकार जंगल लगभग पुरा नष्ट हो गया है, और तब से जंगल पुरा खाला हो गया। जंगल के नष्ट होने से समय पर बारिश भी नहीं होती है और यहाँ का जगह खुला होने के कारण धूप ज्यादा लगता है। गाँव वाले मिलकर इस जंगल में—करंज, महुआ, नीम, जामुन आदि पौधे लगाए थे। लेकिन उसके ऊपर कोई चर्चा नहीं होती थी, या देख-भाल भी ठीक से नहीं होता था। वर्ष 2017 से पोरलोग में एकजुट संस्था से जुड़े लोगों के माध्यम से हर महीने किशोर-किशोरी, मुण्डा, मनकी एवं गाँव के सभी बुद्धि-जीवि व्यक्ति के साथ पर्यावरण के बारे में नुकड़-नाटक, श्लोगन, कहानी, नारा आदि की गतिविधियाँ की जा रही है। इसी प्रक्रिया के अन्दर किशोर-किशोरी के साथ पहाड़ चढ़ाई के उपर भी बात किया गया और उनके साथ बैठक हुआ। इस बैठक के पश्चात गाँव के अगल-बगल के किशोर-किशोरी लोगों के साथ ट्रेकिंग भी किए जिसमें बुजुर्ग व्यक्ति भी शामिल हुए। पर्यावरण दिवस में वन विभाग के लोग भी भाग लिए और वन समिति की भी गठन हुई। उसी समय गाँव में जंगल की देख-रेख करने वाले का चयन किया गया जो अभी भी जंगल का रख रखाव कर रहे हैं। इसी तरह गाँव के सभी लोगों का जिम्मेदारी बन गया है और आगे भी जारी है।







गांव के किशोरों को पौधा वितरण

## 2 सामुदायिक परिदृश्य का पुनर्निर्माण

मेरा नाम सिकन्दर है और मैं पश्चिमी सिंहभूम जिला के खुंटपानी प्रखंड के अन्तर्गत गाँव सांगाजाटा में रहता हूँ। यह चाईबासा से सराईकेला जाने वाले मार्ग से 15 किलोमीटर दूर एनएच 33 के किनारे स्थित है। मेरे गाँव में 140 घर हैं और 946 लोग निवास करते हैं, अधिक संख्या में "हो" समुदाय के लोग हैं इसके अलावा महाली और गोप समुदाय के लोग भी रहते हैं। "हो" समुदाय के लोग कृषि का काम करते हैं लेकिन सिंचाई की सुविधा उपलब्ध नहीं है। उसी प्रकार महाली समुदाय के लोग बांस से घरेलू सामान बना कर बेचते हैं और इसका व्यापार भी करते हैं। यहां गोप समुदाय के लोग ज्यादातर मजदूरी करके जीवन यापन करते हैं। गाँव में रोजगार नहीं होने के कारण यहां के लोग पलायन भी करते हैं। यहां का जमीन समतल नहीं होने के कारण सिंचाई करने में परेशानी होती है जिसके कारण खेती भी सही से नहीं कर पाते।

इसी कारण वर्षों से बहुत सारी जमीनें ऐसे ही खाली पड़े हुए थे। लोगों में जागरूकता की कमी थी, पेड़ों के नहीं रहने से होने वाले नुकसान और पेड़ों से होने वाले फायदे के बारे में भी इतनी समझ नहीं थी। हम लोगों ने गाँव में बैठक करना शुरू किया साथ ही किशोर-किशोरियों के साथ जागरूकता रैली निकाली गई और इसके साथ पर्यावरण को बचाने के लिए ट्रेकिंग भी किया गया। अब हमारे गाँव में विजय मुंडरी और उन्ही के जैसे बहुत से और लोग फलदार पौधा लगाए हैं और गाँव में रहकर बागवानी करके अपना जीवन यापन कर रहे हैं। कुछ पौधे वन विभाग से संपर्क करने के बाद मिला, जिससे अब हमारे गाँव में 500 से अधिक पेड़ों को अपने अपने जगहों पर लगाया गया है और पर्यावरण संरक्षण को लेकर भी लोग जागरूक हुए हैं।



