रोटरी पीस फ़ेलोशिप की एक सामाजिक बदलाव पहल

क्लाइमेट चैंपियंस
हैंडबुक

तपती दोपहरें, जाम हुए नाले, सूखे नल, और वे लोग जो झगड़ने के बजाय मिलकर इन्हें सुलझा लेते हैं।

क्लाइमेट एक्शन हीरोज़ • CLIMATEACTIONHEROES.ORG

10 से 18 वर्ष | 13 गतिविधियाँ | ऑफ़लाइन और ऑनलाइन | 45 और 60 मिनट के सत्र | भारत और मध्य पूर्व

इसके साथ एक दूसरी किताब भी है। फैसिलिटेटर गाइड उस व्यक्ति के लिए है जो आपका सत्र चला रहा है। उसमें वही कोड और वही शीर्षक हैं, इसलिए आप जो भी गतिविधि कर रहे हों, वे उसे दस सेकंड में ढूँढ़ सकते हैं।

दोनों किताबें इसलिए बनी हैं कि इनका अनुवाद हो, इन पर बहस हो, और जहाँ आप रहते हैं वहाँ के हिसाब से इन्हें बदला जाए।

आइए, बैठिए

स्वागत है

जलवायु परिवर्तन उन विषयों में से है जो दिमाग़ में समाने के लिए कहीं ज़्यादा बड़े लगते हैं। पूरी धरती, सौ साल, और इतने शून्यों वाले आँकड़े जिनकी कोई तस्वीर नहीं बना सकता। इसलिए यह किताब कहीं छोटी और आपके कहीं ज़्यादा क़रीब की जगह से शुरू होती है: उस दोपहर की वापसी जब गर्मी सिर पर चढ़ी हो, वह नल जो कुछ नहीं देता, वह नाला जो हर साल उसी जगह उलट जाता है, वह सुबह जब हवा का स्वाद ही ग़लत लगे।

इसमें से कुछ भी इस्तेमाल करने के लिए आपको विशेषज्ञ होने की ज़रूरत नहीं, और एक आदर्श पर्यावरण-नायक होने की तो बिल्कुल नहीं, वैसा दिखता भी कैसा होगा कौन जाने। आपसे बस इतना कहा जा रहा है कि चीज़ों पर ध्यान दें, असहज सवाल पूछें, जो लोग इसे अलग नज़र से देखते हैं उन्हें ठीक से सुनें, और कमरे में मौजूद दूसरों के साथ मिलकर न्यायपूर्ण फ़ैसले लेने का अभ्यास करें। आख़िरी बात सबसे कठिन निकलती है और सबसे काम की भी।

जलवायु या पर्यावरण?

हर पर्यावरण समस्या जलवायु परिवर्तन से नहीं होती। कूड़ा, जाम नाले और गंदी हवा के कई कारण होते हैं। बेहतर सवाल यह है कि मौसम, जलवायु, सेवाएँ, प्रदूषण और लोगों के चुनाव एक-दूसरे पर कैसे असर डालते हैं।

हर गतिविधि का एक कोड है

O1 से O6 ऑफ़लाइन हैं। V1 से V7 ऑनलाइन। फैसिलिटेटर गाइड में वही कोड और वही शीर्षक हैं, इसलिए कोई भी बड़ा आप जो कर रहे हैं उसके नोट्स दस सेकंड में निकाल सकता है।

और हाँ, उस शब्द "हीरो" के बारे में। यह पीछे प्रमाणपत्र पर है और परियोजना के नाम में भी, इसलिए इसे साफ़ कर लेना ज़रूरी है। कहीं कोई यह नहीं सोचता कि एक बच्चा जलवायु ठीक कर देगा, और यह किताब लगभग हर पन्ने पर इसका उल्टा कहती है। यहाँ हीरो वह है जिसने अपने आस-पास कुछ देखा, दूसरों को साथ जोड़ा, और जो शुरू किया उसे पूरा किया। यह शब्द जितना बड़ा सुनाई देता है उससे कहीं छोटा है, और कहीं ज़्यादा काम का।

यह भविष्य की कहानी नहीं है

यह हो चुका है

इस पन्ने पर जो कुछ है वह हो चुका है। इसमें कुछ भी किसी ऐसी दुनिया की भविष्यवाणी नहीं है जिसमें आप कभी बड़े होंगे, और न ही यह आपको डराने के लिए है। ये आँकड़े उन बच्चों के बारे में हैं जो अभी ज़िंदा हैं, जो इसी हफ़्ते स्कूल गए, भारत और मध्य पूर्व तथा उत्तर अफ्रीका में। उनमें से कुछ आपके बैठने की जगह से चंद गलियों की दूरी पर रहते हैं।

इन्हें एक बार पढ़िए, फिर पन्ना पलट दीजिए। बाक़ी किताब इस बारे में है कि लोग आगे क्या करते हैं।

भारत में	शोध में क्या मिला
100 में 97	भारत में लगभग हर बच्चा एक साथ दो या उससे ज़्यादा जलवायु या आपदा ख़तरों के बीच रहता है। यानी क़रीब 41.16 करोड़ बच्चे। 23.4 करोड़ से ज़्यादा तीन या उससे अधिक के बीच। सबसे आम जोड़ी है सूखा और भीषण गर्मी, एक साथ।
5.478 करोड़	वे विद्यार्थी जिनकी पढ़ाई 2024 में लू और दूसरे ख़तरों से बाधित हुई।
55°C	दिल्ली, गांधीनगर, खड़गपुर और रुड़की में अध्ययन किए गए आरंभिक बाल-देखभाल केंद्रों में मापा गया सबसे ऊँचा ताप सूचकांक। शोधकर्ताओं ने मॉनिटर उन्हीं कमरों में रखे जहाँ छोटे बच्चे दिन बिताते हैं।
274 में से 255	जनवरी से सितंबर 2024 के बीच वे दिन जब भारत में कहीं न कहीं कोई चरम मौसम घटना दर्ज हुई।

मध्य पूर्व और उत्तर अफ्रीका में	शोध में क्या मिला
लगभग 10 में 9	इस क्षेत्र के बच्चे ऐसी जगहों पर रहते हैं जहाँ पानी का दबाव बहुत ज़्यादा है, यानी सबके लिए पर्याप्त पानी नहीं है।
धूल भरी आँधियाँ	कुवैत में शोधकर्ताओं ने पाँच साल के अस्पताल रिकॉर्ड देखे। जिन दिनों धूल भरी आँधी आई, उसी दिन दमा और साँस की तकलीफ़ लेकर ज़्यादा लोग अस्पताल पहुँचे।
बिजली कटौती	लेबनान में ऊर्जा और जलवायु संकटों ने कई सरकारी स्कूलों को सीमित बिजली पर छोड़ दिया, जिससे स्कूल का दिन छोटा हो जाता है।

दो क्षेत्र, और वे एक जैसी जगह नहीं हैं। ऊपर की हर बात को एक ही कहानी में बाँध देने का मन करता है, और आपको यह नहीं करना चाहिए। भारत में स्कूल अक्सर गर्मी की वजह से बंद होते हैं, और जब परिवार विस्थापित होते हैं तो आमतौर पर किसी आपदा से और थोड़े समय के लिए। मध्य पूर्व और उत्तर अफ्रीका में विस्थापन कहीं ज़्यादा बार उस संघर्ष से जुड़ा है जो सालों से चल रहा है, और धूल तथा रेत की आँधियाँ हवा में वह डाल देती हैं जो किसी ने पैदा नहीं किया। एक ही धरती, दो काफ़ी अलग समस्याएँ, और समाधान भी अलग हैं।

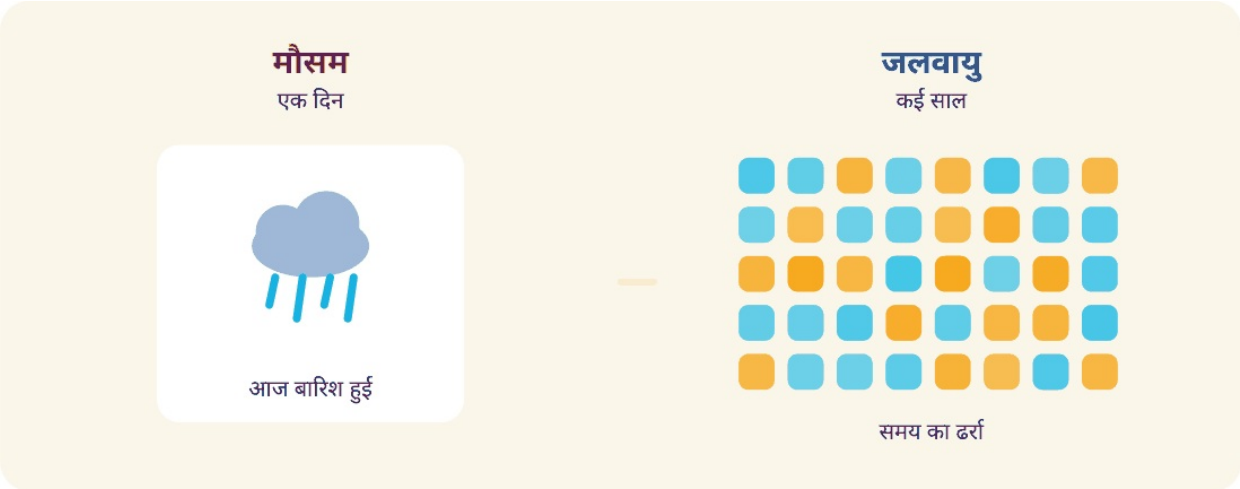
स्रोत: यूनिसेफ़ चिल्ड्रन्स क्लाइमेट रिस्क रिपोर्ट 2026, पांडे (2026) द्वारा डाउन टू अर्थ में प्रस्तुत • झा आदि (2024), ICLEI दक्षिण एशिया • पांडे & सेनगुप्ता (2024), सेंटर फ़ॉर साइंस एंड एनवायरनमेंट • यूनिसेफ़ (2021) रनिंग ड्राई • थालिब & अल-ताइअर (2012) • यूनिसेफ़ (2026). पूरा विवरण पीछे है।

