# I CAN
# अर्थशॉट चैलेंज

THE EARTHSHOT PRIZE

DESIGN for CHANGE

alana

> *हम अपने खूबसूरत ग्रह को उन सभी जीवों के लिए सुरक्षित रख सकते हैं जिनका यहाँ घर है। इस दशक में हम जो भी फैसले लेंगे, वे हमारे भविष्य को तय करेंगे। लेकिन उससे भी ज़रूरी बात यह है कि ये फैसले हमारे नौजवानों की ज़िंदगी को तय करेंगे।*

**एचआरएच प्रिंस विलियम** । 'द अर्थशॉट प्राइज़' के संस्थापक और अध्यक्ष
5 नवंबर, द अर्थशॉट प्राइज़ अवाड्र्स 2026, रियो डी जनेरियो

## प्रिय एडुहीरो,

हमारी धरती का भविष्य इस बात पर निर्भर करता है कि हम आज क्या फैसला लेते हैं।

दुनिया भर में लोग पर्यावरण से जुड़ी कई बड़ी समस्याओं का सामना कर रहे हैं, जैसे जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण, जंगलों और वन्यजीवों का खत्म होना, और लगातार बढ़ता कचरा। भले ही ये समस्याएं बहुत गंभीर हैं, लेकिन वैज्ञानिक, किसान, व्यवसायी, समाज के नेता और युवा मिलकर इनके बेहतरीन समाधान ढूंढ रहे हैं।

द अर्थशॉट प्राइज़ (The Earthshot Prize) की शुरुआत पर्यावरण को बचाने वाले इन्हीं अनोखे और बड़े विचारों को खोजने, उन्हें बढ़ावा देने और मदद करने के लिए की गई थी। इस सोच के साथ कि **गंभीरता + उम्मीद = बदलाव**, यह पहल उन लोगों और विचारों को सामने लाती है जो एक साफ–सुथरे, स्वस्थ और सुरक्षित भविष्य के लिए काम कर रहे हैं।

**अब बारी आपके बच्चों की है।**

**द अर्थशॉट आई कैन चैलेंज** (The Earthshot I CAN Challenge) **9 से 17 साल के बच्चों** को अपने आस–पास की समस्याओं को पहचानने, उनके समाधान खोजने और धरती को फिर से संवारने के लिए कदम उठाने का न्योता देता है। बच्चों को यह अहसास कराकर कि उनके विचार मायने रखते हैं, हम उन्हें उनके स्कूल, घर और समाज में आत्मविश्वास से भरे बदलाव लाने वाले (चेंजमेकर्स) बनने में मदद कर सकते हैं।

**डिजाइन फॉर चेंज** (Design for Change), **द अलाना फाउंडेशन** (The Alana Foundation) **और द अर्थशॉट प्राइज़** मिलकर पूरे भारत के बच्चों को अपनी "आई कैन" (मैं कर सकता हूँ) की जादुई ताकत को पहचानने और सकारात्मक बदलाव लाने वाले युवाओं के इस बढ़ते आंदोलन से जुड़ने के लिए आमंत्रित करते हैं।

सब मिलकर हर किसी के लिए एक साफ़, स्वस्थ और बेहतर कल का निर्माण कर सकते हैं।

| | | |
|---|---|---|
| जेसन नॉफ, सीईओ<br>द अर्थशॉट प्राइज़ | किरण बीर सेठी<br>संस्थापक, डिजाइन फॉर चेंज | पेड्रो हार्टुंग,<br>सीईओ अलाना फाउंडेशन |

चुनौती क्रियान्वयन भागीदार / पार्टनर

DESIGN for CHANGE INDIA

कार्यक्रम भागीदार / पार्टनर

MuSo Museum of Solutions

a JSW initiative

# क्या आप तैयार हैं?

3 से 5 सदस्यों की बेहतरीन टोलियाँ बनाएँ।
अब इन 4 चरणों का पालन करें:

**5 विजेताओं में से हर एक को $2000 की ग्रांट (आर्थिक सहायता) मिलेगी।**

जूरी 25 **प्रोजेक्ट्स** को शॉर्टलिस्ट करेगी और 5 **विजेताओं (हर अर्थशॉट कैटेगरी से एक)** को चुनेगी।

हर विजेता को $ 2000 **की ग्रांट**, उनकी मदद के लिए एक मेंटर और मुंबई में होने वाले **'द अर्थशॉट प्राइज़ अवार्ड्स एंड समिट'** का न्योता मिलेगा।

विजेताओं को समय–समय पर DFC और अर्थशॉट को अपने काम की प्रोग्रेस (प्रगति) की रिपोर्ट देनी होगी।