समुदाय के लिए आजीविका विकल्प के रूप में बांस की टोकरी बनाना





गाँव में किशोरों द्वारा ट्रेकिंग की पहल की सराहना की और गाँव में वन विभाग के अधिकारियों और बुजुर्गों ने भाग लिया

### 3 सामुदायिक पहल के माध्यम से जंगल की सुरक्षा

मैं नौरु सुरीन (काल्पनिक नाम) गाँव बासाकुटी प्रखंड खूंटपानी, जिला पश्चिमी सिंहभूम का रहने वाला हूँ। मेरा गाँव तीनों दिशाओं से जंगल से घिरा हुआ है। इस चारीबुरु जंगल में कई प्रकार के पेड़-पौधे पाए जाते और लोग इस जंगल पर निर्भर रहते हैं। धीरे-धीरे इन पेड़ों को काट कर खत्म कर दिया गया है। अब केवल छोटे छोटे पौधे बच गए हैं। जंगल के पास वाले गाँव के लोगों ने वन सुरक्षा समिति बनाई है। जहाँ पर गाँव के मुंडा और अध्यक्ष ने भी जंगल में आग नहीं लगाने की बात गाँव वालों से कही है। इस जंगल की रक्षा करने के लिए कोशिश जारी है। 2018 में युवा साथी के रूप में मेरा चयन हुआ, और गाँव के किशोर-किशोरीयों के साथ बैठक करने का मौका मिला। इस बैठक के दौरान पोषण एवं पहाड़ पर चढ़ने के विषय के उपर चर्चा किया गया और ट्रेकिंग के दौरान किशोर-किशोरीयों को ये भी बताया गया कि जंगल में माहुवा पेड़ बहुत ज्यादा है। माहुवा चुनने में आसानी हो इसके कारण जंगल में आग लगाया जाता है। जंगल में आग नही लगाया जाय इसके लिए रैली भी किये गये। किशोर-किशोरीयों ने मिलकर निर्णय लिया कि अब हमलोग जंगल में आग लगाने से रोकेंगे। इस प्रकार अभी जंगल में आग जलाना पहले से कम हुआ है। अगर जंगल में आग लगा तो इसको बुझाने में इन किशोर-किशोरीयों का काफी सहयोग रहता है।



जंगल की आग को नियंत्रित करने और वन क्षेत्र को पुनर्जीवित करने के लिए पहल कर रहे युवा सहजकर्ता





किशोरियों के साथ मासिक बैठक में पोषण एवं खाद्य समूहों पर चर्चा

## 4 बागवानी की सामुदायिक पहल

यह कहानी अम्बराय गाँव में रहने वाले संजय बानरा (काल्पनिक नाम) का है। पिछले चार वर्षों से मैं इस गाँव में किशोर-किशोरी एवं अभिभावक और मुख्य व्यक्तियों के साथ सामुदायिक स्तर पर बैठक करता हूँ। जब मैं बैठक में पोषण चक्र के विषय पर बात कर रहा था तो उस समय पता चला कि हमारे गाँव में सिर्फ 4-5 परिवार पोषण बागान पर काम कर रहे हैं। उन बैठकों में संजय बानरा भी उपस्थित थे और बैठक में किए गए पुरी चर्चा को ध्यान से सुने फिर उसके बाद वह अपने परिवार के साथ पोषण बागान लगाने के बारे में चर्चा किया यह सुनकर उसके परिवार के काफी लोग खुश हुए और घर के पिछे के खाली पड़ी जमीन में पोषण बागान बनाने का निर्णय लिया। उसने अपने परिवार के सहायोग से जैविक खाद का उपयोग करते हुए तरह-तरह के साग-सब्जी का पौधा लगाया, जिससे उसके घर में कभी पोषण की कमी नहीं हुआ। बाद में जो भी बचता उसकी माँ हाट बाजार और गाँव में बेचने जाती है।

इससे उसके परिवार की आर्थिक स्थिति भी ठीक हुआ और परिवार में रोजगार भी बढ़ गया हैं। यह देख कर अब गाँव में कुल परिवार जैविक खाद का उपयोग कर पोषण बागान बनाए है। यह सब देख कर मुझे बहुत खुशी होती है।