साथ रखने लायक़ चार बातें

चार बातें जो पकड़े रखिए

बाक़ी किताब गतिविधियों की है, और आप उन्हें किसी भी क्रम में कर सकते हैं। ये चार बातें उन सबके नीचे बैठी हैं। अगर एक साल बाद आपको और कुछ याद न रहे, तो ये याद रखिए।

बात	आसान शब्दों में
मौसम जलवायु नहीं है	मौसम दिन-ब-दिन बदलता है। जलवायु कई सालों के मौसम का ढर्रा है।
जलवायु रोज़मर्रा की ज़िंदगी को छूती है	गर्मी, पानी, खाना, हवा, पढ़ाई, सेहत, काम और सुरक्षा, सब एक-दूसरे पर असर डालते हैं।
एक ही ख़तरा सब पर एक जैसा नहीं पड़ता	छाया, साफ़ पानी, सेहत, पैसा, सुरक्षित घर, आवागमन और सार्वजनिक सेवाएँ तय करती हैं कि एक गर्म दिन, बाढ़ या पानी की कमी किसी इंसान के लिए असल में क्या मायने रखती है।
मिलकर काम करना मायने रखता है	सुनना, न्यायपूर्ण नियम, साझा ज़िम्मेदारी और ढंग की सेवाएँ किसी समुदाय को सँभलने में मदद करती हैं।



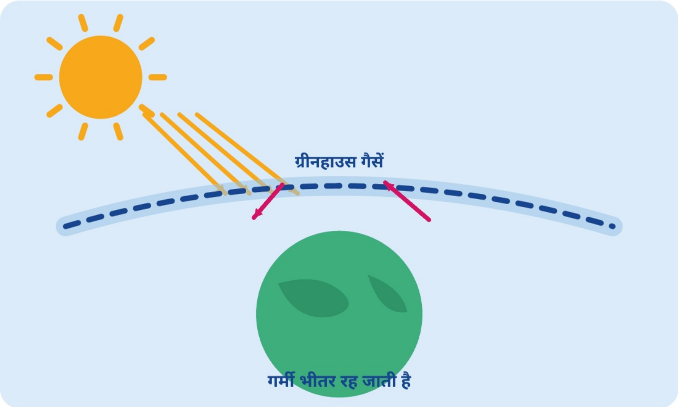
हम मिलकर काम करने का अभ्यास क्यों करते हैं

पर्यावरण का दबाव कठिन चुनाव पैदा करता है। कठिन चुनावों का नुक़सान में बदलना ज़रूरी नहीं। सुनना, न्यायपूर्ण नियम, जो आप जानते हैं उसे बाँटना, दूसरों की ज़रूरत समझना और मिलकर समस्याएँ सुलझाना, ये सब किसी समुदाय को ज़्यादा सुरक्षित ढंग से जवाब देने में मदद करते हैं।

> **वयस्क फैसिलिटेटर के लिए:** इन व्याख्याओं के पीछे का विज्ञान फैसिलिटेटर गाइड के खंड 3 में है। खंड 5 में युवा, जलवायु और शांति-निर्माण का ढाँचा है।

छोटा जवाब, सच्चाई से

जलवायु की बुनियादी बातें



धरती गर्म क्यों हो रही है

धरती का वायुमंडल स्वाभाविक रूप से कुछ गर्मी रोक लेता है। यह सामान्य है, और इसके बिना यह ग्रह रहने लायक़ ठंडा होता। इंसानी गतिविधियाँ, ख़ासकर कोयला, तेल और गैस जलाना, और ग्रीनहाउस गैसें जोड़ती हैं, जिससे गर्माहट और तेज़ हो जाती है।

जलवायु कार्रवाई का एक से ज़्यादा हिस्सा है

हम ग्रीनहाउस गैस प्रदूषण घटा सकते हैं। जो असर पहले से आ चुके हैं उनके लिए तैयार हो सकते हैं। और यह पक्का कर सकते हैं कि ऐसा करते हुए कम विकल्प या कम पैसे वाले लोग पीछे न छूट जाएँ।

कंबल वाली बात में सावधानी। "कंबल" और "ग्रीनहाउस" काम की तस्वीरें हैं, और दोनों थोड़ी ग़लत भी। वायुमंडल ठीक काँच के मर्तबान या कंबल की तरह काम नहीं करता। अगर कोई पूछे कि यह असल में कैसे काम करता है, तो "मुझे पक्का पता नहीं, चलिए पता करते हैं" एक अच्छा जवाब है।

एक गर्म दिन से कुछ भी साबित नहीं होता

अगर कल याद रहने लायक़ सबसे गर्म दिन हो, तो अकेले उससे यह नहीं दिखता कि जलवायु बदल रही है। और अगर अगला हफ़्ता असामान्य रूप से ठंडा हो, तो उससे यह नहीं दिखता कि नहीं बदल रही। वैज्ञानिक कई सालों और कई जगहों तक फैले ढर्रे खोजते हैं, जो धीमा और बेरौनक़ काम है और असल में कुछ जानने का इकलौता तरीक़ा।

यही मौसम और जलवायु का फ़र्क़ है, और शायद पूरी किताब की सबसे काम की बात। इससे आप एक ख़ास तरह की बहस का जवाब देने में भी माहिर हो जाएँगे।

पानी का खेल शांति का काम क्यों है

आठ चीज़ें जिनमें आप बेहतर होंगे

एक बात जो गतिविधियाँ करते वक़्त ख़ुद नहीं बतातीं। हर एक गतिविधि आपको नीचे दी आठ में से किसी एक या ज़्यादा का अभ्यास कराती है, और यही आठ असल वजह हैं कि हर गतिविधि जिस शक्ल में है उसी शक्ल में है। इन्हें किसी ने बाद में इसलिए नहीं जोड़ा कि किताब ज़्यादा भारी-भरकम लगे।

ये वही हिस्सा भी हैं जो आपके साथ रह जाएगा। वेट बल्ब तापमान क्या होता है, यह आप भूल जाएँगे। यह नहीं भूलेंगे कि अपने समूह के हिस्से के पानी के लिए बहस करना और फिर उस बँटवारे के साथ जीना कैसा लगा था।

	व्यवहार	सत्र में यह कैसा दिखता है
1	**सुनना**	किसी को पूरी बात कहने देना। फिर बता पाना कि उनका मतलब क्या था।
2	**अलग-अलग अनुभवों को समझना**	यह मान लेना कि एक गर्म दिन सबके लिए एक जैसा दिन नहीं होता।
3	**दूसरे के नज़रिए से देखना**	किसी और का पक्ष उतनी ही मज़बूती से रखना जितना वे ख़ुद रखते।
4	**संसाधनों का न्यायपूर्ण बँटवारा**	ऐसी चीज़ बाँटना जो पूरी नहीं पड़ रही, और उस बँटवारे के साथ जीना।
5	**मतभेद सुलझाना**	बहस ख़त्म करना, बिना किसी को कुचले।
6	**मिलकर काम करना**	कई लोगों के विचारों से एक योजना बनाना।
7	**ज़्यादा कमज़ोर को साथ लेना**	यह देखना कि कौन छूट रहा है, चुप है, या योजना से बाहर रह गया।
8	**मिलकर फ़ैसला लेना**	ऐसा सामूहिक फ़ैसला करना जिस पर लोग सचमुच टिके रहें।

संसाधनों का न्यायपूर्ण बँटवारा, सहयोग और पड़ोसियों के बीच भरोसा उन्हीं चीज़ों में हैं जो किसी शांतिपूर्ण समुदाय को जोड़े रखती हैं। गर्मी, सूखा और अभाव ठीक इन्हीं को सबसे पहले घिसते हैं।

इसीलिए पानी का खेल शांति का काम है। ये आठ व्यवहार **सकारात्मक शांति** के उन स्तंभों से जुड़ते हैं जिन्हें इंस्टिट्यूट फ़ॉर इकोनॉमिक्स एंड पीस ने बताया है, और रोटरी की **फोर-वे टेस्ट**से भी: क्या यह सच है, क्या यह सबके लिए न्यायपूर्ण है, क्या इससे सद्भाव और बेहतर दोस्ती बनेगी, क्या यह सबके लिए लाभकारी होगा।

भाग क: ऑफ़लाइन

कमरे में की जाने वाली छह गतिविधियाँ

ये छह उसी कमरे का इस्तेमाल करती हैं जिसमें आप हैं। आप चित्र बनाते हैं, घूमते हैं, गोल घेरे में खड़े होते हैं, चीज़ें पकड़कर उन पर बहस करते हैं। जो आपके समूह को जँचे वही चुनिए, बाक़ी छोड़ दीजिए; किसी से भी छहों करने की उम्मीद नहीं है, और दो को ढंग से करने वाला सत्र चार को हड़बड़ी में निपटाने वाले से बेहतर है।

वॉटर टैंक जान-बूझकर ऑफ़लाइन ही रहता है। खेलेंगे तो समझ जाएँगे क्यों।

कोड	गतिविधि	किसके लिए सबसे अच्छी	आप क्या अभ्यास करते हैं
O1	मेरी जगह: अपनी दुनिया बनाइए	जो आप पहले से जानते हैं वहाँ से शुरू करना	अलग-अलग ज़रूरतें और समुदाय की ताक़त पहचानना
O2	नतीजों का जाल	जुड़ाव देखना	तंत्र की समझ, और दोष मढ़ने में जल्दबाज़ी न करना
O3	बहुत गर्मी: चार कोने	गर्मी और न्याय	उन विकल्पों को सुनना जो दूसरों के पास नहीं हैं
O4	वॉटर टैंक	साझा संसाधन	मोलभाव, न्यायपूर्ण नियम, समझौता
O5	कचरे की कड़ी	पर्यावरण और सेवाएँ	साझा ज़िम्मेदारी और जवाबदेही
O6	समाधान स्प्रिंट	विचारों को कार्रवाई में बदलना	हिस्सा लेना, लोगों को जोड़ना, साथ काम करना

