

CCT Weeekly Practice Hindi लेख पठन



आप भी बन सकते हैं ग्रीन वॉरियर

अगर आप सचमुच पर्यावरण संरक्षण के लिए चिंतित रहते हैं तो सिर्फ चिंता जताने से कोई सकारात्मक परिवर्तन सामने नहीं आएगा। अपने स्तर पर छोटे-छोटे प्रयासों के जरिए भी आप पर्यावरण के संरक्षक यानी ग्रीन वॉरियर बन सकते हैं।

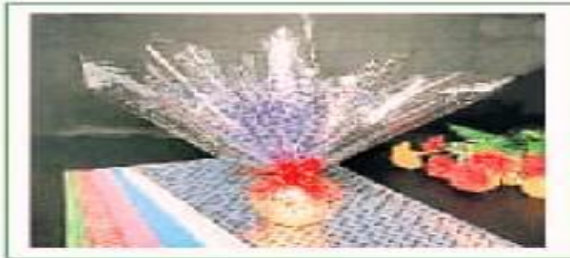
आइजान

शिखर चंद जैन

पर्यावरण को संरक्षित रखने के लिए जरूरी नहीं कि बड़े प्रयास ही किए जाएं। अगर हम सब अपने दैनिक जीवन में कुछ बातों पर अमल करें तो ना केवल इससे प्रदूषण कम होगा, साथ ही आप बतौर ग्रीन वॉरियर, पर्यावरण संरक्षण में भी अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।

इन पर करें अमल

- ▶ वाहन चलाते समय उसकी गति धीमी रखें। सिग्नल पर इंजन बंद कर दें। यथासंभव कार का इस्तेमाल कम करें, इसकी बजाय दोपहिया वाहन और संभव हो और सुविधा हो तो दोपहिया की बजाय साइकिल का प्रयोग करें। ऑफिस के सहकर्मियों के साथ तालमेल बैठकर कारपूल का इस्तेमाल करें या अपनी बाइक अकेले चलाने की बजाय एक और व्यक्ति को साथ ले लें, इससे ईंधन की बचत होगी।
- ▶ फल-सब्जियों के छिलके आदि कचरे के डब्बे में न डालकर एक जगह इकट्ठा करें, इससे अच्छी खाद बनती है। आप इसे अपने बागीचे में डाल सकते हैं या इन्हें किसी माली, उद्यानकर्मी या खेती करने वाले व्यक्ति को सौंप दें।
- ▶ वाशिंग मशीन में कपड़े धोएं तो रोज-रोज थोड़े से कपड़ों के लिए पानी की बर्बादी करने की बजाय कपड़े हफ्ते में एक बार धोएं। इससे पानी की बचत होगी।
- ▶ नहाते समय शॉवर का प्रयोग करने की बजाय मग और बाल्टी का प्रयोग करें तो आप काफी पानी बचा सकते हैं। थोड़े से पानी से शरीर गीला करके अच्छी तरह साबुन आदि लगा लें फिर पानी शरीर पर डालें। इसी तरह ब्रश करते और शैव करते समय भी शॉशबेसिन का नल जरूरत के समय ही खोलें।
- ▶ बाजार में जब भी घर का राशन या साग-सब्जी लेने जाएं तो प्लास्टिक के बैग मांगने की बजाय घर से जूट या कपड़े के थैले लेकर जाएं।
- ▶ उपहारों या अन्य चीजों की पैकिंग के लिए सेलोफिन पेपर (प्लास्टिक), कागज एयर सेलो टेप का प्रयोग न करके रेशमी कपड़े और साटिन के रिबन का प्रयोग करें। ये न सिर्फ आकर्षक लगेंगे बल्कि दोबारा भी इस्तेमाल हो सकते हैं।



- ▶ घर में विद्युत उपकरण जैसे एयरकंडीशनर, माइक्रोवेव, आयरन, हीटर, वाशिंग मशीन आदि एनर्जी सेवर ही खरीदें।
- ▶ बच्चों की स्कूल की या आपकी शौकिया किताबों को पढ़ने के बाद इधर-उधर फैकने या कबाड़ी को बेचने की बजाय अपनी जैसी हाथी वाले या उन बच्चों को दे दें, जिनको उनकी जरूरत हो। जिन किताबों को सिर्फ एक बार शौक से पढ़ना हो, उन्हें आप लाइब्रेरी की सदस्यता लेकर भी पढ़ सकते हैं।
- ▶ साधारण बल्ब खरीदने की बजाय कॉम्पैक्ट फ्लूरोसेंट बल्ब खरीदें या एलईडी। ये न सिर्फ