## चरण 1 — महसूस करें
अपने दिल से सोचें

### 1. गौर से देखें

अपने आस–पास की चीज़ों को करीब से देखें।

पर्यावरण से जुड़ी उन चुनौतियों और समस्याओं पर ध्यान दें जो आपको परेशान करती हैं। अपने अनुभवों और देखी गई चीज़ों का एक खाका (मैप) तैयार करें – इसके लिए इन बातों की मदद लें:

- जो आप देखते हैं (जैसे: प्रदूषण, पानी की कमी, बिजली/ऊर्जा की बर्बादी आदि)
- जो आप महसूस करते हैं (जैसे: निराशा, ज़िम्मेदारी, कुछ जानने की उत्सुकता आदि)
- जो आप सुनते हैं (जैसे: समाज की चिंताएँ, समाचारों की खबरें आदि)

### 2. अर्थशॉट (Earthshot) की किसी श्रेणी से जुड़ें

एक टीम के रूप में अपनी देखी गई चीज़ों पर चर्चा करें।
आपकी चुनी हुई चुनौती अर्थशॉट की किस श्रेणी से मेल खाती है?

- प्रकृति की रक्षा और उसे संवारना
- हमारे महासागरों को पुनर्जीवित करना
- हमारी जलवायु को ठीक करना
- अपनी हवा को साफ़ करना
- कचरा–मुक्त दुनिया बनाना

### 3. वोट करें

अपनी देखी गई बातों को अपनी टीम के साथ साझा करें और किसी ऐसी एक चुनौती को चुनने के लिए वोट करें, जिसे आप सभी बदलते हुए देखना चाहते हैं।

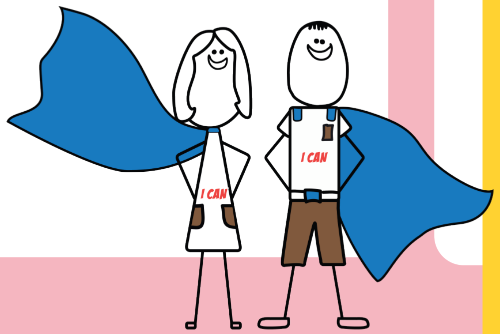
### 4. गहराई से समझें

अपनी चुनौती को चुनने के बाद, उसे बेहतर ढंग से समझने के लिए गहराई में जाएँ। यहाँ कुछ सवाल दिए गए हैं जो इसमें आपकी मदद करेंगे:

- यह कब और कहाँ होता है?
- इससे कौन प्रभावित हो रहा है?
- यह लोगों, जानवरों या प्रकृति को कैसे प्रभावित कर रहा है?

### 5. लोगों से जुड़ें

अब जाएँ और उन लोगों से बात करें जो इस स्थिति से जुड़े हैं और इससे प्रभावित हैं। उनकी चिंताओं को समझने के लिए उनका इंटरव्यू लें, ताकि आप अपना समाधान उनके साथ मिलकर तैयार कर सकें, न कि उनके लिए।




## चरण 2 — कल्पना करें
सफलता का सपना देखें

### 1. नए विचारों पर मंथन करने के तरीके

- सभी विचार अच्छे होते हैं... अनोखे या अजीब विचारों को भी बेझिझक सामने रखें।
- दूसरों के विचारों को आगे बढ़ाएँ – बातचीत में 'लेकिन' की जगह 'और' शब्द का इस्तेमाल करें।
- बेहतर स्पष्टता के लिए अपने विचारों को चित्र या रेखाचित्र बनाकर समझाएँ।

जब आपके पास बहुत सारे विचार और समाधान आ जाएँ, तो उन समाधानों को शॉर्टलिस्ट करने के लिए QBL तरीके का इस्तेमाल करें जिन्हें आप लागू करना चाहते हैं। आपका समाधान ऐसा होना चाहिए:

लागू करने में **तेज़ (QUICK)** हो
**साहसिक (BOLD)** हो
जिसका असर **लंबे समय तक रहने वाला (LONG LASTING)** हो

### 2. वोट करें

उन विचारों के लिए वोट करें जो आपकी चुनी हुई चुनौती को सबसे अच्छी तरह हल करते हैं।

एक दमदार समाधान बनाने के लिए कई अलग–अलग विचारों को आपस में मिलाने की कोशिश करें।

**अर्थशॉट (Earthshot) के फाइनलिस्ट की तरह सोचें, खुद से पूछें:**

- यह समाधान बहुत सारे लोगों की मदद कैसे कर सकता है?
- क्या इससे प्रकृति और हमारे पर्यावरण को भी मदद मिल सकती है?
- क्या यह रचनात्मक और साहसिक है?
- क्या दूसरे स्कूल या समुदाय भी इसे अपना सकते हैं?
- क्या यह लंबे समय तक टिक सकता है? क्या यह किफ़ायती या व्यावहारिक है?