मैदान में परखा हुआ। दिल्ली के असली सत्रों में अपनी दुनिया बनाइए और वॉटर टैंक सबसे अच्छे टिके, जिनमें एक ऐसे कमरे में था जो इतना शोरगुल भरा था कि ऊपर से बोलना काम ही नहीं आया। अगर सिर्फ़ दो का समय है, तो यही दो कीजिए।

01 मेरी जगह: अपनी दुनिया बनाइए

ध्यान दीजिए कि जलवायु और पर्यावरण आपके आस-पास कैसे दिखते हैं

तरीक़ा	उम्र	समय	आप अभ्यास करेंगे
ऑफ़लाइन	**10 से 18**	**10 से 12 मिनट**	**अवलोकन और नज़रिया**

आपको चाहिए: काग़ज़ और क्रेयॉन या मार्कर

खेलिए / कीजिए

1. किसी जानी-पहचानी जगह का सादा नक़्शा बनाइए: अपने स्कूल के आस-पास, अपने मोहल्ले, बाज़ार, पार्क का। अपना असली घर बनाने की कभी ज़रूरत नहीं।
2. जहाँ गर्मी भारी पड़ती है वहाँ सूरज बनाइए, जहाँ पानी मायने रखता है वहाँ एक बूँद, जहाँ तेज़ बारिश मुसीबत बनती है वहाँ बादल, और जहाँ कोई चीज़ पहले से लोगों की मदद करती है वहाँ एक तारा।
3. जोड़ी बनाइए। हर व्यक्ति एक समस्या और एक ताक़त बताए जो उसने देखी।

इस पर बात कीजिए

- बहुत गर्म या बहुत बारिश वाले दिनों में यहाँ क्या बदल जाता है?
- वह बदलाव किसके लिए ज़्यादा भारी होगा, और क्यों?
- इस जगह पर पहले से लोगों की क्या मदद करता है?

दिल्ली में बच्चों ने क्या बनाया। सितंबर 2026 के तीन सत्रों में बच्चों ने सड़कों पर कूड़ा, उफनते कूड़ेदान, गाड़ियों का धुआँ, धूल, वे टुकड़े जहाँ से पेड़ जा चुके थे, और बहकर बर्बाद होता पानी बनाया। किसी ने उन्हें नहीं कहा था। आपके चित्र उनसे मिलते-जुलते होने ज़रूरी नहीं।

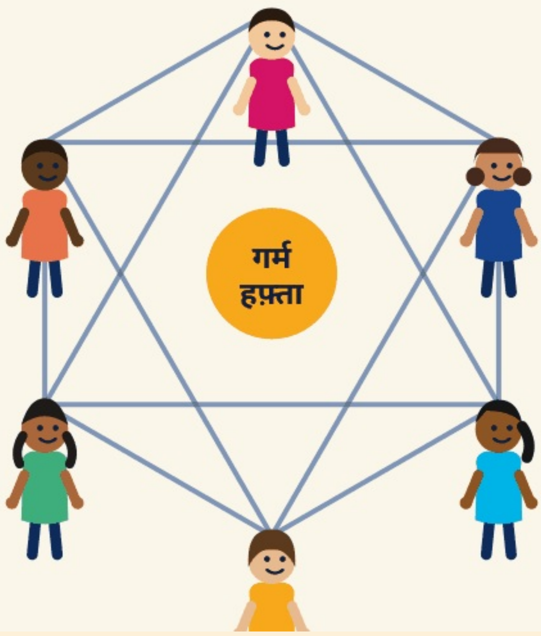
अपने हिसाब से ढालिए: बड़े समूह सेवाएँ भी जोड़ सकते हैं: आवागमन, क्लीनिक, पानी के नल, कचरा उठाना। फिर पूछिए कि इन तक असल में कौन पहुँच सकता है।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: फैसिलिटेटर गाइड 01 में निजता, स्थानीय संदर्भ और चर्चा के नोट्स हैं।

O2 नतीजों का जाल

देखिए कि एक दबाव ज़िंदगी के कितने हिस्सों से जुड़ता है

तरीक़ा	उम्र	समय	आप अभ्यास करेंगे
ऑफ़लाइन	**10 से 18**	**12 से 15 मिनट**	**तंत्र की समझ, दोष मढ़ने से बचना**



आपको चाहिए: एक नरम गेंद, या ऊन का गोला

खेलिए / कीजिए

1. गोल घेरे में खड़े हो जाइए। एक दबाव से शुरू कीजिए: बहुत गर्म हफ़्ता, तेज़ बारिश, या पानी की कमी।
2. गेंद आगे बढ़ाइए। अगला व्यक्ति एक संभावित असर बताए: स्कूल मुश्किल हो जाता है, पानी की माँग बढ़ती है, नाला उफनता है, काम रुक जाता है।
3. बढ़ाते रहिए। हर नया विचार पिछले से जुड़ा होना चाहिए।
4. कुछ कड़ियों के बाद रुकिए और जोड़िए एक **बदलाव बिंदु**: कोई ऐसा काम जो कोई व्यक्ति, सेवा, योजना या संस्था कर सकती है और जिससे आगे जो होने वाला है वह बदल जाए।

इस पर बात कीजिए

- क्या हर कड़ी का होना पक्का है?
- और क्या चीज़ इसे बेहतर या बदतर बना सकती है?
- सहयोग या कोई सार्वजनिक सेवा इस कड़ी को कहाँ तोड़ सकती है?

अपने हिसाब से ढालिए: बड़े समूह आजीविका, विस्थापन, सेवाएँ और असमानता जैसे शब्द इस्तेमाल कर सकते हैं। हर कड़ी को संभावना रखिए, निश्चितता नहीं।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: फैसिलिटेटर गाइड O2 में जोखिम-गुणक वाली बात और कड़ी को बीच में तोड़ने का तरीक़ा है।

03 बहुत गर्मी: चार कोने

भीषण गर्मी को विकल्पों, सहारे और न्याय से जोड़िए

तरीक़ा	उम्र	समय	आप अभ्यास करेंगे
ऑफ़लाइन	**10 से 18**	**10 से 12 मिनट**	**सुनना और न्याय**

आपको चाहिए: A, B, C और D लिखे चार बोर्ड

खेलिए / कीजिए

1. एक गर्म दिन की स्थिति सुनिए। जैसे: स्कूल के बाद बहुत गर्मी है और आपको घर पहुँचना है।
2. किसी कोने में जाइए। A है छाया ढूँढ़कर सुस्ताना। B है पानी पीना। C है किसी बड़े से समय या रास्ता बदलवाना। D है कोई और सुरक्षित उपाय।
3. दूसरे कोने के किसी एक व्यक्ति को सुनिए। अगर उनकी वजह से आपका मन बदले तो कोना बदल सकते हैं।
4. अब इसे एक कल्पित बच्चे के साथ दोहराइए जिसके पास कम विकल्प हैं: लंबा पैदल रास्ता, रास्ते में छाया नहीं, या कोई बीमारी।

इस पर बात कीजिए

- एक विकल्प कुछ लोगों के लिए दूसरों से आसान क्यों था?
- क्या न्याय का मतलब हमेशा सबको बिल्कुल एक जैसा देना होता है?
- कोई स्कूल, सेवा या समुदाय क्या बदल सकता है ताकि सुरक्षित रहना किसी एक बच्चे की चतुराई पर न टिके?

अपने हिसाब से ढालिए: बड़े समूह: एक व्यक्ति के सुरक्षा क़दम की तुलना स्कूल, परिवहन या नगर स्तर के बदलाव से कीजिए।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: फैसिलिटेटर गाइड 03 में समानता और ऐसी भाषा है जो किसी पर ठप्पा न लगाए।

04 वॉटर टैंक

जब ज़रूरतें आपस में टकराएँ तब सीमित संसाधन बाँटिए

तरीक़ा	उम्र	समय	आप अभ्यास करेंगे
सिर्फ़ ऑफ़लाइन	**10 से 18**	**22 से 25 मिनट**	**मोलभाव और न्यायपूर्ण बँटवारा**

आपको चाहिए: भूमिका कार्ड (पृष्ठ 26), और 30 से 40 पानी के टोकन। बोतल के ढक्कन, कंकड़ या फटे काग़ज़, सब चलेंगे।

खेलिए / कीजिए

1. हर समूह को एक भूमिका मिलती है। तय कीजिए कि आपके समूह को कितना पानी चाहिए, और किस काम के लिए।
2. फैसिलिटेटर बताता है कि टैंक में उतना पानी नहीं है जितना सब समूहों ने मिलकर माँगा।
3. हर समूह एक व्यक्ति को दूसरों से बातचीत के लिए भेजे। आप अपनी माँग बदल सकते हैं, प्राथमिकता का क्रम सुझा सकते हैं, पानी दोबारा इस्तेमाल करने का प्रस्ताव दे सकते हैं, या दूसरे दौर की माँग कर सकते हैं।
4. समझौते तक पहुँचने की कोशिश कीजिए। उसका बेहतरीन होना ज़रूरी नहीं। आप कैसे सुनते हैं, समझाते हैं, मन बदलते हैं या अड़े रहते हैं, असल बात वही है।
5. पानी बँट जाने के बाद एक लंबी अवधि का नियम बनाइए जिससे अगली बार यह झगड़ा छोटा हो जाए।

इस पर बात कीजिए

- आपके समूह ने सबसे पहले किसे बचाया ?
- बातचीत में किसके पास ज़्यादा ताक़त थी, और क्यों ?
- क्या न्यायपूर्ण लगा, और किसके लिए न्यायपूर्ण ?
- क्या सुनने से किसी का रुख़ बदला ?
- असल ज़िंदगी में यह फ़ैसला लेने से पहले आपको क्या जानना होता ?