गाँव के किशोर किचन गार्डनिंग कर रहे हैं





मानसिक कल्याण पहल के तहत सहायता समूह की बैठक

## 5 समुदाय के सहयोग से पोषण बगीचों का पुनर्जीवन

झारखण्ड के पश्चिम सिंहभूम जिला के खूटपानी प्रखण्ड के बीच, स्थित गाँव में राकेश नाम का लड़का (काल्पनिक नाम) है। राकेश आठवीं कक्षा तक ही पढ़ाई कर पाया, उसे आगे पढ़ने की रुचि थी पर पैसे की कमी की वजह से उसको पढ़ाई छोड़नी पड़ी। एक दिन वह अचानक से गिर गया और बेहोश हो गया तब उसके परिवार वालों ने उसे डॉक्टर के पास ले गए और उसे दवा कराया लेकिन दवा खाकर भी ठीक नहीं हुआ। 2017 में जब इस गाँव में किशोर-किशोरियों के साथ बैठक शुरू हुआ तो उसमें उसकी मां और भाभी ने भी भाग लेना शुरू किया। इस बैठक में युवा साथी चित्र-कार्ड के माध्यम से कहानी सुनाया उस कहानी में बताया कि जब हमारा मन अधिक सोचने लगता है तब मन असंतुलित हो जाता है। इस कहानी को सुनकर उन्हें लगा कि ऐसा ही तो मेरे परिवार में भी होता है। फिर एक दिन उसके पड़ोस में रहने वाले एक चाचा, युवा साथी के पास जाकर पुछा कि आप लोगों के तरफ से इसका कोई ईलाज हो सकता है तो युवा साथी द्वारा डॉक्टर से संपर्क कराया गया तथा उसकी दवा चलनी शुरू हो गयी। अब वह पिछले दो वर्षों से वह सपोर्ट ग्रुप का लाभ उठा रहे हैं और दवा खाकर धीरे-धीरे ठीक भी हो रहा है। वह नियमित रूप से सपोर्ट ग्रुप की बैठक में भाग लेता है। अब वह अपने परिवार वालों को काम-काज में भी मदद करता है। अब राकेश को बागवानी करने के लिए बीज, पोषण बागिचा को घेराव करने के लिए जाली, पानी देने के लिए झंझरा इत्यादि मदद किया गया है। कोरोना काल में उसे सुखा राशन भी मिला था जिससे अपना गुजर-बसर कर पाया था, और अभी वह अपने घर के पोषण बगिचा से उसे हर दिन हरी-साग सब्जी खाने को मिल रहा है। इससे उसके शरीर में भी पहले से काफी बदलाव आया है, अभी वह खेत में जोताई का काम भी कर रहा है। उसके परिवार वाले उसे काम करने में मदद करते हैं और उनके परिवार के लोग काफी खुश हैं।



पुनर्वास कार्यक्रम के तहत पोषक उद्यान और घरेलू गतिविधियों को किया जाता है



## 6 कृषि आधारित स्थाई आजीविका के लिए जैविक खेती

खुंटपानी प्रखंड के पन्डावीर गाँव में सिदेश्वर बोयपाई (काल्पनिक नाम) नामक एक किसान था। जब भी इस गाँव में आजीविका की बैठकें होती तो उसमें सिदेश्वर बोयपाई उपस्थित रहकर चर्चा को शुरू से अंत तक ध्यान से सुनते थे। बैठक में जो भी चर्चा होता उसे अपने परिवार वालों को भी बताते थे। इस दौरान खासकर उन्होंने जैविक खेती के बारे में इच्छा जाताया। जब लॉकडाउन हुआ तो उन्हें कहीं भी मजदूरी नहीं मिली इसके कारण जो भी बचे हुए धान रखे थे वह सब लॉकडाउन में खत्म हो गया। तब वह आजीविका के बारे में याद करके मुझसे कहा कि यदि धान मिलेगा तो मेरा नाम भी लिख देना। लिस्ट तैयार करने के समय उसका नाम भी लिखा गया और कुछ महीनों बाद सिदेश्वर बोयपाई की किसी कारण वश मृत्यु हो गई।