## चरण 3 — करके दिखाएँ
बदलाव लेकर आएँ

### 1. योजना बनाएँ

योजना बनाते समय इन बातों पर विचार करें:

- किन संसाधनों (चीज़ों) की ज़रूरत होगी?
- बजट कितना है?
- आपको पैसे कहाँ से मिलेंगे?
- कितने लोगों की ज़रूरत होगी?
- इसमें कितना समय लगेगा?
- आप अपने काम का दस्तावेज़ या रिकॉर्ड कैसे तैयार करेंगे?

अपनी खूबियों को ध्यान में रखते हुए अपनी भूमिकाएँ और ज़िम्मेदारियाँ चुनें।

### 2. लागू करें

बाहर निकलें और अपनी योजना को हकीकत में बदलें।
**हाँ, आप कर सकते हैं!**

### 3. चिंतन करें

- इस स्थिति के बारे में आपने कौन सी 3 बातें सीखीं?
- अपने टीम के साथियों के बारे में आपने कौन सी 2 बातें सीखीं?
- अपने खुद के बारे में आपने कौन सी 1 बात सीखी?

अपने प्रोजेक्ट के असर को लंबे समय तक बनाए रखने के तरीकों के बारे में सोचें?

अर्थशॉट प्राइज़ ऐसे समाधानों को बढ़ावा देता है जो **प्रेरणादायक, बड़े पैमाने पर बदले जा सकने वाले, रचनात्मक, सबको साथ लेकर चलने वाले, व्यावहारिक और उम्मीद जगाने वाले** हों। अपने अर्थशॉट क्षेत्र में काम करने वाले संगठनों, नए आविष्कार करने वालों, वैज्ञानिकों या पेशेवरों से संपर्क करें।

## चरण 4 — साझा करें
मैं कर सकता हूँ! अब आप भी कर सकते हैं।

### 1. जमा करें

अपना प्रोजेक्ट हमारे साथ challenge.dfcworld.com पर साझा करें।

कृपया वेबसाइट पर दिए गए सबमिशन नियमों का पालन करें। आप या तो एक **फ़ोटो कहानी** या एक **वीडियो कहानी** सबमिट कर सकते हैं।

FIDS के हर चरण के अंतर्गत दिए गए सवालों के जवाब दें।
**फ़ोटो कहानी:** हर चरण को दिखाने के लिए तस्वीरें अपलोड करें, ध्यान रखें कि आप अपने प्रोजेक्ट की पूरी प्रक्रिया का रिकॉर्ड रख रहे हों।

**वीडियो कहानी:** अपने प्रोजेक्ट की प्रक्रिया का एक वीडियो बनाएँ, उसे यूट्यूब (YouTube) पर अपलोड करें और सबमिशन प्लेटफॉर्म पर यूट्यूब का शेयर लिंक पेस्ट करें।

**कृपया ध्यान रखें**
आप ज़्यादा से ज़्यादा 16 तस्वीरें अपलोड कर सकते हैं (हर चरण के लिए 4 तस्वीरें)। अगर आप वीडियो बना रहे हैं, तो वह 3 मिनट से ज़्यादा लंबा नहीं होना चाहिए।

### 2. प्रेरित करें

अपनी कहानी के जादू को फैलाने के लिए यहाँ कुछ सुझाव दिए गए हैं :-)

- स्कूल की प्रार्थना सभा (असेम्बली)
- अखबार का लेख
- टीवी शो
- रेडियो
- सोशल मीडिया
- नाटक या प्रस्तुति
- सामुदायिक प्रदर्शनी (कम्युनिटी एग्जिबिशन)
- कला या थिएटर प्रस्तुति
- विज्ञान मेला
- पर्यावरण क्लब में प्रस्तुति

**#ICANEarthshotChallenge** का इस्तेमाल करें

अपना प्रोजेक्ट यहाँ सबमिट करें:
**challenge.dfcworld.org**

# I CAN अर्थशॉट चैलेंज

आई कैन अर्थशॉट चुनौती बच्चों और युवाओं को पर्यावरण के क्षेत्र में बदलाव लाने वाला बनने के लिए आमंत्रित करती है। यह मुख्य रूप से इन पांच श्रेणियों पर ध्यान केंद्रित करती है: **प्रकृती को बचाना और संवारना, हमारी हवा को साफ करना, हमारे महासागरों को फिर से जीवंत करना, कचरा–मुक्त दुनिया बनाना, और हमारी जलवायु को ठीक करना।**