एक तरीक़ा जो काम आया। दिल्ली के लक्ष्मी नगर के एक सत्र में समूहों ने 10 दिन के लिए 1,000 लीटर बाँटा। हर समूह ने आख़िर में अपने हिस्से का कुछ पानी दूसरों को दिया। किसी ने उनसे ऐसा करने को नहीं कहा था।

अपने हिसाब से ढालिए: इसे इस होड़ में मत बदलिए कि पानी का हक़दार सबसे ज़्यादा कौन है। हर भूमिका एक असली ज़रूरत है। बात दबाव में फ़ैसला लेने की है।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: यह ऑफ़लाइन ही रहती है। फैसिलिटेटर गाइड 04 में भूमिकाओं का प्रबंधन, ताक़त का संतुलन और चर्चा है।

05 कचरे की कड़ी: आगे क्या होता है ?

देखिए कि कचरा, नाले, सेवाएँ और मौसम आपस में कैसे जुड़ते हैं

तरीक़ा	उम्र	समय	आप अभ्यास करेंगे
ऑफ़लाइन	10 से 18	10 से 12 मिनट	साझा ज़िम्मेदारी

आगे क्या? फिर उल्टा चलिए: इसे कौन बदल सकता था?

मैं / हम / सेवाएँ और संस्थाएँ

आपको चाहिए: कार्ड या चीज़ें: एक रैपर, एक बोतल, खाने का टुकड़ा, जाम नाला, धुआँ, तेज़ बारिश

खेलिए / कीजिए

1. एक चीज़ चुनिए, या कोई समस्या जो आपने आस-पास देखी हो।
2. इंसानी कड़ी बनाइए: आगे क्या हो सकता है ? नाले में प्लास्टिक, जाम नाला, तेज़ बारिश, सड़क पर पानी, स्कूल तक मुश्किल रास्ता।
3. अब कड़ी पर उल्टा चलिए। हर कड़ी पर पूछिए: इसे कौन बदल सकता था ?
4. जवाबों को तीन समूहों में बाँटिए: मैं, हम, और सेवाएँ तथा संस्थाएँ।

इस पर बात कीजिए

- कौन-से काम बच्चों के लिए सुरक्षित और व्यावहारिक हैं ?
- किनके लिए सफ़ाईकर्मी, स्कूल, दुकानदार या नगर निकाय चाहिए ?
- उन लोगों पर दोष डाले बिना समस्या कैसे सुलझाएँ जिन्हें ख़राब सेवाएँ मिली हैं ?

अपने हिसाब से ढालिए: कूड़ा और जाम नाले पर्यावरण और सेवा की समस्याएँ हैं। यह मत कहिए कि इन्हें जलवायु परिवर्तन ने पैदा किया।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: फैसिलिटेटर गाइड 05 में जलवायु बनाम पर्यावरण का फ़र्क़ और बिना दोष मढ़े जवाबदेही है।

06 समाधान स्प्रिंट

किसी स्थानीय समस्या को साझा और व्यावहारिक जवाब में बदलिए

तरीक़ा	उम्र	समय	आप अभ्यास करेंगे
ऑफ़लाइन	**10 से 18**	**12 से 15 मिनट**	**हिस्सेदारी, साझेदारी**

आपको चाहिए: काग़ज़ और मार्कर

खेलिए / कीजिए

1. एक मुद्दा चुनिए: गर्मी, पानी, जाम नाले, छाया की कमी, कचरा, धुआँ छोड़ता जलाव, या कोई और स्थानीय बात।
2. चार ख़ाने बनाइए। क्या बदल सकता है ? किसकी मदद चाहिए ? युवा क्या दे सकते हैं ? किस सहारे की ज़रूरत है ?
3. एक कड़ी शर्त जोड़िए: लगभग कोई बजट नहीं, सिर्फ़ एक हफ़्ता, या यह छोटे बच्चों और दिव्यांग लोगों के लिए भी काम करे।
4. 60 सेकंड में अपनी बात रखिए। समूह एक सवाल पूछेगा, और सवाल इससे शुरू होना चाहिए: 'इसे किसके लिए ज़्यादा न्यायपूर्ण बनाएँगे'।

इस पर बात कीजिए

- क्या योजना सुरक्षित है ?
- क्या ज़िम्मेदारी बँटी हुई है ?
- कौन छूट सकता है ?
- युवाओं को कैसे पता चलेगा कि बड़ों या संस्थाओं ने सचमुच सुना ?
- आपको कैसे पता चलेगा कि विचार से फ़ायदा हुआ ?

अपने हिसाब से ढालिए: बड़े समूह: एक प्रभाव-क़दम जोड़िए। उस व्यक्ति या संस्था का नाम लीजिए जो फ़ैसला, पैसा या मंज़ूरी दे सकती है।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: फैसिलिटेटर गाइड 06 में युवाओं की सार्थक भागीदारी और दिखावे से बचने की बात है।

सब जोड़कर

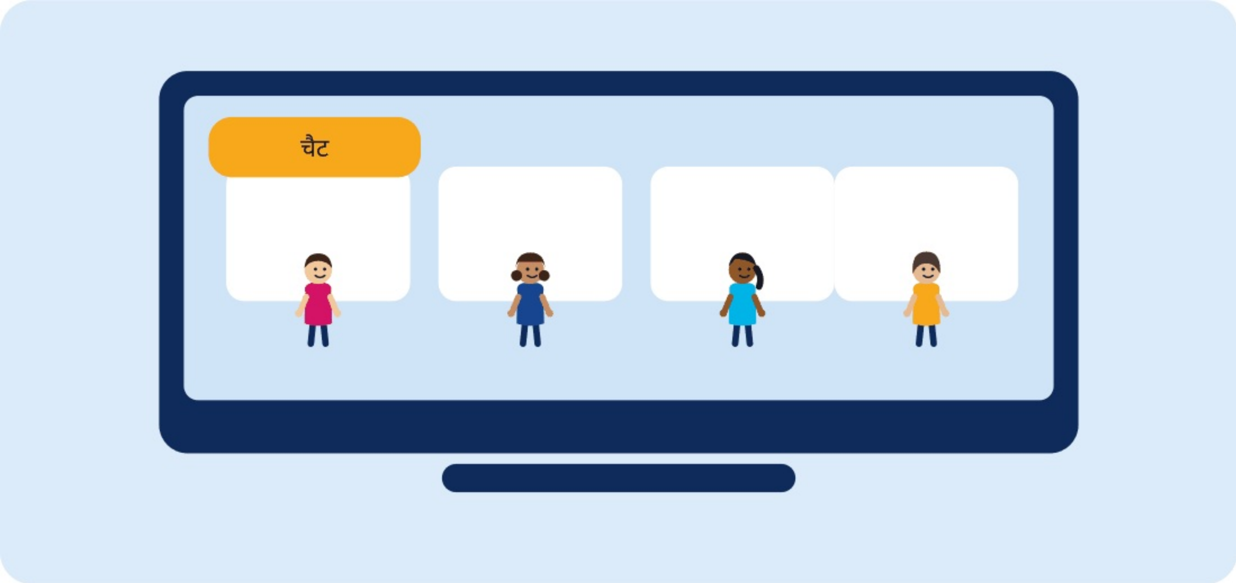
60 मिनट का ऑफ़लाइन सत्र

0 से 5	स्वागत और सादे नियम	ध्यान दें
5 से 15	O1 मेरी जगह	ध्यान दें
15 से 27	O2 नतीजों का जाल, या O3 बहुत गर्मी	समझें / अलग नज़र से देखें
27 से 50	O4 वॉटर टैंक	मिलकर काम करें
50 से 57	O6 समाधान स्प्रिंट	कार्रवाई करें
57 से 60	समापन: "न्यायपूर्ण जलवायु कार्रवाई का मतलब है..."	सोचें

अगर आपके पास सिर्फ़ 45 मिनट हैं, तो O6 छोड़ दीजिए और वॉटर टैंक की चर्चा के बाद समाप्त कीजिए। असली सत्र हमेशा योजना से छोटे निकलते हैं। आज तक किसी ने शिकायत नहीं की कि सत्र समय पर ख़त्म हो गया।

जब ज़्यादा समय हो तब आज़माने लायक़ चीज़ें

विस्तार	आप क्या करते हैं	इससे क्या जुड़ता है
छोटी विज्ञान प्रयोगशाला	कक्षा की सुरक्षित सामग्री से नियंत्रित परिस्थितियों में गर्मी की तुलना कीजिए।	सवाल पूछना, चर (वेरिएबल), मॉडल बनाना। मर्तबान सिर्फ़ एक मॉडल है। यह ग्रीनहाउस प्रभाव को साबित नहीं करता।
चीज़ों का सफ़र	रोटी, कपड़े या किसी और जानी-पहचानी चीज़ की सामग्री, ऊर्जा, ढुलाई, इस्तेमाल और निपटान का रास्ता खोजिए।	यह आपको निजी कार्बन फ़ुटप्रिंट से उठाकर उत्पादन, खपत और ताक़त किसके हाथ में है, इन सवालों तक ले जाता है।
खाद बनाने की परियोजना	पता कीजिए कि आस-पास का कौन-सा जैविक कचरा खाद बन सकता है, और उसके लिए कौन-सी अनुमति, जगह और देखभाल चाहिए।	लंबे समय की टीम-वर्क और कचरा व्यवस्था। किसी एक सार्वभौमिक नुस्ख़े की जगह स्थानीय मार्गदर्शन मानिए।
टिकाऊ पढ़ाई की जगह	छाया, हवा, पानी, निकासी, सुरक्षित पहुँच और पढ़ाई जारी रखने के तरीक़ों का ख़ाका बनाइए।	यह अनुकूलन को स्कूल की सुरक्षा से जोड़ता है। आपसे ढाँचागत इंजीनियरिंग करने को नहीं कहा जा रहा।