उसके बाद उसकी बेटी नेमन्ती धान लेने आई और धान को कैसे लगाना है इस बात को ध्यान से सुनी और उसी आधार पर अन्य किसान से भी संपर्क बनाया। इसके बाद 15 दिन के अंदर उस विधि से धान लगाया। इसी बीच अचानक लॉकडाउन लग गया जिसके कारण गाँव में बैठक होना बंद हो गया तो वह एक वाट्सएप ग्रुप बनाकर उस ग्रुप में जैविक खाद के बारे में जानकारी तथा जैविक खाद बनाकर खेत में डालने का सलाह दिया गया। पिछले साल के तुलना में इस साल धान की खेती बहुत ही अच्छा और दो गुणा अधिक हुआ। इस उपज को देखकर बहुत खुश हुए और अगली बार 3 एकड़ जमीन पर जैविक खेती किया। जिसे देखकर बाकी किसान भी प्रोत्साहित हुए।







महामारी के दौरान युवा सहजकर्ता द्वारा समर्थित ऑनलाइन कक्षाएं। (नीचे) किसानों के बीच बीज और बुजुर्गों और मानसिक सामाजिक विकलांग व्यक्तियों को राशन वितरण

## 7 युवा सहजकर्ता के द्वारा कोविड-19 के दौरान प्रयास

23 वर्षीय मोहित (काल्पनिक नाम) नामक एक युवा झारखण्ड के पश्चिम सिंहभूम जिले के खुंटपानी प्रखण्ड में रहता है। उसके परिवार में चार सदस्य हैं, मोहित अपने दो भाईयों के साथ गोटाई गाँव में रहता है। यहां की जनसंख्या लगभग 520 है। मोहित बहुत ही शांत स्वभाव का था और बोलने में झिझकता भी था। मोहित को संस्था की ओर से चिन्हित कर ट्रेनिंग में बुलाया गया और उसे समझाया गया कि वह चार गाँव में किशोर-किशोरियों के साथ बैठक करे। इस काम से जुड़कर धीरे-धीरे मोहित का डर दूर हो गया और वह अभिभावकों और किशोर-किशोरियों के साथ अभी अच्छी तरह से बैठक करता है। वह स्कूल के हेडमास्टर से संपर्क कर अधुरा पढ़े किशोर-किशोरियों को फिर से नामांकन करवाया। कोरोना काल में किशोर-किशोरियों को मोबाईल द्वारा आनलाईन पढ़ाई करने में मदद किया। वह वन विभाग, कृषि विभागों से संपर्क करके किशोर-किशोरियों को पौधे दिलवाया और उसे लगाने में मदद की। कोविड-19 के दौरान बुजुर्गों तक राशन घर-घर जाकर पहुँचाया, दादा-दादी नाना-नानी योजना के तहत कोरोना से बचाव के बारे में समझाया, और मानसिक स्वास्थ्य समस्या से ग्रस्त लोगों को दवा और राशन भी पहुँचाया। 40 से 60 वर्ष के लोगों को वैक्सीन लेने के लिए जागरूक किया एवं समझाया। जब भी कैम्प लगता था तो उसमें भी मदद किया और बुजुर्गों को पल्स ऑक्सीमीटर से जाँच भी किया। इस काम से जुड़कर मोहित के जीवन में बहुत बदलाव आया है और अब वह इस काम को लेकर काफी खुश है।



पश्चिमी सिंहभूम जिले के खुंटपानी प्रखण्ड में किशोरों के साथ काम कर रहे किशोर सहजकर्ता



बदलाव की ये कहानियाँ पश्चिम सिंहभूम जिले के खुंटपानी प्रखंड के 34 आदिवासी युवा साथियों की हैं जो जमीनी स्तर पर किशोरों के साथ काम करते हुए बदलाव के वाहक बने. अपने साथियों और समुदाय के लिए किये गए उनके कुछ अद्भुत प्रयास युवाओं के बीच उदाहरण बने और अन्य लोगो को प्रभावित किया। वे युवा पिछले पांच वर्षों से एकजुट संस्था द्वारा उस क्षेत्र में किशोर स्वास्थ्य पहल के तहत बनाये गए समूहों के सदस्य थे जो अपने मुद्दों पर बात करने के लिए हर महीने PLA बैठकें करते थे।