**महसूस करें, कल्पना करें, करें और साझा करें** (FIDS) ढांचे का उपयोग करके, बच्चे अपने समुदाय की चुनौतियों को पहचानेंगे और ऐसे समाधान तैयार करेंगे जो अर्थशॉट के किसी एक या उससे अधिक लक्ष्यों को पूरा करने में मदद करें। **"हम कैसे कर सकते हैं..." और "...के अवसर तलाशें"** जैसे वाक्यों का उद्देश्य केवल नए विचारों को प्रेरित करना है, न कि बने–बनाए जवाब देना। इनका उपयोग अपने स्थानीय समुदाय में चुनौतियों और अवसरों का पता लगाने और ऐसे अभिनव कार्य करने के लिए करें जो लोगों और हमारी धरती के लिए एक सकारात्मक बदलाव ला सकें।

## प्रकृति को बचाना और संवारना

खुद से पूछें: **"हम कैसे कर सकते हैं..."**

- ऐसे स्थान बनाएं जहां स्थानीय पौधे, वन्यजीव और जैव विविधता पनप सकें।
- पानी बचाने और प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा के लिए नए तरीके विकसित करें।
- सार्वजनिक स्थानों को साफ रखने और पारिस्थितिकी तंत्र की रक्षा करने के लिए समुदाय को प्रेरित करें।

**प्रेरणा**
भारत का 'खेती' संगठन कम पानी का उपयोग करके किसानों को अधिक अन्न उगाने में मदद करता है।

## हमारी हवा को साफ करना

**इसके अवसर तलाशें:**

- हरे – भरे स्थान बनाएं जहां स्थानीय पौधे, वन्यजीव और जैव विविधता पनप सकें।
- पानी बचाने और प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा के लिए नए तरीके विकसित करें।
- सार्वजनिक स्थानों को साफ रखने और पारिस्थितिकी तंत्र की रक्षा करने के लिए समुदाय को प्रेरित करें।

**प्रेरणा**
कीनिया का 'मुकुरु' क्लीन स्टोव्स घरों के अंदर होने वाले हानिकारक वायु प्रदूषण को कम करता है।

## हमारे महासागरों को फिर से जीवंत करना

**इसके अवसर तलाशें:**

- नदियों, महासागरों और अन्य जल स्रोतों को प्रदूषण से बचाएं।
- दोबारा उपयोग, पुनर्चक्रण और समझदारी से खपत को प्रोत्साहित करके कचरे को कम करें।
- पर्यावरण को स्वच्छ और स्वस्थ रखने के लिए सामूहिक कार्रवाई को प्रेरित करें।

**प्रेरणा**
ऑस्ट्रेलिया में 'स्वदेशी महिला रेंजर्स' पर्यावरण की रक्षा के लिए पारंपरिक ज्ञान और तकनीक दोनों का उपयोग करती हैं।

## कचरा–मुक्त दुनिया बनाना

खुद से पूछें: **"हम कैसे कर सकते हैं..."**

- मरम्मत, साझा करने और दोबारा उपयोग के माध्यम से उत्पादों और सामग्रियों की उम्र बढ़ाएं।
- फिर से उपयोग किए जा सकने वाले विकल्पों को चुनकर और कचरा छांटने की प्रक्रिया में सुधार करके कचरे को कम करें।
- बहुमूल्य संसाधनों को पुनः प्राप्त करें और पोषक तत्वों को वापस पर्यावरण में लौटाएं।

**प्रेरणा**
ब्रिटेन की 'नॉटप्ला' कंपनी प्लास्टिक पैकेजिंग के विकल्प के रूप में समुद्री शैवाल से बनी चीज़ें बनाती है।

## हमारी जलवायु को ठीक करना

**इसके अवसर तलाशें:**

- अपने समुदाय में स्वच्छ और नवीकरणीय ऊर्जा के उपयोग को बढ़ावा दें।
- ऊर्जा का उपयोग कम करें और कम कार्बन वाले रहन–सहन व यात्रा के तरीकों का समर्थन करें।
- लोगों और प्राकृतिक स्थानों को बदलती जलवायु के प्रभावों के अनुकूल ढलने में मदद करें।

**प्रेरणा**
बांग्लादेश का 'फ्रेंडशिप' संगठन वहाँ के समुदायों को जलवायु संबंधी चुनौतियों का सामना करने में मदद करता है।

**www.designforchangeindia.com/earthshot-challenge | #ICANEarthshotChallenge**

THE EARTHSHOT PRIZE

DESIGN for CHANGE

alana

चुनौती क्रियान्वयन भागीदार / पार्टनर
DESIGN for CHANGE INDIA

कार्यक्रम भागीदार / पार्टनर
MuSo Museum of Solutions
a JSW initiative