स्क्रीन पर की जाने वाली सात गतिविधियाँ

ऑनलाइन सत्र तब सबसे अच्छे चलते हैं जब हिस्सा लेने का तरीक़ा हर कुछ मिनट में बदले। आप बोलकर, चैट में, रिएक्शन से, पोल में, या काग़ज़ पर बनाकर उसे दिखाकर जवाब दे सकते हैं। कैमरा चालू रखना जुड़ने की क़ीमत कभी नहीं होनी चाहिए।

कोड	गतिविधि	आप कैसे हिस्सा लेते हैं	आप क्या अभ्यास करते हैं
V1	मौसम या जलवायु ?	पोल, रिएक्शन, चैट	सबूत पर सवाल
V2	मेरी जगह, याद से	काग़ज़, कैमरा ज़रूरी नहीं	अपना पता बताए बिना ध्यान देना
V3	जलवायु की कड़ी: चैट झरना	सब एक साथ टाइप करते हैं	तंत्र की समझ
V4	एक ही दिन, अलग-अलग विकल्प	पोल और कल्पित किरदार	न्याय और नज़रिया
V5	अलग प्राथमिकताएँ, एक योजना	पोल, फिर चर्चा	मोलभाव, साझा ज़मीन
V6	रुकिए, जाँचिए, चुनिए	कल्पित सोशल पोस्ट	जानकारी का सुरक्षित इस्तेमाल
V7	एक समस्या, कई मददगार	चैट या साझा स्लाइड	साझा ज़िम्मेदारी

वॉटर टैंक इस सूची में नहीं है। इसके लिए हाथ में पकड़ने लायक़ टोकन और एक ही कमरे में मौजूद लोग चाहिए। इसकी जगह V5 ऑनलाइन मोलभाव का अभ्यास कराती है। यह एक अलग गतिविधि है, नक़ल नहीं।

V1 मौसम या जलवायु ?

अल्पकालिक घटना को दीर्घकालिक दरों से अलग पहचानिए • 6 से 8 मिनट • पोल, रिएक्शन या चैट

खेलिए / कीजिए

1. फैसिलिटेटर एक वाक्य पढ़ता है। "आज सुबह बारिश हुई।" "कई सालों में गर्मियाँ और तपने लगी हैं।" "कल हवा चल सकती है।"
2. मौसम के लिए W और जलवायु के लिए C वोट दीजिए।
3. अपना एक वाक्य बनाइए और समूह से उस पर वोट कराइए।

इस पर बात कीजिए

- एक गर्म दिन अकेले जलवायु परिवर्तन क्यों साबित नहीं कर सकता ?
- किस तरह का सबूत जलवायु के रुझान को समझने में मदद करता है ?

> **अपने हिसाब से ढालिए:** बड़े समूह तीन श्रेणियाँ रख सकते हैं: मौसम घटना, जलवायु रुझान, जलवायु आरोपण।

> **वयस्क फैसिलिटेटर के लिए:** फैसिलिटेटर गाइड V1, किसी को शर्मिंदा किए बिना सुधारने पर।

V2 मेरी जगह, याद से

निजी बातें बताए बिना अपने आस-पास पर ध्यान दीजिए • 8 से 10 मिनट • काग़ज़ और पेंसिल

खेलिए / कीजिए

1. कोई जगह बनाइए जिसे आप अच्छी तरह जानते हैं। अपना असली पता नहीं। एक जगह जोड़िए जहाँ गर्मी, बारिश, पानी या प्रदूषण का असर है, और एक जगह जो लोगों को सँभलने में मदद करती है।
2. अगर आप चाहें तो काग़ज़ कैमरे के सामने कर सकते हैं। चाहें तो चैट में या बोलकर भी बता सकते हैं।
3. हर कोई सिर्फ़ एक चीज़ बताए। अपने घर के बारे में कुछ नहीं।

इस पर बात कीजिए

- गर्मी या तेज़ बारिश में वहाँ क्या अलग होता है ?
- कौन-सी सेवा या सामुदायिक चीज़ मदद करती है ?
- आप क्या बेहतर समझना चाहेंगे ?

> **अपने हिसाब से ढालिए:** बच्चों के चित्रों के स्क्रीनशॉट नहीं, जब तक आयोजक के पास उचित सहमति न हो।

> **वयस्क फैसिलिटेटर के लिए:** फैसिलिटेटर गाइड V2, ऑनलाइन निजता पर।

V3 जलवायु की कड़ी: चैट झरना

हर कड़ी को अपने आप मान लिए बिना जुड़े हुए असर देखिए • 8 से 10 मिनट • चैट

खेलिए / कीजिए

1. फैसिलिटेटर शुरुआती दबाव टाइप करता है: बहुत गर्म हफ़्ता, तेज़ बारिश, या पानी की कमी।
2. हर कोई एक संभावित असर टाइप करे, पर कोई भेजे नहीं।
3. "भेजो" कहते ही सब एक साथ पोस्ट करें। एक जवाब चुनिए और फिर पूछिए: आगे क्या हो सकता है?
4. तीन दौर के बाद एक बदलाव बिंदु टाइप कीजिए जहाँ कोई व्यक्ति, सेवा या नीति इस कड़ी को बदल सकती है।

इस पर बात कीजिए

- कौन-सी कड़ियाँ निश्चितता नहीं, बल्कि संभावना हैं?
- यहाँ और क्या मायने रखता है?
- सहयोग कहाँ मदद कर सकता है?

> **अपने हिसाब से ढालिए:** बड़े समूह: किन कड़ियों के लिए तथ्य के रूप में कहने से पहले सबूत चाहिए होगा?

> **वयस्क फैसिलिटेटर के लिए:** फैसिलिटेटर गाइड V3, संघर्ष-संवेदनशील तंत्र-सोच पर।

V4 एक ही दिन, अलग-अलग विकल्प

देखिए कि वही गर्मी या बारिश अलग-अलग मुश्किलें क्यों पैदा करती है • 10 से 12 मिनट • पोल और किरदार कार्ड

खेलिए / कीजिए

1. दो कल्पित युवाओं से मिलिए जो उसी गर्म दिन या उसी तेज़ बारिश का सामना कर रहे हैं, पर जिनके पास आवागमन, सेहत, पानी की पहुँच, घर की ज़िम्मेदारी या स्कूल की इमारत अलग-अलग है। काटने लायक़ कार्ड पृष्ठ 29 पर हैं।
2. वोट दीजिए: दोनों में से हरेक के लिए सबसे मुश्किल क्या हो जाता है?
3. एक तरह का सहारा टाइप कीजिए जिससे हालात ज़्यादा सुरक्षित या न्यायपूर्ण हो जाएँ।
4. तुलना कीजिए। क्या दोनों के लिए सबसे अच्छा सहारा एक ही है?

इस पर बात कीजिए

- क्या न्याय का मतलब हमेशा सबको बिल्कुल एक जैसा देना होता है?
- किन समाधानों के लिए स्कूल, सेवा या कोई सरकारी संस्था चाहिए, सिर्फ़ परिवार नहीं?
- किसी और को सुनने के बाद आपने अपनी कौन-सी धारणा बदली?

> **अपने हिसाब से ढालिए:** किरदार कल्पित ही रखिए। किसी को अपनी सेहत, पैसे या पारिवारिक हालात नहीं बताने पड़ने चाहिए।

V5 अलग प्राथमिकताएँ, एक योजना

जब लोग अलग-अलग चीज़ें चाहते हों तब एक साझा फ़ैसला कीजिए • 10 से 12 मिनट • 12 से 18 वर्ष

खेलिए / कीजिए

1. किसी स्कूल या समुदाय के पास सिर्फ़ दो सुधार करने भर के साधन हैं: ज़्यादा छाया, बेहतर जल निकासी, भरोसेमंद पीने के पानी का नल, साफ़ परिवहन और हवा के उपाय, या कोई और स्थानीय विकल्प।
2. अपनी पसंद के दो के लिए चुपचाप वोट दीजिए।
3. नतीजे देखिए। कुछ लोग बताएँ कि उन्होंने अलग क्यों चुना, बिना किसी और की पसंद पर हमला किए।
4. एक समूह की तरह दो हिस्सों वाली योजना बनाइए। आप विचार मिला सकते हैं, वोट बदल सकते हैं, या यह न्यायपूर्ण नियम जोड़ सकते हैं कि फ़ायदा पहले किसे मिले।

इस पर बात कीजिए

- आपकी पसंद के पीछे कौन-सा मूल्य था ? सेहत, पहुँच, पढ़ाई, ख़र्च, सुरक्षा ?
- किस चीज़ ने समूह को टकराती प्राथमिकताओं से एक योजना तक पहुँचाया ?
- किसकी ज़रूरतें अब भी छूट रही हो सकती हैं ?