वे इन बैठकों में शिक्षा, स्वास्थ्य, स्वच्छता, पोषण और मानसिक स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों पर चर्चा करके उनकी बेहतरी के लिए कार्य करते थे। वे न सिर्फ बैठक करते थे बल्कि किशोरों को अन्य सृजनात्मक और साहसिक, गतिविधियों जैसे प्राकृतिक भ्रमण, खेल, कला एवं शिल्प, वृक्षारोपण, जंगलों को आग से बचाने और टिकाऊ खेती जैसे कार्यों में शामिल करते थे ताकि युवाओं में समस्या समाधान की क्षमता विकसित हो संवेदनशीलता और लचीलापन आये तथा उनमें आत्मनिर्भरता की भावना का विकास हो।

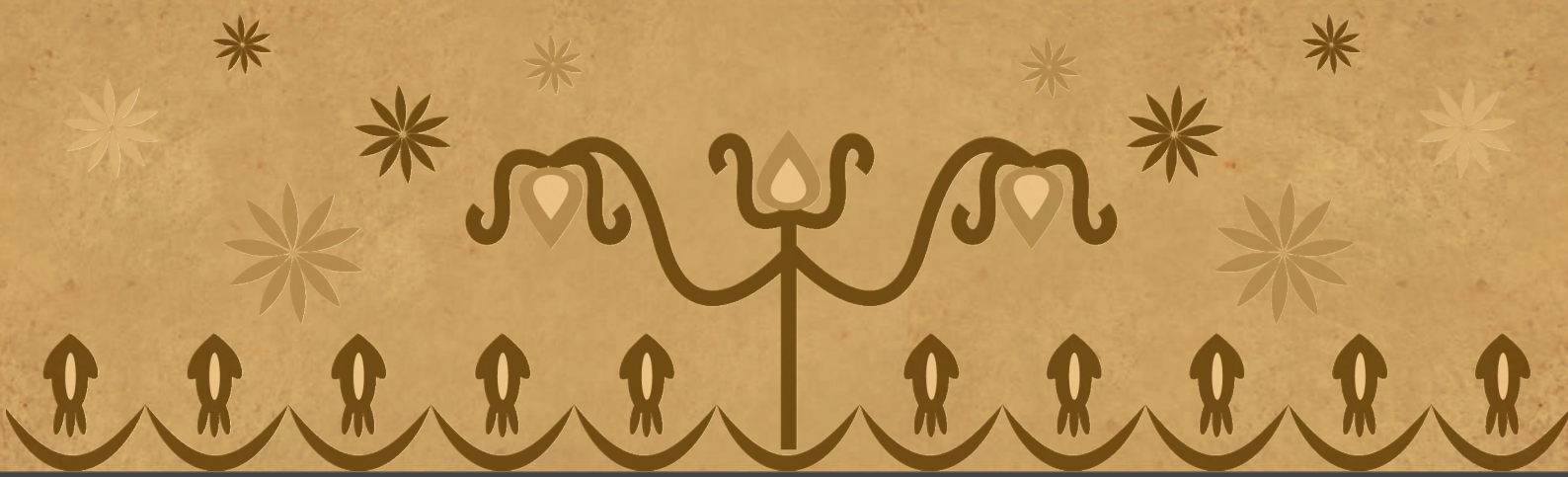
संस्था और युवा साथियों के प्रयासों से उस क्षेत्र विशेष में युवाओं और किशोरों की क्षमताओं का विकास हुआ। उनमें नेतृत्व की क्षमता आई और जमीनी स्तर पर सीमान्त और वंचित समुदायों की सहभागिता सुनिश्चित हुई। इन छोटे छोटे प्रयासों से उन समुदायों में खाद्य विविधता सुनिश्चित करने के लिए पोषण वाटिका लगाई गयी।

मानसिक स्वास्थ्य की चुनौतियों का सामना कर रहे लोगों के लिए सामाजिक पुनर्वास की दिशा में कार्य किया गया और पर्यावरण संरक्षण के लिए सांस्कृतिक रूप से मूल्यवान परिवर्तनकारी बदलाव लाये गए।



पश्चिमी सिंहभूम जिले के खुंटपानी प्रखंड में किशोरों के साथ काम कर रहे किशोर सहजकर्ता





Ekjut, Plot no.-556B, Potka, Chakradharpur,  
West Singhbhum, Jharkhand-833102 (India)



[www.ekjutindia.org](http://www.ekjutindia.org)



Together, building healthier communities