- अधिक टिकाऊ होते हैं बल्कि बिजली भी कम खर्च करते हैं।
- ▶ घर में बार-बार थोड़ा-थोड़ा खाना बनाने की बजाय सभी सदस्यों का खाना एक बार में बनाएं। दाल, चावल, चने आदि पहले से भिगो दें। इससे ईंधन की बचत होगी।
- ▶ बोतलबंद पानी खरीदने से अच्छा है, घर में उबाला हुआ या फिल्टर किया हुआ पानी पिएं और रीयूज होने लायक बोतल का प्रयोग करें। संभव हो तो कार्ब या स्टील की बोतल का इस्तेमाल करें।
- ▶ फ्रिज के पीछे मौजूद कॉइल्स की समय-समय पर सफाई करते रहें। धूल-मिट्टी लगी कॉइल्स के कारण बिजली की खपत 30 फीसदी तक बढ़ सकती है।
- ▶ मिनिमलिस्ट बनें यानी अनावश्यक सामान खरीदने और उन्हें इकट्ठा करने से बचें। हर चीज के उत्पादन में संसाधन खर्च होते हैं जो धरती को खोखला करने के साथ पर्यावरण को भी किसी न किसी रूप में नुकसान पहुंचाते हैं।
- ▶ अपनी बालकनी या बागीचे में अधिक से अधिक पौधे लगाएं, इससे आपके घर और आस-पास का वातावरण स्वच्छ रहेगा। ★

स्रोत: हरिभूमि (समाचार पत्र), रविवार भारती

प्रश्न 1. ऊपर दिये गए लेख के आधार पर निम्नलिखित में से कौन-से तरीके से हम ग्रीन वारियर बन सकते हैं?

- (i) रोज़ थोड़े-थोड़े कपड़े धोने के बदले, हम हफ्ते में एक बार कपड़े धोकर, पानी बचाकर।
- (ii) अल्पभोक्ता बन कर।
- (iii) अनिवार्य रूप से कारपूल करके।
- (iv) ऊर्जा बचाने वाले उपकरण खरीदकर।

(अ) (i) एवं (iv)

(ब) (ii), (iii) एवं (iv)

(स) (i), (ii) एवं (iv)

(द) (i), (ii) एवं (iii)

प्रश्न 2. वाहन के संबंध में, लेख में किन बातों पर अमल करने के लिए कहा गया है?

- (i) बाइक अकेले चलाने की बजाय, एक और व्यक्ति को साथ ले जाना चाहिए।
- (ii) साइकिल से ऑफिस जाने वाले सहयोगी को कारपूल करवाना चाहिए।
- (iii) गाड़ी चलाते समय, सिग्नल पर इंजिन बंद कर दें।
- (iv) ऊर्जा बचत एनर्जी एन सेवर स्टिकर वाले वाहन खरीदने चाहिए।

(अ) (i) एवं (ii)

(ब) (ii) एवं (iii)

(स) (i) एवं (iii)

(द) (i) एवं (iv)

प्रश्न 3. आपके समझ में प्लास्टिक के इस्तेमाल से पर्यावरण को कैसे नुकसान होता है?

- (i) प्लास्टिक एक ऐसा पदार्थ है, जो सहज रूप से मिट्टी में घुलसकता। नहीं मिल-
- (ii) प्लास्टिक को अगर मिट्टी में छोड़ दिया जाए, तो भूगर्भीय जल की रिचार्जिंग को रोक सकता है।
- (iii) प्लास्टिक का अधिकतर कचरा पुनर्चक्रण । है जाता हो
- (iv) पुनर्चक्रण हैं होते रसायन ऐसे में थैलों प्लास्टिक रंगीन या गए किए, जो ज़मीन में पहुंच जाते हैं और इससे मिट्टी और भूगर्भीय जल विषैला बन सकता है।

(अ) (i), (iii) एवं (iv)

(ब) (ii), (iii) एवं (iv)

(स) (i), (ii) एवं (iii)

(द) (i), (ii) एवं (iv)

प्रश्न 4. उपरोक्त पाठांश के आधार पर निम्नलिखित में से सही और गलत कथन चुनें।

- (अ) चावल एवं चना भिगो कर बनाने का उद्देश्य सफाई रखना है।
- (ब) पानी बचाने के लिए शावर का इस्तेमाल करना चाहिए।
- (स) एल ई डी बल्ब से बिजली की बचत होती है।
- (द) चीजों को पुनः इस्तेमाल करके हम संसाधनों का संरक्षण करते हैं।

सही गलत

☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

प्रश्न 5. आपके अनुसार लेख का उद्देश्य क्या है ?

- (अ) पर्यावरण प्रदूषण में सहायता करना
- (ब) जागरूकता पैदा करना
- (स) बचत को प्रोत्साहन देना
- (द) साईकिल कि बिक्री को बढ़ावा देना

Created by :-

Ms. Mamta Rajneesh, Step By Step School, Noida.

CCT Weeekly Practice Hindi

लेखपठन

Answer Key

1. (स)
2. (स)
3. (द)
4. (अ) – गलत
(ब) - गलत
(स)- सही
(द) - सही
5. (ब)

Created by :-

Ms. Mamta Rajneesh, Step By Step School, Noida.