> **वयस्क फैसिलिटेटर के लिए:** फैसिलिटेटर गाइड V5। बहुमत के वोट को चर्चा ख़त्म मत करने दीजिए।

V6 रुकिए, जाँचिए, चुनिए

जलवायु और आपदा की जानकारी ऑनलाइन सुरक्षित ढंग से इस्तेमाल कीजिए • 10 से 12 मिनट • कल्पित पोस्ट, पृष्ठ 29

खेलिए / कीजिए

1. एक कल्पित जलवायु या आपदा पोस्ट देखिए।
2. **रुकिए।** यह आपके भीतर कौन-सी भावना जगाती है ?
3. **जाँचिए।** किसने पोस्ट किया ? कब ? कहाँ ? क्या स्रोत भरोसेमंद है ? क्या कुछ ज़रूरी छूट रहा है ?
4. **चुनिए।** इसे साझा करें, पहले जाँचें, किसी भरोसेमंद बड़े से पूछें, या छोड़ दें। वोट दीजिए और एक वजह बताइए।

> **अपने हिसाब से ढालिए:** ध्यान खींचने के लिए आपदा की असली तस्वीरें कभी इस्तेमाल मत कीजिए। पृष्ठ 29 की पोस्ट जान-बूझकर नीरस लिखी गई हैं।

V7 एक समस्या, कई मददगार

एक व्यावहारिक योजना बनाइए जो ज़िम्मेदारी बाँट दे • 10 से 12 मिनट

खेलिए / कीजिए

1. एक समस्या चुनिए: छाया की कमी, बर्बाद होता पानी, असुरक्षित नाले, कूड़ा, धुआँ छोड़ता जलाव।
2. हर कोई मैं, हम, या बड़े और संस्थाएँ, इनमें से किसी एक के नीचे एक विचार जोड़े।
3. इन्हें मिलाकर एक छोटी कार्ययोजना बनाइए।
4. एक वाक्य जोड़िए जो ऐसे शुरू हो: "हमें पता चल जाएगा कि बड़ों और संस्थाओं ने सुना, अगर..."

इस पर बात कीजिए

- युवा किस पर असर डाल सकते हैं?
- किसके लिए बड़ों, सेवाओं या संस्थाओं की ज़िम्मेदारी चाहिए?
- युवाओं को यह कैसे पता चलेगा कि आगे क्या हुआ?

60 मिनट का ऑनलाइन सत्र

0 से 5	रिएक्शन से हाज़िरी और नियम	ध्यान दें
5 से 12	V1 मौसम या जलवायु?	समझें
12 से 21	V2 मेरी जगह	ध्यान दें
21 से 30	V3 जलवायु की कड़ी	समझें
30 से 40	V4 एक ही दिन, अलग-अलग विकल्प	अलग नज़र से देखें
40 से 50	V5 अलग प्राथमिकताएँ, या V6 रुकिए जाँचिए चुनिए	मिलकर काम करें
50 से 58	V7 एक समस्या, कई मददगार	कार्रवाई करें
58 से 60	एक शब्द में विदाई	सोचें

भाग ग: सीखने से कार्रवाई तक

आपकी कार्रवाई की सीढ़ी

अब तक आपने चीज़ें देखीं, पानी पर बहस की, और एक-दो योजनाएँ बनाईं। इसके बाद वह सवाल बचता है जिस तक हर कोई पहुँचता ही है: यह सब आख़िर किसका काम है ?

सच्चा जवाब यह है कि यह किसी एक का काम नहीं है, और अकेले आपका तो बिल्कुल नहीं। काम की कोई भी योजना तीन चीज़ें जोड़ती है: आप क्या कर सकते हैं, लोग मिलकर क्या कर सकते हैं, और बड़े, सेवाएँ तथा संस्थाएँ असल में किसके लिए ज़िम्मेदार हैं। तीसरा ख़ाना छोड़ दीजिए तो आप वह बोझ उठाते रह जाएँगे जो कभी आपका था ही नहीं।

मैं

ध्यान दें, सीखें,
सवाल पूछें, संसाधन
सुरक्षित इस्तेमाल करें।

हम

मिलकर काम करें,
दूसरों को जोड़ें,
सुरक्षित ढंग से जुटें।

बड़े और संस्थाएँ

सेवाएँ, नियम,
बजट, सुरक्षा,
बड़ी कार्रवाई।

तीन वाक्यों से समाप्त कीजिए

- मैंने देखा...
- मैं अब बेहतर समझता/समझती हूँ कि...
- एक चीज़ जो लोग मिलकर कर सकते हैं, वह है...

न्यायपूर्ण जलवायु कार्रवाई सिर्फ़ बच्चों से आदतें बदलवाने की बात नहीं है। यह सुरक्षित सेवाओं, सार्वजनिक फ़ैसलों, और युवाओं के विचारों के लिए जगह बनाने की भी बात है।

कुछ हल्का-फुल्का

द क्लाइमेट चैलेंज

यह आपके लिए लिखा गया था, हालाँकि बड़े इसे एक-दूसरे को प्रशिक्षित करने के लिए उधार लेते रहते हैं, जो ठीक भी है और थोड़ा मज़ेदार भी। इसे छापिए या किसी से पढ़वाइए। जो आपका सत्र चला रहा है उसके पास जवाब हैं, और उन्हें इस पर इतराने की इजाज़त नहीं है।

यहाँ कोई स्कोर नहीं जीतना है। इसमें से कुछ भी यह जाँच नहीं है कि आप अच्छे इंसान हैं या नहीं, और कोई आपके जवाब लिख भी नहीं रहा। एक ग़लत करना और फिर समझ जाना कि क्यों, यह तुक्के से सही करने से कहीं ज़्यादा क़ीमती है, तो बेझिझक अंदाज़ा लगाइए।

खंड 1: मौसम, जलवायु और ग्रीनहाउस का कंबल

1 मौसम और जलवायु में मुख्य फ़र्क़ क्या है?

- A मौसम सिर्फ़ बारिश की बात है। जलवायु सिर्फ़ गर्मी की।
- B मौसम वह है जो कुछ घंटों या दिनों में होता है। जलवायु कई सालों का औसत है।
- C मौसम आसमान में होता है। जलवायु मिट्टी में।
- D दोनों एक ही चीज़ हैं।

2 हमारा वायुमंडल कुछ-कुछ काँच के मर्तबान जैसा है क्योंकि यह:

- A धरती तक ऑक्सीजन पहुँचने से रोकता है।
- B सूरज की गर्मी रोक लेता है और ग्रह को जीवन लायक़ गर्म रखता है।
- C सारी धूप वापस अंतरिक्ष में लौटा देता है।
- D चाँद को सफ़ेद दिखाता है।

3 जीवाश्म ईंधन जलाने से निकलने वाली मुख्य गैस कौन-सी है?

- A ऑक्सीजन
- B नाइट्रोजन
- C कार्बन डाइऑक्साइड (CO_2)
- D हीलियम

4 एहतियात का सिद्धांत कहता है कि:

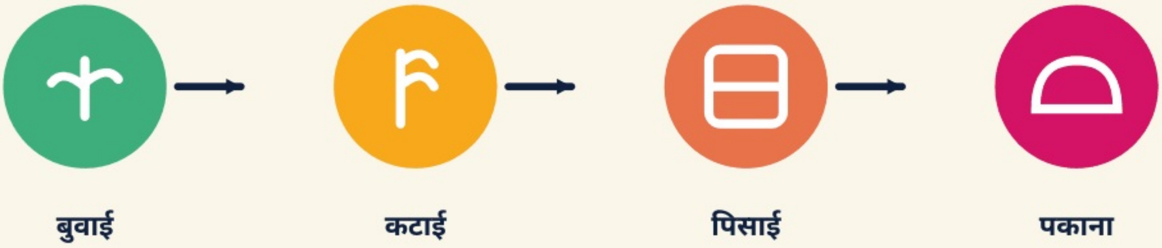
- A हमें तभी कार्रवाई करनी चाहिए जब भविष्य के बारे में 100% पक्का हो।
- B अगर किसी चीज़ से गंभीर नुक़सान हो सकता है, तो हम उसे रोकने के लिए अभी कार्रवाई करते हैं, भले 100% पक्का न हो।
- C मौसम की चिंता सिर्फ़ वैज्ञानिकों को करनी चाहिए।
- D हमें आपदा का इंतज़ार करके फिर चीज़ें ठीक करनी चाहिए।

5 जलवायु परिवर्तन न्याय का सवाल क्यों है?

- A क्योंकि हम सब एक ही वायुमंडल और एक ही महासागर साझा करते हैं।
- B क्योंकि इसका असर उन बच्चों पर भी पड़ता है जो अभी पैदा नहीं हुए।
- C क्योंकि यह अलग-अलग देशों पर बहुत अलग तरह से पड़ता है।
- D ऊपर के सभी।

खंड 2: हमारी चीज़ों का सफ़र

आप जो कुछ खाते हैं उसकी एक आपूर्ति श्रृंखला होती है, और उसका हर क़दम ऊर्जा ख़र्च करता है।



6 **इन क़दमों को खेत से थाली तक 1 से 4 तक क्रम दीजिए।**

- ◯ ___ पकाना: सामग्री मशीन से मिलाई जाती है और तेज़ आँच के तंदूरों में सेंकी जाती है।
- ◯ ___ कटाई: तेल से चलने वाली बड़ी मशीनें गेहूँ काटती हैं।
- ◯ ___ बुवाई: किसान ट्रैक्टर से गेहूँ के बीज बोते हैं।
- ◯ ___ पिसाई: गेहूँ कारख़ाने में पीसकर आटा बनाया जाता है।

7 **हर व्यक्ति कितने कार्बन के लिए ज़िम्मेदार है, इसमें अमीर और ग़रीब देशों के बीच बड़ा फ़ासला है। क्यों?**

- (A) अमीर देशों के लोग ज़्यादा साँस लेते हैं।
- (B) अमीर देश आमतौर पर प्रति व्यक्ति ज़्यादा आवागमन, ज़्यादा बिजली और ज़्यादा आयातित सामान इस्तेमाल करते हैं।
- (C) ग़रीब देशों में कारख़ाने होते ही नहीं।
- (D) यह फ़ासला एक मिथक है। सब बराबर इस्तेमाल करते हैं।

8 **जासूसी सवाल। सही या ग़लत: नई खोदी गई धातु से नया एल्युमिनियम डिब्बा बनाने में उसे रीसायकल करने से कहीं ज़्यादा ऊर्जा लगती है।**

- (S) सही
- (G) ग़लत

दोपहर के खाने पर यह आज़माइए। जहाँ आप खाते हैं वहाँ देखिए कि क्या फेंका जाता है। उसमें कितना खाना है? वह आगे कहाँ जाता है? कूड़ेदान में झाँकने के लिए इजाज़त नहीं चाहिए, पर कुछ छूने से पहले पूछ लीजिए।

खंड 3: खाने के बचे टुकड़ों का जादू

9 **ख़ाली जगह भरिए। शब्द-पेटी:** लैंडफ़िल | मीथेन | ह्यूमस | कार्बन से भरपूर

खाद बनाना प्रकृति का रीसाइक्लिंग का तरीक़ा है। खाने के बचे टुकड़े किसी ________________ में भेजने के बजाय, जहाँ वे सड़कर मीथेन नाम की ताक़तवर ग्रीनहाउस गैस छोड़ते हैं, जिसका नाम है ________________, हम उन्हें बदल सकते हैं ________________ में। इसे काम करने लायक़ बनाने के लिए खाने के टुकड़ों में मिलाइए ________________ सामग्री जैसे सूखे पत्ते, बुरादा या कतरा हुआ काग़ज़।

10 **सेहतमंद खाद के ढेर का नुस्ख़ा क्या है?**

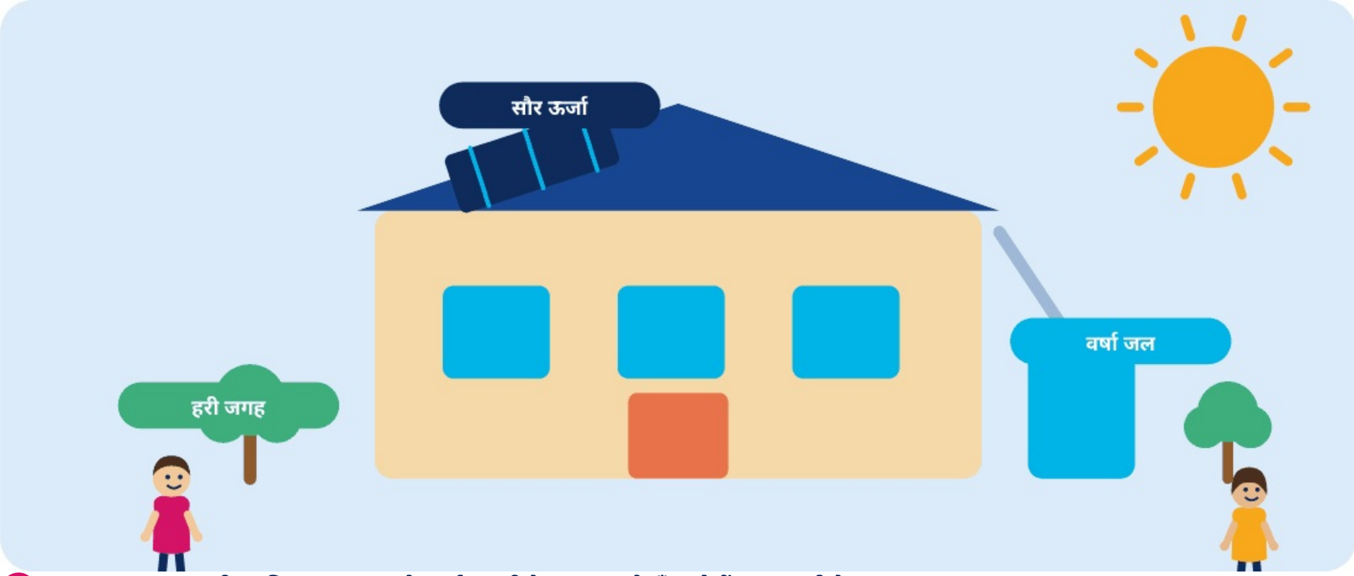
- (A) 10 हिस्सा खाने के टुकड़े और 1 हिस्सा पत्ते।
- (B) 2 हिस्सा कार्बन से भरपूर भूरी सामग्री और 1 हिस्सा खाने के टुकड़े।
- (C) किसी नुस्ख़े की ज़रूरत नहीं। सब डाल दीजिए।

11 **वाक्य पूरा कीजिए। जब टुकड़े मिट्टी बन जाते हैं, तो वे आपके बग़ीचे की मदद करते हैं क्योंकि खाद मिट्टी को थामे रखने में मदद करती है न________________ और प ________________.**

> **स्कूल में खाद का ढेर शुरू करने से पहले:** पता कीजिए कि उसे कौन ख़ाली करेगा, वह कहाँ जाएगा, और किसी ने हाँ कही है या नहीं। खाद बनाने का मार्गदर्शन हर जगह अलग होता है, इसलिए किताब के किसी एक नुस्ख़े के बजाय स्थानीय सलाह मानिए।

खंड 4: ऐसा स्कूल बनाना जो टिक सके

टिकाऊ स्कूल वह है जो इतना सुरक्षित बना रहे कि तूफ़ान या बाढ़ के बाद भी आप पढ़ाई जारी रख सकें।



12 **हर उस आदत या ख़ूबी पर निशान लगाइए जो ऊर्जा बचाती है या स्कूल को सँभलने में मदद करती है।**

- ◯ बत्तियाँ बंद करना, जिससे ज़रूरी बिजली घट जाती है।
- ◯ मज़बूत इमारतें, जो बाढ़, हवा या तूफ़ान झेल सकें।
- ◯ सौर ऊर्जा और वर्षा जल संचयन, जो पहले से मौजूद है उसी का इस्तेमाल।
- ◯ हरी जगहें, जहाँ पेड़ और बग़ीचे हवा ठंडी करें और बारिश सोख लें।
- ◯ स्थानीय खाना चुनना, जिससे ट्रकों को कम दूरी तय करनी पड़ती है।

बच्चे इन्हें पहले ही डिज़ाइन कर चुके हैं। सितंबर 2026 में नई दिल्ली के एक स्कूल में 10 से 13 साल के बच्चों के एक समूह ने एक घंटे से भी कम में अपना जलवायु-सहनशील स्कूल बनाया। ऐसा एक बनाना असली गतिविधि है, कोई वार्म-अप नहीं।

वयस्क फैसिलिटेटर के लिए: यहाँ के डिज़ाइन विचार जलवायु और आपदा-सहनशील स्कूलों पर यूनिसेफ़ सप्लाई डिवीज़न के मार्गदर्शन पर आधारित हैं। बच्चे बताते हैं कि क्या चाहिए। ढाँचागत इंजीनियरिंग के फ़ैसले योग्य वयस्कों के हैं।

प्रतिबद्धता का प्रमाणपत्र

यह प्रमाणित किया जाता है कि

ने द क्लाइमेट चैलेंज पूरा किया है

मैं वादा करता/करती हूँ कि उस वायुमंडल और उन महासागरों का ख़याल रखूँगा/रखूँगी जो हम सबके साझे हैं। मैं अपने **कार्बन फ़ुटप्रिंट** पर काम करूँगा/करूँगी, ऊर्जा बचाकर और खाना फेंकने के बजाय **खाद बनाकर** । मैं अपने समुदाय को आने वाले वक़्त के लिए तैयार होने में मदद करूँगा/करूँगी, ताकि हम **सहनशील**बनें। और मैं जो जानता/जानती हूँ वह आगे बाँटूँगा/बाँटूँगी, क्योंकि कोई भी अकेले किसी चीज़ की रक्षा नहीं करता।

______________________ हस्ताक्षर ______________________ तारीख़

इस पन्ने की फ़ोटोकॉपी कीजिए। यह दिए जाने के लिए ही है।

इन्हें काटिए

वॉटर टैंक के भूमिका कार्ड

O4 के लिए। लकीरों पर काटिए। हर समूह को एक कार्ड। संख्याएँ शुरुआती बिंदु हैं, सही जवाब नहीं। एक कारगर तरीक़े में 10 दिन के लिए 1,000 लीटर बाँटा गया था।

स्कूल

आप कौन हैं: 400 विद्यार्थी, एक रसोई, चार शौचालय, अपना कोई पानी का टैंक नहीं।

पानी किस काम के लिए चाहिए: स्कूल के दिन में पीने के लिए, दोपहर का भोजन पकाने, शौचालय और हाथ धोने के लिए।

बहुत कम मिला तो क्या होगा: स्कूल बच्चों को जल्दी घर भेज देता है, या दिन भर के लिए बंद कर देता है।

आपकी शुरुआती माँग: 300 लीटर।

स्वास्थ्य केंद्र

आप कौन हैं: एक क्लीनिक, दो नर्सें, एक छोटा वार्ड, दिन भर लोग आते रहते हैं।

पानी किस काम के लिए चाहिए: घाव साफ़ करने, मरीज़ों के बीच हाथ धोने, वार्ड साफ़ रखने, मरीज़ों के पीने के पानी के लिए।

बहुत कम मिला तो क्या होगा: संक्रमण फैलता है, और आपको लोगों को लौटाना पड़ता है।

आपकी शुरुआती माँग: 250 लीटर।

घर-परिवार

आप कौन हैं: 60 परिवार। कुछ के पास नल है। कुछ पानी लाने के लिए 20 मिनट चलते हैं।

पानी किस काम के लिए चाहिए: पीने, पकाने, धोने, सफ़ाई के लिए।

बहुत कम मिला तो क्या होगा: कोई, आमतौर पर कोई लड़की, और दूर तक चलती है और स्कूल छूट जाता है।

आपकी शुरुआती माँग: 350 लीटर।

किसान

आप कौन हैं: 12 छोटे खेत। इन्हीं खेतों का अनाज उसी गाँव को खिलाता है, स्कूल की रसोई समेत।

पानी किस काम के लिए चाहिए: सूखे हफ़्तों में फ़सल की सिंचाई के लिए।

बहुत कम मिला तो क्या होगा: फ़सल मारी जाती है, और सबके लिए खाना महँगा हो जाता है, इस कमरे के चारों समूहों के लिए भी।

आपकी शुरुआती माँग: 400 लीटर।

फैसिलिटेटर, खेल से पहले यह पढ़िए। चारों समूह मिलकर 1,300 लीटर माँगते हैं। टैंक में 1,000 है। कोई सही बँटवारा नहीं है, और आपको कोई घोषित भी नहीं करना चाहिए। अगर कमरे में किसी बच्चे ने पानी की असली कमी या विस्थापन झेला हो, तो फैसिलिटेटर गाइड वाला हल्का रूप इस्तेमाल कीजिए और पहले से जान लीजिए कि गतिविधि कैसे रोकनी है।

इन्हें भी काटिए

किरदार कार्ड और अभ्यास पोस्ट

V4 और V6 के लिए। यहाँ हर कोई कल्पित है। किसी असली बच्चे, स्कूल या शहर का वर्णन नहीं है।

V4: एक ही दिन, अलग-अलग विकल्प

रुख़साना, 12

बिना पेड़ों वाली सड़क पर 25 मिनट चलकर स्कूल जाती है। घर से पानी ले जाती है क्योंकि स्कूल का नल भरोसे का नहीं। दोपहर में छोटे भाई को सँभालती है। आज 43 डिग्री है।

देनिज़, 12

आमतौर पर वातानुकूलित बस लेता है, स्टॉप से स्कूल के गेट तक पाँच मिनट। दमा है, और इनहेलर आज घर रह गया। वही 43 डिग्री, और हवा में धूल।

पूछिए: दोनों में से हरेक के लिए सबसे मुश्किल क्या हो जाता है, और क्या दोनों के लिए सबसे अच्छी मदद एक ही है? इनमें से कोई भी क़िस्मत वाला नहीं है। जोड़ी बनाने की वजह यही है।

V6: अभ्यास के लिए तीन पोस्ट

पोस्ट 1. पानी में डूबी सड़क की एक तस्वीर, कैप्शन के साथ "अभी शेयर करो, पूरा शहर डूब गया है!!" बिना नाम और बिना जगह वाले खाते से पोस्ट किया गया। कोई तारीख़ नहीं दिखती।

पोस्ट 2. "गर्मी की वजह से कल स्कूल बंद, मेरे चचेरे भाई का दोस्त दफ़्तर में काम करता है।" कोई सरकारी सूचना नहीं जुड़ी। आप तक पहुँचने से पहले छह बार फ़ॉरवर्ड हो चुकी है।

पोस्ट 3. तेज़ बारिश की एक छोटी क्लिप, कैप्शन "यह अभी हमारे इलाक़े में हो रहा है"। पीछे दिख रहे कपड़े और बोर्ड किसी और मौसम के हैं, और नीचे एक टिप्पणी कहती है कि क्लिप चार साल पुरानी है।

जान-बूझकर नीरस। इन पोस्ट में आपदा का कोई असली फुटेज नहीं है और किसी असली जगह का नाम नहीं है। परेशान करने वाली तस्वीरें इस गतिविधि को बेहतर नहीं बनातीं। वे इसे बदतर बनाती हैं।

जानने लायक़ शब्द

ये इस किताब के वे शब्द हैं जिन पर लोग सबसे ज़्यादा अटकते हैं, बड़े भी, जो कभी-कभी यह मानने के बजाय कि उन्हें पक्का नहीं पता, बस सिर हिला देते हैं। आपको पूछने का पूरा हक़ है।

अगर आप इस हैंडबुक का किसी और भाषा में अनुवाद कर रहे हैं, तो पहले इन्हें तय कीजिए। बाक़ी सब इन्हें ठीक करने से ही निकलेगा।

शब्द	यहाँ इसका मतलब
मौसम	आसमान घंटों या दिनों में जो कर रहा है।
जलवायु	किसी जगह पर कई सालों के मौसम का ढर्रा।
पर्यावरण	आपके आस-पास सब कुछ: हवा, पानी, मिट्टी, पौधे, जानवर, इमारतें। जलवायु से ज़्यादा चौड़ा।
ग्रीनहाउस गैसें	वे गैसें जो वायुमंडल में गर्मी रोक लेती हैं। कार्बन डाइऑक्साइड और मीथेन इनमें से दो हैं।
कार्बन फ़ुटप्रिंट	मोटे तौर पर कितनी ग्रीनहाउस गैस निकलती है, इस वजह से कि कोई व्यक्ति, स्कूल या देश क्या करता है।
ह्यूमस	वह गहरी भुरभुरी मिट्टी जिसमें खाद बदल जाती है। यह मिट्टी को पानी और पौधों का भोजन थामे रखने में मदद करती है।
सहनशीलता	झटका झेलकर सँभल जाना। सहनशील स्कूल तूफ़ान के बाद भी इस्तेमाल लायक़ रहता है।
अनुकूलन	चीज़ें ऐसे बदलना कि ख़तरा कम नुक़सान करे। छाया, नाले और पानी के नल अनुकूलन हैं।
शमन	ग्रीनहाउस गैस प्रदूषण घटाना ताकि गर्माहट कम रहे।
आरोपण	यह पता लगाने का वैज्ञानिक काम कि किसी एक ख़ास घटना में जलवायु परिवर्तन का कितना हाथ था।
विस्थापन	घर छोड़ना पड़ना। यह कुछ दिनों के लिए हो सकता है या सालों के लिए।
कमज़ोर स्थिति में	नुक़सान की ज़्यादा आशंका, आमतौर पर हालात की वजह से, न कि उस व्यक्ति में किसी बात की वजह से।
पानी का दबाव	जब लोगों को जिन-जिन कामों के लिए पानी चाहिए, उन सबके लिए पर्याप्त पानी न हो।
सकारात्मक शांति	वे नज़रिए, संस्थाएँ और ढाँचे जो शांति बनाते और बनाए रखते हैं, सिर्फ़ लड़ाई का न होना नहीं।

इस किताब का अनुवाद कर रहे हैं? सादे जाने-पहचाने शब्द शाब्दिक तकनीकी शब्दों से बेहतर हैं। अनुवाद को व्यापक रूप से इस्तेमाल करने से पहले ज़रूरी शब्द कुछ बच्चों पर परखिए।

अगर आप हमें जाँचना चाहें

इस किताब के पीछे की लाइब्रेरी

इस किताब का हर तथ्य किसी असली जगह से आया है, और आप जाकर जाँच सकते हैं। यह कोई चुनौती नहीं है; भरोसे लायक़ किताब को अंदाज़ा लगाने वाली किताब से इसी तरह अलग पहचाना जाता है।

नीचे दिए स्रोत, और क़रीब तीन सौ और, परियोजना की वेबसाइट पर एक खोजी जा सकने वाली लाइब्रेरी में हैं, देश, विषय और स्थिति के अनुसार क्रमबद्ध। इनमें से लगभग 111 सहकर्मी-समीक्षित अध्ययन हैं और 99 नामी संस्थाओं की रिपोर्टें। अगर आपका देश उसमें है, तो उसके बारे में क्या मौजूद है यह आप दो क्लिक में पा सकते हैं।

वहाँ आप क्या कर सकते हैं

- अपने देश से छाँटिए, फिर गर्मी, बाढ़, पानी या हवा से।
- कमियाँ वाला पन्ना पढ़िए, जो दिखाता है कि देश और स्थिति के किन जोड़ों पर लाइब्रेरी को कुछ भी नहीं मिला।
- कोई स्रोत सुझाइए, या टीम को बताइए कि आपका सत्र कैसा रहा।

कोई स्रोत भीतर कैसे आता है

- यह बच्चों और जलवायु के बारे में हो।
- इसका प्रकाशक ज्ञात हो।
- यह बिना पैसे दिए पढ़ने को खुला हो।
- यह 2019 या उसके बाद प्रकाशित हुआ हो।

इस हैंडबुक में इस्तेमाल किए गए स्रोत

UNICEF (2026). Children's जलवायु Risk Report 2026data.unicef.org/resources/childrens-climate-risk-report-2026

Pandey, K. (2026). Born into climate risk: nearly every child in India now faces overlapping hazards, warns UNICEF. Down To Earth.

UNICEF (2021). Running Dry: the impact of water scarcity on children in the Middle East and North Africa. unicef.org/mena/reports/running-dry-impact-water-scarcity-children

Jha, K., Prakash, M., Ghorpade, A. R., Kumar, E., & Behera, M. D. (2024). Study on young children and climate change. ICLEI South Asia.

Pandey, K., & Sengupta, R. (2024). जलवायु India 2024: an assessment of extreme weather events, January to September. Centre for Science and पर्यावरण.

Thalib, L., & Al-Taiar, A. (2012). धूल भरी आँधियाँ and the risk of asthma admissions to hospitals in Kuwait. Science of the Total पर्यावरण, 433, 347 to 351.

Gaston, E. (2025). Youth in climate, peace and security, and environmental peacebuilding. Cohort 4 of the 2025 Peacebuilding Fund Thematic Review. UNU Centre for Policy Research. un.org/peacebuilding/sites/www.un.org.peacebuilding/files/documents/thematic_review_cohort_4_brief_web.pdf

Institute for Economics & Peace (2022). सकारात्मक शांति Report 2022.visionofhumanity.org

Save the Children (2024). Participatory action research: climate and youth. resourcecentre.savethechildren.net/pdf/PAR-जलवायु-and-youth_2024.pdf

UNICEF Supply Division (n.d.). Building climate and disaster सहनशील schools. unicef.org/supply/building-climate-and-disaster-सहनशील-schools

United Nations (2015). 2030 Agenda for Sustainable Development. sdgs.un.org/2030agenda

Raghuvanshi, A. (2026, 9 September). Disaster reaches children through their screens. This must stop. The Kathmandu Post.

परियोजना स्रोत: घोष, ए. (2026). क्लाइमेट, चिल्ड्रन एंड पीस: बाल-केंद्रित शांति-निर्माण के नज़रिए से जलवायु परिवर्तन को समझना, भारत और मध्य पूर्व।